ISSN: 2395-7852

International Journal of Advanced Research in Arts, Science, Engineering & Management (IJARASEM)

Volume 11, Issue 2, March 2024

INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER INDIA

IMPACT FACTOR: 7.583

| www.ijarasem.com | ijarasem@gmail.com | +91-9940572462 |

International Journal of Advanced Research in Arts, Science, Engineering & Management (IJARASEM)

| ISSN: 2395-7852 | www.ijarasem.com | Impact Factor: 7.583 | Bimonthly, Peer Reviewed & Referred Journal|

| Volume 11, Issue 2, March 2024 |

कोरोना काल में महिला स्वयं सहायता समूह की भूमिका एवं सामाजिक व आर्थिक योगदान के समक्ष उत्पन्न चुनौतियाँ

अनिता महला

शोधार्थी (भूगोल विभाग),
राजस्थान विश्वविद्यालय, जयपुर

सारांश :

कोरोना महामारी ने पूरे विश्व को संकट में डाल दिया और इसका प्रभाव हर वर्ग पर पड़ा। लेकिन, महिलाओं, विशेषकर ग्रामीण और अर्ध–शहरी क्षेत्रों की महिलाओं के लिए, यह संकट और भी गहरा था। इस परिप्रेक्ष्य में, बाड़मेर जिले के महिला स्वयं सहायता समूहों (SHGs) ने एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इस शोध पत्र का उद्देश्य बाड़मेर में महिला SHGs के योगदान, उनकी चुनौतियों और उनके द्वारा की गई पहलों को उजागर करना है। बाड़मेर में महिला स्वयं सहायता समूह छोटे, स्व–नियंत्रित समूह होते हैं जिनमें 8–10 सदस्य होते हैं। ये समूह वित्तीय लेनदेन, छोटे व्यापार, और सामाजिक मुद्दों पर काम करते हैं। इनका उद्देश्य महिलाओं को आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बनाना और समाज में उनकी स्थिति को सुदृढ़ करना है। बाड़मेर में इन समूहों को स्थानीय बैंकों, राजस्थान सरकार और राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन (NRLM) के तहत वित्तीय सहायता प्राप्त होती है।

मूल शब्द : महिला स्वयं सहायता समूह, सामाजिक मुद्दें, वित्तीय सहायता, सामुदायिक सहायता

पृष्ठभूमिः–

कोरोना महामारी के दौरान बाड़मेर में महिला SHGs की भूमिका :

कोरोना महामारी के दौरान बाड़मेर में महिला SHGs की भूमिका को निम्न बुन्दुओ के अंतर्गत अध्ययित किया जा सकता है–

स्वास्थ्य और सुरक्षा पहल :

स्वास्थय एवं सुरक्षा पहल के अंतर्गत बाड़मेर जिले में महिला स्वयं सहायता समूह द्वारा निम्नलिखित महत्त्वपूर्ण प्रयास किए गए–

- **मास्क और सैनिटाइजर का उत्पादन :** बाड़मेर के विभिन्न गांवों में महिला SHGs ने मास्क और सैनिटाइजर का उत्पादन किया। सखी मंडल' समूह ने लगभग 1.5 लाख मास्क बनाए और वितरित किए, जिससे उनकी कुल आय 75 लाख रुपये से अधिक हुई। जागरूकता अभियान में SHGs ने स्वास्थ्य जागरूकता अभियान चलाए। "महिला साक्षरता मिशन" ने बाड़मेर के 200 से अधिक गांवों में कोविड–19 से बचाव के उपायों पर जागरूकता फैलाने का काम किया। उन्होंने 10,000 से अधिक परिवारों को सोशल डिस्टेंसिंग और स्वच्छता के महत्व के बारे में शिक्षित किया।
- **रोजगार सृजन :** लॉकडाउन के कारण पारंपरिक रोजगार के अवसर कम हो गए थे। SHGs ने वैकल्पिक रोजगार के अवसर पैदा किए। 'सखी महिला समूह' ने 1000 से अधिक महिलाओं को कृषि और कुटीर उद्योगों में रोजगार दिया।
- **वित्तीय सहायता :** SHGs ने अपने सदस्यों को वित्तीय सहायता प्रदान की। मार्च 2020 से दिसंबर 2020 तक, बाड़मेर में महिला SHGs ने 50 करोड़ रुपये से अधिक का ऋण वितरित किया।
- **सामुदायिक सहायता :** SHGs ने वृद्धों, विकलांगों और जरूरतमंदों को सहायता प्रदान की। 'माता रानी महिला समूह' ने 5,000 से अधिक भोजन के पैकेट वितरित किए और 2,000 से अधिक लोगों को दवाइयां उपलब्ध कराईं।

