आत्म दीपो भव !
आशादीप
संस्थापिका
स्व. उषाताई संत

अपंग, महिला-बाल विकास संस्था, नागपूर

स्थापना : ३ जुलै १९९३ • रजि. नं. महा/४१३/९३

आशादीप

ई-नियतकालिक
जानेवारी–जून २०२३

E-mail : pnslit@yahoo.com
Website : www.ashadeepsanstha.org

प्लॉट नं. १, सिव्हिल लाईन्स, वेस्ट हायकोर्ट रोड, नागपूर-४४० ००१ दूरध्वनी : ०७१२-२५४५४७७ मो. ९८२३३ ६२१६१, ९४२१२१२४४८

आशादीप व्याख्यानमाला पुष्प-६ : 'समाज आणि दिव्यांगांचा सुसंवाद'

२१ जानेवारी २०२२

''दिव्यांगांच्या विशेष गरजांची पूर्तता करण्यासाठी समाजाने सहजपणे पुढे यावे आणि दिव्यागांशी सुसंवाद साधावा'', असे प्रतिपादन तिरपुडे समाजकार्य महाविद्यालयाच्या प्राचार्या व सुप्रसिद्ध मानसोपचारतज्ञ डॉ. स्वाती धर्माधिकारी यांनी आशादीप व्याख्यानमालेचे सहावे पुष्प गुंफतांना केले.

प्रमुख पाहुणे श्री. जयसिंगजी चव्हाण यांना राष्ट्रीय दिव्यांगजन पुरस्कार मिळाल्याबद्दल संस्थेतर्फे सत्कार करण्यात आला. आपले मनोगत व्यक्त करतांना त्यांनी त्यांचा जीवनपट उलगडला आणि परिस्थितीला शरण न जाता आपल्याला जे शक्य आहे ते करत राहण्याचा सल्ला दिव्यांगांना दिला. नोकरीच्या मागे न लागता व्यवसाय करण्यासाठी त्यांनी दिव्यांगांना प्रेरित केले.

डॉ. स्वाती धर्माधिकारी यांचेही स्वागत शाल श्रीफळ, स्मृतीचिन्ह, मानधन, पुष्पगुच्छ व संस्थेची पोषक उत्पादने देऊन करण्यात आले.

आपल्या व्याख्यानात आशादीप संस्थेच्या संस्थापिका स्व. उषा संत यांचे आपल्या नोकरीच्या आरंभीच्या काळात उत्तम मार्गदर्शन लाभले याचा त्यांनी उल्लेख केला व त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचा प्रभाव आजही आहे असेही त्या म्हणाल्या.

समाजात, विशेषतः युवा पिढीत दिव्यांग व्यक्तींना मदत करण्याची नव्हे तर सहकार्य करण्याची भावना असायला हवी. समाजकार्य महाविद्यालयातून कसे उत्तम दिव्यांग स्नेही कार्यकर्ते तयार व्हायला हवे यावर प्रकाश टाकत उपस्थित विद्यार्थ्यांनाही त्यांनी उत्तम मार्गदर्शन केले.

अपंग मूल जन्माला आल्यानंतर पालकांनी त्यांचा स्वीकार करण्यासाठी पालकांना धीर देणारी व त्यांचे समुपदेशन करणारी समाजसेवी मंडळी आपल्या समाजात असायला हवी. तसेच प्रत्येक टप्प्यावर सुगम्यता असलेली कार्यप्रणाली विकसित होण्यासाठी समाजाने प्रयत्नशील असायला हवे असे प्रतिपादन त्यांनी केले.

आपल्या अध्यक्षीय भाषणात श्री. लालासाहेब पाटील यांनी संस्थेच्या प्रगतीवर समाधान व्यक्त करत सर्व कार्यकर्त्यांची प्रशंसा केली.

सूत्र संचालन सुप्रिया केकतपुरे आणि आभार प्रदर्शन अपर्णा कुळकर्णी यांनी केले.

या कार्यक्रमास MCED च्या अधिकारी काजल राठोड आणि व्हील चेअर्सचे निर्माते श्री. प्रकाश अंधारे यांची विशेष उपस्थिती होती.

संपादकीय

'जिद्द आणि आत्मविश्वास तुमचे साथी
तर उज्ज्वल यश रोज तुमचे अतिथी'

अशोक मुन्ने आशादीपच्या 'नागपूर दिव्यभूषण' मालिकेतील एक दिव्यभूषण, एक अपंग गिर्यारोहक.

३ फेब्रुवारी, २००८ ह्या दिवशी झालेल्या एका रेल्वे अपघातात अशोकने त्याचा पाय गमावला आणि त्याची सारी स्वप्ने पुसल्या गेली. दुःख आणि वेदनांनी अंधःकारमय झालेल्या त्याच्या आयुष्यात हिमदंशामुळे दोन्ही पाय गमावल्यावर तब्बल २४ वर्षांनी दोन कृत्रिम पाय लावून एव्हरेस्ट शिखर सर करणाऱ्या मार्क इंग्लिस' ची प्रेरणादायी कथा वाचनात आली. पर्वत शिखरे पायांनी काबीज करायची नसतातच मुळी, ती तर हृदयांनी जिंकायची असतात. असा संदेश घेऊन अशोक ने कृत्रिम पायाच्या मदतीने एव्हरेस्ट पर्वत श्रृंखलेतील 'मेरा पीक' नावाचे २१४७६ फुट उंचीचे शिखर कृत्रिम प्राणवायु शिवाय सर केले .

आत्मविश्वास आणि जिद्द हिच अपंगत्वावर मात करण्याची गुरूकिल्ली असे आशादीपने घेतलेल्या मुलाखतीत विशेष यशस्वी दिव्यांगांनी सांगितले. तर दिव्यांग ही परमेश्वराची लेकरे असून त्यांची सेवा हिच ईश्वर सेवा असे सुप्रसिद्ध समाजसेविका डॉ. उर्मिला क्षीरसागर यांनी सांगितले.

''दिव्यांगांशी सुसंवाद साधण्यासाठी त्यांची गरज ओळखून तसे सहजतेने कार्य करायला हवे. त्यांना मदत नको, तर त्यांची गरज ओळखून त्यांच्या सोबत चालणारा सहकारी हवा असतो'' असे सुप्रसिद्ध मानसोपचारतज्ज्ञ डॉ. स्वाती धर्माधिकारी म्हणाल्या.

आशादीपने आयोजित केलेल्या कार्यक्रमातील हे संदेश 'एक पाऊल दिव्यांग स्नेही समाजाकडे' या संकल्पनेनुसार चाललेल्या आशादीपच्या प्रवासाचे दिशादर्शक आहेत.

जानेवारी ते जून २०२३ या काळात आशादीपने अनेक दिव्यांग स्नेही कार्यक्रमांचे आयोजन केले.

तसेच 'आंतरराष्ट्रीय श्रीधान्य वर्ष' निमित्याने विविध उद्‌बोधक कार्यक्रम आयोजित केले व अनेक कार्यक्रमात सहभाग घेतला. अनेक मान्यवरांनी संस्थेला भेट देवून कार्याची माहिती घेतली व संस्थेच्या सेवाकार्यात सहकार्य केले. विविध व्यासपीठावर संस्थेचा व संस्थेच्या काही सदस्यांचा सत्कार करण्यात आला.

ध्येय गाठण्यासाठी उच्च मनोबल असणे व विपरित परिस्थितीतही ते टिकवून ध्येयाकडे वाटचाल करणे आवश्यक आहे असा संदेश दिला आहे UPSC परीक्षेत वरच्या क्रमांकाने उत्तीर्ण झालेल्या दिव्यांग सुरज तिवारीने. त्याचा जीवनपटही या अंकात सादर केला आहे.

तसाच आशादीप स्नेही मंडळाच्या पवनार-सेवाग्राम सहलीत सदस्यांनी भरपूर आनंद लुटला.

या सर्व कार्यक्रमांचा वृतांत या अंकात सादर करतांना अतिशय आनंद होत आहे.

- डॉ. सौ. अनघा नासेरी

कार्यकारिणी मंडळ

अध्यक्ष डॉ. प्रतिमा शास्त्री ९८२३३६२१६१	उपाध्यक्ष श्रीमती वनिता पाटील ९२२५२६३५७९	उपाध्यक्ष श्रीमती छाया तारे ९७३०२७८२०४
सचिव श्रीमती अपर्णा कुळकर्णी ९४२१२१२४४८	सहसचिव श्रीमती रेखा पारखी ९८५०६१७६१४	सहसचिव श्रीमती शर्मिला केकतपुरे ९४२२१४६२०८
कोषाध्यक्ष डॉ. नुतन देव ७७९८४१४२१५	सहकोषाध्यक्ष डॉ. अनघा नासेरी ९८२३४२४२७१	सदस्य डॉ. निवेदिता कुळकर्णी ९४०३११६२८
सदस्य श्रीमती अलका शेष ९९२३१४२३३४	सदस्य डॉ. जयश्री पंढरपूरकर ९८९००५९६९३	सदस्य श्रीमती आरती संत ९७६६७३९३८५
सदस्य श्रीमती शैलजा काळे ९४२३०३९९१२	सदस्य डॉ. वृंदा जोगळेकर ९४२२११३९४१	सदस्य श्रीमती गीता तारे ९४२३७६२७३२

हितचिंतक व सल्लागार

श्री एल. बी. पाटील	श्री पराग पांढरीपांडे	डॉ. प्रभा बल्लाळ
श्री प्रकाश शेष	श्री वि. श्री. नासेरी	डॉ. प्रकाश देव
डॉ. रेणुका माइंदे	डॉ. मधुकर भोतमांगे	श्री प्रदीप संत

संपादकीय मंडळ

प्रमुख संपादक
डॉ. प्रतिमा शास्त्री

कार्यकारी संपादक
डॉ. अनघा नासेरी

सौ. अपर्णा कुळकर्णी	श्रीमती छाया तारे	डॉ. सीमा उबाळे
डॉ. वृंदा जोगळेकर	श्रीमती विद्या करपटे	डॉ. नूतन देव

अभिनंदन

- ※ **श्री विजय मुनीश्वर** - पॅरा ऑलिम्पिक प्रशिक्षक क्रीडा महर्षी पुरस्कार खासदार क्रीडा महोत्सव, नागपूर येथे २२ जानेवारी २०२३
- ※ **डॉ. जया शिवलकर** - भाजप वैद्यकीय आघाडी नागपूर महानगर, मुंबई ऑन्को केअर नागपूर महिलादिनानिमित्त महिलांसाठी आरोग्य क्षेत्रात सेवा कार्यासाठी आरोग्य शक्ती पुरस्कार - ४ मार्च २०२३
- ※ **डॉ. विजया जोशी** - अंतरीचा दिवा या ग्रंथासाठी विदर्भ संशोधन मंडळातर्फे कै. बाळाजी हुद्दार पारितोषिक - १३ मार्च २०२३
- ※ **सौ. सुवर्णाराज वानखेडे** - सुवर्णा राज (वानखेडे) बंगळुरू येथे इंडियन इंटरनॅशनल इंडियन पॅरा अथलेट स्पर्धा (२०२३) मध्ये थालिफेक स्पर्धेत रजत पदक - ५ ते ७ मे २०२३

संस्था विशेष

Commonwealth Association for Health and Disability (COMHAD) तर्फे आशादीपच्या पदाधिकाऱ्यांचा सत्कार

७ फेब्रुवारी २०२३

Commonwealth Association for Health and Disability (COMHAD)च्या पदग्रहण कार्यक्रमात प्रमुख अतिथी डॉ. वेदप्रकाश मिश्रा यांच्या हस्ते, नागपूर शाखेचे अध्यक्ष डॉ. उदय बोधनकर आणि COMHAD चे अंतरराष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. रमेश मेहता यांच्या उपस्थितीत आशादीप दिव्यांग केंद्राच्या सेवाभावी कार्याचा गौरव आणि संस्थेच्या पदाधिकाऱ्यांचा सत्कार करण्यात आला.

