Vol.23, Issue 10 | Annual Subscription ₹480

अगस्त 2024

@NewsRotary /RotaryNewsIndia

रोटरी समाचार

भारत

www.rotarynewsonline.org

Rotary
District 3212

THE MAGIC OF ROTARY

kauvery hospital
Tirunelveli

ROTARY KARMAVEERAR KAMARAJAR HEART CARE BUS

Rotary International District 3212 shares the vision of 'Karmaveerar Bharat Ratna K.Kamarajar' in up-lifting the quality of life in rural Tamilnadu. Rotary Heart Care bus takes the privilege to serve the under-privileged in villages and towns to take Heart Check-ups and save their lives by availing due medical treatment for heart problems.

Heart care bus is a Clinic on wheels. It goes to multiple locations throughout the Rotary International District 3212.

HEART CARE BUS FEATURES

Digitalized BMI Vital Screening

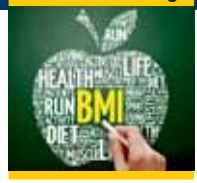
Electro Cardiogram (ECG)

Echo Cardiogram

Defibrillator

Physician Consultation

Telemedicine Consultation



LEKHA ads/ Aug 24/ Rotary-1

GG- 2341081

International Partners: Rotary Club of LAS VEGAS WON

District 5300

Primary Contact :
Rtn.A.S.P.Arumugaa Selvan

International Partner
PDG.Rtn.Chehab El Awar

Clubs to Contact for Heart Care Camp **Rtn. T. SUDALAIVEL** - +91 97509 55445 Rotary club of Virudhunagar Idhayam

ADVT.

विषयसूची

12

गांधीनगर के 'बाल-किसान'

20

इथियोपिया में डाँगकी लाइब्रेरी

28

मानसिक रूप से परेशान महिलाओं के लिए सतत आजीविका परियोजना

42

वृक्ष लगाकर ग्रह को धन्यवाद कहना

52

इंदौरी स्ट्रीट फूड का ज़ायका

68

शरीर, आत्मा और ग्रह के लिए एक बगीचा

रोटरी न्यूज़ को मिला नया रूप

आपके अगस्त अंक में डिज़ाइन में कुछ बदलाव किए गए हैं। हमने हेडलाइन और पुल-आउट उद्धरणों के फ़ॉन्ट बदल दिए हैं। पृष्ठों को अधिक चमकदार बनाने के लिए कुछ लेआउट में बदलाव किए गए हैं। *रोटरी न्यूज़* को नया रूप देने के लिए हम लगातार नए-नए प्रयोग करते रहेंगे। हमें *rotarynewsmagazine@gmail.com* पर प्रतिक्रिया भेजें।

Rotary

A publication of Rotary Global Media Network

आपके पत्र

रोटरी का जादू

जुलाई के कवर पर रो ई अध्यक्ष स्टेफनी की रंग-बिरंगी तस्वीर देखकर अच्छा लगा। उनका संदेश - *रोटरी का जादू* - एक विजन स्टेटमेंट है जिसे दुनिया भर के रोटेरियनों के सहयोग से पूरा किया जा सकता है। संपादक का संदेश जलवायु परिवर्तन के हानिकारक प्रभावों को अच्छी तरह से समझाता है और यह भी बताता है कि कैसे रोटरी क्लब दिल्ली प्रीमियर ने रेगिस्तान में संवहनीय खेती की।

रो ई निदेशक अनिरुद्ध रॉयचौधरी ने नए सदस्यों को शामिल करने का आह्वान किया। वहीं टीआरएफ अध्यक्ष मार्क मलोनी ने इस साल टीआरएफ को देने के लिए 500 मिलियन डॉलर का लक्ष्य रखा। टीआरएफ न्यासी भरत पांड्या ने अच्छी तरह समझाया कि इस लक्ष्य को कैसे हासिल किया जा सकता है। सिंगापुर में दक्षिण एशिया के चित्र पृष्ठ अति सुंदर और रंग-बिरंगे हैं।

फिलिप मुलप्पोने एम टी, रोटरी क्लब त्रिवेंद्रम सबअर्बन - मंडल 3211

रो ई अध्यक्ष स्टेफनी की टिप्पणी आकर्षक लगी कि भारतीय लोग रोटरी को गंभीरता से लेते हैं और यह एक सम्मानित संगठन है। हालांकि चुनावों के विवादास्पद मुद्दे भारतीय रोटरी की साख को नुकसान पहुंचाते हैं। उन्होंने और पीआरआईपी गॉर्डन मैकनली दोनों ने इन नज़रअंदाज करने लायक विवादों को लेकर अपनी चिंता व्यक्त की। उनसे यह सुनकर अच्छा लगा कि रोटरी की सीएसआर परियोजनाएं अच्छी तरह से काम कर रही हैं और इस गठबंधन के माध्यम से कई शानदार चीजें हो रही हैं।

रो ई निदेशक राजू सुब्रमण्यन द्वारा नैतिकता और अखंडता की कीमत पर पुरस्कारों के पीछे न भागने की सलाह सामयिक है और उनका यह कथन कि खुशी हमें कृतज्ञ नहीं बनाती बल्कि कृतज्ञता हमें आनंदित करती है, सभी रोटेरियनों द्वारा अनुसरणीय है।

नेक्कांति एंथ्री वेदी
रोटरी क्लब हैदराबाद मेगा सिटी - मंडल 3150

रोटेरियन तब सबसे अधिक प्रभावी होते हैं जब वे एक सामान्य उद्देश्य के लिए एकजुट होकर हमारे लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करते हैं। हम रोटरी के एक्शन प्लान के माध्यम से अपने क्लब की ताकत और कमजोरी का आंकलन कर सकते हैं। हमें बदलती दुनिया के साथ चलना चाहिए और एक दूसरे की भलाई के लिए स्वयं को प्रतिबद्ध करते हुए एक बड़े लक्ष्य की ओर बढ़ना चाहिए।

जैसा कि अध्यक्ष स्टेफ़नी कहती हैं, प्रत्येक परियोजना के पूरी होने, प्रत्येक डॉलर के दान किए जाने और प्रत्येक नए सदस्य के शामिल होने के साथ प्रत्येक क्लब को जादू करना चाहिए। आइए हम सभी रोटरी के जादू को अपनाकर इसके सपने को साकार करें।

वीआरटी दोराईराजा, रोटरी क्लब तिरुचिरापल्ली - मंडल 3000

प्रीति मेहरा का लेख *फास्ट फैशन* से निपटना आज के बच्चों और उनके अत्यधिक प्यार करने वाले माता-पिता के लिए भी आंखें खोलने वाला है। हमारे बुजुर्ग बड़े भाई-बहनों द्वारा इस्तेमाल किए जाने वाले कपड़े उनसे छोटे भाई-बहनों या उनके चचेरे भाइयों को दे देते थे। वे कंजूस नहीं थे; बल्कि यह चलन था।

मुझे अभी भी याद है कि मैं अपने बड़े चचेरे भाई के कपड़े पहनता था। वह स्कूल में मुझसे एक साल आगे भी हुआ करता था इसलिए मुझे पेंसिल और कलम के निशान के साथ उसकी इस्तेमाल की हुई पाठ्यपुस्तकें भी मिल जाती थी। एक बार शैक्षणिक वर्ष समाप्त होने के बाद मेरी किताबें एक ऐसे छात्र को दे दी जाती थीं जो नई किताबों को खरीदने का खर्च नहीं उठा सकते थे, इससे नई किताबों को खरीदने की आवश्यकता नहीं रहती थी।

इसकी तुलना आज के स्कूलों से कीजिए जो हर साल नई किताबों, नई नोटबुक, नई यूनिफॉर्म, नए जूतों की मांग करते हैं। यह उचित समय है कि अब हम वापस कुछ अच्छी पुरानी प्रथाओं पर लौटें जो पर्यावरण के अनुकूल हैं।

के रविन्द्रकुमार
रोटरी क्लब करूर - मंडल 3000

ग्लोबल वार्मिंग पर सामयिक संपादकीय

जुलाई का संपादकीय लोगों को जगाने की एक शक्तिशाली याचिका है जो पर्यावरण को लेकर मानवीय लालच, स्वार्थ और विचारहीनता के विनाशकारी प्रभावों को उजागर करती है। भारत और दुनिया के अन्य हिस्सों में तबाही मचाने वाली गर्म हवाएं सामूहिक कार्यवाही की तत्काल आवश्यकता की कड़ी चेतावनी है।

आंकड़े संकट की एक कड़वी तस्वीर पेश करते हैं जिसे अनदेखा करना असंभव है। हालांकि निराशा के बीच उम्मीद की एक किरण है। रोटरी के सातवें ध्यानाकर्षण क्षेत्र के रूप में पर्यावरण संरक्षण को जोड़ना सकारात्मक प्रभाव लाने में रोटरी की प्रतिबद्धता का एक मूर्त रूप है। जल संरक्षण, वनीकरण और इको-पार्क निर्माण जैसी विभिन्न परियोजनाएं सामूहिक कार्यवाही के उदाहरण हैं।

रोटरी न्यूज़ उत्सर्जन को रोकने और सार्वजनिक स्वास्थ्य की रक्षा करने में जलवायु परिवर्तन की आवश्यकता पर भी प्रकाश डालता है। ई-ऑटो

आपके पत्र

रिक्शा और शहरी वृक्षावरण को बढ़ावा देने जैसे प्रस्तावित अभिनव समाधान सकारात्मक परिवर्तन की संभावना को प्रदर्शित करते हैं।

मैं जलवायु परिवर्तन के प्रतिकूल प्रभाव पर इस पत्रिका द्वारा सामयिक प्रकाश डालने और इसके प्रतिकूल प्रभाव को कम करने में रोटेरियनों की महत्वपूर्ण भूमिका की सराहना करता हूँ। यह संपादकीय रोटरी क्लबों को ग्लोबल वार्मिंग को कम करने और संवहनीयता पर केंद्रित परियोजनाओं एवं कार्यक्रमों को विकसित करने के लिए प्रेरित करेगा जिससे हमारे समुदायों और उससे बाहर सकारात्मक परिवर्तन आएगा। तो चलिए हम अपने ग्रह की रक्षा के लिए अपने सामूहिक प्रयासों के साथ एकजुट होकर एक स्वस्थ भविष्य सुनिश्चित करें।

सुबीर शम्स
रोटरी क्लब शेरथलाई - मंडल 3211

गर्म हवाओं और जलवायु परिवर्तन पर जुलाई का संपादकीय पढ़ना दिलचस्प है। साथ ही रोटरी क्लब दिल्ली प्रीमियर द्वारा राजस्थान के रेगिस्तानी इलाकों में जल निकायों को संरक्षित करने के लिए रोधक बांध बनाने जैसे कार्यों से मुझे एक रोटेरियन के रूप में गर्व महसूस हुआ। चौथा प्रोग्राम्स ऑफ स्केल भारतीय किसानों को समर्पित किया जा रहा है जो हम सभी के लिए बहुत खुशी की बात है।

वी रामन
रोटरी क्लब मयिलाडुदुराई - मंडल 2981

जलवायु परिवर्तन और पृथ्वी ग्रह पर इसके हानिकारक प्रभावों पर जुलाई का संपादकीय वास्तव में मेरे जैसे युवा रोटेरियनों को सेवा परियोजनाओं में सक्रिय रूप से रुचि लेने के लिए प्रेरित करता है।

एस राघवेंद्रन
रोटरी क्लब आथुर - मंडल 2982

जलवायु परिवर्तन पर संपादकीय पठनीय है और भारत को उसके किसानों के लिए चौथा प्रोग्राम्स ऑफ स्केल अनुदान मिला है जिस पर हम सभी को गर्व है। सिंगापुर के रो ई सम्मेलन के चित्र पृष्ठों ने पाठकों के लिए रोटरी के जादू को सजीव ढंग से प्रस्तुत किया है।

एस एन शनमुगम
रोटरी क्लब पनरुती
मंडल 2981

किरण ज़ेहरा का लेख *सीमांत किसानों के जीवन में परिवर्तन लाना* रोटरी क्लबों के लिए एक व्यावहारिक और साध्य परियोजना मॉडल का सुझाव देता है। छोटे किसानों को नि:शुल्क रूप से ट्रैक्टर किराए पर देने से उनका मनोबल बढ़ेगा। जैसा कि लेख में निकुंज पटेल बताते हैं 4,200 की बची हुई राशि उन्हें बीज और उर्वरक खरीदने में मदद करेगी। किसानों को भारतीय आबादी के किसी भी अन्य वर्ग की तुलना में मदद की अधिक आवश्यकता है क्योंकि वे हमारे लिए भोजन उगाते हैं। यह परियोजना मॉडल किसी भी अन्य रोटरी क्लबों द्वारा आसानी से दोहराया जा सकता है। रोटरी क्लब चिखली रिवर फ्रंट को बधाई।

एम पालनिअप्पन
रोटरी क्लब मदुरै वेस्ट - मंडल 3000

जैसा कि रो ई निदेशक रॉयचौधरी (जुलाई अंक) ने उचित रूप से कहा है, मुझे लगता है कि अब केवल जादू का अनुभव करने का नहीं बल्कि जादू बनाने, दिखाने, लागू करने और अंततः उस जादू को हासिल करने का समय आ गया है।

पीयूष दोशी
रोटरी क्लब बेलूर - मंडल 3291

न्यूनतम उपस्थिति (जुलाई अंक) विषय पर रोटरी क्लब ठाणे के एक वरिष्ठ रोटेरियन नानूभाई मेहता के पत्र के संदर्भ में यहाँ मेरे विचार हैं: मैं 2004 से रोटरी में हूँ। रोटरी क्लबों पर हमेशा सदस्यता वृद्धि, नए क्लब शुरू करने, परियोजनाओं के निष्पादन और टीआरए को देने के लक्ष्यों को पूरा करने का दबाव रहता है। साथ ही सभी मंडल गवर्नर लक्ष्य-उन्मुख हैं।

अब लगभग सभी डीजी यह कहते हैं कि क्लबों को सदस्यों को बढ़ाने की आवश्यकता नहीं है; बल्कि उन्हें रोटरी भावना वाले लोगों को शामिल करने पर ध्यान देना चाहिए। यह क्लब अध्यक्षों का कर्तव्य है कि वे नियमित बैठकों में न्यूनतम उपस्थिति सुनिश्चित करें। लेकिन रोटरी भावना को कैसे विकसित किया जाए? नए सदस्यों के लिए अभिविन्यास कार्यक्रम में भाग लेना ही एकमात्र तरीका है। सदस्यता वृद्धि में केवल संख्या प्राप्त करने के बजाय गुणात्मक रोटेरियन प्राप्ति सुनिश्चित करने के लिए एक नीतिगत निर्णय की आवश्यकता है।

एस मोहन
रोटरी क्लब मदुरै वेस्ट - मंडल 3000

1 जुलाई 2024 से हमारी ई-संस्करण सदस्यता ₹420 से संशोधित कर ₹ **320** कर दी गई हैं।

कवर पर: रोटरी क्लब गांधीनगर, रो ई मंडल 3055 की एक पहल - बच्चों के लिए खेती सत्र को दर्शाता एक चित्रण। **एस कृष्णप्रतीश द्वारा रूपरेखा**

हम आपकी प्रतिक्रियाओं का स्वागत करते है। अपनी प्रतिक्रियाएं *rotarynews@rosaonline.org* या *rushbhagat@gmail.com* पर संपादक को मेल कीजिए। *rotarynewsmagazine@gmail.com* पर उच्च रेसोल्यूशन वाली तस्वीरें अपनी परियोजना के विवरण के साथ मेल कीजिए। आपके क्लब/मंडल परियोजनाओं के संदेश, Zoom मीटिंग/वेबिनार पर जानकारी और उसके लिंक केवल संपादक को ई-मेल द्वारा *rushbhagat@gmail.com* या *rotarynewsmagazine@gmail.com* पर भेजे जाने चाहिए। WhatsApp पर भेजे संदेशों पर विचार नहीं किया जाएगा।

मैकमुरे, पेनसिल्वेनिया में अपने क्लब की बैठक में स्टेफ़नी अर्चिक (पीछे दाईं ओर)।

चुनौती से अवसर तक

अगर हम वास्तव में *रोटरी के जादू* से दुनिया को बदलना चाहते हैं, तो यह हम सभी पर निर्भर है कि हम अपने क्लबों में अपनेपन की भावना को बढ़ावा दें। लेकिन हर क्लब को ऐसा करने के लिए अपना स्वयं का रास्ता अपनाना चाहिए, और एक्शन प्लान आपको अपना रास्ता खोजने में मदद कर सकता है। वह कैसा दिखता है?

बेल्जियम में रोटरी क्लब ऑफ बेवरेन-वास का उदाहरण देख लीजिये। इसे 1974 में अधिकृत किया गया था, लेकिन समय के साथ यह विकसित हुआ है, और एक रणनीतिक योजना एवं सदस्यता योजना दोनों को विकसित कर रहा है। नए सदस्यों को खोजने के लिए, क्लब अपनी खोज पर ध्यान केंद्रित करने के लिए शहर के व्यवसायों का विश्लेषण करता है, और सभी नए सदस्यों को जल्दी ही कार्य और भूमिकाएं सौंपी जाती हैं।

क्लब शाम और दोपहर के सत्रों के बीच बारी-बारी से बैठक के समय को भी बदलता है, जिससे बैठकें सभी सदस्यों के लिए सुलभ हो जाती हैं।

कभी-कभी, परिस्थितियां क्लबों को बदलाव करने के लिए मजबूर करती हैं। लेकिन कार्यशील लोगों के रूप में, हम जानते हैं कि हर मुश्किल के पीछे एक अवसर छुपा होता है।

मैसाचुसेट्स में रोटरी क्लब ऑफ होलीओक को कोविड-19 महामारी के बाद बढ़ती लागत के कारण अपने बैठक स्थल को छोड़ना पड़ा, लेकिन सदस्यों ने इस चुनौती को अपनाया और इसे एक ताकत में बदल दिया। क्लब ने एक पुस्तकालय के सामुदायिक कक्ष में बैठक शुरू की जो बिना किसी शुल्क के उपलब्ध था और पास के रेस्टोरेंट से दोपहर का भोजन आर्डर किया। भोजन की लागत प्रति व्यक्ति 10 डॉलर है लेकिन यह वैकल्पिक है, इसलिए किसी को भी बैठक में भाग लेने के लिए पैसे खर्च नहीं करने पड़ते हैं। सभी संबंधितों के लिए निष्पक्ष होने की दिशा में काम करने का कितना शानदार तरीका है।

यह बदलाव करने के बाद से, होलीओक क्लब में 13 सदस्य शामिल हुए हैं। मुझे यकीन है कि इसकी सदस्यता वृद्धि का एक बड़ा श्रेय क्लब की समावेशिता की भावना को जाता है - जो अपनेपन की ओर पहला कदम है।

यदि आप सदस्यों से पूछते हैं कि वे क्लब के अनुभव से क्या उम्मीद रखते हैं, तो हो सकता है आपको पता चले कि आपका क्लब अपेक्षाओं को पूरा नहीं करता है। इसे रोमांचक तरीकों से अपने क्लब को नया स्वरुप प्रदान करने के अवसर के रूप में देखें, क्योंकि वैकल्पिक क्लब मॉडल सकारात्मक प्रभाव डाल रहे हैं।

उदाहरण के लिए, बीयर्स रोटेरियन एन्जॉय वर्ल्डवाइड, या BREW, नामक एक रोटरी फैलोशिप ने स्वच्छ जल परियोजनाओं में सहायता के लिए पिछले आठ वर्षों से जल, स्वच्छता और सफाई रोटरी एक्शन ग्रुप के साथ मिलकर काम किया है। उस समय में, BREW ने अपने बकाया शुल्क का 25 प्रतिशत इन पहलों में लगाया है।

BREW दुनिया को बेहतर बनाने के लिए सदस्यों की अपनेपन की खोज के कई उदाहरणों में से एक है।

मैं अपनेपन के महत्व पर ज्यादा जोर नहीं दे सकता। क्लब तब अप्रतिरोध्य बन जाते हैं जब सभी सदस्यों को लगता है कि वे वहीं हैं जहां उन्हें होना चाहिए। मेरे लिए, अपनापन वह चिंगारी है जो *रोटरी के जादू* को प्रज्वलित करती है।

जैसा ही आपको क्लब के सदस्यों और आपके द्वारा सेवा किए जाने वाले समुदाय से प्रतिक्रिया मिले, मैं आपसे उस चिंगारी को भड़काने का आग्रह करता हूं। एक्शन प्लान आपको सफलता का मार्ग खोजने में मदद कर सकता है, और यदि आप अपनेपन की भावना से अपना रास्ता रोशन करते हैं, तो वह रास्ता आपके क्लब, आपके समुदाय और दुनिया को एक उज्ज्वल भविष्य की ओर ले जाएगा।

स्टेफ़नी ए अर्चिक
अध्यक्ष, रोटरी इंटरनेशनल

चित्र: क्रिस्टीन आर्मस्ट्रांग

दुःख और आशा की भाषा

अधिकांश समय व्हाट्सएप बहुत बड़ी परेशानी बन जाता है, और तब और भी अधिक परेशानी होती है, जब लोग देर रात को आपके व्हाट्सएप पर 20 या 30 संदेश भेजना ठीक समझते हैं, जिससे आपका फोन लगातार बजता रहता है। लेकिन हाल ही में व्हाट्सएप पर एक मित्र द्वारा भेजे गए संदेश ने मेरा दिल खुश कर दिया, और जीवन की एक अमूल्य सीख देने वाला यह संदेश इतना दिलचस्प और मार्मिक था, कि मैं उसे यहां साझा करना चाहती हूं। जर्मन लेखक फ्रैंक काफ्का, जिन्होंने कभी शादी नहीं की और उनके कोई बच्चे नहीं थे, एक बार बर्लिन पार्क में एक लड़की से मिले; वह रो रही थी क्योंकि उसने अपनी पसंदीदा गुड़िया खो दी थी। उन्होंने उसे खोजने में लड़की की मदद की, लेकिन असफल रहे। उन्होंने सुझाव दिया कि वे अगले दिन फिर से उसे ढूंढेंगे; जब उन्हें वह नहीं मिली, तो उन्होंने उस लड़की को गुड़िया के नाम से एक पत्र दिया। उस पत्र में गुड़िया ने लड़की से ना रोने के लिए कहा, क्योंकि वह दुनिया देखने के लिए घूमने गई थी। ''मैं अपनी यात्रा के बारे में लिखूंगी,'' गुड़िया ने पत्र में वादा किया।

इस प्रकार एक प्यारी कहानी की शुरुआत हुई; पार्क में अपनी आगामी मुलाकातों में काफ्का उस लड़की को गुड़िया के पत्र पढ़कर सुनाते और उसके सभी अद्भुत कारनामों का वर्णन करते और लड़की को यह कहानियों बहुत अच्छी लगती। एक दिन काफ्का ने एक गुड़िया खरीदी और उस लड़की को यह कहते हुए दी कि उसकी गुड़िया बर्लिन लौट आई है। ''यह मेरी गुड़िया की तरह बिल्कुल नहीं लग रही है,'' लड़की ने कहा। काफ्का ने उसे एक और पत्र दिया जिसमें गुड़िया ने लिखा: ''मेरी यात्रा ने मुझे बदल दिया है।'' छोटी लड़की ने खुशी से नई गुड़िया को गले लगाया और उसे घर ले गई।

एक साल बाद काफ्का की मृत्यु हो गई। कई साल बाद, लड़की, जो अब बढ़ी हो गई थी, को गुड़िया के अंदर एक पत्र मिला। काफ्का द्वारा हस्ताक्षरित उस छोटे पत्र में एक संदेश था। ''आप जिससे भी प्यार करते हैं वह शायद एक दिन आपसे दूर हो जायेगा, लेकिन अंत में, प्यार किसी और तरीके से वापस आ जाएगा।''

यह कहानी, और इस महीने का संपादन, उन सभी रोटेरियन और उनके परिवारों को समर्पित है, जिन्होंने किसी दुर्घटना के कारण लंबी बीमारी से जूझने के बाद, या अचानक दिल का दौरा पड़ने के कारण प्रियजनों को खो दिया है। कोविड महामारी ने हमसे एक या उससे अधिक प्रियजनों को छीनकर हमारे मन हमारे परिवार में एक बड़ा रिक्त स्थान छोड़ा है। कभी-कभी लोगों को लंबी दूरी के कारण दुःख का सामना करना पड़ा क्योंकि लॉकडाउन ने अंतिम संस्कार में भाग लेने को भी असंभव बना दिया था।

लंबी दूरी के दुःख की सबसे काव्यात्मक अभिव्यक्तियों में से एक नाइजीरियाई लेखिका चिम्मांडा अदिची द्वारा लिखी गई थी, जिस समय वह अमेरीका में थी तब उनके पिता की मृत्यु 2020 में अफ्रीका में गुर्दे की बीमारी के कारण हो गई थीं, और कहीं भी आने-जाने के लिए कोई उड़ान नहीं चल रही थी। हम सभी जानते हैं कि पिता-बेटी का रिश्ता कितना खास होता हैं, और अपने पिता के अंतिम संस्कार में भाग लेने में असमर्थ, एडिची ने *न्यू यॉर्कर* पत्रिका में एक दिल दहला देने वाला लेख लिखा, जिससे उनके दर्द को मार्मिक और हृदय-विदारक अभिव्यक्ति मिली। उनकी कुछ पंक्तियाँ है... ''दुःख एक क्रूर प्रकार की शिक्षा है। आपको पता चलता हैं कि शोक कितना असभ्य हो सकता है, क्रोध से भरा हो सकता है। आप देखते हैं कि कैसे संवेदनाएं निरर्थक महसूस होती हैं। आप सीखते हैं कि भाषा, भाषा की विफलता एवं उसकी समझ को लेकर कितना दुःख होता है।''

अरे हाँ, हम में से सबसे बुद्धिमान लोगों के लिए भी, शब्द सबसे महत्वपूर्ण समय पर विफल हो जाते हैं। लेकिन जब एक काफ्का को अपने शब्द मिलते है... जैसा कि उन्हें उस उस छोटी लड़की के लिए लिखते समय मिले थे, ''...लेकिन अंत में, प्यार किसी और तरीके से वापस आ जाएगा, यह आशा और सुकून का गुलदस्ता बन जाते है,'' जिसके बेहतर कुछ और नहीं होता।

Rasheda Bhagat

रशीदा भगत

Do you know someone who is advancing women in Rotary?

NOMINATIONS DUE 31 AUGUST

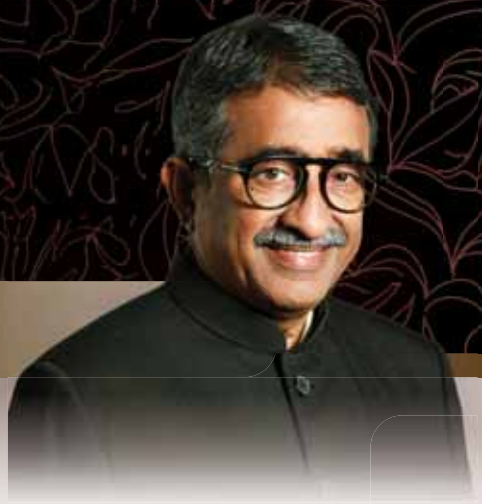
for the

SYLVIA WHITLOCK LEADERSHIP AWARD

Dr. Sylvia Whitlock is a Rotary pioneer, an educator, a humanitarian, and a longtime advocate for women in Rotary.

Any Rotarian or Rotaractor can nominate one member for consideration from 1 to 31 August.
https://bit.ly/SWL-Award

Rotary



निदेशक का संदेश

जादू को जारी रखें

जैसे ही हम एक नए रोटरी वर्ष में कदम रखने वाले हैं, संभावनाओं की एक दुनिया हमारे सामने खड़ी है। जुलाई इस रोमांचक यात्रा की शुरुआत का प्रतीक है, जो हमारे समुदायों पर सकारात्मक प्रभाव डालने के अवसरों से भरा है। जैसा कि हम इस नए अध्याय को शुरू करते हैं, आइए हम रोटरी की भावना और सेवा की शक्ति का जश्न मनाएं जो हम सभी को एकजुट करती है। नए रोटरी वर्ष, 2024-25 में आपका स्वागत है।

हम सभी अपने समुदायों की सेवा करने, नए सहयोग बनाने और अपने क्लब के सदस्यों और उनके परिवारों के साथ मस्ती और संगति का आनंद लेने के लिए नई गतिविधियों की प्रतीक्षा कर रहे हैं। जैसे ही रोटेरियन अपने क्लबों और समुदायों में अपना जादू बिखेरने के लिए नए साल में कदम रखते हैं, मुझे एक लोकप्रिय गीत की पंक्तियां याद आ रही हैं:

We can't go on pretending day-by-day that someone, somewhere will soon make a change. We're all a part of God's great big family, and the truth, you know, love is all we need. We are the world. We are the children. We are the ones who make a brighter day, so let's start giving. There's a choice we're making. We're saving our own lives. It's true we'll make a better day, just you and me

इस वर्ष की हमारी थीम, रोटरी का जादू, एक अनुस्मारक और चुनौती दोनों है। रोटेरियन दुनिया भर में सौ से अधिक वर्षों से जादू फैला रहे हैं। पोलियो उन्मूलन से लेकर दुनिया भर के समुदायों में अनगिनत जीवन को छूने तक, अब चुनौती उस स्तर पर जादू पैदा करने की हमारी क्षमता को विकसित करने की है जहां हम बड़े मुद्दों को सुलझाने के साथ एक बड़ी आबादी को प्रभावित करते हैं।

जैसे-जैसे हम आगे बढ़ते हैं, रोटरी की अपनी समझ को गहरा करने का अवसर लें। अपने प्रिय संगठन के समृद्ध इतिहास और संस्कृति से परिचित हों। अपने क्लबों को रोटरी अंतर्राष्ट्रीय, अपने मंडल, क्लब के इतिहास और हमारे द्वारा किए जाने वाले अमूल्य कार्य के बारे में शिक्षित करें। हमें सक्रिय जुड़ाव के माध्यम से अपने सदस्यों के अवरोधन पर ध्यान केंद्रित करना जारी रखना चाहिए। नए व्यक्तियों की भर्ती करते समय, आइए हम उन लोगों की तलाश करें जो समर्पित रोटेरियन बनेंगे, न कि केवल सदस्य।

हमारे समुदायों के साथ जुड़ें और वही करें जो हम सबसे अच्छा करते हैं - सेवा! सेवा करते समय, आइए हम अपने सभी अच्छे कामों को साझा करें, क्योंकि सार्वजनिक छवि समान विचारधारा वाले व्यक्तियों की भर्ती के लिए एक शक्तिशाली उपकरण है। आइए इस रोटरी वर्ष को सेवा, संगति और सकारात्मक परिवर्तन की एक परिवर्तनकारी यात्रा बनाएं।

जबकि हमें अपने समुदायों में आशा पैदा करना जारी रखना चाहिए, अब हमारे क्लबों और वंचितों के जीवन में जादू पैदा करने का समय आ गया है। आपका रोटरी वर्ष मंगलमय हो।

राजु सुब्रमण्यन
रो ई निदेशक, 2023-25

कनाडा की ओर

याहू! के नारे सिंगापुर में हाउस ऑफ फ्रेंडशिप में इसकी गूंज सुनाई दी, जब काउबॉय हैट पहने सदस्यों ने कैलगरी कन्वेंशन बूथ पर तस्वीरें खिंचवाईं और पश्चिमी कनाडा की अपनी यात्रा के लिए पंजीकरण कराने के लिए कतार में खड़े हुए।

आप निश्चित रूप से 21-25 जून को कैलगरी में रोटरी इंटरनेशनल कन्वेंशन में उस उत्साही काउबॉय कॉल को सुनेंगे। अपने देशी स्वभाव और प्रसिद्ध ग्रीष्मकालीन रोडियो के लिए प्रसिद्ध, कैलगरी को इसके पशु उद्योग के इतिहास के कारण प्यार से काउटाउन कहा जाता है। दिलचस्प बात यह है कि बेयॉन्से के नवीनतम एल्बम, जिसमें देशी संगीत का प्रभाव है, में कैलगरी में पले-बढ़े किसी व्यक्ति द्वारा सह-लिखित एक गीत शामिल है, जिसे अक्सर कनाडा की देश की राजधानी कहा जाता है।

कैलगरी में राष्ट्रीय संगीत केंद्र को देखना न भूलें, जिसमें कैनेडियन कंट्री म्यूज़िक हॉल ऑफ़ फ़ेम है। इस व्यापक संगीत संग्रहालय में देशी स्टार शानिया ट्वेन की प्रदर्शनी है और इसमें रोलिंग स्टोन्स द्वारा उपयोग किया जाने वाला एक मोबाइल रिकॉर्डिंग स्टूडियो भी शामिल है।

आपके पास छुट्टियों के लिए उत्तरी अमेरिका के दूसरे हिस्से की यात्रा करने और फिर 4-13 जुलाई तक रोडियो पकड़ने के लिए शहर लौटने का समय होगा। एक सुझाव: बैंफ नेशनल पार्क के लुभावने दृश्यों को देखने के लिए पास के रॉकी पर्वत तक ट्रेन लें। इसके अतिरिक्त, कैलगरी आपको 1 जुलाई को एक स्वदेशी शोकेस, एक सड़क मेले और आतिशबाजी शो के साथ कनाडा दिवस मनाने के लिए आमंत्रित करता है।

शायद आप काउबॉय टोपी या जूते के साथ शहर छोड़ देंगे। लेकिन सभी मौज-मस्ती के अलावा, आपके पास एक गंभीर काम है: इस महान वैश्विक नेटवर्क के माध्यम से आप जो कुछ भी हासिल कर सकते हैं, उसके बारे में अपने उत्साह को बढ़ाने के साथ-साथ सार्वजनिक जुड़ाव को बढ़ावा देने के लिए रोटरी के बारे में शोर मचाने में स्थानीय सदस्यों की मदद करना।

अधिक जानें और
convention.rotary.org
पर रजिस्टर करें।

रोटरी संख्या

रोटरी क्लब	:	36,526	रोटरी सदस्य	:	1,144,423
रोटरेक्ट क्लब	:	8,673	रोटरेक्ट सदस्य	:	114,625
इंटरेक्ट क्लब	:	14,781	इंटरेक्ट सदस्य	:	340,455
आरसीसी	:	13,502			

16 जुलाई, 2024 तक

गवर्नर्स काउंसिल

RID 2981	बस्करन एस
RID 2982	शिवकुमार वी
RID 3000	राजा गोविंदसामी आर
RID 3011	महेश पी त्रिखा
RID 3012	प्रशांत राज शर्मा
RID 3020	डॉ एम वेंकटेश्वर राव
RID 3030	राजिंदर सिंह खुराना
RID 3040	अनीश मलिक
RID 3053	राहुल श्रीवास्तव
RID 3055	मोहन पाराशर
RID 3056	डॉ राखी गुप्ता
RID 3060	तुषार शाह
RID 3070	डॉ परमिंदर सिंह ग्रोवर
RID 3080	राजपाल सिंह
RID 3090	डॉ संदीप चौहान
RID 3100	दीपा खन्ना
RID 3110	नीरव निमेश अग्रवाल
RID 3120	परितोष बजाज
RID 3131	शीतल शरद शाह
RID 3132	डॉ सुरेश हीरालाल साबू
RID 3141	चेतन देसाई
RID 3142	दिनेश मेहता
RID 3150	शरथ चौधरी कटरागड्डा
RID 3160	डॉ साधु गोपाल कृष्ण
RID 3170	शरद पाई
RID 3181	विक्रमदत्त
RID 3182	देव आनंद
RID 3191	सतीश माधवन कननोर
RID 3192	एन एस महादेव प्रसाद
RID 3201	सुंदरवदिवेलु एन
RID 3203	डॉ एस सुरेश बाबू
RID 3204	डॉ संतोष श्रीधर
RID 3211	सुधी जब्बार
RID 3212	मीरनखान सलीम
RID 3231	राजनबाबू एम
RID 3233	महावीर चंद बोथरा
RID 3234	एन एस सरवनन
RID 3240	सुखमिंदर सिंह
RID 3250	बिपिन चाचान
RID 3261	अखिल मिश्रा
RID 3262	यज्ञनिस महापात्रा
RID 3291	डॉ कृष्णेंदु गुप्ता

