

rotarypuneshivajinagar.org

President Rtn Dr. Bharati Dole 98509 61770

ROTARY CLUB of Pune-Shivajinagar

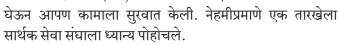
Secretary Rtn Sachin Joglekar 98331 12400 Editor Rtn Ann Shobhana Date 93722 59991

अध्यक्षीय मनोगत

नमस्कार मित्रमैत्रिणींनो.

रोटरी नवीन वर्षाचा एक महिना बघता बघता संपलासुद्धा ! दिवस कसे उडाले कळलंच नाही.

कामाला सुरवात तर INSTALLATION च्या आधीच झाली. एक जुलैला वारकऱ्यांना चष्म्याच्या फ्रेम्स देऊन, त्यांचे आशीर्वाद



त्याच दिवशी डॉक्टर्स डे व सीए डेच्या शुभेच्छा आपण सगळ्यांनी परिचित डॉक्टर्स व सीए यांना दिल्या. सुप्रसिद्ध डॉ. नीरज आडकर यांना मानपत्र देऊन आपली डॉक्टर्सप्रती असलेली कृतज्ञता व्यक्त केली.

३ तारखेला आपला इंस्टॉलेशन सेरेमोनी अगदी दिमाखात पार पडला. डिजिनी भरभरभरून कौतूक केले. आपण सगळ्यांनी मोठ्या संख्यने उपस्थित राहून शुभेच्या व सहकार्य दिले त्याबद्दल बोलायचे तर शब्द पूरे पडणार नाहीत!

आपला क्लब लगेच ACTION MODE मध्ये आला. छत्रछाया या आपल्या डिस्ट्रिक्टच्या उपक्रमाची सुरवात झाली. Literacy अंतर्गत उपक्रमाची सुरवात आपण दहावीच्या विद्यार्थ्यांना स्टडी अँप देऊन केली. माध्यमिक शाळेमध्ये इंटरॅक्ट इंस्टॉलेशन नेहमीप्रमाणे पारंपरिक पद्धतीने झाले. त्या आधीच आपण विद्यार्थ्यांसाठी व्यसनाधीनतेपासून सुटका या विषयी मार्गदर्शन सुरु केले.

आपले ॲनचे उपक्रमिह सुरु झाले. या वेळची एक विशेष गोष्ट म्हणजे इरा इनामदारने (अनिरुद्ध आणि मीनाची नातं) आपल्या खाऊच्या पैशातून आपटे मूक बिधर विद्यालयाच्या विद्यार्थ्यांना एक फळा व खाऊ दिला. वाढदिवस साजरा करताना तिच्या आजीआजोबांनी तिला सामाजिक जबाबदारीचे भान दिले ही कौतुकास्पद बाब आहे.

सामान्यतः आपण पहिला कार्यक्रम भक्तिरसाने किंवा नामसमरणाने करतो. या वर्षी ही सुरवात कीर्तनचंद्र श्रेयस बडवे यांच्या 'जावे संतांच्या गावा' या अतिशय सुंदर कार्यक्रमाने झाली. त्यानंतर अश्विनी कवीश्वर यांचा रामजन्मभूमी निर्माणामधील अनुभव कथनाचा कार्यक्रम झाला. आपल्या सगळ्यांच्या जिव्हाळ्याच्या हा विषय! त्यांचे व्याख्यान संपूच नये असे वाटत होते. अलौकिक व पारलौकिक असेच त्यांचे वर्णन सार्थ ठरेल

आपण कारगिल विजय दिवस मॉडर्न महाविद्यालयाबरोबर साजरा

केला. प्रत्येक वर्षी हा समारंभ वेगळ्याच उंचीवर जातोय. या उपक्रमाला प्रसिद्धीही चांगली मिळाली. या वर्षी दर महिन्याला आपण एक मीटिंग on line घेत आहोत. या वर्षीचा पहिली मीटिंग आपण सहवास क्लबबरोबर घेतली. या वर्षीचा पहिला कार्यक्रम आपण सहवास क्लबबरोबर केला. भारताचे पाकिस्तानमधील माजी उच्चायुक्त श्री अजय बिसारिया यांनी भारत पाकिस्तान संमंधांचे विविध पैलू उलगडत आपल्याला अगदी मंत्रमुग्ध केले. या महिन्यात डिस्ट्रिक्ट अवॉर्ड सेरेमोनी मध्ये आपल्या क्लबला ग्लोबल ग्रांट व शाळांच्या बस ड्रायव्हरचा मेडिकल चेक अप या उपक्रमांना बिससे मिळाली. जुलै महिन्यातील ही अतिशय आनंददायी घटना.

अशी वर्षाची सुरवात तर चांगली झाली. पण अजून खूप मोठा पल्ला गाठायचाय! picture काय trailer सुद्धा अजून बाकी आहे. अशाच जोमाने काम करत राहू या.!

आपली **डॉ.रो.भारती डोळे** अध्यक्ष

संपादकीय

इन्स्टॉलेशन पुश नंतर आम्ही जुलै चा पुश दुसऱ्या सोमवारी प्रकाशित करत आहोत. अर्थात आपले ठरल्याप्रमाणे हे अंक ई बुलेटीनच्या स्वरूपात असणार आहेत

प्रोग्रॅम रिपोर्ट प्रोजेक्ट रिपोर्ट आपल्या मेंबर्सच्या अचिव्हमेंट याबरोबर आम्ही थोडी माहिती

देण्याचा प्रयत्न करणार आहोत. यावर्षी आपल्या क्लबला चाळीस वर्षे पूर्ण झाल्यामुळे आपल्या सीनियर मेंबर्सच्या आठवणी अनुभव आपण प्रत्येक अंकात गोल्डन मेमरीज म्हणून देणार आहोत, नवीन मेंबर्स ला त्याचा नकीच भविष्यात उपयोग होईल आणि जुन्या मेंबर्सना त्या वाचून परत आनंद मिळेल रोटरी इन्फॉर्मेशन आर आय इन्फॉर्मेशन याच्याच बरोबर आपल्या आवडत्या पिकनिकची ही माहिती देत आहोत.

मला आशा आहे आपण नक्की अंक वाचून आपला अभिप्राय द्याल ॲन शोभना दाते.



पदग्रहण सोहळा

नेमेचि येतो मग पावसाळा कौतुक हे सृष्टीचे जाण बाबा च्या चालीवर वर्षा ऋतुच्याच महिन्यात नेमेचि येते नव रोटरी वर्ष यावर्षी त्याला जाद्चा स्पर्श

असं मला यावर्षी म्हणावसं वाटलं आणि सुचलं. खरंच दरवर्षी क्लबचा राजा बदलतो, त्याचं अष्टप्रधान मंडळ बदलतं आणि प्रजेसहित राज्यकारभार अव्याहतपणे सुरुच असतो.

