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-त्रैमासिक
जानेवारी-जून २०२१

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

सुभाषितरत्नानि

आयुष्याचे तत्त्वज्ञान सोप्या शब्दात मांडणाऱ्या निवडक सुभाषितांचा दिव्यांग व सामान्य सर्वांनाच सखोल ज्ञानाचा सुगम्य भाषेत अनुभव

प्रस्तुति : **आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्र, अपंग महिला बाल विकास संस्था, नागपूर**

आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्रातर्फे दिव्यांग तसेच सामान्य सर्वांना उपयुक्त अशा स्वरूपात निवडक संस्कृत सुभाषितांचे ५ भाग विद्या करपटे आणि वर्षा आठवले या दोघींच्या सहयोगाने आणि डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांच्या संकल्पनेतून तयार करण्यात आले, जेणेकरून दिव्यांग विद्यार्थ्यांना विशेषतः दृष्टी बाधीत तसेच कर्णबधिर मुलांना याचा फायदा व्हावा. संस्कृत सुभाषितांचे सुश्राव्य वाचन, मराठी मध्ये विवेचन आणि सार्थ मराठी भावानुवाद असे त्याचे स्वरूप आहे. दैनंदिन जीवनातील वागणूक कशी असावी, याबद्दल सखोल ज्ञान अगदी सोप्या सुगम्य भाषेत देण्याचं सामर्थ्य व गोडवा संस्कृत भाषेतील सुभाषितांमधे आहे असे प्रतिपादन कवि कालिदास संस्कृत विश्व विद्यालयाचे माजी कुलगुरू डॉ. पंकज चांदे यांनी केले. त्यांनी संस्कृत भाषेची महती अतिशय सुंदर रीतीने सांगून संस्था करीत असलेल्या कार्याची प्रशंसा करून शुभेच्छा दिल्या आणि अशा पद्धतीने अधिकाधिक सुभाषिते या माध्यमावर उपलब्ध करुन द्यावी, तसेच त्यांचे भाषांतर हिंदी अथवा इंग्रजी मध्ये करून बहुसंख्य लोकांपर्यंत पोहचण्याची मौलिक सूचनाही त्यांनी केली. या कार्यात संस्थेस सर्वतोपरी सहकार्य करण्याचे आश्वासन त्यांनी दिले. या ध्वनिचित्रफितीवर संस्कृत भाषा तज्ञ डॉ. विजया जोशी यांनी उत्तम अभिप्राय दिला, तसेच दृष्टीबाधित विद्यार्थ्यांच्या वतीने प्रांजली आंबेकर हिने व्हिडीओ लाभदायी असल्याचे सांगितले.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन, प्रास्तविक सौ. अपर्णा कुळकर्णी यांनी केले. संकल्पना व प्रकल्प प्रवास डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी मांडला आणि प्रकल्पाचा धावता आढावा ध्वनिचित्रफितीच्या माध्यमातून दाखविण्यात आला. डॉ वृंदा जोगळेकर यांनी मान्यवरांचा परिचय करून दिला.

समारोप करतांना सौ. विद्या करपटे आणि सौ. वर्षा आठवले यांनी त्यांची भूमिका विषद करून आभार प्रदर्शन केले. या प्रकल्पाचा पाहिला भागाचे विमोचन या कार्यक्रमात करण्यात आले. आता याचे संपूर्ण पाचही भाग यू ट्यूब चॅनलवर उपलब्ध आहेत.

(लिंक https://youtu.be/7eLSU3Jmhus)

संपादकीय

ग्रीष्माच्या अन कोरोनाच्या दुसऱ्या लाटेच्या झळा सोसून त्रस्त झालेल्या मनास मृगसरींनी प्रसन्न केले आहे. जलदाच्या शिडकाव्याने आल्हाददायक वातावरण निर्मिती झाली. वर्षाऋतूच्या आगमनाने सगळीकडे हिरवळ दिसत आहे. सृजनाचा मंगलदायी सोहळा धरेसोबतच आपल्यालाही सुखावत आहे. सर्वांच्या मनाची मरगळ जाऊन उत्साही वातावरणाने जीवनाला वेग आला आहे. अशा या चैतन्याने भारलेल्या वातावरणात आशादीपच्या अनेक कार्यक्रमांचा रंगोत्सवी इंद्रधनू आपणासमोर सादर करताना हर्ष होत आहे.

आभासी माध्यम हे काही प्रमाणात मर्यादा निर्माण करते, कालांतराने कार्यक्रमात तोचतोचपणा जाणवतो असा काहीसा सूर जनमानसात उमटू लागला असतानाच नवनवीन कल्पना हाती घेऊन त्या पूर्णत्वास नेणं हे आशादीपचं वैशिष्ट्य ठरले. संस्थेने दिव्यांगांच्या उन्नतीसाठी आयोजित केलेले कार्यक्रम व योजना आणि दिव्यांगांच्या विकासासाठी सातत्याने पाठपुरावा करून नवे क्षितिज व ज्ञान भांडार खुले करण्याचा आनंद आपणासोबत या अंकाच्या माध्यमातून वाटून घेण्याचा आमचा प्रयत्न आपणास निश्चितच आवडेल.

अतिशय वैविध्यतेने नटलेले दिव्यांगांच्या उत्कर्षासाठी घेण्यात आलेले कार्यक्रम,आशादीप व्याख्यानमालेचे चतुर्थ पुष्प आणि त्यात नागपूर दिव्यभूषण ध्वनिचित्रफितीचे विमोचन. आरोग्यपूर्ण समाज निर्मितीसाठी जागतिक आरोग्य दिन कार्यक्रम उल्लेखनीय आहेत. कोरोना काळात सर्व जनजीवन विस्कळित झाले असतांनाही दृष्टीबाधित दिव्यांगांना पुस्तकांचे ऑडिओ रुपांतरण करून देण्यात संस्था अग्रेसर होतीच, शिवाय आणखी वाचकस्वर वाढविण्याच्या दृष्टीने ऑडिओ बुक रेकॉर्डिंग कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले होते. संस्थेच्या सर्व सभासदांच्या मनाला चैत्रपालवीने मोहित केलेला चैत्रभेटीचा सोहळा, संस्थेच्या सदस्यांच्या सहयोगाने साकारलेल्या दिव्यांग तसेच सामान्य सर्वांना उपयुक्त संस्कृत ज्ञानभांडार उपलब्ध असलेल्या सुभाषितरत्नांनी या ध्वनिचित्रफितीची माहिती व प्रवास यातून आपल्या समोर उलगडणार आहोत. नेहमीची सदरे भरारी आणि पोषक पाककृती आहेतच.

