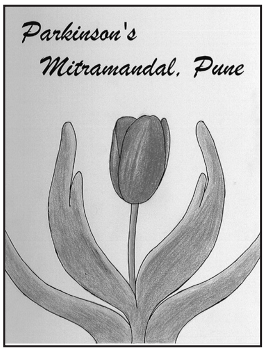


# 'स'चार

संपर्क - संवाद - संविती - संदर्भ

**पार्किन्सन्स मित्रमंडळ पुणे**

**संवादपत्रिका**

खाजगी वितरणासाठी

**वर्ष तिसरे** | **अंक दुसरा** | **ऑक्टोबर २०१६**


स.न.वि.वि.

येणारी दिवाळी आणि नूतन वर्ष आपण व आपल्या कुटुंबियांना आरोग्याचे, आनंदाचे, सुखसमृद्धीचे जावो.

पार्किन्सन्स मित्रमंडळाच्या कार्याशी आपण परिचित आहातच.

आमच्या स्वयंसेवक कार्यकर्त्यांपैकी कुणाशीतरी आपला संपर्क वा गाठभेट झाली असावी, त्यानंतर पार्किन्सन्सशुभार्थी म्हणून आपले नाव व पत्ता आमच्याकडे नोंदविलेला आहे.

पार्किन्सन्सह आनंदाने जगण्याच्या दृष्टीने संपर्क-संवाद-संविती-संदर्भ ही चार सूत्रे आपण महत्त्वाची मानतो. त्या दृष्टीने वार्षिक स्मरणिका, 'संचार' या संवादपत्रिकेचे अंक आम्ही आपल्याला पाठवीत असतोच. त्यामध्ये कोणती माहिती उपयुक्त वाटली, वेगळी काय माहिती हवी, काही बदल हवा का अशा प्रकारचा, टीकाटिप्पणी स्वरूपाचा प्रतिसाद अपेक्षित असतो, हवाच असतो.

पण आपल्याकडून काहीच प्रतिसाद गेल्या अनेक महिन्यात नाही. त्यामुळे ते छापील साहित्य आपल्यापर्यंत पोचते आहे की नाही हेही कळत नाही आणि आमच्या या एकतर्फी संपर्कप्रयत्नाचा, एकतर्फी संवादाचा काही उपयोग होतोय किंवा नाही असा संभ्रमही मनात उद्भवतो आहे.

आपला सध्याचा/ चालू टेलिफोन क्रमांकही आमचेपाशी नसल्याने आपल्याशी संपर्क आणि संवाद साधण्यास अडचण येत आहे. समक्ष भेटावे म्हटले तरी इतरही अडचणी असतातच. पत्ता बदललेला असणे, पत्ता अपुरा असणे, पिनकोडची नोंद नसणे या झाल्या पोस्टखात्याच्या मूलभूत अडचणी, फ्लॅट/मजला क्रमांक, इमारतीचे नाव किंवा क्रमांक, सोसायटीचे किंवा कॉलनीचे नाव ही माहिती त्यांनाही लागतेच. त्यांच्या दृष्टीने एवढा पत्ता पुरेसा; पण इतर सर्वसामान्यांना मुख्य रस्त्याचं नाव, कुठे वळायचं असेल तर कोपऱ्यावरच्या दुकानाचं वा इमारतीचं नाव, आजूबाजूच्या ठळक खुणा/इमारती/दुकाने अशी काही सविस्तर माहिती हवी. ती नसेल तर पत्ता शोधणं एकंदरीत कठीणच !

