



ॐकार फाउन्डेशन ट्रस्ट

वर्ष-6 अंक : 102

सहयोग शुल्क : रु. 1 / जुलाई : 2025

दिव्यांग सेतु

संपादक :- संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई



विकलांगता को पानी में डूबोकर शरत सफलता की नांव पर सवार है ।

- संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई



शरत ने तैराकी के सहारे विकलांगता की बाधाओं को पार किया है ।

- माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी



निरामय हेल्थ पॉलिसी

पात्रता

- केन्द्र सरकार द्वारा चलाई जा रही यह पॉलिसी सेरेबल, पाल्सी, ऑटिज्म, मेन्टल रिटार्डेशन, मल्टिपल डिसेबिलिटीसे असरग्रस्त दिव्यांगों को मिल सकती है।
- ४०% अथवा उससे अधिक दिव्यांगता से असरग्रस्त व्यक्ति को इस पॉलिसी का लाभ मिल सकेगा।
- रू. २५०/- बी.पी.एल. एवं रू. ५००/- ए.पी.एल. दिव्यांगों के लिए सिंगल प्रीमियम

लाभ

रू. १,००,०००/- तक का इंश्योरेंस मिल सकता है।
(निर्धारित किए हुए फंड के अनुसार)

आवेदन-पत्र के साथ जमा किए जाने वाले प्रमाण-पत्र/दस्तावेज

सिविल सर्फर का दिव्यांगता दर्शाता प्रमाण-पत्र

(ऊपर बताई गई चार बीमारियों में से किसी भी एक का उल्लेख प्रमाण-पत्र में जरूरी है)

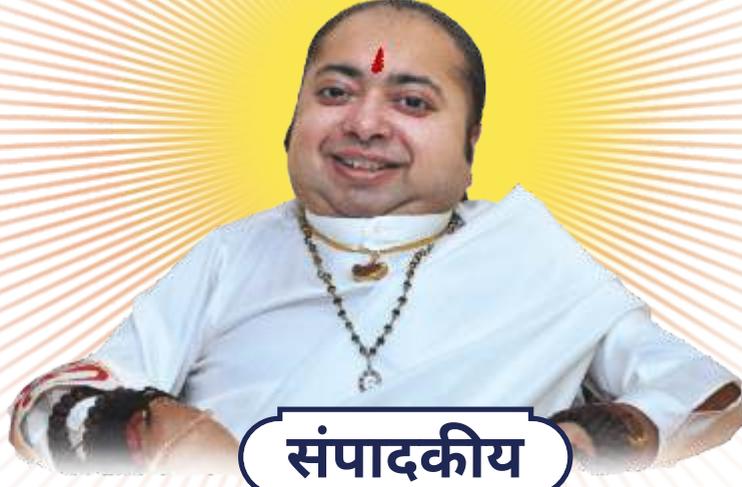
- ✓ वर्तमान की पासपोर्ट साइज़ फोटो
- ✓ राशनकार्ड की प्रमाणित कोपी
- ✓ निवास स्थान का प्रमाण (राशनकार्ड अथवा वोटिंग कार्ड)
- ✓ बी.पी.एल. कार्ड (यदि बी.पी.एल. में आते हैं तो)
- ✓ बैंक पासबुक की फोटो कोपी (बैंक IFSC कोड के साथ)

दिव्यांग सेतु

मासिक पत्रिका

जुलाई : 2025, पृष्ठ संख्या : 16

वर्ष-6 अंक : 102



संपादकीय

मन के हारे हार है मन के जीते जीत....इन पंक्तियों को सार्थक किया है शरत गायकवाड ने। शरत जन्म के समयही एक हाथ की विकलांगता लिए हुए थे। किसी भी माता-पिता के लिए अपने बच्चों का स्वास्थ्य सब से महत्वपूर्ण होता है लेकिन शरत तो एक हाथ की विकलांगता के साथ पैदा हुए थे तो ऐसे में उन्होंने हिंमत हारने के बदले माता-पिता ने उनका हौसला बढ़ाया और उनके हौसले के कारण ही आज शरत भारत के सब से अच्छे तैराकु खिलाडी और कोच माने जाते हैं। अपने जन्म से लेकर आज तक शरत ने अपने एक हाथ की विकलांगता को अपने जीवन में कहीं भी बाधा नहीं बनने दिया।

