

सक्सेस एंड एबिलिटी

विकलांगों के प्रतिभा की दिशा में
जुलाई 2019

सिमरन चावला
अफ़सोस एक
विकल्प नहीं है



बधिरान्धता को
समझना

04

समाचार और टिप्पणियाँ

सूचना विस्फोट के इस युग में, सहायक प्रौद्योगिकी स्टार्ट-अप के लिए निधीकरण, विकलांगता पर ऑनलाइन कोर्स, दृष्टिहीनों के लिए अखिल भारतीय खाना पकाने की प्रतियोगिता आदि के बारे में जानिये।

08

आवरण कथा

अपने सपनों को साकार बनाओ! सिमरन चावला, जो बहुमुखी मॉडल, अभिनेत्री, सौंदर्य प्रतियोगिता विजेता, रेडियो जॉकी, एंकर, ब्रांड एंबेसडर, लेखक, वॉयस ओवर बैंक के संस्थापक / व्यवस्थापक और भी बहुत कुछ हैं!

15

स्पॉटलाइट

सेंस इंटरनेशनल इंडिया के अखिल एस पॉल और सचिन रिज़ल के साथ एक व्यापक साक्षात्कार, जो हर बधिरांध बच्चों को समाज का एक योगदानकर्ता सदस्य बनाने के तौर-तरीके बताते हैं।



26

परिपेक्ष्य

यशस्विनी राजेश्वर कहती हैं, कि अपने संरक्षकात्मक रवैये को छोड़ते हुए, एक गैर-विकलांग व्यक्ति अतिशयोक्ति या विभाजनकारी शब्दावली का सहारा लिए बिना, विकलांगता के बारे में कैसे लिख सकता है।

31

अनुभव

एक दृष्टिहीन चित्रकार के रूप में ऐश्वर्या पिल्लई के यात्रा के बारे में और इस अवधारणा को दूसरों तक पहुंचाने में उनकी सफलता के बारे में पढ़िए।



हम आपसे सुनना चाहते हैं

चाहे आप विकलांग व्यक्ति हों, या माता-पिता या मित्र या कोई भी जो परवाह करता हो, हम आपके विचारों को जानने के लिए तत्पर हैं।
आप बस एक **क्लिक** की दूरी पर हैं!

संपादक

प्रबंध संपादक

उप संपादक

सहायक संपादक

& डिज़ाइनर

टहदी अनुदान

जयश्री रवींद्रन

जानकी पिल्लई

हेमा विजय

श्रुति .यस. राघवन

मालिनी. क

संवाददाता

अनंतनाग: जावेद अहमद तक +911936 211363

हैदराबाद: साई प्रसाद विश्वनाथ +91810685503

भुवनेश्वर: डॉ. श्रुति मोहपात्रा +916742313311

दुर्गा पुर: अशु जाज रेडिया +919775876431

गुरुग्राम: सिद्धार्थ तनेजा +919654329466

पुणे: साज़ अगरवाल +919823144189 संदीप कनाबा र +919790924905

बैंगलोर: गायत्री किरण +919844525045 अली ख्वाजा +9180 23330200

यु.इस.ए: डॉ. मदन वसिष्ठा +1(443)764-9006



*Looking Beyond Disabilities &
Breaking Barriers Together*

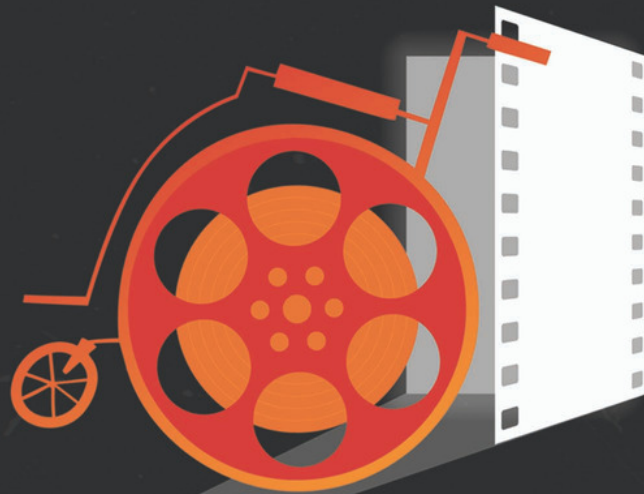
announces

ALL INDIA ONE MINUTE FILM COMPETITION

60 Seconds To Fame!

**THEME: AN INCLUSIVE SOCIETY FOR
PERSONS WITH DISABILITIES**

Last date for entries: Thursday 22 August 2019



**CREATE A 1 MINUTE
BLOCKBUSTER**

AN OPPORTUNITY TO SCREEN YOUR FILM AT

ABILITYFEST[®] 2019

INDIA INTERNATIONAL DISABILITY FILM FESTIVAL

www.abilityfoundation.org

e-mail - fame@abilityfoundation.org || Phone- +91 8939675544 | 044 24520016



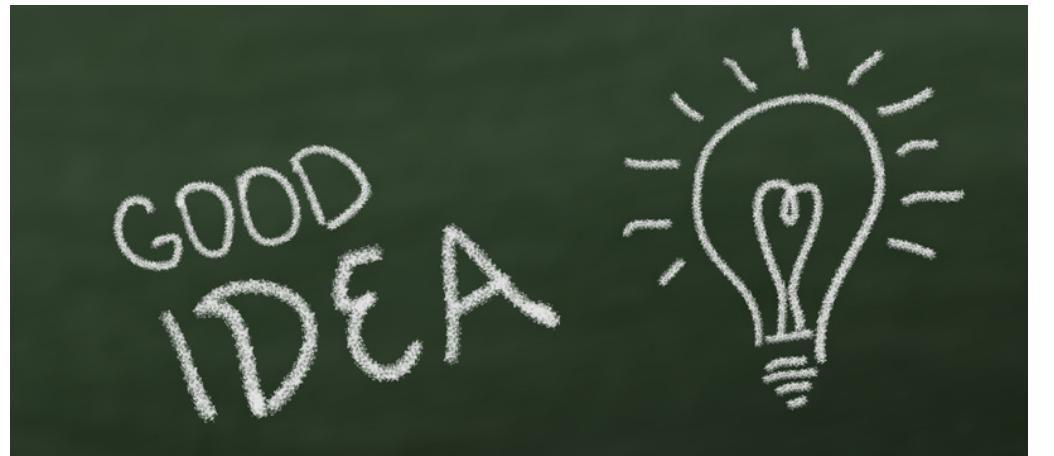
समाचार और टिप्पणियाँ

सहायक
प्रौद्योगिकी स्टार्ट-
अप के लिए
निधीकरण

भारत सरकार के जैव प्रौद्योगिकी उद्योग अनुसंधान सहायता परिषद (Biotechnology Industry Research Assistance Council -BIRAC - बी.इ.आर.ए.सी), सोशल अल्फा (Social Alpha), भारत के विज्ञान और प्रौद्योगिकी स्टार्ट-अप पारिस्थितिकी तंत्र का समर्थन करने के लिए एक पहल और बेंगलुरु-आधारित आईटी सर्विस कंपनी, एमफैसिस (Mphasis) द्वारा संयुक्त रूप से बी.इ. आर.ए.सी - सोशल अल्फा क्वेस्ट फॉर असिस्टिव टेक्नोलॉजीज (BIRAC-Social Alpha Quest for Assistive Technologies) प्रक्षेपित किया गया है। यह पहल उन 10 नवाचारों की पहचान करेगी जो शिक्षा, काम और स्वात्र जीवन जीने के लिए विकलांग को सशक्त बनाएगा और 20 लाख तक की निधीकरण के अलावा बाजार में उनके प्रवेश और कार्य क्रम के कार्यान्वयन में उनका समर्थन करेगा।

यह पहल देश में स्वदेशी, सस्ती और गुणवत्तापूर्ण सहायक प्रौद्योगिकी समाधानों तैयार करने की कमी को दूर करने की उम्मीद है। यह कार्यक्रम चुने गए नवाचारों के उत्पाद का बाजार उपयुक्तता की मान्यता करेगा, उत्पाद का प्रयोगशाला से बाजार तक की यात्रा को शीघ्र करेगा, जब आवश्यकता हो नैदानिक परीक्षणों की सहायता करेगा और वितरण और सेवा चैनलों में अंतराल को कम करेगा। चयनित स्टार्ट-अप / अन्वेषक सोशल अल्फा, बी.इ.आर.ए.सी और टाटा ट्रस्ट्स नेटवर्क के भीतर कार्यान्वयन एजेंसियों के साथ काम करेंगे, अपने उत्पादों के संभावित उपयोगकर्ताओं के साथ बातचीत करेंगे, अन्य फंडर्स, खरीदारों और सी.एस.आर (CSR) पहल के संपर्क में आएंगे, मूल्य निर्धारण, लागत अनुकूलन, बाजार मान्यता, और विपणन और बिक्री के लिए विशेषज्ञों के साथ काम करेंगे।

आवेदन करने की अंतिम तिथि 15 अगस्त 2019 है। अधिक जानकारी और आवेदन करने के लिए www.socialalpha.org/assisistivetech या <https://atq.innovatealpha.org/> पर लॉग ऑन करें।



विकलांग लोगों के लिए भारत सरकार की यूनिक आईडी (Unique ID - यूडीआईडी), जो देश भर में मान्य है, पाने के लिए भारत सरकार की यूडीआईडी पोर्टल <http://www.swavlambancard.gov.in/pwd-application> पर ऑनलाइन आवेदन किया जा सकता है। इस ऑनलाइन पोर्टल के माध्यम से वैधता की समाप्ति पर या कार्ड / प्रमाण पत्र के नुकसान की स्थिति में कोई व्यक्ति अपने मौजूदा प्रमाण पत्र / कार्ड का नवीनीकरण भी कर सकता है। यूडीआईडी पोर्टल विभिन्न योजनाओं / लाभों, विकलांगता प्रमाण पत्र के लिए आवेदन करने की प्रक्रिया / यूडीआईडी कार्ड के लिए आवेदन करने की नियमावली आदि के बारे में जानकारी प्रदान करता है।

विशिष्ट विकलांगता पहचान पत्र परियोजना विकलांग व्यक्तियों को सरकार के विभिन्न मंत्रालयों उनके विभागों द्वारा प्रदान की जाने वाली योजनाओं और लाभों का आसानी से पाने में मदद करेगी। यह विकलांग व्यक्तियों का राष्ट्रीय डेटाबेस बनाने में मदद करेगी, सरकारी योजनाओं को विकलांगों तक पहुंचाने में पारदर्शिता, दक्षता और आसानी प्रदान करेगी। इन योजनाओं के कार्यान्वयन पर - गांव, ब्लॉक, जिला, राज्य और राष्ट्रीय सभी स्तरों में और लाभार्थियों की भौतिक और वित्तीय प्रगति पर निगाह रखेगी।



