



राष्ट्रीय पर्व का सुअवसर और सद्भावना की पावन राह ज़रूरतमंदों की मदद के ज़रिये समाज धर्म का निर्वाह



★ राष्ट्रीय पर्व 'स्वाधीनता दिवस' की वर्षगांठ के शुभ अवसर पर पश्चिम रेलवे महिला समाज सेवा समिति ने अपने उद्देश्यों के अनुरूप ज़रूरतमंदों की मदद करते हुए अपने समाज धर्म का निर्वाह किया। इस मौके पर 15 अगस्त, 2010 को मुंबई सेन्ट्रल स्थित जगजीवनराम रेलवे अस्पताल में समिति की ओर से प्रदत्त रोटी मेकर एवं आर.ओ. पेयजल प्लांट का उद्घाटन करते हुए तथा मरीजों को फलों और अन्य उपयोगी सामग्री का वितरण करते हुए समिति की अध्यक्ष श्रीमती अनिला वर्मा एवं अन्य पदाधिकारी दिखाई दे रही हैं। इस मौके पर मौजूद महाप्रबंधक श्री रवीन्द्र नाथ वर्मा एवं अन्य वरिष्ठ अधिकारी भी दिखाई दे रहे हैं।



प्रतिज्ञा

आओ, सब मिल प्रण ये ले लें !
नहीं करेंगे ऐसा काम,
देश की उन्नति में बाधा का
कभी नहीं लेंगे इल्ज़ाम !

आज प्रतिज्ञा हम करते हैं
नहीं करेंगे पटरी पार,
पुल से ही जायेंगे हम
ऐसा लेते हैं प्रण आज !

कभी न बैठेंगे हम छत पर
नहीं करेंगे कोई अनुचित काम,
रेल संरक्षा सुनिश्चित करने का
तहे दिल से लेते हैं प्रण आज !



श्रीमती अनिला वर्मा

अध्यक्षा, पश्चिम रेलवे महिला समाज समिति





● 18 सितम्बर, 2010 को जगजीवन राम अस्पताल में आयोजित एक समारोह में पश्चिम रेलवे महिला समाज सेवा समिति की अध्यक्षा श्रीमती अनिला वर्मा पूजा करते हुए तथा मुंबई मंडल के मंडल रेल प्रबंधक श्री गिरीश पिल्लई को समिति द्वारा ज़रूरतमंदों की मदद हेतु दान की गई एम्बुलेंस की चाबी प्रदान करते हुए।

पश्चिम रेलवे महिला समिति द्वारा चार एम्बुलेंस दान

रेलकर्मियों और रेल उपयोगकर्ताओं के कल्याण के लिए एक और महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए पश्चिम रेलवे महिला समाज सेवा समिति ने पश्चिम रेलवे प्रशासन को चार एम्बुलेंस दान की हैं। ज़रूरतमंदों के लिए तुरन्त चिकित्सा सुनिश्चित करने के प्रयासों के तहत महिला समिति की अध्यक्षा श्रीमती अनिला वर्मा ने पश्चिम तथा मध्य रेलवे के महाप्रबंधक श्री रवीन्द्र नाथ वर्मा की उपस्थिति में 18 सितम्बर, 2010 को जगजीवन राम अस्पताल में आयोजित एक समारोह में मंडल रेल प्रबंधक श्री गिरीश पिल्लई को 3 एम्बुलेंस तथा पश्चिम रेलवे के मुख्य चिकित्सा निदेशक डॉ. सुहास नांदगावे को एक एम्बुलेंस की चाबी प्रदान की। चार एम्बुलेंसों में से तीन एम्बुलेंस पश्चिम रेलवे के मुंबई उपनगरीय खंड के गोरेगाँव, कांदिवली और मीरा रोड स्टेशनों पर यात्रियों की सेवा में सुलभ कराई जायेंगी। महिला समिति के इस सार्थक प्रयास के कारण पश्चिम रेलवे पर विद्यमान विभागीय एम्बुलेंस अब सात स्टेशनों पर उपलब्ध हो चुकी हैं।

इससे पूर्व पश्चिम रेलवे के चर्चगेट, लोअर परेल और बांद्रा स्टेशन पर विभागीय एम्बुलेंस की सुविधा उपलब्ध थी। इसके अतिरिक्त चार अन्य स्टेशनों दादर, अंधेरी, बोरीवली और वसई रोड स्टेशनों पर एम्बुलेंस की सुविधा स्वयंसेवी संगठनों द्वारा प्रदान की जा रही है।

