बुजुर्गों के लिए...

तारांशु

मासिक

मार्च - 2018

वर्ष 6, अंक 6, पृ.सं. 20

मूल्य - 5 रु.

एकाकीपन : आपका और हमारा दायित्व

तारा संस्थान द्वारा लाभांवित एक अति वृद्ध अपनी स्व. पत्नी की यादों में डूबे हुए

मंगल अवसर, हार्दिक निमंत्रण

तारा संस्थान, उदयपुर
के
आनन्द वृद्धाश्रम नवीन परिसर का उद्घाटन समारोह

सादर आमन्त्रण

मान्यवर!

तारा संस्थान ने 3 फरवरी, 2012 को आनन्द वृद्धाश्रम प्रारंभ किया। आनन्द वृद्धाश्रम में वर्तमान में 45 बेड हैं और बुजुर्गों के इस घर में उन्हें आवास चिकित्सा, भोजन, वस्त्र आदि सभी सुविधाएँ निःशुल्क उपलब्ध हैं और साथ में सम्मान के साथ अपनापन और प्यार भी दिया जाता है। जहाँ ये बुजुर्ग बन्धु अपने जीवन के संध्याकाल में सुकून भरा जीवन – यापन कर रहे हैं। अब नवीन आनन्द वृद्धाश्रम परिसर बन कर तैयार है। कृपया आप सभी इस उद्घाटन समारोह में पधारें।

आशीर्वाद से

डॉ. कैलाश 'मानव'
संस्थापक - नारायण सेवा संस्थान

उद्घाटन दिनांक :- रविवार, 22 अप्रेल, 2018, समय :- प्रातः 11.30 बजे
उद्घाटन स्थल : आनन्द वृद्धाश्रम, प्लॉट नं. 344-345, जे. ब्लॉक,
राजस्थान हॉस्पीटल वाली गली, सेक्टर - 14,हिरण मगरी, उदयपुर (राज.)

समारोह में सबके प्रिय एवं आदरणीय
डॉ. कैलाश जी मानव (संस्थापक, नारायण सेवा संस्थान) एवं उनकी सहधर्मिणी
श्रीमती कमला देवी का शुभ आशीर्वाद एवम् सान्निध्य होगा।

आपश्री का परिवार सहित पधाराना समारोह की शोभा व हमारा मान बढ़ाएगा, अतः आपको सादर आमन्त्रित करते हुए निवेदन कर रहे हैं, कृपया रविवार, 22 अप्रेल, 2018 को आयोज्य वृद्धाश्रम के नवीन परिसर के उद्घाटन समारोह में पधार कर हमारा उत्साहवर्धन करें।

कल्पना गोयल
संस्थापक एवम् अध्यक्ष

-: सादर :-

दीपेश मित्तल
मुख्य कार्यकारी

कृपया समारोह में पधारने की पुष्टि +91 95493 99993, 96493 99993 पर करने का कष्ट करें।

नोट : कृपया कार्यक्रम के पश्चात् भोजन महाप्रसाद हमारे साथ ग्रहण करें।

आनन्द वृद्धाश्रम नवीन परिसर के निर्माण हेतु योगदान योजना

आनन्द वृद्धाश्रम में वर्तमान में 45 बेड हैं और प्रतिमाह 2 के औसत से जानकारी मांगी जाती है, जो वृद्धाश्रम में रहना चाहते हैं। जगह खाली नहीं होने की वजह से भविष्य में किसी भी बुजुर्ग को निराश नहीं लौटाना पड़े इस विचार के साथ तारा संस्थान ने बैंक लोन लेकर 7000 वर्ग फीट भूमि खरीदी। इस भूमि हेतु हमारे दानदाताओं ने मुक्तहस्त सहयोग किया। आशा है, अब नवीन परिसर निर्माण हेतु भी आप समस्त भामाशाह उसी प्रकार खुले दिल से सहयोग करेंगे।

भवन निर्माण सौजन्य राशि :

भवन निर्माण ''दधीचि''	भवन निर्माण ''कर्ण''	भवन निर्माण ''भामाशाह''
रु. 1,00,000/-	रु. 51,000/-	रु. 21,000/-

''तारा संस्थान, उदयपुर''
राजस्थान रजिस्ट्रीकरण प्रमाण-पत्र क्रमांक:
31/उदयपुर/2009-10 दिनांक 25 जून, 2009
द्वारा पंजीकृत है।

आशीर्वाद
डॉ. कैलाश 'मानव'
संस्थापक एवं प्रबन्ध न्यासी,
नारायण सेवा संस्थान (ट्रस्ट), उदयपुर

आभार
श्रीमती पुष्पा - श्री एन.पी. भार्गव
मुख्य संरक्षक, तारा संस्थान,
उद्योगपति एवं समाजसेवी, दिल्ली

श्रीमती शमा - श्री रमेश सचदेवा
संरक्षक, उद्योगपति एवं समाजसेवी, दिल्ली

श्रीमती सुषमा - श्री सत्यभूषण जैन
संरक्षक, प्रमुख समाजसेवी, दिल्ली

श्रीमती सुमन - श्री अनिल गुप्ता (ISKCON)
संरक्षक, उद्योगपति एवं समाजसेवी, दिल्ली

श्रीमती प्रेम निझावन
समाजसेवी, दिल्ली

प्रकाशक एवं सम्पादक
कल्पना गोयल

दिग्दर्शक
दीपेश मित्तल

कार्यकारी सम्पादक
तरुक सिंह राव

ले-आउट व ग्राफिक डिजाइनर
गौरव अग्रवाल

आवरण चित्र
अरविन्द शर्मा

अनुक्रमणिका

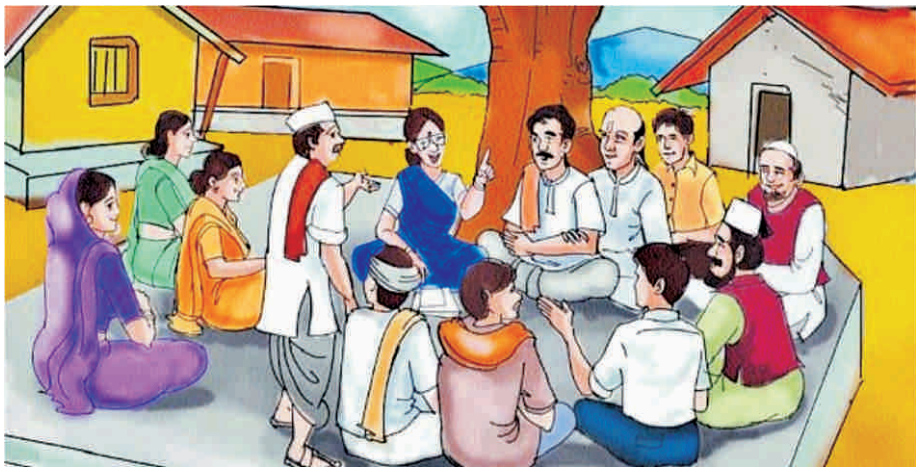
विषय	पृष्ठ संख्या
मंगल अवसर, हार्दिक निमंत्रण	02
अनुक्रमणिका	03
लेख 1 : एकाकीपन की दवा	04
लेख 2 : पधारो म्हारे देश	05
एकाकीपन : 1 - एकाकी वृद्धों हेतु आनन्द वृद्धाश्रम	06
एकाकीपन : 2 - हमारा मामूली सा दायित्व निर्वहन	07
एकाकीपन : 3 - निर्बल निर्धन नि:सहाय बुजुर्ग	08
एकाकीपन : 4 - नि:सहाय - निर्धन असामयिक विधवाएँ	09
एकाकीपन : 5 - निर्धन, नि:शक्त-नि:सहाय बुजुर्ग एवं मोतियाबिन्द समस्या	10
एकाकीपन : 6 - निर्धन - नि:सहाय विधवाओं के बच्चों की शिक्षा समाधान	11
मासिक न्यूज गतिविधियाँ	12
स्वास्थ्य	13
विनम्र अपील	14
नेत्रालय मासिक अपडेट्स : मोतियाबिन्द जाँच शिविर	15-16
स्वागत	17
धन्यवाद	18
सम्पर्क सूत्र - तारा संस्थान	19

आशीर्वाद - डॉ. कैलाश 'मानव' संस्थापक - नारायण सेवा संस्थान, उदयपुर

श्रीमती कल्पना गोयल (बाएं) अपने पूज्य पिता डॉ. कैलाश ''मानव'' की सन्निधि में साथ में संस्थान सचिव श्री दीपेश मित्तल (दाएं)

'तारांशु' - स्वत्वाधिकारी, श्रीमती कल्पना गोयल द्वारा 240-ए, हिरण मगरी, सेक्टर - 6, उदयपुर (राज.) 313002 से प्रकाशित तथा मुद्रक श्री सत्यप्रकाश कुमार शर्मा द्वारा सागर ऑफसेट प्रिन्टर, इण्डिया प्रा. लि. प्लॉट नं. 518, इकोटेच - III, उद्योग केन्द्र एक्टेंशन - II, ग्रेटर नोएडा, गौतम बुद्ध नगर (उत्तर प्रदेश) में मुद्रित, सम्पादक - श्रीमती कल्पना गोयल