विकलांगता अध्ययन पर इस ऑनलाइन पाठ्यक्रम की जाँच करें। ऑल इंडिया काउंसिल फॉर टेक्निकल एजुकेशन (AICTE) द्वारा मान्यता दी गयी इस फैकल्टी डेवलपमेंट प्रोग्राम (Faculty Development Programme) कोर्स, यह पता लगाने की कोशिश करता है कि विकलांगता का, दवा जैसे ज्ञान डोमेन की व्याख्या करने में क्या योगदान रहेगा। पाठ्यक्रम उन तरीकों और साधनों की भी छान-बीन करता है जिससे विकलांगता अंतःविषय परिघटना में रूपांतरित हो जाता है।

पाठ्यक्रम चार मॉड्यूल में विभाजित किया गया है जो लगभग आठ सप्ताह तक चलेगा। नियमित लेक्चर के अलावा, इस कोर्स में दुनिया भर के विशेषज्ञों, के साथ विकलांगता पर मूल्यवान साक्षात्कार शामिल हैं, जैसे रेशमा वलियप्पन का स्किज़ोफ़ेनिक लेखक के रूप में उनका अनुभव। पाठ्यक्रम के विषय छात्रों, कार्यकर्ताओं, पुनर्वास विशेषज्ञों और देखभाल करने वालों के लिए बहुत उपयुक्त होगा। बी.इ(B.E), बी.टेक(B.Tech) बी.ए(B.A)/एम.ए. (M.A), मेडिसिन और उससे सम्बंधित विषय में पढ़ाई करने वाले, रिहैबिलिटेशन और स्पेशल एजुकेशन का अनुसरण करने वाले छात्रों को यह कोर्स विशेष रूप से शिक्षाप्रद लग सकता है। इस कोर्स का संचालन डॉ. हेमाचंद्रन कराह करते हैं, जो आई.आई.टी मद्रास के मानविकी और सामाजिक विज्ञान विभाग में अंग्रेजी साहित्य पढ़ाते हैं।

**यू.डी.आई.डी
कार्ड: ऑनलाइन
आवेदन करें**

**विकलांगता
अध्ययन: ऑनलाइन
पाठ्यक्रम**

हालांकि, पाठ्यक्रम निः शुल्क है, परीक्षा वैकल्पिक है और 1000 रुपये के शुल्क के साथ पंजीकृत किया जा सकता है। परीक्षा में उत्तीर्ण होने वाले उम्मीदवारों को अंतिम परीक्षा में उनके नाम, फोटो और स्कोर (विश्लेषित आंकड़े के साथ) के साथ एक प्रमाण पत्र प्राप्त होगा। यह प्रमाण पत्र नेशनल प्रोग्राम ऑन टेक्नोलॉजी एनहांसिंग लर्निंग (एनपीटीईएल) और आईआईटी मद्रास के प्रतीक चिन्ह होगा और इसके सत्यता को nptel.ac.in/noc पर जांचा जा सकता है। अधिक जानकारी के लिए, https://swayam.gov.in/nd1_noc19_hs58/preview पर लॉग ऑन करें।

विकलांगता अध्ययन: ऑनलाइन पाठ्यक्रम



प्री-टर्म (Pre-Term) शिशुओं को अनुपचारित रेटिनोपथी ऑफ़ प्रीमेंचुरिटी (retinopathy of prematurity ROP- आर.ओ.पी) के कारण दृष्टिहीनता का खतरा हो सकता है, क्योंकि उनको इसके लिए जाँच नहीं की गई है। पुणे के एच वी देसाई नेत्र अस्पताल की डॉ. सुचेता कुलकर्णी द्वारा किए गए एक अध्ययन के अनुसार, लगभग तीन-चौथाई बच्चे जो आर.ओ.पी के कारण दृष्टिहीन हुए, उन्होंने स्क्रीनिंग न होने के कारण अपनी दृष्टि खो दिए। अन्य अध्ययन भी इसी तरह के निष्कर्षों पर पहुंची है।

विशेषज्ञों की सलाह है कि गर्भावस्था के 32 सप्ताह से पहले जन्म लेने वाले प्रत्येक बच्चे को आर.ओ.पी के लिए जांच की जानी चाहिए। यदि समय से पहले बच्चे की रेटिना की जांच की जाती है, तो उसमें बढ़ने वाली अतिरिक्त रक्त वाहिकाओं, यदि कोई हो, को पहचाना जा सकता है और उसका इलाज किया जा सकता है और आर.ओ.पी को रोका जा सकता है। जबकि प्रमुख शहरों के अस्पतालों में आर.ओ.पी की स्क्रीनिंग की सुविधा है, छोटे शहरों और कस्बों में यह सुविधा नहीं है। इसके अलावा, आर.ओ.पी के लिए समय से पहले बच्चों को स्कैन करने की आवश्यकता के बारे में जागरूकता की कमी डॉक्टरों और माता-पिता दोनों में है। इंडियन रेटिनोपथी ऑफ़ प्रीमेंचुरिटी (आई.आर.ओ.पी iROP) सोसाइटी ऑफ़ इंडिया (Indian Retinopathy of Prematurity Society of India) इस बीमारी के बारे में डॉक्टरों और अभिभावकों में जागरूकता पैदा करने के तरीकों पर चर्चा करने के लिए एक बैठक आयोजित करने वाली है।

दृष्टिहीनता को रोकने के लिए जाँच

दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए एक अखिल भारतीय खाना पकाने की प्रतियोगिता आयोजित किया गया है। 'गोल्डन आई शेफ 2019' (Golden Eye Chef 2019) आगरा में 17-20 अक्टूबर के बीच आयोजित किया जाएगा। एनजीओ, अंतर्दृष्टि द्वारा आयोजित, आम लोगों के बीच इस गलत धारणा को बदलने की कोशिश करेगा कि दृष्टिहीन लोग स्वतंत्र रूप से खाना पका नहीं सकते।

18 वर्ष या उससे अधिक उम्र वाले पूर्ण या आंशिक दृष्टिहीन व्यक्ति, संबंधित श्रेणियों के तहत प्रतियोगिता में भाग ले सकते हैं। प्रतियोगिता का विषय 'कुकिंग बियॉन्ड सीइंग' (Cooking Beyond Seeing) है। प्रतियोगिता के आयोजक सुलभ बर्तन, गैजेट और रसोई डिजाइन विकसित करने में मदद करने के लिए डिजाइनरों को भी आमंत्रित करेंगे। अधिक जानकारी के लिए, <http://goldeneyechef.com/> पर लॉग ऑन करें या +91 63999 00012 पर संपर्क करें।●

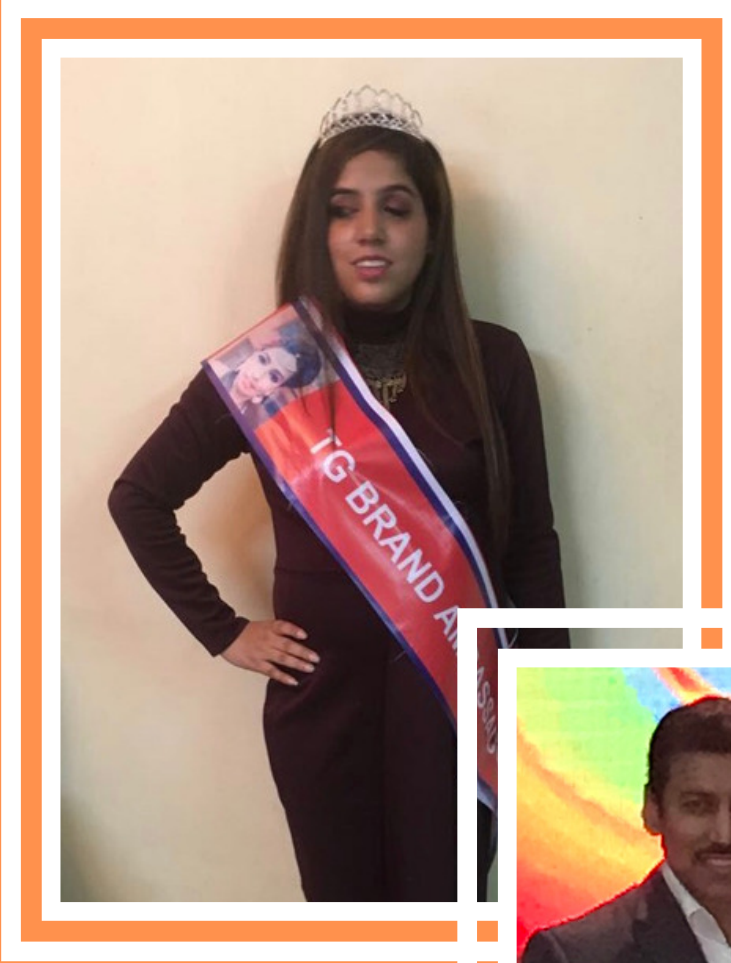
क्या पक रहा है?



इस महीने मित्रता को जश्न मनाइये!

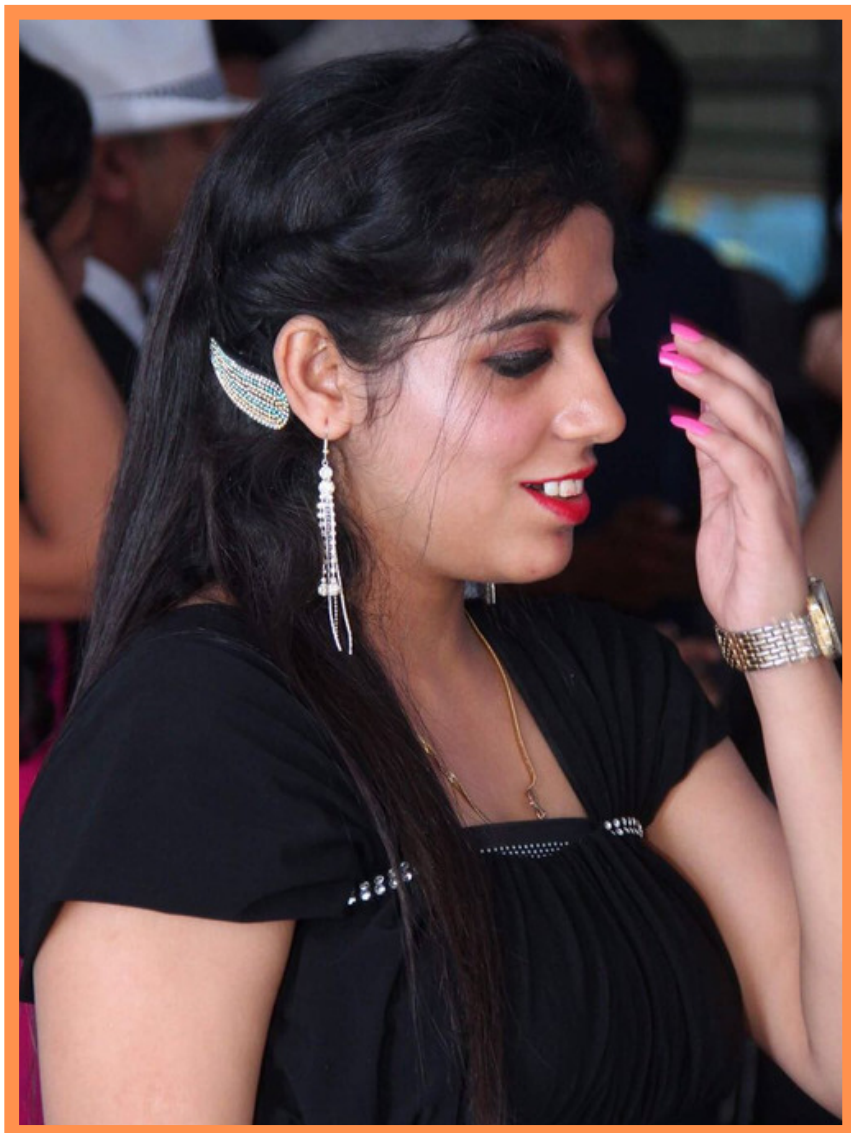
**विश्व मित्रता दिवस
30 जुलाई 2019**

सि म र न च व ल ा



ऊपरी दाहिनी ओर: सिमरन एक आभूषण की शर्टिंग के लिए पोस करते हुए; निचला दाहिना: युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय के पूर्व राज्य मंत्री, राज्यवर्धन सिंह राठौर, द्वारा एनेबिलिंग यूनिट, हंसराज कॉलेज के अध्यक्ष होने के लिए सम्मानित होते हुए; नीचे बाईं ओर: एनेबिलिंग यूनिट के टी-शर्ट में सिमरन; ऊपरी बाएं ओर : सिमरन को टैलेंट ग्रूमर्स ह्यूमैनिटी क्लब के ब्रांड एंबेसडर के रूप में सम्मानित किया गया

