



कवित्री बहीणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठ, जळगाव  
संलग्नीत



पिंपळनेर एज्युकेशन सोसायटी संचालित, नॅक पुर्नमुल्यांकन 'ब' श्रेणी प्राप्त

कर्म. आ. मा. पाटील कला, वाणिज्य व कै. अण्णासो एन. के. पाटील विज्ञान  
वरिष्ठ महाविद्यालय, पिंपळनेर, ता. साक्री. जि. धुळे (महाराष्ट्र)

यांच्या आय. क्यु. ए. सी. विभागाच्या वतीने आयोजित

एक दिवसीय राष्ट्रीय स्तरावरील

ONLINE

SOCIAL INNOVATIVE PROGRAMME

“ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

WORKSHOP ON LIFE STYLE FOR SENIOR CITIZENS



## ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा

सर्व ज्येष्ठ नागरिक बंधू/भगिनींना कळविण्यात येते की, भारतातच नव्हे तर जागतिक पातळीवर ज्येष्ठ नागरिकांच्या भावनात्मक, मानसिक आणि शारिरीक अशा अनेक ज्वलंत समस्या निर्माण होतांना दिसत आहेत. यास कुटुंबव्यवस्था, समाज, नातेवाईक व स्वतः ती व्यक्ती ही काही प्रमाणात जबाबदार असते. आज भारतात साडेबारा कोटी ज्येष्ठांच्या संख्येचे प्रमाण असून त्यापैकी केवळ १० % पेशंनर आहेत. उर्वरीत ९० % ज्येष्ठांना उत्पन्नाचे काहीच साधन नाही आणि त्यापैकी ७८ % टक्के ज्येष्ठ ग्रामीण भागात राहतात. तसेच ४० % असे आहेत की त्यांना मूलंबाळ अगर नातेवाईक असूनही त्यांचा सांभाळ करण्यासाठी कोणीच नाही, ते एकटेच राहतात. ज्येष्ठांची अपेक्षित अशी दखल घेतली जात नाही असे पाहणी वरून तज्ञांना आढळून आले आहे. एकंदरीत ज्येष्ठ नागरिकांची जीवन पद्धत विस्कळीत आणि त्रासदायक, क्लेशदायक झालेली दिसून येते. युवापिढीने त्यांना दुर्लक्षित केले आहे म्हणूनच कधीकधी ज्येष्ठांना जीवनच नकोसे वाटते. तेव्हा ज्येष्ठांच्या जीवनपद्धतीत सकारात्मक वैचारिक बदल घडवून आणणे ही काळाची गरज आहे. कारण असे म्हणतात की, जगण्याचा दर्जा आपल्या विचारांवर अवलंबून असतो परिस्थितीवर नाही. यासाठी आमच्या कर्म. आ. मा. पाटील कला, वाणिज्य व कै. अण्णासाहेब एन. के. पाटील विज्ञान वरिष्ठ महाविद्यालयातील IQAC विभागाच्या वतीने नाविन्यपूर्ण उपक्रमाचे आयोजन केले आहे. त्या अंतर्गत ज्येष्ठ नागरिकांसाठी एकदिवसीय राष्ट्रीय स्तरावरील "ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा" आयोजित करण्यात आली आहे.. यात ज्येष्ठांनी आनंदी जीवन जगण्यासाठी भावनिक, शारीरिक, मानसिक व व्यवहारीक स्तरावर नियोजन कसे करावे याची उपयुक्त माहिती दिली जाईल.

**या कार्यशाळेत खालील मान्यवरांचे मार्गदर्शन लाभणार आहे.**



मा. श्री. रघुनाथराव राटोड  
(माजी जिल्हाधिकारी)

**विषय: आनंदी जीवनाचा मंत्र**



मा. प्राचार्य व्ही. के. भदाणे  
(राष्ट्रीय उपाध्यक्ष, जेष्ठ नागरीक संघ)

**विषय: जेष्ठांच्या कथा आणि व्यथा**



मा. प्रा. जे. पी. अमृतकर  
(सेवानिवृत्त प्राध्यापक)

**विषय: साठी नंतरचे जीवन**



मा.श्री. धनराज राजमल जैन  
(चेअरमन, कॉलेज कमिटी, पि. ए. सो.)

**अध्यक्षीय समारोप**



मा. प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे  
(अध्यक्ष)

**संयोजन समिती**



मा. प्रा. डॉ. राम काशिनाथ पेटारे  
(समन्वयक)

**संयोजन समिती**

तरी सर्व ज्येष्ठ नागरिकांना नम्रपणे आवाहन करण्यात येते की, सदर कार्यशाळेत सहभागी होण्यासाठी आपल्या Smart Phone मध्ये Telegram App Download करून घ्यावे. त्यानंतर खालील दिलेल्या लिंक वर क्लिक करून Telegram Group ला Join व्हावे. ज्यांना शक्य नसेल अशा ज्येष्ठ बांधवांनी WhatsApp Group वरील लिंक वर क्लिक करून Join व्हावे. या दोन्ही गृप वर आपली कार्यशाळा आयोजित करण्यात येईल.

अधिक माहिती साठी खालील प्राध्यापकांशी संपर्क साधा.

प्रा. डॉ. राम पेटारे (मो. नं. ९४२३४३४८०४)

प्रा. डॉ. संजय खोडके (मो.नं. ९४२०३७४०७७)

कार्यशाळा दि. २३/०६/२०२०

वार: मंगळवार

वेळ: स. १०.०० वा. ते सायं. ५.०० वा. पावेतो आपल्या सवडीनुसार सहभागी होऊ शकतात. तरी आपण या कार्यशाळेत आपला सहभाग नोंदवून आम्हांस उपकृत करावे ही नम्र विनंती.