अजूनही परिस्थिती पूर्णतः नियंत्रित झाली आहे असे म्हणता येणार नाही, त्यामुळे आपण सर्व योग्य खबरदारी घेत सामान्य जीवन जगण्यासाठी हळूहळू तयार होऊया. निरामय आरोग्यासाठी सर्वांना सस्नेह शुभेच्छा!

- सौ. अपर्णा अजय कुळकर्णी
नागपूर

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	कोषाध्यक्ष डॉ. नुतन देव ७७९८४१४२१५
सहकोषाध्यक्ष डॉ. अनघा नासेरी ९८२३४२४२७१	सदस्य श्रीमती अंजली जोशी ८९९९५९२४७५	सदस्य डॉ. पुष्पा दुर्गे ९८२३३८८५०८
सदस्य डॉ. निवेदिता कुळकर्णी ९४०३११६९२८	सदस्य श्रीमती ज्योती शेवडे ९४२१९७९९५०	सदस्य श्रीमती आरती संत ९७६६७३९३८५
सदस्य डॉ. जयश्री पंढरपूरकर ९८९००५९६९३	सदस्य श्रीमती अलका शेष ९९२३१४२३३४	सदस्य श्रीमती अलका देशपांडे ९४२२४४१२५९

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

संपादकीय मंडळ

प्रमुख संपादक
डॉ. प्रतिमा शास्त्री

कार्यकारी संपादक
डॉ. अनघा नासेरी

सौ. अपर्णा कुळकर्णी	श्रीमती छाया तारे	डॉ. जयश्री पंढरपूरकर
डॉ. विभावरी यावलकर	डॉ. पुष्पा दुर्गे	डॉ. नूतन देव

राइटर देता का कोणी, एक राईटर

https://youtu.be/yh8uvql1mJM

दृष्टीहिन दिव्यांगांचे शिक्षण ही अडथळ्यांची शर्यतच असते. तंत्रज्ञानाच्या मदतीने अभ्यासासाठी पर्याय आहेत पण तो परीक्षका पर्यंत पोचवायला लागतो एक लेखनिक. पण बरेच वेळा अंध विद्यार्थ्यांना अभ्यासापेक्षा ही वेळेवर योग्य लेखनिक मिळण्याची जास्त चिंता असते. अशाच एका परीक्षार्थी चे मनोगत - सादर करीत आहे एक दृष्टिबाधित विद्यार्थी.

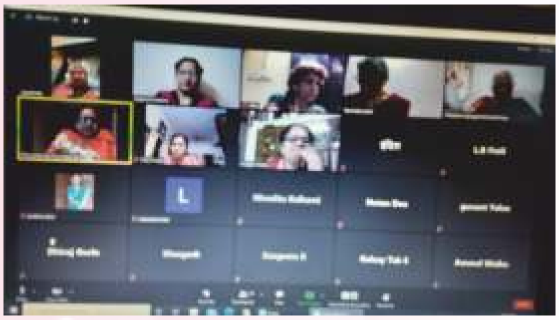
आपल्याकडे असलेल्या मौल्यवान देणगीचा (दृष्टीचा) उपयोग करून प्रासंगिक नेत्रदान किंवा दृष्टी सेवा-या सेवा कार्यात सहभागी होण्याचे विद्यार्थ्यांना आवाहन करणारा व्हिडिओ आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्रा द्वारे प्रसारित करण्यात येत आहे.

संस्था विशेष

आशादीप व्याख्यान माला चतुर्थ पुष्प

२४/०१/२०२१

https://youtu.be/YzU_wVb_gmU जयसिंगजी चौहान



श्री जयसिंगजी चौहान चेअरमन रंजना ग्रुप ऑफ इंडस्ट्रीज नागपूर प्रदेशाध्यक्ष भाजप दिव्यांग मोर्चा महाराष्ट्र यांनी आशादीप व्याख्यान मालेचे चतुर्थ पुष्प 'दिव्यांग सक्षमीकरणाचा वेध' या विषयावर गुंफले. आपली शारीरिक अक्षमता, आणि नियती ने दिलेल्या आव्हानांवर तीव्र इच्छा शक्तीने मात करून जय मिळविणारे यशस्वी उद्योजक श्री जयसिंग चव्हाण यांचा परिचय अभिनव पध्दतीने आशादीप नागपूर दिव्यांग भूषण २०२० प्रकल्पातील त्यांची यशोगाथा मांडणाऱ्या व्हीडीओ द्वारे करून देण्यात आला. यामध्ये मार्गदर्शनानंतर प्रश्नोत्तराच्या स्वरूपात चर्चा घडवून आणल्याने दिव्यांग विद्यार्थ्यांचे समाधान झाले. आपल्या व्याख्यानात श्री जयसिंगजी चौहानांनी दिव्यांगांना दयाभाव दाखविणे व मदत करणे यापेक्षाही व्यवसाय किंवा नोकरीत संधी उपलब्ध करून देणे अत्यावश्यक असून त्यांना समाजात सन्मानाने जगता यावे यासाठी समाजातील सर्व स्तरातून प्रयत्न व्हायला हवेत असे प्रतिपादन केले. दिव्यांगांनी जिद्दीचे पंख आणि आव्हानांचे अत्तर लावून संकटातच नवीन संधी शोधायची असते. तिचा लाभ घ्या हे स्वानुभव कथानाद्वारे पटवून दिले. दिव्यांगांसाठी असलेल्या विविध शासकीय योजना आणि त्यांचा लाभ घेण्याच्या प्रक्रियेबद्दलही त्यांनी विस्तृतपणे सांगितले. प्रस्तावनेत सचिव अपर्णा कुळकर्णी यांनी 'यस आय कॅन' आणि 'सकस व सुरस' या दोन माहिती पटातून संस्थेच्या कार्याची ओळख करून दिली आणि अध्यक्ष डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी दिव्यांग भूषण २०२० याप्रकल्पाची माहिती दिली. कार्यक्रमाचे अध्यक्ष श्री. लालासाहेब पाटील यांनी संस्थेस पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा दिल्या. सक्षम नागपूरचे प्रोजेक्ट डायरेक्टर श्री. शिरिषजी दारव्हेकर कार्यक्रमास प्रामुख्याने उपस्थित होते.आभार प्रदर्शन डॉ. अनघा नासेरी यांनी केले.

