ॐकार फाउण्डेशन ट्रस्ट

वर्ष-3 अंक : 29
सहयोग शुल्क : रु.1 | मई: 2019

दिव्यांग सेतु

संपादक : - संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई

दिव्यांगजनों के लिए काम करती संस्थाओं के लिए
मेरे हृदय में हमेशा से आदर रहा है |

- प्रधानमंत्री, नरेन्द्र मोदी

श्रेष्ठ होना कोई कार्य नही बल्कि हमारी आदत है
जिसे हम बार बार करते है |

- संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई

निरामय हेल्थ पॉलिसी

पात्रता

- केन्द्र सरकार द्वारा चलाई जा रही यह पॉलिसी सेरेब्रल, पाल्सी, ऑटिज्म, मेन्टल रिटार्डेशन, मल्टिपल डिसेबिलिटीसे असरग्रस्त दिव्यांगो को मिल सकती है।
- ४०% अथवा उससे अधिक दिव्यांगता से असरग्रस्त व्यक्ति को इस पॉलिसी का लाभ मिल सकेगा।
- रू. २५०/- बी.पी.एल. एवं रु.५००/- ए.पी.एल. दिव्यांगो के लिए सिंगल प्रीमियम

लाभ

रु. १,००,०००/- तक का इंश्योरेंस मिल सकता है।
(निर्धारित किए हुए फंड के अनुसार)

यह प्रीमियम ॐकार फाउन्डेशन द्वारा भरा जाएगा

आवेदन-पत्र के साथ जमा किए जाने वाले प्रमाण-पत्र/दस्तावेज

सिविल सर्फर का दिव्यांगता दर्शाता प्रमाण-पत्र

(ऊपर बताई गई चार बीमारियों में से किसी भी एक का उल्लेख प्रमाण-पत्र में जरुरी है)

- वर्तमान की पासपोर्ट साइज़ फोटो
- राशनकार्ड की प्रमाणित कोपी
- निवास स्थान का प्रमाण (राशनकार्ड अथवा वोटिंग कार्ड)
- बी.पी.एल. कार्ड (यदि बी.पी.एल. में आते हैं तो)
- बैंक पासबुक की फोटो कोपी (बैंक ISFC कोड के साथ)

संपादकीय

दरिया हो या पहाड़ हो टकराना चाहिए
जब तक न साँस टूटे जिए जाना चाहिए

यूँ तो क़दम क़दम पे है दीवार सामने
कोई न हो तो ख़ुद से उलझ जाना चाहिए

- निदा फ़ाज़ली

दिव्यांग सेतु के प्रिय पाठकों,

आपका इस पत्रिका के प्रति स्नेह देखकर मन भावविभोर हो रहा है। हम हर महीने कुछ न कुछ नयापन लाने की कोशिश करते रहते है। इस बार भी हमने कुछ अनोखी माहिती आपके सामने प्रस्तुत की है। आशा है की आप जरूर सराहेंगे।

प्रस्तुत अंकमें हमने मल्टीपल स्क्लेरोसिस नामक बीमारी के बारे में जानकारी उपलब्ध कराई है। यह एक काफी गंभीर बीमारी है। हम आशा करते है की यह सब जानकारी हमारे दिव्यांग भाई-बहनों को उपयोगी होगी।

दिव्यांग ताकत को और मजबूताई की ओर ले जाने के संकल्प के साथ, धन्यवाद प्रार्थी।

दिव्यांग सेतु

मासिक पत्रिका

मई : 2019, पृष्ठ संख्या : 16
वर्ष : 03 अंक : 29

प्रेरणास्त्रोत और संपादक

संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई

सह-संपादक

मिहिरभाई शाह

मो. 97241 81999

संपर्क-सूत्र

सेवा समर्पण फाउण्डेशन

ॐकार फाउण्डेशन ट्रस्ट (NGO)

Trust Reg. No. : E/20646/Ahmedabad

०१, ग्राउण्ड फ्लोर, आंगी एपार्टमेन्ट,

अन्नपूर्णा पार्टी प्लाट के सामने,

नया विकासगृह रोड, पालडी,

अहमदाबाद - ३८०००९

(मो.) 99749 55365, 9974955125

मुद्रक

प्रिन्ट विज़न प्रा. लि.

आंबावाडी बाज़ार, अहमदाबाद-6

079 26405200

वॉइस टू दिव्यांग

निरामया हेल्थ पोलिसी पर हुई मीटिंग

१६ मार्च, २०१९ को स्टेट नोडल एजन्सी सेन्टर, खोडियार एज्युकेशन ट्रस्ट, महेसाणा द्वारा नेशनल ट्रस्ट में रजिस्टर्ड राज्य की तमाम संस्थाओ की मीटिंग का आयोजन नेशनल इंस्टिट्यूट फॉर को.ओपरेटिव मेनेजमेंट, गांधीनगर में किया गया। यह सभी मानसिक दिव्यांग, ऑटिज़्म, सेरेब्रल पाल्सी और मल्टिपल डिसेबीलीटी जैसी समस्याओ के लिए कार्य करती है। इसके तहत संस्थाए अलग-अलग योजनाएँ एवं लोकल लेवल कमिटी एवं निरामया हेल्थ पालिसी का ज्यादा से ज्यादा फायदा प्राप्त करे उस विषय पर निर्देशन दिया गया।

इस राज्य स्तर की मीटिंग का आयोजन सामाजिक न्याय अधिकारिता विभाग, गांधीनगर के अग्रसचिव श्रीमान मनोज अग्रवाल की अध्यक्षता में हुआ। मीटिंग में नेशनल स्तरीय योजनाओ की समीक्षा की गई एवं इस योजनाओ से ज्यादा से ज्यादा दिव्यांगजनों को लभान्वित करने की बात हुई।

