सख्य महिला मार्गदर्शन केंद्र

स्त्री सबलीकरणातून स्त्रीपुरूष समानता

हुंकार

वर्ष : १०वे अंक : २९ जून २०२१

सख्य

हिंसा थांबवा

या अंकात....

* कोविड योद्धांचे योगदान
* कोरोना आणि परिचर्या प्रशिक्षण
* कोविड योद्धांचे योगदान
* कर्तव्यदक्ष अधिकारी
* Silver Innings Humanitarian Effort for Corona Pandemic
* कोरोना संसर्ग काळात आयसीडीएसचे योगदान
* कोरोना - सामाजिक कार्यकर्त्यांचे योगदान
* कोविड योद्धांचे योगदान
* त्रैमासिक अहवाल

* प्रकाशक
शैला क्रास्टो

* संपादिका
मेरी वनमाळी

* सख्य परिवार *
शैला क्रास्टो
नॅटी लोपीस
मेरी वनमाळी
शालीनी जाधव
विद्या पाटील
रूशीला रिबेलो
निता चव्हाण
विजयता पाटील
अस्मिता भास्कर
रेखा घोषा
माया मोरे
शुंभागी मोकाशी
पार्वती दादोडा

प्रकाशकीय

कोविड योद्धयांचे योगदान

प्रत्येक माणूस मग तो तरुण असो वा वयोवृद्ध, श्रीमंत असो वा गरीब... प्रत्येकाला आपला जीव प्रिय असतो किंबहुना त्यासाठीच तर मनुष्य अहोरात्र मेहनत करत असतो. जीवनाची गाडी अशी व्यवस्थित चालू असताना अचानक कोणाच्या ध्यानीमनी नसताना कोरोनाने थैमान घातले. मुळात मनुष्य हा समाजशील आणि समाजप्रिय प्राणी आहे, परंतु कोरोनामुळे माणसामाणसातील नातेसंबंध दुरावले. अगदी जवळची व्यक्ती आजारी असतानादेखील त्यांची विचारपूस किंवा सेवा करण्यास माणूस हतबल झालेला आहे. कुटुंबातील प्रिय व्यक्ती देवाघरी निघून गेलेली आहे याची जाणीव सुद्धा काहींना त्याक्षणी ते कोरोनाने बाधित असल्यामुळे करून देता आली नाही. कोरोनामुळे ज्यांनी हे जग सोडलं... त्यांना अखेरचा निरोपसुद्धा आपण व्यवस्थित देऊ शकलो नाही. Covid-19 च्या महामारीचे संकट सर्व जगभर निर्माण झाले आणि लोंढेच्या लोंढे वाहून जावे त्याप्रमाणे आपले अनेक सगेसोयरे या कोरोनाच्या महाप्रलयामध्ये शरणागती पत्करुन सार्वकालिक जीवनाच्या प्रवाहात वाहू लागले.

अशा अनपेक्षित व अघटीत प्रसंगाला सामोरे जातानाच आरोग्य यंत्रणा... डॉक्टर्स, नर्सेस, आरोग्य कर्मचारी व पोलिस यंत्रणा यांच्या अपुऱ्या संख्येमुळे सर्वांचेच धाबे दणाणले. परंतु अशा परिस्थितीतही स्व:च्या जीवाची व कुटुंबाची पर्वा न करता आरोग्य कर्मचारी, पोलिस यंत्रणा असे अनेक नेतृत्व पुढे आले आणि त्यांनी सामाजिक बांधिलकीचे एक उत्तम उदाहरण आपणास दाखवून दिले. अशा कोरोना यौद्ध्याचे कौतुक करण्यासाठी, त्यांच्या सेवावृत्तीला मानवंदना देण्यासाठी सख्य महिला मार्गदर्शन केंद्र आमचा ''हुंकार'' अंक त्यांना समर्पित करत आहे. त्यांना आमचे कोटी कोटी प्रमाण!!

जरी ह्या कर्मचारी वर्गांनी स्वत:चा बचाव करण्याचा प्रयत्न केलेला असला तरी त्यांना देखील कोरोनाची लागण होऊन आपला जीव गमवावा लागला आहे. काही असेही डॉक्टर्स आहेत जे कोरोना रुग्णांची सेवा करत असल्यामुळे स्वत:च्या कुटुंबापासून दूर राहत आहेत. हा

सख्य कार्यालय : सिल्वेस्टर स्मृती, पहिला मजला, पोलीस चौकीच्यासमोर, कळंब रोड, निर्मळ नाका, नालासोपारा (प), ता. वसई, जि. पालघर, पिन - ४०१३०४ वेळ - सोमवार ते शनिवार सकाळी १०.००ते संध्याकाळी ६.००
मोबाईल - 9890312402, Email Id - sakhya_87@rediffimail.com.
Website : www.sakhyawgc.org, Facebook : Sakhyawomen'sGuidance Cell
'सख्य' ठाणे विस्तारीत शाखा : सिव्हील हॉस्पिटल, ओपीडीच्या समोर, तळमजला, टेंभी नाका, अग्यारी लेन, ठाणे (प.)
वेळ - सोमवार ते शनिवार सकाळी १०.०० ते संध्याकाळी ६.०० वाजता. मोबाईल : 9136090564

समाजासाठी त्यांनी केलेला त्याग नव्हे का? व्हाट्सअ‍ॅप वर आलेल्या एका व्हिडीओ मध्ये एक महिला पोलिस कर्चचारी ड्युटी वर जाण्यासाठी निघताना तिचं तान्हुलं बाळ रडत आहे असं दाखविलेलं आहे. अशा रडत्या बाळांना टाकून कोरोनाच्या काळात कामाला जाणाऱ्या माता-भगिनींना आमचे कोटी कोटी प्रणाम!!

काही डॉक्टर्स, नर्सेस यांच्याबरोबर वार्तालाप करत असताना एक गोष्ट प्रखरतेने जाणवली.. ती म्हणजे त्यांची देवावर असलेली श्रद्धा आणि सेवा करण्याची त्यांची तळमळ, आपल्याला खूप काही शिकवून जाते. नक्कीच त्यांच्याही मनात भीती असणार परंतु 'रुग्णसेवा' या कर्तव्याची जाणीव प्रखर असल्यामुळे ते आपल्या कामावर रुजू झाले आहेत. म्हणूनच आज कोविड योद्धे म्हणून जग त्यांच्याकडे कृतज्ञतेने पाहत आहे. त्यांच्याशी संभाषण करताना एक गोष्ट प्रखरतेने जाणवत होती की प्रसंगी त्यांनी त्यांच्या वैयक्तिक खाण्यापिण्यावर लक्ष दिले नाही पण ते त्यांची अविरत सेवा देत राहिले. हे सर्व करत असताना ईश्वरप्रति व माणुसकीप्रति त्यांचा विश्वास आणि श्रद्धा वाढत गेली. या सर्वातून आपला बचाव करणारा परमेश्वरच आहे याची प्रखरतेने जाणीव त्यांना होत होती. या काळामध्ये काही हॉस्पिटलमध्ये नवीन पद्धत ते वापरत आहेत. कामाला सुरुवात करण्याअगोदर सर्व कर्मचारी एकत्र येऊन प्रार्थना करतात, नंतरच वॉर्डमध्ये प्रवेश करतात. कोरोना रुग्णाने एकदा हॉस्पिटलमध्ये प्रवेश केला की दहा दिवस त्यांना नातेवाईकास भेट देण्यास बंदी असते. अशावेळी डॉक्टर्स आणि नर्सेस त्यांची सर्व प्रकारची देखभाल करून अगदी जेवण भरवण्यापर्यंत सेवा करत. त्यामुळे जे रुग्ण बरे होऊन घरी जात तेव्हा ते आम्हांला खूप धन्यवाद देत आणि आमच्यावर, आमच्या मुलाबाळांवर आशीर्वादाचा वर्षाव करत, त्यामुळे एक वेगळेच समाधान मिळे आणि कृतकृत्य झाल्यासारखे वाटे.. अशा प्रकारचं मनोगत एका नर्सने व्यक्त केले.

या आरोग्य कर्मचाऱ्यांना जरी PPE किटची सुविधा उपलब्ध करून देण्यात आली असली तरी त्यांना इतर अनेक गैरसोयी होत्याच. त्यांचंही जीवन भयप्रद आणि चिंताजनक होतचं.

आजपर्यंतच्या सेवा काळात सर्वात आव्हानात्मक अशी ही रुग्णसेवा होती. या रुग्णसेवेत त्यांना खूप मोठे समाधान मिळत आहे, त्याबद्दल ते परमेश्वराला धन्यवाद देत आहेत. हॉस्पिटलमध्ये सेवा करताना रुग्णांच्या कुटुंबाशी, नातेवाईकांशी डॉक्टर, नर्सेस यांना खूप तडजोड करावी लागत असे. त्यातही त्यांना खूप मानसिक समाधान व आनंद मिळत आहे आणि हे कार्य ते हसतमुखाने करत आहेत. कारण रुग्ण व त्यांच्या नातेवाईकांकडून मिळणारे कौतुकाचे शब्द व आशीर्वाद!!!

सख्य परिवारातर्फे ह्या कोरोना योद्ध्यांचे आभार मानावे तितके थोडेच आहेत. अशीच सेवा त्यांच्या हातून घडत राहावी, हीच ईश्वरचरणी प्रार्थना!!!

