



Rotary Club of Dondaicha

RI District 3060

CLUB NO.-015169



Rtn. Prashant Jani
District Governor

Rtn. Ritesh Kawad
President

Rtn. Dr. Chetan Bachchhav
Vice President

Rtn. Er. Gulam Shaikh
Secretary

सुगंध - ३ रा

संपादक - रो. अनिश शाह

मिटिंग - गुरुवार दिनांक १६ जुलै

वेळ - रात्री ९:३० वाजता

ठिकाण - रोटरी भवन दोंडाईचा

विषय : 1) आलेला पत्र व्यवहार

2) पदग्रहण समारंभा बाबत नियोजन व चर्चा - डॉ. चेतन बच्छाव

3) नवीन मॅम्बरसाठी आलेली नावे निश्चित करणे बाबत - हिमांशु शहा

4) व्होकेशनल अवार्ड साठी नावे निश्चित करणे बाबत - डॉ. कुणाल बच्छाव

५) कोरोना बाबत जनजागृती करण्यासाठी प्रोजेक्ट करणे बाबत - डॉ. नितीन बिराडे

६) Tree Plantation साठी नियोजन करणे बाबत

मागील मीटिंग चा वृत्तांत : 1) वरील सर्व विषयांवर कमिटी स्थापन करण्यात आली व सर्व प्रोजेक्टसाठी प्रोजेक्ट चेअरची नेमणूक करून त्यांना जवाबदारी देण्यात आली. 2) नवीन मॅम्बर्सची नावे मॅम्बरशीप चेअर हिमांशु शाह यांना देण्यात आले.

संपादकीय..

नमस्कार रोटरी मित्रांनो

या नवीन रोटरी वर्षामध्ये सुगंध च्या माध्यमातून आपल्या सर्वांसमोर आपले मत मांडण्याचा अवसर मिळाला. जेव्हा आपल्या सारखे सुज्ञ आणि सर्व क्षेत्राची माहिती असलेले वाचक असतात तेव्हा तशाच प्रकारचे प्रभावी लेखन करण्याचे दडपण येते. सुगंध लिहित असतांना त्या विषयाची माहिती मिळण्याकरता पुस्तकं वर्तमानपत्र इंटरनेट यांचा वापर करून त्यातून जे कळते ते माझ्या आकलनाप्रमाणे सगळ्यांना कळेल अशा भाषेत लिहण्याचा व जास्तीत जास्त अचूक माहिती आपल्यापर्यंत पोहोचवण्याचा प्रयत्न सतत राहणार. त्यात whatsapp किंवा facebook ची झलक मात्र दिसणार नाही हे पक्के. वर्षाअखेरपर्यंत मी किती चांगला सुगंध लिहू शकेल हे मला माहीत नाही परंतु एक चांगला वाचक नक्की बनेल याची मला खात्री आहे. अध्यक्ष रितेश भाऊ यांची इच्छा आहे की महिन्यातून एक तरी सुगंध आपल्या एखाद्या सभासदाने लिहावा (अतिथी संपादक). म्हणून मी अध्यक्ष रितेश कावड यांच्या तर्फे आपल्याला आव्हान करतो की आपल्याकडे सुगंध मध्ये प्रकाशित करणे योग्य कोणतीही माहिती, चांगले लेख किंवा तंत्रज्ञानामध्ये काही नवीन आविष्कार असतील तर कृपया माझ्याकडे किंवा अध्यक्ष व सचिव यांच्याकडे द्यावेत. अध्यक्षांच्या परवानगीने ते आपण सुगंधमध्ये प्रकाशित करू.

मानसिक आरोग्य

नवीन वर्षाची पहिली मीटिंग आटोपल्यानंतर सहज आम्ही सर्वजण गप्पा मारत उभे होतो आणि सध्या गप्पांमध्ये कोरोनाचा विषय येणार नाही असं होत नाही. काहीजण श्रीकांत भैर्या , डॉक्टर चेतन, डॉक्टर निलेश पवार यांना सांगत होते की तुम्ही जेवढे दिवस quarantine मध्ये राहिले त्याचे अनुभव सुगंध मध्ये टाका. हा विषय जरी चेष्टेचा असला तरी ज्याला या फेज मधून जावे लागते त्यालाच या विषयाची गंभीरता कळते. आपली काही चुकी नसताना कुठलातरी एक व्यक्ती कोरोना पॉझिटिव्ह आला तो फक्त त्यांच्या दवाखान्यात किंवा व्यापार क्षेत्रात आला त्यामुळे आपल्याला काही दिवस समाजापासून व आपल्या घरच्या लोकांपासून अलिप्त रहावे लागते. त्या एकाकीपणाचा, त्या काळात येणाऱ्या विचारांचा आपल्या मनावर व आपल्या कुटुंबाच्या मनावर खूप परिणाम होतो ते शब्दात सांगणे कठीण आहे.