एकाकीपन की दवा



अकसर ऐसा होता है कि जब हम अपने परिचित, मित्र या दानदाता को वृद्धाश्रम विजिट करवाने ले जाते हैं तो उनमें से कई महानुभाव हँसी में ऐसा कह देते हैं कि भइया हमारी जगह भी इसमें Reserve कर देना, इतनी अच्छी व्यवस्था है तो हम भी बुढ़ापे में यहीं रहेंगे, जवाब में हम कहते हैं कि हाँ हम लोग भी यहीं रहेंगे हमारी जगह तो Reserve है ही आपकी भी कर लेते हैं और ठहाकों की आवाज में बात आई गई हो जाती है।

बचपन की पाठ्य पुस्तकों में अकसर एक वाक्य पढ़ा था ''मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है'' इस वाक्य के मर्म शायद अभी पूरी समझ आया है। अब जब हम इस बात के ठहाके लगाते हैं कि वृद्धाश्रम में सीट Reserve करनी है तो सामने वाले गेस्ट शायद उतनी गहराई से समझें या नहीं लेकिन मनुष्य जब सामाजिक प्राणी है तो फिर इस समाज, रिश्तों, दोस्तों या अपनों की जरूरत सबसे ज्यादा होती है जब शरीर और मन थकने लगता है। इसी वक्त रिश्ते धोखा देने लगते हैं कभी समय की कमी या कभी मन की कमी बच्चों को माता पिता से दूर कर देती है। घर के बुजुर्ग ये भी सोचें कि चलो आज दोस्तों से मिल लें या उनके साथ कहीं चले जाएँ तो कौन उनको दोस्तों के पास ले जाएँ और खुद के पास यदि आय का साधन ना हो तो फिर कहीं अकेले ऑटो या टैक्सी से भी कैसे जाएें।

तारा संस्थान के बन रहे नवीन वृद्धाश्रम के निर्माण में सहयोग जुटाने हेतु यू.के. (इंग्लैण्ड) की एक संस्थान ''भारत वेलफेयर ट्रस्ट'' ने भजन के कार्यक्रम इंग्लैण्ड के अलग अलग शहरों में रखे थे। वहाँ 15–20 दिन रहना हुआ तो वहाँ की संस्कृति से थोड़ा परिचय भी हुआ। वहाँ पर बच्चे जब कमाने लग जाते हैं तो वे माता–पिता से अलग रहने लगते हैं, भारतीय लोग भी ऐसे ही करने लगे वहाँ पर, यानी कि एक ही शहर में हों तो भी माता–पिता अलग बच्चे अलग। यहा कारण है कि वहाँ मंदिरों, कथाओं, भजनों में बहुत अधिक लोग आते हैं। वहाँ मंदिर बुजुर्गों के मिलने जुलने का स्थान है। कहीं कहीं टिफिन क्लब हैं जहाँ वो बुजुर्ग जो खाना नहीं बना सकते वो आकर पैसे देकर खाना खा सकते हैं। और फिर, वहाँ वृद्धाश्रम तो हैं ही जहाँ बुजुर्ग अति वृद्धावस्था में रह लेते हैं। विदेश में बुजुर्गों के साथ जो एक अच्छी बात है तो है Social Security यानी सामाजिक सुरक्षा जिसमें वृद्धावस्था में उन्हें अच्छी खासी पेंशन मिलती है जिससे वे घूमते फिरते हैं और हाँ दान भी देते हैं। लेकिन, फिर भी, बहुत से बुजुर्ग अपने रिटायरमेंट को अब भारत में बिताने की सोचने लगे हैं कारण एक तो वहाँ की पेंशन में वे यहाँ अच्छा जीवन जी सकते हैं दूसरा बड़ा कारण ''सामाजिकता''।

तारा में वृद्धाश्रम प्रारम्भ हुआ तो सोच ये थी कि गाँवों के बुजुर्ग जिनके बच्चे बड़े शहरों में गए हैं वो आकर रहेंगे, लेकिन एक दो बुजुर्ग आए फिर वापस गाँव चले गए। गाँवों में गरीबी है, संसाधनों की कमी है लेकिन अभी भी लोग मिलकर बैठते तो हैं। गाँव की चौपाल शायद वैसी तो नहीं रही लेकिन फिर भी लोग आपस में बतियाते तो हैं।

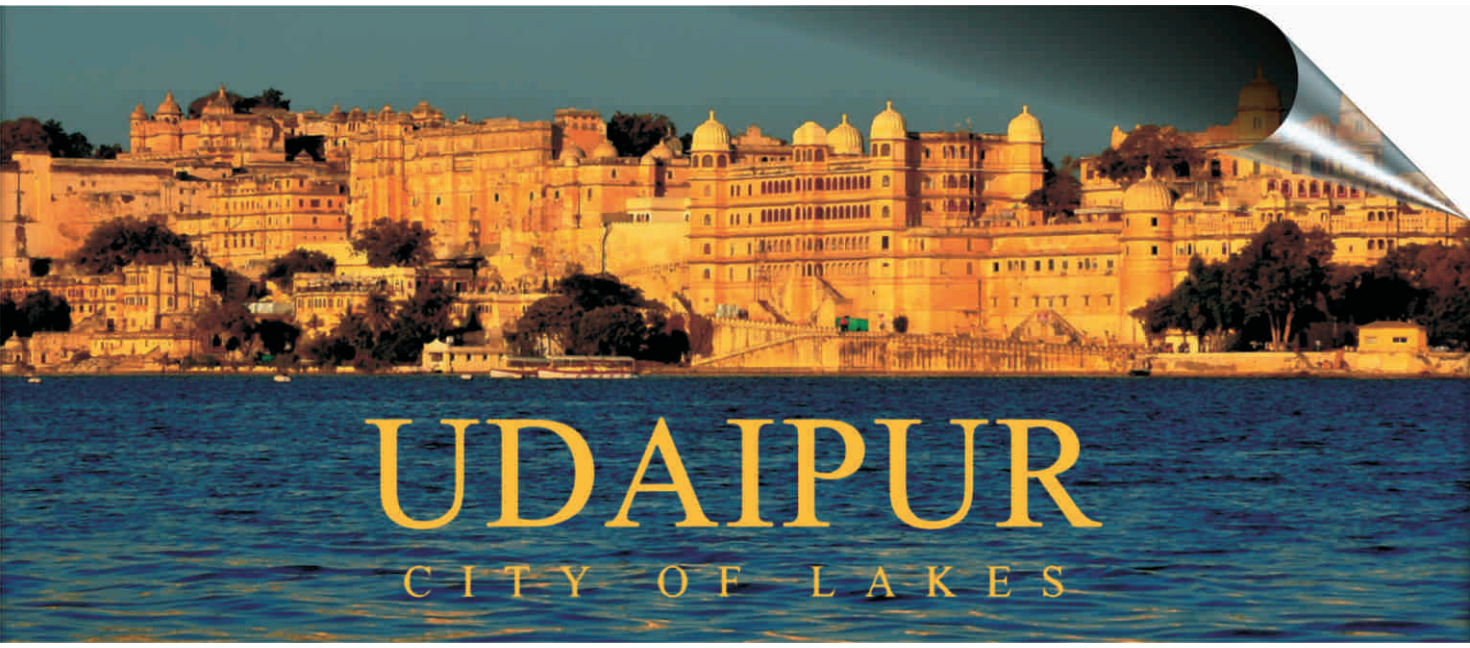
हमें सभी कहते हैं कि वृद्धाश्रम हमारी संस्कृति नहीं पर.... घर के बुजुर्ग जो बिलकुल अकेले हैं, एकाकी हैं और बच्चे तिरस्कार कर रहे हैं, उनके पास कोई पेंशन नहीं है, घर–बार दुकान सब बच्चों के हवाले कर दिया.... लेकिन ये शरीर तो है और उसमें एक सोचने समझने वाला मन जिसे अपने चाहिये जिनसे वो बात कर सकें। ''एकाकी मन'' डिप्रेशन का शिकार हो जाता है विदेशों में ये आम बात है हमारे यहाँ तो ये एकाकी बुजुर्ग घर की खिड़की या बालकनी से बाहर सड़क की भीड़–भाड़ व गाड़ियाँ देखकर मन बहला लेते हैं।

सारी नकारात्मकता को एक तरफ रखकर देखें तो बुजुर्गों के एकाकी पन की दवा है वृद्धाश्रम, हमारी संस्कृति नहीं है लेकिन अब संयुक्त परिवार बचे कहाँ हैं तो बस निगाह बदलकर देखने की जरूरत है.... एक ऐसी जगह जहाँ 100–150 बुजुर्ग एक साथ बातें करते, लड़ते–झगड़ते, खेलते–टीवी देखते। जिनकी जेबें खाली हैं लेकिन फिर भी निश्चिंत हैं, बीमार भी होते हैं लेकिन कोई तो है जो उन्हें एक ग्लास पानी और दवा की गोली पकड़ा सके।

आदर सहित....

