आत्म दीपो भव!
आशादीप
संस्थापिका
स्व. उषाताई संत

अपंग, महिला-बाल विकास संस्था, नागपूर

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

आशादीप

E-mail : pnslit@yahoo.com

ई-त्रैमासिक
जुलै २०१९

Website : www.ashadeepsanstha.org

प्लॉट नं. १, सिव्हिल लाईन्स, वेस्ट हायकोर्ट रोड, नागपूर-४४० ००१ दूरध्वनी : ०७१२-२५४५४७७ मो. ९८२३३ ६२१६१, ९४२११२१२४४८

रजत जयंती महोत्सव २०१८-२०१९ समापन सोहळा

रजत महोत्सव समापन सोहळा दि. २९ जुलै २०१८ रोजी कुसुमताई वानखेडे हॉल येथे संपन्न झाला.

- **प्रमुख अतिथी : मा. ना. श्री नितीनजी गडकरी,** जल संसाधन, नदी विकास, गंगा संरक्षण, सडक परिवहन, राज्यमार्ग एवम् पोत परिवहन मंत्री, भारत सरकार, नवी दिल्ली
- **विशेष अतिथी : मा. श्री समीर बेन्द्रे,** चीफ पीपल ऑफिसर, परसिस्टंट सिस्टिम्स नागपूर)
- **अध्यक्ष : मा. जस्टिस विकास सिरपुरकर,** निवृत्त न्यायाधीश, सर्वोच्च न्यायालय, नवी दिल्ली

मान्यवरांच्या हस्ते विमोचन :

- आशादीप स्मरणिका - २५ वर्षाच्या कार्यक्रमाचा आलेख
- आशादीप लघुपट यू-ट्युब लिंक - **https://youtu.be/9GHFwkewCHY**
- शंकरनगर मूकबधिर विद्यालयात राबविलेल्या 'दिव्यांग किशोरांसाठी स्वास्थ्य व मार्गदर्शन प्रकल्प' अर्धवार्षिक अहवाल.
- 'ब्रेलची बोली' या डॉ. प्रभा बल्लाळ यांनी अनुवाद केलेल्या पुस्तकाची ऑडिओ सीडी

स्व. उषा संत पुरस्कार २०१८ :

२०१८ वर्षाचे मानकरी श्री वीरेंद्र राठोड, यांनी स्वतः पोलिओग्रस्त असून जिद्दीने शिक्षण पूर्ण केले. ग्रामीण भागातील वंचित मुलांसाठी ''पिनॅकल'' इंग्रजी माध्यम निवासी शाळा, मु.पो. तिवरी, ता. दिग्रस, जि. यवतमाळ येथे स्थापन केली. जनशिक्षणाच्या उत्तम कार्याचा गौरव म्हणून पुरस्कार राशी व मानचिन्ह देऊन त्यांचा सत्कार करण्यात आला.

दिव्यांग गुणवंतांचे अभिनंदन :

शालांत परीक्षा (२०१८) मधील दिव्यांग गुणवंत आणि संस्थेच्या स्नेही मंडळातील गुणवंतांचे अभिनंदन.

लेखनिकांचा सत्कार :

अंध विद्यार्थांना सहकार्य करणाऱ्या कल्याणी पटले, नंदकिशोर धाडसे आणि लक्ष्मी कोल्हे या लेखनिकांचा सत्कार.

अध्यक्षांचे मनोगत

एका संस्थेच्या (विकासपटात) २५ वर्षांचा कालखंड हा बालपण म्हणायला हरकत नाही. मिळेल तो आधार घेऊन जिद्दीने विकासाची एक एक पायरी चढत गेल्यावर हळूहळू पुढचा मार्ग दिसू लागतो. आणि पुढच्या प्रवासाची दिशा निश्चित होते. मागे पडलेल्या वाटचालीचे सिंहावलोकन करून पुढचा आराखडा तयार करणे आणि नव्या दमाने प्रवास सुरू करण्याचा हा टप्पा आहे.

अपंग महिला बाल विकास संस्था सामाजिक दायित्वाचा वसा घेऊन दिव्यांग महिला व बालकांच्या विकासकार्यात खारीचा वाटा उचलत आहे.

वर्ष २०१७-२०१८ रजत महोत्सवी वर्षात संस्थापक सदस्यांच्या अनुभवाचा भक्कम पाया, नव्या सदस्यांचा उत्साह व कल्पकता आणि समाजातील संवेदनशील व दानशूरांच्या सहयोगाने संस्थेने अनेक नाविन्यपूर्ण उपक्रम हाती घेतले.

संस्थेच्या या वाटचालीचा आलेख माननीय नितिनजी गडकरी यांच्या हस्ते विमोचन झालेल्या ''आशादीप'' या स्मरणिकेत मांडलेला आहे. रजत महोत्सवी वर्षात आरंभलेल्या प्रकल्पांचा विस्तार करण्यासाठी संस्था कटिबद्ध आहे.

कोणतेही सामाजिक कार्य समाजाच्या शुभेच्छा आणि सक्रिय पाठिंब्यानेच साध्य होते. आमचे सदस्य व समाजातील हितचिंतकांच्या सतत संपर्कात राहण्यासाठी संस्थेने २०१९ या वर्षापासून ''आशादीप'' हे ई-त्रैमासिक प्रकाशित करण्याचे योजिले आहे.

त्याचा ई-त्रैमासिकाचा पहिला अंक १७ जुलै २०१९ रोजी सादर करतांना मी संस्थेच्या वतीने कार्यकारिणी व संपादकीय मंडळ यांची आभारी आहे.

संस्थेच्या कार्यात समाजाचा सक्रिय सहभाग वाढावा व वाचकांनी संस्थेच्या कार्यात सहृदयतेने सहभागी व्हावे हे आवाहन.

- डॉ. प्रतिमा शास्त्री

शुभ संदेश

नागपूरमधील अपंग, महिला-बाल विकास संस्था एक समाजसेवी संस्था आहे. दिव्यांग आणि माता-मुलांना सक्षम, स्वावलंबी करून समाजात सन्मान्य, सुजाण नागरिकाचे स्थान मिळवून देण्यासाठी वेगवेगळ्या हितकारी योजना गेली २५-२६ वर्षे कार्यान्वीत आहे. या वाटचालीत सभासदांना आलेल्या अडचणी, अनुभव, इतर संस्थांचे सहकार्य, सरकारचे सहाय्य, लाभार्थींचे यश या विषयांची माहिती समाजातील सर्व स्तरांपर्यंत पोहचावी आणि समाजातील या दुर्लक्षित घटकांविषयी संवेदनशील आणि सकारात्मक दृष्टिकोन राहावा म्हणून 'आशादीप त्रैमासिकाचा' पहिला अंक प्रकाशित करीत आहे.

