अपंग, महिला-बाल विकास संस्था, नागपूर

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

आत्म दीपो भव ! आशादीप

संस्थापिका स्व. उषाताई संत

आशादीप

ई-त्रैमासिक जुलै–डिसेंबर २०२२

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

२९वा वर्धापन दिन सोहळा - १६ जुलै २०२२

ग्रहणशक्ती विकसित करून यशाचे मानकरी व्हा !

दिव्यांग गुणवंतांना मा.खासदार पद्मश्री डॉ. विकास महात्मे यांचा संदेश.

आशादीप अपंग, महिला - बाल विकास संस्थेचा २९ वा वर्धापनदिन सोहळा १६ जुलै २०२२ रोजी भगिनी मंडळ येथे संपन्न. वर्धापनदिन समारोहाचा प्रारंभ मान्यवरांच्या हस्ते दीप्रज्वलनाने झाला. पाहुण्यांचे स्वागत पुष्पगुच्छ देऊन करण्यात आले. व्यासपीठावर प्रमुख अतिथी मा. खासदार पद्मश्री डॉ. विकास महात्मे, कार्यक्रमाचे अध्यक्ष श्री. लालासाहेब पाटील, डॉ. प्रतिमा शास्त्री, सौ. अरुंधती महाजन, श्री बसंत कुमार ओस्त्वाल, सौ. अपर्णा कुळकर्णी यांची उपस्थिती होती. प्रारंभी अंध विद्यालयातील विद्यार्थ्यांनी निर्धारगीत सादर केले. त्यानंतर संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी आपल्या प्रास्ताविकात पुढील योजनांची माहिती दिली. महाविद्यालयात दिव्यांग मित्र सेल स्थापन होण्यासाठी पुढाकार घेणार असल्याचे त्यांनी सांगतले. सचिव अपर्णा कुळकर्णी यांनी संस्थेचा अहवाल सादर केला.

आशादीप ई-मॅगझिनचे मान्यवरांच्या हस्ते विमोचन करण्यात आले. स्व. उषा संत स्मृती पुरस्कार - उजवा हात पोलीओग्रस्त असलेल्या दंत-तिरंदाज श्री. अभिषेक ठावरे यास मान्यवरांच्या हस्ते रोख राशी, मानपत्र, स्मृतिचिन्ह, शाल व श्रीफळ देऊन सहर्ष प्रदान करण्यात आला. सत्काराला उत्तर देताना श्री. अभिषेक ठावरे म्हणाले की दिव्यांगांनी आत्मनिर्भरता अंगिकरण्यासाठी प्रयत्नशील असले पाहिजे.

शालांत परीक्षेत मूकबधिर गटात प्रथम आलेल्या किरण राठोड ला 'स्व. वसंत मोघे पुरस्कार' देण्यात आला. तर दृष्टिबाधीत गटातून प्रथम आलेल्या राजाराम यदुवांशी यास 'स्व. वासंती मोघे पुरस्कार' देण्यात आला. लहान वयात अंबाझरी तलावात २ km चे अंतर पोहून अनोखी कामगिरी करणाऱ्या तसेच राष्ट्रीय पॅराजलतरण स्पर्धेत १ सुवर्ण आणि २ रजत पदक मिळविणाऱ्या दृष्टिहीन ईश्वरी पांडे हिचा विशेष सत्कार करण्यात आला. त्याबरोबरच शालांत व इतर परीक्षांमधील गुणवंतांचा सत्कार करण्यात आला.

आपल्या भाषणात मा. खासदार पद्मश्री डॉ. विकास महात्मे यांनी गुणवंतांचे अभिनंदन केले आणि आयुष्यात पुढे जाण्यासाठी अभ्यासासोबतच इतर गुणही विकसित करणे आवश्यक आहे असे प्रतिपादन केले. नाउमेद न होता यशाची स्वप्ने सत्यात उतरवण्यासाठी कष्ट घ्या असा मोलाचा सल्ला त्यांनी दिला.

अध्यक्षीय भाषणात श्री. लालासाहेब पाटील यांनी संस्थेच्या कार्याची प्रशंसा केली. गुणवंतांचे अभिनंदन करून शुभेच्छा दिल्या.

गुणवंतांना भेटवस्तू भारतीय जैन संघटना नागपूर सेंट्रल, महिला शाखा नागपूरच्या पूजा कोठारी व पूजा ओस्तवाल यांच्या तर्फे प्रायोजित करण्यात आल्या आणि खाऊची पाकिटे श्री. शारदा महिला विकास मंडळ, शंकरनगर नागपूर यांनी प्रायोजित केली.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन आणि पाहुण्यांचा परिचय डॉ. अनघा नासेरी यांनी करून दिला. मानपत्राचे वाचन डॉ. वृंदा जोगळेकर यांनी केले. सुप्रिया केकतपुरे यांनी गुणवंतांची यादी जाहीर केली आणि आभार प्रदर्शन सचिव अपर्णा कुळकर्णी यांनी केले.

कार्यक्रमाला IMA नागपूर चे अध्यक्ष डॉ. प्रकाश देव, डॉ. श्याम बाभुळकर, डॉ. सुनीता महात्मे, डॉ. नटराजन, श्री. किरण गोखले इ. मान्यवरांची विशेष उपस्थिती होती. दिव्यांग विद्यार्थी, त्यांचे पालक, आशादीप संस्थेचे स्नेही, सदस्य आणि अनेक समाजसेवी संस्थाचे सदस्य उपस्थित होते. चहापानाने कार्यक्रमाची सांगता झाली.

आशादीप

ई-त्रैमासिक ❋ जुलै-डिसेंबर २०२२

संपादकीय

पावसाळ्यात जलधारांनी भूमाता तृप्त होते. बीज अंकुरतात आणि बघता बघता बहारदार रोपटे फळाफुलांनी लगडून जाते. आशादीप संस्थेची वाटचाल अगदी त्याच मार्गाने सुरू आहे ! यंदा १ जुलैला स्व. उषाताई संत यांनी बीजारोपण केलेल्या अपंग, महिला-बालविकास संस्थेच्या विद्यमान अध्यक्ष आणि त्यांची सुकन्या असलेल्या डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांच्या कार्याचा गौरव इंडीयन मेडिकल असोसिएशन नागपूर द्वारे डॉक्टर्स-डे निमित्त करण्यात आला हे सर्वांसाठी आनंद आणि उत्साहवर्धक ठरले.

वर्धापन दिनाचे आयोजन दरवर्षीप्रमाणे जुलै महिन्यात करण्यात आले. प्रमुख अतिथी मा. खासदार सुप्रसिद्ध नेत्रतज्ञ पद्मश्री डॉ विकास महात्मे, यांची उपस्थिती दृष्टीबाधितांसाठी प्रेरक ठरली. यंदाचे स्व. उषा संत पुरस्काराचे मानकरी ठरले. हाताच्या अक्षमतेवर मात करीत आपली आगळी वेगळी ओळख निर्माण केलेले दंत तिरंदाज श्री. अभिषेक ठावरे. कोविडचे निर्बंध शिथिल झाल्यानंतर यावर्षी गुणवंतांच्या चेहऱ्यावरील आनंद अनुभवत पार पडलेला वर्धापनदिन अविस्मरणीय ठरला.

२०२२ मध्ये पाऊस जसा दणक्यात हजेरी लावत होता तसेच आशादीपनेही भरगच्च कार्यक्रमांचे आयोजन दिव्यांगांच्या उत्कर्षासाठी केले.

आरोग्य तपासणी शिबिर, पोषण आहार, विविध शैक्षणिक साधनांचे वाटप, स्वयंसिद्धता कार्यशाळेत सहभाग, देशभक्तीपर गीतगायन, 'तारुण्यात पदार्पण' अशा उपक्रमांचे आयोजन करून दिव्यांगांच्या मनात आत्मविश्वासाची पेरणी केली.

आशादीप पोषण केंद्राने आंतरराष्ट्रीय मिलेट वर्ष जाहीर होताच मिलेट्सचा वापर वाढावा यादृष्टीने विविध कार्यक्रमांचे आयोजन करून आपला खास ठसा उमटवला. तसेच स्तनपान सप्ताहात मातृत्व आणि स्तनपानावर व्याख्यान, पोषण मासात कार्यक्रमांचे आयोजन, बालकदिनी पोषक उत्पादने वितरण, विवीध मान्यवरांच्या आणि अभ्यास गटांच्या आशादीप पोषण केंद्रास भेटी. अनेक प्रदर्शनात संस्थेची पोषक उत्पादने विक्रीस ठेवण्यात आली.