सि. शैला क्रास्टो

संचालिका (सख्य महिला मार्गदर्शन केंद्र)

कोरोना आणि परिचर्या प्रशिक्षण

श्रीम. श्रद्धा जगदिश मेस्त्री,
पाठ्यिनर्देशिका, परिचर्या प्रशिक्षण केंद्र, वि.सा.सा.रु. ठाणे

जानेवारी २०२० - नववर्षाची सुरुवात झाली. WHO ने हे वर्ष मा. फ्लोरेन्स नाईटिंगेल - परिचर्येच्या आद्यजनक यांच्या २००व्या वाढदिवसानिमित्त ''परिचारिकांचे वर्ष'' म्हणून जाहिर केले. त्या अनुषंगाने भारतीय परिचर्या परिषदेने विविध उपक्रम राबविण्याबबात मार्गदर्शक सूचना दिल्या. या सूचनांनुसार मा. फ्लोरेन्स नाईटिंगेल यांना वंदन करून, व परिचर्येची शपथ घेऊन या उपक्रमांची सुरुवात केली. प्रथम उपक्रम जागतिक महिला दिनांचे औचित्य साधून दि. ७ मार्च २०२० रोजी करण्याचे ठरविले आणि इथेच आपण जास्त लोक एकत्र येऊ शकणार नाही अशा आशयाचे पत्र प्राप्त झाले. आणि जमावबंदी लागू असल्याचे समजले. हे सर्व का? तेव्हा समजले नवीन विषाणू परदेशातून भारतात आलाय, ज्याचा प्रसार एकमेकांच्या संपर्कातून होतो असा हा कोविड-१९ नामक विषाणू आला आणि अतिशय वेगाने हातपाय पसरू लागला. एकत्र येणे बंद, बाहेर फिरणे बंद, सर्व दळणवळण बंद, एकूण काय सर्व व्यवहारच बंद. मात्र दवाखाना आणि तिथे काम करणारे सर्व कर्मचारी वृंद यांचे काम अतिवेगाने सुरु झाले. PPE KIT घालून सर्वजण रुग्णसेवेसाठी सिद्ध झाले. सर्वांचे लक्ष फक्त आणि फक्त कोविड रुग्ण आणि त्यांची देखभाल. ज्यामध्ये परिचारिकांचा सिंहाचा वाटा. हे सर्व जगाने पाहिले, अनुभवले. WHO ने घोषित केलेले ''परिचारिकाचे वर्ष'' खऱ्या अर्थाने सिद्ध झाले. त्यासाठी कोणत्याही वेगळ्या उपक्रमांची गरजच लागली नाही. आणि जगभरात सर्वांनीच परिचारीकांचे महत्व मान्य केले.

अशा या परिचारीका जिथून परिचर्या प्रशिक्षण घेऊन प्रशिक्षित होतात ते ठिकाण म्हणजे परिचर्या प्रशिक्षण केंद्र अर्थात कोविड प्रादुर्भावामुळे सुरुवातीला येथील विद्यार्थीनी परिचारींकाच्या सर्व दैनंदिन कृतीमध्येही खंड पडला. ठाणे सामान्य रुग्णालय कोविड समर्पित रुग्णालय घोषित झाले. विद्यार्थीनी रुग्णालयात पाठवणे शक्य नव्हते. प्रशिक्षण केंद्रातील शिक्षकवृंदही कोविड सेवेसाठी हातभार लावण्यासाठी व्यवस्थापन तसेच रिपोर्टींग विभागात रुजू झाले. आणि विद्यार्थीनी परिचारिकांच्या सर्व कृती ठप्प झाल्या. कोरोनाबाबत नवीन नवीन माहिती मिळू लागली, विद्यार्थ्यांच्या मनात संभ्रम, भिती, तणाव निर्माण झाला. शिक्षकांनी समुपदेशन करुन समजावून सांगत त्यांचे मनोबल उंचावण्याचे आटोकाट प्रयत्न केले. त्यांच्या

आहारामध्ये स्वत: लक्ष देऊन ते चांगल्या प्रतीचे देण्यासाठी स्वत: प्रयत्न केले व उपलब्ध करून दिले. त्यांचे आरोग्य जपण्यासाठी व कोविड प्रादुर्भावापासुन वाचवण्यासाठी सर्व प्रयत्न केले. आता संस्थेसमोर मात्र मोठा यक्षप्रश्न उभा राहिला. मुलांचा उर्वरित अभ्यासक्रम व इतर कृती कशा पूर्ण कराव्यात? थोडासा मानसिक दिलासा मिळावा यासाठी सर्व त्यांच्या मागणीनुसार घरी सोडण्यात आले आणि सुरु झाला ऑनलाईन अभ्यास प्रवास. हा प्रवासही तसा सोपा नव्हताच. मुली जिल्ह्याच्या कानाकोपऱ्यात - कोण पुणे, कोण नाशिक तर कोणी ठाणे, पालघर. या सर्वांना एकत्र होणे हेच मुळात एक आव्हान होते. ऑनलाईन शिकवणे शिक्षकांना नवीन आणि शिकणे विद्यार्थ्यांना... असा प्रवास काही दिवस केला खरा, पण लक्षात आले मुलांना प्रात्यक्षिणे दाखविणे, करुन घेणे हे काही शक्य नाही. शेवटी परिचर्या प्रशिक्षण हे फक्त व्याख्यानमाला नसून अधिक ते प्रात्यक्षिक शिक्षण असल्यामुळे ऑनलाईन शिक्षणाला मर्यादा आल्या. त्यामुळे विद्यार्थ्यांना संस्थेत बोलावण्याचे ठरले. तारीख निश्चित होऊन विद्यार्थीनी हजर झाल्या. पण वेगवेगळ्या तालुका, जिल्ह्यातून आल्यामुळे प्रथम त्यांची कोविड चाचणी करुन घेतली. दुसऱ्या दिवशी रिपोर्ट आले, आणि ४० पैकी एक विद्यार्थीनी व वॉर्डन यांचा रिपोर्ट पॉझिटिव्ह आला. आणि सुरु झाले एक नवीन पर्व - प्रथम एका शिक्षिकेने पूर्ण जबाबदारीने विद्यार्थीनीच्या हॉस्पिटल ॲडमिशन बबात सर्व प्रक्रिया पार पाडली. तिला योग्य बेड मिळाला कि नाही इथेपासुन ते सोबत साहित्य, खाऊ, फळे इ. सर्व गोष्टींची तजवीज केली. तोपर्यंत इतर शिक्षक उर्वरित मुलींचे समुपदेशन, त्यांना आरसेनिक अल्बम गोळ्या देणे, पूर्ण हॉस्टेल व वर्ग खोल्या यांचे सॅनिटायझेशन अशी सर्व कामे करण्यात व्यस्त झाले. पुढे जेव्हा कधी एखादी विद्यार्थीनी कोविड पॉझिटिव्ह आली या प्रमाणेच सर्व व्यवस्थापन करणे सुरु आहे. पुढे भारतीय परिचर्या परिषदेने अंतिम परिक्षांबाबत मार्गदर्शन सूचना जाहिर केल्या. पारंपारिक पद्धतीपेक्षा खुपच वेगळ्या पद्धतीने - कोविड प्रतिबंधात्मक उपाययोजना करणे हे त्यामधील विशेष, सामाजिक दूरीकरण, मास्क, सॅनिटायझर या सर्वाचा योग्य वापर, ऑक्सिजन

पातळी पाहणे, तापमान पाहणे या सर्व गोष्टी प्रत्येक विद्यार्थीनीच्या बाबतीत करणे आणि विशेषत: या सर्वाची पूर्वतयारी करणे. कारण या पूर्वतयारीसाठीच आम्ही १५ दिवस सर्व गोष्टींची जुळवाजुळव करत होते. परीक्षा कालावधीत इतर संस्थेतील विद्यार्थी आपल्या विद्यार्थ्यांच्या संपर्कात येणार व धोका वाढणार या विचाराने मुलांचा योग्य आहार, प्रतिकारशक्ती वाढविण्यासाठी जीवनसत्व औषधे या गोष्टी बारकाईने लक्षात घेत सर्व शिक्षकवृंद परीक्षेच्या वेगळ्या आव्हानाला सामोरे गेले.

आता हळूहळू विद्यार्थ्यांची मानसिकता बदलू लागली आहे, त्यांनाही उमजू लागले आहे की , यापुढील प्रवास हा कोविड व या सारख्या नवनवीन संसर्गासह करावा लागणार आहे. त्यामुळे घाबरुन जमणार नाही. यापुढे आपल्याही अशा सर्व रुग्णांची देखभाल करावी लागणार आहे.

अशा प्रकारे कोविडजन्य परिस्थितीमुळे परिचर्या प्रशिक्षणातही खूपच बदल झाले. त्यानुसार संस्थेतील शिक्षक व विद्यार्थी यांनी हे सर्व बदल अंगिकारत नवीन प्रवासाला सुरुवात केली. प्रथमच राज्यात ऑनलाईन पदधतीने भरती प्रक्रिया झाली. पूर्ण राज्यातील विद्यार्थी गुणवत्तेनुसार निवड होऊन नर्सिंग प्रशिक्षणासाठी संस्थेत रुजू झाले. त्यांनी ही ऑनलाईल पद्धतीचे फायदे, तोटे, इथे नवीन शहरात येऊन इथल्या वातावरणाशी जुळवून घेत अनेक समस्यांवर मात करून प्रशिक्षण सुरु केले.

