Vol.24, Issue 2 | Annual Subscription ₹480

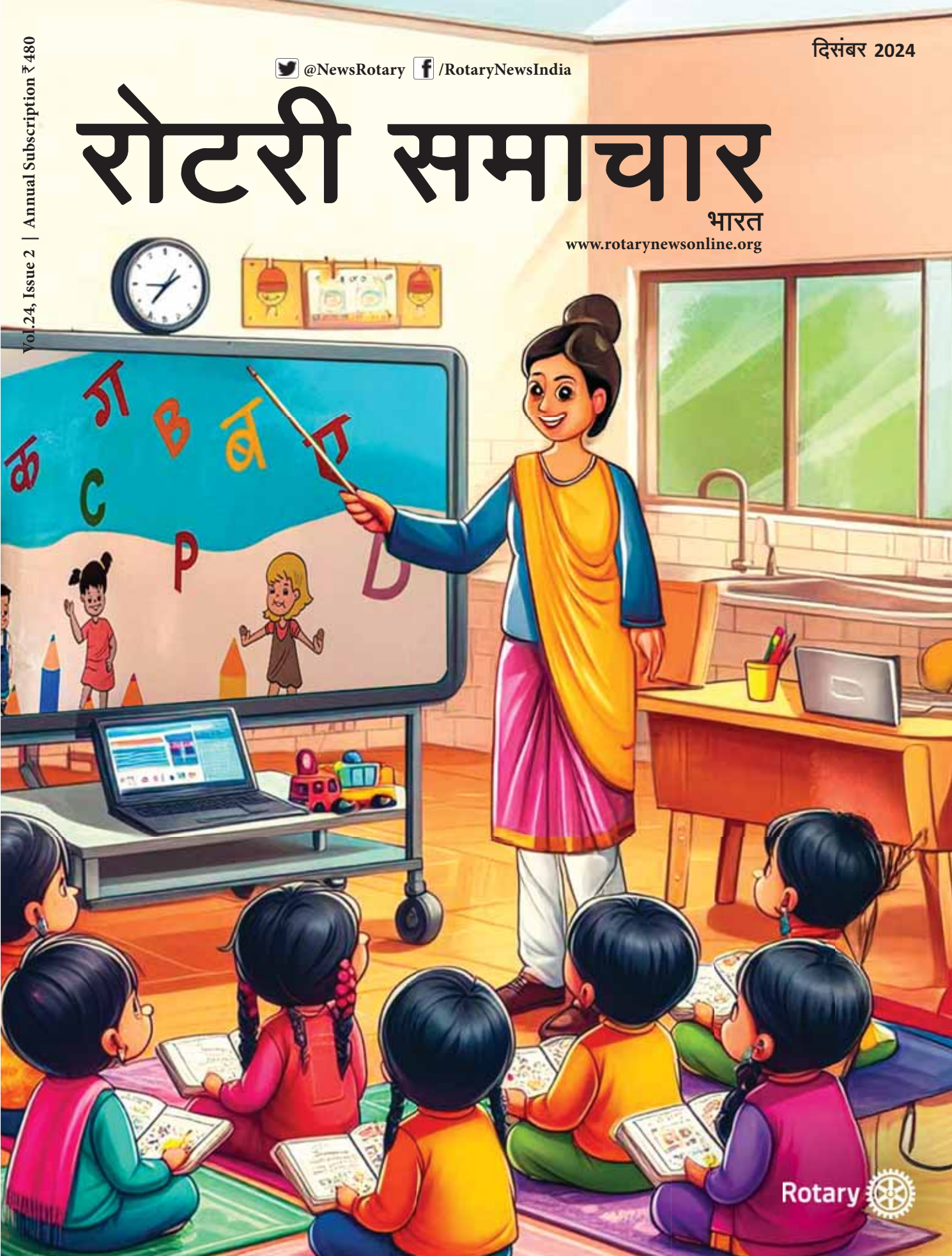
दिसंबर 2024

@NewsRotary /RotaryNewsIndia

रोटरी समाचार

भारत

www.rotarynewsonline.org



Rtn. Stephanie Urchick
RI President

Rtn. Meeran Khan Saleem
District Governor

Rtn. AKS V.R. Muthu
District Governor (2022-23)

Rotary
District 3212

THE MAGIC OF ROTARY

Rtn. Rajendra Man Sherchan
District Governor, RID 3292
Nepal and Bhutan

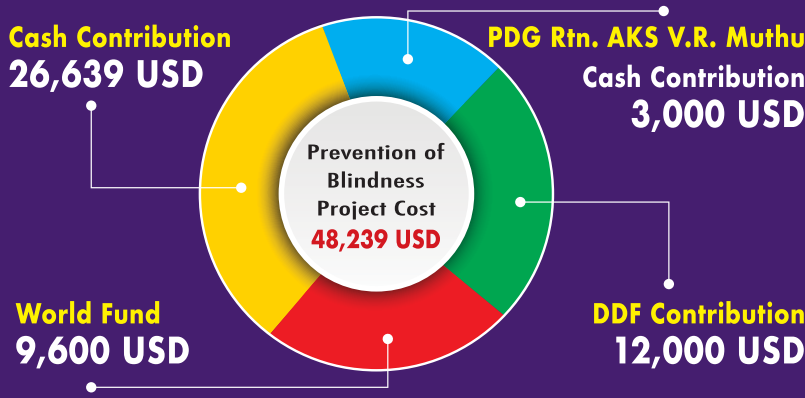
Rotary
Club of Bagmati Kathmandu

GLOBAL GRANT
GG- 2352110

Prevention of Blindness in Premature Babies

Operation with Fundus Camera and Indirect Laser

- Retinopathy in Premature Babies lead to 'BLINDNESS'.
- 25 % of premature babies have some form of Retinopathy and among them nearly 7% needs urgent treatment.
- Lack of technology for diagnosis and prevention in Nepal.
- Technology Support for diagnosis and prevention to Tilganga Institute of Ophthalmology, Gaushala, Kathmandu.
- Technology (Equipment)
  - Green laser console, only 532nm
  - Laser Indirect Ophthalmoscope (LIO)
  - Handheld Portable Fundus Camera



LETS PREVENT & MAKE LIFE BETTER

Current Support From Clubs

RC of Himalayan Golfers	:	3,100 USD
RC of Durbarmarg	:	1,050 USD
RC of Kasthamandap	:	1,000 USD
RC of Thamel	:	700 USD

Rtn. Chehab El Alwar
RC of Las Vegas WON
RID 5300

Rtn. Manju Dhamala Thapa
RC of Bagmati Kathmandu
RID 3292

Join Us With Your Support

Rtn. ASP. Arumugaa Selvan

LEKHA ads/Dec 24/ Rotary/HW

Rtn. Manju Dhamala Thapa, President, Rotary Club of Bagmati Kathmandu
977-9841222254 | manjurotary1234@gmail.com

ADVT.

विषयसूची

12

रोटरी की नई पहल: भारत की पहली ए आई-आधारित आंगनवाड़ी

20

ध्वनि, कला और नृत्य के माध्यम से मानसिक समस्याओं से मुकाबला

28

वयस्क निरक्षरता को मिटाने के लिए रोटरी की एक बड़ी पहल

42

एक रोटेरियन ने प्लास्टिक के कचरे से बनाया घर

52

जब सपने उड़ान भरते हैं

54

नागपुर के रोटेरियनों द्वारा विशेष रूप से सक्षम लोगों को सौगात

60

मदुरई के रोटेरियन बने युवाओं की प्रेरणा

ई-संस्करण दर हुई कम

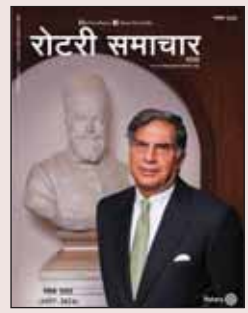
1 जुलाई 2024 से हमारी ई-संस्करण सदस्यता ₹420 से संशोधित कर **₹324** कर दी गई हैं।

Rotary

A publication of Rotary Global Media Network

आपके पत्र

एक सुयोग्य श्रद्धांजलि



रोटरी न्यूज़ के कवर पर रतन टाटा को देखकर ख़ुशी हुई। गांधीजी और नेहरू के बाद, वह सबसे प्रिय और सम्मानित भारतीयों में से एक हैं। मुझे 2012 में बॉम्बे हाउस में डॉ. वी कुरियन की अपनी ऑडियो आत्मकथा के लिए उनकी प्रस्तावना रिकॉर्ड करने हेतु उनसे मिलने का सौभाग्य मिला था। वो 10 मिनट मेरे दिल में बसे हुए हैं। उनकी विनम्रता उनके पत्रों में देरी के लिए माफी मांगने और उनके निरंतर समर्थन, ईमेल का जवाब देने और ग्रामीण स्वच्छता में मेरे रोटरी काम की सराहना करने के माध्यम से चमकती थी। जैसा कि आपके संपादकीय में उपयुक्त रूप से कहा गया है, महान लोग अलग ही मिट्टी के बने होते है।

अतुल भिड़े
रोटरी क्लब ठाणे हिल्स - मंडल 3142

रशीदा भगत, भारत के कोहिनूर स्वर्गीय रतन टाटा को भावभीनी श्रद्धांजलि देने के लिए धन्यवाद। मानवता के लिए उनका योगदान रोटरी के मूल उद्देश्यों के साथ गहराई से सरेखित है। लाखों भारतीयों के लिए, उनकी देशभक्ति संकट के समय में सबसे ज्यादा उज्ज्वल हुई। एक सच्चे परोपकारी के रूप में, उन्होंने शिक्षा, स्वास्थ्य देखभाल और सामाजिक कारणों में उल्लेखनीय योगदान दिया। रोटरी न्यूज़ द्वारा यह श्रद्धांजलि उपयुक्त और उचित दोनों है।

टी डी भाटिया
रोटरी क्लब दिल्ली मयूर विहार
मंडल 3012

भारत के कोहिनूर रतन टाटा को इस सुंदर श्रद्धांजलि के लिए धन्यवाद। उन्होंने दुनिया को दिखाया कि ईमानदार सेवा से व्यापारी का मान बढ़ता है। उनके नेतृत्व में, टाटा समूह फला-फूला, उनकी सादगी और अनुग्रह का प्रतीक बना। कर्मचारियों के लिए उनकी अनुकरणीय चिंता और उनकी ईमानदारी एवं वफादारी का सम्मान करने के लिए धन का हस्तांतरण वास्तव में प्रेरणादायक है। उनका नुकसान केवल भारतीय उद्योग के लिए ही नहीं बल्कि पूरे भारत के लिए अपूरणीय है।

आर श्रीनिवासन
रोटरी क्लब बैंगलोर जे पी नगर
मंडल 3191

रतन टाटा वास्तव में भारत के कोहिनूर हैं। मुझे रोटरी इंटरनेशनल के साथ उनके जुड़ाव और उनके प्रसिद्ध उद्धरणों के बारे में जानकर प्रसन्नता हुई। पूरा देश इस प्रतिष्ठित सज्जन के निधन से स्तब्ध है।

धीरेन्द्रनाथ पात्रा
रोटरी क्लब बानपुर बालुगांव
मंडल 3262

नवंबर का अंक द्रवित करने वाला था क्योंकि हम रतन टाटा के निधन से शोकाकुल थे। उनके उद्धरण गहराई से प्रतिध्वनित हुए, विशेष रूप से रोटरी की घटती सदस्यता पर लेख के साथ: जीवन में उतार-चढ़ाव महत्वपूर्ण हैं। क्योंकि ईसीजी पर भी एक सीधी रेखा का मतलब होता है कि हम

आरआईपीई के साथ एक स्पष्ट साक्षात्कार

अक्टूबर अंक में 'रोटरी के राजा' पर कहानी ने शानदार चित्रों के साथ कई पाठकों के दिल पर कब्जा कर लिया। *एक रोटेरियन का पर्यावरण प्रेम* और स्वास्थ्य और शिक्षा के बारे में अन्य लेख बहुत दिलचस्प थे।

सौमित्र चक्रवर्ती,
रोटरी क्लब कलकत्ता यूनिवर्स - मंडल 3291

रो ई मंडल 3262 की ओर से, मैं संपादक और उनकी टीम को *रोटरी न्यूज़* के नए स्वरुप के लिए बधाई देता हूं। आरआईएलएम द्वारा लगभग 800 जेल कैदियों को साक्षरता का उपहार देना एक दिल को छू लेने वाली परियोजना है। पूरी आरआईएलएम टीम और पीआरआईपी शेखर मेहता को एक बड़ा सलाम। उम्मीद है कि अगले चरण में, महिला कैदियों को परियोजना में जोड़ा जाएगा।

चिन्मय महापात्र
रोटरी क्लब राजधानी भुवनेश्वर - मंडल 3262

एक स्पष्ट साक्षात्कार में, आरआईपीई मारियो ने कुछ देशों में सदस्यता में गिरावट पर व्यावहारिक विचार साझा किए। जबकि भारत में रोटरी सदस्यता वृद्धि, टीआरएफ में योगदान और वैश्विक अनुदान में उत्कृष्टता हासिल करता है, हमारी सफलता को कानून द्वारा और भी मजबूती मिलती है जिसमें कॉर्पोरेट मुनाफे के एक हिस्से को सामाजिक कार्य के लिए उपयोग करना अनिवार्य होता है। हालांकि, मारियो ने कहा कि भारत की आधारभूत संचरचना के बावजूद, हम फर्जी क्लबों, बढ़े हुए आंकड़ों और चुनावी विवादों जैसे मुद्दों के कारण एक सम्मेलन की मेजबानी नहीं कर सकते। पुराने और बेजान की छवि को तोड़ने के लिए इन चुनौतियों का समाधान करना महत्वपूर्ण है।

वीआरटी दोराईराजा
रोटरी क्लब तिरुचिरापल्ली - मंडल 3000

मैंने मदुरई सम्मेलन में आरआईपीई मारियो द्वारा हाइलाइट किए गए सदस्यता में चौंकाने वाली गिरावट एक बड़ी चिंता को रुची के साथ पढ़ा। यह जानकर ख़ुशी हुई कि भारत नए क्लबों को अधिकृत करने में अग्रणी

आपके पत्र

जीवित नहीं हैं। एक और, यदि आप तेजी से चलना चाहते हैं, तो अकेले चलिए। लेकिन आप दूर तक चलना चाहते हैं, तो साथ चलिए, पोलियो में हमारी साझेदारी को खूबसूरती से दर्शाता है। यह वास्तव में मेरे द्वारा पढ़े गए सबसे अच्छे अंकों में से एक था!

पल्लीकोंडा मोहनकुमार
रोटरी क्लब पल्लीकोंडा - मंडल 3231

सदी के दिग्गज रतन टाटा को कवर पर दिखाने के लिए धन्यवाद। वह आदमी जिससे कोई नफरत नहीं करता था उचित रूप से उनका वर्णन करता है, और संपादक द्वारा उनके प्रसिद्ध उद्धरणों को शामिल करना एक विचारशील स्पर्श था। लेख और संपादक का नोट दोनों ही इस शानदार व्यक्ति को उचित श्रद्धांजलि दे रहे थे। इसके अलावा, जहां वरिष्ठ रो ई नेतृत्वकर्ताओं ने टीआरएफ को दान करने के महत्व पर जोर दिया, आरआईपीई मारियो ने सदस्यता में गिरावट के पीछे के कारणों की स्पष्ट रूप से व्याख्या की।

फिलिप मुलाप्पोन एम टी
रोटरी क्लब त्रिवेंद्रम सबअर्बन - मंडल 3211

है, जिसमें 2021-23 के बीच 658 क्लब बनाए गए हैं। हालांकि, उनकी यह चेतावनी महत्वपूर्ण है कि भारत को गलत प्रथाओं से अपनी उपलब्धियों को धूमिल नहीं करना चाहिए। हमें कृत्रिम आंकड़ों को बनाने से बचना चाहिए और रोटरी की अखंडता एवं विकास को बनाए रखने के लिए सक्रिय, समर्पित सदस्यों को लाने पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए।

एम पालनिअप्पन
रोटरी क्लब मदुरई वेस्ट - मंडल 3000

आदिवासियों के लिए उल्लेखनीय परियोजना

मैं अक्टूबर अंक में बताई गई रोटरी क्लब बॉम्बे बे व्यू द्वारा की गई उल्लेखनीय परियोजनाओं से प्रभावित था। पीने का पानी उपलब्ध कराने के लिए कुओं का निर्माण, किसानों को आम के पौधों का वितरण और आधुनिक कृषि तकनीकों पर जागरूकता सत्र आयोजित करना सराहनीय है। 35 आदिवासी जोड़ों की शादी एवं शिक्षा पर ध्यान केंद्रित करना जीवन को बेहतर बनाने के लिए समर्पण को दर्शाता है।

कर्नल (सेवानिवृत्त) विजयकुमार सी
रोटरी क्लब अलेप्पी ग्रेटर - मंडल 3211

रोटरी समाचार का अक्टूबर अंक प्राप्त करने के बाद, मैंने इसे तब तक नीचे नहीं रख सका जब तक कि मैंने इसे पूरा नहीं पढ़ लिया। जबकि हर लेख उत्कृष्ट था, पालघर के आदिवासियों पर रशीदा का लेख श्रेष्ठ था। रोटरी क्लब बॉम्बे बे व्यू का प्रभावशाली कार्य वास्तव में सराहनीय है।

वनोद नेमा,
रोटरी क्लब इंदौर सेंट्रल - मंडल 3040

यौनकर्मियों पर लेख और डीईआई पर संपादन सामयिक हैं और हमारे समाज में इन गंभीर मुद्दों पर ध्यान केंद्रित करते हैं। वायनाड भूस्खलन पीड़ितों के लिए केरल के रोटेरियनों का काम सराहनीय है। रोटरी क्लब औरंगाबाद द्वारा गांव गोद लेना एक सराहनीय पहल है।

एस एन शनमुगम
रोटरी क्लब पनरुती - मंडल 2981

कोलकाता के एक अस्पताल में एक युवा डॉक्टर के क्रूर बलात्कार और हत्या पर अक्टूबर का संपादन रोटरी के डीईआई मंत्र पर ध्यान केंद्रित करता है। हमारी लड़कियों ने हमें टोक्यो और पेरिस ओलंपिक में गौरव दिलाया है, और हर देश को अपनी महिलाओं का सम्मान करना चाहिए। पूर्व अध्यक्ष रिजवाना जमींदार और रोटरी क्लब भरूच की सदस्यों को यौनकर्मियों की सखी बनने और उन्हें एक सम्मानपूर्ण जीवन देने के लिए सलाम।

राज कुमार कपूर
रोटरी क्लब रूप नगर - मंडल 3080

डीआई पर संपादकीय लैंगिक असमानता के मुद्दों और महिलाओं के खिलाफ बढ़ती हिंसा पर केंद्रित है। कम विशेषाधिकार प्राप्त लोगों की मदद करने के अलावा, रोटेरियनों को ऐसे मुद्दों एवं लैंगिक अपराधों की रोकथाम पर काम करने की आवश्यकता है।

आर थयुमानवन
रोटरी क्लब कुड्डलोर मिड टाउन - मंडल 2981

एक सुबह-सुबह मुझे एक अज्ञात नंबर से फोन आया - भोपाल से मेरी स्कूल की दोस्त मैरी कुरियन ने *रोटरी न्यूज़* के अक्टूबर में मेरा नाम पढ़ने के बाद मुझे ढूंढ लिया। रोटरी क्लब मवेलीकारा, केरल, की एक सदस्य होने के नाते, उसे रोटरी डायरेक्टरी से मेरा नंबर मिला। पांच दशकों के बाद एक घंटे तक बात करते हुए यादें ताजा हो गईं। रोटरी और *रोटरी न्यूज़* की वजह से, हम फिर से जुड़ गए - ऐसी ताकत है रोटरी की!

उदय धर्माधिकारी
रोटरी क्लब पुणे सेंट्रल - मंडल 3131

कवर पर: रो ई मंडल 3012 की एक परियोजना, ए आई-एकीकृत आंगनवाड़ी का चित्रण।

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।

दिल और दिमाग से

अनुकूल बनने के लिए, जैसा कि रोटरी की कार्य योजना में निर्धारित किया गया है, हमें कभी-कभी अपने आराम क्षेत्र से बाहर निकलना चाहिए और कुछ नया करने की कोशिश करनी चाहिए। यहां क्लबों के दो उदाहरण दिए गए हैं जो अनुकूल बने - पहला दिल से और दूसरा महत्वपूर्ण सोच और रणनीति के माध्यम से।

रोटरी क्लब चंडीगढ़ मिड टाउन, भारत, ने इस साल की शुरुआत में दिल से नेतृत्व किया। सदस्यों को जोड़ने और सदस्यता बढ़ाने के लिए, क्लब के अध्यक्ष नितिन कपूर ने व्यक्तिगत रूप से क्लब के प्रत्येक पूर्व सदस्य को बुलाया और उन्हें एक पूर्व सदस्य बैठक में आमंत्रित किया।

आठ पूर्व सदस्यों ने भाग लिया, और परिणाम आश्चर्यजनक थे। आगंतुकों को एक बार फिर जुड़ने का मौका मिला - न केवल वर्तमान सदस्यों के साथ, बल्कि सौहार्द और अपनेपन की भावना के साथ जो सदस्यता ने उन्हें दी। शाम के अंत तक, क्लब ने रोटरी परिवार में पूर्व सदस्यों में से छह का स्वागत किया।

कपूर ने न केवल कुछ नया करने की कोशिश की, बल्कि क्लब के पूर्व सदस्यों को दिखाया कि वे अभी भी रोटरी परिवार के लिए कितना मायने रखते हैं। लोग चाहते है कि उनकी जरूरत हो और सराहना की जाये। लोग महसूस करना चाहते हैं कि वे अहम हैं। और वे कभी ऐसा महसूस नहीं कर सकते यदि हमारे पास उन्हें यह बताने का साहस नहीं है।

इस बीच, रोटरी क्लब सियोल-हंसू, कोरिया, विभिन्न क्लब मॉडलों के साथ प्रभावकारी प्रयोग कर रहा है। पिछले चार वर्षों में, सियोल-हंसू ने चार उपग्रह क्लब बनाए और उन्हें बरकरार रखा हैं - एक सेवा क्लब, संगीतकारों के लिए एक रुचि-आधारित क्लब, एक कारण-आधारित क्लब जो पेशेवरों को सलाह देता है, और कॉलेज के छात्रों के लिए एक क्लब।

ये सैटेलाइट क्लब पांच साल की योजना का हिस्सा हैं जिसे क्लब ने नवाचार के माध्यम से सदस्यता बढ़ाने के लिए लागू किया है। इतने सारे उपग्रह क्लबों की स्थापना और बरकरार रखने का रहस्य क्या है? सियोल-हंसू और इसके उपग्रह क्लबों के बीच सदस्यता तरल और सहक्रियात्मक है। सैटेलाइट क्लबों के कई सदस्य प्रायोजक क्लब की बैठकों में भाग लेते हैं। और प्रायोजक क्लब के कई सदस्य सैटेलाइट क्लबों में भाग लेते हैं।

प्रत्येक सैटेलाइट क्लब प्रायोजक क्लब और समुदाय में लोगों की विभिन्न रुचियों को आकर्षित करता है, जिससे मौजूदा और संभावित सदस्य आकर्षित होते है। सदस्यों को बनाए रखने और आकर्षित करने दोनों के लिए यह एक उत्कृष्ट रणनीति है क्योंकि यह लचीलापन प्रदान करता है। यदि कोई इसमें शामिल होने में रुचि रखता है, लेकिन वे इसे प्रायोजक क्लब की बैठकों में भाग नहीं ले सकते हैं, तो उनके पास चुनने के लिए बहुत सारे विकल्प हैं।

ये सिर्फ दो उदाहरण हैं कि हम अपने दिल और दिमाग के साथ कैसे अनुकूलन कर सकते हैं। हर क्लब अलग होता है, इसलिए मैं आपको अपने क्लब के सदस्यों और अपने आसपास के समुदाय तक पहुंचने के लिए प्रोत्साहित करता हूं। उनसे क्लब के अनुभव के साथ-साथ आप उसमें कैसे सुधार कर सकते है इस बारे में पूछें।

लोगों से बात करें और हो सकता है कि आपको ऐसे तरीके मिल जाएं जिनसे आप अपने क्लब में *रोटरी के जादू* को जगा सकें।

स्टेफ़नी ए अर्चिक
अध्यक्ष, रोटरी इंटरनेशनल

दिल्ली में प्रदूषण से जंग

जिस वक्त मैं इस महीने का सम्पादकीय लेख लिख रही हूँ (18 नवंबर) यह पढ़ रही हूँ कि दिल्ली का औसत वायु गुणवत्ता सूचकांक (ए क्यू आई) 492 के भयावह स्तर तक पहुँच गया है, जो कुछ क्षेत्रों में 500 के खतरनाक आंकड़े को भी पार कर गया है, तो इस अंक में शामिल दो कॉलम - *गो ग्रीन* और *एल बी डब्ल्यू* - और रोटरी क्लब चंद्रपुर के डॉ पालीवाल द्वारा प्लास्टिक कचरे से निर्मित एक घर, मेरे ज़हन में आये। लेकिन इससे पहले एनसीआर (राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र) के प्रदूषण स्तर पर गौर करना ज़रूरी है जो इतना भयावह हैं कि सुप्रीम कोर्ट को इन मामलों में सुधार के लिए ग्रेडेड रिस्पांस एक्शन प्लान (जीआरएपी) के चरण 4 के तहत गंभीर प्रतिबंधों का आदेश देना पड़ा। इस आदेश के तहत एनसीआर क्षेत्र (दिल्ली, हरियाणा, उत्तर प्रदेश और राजस्थान) में सभी सरकारों को स्कूलों को बंद करने सहित उपचारात्मक कार्रवाई का सख्ती से पालन करने के निर्देश जारी किये। आईएमडी को येलो अलर्ट जारी करना पड़ा और दिल्ली हवाई अड्डे पर दृश्यता 600 मीटर के दयनीय स्तर पर थी!

दिल्लीवासियों ने शिकायत की कि उनके एयर प्यूरीफायर अब काम नहीं कर रहे हैं (ये विशेषाधिकार प्राप्त वर्ग के लोग हैं जो एयर प्यूरीफायर खरीद सकते हैं और सुरक्षित घरों में रह सकते हैं; लेकिन बेघर और फुटपाथ पर रहने वालों की दुर्दशा की कल्पना की जा सकती है) तो विशेषज्ञों ने कुछ सुझाव दिए जैसे कि लोग घरों से बाहर निकलना कम करें, एन 95 मास्क पहनना शुरू करें, वाहनों का उपयोग कम करें, आदि। इन सुझावों को अपनाना महत्वपूर्ण है, लेकिन एनसीआर में प्रदूषण का एक प्रमुख कारण हरियाणा और पंजाब में फसल अवशेषों को जलाना है, जिसे आमतौर पर पराली के रूप में जाना जाता है। यह फसल की कटाई और अगली फसल की बुवाई के बीच के समय को बचाने के लिए किया जाता है, और किसान इस तरीके को फसल अवशेषों से छुटकारा पाने की सबसे कम लागत वाली विधि मानते हैं। लेकिन इससे हानिकारक ग्रीनहाउस गैसें निकलती हैं जो आसपास के क्षेत्रों में तबाही मचाती हैं। नवीन और नवीकरणीय ऊर्जा मंत्रालय के आंकड़े कहते हैं कि भारत एक वर्ष में लगभग 500 मिलियन टन फसल अवशेष उत्पन्न करता है; जिसमे से दो-तिहाई से अधिक का उपयोग औद्योगिक और घरेलू उपयोग के लिए चारे और ईंधन के रूप में किया जाता है, लेकिन 140 मिलियन टन अभी भी अतिरिक्त बचा रहता है, और लगभग 92 मिलियन टन सालाना जलाया जाता है।

तो पराली जलाने का विकल्प क्या है? मल्चिंग, पशु चारा, खाद, बायोएनर्जी उत्पादन और निर्माण सामग्री के लिए अधिक से अधिक उपयोग। इसे पेलेट में परिवर्तित किया जा सकता है जिसका उपयोग बिजली संयंत्रों या निर्माण कार्यों में किया जा सकता है। कुछ स्थानों पर पराली को विघटित करके उपयोगी उर्वरक बनाने हेतु एक एंजाइम का छिड़काव किया जाता है या खेतों में गाड़कर मिट्टी की उर्वरकता में सुधार किया जाता है। दिलचस्प बात यह है कि चीन में, जहां भारत की तुलना में बहुत अधिक मात्र में फसल अवशेष बचता है, इसे बिजली उत्पादन में एक आकर्षक बायोमास संसाधन माना जाता है, क्योंकि चीन बायोएथेनॉल का उत्पादन करने के लिए फसल अवशेषों का उपयोग करके कोयले और पेट्रोलियम पर अपनी निर्भरता को कम करने की कोशिश करता है।

अब इस प्रदूषण को दिसंबर अंक के लेखों से जोड़ते हुए, *गो ग्रीन* में प्रीति मेहरा ''हरित आदतों'' को हमारे जीवन का हिस्सा बनाने के लिए सरल सुझाव देती हैं और *एल बी डब्ल्यू* में, टी सी ए श्रीनिवास राघवन दिल्ली को लेकर उदासीन हैं, ''जहाँ लगभग 40 साल पहले इसके गैस चैंबर बनने की शुरुआत से पहलेकभी साफ नीला आसमान हुआ करता था।'' वह 1982 के एशियाई खेलों को दिल्ली को एक ऐसे उन्नतिशील नगर में बदलने का दोषी ठहराते हैं जिसने उसके बाद से कभी फलना-फूलना बंद नहीं किया, और एक बड़े एनसीआर के लिए विस्तार किया, जो इतना बड़ा है कि जब आप दिल्ली में उड़ान भरते हैं तो आप देख सकते हैं कि प्रदूषण 15,000 फीट की उंचाई और सभी दिशाओं में लगभग 200 मील तक फैला हुआ है। 1980 के दशक की शुरुआत तक दिल्ली की दो उत्कृष्ट विशेषताएं थीं: साफ नीला आसमान और स्वच्छ हवा, दोनों ही मुफ्त थे। आकाश अभी भी वहीँ है लेकिन यह भूरा-पीला है, नीला नहीं है, वह लिखते है।

पराली जलाने और घातक प्रदूषण बढ़ाने के लिए हमारे किसानों को दोषी ठहराने के बजाय, क्या सरकार और भारतीय उद्योग अनुपयोगी फसल अवशेषों को पेलेट में बदलने में मदद कर सकते हैं जिसका उपयोग भारत में आवश्यक लाखों घरों के निर्माण में किया जा सकता है?