आत्मनिर्भरता या संस्थेच्या उद्दिष्टासाठी मसाजोपचार प्रशिक्षणानंतर सातत्याने शिबिराचे आयोजन करत त्यांना रोजगार संधी उपलब्ध करून देण्यासाठी संस्था प्रयत्नशील आहे.

पोलिओग्रस्त चंदा काळे या पेपर मॅशे बाहुली निर्मातीच्या उद्यमशीलतेला प्रोत्साहित करण्यासाठी बाहुली प्रशिक्षण शिबिर घेण्यात आले.

आशादीपच्या दृष्टीबाधित गायक चमुस उमंग के रंग, लेडीज क्लब, अलोणी परिवार वाघमारे कॅफे अशा अनेक ठिकाणी गायनाची संधी देवून आत्मनिर्भरतेसाठी साह्य केले. जागतीक दिव्यांगदिनानिमीत्त 'दिव्यांगांचे भावविश्व' या सांगीतिक कार्यक्र'ाचे आयोजन ८ दिव्यांग संस्थांनी पुढाकार घेऊन समाज कल्याणच्या सहयोगाने केले हे विशेष.

दिव्यांगस्नेही समाज निर्मितीसाठी 'साथी हाथ बढाना' या नूतन प्रकल्पाचा शुभारंभ तिरपुडे समाजकार्य महाविद्यालयात करण्यात आला. समाज मनाला साद घालत विविध उपक्रमांद्वारे दिव्यांगांच्या विकासासाठीच्या संस्थेच्या प्रयत्नात आपणा सर्वांचे सहकार्य आणि शुभेच्छा पाठबळ आमच्यासोबत आहे या विश्वासाने नवीन उपक्रमांची आखणी करूया.

- सौ. अपर्णा अजय कुळकर्णी

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. जयश्री पंढरपूरकर
डॉ. वृंदा जोगळेकर
श्रीमती विद्या करपटे
डॉ. नूतन देव

अभिनंदन

✻ डॉ. राजेंद्र वाटाणे यांना 'आध्यात्मिक तत्वज्ञान आणि मराठी शाहिरी कविता' या विषयावरील विद्यावाचस्पती (डी.लिट्.) ही सर्वोच्च पदवी महाराष्ट्र राज्याचे कुलपती व राज्यपाल भगतसिंग कोश्यारी यांच्या हस्ते कवि कुलगुरू कालिदास संस्कृत विद्यापीठ रामटेक येथे दीक्षांत समारंभात प्रदान करण्यात आली.

✻ गुवाहाटी येथे पॅरा स्विमिंग स्पर्धेत नागपुरातील दृष्टिबाधित ईश्वरी पांडे आणि गतिमंद श्रेयस बहादुरे यांनी उत्तम यश प्राप्त केले.

✻ जालंधर येथे झालेल्या स्पर्धेत दृष्टिबाधित प्रवीण मिश्रा ने ब्रेल वाचन स्पर्धेत द्वितीय क्रमांक मिळविला.

✻ दृष्टीबाधित श्रीमती सुषमा गुप्ता यांनी ऑन लाईन ब्लाइंड शेफ स्पर्धेत द्वितीय क्रमांक मिळविला.

✻ ब्लाइंड वर्ल्ड कप आंतरराष्ट्रीय T20 क्रिकेट टुर्नामेंट मध्ये १७ डिसेंबर २०२२ रोजी भारताचा बांगलादेशावर दणदणीत विजय. विशेष उल्लेखनीय म्हणजे भारताचा हा तिसरा विजय आहे.

संस्था विशेष

भावविश्व दिव्यांगांचे सांगीतिक चर्चात्मक कार्यक्रमात डॉ. शैलेश पानगांवकर यांचे मार्गदर्शन

- ८ डिसेंबर २०२२

दिव्यांग व्यक्तींच्या विशेष गरजांना अतिशय संवेदनशीलपणे हाताळण्याची गरज असते. त्यासाठी पालकांनी संयम ठेवावा. मुलांना संस्कारित करताना पालकांनी धाक आणि प्रेम याचा योग्य ताळमेळ साधावा असा सल्ला मानसोपचार तज्ज्ञ डॉ. शैलेश पानगांवकर यांनी जागतिक दिव्यांग दिनानिमित्त आयोजित ‘भावविश्व दिव्यांगांचे’ या कार्यक्रमात दिला. शारीरिक व मानसिक दिव्यांगांच्या समस्या, किशोर वयातील पदार्पण, आत्मनिर्भरता, पालक / कुटुंबियांना समुपदेशन अश्या विविध विषयांवर त्यांनी सविस्तर मार्गदर्शन केले.

कार्यक्रमात गुणवंत घटवाई, मंजिरी वैद्य-अय्यर, मुकुल पांडे यांनी चर्चेला अनुसरून वेगवेगळी गीते सादर केली. श्री किशोर गलांडे यांनी कार्यक्रमाचे सूत्र संचालन केले.

समाजकल्याण विभाग, जिल्हा परिषद नागपूरच्या सहकार्याने आशादीप आणि दिव्यांगांसाठी कार्यरत संस्थाच्या सहयोगाने आणि ऋतुराज च्या सौजन्याने सांगीतिक चर्चात्मक कार्यक्रमाची प्रस्तुती डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर सभागृह, दीक्षाभूमी येथे करण्यात आली. कार्यक्रमाचे उद्घाटन माजी महापौर व माजी आमदार महाराष्ट्र राज्य प्रा. अनिल सोले यांच्या हस्ते झाले. अध्यक्षस्थानी डॉ. सिद्धार्थ गायकवाड, प्रादेशिक उपायुक्त, समाज कल्याण विभाग, नागपूर होते तर प्रमुख पाहुणे म्हणून जिल्हा समाज कल्याण अधिकारी, जिल्हा परिषद नागपूर, किशोर भोयर, सीआरसीचे संचालक प्रफुल्ल शिंदे, अभिजीत राऊत यांची विशेष उपस्थिती होती. यावेळी समाज कल्याण विभागातर्फे अभिजीत राऊत, यांचा तर अनिल सोले यांच्या हस्ते डॉ. सिद्धार्थ गायकवाड यांचा त्यांच्या विशेष योगदानासाठी सत्कार करण्यात आला.

सहभागी संस्थांच्या कार्यांची माहिती देणारे लघुपट दाखविण्यात आले. प्रारंभी आशादीपच्या विद्यार्थ्यांनी गीत प्रस्तुत केले.

या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक आशादीप संस्थेच्या प्रतिमा शास्त्री यांनी तर सूत्रसंचालन विकास खळतकर यांनी केले. आभार प्रदर्शन डॉ. राऊत यांनी केले. सक्षम संस्थेतर्फे ३ मुलांना कर्णयंत्र प्रदान करण्यात आली. शेवटी स्वीकारच्या चमूने ‘हम होंगे कामयाब’ हे समूहगीत सादर केले.

जिल्हा समाज कल्याण अधिकारी, जिल्हा परिषद नागपूर, समस्त पदाधिकारी व कार्यकर्ते; सक्षम, स्वीकार, आशादीप, इंद्रधनु, माइंड पार्क फाउंडेशन, निरामय बहुउद्देशीय सेवा संस्था, श्रीकृष्ण निकेतन आणि संज्ञा संवर्धन संस्था यांचे प्रतिनिधी आणि नागरिक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

कार्यक्रम स्थळी सर्व संस्थांचे स्टॉल लावण्यात आले होते. आशादीपच्या स्टॉल वर पेपर मॅशेपासून तयार केलेल्या बाहुल्या विक्रीसाठी उपलब्ध होत्या. तसेच फूट मसाज करण्याची व्यवस्था होती.

संस्था विशेष

पेपर मॅशे बाहुली प्रशिक्षण

१९/९/२०२२ ते २४/१२/२०२२

आशादीप स्नेहीमंडळ सदस्य व बाहुली कलाकार दिव्यांग (पोलिओग्रस्त) चंदा काळे हिच्या कलेला प्रोत्साहन देण्यासाठी या प्रशिक्षणाचे आयोजन करण्यात आले होते. यात १२ प्रशिक्षणार्थी महिला सहभागी झाल्या. कागदाचा लगदा तयार करण्यापासून सजावटीपर्यंत प्रत्येक स्टेप्स समजाऊन विवीध प्रकारच्या बाहुल्या करण्याचे सविस्तर प्रशिक्षण दिले. प्रत्येकी ३ अशा ३६ डिझाईन्सच्या पेपर मॅशेच्या सुंदर बाहुल्या तयार झाल्या. समन्वयक म्हणून इंदिरा देशमुख आणि गीता तारे यांचे उत्तम सहकार्य लाभले.