आशादीप अपंग महिला-बाल विकास संस्थेची शैक्षणिक सहल

२८ फेब्रुवारी २०२३

आशादीप सदस्य आणि स्नेही मंडळ सदस्यांसाठी संस्थेने पवनार, सेवाग्राम आणि केळझर येथील सिद्धिविनायक दर्शन अशी सुंदर सहल आयोजित केली होती. अमृत भवन येथून निघून बसमध्ये गाणी, गप्पा आणि अंताक्षरीने रंगत आणली. बसमध्ये नाश्ता, सेवाग्राम येथे रूचकर जेवण झाले. केळझरला गणपती दर्शन घेऊन नागपूरला सहल परतली.

या सहलीत संस्थेच्या १२ आणि ३६ दृष्टिबाधितांचा सहभाग होता. दृष्टिबाधित सदस्यांनी प्रत्येक परिसर आणि तेथील माहिती लक्षपूर्वक ऐकली आणि जाणून घेतली. काही सदस्यांनी लेखी किंवा ऑडीओ मेसेज माध्यमातून उत्स्फूर्तपणे व्यक्त केलेले अनुभव कथन आणि प्रतिसाद अतिशय सकारात्मक आहे.

स्नेही मंडळ सदस्यांचे मनोगत -

सहल म्हणजे फक्त पर्यटन नाही तर उत्साह, आनंद आणि नियोजन. आशादीपच्या पवनार सेवाग्राम केळझर या शैक्षणिक सहलीमधे संस्थेच्या सर्व सदस्यांचे परिपक्व नियोजन, प्रत्यक्ष सहकार्य व प्रत्येक दिव्यांगांकडे जातीने लक्ष देऊन त्यांना सहलीचा अनुभव देण्याची तळमळ, यामुळे ही सहल अविस्मरणीय झाली.

अमृत भवन येथून बस निघाल्यावर गाणी,अंताक्षरी आणि चविष्ट भरपेट नाश्ता होता. बस पवनार येथे पोचली. पू. विनोबांजींच्या बरोबर भूदान यात्रेत सहभाग घेतलेले वयोवृद्ध श्री गौतम बजाज यांची भेट झाली आणि त्यांच्याकडून पू. विनोबांच्या जीवनातील अनेक घटना कळल्या, ज्या पुस्तकातून कधीच

संस्था विशेष

आशादीप अपंग महिला-बाल विकास संस्थेची शैक्षणिक सहल

कळल्या नसत्या. त्यांच्या अनुभव कथनाने त्यागाची महती कळली. देशभक्ती, स्नेहभाव, सामाजिक भान वाढीस लागले. आचार्य विनोबांच्या कर्तृत्वाची जाणीव झाली आणि तेव्हाच वाटले आपली सहल सफल झाली. संपूर्ण आश्रमही त्यांनी आत्मीयतेने दाखवला. त्यांच्या सोबत फोटो काढले. ज्ञानात मोलाची भर घेऊन भारावलेल्या वातावरणात सेवाग्राम येथे येऊन पोहचलो. पवनार आश्रमात अनुभवलेल्या शांततेत येथील मोठ-मोठ्या वृक्षांनी अधिक प्रसन्नतेची भर घातली. त्या वृक्षांच्या पारावर बसुन त्या वातावरणाशी समरस झाल्यावर तेथील गाईड ने सेवाग्राम आश्रम आणि गांधीजींची माहिती सांगितली. त्यानंतर संस्थेच्या मॅडम सोबत छोटे छोटे समूह करून आम्ही संपूर्ण आश्रम बघितला. प्रत्येक कुटीची, त्यातील वस्तूंची खूप छान माहिति प्रत्येक समूहातील मॅडमनी छान सांगितली. तिथेही फोटो काढले. समोरच असलेल्या अन्नपूर्णा भोजनालयात अतिशय रुचकर महाराष्ट्रीयन भोजनाचा आस्वाद प्रत्येकी पाच मुले आणि त्यांचेसोबत एक मॅडम असे एका टेबलावर सहा जण बसून घेतला. सर्व मॅडमनी अगत्याने विचारपूस करत आमच्या सोबत जेवण घेतले. आम्हाला आपण सर्व एका कुटुंबातील आहोत अशी जाणीव आशादीप मध्ये होते.

जेवणानंतर तिथे थोडा वेळ खेळून बसमध्ये बसलो आणि पोहचलो केळझर येथील सिद्धिविनायक मंदिरात. तिथे गणपतीचे छान दर्शन घेतले. आमच्यापैकी ज्यांना अथर्वशीर्ष येतं होते त्यांनी ते म्हटले व प्रसाद घेतला. थोडा वेळ तेथील मोकळ्या हवेत घालवल्यावर समृद्ध करणाऱ्या आठवणी सोबत आम्ही नागपूरला परत आलो.

आशादीपच्या सर्व मॅडमना उत्तम आयोजनासाठी मनःपूर्वक धन्यवाद ! **स्नेही मंडळ सदस्य** - हरीष प्रजापति, पलाश हेडाऊ

शब्दांकन: **अपर्णा कुळकर्णी**

भावपूर्ण श्रद्धांजली

श्रद्धेय कुसुमताई शुक्ला

श्रद्धेय कुसुमताई शुक्ला यांचे १ जुलै २०२३ रोजी दुःखद निधन झाले. त्या संस्थेच्या संस्थापक सदस्या व माजी कोषाध्यक्ष होत्या. त्यांना विनम्र श्रद्धांजली.

कुसुमताईची समाजकार्याची सुरवात १९८७ साली सुरु झाली. मातृसेवा संघात विकलांग मुलांचे पुनर्वसन केंद्रात त्या जाऊ लागल्या. वसतिगृहाच्या मेससाठी लागणारे धान्य, इतवारीतून आणण्याचे काम त्यांनी केले. नलिनीताई रानडे यांचे कडून अकाऊन्टस्चे काम शिकून त्यांनी ती जबाबदारी घेतली.

वर्ष १९९३ साली स्थापन झालेल्या अपंग महिला बाल विकास संस्थेच्या ९ संस्थापक सदस्यांपैकी कुसुमताई एक होत्या.

नवीन संस्थेची स्थापना झाल्यानंतर कुसुमताईकडे कोषाध्यक्ष पदाची जवाबदारी देण्यात आली. ती जवळ-जवळ २२-२३ वर्ष समर्थपणे पार पाडली. संस्थेचा आर्थिक व्यवहार त्यांनी अगदी यशस्वीपणे व समर्थपणे सांभाळला. हे काम करणाऱ्यांनी नेहमी चोख असावे त्याकडे त्यांचा कटाक्ष असे.

अत्यंत शांत, सोज्वळ व मृदू स्वभाव हे त्यांचे वैशिष्ट्य. कुणाच्या अध्यात मध्यात नाही. आपलं काम नियमितपणे व चोख व्यवहार ही त्यांची कार्यपद्धती.

कुसुमताईच्या सहवासातील अनेक आठवणी आहेत. त्यांच्या सोबत घालविलेले दिवस आज आठवतांना डोळे नकळत ओलावताहेत. त्यांच्या कन्या श्रीमती मीरा मालवीय व त्यांच्या परिवाराच्या दुःखात आशादीप परिवारही सामील आहे.

आशादीप परिवाराकडून त्यांना विनम्र श्रद्धांजली.

संस्था विशेष

दृष्टिबाधित कवयित्री भारती यादव यांच्या कविता संग्रहाचे जागतिक महिला दिन कार्यक्रमात आशादीप तर्फे प्रकाशन

२४ मार्च २०२३

''दिव्यांग ही देवाची विशेष लेकरं असून इथे उपस्थित सर्व सुहृद ईश्वरीय प्रेरणेने समान उद्दिष्टांसाठी कार्यरत असलेला एक मोठा परिवार आहे'' असे डॉ. उर्मिला क्षीरसागर (सचिव, निरामय बहुद्देशीय सेवा संस्था, संचालिका मनोद्यान, नागपूर), यांनी प्रतिपादन केले. जागतिक महिला दिन विशेष कार्यक्रमाच्या त्या अध्यक्ष होत्या. या कार्यक्रमात सौ. प्रज्ञा राऊत (संचालिका, श्रीकृष्ण शांतिनिकेतन) यांचा सत्कार आणि दृष्टीबाधित भारती यादव च्या कविता संग्रहाचे प्रकाशन अतिशय प्रसन्न, उत्साही वातावरणात संपन्न झाले.

दीप प्रज्वलनानंतर संस्थेच्या अध्यक्षा डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी या कार्यक्रमात अध्यक्ष व सत्कारमूर्ती दोघीही महिलांच्या सर्वांगीण विकासात कार्यमग्न असल्याचा विशेष उल्लेख केला. संस्था दिव्यांगांच्या विशेष क्षमता ओळखून त्यांना समाजाच्या मुख्य धारेत आणण्यासाठी प्रयत्नशील आहेत आणि याचाच एक भाग म्हणून भारती यादव यांच्या कविता संग्रहाचे प्रकाशन आज आयोजित करण्यात आल्याचे त्यांनी सांगितले.

