बदलती राहें

वर्ष 01, अंक 30
धर्मशाला, सोमवार, 21 सितंबर 2015

नशे से छुटकारा कठिन, मगर असंभव नहीं

तंबाकू इस शताब्दी का सबसे बड़ा दुश्मन रहा है। यदि तंबाकू को समस्त बुराइयों की जननी कहा जाए, तो अतिश्योक्ति न होगी, क्योंकि हर नशेड़ी सर्वप्रथम बुराइयों की शुरुआत 90 फीसदी तंबाकू जनित पदार्थों से ही करता है। इनमें बीड़ी, सिगरेट, खैनी, पान, गुट्का, सिगार, हुक्का, चिलम, झजरी व कली शामिल हैं। इन सबमें जहरीला पदार्थ निकोटीन होता है, जो नशीले पदार्थों की श्रेणी में आता है। यदि निकोटीन की आदत पड़ जाए तो इसे छोड़ना नशेड़ी के लिए मुश्किल हो जाता है। तंबाकू उपभोक्ता प्रायः मुख के कैंसर, फेफड़ों के कैंसर, उच्च रक्तचाप, सीने में जलन, गैस व दिल के दौरे जैसी गंभीर बीमारियों के शिकार होते हैं। शोध में पाया गया है कि प्रत्येक बीड़ी, सिगरेट व तंबाकू पदार्थ की डोज व्यक्ति की आयु को दो मिनट कम कर देती है। लगभग बीस वर्ष के लगातार प्रयोग से मनुष्य किसी न किसी गंभीर बीमारी की चपेट में जरूर आता है या वैसे ही नकारा हो जाता है। अंततः अल्पायु में ही काल का ग्रास बन जाता है। इसे सभी नशों की जननी इसलिए कहते हैं क्योंकि तंबाकू में मिलाकर ही भांग, चरस, गांजा, स्मैक आदि नशीले पदार्थों के सेवन की शुरुआत युवा करते हैं। यहां तक कि धूम्रपान न करने वालों को भी शराब का सरूर चढ़ते ही सिगरेट पीने की तलब लग जाती है।

इस लत के बारे में युवाओं के अभिभावकों को प्राथमिक स्तर पर पता ही नहीं चल पाता। युवा जब इस कुटैब का पूर्णतया शिकार हो जाता है, तब परिवार को आभास हो पता है कि लाडला तो बिगड़ चुका है। अपने बड़े बुजुर्गों, सीनियर्स, नेता-अभिनेता या प्रभावशाली व्यक्ति की देखादेखी में शुरू किया गया तंबाकूनोशी का ऐब कुछ ही समय बाद घर-परिवार व जान के लिए आफत बन जाता है। आजकल तो स्कूल-कालेज व होस्टलों में तंबाकू सिर्फ कुटैब ही नहीं, अपितु छात्र-छात्राओं का फैशन सा बन गया है। माफिया नेटवर्क की मिलीभगत से असामाजिक तत्वों द्वारा शहरों में शिक्षा संस्थाओं के साथ भी अवैध हुक्कावार खोले जा रहे हैं। सीनियर्स की देखा-देखी व प्रोत्साहन से जूनियर्स भी तंबाकू का इस्तेमाल शुरू कर देते हैं और इस नशे की गर्त में फंसते चले जाते हैं। इस तरह वे अंततः ताउम्र नशों के गुलाम बनने को मजबूर हो जाते हैं। आधुनिक सभ्यता का अति अनिष्टकारी लक्षण नशे में मस्त हो रहा, कुव्यसनी समाज है। आज के युग में अशिक्षित, झोंपड़-पट्टी वाले, अज्ञानी, मजदूर तबके के साथ-साथ संभ्रांत लोग, वरिष्ठ व जिम्मेदार वर्ग के लोग भी इस कुटैब का शिकार हो रहे हैं।