कल्पना गोयल

सरल स्वभाव वाला सदा समाधान स्वरूप होगा।



पधारो म्हारे देश

राजस्थान पर्यटन विभाग जब राजस्थान घूमने के लिए पर्यटकों को बुलाता है तो ''पधारो म्हारे देश'' कहकर ही बुलाता है, गुजरात पर्यटन में भी श्री अमिताभ बच्चन कहते हैं कि एक बार तो आइये गुजरात में। भारत में परंपरा है कि मेहमानों का खुले दिल से स्वागत करें और उन्हें इतने प्यार से निमंत्रित करें कि वे आपके निमंत्रण को ना नहीं कर सकें।

तारा के नये आनन्द वृद्धाश्रम का उद्घाटन दिनांक 22 अप्रेल, 2018 को होने जा रहा है एवं तारांशु द्वारा आपको निमंत्रित करते रहे हैं पत्रिका आप सभी दानदाताओं तक पहुँचती ही है। पहले विचार आया कि तारांशु के अलावा कैसे आप सबको बुलायें तो मितव्ययता बरतते हुए कुछ पोस्ट कार्ड छपवाये लेकिन पता चला कि डाक विभाग का नियम है कि छपे हुए पोस्टकार्ड पर 6 रुपये लग जाते हैं। फिर सोचा कि इतने में तो कार्ड ही पहुँच जाएगा, सो आप सभी को कार्ड भी भेजा है और साथ ही समय–समय पर फोन पर मैसेज भी कर रहे हैं। ये सब कार्यवाही इसलिए की कहीं मितव्ययता बरतने के चक्कर में हमारे वो मेहमान छूट न जाएँ जो इंतजार में हो हमारे निमंत्रण के और निमंत्रण ना मिलने के कारण नहीं आ पायें। अधिकतर दानदाता अत्यंत सहृदय हैं लेकिन सही प्रकार से निमंत्रित करना हर मेजबान को आना चाहिए और मेहमान का मान भी इसी निमंत्रण में है।

आनन्द वृद्धाश्रम, उदयपुर : नवीन परिसर

ये सब बताने का मकसद बस ये है कि हम दिल से इस कार्यक्रम में बुलाना चाहते हैं। तारा संस्थान आपका अपना है और यह अभी तक का सबसे बड़ा कार्यक्रम है तो आप हम बच्चों की मनुहार स्वीकार कर 22 अप्रेल, 2018 के कार्यक्रम में पधारें तो हमें बेहद खुशी होगी।

आप भी प्रत्यक्ष देख सकेंगे कि संस्थान किस प्रकार से कार्य कर रही है आपका आशीर्वाद निश्चित ही हमें प्रेरणा और आत्मविश्वास देगा।

कृपया ''पधारे म्हारे देश''

मिलने की प्रतीक्षा में

दीपेश मित्तल

कृपया अपने आगमन की सूचना पत्र, ईमेल में या मैसेज, व्हाट्सएप्प या फोन पर इन नम्बरों में देवें मो. +91 9549399993, +91 9649399993

एकाकी वृद्धों हेतु आनन्द वृद्धाश्रम, उदयपुर में विशेष व्यवस्था

श्री राजेन्द्र श्रीवास्तव, 65 वर्ष, आलीराजपुर (म.प्र)

विवरण : श्री राजेन्द्र श्रीवास्तव की एक लडकी है। वे फोटो कॉपी की दुकान पर काम करते थें। बढ़ती उम्र के कारण कोई कार्य नहीं कर सकते हैं। तारा संस्थान में दिनांक 28.03.2016 से आनन्द वृद्धाश्रम में रह रहे हैं।

श्रीमती देवी बाई, 76 वर्ष, भावरी, सरुपगंज, सिरोही

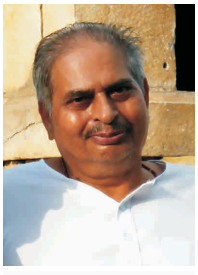
विवरण : श्रीमती देवी बाई के पति की मृत्यु 40 वर्ष पूर्व हो गयी थी। इनके कोई संतान नहीं है। सरकारी पेंशन के सहारे अपना गुजारा कर रही थीं। पेंशन बन्द होने व शारीरिक रूप से कोई कार्य नहीं कर सकती है। तारा संस्थान में दिनांक 01.05.2015 से आनन्द वृद्धाश्रम में रह रही हैं।

श्री नारायण कुम्हार, 63 वर्ष, उदयपुर (राज.)

विवरण : नारायणलाल जी के दो बेटे और तीन बेटियाँ हैं। सभी की शादियाँ हो चुकी हैं। नारायण लाल जी के इटों के भट्टे का काम था परन्तु धीरे–धीरे सारा काम बेटों ने सम्भाल लिया और नारायणलाल जी बेरोजगार हो गये और एक दिन टीवी पर पारस चैनल पर आनन्द वृद्धाश्रम का कार्यक्रम देखा और तारा संस्थान में आये और अब अच्छे से अपने शेष जीवन का यापन कर रहे हैं।

श्रीमती ज्ञानी बाई, 70 वर्ष, उदयपुर (राज.)

विवरण : श्रीमती ज्ञानी बाई के एक पुत्री है। पुत्री के शादी के बाद व पति के निधन होने से अकेली अपने जीवन का गुजरा कर रही थी। आँखों से कम दिखने व कोई सम्भालने वाला न होने से इन्होंने तारा संस्थान के वृद्धाश्रम में आश्रय लिया और वह आराम से रह रही हैं।



श्री चिमन भाई मोदी, 66 वर्ष, मुम्बई (महा.)

विवरण : इनके 3 भाई और 1 बहन हैं। ये स्वयं अविवाहित हैं, इनकी देखभाल करने वाला कोई नहीं है। असहाय स्थिति में इनके एक भाई इन्हें यहाँ छोड़कर गये। भोजन, वस्त्र, आवास, चिकित्सा देखभाल आदि की निःशुल्क सुविधा के साथ आनन्द वृद्धाश्रम में रह रहे हैं। ये यहाँ भोजन व्यवस्था भी संभालते हैं।

श्रीमती राधा देवी चौखनी, 68 वर्ष, बैंगलोर

विवरण : श्रीमती राधा देवी के पति की मृत्यु 4 वर्ष पूर्व हुई थी । इनके कोई संतान नहीं है। बढ़ती उम्र व घर पर देखभाल करने वाला कोई नहीं हैं। इन्होंने तारा संस्थान की जानकारी टी.वी. पर देख वृद्धाश्रम मे आने का विचार किया। वर्तमान में आनन्द से जीवनयापन कर रही है।

हमारा मामूली सा दायित्व निर्वहन

जैसा कि पिछले पृष्ठ पर आपने एकाकी वृद्धों की कुछ सच्ची कहानियाँ पढ़ी हैं तो अब सवाल ये है कि हमने उनके हेतु क्या व्यवस्था की? हमने ऐसे लगभग 50 एकाकी बुजुर्गों को सहारा देने हेतु 'आनन्द वृद्धाश्रम' नामक व्यवस्था कर रखी है जिसमें निम्न प्रकार की सुविधाएँ निःशुल्क उपलब्ध हैं ताकि उम्र के इस पड़ाव पर ये वृद्धजन मिल जुलकर एकाकीपन से दूर रहें एवं खुशहाल यादें ले जाएँ।

ताजा व पौष्टिक भोजन

व्यायाम व भ्रमण कार्यक्रम

1 बुजुर्ग सहयोग राशि रु. 5000/- प्रतिमाह

नियमित स्वास्थ्य जाँच

आरामदायक जीवन शैली

एक बुजुर्ग 5000/- प्रतिमाह, 5 बुजुर्ग 25000/- प्रतिमाह, 10 बुजुर्ग 50000/- प्रतिमाह

चूंकि हमें नियमित रूप से वृद्धाश्रम में रहने हेतु अनेक लोगों की पूछताछ मिलती रहती है तो अब एक नवीन परिसर का निर्माण लगभग सम्पूर्ण करवा लिया है जिसमें करीबन 150 वृद्धों के रहने की व्यवस्था होगी। इस परिसर का उद्घाटन 22 अप्रेल, 2018 को तय हुआ है।

आनन्द वृद्धाश्रम, उदयपुर : नवीन परिसर

आप किस प्रकार वृहत्तर सामाजिक दायित्व निभा सकते हैं :

1. यथा संभव अपने परिवार के वृद्धोवय लोगों को अपने साथ ही रखें।
2. यदि अपने आसपास कोई उपेक्षित अथवा लाचार बुजुर्ग नजर आए तो हर संभव अपनी क्षमतानुसार मदद करें।
3. कई अनेक सरकारी योजनाएँ जो बुजुर्ग की भलाई हेतु संचालित हैं उनका लाभ इन लोगों की दिलाने का प्रयत्न करें।

अपने निकट कोई सरकारी / गैर-सरकारी संस्था अथवा वृद्धाश्रम को उपक्षित व लाचार बुजुर्गों के बारे में जानकारी देवें। यदि आपके पास समय की कमी है तो आप हमारी निम्न दान योजनाओं में भागीदारी कर यह पुण्य कार्य कर सकते है :

आनन्द वृद्धाश्रम सेवा (प्रतिबुजुर्ग) :

01 वर्ष - 60,000 रु.	06 माह - 30,000 रु.	01 माह - 5,000 रु.

