विचार मासिक पत्रिका

कुल पृष्ठ 16, वर्ष 6, अंक 66 माह - जून, 2024, मूल्य : निःशुल्क

महिलाओं के नेतृत्व को निखारने नायिका वर्कशॉप का आयोजन

पदाधिकारी

कपिल मलैया
संस्थापक अध्यक्ष

सुनीता अरिहंत
कार्यकारी अध्यक्ष

सौरभ संधेलिया
उपाध्यक्ष

आकांक्षा मलैया
सचिव

विनय मलैया
कोषाध्यक्ष

नितिन पटैरिया
मुख्य संगठक

अखिलेश समैया
मीडिया प्रभारी

हरगोविंद विश्व
मार्गदर्शक

सनेश सिंघई
मार्गदर्शक

श्रीयाँश जैन
मार्गदर्शक

अनिल अवस्थी
मार्गदर्शक

गुलझारी लाल जैन
मार्गदर्शक

अर्चना संधेलिया
मार्गदर्शक

अंशुल भार्गव
मार्गदर्शक

डॉ. स्वप्निल बी. मंत्री
मार्गदर्शक

- सक्सेस स्टोरी -

स्वदेशी मेला के अंतर्गत नए इनीशिएटिव करने वाले सफल उद्यमियों की कहानी

आपके साथ काम करने वाले लोग सकारात्मक है तो आप निश्चित ही सफलता पाते हैं

वर्तमान दौर बहुत तेजी से बदल रहा है। मानव सभ्यता के इतिहास में यह सदी क्रान्तिकारी पूर्ण रही है। नए-नए स्टार्टअप और इनोवेटिव विचारों की वजह से सिर्फ उन लोगों का ही फायदा नहीं हो रहा है, जो स्टार्टअप शुरू कर रहे हैं, बल्कि पूरी युवा पीढ़ी को बहुत कुछ सीखने को मिल रहा है। स्टार्टअप कल्चर के दौर को कुछ युवाओं ने परखा और आगे आये। आइए जानते हैं स्टार्टअप्स करने वाले हर्षवर्धन सिंह कुशवाह एवं आर्यन सिंह राजपूत की कहानी को। इन युवाओं ने अपनी पढ़ाई के साथ- साथ अपने आप को निखारा और युवा पीढ़ी को बना रहे हैं हुनरमंद और सिखा रहे हैं तरह-तरह की स्किल्स।

उद्यमियों का परिचय- हर्षवर्धन सिंह कुशवाह एवं आर्यन सिंह राजपूत सागर के रहने वाले है। आर्यन ने बी.कॉम से ग्रेजुएशन की है। पिता आर्ट एंड कॉमर्स कॉलेज सागर में इकोनॉमिक्स के प्रोफेसर थे। हर्षवर्धन ने BBA विषय से स्नातक की पढ़ाई डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय सागर से और इंदौर से एमबीए किया है। पिता कृषि विभाग में कार्यरत हैं और गांव में किसानी का काम देखते हैं।

येवले अमृततुल्य चाय से की बिज़नेस की शुरुआत- चाय को व्यवसाय के रूप में "येवाले अमृततुल्य फ्रैंचाइज़ी तिली रोड सागर से शुरू किया। यह आइडिया हर्षवर्धन को इंदौर में रहते हुए आया था। सुबह उठने के बाद ज्यादातर भारतीय परिवार चाय ही पीते हैं। चाय चाहे शादी हो, पार्टी हो या यहां तक कि एक छोटी सी पारिवारिक सभा हो। चाय लगभग हर जगह दी जाती है। चाय न केवल एक पेय है येवले अमृतुल्य चाय व्यवसाय उनमें से एक है। हमने देखा सागर में ऐसे नये कांसेप्ट नहीं है। सागर धीरे-धीरे विकसित होता जा रहा है, नई-नई चींजे सागर में आती जा रही है। फ़ूड का मार्केट धीरे- धीरे बदलता जा रहा है। जब इंदौर में येवले अमृततुल्य चाय पी अलग ही स्वाद था।

शुरुवाती कठनाई का कैसे किया सामना - कांसेप्ट तो हमने समझ लिया था कि हमे क्या करना है लेकिन हमे कुछ समझ नही आ रहा था कैसे करना है हम तीन महीनों तक परेशान होते रहे जगह ढूढ़ते रहे, जगह मिली उसे तैयार करने में पांच महीने का समय लग गया। हमारे पास जितना बजट था उससे पचास प्रतिशत खर्चा अधिक हो गया था। उस समय लोगो को हम पर भरोसा ही नही होता था, हम दुकान या जगह देखने जाते लोग कहते कि किसी बड़े को लेकर आओं, उन्हें लगता हम ऐसे ही आ गये है।

उसके बाद फेंचाईजी की समस्या कि कौन सी कैटेगरी लेनी है। घर वालों का भी कहना था कि जो करना सो करो परन्तु पढ़ाई भी करनी है। हमारे सामने ऐसे कई बार सवाल आ जाते कि इतने पढ़-लिख जाने के बाद अब क्या चाय बेचोगें, क्या टपरा खोलोगें। सब कुछ हो जाने के बाद बात पैसे पर अटक जाती है। कुछ परिवार की मदद मिली और हमने येवले अमृततुल्य चाय का व्यवसाय दिसम्बर में शुरू किया था।