म्हणून विनंती अशी की आपला टेलिफोन क्रमांक, शक्य तर मोबाईल क्रमांक, असल्यास इ-मेल पत्ताही कृपया लगेच पोस्टाने वा फोन करून वा एसएमएस करून वा इ-मेलद्वारे कळवावा. शुभार्थींचे पूर्ण नाव कळविण्यास विसरू नये. हे पत्र मिळाले आहे खरे पण या पत्रावरचा पत्ता संपूर्ण नाही असे आपल्यालाच वाटल्यास सविस्तर पूर्ण पत्ताही जरूर कळवावा, येऊन भेटणाऱ्याला उपयोग होईल. श्रीयुत करमरकर यांचा पत्ता, मोबाईल क्रमांक, इ-मेल पत्ता छापील साहित्यावर आहेच. माझा पत्ता, टेलिफोन क्रमांक, इ-मेल पत्ता खाली आहे. आपल्या वेबसाईटचा पत्ता www.parkinsonsmitra.org असा आहे, त्यावर आणखी माहिती मिळू शकेल. डॉ. शोभना तीर्थळी (मोबाईल क्रमांक ९६७३११४८४३) यांनी पार्किन्सन्ससंबंधी एक ग्रुप फेसबुकवर चालू केला आहे, त्या माध्यमातूनही तुम्ही माहिती कळवू शकता, संपर्क साधू शकता.

एरवी पत्र, (किंवा स्मरणिका/ संवादपत्रिका) परत आलं नाही याचा अर्थ ते संबंधित व्यक्तीला मिळालं असं आपण गृहीत धरतो. पण कदाचित एक-दोन टक्के (की चार-पाच टक्के?) शक्यता ते पत्र गहाळ झालं, इतरत्र गेलं आणि संबंधिताला मिळालं नाही अशी असतेच. जर हे पत्र त्या टक्केवारीतलं ठरलं - तुम्हाला मिळालंच नाही तर तुमचा प्रतिसाद पंधरा-वीस दिवसांत काय, कधीच येणार नाही आणि संपर्काचे दरवाजेच बंद म्हणून आम्ही आमचा एकतर्फी संवाद थांबवूच.

हे पत्र मिळालं पण प्रतिसाद नाही - एक संभाव्य कारण - संबंधित शुभार्थी संपर्क / संवाद साधण्याच्या किंवा पत्रोत्तर देण्याच्या शारीरिक स्थितीतच नाही. तर मग घरातील शुभंकराला विनंती - तुम्ही माहिती कळवा, संपर्कात रहा, आमच्याशी संवाद साधा. आपला पार्किन्सन्स मित्रमंडळ हा स्वमदत गट आहे, एक कुटुंब आहे. स्वत:ला मदत करणाऱ्याला शक्य ती मदत आम्ही करतोच, करूच. शुभार्थींचं आयुष्य जास्त आनंददायी करण्यासाठीच्या आपल्या प्रयत्नात आम्हीही सहभागी असू.

त्यासाठी संपर्क आणि संवाद चालूच राहायला हवा ना ?

आपला


**पार्किन्सन्स मित्र शरच्चंद्र भास्कर पटवर्धन**

७, तपोभूमी सोसायटी, केळकर भवनच्या मागे,

दत्तवाडी, पुणे ४११०३०.

दूरध्वनी : २४३३१४३६

E-mail : sbpatwardhan@gmail.com

## १४ जुलै मासिक सभा वृत्त

गुरुवार दि. १४ जुलै रोजी पार्किन्सन्स मित्रमंडळाने वैद्य नरेंद्र पेंडसे यांचे 'पार्किन्सन्ससाठी आयुर्वेद' या विषयावर हॉटेल अश्विनी येथे व्याख्यान आयोजित केले होते. ६० ते ७० जण उपस्थित होते. प्रार्थना आणि वाढदिवस साजरे करून सभेस सुरुवात झाली. वैद्य पेंडसे यांची शोभना तीर्थळी यांनी ओळख करून दिली.