विनित

प्रा. डॉ. राम काशिनाथ पेटारे

(समन्वयक, आयक्यूएसी)

प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे

(अध्यक्ष, संयोजन समिती)



# संयोजन समिती

मा. प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे

अध्यक्ष, संयोजन समिती

प्रा. डॉ. राम काशिनाथ पेटारे

समन्वयक

प्रा. डॉ. एस. पी. खोडके

संयोजक

प्रा. डॉ. डब्ल्यू. बी. शिरसाठ

सदस्य, संयोजन समिती

प्रोफेसर डॉ. बी. सी. मोरे

सदस्य, संयोजन समिती

प्रा. के. डी. कदम

सदस्य, संयोजन समिती



“ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक  
कार्यशाळा: वेळापत्रक दि. २३/०६/२०२०”

प्रथम सत्र स.१०.३० वा. ते ११.३० वा.

अ. नं.	मार्गदर्शकांचे नाव	विषय	वेळ
१	प्रा. डॉ. एस. पी. खोडके	स्वागत	स.१०.३० वा.
२	मा. प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे	प्रास्ताविक/ मनोगत	स.१०.३३ वा.
३	मा. श्री. रघुनाथराव राठोड	आनंदी जीवनाचा मंत्र	स.१०.५० वा.

द्वितीय सत्र दु. २.०० वा. ते ३.०० वा.

अ. नं.	मार्गदर्शकांचे नाव	विषय	वेळ
१	मा. प्राचार्य व्ही. के. भदाणे	जेष्ठांच्या कथा आणि व्यथा	दु.२.०० वा.
२	मा. प्रा. जे. पी. अमृतकर	साठी नंतरचे जीवन	दु.२.२५ वा.
३	मा. श्री. धनराज राजमल जैन	अध्यक्षीय समारोप	दु. २.५० वा.
४	मा. प्रा. डॉ. राम काशिनाथ पेटारे	आभार	दु. २.५५ वा.

कार्यशाळेत सहभागी होण्यासाठी  
खालील लिंक वर क्लिक करा, ही नम्र विनंती.



मा. प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे

अध्यक्ष, संयोजन समिती



मा. श्री. रघुनाथराव राठोड

(माजी जिल्हाधिकारी)

विषय: आनंदी जीवनाचा मंत्र

माजी जिल्हाधिकारी

रायगड, अहमदनगर व रत्नागिरी

गृहनिर्माण सहसचिव

संचालक, रोजगार हमी योजना

सामाजिक विषयांचे अभ्यासक

ज्येष्ठ नागरिकांसाठी विशेष मार्गदर्शन

साहित्यिक, उत्तम वक्ते

**Honorable Shri.  
Raghunath Rathod**  
IAS (Retd)  
Ex Collector,  
Rathod House,  
opposite  
Rajrajeshwari lawns,  
Jail Road, Nashik  
Road 422101.  
Phone : 7263976096





मा. प्राचार्य व्ही. के. भदाणे  
(राष्ट्रीय उपाध्यक्ष, जेष्ठ नागरीक संघ)  
विषय: जेष्ठांच्या कथा आणि व्यथा

प्राध्यापक

मराठी

प्राचार्य

ज्येष्ठ नागरिक

राष्ट्रीय उपाध्यक्ष

Honorable  
Prin. V. K. Bhadane  
President, Senior  
Citizens Association  
Deopur Dhule  
Phone : 9422795668



**मा. प्रा. जे. पी. अमृतकर**

(सेवानिवृत्त प्राध्यापक)

विषय: साठी नंतरचे जीवन

निवृत्त प्राध्यापक

प्र. प्राचार्य

अकौटन्सी

कवि / नाट्यक्षेत्र

वकृत्व

**Honorable**

**Prof. J. P. Amrutkar**

Retd Prof. & Head

Dept of Commerce

Sr. College,

Pimpalner

Phone : 9423917650



**मा.श्री. धनराज राजमल जैन**

(चेअरमन, कॉलेज कमिटी, पि. ए. सो.)

**अध्यक्षीय समारोप**

**पिं. एज्यु. सोसा. सदस्य**

**चेअरमन, कॉलेज कमिटी**

**संचालक, दादासो रामराव को. ऑ. बँक**

**राजकारण / समाजकारण**

**व्यापार**



मा. प्रा. डॉ. राम काशिनाथ पेटारे

समन्वयक, संयोजन समिती





धन्यवाद !!!



कार्यशाळा समाप्ती



## **YOUTUBE Links of Workshop**

### **Senior Citizen Workshop Session I**

<https://youtu.be/V1XsculKnz0>

### **Senior Citizen Workshop Session II**

<https://youtu.be/vmURsZnJals>

**Feedback of Workshop  
On Next Page..**





पिंपळनेर एज्युकेशन सोसायटी संचालित, नॅक पुर्नमुल्यांकन 'ब' श्रेणी प्राप्त  
कर्म. आ. मा. पाटील कला, वाणिज्य व कॅ. अण्णासो एन. के. पाटील विज्ञान वरिष्ठ  
महाविद्यालय, पिंपळनेर, ता. साक्री. जि. धुळे (महाराष्ट्र)

