मूल्य – 5 रु.

नूतन वर्ष.... नयी उम्मीदें
नई आशा
नया विश्वास
नई सोच
नया ख़्वाब
और वो शक्ति जो इन ख़्वाबों को पूरा कर सके....
एक ख़्वाब.... आनन्द वृद्धाश्रम का नवीन परिसर....

Tara
बुजुर्गों के लिए...

तारांशु

मासिक
दिसम्बर – 2015
वर्ष 4, अंक 2, पृ.सं. 20

दीपावली पर्व की कुछ झलकियाँ

एक वृद्ध सहयोग राशि रु. 5000/- प्रति माह

वृद्धाश्रम की बुजुर्ग महिलाएँ दीप जलाते हुए....

आनन्द वृद्धाश्रम वासी लक्ष्मी पूजन करते हुए

दीपावली के शुभ अवसर पर वृद्धजन आतिषबाजी का आनन्द उठाते हुए।

आप भी यदि किसी असहाय बुजुर्ग बन्धु के लिए 'आनन्द वृद्धाश्रम' में आवास की मानवीय सुविधा उपलब्ध करवाने की सेवा भावना रखते हैं, तो कृपया प्रति बुजुर्ग 5000 रु. प्रतिमाह की दर से अपना दान सहयोग 'तारा संस्थान' को प्रेषित करने की कृपा करें।
01 माह – 5000 रु., 03 माह – 15000 रु., 06 माह – 30000 रु., 01 वर्ष – 60000 रु.

वृद्धाश्रम आवासियों से कोई शुल्क नहीं लिया जाता है। उनके लिए वृद्धाश्रम की सभी सेवाएँ सुविधाएँ – भोजन, वस्त्र, आवास, चिकित्सा देखभाल आदि सर्वथा नि:शुल्क हैं।

दूसरों के अप्रिय वचन सुनकर भी उत्तम व्यक्ति सदा प्रिय वचन बोलता है।

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

आभार
श्री एन.पी. भार्गव
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

प्रकाशक एवं सम्पादक
कल्पना गोयल

दिग्दर्शक
दीपेश मित्तल

कार्यकारी सम्पादक
तख़्त सिंह राव

ले-आउट व ग्राफिक डिजाइनर
गौरव अग्रवाल

संयोजन सहायक
जगदीश मुण्डानिया

अनुक्रमणिका

विषय		पृष्ठ संख्या
आनन्द वृद्धाश्रम : दीपावली पर्व की कुछ झलकियाँ	-	02
अनुक्रमणिका	-	03
विशेष : 60 वर्ष से ऊपर के ''युवाओं'' के लिए फैशन शो	-	04-05
नया साल नया संकल्प	-	06
नेत्रालय केस स्टडी / शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल	-	07
गौरी योजना / तृप्ति योजना	-	08
आनन्द वृद्धाश्रमवासी / जीवन	-	09
प्रस्तावित नवीन परिसर हेतु भूमि अनुदान	-	10
कविता / प्रेरणा	-	11
विशेष प्रकल्प / स्वास्थ्य	-	12
विशेष शिविर	-	13
मासिक अपडेट्स : मोतियाबिन्द जाँच शिविर	-	14-16
स्वागत	-	17
धन्यवाद	-	18
सम्पर्क सूत्र - तारा संस्थान	-	19

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

श्रीमती कल्पना गोयल अपनी पूज्य माता एवं पूज्य पिता डॉ. कैलाश 'मानव' की सन्निधि में,

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

जिस देह से श्रम का पसीना नही निकलता, सौंदर्य उस देह को छोड़ देता है।

विशेष –

60 वर्ष से ऊपर के ''युवाओं'' के लिए फैशन शो : 10 अप्रैल, 2016

बचपन से स्कूल की किताबों में पढ़ते आए थे कि भारत एक ऐसा देश है जिसमें विभिन्न भाषा, विभिन्न पहनावा, विभिन्न खानपान यहाँ तक कि रीति–रिवाज़ों में भी विभिन्न लोग हैं.... लेकिन इस विविधता में भी हम सब एक सूत्र में पिरोए से रहते हैं, यह सूत्र है भारतीयता का। तारा संस्थान ने जब आनन्द वृद्धाश्रम प्रारंभ किया था तो सबसे पहले कुछ लोग रहने आए थे उनमें एक आंटी श्रीमती शांता देवी पौद्दार थी और एक Couple श्री दिगेन्द्र नाथ जी लहरी और श्रीमती अंजली लहरी थे। शांता देवी जी उदयपुर की ही हैं और अग्रवाल समाज की हैं और लहरी दम्पती कोलकाता के रहने वाले थे और पारंपरिक बंगाली थे। आनन्द वृद्धाश्रम को प्रारंभ हुए लगभग 4 वर्ष होने जा रहे हैं, शांता देवी जी अभी भी हमारे साथ रह रही हैं, श्री दिगेन्द्र नाथ जी का कुछ साल पहले स्वर्गवास हो गया था लेकिन अंजली आंटी अभी भी हमारे साथ रह रही हैं। इन चार वर्षों में बहुत से लोग आए, कुछ लोगों के लिए आनन्द वृद्धाश्रम घर बना, कुछ वापस अपने घर चले गए.... लेकिन यहाँ आने और रहते वालों में भी वो ही विविधता थी, और है जैसी हमारे भारतवर्ष में है।

आनन्द वृद्धाश्रम में जम्मू के बक्शी अंकल हैं तो गुजरात के चिमन भाई हैं। मुम्बई के प्रदीप जी और विवेक जी हैं तो बंगाल की अंजली आंटी और दत्ता साहब हैं। यहाँ तक की झारखण्ड के अंकल भी हैं और आसाम से अनिल जी और उनकी माताजी हैं....। राजस्थान, मध्यप्रदेश, उत्तरप्रदेश आदि से तो लोग हैं ही, यानि की पूरा भारत इसमें समाया है और सबसे बड़ी बात कि ये इन सभी लोगों को एक सूत्र में बांधे रखने के लिए तारा संस्थान के जो दानदाता हैं वो भी तो अपनी सारी विविधताओं के साथ मौजूद हैं....। मैंने आज तक ऐसा कोई दानदाता नहीं देखा जिन्होंने यह कहा हो कि मेरी ये राशि केवल गुजराती वृद्धजन पर ही खर्च करना या बंगाली या किसी और पर खर्च न करना... यही खुबसूरती है ''मानवता'' या ''इंसानियत'' की जो धर्म, समाज, जाति, प्रदेश सबसे परे है....।

आप सोच रहे होगें कि मैं इस लेख में ये क्या बात कर रही हूँ.... पर ये सब बात करने के लिए मेरा एक आशय है और इस आशय को बताते हुए मेरे मन में इतना उत्साह है कि लिखते हुए ऐसा लग रहा मानो प्रत्यक्ष आपसे ही बात कर रही हूँ... तो अब मैं सीधी मुद्दे पर आती हूँ....

