मूल्य – 5 रु.

Tara
बुजुर्गों के लिए...

तारांशु

मासिक
सितम्बर – 2017
वर्ष 5, अंक 12, पृ.सं. 20

वृद्धाश्रम के नवीन परिसर भवन का निर्माण : पाँचवी मंजिल तक पहुँचा

आनन्द वृद्धाश्रम के नवीन परिसर का निर्माण कार्य पाँचवीं मंजिल तक पहुँचा

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

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

आभार
श्री एन.पी. मार्गव
मुख्य संरक्षक, तारा संस्थान,
उद्योगपति एवं समाजसेवी, दिल्ली

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

श्री सत्यभूषण जैन
संरक्षक, प्रमुख समाजसेवी, दिल्ली

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

प्रकाशक एवं सम्पादक
कल्पना गोयल

दिग्दर्शक
दीपेश मित्तल

कार्यकारी सम्पादक
तरुत सिंह राव

ले-आउट व ग्राफिक डिजाइनर
गौरव अग्रवाल

आवरण चित्र
अरविन्द शर्मा

अनुक्रमणिका

विषय	पृष्ठ संख्या
आनन्द वृद्धाश्रम के नवीन परिसर का निर्माण/ योगदान हेतु दान योजना	02
अनुक्रमणिका	03
90 वर्ष के जवान	04
प्यारे दोस्तो	05
गौरी योजना	06
तृप्ति योजना	07
तारा नेत्रालय विशेष	08
आनन्द वृद्धाश्रम : नए निवासी - 1	09
आनन्द वृद्धाश्रम : नए निवासी - 2	10
मासिक न्यूज अपडेट - 1	11
मासिक न्यूज अपडेट - 2	12
प्रेरणा / स्वास्थ्य	13
तारांशु (मासिक) पत्रिका में आप भी भागीदार बनें	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

90 वर्ष के जवान...

आप और हम मिलकर तारा संस्थान के माध्यम से उन बुजुर्गों की मदद कर रहे हैं जो कि जरूरतमंद हैं। तीनों वृद्धाश्रमों में जो भी बुजुर्ग आते हैं उनकी उम्र का 60 वर्ष से ऊपर होना जरूरी है यानी कि हम यह मानते हैं कि 60 वर्ष से जो ऊपर हैं वो बुजुर्ग है.... लेकिन क्या वाकई ऐसा है? इस प्रश्न के जवाब में आपको एक ऐसे बुजुर्ग के बारे में बताना चाहेंगे जो कतई वृद्ध नहीं हैं और उन्होंने हमें यह सोचने पर मजबूर किया कि उम्र से आदमी बुजुर्ग नहीं होता है। हम बात कर रहे हैं रतलाम के रहने वाले एन.डी. मुखीजा साहब की। जन्म 1927 में पाकिस्तान के मुल्तान शहर के पास गाँव में हुआ था। जमींदार परिवार से थे लेकिन 1947 में आजादी के समय विभाजन हुआ तो उनको घर बार सब छोड़कर आना पड़ा। विभाजन के समय वे बड़ी मुश्किलों से अपने माता–पिता और भाई बहिनों के साथ भारत आए। 25 किलोमीटर पैदल चले और मालगाड़ी के डिब्बों में छुपते–छुपाते अमृतसर के वाघा बार्डर तक पहुँचे। भारत आने पर परिवार को चलाने के लिए मजदूरी भी की। उनकी सबसे छोटी दूधमुँही बहिन थी जिनको चेचक हो गया तो इनको परिवार सहित शरणार्थी शिविरों से भी निकाल दिया और फिर बहिन भी नहीं बची। विभाजन के समय उन्होंने जो त्रासदी झेली या जिन्होंने भी झेली उस पीड़ा के लिए कोई शब्द ही नहीं बने हैं। खैर, श्री मुखीजा साहब फिर पढ़ाई और काम करते रहे फिर भारतीय रेलवे में नौकरी करने लगे। शादी हुई बच्चे भी हुए, जिंदगी पटरी पर आ गई। पत्नी स्कूल में पढ़ाती थी। 2012 में इनकी पत्नी का स्वर्गवास हो गया उसके बाद से मुखिजा साहब अकेले रहते हैं, उनके सभी बच्चे रतलाम से बाहर हैं, सभी अच्छे से सेटल्ड हैं। आनंद वृद्धाश्रम के बारे में पता चला तो उसमें दो कमरे व एक हाल बनाने के लिए सहयोग किया। अभी जब वे उदयपुर आए तो उन्हें हम निर्माणाधीन वृद्धाश्रम भवन में ले गए। सभी छतें डल गई हैं, एक एक करके वे माले चढ़ते गए और पाँच मंजिल ऊपर छत पर वो आराम से पहुँच गए। हमारे काम का सबसे अच्छा पहलू ही यह है कि दिल से सुंदर लोगों से मिलते हैं। मुखीजा साहब तो जैसे बहाना ढूँढ़–ढूँढ़ कर दान देते हैं और हर बार कहते हैं "This is my hard earned money" यानी कि गाढ़ी कमाई का पैसा है.. हमें खुद पर अभिमान भी होता है कि आप लोग हम पर कितना विश्वास करते हैं। ईश्वर बस इस यकीन को बनाएँ रखें ऐसी ही कामना है और हमसे भी कुछ गलती ना हो यही प्रार्थना करती हूँ। जब मुखीजा साहब से पूछा कि वे कैसे अपने आप को Maintain करते हैं तो बहुत सी बातें पता चली। इस उम्र में भी वे स्कूटर चलाते हैं, है न मजेदार बात। सुबह जल्दी 5 बजे उठना, सुबह–शाम नियमित एक–एक घंटा पैदल घूमना, व्यायाम, कम और पौष्टिक खाना केवल एक रोटी सुबह और एक रोटी शाम में खाते हैं, फल भी खाते हैं। अपना खाना खुद बनाते हैं और घर में अकले रहते हैं और अधिकांश काम खुद से करते हैं। आप उनके घर जाएँगे तो चाय भी वे खुद ही बनाते हैं। हम में से हर कोई ये चाहता है कि हम दीर्घायु हों और स्वस्थ हों तो एक 90 साल के जवान से मिलना हुआ तो आपसे भी मिला दिया। मैंने भी प्रेरणा ली है और लिफ्ट का इस्तेमाल कम कर रही हूँ। आशा है, आप भी प्रेरित होंगे ही। ईश्वर से एक ही प्रार्थना है कि आदरणीय मुखीजा सा को किसी की नजर ना लगे।

आदर सहित...