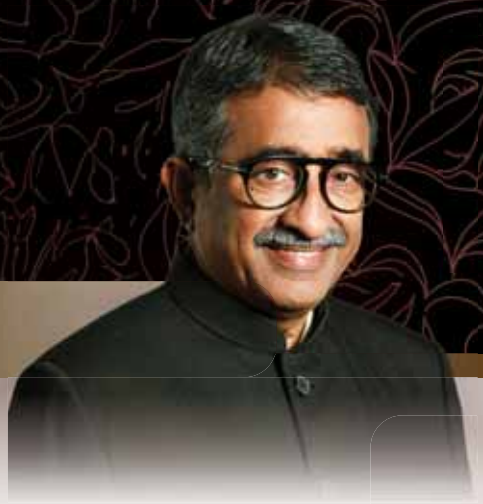
रशीदा भगत

सदस्यता सारांश

स्रोत: रो ई दक्षिण एशिया कार्यालय

1 नवंबर 2024 तक

रो ई मंडल	रोटरी क्लब	रोटेरियनों की संख्या	महिला रोटेरियन (%)	रोटरेक्ट क्लब	रोटरेक्ट सदस्य	इंटरेक्ट क्लब	आरसीसी
2981	140	6,027	5.67	56	106	34	254
2982	94	4,076	5.72	29	388	95	188
3000	148	6,289	11.77	76	940	241	218
3011	139	5,400	31.00	69	1,516	222	41
3012	163	4,030	24.37	53	671	105	61
3020	84	4,911	8.17	33	507	115	351
3030	102	5,657	16.32	59	845	496	388
3040	99	2,386	14.54	34	740	56	216
3053	76	3,187	17.32	23	339	39	131
3055	85	3,439	12.24	47	697	57	389
3056	87	3,776	25.16	21	182	102	201
3060	101	5,088	15.94	51	1,799	76	152
3070	117	3,096	15.31	32	174	65	64
3080	111	4,473	13.62	58	1,406	191	127
3090	135	2,652	7.13	20	351	355	174
3100	117	2,256	10.77	15	81	39	151
3110	138	3,774	11.90	19	164	94	114
3120	90	3,832	15.79	39	533	37	58
3131	141	5,661	35.06	119	2,096	294	209
3132	97	3,809	14.57	28	334	136	226
3141	121	6,466	28.13	111	1,921	196	246
3142	115	4,101	23.09	54	1,475	130	99
3150	108	4,073	12.67	82	1,202	124	130
3160	79	2,534	9.63	24	74	95	82
3170	145	6,679	15.23	87	1,000	180	183
3181	88	3,752	10.87	39	409	100	122
3182	85	3,709	10.76	45	215	110	104
3191	96	3,460	19.25	67	1,493	155	36
3192	93	3,758	22.01	55	1,183	157	40
3201	171	6,672	10.00	101	1,664	107	97
3203	97	5,138	7.38	41	659	145	39
3204	81	2,662	8.19	19	122	17	15
3211	161	5,216	8.84	7	52	26	135
3212	122	4,687	10.69	81	439	208	153
3231	95	3,772	7.26	29	331	68	417
3233	87	3,153	18.36	46	1,296	54	63
3234	81	3,229	24.00	57	1,455	88	41
3240	100	3,592	16.73	41	741	50	246
3250	112	4,434	23.23	33	457	63	192
3261	109	3,504	24.83	18	108	33	46
3262	116	3,878	15.96	82	763	647	289
3291	145	3,899	27.24			86	768
India Total	**4,671**	**176,187**		**2,000**	**30,928**	**5,688**	**7,256**
3220	70	2,057	16.53	79	3,036	137	78
3271	114	1,586	20.74	104	452	275	28
0063 (3272)	83	1,186	20.07	48	306	23	49
0064 (3281)	283	5,911	18.19	190	987	120	211
0065 (3282)	152	3,075	9.20	167	1,147	25	48
3292	161	5,597	19.24	173	5,334	121	140
S Asia Total	**5,534**	**195,599**	**16.21**	**2,761**	**42,190**	**6,389**	**7,810**



निदेशक का संदेश

आशा और सेवा

प्रिय रोटेरियनों,

जैसे-जैसे दिसंबर अपनी अतीत की यादों के साथ करीब आता है, यह अपने साथ चिन्तन और नवीनीकरण का समय भी लाता है - परिवार, दोस्ती और हमारे रोटरी परिवार के सौहार्द के बंधनों को संजोने का समय।

इस महीने रोग की रोकथाम और उपचार पर रोटरी का ध्यान हमें स्वास्थ्य के क्षेत्र में दुनिया की असमानताओं की याद दिलाता है। यह एक कठोर सत्य है: 400 मिलियन से अधिक लोगों के पास बुनियादी देखभाल तक पहुंच की कमी है। फिर भी, हमारी परियोजनाओं के माध्यम से - पोलियो उन्मूलन, गंभीर बीमारियों पर जागरूकता फ़ैलाने, और महत्वपूर्ण हस्तक्षेप प्रदान करके - हम दुनिया को याद दिलाते हैं कि रोटरी का पहिया कभी भी घूमना बंद नहीं करता है, और आशा की किरण उस जगह जलाता है जहां इसकी सबसे अधिक आवश्यकता होती है।

हमारा चिन्ह केवल एक प्रतीक नहीं है; यह कार्रवाई का आह्वान है। उसका हर स्पोक, हर दांता उन व्यक्तियों के सामूहिक प्रयास की शक्ति का प्रतिनिधित्व करता है जो एक साथ पहाड़ हिला देते हैं। जैसा कि यह वर्ष समाप्त होने वाला है, आइए हम एक साथ किए गए कार्यों से बदली गई जिंदगियों एवं उज्ज्वल हुये भविष्य को देखे।

हमारी सबसे बड़ी ताकत हमारे सदस्यों में निहित है। अवरोधन एक निष्क्रिय प्रक्रिया नहीं है; यह संबंध, समावेशिता और जुड़ाव पर पनपता है। प्यार के दो मीठे बोल, एक विचारशील हावभाव, या एक छोटी सी तारीफ उत्साह को फिर से जगा सकता है और यह सुनिश्चित कर सकता है कि कोई भी सदस्य उपेक्षित या अप्राप्य महसूस न करे। एक पहिया सबसे अच्छा तब घूमता है जब उसके सभी भाग एक साथ मिलकर काम करते हैं।

दिसंबर नेतृत्व के लिए एक बुलावा भी लाता है। क्लबों को अब अपने मंडलों का चुनाव करना चाहिए, जिससे अगले रोटरी वर्ष की नींव रखी जा सके। नेतृत्व केवल एक कर्तव्य नहीं है; यह एक विशेषाधिकार है, प्रेरित करने और सेवा के मार्ग को प्रशस्त करने का एक अवसर। जो लोग आगे बढ़ रहे है, याद रखें: आपकी सफलता नेतृत्व के अकेलेपन में नहीं बल्कि उद्देश्य की एकता में है जो आप दूसरों में प्रेरित करते हैं।

रोटरी चलती रहती है क्योंकि यह उन सिद्धांतों पर खड़ी है जो लड़खड़ाते नहीं हैं - मैत्री, नैतिकता, सहिष्णुता और स्वयं से ऊपर सेवा। जैसा कि हम नए साल की ओर देखते हैं, आइए हम इन आदर्शों की पुनः पुष्टि करें, और हमारे पहिये को लगातार घुमाते रहें। सामूहिक रूप से, ऐसा कुछ भी नहीं है जिसे हम हासिल नहीं कर सकते। आइए नए साल और उसके बाद भी जादू पैदा करना जारी रखें। मेरे और विद्या दोनों की तरफ से आपको और आपके परिवार को स्वस्थ, खुशहाल, आनंदमय और परिपूर्ण 2025 की हार्दिक शुभकामनाएं।

राजु सुब्रमण्यन
रो ई निदेशक, 2023-25

2025
कन्वेंशन

घूमने के शौकीनों का सम्मेलन

जब आप रो ई सम्मलेन की यात्रा कर ही रहे हैं, तो क्यों ना एक साइड ट्रिप पार जाया जायें? सदस्यों का कहना है कि वे अक्सर सम्मेलन की मेजबानी करने वाले शहर के आसपास घूमना पसंद करते है। और कीमत बढ़ने से पहले 15 दिसंबर तक पंजीकरण करने का मौका न चूकें।

केलगरी में 21-25 जून तक होने वाले सम्मेलन का समय एक प्रतिष्ठित कनाडियाई कार्यक्रम - कैलगरी स्टैंपीड - को देखने के लिए बिल्कुल सही है। सम्मेलन के बाद छुट्टी या व्यावसायिक यात्रा करें और 4-13 जुलाई तक होने वाले रोडियो के लिए शहर में वापस लौटें जिसमें देश की पश्चिमी और स्वदेशी संस्कृतियों का जश्न मनाया जाता है। मेजबान संगठन समिति ने पड़ोसी रॉकीज़ में बाम्फ़ और लेक लुईस के एक दिवसीय दौरे से लेकर 12 दिनों तक की आसानी से बुक की जा सकने वाली यात्रा की सूची बनाई है जिसमें पहाड़ों के बीच से वैंकूवर तक की यात्रा और स्टैंपीड के लिए कैलगरी वापसी की ट्रेन यात्रा शामिल है।

समुद्र तटी के अनुभव के लिए, वैंकूवर के पास टोफिनो में सर्फिंग की जा सकती है और बीहड़ देखे जा सकते हैं। विशेष रूप से फ्रेंच भाषा बोलने वालों को क्यूबेक सिटी की खूबसूरत इमारतों को देखने और भाषा पर स्थानीय लोगों की विशिष्ट छाप को सुनने का आनंद मिलेगा। बाम्फ़ के अलावा, सुंदर मुख्य सड़कों के साथ रॉकीज़ में अंतहीन विलक्षण शहर देखने को मिलते हैं।

कैलगरी से आप किसी प्रसिद्ध स्थान पर जा सकते है, जैसे टोरंटो, न्यूयॉर्क शहर, ग्रैंड कैन्यन, कैरिबियन, मैक्सिको में कैनकन रिसॉर्ट्स, या लॉस एंजिल्स और डिज़नीलैंड। बड़े नाम वाले पर्यटक स्थलों के अलावा, ओरेगन के रेडवुड्स, मेक्सिको के बाजा कैलिफ़ोर्निया सुर को इकोटूरिज्म के लिए आज़माएं, ऐसे स्थल जो प्रिंस एडवर्ड आइलैंड पर ऐनी ऑफ ग्रीन गैबल्स को प्रेरित करते हैं, या वन्यजीवों एवं कभी ना डूबने वाले सूरज को देखने के लिए कनाडियाई आर्कटिक जाये। आपको जिस भी प्रकार की यात्रा पसंद हैं, कैलगरी उत्तरी अमेरिका के लिए आपका प्रवेश द्वार है।

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

रोटरी संख्या

रोटरी क्लब	:	36,691	रोटरी सदस्य	:	1,171,376
रोटरेक्ट क्लब	:	9,139	रोटरेक्ट सदस्य	:	123,590
इंटरेक्ट क्लब	:	15,647	इंटरेक्ट सदस्य	:	359,881
आरसीसी	:	13,694			

नवंबर 20, 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 3234
डॉ मनोज डी देसाई	RID 3060
सी भास्कर	RID 3000
कमल संघवी	RID 3250
डॉ महेश कोटबागी	RID 3131
ए एस वेंकटेश	RID 3234
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

फाउंडेशन ट्रस्टी अध्यक्ष का संदेश

स्थायी योगदान का मौसम

दिसंबर उदारता दिखाने और विचार करने का समय है। इस साल, अविश्वसनीय परिवर्तन लाने के लिए रोटरी संस्थान के अक्षयनिधि कोष में दान देने पर विचार करें। रोटरी के अक्षयनिधि में योगदान करके, आप यह सुनिश्चित करने में मदद करते हैं कि रो ई के पास आज और आगामी वर्षों में टिकाऊ परियोजनाओं को विकसित एवं कार्यान्वित करने के लिए आवश्यक संसाधन हो। सम्पदा योजनाओं में अक्षयनिधि को शामिल करके या एकमुश्त उपहार देकर सदस्य उस मिशन का समर्थन करते हैं।

यदि आप आज एकमुश्त उपहार देते हैं, तो आपके पास स्वच्छ जल परियोजनाओं, साक्षरता पहलों और आर्थिक विकास प्रयासों के माध्यम से अपने योगदान को कार्रवाई में देखने का अवसर प्राप्त होगा। ये संस्थान पोषित परियोजनाएं दुनिया भर में जीवन को छूती हैं और उन व्यक्तियों के जीवन में आशा लाती हैं जिनसे आप शायद कभी नहीं मिलेंगे, लेकिन वे आपको आपकी उदारता के माध्यम से जानेंगे।

पूर्व अध्यक्ष आर्क क्लम्फ, जिन्होंने पहली बार 100 साल से अधिक साल पहले अक्षयनिधि का प्रस्ताव दिया था, न केवल आज रोटरी के सामने मौजूद मदद के अवसरों पर, बल्कि अक्षयनिधि द्वारा प्रदान की जाने वाली भविष्य की संभावनाओं पर भी आश्चर्य करते।

हालाँकि, हमारी अक्षयनिधि तभी मजबूत होती है जब हम सभी इसका समर्थन करते हैं। चूंकि यह हमारी सफलता के लिए आवश्यक है, इसलिए हमनें एक महत्वाकांक्षी लक्ष्य निर्धारित किया है: 30 जून 2025 तक शुद्ध संपत्ति एवं प्रतिबद्धताओं के माध्यम से 2.025 बिलियन डॉलर की अक्षयनिधि का निर्माण करना। यह लक्ष्य केवल एक संख्या नहीं है; यह दुनिया में अच्छा करने की रोटरी की स्थायी क्षमता में हमारे विश्वास की पुन: पुष्टि है। एक पूरी तरह से वित्त पोषित 2 बिलियन डॉलर की अक्षयनिधि रोटरी संस्थान की गतिविधियों के लिए हर साल 100 मिलियन डॉलर से अधिक प्रदान करेगी।

अधिक जानने एवं दान करने के लिए *rotary.org/endowment* पर जाये।

मैंने मंडल गवर्नरों और क्लब अध्यक्षों से वर्ष के अंत से पहले उदाहरण द्वारा नेतृत्व करने के लिए कहा है, लेकिन हम में से प्रत्येक के पास रोटरी की सेवा की विरासत को सुरक्षित करने का अवसर है। कृपया आज अपनी सम्पदा या एकमुश्त उपहार की योजना बनाने में गे और मेरे साथ जुड़ें।

याद रखें, यह कोई साधारण योगदान नहीं है। आपकी उदारता भविष्य की पीढ़ियों को उन क्षेत्रों में समाधान खोजने के लिए एक विरासत प्रदान करेगी जिनकी हम परवाह करते हैं, साथ ही सकारात्मक परिवर्तन की एक ऐसी लहर पैदा करेगी जो हमारे जीवनकाल से भी परे जाएगी। इससे बेहतर योगदान क्या हो सकता है?

मार्क डेनियल मेलोनी
ट्रस्टी अध्यक्ष, द रोटरी फौउंडेशन

Rotary PEOPLE OF ACTION

रोटरी की नई पहल: भारत की पहली ए आई-आधारित आंगनवाड़ी

रशीदा भगत

एक महत्वाकांक्षी परियोजना के अंतर्गत भारत की वंचित पृष्ठभूमि से आने वाले बच्चों के लिए आंगनवाड़ियों में शिक्षा पद्धतियों में क्रांतिकारी बदलाव लाने के लिए नवीनतम तकनीकी उपकरण - आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (ए.आई.) - का उपयोग किया जा रहा है। ये आंगनवाड़ियाँ उन गरीब बच्चों के लिए एक भव्य शहरी भारतीय बच्चों द्वारा पसंद किए जाने वाले शानदार और मस्तीभरे प्ले स्कूलों के बराबर हैं। इस दिशा में रो ई मंडल 3012 ने उत्तर प्रदेश में एक दिलचस्प और भविष्यवादी परियोजना शुरू की है।

रोटरी विराज आंगनवाड़ी परियोजना - *नन्हें कदमों की उड़ान* शीर्षक वाली इस परियोजना का उद्देश्य आंगनवाड़ी के बुनियादी कार्यों को नाटकीय रूप से परिवर्तित करना है, जो बच्चों को बुनियादी शिक्षा प्रदान करने के साथ बच्चों एवं गर्भवती महिलाओं दोनों की स्वास्थ्य देखभाल और पोषण संबंधी आवश्यकताओं को पूरा करता है। रो ई मंडल 3012 के डीजी प्रशांत राज शर्मा जो इस परियोजना में पूर्ण रूप से समर्पित हैं, कहते है कि सबको पता है कि भारत की अधिकांश आंगनवाड़ियों में कई तरह की कमियाँ है - जर्जर ढांचे, प्रशिक्षित और उत्साही शिक्षकों की कमी और एक दिलचस्प एवं संवादात्मक वातावरण की अनुपस्थिति जिसके परिणामस्वरूप एक निश्चित स्तर के बाद बच्चों को रोके रखना मुश्किल हो जाता है।

''शिक्षकों के पास छात्रों को सीखने के आकर्षक और प्रभावी अनुभव प्रदान करने के लिए आवश्यक कौशलों की कमी है, विशेष रूप से बुनियादी सिद्धांतों को समझाने में। इसके अलावा, आंगनवाड़ी स्कूलों में एक निगरानी प्रणाली का अभाव है जो हमें बच्चों या गर्भवती माताओं की प्रगति के बारे में जानकारी दे सकें। वास्तव में, इन आंगनवाड़ियों के खुलने और बंद होने के समय के बारे में भी कोई जानकारी उपलब्ध नहीं है,'' वह कहते हैं।

इस निराशाजनक परिदृश्य को प्रभावी रूप से बदलने के लिए सीएसआर साझेदार एएमयू लाइन्स, जिसने 225,000 डॉलर की कुल परियोजना लागत में से 55,000 डॉलर दान किए हैं, के साथ साझेदारी में शुरू की गई इस परियोजना का उद्देश्य उत्तर प्रदेश की 100 आंगनवाड़ियों में एक परिवर्तनकारी बदलाव लाना है। यह परियोजना रोटरी के मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य, साक्षरता और बुनियादी शिक्षा जैसे दो ध्यानाकर्षण क्षेत्रों के साथ मेल खाती है और गाजियाबाद सिटी सेंटर से लगभग 3 किमी दूर मोर्टी गांव में नए फर्नीचर और एक संवादात्मक स्मार्टबोर्ड के साथ रंगीन चित्रों के साथ अलंकृत पहली आंगनवाड़ी का उद्घाटन यूपी की राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने किया।

रोटरी न्यूज को दिए एक साक्षात्कार में डीजी शर्मा ने ए आई सहित प्रौद्योगिकी के विभिन्न पहलुओं का उपयोग करने के अपने दृष्टिकोण को साझा किया ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि आंगनवाड़ी स्कूलों में भाग लेने वाले वंचित बच्चों को सीखने का एक सार्थक अनुभव प्राप्त हो और गर्भवती माताओं को वादे के मुताबिक व्यापक स्वास्थ्य देखभाल और पोषण प्राप्त हो।

''अभी ज्यादातर बच्चों को उनके माता-पिता द्वारा आंगनवाड़ियों में मुख्य रूप से इसलिए भेजा जाता है क्योंकि उन्हें वहाँ भोजन दिया जाता है। वहाँ पर उन्हें क्या सिखाया जाता है शायद यह उनके लिए ज्यादा मायने नहीं रखता। लेकिन यह सब बदल जाएगा और बदलने भी लगा है जैसा कि हमें मोत्री गाँव में इस अगस्त में पहली विराट आंगनवाड़ी के उद्घाटन के बाद देखने को मिल रहा है,'' डीजी कहते हैं।

उत्तर प्रदेश की राज्यपाल आनंदीबेन पटेल (ग्रे साड़ी में) गाज़ियाबाद के मोरटी गांव में रोटरी विराज आंगनवाड़ी में डीजी प्रशांत राज शर्मा (बाएं से चौथे) के साथ।

वह कहते है, चिकित्सा अनुसंधान से पता चला है कि एक बच्चे का मस्तिष्क 3 से 6 वर्ष की आयु में सबसे अधिक विकसित होता है और यही वो आयु वर्ग है जो आंगनवाड़ी कक्षाओं में भाग लेता है। इन छोटे बच्चों का ध्यान आकर्षित करने के लिए इस परियोजना में एक स्मार्टबोर्ड विशेष रूप से डिजाइन और विकसित किया गया है जिसमें संवादात्मक शिक्षण सामग्री लोड की जाती है।

''हमने एक डैशबोर्ड विकसित किया है जिसमें प्रश्नोत्तरी, कहानियां, खेल सामग्री, कविताएं और मधुर गीत सहित सभी तरह की अध्ययन सामग्री लोड की जाती है जो एक बच्चे की रुचि अनुसार स्वाभाविक रूप से प्रभाव डालती है। इसे इस तरह से डिज़ाइन किया गया है कि व्यक्तिगत बच्चों की गतिविधियों पर नज़र रखी जा सकती है; मान लीजिए कि स्कूल में 50 बच्चे हैं तो उनकी व्यक्तिगत गतिविधियां... वे किस चीज को सबसे ज्यादा पसंद करते हैं, वे किस तरह से सीखते हैं आदि की निगरानी की जाती है।''

यह डिजिटल स्क्रीन एक स्मार्ट लर्निंग डिवाइस से बहुत अधिक है; यह सरकार को सीखने के

परिणामों की निगरानी करने, पाठ्यक्रमों को मानकीकृत करने और निजी प्लेस्कूलों के साथ प्रतिस्पर्धा करने का अवसर प्रदान करती है, जहाँ केवल विशिष्ट वर्ग के बच्चे ही जा पाते है। यह डैशबोर्ड राज्य सरकार की एक सुविधा के साथ जुड़ा हुआ है जहाँ शिक्षा अधिकारी ए आई की मदद से हर प्रकार के डाटा को देखकर उसका विश्लेषण कर सकते है।

यह प्रयास उन शैक्षणिक पद्धतियों को दोहराने के लिए है जो दिलचस्प और मजेदार होते है और सर्वश्रेष्ठ शहरी प्लेस्कूलों में उपलब्ध होते है। ए आई टूल की मदद से बच्चे का समग्र विकास - उसने क्या सीखा, समझा, आत्मसात किया, उसे क्या दिलचस्प लगा, उसने कौन से प्रश्न पूछे और प्रत्येक गतिविधि में कितना समय बिताया, सभी चीजों का विश्लेषण किया जाएगा और एक मॉड्यूल विकसित किया जाएगा जिसे बाद में संपूर्ण राज्य की आंगनवाड़ियों और यहाँ तक कि पूरे देश में लागू किया जा सकता है।

''हमारा प्राथमिक लक्ष्य कम उम्र में इन नन्हें विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के साथ ही शिक्षा के लिए एक समग्र दृष्टिकोण अपनाते हुए यह सुनिश्चित करना है कि गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के लिए प्रौद्योगिकी का उपयोग करते हुए 3 से 6 की आयु के इन प्रारंभिक वर्षों के दौरान बच्चे के विकास का प्रत्येक पहलू पूरी तरह पोषित हो। इस अवधि के दौरान संज्ञानात्मक क्षमताओं को मजबूत करने के लिए उच्च गुणवत्ता वाली शिक्षा प्रदान करना महत्वपूर्ण है जिससे बच्चों को प्रभावी ढंग से पढ़ने, समझने, आत्मसात करने और उन्हें जो सिखाया जाता है उसे याद रखने में सक्षम बनाया जा सके,'' शर्मा कहते है।

इस विश्वास के साथ कि ''यह पहल सामुदायिक सेवा में एक महत्वपूर्ण कदम साबित होगी,'' उन्होंने और उनकी टीम ने एक विशाल योजना तैयार की है जिसके अंतर्गत पहले चरण में 100 आंगनवाड़ियों को तकनीकी रूप से सक्षम बनाया जाएगा और इस कार्य को इस रोटरी वर्ष के अंत तक पूरा करने की उम्मीद है। इस लक्ष्य की दिशा में मंडल के 70 क्लबों को चुना गया है जो आंगनवाड़ियों को आवश्यक स्मार्ट लर्निंग और स्वास्थ्य देखभाल उपकरणों से सुसज्जित करने के साथ ही उन्हें कम से कम तीन वर्षों तक कार्यशील स्थिति में बनाए रखने की जिम्मेदारी लेते हैं। विक्रेता के साथ समझौते के अंतर्गत तीन साल के लिए एएमसी सुनिश्चित किया गया है ताकि यह अनुभव एक तात्कालिक घटना न बनकर एक स्थायी प्रक्रिया बनें। क्लबों से बच्चों को यूनिफॉर्म देने के लिए भी कहा गया है ताकि उन्हें एक नियमित स्कूल में पढ़ने का आभास हो सकें और वे अपनी पढ़ाई को अधिक गंभीरता से लें।

ए आई-आधारित आंगनवाड़ी की मुख्य विशेषताएं

रो ई मंडल 3012 के डीजी प्रशांत कुमार शर्मा द्वारा आधुनिक आंगनवाड़ी की मुख्य विशेषताएं निम्न है:

- सीखने का बेहतर अनुभव: यह छात्रों को संवादात्मक और मल्टीमीडिया समृद्ध शैक्षिक सामग्री प्रदान करेगा जिससे सीखना और अधिक आकर्षक एवं प्रभावी हो जाएगा।
- शिक्षक समर्थन: एआई समाधान शिक्षकों के लिये एक मूल्यवान सहायक के रूप में काम करेगा जिससे वे बच्चों को सिद्धांतों को अधिक आसानी एवं प्रभावी ढंग से समझा सकेंगे।
- केंद्रों की निगरानी: स्मार्ट डिजिटल बोर्डों का एकीकरण आंगनवाड़ी केंद्रों की वास्तविक समय की निगरानी को सक्षम बनाएगा जिससे पर्यवेक्षकों और प्रशासकों को उपस्थिति पर नज़र रखने, शिक्षण की प्रभावशीलता का आंकलन करने और सुधारात्मक क्षेत्रों की पहचान करने में मदद मिलेगी।
- डिजिटल शिक्षा का परिचय: स्मार्ट डिजिटल बोर्डों को शामिल करके, ऐसी आंगनवाड़ी छोटे बच्चे को डिजिटल शिक्षण उपकरणों और प्रौद्योगिकियों से परिचित करवाएगी, भविष्य के लिए आवश्यक कौशल प्रदान करके उन्हें डिजिटल युग के लिए तैयार करेगी।

जहाँ सीएसआर साझेदार आवश्यक धनराशि का लगभग एक चौथाई योगदान कर रहे है वहीं क्लब शेष धनराशि जुटाएंगे और वे ''जो कुछ भी जुटाएंगे वो उनके योगदान के रूप में रोटरी फाउंडेशन में जाएगा,'' शर्मा कहते हैं। बुनियादी ढांचे को सुधारने और बच्चों के लिए आरामदायक मेज़ एवं कुर्सियां प्रदान करने के साथ ही रोटेरियन एक इन्वर्टर प्रदान करके बिजली की निर्बाध आपूर्ति सुनिश्चित करने का भी ध्यान रख रहे हैं क्योंकि ग्रामीण क्षेत्रों में बिजली की आपूर्ति अनियमित रहती है। वह यह स्पष्ट करते हैं कि रोटेरियन आंगनवाड़ियों की भौतिक संरचना के निर्माण या सुधार के लिए पैसा खर्च नहीं करेंगे और वे ऐसे केंद्रों का चयन करेंगे जिनकी इमारतें पहले से ठीक-ठाक हो और जिन्हें आधुनिक शिक्षण केंद्रों में परिवर्तित किया जा सकें।

आंगनवाड़ी में डिजिटल बोर्ड से सीखते बच्चे।

शर्मा बताते हैं कि ''यह परियोजना सामुदायिक सेवा के क्षेत्र में अत्याधुनिक तकनीक का इस्तेमाल करते हुए पूरे देश भर में आंगनवाड़ी केंद्रों के लिए एक नया मानक स्थापित करने से बहुत अधिक है।'' डेटा की निगरानी के लिए ए आई का उपयोग किया जाएगा और इसे विभिन्न क्षेत्रों एवं सामुदाय की जरूरतों के हिसाब से संशोधित किया जाएगा जिसका प्रभाव दूरगामी होगा। इसका उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि हम कम विशेषाधिकार प्राप्त बच्चों तक गुणावत्तापूर्ण शिक्षा पहुँचा सकें और उन्हें प्राथमिक विद्यालय में जाकर आगे की पढ़ाई में बेहतर प्रदर्शन/प्रतिस्पर्धा करने के लिए तैयार कर सकें। केवल सीखने के परिणामों पर ही नहीं बल्कि आंगनवाड़ियों

में आने वाले बच्चों एवं गर्भवती माताओं के स्वास्थ्य और पोषण की स्थिति का विश्लेषण करने के लिए भी डेटा एकत्रित किया जाएगा।

ए आई लिंकेज

जब ए आई घटक की मदद से डेटा का विश्लेषण किया जाएगा तो राज्य के नोडल शिक्षा अधिकारी बच्चों की प्रगति पर नज़र रख सकेंगे और यह तय कर सकेंगे कि बच्चों को क्या चीजें वास्तव में आकर्षित करती है इसके लिए वे अध्ययन करेंगे कि वे प्रत्येक गतिविधि पर कितना समय बिताते हैं।

ए आई के साथ जुड़ाव और इन आंगनवाड़ियों को 'ए आई-आंगनवाड़ी' बुलाए जाने के औचित्य के बारे में बात करते हुए रो ई मंडल 3012 के सोशल मीडिया अध्यक्ष और भारत में नई आईसीटी तकनीकों को पेश करने में अग्रणी मनु सेठ कहते हैं कि ''ए आई जैसे नवीनतम तकनीकी विकास के एकीकरण से इन आंगनवाड़ियों में सीखने की प्रणाली को केंद्रों में अपडेटेड डैशबोर्ड के माध्यम से आधुनिक शिक्षा मॉड्यूल के साथ अधिक मजबूत और अप टू डेट बनाने में मदद मिलेगी। इसके परिणामस्वरूप जिले या राज्य के शिक्षा अधिकारियों को त्वरित, उत्तरदायी और सुधारात्मक कदम उठाने में मदद मिलेगी। ए आई बच्चों की प्रगति का आंकलन कर सकता है और सीखने की प्रक्रिया को बेहतर बनाने के लिए प्रणाली या पाठ्यक्रम में संशोधन करने का सुझाव दे सकता है। मुख्य उद्देश्य इन आंगनवाड़ियों में छोटे बच्चों तक नवीनतम शिक्षा तकनीकों के लाभों को जल्दी से पहुंचाना है। साथ ही यह सरकारी निकायों की आंगनवाड़ियों की गतिविधियों पर लाइव निगरानी रखने में मदद करता है।''

डीजी शर्मा कहते है कि संवादात्मक स्मार्ट बोर्ड के परिणामस्वरूप जहाँ 'ए फॉर एप्पल' और अन्य वर्णमाला को वस्तुओं और संख्याओं के साथ प्रदर्शित किया जाता है वहीं स्मार्ट बोर्ड पर यह जीवंत रंगों में सजीव रूप से प्रदर्शित होते हैं, जिसे बच्चे छू सकते हैं और इस तरह से सीखना एक मजेदार गतिविधि बन जाता है।

''बच्चे उत्साहित हैं और कुछ ही समय में आंगनवाड़ी में उनकी संख्या 30 से बढ़कर 45 हो गई। पिछले एक सप्ताह में केंद्र पर एक भी बच्चा देरी से नहीं आया है,'' ग़ाज़ियाबाद में बाल विकास

अधिकारी शारदा कहती हैं। डीजी आगे कहते हैं, पहले माता-पिता बच्चों को केवल दोपहर के भोजन के लिए स्कूल भेजते थे और वो भी तब जब सहायक उनके घर जाकर उन्हें उनके बच्चों को केंद्र पर भेजने के लिए मनाते थे लेकिन अब माता-पिता खुद उन्हें समय से पहले ला रहे हैं। रोटरी ने उनके दिलों में एक उम्मीद जगाई है कि उनके बच्चों को अब से सीखने का एक गुणवत्तापूर्ण अनुभव प्राप्त होगा।

मोर्टी में पहली प्रौद्योगिकी-एकीकृत आंगनवाड़ी का उद्घाटन करने वाली राज्यपाल आनंदीबेन ने यूपी सरकार की इस परियोजना में गहन दिलचस्पी और निवेश के महत्वपूर्ण संकेत देते हुए, ''हमसे विस्तृत प्रश्न पूछने और छात्रों एवं शिक्षकों के साथ बातचीत करने में बहुत समय बिताया। वह जानना चाहती थीं कि राज्य सरकार अपनी पहुंच का विस्तार कैसे कर सकती है,'' शर्मा कहते है। उद्घाटन समारोह में उत्तर प्रदेश के वरिष्ठ नेताओं जैसे यूपी मंत्री सुनील शर्मा, विधायक अजीतपाल त्यागी और मंजू शिवाच, गाजियाबाद की महापौर सुनीता दयाल, जिला मजिस्ट्रेट इंद्र विक्रम सिंह और मुख्य विकास अधिकारी अभिनव गोपाल शामिल हुए।

शर्मा सबसे अधिक इस बात से उत्साहित हैं कि राज्यपाल ने प्रधानमंत्री मोदी के निर्वाचन क्षेत्र वाराणसी, जो यूपी में है, की कुछ आंगनवाड़ियों में इस परियोजना को दोहराने में रुचि व्यक्त की है। ''अगर ऐसा होता है तो उन्होंने हमसे वादा किया है कि वह पीएम के हाथों वाराणसी में इस तरह की एक आंगनवाड़ी का उद्घाटन करवाने की कोशिश करेंगी,'' वह कहते हैं इस उम्मीद के साथ कि यह मॉडल अन्य रोटरी मंडलों को सामुदायिक सेवा में इसी तरह के नवाचारों को अपनाने हेतु प्रेरित करेगा जिससे बचपन की प्रारंभिक शिक्षा और मातृ देखभाल में क्रांतिकारी परिवर्तन लाया जा सकें।

उद्देश्य बहुत बड़े हैं; जैसा कि डीजी वर्मा कहते हैं, ''विराज आंगनवाड़ी एक अभिनव ए आई-आधारित समाधान है जो प्रौद्योगिकी का उपयोग करके गुणवत्तापूर्ण और मजेदार शैक्षिक सामग्री देने के लिए समर्पित है, जो संवादात्मक पठन, मल्टीमीडिया प्रस्तुतियों और गेमिफाइड शैक्षिक अनुभव प्रदान करने के साथ ही विद्यार्थियों की भागीदारी और समझ को बढ़ाता है।'' इस सॉफ्टवेयर को प्रगति की निगरानी करने, छात्रों की सीखने की यात्रा पर वास्तविक समय की अपडेट प्रदान करने और इस परियोजना के लिए चयनित आंगनवाड़ियों की वर्तमान स्थिति पर एक व्यापक रिपोर्ट तैयार करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। वह आगे कहते हैं कि एक साल की नियोजित प्रणाली के माध्यम से ये डिजिटल बोर्ड व्यापक पाठ योजनाओं, संवादात्मक गतिविधियों और पाठ्यक्रम के अनुरूप मल्टीमीडिया सामग्री की सुविधा प्रदान कर सकते हैं, जिससे पूरे वर्ष सीखने की एक व्यवस्थित प्रक्रिया सुनिश्चित हो सकेगी। सभी 100 आंगनवाड़ियों के पूरा होने के बाद अगले साल की शुरुआत में इसके प्रभाव का आंकलन किया जाएगा। ''मैं कहना चाहूँगा कि इस तरह की एआई-आधारित आंगनवाड़ी सिर्फ एक सुविधा नहीं है बल्कि यह बचपन की देखभाल और विकास की एक उम्मीद भी है।'' ■

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 January 2025

To apply, Visit:
application.xusom.com
email: infoindia@xusom.com

XAVIER STUDENTS ARE ELIGIBLE FOR H1/J1 Visa PROGRAMME

ADVT.