२० वीं सदी के अधिकांश लोग ओलंपिक के नाम पर भारत में केवल पीटी उषा को ही जानते थे लेकिन शरत ने पी टी उषा के सारे रिकोर्ड तोडकर लोगो के बीच अपनी पहचान बनाई है। अगर शरत चाहते तो विकलांगता के लिए मिलने वाले सरकारी लाभ और सहायता ले सकते थे लेकिन उन्होंने ऐसा नहीं करते हुए खेल को ही अपना करियर बनाया और ना केवल देश बल्कि पूरे विश्व में देश का नाम रोशन किया। आज शरत अन्य कई लोगों को अपने तैराकी ज्ञान का उपयोग कर कोचींग प्रदान कर रहे हैं। हम शरत गायकवाड को उनकी उपलब्धियों के लिए बधाई देते हैं। गायकवाड वाकई एक आकर्षक व्यक्तित्व हैं, उन्होंने इतनी कम उम्र में कई लोगों को प्रेरित किया है और हम अगले पैरालिंपिक में उनसे शानदार प्रदर्शन की उम्मीद करते हैं।

✦ प्रेरणास्रोत और संपादक ✦

मंत्रयुगपरिवर्तक ॐकार महामंडलेश्वर १००८
प. पू. संतश्री सद्गुरु ॐऋषि स्वामी।

✦ सह-संपादक ✦

मिहिरभाई शाह

मो. 97241 81999

✦ संपर्क-सूत्र ✦

सेवा समर्पण फाउण्डेशन

ॐकार फाउण्डेशन ट्रस्ट (NGO)

Trust Reg. No. : E/20646/Ahmedabad

०१, ग्राउण्ड फ्लोर, आंगी एपार्टमेन्ट,

अन्नपूर्णा पार्टी प्लाट के सामने,

नया विकासगृह रोड, पालडी,

अहमदाबाद - ३८०००९

(मो.) 99749 55365, 9974955125

✦ मुद्रक ✦

प्रिन्ट विज़न प्रा. लि.

आंबावाडी बाज़ार, अहमदाबाद-6

Phone : 079 26405200



मिलिए उस पैरालंपिक खिलाड़ी से जिसने तोड़े पीटी उषा के रिकॉर्ड

शरत एम. गायकवाड़ बेंगलोर के एक भारतीय पैरालंपिक तैराक हैं। 2014 में दक्षिण कोरिया के इंचियोन में एशियाई पैरा-खेलों में बहु-विषयक खेल स्पर्धा में छह पदक जीतने वाले पहले भारतीय बन गए। उन्होंने महान पीटी उषा का रिकॉर्ड तोड़ा जिन्होंने 1986 के एशियाई खेलों में पांच पदक जीते थे। 2010 एशियाई पैरा खेलों में कांस्य पदक है। वह पैरालंपिक के लिए अर्हता प्राप्त करने वाले पहले भारतीय तैराक हैं और उन्होंने लंदन में 2012 ग्रीष्मकालीन पैरालंपिक में भाग लिया था।