इस सेमीनार में नेशनल ट्रस्ट, नइ दिल्ली के बोर्ड ऑफ़ मेम्बर श्रीमती पूजाबेन पटेलने उपस्थित रहकर निर्देशन दिया। स्टेट नोडल एजन्सी सेन्टर, खोडियार एज्युकेशन ट्रस्ट, महेसाणा के प्रोजेक्ट डायरेक्टर श्री विष्णुभाई चौधरीने प्रेसेंटेशन के द्वारा सभी संस्थाओ को माहिती प्रदान की। कार्यक्रम में नियामकश्री एच.एन.ना, नाचिया, समाज सुरक्षा विभाग, गुजरात राज्य, गांधीनगर, पूर्व कर्नलश्री वि.के.गौतम, प्रमुख ऑल इण्डिया नेशनल एसोशिएशन फॉर दी ब्लाइंड, पूर्व कमिश्नर अशक्तता आयोग गुजरात सरकार के श्री भास्करभाई महेता, उपप्रमुखश्री गंगारामभाई पटेल, परिवार, गुजरात, श्री भानुप्रसादभाई, साधना पेरेन्ट्स एसोसिएशन, गांधीनगर जैसे महानुभाव उपस्थित रहे थे।

MEETING
IZATION UNDER
L TRUST
2019
nar Hall,
perative Managment
Gadhinagar.
D BY
CENTER, GUJARAT
TION TRUST

EETING
ATION UNDER
TRUST
19
Hall,
rative Managment
hinagar.
ITER, GUJAR

STATE LEVEL MEETING
REGISTERED ORGANIZATION UNDER
THE NATIONAL TRUST
16th March 2019

वर्ल्ड ऑटिज़्म डे का उत्सव

२ एप्रिल, २०१९ के दिन **'ॐकार दिव्यांग डे-केर ट्रेनिंग सेन्टर'** के बच्चे एवं उनके माता-पिता के साथ स्कूल में वर्ल्ड ऑटिज़्म डे का उत्सव मनाया गया। संस्था के २ विद्यार्थी जय बारोट एवं धनश्री पाठक का उनके ही माताओं के द्वारा पुष्पगुच्छ देकर सम्मान किया गया। संस्था की तरफ से सभी बच्चों एवं माता-पिता को नाश्ता दिया गया। सभीने काफ़ी उत्साह के साथ कार्यक्रम में हिस्सा लिया।

आपबीती - कविता की जुबानी

मल्टीपल स्क्लेरोसिस हमारे लिए सिर्फ एक गंभीर बीमारी का नाम है उससे ज्यादा कुछ नहीं। शायद हम में से ज्यादातर लोगो ने तो आज से पहले कभी इस बीमारी का नाम सुना भी नहीं होंगा। पर मेरी एक सहेली कविता, जो उदयपुर (राजस्थान) से है, ने स्वयं इस बीमारी का सामना किया है। एमएस पर लेख लखते हुए महसूस हुआ कि कितना अच्छा होगा यदि कविता अपने अनुभवों को 'दिव्यांग सेतु' के पाठको के साथ शेयर करे। यह सोचकर जैसे ही मैंने इसके बारे में बात की, वो एकदम तैयार हो गई। तो आइए सुनते है, कविता के एमएस होने के बाद के अनुभव (एमएस होने के लगभग ६ वर्षो बाद आज कविता एकदम सामान्य जिंदगी जी रही है।), उन्ही की जुबानी।

मुझे एमएस होने का पता लगभग ६-६१/२ वर्ष पूर्व चला। शुरुआत में, तक़रीबन मार्च २०१३ में, मुझे हाथों एवं पैरो में सिहरन का अनुभव हुआ। लगातार १०-१५ दिनों तक ऐसा होने की वजह से मैंने उदयपुर में ही डाक्टर को दिखाया। उदयपुर में प्रारंभिक जांचमें ज्यादा निदान नहीं होने के कारण, मुंबई में विस्तृत जांच एवं डॉक्टरी परामर्श के बाद 2 एप्रिल २०१३ को मुझे एमएस होने की पुष्टि हुई। तब तक मेरे शरीर के दाहिनी ओर की तरफ की सारी चेतनाऍं ख़तम हो चुकी थी, सिर्फ रचनात्मक चेतना ही बाकी थी। मुझे अच्छे से याद है वो दिन जब डॉक्टरने मुझे एमएस होने की पुष्टि करी थी, मैं बुरी तरह से घबरा गई थी, क्योंकि इसके पहले ये नाम मैंने कभी सुना भी नहीं था। फिर मैंने गूगल पर एमएस के बारें में पढ़ा। डॉक्टर ने मुझे interferom नामक दवाई लेने को कहा, जो हफ्ते में एकबार लेनी होती है। पर जब मैंने गूगल पर interferom के बारे में पढ़ा तो मुझे उसके बहुत से दुष्प्रभावों के बारें में पता चला जैसे बुखार रहना, प्रतिरक्षा प्रणाली का कमजोर पड़ना इत्यादि और मैंने तय किया की चाहे कुछ हो जाये पर मैं यह दवाई नहीं लूँगी। इन सब हालातो के चलते मुझे बहुत डिप्रेशन रहने लगा था पर फिर मैंने खुद को संभाला। खुद से ही कहा की मैं इतनी आसानी से इस बीमारी से हार नहीं मान सकती, मुझे इसे जीतना ही होगा।

फिर इलाज के साथ साथ ही मैं अगले दो महीने रोज फिजियोथेरपी के लिए गई, और व्यायाम करके अपने senses को फिरसे प्राप्त किया। मुझे इलाज के दौरान पहले पाँच दिन पहले steroid ड्रिप के द्वारा और फिर ओरल दवाइयों के द्वारा दिए गए। जो दवाईयाँ चल रही थी उन सबमें स्टिरोइड्स की होने की वजह से मुझे लगा की मुझे मेरे शरीर को detoxification करने की ज़रूरत है। उन्ही दिनों मैंने कही पढ़ा था की detoxificate के लिए आयुर्वेद में 'पंचकर्म' लेना सबसे अधिक असरदायी होता है तो उसके लिए मैं तीन हफ्तों के लिए लोनावाला स्थित "कैवल्यधाम" आयुर्वेदिक उपचार केन्द्र में गई। वहाँ पंचकर्म लेकर योगा ध्यान इत्यादि करके मुझे बहुत ही अच्छा महसूस हुआ। मुझे अपनी खोई हुई शक्ति फिर से महसूस होने लगी।