जागतिक महिला दिन

१०/०३/२०२१

https://youtu.be/GXqAs8xKAmY सुवर्णा राज

आशादीप - अपंग, महिला बाल विकास संस्थेतर्फे आयोजित जागतिक महिला दिन कार्यक्रमात 'रेडीओ मिर्ची डॉट कॉम' या पोर्टलच्या प्रणेत्या श्रीमती प्रगती गोखले यांचा सत्कार करण्यात आला. वर्धा येथील 'महात्मा गांधी ग्रामीण उद्योजकता संस्था (MGIRI)', या संस्थेमधील निवृत्त वैज्ञानिक प्रगती ताईंनी ग्रामीण शेतकऱ्यांना बाजारपेठ उपलब्ध करून देण्याच्या तळमळीतून ''मेरा मोबाईल मेरा मार्केटिंगचे'' तंत्र सर्वांना खुले केले आहे. उच्चविद्याविभूषित प्रगती गोखले यांना सतत नाविन्याचा ध्यास असतो. संख्याशास्त्र विषयात सुवर्ण पदक (१९८०) प्राप्त केल्यानंतर त्यांनी संगणक प्रोग्रामिंग क्षेत्रात प्राविण्य मिळविले. अंदाजे २० वर्षे महाराष्ट्र शासनाच्या वनविभागातील सेवे नंतर MGIRI येथील कार्यकाळात त्या शेतकरी आणि ग्रामीण उद्योजकांशी जोडल्या गेल्या आणि त्यांना बाजारपेठ मिळविण्यासाठी 'मार्केट मिरची.कॉम' हे फ्री पोर्टल विकसित केले. या पोर्टल वरून कोणत्याही लघु उद्योजकाला आपल्या उत्पादनाची जाहिरात करता येते व कुठल्याही मध्यस्थाच्या मदतीशिवाय थेट ग्राहका बरोबर खरेदी विक्री चे व्यवहार करता येतात. आजही समाजसेवेचा वसा घेऊन प्रगती ताई या पोर्टलचा प्रसार व नि:शुल्क प्रशिक्षण सातत्याने करीत असतात.

त्या सध्या महाराष्ट्र शासनाच्या राजीव गांधी विज्ञान आणि तंत्रज्ञान केंद्र आणि केंद्र शासनाच्या अनेक प्रकल्पात सल्लागार आहेत आहेत. प्रगती ताईंना वर्ष २०२०-२२ साठी Woman of Worth हा आंतरराष्ट्रीय सन्मान आणि इतर अनेक पुरस्कार प्राप्त झाले आहेत, परंतु ग्रामीण शेतकरी आणि महिला उद्योजिकांचा प्रतिसाद मला खरा आनंद देतो, असे त्या म्हणतात.

कार्यक्रमाची सुरुवात आणि प्रस्तावना संस्थेच्या सचिव सौ. अपर्णा कुळकर्णी यांनी केली. परिचय डॉ. वृंदा जोगळेकर यांनी करून दिला. सत्काराचे दोन शब्द आणि मुलाखत रंगवली संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी. आभार प्रदर्शन डॉ. जयश्री पंढरपूरकर यांनी केले. याप्रसंगी प्रसिद्ध ॲथलेट आणि समाजसेविका सुवर्णा राज (वानखेडे) याचा परिचय देणारा नागपूर दिव्यभूषण ऑडियोचे विमोचन केले. आभासी माध्यमाद्वारे घेण्यात आलेल्या या महत्वपूर्ण कार्यक्रमास भरघोस उपस्थिती होती. तसेच सर्व महिला आणि दिव्यांग विद्यार्थ्यांनी या अभिनव तंत्रज्ञानाचा आम्हाला निश्चितच लाभ होईल असा विश्वास दर्शविला.

चैत्र भेट

७ मे २०२१

शायरी प्रिया मेघे
https://www.youtube.com/watch?v=z8Ni6VvTIuQ&authuser=0

कोरोनाने धास्तावलेल्या, मरगळलेल्या मनास प्रसन्नता देण्यासाठी आशादीप तर्फे चैत्रभेट या सर्व सदस्यांच्या आभासी स्नेहभेटीचा कार्यक्रम उत्साहाचा झरा असलेल्या आशादीपच्या सदस्यांसाठी सुप्त कलागुणांचे दर्शन घडविण्यासाठी आनंद पर्वणी ठरली.

सर्वांच्या गौराईचे प्रसन्न दर्शन घेऊन कार्यक्रम सुरू झाला. खाद्य संगम अंतर्गत विविध पारंपरिक पदार्थांना अधिक पौष्टिक, रुचकर आणि आकर्षक रुपात एकाहून एक सरस नी सुरस असे नैवेद्य म्हणून अर्पण करण्यात आले. त्याने तर कार्यक्रमाची लज्जतच वाढविली. गौराई समोर सुंदर आरास करतांना वर्षभर आपली आवड म्हणून छंद जोपासणाऱ्या सख्यांनी क्रोशा, मुखवटे, पेंटींग, क्विल्ट, कापडी पिशव्या यांचे वैविध्यपूर्ण सादरीकरण करून दाद मिळवली.

देवी म्हटली की स्तवन हे आलेच... चैत्राईच्या स्वागताची काव्यगीत काहींच्या लेखणीतून तर काहींच्या सुरातून ते अर्पण झाले. विश्वास ओघवत्या कथाकथनाने वाढवला तर नव उन्मेषाच्या पालवीने हर्षोल्हासित झालेल्या सख्या माहेरवाशिणीचे बदलते स्वरूप बघून हरखल्या. नृत्य तर सर्व कलांतील सर्वांगसुंदर आविष्कार! आशादीपच्या नागपूर दिव्यांगभूषण प्रकल्पांतर्गत नृत्यांगना शायरी प्रिया मेघे या दिव्यांग युवतीची यशोगाथा या व्हिडीओचे सादरीकरण करण्यात आले.

आशादीप सदस्यांसाठी डिजिटल संवाद माध्यम परिचय कार्यशाळा

लॉक डाउन काळात घरात स्थानबद्ध झालेल्या सदस्यांना गूगल अप्स आणि मूवी मेकर तंत्राचा परिचय होण्यासाठी आयोजित कार्यशाळेत डॉ. रेखा शर्मा (असोसिएट प्रोफेसर, अकॅडमी स्टाफ कॉलेज, नागपूर विद्यापीठ) आणि डॉ. रिंकी मूलचंदानी (असिस्टंट प्रोफेसर, आंबेडकर इन्स्टिट्यूट ऑफ मॅनेजमेंट) यांनी मार्गदर्शन केले. या उपक्रमात सदस्यांचा उत्साही सहभाग होता आणि अनेक सदस्यांनी त्याचा उपयोग करून वेगवेगळे प्रयोग केले. यामुळे संस्थेचे सर्व आभासी कार्यक्रम गूगल लिंक स्वरूपांत संग्रहित करता आले.