‘आशादीप’ अपंग, महिला -बाल विकास संस्थेची आमसभा

८ ऑक्टोबर २०२२

‘आशादीप’ अपंग, महिला -बाल विकास संस्थेची आमसभा श्री. एल. बी. पाटील यांच्या अध्यक्षतेखाली संपन्न झाली.

उपस्थितांचे शब्दसुमनांनी स्वागत डॉ. अनघा नासेरी यांनी केले. दीप प्रज्वलनानंतर २०२१-२०२२ या वर्षात दिवंगत झालेल्या आशादीप परिवारातील तसेच राष्ट्रीय नेत्यांना श्रद्धांजली अर्पण करण्यात आली.

सचिव अपर्णा कुळकर्णी यांनी सादर केलेले मागील आमसभेचे इतिवृत्त आणि एप्रिल २०२१ ते मार्च २०२२ या वर्षाचा अहवाल, तसेच कोषाध्यक्ष डॉ. नूतन देव यांनी सादर केलेला सन २०२१-२०२२ चा ताळेबंद आणि सन २०२२-२०२३ च्या अंदाजपत्रकास मंजुरी देण्यात आली.

सदस्यांकडून मांडण्यात आलेल्या सूचनांवर सकारात्मक चर्चा करून पुढील योजनांसाठी महत्त्वपूर्ण निर्णय घेतले गेले

संस्थेच्या अध्यक्षा डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी संस्थेच्या पुढील वर्षातील योजनांबद्दल माहिती दिली आणि आमसभेचे अध्यक्ष श्री. लालासाहेब पाटील यांनी संस्थेस पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा दिल्या.

संस्था विशेष

प्रदर्शनात सहभाग

संस्थेच्या पोषक उत्पादनांची माहिती समाजापर्यंत पोचाविण्यासाठी विविध संस्थांतर्फे आयोजित प्रदर्शनात संस्थेचा सहभाग होता.

२४/७/२०२२- सखी मंडळ - तात्या टोपे सभागृह

३०/९/२०२२ ते २/१०/२०२२ : 'उद्योजिका' विदर्भ इंडस्ट्रीज असोसिएशन, महिला शाखा - कुसमताई वानखेडे हॉल

१४/१०/२०२२ ते १६/१०/२०२२ : इंडियन मेडिकल असोसिएशन तर्फे NIMACON संमेलन.

- डॉ. रानी बंग, डॉ. प्रकाश देव व मान्यवरांची स्टॉलला भेट.

१८/१०/२०२२ - पदव्युत्तर होम सायन्स विभाग - रा.तू.म. नागपूर विद्यापीठ परिसर चिटणवीस ट्रस्ट - NGO connect अंतर्गत सामाजिक संस्थांसाठी व्यासपीठ

२३/१२/२०२२- ग्रामायण -'मिलेट्स आणि पोषण' विषयावर जन जागृती - रामनगर मैदान

संस्था विशेष

नागपूर लेडीज सर्कल द्वारे डॉक्टर्स डे निमित्त डॉ. नूतन देव यांचा सत्कार

१ जुलै २०२२

नागपूर लेडीज सर्कल द्वारे डॉक्टर्स डे निमित्त डॉ.नूतन देव, डॉ. रोहिणी पाटील, डॉ. वैशाली यांचा सत्कार गार्डिनर स्कुल सिव्हील लाईन्स येथे करण्यात आला. शाळेतील मुलांना आरोग्य व स्वच्छता याविषयीं मार्गदर्शन करून लेडीज सर्कल द्वारे प्रायोजित युनिफॉर्म डॉक्टरांच्या हस्ते वितरित करण्यात आले.

IMA, नागपूर शाखेतर्फे डॉक्टर्स डे निमित्त डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांचा सत्कार

१ जुलै २०२२

डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांचा पोषण आहार व दिव्यांग क्षेत्रातील सामाजिक कार्यासाठी त्यांचा शाल, श्रीफळ सन्मानचिन्ह देऊन विशेष सत्कार करण्यात आला.

याप्रसंगी IMA अध्यक्ष डॉ. प्रकाश देव, सर्व पदाधिकारी, प्रमुख अतिथी श्री अमित कुमार पोलीस कमिशनर उपस्थित होते.

डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी पुरस्काराला उत्तर देतांना संस्थेची माहिती देत दिव्यांगांप्रती सहसंवेदना जागृतीचे आवाहन केले.

सदिच्छा भेट

डॉ. श्याम बाभुळकर (न्युरो सर्जन) यांची सदिच्छा भेट आणि देणगी

१५ जुलै २०२२

डॉ. श्याम बाभुळकर (न्युरो सर्जन) यांनी संस्थेला सदिच्छा भेट दिली आणि संस्थेच्या कार्याची माहिती दिली. रोटरी क्लब ऑफ नागपूर (मेट्रो) च्या मीटिंग मध्ये डॉ. नूतन देव आणि डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी रोटरी सदस्यांना संस्थेचा परिचय देऊन उपक्रमांची माहिती दिली. डॉ. बाभुळकर यांनी रू. २५,१००/- देणगी दिली आणि आगामी वर्षात आशादीप च्या सहकार्याने काही प्रकल्प हाती घेण्याचे आश्वासन दिले.

आत्म दीपो भव !
आशादीप

आशादीप
ई-त्रैमासिक * जुलै-डिसेंबर २०२२

सदिच्छा भेट

DMI (Diploma in Agriculture Marketing) च्या प्रशिक्षणार्थींची आशादीप पोषण केंद्रास भेट

१६ नोव्हेंबर २०२२

DMI (Diploma in Agriculture Marketing) च्या ६३ व्या बॅचच्या १५ प्रशिक्षणार्थींची आशादीप पोषण केंद्रास भेट.

डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी उपस्थितांना संस्थेचे कार्याची समग्र माहिती दिली. पोषण मूल्य वाढविण्यासाठी विविध धान्यांचे योग्य मिश्रण करून उत्पादने कशी तयार करता येतील याबद्दल मार्गदर्शन केले तसेच सोयाबीन आणि नाचणी वरील प्रक्रिया (processing) विषयी प्रशिक्षार्थिंना माहिती देण्यात आली. पोषण केंद्रातील उपकरणांची त्यांनी पाहणी केली.

विशेष उल्लेखनीय म्हणजे एका स्पर्धेसाठी समूहगीताचा सराव करण्यासाठी जमलेल्या संस्थेतील दिव्यांग स्नेहीमंडळ सदस्याचे गाणे ऐकून त्यांच्याशी संवाद साधला. त्यांच्या कलागुणानी भारावून आणि जगण्याच्या आशावादाने प्रेरित होऊन त्यांना स्नेहभेट देण्यासाठी संस्थेच्या माध्यमातून दिलेली रक्कम DMR चे संचालक श्री मुकेश गौर यांच्या हस्ते विद्यार्थ्यांना देण्यात आली.

याप्रसंगी डॉ. प्रतिमा शास्त्री, अपर्णा कुळकर्णी, सुप्रिया केकतपुरे, रेखा पारखी, डॉ. अनघा नासेरी, इंदिरा देशमुख, गंधाली उपस्थित होत्या.

इंदिरा गांधी मुक्त विद्यापीठाच्या विद्यार्थ्यांची आशादीप आरोग्य पोषण केंद्राला भेट

२५ नोव्हेंबर २०२२

इंदिरा गांधी मुक्त विद्यापीठाच्या ४० विद्यार्थ्यांनी शैक्षणीक कार्यक्रमाअंतर्गत आशा दीप संस्थेला भेट दिली. संस्थेच्या उपक्रमाची व्हिडिओ द्वारे माहिती दिल्यानंतर डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी Processing and value addition to millets या विषयावर मार्गदर्शन केले. पारंपरिक शेती मध्ये विविध प्रकारच्या मिलेट्सची लागवड केली जात असे, परंतु आधुनिक शेती मध्ये तांदूळ गहू व मक्याची वापर वाढला असून मिलेट्स चे उत्पादन आणि वापर कमी झाला आहे. त्यामधील पोषक घटकांचे प्रमाण लक्षात घेता २०२३ हे आंतरराष्ट्रीय मिलेट वर्ष जाहीर करण्यात आले आहे. या पार्श्वभूमीवर त्यावर योग्य प्रक्रिया करून त्यांचा दैनंदिन आहारात समावेश करण्यासाठी सर्वांनीच प्रयत्न केले पाहिजे, असे डॉ शास्त्री यांनी सांगितले.

