

એક બાળકની માતાએ મોમ્સ ઓફ વડોદરાની શરૂઆત કરી

ફિટનેસને પોતાનું સૌથી મોટું સાધન બનાવ્યું, અન્ય માતાઓને પણ તેમાં જોડાવા અને સતત વૃદ્ધિ કરવા માટે જોડ્યા



આ ગ્રુપમાં દાલમાં લગભગ 4000 સક્રિય સભ્યો

ફિટનેસને પોતાનું સૌથી મોટું સાધન બનાવ્યું, અન્ય માતાઓને પણ તેમાં જોડાવા અને સતત વૃદ્ધિ કરવા માટે જોડ્યા

પોતાના પ્રસૂતિ પહેલા અને પછીના ડિપ્રેશન, વજન અને અન્ય સમસ્યાઓને ધ્યાનમાં રાખીને, એક બાળકની માતાએ મોમ્સ ઓફ વડોદરાની શરૂઆત કરી. જેથી તે જ સમસ્યાઓનો સામનો કરી રહેલી અન્ય માતાઓ સાથે જોડાઈ શકે અને વધુ સારા અને સ્વસ્થ જીવન માટે સકારાત્મક ઉકેલો શોધી શકે. આ ગ્રુપમાં હાલમાં લગભગ 4000 સક્રિય સભ્યો છે અને મહિલાઓને લગતા મુદ્દાઓ પર એકબીજાને મદદ કરે છે. આ ગ્રુપ 2018 માં પ્રિયંકા કપૂર દ્વારા શરૂ કરવામાં આવ્યું હતું. જે 2012 માં લગ્ન પછી બરોડા શિફ્ટ થઈ હતી. મોમ્સ ઓફ વડોદરા એક

વચ્ચુંઅલ પ્લેટફોર્મ છે અને પ્રશ્નો ઉકેલવા, બિઝનેસ નેટવર્કિંગ બનાવવા, ફિટનેસને જીવનશૈલી તરીકે પસંદ કરવા અને સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમો દ્વારા થોડો સમય મેળવવા જેવા ક્ષેત્રોમાં એકબીજાને મદદ કરે છે. “મને સમજાતું કે ઘણી બધી માતાઓ સમાન તબક્કામાંથી પસાર થઈ રહી હશે અને તેમને તેમની સમસ્યાઓ શેર કરવા, સૂચનો આપવા માટે સાથી માતાઓની જરૂર છે. આ વિઝન સાથે ‘મોમ્સ ઓફ વડોદરા’ અસ્તિત્વમાં આવ્યું. પ્રારંભિક પડકાર માતાઓને સમજાવવાનો અને હું શું કહેવા માંગુ છું તે સમજવાનો હતો. ધીમે ધીમે તેઓ સમજાયા અને જોડાયા,”



પ્રિયંકાએ કહ્યું. ફિટનેસને પોતાનું સૌથી મોટું સાધન બનાવીને, પ્રિયંકાએ દોડવાનું શરૂ કર્યું અને દર વર્ષે અન્ય માતાઓને પણ તેમાં જોડાવા અને સતત વૃદ્ધિ કરવા માટે જોડ્યા. “મેં 8 થી 10 માતાઓ સાથે શરૂઆત કરી હતી જે હવે 4000 સુધી વધી રહી છે જેમાં 300 મહિલા દોડવીરોનો સમાવેશ થાય છે. હું વર્ષભર વિવિધ કાર્યક્રમોનું આયોજન કરું છું અને સંબંધિત વિષયો પર સેમિનાર અને વેબિનારનું પણ આયોજન કરું છું. ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં આવ્યું છે - શારીરિક તંદુરસ્તી, માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને ઉદ્યોગસાહસિક માતાઓ,”

પ્રિયંકાએ કહ્યું. તે હવે momsadvadodra.com, ડિસ્ક્રેટરી સિસ્ટમ રિલીઝ કરવા અને દિલ્હી, ઇન્દોર, પંજાબ અને પુણેમાં સમાન જૂથો ખોલવાની યોજના પર કામ કરી રહી છે. પ્રિયંકા માસિક સાવની સ્વચ્છતાને પ્રોત્સાહન આપવા માટે દર મહિલા દિવસે વાર્ષિક કાર્યક્રમ રેડ ‘સાડી રન’નું પણ આયોજન કરે છે. પ્રિયંકાએ દિલ્હી યુનિવર્સિટીમાંથી કોમર્સમાં સ્નાતક અને પંજાબ ટેકનિકલ યુનિવર્સિટીમાંથી MBA કર્યું છે. તે વ્યવસાયે એક ઉદ્યોગસાહસિક છે જે IELTS કોચ છે, અને 15 વર્ષથી વિદ્યાર્થીઓને વિદેશ મોકલતી ઓવરસીઝ એજ્યુકેશન કન્સલ્ટન્ટ છે. તે સર્ટિફાઇડ ફક્શનલ સ્ટ્રેચ ટ્રેનર અને પાવર ગરબા પ્રશિક્ષક પણ છે.