शोध साहित्य समीक्षा :

महिला स्वयं सहायता समूह (SHG) का आर्थिक योगदान :

गुप्ता और शर्मा (2019) ने अपने अध्ययन में पाया कि महिला SHG ने ग्रामीण भारत में महिलाओं के आर्थिक सशक्तिकरण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। उनके अनुसार, SHG ने महिलाओं को वित्तीय स्वतंत्रता दी और उनके परिवारों की आर्थिक स्थिति में सुधार किया। SHG के माध्यम से महिलाओं ने माइक्रोफाइनेंस सेवाओं तक पहुंच प्राप्त की, जिससे वे छोटे व्यवसाय स्थापित कर सकीं।

राय और सिंह (2020) ने महिला SHG के माध्यम से आय सृजन और उद्यमिता विकास पर ध्यान केंद्रित किया। उनके अनुसार, SHG ने महिलाओं को स्व–रोजगार के अवसर प्रदान किए, जिससे उनकी आय में वृद्धि हुई और गरीबी में कमी आई। SHG के सदस्य विभिन्न व्यवसायिक प्रशिक्षण कार्यक्रमों में भाग लेते हैं, जो उनके कौशल को बढ़ाने में सहायक होते हैं।

स्वयं सहायता समूह (SHG) का सामाजिक योगदान :

मिश्रा (2018) ने अपने अध्ययन में पाया कि महिला SHG ने सामाजिक सुधार और सामुदायिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। उनके अनुसार, SHG ने महिलाओं के बीच एकजुटता और सामूहिकता को बढ़ावा दिया, जिससे वे सामाजिक मुद्दों पर एकजुट होकर काम कर सकें। मिश्रा ने यह भी बताया कि SHG ने शिक्षा, स्वास्थ्य, स्वच्छता और महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में भी महत्वपूर्ण पहल की हैं।

कुमार और जोशी (2019) ने यह निष्कर्ष निकाला कि SHG ने महिलाओं को सामाजिक रूप से सशक्त बनाया है। उनके अनुसार, SHG के माध्यम से महिलाएं अपनी आवाज उठाने और सामुदायिक निर्णय लेने की प्रक्रियाओं में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित हुई हैं। उन्होंने पाया कि SHG ने महिलाओं के बीच जागरूकता और ज्ञान का प्रसार किया, जिससे वे अपने अधिकारों के प्रति जागरूक हो सकीं।

सिंह और वर्मा (2021) ने अपने अध्ययन में पाया कि कोरोना महामारी के दौरान महिला SHG को कई आर्थिक चुनौतियों का सामना करना पड़ा। लॉकडाउन और आर्थिक मंदी के कारण कई महिलाओं के छोटे व्यवसाय बंद हो गए या उनकी आय में कमी आई। उनके अनुसार, SHG ने इस समय में भी महिलाओं को वित्तीय सहायता और रोजगार के नए अवसर प्रदान करने की कोशिश की।

शोध पद्धति :

शोध डिजाइन :इस शोध में गुणात्मक और मात्रात्मक दोनों पद्धतियों का उपयोग किया जाएगा। गुणात्मक अनुसंधान में महिला SHG की सदस्याओं के साथ साक्षात्कार और फोकस समूह चर्चाओं के माध्यम से उनकी अनुभवों और चुनौतियों को समझने की कोशिश की जाएगी। मात्रात्मक अनुसंधान में महिला SHG की आर्थिक गतिविधियों, आय और सामाजिक योगदान पर आंकड़ों का संग्रह और विश्लेषण किया जाएगा।