येवले अमृततुल्य चाय को ही व्यवसाय के रूप में क्यों चुना - येवले अमृततुल्य चाय का स्वाद एक दम अलग है। एक बार चाय पीने के बाद दो-तीन घन्टे चाय पीने की जरूरत नही होती। उससे भी बड़ी विशेषता येवले अमृततुल्य चाय का स्वाद हमेशा एक सा मिलेगा। स्वच्छता का हमेशा ध्यान रखा जाता है। हम अक्सर देखते की दुकानों पर पानी टपक रहा, मक्खियों भिनक रही या बर्तनों पर बैठी है, धूल उड़ रही है, व्यवस्थित रूप से डस्टबिन नही है, कचड़े को नही डाला जा रहा है। हम इन सभी व्यवस्थाओं का ध्यान रखते है। लोगों ने उम्मीद भी नही की होगी चाय की दुकान पर ऐसी भी व्यवस्था हो सकती है। हम जैसी व्यवस्था बनाते है वैसा कल्चर बनता जाता है । अक्सर लोग चाय के साथ बहुत सारी चीजें या वस्तुएं रखते है लेकिन हम एक ही काम को बेहतर गुणवत्ता के साथ देते है। हमारे यहां इस तरह की व्यवस्था बनाई गई है कि आप पूरे परिवार के साथ चाय पी सकते है। हमारे यहां लडकियां या महिलाएं आकार चाय पी सकती है उन्हें कोई दिक्कत नही है। उन्हें यह लगना चाहिए कि वह सुरक्षित और अच्छी जगह पर आ गयी है, येवले पर उनको एक सुरक्षित माहौल मिलता है।

स्वदेशी मेला से आपके व्यवसाय में कितनी मदद मिली- स्वदेशी मेला की जानकारी हमे सागर महापौर प्रतिनिधि रिशांक तिवारी जी से मिली थी।उन्होंने इसमें हमारी बहुत मदद की। हमारा मुख्य उदेश्य स्वदेशी मेला में येवले अमृततुल्य चाय का प्रमोशन करना था। हमने उम्मीद नही की थी हमे इतना अच्छा रिस्पोंस मिलेगा। अब हमारे पास जब लोग आते है और कहते है हमने आपकी चाय स्वदेशी मेले में पी थी। वह अलग ही ख़ुशी होती है। स्वदेशी मेला इसलिए भी खास था क्योंकि मेला पूर्ण स्वदेशी वस्तुओं के चलन को बढानें पर केन्द्रत था। स्वदेशी मेले में हमारा बहुत अच्छा अनुभव रहा। स्वदेशी मेला की पूरी टीम ने हमारी बहुत मदद की और येवले अमृततुल्य चाय को बहुत प्रमोट किया। हमे लाभ के साथ काफ़ी सफलता मिली। जब भी हमारे लिए किसी चीज की आवश्यकता होती थी तो स्वदेशी की पूरी टीम ने मदद करवाई। येवले अमृततुल्य चाय से दस लोगों को रोजगार मिला। हम काफ़ी उत्साहित है, हमारे लिए एक बेस मिल गया है अब हमारा प्लान आगे बढ़ने और नई चीजों को लाने की हमारे लिए इस काम से 100% संतुष्टि है। वही हम अपने ग्राहकों को दे रहे हैं जब लोग कहते हैं कि हमने ऐसी चाय कभी नहीं पी, हमें बहुत अच्छा लगता है।

युवाओं के लिए आपके सुझाव क्या है - आज सबसे बड़ी बात यह है कि युवा चाह क्या रहा है, मार्गदर्शन की सबसे बड़ी समस्या है। अगर कोई कुछ करना भी चाहता है तो उसे कैसे करना है? आज बहुत सारा ज्ञान हमारे सामने है पर आप कैसे उसे सीख सकते हैं आपका ऑब्जरवेशन कैसा है? आप कहीं भी बाहर जाकर कुछ देखते हैं और आप उसे कैसे अपने शहर में इंप्लीमेंट कर पाते हैं। कोई प्रॉब्लम आ रही है तो उसका कैसे समाधान करना है। मार्केट डिमांड किस चीज की है आदि बातों पर ध्यान दिया जाये तो सफलता पाई जा सकती है। उससे बड़ी बात है कि आप कैसे लोगों के सर्कल में रह रहे हैं अगर आपका सर्कल अच्छा है अच्छे दोस्त है, आपके साथ काम करने वाले लोग सकारात्मक है तो निश्चित सीखते है और सफलता पाते है। आप एक-एक व्यक्ति से पांच-पांच प्रतिशत ही सीखते हैं तो आप आगे बढ़ जाते हैं। परिवार से सभी ने हमें टोका कि आप बाहर से पढ़कर आए हो तो अब क्या चाय की दुकान खोलोगें, लोगों ने बहुत टोका अब क्या टपरा खोलकर चाय बेचोगें। लेकिन हमारे मन में कभी नहीं आया कि कोई भी काम छोटा या बड़ा होता है। आप बस अपना काम करो-मेहनत करो आपको लगता है कि यह चीज चलेगी तो हमेशा सफल होंगे। आज के युवाओं में मल्टीपल काम करने की क्षमता होना चाहिए।

यह गेंहू केवल गोबर की जैविक खाद से ही होता है पैदा, रसायनों के प्रयोग से इसका स्वभाव बदल जाता है