आपल्या रोटरी क्लब ऑफ पुणे शिवाजीनगरची यावर्षीची अध्यक्ष डॉ.भारती डोळे, सचिव सचिन जोगळेकर आणि त्यांचे संचालक मंडळ यांचा पदग्रहण समारंभ यावर्षी ३ जुलै २०२४ रोजी हॉटेल क्लर्कस-इन इथे पार पडला. प्रातंपाल शीतल शहा, ऐजी हेमंत पुराणिक या प्रमुख पाहुणे आणि मान्यवरांनी कार्यक्रमाला शोभा आणली.



यावर्षी आपल्या रोटरी क्लब ऑफ पुणे शिवाजीनगरला ४० वर्षे पूर्ण होत आहेत. त्यानिमित्त क्लबच्या चार्टर्ड सभासदांचा सत्कार करण्यात आला. आपले ज्येष्ठ सभासद विनुभाऊ दाणी, अविनाश कुलकर्णी, यशवंतराव गोखले, आर.टी. कुलकर्णी, शिरिष क्षीरसागर यांचा समावेश होता. तसेच यावर्षी आपला क्लब एकांकिका स्पर्धेच्या २५व्या वर्षात पदार्पण करत आहे. त्यानिमित्त पीपी अच्युत गोखले यांचाही सत्कार करण्यात आला. सलग २५ वर्षी एखादी स्पर्धा भरवणे आणि यशस्वीपणे पार पाडणे हे सोपे काम नव्हे.

कार्यक्रमाच्या सुरुवातीलाच डॉ. भारती आणि शरद यांच्या कन्या आदिती, मुलगा आशिष, जावई, सून, नात माया या सर्वांनी व्हिडिओद्वारे अमेरिकेतून अध्यक्ष डॉ. भारती ला नवीन अध्यक्षीय वर्षासाठी शुभेच्छा दिल्या. सर्वांच्या बोलण्यातून आईविषयी विशेष अभिमान जाणवत होता. कार्यक्रमाला डॉ. भारती आणि शरद यांचे काही जवळचे नातेवाईक देखील आवर्जून उपस्थित होते.

तत्पूर्वी कार्यक्रमाची सुरुवात राष्ट्रगीत आणि रोटरी गीताने झाली. ॲन शिल्पा, नेहा, गिरिजा यांनी सुरेल आवाजात 'ऐका जरा अन् सामील व्हा' हे रोटरी गीत म्हटले. त्यानंतर मावळत्या अध्यक्षा डॉ. स्मिताताई यांनी उपस्थितांचे स्वागत करुन थोडक्यात गेल्या वर्षींचा आढावा घेतला. त्यांनी डॉ. स्मिताताई आणि डॉ भारती यांनी चार्टर व कॉलरची देवाणघेवाण केली आणि डॉ. भारतीने औपचारिकरित्या अध्यक्षपदाची सूत्रे हातात घेतली. डीजी शितल यांनी सर्व संचालकांचे



अभिनंदन केले आणि त्यांना पिन्स देण्यात आल्या. तसेच पुश आणि रोस्टरचे ही उद्घाटन झाले. नवनिर्वाचित अध्यक्ष भारतीने येणाऱ्या वर्षातील योजनांचा आढावा घेतला. मागील वर्षातील काही चालू प्रकल्प तसेच नवीन योजनांबद्दल माहिती दिली.

प्रांतपाल शीतल शहा यांनी आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील यावर्षीचा रोटरी थीम चा अर्थ त्यांच्या भाषणात समजावून सांगितला. मॅजिक ऑफ रोटरी या थीम अंतर्गत असलेले ४ स्टार म्हणजे – १) महिलांचा रोटरीतील सहभाग २) युवा वर्गाचा जास्तीत जास्त समावेश रोटरीत करणे ३) फाउंडेशन साठी जास्तीत जास्त सहाय्य, ज्यायोगे अनेक प्रकल्प देश विदेशात हाती घेता येतील आणि पार पाडता येतील आणि ४) अनेक यशस्वी प्रकल्पांमधून हे जग सुंदर बनवणे. अतिशय मोजक्या शब्दात, समर्पक आणि प्रभावी भाषण प्रांतपाल शीतल यांनी केले. त्यानंतर यावर्षी १ व २ फेब्रुवारी २०२५ रोजी होणाऱ्या प्रांतसभेची चित्रफीत ही दाखवण्यात आली आणि घोटवडे येथे होणाऱ्या प्रांतसभेचे आमंत्रण यावेळी शीतल यांनी केले.

संपूर्ण कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन पीपी ऋजुता देसाई ने केले. इव्हेंट टीम सपोर्ट ग्रुप या सगळ्यांनी आणि अर्थातच आलेल्या सर्व सभासदांनी कार्यक्रम यशस्वी होण्यासाठी हातभार लावला. स्वादिष्ट व रुचकर भोजनाने पदग्रहण समारंभाचा समारोप झाला.

अध्यक्ष डॉ. भारती, सचिव सचिन आणि संचालक मंडळाला संपूर्ण क्लबर्तर्फे मन:पूर्वक शूभेच्छा देते आणि थांबते.

श्भम् भवत्! धन्यवाद.

रो. अश्विनी अंबिके

क्लब मिटींग रिपोर्टस्

चला संतांच्या गावी

पंढरीची वारी करील जो कोणी, त्याच्या मागेपुढे चक्रपाणी ।। सध्या पंढरीची वारी चालू आहे. पंढरीची वारी म्हणजे 'मी पण गळून जाण्याचा सोहळा.' आणि अश्या सुसमयी दि. ८ जुलै रोजी सोमवारी, आपल्या क्लब मध्ये ह.भ.प. कीर्तनचंद्र श्रेयसजी बडवे आले होते.

श्रेयसजी यांनी पुणे विद्यापीठाची एम.ए.संस्कृत पदवी तसेच पत्रकारीतेचिही पदवीका मिळवली.

युवा भागवतकार तसेच रामायणकार म्हणून आज पर्यंत श्री क्षेत्र शुकताल (श्रीमद्भागवत कथन भूमी) येथे ६ वर्षे तसेच द्वारका, वृंदावन अशा अनेक पावन तीर्थक्षेत्री श्रीमद् भागवत कथन केले आहे. तसेच भगवान रामचंद्र यांच्या पावन स्पर्शाने पुनित झालेली भूमी चित्रकूट येथे तरुणांसाठी रामकथा सादिरकरण केले आहे. श्रेयसजी वयाच्या आठव्या वर्षापासून कीर्तन सेवेत आहेत. त्यांचे कीर्तनाचे शिक्षण- घरीच वडील कीर्तनरंग मिलिंद बडवे यांचेकडे चालू आहे. तसेच करवीर पीठाधिश शंकराचार्य विद्याशंकरभारती यांचे विशेष मार्गदर्शन त्यांना लाभले आहे.