કલંક તોડતી હિંમત : માસિક સ્વચ્છતાની લડાઈ લડતી વડોદરાની અનુસિંહ શરૂપૂત

‘પિરિયડ્સ પ્રતિબંધિત વિષય નથી’ - મહિલાઓને જ્ઞાન, ગૌરવ અને સ્વચ્છતાથી સશક્ત બનાવતી એક યુવતી

આ જે પણ સમાજના અનેક ખૂણાઓમાં માસિકધર્મ એક મૌન વિષય છે-જે અંગે વાત કરવી સંકોચજનક માનવામાં આવે છે. પરંતુ વડોદરાની જાગૃત યુવતી અનુ સિંહ શરૂપૂત આ મૌન તોડવા માટે છેલ્લા અનેક વર્ષોથી સતત પ્રયાસ કરી રહી છે. માસિક સ્વચ્છતા અંગે જાગૃતિ ફેલાવવી, ખોટી માન્યતાઓ દૂર કરવી અને જરૂરિયાતમંદ મહિલાઓ સુધી સુરક્ષિત વિકલ્પો પહોંચાડવા-આ તેનો સંકલ્પ છે.

એક અવલોકનથી શરૂ થયેલી ચળવળ

અનુને લાગ્યું કે આસપાસની ઘણી મહિલાઓ અને કિશોરીઓ માસિક સ્વચ્છતાના મૂળભૂત જ્ઞાનથી વંચિત છે. ક્યાંક માહિતીનો અભાવ, તો ક્યાંક ખર્ચની અસમર્થતા-આ બન્ને કારણોસર મહિલાઓ અસુરક્ષિત અને અસ્વચ્છ પદ્ધતિઓ અપનાવી રહી હતી. આ હકીકતે અનુને અંદરથી ઝંઝોડી નાખી. તેણે મોટા અભિયાનની રાહ જોવાની જગ્યાએ નાના પગલાંથી શરૂઆત કરી-મિત્રો સાથે વાતચીત, સમુદાયમાં વૃથ ચર્ચાઓ અને શૈક્ષણિક પેમ્પ્લેટ વિતરણ.



ગ્રૂપડપટ્ટીથી શાળાઓ સુધી

આવે અનુ શાળાઓ, ગ્રૂપડપટ્ટીઓ, ઓવરસિજ નીચેના વિસ્તારો, રેલવે પ્લેટફોર્મ આસપાસ અને સ્વ-સહાય વૃથોમાં વર્કશોપ્સ યોજે છે. તે સેનેટરી પેડનો યોગ્ય ઉપયોગ, પિરિયડ્સ દરમિયાન સ્વચ્છતા, અને વપરાયેલા પેડ્સના જવાબદાર નિકાલ અંગે સરળ ભાષામાં સમજાવે છે. તે પુનઃઉપયોગ કરી શકાય એવા કાપડના પેડ્સ અને માસિક કપ્સ જેવા કિફાયતી અને ટકાઉ વિકલ્પો વિશે પણ મહિલાઓને માહિતગાર કરે છે. “દરેક છોકરી સુરક્ષિત અને જાણકારી સાથે પિરિયડ્સ અનુભવે” અનુ કહે છે, “પિરિયડ્સ કોઈ પ્રતિબંધિત વિષય નથી. તે કુદરતી પ્રક્રિયા છે. યોગ્ય સ્વચ્છતા ન રાખવાથી માત્ર સ્વાસ્થ્ય નહીં, આત્મવિશ્વાસ પણ અસરગ્રસ્ત થાય છે.” આ વિચાર સાથે તે દરેક છોકરીને જ્ઞાન અને સુરક્ષાની લાગણી આપવા માંગે છે.

પોતાની કમાણીમાંથી પરોપકાર

અનુ પોતાની માસિક આવકનો એક ભાગ જરૂરિયાતમંદ મહિલાઓ માટે ખર્ચે છે. તે જનઓપદી સેનેટરી નેપકિન્સ ખરીદી રલમ અને ગરીબ વિસ્તારોમાં વિતરણ કરે છે અને પેડ્સના યોગ્ય નિકાલ અંગે માર્ગદર્શન આપે છે. પારદર્શક કાર્ય માટે તેણે પોતાનો ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ પણ શરૂ કર્યો છે.