हमारे बालकों को धीमा जहर देने वालों के खिलाफ सख्त से सख्त कार्रवाई की जाए, हमें नई सरकार से काफी उम्मीदें हैं। ऐसे देशद्रोही जिस दिन जेल की सलाखों के पीछे जाएंगे, तो खुद ब खुद हमारे अच्छे दिन आ जाएंगे। देश में व्याप्त नशाखेरी की समस्या अनुशासनहीनता, कानून व्यवस्था भंग करने व विकास तथा खुशहाली में बाधक साबित हो रही है। नशेड़ी युवक नशा प्राप्त करने के लिए चोरी-डकैती यहां तक कि हत्या करने से भी न तो डरता है और न ही हिचकिचाता है। नशे के कई प्रकार हैं जैसे मन पर प्रभाव डालने वाले पदार्थ- हशीश, एलएसडी ब्राऊन शुगर, चरस-गांजा और अफीम। शरीर पर प्रभाव डालने वाली दवाएं मारफिन, हेरोइन, कांपोज, पेथेड्रिन जैसी सिंथैटिक ड्रग्स, दारू, शराब, बीयर, बीड़ी-सिगरेट, तंबाकू आदि। नशा कोई भी हो, पर यह कटु सत्य व प्रमाणित है कि यह तन, मन, धन, घर-परिवार, समाज व देश को नेस्तनाबूद कर देता है।

इसका सबसे घातक प्रभाव यह होता है कि जब उपरोक्त नशा या सिंथैटिक दवाएं न मिलें, तो व्यक्ति एक दम बुझा-बुझा, मरा सा और उदिग्न हो जाता है। नशेड़ी में विभ्रम व विक्षिप्तता के लक्षण पैदा हो जाते हैं तथा मानसिक व शारिरिक दृष्टि से नकारा हो जाता है। ये तमाम ड्रग्ज़ मनुष्य की उत्प्रेरक शक्ति को ही नष्ट कर देते हैं। भला चंगा दिखने वाला मर्द भी नपुंसक, हिजड़ा सा हो जाता है। नशे का सबसे बड़ा कारण कुसंगति व उपलब्धता है, सीधे सादे बच्चे भी बुरी संगत में पड़कर नशे के दल-दल में फंसते जा रहे हैं। आज के व्यस्त व भाग दौड़ भरे जीवन में कभी-कभी हम मां-बाप बच्चों पर पूरा ध्यान नहीं दे पाते, जब हालत बद से बदतर हो जाते हैं, तब जाकर अनजान अभिभावकों को वस्तु स्थिति का पता चलता है।

जब कोई व्यक्ति नशा लेने के लिए सूई, नाक-मुंह या अन्य किसी माध्यम से नशीला पदार्थ ग्रहण करता है, तो कैंसर, हार्ट-अटैक, किडनी-लिबर फेल, फेफड़े डैमेज, ब्रेन हैमरेज, अधरंग तथा लकवे का शिकार हो जाता है। नशे से छुटकारा पानी कठिन है, परंतु असंभव तो बिल्कुल नहीं है। सर्वप्रथम व्यक्ती को दृढ़ संकल्प करना चाहिए कि वह भविष्य में कभी भी इसका सेवन नहीं करेगा। यह संकल्प ही आधी सफलता है। उसकी इच्छा-शक्ति को दृढ़ करने के लिए प्रोत्साहित किया जाना लाज़मी है। इस बात का ध्यान रखा जाए कि उसे एकांत में न रखा जाए और उसे शौक का कोई काम देकर व्यस्त रखा जाए। डाक्टर की सलाह और तत्पश्चात व्यसन उपचार गृह में भेजा जाना आवश्यक हो सकता है। नशाखारी फैलाने वालों के खिलाफ कई कानून हैं, परंतु कठोर दंड जरूरी है। जीवन तबाह करने वाली इस सर्वनाशी महामारी को समूल नष्ट करने के लिए चेतना, जागृति व एकजुट प्रयास की जरूरत है।

नशा मुक्ति मिलने पर ही हर हाथ को शक्ति मिलेगी व अच्छे दिन भी आ जाएंगे।

प्रस्तुतिः- नागेंद्र सिंह नेगी, सरकाघाट जिला मंडी

बदलती राहें
धर्मशाला, सोमवार, 21 सितंबर 2015

अनाथ रीना ने होश संभाला तो पता चला वह एचआईवी पाजिटिव है

रीना 14 वर्ष की एक अनाथ बच्ची है जो अपने दादा-दादी के साथ रहती है। इसका एक छोटा भाई भी है। वह और उसका भाई अपने दादा-दादी के साथ ही रहते हैं। रीना के माता-पिता का देहांत 6 साल पहले ही हो चुका है। तब रीना मात्र 8 वर्ष की थी। रीना की मां एचआईवी पाजिटिव थी। जब उसका टेस्ट हुआ था जब वो अत्यधिक बीमार हालत में थी। रीना के पिता का एचआईवी टेस्ट नहीं हो पाया था, क्योंकि वह पहले ही इस दुनिया को छोड़ चुके थे।