अपने इसी इलाज के दौरान मुझे कोच्ची, केरल में सिर्फ एमएस रोगियों के लिए चलाये जा रहे आश्रम 'Ayush Prana' एवं उसके संस्थापक Dr.Prasanth के बारे में भी पता चला। Dr. Prasanth के बारे में ये भी पता चला की उन्होंने एमएस पर बहुत से अनुसंधान किए है, एमएस रोगियों के लिए एक खास तरह का तेल भी बनाया है और वे सिर्फ एमएस रोगियों का ही इलाज करते है। करीब १०० वर्षो पूर्व इस आयुर्वेदिक थेरपी की शुरुआत Dr.Prasanth के परिवार में हुई थी और तब से लेकर अब तक विश्वभर के बहुत से एमएस रोगी उनके उपचार से ठीक हुए है। यह सब जानकर मैंने भी वहाँ जाने का निर्णय लिया।

फिर मैं कोच्ची, केरल से २५ की.मी. दूर पेरियार नदी के किनारे झालीथोड गाँवमें स्थित 'Ayush Prana' आश्रम, जिसे एमएस आश्रम के नाम से भी जाना जाता है, गई। वहाँ में करीब ढाई-तीन महीने रही। वहाँ एमएस के इलाज के लिए तीन साल का कोर्स है, जहाँ हर दस महीनों में आपको कम से कम दो महीनों के लिए वही रहना होता है, समयावधि आपकी बीमारी की गंभीरता के अनुसार कम ज्यादा हो सकती है। वहाँ आपको दिन भर के दौरान आपकी बीमारी के लक्षणों के अनुसार अलग-अलग आयुर्वेदिक दवाइयाँ, थैरपीज़, औषधीय तेल से मसाज दी जाते है। एक खास तरह का इलाज 'शिरोवस्थी' होता है जिसमे हर्बल ऑईल को आपके सिर पर ६०-१२० मिनिट तक रखा जाता है। यह एमएस अथवा किसी भी दूसरी न्यूरो समस्या के लिए प्राथमिक एवं बेहद असरकारक उपचार है।

मैं अपनी पिछले तीन वर्षो के इलाज की अवधि के दौरान 'Ayush Prana' में विश्वभर के बहुत से एमएस रोगियों से मिल चुकी हूँ जो इस उपचार से बेहद संतुष्ट है। मैं स्वयं भी उपचार से बहुत ही संतुष्ट हूँ। पिछले चार सालों से मुझे एमएस का कोई अटैक नहीं आया है। एमएस होने के बाद सेहतमंद रहने के लिए आपको खाना-पीना, रहने का तरीका सब बदलना पड़ता है, जिससे आपको जल्दी ठीक होने में और दौरों की पुनरावृत्ति न होने में बहुत मदद मिलती है।

मेरा एमएस रोगियों को यही मशवरा है की जिंदगी में कभी भी किसी भी बात का तनाव ना रखे। और अपनी जिंदगी सिर्फ दूसरों को खुश रखने के लिए ही नहीं, वरन अपनी स्वयं की ख़ुशी के लिए भी जिए। एमएस होना आपकी दुनिया का अंत नहीं, मैं अपने उपचार के दौरान विश्व के प्रत्येक स्थान के निवासियों से मिल चुकी हूँ और वे सब एमएस होने के बावजूद भी अपनी जिंदगी में कुछ न कुछ रचनात्मक कार्य कर रहे है और खुश है। आपका इलाज भी तभी कारगर सिद्ध होगा जब आप तनावरहित रहेंगे।

-ज्योति मोलासरिया धुप्पड

वॉइस टू दिव्यांग

दिव्यांग हैं अक्षम नहीं, बूथ संख्या 269 पर दिव्यांग कर्मी निभा रहे जिम्मेदारी

चुनाव शुरू होते ही सरकारी विभागों के कर्मचारियों में मतदान कार्मिक की ड्यूटी से बचने के लिए लोग जोर-जुगाड़ लगाने लगते हैं और कई तो पहुंच के चलते साफ तौर बच निकलते हैं। इन सबके बीच संसदीय क्षेत्र हरदोई के शहर के बूथ संख्या-269 पर दिव्यांगकर्मी मतदान करा रहे हैं।

जिला निर्वाचन अधिकारी डीएम पुलकित खरे ने बताया कि शहर के आरआर इंटर कालेज के बूथ संख्या-269 को दिव्यांग बूथ नाम दिया गया है। दिव्यांग बूथ पर पीठासीन अधिकारी से लेकर अन्य सभी कार्मिक दिव्यांग श्रेणी के तैनात किए गए हैं। बताया कि बूथ पर कुल 1261 मतदाता पंजीकृत हैं। बूथ का नाम दिव्यांग दिया गया है, जबकि वहां पर सभी मतदाता मतदान करेंगे और मतदान की प्रक्रिया को दिव्यांग कार्मिक संपन्न कराएंगे।

रविवार को पोलिंग पार्टियों की रवानगी के चलते आरआर इंटर कालेज में प्रशासन ने ईवीएम, वीवीपैट एवं स्टेशनरी वितरण से लेकर अन्य व्यवस्थाओं को वहीं पर जुटाया गया था। ऐसे में दिव्यांग पोलिंग पार्टी को बूथ तक पहुंचने के लिए कोई सफर भी तय नहीं करना पड़ा। वहां पर पीठासीन अधिकारी के तौर पर गोविंद नारायण, मतदान अधिकारी प्रथम के रूप में डाल चंद्र, मतदान अधिकारी द्वितीय के रूप में पिंकी गुप्ता एवं मतदान अधिकारी तृतीय के रूप में जगपाल की ड्यूटी लगी है। बीएलओ के रूप में विजय लक्ष्मी लगाई गई हैं।

