



Sant Dnyaneshwar Shikshan Sanstha's
Hon. Shri. Annasaheb Dange Ayurved Medical College
& Post Graduate Research Center

A/p : Ashta, Tal. : Walwa, Dist : Sangli – 416 301

Website : www.adamcashta.com

NAAC Accrediatated

ISO Certified 9001-2015,14000-2015



NAME OF DEPARTMENT:- NSS team, Azadika Amrut mahotsava and Swasthavritta & Yoga **YEAR:-2022**

EVENT / ACTIVITY REPORT

Title of Event / Activity:- Survey of Senior citizens on occasion of 7th National Ayurveda day, 2022

Date:- 08/10/2022

Time:- 10.30am to 12.30 pm

Duration:- Two hours

Venue:-Anand Colony, opp. Hon. Shri. Annasaheb Dange Ayurved Medical College, Ashta .

Description:-

At the beginning, all NSS volunteers gathered together in front of college office. We handed over Sarvekshan patrika to them for collecting data of health of Senior citizens on occasion of 7th National Ayurveda day 2022 .

Sarvekshan patrika includes questions about present illnesses ,Complaints and health advice for Geriatric age group. NSS volunteers gave information about how to live healthy life and prevent complications in Geriatric age group .

List of the Teachers/ Students/ Instructors are attached with the report.

Programme Officer
NSS Cell
A.D.A.M.C., Ashta

HOD
Swasthavritta Dept.
Hon.shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta

PRINCIPAL
Shri. Annasaheb Dange Ayurved Medical
College, Ashta, Tal. Walwa, Dist. Sangli



Sant Dnyaneshwar Shikshan Sanstha's
Hon. Shri. Annasaheb Dange Ayurved Medical College
& Post Graduate Research Center

A/p : Ashta, Tal. : Walwa, Dist : Sangli – 416 301

Website : www.adamcashta.com

NAAC Accrediatated

ISO Certified 9001-2015,14000-2015



स्वस्थवृत्त व योग विभाग

ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : _____ दिनांक : _____
पत्ता : _____
दूरध्वनी क्रमांक : _____ आधार क्रमांक : _____
वय : _____ लिंग : _____
रक्तदाब : _____ वजन : _____

सद्यकालीन व्याधी : _____

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)

सही/अंगठा

ज्येष्ठ नागरिक

आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य

2) पंचकर्म

: _____

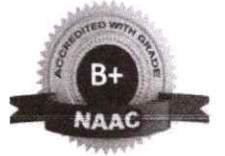
3) योगोपदेश

: _____

विद्यार्थी सही
प्रमुख सही



विभाग



PRESENTY SHEET

NAME OF PROGRAMME/ ACTIVITY : Survey of senior citizens

DATE : 08/10/2022

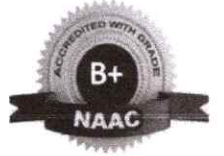
TIME: 10.30 am to 12.30 pm

VENUE : Anand Colony, Ashta

Sr. No.	Name of Student/ Staff	Year	Signature
1.	TAMBOLI MUSKAN RAHIM	IV th	Muskan
2.	Kaushalya Suryakant Bhosale	4 th yr.	Kaushalya
3.	Vaishnavi Anil Bhujbal	IV th	VAID
4.	Siddhi Jaykumar Nale	IV th	Sule
5.	Amit Govind Dadge	IV th	Amit
6.	Piyush Sanjay Bharati	IV th	Sunil
7.	Gaurav Vishnupant Dhowale	IV th	Sule
8.	Yogesh Anandsao Shelke	IV th	Shelke
9.	Aniket Sadashiv podavalkar	IV th	Adavalkar.
10.	Sahil Jahangir Shaikh	IV th	Shikh
11.	Pankaj Vasant Mulik.	IV th	Pankaj
12.	Pradeep Prakash Daingade	IV th	Pradeep
13.	Kaustubh Amrutkiran Kore	IV th yr	Kaustubh
14.	Kaustubh. C.N	IV	Kaustubh
15.	Rudeesh Mahesh Khapare	IV th yr	Rudeesh
16.	Akshay K. Yeshwar	IV th yr	Akshay
17.	Gaikwad Jayshri K.	IV th yr	Gaikwad
18.	Sanket Umesh Gavade	IV th yr	Sanket
19.	Shumbham Kailas Raut	IV th yr	Shumbham
20.	panchal Balaji Eknathrao	IV th yr	Panchal
21.	Kaishna Shirchand Santale	4 th yr	Kaishna
22.	Hiwale Ankuish Kailas	4 th yr	Hiwale