अनेक निराधार व अपंगांना आधार देऊन श्रीकृष्ण शांतिनिकेतनमध्ये मायेने सांभाळ करणाऱ्या डॉ. प्रज्ञा राऊत, दृष्टिबाधित कवयित्री भारती यादव आणि डॉ. उर्मिला क्षीरसागर तसेच भारती चे प्रेरणास्थान श्री अकील अहमद सर, डॉ. शिप्रा सरकार आदि विशेष उपस्थितांचा सत्कार करण्यात आला.

वयाच्या पंधराव्या वर्षानंतर सुरू झालेल्या आणि हळू हळू वाढणाऱ्या दृष्टी दोषामुळे नैराश्याच्या अंधःकारातून बाहेर येऊन स्वतःला सिद्ध करणाऱ्या भारती यादव च्या 'वेद सोच - एक दृष्टीक्षेप' या कविता संग्रहाच्या प्रकाशन प्रसंगी भारती यादव यांनी आपल्या मनोगतातून प्रेरणास्थानी असलेल्या सर्वांचा उल्लेख करून त्यांच्या विषयी कृतज्ञता व्यक्त केली. मी स्वतःला दिव्यांग मानत नाही कारण माझे गुरू श्री. अकील अहमद यांनी माझ्या मनात तसे विचार रुजवले. शिप्रा मॅडमच्या जीवनाकडे बघून मी नैराश्यातून सकारात्मकतेकडे वळली, संगीतामुळे मला शब्दधन गवसले व माझा काव्य प्रवास सुरू झाला. आशादीप संस्थेकडून वेळोवेळी प्रोत्साहन आणि मार्गदर्शन मिळते असे तिने आपल्या मनोगतात सांगितले.

डॉ. भारती सुदामे आणि श्रीमती ज्योती ठाकूर यांनी काव्यसंग्रहास अभिप्राय व शुभेच्छा दिल्या आहेत.

डॉ. प्रज्ञा राऊत यांनी आपला जीवनपट उलगडत संत साहित्यातून प्रेरणा घेऊन सुरू केलेलें हे कार्य केवळ जनसेवा नसून ईश्वर सेवा या भावनेतून करत असल्याचे सांगीतले.

दृष्टीबाधित मनीषा झोरे हिने 'हीच आमुची प्रार्थना' हे गीत सादर केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन अपर्णा कुळकर्णी यांनी केले. आभार प्रदर्शन सुप्रिया केकतपुरे यांनी केले.

आशादीप

नवरात्री के उत्सव में,
नव दिन ज्योत जगमगाती है ।
निरंतर जलती हुई ज्योत,
ये आभास हमें कराती हैं ।
जीवन में सुख दुख आता जाता,
पर हर परिस्थिति में हमे,
दीपो की तरह है जगमगाना,
ये नवरात्री की ज्योत
हमे बताती हैं ।
इसीलिए तो जीवन में देखो,
आशादीप के साथी आ गये ।
आशादीप के फरिश्ते,
कविताओं के शब्दों में छा गये ।
सरस्वती बनकर जानो ऐसा लगता,
नई राह हमे दिखाते हैं ।
आशादीप की किरण को लेकर,
ये आगे हमे बढ़ाते हैं ।

- भारती यादव

संस्था विशेष

ग्रामायण प्रतिष्ठान तर्फे सेवाभावी संस्थांसाठी आयोजित कार्यशाळेत आशादीप सदस्यांचा सहभाग

सत्र - १ : २५ मार्च २०२३

ग्रामायण प्रतिष्ठान तर्फे ग्रामीण तसेच शहरी सेवाभावी संस्थांसाठी 'Effective Management of NGO' या विषयावर आयोजित एक दिवसीय कार्यशाळेत श्री अनिरुद्ध केळकर, मुंबई यांनी NGO Structure Making, Documentation, Compliance, Fund raising याविषयावर मार्गदर्शन केले. आशादीप संस्थेच्या कार्यकारिणी सदस्य, डॉ. नूतन देव, रेखा पारखी व गीता तारे यांनी सहभाग घेतला.

सत्र - २ : २३ व २४ एप्रिल २०२३

सेवा सदन उत्तर अंबाझरी मार्ग येथे आयोजित कार्यशाळेत दि. २३ एप्रिल २०२३ रोजी श्री अनिरुद्ध केळकर यांनी Effective Management of NGO व IT registration, CSR, HR compliance, Project Report Preparation and account या विषयावर आणि दि. २४ रोजी सी ए. स्वाती कुलकर्णी यांनी 'कर कायदा' यावर सविस्तर माहिती दिली. यामध्ये आशादीप संस्थेच्या कार्यकर्त्या डॉ. नूतन देव व सौ. गीता तारे यांनी सहभाग घेतला .

स्वयंसेवी संस्थांच्या उत्पादनाला गती मिळावी यासाठी चिटणवीस सेंटर तर्फे विविध चर्चा सत्र

स्वयंसेवी संस्थांच्या कार्याचा परिचय व्हावा आणि संस्थांच्या उत्पादनांना सक्षम व्यासपीठ मिळावे यासाठी चिटणवीस सेंटर येथे N.G.O connect हा उपक्रम सुरू करण्यात आला. सेवाभावी संस्थानी विविध क्षेत्रांत आपल्या क्षमतांचा विकास आणि आपल्या कार्याचा प्रसार करण्यासाठीं विचारांची देवाणघेवाण करावी, तसेच उत्पादनांचं स्वरूप, अर्थकारण, डिजिटल मार्केटिंग, ब्रॅण्डिंग, ई. मार्केटिंग ई माहिती घेऊन कार्याची व्यापकता वाढवावी ही उद्दिष्टे निशा ठाकूर यांनी स्पष्ट केली. सौ. सुप्रिया केकतपुरे या कार्यक्रमात आशादीपच्या उपक्रमांची आणि उत्पादनांची माहिती दिली.

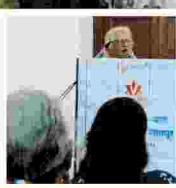
लेखिका इंदिरा मुखर्जी यांनी अदिवासींच्या कलाविश्वाची ओळख करून देत संस्थांनी कलागुणांना प्रोत्साहन द्यावे असे आवाहन केले.

दि. १० जानेवारी, २५ जानेवारी, १० मार्च, १४ जून, २१ जून, १२ जुलै २०२३ या सर्व चर्चा सत्रांमधून product designing, packaging, market research, digital marketing, branding, ई. अनेक पैलूंवर विविध तज्ञांकडून मार्गदर्शन देण्यात आले. आशादीप तर्फे सुप्रिया केकतपुरे इंदिरा देशमुख, प्रतिमा शास्त्री, अपर्णा कुलकर्णी, सीमा उबाळे यांचा सहभाग होता.

सदिच्छा भेट

Opthalmological Society, Nagpur (OSN) आणि Association of Medical Women in Nagpur (AMWN) च्या पदाधिकारींची आशादीप संस्थेला भेट

दि.१३ फेब्रुवारी २०२३



Opthalmological Society, Nagpur (OSN) व Association of Medical Women in Nagpur (AMWN) च्या पदाधिकाऱ्यांनी आशादीप संस्थेला भेट दिली.

Opthalmological Society नागपूर तर्फे संस्थेस aquaguard भेट देण्यात आला व Association of Medical Women in Nagpur तर्फे दृष्टीबाधित मुलींना समजण्यास उपयुक्त असे विशेष फिमेल रिप्रॉडक्टीव सिस्टमचे मॉडेल भेट देण्यात आले. डॉ. स्वाती सारडा यांनी या मॉडेलची सविस्तर माहिती सांगितली.

AMWN च्या अध्यक्षा डॉ. लक्ष्मी श्रीखंडे यांनी संस्थेच्या समाजकार्याविषयी गौरवोद्गार काढले आणि संस्थेसोबत या समुपदेशन कार्यात सहभागी होण्याचे आश्वासन दिले.

OSN च्या अध्यक्षा डॉ. नेहा देशपांडे यांनी डोळसपणे सुरू असलेल्या संस्थेच्या कार्याची प्रशंसा केली. पोषण आहार केंद्राच्या माध्यमातूनही उत्तम जनसेवेचे व्रत सुरू असल्याने aquaguard दिल्याचे नमूद केले. त्यांनी दृष्टीबाधित मुलांच्या डोळ्यांच्या समस्यांवरील प्रश्नांचे निराकरण केले.

कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकात संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी संस्थेच्या विविध उपक्रमांची सविस्तर माहिती दिली.

सूत्रसंचालन सचिव अपर्णा कुळकर्णी यांनी केले. अतिथी परिचय कोषाध्यक्ष डॉ. नूतन देव यांनी करून दिला. तर आभार प्रदर्शन सुप्रिया केकतपुरे यांनी केले.

डॉ. रोहिणी जूनेजा, डॉ. कविता डांगरा, डॉ. गुंजन राठी, डॉ. शादाब खान, संस्थेचे पदाधिकारी व सदस्य आणि स्नेही मंडळ सदस्य व पालक यांची उपस्थिती होती.

श्री दिगंबर जैन युवक मंडळ (सैतवाळ) महिला शाखेची महावीर जयंती निमित्त स्नेह भेट

४ एप्रिल २०२३

आशादीपच्या सचिव सौ. अपर्णा कुलकर्णी यांनी स्वागत केले. जैन मंडळाच्या सौ. अर्चना शहाकार यांनी महावीर जयंतीच्या शुभेच्छा दिल्या.

जैन महिला मंडळाच्या अध्यक्षा सौ. मायाताई सावलकर यांनी जैनयुवक मंडळ (सैतवाळ) महिला मंडळाच्या कार्याची माहिती दिली. आशादीप संस्थेच्या अध्यक्षा डॉ. सौ. प्रतिमा शास्त्री यांनी आशादीप संस्थेच्या कार्याची माहिती दिली. महावीर जयंती निमित्ताने audio reader व pen drive ही उपकरणे गरजू विद्यार्थ्यांना देण्यात आली.

संस्थेचे सल्लागार श्री लालाजी पाटील यांनी दरवर्षी अशाप्रकारे महावीर जयंती निमित्त स्नेह भेट हा कार्यक्रम आशादीपमध्ये होईल अशी आशा व्यक्त केली.