निर्बल निर्धन निःसहाय बुजुर्ग : पूंजनाथ - मोती बाई

सुदूर गाँव–चावण्ड, जिला–उदयपुर में अकेले रहने वाले ये अतिवृद्ध दम्पति हैं। इनके 4 बेटे व 4 बेटियों की मृत्यु हो चुकी है। सिर्फ 1 बेटी बची है जो शहर में कहीं रहती है। इनकी बेटी से मिलने की इच्छा बहुत होने पर फोन करवाते हैं तो जवाब आता है कि 15 दिन बाद आएंगी। ये लोग बेचारे इंतजार करते रह जाते हैं। बेटी इन्हें अपने साथ शहर ले जाना चाहती है पर इनको मंजूर नहीं है। ये लोग अपनी पुश्तैनी टूटी–फूटी झोपड़ी में ही खुश हैं। पर अकेले दम्पति बहुत कष्टों से गुज़र रहे थे।

हमारा मामूली सा दायित्व निर्वहन

सो, तारा संस्थान ने उन्हें तृप्ति सहयोग प्रदान किया। पूंजनाथ व मोती बाई दानदाताओं को आशीर्वाद देते हुए उनकी व उनके परिवार की दीर्घायु व सुख– सुमृद्धि की कामना करते हैं।

तृप्ति योजना जिसके अंतर्गत ऐसे बुजुर्गों की सहायता की जाती है जो निर्धन–निर्बल, अकेले–असहाय हो या जिनके परिवार में कोई नहीं हो, या वे लोग उन्हें अकेले छोड़ शहरों में नौकरी–धंधा करने चले गए हो, ऐसे बुजुर्ग जिनकी आय का कोई साधन न हो, ना ही जो इस लायक हो कि कुछ काम–धंधा कर अपना पेट पाल सकें और जिन्हें दो वक्त की रोटी हेतु भी दूसरों का मुँह ताकना पड़ता हो। **संस्थान अपने साधकों द्वारा ऐसे जरुरतमंद लोगों की पहचान कर उन्हें मासिक खाद्य-सामग्री व अन्य आवश्यक चीजें उनके घर-द्वार पर पहुँचाने की व्यवस्था करता है। सामग्री जो प्रत्येक लाभार्थी को हर माह दी जाती है उसका विवरण इस प्रकार है : 10 किलो आटा, 2 किलो चावल, 2 किलो दाल, 1 किलो तेल, 2 किलो शक्कर और 1 किलो नमक-मिर्ची ऊपर से उन्हें 300 रु. नकद राशि अन्य आवश्यक जरूरतों जैसे हरी सब्जी इत्यादि के लिए दिए जाते हैं। इसके अतिरिक्त बुजुर्गों को कपड़े-लत्ते और कम्बलें भी सप्लाई की जाती हैं तथा क्षमतानुसार उनके झोंपड़ों की मरम्मत भी करवाई जाती है।** तारा संस्थान ने साधकों व सेवा–भावी ग्रामीणों को मिलाकर ऐसा तंत्र विकसित किया है जो तृप्ति योजना को सफलता–पूर्वक संचालित करता है।

आप किस प्रकार वृहत्तर सामाजिक दायित्व निभा सकते हैं :

आप चाहें तो आप भी इन मानवीय कार्यों में किसी–न–किसी रूप में अपना सहयोग प्रदान कर सकते हैं।

तृप्ति योजना सेवा (प्रति बुजुर्ग खाद्य सामग्री सहायता)

01 वर्ष - 18000 रु.	06 माह - 9000 रु.	01 माह - 1500 रु.

Tara
बुजुर्गों के लिए...

निःसहाय - निर्धन असामयिक परित्यक्ताएँ / विधवाएँ

नसरीन (31) पांच वर्ष पूर्व अपने पीहर दूसरी डिलीवरी हेतु आई थी, उसकी पहले से एक बेटी है। पति ने सन्देश भेजा कि अगर बेटा हुआ तभी वापस लौटना। नसरीन का नसीब देखिये कि उसके फिर एक पुत्री जन्मी पति वापस लेने को तैयार नहीं नसरीन के माँ–बाप ने पति को बहुत समझाया लेकिन वह टस–से–मस नहीं हुआ। फिर पिता ने कहा कि ऐसे आदमी से तो बच्चियों के साथ अनहोनी होने का अंदेशा भी है सो उसने नसरीन को अपनी दोनों बच्चियों के साथ अपने यहीं हमेशा के लिए रहने को कहा। पिता ने बोला– "जैसा भी हो सके, अपने बलबूते पर तुमको पालूंगा"। तबसे नसरीन अपने माँ–बाप के घर ही रह रही हैं। ससुराल से आज तक कोई बच्चियों को देखने तक नहीं आया। नसरीन सिलाई वगैरह करके कुछ खर्चा निकालती है। कभी–कभार रिश्तेदार बच्चियों के हाथ में कुछ रुपये जबरदस्ती दे जाते हैं। बाकी कोई आसरा नहीं है लेकिन नसरीन जी रही है तो सिर्फ इन बेटियों के लिए।

हमारा मामूली सा दायित्व निर्वहन

फिर तारा संस्थान से मासिक पेंशन मिलने लगी तथा संस्थान में नौकरी भी दी तो उम्मीद की एक किरण जगी। वह कहती है "मैंने भी ठान ली है कि इन बेटियों को पढ़ा–लिखा कर इतना ऊँचा उठाऊंगी कि वे किसी भी तरह से लड़कों से कम नहीं लगें। नसरीन बानो सहृदय दानदाताओं के लिए दुआ करती है कि उनको जीवन में और ज्यादा कामयाबी मिले।

मात्र 23 वर्ष की उम्र में रेखा विधवा हो गई। 7 साल के साथ के बाद 6 माह पूर्व उनके पति की रोड एक्सिडेंट में मृत्यु हो गई। वे दोनों अपने दो बच्चों के साथ बड़े अच्छे से जीवन बिता रहे थे कि ऐसी भयानक विपत्ति आन पड़ी। रेखा को लगा कि वह चौराहे पर खड़ी है। कुछ नहीं सूझ रहा था कि वह स्वयं और उसके बेटे (3 वर्ष) व बेटी (4 वर्ष) का भविष्य क्या होगा। फिर वह ससुराल से पीहर अपने माँ–बाप के साथ रहने आ गई। यहाँ भी जीवन जैसे–तैसे ही चल रहा है। बच्चों के भविष्य की चिंता हमेशा सताए रहती है। कैसे उन्हें बड़ा किया जाए। उनकी शिक्षा व अन्य जरूरतों को कैसे पूरा किया जाए।

तो तारा संस्थान ने रेखा को मासिक पेंशन (गौरी योजना) शुरू की। साथ-ही-साथ उसे संस्थान में नौकरी भी दी। इसके अतिरिक्त रेखा के बच्चों की शिक्षा भी तारा संस्थान संचालित शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल में हो रही है।

आप किस प्रकार वृहत्तर सामाजिक दायित्व निभा सकते हैं :

गौरी योजना सेवा (प्रति विधवा महिला सहायता)

01 वर्ष - 12000 रु.	06 माह - 6000 रु.	01 माह - 1000 रु.