प्रकाशक एवं मुद्रक **पी टी प्रभाकर**, 15 शिवास्वामी स्ट्रीट, मायलापोर, चेन्नई - 600004, रोटरी न्यूज़ ट्रस्ट के लिए रासी ग्राफिक्स प्राइवेट लिमिटेड, 40, पीटर्स रोड, रोयापेट्टा, चेन्नई - 600014 से मुद्रित एवं रोटरी न्यूज़ ट्रस्ट, दुगड़ टावरस, 3rd फ्लोर, 34 मार्शलस रोड, एगमोर, चेन्नई - 600008 से प्रकाशित।
संपादक: **रशीदा भगत**

योगदान का स्वागत है लेकिन संपादित किया जाएगा। प्रकाशित सामग्री का आरएनटी की अनुमति सहित, यथोचित श्रेय देते हुए प्रयोग किया जा सकता है।

Website

न्यासी मंडल

राजु सुब्रमण्यन **रो ई निदेशक और अध्यक्ष, रोटरी न्यूज़ ट्रस्ट**	RID 3141
अनिरुधा रॉयचौधरी **रो ई निदेशक**	RID 3291
डॉ भरत पांड्या **टीआरएफ ट्रस्टी**	RID 3141
राजेंद्र के साबू	RID 3080
कल्याण बेनर्जी	RID 3060
शेखर मेहता	RID 3291
अशोक महाजन	RID 3141
पी टी प्रभाकर	RID 3232
डॉ मनोज डी देसाई	RID 3060
सी भास्कर	RID 3000
कमल संघवी	RID 3250
डॉ महेश कोटबागी	RID 3131
ए एस वेंकटेश	RID 3232
गुलाम ए वाहनवती	RID 3141

निर्वाचित रो ई निदेशक

एम मुरुगानंदम	RID 3000
के पी नागेश	RID 3191

कार्यकारी समिति के सदस्य (2024-25)

एन एस महादेव प्रसाद **अध्यक्ष, गवर्नर्स काउंसिल**	RID 3192
अखिल मिश्रा **सचिव, गवर्नर्स काउंसिल**	RID 3261
आर राजा गोविंदसामी **कोषाध्यक्ष, गवर्नर्स काउंसिल**	RID 3000
राखी गुप्ता **सलाहकार, गवर्नर्स काउंसिल**	RID 3056

संपादक
रशीदा भगत

उप संपादक
जयश्री पद्मनाभन

प्रशासन और विज्ञापन प्रबंधक
विश्वनाथन के

रोटरी न्यूज़ ट्रस्ट
3rd फ्लोर, दुगर टावर्स, 34 मार्शल रोड, एग्मोर
चेन्नई 600 008, भारत
फोन: 044 42145666
rotarynews@rosaonline.org
www.rotarynewsonline.org

Magazine

सदस्यों का जादू

रोटरी के प्रारंभ में, हमारे पूर्ववर्तियों ने इसकी कल्पना एक गियर, एक मजबूत मशीन के हिस्से के रूप में की थी जो महान कार्य करता है। यह वही रहता है, और भी बहुत कुछ। मेरे लिए, यह दुनिया में अच्छा करने की हमारी यात्रा में चक्र और गति का भी प्रतीक है।

अगस्त रोटरी की सदस्यता और नए क्लब विकास माह है, और मैं आपको सदस्यता और रोटरी फाउंडेशन के बीच चक्रीय संबंध के बारे में सोचने के लिए प्रोत्साहित करता हूं।

रोटरी का जादू तब होता है जब हम सदस्यों को गतिशील क्लबों में शामिल करते हैं। सदस्य - नए और अनुभवी दोनों - एक-दूसरे और अपने समुदायों के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को गहरा करते हैं। और वह स्थानीय जुड़ाव ध्यान और अधिक सदस्यों को आकर्षित करता है।

धीरे-धीरे, नए सदस्यों को एहसास होता है कि उनका क्लब एक शक्तिशाली संगठन का हिस्सा है जो दुनिया में स्थायी बदलाव ला रहा है। वे फाउंडेशन के बारे में सीखते हैं, उसका समर्थन करते हैं और शायद अनुदान के लिए आवेदन करते हैं। वे ख़ुद को उस आंदोलन का हिस्सा मानते हैं जो पोलियो को ख़त्म करेगा।

जैसे-जैसे हमारे सदस्यों का अनुभव गहरा होता जाता है, वैसे-वैसे सभी स्तरों पर रोटरी के प्रति उनकी प्रतिबद्धता भी बढ़ती जाती है। जनता हमारे प्रभाव को देखती है, जिससे रोटरी अप्रतिरोध्य हो जाती है। नये सदस्य जुड़ते हैं, नये क्लब बनते हैं और यह सिलसिला चलता रहता है। पहिये के प्रत्येक मोड़ के साथ, हम रोटरी और हमारे फाउंडेशन को विकसित करते हैं।

क्लबों और हमारे फाउंडेशन के बीच यह विशेष संबंध कई तरीकों से प्रकट हो सकता है। उदाहरण के लिए, ऐसे क्लब हैं जिन्हें 100% पॉल हैरिस फेलो क्लब के नाम से जाना जाता है, जहां प्रत्येक सदस्य पॉल हैरिस फेलो है, जो दर्शाता है कि ये क्लब फाउंडेशन से कितने करीब से जुड़े हुए हैं। कुछ क्लब इससे भी आगे जाते हैं, जैसे रोटरी क्लब ऑफ क्रिसेंट (ग्रीन्सबोरो), नॉर्थ कैरोलिना, जहां सभी 125 सदस्य पॉल हैरिस फेलो, बेनिफैक्टर्स और सस्टेनिंग सदस्य हैं।

सार्थक प्रभाव डालने के लिए आपको ऐसे क्लब में रहने की आवश्यकता नहीं है।

मैं सभी रोटरी सदस्यों से इस महीने के लक्ष्य को याद रखने के लिए कह रहा हूं, जिसे मैं मार्क का जादुई मार्कर कह रहा हूं: कृपया 31 अगस्त तक वार्षिक निधि में अपना योगदान देने के लिए प्रतिबद्ध रहें। इससे पहले कि आप भूल जाएं, इसे अभी *rotary.org/give* पर करें। जब आप वहां हों, तो आवर्ती प्रत्यक्ष दान की व्यवस्था करें।

आपकी मदद से, हम रोटरी और उसके फाउंडेशन के उस महान पहिए को सही दिशा में घुमा सकते हैं, कल की ओर बढ़ सकते हैं, जिसकी हम आज कल्पना भी नहीं कर सकते।

मार्क डेनियल मेलोनी
ट्रस्टी अध्यक्ष, द रोटरी फौउंडेशन

बच्चे खेत में मिट्टी से खेलते हुए।

Rotary PEOPLE OF ACTION

गांधीनगर के 'बाल-किसान'

रशीदा भगत

रोटरी क्लब गांधीनगर, रो ई मंडल 3055, की खेती सम्बन्धी एक मजेदार पहल - Kids' Farm School - में भाग लेने वाले 30 स्कूली बच्चों के लिए यह एक रोमांचक दिन था, जिसमें वे प्रकृति एवं कड़ी मेहनत करके खाद्यान्न उगाने वाले किसानों के साथ जुड़ पाए।

क्लब के सचिव अमित गोहेल कहते हैं कि, ''7-14 वर्ष के बच्चों के अंदर प्रकृति, टिकाऊ कृषि एवं पर्यावरण के प्रति झुकाव को बढ़ावा देने के लिए एक समृद्ध व्यावहारिक खेती के अनुभव को तैयार किया गया है, और हमारा क्लब इस कार्यक्रम का आयोजन कर रहा है ताकि बच्चों को खेती के तरीकों से जुड़ने का मौका मिल सके।''

वह आगे कहते है, लेकिन इस अभ्यास के असली जनक क्लब के पूर्व अध्यक्ष नितिन पदारिया हैं, ''जिन्होंने कुछ शिक्षित स्थानीय किसानों के साथ सहयोग किया है एताकि हम उनकी भूमि का उपयोग एक योग्य कारण के लिए कर सकें जैसे कि वर्तमान युग के बच्चों, जिनमें से अधिकांश मुख्य धारा की कृषि से दूर हैं, को खेती की फसलों, कृषि उपज में जाने वाले आवश्यक पोषक तत्वों, कृषि में घरेलू पशुओं की भूमिकाओं, खेती में लगने वाले आधुनिक उपकरणों और प्रौद्योगिकी एवं टिकाऊ कृषि के लिए आवश्यक सामूहिक प्रयास के महत्व के बारे में सिखा सके।''

क्लब लगभग पांच वर्षों से इस उद्देश्य के लिए काम कर रहा है, पदारिया कहते हैं, जो पिकनिक जैसे, मस्ती से भरे लेकिन शिक्षाप्रद अनुभव में व्यक्तिगत रूप से शामिल हैं, जिससे गांधीनगर और उसके आसपास के लगभग 60,000 बच्चे इससे लाभान्वित हुए है।

बच्चों की इस पहल के बारे में बात करते हुए, वह कहते हैं कि उन्होंने गांधीनगर में एक उपयुक्त खेत चुना है, जहां बच्चे अमरूद, आम, सेब जैसे फलों के पेड़ों, धनिया और पुदीने की पत्तियों जैसी जड़ी-बूटियों के साथ प्रत्यक्ष अनुभव का आनंद ले सकते हैं, औषधीय पौधों के बारे में जान सकते हैं, और स्वादिष्ट नाश्ते के रूप में परोसी जाने वाली स्वस्थ एवं स्वादिष्ट ताजी सब्जियों का आनंद ले सकते हैं। ''सुबह के समय, जब बच्चे आते हैं, तो उन्हें स्वस्थ सामग्री जैसे अंकुरित चना, मूंग, आदि से बना नाश्ता परोसा जाता है, और सभी बच्चों को इसे खाना अनिवार्य होता है, और वे सभी इसे खाते हैं।''

एक स्थान है, जहाँ एक ऊँचे गोल चबूतरे पर ''बच्चों के खेलने और उनकी पसंद की वस्तुओं का निर्माण करने के लिए बहुत सारी मिट्टी और रेत रखी जाती है। इस गतिविधि को वे घर पर नहीं कर सकते... यानी, अपने हाथों और कपड़ों को कीचड़ और रेत में गंदा करना, लेकिन यहां वे ऐसा कर सकते हैं और इसका भरपूर आनंद ले सकते हैं,'' वह हंसते हुए कहते हैं।

लगभग एक घंटे तक इस सामूहिक गतिविधि में भाग लेने के बाद, बच्चों को खुद को और अपने कपड़ों को साफ करने के लिए खेत पर मीठे पानी के

तालाब के उपयोग की अनुमति दी जाती है। वहां पर एक नली भी तैयार रखी जाती है और अपने हाथों और पैरों से कीचड़ को धोते समय एक-दूसरे पर पानी डालते समय उन्हें जो मज़ा आता है उसकी कल्पना की जा सकती है।

इसके बाद वह हिस्सा आता है जब उन्हें खेत के जानवरों, ज्यादातर गायों से मिलवाया जाता है, और उन्हें जानवरों को घास खिलाने का काम दिया जाता है। इसके बाद, या तो एक कृषि विशेषज्ञ, या एक अनुभवी किसान उन्हें खेत की सिंचाई की पेचीदगियों, विभिन्न फसल पैटर्न, और टिकाऊ कृषि के कुछ पहलुओं और एक अच्छी तरह से संतुलित पारिस्थितिकी तंत्र के लिए इसके महत्व को उन्हें बताते है।

''फिर हम उन्हें एक केला देता हैं, जिसे उन्हें खाना होता है और फिर वे दोपहर के भोजन के लिए अपने टिफिन बॉक्स खोलते हैं। इस समय तक, वे इतने भूखे होते हैं कि वे घर से लाये खाने को पूरा चट कर जाते है; जो बच्चे घर से कुछ नहीं लाते हैं, उन्हें हमारे खेत में बनाया खाना परोसा जाता है। उन्हें ककड़ी, आम, टमाटर आदि सब्जियों और फलों से बना सलाद भी दिया जाता है, और उसे भी खाना

“जो काम वे घर पर नहीं कर सकते... यानी कीचड़ और रेत में हाथ और कपड़े गंदे करना, वे यहाँ कर सकते हैं और उन्हें यह काम बेहद पसंद है।

नितिन पडारिया
पूर्व अध्यक्ष, रोटरी क्लब गांधीनगर

उनके लिए अनिवार्य होता है, क्योंकि यह स्वस्थ पोषक तत्वों से भरा होता है,'' पदारिया कहते है।

दिन के अंत में, बच्चे एक उपहार के साथ घर लौटते हैं, और उपहारों में न केवल जड़ी-बूटियों, सब्जियों और फलों के बीज और अंकुर शामिल होते हैं, जिन्हें वे अपने उद्यानों में लगाकर इस हरित पहल से जुड़े रहते है, बल्कि उनके रचनात्मक शिक्षण के लिए दिलचस्प सहायक भी शामिल होते है।

गोहेल कहते हैं कि एक बार में 30 बच्चों के एक बैच को इस 'फार्म स्कूल' सत्र में लाया जाता है जो महीने में एक या दो बार रविवार को आयोजित किया जाता है और उनके क्लब के कुछ सदस्य भी इसमें भाग लेते हैं। बेशक परियोजना के अध्यक्ष पदारिया सभी सत्रों में भाग लेते हैं क्योंकि वह इस परियोजना से गहराई से जुड़े हुए हैं। ''हम इस यात्रा के लिए प्रति बच्चे से ₹50 से ₹100 की मामूली राशि लेते हैं, धन प्राप्त करने के लिए नहीं, बल्कि इसलिए कि पंजीकरण के मुफ्त होने से स्कूल के अधिकारी और माता-पिता दोनों इसे हल्के में ले सकते हैं और हो सकता है कि पंजीकरण के बाद वे उन्हें भेजे ही नहीं। इकट्ठा किए गए पैसे उन किसानों को दिए जाते हैं, जो इस पहल के लिए अपनी ज़मीन हमें देते हैं,'' वह कहते हैं।

जहां इस वर्ष, इस परियोजना को 'किड्स फार्मिंग स्कूल' नाम से जाना जाता है, क्लब पिछले पांच वर्षों से इस तरह की पहल का आयोजन कर

“किसी भी अन्य बात से अधिक, यह बच्चों को कृषि और पर्यावरण के बीच गहरे संबंध के बारे में सिखाता है, और यह भी सिखाता है कि धरती ने हमें जो कुछ दिया है, उसका जिम्मेदारीपूर्वक उपयोग करने से किस प्रकार टिकाऊ खेती संभव होती है।

रहा है। अपने पुराने अवतार में, इसे *छोटे किसान* के नाम से जाना जाता था। पदारिया का अनुमान है कि पिछले पांच वर्षों के दौरान रोटरी क्लब गांधीनगर की पहल में 50,000 से अधिक बच्चों ने भाग लिया है ताकि बच्चों को खेती से जोड़ा जा सके और उन्हें यह एहसास दिलाया जा सके कि हमारी जड़ों एवं हमारे ग्रह के साथ संपर्क में रहना कितना महत्वपूर्ण है।

गोहेल कहते हैं कि उन्हें खुशी है कि ''यह परियोजना हमारे बच्चों में मिट्टी और पर्यावरण के लिए एक सकारात्मक संबंध स्थापित कर रही है, और हम आशा करते हैं कि इसके माध्यम से बच्चे पर्यावरण के प्रति जागरूकता और कृषि प्रक्रियाओं की गहरी समझ विकसित करेंगे। इस प्रक्रिया में हम जैविक रूप से उगाए गए और पौष्टिक, ताजा उपज परोसकर उनमें स्वस्थ खाने की आदतें भी डाल रहे हैं।''

पदारिया कहते हैं कि यह बच्चों के लिए अपनी कक्षाओं से बाहर निकलने और आधुनिक खेती में व्यावहारिक अनुभव प्राप्त करते हुए प्रकृति का आनंद लेने का एक अवसर भी है, और साथ ही बच्चे खाद्यान्न उगाने के लिए हमारे किसानों द्वारा किये जाने वाले कड़े परिश्रम को भी देखते है।

गोहेल का कहना है कि धीरे-धीरे अधिक स्कूल इस पहल में भाग लेने में रुचि दिखा रहे हैं, जो वास्तव में उनके छात्रों के लिए कृषि मशीनरी के उचित उपयोग, बीज बोने, खेती, कटाई, एविभिन्न पेड़ और पौधों की पहचान, विभिन्न पौधों के औषधीय उपयोग, पशु प्रबंधन, आदि के बारे में जानने के लिए एक मूल्यवान शैक्षिक अनुभव है। इन सभी से बढ़कर, यह ना केवल उन्हें कृषि और पर्यावरण के बीच मौजूद गहरा संबंध सिखाता है, बल्कि धरती माँ ने हमें जो दिया है उसका जिम्मेदारीपूर्वक उपयोग टिकाऊ खेती में कैसे होता है यह भी बताता है।

गोहेल और पदारिया दोनों इंजीनियर हैं, जहां पदारिया के परिवार वाले अभी भी कृषि कार्य में संलिप्त है। ''मेरे जैसे रोटेरियनों के लिए यह परियोजना हमारे परिवारों को प्रकृति के करीब सप्ताहांत गतिविधि के लिए बाहर ले जाने का अवसर प्रदान करती है,'' क्लब सचिव कहते है।

इस परियोजना के सबसे बड़े सकारात्मक परिणामों में से एक इस परियोजना में भाग लेने वाले बच्चों के माता-पिता और स्थानीय किसानों के बीच सीधा संबंध है। जो माता-पिता अपने बच्चों को छोड़ने आते हैं, वे अब किसानों के सीधे संपर्क में हैं, और इस अवसर का उपयोग सीधा उनसे कृषि उपज खरीदने के लिए करते हैं। जबकि उपभोक्ताओं को ताजा, जैविक उत्पाद मिलते हैं - धीरे-धीरे किसानों ने अपने खेतों में कीटनाशकों का उपयोग करना बंद कर दिया है - किसानों को उनकी मेहनत के लिए बेहतर कीमत मिलती है क्योंकि इस लेनदेन में बिचौलियों का काम समाप्त हो जाता है।

“जहां उपभोक्ताओं को ताजे, जैविक उत्पाद मिलते हैं, वहीं किसानों को उनकी कड़ी मेहनत का बेहतर लाभ मिलता है, क्योंकि इस लेन-देन में बिचौलियों की भूमिका समाप्त हो जाती है।

एस कृष्णप्रतीश द्वारा रूपरेखा

XAVIER UNIVERSITY SCHOOL OF MEDICINE AND KLE ANNOUNCE

6 YEARS

PRE-MED TO

DOCTOR OF MEDICINE / DOCTOR OF VETERINARY MEDICINE

PROGRAMME

First 2 years
Start @
KLE, Campus
Karnataka, India

Next 2 years
Continue @
Xavier's Campus
Aruba, Caribbean
island - Netherlands

Next 2 years
Complete @
Xavier's affiliated
Teaching Hospitals
USA / Canada

TO ATTEND WEBINAR

REGISTER NOW

XUSOM.COM/INDIA/

First 2 years
Start @
KLE, Campus
Karnataka, India

Next 3 years
Continue @
Xavier's Campus
Aruba, Caribbean
island- Netherlands

Final year
Complete @
Xavier's affiliated
Teaching Hospitals
USA / Canada

Limited Seats

Session starts in September 2024

To apply, Visit:

application.xusom.com

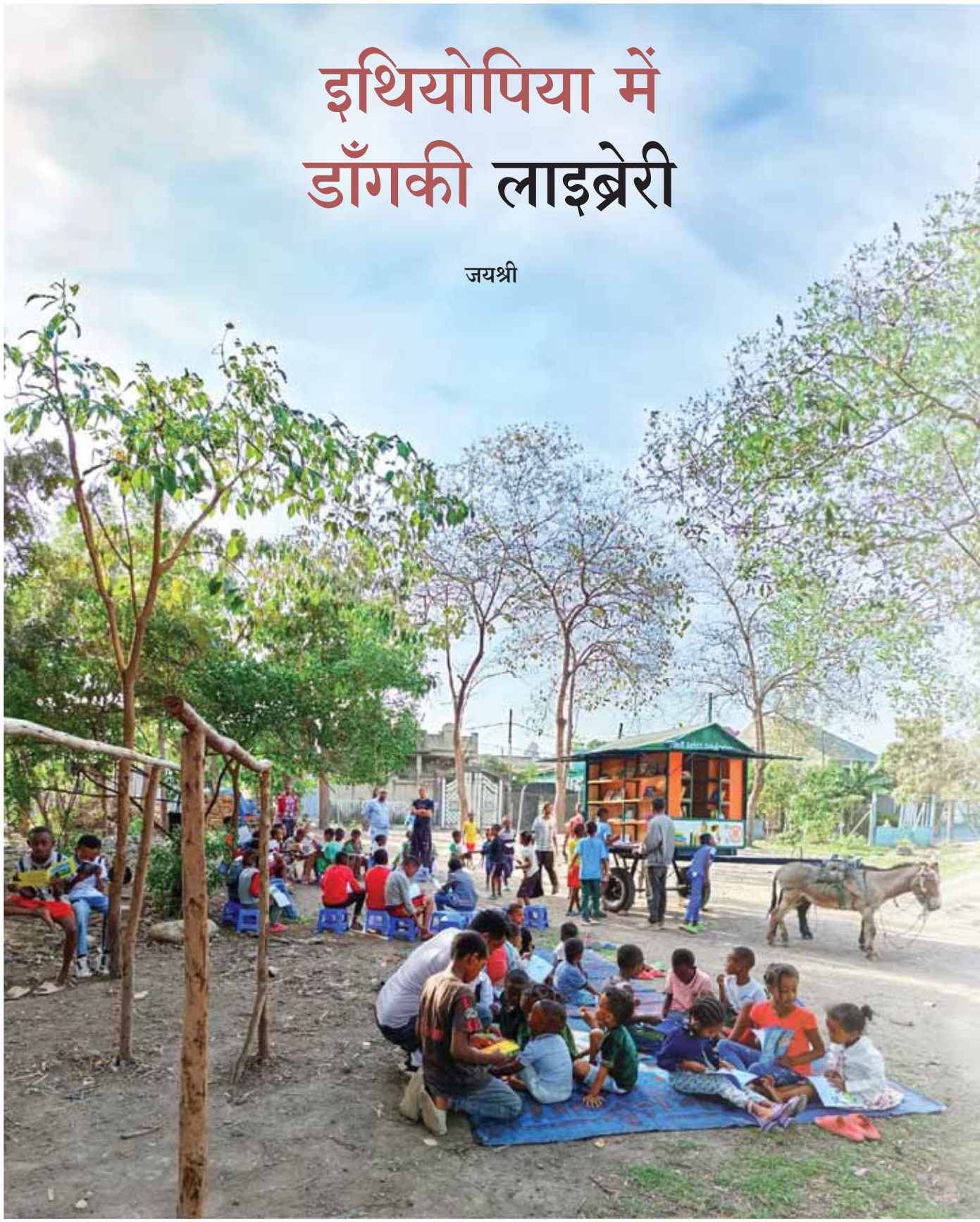
email: infoindia@xusom.com

XAVIER STUDENTS ARE ELIGIBLE FOR H1/J1 Visa PROGRAMME

ADVT.

इथियोपिया में डाँगकी लाइब्रेरी

जयश्री



दाएं: बच्चे लाइब्रेरी से किताबें चुन रहे हैं।

बाएं: इथियोपिया के एक गांव में डोंकी मोबाइल लाइब्रेरी से उधार ली गई किताबों के साथ पढ़ने के सत्र का आनंद लेते बच्चे।

इथियोपिया के हवासा शहर के आसपास के गाँवों में एक अपरंपरागत मगर दिल को छू लेने वाला नज़ारा देखने को मिला: गधों का एक छोटा कारवां व्यापार के बोझ से नहीं बल्कि किताबों से लदा हुआ है। यह एक डंकी मोबाइल लाइब्रेरी है जो अर्ध शहरी क्षेत्रों के उन बच्चों में पढ़ाई और शिक्षा के प्रति रुचि जगाने के उद्देश्य से शुरू की गई एक सरल पहल है जिनके पास अन्यथा शैक्षिक संसाधनों तक सीमित पहुंच है।

अदीस अबाबा सेंट्रल मेला, रो ई मंडल 9212 और एनसी हिकॉरी, रो ई मंडल 7660, यूएसए के रोटरी क्लब इस कार्यक्रम का समर्थन करते हैं जो योहानेस गेब्रेजॉर्जिस द्वारा स्थापित एक गैर सरकारी संगठन, इथियोपिया रीड्स द्वारा चलाया जा रहा है। इस गैर सरकारी संगठन के कंट्री डायरेक्टर येमिसराक वर्कू कहते हैं कि इस डंकी लाइब्रेरी के पीछे उनका दिमाग था। ''उन्होंने उन बच्चों तक पहुंचने के लिए मोबाइल लाइब्रेरी डिज़ाइन की जिनके पास किताबों या शिक्षा तक पहुंच नहीं है, खासकर इथियोपिया के दक्षिणी भाग में जो घनी आबादी वाला क्षेत्र है। इसके पीछे उद्देश्य यह था कि इन क्षेत्रों में बच्चों और वयस्कों के सामने किताबें पेश की जाएं और उन्हें ज्ञान एवं खोज की दुनिया में लुभाया जाए। हमें खुशी है कि इस परिवर्तन से उत्साहित कुछ माता-पिता ने अपने बच्चों का दाखिला स्कूलों में करवाया है।''

इथियोपिया रीड्स ने देश भर में बच्चों के लिए 70 पुस्तकालय स्थापित किए हैं जिनमें अदीस अबाबा और हवासा सिटी शामिल हैं और ये विभिन्न स्थानीय भाषाओं में बच्चों के लिए कहानी की किताबें छापकर वितरित करते हैं। इथियोपिया के दूरस्थ इलाकों में बच्चों को शामिल करने के लिए महॉर्स पॉवर्ड लिटरेसीफ परियोजनाएं चलाई जाती हैं। घोड़े से चलने वाली गाड़ियों पर किताबें ले जाई जाती हैं जिन्हें कुछ दिनों के लिए विभिन्न बस्तियों में खड़ा किया जाता हैं ताकि प्रशिक्षक ग्रामीणों को पढ़ने की खुशी का एहसास करवा सकें।

पिछले रोटरी वर्ष में दो रोटरी क्लबों ने कुछ गांवों में डंकी मोबाइल लाइब्रेरी कार्यक्रम को प्रायोजित करने के लिए सहयोग किया। ''हम परिचालन खर्चों का ध्यान रखते हैं जैसे कि गाड़ी के साथ आने वाले पुरुषों की मज़दूरी और उनके भोजन की व्यवस्था करना। अमेरिकी क्लब ने इस गैर सरकारी संगठन के पुस्तकालय के लिए कई विदेशी किताबें भी दान की,'' इथियोपियाई रोटरी क्लब के पूर्व अध्यक्ष एफ्रेम बेरहानू कहते हैं।

इन पुस्तकों का अफ्रीकी भाषाओं में अनुवाद किया गया; ''यहाँ विभिन्न क्षेत्रों में बोली जाने वाली 18 बोलियाँ हैं,'' येमिसराच मुस्कुराती हैं जो इथियोपियाई रोटरी क्लब के सदस्य भी हैं।

गधे सिर्फ एक नौटंकी नहीं हैं - ग्रामीण इथियोपिया और हवासा जैसे शहरों में घोड़ों द्वारा खींची जाने वाली बग्गी और गधा गाड़ियां परिवहन का एक सामान्य साधन है, वह कहती हैं। यह परियोजना बच्चों को जानवरों का सम्मान करना सिखाने का भी प्रयास करती है। यहाँ आम तौर पर गधों को तिरस्कृत करके अक्सर उनके साथ बुरा व्यवहार किया जाता है लेकिन इन

बच्चों के साथ किताबें पढ़ती एक शिक्षिका।

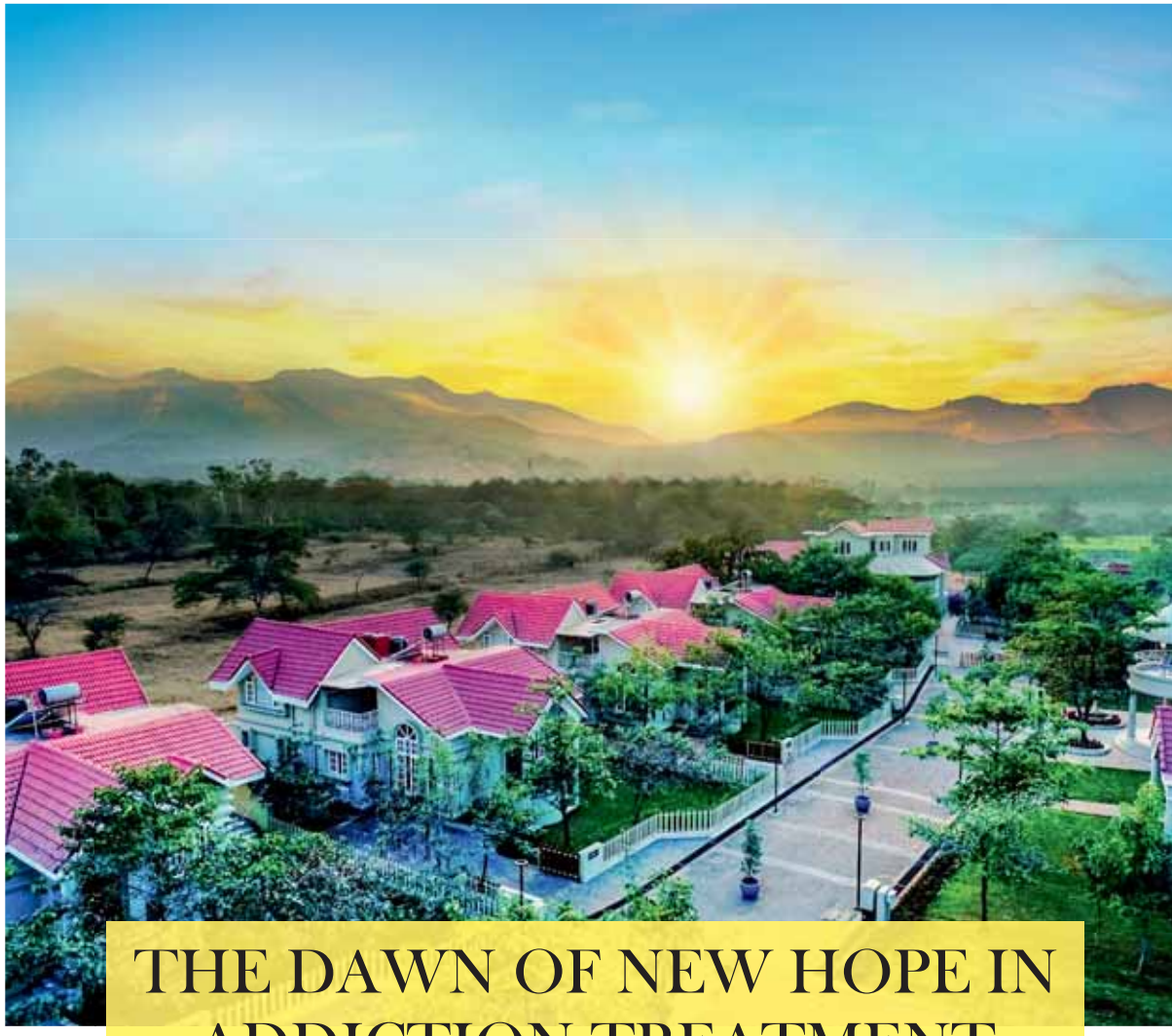
कामकाजी गधों को बच्चों के बीच प्यार और उत्साह मिलता है।

यह मोबाइल लाइब्रेरी एक चमकीले रंग की लकड़ी की गाड़ी में है जिसे दो गधे खींचते हैं। जब गाड़ी की किनारों को मोड़ा जाता हैं तो वहाँ पर किताबों के खन प्रदर्शित होते हैं। यह सुविधा हर हफ्ते दो दिनों के लिए इथियोपियाई शहरों की सीमा से लगे प्राथमिक स्कूलों का दौरा करती है। बच्चे इतने उत्साहित रहते हैं कि वे ग्रामीण स्कूल में इस गधा-गाड़ी के घुसते ही उसके पास जाने के लिए दौड़ लगाते है। इसे प्रत्येक स्कूल में दो घंटे के लिए खड़ा किया जाता है और जानवरों को उनके शाफ्ट से खोलकर आराम करने दिया जाता है। इस गाड़ी में बच्चों के लिए आराम से बैठकर किताबों में खो जाने के लिए स्टूल भी मौजूद है। स्कूल के शिक्षक और स्वयंसेवक उन्हें जोर से बोलकर पढ़ाते हैं, उन्हें कोई भूमिका निभाने के लिए देते हैं और यहाँ तक कि खेलों के माध्यम से गणित भी पढ़ाते हैं। इस पुस्तकालय में विदेशी किताबें और स्थानीय बाजार से प्राप्त कई देशी किताबें मौजूद है। प्रारंभिक कक्षाओं में मातृभाषा में पढ़ने हेतु प्रोत्साहित किया जाता है।

जब इस मोबाइल लाइब्रेरी को पैक करके अगले गंतव्य पर जाने का समय होता है तो बच्चे बड़े करीने से अपने स्टूल को गाड़ी के अंदर और किताबों को अलमारियों में व्यवस्थित रूप से रखते हैं और गधों को शाफ्ट से जोत दिया जाता है।

ये डंकी पुस्तकालय केवल एक गतिमान पुस्तक संग्रह से बहुत अधिक हैं; वे आशा की किरण हैं और उन जगहों पर पढ़ने एवं सीखने का उत्साह जगाती है जहाँ शैक्षिक संसाधनों तक पहुंच सीमित है। ''बच्चों ने पुस्तकों तक नियमित पहुंच प्राप्त करने के बाद से अपने सीखने और अपने व्यवहार में काफी प्रगति की है। उनमें से कई में महत्वपूर्ण विचार कौशल विकसित हुए हैं और उनके माता-पिता इस सकारात्मक परिवर्तन को देखकर खुश हैं,'' वह कहती है।

हवासा के आसपास के अर्ध-शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में पांच डंकी पुस्तकालय चल रहे हैं और ये लगभग 3,000 बच्चों को लाभान्वित करते हैं। येमिसराच इन सेवाओं को और अधिक क्षेत्रों तक फैलाना चाहती है और इसके लिए उन्हें भारत के रोटरी क्लबों से समर्थन की उम्मीद है। ■



BRANDURE

THE DAWN OF NEW HOPE IN ADDICTION TREATMENT

Samarpan, a world-class Residential De-addiction Center for Drugs & Alcohol, set up by the Abheraj Baldota Foundation, near Mulshi, Pune, Maharashtra, addresses the urgent need for a world-class facility where people can beat their addiction and embrace their life.

Clinical Evidence based Program | Personalised Treatment | Adherence to Ethical Practices | Qualified Experienced Team of Professionals
100% Confidentiality

samarpan
BACK TO LIFE
www.samarpan.in

Baldota Bhavan, Maharshi Karve Road, Churchgate, Mumbai, Maharashtra – 400 020.
T: 1800-2100-220, E: info@samarpan.in

ADVT.

