14-ാം
വർഷത്തിന്റെ
നിറവിൽ

ജീവകാരുണ്യ
പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ

CONSOLE®
MEDICAL CHARITABLE TRUST

An ISO 9001:2015 certified trust

EDITORIAL

പതിനാല് വർഷങ്ങളുടെ നിറവിൽ ചാവക്കാട് താലൂക്ക് മേഖലയിൽ ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി മുന്നോട്ട് പോകുന്ന കൺസോൾ വികസനത്തിന്റെ വിശാലപാതയിലൂടെ സഞ്ചരിക്കുകയാണ്. എല്ലാ മാസത്തെയും ആദ്യത്തെ ഞായറാഴ്ച സമൂഹത്തിലെ വിശിഷ്ട വ്യക്തികളുടെ സാന്നിദ്ധ്യത്തിലൂടെ രോഗികൾക്കും കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കുമായി സാന്ത്വന സംഗമം സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. ഈ മാസാവസാനത്തോടെ രക്തദാനം നൽകുന്നവരുടെ ബ്ലഡ് ഡൊണേഷൻ ക്യാമ്പിനുള്ള സംവിധാനം ഒരുക്കുന്നു.

'നിങ്ങളുടെ രോഗശാന്തിക്കായി ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥന 'എന്ന സന്ദേശത്തോടെ വൃക്ക രോഗികൾക്കുള്ള ഡയാലിസിസ് സഹായ സമാഹരണത്തിനായി സമീപ പ്രദേശത്തുള്ള ഹോസ്പിറ്റലുകളിൽ ഡൊണേഷൻ ബോക്സുകൾ സ്ഥാപിക്കുന്നു.

ദയനീയാവസ്ഥയിലുള്ള നിരാലംബരുടെ സംരക്ഷണത്തിനായി കൺസോൾ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്ന കാരുണ്യ സംരംഭത്തിനുള്ള പ്രാഥമിക കർമ്മങ്ങൾ നടക്കുന്നു.
സർക്കാരിന്റെ സമ്മത സർട്ടിഫിക്കറ്റുകളായ 12AA & 80 G യിലൂടെ CSR ആനുകൂല്യം അനുവദിച്ചു കിട്ടി. കൂടാതെ ISO സർട്ടിഫിക്കറ്റും ലഭ്യമായി. വിശാല മനസ്ഥിതിയുള്ള നാട്ടുകാരുടെയും പ്രവാസി സുഹൃത്തുക്കളുടെയും സഹകരണവും സഹായവുമാണ് കൺസോളിനെ കർമ്മ നിരതമാക്കുന്നത്.

സാന്ത്വന സംഗമവും, ഡയാലിസിസ് കൂപ്പൺ വിതരണവും

ജീവകാരുണ്യ മേഖലയിൽ പതിനാല് വർഷമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ചാവക്കാട് കൺസോൾ മെഡിക്കൽ ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റ് വൃക്ക രോഗികൾക്ക് നൽകുന്ന ഡയാലിസിസ് കൂപ്പൺ വിതരണം കടപ്പുറം ഗ്രാമ പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് സ്വാലിഹ ഷൗക്കത്ത് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു.

മറ്റേത് സംഘടനകളേക്കാളുപരി ചികിത്സാ ജീവകാരുണ്യ സംഘടനയായ കൺസോളിനോടൊത്ത് സമൂഹം നിലകൊള്ളണമെന്ന് അവർ ഉദ്ഘോഷിച്ചു. ഇതിനോടനുബന്ധിച്ചു ചേർന്ന സാന്ത്വന സംഗമത്തിൽ കൺസോൾ പ്രസിഡണ്ട് എം.കെ. നൗഷാദ്അലി അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. സെക്രട്ടറി പി .എം. അബ്ദുൾ ഹബീബ് സ്വാഗതം പറഞ്ഞു.

ഖത്തർ കൺസോളിനുള്ള 'ഡയാലിസിസ് ഡ്രൈവ് സംഭാവന കൂപ്പണുകൾ സ്വീകരിച്ചു കൊണ്ട് പ്രതിനിധി K K മുഹമ്മദ് തിരുവത്ര ആശംസകൾ നേർന്നു. കൺസോൾ

ട്രസ്റ്റിമാരായ വി എം സുകുമാരൻ മാസ്റ്റർ, കെ ഷംസുദ്ധീൻ എന്നിവർ സംസാരിച്ചു. ആർ വി . കമറുദ്ധീൻ, വി. കാസിം, സി .കെ. ഹക്കീം ഇമ്പാർക്, സി എം ജനീഷ് എന്നിവർ സന്നിഹിതരായിരുന്നു. ട്രഷറർ പി.വി. അബ്ദു മാഷ് നന്ദി പറഞ്ഞു.