या नूतन प्रकल्पाला माझ्या अनेक शुभेच्छा !

देणाऱ्याने देत जावे,
घेणाऱ्याने घेत जावे,
घेणाऱ्याने घेता घेता,
देणाऱ्याचे हात घ्यावे.

- डॉ. प्रभा बल्लाळ,
संस्थापक सभासद
माजी अध्यक्ष,
अपंग, महिला-बाल विकास संस्था,
नागपूर

सचिवाच्या लेखणीतून

''धरूनी आधुनिकतेची कास,
करूया दिव्यांगाचा विकास''

रजतजयंती वर्षानंतर संस्थेने उत्साहाने नव नविन प्रकल्प हाती घेतले आहेत. त्यातीलच एक आशादीप ई-त्रैमासिक सुरू करतांना संस्थेला विशेष आनंद होत आहे. संपर्क क्षेत्रातील क्रांतीची दखल घेत आधुनिकतेची कास धरून प्रगतीचा आलेख उंचावतांना विविध माध्यमांचा उपयोग करत दिव्यांग आणि समाज दोहोंमध्ये जास्तीत जास्त सुसंवादी वातावरण निर्माण करण्याचा आमचा प्रयत्न आहे.

संस्थेचा वटवृक्ष व्हावा, त्याच्या छत्रछायेत अनेक दिव्यांगाचे जीवन फुलावे हीच आमची कामना. संस्थेशी समाजातील विविध घटक जोडले जावेत, त्यांना संस्थेच्या कार्याची माहिती मिळावी, दिव्यांगांच्या समस्या समाजातील प्रत्येकालाच ज्ञात व्हाव्यात. त्यासाठीच या त्रैमासिकाचे विमोचन संस्थेच्या २६ व्या वर्धापनदिनी करीत आहोत. यामुळे मदतीचा हात पटकन पुढे येईल आणि दिव्यांग आत्मनिर्भरतेने जीवन जगू शकतील.

'दिव्यांग हे समाजावर ओझे' असे गैरसमज पुसत कित्येक दिव्यांग आज इतरांसाठी प्रेरणास्थान बनत आहेत. त्यांच्या कर्तृत्वाने आपण दिपून जावे असे कार्य ते करीत आहेत. त्यांच्या या प्रवासात त्यांना समजून, सामावून घेण्याची, संधी उपलब्ध करून देण्याची जबाबदारी समाजावर आहे. आपण सर्व मिळून या सेवायज्ञात आपापल्या क्षमतेने, सोयीने समिधा अर्पण करूयात.

आत्म विकासासोबतचा दिव्यांगांचे राष्ट्रीय विकासात योगदान असेल व समाजात दिव्यांगाप्रती सहानूभूतीऐवजी सहसंवेदना असेल, असे कार्य करण्याची प्रेरणा आम्हाला स्व. उषाताई संत यांचेकडून मिळाली. त्यांचे कार्य पुढे नेतांना संस्थेला आपल्या सहकार्याची गरज आहे. त्यामुळे आपण सर्वांनी संस्थेच्या विविध उपक्रमात सहभागी होऊन आमचे मनोबल उंचवावे.

दिव्यांगांच्या जीवनात आपण आशेचा दीप अखंड तेवता ठेवून आपले अनुभवविश्व प्रगल्भ करूया.

- अपर्णा कुळकर्णी

संपादकीय

आशादीप अपंग महिला-बाल विकास संस्थेचे ई-त्रैमासिक 'आशादीप' चा प्रथम अंक प्रकाशित करतांना अतिशय आनंद होत आहे. स्व. उषाताई संत आणि सहकाऱ्यांनी ३ जुलै २०१३ रोजी स्थापन केलेल्या या संस्थेने ३ जुले २०१७ ते २०१८ पर्यंतचे रजत जयंती वर्ष अपंग, महिला-बाल विकासाचे निरनिराळे कार्यक्रम आयोजून साजरे केले. त्याचा अहवाल स्मरणिकेद्वारे प्रकाशित झाला आहे.

२५ वर्षांचा कालखंड एखाद्या संस्थेच्या आयुष्यात फार मोठा नसला तरी तो संस्था सुस्थिर झाल्याचा निदर्शक आहे. अपंग, महिला-बाल विकासाचा ध्यास कार्यकर्त्यांच्या मनात रुजला असल्याचे हे प्रतीक आहे. जोमाने, जिद्दीने हा विकास साधण्याची कार्यकर्त्यांची तळमळ तऱ्हेतऱ्हेच्या यशस्वीरित्या साजऱ्या झालेल्या उपक्रमांतून जाणवते.

संस्थेचा रजत जयंती महोत्सव समारोप समारोह अतिशय देखणेपणाने सन्माननिय नामदार नितीनजी गडकरी यांच्या प्रमुख उपस्थितीत, माजी न्यायमूर्ती श्री विकास सिरपूरकर यांच्या अध्यक्षतेखाली व श्री समीर बेंद्रे यांच्या पर्सिस्टंट कंपनी चे सी.पी.ओ. सन्माननिय उपस्थितीत संपन्न झाला. या समारोहाची आणि त्यानंतरच्या संस्थेच्या उपक्रमांची माहिती जनमानसापर्यंत पोहचविण्याची गरज संस्थेच्या कार्याची व्याप्ती वाढविण्याच्या दृष्टिकोनातून भासू लागली. त्यासाठी हा 'आशादीप' ई-त्रैमासिकचा उपक्रम सुरू करण्याचे संस्थेने ठरविले.

या ई-त्रैमासिकातून समाजाशी सुसंवाद साधत विचारांचे आदान-प्रदान होऊन संस्थेशी विचारवंत, हितचिंतक, मार्गदर्शक आणि कार्यकर्ते जोडले जातील व संस्थेच्या कार्याला अजून नव-नव्या दिशा सापडून दिव्यांगांच्या विकास साधता येईल म्हणून हा लेखन प्रपंच मांडत आहोत.

या ई-त्रैमासिकात संस्थेच्या उपक्रमांचे वार्तापत्र, काही वैचारिक लेख, कविता, प्रेरणादायी व्यक्तींची अल्पचरित्रे, आरोग्य आणि आहार मार्गदर्शनपर लेख, सकस व सुरस पाकक्रिया, याबरोबर दिव्यांगांची साहित्यिक अभिव्यक्ति इत्यादी सादर करण्याचा मानस आहे. वाचकांकडून प्रतिक्रिया, वा सूचना आल्यास त्यांचे स्वागत आहे.