कल्पना गोयल

मुखीजा सा. 5वीं मंजिल पर कल्पना जी के साथ

जवानी जो है वो प्रकृति का वरदान है लेकिन उम्र कला का काम है।

प्यारे दोस्तो...

।। नमस्कार ।।

कभी कभी तारा संस्थान के मुख्यपत्र ''तारांशु'' से आप सब के साथ अपनी भावनाएँ बांट लेता हूँ तो लगता है कि अपने परिवार के सदस्यों के बीच बैठकर बात कर रहा हूँ। कल्पना दीपेश ने जब 2011 में संस्थान का मुख्य संरक्षक मनोनीत करने का आग्रह किया तो अपने आप ही मुझे एहसास होने लगा कि और जिम्मेदारियों के साथ एक और काम मुझे मिला है वैसे मेरी उम्र 84 साल है और कोशिश यह रहती है कि तारा संस्थान से तन–मन से जुड़ा रहूं और धन तो जो ठाकुर जी करवाते हैं वो उन्हीं के निमित्त अर्पण है। तारा संस्थान में अब तक साल में एक बार तो अवश्य उदयपुर जाता हूँ और मेरा सौभाग्य है कि पत्नी पुष्पा, बच्चे राहुल और कल्पना और दामाद और बहू, कभी कभी तीसरी पीढ़ी भी साथ होती है। यह अवसर होता है शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल के ''वार्षिक उत्सव'' का जो हर साल 22 दिसम्बर को मनाया जाता है। साथ ही यह भी देखने को मिल जाता है कि ''तारा संस्थान'' क्या कुछ कर रही है। मुझे संतोष है कि जिस संस्थान का वरिष्ठ मुझे बनाया है वो सही से काम कर पा रही है। मेरी हमेशा से ये धारणा रही है कि जो भी अच्छे काम हो वो सिर्फ मुझ तक सीमित ना रहे मेरे बच्चे मेरे बाद भी इनमें अपना योगदान देवें और ठाकुर जी की कृपा है कि राहुल और कल्पना ने मुझे निराश नहीं किया। राहुल बाबू तो तारा के फरीदाबाद वृद्धाश्रम के उद्घाटन के अवसर पर मुख्य आयोजक की भूमिका निभा कर आए वो बहुत खुशी हुई।

तारा में वृद्ध लोगों के लिए जो काम हो रहा है उसकी अहमियत हम जो वृद्ध हैं उन्हें अच्छी तरह समझ आती है। मोतियाबिन्द सबको होता है और उसका ऑपरेशन करवाया सबके लिए उतना आसान नहीं होता, मेरे यहाँ काम करने वाले कुछ लोगों को भी मैंने दिल्ली और फरीदाबाद तारा नेत्रालय में ऑपरेशन के लिए भेजा और सभी संतुष्ट हैं।

जो ये वृद्धाश्रम चल रहे हैं उसमें जब पूरे भारत के बुजुर्गों को देखता हूँ और वे सभी खुश दिखते हैं तो बहुत ही मजा आता है। वे लोग एक निश्चिंतता भरा जीवन जी रहे हैं जहाँ उनको पूरा सम्मान मिल रहा है और देखभाल अच्छे से हो रही है। हर माता पिता को यह सुख नहीं मिलता कि बच्चे अच्छे होवें लेकिन अगर आनन्द वृद्धाश्रम जैसी जगह अगर रहने को मिल जाए तो फिर आखिरी सफर आसान हो जाता है।

जो नया वृद्धाश्रम बन रहा है मुझे बताया गया है कि उसका उद्घाटन अप्रेल में होगा ठाकुर जी चाहेंगे तो जरूर जाऊँगा और इच्छा है कि आप सब से भी मिलू। आप और हम उद्घाटन करके चले जाएँगे लेकिन ये भवन सालों साल कितने लोगों का घर बन जाएगा। हम रहें या ना रहें पर एक ऐसा सुविधा हो जाएगी जिसमें कोई भी बुजुर्ग घर में दुःख या अपमान झेल रहा हो तो बिना चिंता आ जाएगा।

अपनों को धन्यवाद देना उचित नहीं लगता, सो बहुत सी शुभकामनाएँ और आशीर्वाद आप सभी जो हमारा परिवार है।

आपका अपना...

नगेन्द्र प्रकाश भार्गव
मुख्य संरक्षक, तारा संस्थान

श्रीमती सुमन मेघवाल : मात्र 22 वर्ष की उम्र में विधवा हो गई

26 वर्षीया श्रीमती सुमन मेघवाल के पति की मृत्यु लगभग 4 वर्ष पहले हृदयाघात से हो गई। उस समय सुमन जी मात्र 22 वर्ष की थी। इतनी कम उम्र में विधवा हो जाना सुमन के लिए भारी विपदा सा हो गया। ऊपर से दो नन्हीं बच्चियों को पालना था। पति की मृत्यु के साल भर बाद सुमन अपने पीहर चली गई। पिता जितनी मदद कर सकें उतनी कर रहे हैं लेकिन उनकी भी एक सीमा है। सुमन दोनों बच्चियों को अच्छा पढ़ा–लिखाना चाहती है लेकिन कैसे? कोई कमाई का ज़रिया नहीं है तो आखिर बच्चियों को कैसे अच्छे स्कूल में दाखिला दिलावें? सुमन के पिता का दर्द है कि आखिर बेचारी इस मासूम का क्या दोष है कि भगवान ने सुमन पर ऐसी मुसीबत डाल दी। लेकिन ये सब ऊपर वाले की इच्छा। तारा संस्थान ने सुमन की परिस्थितियों को देख गौरी योजना के अन्तर्गत रु. 1000/– मासिक पेंशन जारी कर रखी है। इसके अतिरिक्त संस्थान ने प्रस्ताव दिया कि वह चाहे तो उनके बच्चों की मुफ्त शिक्षा हेतु शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल, उदयपुर में दाखिला दिलवा सकती हैं किन्तु चूंकि सुमन अपने पीहर में रह रही है जो कि काफी दूर है इसलिए व्यावहारिक रूप से संभव नहीं है। चूंकि सुमन पढ़ी–लिखी बी.ए. पास है तो फिर तारा संस्थान ने शिक्षित सुमन मेघवाल को जॉब प्रदान किया है ताकि उसे कुछ बेहतर सम्बल मिल सके। **सुमन कृतज्ञ है और कहती है कि भगवान दानदाताओं को और अधिक देवें ताकि हम जैसी अन्य विधवाओं को भी सम्बल मिल सके।**

मात्र 1000 रु. में एक विधवा महिला को सहयोग दें

श्रीमती अनोखा सेन : आखिरकार ईश्वर ने ऐसा क्यों किया ?