आज पर्यंत महाराष्ट्र व महाराष्ट्राबाहेर त्यांची ३००० वर कीर्तने झाली आहेत. उज्जैन येथे कीर्तनचंद्र ही पदवी, हरीकीर्तनोत्तेजक सभा पुणे तर्फे युवा कीर्तनकार पुरस्कार, पुणे म.न.पा तर्फे बालगंधर्व पुरस्कार, गुणगौरव पुरस्कार, महाराष्ट्र शाहिरी परीषदेचा कलागौरव पुरस्कार असे अनेक पुरस्कार त्यांना प्राप्त झाले आहेत.

महाराष्ट्र शासनातर्फे अनेक सांस्कृतिक कार्यक्रमात सहभाग. आकाशवाणी व टी.व्ही.वर अनेक कीर्तनाचे कार्यक्रम त्यांनी सादर केले आहेत.

श्रेयशजींनी निरूपण करताना सांगितले की वारीचा प्रवास हा २८० किलोमीटरचा आणि हे अंतर वारकरी मोठ्या आनंदाने पार करतात. केवळ विठ्ठल भेटीच्या ओढीने. वारकरी पांडुरंगाकडे जातो पण मुखी नाम ज्ञानेश्वर माऊलींचे तुकारामांचे असते. आपण सामान्य माणसं आपल्या दुःखांचा खूप बाऊ करतो, परंतु विचार केला की आपल्याला जाणवतं की संतश्रेष्ठ ज्ञानेश्वर माऊली संत तुकाराम महाराज, जनाबाई यांच्या दुःखा पुढे आपली दुःख म्हणजे काहीच नाही.

संत रामदास म्हणतात,

सदा सर्वदा देवसन्नीधआहे। कृपाळुपणे अल्प धारीष्ट पाहे।। सुखानंद आनंद कैवल्यदानी। नुपेक्षी कदा राम दासाभिमानी।।

देव हा आपल्या सर्वांच्या जवळच असतो किंबहुना तो आपल्या आतच आहे. आपल्या जीवनात येणाऱ्या संकटांना आपण कसे सामोरे जातो, आपण किती धारिष्ट दाखवतो हे तो पहात असतो. आणि या सामान्य जीवनाच्या पलीकडे असलेल्या कैवल्याची आस बाळगून, त्याच्या दिशेनी जराशी झेप घ्या, तो श्रीरामराया भक्ताची कधीच उपेक्षा करणार नाही. संत आपल्याला दुःखाकडे त्रयस्थ पणे पहायला शिकवतात. सामान्य माणसे आणि संतांमध्ये असा फरक आहे की जे मिळाले आहे ते संत स्वीकारतात. आनंद असो अथवा दुःख ते ईश्वरचरणी अर्पण करतात.

खूप छान उदाहरण देऊन त्यांनी हे समजावून सांगितले. सर्वसामान्यांचा संसार म्हणजे आंब्याची कोय आणि संतांचा संसार म्हणजे आंब्याची कोय आणि संतांचा संसार म्हणजे चिकूची बी. चिकूची बी चिकू मध्ये असून सुद्धा पूर्णपणे वेगळी असते आणि आंब्याची कोय कितीही साफ करा तरीसुद्धा त्याला आंबा म्हणजेच मोहमाया चिकटलेलीच रहाते. सामान्य माणूस परिस्थिती नुसार मनस्थिती निर्माण करतो तर संत मनस्थिती नुसार परिस्थिती निर्माण करतात. असे हे संत साधू म्हणजे कोण तर ज्यांचे षद्विकार (काम, क्रोध,लोभ, मद, मोह, मत्सर) धुतले गेले आहेत.

तर संतांचे गाव, जिथे प्रेम आहे, कृतज्ञता आहे, वात्सल्य आहे, मायेचा ओलावा आहे, अश्या संतांच्या गावाला (त्या मनाच्या अवस्थेत) जाण्याचा आपण सर्वांनी प्रयत्न करूया।

।। जय जय रघुवीर समर्थ ।।

रो. रेश्मा कुलकर्णी

राम मंदिर निर्माण कार्यात इंजिनिअर अश्विनी चा सिंहाचा वाटा

१५ जुलै ला आपल्या क्लबमध्ये अश्विनी कवीश्वर ही एक हुशार, प्रतिभावान आणि संपूर्ण भारत देशाला अभिमान वाटावा असे महान, पवित्र कार्य करण्याची संधी मिळालेली अत्यंत भाग्यशाली मुलगी तिचे अनुभव कथन करण्यासाठी आपण आमंत्रित केली होती. आपले सचिव रोटे सचिन जोगळेकर ची ती शाळा मैत्रीण. तिला क्लब मध्ये



बोलावल्याबद्दल सर्वप्रथम सचिन चेच आभार मानायला हवे.

राम मंदिर कार्य सुरु असताना, झाल्यावर आणि अजूनही त्या संबंधी अनेक बातम्या कानावर पडत होत्या, आपण अनेक ठिकाणी अजूनही बघतो, वाचतो. पण यामागची तयारी, त्याचा इतिहास आणि आजपर्यंत फारशा कोणालाच माहित नसलेल्या आणि गुप्त ठेवण्यात आलेल्या अनेक किस्से, कहाण्या अश्विनी कडून ऐकायला मिळाल्या. त्या अद्भुत होत्या. अश्विनी राम मंदिर निर्माण कार्यासाठी निवडली गेली होती ती Infra Structure Development – इंजिनीरिंग मॅनेजर या पदासाठी. ती स्वतः अयोध्येत राम मंदिराच्या कामात जातीने लक्ष घालत होती त्यामुळे एकेका दिवसाचे वर्णन तिच्याकडून ऐकताना सर्वांचे डोळे आश्चर्याने लकाकत होते.

बाबरी मशीद १५२८ साली मुघल सम्राट बाबर याच्या काळात बांधली होती. त्याच्या काळात अनेक खडतर लढाया झाल्या. नंतर ही चालूच होत्या. १९३४ पर्यंत ७६ लढाया झाल्या. नंतर न्यायालयीन लढाई झाली कारण हिंदूंचा देव श्रीराम याच्या जन्मभूमी वरील मंदिर उध्वस्त करून बाबराने ही मशीद उभारली. या जागेत श्रीराम मंदिर होते याचे अनेक पुरावे, भग्न आवशेष न्यायालयाला मिळाले आणि ८ नोव्हेंबर २०१९ ला हे सिद्ध झालं की संपूर्ण जमीन ही राम जन्म भूमी आहे आणि आता हे निर्माण कार्य आहे.