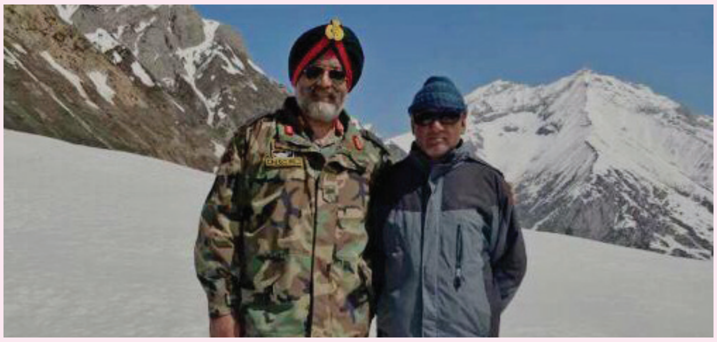
विपरीत परिस्थियों में दिव्यांग का साहसिक कदम

कश्मीर घाटी को लद्दाख क्षेत्र से जोड़ने वाले 434 किलोमीटर लंबे श्रीनगर-लेह राजमार्ग को रविवार को यातायात के लिए खोल दिया गया। इस मौके पर भारतीय सेना ने तुला नाम के एक दिव्यांग व्यक्ति को विशेष रूप से धन्यवाद दिया। डोजर ड्राइवर तुला ने इस राजमार्ग पर आने वाले खतरनाक जोजिला दर्रे पर विपरीत परिस्थितियों में काम किया है। तुला 4 साल से अपने काम में जुटे हुए थे। तुला की कमजोरी भी उनके काम में बाधा नहीं बन सकी। सामरिक दृष्टि से अहम इस राजमार्ग को बर्फबारी के कारण दिसंबर में बंद किया गया था। कम बर्फबारी के चलते करीब 5 महीने बाद ही इसे खोल दिया गया है।

45 वर्ष के तुला सुन या बोल नहीं सकते, लेकिन उसके काम करने के जज्बे को सेना ने भी सलाम किया है। इस मूक योद्धा ने यह सुनिश्चित किया कि वह और उनकी टीम जोजिला दर्रे के काम को समय से पूर्व पूरा करे। यह उनके लिए एक चुनौती भी थी। तुला का एक फोटो भी ट्विटर पर शेयर किया गया, जिसमें तुला के कामों की प्रशंसा की गई है। लेफ्टिनेंट जनरल केजेएस ढिल्लो ने तुला के काम की प्रशंसा की। उन्होंने कहा कि तुला हम सभी के लिए प्रेरणा है।

चिनार कोर विशेष रूप से किए गए कार्यों के लिए तुला और उनकी टीम के लिए आभारी थी। उद्घाटन के अवसर पर तुला और उनकी टीम को सभी के लिए प्रेरणा बताया। उन्होंने कहा कि ज़ोजिला दर्रे के कार्य को तेजी से पूरा करने के लिए आपको और आपकी टीम को मेरा सलाम।

ज़ोजिला दर्रा सामरिक रूप से भी महत्वपूर्ण है, क्योंकि यहां से होकर लद्दाख क्षेत्र और कश्मीर घाटी के बीच का राजमार्ग समुद्र तल से 11,575 फुट की ऊंचाई पर गुजरता है। राजमार्ग की पूरी लंबाई 434 किलोमीटर है और सर्दियों के महीनों में भारी बर्फबारी के कारण इसे चार महीने के लिए बंद कर दिया गया था। आम नागरिकों के साथ ही सैन्य वाहन भी इस राजमार्ग का प्रयोग करते हैं। ज़ोजिला दर्रा पूरे सड़क नेटवर्क का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है।



मयूर: हौंसलों की ऊँची है उडान

अगर कुछ करने की जिद हो तो नामुमकिन कुछ भी नहीं। इस वाक्य को चरितार्थ कर दिखाया है भाईंदर के अभिनव महाविद्यालय में अकाउंट के प्राध्यापक मयूर दुमासिया ने। मयूर बचपन में एक ट्रेन हादसे में अपना दाहिना हाथ गवां चुके हैं। हालांकि इस हादसे ने उनके हौसलों को डिगने नहीं दिया। उनके हौसले तमाम सामान्य लोगों से कहीं ऊंचे हैं। मयूर इंडिया गेट से गेटवे ऑफ इंडिया तक की साइकल यात्रा पर निकले हैं। वह गणतंत्र दिवस के मौके पर अपने गंतव्य गेटवे ऑफ इंडिया पहुंच जाएंगे।

15 दिन में 1600 किलोमीटर का सफर

मयूर बताते हैं कि वह 15 दिन में 1600 किलोमीटर का सफर तय करेंगे। मयूर ने अपनी यात्रा 11 जनवरी को दिल्ली के इंडिया गेट से शरू की थी और पांच राज्यों से होते हुए 26 जनवरी को मुंबई के गेटवे ऑफ इंडिया पर पहुचेंगे। इस यात्रा के दौरान मयूर दिल्ली, हरियाणा, राजस्थान, गुजरात होते हुए 26 जनवरी की सुबह मुंबई पहुचेंगे।

जागरूकता के लिए यात्रा

इस साइकल यात्रा के आयोजक एम्पल मिशन के फाउंडर अनिल मुरारका बताते हैं कि मयूर लोगों के लिए एक प्रेरणा हैं। उन्होंने बताया कि 15 दिनों की इस यात्रा में मयूर लोगों में महिला सुरक्षा, नशा मुक्ति, स्वच्छ भारत, किसान आत्महत्या जैसे मुद्दों पर लोगों को जागरूक कर रहे हैं।

अच्छे बल्लेबाज हैं मयूर

मयूर ने अपने हौसले से हर एक चुनौती को हराया है। वह भारतीय दिव्यांग क्रिकेट टीम का प्रतिनिधित्व भी कर चुके हैं। मयूर एक अच्छे बल्लेबाज हैं और श्रीलंका, बांग्लादेश सहित कई अंतरराष्ट्रीय टीमों के खिलाफ खेल चुके हैं।

विद्यार्थियों के लिए प्रेरणा हैं मयूर

मयूर पहले दाहिने हाथ से लिखते थे, लेकिन हाथ कट जाने के बाद उनका हौसला डिगा नहीं और वह बायें हाथ से लिखने लगे। अभिनव महाविद्यालय के प्राचार्य केशव परांजपे कहते हैं कि मयूर का हौसला विद्यार्थियों के लिए एक प्रेरणा है।