श्रीमती अनोखा सेन की 8–9 वर्ष पूर्व शादी हुई। पति गाँव में एक हेयर सलून चलाते थे व अनोखा स्वयं एक पार्लर चलाकर सहयोग करती थी। दो बच्चों के साथ यह परिवार खुश था। अच्छे भले कमाखा रहे थे कि अचानक एक दिन उसके पति व एक बच्चा, जो उदयपुर जाने के लिए निकले थे, वे दोनों एक कुएँ में मृत पाए गए। अनोखा को कुछ समझ नहीं आया कि यह सब कैसे और क्यूं हुआ? ऐसी दुखांतिका जिससे वह अभी तक उभर नहीं पाई। आखिरकार ईश्वर ने उसके साथ ऐसा क्यों किया? इस दुर्घटना के एकाध महीने बाद अनोखा सेन अपने पीहर माता–पिता के घर चली आई। माता–पिता भी समझ नहीं पाए भगवान ऐसा क्यों करता है कि एक जवान पत्नी के अच्छे भले घर को उजाड़ दिया? वे कहते हैं कि जब तक उनका सामर्थ्य है वे अनोखा व उसके बच्चे को पालेंगे। अनोखा कहती है कि 2 साल लगभग हो गया लेकिन ससुराल वालों ने न तो उसे बुलाया, न ही हाल चाल पूछा। अनोखा सेन को ईश्वर से बहुत शिकायत है कहती है कि वह माँ–बाप की तरफ देखती है वरना कभी की आत्महत्या कर ली होती। लेकिन फिर उसके मासूम बच्चे को भी पालना है सो अब रोना छोड़कर हिम्मत जुटा कर काम फिर से शुरू करना होगा। क्या होगा अगर पिताजी नहीं रहे अतः अनोखा सेन को स्वयं अपने पैरों पर खड़ा होना होगा। उसके इस पार्लर का काम पुनः शुरू करने में तारा संस्थान का सहयोग गौरी योजना के अन्तर्गत मिल रहा है जो उसके लिए अच्छा सहारा है। **अनोखा सेन दानदाताओं की अति आभारी है जो उन्होंने उसके लिए इतना सहयोग दिया।**

गौरी योजना सेवा (प्रति विधवा महिला सहायता)

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

जिनका उत्साह ख़तम हो चुका है उनसे वृद्ध कोई नहीं है।

तृप्ति योजना :

श्रीमती विमला व श्री शांति लाल पटेल : उम्र और बीमारी से असहाय

अति बुजुर्ग दम्पति श्रीमती विमला तथा श्री शांति लाल पटेल उम्र और बीमारी की मार से लाचार हो गए हैं। एक गोद लिया बेटा भी अलग रहता है। सिर्फ ये दोनों अकेले रहते हैं। शांति लाल जी जब तक समर्थ थे तो कुछ छोटा–मोटा धंधा करके घर चलाने जितना कमा लेते थे। लेकिन फिर किसी बीमारी की वजह से दोनों हाथों से वजन उठा पाना बंद हो गया तो घर बैठना पड़ा। दरअसल श्री पटेल अहमदाबाद के कपड़ा मिल में मजदूरी करते थे परन्तु उनके मकान पर लिया गया लोन उनको भारी पड़ गया। चक्रवर्ती ब्याज चुकाते–चुकाते थक गए तो मकान बेचकर उदयपुर आ बसे। यहाँ आकर सब्जी मंडी के बाहर रेडिमेड गारमेंट का काम करके गुज़ारा करने लगे। फिर एक दिन हाथ बेकार हो गए और काम छूट गया। उम्र व बीमारी से क्षीण होकर यह दम्पति अब नितांत असहाय हो गई। अब जैसे–तैसे एक समय खाना पकाकर दोनों वक्त खा लेते हैं। घर का सारा काम बुजुर्ग विमला जी करते हैं। विमला जी रोते हुए कहती है कि करें तो क्या करें। मकान किराया 2000 रु. व बिजली का बिल 1000 रु. तक कैसे भरें। तारा संस्थान ने उनकी स्थिति को देखते हुए अपनी तृप्ति योजना के अन्तर्गत उन्हें मासिक राशन व 300 रु. नकद की सहायता प्रदान की है। इससे कम–से–कम ये दो बुजुर्ग खाने का जुगाड़ करने की चिंता से मुक्त रहेंगे। **श्रीमती विमला पटेल दानदाताओं को आशीर्वाद देती हैं कि उन्हें सुख-शांति मिले, भगवान उनका बहुत भला करें जिनकी वजह से उनका पेट तो भर रहा है।**

