SmileTrain

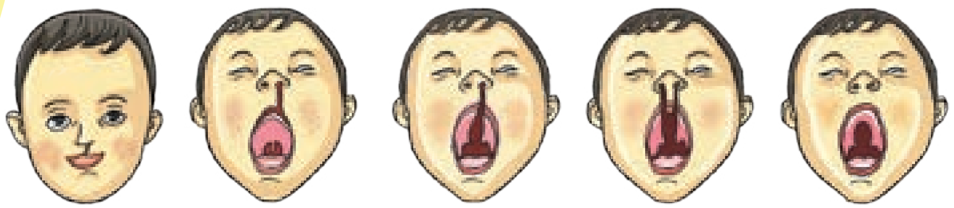
मेरी मुस्कान जैसे आसमान

Smiles that Shine

यह किताब

....

की है



क्लेफ्ट अथवा कटे होंठ या/और तालू क्या है?

कुछ बच्चे क्लेफ्ट के साथ पैदा होते हैं। इसका मतलब है कि उनके होंठ या मुँह के ऊपरी हिस्से में एक दरार होती है। भारत में हर साल 35,000+ बच्चे क्लेफ्ट होंठ या तालू के साथ पैदा होते हैं।

क्लेफ्ट बच्चों को कैसे प्रभावित करता है?

अगर इसका इलाज न किया जाए, तो क्लेफ्ट होंठ या तालू वाले बच्चों को खाने, सांस लेने, बोलने और सुनने में समस्या हो सकती है। कभी-कभी अन्य बच्चे उनका मज़ाक उड़ाते हैं, और वे अक्सर अलग-थलग महसूस करते हैं।

क्या इसका इलाज संभव है?

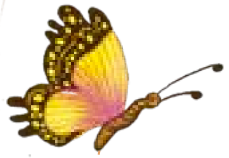
जी हाँ! सर्जरी और संबंधित देखभाल से इसका इलाज किया जा सकता है, और बच्चे एक स्वस्थ और पूर्ण जीवन जी सकते हैं।

निःशुल्क क्लेफ्ट उपचार के लिए, कृपया कॉल करें:

1800 103 8301

कॉपीराइट © 2025 स्माइल ट्रेन।
सर्वाधिकार सुरक्षित। इस प्रकाशन के किसी भी भाग को, किसी भी रूप या किसी भी माध्यम से, जिसमें फोटोकॉपी, रिकॉर्डिंग, या अन्य इलेक्ट्रॉनिक या यांत्रिक विधियाँ शामिल हैं, बिना स्माइल ट्रेन की पूर्व लिखित अनुमति के, पुन: उत्पन्न, वितरित, या प्रसारित नहीं किया जा सकता, सिवाय उन संक्षिप्त उद्धरणों के जो आलोचनात्मक समीक्षाओं और कुछ अन्य गैर-व्यावसायिक उपयोगों के लिए कॉपीराइट कानून द्वारा अनुमत हैं।
अनुमति के लिए, कृपया स्माइल ट्रेन से संपर्क करें:
प्लॉट नंबर 3, एलएससी, सेक्टर सी, पॉकेट 6/7
वसंत कुंज, नई दिल्ली 110070
लेखक: ममता नैनी
चित्रण: अनिरुद्ध और चारुलता
डिज़ाइन और लेआउट: विक्रम कुमार
पहली प्रकाशण: 2025
भारत में छापा गया

I Smile Like a Song



लेखक: ममता नैनी
चित्रण: अनिरुद्ध और चारुलता

मेरी मुस्कान जैसे एक नदी,
मचलती, लहराती जो चली।

मेरी मुस्कान जैसे दूज का चाँद,
चमके जो काले बादलों को फाँद।

मेरी मुस्कान जैसे एक डगर,
घूमे जो कहानियों के नगर।

मेरी मुस्कान जैसे चंचल तितली,
उड़े जो हर पल कली से कली।

मेरी मुस्कान जैसे खुला आसमान,
जहाँ सपने लें ऊंची उड़ान।

मेरी मुस्कान जैसे पवन ठिठोली,
पेड़ों संग खेले आंख-मिचोली।

मेरी मुस्कान जैसे एक फुलवारी,
सुंदर सुंदर, प्यारी प्यारी।

मेरी मुस्कान जैसे एक गाना,
हर दिल में छेड़े मीठा तराना।

मेरे हर रंग को करती जो बयान,
मेरी मुस्कान है मेरी पहचान।

अपनी कल्पना को रंग दें!