सुरुवातीलाच त्यांनी आयुर्वेदाची सर्वसाधारण स्वास्थ्याची व्याख्या आणि एखादा आजार झालेल्या व्यक्तीच्या स्वास्थ्याबद्दलची व्याख्या सांगितली. पार्किन्सन्स ही व्याधी आहे पण इंद्रिय व मन प्रसन्न असेल तर स्वास्थ्य चांगले म्हणता येईल आणि सभेस जमलेले असे प्रसन्न चित्त असल्याचे जाणवले असे सांगितले. आपल्या भाषणात आयुर्वेदाच्या भूमिकेतून पार्किन्सन्स कसा होतो, उपचारात काय करावे आणि ॲलोपाथीची उपचार चालू असताना पूरक म्हणून काय करता येईल, अशा तीन पातळ्यांवर विचार मांडले. चरक संहितेपासून अगदी नंतरच्या भैषीय रत्नावलीपर्यंत आयुर्वेदाच्या दृष्टीने या आजाराबद्दल कायकाय सांगितले गेले याचा आढावा घेतला.

अलीकडच्या काळात मधुमेह, रक्तदाब, हृदयविकार हे ५०/६० वयानंतर होणारे आजार तिशीतच होताना दिसत आहेत. बदललेली जीवन शैली हे यासाठीचे एक कारण आहे. आयुर्वेदात याचा सुरुवातीपासूनच विचार केला गेला आहे. पार्किन्सन्सबाबतही लहान वयात तो होण्याचे प्रमाण वाढले आहे. आयुर्वेदानुसार पीडी होण्याच्या कारणात अनुवंशिकता हे एक आहे. गर्भधारणेपुर्वी आई वडिलांचं आरोग्य कसे होते, गरोदरपणात आणि प्रसुतीनंतर आहार विहार कसा होता, उपचार काय केले हे महत्वाचे ठरते.

आयुर्वेदात औषधा इतकच किंबहुना औषधापेक्षा ऋतूनुसार आहार विहाराला जास्त महत्व दिले आहे. आहारात आपले पूर्वज जे खायचे आणि भौगोलिक प्रदेशानुसार जे जिथे पिकते ते खावे,

भूक लागल्यावरच खावे असे सांगितले आहे. झोपेची वेळ आणि दर्जा यांनाही महत्व दिले आहे.

भारतात आयुर्वेदावर बऱ्याच जणांचा विश्वास असतो. पण वैद्यकीय सल्ल्याऐवजी बाजारात उपलब्ध औषधे आपल्या मनाने घेण्याचे प्रमाण जास्त आहे. यातही प्रसुतीनंतर घेण्याची औषधे, मालीशची तेले, पोट साफ करण्यासाठीची औषधे यावर भर असतो. बऱ्याच पीडी पेशंटना बद्धकोष्ठतेचा त्रास असतो. सल्याशिवाय ही औषधे सर्रास घेतली जातात. पण हे चुकीचे आहे. यामुळे पोट साफ होते असे वाटले तरी त्यात सोनामुखीसारखी औषधे असतात आणि ती आतड्यातील गट फ्लोरा मायक्रो बायो यांच्या कॉलनीज बदलतात. त्याचा दूरगामी परिणाम होतो. याचा मेंदूशी संबंध असतो. आयुर्वेदानुसार खाण्यापिण्यात बदल आणि बस्ती चिकित्सा महत्वाच्या ठरतात. त्याचा मेंदूलाही उपयोग होतो. पण यासाठी ३ ते ६ महिने वेळ द्यावा लागतो. लीओडोपा, तत्सम औषधाप्रमाणे ८/१० दिवसात फरक पडत नाही. ॲलोपाथीच्या दिलेल्या गोळ्यांनी बाह्य लक्षणे लवकर आटोक्यात येतात. बौद्धिक क्षमता, निर्णयक्षमता, विषाद, नैराश्य, झोप, लघवी या समस्या नंतर लक्षात येतात. आयुर्वेदात या सर्वांचा एकत्रच विचार होतो. यासाठी लागणारा अवधी ६ महिने ते एक वर्ष किमान परिणाम दिसण्यास लागत असल्याने अडचणी निर्माण होतात. यातही ॲलोपाथीची औषधे पेशंटने जास्त दिवस घेतली असल्यास त्यांना परिणाम त्यामानाने उशिरा दिसतो. आयुर्वेदीय उपचारात पोटात घ्यायची औषधे गौण मानली आहेत. बस्ती, एनिमा, शिरोधारा, नस्य यावर भर दिला आहे. हे व्यक्तीनुसार वेगळे आहे आणि तज्ज्ञांच्या देखरेखीखाली हे केले पाहिजे.