मात्र 1500 रु. में बुजुर्ग खाद्य सामग्री हेतु सहायता करें

श्रीमती सोनल बोधानी : पति-पत्नी दोनों शरीर से लाचार हैं

लगभग 50 वर्षीया श्रीमती सोनल बोधानी की किस्मत से दोहरी मार पड़ी है। एक हादसे से पति के रीढ़ की हट्टी में चोट लग गई और एक हाथ में रॉड डाली हुई है इसके चलते 5–6 वर्षों से बिल्कुल निष्क्रिय हैं एवं कोई काम धन्धा नहीं कर पाते यानी कोई आजीविका का जरिया नहीं है। सोनल स्वयं का कैंसर का ऑपरेशन हुआ जिसकी वजह से दाएँ हाथ ने काम करना बंद कर दिया। यानि पति व पत्नी दोनों निष्क्रिय हो गए। अब रहा सवाल, बेटे बेटियों का तो एक बेटा अलग से शादी करके रह रहा है और ऑटो चला कर गुज़ारा करता है तथा अपने माँ–बाप की मदद करने में असमर्थ है। छोटा बेटा भंगार का काम करके कुछ सहायता कर देता है। लेकिन एक शादी–शुदा बेटी है जो हरसंभव मदद करती है। चूंकि पति–पत्नी दोनों कुछ कर नहीं पाते हैं सो बेटी ससुराल से हर रोज आकर घर का सारा काम करके जाती है। आखिर बेटी जो ठहरी। इसके अतिरिक्त बेटी ने सोनली जी के ऑपरेशन हेतु 20 हजार रुपये की उधारी भी ली थी। इसके अतिरिक्त भी वह माता–पिता की छुटपुट रूप से पैसों से मदद करती रहती है लेकिन चूंकि सोनल व उनके पति दोनों नाकाम हैं इसलिए खर्चा पूरा नहीं पड़ता। इसके अतिरिक्त सोनल की स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याएँ बढ़ रही है। वह रोते हुए कहती है कि ऐसी भयानक परिस्थितियों में भगवान उसको उठा ले तो ही भला हो। आखिरकार कहाँ से करें ये सब खर्चे का बंदोबस्त। खासतौर से जब मकान मालिक किराए को लेकर दो बात सुना जाते हैं तो बहुत बुरा लगता है। ऐसी विकट परिस्थितियों में तारा संस्थान ने उन्हें तृप्ति योजना की सहायता देकर उनकी राशन की व्यवस्था तो सुनिश्चित कर दी है। यह एक बड़ा सहारा है। लेकिन सोनल ने अब जीवन से समझौता कर लिया है और हर एक विपरीत परिस्थिति को भगवान का प्रसाद मानकर लिए जा रही है। **सोनल बोधानी दानदाताओं की दिन दुनी रात चौगुनी तरक्की का कामना करती है क्योंकि उनके करुण हृदय की वजह उसके जैसे कइयों को सहारा मिल रहा है।**

तृप्ति योजना सेवा (प्रति बुजुर्ग खाद्य सामग्री सहायता)

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

श्रीमती लोगरी बाई : तारा संस्थान नहीं होता तो मैं पूरा जीवन अंधी रह जाती

40 वर्षीया गरीब लोगरी बाई एक अनपढ़ एवं निःसंतान ग्रामीण विधवा है। अपने पति की मृत्यु के बाद कोई सहारा न होने पर वह अपनी जेठानी एवं उसके पुत्र के साथ रहने लगी लेकिन बदकिस्मती से जेठानी के पुत्र की भी एक दुर्घटना में मृत्यु हो गई। अब परिवार में कोई पुरुष ही नहीं बचा। बचे तो मात्र दो स्त्रियाँ व छोटे–छोटे तीन बच्चे जिनका भरण–पोषण भी इन्हीं महिलाओं को करना था। ऊपर से एक और मुसीबत आन पड़ी, लोगरी बाई की आँखों की रोशनी धीरे–धीरे कम हो रही थी, मोतियाबिन्द के कारण। उसे कुछ भी मालूम नहीं था कि अब क्या करना है प्राइवेट इलाज उनके लिए बस की बात नहीं थी। लोगरी को लगा कि अब तो पूरा जीवन ही अंधी होकर रहना पड़ेगा। वह अपनी जेठानी के बच्चों के भविष्य को लेकर बहुत चिंता में पड़ गई। अगर वह अंधी हो गई तो इन बच्चों को कैसे संभालेगी? लेकिन किस्मत से एक दिन एक ग्रामीण ने उसे तारा संस्थान, उदयपुर के नेत्रालय के बारे में बताया। वह जैसे–तैसे यहाँ आ गई। डॉक्टरों ने जाँच के बाद उसका ऑपरेशन कर आँखों को बचाया। ये सब उपचार व दवाइयाँ आदि सब बिल्कुल मुफ्त में हुआ। **लोगरी बाई दानदाताओं व भगवान की लाख शुक्रगुज़ार है।**

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.

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।

HORIZONTAL AUTOCLAVE

Horizontal Autoclaves are smart investment for hospitals and laboratories, where large volume of sterilization is required. These units efficiently meet stringent sterilization requirements and well suited for sterilizing hospital dressings and surgical instruments, rubber and plastic goods, glassware and utensils etc.

Cost of this Machine : Rs. 3,18,000/-

YAG LASER

In ophthalmology, lasers are used to photocoagulate, cut, remove, shrink and stretch ocular tissues. There are numerous ophthalmic applications for YAG lasers. The most common applications are Posterior capsulotomy, Anterior capsulotomy, Peripheral iridotomy, Vitreolysis, Corneal stromalreinforcement.

Cost of this Machine : Rs. 9,00,000/- (Taxes Extra)

मैं कभी बुड्ढा नहीं होऊंगा। मेरे लिए, बुढ़ापा हमेशा मुझसे 15 साल बड़ा है।

श्री मंगतू राम : बहू के झगड़ा करने से घर छोड़ा

मंगतू राम जी (बाएँ) आनन्द वृद्धाश्रम में अपने नए मित्रों के साथ गपशप करते हुए

76 वर्षीय मंगतू राम जी राउरकेला, उड़ीसा के निवासी हैं। 4 लड़कियों (शादीशुदा) व 2 लड़कों (एक शादीशुदा) के पिता मंगतू राम जी की पत्नी को ब्रेन हेमरेज हो गया था। कई अस्पतालों में इलाज के बावजूद वह बिस्तर से उठ नहीं पाई। करीब साढ़े 3 साल बिस्तर में ही पड़ी रही। अन्ततः सन् 2002 में उनकी मृत्यु हो गई। अपनी पत्नी की मृत्यु के पश्चात् वह अकेले पड़ गए। बेटियाँ तो अपने ससुराल में हैं, एक शादीशुदा बेटे को फुर्सत नहीं देखभाल करने की। ऊपर से बहु आए दिन किसी न किसी बहाने झगड़ा करती रहती थी। मंगतू राम जी ने स्वयं को कहा कि चलो इनको मुझसे परेशानी है तो मैं ही घर छोड़ चला जाता हूँ इसलिए वह वहाँ से निकल अलवर (राज.), जो कि इनका मूलः निवास स्थान था, चले गए। इस शहर में रहते हुए कुछ छुटपुट काम करके अपने गुज़ारा करते रहे लेकिन रहने को उचित जगह नहीं थी। उन्हें याद आया कि राउरकेला में एक परिचित के यहाँ तारा संस्थान की पत्रिका देखी थी जिसमें वृद्धाश्रम की व्यवस्था के बारे में लेख था। मंगतू राम जी ने अपनी पुत्री को फोन कर इस बाबत और जानकारी उपलब्ध कराने को कहा। उनकी पुत्री ने 2–4 जगहों पर फोन किया लेकिन तारा संस्थान के आनन्द वृद्धाश्रम से बेहतर आश्वासन मिला। फिर भी उनकी पुत्री ने मंगतू राम जी को अपने पास आ जाने को कहा लेकिन वह उन पर बोझ नहीं बनना चाहते थे। इसलिए उनकी पुत्री ने आखिर कार उन्हें आनन्द वृद्धाश्रम उदयपुर भेजने की व्यवस्था कर दी। श्री मंगतू राम जी मई, 2017 में उदयपुर, आनन्द वृद्धाश्रम पहुँच गए और यहाँ आकर अति प्रसन्न हैं। मंगतू राम जी कहते हैं कि यहाँ कि व्यवस्था एकदम सुचारू है खाना–पीना, स्वास्थ्य जाँच तथा मनोरंजन का पूरा ध्यान रखा जाता है। **श्री मंगतू राम जी समस्त दानदाताओं को धन्यवाद अर्पित करते हैं।**