10 अप्रैल, 2016 को तारा संस्थान बुजुर्गों के लिए एक ''फैशन शो'' आयोजित करने जा रही है.... नाम ''फैशन शो'' या कुछ भी हो सकता है लेकिन मूल बात है हमारी संस्कृति को स्टेज पर दिखाना और स्टेज पर होंगें आप सभी जो ये पढ़ रहे हैं... जी हाँ हमारे दानदाता जो कि तारा का वृहद परिवार हैं। अब तक दानदाताओं के जो भी कार्यक्रम ''तारा'' या नारायण सेवा में हुए उसमें आप सभी का सम्मान हुआ, आप में से कुछ मंच पर बैठे, कुछ नीचे कुर्सियों पर। लेकिन यह कार्यक्रम थोड़ा अलग है... इसमें आप सभी आएगें और हम आपका सम्मान तो करेंगे ही लेकिन आप सभी को मंच पर आना होगा और अपने प्रदेश की वेशभूषा में मंच पर ''Ramp Walk'' यानी कि थोड़ा इठलाते हुए चलना होगा....।

जब मैं यह लिख रही हूँ तो मन में सोच करके ही कुछ कुछ हो रहा है कि हमारी गुजरात से आने वाली आंटियाँ सीधे पल्ले की गुजराती साड़ी में और अंकल कच्छी पजामा और कुर्ता पहने डांडिये की धुन पर थिरकते हुए आँऐंगे तो क्या मस्त नज़ारा होगा.... और मुझे पूरा यकीन है कि आप सभी यह पढ़ रहे होगे तो आपके मन में भी हूक उठ रही होगी क्योंकि उम्र के इस पड़ाव पर तो कभी पोते पोतियों को स्कूल में ही स्टेज पर देखा करते हैं लेकिन आप खुद स्टेज पर होंगे और बच्चे दर्शक! यकीन मानिये तारा संस्थान के साथ बिताए ये दो दिन आप सभी के लिए जीवन के यादगार पल होगें।

और हाँ सबसे Important बात तो बताना भूल ही गई यह ''फैशन शो'' केवल 60 वर्ष से ऊपर के महानुभावों के लिए होगा यानि कि जिनकी उम्र तो उन्हें वरिष्ठ नागरिक का दर्जा देती है लेकिन उनमें जोश व जज्बा नौजवानों जैसा हो।

मुझे पूरा यकीन है कि आप सभी इस कार्यक्रम में बढ़चढ़कर हिस्सा लेंगे और ये सारे प्रदेशों का ''सांस्कृतिक समागम'' हम सबके दिलों पर अमिट छाप छोड़ेगा।

यह कार्यक्रम तारा संस्थान के दानदाताओं हेतु है और आप सभी के मनोरंजन एवम् असहाय बुजुर्गों के कल्याण हेतु किया जा रहा है।

- **60 से ऊपर के युवा ही इसमें भाग ले सकेंगें।**
- **प्रतियोगिता में उपस्थित होने की पूर्व सूचना अवश्य देवें।**
- **दिनांक 10 अप्रैल, 2016 प्रातः 9 बजे तक उदयपुर निश्चित पहुँचें।**
- **''रैम्प वॉक'' (फैशन शो) की रिहर्सल की व्यवस्था की जाएगी।**
- **आपको साथ में अपने पसंदीदा दो जोड़ी ड्रेस लानी है - ''रैम्प वॉक''/ फैशान शो हेतु।**
- **आपके आवास, भोजन व परिवहन की सम्पूर्ण व्यवस्था तारा संस्थान द्वारा की जाएगी।**

कल्पना गोयल
अध्यक्ष, तारा संस्थान

''फैशन शो'' के लिए आप अपनी सहमति निम्न प्रारूप में भरकर भेज सकते हैं....

नाम : ....

पता : ....

....

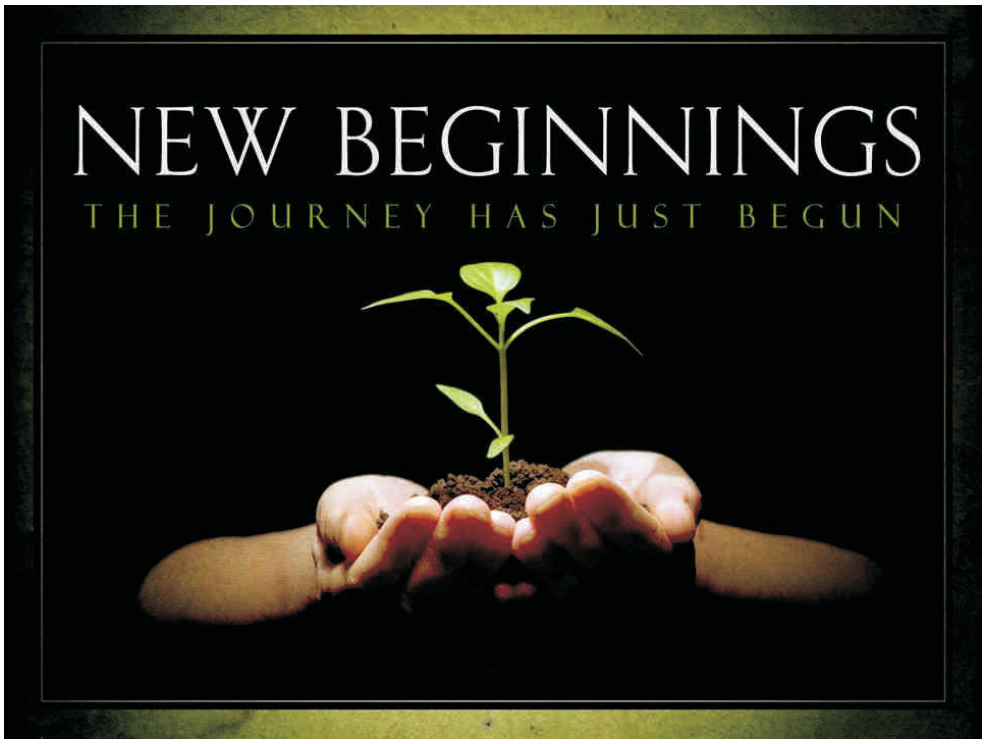
ड्रेस थीम : ....

सम्पर्क फोन नं. : ....

शो की जानकारी हेतु सम्पर्क करें : श्रीमती अलका जी मो. 9799252661 / श्री कालू जी मो. 9982555969

नया साल नया संकल्प

कभी हँसाती है तो कभी रूलाती है, ये जिंदगी भी न जाने कितने रंग दिखाती है, हँसते हैं तो भी आँखों में नमी आ जाती है।
दुआ करते है कि नए साल के अवसर पर हमारे "अपनो" के होंठों पर सदा मुस्कराहट रहे....
क्योंकि उनकी हर मुस्कराहट हमें खुशी दे जाती है।



मनुष्य के जीवन में हर पल कुछ नया घटित होता है और जीवन की ये नवीनता ही मनुष्य को चलायमान रखती है। नया हमेशा अच्छा ही हो ये जरुरी भी नही है लेकिन क्या है ना कि सब अच्छा ही हो तो शायद जिंदगी नीरस हो जाये... आप जब ये लेख पढ़ रहे होगे तब तक हम नये वर्ष 2016 में प्रवेश कर लेगें। ये जो नव वर्ष आगमन को मनाना है ना, ये भी आनन्द प्राप्त करने का एक अवसर भर है। और हम लोग ऐसे एक भी अवसर को बेकार नहीं जाने देते हैं चाहे वी दीपावली, होली या कोई और त्यौहार हो, क्योंकि ये ही तो कुछ पल होते है जब हम भाग दौड़ भरी जिंदगी से हट कर खुशियाँ लेते और बांटते हैं....