सध्या चालू असलेली ही महामारी व भविष्यात असणारी आरोग्य सेवेची गरज यासाठी परिचारिकांशिवाय पर्याय नाही. आणि अश्या परिस्थितीवर मात करण्यासाठी तज्ज्ञ परिचारीका घडविणे यासाठी परिचर्या प्रशिक्षण केंद्रांना पर्याय नाही. अशी ही परिचर्या प्रशिक्षण केंद्र - रुग्णालयाचा अविभाज्य पण काहिसा दुर्लक्षिलेला विभाग मात्र इथला प्रत्येक शिक्षक अहोरात्र परिचारीका घडविण्यासाठी जोमाने कार्यरत आहे आणि नक्कीच उत्तम परिचारीका दरवर्षी घडवून रुग्णसेवेसाठी देत राहणार.

कोरोना - सामाजिक कार्यकर्त्याचे योगदान

श्रीरंग सिद
समजासेवक अधीक्षक / वैद्यकीय / मनोविकृती, जि.सा. रुग्णालय ठाणे

कोविड १९ रुग्णालयात समाज कार्यास अनन्य साधारण महत्तव आहे. सामाजिक कार्यकर्ता हा कोविड १९ आजार, उपचार, प्रतिबंध याविषयांवर आरोग्य शिक्षणासह मानसिक, सामाजिक व मानसिक आधार रुग्ण व नातेवाईक यांना देण्याकरीता सामाजिक कार्यकर्ता बांधील आहे. मानसिक आरोग्य जपण्याकरीता आम्ही समुपदेशना सोबतच जनजागृतीचेही कार्य रुग्णालयातील समाजसेवक करीत आहेत.

मानसिक आरोग्य जपण्याकरीता कोरोना संबंधात बातम्या वाचणे, बघणे टाळाव्यात, फेसबुक पोस्ट वाचताना काळजी घ्यावी, नियमित व्यायाम, ध्यानधारणा, प्रार्थना, सकस आहार यामुळे येणारे सकारात्मक बाबीं याबाबात रुग्णासोबत बोलणे, मनोरंजनात्मक कार्यक्रम पाहणे, मन उत्साहित ठेवण्याकरीता घ्यावयची काळजी, अस्वस्थ वाटत डॉक्टरांशी मनमोकळ्या गप्पा मारणे का गरजेचे आहे, याबाबत माहिती देण्याचे कार्य करीत आहोत.

कोविड १९ महामारीच्या परिस्थितीमध्ये मृतदेह हाताळणेबाबत मार्गदर्शक सूचना समजावून सांगण्यापासून अंत्यविधीनंतर घ्यावयाची काळजी, खबरदारी याविषयी नातेवाईकांना मार्गदर्शन करणे शिवाय बेवारस, अनोळखी रुग्णांना मदत करणे, त्यांचे नातेवाईक शोधून काढून संपर्क करणे, मयत रुग्णांचे सामान नातेवाईकांना मिळवून देणे, बेवारस मयत रुग्णांच्या अंतिम संस्काराकरीता पोलिसांकडे पाठपुरवा करणे तसेच नातेवाईक नसलेल्या निगेटिव्ह रुग्णांच्या इतर आजारांच्या उपचारांकरीता

नॉनकोविड रुग्णालयात दाखल करुन घेणे अश्याप्रकारची रुग्ण व रुग्णालय प्रशासनास मदत करण्याचे कार्य सामाजिक कार्यकर्ता रुग्णालयात करीत आहेत.

कोरोना लसीकरण प्रक्रीयेत समज, गैरसमज दूर करून लसीकरण मोहीमेत सक्रीय सहभाग घेऊन रुग्णसेवा बळकट करण्यास वैद्यकीय / मनोविकृती सामाजिक कार्यकर्ता सक्रीय भूमिका बजावीत आहे. नातेवाईकांशी प्रत्यक्ष संपर्क येत आहे, तरीही आपल्या जीवाची पर्वा न करता पण योग्य ती काळजी घेऊन सामाजिक कार्यकर्ता कोविड योद्धा म्हणून आपली भूमिका बजावीत आहे.

कोविड योद्धांचे योगदान

डॉ. श्रृती शेळके

२०२० हे वर्ष कोरोनाच्या उद्रेकाने गाजला तर २०२१ हे आता कोरोनाच्या दुसऱ्या लाटेने त्रस्त आहे. गेल्या एक वर्षापासून आरोग्य व्यवस्था अतोनात प्रयत्न करत आहे. कित्येक डॉक्टर, नर्सेस व कोरोना काळात सेवा देणाऱ्या लोकांचा जीव गेला.

२०२१ च्या फेब्रुवारी अखेर दुसऱ्या लाटेने धडक मारली. यामध्ये रुग्णांना दाखल करून घेणे म्हणजे अत्यंत कठीण काम होते. मागच्या लाटेच्या तुलनेने या लाटेमध्ये ऑक्सीजन लागणाऱ्या रुग्णांची संख्या जास्त आहे. तरुण वर्ग यामध्ये प्रामुख्याने सहभागी आहे. कोरोना विषाणूमध्ये झालेल्या बदलांमुळे या लाटेत प्रत्येक वयोगटाचा रुग्ण आढळतोय. या दुसऱ्या लाटेत आमच्या रुग्णालयात देखील रुग्णांना दाखल करून घेतांना थोडा त्रास झाला. रुग्णांची संख्या एखादया जंगलाने पेट घ्यावा तशी वाढत होती. मी गेल्या कित्येक महिन्यापासून अतिदक्षता (I.C.U.) मध्ये काम करत आहे. याच दरम्यान माझ्या आजोबांना कोरोना झाल्यामुळे त्यांची परिस्थिती देखील गंभीर होती. ड्यूटी आणि आजोबा यामध्ये खूप तारांबळ उडत होती. अनेकदा रुग्णांना बघून स्वत:चा मानसिक धीर सुटायचा. यासर्व काळात आजोबांना गमावले आणि काही दिवसात मला देखील कोरोनाची लागण झाली. मात्र योग्य ते उपचार घेऊन मी १५ दिवसात ड्यूटीवर रुजू झाले.

प्रत्येक ५-१० मिनिटला येणारे रुग्ण बघून हतबलता यायचीच तसेच बाहेरच्या विदारक स्थितीचा अंदाज यायचा. रुग्णसंख्या भरपूर असल्याने दाखल कुठे करावे हा प्रश्न असायचा. अशावेळी शेवटच्या क्षणी केलेले जुगाड आठवले की आजही स्वत:चे कौतुक वाटते. मला आठवत नाही त्या ६/१२ तासाच्या ड्यूटीमध्ये मी १० मिनिट सुद्धा शांत बसले असेल. सतत एका वॉर्डमधून दुसऱ्या वॉर्डमध्ये पळणे चालू होते. I.C.U. मधील चित्र अत्यंत विदारक होते. अतिशय गंभीर स्थितीला नातेवाईकांनी रुग्णांना दाखल केल्यामुळे रुग्णांना I.C.U. मधून बाहेर काढणं खरचं खूप मोठं ध्येय होत. I.C.U. मध्ये जागा उपलब्ध नसल्या कारणाने आम्ही आमच्या रुग्णालयात तळमजलाला असे रुग्ण दाखल करतो, ज्यांना I.C.U. ची गरज आहे. जेणेकरून योग्य ते उपचार दिले जातील. याच वॉर्डमध्ये रात्री एक वाजता एक रुग्ण अत्यंत गंभीर झाला. शरीरातील ऑक्सिजन ५० पर्यंत आलेला. नातेवाईक प्रचंड आशेने मला बघत होते. त्याला लवकरात लवकर शक्य ती गरजेची इंजेक्शन दिली. Portable Bipap म्हणून जे मशीन असते त्यावर घेतले. या दरम्यान तो रुग्ण प्रचंड घाबरलेला होता. त्याला मी १५ मिनिट तिथेच थांबून त्याचा धीर वाढवला. त्याचा ऑक्सिजन ७५ वर जसा आला तसा मी I.C.U. मध्ये कुठे जागा होऊ शकते का हे बघायला गेले. दुसऱ्या बऱ्यापैकी चांगल्या असलेल्या रुग्णाला हलवून याला I.C.U. मध्ये दाखल केले. त्याच्याशी सतत बोलत राहिले आणि थोड्या वेळात त्याने ९० ची ऑक्सिजन पातळी गाठली. त्याच दिवशी पालघर वरून एक Ambulance एका रुग्णाला घेऊन आली. सोबत त्या रुग्ण बाईचा मुलगा, जेमतेम १० वी पास झालेला व नवरा होता. तो सतत तिला डोळे उघड असं बोलत होता. तिला जाऊन तपासला असता तिचा रस्त्यातच मृत्यु झालेला होता. त्याला आपली आई आता नाही आहे हे कस सांगाव, हा मोठा प्रश्न होता. एका डॉक्टरच्या आयुष्यात असे अनेक कठीण प्रसंग येतात जिथे कुठेतरी भावनिक स्तरावर द्वंद्व चालू असते.