आय. वयु. ए. सी. विभागाच्या वतीने आयोजित

**ONLINE**

**SOCIAL INNOVATIVE PROGRAMME**

एक दिवसीय राष्ट्रीय स्तरावरील

**“ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”**

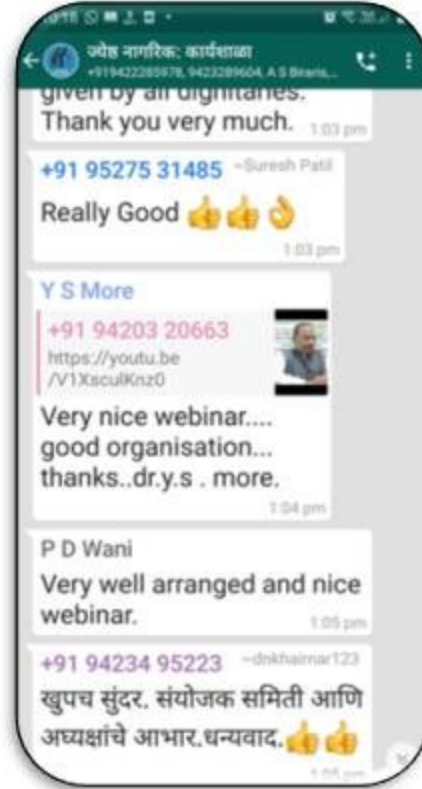
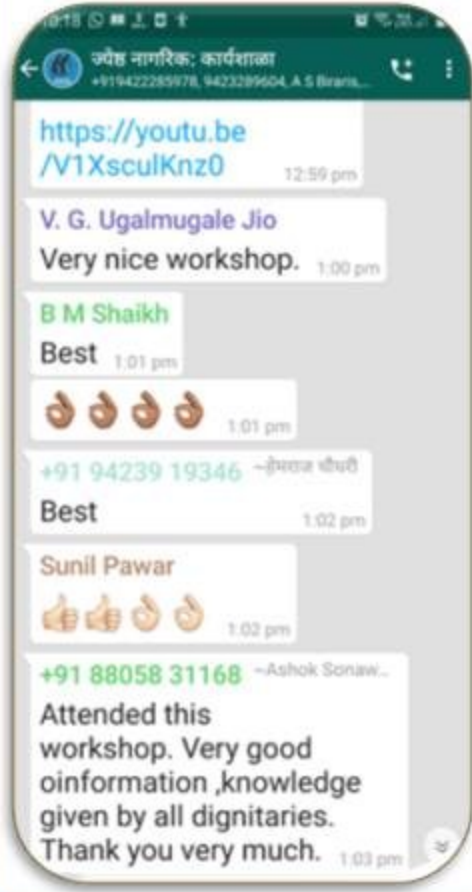
**WORKSHOP ON LIFE STYLE FOR SENIOR CITIZENS**

सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश

दि. २३/०६/२०२०



# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश







# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

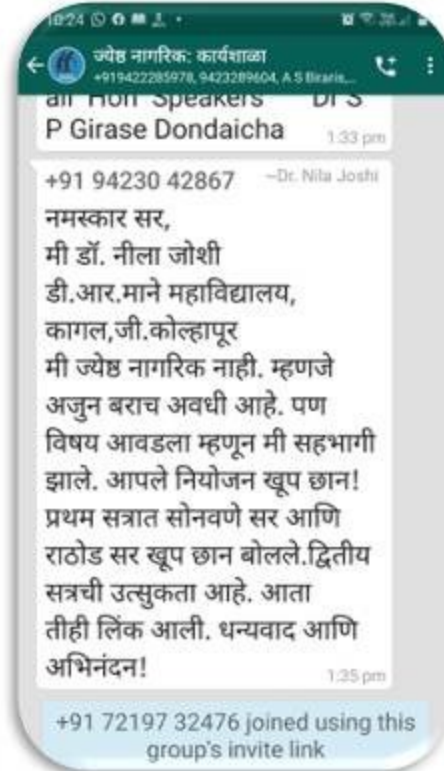
सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





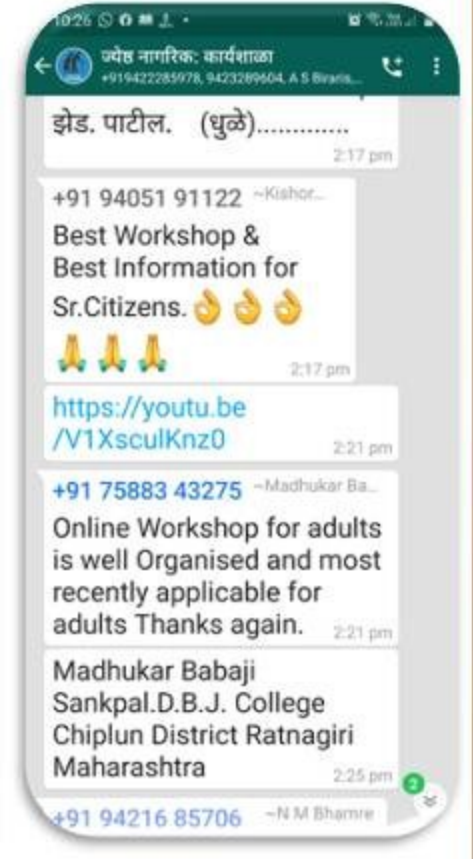
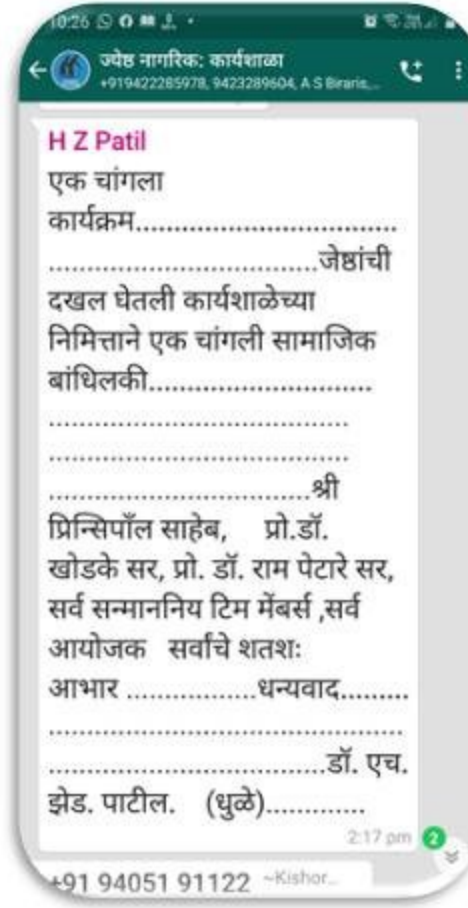
# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