पेंडसे यांनी अमेरिका, इंग्लंड येथे झालेल्या अनेक संशोधनाचे निष्कर्ष आयुर्वेदीय तत्वांना पुष्टी देणारे असल्याचे विविध संशोधनाची उदाहरणे देऊन सांगितले. परंतु ही संशोधने तेथील पेशंटवर झालेली असल्याने तिथले राहणीमान, सांस्कृतिकदृष्ट्या वेगळेपण असल्याने येथल्या पेशंटवर प्रयोग होण्याची आवश्यकता प्रतिपादन केली.

यानंतर श्रोत्यांच्या अनेक प्रश्नांना उत्तरे दिली.

जुलै महिन्याचा संचारचा अंक उपस्थिताना देण्यात आला.

पद्मजा ताम्हणकर यांनी वाढदिवसानिमित्त आणि अश्विनी दोडवाड यांनी नातीच्या जन्माची बर्फी दिली.

## ११ ऑगस्ट सभा वृत्त

गुरुवार दि. ११ ऑगस्ट रोजी पार्किन्सन्स मित्रमंडळाने हॉटेल अश्विनी येथे न्युरॉलॉजिस्ट डॉक्टर सुयोग दोषी यांचे व्याख्यान आयोजित केले होते. व्याख्यानास ६० जण उपस्थित होते. प्रार्थनेने सभेस सुरुवात झाली. शोभना तीर्थळी यांनी सुयोग दोषी यांची ओळख करून दिली.

डॉक्टरनी आपल्या व्याख्यानात अनैच्छिक हालचाली (Dyskinesia), ताठरता, Posture, तोल जाणे अशा विविध लक्षणाबाबत आणि औषधोपचार, शस्त्रक्रिया इत्यादीबाबत माहिती सांगितली.

पार्किन्सन्स मध्ये हालचाली मंदावतात. पण डीस्कायनेशियाचा त्रास सुरु होतो तेंव्हा त्या वाढतात. साधारणपणे लहान वयात पीडी झालेल्यांना ही शक्यता जास्त असते. आणि लीओडोपा बरेच दिवस घेतल्यावर ही शक्यता वाढते. त्यामुळे लहान वयात पीडी

झालेल्याना आणि सुरुवातीची अवस्था असताना डोपामीन अगोनीस्ट औषधे दिली जातात. यातही डीसेबलीन आणि नॉनडीसेबलीन असे प्रकार असतात. औषधे देऊन नॉनडीसेबलीन पूर्ण बंद करता येत नाहीत. स्वीकारावे लागतात. डीसेबलीनध्ये डोस ॲाड्जेस्ट करून थोडी सुधारणा होऊ शकते पण त्यात ताठरता वाढते. डीबीएस शस्त्रक्रिया हाही उपाय आहे. Amantadine, Paciten यांचा डीस्कायनेशियावर उपयोग होऊ शकतो परंतु त्यातून काही पेशंटना भास, मानसिक समस्या सारखे साईड इफेक्ट होण्याची शक्यता असते. हे लक्षात घेऊन उपाययोजना करावी लागते.

Posture आणि Gait ची समस्या पीडी वाढत गेल्यावर निर्माण होते. मेंदूकडून आपोआप होणाऱ्या प्रतिक्रिया असतात त्याही कमी होतात. फ्रीजिंग म्हणजे पुतळा होण्याची समस्या निर्माण होते. यावर कोणतेही औषध नाही. फिजिओथेरपीचा उपयोग होतो. कसे उठायचे, कसे चालायचे, रात्री उठताना काय खबरदारी घ्यायची, कमोड कसा वापरायचा यासाठी मार्गदर्शन करून समस्येचे थोड्या प्रमाणात निराकरण करता येते.