दुसऱ्या दिवशी I.C.U. मध्ये एका सिस्टरचे पती अचानक गंभीर झाले. ऑक्सिजन पातळी ४० पर्यंत आली. सिस्टर शेजारी उभी राहून सतत 'श्री स्वामी समर्थ' चा जप करत होत्या. मी देखील त्याला घाबरु नकोस, तू बरा होशील, डोळे बंद करू नये, असा दिलासा देत होते. सर्व गरजेची इंजेक्शन देऊन देखील ऑक्सिजन ६० च्या वर जात नव्हता. पुढील काही क्षणात त्याला (Incubate) छातीत नळी टाकली मात्र त्याची स्थिती बघता तो वाचणार नाही हे सांगण्यासाठी मन घट्ट करणं गरजेचं होता त्यादिवशी मी विज्ञान आणि अध्यात्माची चालू असलेली स्पर्धा बघितली; थोड्या वेळात सिस्टरांची किंकाळी ऐकून मनात एकदम चररर् झाले.

सर्व भयावह परिस्थिती बघून इतकं वाईट वाटायच; सर्वोतोपरी उपचार करून देखील रुग्ण गमावल्यावर रात्र-रात्र झोप

लागायची नाही. एक दिवस मी विचार केला, की मी काय करू शकते अजून शेवटी आता कठोर बनून; प्रसंगी मृदू होऊन काम करायचा ठरवले. पुढच्या ड्युटीमध्ये संपूर्ण I.C.U. विभागाचा ताबा परत माझ्याकडे आला. मधल्या काळात आमचे बरेच डॉक्टरांना कोरोनाची लागण झाल्याने कमी संख्येत देखील उत्तम सेवा देण्याचा प्रयत्न करत होतो. थोड्याच दिवसात I.C.U. मधील बरेच रुग्ण सुधारणा दाखवू लागले. २४ तास दिल्या जाणाऱ्या देखरेखीमुळे बरेच रुग्ण I.C.U. मधून बाहेर आले. I.C.U. मधील रुग्णांना माझी इतकी सवय झालेली की मी, दिसले की ते लगेच हाताने खुणवून मला बोलवायचे एकाने तर एकदा मला माझे नाव विचारले व फोन नंबर मागितला. का हवं, असे विचारल्यावर तो बोलला, मला काही त्रास झाला तर मी डायरेक्ट तुम्हाला फोन लावेल. हे ऐकून मला थोड हसूही आले आणि त्याचं कौतुकही वाटले. याच I.C.U. मधून आम्ही गीतादेवी, संजय,प्रकाश, सुभाष, सुरेखा, गंगाधर, फुलेना असे एक कित्येक रुग्ण वॉर्डना हलवले; तेही व्यवस्थित बरे होऊन गेले यासारखी आणि यापेक्षा दुसरी डॉक्टरसाठी अभिमानाची गोष्ट असू शकत नाही!

डॉ. शिंदे, आमचे वरिष्ठ फिजिशिअन नेहमी सांगतात की, I.C.U. मधील शक्य तितक्या रुग्णांना जरी आपण पूर्णपणे ठीक करू शकलो तर त्यामुळे त्या कुटुंबामध्ये खूप बदल घडतो; भावनिक व मानसिक पातळीवर डॉ. मुळीक (सर्वात वरिष्ठ व अनुभवी फिजिशिअन), डॉ. शिंदे, डॉ. मैथिली असे निष्णांत डॉक्टर; यांच्या मार्गदर्शनामुळे कित्येक रुग्ण आज हसत-खेळत घरी गेले आहेत. आमच्या हॉस्पिटलचे जिल्हा चिकित्सक डॉ. कैलास पवार यांनी वेळोवेळी रुग्ण हिताचे निर्णय घेतले व कधीही कुठल्या गोष्टीची कमतरता भासू दिली नाही. आलेल्या प्रत्येक रुग्णाला दाखल करून घ्या अशी त्यांची निस्वार्थ सूचना होती! या सर्वामध्ये रुग्णालयाचा नर्सिंग स्टाफ देखील तितक्याच जोमाने गेल्या एक वर्षापासून अहोरात्र सेवा देत आहे. इतर वॉर्डमध्ये काम करणारे डॉक्टर देखील तितक्याच जोमाने काम करत आहेत. सिव्हील हॉस्पिटल सारखी डॉक्टरंची टीम क्वचितच कुठे सापडेल!

या लेखनाच्या माध्यमातून मला एकचं सांगणं आहे की कोरोनाला घाबरु नका, मात्र लक्षणं जाणवल्यास हलगर्जीपणा करू नका. वेळीच उपचार घ्या. लस घ्या! मास्क वापरा! थोड्या दिवसात लॉकडाऊन उठेल. कदाचित रुग्ण संख्या परत वाढेल. तेव्हा वेळीच सावध व्हा. काळजी घ्या. यातच शहाणपणं आणि काळाची गरज आहे.

कर्तव्यदक्ष अधिकारी

श्री. संभाजी पवार,
संरक्षण अधिकारी, वसई. जिल्हा पालघर

कोविड १९ महामारीने संपूर्ण जगात थैमान घातले होते. सर्वांकरीता लॉकडाऊनचा काळ असला तरी सरकारी अधिकारी म्हणून आम्हाला सरकारी कामं करणे गरजेचे होते, शिवाय घरगुती हिंसाचाराच्या केसेस याकाळात अधिक प्रमाणात दाखल झाल्या होत्या.

या काळात काम करताना अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागले.

परिवारात कोरोना पेशंट असतांना देखील Duty यशस्वीपणे पार पाडली. आपण प्रवास करतो, लोकांच्या सहवासात राहून काम करीत आहोत, मनात तर भीती होतीच की, आपल्यामुळे कुटुंबातील कोणालाही कोरोनाची लागण होऊ नये. आमच्या विभागातील काही कर्मचारी वर्ग कोरोनाने संक्रमित झाले आणि काही जणांना आपल्या परिवारातील व्यक्तींना गमवावे लागले.

असो, पण तरीही प्रत्येक कर्मचाऱ्याने एकनिष्ठतेने आपले कर्तव्य मनापासून बजावले. कौटुंबिक हिंसाचार कायदा २००५ नुसार एका केस मध्ये लहान मुलीला शस्त्रक्रियेसाठी तिचे वडील सही देत नव्हते व 'मुलीला मरू दे' असे वारंवार बोलत होते, अशावेळी संरक्षण अधिकारी (Protection Officer) म्हणून मी वसई कोर्टात केस दाखल करून मुलीच्या ऑपरेशनसाठी ऑर्डर पास करून घेतली आणि मुलीचे ऑपरेशन यशस्वी रित्या पार पडले. घरगुती हिंसाचाराच्या अनेक पिडीतांना मदत केली.

धन्यवाद!

Silver Innings Humanitarian Effort for Corona Pandemic

The best way to find yourself is to lose yourself in the service of others - Mahatma Gandhi

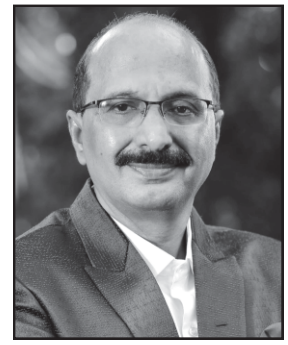
"We all live life as we want, but in facing a situation where we are helpless, in times of distress, we not only find ourselves struggling but we also hear others around us crying for help. In these times of pandemic, our heart bleeds, our humanity comes alive and we at Silver Innings try to be human with small acts of kindness" - Sailesh Mishra, Founder, Silver Innings.

"When our Nation is suffering, it is our duty and responsibility to stand together with empathy for humanity" – Sailesh Mishra

"Situations seem to happen to people, but in reality, they unfold from deeper karmic causes. The universe unfolds to itself, bringing to bear any cause that needs to be included. Don't take this process personally. The working out of cause and effect is eternal. You are part of this rising and falling that never ends, and only by riding the wave can you ensure that the waves don't drown you". -Deepak Chopra.

Last year, 2020, during the pandemic lockdown, we at Silver Innings started 'Mission Feed Hungry' in Mira Bhayandar in association with like mined people and formed a 'WE GROUP'. Through this group we distributed one month dry ration (Grocery) to around 20,000 thousand families including daily wage earners, senior citizens, transgenders, migrant workers, old age homes, tribals, animal welfare institutions, orphanages, widows and so on, at Mira Bhayandar, Vasai, Virar, Nalasopara, Wadala, Malvani, Dharavi, Dongri, Palghar and Ulhasnagar.

We did not stop here, but supported 3500 migrant workers 800 transgenders, 50 families of Nepal, to police at Mira Bhayandar and Nalasopara with water bottles, food packets, biscuits 500 sensitization kits and food packets We distributed more than 300 sensitization kits to Vasai Virar Municipal Corporation Sanitation staff, We donated 3289 Pads to Padsquad for underprivileged women and girls, Provided medicine, home food to Seniors



We ran crowd funding amounting to Rs. 4.5 lakh scholarship for the girl child of single mothers,and a needy student for her MS in Audiology for children we distributed 97 Diwali Goody Bags with creative, Art and Craft materials to ZillaParisad School at Nalasopara West, to help children staying at home. We donated 2 Computers to ZP School at Nalasopara / Virar west.