त्यानंतर राम मंदिर निर्माण कार्याची घोषणा पंतप्रधान श्री नरेंद्र मोदीजी यांनी केली. मंदिर भव्य बनाएंगे या घोषणेतून एक महान वास्तू जन्माला येणार होती. पण तितक्यात कोरोना चे संकट आले. जिमनीत सापडलेले अवशेष आणि राम लल्ला च्या काही भग्न मूर्तिचे अवशेष तात्पुरते अस्थायी मंदिरात हलवले गेले.

हळूहळू पाहणी होत होती, चाचण्या होत होत्या. शरयू नदी च्या काठावरच हे बांधकाम आहे हे सिद्ध झालं. कायदेशीर बाबी पार पडल्या.

५ ऑगस्ट २०२१ ला भूमिपूजन झाले. मोदीजींनी त्यांच्या भाषणातून त्यांचं स्वप्न सांगितलं. भारतीय कला कौशल्य आणि प्राचीन इतिहास यांचं दर्शन या मंदिराच्या उभारणीतून व्हावे, भारतीय अर्थ व्यवस्थेला चालना मिळावी आणि महत्वाचे म्हणजे शांततेचा संदेश देणारे असावे.

एकूण ७६ एकर जिमनीपैकी १८ एकर वर राम मंदिर बांधले आहे. रा स्व संघ, विश्व हिंदू परिषद यांचेही यात योगदान होते. या मंदिराच्या उभारणी साठी लागणारे साहित्य, अखंड वीज, पाणी, फाउंडेशन साठी



लागणारे ग्रानाईट इतकेच नव्हे तर CRPF चे २७०० जवान या कामासाठी उभे होते. अतिशय गुप्तता पाळली जात होती कारण प्रसार माध्यमाना याचा पत्ता लागू द्यायचा नव्हता. अश्या अनेक खडतर दिव्यांतून राम मंदिर उभे राहिले हे आपल्याला माहीतच आहे.

अश्विनी कडून एकेक घटना ऐकताना कौतुक, आश्चर्य, अभिमान, आनंदाश्रू, गहिवर अश्या अनेक भावना दाटून आल्या होत्या. तिच्या भाषणात तिने खास नमूद केले की २४/७ काम करण्यासाठी घरातले सर्व, नातेवाईक, शेजारपाजारी, मित्र मैत्रीण यांनी कमालीचे सहकार्य केले त्यामुळे मनात दुसरा कोणताही विचार न येता एकाग्र पणे तिला या कामावर लक्ष केंद्रित करता आले..

अश्विनी, तुझे अभिनंदन करावे तेवढे थोडेच आहे. एक पारमार्थिक कार्य पार पडल्याचा आनंद तुझ्या चेहऱ्यावर आम्हांला दिसला..

।। जय श्रीराम ।।

रो. अश्विनी अंबिके

** -

कारगिल विजय दिवस

प्रत्येक भारतीय नागरिकाकरता अभिमानाचा दिवस. रोटरी क्लब ऑफ पुणे शिवाजीनगर आणि मॉडर्न कॉलेज असे आपण दरवर्षी एकत्र जमून ह्या युद्धात वीरगती प्राप्त झालेल्या सैनिकांचे स्मरण करून त्यांना आदरांजली वाहतो.

ह्या वर्षी २२ जुलै २०२४ रोजी आपण मॉडर्न कॉलेज मध्ये हा दिवस साजरा केला. कार्यक्रमाची सुरवात प्रेसिडेंट डॉ. भारती डोळे हिच्या मनोगताने झाली.

आपल्या भाषणात भारती म्हणाली 'आपल्या सैनिकांनी अतुलनीय धैर्य आणि शौर्य दाखवत विजय मिळवला. तिथे तिरंगा रोवून येऊ किंवा तिरंग्यात लपेटून परत येऊ ह्या जिद्दीने ते लढले. ते भाग्यशाली आहेत. आपल्या प्रत्येकालाच काही देशा करता लढायची संधी मिळत नाही पण स्वच्छता, शिस्त पाळून, आपलं काम सचोटीने करून आणि योग्य वर्तणूक ह्या योगेही आपण देशाची सेवा करू शकतो.

हे सर्व आचरणात आणून सरहद्दीवरील सैनिकांना आपण अश्वस्त बनवूया. ज्या आपल्याकरता ते प्राणाची बाजी लावत आहेत तसे आपण बनूया.'

यानंतर मॉडर्न कॉलेजचे प्राचार्य झुंझारराव यांनी आपले विचार मांडले. 'आजच्या पिढीला चांगले, योग्य idol देणं, विद्यार्थ्यांनी त्यांचे विचार ऐकणं हे खूप महत्त्वाचे आहे. ही संधी मिळावी म्हणून मॉडर्न कॉलेज नेहमीच असे कार्यक्रम आयोजित करत असत.

कॉलेजच्या NCC cadets मधून दरवर्षी ३-४ ऑफिसर्स निवडले जातात. मुलांनो, एक छोटीशी गोष्ट करूया, प्रत्येक गोष्ट ही आधीपेक्षा थोडीशी जास्ती चांगली करूया.

कार्यक्रमाचे सन्माननीय पाहुणे Group Captain अभिजीत खेडकर ह्याची सुरेख ओळख कॅडेट कौशल पाटील ह्याने करून दिली. Indian airforce pilot जे अनेक सन्मानाचे मानकरी आहेत.

पण खेडकर सरांच्या मते त्यांची पहिली ओळख ही पुण्याचा सुपुत्र ही आहे. वृक्षारोपण करणे, रक्तदान करणे आणि गरीब विद्यार्थ्यांसाठी शिक्षण हे काम करायला त्यांना खूप आवडतं.

कारगिल युद्ध हे भारतीय सैन्याकरता एक Game changer ठरल.



सैन्याला प्रत्येक गोष्टीत आधुनिकीकरण कराव लागलं, प्रशिक्षण पध्दतीत बदल करावा लागला. आधुनिक तंत्रज्ञान आत्मसात कराव लागल. आज सैन्यात काम करण्यासाठी धैर्याबरोबरच तंत्रज्ञानाचीही गरज भासू लागली आहे.

मुलांनी आपल career निवडताना 'What is important for the nation?' हा विचार जरूर करावा.

खेडकर सरांनी सैन्यात भरती होण्यासाठी लागणाऱ्या परीक्षा आणि मुलाखती मध्ये कसं उत्तीर्ण व्हावं ह्याचही मार्गदर्शन केलं. यशस्वी होण्याचा असा काही एक ठोस मार्ग नाही पण तुमचे विचार, तुमच बोलण आणि तुमच वागण ह्यात सुसुत्रता ही सगळ्यात मोठी गुरुिकल्ली आहे. यशस्वी होण्यासाठी व्यवस्थित आखणी आणि कष्ट करण हे गरजेचे आहे.

