



ROTARY CLUB OF KOLHAPUR

RI DISTRICT 3170

CLUB NO. : 15655

CHARTER NO. : 5685

ESTD ON : 01.11.1943

ROTARY HERALD

WEEKLY BULLETIN 2024-25



Rtn. Stephanie Urchick
Rotary International President



Rtn. Arunkumar Goenka
President



Rtn. Sahil Gandhi
Secretary



Rtn. Sharad Pai
District Governor (RID 3170)

ISSUE NO. 46

PUBLISH DATE : 18 MAY 2025

09 MAY 2025

BLOOD DONATION CAMP

Blood Donation camp was held at Mai Hyundai by RC Kolhapur. Total 62 blood units were collected. Rtn. Mahendra Parmar, Rtn. Mohan Patel were present for the event.



11 MAY 2025

CHAIRS DONATION TO PROBUS CLUB

RC Kolhapur donated 36 chairs to the Probus club of Kolhapur. Probus club of Kolhapur is sponsored by Rc Kolhapur and it conducts various activities throughout the year. The club was in the need of the chairs, so Rc Kolhapur donated the chairs. Rtn. Arunkumar Goenka and Rtn. Dilip Shah were present for the event.



13 MAY 2025

CATARACT OPERATIONS

RC Kolhapur sponsored the cataract operations for the 4 patients. The operations were done by Rtn. Dr. Pooja Sasurkar at Orange Multispeciality Hospital. These patients came from a very poor background who couldn't afford the operations by their own.



MAY 2025

PARKINSON'S SESSIONS

RC Kolhapur has been regularly conducting Parkinson's sessions for the patients on every Saturday. Dr. Janhavi Thakur conducts various exercise activities for them. On an average 21-23 patients are present for the session on Saturdays. The circular for the exercises comes from every week from PDMDS Mumbai.



14 MAY 2025

WEEKLY MEETING

डॉ. किरण दोशी हे मीटिंग ला वक्ते म्हणून लाभले. त्यांची ओळख रोटेरियन डॉ. आर. एस. पाटील यांनी करून दिली. आपल्या शरीरातील प्रत्येक हालचालीसाठी हाडे अत्यंत महत्त्वाची भूमिका बजावतात. वय वाढल्यावर हाडांचे आरोग्य टिकवणे अत्यंत गरजेचे आहे. वयोमानानुसार ऑस्टिओपोरोसिस आणि सार्कोपेनिया यांसारखे विकार होण्याची शक्यता वाढते, ज्यामुळे वृद्धांना सहज फ्रॅक्चर होऊ शकते. त्यामुळे bone health संबंधित चाचण्यांची जाणीव आणि जागरूकता निर्माण होणे गरजेचे आहे. हाडांचा ठिसूळपणा, bone mass व muscle mass टिकवण्यासाठी रोजचा व्यायाम, विशेषतः resistance training (डंबेल्स, स्प्रिंग्स) आवश्यक आहे. केवळ चालण्याने पुरेसे फायदे मिळत नाहीत. हाडे मजबूत राहण्यासाठी bone marrow density test आवश्यक आहे. जीवनशैलीमध्ये सुधारणा, पुरेशा प्रमाणात व्हिटॅमिन डी आणि कॅल्शियम व प्रोटीन सप्लिमेंट्स घेणे हे आवश्यक आहे. दररोज किमान १०० ग्रॅम प्रथिने घेणे गरजेचे आहे. अनेकांना किडनी स्टोन असल्यास कॅल्शियम न घेण्याची चुकीची समजूत आहे, जी बदलली पाहिजे. आरोग्यपूर्ण दीर्घायुष्यापेक्षा हेल्थ स्पॅन अधिक महत्त्वाचा आहे. वयोमानानुसार हाडे ठिसूळ होणे हे केवळ कारण न मानता योग्य व्यायामाने हाडे मजबूत ठेवता येतात. टेढा स्कॅन ही चाचणी सर्व स्त्रियांनी रजोनिवृत्तीच्या काळात करून घ्यावी आणि सतत फ्रॅक्चर होणाऱ्या पुरुषांनीही ती करून घ्यावी. not to fall म्हणजे पडलोच नाही, यासाठी स्लीपर, मॅट्स यांची विशेष काळजी घ्यायला हवी. अन्न हेच औषध मानून पोषक तत्वयुक्त आहार घेणे गरजेचे आहे. हाडांबरोबर जॉइंट्स चीही काळजी घेतली पाहिजे.

लकी रोटेरियन म्हणून रो.पवन बघेरिया यांची निवड झाली. कार्यक्रमाच्या शेवटी आभार प्रदर्शन रो. अभिजीत हावळ यांनी केले.



ACHIEVEMENTS CORNER

Sara Prasad Mantri secured 97.6% in CBSE Grade 10.

English Lang and Lit 100
Artificial Intelligence 100
Maths 99

CONGRATULATIONS.