मूव्ही मेकर माध्यमातून सदस्यांनी संस्थेचे उपक्रम, आहार जागर, नागपूर दिव्य भूषण आणि सुभाषित रत्नांनी ई.,

विविध विषयांवरील व्हिडिओ तयार केले असून ते ashadeepsantha या यू ट्यूब चॅनेलवर उपलब्ध आहेत. या उपक्रमाला उत्तम प्रतिसाद मिळाला असून त्यामध्ये सातत्याने नवीन प्रयोग करण्यास प्रेरणा मिळत आहे.

चॅनल वर उपलब्ध व्हिडिओ

आहार जागर
- सकस आणि सुरस
- चौरस जेवण कशाला
- सासुबाई चे पथ्य
- नाचणी डोसा

नागपूर दिव्य भूषण २०२० प्रकल्प
- धडाडीचे दिव्यांग उद्योजक श्री जयसिंग चव्हाण
- दिव्यांग बाहुली कलाकार चंदा काळे
- मूक बधिर महिला जादूगार शीतल किंमतकर
- दिव्यांग पॅरा अथलेट सुवर्णा राज वानखेडे
- राष्ट्रपती सन्मान प्राप्त स्व. राधा बोर्डे
- मूक बधिर नृत्यांगना शायरी प्रिया मेघे

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र
- लेखनिक देता का कोणी - एक लेखनिक ?
- सुभाषित रत्नांनी :
  संस्कृत सुभाषितांचा अर्थासहित संग्रह भाग १-५
- दिव्यांगांची प्रेरणास्त्रोत हेलन केलर

https://youtu.be/CgT-NDV82jA

https://youtu.be/z8Ni6VvTIuQ

https://youtu.be/XhAr1M1y4XE

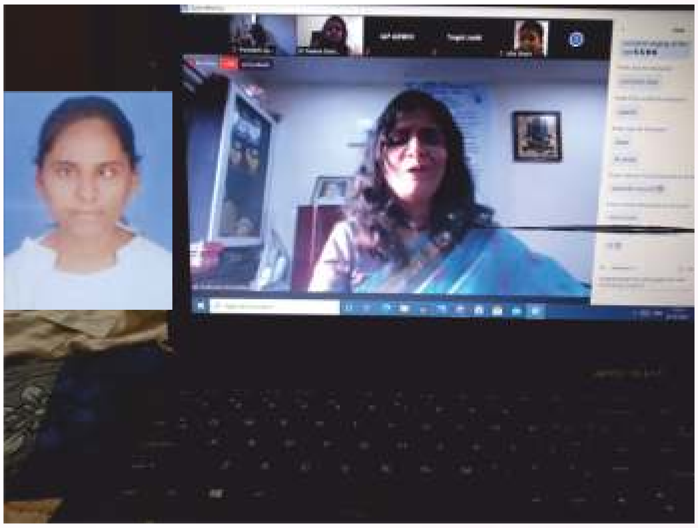
https://youtu.be/YP0mRYrxP54

https://youtu.be/M0o6RRHbAV4

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

२४/०२/२०२१ : ग्लोबल टॅलेंट ट्रॅक पुणे तर्फे दिव्यांगांसाठी कौशल्य विकास व रोजगार योजना

ग्लोबल टॅलेंट ट्रॅक पुणे या संस्थेतर्फे दिव्यांगांसाठी कौशल्य विकास आणि आत्मनिर्भरता हा विशेष प्रकल्प सुरू करण्यात आला असून त्याबद्दल प्राथमिक चर्चे साठी काही स्वयंसेवी संस्थांना आमंत्रित केले होते. आशादीप तर्फे डॉ. प्रतिमा शास्त्री, डॉ. पुष्पा दुर्गे, अलका शेष आणि इंदिरा देशमुख यांनी सहभाग घेतला. जिटी टी च्या C.E.O. मृदुला संख्यायान, प्रकल्पाधिकारी ऋचा मालवीय, सुप्रिया पालांडे, प्लेसमेंट ऑफिसर कुणाल आणि अमेरिकन इंडियन फाऊंडेशन तर्फे रेणुका भगत आणि इतर संस्थांचे प्रतिनिधी उपस्थित होते. यामधून विविध प्रकारच्या दीव्यांगांसाठी वेगळ्या प्रकारे कौशल्य विकास कार्यशाळा घेणे आणि विविध उद्योग समूहात नोकरीची संधी मिळवून देण्यास साठी एक व्यासपीठ देणे हे या प्रकल्पाचे मुख्य उद्दिष्ट आहे असे श्रीमती मृदुला यांनी सांगितले. मागील वर्षात या प्रकल्पात २००० दिव्यांग लाभार्थींना प्रशिक्षण देऊन ५७५ लाभार्थींचे प्लेसमेंट करण्यात आले आणि या वर्षात ५००० दिव्यांगांना प्रशिक्षण देण्याची योजना आहे. जॉब फेअर आयोजित करणे आणि एक वर्ष पर्यंत त्यांना काही अडचणी आल्यास निराकरण केले जाईल. त्याच प्रमाणे स्वयंम् रोजगाराच्या संधी. मार्केटिंग साठी मार्गदर्शन केले जाईल. या प्रकल्पात जास्तीत जास्त लाभार्थींना सहभागी करण्याचे आवाहन G.T.T. चमूने केले आहे.