शस्त्रक्रिया कोणासाठी यावरही डॉक्टरांनी मोलाच मार्गदर्शन केल. शस्त्रक्रिया करताना कोणाची करावी याचे निकष महत्वाचे. PSP, MSA या समस्या असणाऱ्यांना शस्त्रक्रियेचा उपयोग होत नाही. ज्याना सिंडोपाचा उपयोग होतो त्यांच्यासाठी शस्त्रक्रिया योग्य ठरते. नॉनमोटार लक्षणावर शस्त्रक्रियेचा उपयोग होत नाही. शस्त्रक्रियेत इन्फेक्शन, ब्लीडींग होण्याची इतर शस्त्रक्रियेप्रमाणेच रिस्क असते.

यानंतर श्रोत्यांच्या अनेक प्रश्नांना डॉक्टरनी उत्तरे दिली. (व्याख्यानाचा व्हिडिओ वेबसाईट आणि फेसबुकवर उपलब्ध आहे.)

शुभंकर आणि शुभार्थी यांचे वाढदिवस यानंतर साजरे करण्यात आले. वाढदिवसानिमित्त अश्विनी दोडवाड यांनी इडली चटणी दिली.

यानंतर भारती विद्यापीठाच्या होमिओपॅथी कॉलेजच्या डॉक्टरांनी त्यांच्या संशोधनात सहभागी असलेल्या शुभार्थीकडून फीडबॅक घेतला. काही नवीन शुभार्थिनी संशोधनात सहभागी होण्यासाठी नावे दिली. प्रार्थनेने सभेची सांगता झाली.

हृषीकेश पवार यांची नृत्योपचाराची दुसरी बॅच बुधवार व गुरुवार संध्याकाळी ४ ते ५ या वेळात सुरु केली आहे असे जाहीर करण्यात आले.

दि. ५ ते १५ सप्टेंबर याकाळात सर्वाजनीक गणेशोत्यामुळे पुण्यातील वहातुक व्यवस्था विस्कळीत झालेली असेल, त्यामुळे मासिक सभा व कार्यशाळा पहिल्या गुरुवारी १/९/२०१६ घ्यावी असे सर्वानुमते ठरले आहे.

## होमिओपॅथी औषधांचा प्रकल्प

दिनांक : ३०/८/२०१६

आपणा सर्वांना माहिती आहेच की, पार्किन्सन्स मित्रमंडळ आणि भारती विद्यापीठ यांचेतर्फे होमिओपॅथी औषधांचा प्रकल्प राबवत आहोत. सुमारे ५० + पी.डी. पेशंटचा त्यात सहभाग आहे. त्या प्रकल्पाचा आढावा घेण्यासाठी डॉ. संजीव डोळे यांच्या घोले रोड वरील दवाखान्यात दि. ३० ऑगस्ट २०१६ रोजी एक बैठक घेण्यात आली.

बैठकीस पार्किन्सन्स मित्र मंडळातर्फे श्री. रामचंद्र करमरकर, डॉ. संजीव डोळे, भारती विद्यापीठाच्या होमिओपॅथी विभाग प्रमुख प्रा. अनिता पाटील व ५ प्रशिक्षणार्थी डॉक्टर हजर होते. चर्चेतून असे निदर्शनास आले की नांव नोंदणी केलेल्या शुभार्थीकडून वेळेवर प्रतिसाद मिळत नाही. त्यांनी जर दर १५ दिवसांनी व ३० दिवसांनी प्रतिसाद (फीड बॅक) दिला तर त्यांना पुढील औषधांमध्ये किंवा डोसमधे आवश्यक बदल करता येतो. काही पेशंट भारतीय विद्यापीठातून व काही पेशंट डॉ. डोळे यांचे दवाखान्यातून औषधे घेऊन जातात. सुमारे १०% पेशंट कडून अजिबात प्रतिसाद मिळत नाही. प्रतिसादाच्या व औषधाच्या नोंदणी वरूनच अभ्यास करून त्यावर जास्तीत जास्त परिणामकारक औषध शोधून काढणे हेच तर प्रकल्पाचे उद्दिष्ट आहे. तेव्हा उत्तम सहकार्य करावे, ही विनंती.