डॉ. शिल्पाली भालेराव यांची संस्थेला सदिच्छा भेट

१९ डिसेंबर २०२२

अमेरिका येथील 'नेकी', संस्थेच्या भारतातील प्रतिनिधी डॉ. शिल्पाली भालेराव यांनी संस्थेला भेट देऊन सर्व उपक्रमांची माहिती घेतली. 'नेकी' हा अमेरिकेतील भारतीयांचा उपक्रम असून भारतातील स्वयंसेवी संस्थांच्या कार्यासाठी देणगीदार, तसेच कॉर्पोरेट सेक्टर बरोबर समन्वय साधून त्या संस्थांना सहकार्य मिळवून देते. यासाठी संस्थेचे कार्यकारी मंडळ आणि नेकी च्या प्रतिनिधी बरोबर चर्चा करून पुढील योजना ठरविण्यात येईल.

जरी शरीर विकल
जागे आहे आत्मभान
स्वीकारुनी वास्तवाला
चढू यशाची कमान १

असू जरी दृष्टिहीन
जाणू श्रवण स्पर्शाने
वाट काटेरी बिकट
पार करू संयमाने २

वास्तवाशी केली मैत्री
नाही रडणे कुढणे
स्वाभिमान, सन्मानाने
आता शिकलो लढणे ३

निर्धाराने घेऊ वेध
स्वावलंबी भविष्याचा
तंत्रज्ञान शिक्षणाने
मार्ग सोपा जीवनाचा ४

संघर्षाच्या वाटेवर
ठेवू धैर्य अबाधित
अंतर्मनी तेजाळतो
आशादीप सदोदीत ५

- सौ. अपर्णा अजय कुळकर्णी
नागपूर

या अष्टाक्षरी कवितेत प्रत्येक ओळीत आठ अक्षरे आहेत.

आशादीप - अपंग, महिला बालविकास संस्थेच्या संकल्पनेतून १४ एप्रिल २०२२ रोजी समाजभान वृद्धिंगत करण्यासाठी घेतलेल्या आगळ्यावेगळ्या बुध्दीबळ स्पर्धेच्या आयोजनात रोटरी क्लब ऑफ नागपूर डाऊन टाऊन यांचा विशेष सहभाग होता. या वैशिष्ट्यपूर्ण उपक्रमाची राष्ट्रीय स्तरावर विशेष दखल घेऊन रोटरी क्लब ऑफ नागपूर डाऊन टाऊनला **National Award for Best Unusual Activity of the Year 2022** देऊन सन्मानित करण्यात आले.

या स्पर्धेत १०- ७० वर्षे वयाचे एकूण ५५-६० दृष्टीबाधित दिव्यांग आणि डोळस बुद्धिबळ खेळाडू उपस्थित होते. विशेष प्रकारच्या चेस बोर्डवर एकमेकांबरोबर जिंकण्याच्या जिद्दीने खेळत होते. अशा प्रकारच्या स्पर्धेचे आयोजन प्रथमच करण्यात आले असल्याने सर्वांमध्ये उत्साह होता. स्पर्धेचे योग्य नियोजन व संचालन करण्यासाठी चेस असोसिएशन नागपूरचे अध्यक्ष श्री. सच्चीदानंद सोमण, सचिव श्री. भूषण श्रीवास आणि चमूचे मार्गदर्शन व सहकार्य लाभले. IPDG रोटरेरियन शब्बीर शकिर यांच्या हस्ते स्पर्धेचे उद्घाटन झाले. दृष्टीबाधित आणि डोळस गटांमधील उत्कृष्ट खेळाडू, वयाने सर्वात लहान आणि ज्येष्ठ खेळाडू आणि सर्वोत्कृष्ट दृष्टीबाधित महिला खेळाडू, ही पारितोषिके द्रोणाचार्य पुरस्कार सन्मानित श्री विजय मुनीश्वर यांच्या हस्ते देण्यात आली. या स्पर्धेचे आणखी एक विशेष म्हणजे सर्वच खेळाडूंना एक अविस्मरणीय आठवण म्हणुन ब्रेल प्रमाणपत्रही देण्यात आले.

या स्पर्धेत आतंरराष्ट्रीय स्पर्धेत भाग घेतलेल्या दृष्टीबाधित खेळाडू मृणाली पांडे आणि तिजन गावर यांचाही सहभाग होता. या विशेष उपक्रमास विवीध दिव्यांग संस्थांनी भेट देऊन प्रोत्साहित केले. आशादीप संस्थेचे पदाधिकारी, सदस्य, रोटरी क्लबचे नागपूर डाऊन टाऊन चे अध्यक्ष डॉ. ऋषिकेश मायी, डॉ. प्रतीक्षा मायी, तसेच रोटरॅक्ट क्लबच्या तरुण वर्ग यांचे संपूर्ण कार्यक्रमात उत्स्फूर्त सहकार्य होते.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

दृष्टीबाधित लाभार्थीसाठी डॉ. रवी खनगई तर्फे लॅपटॉप वितरण

२२ जुलै २०२२

डॉ. रवी खनगई (असोसिएट प्रोफेसर पदव्युत्तर इतिहास विभाग, नागपूर विद्यापीठ) यांच्या सहयोगाने दृष्टीबाधित लाभार्थी साठी २ लॅपटॉप रवी ताडाम व करिश्मा शेबे हिला देण्यात आला.

करिश्मा पॉलिटिकल सायन्स मध्ये M.A. करत असून 4 PAY Foundation च्या माध्यमातून फूटपाथ स्कूलमधील मुलांना शिकविण्याचे काम करते. रवी व सौ. संगीता ताडाम दोंघेही MSCIT उत्तीर्ण असून त्यांनी आपण लॅपटॉप कसा हाताळतो हे सर्वांना आत्मविश्वासाने सांगितले. याप्रसंगी संस्थेच्या सदस्यांची उपस्थिती होती.

राष्ट्र सेविका समिती तर्फे आयोजित राष्ट्रभक्तीपर गीत सादरीकरणाच्या उपक्रमात दृष्टिबाधित मुलींच्या चमूचा सहभाग

२० ऑगस्ट २०२२

आशादीप दिव्यांग केंद्राच्या प्रेरणा केंद्रातर्फे दृष्टिबाधित मुलींच्या चमूने २० ऑगस्ट २०२२ रोजी राष्ट्र सेविका समिती तर्फे आयोजित स्वातंत्र्याच्या अमृत महोत्सवानिमित्त राष्ट्रभक्तीपर गीत सादरीकरणाच्या उपक्रमात भाग घेऊन उत्कृष्ट गीत सादर केले. सहभाग ईश्वरी पांडे, कौशिकी वैद्य, वेदिका गेडाम, सलोनी कापगते, मनीषा झोरे, सुरेखा बाविस्कर व शिक्षिका अवंती देशपांडे.

कल्याण मूक बधिर शाळा रेशिमबाग येथे शैक्षणिक साहित्याचे वाटप - २४ ऑगस्ट २०२२

आशादीप- अपंग महिला बाल विकास संस्थेद्वारे कल्याण मूक बधिर शाळा रेशिमबाग येथे शैक्षणिक साहित्याचे वाटप करण्यात आले. याचे प्रायोजकत्व स्वतः शिक्षिका असलेल्या हेमाली देशपांडेंनी स्वीकारले. संस्थेच्या वतीने संस्थेच्या सचिव अपर्णा कुळकर्णी, संस्थेचे सल्लागार सदस्य डॉ. अजय कुळकर्णी, सदस्य अनुपमा गुरू यांच्या हस्ते रजिस्टर, पेन, ड्रॉईंग वह्या, पेन्सिल, खोड रबर इत्यादी साहित्याचे वाटप करून विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन व शुभेच्छा दिल्या. याप्रसंगी मुख्याध्यापिका सौ. मालू क्षीरसागर यांनी शाळेची व त्यांच्या संस्थेची माहिती दिली. सी. पी. अँड बेरार महाविद्यालयाच्या स्पर्धा परीक्षा केंद्राचे समन्वयक गोपाल कुकडे व लोकेश तसेच शाळेतील शिक्षकवृंद उपस्थीत होता.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

सुभाष नगर गणेश मंदिर येथे मसाजोपचार शिबिराचे आयोजन

२८ ऑगस्ट २०२२

नेत्रदान पंधरवड्याचे औचित्य साधून 'आशादीप' अपंग महिला बाल विकास संस्थे तर्फे नेल्को सोसायटी, सुभाषनगर येथील गणेश मंदिर सभागृह येथे रविवार, दि २८ ऑगस्ट रोजी दुपारी ५:०० ते ८:०० या वेळात नि:शुल्क मसाज शिबिराचे आयोजन करण्यात आले. या शिबिरात आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्रातर्फे प्रशिक्षित दृष्टिबाधीत दिव्यांगांनी सर्व उपस्थितांना फूट मसाज, हॅण्ड मसाज आणि हेड नेक अँड शोल्डर मसाजची सेवा नि:शुल्क दिली. विशेष म्हणजे महिलांसाठी मसाज करणाऱ्या महिला थेरपिस्ट होत्या.