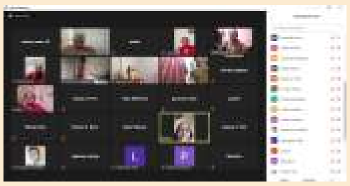


७ मार्च २०२१ - अकादमी ऑफ पेडियाट्रिशियन आणि अडोलेसेंट हेल्थ अकादमी तर्फे महिला दिनानिमित्त पाच दिव्यांग आणि वंचित युवतींचा सन्मान करून त्यांची प्रकट मुलाखत घेण्यात आली. यामध्ये संस्थेच्या स्नेही मंडळाची दृष्टीबाधित गुणवंत सदस्य आरती मानमोडे हिचा सत्कार करण्यात आला आणि डॉ. शुभदा खिरवाडकर यांनी तिचे मनोगत जाणून घेतले. जन्मतः अंध असलेल्या आणि आई वडिलांचे छत्र हरविलेल्या आरतीने २०२० साली १२वी मध्ये उत्तम गुण मिळवून पुण्याच्या फर्ग्युसन कॉलेज मध्ये प्रवेश घेतला आहे. पुढे भारतीय प्रशासकीय सेवेसाठी तिची तयारी सुरू आहे. या प्रवासात आपल्या मामांच्या आधाराचा तिने विशेष उल्लेख केला. या कार्यक्रमाला संस्थेचे सदस्य आणि स्नेही मंडळाचे विद्यार्थी सदस्यांची विशेष उपस्थिती होती .

अभिनंदन

२/४/२०२१ : अभिनंदन आणि संवाद गुणवंतांचा

यावर्षी ज्या स्नेहीमंडळ सदस्यांना स्नातक आणि स्नातकोत्तर पदवी प्राप्त झाली आहे तसेच ज्यांना विविध स्पर्धा परीक्षेत सुयश प्राप्त झाले आहे. त्यांचे अभिनंदन व कौतुक करण्यासाठी हा कार्यक्रम आयोजित केला. कार्यक्रमाची उत्साहवर्धक सुरुवात आणि प्रस्तावना अपर्णा कुळकर्णी यांनी केली. त्यानंतर डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी संस्थेच्या विविध आगामी योजनांची माहिती दिली. या कार्यक्रमात दिव्यभूषण प्रकल्पांतर्गत स्व. राधा बोर्डे यांच्या यशोगाथेचा व्हिडिओ प्रदर्शित करण्यात आला आणि लेखनिक आवाहनासाठी तयार करण्यात आलेला व्हिडिओही प्रदर्शित करण्यात आला. त्यानंतर मुलांनी आपले मनोगत व्यक्त करतांना आशादीप संस्थेच्या अभ्यास विषयक रेकॉर्डिंगचा आणि फोकस क्लासेसचा परीक्षांमध्ये फायदा झाल्याचे सांगितले. संस्थेचे स्नेहीमंडळ सदस्य अक्षय बोरीकर व अक्षय चौधरी हे बांगलादेश विरुद्ध क्रिकेट टीम मध्ये भारतीय संघात निवडले गेलेत त्यांचे या



कार्यक्रमात अभिनंदन करण्यात आले. भारती यादवने राष्ट्रीय स्तरावरील आयोजित दिल्ली येथील वादविवाद स्पर्धेत तिसरा क्रमांक पटकावला त्याबद्दल तिचेही अभिनंदन करण्यात आले. कार्यक्रमाचा समारोप आणि आभार प्रदर्शन डॉ. जयश्री पंढरपूरकर यांनी केले. कार्यक्रमाला संस्थेचे सदस्य व इतर आमंत्रित व विद्यार्थी यांची भरघोस उपस्थिती होती.

राधा बोर्डे व्हिडीओ : https://youtu.be/YKQDAxgpuyw

दिव्यांग पुनर्वसन केंद्र

२२/०५/२०२१ : ऑडियो बुक रेकॉर्डिंग वर्कशॉप

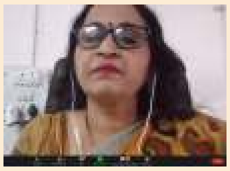
आशादीप - अपंग, महिला बाल विकास संस्थेच्या वतीने दृष्टिबाधित विद्यार्थ्यांना वेळोवेळी त्यांच्या अभ्यासक्रमाचे तसेच अवांतर वाचनासाठीच्या पुस्तकांचे ध्वनी मुद्रण करून दिले जाते. त्यासाठी आणखी वाचक स्वर संस्थेशी जोडले जावेत आणि दृष्टिबाधित दिव्यांगांना त्याचा लाभ व्हावा या उद्दिष्टाने ''ऑडिओ बुक रेकॉर्डिंग कार्यशाळा'' २२ मे २०२१ रोजी शनिवारी आयोजित करण्यात आली. मुंबई येथील अनिरुद्धाज बँक फॉर ब्लाइंड या संस्थेसाठी नियमित ऑडीओ बुक वाचनाचा प्रदीर्घ अनुभव असलेल्या आणि नाशिक येथे अनिरुद्ध सेंटरच्या समन्वयक रसिका संत यांनी अंध व्यक्तींसाठी वाचन करतांना आवश्यक त्या सर्वच तांत्रिक बाबींची माहिती उत्कृष्ट रीतीने दिलीच. सोबतच भावनिक बाजू सांभाळत रेकॉर्डिंग कसे करायचे याचीही उत्तम माहिती दिली. रेकॉर्डिंग करतांना आपण ते आपल्याच मुलांसाठी करतोय या मातृभावाने केल्यास ते अधिक चांगले होईल असे सुचविले.

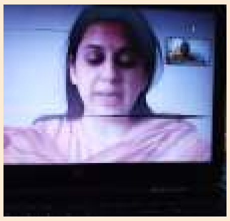
डॉ. सीमा उबाळे यांनी चार्ट्स, ग्राफ्स व गणितीय सूत्रे कशी वाचावीत यावर आपल्या प्रत्यक्ष अनुभवावर आधारित सुयोग्य मार्गदर्शन केले. श्रीमती वर्षा आठवलेंनी मोबाईलवर रेकॉर्डिंग कसे करायचे याचे अनुभवपूर्ण सोदाहरण विवेचन केले. त्यानंतर रेकॉर्डिंग करताना आलेल्या अडचणींवर प्रश्नोत्तराच्या स्वरूपात शंका निरसन करण्यात आले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक आणि संचालन संस्थेच्या सचिव श्रीमती अपर्णा कुळकर्णी यांनी केले. श्रीमती रसिका संत यांचा परिचय श्रीमती अंजली जोशी यांनी करून दिला. आवश्यक ते पावर पॉईंट प्रेझेंटेशन डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी केले. आणि श्रीमती छाया तारे यांच्या आभार प्रदर्शनाने कार्यशाळेची सांगता झाली.