निर्धन, निःशक्त-निःसहाय बुजुर्ग एवं मोतियाबिन्द समस्या

हमारा मामूली सा दायित्व निर्वहन

तारा संस्थान तारा नेत्रालयों के नाम देश के चार शहरों – उदयपुर, दिल्ली, मुम्बई और फरीदाबाद में नेत्र अस्पताल चलाते हैं। ये नेत्रालय सामान्य नेत्र जाँच एवं निदान तथा मोतियाबिन्द जाँच एवं ऑपरेशन की प्रकिया हेतु आधुनिकतम मशीनों, उपकरणों एवं प्रशिक्षित नेत्र विशेषज्ञों एवं मेडिकल स्टाफ से सुसज्जित है। इन चारों नेत्रालयों में गरीब व जरूरतमंद मरीजों का पूर्णतः निःशुल्क उपचार होता है जिसमें हजारों रोगी प्रतिदिन लाभान्वित होते हैं। तारा नेत्रालयों द्वारा न सिर्फ स्थानीय ओ.पी.डी., जाँच एवं निदान होता है बल्कि दूरदराज व गरीब–आदिवासी क्षेत्रों में समय–समय पर ''नेत्र जाँच एवं मोतियाबिन्द ऑपरेशन चयन शिविर'' आयोजित किए जाते हैं। इन शिविरों को सुनियोजित प्रकार से आयोजित किया जाता है।

आप किस प्रकार वृहत्तर सामाजिक दायित्व निभा सकते हैं :

ये शिविर दान सहयोग राशियों पर आधारित है जिनकी योजनाएँ निम्न प्रकार है :

नेत्र शिविर सौजन्य
मोतियाबिन्द जाँच-चयन-शिविर आयोजन एवं
30 ऑपरेशन सहयोग सौजन्य, प्रति शिविर - 151000 रु.
चश्मा जाँच - चश्मा वितरण - दवाई सहयोग राशि,
प्रतिशिविर - 21000 रु.

1 ऑपरेशन सहयोग राशि रु. 3000/-

17 ऑपरेशन सहयोग राशि रु. 51000/-

निर्धन - निःसहाय विधवाओं के बच्चों की शिक्षा समाधान

पति की मृत्यु के बाद रेखा के ससुराल वालों ने उसे व उसकी तीनों बेटियों का घर से बाहर निकाल दिया। मरती क्या न करती, रेखा ने अपनी छोटी–छोटी बच्चियों के साथ घर के बाहर स्थित एक पशुओं के बाड़े में शरण ली। यहीं रहना, जो भी इधर–उधर से मिले उसे खाना–पीना व रात को सोना भी वहीं। बेचारी लगभग पशुवत जीवन जी रही रेखा पर एक बार मीडिया का ध्यान गया और उनकी खबर पर पुलिस ने कार्रवाई कर रेखा को ससुराल वालों से एक कमरा दिलवाया।

हमारा मामूली सा दायित्व निर्वहन

तारा संस्थान ने भी उन्हें गौरी योजना के अन्तर्गत मासिक पेंशन शुरू की तथा शिखर भार्गव स्कूल में उसे नौकरी भी दे दी। साथ–ही–साथ उसकी दो बेटियों को भी स्कूल में दाखिला दे दिया। रेखा दानदाताओं को ईश्वर सा मानकर कृतज्ञ है कि उसका जीवन पुनः मानव जैसा हो पाया है।

शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल की एक कक्षा का दृश्य

शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल तारा संस्थान, उदयपुर के तत्त्वावधान में चलाया जाता है। इस छोटे से किन्तु सुंदर स्कूल उन छात्रों, जो कि संसाधनों की कमी के कारण उचित शिक्षा प्राप्त करने में सक्षम नहीं हैं, को समुचित शिक्षा देने का प्रयास किया जाता है। यहाँ विशेषकर कम आयु में विधवा हो चुकी महिलाओं के बच्चों एवं अनाथ बालक बालिकाओं को पूर्णतया निःशुल्क शिक्षा तथा शिक्षा–सामग्री प्रदान की जाती है, जिसमें फीस, किताबें, स्टेशनरी, बैग और परिवहन सुविधा भी शामिल है तथा गरीब बच्चों को फीस में विशेष छूट दी जाती है।

आप किस प्रकार वृहत्तर सामाजिक दायित्व निभा सकते हैं :

गरीब / अनाथ / विधवाओं के बच्चों की शिक्षा सहायता सेवा

10 विधवा महिला के बच्चे की शिक्षा हेतु वार्षिक सहयोग - 1,20,000 रु.	5 विधवा महिला के बच्चे की शिक्षा हेतु वार्षिक सहयोग - 60,000 रु.	1 विधवा महिला के बच्चे की शिक्षा हेतु वार्षिक सहयोग - 12000 रु.

05 फरवरी, 2018 : संस्थान में भागवत कथा

तारा संस्थान में श्रीमद् भागवत कथा फरवरी से संस्थान में विशाल सप्त दिवसीय संगीतमय पवित्र भागवत कथा के आयोजन का शुभारम्भ हुआ। कथा वाचक श्रद्धेय बाल व्यास जी महाराज (श्री राम वृन्दावन वाले) एवं उनकी मंडली द्वारा भावपूर्ण प्रस्तुती दी गयी। इस कथा का आनंद वृद्धाश्रम वासी, तारा परिवार, तारा नेत्रालय में भर्ती मरीजों के तीमारदारों सहित अनेक श्रद्धालुओं ने लिया। कार्यक्रम यू.के. की श्रीमती पुष्पा देवी ने उनकी स्व. पति श्री सुरजीत सिंह जी की पुण्य स्मृति में प्रायोजित किया जो कि 7 दिन चल कर 11 फरवरी को समाप्त हुआ।

17 फरवरी, 2018 : भामाशाह का दौरा

तारा संस्थान की मुम्बई की दानदाता श्रीमती जे.जे. कक्कड़ ने संस्थान के दौरे पर आई जहाँ पर उनका भावभीना स्वागत किया गया।

23 फरवरी, 2018 : भोजन सेवा

लॉयन्स क्लब उदयपुर लेक सिटी डिस्ट्रिक्ट 3233E2 द्वारा आनन्द वृद्धाश्रम में एक भोजन सेवा की जिसमें क्लब के सदस्यों ने बड़े प्रेम व आदर के साथ वरिष्ठजनों को भोजन परोसा।

27 फरवरी, 2018 : विदाई समारोह

शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल, उदयपुर में 27 फरवरी, 2018 को कक्षा 8 के छात्रों को विदाई समारोह आयोजित किया गया।

02 मार्च, 2018 : होली

आनन्द वृद्धाश्रमवासी धूमधाम से होली का आनन्द लेते हुए

गर्मियों में स्वस्थ रहने के आसान तरीके....

दोस्तों फरवरी का महीना जाते ही गर्मी आने का एहसास होने लगता है। सर्दियों के मुकाबले गर्मियों में स्वस्थ रहना थोड़ा सा मुश्किल है। यहाँ कुछ तरीके हैं जिनको ध्यान में रखकर आप गर्मियों में स्वस्थ और बीमारियों से दूर रह सकते हैं।

आइये जानते हैं वो तरीके जिनसे गर्मियों में स्वस्थ रहा जा सकता है।

पानी, बहुत सारा पानी : पानी का ज्यादा–से–ज्यादा सेवन करें। औसतन व्यक्ति को दिन में 10 से 12 गिलास पानी पीना चाहिए। सही मात्रा में पानी पीने से गर्मी में डिहाइड्रेशन (Dehydration) नहीं होता है, साथ ही पानी आपके शरीर को गर्मी में ठंडा रखेगा।

सूरज की चाय : गर्मियों में आप सूरज की चाय का भी आनंद उठा सकते हैं। इसे बनाने के लिए आधा जग पानी और उसमे हिबिस्कस (Hibiscus), लोंग (Clove), पेपरमिंट (Papermint), कैमोमाइल (Chamomile), नींबू एवं अन्य कोई जड़ी डाले और पूरे दिन के लिए सूरज की धूप में रख दें। इस चाय से आपकी त्वचा सुन्दर और बाल अच्छे रहेंगे, साथ ही पानी की कमी भी नहीं होगी। आप इस तरह चाँद की चाय भी बना सकते हैं।

स्मूदी और ज्यादा आइसक्रीम से बचें : फलों से बनी स्मूदी आपको तारो ताजा तो बना देती है पर और आप हफ्तों भर अच्छा महसूस करते हैं। पर अधिकतर स्मूदी जमे हुए फल और आइसक्रीम से बनती है और इनसे बहुत अधिक मात्र में कैलोरी होती है। इसके अधिक सेवन से बचे या इसे घर में बनायें। घर में बनी स्मूदी बिना वसा (Fat Less) या कम वसा की होगी।

तेलीय खाने से बचे : गर्मियों में स्वस्थ रहने का एक नुस्खा ये है कि कोशिश करें कि गर्मियों में तला हुआ खाना कम खाएँ। तला हुआ खाना या ज्यादा वसा (Fat) वाला खाना आपको मोटापे की तरफ ले जाता है। साथ ही आपकी पाचन प्रक्रिया को भी धीमा कर देता है। ज्यादा वसा आपको बीमार बना देगा और त्वचा भी खराब करता है।

चाय कॉफी कम करें : अगर आप एक डाइट पर है तो आपको गर्मी में चाय और कॉफी का कम उपयोग करना होगा। ज्यादा चाय और कॉफी से आपको ज्यादा मूत्र विसर्जन (Urination) होगा और आपके शरीर में पानी की कमी होगी और त्वचा में भी रूखापन आयेगा।

