श्री विठ्ठलराव जोशी चॅरिटीज ट्रस्ट संचालित
भ. क. ल. वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालयाचे

श्रीक्षेत्र डेरवण वार्तापत्र

जुलै २०२३ | वर्ष – ११ अंक – ७ | विनामूल्य खासगी वितरणासाठी | मासिक, पाने ८

नॅक (NAAC) समितीकडून वालावलकर वैद्यकीय महाविद्यालयाची पाहणी

डॉ. (लेफ्ट. कर्नल) रविकुमार अरुणाचलम यांचे स्वागत करताना श्री. विकासराव वालावलकर, सोबत – उजवीकडे डॉ. सोनिया वाधवान आणि डॉ. प्रवीण शहापूर डावीकडे डॉ. सुवर्णा पाटील

दि. २७ आणि २८ जून रोजी राष्ट्रीय मूल्यांकन आणि अधिस्वीकृती परिषद (The National Assessment and Accreditation Council [NAAC]) यांच्यातर्फे Dr. (Lt. Col.) रविकुमार अरुणचलम, प्र–कुलपती, एस.आर.एम. इन्स्टिट्युट ऑफ सायन्स, चेन्नई; डॉ. सोनिया वाधवान, प्रोफेसर, दिल्ली विश्वविद्यालय आणि डॉ. प्रवीण शहापूर, प्राध्यापक, बी.एल. डी.इ. अभिमत विद्यापीठ (विजापूर) यांच्या समितीने वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालयाची नॅकच्या निकषांनुसार पाहणी केली. मान्यता तपासणीची ही पहिली फेरी होती. पाहणीच्या अखेरीस महाविद्यालयाच्या विद्यार्थ्यांनी काही राष्ट्रभक्तिपर गीते आणि नृत्ये सादर केली आणि तीही परीक्षकांच्या पसंतीला उतरली. या तरुणांमध्ये आणि विद्यालयात जाज्वल्य राष्ट्रप्रेम जागृत असून आपल्या भारत देशाचे भविष्य आतिशय उज्ज्वल आहे असे प्रतिपादन समिती सदस्यांनी केले.

वैद्यकीय महाविद्यालयाचे अधिष्ठिता डॉ. मानसिंग घाटगे, महाविद्यालायाचे 'नॅक समन्वयक' प्रा. डॉ. अरविंद यादव व महाविद्यालयीन 'नॅक समिती'चे सदस्य डॉ. अमर बारवाडे, डॉ. प्रशांत मूल्या, डॉ. योगेंद्र शेळके, डॉ. सुनीता पाटील, डॉ. प्रसन्ना नकाते, डॉ. अद्वैत गोडसे आणि इतर सर्व प्राध्यापकांच्या अथक प्रयत्नांमुळेच आज ही पायरी चढता आली असे प्रतिपादन संस्थेचे विश्वस्त श्री. विकास वालावलकर यांनी केले.

'नॅक टीम' वैद्यकीय महाविद्यालयातील प्राध्यापकांशी संवाद साधताना - (डावीकडून) डॉ. (लेफ्ट. कर्नल) रविकुमार अरुणाचलम्, डॉ. प्रवीण शहापूर, डॉ. सोनिया वाधवान

विद्यार्थीवृंद, नॅक टीम आणि डॉ. अद्वैत गोडसे

व्यसनमुक्ती आणि तंबाखू व दारूमुक्ती

व्यसनमुक्ती आणि तंबाखू व दारूमुक्ती हीच ग्रामीण समाजाला प्रगतिपथावर नेऊ शकते हे जाणून वालावलकर वैद्यकीय महाविद्यालयातील रोगप्रतिबंधात्मक विभाग आणि मानसोपचार विभागातर्फे रुग्ण आणि नातेवाइकांचे रुग्णालयाच्या बाह्य आणि अंतररुग्ण विभागात सातत्याने प्रबोधन करण्यात येणार आहे. या उपक्रमाचा शुभारंभ या विभागाचे प्रमुख डॉक्टर गजाजन वेल्हाळ आणि त्यांचे सहकारी डॉक्टर मेढेकर, डॉक्टर रविकिरण यांच्या उपस्थितीत पार पडला. विद्यालयातील अंतरनिवासी डॉक्टर्सनी गुटका आणि दारू व्यसनांच्या दुष्परिणामांवर सुंदर सादरीकरण केले. मानसोपचार विभागातर्फे मानसोपचारतज्ज्ञ स्वाती सोनावणे आणि रुपाली यांनी डॉक्टर पद्मा यांच्या मार्गदर्शनाखाली प्रबोधन केले.