Once again this year 2021 we are going through the sufferings of a second wave of Corona Pandemic and Lockdown. Infact this 2nd wave has hit us hard and our Silver Innings Team is in Action for love of humanity. As per the need of this time we have launched 4 Programs. **Mission Food Donation, FeedIndia Mission 5000,**raising 5crores to provide free oxygen concentrates in the most affected parts of India, **Mission Senior Citizen**. I love what I do and my Mother's golden words are my guiding pathway 'Forget yourself for others, and others will never forget you' – Sailesh Mishra, Founder Silver Innings**.**

Silver Innings is working towards creating Elder Friendly World where Ageing becomes a Positive and Rewarding Experience.

कोरोना (Covid-19) संसर्ग काळात आयसीडीएसचे योगदान

सौ. योगिता डांगे,
बाल विकास प्रकल्प अधिकारी (प्रकल्प वसई-२)

सध्या जगभरात करोना विषाणूच्या साथीने थैमान घातले आहे. या साथीमुळे अनेक लोक मृत्युमुखी पडत आहेत, अनेकांचे संसार उद्ध्वस्त होत आहेत. आज या साथीच्या रोगातून मार्ग काढण्यासाठी अनेक प्रयत्न युद्धपातळीवर सुरू ओहत. या साथीच्या रोगांमुळे अनेक समस्या निर्माण होत आहेत जसे की, आर्थिक, सामाजिक, शैक्षणिक.... यापैकी एक समस्या म्हणजे कुपोषण. एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना वसई अंतर्गत बाल विकास प्रकल्प अधिकारी, मुख्य सेविका, अंगणवाडी सेविका या मोठ्या प्रमाणात कुपोषणावर काम करीत आहेत. कोरोना काळात काम करताना लॉकडाऊनच्या चौकटीत राहून काम करण्याचे आव्हान प्रकल्प समोर होते. पहिल्या लाटेच्या सुरुवातीला कामकाज करणे इतके सोपे नव्हते. करोना काळात सोशल डिस्टंसिंग पाळून, मास्क वापरुन, गर्दी न करता तळागाळात काम करणे हे आव्हानात्मक होते. अशाप्रकारे असं काम करावे लागेल अशी साधी कल्पना देखील कोणी केली नव्हती. कोरोना म्हणजे Covid-19 विषाणू संदर्भात व गावातील लोकांमध्ये खूप समज गैरसमज होते, पण त्यातून गावातील व पाड्यातील लोकांना मार्ग दाखवणे इतके सोपे नव्हते. अशा वेळी अंगणवाडी सेविका यांना सक्षम करण्यासाठी प्रकल्प स्तरावर शासनामार्फत आलेले मार्गदर्शन माहितीपत्रके, वेगवेगळे व्हिडिओ, याद्वारे मुख्य सेविका यांना प्रशिक्षण दिले गेले. त्यानंतर मुख्य सेविका मार्फत अंगणवाडी सेविका यांना प्रशिक्षण दिले गेले. हे प्रशिक्षण घेताना अनेक अडचणी निर्माण झाल्या. जसे की, लॉकडाऊनच्या काळात अंगणवाडी सेविका यांच्या सभा घेणे अशक्य होते. अशावेळी कॉन्फरन्स कॉल व व्हिडिओ कॉल या मार्फत मुख्य सेविका यांनी अंगणवाडी सेविका यांचे प्रशिक्षण घेतले. कोरोना संसर्गाविषयी जनजागृती करणे खूप आवश्यक होते. यासाठी Covid-19 चे टेस्टिंग होऊन लोकांना विलगीकरण कक्षात ठेवणे आणि त्यासाठी लोकांना तयार करणे, हे महत्त्वाचे काम होते. आरोग्य विभाग, आयसीडीएस आणि ग्रामपंचायत यांचा समन्वय साधून अंगणवाडी सेविका यांनी गावातील व पाड्यातील सर्वेक्षणाचे काम पूर्ण केले. आशा प्रकारे 'माझे कुटुंब माझी जबाबदारी' हे अभियान अंगणवाडी सेविका आणि आशा वर्कर यांनी यशस्वीरीत्या राबवले. हे सर्वेक्षण करत असतांना अंगणवाडी सेविका आणि आशा वर्कर यांनी तळागाळातील लोकांना साबणाने वारंवार होत धुणे तसेच मास्कचा किंवा रुमालाचा नियमित वापर करणे, सोशल डिस्टंसिंग पाळणे हे महत्वाचे मार्गदर्शन केले.

सर्वेक्षण करत असाताना अंगणवाडी सेविका आपले नेहमीचे कामकाजदेखील पूर्ण करत होत्या बालकांचे वजन घेणे, मातांना गृह भेट देणे, गरोदर व स्तनदा मातांना वेळोवेळी मार्गदर्शन करणे, लाभार्थ्यांच्या घरी भेटी देणे, अंगणवाडीत येणाऱ्या आहाराचे नियमितपणे वाटप करणे अशी अनेक कर्तव्यदक्ष कामे सेविका प्रकल्पाच्या मार्गदर्शनाखली करीत आहेत. ज्या ठिकाणी कंटेनमेंट झोन होते अशा मातांना व्हाट्सअप कॉल करून मार्गदर्शन केले व त्यांना येणाऱ्या अडचणी समजावून घेऊन त्या निवारणे अशा पद्धतीने देखरेख करण्यात आली. आयसीडीएस मध्ये तीन ते सहा वयोगटातील बालकांचे पूर्व शालेय शिक्षण हा देखील महत्त्वाचा विषय असून त्याची अंमलबजावणी होणे आवश्यक होते. यासाठी पालकांचे अंगणवाडी स्तरावर व्हाट्सअप ग्रुप बनवले गेले. अंगणवाडी सेविका मदतनीस यांनी पूर्वप्राथमिक शिक्षणाचे स्वत: व्हिडिओ बनवले व ते ग्रुपवर पाठवून पालकांना मुलांचे शिक्षण घेण्यासाठी प्रवृत्त केले.

कोरोनाची दुसरी लाट आल्यावर मात्र सर्व ठिकाणी हाहाकार उडाला आणि मृत्यूच्या संख्येत अचानक वाढ झाली. यावेळी काही पालकांचे कोरोनामुळे मृत्यू झाले. बालकांच्या डोक्यावरचे छत्र हरपले. या बालकांचे पालकत्व शासनाने स्वीकारले आहे आणि महिला व बाल विकास विभागातर्फे दोन्ही पालक गमावलेल्या मुलांच्या नावे पाच लाखाची मुदत ठेव एक एकल पालकांना बालसंगोपन योजनेतून मदत अशी योजना सुरू करण्यात आली. या योजनेचा लाभ बालकांना मिळावा यासाठी अंगणवाडी सेविकेच्या माध्यमातून आयसीडीएस विभागाकडे माहिती प्राप्त झाली आहे आणि पुढील कार्यवाहीसाठी ही माहिती बाल संरक्षण कमिटीकडे देण्यात आली आहे. अशा प्रकारे विविध विभागांसोबत समन्वय साधून आयसीडीएसचे कोरोना काळात काम काज चालू आहे आणि असेच चालू राहील.

कोविड योद्धांचे योगदान

''लढू या सर्व मिळून आपणही, तत्वे सर्व त्यासाठी पाळू.
लसीकरण करू, मास्क लावू, वारंवार हात धुवू,
एकत्र येणे टाळू''

वरील चतुसुत्रीचे पालन करून गेले वर्षभर मी कोवीड वॉर्डमध्ये रुग्णसेवेचे काम करीत आहे. कोरोना काळात रुग्णालयात सेवा देताना खूप अडचणींना सामोरे जावे लागले. ऐन उन्हाळ्यात पीपीई किट घालून काम करणे एक दिव्यच होते. खूप थकवा यायचा, चक्कर यायची, पण तरीही रुग्णसेवा देण्याचा निर्धार पक्का होता. कोविड वॉर्डमध्ये भयावह शांतता असायची. प्रत्येक रुग्ण मनातून घाबरलेला असायचा. त्यांना गोळ्या, औषधे देणे, रुग्णांना मानसिक आधार देणे, योगासनं करण्यास प्रोत्साहित करणे, रुग्णांना जेवण देणे, वयोवृद्धांना भरविले, रुग्णांना व्हिडिओ कॉल लावून देणे यात समाधान मिळाले. मृत्युसमयी फक्त आम्हीच त्यांच्या सोबत, नातेवाईक शव स्वीकारण्यास तयार नसायचे, वस्तू घ्यायचे नाहीत. त्यावेळी ही विदारक स्थिती नकोशी वाटायची. जीवन हे क्षणभंगूर आहे त्यामुळे येणारा प्रत्येक क्षण आनंदाने जगायचे हे मी ह्या परिस्थितीतून शिकले.

''रुग्णसेवा हीच ईश्वरसेवा, स्वार्थातून परमार्थ साधला जाणारा एकमेव मार्ग म्हणजे परिचारिका असणं.''