ज्यांना औषधे घेऊन जाणे जमत नसेल तर कुरियर सर्व्हिसने औषधे घरी पाठविण्याची सुविधा देण्याची त्यांची तयारी आहे. पण त्यासाठी तुम्ही त्यांच्याशी संपर्क साधणे गरजेचे आहे. जे डॉक्टर तुमची औषधपचोर पहातात त्यांची नावे व फोन नंबर पुढे देत आहे.

१) डॉ. कुलश्री राजगुरु ९८१९२९४६११
२) डॉ. सागर निटवे ९७६६०८९३६३
३) डॉ. निष्ठा अग्नीहोत्री ९७३०६९६६०५
४) डॉ. ग्यान प्रकाश ९९८४५५८३७६
५) डॉ. प्रणिता कानडे ९९७०२९१०४०

ज्या पी.डी. पेशंटना या प्रकल्पात अजूनही सहभाग घ्यायचा असेल त्यांनी वरीलपैकी कोणाही डॉक्टरांशी संपर्क साधावा.

**रामचंद्र करमरकर**

९४२३३३८१६४/ ८२७५३०२८०८

## गुरुवार दि. १ सप्टेंबर च्या मासिक सभेचे व कार्यशाळेचे वृत्त.

गुरुवार दि. १ सप्टेंबर रोजी पार्किन्सन्स मित्रमंडळाने फिजिओथेरपी कार्यशाळा आयोजित केली होती.

लोणी येथील प्रवरा मेडिकल ट्रस्टच्या 'डॉक्टर एपीजे अब्दुल कलाम कॉलेज ऑफ फिजिओथेरपी' च्या न्युरोफिजिओथेरपिस्ट प्राध्यापक डॉक्टर नेहा सिंग त्यांचे सहकारी आणि विद्यार्थिनी अशी ४५ जणांची टीम या कार्यशाळेसाठी खास लोणीहून आली होती. या टीमसह एकूण ९० जण कार्यशाळेत सहभागी होते.

डॉक्टर नेहा सिंग, २०१२ साली मंडळाने फिजिओथेरपी कार्यशाळा आयोजित केली होती तेंव्हा डी. वाय. पाटील कॉलेजच्या पदव्युत्तर अभ्यासक्रमाच्या विद्यार्थिनी म्हणून सहभागी होत्या. त्यांचा पदव्युत्तर अभ्यासक्रमाचा प्रकल्प पार्किन्सन्सवर आधारित होता. आज त्या स्वत: प्राध्यापक म्हणून कार्यशाळेचे आयोजन करत होत्या. अश्विनी मध्ये त्यांची टीम दोन वाजताच हजर झाली. मंडळाचे कार्यकर्ते ठरल्याप्रमाणे अडीच वाजता गेले तर नेहा आणि टीमची गरजेनुसार टेबल खुर्च्या मांडून, बॅनर लावून पूर्व तयारी झाली होती. शुभंकर, शुभार्थीही येऊ लागले होते. त्यामुळे वेळेत कार्यक्रमास सुरुवात झाली.