मां के एचआईवी पाजिटिव आ जाने पर जब बच्चों का टेस्ट हुआ तो रीना भी एचआईवी पाजिटिव आई, जबकी उसका भाई एचआईवी नेगिटिव आया। इसी जांच के दौरान रीना की मां का भी देहांत हो गया पहले तो सब ठीक ठाक चलता रहा।

रीना के दादा-दादी एआरटीसी से दवाएं ले आते थे और रीना उन दवाइयों को चुपचाप खा लेती थी। जैसे-जैसे वह बड़ी होती गई

वह अपने दादी- दादी से पूछने लगी कि वह किस चीज की दवाई खाती है, जबकी उसका भाई कोई भी दवाई क्यों नहीं खाता है अब रीना के दादा-दादी को भी उसको दवाई खिलाने की समस्या सामने आने लगी। जब वे एआरटीसी में दवाई लेने आए तो उनकी मुलाकात केयर एंड स्पोर्ट सैंटर के कर्मचारी से हुई। वह उन्हें सीएचसी में लेकर आ गए। यहां सीएचसी के काऊसंलर ने रीना के दादा- दादी से बात की और उन्हें समझाने के बाद उनसे कहा कि वे अगली बार रीना को अपने साथ ले कर आएं।

साथ में यह सभी सुनिश्चित हुआ कि उसी दिन सीएससी में बच्चों की स्पोर्ट-ग्रुप- मिंटिग भी की जाएगी। फिर निर्धारित समय और दिंनाक पर रीना अपने दादा-दादी के साथ मिंटिग में आई। पहले उसे सब बच्चों के साथ मिलाया गया। फिर उन बच्चों के साथ बात हुई और सबने अपने -२ बारे में बताया। तत्पश्चात सब बच्चों को एचआईवी के विषय में फ्लीप चार्ट्स प्रयोंगो के माध्यम से बताया गया। अंत में जब सब बच्चे एचआईवी के विषय में जान गए तो उन्हें बताया गया कि वे भी एचआईवी के साथ जी रहे हैं। इसी के चलते उन्हें नियमित तौर पर दवाइयां खानी पड़ रही हैं।

उन्हें यह भी बताया गया कि उन्हें क्या-क्या और कब-कब खाना चाहिए। अब रीना भी समझ चुकी थी कि वह एचआईवी की दवा खा रही है। यह दवाई उसे निश्चित रूप से खानी ही है। अब जब भी रीना अपने दादा-दादी के साथ आती है तो केयर एंड स्पोर्ट सेंटर में जरूर आती है। रीना की दादी बताती है कि रीना ने दोबारा उनसे कभी नहीं पूछा कि वह किस चीज की दवाई खाती है।

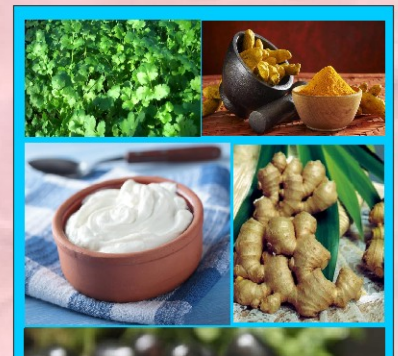
किडनी रोग में फायदेमंद होते हैं घरेलू उपाय

किडनी का स्वस्थ रहना बेहद जरूरी है। इसके लिए खास आहार लेना आवश्यक होता है। जिससे किडनी का विषैला पदार्थ बाहर निकल जाए। इन चीजों को खाने से किडनी में स्टोन होने की आशंका भी कम हो जाती है।

धनिया - किडनी में स्टोन के इलाज के लिए धनिया को काफी महत्वपूर्ण माना जाता है। इसे किडनी रोग की दवाइयों में भी इस्तेमाल किया जाता है। इसे भोजन में इस्तेमाल किया जाता है।

अदरक - यह शरीर में खून की सफाई के साथ-साथ किडनी से विषैले तत्वों को बाहर निकालता है एवं किडनी को स्वस्थ रखता है।