सौ. तन्वी शैलेश मोरे

परिसेविका, वि. सा. सामान्य रुग्णालय, ठाणे

* * * * *

कोरोना वार्डमध्ये ड्युटी करण्याचे आदेश मिळाले. क्षणभर खूप भिती वाटली, संपूर्ण कुटुंब डोळ्यासमोर उभे राहिले, पण क्षणभरच! पुढच्या क्षणी मी कामावर हजर होण्यासाठी निघाले. कर्तव्य श्रेष्ठ असते या जाणीवेनेच मनाचा भार हलका झाला. अंगावर किटरुपी चिलखत चढवले आणि कोरोना वार्डात हजर झाले. कोरोनामुळे घरी जाणे शक्य नव्हते, हॉटेलमध्ये राहण्याची सोय करण्यात आली होती. घरात मुले, आजारी पती ह्यांना सोडून राहणे कठीण होते. रात्ररात्र झोप लागत नव्हती. पण कर्तव्यापुढे सारे फिके वाटत होते. शेवटी ज्याची भिती होती तेच झाले. मुलगी, पती व मला कोरोनाची लागण झाली. आम्ही सगळे सिव्हील हॉस्पिटलमध्ये ॲडमीट झालो. बरे झाल्यावर सात दिवस हॉटेलवरच कॉरंटाईन झाले आणि डोळ्यासमोर होणारे मृत्यू पाहून मन भयभीत होते. तरीही न घाबरता, स्वत:च्या जीवाची, कुटुंबाची पर्वा न करता कोरोनाचे निर्मुलन करण्यासाठी आम्ही अहोरात्र झटत राहू.

श्रीमती विजया ज्ञानेश्वर पिंगट

अधिपरिचारीका, वि. सा. सामान्य रुग्णालय, ठाणे

* * * * *

कोरोना काळात परिचारिका म्हणून कर्तव्य बजावण्याकरीता घर, संसार, आई-वडिलांना सोडून, विशेष म्हणजे मी माझ्या दोन वर्षाच्या मुलांला नऊ महिने माझ्या शेजारी पाळणा घरात ठेवले. एक वेळ अशी आली की, माझा मुलगा मला आई म्हणून ओळखत नव्हता. तरीही आपले देशाप्रती आणि माणुसकी म्हणून असलेले कर्तव्य निभावण्याकरीता करोना विषाणुंशी लढायला निघालो होतो की, जो नुसत्या डोळ्यांनी दिसतच नाही. PPE किट घालणे म्हणजेच एक दिव्यच, ही किट घालून आठ तास, बारा तास ड्युटी करणे आणि त्यावेळात काहीच खाऊ पिऊ शकत नाही. ह्या किटमुळे शरीरभर घामाच्या धारा, कपडे ओले चिंब आणि तहान लागली तर पाणीही पिऊ शकत नाही. किट काढल्यानंतर शरीरावर पुरळ, चट्टे येणे, खाज येणे हे सर्व त्रास सहन करावे लागतात, शिवाय चक्कर येणे, जीव गुदमरल्यासारखे वाटणे आणि अशक्तपणा यांना सामोरे जावे लागले.

पण काहीही झालं तरी आपली ड्युटी प्रामाणिकपणे करायची एवढं मनाशी पक्कं ठरवलेलं आहे.

हे रुग्ण आपल्या घरच्यांपासून खूप दिवस दूर असतात. त्यांना एकटेपणा वाटू नये, त्यांचे मनोबल वाढावे याकरीता प्रयत्न करीत होतो. जेवढे सण, समारंभ साजरे करता येतील त्यांच्या सोबत ते करण्याचा प्रयत्न केला. रुग्ण बरे होऊन घरी जाताना एक सुखद आनंद मनाला मिळत होता, शिवाय कोणी जीव गमावला त्याचे अपार दु:खही होत होते.

बऱ्याच माझ्या सह कर्मचाऱ्यानी आपले खूप जवळचे नातेवाईक गमावले तरीही सारं दु:ख बाजूला सारून पुन्हा रुग्णसेवेसाठी सज्ज झालेले पाहिले आहे.

श्रीमती भाग्यश्री बारटक्के

अधिपधारीका, वि. सा. सामान्य रुग्णालय, ठाणे

* * * * *

कोरोना काळात परिचारीका म्हणून कोविड वार्ड कर्तव्य बजावत असताना खूपच विदारक अनुभव आले. कोविड वार्डात जेव्हा बाळंतपणासाठी आलेली महिला जेव्हा कोरोना संक्रमित असायची, तेव्हा खरी कसोटी लागायची. बाळाला संक्रमण होऊ नये म्हणून विशेष काळजी, तसेच बाळाची काळजी घेणे हे एक दिव्य होते. १० ते १५ दिवस बाळ व बाळंतिणीला सांभाळणे जिकरीचे होते.

आम्हाला अभिमान आहे या कोरोनारुपी संकटामध्ये जनतेचे प्राण वाचविण्याची संधी आम्हाला मिळाली तसेच शासनाने आमचा 'कोरोना योद्धा' म्हणून गौरव केला.

श्रीमती जयश्री शिंदे

परिचारिका, वि. सा. सामान्य रुग्णालय, ठाणे

* * * * *

कोविड १९ ही जागतिक महामारी एक रुग्णालयीन जबाबदारी ठरली आणि रुग्णालयाच्या पाठीचा कणा म्हणाविणाऱ्या परिचारिकांनी ही जबाबदारी कर्तव्यनिष्ठेने उत्तमपणे पेलली असे म्हणण्यास हरकत नाही.

सुरुवातीच्या काळात रक्तपेढी विभागात कार्यरत असल्याने जास्तीत जास्त प्रमाणात रक्तसाठा करून ठेवण्यासाठी अनेक रक्तदान शिबीरे आयोजित केली व त्यातही सर्व नियमांचे पालन करून सर्व शिबीरे राबविणे ही तारेवरची कसरत ठरली.

नंतर कोवीड वार्डात रुग्णसेवा करताना मी स्वत:च कोरोना संक्रमित झाले आणि मला रुग्णालयात दाखल होऊन एक रुग्ण म्हणून अनुभव घेता आला, ज्यांचा उपयोग मी पूर्ण बरे झाल्यावर कोवीड वार्डातील रुग्णांना सेवा करताना झाला. मनात कुठलीही शंका न ठेवता केलेले कार्य मला स्वाभिमानाने मान उंचावत ठेवणारे आहे. असेच कार्य माझ्या हातून सदैव घडावे याकरीता मी प्रयत्नशील राहीन.

मला आणखी एका गोष्टीचा अभिमान आहे की माझ्या मुलालाही कोरोनाची लागण झाली, आणि बरे झाल्यावर त्याने प्लाझ्मा दान केले आणि आपल्या सामाजिक कर्तव्याची जाण ठेवली.

श्रीमती शिला भंडारे

अधिपरिचारिका, वि. सा. सामान्य रुग्णालय, ठाणे

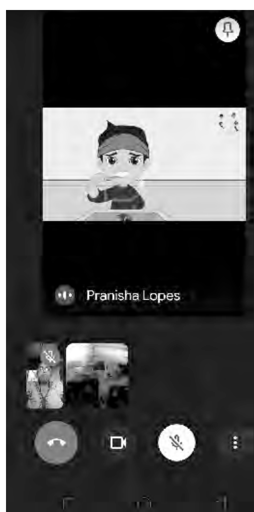
त्रैमासिक अहवाल

वस्ती कार्य

★ घरगुती हिंसा व प्रतिबंधक कायदा :-

शिवणसई, गिरीज आणि ठाण्यातील नेहरू नगर, वारली पाडा येथील महिला गटासोबत तसेच सख्य मध्ये फिल्डवर्क करीता असलेल्या निर्मला निकेतन, SNDT, मुंबई विद्यापिठाच्या विद्यार्थ्यांकरीता चर्चा सत्र घेतले.

★ समर कॅम्प : -



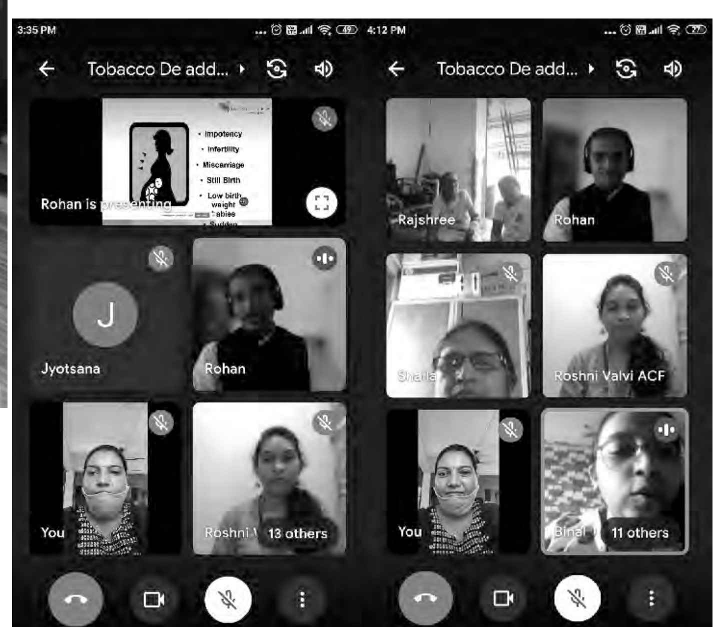
भदाणे पाडा, भीमडोंगरी, मांडवी, गास डोंगरी व ठाण्यातील नेहरू नगर येथील मुलांच्या गटासोबत क्रॉफ्ट मेकींग, टाकाऊतून टिकाऊ, खेळ आणि विविध उपक्रमाद्वारे विद्यार्थ्यांमार्फत समर कॅम्प घेण्यात आला, समर कॅम्प जरी ऑन लाईन पद्धतीन`असले तरी सर्व मुलांनी याचा आनंद लुटला.