महिलाओं के सशक्तिकरण के लिए गुलाबी ऑटो

किरण ज़ेहरा

चेन्नई कन्वेंशन सेंटर ने अपने परिसर में खड़े 100 गुलाबी ऑटो-रिक्शाओं और 100 महिलाओं के साथ एक जीवंत दृश्य प्रस्तुत किया, वे सभी गुलाबी कॉलर वाले खाकी ओवरकोट पहने हुए थी जिसके दाईं ओर कढ़ाई से रोटरी चक्र बना हुआ था और वे सभी इन वाहनों को घर ले जाने के लिए उत्साह के साथ तैयार थीं। *प्रोजेक्ट पिंक ऑटो* रो ई मंडल 3233 (रो ई मंडल 3232 से विभाजित) की एक पहल थी, जो अपने अधिकृत गवर्नर महावीर बोथरा की नियुक्ति के उपलक्ष्य में था। पीआरआईपी कल्याण बेनर्जी ने नवनिर्वाचित गवर्नर का कॉलर सजाया और वाहनों को महिलाओं को सौंपा। इस परियोजना को 2020 में रो ई मंडल 3232 द्वारा शुरू किया गया था जिसका उद्देश्य वंचित महिलाओं को वित्तीय स्वतंत्रता के माध्यम से सशक्त बनाना था।

महिला लाभार्थियों में से एक के साथ वैष्णवी भी थी जो एक ट्रांसवुमन है और पहले की परियोजना से सफलतापूर्वक आजीविका कमा रही है। उसने कहा, जब हम रोटरी में आए थे तो पूरी तरह से टूटे हुए थे और इसने हमें ऑटोरिक्शा प्रदान किया जिससे हमें अपने जीवन को नए सिरे से शुरू करने और आत्मविश्वास हासिल करने में मदद मिली। जब मैं *पिंक ऑटो* पहल की अध्यक्ष शांति सेल्वम से मिली तो उन्होंने और उनकी टीम ने मेरे साथ सम्मान और गरिमा के साथ व्यवहार किया। मैं रोटेरियनों की आभारी हूँ जो उन्होंने मुझे वो बनाया जो मैं आज हूँ। आज यहाँ ऐसी कई महिलाएं है जिन्होंने घरेलू हिंसा, परित्याग और गरीबी झेली हैं और वे सभी समर्थन के लिए रोटरी की ओर रुख कर चुकी हैं।

एक अन्य लाभार्थी लक्ष्मी को व्हाट्सएप ग्रुप के माध्यम से इस पहल के बारे में पता चला। ''मैंने पंजीकरण कराने के एक महीने के भीतर अपना ऑटो प्राप्त किया,'' उसने कहा, जिससे वह अपनी आजीविका प्राप्त करने और अपनी आय बढ़ाने में सक्षम हो गई। वित्तीय लाभ से परे क्लब के सदस्य अक्सर उसे अपने आवागमन के लिए बुलाते है, मुझे अपनी सेवाओं के लिए अच्छी तरह से भुगतान भी करते है। शांति मैम ने हमें महिलाओं के लिए विभिन्न रोटरी कार्यक्रमों के बारे में भी बताया जिनसे हम लाभान्वित हो सकते हैं।

इस कार्यक्रम में चेन्नई के रामचंद्र अस्पताल को दो वैन भी दान की गई - एक गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर की जांच के लिए और दूसरा चेन्नई के आसपास ग्रामीण चिकित्सा शिविरों के लिए एक मोबाइल अस्पताल के रूप में।

इस कार्यक्रम में 1,500 से अधिक लोगों को भाग लेते हुए देखकर अपनी खुशी व्यक्त करते हुए बैनर्जी ने टिप्पणी की, ''यह हमारे अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलनों में से एक की तरह लग रहा है। इस मंडल में की गई रोटरी सेवाएं उल्लेखनीय हैं और मैंने भारत में जितना देखा है उसमें सर्वोत्तम है।'' बोथरा को उनकी नेतृत्व यात्रा पर शुभकामनाएं देते हुए उन्होंने उनसे पर्यावरण के मुद्दों को हल करने के लिए सरकार के साथ सहयोग शुरू करने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि यह समय की मांग है। पीडीजी मुत्तु पालनीअप्पन ने COWIN (कोविड लॉकडाउन के दौरान बोथरा ने ₹3.6 करोड़ की लागत से 36,000 किराना किटें वितरित करने की योजना बनाकर उसे निष्पादित भी किया, जिसमें रो ई मंडल 3232 के 96 क्लब शामिल थे) और 2014 में गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड-सेटिंग *रोटरी माई फ्लैग माई इंडिया* अभियान जैसी प्रभावशाली परियोजनाओं में बोथरा के नेतृत्व पर प्रकाश डाला। एक हीरा व्यापारी और रोटरी क्लब मद्रास टी नगर के सदस्य, बोथरा ने अपने परिवार और रोटरी का आभार व्यक्त करते हुए कहा, ''मैं अपने परिवार और दोस्तों के बिना कुछ भी नहीं हूँ और एक साथ मिलकर हम रो ई मंडल 3233 को महान ऊंचाइयों पर ले जा सकते हैं।''

रोटरी क्लब मद्रास माउंट के राम मूर्ति नटराजन पीआरआईपी बेनर्जी को टीआरएफ में अपने योगदान के लिए ₹2.1 करोड़ का एक चेक सौंपकर एकेएस सदस्य बन गए।

अंबालावनन एम द्वारा डीजी बोथरा को एक शांति पोल सौंपा गया और उन्होंने बताया कि दुनिया भर में लगभग 2 लाख शांति पोल हैं। ''यह पोल तमिलनाडु के धर्मपुरी में स्थापित किया जाएगा जो रोटरी द्वारा प्रचारित सद्भावना और शांति की याद दिलाएगा।''

कार्यक्रम में एनेट परिषद की स्थापना की गई। कार्यक्रम के अध्यक्ष विनोद नायर ने धन्यवाद ज्ञापन दिया।

चित्र: किरण ज़ेहरा

ऊपर से: पीआरआईपी कल्याण बेनर्जी लाभार्थियों से बातचीत करते हुए; (बाएं से) पीडीजी सी आर राजू, राजा सीनिवासन, एस मुत्तुपलानीअप्पन, रवि रमन, बाबू पेराम और डीजी बोथरा की पत्नी चांद की उपस्थिति में पीआरआईपी बेनर्जी और डीजी महावीर बोथरा एक-दूसरे का अभिवादन करते हुए, पीडीजी आई एस ए के नज़र दाईं ओर चित्र में शामिल हैं; पीआरआईपी बेनर्जी, राममूर्ति नटराजन से चेक प्राप्त करते हुए। (बाएं से): पीडीजी गण मुत्तुपलानीअप्पन और रवि रमन, चांद और डीजी बोथरा, पीडीजी नज़र, कार्यक्रम अध्यक्ष विनोद नायर, डीजीएन श्रीराम दुव्वुरी और मंडल सचिव एस रामकुमार भी चित्र में शामिल हैं।

रो ई मंडल 3250 दान की ऊँचाइयों को छूता हुआ

जयश्री

यह हमारे मंडल के 56 रोटरी क्लबों में 1,150 रोटेरियन के लिए टीआरएफ में उनका पहला योगदान है, रोटरी क्लब पटना सम्राट, रो ई मंडल 3250, के पूर्व अध्यक्ष सुशील पोद्दार यह बताते हुए कहते हैं कि यह उपलब्धि कैसे हासिल की गई थी।

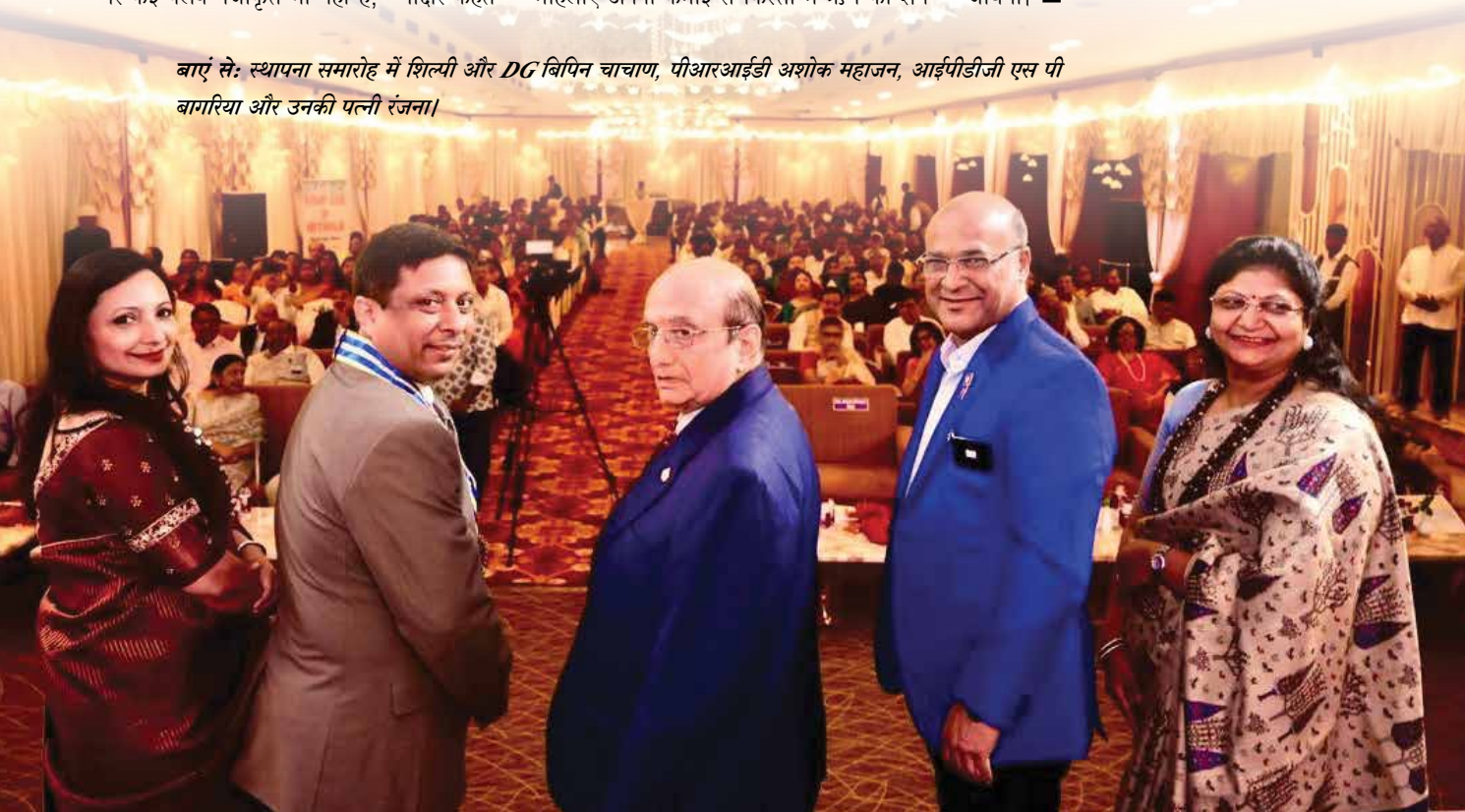
उनके नियोजन कार्यक्रम के दौरान, डीजी बिपिन चचान ने मंडल को '100 प्रतिशत देने वाला' मंडल बनने की इच्छा व्यक्त की थी; डीआरएफसी राजन गंडोत्रा ने सभी रोटेरियनों को संस्थान में न्यूनतम 25 डॉलर का योगदान करने के लिए प्रोत्साहित किया। उन्होंने क्लब के अध्यक्षों को हमारे संस्थान में योगदान की अद्भुत भावना का अनुभव करने के लिए शुरूआत में ''सिर्फ 1 डॉलर स्थानांतरित करके शुरू करने के लिए प्रेरित किया।'' इस छोटे से कदम ने उनके ऑनलाइन लेनदेन के डर को दूर करने में भी मदद की। ''हम में से अधिकांश लोग तकनीक-प्रेमी या ऑनलाइन लेनदेन को लेकर आश्वस्त नहीं होते हैं। माई रोटरी पर कई क्लब पंजीकृत भी नहीं हैं,'' पोद्दार कहते हैं। इस नए आत्मविश्वास और उत्साह के साथ, नए अध्यक्षों ने 1 जुलाई को टीआरएफ में 25 डॉलर स्थानांतरित करके चलन स्थापित किया है, और अपनी टीम से भी इस चलन का पालन करने का आग्रह किया।

26 जुलाई तक मंडल रोटेरियनों ने फाउंडेशन को 85,000 डॉलर से अधिक का वार्षिक निधि योगदान दिया था।

रोटरी कल्ब पटना सम्राट ने स्थापना कार्यक्रम की मेजबानी की, जिसकी अध्यक्षता पीआरआईडी अशोक महाजन ने की, जिसमें पीआरआईडी कमल संघवी ने स्थापना अधिकारी के रूप में कार्य किया। कार्यक्रम को यादगार बनाने के लिए, क्लब ने पांच सुविधाओं से वंचित महिलाओं की इलेक्ट्रिक ऑटोरिक्शा खरीदने में मदद की, जिससे उन्हें आय अर्जित करने के अवसर मिले। उनको बैंक ऋण के माध्यम से वाहन मिले, जिनमें से प्रत्येक की कीमत ₹1.5 लाख थी। हमारे क्लब ने पांच वाहनों के लिए ₹2.5 लाख की प्रारंभिक राशि प्रदान की। महिलाएं अपनी कमाई से किस्तों में ऋण की शेष राशि चुकाएंगी, और क्लब इसकी निगरानी करेगा, क्लब के अध्यक्ष देवराज बल्लभ कहते हैं।

डीजी चचान ने पांच मंडल परियोजनाओं को भी प्रायोजित करने की घोषणा की - बाल हृदय सर्जरियां; 500 लोगों के लिए 1,000 मोतियाबिंद सर्जरियां एवं चश्में; कृत्रिम अंग; और 18 वर्ष से कम उम्र के लोगों के लिए मुफ्त कैंसर उपचार। महिलाओं को पूरे वर्ष विभिन्न व्यावसायिक प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रदान किए जाएंगे।

इस कार्यक्रम में 54 रोटेरियनों ने 'रोटरी ग्रांट' में कुल ₹27 लाख का योगदान दिया, यह चचान द्वारा शुरू की गई एक ऐसी योजना है जो कमज़ोर वित्तीय स्थिति वाले छोटे क्लबों को वैश्विक अनुदान परियोजनाएं करने में मदद करेगी। रोटेरियनों से अनुरोध किया गया कि वे छोटे क्लबों को मंडल परियोजनाओं में भाग लेने में मदद करने के लिए अनुदान में न्यूनतम ₹50,000 का योगदान दें। उदार रोटेरियनों को एक विशेष कार्यक्रम में 'मंडल संरक्षक' के रूप में सम्मानित किया जायेगा। ■



बाएं से: स्थापना समारोह में शिल्पी और DG बिपिन चाचाण, पीआरआईडी अशोक महाजन, आईपीडीजी एस पी बागरिया और उनकी पत्नी रंजना।

BLOOD BANK EQUIPMENT

Precision

that ensures you don't have to use a microscope to view the happiness

- 4.3" Colour HMI with touch screen
- 200000 data storage capacity
- Configurable maintenance reminder
- 7 days circular chart recorder
- Caster wheels for ease of mobility
- Self-diagnostic system with error messages
- Email, SMS and call alert up to 15 users
- Connectivity to central monitoring software
- Multilevel password protected HMI
- High speed ethernet connectivity
- Multi-level password protected HMI
- Micro controller based programs
- Frost free refrigeration system
- Micro controller based programs

- Blood Collection Monitor
- Blood Donor Couch
- Blood bag tube sealer
- Cryofreeze (-80.0°C)
- Plasma Freezer (-40.0°C)
- Laboratory Centrifuge
- Cryoprecipitate bath
- Plasma Thawing bath
- Platelet Incubator and agitator
- Blood Bank Scale
- Centrifuge Equaliser
- Walk in Blood Bank Refrigerator
- Laboratory refrigerators
- Plasma expressor
- Laminar air flow

Refrigerated Centrifuge

Lab refrigerator

Blood Bank Refrigerator

Platelet incubator

Ultra Plasma freezer

Labtop Instruments Pvt. Ltd.

ISO 13485 : 2012

Labtop House, Plot No. 59, Waliv Phata, Sativali Road, Vasai (E),
Dist - Palghar - 401208, Maharashtra, India. Tel.: +918446053761 to 70 (10 lines)
Email: info@labtopinstruments.com
Web: www.labtopinstruments.com

LABTOP
Quality Lab Equipment

ADVT.

मानसिक रूप से परेशान महिलाओं के लिए सतत आजीविका परियोजना

रशीदा भगत

जब अहमदनगर मिड टाउन, रो ई मंडल 3132, के रोटरी क्लब की अध्यक्ष मधुरा ज़ावरे ने वियतनाम के सैनिकों के पुनर्वास के लिए अमेरिका में चलाई गई एक अद्वितीय परियोजना के बारे में मराठी लेखक अनिल अवचट द्वारा लिखित अमेरिका नामक पुस्तक पढ़ी, तो इसने उनके दिमाग पर गहरी छाप छोड़ी। इसमें बताया गया था कि कैसे युद्ध के सिपाहियों को मानसिक स्थिरता के लिए घोड़ों के करीब रखा गया था। जानवरों के निष्कपट, वास्तविक और सरल प्रेम ने उन्हें मानसिक उपचार दिया।

अहमदनगर में रोटरी स्वयंपूर्णा डेयरी में टीआरएफ ट्रस्टी भरत पांड्या। डीजी सुरेश साबू (दाएं से तीसरे) और रोटरी क्लब अहमदनगर मिड टाउन की अध्यक्ष मधुरा ज़ावरे (बाएं) भी चित्र में शामिल हैं।

इस जानकारी ने इस क्लब द्वारा किए गए 48,000 डॉलर के वैश्विक अनुदान के माध्यम से मानसिक रूप से परेशान और निराश्रित महिलाओं के लिए अहमदनगर के पास एक एनजीओ में रोटरी स्वयंपूर्ण डेयरी की स्थापना की पृष्ठभूमि प्रदान की है। रोटरी क्लब मियामी एयरपोर्ट, रो ई मंडल 6990, यूएस, इस परियोजना का सहयोगी क्लब है।

अहमदनगर शहर से लगभग 20 किमी दूर स्थित यह एनजीओ, मौली सेवा प्रतिष्ठान, मानसिक रूप से विक्षिप्त और परेशान ऐसी महिलाओं को आश्रय और उपचार प्रदान करता है जिन्हें उनके ही परिवारों द्वारा खुद के हाल पर छोड़ दिया जाता है, और जो सभी प्रकार के अनैतिक तत्वों का शिकार होती हैं। इस केंद्र में, उन्हें घर, भोजन और अपनापन मिलता है। डॉ राजेंद्र और डॉ सुचेता धमाने, ऐसी 500 से अधिक महिलाओं और उनके 50 बच्चों की देखभाल बहुत प्यार और स्नेह से कर रहे हैं, मधुरा कहती है।

कुछ साल पहले, उन्हें इस एनजीओ द्वारा किए गए अद्भुत काम के बारे में पता चला, और उनके क्लब ने विभिन्न तरीकों से इसके सह्वासियों की मदद करना शुरू कर दिया। आशा की कुछ दिल दहला देने वाली मगर दिल को छू लेने वाली कहानियों को साझा करते हुए, मधुरा ने *रोटरी न्यूज़* को अनुजा के बारे में बताया, जो गोवा की रहने वाली है। वह अपने माता-पिता के घर देर से पैदा हुई थी, और इसलिए उसके भाई-बहन उससे 15 साल बड़े थे। जब तक वह बड़ी हुई, तब तक उसके माता-पिता की मृत्यु हो गई और उसके बड़े भाई-बहनों ने उसकी जिम्मेदारी लेने से इनकार कर दिया। वह किसी तरह कुछ काम खोजने में कामयाब रही, और कानून में अपनी शिक्षा पूरी की, और गोवा में एक प्रसिद्ध वकील के यहाँ इंटर्नशिप शुरू की।

लेकिन उम्र में बड़े एक पुरुष वकील द्वारा उसका शोषण किया गया, और वह गर्भवती हो गई। जब स्थानीय समुदाय को इस बारे में पता चला, तो उसे ताना मारा गया और इलाके छोड़ने के लिए कहा गया। इस यातना ने उसके दिमाग पर जबरदस्त तनाव डाला, और वह मानसिक रूप से विक्षिप्त हो गई। जब एक नेक आदमी ने उसे परेशान अवस्था में सड़कों पर भटकते हुए पाया, तो उसने उसे अहमदनगर और एनजीओ मौली तक पहुँचाने का इंतजाम किया। यहाँ उसे एक घर, देखभाल और आखिरकार कुछ शांति मिली।

पूजा और सुमन की दुर्दशा भी ऐसी ही थी। पूजा की परवरिश बच्चों के एक अनाथालय में हुई थी, जिसे उन्हें 18 साल की उम्र के बाद छोड़ना पड़ा था। लेकिन कोई नौकरी या घर नहीं होने के कारण, वह सड़कों पर भटकती रही, कुछ पुरुषों द्वारा उसका शोषण किया गया और एक मानसिक अवस्था में वह मौली में दाखिल हुई।

सुमन पास के एक गाँव में रहती थीं और शिक्षा प्राप्त करने के लिए हर दिन तालुक स्कूल पैदल जाती थीं। किसी तरह, वह कक्षा 10 तक पहुंचने में कामयाब रही, लेकिन एक शाम, अकेले घर लौटते समय, कुछ युवकों ने उसके साथ बलात्कार किया। उसके परिवार ने उसे दोषी ठहराया और उसे स्कूल जाने से रोक दिया। कुछ महीनों के बाद, जब उन्हें पता चला कि वह गर्भवती है, तो सुमन, जो मुश्किल से 15 साल की थी, को घर से बाहर निकाल दिया गया। ''इतनी कम उम्र में ना चाहते हुए मां बनने के लिए मजबूर होकर वह अपना मानसिक संतुलन खो बैठीं। सौभाग्य से, एक दिन, सड़क पर घूमते समय, एक अच्छे आदमी की उस पर नज़र पड़ी, जिसने उसे मौली पहुँचाया,'' मधुरा कहती हैं।

इस एनजीओ द्वारा किए गए सराहनीय और मानवीय कार्यों को कई संगठनों ने सम्मानित किया है, जिनमें से एक है रोटरी क्लब हांगकांग, जिसने इसे द वन रोटरी ह्यूमैनिटेरियन अवार्ड से सम्मानित किया है। ''100 सदस्यों वाले हमारे क्लब के कई सदस्य, नियमित रूप से एनजीओ को पैसे दान करते हैं और हम उनके साथ कुछ परियोजनाएं भी कर रहे हैं। 2020-21 में, हमने यहां रहने वाले बच्चों के लिए लगभग 40 बेड दान किए।''

इसके बाद रो ई मंडल 6690, यूएस, के साथ साझेदारी में, क्लब ने हेल्दी टाइनी फीट परियोजना को अंजाम दिया, जिसके तहत यहां रहने वाले बच्चों को जूते दिए गए। ''धीरे-धीरे, समय के साथ, मौली में अनुजा, पूजा, सुमन और सभी बच्चे मेरे जीवन और मन का अभिन्न अंग बन गए हैं। और मेरे दिल में एक गहरी इच्छा थी कि हमरे क्लब को इस दान पर निर्भर संगठन को

मौली सेवा प्रतिष्ठान में मानसिक रूप से विकलांग महिला का इलाज किया जा रहा है।

आत्मनिर्भर बनाने के लिए कुछ करना चाहिए,'' मधुरा कहती हैं।

उन्होंने सोचा कि अगर क्लब किसी तरह की आत्मनिर्भर परियोजना करें जो महिलाओं को जीवन में एक उद्देश्य देगा, और एनजीओ के लिए एक अच्छी आय उत्पन्न करेगा, तो यह सभी के लिए एक जीत होगी। ''हम पहले से ही जानते थे कि ये महिलाएं बकरी और गाय पालन और कुछ कृषि गतिविधियों को बहुत अच्छी तरह से कर सकती हैं। एक बार किसी ने एनजीओ को तीन गायें दान की थीं, और हमने पाया कि न केवल ये महिलाएं गोवंश की अच्छी देखभाल करती हैं, बल्कि वे उनसे नियमित रूप से बात भी करती हैं, जैसे वे करीबी दोस्तों के साथ करती हैं और यहां तक कि उनके साथ अपनी शिकायतें साझा करती हैं। और उसी वक्त मुझे अचानक वियतनाम के सिपाहियों की कहानी याद आई जो मैंने पढ़ी थी।''

डेयरी में गायों से दूध एकत्रित करते हुए।

क्लब अध्यक्ष ने सोचा कि अगर यहां भी इसी तरह का माहौल बनाया जाएं, और घोड़ों को गायों के साथ बदल दिया जाये, ''इसका इस्तेमाल महिला सह्वासियों के लिए मनोवैज्ञानिक उपचार के रूप में किया जा सकता है, साथ ही संस्थान वित्तीय रूप से आत्मनिर्भर हो सकता है। और फिर मौली सेवा प्रतिष्ठान में अच्छी गुणवत्ता वाली गायों के साथ एक डेयरी स्थापित करने के विचार ने जड़ पकड़ी।''

इस विचार पर क्लब के ''दिग्गजों और मौली के संस्थापकों के साथ भी चर्चा की गई थी। सदस्यों को पता चला कि महिलाओं को पहले दान की गई तीन गायों से इतना लगाव था कि जब इनमें से एक गाय गर्भवती हुई, तो महिलाओं ने उसकी इतनी अच्छी देखभाल की, जितनी कि वे अपनी गर्भवती बेटियों की करती।''

लेकिन 15 अच्छी गुणवत्ता वाली गायों को खरीदने और वर्मीकल्चर यूनिट जैसी अन्य सुविधाएं स्थापित करने, गायों के लिए चारा उगाने और गाय के गोबर से ईंधन उत्पन्न करने आदि के लिए आवश्यक राशि बहुत बड़ी थी, और यहीं पर परियोजना दल को तत्कालीन डीजी स्वाति हेरकल और रो ई मंडल 6990, यूएस, के डीआरएफसी मनोहर महाजन (जिनके दामाद अहमदनगर में रहते हैं) को अमेरिका के क्लब के साथ 48,000

> महिलाओं को पहले दान की गई तीन गायों से इतना लगाव था कि जब इनमें से एक गाय गर्भवती हुई, तो महिलाओं ने उसकी इतनी अच्छी देखभाल की, जितनी कि वे अपनी गर्भवती बेटियों की करती।

डॉलर के वैश्विक अनुदान परियोजना करने का प्रोत्साहन और मार्गदर्शन मिला। कुछ अन्य स्थानीय क्लबों - रोटरी क्लब बीड़, बीड़ मिड टाउन और अहमदनगर - के शामिल होने के साथ, परियोजना को और मजबूती मिली।

जब वैश्विक अनुदान से पैसा मिला, तो नासिक के पास गोदरेज केंद्र से 15 गायों को खरीदा गया, जो एक दिन में 35-40 लीटर दूध देने में सक्षम गुणवत्ता वाली गायों का प्रजनन करते हैं। सेंसर (मॉनिटरिंग सिस्टम), मिल्किंग पार्लर, गोबर गैस इकाई और वर्मीकल्चर इकाई सहित एक पूरी व्यवस्था स्थापित करने का निर्णय लिया गया। मौली प्रतिष्ठान की तीन एकड़ भूमि में यहां की महिलाओं द्वारा गाय का चारा उगाया जाएगा। इसके लिए गाय के गोबर से तैयार वर्मीकल्चर का उपयोग जैविक खाद के रूप में किया जाएगा। एकत्र किए गए दूध को मौली से 2 किमी दूर स्थित क्षेत्रीय दुग्ध संग्रह केंद्र में ले जाया जाएगा। उत्पादित गोबर गैस रसोई में एलपीजी पर खर्च को कम करने में मदद करेगी। ''हमने इस परियोजना को यथासंभव आत्मनिर्भर बनाने की कोशिश की है,'' मधुरा मुस्कुराते हुए कहती हैं।

इस परियोजना का उद्घाटन हाल ही में टीआरएफ ट्रस्टी भरत पांड्या ने किया था, जिन्होंने क्लब के सदस्यों की प्रशंसा बुनियादी ढांचे की योजना बनाने के लिए की थी जिससे यह परियोजना पूरी तरह से आत्मनिर्भर बन पाई। यह एक और उदाहरण है कि कैसे टीआरएफ रोटेरियनों को दुनिया में अच्छा करने में मदद करता है, उन्होंने कहा। आईपीडीजी स्वाति हेरकल ने भी क्लब के सदस्यों को उनकी दृढ़ता और अपने सपने को पूरा करने के लिए बधाई दी।

मौली सेवा प्रतिष्ठान में एनजीओ संस्थापक सुचेता और राजेंद्र धमाने निवासियों के साथ।

रोटरी डेयरी के उद्घाटन के बाद मौली प्रतिष्ठान के निवासियों के साथ क्लब अध्यक्ष मधुरा, क्लब के अंतरराष्ट्रीय सेवा निदेशक क्षितिज जावरे और रोटरी क्लब अहमदनगर के पूर्व अध्यक्ष माधव देशमुख (बाएं)।

मधुरा कहती हैं, हाल ही में रो ई निदेशक राजू सुब्रमण्यम ने परियोजना का दौरा किया और महिलाओं और बच्चों से बातचीत की। उन्होंने कहा, इस केंद्र में किए जा रहे नेक काम को देखकर मैं आश्चर्यचकित रह गया। महिलाओं से बात करके और उनकी कहानियाँ सुनकर मेरी आँखों में आँसू आ गए। हालाँकि इन महिलाओं ने जो साहस दिखाया है, वह जबरदस्त है, लेकिन इस तथ्य को पचा पाना मुश्किल है कि इतनी क्रूर दुनिया भी है। मैं इस शानदार काम को करने वाले जोड़े और रोटरी क्लब अहमदनगर मिड टाउन के सदस्यों को बधाई देता हूँ, जो इन महिलाओं को एक स्थायी आजीविका प्रदान करने के लिए इस एनजीओ के साथ सहयोग कर रहे हैं। मैं यह कहना चाहूंगी कि इस पूरी परियोजना के पीछे मार्गदर्शक सिद्धांत तत्कालीन रो ई अध्यक्ष गॉर्डन मेकिनली की रोटेरियन से हमारे समुदायों में मानसिक रूप से परेशान और मानसिक रूप से विकलांग लोगों की देखभाल करने की निरंतर अपील है। उन्होंने पीडीजी प्रमोद पारिख, अपने क्लब के अंतर्राष्ट्रीय सेवा निदेशक क्षितिज जवारे, पीडीजी रुकमेश जाखोटिया, डीआरएफसी सुहास वैद्य और क्लब ट्रेनर विजय इंगले को भी धन्यवाद दिया।

एनजीओ में अगरबत्ती बनाती महिलाएं।

लेकिन आखिरी शब्द उस जोड़े को समर्पित होना चाहिए जिसने मौली को इतने प्यार से पोषित किया है। ''कई बार, जब हम महिलाओं को सड़कों पर भटकते हुए देखते हैं, तो हम एनजीओ को बुलाते हैं, और 30 मिनट में एक वैन आती है और विशेषज्ञ तरीके से उनके कर्मचारी इन मानसिक रूप से परेशान महिलाओं से बात करते हैं, जो हिंसा और अत्याचार से ग्रस्त होती हैं और उनके द्वारा अनुभव किए गए शारीरिक शोषण के कारण किसी को भी उनके पास नहीं आने देती है। महिलाओं को शांति से वैन में बैठाकर मौली ले जाया जाता है, नहलाया जाता है, खिलाया जाता है और अत्यंत सावधानी से देखभाल की जाती है। हम भविष्य में भी उनके साथ काम करना जारी रखने की उम्मीद करते हैं,'' वह आगे कहती है। ■

प्रासंगिक बनने के लिए
बदलाव को अपनाएं

वी मुत्तुकुमारन

डीजी एन एस सरवनन और भारती को उनके क्लब, रोटरी क्लब चेन्नई मित्रा के सदस्यों रो ई मंडल 3234 के अन्य रोटेरियन द्वारा सम्मानित किया गया।

टीआरएफ न्यासी भरत पांड्या ने चेन्नई में नए मंडल 3234 के मंडल गवर्नर के रूप में एनएस सरवनन की नियुक्ति के अवसर पर कहा कि रोटेरियनों को प्रासंगिक बने रहने और विकास को बनाए रखने के लिए बदलते समय के साथ परिवर्तित होने के लिए लचीला होना चाहिए।

''दुनिया के सभी 525 रो ई मंडलों और 37,000 रोटरी क्लबों में समय के साथ चलने के लिए हर साल 1 जुलाई को नेतृत्व परिवर्तन होता है। चार्टर गवर्नर के पास इस नए मंडल के लिए नए लक्ष्य और मानदंड स्थापित करने की एक बड़ी जिम्मेदारी है,'' उन्होंने आगे कहा।

नए मंडल गवर्नर से सदस्य जुड़ाव, डीईआई (विविधता, निष्पक्षता और समावेशिता) नीतियों और महिलाओं को सशक्त बनाने वाली परियोजनाओं के माध्यम से क्लबों को जीवंत बनाने पर ध्यान केंद्रित करने का आग्रह करते हुए, पांड्या ने कहा कि मंडल की टीम में 30 प्रतिशत महिलाएं हैं, और ''सरवनन को अपने मंडल को सही रास्ते पर ले जाने के लिए 3सी - कमिटमेंट (प्रतिबद्धता), काम्पिटन्स (क्षमता) और करेज (साहस) का पालन करना चाहिए। रो ई मंडल 3232 के गौरवशाली अतीत पर निर्भर होने के बजाय, आपको ऐसे काम करना चाहिए जैसे कि बहुत कुछ करना अभी बाकी है।'' उन्होंने कहा कि रोटरी में कुछ बड़ा हासिल करने के लिए साफ नियत और मेहनत करने की जरूरत होती है। ''सिर्फ पैसा देना ही पर्याप्त नहीं है, कृपया रोटरी गतिविधियों में

डीजी सरवनन और भारती का अभिनन्दन (बाएं से) ट्रस्टी भरत पांड्या, पीडीजी जे श्रीधर, पीआरआईडी ए एस वेंकटेश, पीडीजी अबिरामी रामनाथन, ISAK नज़र, कृष्णन वी चारी, सीआर राजू, जेबी कामदार, डीजीई विनोद सरावगी और पीडीजी एस कृष्णास्वामी ने किया।

भाग लेने के लिए समय और मेहनत भी लगाएं,'' उन्होंने सलाह दी।

प्रत्येक क्लब को कम से कम एक प्रभावशाली परियोजना करना चाहिए। ''टीआरएफ बाहरी दुनिया को देखने की हमारी खिड़की है,'' रोटेरियनों से संस्थान में उदारतापूर्वक दान करने का अनुरोध करते हुए पांड्या ने कहा।

जब टीआरएफ अध्यक्ष बेरी रेसिन ने बाल हृदय सर्जरी रोगियों को देखने के लिए मुंबई के एसआरसीसी अस्पताल का दौरा किया, ''हमने बच्चों के माता-पिता को देखा, जिनकी आँखें चिंता और आशा से भरी थीं। पिछले सात वर्षों में इस अस्पताल में की गई 4,500 बाल हृदय सर्जरियों में से, 4,200 टीआरएफ के वैश्विक अनुदान के माध्यम से हुई है,'' पांड्या ने कहा।

मंडल सलाहकार पीआरआईडी ए एस वेंकटेश ने नए डीजी को इस प्रकार सलाह दी: ''रोटरी अत्यंत सम्मोहक है, इसलिए अपने स्वास्थ्य की उपेक्षा न करें जो आपकी पहली प्राथमिकता है। इसके अलावा, अगर कोई आपकी उम्मीदों पर खरा नहीं उतरता है तो अपना संयम न खोएं, क्योंकि हम एक स्वैच्छिक निकाय हैं। उन्होंने सरवनन के साथ अपनी लंबी दोस्ती को याद किया, जिनका स्वाभाव मजाकिया है, और अभिनव विचारों के साथ वह एक प्रभावी योजनाकार है।''

> सिर्फ़ पैसे देना ही काफ़ी नहीं है, कृपया रोटरी गतिविधियों में भाग लेने के लिए समय और प्रयास भी लगाएं।
>
> **भारत पांड्या**
> टीआरएफ ट्रस्टी

100 जैव शौचालय

मंडल WASH टीम के नेतृत्व में, रो ई मंडल 3234 क्लब कठोर परिस्थितियों में दिन में 10 घंटे से अधिक समय तक काम करने वाले यातायात कर्मियों के लिए चेन्नई में ट्रैफिक सिग्नल और व्यस्त चौराहों पर ₹2.3 करोड़ की लागत से 100 जैव-शौचालय स्थापित करेगा। एसीपी (यातायात) आर सुधाकर ने प्रायोगिक परियोजना शुरू की और कहा कि वह चाहते हैं कि रोटरी ग्रेटर चेन्नई ट्रैफिक पुलिस के साथ शहर में सड़क दुर्घटनाओं को रोकने के उद्देश्य से परियोजनाओं में साझेदारी करे।

रोटेरियन होने की खुशी अद्भुत है क्योंकि सभी ''हमसे प्यार करते हैं और हमारा स्वागत करते हैं,'' डीजी सरवनन ने जुलाई 2000 में उस दिन को याद करते हुए कहा जब एक व्यापारिक ग्राहक रामदास अय्यर (पूर्व अध्यक्ष) की वजह से वह रोटरी में शामिल हुए थे। इन वर्षों में, वह पीडीजी जे श्रीधर के अच्छे दोस्त बन गए, और जब जे बी कामदार गवर्नर थे तब उन्होंने उनसे बहुत कुछ सीखा।