दही- इसमें अच्छे प्रकार का बैक्टीरिया पाया जाता है, जो किडनी के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। यह बैक्टीरिया उसमें से गंदगी को बाहर निकलता है और रोग



प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करता है।

जामुन - इसमें एंटी ऑक्सीडेंट होता है, जो किडनी से यूरिक एसिड को बाहर निकालता है। इसमें यूरिक एसिड और यूरिया को निकालने की क्षमता होती हैं

कद्दू के बीज - इस बीज में एंटी ऑक्सीडेंट मिनरल और विटामिन पाए जाते हैं। यह किडनी को किसी भी प्रकार के फ्री रेडिकल से बचा लेते हैं।

हल्दी - अगर आपको अपनी किडनी साफ करनी है तो हल्दी खाइए। इसे अपने भोजन में डालकर अथवा छोटे टुकड़ों में खाया जाए, क्योंकि इसमें एंटीसेप्टिक गुण होते हैं।

लापरवाही है प्रमुख वजह

जागरूकता की कमी और गलत आदतों के कारण किडनी रोगियों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। यदि भूख कम लग रही हो, जी मचलाता हो, पैर या आंखों के पास सूजन आती हो, थकान जल्दी महसूस हो, सांस फूल जाती हो और खून की कमी अक्सर रहती हो तो ऐसे लोगों को इन लक्षणों को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए, तुरंत ही डॉक्टर को दिखाएं।

साथ ही नियमित रूप से ब्लड प्रेशर की जांच करवाएं। प्रतिदिन 5 से 6 ग्राम से अधिक नमक ना लें। हर दिन 3 से 5 लीटर पानी जरूर पीएं। अल्कोहल और तंबाकू जैसे नशे की आदतों से दूर रहें। हर दर्द के लिए तुरंत पेनकिलर ना लें। वजन को नियंत्रित रखें और हर दिन 30 से 45 मिनट का व्यायाम जरूर करें।

नींबू के रस में पथरी को घोलने की जबर्दस्त क्षमता होती है। दिन में दो-बार नीबू का रस गुनगुने पानी में मिलाकर पीएं। अंगूर में पोटेशियम और पानी की अधिकता होती है। जो किडनी की बीमारी से लड़ने में मददगार होते हैं। प्याज में भी पथरी नाशक तत्व होते हैं। इसका पेस्ट बना लें, इसे कपड़े से निचोड़कर रस निकालें। सुबह खाली पेट इसे पीएं।

एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया में 598 वेकेंसीज के लिए करें अप्लाई

एएआई अपनी जूनियर एग्जिक्यूटिव पोस्ट्स के जरिए एलिजिबिल कैंडीडेट्स को जॉब्स ऑफर कर रहा है। इन पोस्ट्स के लिए रजिस्ट्रेशन स्टेप 1 और स्टेप 2, दो स्टेजेस के जरिए किया जा सकता है।

अगर आप भी इन पोस्ट्स के लिए अप्लाई करना चाहते हैं और इस जॉब अपॉर्च्युनिटी से जुड़ी जरूरी डीटेल्स जानना चाहते हैं तो पढ़ें यहां दी गई जानकारियां :

टोटल पोस्ट्स: 598

पोस्ट (1) का नाम: जूनियर एग्जिक्यूटिव (एटीसी) 400 पोस्ट्स

1. अनरिजर्व्ड: 202 पोस्ट्स
2. ओबीसी: 108 पोस्ट्स
3. एससी: 60 पोस्ट्स
4. एसटी: 30 पोस्ट्स

पोस्ट (2) का नाम: जूनियर एग्जिक्यूटिव (इलेक्ट्रॉनिक्स) 198 पोस्ट्स

1. अनरिजर्व्ड: 76 पोस्ट्स
2. ओबीसी: 63 पोस्ट्स
3. एससी: 42 पोस्ट्स
4. एसटी: 17 पोस्ट्स

आयु सीमा: कैंडीडेट्स की आयु 31.10.2015 को 27 साल होनी चाहिए। एज रिलैक्सेशन नियमों के मुताबिक दिया जाएगा।

शैक्षणिक योग्यता :