रुग्ण आणि नातेवाइकांना सातत्याने प्रबोधनात्मक माहिती दिली जाते.

डॉ. सुवर्णा पाटील आणि डॉ. गजानन वेल्हाळ प्रबोधनात्मक माहिती देताना

डॉ. रघुनंदन कानविंदे आणि डॉ. नताशा कानविंदे यांनी घेतली विशेष कार्यशाळा

डॉ. रघुनंदन कानविंदे मार्गदर्शन करताना

युनायटेड किंग्डम येथील प्रख्यात 'हॅन्ड अॅन्ड रिस्ट सर्जन' डॉ. रघुनंदन कानविंदे यांनी वैद्यकीय शिक्षण घेणाऱ्या प्रथम वर्षाच्या विद्यार्थ्यांसाठी हात आणि मनगटावर केल्या जाणाऱ्या शस्त्रक्रिया आणि त्यासाठी आवश्यक असणारे शरीरशास्त्र (Anatomy) विषयाचे ज्ञान यावर एक विशेष कार्यशाळा घेतली. विद्यार्थ्यांनी ह्या कार्यक्रमाला उत्स्फूर्त प्रतिसाद दिला.

डॉ. नताशा कानविंदे कार्यशाळेत बोलताना

डॉ. नताशा कानविंदे यांनी 'अॅडव्हान्स लाईफ सपोर्ट' आणि 'निओनॅटल लाइफ सपोर्ट' ह्या विषयांवर विशेष ज्ञान संपादन केले आहे. केम्ब्रिज युनिव्हर्सिटीत त्या बालरोगविषयाचे शिक्षण घेत आहेत. वालावलकर वैद्यकीय महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांना त्यांनी संबोधित केले आणि तरुण पिढीची मानसिकता कशी तपासावी या विषयावर कार्यशाळा घेतली.

वैद्यकीय महाविद्यालयात योग दिन साजरा

योगव्यासंगी शिक्षिका सौ राधिका राणे मार्गदर्शन करताना

योग प्रात्यक्षिके करताना वैद्यकीय महाविद्यलयाचे विद्यार्थी

दि. २१ जून रोजी योग दिनानिमित्त डॉ. अमर बारवाडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली वैद्यकीय महाविद्यालयात उत्साहाने योग दिन साजरा करण्यात आला. सकाळी सूर्योदयानंतर प्रशस्त अशा क्रीडासंकुलात योगासनांची प्रात्यक्षिके करण्यात आली आणि विद्यार्थ्यांनीसुद्धा सर्व योगासने स्वतः करून दाखवली. त्यानंतर योगासनाचे महत्त्व विद्यार्थ्यांना पटवून देण्याकरता योग आणि वेलनेस ह्या कोर्सचे आयोजन केले गेले. ह्या कार्यक्रमाला योगव्यासंगी शिक्षिका सौ राधिका राणे ह्या मुंबई येथून आवर्जून प्रमुख पाहुण्या म्हणून उपस्थित होत्या. वैद्यकीय विद्यार्थ्यांना डॉक्टर होताना स्वतःच्या आरोग्याची काळजी घेऊन सुदृढ जीवन कसे जगावे याबद्दल या कार्यक्रमात मार्गदर्शन करण्यात आले .

Indian Public Health Association (IPHA)

राज्य स्तरीय आंतर वैद्यकीय महाविद्यालय आरोग्य प्रश्नमंजुषा स्पर्धा

प्रश्नमंजुषा स्पर्धेत २०२० बॅचच्या मानसी कुलकर्णी आणि अंकिता आडारकर 'वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालया'चे प्रतिनिधीत्व करताना

दरवर्षी Indian Public Health Asociation (IPHA) द्वारे पदवीपूर्व वैद्यकीय विद्यार्थ्यांसाठी राज्यस्तरीय आंतर वैद्यकीय महाविद्यालय आरोग्य प्रश्नमंजुषा स्पर्धा आयोजित करण्यात येते. त्याअंतर्गत या वर्षीच्या मुंबई आणि कोकण विभागाच्या विभागीय फेरीचे आयोजन राजीव गांधी वैद्यकीय महाविद्यालय ठाणे येथे दिनांक २७/०६/२०२३ रोजी आयोजित करण्यात आले होते.
या प्रश्नमंजुषामध्ये खालील पाच वैद्यकीय महाविद्यालयांमधील विद्यार्थ्यांनी भाग घेतला :