डेटा संग्रह : इसमें प्राथमिक डेटा साक्षात्कार, सर्वेक्षण, और फोकस समूह चर्चाओं के माध्यम से एवं द्वितीयक डेटा जिसमें सरकारी रिपोर्ट, छ।ठ।त्व के दस्तावेज, और अन्य शोध पत्रों से संग्रहित किए गए।

डेटा विश्लेषण : गुणात्मक डेटा विश्लेषण में सामग्री विश्लेषण का उपयोग करके साक्षात्कार और फोकस समूह से प्राप्त डेटा का विश्लेषण किया जाएगा। मात्रात्मक डेटा विश्लेषण में सांख्यिकीय पद्धतियों का उपयोग करके सर्वेक्षण और अन्य आंकड़ों का विश्लेषण किया जाएगा।

महिला SHGs द्वारा बाड़मेर में अपनाई गई महत्वपूर्ण पहलों का विश्लेषण :

- **वित्तीय समावेशन :** SHGs ने अपने सदस्यों को बैंकिंग सेवाओं और वित्तीय उत्पादों की जानकारी प्रदान की। 'प्रधानमंत्री जन–धन योजना' के तहत, महिला SHGs ने 50,000 से अधिक महिलाओं को बैंक खातों से जोड़ा। कई SHGs ने सूक्ष्म–वित्त संगठनों और बैंकों के साथ साझेदारी की, जिससे उन्हें कम ब्याज दर पर ऋण उपलब्ध हुआ। 'महिला स्वावलंबन संगठन' ने 2020 में 10 करोड़ रुपये से अधिक का ऋण वितरित किया।
- **डिजिटल साक्षरता :** कोरोना महामारी के दौरान, SHGs ने डिजिटल साक्षरता पर जोर दिया। 'डिजिटल सखी' कार्यक्रम के तहत, 10,000 से अधिक महिलाओं को डिजिटल उपकरणों और तकनीकों का प्रशिक्षण दिया गया। डिजिटल साक्षरता ने महिलाओं को शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँचने में भी मदद की। 'स्मार्ट महिला' अभियान ने 5,000 से अधिक महिलाओं को ऑनलाइन कोर्स और वेबिनार के माध्यम से नई स्किल्स सिखाई।
- **सामुदायिक विकास कार्यक्रम :** SHGs ने सामुदायिक विकास कार्यक्रम चलाए, जिनमें स्वच्छता अभियान, पोषण अभियान, और जल संरक्षण जैसे कार्यक्रम शामिल थे। 'स्वच्छ भारत अभियान' के तहत, SHGs ने घरों में स्वच्छता सुविधाएं उपलब्ध कराई। SHGs ने सरकारी योजनाओं की जानकारी और लाभ को भी समुदाय तक पहुँचाया। 'प्रधानमंत्री उज्ज्वला योजना' के तहत, महिला SHGs ने 20,000 से अधिक महिलाओं को LPG कनेक्शन दिलवाने में मदद की। महिला SHGs के आर्थिक योगदान को समझने के लिए बाड़मेर जिले के आंकड़ों को देखना महत्वपूर्ण है। मार्च 2020 से दिसंबर 2020 के बीच, बाड़मेर में महिला SHGs ने 50 करोड़ रुपये से अधिक का ऋण वितरित किया, जिससे उनके सदस्यों को वित्तीय स्थिरता प्राप्त हुई। इसके अलावा, वैकल्पिक रोजगार सृजन के माध्यम से, 'सखी महिला समूह' ने 1000 से अधिक महिलाओं को कृषि और कुटीर उद्योगों में रोजगार दिया। इन पहलों के माध्यम से, महिलाओं ने न केवल अपने परिवारों की आय में वृद्धि की बल्कि स्थानीय अर्थव्यवस्था को भी मजबूती प्रदान की। मास्क और सैनिटाइजर का उत्पादन करने वाले SHGs ने लगभग 75 लाख रुपये की आय अर्जित की, जिससे वे अपने परिवारों की आर्थिक स्थिति को सुधारने में सक्षम हुए।
- **सरकारी सहायता और अनुदान :** महिला SHGs को सफल बनाने में सरकारी सहायता और अनुदान का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। राजस्थान सरकार और केंद्र सरकार ने विभिन्न योजनाओं और कार्यक्रमों के माध्यम से इन समूहों को समर्थन प्रदान किया है।
- **राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन (NRLM) :** NRLM ने महिला SHGs को वित्तीय सहायता और प्रशिक्षण प्रदान किया। इस मिशन के तहत, बाड़मेर में कई SHGs को ऋण और अनुदान मिले, जिससे