सागर में हो रही सोना मोती गेहूं की पैदावार, प्रदेश भर के शहरों से आ रही डिमांड

कम शुगर अधिक खनिज, फॉलिक एसिड और प्रोटीन से भरपूर सोना मोती गेहूं की पैदावार सागर में हो रही है। मोती जैसे गोल, सुडौल और चमकदार गेहूं की डिमांड प्रदेश भर के शहरों से आ रही है। इसकी खास बात ये है कि हड़प्पा कालीन इस किस्म में सिर्फ गोबर की जैविक खाद ही डाली जाती है, रसायनों के प्रयोग से इसका स्वभाव बदल जाता है। वहीं प्रदेश के बाहर 15 से 30 हजार रुपए प्रति क्विंटल बिकने वाला सोना मोती गेहूं सागर में 9 हजार रुपए में मिल रहा है।

सागर में इसकी शुरूआत 3 साल पहले की गई थी। सोना मोती गेहूं उगाने वाली विचार समिति के अध्यक्ष कपिल मलैया ने बताया कि हड़प्पा काल की पुरानी गेहूं की यह किस्म वह श्रीश्री रविशंकर की प्रेरणा से पंजाब से लेकर आए थे। उन्होंने बताया कि मैंने मनेशिया गांव स्थित अपनी 20 एकड़ भूमि में सोना-मोती गेहूं की खेती पूर्णत: जैविक तरीके से शुरू की थी। प्रति एकड़ 10-15 क्विंटल पैदावार हुई। इस बार 38 एकड़ में खेती की गई। अब जागरूक लोग इसे अन्य किस्म के गेहूं से चार गुना ज्यादा दामों में खरीद भी रहे हैं। सोना मोती गेंहू के ऑर्डर सागर, दमोह, भोपाल, इंदौर, खंडवा, गोटेगांव नरसिंहपुर, खातेगांव देवास आदि शहरों से आ रहे हैं। विगत वर्ष इंदौर से एक साथ 100 क्विंटल का ऑर्डर भी आया था। ऑर्डर देने वालों में डॉक्टर्स भी शामिल हैं।

फायदों का दावा

- 267 प्रतिशत अधिक खनिज
- 40 प्रतिशत अधिक प्रोटीन
- 3 गुना अधिक फोलिक एसिड
- चीनी की मात्रा कम
- डायबिटीज व हार्ट रोग में फायदेमंद
- कब्ज, पेट संबंधी दिक्कतें कम होती हैं

पहली बार दोगुना खर्च, दूसरे साल से घटने लगता है - कपिल मलैया ने बताया कि फिलहाल इसका बीज पंजाब, इंदौर और सागर में मेरे पास उपलब्ध है। हमारे पास सोनामोती गेंहू के आर्डर सागर, दमोह, भोपाल, इंदौर, खंडवा, गोटेगांव नरसिंहपुर, खातेगांवदेवास आदि शहरों से आ रहे हैं। सोना-मोती किस्म के गेहूं की खेती में शुरूआत में सामान्य किस्म के बीज की खेती की अपेक्षा दोगुना खर्च आता है।

लेकिन इसमें घबराने की जरूरत नहीं है। इसका मूल्य अधिक मिलने से भरपाई हो जाती है। दूसरे साल से खर्च घटने लगता है और किसान उत्पादित हुई फसल से ही बीज तैयार कर सकते हैं। चूंकि इसमें रासायनिक खाद और कीटनाशकों की जरूरत नहीं होती इसलिए साल दर साल खर्च घटता चला जाता है। बीज और खाद के लिए परेशान नहीं होना पड़ता। रासायनिक खाद का उपयोग करने से गेहूं का स्वभाव बदल जाता है। फिर इसका बाजार में सामान्य किस्म की तरह ही दाम मिलेगा।

प्रति एकड़ 42 हजार रुपए का हो सकता है मुनाफा- गेहूं की अन्य वैरायटी प्रति एकड़ अधिक से अधिक 20 क्विंटल प्रति एकड़ पैदावार देती है। जिससे मात्र 48000 रुपए ही किसानों को प्रति एकड़ मिलेंगे जबकि सोना मोती गेहूं का उत्पादन 10 क्विंटल प्रति एकड़ भी मानें तो 9 हजार रुपए प्रति क्विंटल के हिसाब से किसान को प्रति एकड़ 9000 रुपए मिलेंगे। डिमांड व रेट के अनुसार सोना मोती के उत्पादन में किसानों को ज्यादा मुनाफा हो सकता है।

शुगर और हृदय रोगियों के लिए लाभकारी सोना-मोती गेहूं - इस गेहूं में चीनी की मात्रा कम होती है। ग्लूटेन और ग्लाइसीमिक तत्व कम होने के कारण यह डायबिटीज और हृदय रोग पीड़ितों के लिए लाभकारी है। ऐसे लोग जो गेहूं, जौ या सरसों से बनी चीजों का सेवन नहीं कर पाते वे इसका उपयोग कर सकते हैं। फोलिक एसिड शरीर में डेमेज हो चुके सेल्स को रिपेयर करने का काम करता है। इससे हमारा पाचन अच्छा होता है। फोलिक एसिड महिलाओं में एनीमिया को ठीक करने में मदद करता है।

10 जून से होगा ग्राम मनेसिया में समर कैम्प का आयोजन

विचार समिति से संचालित निताई प्ले स्कूल ग्राम मनेसिया में समर कैंप का आयोजन होने जा रहा है। समर कैम्प साप्ताहिक है, प्रारंभ 10 जून से होगा। विचार समिति कार्यकारी अध्यक्ष सुनीता अरिहंत ने जानकारी दी। उन्होंने कहा कि समर कैम्प में बच्चें 3 से 4 घंटे वितायेगें। इस समर कैंप में बच्चों से किसी भी प्रकार का शुल्क नहीं लिया जाएगा। समर कैंप में बच्चों को तरह-तरह ही गतिविधियों से जोड़ा जायेगा जैसे- योगा, मेडिटेशन, एक्सरसाइज, बच्चों की रूचि के अनुसार चित्रकला, नृत्य प्रतियोगिता आयोजन, गायन प्रतियोगिता, सामान्य अंग्रेजी, हिंदी, व्याकरण संबंधी अध्ययन, सुन्दर लिखावट कौशल, पेपर कास्टिंग, मजेदार गतिविधियों से जोड़ा जायेगा।