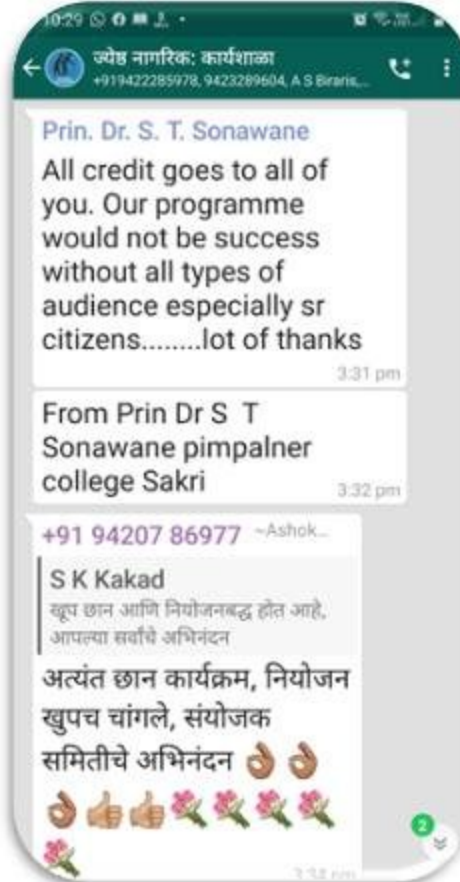
# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





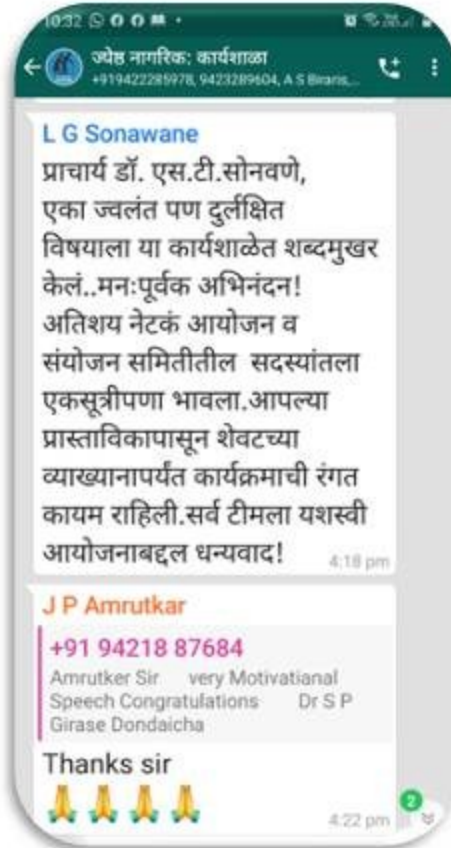
# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

## सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





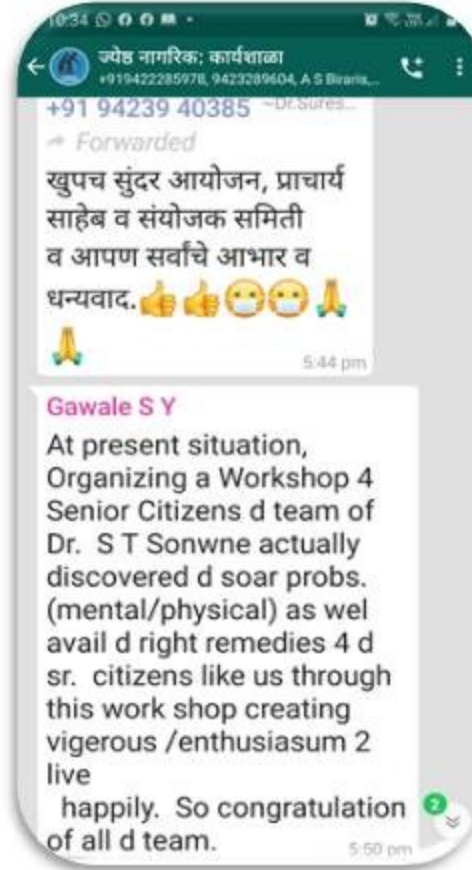
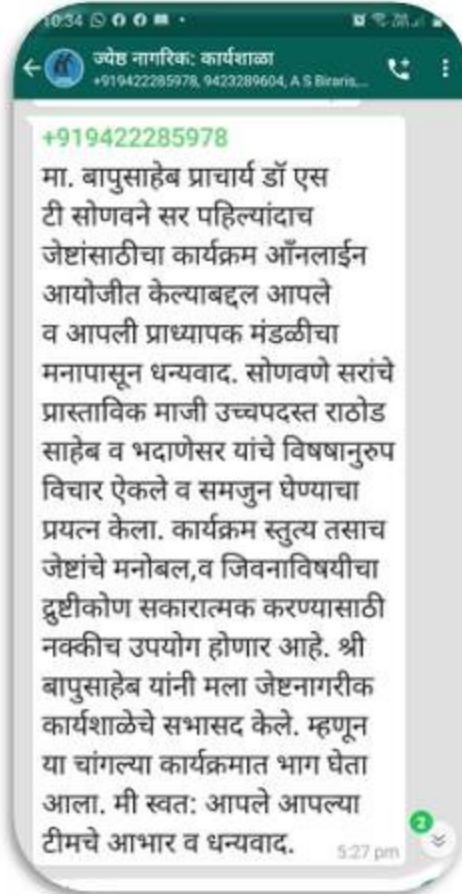
# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





