02952-221909 rjvs10@yahoo.in www.rjvs.in rjvs.ngo

राजसमंद जन विकास संस्थान
राजसमंद महिला मंच (संगठन)

"हौसलों की उडान"

अंक - 05 I जनवरी-मार्च 2026

रंग बरसे

03 MARCH

हर किसी का
ऊँचाइयों पर घोंसला नहीं होता
किसी के पंख नहीं होते
या दिल में हौंसला नहीं होता
मंजिल उन्हीं को मिलती है
जिनके सपनों में जान होती है
पंखों से कुछ नहीं होता
हौंसलों से उडान होती है

महिला दिवस की एक प्रेरक झलक

इस बार महिला दिवस सिर्फ एक तारीख नहीं था, बल्कि यह उत्साह, एकजुटता और बदलाव की एक जीवंत कहानी बन गया। राजसमंद जिले के अलग-अलग गाँवों और पंचायतों में एकल महिलाओं ने मिलकर इस दिन को अपने अधिकारों और उपलब्धियों के उत्सव के रूप में मनाया।

कार्यक्रमों में एक खास बात देखने को मिली—एकल महिलाओं ने अपनी पेंशन में हुई बढ़ोतरी को केवल एक सरकारी निर्णय के रूप में नहीं, बल्कि अपनी सामूहिक आवाज और एकजुटता की जीत के रूप में मनाया। यह जश्न इस बात का प्रतीक था कि जब एकल महिलाएं संगठित होती हैं, तो बदलाव संभव होता है।

इन आयोजनों में एकल महिलाओं ने अपने अधिकारों, सामाजिक सुरक्षा योजनाओं और कानूनी प्रावधानों के बारे में जानकारी हासिल की। साथ ही उन्होंने खुलकर अपनी समस्याओं और अनुभवों को साझा किया। बातचीत सिर्फ जानकारी तक सीमित नहीं रही, बल्कि समाधान की दिशा में भी आगे बढ़ी—जहाँ एकल महिलाओं ने अपनी मांगों को मजबूती से रखा और बदलाव की उम्मीद के साथ आगे आईं। महिला दिवस के इस अवसर पर सामाजिक मुद्दों पर भी गंभीर चर्चा हुई।

कार्यक्रमों का माहौल सिर्फ सीखने तक सीमित नहीं था—इसमें आनंद और अपनापन भी भरपूर था। एकल महिलाओं ने खेलों और मनोरंजक गतिविधियों के माध्यम से अपने बचपन की यादों को फिर से जिया। हंसी, उमंग और साथ मिलकर बिताए गए ये पल, उनके बीच रिश्तों को और मजबूत करते नजर आए।

अंत में, रंगों के साथ मनाई गई होली ने इस पूरे आयोजन को और खास बना दिया। गुलाल के रंगों में एकजुटता, आत्मविश्वास और नई ऊर्जा का संदेश साफ दिखाई दे रहा था।

इस महिला दिवस ने यह साबित किया कि जब एकल महिलाएं जागरूक होती हैं, संगठित होती हैं और अपनी आवाज उठाती हैं, तो वे न सिर्फ अपने जीवन में बदलाव लाती हैं, बल्कि पूरे समाज को आगे बढ़ाने की ताकत बन जाती हैं।

कार्यक्रम में राजसमन्द जिले के 6 ब्लॉक की 200 से अधिक एकल महिलाएं शामिल हुईं।

“मेरा शरीर, मेरा अधिकार”

कभी न रुकने वाली ऊर्जा, खुलकर बोलते विचार और बदलाव की चाह—कुछ ऐसा ही माहौल देखने को मिला जब सैकड़ों युवाओं ने एक साथ मिलकर “मेरा शरीर, मेरा अधिकार” के संदेश को अपनी आवाज दी।

“उमड़ते सौ करोड़” सिर्फ एक कार्यक्रम नहीं था, बल्कि एक ऐसा मंच बना जहाँ **463 किशोरियों, युवतियों और युवाओं** ने अपने अनुभव, सोच और सपनों को बिना झिझक साझा किया। यहां बातचीत आत्मसम्मान, सहमति (कंसेंट), समानता और व्यक्तिगत अधिकारों पर एक खुला और जरूरी संवाद बनी।