डीजी ने कहा कि उनका ध्यान ''महिलाओं में गर्भाशय ग्रीवा और स्तन कैंसर पर ध्यान केंद्रित करने के लिए जांच शिविर और जागरूकता कार्यक्रम आयोजित करना है। हर एक रोटेरियन को सम्मिलित और संलग्न करने की आवश्यकता पर जोर देते हुए, सरवनन ने कहा कि केवल 20 प्रतिशत रोटेरियन टीआरएफ में योगदान करते हैं। हम मैजिक 30 पहल के तहत एक गुल्लक की शुरुआत कर रहे हैं ताकि प्रत्येक रोटेरियन प्रति दिन ₹30 दान करके प्रति वर्ष कुल 100 डॉलर दान कर पाएंगे। इसी तरह *मैजिक 100* के तहत पोलियो कोष के लिए छात्रों को 100 के गुणक में दान करने हेतु प्रोत्साहित करने के लिए इंटरेक्ट स्कूलों में गुल्लक लगाई जाएंगी।

सरवनन ने सदस्यों से फेलोशिप और सेवा के माध्यम से रोटरी में होने का जश्न मनाने का आह्वान किया। इस अवसर पर रो ई द्वारा उन्हें एवेन्यूस ऑफ सर्विस अवार्ड प्रदान किया गया। पीडीजी श्रीधर, पीडीजी कामदार, डीजीई विनोद सरावगी और डीजीएन सुरेश जैन ने डीजी को सम्मानित किया। मंडल सलाहकार पीडीजी अबिरामी रामनाथन ने टीआरएफ के लिए अतिरिक्त 150,000 डॉलर देने की प्रतिबद्धता जताई है। अब तक, वह 5,70,000 डॉलर से अधिक की राशि दे चुके है, ''और अगले तीन-चार वर्षों में मेरा कुल योगदान 10 लाख डॉलर तक पहुंच जाएगा,'' उन्होंने कहा।

डीजी और उनकी पत्नी भारती लेवल-2 के प्रमुख दानकर्ता हैं। उन्होंने *रोटरी न्यूज़* को बताया कि रो ई मंडल 3234 के 102 क्लबों में 3,700 रोटेरियन हैं, और ''मैं अपने कार्यकाल के दौरान मौजूदा क्लबों में कम से कम 500 नए सदस्यों को शामिल करूंगा।''

चित्र: वी मुत्तुकुमारन

बाएं से: पीडीजी रेखा शेट्टी के पति जय शेट्टी, प्रेमसेकर (क्लब अध्यक्ष - 2023-24), पीआरआईपी के आर रविंद्रन, रेखा और जय शेट्टी के बेटे आदिल और अर्जुन शेट्टी, पीडीजी रेखा शेट्टी मेमोरियल पुरस्कार प्रामकर्ताओं, सरनिया पेरियास्वामी और उमामहेश्वरी के साथ।

पीडीजी रेखा शेट्टी की याद में एक पुरस्कार रात्रि

रशीदा भगत

अपने क्लब की सदस्य और पूर्व मंडल गवर्नर (रोई मंडल 3232) रेखा शेट्टी की पहली पुण्यतिथि को रोटरी क्लब मद्रास टेम्पल सिटी द्वारा उपयुक्त तरीके से एक पुरस्कार रात्रि आयोजित करके मनाया गया। इस गरिमामय और सुनियोजित कार्यक्रम में पीडीजी रेखा शेट्टी मेमोरियल अवार्ड दो युवा महिला अचीवर्स - अग्निकुल कॉसमॉस की उमा महेश्वरी के और सरनिया पेरियास्वामी को प्रस्तुत किया गया, जिन्होंने भारत में निजी क्षेत्र की पहली कंपनी को सफलतापूर्वक रॉकेट लॉन्च करने में मदद करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

क्लब की पृष्ठभूमि और इस पुरस्कार का विवरण देते हुए क्लब के पूर्व अध्यक्ष और पुरस्कार अध्यक्ष चंदू नायर ने कहा, ''यह पुरस्कार उन महिलाओं को सम्मानित करने के लिए गठित किया गया जिन्होंने और अधिक युवतियों एवं लड़कियों को प्रेरित करने के लिए अपने क्षेत्र में सराहनीय प्रगति दिखाई है।'' उन्होंने कहा संयोग से 1989 में आधिकृत यह क्लब उत्तरी अमेरिका और कनाडा के बाहर एक महिला अध्यक्ष (रेखा शेट्टी) वाला पहला क्लब था और महिलाओं के लिए सदस्यता शुरू करने वाला दुनिया का पहला क्लब बना। ''तब से इसमें कई

महिला अध्यक्ष रही हैं और महिला एवं पुरुष सदस्यों का अनुपात 50:50 बनाए रखना जारी है,'' उन्होंने आगे कहा।

रोटरी क्लब टेम्पल सिटी के अध्यक्ष प्रेम शेखर ने घोषणा की कि फॉर द सेक ऑफ ऑनर पुरस्कार कानूनी दिग्गज अरविंद पी दातार को प्रस्तुत किया जा रहा है, ''जो एक वरिष्ठ अधिवक्ता, एक प्रसिद्ध न्यायविद और लेखक हैं और वर्षों से अनेकों वकीलों के मार्गदर्शक रहे हैं।'

दोनों पुरस्कार पूर्व रो ई अध्यक्ष के आर रवींद्रन द्वारा प्रदान किए गए थे।

दिवंगत पीडीजी रेखा शेट्टी के साथ अपने लंबे समय के जुड़ाव और मित्रता को याद करते हुए रवींद्रन ने उन्हें ''एक परिपूर्ण मनुष्य के रूप में वर्णित किया। रेखा बहुत खास थीं वह जहाँ भी जाती थी वहाँ खुशियां लाती थीं, उनकी मुस्कान संक्रामक थी और वह जिससे भी मिलती थी उसके चेहरे पर मुस्कान ले आती थीं।''

वे लगभग एक ही समय चेन्नई के एक कॉलेज में पढ़ते थे, हालांकि तब वह उन्हें नहीं जानते थे। ''मैं लोयोला में था और वह स्टेला मैरिस में थी, जहाँ वनाथी (उनकी पत्नी) भी लगभग उसी समय वहाँ पढ़ाई कर रही थी। उनकी शैक्षिक पृष्ठभूमि शानदार थी, उन्होंने विश्वविद्यालय में रैंक प्राप्त की और व्यवसाय प्रबंधन में डॉक्टरेट किया। लेकिन सबसे महत्वपूर्ण... उन्हें व्यवसाय का व्यावहारिक ज्ञान था।''

रवींद्रन ने बताया कि उन्होंने खुद उन्हें कोलंबो आकर अपनी कंपनी के कर्मचारियों से बात करने के लिए आमंत्रित किया था, ''शैक्षणिक मामलों पर नहीं बल्कि बहुत व्यावहारिक चीजों पर। उन्होंने अनेक किताबें लिखी जो मेरे बुकशेल्फ़ पर लगी हुई हैं।'' उन्होंने स्वीकार किया कि उन्होंने उन सभी को नहीं पढ़ा है लेकिन एक किताब जो उन्होंने पढ़ी थी और जिसका आनंद लिया था, वह उनके पति जय शेट्टी की थी, जो रोटरी क्लब अम्बत्तूर के चार्टर सदस्य भी थे, जिसका शीर्षक *लाफिंग गैस* था उसमें उन्होंने रेखा को चिढ़ाया कि वह कैसे कार के दर्पण को घुमाकर अपने चेहरे को सँवारती थी, जैसा कि उस किताब में वर्णित है।

उन्होंने आगे कहा: ''रेखा प्रतिस्पर्धी होने के साथ ही ध्यान रखने वाली भी थी, वह ज्ञानवान भी थी और बच्चों जैसी भी और चरम स्तर की मददगार भी थी।'' रवींद्रन ने याद किया कि उनके अचानक निधन से कुछ समय पहले ही उन्होंने अपनी कंपनी के 93 वर्षीय अध्यक्ष और दिलमाह चाय के प्रमुख के लिए एक सक्षम न्यूरोलॉजिस्ट और फिजियोथेरेपिस्ट से कुछ चिकित्सा उपचार प्राप्त करने की मदद मांगी थी। ''मैंने उनसे पूछा कि क्या ऐसे विशेषज्ञ श्रीलंका आकर उन्हें देख सकते हैं। मैं उनसे बात करके इस बारे में भूल गया लेकिन दो दिन बाद उन्होंने फोन किया और कहा कि दो दिनों में अपोलो अस्पताल से न्यूरोलॉजी के प्रमुख और फिजियोथेरेपी के प्रमुख वहाँ आएंगे। बस इस तरह उन्होंने सब ठीक कर दिया।''

चिकित्सा शुल्क आदि की कोई बात ही नहीं हुई; उन्होंने उनकी फ्लाइट का आयोजन किया और बाद में फीस का भुगतान भी किया; ''उनमें से एक ने उन्हें प्यार से मरेखा आंटीफकहकर संबोधित किया! एक बार मैंने उन्हें रो ई अध्यक्ष के एक प्रतिनिधि के रूप में अफ्रीका भेजा था और सालों बाद वहाँ के एक वरिष्ठ नेता ने मुझसे उनकी कुशलता के बारे में पूछा।''

रेखा ने मेरे साथ रो ई निदेशक पद के लिए चुनाव लड़ा था; मैं जीता, इसलिए नहीं कि मैं बेहतर था, बल्कि इसलिए कि मैं भाग्यशाली था और साथ ही एक पुरुष भी था। उस समय, एक महिला के लिए रोटरी के निदेशक का पद जीतना मुश्किल था।

के आर रविन्द्रन
पूर्व रो ई अध्यक्ष

सम्मान प्राप्तकर्ता अरविंद पी दातार, प्रेमा और प्रेमसेकर, पीआरआईपी रवींद्रन, शोभना और पीडीजी रवि रमन, पूर्व क्रिकेटर सुधा शाह, डीजीएन सुरेश जैन और जय शेट्टी के साथ पुरस्कार प्राप्तकर्ता निथ्रुव राजगोपाल, एमआर बालामुरुगन, उमामहेश्वरी और सरानिया।

निथ्रुव की मां साई स्वप्ना, क्लब सदस्य डॉ. पृथिका चारी, प्रेमसेकर और डीजीएन जैन, गट्स एंड ग्रिट अवार्ड विजेता निथ्रुव राजगोपाल के साथ।

रवींद्रन ने आगे कहा हालांकि वे मित्र थे; ''हमारे बीच अपने मतभेद भी थे, इस बारे में गलत न समझें। उन्होंने रो ई निदेशक के पद के लिए मेरे साथ चुनाव लड़ा था; मैं जीता, इसलिए नहीं कि मैं बेहतर था बल्कि इसलिए कि मैं भाग्यशाली था और एक पुरुष भी था और वह एक महिला थी और उस विशेष समय के दौरान एक महिला के लिए रोटरी का निर्देशन जीतना बहुत मुश्किल था। लेकिन हम लंबे समय तक दोस्त बने रहे। वह जय जैसे समर्पित पति पाकर धन्य थी जो इतने सहायक थे और उनमें कोई अहंकार भी नहीं था। इस साल उनकी 50वीं वर्षगांठ होती,'' उन्होंने मार्मिक टिप्पणी करते हुए कहा।

1989 में स्थापित रोटरी क्लब टेम्पल सिटी उत्तरी अमेरिका और कनाडा के बाहर पहला क्लब था, जिसकी अध्यक्ष एक महिला थी (रेखा शेट्टी), और यह महिलाओं के लिए सदस्यता खोलने वाला दुनिया का पहला क्लब था।

एक महिला नेता जिन्होंने हमेशा अन्य महिलाओं को प्रोत्साहित किया, एक खुशमिज़ाज दोस्त, वफादार पत्नी और समर्पित मां के रूप में रेखा ने प्यार और समर्पण की विरासत छोड़ी है, जो दूसरों को भी उसी शालीनता और उत्कृष्टता के साथ जीने के लिए प्रेरित कर सकती है, रवींद्रन ने आगे कहा।

बैठक को संबोधित करते हुए रो ई मंडल 3232 के डीजी रवि रमन ने रेखा शेट्टी को श्रद्धांजलि दी और अपनी दोस्ती को याद करते हुए कहा कि हाल ही में ''जब मैं कुछ बातों से परेशान था तो उन्होंने मेरी बहुत सहायता की और मुझे हिम्मत के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया।'' उन्होंने सम्मानित करने के लिए लोगों के एक उत्कृष्ट समूह का चुनाव करने के लिए क्लब को बधाई दी।

क्लब के अध्यक्ष प्रेम शेखर ने कहा कि पुरस्कार विजेताओं को क्लब की परंपरा के अनुसार चुना गया है, ''जो जीवन के विभिन्न क्षेत्रों में उभरते हुए अनुभवी उपलब्धियां हासिल करने वालों में से हैं। लाइफटाइम अचीवमेंट पुरस्कार 96 वर्षीय सामाजिक कार्यकर्ता कामाक्षी सुब्रमण्यन को दिया गया जो 40 साल से अधिक समय से बसंत नगर और चेन्नई के समुद्र तट को संरक्षित करने के लिए लड़ रही हैं।''

युवा मेरिट पुरस्कार एम आर बालमुरुगन को दिया गया जो वर्तमान में टेबल टेनिस के अंडर-17 वर्ग में भारत के नंबर 1 स्थान पर हैं।

क्लब की सदस्य डॉ पृथिका चारी द्वारा सृजित ''हिम्मत और धैर्य पुरस्कार पैरालंपिक तैराकी विजेता नित्रुव राजगोपाल को विकलांगता पर काबू पाकर राष्ट्रीय स्तर के पैरालंपिक तैराकी चैंपियन बनने का साहस करने के लिए दिया गया।'' नित्रुव जब केवल चार वर्ष का था तब वह एडीएचडी और डीसीडी (विकासात्मक समन्वय विकार) से पीड़ित पाया गया था।

चित्र: रशीदा भगत

GeM Government eMarketplace

NSIC

LAWAS LUBE - SPECIALITIES ®

LAWAS LUBE - SPECIALITIES

Lubricant Specialist & Lube Additives

An ISO **9001:2015** Certified Co.
An ISO **14001:2015** Certified Co.
A **CRISIL** Rated company

Please visit us at:

Stall No. 1 **Hall No. A**

PRECITECH 2.0

Precision Engineering Machine Tools Technology Show

07 08 09 10 OCTOBER 2024

Pune International Exhibition & Convention Center, Moshi, Pune

SPECIALIST IN:

Metalworking Fluids & Rust Preventives

Rtn. Ratan Kharol C.E.O.
Mob. - 8108600531

Manufacturer of:

AUTOMOTIVE LUBES: Engine oils, Gear oils, Transmission oils & Greases. INDL LUBES: Hydraulic oils, Compressor oils, Thermic Fluids, Quenching oils, Metalworking-Neat cutting, Gun drill oil, Water soluble, Synthetic, Semi-synthetic, Honing, Broaching, Rust preventive oils, EDM, Metal forming, Deep-Drawing, Electro Stamping, Transformer oils, Indl. & Breaker/chisel grease, High temperature Greases. We are also specialise in making tailor-made products.

QUALITY | RATES | SERVICE

www.lawaslube.com

Distributors / Dealers Enquires Solicited

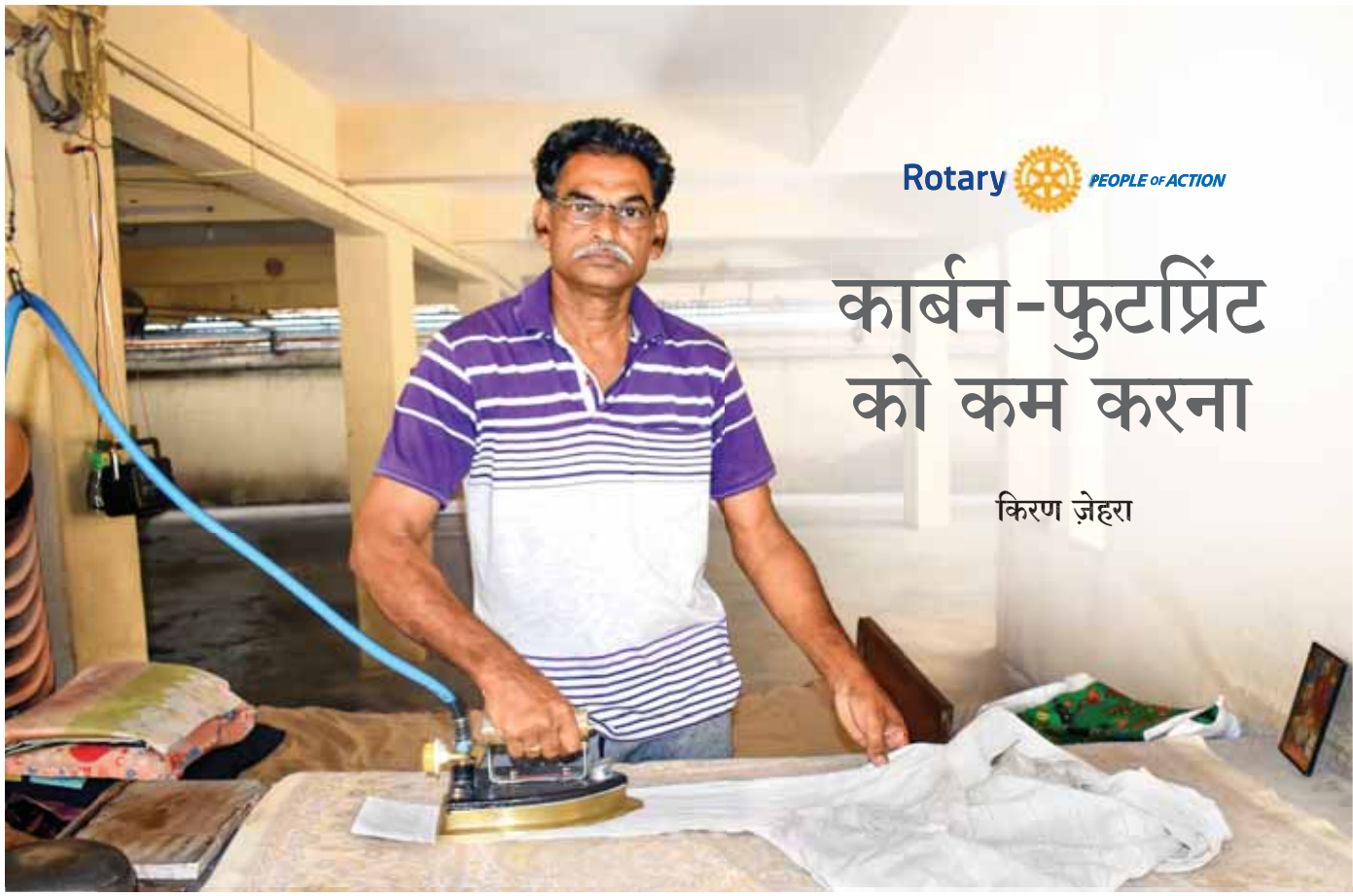
Sales Office:
S-37, National Paradise, Plot No. 290/1, Takka, Mumbai-Pune Highway,
Panvel- 410206 **Tel: 022-27482764 Fax: 022-27482762.**
Mob: 9324249531 / 9967380575

Factory:
Plot No. 2,4,5, Neelkanth Industrial Estate, S.No. 86,
Village Dhamani, Tal. Khalapur, Dist. Raigad- 410202
Mob: 7303088148 / 9324555136

LAWAS LUBE - SPECIALITIES

Email: lawassales@gmail.com / lawaslawas@gmail.com

ADVT.



Rotary PEOPLE OF ACTION

कार्बन-फुटप्रिंट को कम करना

किरण ज़ेहरा

नरसिम्हा ने पहली बार 'कार्बन फुटप्रिंट' शब्द को संस्कार स्कूल के इंटरेक्ट क्लब के छात्रों द्वारा प्रस्तुत एक नुक्कड़ नाटक को देखते हुए सुना था। यह नाटक, रोटरी क्लब हैदराबाद लीजेंड्स, रो ई मंडल 3150 की एक पहल का हिस्सा है, जिसने पारंपरिक कोयला आयरन की तुलना में एलपीजी आयरन बॉक्स के लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाई।

नरसिम्हा हैदराबाद में एक अपार्टमेंट परिसर के अंदर एक अस्थायी तंबू में रहते हैं। वह दिन में निवासियों के लिए कपड़े इस्त्री करता है और रात में चौकीदारी का काम करता है। वर्षों से, वह पारंपरिक कोयले वाले लोहे के बक्से का उपयोग कर रहे थे, जिसे गर्म होने में डेढ़ घंटे का समय लगता था। इसका मतलब था कि उन्हें बिना ब्रेक के बड़े बैचों में कपड़े इस्त्री करने पड़ते थे, जिसके कारण दोपहर का भोजन देर से होता था और रात का खाना छोड़ना पड़ता था। वह कहते हैं, ''चारकोल खरीदने के लिए उन्हें हर महीने ₹4,000 खर्च करने पड़ते थे और मुश्किल से ही गुजारा हो पाता था।''

नुक्कड़ नाटक में बताया गया कि 'कार्बन पदचिह्न' वह प्रदूषण है जो हम अत्यधिक बिजली का उपयोग करने, कार

नीचे: DG शरत चौधरी (मध्य में), परियोजना अध्यक्ष मोहना वामसी (दाएं),रोटरी क्लब स्मार्ट हैदराबाद से चित्रा चंद्रशेखर, तथा रोटरी क्लब मद्रास, रो ई मंडल 3234 के चार्टर अध्यक्ष एस रवि और एन के गोपीनाथ (बाएं) लाभार्थियों को गैस आयरन बॉक्स सौंपते हुए।

और अन्य वाहन चलाने या कोयला जलाने से पैदा करते हैं। इसमें दिखाया गया कि कैसे हैदराबाद में 5,000 अयर्न व्यापारी मासिक रूप से 300 मीट्रिक टन कोयला जलाते थे, जिससे गंभीर पर्यावरणीय प्रभाव और स्वास्थ्य समस्याएं पैदा हुईं। ''इस नाटक ने मुझे यह सोचने पर मजबूर कर दिया कि कोयले को गर्म करने में कितना समय लगता है और उससे निकलने वाला धुआँ,'' नरसिम्हा याद करते हैं।

जब उन्होंने रोटरी क्लब हैदराबाद लेजेंड्स द्वारा एलपीजी आयरन बॉक्स की पेशकश के बारे में सुना, जिसकी कीमत मूल रूप से ₹4,500 थी, प्रत्येक को ₹ 2,500 में दिया गया, तो उन्होंने स्विच करने का फैसला किया। क्लब के चार्टर अध्यक्ष मोहना वामसी के नेतृत्व में, इस पहल ने हैदराबाद में इस्त्री करने वालों को 200 एलपीजी आयरन बक्से वितरित किए, जिनमें से 60 रो ई मंडल 3232 (चेन्नई) द्वारा प्रायोजित थे। आरसी हैदराबाद ग्लोबल विजाड्र्स और स्मार्ट हैदराबाद ने लाभार्थियों की पहचान करने और परियोजना के लिए प्रायोजक ढूंढने में मदद की।

नरसिम्हा कहते हैं, ''एलपीजी आयरन बॉक्स बहुत तेजी से गर्म होता है, जिससे मेरा समय बचता है।फ्फ़इससे उन्हें जल्दी काम शुरू करने और अधिक ग्राहकों को सेवा देने की अनुमति मिलती है, जिससे उनका दैनिक उत्पादन 20 कपड़ों से बढ़कर 50 हो जाता है। इस अतिरिक्त उत्पादकता के परिणामस्वरूप रुपये की अतिरिक्त कमाई हुई। प्रतिदिन ₹200-250, कुल लगभग ₹5,000 प्रति माह, वह मुस्कुराते हैं। एलपीजी में परिवर्तन ने कोयले के धुएं को खत्म कर दिया, स्वास्थ्य जोखिमों को कम किया, और मुझे समय पर भोजन करने और जब चाहें तब ब्रेक लेने की अनुमति दी। यह पारंपरिक लोहे के बक्से की तुलना में हल्का भी है।''

पर्यावरणीय लाभ के अलावा, ''एलपीजी की लागत दक्षता महत्वपूर्ण थी। एलपीजी के साथ प्रति कपड़ा ईंधन लागत ₹1.35 से घटकर 55 पैसे हो गई, जिससे लाभार्थियों का मासिक ईंधन खर्च घटकर ₹1,650 हो गया और उन्हें प्रति माह ₹2,350 की बचत हुई। वामसी कहते हैं, मफ्हमने 200 लौह व्यापारियों की कमाई पर नज़र रखी और उनकी मासिक आय में 27 प्रतिशत की वृद्धि देखकर खुश थे।''

रोटरी क्लब बैंगलोर ब्रिगेड के अध्यक्ष साम्बमूर्ति शिवसुब्रमण्यम, अक्षय मल्लप्पा और अश्विनी किंगर के साथ एक महिला को गैस आयरन बॉक्स देते हुए।

नरसिम्हा के ग्राहकों ने भी सुधार देखा। एलपीजी आयरन बॉक्स में एक तापमान नियंत्रण घुंडी होती है, जो यह सुनिश्चित करती है कि कपड़े ज़्यादा गरम न हों या जल न जाएं, जो कोयला इस्त्री के साथ एक आम समस्या है। ''कोयले की चिंगारी की अनुपस्थिति का मतलब है कि नाजुक कपड़ों में अब कोई आकस्मिक छेद नहीं होगा। एलपीजी आयरन बॉक्स की त्वरित हीटिंग सुविधा मुझे अंतिम समय में आपातकालीन अनुरोधों को संभालने की अनुमति देती है, जिससे ग्राहक खुश होते हैं और उनका विश्वास अर्जित करते हैं,'' वह कहते हैं।

इसी तरह के एक प्रयास में *रोटरी क्लब बैंगलोर ब्रिगेड, रो ई मंडल 3192* ने एक सार्थक पहल के साथ नए रोटरी वर्ष की शुरुआत की। उन्होंने उन महिलाओं को दो गैस आयरन बॉक्स वितरित किए जो सड़क किनारे ठेले लगाकर कपड़े इस्तरी करके अपनी आजीविका कमाती हैं। इस प्रयास का उद्देश्य उनके दैनिक कार्यों को आसान बनाना और पारंपरिक चारकोल आयरन पर निर्भरता कम करके पर्यावरणीय प्रभाव को कम करना है।■

Rotary PEOPLE OF ACTION

वृक्ष लगाकर ग्रह को धन्यवाद कहना

रशीदा भगत

ऊपर: सिंधुदुर्ग में रो ई मंडल 3192 के डीजीएन रविशंकर डकोजू और नील जोसेफ, डकोजू धन्यावद नामक परियोजना के माध्यम से 1 लाख पौधे लगाने का प्रयास कर रहे हैं।
दाएं: रोटरी क्लब आगरा, रो ई मंडल 3110 के सदस्य, आगरा में हरियाली अभियान पर।

जब भारतीय रोटरी के वह व्यक्ति जो हमेशा अपनी हटके सोच के लिए जाने जाते है, मंडल गवर्नर मनोनीत (रो ई मंडल 3192) रविशंकर दकोजू जिन्होंने कुछ साल पहले रोटरी संस्थान को ₹100 करोड़ दान करने की प्रतिबद्धता देकर रोटरी जगत को हिलाकर रख दिया था, पर्यावरण में एक अलग योगदान देना चाहते थे तो उन्होंने कुछ बड़ा करने के बारे में सोचा। उन्होंने रोटरी में अपने करीबी दोस्त नील जोसेफ, जो पृथ्वी को हरा-भरा करने के उनके जुनून को साझा करते हैं, और जो रोटरी पर्यावरण संस्थान के सह-ट्रस्टी भी है, जिसमें वह स्वयं, रो ई निदेशक निर्वाचित के पी नागेश और पीडीजी सुरेश हरि सहयोगी ट्रस्टी हैं, को बताया कि वह *डकोजू धन्यवाद* नामक एक परियोजना के माध्यम से 1,00,000 पेड़ लगाना चाहते हैं। पाओला और रविशंकर डकोजू फाउंडेशन द्वारा निष्पादित की जाने वाली इस परियोजना का उद्देश्य मुझ पर दिखाई गई उदारता के लिए प्रकृति माँ को धन्यवाद देना है, वह कहते हैं।

लेकिन कम से कम एक करोड़ रुपये की लागत वाली इस तरह की विशाल परियोजना की योजना बनाने और निष्पादित करने में समय लगता है, ''लेकिन मैं तेजी से आते मानसून को मिस नहीं करना चाहता था। हमने जिन स्थानों का चयन किया वह गोवा और सिंधुदुर्ग थे, और लगभग हताशा में हम दोनों एक ऐसे व्यक्ति से परामर्श करने गए जिनका मैं रोटरी में बहुत आदर करता हूं, रोटरी क्लब कुडल के पूर्व अध्यक्ष गजानन कंदेलगांवकर। वह कम बोलने वाले व्यक्ति हैं, लेकिन एक महान आयोजक हैं और कुछ ही समय में उन्होंने सिंधुदुर्ग ज़िले, जो पश्चिमी घाट का हिस्सा है और जहां रोटरी क्लब कुडल स्थित है, में तीन स्थानों पर पहले चरण में 11,000 पेड़ लगाने की अद्भुत परियोजना की योजना बनाई।''

3 जुलाई को, पहला कार्यक्रम जिसमें स्थानीय समुदाय के लिए उपयोगी फलदार और

अन्य पेड़... जैसे कोकम, काजू, आम, नीम, कटहल और नारियल... लगाये गए, मडगांव के एक स्कूल में और दूसरा सिंधुदुर्ग ज़िले के पांडुर के एक अन्य स्कूल में आयोजित किया गया था। इस कार्यक्रम में पीडीजी गौरीश धोंड, रोटरी कल्ब कुडल के अध्यक्ष संजय केसरे, कंदेलगांवकर और पूर्व सहायक गवर्नर राजन भोबाटे के साथ स्कूली बच्चों, शिक्षकों और स्थानीय लोगों ने भाग लिया।

डकोजू याद करते हैं, रोटरी कल्ब कुडल द्वारा इतने कम समय में की गई व्यवस्थाएं उत्तम थीं और उत्साही स्कूली बच्चों की बातचीत के साथ माहौल उत्सव जैसा लग रहा था।

पीडीजी धोंड ने रोटरी कल्ब कुडल की इस पहल और कड़ी मेहनत की सराहना की। डकोजू

ने कहा, इस कार्यक्रम में, मैं 'ग्रह का पोलियो' कहे जाने वाले ग्लोबल वार्मिंग के दुष्प्रभावों के बारे में सभी उम्र के लोगों - स्कूली बच्चों से लेकर समुदाय के बुजुर्गों तक - द्वारा व्यक्त की गई चिंता को देखकर बहुत प्रभावित हुआ। प्रतीकात्मक संकेत के रूप में, पांडुर में शिवाजी इंग्लिश स्कूल परिसर में कुछ कोकम के पेड़ लगाए गए और अन्य पौधे वितरित किए गए।

इसके बाद, रोटेरियन केरावडे में एक ग्रामीण इलाकें में गए, जो एक आतंरिक ग्रामीण क्षेत्र था जिसमें अधिकांशतः कच्ची सड़क थी। यह क्षेत्र पश्चिमी घाट की प्रसिद्ध सह्याद्री श्रंखला का एक हिस्सा है, और जिन लोगों ने भाग लिया वे गरीब और सीमांत किसान थे। सादा, लेकिन गर्मागर्म, स्वादिष्ट भोजन जो हमें परोसा गया था वह हम सभी को लंबे समय तक याद रहेगा।

इस परियोजना का उद्देश्य प्रकृति को मेरे प्रति उनकी दयालुता के लिए धन्यवाद देना है।

रविशंकर डकोजू

19 जुलाई को, एक बार फिर इस क्षेत्र में परियोजना के तहत 5,000 पेड़ लगाए गए और 28 जुलाई को अतिरिक्त 25,000 पेड़ लगाए जाएंगे। इस बार, वृक्षारोपण रोटरी क्लब गोवा पोरवोरिम द्वारा आयोजित *गोवा रेन रन* के साथ किया जायेगा।

दकोजू ने कहा कि उन्हें उम्मीद है कि धरती माता को हरा-भरा करने के लिए इस विशाल वृक्षारोपण पहल का तरंगनुमा प्रभाव होगा और अन्य रोटरी क्लब भी इस परियोजना को बड़े पैमाने पर करेंगे। ''मुझे यह बताते हुए खुशी हो रही है कि हाल ही में जब मैंने रो ई निदेशक राजू सुब्रमण्यन के साथ रो ई मंडल 3170 के डीजी शरद पाई के नियुक्ति कार्यक्रम में भाग लिया, तो रोटरी क्लब बेलगाम के अध्यक्ष सुहास चांडक (वेगा हेलमेट्स के मालिक) ने क्लब अध्यक्ष के रूप में अपने कार्यकाल के दौरान एक लाख पेड़ लगाने की शपथ ली। संयोग से वह AKS का सदस्य भी बनने जा रहे है।''

रोटरी कल्ब आगरा ने लगाए 150 पौधे

एक अन्य पहल में, रोटरी क्लब आगरा ने नीम, अमरूद, जामुन, चंपा और गुलमोहर के 150 पौधे लगाकर अपने वार्षिक मानसून वृक्षारोपण अभियान की शुरुआत की। सामुदायिक सेवा और पर्यावरण संरक्षण के लिए क्लब की प्रतिबद्धता को दोहराते हुए, क्लब की अध्यक्ष नम्रता पनिकर ने कहा कि यह वृक्षारोपण कार्यक्रम एक हरे-भरे आगरा और अंततः एक हरे-भरे ग्रह के लिए उनके काम की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम था।■

Rotary PEOPLE OF ACTION

एक झलक

टीम रोटरी न्यूज़

लड़कियों के लिए टॉयलेट ब्लॉक

रोटरी क्लब मदुरै संगमम, रो ई मंडल 3000 ने सरकारी एचएस स्कूल, अवनियापुरम में ₹5.5 लाख के लड़कियों के शौचालय ब्लॉक का उद्घाटन किया। नटराज ऑयल मिल्स के वैश्विक अनुदान और सीएसआर अनुदान दोनों द्वारा वित्त पोषित इस परियोजना का उद्घाटन राज्य के शिक्षा मंत्री महेश पोय्यामोळी और RIDE एम मुरुगानंदम ने एक वीडियो लिंक के माध्यम से किया।

मोतियाबिंद सर्जरी शिविर

रोटरी क्लब बिसौली, रो ई मंडल 3110 द्वारा आयोजित मोतियाबिंद जांच शिविर में निदान के बाद बारह लोगों का मोतियाबिंद का इलाज किया गया। उन्हें सर्जरी के बाद की देखभाल के निर्देशों के साथ-साथ दवाएं भी प्रदान की गईं। क्लब ने मरीजों और उनकी देखभाल करने वालों के लिए दोपहर के भोजन का आयोजन किया।

टॉयलेट ब्लॉक

नव उद्घाटन शौचालय ब्लॉक के बाहर रोटेरियन और छात्र।

मोतियाबिंद सर्जरी

मोतियाबिंद ऑपरेशन के बाद लाभार्थी।

श्रवण यंत्र

क्लब के सदस्य एक लाभार्थी बच्चे को श्रवण यंत्र सौंपते हुए।

श्रवण यंत्र दान किया गया

रोटरी क्लब पुणे कोथरुड, रो ई मंडल 3131 ने बधिरों के लिए सी आर रंगनाथन स्कूल और बधिरों के लिए वाईएमसीए स्कूल में 35 बच्चों को अत्याधुनिक श्रवण यंत्र प्रदान किए। ₹25 लाख की लागत वाली इस परियोजना को एल्के केमिकल्स (₹18.64 लाख), इंट्राक्लाउड टेक्नोलॉजीज (₹5.2 लाख) और मंडल अनुदान (₹1.25 लाख) द्वारा वित्त पोषित किया गया था।

कैंसर डिटेक्शन वैन

कैंसर डिटेक्शन वैन के अंदर एक महिला की जांच की जा रही है।

कैंसर डिटेक्शन वैन दान की गई

रोटरी क्लब हुबली, रो ई मंडल 3170 ने एक वैश्विक अनुदान के तहत, कर्नाटक कैंसर थेरेपी और अनुसंधान संस्थान, हुबली को रोटरी आरोग्य वाहिनी, एक चिकित्सा परीक्षण और कैंसर का पता लगाने वाली वैन दान की। ■