★ चांगल्या सवयी :-

मुलांच्या गटासोबत ऑनलाईन पद्धतीने चांगल्या सवयी ह्या विषयांवर डॉक्यमेन्टरी, चर्चा आणि गोष्टीच्या माध्यमातून चर्चासत्र घेण्यात आले.

★ तंबाखू व्यसन व कर्करोग :-

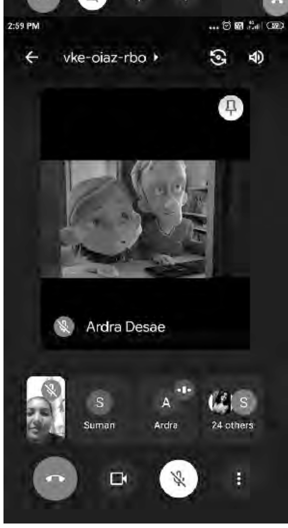
तंबाखूच्या सेवनाने अर्थात सिगारेट, गुटखा, मावा, तंबाखू, मशेरी यासारख्या पदार्थाच्या सेवनाचे व्यसन, त्यांचे दुष्परिणाम, त्यामुळे होणारा कर्करोग, त्याची लक्षणे याविषयी वस्तीतील लोकांमध्ये जाणीव जागृती करण्याच्या दृष्टीने एशिया कॅन्सर फाऊंडेशनच्या आणि सख्यच्या समन्वयाने डॉ. रोहन बारटक्के यांनी ऑनलाईन पद्धतीने मार्गदर्शन केले.



प्रशिक्षण कार्यक्रम

★ **केस कॉन्फरन्स सत्र :-**

सख्य संस्थेत अभ्यासाकरीता असलेल्या निर्मला निकेतन, मुंबई युनिर्वसिटी आणि SNDTच्या विद्यार्थ्यांकरिता कॉन्फरन्सचे आयोजन ऑनलाईन पद्धतीने करण्यात आले. ज्यामध्ये सख्यच्या समुपदेशक व वकीलांनी मार्गदर्शन केले. सख्यमध्ये येणाऱ्या पि़डितांना कशाप्रकारे मदत केली जाते, केसेस हाताळण्याची पद्धत, पोलिस स्टेशन व महिलांकरीता असलेल्या इतर विभागांमार्फत समन्वयाद्वारे केली जाणारी मदत, ठाणे सिव्हिल हॉस्पिटल मध्ये असलेले सख्यचे कार्य याची माहिती दिली.

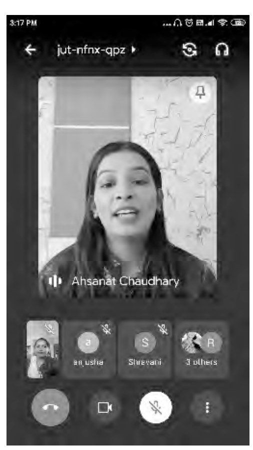


★ **सायबर क्राइम :-**

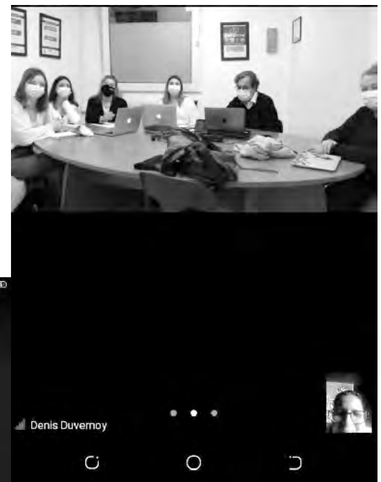
सख्य महिला मार्गदर्शन केंद्र व शेअर संस्था, यांचा समन्वयाने मुलांच्या गटासोबत ऑनलाईन पद्धतीने सायबर क्राइम विषयांवर प्रशिक्षणाची शृंखला राबविण्यात आली.

★ **व्यक्तिमत्व विकास व आर्कषक बायोडेटा :-**

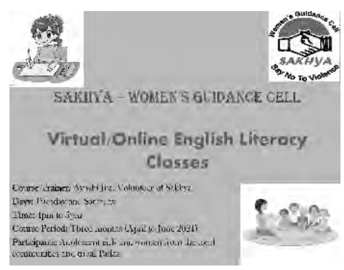
लॉकडाऊनच्या या काळात सख्यला अनेक वॉलेन्टीयर्सनी आपले योगदान दिले. त्यापैकींच एहसानतने आपल्या व्यस्त वेळातून थोडा वेळ काढून किशोरवयीन गटाच्या मुलींकरीता ऑनलाईन पद्धतीने प्रत्येकी दोन दिवस अशाप्रकारे ठाण्यातील व वसई असे व्यक्तिमत्व विकास व आकर्षक बायोडेटा याविषयावर मोलाचे मार्गदर्शन केले.



★ **विदेशी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन :-**



फ्रान्समधील LYCEE PROIFESSIONAL ET TECHNOLOGIES BELORME ह्या कॉलेजच्या विध्यार्थ्यांना सख्य व सख्यची कार्यपद्धती, सख्यकडे येणाऱ्या केसेस, केसेस हाताळण्याची पद्धत यासोबतच दोन्ही देशातील लिंग आधारीत भेदभाव, त्याचा महिलांवर होणारा परिणाम, हिंसा यावर अभ्यासपूर्वक चर्चा करण्यात आली.



★ **इंग्लिश साक्षरता कार्यक्रम :-**

वस्तींतील नेतृत्व गुण असलेल्या तसेच इंग्रजी बोलण्याची कला आत्मसात करु इच्छिणाऱ्या महिलांकरीता एप्रिल ते जुलै असा चार महिन्याचा इंग्लिश साक्षरता कार्यक्रम राबविला जात आहे. सख्यला लाभलेली आणखी एक वॉलेन्टीअर कुमारी आयुशी झा ने या कार्यक्रमाची पुर्ण जबाबदारी घेतली आहे. या कार्यक्रमात सहभागी झालेल्या ठाण्यातील व वसईमधील महिला या कार्यक्रमाचा आनंदाने पुरे पुरे उपयोग करुन घेत आहेत.

नर्सिंग विद्यार्थ्यां करीता कुटूंब आणि लग्नव्यवस्था / संस्कार ह्या विषयांवर चर्चासत्र घेण्यात आले.

कुटुंबासमवेत आनंदी जीवन कसे जगावे :-

कोव्हीड महामारीच्या काळात पोलिस कर्मचारी तसेच त्यांच्या कुटूंबीयांवर विशेष ताण आलेला आहे. ह्या परिस्थितीतही कुटूंबासमवेत आनंदी जीवन कसे जगावे ह्या विषयांवर वालिव पोलिस स्टेशन मधील कर्मचाऱ्यांकरीता मार्गदर्शन करण्यात आले.

संरक्षण :-

सख्यच्या वॉलेन्टीयर अंजली यांनी भीमडोंगरीच्या मुलींकरीचता स्वसंरक्षण कसे करावे ह्या विषयांवर ऑनलाईन प्रशिक्षण घेतले.

कामाच्या ठिकाणी होणारे महिलांचे लैंगिक शोषण व प्रतिबंधक कायदा :-

या अंतर्गत असलेल्या अंतर्गत तक्रार निवारण समितीच्या ऑनलाईन पद्धतीने मिटींग आणि प्रशिक्षण घेण्यात आले. ह्यामध्ये RESERVE BANK OF INDIA, MANOJ EXPO PVT. LTD. SASKAWA INDIA FOUNDATION, FIRKEE ASSESSORIES AND PVT LTD, Q & Q RESEARCH INSIGHT, MILES EDUCATION ह्यांच्या समावेश होतो.

सख्याच्या कार्यात विद्यार्थ्यांचे योगदान

★ **निर्मला निकेतन कॉलेज ऑफ सोशल वर्कच्या** विद्यार्थ्यांनी प्रशिक्षण मार्गदर्शिका, दिनदर्शिका तसेच फ्लॉशकार्ड

बनवून संस्थेला सुपुर्द केले. जेणेकरून संस्था हे माध्यम साहित्य म्हणून आपल्या चर्चासत्रात, प्रशिक्षण कार्यक्रमात उपयोगात आणू शकतो.

विशेष कार्यक्रम

★ **वर्धापन सोहळा व महिला दिन :**

कोवीड १९ ह्या महामारीने संपूर्ण विश्वाला हादरून सोडले आहे. संपूर्ण जग भयभीत असून सामाजिक दूरीकरण व शासनाने आखून दिलेल्या नियमांचे पालन करीत सख्य महिला मार्गदर्शन केंद्राचा ३४ वा वर्धापन दिनाचा सोहळा व आंतराष्ट्रीय महिला दिन उत्सव कुठेही गर्दी न करता ५ विविध वस्तीमध्ये पार पाडण्यात आला. दिनांक ८ मार्च रोजी गासडोंगरी विभागात महिलांनी उत्स्फुर्त सहभाग घेतला. महिला व मुलींनी सादर केलेल्या सांस्कृतिक नृत्याने संपूर्ण दिवसाची रंगत वाढविली. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी असलेल्या कार्डिनल ग्रेसेस मेमोरियल हास्पिटलच्या

जनरल मॅनेजर सौ. फ्लोरी डिमॉन्टी ह्यांनी स्त्रियांच्या आरोग्यावर भर देत जीवनाकडे महिलांनी सकारात्मक दृष्टीकोनातून पाहण्याची गरज आहे. तसेच समाजात स्त्री-पुरुष समानता कशी राखता येईल याबद्दल विचार मांडले तर कांता फाऊंडेशनच्या विभा देसाई यांनी उद्योगातून आर्थिक सबळता व महिला सक्षमिकरण ह्याविषयी विशेष भाष्य केले. तर सौ. रंजना चावरे ह्यांनी स्वत:चे अनुभव कथन करत लिंग समानता, स्वत: व कुटुंबात अनुकूल बदल करून तटस्थ निर्णय क्षमतेवर मार्गदर्शन केले.

