विज्ञान समिति, उदयपुर

स्थापना : 1959
पंजीकरण : 94/68-69

लहर

समूह महिलाओं की मासिक पत्रिका

अंक - 32

14 फरवरी 2014
माघ शुक्ल पूर्णिमा
विक्रम संवत् 2070

बुलन्द हौसला

प्रेरक महिलाएं-8
शुभप्रीत कौर घुम्मण

क्या आपने कभी एक पांव के व्यक्ति को बिना उपकरण के नाचते देखा है? शायद नहीं पर **शुभप्रीत कौर** सचमुच में ऐसा करती है। संभवतया आपने टी.वी. पर देखा होगा। यह प्रेरणा का कितना बड़ा उदाहरण है। संगरूर की शुभप्रीत कौर का एक पैर नहीं है। 5 वर्ष पहले दुर्घटना के बाद पैर काटना पड़ा था। किन्तु डांस का जुनून इतना कि चार महिने पहले होटल ऑल्टियस में डिस्को से रोकने पर खूब रोई। लेकिन अब कोई नहीं रोकेगा। इंडियाज गॉट टैलेंट का सिलेक्शन राउंड जो पार कर लिया है। आगे की प्रतियोगिता की तैयारी कर रही हैं। मोहाली में कॉस्मेटोलॉजी का कोर्स कर रही हैं। 2009 में स्कूटी से एक्सीडेंट हो गया था। डॉक्टरों की गलती से पैर काटना पडा था। शुभ ने फिर भी डांस नहीं छोड़ा। चंडीगढ़ की एक डांस एकेडमी से डांस सीखा।

शुभप्रीत कौर कहती हैं, हालात जो भी हुए मेरा जुनून कम नहीं हुआ। परिवार में माँ, भाई और बहन ने संबल दिया और निरन्तर आगे बढ़ने का हौसला दिया।

शुभप्रीत कौर का इरादा है कि वह अपनी डांस ऐकेडमी खोले।

चुनाव में इमानदार व्यक्ति को वोट दें।

सुविचार

1. दूसरी कीमती चीजें खो जाए तो उन्हें दुबारा प्राप्त किया जा सकता है किन्तु समय एक ऐसी चीज है जिसे खोने के बाद दुबारा कभी नहीं पाया जा सकता है।
2. अपनी शक्ति का विकास करो। दूसरे के भरोसे रहना उत्तम बात नहीं।
3. दूसरों को हित करने वाला अपना हित स्वतः कर लेता है और दूसरों का अहित करने वाला अपना अहित कर लेता है।
4. बीता हुआ समय पुनः नहीं मिलता। अतः क्षण–क्षण का उपयोग करो।

फरवरी–मार्च की कृषि क्रियाएं

1. गेंहूँ की फसल में दाना भराई की अवस्था होगी उस समय सिंचाई अवश्य करें।
2. सरसों की फसल कटने को है । खलिहान पर सरसों के फूलों को खड़ा रखें जिससे दाने में कालापन अच्छा आता है।
3. सरसों के खेत खाली होंगे उसमें जायद मूंग की बुवाई करें। जहां पर पानी की अच्छी सुविधा हो वहां भिन्डी, ककड़ी, ग्वार आदि सब्जियों की बुवाई करें।
4. खलिहान पर चूहों के बिल हों तो उन्हें बन्द करें।

एम.एल.के. मेहता

स्वच्छता स्वास्थ्य की जननी है।

सोलर कुकर, उन्नत चूल्हे एवं गोबर गैस का प्रयोग करें।

पौधे हैं हमारे 'रिश्तेदार'

'परिवार' की पहल पर्यावरण रक्षा के लिए इसलिए महत्वपूर्ण है कि वृक्ष भी पारिवारिक रिश्ता–नाता निभाता है। इस संदर्भ में पेड़–पौधों से जुड़ी यह कविता उल्लेखनीय है जो पर्यावरण रक्षा का आह्वान तो है ही, रिश्तों की रवानी का अभियान भी है :