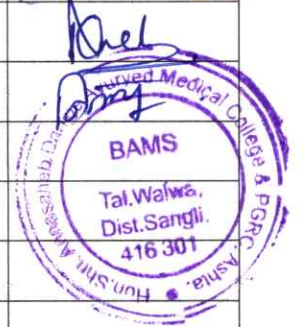


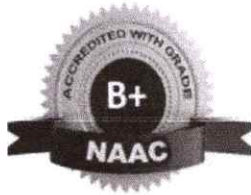
Sant Dnyaneshwar Shikshan Sanstha's
Hon. Shri. Annasaheb Dange Ayurved Medical College
& Post Graduate Research Center
A/p : Ashta, Tal. : Walwa, Dist : Sangli - 416 301
Website : www.adamcashta.com



NAAC Accrediated ISO Certified 9001-2015,14000-2015

23	Mayur Mahadev Thorat.	IV th Year.	Thorat.
24.	Pawan Tanaji Gumbukade	IV year.	Mayur.
25.	Adamane Sanket Sanjay	IV year	Sanket.
26.	Housekar Shraddha Shivaji	IV Year	Shraddha.
27.	Kajal Dattatray Bhushar	IV yr	Bhushar
28.	Patil Anshuha Anil	IV-yr.	Patil.
29.	Sabale Harshada Subdev	IV yr	Harshada.
30.	Dr. Ashwini A. Khot	Asso. Prof	Khot
31.	Dr. Nitin B. Tadpuje	Prof.	Tadpuje
32.			
33.			
34.			
35.			
36.			
37.			
38.			
39.			
40.			
41.			
42.			
43.			
44.			
45.			
46.			
47.			
48.			





स्वस्थवृत्त व योग विभाग

ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : श्री पांडुरंग जगन्नाथ हजारे दिनांक : 10/10/2022
पत्ता : सु. पो. नागवाळे ता. पल्लूर
दूरध्वनी क्रमांक : ९८६०४६२०० आधार क्रमांक : ५७२९९५८१५२७८
वय : ६४ लिंग : पुरुष
रक्तदाब : ९०/९० वजन : ७३

सद्यकालीन व्याधी : मणक्याने व्याधी.

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1) कुंवर दुखी
- 2) सकाळी जोपेतुन उठताना अतिशय त्रास होतो
- 3) सलाबट्स
- 4) दोर्वल्य

ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा

आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य
① हळीव, खारीक, डिंक	① उपवास
② साकरी, चपाती, सेथी वीयुण	② कुड्याल्य वड्य
③ + पारण्डतैल	③ एका जागी वसुन काम करणे वाळा
③ खारीक	

2) पंचकर्म :

कुटिव सन्या प्रदेशी तिळतैल अस्यंग

3) योगोपदेश :

गरम पिशवीने शेकणे. (स्वेदन नाडी)

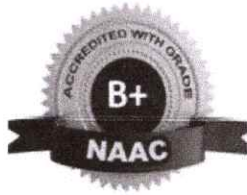
नौकासन, शलभासन, सुजंगासन, ह्यनुरासन
ताडासन

विद्यार्थी सही



विभाग प्रमुख सही
HOD

Swasthvirita Dept.
Hon. Shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta



स्वस्थवृत्त व योग विभाग

ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : गिजराव रघुनाथ पारिक दिनांक : १०/१०/२०२२
पत्ता : गिजराव रघुनाथ पारिक
दूरध्वनी क्रमांक : ९८६०९२५९२४ आधार क्रमांक : _____
वय : ९२ लिंग : पुरुष
रक्तदाब : १५०/९२ वजन : ६६

सद्यकालीन व्याधी : गुठधेदुरकी, रवादा, दुस्वी, लक्ष्मी चारंवार हाणे, डाळ्यां हाताळी
आरोग्य विषयक समस्या : जादावजन घेतल्यास हात थर-थरकापणे होई.

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)

ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा

आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

- 1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य
① हळीव, खारीक, डिंक	① कुडाव्य वर्ज्य
② साकरी पपाती मेथी बी	② अतिव्यायाम, अतिपालणे वर्ज्य
एरण्ड तेल	③ दिवास्वाप वर्ज्य, जागरणवज्य

- 2) पंचकर्म : जानुवस्ति व तिल तेल

- 3) योगोपदेश : नाडी स्वेट दशमुखवनाथ.