कार्यशाळेसाठी नोंदणी आणि फीड बॅक फॉर्म च्यां तांत्रिक बाबींसाठी डॉ. ऐश्वर्या राव यांनी सहकार्य दिले.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

१६ एप्रिल २०२१ - जागतिक आरोग्य दिन





https://www.youtube.com/watch?v=PxCQ8Cc8i3Y आरोग्य देवतेची आरती

आशादीप - अपंग, महिला बाल विकास संस्था, इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विद्यापीठ व न्यूट्रिशन सोसायटी ऑफ इंडिया, नागपुर केंद्र यांच्या संयुक्त विद्यमाने १६ एप्रिल २०२१ रोजी आभासी माध्यम झुम ॲपवर घेण्यात आलेल्या या कार्यक्रमात डॉक्टर सुषमा ठाकरे (असोसिएट प्रोफसर डिपार्टमेंट ऑफ कम्युनिटी मेडिसीन इंदिरा गांधी गव्हर्नमेंट मेडिकल कॉलेज नागपूर) यांनी ''टू बिल्ड दि फेअरर अँड हेल्दी वर्ल्ड'' या २०२१ च्या थीम ची माहिती दिली, आरोग्य हा आपला मूलभूत अधिकार आहे आणि प्रत्येकाला वर्ण, जाती, लिङ् आणि भौगोलिक स्थिती निरपेक्ष उत्तम आरोग्याच्या सोयी उपलब्ध झाल्या पाहिजे असे प्रतिपादन त्यांनी केले. आजच्या कोरोना महामारीच्या स्थितीत आपण सर्वांनी सकारात्मकतेने आणि एकत्रितपणे जागतिक स्तरावर् या गोष्टीसाठी प्रयत्न करायला हवे. सद्यस्थितीची प्रमुख गरज आकडेवारी आणि वस्तुस्थितीचे योग्यरीत्या नोंदणी करणे ही होय,आणि असे न करणे हे गैर ठरेल असे त्यांनी सांगितले. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी न्यूट्रिशन सोसायटी ऑफ इंडिया, नागपुर शाखा प्रमुख डॉ. रेखा शर्मा होत्या.

विशेष अतिथि डॉ. शशिकुमार (इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्तविद्यापीठ नागपूरचे संचालक) यांनी महामारीच्या स्थितीत पोषणाचे महत्व प्रतिपादित केले आणि त्या पूर्वी जागतिक आरोग्य दिनाचे महत्त्व डॉ. पुष्पा दुर्गे यांनी विशद केले. आशादीप संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी संस्थेद्वारे दिव्यांगांच्या विकासासाठी चालविण्यात येणाऱ्या उपक्रम व योजनांची माहिती दिली.

डॉ. शक्ती शर्मा यांनी पाहुण्यांचा परिचय करून दिला. या कार्यक्रमात आशादीप संस्थे तर्फे आरोग्य देवतेची आरती हा महिला आरोग्याचे महत्व प्रतिपादन करणारा व्हिडिओ रिलीज करण्यात आला. संस्थेच्या सचिव अपर्णा कुळकर्णी यांनी कार्यक्रमाचे संचालन केले. डॉ नीलिमा जोशी यांनी आभार प्रदर्शन केले. कार्यक्रमास तिन्ही संस्थांचे सदस्य आणि इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विद्यापीठाचे विद्यार्थी उपस्थित होते.

आरोग्यम् धनसंपदा

CORONAVIRUS

कोव्हीड १९ – संक्रमण – लसीकरण कांही प्रश्न

कोरोना व्हायरस (विषाणू) - सार्स (Severe Acute Respiratory Syndrome) - COV2 ह्या विषांणूद्वारे पसरणारा आजार म्हणजेच कोव्हिड. जागतिक पातळीवर, सर्व देशांत पसरलेल्या ह्या आजाराची व्याप्ती, भयानकता आणि मृत्यु ही एक चिंतनिय बाब आहे. मार्च २०२० पासून ह्या आजाराचा भारतात झालेला शिरकाव आणि प्रसार आणि संपूर्ण मानवी जनजीवन ह्यावर ह्या आजाराचा झालेला विपरित परिणाम, तसेच ह्या आजाराची लक्षणे/चिन्ह, आजाराची गंभीरता आणि ह्या आजारामुळे होणारे मृत्यु, ह्या सर्व बाबींविषयी आता नव्याने कांही सांगण्याची आवश्यकता वाटत नाही. ह्या नव्याने निर्माण झालेल्या विषाणूंच्या संसर्गाची लक्षणे/ चिन्ह, प्रतिबंधात्मक उपाय योजना, आजारावरील उपचार पद्धती, आजाराची गंभीरता, औषधोपचार ह्या सर्वांवर जागतिक आणि राष्ट्रीय पातळीवर संसोधन सुरुच आहे आणि ह्या संशोधनांच्या निष्कर्षांच्या, शिफारसींच्या आधारे, उपचार पद्धतीत बदल देखील करण्यात येत आहे.

कांही काळांपूर्वीची उपचार पद्धती आणि आजची उपचार पद्धती, प्रतिबंधात्मक उपाय योजना ह्या सर्व शास्त्रीय अभ्यासांच्या आधारेच निश्चित करण्यात येत आहे. ''बरंच कांही ह्या विषाणूच्या वर्तणूकीबाबत कळलेले आहे तरी देखील शास्त्रज्ञांना भेडसावणाऱ्या प्रश्नांची उत्तरे अद्यापही अनुत्तरीत आहेत.'' हे ह्या आजाराचे वैशिष्ट्य.

तरी देखील एक सर्व सामान्य नागरिक म्हणून भारत सरकार / राज्य सरकार द्वारे शास्त्रीय आधारांवर वेळोवेळी प्रसिद्ध करण्यात येत असलेल्या मार्गदर्शक सूचनांवर विश्वास ठेवणे, त्या आणि केवळ त्याच मार्गदर्शन सूचनांचे प्रसारण करणे आणि व्हाटस् ॲप सारख्या प्रसार माध्यमांतून प्रसार होणाऱ्या भ्रामक, दिशाभूल करणाऱ्या संदेशांवर विश्वास न ठेवणे आणि अश्या प्रकारच्या संदेशांचे इतरांना प्रसारण न करणे, ही एक जबाबदार नागरिक म्हणून माझी प्रथम जबाबदारी आहे आणि त्याचे गंभीरपणे पालन करणे माझे प्रथम कर्तव्य आहे हे आपण प्रत्येकाने लक्षात ठेवणे आवश्यक आहे.