कार्यक्रमातील सगळेच वक्ते मुलांकरिता बोलले आणि म्हणूनच ते सगळ्यांनाच खूप भावल.

यानंतर कॅडेट समृद्धी देवकर ने प्रमुख पाहुणे Gallantry award winner Group Captain नितीन वेलदे ह्यांची ओळख करुन दिली. फार आत्मविश्वासाने बोलली समृद्धी.

नितीन सरांच भाषण तर सगळ्यांनाच एक मेजवानी होती.

शाळेत असताना त्यांनी NCC मध्ये प्रवेश घेतला. शिक्षण तर महत्त्वाच होतच पण NCC मध्ये त्यांच्यावर झालेल्या संस्कारामुळे त्यांचा जो सर्वांगीण विकास झाला त्याला ते खूप महत्त्वाचे मानतात.

त्यांच्या मते आपल्या युद्ध कथा, आपल्या सैनिकांच्या शौर्य कथा ह्या मुलांनी पुन्हा पुन्हा ऐकल्या पाहिजेत नाहीतर काही काळाने त्याचं विस्मरण होत.

Indian Government has got an army and Pakistani Army has got a government. अशी पूर्णपणे वेगळी पद्धत असलेल्या दोन देशातील कारगिल युद्ध. १०५०० फूट ते १७५०० फूट ह्या उंचीच्या परिसरात झालेलं युद्ध आणि ह्या युद्धात अनेक ऑफिसर्स नी गाजवलेला पराक्रम, आपल्या वायू सेनेने केलेलं 'सफेद सागर' हे Operation, जल सेनेने केलेल Operation Talwar ह्या सगळ्या गोष्टी नितीन सरांकडून ऐकण हा एक वेगळाच अनुभव होता.

'For your tomorrow, we gave our today.' - युद्धात वीरगती प्राप्त झालेल्या सैनिकांचे फोटो आणि त्याखाली लिहिलेलं हे वाक्य वाचताना अंगावर काटा आला.

आभासी जगात जगणारी आजची पिढी, विपुल प्रमाणात उपलब्ध असणाऱ्या सर्वच गोष्टी आणि काम करणारा न बनता, कुरकुर करणारे अनेक. दुसऱ्याला criticise करण्याची वृत्ती सोडून, आयुष्यात सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवा. मुलांना समजेल अस, आवडेल अस



नितीन सर बोलले. मुलांच्या प्रश्नाना उत्तर द्यायला पुन्हा एकदा भेट देईन अस आश्वासन देऊन त्यांनी समारोप केला.

कॅडेट कौशल पाटील ह्याच्या आभारप्रदर्शनाने सांगता झाली.

प्रेसिडेंट भारती, सेक्रेटरी सचिन, निवेदिका रो. रेश्मा कुलकर्णी, fellowship committee, रो. अलका कांबळे, अशोक कांबळे आणि मॉडर्न कॉलेज चे विद्यार्थी ह्यांच्या एकत्रित प्रयत्नाने एक सुंदर कार्यक्रम पार पडला.

रो. माधुरी गोखले

JOINT ONLINE MEETING ON 29TH JULY 2024

His Excellency Ajay Bisaria

On 29th July we had the first Online and Joint meeting of the year with Rotary Club of Pune Sahawas. We had the privilege to listen to His Excellency Ajay Basaria, former

High Commissioner of India to Canada and Pakistan. He served as the High Commissioner of India to Canada from March 2020 to June 2022. Earlier, he



served as High Commissioner of India to Pakistan from December 2017 to February 2020. His topic for the address was: The Pakistan Challenge – Dealing with a dysfunctional neighbour.

The meeting was called to order by Pres Rtn Bharati with Jana Gana Mana...... After observing a minute silence for our departed former Ann beloved Mandatai Inamdar, and after completing the Rotary business, Rtn Vijay Gokhale introduced the guest speaker former High Commissioner Ajay Bisaria.

HE Hon. Bisaria Sir in his address mentioned that there is a structural problem with Pakistan. Since its independence in 1947, Pakistan has been directly ruled by its army establishment for 33 years and indirectly for the remaining years. This has resulted in the lack of development and policy initiatives in Pakistan. Today the country is going through a huge policy crisis — economic, security and political crisis. No reforms have been done in Pakistan which is on the verge of a collapse. India is keenly watching this situation unfold, but an unstable Pakistan is not in the interest of India.

He said that Pakistan, which initially sponsored terrorism is itself now under the grip of terrorism. The proxy warfare which the country launched against India has also gone out of the establishment's control in Pakistan. Unable to take a tough stand against terrorism by Pakistan, India has suspended any talks with them till they deal with the terrorism. Terrorism and talks can't go hand in hand is India's stand.

Answering to a question from the audience regarding the breakup of Pakistan provinces into four smaller countries-Sind, Gilgit Pakistan, Khyber Paktunkhwa and Baluchistan, as speculated by the media, Shri Ajay ji mentioned that the chances of such a thing happening are very slim, but India is readying itself for any eventuality. Such a breakup of Pakistan will bring more instability in

the region and would be a dangerous situation as the nuke arsenal in Pakistan will be in the hands of militants from these provinces and difficult to deal with.

Talking about the India – US relationship, he said it is getting stronger as both the countries are betting on each other to counter the China Challenge. This has become a cause of worry for Pakistan. India is getting closer to US as well as Russia balancing their relationships across the world.

Bisaria Sir also talked about the Agra summit between Prime Minister Vajpayee and Pakistan President Gen Musharraf. He narrated the reason for the failure of the summit stating that the summit was held in haste without the background preparations.

About his experiences in his tenure in Pakistan, he mentioned that his stay inPakistan was the most interesting in his career in the foreign services. He had the opportunity to interact with the Pakistani Statemen, Heads of Government, Military establishment and the Elite Pak citizens. The Pakistan citizens have a lot of respect and goodwill for the Indians. The hatred for India which is seen in the political and military class is definitely missing amongst the common people of Pakistan.

The 50 + participants in this online meeting were glued to their screens to listen to Ajaj Bisaria. We thank Rtn Vijay for getting such a distinguished personality to address us.

The meeting was attended by Pres Rtn Nivedita Mulay, Hon Secr. Rtn.Vivek Joshi and many members from Rotary Club of Pune Sahawas. Rtn Purushottam Mulay from RC Pune Sahawas proposed a vote of thanks.

PP Ujwal Marathe

Avenue Wise Reports

Medical services - Director PPDr. Shobha Rao

We opened our club project's account for Medical services avenue with donation of frames for glasses to varkaris. This was done in association kothrud. Shobhatai, Pratima and Smita tai were instrumental in making this project happen . RTN Ashwini and PP Sharad Dole were present for the project.