मेरी जीवनी



मॉडल, अभिनेत्री, सौंदर्य प्रतियोगिता विजेता, रेडियो जॉकी, एंकर, ब्रांड एंबेसडर, लेखक और वॉयस ओवर बैंक के संस्थापक / व्यवस्थापक, एक ऐप डेवलपमेंट कंपनी में उपयोगकर्ता अनुभव वास्तुकार और विपणन कार्यकारी ... और, और ... और ... यह रही सिमरन चावला आपके लिए। उनके जीवन को प्रावृत नहीं किया जा सकता। वह अपनी जीवन अपने शर्तों पर जीती है, बड़े सपने देखती है और उन्हें साकार बनाती है ... इस बात का प्रमाण है कि जिस चीज की कल्पना की जा सकती है, उसे हासिल किया जा सकता है। यहाँ उनकी अद्भुत यात्रा है, उनके अपने ही शब्दों में ...

14 मई 2001 को मेरे चाचा की घर मिलन के बाद, मेरा परिवार घर लौट रहे थे। मेरे चचेरे भाई और मैं रात देर तक खूब खेल रहे थे जब हमारी माताओं ने हमें बताया कि सोने का समय हो गया। जैसे ही मेरी माँ मुझे अंदर ले आयी, मेरे माथे को छुआ, तो बहुत गर्म पाया। मुझे 103⁰ फ़ारेनहाइट बुखार था।

सुबह के 3:00 बजे, सभी फार्मेशियां बंद थी। जब मेरे माता-पिता ने आखिरकार जब डॉक्टर से बात किया, तो उन्होंने निमुलिड सिरप देने को कहा, जो हमारे घर पर था, क्योंकि बुखार होने पर मेरे छोटे भाई को यही दवा दी जाती थी।

दवा लेने के बाद, मुझे गहरी नींद हो गयी और सुबह बहुत देर तक नहीं उठी। सब ने मुझे आराम करने दिया और इसलिए नहीं जगाया। जब मेरी माँ ने मुझे खाना खिलाने के लिए जगाया, तो उन्होंने देखा कि मेरी आँखें खून से लथपथ थीं। उन्होंने तुरंत मुझे डॉक्टर के पास और फिर वहाँ से अस्पताल ले गए, जहाँ मुझे भर्ती कराया गया।

यह भयावह था। सिर्फ मेरी आँखें ही नहीं, मेरा पूरा शरीर घावों से जलते हुए फफोले की तरह लाल हो गया। मुझे ग्लूकोज पर रखा गया और अंतःशिरा खिलाया गया। मैं कुछ भी खा नहीं पायी। मेरा वजन लगभग 15 किलोग्राम तक गिर गया। मेरे नाखून टूट रहे थे, और बाल झड़ रहे थे।

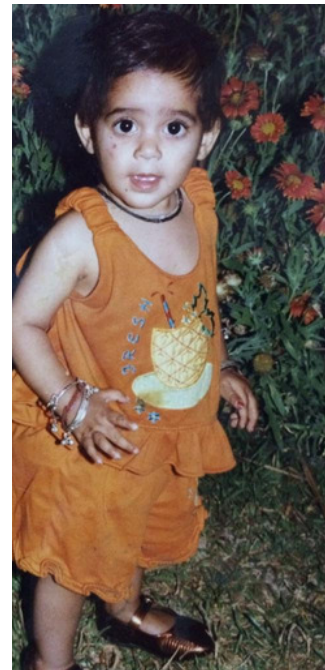
मैं उस समय सिर्फ पाँच साल की थी। मेरा परिवार मुझे इतनी पीड़ा में नहीं देख पाए। अस्पताल से निकलने के एक महीने बाद, मेरे शरीर पर से निशान गायब हो गए, लेकिन मेरी आँखें पूरी तरह से खराब हो गई थीं। मैंने अपनी दृष्टि खो दिया। इसने मुझे इतना आघात पहुँचाया और जब भी मैं अपनी माँ के आस-पास नहीं थी, हताशा में दीवार पर अपना सिर मारती थी।



अपने माता-पिता के साथ सिमरन



बचपन के तस्वीर



मेरी आसपास की पूरी दुनिया अंधकारमय हो गई थी। मुझे नहीं पता था कि मेरे साथ क्या हो रहा है। सुबह उठते समय मेरी होंठ आपस में चिपक जाते थे, और मैं बोल नहीं पाति। मेरे पिताजी काम से सिर्फ मेरे होंठों को दवा के ज़रिये खोलने के लिए घर आते थे। बहुत खून निकलता था। यह बहुत भयावह था।

मेरे माता-पिता ने मुझे भारत के हर डॉक्टर, हर पंडित के पास ले गए... उन्होंने मेरी दृष्टि को बहाल करने के लिए वह सब कुछ किया जो वे कर सकते थे। लेकिन मेरी आँखें सूख गई थीं। रोने पर भी मेरे आँखों से आँसू नहीं निकलते।

मेरी दाहिनी आँख के आठ या नौ सर्जरी के बाद, एकमात्र अंतर यह था कि मैं बहुत करीब से रंगों को पहचान पायी।

दो साल घर पर बिताने के बाद, जिसमे से एक साल एक आँख-विशेषज्ञ से दूसरे के पास भागते हुए बीत गया, मेरे माता-पिता ने मेरे लिए एक होम ट्यूटर की व्यवस्था की ताकि मेरी पढ़ाई प्रभावित न हो। 2003 में, मैंने नेशनल एसोसिएशन फॉर द ब्लाइंड, (National

12 वीं कक्षा की बोर्ड परीक्षा में 93% हासिल करने के बावजूद कॉलेज में दाखिला लेना एक बड़ी चुनौती थी.. विकलांगता के आधार मेरा आवेदन अस्वीकार कर दिया गया। और मुझे अपने पसंद की पढ़ाई में दाखिला लेने के लिए बहुत संघर्ष करना पड़ा।

Association for the Blind) दिल्ली में ब्रेल सीखा। बाद में, 2004 में, उन्होंने मुझे माउंट कार्मेल स्कूल में समाकलित किया गया, जहाँ से मैंने अपनी बाकी स्कूली शिक्षा पूरी की।

अपने 11 वीं कक्षा में, अपने प्रिंसिपल के साथ बहुत सारे तर्कों के बाद, मुझे मज़बूरन मानविकी स्ट्रीम में दाखिला लेना पड़ा क्योंकि दृष्टिहीन छात्रों को विज्ञान का विकल्प चुनने की अनुमति नहीं थी। यह मेरे लिए बहुत बड़ी निराशा थी क्योंकि अपने लिए मैं अलग पथ तय करना चाहती थी।

12 वीं कक्षा की बोर्ड परीक्षा में 93% हासिल करने के बावजूद कॉलेज में दाखिला लेना एक बड़ी चुनौती थी और मुझे अपने पसंद की पढ़ाई में दाखिला लेने के लिए बहुत संघर्ष करना पड़ा।

मैंने दिल्ली विश्वविद्यालय के हंसराज कॉलेज में कंप्यूटर साइंस में बी.एस.सी(एच) (B.Sc Honours) के लिए आवेदन किया था। यह मेरे सपनों का कॉलेज था, लेकिन विकलांगता के आधार मेरा आवेदन अस्वीकार कर दिया गया। जब मैंने कॉलेज के अधिकारियों से संपर्क किया, तो उन्होंने मुझे सूचित किया कि मेरे आवेदन को अस्वीकार कर दिया गया क्योंकि कोर्स में बहुत सारे दृश्य तत्व शामिल थे। उन्होंने मुझे बताया कि मैं दिल्ली विश्वविद्यालय में इस पाठ्यक्रम के लिए आवेदन करनेवाली पहली दृष्टिहीन छात्रा थी और इसलिए मुझे विश्वविद्यालय से अनुमति लेने की आवश्यकता थी। इसके उपरांत मैंने विश्वविद्यालय के अधिकारियों से संपर्क किया, और उन्हें आश्वासन दिलाया कि मुझे चुनौतियां पसंद हैं और मैं इस पाठ्यक्रम में सफल हूँगी। मैंने उन्हें यह भी बताया कि मैं अन्य दृष्टिहीनों के लिए यह कोर्स करने का मार्ग प्रशस्त करना चाहती थी। अंत में, बहुत बहस और समझाने के बाद, मुझे अपने सपनों के कॉलेज में दाखिला मिला।

कॉलेज के वो तीन साल कमाल के थे। वे अमूधव अविस्मरणीय थे। अपने कॉलेज के अंतिम वर्ष (2017-18) में मैंने कॉलेज के एनेबिलिंग यूनिट (Enabling Unit) के अध्यक्ष पद के लिए खुद को नामांकित किया क्योंकि मैं समाज को अपना योगदान देना चाहती थी और परिवर्तन लाना चाहती थी। इससे पहले, अपने दूसरे वर्ष में, मैंने खुद को महासचिव के पद के लिए नामित किया, लेकिन चुनाव में हार गयी। इस बार, पदों के लिए चयन की प्रणाली को चुनाव प्रणाली से साक्षात्कार प्रक्रिया में बदल दिया गया था। मुझे साक्षात्कार में उत्तीर्ण होने की भरोसा थी और ऐसा ही हुआ।

मैं विभिन्न चीजों को परखना और अनुभव करना चाहती हूँ। हमें सिर्फ एक जीवन मिला है क्यों नहीं इसका अधिकतम लाभ उठाएं?