उन्होंने अंततः 9 साल की उम्र में बाकी कक्षा के साथ तैराकी कक्षाएं लीं। इसके तुरंत बाद, उन्हें विकलांग लोगों के लिए विभिन्न तैराकी प्रतियोगिताओं में भाग लेते देखा गया। 2003 में, ट्रेनर जॉन क्रिस्टोफर ने उन्हें एक स्कूल कार्यक्रम में तैरते हुए देखा और 7 साल तक शरत को प्रशिक्षण दिया। क्रिस्टोफर बताते हैं कि शरत पहले पैरालंपिक तैराक थे जिन्हें उन्होंने प्रशिक्षित किया था और शरत को अपनी विकृति के कारण संतुलन बनाए रखने पर बहुत काम करना पड़ा था।

जन्म और संघर्ष

शरत का जन्म बेंगलोर, भारत में 1991 में एक विकृत बाएं हाथ के साथ हुआ था। उन्होंने बेंगलोर के लिटिल फ्लावर पब्लिक स्कूल में पढ़ाई की, जहाँ उनके माता-पिता शुरुआत में उनकी विकलांगता के कारण उन्हें अनिवार्य तैराकी कक्षाओं में भेजने से आशंकित थे। हालाँकि,

शरत 2012 लंदन पैरालंपिक के लिए क्वालीफाई करने वाले पहले भारतीय तैराक थे, जहाँ वे 100 मीटर बटरफ्लाइड स्पर्धा में नौवें स्थान पर रहे। दो साल बाद, उन्होंने एशियाई पैरा खेलों में छह पदक जीते, जो वैश्विक बहु-विषयक स्पर्धा में किसी भारतीय द्वारा जीते गए सबसे अधिक पदक थे, उन्होंने पीटी उषा का रिकॉर्ड तोड़ा।

अब, शरत तीन भारतीय खिलाड़ियों में से



हैं, भारी भरकम बच्चे, पीठ पर हल्का सा धक्का लगने पर, खुद को चमकीले नीले पानी में उतरते हुए पाते हैं, 25 वर्षीय शरत को पता है कि यही वह जगह है जहां उसे होना चाहिए।

"मैं हमेशा से कोच बनना चाहता था," वे बताते हैं, "मुझे इसका स्वाद तब मिला जब मैं प्रतियोगिताओं के दौरान ब्रेक के दौरान अपने कोच जॉन क्रिस्टोफर की सहायता करता था और मुझे इसमें आनंद आता था।"

शरत की यात्रा और विजय पथ की शुरुआत

शरत की यात्रा को बेहतर ढंग से समझने के लिए, शुरुआत से ही शुरुआत करनी होगी। बेंगलुरु के लिटिल फ्लावर पब्लिक स्कूल में, कोच नौ साल के उस बच्चे के इर्द-गिर्द चक्कर लगाते रहे, जो हैरान होकर पूल में अपना दाहिना हाथ हिला रहा था। बाएं हाथ की विकृति के कारण शरत के



एक हैं - दीपा करमाकर और साक्षी मलिक के साथ - जिन्हें फोर्ब्स पत्रिका ने एशिया में अपने अंडर-30 सुपरअचीवर्स में नामित किया है। यह सम्मान एक एग्रीगेटर - गैमेटिक्स - की स्थापना करके स्विमवियर को अधिक सुलभ बनाने के उनके प्रयासों की भी स्वीकृति थी,।

हालांकि, लंदन पैरालिम्पिक्स में शरत को यह अंदाजा नहीं था कि खेल में उनकी यात्रा इस आकार और चरित्र को प्राप्त कर लेगी।

लंदन एक्वेटिक्स सेंटर में कदम रखते ही, चौड़ी आंखों वाले शरत ने पाया कि बैकग्राउंड में कोल्डप्ले का पैराडाइज बज रहा है। इस गाने ने उनके दिमाग में उमड़ रही लाखों भावनाओं को अभिव्यक्त कर दिया। "यह एकदम सही था," वे मुस्कुराते हुए कहते हैं।

आज, जब वह बेंगलुरु के पूजा एक्वेटिक सेंटर के पूल के डेक पर खड़ा होता है, तो बच्चे, अपनी सूंड और चश्मा पहने हुए, उसके चारों ओर झुंड बनाकर खड़े होते हैं, निर्देशों को ध्यान से सुनते