रोटरी के विकास की रणनीतियाँ

वी मुत्तुकुमारन

रोटरी अध्यक्ष के रूप में, आरआईपीई मारियो डी कमार्गो की प्रमुख प्राथमिकताओं में से एक ''आप सभी को जोड़े रखना, आपको व्यस्त रखना है क्योंकि बहुत से - 155,000 रोटेरियन - हर साल रोटरी छोड़ रहे हैं। लेकिन हम रोटरी के स्वामी नहीं है क्योंकि हम यहां एक उद्देश्य के लिए हैं, और हमें एक अच्छी उत्तराधिकार योजना के साथ इसे अगली पीढ़ी के लिए जारी रखना चाहिए,'' उन्होंने हैदराबाद में सदस्यता सम्मेलन को संबोधित करते हुए कहा।

रोटरी में औसत आयु 62 होने और सदस्यता में गिरावट के साथ, ''मेरे पास हमारी संख्या बढ़ाने के लिए नौ-बिंदु कार्यक्रम है। सबसे पहले, आपको क्लबों के नए प्रारूपों को बढ़ावा देना होगा, और इसके लिए हमें असंख्य विकल्पों का प्रचार करना होगा जैसे सैटॅलाइट क्लब, साथी क्लब, कारण-आधारित और उद्यम या कॉर्पोरेट क्लब।'' उन्होंने बंद होने वाले क्लबों (20 से कम सदस्यों के साथ) को पुनर्जीवित करने की सिफारिश की क्योंकि उनके पास चलते रहने के लिए एक आवश्यक संख्या नहीं है। ''बड़ी संख्या में सदस्यों को खोने वाले बड़े क्लबों के साथ हमें एक केंद्रीकृत दृष्टिकोण रखने की आवश्यकता है, और विशिष्ट कार्यक्रमों द्वारा हमें उनके समुदायों में उनके जुड़ाव को पुनर्जीवित करना चाहिए,'' उन्होंने कहा।

डी कमार्गो ने कहा कि रोटरी नेतृत्वकर्ताओं को पूर्व सदस्यों को शामिल करना चाहिए; रोटरेक्ट, आरवाईएलए, जीएसई और एनजीएसई पेशेवरों, एवं रोटरी एक्शन ग्रुप्स के माध्यम से युवाओं तक पहुँचना चाहिए; वकीलों, इंजीनियरों, वास्तुकारों के पेशेवर निकायों, व्यापारियों, व्यापारिक मंडलों और सरकारी अधिकारियों के साथ तालमेल विकसित करना चाहिए और सदस्यता को बढ़ावा देने के लिए सोशल मीडिया पर रोटरी के काम को प्रदर्शित करना चाहिए।

''रो ई दुनिया में नेतृत्व प्रशिक्षण का सबसे अच्छा स्कूल है। हम 500 मंडल गवर्नरों को तैयार करने के लिए अंतर्राष्ट्रीय सभा में 6.5 मिलियन डॉलर खर्च करते हैं और यह रोटरी के विकास के लिए एक निवेश है।''

1.4 बिलियन का बाजार

उन्होंने एक ताजा रिपोर्ट का हवाला देते हुए कहा कि 1.4 बिलियन की आबादी वाला भारत रोटरी की वृद्धि के लिए एक विशाल बाजार प्रदान करता है, क्योंकि पिछले साल 450 मिलियन लोग मध्यम वर्ग में शामिल हुए है। ''हमें रोटरी के विकास के लिए नए इलाकों की पहचान करनी होगी। नए मंडल गवर्नरों को ऐसे लोगों को एजी नियुक्त करना चाहिए जो अज्ञात क्षेत्रों में नए क्लब बना सकें,'' उन्होंने कहा।

आरआईडी राजू सुब्रमण्यन ने कहा कि प्रत्येक मंडल को डीजीई और डीजीएन के अलावा डीजी के साथ तीन साल के लक्ष्यों को निर्धारित करना चाहिए और उद्देश्य की एकता के साथ दीर्घकालिक योजनाओं एवं कार्यक्रमों को तैयार करना चाहिए। उन्होंने मंडल नेतृत्वकर्ताओं से नए सदस्यों के लिए प्री-इंडक्शन सत्र आयोजित करने और सदस्यों के बीच एक 'संतुष्टि सर्वेक्षण' करने का आग्रह किया। आरआईडी अनिरुद्धा रॉयचौधरी ने कहा कि रोटरी ने प्रासंगिक बने रहने के लिए डिजिटल तकनीक को अपनाकर एक आदर्श बदलाव किया है। लेकिन

RIPE मारियो डी कमार्गो का रोटरी सदन, कोलकाता में स्वागत।

RIPE डी कमार्गो को कोलकाता में PDGs राजीव शर्मा और प्रबीर चटर्जी द्वारा सम्मानित किया गया। (बाएं से) पीआरआईडी महेश कोटबागी, पीआरआईपी शेखर मेहता, आरआईडी अनिरुद्ध रॉयचौधरी और पीआरआईडी कमल सांघवी भी चित्र में शामिल हैं।

उन्होंने घटती सदस्यता, नेतृत्व की निरंतरता, सुस्त अनुकूलन क्षमता और दुनिया से पोलियो उन्मूलन में अंतिम मील की चुनौतियों जैसे चिन्ताशील क्षेत्रों की पहचान करने का आह्वान किया।

आरआईडीई के पी नागेश ने कहा कि RAG (रेड-एम्बर-ग्रीन) विश्लेषण के माध्यम से ''हम जून 2027 तक सभी चार ज़ोन में सदस्यता में तीन लाख का आंकड़ा छूने का लक्ष्य लेकर चल रहे हैं।''

रोटरी को समय के साथ चलना होगा

कोलकाता में, आरआईपीई डी कमार्गो ने 10 रो ई मंडलों के 600 प्रतिनिधियों को संबोधित किया। उन्होंने कहा, पिछले 20 वर्षों में, भारत की सदस्यता में 103 फीसदी की विस्फोटक वृद्धि हुई (ताइवान के बाद 127 फीसदी हिस्सेदारी दर्ज की गई), जबकि अमेरिका, कनाडा, ग्रेट ब्रिटेन और आयरलैंड और ऑस्ट्रेलिया में संख्या में तेजी से गिरावट आई। हमें सदस्यता वृद्धि के लिए दीर्घकालिक योजना की जरूरत है।

इससे पहले, एक संवाददाता सम्मेलन में, तालिबान शासन द्वारा अफगानिस्तान में पोलियो प्लस अभियान पर प्रतिबंध लगाने के बारे में *रोटरी न्यूज़* के एक सवाल का जवाब देते हुए, डी कमार्गो ने कहा, ''पिछले चार वर्षों में, पोलियो लड़ाई को आतंकवाद, अज्ञानता, पूर्वाग्रह, लॉजिस्टिक समस्याएं और पाक-अफगान सीमा पर छिद्रपूर्ण पहाड़ी इलाके की चुनौतियों का सामना करना पड़ा है। रोटरी अफगानिस्तान में बच्चों के टीकाकरण के अपने प्रयासों को नहीं छोड़ेगी। हमारी शक्ति वकालत करने में है, धन जुटाने में नहीं। हमारे पोलियो उन्मूलन प्रयासों में खर्च किए गए 21 बिलियन डॉलर में से रोटरी ने 2.7 बिलियन डॉलर खर्च किए, जबकि शेष 18 बिलियन डॉलर डब्ल्यूएचओ, यूनिसेफ, सीडीसी और गेट्स फाउंडेशन जैसे हमारे सहयोगियों द्वारा जुटाए गए।''

उन्होंने कहा कि रोटरी 2005 में ही पोलियो मुक्त विश्व का जश्न मनाना चाहती थी, जो इसके शताब्दी वर्ष के साथ मेल खाता था। ''यहां हम सिर्फ एक बीमारी से नहीं लड़ रहे हैं, बल्कि लोगों की अज्ञानता और सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवा और स्वच्छता की कमी एवं संबंधित सामाजिक मुद्दों से भी लड़ रहे हैं।'' पोलियो से छुटकारा पाने के लिए, भारत और ब्राजील जैसे देशों को सामूहिक प्रतिरक्षा के लिए 95 प्रतिशत बच्चों के टीकाकरण स्तर को बनाए रखना चाहिए जिससे कि जंगली पोलियो वायरस के पुनरुत्थान के खिलाफ एक अवरोध बरकरार रखा जा सके।

शहर में रहते हुए, आरआईपीई ने रोटरी सदन में रोटरी क्लब कलकत्ता के सदस्यों से मुलाकात की।

RIPE डी कमार्गो, रोटरी क्लब कलकत्ता महानगर के अध्यक्ष प्रमिला दुगर के साथ मिलकर एक वयस्क साक्षर को प्रमाण पत्र प्रदान करते है। पीआरआईडी सांघवी, पीआरआईपी मेहता, पीआरआईडी कोटबागी और आरआईडी रॉयचौधरी भी चित्र में शामिल हैं।

चित्र: वी मुत्तुकुमारन

Rotary PEOPLE OF ACTION

ध्वनि, कला और नृत्य के माध्यम से मानसिक समस्याओं से मुकाबला

रशीदा भगत

बीएनएस स्कूल के इंटरेक्टर्स विभिन्न फलों के बीजों से भरे नारियल के खोल के साथ।

रोटरी क्लब चेन्नई भारती, रो ई मंडल 3234, ने मानसिक समस्याओं से निपटने के लिए एक बिलकुल नया और दिलचस्प तरीका अपनाया है बड़ी संख्या में लोगों को शामिल करने के लिए ध्वनि, कला और नृत्य उपचारों के ट्रिपल संयोजन को अपनाकर, जिसमें विशेष ध्यान उन लोगों पर दिया जा रहा है जो मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित विभिन्न समस्याओं से जूझ रहे हैं।

जब से उन्होंने इस जुलाई से क्लब अध्यक्ष के रूप में अपना वर्ष शुरू किया, तब से निसरीन मद्रासवाला ''लोगों को बोलने, सुनने और मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं को ठीक करने के लिए स्थान बनाने के मिशन पर रही हैं। मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को संबोधित ना करने पर वे गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का रूप ले सकती हैं।''

वर्ष के लिए उनकी पहली परियोजना क्लब के इंटरेक्ट स्कूल - चेन्नई स्थित बीएनएस स्कूल - के साथ थी जिसमें भाग लेने वाले बच्चों ने स्थानीय बीज बोए थे। ''कार्यक्रम से पहले, हमने बच्चों को अपनी गर्मियों की छुट्टियों के दौरान कटहल, आम, खरबूजा आदि जैसे फलों से स्थानीय बीज इकट्ठा करने के लिए कहा था, और

उन्होंने उसे अपने स्कूल परिसर में नारियल के खोल में लगाया था।''

लेकिन दिलचस्प बात यह है कि छोटे समूहों में किये गए इस पौधारोपण की पृष्ठभूमि में ''ध्वनि चिकित्सा'' भी साथ-साथ दी जा रही थी। संध्या, आसमा स्टूडियो की एक साउंड हीलर, जो एक वैकल्पिक और समग्र स्वास्थ्य सेवा प्रदाता है, वहां विभिन्न वस्तुओं जैसे कि घंटियाँ, और विभिन्न प्रकार के कटोरे के साथ मौजूद थी, जिससे विभिन्न आवृत्तियों की आवाज़ उत्पन्न होती है। ये सकारात्मक ऊर्जा पैदा करती है, और मन को एवं नसों को शांत करती है। ''ये आवाज़ें हमारे भीतर तक पहुँचती हैं, हमें फिर से जीवंत करती हैं और यहाँ तक कि हमें ठीक भी करती हैं,'' निसरीन कहती हैं।

पृष्ठभूमि में इन ध्वनियों के साथ, बच्चों ने बीज लगाए... उन्होंने ध्यान केंद्रित किया, और ध्यान भी किया।

बीज बुवाई की इस परियोजना, जिसमें 40 लड़कियों और लड़कों ने भाग लिया, का सामान्य उद्देश्य उन्हें अपनी कार्रवाई के परिणाम से अलग करना था, और उन्हें यह एहसास दिलाना था कि वे उस दिन जो कर रहे थे उसका लाभ उन्हें नहीं मिलेगा। कोई और उन पेड़ों के फलों का आनंद लेगा जो वे लगा रहे थे। और यह इस तत्काल संतुष्टि के समय में बहुत ज्यादा महत्वपूर्ण है जहां बच्चों की पहुंच विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल्स तक है। ''यदि उन्हें तत्काल प्रशंसा नहीं मिलती है, तो उनमें से कई इसे अस्वीकृति के रूप में लेते हैं और उनमें से कुछ निराश महसूस कर सकते हैं और मादक द्रव्यों के सेवन का रुख कर सकते हैं। शारीरिक आयाम के मुकाबले मानसिक आयाम की समस्याओं से निपटने की प्रक्रिया ना तो स्पष्ट है और ना ही इसे सिखाया जाता है,'' वह कहती हैं।

हाल ही में, क्लब द्वारा *इमर्सिव एक्सपीरियंस* नामक एक आगमी परियोजना में, एक टिकट वाला कार्यक्रम (प्रति व्यक्ति शुल्क ₹1,299) मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के लिए एक सुरक्षित स्थान बनाने के उनके दृष्टिकोण को पूरा करने के लिए किया गया था, जिसमें 40 व्यक्तियों ने भाग लिया था और तीन अलग-अलग उपचारों का संयोजन किया गया था - ध्वनि, कला और नृत्य। छोटे समूहों में, प्रतिभागियों को आसमां से संध्या द्वारा ध्वनि उपचार, मैसूरु में ऑटिस्टिक बच्चों के लिए एक स्कूल चलाने वाली मासूमा वाघ द्वारा नृत्य चिकित्सा और चेन्नई के रफीकी से ऐश्वर्या द्वारा कला चिकित्सा दी गई थी। प्रत्येक सत्र 40 मिनट तक चला।

विभिन्न कटोरों और एक घंटे के माध्यम से संगीत।

बाएं और नीचे: नारियल के खोल में पौधे लगाने की तैयारी करते छात्र।

ऊपर: क्लब की अध्यक्ष निसरीन मद्रासवाला (बाएं से तीसरे स्थान पर) इमर्सिव एक्सपीरियंस प्रोग्राम में अन्य प्रतिभागियों के साथ।

समाजशास्त्र की छात्रा के रूप में अवसाद का अध्ययन करने वाली निसरीन कहती हैं, ''उन्होंने जबरदस्त रूप से सत्र संचालित किये, प्रतिभागियों को बात करने, चित्रकारी करने, प्रेरित करने और खुद को अलग-अलग तरीकों से व्यक्त करने के लिए उत्तेजित किया ताकि उन्हें उनकी दबी हुई भावनाओं में अंतर्दृष्टि मिल सके।''

वह विस्तार से बताती हैं कि उन्हें स्वयं मानसिक अवसाद से जूझना पड़ा वरना मैं अपने क्लब के लिए इन परियोजनाओं में क्यों शामिल होती... ''मैंने 30 वर्षों में सभी प्रकार की चीजों को अजमाया और यह पाया है कि सामूहिक उपचार सबसे अच्छा काम करते हैं। 1:1 परामर्श की तुलना में, मुझे लोगों से मिलकर और उनकी यात्रा को समझने से ज्यादा मदद मिली। जब तक मैं विभिन्न भावात्मक मंचों के संपर्क में नहीं थी, मुझे लगता था कि मैंने कुछ गलत किया है और इसलिए इन समस्याओं का सामना कर रही थी। लेकिन इस तरह के उपचार/सत्रों के बाद, मुझे एहसास हुआ कि मैं पीड़ित थी, और सोचा कि मैं दोषी क्यों महसूस कर रही थी। इस तरह के सत्रों ने मुझे पीड़ित मोड से बाहर निकलने में मदद की, और मैं चाहती हूं कि इसी तरह के मुद्दों का सामना करने वाले अन्य लोगों को भी ऐसा ही अनुभव मिले। यह इतना ही आसान है जैसे यह कहना कि मुझे सर्दी है, और मुझे आराम करने की आवश्यकता है और मेरे आस-पास के लोगों को इसके बारे में कोई बड़ी बात नहीं करना चाहिए।''

कोई सर्दी हो जाने पर खुद को दोष नहीं देता है, इसलिए जब लोग किसी मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का सामना करते हैं तो उन्हें दोषी या जिम्मेदार महसूस नहीं करना चाहिए। उन्होंने खुद उस समय अवसाद का सामना किया ''जब मुझे बहुत खुश होना चाहिए था। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि मस्तिष्क विभिन्न लोगों के साथ विभिन्न परिस्थितियों में अलग तरीके से व्यवहार करता हैं।''

कला चिकित्सा सत्र में, प्रतिभागियों को उनके दिमाग में जो कुछ भी आया उसे चित्र पर उतरने के लिए प्रोत्साहित किया गया और उनके चित्रों को एक दूसरे को दिखाने के लिए कहा गया, जिसमें दूसरों ने अतिरिक्त चित्रकारी की और एक बार जब यह उस व्यक्ति के पास लौट आया, ''हमने पाया कि कई लोगों के पास उस समस्या के जवाब या समाधान थे जो उनके दिमाग में गूंज रहे थे।''

नृत्य चिकित्सा सत्र में निर्देशित कलाओं को शरीर में संग्रहीत तनाव और दबी हुई भावनाओं को

निकालने के लिए डिज़ाइन किया गया है। मैसूर की चिकित्सक मसूमा ने ऑटिज्म से पीड़ित माता-पिता एवं बच्चों के लिए वर्षों से कई सत्र आयोजित किए हैं और इसे बेहद फायदेमंद पाया है। ''मेरे अनुभव में, सामूहिक चिकित्सा काम करती है क्योंकि लोग धीरे-धीरे और अपने तरीके से संकोच करना छोड़ते है, क्योंकि चिकित्सक मार्गदर्शन करता है और उन्हें प्रेरित करता है। किसी भी नृत्य कला को करने के लिए कोई जोर नहीं लगता है; यह एक धारा की तरह बहता है।''

उनके क्लब के सदस्य, उनमें से सभी महिलाएं, ''लेकिन हम किसी को भी शामिल करने के लिए खुले हैं,'' ने इस परियोजना को अपनाया है और आने वाले दिनों में इसे आगे बढ़ाएंगे। उद्यमियों, विशेष बच्चों (मुफ्त), और अन्य लोगों के लिए परियोजनाओं की योजना बनाई गई है। चूंकि यह क्लब भौतिक और ऑनलाइन दोनों बैठकें आयोजित करता है, इसलिए अध्यक्ष सभी सदस्यों के लिए ऑनलाइन बैठकें आयोजित करते हैं, जिसे 'बडी कॉल' कहा जाता है, जिसके दौरान प्रत्येक सदस्य को अपने सप्ताह के उतार-चढ़ाव के बारे में बात करने के लिए दो मिनट का समय दिया जाता है। ''सदस्य इसे पसंद करते हैं, और यहां तक कि जो लोग आमतौर पर शर्मीले होते हैं और ज्यादा बात नहीं करते हैं, वे इसमें भाग लेते हैं।'' उनकी नियुक्ति बैठक में, अभिनन्दन सत्र की बजाय एक ध्वनि उपचार सत्र आयोजित किया गया था।

एन कृष्णमूर्ति द्वारा रूपरेखा

Rotary
District 3212

THE MAGIC OF ROTARY

Rotary club of Virudhunagar

VIGNANA RATHAM

SUCCESSFUL JOURNEY OF SCIENCE ON WHEELS

SCIENCE MADE EASY

Jyoti Kiran Das
District chairman
Dist.: 317

Sunita Jain
Association
President

Now in Innerwheel Club of Hubli Midtown Dist.317

Shilpa Shetty
Club
President

Shailaja Bagade
Club
Secretary

Empowering Students Towards Great citizens for future

Vignana Ratham is a dynamic, enthusiastic program by driving technology to create interest & passion in science among the students.

We are glad to announce that Vignana Ratham has reached around 1,84,528 students in Tamilnadu.

We are overwhelmed to travel 880 Kms from Virudhunagar to reach out the Students in Hubli.

As on 07.11.2024

Total No. of Schools Visited
629

Total No. of Colleges Visited
19

Total No.of Students Explored
1,84,528

Total No. of Days Traveled
443

Total No. of Teachers Participated
7,911

Total No. of Kilometers Traveled
34,216

IDHAYAM
PROMISE OF HEALTH AND HAPPINESS

Do you want
to have Vignana Ratham traveling
to a school in your Town / City / District?
We would love to partner with you in this mission.

PARIKSHAN
CHARITABLE TRUST
Empowering society through Science...

GET IN TOUCH WITH US
94422 48586

Project Chairman
Rtn. R.Vadivel

Project Concept
Dr. Pasupathy

LEKHA ads/Dec 24/ Rotary/Inner

ADVT.

आरआईपीई सदस्यता, निरंतरता और परिवर्तन पर दांव लगाते है

टीम रोटरी न्यूज़

आरआईपीई मारियो डी कमार्गो, रो ई निदेशक राजू सुब्रमण्यन और उनकी पत्नी विद्या (दाएं बैठी) मुंबई में एक बैठक में रोटेरियन के साथ।

अपने हालिया भारत दौरे के दौरान आरआईपीई मारियो डी कमारगो का एक पड़ाव मुंबई था, जहां उन्होंने सदस्यता वृद्धि, अवरोधन, साझेदारी और नेतृत्व उत्तराधिकार जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर रोटेरियनों को संबोधित किया। ''हमें अधिक सदस्यों की आवश्यकता है, क्योंकि हम बूढ़े हो रहे हैं। लेकिन केवल संख्या बढ़ाने के लिए रोटेरियनों को शामिल ना करें। उन लोगों की पहचान करें जो हमारे मूल्यों और सामूहिक मानसिकता को साझा करते हैं, सदस्यों के अंधाधुंध रूप से शामिल करने के खिलाफ आगाह करते हुए उन्होंने जोर दिया। उन्होंने रोटेरियनों से संभावित सदस्यों के लिए पेशेवर और व्यापार संघों से बात करने का आग्रह किया। हमें युवा पीढ़ी को आकर्षित करने के लिए सॅटॅलाइट और कारण-आधारित क्लबों जैसे नए प्रारूप को बढ़ावा देना चाहिए, और सोशल मीडिया पर रोटरी के अच्छे काम को प्रदर्शित करना चाहिए,'' उन्होंने कहा, और प्रतिनिधियों से पूर्व रोटेरियनों के साथ संबंधों को पुनर्जीवित करने का आग्रह किया।

लेकिन ये सब होने के लिए, ''हमें परिवर्तन को अपनाना होगा। यदि हम बदलाव के साथ तालमेल नहीं बिठाएंगे तो हम अप्रासंगिक हो जाएंगे। हमारे समय के साथ परेशानी यह है कि हमारा भविष्य वैसा नहीं है जैसा पहले हुआ करता था। अगर हम चाहते हैं कि चीजें वैसी ही रहें जैसी अभी हैं, तो चीजों को बदलना होगा।''

नेतृत्व की निरंतरता पर, डी कमारगो ने परामर्श और समन्वय के महत्व पर जोर दिया। सच्ची निरंतरता अपने उत्तराधिकारी का सम्मान करने और उन्हें संलग्न करने से आती है। ''यह सिर्फ एक परियोजना को सौंपने के बारे में नहीं है; यह एक साथ प्रगति पर काम करने के बारे में है। निर्णय लेने से पहले अपने पूर्ववर्ती और उत्तराधिकारी दोनों से परामर्श करें,'' वह कहते है।

बिल एंड मेलिंडा गेट्स फाउंडेशन, डब्ल्यूएचओ, यूनिसेफ, यूएस सेंटर फॉर डिजीज एंड प्रिवेंशन और गावी दी वैक्सीन एलायंस के साथ रोटरी की साझेदारी की सराहना करते हुए, आगामी अध्यक्ष ने बताया कि रोटरी ने पोलियो उन्मूलन के लिए 2.7 बिलियन डॉलर जुटाए, जबकि इसके सहयोगियों ने 18 बिलियन डॉलर का योगदान दिया। ''हमारी शक्ति वकालत में निहित है, धन जुटाने में नहीं। पोलियो उन्मूलन पर अब तक 22 अरब डॉलर खर्च किए जा चुके हैं, लेकिन हमें अभी भी सालाना 100 मिलियन डॉलर की जरूरत है।''

रो ई के निदेशक राजू सुब्रमण्यन ने पूर्व सदस्यों के साथ फिर से जुड़ने की आवश्यकता पर जोर दिया। उन्होंने कहा, ''कृपया उन लोगों से मिले जिन्होंने रोटरी छोड़ दी है, संबंध फिर से स्थापित करें और उन्हें वापस शामिल करें,'' उन्होंने कहा। डीजी चेतन देसाई ने रो ई मंडल 3141 की महत्वपूर्ण सेवा परियोजनाओं और उपलब्धियों को संक्षेप में प्रस्तुत किया। इस कार्यक्रम की मेजबानी रोटरी क्लब मुंबई जुहू ने अपने अध्यक्ष सुभाशीष मजूमदार के नेतृत्व में की थी। रो ई मंडल 3142 के दो पीडीजी सहित चौदह पूर्व मंडल गवर्नरों ने बैठक में हिस्सा लिया। ■

आरआईपीई डे कमार्गो ने बैठक का उद्घाटन किया। साथ ही (दाएं से) डीजीई मनीष मोटवानी, डीजी चेतन देसाई और आरआईडी सुब्रमण्यन भी चित्र में शामिल हैं।

दान की विचारधारा

वी मुत्तुकुमारन

अपने स्वास्थ्य को प्राथमिकता दें, और जीवन में कभी भी काम और बड़े फैसलों को ना टाले, चेन्नई में रोटरी क्लब मद्रास, रो ई मंडल 3234, की साप्ताहिक बैठक को संबोधित करते हुए डीजीएन रविशंकर डाकोजू, रो ई मंडल 3192, ने सलाह दी। ''जीवन अप्रत्याशित है। हम नहीं जानते कि कल या अगले ही पल क्या होगा। इसलिए, जीवन में महत्वपूर्ण निर्णयों को स्थगित न करें और अपने बच्चों पर बोझ न डालें। लेकिन आज के बच्चे होशियार हैं और वे स्पष्ट रूप से जानते हैं कि उन्हें क्या करना है,'' उन्होंने कहा।

जीवन और आजीविका के बड़े मुद्दों पर, उन्होंने कहा कि 80 प्रतिशत लोगों की ''अच्छी तरह से पढ़ने, पैसा कमाने, शादी करने, संपत्ति बनाने और अपने बच्चों और परिवार के लिए अधिक संपत्ति छोड़ने जैसी समान आकांक्षाएं होती हैं। जन्म और मृत्यु के बीच की कहानी ज्यादातर लोगों की समान होती है, लेकिन रोटेरियनों के रूप में हम दूसरों से अलग है क्योंकि हम एक बेहतर दुनिया के लिए कई जिंदगियों को हमारी सेवा के माध्यम से छूते हैं, उन्होंने कहा। अपनी जीवन यात्रा को याद करते हुए, डाकोजू ने कहा, ''मैं कम आईक्यू लेवल के साथ स्कूल में औसत से नीचे का छात्र था। मेरे चार दशकों के व्यवसाय में, मैंने कई कठिनाइयों और चुनौतियों को देखा... लेकिन सभी का डटकर सामना किया। अब मैं उस समाज को वापस लौटाना चाहता हूं जिसने मुझे कमाने में मदद की।''

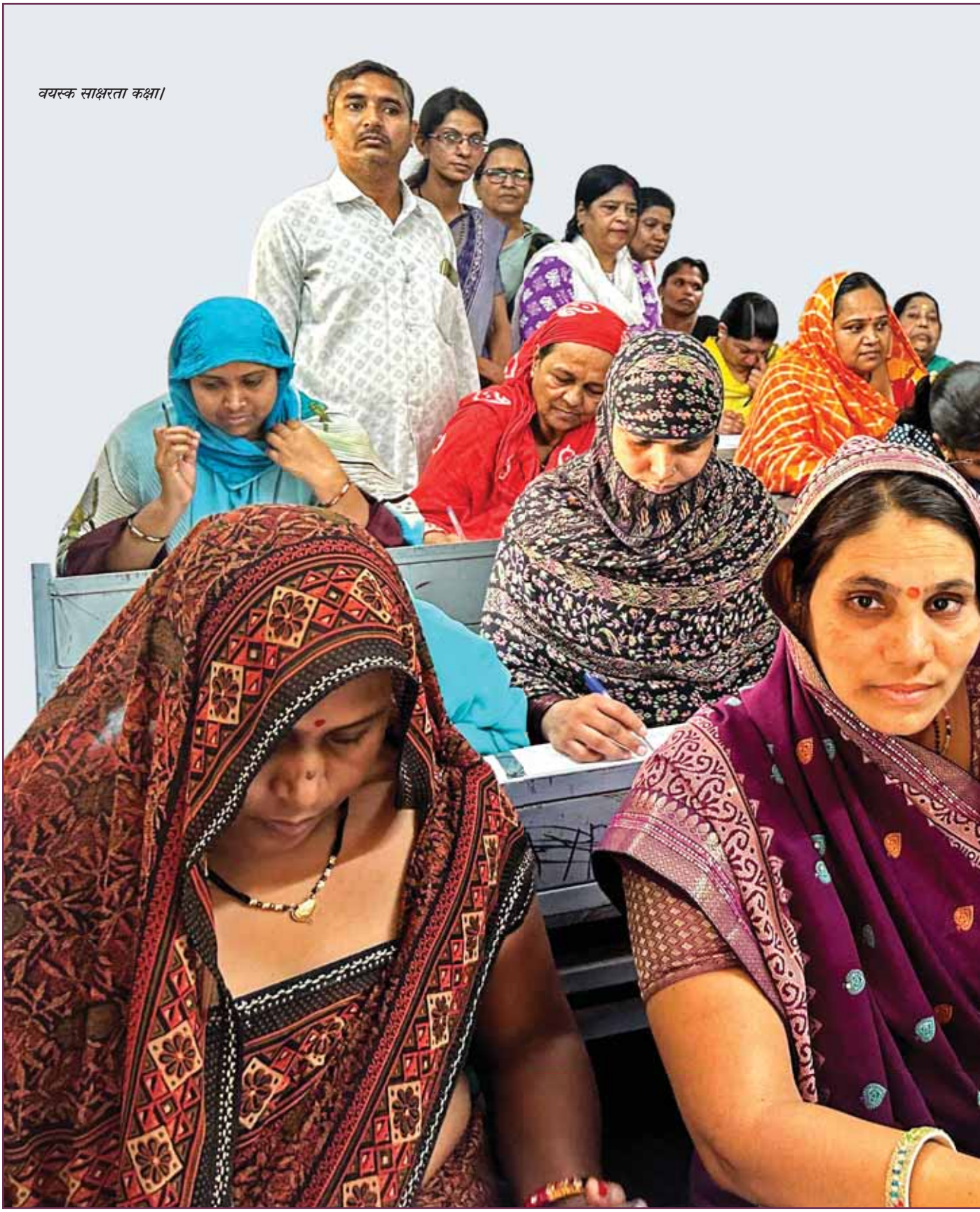
जब उन्होंने टीआरएफ को ₹100 करोड़ देने के अपने फैसले की घोषणा की, ''मेरी बड़ी बेटी मुझे यह कहते हुए नाराज हो गई कि, 'आप बिना प्रचार किये ऐसा क्यों नहीं कर सकते।' मेरी पत्नी पाओला हमारी दो बेटियों के भविष्य को लेकर चिंतित थी क्योंकि हम अपनी संपत्ति का एक बड़ा हिस्सा दे रहे हैं, उसे मेरे इस कदम के सदमे को झेलने में कुछ समय लगा। एक रोटेरियन मित्र ने उन्हें उर्दू में फटकार लगाई, ये आपने क्या कर दिया। अब माफिया आपके पीछे पड़े रहेंगे। लेकिन ऐसा कभी कुछ नहीं हुआ,'' वह मुस्कुराये।

उन्होंने रोटरी क्लब मद्रास से पालार नदी की बहाली में उनके गृह क्लब, रोटरी कल्ब बैंगलोर, के साथ साझेदारी करने का आग्रह किया क्योंकि नदी का एक बड़ा हिस्सा बंगाल की खाड़ी में मिलने से पहले तमिलनाडु से होकर गुज़रता है। ''मेरे क्लब ने पालार नदी की घाटी में व्यापक वृक्षारोपण किया है और परियोजना अभी भी प्रगति पर है।'' डीजी एन एस सरवनन ने कहा, ''टीआरएफ में उनके निस्वार्थ योगदान के लिए डाकोजू परिवार की सराहना की जानी चाहिए। रोटरी सभी को देने का अवसर देती है, और डकोजू ने देने की खुशी को उदाहरण देकर समझाया है।''

क्लब अध्यक्ष चेल्ला कृष्णा ने सभा का स्वागत किया। रोटरी कल्ब एडिलेड, रो ई मंडल 9510, से के ललिथ्या, और रोटरी क्लब वुस सेंट्रल अबुजा, रो ई मंडल 1927, से फोलाशदे सैमुअल्स, डीजीई विनोद सरावगी और पीडीजी बेंजामिन चेरियन भी उपस्थित थे। ■

वी मुत्तुकुमारन

रो ई मंडल 3234 के डीजी एन एस सरवनन ने रो ई मंडल 3192 के डीजीएन रविशंकर डाकोजू को रोटरी क्लब मद्रास पर लिखी गयी पुस्तक *ए टाइमलेस लिगेसी* भेंट की। (बाएं से) पीडीजी बेंजामिन चेरियन, क्लब सचिव राजेश मणि, अध्यक्ष चेला कृष्णा, रंजीत प्रताप और एन के गोपीनाथ भी चित्र में शामिल हैं।



वयस्क साक्षरता कक्षा।

Rotary PEOPLE OF ACTION

वयस्क निरक्षरता को मिटाने के लिए रोटरी की एक बड़ी पहल

रशीदा भगत

मध्य प्रदेश में वयस्क निरक्षरता की भारी समस्या का समाधान करने के लिए, जहां 2011 की जनगणना में वयस्क निरक्षरों की संख्या 1.07 करोड़ थी, रो ई मंडल 3040 (मध्य प्रदेश में चार रोटरी मंडल है) के नेतृत्व में पूरे राज्य के रोटेरियन निरक्षरता को संबोधित करने वाली राज्य सरकार की एजेंसियों के साथ काम कर रहे है।

इस मंडल में पीडीजी रवि लंगर और उनकी पत्नी नलिनी लंगर, जो रसायन विज्ञान की एक सेवानिवृत्त प्रोफेसर हैं, और वर्तमान मंडल गवर्नर अनीश मलिक सरकारी एजेंसियों और राष्ट्रीय शिक्षा केंद्र (आरएसके), उल्लास नवभारत साक्षरता जैसे कार्यक्रमों के साथ जुनून और लगन से काम कर रहे हैं।

डीजी मलिक ने कहा कि उनके मंडल ने हाल ही में उज्जैन में रोटरी के सामुदायिक सेवा एवं साक्षरता के ध्यानाकर्षण क्षेत्रों पर ध्यान केंद्रित करते हुए एक इंटरसिटी बैठक आयोजित की। ''हम राज्य सरकार के साथ काम कर रहे हैं और हमारे राज्य में वयस्क निरक्षरता उन्मूलन के लिए चल रहे कार्यक्रमों का समर्थन कर रहे हैं। हमारे कार्यक्रम में मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री मोहन यादव ने वर्चुअल रूप से भाग लिया था।''

बैठक को संबोधित करते हुए और राज्य के शिक्षा विभाग के साथ रोटरी की ज़ारी साझेदारी का स्वागत करते हुए, मुख्यमंत्री ने कहा कि रोटरी सदस्य राज्य के पदाधिकारियों के साथ हाथ मिलाएंगे और इस संयुक्त प्रयास से अधिक से अधिक वयस्कों को निरक्षरता से बाहर निकालने में मदद मिलेगी। जैसे-जैसे अधिक लोग साक्षर होंगे, वे अपने अधिकारों के बारे में अधिक जागरूक होंगे, और राज्य को विकास के उच्च स्तर पर ले जाने के लिए मिलकर काम करेंगे।

पीडीजी लंगर ने कहा कि एक करोड़ से अधिक वयस्कों को साक्षर बनाने के लिए कुल ₹1,000 करोड़ का बजट निर्धारित किया गया है, जिसमें से ₹700 करोड़ केंद्र सरकार से और 300 करोड़ राज्य सरकार से आएंगे। अपनी ओर से, इस वयस्क साक्षरता कार्यक्रम से जुड़े रोटेरियनों ने 10,000 *अक्षर पोथियां* (साक्षरता पुस्तिकाएं) छपवाकर उपलब्ध कराई हैं, जिसके लिए मध्यप्रदेश सरकार द्वारा ब्लूप्रिंट प्रदान किया गया है।

डीजी मलिक ने कहा कि *अक्षर पोथी* उन लोगों के लिए एक प्राथमिक, बुनियादी शिक्षा की पाठ्यपुस्तक है जो पूरी तरह से निरक्षर हैं। ''इसकी बहुत मांग थी और इसकी कमी हो रही थी क्योंकि सरकार कम समय में आवश्यक प्रतियां नहीं छाप पा रही थी। इसलिए हमने रोटरी में एक लाख *अक्षर*

"

रोटरी का काम है सरकार को
असरकार करना!