आनन्द वृद्धाश्रम सेवा (प्रतिबुजुर्ग)

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

श्री भँवर सिंह रावत : बेटे तो बहुओं के ही होकर रह गए

65 वर्षीय श्री भंवर सिंह एक दिन अचानक, अकेले पड़ गए जब 1995 में उनकी पत्नी एक सड़क दुर्घटना में चल बसीं। किशनगढ़ (राज.) में भवन निर्माण का कार्य छोड़कर वह अपने पैतृक शहर व्यावर आ गए और वहाँ पर स्वयं का मकान बना कर अपने 2 बच्चों व 1 बच्ची के साथ रहने लगे। रुपये पैसे की कोई कमी नहीं थी। बेटे बेटियों की शादियाँ करवादी, एक बेटा अभी कुंवारा है। सब कुछ ठीक चल रहा था पर जब बहू उन्हें तिरस्कृत करने लगी, समय पर खाना–पिना नहीं मिलने लगा, बेटे को उनसे कोई मतलब सा नहीं रहा तो भंवर सिंह अपने आपको बहुत अकेला महसूस करने लगे। पत्नी होती तो फिर भी अच्छे से दोनों रह लेते लेकिन उसके जाने के बाद कोई सहारा नहीं बचा। एक बेटा तो बहू का ही होकर रह गया और दूसरा झाँक कर भी नहीं देखता कि पिताजी के क्या हाल हैं। ऐसी ही परिस्थितियों में एक दिन टी.वी. पर तारा नेत्रालय का कार्यक्रम देखा। चूंकि उन्हें आँखों का इलाज करवाना था यहाँ उदयपुर चले आए। तारा नेत्रालय, उदयपुर में इलाज के दौरान उन्हें जानकारी मिली कि यहाँ एक आनन्द वृद्धाश्रम भी चलाया जाता है। उन्होंने बात करके यहाँ प्रवेश ले लिया। इसकी सूचना पर उनकी पुत्री ने भंवर जी को अपने यहाँ बुला भेजा लेकिन इन्होंने प्रेम से मना कर दिया क्योंकि वह अपनी पुत्री पर बोझ नहीं बनना चाहते थे। मार्च, 2017 से श्री भंवर सिंह आनन्द वृद्धाश्रम में बड़े मजे से रह रहे हैं। यहाँ अब उन्हें तिरस्कृत करने वाला कोई नहीं है और उन्होंने यहाँ पर नए मित्र भी बना लिए है तथा समस्त सुविधाओं के साथ आराम से आनन्द वृद्धाश्रम में रह रहे है। बच्चों की बात पर भंवर सिंह जी कहते हैं कि बरसों पहले पत्नी की मृत्यु के बाद अगर मैं चाहता तो दूसरी शादी कर लेता लेकिन बच्चों की खातिर नहीं की। वही बच्चे आज उन्हें मरा हुआ मानने जैसा घृणित कार्य करते हैं। भंवर जी ने भी मान लिया कि उनके कोई बेटे है ही नहीं। श्री भंवर सिंह रावत कहते हैं कि आनन्द वृद्धाश्रम में सारी व्यवस्थाएँ एकदम सुविधा जनक हैं कोई कमी नहीं है। **वह दानदाताओं का आभार जताते हुए कहते हैं कि भगवान उन्हें खूब तरक्की और मान-सम्मान दें क्योंकि वे बुजुर्गों की देखरेख जैसे पुण्य कार्यों में सहयोग दे रहे हैं।'**

भंवर सिंह जी रोज नियम से मंदिर जाते हैं।

श्री रूपनारायण एवं श्रीमती राधिका पाडे : "रविन्द्र नाथ गौड़ आनन्द वृद्धाश्रम, इलाहाबाद" में फुर्सत के क्षणों में

अपने पिता की बीमारी में सेवा करने हेतु अपनी फौज की नौकरी छोड़ देना, खुद को मिल रही नौकरी अपने छोटे भाई को दिलवा देना, तथा अपनी बहु की अकेले रहने की ईच्छा को पूर्ण करने हेतु घर छोड़कर वृद्धाश्रम में रहने आ जाना। ऐसे त्यागी व्यक्ति **श्री रूप नारायण पाण्डे, सासाराम बिहार से "रविन्द्र नाथ गौड़ आनन्द वृद्धाश्रम" में सपत्नि रह कर खुश हैं एवं तारा संस्थान की सेवा के कायल हैं।**

वृद्धाश्रम बुजुर्गों हेतु भोजन मित्ति 3500 रु. (1 समय 45 - 50 बुजुर्ग)

प्रकाशन हेतु खेद :

तारांशु के पिछले अंक अगस्त, 2017 में पृष्ठ सं. 9 पर प्रकाशित श्री राजेन्द्र सोनी द्वारा वर्णित कहानी के कुछ अंशों में सुधार : श्री सोनी के भाई ने उन्हें किसी भी प्रकार से परेशान नहीं किया एवं उनके बारे में छपे शब्दों पर हम खेद व्यक्त करते हैं।

– तारांशु सम्पादन विभाग

बुढ़ा होना दुःख की बात है, पर परिपक्व होना अच्छा है।

2 सितम्बर, 2017 : बुजुर्गों की सेवा...चार धाम यात्रा के समान!