प्रिंसेस इंडिया 2016-17 की विजेता सिमरन, मशहूर हस्तियों, जर्जों और तीन विजेताओं के साथ।

एनेबिलिंग यूनिट के अध्यक्ष के रूप में, मेरा ध्यान विकलांगता के बारे में जागरूकता फैलाने और समावेश को बढ़ावा देने के लिए था, जो हमने कार्यक्रमों और प्रतियोगिताओं के माध्यम से किया था। हमने विश्व दृष्टि दिवस, विश्व पोलियो दिवस, ब्रेल दिवस आदि मनाया। मेरे काम के लिए, मुझे भारत सरकार के युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय के पूर्व राज्य मंत्री, राज्यवर्धन सिंह राठौड़ द्वारा सम्मानित किया गया।

मैंने पिछले साल ही अपनी स्नातक पूरा किया और अब मैं मनोविज्ञान में अपने मास्टर कर रही हूँ। आपको आश्चर्य हो सकता है कि मैं कंप्यूटर साइंस से मनोविज्ञान में क्यों शिफ्ट हो गयी।

खैर, मैं विभिन्न चीजों को परखना और अनुभव करना चाहती हूँ। मैं तलाश करना और सीखना चाहती हूँ, और मनोविज्ञान में मुझे हमेशा दिलचस्पी रही है। हमें सिर्फ एक जीवन मिला है क्यों नहीं इसका अधिकतम लाभ उठाएं?

अपने जीवन की यात्रा में मैंने कई चीजें सीखी हैं। मैंने सीखा है कि आपने जो खोया है उस पर आपका कोई नियंत्रण नहीं है; आप सिर्फ आपके पास मौजूदा चीजों का सदुपयोग कर सकते हैं। यदि आप नहीं देख सकते हैं, तो इसका मतलब यह नहीं है कि दुनिया आपके लिए अंधेरा है। आप इसे अपने

विचारों से रोशन कर सकते हैं। और यह जानिये, आप वह सब कुछ कर सकते हैं जो आप चाहते हैं, आपको बस इसे करने का एक वैकल्पिक तरीका खोजना होगा। आपकी इच्छाशक्ति, और आपके सपने को आगे बढ़ाने का दृढ़ संकल्प ही मायने रखता है।

और रही मेरी बात, मैंने वह सब कुछ किया जो मैं करना चाहती थी, और बाकी जो मैं करना चाहती हूँ, उसे पूरा करने के लिए भरपूर कोशिश कर रही हूँ। मैंने सौंदर्य प्रतियोगिता, प्रिंसेस इंडिया 2016-17 (Princess India 2016-17) जीती, और जॉन अब्राहम द्वारा मुझे ताज पहनाया गया। मैं हमेशा से नृत्य करना चाहती थी, हालांकि नृत्य पद सीखना चुनौतीपूर्ण पाया। उसी प्रतियोगिता के प्रतिभा दौर में मैंने पहली बार जीवन में नृत्य किया। दर असल, मैं अपने नृत्य प्रदर्शन के कारण ही प्रतियोगिता जीत पायी।

**जीवन को पछतावा करके व्यर्थ न करें
कि आप क्या कर नहीं पा रहे हैं या
आपके पास क्या नहीं है। बस अपने
सपनों को साकार बनाओ।**

अभिनय के लिए भावुक, मैं हमेशा एक टीवी श्रृंखला या लघु फिल्म में अभिनय करना चाहती थी। लेकिन दृष्टिहीन होने के कारण यह बहुत मुश्किल था। प्रिंसेस इंडिया 2016-17 जीतने के बाद, मैंने एक अभिनेत्री की भूमिका निभाने के लिए कई लोगों से संपर्क किया, लेकिन जब उन्हें पता चला कि मैं दृष्टिहीन हूँ, तो किसी ने भी मुझसे वापस संपर्क नहीं किया।

खैर, मेरा हमेशा यही रवैया रहा है कि अगर कुछ हो नहीं रहा है, तो इसका मतलब है कि कुछ भविष्य में कुछ और बेहतर मिलेगा। और यह

सच निकला, पिछले साल, मैं टी.वी.एन.एफ इंडिया, (TVNF India) एक यूट्यूब चैनल जो सामाजिक मुद्दों पर लघु फिल्मों बनाता है, के निदेशक से मिली। निदेशक को जीवन के प्रति मेरा आत्मविश्वास, उत्साह और सकारात्मक दृष्टिकोण पसंद आया, और यह सुनकर कि मैं अभिनेत्री बनने लिए उत्सुक हूँ, उन्होंने मुझे लघु फिल्म बनाने के लिए किसी एक विषय पर विचार करने के लिए कहा। मैंने उसी के लिए स्क्रिप्ट लिखी थी। इतनी सारी पटकथाओं को छानने के बाद, हमने 'टीन दोस्त' (Teen Dost) नामक एक लघु चित्र को अंतिम रूप दिया, जिसमें मैंने अभिनय भी किया। कहानी तीन दोस्तों, दो दृष्टिहीन, एक दृष्टिवाला, के बारे में है।



सुदीर चौदर्य के साथ ह्यूमन लाइब्रेरी, दिल्ली में

अभिनय स्वाभाविक रूप से मेरे लिए आता है। मैं किरदार को महसूस करती और किरदार को जीती हूँ, जिससे मुझे किरदार को पूरी तरह से समझने में मदद मिलती है। अभिनय में अभिव्यक्ति महत्वपूर्ण होने के कारण, यदि आप जानते हैं कि कब खुश प्रतिक्रिया देनी है, कब दुःख देना है, कब निराशा दिखानी है और कब अपना गुस्सा दिखाना है, तो आप अच्छा अभिनय कर सकते हैं। अभिनय सिर्फ अभिव्यक्ति, आवाज में बदलाव, ठहराव और चरित्र का जीवन जीना है।

मैंने रेडियो उड़ान में एक रेडियो जॉकी के रूप में काम किया है और प्रेम कहानियों पर आधारित 'दिलों का रिश्ता' नामक एक अनूठा शो प्रस्तुत किया है। मैंने रेडियो जॉकी के रूप में फायरमड एफ.एम (FireMud FM) में इंटरनेट शिप की है। मैं एंकरिंग करती हूँ। मैं टैलेंट ग्रूमर्स ह्यूमैनिटी क्लब (Talent Groomers Humanity Club) का ब्रांड एंबेसडर हूँ। मैंने ब्रांड डिजाइन टू अट्रैक्ट (Design to Attract) के लिए ज्वेलरी शूट किया है। मैंने रोबोसियन आईएनसी (Robosion INC) के साथ रोबोट वार्तालाप लेखक के रूप में काम किया। मैं व्हाट्सएप समूह वॉयस ओवर बैंक (Voice Over Bank) की संस्थापक / व्यवस्थापक हूँ, जिसमें सभी पेशेवर वॉयस ओवर आर्टिस्ट और एजेंट शामिल हैं। मेरा एक यू-ट्यूब चैनल है जिसमें मैं अपनी कविता प्रस्तुत करती हूँ, एक अन्य यू-ट्यूब चैनल जहाँ मैं अपना रैंप वॉक पोस्ट करती हूँ और वर्डप्रेस WordPress में एक व्यक्तिगत ब्लॉग है जहाँ मैं अपने अनुभवों और प्रतिबिंबों के बारे में लिखती हूँ। मैं प्रेरणादायक भाषण भी देती हूँ।

और फिर, मैंने एक रैंप वॉक किया है और डिजाइनरों डेन के लिए डीएवी फैशन (DAV Fashions), लाइफस्टाइल वीक (Lifestyle Week) 2018 और बिग बाजार के वार्षिक कार्यक्रम, स्पार्क 2019 (Spark 2019), जहाँ एफबीबी (FBB) ने अपना ग्रीष्मकालीन संग्रह लॉन्च किया गया था, मॉडलिंग की है। मेरी सूची में और भी कई चीजें हैं जिन्हें पूरा करने की कोशिश कर रही हूँ।

मैं डॉ. समीर मंसूरी, जिन्होंने प्रिंसेस 2016-17 का आयोजन किया, से बहुत प्रेरित हूँ। वे खुद दृष्टिहीन हैं और प्रियंका चोपड़ा, सुभाष घई जैसे बॉलीवुड सितारों के आयुर्वेदिक चिकित्सक हैं और कई अन्य लोगों के लिए सौंदर्य सलाहकार। मैं उनसे पथप्रवर्तक कार्य करने के लिए प्रेरणा पाती हूँ। मेरा परिवार, मेरे माता-पिता और विशेष रूप से भाई, हमेशा मेरे समर्थन का स्रोत रहे हैं। आज मैं जो कुछ भी हूँ, इसके लिए मैं उन पर आभारी हूँ। वे हर काम में मेरा समर्थन करते हैं, चाहे वह फैशन शो, रेडियो शो, पढ़ाई, नौकरी या जो भी हो। वे हर कदम पर मेरे साथ हैं। आज भी, वे घर से लगभग 45 किलोमीटर दूर, मेरे साथ मेरे कार्यालय तक



बिग बाजार के वार्षिक कार्यक्रम, स्पार्क 2019 में रैंप वाक (Ramp Walk) करते हुए

आप वह सब कुछ कर सकते हैं जो आप चाहते हैं, आपको बस इसे करने का एक वैकल्पिक तरीका खोजना होगा। आपकी इच्छाशक्ति, और आपके सपने को आगे बढ़ाने का दृढ़ संकल्प ही मायने रखता है।

की यात्रा करते हैं, ताकि मैं सुरक्षित रूप से वहाँ पहुँच सकूँ। वे हमेशा मुझे लाड़ प्यार करते थे और मुझे ऐसे प्यार करने वाले परिवार में पैदा होने पर गर्व है। मैं अपने जीवन का पूरा आनंद लेना चाहती हूँ। मैं लोगों को अपने जीवन को पूरी तरह से भी जीने के लिए प्रेरित करना चाहती हूँ, क्योंकि यह अब तक का सबसे कीमती उपहार है।

मैं अपना विश्वास आपके साथ साझा करना चाहती हूँ : अपने आप पर विश्वास करो। सबसे कठिन परिस्थितियों में भी सकारात्मक रहो। परिणाम और परिस्थितियाँ जो भी हों, मुस्कुराते रहो। आपकी एक मुस्कान ही आपकी सभी समस्याओं का समाधान है। हमें केवल एक जीवन मिला है और यह इसकी वर्तनी जितनी छोटी है। इसे पछतावा करके व्यर्थ न करें कि आप क्या कर नहीं पा रहे हैं या आपके पास क्या नहीं है। बस अपने सपनों को साकार बनाओ।

● - **सिमरन चावला**



presents

DescribABILITY



**A TWO-DAY WORKSHOP ON
AUDIO DESCRIPTION**

a not-to-be-missed opportunity for all film makers & aspiring film makers that is a current requirement that is revolutionizing the concept of accessible cinema, worldwide.