या प्रथम अंकात रजत जंयती समापन समारोह आणि जून २०१९ पर्यंतच्या उपक्रमांची माहिती असून यानंतर नियमितपणे दर तीन महिन्यांनी अंक प्रकाशित होईल.

समाजात कोणी जरी दिव्य-अंग ।
मनःशक्ती त्याची रहावी अभंग ।।
समर्थांनी रहावे तयांच्या ही पाठी ।
फुलाया तयांना नसो आडकाठी ।।
अपंग, महिला-बाल विकास ।
निरंतर आमचा हाच ध्यास ।।

हा ध्यास समाजातही रुजावा हेच या ई - त्रैमासिकाचे उद्दिष्ट. हेच आमचे ध्येय.

- अनघा नासेरी, संपादक

संपादकीय मंडळ

प्रमुख संपादक
डॉ. प्रतिमा शास्त्री

कार्यकारी संपादक
डॉ. अनघा नासेरी

डॉ. विभावरी यावलकर

डॉ. पुष्पा दुर्गे

डॉ. नूतन देव

सौ. अपर्णा कुळकर्णी

श्रीमती छाया तारे

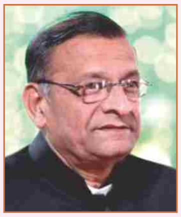
डॉ. जयश्री पंढरपूरकर

हितचिंतक व सल्लागार

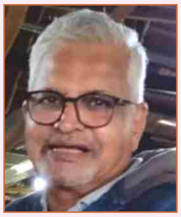
श्री एल. बी. पाटील

श्री पराग पांढरीपांडे

डॉ. प्रभा बल्लाळ


श्री प्रकाश शेष

डॉ. विभावरी यावलकर


डॉ. प्रकाश देव

डॉ. रेणुका माइंदे

डॉ. मधुकर भोतमांगे

श्री प्रदीप संत

कार्यकारिणी मंडळ

अध्यक्षा
डॉ. प्रतिमा शास्त्री
९८२३३६२१६१

उपाध्यक्षा
श्रीमती वनिता पाटील
९२२५२६३५७९

उपाध्यक्षा
श्रीमती छाया तारे
९७३०२७८२०४

सचिव
श्रीमती अपर्णा कुळकर्णी
९४२१२१२४४८

सहसचिव
श्रीमती रेखा पारखी
९८५०६१७६१४

कोषाध्यक्ष
डॉ. नुतन देव
७७९८४१४२१५

सहकोषाध्यक्ष
डॉ. अनघा नासेरी
९८२३४२४२७१

सदस्या
श्रीमती अंजली जोशी
८९९९५९२४७५

सदस्या
डॉ. पुष्पा दुर्गे
९८२३३८८५०८

सदस्या
डॉ. निवेदिता कुळकर्णी
९४०३११६२८

सदस्या
श्रीमती ज्योती शेवडे
९४२१९७९९५०

सदस्या
श्रीमती आरती संत
९७६६७३९३८५

सदस्या
डॉ. जयश्री पंढरपूरकर
९८९००५९६९३

सदस्या
श्रीमती अलका शेष
९९२३१४२३३४

सदस्या
श्रीमती अलका देशपांडे
९४२२४४१२५९

प्रेरणादीप
स्व. उषाताई संत
(२५.१.१९२१-२२.१.२००६)

अपंग, महिला - बाल विकास संस्थेच्या संस्थापक अध्यक्षा स्व. उषाताई संत म्हणजे नागपूर नगरीच्या समाजकार्य क्षेत्रातील एक नावाजलेले व अधिकारी व्यक्तिमत्त्व होते. वयाची २५ वर्षे गृहिणीपद सांभाळून पती डॉ. संत यांच्या निधनानंतर त्यांनी वयाच्या ४४व्या वर्षी डोळसपणे वैद्यकीय समाजकार्य या विषयात M.S.W. केले. काही काळ शासकीय सेवा केल्यानंतर नागपूरच्या मातृसेवा संघ समाजकार्य महाविद्यालयात अधिव्याख्याता पदावर रुजू झाल्या. इथे त्यांचे वैद्यकीय समाजकार्य बहरायला सुरुवात झाली.

समाजकार्य क्षेत्रातील पदवी कार्यक्रम नविनच सुरु झाल्यामुळे विद्यार्थ्यांना क्षेत्रकार्याची व व्यवसायसंधी मिळावी म्हणून कामगार कल्याण, सोशल वेलफेअर, मेडिकल कॉलेज, शाळा, व्यसनमुक्ती केंद्र येथे आटोकाट प्रयत्न केले. यातून शासकीय मेडिकल कॉलेजमधे डॉक्टर व रूग्णांमध्ये दुवा साधणारे कायमस्वरूपी वैद्यकीय समाजकार्य केंद्र स्थापित केले.

उषाताईंनी निवृत्तीनंतर डॉ. मारवा यांच्या सहकार्याने शारिरीक अपंगांसाठी वैद्यकीय उपचारासह शैक्षणिक, सामाजिक व मनोविकासासाठी पुनर्वसन केंद्र सुरू केले. अनेक ध्येयवेड्या कार्यकर्त्यांची साथ त्यांना मिळाली. या कुशल संयोजिकेने कार्यकर्त्यांमधील गुण ओळखून त्याप्रमाणे त्यांना संधी व प्रोत्साहन दिले. परिश्रम, चिकाटी, धाडस व जिद्द या गुणवैशिष्ट्यांमुळे त्यांनी संस्थेसाठी अनेक प्रकल्प सुरू केले.

डॉ. प्रभा बल्लाळ यांच्या सहकार्याने समुदाय आरोग्य विकास योजना, पूरक आहार योजना, दत्तक पालक योजना, महिला मंडळाद्वारे महिलांचे आहार जागर कार्यक्रम, आरोग्य मार्गदर्शिका प्रशिक्षित करणे आदि प्रकल्प सुरू करून धडाडीने पूर्णत्वास नेले.

त्यानंतर आपल्या कार्याची व्याप्ती वाढविण्यासाठी समविचारी सहकाऱ्यांसोबत वयाच्या ७२ व्या वर्षी अपंग, महिला-बाल विकास संस्थेची स्थापना केली. या संस्थेद्वारे -

१) पोषण पुनर्वसन केंद्र
२) अपंग, बाल सल्ला मार्गदर्शन केंद्र
३) स्नेही पालक योजना
४) समुदाय आरोग्य विकास योजना
५) अपंग-मुलींचे पुनर्वसन केंद्र
६) शिवण व हस्तकला केंद्र

इत्यादी प्रकल्प यशस्वीपणे राबविण्यात येतात.