लिए अपना संतुलन बनाए रखना मुश्किल हो गया था।

स्कूल के बाद गायकवाड़ ने तैराकी को फिटनेस गतिविधि के रूप में जारी रखा और अपनी पहली राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता में भाग लिया, जहाँ उन्होंने चार स्वर्ण पदक जीते। " यह आश्चर्यजनक था। मुझे इतनी बड़ी सफलता की उम्मीद नहीं थी और इसने मेरे आत्मविश्वास को बढ़ावा दिया। मैं तैराकी को करियर के रूप में अपनाने के लिए और भी आश्वस्त हो गया, " वे कहते हैं।

हालाँकि उनका परिवार चाहता था कि वे उच्च शिक्षा प्राप्त करें और अधिक अकादमिक-आधारित करियर अपनाएँ, लेकिन उन्होंने उन्हें अपने जुनून का पालन करने की अनुमति देने के लिए राजी किया, और आखिरकार उन्होंने ऐसा किया। उसके बाद, गायकवाड़ ने लगातार प्रगति की, क्योंकि उन्हें हांगकांग में 2003 के FESPIC यूथ गेम्स के लिए चुना गया, जहाँ उन्होंने एक रजत



और चार कांस्य पदक जीते।

खेल के प्रति गायकवाड़ के जुनून और समर्पण ने उन्हें अब तक 39 अंतर्राष्ट्रीय पदक और 55 राष्ट्रीय पदक दिलाए हैं।

वे कहते हैं, "जब मैं स्कूल में था, तब तैराकी एक अनिवार्य गतिविधि थी, इसलिए मैंने इसे अपनाया।" "यह एक ऐसी चीज थी जिसे हर कोई मुझे फिटनेस गतिविधि के रूप में और अधिक अभ्यास करने के लिए प्रोत्साहित करता था। तब, हमें पैरा एथलीटों के लिए प्रतियोगिताओं के बारे में बहुत कम जानकारी थी। तैराकी के दो साल बाद ही मुझे पता चला कि यह सिर्फ फिटनेस से कहीं बढ़कर हो सकता है।"

गायकवाड़ कहते हैं, "मुझे फुटबॉल और क्रिकेट खेलना पसंद था, लेकिन फिर तैराकी मेरे



स्कूल में अनिवार्य गतिविधि बन गई। मैं इसे चुनने में थोड़ा अनिच्छुक था और यहां तक कि मेरा परिवार भी मुझे यह गतिविधि करने देने में हिचकिचा रहा था क्योंकि उन्हें यकीन नहीं था कि मैं इसे कर पाऊंगा या नहीं। लेकिन धीरे-धीरे, बहुत अभ्यास और कोच के सहयोग के बाद, मैंने न केवल तैरना सीखा बल्कि इसका आनंद लेना भी शुरू कर दिया और इसे और अधिक गंभीरता से लेने के बारे में सोचा।"

शरत की तकनीक में शुरुआत से ही खामियाँ थीं, जो मुख्य रूप से उनकी शारीरिक विशेषताओं के कारण थी। स्कूल में कोचों ने पहले कभी किसी दिव्यांग तैराक को प्रशिक्षण में नहीं देखा था और वे असमंजस में थे। यह उस समय था जब कोच जॉन क्रिस्टोफर उनके जीवन में आए और उन्होंने इसे हमेशा के लिए बदल दिया।

शरत को अपने संरक्षण में लेते हुए, जॉन, जो कि दिव्यांगों को प्रशिक्षित करने के तरीकों से