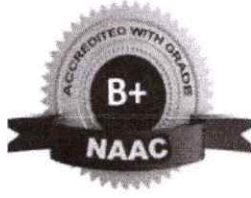
- 4) बन्धु नौकासन, शलसासन, ताडासन

विद्यार्थी सही



विभाग प्रमुख सही
HOD

Swasthvirita Dept.
Hon. Shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta



स्वस्थवृत्त व योग विभाग

ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : श्रीरंग शानु जाधव दिनांक : १०/१०/२३
पत्ता : मु.पो नागरिक ता.पलुसजि.संगली
दूरध्वनी क्रमांक : २२५५५२०६२ आधार क्रमांक : _____
वय : ६५ लिंग : पुरुष
रक्तदाब : १४२/९८ वजन : ८८ कि.

सद्यकालीन व्याधी : सांधे दुखी कंबर दुखी

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1) - चालताना स्नायू ताठ होतात.
- 2) पोट साफ होत नाही.
- 3)
- 4)

ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा

आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य
① हळीव, खारीक, डिंक	① उपवास.
② साकरी चपाती मेथीची पूर्ण + हरण्ड तेल.	② कुडान्य वर्ज्य
	③ पिता शोक, क्रोध वर्ज्य


2) पंचकर्म : सांधे. कुरिप्रदेशी तिळतेवाने अक्ष्येग

श्वेदन (दशसुखक्वाथ)

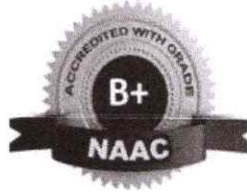
3) योगोपदेश : नौकासन, शलसासन, सुजंगासन, धनुरासन.

विद्यार्थी सही




विभाग प्रमुख सही
HOD

Swasthritra Dept.
Hon. Shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta



स्वस्थवृत्त व योग विभाग

ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : पु. वेशाळी मी. वि. पाटील

दिनांक : 10/10/2022

पत्ता : नागदास

दूरध्वनी क्रमांक : 9970822326

आधार क्रमांक : _____

वय : 42

लिंग : स्त्री

रक्तदाब : 120/78

वजन : 69kg

सद्यकालीन व्याधी : दक्षिण जाडलेथीगार वातर.

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1) दोषलक्षणा
- 2) कफज्वर
- 3)
- 4)

W.Pedil

ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा

आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

- 1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य
<u>हळीव, घ्वाथीक, डिक, भाकरी, चपाती मध्य, मेथी वी चुर्चुरी टरण्ड तेल.</u>	<u>उपवास, कडधान्य वाय, पचिला, क्रोध, शोक</u>

- 2) पंचकर्म : स्वस्थानिक स्नेहन व अस्वेदन ट D.M.C.

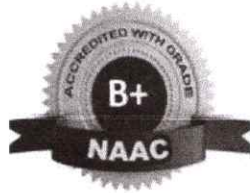
- 3) योगोपदेश : नौकासन, शंभुभासन, उष्ट्रासन, मकरासन, भुजंगासन, कटीचक्रासन.

विद्यार्थी सही



विभाग प्रमुख सही
HOD

Swasthvritta Dept.
Hon. Shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta



स्वस्थवृत्त व योग विभाग

ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : अशोक बाळासाहेब रामकृपाड दिनांक : १०/१०/२२
पत्ता : ह.प. नागरिक न.प.प.स. जि. सांगली
दूरध्वनी क्रमांक : २४२३०४८६५५ आधार क्रमांक : _____
वय : ७९ लिंग : पुरुष
रक्तदाब : १२०/८० वजन : ७९ कि.ग्रे

सद्यकालीन व्याधी : मनोव्याथा, त्रास, कंठ, कर्ण, दूरबले

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1) शुद्ध तमाक
- 2)
- 3)
- 4)

Annasaheb
ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा

आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य
<u>हल्लीव, खाटीक, रिक</u>	<u>-उपवास</u>
<u>-भाकटी चपाती मधीची</u>	<u>-कुर्याव्य वस्यकुद्याज्य वज्य</u>
<u>धुन + टण्डा तेल</u>	<u>-चिला चोक, कूट वज्य</u>

2) पंचकर्म : स्थानीक अभ्यास टनावा सवा टSwedana टonic

3) योगोपदेश : शमशासन, भुजंगासन, बजुरासन, कपर्दिनी,
अंशुसारधनी.

Am
विद्यार्थी सही

Am
विभाग प्रमुख सही
HOD



Swasthvirita Dept.
Hon. Shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta



स्वस्थवृत्त व योग विभाग

ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : प्रा. अंकर वृणपती कुंभार

दिनांक : १०/१०/२०२२

पत्ता : मु.पो. नागरिक ता. पलस नि. सांगली

दूरध्वनी क्रमांक : ९४२११२१५९४

आधार क्रमांक : _____

वय : ६३

लिंग : पुरुष

रक्तदाब : ११०/६०

वजन : ६२ kg

सद्यकालीन व्याधी : कधी शूल, डागिदा.