'सक्षम' चे प्रकल्प प्रमुख श्री शिरीषजी दारव्हेकर यांनी उद्‌घाटन केले. प्रशिक्षक श्री अजय कलसे यांनी नियमित मसाजचे फायदे सांगितले. श्री विजय नाईक यांनी प्रास्ताविक केले आणि आभार प्रदर्शन सुप्रिया केकतपुरे यांनी केले.

शिबीरात ७०-७५ व्यक्तिंनी मसाजोपचाराचा अनुभव घेतला आणि थेरपिस्टच्या कौशल्याची प्रशंसा केली.

रवींद्रनगर महिला मंडळातर्फे मसाजोपाचार शिबिराचे आयोजन

१३ ऑक्टोबर २०२२

रवींद्रनगर महिला मंडळ आणि 'आशादीप' अपंग महिला बाल विकास संस्थेतर्फे शारदोत्सवात रवींद्र नगर हनुमान मंदिर सभागृह येथे ५:०० ते ७.०० या वेळात नि:शुल्क मसाज शिबिराचे आयोजन करण्यात आले. या शिबिरात आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्रातर्फे प्रशिक्षित दृष्टिबाधीत महिला आणि प्रशिक्षक अजय कलसे यांनी उपस्थितांना फूट मसाज, हॅण्ड मसाज आणि हेड नेक अँड शोल्डर मसाजची सेवा नि:शुल्क दिली. विविध वयोगटातील अंदाजे ५० महिलांनी विविध प्रकारच्या मसाजचा अनुभव घेतला आणि पुढे होम सर्व्हिससाठी पण विचारणा केली.

महिला मंडळातर्फे सर्व थेरपिस्टचा परिचय व सत्कार करण्यात आला. मंडळाच्या अध्यक्ष, प्रायोजक रसिका कोठारी आणि सर्व सदस्यांच्या सहकार्याने कार्यक्रम यशस्वी झाला.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

आशादीप दिव्यांग प्रेरणा केंद्रातर्फे तिरपुडे समाजकार्य महाविद्यालयात 'साथी हाथ बढाना' कार्यक्रम

१६ डिसेंबर २०२२

दिव्यांगस्नेही समाज निर्मितीसाठी आयोजित 'साथी हाथ बढाना' या कार्यक्रमात दिव्यांगाना मदत नव्हे तर सहकार्य आणि सहानुभूती नव्हे तर मैत्री हवी, असे अपंग महिला बाल विकास संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. प्रतीमा शास्त्री यांनी प्रतिपादन केले. सचिव अपर्णा कुलकर्णी यांनी दृष्टिबाधित विद्यार्थ्यांना येणाऱ्या दैनंदिन व्यवहारातील अडचणी, अभ्यासाची आणि मनोरंजनाची साधने, तंत्रज्ञान, संगणक, सुगम्यता, सुसंवाद, साहित्य ई. बद्दल त्यांना बोलते केले. त्यांचे कौशल्य आणि आत्मविश्वासाचा अनुभव उपस्थितांनी घेतला आणि त्यांच्याशी संवाद साधला.

प्राचार्य डॉ. स्वाती धर्माधिकारी यांनी समाजकार्यात संवेदनशीलता आवश्यक आहे, असे सांगून यापुढे आशादीप बरोबर संयुक्त प्रकल्प हाती घेण्याचे आश्वासन दिले.

समन्वयक प्राध्यापक डॉ. धूर्वे आणि डॉ. संध्या फटिंग यांनी नव्या वर्षात एक दिव्यांगाशी मैत्री करण्याचा संकल्प करावा असे सुचविले.

सक्षम दिल्ली तर्फे सवलतीच्या योजनेत मिळालेल्या लॅपटॉपचे वितरण

१९ डिसेंबर २०२२

सक्षम दिल्ली, HCL computer आणि आशादीप तर्फे ६ स्नेहीमंडळ सदस्यांना सवलतीच्या योजनेत मिळालेल्या लॅपटॉपचे वितरण करण्यात आले. या लॅपटॉपमध्ये दृष्टीबाधितांसाठी आवश्यक सॉफ्टवेअर लोड केलेले असून त्यासाठी आवश्यक ऑनलाईन प्रशिक्षणसुद्धा देण्यात येणार आहे.

याप्रसंगी अमेरिकेतील नेकी फाउंडेशनच्या भारतातील प्रतिनिधी डॉ. शिल्पाली भालेराव उपस्थित होत्या.

दिव्यांग प्रेरणा केंद्र

आशादीप स्नेहीमंडळ सदस्यांसाठी काव्य संगीत अभिव्यक्ती

आशादीप स्नेहीमंडळ सदस्यांच्या कलागुणांना प्रोत्साहित करणे व व्यासपीठ मिळवून देणे यासाठी संस्था प्रयत्नशील असते. त्यातूनच या मुलांना संधीचे दालन उघडले जाते.

१. **लेडीज क्लबच्या दिवाळी मिलन कार्यक्रम** - २० ऑक्टोबर २०२२
- दृष्टीबाधित गायक चमू तर्फे सुगम संगीत प्रस्तुती

२. आश्रिता महिला मंडळ तर्फे दिव्यांगांसाठी कार्यक्रम **'उमंग के रंग'** - २६ नोव्हेंबर २०२२
- कार्यक्रमात समूह गीत आणि कविता प्रस्तुती

३. **अभिव्यक्ती संस्थेचे साहित्य संमेलन** - २७ नोव्हेंबर २०२२
- भारती यादव ची कविता प्रस्तुती

४. **दिव्यांगांचे भावविश्व** - ८ डिसेंबर २०२२
- या जागतिक अपंग दिनानिमित्त आयोजित भव्य कार्यक्रमात एक गीत व कविता सादरीकरण

५. **मौज कॅफे (वाघमारे)** - २३ डिसेंबर २०२२ -सुगम संगीत

६. **ग्रामायण प्रदर्शन** - २४ डिसेंबर २०२२ - सुगम संगीत

७. **अलोणी परिवार** - ३१ डिसेंबर २०२२
- नव वर्षानिमित्त संगीत मैफिल

'सुरोंकी महफिल मनीषा' या संगीत ग्रुप तर्फे सौरभ बोरेकर, पलाश हेडाऊ, अभिषेक शुक्ला, सुरेखा बाविस्कर, कुणाल दुरुगवार, ईश्वरी पांडे, आचल राठोड, झियाउद्दिन इर्शाद आणि काव्य वाचनात भारती यादव यांचा सहभाग होता.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

कुर्वेज न्यू मॉडेल हायस्कूल येथे आशादीप सदस्यांतर्फे स्वेटर वितरण

१ ऑगस्ट २०२२

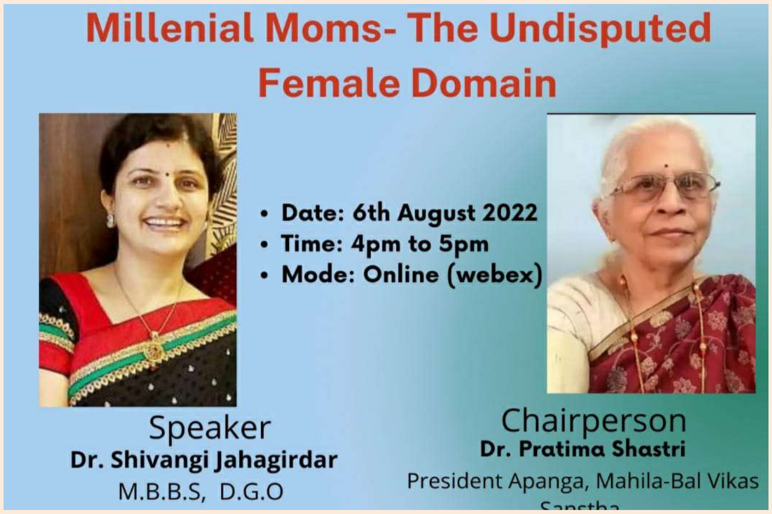
कुर्वेज न्यू मॉडेल हायस्कूल येथे संस्थेच्या सदस्य श्रीमती नीता गोहोकार, कविता हजारे, वीणा पुराणिक यांच्या तर्फे गरजू विद्यार्थ्यांना स्वेटर वितरण करण्यात आले.