दिव्यांगोने सफलतापूर्वक बूथ संचालन किया

लोकसभा चुनाव के तहत तीसरे चरण के मतदान में केवल दिव्यांग वोटरों ने मतदान देने में ही बढ़-चढ़कर हिस्सा नहीं लिया बल्कि 39 बूथों का सफलता पूर्वक संचालन कर ये बता दिया कि वे किसी से कम नहीं हैं। दिव्यांग कर्मचारियों ने इन मतदान केंद्रों में पीठासीन अधिकारी से लेकर मतदान अधिकारी क्रमांक 1, 2 और 3 तक की जिम्मेदारी संभाली।

चुनाव आयोग ने इस बार प्रदेश की 39 मतदान बूथों को दिव्यांग कर्मचारियों के पूर्णतया हवाले कर दिया। ये प्रयोग इतना सफल रहा कि बूथों पर मतदान के लिए आने वाला हर कोई उनके काम से प्रभावित दिखा। छत्तीसगढ़ से पहले कर्नाटक में इस प्रयोग को मतदान प्रक्रिया में अपनाया गया था। इनके साथ ही महिला शक्ति ने प्रदेश की 270 संगवारी बूथों का संचालन किया।

रायपुर में 4 बूथ दिव्यांगों के हवाले

रायपुर में चार बूथों की कमान दिव्यांगों ने संभाला। इनमें बीटीआई शंकरनगर, बलवीर सिंह स्टेडियम कंकालीपारा, बीरगांव स्कूल और अटारी स्कूल शामिल हैं। दरअसल, विधानसभा चुनाव के दौरान आयोग ने सुगम मतदान की थीम रखी थी। इसमें दिव्यांग वोटरों के लिए सुविधाओं पर खास फोकस किया गया था। इस बार मुख्य निर्वाचन पदाधिकारी कार्यालय ने इससे आगे बढ़ते हुए ये पहल की है।

दिव्यांग मतदाताओं की सेवा में डटे रहे स्वयंसेवी

निर्वाचन आयोग की दिव्यांग मतदाताओं को मतदान केंद्र तक पहुंचाने की मुहिम रंग लाई। सरकारी वाहन की मदद से दिव्यांग मतदाताओं को घर से मतदान केंद्र तक लाया गया। उसके बाद सड़क से मतदान कक्ष तक पहुंचाने का जिम्मा एनसीसी कैडेट, सिविल डिफेंस व युवा-महिला मंगल दलों के स्वयंसेवियों ने संभाला। देर शाम तक स्वयंसेवी बखूबी इस काम को अंजाम देते रहे। हालांकि, विभागीय स्तर पर तालमेल की कमी के चलते चार-पांच केंद्रों में सुविधा का अभाव भी नजर आया।

दरअसल, निर्वाचन आयोग के निर्देश पर समाज कल्याण विभाग की ओर से दिव्यांगों की मदद के लिए खास इंतजाम किए गए थे। देहरादून जनपद में दिव्यांग मतदाताओं को घर से मतदान केंद्र तक पहुंचाने के लिए 20 सरकारी वाहन लगाए गए थे। जिले में 570 ऐसे दिव्यांग मतदाता चिह्नित किए गए थे, जो चलने में असमर्थ थे। इन दिव्यांग मतदाताओं को सरकारी वाहनों से मतदान केंद्र तक पहुंचाया गया। प्रत्येक विधानसभा क्षेत्र में दो से तीन वाहन लगाए गए। वहीं, सड़क पर वाहन पहुंचने के बाद मतदान केंद्र में तैनात स्वयंसेवी दिव्यांग मतदाताओं को व्हील चेयर से मतदान कक्ष तक पहुंचाते रहे। मतदान करने के बाद दिव्यांग मतदाताओं को घर भी पहुंचाया गया। 945 स्वयंसेवियों को इस मुहिम में लगाया गया था। जिनमें युवा-महिला मंगल दल से 665, एनसीसी से 194 व सिविल डिफेंस से 86 स्वयंसेवी शामिल रहे। जिला नोडल अधिकारी (दिव्यांग) मीना बिष्ट व सहायक नोडल अधिकारी दीपांकर घिल्डियाल भी मतदान केंद्रों का निरीक्षण करते रहे।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियाँ

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियां देश के विभिन्न हिस्सों में जोर-शोर से की जा रही हैं। इस क्रम में गुजरात में सवा करोड़ लोग एक साथ योगाभ्यास की तैयारी कर रहे हैं।

समाचार एजेंसी पीटीआई के मुताबिक गुजरात के इस आयोजन में करीब 8,732 दिव्यांग और 4,082 गर्भवती महिलाएं भी हिस्सा ले सकती हैं। प्रदेश के शिक्षा राज्य मंत्री भूपेंद्र सिंह चूडास्मा के मुताबिक योगाभ्यास में भागीदारी का यह आंकड़ा पूरे राज्य का है। इस मौके पर राज्यस्तरीय आयोजन अहमदाबाद में होगा। इसमें अहमदाबाद जिला प्रशासन की कोशिश है कि आयोजन में कम से कम 750 से 1,200 दिव्यांग हिस्सा लें। इससे पहले 350 दिव्यांगों के ऐसे किसी एक आयोजन में भाग लेने का रिकॉर्ड है जिसे तोड़ने की कोशिश है।

ख़बर के मुताबिक राज्यस्तरीय आयोजन में केंद्रीय कानून एवं न्याय राज्य मंत्री पीपी चौधरी भी हिस्सा लेंगे। उनके अलावा राज्यपाल ओपी कोहली, मुख्यमंत्री विजय रूपाणी, गुजरात हाईकोर्ट के चीफ जस्टिस आर सुभाष रेड्डी भी मौजूद रहेंगे। राज्य स्तरीय आयोजन पतंजलि योगपीठ के मार्गदर्शन में होगा। इसमें आर्ट ऑफ लिविंग, प्रजापति ब्रह्माकुमारी और स्वामीनारायण संस्थान की सक्रिय भागीदारी रहेगी। इसके सहित पूरे राज्य के 43,277 केंद्रों में इसी तरह के आयोजन होंगे।