Non medical Services - Director PP Vrinda Walimbe

On first July Foodgrain supply was done to Sarthak Seva Sangh. Ann Alka Abhyankar ensured the foodgrains reached in time to Sarthak Seva Sangh.





Umbrellas have been distributed to street vendors under Chatrachaya Project launched by RID3131.



Literacy - Chairperson PP Anjali Ravetkar

One hundred and ten study apps were distributed to students from Khamgaon school, Muktainagar school and Madhyamik school.

PP Nitin Abhyankar and Rtn Sanjeev Chaudhary had lion's share in the completion of this project.



Vocational Services – Director Rtn Anirudha Inamdar.

On first July Greetings were sent to Doctors and chartered Accountants on account of Doctors' day and Chartered accountants Day.

We also felicitated famous orthopedic surgeon and renowned knee replacement expert Dr. Neeraj Adkar at his hospital SaiShree in Aundh.

We also felicitated Dr Shivade from Lonand who is a known for medical expertise and great social service.





New generation avenue: Director PE Alka kamble

Interact club was installed in Madhymik school on 20th July. PP Anjali Ravetakr, PP Dr. Shobha Rao, PP sharad Dole, PE Alka Kamble were present for the installation. Shelar sir had coordinated the ceremony very efficiently. Principal Khonde Madam felicitated the present members and expressed gratitude towards support extended by our club.



Rtn Prakash Gaikwad's son Abhimanyu has been selected to France under a Rotary Youth Exchange program

Rtn Prakash will be hosting Breno Dafavri under youth Exchange program

Public image: Director PP Sharad Dole

News of Installation of President, Secretary and Board of Directors of our club for RY24-25 was published in "Daily Bhaskar" and "Sakal".

News of Kargil Vijay Diwas celebrated at Modern College of Arts, Commerce and Science on 22nd July 2024 was published in "Daily Bhaskar", "Nav Bharat Times" and "Sakal".

Information about Projects and Programs of the club are regularly being updated on RCPS



रोटरी क्लब ने भी मनाया विजय दिवस

रोटरी क्लब शिवाजीनगर और मॉडर्न कॉलेज के सहयोग से कारगिल विजय दिवस मनाया गया. कार्यक्रम का आयोजन छात्रों को सैनिकों के बलिदान और कड़ी मेहनत से अवगत कराने और सेना में शामिल होने के इच्छक छात्रों का मार्गदर्शन करने के लिए किया गया. मुख्य अतिथि के रूप में गुप केप्टन अभिजीत खेडकर एवं यूप केप्टन नितिन वेल्डे (वायु सेना के अनुभवी) उपस्थित थे. प्रारंभ में रोटरी क्लब शिवाजीनगर अध्यक्ष डॉ. भारती डोले ने परिचय दिया. उन्होंने भारतीय सेना के प्रति सम्मान और गौरव व्यक्त किया. छात्रों से अच्छे नागरिक बनने और शहीदों के बलिदान को व्यर्थ नहीं जाने देने का आग्रह किया. ग्रुप कंप्टन अभिजीत खंडकर ने सेना में शामिल होने के लिए प्रवेश परीक्षा, साक्षात्कार तकनीक का मार्गदर्शन किया, जबकि ग्रूप कंप्टन नितिन वेल्डे ने कारगिल युद्ध के प्रत्यक्ष अनुभव की एक ऑडियो विजुअल



रोटरी क्लबच्या अध्यक्षपदी डॉ. भारती डोळे

पुणे, ता. ९ : : रोटरी क्लब शिवाजीनगरच्या अध्यक्षपदी हाँ. धारती डोळे यांची, तर सचिवपदी सचिन जोगळेकर यांची नियुक्ती करण्यात आली. यांवेळी रोटरीच्या नियोजित प्रांतपाल शीतल शहा, हेमंत पुराणिक यांच्यासह पदाधिकारी उपस्थित होते. डोळे यांनी दिव्यांग संस्थेस साहित्य बाटप, पर्यावरण, महिला सशक्तीकरण, युवक असे प्रकल्प रावविणार असल्याचे सांगितले.

कारगिल विजय दिवस साजरा

पुणे, ता. २७ : रोटरी क्लब शिवाजीनगर आणि मॉडनं महाविद्यालय यांच्या संयुक्त विद्यमाने कारगिल विजय दिवस साजरा करण्यात आला. यांवेळी ग्रुप कॅप्टन अभिजित खेडकर व नितीन वेल्डे (निवृत्त), रोटरी क्लब शिवाजीनगरचे सचिव सचिन जोगळेकर, प्रोप्रेसिव्ह एज्युकेशनचे पदाधिकारी आणि राष्ट्रीय छात्र सेनेचे विद्यार्थी उपस्थित होते.

खेडकर यांनी सैन्यामध्ये प्रवेश घेण्यासाठीच्या प्रवेश परीक्षा, मुलाखतीचे तंत्र याविषयी मार्गदर्शन केले. वेल्डे यांनी कारगिल युद्धातील प्रत्यक्ष अनुभवाचे दृक श्राव्य सादरीकरण केले. क्लबच्या अध्यक्षा डॉ. भारती डोळे यांनी प्रास्ताविक केले. प्राचार्य डॉ. झंजारराव यांनी स्वागत केले. यांवेळी विशेष नेतृत्व दाखविणाऱ्या विद्यार्थ्यांचा सत्कार करण्यात आला. रेशमा कुलकर्णी यांनी सृत्रसंचालन केले.

Anns committee - Chairperson Ann Anjali Gadgil या वर्षातील पहिला ॲन्स प्रॉजेक्ट आपटे मुकबधीर शाळेत झाला.

मीना इनामदार ची नात इरानी तिच्या वाढिदवसाला मिळालेल्या पैशातुन आपटे शाळेतील मुकबधीर ५५ मुलामुलींना एक मोठ्ठा फळा,५५ फुलस्केप वह्या आणि ५५ मुलांसाठी खाऊ आणला होता. इरा कडुन हे वाटप करण्यात आले. मीनानी वेळातवेळ काढुन अळिवाचे सुंदर लाडु करुन आणले होते. त्याच बरोबर गरम गरम पॅटीस आणले



होते. ते सर्वांना वाटल्याचे समाधान मीना, अनिरुध्द आणि इरा च्या चेहऱ्यावर दिसुन आले. प्रे.भारतीने इरा चे खुप कौतुक केले आणि तिला एक छान गिफ्ट दिले. शाळेतील जोशी मॅडम नी इरा साठी सुंदर केक आणला होता आणि इराचा वाढिदवस टाळ्या वाजवुन छान साजरा झाला. इराचे खरच खूप कौतुक वाटले आणि तिच्यामध्ये रोटरीचे ध्येय दिसुन आले. या ॲन्स प्रॉजेक्ट साठी प्रे. भारती, मीना, अनिरुध्द, इरा, अंजली रावेतकर, शोभा ताई आणि मी उपस्थित होतो. २ ऑगस्ट रोजी आपण जून, जुलै, ऑगस्ट महिन्यातील मुलांचे आपटे शाळेत वाढदिवस साजरे केले. त्यांना बर्गर, cake असा खाऊ दिला आणि पाकिटे बनवण्यासाठीचे साहित्य दिले. अंजली गाडगीळ, निरूपमा गोखले, रंजना दामले, प्रतिभा गोखले उपस्थित होत्या.