श्रीमती नीता गोहोकार यांचा पुत्र रोहित गोहोकार याचे २००४ मध्ये ल्युकेमिया आजाराने निधन झाले. त्यावेळी तो बारावीत उत्तम गुण प्राप्त करून उत्तीर्ण झाला होता. तसेच सायन्स मॉडेल मध्येही त्याने पारितोषिके मिळवली होती. या कार्यक्रमाला डॉ. प्रतिमा शास्त्री, डॉ नूतन देव, सुप्रिया केकतपूरे, श्री. संजीव केकतपूरे, शाळेच्या मुख्याध्यापिका श्रीमती उगे आणि सर्व शिक्षकवृंद उपस्थीत होता. डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन केले आणि समाजासाठी संवेदनशील असावे असे आवाहन केले.

जागतिक स्तनपान दिन

"मातृत्व आणि स्तनपान हे स्त्रियांना निसर्गाने दिलेली विशेष जबाबदारी आहे" - डॉ. शिवांगी जहागीरदार

६ ऑगस्ट २०२२



मातृत्व आणि स्तनपान ही स्त्रियांना निसर्गाने दिलेली विशेष महत्त्वाची जबाबदारी आहे. असे डॉ. शिवांगी जहागीरदार यांनी प्रतिपादन केले. आशादीप आरोग्य पोषण केंद्र, न्युट्रिशन सोसायटी ऑफ इंडिया (नागपूर), आणि इंडियन मेडिकल असोसिएशन नागपूर यांच्या सहयोगाने आयोजित जागतिक स्तनपान संवर्धन सप्ताह या आभासी माध्यमातील कार्यक्रमात "Millenial Mom : The Undisputed Female Domain" या विषयावर मार्गदर्शन करताना त्यांनी काळाबरोबर बदलत असलेल्या स्त्री प्रतिमेचा आढावा घेतला.

आधुनिक काळात कायद्याने स्त्री पुरुषांना समान हक्क आणि संधी आहेत तरी मातृत्वाची संधी निसर्गाने फक्त स्त्रीलाच दिली आहे. सर्व क्षेत्रात स्त्रिया पुरुषांच्या बरोबरीने कार्यरत आहेत. त्यामुळे मातृत्व आणि स्तनपान बद्दल त्यांच्या मनात औदासिन्य दिसून येते. परंतु सकारात्मकतेने योग्य प्लॅनिंग केल्यास दोन्ही आघाड्या / जबाबदाऱ्या यशस्वी पणे सांभाळून मातृत्वाचा आनंद अनुभवता येतो. त्यासाठी स्वतःची शारीरिक आणि मानसिक तयारी आणि कुटुंबातील इतर सदस्यांचे सहकार्य मोलाचे असते असे त्यांनी सांगितले.

समारोप करताना डॉ. प्रतिमा शास्त्री यांनी मातृत्वाच्या जबाबदारी बरोबरच काही बंधने देखील येतात. हे आव्हान पेलण्यासाठी २१व्या शतकातील स्त्रीने सक्षम झाले पाहिजे असा संदेश दिला. वक्त्यांचा परिचय डॉ. निवेदिता कुलकर्णी यांनी करून दिला. प्रास्ताविक डॉ. शक्ती शर्मा आणि आभार प्रदर्शन डॉ. श्रीलक्ष्मी यांनी केले.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

मातृसेवा संघ सिताबर्डी येथील दिव्यांगांच्या 'स्नेहांगण' शाळेत आरोग्य तपासणी शिबीर

१७ ऑगस्ट २०२२

संस्थेच्या आरोग्य पोषण केंद्रातर्फे मातृसेवा संघ सिताबर्डी संचालित अपंगांची 'स्नेहांगण' शाळा येथे आरोग्य शिबीर घेण्यात आले. शिबिरात वय वर्षे ६-१८ पर्यंतची आणि वर्ग १- १० मधील शारीरिक व्यंग, तसेच Cerebral Palsy समस्याग्रस्त ३२ मुले मुली होती.

डॉ. नूतन देव, डॉ. निवेदिता कुलकर्णी आणि डॉ. अनुराधा गवारले यांनी आरोग्य तपासणी करून आवश्यक त्या मुलांना पुढील उपचार करण्यासाठी सल्ला दिला. शिबिराला श्री पाटील, सौ वनिता पाटील, अंजली जोशी, डॉ. प्रतीमा शास्त्री उपस्थित होते. तसेच शाळेच्या मुख्याध्यपिका श्रीमती मृणाली देशमुख, दिव्यांग शिक्षिका कल्पना नागदवणे आणि त्यांचे सहकारी यांचे उत्तम सहकार्य होते. शाळेच्या संस्थापिका स्व. उषाताई संत यांच्या स्मृती-प्रित्यर्थ डॉ प्रतिमा शास्त्री यांनी शाळेला रू. १,००,०००/- देणगी दिलीं.

आशादीप तर्फे 'तारुण्यात पदार्पण' करणाऱ्या किशोरवयीन विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन

२० सप्टेंबर २०२२

आशादीप आरोग्य पोषण केंद्र आणि इंडियन मेडिकल असोसिएशन यांच्या संयुक्त विद्यमाने कुर्वेज न्यू मॉडेल हाईस्कूल येथे किशोर वयीन मुला-मुलींसाठी 'तारुण्यात पदार्पण' या मार्गदर्शन कार्यक्रमात १२-१५ वर्ष वयोगटातील ४० मुली आणि मुलांचा सहभाग होता. त्यामध्ये १३ दिव्यांग विद्यार्थी होते. मुख्याध्यापिका श्रीमती उगे यांनी मान्यवरांचे स्वागत केले. मार्गदर्शक डॉ. संजय देशपांडे यांनी मुलांच्या गटाशी संवाद साधून शारीरिक आणि मानसिक बदल, तारुण्यातील धोके, इ. बद्दल माहिती दिली आणि डॉ. अनुराधा रिधोरकर यांनी दृक श्राव्य माध्यमाच्या मदतीने सोप्या पद्धतीने मुलींशी या विषयावर मनमोकळा संवाद साधला. दृष्टीबाधीत मुलींना डॉ. नूतन देव, डॉ. निवेदिता कुलकर्णी आणि श्रीमती गीता तारे यांनी ब्रेल माध्यमातील स्पर्श पुस्तिका आणि विशेष एप्रनच्या माध्यमातून माहिती दिली. विद्यार्थ्यांनीही मोकळेपणाने त्यांच्या शंका मांडून तज्ञांबरोबर चर्चा केली. मुले आणि मुलींसाठी शाळेत एक प्रश्न पेटी ठेवावी असे सुचविण्यात आले.

कार्यक्रमाला विद्यार्थ्यांचा उत्साही प्रतिसाद होता आणि शाळेच्या सर्व शिक्षकांचे उत्तम सहकार्य होते.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

धरमपेठ शिक्षण संस्थेच्या शाळांमध्ये विद्यार्थिनीची आरोग्य तपासणी

२२-२३ सप्टेंबर २०२२

आशादीप आरोग्य पोषण केंद्रातर्फे धरमपेठ शिक्षण संस्थेच्या धरमपेठ कन्या शाळा आणि तारकुंडे धरमपेठ शाळांमधील विद्यार्थिनीसाठी आयोजित आरोग्य तपासणी शिबिरात वर्ग ६ ते १० मधील कन्या शाळेतील ३४ आणि तारकुंडे शाळेतील ६० विद्यार्थिनी उपस्थित होत्या.

डॉ. नूतन देव, डॉ. निवेदिता कुलकर्णी आणि डॉ. मोहिनी गजेंद्रगडकर यांनी तपासणी करून आवश्यक त्या चाचण्या करण्यासाठी निर्देश दिले. शाळेतील सर्व शिक्षिका आणि मुख्याध्यापिका श्रीमती कल्पना देशपांडे यांचे उत्तम सहकार्य होते.