कार्यक्रमाचे अध्यक्षीय भाषण सौ. जयश्री भुसारी यांनी केले. सौ. भारती उबाळे यांनी आभार व्यक्त केले. आशादीप संस्थेच्या वतीने सौ. गीता तारे यांनी आभार व्यक्त केले. याप्रसंगी दिव्यांग विद्यार्थ्यांनी भक्तिगीते सादर केली.

सदिच्छा भेट

श्री. विजय टोळे व श्री. प्रकाश शेष यांची संस्थेस सदिच्छा भेट आणि स्नेही मंडळ सदस्यांशी सुसंवाद

२४ एप्रिल २०२३

संस्थेचे नियमित देणगीदार व हितचिंतक, श्री विजय टोळे (Tex Corp. Pvt. Ltd. गुडगाव) आणि संस्थेचे सल्लागार श्री प्रकाश शेष यांनी संस्थेला भेट दिली. Tex Corp. Pvt. Ltd., गुडगाव कडून संस्थेच्या सेवाभावी कार्याची दखल घेऊन नियमित देणगी दिल्या जाते. प्रसन्न उत्साही व्यक्तिमत्त्व असलेले श्री विजय टोळे यांनी विद्यार्थ्यांशी मनमोकळा संवाद साधत संस्थेच्या कार्याची माहिती जाणून घेतली. सर्व विद्यार्थ्यांचे कौतुक करून त्यांना शुभेच्छा दिल्या. तसेच संस्थेच्या सर्व सेवाभावी कार्यकर्त्यांची प्रशंसा करत अभिनंदन केले.

याप्रसंगी योगेंद्र गभणे, गौरव नाथे, अर्चना खोबे, आचल राठोड, सोनम ठाकरे, पूनम ठाकरे, सुरेखा बाविस्कर आणि बाहुली कलाकार चंदा काळे यांचे पती दिलसलावर या सर्वांनी आपले मनोगत व्यक्त केले.

JCI Nagpur Lotus Club तर्फे दिव्यांग स्नेही मंडळ सदस्यांशी स्नेहसंवाद कार्यक्रम

१५ मे २०२३

JCI Nagpur Lotus Club सदस्यांनी प्रयास उपक्रमातर्गत संस्थेला भेट देऊन दिव्यांग विद्यार्थ्यांबरोबर संवाद साधला. अध्यक्ष अश्विनी चौलवार, मार्गदर्शक रेणुका वर्मा, प्रकल्प समन्वयक भावना कुंन्नावार, तसेच आशादीप सदस्य आणि दिव्यांग सदस्यांचा उत्साही सहभाग होता.

दिव्यांग चंदा काळे निर्मित बाहुल्यांची सर्व सदस्यांनी प्रशंसा केली.

स्नेही मंडळ सदस्यांनी स्वागत गीत, आणि आपले उत्स्फुर्त मनोगत व्यक्त केले आणि JCI सदस्यांनी संवाद साधत त्यांच्या अडचणी व समस्या जाणून घेतल्या. दिव्यांग सदस्यांच्या कलागुणांनी व सकारात्मकतेने त्या भारावून गेल्या.

आशादीप समवेत दिव्यांग युवांसाठी विवीध कार्यक्रम घेण्यास आपण इच्छुक असून लवकरच Effective Public Speaking (EPS) workshop घेण्याचे रेणुका वर्मा, अश्विनी चौलावार यांनी आश्वासन दिले. त्याचप्रमाणे बाहुली प्रशिक्षणाचाही विचार मांडला. महिला आरोग्य प्रकल्पा अंतर्गत डॉ नूतन देव यांनी किशोरींना आरोग्य मार्गदर्शन केले आणि उपस्थीत सर्व मुलींना sanitary napkins देण्यात आले. JCI Lotus club तर्फे आइस्क्रीम आणि स्वल्पाहाराचे आयोजन करण्यात आले.

सदिच्छा भेट

CASMB चे ज्येष्ठ सल्लागार डॉ प्रकाश कोंडेकर यांची संस्थेला सदिच्छा भेट

३१ मे २०२३

Chamber for advancement of Small and Medium Business चे सल्लागार आणि नामवंत निसर्गोपचार तज्ञ डॉ प्रकाश कोंडेकर यांनी संस्थेला सदिच्छा भेट दिली व आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्र आणि आरोग्य पोषण केंद्राच्या उपक्रमांची माहिती घेतली, तसेच आहार उत्पादन केंद्राची पाहणी करून, सर्व उत्पादनांची प्रशंसा केली. स्वप्नील मुळे यांनी आशादीप केंद्रात डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांच्या मार्गदर्शनाने प्रयोग करून तयार केलेल्या मिश्र धान्याचे पोषक, रुचकर आणि झटपट शिजणारे रेडी मिक्सची विक्री वाढविण्यासाठी डॉ. कोंडेकर यांनी उपयुक्त सूचना दिल्या. दृष्टिबाधीत मसाज थेरपिस्ट खुशाल निकोरे याने आशादीप तर्फे आयोजित मसाज प्रशिक्षणाची माहिती दिली. डॉ. कोंडेकर यांनी CASMB द्वारा प्रकाशित 'Poornabramha' या त्रैमासिकाचा 'Divyajhep' हा दिव्यांगांच्या यशोगाथा मांडणारा विशेष अंक भेट दिला तसेच पूर्णब्रह्मच्या पुढील अंकात संस्थेच्या कार्याची माहिती प्रकाशित करून CASMB सदस्यांना या संस्थेचा परिचय करून देण्याची इच्छा व्यक्त केली.

महिला दिनानिमित्त डॉ. नूतन देव यांचा सत्कार

१२ मार्च २०२३

नागपूर जिल्हा ज्येष्ठ नागरिक संघातर्फे आशादीप, वनवासी कल्याण आश्रम ई. संस्थांच्या माध्यमातून गडचिरोली, पूर्वांचल आणि विंध्याचल क्षेत्रातील दिव्यांग, तसेच किशोरी आणि महिला आरोग्याचे सातत्याने सर्वेक्षण आणि वैद्यकीय मार्गदर्शन करणे ह्या सेवाकार्यासाठी डॉ. नूतन देव यांचा सत्कार करण्यात आला.

डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांना 'अभिव्यक्ती' स्व. कुसुमताई वांकर स्मृती तेजस्विनी पुरस्कार

१ एप्रिल २०२३

'अभिव्यक्ती' या वैदर्भीय लेखिका संस्थेचा ४६ वा वर्धापन दिवस १ एप्रिल २०२३ रोजी साजरा झाला. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी नागपूरच्या ज्येष्ठ कवयित्री मा. आशा पांडे तसेच प्रमुख अतिथी म्हणून विद्या वाचस्पती श्री. स्वानंद पुंड हे होते. याप्रसंगी 'अभिव्यक्ती'चे वार्षिक पुरस्कार प्रदान करण्यात आले. यात अपंग महिला बाल विकास संस्थेच्या अध्यक्षा डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांना स्व. कुसुमताई वांकर स्मृती तेजस्विनी पुरस्कार प्रदान करण्यात आला. सत्काराला उत्तर देतांना डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी आनंद व्यक्त केला आणि संस्थेच्या कामाची माहिती दिली.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

आशादीपच्या चमूचा 'सक्षम'तर्फे आयोजित विशेष मॅराथॉन स्पर्धेत सहभाग

८ जानेवारी २०२३

आशादीप तर्फे १२ दृष्टीबाधित आणि तीन अस्थिव्यंगग्रस्त विद्यार्थ्यांनी सक्षम नागपूर ने दिव्यांगांसाठी आयोजित केलेल्या विशेष मॅराथॉन स्पर्धेत सहभाग घेतला आणि दृष्टिबाधित गटातून निकिता डोंगरेने तृतीय क्रमांक मिळविला. सक्षमतर्फे देण्यात आलेले टीशर्ट घालून सर्वांचा उत्साही सहभाग प्रशंसनीय होता. श्री संजीव केकतपुरे, श्रीमती कृष्णा भट, श्रीवर्धन केकतपुरे आणि डॉ प्रतिमा शास्त्री यांनी चमूचे समन्वयन करून प्रोत्साहन दिले.

दृष्टी बाधित गायकांच्या चमूचा सुरेल सांगीतिक कार्यक्रम

२२ जानेवारी २०२३

माईक्रोबायोलोजिस्ट सोसायटी ऑफ इंडिया द्वारा तायवाडे कॉलेज येथे आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलनात दृष्टीबाधित गायकांच्या चमूने सुरेल व भावपूर्ण सांगीतिक कार्यक्रम प्रस्तुत केला.

प्रार्थना, देवीचा गोंधळ, आठवणीतील चित्रपट गीते, यानंतर स्वातंत्र्याच्या अमृत महोत्सव प्रसंगी शहीदांच्या सन्मानासाठी गीत सादर करताना सभागृहात उपस्थित सर्व प्रतिनिधींनी उभे राहून मानवंदना दिली. शेवटी 'झिंगाट' च्या तालावर सभागृहातील तरुणाईने ताल धरला.

सौरभ बोरकर, अभिषेक शुक्ला, झियाऊद्दिन, पवन उराडे, इर्शाद, जुगल आणि माधुरी भालेराव यांनी सादर केलेल्या कार्यक्रमाचे समर्पक संचालन सपना पाटणकर यांनी केले. डॉ. प्रतिमा शास्त्री आणि सुप्रिया केकतपुरे यांनी सहकार्य दिले. या प्रसंगी सच्चिदानंद शिक्षण संस्थेचे संचालक डॉ. बबनराव तायवाडे आणि डॉ. शरयू तायवाडे यांची विशेष उपस्थिती होती.

माईक्रोबायोलोजिकल सोसायटी ऑफ इंडिया चे अध्यक्ष डॉ. एल. एम. देशमुख, सचिव डॉ. संजीव पाटणकर यांच्या संकल्पनेला संयोजक डॉ. विजय चरडे आणि स्वयंसेवक विद्यार्थी वर्गाने उत्तम सहकार्य केले.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

‘आत्मविश्वास आणि जिद्द’ हीच अपंगत्वावर मात करण्याची गुरुकिल्ली
विशेष सक्षम दिव्यांगांचे मनोगत

२९ जानेवारी २०२३

सक्षम नागपूर जिल्हा अधिवेशनात सक्षम आणि आशादीपच्या सहयोगाने एका विशेष कार्यक्रमात विविध क्षेत्रात आपली ओळख निर्माण करीत असलेल्या उदयोन्मुख दिव्यांगांची प्रगट मुलाखत आयोजित करण्यात आली.