तो वर्ष 2016 तारा संस्थान के लिए भी खुशियाँ लेने और बांटने वाला होगा.... वैसे तो तारा संस्थान में आप और हम मिलकर जो काम करते हैं वो हर पल खुशी देता है लेकिन इस वर्ष में हम एक छोटा सा कदम और आगे बढ़ाने का प्रयत्न कर रहे हैं.... जी हाँ आप समझ ही गए होगे "नए आनन्द वृद्वाश्रम के निर्माण का प्रारम्भ "।

जैसा कि आपको हमने तारांशु के माध्यम सें बताया ही है कि एक प्लाट ले लिया गया है और ऐसा विश्वास है कि वर्ष 2016 में उसके ऊपर निर्माण कार्य प्रारम्भ हो जाए। आप सभी से भूमि के लिए सहयोग की अपेक्षा कर ही रहे हैं और आप सभी खुले हाथों से अपना सहयोग दे रहे हैं। तारा संस्थान से जुड़कर सबसे बड़ा सुख यही तो मिलता हैं कि कोई भी प्रकल्प हो दानदाता हमारे साथ हमारी ताकत बन कर खड़े होते हैं और यही ताकत नये प्रकल्प जोड़ती हैं जिससे कुछ और लोगों का भला होता है।

ये क्रम निरंतर चलता रहेगा और बहुत से लोग जुड़ते रहेंगे। जब भवन निर्माण प्रारभ होगा तब भी हम आप सबसे अपेक्षा रखेगें और हमे पता है कि हमारा परिवार हमारी हर अपेक्षा पूर्ण करेगा और नये साल में एक ऐसे वृद्वाश्रम का निमार्ण प्रारंभ होगा जिसमें 150–200 बुजुर्ग अपने जीवन की एक निश्चिंत शाम बिता सकें.....

आदर सहित...!

दीपेश मित्तल

अपनी गलती तुरन्त स्वीकार करनेवाले व्यक्ति सदगुणी होते है।

नेत्रालय केस स्टडी –

मुम्बई तारा नेत्रालय ने 2% रोशनी वाले मरीज की 80% नेत्र ज्योति लौटाई

यादा मोरे (उम्र 65) जिनको काफी समय से आँखों में तकलीफ थी और जाँच में पता चला कि उनको दोनों आँखों में मोतियाबिन्द के साथ काला पानी की भी शिकायत है। उन्होंने इसकी ना कहीं जाँच करवायी ना कोई इलाज करवाया था। तारा नेत्रालय में आकर जाँच के बाद ये बात उनको जब पता चली तब वो रोने लग गये। हमने उन्हें विश्वास दिलाया कि इस रोग का इलाज यहाँ पर मुफ्त में हो जायेगा। जबकी मोतियाबिन्द की जाँच यही पर हो गई, काला पानी की जाँच एक स्पेशल स्केन के जरिये उन्होंने बाहर से करवाके या उनकी नजर ऑपरेशन से पहले 2 प्रतिशत थी और साथ में उनके काली पुतली पर दाग भी पाया गया। अक्सर ऐसे केसेस बाहर करवाने में बहुत पैसा लगता है और ये अपने में एक चुनौती माने जाते हैं। हमने उनके दायी आँख का ऑपरेशन 20.11.2015 को किया, फेल्डेबल लेन्स उन्होंने अपने स्तर पर उपलब्ध करवाया ऑपरेशन के दूसरे दिन ही उनकी नजर 6/12 यानी 80 प्रतिशत सुधार पाया गया। वो तो तब खुश थे की जहाँ अन्य डॉक्टरों ने कोई गारंटी नहीं दी वहीं तारा नेत्रालय में मुफ्त में इलाज करवाकर उनकी रोशनी वापस आ गयी।

डॉ. हितेष नेत्रावली

ऑपरेशन के दृश्य

शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल –

तारा संस्थान के दीवाली सांस्कृतिक कार्यक्रम में षिखर भार्गव स्कूल के विधार्थियों द्वारा पेष एक मनमोहक प्रस्तुति।

जो कांटे बोते हैं उन्हें फूल की आशा कभी नही करनी चाहिए।

गौरी योजना – दानदाताओं का ईश्वर भला करे ताकि मेरी तरह किसी अन्य का भी उद्धार हो सके। – रेखा नंदवाना

उदयपुरवासी 37 वर्षीया **रेखा नंदवाना** के पति की मृत्यु एक दुर्घटना में होने के बाद इनकी स्थिति दयनिय हो गई। ये अपनी तीनों बच्चों को लेकर अपने पिता के घर रहने लगी । लेकिन चूंकि पिताजी की भी स्थिति कोई अच्छी नहीं थी सो अपने बच्चों को अपनी बडी बहन के साथ रखना पड़ा। अपने बेटे (10वीं), 2 बेटियों (6वीं व 5वीं)की पढाई के खर्च को लेकर रेखा को मानसिक तनाव हो गया व अक्सर विषाद की स्थिति में जाती हैं यह सोच – सोच कर कि उनके बच्चों का क्या होगा। जैसे–तैसे उन्होने एक स्कूल में चपरासी का कार्य प्राप्त किया फिर भी आर्थिक स्थिति बहुत गंभीर है। **रेखा नंदवाना तारा संस्थान की शुक्रगुजार हैं कि 3 साल से उनको मासिक पेंशन दी जा रही हैं। जिससे उनका जीवन यापन हो पा रहा है।**

मानवीय संवेदनाओं को आहत करने वाली असहाय विधवा महिलाओं की पीड़ाओं को कुछ कम करने के प्रयास के प्रति यदि आप भी इच्छुक हों, तो कृपया प्रति विधवा महिला 1000 रु. प्रतिमाह की दर से 01 माह, 03 माह, 06 माह, 01 वर्ष या इससे भी अधिक अवधि के लिए अपना दान-सहयोग 'तारा संस्थान' को प्रेषित करने का अनुग्रह करें।

तृप्ति योजना – आप सबकी लम्बी आयु हेतु प्रार्थना करती हूँ। – बगदू बाई

बगदू बाई (65 वर्ष) अपने पति व पुत्री के साथ गांव सिसवी में एक मामूली से झोपड़े में रहते है। तथापि उनकी पुत्री शादीषुदा है लेकिन उसके हाथ में तकलीफ के चलते उसके पति ने उसे छोड़ दिया है। बग्दू बाई के परिवार के पास मामूली सी कृषि भूमि है पर पानी की समस्या के चलते कोई उपज नहीं हो पाती। पुरा परिवार लगभग भूखमरी की स्थिति में है सो जब तक तारा संस्थान को इनकी दयनीय स्थिति की जानकारी हुई तो उन्हे पुरे महिनें का राषन व 300/– रू. नगद उनके द्वार पर दिए जा रहे है। पिछले 3 साल से यह सहायता जारी है।