आंतरराष्ट्रीय मिलेट वर्षात श्री धान्यांचा दैनंदिन आहारात वापर वाढवण्यासाठी संयुक्त प्रयत्न

२३ सप्टेंबर २०२२

महिला कला निकेतन, आशादीप आरोग्य पोषण केंद्र आणि न्यूट्रिशन सोसायटी ऑफ इंडिया च्या संयुक्त विद्यमाने आयोजित कार्यक्रमात राष्ट्रसेविका समितीच्या विविध केंद्रांतर्फे प्रकाशित झालेल्या श्रीधान्याची माहिती देणाऱ्या हस्तलिखित अंकांबरोबरच मिलेट्स पासून बनविलेले चविष्ट आणि आरोग्यदायी पदार्थांची माहिती देण्यात आली आणि काही पाककृती सादर करण्यात आल्या. वर्ष २०२३ या आंतरराष्ट्रिय मिलेट वर्षात मिलेटसबद्दल जनजागृती करण्यासाठी तिन्ही संस्था मिळून उपक्रम राबवण्याच्या दृष्टीने सकारात्मक चर्चा झाली. आशादीप आरोग्य पोषण केंद्राची मिलेटस्‌युक्त पिठे व बिस्किटाच्या विक्रीला चांगला प्रतिसाद होता. श्रीधान्याचा प्रसार करण्यासाठी पाककला स्पर्धा, वर्तमान पत्रातून लिखाण आणि प्रत्यक्ष चर्चा, ई. माध्यमांचा आधार घ्यावा, असे सुचविण्यात आले. आशादीप तर्फे संस्थेच्या वैद्यकीय चमूचे सहकार्य देण्याचे डॉ. नूतन देव यांनी आश्वासन दिले.

डॉ. स्मिता पत्तरकिने यांनी उपस्थितांचे स्वागत आणि परिचय करून न्यूट्रिशन सोसायटी ऑफ इंडियाच्या सचिव डॉ. श्रीलक्ष्मी यांनी पोषणाचे आणि मिलेटस्‌चे महत्व विषद केले आणि मेधा नांदेडकर यांनी आभार प्रदर्शन केले.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

'भरड धान्य (मिलेट) वरील प्रक्रिया आणि मूल्यवर्धन' महिला शेतकरी गटांना मार्गदर्शन

२५ ऑक्टोबर २०२२

महिला किसान दिवस आणि जागतिक आहारदिनाचे औचित्य साधून वनामती द्वारा आयोजित कार्यक्रमात डॉ प्रतिमा शास्त्री यांनी 'भरड धान्य (मिलेट) वरिल प्रक्रिया आणि मूल्य वर्धन' याबद्दल महिला शेतकरी गटांना मार्गदर्शन केले. महिलांचा शेती, आणि अन्न व्यवस्थापनात महत्त्वपूर्ण सहभाग असतो. आता जागतिक स्तरावर भरड धान्याबद्दल जागरूकता लक्षात घेता मिश्र धान्यांचा वापर वाढविण्यासाठी शेतकरी, शासन आणि समाज सर्वांनी एकजुटीने प्रयत्न करणे आवश्यक आहे असे त्यानीं सांगितले. आशादीप संस्थेच्या उत्पादनांची माहिती देऊन महिला गटांना प्रशिक्षण देण्याचे आश्वासन दिले. या प्रसंगी वेगळे कार्य करणाऱ्या विशेष पुरस्कार प्राप्त शेतकरी महिलांबरोबर चर्चा झाली.

राष्ट्रीय आयुर्विज्ञान संस्थेत बालरुग्ण विभागात बालक दिनानिमित्त आशादीप आरोग्य पोषण केंद्रातील पोषक खाऊ चे वितरण

१४ नोव्हेंबर २०२२

बालक दिनानिमित्त राष्ट्रीय आयुर्विज्ञान संस्थेत बालरुग्ण विभागात ५० रुग्णांना आशादीप आरोग्य पोषण केंद्रातील पोषक खाऊचे वितरण करण्यात आले . या पॅकेटमध्ये सोया बिस्कीट, शक्तीदा पंच धान्य सत्तू आणि शेंगदाणा चिक्कीचा समावेश होता.

संस्थेच्या संचालिका डॉ. विभा दत्ता, अधीक्षक डॉ. श्रीगिरीवार, विभाग प्रमुख डॉ. मीनाक्षी गिरीश, डॉ. चौधरी, आशादीप तर्फे डॉ. प्रतिमा शास्त्री आणि डॉ. नूतन देव उपस्थित होत्या.

यावेळी संस्थेच्या इतर पोषक उत्पादनांची माहिती स्टाफला देण्यात आली. ही उत्पादने संस्थेत उपलब्ध करण्यासाठी अधीक्षकांबरोबर सकारात्मक चर्चा झाली.

आरोग्य आणि पोषण केंद्र

स्नेहांगण शाळा, मातृसेवा संघ येथे दिव्यांग विद्यार्थ्यांसाठी पोषक आहार मार्गदर्शन

१३ डिसेंबर २०२२

आशादीप आरोग्य पोषण केंद्र आणि एल. ए. डी. महाविद्यालय यांच्या सहकार्याने स्नेहांगण शाळा, मातृसेवा संघ येथे ६-१६ वर्षे वयोगटातील ५० दिव्यांग विद्यार्थ्यांसाठी पोषक आहार मार्गदर्शन कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला. पोषक आहाराचे महत्व सांगणारी गाणी आणि त्यावरील व्हिडिओ दाखविल्यानंतर एल ए डी कॉलेज मधील विद्यार्थिनींनी विविध विषयांवरील रंगीबेरंगी चार्ट दाखवून आहारातील विविध घटकांचे आणि पोषक आहाराचे महत्व समजावून सांगितले. कार्यक्रमानंतर आशादीप तर्फे सर्वांना पौष्टिक नाश्ता देण्यात आला.

ग्रामायण तर्फे आयोजित प्रदर्शनात पोषण जागृती उपक्रमात आशादीपचा सहभाग

२३ डिसेंबर २०२२

आंतर राष्ट्रीय millet / श्री धान्य वर्षाच्या स्वागताकरिता, तसेच समाजात पोषणा बद्दल जनजागृती कारण्या करिता 'ग्रामायण प्रतिष्ठान तर्फे आयोजित प्रदर्शनात आशादीप आरोग्य पोषण केंद्र, सोसायटी ऑफ इंडिय, शाखा, NETPROFN Nagpur आणि VNIT Nagpur यांच्या संयुक्त विद्यमाने विशेष उपक्रमांचे आयोजन करण्यात आले

१. ललित लेखन स्पर्धा आठवणी तील millets... मराठी, हिंदी आणि इंग्रजी भाषेतील लेखांचे डॉ. वृंदा जोगळेकर आणि डॉ. माधुरी वाघ परीक्षण केले.

२. श्री धान्य (millets) पाककला स्पर्धा : स्पर्धामध्ये मुख्य घटक मीलेट असलेल्या नावीन्यपूर्ण आणि चविष्ट पाककृतींचे डॉ. रीता भार्गव (आहारतज्ञ केअर हॉस्पिटल) आणि डॉ. स्मिता वैद्य (माजी प्राध्यापिका, फूड अँड न्युट्रीशन) यांनी परीक्षण केले. चव, सादरीकरण, आरोग्यासाठी वैशिष्ट्य आणि नाविन्य या निकषांवर अंतिम निवड करण्यात आली.

डॉ. मिताली सेठी, संचालिका, वानामती आणि नागपुरातील सुप्रसिद्ध आहारतज्ञ सौ. जयश्री पेंढारकर यांच्या हस्ते दोन्ही स्पर्धांचे पारितोषिक. वितरण करण्यात आले.

रायसोनी कॉलेज ऑफ होम सायन्स तर्फे पोषक आणि संतुलित आहार, फॉर्टिफिकेशन, किशोरींच्या पोषणाचे महत्व, मिश्र धान्याचे विविध उत्पादने, ई प्रदर्शित केले होते. त्या शिवाय स्टॉलला भेट देणाऱ्या व्यक्तींचे BMI मोजण्या ची व्यवस्था होती. अनेक प्रकारच्या भरड धान्याची (मिलेट्स) माहिती देण्यासाठी VNIT ने तयार केलेले मॉडिल हे विशेष आकर्षण होते.

आरोग्यम् धनसंपदा

आरोग्यासाठी आहार

मुलगा - पिज्जा, कुरकुरे घेऊन दे जो नं माय
माय - म्या बीमारी इकत घेनार नाय
मुलगा - माहे दोस्त तं लईच मारते शान
रंगून सांगे लागते किती छान, दे नं माय
माय - आरं त्यात हाय फकस्त मैदा
खाऊन खाऊन बसशीन नं बोद्या
जीभ भल्ली चौचाल, भरेल मन मानी
आन् तबेतीची करीन भारी नुकसानी
मुलगा - आसं काय वं माय, दे ना पिज्जा
माय - चाल आता घरला, रुसू नोको राजा
माय - लगीच देत्ये करून गरम भाकरी
पिज्जा परीस लई साजरी -
मैद्यापरी गुनाची ज्वारी बाजरी
पोटाले ब्येस खाऊ ताजी ताजी
भाकरीवरतं कांदा मेथी भाजी
कोदो कुटकी राळा नाचणी
समदी धान्य हायेत बहुगुणी
अन्नाले आपल्या नोका ठिऊं नांव
आपल्या मातीत पिकनारं आनंदानं खावं
माह्या लेकराची चिंता हाय मले
घडीभर बसून पिरमानं लागन सांगाले

- वर्षा आठवले
राष्ट्रसेविका समिती हस्तलिखित ज्योतिर्मयी वरून साभार

सकस आणि सुरस

नवान्न पाटवडी

साहित्य : १ वाटी नवान्न पीठ, १ वाटी बेसन, १/२ वाटी आंबट दही किंवा १ वाटी आंबट ताक, तिखट, मीठ, साखर चवीप्रमाणे, १ चमचा जिरेपूड, आवडत असल्यास हिरवी मिरची आणि लसुणाचा ठेचा घालावा.