शिक्षकों और अभिभावकों के लिए नोट्स

छोटे बच्चों को क्लेफ्ट होंठ और तालू समझाने के तरीके:

1. **सरल शब्दों से शुरुआत करें:** क्लेफ्ट को समझाने के लिए आसान भाषा का उपयोग करें। उदाहरण के लिए: "कुछ बच्चे कटे होंठ और/या कटे तालू के साथ पैदा होते हैं। क्लेफ्ट का मतलब होंठ या मुँह के ऊपरी हिस्से में एक गैप (दरार) होता है।"
2. **दृश्य सामग्री का उपयोग करें:** बच्चों को समझाने के लिए क्लेफ्ट होंठ और तालू के विभिन्न प्रकारों की तस्वीरें और चित्र दिखाएं।
3. **चुनौतियों के बारे में समझाएं:** बच्चों को यह बताएं कि क्लेफ्ट वाले बच्चों को खाने, सांस लेने, और बोलने में कठिनाई हो सकती है।
4. **सर्जरी के बारे में बताएं:** समझाएं कि डॉक्टर सर्जरी से क्लेफ्ट को ठीक कर सकते हैं। उदाहरण के लिए: "क्लेफ्ट को सर्जरी से ठीक किया जा सकता है, जिससे व्यक्ति को बोलने और खाने में आसानी होती है।"
5. **अंतर को समझाएं:** बच्चों को यह समझाने में मदद करें कि हर व्यक्ति अनोखा होता है। उदाहरण के लिए: "कुछ लोग चश्मा पहनते हैं, कुछ लंबे होते हैं, और कुछ के होंठ कटे होते हैं, लेकिन लेकिन हम सब अपने आप में खास हैं!"
6. **बच्चों को नेकदिल बनने के लिए प्रोत्साहित करें:** बच्चों को सहानुभूति और समर्थन की शिक्षा दें। उदाहरण के लिए: "अगर किसी को क्लेफ्ट की वजह से बोलने या खाने में कठिनाई हो, तो धैर्य रखें।"
7. **इंटरैक्टिव चर्चा:** बच्चों को सवाल पूछने का मौका दें, जैसे "क्या फिर से गैप आ जाएगा? इसे कैसे ठीक किया जाता है?" और उन्हें आश्वासन के साथ उत्तर दें।
8. **समावेशिता को बढ़ावा दें:** बच्चों को दिखाएं कि क्लेफ्ट होने से किसी को खेल, सीखने, या मज़े करने से नहीं रोका जा सकता। उदाहरण के लिए: "क्लेफ्ट वाले लोग भी बाकी सभी की तरह खेल सकते हैं, सीख सकते हैं और मज़े कर सकते हैं!"
9. **कहानी सुनाना:** बच्चों को उन सफल लोगों की कहानियाँ सुनाएँ जिनके क्लेफ्ट या अन्य अलगताएँ हैं, और उन्हें आत्मविश्वास के साथ प्रेरित करें।

बच्चों में दया, सम्मान और सभी के प्रति समझ विकसित करें, चाहे उनकी शारीरिक बनावट जैसी भी हो।

ममता नैनी नई दिल्ली में रहने वाली एक लेखिका हैं। उन्होंने बच्चों के लिए पैंतीस से अधिक पुस्तकें लिखी हैं, जिनमें से कई को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पुरस्कार मिले हैं, जैसे वैली ऑफ वर्ड्स अवॉर्ड, फिक्की पब्लिशिंग अवॉर्ड, पब्लिशिंग नेक्स्ट अवार्ड, द हिंदू यंग वर्ल्ड-गुडबुक्स अवॉर्ड और पीक-ए-बुक चिल्ड्रन चॉइस अवॉर्ड। ममता बच्चों की असीम कल्पना से बेहद प्रेरित हैं और समावेशी और सशक्त कहानियाँ लिखती हैं।

दिल्ली स्कूल ऑफ आर्ट से स्नातकोत्तर, **अनिरुद्ध मुखर्जी** लगातार डूडल बनाते हैं, नदियों के किनारों की फोटोग्राफी करते हैं और अक्सर बच्चों की पुस्तकों के ढेर के पास देखे जाते हैं। उन्होंने बच्चों के लिए कई पुस्तकों का चित्रण किया है। **चारुलता मुखर्जी** नई दिल्ली में रहने वाली एक कलाकार हैं। उन्हें बच्चों के लिए चित्र बनाना बेहद पसंद है, क्योंकि उनका मानना है कि बच्चे उनकी कला में वह देख सकते हैं, जो अधिकतर बड़े नहीं देख पाते।

SmileTrain

स्माइल ट्रेन के बारे में

स्माइल ट्रेन दुनिया की सबसे बड़ी क्लेफ्ट चैरिटी है। सन् 2000 से, यह भारत में डॉक्टरों और अस्पतालों के साथ मिलकर ज़रूरतमंद बच्चों को मुफ्त क्लेफ्ट उपचार प्रदान कर रही है। अब तक, स्माइल ट्रेन ने भारत भर में 120 से अधिक भागीदार अस्पतालों के माध्यम से 750,000 से अधिक मुफ्त सर्जरी कराई है, जिससे बच्चों को स्वस्थ और पूर्ण जीवन जीने में मदद मिली है।

हर मुस्कान में है जादू भरा
हर मुस्कान है एक अनमोल तोहफा।

हर बच्चे की मुस्कान की अनूठी सुंदरता को दर्शाती यह किताब, क्लेफ्ट से प्रभावित बच्चों की साहसी और सुंदर मुस्कानों से प्रेरित है। शब्दों की मधुर धुन और चित्रों के रंगीन नृत्य के माध्यम से, यह किताब नन्हें पाठकों को अपनी विशेषता को अपनाने और अपने चारों ओर की दुनिया में खुशी खोजने के लिए प्रेरित करेगी—एक बड़ी सी मुस्कान के साथ!

SmileTrain