कैंडीडेट्स के पास किसी रिकग्नाइज्ड यूनिवर्सिटी की 60 प्रतिशत अंक साथ फुल-टाइम साइंस स्ट्रीम में बैचलर्स डिग्री (बीएससी) होनी चाहिए। कैंडीडेट्स का फिजिक्स और मैथ्स सजेक्ट्स लिया होना जरूरी है या फिर कैंडीडेट्स ने 60 प्रतिशत अंक के साथ रेग्युलर बैचलर्स इन इंजीनियरिंग, टेक्नोलॉजी (बीटेक, बीई) डिग्री ली हो जिसमें उसने इलेक्ट्रॉनिक्स, टेलीकम्यूनिकेशन, आईटी डिसिप्लिन से पढ़ाई की हो। ये सभी क्वालिफिकेशंस पोस्ट 1 के लिए हैं।

पोस्ट 2 के लिए अप्लाई करने वाले कैंडीडेट्स का 60 प्रतिशत के साथ बीई या बीटेक किया होना जरूरी है जिसमें उसने इलेक्ट्रॉनिक्स, टेलीकम्यूनिकेशन, इलेक्ट्रिकल डिसिप्लिन से पढ़ाई की हो और इलेक्ट्रॉनिक्स में स्पेशलाइजेशन किया हो। इस पोस्ट के लिए कैंडीडेट्स के पास क्वालिफाइंग गेट मार्क्स भी होने चाहिए।

चयन प्रक्रिया : इन पोस्ट्स के लिए अप्लाई करने वाले कैंडीडेट्स को तीन स्टेजेस से गुजरना होगा। पहला है ऑनलाइन एग्जामिनेशन स्टेज। यहां क्वालिफाई करने वाले कैंडीडेट्स को वॉइस टेस्ट के लिए बुलाया जाएगा और फिर उन्हें इंटरव्यू राउंड से गुजरना होगा।

फीस :

कैंडीडेट्स का स्टेट बैंक ऑफ इंडिया (एसबीआई) की किसी भी ब्रांच से सिस्टम जनरेटेड चालान के 500 रुपए फीस के तौर पर देने होंगे। एससी, एसटी, फीमेल कैंडीडेट्स को यहां कोई फीस नहीं देनी होगी।

इस तरह अप्लाई करें :

इन पोस्ट्स के लिए अगर आप ऑनलाइन अप्लाई करना चाहते हैं तो इन इंस्ट्रक्शंस को फॉलो करें...

- अप्लाई करने से पहले इस बात का ख्याल रखें कि आपको यहां वैलिड ई-मेल आईडी और फोन नंबर की जरूरत पड़ेगी इसलिए इन्हें पहले से मैनेज करके रखें।
- कैंडीडेट्स को अपनी स्कैन्ड फोटोग्राफ और सिग्नेचर की भी जरूरत पड़ेगी।
- अप्लाई करने के लिए आप एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया की वेबसाइट पर लॉगइन करें।
- वहां आपको व्यू टैब नजर आएगा उसपर क्लिक करें, इसके बाद आपको नोटिस बटन नजर आएगा उसपर क्लिक करें।
- आपको वहां पोस्ट्स के नोटिफिकेशंस नजर आएंगे। आपको जिस पोस्ट के लिए अप्लाई करना है उसपर क्लिक करें।
- वहां दिए गए सभी इंस्ट्रक्शंस को केयरफुली पढ़ें।
- इसके बाद आपको वहां आई एग्री बॉक्स पर क्लिक करके स्टार्ट बटन पर क्लिक करना होगा।
- वहां मांगी गई सभी जरूरी डीटेल्स को केयरफुली भरें और एक बार अपनी दी गई इंफॉर्मेशन को अच्छी तरह क्रॉसचेक करने के बाद ही सबमिट बटन पर क्लिक करें।
- फ्यूचर यूज के लिए अपने भरे गए एप्लीकेशन फॉर्म का प्रिंटआउट अपने पास संभाल कर रख लें।

महत्वपूर्ण तारीखें :

ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन के स्टेप 1 को पूरा करने की लास्ट डेट

पोस्ट नंबर 1 के लिए:
06.10.2015

पोस्ट नंबर 2 के लिए:
03.10.2015, शाम 6 बजे तक

एसबीआई में एग्जाम फीस जमा करने की लास्ट डेट

पोस्ट नंबर 1 के लिए:
09.10.2015

पोस्ट नंबर 2 के लिए:
06.10.2015

ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन के स्टेप 2 को पूरा करने की लास्ट डेट