श्री प्रेम नारायण गालव, कार्यकारी अध्यक्ष, वरिष्ठ नागरिक बोर्ड, राजस्थान

राजस्थान के वरिष्ठ नागरिक बोर्ड के कार्यकारी अध्यक्ष श्री प्रेम नारायण गालव ने तारा संस्थान का दौरा किया। उन्होंने नेत्र अस्पताल, आनंद वृद्धाश्रम और संस्थान द्वारा प्रबंधित अन्य सुविधाओं का निरीक्षण किया एवं कई लाभार्थियों के साथ बातचीत की तो उन्हें खुश और काफी संतुष्ट पाया। "बुजुर्गों की सेवा...चार धाम यात्रा के समान!"– उन्होंने तारा परिवार को संबोधित करते हुए कहा। श्री गालव ने वृद्धाश्रम की सबसे उम्रदराज व्यक्ति श्रीमती विमला मेहरा को सम्मानित किया तत्पश्चात तारा संस्थान ने श्री गालव को धन्यवाद दते हुए उन्हें सम्मान पत्र प्रदान किया। श्री प्रेम नारायण गालव के साथ समाज कल्याण विभाग उदयपुर के उप निदेशक श्री गिरीश भटनागर और अधिकारी श्री के.के. चंद्रवंशी भी पधारे।

25 अगस्त, 2017 : तारा संस्थान में गणपति स्थापना

तारा परिवार, उदयपुर ने बड़े हर्षोल्लास के साथ संस्थान में गणपति स्थापना की। गणेश की मूर्ति पर्यावरण अनुकुल मिट्टी की बनाई हुई स्थापित की गई।

15 अगस्त, 2017

तारा संस्थान द्वारा संचालित शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल में स्वाधीनता दिवस व कृष्ण जन्माष्टमी बड़े हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर बच्चों ने अनेक प्रस्तुतियाँ दी तथा कृष्ण जन्म की झांकी निकाली।

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

19 अगस्त, 2017 : कृष्ण जन्माष्टमी पर बालिकाओं ने हांडी फोड़ी

आम तौर पर कृष्ण जन्माष्टमी पर लड़के लोग ही जन्माष्टमी पर हांडी फोड़ प्रतियोगिता में भाग लेते हैं लेकिन इस बार ''मस्ती की पाठशाला'' की बच्चियों ने परम्परा को तोड़ते हुए इस खेल में भाग लिया।

2 अगस्त, 2017

94.3 माई एफ.एम. उदयपुर व हैप्पीनेस, उदयपुर (शिक्षांतर ग्रुप) ने तारा संस्थान का दौरा करके बुजुर्गों से भारतीय जवानों के लिए राखियाँ इकट्ठी की जिन्हें वे स्वयं सीमा पर जाकर रक्षाबंधन के दिन सैनिकों को बांधेंगे।

11 अगस्त, 2017

लेक सिटी लेडिज सर्कल, इंडिया की महिलाओं ने आनन्द वृद्धाश्रम के बुजुर्गों को शहर के मनोरम स्थलों पर घूमाया।

बुढ़ापा मेरी तुलना में 15 साल बड़ा है।

प्रेरणा :

इंसान की कीमत

एक बार एक टीचर क्लास में पढ़ा रहे थे। बच्चों को कुछ नया सिखाने के लिए टीचर ने जेब से 100 रुपये का एक नोट निकाला। अब बच्चों की तरफ वह नोट दिखाकर कहा – ''क्या आप लोग बता सकते हैं कि यह कितने रुपये का नोट है ?'' सभी बच्चों ने कहा – "100 रुपये का" टीचर – ''इस नोट को कौन–कौन लेना चाहेगा ?'' सभी बच्चों ने हाथ खड़े कर दिये। अब उस टीचर ने उस नोट को मुट्ठी में बंद करके बुरी तरह मसला जिससे वह नोट बुरी तरह कुचल सा गया। अब टीचर ने फिर से बच्चों को नोट दिखाकर कहा कि अब यह नोट कुचल सा गया है अब इसे कौन लेना चाहेगा ? सभी बच्चों ने फिर हाथ उठा दिया। अब उस टीचर ने उस नोट को जमीन पर फेंका और अपने जूते से बुरी तरह कुचला। फिर टीचर ने नोट उठाकर फिर से बच्चों को दिखाया और पूछा कि अब इसे कौन लेना चाहेगा ? सभी बच्चों ने फिर से हाथ उठा दिया। अब टीचर ने कहा कि बच्चों आज मैंने तुमको एक बहुत बड़ा पाठ पढ़ाया है। ये 100 रुपये का नोट था, जब मैंने इसे हाथ से कुचला तो ये नोट कुचल गया लेकिन इसकी कीमत 100 रुपये ही रही, इसके बाद जब मैंने इसे जूते से मसला तो ये नोट गन्दा हो गया लेकिन फिर भी इसकी कीमत 100 रुपये ही रही। ठीक वैसे ही इंसान की जो कीमत है और इंसान की जो काबिलियत है वो हमेशा वही रहती है। आपके ऊपर चाहे कितनी भी मुश्किलें आ जाएँ, चाहें जितनी मुसीबतों की धूल आपके ऊपर गिरे लेकिन आपको अपनी कीमत नहीं गँवानी है। आप कल भी बेहतर थे और आज भी बेहतर हैं।

स्वास्थ्य :

स्वाइन फ्लू : घरेलु उपचार, इलाज और परहेज

परहेज और आहार

1. लेने योग्य आहार
- ताजे फल, सब्जियाँ, और साबुत अनाज।
- विटामिन डी3 के पूरक।
- ढेर सारा पानी पियें।
- प्रोबायोटिक्स सहायक होते हैं।
- फलियाँ, मेवे, गिरियाँ और सोया आधारित आहार
- सेब, पालक और अन्य हरी सब्जियाँ जिनमें आयरन होता है।
- लौंग और कच्ची लहसुन स्वाइन फ्लू के विरूद्ध अन्य बचावकारी साधन हैं।