Rotary PEOPLE OF ACTION

पहियों पर दुकान

जयश्री

रोटरी क्लब पूना डाउनटाउन की 'ट्राईसाइकिल शॉप' परियोजना विकलांगों को आर्थिक स्वतंत्रता और आत्मसम्मान के साथ मजबूत कर रही है।

एक शारीरिक रूप से विकलांग महिला अपनी तिपहिया साइकिल की दुकान पर चाय और नाश्ता बेचती हुई।

औरंगाबाद में, नंदा हिवरे के दिन अब आशा और वादे से भरे हुए हैं। दो बच्चों की शारीरिक रूप से विकलांग मां, वह अपनी मट्राइसिकल शॉपफकी बदौलत रोजाना ₹300-400 घर लाती है - जो रोटरी क्लब पूना डाउनटाउन, रो ई मंडल 3131 द्वारा प्रदान की गई एक जीवन रेखा है। तीन साल पहले, एक दुर्घटना में नंदा की जान चली गई और तब से , वह गतिशीलता के लिए बैसाखी पर निर्भर थी। उनके पति, एक निर्माण श्रमिक, परिवार के मुख्य कमाने वाले रहे हैं।

''क्लब ने मुझे हाथ से चलने वाले पैडल वाली एक तिपहिया साइकिल दी है क्योंकि मैं अपने पैरों का उपयोग नहीं कर सकता। हर सुबह मैं घर पर दैनिक काम पूरा करने के बाद 10 बजे शुरू होता हूं, आस-पड़ोस में घूमता हूं और अपार्टमेंट परिसरों के पास पार्क करता हूं। महिलाओं और बच्चों के बीच चूड़ियों, कंगन और अन्य कृत्रिम आभूषणों की अच्छी मांग है,'' वह मुस्कुराती हैं।

क्लब की ट्राइसाइकिल शॉप परियोजना ने पिछले साल शारीरिक रूप से विकलांग 34 लोगों के जीवन को बदल दिया है। प्रत्येक दुकान में माल प्रदर्शित करने के लिए एक शेल्फ, एक कैश बॉक्स और एक रेन कवर शामिल है। क्लब की पूर्व सचिव शिखा मित्रा बताती हैं, ''हम प्राप्तकर्ताओं की विशिष्ट आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए तिपहिया साइकिलों को अनुकूलित करते हैं, उनकी विकलांगता के आधार पर हाथ या पैर से संचालित पैडल की पेशकश करते हैं।'' एक तिपहिया दुकान की लागत लगभग ₹35,000 है।

यह पहल क्लब की प्रमुख परियोजना - 'गिफ्ट ऑफ मोबिलिटी' से प्रेरणा लेती है - जिसने पिछले 20 वर्षों में देश भर में 10,000 से अधिक लोगों को कृत्रिम हथियार प्रदान किए हैं। ''हम, इनाली फाउंडेशन और एलेन मीडोज फाउंडेशन के सहयोग से, एलएन-4 हथियार प्रदान करने और लाभार्थियों को उनके उपयोग में प्रशिक्षित करने के लिए रोटरी क्लबों

के साथ काम करते हैं। लोगों को बाइक चलाते, किसानों को कृषि गतिविधियों में संलग्न और बच्चों को अपनी कृत्रिम भुजाओं का उपयोग करके पाठ लिखते हुए देखकर हमें बहुत खुशी होती है। इस सफलता ने हमें विकलांग लोगों को स्व-रोजगार हासिल करने, उनके आत्म-सम्मान और मूल्य की भावना को बढ़ाने में मदद करने के लिए प्रेरित किया,'' क्लब अध्यक्ष (2023-24) अरुणा राठी मुस्कुराती हैं।

तिपहिया साइकिल की दुकानें बहुमुखी हैं; कुछ स्नैक्स, मोबाइल फ़ोन एक्सेसरीज़ या स्टेशनरी बेचते हैं। राजीव, एक अन्य लाभार्थी, अपनी तिपहिया साइकिल की दुकान से कॉफी, चाय और बिस्कुट बेच रहे हैं, रणनीतिक रूप से इसे कार्यालयों और निर्माण स्थलों के पास पार्क कर रहे हैं। कमर से नीचे लकवाग्रस्त आशा आगलावे अपनी तिपहिया दुकान पर रेडीमेड कपड़े बेचती हैं और प्रति माह 500-800 रुपये कमाती हैं।

क्लब इन उद्यमियों को अपना व्यवसाय शुरू करने में मदद करने के लिए प्रारंभिक धन मुहैया कराता है। महाराष्ट्रीयन जिले और उसके आसपास शारीरिक रूप से अक्षम लोगों की सहायता के लिए रोटरी क्लब सतारा, रो ई मंडल 3132 को नौ तिपहिया दुकानें दी गईं।

पूर्व अध्यक्ष येज़दी बटलीवाला और उनकी पत्नी पूरूची ने अपनी बेटी शर्मिन की याद में गीतांजलि सालुंके को एक ट्राइसाइकिल की दुकान प्रायोजित की।

वह कहती हैं कि प्राप्तकर्ताओं में आए आर्थिक और मानसिक परिवर्तन को ध्यान में रखते हुए, यह परियोजना अच्छी संख्या में कॉर्पोरेट प्रायोजकों को आकर्षित कर रही है। हाल ही में जून में, मसाला निर्माता प्रवीण मसालावाले ने अपने संस्थापक हुकमीचंद चोरडिया की याद में 91 तिपहिया दुकानों को प्रायोजित किया है, ''जिन्होंने साइकिल पर घर-घर जाकर कारोबार शुरू किया था। इनमें से पंद्रह तिपहिया दुकानें पहले ही वितरित की जा चुकी हैं, और अधिक लाभार्थी हैं पहचान की।''

क्लब के अध्यक्ष नानू अय्यर इस साल इस प्रभावशाली परियोजना को जारी रखने को लेकर उत्साहित हैं, जिससे यह सुनिश्चित होगा कि गतिशीलता और उद्यमिता की शक्ति के माध्यम से कई और लोगों का जीवन बदल जाएगा।■

नए बुनियादी ढांचे के साथ रोगी देखभाल को बढ़ावा देना

टीम रोटरी न्यूज़

रोटरी क्लब कोयंबटूर टेक्ससिटी, रो ई मंडल 3201 ने शहर में स्पाइन अकादमी को एक नया ब्लॉक प्रदान किया और इसे 20 बिस्तरों और व्हीलचेयर से सुसज्जित किया। ₹30 लाख की लागत वाली इस परियोजना को क्लब के सदस्यों और द आई फाउंडेशन के संस्थापक डॉ चित्रा और डॉ राममूर्ति से उदार प्रायोजन प्राप्त हुआ। पवित्रा अरविंद के नेतृत्व में क्लब की एन्स विंग ने मोटर चालित बिस्तर उपलब्ध कराए। अरविंद कुमारन परियोजना अध्यक्ष थे। अतिरिक्त सुविधाओं से अकादमी को वर्तमान 50 लोगों में से 25 और लोगों की देखभाल करने में मदद मिलेगी, जिनमें रीढ़ की हड्डी की बीमारियों से पीड़ित और परिवारों द्वारा छोड़े गए बच्चे भी शामिल हैं। ■

आईपीडीजी टी आर विजयकुमार (मध्य में), क्लब अध्यक्ष (2023-24) विजयकुमार सिवेनेसन और सचिव देवी मारुति क्लब सदस्यों और स्पाइन अकादमी के स्वयंसेवकों के साथ।

मानसिक कल्याण पर एक पहल

रीता अग्रवाल

युवाओं को प्रभावित करने वाला एक मूक संकट - चिंता, अवसाद और यहां तक कि आत्महत्या के मामले में वृद्धि। यह एक राष्ट्रीय वास्तविकता है और 35 वर्षों से एक मानसिक स्वास्थ्य पेशेवर के रूप में कार्य करते हुए मैं चेतावनी के संकेत देख रहा हूँ। कोविड महामारी के दौरान चिंता और अवसाद में 20 प्रतिशत की वृद्धि हुई थी। आत्महत्या से होने वाली मृत्यु के मामले भी बढ़ रहे थे, खासकर हाई स्कूल के विद्यार्थियों के बीच। मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी भ्रांतियों की वजह से इसके बारे में जागरूकता कमी थी। युवा खामोशी से इससे जूझते हुए अंतिम विकल्प का सहारा लेने लगे थे। भारत में, जहाँ प्रतिशत आबादी 25 वर्ष से कम आयु की है और एक-तिहाई 18 वर्ष से कम आयु की है, यह एक महत्वपूर्ण मुद्दा है।

एक सामुदायिक मूल्यांकन में पाया गया कि अधिकांश स्कूलों ने स्कूल काउंसलर/मनोवैज्ञानिक को नियुक्त नहीं किया और न ही ऐसा करने पर विचार किया। समुदाय के शिक्षकों और डॉक्टरों ने किशोरों में बढ़ते अवसाद, चिंता और तनाव से निपटने की आवश्यकता को महसूस किया।

वेलनेस इन ए बॉक्स मानसिक स्वास्थ्य पहल पर रोटरी एक्शन ग्रुप (RAGMHI) का एक सुनियोजित कार्यक्रम है। यह हार्वर्ड मेडिकल स्कूल में बोस्टन चिल्ड्रन हॉस्पिटल द्वारा विकसित एक पाठ्यक्रम का उपयोग करता है जो माता-पिता, शिक्षकों और विद्यार्थियों को दिखाता है कि अवसाद, चिंता और आत्महत्या को कैसे रोका जाए। यह न केवल जागरूकता फैलाता है बल्कि छात्रों के बीच इससे मुकाबला करने की रणनीति और लचीलापन विकसित करने में भी मदद करता है और इसपर बातचीत करके इससे जुड़ी भ्रांतियों को दूर करता है।

क्लब ने 2022 में महामारी के लॉकडाउन के बाद दोबारा स्कूल खुलने पर एक वैश्विक अनुदान के माध्यम से रोटरी क्लब नेपल्स, फ्लोरिडा, यूएसए के साथ साझेदारी करते हुए इस कार्यक्रम की शुरुआत की।

रोटरी क्लब नागपुर, रो ई मंडल 3060 के रोटेरियनों की एक टीम ने दो साल तक चलने वाली इस परियोजना के लिए अपना पूरा समर्थन और सेवाएं दीं जिसमें नमिता शर्मा ने क्लब के सदस्यों नीरजा शुकुल, रागिनी साहू और एन ममता कहाई, एन शेफाली शाह और एन मधु मृग के साथ इस कार्यक्रम को समन्वित किया।

मानसिक स्वास्थ्य पर एक सत्र में भाग लेते छात्र।

इस परियोजना ने सामाजिक कार्य में लिप्त एक कॉलेज की मदद से स्कूल परामर्श में एक साल का अंशकालिक डिप्लोमा भी तैयार किया। अब तक स्कूलों के 20 शिक्षकों ने यह डिप्लोमा अर्जित किया है। स्कूल परामर्श में शिक्षकों को दक्ष करके हम अनुदान द्वारा प्रदान किए गए मनोवैज्ञानिक से लेकर परामर्श सेवाएं प्रदान करने वाले शिक्षकों तक से परिवर्तन लाने की आशा करते हैं।

रो ई अध्यक्ष गॉर्डन मेकिनली ने अप्रैल 2023 में नागपुर का दौरा किया और इस क़ एव कार्यक्रम से बहुत प्रभावित हुए।

दूसरा कदम स्कूल के छात्रों के बीच समकक्ष नेताओं को तैयार करना था ताकि वह तनाव ग्रस्त विद्यार्थियों की पहचान करके उनकी मदद कर सकें। वे जरूरतमंद छात्रों को परामर्श मनोवैज्ञानिक के पास भेजकर उनकी सहायता करेंगे।

पीआरआईपी गॉर्डन मेकिनली, RAG फॉर मेंटल हेल्थ इनिशिएटिव्स की संस्थापक निदेशक रीता अग्रवाल के साथ, नागपुर की अपनी यात्रा के दौरान। पीडीजी आशा वेणुगोपाल (बीच में) चित्र में शामिल हैं।

आज तक 2,300 विद्यार्थियों और 2,000 माता-पिता एवं शिक्षकों ने इस प्रशिक्षण कार्यक्रम में भाग लिया है और बहुत लोगों को परामर्श एवं चिकित्सा से मदद मिली है।

यशोधरा बहु उपदेशीय संस्था नामक एक गैर सरकारी संगठन ने छात्रों और शिक्षकों के पहले और बाद के सर्वेक्षण के साथ परिणामों को मापने में हमारी मदद की और हमने देखा कि अवसाद के बारे में ज्ञान, परामर्शदाता से मदद लेने के आत्मविश्वास के ग्राफ में बढ़ोत्तरी हुई है और अवसाद के प्रति नकारात्मक दृष्टिकोण में गिरावट आई है।

प्रतिक्रिया दिल छू लेने वाली रही। हमारे सामने अब ऐसे छात्र और उनके माता-पिता है जो अपने आँसू पोंछते है, खुले तौर पर रोते हुए शायद जीवन में पहली बार अपने रहस्यों को साझा करते हैं। शिक्षकों ने महसूस किया कि उन्हें बच्चों के मानसिक स्वास्थ्य के बारे में अधिक जानने की जरूरत है और यह कि शिक्षण विषय पर्याप्त नहीं है। यह उनके लिए एक सुखद अनुभव है। छात्रों को एहसास है कि ग्रेड की तुलना में मानसिक स्वास्थ्य अधिक महत्वपूर्ण है!

इसका प्रभाव पूरे शहर में देखा जा सकता है क्योंकि अनेक स्कूल इस कार्यक्रम के लिए हमसे संपर्क कर रहे हैं और इस डिप्लोमा प्रमाणन के लिए बहुत से शिक्षक खुद को नामांकित और प्रायोजित कर रहे हैं। प्रमाणित शिक्षकों ने 400 स्कूल प्रिंसिपल,

हेडमास्टर, हेडमिस्ट्रेस और वरिष्ठ शिक्षकों के साथ स्कूलों में परामर्श के महत्व, छात्रों में मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं और शिक्षकों की भूमिका पर पूरे दिन के सेमिनार आयोजित किए।

मानसिक स्वास्थ्य पहल पर रोटरी एक्शन ग्रुप की अनेक मंडल शाखाएं और अन्य रोटरी क्लबों ने *वेलनेस इन ए बॉक्स* कार्यक्रम को लागू करना शुरू कर दिया है।

स्थानीय मीडिया में हमारी प्रेस कवरेज अच्छी थी और हमें खुशी होगी यदि प्रमाणित शिक्षक-परामर्शदाताओं द्वारा छात्रों और अभिभावकों को हर साल अवसाद की रोकथाम पर चार घंटे का पाठ्यक्रम पढ़ाया जाए। हमारा सपना है कि राज्य शिक्षा विभाग सभी स्कूलों

शिक्षकों के लिए मानसिक स्वास्थ्य पर एक सत्र।

में इस कार्यक्रम को संस्थागत बनाएं: हम जो सपना देख रहे है उसका दीर्घकालिक प्रभाव बहुत अच्छा होगा।

मानसिक स्वास्थ्य पहल पर रोटरी एक्शन ग्रुप (RAGMHI) ने *वेलनेस इन ए बॉक्स* टूलकिट को नि:शुल्क रूप से ऑनलाइन उपलब्ध कराया है। यह आपको अपने स्थानीय स्कूलों में इस कार्यक्रम को लागू करने के लिए आवश्यक हर चीज से सुसज्जित करता है। आप इस कार्यक्रम के बारे में अधिक जानने के लिए मानसिक स्वास्थ्य पहल पर रोटरी एक्शन ग्रुप से भी जुड़ सकते हैं। *(www.ragonmentalhealth.org)*

मैं आपसे जागरूकता फैलाने और *वेलनेस इन ए बॉक्स* पहल को अपने नेटवर्क के साथ साझा करने का आग्रह करता हूँ और इसे अपने समुदाय में लाने के लिए अपने स्थानीय रोटरी/रोटरेक्ट क्लब से संपर्क करें। एक साथ मिलकर हम एक ऐसी दुनिया बना सकते हैं जहाँ मानसिक स्वास्थ्य प्राथमिकता है न कि एक मूक खतरा।

इस परियोजना को अंतर्राष्ट्रीय पहचान तब मिली जब परियोजना निदेशक रीता अग्रवाल को सिंगापुर में आयोजित रो ई सम्मेलन में रोटरी पीपल इन एक्शन पुरस्कार प्राप्त हुआ।

लेखिका रोटरी क्लब नागपुर की सदस्य हैं, और रोटरी एक्शन ग्रुप ऑन मेंटल हेल्थ इनिशिएटिव्स की संस्थापक निदेशक हैं।

इंदौरी स्ट्रीट फूड का ज़ायका

लेख: टीम अपरक्रस्ट

फोटोग्राफ्स: फरजाना कॉन्ट्रैक्टर

कुल्हड़ पिज़्ज़ा

जैसा कि नाम से पता चलता है, सड़क के दोनों तरफ 56 से अधिक दुकानें सुव्यवस्थित ढंग से लगी हुई हैं। खाने की विविधता अद्भुत है और लोग कभी थकते नहीं हैं

जब आप फूड स्ट्रीट के बारे में सोचते हैं तो आपको व्यस्त और भीड़-भाड़ वाली जगहों का ख्याल आता हैं जहाँ पर लोग आपको आवाज़ लगाकर उनके स्टालों पर ले जाते हैं, उनके पैन से भाप निकलती रहती है और खाने की खुशबू आपको आकर्षित करती है। मगर आप ज्यादा व्यवस्थित, स्वच्छ और आरामदेह जगह के बारे में नहीं सोचते। लेकिन इंदौर के न्यू पलासिया क्षेत्र में आकर आपकी अधिकांश धारणाएं बदल जाती है क्योंकि यहाँ पर खाने के हर शौकीन के लिए कुछ न कुछ जरूर है और साथ ही यहाँ पर सुनियोजित ढंग से शुद्ध शाकाहारी, सस्ता और खाद्य सुरक्षा एवं स्वच्छता मानकों को ध्यान में रखते हुए भोजन तैयार किया जाता है। *छप्पन दुकान* एक प्रमाणित क्लीन स्ट्रीट फूड हब है जिसने इंदौर को 2022 में आयोजित स्मार्ट सिटीज सम्मेलन में बिल्ड एनवायरनमेंट श्रेणी में पुरस्कार भी जितवाया था।

यह 1970 के दशक में 56 दुकानों के साथ शुरू हुआ था जहाँ पर घुमंतू विक्रेताओं के लिए नामित स्थान के साथ उनके ठेले खड़े करने के लिए पर्याप्त जगह दी गई थी। यहाँ पर कुछ समय में सब्जियों और धीरे-धीरे बहुत सी चीज़ों की बिक्री शुरू हो गई। इसकी लोकप्रियता बढ़ने लगी और 80 एवं 90 के दशक तक यह सड़क अपने

उपनाम, छप्पन दुकान के नाम से जानी जाने लगी।

लेकिन आप यह पूछेंगे कि यहाँ खाना कहाँ से आया। 2020 तक, इंदौर स्मार्ट सिटी डेवलपमेंट लिमिटेड (आईएससीडीएल) ने इस क्षेत्र को खुली स्मार्ट फूड स्ट्रीट में पुनर्विकसित किया जिसमें केवल फूड स्टॉल के लिए जगह थी - और बीच में चलने, बैठने और खाने के लिए चौड़ी जगह दी और साथ ही युवा यहाँ शौक से सेल्फी भी ले सकते है - इसके साथ ही यहाँ वाहन लाने पर प्रतिबंध लगाया गया। इस सड़क के आसपास वाहन खड़े करने की जगह है और 56+ फूड स्टालों की अद्भुत दुनिया में प्रवेश करने से पहले आपको बहुत सारी बाइक खड़ी नज़र आएंगी। यह बात सही है, छप्पन में अब 56 से अधिक दुकानें हो गई हैं, क्योंकि इंदौर जैसे शहर में भोजन एक प्रमुख सफलता बिंदु है, जिससे इस खाऊ गली के बढ़ने और अधिक भूखी आत्माओं का मनोरंजन करने के लिए सुबह 6 बजे से रात 10 बजे तक जगह मिलती है।

हम दो बार *छप्पन दुकान* गए - पहली बार सुबह को, भीड़ उमड़ने से पहले और दूसरी बार शाम को, जब यहाँ खाने के शौकीनों का मेला लगा हुआ था - हालांकि यह भीड़ सप्ताहांत की तुलना में कम थी क्योंकि तब तो बैठने की जगह भी नहीं मिलती! सुबह हमारे सामने जो दृश्य था वो बहुत ही सुखद था क्योंकि जैसे ही हमने छप्पन में प्रवेश किया हमने देखा कि चाय सुट्टा बार में युवाओं का एक समूह गिटार बजा रहा था और नाच- गा रहा था। सुव्यवस्थित टपरी की यह श्रृंखला पूरे देश में उत्तर से दक्षिण तक और पूर्व से पश्चिम तक फैली हुई है, जिसकी एक शाखा पोर्ट ब्लेयर में और दूसरी संयुक्त अरब अमीरात में भी है। छप्पन दुकान के विकास की तरह ही इसकी सफलता की कहानी भी जानने लायक है। आपको ऐसी फूड स्ट्रीट और कहाँ मिलेगी जहाँ एक ही छत के नीचे हाथों की धुलाई की व्यवस्था हो, जगह-जगह कचरे के डिब्बे रखे हुए हो और जिस खाने के लिए इंदौर मशहूर है, या ना भी हो तो, उपलब्ध हो?

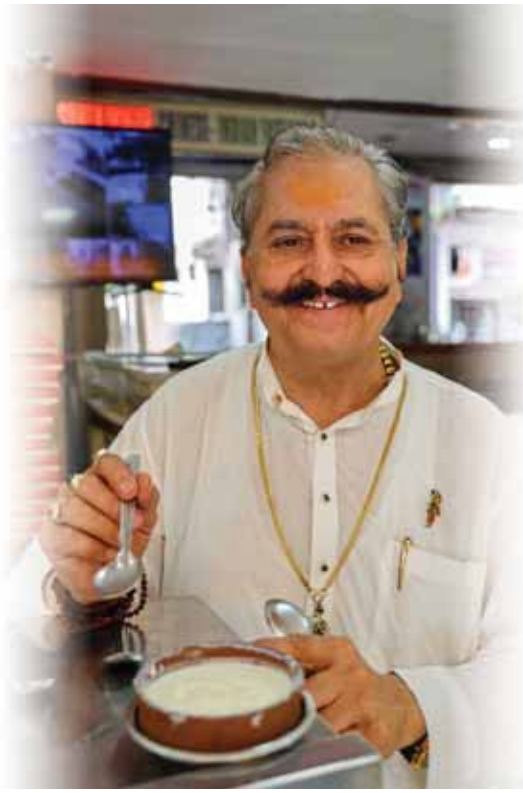
और यहाँ *रेडियो 2 पाई आर छप्पन* नामक एक स्थानीय लाइव रेडियो स्टेशन भी है जिसपर विशेष रूप से आगंतुकों के लिए अपनी पसंद का गीत सुनने, किसी को एक गीत समर्पित करने और सार्वजनिक घोषणाओं के माध्यम से छप्पन दुकान पर अपडेट प्राप्त करने का विकल्प होता है।

और फिर छप्पन के भोजन के तो क्या कहने! इतने बड़े क्षेत्र में फैला होने के साथ ही यहाँ खाने की इतनी विविधता उपलब्ध है, जैसे हॉट डॉग से लेकर कचौरी, डोसा से लेकर वड़ा, रबड़ी जलेबी से लेकर कुल्फी, बर्फी से लेकर हलवा, पिज्ज़ा से लेकर सैंडविच, गन्ने के रस से लेकर बर्फ का गोला, सूखे बैर से लेकर पान, चाट और प्रसिद्ध इंदौरी पोहा तक यहाँ सब कुछ

मटका कुल्फी और पोहा।

उपलब्ध है और शिकंजी ऐसी जो आपके होश उड़ा देगी!

असंख्य स्टालों के बीच में घूमते हुए, यह कहना उचित होगा कि, आपको थोड़ा समय लगेगा मगर हर चीज़ खाने लायक है, खासकर यदि आप एक फूड स्टोरी लिख रहे हैं या एक ब्लॉग बना रहे हैं। सराफा बाजार और मेघदूत गार्डन की तुलना में यहाँ पर घूमना आसान है, इसके बावजूद भी यह जगह खाने के शौकीनों से हमेशा भरी रहती है। और अधिकांश स्टालों पर उनके तंग स्थानों के अन्दर बैठने की जगह नहीं होती है।



हमनें शुरुआत पोहे से की जिसकी प्रतिष्ठा पूरे देश में फैली हुई है। विजय चाट हाउस पर निस्संदेह सबसे ज्यादा भीड़ इकठ्ठा होती है, और भी बहुत सी दुकानें है। इस तरह आपको इसे खाना चाहिए... एक चम्मच पोहा को नीम्बू डालकर खाए और साथ में कुरकुरी, रसदार जलेबी का एक टुकड़ा खाए, और फिर इसके स्वाद का मज़ा ले। इसका अहसास ठीक *राटाटुई* फिल्म के रेमी चूहे की तरह ही है, जब वह एक साथ स्ट्रॉबेरी और पनीर खाता है। एक विशेष जीरावन मसाला है जो यहां पोहे में डाला जाता है, और हम यह कहना चाहेंगे, इंदौर में पोहा नरम है और कुछ जगहों पर अनारदाना और सेव के साथ दिया जाता है, जिससे इसे वह श्रेय मिलता है जिसका वह हकदार हैं और जो इसने अर्जित किया है। खोपरा पेटिस भी इंदौर की अलग ही डिश है, और साबूदाना वड़ा भी जो विजय चाट हाउस की विशेषता भी है।

मध्य प्रदेश और महाराष्ट्र के सीमावर्ती राज्य होने के कारण यहाँ खाने में बहुत सी समानताएं हैं, जो आपको इंदौर के खाने में भी देखने को मिलेंगी, लेकिन अपने अनूठे अंदाज में। प्रसिद्ध, पुरस्कार विजेता जॉनी हॉट डॉग के हॉट डॉग ने हमारे दिमाग में स्वयं की तुलना वड़ा पाव से की। जॉनी ने एशिया पैसिफ़िक में सबसे अधिक ऑर्डर किए गए स्ट्रीट फूड आइटम के लिए प्रसिद्धि अर्जित की है, और यह खिताब उबर ईट्स ने 2019 में हांगकांग में आयोजित अपने शिखर सम्मेलन में उसे दिया था। ठीक है, तो उनका नाम विजय सिंह राठौर है, जिन्हें छप्पन में प्यार से दादू के नाम से जाना जाता है, और प्रसिद्ध हॉट डॉग मोटी, नरम, फूली हुई रोटी की एक शाकाहारी डिश है जिसके अंदर आलू की टिक्की होती है। मेनू में अन्य दो आइटम एक मटन हॉट डॉग है और दूसरा रनी एग सैंडविच है जिसे बेंजो के नाम से जाना जाता है – और यह छप्पन में

ऊपर से दक्षिणावर्त: जामुन; श्याम शर्मा, मालिक, मधुरम स्वीट्स; ड्राईफ्रूट रोल; मलाई और आम की कुल्फी; आम के प्याले; इंदौरी पोहा और जलेबी; खोपरा कचौरी; बादाम रोल।

एकमात्र नॉन-वेज खाद्य पदार्थ है। बिना तला-भुना और स्वादिष्ट, 45 वर्षीय प्रतिष्ठान आज भी अपना जादू दिखा रहा है, और स्टोव के पीछे दादू अपनी मुस्कान लिए बैठे है।

छप्पन की एक तीसरी दुकान जिसने हमें आकर्षित किया, वह एक मिठाई और नमकीन की दुकान थी, जिसमें आपको एक शॉट ग्लास में एक डिश परोसी गई थी, जिसकी कीमत ₹100 थी। मधुरम स्वीट्स के मालिक, श्याम शर्मा, हमें अपनी प्रसिद्ध शिकंजी पिलाते रहे और हमें लोट-पोट होता देख खुश होते रहे। रबड़ी की तरह, शिकंजी एक ऐसा पेय है जो तपती गर्मी में शरीर को ठंडा करने का काम करता है और मूल रूप से दूध, सूखे मेवे, केसर और जायफल से बना होता है। हमनें जो रसमलाई देखी वो गन्ने से बनाई जाती है और असंख्य नामों की जलेबियां यहाँ देखी जा सकती है! श्याम शर्मा हमें सलाह देते हैं कि एक लम्बी और स्वस्थ्य आयु के लिए ङ्कदिन में इसके एक या दो टुकड़े खाएं!फ

मधुरम में मिठाइयों की विशाल सजावट है, जिनमें से कुछ है बादाम कारमेल, ड्राईफ्रूट रोल, बादाम हलवा, सोहन हलवा... साथ ही नमकीन और नाश्ते के आइटम जैसे पोहा, डोसा और चाट भी यहाँ मौजूद है। यहां पर भी एक डिश जो प्रसिद्ध है वह है विशालकाय बाहुबली सैंडविच, जिसे खाने के लिए हमारे पेट में जगह नहीं थी! आपकी जानकारी के लिए बता दें कि इसे 35 लोगों के लिए बनाया जाता है, और जो एसएस राजामौली की फिल्म के महल की तरह दिखाई देता है, जिसमें तीन परतें होती हैं, और उसमें सब्जियां, मकई, मेयो, पनीर और बहुत कुछ डला होता है।

अगर आपका दक्षिण भारतीय खाने का मन हो, तो 50 साल पुराने कैफे उडीपी जैसे विकल्प इसके विभिन्न प्रकार के डोसा के साथ मौजूद हैं। स्पाइरल आलू देखने और खाने दोनों में लजीज लगता है, और सूखे जामुन, कमरक और इमली बचपन की यादें ताज़ा करते है।

इतने सारे नमकीन और व्यंजन का स्वाद लेने के बाद, क्या आप पान खाना पसंद करेंगे? उसकी भी कई वैरायटी यहाँ मौजूद है जैसे कलकत्ता मीठा से लेकर रॉयल मघई और स्मोक पान या फायर पान। ताजा निकाला गया गन्ने का रस स्वादिष्ट होता है - और अच्छी तरह आपका पेट भर सकता है - और कुल्फी चिकनी और मलाईदार होती है, अपने मूल मलाई स्वाद में सबसे अच्छी लगती है, जिसे हमने इस फूड स्ट्रीट के शीर्ष स्तर पर ङ्कमहफू नामक दुकान में खाया। वे अपनी पाव भाजी के लिए भी प्रसिद्ध हैं, जिसमें भरपूर मात्रा में मक्खन होता है, जो आपको छप्पन में अपना खाऊ समय बिताने के लिए प्रेरित करता है।

अनुमति के साथ ऊपरी क्रस्ट से लिया गया। सब्सक्राइब करने के लिए www.uppercrustindia.com पर जाएँ

गोवा की जैव विविधता का मानचित्रण

वी मुत्तुकुमारन

एक समय हरियाली, सुंदर झरनों और अति सुंदर नीले मूंगा समुद्र तटों का एक प्राचीन नखलिस्तान रहा, गोवा अनियंत्रित पर्यटन से घिरा हुआ है जिससे हमारा पारिस्थितिकी तंत्र बुरी तरह प्रभावित हो रहा है और इसलिए हमने एक अनूठी परियोजना के बारे में सोचा जो हमारे विविध वनस्पतियों और जीवों के बारे में जनता और आगंतुकों के बीच जागरूकता पैदा करेगी क्योंकि उन्हें विलुप्त होने से बचाने की सख्त आवश्यकता है, रोटरेक्ट क्लब पंजिम, रो ई मंडल 3170 के पूर्व अध्यक्ष, ब्रेट सिकेरा ने कहा। रोटरेक्टर रोहितेश सुतार के दिमाग की उपज *प्रोजेक्ट रीजेनरेटिव टूरिज्म* परियोजना का उद्देश्य गोवा के भीतरी इलाकों में पर्यावरण के अनुकूल टिकाऊ पर्यटन को बढ़ावा देना था। हम देखते हैं कि पर्यटक यहाँ-वहाँ शराब की बोतलों, सिगरेट के टुकड़ों, प्लास्टिक के ढेर और टेट्रा पैक से गंदगी फैलाते हैं जिससे हमारा पर्यावरण प्रभावित होता हैं। हालांकि हमारे समुद्र तटों को बचाने के प्रयास जारी हैं मगर पर्यटन का खामियाजा भुगतने वाले गोवा के दूरदराज के गांवों में हमारी मिट्टी और हवा की रक्षा के लिए ज्यादा कुछ नहीं किया जा रहा है, उन्होंने कहा।

रोटरेकटरों की एक टीम ने गोवा पर्यटन निदेशक सुनील अंचिपाका और इसके डिप्टी जीएम दीपक नार्वेकर से मुलाकात की और उन्हें पणजी से 50 किलोमीटर पूर्व में पश्चिम घाट पर स्थित एक सुंदर गांव तामडी सुरला से एक प्राकृतिक यात्रा पर जाने की अपनी योजना के बारे में जानकारी दी। कई आदिवासी बस्तियों वाले घने जंगल में वनस्पतियों और जीवों का दस्तावेजीकरण करने के उद्देश्य से 13 रोटरेकटरों, छह फोटोग्राफरों और एक मानचित्रण विशेषज्ञ के साथ 20 ट्रेकरों का यह समूह पैदल चलकर एक लंबी और रोमांचक मगर कठिन यात्रा पर निकला ताकि हम वास्तव में इस पारिस्थितिकी तंत्र की व्यापक जैव विविधता को महसूस करके उसका आनंद ले सकें, सिकेरा ने याद किया। ''हमने खड़ी पहाड़ियों पर ट्रेकिंग की, जल धाराओं को पार किया और कम से कम तीन ऐसे आदिवासी समुदायों से मिले जो अपने जीवन यापन के लिए इन अछूते जंगलों पर निर्भर हैं।''

पहाड़ों पर अपने एक दिवसीय फील्ड मैपिंग कार्य, जो घने जंगल के बीच मांडवी नदी के तट

हमारे समुद्र तटों की रक्षा के लिए प्रयास किए जा रहे हैं, लेकिन गोवा के अंदरूनी गांवों में हमारी मिट्टी और हवा की रक्षा के लिए बहुत कुछ नहीं किया जा रहा है, जो कि क्रूर पर्यटन का खामियाजा भुगत रहे हैं।

ब्रेट सेक्रेरा
पूर्व अध्यक्ष
रोटरेक्ट क्लब ऑफ पंजिम

रोटरेक्ट क्लब पंजिम के भूतपूर्व अध्यक्ष ब्रेट सेक्केरा, रोटरेक्टर्स के साथ, पश्चिमी घाट पर प्रकृति की सैर के दौरान।

30,000 से अधिक लोगों तक पहुंचे और उन्हें अपनी जैव विविधता की रक्षा के लिए हमारे मानचित्रण सर्वेक्षण के बारे में बताया। हमने इस पारिस्थितिकी तंत्र को संरक्षित करने के अपने काम के बारे में यूएनईपी को भी लिखा और संयुक्त राष्ट्र निकाय से प्रशस्ति प्रमाण पत्र भी प्राप्त किया। दक्षिण पूर्व एशिया के 100 से अधिक रोटरेकटरों ने ठड-चऊखज के साथ साझेदारी में सामुदायिक मूल्यांकन और परियोजना नियोजन पर क्लब द्वारा आयोजित एक प्रशिक्षण सत्र में भाग लिया। एडठ-ऋ के निदेशक मीनाक्षी वेंकटरमण, अमेरिका के क्रिस्टोफर पुटॉक और तुर्की से इसके सचिव डेनिस वुरल ने आधे दिन के लिए आयोजित एक जूम सत्र में प्रतिभागियों के साथ बातचीत की। उन्होंने हमें एक सामुदायिक परियोजना की पहचान करने, लक्ष्य निर्धारित करने और उन्हें प्राप्त करने के बारे में शिक्षित किया, सिकेरा ने कहा।

पर स्थित खांडेपर गांव के एक गुफा मंदिर पर समाप्त हुआ, को पूरा करने के बाद, हम पणजी लौट आए और 5 जून को विश्व पर्यावरण दिवस से इंस्टाग्राम के माध्यम से एक सोशल मीडिया अभियान चलाया, जिसके माध्यम से हम