पोस्ट नंबर 1 के लिए: 13.10.2015

पोस्ट नंबर 2 के लिए: 09.10.2015 शाम 6 बजे तक

भारत में 90 प्रतिशत कंपनियां नौकरी देने की तैयारी में

भारत में जॉब मार्केट में सुधार हो रहा है। लगभग 90 प्रतिशत कंपनियां नौकरी देने की तैयारी में हैं। ग्लोबल एचआर कंसल्टिंग फर्म एशिया पैसिफिक संभव राकयन का कहना है कि यह एक हायरिंग सर्वे है जो यह बताता है कि शीर्ष स्तरीय बिजनेस स्कूलों, फार्मा क्षेत्र में रिसर्च जॉब्स, तकनीकी क्षेत्र जैसे सोशल, मोबाइल, एनालिटिक्स और क्लाउट कंप्यूटिंग से ग्रेजुएट्स की भारी मांग हो रही है।

टॉप सेक्टर्स जहां कंपनियां भर्ती करेंगी, वह सेल्स और इंजीनियरिंग सेक्टर हैं।

एंट्री लेवल सेलरी

हाल ही में एचआर कंसल्टिंग फर्म ने एंट्री लेवल सेलरी पर ग्लोबल सर्वे भी रिलीज किया है। इस सर्वे ने भारत के लिए कुछ रोचक तथ्य बताए हैं। भारत में यूनिवर्सिटी ग्रेजुएट्स के लिए प्रारंभिक वेतन प्रति माह 25 हजार रूपए एशिया पैसिफिक क्षेत्र में सबसे कम है। यह रेंज 10 हजार से 60 हजार रूपये तक हो सकती है।

इंजीनियरिंग फंक्शंस में औसत वेतन 30 हजार रूपये है, वहीं एडमिनिस्ट्रेशन सर्विस, मैन्युफेक्चरिंग और टेक सपोर्ट 16 हजार से 18 हजार रूपए है।

दूसरी ओर, भारत में एमबीए के लिए प्रारंभिक वेतन 40 हजार रूपये है। यह रेंज 14 हजार से 1.45 लाख हो

सहभागी शिक्षण एवं हस्तक्षेप (पीएलए) को फेसिलिटेट करना अहम

पीएलए के लिए एक फेसिलिटेटर की जरूरत होती है। इस भाग में पीएलए को फेसिलिटेट करने के लिए जरूरी ज्ञान, निपुणता, सोच/रवैये और व्यवहारों के बारे में जानकारी दी गई है। इसमें बताया गया है कि कौन लोग पीएलए फेसिलिटेटर बन सकते हैं और फेसिलिटेटर की भूमिका क्या होती है। यहां यह भी बताया गया है कि इस टूलकिट में कौन से पीएलए टूल दिए गए हैं और इनका इस्तेमाल कैसे किया जाएगा। पीएलए को फेसिलिटेट करने के लिए जरूरी निपुणताओं के बारे में भी चर्चाएं की गई हैं। गौर से सुनना, सही मौके पर सवाल पूछना और सामूहिक चर्चाओं को फेसिलिटेट करना फेसिलिटेटर के लिए काफी अहम बातें हैं। पीएलए फेसिलिटेटर के लिए सही रवैये और व्यवहार की भी पड़ताल की गई है।

पीएलए फेसिलिटेटर कौन हो सकता है

कोई भी व्यक्ति पीएलए फेसिलिटेटर हो सकता है। स्थानीय एनजीओ के सदस्य, सामुदायिक संगठन या सेवा प्रदाता संगठन के प्रतिनिधि, कोई भी पीएलए फेसिलिटेटर हो सकता है। व्यक्ति की उम्र, जेंडर या सामाजिक-आर्थिक हैसियत से भी कोई फर्क नहीं पड़ता। ज्यादा महत्वपूर्ण बात यह है कि व्यक्ति के पास सही ज्ञान, निपुणता, रवैया और व्यवहार हासिल करने की क्षमता हो और वह एचआईवी/एड्स से निपटने के लिए उन्हें आत्मविश्वास के साथ लागू करने में सक्षम हो।

आदर्श रूप से पीएलए फेसिलिटेटर ऐसा व्यक्ति होना चाहिए:

जिस पर संबंधित समुदाय व समूह के सदस्य विश्वास करते हों

जो उस समुदाय की स्थानीय भाषा बोल सकता हो

समूह या समुदाय की संस्कृति को समझता हो

लोगों से सीखने के प्रति इच्छुक हो और उसमें दिलचस्पी लेता हो

जिस समूह को फेसिलिटेट किया जा रहा है उसके सदस्यों की उम्र, जैंडर, यौनिकता के अनुरुप हो

अपने समुदाय में एचआईवी/एड्स की स्थिति को संबोधित करने के प्रति समर्पित हो

एचआईवी/एड्स के मुद्दों का मूलभूत ज्ञान प्राप्त करने में सक्षम हो

एचआईवी/एड्स से ग्रस्त लोगों, गरीबों, पुरुषों के साथ संभाग करने वाले पुरुषों, नशीली दवाइयां, लेने वालों या सेक्स वर्कर्स जेसे हाशियायी समूहों के निकट जाने और उनसे सम्मानपूर्वक काम करने के लिए तैयार हो

जो पीएलए टूल्स का इस्तेमाल करने में दक्ष हो (या जिसके पास उनका प्रशिक्षण लेने की संभावना

जिसके पास पीएलए को फेसिलिटेट करने के लिए सही रवैया व व्यवहार हो (या जो उन्हें अर्जित करने की क्षमता रखता हो)

जो पीएलए प्रक्रियाओं की योजना बनाने, मानिटर करने और मूल्यांकन करने में सक्षम हो (या इन निपुणताओं को अर्जित करने में सक्षम हो)

जो साक्षर हो ताकि वह उन जानकारियों को दर्ज कर सके जिनसे एचआईवी/एड्स पर सामुदायिक कार्रवाई की योजना बनाने और उसे चलाने में मदद मिल सकती है।

पीएलए फेसिलिटेटर्स की क्या भूमिकाएं होती हैं

पीएलए फेसिलिटेटर्स का मुख्य काम समुदाय के व्यक्तियों, समूहों और संगठनों का सशक्तीकरण करना होता है ताकि वे मिलजुल कर अपने जीवन व परिस्थितियों को खुद विश्लेषण कर सकें और यह समझ सकें कि एचआईवी/एड्स से उन पर किस प्रकार के प्रभाव पड़ रहे हैं। इस विश्लेषण के आधार पर ही फेसिलिटेटर्स उन्हें एक योजना बनाने, उस योजना के अनुसार कार्रवाई करने, मानिटरिंग करने, मूल्यांकन करने में मदद करते हैं।

इस काम को अंजाम देने के लिए पीएलए फेसिलिटेटर्स को एक साथ कई भूमिकाएं निभानी पड़ती हैं:

पीएलए प्रक्रियाओं की योजना बनाना-

पीएलए फेसिलिटेटर्स को पीएलए प्रक्रियाओं की रूपरेखा तैयार करनी पड़ती है। इन प्रक्रियाओं से लोगों को मिलजुल कर विश्लेषण, नियोजन, कार्रवाई, मानिटरिंग और मूल्यांकन करने की काबिलियत मिलती है।

पीएलए प्रक्रियाओं का फेसिलिटेटर-

पीएलए फेसिलिटेटर्स को चाहिए कि वे लोगों को खुद अपने विश्लेषण, नियोजन, कार्रवाई, मानिटरिंग और मूल्यांकन में समान रूप से हिस्सेदारी करने के लिए प्रोत्साहित करें।

सहभागिता के लिए वकालत करना-

पीएलए फेसिलिटेटर्स को चाहिए कि वे पीएलए प्रक्रियाओं में सभी एचआईवी/एड्स प्रभावितों की सहभागिता सुनिश्चित करें।

समूहों को मोबिलाइज करने वाला-

पीएलए फेसिलिटेटर्स को समुदायों के सभी व्यक्तियों, समूहों और संगठनों को साथ लाकर उनका क्षमता निर्माण करना चाहिए और उन्हें एचआईवी/एड्स को संबोधित करने के लिए विश्लेषण, नियोजन, कार्रवाई, मानिटरिंग और मूल्यांकन के लिए प्रेरित करना चाहिए।