युवाओं ने स्लोगन, पोस्टर, पेंटिंग, कविता और लघु नाटकों के माध्यम से अपने विचार प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत किए। बॉडी शेमिंग जैसे मुद्दों पर भी खुलकर चर्चा हुई, जहाँ खुद को स्वीकार करना और दूसरों का सम्मान करना एक मजबूत समाज की नींव के रूप में सामने आया।

इस मंच ने युवाओं को न सिर्फ अपनी बात रखने का अवसर दिया, बल्कि एक-दूसरे के अनुभवों से सीखने और समझने का भी मौका दिया। कई युवाओं ने पहली बार ऐसे मुद्दों पर खुलकर अपनी राय रखी, जो आमतौर पर अनकहे रह जाते हैं।

पूरा माहौल सीखने के साथ-साथ खुद को पहचानने और अपनी आवाज को मजबूत करने का रहा। अंत में सभी ने एक ऐसे समाज के निर्माण का संकल्प लिया, जहाँ हर व्यक्ति अपने शरीर, अपने फैसलों और अपनी पहचान के साथ सम्मानपूर्वक जी सके।

सुरक्षित कार्यस्थल की ओर

संस्थान के **25** कार्यकर्ताओं का एक दिवसीय क्षमता वर्धन प्रशिक्षण आयोजित किया गया। प्रशिक्षण में कार्यस्थल पर यौन उत्पीड़न की पहचान, रोकथाम, रिपोर्टिंग प्रक्रिया और शिकायत निवारण तंत्र को व्यावहारिक तरीके से समझाया गया। सत्र में मुख्य वक्ता के रूप में **अपर जिला एवं सेशन न्यायाधीश श्रीमान भारत भूषण पाठक** उपस्थित रहे। उन्होंने बताया की हर कर्मचारी की जिम्मेदारी है कि वह सुरक्षित और सहयोगी वातावरण बनाने में अपनी भूमिका निभाए। प्रतिभागियों ने कई सवाल पूछे और अपने अनुभव साझा किए, जिससे सीखने की प्रक्रिया और अधिक प्रभावशाली बनी। आंतरिक शिकायत समिति की भूमिका और संरचना को भी स्पष्ट करते हुए उसे और मजबूत करने की दिशा में कदम बढ़ाए गए।

चुप्पी से सवाल और फिर संवाद तक

संस्थान द्वारा आयोजित प्रशिक्षण में भीलवाड़ा व राजसमन्द जिलें की **28 किशोरियों** और युवतियों ने अपने शरीर, स्वास्थ्य और अधिकारों से जुड़े विषयों पर खुलकर चर्चा की। सरल और वैज्ञानिक तरीके से प्रजनन स्वास्थ्य, शरीर में होने वाले बदलाव और जरूरी स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी दी गई। इस सत्र में **विशेषज्ञ के रूप में डॉ. भाव्या, सामुदायिक स्वास्थ्य अधिकारी (सीएचओ) कीर्ति बेरवा एवं उजाला क्लिनिक की काउंसलर मोनिका शर्मा** उपस्थित रहीं।

इस दौरान प्रतिभागियों ने अपने सवाल पूछे, अनुभव साझा किए और यह समझा कि सही जानकारी और जागरूकता उन्हें अपने स्वास्थ्य और अधिकारों के प्रति अधिक आत्मविश्वासी बनाती है।

राष्ट्रीय बालिका दिवस

राष्ट्रीय बालिका दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रमों में किशोरियों ने न सिर्फ़ उत्साहपूर्वक भाग लिया, बल्कि अपने अधिकारों और जरूरतों को मजबूती से सामने रखा। **भीलवाड़ा व राजसमंद जिले की 5 पंचायतों में 250 बालिकाओं** ने रचनात्मक गतिविधियों, खेलों और समूह चर्चाओं के माध्यम से सामाजिक मुद्दों पर अपनी सोच व्यक्त की।