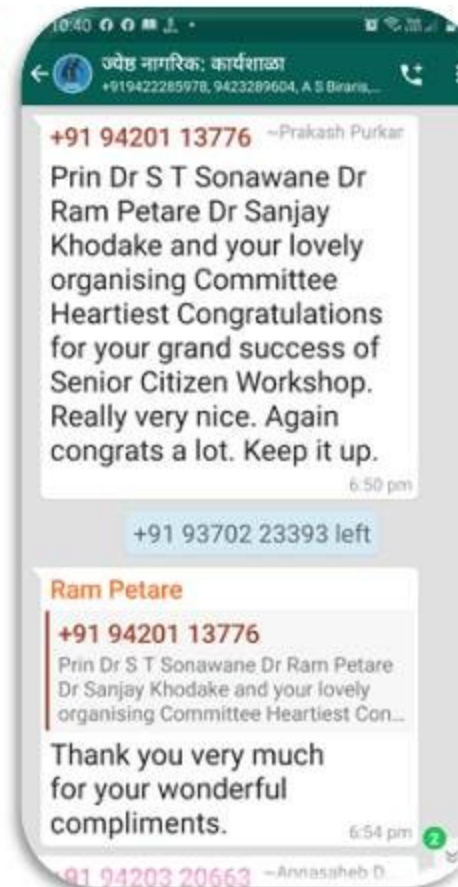


# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश



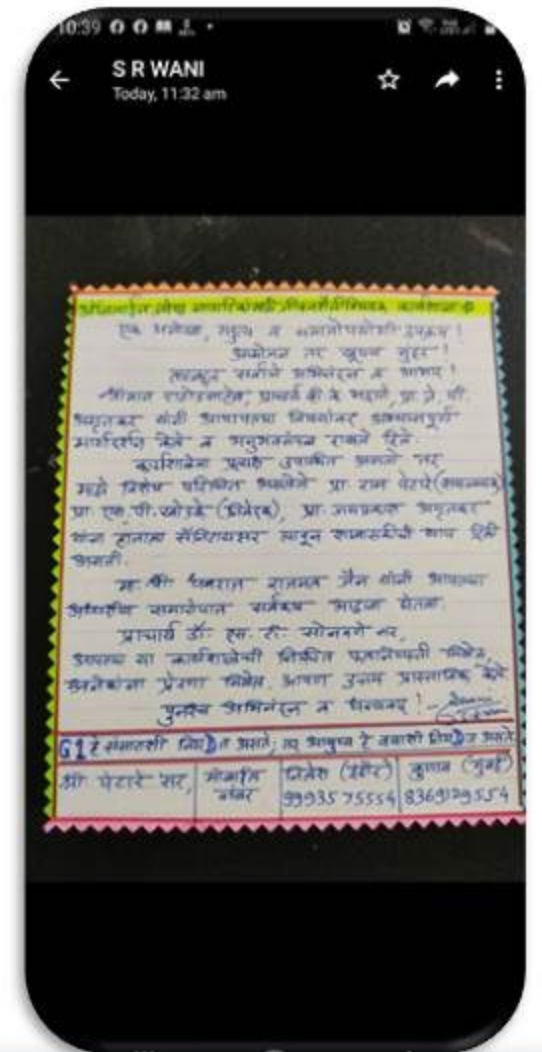
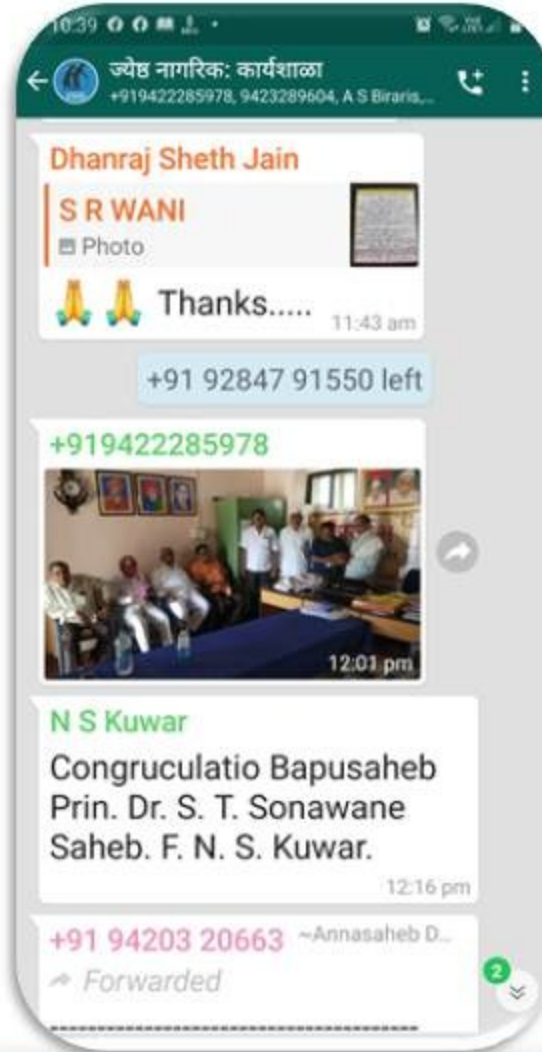
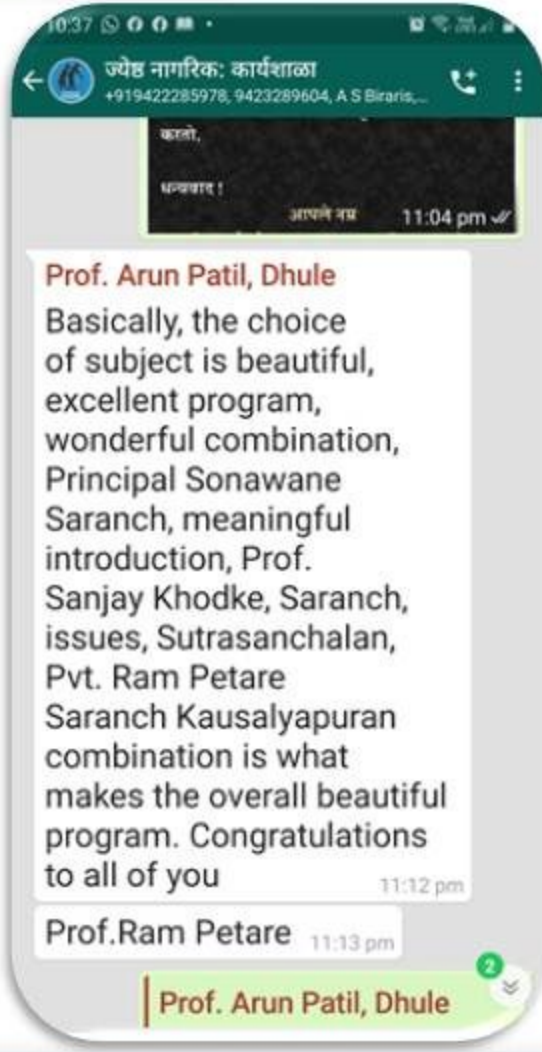


# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





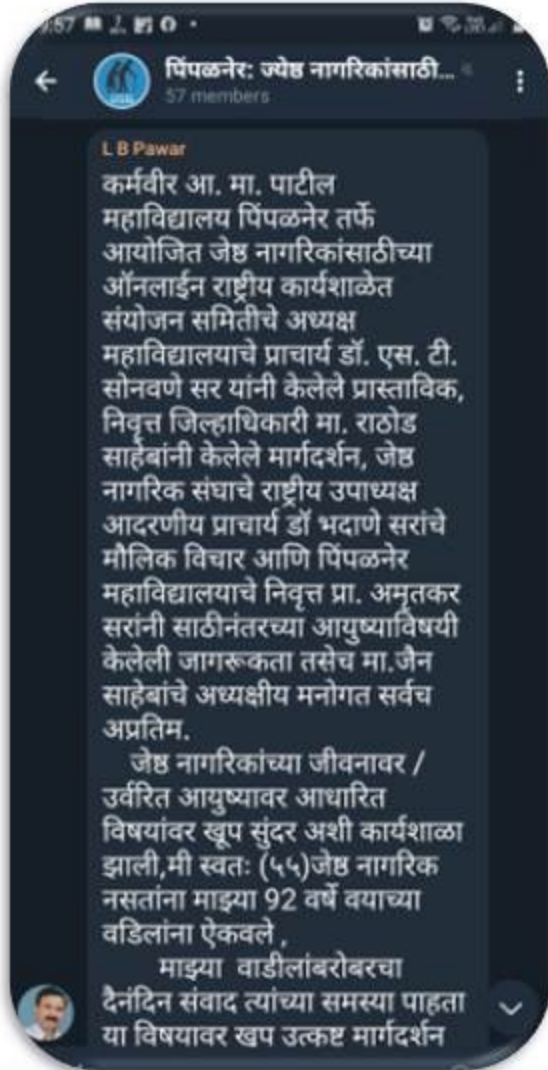
# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

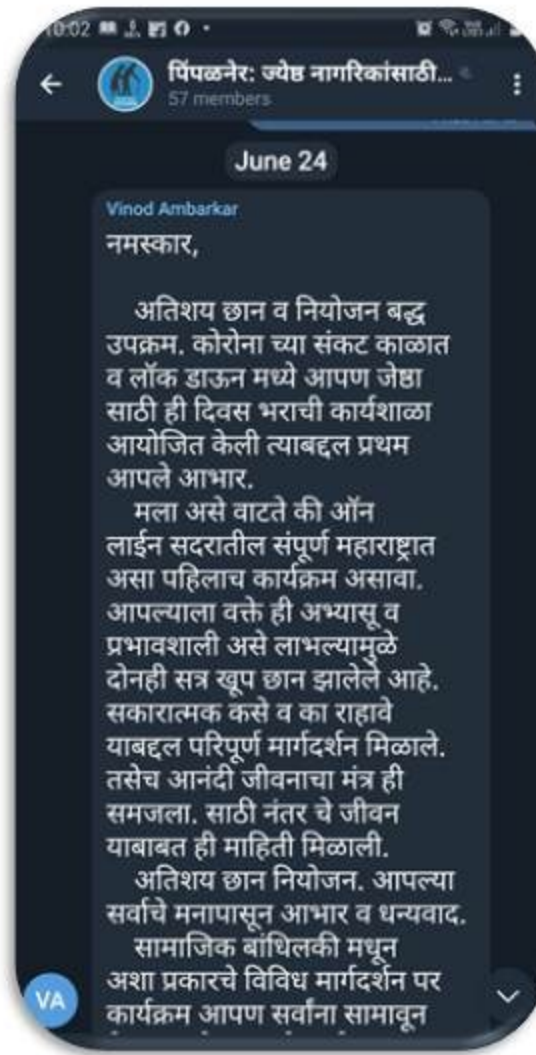
## सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