सुदैवाने कोव्हिशिल्ड आणि कोव्हॅक्सीन ह्या दोन प्रतिबंधात्मक लसी आपल्या देशांत तयार करण्यात येवून लसीकरणासाठी उपलब्ध करण्यात आलेल्या आहेते आणि लसीकरण कार्यक्रम सुरु देखील करण्यात आलेला आहे, स्फुटनिक आणि इतर लसी देखील लवकरच उपलब्ध होत आहेत. बालकांवर ह्या लसींची परिणामकारकता ह्यावर देखील अभ्यास सुरू आहे आणि निष्कर्षाच्या आधारे लवकरच बालकांच्या लसीकरणाबाबत योग्य निर्णय घेण्यात येईल. लसीकरणाबाबत मात्र अजुनही काही संभ्रम प्रश्न आहेत ?

प्रश्न : ह्या आजाराच्या विरोधात प्रतिकारशक्ती कशी निर्माण होते?

ज्या व्यक्तिंना ह्या आजारांचा संसर्ग झालेला आहे, सर्वसाधारणपणे २०% संसर्गीत व्यक्तींना आजाराची बाह्य लक्षणे दिसतात, ८०% संसर्गीत व्यक्ती विषाणूंचा संसर्ग होवूनही त्यांची प्राकृतीक आजारांशी लढण्याची प्रतिकारशक्ती उत्तम असल्यामुळे, बाह्य आजाराची कोणतीच लक्षणे दिसत नाहीत. आपल्या शरीरातील पेशी ह्या विषाणूंशी लढण्यासाठी नैसर्गिकरित्या लढाऊ सैनिक पेशी निर्माण करून ह्या विषांणूचा नायनाट करतात आणि ह्याच पेशी काही कालावधीसाठी त्या विषाणूंचा नवा संसर्ग रोखण्यासाठी प्रतिबंध देखील करतात. कोव्हिड विषाणूंचा बाबतीत हा कालावधी ६-८ महिन्यांच्या असतो. परंतु प्रत्येक व्यक्तीची प्रतिकारशक्ती, त्याला असणारे, मधुमेह, उच्च रक्तदाब, कर्करोग, हृदयाचे किंवा इतर अवयवांचे आजार, ह्या सर्वांवर निर्भर असते. शिवाय विषाणू देखील जिवंत राहण्यासाठी त्यांच्यात बदल घडवून आणतात. (Mutation) आणि अश्या विषाणूंच्या विरोधात प्रतिकारशक्ती निर्माण न झाल्यामुळे, एकदा आजार झाल्यानंतर पुन्हा Mutation झालेल्या विषाणूंचा संसर्ग होऊ शकतो.

प्रश्न : सध्या उपलब्ध असलेल्या लसींपैकी कोणती लस सर्वात उत्कृष्ट आहे?

उत्तर : सर्वच लसी चांगल्या आहेत. ७० ते ८०% रोग प्रतिबंधक क्षमता ह्या लसी निर्माण करू शकतात. त्यामुळे एक लस

कोव्हीड १९ – संक्रमण – लसीकरण कांही प्रश्न

परिणामकारक दुसरी कमी परिणामकारक हा संभ्रम दूर करणे आवश्यक आहे.

प्रश्न : **कोव्हिडचा आजार झाल्यानंतर किती कालावधीनंतर लस घ्यावी ?**

उत्तर : शास्त्रीय अभ्यासाअंती सध्यस्थितीत ९० दिवसानंतर ही लस घ्यावी. कारण ह्या कालावधीत आजारामुळे निर्माण झालेली नैसर्गिक प्रतिकारशक्ती असते.

प्रश्न : **लसीचा पहिला डोज झाल्यानंतर दुसरा डोज केव्हा घ्यावा ?**

उत्तर : ही लस ७० ते ८०% परिणामकारक आहे. त्यामुळे नव्याने आजाराचा संसर्ग जरी झाला तरी आजाराची गंभीरता निश्चितच कमी असेल. शिवाय नव्याने संसर्ग जरी झाला तरी, इतरांना हा प्रसार करण्याची क्षमता देखील कमी असेल. त्यामुळे लसीकरणानंतर मला आता कोव्हिड होणारच नाही हा संभ्रम दूर करा. कारण मुळ कोव्हिड विषाणूंमध्ये सातत्याने बदल होत आहे आणि जिवंत राहण्यासाठी ही विषाणूंची नैसर्गिक प्रक्रिया असते. जरी लसीकरणानंतर इतरांना आजारांचा प्रसार करण्याची क्षमता कमी असली तरी सतत मास्कचा वापर करणे, आवश्यकता नसल्यास गर्दीच्या ठिकाणी जाणे टाळणे हे लसीकरणासोबतच अतिशय आवश्यक आहे.

लसीकरणाबाबत, लसीच्या परिणामकारकते बाबत, कोव्हिड आजाराबाबत आपल्या मनांत अनेक शंका असणे स्वाभाविक आहे. आपल्या शंका समाधानासाठी कृपया संपर्क साधा -

- डॉ. प्रकाश देव
सार्वजनिक आरोग्यतज्ञ आणि
कोव्हिड टास्क फोर्स सदस्य
मोबाईल : 9425602591
ई-मेल :
dupr_deo@refiffmail.com

सकस आणि सुरस

तिरंगी पुरी

साहित्य -

१ वाटी पालक पेस्ट,
१ वाटी बीट पेस्ट,
२ वाट्या कणीक,
१ वाटी नवान्न आटा
१/२ वाटी बेसन
१/२ चमचा हिरवी मिरची लसणाचा ठेचा
हळद, तिखट, तेल, तीळ, हळद, मीठ चवीनुसार

कृती -

- ※ १ वाटी कणीक, १ वाटी नवान्न आटा एकत्र करा आणि त्याचे दोन भाग करा.
- ※ एका भागात हिरवी मिरची, लसणाचा ठेचा, पालक पेस्ट, १/२ चमचा तेल आणि चवीप्रमाणे मीठ घालून भिजवा.
- ※ दुसऱ्या भागात चवीप्रमाणे लाल तिखट, मीठ, १/२ चमचा तेल आणि बीटची पेस्ट घालून भिजवा.
- ※ १ वाटी कणिक आणि १/२ वाटी बेसन एकत्र करून त्यात १/२ चमचा हळद, चवीला तिखट, मीठ, १/२ चमचा तेल आणि तीळ घालून भिजवा.
- ※ प्रथम हिरवा छोटा गोळा चपटा, त्यावर पिवळा नंतर बीटचा चपटा गोळा ठेवून पोळी लाटा. सर्व गोळे सारखे असावे. पोळीची गुंडाळून वळकटी करा. चाकूने वळकटीचे तुकडे करून ते आडवे गोल लाटा आणि तेलात मध्यम आचेवर तळा. चटणी किंवा सॉस सोबत खायला घ्या. दिसायला आकर्षक (मुलांना) चविष्ट आणि पौष्टिक सुध्दा.
- ※ नवान्न पीठ नसल्यास त्या ऐवजी १ वाटी कणीक, १ वाटी बेसन, १ वाटी ज्वारी पीठ, थोडे तांदळाचे पीठ घ्यावे.
- ※ बीट आणि पालकाने पौष्टीकता वाढते.