उन्होंने अपने व्यापार और पहलों को सफलतापूर्वक आगे बढ़ाया। NRLM के तहत, 2020 में बाड़मेर में 200 से अधिक SHGs को 50 करोड़ रुपये से अधिक का वित्तीय समर्थन मिला।

- **राजस्थान ग्रामीण आजीविका परिषद (RGAVP) :** (RGAVP) ने राज्य के महिला SHGs को वित्तीय और तकनीकी सहायता प्रदान की। इसके तहत, बाड़मेर के SHGs को आर्थिक रूप से सशक्त बनाने के लिए विभिन्न परियोजनाएं चलाई गईं। RGAVP ने 2020 में बाड़मेर के 150 SHGs को 30 करोड़ रुपये का वित्तीय अनुदान प्रदान किया।
- **प्रधानमंत्री जन–धन योजना (PMJDY) :** PMJDY के तहत, महिला SHGs को बैंकिंग सेवाओं और वित्तीय उत्पादों तक पहुँचने में मदद मिली। बाड़मेर के SHGs ने इस योजना के तहत 50,000 से अधिक महिलाओं को बैंक खातों से जोड़ा।
- **प्रधानमंत्री उज्ज्वला योजना (PMUY) :** PMUY के तहत, बाड़मेर के SHGs ने 20,000 से अधिक महिलाओं को LPG कनेक्शन दिलवाने में मदद की। इससे महिलाओं को स्वच्छ ईंधन प्राप्त हुआ और उनके स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ा।
- **मुख्यमंत्री ग्रामीण विकास योजना (CMRDP)** : CMRDP के तहत, महिला SHGs को वित्तीय सहायता और प्रशिक्षण प्रदान किया गया। इस योजना के तहत, बाड़मेर के SHGs ने कृषि और कुटीर उद्योगों में नए रोजगार के अवसर पैदा किए।

कोरोना काल के बाद स्वयं सहायता समूहों के समक्ष आने वाली चुनौतिया –

कोरोना काल के बाद स्वयं सहायता समूहों के समक्ष निम्नलिखित महत्त्वपूर्ण चुनौतियाँ उत्पन हुई–

1. आर्थिक समस्याएँ :

- **आय के स्रोत में कमी :** लॉकडाउन के कारण कई व्यवसाय बंद हो गए और रोजगार के अवसर कम हो गए, जिससे समूह के सदस्यों की आय पर प्रभाव पड़ा।
- **वित्तीय संकट :** परिवारों की आमदनी में कमी के कारण उनकी बचत खत्म हो गई और उन्हें बुनियादी जरूरतों को पूरा करने में कठिनाई हुई।
- **वित्तीय संसाधनों की कमी :** बैंक और अन्य वित्तीय संस्थान भी कोरोना से प्रभावित हुए, जिससे उन्होंने ऋण देने में संकोच किया।
- **सहायता की आवश्यकता :** समूहों को नए व्यवसाय शुरू करने और पुराने व्यवसाय को पुनः चालू करने के लिए वित्तीय सहायता की आवश्यकता थी, लेकिन संसाधनों की कमी के कारण यह संभव नहीं हो पाया।

- **कर्ज वसूली की समस्याएँ :** ऋण अदायगी में देरी, अर्थव्यवस्था में गिरावट एवं आर्थिक गतिविधियों में कमी के कारण कई सदस्यों के पास ऋण चुकाने के लिए पर्याप्त पैसे नहीं थे। ऋण अदायगी की समस्याएँ, समूह के सदस्यों के बीच कर्ज अदायगी को लेकर विवाद और विश्वास की कमी पैदा हो गई।
- **नए ऋण प्राप्त करने में बाधाएँ :** पुराने ऋण का बोझ, पुराने ऋण चुकाने में देरी के कारण समूहों की क्रेडिट रेटिंग खराब हो गई, जिससे नए ऋण प्राप्त करने में कठिनाई हुई।