To be conducted by
JOEL SYNDER, Ph.D.
President, Audio Description
Associates, USA

**SIGN UP
NOW**

**6-7 September 2019
LIMITED SEATS**

**REGISTRATION
FREE**

www.abilityfoundation.org
For more info: access@abilityfoundation.org



बाधिरान्धता को समझना





अखिल एस पॉल



सचिन रिज़ल

बहुत कुछ बदला है, फिर भी अभी भी बधिरांधता के बारे में अज्ञानता और जागरूकता की अभाव व्यापक है। बधिरांध बच्चों और किशोरों के परिवार और अन्य सभी हितधारकों के लाभ के लिए , सक्सेस एंड एबिलिटी के हेमा विजय सेंस इंटरनेशनल इंडिया - जो बधिरांधता के शुरुआती हस्तक्षेप और पुनर्वास के अलावा इसके वकालत में सबसे आगे रहा है - के निदेशक और संस्थापक सदस्य अखिल एस पॉल, और सचिन रिज़ल, वरिष्ठ प्रबंधक - प्रशिक्षण के साथ एक व्यापक साक्षात्कार प्रस्तुत करते हैं।

सेंस इंटरनेशनल इंडिया के नेटवर्क से अब तक लगभग 200 बधिरांध छात्र , उद्यमी, बैंकर, शिक्षक, सॉफ्टवेयर पेशेवर आदि के रूप में अपने परिवार के प्रमुख अर्जक बन चुके हैं। अखिल एस. पॉल और सचिन रिजाल का मानना है कि हर बधिरांध बच्चा जो प्रारंभिक और उचित शिक्षा और पुनर्वास पाता है समाज का एक योगदान सदस्य बन सकता है। और वे यह प्राप्त करने के लिए सुझाव देते हैं ।



&



कृपया हमें पहले और अब के हाल के बारे में बताइये। जहाँ तक बधिरांधता की बात है, कितना बदला है और आगे हमे क्या- क्या बदलना होगा?

22 साल पहले, जब हमने शुरुआत की थी, बधिरान्धता के लिए हिंदी या भारत के किसी भी क्षेत्रीय भाषा में कोई शब्द नहीं था। अब हम इसे बधिरान्ध कहते हैं। भारत सरकार द्वारा बधिरांधता को बहुविकलांगता वर्गों में से एक के रूप में मान्यता दिया जाने के साथ ही आज, बधिरांधता को विकलांग लोगों के अधिकार अधिनियम, 2016 में शामिल किया गया है। अब, बधिरांधता पर भारत सरकार से मान्यता प्राप्त शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम हैं। इससे पहले, हमें बधिरान्धों के लिए हमारी सेवाओं और सहायता प्रणालियों के बारे में माता-पिता को समझाने पड़ता था। पिछले 20 वर्षों में, ज़बानी द्वारा जागरूकता फैला है, और आज, माता-पिता, खुद हमारी सेवा और समर्थन पाने के बारे में पूछते हैं। तो, बधिरांधता अब पूरी तरह से अज्ञात इकाई से थोड़ा बेहतर ज्ञात इकाई के रूप में बदल गया है; फिर भी यह अभी भी आटिज्म जैसे अच्छी तरह से ज्ञात नहीं है।

बधिरांधता का आरपीडी अधिनियम 2016 द्वारा मान्यता प्राप्ति के साथ, हम इस अधिनियम के प्रभावी कार्यान्वयन को देखना चाहते हैं, जिसका अर्थ है कि बधिरांध बच्चों को अन्य विकलांग और गैर विकलांग बच्चों के जैसे ही शिक्षा के समान अवसर मिलना चाहिए; और फिर, एक बार जब वे शिक्षित हो जाते हैं, तो रोजगार के समान अवसर और आखिरकार, उन्हें अन्य परिवार के युवा वयस्कों की तरह अर्जक बनने के लिए सशक्त होना चाहिए।

जब बधिरांध व्यक्तियों के लिए शिक्षा में समान अवसर की बात आती है, तो हमें उचित आवास की आवश्यकता होती है। हमे पाठ्यक्रम को अनुकूल बनानी होगी, पाठ्यक्रम के विषय में नहीं, बल्कि उसे पढ़ाने के तरीके में अनुकूलता लानी होगी। कक्षा में शिक्षक जिस तरह से पढ़ाता है वह अनन्य नहीं होना चाहिए। यदि प्रणाली ऐसी है कि शिक्षक केवल बोलते हैं या बोर्ड पर लिखते हैं, तो, यह कक्षा के कई बच्चों को अलग कर देगा। इशारों, संकेतों, खेल आदि का उपयोग करने से मदद मिलेगी। बधिरांध लोगों का भविष्य इसी में है।

अब तक, हमारे नेटवर्क से लगभग 200 बधिरांध छात्र अपने परिवारों के योगदानकर्ता सदस्य बने हैं। हमे यह सुनिश्चित करना है कि स्कूल में प्रवेश करने वाला हर बधिरांध बच्चा समाज का एक योगदानकर्ता सदस्य बने।

अगले पांच से दस वर्षों में मैं जो बदलाव देखना चाहूँगा, वह है शुरुआती पहचान और हस्तक्षेप। दुर्भाग्य से, अभी भी हम बचपन में ही बधिरांधता का पता नहीं लगा पा रहे हैं, हम उनके पांचवें या छठे वर्ष में ही इसके

बारे में जानते हैं। कई बार, माता-पिता केवल बच्चे के दूसरे या तीसरे वर्ष में ही पहचान लेते हैं कि उनका बच्चा ठीक से बात करना, चल या देख नहीं पा रहा है; अगले एक या दो साल डॉक्टरों, मस्जिदों चर्चों या मंदिरों का चक्कर काटने में लग जाता है। एक बार जब वे इस से थक जाते हैं, तो वे उन केंद्रों में आते हैं जो इन बच्चों के लिए सेवाएं प्रदान करते हैं। तब तक, ये बच्चे पांच से छह साल की प्रारंभिक शिक्षा खो देते हैं।

प्रत्येक प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र (PHC) या जिला अस्पताल में एक पहचान इकाई होनी चाहिए, ताकि प्रत्येक बच्चे को डिफॉल्ट रूप से जांच की जा सके और यदि विकलांग होने का खतरा हो, तो उसे सपोर्ट सिस्टम / केंद्रों से संपर्क करने के लिए संदर्भित किया जा सकता है। यह बच्चे के जीवन का सबसे मूल्यवान चरण है और इस समय का अधिकतम लाभ उठना होगा।

हम बधिरांधता की प्रारंभिक और प्रभावी पहचान कैसे सुनिश्चित कर सकते हैं?

हम चाहते हैं कि भविष्य में प्रत्येक प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र (PHC) या जिला अस्पताल में नियमित रूप से एक प्रारंभिक पहचान इकाई हो, विशेष रूप से उन अस्पतालों में जहाँ प्रसूति इकाई जुड़ी हुई है, जिससे प्रत्येक नवजात शिशु को स्वतः इस इकाई में जांच की जाती है - विकसित देशों में यही होता है। और फिर, एक बार जब हम यह पहचान लेते हैं कि इनमें से कोई भी बच्चा दृष्टिहीनता, सीखने के क्षेत्रों या अन्य किसी विकलांगता के लिए अतिसंवेदनशील है, तो इन बच्चों को विशिष्ट विकलांगों या तृतीयक केंद्रों में भेजा जा सकता है, जहाँ उन्हें अधिक सहायता मिल सकती है आसपास के क्षेत्रों में रेफरल केंद्र होना चाहिए जो इन बच्चों की मदद कर सकते हैं और माता-पिता को इन बच्चों के परवरिश के लिए प्रशिक्षित किया जा सकते हैं। यह बच्चे के जीवन का सबसे मूल्यवान चरण है और इस चरण का अधिकतम लाभ उठाना होगा।

एक शुरुआती पहचान इकाई स्थापित करना महंगा नहीं है। यह बहुत ही सरल है। हमने अब तक गुजरात, बिहार, केरल, तमिलनाडु और गोवा जैसे राज्यों में ऐसी आठ इकाइयाँ बनाने में मदद की है।

माता-पिता बच्चों में बधिरांधता की पहचान कैसे कर सकते हैं?

खैर, यह क्षेत्र के अनुभव से मेरा अवलोकन है ... अधिकांश समय, माता-पिता यह नहीं समझते हैं कि बच्चे में विकलांगता है। लगभग छह से आठ महीनों के बाद, उन्हें पता चलता है कि बच्चे में कुछ चुनौती है। प्रारंभ में, कोई भी माता-पिता यह स्वीकार करने के लिए तैयार नहीं है कि उनका बच्चा विकलांग है और इसलिए, बच्चे से कुछ संकेत मिलने के बाद भी, वे स्थिति की अनदेखी करते हैं। पारिवारिक दबाव के कारण, वे स्थिति को स्वीकार नहीं कर सकते हैं और इसके बारे में खुलासा नहीं कर सकते हैं।

फिर, लंबे समय के बाद, माता-पिता यह स्वीकार करना शुरू करते हैं कि बच्चे में कुछ विकलांगता है और उन्हें इसके बारे में कुछ करने और मदद की जरूरत है। फिर वे नेत्र और श्रवण विशेषज्ञों के पास जाते हैं।

आर.पी.डी अधिनियम 2016 के तहत बधिरांधता को मान्यता दी जा रही है, इसके प्रभावी कार्यान्वयन के माध्यम से, बधिरांध बच्चों को शिक्षा, रोजगार के समान अवसर मिलना चाहिए और अंततः उन्हें अन्य युवकों के जैसे अपने परिवार के अर्जक बनने का अधिकार होना चाहिए।

तथ्य यह है, जैसे ही बच्चा पैदा होता है, सुनवाई से संबंधित कुछ मुद्दों को पहचाना जा सकता है। यहाँ तक कि अब भी, जन्म के तुरंत बाद डॉक्टरों द्वारा बच्चे की स्थिति को समझने के लिए जन्म के बाद किया गया अपगर स्कोर (*Apgar score*) है। यह स्कोर हमें उन मुद्दों के कुछ संकेत भी दे सकता है जहाँ बच्चा अतिसंवेदनशील है, जैसे कि सुनवाई और अन्य मुद्दे। लेकिन समस्या यह है कि, इसे आगे ले जाने के लिए, रिकॉर्ड को माता-पिता द्वारा ठीक से नहीं रखा जाता है, और न ही डॉक्टरों या बाल चिकित्सा केंद्रों के साथ अनुवर्ती किया जाता है। इसलिए, अतिसंवेदनशील शिशुओं को उचित ध्यान या हस्तक्षेप नहीं दिया जाता है।

शायद, शिशुओं के लिए अनिवार्य टीकाकरण अनुसूची की तरह, विकलांगता की प्रारंभिक पहचान या विकलांगता के लिए अतिसंवेदनशीलता की पहचान के लिए एक प्रणाली की अनिवार्य अनुसूची बनाया जाना चाहिए, जिसे माता-पिता और सरकारी स्वास्थ्य केंद्रों को अनिवार्य रूप से पालन करना होगा।

एक बार बच्चे में बधिरांधता की पहचान के बाद आगे क्या? हम बच्चे की क्षमता और समग्र विकास को उच्चतम सीमा तक कैसे बढ़ा सकते हैं?

