



वरिष्ठ नागरिक
सम्मान, प्यार और
सुरक्षा के हकदार....



वरिष्ठ नागरिक मूल्यवान, आदरणीय और समाज के स्तंभ हैं।



सेगेन ट्रस्ट एक गैर-लाभकारी संस्था है, जो प्रत्येक वरिष्ठ नागरिक के लिए **Dignity in Aging** यानी बढ़ती उम्र में सम्मान सुनिश्चित करने के लिए कार्य करती हैं। सेगेन ट्रस्ट इस विश्वास के साथ कार्य करता है, कि हर बुजुर्ग सिर्फ देखभाल का नहीं, बल्कि सम्मान, प्यार और सुरक्षा का भी हकदार है।

बढ़ती उम्र किसी की कमजोरी नहीं,
अपितु जीवन का वह अध्याय है, जहाँ उन्हें सबसे अधिक सहारे और संवेदना की आवश्यकता होती है।

हम उन वरिष्ठ नागरिकों तक अपने हाथ बढ़ाते हैं,
जिनकी आवाज अक्सर घरों की दीवारों में खो जाती है –
जिन्हें कोई सुनने वाला नहीं, कोई सहारा देने वाला नहीं।
सेगेन ट्रस्ट का उद्देश्य एक ऐसी दुनिया बनाना है, जहाँ हमारे
बुजुर्ग अकेले न हों, जहाँ उनकी जरूरतें सुनी जाएँ और
जहाँ हर दिन उन्हें यह एहसास हो कि
वे भी प्रिय तथा आदरणीय हैं, और समाज के स्तंभ हैं।

वृद्धावस्था में सामाजिक, आर्थिक, भावनात्मक, मानसिक
एवम स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का सामना लगभग
प्रत्येक बुजुर्ग को करना ही पड़ता है। सेगेन ट्रस्ट इन्हीं
समस्याओं का सामना व समाधान ढुंढने में बुजुर्गों की
सहायता करने का प्रयास करता है।

भावनात्मक समस्याएँ

कई बुजुर्ग अकेलेपन, अवसाद और भावनात्मक उपेक्षा का सामना करते हैं। बच्चों के दूर रहने और सीमित सामाजिक संपर्क के कारण वे अक्सर अकेलेपन और असुरक्षा महसूस करते हैं। उन्हें साथ, प्यार और भावनात्मक समर्थन की आवश्यकता होती है।

जीवन के इस पड़ाव पर पहुँच कर प्रत्येक बुजुर्ग अपनी जिंदगी का सबसे शांत समय बिताना चाहते हैं, लेकिन उन्हें मिलता है – अकेलापन, खामोशी और इंतजार। दिन भर एक आहट की आस, किसी बात करने वाले की चाह, किसी के स्नेह की प्रतीक्षा, इन भावनात्मक घावों को न कोई देख पाता है, न समझ पाता है। यह दर्द सबसे गहरा होता है।

“

अकेलापन बुजुर्गों के जीवन का सबसे गहरा दर्द है
एक ऐसा जख्म, जिसे न दवाईयाँ भर पाती हैं, न सुविधाएँ
इसे सिर्फ किसी अपने का साथ,
थोड़ा समय और सच्चा अपनापन ही भर सकता है।

”







समाजिक समस्याएँ

कभी परिवार व समाज का आधार रहे व्यक्ति को आज उसकी बढ़ती उम्र के कारण अपने ही परिवार में उपेक्षा का सामना करना पड़ता है, परिवार व समाज के कई निर्णयों उनकी उपस्थिति को कोई महत्व ही नहीं दिया जाता। ऐसी परिस्थिति में बुजुर्ग अपने को एकदम अकेला महसूस करने लगते हैं। सम्मान की भूख, जुड़ाव की चाह और अपनेपन की कमी उनके मन को चोट पहुँचाती है। ऐसी स्थिति में वह धीरे धीरे एकांकीपन का शिकार होकर मानसिक तौर पर बीमार हो जाते हैं।