2. स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ :

- **चिकित्सा सुविधा का अभाव :** ग्रामीण और दूरस्थ क्षेत्रों में पर्याप्त स्वास्थ्य सेवाएँ उपलब्ध नहीं थीं, जिससे समूह के सदस्यों को गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पड़ा।
- **सुविधाओं की कमी :** मेडिकल स्टाफ, दवाइयों और चिकित्सा उपकरणों की कमी ने स्थिति को और भी खराब बना दिया।
- **स्वास्थ्य बीमा का अभाव :** कई समूहों के सदस्य स्वास्थ्य बीमा नहीं होने के कारण उच्च चिकित्सा खर्च का सामना नहीं कर सके, जिससे उनकी आर्थिक स्थिति और खराब हो गई।

3. सामाजिक एवं तकनीकी चुनौतियाँ ::

- **सामूहिक गतिविधियाँ बंद :** समूह की नियमित बैठकें और सामूहिक गतिविधियाँ बंद हो गईं, जिससे सदस्यों के बीच संवाद की कमी हो गई। समूह के लाभ में कमीरू समूह की शक्ति सामूहिकता में होती है, जो लॉकडाउन और सामाजिक दूरी के कारण प्रभावित हुई।
- **डिजिटल विभाजन :** कई समूहों के सदस्यों के पास इंटरनेट और डिजिटल उपकरणों की कमी थी, जिससे वे डिजिटल लेन–देन और ऑनलाइन बैठकें नहीं कर पाए।
- **डिजिटल साक्षरता :** डिजिटल तकनीकों का उपयोग करने के लिए आवश्यक ज्ञान और प्रशिक्षण की कमी रही।
- **प्रशिक्षण की कमी :** डिजिटल तकनीकों का उपयोग करने के लिए आवश्यक प्रशिक्षण और संसाधनों की कमी रही। बाजार से जुड़ी समस्याएँ लॉकडाउन के कारण उत्पादों को बाजार में पहुँचाने में कठिनाई हुई। परिवहन और वितरण सेवाओं में बाधाएँ आईं।
- **मांग में कमी :** उपभोक्ताओं की क्रय शक्ति घटने से उत्पादों की मांग में कमी आई।
- **विपणन की समस्याएँ :** उत्पादों की मार्केटिंग और बिक्री में समस्याएँ आईं।
- **सरकारी सहायता प्राप्ति में बाधाएँ :** कई समूहों को सरकारी योजनाओं और सहायता तक पहुँचने में कठिनाई का सामना करना पड़ा।
- **जानकारी की कमी :** सरकारी योजनाओं और नीतियों के बारे में जानकारी की कमी रही।

- **सहायता की असमानता :** सहायता वितरण में असमानता के कारण कई समूहों को लाभ नहीं मिल पाया।
- **शिक्षा और प्रशिक्षण :** लॉकडाउन के कारण प्रशिक्षण और कौशल विकास कार्यक्रम रुक गए। नई आवश्यकताएँ रू महामारी के बाद की नई आवश्यकताओं के अनुसार नए कौशलों का विकास करना आवश्यक हो गया।
- **शिक्षा का अभाव :** शिक्षा की कमी शिक्षा और प्रशिक्षण कार्यक्रमों की कमी के कारण सदस्यों के कौशल में कमी आई। नई तकनीकों और व्यवसायिक कौशलों का अभाव रहा।

इन सभी चुनौतियों के बावजूद, स्वयं सहायता समूहों ने सामूहिक शक्ति और सहयोग से कई समस्याओं का समाधान खोजने का प्रयास किया है। सरकारी और गैर–सरकारी संगठनों के सहयोग से SHGs को सशक्त बनाने के प्रयास किए जा रहे हैं, ताकि वे इन चुनौतियों का सामना कर सकें और अपनी आर्थिक और सामाजिक स्थिति को सुधार सकें।