अभ्यासू वृत्ती, समाजशास्त्रातील प्रगल्भ ज्ञान, दूरदृष्टी, समाजाबद्दल अमाप कळवळा व परिपक्वता यामुळे उषाताईंच्या समाजकार्यास वेगळेच परिमाण लाभले. नविन कार्यकर्ते जोडणे, कार्यकर्त्यांना बरोबर घेऊन चालणे, तज्ज्ञांशी चर्चा करून मार्गदर्शन घेणे, आर्थिक सहाय्यासाठी अथक प्रयत्न या सर्व गुणांमुळे त्यांच्या सेवाकार्याने अत्युच्च पातळी गाठली. त्यांनी दाखविलेल्या मार्गाद्वारे संस्था प्रगती करीत आहे. त्यांच्या शब्दाप्रमाणेच -

पुढे पुढे जाणार आम्ही, पुढे पुढे जाणार,
मागे नच वळणार, पुढे पुढे जाणार,

प्राप्त पुरस्कार

* 'इंद्रधनु' उल्लेखनिय समाजसेवक सन्मान
* कर्वे इंस्टिट्युट ऑफ सोशल वर्क तर्फे 'प्रा. बि. डी. कर्वे अवार्ड'

श्रीमती पद्‌मजा डोंगरे स्मृति

शैक्षणिक सुविधा केंद्र

लेखनिक नोंदणी जागरूकता प्रकल्प

- **४/१०/२०१८ - एल ए डी कॉलेज, शंकरनगर -**

''दानोत्सव'' कार्यक्रमात अंध विद्यार्थ्यांसाठी लेखनिक होवून प्रासंगिक नेत्रदानाचे आवाहन करणारी ''रायटर देता का कोणी एक रायटर'' लघुनाटिका प्रस्तुति.

नाटिकेचे सादीरकरण राष्ट्रीय सेवा योजनेच्या विद्यार्थिनींने श्रीमती माया मेश्राम यांच्या मार्गदर्शनाखाली केले.

या नाटिकेची व्हिडिओ फिल्म तयार करण्यात आली. विशेष सहकार्य प्राचार्य डॉ. दिपाली कोतवाल.

- **१०/०८/२०१९ - विद्यापीठ महिला वसतिगृह -** डॉ. अनघा नासेरी
- **२८/०४/२०१९ - राजकुमार केलवरामानी महिला महाविद्यालय -** डॉ. अनघा नासेरी, रेखा पारखी

- **१८/०५/२०१९ - अहिल्या मंदिर महिला वसतिगृह -** अपर्णा कुलकर्णी, इंदिरा देशमुख

आरोग्य आणि पोषण - विशेष

आशादीप पोषक आहार केंद्र :

विदर्भ इंडस्ट्रीज असोसिएशन तर्फे महिला उद्योजकांसाठी आयोजित प्रदर्शनात प्रमोशनल व्हिडिओ या स्पर्धेत आशादीपच्या पोषक उत्पादनांची माहिती देणाऱ्या ''आरोग्याचे वरदान'' ह्या व्हिडिओला विशेष पारितोषिक देण्यात आले. हा व्हिडिओ यू-ट्यूब वर आशादीपच्या संकेत स्थळावर उपलब्ध आहे.

जागतिक स्तनपान दिन (०७/०८/२०१८) : न्यूट्रिशन सोसायटी ऑफ इंडिया आणि आशादीप तर्फे धरमपेठ कॉलेज येथील कार्यक्रमात ज्येष्ठ स्त्री रोग तज्ञ डॉ. निर्मला वझे यांच्या हस्ते स्तनदा मातेसाठी पौष्टिक पूरक आहार देणारी ''स्त्री आरोग्य सखी बास्केट''चे विमोचन. या बास्केटमधे चैतन्य लाडू, मिश्रधान्याची बिस्किटे, न्याहारीसाठी तयार पीठे, प्रोटीनयुक्त पुरवणी, इ. स्तनदा मातेसाठी आठ दिवसांसाठी पूरक आहार पुरवणी आहे.

श्रीमती पद्मजा डोंगरे स्मृति
शैक्षणिक सुविधा केंद्र

- **लेखनिकांचे सहकार्य -**

२०१८-२०१९ सत्रात विद्यापीठ व स्पर्धा परिक्षांसाठी लाभार्थीना कल्याणी पटले, नंदकिशोर धाडसे, लक्ष्मी कोल्हे यांनी लेखनिक म्हणून सहाय्य केले. त्यांचे मनःपूर्वक आभार.

- **वाचक कट्टा (ऑडिओ बुक लायब्ररी)**

एकूण लाभार्थी - ५०
एकूण वितरण केलेली ऑडिओ बुक्स - १००
एकूण रेकॉर्ड केलेली पुस्तके - ४०

यामधे विद्यापीठ परीक्षा, स्पर्धा परीक्षा व अवांतर पुस्तकांचा समावेश आहे. यासाठी खालील संस्थांचे सहाकार्य लाभले.

नॅशनल असोसिएशन फॉर ब्लाइंड, मुंबई
अनिरूद्ध सेंटर फॉर ब्लाइंड, मुंबई
यशोवाणी, पुणे
स्नेहांकित, मुंबई

९/०२/२०१९ - ऑडिओ बुक रेकॉर्डिंग कार्यशाळा -

मोबाईलवर पुस्तकांचे रेकॉर्डिंग करण्यासाठी घेतलेल्या कार्यशाळेत डॉ. प्रतिमा शास्त्री, रेखा पारखी, इंदिरा देशमुख द्वारा मोबाईलवर रेकॉर्डिंगचे प्रात्याक्षिक व प्रशिक्षण.

या प्रशिक्षणात माहिती घेतल्यानंतर संस्थेतील अनेक सदस्यांनी पुस्तके रेकॉर्ड करण्यासाठी उत्स्फूर्त सहभाग दिला त्यासाठी त्यांचे आभार.

- **आशादीप व्याख्यान माला (२०१८) दुसरे पुष्प**

(१९/०२/२०१९) : व्यवस्थापन गुरू श्री प्रकाश शेष. यांचे ''समस्यांचे प्रभावी सुलभीकरण'' या विषयावर रंजक व खुमासदार शैलीत विवेचन.