पीडीजी रवि लंगर

डीजी अनीश मलिक (बाएं से दूसरे) वयस्क साक्षरता कक्षा में।

पोथियों को छापने और उपलब्ध कराने की जिम्मेदारी ली है। इनमें से पहले चरण के लिए नियोजित 10,000 पुस्तकें पहले ही मध्य प्रदेश के 23 जिलों में वितरण के लिए दी जा चुकी हैं जो रो ई मंडल 3040 के तहत आते हैं।''

ऐसे कई तरीके हैं जिनसे अनपढ़ वयस्कों को साक्षर बनाया जाता है, लेकिन सभी में एक चीज़ सामान्य होती है *अक्षर साथी* या युवा साथी जो एक व्यक्ति को साक्षरता का उपहार देने की जिम्मेदारी उठाता है... एक तरह का हर-एक पढाये-एक कार्यक्रम। उज्जैन की बैठक में सीएम यादव ने यूएनएलपी में रोटरी के सहयोग को स्वीकार किया और पोलियो के साथ एक समानता बनाते हुए कहा कि जिस तरह रोटरी की मदद से भारत में पोलियो का उन्मूलन किया गया था, उसी तरह उन्हें उम्मीद है कि राज्य का साक्षरता कार्यक्रम सफल होगा। ''हमें उम्मीद है कि रोटरी हमारे साथ काम करने वाले अन्य एनजीओ के साथ मिलकर मध्य प्रदेश में ₹1.07 करोड़ से अधिक वयस्क निरक्षरों को साक्षर नागरिकों में परिवर्तित करने में हमारी अक्षर साथी बनेगी। सरकारी और निजी दोनों स्कूलों के छात्र इस काम में सरकार की मदद कर रहे हैं,'' उन्होंने आगे कहा।

भारत सरकार के साक्षरता कार्यक्रम, जो शत-प्रतिशत साक्षरता प्राप्त करने की आशा करता है, का विवरण देते हुए उन्होंने कहा कि इस अभियान के तहत शहरी और ग्रामीण दोनों क्षेत्रों में 15 वर्ष से अधिक आयु के उन लोगों को युवा स्वयंसेवकों की मदद से साक्षर बनाया जाएगा, जो औपचारिक या स्कूली शिक्षा प्राप्त करने से चूक गए थे।

डीजी मलिक ने कहा कि सितंबर में, इस कार्यक्रम के तहत, मध्यप्रदेश के 52 जिलों में 25 लाख उम्मीदवारों के लिए साक्षरता परीक्षा आयोजित की गई थी। इसमें 9.3 लाख से अधिक लोगों ने भाग लिया और 8.55 लाख सफल हुए और उन्हें प्रमाण पत्र दिए गए। ''मैंने खुद कुछ केंद्रों का दौरा किया और नवभारत चेतना केंद्रों में आयोजित परीक्षणों में इतने सारे वयस्कों को उत्साहपूर्वक भाग लेते देखना एक अद्भुत दृश्य था।''

पीडीजी लंगर ने कहा कि बुनियादी साक्षरता का प्रमाण पत्र प्राप्त करने हेतु परीक्षा देने आई बड़ी महिला परीक्षार्थियों के साथ आई उनकी बेटियों, बहुओं और अन्य महिला रिश्तेदारों को देखकर रोटेरियन बहुत द्रवित एवं प्रभावित हुए। महिला उम्मीदवारों की संख्या के बारे में पूछे जाने पर उन्होंने कहा, ''मुझे सटीक संख्या तो मालूम नहीं हूं, लेकिन मैं आपको यह बता सकता हूं कि पुरुषों की तुलना में महिलाएं कई अधिक थीं जिन्होंने विभिन्न केंद्रों पर यह परीक्षा दी। हम यह देखकर खुश थे कि इतने सारे छात्र इस प्रयास में मदद कर रहे हैं और इस प्रकार साक्षरता राजदूत बन रहे हैं।''

उन्होंने कहा कि कक्षा 9 से 12 तक के छात्र अपने पड़ोस में वयस्क निरक्षरों को निरक्षरता के अंधेरे साये से बाहर निकालने के लिए कार्यक्रम में उत्साहपूर्वक भाग ले रहे थे।

रोटरी क्लब उज्जैन, जिसमें लंगर एक सदस्य हैं, इस साक्षरता परियोजना में उत्सुकता से शामिल हैं, और उन्हें उम्मीद है कि उनके क्लब के अध्यक्ष ईश्वर चंद दुबे और सचिव पंखुड़ी जोशी और भावी क्लब नेतृत्व कर्ताओं की मदद से, ''हम 2030 तक अपने राज्य में एक करोड़ से अधिक निरक्षरों को सफलतापूर्वक साक्षर बना पाएंगे। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि इसमें एक या दो साल और लगते हैं; लेकिन हमें विश्वास है कि हम इस लक्ष्य को हासिल कर लेंगे।''

> *अक्षर पोथियों* की मांग बहुत ज़्यादा थी, लेकिन सरकारी छपाई में देरी के कारण कमी हो गई। इस समस्या से निपटने के लिए रोटरी ने पहले चरण में 10,000 किताबें छापकर वितरित कीं।
>
> **डीजी अनीश मलिक**

लंगर बताते हैं कि यूएनएलपी राष्ट्रीय शिक्षा नीति के तहत आने वाला एक कार्यक्रम है जिसका लक्ष्य 2030 तक भारत को पूर्णतः साक्षर बनाना है। यह कार्यक्रम राष्ट्रीय शिक्षा केंद्रों (आरएसके) के माध्यम से कार्यान्वित किया जा रहा है, जिसके दायरे में शिक्षक और छात्र हैं। विचार उन शिक्षकों और छात्रों का उपयोग करना है जो देश भर की शिक्षा प्रणाली में संलग्न हैं; लगभग 70 प्रतिशत छात्र सरकारी स्कूलों में हैं और केवल 30 प्रतिशत निजी स्कूलों में हैं। सरकारी स्कूल के छात्र महत्वपूर्ण हैं क्योंकि अधिकांश वयस्क निरक्षर उन्हीं के इलाकों से आते हैं, और इसलिए वे उन्हें कुछ बुनियादी साक्षरता सिखाने एवं प्रेरित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। ''यह वास्तव में भारत के युवा हैं जो देश में व्याप्त निरक्षरता के बारे में सबसे ज्यादा चिंतित हैं, और इसके बारे में कुछ करना चाहते हैं क्योंकि भारत का भविष्य दांव पर है। इसलिए छात्र, विशेष रूप से जो पहले से ही एनएसएस, एनसीसी जैसे संगठित समूहों में हैं, वयस्क निरक्षरों को पढ़ाने में वास्तव में उपयोगी है,'' वह आगे कहते है।

वह याद करते हैं कि लगभग चार साल पहले, आरएसके के निदेशक राजू नाम के एक आईएएस अधिकारी थे, जो उनके करीबी थे। ''वह एक साधारण व्यक्ति थे और मेरे कार्यालय में आते थे और हमने वयस्क निरक्षरों के लिए बुनियादी साक्षरता नीति तैयार करने में मदद की।''

इस परिदृश्य में, रोटरी कई पहलुओं में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, विशेष रूप से पहचान, प्रोत्साहन, प्रेरित करने एवं उन सरकारी अधिकारियों का समर्थन करने में जो वास्तव में वयस्क साक्षरता मिशन को आगे बढ़ाने में रुचि रखते हैं। जैसा कि डीजी मलिक बताते हैं, रोटेरियन लगातार उन शिक्षकों, छात्रों और सरकारी अधिकारियों की तलाश में रहते हैं जो इस कार्यक्रम में कड़ी मेहनत कर रहे हैं, और वे जिला अधिकारियों को यह बताने के लिए अपने रसूख या प्रेरक शक्ति का उपयोग करते हैं कि गणतंत्र दिवस या स्वतंत्रता दिवस जैसे महत्वपूर्ण आयोजनों के दौरान ऐसे लोगों को पुरस्कार या प्रमाण पत्र देकर मान्यता दें।

लंगर यह कहते हुए सार प्रस्तुत करते है, ''रोटरी का काम है सरकार को असरकार करना।''

एन कृष्णमूर्ति द्वारा रूपरेखा

Rotary District 3192

THE MAGIC OF ROTARY

Rtn. Stephanie A Urchick
Rotary International President 2024-25

PDG Rtn. T N Subramanian
Rotary International Director 2023-25

Rtn. Aniruddha Roy Chowdhury
RI Director of Zone 5 & 6
(2023 - 2025)

PDG Rtn.FIL.I.I. K P Nagesh
Rotary International Director Elect 2025-27

Rtn. N S Mahadev Prasad
Rotary District Governor, RID 3192 2024-25

Rtn. Shankar Srinivas
Chairman, South Asia International Peace Conference 2025

SOUTH ASIA INTERNATIONAL PEACE CONFERENCE 2025

SOUTH ASIA INTERNATIONAL PEACE CONFERENCE - 2025

"Healthier World Greener Tomorrow"

Let's create a world where Peace is nurtured by nature and well-being !

Goals & Outcomes - Health

- Promote Access to Healthcare
- Enhance Health Education
- Support Disease Prevention and Treatment
- Improve Maternal and Child Health
- Address Mental Health Issues
- Strengthen Healthcare Infrastructure
- Support Clean Water and Sanitation
- Empower Healthcare Workers
- Foster Collaboration and Innovation

Date & Venue:
22nd & 23rd March 2025 @ KTPO Whitefield, Bengaluru, India

FOR QUERIES, PLEASE CONTACT:
INFO.DGOFFICE2425@GMAIL.COM,
MOBILE NO. +91 8123303888 / +91 81233 84222,
OFFICE POSTAL ADDRESS: # 192, 3RD FLOOR,18TH CROSS, 20TH MAIN, MRCR, VIJAYANAGAR, BANGALURU-560 040
WWW.SAIPC.IN

REGISTER NOW!

SAVE THE DATE

ADVT.

परिवर्तन की शक्ति

ओडिशा के ग्रामीणों के लिए बाढ़ से राहत

ओडिशा के केंद्रपाड़ा और भद्रक जिलों के दो गांवों में लगभग 60,000 लोग डीजी यज्ञांसिस महापात्र द्वारा शुरू की गई रो ई मंडल 3262 की आपदा राहत परियोजना से लाभान्वित हुए। मंडल के रोटरी क्लबों ने चक्रवात दाना से प्रभावित ग्रामीणों को किराने का सामान, कपड़े, चादर, मच्छरदानी, पानी, सैनिटरी नैपकिन, छाता और तिरपाल सहित राहत किट वितरित किए। महापात्र ने कहा कि इस परियोजना की कुल लागत ₹10 लाख आई है। चक्रवात ने राज्य में व्यापक नुकसान पहुंचाया था, जिसके परिणामस्वरूप बड़े पैमाने पर फसल और संपत्ति का नुकसान हुआ था।■

डी जी यज्ञांसिस महापात्रा एक परिवार को बाढ़ राहत किट वितरित करते हुए।

नशे की लत से मुक्ति

रो ई मंडल 3191 ने बेंगलुरु नगर निगम और NIMHANS के साथ मिलकर *वेव अगेंस्ट एडिक्शन* पहल शुरू की है। इस पहल में स्कूलों और कॉलेजों में जागरूकता सत्र और माता-पिता एवं मेडिकल छात्रों के लिए कार्यशालाएं शामिल हैं। मंडल की व्यसन निवारण समिति के अध्यक्ष इकराम अहमद खान कहते हैं, माता-पिता को अपने बच्चों की सहायता करने के तरीकों के बारे में निर्देशित किया जाता है, यदि उन्हें नशे की लत पर संदेह होता है, जबकि स्वास्थ्य देखभाल के छात्र क्लिनिकल सेटिंग में व्यसन के मामलों से निपटना सीखते हैं। छात्रों को मादक द्रव्यों के सेवन, व्यवहार एवं डिजिटल लत के जोखिमों के बारे में शिक्षित किया जाता है। अगस्त में शुरू की गई इस पहल ने अब तक 16 स्कूलों में 1,600 छात्रों, 150 शिक्षकों एवं 200 अभिभावकों को संबोधित किया है। ■

रो ई मंडल 3191 की व्यसन निवारण समिति के अध्यक्ष इकराम अहमद खान एक सत्र को संबोधित करते हुए।

कैंसर रोगियों के लिए डिनर

नवी मुंबई, रो ई मंडल 3142, के सत्रह रोटरी क्लबों ने अक्टूबर में टाटा मेमोरियल सेंटर, एसीटीआरईसी, खारघर स्थित आशा निवास में 400 कैंसर रोगियों एवं उनके परिचारकों को रात्रिभोज प्रदान करने के लिए 'प्रतिदिन रात्रिभोज' कार्यक्रम शुरू करने के लिए भागीदारी की। डीजी दिनेश मेहता ने एसीटीआरईसी के उप निदेशक डॉ नवीन खत्री को महीने के भोजन खर्च के लिए ₹4.03 लाख सौंपे। क्लब रोटरी वर्ष से परे परियोजना को जारी रखने के लिए दृढ़ संकल्पित हैं। उन्होंने कहा कि, कैंसर रोगियों और उनके परिवारजनों को अकल्पनीय शारीरिक और भावनात्मक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। हमारा लक्ष्य थोडा ही सही लेकिन उनके भार को हल्का करना है, यह सुनिश्चित करके कि उनके पास अपना दिन समाप्त करने के लिए पौष्टिक भोजन हो।■

डीजी दिनेश मेहता (बाएं) और उनकी पत्नी ज्योति, रोटेरियन के साथ कैंसर रोगियों और उनके देखभाल करने वालों के लिए रात्रि भोज परोसने के लिए तैयार।

युवा मन में चेतना का संचार

पिछले तीन दशकों से, रो ई मंडल 3212, का 50 वर्षी पुराना क्लब रोटरी कल्ब SPIC नगर तूतीकोरिन स्पिक नगर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में वार्षिक विज्ञान प्रदर्शनी का आयोजन कर रहा है। लगभग 300 छात्र गणित, भौतिकी, रसायन विज्ञान, कंप्यूटर विज्ञान और सामाजिक अध्ययन में नवीन परियोजनाओं एवं प्रयोगों का प्रदर्शन करते हैं। प्रदर्शनी में रोबोटिक हाथ और सौर ऊर्जा से चलने वाले वाहनों से लेकर संवहनीय कृषि प्रतिरूप और ऐतिहासिक प्रतिकृतियों शामिल होते हैं। छात्र ऐप और गेम के माध्यम से अपने कोडिंग कौशल को उजागर करते हैं।

क्लब के सदस्य राधाकृष्णन कहते हैं कि इस कार्यक्रम का उद्देश्य छात्रों के बीच रचनात्मक सोच, समस्या सुलझाने के कौशल और वैज्ञानिक प्रकृति को बढ़ावा देना है। ■

रोटरी क्लब SPIC नगर तूतीकोरिन के सदस्य SPIC नगर स्कूल में विज्ञान प्रदर्शनी का दौरा करते हुए।

ईएसए/नासा–एस क्रिस्टोफोरेटी

रोटेरियन सामंथा क्रिस्टोफोरेटी बचपन से ही अंतरिक्ष यात्रा का सपना देखा करती थीं। अब, वह अपने साथी पृथ्वीवासियों के साथ अंतरिक्ष यात्रा का अनुभव साझा कर रही हैं।

जहाँ पहले कोई टिकटॉकर नहीं गया

डायना शोबर्ग

क्रिस्टोफोरेट्टी की अंतरिक्ष यात्रा उनके बचपन के दौरान इतालवी आल्प्स के एक छोटे से गाँव में शुरू हुई, साहसिक कारनामों के प्रति उनका रुझान उनके बचपन में गर्मियों के दौरान अपने चचेरे भाई-बहनों के साथ जंगलों में घूमने और सर्दियों में स्कीइंग करने के साथ विकसित हुआ। लेकिन उनका किताबों का सफर रात को सोते समय चादर के अंदर छुपकर पढ़ने के साथ शुरू हुआ, जिन्होंने उनकी कल्पना को उड़ान दी और उन्हें उनके असाधारण सफर के लिए तैयार किया। मुझे संदेह है कि शायद आज मैं एक अंतरिक्ष यात्री नहीं होती अगर मैं कई साल पहले सीढ़ियों से चंद्रमा पर नहीं गई होती,... अगर मैंने मार्को पोलो के साथ चीन की यात्रा नहीं की होती या समुद्री डाकू सैंडोकन के साथ महान युद्धों में भाग नहीं लिया होता, वह अपनी 2018 की किताब, *डायरी ऑफ़ एन अप्रेन्टिस ऐस्ट्रनॉट* में याद करती है।

जब वह 17 वर्ष की थी और हाई स्कूल में सीनियर थी, तो उन्होंने एक विनिमय विद्यार्थी के रूप में सेंट पॉल, मिनेसोटा की यात्रा की। मैं पहले से ही अंतरिक्ष यात्रा से मोहित थी। मैं स्टार ट्रेक की बड़ी प्रशंसक थी, वह कहती हैं। यह सब संयुक्त राज्य अमेरिका में केंद्रित था। एक दिन जब वह अपनी मेजबान मां के साथ बाहर खाना खा रही थी तो उन दोनों ने हंट्सविले, अलबामा में स्पेस कैंप का एक विज्ञापन देखा। क्रिस्टोफोरेटी बहुत उत्साहित थी। स्पेस कैम्प में उन्होंने स्पेस शटल का अध्ययन किया और 24 घंटे के एक मिशन का अनुकरण किया। मुझे एक हफ्ते के लिए अंतरिक्ष यात्री बनने का मौका मिला, वह कहती हैं। इसने मुझे अंतरिक्ष से जुड़ी चीजों को करीब से समझने का मौका दिया।

जब वह घर लौटी तो उन्होंने अपना दूसरा सफर शुरू किया, अंतरिक्ष यात्री बनने के लिए आवेदन करने हेतु आवश्यक कौशल प्राप्त करने का ताकि कभी उन्हें वो दुर्लभ अवसर प्राप्त हो तो वह उसके लिए तैयार हो। उन्होंने इंजीनियरिंग की पढ़ाई की और इतालवी वायु सेना में पहली महिला लड़ाकू पायलटों में से एक बन गई। मैं यह नहीं कहूँगी कि मैं इसके लिए पागल थी, वह कहती हैं। मुझे हमेशा से सीखना पसंद है और उस समय मैं जो कर रही थी मुझे उसमें मज़ा आ रहा था। लेकिन मेरा सपना हमेशा से मेरे मन में था।

यूरोपीय अंतरिक्ष एजेंसी ने अब तक केवल दो बार अंतरिक्ष यात्री उम्मीदवारों को भर्ती किया था आखिरी बार 1990 के दशक की शुरुआत में जब क्रिस्टोफोरेटी एक किशोरी थी। इसलिए जब एजेंसी ने यह घोषणा की कि वह 2008 में आवेदन स्वीकार कर रही है तो वह यह जानती थी कि शायद यह उनका जीवन भर का अंतिम अवसर है।

8,412 अन्य योग्य आवेदकों के साथ उन्होंने अंतरिक्ष यात्री भर्ती प्रक्रिया के दौरान कड़ी मेहनत की जिसमें योग्यता परीक्षण, मनोवैज्ञानिक मूल्यांकन, चिकित्सा परीक्षाएं और साक्षात्कार शामिल थे। उन्होंने अपनी रूसी भाषा के कौशल को निखारने के लिए हैरी पॉटर ऑडियो-बुक का सहारा लिया। (मेरे पास अभी भी रूसी जादुई शब्दों की एक छोटी लेकिन प्रशंसनीय शब्दावली है, वह अपनी किताब में लिखती है।) अंत में उन्हें वो खबर मिली जिसे सुनने का उन्हें बेसब्री से इंतजार था - कि उनका बचपन का सपना साकार हो गया। ''जब आपको वह फोन कॉल आता है कि आपका चयन किया गया है तो ऐसा लगता है कि क्या यह सच में संभव हो गया है?'' वह कहती हैं।

सितंबर 2009 में उन्होंने इंटरनेशनल स्पेस स्टेशन के मिशनों के लिए प्रशिक्षण शुरू किया। स्पेसवॉक प्रशिक्षण के लिए उन्होंने भारहीनता का अनुकरण करने के लिए पानी के नीचे अभ्यास किया। उन्हें रूसी और अमेरिकी दोनों

प्रकार के स्पेससूट के लिए फिट किया गया; सिर्फ अमेरिकी दस्तानों के लिए ही 26 माप लिए गए। और उन्होंने ऐसी आपात स्थितियों के लिए भी तैयारी की जिनके होने की उम्मीद उन्हें कभी नहीं थी - जैसे अंतरिक्ष स्टेशन से अनपेक्षित रूप से जुड़ा न रहना और हवा में तैरने लगना जैसे छोटे-मोटे कार्यस्थल हादसे हो सकते है।

इन्हीं प्रशिक्षण सत्रों में से एक के दौरान रोटरी क्लब कॉन एम राइन के एक सदस्य, बर्नड बोटाइगर पहली बार क्रिस्टोफोरेटी से मिले थे। बोटाईगर, अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर आपातकालीन चिकित्सा के एक प्रसिद्ध विशेषज्ञ है और वह अंतरिक्ष स्टेशन पर आपातकालीन स्थितियों में अंतरिक्ष यात्रियों को पुनः जीवन प्रक्रिया सिखाते है। वह मुझे बेहद सकारात्मक, बेहद मजबूत, बेहद स्पष्ट, बेहद केंद्रित लगी, वह कहते हैं। मैं आसानी से कल्पना कर सकता हूँ कि कैसे उन्हें हजारों आवेदकों में से चुना गया होगा।

नवंबर 2014 में प्रकाश-वर्ष की तरह लगने वाले प्रशिक्षण के अनेक वर्षों के बाद क्रिस्टोफोरेटी अंतरिक्ष में जाने के लिए तैयार थी।

पुस्क, कजाकिस्तान के बैकोनूर में लॉन्चपैड से रेडियो पर आवाज आती है। आरंभ। सोयुज ढच--15च् रूसी अंतरिक्ष यान के दहन कक्षों में ईंधन प्रवाहित होने लगता है।

ज़ज़ीगानीये। प्रज्वलन।

पोएखली! चलो चलते हैं! चालक दल के कमांडर, एंटोन श्काप्लेरोव शोर मचाते हुए कहते हैं। क्रिस्टोफोरेटी और उनके साथी टेरी विर्ट्स जैसे ही अचानक झटके से हवा में उछलते हैं उनके साथ ही चिल्लाने लगते है। यह वही शब्द है जिसका शोर अंतरिक्ष यात्री तब से मचाते आ रहे है जब अंतरिक्ष में जाने वाले पहले मानव यूरी गैगरिन ने अप्रैल 1961 में कहा था।

अंतरिक्ष में उड़ान भरने वाले यात्री दल कुछ ऐसे रिवाज़ों का पालन करते है जो रोटरी की प्राचीन परंपराओं से भी परे होते हैं और जिससे रोटरी सदस्य अच्छी तरह परिचित होते है। क्रिस्टोफोरेटी अपनी किताब में विस्तार से बताती है कि लॉन्च से पहले के दिनों में इन परंपराओं में सोवियत युग की एक फिल्म का प्रदर्शन, कॉस्मोनॉट्स एली में एक वृक्षारोपण और फलों के रस के साथ जश्न मनाना शामिल है। चालक दल के सदस्य अपने होटल के कमरे के दरवाजे पर

एक उपकरण क्रिस्टोफोरेटी के वसा और दुबले द्रव्यमान को मापता है, जो वैज्ञानिक कार्य का एक हिस्सा है, जिससे यह पता चलता है कि अंतरिक्ष में मानव शरीर किस प्रकार बदलता है।

अपने नाम के हस्ताक्षर करते हैं, एक रूढ़िवादी पादरी द्वारा उनपर पवित्र जल का छिड़काव किया जाता हैं और फिर वे सब उस बस की ओर आगे बढ़ते हैं जो उन्हें लॉन्च साइट तक ले जाएगी इसके साथ ही प्रसिद्ध रूसी रॉक गीत *ट्रैवा यू डोमा* या *ग्रास बाय द होम* भी बज रहा होता है। और रोटरी सदस्य इससे परिचित होंगे: अंतरिक्ष स्टेशन पहुँचने के बाद नए अंतरिक्ष यात्रियों को एक पिन प्राप्त हो सकता है जो इस बात का प्रतीक है कि वे एक विशिष्ट क्लब के सदस्य है।

सोयुज के अंदर जैसे-जैसे क्षण बीतते जाते हैं, क्रिस्टोफोरेटी और उनके चालक दल के साथियों को उनकी सीटों पर बढ़ते हुए भार का दबाव महसूस होने लगता है, लगभग नौ मिनट बाद कक्षा में पहुंचते ही इंजन बंद हो जाता हैं। उनके मोटे दस्तानों में, मेरे हाथ आंखों के स्तर पर लटक रहे हैं जैसे कि वो मुझसे जुड़े ही न हो, उन्होंने इस पल का जिक्र अपनी किताब में किया हैं। शरीर की लाखों वर्षों की स्मृति के सामने आने वाले एक त्वरित उलटफेर के कारण मुझे उन्हें अपने शरीर के विरुद्ध थामने का प्रयास करना पड़ता है।

लगभग छह घंटों में वे अंतरिक्ष स्टेशन पहुँच जाते हैं और कुछ घंटों की प्रक्रियाओं के बाद सोयुज अंतरिक्ष यान और अनुसंधान स्टेशन के बीच का रास्ता खुलता है। श्काप्लेरोव द्वारा हल्का सा धक्का दिए जाने के बाद क्रिस्टोफोरेटी को होश आता है। यह ''दूसरे जन्म'' की तरह है जैसा कि वह इसका वर्णन करती है, यह उन दुर्लभ क्षणों में से एक है जो अतीत और भविष्य के बीच का संपर्क बिंदु होते हैं। इसके साथ ही वह अंतरिक्ष स्टेशन में रहने वाली 216वीं व्यक्ति बन गई।

वर्ष 2000 में जब पहले चालक दल में एक अमेरिकी और दो रूसी अंतरिक्ष स्टेशन पहुँचें, तब से लेकर अब तक अंतर्राष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन पर लगातार 24 वर्षों से 23 देशों के अंतरिक्ष यात्री आकर रह रहे है जैसे कि वो किसी रिले दौड़ में शामिल

हों। क्रिस्टोफोरेटी ने दो मिशनों में भाग लिया है, पहला नवंबर 2014 से जून 2015 तक जो उस समय अंतरिक्ष में एक महिला के लिए 200 दिनों का सबसे लंबा समय था; दूसरा अप्रैल से अक्टूबर 2022 तक जिसमें अंतरिक्ष स्टेशन कमांडर के रूप में कुछ हफ़्ते का कार्य शामिल है, जिससे वह यह भूमिका निभाने वाली यूरोप की पहली महिला बन गईं।

क्रिस्टोफोरेटी ने अंतरिक्ष की हर पहली चीज़ के साथ खुद को समायोजित किया: उनकी पहली नींद (उन्होंने बंजी के साथ खुद को दीवार से नहीं बांधा इसके बजाय अपने फोन बूथ के आकार के क्रू क्वार्टर में स्वतंत्रता से तैरने का विकल्प चुना); उनका पहला भोजन (अंडा भुर्जी और दलिया जिसे उन्होंने हवा में तैरते हुए खाने के लिए छोड़ दिया); बाथरूम में उनका पहली बार जाना (मूत्र पुनर्चक्रण प्रक्रिया के कारण, ''बीते कल की कॉफी आने वाले कल की कॉफी बन जाती है,'' वह अपनी किताब में लिखती है)। इसके बाद वह अपने एक अंतरिक्ष यात्री होने के मुख्य कार्यों में जुट गई।

कुछ मायनों में यह किसी भी अन्य रोटरी बैठक की तरह है।

रोटरी क्लब कॉन एम राइन के दर्जनों सदस्य सोमवार की एक सुहावनी शाम को राइन नदी के ऊपर उल्टे एल आकार में बने प्रसिद्ध क्रानहॉस कार्यालय भवनों में से एक में इकट्ठा होते हैं जहाँ से कोलोन कैथेड्रल टॉवर दिखाई देते हैं। उस रात की वक्ता, जो क्लब की एक अद्भुत सदस्य है, रोटेरियनों को अपने कार्यस्थल का आभासी दौरा कराने वाली हैं। उनके यहाँ वाई-फाई कनेक्शन थोड़ी दिक्कत कर रहा है और वे सब बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं।

आखिरकार वह सबको दिखाई देती है और तब यह मुलाकात निश्चित रूप से एक अलग मोड़ लेती है। क्योंकि इंटरनेशनल स्पेस स्टेशन की एक अंतरिक्ष यात्री सामंथा क्रिस्टोफोरेटी तैर रही होती हैं।

क्रिस्टोफोरेटी अपनी दूसरी अंतरिक्ष यात्रा पर अंतरिक्ष स्टेशन में चार महीने का समय बिता चुकी है, यह एक शोध यान है जिसका आकार छह बेडरूम वाले घर के बराबर है और यह हर 90 मिनट में पृथ्वी की परिक्रमा करता है। उनके बाल गुरुत्वाकर्षण की सीमा से बाहर खुलकर ऐसे बिखरे हुए है कि उन्हें देखकर 80 के दशक के मेटल रॉकर को भी जलन हो जाए, वह सवालों के जवाब देती है और ब्रह्मांडीय दृश्यों से क्लब के सदस्यों को मंत्रमुग्ध कर देती है। ''ज्यादातर समय मैं कपोला से बैठकें करने की कोशिश करती हूँ क्योंकि तब आप लोगों को खिड़कियों से पृथ्वी दिखा सकते हैं,'' वह रोटरी पत्रिका के साथ एक साक्षात्कार में कहती हैं।

अंतरिक्ष यात्रियों की व्यक्तिगत वस्तुओं की कड़ी निगरानी की जाती है; उन्हें कुल 3.3 पाउंड की सख्त वजन सीमा को पूरा करना होता है। अपने कुछ चुनिंदा वस्तुओं में क्रिस्टोफोरेटी ने कॉन एम राइन रोटरी क्लब के लाल और सफेद बैनर को शामिल किया। बैठक के समाप्त होते ही उनके साथी क्लब सदस्य तालियों की गड़गड़ाहट के साथ उन्हें धन्यवाद देते हैं।

वह कैमरे से पीछे की ओर घूमती है और क्लब का बैनर स्क्रीन पर उनके पीछे तैरता हुआ दिखाई देता है।■

क्रिस्टोफोरेटी अंतर्राष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन में।

ईएसए/नासा/रोस्कोस्मोस

क्रिस्टोफोरेटी की पहली अंतरिक्ष-चहलकदमी।

कार्य समय सुबह 7 बजे से शाम 7 बजे तक होता हैं जो सुबह की बैठक के साथ शुरू होता हैं। स्टेशन सबसे पहले और मुख्य रूप से एक वैज्ञानिक अनुसंधान यान है। अपने मिशनों के दौरान क्रिस्टोफोरेटी ने स्वास्थ्य विषयों पर शोध में योगदान दिया जैसे कि सुनने पर शोर का प्रभाव, मांसपेशियों की तन्यता का रखरखाव और ऑस्टियोपोरोसिस के साथ ही विज्ञान के अन्य क्षेत्रों जैसे इमल्शन के भौतिक गुण और धातुओं के गुण।

अंतरिक्ष स्टेशन को चालू और सही स्थिति में बनाए रखना अंतरिक्ष यात्रियों की जिम्मेदारी होती है, जिसमें साफ-सफाई से जुड़े कार्य (अंतरिक्ष में भी आपको वैक्यूम करना पड़ता है), रखरखाव और मालवाहक वाहनों की लोडिंग और अनलोडिंग जैसे कार्य शामिल होते है। उन्हें हड्डी और मांसपेशियों को नुकसान से बचाने के लिए रोजाना 2.5 घंटे व्यायाम करने की भी आवश्यकता होती है। बीच-बीच में उनके प्रबंधक, उड़ान नियंत्रक, डॉक्टर या मनोवैज्ञानिक के साथ बैठकें होती हैं। जब उनका काम पूरा हो जाता है तो वे घर पर कॉल कर सकते हैं या कपोला से दृश्यों का आनंद ले सकते हैं जो क्रिस्टोफोरेटी का पसंदीदा शौक है।

''कभी-कभी ऐसे व्यस्त सप्ताह होते हैं जब आप वास्तव में हर समय एक के बाद एक काम ही करते रहते हैं। आप सचमुच भूल जाते हैं कि आप अंतरिक्ष में हैं, वह कहती हैं। हवा में तैरते रहना आपके लिए सामान्य हो जाता है। आप इस बारे में लगभग भूल ही जाते हैं कि बैठने या चलने का एहसास क्या होता है।''

फिर भी उन्होंने अपनी विस्मय की भावना को बरकरार रखा। अपने पहले मिशन के अंतिम दिनों में से एक पर वह निशादीप्त मेघों को देखना याद करती है, जो एक दुर्लभ प्रकार के उच्च ऊंचाई वाले बादल होते है, जो आकाश देखने वालों को जीवंत नीले धागों जैसे प्रतीत होने के साथ ही रोमांचित करते है। ''मैं छह महीने से भी अधिक समय तक अंतरिक्ष में रही इसलिए शायद आपको लग रहा होगा कि यह काफी थकाऊ या उबाऊ रहा होगा मगर यह ऐसा था कि, 'हे भगवान, यह ऐसा ही रहें।'''

अपने दूसरे मिशन पर क्रिस्टोफोरेटी ने सात घंटे की अतिरिक्त वाहन गतिविधि में भाग लिया जिसे हममें से बाकी लोग स्पेसवॉक के नाम से जानते हैं, जिसे पहली बार एक यूरोपीय महिला द्वारा किया गया था। उन्होंने एक रूसी चालक दल के साथी के साथ एक प्रयोग के अंतर्गत 10 नैनोसैटेलाइट्स स्थापित किए और अंतरिक्ष स्टेशन के बाहरी हिस्से पर जुड़े एक रोबोटिक हाथ पर काम किया जो रखरखाव में अंतरिक्ष यात्रियों की सहायता करता है।

यह करना बेहद चुनौतीपूर्ण है - मनोवैज्ञानिक और शारीरिक दृष्टि से खासकर यदि आप मेरी तरह एक

छोटी महिला हैं, वह बताती हैं। जब आप इसे कर रहे होते हैं तो यह पूरी तरह से एकाग्रता और इच्छाशक्ति की बात होती है और फिर जब आप इसे पूरा कर लेते हैं तो आप वास्तव में इसे महसूस कर सकते हैं। यह उस उपलब्धि का एहसास था कि आखिरकार मैं यह कर पाई। बाहर जाने का अनुभव वाकई अद्भुत था।