इन संवादों में एक महत्वपूर्ण बात उभरकर सामने आई—शिक्षा के साथ पोषण भी उतना ही जरूरी है। बालिकाओं ने साझा किया कि घरेलू जिम्मेदारियों और सीमित सुविधाओं के कारण कई बार वे बिना भोजन के विद्यालय जाती हैं, जिससे उनके स्वास्थ्य और पढ़ाई पर असर पड़ता है। इस मुद्दे को उठाते हुए उन्होंने पोषण सुविधाओं के विस्तार की आवश्यकता पर जोर दिया।

कार्यक्रमों के दौरान बाल विवाह जैसे मुद्दों पर भी गंभीर चर्चा हुई, जहाँ सभी प्रतिभागियों ने इस कुप्रथा का विरोध करने और अपने परिवार व समुदाय में जागरूकता फैलाने का संकल्प लिया। साथ ही यह भी महसूस किया गया कि जब बालिकाओं को सही मंच मिलता है, तो वे न केवल अपनी समस्याएं रखती हैं, बल्कि समाधान की दिशा में भी आगे बढ़ती हैं।

भगवती भाट
गाँव - दिवेर

"संस्था ने मुझे ऐसा मंच दिया है, जिससे मैं आत्मविश्वास के साथ घर से बाहर निकलकर अपने फैसले खुद लेने लगी हूँ। अब मैं न केवल अपने सपनों के बारे में अपने अभिभावकों से खुलकर बात करती हूँ, बल्कि अन्य लड़कियों को भी आगे बढ़ने के लिए प्रेरित कर रही हूँ"

सीता मेघवाल
गाँव - कितेला

"मैंने बाल विवाह जैसी कुप्रथा से खुद को मुक्त कर अपनी मर्जी से जीवन जीने का फैसला लिया है। अब मेरा सपना वकील बनकर उन लोगों को न्याय दिलाना है, जिन्हें न्याय पाने में मेरी तरह कठिनाइयों का सामना करना पड़ा"

जब अपना ही घर पराया हो गया...

सफलता की कहानी

एक छोटी उम्र में शादी, और फिर पूरी जिंदगी एक ही वजह से सवालों और तानों का सामना करना पड़ा।

धीरे-धीरे यही वजह उन्हें अपने ही घर में पराया बना गई। ताने और तकलीफ इतनी बढ़ी कि उन्हें अपना घर छोड़ना पड़ा।

जिस घर में उनका हक था, वहीं कुछ दिन रहने की भी इजाज़त नहीं मिलती थी। उम्र ढलती गई, लेकिन संघर्ष खत्म नहीं हुआ- मजदूरी कर, इधर-उधर रहकर उन्होंने किसी तरह जिंदगी काटी। अपनों के बीच होते हुए भी, वो हमेशा अकेली रहीं।

75 साल की उम्र में भी वो भटक रही थीं... लेकिन उन्होंने हार नहीं मानी।

कई सालों तक चुप रहने के बाद, जब उन्होंने अपनी बात रखने की हिम्मत जुटाई, तो वहीं से उनकी जिंदगी ने नया मोड़ लिया। नारी अदालत और महिला सुरक्षा एवं सलाह केंद्र की मदद से सुनवाई और समझाइश हुई... और आखिरकार उन्हें उनका अपना घर वापस मिला—वही घर, जहां कभी उनके लिए जगह नहीं थी।

साथ ही **18 महीनों का बकाया भरण-पोषण ₹36,000 दिलवाया गया और प्रति माह ₹2,000 की नियमित राशि भी तय करवाई गई।**

आज **प्यारी बाई, निवासी धरमेटा (राजसमंद)** उसी घर में सम्मान और सुरक्षा के साथ रह रही हैं। उनकी आंखों में अब डर नहीं, सुकून है—और चेहरे पर वह संतोष, जो लंबे संघर्ष के बाद मिलता है।

यह सिर्फ एक महिला की कहानी नहीं... यह हिम्मत, हक और सम्मान की वापसी की कहानी है।

नारी अदालत के द्वारा अब तक प्यारी बाई जैसी 2500 से अधिक महिलाओं को न्याय दिलाया जा चुका है।

राजसमन्द जन विकास संस्थान द्वारा प्रकाशित
संपादन: शकुंतला पामेचा, मार्गदर्शन: अरविन्द कुमार पामेचा,
लेखन एवं डिजाईन: भूपेन्द्र सिंह/प्रदीप, सहयोग: समस्त संस्थान सदस्य