आरोग्य आणि पोषण

आशादीप पोषक आहार केंद्र :

इंदिरा गांधी मुक्त विद्यापीठाच्या Food science and Nutrition विभागाच्या विद्यार्थिनींची पोषक आहार केंद्राला भेट. विद्यार्थिनींनी पोषक आहार केंद्राच्या उत्पादनांची माहिती करून घेतली. "Integrated Nutrition Rehabilitation" या विषयावर डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांचे मार्गदर्शन.

किशोरवयीन मुलींसाठी आरोग्य तपासणी आणि आहार प्रदर्शनी (१५/०५/२०१९) :

अहिल्या मंदिर महिला वसतिगृहात आहार प्रदर्शनी व मार्गदर्शन शिबिरात बालरोगतज्ञ डॉ. मंजुषा गिरी यांचे 'अयोग्य आहाराच्या दुष्परिणामाबद्दल मार्गदर्शन'. आयोजक डॉ. रेणुका माइंदे, विशेष उपस्थिती श्रीमती सरिता राजूरकर, श्रीमती वनिता पाटील.

श्रीमती पद्मजा डोंगरे स्मृति

शैक्षणिक सुविधा केंद्र

● **आशादीप निबंध स्पर्धा (२०१८) पारितोषिक वितरण (१९/०२/२०१९)** : ''दिव्यांग आणि समाज'' या विषयावर आयोजित निबंध स्पर्धेची पारितोषिके खालीलप्रमाणे आहेत -

गट	प्रथम	द्वितीय
दिव्यांग :	कु. भारती यादव	कु. आरती मानमोडे
विद्यार्थी :	कु. प्रणाली रंदई	श्री नंदकिशोर धाडसे
खुला :	श्रीमती विनया काशीकर	कु. वैष्णवी इरपाते
उत्तेजनार्थ :	श्रीमती शीतल दफ्तरी.	

निबंध स्पर्धेचे परीक्षक - श्रीमती विद्या करपटे श्रीमती अश्विनी पोफळी यांचे मनःपूर्वक आभार

आरोग्य आणि पोषण

महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांना जंक फूड व अयोग्य आहाराच्या दुष्परिणामांची माहिती देणारे कार्यक्रम.

● **नबिरा महाविद्यालय, काटोल** गृहविज्ञान विभाग (२२-९-२०१८) - ''आजची किशोरी उद्याची माता'' डॉ. प्रतिमा शास्त्री व डॉ. नूतन देव.

● **तायवाडे महाविद्यालय, कोराडी** (२८-९-२०१८) ''आहार एक गुंतवणूक'' डॉ. प्रतिमा शास्त्री

● **सोमलवार निकालस महिला महाविद्यालय** (२९-१-२०१९) "Nutritional Challenges of womanhood" डॉ. प्रतिमा शास्त्री.

श्रीमती पद्‌मजा डोंगरे स्मृति
शैक्षणिक सुविधा केंद्र

८/०३/२०१९ - आशादीप दृष्टिबाधित महिला क्रिकेट टीम स्थापना

विशेष उपस्थिती : श्री रवि वाघ, अध्यक्ष, महाराष्ट्र असोसिएशन ऑफ क्रिकेट फॉर ब्लाइंड
श्री अजय मुनि, प्रशिक्षक, अंध क्रिकेट खेळाडू,
श्रीमती मंदाकिनी पाटील : अधीक्षक, रा.तु.म. नागपूर विद्यापीठ महिला वसतिगृह, नागपूर
कर्णधार : मनीषा चांदेकर
प्रशिक्षक : ज्ञानेश्वर बोरचाटे

या प्रसंगी चमूला ड्रेस व किट देण्यात आले.

विद्यापीठ महिला वसतिगृहाच्या परिसरात झालेल्या कार्यक्रमास वसतिगृहातील सामान्य विद्यार्थिनींची उपस्थिती व सक्रिय सहकार्य होते.

आरोग्य आणि पोषण

- **विद्यापीठ महिला वसतिगृह** (१०/३/२०१९) - "Diet an investment" डॉ. प्रतिमा शास्त्री.

- **राजकुमार केवलरमानी महिला महाविद्यालय** (२८-३-२०१९) गृहअर्थशास्त्र विभागातील विद्यार्थिनींना ''महिलांसाठी आहार'' विषयावर मार्गदर्शन श्रीमती मेघना पंडित.

विविध गटांसाठी आहार आरोग्य व पोषणाचे महत्व अधोरेखित करण्यासाठी विशेष कार्यक्रम -

- **८/३/२०१९ - विवेकानंद डिसपेंसरी पांढराबोडी**
  ''महिला व बालकांचा आहार'' मार्गदर्शन - डॉ. नुतन देव.

उद्योग मंदिर

शासकीय वनविभाग, नागपूर तर्फे महिला अर्थार्जन योजने अंतर्गत रामटेक व पवनी येथील बचत गटातील महिलांसाठी कागदी पिशव्या व पाकिटे तयार करण्याचे ३ दिवसीय कार्यशाळा

मार्गदर्शक - अंजली जोशी, गीता तारे, अल्का देशपांडे, सुप्रिया केकतपुरे, सरिता नाफडे, इंदिरा देशमुख, अनघा नासेरी आणि रेखा पारखी. कार्यशाळेत बचत गटातील ३० महिलांचा उत्साही सहभाग होता. सर्व शिबिरार्थींना ट्रेनिंगच्या कीट व प्रमाणपत्र देण्यात आले.

- **मातृशक्ति कल्याण केंद्र (४/७/२०१८)** : वसतिगृहातील मुलींसाठी बटवे, पर्सेस इ. चे प्रशिक्षण. मार्गदर्शक - अंजली जोशी, इंदिरा देशमुख.

आरोग्य आणि पोषण

- **२५/११/२०१८ - प्रोफेसर्स कॉलनी मित्रमंडळ हनुमान नगर**
  ''नाबाद पन्नास : आरोग्य व आहार'' चर्चात्मक कार्यक्रम. सहभाग डॉ. निवेदिता कुळकर्णी, डॉ. प्रतिमा शास्त्री, श्रीमती अपर्णा कुळकर्णी.

- **दक्षिण व मध्य रेल्वे श्रमिक युनियन महिला** विभागातर्फे ''विविध वयोगटातील महिलांचा आहार'' मार्गदर्शन - श्रीमती मेघना पंडित.

उद्योग मंदिर

अहिल्यामंदिर महिला वसतिगृह : जून २०१९ ला कागदी पिशव्या व भेटवस्तु तयार करण्याचे प्रशिक्षण.
मार्गदर्शक - सुप्रिया केकतपुरे, सरिता नाफडे.