निताई प्ले स्कूल प्राचार्य साक्षी दांगी ने स्कूल की आगामी रणनीतियों पर चर्चा की। निताई प्ले स्कूल के शिक्षकों द्वारा बच्चों को एक्टिविटी करवाई गई। समिति सहयोगी पूजा प्रजापति ने बच्चों के लिए (चिड़िया तैरे, मछली चलती), शिक्षक रागिनी राय ने (गर्मी के दिन आते है) शिक्षक खुशबू चढ़ार (पहाड़ी पर पेड़ था) आदि मजेदार एक्टिविटी कराई गई और जिन्हे करके बच्चे बहुत खुश हुए।

विचार समिति प्रांगण में महिला सुरक्षा और महिला सशक्तिकरण पर जागरूक शिविर आयोजित

महिलाएं जब घर से बाहर निकलेंगी तभी वे आत्मनिर्भर बन सकेंगी : तरणप्रीत

महिलाओं को संबोधित करते हुए हुए तरणप्रीत कौर आहूजा।

महिला सुरक्षा और महिला सशक्तिकरण के लिए विचार समिति में शनिवार को जागरूकता शिविर का आयोजन हुआ। कार्यक्रम में देहरादून से आईं 24 वर्षीय राइडर तरणप्रीत कौर आहूजा ने बताया कि वह 8 मार्च को इंटरनेशनल वूमन डे पर महिलाओं को जागरूक करने घर से बाहर निकली थीं। वह अभी तक 14 राज्यों में मोटरसाइकिल से भ्रमण कर चुकी हैं। उन्होंने बताया कि इस भ्रमण का उद्देश्य महिला सुरक्षा और महिला सशक्तिकरण विषय पर महिलाओं को जागरूक करना है। यदि महिलाएं घर से बाहर नहीं निकलेंगी तो वह आगे नहीं बढ़ सकती। महिलाएं जितनी आत्मनिर्भर बनेंगी देश भी उतनी ही तेजी से आगे बढेगा। खासकर ग्रामीण इलाकों में रहने वाली महिलाओं के सशक्तिकरण की आवश्यकता की जरूरत आज भी बरकरार है, क्योंकि उनका जीवन हमेशा से पारिवारिक कामों में ही सिमट कर रह जाता है। वह घर से बाहर ही नहीं निकल पातीं जिस कारण वह आत्मनिर्भर नहीं बन पातीं। उन्होंने कहा कि मेरे मां-पिता ने मुझसे कहा कि अभी नहीं निकलोगी तो कभी यह काम नहीं कर पाओगी। मैं सभी महिलाओं को यह बात समझाना चाहती हूं कि यदि आप अपनी बच्ची को बाहर पढ़ने या नौकरी करने नहीं जाने दोगी तो वह कभी भी आगे नहीं बढ़ सकती।

समिति अध्यक्ष सुनीता अरिहंत ने कहा कि हम ऐसे समाज से हैं, जहां लड़कियों को सीमित पढ़ाया जाता था और उसका विवाह कर दिया जाता था लेकिन अब वह समय आ गया है जब महिलाएं सभी क्षेत्रों में आगे बढ़ेंगी, चाहे वह राजनीतिक हो, सामाजिक हो या शिक्षा सभी में अपनी क्षमता का प्रदर्शन बखूबी कर रही है।

समिति उपाध्यक्ष सौरभ रांधेलिया ने कहा कि आज ज्यादातर पुरुषों को महिलाओं का बाहर जाकर कार्य करना पसंद है। वैवाहिक विज्ञापनों में भी अगर आप देखे तो लड़की के कामकाजी होने को बड़ी प्राथमिकता दी जाती है। समिति सदस्य पूजा प्रजापति ने बताया कि मुझे छोटे-छोटे खर्चे के लिए मां-पिता या भाई पर निर्भर रहना पड़ता था लेकिन मैं घर से बाहर निकलीं तो जाब कर पाईं और अपनी जरूरतों को पूरा करने में समर्थ हूं। सेंट्रिक राइडर्स के डॉ. त्रिदिव गोस्वामी, अभय तिवारी ने सभी का स्वागत करते हुए कहा कि् ऐसे आयोजन से प्रेरणा लेकर महिलाओं को अपने हक और अधिकार के लिए आगे आना चाहिए। कार्यक्रम के अंत में राइडर तरणप्रीत कौर आहूजा, डॉ. त्रिदिव गोस्वामी और अभय तिवारी का समिति द्वारा गोमय माला और घड़ी से सम्मान किया गया। कार्यक्रम में संध्या राय, प्रीति केशरवानी, रचना पटैल, शकुंतला केशरवानी, सुनीता तिवारी, प्रभा साहू, भाग्यश्री राय, नीलू सागर, पूनम मेवाती, गीता साहू, ऊषा केशरवानी, साक्षी तिवारी, अनीता अहिरवार आदि उपस्थित थीं।

42 स्थानों पर आर्ट ऑफ लिविंग के संस्थापक पूज्य गुरूदेव श्री श्री रविशंकर के जन्मदिन पर योग संध्या का आयोजन