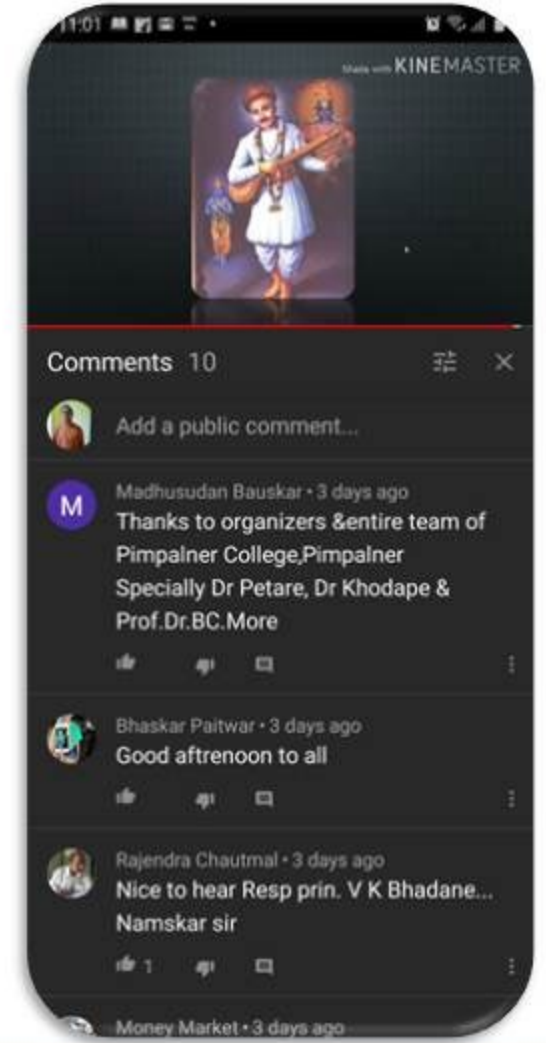
## सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





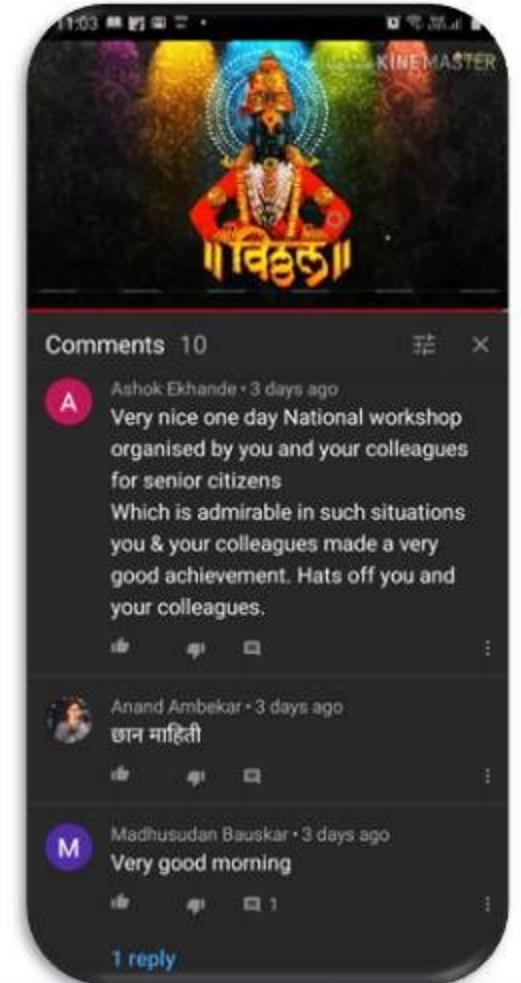
# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा”

## सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





# “ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवन शैली विषयक कार्यशाळा” सहभागी ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रतिक्रिया: संदेश





## सकाळ

### ज्येष्ठ नागरिकांसाठी आज कार्यशाळा

पिंपळनेर, ता. २२ :  
येथील कर्मवीर आ. मा. पाटील  
महाविद्यालयाच्या आयक्यूएसी  
विभागातर्फे उद्या (ता. २३) ज्येष्ठ  
नागरिकांसाठी राष्ट्रीय स्तरावरील  
ऑनलाइन जीवनशैलीविषयक  
कार्यशाळा होईल. उद्या सकाळी  
साडेदहा ते सायंकाळी पाचपर्यंत  
होणाऱ्या या कार्यशाळेत ज्येष्ठांनी  
आनंदी जीवन जगण्यासाठीची  
उपयुक्त माहिती दिली जाईल. माजी  
जिल्हाधिकारी रघुनाथराव राठोड,  
निवृत्त प्रा. जे. पी. अमृतकर, प्राचार्य  
व्ही. के. भदाणे, मार्गदर्शन करतील.  
ज्येष्ठ नागरिकांनी कार्यशाळेत सहभागी  
व्हावे, यासाठी <https://drive.google.com/file/d/1uDOiV VcXLrIFayrqSqdaHdAbiB18429vb/view?usp=drivesdk>  
या लिंकवर सहभाग घ्यावा, असे  
आवाहन प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे  
यांनी केले.