अंतरिक्ष में, अंतरिक्ष यात्रियों के दिन दूसरों द्वारा निर्धारित किए जाते हैं; उन्हें किराने की दुकान पर जाना या ट्राफिक से जूझना नहीं पड़ता। जब वे पृथ्वी पर लौटते हैं तो वे किसी उलट सांस्कृतिक झटका लगने जैसा अनुभव करते हैं। और फिर यहाँ गुरुत्वाकर्षण नामक वो अजीब चीज है। जब क्रिस्टोफोरेटी अपनी पहली यात्रा के बाद लौटी तो उन्होंने अपनी किताब में इस बात का जिक्र किया कि उन्होंने यूरोपीय अंतरिक्ष एजेंसी में काम करने वाले अपने एक साथी लियोनेल फेरा से बात करने के लिए एक सहयोगी का फोन मांगा। बात खत्म होने के बाद उन्होंने फोन को अपने सहयोगी की ओर वापस ऐसा धकेलना चाहा मानो वो खुद हवा में तैरकर पहुँच जाएगा। यह एक अंतरिक्ष यात्री से आम तौर पर होने वाली गलती थी। उन्हें समय रहते इसका एहसास हो गया।

क्रिस्टोफोरेटी एक अंतरिक्ष यात्री, इंजीनियर, लड़ाकू पायलट - और एक टिकटॉक सनसनी है। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर उनकी जीवनी के अनुसार, यूरोपीय अंतरिक्ष एजेंसी की अंतरिक्ष यात्री साहसपूर्वक वहाँ जा रहे हैं जहाँ कोई टिकटॉकर पहले नहीं गया

उनका टिकटॉक फीड विज्ञान प्रयोगों से लेकर अंतरिक्ष जीवन की छोटी-छोटी बातों से भरा पड़ा है। वीडियो में अंतरिक्ष शौचालय का उपयोग करने, फ्लोटिंग 101 और अरोरा बोरेलिस में उड़ान भरना जैसे विषय शामिल है। अंतरिक्ष में कॉफी पीने के तरीके के बारे में एक क्लिप में एक फॉइल पाउच उनके पास तैरता है ग्राफिक रीडिंग के साथ कॉफी प्लीज स्क्रीन पर चमकता है और पीछे जोना निल्सन का गीत ''कॉफी ब्रेक'' बजता है। इस वीडियो में थोड़ा सा विज्ञान शामिल करते हुए वह दर्शाती है कि माइक्रोग्रैविटी में एक सामान्य कप काम क्यों नहीं करता और कैसे उनका ग्रेवी-बोट जैसा दिखने वाला मग कैपिलरी क्रिया का उपयोग करके तरल को उनके मुंह की ओर मार्गदर्शित करता है।

मैं कुछ नया करना चाहती थी और यह सुनिश्चित करना चाहती थी हम युवा दर्शकों तक पहुंचें। सभी मुझे बता रहे थे कि वे सभी *टिकटॉक पर* हैं, वह कहती हैं। ''मैंने सोचा, 'यह एक समस्या हो सकती है। मुझे तो डांस करना भी नहीं आता। मुझे नहीं पता कि अंतरिक्ष में नृत्य किया जा सकता हैं या नहीं।' लेकिन उन्होंने इसे आजमाया और उन्हें अंततः बहुत मज़ा आया।''

जहाँ अंतरिक्ष स्टेशन का काम चुनौतीपूर्ण था वहीं क्रिस्टोफोरेटी ने अंतरिक्ष कक्षा में जीवन को मज़ेदार बनाने के लिए अन्य तरीके अपनाएं। उनका पहला मिशन, जो सर्वोत्कृष्ट था कि इटालियन ने लवाज़ा के साथ मिलकर अंतरिक्ष में पहला एस्प्रेसो मैकर जिसे ISSpresso मशीन कहा जाता है, को लाने का अभियान शुरू किया। उन्होंने ड्रैगन कार्गो अंतरिक्ष यान पर इसके आगमन का जश्न मनाने के लिए स्टार ट्रेक: वोयाजर की यूनिफ़ॉर्म पहनी। एस्प्रेसो मैकर ने द्रव यांत्रिकी के अध्ययन के रूप में डबल ड्यूटी निभाई। और यूनिसेफ की एक पहल के अंतर्गत उन्होंने अंतरिक्ष स्टेशन कपोला से जॉन लेनन का क्लासिक गीत ''इमेजिन'' गाया, जो 2014 के नववर्ष की पूर्व संध्या पर जारी एक वीडियो में दुनिया भर के लोगों द्वारा दी गई अनेक प्रस्तुतियों में से एक था।

जब क्रिस्टोफोरेटी पृथ्वी पर होती है तो वे अपने साथी और दो बच्चों के साथ कोलोन में रहती है। उनकी शख्सियत से प्रभावित होकर बोटाइगर ने उन्हें अपने पहले और दूसरे मिशन के बीच कॉन एम राइन रोटरी क्लब में शामिल होने के लिए आमंत्रित किया। ''मैंने सोचा कि यह उन लोगों के साथ जुड़ने का एक बढ़िया स्थान है जो शायद उद्देश्यपूर्ण तरीके से जीवन जीना चाहते हैं,'' वह कहती हैं। और फिर कौन एक अंतरिक्ष यात्री के साथ भोजन नहीं करना चाहता? ''उनके साथ एक मेज़ पर बैठकर खाना-पीना वास्तव में प्रभावशाली है,'' बोटाईगर कहते हैं।

अंतरिक्ष से परे क्रिस्टोफोरेटी का काम उन्हें महासागर की गहराई (वह नासा के नीमो 23 चालक दल के कमांडर के रूप में नौ दिनों तक पृथ्वी की सतह से 19 मीटर नीचे रहीं) से लेकर नॉर्वेजियन फियॉर्डस तक, जहाँ उन्होंने चंद्रमा संबंधी भूविज्ञान का अध्ययन करने हेतु एक क्षेत्रीय अभियान में भाग लिया। यह किसी ऐसे दिन का अभ्यास था जब अंतरिक्ष यात्री फिर से चंद्रमा की सतह का अन्वेषण करेंगे।

महासागर की गहराई से लेकर बाहरी अंतरिक्ष तक हर जगह जाने के बाद क्रिस्टोफोरेटी का अगला कदम कहाँ होगा? वह इस सवाल पर विचार करती है। ''क्या मैं कभी न्यूजीलैंड जाऊंगी? मुझे नहीं पता। यह बहुत दूर है। इसमें बहुत समय और प्रयास लगेगा। जब मैं अंतरिक्ष स्टेशन पर थी तो मैं हर दिन न्यूजीलैंड के ऊपर से उड़ती थी। यह बहुत आसान था, है ना?'' वह कहती हैं। ''मैं बस खिड़की से बाहर देखती थी और एक तरह से मैं वहीं थी।''

''लेकिन साथ ही आप यह देखने के लिए उत्सुक होते हैं कि वो नीचे से कैसा दिखता है इसलिए बेशक मैं पेटागोनिया जाना चाहूँगी। मैं चिली के पहाड़ों पर जाना चाहूँगी, ये सभी स्थान अंतरिक्ष से आपके बहुत परिचित हो जाते हैं। मगर फिर भी जब आप पृथ्वी पर होते हैं तो वे बहुत दूर होते हैं।''

©Rotary

एक रोटेरियन ने
प्लास्टिक के कचरे से बनाया घर

रशीदा भगत

क्या आपको एंडी विलियम्स के एक पुराने गीत के बोल याद है जो 1960 के दशक की शुरुआत में बहुत लोकप्रिय था?

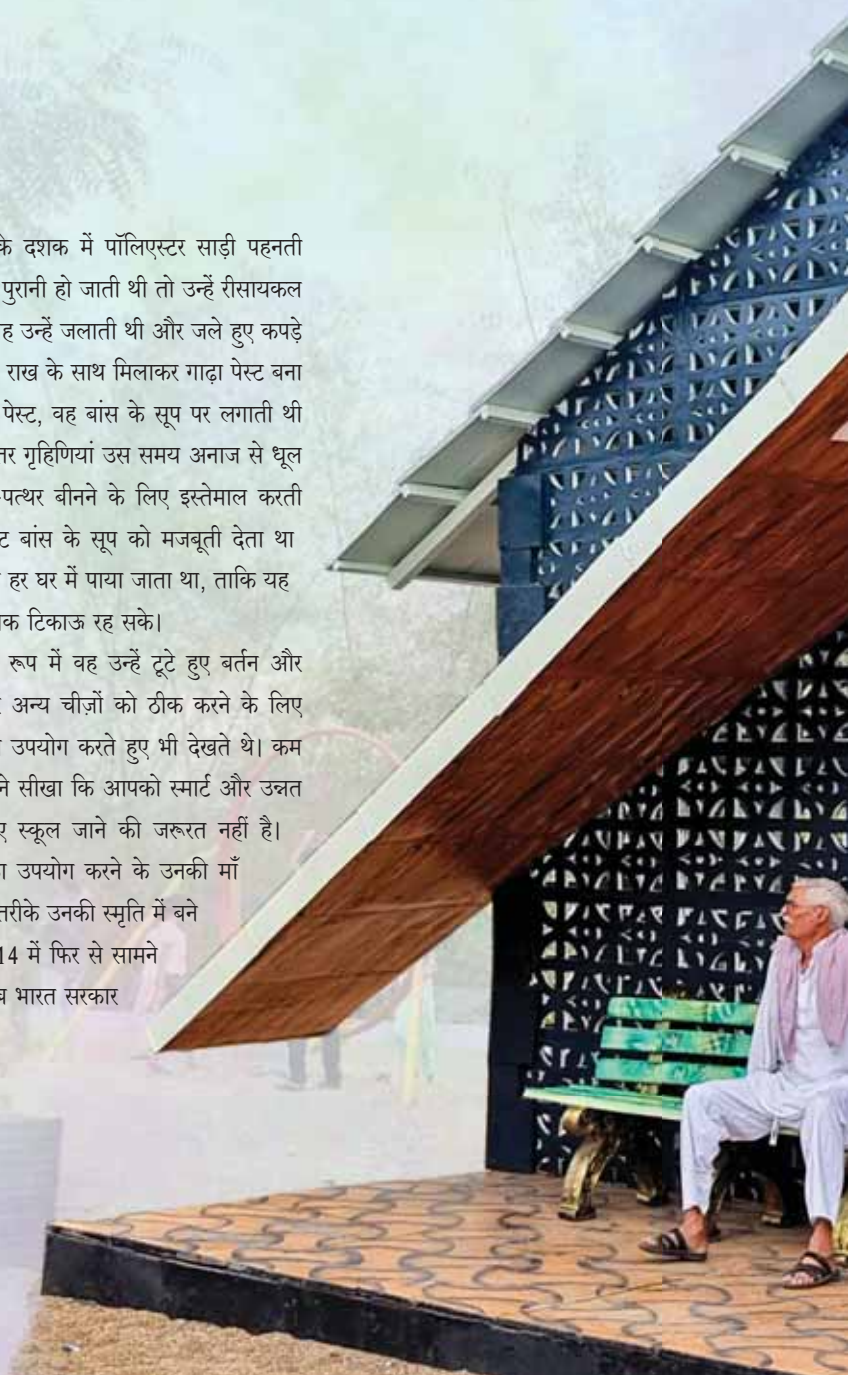
Number fifty-four
The house with the bamboo door
Bamboo roof and bamboo walls
They've even got a bamboo floor

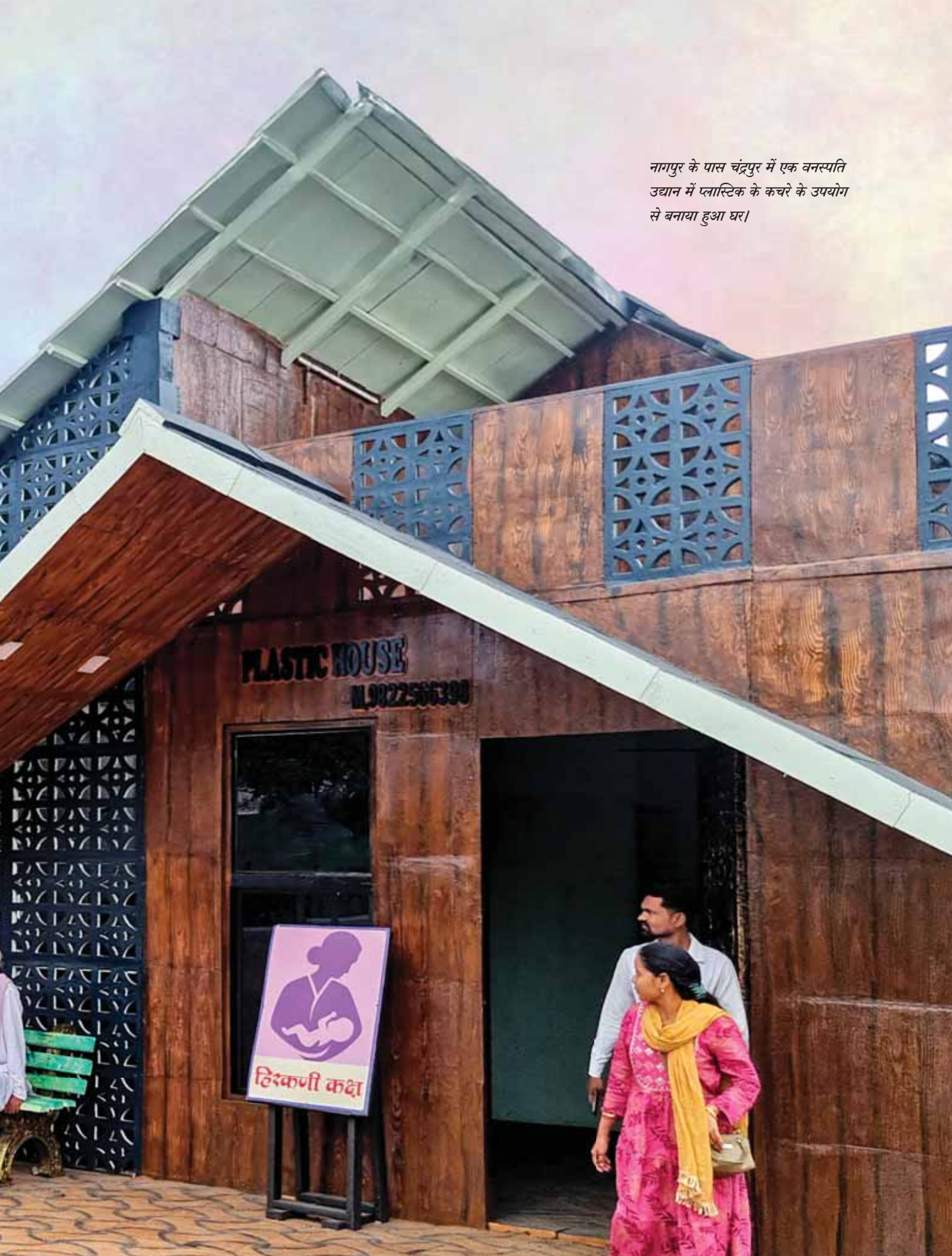
मुझे यह गीत तब याद आ गया जब रोटरी क्लब चंद्रपुर, रो ई मंडल 3030, के एक रोटेरियन डॉ बालमुकुंद पालीवाल का एक ई-मेल मुझे मिला, जिसमें बताया गया था कि कैसे उन्होंने सभी प्रकार के अपशिष्ट पदार्थों जैसे चिप्स के पैकेट, पुरानी शैम्पू की बोतलें, दवा के रैपर, दूध के पाउच, फटे पॉलिथीन बैग, डिब्बे इत्यादि से प्लास्टिक का दो मंजिला घर बनाया है। लगभग 13 टन एकल-उपयोग वाले प्लास्टिक कचरे का पुनर्चक्रण और पुनर्संसाधन करके, इस भावुक पर्यावरणविद् ने नागपुर से लगभग 180 किमी दूर चंद्रपुर में एक वनस्पति पार्क में स्थित एक सुंदर, मजबूत, पूर्व-निर्मित, जंग और दीमक-प्रूफ, आग प्रतिरोधी 625 वर्ग फुट प्लास्टिक का घर बनाया है।

अरे हाँ, फर्श की टाइलें, दीवारें, खिड़कियां, दरवाजे, शौचालय और बरामदा सभी एक विशेष प्रक्रिया का उपयोग करके प्रबलित और परिवर्तित प्लास्टिक कचरे से बने होते हैं। पहली मंजिल की बालकनी से, आप आसपास के बगीचे का अधिकांश दृश्य देख सकते हैं।

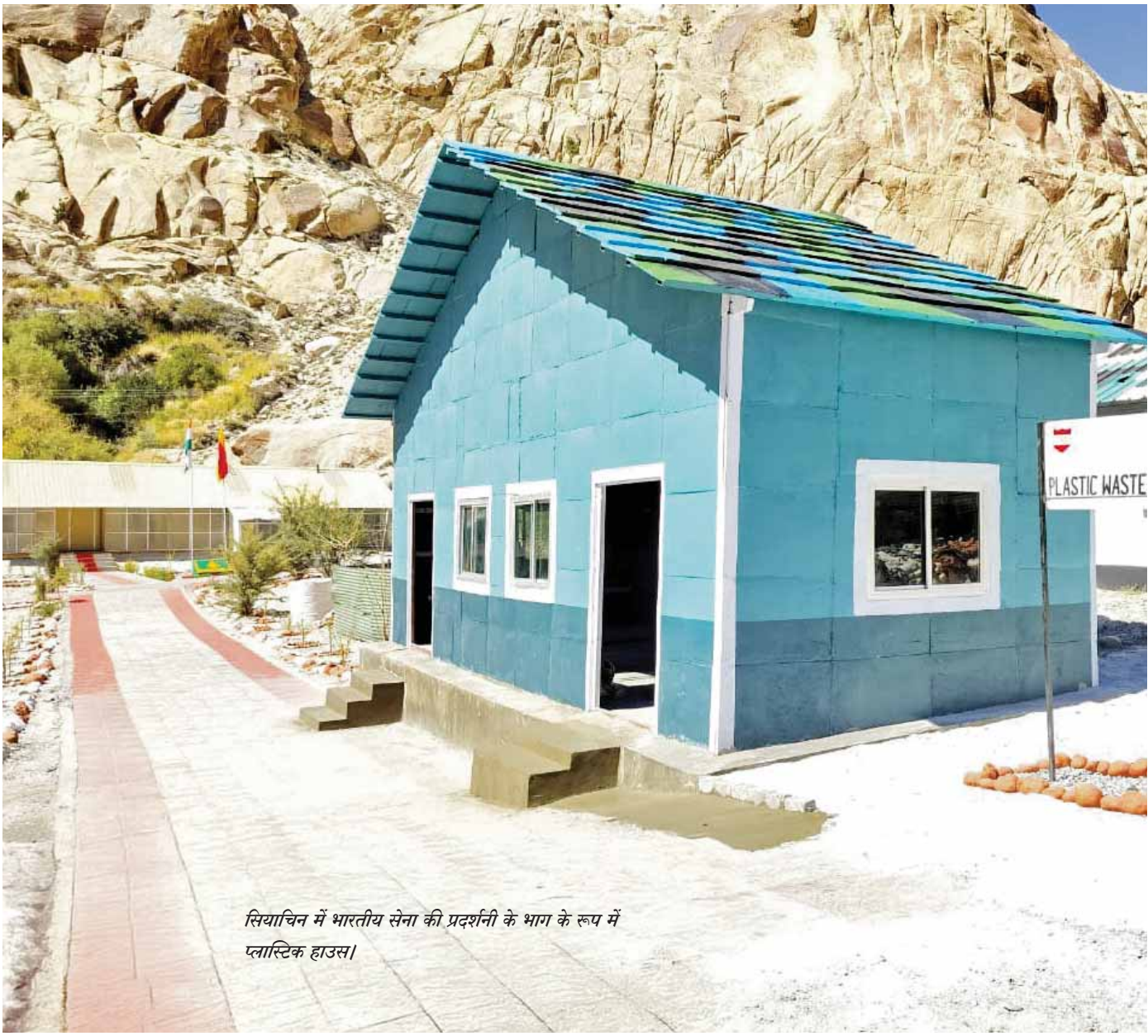
पेशे से एक एनेस्थेसियोलॉजिस्ट, वह बचपन में अपनी मां के प्लास्टिक कचरे का उपयोग करने के दिलचस्प और अभिनव तरीकों को देखकर बहुत प्रभावित होते थे। ''मैंने अपनी मां को देखा, जो 1960 के दशक में पॉलिएस्टर साड़ी पहनती थीं, जब वह पुरानी हो जाती थी तो उन्हें रीसायकल करती थी। वह उन्हें जलाती थी और जले हुए कपड़े को चूल्हे की राख के साथ मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बना लेती।'' यह पेस्ट, वह बांस के सूप पर लगाती थी जिसे ज्यादातर गृहिणियां उस समय अनाज से धूल और कंकड़-पत्थर बीनने के लिए इस्तेमाल करती थीं। यह पेस्ट बांस के सूप को मजबूती देता था जो उन दिनों हर घर में पाया जाता था, ताकि यह लंबे समय तक टिकाऊ रह सके।

बच्चे के रूप में वह उन्हें टूटे हुए बर्तन और धूपदान और अन्य चीज़ों को ठीक करने के लिए इस पेस्ट का उपयोग करते हुए भी देखते थे। कम उम्र में उन्होंने सीखा कि आपको स्मार्ट और उन्नत होने के लिए स्कूल जाने की जरूरत नहीं है। प्लास्टिक का उपयोग करने के उनकी माँ के अभिनव तरीके उनकी स्मृति में बने रहे और 2014 में फिर से सामने तब आए जब भारत सरकार





नागपुर के पास चंद्रपुर में एक वनस्पति उद्यान में प्लास्टिक के कचरे के उपयोग से बनाया हुआ घर।



सियाचिन में भारतीय सेना की प्रदर्शनी के भाग के रूप में प्लास्टिक हाउस।

प्लास्टिक के कचरे से बना फूलदान।

फर्श, दीवारें, छत और दरवाज़ा - सभी प्लास्टिक के कचरे से बने हैं।

ने *स्वच्छ भारत अभियान* शुरू किया। जैसे-जैसे वह बड़े हो रहे थे, वह हमेशा कचरे की भारी मात्रा से परेशान रहते थे जो लैंडफिल में डाला जा रहा था, और प्लास्टिक की थैलियां समुद्री जीवन को नष्ट कर रही थी, और जमीन पर जानवरों का दम घोट रही थी।

वर्षों से, जब जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में सोचा गया और शुरू किया गया, तब जिला परिषद ने उनसे सरकारी आवास योजना - *प्रधानमंत्री आवास योजना* - की शुरुआत में संपर्क किया।

रोटरी न्यूज़ को दिए एक साक्षात्कार में, 68 वर्षीय डॉ पालीवाल ने खुलासा किया कि हालांकि वह 22 वर्षों से प्लास्टिक कचरे के पुनर्चक्रण और पुन: उपयोग में रुचि रखते हैं, और किसी न किसी रूप में इसके साथ प्रयोग कर रहे हैं, उन्होंने लगभग आठ साल पहले प्लास्टिक कचरे को एक टिकाऊ और उपयोग करने योग्य आवासीय संरचना में बदलने के विचार के साथ गंभीरता से काम करना शुरू किया था।

वर्षों से, जब वह अपने दिमाग में विचारों पर मंथन करते रहे कि हमारे घरों में उत्पन्न होने वाले प्लास्टिक कचरे के पहाड़ों का क्या किया जाए, तो वह विभिन्न विचारों के साथ आगे आए... प्लास्टिक कचरे को बेंच, पौधे उगाने के कंटेनर, फूलों के गमले में बदलने पर। ''मैंने एक टीम बनाई और नगरपालिका के लिए, बगीचे के लिए, पुलिसकर्मियों आदि के उपयोग के लिए 1,000 से अधिक बेंच बनाए।''

इसके बाद, उन्होंने सोचा कि क्यों न टनों से पड़े प्लास्टिक कचरे को घर बनाने के लिए टिकाऊ सामग्री में परिवर्तित किया जाए। डिजाइन तत्व के बारे में पूछे जाने पर, वह कहते हैं कि संतोष जाधव नामक एक स्थानीय कलाकार/शिल्पकार एक बहुत अच्छे मूर्तिकार हैं और प्लास्टर ऑफ पेरिस का उपयोग करके विभिन्न प्रकार की मूर्तियां बनाया करते थे, लेकिन कोविड के दौरान उनके ऑर्डर में गिरावट आ गई। उसी समय वह पालीवाल की टीम में शामिल हुए, जिसमें आठ लोग प्लास्टिक कचरे के विशाल ढेर को सामग्री में परिवर्तित करने के विभिन्न घटकों पर काम कर रहे थे जिनका उपयोग घर बनाने के लिए किया जा सकता है।

यह पूछे जाने पर कि उन्होंने निर्माण सामग्री के रूप में प्लास्टिक कचरे का उपयोग करने के विचार को कैसे चुना, पालीवाल कहते हैं कि लंबे समय से वह इस बारे में सोच रहे थे कि घरों, कार्यालयों आदि के लिए बुनियादी निर्माण सामग्री के रूप में कंक्रीट की जगह क्या चीज़ ले सकती है। ''अब संतोष एक वास्तुकार तो नहीं है लेकिन वह एक बहुत अच्छे शिल्पकार है और कोविद के दौरान, जब उनके पास काम नहीं था, वह मेरे साथ शामिल हो गए और अब पूरा काम संभालते हैं।''

प्लास्टिक कचरे को सुंदर निर्माण सामग्री में बदलने की प्रक्रिया पर वह कहते हैं, पहले हम प्लास्टिक कचरे को प्राप्त करते हैं, फिर उसे धोते हैं, मशीनों का उपयोग करके इसे छोटे टुकड़ों में काटते हैं, और उसके बाद इसे पिघलने वाली मशीन में पिघलाते हैं। एक बार यह हो जाने के बाद सामग्री अर्ध ठोस हो जाती है और जैसे आप *कुम्हार की मिट्टी* को मनचाहा आकार दे सकते है, उसी प्रकार आप इस सामग्री को भी कोई भी आकार दे सकते हैं... इस पर काम करने वाला कारीगर इसे या तो दीया बना सकता है या मूर्ति बना सकता है... जैसा सांचा वैसे आकार।

ऊपर और नीचे: सियाचिन में निर्माणाधीन घर। यह मकान पहले से तैयार किया गया था, जिसे सियाचिन ले जाया गया और वहाँ पालीवाल की टीम द्वारा इसे जोडा गया।

एक कूड़ेदान, वृक्ष रक्षक, तथा फेंके गए प्लास्टिक और अन्य अपशिष्ट पदार्थों से बना एक सजावटी उपकरण।

एक पुलिस अधिकारी एक प्लास्टिक ब्लॉक का निरीक्षण करते हुए।

उनके पास 15 लोगों की एक टीम है, जिनमें वे लोग भी शामिल हैं जो प्लास्टिक अपशिष्ट सामग्री को इकट्ठा करते हैं जिसे बाहर फेंक दिया जाता है। उत्साह के साथ वह कहते हैं: ''अब मेरे रोटरी क्लब के सभी सदस्य अपने द्वारा उत्पन्न प्लास्टिक कचरे को मेरे पास भेजते हैं, क्योंकि वे जानते हैं कि इसका अच्छा उपयोग किया जाएगा।''

एक बार जब उन्हें पता चला कि संसाधित प्लास्टिक सामग्री मजबूत और टिकाऊ दोनों है, तो इसके साथ घर बनाने के अपने विचार का विस्तार करना आसान था। यह पूछे जाने पर कि उन्हें अपने पेशे से समय कैसे मिलता है - वह शहर में अपना नर्सिंग होम चलाते हैं - वह मुस्कुराते हुए कहते हैं, ''मैं एक पूर्णकालिक एनेस्थेसियोलॉजिस्ट हूं, लेकिन मेरी टीम के पास पूर्ण अधिकार है और संतोष जाधव के नेतृत्व में वे यह काम करते हैं।''

अपने आदमी जाधव की प्रशंसा करते हुए, वह कहते हैं कि ''जाधव के पास जबरदस्त ज्ञान है, और वह नवाचार एवं कई प्रकार की मशीनों का संचालन कर सकते है। उसका ज्ञान व्यावहारिक और उपयोगी है; यह डिग्री के साथ नहीं आता है। वह इंजीनियर नहीं है, लेकिन मेरे जितने अच्छे इंजीनियरों को जानता है, उनसे कहीं बेहतर है। उसे मुझसे मिलाने के लिए मैं कोविड महामारी को धन्यवाद दूंगा; क्योंकि कोविड के बिना मैं जाधव से नहीं मिलता!''

मेरे इस निरंतर सवाल पर कि प्लास्टिक से बना घर टिकाऊ कैसे हो सकता है, क्योंकि यह पूर्व-निर्मित और पोर्टेबल दोनों होता है, पालीवाल बताते हैं कि नींव सीमेंट, स्टील और कंक्रीट से बनाई जाती है लेकिन फ्रेम स्टील की बनी होती है, जो दीवारों में भी जाती है। कुल मिलाकर घर में करीब 2.5 टन स्टील का इस्तेमाल किया गया था, जिसे पूरा करने में करीब ₹8-9 लाख का खर्च आया था। लेकिन ईंटों का इस्तेमाल नहीं किया गया है। ''हमने प्लास्टिक से एक शौचालय भी बनाया है, और यह सभी आवश्यक फिटिंग के साथ परिपूर्ण है। यह घर भूकंप या चक्रवात से भी सुरक्षित है, और इसमें कोई थर्मल या इलेक्ट्रिकल संवाहन नहीं है। इसका मतलब यह है कि बाहर का तापमान कितना भी अधिक या कम क्यों न हो, यह घर बहुत गर्म या ठंडा नहीं होगा... मूल रूप से आंतरिक तापमान बना रहता है, इसलिए बिजली का उपयोग कम होता है।''

इस तरह अन्य पर्यावरणीय आपदा, विद्युत ऊर्जा का अत्यधिक उपयोग भी कम हो जाता है।

वह आगे कहते हैं कि रसोई भी सुरक्षित है, क्योंकि इस प्लास्टिक सामग्री को पिघलाने के लिए 250 डिग्री सेल्सियस का उच्च तापमान लगता है।

अभी, चंद्रपुर में यह मॉडल हाउस बॉटनिकल गार्डन में रखा गया है और आगंतुकों के लिए खुला है। ''इस प्लास्टिक हाउस ने बहुत रुचि पैदा की है, वह हंसते हुए कहते हैं, लोग वास्तव में आश्चर्यचकित और उत्सुक हैं, कई स्कूली बच्चे इसे देखते हैं और इसकी स्थिरता पर बहुत सारे सवाल पूछते हैं।''

इस महत्वपूर्ण सवाल पर कि क्या जिला परिषद, जिसने उन्हें यह घर बनाने के लिए कहा था, इस योजना को आगे ले जाएगी, और इस मॉडल को दोहराएगी, वह कहते हैं, ''सरकारी अधिकारियों के साथ बातचीत चल रही है, लेकिन सरकार के साथ कुछ भी करने के लिए लंबा समय लगता है!''

लेकिन इस बीच, वह अडिग बने हुए है। उन्होंने सियाचिन में पहले ही एक प्लास्टिक हाउस बना दिया है; अवसर था भारतीय सेना की प्रदर्शनी और भारत की राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने भी इसका दौरा किया, ''इसे बहुत दिलचस्प पाया और इसके बारे में कई सवाल पूछे।''

यह घर 15 फीट गुणा 12 फीट आकार का है, इसे पहले से बनाया गया था, और पहले इसे चंडीगढ़ भेजा गया, जहां से इसे सियाचिन ले जाया गया था। ''मेरी टीम के सदस्य इसके साथ गए और 15 दिनों तक वे इसे खड़ा करने के लिए साईट पर रहे।''

तो इसकी लागत कितनी थी और इस घर का भुगतान किसने किया, मैंने उनसे पूछा। डॉक्टर मुस्कुराते है और कहते है, ''अब यह मत पूछिए कि पैसा कितना लगा और कहां से आया। ईश्वर ने मुझे बहुत कुछ दिया है और देता रहेगा। और वैसे भी, हाल ही में उद्योगपति रतन टाटा का निधन हो गया... वह अपने साथ क्या ले गया? मेरा मानना है कि जितना अधिक आप दूसरों को देते हैं, उतना ही भगवान आपको देता है।''

वह कहते हैं कि प्लास्टिक कचरे के अलावा, वह इलेक्ट्रॉनिक कचरे, पुराने कपड़े जैसे अन्य अपशिष्ट को भी निर्माण सामग्री में परिवर्तित करते हैं; ''हमारे शहर में जो भी कचरा उत्पन्न होता है, वह हमारे शहर में ही रहता है और उसका अच्छा उपयोग किया जाता है।''

यह पूछे जाने पर कि क्या उनके क्लब के रोटेरियनों ने किसी भी परियोजना के लिए इस तरह के घर के निर्माण में कोई रुचि व्यक्त की है, वह कहते हैं: ''ओह हाँ, वे काफी उत्साहित हैं और इसके बारे में बात कर रहे हैं, कह रहे हैं कि चलो ऐसा एक और घर बनाते हैं। हमारे मंडल गवर्नर, जिन्होंने हाल ही में चंद्रपुर का दौरा किया था, ने घर देखा और इसकी सराहना की।''

वह कहते हैं कि पुलिस और अन्य लोगों के लिए बेंच बनाने के अलावा, उन्होंने और उनकी टीम ने प्लास्टिक कचरे से पुलिस बैरिकेड भी बनाए हैं, वे परिवहन में हल्के हैं, धातु की तुलना में अधिक टिकाऊ हैं और उपयोग करने में अधिक सुविधाजनक हैं।

एक बात है जो आपको अक्सर सुनाने को नहीं मिलेगी... ''कई लोग प्लास्टिक को कोसते हैं और कहते हैं कि यह हमारी दुनिया को नष्ट करने के लिए जिम्मेदार है। लेकिन अगर हम अपनी कल्पना का उपयोग करे और उस कचरे को इकट्ठा करने और उपयोगी सामग्री में बदलने के लिए थोड़ी परेशानी उठाकर इसे अच्छे और रचनात्मक उपयोग में लगाये, तो प्लास्टिक एक वरदान बन सकता है। मैं कहूंगा कि प्लास्टिक सबसे अच्छा और सबसे अद्भुत उपहार है जो इस दुनिया को एक सदी में मिला है। अगर हम इसे मौका देते हैं, तो यह हमारे जीवन को बदल सकता है!''

तो क्या एक दिन वह प्लास्टिक कचरे से अपना खुद का घर बनायेंगे?