पर्यावरण बचाने के लिए तीन दिन में मुफ्त बांटे 1500 इंडोर पौधे

महेश्वरी एंटरप्रेन्योर यूथ आर्गेनाइजेशन ने ग्रीयो गिव ग्रीन, लिव ग्रीन अभियान चलाकर स्कूल, कॉलेज, कार्यालय और अन्य सार्वजनिक जगहों पर तीन दिन में 1500 इंडोर पौधे बांटे। रविवार को जॉगर्स पार्क सहित कई क्षेत्रों में 240 इंडोर पौधे वितरित किए गए।

1500 इंडोर पौधे बांटने का रिकॉर्ड

संस्था का कहना है कि वह शहर में 5 हजार इंडोर पौधे बांटकर वह एशिया, इंडिया और लिम्का बुक ऑफ रिकॉर्ड में नाम दर्ज करवाना चाहती है। इसके लिए रजिस्ट्रेशन करवा लिया है। ऑर्गेनाइजेशन के सदस्य हार्दिक ने कहा कि अब तक 1500 इंडोर पौधे बांटने का रिकॉर्ड है। जिन्हें पौधे दिए जा रहे हैं, उनसे हस्ताक्षर लिए जा रहे हैं। उन्हें मोबाइल पर ई-सर्टिफिकेट भी दिया जा रहा है। इससे एक रिकॉर्ड भी मेंटेन किया जा सकेगा।

दिव्यांग बच्चों से खरीदती है थैले

लोगों को पौधे देने के लिए संस्था दिव्यांग बच्चों द्वारा बनाए थैले खरीदती है। जितने पौधे देने होते हैं, उतने का ही ऑर्डर नर्सरी में हर दिन देते हैं। लोग हाथ में तो पौधे ले नहीं जाएं, इसलिए उन्हें थैले में देते हैं। एक थैले की कीमत 6 रुपए होती है, लेकिन उसे 10 रुपए में खरीदा जा रहा है। हर दिन उतने ही इंडोर पौधों का ऑर्डर दिया जाता है, जितने संस्था को बांटने होते हैं।

छोटे पौधे देते हैं, ताकि घर कार्यालय में भी रखा जा सकें

हार्दिक ने बताया कि हम साइकस और लेमन ग्रास जैसे पौधे ही लोगों को दे रहे हैं, ताकि इन्हें स्कूल या कार्यालय में रखा जा सके। इन पौधों को हर दिन केवल 200 मिली पानी ही चाहिए। इनके पीछे ज्यादा मेहनत भी नहीं करनी पड़ती है। बड़े पौधे के लिए जगह और खाद-पानी देने में समस्याएं होती हैं। लोग बड़े पौधों की जरूरी सेवा नहीं कर पाते हैं। इसकी वजह से पौधे सूखकर मर जाते हैं।

सजे-धजे सखी मतदान केन्द्र

अहमदाबाद. लोकसभा चुनाव में मतदान के लिए इस बार सखी मतदान केन्द्र बनाए गए। इन केन्द्रों को लाल और सफेद गुब्बारों के साथ सजाया गया था, जहां न सिर्फ महिला मतदाताओं ने मतदान किया बल्कि वहां पर महिला कर्मचारियों को लगाया गया था। यदि अहमदाबाद जिले की बात की जाए तो 105 महिला मतदान केन्द्र बनाए गए थे। प्रत्येक विधानसभा में पांच ऐसे मतदान केन्द्र बनाए। इन केन्द्रों का संचालन महिला कर्मचारियों ने किया। निकोल विधानसभा क्षेत्र के पुरुषोत्तम नगर में ऐसा बूथ बनाया गया, जो आकर्षण का केन्द्र बना।

दिव्यांग ने संभाली मतदान केन्द्रों की जिम्मेदारी

मतदान के दिन अहमदाबाद पूर्व में भी कई इलाकों पर दिव्यांगों ने मतदान केन्द्रों की जिम्मेदारी संभाली, जहां सिर्फ दिव्यांग मतदाता ही मतदान करने पहुंचे। अहमदाबाद पूर्व लोकसभा सीट के निकोल विधानसभा क्षेत्र में विराटनगर में टैंट में बनाए गए मतदान केन्द्र में कई दिव्यांगों ने मतदान किया। दिव्यांग मतदाता धरमशी देसाई ने कहा कि लोकतंत्र के पर्व में मतदान करने के लिए हम दिव्यांग पहुंचे और मतदान किया। अहमदाबाद जिला प्रशासन के अनुसार जिलेभर में 16375 दिव्यांग मतदाता और ७१६ अशक्त मतदाता हैं। इनके लिए मतदान के दिन व्हील चेयर मुहैया कराई कई। जिलाभर में 21 मतदान केन्द्र बनाए गए, जिसमें प्रति विधानसभा के हिसाब से एक दिव्यांग मतदान केन्द्र बनाया गया। इन दिव्यांग मतदान केन्द्रों की जिम्मेदारी दिव्यांग कर्मचारियों ने संभाली। मतदान केन्द्रों पर रैम्प बनाए गए ताकि दिव्यांग मतदाता आसानी से मतदान केन्द्र में पहुंच सकें। साथ ही व्हील चेयर की भी व्यवस्था की गई।

एलिसब्रिज में गुजरात कॉलेज में बूथ पर 89 वर्षीय हसित शंकर भचेज भी मतदान करने पहुंचे थे। उन्होंने कहा कि वे हंमेशा मतदान करते हैं। प्रत्येक व्यक्ति को मतदान करना चाहिए। उन्होंने देश के विकास के लिए मतदान किया।

दिव्यांग मतदाता बोले- चुनाव आयोग ने हमारे अधिकारों का ध्यान रखा, सुविधाएं देते हुए किया सम्मान