## सकाळ

### पाटील महाविद्यालयात ज्येष्ठांसाठी कार्यशाळा सकाळ वृत्तसेवा

पिंपळनेर, ता. २७ : येथील  
कर्मवीर आ. मा. पाटील  
महाविद्यालयाच्या 'आयक्यूएसी'  
विभागातर्फे नावीन्यपूर्ण सामाजिक  
उपक्रमांतर्गत 'ज्येष्ठ नागरिकांसाठी  
जीवनशैली' या विषयावर ऑनलाइन  
राष्ट्रीय कार्यशाळा झाली. महाविद्यालय  
समितीचे अध्यक्ष धनराजल  
जैन अध्यक्षस्थानी होते. निवृत्त  
जिल्हाधिकारी रघुनाथराव राठोड यांनी  
'आनंदी जीवनाचा मंत्र', ज्येष्ठ नागरिक  
संघाचे राष्ट्रीय उपाध्यक्ष, प्राचार्य व्ही.  
के. भदाणे यांनी 'ज्येष्ठांच्या व्यथा  
आणि कथा'वर, तर प्रा. जे. पी.  
अमृतकर यांनी 'साठीनंतरचे जीवन'  
यावर मार्गदर्शन केले. कार्यशाळेत  
देशभरातून सुमारे ३३४ ज्येष्ठ  
नागरिकांनी सहभाग नोंदविला. प्राचार्य  
डॉ. एस. टी. सोनवणे यांनी प्रास्ताविक  
केले. प्रा. डॉ. राम पेटारे यांनी आभार  
मानले. प्रा. डॉ. संजय खोडके यांनी  
सूत्रसंचालन केले. प्रा. डॉ. डब्ल्यू.  
बी. शिरसाट, प्रा. डॉ. बी. सी. मोरे,  
प्रा. के. डी. कदम यांनी संयोजन केले



### ज्येष्ठ नागरिक संघातर्फे प्राचार्य डॉ.सोनवणे यांचा सत्कार

पिंपळनेर, दि.२९ (प्रतिनिधी)  
- येथील कर्म.आ.मा. पाटील कला,  
वाणिज्य व कै.अण्णासो एन.के.  
पाटील विज्ञान महाविद्यालयाच्या  
आय.क्यू.ए.सी. विभागाच्या वतीने  
सामाजिक उपक्रमांतर्गत ज्येष्ठ  
नागरिकांसाठी जीवनशैली विषयक  
कार्यशाळा संपन्न झाली.

या कार्यशाळेच्या यशस्वी  
आयोजनाबद्दल पिंपळनेर ज्येष्ठ नागरिक  
संघातर्फे पिंपळनेर एज्युकेशन  
सोसायटीचे उपाध्यक्ष व दिपस्तंभ ज्येष्ठ  
नागरिक संघाचे अध्यक्ष सुरेंद्रराव मराठे  
यांच्या हस्ते प्राचार्य डॉ.एस.टी. सोनवणे  
यांचा सत्कार करण्यात आला. याप्रसंगी  
दिपस्तंभ ज्येष्ठ नागरिक संघाचे  
संस्थापक अध्यक्ष ए.एस. बिरारीस  
यांच्याही शुभेच्छा प्राप्त झाल्या आहेत.  
सुत्रसंचालन ज्येष्ठ नागरिक संघाचे सचिव  
सुभाष जगताप यांनी केले. याप्रसंगी

व्ही.एन. जिरे, पी.एच. शिंदे,  
किशोरदादा गांगुर्डे, रामदास पाटील व  
एस.आर. भदाणे उपस्थित होते.

### बाळापूर शिवारातील श्री.विठ्ठल मंदिर बंद

धुळे, दि.२९- बाळापूर  
शिवारातील, पारोळा रोड वरील  
श्री.अरविंद चौधरी व डॉ.प्रकाश  
चौधरी यांच्या शेतातील श्री.विठ्ठल  
रूखुमाई मंदिर शासनाच्या कोविड  
प्रतिबंधीत आदेशान्वये दि.१ जुलै  
२०२० आषाढी एकादशीच्या दिवशी  
व तेथून पुढे शासनाचे आदेश येई  
पर्यंत सर्व भक्तांसाठी मंदिर प्रवेश  
बंद राहणार आहे. तरी कृपया सर्व  
श्री.विठ्ठल भक्तांनी याची नोंद घ्यावी  
व शासनास व चौधरी परिवार  
सहकार्य करावे. लगतच्या गावांमधून  
येणाऱ्या दिर्दीना देखील प्रतिबंध राहिल.



## प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे यांचा सत्कार

**दहिवेल।** ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवनशैली विषयक कार्यशाळेच्या यशस्वी आयोजनाबद्दल प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे यांचा पिंपळनेर ज्येष्ठ नागरिक संघातर्फे पिंपळनेर एज्युकेशन सोसायटीचे उपाध्यक्ष व दीपस्तंभ ज्येष्ठ नागरिक संघाचे अध्यक्ष सुरेंद्र मराठे यांच्या हस्ते सत्कार करण्यात आला.

सत्कारार्थी प्राचार्य सोनवणे म्हणाले, या कार्यशाळेमुळे ज्येष्ठ नागरिकांमध्ये असलेला नैराश्याचा विचार जाऊन त्यांच्यात सकारात्मक विचार निर्माण होऊन आम्हांला कार्याची ऊर्जा प्राप्त झाली आहे. हा सत्कार प्रातिनिधीक असला तरी तो खऱ्या अर्थाने ज्येष्ठ नागरिकांचा आहे, असे त्यांनी सांगितले. सूत्रसंचालन ज्येष्ठ नागरिक संघाचे सचिव सुभाष जगताप यांनी केले. कार्यक्रमास व्ही. एन. जिरे, पी. एच. शिंदे, किशोर गांगुर्डे, रामदास पाटील, एस. आर. भदाणे आदींसह ज्येष्ठ नागरिक उपस्थित होते.

## प्राचार्य सोनवणेचा पिंपळनेरला सत्कार

पिंपळनेर : येथील कर्म. आ. मा. पाटील कला, वाणिज्य व कॅ. अण्णासो एन. के. पाटील विज्ञान महाविद्यालयाच्या आय. क्यू. ए. सी. विभागाच्या वतीने सामाजिक उपक्रमांतर्गत ज्येष्ठ नागरिकांसाठी जीवनशैली विषयक कार्यशाळा झाली. या कार्यशाळेच्या यशस्वी आयोजनाबद्दल पिंपळनेर ज्येष्ठ नागरिक संघातर्फे प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे यांचा सत्कार करण्यात आला.