Rotary International and RID 3131

• From July 1,2024 Monessen native Stephanie Urchick will be leading Rotary International for RY 2024-25.



• On 7th July 2024 Rtn Sheetal Shah was installed as District governor. Various projects under Playing 11 were initiated in the month of July.



• Presidents donating \$1000 or above were felicitated on DG installation day.





Rotary Information

Attendance Requirements:

Regular attendance is one of the requirements of Club membership. Rotary emphasizes attendance because it recognizes that to remain an effective Rotarian, a member must experience the good fellowship of weekly meetings and be involved in the Club's progress and projects.

Every member must attend regular Club meetings and must attend or make up at least 50% of regular club meetings in each half of the Rotary year.

A member shall be counted as attending a regular meeting if such member is present for at least 60% of the time devoted for the regular meeting or makes up for an absence in any of the following ways:

If at any time within 14 days before or after the usual time for that meeting such member

- * Attends at least 50% of the time devoted for the regular meeting of another club.
- * Attends a district or club sponsored activity such as those listed in this manual under Make-Ups.
- * Attends a regular meeting of a Rotaract or Interact Club.
- * Attends a convention of Rotary International, a RI committee meeting, a RI District conference, a RI District assembly, any district meeting, or any district committee meeting.
- * Is present at the usual time and place of a regular meeting of another Club for the purpose of attending such meeting, and that Club is not meeting at that time and place.

Members need to achieve a minimum of 50% total attendance during the July 1 through December 31 and January 1 through June 30 periods of the Rotary year and need to attend at least 30% of their home club's regular meetings (eight meetings) in each half of the Rotary year.

Members who are likely to miss a number of consecutive meetings because of temporary assignments away from the area, medical or other personal reasons should request for a Leave of Absence.

BENEFITS OF ATTENDANCE

- * Assimilation with our own club members enhances.
- * By attending regularly it becomes a habit of members to attend meetings every week and enjoy the fellowship
- * Exposing members in the other world of knowledge and experience shared by expert speakers
- * By attending members will really ENJOY ROTARY and look forward to more participation in club projects.

Complied by PP Yashwant Gokhale

The new CODE OF CONDUCT adopted by RI Board in April'24...

Rotarian Code of Conduct

All members (Rotarians and Rotaractors) are expected to:

- 1. Act with integrity and high ethical standards in their personal and professional lives.
- 2. Deal fairly with others and treat them with respect, which includes adhering to Rotary's Diversity, Equity, and Inclusion Code of Conduct by using respectful language, being supportive, fostering a

- welcoming and inclusive environment, and celebrating diversity.
- 3. Use their professional skills through Rotary to improve people's quality of life their own communities and elsewhere in the world
- 4. Avoid behavior that reflects adversely on Rotary or other Rotary members.
- 5. Follow all codes of conduct for any Rotary-related event. In addition, district and regional leaders, including district governors will:
- 6. Comply with all applicable laws and regulations in conducting Rotary business and in their personal lives
- 7. Adhere to the provisions of Constitution of Rotary International and the Rotary International Bylaws, as well as to the provisions established by the RI Board in the Rotary Code of Policies.
- 8. Serve for the benefit of all members and participants in upholding Rotary's purpose, prioritize the interests of district members, and avoid even the appearance of impropriety in their conduct.
- 9. Foster an environment in the district that promotes safety, courtesy, dignity, which includes promptly addressing any allegations of harassment.
- 10. Avoid using their office for personal prestige or benefit or to benefit family members or friends.
- 11. Act on what is fair to all concerned.
- 12. Promote transparency about financial information, compliance with all local and national laws relating to financial management, and adhere to Rotary's reimbursement policies for expenses.
- 13. Use confidential or proprietary information for their intended purposes (never for personal ones), prohibit and restrict the disclosure, communication, and use of this information, and take precautions against any accidental disclosures.
 - In addition to meeting the expectations for all members and for governors, directors will:
- 14. Act in the best interests of all members and of RI as a whole (not just of the zones they were elected from), adhere to their duty of loyalty to RI, actindependently of any inappropriate influence, and put the interests of the association first...
- 15. Follow the Board's Conflict of Interest Policy, which is designed to preclude even the appearance of impropriety regarding the Board's actions, and thus refrain from accepting any offers, gifts, or favors in exchange for influencing or taking a position on any item that the Board will consider.
- 16. Carry out their responsibilities with diligent and appropriate care, including asking reasonable questions, gathering as much information as they can before making a decision, and generally being as prudent as anyone in a similar position would be in similar circumstances...
- 17. Weigh the potential impact of their decisions, which often has a significant impact on various groups and individuals, in a way that is consistent with The Four Way Test, treats equally all the people who will be



- affected, and thus maintains members' confidence that the Board acts fairly and in the best interests of the association...
- 18. Report any suspected or potential violations of this code to the general secretary or the RI president and encourage other Board members to do so in order to ensure that people comply and that the goals of the code.. are accomplished.
- 19. Review this code of conduct during their orientation and then at least annually and acknowledge that they have read it, understand it, and will comply with their responsibilities under the code. If the general secretary or RI president learns that a director has potentially violated this code, they will provide all the details they can to the Board's Executive Committee. The committee will then obtain all relevant information and take action as it deems appropriate, including providing counsel to the alleged violators and offering the full Board recommendations for corrective action. Only the Board can take disciplinary action against a director.

Congratulations and keep it up!

- PP Vrinda Walimbe briefed about Digital District Directory at DG Installation ceremony.
- She also delivered a talk on 'Deaddiction' at the Madhyamik School. In the current scenario of drugs, this talk has been very useful for students
- Abhimanyu, Son of Prakash and Poonam Gaikwad, is going to France under the Rotary Youth Exchange program. Abhimanyu is 16 years old and has completed 10th standard ICSE, from Spicer Secondary School. All the best to Abhimanyu.
- **PPCD Mahajan** was part of District RYE organizing committee. The meeting for orientation was held on 20th July at Damle hall.
- Great Achievement by **Annet Rutawari Daughter of Rtn. Vinubhau Dani.** SambaNova Systems company which is Nvidia' competitors was awarded a Patent recently. Annet Rutawari Sharma was the Patent Attorney for the same.
- **President Dr. Bharati Dole** presented Thank You for the Music program (based on ABBA songs) at weekly meeting of RCP Uptown. it was very well received.
- Rtn Manjiri Dhamankar's commentary on Sanskrit Subhashit is published every Sunday in Sakal Newspaper

Golden memories

As our club is entering in its 40th year, we as a PUSH team thought that it will be interesting to know from our senior Rotarians 'The Golden Moments' they experienced in this journey.