अहिल्या मंदिर वसतिगृह (१८/०५/२०१९) - लिक्विड सोप आणि फिनाईल बनविण्याचे प्रशिक्षण इंदिरा देशमुख व अपर्णा कुळकर्णी यांच्या मार्गदर्शनाने पूर्ण झाले.

आरोग्य आणि पोषण

- **शासकीय नर्सिंग कॉलेज, मेयो हॉस्पिटल (२१/०६/२०१९)**
जागतिक योग दिन ''योग आणि आरोग्य'' मार्गदर्शन - श्रीमती अपर्णा कुळकर्णी.

जागतिक आहार दिन -२०१८
१६/१०/२०१८

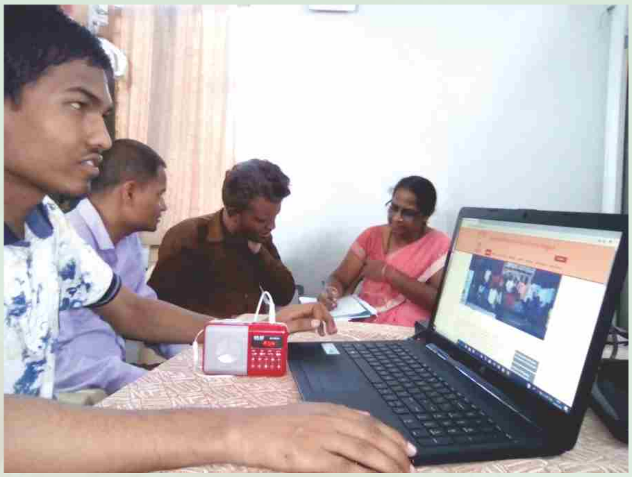
इंडियन विमेन सायंटिस्ट असोसिएशनच्या संयुक्त विद्यमाने "Food spoilage and Safety" या विषयावर श्रीमती मेघना पंडित यांचे मार्गदर्शन.

"Food Talk" या उत्स्फूर्त भाषण स्पर्धेत सदस्यांचा उत्साही सहभाग. डॉ. अनघा नासेरी, श्रीमती सायली पांडे आणि श्रीमती हेमाली देशपांडे विजेत्या. डॉ. रेणुका माइंदे यांनी ओल्या कचऱ्यापासून खत निर्मिती प्रक्रिया स्पष्ट केली.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

दिव्यांगांच्या सर्वांगीण विकासासाठी माहिती, मनोरंजन, खेळ, व्यक्तिविकास, समुपदेशन या सर्व सुविधा एकत्र पुरविणारे दिव्यांग प्रेरणा केंद्र.

दृष्टिबाधित व्यक्तींना Text to Speech सॉफ्टवेअरच्या मदतीने संगणकाद्वारे इंटरनेट वापरण्याची सुविधा आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्रात निःशुल्क उपलब्ध आहे.



आरोग्य आणि पोषण

शालेय विद्यार्थ्यांसाठी ''पोषक व सुरक्षित आहार'' हा संदेश लघुनाटिका, गाणे इ. च्या माध्यमातून दहा शाळांमधून प्रसारित.

प्रायोजक - मेरिको इंडस्ट्रीज लिमिटेड
प्रकल्प समन्वयक - डॉ. प्रतिमा शास्त्री
सहसमन्वयक - श्रीमती मेघना पंडित

आरोग्य आणि पोषण

किशोरींसाठी आरोग्य तपासणी -

● **मीराबाई संचेती धरमपेठ कन्या शाळा (२५/११/२०१८)** वर्ग ५ ते १० विद्यार्थीनींची आरोग्य तपासणी

दिव्यांग आरोग्य मार्गदर्शन शिबीर -

● **१/९/२०१८ - मूकबधीर किशोरवयीन विद्यार्थ्यांसाठी मार्गदर्शनपर कार्यक्रम** : शंकरनगर मूकबधिर विद्यालय येथे रोजी ''सुरक्षित आहार'' मार्गदर्शन श्रीमती मेघना पंडित.

● **शंकरनगर मूकबधिर विद्यालय** - डॉ. जया शिवलकर यांचे ''व्यक्तिमत्त्व विकास'' या विषयावर मार्गदर्शन.

● **१६/१०/२०१८ - मूकबधिर विद्यालय, सावनेर** - ''किशोरवयातील समस्या'' यावर दि. अर्धा दिवसीय कार्यशाळा. डॉ. नूतन देव, डॉ. निवेदिता कुळकर्णी, डॉ. प्रतिमा शास्त्री.

● **१२/२/२०१९ - कल्याण मूकबधिर विद्यालय नागपूर** ''किशोरवयातील समस्या'' अर्धदिवसीय कार्यशाळा. डॉ. नूतन देव, डॉ. निवेदिता कुळकर्णी, डॉ. प्रतिमा शास्त्री.

आरोग्यम् धनसंपदा

- डॉ. पुष्पा दुर्गे (मो. ९८२३३८८५०८)

आरोग्य हा प्रत्येकाचा जिव्हाळ्याचा विषय आहे, असे असले तरी आरोग्याचा विचार आरोग्य बिघडल्यावरच होतो. कारण आरोग्य हे नेहमी गृहीत धरल्या जातं. अनेक सर्वेक्षणातून असे दिसून आले की, अत्यावश्यक गरजांमधे आरोग्याचा क्रमांक ४ किंवा ५ वा असतो. संपूर्ण आरोग्य असणं ही प्रत्येकाची गरज आहे आणि संविधानानुसार प्रत्येक व्यक्तीला संपूर्ण आरोग्य असण्याचा अधिकार आहे.

आरोग्य, आरोग्य म्हणजे काय? आरोग्याची जाण सर्वांनाच असते पण त्याची व्याख्या करणे कठीण आहे. कारण ते बहुआयामी आहे. आरोग्याचा आजाराशी संबंध लावण्यात येवू नये. आरोग्याचा विचार नेहमी सकारात्मक दृष्टीने व्हायला पाहिजे. आरोग्य म्हणजे जेव्हा शरीरातले सर्व अवयव उत्तम परिस्थितीत असून एकमेकांशी मैत्रीपूर्ण आणि औदार्यपूर्ण संबंध ठेवून अत्युच्च (optimum) दर्जाचे कार्य करतात. तेव्हा त्याला संपूर्ण आरोग्य म्हणतात. संपूर्ण आरोग्य असणाऱ्या व्यक्ती समाजासाठी अत्यंत उपयुक्त ठरतात. कारण त्यांचे कार्यक्षम आयुष्य (Productive life) कुटुंबाचे म्हणजेच पर्यायानी समाजाचे हित करण्यात मदत करते.