पीपल पावन पिता सरीखा, तुलसी जैसे माता
'त्रिफला' बहन-बहू-बिटिया-सी, बेर सरीखा भ्राता
महुआ मामा जैसा लगता, वन-उपवन महकाता
आम वृक्ष नाना-सा वत्सल, मीठे फल बरसाता
पोषक, रक्षक, जीवनदायी औषधियों का दाता ।
वृक्ष निभाता आज भी पारिवारिक रिश्ता-नाता ।
पौधों को रोपें-सींचे ।।
आओ आनंद उलीचें ।।
देवदार दादाजी जैसा, इमली जैसे दादी
खिरनी नानी सी है मीठी, निर्मल सीधी-सादी
बरगद है परदादा जैसा, जुटा-जूट संन्यासी
गुलमोहर सा चाचा, जिसकी रंगत हरे उदासी
नीम ननद-ननदोई सा, लेकिन रोगों का त्राता ।
वृक्ष निभाता आज भी, पारिवारिक रिश्ता-नाता ।।
पौधों को रोपें-सींचें ।।
आओ आनंद उलीचें ।।
मौलसिरी यानी ज्यों मौसी मोहक ममता वाली
मेहंदी मामी-सी है, किंतु अद्भुत क्षमता वाली
है अशोक परनाना-सा, रिश्तों की नैया खेता
शीशम शगुन श्वसुर सा देता, नहीं कभी कुछ लेता
मधुमेह का कुशल वैद्य है, जामुन ज्यों जामाता ।
वृक्ष निभाता आज भी, पारिवारिक रिश्ता-नाता ।।
पौधों को रोपें-सींचे ।।
आओ आनंद उलीचें ।।

आपके लिए उपयोगी समाचार

विज्ञान समिति में स्वास्थ्य एवं चिकित्सा शिविर

विज्ञान समिति ने जनसेवा का एक और प्रकल्प प्रारंभ किया है : –

- **श्री बिजय कुमार सुराणा स्मृति वरिष्ठजन निःशुल्क चिकित्सा परामर्श शिविर ।**
- **प्रत्येक माह तृतीय रविवार प्रातः 10 से 12 बजे विज्ञान समिति परिसर, आगामी शिविर 16 मार्च 2014।**
- **चिकित्सीय विशेषज्ञ- डॉ. आई.एल.जैन (हृदय रोग एवं मधुमेह), डॉ. एल.के.भटनागर (वरिष्ठ फिजिशियन), डॉ. अनिल कोठारी (नेत्र रोग), डॉ. कमला कंवरानी एवं डॉ. कौशल्या बोर्दिया (स्त्री रोग), डॉ. अनुराग तलेसरा (अस्थि रोग), डॉ. नागेश भट्ट एवं मोबाइल युनिट, दर्शन डेंटल कॉलेज (दंत रोग), डॉ. भानु प्रकाश वर्मा -नाक, कान व गला, डॉ. शोभालाल औदिच्य(आयुर्वेद), डॉ. निवेदिता पटनायक (होम्योपेथी), श्री बी.एल. पोखरना (एक्यूप्रेशर), श्री कल्पेश पूर्बिया (फिजियोथेरेपी)। दवाइयां, नेत्र, दंत एवं अन्य शल्यक्रिया में सहयोग। ब्लडप्रेशर, न्यूरोपेथी एवं मधुमेह संबंधी रक्त–मूत्र की निःशुल्क जांच। विधवा एवं परित्यक्ता महिलाओं की निःशुल्क चिकित्सा सुविधा भी।**

इन शिविरों का लाभ लेवें। उपरोक्त चिकित्सकों से जब आप मिलने जाते हैं तो मिलने में 1 घंटे से ज्यादा समय लगता है । विज्ञान समिति में समिति के सदस्यों के सहयोग से आप सहज मिल सकेंगे और फीस भी नहीं लगती । इसकी जानकारी आप गांव में अन्य लोगों को भी दें ।

महिलाओं के लिए ऋण योजना

जो महिलाएं आमदनी बढ़ाने के लिए कुछ काम करना चाहती है लेकिन धनराशि उपलब्ध नहीं होने के कारण ऐसा नहीं कर पा रहीं हैं उनके लिए विज्ञान समिति में मामूली ब्याज पर ऋण देने की योजना है । अतः इच्छुक महिलाएं संपर्क करें ।

पशुपालन

संकर नस्ल के पशु से लाभ

1. मादा पशु 16 से 18 माह की उम्र में ही गर्भाधान योग्य हो जाता है।
2. संकर नस्ल के पशु का देशी नस्ल के पशु की तुलना में ड्राई पीरीयड बहुत कम होता है।
3. संकर नस्ल के पशुओं में दो ब्यात के मध्य अंतर भी बहुत कम होता है।
4. देशी नस्ल के पशु की तुलना में संकर नस्ल के पशु के ग्रहण किए गए आहार से उत्पादन मे परिवर्तित करने की गुणवता काफी होती है।
5. संकर नस्ल के पशु की उत्पादन क्षमता बहुत अधिक होती है।