एक बार जब बच्चे में बधिरांधता की पहचान हो जाती, है जितना जल्दी हम हस्तक्षेप शुरू करते हैं, उतना बेहतर है। कभी-कभी, हम तीन महीने से भी कम उम्र के बच्चों के साथ काम करना शुरू करते हैं।

हम बुनियादी चीजों से शुरू करते हैं; हम बच्चे को खेल के ज़रिये उनके अवशिष्ट दृष्टि और श्रवण का अधिकतम लाभ उठाते हैं और उन्हें इस अवशिष्ट दृष्टि और श्रवणशक्ति का उपयोग करने के लिए प्रेरित करते हैं। फिर हम ध्वनि बनाने वाले खिलौने, खिलौने जो स्पर्श, गंध, आदि की भावना को बढ़ाते हैं के द्वारा उत्तेजित करने वाली गतिविधियों को शामिल किया जाता है। इसके बाद धीरे-धीरे बच्चे को अधिक अवधारणाओं को समझाते हैं और प्रशिक्षण को सरल से अधिक जटिल स्तर तक ले जाते हैं, शिक्षा और अन्य पहलुओं से संबंधित जानकारी देते हैं, रोज़मर्रा के जीवन-कौशल और व्यक्तिगत सौंदर्य पर प्रशिक्षण देते हैं। प्रत्येक बच्चे के लिए उसके उम्र और विकास की वर्तमान अवस्था के आधार पर एक व्यक्तिगत शिक्षा योजना बनाया जाता है। प्रत्येक गतिविधि को छोटे-छोटे कार्यों में विभाजित किया जाता है, और हर एक के लिए विशिष्ट उद्देश्य और समय-सीमा निर्धारित किया जाता है।



स्पर्शनीय संकेत भाषा संचार की सदियों पुरानी विधा रही है जिसके माध्यम से बच्चे को सबसे पहले पढ़ाया जाता है। हेलेन केलर और 'ब्लैक' जैसी फिल्मों के कारण हम इसके बारे में जानते हैं। हालांकि, आज, अभिगम्य तकनीक के आगमन के साथ, क्या बधिरान्धों के साथ के संचार में बाधाओं को तोड़ने के लिए कुछ और किया जा सकता है?

स्पर्शनीय संकेत भाषा में आपके पास मानव स्पर्श है। प्रौद्योगिकी के साथ, हम केवल वही जानकारी प्राप्त करते हैं जो हम निविष्ट करते हैं। जब एक दुभाषिया शामिल होता है, तो उसका अपना दिमाग होता है, और उसके द्वारा जो कुछ भी देखा, सुना और समझा जाता है वह सीधे बधिरान्ध बच्चे या वयस्क को दिया जाता है। इस स्तर के प्रसंस्करण और संचार को एक मशीन द्वारा नियंत्रित नहीं किया जा सकता है।

इसके बावजूद, प्रौद्योगिकी बहुत महत्वपूर्ण है, और आज के जीवन में, विकलांग व्यक्ति द्वारा एक स्वतंत्र जीवन जीने के लिए प्रौद्योगिकी एक बहुत ही महत्वपूर्ण और आवश्यक भूमिका निभाती है। लेकिन एक दुभाषिया के समर्थन को कुछ भी प्रतिस्थापित नहीं कर सकता है।



बधिरांध बच्चे या उनके माता-पिता को प्रारंभिक निराशा और मायूसी से उभरने और जीवन में आगे बढ़ने के लिए कैसे मदद कर सकते हैं?

बधिरांध बच्चों का सबसे बड़ी चुनौती और हताशा का कारण अपने विचारों को संप्रेषित नहीं कर पाना और माता-पिता या देखभाल करने वाले ये नहीं समझ पाते कि वे क्या चाहते हैं। इसलिए, पहले, हम संचार सिखाने की कोशिश करते हैं।

उदाहरण के लिए, यदि बच्चा पानी चाहता है, तो वह उसे कैसे प्रकट कर सकता है? अप्रशिक्षित बच्चे के पास संचार करने का केवल एक ही तरीका है - बच्चा रोता है। लेकिन माता-पिता या देखभाल करने वाला बच्चे की रोने के मकसद को नहीं समझ पाते और बच्चे को पानी के बजाय शायद खाना खिला देंगे। इससे बच्चा निराश और क्रोधित हो जाता है और वह गुस्सा दिखाना शुरू कर सकता है। इसलिए, जब हम बधिरांध बच्चे को पढ़ाने हैं तो साथ-साथ अभिभावक को भी स्पर्शनीय संचार सिखाते हैं, ताकि वह बच्चे के साथ संवाद कर सके।

शिशुओं के लिए अनिवार्य टीकाकरण अनुसूची की तरह, विकलांगों की प्रारंभिक पहचान या विकलांगों के लिए अतिसंवेदनशीलता की पहचान के लिए एक प्रणाली की अनिवार्य अनुसूची बनाया जाना चाहिए, जिसे माता-पिता और सरकारी स्वास्थ्य केंद्रों को अनिवार्य रूप से पालन करना होगा।

बधिरांधता और इसके पुनर्वास के क्षेत्र में काम करने वाले गैर-सरकारी संगठन, सरकार, आम जनता, स्वास्थ्य पेशेवर आदि को संवेदनशील बनाने के लिए आप क्या उपाय सुझाएंगे?

यद्यपि नीतियां हैं, फिर भी इसे सही तरीके से लागू नहीं किया जा रहा है क्योंकि आम तौर पर संबंधित अधिकारियों को संवेदनशीलता नहीं है। आरपीडी अधिनियम 2016 में बधिरांधता बहुविकलांगों के तहत शामिल किया गया है। लेकिन बहुत कम लोग इसके बारे में जानते हैं। मेरे राय में, सरकार को अपने नियंत्रण के आधीन हर विभाग को इसके बारे में नियम और जानकारी पारित करनी चाहिए; हर स्तर पर संवेदनशीलता होनी चाहिए। यदि कोई एनजीओ प्रशिक्षण प्रदान करता है, तो यह कम लोगों तक ही सीमित हो सकता है। सरकार अधिकतम लोगों तक पहुँच सकती है।

डॉक्टरों, स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं, और समाज में हर किसी को बधिरांधता के बारे में संवेदनशील होना चाहिए।

आज हम समावेशी शिक्षा के युग में प्रवेश कर चुके हैं। हमारा मानना है कि प्रत्येक बच्चे को समावेशी शिक्षा प्रणाली से होना चाहिए। पर, इसके लिए आवश्यक मानव संसाधनों में बहुत बड़ा अन्तराल है।

उदाहरण के लिए, यदि बधिरांध बच्चा समावेशी शिक्षा प्रणाली में पढ़ता है, तो शायद कक्षा में शिक्षक बच्चे की जरूरतों को नहीं समझ पाएंगे और बच्चे को प्रदान की जाने वाली शिक्षा की गुणवत्ता खराब होगी। इसलिए, मैं सिफारिश करूंगा कि बी.एड के पाठ्यक्रम में बधिरांध छात्रों को शिक्षा प्रदान करने की पद्धति को शामिल किया जाय।

इसके अलावा, उच्चतर कक्षाओं में गणित या विज्ञान जैसे जटिल विषयों की तरह, स्कूल पाठ्यक्रम में विकलांगता विषय भी शामिल किया जाना चाहिए। यह सुनिश्चित करेगा कि हर बच्चा जो स्कूल प्रणाली से गुजरता है वह विकलांगता को समझता है और इसके प्रति संवेदनशील है, और इस तरह पूरा देश विकलांगता के प्रति संवेदनशीलता बन जाएगा।

उच्चतर कक्षाओं में गणित या विज्ञान जैसे जटिल विषयों की तरह, स्कूल पाठ्यक्रम में विकलांगता विषय भी शामिल किया जाना चाहिए। यह सुनिश्चित करेगा कि हर बच्चा जो स्कूल प्रणाली से गुजरता है वह विकलांगता को समझता है और इसके प्रति संवेदनशील है, और इस तरह पूरा देश विकलांगता के प्रति संवेदनशीलता बन जाएगा।

**सेंस इंटरनेशनल
इंडिया के बधिरांध
बच्चों के सफल
पुनर्वास की कुछ
झलकियाँ हमारे
साथ साझा कीजिये।**

सेंस इंडिया में हमने लगभग 246 बधिरांध वयस्कों की मदद की है, जो उड़ान नेटवर्क में आये हैं। यह बधिरांध वयस्कों का एक राष्ट्रीय नेटवर्क है, जिसके माध्यम से देश के विभिन्न हिस्सों के बधिरांध लोग आपस में जुड़ते हैं, अपने मुद्दों पर चर्चा करते हैं या इसे सरकार तक अपने मांगों को ले जाने के लिए साथ आते हैं। हमारे प्रयास (Prayas) नेटवर्क में 1563 परिवार जुड़े हुए हैं, जबकि हमारे अभि-प्रेरणा (Abhi-Prerna) नेटवर्क में 864 शिक्षक सदस्य हैं। हमारा नेटवर्क न सिर्फ राष्ट्रीय स्तर पर विकसित हुआ है, बल्कि वे मजबूत स्थानीय और क्षेत्रीय नेटवर्क के रूप में भी विकसित हुए हैं। वर्तमान में, भारत में स्थानीय रूप से पंजीकृत हमारे 16 परिवारों के नेटवर्क हैं।

हमारे द्वारा की गई अधिवक्तृता के फलस्वरूप, हाल के आम चुनावों में, देश भर के 170 बधिरांध लोगों ने अपना मत डाला। आर.पी.डी अधिनियम 2016 के तहत बधिरांधता को विकलांगता का दर्जा प्राप्त कराना हमारे लिए एक और उपलब्धि है। सेंस इंडिया को अब संयुक्त राष्ट्र में सलाहकार का दर्जा मिला है।

सेंस इंडिया ने लगभग 200 वयस्कों को आय सृजन में मदद की है - उद्यमिता, बैंकिंग, सॉफ्टवेयर, शिक्षण, कार्यालय प्रशासन, आदि। हम हर बधिरांध व्यक्ति के लिए यही चाहते हैं - स्वतंत्र, नियोजित, गरिमापूर्ण जीवन, और समाज का एक योगदानकर्ता सदस्य बनें। ●



LIGHTS. CAMERA.
APPLAUSE.

ABILITYFEST® 2019

INDIA INTERNATIONAL DISABILITY
FILM FESTIVAL



ABILITYFEST® 2019

Cinema by, with and about people
with disabilities

SEPTEMBER 9th - 12th, 2019 | SATHYAM CINEMAS, CHENNAI

AbilityFest - India International Disability Film Festival
exemplifies Ability Foundation's intention to bridge the divide
between persons with and without disabilities.

It presents a unique and inspiring array of international films
in an accessible environment.