१. भ.क.ल. वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालय, डेरवण, ता. चिपळूण
२. महात्मा गांधी इन्स्टिट्यूट ऑफ मेडिकल सायन्सेस (MGIMS), मुंबई
३. राजीव गांधी वैद्यकीय महाविद्यालय (RGMC), ठाणे
४. वेदांत इन्स्टिट्यूट ऑफ मेडिकल सायन्सेस (VIMS), सासवड
५. ग्रँट शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय, मुंबई

भ.क.ल. वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालयाकडून, 'MBBS २०२०' बॅचमधील जनऔषध वैद्यकशास्त्र विभागातील मानसी देशपांडे आणि अंकिता आडारकर या विद्यार्थिनींनी प्रश्नमंजुषेमध्ये भाग घेतला.

राजीव गांधी वैद्यकीय महाविद्यालय ठाणे येथे झालेल्या विभागीय फेरीमधील पाचही संघांमध्ये, वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालयाच्या संघाने प्रथम स्थान मिळवले आणि IPHA प्रश्नमंजुषेची विभागीय फेरी जिंकली.

श्री विठ्ठलराव जोशी चॅरिटिज ट्रस्ट व भ.क.ल. वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालयासाठी हा अभिमानाचा क्षण आहे. कारण महाविद्यालयाच्या विद्यार्थ्यांनी प्रथमच राज्यस्तरीय स्पर्धेत भाग घेतला होता. जिंकलेल्या विद्यार्थ्यांना डीन, राजीव गांधी वैद्यकीय महाविद्यालय (RGMC), ठाणे यांच्या हस्ते प्रमाणपत्र देऊन सन्मानित करण्यात आले.

डॉ. सुवर्णा पाटील, वैद्यकीय संचालिका; डॉ. मानसिंगराव घाटगे, डीन आणि डॉ. गजानन वेल्हाळ, प्राध्यापक व विभागप्रमुख, जनऔषध वैद्यकशास्त्र यांनी विजेत्यांचे त्यांच्या उत्तम कामगिरीबद्दल अभिनंदन केले आणि त्यांचे कौतुक केले.

डॉ. वेल्हाळसर यांनी प्रोत्साहन व सहकार्य दिल्याबद्दल आणि डॉ. अविनाश बोरकर आणि डॉ. नमिता देशमुख यांनी मोलाचे मार्गदर्शन केल्याबद्दल विद्यार्थ्यांनी विशेष आभार मानले.

प्रश्नमंजुषा स्पर्धेची अंतिम फेरी ११ जुलै २०२३ रोजी डॉ. डी. वाय. पाटील वैद्यकीय महाविद्यालय, पुणे येथे आयोजित केली जाईल.

(डावीकडून) डॉ.दिनेश समेळ, डॉ. राकेश बरोत, अंकिता आडारकर आणि मानसी कुलकर्णी (२०२० बॅच) डॉ. प्रसाद वाईंगणकर

देवशयनी आषाढी एकादशी २०२३

महाराष्ट्र ही संतांची भूमी! महाराष्ट्राचे आराध्य दैवत पंढरपूरच्या विठुरायाच्या ओढीने वारकऱ्यांची आषाढीची पंढरीवारी हे महाराष्ट्राचे सांस्कृतिक ऐश्वर्य ! महाराष्ट्र व महाराष्ट्राबाहेरून असंख्य वारकरी दिंडीतून पायी चालत पांडुरंगाच्या दर्शनाला पंढरपूरला येतात. याचेच औचित्य साधून श्री विठ्ठलराव जोशी चॅरिटीज ट्रस्ट संचालित इंग्लिश मिडियम स्कूल आणि ज्युनिअर कॉलेज ऑफ सायन्स, सावर्डे येथे 'देवशयनी आषाढी एकादशी'च्या निमित्ताने दिंडी आणि अभंग स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आले होते.