दृष्टी बाधित मसाजोपचार तज्ञ अजय कलसे आणि वक्तृत्व क्षेत्रात ठसा उमटविणारे soft skill trainer हरीश प्रजापती, अस्थी व्यंग ग्रस्त दंत तिरंदाज अभिषेक ठावरे, तसेच कर्ण बधीर भरतनाट्यम कलाकार शायरी प्रिया मेघे यांना डॉ. प्रतिमा शास्त्री आणि डॉ. अंजली पारनंदीवार यांनी मंचावर बोलते केले.

दंत तिरंदाज अभिषेक ठावरे यांनी धनुर्विद्या शिकण्याचे ठरविले आणि उजवा हात पोलिओग्रस्त असल्यामुळे दाताने प्रत्यंचा ओढण्याचा सराव करून अनेक स्पर्धांमध्ये पारितोषिके मिळविली. आपल्या यशाचे श्रेय त्यांनी आई आणि मार्गदर्शक गुरू यांना समर्पित केले. त्यांनी प्रशिक्षित केलेल्या विद्यार्थ्यांनीही विविध स्पर्धांमध्ये मेडल्स मिळविले आहेत.

दृष्टी बाधित हरीश प्रजापती यांनी जवळ जवळ २५० वक्तृत्व /वाद विवाद स्पर्धांमध्ये सहभाग घेतला असून मिस्टर मॉरिस बेस्ट स्टूडेंट, राष्ट्रीय स्तराचे best english speaker, निबंध स्पर्धा इ. अनेक पारितोषिके मिळविली आहेत. कोरोना निर्बंध काळात त्यांनी ‘हम तो जीतेंगे’ हे सकारात्मकता जागवणारे पुस्तक लिहिले आहे. नुकतीच त्यांची रुरल बँकेत प्रथम श्रेणी अधिकारी पदावर नियुक्ती झाली आहे. आत्मविश्वास, मुलाखतीचे तंत्र, इ. अनेक विषयांवर त्यांचे व्हिडिओ यू-ट्यूब वर उपलब्ध आहेत.

दृष्टी बाधित मसाजोपचार तज्ञ अजय कलसे यांनी मुंबई येथे मसाजोपचार प्रशिक्षण काळात आलेल्या अडचणीवर जिद्दीने मात करून नागपूर येथे मसाजोपाचार आणि accupressure सेवा सुरू केली. इतकेच नव्हे तर आशादीप केंद्राच्या माध्यमातून इतर दृष्टिबाधितांना मसाजोपचार प्रशिक्षण देऊन आत्मनिर्भरतेचा मार्ग दाखवला.

कर्णबधिर शायरी प्रिया मेघेने वयाच्या ९ व्या वर्षापासून भरतनाट्यम् चे प्रशिक्षण घेतले आणि त्यामधे अनेक पुरस्कार प्राप्त केले आहेत. यासाठी केंद्र शासनाकडून विशेष शिष्यवृत्तीसाठी निवड झाली आहे. आणि परदेशातही तिचे कार्यक्रम प्रस्तुत झाले आहेत.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

सक्षम ट्रस्ट दिल्ली, आंबेडकर महाविद्यालय नागपूर आणि आशादीप यांच्या सहकार्याने आयोजित द्वि-दिवसीय कार्यशाळा

१६-१७ फेब्रुवारी २०२३

१६ फेब्रुवारी २०२३ - Conversion of print material in Digitally accessible format

कार्यशाळेच्या उद्‌घाटन समारंभाचे अध्यक्ष सक्षम नागपूरचे टेक्निकल कोऑर्डीनेटर श्री शिरीष दारव्हेकर, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर महाविद्यालयाच्या प्राचार्या डॉ. भूमी मेहेरे, आशादीप संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. प्रतिमा शास्त्री, सक्षम दिल्ली ट्रस्टचे श्री विकासजी यांनी डॉ. बाबासाहेबांच्या प्रतिमेला माल्यार्पणाने कार्यशाळेस प्रारंभ झाला.

आपल्या भाषणात प्राचार्या डॉ. भूमी मेहेरे यांनी त्यांच्या महाविद्यालयात जवळ-जवळ १०० दिव्यांग विद्यार्थी असून, या वर्षी त्यांच्यासाठी संवेदना सेल स्थापन केला आहे, त्यामध्ये काही प्राध्यापक आणि डोळस विद्यार्थी आहेत असे सांगितले.

डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी आशादीपच्या कार्याची माहिती व्हिडिओद्वारे दिली.

सक्षम ट्रस्ट दिल्ली येथील टीम तर्फे श्री विकास यांनी सक्षम ट्रस्ट दिल्ली दृष्टीबाधितांसाठी तंत्रज्ञान उपलब्ध करून देण्यासाठी, आणि त्याची माहिती समाजात पोचविण्यासाठी प्रयत्नशील आहे असे सांगितले.

श्री दारव्हेकर यांनी सक्षम नागपूर मधील ब्रेल बुक सेंटर, ऑडीओ बुक लायब्ररी बरोबरच आता नवीन तंत्रज्ञान वापरणे आवश्यक आहे आणि यासाठी आज ४ समविचारी संस्था एकत्र आल्या आहेत असा उल्लेख केला.

यानंतर श्री संतोष खरे आणि श्री संदीप यांनी दृष्टिबाधितांसाठी ब्रेल आणि ऑडीओ पेक्षा डिजिटल पद्धतीने DAISY (Digitally Accessible Information System) मध्ये तयार केलेल्या साहित्याची उपयोगिता सांगून, कोणतेही प्रिंटेड साहित्य दृष्टीबाधितांना कसे उपलब्ध करता येते याचे प्रात्यक्षिक आणि प्रशिक्षण दिले. अशाप्रकारे भारतातील विविध भाषांमधील पुस्तके उपलब्ध असलेल्या 'सुगम्य पुस्तकालय' या ऑनलाईन लायब्ररीची माहिती दिली आणि त्याचे सदस्यत्व घेण्याचे आवाहन केले. आंबेडकर महाविद्यालयातील संवेदना सेल मधील डोळस विद्यार्थी आणि आशादीप चमूने हे प्रशिक्षण घेतले.

१७ फेब्रुवारी २०२३ च्या कार्यशाळेत, दृष्टिबाधित व्यक्तींसाठी नवे तंत्रज्ञान आणि उपकरणांची माहिती, प्रदर्शन आणि ते वापरण्याचे प्रात्यक्षिक झाले. अंध व्यक्तींसाठी स्मार्टफोन, डेझीरीडर, वॉटर इंडिकेटर, talking BP apparatus, ब्रेलबुक्स आणि तत्सम उपकरणांची माहीती दिली आणि प्रात्यक्षिक दाखवून शंका समाधान करण्यात आले.

समारोप कार्यक्रमात आशादीप स्नेहीमंडळ सदस्यांनी आणि दिव्यांगस्नेही स्वयंसेवकांनी गीत गायन केले व कार्यक्रमाविषयी आपले मनोगत व्यक्त केले. सर्व प्रशिक्षणार्थींना सहभाग प्रमाणपत्र देण्यात आले.

डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी आशादीप 'दिव्यांगमित्र सेल' विषयी माहिती दिली आणि आंबेडकर महाविद्यालयात 'दिव्यांगमित्र सेल' ची स्थापना याप्रसंगी करण्यात येत आहे असे घोषित केले. यापुढे अनेक योजना संयुक्तरित्या राबविण्याचे ठरविण्यात आले.

या कार्यशाळेसाठी दृष्टिबाधित व डोळस विद्यार्थी, अंधविद्यालयातील शिक्षक, आणि आंबेडकर महाविद्यालयातील प्राध्यापक आणि आशादीपचे सदस्य अशी भरघोस उपस्थिती होती. महाविद्यालयाच्या प्राचार्या डॉ. मेहेरे, प्रा. डॉ. बहादूरे आणि सर्व स्टाफचे सहकार्य लाभले.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

'दिव्यांग अनुभूती इंक्लुसिव पार्क'चे भूमिपूजन

२० फेब्रुवारी २०२३

केंद्रीयमंत्री मा. श्री. नितीनजी गडकरी यांचे हस्ते 'दिव्यांग अनुभूती इंक्लुसिव पार्क'चे भूमिपूजन प्रसंगी आशादीप संस्थेचा स्टॉल होता.

स्टॉलवर आशादीपची पोषक उत्पादने तसेच दिव्यांगस्नेही मंडळ सदस्यांची फिनाईल, उदबत्ती, उत्पादने ठेवण्यात आली होती. मसाजोपचार माहिती देण्यासाठी मसाज थेरपिस्ट अर्चना उपस्थित होती. चंदा काळेच्या बाहुल्याही विक्रीसाठी ठेवण्यात आल्या होत्या.

केंद्रीयमंत्री मा. श्री. नितीनजी गडकरी यांचेसह, आमदार मा. श्री. कृष्णा खोपडे, नागपूरचे आयुक्त, समाजकल्याण अधिकारी, पोलीस अधिकारी यांनी भेट दिली.

या अनुभूती पार्कमध्ये दृष्टिबाधित लोकांकरिता विशेष सुगम्यता व्यवस्था करण्यात येणार आहे. स्पर्श व गंधाने अनुभूती घेता येईल अशी सुगंधी पुष्पबाग, विविध खेळ व मनोरंजनाची उत्तम व्यवस्थाही करण्यात येईल. येथे हाईड्रोथेरपी, ध्वनीथेरपी, जलप्रपात, कुम्भाराचे चक्र, सेंसरीपार्क, रंगमंच इ. राहील. सर्व सोयींनी युक्त असा हा पार्क सर्व प्रकारच्या दिव्यांग आणि ज्येष्ठ नागरिकांना विचारात घेऊन बनविण्यात येत आहे असे मा. नितीनजी गडकरी यांनी सांगितले. या पार्कमुळे देशातच नव्हे तर जगभरात सर्व समावेशक समाज संकल्पनेचा संदेश जाईल.

संस्थेतर्फे डॉ. प्रतिमा शास्त्री, अपर्णा कुळकर्णी, डॉ. नूतन देव, इंदिरा देशमुख, सुप्रिया केकतपुरे, डॉ. सीमा उबाळे उपस्थित होत्या.