नवीन इंटरेक्ट क्लब

फेयरीलैंड हाई स्कूल, वेल्हा में एक इंटरेक्ट क्लब अधिकृत किया गया, जो सामान्य बच्चों और सीखने की अक्षमता वाले बच्चों का एक मिश्रित संस्थान था। इसे इंटरेक्ट क्लब ऑफ इन्फिनिटी कहा जाता है, हम छात्रों के साथ एक के बाद एक कार्यशालाएं, RYLAs, विशेष प्रशिक्षण और समूह सत्र आयोजित कर रहे हैं। कॉलेज के छात्रों, डॉक्टरों, इंजीनियरों और व्यापारियों के साथ समुदाय के 62 सदस्यों वाला यह पंजिम क्लब गोवा के सबसे पुराने और प्रतिष्ठित रोटरेक्ट क्लबों में से एक है। हालांकि इस क्लब का गठन 1971 में हुआ था, मगर हमने कुछ वर्षों के बाद अपना अधिकरण खो दिया और फिर नवंबर 1998 में इसे दोबारा शुरू किया गया। गोवा के काफी रोटेरियन हमारे क्लब के रोटरेकटर रह चुके है, 23 वर्षीय सिकेरा ने बताया जो अपने परिवार के रियल एस्टेट व्यवसाय को संभालते है।

गोवा में विकलांग लोगों के लिए एक वार्षिक छह दिवसीय कार्यक्रम, पर्पल फेस्ट के आयोजकों के साथ इस रोटरेक्ट क्लब की साझेदारी है। हमने इस साल एक नेत्रहीन कार रैली आयोजित करने में मदद की जहाँ दृष्टिबाधित प्रतिभागियों ने ब्रेल लिपि में दिए गए एक निर्देश पत्र में उन्हें बताए गए मार्ग के माध्यम से दृष्टि चालकों का मार्गदर्शन किया।

जल्द ही यह क्लब एक नए सैटेलाइट रोटरी क्लब को अधिकृत करेगा जहाँ हमारे वरिष्ठ रोटरेकटरों और अन्य लोगों को फेलोशिप के साथ-साथ सामुदायिक सेवा की अपनी यात्रा को आगे बढ़ाने के लिए एक उचित स्थान मिलेगा, वह मुस्कुराते हैं।■

बाएं: वन ट्रेक के दौरान रोटरेक्टर्स एक दुर्लभ वनस्पति को देख रहे हैं।

दाएं: खांडेपार के गुफा मंदिर में रोटरेक्टर्स और विशेषज्ञ।

Rotary PEOPLE OF ACTION

पेडल की ताकत

किरण ज़ेहरा

रविवार की सुबह, मुंबई के पास सोगे गांव के जिला परिषद स्कूल के तीन छात्र - वेदांत, मयंक देसाले और चिन्मय रत्नाकर - खाली खेल के मैदान और सुनसान कक्षाओं से होते हुए साइकिल के कलपुर्जों से भरे कमरे में गए। उन्होंने दो कारीगरों सुलेमान और अनीस के साथ मिलकर 60 नई साइकिलों को बनाने का कार्य शुरू किया। यांत्रिकी में उनकी रुचि के कारण, तीनों ने जल्द ही काम सीख लिया। मुझे यकीन नहीं हो रहा कि हमने यह कर दिया! ये साइकिलें हमारे दोस्तों के लिए तैयार थी, और हम उनकी प्रतिक्रिया देखने का इंतजार नहीं कर सकते थे, वेदांत कहता हैं।

अप्रैल 2024 में, रोटरी क्लब ठाणे हिल्स, रोई मंडल 3141, के सदस्यों ने छात्रों की जरूरतों को समझने के लिए इस स्कूल का दौरा किया। उन्हें पता चला कि आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों के कई छात्र लंबी दूरी की यात्रा करते हैं, जिससे नियमित उपस्थिति मुश्किल हो जाती है। क्लब के अध्यक्ष गोविंद खेतान याद करते हैं, जब उनसे पूछा गया कि उन्हें सबसे ज्यादा किस चीज की जरूरत है, तो छात्रों ने सर्वसम्मति से साइकिल का अनुरोध किया। क्लब ने इस गांव को गोद लिया है और शौचालय खंड का निर्माण किया है, चिकित्सा शिविर आयोजित किए हैं और हाल ही में वहां प्राथमिक विद्यालय और आंगनवाड़ी का नवीनीकरण किया है।

रोटरी क्लब ठाणे हिल्स द्वारा उपहार स्वरूप दी गई नई साइकिल के साथ एक छात्र।

छात्र वेदांत, मयंक दासले और चिन्मय रत्नाकर साइकिलें असेंबल करते हुए।

शुरुआत में, क्लब ने पुरानी साइकिलों की मरम्मत पर विचार किया, लेकिन जल्द ही इसमें शामिल लॉजिस्टिक चुनौतियों का एहसास हुआ। इसके बजाय, हमने धन जुटाने और नई साइकिलें खरीदने का फैसला किया। प्रोजेक्ट उड़ान के तहत, हमने ₹2.5 लाख एकत्र किए और नई साइकिल खरीदी। साइकिल के पुर्जे लुधियाना से डिलीवर किए गए थे, लेकिन वितरित करने से पहले उन्हें जोड़ने की जरूरत थी, खेतान कहते है।

साइकिलों को जोड़ने का काम सुलेमान और अनीस को दिया गया। तीनों छात्र ने उत्सुकता से कारीगरों का हाथ बंटाया और सप्ताहांत में साइकिल को जोड़ने में मदद की। उनकी भागीदारी से न केवल कार्य जल्द पूरा हुआ, बल्कि उन्हें उस चीज़ का व्यावहारिक अनुभव और आनंद भी मिला जो उन्हें सबसे ज्यादा पसंद है, खेतान कहते हैं।

महीने के अंत तक, 57 छात्रों को अपनी नई साइकिल मिली। साइकिल मिलते ही उनके चेहरे खुशी से चमक उठे। उन्होंने वेदांत, चिन्मय और मयंक को गले लगा लिया, और उन्हें ङ्गइंजीनियरफ कहा! यह बहुत ही अद्भुत दृश्य था, खेतान याद करते हैं।

सर्वाइकल कैंसर से जंग

क्लब की सचिव डॉ अनघा कारखानीस और क्लब अध्यक्ष खेतान द्वारा परिकल्पित *प्रोजेक्ट एम्पावेरहर - बिकॉज़ शी मैटर्स* के माध्यम से क्लब का उद्देश्य 9-14 वर्ष की आयु की लड़कियों का एचपीवी टीकाकरण करके सर्वाइकल कैंसर को रोकना है, जो डब्ल्यूएचओ के 15 वर्ष की आयु तक 90 प्रतिशत लड़कियों के टीकाकरण के लक्ष्य के अनुरूप है। यह परियोजना युवतियों को उनके स्वास्थ्य की सुरक्षा के लिए ज्ञान और उपकरणों के साथ सशक्त बनाने के बारे में है, अनघा कहती हैं।

पीआरआईडी अशोक महाजन ने क्लब को आदित्य बिड़ला ग्रुप से ₹1.7 करोड़ दिलाने में मदद की। धन का उपयोग एचपीवी टीके खरीदने, जागरूकता सत्र आयोजित करने, टीकाकरण शिविर आयोजित करने और चिकित्सा जांच करने के लिए किया गया था। स्थानीय स्वास्थ्य अधिकारियों, स्कूलों और सामुदायिक नेतृत्वकर्ताओं के साथ सहयोग करते हुए, क्लब ने लाभार्थियों की पहचान की और गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर और टीकाकरण लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए आउटरीच कार्यक्रम आयोजित किए।

5,800 लड़कियों को उनके माता-पिता की सहमति से टीका लगाया गया। लाभार्थियों को प्रमाण पत्र दिए गए, और अनुवर्ती खुराकों के लिए रिकॉर्ड रखा गया।■

एक डॉक्टर 2023-24 क्लब सचिव डॉ अनघा कारखानिस, पीआरआईडी अशोक महाजन और क्लब अध्यक्ष गोविंद खेतान की उपस्थिति में एक छात्रा को गर्भाशय ग्रीवा कैंसर का टीका लगाते हुए।

मंडल गतिविधियाँ

RID 2981

RID 3020

RID 3000

RID 3012

RID 3011

रोटरी क्लब नागापट्टिनम
रो ई मंडल 2981

एक व्यावसायिक केंद्र को अपग्रेड किया गया (₹6 लाख) और पीडीजी एन गोविंदराज और तत्कालीन डीजीई एस भास्करन की उपस्थिति में इसका उद्घाटन किया गया।

रोटरी क्लब त्रिची डायमंड सिटी क्वींस
रो ई मंडल 3000

प्रोजेक्ट 365 डेज ट्री फ़ेस्टिवा नेशनल कॉलेज, त्रिची में आयोजित किया गया था, जिसमें डीजीएन आर सुब्रमणि ने व्याख्यान दिया था। रोटेरियन, रोटरेक्टर और विद्यार्थियों ने पौधे लगाए।

रोटरी क्लब दिल्ली सफदरजंग
रो ई मंडल 3011

राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में सड़क विक्रेताओं को गर्मी की धूप से बचाने के लिए छाते दान किए गए। लाभार्थियों ने इस कार्य के लिए क्लब को धन्यवाद दिया।

रोटरी क्लब दिल्ली मयूर विहार
रो ई मंडल 3012

चार्टर्ड अकाउंटेंट दिवस के 75वें वर्ष के अवसर पर आईसीएआई की उत्तरी भारत क्षेत्रीय परिषद में एक रक्तदान शिविर में 55 यूनिट से अधिक रक्त एकत्र किया गया।

रोटरी क्लब विशाखापत्तनम
रो ई मंडल 3020

क्लब के अध्यक्ष विनय गांधी की स्थापना पर के एस गुप्ता मेमोरियल ट्रस्ट के सौजन्य से सरकारी स्कूलों में मेधावी छात्रों को छात्रवृत्ति दी गई।

मंडल गतिविधियाँ

RID 3120

RID 3056

RID 3060

RID 3100

RID 3090

रोटरी क्लब जयपुर गुरुकुल
रो ई मंडल 3056

गर्मियों के दौरान सड़क पर रहने वाले जानवरों और पालतू जानवरों को पानी उपलब्ध कराने के लिए सांगानेर क्षेत्र में परिवारों को पानी के कटोरे और माइक्रो स्टोरेज टैंक दान किए गए थे।

रोटरी क्लब सूरत तापी
रो ई मंडल 3060

मीनाबेन उपाध्याय द्वारा प्रायोजित 10 मशीनों वाला एक सिलाई केंद्र, इसका उद्घाटन लाजपोर मुस्लिम वेलफेयर ट्रस्ट, यूके के सहयोग से किया गया।

रोटरी क्लब पटियाला मिड टाउन
रो ई मंडल 3090

राजीव गोयल के सहयोग से रोटरी भवन में अपना प्रशिक्षण पूरा करने के बाद 17 लड़कियों को सिलाई मशीनें (₹55,000) वितरित की गईं।

रोटरी क्लब मोरादाबाद ब्राइट
रो ई मंडल 3100

डीजी दीपा खन्ना दसवा घाट पर एक चिकित्सा शिविर में मुख्य अतिथि थीं, जिसमें 300 से अधिक रोगियों का निदान किया गया था। महिलाओं को सेनेटरी पैड वितरित किये गये।

रोटरी क्लब कुशीनगर
रो ई मंडल 3120

सिनर्जी स्पेशलिटी हॉस्पिटल और कैंसर केयर हॉस्पिटल के संयुक्त तत्वावधान में निरंकारी इंटर कॉलेज, कसया में आयोजित स्वास्थ्य शिविर में लगभग 600 रोगियों की जांच की गई।

शब्दों की दुनिया

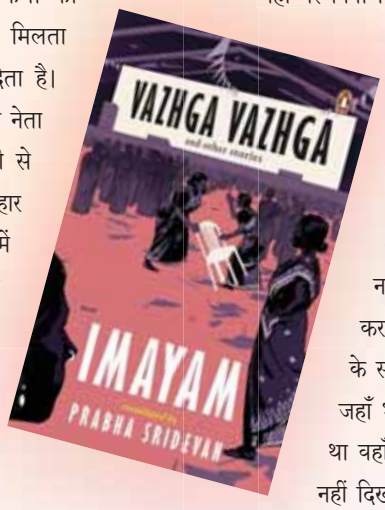
क्या लेखक गैर-राजनीतिक हो सकते हैं?

संध्या राव

तमिल लेखक इमायम के आलंकारिक प्रश्न उनकी कहानियों के बारे में सूचित करते है जिससे हमारा दिमाग उलझ कर रह जाता है।

भारत, ब्रिटेन, फ्रांस और ईरान में दिलचस्प नतीजों वाला चुनावी मौसम चल रहा है और अमेरिका में भी यह मौसम आने वाला है। यह संयोग था कि मुझे प्रभा श्रीदेवन द्वारा अनुवादित तमिल लेखक इमायम को पढ़ने का अवसर मिला। जहाँ प्रभा श्रीदेवन मद्रास उच्च न्यायालय की पूर्व न्यायाधीश थी वहीं इमायम को सामाजिक-राजनीतिक परिवेश से प्रेरित लेखन के लिए जाना जाता है। वह कहते है, वास्तव में साहित्यिक ग्रंथ अपनी राजनीतिक वास्तविकता से बच नहीं सकते और यह आधार वाक्य *वाळगा वाळगा* को रेखांकित करता है, जो एक उपन्यास और दो लघु कथाओं का एक संकलन है।

शीर्षक का अर्थ है मजुग जुग जिएं,फ और यह अपने आप में एक संभावित राजनीतिक परिदृश्य की ओर इशारा करता है और यह उपन्यास वास्तव में इसी के बारे में है। पार्टी कार्यकर्ता वेंकटेश पेरुमल को पार्टी नेता द्वारा संबोधित की जाने वाली एक राजनीतिक रैली के लिए भीड़ को इकट्ठा करने का काम सौंपा गया जिसके पोस्टर हर जगह प्रदर्शित किए गए। जैसा कि एक व्यक्ति पेरुमल से कहता है, 'आपने उसे कांची कामाक्षी, मदुरै मीनाक्षी, समयपुरम मारियम्मन, वेलनकन्नी माता और यहाँ तक कि मदर तमिल, तमिळताई के रूप में चित्रित करते हुए पोस्टर और कट-आउट लगाए है। क्या यह बहुत ज्यादा नहीं है?' यह राजनीति का 'बहुत अधिक' है, इस मामले में द्रविड़ राजनीति, जो इस उपन्यास में दिखाई देती है और इसके संदर्भों या इसके इरादे को छिपाने का कोई प्रयास नहीं करती। यह एक कथा सुनाते हुए पाठक को लगभग वास्तविक समय में अपने साथ ले जाती है जिससे इस कथा को एक विशिष्ट तमिल स्वाद मिलता है जो अलग ही प्रभाव देता है। 'आपकी थलाइवी, आपकी नेता अपनी पार्टी में हर किसी से एक कुत्ते से भी बदतर व्यवहार करती हैं। आप उस पार्टी में कैसे हो सकते हैं?' किसी ने पूछा। पेरुमल जानते हैं कि वह जानबूझकर उन्हें उकसा रहा है, इसलिए वह जवाब देते हैं, 'भले ही वह उनके साथ ऐसा व्यवहार करती हों मगर वह उन्हें विधायक, सांसद और मंत्री जैसे पद भी देती हैं।' क्या मुआवजा है?!



इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता कि एक नेता कितना लोकप्रिय है, यह एक खुला रहस्य है कि राजनीतिक रैलियों की अधिकतर भीड़, विशेषरूप से चुनावों के दौरान मरिश्वत और भ्रष्टाचारफ के माध्यम से जबरदस्ती रैली स्थलों पर लाई जाती है, जैसा कि कुछ पुराने लोग कहना नहीं चाहते। मतलब, चंद रुपयों के साथ मिश्रित चावल और पानी की एक बोतल देकर उनको वहाँ लाया जाता है। अगर वे बहुत भाग्यशाली हैं तो कभी-कभी उन्हें मांसाहार भी मिल जाता है। *वाळगा वाळगा* एक राजनीतिक रैली की कहानी को धैर्यवान नागरिकों के दृष्टिकोण से देखती है जो प्रतिकूल परिस्थितियों में अपने नेता के आने का इंतजार करते रहते है, करते रहते है, और वो अक्सर उनका नेता होता भी नहीं हैं। इमायम इन दृश्यों का जीवंत वर्णन प्रस्तुत करते है। उदाहरण के लिए, 'वहाँ पर बिना किसी अपवाद के हर एक महिला, उसके जैसी टोपी या साड़ी पहने हुए उसके प्रशंसक के रूप में खड़ी है। भीड़ में खड़े होने की वजह से उन सभी को अत्यधिक गर्मी लग रही थी मगर वे भीड़ से अलग जाकर कहीं छाया में खड़ी नहीं हो सकती। भीड़ को समायोजित करने के लिए 400-500 एकड़ भूमि के सभी पेड़ों को काट दिया गया था। जहाँ भी नज़र घुमाकर देखा जा सकता था वहाँ पर एक भी पेड़, पौधा या लता नहीं दिखाई दे रही थी। जो दिखाई दे रहा था वो बस पार्टी के झंडे, तोरण, कट-आउट और डिजिटल बैनर थे।' सही है।

हालांकि हम जानते हैं कि यह इंतजार कितना लंबा हो सकता है मगर संभावित रूप से हम यह नहीं जानते या हमने इस बारे में नहीं सोचा होगा कि इस प्रतीक्षा का परिणाम क्या होगा। इमायम इसके बारे में

हमें बहुत ही बारीकी से बताते है। सूरज उनके ऊपर तप रहा है, वे प्यासे हैं, उन्हें खुद को राहत देने की आवश्यकता है, उन्हें अपने घर की चिंता सता रही है... इमायम एक ऐसी कहानी को कैसे खींचते है जो आगे बढ़ती हुई नज़र तो नहीं आती मगर यह वास्तव में लगातार आगे बढ़ती है, यह कहानी कहने के उनके कौशल के लिए सम्मान की बात है।

इस संकलन की दो लघुकथाएँ इस उपन्यास से और एक-दूसरे से बिल्कुल अलग हैं। 'तिरुनीरू सामी' उत्तर भारत की एक महिला को एक दक्षिण भारतीय से शादी करने के लिए एक दूसरे के सामने खड़ा करती है, जो काफी घिसा-पिटा सा प्रतीत होता है। लेकिन ऐसा नहीं है। फिर से लेखक जीवन और रिश्तों के अपने गहरे अनुभवों का इस्तेमाल करते हुए इस कहानी को प्रत्यक्ष रूप से रोमांचक बना देते है। यह व्यक्तिगत स्तर पर स्थानीय-वैश्विक द्विगुणों को प्रस्तुत करने के साथ ही सार्वभौमिक सत्य को भी प्रस्तुत करता है। कथा शैली भी, उपन्यास से सूक्ष्म रूप से अलग है क्योंकि यह कहने में अधिक सहज और समेकित है। यह युगल किस बात पर बहस कर रहे है? किस जगह पर अपने दो छोटे बच्चों का मुंडन समारोह करवाएं। अन्नामलाई इसे तमिलनाडु में अपने परिवार के पूजा स्थल पर करवाना चाहते हैं जो संत तिरुनीरू सामी को समर्पित स्थल है। पत्नी वर्षा इस पर कड़ी आपत्ति जताती है। इमायम इस मदुविधा' का समाधान न करने का विकल्प चुनते है; वह एक अध्ययन प्रस्तुत करते है जिससे एक बार फिर हम जुड़ाव महसूस कर सकते हैं।

तमिल लेखक **इमायम**

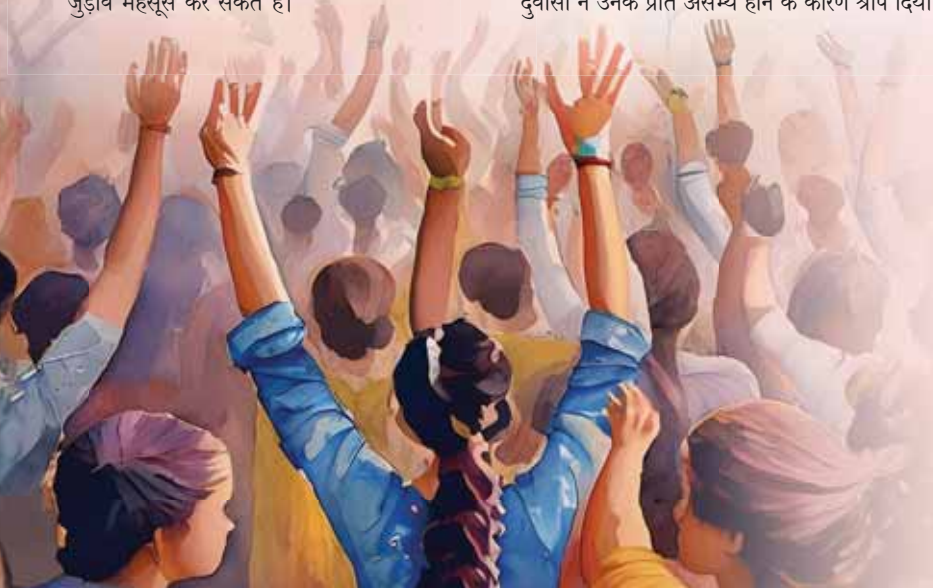
कहानी के एक बिंदु पर वर्षा का भाई आलोक इस झगड़े में शामिल होता है। वह बैठकर अन्नामलाई की बात सुनता हैं और धीरे-धीरे आश्वस्त होते दिखाई देता हैं। जब वह अपने जीजा की वकालत करने की कोशिश करता है, तो वर्षा प्रतिक्रिया देते हुए कहती है कि यह 'बिना सिर-पैर की बात है'।

'मुझे यकीन है कि अन्नामलाई हमसे झूठ नहीं बोलेंगे,' आलोक कहता हैं। जिस पर वर्षा जवाब देती हैं, 'वह झूठ नहीं बोलेंगे बल्कि हमें कहानियां सुनाएंगे।' झूठ नहीं, कहानियां! यह वाक्य ऐसा लगता है मानो किसी ने हमारे शरीर पर एक मुक्का मारा हो और हम हिल गए हो। इसके बारे में सोचिए: यह लेख, यह पत्रिका, हम इंसान... यह सब कहानियों के बारे में ही तो है, हम सभी कहानियों के बारे में ही हैं, हमारा जीवन कहानियां हैं। हम एक-दूसरे से जो कुछ भी कहते हैं उसे कहानियों, उपाख्यानों, लघु कथाओं, लघु उपन्यासों, उपन्यासों, महाकाव्यों के रूप में देखा जा सकता है।

दूसरी कहानी पूरी तरह से अलग है। यह एक पौराणिक कथा है, मसंबन, कृष्ण का पुत्र M- एक अनकही कहानीफा इमायम को पढ़ने से पहले मैं इस कहानी के बारे में नहीं जानती थी और ना ही मैं इस परिप्रेक्ष्य पर टिप्पणी करने की स्थिति में हूँ इसलिए बस इसका विवरण दूँगी। इमायम का संस्करण जंबावती से कृष्ण के पुत्र, संबन की बात करता है, जिसे ऋषि दुर्वासा ने उनके प्रति असभ्य होने के कारण श्राप दिया था। इस वजह से संबन ने एक अकर्मण्य राजकुमार के आनंद से भरे जीवन को खो दिया और उसे महल छोड़कर जाना पड़ा। वह कठिन परीक्षाओं और दुखों से गुजरता है और अंततः कुष्ठ रोग से पीड़ित हो जाता है। वह सूर्य देव की पूजा करके स्वयं भी ठीक होता है और दूसरों की भी ठीक होने में मदद करता है। इमायम बताते है कि वह अपने इस अभिशाप से कैसे मुक्त होता है और वह अपने और अपने जीवन के बारे में क्या सीखता है। बड़ी गंभीरता के साथ वह नारद से कहते हैं, म... मुझे एहसास हुआ कि यह जीवन तूफान में जलते दीपक की तरह ही अस्थायी है। मानव जीवन अत्यंत सूक्ष्म है। मेरे पास मेरे माता-पिता थे। मेरे पास हाथी, सेना, सैनिक, महल और असीम धन था। लेकिन जब मैं यहाँ आया तो मैं बिल्कुल अकेला था, अकेला मैं। मेरे साथ बस यह बीमारी आई।फ नारद, दुर्वासा, कृष्ण, सूर्यदेव जैसे महान पात्रों के बावजूद यह कहानी सामाजिक-राजनीतिक संदेशों से भरी हुई है, जो इमायम की इस धारणा को चरितार्थ करती है कि लेखक कभी भी गैर राजनीतिक नहीं हो सकते।

और भारतीय संदर्भ में अगर राजनीति आती है तो क्या धर्म पीछे रह सकता है? यह लघुकथाएँ अपने तरीके से हमारे मन में अनुष्ठान, विश्वास, आस्था और धर्म एवं विज्ञान के बीच संबंधों को प्रदर्शित करती हैं। क्या यह जानबूझकर किया गया था? या यह स्वाभाविक है? यह पाठक को तय करना है। अभी के लिए मैंने लघु कथाओं का एक और संग्रह शुरू किया है, इस बार हिंदी के प्रसिद्ध लेखकों द्वारा लिखित और जय रतन जैसे अनुभवी द्वारा अनुवादित। ये कहानियाँ किस तरह के अनुभव प्रदान करेंगी? इन कहानियों में किस तरह की दुनिया दिखाई देगी?

वाळगा वाळगा के अनुवाद के बारे में एक शब्द यहां प्रासंगिक होगा: जहाँ लघुकथाएँ अच्छी तरह से काम करती हैं वहीं उपन्यास कभी-कभी वास्तविक लगता है और कभी-कभी कृत्रिम। मगर कुल मिलाकर यह बिना किसी छल के तमिल जगत में ले जाता है और यह बड़ी बात है। अब यह मंच 'हिंदी' विचारों के साथ जुड़ने के लिए तैयार है।



स्तंभकार बच्चों की लेखिका और वरिष्ठ पत्रकार हैं।

आपके गवर्नर्स

दीपा खन्ना

शिक्षा

रोटरी क्लब मोरादाबाद ब्राइट, रो ई मंडल 3100

ऐन से मंडल नेता तक

दीपा खन्ना ने रोटरी एन के रूप में अपनी रोटरी यात्रा शुरू की, और मोरादाबाद में पोलियो राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस (एनआईडी) में मदद की। वह अपने पति के साथ मिलकर माताओं को अपने बच्चों को पोलियो ड्रॉप पिलाने के लिए मनाने में शामिल हो गईं। ''केवल रोटरी के पास उन जगहों पर जाने, लोगों से बात करने और उन्हें समझाने की शक्ति थी। मैं वास्तव में रोटरी की शक्ति से प्रभावित थी,'' वह कहती हैं।

अपने पति, अनिल खन्ना से प्रोत्साहित होकर, दीपा रोटरी में शामिल हो गईं और जिले में उच्च भूमिकाएँ निभाईं। डीजी के रूप में उन्होंने 1.5 मिलियन डॉलर का फाउंडेशन-गिविंग लक्ष्य निर्धारित किया है और प्रत्येक क्लब के लिए 'सनशाइन बॉक्स' की शुरुआत की है ''न देने वाले सदस्यों को प्रति बैठक कम से कम 1 डॉलर दान करने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए।''

रोटरी वर्ष के अंत में सदस्यों के छोड़ने के मुद्दे को संबोधित करने के लिए, दीपा ने क्लबों से बैठकों को अधिक संवादात्मक बनाने और सदस्यों के हितों को समझने के लिए कहा है। उन्होंने इस वर्ष नए सदस्यों के लिए मंडल सम्मेलन में भाग लेना भी अनिवार्य कर दिया है।

दीपा का ध्यान रोटरी की विविधता, समानता और समावेशन (डीईआई) नीति के साथ जुड़ने और क्लब सदस्यता में विविधता लाने, अधिक महिला सदस्यों को शामिल करने और एलजीबीटीक्यूआईए पर जागरूकता पैदा करने पर है।

अखिल मिश्रा

शिक्षा

रोटरी क्लब जबलपुर साउथ, रो ई मंडल 3261

नए सदस्यों के लिए मार्गदर्शन

अखिल मिश्रा ने 2016 में अपनी रोटरी यात्रा शुरू की। कोविड लॉकडाउन के दौरान मैंने रोटरी की असली ताकत देखी। ''हम सिर्फ भोजन और अन्य आवश्यक वस्तुएं दान नहीं कर रहे थे। हम लोगों की पीड़ा को कम कर रहे थे,'' वह कहते हैं।

उनकी स्थापना के दिन जिले ने एक अंध विद्यालय को ₹21 लाख की बस दान में दी। जिला अस्पतालों को डायलिसिस उपकरण भी दान कर रहा है और मानसिक विकलांग बच्चों के लिए पुनर्वास केंद्र भी शुरू कर रहा है। बाल चिकित्सा हृदय शल्य चिकित्सा करने की एक परियोजना पाइपलाइन में है।

मिश्रा सदस्यता जुड़ाव और प्रतिधारण पर ध्यान केंद्रित करते हैं, नए सदस्यों को वरिष्ठ रोटेरियन के साथ जोड़कर एक मेंटरशिप कार्यक्रम लागू करते हैं ताकि उन्हें रोटरी को बेहतर ढंग से समझने में मदद मिल सके। उन्होंने अपने जिले में रोटरी छोड़ने वाले सदस्यों की सूची मांगी है और उनके साथ फिर से जुड़ने की योजना बनाई है। ''मैं उनके जाने का कारण जानना चाहता हूं और उन्हें वापस आने के लिए प्रोत्साहित करना चाहता हूं।''

डीईआई के प्रति प्रतिबद्ध, मिश्रा अपने क्लबों से जागरूकता सेमिनार आयोजित करने और चार्टरिंग ट्रांसजेंडर क्लब जैसी पहल का पता लगाने का आग्रह कर रहे हैं।

से मिलिए

किरण ज़ेहरा

सुखमिंदर सिंह

कार सहायक उपकरण वितरक

रोटरी क्लब एमेनिटी बर्धमान, रो ई मंडल 3240

निरंतरता सुनिश्चित करना

वह 1998 में एक शर्त के साथ रोटरी में शामिल हुए: ''मुझसे मंच पर आने और किसी सभा को संबोधित करने के लिए कभी न कहें। लेकिन सार्वजनिक रूप से बोलने का मेरा डर रोटरी की बदौलत गायब हो गया।''

इस वर्ष, सुखमिंदर का लक्ष्य 250 नए सदस्यों को शामिल करना है, जिसका ध्यान युवा सदस्यों, रोटरेक्टर्स, इंटरेक्टर्स और महिलाओं पर केंद्रित है। हमारे मंडल में महिला रोटेरियनों का योगदान और उनके नवीन विचार उल्लेखनीय हैं। सदस्यों को बनाए रखने के लिए, मंडल अभिविन्यास कार्यक्रम लागू कर रहा है और सदस्यों के कौशल के साथ सेवा परियोजनाओं को सरेखित कर रहा है, जबकि रोटरी की सार्वजनिक छवि को बढ़ाने के लिए सोशल मीडिया पर मंडल परियोजनाओं को बढ़ावा दे रहा है। रोटरी को प्रभावी ढंग से बढ़ावा देने के लिए क्लबों के पास अब तीन साल की रणनीतिक योजना होनी चाहिए।

टीआरएफ दान का उनका लक्ष्य 700,000 डॉलर है।

आईपीडीजी नीलेश अग्रवाल की पहल पर आगे बढ़ते हुए, सुखमिंदर पर्यावरण से संबंधित सीएसआर परियोजनाओं को पूरा करने, अस्पतालों को मशीनरी प्रदान करने और एक श्मशान का निर्माण करने के लिए प्रतिबद्ध है।

एन एस सरवनन

प्रक्रिया सामग्री

रोटरी क्लब चेन्नई मित्रा, रो ई मंडल 3234

कैंसर स्क्रीनिंग, फेलोशिप पर ध्यान

सरवनन सदस्यों को रोटरी के बारे में अपनी समझ बढ़ाने के लिए *rotary.org* का पता लगाने और *रोटरी समाचार* पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। वह ''सूचित भर्ती'' पर जोर देते हैं, ''संभावित सदस्यों को रोटरी के बारे में जानने, कम से कम तीन क्लब बैठकों में भाग लेने, अपने जीवनसाथी को शामिल करने और शामिल होने से पहले क्लब परियोजनाओं में शामिल होने'' की सलाह देते हैं।

उन्होंने क्लब अध्यक्षों से रोटरी के वैश्विक प्रभाव को उजागर करने और नए सदस्यों को फ़ेलोशिप समूहों से परिचित कराने का आग्रह किया। 30 प्रतिशत मंडल नेतृत्व महिलाओं के पास होने के कारण, उनका ध्यान उनके स्वास्थ्य और सशक्तिकरण पर है, और महिला रोटेरियन, एन्स, एनेट्स और रोटारक्टर्स के लिए स्तन कैंसर स्क्रीनिंग अभियान शुरू किया गया है। ट्रांसजेंडरों के लिए एक रोटरी कम्युनिटी कोर भी शुरू किया गया है।

सरवनन ने *मैजिक 30 गुल्लक* की शुरुआत की है, जो क्लब के सदस्यों को प्रतिदिन 30 रुपये दान करने के लिए प्रोत्साहित करता है ताकि वे प्रत्येक वर्ष के अंत में टीआरएफ में कम से कम 100 डॉलर का योगदान कर सकें। उनके नेतृत्व में एक प्रमुख परियोजना चेन्नई ट्रैफिक पुलिस के लिए 100 जैव-शौचालय प्रदान कर रही है।

एन कृष्णमूर्ति द्वारा रूपरेखा

रोटरी मेडिकल मिशन टीम के साथ परियोजना अध्यक्ष रंजीत भाटिया (खड़े, मध्य में), टीम लीडर अरुण मोंगिया (भाटिया के पीछे) और परियोजना समन्वयक रमन अनेजा (बैठे हुए, दाएं से तीसरे)।

Rotary PEOPLE OF ACTION

मोज़ाम्बिक में लोगों का उपचार

वी मुत्तुकुमारन

मेडिकल कैंप में पार्किंसन रोग का इलाज कराने के बाद फर्नांडा।

अफ्रीका में रोटरी के चिकित्सा मिशनों में चिकित्सीय चमत्कार होते रहते हैं। ऐसा ही एक है 59 वर्षीय फर्नांडा का पूरी तरह से ठीक हो जाना, जो पिछले 10 वर्षों से द्विपक्षीय आराम के झटकों से पीड़ित थे, और कुर्सी से उठ नहीं सकते थे या बिना सहारे के चल नहीं सकते थे। पार्किंसंस रोग के कारण पिछले पांच वर्षों में वह हर चीज के लिए पूरी तरह से निर्भर थी, रोटरी मेडिकल मिशन टू मोजाम्बिक,'' अफ्रीका के प्रोजेक्ट चेयर पीडीजी रंजीत भाटिया ने कहा।

फर्नांडा को मोजाम्बिक के चिमोइओ में प्रांतीय सरकारी अस्पताल में न्यूरोलॉजी ओपीडी में लाया गया, जहां 26 सदस्यीय रोटरी वोकेशनल टेक्निकल ट्रेनिंग मिशन (आरवीटीटीएम) को अप्रैल 2024 में 11 दिनों तक मरीजों के इलाज और गंभीर सर्जरी में स्थानीय डॉक्टरों को प्रशिक्षित करने के लिए तैनात किया गया था। उसे लेवोडोपा की एक मजबूत खुराक दी गई, और डॉक्टरों ने उसकी नैदानिक प्रतिक्रिया देखी, हमें आश्चर्य हुआ, ''वह नाटकीय रूप से ठीक हो गई, हमारे ओपीडी तंबू में चली गई, और यहां तक कि अंगूठे के साथ मुस्कुराने में भी उसे कुछ समय लगेगा बोलने के लिए। क्या यह कोई चमत्कार नहीं है,'' भाटिया ने याद किया।