2. इनसे परहेज करें
- कैफीन रहित रहें और शराब ना पियें।
- आहार में जंक फूड, फास्ट फूड, शक्कर युक्त मीठे पेय और मैदा नहीं लें।

योग और व्यायाम
- श्वसन व्यायाम
- नाड़ी शोधन
- शीतली प्राणायाम
- उज्जायी प्राणायाम
- कपालभाति प्राणायाम

घरेलू उपाय (उपचार)
- तरल पदार्थ अधिक लें।
- आराम करें।
- टीकाकरण लाभकारी होता है।
- दवा की दुकान से दर्द निवारक दवा ली जा सकती है।
- हलके व्यायामों द्वारा तनाव मुक्त हों।
- जिंक की गोलियां और विटामिन सी के पूरक प्रतिरक्षक तंत्र को शक्ति देते हैं।
- दो चम्मच सिरका, एक चम्मच शहद और एक कप गर्म पानी सभी को मिलाकर प्रतिदिन सुबह लें। ये सूक्ष्मजीवियों को रोकता और नष्ट करता है।
- लहसुन के कैप्सूल भी सूक्ष्मजीवियों की वृद्धि को रोकते हैं।

You Can PREVENT THE FLU

1. Avoid close contact.
Avoid close contact with people who are sick. When you are sick, keep your distance from others to protect them from getting sick too.

2. Stay home when you are sick.
If possible, stay home from work, school, and errands when you are sick. You will help prevent others from catching your illness.

3. Cover your mouth and nose.
Cover your mouth and nose with a tissue when coughing or sneezing. It may prevent those around you from getting sick.

4. Clean your hands.
Washing your hands often will help protect you from germs.

5. Avoid touching your eyes, nose or mouth.
Germs are often spread when a person touches something that is contaminated with germs and then touches his or her eyes, nose, or mouth.

6. Practice other good health habits.
Get plenty of sleep, be physically active, manage your stress, drink plenty of fluids, and eat nutritious food.

तारांशु (मासिक) पत्रिका में आप भी भागीदार बनें

अपने परिवार में सबसे बुजुर्ग सदस्य के साथ नई पीढ़ी के कमतर उम्र के सदस्यों के साथ फोटो हमारे साथ शेयर करें। अच्छे चुनिंदा फोटो को हम तारांशु में प्रकाशित करेंगे।

WhatsApp करें :-
95493 99993

अपने परिवार में किसी स्वस्थ बुजुर्ग का फोटो शेयर करें।

WhatsApp करें :-
95493 99993

अगर आपको तारांशु में प्रकाशित कोई सामग्री पसंद आई तो अपने विचार शेयर करें।

WhatsApp करें :-
95493 99993

शिक्षा बुढ़ापे के लिए सबसे अच्छा प्रावधान है।

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 व मुम्बई 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 अगस्त – 2017 के मध्य आयोजित शिविरों का संक्षिप्त विवरण

तारा नेत्रालय, उदयपुर में आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
01.08.2017	श्री सोहन लाल जी प्रजापत, निवासी – सीकर (राज.)	134	10	39	57
18.08.2017	श्रीमती कमलेश जी – श्री चरनजीत जी आहुजा, निवासी – बिलासपुर (छ.ग.)	7 ऑपरेशन			
22.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	207	17	41	63
28.08.2017	श्री बिरदी चन्द जी शर्मा, निवासी – कोटा (राज.)	190	23	43	49

तारा नेत्रालय, दिल्ली में आयोजित शिविर

12.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	242	35	46	109
18.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	110	09	56	78
23.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	171	30	32	46

तारा नेत्रालय, मुम्बई में आयोजित शिविर

14.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	94	20	19	28

तारा नेत्रालय, फरीदाबाद में आयोजित शिविर

14.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	69	15	17	32

स्व. श्री पोण्टी चड्डा

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

शिविर दिनांक	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
20.08.2017	सचखण्ड नानक धाम (रजि.), गुरुद्वारा रोड, इन्द्रापुरी, लोनी, गजियाबाद	278	26	170	263

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 चड्डा के प्रति हार्दिक श्रद्धांजलि अर्पित करता है।

अन्य दानदाताओं के सौजन्य से देशभर में आयोजित शिविरों की झलकियाँ

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
13.08.2017	राजस्थान क्लब (देश की प्रमुख सामाजिक एवं सांस्कृतिक संस्था)	प्रताप नगर, दिल्ली	805	20	287	772
13.08.2017	अग्रवाल एसोसिएट्स प्रोमोटर्स लि.	खेकड़ा (उ.प्र.)	378	20	150	345
15.08.2017	जय श्री कृष्णा	रोहिणी, दिल्ली	988	30	375	910
15.08.2017	श्रीमती सुषमा - श्री सत्यभूषण जैन, दिल्ली	लोनी, गाजियाबाद	578	23	323	462
15.08.2017	श्री सतवीर जी - श्रीमती बिमला यादव, निवासी - गुड़गाँव	गुरुग्राम (हरि.)	418	10	198	327
20.08.2017	कॉन्टीनेन्टल मिल्कोज (इंडिया) लि., नई दिल्ली - 25	कुलेसरा, ग्रेटर नोएडा (उ.प्र.)	580	17	270	543
20.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	फरीदाबाद (हरि.)	330	21	102	144
22.08.2017	वर्धमान प्लाजा	नेहरू पैलेस, नई दिल्ली	785	18	340	375
22.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	कांदिवली (वे.), मुम्बई	247	25	92	146
25.08.2017	जय श्री कृष्णा	बुद्ध विहार फेस 1, दिल्ली	927	25	422	889
26.08.2017	हीरालाल मोहन देवी रिटा गुप्ता मेमोरियल ट्रस्ट, नई दिल्ली	आदर्श नगर, दिल्ली	690	72	376	604
26.08.2017	नव चेतना युवा संगठन, सिलदर, निवासी - सिरोही (राज.)	सिरोही (राज.)	586	45	250	500
27.08.2017	जय श्री कृष्णा	बुद्ध विहार फेस 2, दिल्ली	738	20	345	682
27.08.2017	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंडिया	लसाड़िया, उदयपुर	185	14	41	63
31.08.2017	जय श्री कृष्णा	सुल्तानपुरी, दिल्ली	627	22	350	578

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

बुढ़ापा बाकि सभी चीजों की तरह है इसे सफल बनाने के लिए ज़वानी में ही शुरुआत करनी पड़ती है।

तारा संस्थान में पधारे अतिथि महानुभावों का स्वागत सम्मान

भाटिया समाज सेवा मण्डल
फरीदाबाद

श्री राम चन्द्र जैन
नीमच (म.प्र.)