मोबाईलवरून ऑडिओबुक रेकॉर्डिंगसाठी मार्गदर्शन

३ मे २०२३

आशादीप ऑडीओ बुक सेंटर तर्फे 'मोबाईलवर ऑडिओ बुक रेकॉर्डिंग' साठी आयोजित मार्गदर्शन सत्रात संस्थेच्या सदस्यांचा उत्साही सहभाग होता. डॉ प्रतिमा शास्त्री यांनी ऑडिओ बुकचे महत्व,आवश्यकता सांगुन रेकॉर्डिंग ची पूर्वतयारी, प्रत्यक्ष रेकॉर्डिंग कसे करावे, कोणती सावधगिरी बाळगावी इ. सर्व बाबींवर विस्तृत माहिती दिली. छाया तारे, अपर्णा कुलकर्णी आणि इंदिरा देशमुख यांनी उपयुक्त सूचना दिल्या.

विश्वेश्वरेय्या नॅशनल इन्स्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी, नागपूर तर्फे आशादीप दिव्यांग केंद्राला लॅपटॉप वितरण

२२ जून २०२३

VNIT, चे संचालक डॉ. प्रमोद पडोळे यांच्या अध्यक्षतेखाली नागपुरातील निवडक सेवाभावी संस्थांना लॅपटॉप, डेस्कटॉप, सायकली व स्टूलसचे देणगीरूपात वितरण करण्यात आले. यात आशादीप स्टडी सेंटरसाठी सात लॅपटॉप व ५ स्टूल देण्यात आले.

समाजाप्रती असलेल्या बांधिलकीतून, सेवाभावी संस्थांना अशा प्रकारची मदत आपली संस्था दरवर्षी करते. तसेच विद्यार्थ्यांवर समाजसेवेचा संस्कार व्हावा म्हणून 'प्रयास' या VNIT च्या विद्यार्थ्यांच्या संघटनेद्वारा देखील अनेक समाजोपयोगी उपक्रम असल्याचे डॉ. प्रमोद पडोळे यांनी सांगीतले. डॉ. अनघा नासेरी यांनी VNIT ला धन्यवाद दिले.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

आर्च अँजेल प्राणिक हीलिंग सेंटरतर्फे प्राणिक हीलिंग परिचय तसेच निःशुल्क उपचार शिबिर

९ जानेवारी २०२३

रामनगर स्थित आर्च अँजेल प्राणिक हीलिंग सेंटरच्या प्रमुख सौ. लीना महाजन यांनी प्राणिक हीलिग उपचार पद्धतीची विस्तृत माहिती दिली.

सौ. लीना महाजन यांनी प्राणिक हीलिंग उपचार पद्धतीची माहिती दिल्यानंतर सौ. रेणु खानखोजे आणि इतर सहकाऱ्यांनी सर्व उपस्थितांना उपचार पद्धतीचा प्रत्यक्ष अनुभव दिला आणि रामनगर येथील सवलत योजनेची माहिती दिली.

रामनगर येथील सेंटर मध्ये पुढील उपचाराचा लाभ घेण्यासाठी ३ दिवसांची सवलत योजना सांगण्यात आली.

जागतिक महिला दिना निमित्त गुरुमंदिर परिवारात अन्नपूर्णेचे कानमंत्र आभासी कार्यक्रम

८ मार्च २०२३

जागतिक महिला दिना प्रसंगी पू. स्व. अक्काई यांच्या स्मृती निमित्त गुरुमंदिर परिवाराच्या पत्रभेट चॅनल वर डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी अन्नपूर्णेचे कानमंत्र या आभासी कार्यक्रमात आहाराचे कार्य पौष्टिक व सात्विक आहाराबद्दल मार्गदर्शन केले. 'आपले पोषण आपल्या हाती,' हे लक्षात ठेऊन त्यासाठी गृहिणीनेचं नव्हे तर घरातील सर्वांनीच कसे जागरूक असावं हे स्लाईड व्हिडिओ माध्यमातून विषद करून सांगितले. किशोरीसाठी संतुलित आहार म्हणजे मातृत्वाच्या जबाबदारी साठी गुंतवणूक आहे यावर त्यांनी भर दिला. जाहिरातीवर विश्वास ठेवू नये आणि जंक फूड टाकावे असा मोलाचा सल्ला दिला आणि श्रोत्यांचे शंका समाधान केले.

प्रारंभी श्री राहुल खासनींस यांनी प्रस्तावना केली आणि सौ. अमृता देशपांडे यांनी संचालन केले.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

‘आशिया बुक ऑफ रेकॉर्ड’ मध्ये नामांकित श्री धान्य महोत्सवात आशादीपचा सहभाग

१८ मार्च २०२३

झीरो माईल, मेट्रो स्टेशन येथे आयोजित विशेष पाककला स्पर्धा महोत्सवात आशादीप सदस्यांनी पाककृती सादर केल्या. मेघना पंडित यांनी उपस्थितांना श्री धान्याची माहिती दिली. डॉ. प्रतिमा शास्त्री, डॉ. सबिहा वली यांनी परीक्षणात सहभाग घेतला. मा. कांचन गडकरी व श्री. विष्णू मनोहर या मान्यवरांच्या हस्ते पारितोषिके देण्यात आली. स्नेही मंडळ सदस्य भारती यादव, सुरेखा बाविस्कर, अक्षरा बाविस्कर, सौरभ बोरकर व अभिषेक शुक्ला यांचा सांस्कृतिक कार्यक्रमात सहभाग होता.

श्रीमती गायत्री वात्सल्य (अध्यक्ष, एस. वी. के. शिक्षण संस्था) यांच्या पुढाकाराने आणि एल.ए.डी. कॉलेजच्या सहकार्याने आयोजित स्पर्धेत एकूण ५४० स्पर्धकांमध्ये १०० पेक्षा जास्त दिव्यांग व्यक्तींचा सहभाग होता याची नोंद आशिया बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड मध्ये घेण्यात आली.

जागतिक आरोग्य दिनानिमित्त भरड धान्यापासून पाककृतीसाठी मार्गदर्शन कार्यशाळा

१० एप्रिल २०२३

आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्ष लक्षात घेऊन जागतिक आरोग्य दिना निमित्त आशादीप आरोग्य पोषण केंद्र, सदाबाई रायसोनी महिला महाविद्यालय आणि न्युट्रिशन सोसायटी ऑफ इंडिया तर्फे विद्यार्थिनींसाठी भरड धान्य पासून पाककृतीसाठी मार्गदर्शन कार्यशाळा घेण्यात आली. आशादीप केंद्राची मिश्र धान्याची विविध पिठे वापरून नवान्न आंबील, नवरतन मुठीया, चटपटा सत्तू, सत्तु. पन्हे आणि आशादीप नाचणी टॉफी तयार करण्याचे प्रात्यक्षिक डॉ. प्रतिमा शास्त्री, अंजली जोशी, सुप्रिया केकतपुरे आणि छाया तारे यांनी दाखविले. या पाककृतींची माहिती देणारी ई-पुस्तिका सर्व उपस्थितांना देण्यात आली. डॉ. शक्ती शर्मा यांनी मिलेट्स अर्थात भरड धान्य बद्दल माहिती दिली आणि डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी मिश्र धान्याचे महत्व सांगितले. प्रमुख अतिथी न्युट्रिशन सोसायटीच्या माजी अध्यक्ष श्रीमती राधा यांनी या उपक्रमाबद्दल समाधान व्यक्त केले. श्री एल बी पाटील, सौ वनिता पाटील, न्युट्रिशन सोसायटीचे सदस्य व अंदाजे १०० विद्यार्थिनी कार्यक्रमाला उपस्थित होते.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

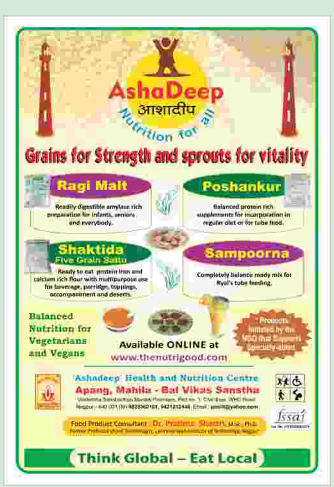
महिला आरोग्य जागृतीसाठी रहाटे टोळी येथे विशेष कार्यक्रम

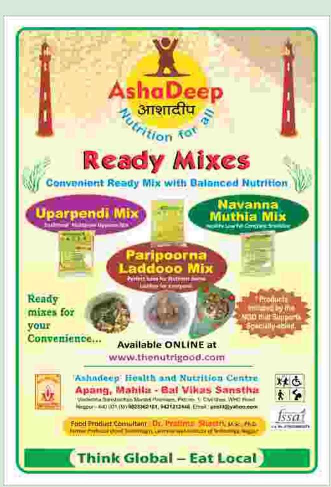
२५ जून २०२३

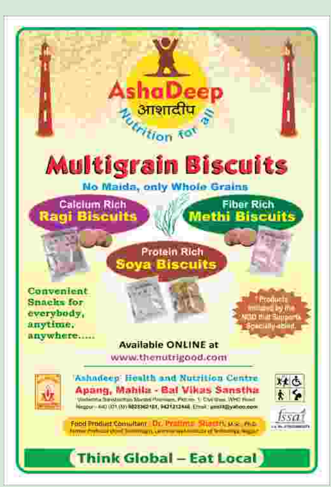
सेवा सर्वदा बहुउद्देशिय संस्था रहाटे टोळी येथे श्री. खुशाल ढाक यांच्या पुढाकाराने महिला आरोग्य जागृती साठी विशेष कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला.

अरुंधती पांढरीपांडे यांनी कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक केल्यानंतर असोसिएशन ऑफ सर्जन्स नागपूर, इंदिरा गांधी मेडिकल कॉलेज महाराष्ट्र तर्फे शासनाच्या स्तन कर्करोग जागृती मोहीमे अंतर्गत डॉ. मृणालिनी बोरकर यांनी किशोरी आणि महिलांना मार्गदर्शन केले. महिलांचे आरोग्य त्यांच्या स्वत:साठीच नव्हे तर समाज आणि राष्ट्रासाठी अत्यंत महत्वाचे आहे, हा संदेश दिला. महाराष्ट्र शासनाद्वारे कार्यान्वित योजनेत शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय मधे स्तनाच्या कर्करोगाचे निदान व उपचार नि:शुल्क केले जाते ही माहिती दिली. त्यांच्या चमूने महिलांचे शंका समाधान केले.