भरारी

सुयश जाधव याची उत्तुंग भरारी

सुयश जाधव (वय वर्षे २७) हा भारताचा आघाडीचा दिव्यांग जलतरणपटू २०२१ साली टोकियो इथे होणाऱ्या Paralympic games चा 'अ' पात्रता निकष त्याने पूर्ण केला आहे. तिथे तो ५० मीटर बटरफ्लाय आणि २०० मीटर Individual Medley या प्रकारात सहभागी होईल.

टोकियो Paralympic २४ ऑगस्ट ते ५ सप्टेंबर २०२१ पर्यंत होणार आहे. ऑगस्ट महिन्याच्या सुरवातीला टोकियोला पोचून त्याला ठराविक विलगीकरण अवधी पूर्ण करावा लागेल आणि त्यानंतर जपानच्या हवामानाशी जुळवून घेत स्पर्धेचा सराव करावा लागेल.

सुयश मूळचा सोलापूर जिल्ह्यातल्या करमाळा या गावचा. त्याचा जन्म २८ नोव्हेंबर १९९३ चा. वयाच्या तीन वर्षापासूनच तो वडिलांच्या मार्गदर्शनात पोहण्याचे धडे घेत होता. त्याचे वडील नारायण जाधव हे राष्ट्रीय स्तरावरील जलतरणपटू. सुयशने देखील जलतरणात नेत्रदीपक यश मिळवावं हे त्यांचं स्वप्न होतं.

पण तो अकरा वर्षांचा असतांनाच नियतीने एक घाव घातला. नात्यातल्या लग्नसमारंभात त्याच्या हातातल्या लोखंडी सळीला विजेच्या तारेचा स्पर्श होऊन त्याचे दोन्ही हात जबर भाजले. उपचारांना काहीच यश मिळालं नाही आणि मनगटाच्या वर दोन्ही हात कापावे लागले. सुरवातीला तर तो खूप हताश झाला, पण हळूहळू कुटुंबातील सर्वांचं प्रेम आणि आधार यांच्या बळावर त्याने जिद्दीने आपलं आयुष्य सावरलं.

अपघातानंतर तीन वर्षांनी तो कुटुंबाबरोबर त्र्यंबकेश्वरला गेला होता. तिथं तो एका तलावात पोहायला लागला आणि आपल हरवलेलं ध्येय त्याला पुन्हा गवसलं.

शालेय जीवनातला एक प्रसंग त्याच्या जीवनविषयक दृष्टिकोनाला कलाटणी देणारा ठरला. एका पेपरमधे त्याला ४० पैकी ३६ गुण मिळाले. त्याने शिक्षकांना त्याबद्दल विचारलं तर चुकांसाठी चार गुण कापले असं ते म्हणाले. अपंगत्व लक्षात घेऊन पैकीचे पैकी गुण द्यायला हवे होते असं त्याला वाटलं होतं. पण शिक्षक म्हणाले, ''आता मी तुझ्यावर दया करून तुला चार मार्क दिले तर तुला तीच सवय लागेल''.

आई, वडील, शिक्षक यांनी सामान्य वागणूक दिल्यामुळेच पुढच्या आयुष्यात मोठमोठ्या स्पर्धांचा तो सामना करू शकला. पाण्यात तर तो माशासारखा पोहतोच पण स्वतःची सर्व कामं स्वतः करतो. दिव्यांगांना अपंग म्हणून मदत करण्यापेक्षा त्यांच्याशी स्पर्धा करा. मदत त्यांना आणखी अपंग करेल असं त्याचं मत आहे.

सोलापूरचा टिळक तलाव, डेक्कन जिमखाना, पुणे इथे वडिलांच्या मार्गदर्शनाखाली त्याने सराव केला. सध्या त्याचे मार्गदर्शक आहेत तपन पाणीग्रही. अपंगत्वावर मात करत त्याने कित्येक राज्यस्तरीय आणि राष्ट्रीय व आंतरराष्ट्रीय स्पर्धांमधे भाग घेऊन पदकं मिळवली आहेत. त्याला राज्य स्तरावर- ५०, राष्ट्रीय स्तरावर -३७ आणि आंतरराष्ट्रीय स्तरावर -५ सुवर्णपदके मिळाली आहेत. यापूर्वी २०१८ साली जकार्ता इथे झालेल्या आशियाई पॅरागेम्समधे त्याने एक सुवर्ण (५० मीटर बटरफ्लाय) आणि दोन ब्राँझपदकं (२०० मीटर Individual Medley आणि ५० मीटर फ्रीस्टाईल) जिंकली.

५० मीटर बटरफ्लायमधे त्याने ३२.७ सेकंद तर Individual Medley मधे २ मिनिट ५६.५ सेकंद ही वेळ नोंदवली. याच निकषांच्या आधारावर त्याचा टोकियो पॅरालिम्पिक प्रवेश निश्चित झाला.

२०१६ मधे रिओ, ब्राझील इथं झालेल्या Paralympic मधे त्याने भारताचं प्रतिनिधित्व केलं होतं.

महाराष्ट्र राज्याचा शिवछत्रपती पुरस्कार आणि एकलव्य पुरस्कार त्याला मिळाला आहे. तसेच सप्टेंबर २०२० मधे भारताचा बहुमानाचा अर्जुन पुरस्कार माननीय राष्ट्रपतींच्या हस्ते एका आभासी समारंभात त्याला देण्यात आला. सध्या तो पुणे येथे क्रीडाधिकारी (District Sports Officer) या पदावर कार्यरत आहे. लॉकडाऊनमधे व्यायामाबरोबरच तो वडिलांना शेतीच्या कामात पण मदत करतो.

टोकियोला सुवर्णपदक मिळवून त्याने आपल्या देशाचं नाव उज्वल करावं आणि आपलं 'सुयश' हे नाव सार्थ करावं अशी शुभेच्छा व्यक्त करू या.

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