''बेशक; ज़रूर बनायेंगे!,'' वह मुस्कराते हुए कहते हैं।

एन कृष्णमूर्ति द्वारा रूपरेखा

एक झलक

टीम रोटरी न्यूज़

सर्वाइकल कैंसर रोकथाम की पहल

क्लब के सदस्य बीडी अग्रवाल से ₹75 लाख के दान से समर्थित, रोटरी क्लब बेलूर, रो ई मंडल 3291, का उद्देश्य गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर के खिलाफ 5,000 लड़कियों का टीकाकरण करना है। आठ स्कूलों में जागरूकता अभियान 2,300 से अधिक माता-पिता एवं शिक्षकों तक पहुंच गया है, जिसमें टीकाकरण शिविर पहले ही हावड़ा के स्वाइका गर्ल्स हाई स्कूल में 156 लड़कियों का टीकाकरण कर रहे हैं।

एक डॉक्टर एक लड़की को टीका लगाते हुए।

कौशल विकास केंद्र

आरआईडीई के पी नागेश ने पंजाब के फतेहगढ़ साहिब जिले में मेहर बाबा चैरिटेबल ट्रस्ट में BOSCH इंडिया के साथ साझेदारी में रोटरी कल्ब चंडीगढ़, रो ई मंडल 3080, द्वारा स्थापित रोटरी बॉश कौशल प्रशिक्षण केंद्र का उद्घाटन किया। केंद्र का उद्देश्य उन्नत कौशल विकास के माध्यम से वंचित समुदायों को सशक्त बनाना है।

आरआईडीई के पी नागेश, पीडीजी जीतेंद्र अनेजा (रो ई मंडल 3192) और पीडीजी पिंकी पटेल (रो ई मंडल 3060) के साथ कौशल प्रशिक्षण केंद्र में काम करते एक लाभार्थी को देखते हुए।

एक आवास परियोजना

रोटरी क्लब एलेप्पी, रो ई मंडल 3211, ने रोटरी विलेज परियोजना के साथ अपनी प्लैटिनम जुबली मनाई, जिसमें वंचित परिवारों को घर उपलब्ध कराए गए। सात नियोजित घरों में से तीन, जो पूरी तरह से सदस्यों के योगदान और सी एस आर के माध्यम से वित्त पोषित थे, पीआरआईडी महेश कोटबागी द्वारा लाभार्थियों को सौंप दिए गए।

पीआरआईडी महेश कोटबागी एक लाभार्थी परिवार को चाबी सौंपते हुए। डीजी सुधि जब्बार भी चित्र में शामिल हैं।

मासिक धर्म स्वच्छता पहल

मासिक धर्म स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए रोटरी क्लब पुणे सेंट्रल, रो ई मंडल 3131, और जगन्नाथ राठी जगत क्लिनिक चैरिटी ट्रस्ट, पुणे की एक पहल सस्ते सैनिटरी नैपकिन प्रदान करती है, जिससे 31 स्कूलों में 6,500 लड़कियों लाभान्वित होती है और इन नैपकिन के उत्पादन और वितरण में महिलाओं के लिए आर्थिक अवसर पैदा करते हुए सालाना 2 लाख नैपकिन वितरित किए जाते हैं।

परियोजना के उद्घाटन के दौरान क्लब के पूर्व अध्यक्ष मधुसूदन राठी के साथ पीडीजी प्रशांत देशमुख (बाँए)।

एन्ड पोलियो रिले रेस
आखिरी लैप
एन्ड पोलियो रेस में
एंकर बनें
साथ मिलकर,
हम फिनिश लाइन
पार करेंगे और
इतिहास बनाएंगे।
ANCHOR
Relay Race
FINISH
FINISH
FINISH
FINISH
FINISH
आपका समर्थन और दान हमें पोलियो मुक्त दुनिया के एक कदम करीब ले जाएगा
With Gratitude, PDG Dr. E.K.Sagadhevan, Rotary Erode Central RID 3203, Zone 5
Recipient of the International Service Award for a Polio-Free World

ADVT.

जब सपने उड़ान भरते हैं

जयश्री

यह 40 घरेलू और वाणिज्यिक सहायकों के लिए एक अविस्मरणीय दिन था क्योंकि वे अपने जीवन में पहली बार एक विमान में सवार हुए थे, इस सपने को सच कर दिखाने का श्रेय रोटरी क्लब ऑफ ग्रेटर तेज़पुर, रो ई मंडल 3040 को जाता है। तेज़पुर के हलचल भरे हवाई अड्डे पर कदम रखते ही उनके उत्साह को स्पष्ट रूप से देखा जा सकता था। ये सभी हमारे क्लब के सदस्यों द्वारा हमारे घरों/कार्यालयों में नियुक्त सहायक हैं। वे सभी हवाई अड्डे पर जाते समय अचंभित थे और जब उन्होंने विमान को टरमैक पर देखा तो वे पूरी तरह से अवाक रह गए, क्लब अध्यक्ष जयंत टिबरेवला कहते है।

एक सामान्य बातचीत के दौरान क्लब के सदस्यों को इस असाधारण अनुभव का विचार आया। एक शाम जब हम अपनी यात्राओं के बारे में बात कर रहे थे तो हमें एहसास हुआ कि कुछ लोग तो कभी अपने गृहनगर से बाहर ही नहीं गए, कभी ट्रेन में ही सवार नहीं हुए, हवाई जहाज तो बहुत दूर की बात है, वह कहते है। इसने स्वप्नोर उड़ान (सपनों की उड़ान) की कल्पना को जन्म दिया - एक ऐसी परियोजना जिसका उद्देश्य इन अभिलषित व्यक्तियों को जीवन भर याद रहने वाला एक उपहार देना था।

जब भी कोई हवाई जहाज ऊपर से गुजरता तो मैं और मेरे बच्चे विस्मित होकर उसे देखने के लिए बाहर भागते और सोचते कि काश कभी हम भी वहाँ जा पाते। जब जयंत साहब ने हमें बताया कि हम वास्तव में एक हवाई जहाज पर जा रहे है तो मैं इतना रोमांचित था कि मैं रात भर सो नहीं सका, लाभार्थियों में से एक पार्थ मोहांटी कहते हैं।

टिबरेवाला दो रोटरेक्टरों विनीत बोथरा और राहुल के साथ एयर इंडिया अलायंस में तेज़पुर से लखीमपुर की 90 मिनट की उड़ान में इन उत्साहित यात्रियों के साथ थे। टिबरेवाला कहते हैं, रखरखाव के लिए हवाई अड्डे के पांच साल तक बंद होने से पहले तेज़पुर से यह आखिरी उड़ान थी। लखीमपुर में पर्यटकों ने गांधी पार्क में आयोजित खेलों में हिस्सा लिया और क्लब द्वारा व्यवस्थित एक बस में गणपति मंदिर का दौरा किया। इसके बाद उन्हें दोपहर का पारंपरिक असमी भोजन परोसा गया और उसके बाद उन्हें सड़क मार्ग से तेज़पुर वापस लाया गया।

दिल को छू लेने वाले इस अनुभव की सफलता में तेज़पुर हवाई अड्डे के अधिकारियों का भी समर्थन था।

रोटरी क्लब ग्रेटर तेज़पुर में क्लब को जीवंत और दिलचस्प बनाए रखने के लिए काफी मजेदार तत्व शामिल हैं। हाल ही में

रोटरी क्लब ग्रेटर तेज़पुर के अध्यक्ष जयंत टिबरेवाला (दाएं से तीसरे) और घरेलू और वाणिज्यिक सहायकों के साथ रोटरेक्टर्स, उड़ान भरने के लिए पूरी तरह तैयार

क्लब के सदस्यों के जीवनसाथियों ने शहर में एनेट्स और अन्य बच्चों के लिए चार दिवसीय मनोरंजन शिविर आयोजित किया। इस शिविर में योग, कहानी सुनाना, हुलाहूपिंग, अग्नि रहित कुकिंग और व्यक्तित्व विकास सत्र जैसी समृद्ध गतिविधियाँ शामिल थी।

अंतिम दिन, युवा प्रतिभागियों ने एक विशेष अनुभव - एक स्थानीय डोमिनोज़ पिज्ज़ा आउटलेट का एक व्यावहारिक दौरा करने का आनंद लिया। वे अपने स्वयं के पिज्ज़ा बनाकर और उसे खाकर प्रसन्न थे और साथ ही उन्होंने नाश्ते और ताजा जूस का भी आनंद लिया। क्लब के अध्यक्ष मुस्कुराते हुए कहते हैं, ''बच्चों को इतना आनंद लेते हुए देखकर हमारा शिविर सफल हो गया।''

क्लब ने शहरवासियों के लिए सुरक्षित पेयजल सुनिश्चित करने के लिए जल बूथ भी स्थापित किए। ₹45,000 की लागत की इसकी हालिया स्थापना अब प्रतिदिन लगभग 200 लोगों के लिए जीवन रक्षक साबित हो रही है।■

विशेष स्कूलों में कौशल विकास केंद्र

टीम रोटरी न्यूज़

रोटरी क्लब बॉम्बे क्वीन सिटी, रो ई मंडल 3141, ने उमंग चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा प्रबंधित विशेष बच्चों के लिए तीन स्कूलों में व्यावसायिक कौशल विकास केंद्र स्थापित किए। कांदिवली, भायंदर और वसई में स्थित स्कूल 132 बच्चों का ख्याल रखते हैं। क्लब ने कंप्यूटर संचालन, बेकरी, आर्ट एंड क्राफ्ट में प्रशिक्षण कार्यक्रम शुरू किए हैं और बच्चों को बेहतर प्रशिक्षण अवसर प्राप्त करने में मदद करने के लिए स्कूलों को रोटरी-बॉश कौशल विकास केंद्रों से भी जोड़ा है। डीजी चेतन देसाई ने ₹12 लाख लगत वाली इस परियोजना का उद्घाटन किया।■

उमंग स्कूलों में से एक में कौशल विकास केंद्र के उद्घाटन के अवसर पर डी जी चेतन देसाई (बाएं से चौथे)।

नागपुर में विशेष बच्चों के लिए आवासीय सुविधा में व्यावसायिक केंद्र में रो ई निदेशक अनिरुद्धा रॉयचौधरी और डीजी राजिंदर सिंह खुराना के साथ RIPE मारियो डे कमार्गो। बाईं ओर रोटरी क्लब नागपुर नार्थ की अध्यक्ष मनीषा मंघानी भी चित्र में शामिल हैं।

Rotary PEOPLE OF ACTION

नागपुर के रोटेरियनों द्वारा विशेष रूप से सक्षम लोगों को सौगात

रशीदा भगत

अपनी हालिया भारत यात्रा के दौरान रो ई के नवनिर्वाचित अध्यक्ष मारियो डी कैमारगो ने रोटरी क्लब नागपुर नॉर्थ, रो ई मंडल 3030 द्वारा नागपुर में विशेष बच्चों और वयस्कों के लिए स्थापित किए गए एक आवासीय सुविधा में एक व्यावसायिक केंद्र का उद्घाटन किया। इस व्यावसायिक केंद्र की लागत ₹4 लाख से अधिक थी।

क्लब की अध्यक्ष मनीषा मंघानी ने कहा कि क्लब नागपुर में विशेष बच्चों और वयस्कों के लिए एक आवासीय सुविधा चलाने वाले गैर सरकारी संगठन सर्वांगीण अपंग विकास बहुउद्देशीय कल्याणकारी शिक्षण संस्था के साथ काम कर रहा है। ''पिछले साल वे एक नई इमारत में शिफ्ट हो गए जो इस एनजीओ के संचालक के स्वामित्व वाली जमीन पर बनी है। लेकिन लड़कियों और लड़कों के रहने की जगह बहुत तंग और असुविधाजनक थी इसलिए उन्होंने हमें दो आवासीय मंजिलें बनाने के लिए कहा - एक लड़कियों के लिए और दूसरी लड़कों के लिए,'' उन्होंने कहा। यह पिछले साल किया गया था; इस साल व्यावसायिक केंद्र का निर्माण किया गया।

क्लब ने इंफ्रा क्षेत्र में काम करने वाले कॉर्पोरेट एसएसएफएम से ₹3 लाख की सीएसआर निधि प्राप्त की, जिसके कार्यकारी निदेशक दीपेश भारतीय अब

नशा विरोधी अभियान के लिए गणेश पूजा मंडल में रोटरेक्टर्स के साथ क्लब अध्यक्ष मनीषा।

क्लब के पूर्व अध्यक्ष पूजा और जगदीश खत्री जयपुर फुट परियोजना में सेरेब्रल पाल्सी से पीड़ित बच्चों के साथ।

इस क्लब के नए सदस्य हैं। शेष ₹1 लाख क्लब के सदस्यों द्वारा जुटाए गए, साथ ही रेफ्रिजरेटर, रसोई उपकरण और अन्य आवश्यक उपयोगी वस्तुएं प्रदान की गई। ''उन्होंने हमसे वहाँ रहने वाले 15-40 आयु वर्ग के रहवासियों के लिए एक डाइनिंग एरिया बनाने की इच्छा व्यक्त की तो हमने वो भी बना दिया,'' वह आगे कहती हैं।

नागपुर में वर्ष 2002 से गुलाब दुल्लारवार द्वारा संचालित एक गैर सरकारी संगठन ने *जीवनधारा* नामक परियोजना के अंतर्गत लगभग 100 विशेष लोगों - बच्चों और वयस्कों - के लिए यह कार्यक्रम संचालित किया। इनमें लगभग 70 निवासी हैं - जिनके लिए इस क्लब ने आरामदायक आवासीय स्थान निर्मित किया और बाकी के 30 दिवाछात्र हैं। यह गैर सरकारी संगठन इस क्लब के साथ लंबे समय से संबंधित है और जब भी इसे किसी भी तरह की मदद या अतिरिक्त सुविधाओं या उपकरणों की आवश्यकता होती है तो यह रोटरी क्लब नागपुर नॉर्थ से संपर्क करता है और इसके सदस्य स्वेच्छा से इसकी हर आवश्यकता को पूरा करते हैं।

जयपुर फुट

मनीषा ने आगे कहा कि क्लब जयपुर फुट प्रदान करने में भी बड़ी गहनता से लगा हुआ है और यह पिछले कुछ वर्षों से निरंतर चलने वाली परियोजना है। अब इसका वास्तव में विस्तार हो गया है और अब यह एक मंडल स्तरीय परियोजना बन चुकी है। शुरू में क्लब हर वर्ष लगभग 100 से 110 जयपुर लिम्ब्स प्रदान करता था, ''लेकिन इस साल हम इसे पूरे मंडल में करने जा रहे हैं और हमारा लक्ष्य 1,000 का है। यह संभव है क्योंकि हम जयपुर में भगवान महावीर विकलांग सहायता समिति के साथ साझेदारी में काम कर रहे हैं, जो जयपुर फुट कार्यक्रम चलाती है।''

नशे की लत पर जागरूकता

क्लब नशे की लत और उसके खतरों के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए एक महत्वपूर्ण परियोजना में भी शामिल है। ''दरअसल, पुलिस आयुक्त ने इस मुद्दे पर हमारी मदद मांगी थी क्योंकि स्कूलों एवं कॉलेजों के युवाओं में नशे की लत एक बढ़ती हुई समस्या है। इसलिए हमने गणेश पूजा उत्सव के दौरान एक बड़ा अभियान चलाया,'' मनीषा ने कहा।

नागपुर में गणेश चतुर्थी के दौरान 1,000 से अधिक गणेश मंडल होते हैं और अन्य मंडल क्लब सदस्यों और रोटारेकटरों को अपने साथ जुड़ने के लिए आमंत्रित करते हुए रोटेरियनों ने यथासंभव मंडलों का दौरा किया, पोस्टर लगाए, वीडियो चलाए और नशे की लत से जुड़े खतरों के बारे में बात की। पुलिस कमिश्नर के साथ एक लाइव पॉडकास्ट भी किया गया। ■

रो ई मंडल 3030

रोटरी क्लब चोपड़ा

तीन अन्य संस्थाओं के साथ संयुक्त रूप से आयोजित रोजगार मेला में शीर्ष कंपनियों द्वारा लगभग 400 युवाओं को नौकरी की पेशकश की गई। प्रोफेसर अरुणभाई गुजराती ने विकास को आगे बढ़ाने में रोजगार की परिवर्तनकारी शक्ति पर बात की।

Rotary PEOPLE OF ACTION

मंडल गतिविधियाँ

रो ई मंडल 3060

रोटरी क्लब नवसारी

लगभग 60 गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को नवजात शिशुओं के लिए पौष्टिक भोजन किटें और कपड़े दिए गए। डॉक्टरों ने उन्हें अच्छा आहार लेने और बच्चों को सही तरीके से दूध पिलाने की सलाह भी दी।

रो ई मंडल 3090

रोटरी क्लब हिसार

क्लब के अध्यक्ष मोहित गुप्ता ने एक वृक्षारोपण अभियान का नेतृत्व किया जिसमें जिंदल इंस्टीट्यूट ऑफ इंटीग्रेटेड मेडिसिन एंड गार्लिक सेंटर, हिसार, में 100 पौधे लगाए गए। इसने पर्यावरण की रक्षा के लिए जागरूकता पैदा की।

रो ई मंडल 3110

रोटरी क्लब कानपुर

रोटरेकटरों, खुशी फाउंडेशन और दो अन्य संस्थाओं के साथ साझेदारी में, उमराव अस्पताल के बगल में एक स्थानीय पेट्रोल पंप पर 150 से अधिक भक्तों को हर रोज 10 प्रति प्लेट की दर से भोजन परोसा जाता है।

रो ई मंडल 3040

रोटरी क्लब इंदौर सेंट्रल

सी एस आर परियोजना के अंतर्गत सरकारी हाई स्कूल, दौलताबाद, को 50 इंच का स्मार्ट टीवी दान किया गया। परोयोजना समन्वयक कमलेश व्यास ने स्टाफ को टीवी को सॉफ्टवेयर से ऑपरेट करने का प्रशिक्षण दिया।

रो ई मंडल 3120

रोटरी क्लब बलरामपुर ग्रेटर

ग्रामीण महिलाओं को पढ़ने और लिखने में सक्षम बनाने के लिए एक वयस्क शिक्षा कार्यक्रम शुरू किया गया। लंबे समय में, यह कौशल विकास के माध्यम से उनके लिए एक स्थायी आजीविका का निर्माण करेगा।

रो ई मंडल 3131

रोटरी क्लब चिंचवाड़ पुणे

जलदींडी प्रतिष्ठान, अभिव्यसि फाउंडेशन, साइंस पार्क और नगरपालिका के सहयोग से आयोजित तीन दिवसीय राज्य स्तरीय निबंध लेखन और रचनात्मक सोच प्रतियोगिता में 63 स्कूलों के 16,000 से अधिक छात्रों (कक्षा 8-10) ने भाग लिया। विजेताओं को पुरस्कार दिए गए।

मदुरई के रोटेरियन बने युवाओं की प्रेरणा

जयश्री

2002 से 22 वर्षों से, मदुरई में रोटरी कम्युनिटी कॉर्प्स (आरसीसी) तिरुमालपुरम ग्रामीण युवाओं को राज्य सरकार की लोक सेवा आयोग परीक्षाओं को सफलतापूर्वक पास करने के लिए प्रशिक्षित कर रहा है। ''400 से अधिक युवा, जिन्होंने यहां कोचिंग की, सरकारी नौकरी प्राप्त कर चुके हैं। हमारे पास ऊटी और तिरुपुर तक के छात्र कोचिंग करने आए हैं,'' आरसीसी अध्यक्ष अरुमुगम कहते हैं। आरसीसी, शुरू में रोटरी कल्ब मदुरई मेट्रो द्वारा प्रायोजित था, लेकिन अब रोटरी क्लब मदुरई मेट्रो हेरिटेज के तहत काम करता है, और इसमें 85 स्वयंसेवक हैं।

शुरुआती दिनों के दौरान, रोटरी क्लब ने एक इमारत दी जहां आरसीसी ने मदुरई के आसपास के 20 गांवों के स्कूली बच्चों के लिए स्कूल के बाद मुफ्त कक्षाएं आयोजित कीं। इन छात्रों को, जिनमें से अधिकांश पहली पीढ़ी के शिक्षार्थी थे, शहर के स्कूलों से नियोजित शिक्षकों द्वारा पढ़ाया जाता था। अरुमुगम याद करते हैं, ''एक भी बच्चे ने स्कूल नहीं छोड़ा, इन भावुक शिक्षकों की वजह से जिन्होंने शिक्षा में उनकी रुचि को जीवित रखा।''

हालांकि, कोविड महामारी अप्रत्याशित चुनौतियां लेकर आई। मदुरई निगम ने अपनी सड़क चौड़ीकरण परियोजना के लिए अध्ययन केंद्र को ध्वस्त कर दिया था। मूल रोटरी क्लब ने हाल ही में आरसीसी के मिशन को निर्बाध रूप से जारी रखने के लिए ₹40 लाख की लागत से दो मंजिला अध्ययन केंद्र बनाया है। रोटरी कल्ब मदुरई मेट्रो हेरिटेज के अध्यक्ष अरुण कुमार अमरनाथ कहते हैं, ''आरसीसी स्वयंसेवक ज्ञान और कौशल के साथ युवाओं को सशक्त बनाने को लेकर जुनूनी हैं।'' आरसीसी ने अब बैंक परीक्षाओं, स्पोकन इंग्लिश, भरतनाट्यम और कराटे के लिए कोचिंग शामिल करने के लिए कक्षाओं का विस्तार किया है। प्रत्येक कक्षा में लगभग 25 छात्रों के नामांकन के साथ, छात्रों को व्यस्त

मदुरै में यानाइमलाई की तलहटी में एक टूर गाइड की बातें सुनते हुए इंट्रैक्टर्स।

आरसीसी तिरुमालपुरम द्वारा प्रबंधित अध्ययन केंद्र में चल रही एक कक्षा।

रखने के लिए प्रतियोगिताएं भी आयोजित की जाती हैं।

रोटरी कल्ब मदुरई मेट्रो हेरिटेज द्वारा आरसीसी का डिजिटल एक्सेसरीज द्वारा समर्थन करने से, केंद्र में ऑनलाइन कक्षाएं भी आयोजित की जाती हैं, जो राज्य के विभिन्न हिस्सों से उम्मीदवारों को आकर्षित करती हैं। ग्रामीण महिलाओं का समर्थन करने के लिए नए केंद्र में सिलाई और ब्यूटीशियन पाठ्यक्रम शामिल किए गए हैं।

मूल रोटरी क्लब शिक्षकों के लिए वेतन का ख्याल रखता है, और अपनी परियोजना मेट्रो नरिश के तहत केंद्र की कक्षाओं में भाग लेने वाले बच्चों के लिए दोपहर का भोजन प्रायोजित करता है। ''भोजन स्वयंसेवकों के घरों में पकाया जाता है,'' अमरनाथ कहते हैं।

हाल ही में, रोटरी कल्ब मदुरई मेट्रो हेरिटेज ने अपने पांच इंटरेक्ट क्लबों के सदस्यों के लिए एक दिवसीय पिकनिक का आयोजन किया। ''हम उन्हें शहर के विरासत स्थलों पर ले गए और विवरण समझाने के लिए एक पर्यटक गाइड भी साथ गया। प्रसिद्ध मीनाक्षी मंदिर के अलावा, मदुरई इतिहास में डूबा हुआ है। यह अफ़सोस की बात है कि स्थानीय लोगों को भी इसके खजाने के बारे में ज्यादा जानकारी नहीं है,'' अमरनाथ कहते है। लगभग 400 इंटरेकटरों को कीझाडी संग्रहालय, जिसमें दिलचस्प पुरातात्विक खुदाई स्थल है, यानाईमलाई (एक बैठे हुए हाथी जैसी पहाड़ी) और समानरमलाई, जैन और हिंदू स्मारकों के घर, जैसे स्थानों पर ले जाया गया।

क्लब इंटरेकटरों को शामिल करते हुए एक यातायात जागरूकता अभियान की योजना बना रहा है। छात्र अपने स्कूलों के पास ट्रैफिक सिग्नल पर तख्तियों और फ्लैशमॉब के साथ सड़क उपयोगकर्ताओं को जागरूक करेंगे। अमरनाथ कहते हैं, ''यह युवाओं को अपने समुदायों का स्वामित्व लेने के लिए प्रेरित करेगा।''■

चेन्नई में आयोजित सम्मेलन में डी जी महावीर बोथरा और उनकी पत्नी जयश्री, डीजीई डी देवेन्द्रन, पीडीजी आई एस ए के नज़र, एस मुत्तुपलनियप्पन, जी चंद्रमोहन, पूर्व अध्यक्षों के साथ।

रो ई मंडल 3233 के विकास में पूर्व अध्यक्षों की भागीदारी

टीम रोटरी न्यूज़

रोटरी की निरंतर सफलता में पूर्व नेतृत्वकर्ताओं की अहम् भूमिका के महत्व पर जोर देने की एक अद्भुत पहल के तहत, रो ई मंडल 3233 ने हाल ही में क्लबों के पूर्व अध्यक्षों को समर्पित चेन्नई में आयोजित एक सम्मेलन *कलंगरई विळक्कु* का आयोजन किया। इस आयोजन ने 450 से अधिक प्रतिभागियों की जबरदस्त प्रतिक्रिया प्राप्त की, जिससे यह साबित हुआ कि क्लब के पूर्व अध्यक्षों के अनुभव को शामिल करने और उनका लाभ उठाने का जो उद्देश्य मंडल नेतृत्वकर्ताओं का था वो बिलकुल सटीक बैठा।

अपने भाषण में, पूर्व रो ई निदेशक ए एस वेंकटेश ने दर्शकों को बांधे रखने के लिए बुद्धि तथा विनोद दोनों का इस्तेमाल किया और उस भूमिका पर प्रकाश डाला जो पूर्व क्लब अध्यक्ष मंडल के विकास में निभा सकते हैं क्योंकि उनमे असाधारण प्रतिभा, परिपक्वता और ज्ञान इन तीनों गुणों का मेल हैं। अपने सार्थक जुड़ाव के माध्यम से वे न केवल अपने स्वयं के क्लबों बल्कि मंडलों के विकास में भी योगदान दे सकते हैं।

सभा को संबोधित करते हुए, रो ई मंडल 3233 के मंडल परामर्शदाता और पीडीजी इसाक नज़र ने कड़ी मेहनत से बने मंडल के नए विकास पथ में पूर्व अध्यक्षों को सम्मानित करने एवं उन्हें शामिल करने

के रणनीतिक महत्व को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि रो ई मंडल 3233 ने इस तरह की अभिनव पहल का आयोजन करके रोटरी की दुनिया में एक नया कीर्तिमान स्थापित किया है और नेतृत्वकर्ताओं से हर समय इस तरह के नवाचार जारी रखने का आग्रह किया।

डीजी महावीर बोथरा ने रोटरी समुदाय से आग्रह किया कि वे हमेशा उस महत्वपूर्ण मार्गदर्शन की भूमिका को ध्यान में रखें जो पूर्व अध्यक्षों ने भारत में रोटरी की सदस्यता बढ़ाने हेतु अपने क्लब के नेतृत्वकर्ताओं के रूप में निभाई थी, एक ऐसी उपलब्धि जिसने सदस्यता वृद्धि के मामले में भारत को गौरवान्वित किया। उन्होंने सदस्यता वृद्धि में वैश्विक नंबर दो के रूप में मंडल की प्रभावशाली उपलब्धि को साझा किया और वर्ष के अंत तक मंडल की सदस्यता को 6,000 के प्रभावशाली आंकड़े तक ले जाने की उनकी परिकल्पना को रेखांकित किया।

संवादात्मक शिक्षा और मान्यता

सभा का मुख्य आकर्षण डीजीई डी देवेंद्रन और डीजीएन श्रीराम दुवुरी द्वारा डाउन मेमोरी लेन नामक एक अभिनव ऑनलाइन प्रस्तुति थी। रोटरी के मूल्यों एवं नैतिकता पर आधारित इस संवादात्मक प्रश्नोत्तरी ने दर्शकों की भागीदारी के लिए मोबाइल तकनीक का उपयोग किया, जो यह दर्शाता है कि आधुनिक उपकरण कैसे रोटरी बैठकों में सहभागिता बढ़ा सकते हैं।

इस कार्यक्रम में रोटरी के आदर्शों के प्रति निरंतर प्रतिबद्धता की पहचान करने के लिए 30 से अधिक वर्षों की सेवा प्रदान करने वाले पूर्व अध्यक्षों को विशेष सम्मान दिया गया। क्लबों और मंडलों के लिए पूर्व अध्यक्षों की अपेक्षाओं पर आधारित अनौपचारिक बातचीत कार्यक्रम, जो कि पीडीजी एपी कन्ना, पीडीजी आर श्रीनिवासन, पीडीजी डॉ नंदकुमार और पीडीजी जे वेणुगोपाल द्वारा संचालित था, सक्रिय भागीदारी और दिलचस्प चर्चा का केंद्र रहा।

मंडल शिक्षण सुविधाकर्ता पीडीजी एस मत्तुपलनियप्पन ने वैश्विक अनुदान और सी एस आर परियोजनाओं में मूल्यवान अंतर्दृष्टि प्रदान की, उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि कैसे पूर्व अध्यक्ष सामुदायिक सेवा पहल को बढ़ाने के लिए इन अवसरों का लाभ उठा सकते हैं।

नए मानकों की स्थापना

डीजी बोथरा ने कहा कि कालंकरई विलक्कू की सफलता ने इसकी प्रभावशाली उपस्थिति संख्या के अलावा इस बात को भी प्रदर्शित किया कि पूर्व नेतृत्व की विचारशील भागीदारी भविष्य के विकास के लिए कैसे एक शक्तिशाली आधार बना सकती है। उन्होंने कहा कि 2010 से लेकर वर्तमान तक रोटरी थीम लोगो की विशेषता वाला एक विशेष रूप से डिज़ाइन किया गया फोटो बूथ एक त्वरित आकर्षण बन गया, जिससे प्रतिभागियों को अपने अध्यक्षीय वर्ष की यादों के साथ फिर से जुड़ने का मौका मिला। मंच के किनारे ऊंचे प्लेटफार्मों पर बैठे विशेष पर्यवेक्षकों के रूप में वर्तमान अध्यक्षों को शामिल करने से सभा में एक और आयाम जुड़ गया।

इस आयोजन ने न केवल पूर्व नेतृत्व का जश्न मनाया, बल्कि इन अनुभवी रोटेरियनों में नए उद्देश्य की प्राप्ति और उसकी दिशा दिखाते हुए नया जोश भरा। पीडीजी नज़र ने कहा कि इससे यह साबित होता है कि पिछले योगदानों का सहारा लेते हुए भविष्य के अवसरों पर ध्यान केंद्रित करने से निरंतर विकास और सेवा के लिए एक शक्तिशाली मंच कैसे बनाया जा सकता है।

डीजी बोथरा ने कार्यक्रम दल के अध्यक्ष देसिगा चोझन, सचिव लक्ष्मणन, अतिरिक्त अध्यक्ष डॉ एस वेत्रिवेल और आरियो बाबू को धन्यवाद दिया।■

बाएं से: पीआरआईडी ए एस वेंकटेश, डी जी बोथरा, पीडीजी नज़र, मुत्तुपलनियप्पन और डीजीई देवेन्द्रन।

ग्रामीण कर्नाटक में दृष्टि और पानी पहुँचाना

जयश्री

इस साल जुलाई में, ऑप्टिकल उत्पाद निर्माता कार्ल ज़ीस के सहयोग से रोटरी बैंगलोर साउथ परेड, रो ई मंडल 3191, ने पूरे कर्नाटक भर में मोतियाबिंद उपचार से गुजरने वाले व्यक्तियों को 15,000 चश्मे और 1,440 इंट्रा-ओकुलर लेंस (आईओएल) प्रदान करने के लिए *गिफ्ट ऑफ साइट* प्रोजेक्ट लॉन्च किया। यह परियोजना बेंगलुरु से 60 किलोमीटर दूर चिक्कबल्लापुर के सत्य साई ग्राम, मुद्देनहल्ली, में स्थित श्री सत्य साई सरला मेमोरियल अस्पताल में हर साल चलाई जाएगी।

''अस्पताल में कोई कैश काउंटर नहीं है; सभी का मुफ्त इलाज किया जाता है,'' क्लब के अध्यक्ष रवि चक्रवर्ती कहते हैं। परियोजना की उत्पत्ति पर प्रकाश डालते हुए, वह कहते हैं, ''अस्पताल ने दृष्टि विकार और मोतियाबिंद वाले लोगों के इलाज के लिए चश्मे और आईओएल की आपूर्ति हेतु हमसे सहायता मांगी थी। हमनें अपने सीएसआर भागीदार कार्ल ज़ीस से बात की, और वे तुरंत इस नेक काम में मदद के लिए राज़ी हो गए।''

अस्पताल अपने नेत्र जांच शिविरों के दौरान पहचानी गई आवश्यकताओं के आधार पर चश्मा और आईओएल खरीदने के लिए क्लब के साथ समन्वय करेगा, जबकि कार्ल ज़ीस समय पर डिलीवरी सुनिश्चित करेगा। इसके अलावा, अस्पताल रोटरी द्वारा आयोजित नेत्र शिविरों से क्लब द्वारा रेफर किए गए मरीजों को भी अपनी देखभाल प्रदान करेगा।

देवनहल्ली की प्यास बुझाना

क्लब बेंगलुरु हवाई अड्डे के पास एक ग्रामीण नगर देवनहल्ली में स्वच्छ पेयजल तक पहुंच की एक अन्य महत्वपूर्ण आवश्यकता को संबोधित करने के लिए प्रतिबद्ध है। कार्ल ज़ीस के समर्थन से, रोटेरियनों ने हाल ही में *प्रोजेक्ट आनंद सिंधु* के तहत शहर के नगरपालिका कार्यालय में 65 लाख का जल उपचार संयंत्र स्थापित किया है। चक्रवर्ती कहते हैं कि संयंत्र का उद्देश्य शहर की लगभग 38,000 की आबादी को स्वच्छ पेयजल प्रदान करना है, जिन्हें प्रतिदिन लगभग 12 लाख लीटर की आवश्यकता होती है।

देवनहल्ली मुख्य रूप से गहरे बोरवेल पर निर्भर हैं, लेकिन पानी खारा और पीने के लिए अनुपयुक्त है, ''जिससे निवासियों को अपनी पानी की जरूरतों के लिए स्थानीय नगरपालिका परिषद द्वारा स्थापित सार्वजनिक आर ओ संयंत्रों पर निर्भर रहने के लिए मजबूर होना पड़ता है।'' पिछले साल, तत्कालीन

बाएं से: पीडीजी जीतेन्द्र अनेजा, कार्ल जीस इंडिया के प्रबंध निदेशक मिगुएल गोंजालेज डियाज और आध्यात्मिक नेता मधुसूदन साईं, नया चश्मा पहने एक बच्चे का उत्साहवर्धन करते हुए।