കൺസോൾ മെഡിക്കൽ ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റിന്റെ ഡയാലിസ് സഹായധന സമാഹരണത്തിനായി 'നിങ്ങളുടെ രോഗശാന്തിക്കായി ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥനയും' എന്ന സന്ദേശത്തോടെ പ്രദേശത്തെ എല്ലാ ഹോസ്പിറ്റലുകളിലും ഡൊണേഷൻ ബോക്സ് സ്ഥാപിക്കുന്നു പ്രഥമ ബോക്സ് സ്ഥാപനകർമ്മം 29-2-2024 വ്യാഴാഴ്ച ഉച്ചതിരിഞ്ഞ് 3:30-ന് എങ്ങണ്ടിയൂർ M I ഹോസ്പിറ്റൽ M D ഫാദർ ഡെമിൻ നിർവ്വഹിച്ചു കൺസോൾ പ്രസിഡൻറ് എം കെ നൗഷാദ് അലി, ഫാദർ ജീൻ പോൾ ,കൺസോൾ ട്രസ്റ്റി C M ജിനീഷ് എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

കൺസോൾ മെഡിക്കൽ ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റിന്റെ ഡയാലിസ് സഹായധന സമാഹരണത്തിനായി 'നിങ്ങളുടെ രോഗശാന്തിക്കായി ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥനയും' എന്ന സന്ദേശത്തോടെ ഡൊണേഷൻ ബോക്സ് സ്ഥാപിക്കുന്ന പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി 5-3-2024 ചൊവ്വാഴ്ച വൈകിട്ട് 5.30-ന് ചാവക്കാട് ഹയാത്ത് ഹോസ്പിറ്റലിൽ മാനേജിംഗ് ഡയറക്ടർ ഡോക്ടർ ഷൗജാദ് മുഹമ്മദ് സഹായധനം നിക്ഷേപിച്ചു കൊണ്ട് ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ചു കൺസോൾ പ്രസിഡൻറ് എം കെ നൗഷാദ് അലി സെക്രട്ടറി P M അബ്ദുൽ ഹബീബ് ട്രഷറർ P V അബ്ദു മാസ്റ്റർ വൈസ് പ്രസിഡൻറ് R V കമറുദ്ദീൻ C M ജിനീഷ് C M ഹക്കീം എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

മലയാളത്തനിമ മറക്കുന്ന മലയാളികൾ

അബ്ദു മാഷ്

ലോകത്തിൽ തന്നെ ഏറ്റവും ജനസാന്ദ്രതയുള്ള അപൂർവ്വം പ്രദേശങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് കേരളം. പ്രകൃത്യാ തന്നെ മനുഷ്യവാസത്തിന് ഏറ്റവും അനുയോജ്യം! എന്നാൽ പ്രകൃതിക്ക് കേരളീയരോടുള്ള സ്നേഹം, കേരളീയർക്ക് പ്രകൃതിയോടില്ല. കാലം കഴിയുംതോറും അവർ കേരളീയ പ്രകൃതത്തിൽ നിന്ന് അകലുകയാണ്.

ഭക്ഷണം : മലയാളികളുടെ വിശിഷ്ട ഭക്ഷണമാണ് സദ്യ. എന്നാൽ മലയാളികൾ ഇന്ന് നോർത്ത് ഇന്ത്യനും അറേബ്യനും യൂറോപ്യനും ചൈനീസും ഒക്കെ ഭക്ഷണങ്ങളിലേക്ക് കൊണ്ടുവന്നു. അതിശൈത്യമുള്ള നാട്ടിലെ കട്ടി കൂടിയ ഭക്ഷണം ശരാശരി താപനിലയുള്ള കേരളത്തിൽ ജീവിക്കുന്നവർക്ക് ആവശ്യമില്ല. വിശുദ്ധപാനീയമായ ഇളനീരിന്റെ നാട്ടിൽ അവിശുദ്ധപാനീയങ്ങളായ കോളക്കും മദ്യത്തിനും ആണ് കൂടുതൽ താത്പര്യം! വാടാത്ത പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും കിട്ടുന്ന നാട്ടിൽ ഫ്രിഡ്ജിൽ വെച്ച് കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണങ്ങളാണ് കൂടുതൽ!

വസ്ത്രം : ഒരു നാട്ടിലെ വസ്ത്രം ആ നാട്ടിലെ കാലാവസ്ഥക്കും സൗന്ദര്യബോധത്തിനും ഇണങ്ങിയ തരത്തിൽ രൂപപ്പെട്ടു വന്നതാണ്. പുരുഷന്മാരുടെ മുണ്ടും കുപ്പായവും സ്ത്രീകളുടെ ഉടുമുണ്ടും സെറ്റുസാരിയും കുപ്പായവും ഒക്കെ കേരളത്തിലെ പ്രകൃതത്തിന് യോജിച്ചവയാണ്. മിതമായ തണുപ്പും ചൂടും ഉള്ള കേരളത്തിൽ കട്ടികൂടിയ ജീൻസും ടീ ഷർട്ടും ഒക്കെ ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്ക് വരെ കാരണമാകും.