भी अपरिचित थे, ने खुद को इस विषय में शिक्षित करने का बीड़ा उठाया, इस विषय पर जितना संभव हो सके, उतना पढ़ा। शरत कहते हैं, "शुरुआत में, मैं वास्तव में समझ नहीं पाया कि वह क्या समझाने की कोशिश कर रहे थे। उन्होंने कई अलग-अलग कसरतों के साथ प्रयोग किया और धीरे-धीरे मैं अधिक स्पष्ट रूप से समझने में सक्षम हो गया।" बचपन और प्रशिक्षण के वर्षों में सक्षम तैराकों के साथ प्रतिस्पर्धा करने से उन्हें बहुत आत्मविश्वास मिला, जिसे उन्होंने पैरालिंपिक प्रतियोगिताओं में भी जारी रखा।

शरत को रिकॉर्ड से कोई खास लगाव नहीं है। उदाहरण के लिए, किसी मल्टी-डिसिप्लिनरी इवेंट में किसी भारतीय द्वारा सबसे ज़्यादा पदक जीतने के मामले में उनका नाम शामिल होना। वे कहते हैं, "इतिहास मेरे लिए ज़्यादा मायने नहीं रखता," "मैंने समय के हिसाब से विश्व रिकॉर्ड तोड़ने का लक्ष्य रखा था, लेकिन पैरालिंपिक में सबसे ज़्यादा पदक जीतने या पहला भारतीय बनने जैसा रिकॉर्ड मेरे लिए नहीं है। मेरे लिए सबसे महत्वपूर्ण बात पैरालिंपिक में हिस्सा लेना था और मुझे वह मिल गया है, इसलिए मुझे किसी और चीज़ की ज़रूरत नहीं है।"

द्रविड का मार्गदर्शन

जब वह शानदार तैराकी कर रहा था, तो शरत को लगा कि उसका शरीर विद्रोह कर रहा है



। पूरे समय कॉलेज में पढ़ाई के साथ-साथ प्रशिक्षण में बिताए गए घंटों की वजह से उसका दाहिना कंधा दर्द कर रहा था। उसने पहले ही संन्यास लेने के बारे में सोचा, लेकिन खुद से कहा कि 2014 के एशियाई पैरा खेलों तक खेलना जारी रखूंगा। इसकी मुख्य वजह एक आदमी है - राहुल द्रविड़।

"उनके (राहुल द्रविड़ के) शब्दों ने मुझे सबकुछ पीछे छोड़कर तैरने में मदद की।"

2014 में, एक गैर-लाभकारी संगठन, गोस्पोर्ट्स फाउंडेशन के एथलीट सहायता कार्यक्रम के तहत, शरत की पहली मुलाकात पूर्व भारतीय क्रिकेटर से

हुई और उन्हें एक मार्गदर्शक मिला, जिन्हें कई होनहार युवा भारतीय खिलाड़ियों का मार्गदर्शन करने का काम सौंपा गया था।

अपने करियर के अनुभवों से प्रेरणा लेते हुए द्रविड़ ने शरत को प्रशिक्षण और प्रतिस्पर्धा जारी रखने तथा खेल छोड़ने की इच्छा के आगे न झुकने के लिए प्रेरित किया। शरत कहते हैं, "सबसे अच्छी बात यह थी कि उन्होंने मुझसे कभी यह नहीं कहा

कि वे मुझसे क्या चाहते हैं," "उन्होंने मुझे केवल यह बताया कि उनके लिए क्या कारगर रहा या उन्होंने जो सुना उससे अन्य एथलीटों को क्या मदद मिली और यह तय करना मेरे ऊपर छोड़ दिया कि मेरे लिए क्या सबसे उपयुक्त है। उन्होंने सुनिश्चित किया कि मुझे कभी ऐसा न लगे कि मैं अपने आराम क्षेत्र से बाहर हूँ।"

शरत मानते हैं कि द्रविड़ से उन्होंने ध्यान



केंद्रित करना सीखा। पूरी तरह ध्यान केंद्रित करना। "उन्होंने मुझे बताया कि कैसे उनके प्रतिस्पर्धी करियर के आखिरी कुछ साल, जब वे फिटनेस और प्रेरणा के मुद्दों से जूझ रहे थे, उनके लिए