तंग कपड़े ना पहने : तंग और त्वचा से चिपके हुए कपड़े ना ही पहने तो अच्छा है। तंग कपड़े पहनने से खून का संचार कम होगा, ज्यादा पसीना आयेगा और साथ ही आपको घुटन महसूस होगी। गर्मियों में स्वस्थ रहने के लिए खुले और ढीले कपडे पहनें ताकि हवा का बहाव बना रहे और इससे आपका शरीर ठंडा रहेगा।

शरीर की सफाई : गर्मियों में हमें काफी पसीना आता है और इस वजह से आपको शरीर से गंध आने लगती है। इन सब के बीच गर्मियों में शरीर पर कई प्रकार के बैक्टेरिया भी जगह बना लेते हैं। इन सबसे बचने के लिए दिन में कम से कम दो बार नहाये और पानी में किसी प्रकार का एंटी बेक्टेरिअल डाले ताकि आप गर्मियों में स्वस्थ रहें।

उदयपुर के अतिरिक्त तारा संस्थान के अन्य शहरों में निम्न वृद्धाश्रम हैं :

रविन्द्र नाथ गौड़ आनन्द वृद्धाश्रम

25/39, एल.आई.टी. कॉलोनी,
टेगौर टाउन, इलाहाबाद (उ.प्र.) - 211002
फोन नं. (0532) 2465035

ओम दीप आनन्द वृद्धाश्रम

866, सेक्टर - 15ए,
फरीदाबाद (हरियाणा) - 121007
मो. 07821855758

विनम्र अपील :

जैसा कि आपको विदित है तारा नेत्रालय (उदयपुर, दिल्ली, मुम्बई व फरीदाबाद) जरूरतमंद निर्धनों हेतु आँखों के मोतियाबिन्द के मुफ्त इलाज करते हैं। इसी प्रक्रिया में हमें अनेक महंगी मशीनों व यंत्रों की आवश्यकता पड़ती है वर्तमान में निम्न मशीनों की तुरंत आवश्यकता है, कृपया मुक्तहस्त सहयोग करें।

B-SCAN
बी-स्केन

यह आँख की सोनोग्राफी मशीन है जो विशेष रूप से आँख के पर्दे की जाँच में उपयोग होती है। मोतियाबिन्द के जिन मरीजों में पर्दा नहीं दिख पाता तथा डायबिटीज, ब्लड प्रेशर एवं आँख की चोट में यह विशेष रूप से सहायक है।

कीमत रु. **9,00,000/-**
(नौ लाख रुपए)

OPERATING MICROSCOPE
ऑपरेटिंग माइक्रोस्कोप

सामान्य भाषा में इसे दूरबीन कहते हैं। आधुनिक मोतियाबिन्द के ऑपरेशन में यह अतिआवश्यक है। इसके द्वारा आँख की कई गुना बड़ी इमेज बनती है जिससे की अति सूक्ष्म सर्जरी भी की जा सकती है।

कीमत रु. **8,38,000/-**
(आठ लाख अड़तीस हजार रुपए)

नेत्र चिकित्सा सेवा (मोतियाबिन्द ऑपरेशन)

17 ऑपरेशन - 51000 रु.	09 ऑपरेशन - 27000 रु.	06 ऑपेरशन - 18000 रु.
03 ऑपरेशन - 9000 रु.	01 ऑपरेशन - 3000 रु.	

नेत्र शिविर सौजन्य

मोतियाबिन्द जाँच-चयन-शिविर आयोजन एवं 30 ऑपरेशन सहयोग सौजन्य, प्रति शिविर - 151000 रु.
चश्मा जाँच - चश्मा वितरण दवाई सहयोग राशि, प्रतिशिविर - 21000 रु.

कृपया आपश्री सहमति पत्र के साथ अपनी करुणा - सेवा भेजें

आदरणीय अध्यक्ष महोदया,

मैं (नाम) ..... सहयोग मद / उपलक्ष्य में / स्मृति में .....

संस्थान द्वारा संचालित सेवा कार्यों में रुपये ..... का केश / चैक / डी.डी. नम्बर .....

दिनांक ..... से सहयोग भेजने की सहमति प्रदान करता / करती हूँ।

मेरा पता (नाम) ..... पिता (नाम) .....

निवास पता .....

लेण्ड मार्क ..... जिला ..... पिन कोड ..... राज्य .....

फोन नम्बर घर / ऑफिस ..... मो.नं. ..... ई-मेल .....

तारा संस्थान, उदयपुर के नाम पर दान - सहयोग प्रदान करें।

हस्ताक्षर

नेत्रालय मासिक अपडेट्स :

मोतियाबिन्द जाँच - ऑपरेशन हेतु चयन शिविर

तारा संस्थान द्वारा निर्धन वृद्ध बन्धुओं की आँखों में सामान्यतः पाये जाने वाले मोतियाबिन्द के निदान और ऑपरेशन हेतु चयन के लिए शिविर आयोजित किये जाते हैं। दूरस्थ एवं ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले मोतियाबिन्द ग्रस्त बन्धुओं की स्थिति अधिक ही पीड़ादायक है, क्योंकि प्रथम तो उन्हें मोतियाबिन्द–ऑपरेशन की सुविधा आसानी से उपलब्ध नहीं है एवं द्वितीय, निर्धनता उनकी चिकित्सा में बड़ा अवरोधक है। तारा संस्थान ने ऐसे निर्धन बन्धुओं की जाँच हेतु शिविर लगाने एवं चयनित मोतियाबिन्द ग्रस्त बन्धुओं के शिविर स्थल के निकटवर्ती कस्बे या शहर में स्थित अधुनातन सुविधाओं से सम्पन्न नेत्र चिकित्सालयों या संस्थान के उदयपुर, दिल्ली, मुम्बई व फरीदाबाद स्थित 'तारा नेत्रालय' में सर्वथा निःशुल्क ऑपरेशन करवाने का कार्य प्रारंभ किया है। निःशुल्क सुविधाओं में मोतियाबिन्द की जाँच, दवाइयाँ, लेंस, ऑपरेशन, चश्मे, रोगियों का परिवहन, भोजन तथा देखभाल आदि सम्मिलित है।

दानदाताओं के सौजन्य से माह फरवरी – 2018 के मध्य आयोजित शिविरों का संक्षिप्त विवरण

तारा नेत्रालय, उदयपुर में आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
02.02.2018	श्रीमती बिना देवी – श्री ओम प्रकाश अग्रवाल, निवासी : भुवनेश्वर (उड़ीसा)	17 ऑपरेशन			
12.02.2018	श्री राजकुमार जैन, निवासी : सिलचर, असम	210	27	46	97
12.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	210	27	41	89
19.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	172	22	49	73
26.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	116	14	19	43

तारा नेत्रालय, दिल्ली में आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
05.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	228	17	41	106
10.02.2018	श्री सी.पी. चड्डा एवं परिवार, निवासी : वेस्ट पटेल नगर, नई दिल्ली	205	16	37	89
16.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	196	12	53	109
26.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	270	17	59	109

तारा नेत्रालय, मुम्बई में आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
05.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	106	09	27	41
12.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	111	09	31	46
15.02.2018	श्रीमती गरिमा पालीवाल, निवासी : शांताक्रुज (प.), मुम्बई	106	12	36	62
26.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	106	07	29	41
28.02.2018	श्री गौरांग रमेश चन्द्र किंकबवाला, निवासी : महर्षि कार्वे रोड, मुम्बई	79	06	16	31

तारा नेत्रालय, फरीदाबाद में आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
03.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	108	09	26	31
10.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	72	07	17	19
17.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	82	05	18	11

अन्य दानदाताओं के सौजन्य से देशभर में आयोजित शिविरों की झलकियाँ

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
02.02.2018	जय श्री कृष्णा	नांगलोई, दिल्ली	880	12	435	765
04.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	वल्लभगढ़, फरीदाबाद	225	08	101	121
04.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	लसाड़िया, उदयपुर	176	11	26	81
05.02.2018	जय श्री कृष्णा	बेगमपुर, दिल्ली	631	11	367	609
10.02.2018	श्रीमती सुषमा - श्री सत्यभूषण जैन, दिल्ली	मादीपुर, दिल्ली	910	16	412	870
11.02.2018	जय श्री कृष्णा	रोहतक (हरियाणा)	670	17	358	632
11.02.2018	राजस्थान क्लब (देश की प्रमुख सामाजिक एवं सांस्कृतिक संस्था)	नारायणा विहार, दिल्ली	510	15	364	467
11.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	फतेहपुर, फरीदाबाद	296	26	118	120
11.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	सलुम्बर, उदयपुर	118	13	24	62
15.02.2018	श्रीमती अनुमति कौर (स्टैमोर, लन्दन) एवं श्री कान्ति लाल शाह	बिंदापुर, दिल्ली	476	09	256	421
18.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	मलाड (ई.), मुम्बई	228	16	132	147
18.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	झुग्गी, फरीदाबाद	370	19	188	186
22.02.2018	वर्धमान प्लाजा	नेहरू प्लेस, नई दिल्ली	565	11	325	543
22.02.2018	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	धरियावाद, प्रतापगढ़	167	11	29	98
24.02.2018	हीरालाल मोहन देवी रिटा गुप्ता मेमोरियल ट्रस्ट, नई दिल्ली	शालीमार बाग, दिल्ली	610	11	378	589
25.02.2018	मनोहरी देवी बिंदल चैरिटेबल ट्रस्ट (रजि.), दिल्ली	सफदरजंग एन्क्लेव, दिल्ली	634	19	345	585
25.02.2018	श्रीमती सरोज - श्री वासदेव भसीन, निवासी : वेस्ट पटेल नगर	नांगलोई, नई दिल्ली	713	14	347	576
25.02.2018	श्रीमती मोंगी बेन (हॉल ग्रीन), यू.के.	गोराया (पंजाब)	535	34	391	582