पूर्व प्राथमिक व प्राथमिक शाळेतील विद्यार्थ्यांनी गळ्यात माळा, डोक्यावर तुळस व टाळांच्या गजरात अभंग गात, खांद्यावर पालखी, हातात भगवी पताका घेऊन मोठ्या उत्साहात दिंडी काढली. दिंडीतील सर्व मुले, मुली पारंपरिक वारकरी वेश परिधान करून आल्याने प्रत्यक्ष वारीची अनुभूती आली. काही लहान मुले विठ्ठल-रुक्मिणी बनून आले होते. दिंडीला पालकांची उपस्थिती विशेष लक्षणीय होती. मुलांचे कौतुक करून प्रोत्साहन देत पालकांनी दिंडीला उत्स्फूर्त प्रतिसाद दिला. दिंडीनंतर पूर्वप्राथमिक शाळेतील मुलांनी शाळेच्या बागेमध्ये अभंग गात रिंगण साजरे केले. मुलांना लाडू प्रसाद म्हणून वाटण्यात आला.

मुख्याध्यापकांच्या हस्ते पालखीपूजन व दीपप्रज्वलन करण्यात आले. विठुरायाच्या सेवेची जणू सुवर्णसंधी शाळेने उपलब्ध करून दिली असल्याने विद्यार्थ्यांमध्ये आठवडाभरापासूनच अभंग पाठांतर, शब्दांचे शुद्ध उच्चारण, योग्य चाल यांची रंगीत तालीम चालू होती. त्यामुळे विठ्ठलाच्या जयघोषाने प्रशालेत चैतन्य संचारले होते. विद्यार्थ्यांच्या उत्तमोत्तम सादरीकरणामुळे कार्यक्रमाला उत्तरोत्तर रंगत चढत गेली. अभंगगायन स्पर्धा भक्तीमय वातावरणात संपन्न झाली. विठुरायाच्या आरतीने समारोप करण्यात आला. वर्गवार सर्व शिक्षकांनी विद्यार्थ्यांची उत्तम तयारी करून घेतली. या अभंगगायन स्पर्धेचे सूत्रसंचालन इयत्ता ७ वीमधील विद्यार्थिनी ग्रीष्मा नांदोसकर व स्वरा पोमाजे ह्यांनी केले. वारी ही महाराष्ट्राची एक सांस्कृतिक परंपरा आहे. वारीच्या परंपरेची माहिती मुलांना विशेषत: पुढील पिढीला होण्यासाठी, लहान-मोठा, जात-धर्म हा भेद विसरून सामाजिक समतेची प्रचिती देणारा हा विठ्ठलरखुमाई पालखी सोहळा बालगटापासून माध्यमिक शाळेच्या विद्यार्थ्यांसाठी दरवर्षी साजरा केला जातो.

कला कार्यानुभव कार्यशाळा

श्री विठ्ठलराव जोशी चॅरिटीज ट्रस्ट संचालित इंग्रजी माध्यमाच्या शाळेत विद्यार्थ्यांना फक्त पुस्तकी ज्ञान न देता त्यांना उपक्रमशील व कृतियुक्त शिक्षण देऊन त्यांच्यातील कलागुणांचा विकास करणे, त्यांना विविध क्षेत्रांची ओळख करून देणे, त्यांच्या सर्जनशीलतेला वाव मिळवून देणे या हेतूने जून महिन्यात शाळा सुरू होण्यापूर्वी १० दिवस खास विविध कार्यशाळा योजून त्यात विद्यार्थ्यांना त्यांच्या वयोगटानुसार स्वनिर्मितीचा आनंद दिला जातो.

याच कार्यशाळेत विद्यार्थ्यांना मार्बल प्रिंटिंगचा वापर करून कागदापासून इको फ्रेंडली गिफ्टबॅग्ज, पॅकिंगसाठी वापरण्यात येणाऱ्या कंटेनर्सच्या झाकणांपासून आकर्षक आकाशकंदील, ओरिगामी कला, वारली चित्रकला, कोलाज, मोझाईक पेंटिंग, हँडमेड कागदापासून बुके, विविध आकारातील सुगंधित मेणबत्त्या आणि अंगाचे साबण, त्याचबरोबर रंगीबेरंगी नक्षीदार पणत्या यांसारख्या विविध हस्त कौशल्याच्या कलाकृतींचा प्रत्यक्ष अनुभव या कार्यशाळेत विद्यार्थ्यांना दरवर्षी देण्यात येतो. विशेष सांगायचे तर, यासाठी लागणारे सर्व कलासाहित्य शाळेकडून मोफत पुरवण्यात येते.