बहुत मुश्किल भरे थे। खास तौर पर इस बात पर कि कैसे उन्होंने खुद को रिटायरमेंट की सभी चर्चाओं से दूर रखा, जो एक खिलाड़ी के रूप में उनके अंतिम चरण के दौरान जोर पकड़ रही थीं," वे कहते हैं। सबक जिसने उन्हें दर्द, आत्म-संदेह और असफलता के डर से बाहर निकलने में मदद की। "उनके शब्दों ने मुझे बाकी सब कुछ पीछे छोड़कर तैरने में मदद की।"



शरत: द्रविड़ ने यह सुनिश्चित किया कि मुझे कभी ऐसा महसूस न हो कि मैं अपने कम्फर्ट जोन से बाहर हूँ।

एशियाई पैरा खेलों में छह स्पर्धाओं में भाग लेना आसान नहीं था। मांसपेशियों में दर्द और कमज़ोर इच्छाशक्ति के साथ यह और भी मुश्किल था। हालाँकि, उनके परिणामों से उनके अंदर की उथल-पुथल का पता नहीं चला। 200 मीटर व्यक्तिगत मेडले, 100 मीटर फ्रीस्टाइल, 100 मीटर बैकस्ट्रोक, 100 मीटर बटरफ्लाइ और 50 मीटर फ्रीस्टाइल और 4x100 मीटर मेडले रिले में क्रमशः एक रजत और पाँच कांस्य पदक - उनकी उम्मीद से कहीं ज़्यादा थे। रिकॉर्ड प्रदर्शन के लिए उन्हें अगले साल अर्जुन पुरस्कार से सम्मानित किया गया। जबकि द्रविड़ इस बात से खुश थे कि शरत ने खुद को एक और मौका दिया, उन्होंने यह भी महसूस किया कि शायद यह आखिरी कुछ मौकों में से एक था जब उन्होंने उन्हें ऐसा करने के लिए मनाया था।

शरत की प्रतिस्पर्धा करने की इच्छा अब खत्म होती जा रही थी। उन्होंने आखिरी बार प्रयास किया - 2015 में पोलिश ओपन में 100 मीटर ब्रेस्टस्ट्रोक स्पर्धा में भाग लेकर रियो पैरालिंपिक



क्वालीफिकेशन का प्रयास किया। लेकिन वे असफल रहे। 1:18.05 के क्वालीफाइंग मार्क के साथ, शरत ने 1:18.43 का समय निकाला। यह अंतिम, ठोस संकेत था जिसका उन्हें इंतज़ार था।

शरत कहते हैं, "वह समझते थे कि मैं किस दौर से गुज़र रहा था, लेकिन वह नहीं चाहते थे कि मैं रिटायर हो जाऊँ। उनका मानना था कि मुझे प्रतिस्पर्धा जारी रखते हुए कोचिंग भी करनी चाहिए। वास्तव में, मैंने दोनों ही काम करने की कोशिश की, लेकिन हर दिन जब मैं तैराकी करता और कोचिंग नहीं करता, तो मेरा प्रदर्शन गिरता जाता। मुझे पता था कि मुझे इनमें से एक को चुनना होगा।"

"मुझे एहसास हुआ कि जितना मैं खुद को आगे बढ़ाता रहा, उतना ही नीचे डूबता गया। मुझे अब तैराकी में मज़ा नहीं आ रहा था।" एक बार जब उन्होंने अपना मन बना लिया, तो द्रविड़ ने उनका साथ दिया।

कोचिंग करियर

2014 में प्रतिस्पर्धी तैराकी से संन्यास लेने के बाद, शरत ने भारत के कई तैराकी क्लबों के कई राज्य और राष्ट्रीय स्तर के