स्व. सरदार कुलबन्त सिंह चड्ढाकी प्रेरणा से
"The Ponty Chaddha Foundation" के सौजन्य से आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
11.02.2018	सचखण्ड नानक धाम (रजि.), गुरुद्वारा रोड, इन्द्रापुरी, लोनी, गजियाबाद	615	33	335	575

इस शिविरों में चयनित सभी रोगियों के तारा नेत्रालय, दिल्ली एवं मुम्बई में निःशुल्क मोतियाबिन्द ऑपरेशन करवाए गए हैं। मानवीय सेवा सौजन्य के लिए तारा संस्थान, उदयपुर, दिल्ली सिख गुरुद्वारा प्रबन्धक कमेटी एवम् वेव इन्फ्राटेक, दिल्ली के प्रति अपनी कृतज्ञता व्यक्त करता है एवं स्व. सरदार कुलबन्त सिंह चड्ढा के प्रति हार्दिक श्रद्धांजलि अर्पित करता है।

तारा संस्थान में पधारे अतिथि महानुभावों का स्वागत सम्मान

श्री विजय कुमार चौड़िया के साथ तारा परिवार
जलगाँव (महा.)

श्रीमती संतोष जैन
भोपाल (म.प्र.)

श्रीमती एवं श्री प्रमोद कुमार जैन
जबलपुर (म.प्र.)

"तारा परिवार का सौभाग्य कि आपने अभिनन्दन का अवसर प्रदान किया"

श्रीमती श्याम सुन्दरी एवं श्रीमती गीता खरे
रीवा (म.प्र.)

श्री पी.एल. राजोरिया - श्रीमती शकुन्तला देवी
अजमेर (राज.)

श्री शिव कुमार - श्रीमती रामदुलारी बंसल
हैदराबाद

श्रीमती एवं श्री अनिल शर्मा
जयपुर (राज.)

श्रीमती एवं श्री घनश्याम गर्ग
जयपुर (राज.)

जय श्री कृष्णा
बेगमपुर, दिल्ली

श्रीमती कमला पंवार
शाहपुरजाट, दिल्ली

श्रीमती सरोज भसीन पत्नी श्री वासदेव भसीन
वेस्ट पटेल नगर, नई दिल्ली-110008

श्री राजेन्द्र कुमार - श्रीमती सुमित्रा देवी भाम्भू (जाट)
एवं परिवार, गुड़गाँव

श्रीमती एवं श्री युद्धवीर सिंह
हिसार (हरियाणा)

श्रीमती चन्द्रकान्ता जी एवं परिवार
हिसार (हरियाणा)

श्रीमती संतोष सरदाना
पति स्व. श्री सुरेश कुमार, दिल्ली

श्री एस. सत्यनारायण
सिकन्दराबाद

श्रीमती श्यामलता पारासर
पुष्कर (राज.)

श्री विजय कुमार वर्मा
जोधपुर (राज.)

श्री पंकज कुमार जैन
जयपुर (राज.)

श्री जय सिंह चौहान
जोधपुर (राज.)

श्री रोहित सरदाना
दिल्ली

श्रीमती मनोरमा धवल
वसन्त विहार, दिल्ली

Thanks :

NAME AND PLACE OF THE DONORS, WE ARE GRATEFUL TO THEM

Donors are requested kindly to send their photographs alongwith Donation for publishing in TARANSHU

Mr. Rasbihari - Mrs. Geeta Khare
Dhamtari (CG)

Mr. Acharya Prem & Family
Nerchowk Mandi

Mr. Diwan Chand - Mrs. Pushpa Singla
Patiala (PB)

Mr. Ashwani Prakash Lic & Family
Kasaganj (UP)

Lt. Mr. Jivanmal Agrawal - Mrs. Sami Devi
Nagaur (Raj.)

Mr. Ashok - Mrs. Asha Jain Barjatya
Kota (Raj.)

Mr. Lal V. Gandhi - Mrs. Kuman Gandhi
Jamnagar (Guj.)

Mr. Ram Naresh Singh - Mrs. Chameli Dev
Mizapur (UP)

Mr. Bihari Lal Namdev - Mrs. Jamna Bai
Bhopal (MP)

Mr. Janeshwar - Mrs. Santosh Jain
Dehradun (Uttarakhand)

Dr. Mahesh - Mrs. Shashi Kanta Kandel
Jaipur (Raj.)

Mr. Jag Mohan - Mrs. Pratibha Maheshwari
Kolkata

Mr. Teji Lal - Lt. Mrs. Urmila Mishra
Jhansi (UP)

Mr. Indrapal - Mrs. Usha Gangwar
Bareilly (UP)

Mr. Anil Kumar - Mrs. Trishala Jain
Bareilly (UP)

Mr. Anil - Mrs. Anita Jain
Hoshiyarpur (PB)

Mr. Subhash Kansal - Mrs. Kiran Bala Sunam
Sangrur (PB)

Mr. Ramesh Lal - Mrs. Maya Ahuja
Satna (MP)

Mr. Vinod Kumar - Mrs. Indu Verma
Ambala Cantt (HR)

Mr. Chandrabhan - Mrs. Meera Sonavane
Nagaur (Raj.)

Miss. Anvi Patel
Bareilly (UP)

Mrs. Tikam Devi Kala
Jaipur (Raj.)

Mr. Babu Prasad Shah
Ahmedabad (Guj.)

Lt. Mr. Prakash Nath Modi
Jodhpur (Raj.)

Mr. Amrit Lal Garg
Sangrur (PB)

Mr. Chander Bhan Mehta
Hoshiyarpur (PB)

Mr. Shamsher Singh
Nawanshahr (PB)

Mrs. Madhu Bala Sharma
Hoshiyarpur (PB)

Mr. Rajendra Jain
Safitho, Jind (HR)

घोषणा - पत्र

फार्म - 4 (देखिये नियम - 8) (तारांशु के संबंध में स्वामित्व का विवरण और अन्य विशिष्टियां)

प्रकाशन का स्थान : 240 ए, हिरण मगरी, सेक्टर 6, उदयपुर
प्रकाशन की नियत कालिका : मासिक
मुद्रक का नाम : श्री सत्यप्रकाश कुमार शर्मा
राष्ट्रीयता : भारतीय
पता : सागर ऑफसेट प्रिन्टर, इण्डिया प्रा. लि. प्लॉट नं. 518, इकोटेच – III, उद्योग केन्द्र एक्टेंशन – II, ग्रेटर नोएडा, गौतम बुद्ध नगर (उत्तर प्रदेश)
प्रकाशक का नाम : श्रीमती कल्पना गोयल
राष्ट्रीयता : भारतीय
पता : 240 ए, सेक्टर – 06, हिरण मगरी, उदयपुर (राज.)