വീട് : വൃക്ഷലതാദികളും കായലോരങ്ങളും നിറഞ്ഞ കേരളത്തിൽ ഓലപ്പുരകളും ഓടുവീടുകളുമായിരുന്നു അധികവും. എന്നാൽ മരങ്ങളും ചെടികളും വെട്ടിമാറ്റി പണിത ടറസ് വീടുകൾ ഇന്ന് ധാരാളം! റൂമിനുള്ളിലെ ചൂട് കുറക്കാൻ ഫിറ്റ് ചെയ്യുന്ന എ സി കൾ പുറത്ത് ചൂട് കൂട്ടുകയാണ്. എ സി എന്നാൽ ആയുസ്സ് ചുരുക്കുന്നത് എന്ന ചുരുക്ക നാമമായി മാറിയിരിക്കുകയാണ്!

ഭാഷ : മലയാളികളുടെ മനസ്സിന്റെ ഭാഷയാണ് മലയാളം. എന്നാൽ മിക്ക മലയാളികളും പറയുന്നത് ഇംഗ്ലീഷ് കലർന്ന മംഗ്ളീഷ് ആണ്. മലയാളം മീഡിയം സ്ക്കൂളിൽ പഠിക്കുന്നതിനേക്കാൾ ഇംഗ്ലീഷ് മീഡിയം സ്ക്കൂളുകളിൽ പഠിക്കുന്നതാണ് അഭിമാനകരം എന്ന് കരുതുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളാണ് അധികവും !

കളി / വിനോദം : കേരളത്തനിമയുള്ള മണ്ണിനോട് ചേർന്ന ഓടിക്കളികളും ചാടിക്കളികളും നൃത്തക്കളികളും ഇന്നില്ല. പകരം ക്രിക്കറ്റു പോലെയുള്ള മറുനാടൻ കളികൾ വന്നു.

വാഹനങ്ങൾ : നടത്തവും സൈക്കിളും ആരോഗ്യകരമായിരുന്നു എങ്കിലും ഇരുചക്ര വാഹനങ്ങളും മറ്റു വാഹനങ്ങളും ആരോഗ്യം കുറക്കുകയും അപകടങ്ങൾ കൂട്ടുകയും ചെയ്യുന്നു എന്നതാണ് കൺമുൻപിലെ അനുഭവങ്ങൾ!

വിദേശവാസം : വിദ്യാഭ്യാസത്തിനും ഉപജീവനത്തിനും വേണ്ടി ലക്ഷക്കണക്കിന് മലയാളികൾ പ്രയാസമുള്ള പ്രവാസ ജിവിതത്തിലാണ്. സ്വന്തം നാട് ഉപേക്ഷിച്ച് വിദേശത്ത് സ്ഥിരതാമസമാക്കിയവരും ഉണ്ട്.

അതേ സമയം തോടുകളും പാടങ്ങളും പുഴകളും കായലുകളും കടലും കുന്നുകളും മലകളും മരങ്ങളും ചെടികളും പൂക്കളും കൊണ്ട് ദൃശ്യമനോഹരമായ കേരളത്തിന്റെ പ്രകൃതിദത്തമായ മനോഹരിത കാണാൻ ധാരാളം വിദേശികൾ വിനോദ സഞ്ചാരികളായി കേരളത്തിലേക്ക് വരുന്നു!

മലയാളത്തനിമ സ്വന്തം പ്രകൃതിയിലേക്ക് മടങ്ങു എന്ന ഉപദേശം ഫലപ്രദമല്ല എന്ന് പറയുന്നവരുണ്ട്. മലയാളികളുടെ ജീവിത സാഹചര്യങ്ങളാണ് അവരെ മാറ്റിമറിക്കുന്നത് എന്നതാണ് ന്യായികരണം. എങ്കിലും മറച്ചുവെക്കാനാകാത്ത പ്രകൃതി സത്യം പറയാതെ തന്നെ അറിയാം, 'നാം മലയാള മണ്ണിന്റെ മക്കളാണ്'!

HEALTH TIPS

ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിന് പാലിക്കേണ്ടതായ ജീവിതശൈലികൾ :

1. പ്രകൃതി ഭക്ഷണം
2. പച്ചക്കറി ഭക്ഷണം
3. നന്നായി ഭക്ഷിക്കുക
4. വേണ്ടത്ര വെള്ളം
5. കൃത്യസമയ ഉറക്കം
6. പ്രഭാത സൂര്യ വെളിച്ചം കൊള്ളുക
7. വ്യായാമം
8. വ്രതം
9. നല്ല സുഹൃത്തുക്കൾ
10. സ്വയം സ്നേഹം
11. മറ്റുള്ളവരോടുള്ള സ്നേഹം
12. ഉപദ്രവിക്കാതിരിക്കുക
13. ചിരി
14. ധ്യാനം
15. നന്ദി