या वर्षी कार्यशाळेत विद्यार्थ्यांना संगीत विषयात मार्गदर्शन करण्यासाठी आलेले ख्यातनाम संगीतकार श्री. देवेंद्र भोमे यांनी विद्यार्थ्यांना स्वरांची प्राथमिक माहिती करून दिली. सुरात गाता येण्यासाठी तालाचे गणित शिकवले व त्याचे विद्यार्थ्यांकडून प्रात्यक्षिकही करवून घेतले.

याच दरम्यान कला आणि कार्यानुभव क्षेत्रातील अनुभवी मार्गदर्शिका सौ. दर्शना ठकार यांनी विद्यार्थ्यांना पणत्यांच्या खाली ठेवण्यासाठी प्लायवूडच्या आकर्षक प्लेट बनविण्याचे प्रशिक्षण दिले. विद्यार्थ्यांनीदेखील आपल्या कल्पकतेने सुबक कलाकुसर करून नक्षीदार प्लेट्स तयार केल्या.

आजचे छोटे विक्रेते उद्याचे उद्योजक व्हावेत या हेतूने शाळेत 'आंत्रप्रेनिअर्स क्लब'ची स्थापना करण्यात आली आहे. सण आणि ऋतूनुसार बनविलेल्या वस्तूंचे प्रदर्शन भरवून स्टॉल लावून विद्यार्थी विक्री करतात. शाळादेखील उदार मनाने 'श्रमप्रतिष्ठा' हे मूल्य जपत मुलांनी दिलेल्या अमूल्य वेळेचा मोबदला म्हणून त्यांच्या खात्यात ठराविक रक्कम जमा करून विद्यार्थ्यांचे एक प्रकारे कौतुक करते.

विद्यार्थ्यांमध्ये सामाजिक कौशल्ये, कलागुणांचा शोध, सर्जनशील विचार, एकाग्रता, वेळेचे व्यवस्थापन, आवड आणि प्रतिभा विकसित करून त्यांच्या शिक्षणाला चालना दिली जाते. या कार्यशाळेद्वारे विद्यार्थ्यांना त्यांचे स्वारस्य, कौशल्य आजमावता येते व त्यांना व्यवसायाचे ध्येय प्राप्त होऊ शकते. अशा प्रकारे ही कार्यशाळा तज्ज्ञ मार्गदर्शक, शाळेतील कलाशिक्षक व इतर सहकारी शिक्षक यांच्या मदतीने यशस्वी होते.

कंद व भाजीपाला पीक प्रशिक्षण

डेरवण येथील 'भ.क.ल. वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालय' आणि दापोली येथील 'डॉ. बाळासाहेब सावंत कोकण कृषी विद्यापीठ' यांच्यामध्ये नुकताच सामंजस्य करार करण्यात आला आहे. या अनुषंगाने डेरवण येथे कंद पिके लागवड आणि कंद पिकांचे मूल्यवर्धन आणि परसबागेतील भाजीपाला लागवड व्यवस्थापन याबाबतचे प्रशिक्षण आयोजित करण्यात आले होते. ह्यामागचा मूळ उद्देश हा भाजीपाला उपलब्ध व्हावा आणि कुपोषण निर्मूलन हा आहे.

या प्रशिक्षणात कंदपिके विशेषज्ञ डॉ. प्रज्ञा गुडदे यांनी वालावलकर रुग्णालयातील परसबागेत डेरवण येथील उपस्थित युवकांना विविध कंद पिकांची लागवड कशी करावी याचे मार्गदर्शन केले. यामध्ये शेवरकंद, रताळी व कणगर इत्यादी कंदपिकांची लागवड करण्याचे प्रात्यक्षिक करून दाखविले. तर भाजीपाला विशेषज्ञ डॉ. प्रकाश सानप यांनी परसबागेमधील भाजीपाला पिकांचे व्यवस्थापन कसे करावे याबाबत सविस्तर माहिती दिली. भाजीपाला पिकांमधील पडवळ, घोसाळी, शिराळी, कारली, काकडी, तांबडा भोपळा, दुधी भोपळा व भेंडी या पिकांची लागवड कशी करावी, लागवडीनंतर कोणती काळजी घ्यावी याबाबत माहिती दिली. कार्यक्रमासाठी गुहागर तालुक्यातील अंजनवेल व पालशेत गावातील ३२ प्रशिक्षणार्थींनी सहभाग नोंदविला होता. ह्या कार्यक्रमात वालावलकर वैद्यकीय महाविद्यालयातील प्रतिबंधात्मक विभागातील अथर्व देशपांडे (इंटर्न), बाळशेट नाईक, पूजा भावरी (इंटर्न), डॉ. मेघा कांदळगावकर, डॉ. पंकज सानप ह्यांनी सहभाग घेतला.