आर्ट ऑफ लिविंग के संस्थापक पूज्य गुरूदेव श्री श्री रविशंकर जी महाराज का 68वां जन्मोत्सव विचार समिति के परिवारों में मनाया गया। श्री श्री रविशंकर का जन्म 13 मई सन् 1956 में तमिलनाडू के पापनासम नामक गांव में हुआ था। रविशंकर की शुरुआती शिक्षा एमएसई बेंगलुरु स्कूल से हुई थी। जिसके बाद उन्होंने बेंगलुरु के सेंट जोसेफ कॉलेज से ग्रेजुएट की डिग्री प्राप्त की। चार साल की उम्र में, जब ज़्यादातर बच्चे ठीक से बोल भी नहीं पाते, वे संस्कृत ग्रंथ भगवद गीता का पाठ करने में सक्षम थे। 1981 में आर्ट ऑफ लिविंग की स्थापना, श्री श्री को 1986 में भारत के राष्ट्रपति द्वारा 'योग शिरोमणि' की उपाधि दी गई थी। आर्ट ऑफ लिविंग के वरिष्ठ शिक्षक कपिल मलैया ने बताया कि वर्तमान में हमारे जन जीवन का बड़ा भाग अवसाद से ग्रसित है। ध्यान के द्वारा ही हमारे दैनिक जीवन में होने वाली, चिंता, तनाव और परिस्थितियां, जिनका हमें सामना करना पड़ता है, इन सभी के होते हुए भी हमारे चेहरे पर ध्यान मुस्कुराहट लाता है। विचार समिति कार्यकारी अध्यक्ष सुनीता अरिहंत ने बताया कि पूज्य गुरूदेव श्री श्री रविशंकर जन्मदिन के अवसर पर 41 स्थलों पर मोहल्ले परिवार के लोगों को ध्यान से जोड़ा गया। योग का स्वस्थ जीवन में बहुत महत्व है। हम सभी को प्रतिदिन ध्यान करना चाहिए। विचार समिति द्वारा योग शिविर का आयोजन किया जाता है। आप सभी जुड़ें और योग का लाभ उठायें। भगवानगंज, कृष्णगंज, तुलसीनगर, सेमराबाग, तिलकगंज, पुरानी सदर, भूतेश्वर, गंगा मंदिर, रानीपुरा, विट्ठलनगर, गोपालगंज, हनुमान पायेगा, 26 नं. गेट, झंडा चौक, घूघर, मोतीनगर आदि स्थानों पर आयोजन किए गए।

108 स्थानों पर शत-प्रतिशत मतदान करने के लिए लोगों को किया था जागरूक

विचार समिति परिसर में शत-प्रतिशत मतदान करने की शपथ लेते हुए समिति के सदस्य।

अप्रैल माह से लोकसभा चुनाव में शत-प्रतिशत मतदान करने के लिए विचार समिति ने लोगों को जागरूक किया था। समिति द्वारा 108 स्थानों पर विचार मोहल्ला विकास योजना के परिवारों के सहायक, समन्वयक, पदाधिकारी, एकनाथ अनुशिक्षण संस्थान एवं महिला परिषद, जैन मिलन, सागर जैन संस्था आदि विभिन्न संस्थाओं के सहयोग से लोगों को जागरूक किया था। समिति के कार्यालय में महिला एवं पुरूष ने शत प्रतिशत मतदान करने की शपथ ली थी।

इस अवसर पर समिति अध्यक्ष सुनीता अरिहंत ने बताया था कि मतदान करने जरूर जाएं और अपने साथ आसपास के कम से कम पांच लोगों को साथ ले जायें। उन्होंने कहा था कि यह दिन भारत के सभी नागरिकों के लिए एक महत्वपूर्ण दिन है। इस दिन भारत के सभी नागरिकों को अपने मताधिकार का प्रयोग करना चाहिए। मतदान एक नागरिक का अधिकार है, साथ ही यह एक कर्तव्य भी है।

समिति उपाध्यक्ष सौरभ रांधेलिया ने बताया था कि पहली बार मतदान करने वाले मतदाताओं को मतदान करने के लिए प्रेरित करना चाहिए ताकि 100% मतदान को बढ़ावा दिया जा सके। उन्होंने कहा कि लोकतंत्र एक पेड़ है तो मतदाता और मतदान इसकी जड़ें हैं। पेड़ तभी मजबूत होगा जब इसकी जड़ें मजबूत होंगी।

कार्यक्रम में प्रभा साहू, पूनम मेवाती, प्रीति केशरवानी, पूजा प्रजापति, राहुल अहिरवार, भाग्यश्री राय, रचना पटैल, संध्या राय, गीता साहू, नीलू सागर, अनीता अहिरवार, ऊषा केशरवानी, सुनीता तिवारी, साक्षी तिवारी, शकुंतला केशरवानी, डॉ. त्रिदिव गोस्वामी आदि ने शपथ ली थी।