दिनांक १० मार्च रोजी वाघोलीतील भादाणे पाडा येथील महिला व मुलींनी अतिशय आनंदात महिला दिन साजरा केला. ह्या कार्यक्रमाचे पाहुणे म्हणून वसई तालुक्यातील संरक्षण अधिकारी श्री. संभाजी पवार ह्यांनी स्त्री शिक्षणावर भर देत घरगुती हिंसाचाऱ्याच्या केसेस मध्ये त्यांची भूमिका स्पष्ट केली. तर महिला दक्षता समितीच्या सौ. रेजीना आल्मेडा, प्रमुख पाहुणे ह्यांनी महिला हिंसाचाराच्या बाबतीत महिला नेतृत्वाचे महत्त्व सांगितले आणि श्रीमती फिलोमिना फर्नांडिस ह्यांनी महिलांना मार्गदर्शन केले. लिंग समनतेवर आधारीत महिलांनी सादर केलेला फॅशन शो, बालपंचायतीने केलेली नाटीका व किशोरींच्या नृत्य अविष्काराने कार्यक्रमाला बहार आणली. १५ मार्च ला नालासोपारा पूर्वेकडील भीमडोंगरी येथील महिला दिनाच्या कार्यक्रमात आधार महिला मंडळाच्या सौ. कार्तिका गवळी ह्यांनी त्यांच्या आयुष्यात आलेल्या सर्व महिलांना धन्यवाद देत त्यांच्या यशाचे गमक सर्व महिलांना सांगितले. तर २६ मार्च रोजी मांडवी येथे महिलांनी महिला दिन साजरा करत कोरोना जाणीव जागृती केली तसेच कार्यक्रमाच्या अध्यक्षा सौ. सिसिलिया यांनी महिला नेतृत्वाची गरज, समाज सुधारणेच्या दृष्टीने महिलांचा सहभाग ह्यावर भाष्य केले, भारतीय आर्युविमा मंडळाच्या अधिकारी सौ. स्वाती प्रभूदेसाई यांनी बचतीचे नियोजनातून आर्थिक सुबत्ता व महिला सक्षमिकरणावर भाष्य केले. चैतन्य संस्थेच्या कार्यकर्त्यां सौ. प्रज्ञा पाटील ह्यांनी गावातील महिलांना त्यांच्या आयुष्यात आलेल्या संकटाला तोंड देत स्वत:चे अस्तित्व निर्माण करण्यासाठी कौतुक केले. तसेच ठाण्यातील नेहरू नगर येथील महिलांनी नृत्य, पथनाट्यच्या माध्यमातून महिला दिन साजरा केला. ह्या सर्व ठिकाणच्या कार्यक्रमात सख्यच्या संचालिका शैला क्रॉस्टो ह्यांनी महिला नेतृत्त्व, तटस्थ निर्णय क्षमता व सख्यच्या कार्याबाबत उपस्थितांना

मोलाचे मार्गदर्शन केले. सांस्कृतिक, कार्यक्रमासोबतच ह्या पाचही ठिकाणी लॉकडाऊन काळात स्वयंसेवक म्हणून वस्तीस्तरावर सख्यचे कार्य सुरू ठेवण्यात ज्यांनी नेतृत्व केले अश्या कुमारी ज्योत्स्ना दादोडा, कुमारी दिक्षा सदावर्ते, कुमारी सुश्मिता मोरे, सौ. श्रुतिका राऊत, सौ. रंजना गायकवाड ह्यांच्या कार्याची दखल घेत प्रमाणपत्र देऊन गौरविण्यात आले.

जागतिक महिला दिन :-

८ मार्च जागतिक महिला दिनानिमित्त वालीव पोलिस स्टेशन अंतर्गत पोलिस कर्मचारी व महिला दक्षता समितीच्या प्रतिनिधीं करीता आयोजित करण्यात आलेल्या कार्यक्रमात सख्यमार्फत

टिम वर्क ह्या विषयांवर कार्यशाळा घेतली.

तसेच महिला व बालकल्याण विभाग, पालघर जिल्हा, सखी One stop सेंटर मार्फत आयोजित महिला दिनाच्या कार्यक्रमात सख्यला प्रतिनिधीत्व करण्याची संधी मिळाली. तसेच व्यक्ती म्हणून लिंग समानता व समान न्याय ह्याविषयावर मत मांडून उपस्थितांना नेटी लोपीस ह्यांनी मार्गदर्शन केले.

कोविड १९ - आपत्ती प्रतिसाद

– कोरोना संक्रमण रोखण्याकरीता शासनाने टाळेबंदी जाहीर केली. आधीच मागील वर्षापासून बरेचसे मजुर बेरोजगार झाले

आहेत. अशावेळी थोडासा दिलासा म्हणून आपल्या परिसरातील १२ आदिवासींपाड्यातील गरजू ५३० कुटुंबाना धान्याचे वाटप केले.

– किशोर मुसळे चॅरिटेबल ट्रस्टच्या समन्वयाने नालासोपारा पुर्वेकडील २०० आदिवासीं कुटुंबाना ब्लॅन्केटस् वाटप करण्यात आले.

– २०० लोकांना मास्कचे वाटप करण्यात आले.

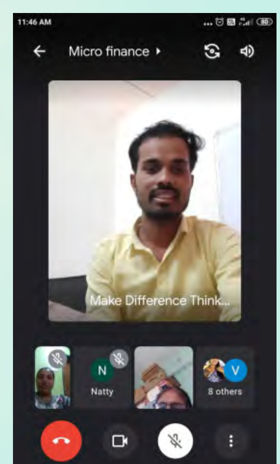
– कोरोनाची रोखथाम करण्याच्या दृष्टीने आयडीब्रो संस्थेच्या समन्वयाने १००० लोकांना साबणाचे तसेच हेल्पींग हेंड मार्फत टूथपेस्टचे वाटप केले गेले.

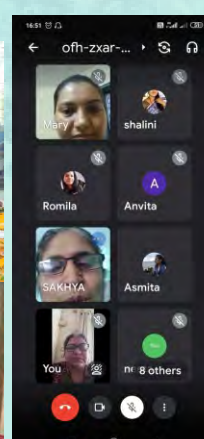
– REAP संस्थेमार्फत २० विधवामहिलांना लॉकडाऊन काळात उदरनिर्वाहकरिता १०००/- रु. त्यांच्या खात्यात जमा करण्यात समन्वय पद्धतीचा उपयोग झाला.

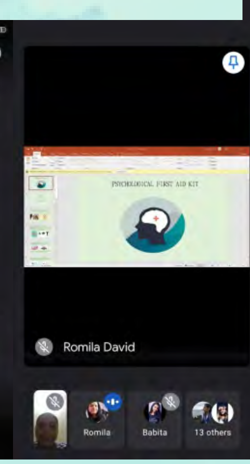
कर्मचारी क्षमतावृद्धी

–निर्मला इन्सिट्यूट मार्फत आयोजित केलेल्या मायक्रो फायनान्स, मातृसमिती, शेतकरी गट, वस्तीकार्य पद्धत या विषयांच्या ऑनलाईन कार्यशाळेत सहभाग.

– मानसिक ताण कमी करण्याचे प्रभावी हत्यार ह्या विषयांवर PPT च्या माध्यमातून सादरीकरण करून विद्यार्थीने घेतलेल्या कार्यशाळेत सख्यच्या सर्व कर्मचाऱ्यांचा सहभाग.







MOST PROMISING COMPANY OF THE YEAR!

RBL BANK

CNBC TV18 India Business Leader Awards - 2018

Some Of Our Important Accolades

INDIA TALENT MANAGEMENT AWARD
India Talent Management Award from CNBC Asia **(2017)**

ENTREPRENEUR OF THE YEAR AWARD
Vishwavir Ahuja recognized as 'EY Entrepreneur of the Year' in the Financial Services Category **(2016)**

GLOBAL GROWTH COMPANY AWARD
Recognized by World Economic Forum as a 'Global Growth Company' **(2014)**

BEST SMALL BANK AWARD
Business Today-KPMG Study Best Bank-Growth 2012-16 Best Small Bank 2017 **(2012 to 2017)**

FASTEST GROWING SMALL BANK AWARD
Business World Study India's Fastest Growing Small Bank **(2013 to 2017)**

RBL Bank is almost 75 year old, but only 7 years young in our current avatar. During this period, the bank has grown by almost 40 times in size and over 50 times in profits. We have put together a best in class institution to deliver best in class banking services, grounded on the principles of strong governance, best professional standards and an ethical value system. We are overwhelmed by the support and good wishes from all our stakeholders.

Thank You!

apno ka bank | RBL BANK

Call: 1800 123 8040 | **Visit:** www.rblbank.com | **Write:** customercare@rblbank.com
CIN L65191PN1943PLC007308