For film submission please mail to fest@abilityfoundation.org
www.abilityfoundation.org | +918939675544 | 044 24520016



मैं विकलांगता के बारे में कैसे लिखती हूँ (और शायद आपको भी ऐसे लिखना चाहिए)



एक गैर-विकलांग व्यक्ति विकलांगता के बारे में, नेकनीयत के साथ, लेकिन बिना दंभपूर्ण दया के या विभाजनकारी शब्दावली का उपयोग जो लांछन को अविरत करता हो, कैसे लिख सकता है? **यशस्विनी राजशेखर** के कुछ विचार।

एक गैर-विकलांग व्यक्ति के रूप में, विकलांगता के बारे में लिखना एक मुश्किल प्रयास हो सकता है। आपको शायद 'ईमानदारी' और 'अशिष्टता' के बीच का संतुलन पता नहीं होगा, और शायद आपको ऐसा लगता है जैसे कि आपको हर बात में सावधानी बरतनी पड़ेगी। यहाँ मैं कुछ सूचक दे रही हूँ जो आपको बताएगा कि पिछले दस वर्षों से मैं कैसे इसके बारे में लिखती हूँ। उनमें से कुछ ठोस अवधारणा हैं जबकि अन्य मानसिकता और दृष्टिकोण में परिवर्तन के बारे में हैं। कुछ दूसरों के मुकाबले कठिन हैं। इन सभी का पालन करना जरूरी है।



पढ़ें।

अपने साक्षात्कार के लिए जाने से पहले अन्वेषण करें। यह वास्तव में सीधी सलाह की तरह लग सकता है, लेकिन यह ऐसा नहीं है। जितना अधिक आप किसी भी विषय पर लिखते हैं, उतना ही आप को लगेगा कि आप उस विषय के बारे में जो भी बात कर रहे हैं आप उसके बारे में जानते हैं। 20 वीं खाद्य समीक्षा तक, एक खाद्य समीक्षक जानता है कि खाने की थाली में क्या-क्या देखना है। 50 वीं फिल्म समीक्षा तक, एक आलोचक की शब्दावली संभवतः कुछ प्रतिरूप में है। अधिकांश साक्षात्कार के रूपों के साथ, आपको ऐसा लगता है कि



आपके पास विषय की समझ है, या तो सीधे और व्यक्तिगत रूप से या परोक्ष रूप से और एक्सपोज़र के माध्यम से। हालांकि विकलांगता के बारे में एक गैर-विकलांग व्यक्तिगत लेखक के रूप में, आप कुछ नहीं जानते। प्रश्न पूछने से पहले विकलांगता के बारे में पढ़ें। यह भी सुनिश्चित करें कि आप नामकरण में अंतर जानते हों (शिष्ट प्रयोग नहीं, वास्तविक शब्दावली) - उदाहरण के लिए, क्या दृष्टिहीन और दृष्टिबाधित के बीच अंतर है? (नहीं, ये शब्द अन्तर्निमेय नहीं है। दृष्टिहीन लोगों में दृष्टि की 100% हानि होता है और दृष्टिबाधितता कुछ और है। आंशिक रूप से देख पाना दृष्टिबाधित कहने का एक अधिक आत्म-व्याख्यात्मक तरीका है)।

वैसे भी पूछ लो।

विकलांगता एक व्यक्तिगत कहानी है। यह एक व्यक्तिगत यात्रा है। परिभाषा के अनुसार, हर व्यक्ति की कहानी अनूठी है। कोई भी विकिपीडिया पृष्ठ वास्तविकता दिखा नहीं पायेगा। ऐसे प्रश्न पूछें जिनका उत्तर केवल उन्हीं को पता हो। यह मत पूछिए कि ओस्टोजेनेसिस इम्पेफेक्टा (*osteogenesis imperfecta*) क्या है। इसके लिए तो इंटरनेट है। इसके बजाय, यह पूछें कि यह कैसा लगता है, ठोस, रोजमर्रा जीवन के बारे में। उनसे पूछें कि उन्हें कब पता चला कि उनका जीवन स्थायी रूप से बदल रहा है। उनसे पूछें कि उस समय उनकी समर्थन प्रणाली क्या थी, उनका चहीता और आरामदायक संगीत कौन सी थी। उनसे उनकी कहानी पूछें। उनसे ऐसे सवाल पूछें, जिनका जवाब केवल उन्हें पता हो।

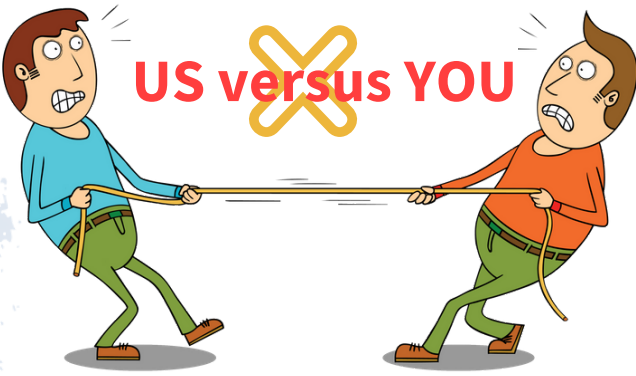
विकलांग व्यक्ति
या व्यक्ति जो
विकलांग हो



स्पष्टता पाईये।

कई बार, आपको विवरणों में स्पष्टता पाने की आवश्यकता होगी। जिस प्रकाशक के लिए आप लिख रहे हैं, शायद वे अपने ही नामकरण के उपयोग पर ज़ोर देंगे - भारत में कई मुख्यधारा के समाचार पत्र डिफरेंटली एबल्ड' (*differently-abled*) का उपयोग करते हैं, जबकि अंतरराष्ट्रीय मानक विकलांग व्यक्ति' (*persons with disabilities - PwD*) का उपयोग करते हैं। विकलांग लोगों के बीच भी उन्हें सम्बोधन करने का हर किसी का अपना पसंद होता है। इसलिए बेहतर है कि उन्हीं से पूछ लिया जाय कि वे खुद को कैसे सम्बोधित करना पसंद करते हैं और क्यों। उनसे पता लगाएं कि वे कैसे पहचाना जाना चाहते हैं। उनसे पूछें कि उन्हें ऐसा क्यों लगता है। उदाहरण के लिए, 'पहचान पहले' पारिभाषिक को लेकर विकलांगता लेखकों के बीच बड़ी बहस चल रही है - क्या उन्हें 'दृष्टिहीन व्यक्ति' या 'व्यक्ति जिसको दृष्टि न हो' कहा जाना चाहिए? जबकि कुछ लोगों का मानना है कि व्यक्ति की पहचान में दृष्टिहीनता की भूमिका है (उदाहरण के लिए, 'लंबा व्यक्ति'), दूसरों को लगता है कि लोगों को व्यक्ति पर ध्यान केंद्रित करते हुए लोगों को उनके दृष्टिहीनता से परे देखना होगा (नीले रंग की टी-शर्ट पहना व्यक्ति)। ये पहचान चिह्न बहुत व्यक्तिगत हैं। हमेशा पूछें। यदि आपके कार्यालय शब्दावली के बारे में नियम पक्का हैं, तो उन्हें बताएं और स्पष्ट करें कि यह ऐसा क्यों है।

विकलांगता एक व्यक्तिगत कहानी है। यह एक व्यक्तिगत यात्रा है और हर व्यक्ति की कहानी अनूठी है।



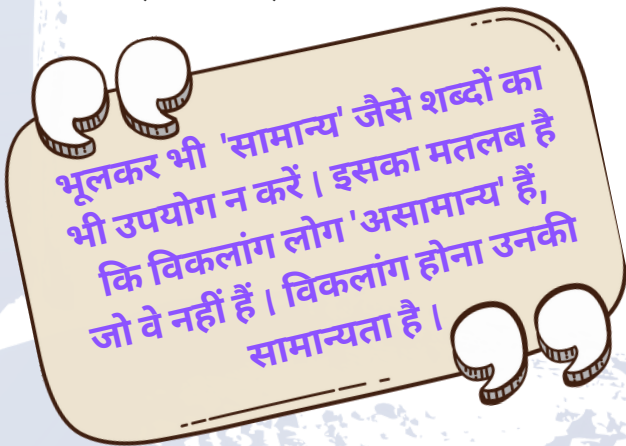
यह 'हम' बनाम 'तुम' की बातचीत नहीं है।

अपनी शब्दावली से सावधान रहें। हमें यह महसूस नहीं होता है कि शब्दों का इस्तेमाल एक संपूर्ण विचार प्रक्रिया को कैसे दर्शाते हैं। ऐसे वाक्यों का उपयोग न करें, जो दिखाता है कि दो शिविर हैं—पीडब्ल्यूडी शिविर और गैर-विकलांग शिविर। इसलिए "आप को कैसा लगा जब आपको एहसास हुआ कि आप दृष्टिहीन हो गए हैं?", पूछने के बजाय, "हाल ही में अपना दृष्टि खोने पर कोई कैसे महसूस करता है?" पूछें। भूलकर भी 'सामान्य' जैसे शब्दों का भी उपयोग न करें। इसका मतलब है कि विकलांग लोग 'असामान्य' हैं, जो वे नहीं हैं। विकलांग होना उनकी सामान्यता है। यदि आप विकलांग लोग के विपरीत शब्द चाहते हैं, तो गैर-विकलांग शब्द का उपयोग करें। यह छोटा लग सकता है, लेकिन हम में से कोई भी कभी भी विकलांग हो सकता है।



'सनसनीपरकता लेख' से सावधान

यह एक ऐसा शब्द है जिसने इंटरनेट में रुचिकर पैदा किया है और बहुत ही नाजुक रेखा है। जब आप कोई कहानी लिख रहे हों, तो पहले खुद से पूछें कि आप इसे क्यों लिख रहे हैं या इसे कैसे प्रस्तुत कर रहे हैं। क्या इस कहानी में विकलांगता ही एकमात्र विषय जो लोगों को इस लेख को पढ़ने के लिए रुचि पैदा करता है? मोहक शीर्षकों ('देखो कैसे भीड़ मंच पर खड़े डाउन सिंड्रोम(Downs Syndrome) वाले लड़के के लिए तालियां दे रही है') या झूठी प्रेरणा (दृष्टिहीन लड़का दृढ़ संकल्प के बारे में हमें बहुत सारे सबक सिखा सकता है!) का शिकार न बने। क्या ये कहानियां मानसिक बदलाव ला रही हैं? क्या वे मुख्यधारा की विकलांगता पर ध्यान केंद्रित कर रहे हैं? या वे उन लोगों के व्यवहार पर प्रकाश डाल रहे हैं जिन्हें लोग सिर्फ इसलिए अपनाना चाहिए क्योंकि वे अच्छे लोग हैं? अपने आप से पूछें कि क्या आपको दया पाने के लिए विकलांगता के विवरण शामिल कर रहे हैं, या लोगों को एक महत्वपूर्ण संदेश देना चाहते हैं।



'सौंदर्यवादी' और 'काव्यात्मक अनुज्ञप्ति' के बीच अंतर को जानें।

सौंदर्यवादीता ठीक है लेकिन 'काव्यात्मक अनुज्ञप्ति नहीं। यह कोई कविता नहीं है। कहानियों को अतिरंजित न करें। यदि दुर्घटना के छंद मिनटों बाद किसी ने सुन्न महसूस किया और यह उनके विच्छेदन का कारण बना, तो वे सुन्न महसूस करते हैं। बस इतना ही। वे "भावनात्मक अधिभार से स्तंभित नहीं हो गए और उन्होंने परिस्थिति को अस्वीकार नहीं किया"। उनके कहानी को बताना ही आपका काम है, यह कहानी आपकी नहीं है।