रोटरी टीम, जिसमें विभिन्न विशिष्टताओं के 18 डॉक्टर और आठ रोटेरियन स्वयंसेवक शामिल थे, 14 अप्रैल को मोज़ाम्बिक के लिए 1,000 किलोग्राम सर्जिकल उपकरण और दवाओं के साथ हरियाणा से रवाना हुए और उपलब्धि की भावना के साथ 28 अप्रैल को वापस लौटे। टीम लीडर आईपीडीजी अरुण मोंगिया (रो ई मंडल 3080) ने कहा, ''हमने न केवल मरीजों का इलाज किया बल्कि स्थानीय डॉक्टरों को जटिल सर्जरी करने के लिए प्रशिक्षित भी किया। हमने सरकारी अस्पताल को चिकित्सा उपकरण और आपूर्ति भी दान की। यह सबसे संतोषजनक मिशन था।'' स्थानीय सरकार और लोग दोनों बहुत मददगार थे, क्योंकि उनके पास

चिकित्सा सुविधाओं की कमी थी और गंभीर रूप से बीमार मरीजों को संभालने के लिए विशेषज्ञ डॉक्टर भी नहीं थे।

रोटरी क्लब पानीपत रोयाल, रो ई मंडल 3080 के नेतृत्व में, जिसे चिकित्सा मिशन के लिए 90,00 डॉलर का वैश्विक अनुदान प्राप्त हुआ, इस परियोजना को आरसी चिमोइओ प्लानाल्टो, रो ई मंडल 9210, और रो ई मंडल 3080-इंडिया ($15,000), 3552-फ्लोरिडा, यूएस (20,000) द्वारा भी प्रायोजित किया गया था। , 3650-दक्षिण कोरिया ($10,000), और 9210-मोज़ाम्बिक ($5,000) जिला निधि के माध्यम से। रोटेरियन डॉक्टरों ने 3,700 से अधिक ओपीडी रोगियों की जांच की और आंख, सामान्य, प्लास्टिक, आर्थोपेडिक, स्त्री रोग, ईएनटी और दंत चिकित्सा सहित विशिष्टताओं में 827 सर्जरी कीं।

परियोजना समन्वयक पीडीजी रमन अनेजा, चिकित्सा निदेशक डॉ. करण सिंह, मोज़ाम्बिक पीडीजी नेला बेटेनकोर्ट और पूर्व अध्यक्ष गिसेला मिरक्लो ने मिशन के लिए लॉजिस्टिक्स को अंतिम रूप देने के लिए कई महीनों तक एक साथ काम किया। मोंगिया ने बताया, ''हमारे रो ई मंडल 3080 ने अब तक 44 मेडिकल मिशन आयोजित किए हैं - 16 अफ्रीकी देशों में 27 और भारत के विभिन्न राज्यों में 17। आरवीटीटीएम अवधारणा की शुरुआत पीआरआईपी राजेंद्र साबू ने की थी, जिन्होंने 1998 में पहला मिशन लॉन्च किया था।''

अगस्त में, डीजी राजपाल सिंह इथियोपिया में दो सप्ताह के चिकित्सा मिशन का नेतृत्व करेंगे, जो वर्तमान में योजना चरण में है। रो ई मंडल 3141, 3131 (महाराष्ट्र), 3056, 3060 (गुजरात) और 3070 (पंजाब) के रोटेरियन डॉक्टरों ने भी मिशन में भाग लिया, और प्रांतीय अस्पताल के निदेशक डॉ. मारिलिया डी मोराई पुगास और उनकी टीम से शानदार आतिथ्य प्राप्त किया। मोजाम्बिक में भारतीय उच्चायुक्त, रॉबर्ट शेटकिंटोंग, रोटरी टीम से मिलने के लिए राजधानी मापुटो से उड़ान भरी, जिन्होंने बाद में अपने प्रवास के दौरान गोरोंगोसा राष्ट्रीय उद्यान का दौरा किया।■

एचआईवी पॉजिटिव बच्चों के लिए बेकिंग कौशल

टीम रोटरी न्यूज़

अरुणिमा हॉस्पिस में बच्चों के साथ क्लब के सदस्य।

एचआईवी संक्रमित बच्चों की गरिमा सुनिश्चित करने के लिए, रोटरी क्लब कलकत्ता प्रेसीडेंसी, रो ई मंडल 3291 ने विभिन्न स्वादों में कुकीज़ बनाने और बेकरी उत्पादों को बेचने का व्यावहारिक प्रशिक्षण देने के लिए अरुणिमा धर्मशाला में उनके लिए एक बेकिंग कार्यशाला का आयोजन किया, जिससे उन्हें नियमित आय प्राप्त हुई।

क्लब ने कार्यशाला के लिए धर्मशाला को दो ओवन, एक मिक्सर और अन्य आवश्यक बेकिंग उपकरणों से सुसज्जित किया। कुछ ही समय में, ''बच्चों ने बेकिंग कौशल में महारत हासिल कर ली और खुद ही कुकीज़ बनाना शुरू कर दिया, जो चर्च के घंटों के दौरान एक डिस्प्ले टेबल से बेची जाती थीं। सभी कुकीज़ बिक गईं,'' क्लब अध्यक्ष संगीता जैन ने कहा।

बच्चों को उनके चेहरे पर खुशी और गर्व के साथ अपने नए अर्जित कौशल से आय अर्जित करते देखने के बाद, हम धर्मशाला में और अधिक कार्यशालाओं की योजना बनाने के लिए प्रेरित हुए हैं, इस प्रकार कैदियों के जीवन में मुस्कान और सम्मान लाने के हमारे प्रयास जारी रहेंगे, उन्होंने कहा। कहा। ■

Go Green

शरीर, आत्मा और ग्रह के लिए एक बगीचा

प्रीति मेहरा

एक बगीचे का पोषण करना न केवल शरीर को, बल्कि आत्मा को भी संतुष्ट करना है।

यदि किसी ने बगीचे को बनाए रखने के अर्थ को संक्षेप में प्रस्तुत किया है, तो वह विक्टोरियन कवि अल्फ्रेड ऑस्टिन हैं। उन्होंने कहा, बागवानी की महिमा: हाथ मिट्टी में, सिर धूप में, दिल प्रकृति के साथ।

इसलिए, यदि आप अपना घर बना रहे हैं या एक बगीचा विकसित करने की कोशिश कर रहे हैं, तो यह स्वाभाविक है कि आप इसे यथासंभव पर्यावरण-अनुकूल रखने की कोशिश करें - एक ऐसा बगीचा जो इसके चारों ओर की हवा को साफ करेगा, मनुष्यों और जानवरों को समान रूप से छाया देगा और सभी प्रकार के पक्षियों, तितलियों, कीड़ों और मित्रवत रेंगने वालों को आकर्षित करें जो मिट्टी को परागित और पुनर्जीवित करते हैं।

मैंने शोध किया है कि टिकाऊ बगीचे में लगाने के लिए सबसे अच्छे पौधे कौन से होंगे जो प्रकृति के नाजुक संतुलन को बनाए रखेंगे।

सबसे पहले मैंने कम रखरखाव वाले पौधों को देखा जिनकी देखभाल करना आसान होगा। लंबे लोगों में से मैं विशिष्ट उष्णकटिबंधीय ऐरेका पाम पर दांव लगाऊंगा जो 15-20 फीट तक बढ़ता

है, इसमें लंबे पंखदार पत्ते होते हैं, और कोनों में बहुत अच्छे लगते हैं। हालाँकि इसे नियमित रूप से पानी देने की आवश्यकता होती है, लेकिन इसे धूप और छाया दोनों में उगाया जा सकता है। कांटेदार बड़ी पत्तियों वाला दूसरा लंबा पौधा जो बगीचे पर हावी हो सकता है, वह है एगेव। इसे बहुत कम रखरखाव और बहुत कम पानी की आवश्यकता होती है और यह जमीन और गमले में उग सकता है।

बोगेनविलिया जैसे हेजेज किसी भी बाड़ पर खूबसूरती से फैलते हैं और रंगों के दंगे में आते हैं। यह किसी भी मिट्टी में उगता है और इसे बहुत कम पानी और छंटाई की आवश्यकता होती है। इसे कम रखरखाव वाले मकड़ी के पौधे के साथ अच्छी तरह से जोड़ा जा सकता है, जो सुंदर तरीके से लटका रहता है और फिर से सभी प्रकार की मिट्टी और प्रकाश के प्रति सहनशील होता है। इसमें लंबे पीले और हरे धारीदार पत्तों वाला स्नेक प्लांट जोड़ें और आपके पास कम रखरखाव वाला एक दिलचस्प संयोजन होगा जो आपके बगीचे की सीमाओं को सजा सकता है।

अब छोटे कम रखरखाव वाले पौधों के लिए जो केंद्र-मंच ले सकते हैं - रसीला जेड और मांसल एलोवेरा। एक कोने पर कुछ पत्तेदार सब्जियों के साथ एक छोटा सा हर्बल पैच रखना एक अच्छा विचार होगा जिसे सीधे मिट्टी से तोड़कर पकाया जा सकता है। उद्यान विशेषज्ञ ऐसे कई पौधों का सुझाव देते हैं, लेकिन मुझे तुलसी, एलोवेरा, अजवाइन, तुलसी, पुदीना, पालक और लेमनग्रास सबसे अच्छे लगे। ये हर तरह के खाना पकाने में उपयोगी होते हैं।

और सबसे खूबसूरत फूलों के बिना हमारा बगीचा कैसे हो सकता है। गुलाब ठंडी जलवायु में अच्छा पनपते हैं, लेकिन उन्हें पनपने के लिए देखभाल और अच्छी धूप की आवश्यकता होती है। अपने सफेद फूलों और लंबी, हरी पत्तियों के साथ पीस लिली एक बढ़िया विकल्प है क्योंकि इसे कम रखरखाव की आवश्यकता होती है और यह सभी प्रकाश स्थितियों में पनप सकता है। निःसंदेह, यदि आप सबसे आकर्षक फूल, जिसे बर्ड ऑफ पैराडाइज कहा जाता है, उगाना चुनते हैं तो आपका बगीचा सभी पड़ोसियों के लिए ईर्ष्या का विषय बन सकता है क्योंकि यह खूबसूरत फूल बेहद आकर्षक है और एक पक्षी के सिर जैसा दिखता है। हालाँकि, इसे नियमित रूप से पानी देने की आवश्यकता होती है लेकिन यह विभिन्न प्रकाश स्थितियों का सामना कर सकता है।

सबसे सुगंधित फूलों में से कुछ को लगाना न भूलें - चमेली, हालांकि इसे पानी की आवश्यकता होती है, लेकिन जड़ लगने या गमले में लगने के बाद यह एक प्रतिरोधी पौधा है। हिबिस्कुस एक और अच्छा विकल्प है, हालांकि नियमित रूप से पानी देना जरूरी है।

और अब जब आपका बगीचा तैयार है, तो परिधि के बारे में क्या? और इनके लिए सर्वोत्तम संभव पेड़ों की आवश्यकता है। हालाँकि यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप देश के किस हिस्से में रहते हैं, यहाँ विविधता है जिसे आप चुन सकते हैं। आइए अच्छे पुराने नीम के पेड़ से शुरू करें, लंबा, छायादार और औषधीय गुणों से भरपूर, इसे सही मायने में हरफनमौला कहा जाता है। नारंगी-पीले फूलों वाले अशोक के सदाबहार पेड़ से मेल खाते हुए, वे एक सुंदर चित्र बनाते हैं। और यदि आप इसमें गुलमोहर के पेड़ के उग्र फूलों की उग्र लाल और नारंगी रंग मिला दें तो आपके घर में छाया और एक रंगीन स्वभाव होगा। हर घर या कॉलोनी एक शानदार पेड़ पारिजात के बिना अधूरी है। सर्दियों में इसकी खुशबू और जमीन पर गिरने वाले नाजुक फूल स्वर्गीय होते हैं।

बहुत से लोग अपने घर के सामने और पीछे उपयोगी फलों के पेड़ लगाना पसंद करते हैं और यह बिल्कुल भी बुरा विचार नहीं है। अधिकांश लोगों के लिए आम का पेड़ पसंदीदा होता है जिसमें सैकड़ों किस्मों के फल होते हैं और इसे देश के किसी विशेष हिस्से में पनपने वाली किस्म के अनुसार चुना जा सकता है। जामुन का पेड़ एक बेहतरीन विकल्प है क्योंकि यह लंबा होता है, छाया देता है और प्रचुर मात्रा में जामुन के फल से भरपूर होता है जो मधुमेह रोगियों के लिए बहुत अच्छा है। अमरूद का पेड़ गर्मी के महीनों में भी आश्चर्यजनक रूप से अच्छी तरह से बढ़ता है। यह ऐसे फल देता है जो पोषक तत्वों से भरपूर होते हैं।

पानी बचाने और मिट्टी को नम रखने के लिए स्प्रिंकलर या वॉटरिंग-कैन के बजाय ड्रिप सिंचाई प्रणाली को अपनाना समझदारी होगी। रासायनिक उर्वरकों और कीटनाशकों से बचें. जैविक कीट नियंत्रण जैसे नीम या लहसुन स्प्रे या कीटों को रोकने वाले पौधों का उपयोग करना बेहतर होगा। यदि आप जैविक खेती की तकनीकों के बारे में पढ़ते हैं और रसोई के कचरे और वर्मीकम्पोस्टिंग का उपयोग करते हैं, तो आपने अपने घर में पर्यावरण-अनुकूल हरित स्थान प्राप्त कर लिया होगा।

लेखिका एक वरिष्ठ पत्रकार हैं,
जो पर्यावरण के मुद्दों पर लिखती हैं।

पश्चिम बंगाल के गांवों को मिली स्वच्छता सुविधाएं

जयश्री

टीआरएफ के तकनीकी कैडर सदस्य पीडीजी गणेश भट (दाएं से दूसरे) और उनकी पत्नी विद्या (दाएं) एक गांव में लाभार्थियों के साथ।

अंतर्राष्ट्रीय साझेदार रोटरी क्लब न्यूयॉर्क मेट्रो सिटी, यूएसए और टीआरएफ के साथ रोटरी क्लब कलकत्ता चौरंगी, रो ई मंडल 3291 की वैश्विक अनुदान परियोजना की बदौलत, पश्चिम बंगाल के गांवों में 500 से अधिक घर अब शौचालयों से सुसज्जित हैं। फाउंडेशन समिति के अध्यक्ष विक्रम टांटिया कहते हैं, ''गांवों में खुले में शौच बड़े पैमाने पर था और महिलाएं और लड़कियां विशेष रूप से इसकी प्रत्यक्ष शिकार थीं, जिससे वे स्वास्थ्य जोखिमों और लिंग आधारित हिंसा के प्रति संवेदनशील हो गईं और उनकी गरिमा और आत्म-सम्मान पर असर पड़ा।'' क्लब ने इन गांवों में व्यक्तिगत घरों में शौचालय स्थापित करने का निर्णय लिया।

कई बस्तियाँ कोलकाता से 100-200 किमी दूर सुंदरवन, कुलतली, मगराहाट, बिष्णुपुर, राजपुर और हावड़ा में स्थित हैं। ''जब हमने टीआरएफ मानदंडों के अनुसार मआवश्यकताओं का आकलनफ किया, तो हमें एहसास हुआ कि बाथरूम की भी तत्काल आवश्यकता थी। महिलाएँ एवं लड़कियाँ खुले तालाब में स्नान कर रही थीं। इसलिए हमने उन गांवों में अपनी परियोजना में सामुदायिक स्नान सुविधाएं और ट्यूबवेल जोड़े,'' वह कहते हैं। प्रत्येक में दो बाथरूम वाले स्नान स्टेशन महिलाओं की गरिमा की रक्षा करेंगे और पानी ट्यूबवेल से प्राप्त किया जाएगा। परियोजना की कुल लागत 212,000 डॉलर थी जिसे फाउंडेशन द्वारा दो चरणों में जारी किया गया था। इससे 500 शौचालय, 19 सामुदायिक स्नान स्टेशन और 28 ट्यूबवेल उपलब्ध कराने में मदद मिली। 2019 में शुरू हुआ, और कोविड के दौरान विभिन्न चुनौतियों पर काबू पाने के बाद, यह परियोजना जुलाई 2024 में पूरी हुई, और ''इससे 17 गांवों के लगभग 20,000 लोगों को लाभ हुआ।''

रो ई मंडल 3170 पीडीजी गणेश भट्ट ने टीआरएफ के

तकनीकी कैडर सदस्य के रूप में परियोजना स्थलों के अपने एक दौरे के दौरान प्रत्येक गांव को स्नान स्टेशनों और ट्यूबवेल जैसी सार्वजनिक सुविधाओं के रखरखाव के लिए एक कोष बनाने का सुझाव दिया। एक गाँव में एक बैठक में, उन्होंने महिलाओं से पूछा कि क्या वे हर दिन ₹1 का योगदान दे सकती हैं, और वे तुरंत सहमत हो गईं। इस प्रकार हर घर हर दिन एक रुपाई योजना का जन्म हुआ, जहां प्रत्येक परिवार प्रति वर्ष न्यूनतम ₹25,000 का कोष बनाने के लिए प्रतिदिन ₹1 का योगदान देता है। औसतन प्रत्येक गांव में लगभग 80 आवास हैं। भट्ट कहते हैं, यह फंड छोटी-मोटी मरम्मत और सामान्य सुविधाओं के नियमित रखरखाव का ध्यान रखते हुए परियोजना को आत्मनिर्भर बना सकता है। संचित निधि जमा करने के लिए गाँवों में बैंक खाते खोले गए।

हाथ से मैला ढोने की प्रथा को हतोत्साहित करने के लिए भट्ट, जो स्वयं एक सिविल इंजीनियर हैं, ने घरों में शौचालयों से निकलने वाले मानव अपशिष्ट को रखने के लिए जुड़वां गड्ढे स्थापित करने का सुझाव दिया। सीवेज को एक गड्ढे से दूसरे गड्ढे में भरने के लिए स्थानांतरित करने के लिए दोनों गड्ढों के बीच पीवीसी वाल्व लगाए गए थे। ग्रामीणों को अपने घरों में शौचालयों को साफ-सुथरा रखने की सीख दी गई।

रोटरी क्लब कलकत्ता चौरंगी ने परियोजनाओं के प्रशिक्षण और पर्यवेक्षण को WASH के विशेषज्ञ संगठन ग्रीन ईडीपी प्रमोशन एंड सर्विसेज को आउटसोर्स किया था। रोटरी कम्युनिटी कॉर्प्स और रोटाकिड्स, गाँव के बच्चों के लिए एक रोटरी क्लब, गाँवों में स्थापित किए गए और सदस्यों को सुविधाओं की देखरेख का काम सौंपा गया। तांतिया कहते हैं, आरसीसी सदस्यों को बैंक खाते संचालित करना, पंपों की मरम्मत करना और नल ठीक करना और अन्य रखरखाव कार्य करना सिखाया गया था। क्लब ने परियोजना कार्यकाल के दौरान ग्रामीणों के लिए पर्यावरण, स्वच्छता और स्वच्छता पर जागरूकता सत्र आयोजित किए। ■

गोवा में एक रोटरी नर्सिंग संस्थान

टीम रोटरी न्यूज़

रो ई मंडल 3170 के आईपीडीजी नासिर बोरसादवाला गोवा में नर्सिंग संस्थान का उद्घाटन करते हुए।

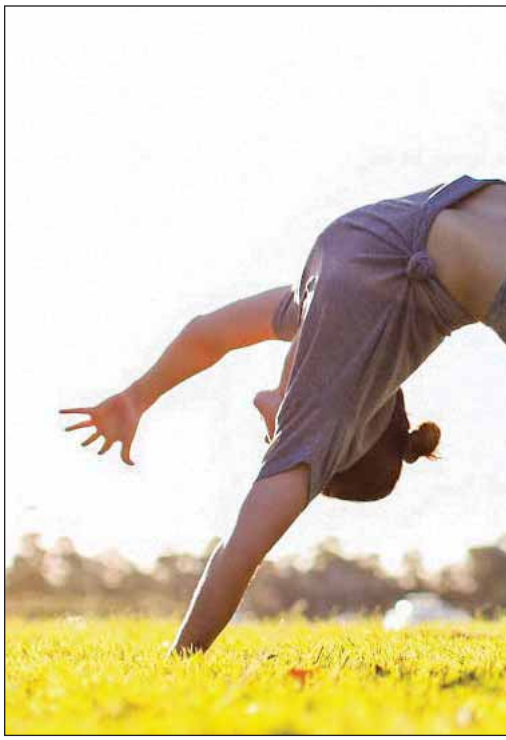
रोटरी क्लब पणजी, रो ई मंडल 3170 ने मोंटफोर्ट अकादमी और विजय फैसिलिटी पणजी के सहयोग से गोवा के कॉर्लिम में मोंटफोर्ट अकादमी में नर्सिंग संस्थान शुरू किया है। उद्घाटन में रो ई मंडल 3170 आईपीडीजी नासिर बोरसदवाला, स्थानीय विधायक और अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

इस पहल का उद्देश्य ग्रामीण और वंचित युवाओं को नर्सिंग में व्यावसायिक प्रशिक्षण प्रदान करना है, जिससे उन्हें कैरियर की संभावनाएं मिल सकें। संस्थान में एक अत्याधुनिक प्रयोगशाला और कक्षा की सुविधा है। एक साल के पाठ्यक्रम में अस्पताल में सैद्धांतिक निर्देश, प्रयोगशाला व्यावहारिक और नैदानिक प्रशिक्षण, छात्रों को अस्पतालों, क्लीनिकों और दीर्घकालिक देखभाल सुविधाओं जैसी विभिन्न स्वास्थ्य देखभाल सेटिंग्स में रोजगार के लिए तैयार करना शामिल है।

यह पाठ्यक्रम मानव संसाधन विकास फाउंडेशन (एचआरडीएफ) और गोवा सरकार के कौशल विकास और उद्यमिता निदेशक द्वारा प्रमाणित है, जो छात्रों के लिए स्वास्थ्य क्षेत्र में मान्यता और कई कैरियर के अवसर सुनिश्चित करता है। योग्य उम्मीदवारों के लिए वित्तीय सहायता उपलब्ध होगी। ■

फिट और लचीले रहें

भरत और शालन सवुर



संरक्षण उचित तैयारी से शुरू होता है। सिद्धांत यह है कि जब तक संभव हो सके युवा बने रहें। आंतरिक रूप से, हमारी कालानुक्रमिक आयु और हमारे गुणसूत्रों के बीच 20 वर्ष का अंतर हो सकता है। उदाहरण के लिए, एक 40 - वर्षीय व्यक्ति अपने आप में 60 या 20 वर्ष का हो सकता है। विरासत में मिले जीन और एक लाभकारी जीवन परिदृश्य महत्वपूर्ण अंतर पैदा करते हैं।

एरोबिक्स, खिंचाव और प्रतिरोध (शक्ति-प्रशिक्षण) एक जैविक द्विपक्षीय त्रिकोण बनाते हैं। जब तक संभव हो द्विपक्षीय त्रिकोण बनाए रखें। जैसे-जैसे हम बुढ़ापे के करीब पहुंचेंगे, द्विपक्षीय त्रिकोण सिकुड़ता जाएगा। लेकिन द्विपक्षीय त्रिकोण को लगातार संतुलित करके हम अपनी यात्रा के इस चरण को और अधिक आरामदायक बना सकते हैं। और उम्मीद है, दर्द रहित।

कोई सूर्यनमस्कार नहीं

यदि आपने पहले कभी व्यायाम नहीं किया है, तो आप हमारे निर्देशों का पालन करते हुए फ्री-हैंड मूवमेंट से शुरुआत कर सकते हैं। और अपनी मांसपेशियों को विकसित और मजबूत करने के लिए अपने शरीर के वजन का उपयोग करें। पुश-अप्स और पुल-अप्स शुरुआत करने का एक शानदार तरीका है। चेतावनी: हालाँकि, सूर्यनमस्कार नहीं। वे उन लोगों के लिए अच्छा काम करते हैं जो उनके बचपन में शुरू हुए और अब तक जारी हैं। सूर्यनमस्कार से रीढ़ की हड्डी में खिंचाव और खिंचाव होता है और यह गंभीर रूप से घायल हो सकता है। वर्टिकल पुश-अप्स बेहतर हैं। अपने आप को दरवाजे की चौखट के सामने लंबवत रखें - पैर अलग और कंधों से सरेखित। अपने हाथ फैलाएँ। अपने हाथों को कंधे के स्तर पर रखें। अब, दरवाजे की खाली जगह में धकेलते हुए श्वास लें। जब आप ऊर्ध्वाधर स्थिति में वापस आ जाएं तो सांस छोड़ें। लंबवत या क्षैतिज, प्रतिदिन पांच पुश-अप करें। वे एक पूर्ण धड़ (शरीर का ऊपरी भाग) व्यायाम हैं और आप डम्बल के साथ व्यायाम शुरू करने के बाद भी उन्हें जारी रख सकते हैं।

यहां कुछ सरल व्यायाम दिए गए हैं जिनका अभ्यास आप खुद को फिट रखने के लिए रोजाना कर सकते हैं:

सीधे खड़े हो जाएं और अपने सिर को बाएं से दाएं घुमाएं। 10 बार दोहराएँ. इसी तरह दाएँ से बाएँ घुमाएँ। अपने सिर को बाएँ कंधे की सीध में बाएँ घुमाएँ। फिर सिर को दाएं कंधे की सीध में घुमाएं। दोनों को 10 बार दोहराएं। लाभ: गर्दन की रीढ़ की हड्डी का आपके सिर से कनेक्शन मजबूत करना। कार्रवाई के दौरान आप स्नैप सुन सकते हैं। अपना सिर उठाएं और छत की ओर देखें। अपना मुंह पूरा फैलाकर खोलें और फिर 10 बार बंद करें।

लाभ: मुंह और गर्दन को मजबूत और लचीला बनाता है। डबल चिन को रोकने या उस पर हमला करने का एकमात्र सबसे अच्छा तरीका।

पेट को बाहर निकलने से रोकने के लिए अपने पेट को चूसें।

उठक बैठक:

1) अपनी पीठ के बल लेटें, घुटने मोड़ें, पैर और घुटने फर्श के समानांतर 12 इंच की दूरी पर हों। हाथों को अपने सिर के पीछे, कोहनियों को बगल में रखें। अपने सिर और पीठ के ऊपरी हिस्से को जितना हो सके ऊपर उठाएं। अपने पेट की मांसपेशियों के साथ अपने शरीर को ऊपर उठाएं।
2) फर्श को छुए बिना अपने ऊपरी शरीर को नीचे करें। 20 बार दोहराएँ (प्रतिनिधि)।
3) फर्श पर रहते हुए, दोनों पैरों को फर्श से 10 डिग्री की स्थिति में उठाएं। 30 सेकंड के लिए रुकें। एक मिनट की रोक की दिशा में काम करें। प्रतिनिधि: एक।
4) अब दोनों पैरों को 45 डिग्री पर उठाएं। 30 सेकंड से एक मिनट की फ्रीज की ओर काम करें। प्रतिनिधि: एक।

लाभ: सिट-अप्स (या क्रंचेज) से पेट के ऊपरी हिस्से की मांसपेशियों को कसरत मिलती है। जबकि समयबद्ध लोग पेट के निचले हिस्से का व्यायाम करते हैं।

अब, निचली रीढ़ और पीठ की मांसपेशियों को मजबूत करने के लिए एक आखिरी व्यायाम:

हल्के वज़न के साथ वेट ट्रेनिंग करने से आपकी मांसपेशियाँ उभरी हुई नहीं दिखेंगी। वे मांसपेशियों की परिभाषा को बढ़ाएँगे और उन्हें मज़बूत करेंगे।

फर्श पर लेट जाएं और अपने दाहिने पैर को लगभग 60-75 डिग्री तक उठाएं। आपकी निचली पीठ को खिंचाव महसूस होना चाहिए। निचला। अब बायां पैर उठाएं। निचला। प्रत्येक पैर को 30 सेकंड से एक मिनट तक ऊपर रखें। लाभ: यह पीठ के निचले हिस्से में दर्द को रोकने में मदद करता है। आप इसे हल्के पीठ दर्द में भी कर सकते हैं - राहत के लिए।

वजन-प्रशिक्षण से पहले ठीक हो जाओ

प्रयास/व्यायाम द्वारा श्वास को व्यवस्थित और समयबद्ध किया जाता है। प्रकृति के साथ बहें. व्यायाम से पहले और उसके दौरान श्वास लें। और समाप्त होने के बाद सांस छोड़ें। यह आरंभ-से-अंत चक्र एक पुनरावृत्ति (प्रतिनिधि) के रूप में गिना जाता है। प्रत्येक अभ्यास के लिए लक्ष्य: 20 प्रतिनिधि। आपके द्वारा उपयोग किए जा सकने वाले वज़न का माप आपके फिटनेस स्तर, उम्र और लिंग से संबंधित है। सामान्य तौर पर, हम कहेंगे, पुरुषों के लिए दो 10 पाउंड के डम्बल। और महिलाओं के लिए 5 पाउंड के डम्बल।

पैरों को कंधे की चौड़ाई पर रखकर खड़े हो जाएं। यह सुनिश्चित करने के लिए कि आप गति पर नहीं, बल्कि मांसपेशियों की ताकत पर आगे बढ़ रहे हैं, प्रत्येक प्रतिनिधि के बाद थोड़ी देर के लिए स्थिति में बने रहें।

छाती और कंधे: क) डम्बल को अपनी बगल में रखें, हथेलियाँ बगल की ओर हों। बी) फिर उन्हें कंधे की ऊंचाई तक उठाएं, भुजाएं सामने की ओर फैली हुई हों। हाथों को फर्श के समानांतर कंधे के स्तर पर रखने के लिए बाहर की ओर फैलाएं। बी स्थिति पर वापस आएँ। धीरे-धीरे शुरुआत पर लौटें - 20 प्रतिनिधि करें।

डम्बल को अपने सिर के ऊपर लंबवत उठाएं। धीरे-धीरे, शुरू करने के लिए वापस लौटें। अगले प्रतिनिधि से पहले थोड़ी देर रुकें। 20 प्रतिनिधि करें।

जांघ की ओर डम्बल की प्रारंभिक स्थिति से, बाएँ डम्बल को आगे की ओर ऊपर उठाएं। धीरे-धीरे शुरुआत पर वापस लौटें। 20 प्रतिनिधि करें। दाहिने हाथ से व्यायाम दोहराएं। 20 प्रतिनिधि करें।

लाभ: ऊपरी धड़ - छाती, कंधे, पीठ के ऊपरी हिस्से में बढ़ी हुई मांसपेशियों के साथ बेहतर मुद्रा और 'बॉडी लैंग्वेज'।

हल्के वजन का प्रयोग करें. बाहों को छाती के स्तर तक आगे फैलाएँ। हाथों को फैलाकर रखें, डम्बल को छोटे-छोटे वृत्तों में दाएं से बाएं 50 बार घुमाएं। फिर, दाएं से बाएं 50 बार।

यह अभ्यास मुक्केबाजी से उत्पन्न होता है, जैसे स्पीड बैग को मुक्का मारना।

लाभ: विशेष रूप से भुजाओं और कलाइयों को मजबूत बनाता है।

इन हल्के वजनों के साथ वजन-प्रशिक्षण से आपकी मांसपेशियां फूलेंगी नहीं। वे मांसपेशियों को मजबूत करते हुए उसकी परिभाषा (कटौती) को बढ़ाएंगे।

वैकल्पिक ऐड-ऑन: संगीत आपके व्यायाम कार्यक्रम में लय जोड़ता है।

व्यायाम के माध्यम से अपना जीवन बनाए रखें। यह भी आपके लिए एक मविरासतफ है।

लेखक फिटनेस फॉर लाइफ, *और* बी सिम्पली स्पिरिचुअल - यू आर नैचुरली डिवाइन *के लेखक है और फिटनेस फॉर लाइफ कार्यक्रम के शिक्षक है।*

रोटरी फाउंडेशन ट्रस्टी 2024-25

रोटरी फाउंडेशन के ट्रस्टी फाउंडेशन के व्यवसाय का प्रबंधन करते हैं, जो रोटरी की धर्मार्थ शाखा है जो सेवा गतिविधियों को वित्तपोषित करती है। रो ई का निर्वाचित अध्यक्ष ट्रस्टियों को नामांकित करता है, जिन्हें रो ई बोर्ड द्वारा चार साल के लिए चुना जाता है। चार नए ट्रस्टियों ने 1 जुलाई को पदभार ग्रहण कर लिया है।

मार्क डेनियल मेलोनी

चेयर 2024-25, ट्रस्टी 2021-25

रोटरी क्लब डेकाटुर, अलबामा

मार्क मेलोनी कराधान, संपत्ति योजना और कृषि कानून पर ध्यान देने के साथ ब्लैकबर्न, मेलोनी और शूपर्ट एलएलसी की कानूनी फर्म में प्रिंसिपल हैं।

उन्होंने 2019-20 में रो ई अध्यक्ष के रूप में कार्य किया और कोविड-19 महामारी के दौरान पहले वर्चुअल रो ई कन्वेंशन की अध्यक्षता की। 1980 से रोटेरियन, उन्होंने रो ई निदेशक, टीआरएफ ट्रस्टी और उपाध्यक्ष और 2003-04 रो ई अध्यक्ष जोनाथन माजियागबे के सहयोगी के रूप में कार्य किया है।

मेलोनी की पत्नी, गे, उसी लॉ फर्म में एक वकील हैं और रोटरी क्लब डेकाटूर डेब्रेक की सदस्य और पूर्व अध्यक्ष हैं। दोनों पॉल हैरिस फेलो, प्रमुख दानकर्ता और बेक्वेस्ट सोसाइटी के सदस्यों के रूप में फाउंडेशन का समर्थन करते हैं।

होल्गर नेक

चेयर-निर्वाचित 2024-25, ट्रस्टी 2022-26

रोटरी क्लब हर्ज़ोगटम लॉएनबर्ग-मोलेन, जर्मनी

होल्गर नेक एक रियल एस्टेट कंपनी नेक केजी और 1868 में स्थापित एक पारिवारिक व्यवसाय नेक बेकरी एंटरप्राइजेज के मालिक थे। 1993 से रोटरी के सदस्य के रूप में, उन्होंने रोटरी में रो ई अध्यक्ष, कोषाध्यक्ष, निदेशक, मॉडरेटर, कई समितियों के सदस्य और अध्यक्ष, उेड प्रतिनिधि, बंदोबस्ती/प्रमुख उपहार सलाहकार और शिक्षण सुविधा प्रदाता के रूप में कार्य किया है।नैक और उनकी पत्नी सुज़ैन ने 40 से अधिक रोटरी यूथ एक्सचेंज छात्रों की मेजबानी की है और टीआरएफ के प्रमुख दानकर्ता हैं। वे पॉल हैरिस सोसाइटी और बेक्वेस्ट सोसाइटी के भी सदस्य हैं।

लेरी ए लंसफ़ोर्ड

उपाध्यक्ष 2024-25, ट्रस्टी 2021-25

रोटरी क्लब कैनसस सिटी-प्लाज़ा, मिसौरी

लेरी लंसफ़ोर्ड, एक प्रमाणित सार्वजनिक लेखाकार, बर्नस्टीन-रीन एडवरटाइजिंग इंक के कार्यकारी उपाध्यक्ष और मुख्य वित्तीय अधिकारी हैं। रोटरी के लिए उनका जुनून और रोटरी के परिवार में उनका निमंत्रण उनके कॉलेज के वर्षों के दौरान शुरू हुआ, जब 1982 में, उन्हें ऑस्ट्रेलिया में रोटरी फाउंडेशन के राजदूत विद्वान के रूप में चुना गया था। लंसफोर्ड 1991 में रोटरी में शामिल हुए। उन्होंने एक निदेशक के रूप में रो ई की सेवा की है और 2022-23 में ट्रस्टियों के उपाध्यक्ष भी थे, और उन्होंने चार साल तक रो ई के लिए शेपिंग रोटरी की फ्यूचर कमेटी में काम किया।

लंसफ़ोर्ड और उनकी पत्नी, जिल, प्रमुख दानदाता, लाभार्थी और बेक्वेस्ट सोसाइटी के सदस्य हैं। वह अपने मंडल की पॉल हैरिस सोसाइटी और पोलियोप्लस सोसाइटी के चार्टर सदस्य हैं। उन्हें सराहनीय सेवा के लिए टीआरएफ के प्रशस्ति पत्र और स्वयं से ऊपर की सेवा पुरस्कार से सम्मानित किया गया है।

ऐन-ब्रिट एसेबोल

ट्रस्टी 2024-28

रोटरी क्लब फालुन कोपरवेगन, स्वीडन

एन-ब्रिट एसेबोल डालारना काउंटी के काउंटी पार्षद के रूप में कई कार्यकालों के बाद 2022 में स्वीडन की संसद रिक्सडैग के सदस्य के रूप में सेवानिवृत्त हुए। वह 1993 में अपने क्लब की पहली महिला सदस्य के रूप में रोटरी में शामिल हुईं। उन्होंने रोटरी में लर्निंग फैसिलिटेटर, आरआईपीआर, क्षेत्रीय सदस्यता समन्वयक और रो ई निदेशक के रूप में भी काम किया।