परस्पर विश्वास बनाने वाला-

पीएलए फेसिलिटेटर्स को चाहिए कि वे लोगों, समूहों और संगठनों के बीच परस्पर विश्वास पैदा करें क्योंकि उनके विचार और प्राथमिकताएं अलग-अलग हो सकती हैं।

सूचनाओं का आदान-प्रदान करने वाला-

पीएलए फेसिलिटेटर्स को एचआईवी/एड्स के बारे में सटीक जानकारियां उपलब्ध करानी चाहिए तथा उचित कार्रवाइयों के बारे में बताना चाहिए।

इन सारी भूमिकाओं को निभाने के लिए पीएलए फेसिलिटेटर्स को सही ज्ञान, निपुणता, रवैया और व्यवहार विकसित करना पड़ता है। अगले भाग में बताया गया है कि ये गुण क्या हैं और उन्हें कैसे अर्जित किया जा सकता है।

पीएलए फेसिलिटेटर्स के लिए जरूरी निपुणता, ज्ञान, रवैया और व्यवहार

पीएलए को सही ढंग से फेसिलिटेट करने कि लिए फेसिलिटेटर के पास ये गुण होना जरूरी है:

ध्यान से सुनने का गुण

सही ढंग से सवाल पूछने का गुण

सामूहिक चर्चाओं को फेसिलिटेट करने की क्षमता

सही रवैया और व्यवहकार जिससे सहभागिता, शिक्षा और गतिविधियों को प्रोत्साहन मिले

एचआईवी/एड्स संबंधी मुद्दो का ज्ञान

पीएलए टूल्स का ज्ञान और उनके इस्तेमाल का तरीका

टीम के रूप में काम करने की योग्यता

पीएलए सत्रों की योजना बनाने का ज्ञान

हम अगले अंक में पढ़ेंगे कि इन निपुणताओं, ज्ञान, रवैये और व्यवहारों को किस तरह विकसित किया जा सकता है।

एचआईवी/एड्स प्रभावितों को मिलेगा स्किल डिवेलपमेंट प्रशिक्षण

गुंजन संस्था के सिद्धबाड़ी स्थित कार्यालय में केयर एंड स्पोर्ट सेंटर टांडा ने एडवोकेसी बैठक का आयोजन किया। इसका मुख्य उद्देश्य मीडिया के लोगों व समाज कल्याण विभाग के साथ एडवोकेसी करके एचआईवी/एड्स संक्रमित व्यक्तियों के अधिकारों व उन्हें समाज की मुख्यधारा के साथ जोड़कर स्वावलंबन की ओर ले जाना था।

बैठक में मीडिया की ओर से रविंद्र अग्रवाल व अनिल चौहान ने एचआईवी संक्रमित लोगों की समस्याओं को सुनते हुए निर्णय लिया कि यदि किसी भी एचआईवी संक्रमित व्यक्ति के साथ कोई भेदभाव करता है, तो तुरंत गुंजन की मदद से मीडिया तक बात पहुंचाई जाए। ऐसे भेदभाव को मीडिया के जरिये उठाकर समाज व प्रशासनिक स्तर पर आने वाली दिक्कतों का समाधान किया जा सकता है। इसके अलावा जो दिक्कतें पारिवारिक स्तर पर होती हैं, उन्हें संस्था के काऊंसलर ही मिलबैठक कर सुलझा सकते हैं।

बैठक में उपस्थित रविंद्र अग्रवाल ने उपस्थित एचआईवी संक्रमित व्यक्तियों को उनके अधिकारों के बारे में जानकारी दी। बैठक में दूसरे मुद्दे पर चर्चा करते हुए जिला कल्याण अधिकारी से आग्रह किया गया कि सीएससी टांडा में सेवाएं ले रहे जो एचआईवी/एड्स संक्रमित व्यक्ति अपने जीविकोपार्जन के लिए स्किल डिवेलपमेंट ट्रेनिंग लेना चाहते हैं, उन्हें यह सुविधा मुहैया करवाई जाए। इस पर समाज कल्याण अधिकारी ने लोगों नाम की सूची मुहैया करवाने को कहा है। साथ ही यह आश्वासन दिया है कि इन सभी इच्छुक लोगों को अक्तूबर माह में क्षमता के अनुरूप प्रशिक्षण दिलवाया जाएगा।

आई.ई.सी. मेटिरियल डवेलप्मेंट - पोस्टर श्रृंखला