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1) केवळ अर्धी
- 2) अवकाश सोपे न लागणे
- 3) पोट साफ न होणे
- 4) संचारी वेदना कधी प्रवेधी

अ. अ. अ.
ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा

आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य
<u>हल्लीक, खादिक, डिक</u>	<u>- उपवास</u>
<u>- भाकरी, चपाती, मेथी वी जूण</u>	<u>- कुड्याज्य - काय</u>
<u>+ टण्डुल लेव</u>	<u>रचिता, धोक, मोथे काय</u>

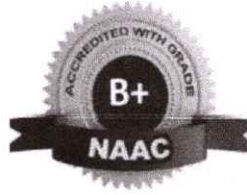
2) पंचकर्म : स्थानिक स्नान व तावतवाव व स्वेदन वना

3) योगोपदेश : शुभभासन, सुगभासन, धनुषासन, अंगणपदासन, पद्मभुक्तपसन, योगासना + श्वासनः

अ. अ. अ.
विद्यार्थी सही

अ. अ. अ.
विभाग प्रमुख सही





स्वस्थवृत्त व योग विभाग

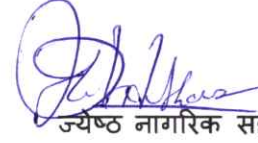
ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : स्वाडेकर दिलीप आनंदेय दिनांक : १०/१०/२२
पत्ता : मु. नगराळे ता. पंढुरा
दूरध्वनी क्रमांक : ९६५७२७६५२ आधार क्रमांक : _____
वय : ५९ लिंग : पुरुष
रक्तदाब : १३०/७० वजन : ६३

सद्यकालीन व्याधी : शुद्धी दुर्घा

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1) शुद्धी, पांखाची सारो इताने
- 2) लज्जत चारणे
- 3)
- 4)


ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा


आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

1) पथ्यापथ्य निर्देश :


पथ्य	अपथ्य
- फळे, भाजी, दळीच, खार्चिक, डिक, भाकरी, जपानी मधीकी + रश्मि तेल	- अतिचक्रमण, अतिमासण, त्रिवास्वाप, नाराण वज्री, द्यावपल चारणे.

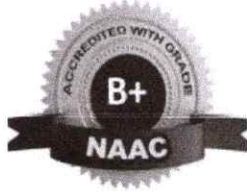
2) पंचकर्म : चाकू डाहणे (स्थायिक शुद्धीसाठी निरोग अभाग, गाडीसक)

3) योगोपदेश : अभि-प्रमाण


विद्यार्थी सही




विभाग प्रमुख सही
HOD
Swasthvirita Dept.
Hon. Shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta



स्वस्थवृत्त व योग विभाग

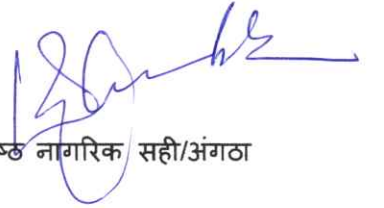
ज्येष्ठ नागरिक आरोग्य विषयक सर्वेक्षण प्रत्रिका

नाव : दिनानाथ गणपती कुंभार दिनांक : १०/१०/२०२२
 पत्ता : मु.पो. नागराळे ता.पलुस जि.सांगली
 दूरध्वनी क्रमांक : ९६२३८९८०८७ आधार क्रमांक : _____
 वय : ६६ लिंग : पुरुष
 रक्तदाब : १५०/९० वजन : ८३.५ Kg.

सद्यकालीन व्याधी : पोट कमी करणे

आरोग्य विषयक समस्या :

- 1) पोट साफ न होणे
- 2) उलसाह बसणे
- 3)
- 4)


ज्येष्ठ नागरिक सही/अंगठा

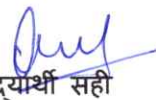
आरोग्य विषयक उपदेश/सल्ला

1) पथ्यापथ्य निर्देश :

पथ्य	अपथ्य
- हवीय, चारीक, डिक	- भावाहेरचे व्याधयपदार्थ
- भाकरी, चपाती गमैची वी	- आंबे, लोमक, ठिखट कर्चे
+ रग्ण तेल	- क्वाखाय, धावपळ टाळणे

2) पंचकर्म : उदवृण, लेबन बसणे (मिठोय)

3) योगोपदेश : प्रातःकाळी सूर्यनमस्कार, साडासन, गोव्यासन, पवनमुक्तासन.


विद्यार्थी सही




विभाग प्रमुख सही
HOD
Swasthvrta Dept.
Hon.shri. Annasaheb Dange
Ayurved Medical College Ashta