संकर नस्ल किसे कहते हैं :-

उन्नत नस्ल के सांड के वीर्य से प्राकृतिक या कृत्रिम रूप से मादा को गर्भावित किया जाता है। उस मादा पशु के जो बछड़े–बछड़ी उत्पन्न होते हैं उसमें आधे गुण माता के तथा आधे गुण उन्नत नस्ल के सांड के आते हैं। वे संकर नस्ल के पशु कहलाते हैं। ये संकर नस्ल के पशु जब वयस्क होकर उत्पादन देना प्रारंभ करते हैं तो उनका उत्पादन अपनी माता से अधिक होता है। इस प्रकार से हम कम उत्पादन वाली देशी गौ वंश की आने वाली नस्ल सुधार कर अधिक उत्पादन वाली उन्नत नस्ल(संकर नस्ल) प्राप्त कर सकते हैं।

–डॉ. सुरेन्द्र छंगाणी
पशुपालन विभाग

विज्ञान समिति की सेवा को सराहा

श्रीमान् अध्यक्ष महोदय जी,
विज्ञान समिति, अशोक नगर, उदयपुर

आपके समिति द्वारा मेरे बच्चे(यशवन्त चौबीसा) के हार्ट के ऑपरेशन के लिए जो सहायता राशि दी गई (13 वर्ष पूर्व) उसके लिए मैं बहुत बहुत आभारी हूं। बच्चे का ऑपरेशन हुआ उस समय उसकी3–4 साल की उम्र थी । अभी वह 17 वर्ष का हुआ है। आपका बहुत बहुत आभारी हूं ।

धन्यवाद ।

यशवन्त चौबीसा

भवदीय

परमानन्द ब्राह्मण(चौबीसा)
ब्राह्मणों की हूंदर
मोबाइल : 9887832422
29.08.13

- **एक व्यक्ति एक पेड़ अवश्य लगावें।**
- **पॉलिथीन की थेलियों के बजाय कपड़े और कागज की थेलियों का प्रयोग करें।**
- **खाने में हरी सब्जियों का प्रयोग अवश्य करें।**
- **नीम हकीम से बचें।**
- **तम्बाकू में तीन हजार तरह के जहर हैं।**
- **काली मिर्च, लोंग, दालचीनी, जीरा, मेथीदाना और अजवाईन बहुत लाभकारी हैं**

बिना बिजली चलाइए आटा चक्की

अभावों में जीने वाले देश के लाखों बच्चों की तरह महाराष्ट्र के जलगांव में पले–बढ़े जहांगीर शेख भी पढ़ नहीं पाए लेकिन इसके बावजूद इस शख्स ने कई ऐसे अविष्कार कर डाले कि लोग इन्हें वैज्ञानिक कहने पर मजबूर हो गए हैं। 40 वर्षीय शेख ने स्कूटर से चलने वाली ऐसी आटा चक्की बनाई है, जो बिना बिजली के एक लीटर पेट्रोल में 50–60 किलो आटा पीस सकती है। फिल्म थ्री इडियट्स के क्लाइमैक्स में उन्हीं के चक्की लगे पीले रंग के बजाज स्कूटर पर बैठकर करीना कपूर, आमिर खान से मिलने जाती हैं।

पहली ही क्लास में स्कूल छोड़ देने वाले जहांगीर शेख अभी तक स्कूटर पर ऐसी चार आटा चक्की बनाकर बेच चुके हैं। स्कूटर पर चलती–फिरती इस आटा चक्की की खासियत है कि इसे पेट्रोल और सीएनजी दोनों से चलाया जा सकता है। एक लीटर पेट्रोल या एक किलो सीएनजी से 50–60 किलो गेहूं का आटा लगभग 2 घंटे में पीसा जा सकता है। चक्की को चलाना बेहद आसान है और किसी भी पुराने स्कूटर से इसे बनाया जा सकता है। इस चक्की को बनाने का ख्याल शेख के दिमाग में 2007 में आया था। तभी उनके दिमाग में ख्याल आया, जिसके लिए बिजली की जरूरत ही न पड़े। शेख बताते हैं, 'मैंने सिर्फ पंद्रह दिन में स्कूटर पर आटा चक्की बना दी और इसका ट्रायल भी सफल रहा।

स्कूटर पर आटा चक्की बनाने के लिए जंहागीर शेख को 2010 में तत्कालीन राष्ट्रपति प्रतिभा पाटिल ने पुरस्कार दिया था ।

''भारत हमारी धड़कन है''

भारत हमारी धड़कन है
तन मन भी इस पर अर्पण है
शुभ दिन ये आज आया
तिरंगे को करने नमन है

दुनिया की शान यह वतन है
हर कौम का यहां मिलन है
शुभ दिन यह आज आया
गणतंत्र दिवस आया
हर दिल में खुशी की किरण है