उनको आवाज़ दो।

यदि आप एक साक्षात्कार ले रहे हैं, तो यह एक स्पष्ट कारक है, लेकिन यदि आप विकलांगता के बारे में लेख लिख रहे हों या राय बता रहे हैं, तो विकलांग लोगों से बात करें। यदि आप यह समझना चाहते हैं कि थिएटर कितने अभिगम्य हैं, तो हर तरह के विकलांग लोगों को संपर्क करें और उनसे प्रश्न पूछें। उन्हीं विषयों पर प्रश्न करें जिनका उत्तर सिर्फ वे जानते हैं। यह मत समझिए कि आप अपनी आँखें बंद करके चलने से एक दृष्टिहीन व्यक्ति का अनुभव पा सकते हैं। यदि आप एक नवाचार / समाधान / परिवर्तन के बारे में लिख रहे हैं या सुझाव दे रहे हैं, तो पूछें कि क्या वे यह चाहते हैं। बहुत बार, कम-प्रधिनिधित्व वाले समुदायों (विकलांग सहित) के लिए बात की जाती है। आप यह तय नहीं कर सकते कि वे क्या चाहते हैं। उनकी राय पूछें। उनकी आवाज का प्रतिनिधित्व करें।



एक गैर-विकलांग व्यक्ति के रूप में विकलांगता के बारे में लिखना किसी अन्य कम-प्रधिनिधित्व वाले, हाशिए पर रहने वाले समूह के बारे में लिखने के समान है। महिलाओं के बारे में मर्द का लिखना, दलित मुद्दों के बारे में विशेषाधिकार प्राप्त जाति / समुदाय के लोग का लिखना ... समानताएं अंतहीन हैं। इसका मतलब यह नहीं है कि कहानियों को नहीं बताया जाना चाहिए या लेख नहीं लिखे जाने चाहिए। हालांकि, इसका मतलब यह है कि हमें बाहरी व्यक्ति होने की संवेदनशीलता, जागरूकता और चेतना के साथ ऐसा करना चाहिए। अपने आप से यह बुनियादी सवाल पूछें: क्या आप कलंक को बढ़ावा दे रहे हैं? क्या आप विभाजनकारी शब्दावली को अपना रहे हैं? क्या आप अपने हितों के अनुरूप अतिरंजना कर रहे हैं? यह मत समझना कि तुम्हें पता है। उन लोगों से पूछो जिन्हें वास्तव में पता है। और उन्हें अपनी कहानी बताने में शामिल करें। याद रखें, आप सिर्फ वाहक हैं।●

बहुत बार, कम-प्रधिनिधित्व वाले समुदायों (विकलांग सहित) के लिए बात की जाती है। आप यह तय नहीं कर सकते कि वे क्या चाहते हैं। उनकी राय पूछें। उनकी आवाज का प्रतिनिधित्व करें।

असीमित रचनात्मकता



एन इवनिंग इन पेरिस

दृष्टिहीनता और नजरिया खो देना का क्या सम्बन्ध है? कुछ भी नहीं, एक प्रतिभाशाली कलाकार और एल.वी. प्रसाद आई इंस्टीट्यूट (*LV Prasad Eye Institute*), हैदराबाद में एक पुनर्वास काउंसलर, ऐश्वर्या पिल्लई पता लगाती हैं। एक दृष्टिहीन चित्रकार के रूप में और दृष्टिहीन समुदाय के अन्य लोगों के लिए इस अवधारणा को आगे ले जाने में उनके यात्रा के वर्णन पर ध्यान दें।

“पेंटिंग ने मुझे हमेशा मोहित किया है और जीवन भर यह मेरा जुनून रहा है। 2008 के दौरान, जब मैंने ब्रेन ट्यूमर के परिणामस्वरूप अपनी दृष्टि खो दिया तो पेंटिंग भी छोड़ दी, और मेरा यह विश्वास था कि मैं अभी पेंट नहीं कर पाऊंगी। तब मुझे नहीं पता था कि मैं कितना गलत साबित हूँगी!

मेरा संपर्क एल.वी. प्रसाद आई इंस्टीट्यूट, हैदराबाद में पुनर्वास सेवाओं से हुआ और 2013 में, मुझे वही 'पुनर्वास काउंसलर' के रूप में नियुक्त हुयी। आगे के सालों में, मैं स्वतंत्र जीवन जीने लगी और ऐसे कई चीजें हासिल की, जो मैंने पहले सोचा था कि एक दृष्टिहीन व्यक्ति के रूप में संभव नहीं है।

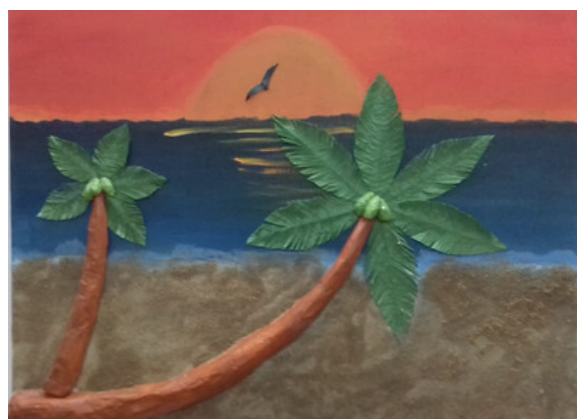
2017 में, मैंने एनीबडी केन पेंट' (*Anybody Can paint*) द्वारा आयोजित एक पेंटिंग कार्यशाला में भाग लिया। यहाँ मैंने सीखा कि दृष्टिहीनता के बावजूद, मैं उनके अर्थ के आधार पर रंगों की व्याख्या कर सकती हूँ। इस अनुभव ने मुझे बंदूक के गोद के मदद से रूपरेखा बनाकर परिधि के भीतर पेंटिंग करते हुए दो कलात्मक चित्रों को चित्रित करने के लिए प्रेरित किया। इस समय पर, मेरी पहली धारणा कि दृष्टि के बिना मैं पेंट नहीं कर पाऊंगी गलत साबित कर हुयी।

2018 में, मैंने एक आर्ट गैलरी का दौरा किया; मुझे निराश होना पड़ा क्योंकि मैं वहाँ प्रदर्शित किसी भी कलात्मक कार्य का अनुभव नहीं कर पायी, क्योंकि वे सभी दो आयामी थे। तभी मेरे दिमाग में स्पर्शनीय चित्रों का विचार आया।

व्यक्तिगत रूप से मेरा मानना है कि कला अभिव्यक्ति का एक रूप है और इसे हर किसी को अनुभव करना चाहिए, जिसमें दृष्टिहीन लोग भी शामिल हैं। इस विचार को ध्यान में रखते हुए, अपने चित्रों में उपयोग करने के लिए मैंने विभिन्न स्पर्शनीय सामग्रियों की खोज शुरू की। मेरी पहली पेंटिंग का नाम 'हैप्पी ब्लॉसम' (*Happy Blossoms*) था। इसमें नीले रंग की पृष्ठभूमि (दुख व्यक्त करने वाला) में चार बड़े पीले फूलों (खुशी का



ए ट्रैन्क्विल मोमेंट



कैरेबियन फीस्ट

प्रतिनिधित्व करते हुए) थे। मैंने फूलों के केंद्र के लिए पंखुड़ियों और मोतियों के लिए सूखी पत्तियों का उपयोग किया। इस पेंटिंग का संदेश था कि उदासी के बावजूद, खुशी हमेशा खिलती रहेगी।

इसके बाद, मैं विभिन्न रूपों के स्पर्शनीय सामग्रियों को उपयोग करना चाहती थी। तभी मैंने एल्यूमीनियम फॉयल का उपयोग करना शुरू किया। मैंने पाया कि न केवल मैं इसे आकार दे सकती हूँ, बल्कि इसके चारों ओर सफेद कागज भी गोद कर सकती हूँ। इस नवाचार के साथ, मैंने चार और स्पर्शनीय चित्र बनाया, 'एन इवनिंग इन पेरिस' (*An evening in Paris*), 'कैरेबियन फीस्ट' (*Caribbean feast*), 'ग्रेट एक्सपेक्शंस' (*Great expectations*) और 'अ ट्रैन्क्विल मोमेंट' (*A tranquil moment*)।

मैंने इस नए अभिगम्य कला का इतना आनंद लिया कि मैं दूसरों को भी इसका अनुभव कराना चाहती थी। इसका

ऐश्वर्या पिल्लई "हैप्पी ब्लॉसम" के साथ



ग्रेट एक्सपेक्टेशंस



नतीजा यह था कि मैंने इंस्टिट्यूट फॉर विज़न रिहैबिलिटेशन (*Institute for Vision Rehabilitation*) में दो कार्यशाला आयोजित किया।

पहली कार्यशाला, एक सिद्धांत सत्र था जिसमें मैंने रंगों का अर्थ, विभिन्न स्पर्शनीय सामग्रियों जैसे मोतियों, एल्युमिनियम फॉयल, पेपर, कॉफी कप आदि का उपयोग, और स्पर्श सामग्री का उपयोग करके कैनवास पर कला प्रदान करने की प्रक्रिया, ब्रश स्ट्रोक का उपयोग करना, चिपकाने की सामग्री और वे क्षेत्र जिन्हें चित्रित नहीं किया जाना चाहते हैं उन्हें छिपाने के लिए कचरे के थैलों का उपयोग आदि सिखाया।

अगले कार्यशाला में, प्रतिभागी स्वयं अपने विचारों और विषय-वस्तु के साथ आए। उन्हें सिर्फ सामग्री और स्वयंसेवकों की सहायता प्रदान की गई थी। उन्होंने अपनी उत्कृष्ट कृतियों का निर्माण किया, जो न सिर्फ देखने के लिए अतिसुन्दर थे, बल्कि स्पर्शनीय भी थे।

कला अभिव्यक्ति का एक रूप है और इसे हर किसी को अनुभव करना चाहिए, जिसमें दृष्टिहीन लोग भी शामिल हैं। इस विचार को ध्यान में रखते हुए, अपने चित्रों में उपयोग करने के लिए मैंने विभिन्न स्पर्शनीय सामग्रियों की खोज शुरू की।

द फुलमून नाइट (*The Fullmoon Night*), हिल्ससाइड सीक्रेट (*Hillside secret*), ब्लूम रूम (*Bloom Room*), और यू एंड आई (*You and I*) - में न केवल शीर्षक दिलचस्प थे, उपयोग किए गए रंग जीवंत और आकर्षक थे। सभी प्रतिभागियों को अपने जीवन में पहली बार पेंटिंग बनाते बेहद खुशी हुयी।

उनके इस रचनात्मक पक्ष के बारे में समुदाय के बीच जागरूकता फैलाने के लिए, जून में एक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया, जिसमें दृष्टिहीन और देखने वाले दोनों आगंतुकों ने एक छत के नीचे कलाकृति का आनंद लिया। निकट भविष्य में इस तरह की और ज़्यादा कार्यशालाओं को आयोजित करने के लिए योजनाएं बनाई गई हैं। इसके लिए अब तक की प्रतिक्रिया जबरदस्त रही है। ●

16 வகை அனைத்தும் சிறந்த சுவை

உங்கள் உணவை மேலும் சிறப்பாக்க,
நாங்கள் ஆவக்காய், தொக்கு, எலுமிச்சம்,
பூண்டு, தக்காளி, இஞ்சி போன்ற 16
சிறந்த ஊறுகாய் வகைகள் தருகிறோம்,
அத்தனையும் குசித்துக் கொடுங்கள்.