जेव्हा काही कारणाने अवयवांमधे बेबनाव किंवा असहकार निर्माण होतो, तेव्हा आजार होण्याची शक्यता असते. शारिरीक आजार होण्याची कारणं वयानुसार, लिंगानुसार बदलतात. स्वतःची तसेच कुटुंबाची स्वच्छता, पर्यावरण, व्यक्तीचा व्यवसाय अशी कारणे असतात. आहार आणि आजार यांचा जवळचा संबंध आहे. योग्य वयाप्रमाणे संतुलित आहार घेणे आवश्यकच आहे. तसेच आजारानुसार आहारामध्ये बदल करणे पण अपेक्षित आहे म्हणजेच ते परस्परावलंबी आहेत.

दुसरं म्हणजे शरीर निरोगी असेल पण मनाचं काय? ते तर अति चंचल आहे. मन सशक्त असेल तर शरीर निरोगी राहील. यानुसार आरोग्याची व्याख्या संपूर्ण शारिरीक आणि मानसिक स्थैर्य अशी असायला हवी कां? काही अंशी ती बरोबर आहे. पण शारिरीक व्याधींचे निदान करता येतं, मानसिक व्याधींचे काय? जागतिक आरोग्य संस्थेनुसार मानसिकरित्या आरोग्यदायी व्यक्ती स्वतःच्या जबाबदाऱ्या ओळखून, आपल्या कार्याची जाण ठेवून रोजच्या ताण-तणावावर मात करुन कार्यक्षम आयुष्य जगते आणि स्वतःची, कुटुंबाची आणि पर्यायाने समाजाची स्थैर्यता राखण्यात मदत करते. अशी आदर्श व्याख्या असली तरी अशी व्यक्ती समाजात असणं कठीण आहे. आयुष्यातले ताण-तणाव, कुटुंबात आणि समाजात घडलेल्या अनेक बऱ्या वाईट घटना, नोकरी व्यवसायात असलेली जीवघेणी स्पर्धा हे मानसिक स्वास्थ बिघडविण्यात कारणीभूत ठरतात. याचाच परिणाम म्हणजे लहान वयात होणारे रक्तदाब, हृदयरोग व त्यामुळे होणारे मृत्यु आहेत. पौगंडावस्थेतील नैराश्य, परीक्षेतील अपयश, कुटुंबात घडलेल्या लहान सहान गोष्टींमुळे होणाऱ्या आत्महत्या मानसिक आरोग्य बिघडल्याची लक्षण आहेत.

शारिरीक आणि मानसिक आरोग्याइतकेच सामाजिक आरोग्य महत्वाचे आहे. समाज म्हणजे कोण? सामाजिक आरोग्याची जबाबदारी कोणाची? प्रत्येक व्यक्ती समाजाचा घटक आहे. व्यक्ती, कुटुंब समाजाचे स्तंभ आहेत. यांच्यात समन्वय असणे महत्वाचे आहे. विचारांचे आदान-प्रदान होणे, एकमेकांना मदत करणे, हे सामाजिक आरोग्य टिकविण्यासाठी अपेक्षित आहे.

सामाजिक आरोग्य पर्यावरण, आरोग्य सुविधा, वैयक्तिक व सार्वजनिक स्वच्छता, समाजात असलेल्या प्रथा, रूढी, अंधश्रद्धा, गरीबी, आरोग्यविषयक असलेले गैरसमज व्यवसाय, आचार, विचार राजकीय इच्छाशक्ती यावर सुद्धा अवलंबून असते.

भांडण, तंटे, खून, माऱ्या-माऱ्या, जाळपोळ, अपहरण ही समाज निरोगी नसण्याची चिन्हे आहेत.

आध्यात्मिक आरोग्य हा चवथा आयाम. आता विशेष रूपाने विचारांत घेतला जातोय. स्वतःची ओळख, कार्य, जगण्याची मूल्य यांचा समन्वय यात अपेक्षित आहे.

या चारही आयामांचा एकत्रित विचार केला तर संपूर्ण सकारात्मक आरोग्याची उपलब्धी होऊ शकेल. म्हणूनच जागतिक आरोग्य संस्थेनी संपूर्ण आरोग्याची (well being) व्याख्या म्हणजे निव्वळ आजार नसणे ही नसून संपूर्ण शारिरीक, मानसिक, सामाजिक, आध्यात्मिक सुदृढता असणे अशी केली आहे.

सकस आणि सुरस

आशादीप टॉफी

साहित्य - नाचणी सत्व १ वाटी, दूध पावडर १/२ वाटी, साखर दीड वाटी, कोको पावडर १० ग्रॅम (२ चमचे), लोणी ५० ग्रॅम किंवा २ मोठे चमचे तूप, व्हॅनिला इसेंस ४-५ थेंब

कृती - नाचणी सत्व, दूध पावडर, कोको पावडर एकत्र चाळून घ्यावे. साखरेचा तीन तारी पाक तयार करावा. त्यात लोणी घालावे व ते वितळू द्यावे. चाळलेले मिश्रण हळूहळू त्यात घालावे व सतत ढवळावे, म्हणजे त्यात गडे जमणार नाही. कढईच्या कडेपासून सुटेपर्यंत ढवळत राहावे व वॅनिला इसेंस घालून गॅस बंद करावा, घट्टसर झाल्यावर थाळीला तूप लावून त्यात पसरावे. थंड होत आल्यावर वड्या कापाव्या.

महत्त्व - वाढती मुले, गर्भवती व स्तनदा मातेसाठी लोह, कॅल्शियम व प्रथिनयुक्त पौष्टिक टॉफी.

"**कुछ मीठा हो जाय**" असे वाटते तेव्हा कुठेही, केव्हाही खावी.

भरारी

जिज्ञासा कुबडे चवलढाल - दृष्टिबाधित तेजस्वी शलाका

दिव्यांगासाठी करीत असलेल्या कार्याबद्दल नुकताच तेजस्विनी महिला गौरव पुरस्कार स्वा. सावरकर समिती, नागपूर तर्फे प्रदान करुन आपल्याला गौरवान्वित करण्यात आले, त्याबद्दल 'आशादीप' तर्फे 'हार्दिक अभिनंदन'.

आत्मदीपम् सोसायटीच्या संस्थापक असलेल्या जिज्ञासा ऐन तारुण्यात झालेल्या अंधत्वाच्या आघाताने खचल्या नाहीत. स्वतः आत्मनिर्भर होऊन दिव्यांगांच्या जीवनवाटा सुकर करीत आहेत. त्यांच्यासाठी विविधप्रकारे कार्य करून त्यांना आत्मनिर्भर होण्यासाठी दीपस्तंभाचे कार्य करीत आहे.