मतदान जागरूकता अभियान की झलकियां

तिलकगंज वार्ड

इतवारी वार्ड

सदर

मारूति शोरूम

महिन्द्र मिल

एमएस गार्डन

ट्रेक्टर वर्कशाप

बीड़ी कालोनी, बाघराज

एकनाथ अनुशिक्षण संस्थान

धर्मश्री वार्ड

बालक काम्पलेक्स

शनीचरी

डिम्पल पेट्रोल पंप

लेहदरा नाका

26 नं. गेट, सदर

विचार समिति ने महिलाओं के नेतृत्व को निखारने नायिका वर्कशॉप का आयोजन किया

जीवन को बेहतर बनाने के लिए परिवार को दें पर्याप्त समय : सुनीता अरिहंत

नायिका वर्कशाप को संबोधित करती हुईं समिति की कार्यकारी अध्यक्ष सुनीता अरिहंत।

विचार समिति ने महिलाओं में नेतृत्व कला निखारने नायिका वर्कशॉप का आयोजन किया। तिलकगंज स्थित विचार परिसर में आयोजित वर्कशॉप में समिति कार्यकारी अध्यक्ष सुनीता अरिहंत ने महिलाओं में लीडरशिप क्वालिटी डेवलप करने के लिए कई तरह की एक्टिविटी के जरिए ट्रेनिंग दी। उन्होंने कहा कि महिला से बेहतर लीडर कोई नहीं हो सकता। क्योंकि वो घर, परिवार, बच्चे, बुजुर्ग, पार्टनर, जॉब हर चीज को संतुलित करके चलती हैं। इस बीच हमें जीवन को बेहतर बनाने के लिए जीवन को 6 हिस्सों में बांटना चाहिए। इसमें परिवार, आध्यात्म, मानसिक, स्वास्थ्य, सामाजिक और अर्थव्यवस्था शामिल हैं। किसी भी महिला को इन सभी में संतुलन बनाना आना चाहिए। एड. रश्मि ऋतु जैन ने बताया कि हर महिला नायिका होती है। हर नायिका का यह कर्त्तव्य है कि वह जितना स्नेह अपने बच्चों को देती है उतना ही स्नेह अपने बुजुर्गों को भी दें। विनीता केशरवानी, सुनीता जैन, प्रीति केशरवानी ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

मूड क्यों खराब करना - दीप्ति चंदेरिया ने बताया कि कभी-कभी हम यूं ही अपना मूड खराब कर लेते हैं, जबकि उसमें किसी का भी हाथ नहीं होता। उदाहरण के लिए समझिए, अगर आप अपनी परिवार के साथ कहीं जा रहे हैं और ट्रैफिक में फंस गए तो कार में बैठे-बैठे हम चिड़चिड़ाने लगते हैं। अपने साथ जो लोग रहते हैं, उन पर भी अपना गुस्सा उतारने लगते हैं। इस वक्त इतना समझना चाहिए कि अब जब लेट हो गए हैं तो गुस्सा करने पर वो देरी हो जाना कवर तो होगा नहीं। उल्टा हम अपना मूड खराब कर रहे हैं, इसलिए बहुत सी घटनाओं में अपना मूड बिगड़ने से बचाना हमारे हाथ में ही होता है।

समिति परिसर में आयोजित वर्कशाप में शामिल हुई नायिकाएं।

घर-परिवार में ध्यान रखें ये बातें - अगर हम घर-परिवार में सुख-शांति और प्रेम बनाए रखना चाहते हैं तो हमें अपनी इच्छाओं और परिवार के सदस्यों के बीच सही तालमेल बनाकर रखना चाहिए। अगर ये तालमेल बिगड़ता है तो पारिवारिक जीवन गड़बड़ हो सकता है। इच्छाओं को पूरा करने के चक्कर में परिवार को न भूलें। सभी सदस्यों को पर्याप्त समय देना चाहिए। परिवार के साथ तालमेल अच्छा रहेगा तो बाकी सारी चीजें व्यवस्थित रह सकती हैं। कार्यक्रम में पूनम पटैल, उषा केशरवानी, रूकमणि केशरवानी, संध्या केशरवानी, रचना पटैल, चंदा साहू, नीलू सागर, प्रभा साहू, अनीता चौधरी, शैफाली रैकवार, पूजा प्रजापति, भाग्यश्री राय, ज्योति रैकवार, आकांक्षा नामदेव, उमा पटैल आदि उपस्थित थीं।

अब इसे ऐसे समझिए

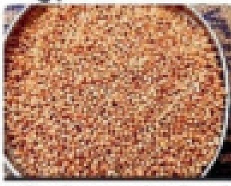
- **परिवार :** परिवार को समय दें, लेकिन क्वांटिटी के बजाय क्वालिटी टाइम पर फोकस करें। दिन में कम से कम एक टाइम पूरा परिवार साथ बैठकर खाना खाएं या फिर रोजाना कुछ घंटों के लिए मोबाइल छोड़ दें।
- **स्वास्थ्य :** आप स्वस्थ्य रहेंगी तो परिवार स्वस्थ रहेगा। इसलिए डेली रूटीन में एक्सरसाइज को शामिल करें।
- **आध्यात्म :** आध्यात्म से आपका आत्मविश्वास भी बढ़ता है। कोशिश करें सप्ताह में एक बार पूरा परिवार साथ बैठकर पूजा-पाठ करे।
- **मानसिक :** महिलाओं के लिए मानसिक रूप से फिट होना जरूरी है। क्योंकि वो ही परिवार को जोड़कर रखने का काम करती हैं। इसके लिए योग अपनाएं।
- **सामाजिक :** परिवार के साथ सामाजिक कार्यों में सहभागी बनें।
- **अर्थव्यवस्था :** खुद को फाइनेंशियल स्ट्रांग रखें, सेविंग करें, इन्वेस्ट भी करें।