सुरुवातीला शुभार्थी कडून अनुमती पत्रक (Consent form) भरून घेऊन प्रत्येकाला बिल्ले लावण्यात आले. प्रत्येकाचे वजन, उंची, बी. पी. पाहण्यात आले. विद्यार्थिनीनी शुभार्थींचे Assessment form भरले. एकूण ३६ शुभार्थी होते. स्टेशन १, २, ३, ४ अशा पाट्या टेबलसमोर लावल्या होत्या. मधल्या भागात शुभंकर आणि ज्यांची तपासणी झाली आहे त्या शुभार्थींची बसायची व्यवस्था केली होती. शुभार्थींचे, कंप, तोल जाणे, ताठरता, पोश्चर अशा समस्येनुसार वर्गीकरण केले होते. त्यानुसार वेगवेगळ्या स्टेशनवर शुभार्थींना बसवले गेले. प्रत्येक शुभार्थीबरोबर एक विद्यार्थिनी होती. प्रत्येक शुभार्थीला पुरेसा वेळ देऊन शिस्तबद्धपणे प्रत्येकाच्या शंकांचे निरसन करत, माहिती आणि व्यायाम सांगण्याचे काम सुरु होते. छापील माहिती असलेली पत्रकेही देण्यात आली. एकीकडे ३.३० वाजता डॉक्टर नेहा यांनी कार्यशाळेचे प्रयोजन आणि माहिती सांगितली. चार वाजता सर्वाना एकत्र बसवून सर्वांकडून कार्डियाक एक्सरसाईज म्हणजे चेअर एरोबिक्स करून घेतले. प्रत्येक शुभार्थीच्या शेजारी एकफिजिओथेरपिस्ट होता. समोर डॉक्टर साहिल घोरपडे, डॉक्टर रॅचेल नगरकर हे दोन डेमॉन्स्ट्रेटर होते. याशिवाय डॉक्टर नेहाही स्वत:एक्सरसाईज कसे करायचे हे दाखवत होते. यात खालीलप्रमाणे एक्सरसाईज शिकवले.

१) March Pass २) Stretch & Swipe ३) Tap & Clap ४) एक आणि तीनचे एकत्रीकरण ५) दोन आणि तीनचे एक ६) दोन्ही हात जोरजोरात झटकणे. हे सर्व करताना काय काळजी घ्यायची हेही सांगितले. उदाहरणार्थ

नाश्त्याआधी करणे, जेवणानंतर १ ते दीड तासाने करणे, आरश्यासमोर बसून १, २, ३, ४ असे अंक मोजत करणे हे महत्वाचे असल्याचे सांगितले.

याशिवाय हात आणि पाय यांचे कोआर्डीनेशन, श्वासोच्छवास, पोश्चर, कॉन्सन्ट्रेशन या गोष्टीही महत्वाच्या असल्याचे सांगितले.

या सगळ्या भरगच्च कार्यक्रमात नेहमीप्रमाणे वाढदिवसही साजरे करण्यात आले. वाढदिवसानिमित्त उषा चौधरी यांनी काजू डिलाईट आणि शीला कुलकर्णी यांनी चॉकलेट दिली.

शुभंकर कल्याणी कुलकर्णी या छोट्या मोठ्या कामासाठी ऑनलाईन केअरटेकर पुरविणारी संस्था सुरु करणार आहेत त्याबद्दल त्यांनी माहिती सांगितली. डी. वाय. पाटील कॉलेजमध्ये पदव्युत्तर अभ्यासक्रमाच्या विद्यार्थिनी असलेल्या वेदिका भिडे यांना नृत्य आणि फिजिओथेरपी यांची सांगड घालून पार्किन्सन्ससाठी प्रकल्प करावयाचा आहे त्यासाठी शुभार्थिनी सहभागी व्हावे अशी त्यांनी विनंती केली.

अडीच तीनला सुरु असलेला हा भरगच्च कार्यक्रम सहा वाजेपर्यंत चालला. डॉक्टर नेहा यांनी केलेले नियोजन,

दीपा होनप, अरुंधती जोशी, सविता ढमढेरे, वसू जोशी या कार्यकर्त्यांनी केलेली धावपळ, त्यांना अनेक शुभंकरांची साथ, शुभार्थी चा उत्स्फूर्त सहभाग यामुळे कार्यक्रम यशस्वी होऊ शकला.

| पाठवणाऱ्याचा पत्ता | बुक - पोस्ट |
|---|---|
| **पार्किन्सन्स मित्रमंडळ**<br>द्वारा श्री. रा. हे. करमरकर<br>१११९, सदाशिव पेठ,<br>पुणे ४११०३० भ्रमणध्वनी - ९४२३३ ३८१६४<br>E-mail : rhkarmarkar@rediffmail.com | प्रति, ______________________<br>______________________<br>______________________ |