वयाच्या १८व्या वर्षी हळूहळू दृष्टीज्योत मालवू लागली अन् अवघ्या २0व्या वर्षी पूर्ण अंधत्वाला त्यांना सामोरे जावे लागले. तरीसुद्धा आत्मनिर्भर होण्याच्या निर्धारासह यशस्वी जीवनाचा मार्ग त्यांनी स्विकारला.

आपल्या योगाच्या ज्ञानाने मे फ्लॉवर येथील मतिमंद मुलांच्या जीवनात आनंद फुलवण्याचा वसा त्यांनी ६ वर्षे घेतला. सोबतच आपल ज्ञान अद्ययावत ठेवण्यासाठी त्यांची धडपड चालूच होती. रेकी, नॅचरोपॅथी, हस्तमुद्रा, ॲक्युप्रेशर अशा विविध उपचार पद्धती त्यांनी आत्मसात केल्यात. आणि काही काळ आनंदवन व नंतर अवंती इन्स्टिट्युट ऑफ कार्डिओलॉजी, नागपूर येथे रुग्णांवर उपचार केलेत. दिव्यांगासाठी स्वतंत्र योगवर्गही त्या घेत असत.

नागपूर येथील 'सक्षम' या दृष्टिबाधितांच्या विकासासाठी कार्यरत संस्थेत ऑडीओ बुक्स लायब्ररी विभागात असिस्टंट प्रोजेक्ट डायरेक्टर या पदाची जबाबदारी त्यांनी यशस्वीपणे पेलली. नागपूर येथील ब्लाइंड रिलीफ असोसिएशन येथे त्यांनी प्रशिक्षण पूर्ण केले होतेच. पण भविष्यातील नविन तंत्रज्ञानाचे महत्व वेळीच जाणून त्यांनी २00७ मध्ये बंगलोर येथे दृष्टिबाधितांसाठी असलेले बोलका संगणक प्रशिक्षण पूर्ण केले.

आनंदवन येथे डॉ. विकास आमटे यांच्या प्रोत्साहनाने व जिज्ञासाताईंच्या अथक प्रयत्नांनी दिव्यांगांसाठी संगणक प्रशिक्षण व इंग्रजी भाषा वर्ग असा खास अभ्यासक्रम सुरु झाला. एकूण २00 दिव्यांगांनी हा अभ्यासक्रम पूर्ण केला. त्यानंतर आय.टी.आय. नागपूर येथे 'दिव्यांगांसाठी संगणक शिक्षण' या शासकीय योजनेत संगणक प्रशिक्षक पदावर रुजू झाल्या. तेथील दिव्यांग विद्यार्थ्यांना विविध ठिकाणी नोकऱ्या मिळू लागल्या. अधिकाधिक दिव्यांगांना संगणक वर्गाचा लाभ व्हावा, त्यांच्यातील विविध कौशल्यांचा विकास घडावा या दृष्टीने त्यांनी 'आत्मदीपम्' सोसायटीची स्थापना २०१२ मध्ये केली. दृष्टिबाधीतांमध्ये आत्मविश्वास रुजवून त्यांच्या उत्कर्षाचा वसा घेतला.

आज 'आत्मदीपम्' सोसायटीचा 'सरगम' म्युझीकल ग्रुपने उत्तम सादरीकरणाने आपले स्थान निर्माण केले आहे. आपल्या विशेष प्रयत्नाने दृष्टिबाधितांच्या महिला आणि पुरुष क्रिकेट चमूचे संघटन करून विदर्भाचे नाव क्रिडा क्षेत्रातही अग्रेसर केले. दिव्यांगांसाठी चेस प्रशिक्षणाचे आयोजन करून त्यांना आंतरराष्ट्रीय स्तरावर जाण्यासाठी प्रेरीत करीत असतात. दिव्यांगांच्या सुगम्यतेसाठी तसेच दैनंदिन जीवनाच्या उपयुक्ततेच्या दृष्टीने विविध शिबिरांचे आयोजन करतात.

आजवर त्यांना विविध पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले आहे. पुढील वाटचालींसाठी संस्थेतर्फे खूप शुभेच्छा !

अभिनंदन !

डॉ. नुतन देव

इंडियन मेडिकल असोसिएशन तर्फे 'डॉक्टर्स डे' निमित्त विशेष सेवाकार्याबद्दल सत्कार.

श्रीमती अपर्णा कुळकर्णी

कवी कुलगुरू कालिदास विद्यापीठाच्या ''योगिक सायन्स'' विषयातील पदव्युत्तर डिप्लोमा मधे उत्तम यश.

अभिव्यक्ती

एहसास

मैने पूछा खुदा से, क्यूं कवि मुझे बनाया ?
अगर कवि बनाया तो दिव्यांग क्यूं बनाया ?
तो खुदा बोले,
ना लेता तेरी आँखे, उन आँखोंका दर्द कैसे बताती ?
दिव्यांगोंकी पीडा कविताओंके सुनहरे अक्षरोंमे कैसे सजाती ?
ना लेता किसीके आँख, हात, या पैर
इस दुनिया को उन अंगोंकी कीमत कैसे बताता ?
होते है हर अंग कीमती, इस दुनियाको मैं कैसे समझाता ?
माना, है कमजोर कदम, ये आज गिरते, पडते, लडखडाते है,
पर खुद ही तो संभल जाते है ।
गिरना, पडना, लडखडाकर संभलना यही जिंदगी होती है ।
ऐसी जिंदगी जीने वालोंकी किस्मत,
एक दिन सुनहरे आकाश में तारोंकी भाँति होती है ।।

- भारती यादव

B. A. Final Year, L.A.D. College, Nagpur

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
- 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

- नाचणी सत्व
- प्रथिन युक्त पूरक आहार (सुखदा,सम्पूर्ण,पोषांकुर)
- मिश्र धान्य पिठे व सोजी (सोया युक्त आटा,नवान्न आटा व सोजी, थालीपीठ आटा)

- चटपटीत चटण्या (जवस, गोडलिंब,अंबाडी)
- मिश्र धान्य बिस्किटे (सोया,नाचणी,मेथी युक्त)

- सकस व सुरस झटपट नाश्ता (उपरपेंडी,मुठिया,पास्ता, पराठा,लाडू इ. चे तयार पीठ)

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.

आत्म दीपो भव! आशादीप
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