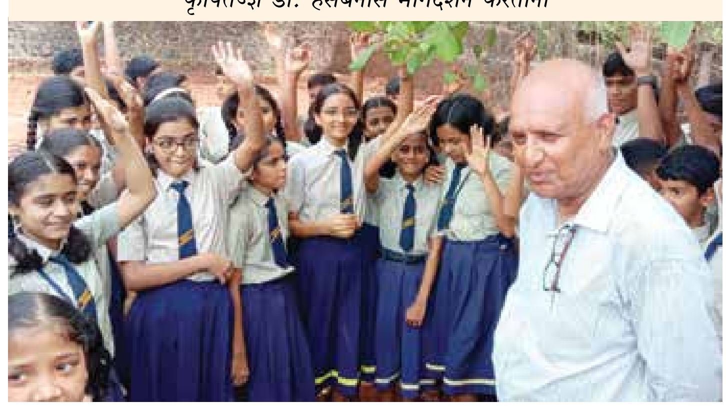
५ जून जागतिक पर्यावरण दिन

श्री विठ्ठलराव जोशी चॅरिटीज् ट्रस्ट इंग्लिश मिडियम स्कूल अँड ज्युनियर कॉलेज ऑफ सायन्स, सावर्डे प्रशालेत दि. ५ जून रोजी 'पर्यावरण दिन' उत्साहात पार पडला. यानिमित्ताने वृक्षारोपण व कंदमूळ लागवड असे दोन उपक्रम घेण्यात आले. शाळेच्या परिसरातच इयत्ता नववीच्या विद्यार्थ्यांनी पपई, पेरू, बदाम, कोकम, सोनचाफा, बेल या रोपांची लागवड केली. रोपं नुसती लावून चालत नाहीत तर ती मायेने जगवावी लागतात, हे कळावे म्हणून ह्या रोपांच्या संगोपनाची जबाबदारीही याच विद्यार्थ्यांवर सुपूर्द करण्यात आली आहे.

नाविन्यपूर्ण उपक्रम म्हणून विद्यार्थ्यांना काटेकणगर या कंदाच्या लागवडीचे प्रशिक्षण देण्यासाठी श्रीक्षेत्र डेरवण येथे नेण्यात आले. तज्ज्ञ मार्गदर्शक डॉ. हसबनीस व त्यांच्या सहकाऱ्यांनी विद्यार्थ्यांना सुरण, काटेकणगर, शेवरकंद, करिंदा, रताळे, घोरकंद या कंदमुळांच्या लागवडीविषयी सांगत असताना कंद कसा लावावा, कुजू नये म्हणून कोणती प्रक्रिया करावी याविषयी माहिती देऊन त्यानंतर विद्यार्थ्यांना शेतात कणगरं लावण्यासाठी दिली. इयत्ता सातवी व आठवीच्या विद्यार्थ्यांनी जवळपास ४५० कंदांची लागवड केली. याच वेळी दापोली कोकण कृषी विद्यापीठाचे प्राचार्य डॉ. सावंत व त्यांच्या सहकाऱ्यांनी विद्यार्थ्यांशी संवाद साधला. शेतीविषयक विविध शैक्षणिक संधी, व्यवसाय याविषयी विद्यार्थ्यांना माहिती दिली. यानिमित्ताने मुलांना पर्यावरणात होणारे बदल व एक जबाबदार नागरिक म्हणून निसर्गाप्रती स्वतःची असलेली कर्तव्ये यांची जाणीव होण्यासाठी केलेला हा छोटासा प्रयत्न!