मीडिया कवरेज

सेहत का खजाना | कम शुगर और खनिज से भरपूर, बढ़ी मांग, बदलेगी किसानों की किस्मत

सोना-मोती गेहूं...प्रदेश में 30 हजार क्विंटल तक बिक रहा

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com



ये फायदे
- 267% अधिक खनिज
- 40% अधिक प्रोटीन
- 3 गुना फोलिक एसिड
- शुगर की मात्रा कम
- डायबिटीज और हृदय रोग में फायदेमंद

सागर. कम शुगर, अधिक खनिज और फोलिक एसिड व प्रोटीन से भरपूर सोना मोती गेहूं प्रदेश के कई शहरों को सागर की ओर खींच रहा है। मोती जैसे गोल और चमकदार दाने वाला यह गेहूं हड़प्पाकालीन है। इसमें रसायनों का प्रयोग नहीं होता, सिर्फ गोबर की जैविक खाद से ही इसकी गुणवत्ता बढ़ रही है। सागर में महज 9 हजार रुपए प्रति क्विंटल बिकने वाला यह गेहूं प्रदेश के बाहर 15 से 30 हजार रुपए क्विंटल तक बिक रहा है। इससे किसानों को तकरीबन दोगुना मुनाफा हो रहा है।

पंजाब, महाराष्ट्र और बिहार के साथ ही तीन साल पहले सागर में इस गेहूं के उत्पादन की शुरुआत विचार समिति के अध्यक्ष कपिल मलैया ने की। वे गेहूं की यह किस्म श्री श्री रविशंकर की प्रेरणा से पंजाब से लेकर आए थे। उन्होंने मनेशिया गांव में 20 एकड़ खेत में गेहूं की खेती शुरू की। प्रति एकड़ 10-15 क्विंटल प्रति एकड़ पैदावार हुई। इस बार 38 एकड़ में खेती की।

हाथों-हाथ बिक्री

मलैया बताते हैं, लोग अन्य गेहूं से चार गुना ज्यादा दाम में इसे खरीद रहे हैं। दमोह, भोपाल, इंदौर, खंडवा, नरसिंहपुर व बैतूल आदि के लोग खरीद रहे हैं। पिछले साल इंदौर से 100 क्विंटल का ऑर्डर आया। खंडवा के डॉ. विवेक लौवंशी ने 60 किलो गेहूं खरीदी।

42 हजार तक मुनाफा

सामान्य गेहूं की पैदावार प्रति एकड़ 20 क्विंटल तक होती है। इससे किसानों को प्रति एकड़ 48 हजार रुपए मिलते हैं। सोना मोती गेहूं 10 क्विंटल प्रति एकड़ होता है। इससे 90 हजार रुपए प्रति एकड़ तक मिलते हैं। प्रति क्विंटल 42 हजार ज्यादा मुनाफा होता है।

पहली बार दोगुना खर्च, दूसरे साल से कमी

मलैया की मानें तो इस गेहूं के उत्पादन की शुरुआत में सामान्य खेती से दोगुना खर्च आता है। लेकिन गेहूं की कीमत ज्यादा है, इसलिए लागत की भरपाई हो जाती है। जैविक खाद के कारण साल-दर-साल लागत घटती जाती है।

महिलाएं जब घर से बाहर निकलेंगी तभी वे आत्मनिर्भर बन सकेंगी : तरणप्रीत

[illegible]

आयोजन | महिला सुरक्षा और महिला सशक्तिकरण पर जागरूकता शिविर आयोजित

महिलाएं जब घर से बाहर निकलेंगी तभी वे आत्मनिर्भर बन सकेंगी: तरणप्रीत

सागर, आचरण संवाददाता.

[illegible]

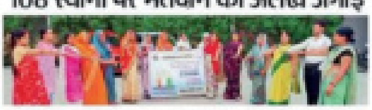
---

108 स्थानों पर शत-प्रतिशत मतदान करने के लिए लोगों को किया जागरूक

[illegible]

---

108 स्थानों पर मतदान की अलख जगाई



सागर। लोकसभा चुनाव में शत-प्रतिशत मतदान कराने के लिए विचार समिति लोगों को जागरूक कर रही है। समिति द्वारा अभी तक 108 स्थानों पर विचार मोहल्ला विकास योजना के पदाधिकारी, एकलव्य अनुशीलन संस्थान एवं महिला परिषद, जैन मिलन, सागर जैन संघ आदि विभिन्न संस्थाओं के सहयोग से लोगों को जागरूक किया जा चुका है। समिति के कार्यालय में सभी ने शुक्रवार को मतदान करने की शपथ ली। समिति अध्यक्ष सुनील अहिरवार ने कहा कि मतदान करने जरूर जाएं और कम से कम पांच लोगों को साथ ले जाएं। एकलव्य सौरभ रांधेलिया ने भी विचार रखे। कार्यक्रम में उषा साहू, पूनम मेवाती, प्रीति केशरवानी, पूजा प्रजापति, राहुल अहिरवार, भागवती राय, रचना पटेल, संध्या राय, गीता साहू, नीतू साहू, अनीता अहिरवार, आशा केशरवानी, सुनीता तिवारी, मधु तिवारी, शकुंतला केशरवानी, डॉ. विनोद गोस्वामी आदि शामिल हुए।

शत प्रतिशत मतदान करने की ली शपथ

[illegible]

पत्रिका

सोसायटी 04 | पत्रिका | सागर, शनिवार, 04 मई 2[illegible]