तैराकों को प्रशिक्षित किया। वर्तमान में, वह बेंगलोर में एक तैराकी क्लब, ज़ी स्विम अकादमी के कार्यक्रम निदेशक हैं।

एक चैंपियन तैराक, गायकवाड़ एक बेहतरीन कोच भी हैं और कई छात्रों को तैराकी का प्रशिक्षण देते हैं। एक एथलीट या कोच, उन्हें कौन सा काम सबसे ज़्यादा पसंद है? “कोच!” वे तुरंत जवाब देते हैं। “इससे मुझे बहुत खुशी होती है कि मैं यह हुनर किसी और को दे सकता हूँ। बेशक मुझे तैराकी भी पसंद है, लेकिन कोचिंग से एक अलग तरह की संतुष्टि मिलती है,” वे कहते हैं।



आज, शरत समझते हैं कि कोचिंग किसी व्यक्ति की खुद की करियर महत्वाकांक्षाओं से कहीं बड़ी जिम्मेदारी है, लेकिन फिर भी वे इसका आनंद लेते हैं। करीब 80 बच्चे, जिनमें से आठ दिव्यांग हैं, दो बैचों में उनके अधीन प्रशिक्षण लेते हैं और वे प्रतिदिन लगभग छह घंटे कोचिंग देते हैं। “एक बार जब बच्चा स्विमिंग पूल में प्रवेश करता है, तो कोच ही उसके लिए

सबकुछ होता है। जब आप तैराकी कर रहे होते हैं तो आपको बस अपनी ट्रेनिंग के बारे में चिंता करनी होती है। मुझे तब कम तनाव था, जितना अब है,” वे हल्के-फुल्के अंदाज में कहते हैं। आपको लगभग ऐसा महसूस होता है कि वे जो भी करते हैं, उसका आनंद लेते हैं।

अपनी कार्यशैली का श्रेय ऑस्ट्रेलियाई तैराक और ओलंपिक चैंपियन इयान थोर्प को देते हुए, जिन्हें वे अपने सबसे बड़े आदर्शों में गिनते हैं, शरत कहते हैं, थोर्प के शब्दों में, “हारना दूसरे स्थान पर आना नहीं है, बल्कि हारना पानी से बाहर आना है, यह जानते हुए कि आप बेहतर कर सकते थे।” शरत ने इसी सिद्धांत को अपनाया है।

गायकवाड़ भविष्य में और अधिक छात्रों को कोचिंग और प्रशिक्षण देना जारी रखना चाहते हैं। जब उनसे पूछा गया कि क्या वह अपनी खुद की अकादमी खोलना चाहते हैं, तो उन्होंने स्पष्ट रूप से कहा “नहीं”। वह सीमित संख्या में छात्रों को शामिल करना चाहते हैं ताकि वह उनकी ज़रूरतों



और प्रगति पर पूरा ध्यान दे सकें।

" मुझे लगता है कि अपनी ताकत को पहचानना और उस पर काम करना बहुत महत्वपूर्ण है। कभी भी यह मत सोचिए कि आप कुछ नहीं कर सकते, बस इसमें दूसरों की तुलना में थोड़ा अधिक समय लग सकता है, "

हम गायकवाड़ को उनकी उपलब्धियों के लिए बधाई देते हैं। गायकवाड़ वाकई एक आकर्षक व्यक्तित्व हैं, उन्होंने इतनी कम उम्र में कई लोगों को प्रेरित किया है और आने वाली कई पीढ़ियों को अपने ज्ञान से लाभान्वित करते रहेंगे।



और एक रजत पदक जीता।

उनकी उपलब्धियां:-

- बैंगलोर में आयोजित 2009 IWAS विश्व खेलों में दो स्वर्ण पदक, चार रजत पदक और एक कांस्य पदक
- 2010 में ग्वांगझू में आयोजित एशियाई पैरा खेलों में कांस्य पदक
- 2010 में 100 मीटर ब्रेस्टस्ट्रोक में विश्व में 13वें स्थान पर रहीं
- 2011 में जर्मनी में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय ड्यूश मीस्टरशाफ्टेन (आईडीएम) तैराकी चैंपियनशिप में उन्होंने दो कांस्य पदक