'तृप्ति योजना' के अन्तर्गत प्रत्येक बुजुर्ग को 1500/- मूल्य की खाद्य-सामग्री सहायता प्रतिमाह वितरित की जा रही है।

वर्तमान में तृप्ति योजना के अन्तर्गत 252 बुजुर्ग बन्धुओं को प्रतिमाह उपर्युक्त मात्रानुसार खाद्य सामग्री पहुँचाई जा रही है। आपके सहयोग सौजन्य से यह संख्या 500 करने का लक्ष्य है।

आपसे प्रार्थित खाद्य-सामग्री सहयोग-सौजन्य राशि रु. 4500 (3 माह), रु. 9000 (6 माह), रु. 18000 (एक वर्ष)

मनुष्य झूठ से मेल करके जीवन की महती सम्पदा नष्ट कर देता है।

आनन्द वृद्धाश्रमवासी –

सब लोग दिन–दुनी रात–चौगुनी उन्नति करें। – ज्ञानी बाई

श्रीमती ज्ञानी बाई ने जैसे–तैसे जीवन के 75 वर्ष गुज़ारे, अब आनन्द वृद्धाश्रम में रहती हैं। पति कबाड़ी का कार्य करते थे। 15 वर्ष पूर्व उनकी मृत्यु के पष्चात् ज्ञानी बाई के जीवन में भारी संघर्ष की स्थिति आ गई। उन्होंने लोगों के घरों में झाड़ू–पोछा करके अपना व 10 वर्षिया बेटी का भरण–पोषण आरम्भ किया। फिर रिष्तेदारों की मदद से बेटी को पढ़ा लिखा कर उसकी विवाह करवाया। उसके पष्चात् भी स्वयं के खर्चे हेतु काम जारी रखा। एक दिन एक करुण हृदय मैडम ने एक छात्रावास में सफाईकर्मी की नौकरी दिलवा दी जिसके बाद जीवन थोड़ा आसान हो गया। जब तक हाथ पैर चले तब तक कार्य जारी रखा लेकिन बुढ़ापें के कारणवष बेटी ने इन्हें मजबूरी के चलते आनन्द वृद्धाश्रम में भर्ती करवा दिया। यहाँ आकर ज्ञानी बाई अत्यन्त प्रसन्न हैं। उनके अनुसार आनन्द वृद्धाश्रम में खाने–पीने व चिकित्सा की व्यवस्था उत्तम है। ज्ञानी बाई यहाँ के रसोई के कामों में हाथ बंटाती हैं एवं फुर्सत के पलों में टीवी देखती हैं। वे तारा संस्थान एवं समस्त दान दाताओं की कृतज्ञ हैं कि उन्होंने सहारा दिया।

जीवन –

दूसरों के दुःख

हिमालय के पर्वतों पर कहीं एक ज्ञानी महात्मा रहते थे। उसकी प्रसिद्धि इतनी अधिक थी कि उनके दर्शनों के लिए लोग नदियाँ और घाटियाँ पार करके चले आते। लोग यह मानते थे कि महात्मा उन्हें दुखों और समस्याओं से छुटकारा दिला सकते हैं।

ऐसे ही कुछ श्रृद्धालुओं को महात्मा ने तीन दिनों तक खाली बैठाकर इंतजार कराया। इस बीच और भी लोग आ पहुंचे, जब वहां और लोगों के लिए जगह नहीं बची तो महात्मा ने सभी उपस्थितों से कहा : "आज मैं तुम सभी को दुःखों और कष्टों से मुक्ति का उपाय बताऊँगा, अब मुझे एक–एक करके अपनी समस्याएँ बताओ".

सभी समझ गए थे कि महात्मा से संवाद का यह अंतिम अवसर था। जब वहां बहुत शोरगुल होने लगा तब महात्मा ने कहा – "शांत हो जाइए! आप सभी अपने–अपने कष्ट और तकलीफें एक पर्चे में लिखकर मेरे सामने रख दीजिये!"

जब सभी लोग लिख चुके तब महात्मा ने एक टोकरी में सारे पर्चों को गड्ड–मड्ड कर दिया और कहा : "ये टोकरी एक दूसरे को फिराते जाओ, हर व्यक्ति इसमें से एक परचा उठाये और पढ़े, फिर यह तय करे कि वह अपने दुःख ही अपने पास रखना चाहेगा या किसी और के दुःख लेना पसंद करेगा"।

सारे व्यक्तियों ने टोकरी से पर्चे उठाकर पढ़े और पढ़ते ही सभी बहुत चिंता में पड़ गए। वे इस नतीजे तक पहुंचे कि उनके दुःख और तकलीफें कितनी ही बड़ी क्यों न हों पर औरों के दुःख–दर्द के सामने वे कुछ भी नहीं थीं। दो घंटे के भीतर उनमें से हर किसी ने सारे पर्चे देख लिए और सभी को अपने ही पर्चे अपनी जेब के हवाले करने पड़े। दूसरों के दुखों की झलक पाकर उन्हें अपने दुःख हल्के लगने लगे थे।

एक अच्छे अधिकारी के पाँच गुण होते हैं – सक्षमता, ईमानदारी, तत्परता, धैर्य और निष्पक्षता।

तारा संस्थान, उदयपुर के अन्तर्गत

आनन्द वृद्धाश्रम

प्रस्तावित नवीन परिसर हेतु भूमि अनुदान

तारा संस्थान ने 3 फरवरी, 2012 को आनन्द वृद्धाश्रम प्रारंभ किया। उद्घाटन के समय 25 वृद्ध लोगों के पूर्णतया नि:शुल्क रहने की व्यवस्था थी। आनन्द वृद्धाश्रम ऐसे बुजुर्गों का घर बना जिन्होंने अपने समय में एक अच्छा जीवन जिया था लेकिन परिस्थितियों ने उन्हें लाचार और कुछ को लावारिस बना दिया। बुजुर्गों के इस घर में उन्हें आवास चिकित्सा, भोजन, वस्त्र आदि सभी सुविधाएँ नि:शुल्क उपलब्ध हैं और साथ में सम्मान के साथ अपनापन और प्यार भी दिया जाता है।

आनन्द वृद्धाश्रम में गंभीर रूप से बीमार होने पर या कई बार बिस्तर पकड़ने (BED RIDDEN) होने पर भी आवासी की पूर्ण सेवा या चिकित्सा की गई है।

25 बेड से प्रारंभ हुए आनन्द वृद्धाश्रम में वर्तमान में 45 बेड हैं क्योंकि जैसे जैसे नये बुजुर्ग आते गए उनको मना नहीं किया जाकर उनके लिए बेड बढ़ाते गए। लेकिन समस्या अब सामने आ रही है कि प्रतिमाह 2 के औसत से लोग जानकारी मांगते हैं या वृद्धाश्रम में आवास की इच्छा जताते हैं पर अब ज्यादा बेड खाली नहीं बचे हैं।