कंदमूळ लागवड

कृषितज्ज्ञ डॉ. हसबनीस मार्गदर्शन करताना



भक्तश्रेष्ठ कमलाकरपंत लक्ष्मण वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालय, रोगनिदान व संशोधन केंद्र
श्रीक्षेत्र डेरवण - ४१५६०६, ता. चिपळूण, जि. रत्नागिरी
दूरध्वनी : Reception No. (Hospital) : 8847790149 MSW (Social worker) : 9356427731
ई-मेल : info@walawalkarhospital.com वेबसाईट : www.walawalkarhospital.com

डेरवण क्रीडा संकुलात योग सप्ताहाचे आयोजन

आंतरराष्ट्रीय योग दिनाच्या माध्यमातून योगभ्यासाला जागतिक चळवळ आणि जागतिक भावना बनविण्याच्या उद्देशाने २०१४ पासून २१ जून हा 'जागतिक योगदिन' म्हणून साजरा केला जातो. सर्वच स्तरातून या दिवशी नागरिक एकत्र येऊन योगसाधना करतात. डेरवण क्रीडासंकुलातही दिनांक १८ ते २४ जून २०२३ या कालावधीत योगसप्ताह आयोजित करण्यात आला होता. योगशास्त्राचे शास्त्रशुद्ध प्रशिक्षण देणाऱ्या 'आनंदविहार आश्रम योगसंस्थे'चे संस्थापक आणि संचालक श्री. दिनेश पेडणेकर यांनी या योग सप्ताहाचे उद्घाटन केले. वालावलकर वैद्यकीय महाविद्यालय, नर्सिंग कॉलेज व फिजिओथेरपी कॉलेजमधील विद्यार्थ्यांसाठी सकाळ आणि संध्याकाळच्या सत्रात योग प्रशिक्षणाचे धडे दिनेश पेडणेकर आणि त्यांच्या सहकाऱ्यांनी दिले.

योगाभ्यासाच्या माध्यमातून आरोग्य, शक्ती आणि सामर्थ्य प्राप्त होते, आणि वर्षानुवर्षे या योगाभ्यासात नियमितपणे सहभागी झालेल्यांना त्याची उर्जा जाणवते, असे पेडणेकर यांनी योगशास्त्राचा संदर्भ देत सांगितले. वैयक्तिक तसेच कौटुंबिक स्तरावर उत्तम आरोग्याचे महत्त्व अधोरेखित करताना योग एक निकोप आणि सशक्त समाज निर्माण करतो आणि तिथे सामूहिक ऊर्जा असतेच यावर त्यांनी भर दिला. तसेच योगाभ्यासाबद्दलच्या श्लोकाचा दाखला देत कर्मकौशल्य म्हणजे योग आहे असेही सांगितले. देशाच्या प्रगतीसाठी हा मंत्र प्रत्येकासाठी खूप महत्त्वाचा आहे आणि जेव्हा एखादी व्यक्ती आपल्या कर्तव्याप्रती खरोखरच समर्पित असते तेव्हा ती योगाभ्यासाच्या सिद्धीपर्यंत पोहोचते, असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला. योगाभ्यासाद्वारे आपण नि:स्वार्थ कृती जाणून घेतो, कर्म ते कर्मयोगाचा प्रवास आपण ठरवितो आणि आपल्या आरोग्यात अधिक सुधारणा करू शकतो असाही विश्वास त्यांनी योगाभ्यासाचे महत्त्व सांगताना व्यक्त केला.

या योगसप्ताहाच्या माध्यमातून योगसाधकांकडून नाडीशोधन प्राणायाम, भ्रामरी प्राणायाम, ध्यान व ताडासन, वृक्षासन, वीरभद्रासन, त्रिकोणासन, शलभासन, भुजंगासन, विपरीत शलभासन, सर्वांगासन, धनुरासन, पर्वतासन आदी योगासनांची प्रात्यक्षिके करवून घेतली गेली.

योग सप्ताहाला उत्तम प्रतिसाद

मालक, मुद्रक, प्रकाशक : श्री. विकासराव वालावलकर यांनी श्रीमुद्रा, १८१, शुक्रवार पेठ, पुणे - २ येथे छापून भ.क.ल. वालावलकर ग्रामीण वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालय, रोगनिदान व संशोधन केंद्र, श्रीक्षेत्र डेरवण, ता. चिपळूण, जि. रत्नागिरी ४१५ ६३९ येथून प्रकाशित केले.
Visit us at https://swamisamarth.com/dervan// कार्यकारी संपादिका : डॉ. सौ. सुवर्णा पाटील - ९९२१२ ५१६९५,
उपसंपादक : सौ. शरयू यशवंतराव - ९८८१६ १९९७४, श्री. श्रीकांत पराडकर - ९५८८४ ७९२२०