मतदान के लिए किया जागरूक

मतदाता जागरूकता रैली

सागर. लोकसभा चुनाव में शत-प्रतिशत मतदान कराने के लिए विचार समिति लोगों को जागरूक कर रही है। समिति द्वारा अभी तक 108 स्थानों पर विचार मोहल्ला विकास योजना के परिवार, एकलव्य शिक्षण संस्थान एवं महिला परिषद आदि विभिन्न संस्थाओं के सहयोग से लोगों को जागरूक किया जा चुका है। शुक्रवार को समिति के कार्यालय में शत प्रतिशत मतदान करने की शपथ ली है। इस अवसर पर समिति अध्यक्ष सुनील अहिरवार ने कहा कि मतदान करने जरूर जाएं और अपने साथ आसपास के कम से कम पांच लोगों को साथ ले जाएं। उन्होंने कहा कि यह दिन भारत के सभी नागरिकों के लिए एक महत्वपूर्ण दिन है। समिति एकलव्य सौरभ रांधेलिया ने बताया कि पहली बार मतदान करने वाले मतदाताओं को मतदान करने के लिए प्रेरित करना चाहिए। कार्यक्रम में उषा साहू, पूनम मेवाती, प्रीति केशरवानी, पूजा प्रजापति, राहुल अहिरवार आदि ने शपथ ली।

मीडिया कवरेज

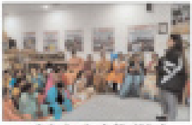
नायिका कार्यशाला • विचार समिति ने बताया कैसे परिवार, आध्यात्म, मानसिक, स्वास्थ्य, सामाजिक और अर्थव्यवस्था में रखें संतुलन

नेतृत्व क्षमता बढ़ाने और खुशहाली के लिए महिलाओं को दिए 6 टिप्स

महिलाओं को दिए ये टिप्स

नायिका वर्कशॉप में महिलाओं को नेतृत्व निखारने के टिप्स दिए

महिलाएं जब घर से बाहर निकलेंगी तभी वे आत्मनिर्भर बन सकेंगी : तरणप्रीत



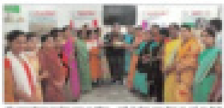
विचार समिति ने 108 स्थानों पर शत प्रतिशत मतदान करने के लिए लोगों को किया जागरूक

विचार समिति ने महिलाओं के नेतृत्व को निखारने नायिका वर्कशॉप का किया आयोजन

जीवन को बेहतर बनाने के लिए परिवार को दें पर्याप्त समय: सुनीता अरिहंत

महिलाएं घर से बाहर निकलकर आत्मनिर्भर बनें

महिलाये जब घर से बाहर निकलेंगी तभी वे आत्मनिर्भर बन सकेंगी: तरणप्रीत



विचार समिति ने महिलाओं के नेतृत्व को निखारने नायिका वर्कशॉप का आयोजन किया

जीवन को बेहतर बनाने के लिए परिवार को दें पर्याप्त समय: सुनीता अरिहंत

विचार समिति ने महिलाओं के नेतृत्व को निखारने नायिका वर्कशॉप का आयोजन किया

जीवन को बेहतर बनाने के लिए परिवार को दें पर्याप्त समय : सुनीता अरिहंत

हमारे सहयोगी

O.P. Jindal Global University
A Private University Promoting Public Service

TISS
Tata Institute Of Social Sciences

UPES
UNIVERSITY OF THE FUTURE

BHU
Banaras Hindu University

QUEST ALLIANCE

Goodera

ConnectAID
The International Solidarity Network

learning initiatives for india

meraadhikar
one nation, one platform

Lyvefresh

TechPose

BENNETT UNIVERSITY
TIMES OF INDIA GROUP

ACADEMIA FOR SUSTAINABLE DEVELOPMENT

POLICY RESEARCH FOUNDATION

NCD NAVJIVAN CENTER FOR DEVELOPMENT
We Design Your Growth Story

danamojo
experience the magic of giving

IIMT
GROUP OF COLLEGES
Greater Noida-Meerut
Aim For Excellence

Dr. H.S. Gour University Sagar (M.P.)

THE ART OF LIVING

Rotary
Club of Sagar

STEP-AHEAD
Fellowship Preparation–Support

INDIAN INSTITUTE OF MANAGEMENT ROHTAK

भारत विकास परिषद
Bharat Vikas Parishad Sagar (M.P.)

ISRN

Edu-Vitae Services
JOIN! LEARN! ACHIEVE!

India is us! Edu Social Foundation

संजीवनी बाल आश्रम

॥ विचार समिति ॥
(स्थापना वर्ष 2023)

निवेदन

आपसे निवेदन है कि अधिक से अधिक मात्र में दान देकर इस मुहिम को आगे बढाने में सहयोग करें ।
दान राशि बैंक खाते में डालने हेतू जानकारी इस प्रकार है ।

Bank - State Bank of India
Bank A/c Name - Vichar Samiti
Account No. - 37941791894
IFSC Code - SBIN0000475

Paytm/Phonepe/Googlepay आदि से दान करने के लिए QR कोड को स्कैन करे ।

cfpay.dmvicharsamiti@icici

-: संपर्क :-

+91 95757 37475
linkedin.com/in/vichar-samiti
samiti.vichar@gmail.com
www.vicharsamiti.in
Sagar, Madhya Pradesh India

संपादक - आकांक्षा मलैया, प्रबंधक व प्रकाशक - विचार समिति, स्वामित्व - विचार समिति, 258/1, मालगोदाम रोड, तिलकगंज वार्ड, आदिनाथ कार्स प्रा.लि. के पीछे, सागर (म.प्र.), पिन-470002
मुद्रण - तरूण कुमार सिंघई, अरिहंत ऑफसेट, पारस कोल्ड स्टोरेज, बताशा गली, रामपुरा वार्ड, सागर