समस्या के निदान के लिए संस्थान द्वारा एक 7000 वर्ग फीट का प्लाट लिया गया है। इस प्लॉट पर एक सर्व सुविधायुक्त वृद्धाश्रम बनाया जाना प्रस्तावित है। उदयपुर शहर की आबादी के मध्य हिरण मगरी सेक्टर 14 में स्थित है। आबादी के मध्य होने से रहने वाले बुजुर्गों को एकाकीपन का एहसास नहीं होगा और बाजार, पार्क आदि सुविधाएँ नजदीक होने से उनका आनंद उठा सकेंगे।

प्लॉट लेने के लिए संस्थान को स्टेट बैंक ऑफ इंडिया से लोन लेना पड़ा। हमारा यह विश्वास है कि जैसे बूंद बूंद से घड़ा भरता है वैसे ही यदि हम हमारे दानदाताओं से सम्पर्क करें तो इस भूमि के लिए सहयोग जुटा सकते हैं। तारा संस्थान में आने वाले एक भी बुजुर्ग को आनन्द वृद्धाश्रम में स्थान नहीं होने के कारण निराश न जाना पड़े यही सोच इस नए वृद्धाश्रम की भूमि लेने की है। आशा है कि आप असहाय बुजुर्गों की इस आस में अपना छोटा सा सहयोग देकर कृतार्थ करेंगे।

-: भूमि सौजन्य राशि :-

भूमि सेवा रत्न	:	1,00,000 रु.
भूमि सेवा मनीषी	:	51,000 रु.
भूमि सेवा भूषण	:	21,000 रु.

भूमि हेतु सहयोग करने वाले दानदाताओं के नाम प्लॉट के मुख्य द्वार के दोनों और स्वर्णाक्षरों में अंकित किए जाएंगे और भूमि पूजन के समय आप सभी को निमंत्रित कर आपका सम्मान किया जाएगा।

कविता –

सुस्वागतम नववर्ष!

आया नव वर्ष, आया आपके द्वार,
दे रहा है ये दस्तक बार–बार।

बीते बरस की बातों को दे बिसार,
लेकर आया है ये खुशियाँ और प्यार।

खुली बाँहो से स्वागत कर इसका यार,
और मान अपने ईश्वर का आभार।

आओ कुछ नया संकल्प करें यार,
मिटाएँ आपसी बैर,भेदभाव यार।

लोगों में बाँटे दोस्ती का उपहार,
और दिलों में भरे ,बस प्यार ही प्यार।

अपने घर, समाज और देश से करे प्यार,
हम सब एक हैं ये दुनिया को बता दे यार।

कोई नया हुनर आओ सीखें यार,
जमाने को बता दे हम क्या हैं यार।

आप सबको है **तारा परिवार** का प्यारा सा नमस्कार,
नववर्ष मंगलमय हो, यही शुभकामना है यार।

आया नववर्ष आया आपके द्वार,
दे रहा है ये दस्तक, बार–बार।

प्रेरणा –

खुश रहने के तरीके

अक्सर हम लोग अपनी तरफ से पूरी मेहनत कर रहे होते हैं, लेकिन नतीजे हमेशा अपनी पसंद के हिसाब से नहीं मिलते। कभी पैसे कम मिल रहे होते हैं तो कभी पैसों के चक्कर में अपनी पसंद का काम छोड़कर कुछ ऐसा करना पड़ता है जो जरा कम पसंद हो। कभी ऐसा भी होता है जब पैसे और पसंद दोनों मिल रहे होते हैं लेकिन घर – परिवार – दोस्तों से दूर रहकर काम करना पड़ता है। ऐसे में सक्सेसफुल होने या कहलाने के बाद भी दिल भीतर से खुश नहीं रहता. ऐसे में शायद हम लोग कुछ छोटी–छोटी चीजें भूल रहे होते हैं जिनकी ओर ध्यान देने पर अपने मन को दिलासा दे सकते हैं, खुश रह सकते हैं।

खुश रहने के तरीके हमें बचपन से ही पता होते हैं, सिर्फ बाद में जीवन की आपाधापी में हम इन्हें भूल जाते हैं। अपने बचपन के दिनों को याद कीजिए, थोड़ा सा बच्चों वाली हरकतें करके देखिये :–

1. मुस्कुराइए ज्यादा और शिकायतें कम कीजिये।
2. नए लोगों और पुराने दोस्तों से मिलते रहिये।
3. अपने परिवार को थोड़ा अधिक समय दीजिये।
4. जरुरत पड़ने पर दूसरों की यथासंभव मदद कीजिये।
5. आशावादी बनिए, सब अच्छा ही होगा ये मान के चलिए।
6. छुट्टी लीजिये और कहीं घूमने निकल जाइये।
7. माफ करना सीखिए।
8. नए लक्ष्य बनाइये, नयी चीजें सीखिए।
9. कुछ शारीरिक व्यायाम कीजिये।
10. कोई जानवर पाल लीजिये।
11. काम से कभी फुर्सत लीजिये।

शक्तिमान होने में बड़प्पन नही, शक्ति का सदुपयोग करने में बड़प्पन है

विशेष प्रकल्प –

एक मुट्ठी दान

रास जे.बी. स्कूल, डाबरा (म.प्र.) ने अपना स्थापना दिवस दि. 28 नवम्बर, 2015 को ''एक मुट्ठी दान'' प्रोग्राम के रूप में मनाया। इस अवसर पर अनेक गण्यमान्य व्यक्ति उपस्थित थे। एक मुट्ठी दान के तहत उन सब की तरफ दान के चेक तारा संस्थान को भेंट किए गए। विशेष रूप से छोटे–छोटे स्कूली बालक–बालिकाओं ने दान का महत्व का पाठ समझा तत्पष्चात उन्होंने अपने–अपने घर से लाई गई विभिन्न साम्रगी जैसे खाद्य पदार्थ व कपड़े आदि आनन्द वृद्धाश्रम व शिखर भार्गव पब्लिक स्कूल के लिए दान की।

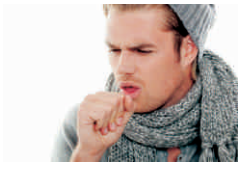
स्वास्थ्य –

सर्दियों में होने वाली आम स्वास्थ्य समस्याएँ

ठंड के मौसम में आमतौर पर सर्दी जुकाम जैसी समस्याएं होती हैं, लेकिन इस मौसम में नीमोनिया, ब्रोंकाइटिस जैसी बीमारियां भी हो सकती है। सर्दियों में स्वस्थ रहना है, तो अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत बनाएँ। जिन लोगों की प्रतिरक्षा प्रणाली ठीक होती है, उन्हें सर्दी जुकाम जैसी समस्याएं नहीं होती। इसलिए अपना खान–पान ठीक रखें, पूरी नींद लें और थोड़ा व्यायाम करें –

जुकाम : जुकाम से बचने के लिए हाथ साफ रखें, जिससे वो कीटाणु नष्ट हो जायें, जो दिखाई नहीं देते। जहाँ तक हो सके गुनगुना पानी पिएँ। ठंडा, दही और छाछ जैसी चीजें न खाएँ–पिएँ।