फोडणीसाठी : ४ टेबलस्पून तेल, १/२ चमचा मोहरी आणि हळद, १ चमचा हिंग

वरून टाकायला : बारीक चिरलेली कोथिंबीर, खसखस खोबरे कीस आणि चारोळी

कृती : प्रथम दोन्ही पिठे, तिखट मीठ साखर जिरेपूड /हिरवी मिरची आणि लसुणाचा ठेचा दही, दीड वाटी पाणी एकत्र करून गोळे फोडून घ्यावे. जड बुडाच्या पातेल्यात ३ टेबलस्पून तेल आणि मोहरी हळद हिंगाची खमंग फोडणी करून त्यात भिजविलेले पीठ ओतून ते घट्ट होऊ पर्यंत सतत ढवळत राहावे, जेणेकरून पीठ बुडाला लागणार नाही आणि गोळे होणार नाही. पीठ घट्ट झाल्यावर त्यात १ टेबलस्पून तेल सोडून मिसळून घ्या आणि दणदणीत वाफ आणा.

मिश्रण शिजल्यावर तेल लावलेल्या थाळीत जाडसर थापून त्यावर बारीक चिरलेली कोथिंबीर, खसखस खोबरे कीस आणि चारोळी पसरून हव्या त्याचाकराच्या वड्या कापाव्या. गरम असताना काढल्यास त्या तुटतात म्हणून थंड झाल्यावर काढाव्या. वड्या तव्यावर थोडे तेल टाकून खरपूस परतल्यास आणखी चवदार लागतात .

- डॉ. प्रतिमा शास्त्री

भरारी

ईश्वरी आहे जलपरी

ईश्वरी आहे जलपरी
अनोखी तिची कामगिरी
सूर संगीताचे आळवते
पाण्यातही सूर मारते.

भारताच्या ७२ व्या प्रजासत्ताक दिनी वयाच्या अवघ्या ११व्या वर्षी ईश्वरीने अंबाझरी तलावात २ कि.मी. चे अंतर २ तास २५ मिनीटात पार करून एक नवा विक्रम स्थापित केला. असे जलतरण करणारी ईश्वरी नागपूर येथील प्रथम दृष्टिहीन व्यक्ती आहे. विशेष म्हणजे आवाजाचा वेध घेत तिने हे अंतर पार केले. पूर्व किनाऱ्यापासून पश्चिम किनाऱ्यापर्यंत १ कि.मी. पोहत परतीचे १ कि.मी. असे एकूण २ कि.मी. अंतर वरिष्ठ राष्ट्रीय जलतरणपटू विलास माले यांच्या दिशा मार्गदर्शनात उत्साहाने पार केले. यासाठी तिला तिचे प्रशिक्षक श्री. संजय बाटवे यांचे उत्तम मार्गदर्शन लाभले. ईश्वरीने खंड न पडू देता कंटाळा न करता प्रसंगी पहाटे चार वाजता उठून अगदी भर हिवाळ्यातही आपला सराव सुरू ठेवला हे तिच्या यशाचे गमक होय.

श्री. कमलेश आणि सौ. अरुणा पांडे यांची ही कन्या सहाव्या महिन्यात जन्मलेली premature baby. तिच्या डोळ्यांचे रेटिना पूर्णतः क्षतिग्रस्त झाले त्यामुळे तिला अंधत्व आले. तिला काही दिसत नाही, दिसणार नाही या भावनेने तिचे पालक क्षणभर खचले पण त्यांनी एकमेकांना धीर देत ईश्वरी जे जे करू शकेल ते ते तिला शिकवून तिच्या चेहऱ्यावरचे हसू फुलते ठेवण्याचा निर्धार केला आणि त्यांनी तिला जलतरण शिकवण्याच्या दृष्टीने नागपूरमधील प्रसिद्ध जलतरण प्रशिक्षक श्री. संजय बाटवे यांची भेट घेतली. ईश्वरीला जलतरण प्रशिक्षण देण्याचा आपला मनोदय व्यक्त केला. तेव्हा सरांना दृष्टिहीन व्यक्तीस प्रशिक्षण देण्याचा अनुभव नव्हता तरी त्यांच्या आव्हान स्विकारण्याच्या तसेच सहृदयी वृत्तीमुळे त्यांनी होकार दिला. पहिल्यांदा पाण्याचा स्पर्श समजून घेत सुरू झालेला तिचा प्रवास आता विक्रम नोंदविण्याचा ध्यास यात रूपांतरित झाला आहे. त्यासाठी तिचे पालकही अतिशय जागरूक व दक्ष आहेत. तिचा डोळस भाऊ सुध्दा आपल्या बहिणीला सहकार्य करून तिच्या यशाने आनंदित होतो. ईश्वरीतील आत्मविश्वास आणि जिद्द यांना एक नवा आयाम जोडला तिचे प्रशिक्षक श्री. संजय बाटवे यांनी.

अंबाझरी जलतरणाने ईश्वरीसह सर्वांचा आत्मविश्वास दुणावला आणि तिने सागरी जलतरणाचा आनंद व अनुभव सिंधुदुर्ग येथे घेतला. ईश्वरी सालस, गुणी आणि आज्ञाधारक असल्याने अनेक गोष्टी ती लवकर आत्मसात करते. समस्यांवर मात करीत पुढे जाण्याचा तिचा सकारात्मक दृष्टीकोण वाखणण्याजोगा आहे.

आता पर्यंत तिने अनेक स्पर्धांमध्ये भाग घेतला आहे. विशेष उल्लखनीय स्पर्धा... स्विमिंग फेडरेशन ऑफ इंडिया व श्रीराम स्विमिंग क्लब पोरबंदर गुजरात यांच्या संयुक्त विद्यमाने पोरबंदर येथे दिनांक ८ व ९ जानेवारी २०२२ला झालेल्या अखील भारतीय सागरी जलतरण (५ कि.मी. व १ कि.मी.) दोन्ही स्पर्धेत रौप्य पदक मिळविले. उदयपूर राजस्थान येथे दि. २४ ते २७ २०२२ दरम्यान झालेल्या २१व्या राष्ट्रीय पॅरा स्विमिंग championship स्पर्धेत एक सुवर्ण व दोन रौप्य पदके प्राप्त केली. आसाम राज्यातील गुवाहाटी येथे १२ व १३ नोव्हेंबर २०२२ ला झालेल्या २२व्या राष्ट्रिय पॅरा स्विमिंग championship स्पर्धेत २ सुवर्ण व १ रौप्य पदक पटकावले.

दि. ब्लाईंड रिलीफ असोसिशन नागपूर येथे महाराष्ट्राचे राज्यपाल मा. भगतसिंह कोश्यारी यांचे हस्ते तिचा सत्कार व कौतुक करण्यात आले आणि तिला अयोध्यानगरीत शरयूतीरी पोहण्यासाठी आमंत्रण दिले.

तिला गायनासोबत हार्मोनियम वादनाचीही आवड आहे. ती विवीध ठिकाणी संगीत समारोहात गायन करते. अखील भारतीय गांधर्व विद्यालयाच्या तीन परीक्षा प्रथम श्रेणीत उत्तीर्ण झाली आहे. भारत विकास परिषद नागपूर, तसेच आरंभ संस्थेद्वारे घेण्यात आलेल्या दोन्ही गायन स्पर्धेत तिला महाराष्ट्रात तृतीय क्रमांक मिळाला. दृष्टिहीन ईश्वरीला जलतरण आणि गायनाच्या छंदामुळे जीवनात सूर गवसला आहे.

ईश्वरीला भविष्यातील वाटचालीसाठी आशादीपतर्फे खूप खूप शुभेच्छा !

- सौ. अपर्णा अजय कुळकर्णी, नागपूर

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