आर्थिक संकेतक : कोरोना से पहले औसत मासिक आय : 5000–7000 रुपये प्रति सदस्य थी तथा ऋण अदायगी दर 95% थी जो कोरोना के बाद औसत मासिक आय 3000–4000 रुपये प्रति सदस्य रह गयी एवं ऋण अदायगी दर 70% हो गयी।

स्वास्थ्य संकेतक : जो कोरोना से पहले स्वास्थ्य बीमा कवरेज 30% सदस्य था जो कोरोना के बाद स्वास्थ्य बीमा कवरेज 20% सदस्य हो गया।

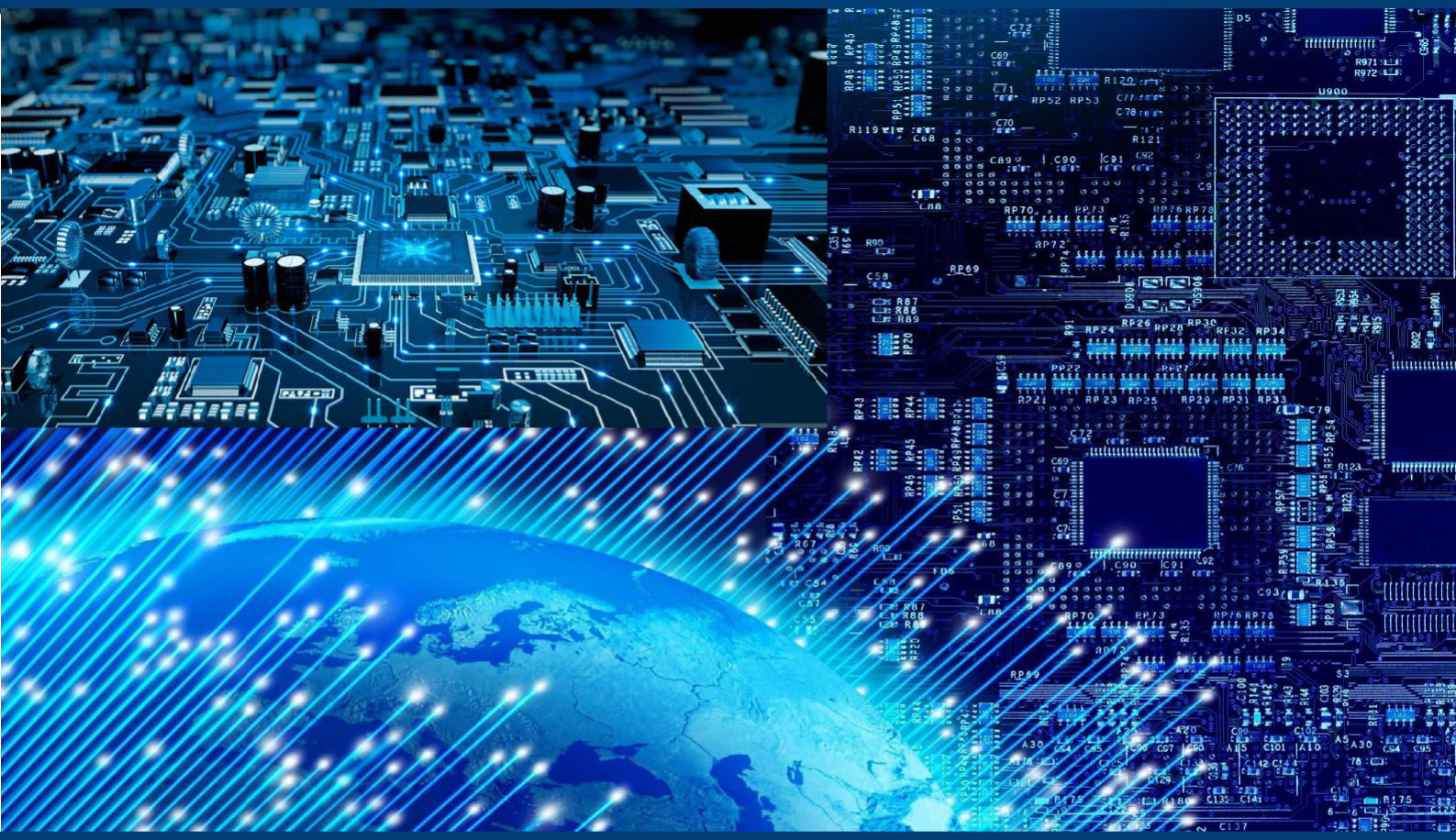
तकनीकी संकेतक : कोरोना से पहले डिजिटल साक्षरता 20% कोरोना के बाद डिजिटल साक्षरता 35% सदस्य। इंटरनेट पहुंच 50% सदस्य तक थी। सहायता समूहों ने कोरोना काल में अत्यधिक चुनौतियों का सामना किया है, लेकिन इन चुनौतियों ने उन्हें नई दिशा और नए अवसरों की ओर भी अग्रसर किया है। कोरोना के बाद, समूहों की भूमिका और जिम्मेदारियाँ और भी महत्वपूर्ण हो गई हैं, और इन्हें समृद्ध बनाने के लिए निरंतर प्रयासों की आवश्यकता है।