खांसी और गले में खराश : सर्दियों में कोल्ड ड्रिंक या आइसक्रीम खाने से खांसी और बढ़ सकती है। अगर आपको साइनस की समस्या है तो धूल मिटटी से बच्चों ठंड में बाहर जाते समय सर और गला हमेशा ढक कर रखें। गले की खराश दूर करने के लिए गुनगुने पानी में नमक डालकर गार्गल करें।



ब्रोंकाइटिस : 5 साल से कम उम्र के बच्चों को ब्रोंकाइटिस की समस्या अधिक होती है। बच्चों में ब्रोंकाइटिस के कारण बुखार भी हो जाता है। अगर किसी व्यकित को लगातार बुखार और खांसी रहती है, साथ ही सीने में दर्द और खांसते समय मुंह से खून आता है तो चिकित्सक से मिलने में देर नहीं करनी चाहिए।

सरदर्द : सर में ठंड लग जाने के सरदर्द हो सकता है। सर्दियों में या ठंडी जगह पर यात्रा करने के दौरान सर को ढक कर रखें कई बार ऐसे सरदर्द पानी की कमी के कारण भी होते हैं इसलिए सर्दियों में भी कम से कम 8 गिलास पानी जरूर पीये।

दमा या अस्थमा : ठंडी हवाएं दमा के लक्षणों को गंभीर बना सकती हैं, जैसे सांस लेने में बहुत तकलीफ होना। दमा के मरीजों को अपने साथ हमेशा दमा की दवाएं रखनी चाहिए।

गठिया या हड्डियों में दर्द : जिन लोगों को गठिया होता है, उन्हें सर्द वातावरण में अधिक परेशानी होती है। ऐसे में सर्दियों से बचाव और थोड़ा व्यायाम कारगर साबित हो सकता है।

हृदयाघात : हृदयाघात या हार्ट अटैक की समस्या सर्दियों में ब्लड प्रेशर के बढ़ जाने के कारण होती है। ब्लड प्रेशर के बढ़ जाने से हृदय पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है जिससे हृदयाघात हो सकता है।

संतोष सुख का मुल है और असंतोष दु:ख का।

विशेष शिविर –

डॉ. हर्षवर्धन, केबिनेट मंत्री – सूचना एवं तकनिकी विभाग भारत सरकार द्वारा तारा संस्थान के दिल्ली में कैम्प का उद्घाटन...

तारा संस्थान ने अन्तर्राष्ट्रीय वैष्य फैडरेषन (IVF), नई दिल्ली के तत्त्वावधान में एक विषेष षिविर का आयोजन किया नेत्र इस अवसर पर भारी मात्रा में रोगियों की जाँच हुई तथा मोतियाबिन्द हेतु चयन किया गया। इस षिविर में विषेष अतिथि डॉ. हर्षवर्धन, मंत्री, भारत सरकार थे।

श्री राम फाउण्डेशन, नई दिल्ली

एक अन्य विषेष षिविर में बच्चों व बड़ों की सामान्य जाँच व निदान किया गया। इस षिविर के सौजन्यकर्त्ता श्री राम फाउण्डेषन, दिल्ली थे। षिविर स्थल : कॉकरोला, द्वारका, नई दिल्ली, दिनांक : 22.11.2015

श्री नवलकिशोर गुप्ता, फरीदाबाद

श्री नवल किषोर गुप्ता, समाज सेवी, फरीदाबाद नियमित्त रूप से तारा संस्थान के नेत्र जाँच षिविर आयोजित करवाते रहते। इस चित्र में वे चयनित रोगियों के साथ (पिछली पंक्ति में बाएँ से तीसरे)

मारुती ट्रस्ट, यू.के. के प्रमुख श्री बच्चू भाई कोटेचा ने अपने उदयपुर प्रवास के दौरान तारा संस्थान का दौरा किया व निम्न शिविर प्रायोजित किए :

नेत्र षिविर, तारा नेत्रालय, उदयपुर दि. 04.12.2015

स्वेटर वितरण व नेत्र षिविर, ग्राम : मोरवल, उदयपुर दि. 03.12.2015

विपरीत परिस्थितियों में भी जो ईमान, साहस और धैर्य को कायम रख सके, वही सच्चा शूरवीर है।

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 अक्टूबर - नवम्बर, 2015 के मध्य आयोजित शिविरों का संक्षिप्त विवरण

तारा नेत्रालय, उदयपुर में आयोजित शिविर

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
01.10.2105	श्री सचिन जैन, मवाना	153	19	44	69
20.10.2015	श्री महावीर प्रसाद - श्रीमती रानी जैन, उदयपुर	113	09	39	67
25.10.2015	श्री द्वारका प्रसाद जी छीपा, बीकानेर (राज.)	117	10	34	51
25.10.2015	श्रीमती कैलाश रानी गर्ग, अम्बाला केन्ट (हरियाणा)	101	12	31	49
27.10.2015	वेंकटेश कलेक्शन, सायन कोलीवाड़ा, मुम्बई	158	24	46	69
31.10.2105	विजन फाउण्डेशन ऑफ इंड़िया, दिल्ली	102	11	36	51
17.11.2015	श्रीमती कलावती जी भण्डारी	168	33	37	69
22.11.2015	मै.नाकोड़ा ज्वेलर्स, श्री जयन्ति लाल, श्री विक्रम एवं श्री पंकज जैन, हैदराबाद	144	34	41	72

तारा नेत्रालय, दिल्ली में आयोजित शिविर

03.10.2015	श्रीमती रतन देवी, दिल्ली	213	15	49	96
28.10.2015	विजन फॉउण्डेशन ऑफ इंड़िया, दिल्ली	177	16	46	94
07.11.2015	विजन फॉउण्डेशन ऑफ इंड़िया, दिल्ली	80	10	31	39
10.11.2015	जय श्री राम (श्रीमती मंजू गुप्ता- दिल्ली)	95	08	26	41
17.11.2015	विजन फॉउण्डेशन ऑफ इंड़िया, दिल्ली	88	07	21	39
18.11.2015	श्री राम फाउण्डेशन ट्रस्ट (रजि. 884/20-07-15)	--	10	--	--

तारा नेत्रालय, मुम्बई में आयोजित शिविर

09.11.2015	विजन फॉउण्डेशन ऑफ इंड़िया, मुम्बई	60	06	31	39
17.11.2015	विजन फॉउण्डेशन ऑफ इंड़िया, मुम्बई	68	07	26	39