आशादीप आरोग्य पोषण केंद्र, अपंग महिला बाल विकास संस्थेतर्फे डॉ. निवेदिता कुलकर्णी, डॉ. नूतन देव आणि डॉ. अनुराधा गवार्ले यांनी उपस्थित महिला व किशोरीबरोबर मासिक पाळीच्या समस्याबद्दल मनमोकळा संवाद साधला. महिलांच्या सर्वसाधारण आढळून येणाऱ्या समस्या कोणत्या आणि कोणत्या समस्येसाठी त्वरित वैद्यकीय सल्ला घ्यावा याबद्दल उत्तम मार्गदर्शन केले. मासिक पाळीच्या अवधीत स्वच्छतेचे महत्त्व सांगून त्या अभावी संभाव्य दुष्परिणामांची माहिती दिली. विकतचे सनिटरी नॅपकिन वापरणे सोयीचे असले तरी ते खर्चिक असून पर्यावरणाला घातक आहेत. त्यासाठी कपड्याचा वापर स्वच्छतेच्या आणि खर्चाच्या दृष्टीने योग्य पर्याय असून अंजली जोशी यांनी कापडाचा वापर करून तयार केलेल्या पुनर्वापर करता येईल अशा सैनिटरी नॅपकिनचा नमुना दाखविला. वस्ती मधील शिवण केंद्रात असे नॅपकिन तयार करण्यासाठी आशादीपकडून योग्य मदतीचे आश्वासन दिले. त्यानंतर डॉक्टरांच्या चमूने समस्याग्रस्त महिलांना वैद्यकीय सल्ला दिला. सुप्रिया केकतपुरे यांनी संस्थेची माहिती सांगून आभार प्रदर्शन केले. चहापानाच्या वेळी सर्व उपस्थितांना आशादीपची पोषक बिस्किटे देण्यात आली.







आरोग्यम् धनसंपदा

श्रीधान्य

श्रीधान्य म्हणजे पौष्टिकतेचा खजिना. रानावनातील गोड आंबट मेव्याप्रमाणेच आपली खास चव असलेले. आपल्या रंग, चव, गुण वैशिष्ट्याने छाप पाडणारे तरीही दुर्लक्षित....

इतर धान्यांच्या तुलनेत कॅल्शियम, मॅग्नेशियम, फॉस्फोरस, लोह, जस्त, पोटॅशियम, फायबर, लिसीथीन आणि जीवनसत्त्व या मिलेट्समध्ये ओतप्रोत असतात. मला आठवतं साधारण ४०-४२ वर्षांपूर्वी बाबांनी नाशिकहून नाचणी आणली होती. मोहरी सारखी दिसणारी; आता करायचे काय, अन कसे आईपुढे तर मोठाच प्रश्न पडलेला. आता सारखे तेंव्हा मोबाईल फोनही नव्हते की तिकडे राहणाऱ्या मावशीला याचे काय करावे विचारावे. आईनेच मग शक्कल लढवली धिरडे करण्याची; कारण उन्हाळा नसल्याने पापड करणे शक्य नव्हते. तिने ती नाचणी भिजत घालून मस्तपैकी थोडे तांदळाचे पिठ अन् मुग भिजवून वाटून केलेले लोण्याच्या गोळ्यासोबत खाल्लेले धिरडे आठवणींच्या कुपीत चवीचा आनंदी ठेवा गात असतात.

पण तेव्हा खीर काही आवडली नव्हती या नाचणीबाईंची ! आता नाचणी सत्त्व मात्र अगदी दैनंदिन जीवनाचा भाग झाला आहे. काळाने आणि शिक्षणाने याची महत्ता कळल्यामुळे.

काळाच्या ओघात दळणवळण सहज सोपे झाल्याने अनेक देश जवळ येत आहेत, एकमेकांची खाद्यसंस्कृती अंगिकारल्या जातेय. पण आपल्या मातीचे गुणधर्म असणारे प्रदूषणमुक्त श्रीधान्य अधिक उपयुक्त ठरतात. या श्री धान्याचे महत्त्व आपल्या पूर्वजांनी जाणले होते व त्यांची सांगड वेगवेगळ्या प्रांतात वेगवेगळ्या सणांशी घातली. म्हणूनच आजही ही श्री धान्य अस्तित्वात आहेत. म्हणून आपण आपल्या आहारात त्यांचा सुयोग्य समावेश करायला हवा.

ज्वारी, बाजरी, नाचणी, कोदो, कुटकी, भगर, राळा इ. श्री धान्यांचे नवनवीन पदार्थ करून खाऊ घालण्यात सुगृहिणी आपले पाककौशल्य पणाला लावून घराच्या मंडळींच्या रसनेला तृप्त करीत आपल्या कुटुंबाचे आरोग्य उत्तम ठेवतीलच ! यासाठी राष्ट्र सेविका समिती, ग्रामायण, आशादीप, निरामय या सारख्या अनेक संस्था पुढाकार घेत आहेत. विविध स्पर्धा घेऊन जनजागृतीचे कार्य त्यांनी हाती घेतले आहे, हे प्रशंसनीय आहे.

आपण नाविन्याच्या आहारी जात असतो यावरून एक आठवण आमच्या कुटुंबात नेहमीच काढली जाते. १९३०-३५ चा काळ असावा. श्रीमंतांघरी ज्वारीची जागा गव्हाने घेतली होती. घरी भाकरी ऐवजी पोळ्या रुळू लागल्या होत्या. माझे पणजोबा त्याकाळचे प्रसिद्ध वकील होते, काळानुरूप त्यांचा धाक होता. त्यामुळे त्यांनी दंडक घालून दिला होता की, लहानांना अर्धी भाकरी आणि मोठ्यांना एक भाकरी वाढलीच पाहिजे. आपल्या पूर्वजांचा आहार असा बंद करायला नको; असे त्यांचे ठाम मत होते. माझी आजी असेपर्यंत ही पद्धत सुरु होती.

बाजरीच्या खारोड्या कांदा, भाजलेल्या शेंगदाण्या सोबत ज्यांनी खाल्या असतील त्यांना पाकीट बंद अन्न निश्चितच फिके लागणार. पण खारोड्या करणार कोण? या प्रश्नाला उत्तर आहे विकत घेऊ शकतो... कुरकुरे, वेफर्स आपण क्षणाचा विचार न करता विकत घेतो आणि आपले पारंपारिक पदार्थ घेताना मात्र हात आखडता असतो. लहान मुलांना गाणे गोष्टीतून श्रीधान्यांची ओळख करून द्यायला हवी. म्हणजे पुढील पिढीत हे ज्ञान व ठेवा संक्रमित होईल.

कोदोची खीर, कुटकीचे लाडू,
जो खाणार त्याला बरे कोण देणार? धम्मक लाडू

ज्वारीचा पिझ्झा, नाचणीचा दोसा,
बाजरीचा पास्ता, खाऊन बघा कसा?

मिलेट्सच्या लाह्यांची करु मस्त भेळ
वाढीच्या टप्प्यात वजन उंचीचा जमेल मस्त मेळ

यासारखी छोटी छोटी बालगीते चित्रासह बाळगोपालांच्या मनावर रुजवली तर नक्कीच फायदा होईल.

विशेषतः आज युवतींमध्ये मासिक पाळीविषयी ज्या अनेक तक्रारी उदभवत आहेत त्याचेही निराकरण या श्रीधान्याच्या आहारातील समावेशाने काही प्रमाणात निश्चित होईल.

'बाजरीची भाकरी लोण्याचा गोळा
हिवाळ्यात जो कोणी खाई
मनगटातील ताकद बघून त्यांच्या,
पळता भुई थोडी होई'

हे वाक्य पौगंडावस्थेतील मुलांच्या मनावर ठसले तर आवडी निवडी सोबतच व्यायामाची जोडही जीवनाला आपोआपच मिळेल.

मिलेट्स पासून पदार्थ बनविण्याच्या आपल्या पूर्वापार पद्धती खूप विचारपूर्वक आहेत असे लक्षात येते. बाजरी, तीळ, लोणी नि

हिवाळ्यातील खास पालेभाजी घालून थालीपीठ परिपूर्ण आहार ठरतो. तसेच संक्रांतीला म्हणजे भोगीला सर्व भाज्या घालून बाजरीचा खिचडा तुपाची धार लज्जत वाढवते अन् उत्तम पोषणही घडते. आता आपण त्यात पुलाव/बिर्याणी मसाला घालून मुलांच्या आवडीची चव आणू शकतो. कधी भगरीत मॅगी मसाला टाकून न आवडणारी भगर स्वादिष्ट वाटेल असे थोडे फार बदल करून जुन्याची नवीन सांगड घालत पदार्थ करता येतील. मला आठवतं कॉलेजला असताना एकदा आईं एकादशीला ताईकडे गेली होती. मी व बाबाच घरी; केली भगर अन् उरली भली मोठी. शेजारच्या काकू आल्या दुसऱ्या दिवशी मदतीला. त्यांनी भाजणीचे पीठ व बटाटे घालून वडे केले आणि आम्हीं मैत्रिणींनी भरपुर हसून हसून खाल्ले. आताही आम्ही दोघी-तिघी मैत्रिणी असे प्रयोग करून जुन्या आठवणींना उजाळा देत असतो. पण तेव्हा या श्रीधान्याची महती इतकी ठसली नव्हती अन् चुकीच्या अंदाजामुळे खाल्लेल्या या वड्यांचे नामकरण यंदा आम्हीं मीलेट्स के बडे करून टाकले.

आता तर नाचणीचे फिंगर्स बच्चे कंपनीच्या खास आवडीचे आहेत. तसेच त्यांच्या आवडीच्या पदार्थांमध्ये मिश्र धान्यासारखे थोडे प्रमाण मुलांच्या रुचीप्रमाणे ठेवून त्यांना त्या पदार्थांची गोडी लावता येईल. नाचणी सत्त्वही न आवडणाऱ्या मुलांसाठी कोको, चॉकलेट पावडर, मिल्क पावडर, ड्रायफ्रूट घालून आशादीपची विशेषता असलेली नाचणी टॉफी बनवता येतील. त्याचे उत्पादन वाढवायला हवे.असेच मिलेटस पासून बनलेले वैविध्यपूर्ण पदार्थ बाजारात दिमाखाने मिरवू लागतील. चायनीज, थायिज सारखे मिलेटस स्पेशल हॉटेल गावोगावी सुरू होतील, तेव्हा शेतकरी वर्गही मिलेटसच्या शेतीकडे वळेल. ते दिवस आता दूर नाहीत जेव्हा श्रीधान्यांची पूर्ती करणारा देश म्हणून भविष्यात भारताकडे पाहिले जाईल. असे पोषक वातावरण देशात निर्माण होण्यासाठी एकत्रित प्रयत्नांची गरज आहे.