मध्यप्रदेश में प्रथम चरण की वोटिंग के दौरान चुनाव आयोग द्वारा की गई व्यवस्थाओं से दिव्यांग मतदाता सीधी जिले में अति प्रसन्न नजर आए। नेबुहा पश्चिम मतदान केंद्र की 34 वर्षीय दिव्यांग मतदाता आशा कुशवाहा ने कहा कि निर्वाचन आयोग ने हमारे अधिकारों का ध्यान रखते हुए हमें अपने मताधिकार के प्रयोग के लिए न केवल हमें सुविधाएं दी हैं बल्कि हमारा सम्मान भी किया है। एक अन्य युवक ने कहा कि निर्वाचन आयोग ने पहली बार दिव्यांग मतदाताओं की इतनी अच्छी व्यवस्था दी है। इसलिए कई दिव्यांगों ने खुलकर सुविधाओं की सराहना करते हुए जिला निर्वाचन अधिकारी को धन्यवाद दिया।

मानसिक दिव्यांग बच्चोंने स्टेच्यु ऑफ़ यूनिटी का दौरा किया

खो डियार एज्युकेशन ट्रस्ट, महेसाणा द्वारा संचालित मानसिक दिव्यांग बच्चों की स्कुल द्वारा बच्चों को अच्छा वातावरण उपलब्ध कराने एवं उनके मनोरंजन के हेतु से यह दो दिन के शैक्षणिक प्रवास का आयोजन किया गया था। इस प्रवास में बच्चों ने विश्व की सबसे ऊँची प्रतिमा, विश्वप्रसिद्ध और अखंड भारत के शिल्पी ऐसे श्री सरदार पटेल के स्टेच्यु ऑफ़ यूनिटी की मुलाकात लेके अलौकिक अनुभव किया। तदुपरांत उन्होंने फ्लावर वेली, सरदार सरोवर डेम एवं नीलकंठ धाम, पोइचाजैसे सुप्रसिद्ध स्थानों की मुलाकात लेकर आनंद प्राप्त किया।

लर्निंग क्लिनिक स्कुल के वार्षिकोत्सव का आयोजन

२४ मार्च, २०१९ के दिन लर्निंग क्लिनिक स्कुल के वार्षिकोत्सव-२०१९ का आयोजन पालड़ी स्थित महेंदीनवाज़ जंग होलमें किया गया। कार्यक्रम में मानसिक दिव्यांग बच्चों ने डान्सकला का प्रदर्शन किया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में राष्ट्रीय कथक गुरु बिजलबेन हरिया, रोटरी गवर्नर बिनाबेन देसाई, ब्रह्माकुमारी कोकिलाबहेन, अतिथि विशेष फिजियोथेरेपिस्ट डॉ. बोस्की मोरबिया एवं रोटरी क्लब और लायन्स क्लबके सदस्य उपस्थित रहे।

Multiple Sclerosis (मल्टीपल स्क्लेरोसिस) : एक चुनौती

एमएस सबसे आम स्नायुविक (neurological) विकारों एवं वयस्कों की दिव्यांगता के कारणों में से एक है।

मल्टीपल स्क्लेरोसिस को संक्षिप्त रूप में एमएस भी कहा जाता है। एमएस का वर्णन पहली बार १८६८ में जिन मार्टिन चार्कोट द्वारा किया गया था। बीमारी की शरुआत आमतौर पर युवा वयस्कों में (२५ वर्ष - ५० वर्ष) तक पाई जाती है और यह महिलओ में आम होती है। इसी बीमारी में प्रतिरक्षा प्रणाली नसों के सुरक्षा कवच को नष्ट कर देती है। इससे मस्तिष्क तथा सुषुम्ना रज्जू शोथ के चारो और वसायुक्त माइलीन के आवरण नष्ट होने और धाव के निशान होने के साथ साथ रोग के संकेत एवं लक्षण उत्पन्न होते है।

एमएस मस्तिष्क एवं रीड की हड्डीमें तंत्रिका केशिकाओ (nerve cells) के एक दुसरे से संवाद करने की क्षमता को प्रभावित करता है। तंत्री केशिकाए लम्बे तंतुओ के निचे action potential नामक विधुत संकेत भेज कर संवाद स्थापित करती है, जिन्हें तंत्रिकाक्ष कहा जाता है। वे माइलीन नामक एक रोधक पदार्थ में लिपटे हुए होते है। माइलीन के नष्ट होने पर तंत्रिकाक्ष प्रभावशाली ढंगसे संकेतो को संचालित नहीं कर सकते। एमएस मस्तिष्क और मेरु रज्जू (सुषुम्ना) के सफ़ेद पदार्थ, जो मुख्य रूप से माइलीन का बना होता है, में घाव के निशानों को सूचित करता है।

अभी तक इस बीमारी के कोई निर्यायक कारण नहीं पाए गए है। संभवतया एमएस कुछ आनुवंशिक, पर्यावरण सम्बन्धी और संक्रमण सम्बंधी कारणों के एक परिणाम के रूप में से उत्पन्न होता है। एमएस को यद्यपि आनुवंशिक बीमारी नहीं माना जाता है पर जोखिम जरुर बढ़ जाता है। सामान्य आबादी की अपेक्षा इस बीमारी से प्रभावित व्यक्तियों, विशेषत: भाई-बहन, माता-पिता और बच्चों में एमएस होने का जोखिम बहुत अधिक होता है।

एमएस के लिए संक्रामक एवं गैर संक्रामक, दोनों मूलों वाले विभिन्न पर्यावरण संबंधी जोखिम वाले कारणों पर अभी अनुसंधान चल रहे है। धूप के संपर्क में होने वाली कमी को भी एमएस का एक उच्च जोखिम माना गया है, इसके अतिरिक गंभीर तनाव, धुम्रपान आदि भी जोखिम कारक के रूप में माना गया है, पर किसी स्पष्ट निष्कर्ष पर नहीं पहुंचा जा सकता है।