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

सारी निर्दयता दुर्बलता से पैदा होती है।

अन्य दानदाताओं के सौजन्य से देशभर में आयोजित शिविरों की झलकियाँ

शिविर दिनांक	सौजन्यकर्त्ता	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
03.10.2015	श्रीमती स्वर्ण जुनेजा जी, दिल्ली	छोटी उंदरी, उदयपुर (राज.)	454	6	76	220
02.10.2015	श्री नवल किशोर गुप्ता	फरीदाबाद (हरियाणा)	677	30	246	456
04.10.2015	श्री गोकुलम्, पंजी. कार्यालय :- 267, पश्चिम विहार, दिल्ली 87	बुध विहार, दिल्ली	505	30	215	430
11.10.2015	श्री एच.जी. सिन्दवानी (पेक्सल टेक्नोलोजी, प्रा.लि.), दिल्ली	बुध बाजार मार्ग, दिल्ली	416	15	240	378
12.10.2015	श्री रमेश जी सचदेवा, दिल्ली	नजफगढ़, दिल्ली	312	15	132	290
15.10.2015	श्रीमती प्रेम देवी, कल्याणमल कराड़ - मंगलवाड़ चौराहा	मंगलवाड़ चौराहा, चित्तौड़गढ़	165	20	46	72
21.10.2015	श्री अर्जुन दास आईलदास जी अलरेजा, मुम्बई	दहीसर (ई.), मुम्बई	56	6	23	31
25.10.2015	ओम ऑफसेट (श्रीमती ओमवती कौशिक जी), शाहदरा, दिल्ली	केदारिया, उदयपुर (राज.)	124	10	--	79
25.10.2015	कॉन्टीनेन्टल मिल्कोज (इण्डिया) लि., नई दिल्ली	गौतमबुद्ध नगर (यू.पी.)	1128	26	423	766
25.10.2015	श्रीमती खजानी देवी - चौ. रामपत चहल, सुपुत्र चौ. भीर सिंह	रोहतक (हरियाणा)	640	40	316	582
25.10.2015	श्रीमती सुषमा - श्री सत्यभूषण जैन, दिल्ली	सीताराम बाजार, दिल्ली	450	15	244	375
26.10.2015	विजन फाउण्डेशन ऑफ इण्डिया	भीण्डर, उदयपुर (राज.)	120	6	--	54
26.10.2015	विजन फाउण्डेशन ऑफ इण्डिया	दहीसर (ई.), मुम्बई	167	12	61	79
28.10.2015	समस्त नासिक	नासिक, मुम्बई	427	48	180	275
30.10.2015	श्री संजय जी भूरा - श्री संदीप जी भूरा	उत्तम नगर, दिल्ली	287	17	140	270
31.10.2015	मणिबैन ललू भाई पटेल, मगनभाई, रामभाई पटेल, नवसारी, गुज.	राजसमन्द (राज.)	215	10	96	176
07.11.2015	श्री राम फाउण्डेशन ट्रस्ट (रजि. 884/20-07-15)	गाँव - घेवरा, दिल्ली	338	23	167	316
22.11.2015	श्री राम फाउण्डेशन ट्रस्ट (रजि. 884/20-07-15)	कॉकरोला, द्वारका, नई दिल्ली	250	--	--	250
22.11.2015	गुप्दान	वैशाली, गाजियाबाद (यू.पी.)	215	12	100	209
22.11.2015	मुक्ति गोल्ड, प्रा.लि., मुम्बई	दहीसर, मुम्बई	210	25	86	100
25.11.2015	श्रीमती सुषमा - श्री सत्यभूषण जैन, दिल्ली	लाल बाग, करनाल रोड़, दिल्ली	1347	38	614	787
25.11.2015	विजन फाउण्डेशन ऑफ इण्डिया	भाईण्डर (वे.), मुम्बई	188	15	87	79
26.11.2015	श्रीमती रतन देवी श्री महावीर	भोपालसागर, चित्तौड़गढ़	107	10	--	68
29.11.2015	श्री नवल किशोर गुप्ता	ऑल्ड फरीदाबाद (हरियाणा)	283	15	200	265

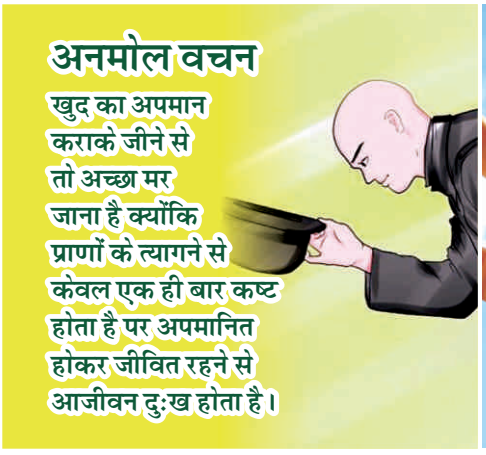
स्व. सरदार कुलबन्त सिंह चड्डा की प्रेरणा से
''The Ponty Chaddha Foundation'' के सौजन्य से आयोजित शिविर

स्व. श्री पोण्टी चड्डा

शिविर दिनांक	स्थान	ओ.पी.डी.	चयनित रोगी	चश्मे	दवाई
11.10.2015	सचखण्ड नानक धाम (Regd.), इन्द्रापुरी, लोनी गाजियाबाद (यू.पी.)	756	37	346	687
18.10.2015	गुरुद्वारा सिंह सभा, गुरु गोविन्द सिंह चौक, मुरादाबाद (यू.पी.)	765	42	288	645
19.10.2015	डी.डी.ए. ग्राउण्ड, मेट्रो स्टेषन के सामने, पीतमपुरा, दिल्ली	287	06	167	264
08.11.2015	सचखण्ड नानक धाम (Regd.), इन्द्रापुरी, लोनी गाजियाबाद (यू.पी.)	499	45	267	476
29.11.2015	श्री महाराजा अग्रसेन भवन, 55–56 सेक्टर 5, राजेन्द्र नगर, गाजियाबाद	439	19	175	325

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।



जिस पेड़ की जड़े कट चुकी हों, उसकी शाखाओं पर पानी डालना मूर्खता है।

स्वागत :-

तारा संस्थान में पधारे अतिथि महानुभावों का स्वागत सम्मान

श्री जादू मनी - श्रीमती कौशल्या भोई
उड़िसा

बी.आर. ज्वेलर्स
मैन रोड़, पहाड़गंज, नई दिल्ली

स्योजसना
जर्मनी

श्री सुरेन्द्र कुमार मित्तल
गुड़गाँव

श्री निखिल गुप्ता
दिल्ली

श्री एवं श्रीमती बच्चु भाई कोटेचा
यू.के.

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

श्री आर.के. - श्रीमती आशा सीकरी, बड़ौदा

श्री राम सेवक गर्ग, आगरा

श्री राजेन्द्र प्रकाश युधिष्ठिर भान साध, सूरत

श्री एवं श्रीमती भंवर लाल सोनी, जोधपुर (राज.)

श्री एवं श्रीमती प्रदीप माथुर, जयपुर (राज.)

श्री एवं श्रीमती धर्मप्रकाश अग्रवाल, कानपुर

श्री एवं श्रीमती गुलाब चन्द शर्मा, जयपुर

श्री एवं श्रीमती एस.एस. सिंघल, आगरा

श्री रमेश जी, हैदराबाद

श्री आनन्द मोदी, कानपुर

जयपुर

जिसके पास धैर्य है, वह जो कुछ इच्छा करता है, प्राप्त कर सकता है।

Tara
बुजुर्गों के लिए...

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. Sanwar Lal Modi & Mrs. Parvati Modi
Bikaner, (Raj.)

Mr. Kishan Chand Gupta & Mrs. Snehlata Gupta
Alwar (Raj.)

Mr. Daulal Chaudhary & Mrs. Indra Devi Chaudhary
Bikaner (Raj.)