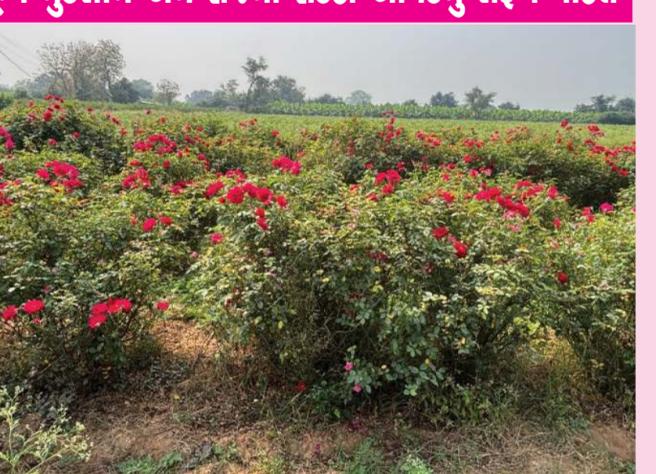
સંખ્યાઓમાં અસર

અનુએ ૨૦૧૮માં આ અભિયાનની શરૂઆત કરી હતી અને ૨૦૨૦થી ગ્રૂપડપટ્ટી વિસ્તારોમાં સક્રિય રીતે કામ શરૂ કર્યું. આજ સુધી તે ૧૨ વર્ષથી ઉપરના ૬૦૦થી વધુ લોકો સુધી વ્યાપકિતગત સ્વચ્છતા અંગે જાગૃતિ પહોંચાડી ચૂકી છે. અનુની આ યાત્રા એ દરેક યુવતી માટે પ્રેરણા છે-કે સાચો બદલાવ શરૂઆત કરે છે, એક હિંમતભર્યા પ્રશ્નથી.

ગુલાબના ફૂલે ખીલાવી જ્યોત્સનાબેનની કિસ્મત

ન્યૂનતમ મહેનત, શૂન્ય નુકસાન અને રોજની રોકડી આવકનું સફળ મોડેલ

રાજ્ય સરકારની બાગાયતને પ્રોત્સાહન આપતી નીતિઓ અને તાલીમ કાર્યક્રમો આજે ગ્રામિણ અર્થતંત્રને નવી દિશા આપી રહ્યા છે. એ દિશામાં વડોદરા જિલ્લાના વાઘોડિયા તાલુકાના સાંગાડોલ ગામની જ્યોત્સનાબેન સતિષભાઈ રોહિત પ્રગતિશીલ મહિલા ખેડૂત તરીકે ઉદાહરણ બની ઉભરી આવી છે. એક સમયે પોલ્ટ્રી, તબેલો અને પરંપરાગત ખેતી કરનાર જ્યોત્સનાબેન માટે એક અકસ્માત જીવન વળાંક બની ગયો. ઓછી શારીરિક મહેનત માંગતી ખેતીની શોધે તેમને ગુલાબ સુધી પહોંચાડ્યા.



ગુલકંદ અને રોઝ પાવડરથી મૂલ્યવર્ધન

કુલો વધારે ખીલે ત્યારે તેને બગડવા દેવાને બદલે જ્યોત્સનાબેન ગુલાબની પાંખડીઓને સુકવી ગુલકંદ અને રોઝ પાવડર બનાવે છે. આ મૂલ્યવર્ધનથી તેઓ દર વર્ષે અંદાજે રૂ. ૫,૦૦૦ની વધારાની આવક મેળવે છે. તેમના શબ્દોમાં, “ગુલાબની ખેતીમાં નુકસાનનો કોઈ અવકાશ જ નથી.”

૮ વર્ષ પહેલા વાવેલો ગુલાબ આજે પણ ખીલાવે

જ્યોત્સનાબેન છેલ્લા ૮ વર્ષથી ૭ વિઘામાં કશ્મીરી ગુલાબની ખેતી કરી રહ્યા છે. તેમણે વાવેલા ૨૫૦૦ ગુલાબના છોડ આજે પણ રોવના અંદાજે ૫૦ કિલો ફુલો આપે છે. કુલોના સીધા વેચાણથી તેમને દૈનિક રૂ. ૨૫૦૦થી ૩૦૦૦ સુધીની રોકડી આવક થાય છે, જે ખેતી ક્ષેત્રે દુર્લભ ઉદાહરણ છે.

આત્મનિર્ભરતાના શ્રવંત ઉદાહરણ સમાન

જ્યોત્સનાબેન રોહિત જેવી મહિલા ખેડૂતોએ સાબિત કરી દીધું છે કે યોગ્ય માર્ગદર્શન, મૂલ્યવર્ધન અને સતત મહેનતથી ખેતી નુકસાનનો વ્યવસાય નહીં, પરંતુ નફાનો મોડેલ બની શકે છે. તેઓ આજે ‘આત્મનિર્ભર ભારત’ના સંકલ્પને ખેતરથી સાકાર કરી વડોદરા જિલ્લાનું નામ રોશન કરી રહ્યા છે.

ભવિષ્યની તૈયારીઓ અને પ્રેરણા

આ સફળતાને આગળ વધારતાં જ્યોત્સનાબેન હવે પોતાની અન્ય જમીનમાં ૧૬૦૦ નવા ગુલાબના છોડ રોપવાનું આયોજન કરી રહ્યા છે. ઢોળી અને ઉનાળાના તહેવારોમાં ગુલાબ અને ગુલકંદની વધતી માંગ તેમને વધુ આત્મવિશ્વાસ આપે છે. દર ૧૫ દિવસે છાછિયું ખાતર અને ટ્રિમિંગ, પૂરતું પાણી - બસ એટલી જ સંભાળ.