अध्यक्ष आनंद रामचंद्र के नेतृत्व में, क्लब ने एक अभिनव समाधान लागू किया। उन्होंने सिहिनेरू केरे झील के पास एक कुएं को पुनर्जीवित किया और एक एकीकृत उथले जलभृत और जल उपचार प्रणाली का निर्माण किया। दो उथले जलभृत खोदे गए, जिनसे रोजाना एक लाख लीटर पानी मिलता है। भारतीय विज्ञान संस्थान (IISc) के वैज्ञानिकों के इनपुट के साथ, घुले हुए ठोस अपशिष्ट, बैक्टीरिया और दुर्गन्ध को हटाने के लिए एक जल उपचार संयंत्र विकसित किया गया था, जो लगभग 10,000 निवासियों को प्रतिदिन दो लाख लीटर स्वच्छ पानी प्रदान करता है (*पानी का अनुमान लगाने वाले रोटरी क्लब बैंगलोर साउथ परेड के रोटेरियन* पढ़ें - *रोटरी न्यूज* - नवंबर 2023)।

नए जल उपचार संयंत्र ने शहर की जल आपूर्ति में अतिरिक्त 6.4 लाख लीटर की वृद्धि की है। इन दो प्रणालियों के संयुक्त होने के साथ, अब हम देवनहल्ली की कुल पेयजल आवश्यकता के आधे से अधिक को पूरा करते हैं। हम लगातार अपने समर्थन का विस्तार करने और इस समुदाय के लिए पानी की पहुंच बढ़ाने के तरीकों की तलाश कर रहे हैं,'' चक्रवर्ती कहते हैं। उन्होंने कहा कि भारत सरकार ने इस परियोजना पर ध्यान दिया है और कायाकल्प और शहरी परिवर्तन के लिए अपने अटल मिशन के अधिकारियों को बेंगलुरु सहित 10 अन्य शहरों में इसका अध्ययन करने और दोहराने का निर्देश दिया है, जहां पानी की आपूर्ति बढ़ाने के लिए 25 झीलों की पहचान की गई है। ■

बाएं से: देवनहल्ली में प्रोजेक्ट आनंद सिंधु के उद्घाटन पर मंडल सचिव राघवेंद्र इनामदार, डीजी सतीश माधवन, हरि प्रसाद पदाकी, संचालन प्रमुख, कार्ल ज़ीस इंडिया, रोटरी क्लब बैंगलोर साउथ परेड के अध्यक्ष रवि चक्रवर्ती, और कार्ल ज़ीस से मनोज शर्मा और केवी श्रीनिवास।

विशेष बच्चों की दंत देखभाल

टीम रोटरी न्यूज़

रोटरी क्लब दिल्ली सफदरजंग, रो ई मंडल 3011, ने एक एनजीओ स्माइल इंडिया के साथ मिलकर शहर के विजन स्पेशल स्कूल में विशेष जरूरतों वाले 100 बच्चों के लिए डेंटल चेक-अप कार्यक्रम का आयोजन किया। अनुभवी पेशेवरों द्वारा दांतों की पूरी जांच और मौखिक स्वच्छता की पूरी जानकारी देने के अलावा, शिविर में दातों की सड़न को कम करने के लिए बच्चों के दांतों में फ्लोराइड का इस्तेमाल भी शामिल था। फ्लोराइड दांतों के इनेमल को मजबूत करने में मदद करता है, जिससे यह मुंह में प्लैक बैक्टीरिया के एसिड हमलों और शर्करा से अधिक प्रतिरोधी हो जाते है, क्लब अध्यक्ष और दंत चिकित्सक प्रिया ओबेरॉय बताती हैं।

परिवारों की वित्तीय सीमाओं को पहचानते हुए, क्लब ने कैविटी या किसी अन्य दंत विकार से पीड़ित बच्चों के इलाज में सहायता के लिए एनजीओ के साथ भागीदारी की है।

क्लब की अध्यक्ष डॉ प्रिया ओबेरॉय (बाएं बैठी) दंत चिकित्सा शिविर में बच्चों के साथ।

आपके गवर्नर्स से मिलिए

वी मुत्तुकुमारन

सुरेश साबू
रेडियोलॉजिस्ट, रोटरी क्लब जालना रेनबो
रो ई मंडल 3132

जालना के छात्रों की तैयारी

डॉ सुरेश साबू कहते हैं, पोलियो उन्मूलन के वैश्विक प्रयासों और जरूरतमंद लोगों के लिए विविध कार्यों से प्रभावित होकर, वह 1985 में डॉक्टर रोटेरियन विजय आराध्य के कहने पर रोटरी में शामिल हुए।

97 क्लबों में 3,800 से अधिक सदस्यों के साथ, मेरा लक्ष्य जून के अंत तक 600 से अधिक की शुद्ध सदस्यता वृद्धि हासिल करना है। मैं कम से कम 12 नए क्लब बनाना चाहता हूं। वह महिला सदस्यों को वर्तमान 14.6 प्रतिशत से बढ़ाकर 20 प्रतिशत करना चाहते हैं। प्रोजेक्ट पढ़ो जालना (वैश्विक अनुदान: 47,000 डॉलर) सरकारी स्कूलों में कक्षा 5-10 के छात्रों को 'मूलभूत साक्षरता' सिखाएगा। हमारी परियोजना ग्रामीण छात्रों में पाए जाने वाले शैक्षणिक अंतर को पाट देगी, वह कहते हैं। एक धर्मार्थ ट्रस्ट और क्लबों द्वारा वित्त पोषित मधुमेह जांच शिविरों (₹12 लाख) में लगभग एक लाख जांचें की जाएगी।

एनीमिया की जांच करने एवं उपचार के लिए 100 विशेष शिविरों के माध्यम से *प्रोजेक्ट एनीमिया चले जाओ* के तहत लगभग 50,000 लड़कियां लाभान्वित होंगी। पांच हैप्पी स्कूल (₹20 लाख) प्रगति के विभिन्न चरणों में हैं। उनका टीआरएफ लक्ष्य 500,000 डॉलर का है।

शरद पाई
वाल्व निर्माता, रोटरी क्लब बेलगाम
रो ई मंडल 3170

एन एस महादेव प्रसाद
पूर्व सरकारी कर्मचारी, रोटरी क्लब
मॉलगुड़ी, रो ई मंडल 3192

एस भास्करन
सीएडीडी इंजीनियरिंग, रोटरी क्लब
नागपट्टिनम, रो ई मंडल 2981

मछली पालन पर ध्यान

1991 में मानवता की निस्वार्थ सेवा के रोटरी के सिद्धांत से आकर्षित, शरद पई ने उत्तरी कर्नाटक में प्रभावशाली परियोजनाओं का नेतृत्व किया है। इस साल, उन्होंने 400 सदस्यों और आठ नए क्लबों की शुद्ध वृद्धि का लक्ष्य रखा है, जिससे 145 क्लबों में कुल 6,800 रोटेरियन हो जायेंगे।

दिसंबर में, दो वैश्विक अनुदान परियोजनाएं (200,000 डॉलर) 60 किसानों को मछली पालन सिखाएगी और उन्हें जाल, चारा और बीज प्रदान करेगी। फरवरी 2025 तक डायबिटिक रेटिनोपैथी जांच (वैश्विक अनुदान: 400,000 डॉलर) के लिए एक चलित क्लिनिक शुरू किया जाएगा, जिसका लक्ष्य जून तक 2,000 रोगियों की जांच करना है।

प्रमुख पहलों में सीवेज को स्वच्छ पानी में बदलने के लिए *प्रोजेक्ट वाटर प्योर* (सी एस आर: 1 मिलियन डॉलर) जिससे लाखों लीटर पीने योग्य पानी की बचत होगी, और *प्रोजेक्ट ब्रिंगिंग बैक स्माइल्स* जिसमें 1,000 ग्रामीण रोगियों को डेन्चर प्रदान करने के लिए चार मोबाइल डेंटल क्लीनिक (वैश्विक अनुदान: 400,000 डॉलर) लॉन्च करना शामिल है। पाई का टीआरएफ लक्ष्य 2 मिलियन डॉलर का है।

दक्षिण एशिया शांति सम्मेलन

डीजी महादेव प्रसाद का कहना है कि अगले तीन वर्षों में रोटेरियनों, रोटरेक्टरों और इंटरेक्टरों की संख्या में भारी उछाल के साथ नव गठित रो ई मंडल 3192 में रोटरी विस्फोटक सदस्यता वृद्धि के लिए तैयार है। वह वर्तमान में 3,750 की सदस्यता को 4,500 के आंकड़े के पार ले जाना चाहते हैं, और 30 नए क्लबों को अधिकृत करना चाहते हैं।

मार्च में दो दिवसीय दक्षिण एशिया शांति सम्मेलन आयोजित किया जाएगा और तीन बार ग्रैमी पुरस्कार विजेता रिकी केज का म्यूजिक कॉन्सर्ट मुख्य आकर्षण रहेगा। *प्रोजेक्ट आसरे* एक हेल्पलाइन नंबर के माध्यम से बेंगलुरु में बुजुर्ग मरीजों को एम्बुलेंस सेवा प्रदान करेगा। रोटरी एनवायरनमेंट फाउंडेशन के सहयोग से, *प्रोजेक्ट अडावी* (वन) चित्रदुर्ग जिले के नायकनहट्टी में 1,500 एकड़ क्षेत्र में वनीकरण कर रहा है। इस साल हमारा लक्ष्य 700 एकड़ है और काम का नेतृत्व डीजीएन रविशंकर दकोजू कर रहे हैं, वह कहते हैं।

स्वास्थ्य सेवा में, चिक्काबल्लापुर स्थित श्री सत्य साईं अस्पताल में एक हार्ट वाल्व बैंक स्थापित किया जाएगा, जिसके लिए उन्होंने 220,000 डॉलर के वैश्विक अनुदान के लिए आवेदन किया है। डीजी प्रसाद का लक्ष्य टीआरएफ के लिए 2 मिलियन डॉलर इकट्ठा करने का है।

छात्रों के लिए RYLA

दिसंबर 2001 में रोटरी में शामिल होने के बाद से, भास्करन ने संगठन में सक्रिय रूप से योगदान दिया है और 20 RYLA का संचालन किया है। मंडल नेतृत्वकर्ता के रूप में, वह पहले ही एक मंडल RYLA की मेजबानी कर चुके है, जिसमें छात्रों में नेतृत्व को बढ़ावा देने के लिए क्लबों द्वारा 100 अतिरिक्त RYLA की योजना बनाई गई है। कुल 7,050 सदस्यों एवं 145 क्लबों के आंकड़े को छूने के लिए वह 1,000 सदस्यों को जोड़ने एवं पांच नए क्लबों की शुरुआत करने का लक्ष्य रख रहे है।

प्रमुख पहलों में पुडुचेरी में 1.5 एकड़ का तालाब निर्माण (वैश्विक अनुदान: 120,000 डॉलर), जनवरी में कैंसर जांचने हेतु एक बस की शुरुआत (वैश्विक अनुदान: ₹3 करोड़), और जून तक एक विद्युत शवदाह गृह का निर्माण (वैश्विक अनुदान: ₹1.5 करोड़) शामिल है। उनका टीआरएफ योगदान लक्ष्य 500,000 डॉलर का है।

भास्करन ने सरकारी एजेंसियों की मदद से एक लाख छात्रों के लिए साइबर अपराध और नशीली दवाओं के दुरुपयोग के बारे में जागरूकता फैलाने हेतु विशाल अभियान शुरू किये है। इसके अलावा, चार रोजगार मेलों की योजना बनाई गई है, जिनमें से प्रत्येक से 1,000 युवा लाभान्वित होंगे।

एन कृष्णमूर्ति द्वारा रूपरेखा

Rotary PEOPLE OF ACTION

स्वास्थ्य शिविर से हस्तनिर्मित कृतियों तक

किरण ज़ेहरा

नासिक से 60 किलोमीटर दूर आदिवासी बस्ती ज़री की एक 50 वर्षीय महिला कुमुध के लिए सुई में धागा पिरोना एक असंभव काम था। वह कहती हैं, ''मेरे पति के पास सिर्फ दो शर्ट हैं, जिनके बटन टूटते रहते थे। मैं धागे को सुई में डालने की हर संभव कोशिश करती, लेकिन हर बार नाकाम रहती फिर मदद के लिए मुझे अपनी बेटी या पड़ोसी पर निर्भर रहना पड़ता था। अब, अपने गांव में आयोजित एक चिकित्सा शिविर में प्राप्त चश्मे की मदद से, कुमुध आसानी से सुई में धागा पिरोती हैं।''

पुणे के सनय फाउंडेशन के सहयोग से रोटरी क्लब नासिक, रो ई मंडल 3030, द्वारा आयोजित इस चिकित्सा शिविर में ज़री के निवासियों की स्वास्थ्य संबंधी जरूरतों को पूरा किया गया। दंत, नेत्र, स्त्री रोग एवं सामान्य चिकित्सा के विशेषज्ञों ने 250 से अधिक ग्रामीणों को मुफ्त परामर्श प्रदान दिया। इस शिविर में कुमुध जैसे पचास लोगों को मुफ्त चश्मा मिला, जबकि 40 अन्य लोगों में मोतियाबिंद पाया गया, जिनकी सर्जरी के लिए क्लब ने धन देने का वचन दिया।

क्लब के एक सदस्य विनायक देवधर कहते हैं, ''टेबल, कुर्सियां और कपड़ों के विभाजनों वाली व्यवस्था साधारण सी थी, लेकिन समुदाय को जरूरी स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने का उद्देश्य बड़ा था।'' क्लब के अध्यक्ष ओमप्रकाश रावत के मार्गदर्शन में

निकटतम प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र 30 किमी दूर होने के कारण ग्रामीणों को चिकित्सा देखभाल तक पहुंचने के लिए संघर्ष करना पड़ता है, खासकर महिलाओं को जिन्हें मासिक धर्म पर स्वास्थ्य एवं स्वच्छता पर जागरूकता की आवश्यकता होती है।

ओमप्रकाश रावत
अध्यक्ष, रोटरी क्लब नासिक

रोटरी क्लब नासिक द्वारा आयोजित स्वास्थ्य शिविर में चिकित्सा परामर्श लेती एक आदिवासी महिला।

क्लब द्वारा आयोजित पिस्सू बाजार।

क्लब के सदस्य मकरंद छिंधाडे द्वारा समन्वित यह शिविर गांव के सरपंच के अनुरोध पर किया गया था। रावत बताते हैं, निकटतम प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र 30 किमी दूर होने के कारण ग्रामीणों को चिकित्सा देखभाल तक पहुंचने के लिए संघर्ष करना पड़ता है, खासकर महिलाओं को जिन्हें मासिक धर्म पर स्वास्थ्य एवं स्वच्छता पर जागरूकता की आवश्यकता होती है।

यह शिविर ज़री के उत्थान के लिए क्लब के निरंतर प्रयासों का हिस्सा है, जहां वर्षों से, कई रोटेरियन परिवर्तनकारी पहलों को लागू करते हुए आ रहे हैं, जिसमें धुआं रहित चूल्हा, सौर स्ट्रीट लाइट, जल संरक्षण परियोजनाएं और शौचालय निर्माण शामिल हैं।

2019 से, क्लब हर रविवार किसान बाजार का संचालन करता आ रहा है। स्थानीय महिलाओं के स्व सहायता समूहों और आदिवासी उद्यमियों का समर्थन करने के लिए अक्टूबर में एक विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया था। महाराष्ट्र राज्य सरकार के आदिवासी विकास निगम के सहयोग से, बाजार में 50 से अधिक महिला उद्यमियों ने ड्रशबरीफ ब्रांड के तहत उत्पादों का प्रदर्शन किया, जिसमें घर की बनी चटनी, पापड़, कसीदाकारी और मनके के आभूषण शामिल हैं। 1,000 से अधिक आगंतुकों के साथ, बाजार ने ₹2 लाख का कारोबार दर्ज किया।

रावत कहते हैं, ''हम त्रैमासिक रूप से इसी तरह बाजारों को आयोजित करने की योजना बना रहे हैं, जहाँ इन महिलाओं को अपने उत्पादों को प्रदर्शित करने, बेचने और अपनी आजीविका में सुधार करने के लिए एक मंच प्राप्त होगा।'' परियोजना की अध्यक्षता क्लब की सदस्य राजेश्वरी बालाजीवाले ने की। ■

क्या आपने रोटरी न्यूज़ प्लस पढ़ा है?

या यह आपके जंक फोल्डर में जा रही है?

हर महीने हम आपकी परियोजनाओं को प्रदर्शित करने के लिए ऑनलाइन प्रकाशन *रोटरी न्यूज़ प्लस* निकालते हैं। यह महीने के मध्य तक प्रत्येक सदस्यता लेने वाले सदस्य को भेजा जाता है जिनकी ईमेल आईडी हमारे पास है। हमारी वेबसाइट *www.rotarynewsonline.org* पर *रोटरी न्यूज़ प्लस* पढ़ें। हमें शिकायतें मिली हैं कि सभी ग्राहकों को हर महीने *रोटरी न्यूज़ प्लस* का ई-संस्करण नहीं मिल रहा है।

लेकिन, कुल 155,029 ग्राहकों में से हमारे पास केवल 1,04,184 सदस्यों की ईमेल आईडी हैं।

कृपया अपनी ईमेल आईडी को इस प्रारूप में *rotarynews@rosaonline.org* पर अपडेट करें: आपका नाम, क्लब, मंडल और ईमेल आईडी।

हरित ओडिशा के लिए प्रयास

वी मुत्तुकुमारन

भुवनेश्वर और उसके आसपास वनों की कटाई और शहरी आवास की बढ़ती मांग के साथ, शहर के रोटरेकटर पिछले तीन वर्षों से समूहों में बीज गेंदों का वितरण कर रहे हैं। आरएसी भुवनेश्वर रॉयल, रो ई मंडल 3262, के क्लब सलाहकार मुकेश सामल कहते हैं, ''हमारा उद्देश्य न केवल एक हरित, टिकाऊ वातावरण बनाना है, बल्कि जनता को पेड़ों को पोषित करने और हमारे पारिस्थितिकी तंत्र को संरक्षित करने की आवश्यकता पर शिक्षित करना भी है।''

इस वर्ष (2024-25), क्लब ने एक स्थानीय कंपनी आईजी ड्रोन्स के साथ साझेदारी की, जिसने बीज गेंदों के हवाई वितरण के लिए दो ड्रोन प्रदान किए हैं। ''पिछले दो वर्षों के मुकाबले जहां हमने हाथों से 10,000 से अधिक बीज गेंदें वितरित की थी, इस बार हम पहले ही 20,000 बीज गेंदें बिखेर चुके हैं और हमारा लक्ष्य 50,000 गेंदों को वितरित करने का है। हमारे हरियाली के प्रयासों में इतनी बड़ी छलांग ड्रोन के माध्यम से ही संभव हो पाई है,'' सामल बताते हैं। 35 रोटरेकटरों के अलावा, विभिन्न गैर सरकारी संगठनों के लगभग 20-25 स्वयंसेवक नदी के तटों, सूखे तालाबों, शहरी क्षेत्रों, गांवों, बंजर जमीनों और उजड़े जंगलों पर बीज गेंद वितरण में शामिल हैं।

आगामी महीनों में, क्लब एक सामुदायिक हॉल में बीज गेंदों को बनाने के लिए शहर के स्कूलों एवं कॉलेजों के छात्रों को शामिल करेगा। वह कहते हैं, ''हम अपनी सहयोगी कंपनी को मुफ्त में अपने ड्रोन देने के लिए धन्यवाद देते हैं, जिसने हमें अच्छी पैठ के साथ दूर-दराज के क्षेत्रों तक पहुंचने में सक्षम बनाया है।''

हर साल अक्टूबर में, *प्रोजेक्ट दान उत्सव* देने की खुशी मनाता है। यह 2 अक्टूबर से शुरू होने वाली ''एक सप्ताह की परियोजना है और विभिन्न विषयों के साथ विभिन्न स्थानों पर आयोजित की जाती है। ओडिशा

एसोसिएशन ऑफ डेफ स्कूल के करीब 50 छात्रों के लिए इस साल रात्रिभोज का आयोजन किया गया था। हमनें सर्वाइकल कैंसर के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए पूरे शहर में तीन स्थानों पर छोटी-छोटी रैलियां निकालीं। 26 रोटरेकटरों की एक टीम ने तख्तियां और बैनर पकड़े हुए थे, जिन्होंने कैंसर के खिलाफ युवतियों के टीकाकरण का संदेश घर-घर पहुँचाया। हमने संदेश फैलाने के लिए इन स्थानों पर जनता को भी शामिल किया, समाल बताते हैं।''

काम पर उत्साही स्वयंसेवक।

दान उत्सव के तीसरे चरण में, रोटरेकटरों ने रैली निकली और भुवनेश्वर के एक व्यस्त इलाके में मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों पर जनता से बात की। ''हमने जनता को 200 पर्चे वितरित किए और उनसे निवारक कदमों के माध्यम से अपने मानसिक स्वास्थ्य की देखभाल करने का आग्रह किया।''

बाएं: रोटरेक्टर बीज बॉल बना रहे हैं।

नीचे: भुवनेश्वर रॉयल के रोटरेक्ट क्लब की परियोजना टीम।

क्लब की जनवरी में कॉलेज के छात्रों के लिए एक प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता आयोजित करने की योजना है, ''लेकिन इस परियोजना का मसौदा अभी तैयार किया जा रहा है,'' क्लब अध्यक्ष सोम शास्त्री कहते है।

मूल रोटरी से सहायता

उनकी मूल रोटरी, रोटरी क्लब भुवनेश्वर रॉयल, जिसके अध्यक्ष बिभूति कर हैं, रोटारैक्टर्स को प्रभावशाली परियोजनाओं को शुरू करने के लिए नैतिक और भौतिक दोनों तरह से सहायता प्रदान कर रही है। रोटेरियन प्रताप चौधरी और अजय पटनायक सेवा गतिविधियों की योजना बनाने और उन्हें क्रियान्वित करने में हमारी बहुत मदद करते हैं। अपने दोस्तों और मूल रोटरी क्लब के नेटवर्क के माध्यम से, हम अपनी परियोजनाओं के लिए धन जुटाते हैं, सामल कहते हैं।

उनका मूल रोटरी क्लब, बिभूति कर की अध्यक्षता वाले रोटरी क्लब भुवनेश्वर रॉयल, रोटरेकटरों को प्रभावशाली परियोजनाओं को करने के लिए समर्थन दे रहा हैं। राज्य के आवास एवं शहरी विकास विभाग में एक कार्यकारी, मुकेश सामल दोहरे सदस्य हैं और 12 वर्षों से रोटरेकटर हैं। रोटरेक्ट मेरे लिए एक परिवार की तरह है और मुझे सामुदायिक कार्य करने में मज़ा आता है, वह कहते हैं, आगे कहते हुए कि मैं अगले दो वर्षों में अपना काम रोटरी में स्थानांतरित कर दूंगा, क्योंकि वह जल्द ही अपनी सेवा का विस्तार करना चाहते हैं। ■

वह आदतें जो हमारे पर्यावरण के लिए बेहतर हैं

प्रीति मेहरा

यह आसान है। आप पर्यावरण के अनुकूल भी हो सकते हैं।

एक पर्यावरणविद् मित्र ने उचित रूप से कहा कि लोगों पर पर्यावरण अनुकूल अभ्यासों के लिए दबाव नहीं डालना चाहिए बल्कि उन्हें धीरे-धीरे सिखाना चाहिए। वो समझाना चाहते है कि मनुष्यों को नियम तोड़ना पसंद होता हैं और उन्हें आदेश मानने से नफरत होती हैं। इसलिए ङ्क्या करना चाहिएफ और ङ्क्या नहीं करना चाहिएफ जैसी कोई भी चीज़ मनुष्य द्वारा नकार दी जाती है या जल्दी भुला दी जाती है।

हम पर्यावरण अनुकूल आदतों को हमारे परिवार की दिनचर्या का हिस्सा बनाकर शुरुआत कर सकते है। धीरे-धीरे हम इसे एक नियमित प्रक्रिया बना सकते हैं। सौभाग्य से जब पर्यावरण के प्रति जागरूक व्यवहार की बात आती है तो सरल नियमित अभ्यासों को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाने से बहुत फर्क पड़ता हैं। यहाँ कुछ ऐसी चीजें हैं जिन्हें हम धीरे-धीरे खुद को और अपने आसपास के लोगों को पर्यावरण के अनुकूल नागरिक बनाने के लिए याद दिला सकते हैं। शायद आप नीचे सूचीबद्ध कुछ कार्यों से पहले से ही अवगत हो मगर उन्हें याद दिलाने में कोई नुकसान नहीं है। तो चलिए पढ़ते है।

एक आदत जिसे हम आसानी से अपना सकते हैं, वो है खुद को यह याद दिलाना कि बिजली बर्बाद न करें। कमरे से बाहर निकलते समय लाइट बंद करना और उपयोग में न होने पर टीवी बंद करना कुछ ऐसी आदतें हैं जिन्हें अपनाना जरूरी है क्योंकि वैश्विक कार्बन डाइआक्साइड उत्सर्जन का 40 प्रतिशत बिजली उत्पादन से आता है। इसलिए हर बार जब आप बिजली बर्बाद करते हैं तो आप अनावश्यक रूप से और अनजाने में वातावरण में इसके उत्सर्जन में वृद्धि करते हैं। यही बात घर या कार्यालय में मौजूद उपकरणों और एयर कंडीशनर के लिए भी लागू होती है।

सोच-समझकर और जागरूक रहकर हम बिजली की बचत कर सकते है। उदाहरण के लिए रेफ्रिजरेटर के सामने दरवाजा खोलकर खड़े रहने से बचना चाहिए। ऐसा अनुमान लगाया गया है कि हर बार जब आप फ्रिज का दरवाजा खोलते हैं तो अंदर की ठंडी हवा का एक तिहाई हिस्सा बाहर निकाल जाता है। इसलिए सबसे अच्छा यह है कि आप दरवाजा खोलने से पहले ही यह निश्चय कर लें कि आप फ्रिज में से क्या लेना चाहते हैं बजाए इसके कि आप फ्रिज का दरवाज़ा खोलने के बाद अपने विकल्पों पर विचार करना शुरू करें। बेशक, यह हमेशा संभव नहीं होता है जब किसी और ने फ्रिज में सामान रखा हो मगर मुद्दा यह है कि आप जितना हो सकें उतना कम समय दरवाजा खोलकर खड़े रहें।

आप ऊर्जा-कुशल एसी, रेफ्रिजरेटर और पंखे खरीदकर पृथ्वी गृह और अपने बटुए, दोनों को एक बड़ा फायदा पहुँचा सकते है। इसी तरह आप एलईडी रोशनी का इस्तेमाल करना शुरू कर सकते हैं, जो पारंपरिक प्रकाश व्यवस्था की तुलना में कम बिजली खपत करते हैं।

परिवार को बिजली बचाने हेतु प्रोत्साहित करने के लिए आप उनसे बिजली का बिल कम आने पर बाहर खाना खाने या फिर कोई फिल्म देखकर जश्न मनाने का वादा कर सकते हैं!

पानी एक बहुमूल्य प्राकृतिक संसाधन है जिसकी हम कद्र नहीं करते। हम कुछ बातों का ध्यान रखकर यह सुनिश्चित कर सकते है कि इसकी खपत काफी हद तक कम की जा सकें - जैसे नलों से पानी के रिसाव को रोकना और उपयोग के बाद नल को बंद करना। साथ ही हमें यह याद रखना चाहिए कि दांतों को मंजन करते समय नल बंद रखें। अपने पानी के गिलास को आधा भरकर अधिक प्यास लगने पर दोबारा भरना ज्यादा उचित है बजाए इसके कि गिलास को पूरा भरकर अतिरिक्त पानी को फेंक देना।

गेटेड समुदायों और अपार्टमेंट कॉम्प्लेक्स में रहने वाले लोग एक साथ मिलकर आरडब्ल्यूए को इस बात के लिए राजी कर सकते हैं वह एक ऐसा संयंत्र स्थापित करें जिससे अपशिष्ट जल की रीसाइक्लिंग करके उस पानी का उपयोग बगीचे में, कार धोने आदि के लिए किया जा सकें। अधिकांश हाउसिंग सोसाइटियों में वर्ष जल संचयन का प्रावधान होता है। यदि आपकी सोसाइटी में यह व्यवस्था नहीं है तो आपको सामूहिक रूप से इस अभ्यास को शुरू करने पर जोर देना चाहिए।

घरेलू कचरे को अलग करना एक ऐसी आदत बननी चाहिए जिसे सभी को अपनाना चाहिए। आधिकारिक अनुमानों के अनुसार शहरी भारत प्रतिदिन 1.15 लाख टन नगरपालिका अपशिष्ट उत्पादित करता है। एकत्र किए गए कचरे में से 50 प्रतिशत कचरे को उपचारित किया जाता है और 18 प्रतिशत अपशिष्ट भरण में चला जाता है। हालांकि, कुल उत्पन्न कचरे का 31.17 प्रतिशत हिस्से का उचित प्रबंधन नहीं होता है।

एक जिम्मेदार नागरिक के रूप में आप कचरे को अपने घर में अलग करके उसके पुन: प्रयोग, पुनर्चक्रण और वैज्ञानिक निपटान में मदद कर सकते हैं। कचरे को अलग करते समय आपको दो व्यापक श्रेणियों को याद रखना चाहिए - सूखा और गीला कचरा। सूखे कचरे से तात्पर्य है खाली बोतलें, डिब्बे, कपड़े, लकड़ी, धातु और कागज आदि। गीले कचरे से तात्पर्य है सभी तरह का जैविक अपशिष्ट - जिसमें खाद्य पदार्थ, बीज, सब्जी और फलों के छिलके आदि शामिल है। सैनिटेरी और चिकित्सा अपशिष्ट का पृथक निपटान किया जाना चाहिए जैसा कि खतरनाक और संक्षारक घरेलू पदार्थों के लिए किया जाना चाहिए। ई-कचरे को अन्य श्रेणियों से अलग करके उचित रूप से निपटान किया जाना चाहिए।

अपशिष्ट पृथक्करण इसके प्रबंधन में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है और सरकार ने इस प्रयास में नागरिकों की भागीदारी के महत्व पर बार-बार जोर दिया है। तो आइए हम अपनी तरफ से अपने शहरों को स्वच्छ और हरा-भरा बनाने के लिए प्रयास करें।

एक संसाधन जो बर्बाद हो जाता है वह है भोजन। ऐसा अनुमान है कि भारत में 40 प्रतिशत भोजन या तो भंडारण में या पकाने के बाद बर्बाद हो जाता है। किसी भी शादी या सामाजिक समारोह के बाद उस शादी हॉल में जाकर देखिए कि कितना भोजन कचरे के ढेर में चला जाता है। जबकि सरकार को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि खाद्यान्नों को चूहों से सुरक्षित रखा जाए, हम भी भोजन को बर्बादी से बचाने के लिए अपनी तरफ से प्रयास कर सकते हैं। हमें रेस्तरां में ऑर्डर करते समय और घर पर खाना बनाते समय सचेत रहना चाहिए कि उसकी बर्बादी न हो।

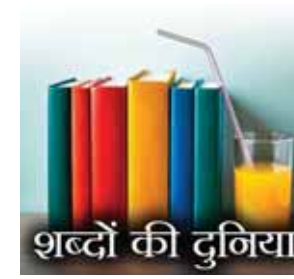
जब बात खाने की हो तो बेहतर होगा कि हम केवल स्थानीय उत्पाद खरीदने की आदत डालें। यह न केवल स्थानीय किसानों को प्रोत्साहित करता है बल्कि दूर-दराज से माल परिवहन के कारण होने वाले कार्बन फुटप्रिंट को भी कम करता है।

क्या किसी भी लेख में पर्यावरण अनुकूल आदतों का जिक्र बिना प्लास्टिक के हो सकता है? पुन: प्रयोज्य कपड़े और पेपर बैग का उपयोग किए जाने के बारे में पहले ही बहुत कुछ कहा जा चुका है। इतना कहना ही पर्याप्त होगा कि हम जितना कम प्लास्टिक बैग का इस्तेमाल करेंगे उतना ही बेहतर होगा क्योंकि ये अंततः हमारी नदियों और झीलों में पहुँच जाते हैं, धरती को प्रदूषित करते हैं और जानवरों, पक्षियों एवं समुद्री जीव को नुकसान पहुंचाते हैं। प्लास्टिक से बने डिस्पोजेबल उत्पाद से हर कीमत पर बचना चाहिए। एक बार उपयोग में आने वाली प्लास्टिक की बोतलें, कप, प्लेट और कटलरी अपशिष्ट भरण में चले जाते हैं। इसलिए कांच या धातु की बोतलें, पुन: प्रयोज्य कप या जैविक रूप से नष्ट होने वाले विकल्पों पर जोर दें।

ये केवल कुछ सुझाव हैं; मुझे यकीन है कि आप इस क्षेत्र के विशेषज्ञों से और भी कई अच्छे सुझाव आसानी से प्राप्त कर सकते हैं। मेरे विचार में: 2025 को अपनी आदतों और डिजाइन द्वारा हरित नागरिक वर्ष बनाएं।

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

जाफना की कहानी... जाफना की जुबानी



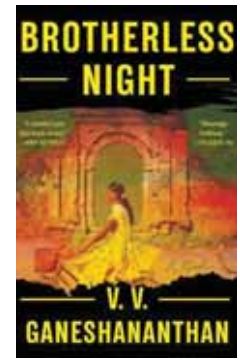
वी वी गणेशनाथन हमारे लिए एक ऐसे समय का मार्मिक प्रमाण लेकर आए हैं जब लोग और उनके सपने दोनों टूट गए।

संध्या राव

यह 1980 के दशक के प्रारंभ की बात है। शशि जिसका पूरा नाम शशिकला है, लगभग 16 साल की थी और डॉक्टर बनने की तैयारी कर रही थी। उसके तीन बड़े भाई और एक छोटा भाई था। वे सब श्रीलंका के उत्तरी हिस्से में स्थित जाफना में एक खुशहाल घर में अपने माता-पिता के साथ रहते थे। उनका करीबी दोस्त, के, पास में ही रहता था। वह शशि से सिर्फ एक साल बड़ा था और वह भी चिकित्सा का अध्ययन करने का सोच रहा था। और फिर गृहयुद्ध छिड़ गया।