एमएस के साथ अक्सर शारीरिक एवं संज्ञात्मक अक्षमता विकसित हो सकती है। एमएस से प्रभावित व्यक्ति तंत्रिक संबंधी किसी भी रोग, लक्षण या संकेतो से पीड़ित हो सकता है जिसमे संवेदना में परिवर्तन, मांसपेशी में एंठन, चलने-फिरने में कठिनाई, बोलने में कठिनाई, निगलने में कठिनाई, द्रश्य संबंधी कठिनाई, तीव्र थकन या बहुत पुराना दर्द, मूत्राशय एवं आंत संबंधी कठिनाई शामिल है। अवसाद के लक्षण, अस्थिर मन भी ऐसे व्यक्तियों में सामान्य है. याद रखने जैसा है की सभी रोगियों में सभी लक्षण नहीं पाए जाते।

एमएस को समय के साथ शरीर पर बीमारी के होनेवाले लक्षणों के असर के अनुसार चार विभागों में वर्गीकृत किया गया है।

(1) Relapsing Remitting MS (RRMS)

रिलेप्सिंग रेमेटिंग एमएस

एमएस से प्रभावित ९५% लोग आरआरएमएस से पीड़ित होते है. आरआरएमएस में दौर या रिप्लेसिस समय के अंतराल में पड़ते है जिनके लक्षण उभरते है. इन दौरों के अंतराल में लक्षण पूरी तरह चले भी जाते है, जिसे Remission(रेमिशन) कहा जाता है।

(2) Secondary progressive MS (SPMS)

सेकंडरी प्रोग्रेसिव एमएस

कई लोगो के RRMS के साथ SPMS भी होता है। आमतौर पर इसका पता तभी चलता है जब रोगी के लक्षण बढ़ते बढ़ते और भी ख़राब हो जाते है, रिलेप्सिस या रेमिशन के साथ भी या उनके बिना भी। इस अवस्था में लगातार कमज़ोरी बनी रहती है और स्टीरोईड्स का भी अधिक असर नहीं होता। ज्यादातर मामलों में दौर से प्रभावित होने वाला शरीर का हिस्सा कार्य ही नहीं कर सकता।

(3) Primary Progressive MS (PPMS)

प्राइमरी प्रोग्रेसिव एमएस

एमएस का यह प्रकार सिर्फ १० से १५% रोगियों में ही पाया जाता है। इस प्रकार के एमएसमें समय के साथ रिलेप्सिस होने की बजे लक्षणों की लगातार बढ़त अथवा प्रोग्रेसन ही होती है, जिसमे रेमिशन का कोई समय नहीं रहता।

(4) Progressive Relapsing MS (PRMS)

प्रोग्रेसिव रिलेप्सिंग एमएस

यह एक एमएस का दुर्लभ प्रकार है। शरुआत से ही तेजी से बिगडती बीमारी की स्थिति इसकी विशेषता है जिसमे हालत में थोड़े अथवा बिना सुधार के तीव्र रिलेप्सिस होते है, पर रेमिशन नहीं।

एमएस के लक्षण आमतौर पर तंत्रिका संबंधी कार्य में क्रमशः तेजी से गिरावट अथवा बीमारी की पुनरावर्ती के रूप में प्रगट होते है। इस बीमारी के पुनरावर्तन अक्सर अप्रत्याशित होते है। बीमारी का पुनरावर्तन वसंत और गरमीयों के दौरान अधिक बार होता है। विषाणु जनित संक्रमण जैसे कि आम सर्दी, इन्फ्लुएंजा या आंत्रशोध से बीमारी के पुनरावर्तन का खतरा बढ़ जाता है।

ॐकार फाउण्डेशन ट्रस्ट

तनाव भी दौरा पड़ने का एक कारण हो सकता है. गर्भावस्था बीमारी के पुनरावर्तन के प्रति असंवेदनशीलता को प्रभावित करती है। गर्भावस्था के दौरान दौरे नहीं पड़ते। प्रसव के प्रथम कुछ महीनो के बाद जरुर बीमारी के पुनरावर्तन का जोखिम बढ़ जाता है। कुल मिलाकर गर्भावस्था दीर्धकालीन दिव्यांगता को प्रभावित करती नहीं दिखती।

यह भी पाया गया है की एमएस से प्रभावित लोगो को गठिया कम होता है और सामान्य लोगों की तुलना में यूरिक एसिड भी निम्न स्तर पर पाए गए है। इससे इस सिद्धांत को जन्म दिया की यूरिक एसिड एमएस के विरुद्ध सुरक्षा प्रदान करता है, हालांकि उसका सही सही महत्त्व ज्ञात नहीं है।

एमएस का कोई ज्ञात इलाज नहीं है। उपचार, दौरों के बाद क्रियाविधि को लौटने की कोशिश करते है, नए दौरों को रोकते है एवं अक्षमता की रोकथाम करते है. एमएस औषधियों के प्रतिकूल प्रभाव हो सकते है या उन्हें सहन करना अत्याधिक कठिन हो सकता है। सहायक वैज्ञानिक अध्ययन के आभाव में कई मरीज वैकल्पिक उपचार पद्धतियों का सहारा भी लेते है जैसे की आहार-विधान, जड़ी-बूटी संबंधी चिकित्सा इत्यादि। रोग निदान की अवधि रोग के स्वरूप, व्यक्तिगत रोगी के रोग की विशेषताओं , प्रारंभिक लक्षणों एवं समय बढ़ने के साथ व्यक्ति द्वारा अनुभव की गई अक्षमता की मात्रा पर निर्भर करती है।

एमएस के साथ जीवन मुश्किल हो सकता है। प्रत्येक दिन नई चुनौतियाँ, जिन्हें नए समाधान की जरुरत है, लाता है। एमएस से प्रभावित लोगों में सकारात्मक बदलाव लाने एवं लोगों में इस बीमारी के बारें में जागरूकता पैदा करने के उद्देश्य से MSIF (मल्टीपल स्क्लेरोसिस इंटरनेशनल फाउंडेशन) एवं उसके सदस्यों द्वारा पहली बार सन २००९ में विश्व एमएस दिवस (World MS Day) मनाया गया और अब यह आधिकारिक तौर पर हर साल मई माह के अंतिम बुधवार को मनाया जाता है।

-ज्योति मोलासरिया धुप्पड