- इंचियोन में आयोजित 2014 एशियाई खेलों में एक रजत पदक और चार कांस्य पदक जीते
- 50 मीटर बटरफ्लाइ और 50 मीटर ब्रेस्टस्ट्रोक में एशियाई रिकॉर्ड धारक

★★★



"प्रकृति का संरक्षण, हमारा कर्तव्य"

"World Environment Day Celebration" 2025 (NURTURING NATURE, OUR DUTY)

5 जून 2025 को ओमकार फाउंडेशन ट्रस्ट (एनजीओ) द्वारा "प्रकृति का संरक्षण, हमारा कर्तव्य" थीम पर मानसिक रूप से विकलांग बच्चों द्वारा लगाए गए पौधों की एक झलक....इसके बाद

ट्रस्ट द्वारा नाशते की भी व्यवस्था की गई थी। इस कार्यक्रम में बच्चों ने बड़े उत्साह के साथ भाग लिया।







मनोदिव्यांग बच्चों ने गुजराती फिल्म देखने का मजा उठाया

मनोदिव्यांग बच्चों के लिए सदैव कार्यरत स्मित चाइल्ड एज्युकेशन ट्रस्ट अखबार नगर नवा वाडज के मनोदिव्यांग बच्चों को दाता के सहयोग से गुजराती फिल्म देखने का अवसर प्राप्त हुआ। फिल्म देखने के

बाद इन बच्चों ने होटल में पंजाबी लंच का लुत्फ उठाया। फिल्म देखने और लंच कर के बच्चों को बेहद खुशी प्राप्त हुई। दाताओं के इस शुभ कार्य के लिए हम उनका धन्यवाग अदा करते हैं।



हैदराबाद में आयोजित योगा शिविर में मनोदिव्यांग बच्चों ने हिस्सा लिया

राष्ट्रीय बौद्धिक दिव्यांगजन संस्थान सिकंदराबाद द्वारा हैदराबाद के कान्हा शांति सदन में आयोजित विशेष दिव्यांगजन की योग शिविर में अहमदाबाद के नवजीवन चेरीटेबल ट्रस्ट संचालित डॉ.हरिकृष्ण डाह्याभाई स्वामी संस्था के चार ड्राउन

सिंड्रोम पीडित छात्रों ने उनके शिक्षकों के साथ हिस्सा लिया था। मेडिटेशन योगा में हिस्सा लेकर इन छात्रों को प्रोत्साहन प्राप्त हुआ। ३८०० से अधिक दिव्यांगों ने इस शिविर में हिस्सा लिया था। इस कार्यक्रम को इन्डिया बुक ऑफ रेकोर्ड में स्थान मिला था।





ॐकार फाउन्डेशन ट्रस्ट

संचालित (N.G.O.)

ॐकार दिव्यांग ट्रेनिंग डे-केर सेन्टर

मानसिक दिव्यांग बच्चों के लिए निःशुल्क तालीम संस्था



- ▲ World Autism Day ▲ Table Tennis Competition ▲ Painting Competition ▲ Sports Day Celebration
- ▲ Rakshabandhan Celebration ▲ 15th August Celebration ▲ Janmashtami Celebration
- ▲ Anand Niketan School Visit ▲ Picnic ▲ Traffic Awareness Program Navratri Celebration

★★★ शाला में प्रवेश के लिए संपर्क करें ★★★

सुमेल ५, हाउस नं.: ४८/डी, बिजनेस पार्क, चामुंडा ब्रीज कोर्नर,
असारवा, अहमदाबाद-३८००१६ मो.: 99749 55125, 99749 55365