प्यारा हमारा यह चमन है
झूमे धरा और गगन है
शुभ दिन यह आज आया
गणतंत्र दिवस आया
देश भक्ति के रंग में मगन है

माटी यहां की चंदन है
जन्मों का ये तो बंधन है
शुभ दिन यह आज आया
गणतंत्र दिवस आया
वीरों का हमारा वंदन है

-रेणु सिरोया ''कुमुदिनी''

पिछला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

30 जनवरी को आयोजित हुए ि ाविर में चंदेसरा, फतहनगर, अ ोकनगर क्षेत्र की 30 महिलाओं ने भाग लिया। प्रार्थना के प चात् नये सदस्यों का परिचय हुआ। इस बैठक में चंदेसरा से कई युवतियां आई। **प्रो.जे.एन.कविराज** ने एक भजन सुनाया। **श्री प्रकाष तातेड़** ने 5 प्र न पूछे सही उत्तर देने वालो को पुरस्कार दिया गया। **डॉ. के.एल. कोठारी** एवं **प्रो.एन.एल.गुप्ता** ने महात्मा गांधी पर कुछ जानकारी दी। डॉ.जी.सी.लोढा ने स्वच्छता संबंधी तथा अच्छे स्वास्थ्य के लिए सात बिन्दुओं के अंतर्गत 25 बाते बताई। विज्ञान समिति की जीवन पच्चीसी के मुख्य बिन्दुओं पर चर्चा **श्रीमती पुष्पा कोठारी** ने की। कुछ प्रेरणात्मक जानकारियां **डॉ.श्रीमती शैल गुप्ता** ने दी। **डॉ.कोठारी** ने महिलाओं को प्रेरित किया कि जीवन में आगे बढने का संकल्प ले। इस पर दो युवतियों ने खडे होकर प्रतिज्ञा की कि वे अधिक से अधिक पढाई करेगी। **श्रीमती शकुन्तला धाकड,** अध्यक्ष, इन्हरव्हील क्लब ने इन्हरव्हील की महिलाओं की सेवाओं की जानकारी दी। इन्हरव्हील क्लब की सचिव **श्रीमती स्नेहलता साबला** भी उपस्थित थी। **श्रीमान लाभचंद जी सोनी (हमारे द्वारा प्रषिक्षित)** ने आंवले के विभिन्न व्यंजन बनाने का प्रायोगिक प्र ाक्षण दिया। इसी बैठक में 2 महिलाओं को महिला समृद्धि कोष से 5000–5000 का ऋण दिया जिसका वर्णन अलग से दिया गया है। इस ि ाविर में महिलाओं को अधिक से अधिक सदस्य बनाने के लिए प्रेरित किया गया। कार्यक्रम का संयोजन **श्रीमती मंजुला शर्मा** ने किया। लहर की नवीनतम प्रतियां वितरित की गई तथा कार्यक्रम प चात् सबको स्वादिष्ट भोजन कराया गया। भोजन **डॉ.शैल गुप्ता** द्वारा दिया गया था। इस हेतु डॉ.गुप्ता का

अगला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

30 मार्च **2014, प्रात: 10 बजे से**

कार्यक्रम

- प्रार्थना,नये सदस्यों का परिचय
- प्रेरक प्रसंग एवं ज्ञानवर्द्धक जानकारियां
- प्रशिक्षण– अचार बनाना

अधिक से अधिक महिलाओं को महिला चेतना शिविर में लाने के लिए प्रेरित करें। उन्हें सदस्य बनाएं। जीवन पच्चीसी के बिंदुओं को बार-बार पढ़ें और अमल में लाने का प्रयास करें।

ग्रामीण महिला चेतना शिविर में भाग लेने के लिए सदस्यता फार्म भरना आवश्यक है। इच्छुक महिलाएं फार्म भरें ।

महिलाएं विज्ञान समिति से सहयोग के लिए संपर्क करें।

श्रीमती मंजुला शर्मा - 9414474021
श्री कैलाश वैष्णव - 9829278266

सम्पादन –संकलन :

श्रीमती विजयलक्ष्मी मुंशी, श्रीमती विमला सरूपरिया,
श्रीमती स्नेहलता साबला, श्रीमती रेणु सिरोया

विज्ञान समिति

अशोकनगर, रोड नं. 17, उदयपुर – 313001
फोन : (0294) 2413117, 2411650
Website : vigyansamitiudaipur.org
E-mail : samitivigyan@gmail.com

सौजन्य : श्रीमती विमला कोठारी एवं श्रीमती चन्द्रा भण्डारी