आपातकालीन परिस्थितियों में इन एम्बुलेंसों का उपयोग निकटवर्ती स्टेशन के ज़रूरतमंद लोगों के लिए भी किया जा सकता है। एक एम्बुलेंस का उपयोग जगजीवन राम अस्पताल द्वारा किया जा रहा है। इन एम्बुलेंसों के उपयोग से इन स्टेशनों और इनके आसपास के स्टेशनों पर ज़रूरतमंद रेल उपभोक्ताओं और रेल उपयोगकर्ताओं को तुरन्त अस्पताल पहुँचाने में मदद मिलेगी। इस अवसर पर मुंबई सेंट्रल के जगजीवन राम अस्पताल के प्रबंध निदेशक डॉ. ए. के. व्यास, पश्चिम रेलवे महिला समाज सेवा समिति की सदस्याएँ, वरिष्ठ रेल अधिकारी एवं कर्मचारी भी उपस्थित थे।

स्वाद जो रहे हरदम याद!

डोसा एक ऐसी दक्षिण भारतीय डिश है, जो आम तौर पर सभी को पसंद आती है और बच्चों से लेकर बूढ़ों तक सभी को लुभाती है। होटल में भी जायें तो सादा डोसा, मसाला डोसा, रवा डोसा, मैसूर डोसा जैसी अनेक किस्में उपलब्ध रहती हैं, लेकिन इन सबसे अलग और कुछ खास डिश अगर आप किसी खास मौके पर अपने परिजनों और मेहमानों को बनाकर खिलायें, तो उस अवसर विशेष की अहमियत और लज़्जत और भी बढ़ जायेगी। आज, हम आपको एक ऐसी ही एक खास डिश बनाने का तरीका बताने जा रहे हैं, जिसे हर कोई चटखारे लेकर खायेगा और आपके हुनर के गुण गायेगा। जी हाँ ! यह खास डिश है 'ड्रायफ्रूट्स डोसा' ! तो हो जाइये तैयार, सीखने को एक स्वादिष्ट उपहार ... !

● **विधि :-** चावल को एक बर्तन में 6 से 7 घंटों के लिए पानी में भिगो कर रखें। दूसरे बर्तन में उड़द की दाल भी पानी में भिगो कर रखें। 6 से 7 घंटे बाद चावल और दाल दोनों मिक्सर में अलग-अलग बारीक पीस लें और फिर दोनों को मिक्स कर के 4-5 घंटों तक खमीर आने के लिए

ड्रायफ्रूट्स डोसा



आवश्यक सामग्री

- **चावल :-** 3 कटोरी
- **उड़द की दाल :-** 1 कटोरी
- **पनीर :-** ज़रूरत के अनुसार
- **काजू :-** ज़रूरत के अनुसार
- **किशमिश :-** ज़रूरत के अनुसार
- **हरा धनिया :-** बारीक कटा हुआ
- **हरी मिर्च :-** बारीक कटी हुई

खास डिश बनायें मनमुराद!

रख दें। जब यह दाल-चावल का मिश्रण फूल जाये, तब ज़रूरत के मुताबिक पतला कर लें और उसमें हल्का-सा नमक डाल दें। डोसा बनाने के लिए आपका मिश्रण तैयार है। अब पनीर को घिस लें। काजू के भी बारीक टुकड़े कर लें। बारीक कटा धनिया और हरी मिर्च भी अलग रख लें। अब नॉन स्टिक तवे पर थोड़ा सा डोसे का मिश्रण फैला कर डोसा बना लें और फिर तुरन्त उस डोसे पर स्वाद के अनुसार पनीर, काजू के टुकड़े, किशमिश, हरी मिर्च और धनिया फैला दें। डोसे के सिंकने पर जब डोसा अच्छे से सिंक जाये और अपने आप तवे से छूटने लगे तब उसे तवे पर से उतार लें और गर्म-गर्म ही चटनी के साथ परोसें। आजकल तो डोसे का मिश्रण बाज़ार में तैयार भी मिल जाता है, तो आप बाज़ार से डोसे का घोल लाकर उससे घर पर अलग तरह से डोसा बना सकते हैं, जो शायद किसी होटल में नहीं मिलेगा। तो लीजिये मोहतरमा, ड्रायफ्रूट्स डोसा है तैयार ! आपके अपनों के लिए पेश करें एक खास स्वादिष्ट उपहार !

✍ श्रीमती अर्चना महतपुरकर

3/14, रेल अधिकारी निवास, मुंबई सेंट्रल (पूर्व)