सम्पादक का नाम : श्रीमती कल्पना गोयल
राष्ट्रीयता : भारतीय
पता : 240 ए, सेक्टर – 06, हिरण मगरी, उदयपुर (राज.)
नाम व पता उन व्यक्तियों का जो समाचार पत्र का स्वामित्व रखते हैं और उनका जो कुल पूंजी के एक प्रतिशत से अधिक हिस्से के अंशधारी या साझेदार हैं। : श्रीमती कल्पना गोयल, पूर्ण स्वामित्व, 240 ए, सेक्टर 6, हिरण मगरी, उदयपुर (राज.), क्र.सं. 3 व 4 के अनुसार मैं श्रीमती कल्पना गोयल एतद्द्वारा घोषणा करती हूँ कि उपर्युक्त दी गई विशिष्टियाँ मेरी अधिकतम जानकारी में एवं विश्वास से सत्य हैं।
दिनांक : 01.03.2018

कल्पना गोयल, प्रकाशक के हस्ताक्षर

करुणा की बहती धारा में अपने अविवेक को धो डालो।

FCRA

Tara Sansthan is registered under Foreign Contribution Regulation Act (FCRA) with the Govt of India for receiving Donations from Foreign Countries VIDE Registration No. 125690108

TARA NETRALAYA - Delhi

WZ-270, Village - Nawada, Opp. 720, Metro Pillar, Uttam Nagar, Delhi - 59
Phone No. 011-25357026, +91 9560626661

TARA NETRALAYA - Mumbai

Unit No. 1408/7, 1st Floor, Israni Indl. Estate, Penkarpara, Nr. Dahisar Check-post, Meera Road, Thane - 401107 (M.S.) INDIA, Phone No. 022-28480001, +91 7821855753

TARA NETRALAYA - Faridabad

Bhatia Sewak Samaj (Regd.), N.H. - 2, Block - D, N.I.T., Faridabad (Haryana) 121001
Phone No. 0129-4169898, +91 7821855758

AREA SPECIFIC TARA SADHAK

Amit Sharma
Area Delhi
Cell : 07821855747

Sanjay Choubisa
Area Delhi
Cell : 07821055717

Gopal Gadri
Area Delhi
Cell : 07821855741

Rameshwar Jat
Area Gurgaon, Faridabad
Cell : 07821855758

Kamal Didawania
Area Chandigarh (HR)
Cell : 07821855756

Ramesh Yogi
Area Lucknow (UP)
Cell : 07821855739

Narayan Sharma
Area Hyderabad
Cell : 07821855746

Vikas Chaurasia
Area Jaipur (Raj.)
Cell : 09983560006

Sunil Sharma
Area Mumbai, Chennai
Cell : 07821855752

Suresh Kumar Lohar
Area Mumbai
Cell : 07821855759

Prakash Acharya
Area Surat (Guj.)
Cell : 07821855726

Kailash Prajapati
Area Saurashtra (Guj.)
Cell : 07821855738

Deepak Purbia
Area Punjab
Cell : 07821055718

Pavan Kumar Sharma
Area Bikaner & Nagpur
Cell : 07821855740

Mukesh Gadri
Area Noida, Ghaziabad
Cell : 07821855750

'TARA' CENTRE - INCHARGE

Shri S.N. Sharma
Mumbai
Cell : 09869686830

Smt. Rani Dulani
10-B/B, Viceroy Park, Thakur Village,
Kandiwali (W), Mumbai - 400 101, Cell : 09029643708

Shri Bajrang Ji Bansal
Kharsia (CG)
Cell : 09329817446

Shri Anil Vishvnath Godbole
Ujjain (MP)
Cell : 09424506021

Shri Vishnu Sharan Saxena
Bhopal (M.P.)
Cell : 09425050136, 08821825087

Shri Dinesh Taneja
Bareilly (UP)
Cell : 09412287735

DONORS KINDLY NOTE

It you do not get any response from any of the above mentioned Mob. numbers, Kindly inform us at Mobile No. 09549399993 and / or 09649399993

INCOME TAX EXEMPTION ON DONATIONS

Donations to Tara Sansthan are TAX-EXEMPT under section 80G of I.T. Act. 1961 at the rate of 50%

Donation to Tara Sansthan may be sent by cheque/draft drawn in favor of Tara Sansthan, payable at Udaipur, OR may be remitted direct into any of the following Bank Accounts, with caopy of pay-in-slip and Donor's address to Tara Sansthan, Udaipur for expediting Donation Acknowledgment Receipt

TARA SANSTHAN BANK ACCOUNT

ICICI Bank (Madhuban)	A/c No. 004501021965	IFSC Code : icic0000045
State Bank of India	A/c No. 31840870750	IFSC Code : sbin0011406
IDBI Bank	A/c No. 1166104000009645	IFSC Code : IBKL0001166
Axis Bank	A/c No. 912010025408491	IFSC Code : utib0000097
HDFC Bank	A/c No. 12731450000426	IFSC Code : hdfc0001273
Canara Bank	A/c No. 0169101056462	IFSC Code : cnrb0000169
Central Bank of India	A/c No. 3309973967	IFSC Code : cbin0283505
Punjab National Bank	A/c No. 8743000100004834	IFSC Code : punb0874300
Yes Bank	A/c No. 065194600000284	IFSC Code : yesb0000651

तारांशु (हिन्दी - अंग्रेजी) मासिक, मार्च - 2018
प्रेषण तिथि - 11-17 प्रति माह
प्रेषण कार्यालय का पता : मुख्य डाकघर, चेतक सर्कल, उदयपुर

समाचार पत्र पंजीयन सं. : RAJBIL/2011/42978
डाक पंजीयन क्र. : आर.जे./यू.डी./29-102/2018-2020
मुद्रण तिथि : 9 प्रतिमाह

तारा संस्थान के नि:शुल्क मानवीय सेवा प्रकल्प, आपसे प्रार्थित अपेक्षित सहयोग -सौजन्य राशि

नेत्र चिकित्सा सेवा (मोतियाबिन्द ऑपरेशन)

17 ऑपरेशन - 51000 रु., 09 ऑपरेशन - 27000 रु., 06 ऑपरेशन - 18000 रु., 03 ऑपरेशन - 9000 रु., 01 ऑपरेशन - 3000 रु.

नेत्र शिविर सौजन्य

मोतियाबिन्द जाँच-चयन-शिविर आयोजन एवं 30 ऑपरेशन सहयोग सौजन्य, प्रति शिविर - 151000 रु.
चश्मा जाँच - चश्मा वितरण - दवाई सहयोग राशि, प्रतिशिविर - 21000 रु.

तृप्ति योजना सेवा (प्रति बुजुर्ग खाद्य सामग्री सहायता)	गौरी योजना सेवा (प्रति विधवा महिला सहायता)	आनन्द वृद्धाश्रम सेवा (प्रतिबुजुर्ग)	वृद्धाश्रम बुजुर्गों हेतु भोजन मिति
01 वर्ष - 18000 रु.	01 वर्ष - 12000 रु.	01 वर्ष - 60000 रु.	3500 रु.
06 माह - 9000 रु.	06 माह - 6000 रु.	06 माह - 30000 रु.	(एक समय)
01 माह - 1500 रु.	01 माह - 1000 रु.	01 माह - 5000 रु.	

एक विधवा महिला के बच्चे की शिक्षा हेतु वार्षिक सहयोग - 12000 रु.

सहयोग राशि - आजीवन संरक्षक 21000 रु., अर्जित ब्याज से दानदाता के नाम से इच्छित दिनांक को प्रतिवर्ष 2 मोतियाबिन्द ऑपरेशन,
आजीवन सदस्य 11000 रु., अर्जित ब्याज से दानदाता के नाम से इच्छित दिनांक को प्रतिवर्ष 1 मोतियाबिन्द ऑपरेशन (संचितनिधि में)

दान पर आयकर में छूट : तारा संस्थान को दिया गया दान आयकर अधिनियम 1961 की धारा 80G के अन्तर्गत आयकर में 50% छूट योग्य मान्य है।

निवेदन : कृपया अपना दान - सहयोग नकद या 'तारा संस्थान, उदयपुर' के पक्ष में देय
चैक/ड्राफ्ट द्वारा संस्थान के पते पर प्रेषित करने का कष्ट करें, अथवा : अपना दान सहयोग तारा संस्थान के निम्नांकित किसी बैंक खाते में जमा करवा कर 'पे-इन-स्लिप' अपने पते सहित संस्थान को प्रेषित करें ताकि दान - सहयोग प्राप्ति रसीद आपको तत्काल भेजी जा सके।

ICICI Bank (Madhuban) A/c No. 004501021965	IFSC Code : icic0000045	Canara Bank A/c No. 0169101056462	IFSC Code : cnrb0000169
SBI A/c No. 31840870750	IFSC Code : sbin0011406	Central Bank of India A/c No. 3309973967	IFSC Code : cbin0283505
IDBI Bank A/c No. 1166104000009645	IFSC Code : IBKL0001166	PNB Bank A/c No. 8743000100004834	IFSC Code : punb0874300
Axis Bank A/c No. 912010025408491	IFSC Code : utib0000097	YES Bank A/c No. 065194600000284	IFSC Code : yesb0000651
HDFC A/c No. 12731450000426	IFSC Code : hdfc0001273		

Pan Card No. Tara - AABTT8858J

'तारा' के सेवा प्रकल्पों का कृपया टी.वी. चैनल्स पर प्रसारण देखें :-

पारस — 'पारस' रात्रि 7:40 से 8:00 बजे

आस्था भजन — 'आस्था भजन' प्रात: 8:40 से 9:00 बजे

आस्था — 'आस्था' रविवार दोपहर 2:30 बजे

संस्कार — 'संस्कार चैनल' दोपहर 2:40 से 2:55 बजे

बुक पोस्ट

Tara
बुजुर्गों के लिए...

तारा संस्थान

डीडवाणिया (रतनलाल) नि:शक्तजन सेवा सदन
236, सेक्टर - 6, हिरण मगरी, उदयपुर (राज.) 313002
मो. +91 9549399993, +91 9649399993

Email : info@tarasansthan.org, donation@tarasansthan.org,
Website : www.tarasansthan.org