वी वी गणेशनाथन का इस समय पर आधारित उपन्यास, *ब्रदरलेस नाइट* ने फिक्शन के लिए 2024 महिला पुरस्कार जीता। निर्णायकों में से एक नाइजीरियाई लेखिका अयोबामी अदेबायो कहती हैं: 'यह एक शक्तिशाली किताब है जिसमें एक संस्मरण की आत्मीयता, एक महाकाव्य की विस्तृति एवं महत्वाकांक्षा है और यह श्रीलंकाई गृहयुद्ध की वास्तविक और अविस्मरणीय कहानी बताती है।' युद्ध पर 16 साल के शोध पर आधारित इस संस्मरण की कथाकार शशि हैं, यह युद्ध आम लोगों के घरों और दिलों में बसा हुआ है। वासुगी गणेशनाथन शशि की आंखों से दिखाती हैं कि कैसे यह लड़ाई किसी दूरवर्ती सीमा पर नहीं लड़ी गई बल्कि सड़कों, घरों, विश्वविद्यालयों और पुस्तकालयों, बाजारों और जंगलों में लड़ी गई थी। छिपने के लिए कोई जगह नहीं थी। काम और पढ़ाई करने के समान अवसरों के साथ तमिल भाषा और तमिलों को मान्यता देने और अपने प्रांत को स्वायत्तता देने की मांगों के साथ जो शुरू हुआ उसने अंततः लगभग एक लाख शवों की नदी और आठ लाख से अधिक विस्थापन का रूप ले लिया।

वर्ष 2009 में न्यूयॉर्क में लिखे गए, *ब्रदरलेस नाइट* की शुरुआत इस पंक्ति के साथ होती है: ममैंने हाल ही में अपने एक परिचित आतंकवादी को एक पत्र भेजा। कथाकार आगे कहती है, 'हम पहले नागरिक हुआ करते थे। आपको समझना होगा: वह शब्द आतंकवादी उस इतिहास के लिए बहुत साधारण है जिसे हमने जिया है — ... हम इस शब्द से शुरूआत करते हैं। लेकिन मैं वादा करती हूँ कि आप देखेंगे कि इसमें वो सब कुछ नहीं है जो हुआ था। जबकि अब मैं वो महिला नहीं हूँ जो हर दिन आतंकवादियों से मिलती थी, मैं चाहती हूँ कि आप यह भी समझें कि जब मैं वो महिला थी, जब मेरी दुनिया में दो आतंकवादी एक-दूसरे से मिले, तो उन्होंने पहले बस एक दूसरे से नमस्ते कहा था। ठीक उन्हीं दो लोगों की तरह जिन्हें आप जानते हैं या प्यार करते हैं।'



इन शब्दों का महत्व इस किताब को पढ़ने के बाद ही अधिक स्पष्ट हुआ; कुछ तस्वीरें भी स्पष्ट होने लगीं: बंदूकधारी आत्मघाती बम हमलावर अब परिवारों और सुरक्षित घरों के बीच आने लगे, सैनिक वर्दी में खड़े एलटीटीई कैडरों की पंक्तियाँ स्कूलों और संगीत एवं विश्वविद्यालय के पुस्तकालयों की याद दिलाने लगी, मंडपम और धनुषकोडी पहुंचने वाले शरणार्थियों की अनगिनत संख्या अब उन व्यक्तियों में बदल गई जिनके पास अपना जीवन और प्यार था। लेखिका की शानदार कथन शैली पाठक को आघात और मनोवैज्ञानिक तबाही की वास्तविकता को देखने के लिए प्रेरित करती है।

जब शशि हमें जाफना में अपने स्कूल और फिर मेडिकल छात्र के रूप में अपने जीवन के बारे में बताती है तो हम देखते हैं कि उसकी आशाएं और सपने उग्रवादियों की मांगों के अधीन हो जाते हैं। इससे पहले कि वह अपनी मेडिकल की डिग्री पूरी कर पाती उसे एक चिकित्सा क्लिनिक में घायल 'टाइगर्स' के साथ-साथ नागरिकों का इलाज़ करने के लिए बुलाया जाता है। क्रांति की 'बेटी' के रूप में और उस आंदोलन में उसके दो भाइयों के शामिल होने की वजह से उसके पास कोई विकल्प नहीं था। इसके अलावा वह एक भावी चिकित्सक के रूप में बीमारों और घायलों के इलाज के लिए अपनी नैतिक जिम्मेदारी से प्रतिबद्ध थी फिर चाहे वो कोई भी हो। समय के साथ वह उग्रवादियों, सरकारी

सैनिकों और आईपीकेएफ के सैनिकों के कार्यों को उनकी तमाम काली करतूतों के साथ देखती है, यहाँ तक कि उसे कोलंबो में तमिल विरोधी दंगों में पकड़े गए अपने प्यारे बड़े भाई की मौत का शोक मनाने का भी समय नहीं मिला। इसके साथ ही वह जिस लड़के से प्यार करती थी उसे धीरे-धीरे आंदोलन में शामिल होकर आईपीकेएफ का विरोध करते हुए भूख हड़ताल में अपनी जान देते हुए देखती है। उसे केवल 'के' नाम दिया गया। इस बीच उसे अपनी एनाटॉमी प्रोफेसर, डॉ अंजलि प्रेमचंद्रन के रूप में एक आदर्श गुरु मिलती है जो शुरू में तो इयक्कम (आंदोलन) का समर्थन करती है पर बाद में वह इसके अत्याचारों से निराश होकर इसकी एक निडर आलोचक बन जाती है और इसके साथ ही जातीय सैनिकों के खिलाफ साहसपूर्वक खड़ी होती है।

आप जाफना के लोगों की आवाजें सुनते हैं। व्यक्तिगत आवाज़ें, व्यक्तिगत आतंक, व्यक्तिगत त्रासदियां और शोक, युवाओं में उलझन, परिवारों का टूटना और बिखरना, रिश्तों को खोना, घर, बगीचे, पालतू जानवरों और दोस्तों की सुरक्षा की लालसा, विश्वास का टूटना, जीवन की अनिश्चितता, यहाँ तक कि खुशियाँ, सपने और हँसी... *ब्रदरलेस नाइट* यह सब आपके लिए लाती है। यह आम लोगों, महिलाओं, शिक्षकों, छात्रों, माताओं, दुकानदारों की कहानी को सहानुभूति के साथ बताती है।

चेन्नई में एक वीडियो रेन्टल जगह थी जहाँ हम नियमित रूप से जाते थे। यह एक श्रीलंकाई तमिल द्वारा चलाया जाता था और जब मैंने इस किताब में 'जाफना की आंखों' का संदर्भ पढ़ा तो मुझे उनकी आंखें याद आ गईं। जाफना की आँखें। वहीं मैं एक बार एक ऐसे व्यक्ति से टकराई जो मुझे बहुत परिचित लगा पर मैं उसे जानती नहीं थी। वह एलटीटीई के वैचारिक नेता, एंटोन बालासिंघम थे। हम गृहयुद्ध के करीब थे।

आप *ब्रदरलेस नाइट* में उनसे और कई अन्य परिचित लोगों से मिलेंगे। उन्हें अलग-अलग नाम दिए गए हैं लेकिन आप उन्हें पहचान लेंगे। उदाहरण के लिए 'के' को एलटीटीई के एक सैन्य नेता थिलीपन पर आधारित किया गया है, जो उग्रवादी कमान की उन मांगों का समर्थन करने के लिए भूख हड़ताल पर जाने के बाद मर गया था, जिनके लिए उन्हें लगा कि भारत श्रीलंका सरकार को झुकने के लिए मजबूर कर सकता है। वह अपने 24वें जन्मदिन से कुछ ही समय पहले मर गया था। अंजलि प्रेमचंद्रन, रजनी थिरानगामा (नी राजासिंघम) पर आधारित है, जो जाफना विश्वविद्यालय में एनाटॉमी की प्रोफेसर और एक मानवाधिकार कार्यकर्ता थी, एलटीटीई के अत्याचारों का विरोध करने की वजह से उनकी हत्या कर दी गई थी। वह 35 वर्ष की थीं।

महिला पुरस्कार वेबसाइट पर लेखिका के साथ एक साक्षात्कार में गणेशनाथन से पूछा गया कि उन्हें यह उपन्यास लिखने के लिए किसने प्रेरित किया। 'मैं जाफना में इस अवधि के दौरान रहने वाले दोस्तों और परिवार की कहानियों को सुनकर बड़ी हुई हूँ, वह कहती हैं। मैं विशेष रूप से उन महिलाओं की कहानियों से प्रभावित हुई जिन्होंने विषम परिस्थितियों में अपने परिवारों को सुरक्षित रखने के लिए काम किया। मुझे दी ब्रोकन पल्मायरा नामक एक नॉनफिक्शन किताब से भी प्रेरणा मिली जिसमें जाफना विश्वविद्यालय के चार तमिल प्रोफेसरों ने बहुसंख्यक सिंहली वर्चस्व वाले राज्य सुरक्षा बलों, भारतीय शांति सैनिकों और तमिल उग्रवादी समूहों द्वारा नागरिकों पर की गई हिंसा का दस्तावेजीकरण किया था।' उन प्रोफेसरों में से एक रजनी थिरानगामा थीं। *द ब्रोकन पलमायरा* में निम्नलिखित समर्पण है: 'स्वर्गीय डॉ रजनी थिरानगामा द्वारा व्यक्त की गई इच्छा को ध्यान में रखते हुए यह किताब उन युवक-युवतियों और साधारण बेजुबान लोगों को समर्पित है जिनका जीवन श्रीलंका के लोगों की अधूरी गाथा के दौरान बिना किसी उद्देश्य के बर्बाद हो गया।'

लेखन की चुनौतियों के बारे में लेखिका कहती हैं, '... इस किताब की अधिकांश स्रोत सामग्री हिंसक है और मैं उस हिंसा के भावनात्मक प्रभावों के बारे में लिख रही थी। इस किताब को लिखने की सबसे बड़ी चुनौती उस क्रूरता को बिना सनसनीखेज बनाए या उसकी सच्चाई में कोई कमी लाए बिना पूरी ईमानदारी से व्यक्त करना था। मुझे विरोधियों की कहानियों के साथ इसे संतुलित करना था।'

इन कन्वर्सेशन (21 जून, 2024) के लिए एक लेख में प्रोफेसर अंखी मुखर्जी कहती हैं कि बाल-सैनिक शोबशक्ति द्वारा लिखित उपन्यास *ट्रैटर,* अनुक अरुदप्रगासम द्वारा लिखित *द स्टोरी ऑफ ए ब्रीफ मैरिज* और शेहान करुणातिलका द्वारा लिखित *द सेवन मून्स ऑफ माली अल्मेडा* जैसे उपन्यास इस समय अवधि से संबंधित हैं पर इनमें से कोई भी महिलाओं की पीड़ा और उनके दुखदायी जीवन के बारे में बात नहीं करता मजिसे गणेशनाथन ने दुःख का देश कहा हैं। वे उस भयभीत और सशक्त प्रतिक्रिया को स्पर्श नहीं करते, जैसे कि शशि के पिता के लापता होने, उसके भाइयों को भ्रमित करके आंदोलन में घसीटने या कट्टरपंथी दोस्तों द्वारा उसके जीवन में लाए गए खालीपन पर शशि की प्रतिक्रिया को दर्शाना।

ब्रदरलेस नाइट पाठक को एक आरोपित और जटिल सत्य कथा के अपने सीधे प्रस्तुतीकरण के माध्यम से प्रभावित करती है।

> व्यक्तिगत आवाजें, व्यक्तिगत त्रासदियां और दुख, युवा लोगों के बीच भ्रम, घर और बगीचे और पालतू जानवरों और दोस्तों की सुरक्षा की लालसा... *ब्रदरलेस नाइट* यह सब सामने लाती है।

स्तंभकार बच्चों की लेखिका
और वरिष्ठ पत्रकार हैं।

एक स्वस्थ कदम की ओर

भरत और शालन सवुर

जो लोग इतिहास से नहीं सीखते वे गलतियाँ करते रहते हैं। यह एक प्रसिद्ध तथ्य है कि अधिकांश समय हम सफलताओं की बजाय अपनी गलतियों से अधिक सीखते हैं। यहाँ लार्सन एंड टूब्रो (एल एंड टी) से एक अनूठा सबक मिलता है जो हमें बताता है कि कभी-कभी दिए गए कार्य में कोई बहुत अच्छा भी हो सकता है।

1950 के दशक में प्रसिद्ध हॉलीवुड निर्देशक डेविड लीन ने एल एंड टी को एक पुल बनाने को कहा, जो उनकी क्लासिक वॉर मूवी *ब्रिज ऑन द रिवर क्वाई* (1957) का प्रमुख सेट बना। आप सोच सकते है कि एल एंड टी ही क्यों। हम शायद कभी नहीं जान पाएंगे। मगर शायद इसलिए क्योंकि यह उस स्थान (श्रीलंका, जिसे तब सीलोन कहा जाता था) के करीब था और सस्ता था क्योंकि भुगतान भारतीय रुपये में करना था। या शायद इसलिए कि उसे हर हाल में अंतिम दृश्य में नष्ट किया जाना था?

मगर क्लाइमेक्स अपने आप में एक विरोधाभास था। बम फटे मगर पुल नहीं टूटा। इसलिए पहले शॉट को रद्द कर दिया गया। उस स्थान पर मौजूद एल एंड टी की टीम ने एक बार फिर पुल पर काम करना शुरू किया। पुल को कमजोर करने के लिए हथौड़ों और सलाखों का इस्तेमाल किया गया। दूसरा शॉट सफल रहा। एल एंड टी ने एक सिद्धांत स्थापित किया: एल एंड टी जीवन भर के लिए निर्माण करता है। जैसे आपको करना चाहिए। अपनी आंतरिक रचना का ध्यान रखें।

अपनी नींव को मजबूत करें

वर्षों से एक कॉर्पोरेट के रूप में एल एंड टी ने बहुत बड़ी-बड़ी उपलब्धियाँ हासिल की है और एक बेहद ही सफल कंपनी बन गई और इसे भारत एवं विदेशों से बड़े और दीर्घकालिक अनुबंध प्राप्त होते रहे। इसने निवेशकों की एक नई और विविध नस्ल को आकर्षित किया और समय के साथ यह सभी प्रकार की साज़िशों और अधिग्रहण अभ्यासों का लक्ष्य बन गई। जब इस कंपनी पर अधिग्रहण का खतरा मंडरा रहा था तो एलएंडटी प्रबंधन ने अपने अभिनव कौशल के साथ आंतरिक दृष्टि का इस्तेमाल करके तेजी से कदम उठाएं। कंपनी ने अपने कर्मचारियों को शेयर वितरित किए। निश्चित रूप से कर्मचारियों के शेयरों और उनकी संख्याओं के साथ उनके समर्थन की वजह से संस्थापकों ने अपने हित की रक्षा की और एल एंड टी को शत्रुतापूर्ण अधिग्रहण से बचा लिया। एल एंड टी से मिला दूसरा सबक: अपने शरीर को मजबूत करने के लिए अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करें। रोकथाम, सुरक्षा और एहतियात इलाज से बेहतर होते हैं।

मजबूत कदम

आपके पैर आपके शरीर के सबसे लंबे और सबसे मजबूत हिस्से हैं। लेकिन उनकी भौतिक संरचना और उनके उपयोग पर आपको ध्यान देने की आवश्यकता है। जैसे-जैसे हम अपनी जीवन यात्रा में आगे बढ़ते हैं, उन पर हमारी निर्भरता बढ़ती जाती है और उम्र बढ़ने के साथ हमारे पैरों की मांसपेशियों और फाइबर कमजोर होने लगते है। अभी से अपने पैरों को चलायमान बनाए रखने की शुरुआत करना सर्वोत्तम विकल्प है। साइकिल चलाने और पैदल चलने

जैसे एरोबिक अभ्यासों, जिनके बारे में हम पहले ही अपने पिछले लेख में बात कर चुके है, के अलावा हमने इन अतिरिक्त अभ्यासों के माध्यम से अपने पैरों को अधिक मजबूत और लचीला बनाए रखा है। इसी तरह अपने पैरों को यथासंभव मजबूत रखें। व्यायाम करते समय श्वास अंदर लें और समाप्त करते वक्त साँस छोड़ें। इस चक्र को जारी रखें:

- अपनी बाईं ओर लेट जाएं, हथेलियां फर्श पर रखें। पैरों को फर्श के समानांतर रखें। अपने दाहिने पैर को ऊपर उठाएं। अपने बाएं पैर को छुए बिना इसे नीचे लाएं। 20 बार दोहराएं। अपने पैर के अँगूठे को बाहर की तरफ रखें। इसी तरह अपने पैर के अँगूठे को झुकाकर अभ्यास करें।
- उपरोक्त प्रारंभिक स्थिति पर वापस लौटें। अपने दाहिने घुटने को अपने शरीर की ओर मोड़ें। फिर अपने दाएं पैर को बाएं पैर के समानांतर सीधा फैलाएं। अपने दाहिने पैर को सीधा ऊपर उठाएं। फिर प्रारंभिक अवस्था में लौट आएं। 20 बार दोहराएं।
- अपने दाहिने पैर को दाहिने हाथ से पकड़ें और एड़ी को अपने नितंब से स्पर्श करें। एक मिनट तक इस स्थिति में बने रहें।
- अभी भी अपनी बाईं ओर लेटे रहें, फर्श पर अपनी बाईं हथेली का सहारा लें, दाहिने पैर को दाहिने हाथ से पकड़ें और इसे अपने बाएं पैर के सामने रखें। पैर के अँगूठे को बाहर की तरफ रखते हुए बाएं पैर को फर्श से एक इंच ऊपर उठाएं। अपने पैर के पंजे को झुकाकर इस व्यायाम को दोहराएं। सुनिश्चित करें कि बाएं पैर की आंतरिक जांघ छत की तरफ हो। 20 बार दोहराएं।

अब, फर्श पर अपनी दाहिनी ओर लेटकर इस व्यायाम के अनुक्रम को दोहराएं।

धीमी शुरुआत

नृत्य और दिसंबर एक साथ चलते हैं। लेकिन जरा एक पल के लिए रुकिए। वहाँ छोटे से डांस फ्लोर पर लोग अपनी-अपनी चीजें कर रहे हैं। *कुंग फू फाइटिंग* गाना बज रहा है। और लोग इधर-उधर उछल-कूद रहे हैं। लेकिन क्या उनका प्रदर्शन किसी फिल्म के लड़ाई के दृश्य से उधार लिया गया है? या यह एक नया नृत्य प्रारूप है?

इस बीच डांस फ्लोर पर एक गतिशील और कोरियोग्राफ की गई अराजकता है। संयुक्त राज्य अमेरिका में जॉन ट्रावोल्टा के *सैटरडे नाइट फीवर* के साथ डिस्को की मृत्यु हो गई। इसका थीम गीत *स्टेइन अलाइव* अब आपातकालीन सीपीआर करने वाले डॉक्टरों के लिए एक मौन संगीत सहायक के रूप में अनुशंसित है क्योंकि इसकी 103 बीट प्रति मिनट आवश्यक हृदय गति से मेल खाती है। मुझे पता है कि संगीत उपचार करता है। इसी तरह उसकी बीट्स भी उपचार करती है।

पेशेवर बैले नर्तक बहुत कम उम्र में इसे शुरू करते हैं। और जिमनास्ट साथियों की तरह वे 20 साल की कम उम्र से पहले ही रिटायर हो जाते हैं।

> **"आपके पैर आपके शरीर के सबसे लंबे और मजबूत अंग हैं। लेकिन उनके शारीरिक आकार और उपयोग पर आपका ध्यान देने की ज़रूरत है - ठीक वैसे ही जैसे आपके वाहन पर।**

उनमें से कई मबैले-फुट सिंड्रोमम के कारण ऐसा करते हैं। यह एक स्वास्थ्य जोखिम है जो स्वाभाविक रूप से उनके पंजे के ऊपर खड़े होने के कारण होता है। जेन फोंडा ने यह बात बहुत मुश्किल से सीखी। उन्होंने अपने तात्कालिक प्रेमी को प्रभावित करने के लिए बैले सीखा था और बाद में उन्हें बैले से प्यार हो गया। बैले के साथ उनका उतार-चढ़ाव भरा प्यार चलता रहा और इसके साथ वह अभिनय भूमिकाएं भी करती रहीं। उनकी चोट एक ऐसी दुर्घटना थी जो बस होने की प्रतीक्षा में थी। ऊँची एड़ी के जूते पहनकर वह एक फिल्म के दृश्य के लिए दौड़ रही थी। एक हेलीकॉप्टर का पीछा करने के लिए दौड़ते हुए यह अभिनेत्री गिर पड़ी और इस प्रक्रिया में उनका पैर फ्रैक्चर हो गया। यही कारण है कि हमने अपनी फ्लोर एक्सरसाइज को सुरक्षित रूप से धरती के समानांतर रखा है। इस तरह उनसे हमें चोट नहीं लगती और यह प्रभावी भी हैं।

अभिनेत्री से एक सबक: आधुनिक मतेजफनृत्य एक उच्च प्रभाव वाली गतिविधि है। यह कूल्हे, पैर और पैर के पंजों के जोड़ों को चोटिल कर सकता है। इसलिए ऊँची एड़ी के जूते भूल जाइए। बेहतर सस्पेन्शन के लिए स्नीकर्स पहनें। इसके अलावा इस तरह के नृत्यों में नियमित व्यायाम जैसे वार्म-अप की आवश्यकता होती है।

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

रो ई मंडल 3142

रोटरी क्लब थाना वेस्ट

रोटेरियन डॉ लकी कसाट ने झावेरी थानावाला स्कूल में 60 छात्रों और अभिभावकों के बीच बोलने और सुनने में अक्षम बच्चों के लिए जागरूकता पैदा करने के लिए नशामुक्ति पर एक वार्ता की।

Rotary PEOPLE OF ACTION

मंडल गतिविधियाँ

रो ई मंडल 3170

रोटरी क्लब गोकक

गोकक तहसीलदार मोहन बास्मे की उपस्थिति में शारीरिक रूप से अक्षम छात्रों को व्हीलचेयर वितरित की गई। इस परियोजना ने कर्नाटक के बेलगावी जिले के इस तालुक मुख्यालय में क्लब की सार्वजनिक छवि को ऊपर उठाया।

रो ई मंडल 3191

रोटरी क्लब रामानगरम

कर्नाटक के रामनगर तालुक के 25 सरकारी स्कूलों और मैसूरु जिले के बाइलाकुप्पे स्थित एक तिब्बती स्कूल के छात्रों को 5,000 से अधिक नोटबुक, शब्दकोश और जूते वितरित किए गए।

रो ई मंडल 3201

रोटरी क्लब कोयंबटूर ज़ेनिथ

मंडल महासचिव सुब्रमण्यम और ए जी राजन अरुमुगम ने कंजापल्ली गांव में एक पुस्तकालय (₹1.26 लाख) का उद्घाटन किया, जिससे यहां रहने वाले 4,500 से अधिक लोग लाभान्वित होंगे।

रो ई मंडल 3150

रोटरी क्लब बंजारा हिल्स हैदराबाद

सरकारी स्कूलों, संस्थानों और एचआईवी से प्रभावित 1,500 बच्चों को बारिश के दौरान भी कक्षाओं में भाग लेने के लिए छाते वितरित किए गए।

रो ई मंडल 3234

रोटरी क्लब मद्रास ट्रेडिशनल

तीन स्कूलों - श्रीमती के सुगनीबाई सनातन धर्म गर्ल्स हायर सेकेंडरी स्कूल, गणेशबाई गलाडा गर्ल्स हायर सेकेंडरी स्कूल और द टी टी वी हायर सेकेंडरी स्कूल - के 72 छात्रों को ₹2.31 लाख की छात्रवृत्तियां दी गई।

रो ई मंडल 3261

रोटरी क्लब रायगढ़ रोयाल

अग्रोहा धाम में नवरात्रि के नौवें दिन गरबा का आयोजन किया गया, जिसमें बॉलीवुड गायिका सुमेधा करमाहे ने मुख्य प्रस्तुति दी। राज्य के मंत्री ओ पी चौधरी ने नृत्य विजेताओं को पुरस्कार दिए। लकी ड्रॉ निकाला गया।

वी मुत्तुकुमारन द्वारा संकलित

मंडल दीआरएफ योगदान

स्रोत: रो ई दक्षिण एशिया कार्यालय

वार्षिक कोष (AF) में SHARE, फोकस के क्षेत्र और विश्व कोष शामिल हैं। पोलियोप्लस में बिल और मेलिंडा गेट्स फाउंडेशन शामिल नहीं है।

अक्टूबर 2024 तक

(अमेरिकी डॉलर में)

मंडल संख्या	एनुअल फण्ड	पोलियो प्लस फंड	एंडोमेंट फण्ड	अन्य निधि	कुल योगदान
2981	40,403	5,481	0	38	45,921
2982	25,755	4,033	10,421	13,031	53,240
3000	16,410	2,671	1,000	243,107	263,188
3011	34,433	4,980	26,238	382,487	448,139
3012	1,017	151	1,500	97,500	100,168
3020	44,768	8,862	21,000	4,857	79,487
3030	8,972	350	2,000	23,000	34,322
3040	1,899	90	0	15,717	17,707
3053	21,211	300	0	0	21,511
3055	17,806	1,515	2,071	60,050	81,442
3056	3,592	93	60	133	3,877
3060	96,418	5,683	1,299	67,783	171,182
3070	9,514	582	0	0	10,096
3080	10,059	4,792	17,384	9,561	41,796
3090	7,563	56	0	0	7,619
3100	15,819	2,614	0	11,902	30,335
3110	7,307	623	0	91,659	99,589
3120	18,869	100	8,337	0	27,307
3131	253,060	4,769	13,000	63,463	334,292
3132	25,018	1,716	0	4,569	31,303
3141	260,632	21,098	77,000	974,093	1,332,822
3142	248,753	14,495	7,560	135,946	406,755
3150	55,226	10,018	7,250	295,119	367,613
3160	1,968	1,113	0	5,787	8,868
3170	27,613	17,720	2,000	58,566	105,898
3181	28,333	5,158	0	0	33,492
3182	14,571	1,574	0	0	16,145
3191	20,182	2,283	0	1,323	23,788
3192	47,911	1,511	1,000	22,976	73,398
3201	46,868	18,555	3,190	79,150	147,764
3203	21,912	5,400	15,000	4,690	47,003
3204	6,769	2,361	0	0	9,131
3211	11,886	3,081	0	9,398	24,364
3212	123,274	11,254	1,000	105,483	241,011
3231	11,695	3,857	31,238	10,000	56,790
3233	7,845	7,701	0	160,983	176,528
3234	48,311	21,235	21,459	467,063	558,068
3240	92,793	18,843	36,000	13,870	161,507
3250	114,181	3,351	1,000	20,115	138,646
3261	1,068	258	0	5,205	6,531
3262	7,674	668	0	0	8,342
3291	65,432	5,937	17,500	6,514	95,383
3220 Sri Lanka	32,009	2,619	4,052	3,975	42,656
3271 Pakistan	7,814	20,036	0	6,300	34,150
3292 Nepal	40,494	18,869	30,001	47,833	137,198
63 (former 3272)	250	328	0	0	578
64 (former 3281)	1,875	1,715	1,000	1,050	5,640
65 (former 3282)	371	723	0	0	1,094

*** Undistricted**

पारदर्शिता ही विश्वास बढ़ता है।

यह रिश्तों को मजबूत करता है और

स्वस्थ संघ व जिले बनाता है।

रोटरी या सार्वजनिक कार्यक्रमों के लिए
धन जुटाते समय

जिम्मेदारी से कार्य करें

और खुले तौर पर बैंक खाते का
विवरण और बिल साझा करें।

ईमानदारी

एक रोटेरियन के चरित्र की
आधारशिला है।

आपकी सेवा में,
रोटेरियन. ए.के.एस. डॉ. के. श्रीनिवासन,
रोटरी तिरुचिरापल्ली,
RID 3000, Zone 5

ADVT.

पुरानी दिल्ली की बिसरी यादें

LBW

टीसीए श्रीनिवासा राघवन

1958 से दिल्ली में रहते हुए, मेरे पास इसकी कुछ बहुत अच्छी यादें हैं, लगभग 40 साल पहले इसके गैस चैंबर बनने से पहले की। बहुत कम लोग अब दिल्ली को उस तरह याद करते हैं जैसी वह 1982 के एशियाई खेलों से पहले थी। उन खेलों ने ग्रामीण वातावरण और नौकरशाही वाली पुरानी दिल्ली को एक उन्नतिशील नगर में बदल दिया और तब से लेकर आज तक इसका फलना-फूलना बंद नहीं हुआ है। दिल्ली की तय आबादी आज साढ़े तीन करोड़ के आसपास है। प्रत्येक वर्ष लगभग एक करोड़ लोग इसमें आते-जाते हैं। 1980 में दिल्ली के आसपास के गुड़गांव और नोएडा जैसे हरियाणा और उत्तर प्रदेश के क्षेत्रों में रहने वाली आबादी मुश्किल से 70 मिलियन थी, जिनमें से ज्यादातर ग्रामीण थे। वैसे, इंदिरा गांधी का फार्महाउस दिल्ली के दक्षिण-पश्चिमी बाहरी इलाके में था। आज यह दक्षिण मध्य है। उन सभी ग्रामीण क्षेत्रों को राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र नामक एकल विषैले क्षेत्र में मिला दिया गया है और अब वे पूरी तरह से शहरी हैं। एन सी आर इतना विशाल है कि जब आप दिल्ली में उड़ान भरते हैं तो आप देख सकते हैं कि इस क्षेत्र में प्रदूषण 15,000 फीट तक बढ़ रहा है और सभी दिशाओं में 200 मील तक फैला हुआ है। इसका मुख्य कारण यह है कि 1980 में मुश्किल से एक लाख मोटर चालित वाहन थे। आज लगभग तीन मिलियन हैं।

1980 के दशक की शुरुआत तक दिल्ली की दो उत्कृष्ट विशेषताएं थीं: साफ नीला आसमान और स्वच्छ हवा, दोनों ही मुफ्त थे; और कुछ अद्भुत रेस्तरां भी थे जो मुफ्त नहीं थे। आकाश अभी भी वहीँ है लेकिन यह भूरा-पीला है, नीला नहीं है। पुराने रेस्तरां में से अभी भी कुछ मौजूद हैं, लेकिन वे अपने ही पुराने स्वरुप की छाया मात्र बनकर रहे गए हैं, यहां तक कि पुराने लोग भी वहाँ नही जाते जो अपनी निजी यादों को संजोकर रखते हैं और उनके बारे में बहुत कम बात करते हैं। भोजन, आख़िरकार, आपको कई तरीकों से परेशान कर सकता है। पुरानी यादें और भी तीव्र तब होती हैं यदि आप अपनी गर्लफ्रेंड को इन रेस्तरां में ले जाते हो और कभी-कभार उनसे बिल का भुगतान करवाया हो।

इनमें से एक लड़की ने मुझे दिल्ली के पुराने रेस्टोरेंट की कुछ पेंटिंग्स की फोटो भेजी। इनसे बहुत सी चटपटी यादें ताज़ा हो गई। बेंगर की पेस्ट्री। निरुला का पिज्जा। डी पॉल का ठंडा दूध। करीम के कबाब। मोती महल का तंदूरी भोजन। और भी बहुत कुछ।

उन दिनों लगभग सभी रेस्तरां पंजाबियों द्वारा चलाये जाते थे जो विभाजन के बाद आए थे। आज जिसे हम मुगलई भोजन के नाम से जानते हैं उसका अविष्कार इन्ही पंजाबियों ने किया था। इस भोजन की मुख्य विशेषता बहुत सारा तेल, सफेद मक्खन और क्रीम थे। यह पूरी तरह स्वादिष्ट होता था, और इसका स्वाद और भी बेहतर लगता था क्योंकि उन दिनों कोई भी कोलेस्ट्रॉल, एलडीएल और इस तरह की बीमारियों की परवाह नहीं करता था। भोजन और दवा की हमारे दिमाग में अलग-अलग जगह होती थी और हर निवाला जो हम अपने मुंह में डालते थे, वह अपराध बोध को जन्म नहीं देता था। और यहीं बात हमारे माता-पिता और दादा-दादी के बारे में भी सच थी। वे जी भरके खाते थे और प्रसन्नता से इस दुनिया से जाते थे।

इन रेस्टोरेंट में साफ-सुथरे शौचालय भी थे। उन दिनों में सार्वजनिक शौचालय नहीं होते थे, पुरुष एक पेड़ के पीछे या दीवारों पर या फिर एक खड़ी बस के पीछे हल्का होते थे। लेकिन महिलाओं के लिए कोई भी व्यवस्था नहीं थी और ये रेस्तरां उन महिलाओं के लिए भगवन के वरदान जैसे थे। आप अंदर गए, लगभग दो रुपये में एक कोक और चिप्स का ऑर्डर दिया और शौचालय का इस्तेमाल किया। कुछ में एयर कंडीशनिंग भी होते थे।

इन पुराने रेस्तरां का सबसे बड़ा लाभ यह था कि उनके पास बिना एस टी डी लॉक वाले ट्रंक डायलिंग फोन होते थे। ये फ़ोन 1980 के दशक में आए थे। ये रेस्तरां आपको यह सोचकर दो रुपये की भारी कीमत पर कॉल करने देते थे कि कॉल स्थानीय होगा। लेकिन वे यह नहीं देख पाते थे कि आप कहां डायल कर रहे थे, जो भारत में कहीं भी हो सकता था। और आप जब तक चाहें तब तक बात कर सकते थे। मैं ऐसे धोखे देने में माहिर था। लेकिन मैं हमेशा एक अच्छी टिप छोड़ता था। ऐसा करना उचित भी था।■

THE MAGIC OF ROTARY

Rotary District 3212

ROTARY KARMAVEERAR KAMARAJAR HEART CARE BUS

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

Rotary International District 3212 shares the vision of 'Karmaveerar Bharat Ratna K.Kamarajar' in uplifting the quality of life in rural Tamilnadu. Rotary Heart Care bus takes the privilege to serve the underprivileged villages and towns to take Heart Check-ups and save their lives by availing due medical treatment for heart problems. **Thanks to Kauvery Hospital, Tirunelveli.**

HEART CARE BUS FEATURES

- Digitalized BMI Vital Screening
- Electro Cardiogram (ECG)
- Echo Cardiogram
- Defibrillator
- Physician Consultation
- Telemedicine Consultation

HEART CAMP DETAILS as on 11.11.2024

No.of Beneficiaries	3,052

No.of ECG Done	No.of ECHO Done	No.of Patients Referred to Hospital
1445	753	183

GG- 2341081

International Partners: Rotary Club of LAS VEGAS WON

RID District 5300

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

International Partner
PDG.Rtn.Chehab El Awar

LEKHA ads/ Dec 24/ Rotary

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

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.

RJ MANTRA ENGLISH SCHOOL

IDHAYAM RAJENDRAN CHARITIES, AFFILIATED TO CISCE-TN 082, VIRUDHUNAGAR

ADMISSIONS OPEN 2025-2026

EVERY CHILD DESERVES A CROWN

JUST LIKE OUR MANTRITES

94890 67789
89036 60689

admin@rjmantra.com

www.rjmantra.com

ADVT.