श्रीधान्याची महती गाताना त्याचा अतिरेकही करायला नको. याचे भान सर्वांनी ठेवायला हवे. दैनंदिन आहारात त्याचा सुयोग्य समावेश हवा आहे. पूर्णपणे श्रीधान्य हाच आहार शक्य नाही हे ध्यानात घ्यावे लागेल. मागणी पुरवठा यांचे गणित जमवणे हाही भाग यात अंतर्भूत आहे. यावर योग्य संशोधनाची गरज आहे.

ग्लूटेन फ्री असल्याने लठ्ठपणाला आपोआपच प्रतिबंध होतो म्हणून वजन नियंत्रणासाठी अतिशय उपयुक्त ठरतात हे मिलेट्स. असिडीटी प्रतिबंधक, मधुमेह कॉलेस्ट्रॉल नियंत्रण या आघाड्यांवर यशस्वी बरं हे मिलेट्स राजे! यातील फायबरमुळे पचनक्रिया सुरळीत होते. शरीर निरोगी बनते व प्रतिकारशक्ती वाढते. मिलेट्स अर्ध्या आजारांना बंदी घालण्यात पटाईत आहेत त्यामुळेच तर त्यांची दखल आज अखिल विश्वाने घेतली आहे .

चला म्हणू या सारे -

'निसर्गाच्या दातृत्वाला नाही तोड
आहाराला देऊ श्रीधान्याची जोड'

- सौ. अपर्णा अजय कुळकर्णी
नागपूर

सकस आणि सुरस

रागी व्हिटा

साहित्य : १ चमचा नाचणी सत्व, १/४ चमचा कोको पावडर, चवीनुसार साखर, १/४ कप पाणी, ३/४ कप दूध

कृती : १/४ कप पाण्यात नाचणी सत्व, कोको पावडर आणि साखर मिसळून गोळे मोडून घ्यावे. दुधाला उकळी आणून ते या मिश्रणात गरमा गरम कॅफीनमुक्त उत्साहवर्धक पेय तयार आहे.

टीप : यामध्ये कोको पावडर ऐवजी चिमूटभर सुंठ, जायफळ व विलायची पावडर घालून रागी-सुधा पेयाचा स्वाद घ्या.

भरारी

सामान्यातून असामान्यतेकडे - सूरज तिवारी

'सूरज तुमची तर विशेष केस आहे.', तर यावर सूरज तिवारीने एक मिनिट विचार केला आणि उत्तर दिले की, 'नाही श्रीमान, माझी केस विशेष नसून बाकीच्या सर्वसामान्य उमेदवारांप्रमाणेच आहे.' असे उत्तर देणारा सूरज म्हणजे दुर्दम्य इच्छाशक्तीचे मुर्तिमंत उदाहरण आहे. सूरज तिवारीने भारतीय प्रशासकीय सेवा परीक्षा २०२२ च्या गुणवत्ता यादीत नऊशे सतरावे स्थान मिळविले आहे. ही परीक्षा प्राथमिक, मुख्य परीक्षा आणि मुलाखत अशा तीन एकापेक्षा एक वरचढ टप्प्यांमध्ये घेतली जाते. वरील उत्तर हे सूरजने त्याच्या मुलाखती दरम्यान दिले. मुलाखतकार त्याने फारच प्रभावित झाले. तर असे काय खास आहे या सूरज तिवारीमध्ये ?

तर त्याच्यातील विशेष बाब म्हणजे जानेवारी २०१७ मध्ये सूरज रेल्वे अपघातात जखमी झाला चार महिने इस्पितळात काढून सूरजने गुढघ्याखालील दोन्ही पाय, कोपरापासून उजवा हात व डाव्या हाताची दोन बोट गमावली परिणामस्वरुप तो व्हीलचेअरवर बसून डाव्या हाताच्या केवळ तीन बोटांनी सगळे व्यवहार करतो. सामान्यातून असामान्यत्व जन्माला येते ते असे. सूरज उत्तर प्रदेशातील मैनपुरीचा आहे. घरची परिस्थिती अगदी बेताची, वडील शिवणकाम करुन घर चालवतात. सूरजला दोन भावंडे आहेत, आई गृहिणी आहे.

रेल्वे अपघातात अपंगत्व आल्यानंतर सूरज नैराश्यावर मात करुन २०१९ मध्ये अतिशय परिश्रम करुन जवाहरलाल नेहरु विद्यापीठाची प्रवेश परीक्षा यशस्वीरित्या उत्तीर्ण झाला. त्याने बी.ए. च्या अभ्यासक्रमात प्रवेश घेतला. २०२१ ला बी. ए. झाल्यानंतर प्रशासकीय स्पर्धा परीक्षेचा अभ्यास सुरु केला. शिवाय सोबतच एम.ए. चे ही शिक्षण सुरु ठेवले.

दिसायला अतिशय गोड असा हा सूरज एवढ्या मोठ्या अपघातातून बाहेर तर आलाच शिवाय स्वतःच्या अवस्थेबद्दल कसलीही कटुता न बाळगता तो परिस्थितीला तोंड देतो आहे आणि नावाप्रमाणेच तळपतो आहे.

भारतीय प्रशासकीय सेवेच्या माध्यमातून त्याला आपल्या गावासाठी, देशासाठी काही भरीव कार्य करण्याची इच्छा आहे. त्याबरोबरच आपल्या दोन्ही भावंडांनाही त्यांच्या मनासारखे शिक्षण देऊन आयुष्यात स्थिर करावे असेही त्याने ठरवले आहे.

सूरज तिवारीला पुढच्या वाटचालीसाठी खूप खूप शुभेच्छा.....

- डॉ. सीमा उबाळे

आशादीप केंद्राचे उपक्रम

आशादीप दिव्यांग पुनर्वसन केंद्र

- **आर्थिक मदत : साधने, व्यावसायिक प्रशिक्षण, वाहन, भोजन, निवास खर्च इ.**
- **स्व. पद्मजा डोंगरे स्मृती शैक्षणिक सुविधा केंद्र : ऑडिओ बुक लायब्ररी, वाचन कट्टा, लेखनिक प्रकल्प**
- **व्यक्तिमत्व विकास केंद्र : व्यक्तिमत्व व कौशल्य विकास, प्रेरक व्याख्याने, स्पर्धा परीक्षेचे मार्गदर्शन**
- **प्रोत्साहन व प्रेरणा : स्व. उषा संत स्मृती पुरस्कार व दिव्यांग गुणवंत सत्कार**
- **क्रिडा : अंध महिला क्रिकेट चमूचे संघटन**

आशादीप आरोग्य व पोषण केंद्र

- **दिव्यांग आरोग्य शिबीर**
- **आहार जागर**
- **पोषक आहार उत्पादन केंद्र**
- **आहार सल्ला व मार्गदर्शन**

उद्योग मंदिर

- **कागदी व कापडी पिशव्या प्रशिक्षण व विक्री**
- **पेपर मॅशेच्या वस्तू - प्रशिक्षण व विक्री**
- **दिव्यांग उत्पादित वस्तूंची विक्री**

आमची उत्पादने : परिवार स्वास्थ्यासाठी

मिश्र धान्याची बिस्किटे - मैदा विरहित, मेथी, सोया व नाचणीयुक्त बिस्किटे
मिश्र धान्याची पिठे - प्रथिने, लोह व कॅल्शियमयुक्त नवान्न सोजी, नवान्न आटा, थालीपीठ आटा, सुखदा, परिपूर्ण लाडू पीठ, चैतन्य लाडू पीठ
बहुगुणी नाचणी - नाचणी सत्व, रागी व्हिटा, रागी सुधा
सकस, सुरस झटपट तयार - मधुमेह, स्थूलता, ब्लडप्रेशर इ.व्याधिंसाठी उपयुक्त
पारंपारिक सात पदार्थांची स्वास्थ्य सप्तक न्याहारी - पोषक उकरपेंडी मिक्स, हरियाली पराठा मिक्स, सुखदा, चटपटा मिक्स, पोषांबील मिक्स, नवरतन मुठिया मिक्स, पुर्णान्न थालीपीठ मिक्स, सात्विक खीर मिक्स, पास्ता मिक्स
चटपटीत चटण्या - सोयायुक्त गोडलिंब चटणी, सोयायुक्त डांगर, हृदयमित्र जवस चटणी, आनंदमित्र अंबाडी चटणी
नळीतून देण्यासाठी प्रथिनयुक्त पुरवणी - पोषांकुर, संपूर्ण

आवाहन

आमची संस्था सामाजिक दायित्वाचा वसा घेऊन दिव्यांग व महिला-बाल सेवा कार्यात आपला खारीचा वाटा उचलण्याचा प्रयत्न करीत आहे. कोणतेही कार्य समाजाच्या शुभेच्छा व सक्रिय पाठिंब्यानेच उभे राहू शकते. याची जाणीव ठेवून आपल्याकडून सहकार्याची अपेक्षा आहे.

आपण काय करू इच्छिता?

सभासदत्व -	आजीव	-	रु. ५००/-
	वार्षिक	-	रु. १००/-
	स्नेही मंडळ	-	रु. १००/-

देणगी

रोख व वस्तुरूपात खालील उपक्रमांसाठी स्वीकारण्यात येते.

- दिव्यांग पुनर्वसन प्रकल्प
- पोषण पुनर्वसन प्रकल्प
- संस्थेचे इतर उपक्रम

अधिक माहितीसाठी आमची वेबसाइट **www.ashadeepsanstha.org** बघावी.

रक्कम आयकर ८० जी नुसार करमुक्त राहील.

आपण हे करू शकता

- आपल्या परिसरात आहार जागर कार्यक्रमाची आखणी करणे.
- पोषण पुनर्वसन केंद्रातील पदार्थांच्या विक्री करीता मदत करणे.
- संस्थेची माहिती दिव्यांग व्यक्तिपर्यंत पोहचविणे.
- संस्थेच्या कार्यात प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष मदत व कार्यक्रमाला उपस्थिती.

संस्थापिका
स्व. उषाताई संत

अपंग, महिला-बाल विकास संस्था, नागपूर
स्थापना : ३ जुलै १९९३ • रजि. नं. महा/४१३/९३
आशादीप
प्लॉट नं. १, सिव्हिल लाईन्स, वेस्ट हायकोर्ट रोड, नागपूर-४४० ००१
दूरध्वनी : ०७१२-२५४५४७७ • मो. ९८२३३ ६२१६१
E-mail : pnslit@yahoo.com • Website : www.ashadeepsanstha.org