Mr. S.K. Jain & Mrs. Santosh Jain
Chandigarh

Mr. Shiv Shankar Sighal & Mrs. Shashi Singhal
Agra (UP)

Mr. Ramesh Chandra Vyas & Mrs. Krishna Vyas
Bikaner (Raj.)

Mr. A.K. Rathi & Mrs. Pushpa Rathi

Mr. Anil Godbole & Mrs. Anita Godbole
Ujjain (M.P.)

Mr. Sanjiv Kumar Lahotiya &
Mrs.Neelam Lahotiya

Mr. Banwari Lal ji Dangayat- Mrs. Rukmani Devi
Jaipur (Raj.)

Mr. Hariom Shrivastava &
Mrs. Pushpa Shrivastava, Gwalior (M.P.)

Mr. Brahm Swaroop Saxcena
& Mrs. Kanak Lata Saxcena, Bikaner (Raj.)

Mr. Dinesh Chandra Shrimal
Udaipur (Raj.)

Mr. Vijendra Kumar
Agarwal, Agra(U.P.)

Mrs. Sunita Rani
Ludhiyana (Punjab)

Mr. Bhai Lal Bhai
Ankhleshwar

Mr. Babu Lal Jain
Jawara(M.P.)

Mr. Charan Das Bansal

Mr. Dinesh Jain
Mumbai (MR.)

Mr. Krishna Kumar
Meerut (UP)

Mrs. Shimla Bansal

Mr. Tarsem lal JI
Ludhiyana (Punjab)

Mrs. Sonia Bansal

Dr. Kusum Gupta
Khaithal

Mr. Amit Gupta
Jaipur (Raj.)

Mr. Dinesh Kumar Rawat
Alwar (Raj.)

Mr. Nishant Bansal

Mr. Ramswaroop ji Dnagra
Thana Mumbai

Mr. D.D. Mathur
Panchkula

Mr. Prakash JI
Kota (Raj.)

Mr. Satpal Jain
Kota (Raj.)

Mrs. Damyanti Devi
Jalandhar (Punjab)

Mrs. Bal Krishan
Hoshiyarpur (Punjab)

सौभग्य हमेशा परिश्रम के साथ दिखाई देता 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' Contact Details - Office

Mumbai Office : Unit No. 1408/7, 1st Floor, Israni Indl. Estate, Penkarpara, Nr. Dahisar Check-post, Thane - 401104 (M.S.) INDIA
Jagdish Choubisa Cell : 07821855748, Shri Bharat Menaria Cell : 07821855755

Delhi Office: WZ-270, Village - Nawada, Opp. 720, Metro Pillar, Uttam Nagar, Delhi - 59, Shri Amit Sharma Cell : 07821855747

Surat Office : 295, Chandralok Society, Parwat Gaon, Surat (Guj.), Shri Prakash Acharya Cell : 08866219767

'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 Naval Kishor Ji Gupta
Faridabad (HR.)
Cell : 09873722657

Shri Anil Vishvnath Godbole
Ujjain (MP)
Cell : 09424506021

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

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

Shri Dinesh Taneja
Barelly (UP)
Cell : 09412287735

Area Specific Tara Sadhak

Shri Kamal Didawania
Area Chandigarh, Haryana
Cell : 07821855756

Shri Ramesh Yogi
Area Lucknow (UP)
Cell : 09694979090

Shri Rameshwar Jat
Area Gurgaon, Faridabad
Cell : 07821855758

Shri Sanjay Choubisa
Shri Gopal Gadri
Area Delhi
Cell : 07821055717, 07821855741

Shri Bhanwar Devanda
Area Noida, Ghaziabad
Cell : 07821855750

Shri Vikas Chaurasia
Area Jaipur (Raj.)
Cell : 09983560006
09414473392

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 and 35 AC / 80GGA of I.T. Act. 1961 at the rate of 50% and 100%

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 **IFS Code : icic0000045**
SBI A/c No. 31840870750 **IFS Code : sbin0011406**
IDBI Bank A/c No. 1166104000009645 **IFS Code : IBKL0001166**
Axis Bank A/c No. 912010025408491 **IFS Code : utib0000097**
HDFC A/c No. 12731450000426 **IFS Code : hdfc0001273**
Canara Bank A/c No. 0169101056462 **IFS Code : cnrb0000169**
Central Bank of India A/c No. 3309973967 **IFS Code : cbin0283505**

For online donations - kindly visit - www.tarasansthan.org **Pan Card No. Tara - AABTT8858J**

TARA NETRALAYA
WZ-270, Village - Nawada, Opp. 720, Metro Pillar, Uttam Nagar, Delhi - 59
DELHI HOSPITAL - Tara Netralaya, +91 9560626661, 011-25357026

TARA NETRALAYA
Unit No. 1408/7, 1st Floor, Israni Indl. Estate, Penkarpara, Nr. Dahisar Check-post, Meera Road, Thane - 401107 (M.S.) INDIA
MUMBAI HOSPITAL - Tara Netralaya, Shankar Singh Rathore : +91 7821855753, 022 - 28480001

जिस दिन जीवन की छोटी अवधि का एहसास हो जाता है, हम छोटी-छोटी बातों में पड़ना छोड़ देते हैं।

तारांशु (हिन्दी - अंग्रेजी) मासिक - दिसम्बर, 2015
प्रेषण तिथि - 11-18 प्रति माह
प्रेषण कार्यालय का पता : उपडाकघर, शास्त्री 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)

01 ऑपरेशन - 3000 रु., 03 ऑपरेशन - 9000 रु., 06 ऑपेरशन - 18000 रु., 09 ऑपरेशन - 27000 रु., 17 ऑपरेशन - 51000 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)
01 माह - 1500 रु.
06 माह - 9000 रु.
01 वर्ष - 18000 रु.

गौरी योजना सेवा
(प्रति विधवा महिला सहायता)
01 माह - 1000 रु.
06 माह - 6000 रु.
01 वर्ष - 12000 रु.

आनन्द वृद्धाश्रम सेवा
(प्रतिबुजुर्ग)
01 माह - 5000 रु.
06 माह - 30000 रु.
01 वर्ष - 60000 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 व 35AC/ 80GGA के अन्तर्गत आयकर में 50% व 100% 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	IFS Code : icic0000045	HDFC A/c No. 12731450000426	IFS Code : hdfc0001273
SBI A/c No. 31840870750	IFS Code : sbin0011406	Canara Bank A/c No. 0169101056462	IFS Code : cnrb0000169
IDBI Bank A/c No. 1166104000009645	IFS Code : IBKL0001166	Central Bank of India A/c No. 3309973967	IFS Code : cbin0283505
Axis Bank A/c No. 912010025408491	IFS Code : utib0000097	Pan Card No. Tara - AABTT8858J	

जो दानदाता आयकर में 35 AC के अन्तर्गत छूट प्राप्त करना चाहते हैं वे हमारे इस खाते में दान प्रेषित करें :
खाता सं. :- 693501700205, ICICI बैंक, सेक्टर 4, उदयपुर

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

'पारस' रात्रि 9.20 से 9.40 बजे	'आस्था भजन' प्रात: 8.40 से 9.00 बजे	'आस्था' रविवार दोपहर 2.30 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