श्री राजेश जी
फरीदाबाद

श्री प्रताप नारायण अग्रवाल
लखनऊ (उ.प्र.)

श्री सतवीर सिंह यादव
फरीदाबाद

श्रीमती एवं श्री अशोक सिंघल
सिडनी, ऑस्ट्रेलिया

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

श्री सुशील कुमार
दिल्ली

श्रीमती रामदुलारी एवं श्री शिव बंसल
हैदराबाद

श्रीमती एवं श्री डी.सी. वर्मा
भायन्दर (महा.)

श्री बी.सी. जैन एवं श्री अंकित भाई
सूरत (गुज.)

श्रीमती मंजु जैन - श्री के.सी. जैन
दिल्ली

जय श्री कृष्णा
बुद्ध विहार, फेस - 1, दिल्ली

श्री अजय पौद्दार एवं परिवार
गुड़गाँव

श्रीमती वर्षा आहुजा
दिल्ली

श्री सुभाश भारद्वाज
बुद्ध विहार, फेस -2, दिल्ली

श्री देवाराम सोलंकी
सूरत (गुज.)

सुश्री तन्वी झालानी
जयपुर (राज.)

श्री पुलकित गुप्ता
जयपुर (राज.)

श्री महेश भाई
सूरत (गुज.)

सूरत (गुज.)

श्रीमती किरण तोशनीवाल
विजयवाड़ा (आ.प्र.)

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

Lt. Mr. Praveen Mukhija &
Lt. Mrs. Suman Mukhija Khera, Ratlam (MP)

Mr. Madan Lal - Mrs. Bhagwati Sharma
Jaipur (Raj.)

Mr. Raj Gopal - Mrs. Ravi Kiran
Shimla (HP)

Mr. Suresh Chandra - Mrs. Sheela Sharma
Bareilly (UP)

Lt. Mr. Kishanlal - Lt. Mrs. Radhadevi Purohit
Jodhpur (Raj.)

Mr. Dwarka Prasad - Mrs. Gomati Devi
Losal - Sikar (Raj.)

Mr. Lokendra - Mrs. Madhu Ajmera

Mr. Shakti Singh Jaswal - Mrs. Seela Devi
Una (HP)

Mr. Tej Prakash - Mrs. Raj Rani Jain
Jaipur (Raj.)

Mr. Dinesh - Mrs. Sarvesh Mathur
Jaipur (Raj.)

Mr. Jagdish Prasad - Mrs. Rama Rani Agrawal
Allahabad (UP)

Mr. Murari Singh - Mrs. Snehalata Singh
Rewa (MP)

Mr. H.L. Dhakar - Mrs. Pushpa Dhakar
Udaipur (Raj.)

Lt. Mr. R.B. Khare - Mrs. Geeta Devi Khare
Rewa (MP)

Mr. Raghunath Rad - Mrs. Santosh Devi Rad
Sikar (Raj.)

Mr Mukesh Kumar - Mrs Nirajbala Dhingra
Bikaner (Raj.)

Mr. Mahaveer Prasad - Mrs. Uma Agrawal
Agra (UP)

Mr. Kewal - Mrs. Janak Munjal
Abohar (PB)

Mr. Lalit Tejraji - Lt. Mrs. Leela Tejraji
Bali (Raj.)

Mr. Satyapal Gupta - Mrs. Sarla Gupta
Madanganj - Kishangarh, Ajmer (Raj.)

Mannat Tarwani
Satna (MP)

Lt. Mrs. Shanti Devi
Ludhiana (PB)

Mrs. Smitra Devi Atal
Chhoti Khatu - Nagaur (Raj.)

Mr. Krishna Jain
Agra (UP)

Mr. Ratan Lal
Surat (Guj.)

Mr. Tejinder Singh Kamra
Jalandhar (PB)

Mrs. Jyoti Agrawal
Jaipur (Raj.)

Mr. Shaleen Goyal
Jaipur (Raj.)

Miss. Shailja Goyal
Jaipur (Raj.)

Mr. Abhishek Agrawal
Agra (UP)

Mr. Bhagwan Rajput
Navsari (Guj.)

Mrs. Chandra Kanta
Bangalore

Mr. Pavan Agrawal
Mohi - Rajasamand (Raj.)

Mr. Kuber Datt Koshik
Lucknow (UP)

Mr. Arvind Dattatreya
Dhawale, Dombivli
Thane (Maha)

Mr. Rambabu Agrawal
Namner - Agra (UP)

Mr. Dhani Ram Gupta
Sangaredi - Hyderabad

Mrs. Bimla Devi Kabra
Boriwali, Mumbai

Mrs. Devi A. Golani

Mrs. Kamlesh Saxena
Shri Ganganagar (Raj.)

Miss. Muskan Bhandari
Jodhpur (Raj.)

Lt. Mrs. Santosh Sharma
Brahmpur, Una (HP)

Mr. Kishan Sharma
Brahmpur, Una (HP)

Mr. Satish Ji
Manpura, Solan (HP)

Mr. Amit Kumar Puthia
Moradabad (UP)

Mrs. Punam Puthia
Moradabad (UP)

Mr. Priyanshu Puthia
Moradabad (UP)

जो कुछ भी इंसान को हो सकता है उसमें बुढ़ापा अचानक होने वाली चीज है।

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	**Bhanwar Devanda** Area Noida, Ghaziabad Cell : 07821855750	**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	**Bharat Menaria** Area Mumbai Cell : 07821855755
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

'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 Pawan Sureka Ji
Madhubani (Bihar)
Cell : 09430085130

Shri Satyanarayan Agrawal
Kolkata
Cell : 09339101002

Shri Bajrang Ji Bansal
Kharsia (CG)
Cell : 09329817446

Smt. Pooja Jain
Saharanpur (UP)
Cell : 09411080614

Shri Anil Vishvnath Godbole
Ujjain (MP)
Cell : 09424506021

Lt. Col. A.V.N. Sinha
Lucknow
Cell : 09598367090

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	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, सितम्बर - 2017
प्रेषण तिथि - 11-18 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./29-102/2015-2017
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 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.

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

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