It will be apt to start with our Charter members. In this issue please read the glimpses of Rotarian R.T.Kulkarni's golden moments.

Rotary Industrial Fair was our club's signature project

and was branded as RIF. First one was started in 1986 and was memorable and God was with our club. I said GOD WAS WITH OUR CLUB, because just one day before Inauguration, all stalls were installed & occupied. Pune witnessed heavy rains and the ground was fludded with water. Still we could organise almost 10-12 Trucks of Sand (courtesy (Late.) Rtn. Vithal Rao) andspread over the ground and we could organise Inauguration successfully. Committee work throughout the night. This is never forgetting event. Support of our Board was extra ordinary as RIF was first and were not sure of success. Our object was to organise at least without loss. All board members agreed to share the loss if any.

A Moment of Pride

RCPS bagged two awards at District awards ceremony for the performance in RY23-24

- Global Grant project -impact creating service project at Apang kalyan Kendra.
- and Innovative medical project of medical check up of school van drivers.

HEARTY CONGRATULATIONS TO PRESIDENT DR. SMITA JOG, SECRETARY DR. BHARTI DOLE AND BOD.





August Programme

Date	Program
12th August	online meeting Dr. Pratibha Athwale - काश्मीर एक अनुभव
18 th August	evening-B&A celebration at Madhuri's house
26th August	PDG Mohan Palesha -Membership and other challenges - Arkey Conference Hall
2nd September	Teachers' Dar celebration- Pusalkar Hall



ऋतुचर्या

आपल्या कडे ६ ऋतु असतात. १) वसंत, २) ग्रीष्म, ३) वर्षा, ४) शरद, ५) हेमंत, ६) शिशिर.

'पिंडी ते ब्रह्मांडी' यानुसार बाहेरच्या वातावरणातील बदलाचा परिणाम आपल्या शरीरावर होत असतो. प्रत्येक ऋतुत राहणे, खाणे यात योग्य बदल केल्यास आरोग्य उत्तम राहते. ऋतू मन्यावरुन बघण्यापेक्षा सृष्टीतील बदलावरुन बघावा.

वर्षा ऋतु (अर्धा आषाढ-श्रावण- अर्धा भाद्रपद)

सृष्टीतील बदल - ढग येतात, हवेत दमटपणा, नद्या भरुन वाह लागतात.

- वातदोष वाढतो पित्तदोष साठतो
- वर्ज्य पदार्थ दही, चीज, पनीर, मिठाई, तेलकड पदार्थ, शिळे अन्न, मटार, पावटा, हरभरा, चवळी, छोले, राजमा, नाचणी, मका, जव
- उत्तम भात, मुगाची खिचडी, गहू, ज्वारी, बाजरी, मूग, तुर, कुळीथ, दुधी, दोडका, घोसावळी, पडवळ, तोंडली, कोहळा, काकडी, चुका, माठ, जिरे, हिंग, धणे, दालचिनी, तमालपत्र, आले, हळद, आमसूल.
- सुंठ, आले भरपूर वापरा. लिंबू लोणचे
- जेवणानंतर ताज्या ताकात आले/ओवा/हिंग/काळे मीठ घालून घेणे.
 सकाळी लिंबू पाणी घ्यावे
- आठवड्यातून एकदा रात्री उपवास किंवा फक्त मुगाचे कढण, ख्याची पातळ लापशी किंवा सूप घ्यावे.
- खूप व्यायाम नको.
- या ऋतुत पचनशक्ती क्षीण असते. त्यामुळे पचायला हलके अन्न घ्यावे.

संकलन - प्रतिमा दुरुगकर

(डॉ. बालाजी तांबे यांच्या लेखावरुन)



Birthdays



May God bless you with health, wealth & peace

Rtn Rahul Pendharkar	3rd August
Pradeep Godbole	3rd August
Ashwini Ambike	5th August
Kalyani Pendharkar	8th August
Rujuta Desai	10th August
Sushma Deshpande	16th August
Chandrakant Godse	17th August

Wedding Anniversary



Dr. Anil n Ranjana Damle

23rd August

आमची मैत्रीण मंदाताई



We deeply mourn the sad demise of Mandakini Inamdar, wife of our ex member Datta Inamdar. May God give strength to the family to bear the loss Om Shanti Om

We deeply mourn

President Secretary
Dr Bharati Dole Sachin Joglekar

त्या खरंतर आमच्या पेक्षा एक तपाने मोठ्या पण सर्वांत उत्साही, सगळ्यात पढ़े, उत्तम बुद्धिमत्ता, अतिशय तरल लिहिणाऱ्या, निसर्गबद्दल जिव्हाळा, प्रेम, वयाची ८० पार केल्यावर सुद्धा त्यांनी उत्तम बाग फुलावली होती. त्यांचे साहित्यिक लिखाण पण मनाला भावणारे होते. आम्हा सर्व मैत्रिणींचा त्या आधार होत्या नेहमी स्पष्ट, आणि परखड सल्ला द्यायच्या. सर्वांना उत्तम पदार्थ करून खिलावण्यात त्यांना खप आनंद होता. आपल्या फॅमिलीबद्दल खुप अभिमान होता सतत सर्वांच्या हशारीचे कौतुक करीत असत. इनोरा gardening group मधे ही त्यांचा सिक्रय सहभाग होता. पृश मधील त्यांचे लेख , ॲन वरील अनेक माहितीपूर्ण लेख आपण अनेकवर्षे वाचत आलो आहोत. दत्ताजी वयपरत्वे येऊ शकत नाहीत पण त्यांना सर्व कार्यक्रम ना येणे, भाग घेणे मनापासून आवडत होते. अशा आमच्या ह्या मैत्रिणीच्या अकस्मात जाण्याने आम्हा सर्वांनाच खुप शॉक बसला. ईश्वरीच्छा बलियसी दसरे काय. मंदाताई आम्हाला तुमची सतत आठवत येत राहील. माझ्याकडची orchids त्यांना खूप आवडायची म्हणून त्यांना १ dandrobium orchid भेट दिले.orchids slow growing असतात. ह्या वर्षी त्यांच्या orchid ला पहिले फूल आले. लगेच photo काढून anns वर पाठवला. खूप खुश झाल्या होत्या मंदाताई. अश्या त्यांच्या अनेक आठवणी आमच्या बरोबर आहेत.

अंजली गाडगीळ