कोरोना विषाणूमुळे केवळ शारीरिक आरोग्यावरच नव्हे तर जीवनाच्या अनेक अंगांवरही विपरित परिणाम होत आहे. अनपेक्षितपणे आलेले हे संकट विविध क्षेत्रांवर दूरगामी परिणाम करणारे ठरणार आहे. त्याचा अपरिहार्यपणे मानवी मनावरही परिणाम होत आहे. कोरोना विषाणूचा फैलाव टाळण्यासाठी जगभरातील अनेक देशांनी वेळीच लॉकडाऊनसारखे मार्ग अवलंबले. त्याचा अपेक्षित लाभही दिसून आला. मात्र, सतत घरीच बसून राहिल्याने अनेक समस्याही निर्माण झाल्या. अनेकांचे रोजगार बुडाले, अनेकांचा व्यवसाय संकटात पडला, रोजंदारी करणार्या लोकांना हाता-तांडाची मिळवणी करणे कठीण होऊन बसले व अन्यही अनेक समस्या निर्माण झाल्या. अशा सर्व समस्यांचा परिपाक व एकंदरीतच असुरक्षिततेची स्थिती यामुळे अनेकांचे मानसिक आरोग्यही बिघडले. शारीरिक आरोग्याकडे जितक्या गांभीर्याने लक्ष दिले जाते तितके दुर्दैवाने मानसिक आरोग्याकडे लक्ष दिले जात नाही. त्यामुळे या कोरोना संकटाच्या काळात मानसिक रुग्णांची संख्या वाढलेली दिसून आली. लॉकडाऊनमुळे घरीच जणू काही कैदेत असताना सतत नकारात्मक विचार करून लोकांचे मानसिक आरोग्य बिघडले. आर्थिक समस्या, भविष्याची चिंता, कुटुंबीयांची काळजी यामुळे अनेक लोक मानसिकदृष्ट्या त्रस्त झाले आहेत. अनेकांनी हा ताण सहन न झाल्याने आत्महत्याही केली. 'एशियन जर्नल ऑफ सायकाइट्री'च्या एका अहवालात म्हटले आहे की, भारतातील 72 टक्के लोक स्वतःच्या आणि कुटुंबाच्या काळजीने त्रस्त आहेत. कोरोनामुळे 12 टक्के भारतीय लोकांना नीट झोप लागत नाही, असेही दिसून आले आहे. लॉकडाऊनच्या काळात अनेक जोडप्यांमध्ये विसंवाद निर्माण होऊन नंतर ही प्रकरणे घटस्फोटापर्यंतही गेली. अनेक देशांमध्ये अशा समस्या दिसून आल्या. या काळात अनेक लोकांनी कोरोना विषाणूचीही इतकी धास्ती घेतली की सध्या 'अनलॉक' सुरू झाला असला तरीही त्यांना घराबाहेर पडण्याची भीती वाटते. यामुळे नवा 'कोरोना फोबिया' विकसित झाल्याचेही दिसून येत आहे. जे आधीपासूनच डिप्रेशनसारख्या मानसिक विकाराचा सामना करीत आहेत त्यांच्या मनात जीवघेण्या आपत्तीचे भय ठाण मांडून राहू शकते. त्यामुळे ही भीती 'एगोरोफोबिया'मध्येही रूपांतरित होऊ शकते. या फोबियाने ग्रस्त असलेली व्यक्ती अनेक लोक असलेल्या किंवा सार्वजनिक ठिकाणी जाण्यास घाबरते. कोरोनाचे संकट जगावर किती काळ राहील हे आत्ताच सांगता येणे कठीण आहे. त्यामुळे कोरोनाच्या या संकटकाळातही योग्य काळजी घेऊन जीवनाचे रहाटगाडगे सुरू ठेवणे गरजेचे आहे. त्यासाठी अनाठायी भय दूर होणे आवश्यक आहे.

काळजी करण्यापेक्षा काळजी घेणे हे अधिक महत्वाचे आहे !