एसेबोल एक रोटरी फाउंडेशन लाभार्थी, प्रमुख दाता, मल्टीपल पॉल हैरिस फेलो और पॉल हेरिस सोसाइटी का सदस्य है। उन्हें सराहनीय सेवा के लिए प्रशस्ति पत्र मिला है।

मार्था पीक हेलमैन

ट्रस्टी 2022-26

रोटरी क्लब बूथबे हार्बर, मेन

मार्टी हेलमेन ने अपना करियर व्यावसायिक अधिकारियों के लिए एक लेखक और मेकग्रा-हिल और अमेरिकन मैनेजमेंट एसोसिएशन में एक पत्रिका

संपादक के रूप में बिताया। बाद में, उन्होंने ओटो और फ्रैन वाल्टर फाउंडेशन के अध्यक्ष के रूप में कार्य किया, जो एक गैर-लाभकारी संस्था है जिसने विकासशील देशों में स्कूल बनाने में मदद की है, युवाओं के लिए छात्रवृत्ति प्रदान की है, और अन्य पहलों के बीच होलोकॉस्ट से बचे लोगों को मानवीय सहायता प्रदान की है। वाल्टर फाउंडेशन ने इस्तांबुल में बहसेसिर विश्वविद्यालय में नए रोटरी पीस सेंटर को वित्त पोषित करने के लिए टीआरएफ के साथ साझेदारी की।

हेलमेन और उनके दिवंगत पति, फ्रैंक, 2003 में आरसी बूथबे हार्बर में शामिल हुए। उन्होंने रोटरी को पीस मेजर गिफ्ट्स इनिशिएटिव के अध्यक्ष के रूप में और नए शांति केंद्र के लिए एक साइट का चयन करने के लिए कार्य समूह में काम किया है। हेलमेन एक AKS सदस्य है, और पॉल हेरिस सोसाइटी और पोलियोप्लस सोसाइटी की सदस्य है। वह और फ्रैंक टीआरएफ की लिगेसी सोसाइटी के चार्टर सदस्य थे।

चिंग-हुई 'फ्रैंक हॉर्नग'

ट्रस्टी 2024-28

रोटरी क्लब पंचियाओ वेस्ट, ताइवान

फ्रैंक हॉर्न ट्रोजन ऑर्थोडॉन्टिक क्लिनिक के प्रमुख हैं, जिसकी स्थापना उन्होंने 1988 में की थी। वह 1993 में अपने क्लब के चार्टर सदस्य के रूप में रोटरी में शामिल हुए।

उन्होंने शांति प्रमुख उपहार पहल सलाहकार, जल और स्वच्छता प्रमुख उपहार पहल समिति के सदस्य और आरआईपीआर के रूप में कार्य किया है। उनके साथी, शू-यान चुआंग, रोटरी क्लब पंचियाओ वेस्ट के सदस्य हैं। हॉर्नग और चुआंग एकेएस सदस्य हैं। उन्हें सराहनीय सेवा के लिए सर्विस एबव सेल्फ अवार्ड और टीआरएफ का प्रशस्ति पत्र मिला है।

चुन-वूक ह्यून

ट्रस्टी 2023-27

रोटरी क्लब सियोल-हंसो, कोरिया

चुन-वूक ह्यून सियोल स्थित किम एंड चांग में वरिष्ठ भागीदार हैं, जो एशिया की सबसे बड़ी कानून फर्मों में से एक है।

वह 1991 में अपने क्लब के चार्टर सदस्य के रूप में रोटरी में शामिल हुए। ह्यून ने 2016 में सियोल में प्रशिक्षण नेता, आरआईपीआर और रो ई के कानूनी सलाहकार के रूप में रो ई की सेवा की है। वह रोटरी फाउंडेशन कोरिया के निदेशक के रूप में कार्य करते हैं। वह AKS सदस्य हैं।

जेनिफ़र जोन्स

ट्रस्टी 2023-27

रोटरी क्लब विंडसर-रोज़लैंड, ओंटारियो

जेनिफर जोन्स ओंटारियो में स्थित एक मीडिया कंपनी के संस्थापक हैं, जो अनगिनत निगमों और गैर-अधिवक्ता कर्मचारियों को विश्वास और सिद्धांतों के साथ नेतृत्व करने में मदद करते हैं। उन्होंने 2022-23 में रो ई अध्यक्ष के रूप में काम किया, जिससे वह लोकप्रिय इतिहास में इस भूमिका में सेवा करने वाली पहली महिला बनीं। वह ओएफएल की सेवा एबीवी सेल्फ अवार्ड और सीट सेवा के लिए टी के अंतिम प्रमाण पत्र प्राप्त करने वाले हैं।

जोन्स का विवाह पारिवारिक चिकित्सक निक क्रेयासिच से हुआ है। वे AKS, पॉल हेरिस सोसाइटी और बेक्वेस्ट सोसाइटी के सदस्यों के रूप में टीआरएफ का समर्थन करते हैं।

गॉर्डन मेकिनली

ट्रस्टी 2024-28

रोटरी क्लब साउथ क्वींसफेरी, स्कॉटलैंड

गॉर्डन मेकिनली 1984 में 26 साल की उम्र में रोटरी में शामिल हुए। उन्होंने 2023-24 में रो ई अध्यक्ष और ग्रेट ब्रिटेन और आयरलैंड में रो ई के अध्यक्ष और उपाध्यक्ष के रूप में कार्य किया। वह और उनके साथी, हीदर, रोटरी क्लब बॉर्डरलैंड्स (पासपोर्ट समूह) के सदस्य, पॉल हेरिस फेलो, प्रमुख दानकर्ता, टीआरएफ के लाभार्थी और बेक्वेस्ट सोसाइटी के सदस्य हैं।

अकीरा मिकी

ट्रस्टी 2021-25

रोटरी क्लब हिमेजी, जापान

अकीरा मिकी, जो स्वयं एक दंत चिकित्सक हैं, ने जनवरी 1995 के हंसिन-अवाजी भूकंप के बाद खुद को आपदा वसूली परियोजनाओं के लिए समर्पित कर दिया, जो 20वीं सदी में जापान में आए सबसे भीषण भूकंपों में से एक था। मिकी 1981 में रोटरी में शामिल हुए। उन्होंने 2018 से 2020 तक रो ई निदेशक मंडल में कार्य किया और 2020-21 में फाउंडेशन ट्रस्टियों के लिए एक विशेष सलाहकार थे। वह जापान यूथ एक्सचेंज कमेटी के निदेशक हैं।

वह एक पूर्व इंटरेक्टर हैं और सराहनीय सेवा के लिए टीआरएफ के प्रशस्ति पत्र के प्राप्तकर्ता हैं। वह और उनकी पत्नी, चिहारू, AKS के सदस्य, लाभार्थी और टीआरएफ के प्रमुख दानकर्ता हैं।

इजेओमा पर्ल ओकोरो

ट्रस्टी 2024-28

रोटरी क्लब पोर्ट हरकोर्ट, नाइजीरिया

इजोमा पर्ल ओकोरो 1999 में रोटरी में शामिल हुईं। उन्होंने रो ई लर्निंग फैसिलिटेटर, सहायक क्षेत्रीय रोटरी फाउंडेशन समन्वयक, बंदोबस्ती/प्रमुख उपहार सलाहकार और एंड पोलियो नाउ: काउंटडाउन टू हिस्ट्री कैंपेन कमेटी के क्षेत्रीय उपाध्यक्ष के रूप में काम किया है। उन्हें रोटरी का विशिष्ट सेवा पुरस्कार और पोलियो मुक्त विश्व के लिए क्षेत्रीय सेवा पुरस्कार मिला है।

ओकोरो और उनके पति, किंग्सले, दोनों प्रमुख दाता, बेक्वेस्ट सोसाइटी के सदस्य और लाभार्थी हैं। वे और उनके दो बच्चे सभी पॉल हेरिस फेलो हैं।

भरत पांड्या

ट्रस्टी 2022-26

रोटरी क्लब बोरीवली, भारत

भरत पांड्या एक प्रैक्टिसिंग जनरल और लेप्रोस्कोपिक सर्जन हैं। वह और उनकी पत्नी, माधवी, एक स्त्री रोग विशेषज्ञ, मुंबई में एक निजी अस्पताल के मालिक हैं। वह 1989 में अपने क्लब के चार्टर सदस्य के रूप में रोटरी में शामिल हुए।

पांड्या रो ई निदेशक, कोषाध्यक्ष, क्षेत्रीय सदस्यता समन्वयक और शिक्षण सुविधाप्रदाता रहे हैं। उन्होंने रोटरी की सदस्यता, रणनीतिक योजना, नेतृत्व विकास और कन्वेंशन प्रमोशन समितियों और इंडिया पोलियोप्लस समिति में कार्य किया है। वह 2023-24 में ट्रस्टी उपाध्यक्ष थे। वह अपने मंडल की पॉल हेरिस सोसाइटी के चार्टर सदस्य भी हैं। उन्हें सर्विस एबव सेल्फ अवार्ड, सराहनीय सेवा के लिए टीआरएफ का प्रशस्ति पत्र और विशिष्ट सेवा पुरस्कार मिला है। वह और माधवी रोटरी फाउंडेशन के प्रमुख दानकर्ता हैं।

ग्रेग ई पोड

ट्रस्टी 2022-26

रोटरी क्लब एवरग्रीन, कोलोराडो

ग्रेग पोड एक सेवानिवृत्त प्रमाणित सार्वजनिक लेखाकार और व्यक्तिगत वित्तीय विशेषज्ञ हैं, जिन्होंने 1979 में अपनी खुद की फर्म खोली। वह 1982 में रोटरी में शामिल हुए। उन्होंने रो ई को उपाध्यक्ष और निदेशक के रूप में सेवा दी है। निदेशक मंडल में अपने समय के दौरान, उन्होंने लेखापरीक्षा समिति और विधान सलाहकार समिति पर बोर्ड परिषद सहित समितियों की अध्यक्षता की। उन्होंने संचालन समीक्षा समिति और टीआरएफ की निवेश समिति में भी कार्य किया।

पोड को सराहनीय सेवा के लिए सर्विस एबव सेल्फ अवार्ड और टीआरएफ का प्रशस्ति पत्र प्राप्त हुआ है। वह और उनकी पत्नी, पाम, प्रमुख दानदाता हैं और AKS, बेक्वेस्ट सोसाइटी और पॉल हेरिस सोसाइटी के सदस्य हैं।

कार्लोस सैंडोवल

ट्रस्टी 2023-27

रोटरी क्लब सैन निकोलस डी लॉस गार्ज़ा, मेक्सिको

कार्लोस सैंडोवल ऊर्जा क्षेत्र की अग्रणी कंपनी और मेक्सिको में एक्सॉन मोबिल के मुख्य वितरक ओर्सन कॉर्प के अध्यक्ष हैं। वह 1975 में रोटरी में शामिल हुए। अपने दिवंगत बेटे कार्लोस के सम्मान में, उन्होंने टीआरएफ को एक निर्देशित उपहार की स्थापना की जो मेक्सिको, डोमिनिकन गणराज्य और कोलंबिया में महिला उद्यमियों पर केंद्रित सामुदायिक और आर्थिक विकास परियोजनाओं का समर्थन करता है।

सैंडोवल सराहनीय सेवा के लिए टीआरएफ के प्रशस्ति पत्र के प्राप्तकर्ता हैं। वह और उनकी पत्नी, मार्था, AKS के प्लेटिनम ट्रस्टी सर्कल सदस्यों के रूप में फाउंडेशन का समर्थन करते हैं। उनके दिवंगत माता-पिता, यूफ्रासियो और ऑरेलिया भी AKS सदस्य हैं और उन्होंने अपने दिवंगत बेटे कार्लोस को AKS सर्कल ऑफ ऑनर सदस्य के रूप में नामित किया है।

डेनिस जे शोर

ट्रस्टी 2023-27

रोटरी क्लब हॉथोर्न, ऑस्ट्रेलिया

डेनिस शोर, जो 1980 में रोटरी में शामिल हुए, उन्होंने बंदोबस्ती/प्रमुख उपहार सलाहकार के रूप में काम किया है और रोटरी फाउंडेशन ऑस्ट्रेलिया के उपाध्यक्ष हैं। उन्होंने कई बार आरआईपीआर और दो बार मंडल सीओएल प्रतिनिधि के रूप में कार्य किया है।

शोरे और उनकी पत्नी, लिंडा, मेजर डोनर्स और बेक्वेस्ट सोसाइटी के सदस्य हैं। वह पॉल हैरिस सोसाइटी और पोलियोप्लस सोसाइटी के सदस्य हैं, और रॉयस एबे पुरस्कार, रोटरी फाउंडेशन विशिष्ट सेवा पुरस्कार और सराहनीय सेवा के लिए प्रशस्ति पत्र के प्राप्तकर्ता हैं।

जॉन हेवको

महासचिव

रोटरी क्लब कीव, यूक्रेन

निदेशक मंडल देखें - *रोटरी समाचार*, जुलाई 2024।

रो ई दक्षिण एशिया कार्यालय से

टीआरएफ-फोकस का क्षेत्र: आरवाई 2024-25 के लिए दक्षिण एशिया से प्रमुख उपहार पहल समिति के सदस्य

Name	Area of Focus	E-mail ID
PDG Deepak Gupta	Environment	*deepak_gupta41@hotmail.com*
PDG Suresh Hari	Community Economic Development	*3190dgoffice2018@gmail.com*
PDG Parag Sheth	Health	*info@ambicasalt.com*
PDG Maullin Patel	Water, Sanitation and Hygiene	*maullin63@yahoo.com*

रोटरी न्यूज़ के जुलाई अंक में, आरआईएसएओ द्वारा अनजाने में एक अधूरी सूची प्रदान की गई थी।

रो ई लाइसेंस प्राप्त विक्रेता

ऐसे कई तरीके हैं जिनसे कोई रो ई की छवि और उसके मानवीय प्रयासों को मजबूत करने में मदद कर सकता है। एक महत्वपूर्ण तरीका अनधिकृत या पायरेटेड रोटरी माल के उत्पादन और बिक्री को सीमित करने में मदद करना है। रोटरी ने दुनिया भर में 130 से अधिक विक्रेताओं को लाइसेंस दिया है जिन्हें रोटरी चिह्न और लोगो के साथ माल बनाने और बेचने की अनुमति है। लाइसेंस प्राप्त विक्रेताओं से सभी बिक्री का एक हिस्सा रोटरी को भुगतान किया जाता है, जिससे हर जगह क्लबों और जिलों को प्रदान की जाने वाली परिचालन सेवाओं को लाभ मिलता है।

हमारे लाइसेंस प्राप्त विक्रेताओं का उपयोग करके, आप रोटरी का समर्थन कर रहे हैं और गुणवत्ता वाले ब्रांडेड माल का आश्वासन दिया जा सकता है। पायरेटेड माल रोटरी के ब्रांड या छवि को नुकसान पहुंचा सकता है। आप हमारे विक्रेताओं की सूची ऑनलाइन देख सकते हैं। बिना लाइसेंस वाले विक्रेताओं को *रो ई लाइसेंसिंग* को सूचित किया जा सकता है।

Details of licensed vendors from India are given below:

Licensed Vendors	Address	E-mail ID	Website
Better Services	Office #350, A To Z Industrial Estate, Ganpatrao, Kadam Marg, Lower Parel (W), Mumbai	*better@betterservices.org*	*www.better.in*
Mohan Plastics Limited	63, Roshanara Plaza Complex, Roshanara Road, New Delhi	*mohanplastic@yahoo.com/ info@mohanindustries.org*	*www.mohanin-dustries.org*
Tej Brothers	4806/24, Bharat Ram Road, Darya Ganj, New Delhi	*tejbrothers@gmail.com*	*www.tejbrothers.com*
Sacheti & Company	Shiwaji Nagar, Opposite Jain Temple, Kishangarh, Rajasthan	*sacheti_co@usa.net*	*www.sacheti.org*
Naveen Enterprises	No 11, Naveen Mansion, 11th Main Road, Aurobindo Marg, 5th Block, Jayanagar, Bangalore	*naveen@naveenenter-prises.net*	N/A
BK AD Gifts	130 C, Kottur Road, Palayamkottai, Tirunelveli, Tamil Nadu	*netparkkannan@gmail.com*	N/A

अधिक जानकारी के लिए रो ई लाइसेंसिंग टीम से *rilicensingservices@rotary.org* या 847-866-4463 पर या लीगल एंड स्टीवर्डशिप मैनेजर राजेश आनंद से *rajesh.anand@rotary.org* पर संपर्क करें।

मंडल गतिविधियाँ

RID 3131

RID 3160

RID 3132

RID 3150

RID 3141

रोटरी क्लब पनवेल सेंट्रल
रो ई मंडल 3131

पीडीजी गिरीश गुने के नेतृत्व में तीन कश्मीर सर्जिकल शिविरों का हिस्सा रहे रोटेरियन डॉक्टरों को एक कार्यक्रम में तत्कालीन डीजी मंजू फड़के द्वारा सम्मानित किया गया था।

रोटरी क्लब शिरडी साईंबाबा
रो ई मंडल 3132

ओम साईं साधना संस्थान, दिल्ली के प्रायोजन से, शिरडी के श्री साईंबाबा सुपर स्पेशलिटी अस्पताल को दो डेंटल सर्जिकल कुर्सियाँ दान की गईं।

रोटरी क्लब बॉम्बे कांदिवली
रो ई मंडल 3141

प्रोजेक्ट माई क्लब ग्रीन क्लब के तहत वृद्धाश्रम मानव सेवा वृद्धाश्रम में 55 फलदार पौधे लगाए गए।

रोटरी क्लब कोकापेट एकम
रो ई मंडल 3150

तब डीजीई शरथ चौधरी ने *प्रोजेक्ट एकम* मैथिली का उद्घाटन किया, जिसका लक्ष्य चार महीने के सिलाई पाठ्यक्रम के माध्यम से 20 महिलाओं को सशक्त बनाना है; और एक साल में 1,000 लड़कियों को कराटे का प्रशिक्षण।

रोटरी क्लब विजयनगर विरासत
रो ई मंडल 3160

वितरित किए गए। लाभार्थियों ने इस कार्य के लिए क्लब को धन्यवाद दिया।

मंडल गतिविधियाँ

RID 3182

RID 3261

RID 3231

RID 3250

RID 3234

रोटरी क्लब तीर्थहल्ली
रो ई मंडल 3182

आईपीडीजी बी सी गीता ने क्लब अध्यक्ष भरत कोडलू और अन्य की उपस्थिति में अपने नर्सरी स्कूल के साथ एक पुनर्निर्मित रोटरी भवन का उद्घाटन किया।

रोटरी क्लब वेल्लोर एंजल्स
रो ई मंडल 3231

भारती नगर पब्लिक लाइब्रेरी, काटपाडी को ₹9,000 रुपये की किताबें दान की गईं, क्योंकि इस रीडिंग सेंटर में हर दिन सैकड़ों लोग आते हैं।

रोटरी क्लब चेन्नई मुगप्पेयर
रो ई मंडल 3234

नगर निगम के नोलंबुर वार्ड में 60 सफाई कर्मचारियों को हाथ तौलिया, साबुन और बेडशीट से युक्त सुरक्षा किट दिए गए।

रोटरी क्लब पटना कंकड़बाग
रो ई मंडल 3250

प्रोजेक्ट पियाओ ने प्रतिदिन 1,000 से अधिक लाभार्थियों को चिलचिलाती गर्मी से राहत के रूप में बंगाल चना और गुड़ के साथ स्वच्छ, ठंडा पीने का पानी उपलब्ध कराया।

रोटरी क्लब रायपुर
रो ई मंडल 3261

इक्विटास ट्रस्ट और डिजीपरफॉर्म एचटी मीडिया के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित रक्तदान शिविर में लगभग 40 महिलाओं ने रक्तदान किया। सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान भी चलाया गया।

वी मुत्तुकुमारन द्वारा संकलित

The **ROTARY ACTION PLAN**

INCREASE OUR IMPACT

A CONVERSATION WITH TUSU TUSUBIRA

"A good project is a catalyst for sustainable change."

Learn what your club can do at
rotary.org/actionplan

MEET FRANCIS "TUSU" TUSUBIRA. A founding partner of an information and communications technology consulting firm, Tusubira is a member of the Rotary Club of Kampala-North, Uganda, and served on Rotary's Strategic Planning Committee when our Action Plan was developed. He's also a member of The Rotary Foundation Cadre of Technical Advisers.

Q. The Action Plan asks us to increase our impact. How should we think about doing that?

TUSU: Here's an analogy: When your children are in school, it's easy to get excited about a great grade or test result — the success of that immediate moment. But as parents, we know we also need to take the long view. What kind of people are our children becoming? What will they do for the world after we're gone?

Real impact is something that resonates well beyond the work we do on a project. It's sustainable long after we have left the scene.

This definition of impact requires us to think about service in a different way. It is not what we give to communities that creates sustainability. It's whether the project enables communities to take ownership and drive the transformation on their own after we are gone. A good project is a catalyst for sustainable change.

Q. Why is it important to measure our impact?

TUSU: So we can be smarter about what we need to start doing, what we need to continue doing, and what we need to stop doing. It's essential to the future of our organization. Major funding agencies demand evidence of impact. Young people — the future of Rotary — have grown up asking institutions and organizations for greater accountability and transparency.

Q. What changes are you already seeing in Rotary?

TUSU: I'm heartened that Rotary is identifying consistent ways to assess and measure results. This way, we'll all be on the same page when it comes to planning projects and identifying impact.

I'm also seeing a greater appetite for risk. Less proscriptive funding will promote smart risk-taking and will encourage people to learn from — rather than fear — setbacks.

There's greater support for clubs to focus their efforts on a few key areas, rather than trying to do too many projects. Instead of starting by asking "What are the deficits here?" clubs are learning how to build on a community's strengths and seeking out what I call the "pressure points" — areas where targeted, concentrated work can set in motion a cascade of change.

I'm also excited by the new Programs of Scale initiative. These projects have the longer time frame necessary to make a sustainable difference. Most important, Programs of Scale incentivize clubs to work together and recognize them for doing that. If you want to provide clean water sources, why would you want 50 clubs doing 50 different projects? We united against polio. Let's unite to solve other challenges facing our world.

Q. What makes you feel optimistic?

TUSU: Our work eradicating polio proves we are an organization capable of genuine and lasting impact. And I'm excited about the rising generation of Rotarians and Rotaractors who are bringing their commitment to sustainable solutions. We can do this.

Besides that, my name, Tusubira, literally means "we hope"!

Rotary

आकर्षक संयोग

LBW

टीसीए श्रीनिवासा राघवन

संयोगो ने मुझे हमेशा आकर्षित किया है। ये ऐसी घटनाएं होती हैं जिनके होने की संभावना न के बराबर होती है। गणित में ग्रीक वर्णमाला के पाँचवे अक्षर श से इसे दर्शाया जाता है। जिसका अर्थ होता है अति सूक्ष्म। पिछले 30 वर्षों में मेरे साथ ऐसा तीन बार हुआ है, जिनमें से दो बार तो पिछले महीने एक ही फ्लाइट पर हुआ था। लेकिन मैं सबसे पुराने से शुरू करता हूँ जो 1993 में हुआ था।

मैं और मेरी पत्नी हेलसिंकी जा रहे थे। हमारे साथ हमारे 9 और 6 साल के दो बेटे भी थे। वे मेरे साथ कैसे आए यह एक लंबी कहानी है। बस यह कहना पर्याप्त होगा कि यह एक बार फिर शुद्ध मौका था। लेकिन संयोग नहीं। हमारी कनेक्टिंग फ्लाइट फ्रैंकफर्ट से थी। हमारे पास इंतजार करने के लिए दो घंटे थे और हम सोफे पर बैठे हुए यही सोच रहे थे कि यह समय कैसे बिताया जाए तब ही एक बड़ा सा गोरा आदमी आया और बगल के सोफे पर बैठ गया। थोड़ी देर बाद उसने मेरे बेटों से बातचीत करना शुरू किया और उसके उच्चारण से मैं बता सकता था कि वह अमेरिकी था। थोड़ी देर बाद वह मेरी पत्नी की ओर मुड़ा और उससे बात करने लगा। मेरी पत्नी ने उससे पूछा कि वह कहाँ से है। उसने कहा अमेरिका से। पत्नी ने पूछा कि अमेरिका में कहाँ से। उसने कहा तुलसा, ओक्लाहोमा।

इससे मेरी पत्नी की दिलचस्पी बहुत बढ़ गई और उसने उसे बताया कि उसका भाई भी वहीं रहता है। उस आदमी ने पूछा कि तुलसा में वास्तव में कहाँ। तो मेरी पत्नी ने अपनी डायरी निकाली और पता पढ़कर सुनाया। उस आदमी ने मेरी पत्नी से उसके भाई का नाम पूछा। उसने उसे बता दिया। तभी वह लगभग अपनी सीट से उछल पड़ा और बड़बड़ाने लगा। हम पूरी तरह हैरान थे। जब हम अंततः समझ पाए कि वो क्या कह रहा है तो पता चला कि वह मेरे बहनोई का पड़ोसी था और एकदम बगल वाले घर में ही रहता था! हमने उससे मिलने की संभावना के बारे में कभी सोचा तक नहीं था। जरा सोचिए इसके बारे में। क्या संभावनाएं हैं? इसे ही संयोग कहते है।

उस बात को लगभग 31 साल हो चुके थे जब मेरे साथ दूसरा और तीसरा संयोग हुआ था। लेकिन अब हमारा बड़ा बेटा स्विट्ज़रलैंड में रह रहा था और हम अपने पोते के जन्मदिन के लिए जा रहे थे। फ्लाइट में मैंने दो मशहूर फिल्में देखीं- द लास्ट राइफलमैन और द ग्रेट एस्केप। और अंदाज़ा लगाइए क्या हुआ? वे लगभग एक समान निकली। जाहिर सी बात है कि दोनों के मुख्य अभिनेता अलग थे मगर वे सुपरस्टार ही थे। इनकी कहानियाँ लगभग एक जैसी ही थी। यह असाधारण था कि वे एक-दूसरे से इतनी मेल खाती थी। अब इस बात की क्या संभावना है कि आप जिस फ्लाइट में जा रहे है उसमें लगभग एक जैसी ही दो फिल्में देखते है और उन दोनों में ही एक-एक सुपरस्टार हो? अगर आप इसकी संभावनाओं की गणना कर सकें तो कृपया मुझे भी बताएं।

बेशक बहुत से अन्य और बहुत बड़े संयोग होते हैं। मैंने इस बारे में गूगल किया और दर्जनों ऐसे संयोगों के बारे में जाना। मेरा सबसे पसंदीदा संयोग वायलेट जेसोप नामक एक महिला के बारे में है। वह ऐसे तीन जहाजों पर कार्यरत थी जो न केवल उनके रहते डूबा बल्कि वो हर बार बच भी गई। इतना ही नहीं: तीनों जहाज एक ही कंपनी के स्वामित्व में थे। और उनमें से एक टाइटैनिक था!

एक और विचित्र संयोग यह है कि पहले पांच अमेरिकी राष्ट्रपतियों में से तीन की मृत्यु जुलाई में हुई और उनमें से दो की मृत्यु 4 जुलाई को ही हुई, जब अमेरिकी स्वतंत्रता दिवस भी होता है। और भी कई। इतिहास में ऐसे कई संयोग हैं जो बस अकथनीय हैं। आखिरकार यह सब संयोग की बात है। अगर आपको यह बताया जाए कि आप और आपके मंगेतर एक ही बिस्तर पर पैदा हुए थे तो आप कैसे प्रतिक्रिया देंगे? असंभव? बिल्कुल नहीं। ऐसा एक बार हो चुका है।

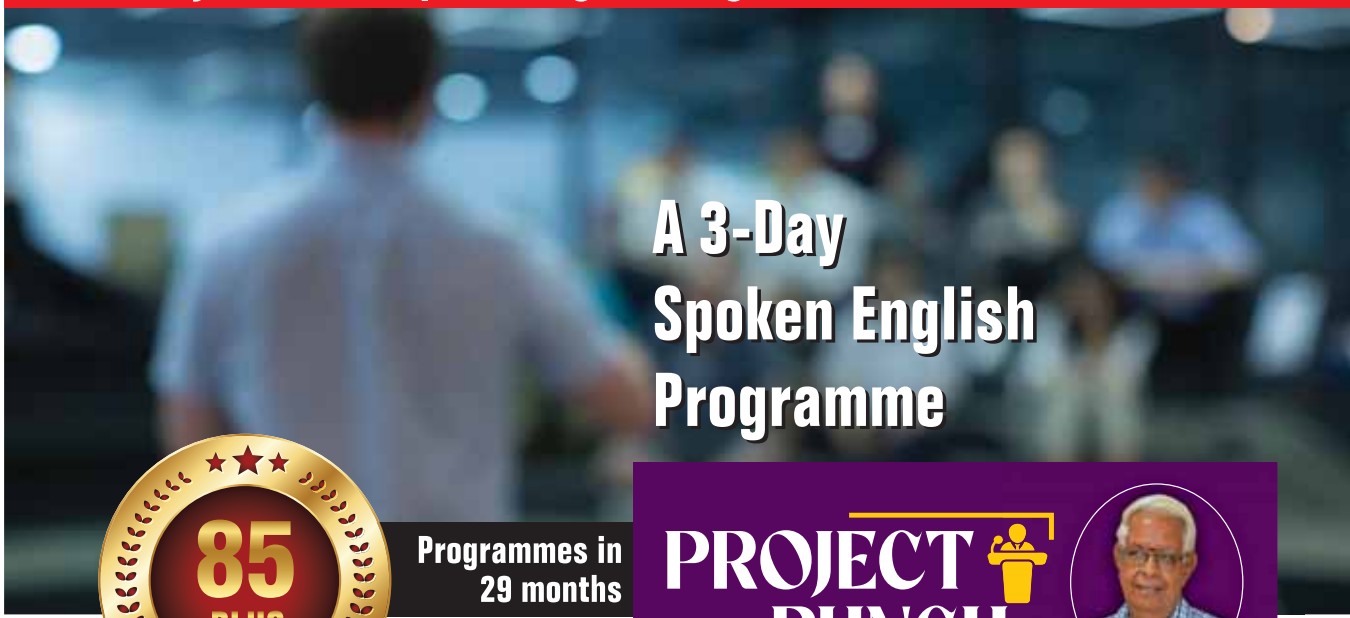
एक सबसे बड़ा आश्चर्य उस आदमी को लेकर है जो दो परमाणु बमों से भी बच गया। एक असाधारण संयोग से जब हिरोशिमा और नागासाकी दोनों में बम गिरा तब वह वहाँ पर मौजूद था। गूगल पर एक पोस्ट में कहा गया है कि जापान सरकार ने इसे प्रमाणित भी किया है। वह 93 वर्ष की परिपक्व उम्र तक जीवित रहा और 2010 में उसकी मृत्यु हुई। जाहिर है जैसा कि संत कबीर ने अपने दोहे में कहा है *जाको राखे साइयाँ मार सकें ना कोई।* जिसके सर पर ईश्वर का हाथ होता है उसे कोई नहीं मार सकता। ठीक उस महिला की तरह जो उन तीनों डूबते जहाजों पर भी बच गई! ■

Rotary
District 3212

THE MAGIC OF ROTARY

Project Punch is now a National Project

Project Punch- Spoken English Programme For Student Teachers



85 PLUS

Programmes in 29 months

As on 1 July, 2024

No. of Occurrences

87

No. of Beneficiaries

9586

200% Increase in placements at V.O.C College of Education, Tuticorin and Arasan Ganesan College of Preceptors, Sivakasi, Tamil Nadu (2023 - 2024)

98% of positive transformation (in students) as reported by Loyola College of Education, Chennai, Tamil Nadu (2024 - 2025)

Do you wish to conduct **Project Punch?** Contact:

Project Chairman
Rtn. A.Shyamraj
97502 07464

PROJECT PUNCH

What is Project Punch?

Project Punch is a 3-day Spoken English Training Programme by Rotary Club of Virudhunagar for student teachers (B.Ed. students) to improve their Communicative English and Public Speaking skills.

Project Punch is now a National Project. We serve beyond RID 3212 and Tamil Nadu. Recently, our team of Trainers travelled to Maharashtra and delivered 2 programmes of Project Punch to the students and the teachers of Eklaya adivasi bhatakya vimukta jati-jamati va magasvargiya sevabhavi sanstha, Manchi Hill (Maharashtra).

IDHAYAM
PROMISE OF HEALTH AND HAPPINESS

LEKHA ads/Aug 24/ Rotary-2

ADVT.

Registered No. TN/CCN/359/2024-2026 | Total number of pages in this monthly
Licensed to post WPP No.TN/PMG(CCR)/WPP 421/24-26 | issue, including cover, 84. Price: ₹40
Regd with RNI TNHIN/2001/05271. Rotary Samachar Published 1st week of every month. Posted at Egmore RMS Patrika Channel. Date of posting: 6–12 every month.

IIS (deemed to be UNIVERSITY) JAIPUR
FORMERLY ICG

ADMISSIONS OPEN 2024-25
www.iisuniv.ac.in

SCHOLARSHIPS FOR
Meritorious and National Level Sports Achievers

Scan me for more Information

Toll Free No.
1800 180 7750

UG / PG / Ph.D. & Professional Programmes
3-Level Certificate/Diploma/ Advanced Diploma
Value Added COSD Programmes
alongwith Degree Programmes

Undergraduate Programmes
- B.A. - B.Sc. - B.Com.
- B.A. / B.Sc. / B.Com. Hons.

Specialized Programmes
- B.Com. Hons. (Proficiency in CA/CS) Specialized programmes and separate academic calendars for aspirants of CA & CS
- B.Com. Hons. (Applied Accounting and Finance) Accredited by ACCA UK

UG-Professional Programmes
- B.A. (J.M.C.) - B.F.A. - B.C.A.
- B.Sc. Hons. (Data Analytics & AI)
- B.Sc. Hons. (Home Science)
- B.Sc. Hons. (Multimedia & Animation)
- B.Sc. (Fashion Design)
- B.Sc. (Jewellery Design & Technology)
- B.B.A.
- B.B.A. (Aviation & Tourism Management)
- B.Voc. - UGC Approved

Integrated Programmes
- B.A. B.Ed. - B.Sc. B.Ed.* - NCTE Approved
- B.Sc. - M.Sc. (Nano Science & Technology)

Post Graduate Programmes
- M.A. - M.Sc. - M.Com. - M.F.A. - M.S.W. - M.Sc. Home Sc.
- M.B.A.* (Semester Based) - M.A/M.Sc Yogic Sciences
- DBT supported M.Sc. Biotechnology program

Professional Diploma in Clinical Psychology (RCI approved)

Co-Educational Programmes
@ IISU Block, IIIM Campus, Mahaveer Marg, Mansarovar
- B.C.A. - B.B.A. - B.Lib.I.Sc.
- M.A. (Digital Media & Communication) - M.C.A.*
- M.B.A.* (Dual Specialization, Trimester based)
*MBA/MCA AICTE Approved

Short Term Courses
- Cyber Security and Cyber Law (Online)
- Certificate Course in Textile Design

Research Programmes
- Ph. D. : Admission through Research Entrance Test**
**Exemption for NET-qualified applicants

Preparatory classes along with UG / PG Programmes
- Civil Services - NET - US CMA

College of Physiotherapy & Allied Health Sciences
(Co-Educational) @ IIS, Sitapura Campus
- B.P.T. - M.P.T. - Ph.D.

DISTINGUISHING FEATURES
- Hostel with Modern Amenities
- Training and Placement Support
- Well Placed Alumnae
- Student Diversity (from India & Abroad)
- International Students Office
- Centrally Located
- Wifi Enabled Campus

FOR COUNSELLING AND ANY QUERIES, CONTACT AT:
ARTS & SOCIAL SCIENCES 93588 19994
SCIENCE 93588 19995
COMMERCE & MANAGEMENT 93588 19996
PHYSIOTHERAPY 89493 22320

Gurukul Marg, SFS, Mansarovar, Jaipur-302 020 Rajasthan (India) +91 141 2400160 / 161, 2397906 / 907 admissions@iisuniv.ac.in

ADVT.