निष्कर्ष :

महिला स्वयं सहायता समूहों ने बाड़मेर में कोरोना काल में सामाजिक और आर्थिक स्थिरता बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। इन समूहों ने न केवल अपने सदस्यों को सशक्त बनाया बल्कि व्यापक समुदाय की भी सहायता की। महिला SHGs के योगदान ने यह साबित कर दिया कि जब महिलाएं संगठित होती हैं, तो वे किसी भी चुनौती का सामना करने में सक्षम होती हैं। भविष्य में, SHGs के लिए और अधिक समर्थन और संसाधन प्रदान करने की आवश्यकता है ताकि वे समाज में अपनी भूमिका को और भी प्रभावी ढंग से निभा सकें।

संदर्भ सूची :

1. गुप्ता, पी., एवं शर्मा, आर. (2019) – "महिला स्वयं सहायता समूह और ग्रामीण विकास." जर्नल ऑफ रूरल स्टडीज, 25(3), 45–58.
2. राय, एस., एवं सिंह, ए. (2020). – "आर्थिक सशक्तिकरण में महिला SHG की भूमिका." इंटरनेशनल जर्नल ऑफ सोशल साइंसेज, 32(4), 122–134.
3. मिश्रा, आर. (2018) – "महिला सशक्तिकरण और SHG: सामाजिक योगदान,"जर्नल ऑफ सोशल वर्क एंड डेवलपमेंट, 20(2), 89–105.
4. कुमार, वी., एवं जोशी, एम. (2019). "सामाजिक सशक्तिकरण में महिला SHG की भूमिका." जर्नल ऑफ कम्युनिटी स्टडीज, 22(1), 55–70.
5. सिंह, के., एवं वर्मा, पी. (2021). "कोरोना महामारी के दौरान महिला SHG की आर्थिक चुनौतियाँ." जर्नल ऑफ इकोनॉमिक्स एंड डेवलपमेंट, 30(3), 67–80.
6. पटेल, आर. (2021). "कोरोना महामारी और महिला SHG: सामाजिक चुनौतियाँ." जर्नल ऑफ सोशल एंड डिजिटल मीडिया स्टडीज, 15(4), 45–58.
7. राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन (NRLM) रिपोर्ट् 2020–2021.
8. WHO Report on COVID-19 Response in India, 2020
9. Rajasthan Economic Survey 2020-2021, Government of Rajasthan.
10. SEWA (Self Employed Women's Association) Annual Report 2020, PRADAN (Professional Assistance for Development Action) Report on SHGs and COVID-19, 2021.
11. "Rajasthan Women SHGs Produce 1 Million Masks during COVID-19", The Times of India, April 2020; "Women SHGs in Udaipur Fight COVID-19 through Awareness Campaigns", Dainik Bhaskar, June 2020.
12. UNDP Report on Women SHGs and COVID-19 Response in India, 2021.



International Journal of Advanced Research in Arts, Science, Engineering & Management (IJARASEM)

| Mobile No: +91-9940572462 | Whatsapp: +91-9940572462 | ijarasem@gmail.com |