आर्थिक समस्याएँ

जीवन भर परिवार और समाज के लिए मेहनत करने के बाद, कई बुजुर्ग अपने जीवन की आखिरी पारी आर्थिक तंगी में गुजारते हैं। पेंशन कम, खर्च ज्यादा – और कभी-कभी अपनों का साथ भी नहीं। दवाईयाँ, इलाज, रोजमर्रा की जरूरतें इनके लिए संघर्ष करते हुए उनका दिल और भी भारी जो जाता है।

“ किसी के पास दवाईयों के पैसे भी नहीं,
तो किसी के जीवन में एक दिन की शांति भी नहीं।
हर दिन वे अपने आत्मसम्मान,
और जरूरतों के बीच संघर्ष करते रहते हैं। ”

कानूनी समस्याएँ

विरासत, संपत्ति और अधिकारों को लेकर बुजुर्गों को अक्सर अनेदखा कर दिया जाता है। बहुत बार वही लोग धोखा देते हैं जिन पर सबसे ज्यादा भरोसा होता है। कानूनी सहायता की जानकारी और पहुँच न होने के कारण वे चुपचाप अन्याय सहते रहते हैं। कई बार वे अपने कानूनी अधिकारों से अनजान होते हैं या उन्हें उचित कानूनी सहायता नहीं मिल पाती।



आवाज है,
अधिकार हैं
पर कानूनी सहारा नहीं।



स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ

बढ़ती उम्र की सबसे बड़ी समस्या ही है, शरीर का साथ न देना, कोई भी मनुष्य बीमार नहीं होना चाहता है। आज के समय में जब कुछ भी शुद्ध नहीं है, खानपान, पानी यहाँ तक की वायु भी शुद्ध नहीं है, ऐसे में शरीर तो बीमारियों का घर ही बन जाता है, ब्लडप्रेसर, शुगर, हड्डी व मासपेशियों में कमजोरी व दर्द और आँखों से कम दिखाई देना लगभग प्रत्येक बुजुर्ग की सामान्य समस्या है।



उम्र के साथ बीमारी बढ़ती जाती है – पर स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँच नहीं।
बुजुर्ग दर्द में जीने को मजबूर हैं- कोई पूछने वाला नहीं, कोई दवा देने वाला नहीं



वरिष्ठ नागरिकों के लिए साइबर सुरक्षा सलाह

आज की डिजिटल दुनिया में बुजुर्ग सबसे अधिक साइबर अपराधियों के निशाने पर होते हैं। एक फोन कॉल, एक मैसेज, या एक लिंक – और जीवन भर की मेहनत की कमाई कुछ ही मिनटों में गायब हो सकती है। इसलिए वरिष्ठ नागरिकों को चाहिए कि वे किसी भी व्यक्ति को अपना OTP, ATM PIN पासवर्ड या बैंक की जानकारी बिल्कुल भी न दें, चाहे वह खुद को पुलिस या बैंक वाला बताता हो। अजनबी लिंक, लॉटरी मैसेज या लालच देने वाले ऑफर जीवनभर की बचत पर खतरा बन सकते हैं।

मोबाइल का उपयोग करते समय अपने परिवार के किसी विश्वसनीय व्यक्ति से सलाह लें, मजबूत पासवर्ड रखें और केवल आधिकारिक ऐप्स का उपयोग करें। थोड़ी सी सतर्कता उन्हें बड़ी मुसीबत से बचा सकती है।

हमारा कर्तव्य है कि हम अपने बुजुर्गों को डिजिटल दुनिया में सुरक्षित रखें – क्योंकि उन्होंने ही हमारे आज को सुरक्षित बनाया था।

**“हमारा कर्तव्य है कि हम अपने बुजुर्गों का हाथ थामें—
और डिजिटल दुनिया में उन्हें उतनी ही सुरक्षा दें,
जितनी उन्होंने हमें बचपन में दी थी।”**



Registered Office : 38- B, DDA Flats, Basant Nagar, New Delhi - 110057
Corporate Office: 190-A , Pocket - A, Mayur Vihar Phase II, Delhi - 110091
Contact : 9654465565 | 9811553093
E-mail: segentrustindia@gmail.com | Web site: www.segentrust.org