SARA MANTRI
97.60%

UPCOMING EVENTS

6th Club Assembly Rtn. Shankar Patil's Farmhouse	23rd May
Job Fair TBD	June 2025
Training for Teachers RSSK	5-6 June 2025
Club Awards Hotel Sayaji	24 June 2025



रोटरी क्लब ऑफ कोल्हापूर पुरस्कृत
रोटरी समाज सेवा केंद्र
संचलित

हायड्रोथेरेपी सेंटर



• ऑर्थो • न्यूरो • स्पोर्ट्स •
• पेडियाट्रिक •

मधील आजार लवकर
बरे करता येतात

हायड्रोथेरेपी (वॉटर थेरेपी)
कोणत्याही वयोगटात
घेऊ शकता

तज्ञ डॉक्टर्स आणि स्टाफ

हायड्रोथेरेपीचे फायदे :

- ✓ स्नायूंची ताकद वाढते
- ✓ सहनशक्ती वाढवते
- ✓ पाठदुखी बरी करते
- ✓ वजन कमी करता येते
- ✓ सांध्यामधील गतिशीलता सुधारते
- ✓ संतुलन राखण्यास मदत करते
- ✓ रोगप्रतिकारशक्ती वाढते
- ✓ क्रीडा दुखापतींचे पुनर्वसन होते
- ✓ निद्रानाश बरा होतो
- ✓ ताणतणाव नियंत्रित करते
- ✓ डोकेदुखीमध्ये उपयुक्त



आमच्या
सेंटरला
भेट द्या

रोटरी समाज सेवा केंद्र

श्री माधवप्रसाद गोएंका भवन, नागाळा पार्क,
कलेक्टर ऑफिस रोड, कोल्हापूर.

संपर्क : 8421680996, 2651444

Website : www.rssk.org



UNITE
FOR
GOOD



RI District 3170



Rtn. Mario Cesar
RI President 2025-26



Chief Guest
Rtn. Raju Subramanian
RI Director 23-25.

2025-26
DISTRICT LEARNING ASSEMBLY
and
DISTRICT TEAM LEARNING SEMINAR

On 14 & 15 June 2025 (Saturday & Sunday)
Programme Starts at 2.30 PM.
REGISTRATION FEES : Rs.3050/-

Early
bird incentive Rs 150
upto 25/5/25.

"Only 6 Days - Early Bird
offer Closing"



Rtn. Sharad Pai
District Governor 2024-25



Rtn. Arun Bhandare
District Governor 2025-26



Rtn. Baban Deshpande
District Learning Facilitator



Rtn. Ganesh Bhat
DRFC 2025-28

Common Venue for both events :

Hotel
Denissons
Mathura Hall,
HUBBALLI

PAYMENT DETAILS :

Rotary District Learning Assembly 2025
Bank : Indian Bank
Account No. : 8027304579
IFSC Code : IDIB000H015

Hosted by

Rotary club of Hubli

In association with Rotary Hubli Pariwar.

Rtn. Arvind Kubsad

Event Chairman
Cell : 98456 90431

Rtn. Surendra Porwal

Event co chairman
Cell : 98457 55001

Rtn. Abdul Sadiq

Event Secretary
99454 54321

Rtn. Babu Biradar

President
94493 22493

Rtn. A. V. Sankanur

Secretary

Scan for Payment



MANDATORY REGISTRATION FOR ALL CLUB BOARD MEMBERS & DISTRICT OFFICERS

BIRTHDAYS NEXT WEEK

- 18 MAY** Rtn. Sanjeev Chiplunkar
19 MAY Rtn. Mohan Patel
21 MAY Rtn. Sachin Anuje



ROTARY CLUB OF KOLHAPUR'S
ROTARY SAMAJ SEVA KENDRA BUILDING

ANNIVERSARIES NEXT WEEK

- 19 MAY** Rtn. Ravindra Wadgaonkar & Ann Shweta
19 MAY Rtn. Avinash Raste & Ann Arati
19 MAY Rtn. Vishram Bhanushali & Saraswati
21 MAY Rtn. Shankar Patil & Ann Ujjwala
21 MAY Rtn. Bharat Kharate & Ann Rajashri
24 MAY Rtn. Nitin Wadikar & Ann Manisha

NEXT MEETING

WEDNESDAY | 21 MAY 2025 | 5:30 PM

RSSK PURASKAR

Venue : Madhavprasad Goenka Bhavan, Smt. Kamal Govind Gundesha Hall, RSSK, Kolhapur

Rotary 81 THE MAGIC OF ROTARY

INVITATION
ROTARY CLUB OF KOLHAPUR
AND
ROTARY SAMAJ SEVA KENDRA
CORDIALLY INVITE YOU TO THE PRESENTATION OF
ROTARY SAMAJ SEVA PURASKAR
TO
HONORARY SWATI GOKHALE
AT THE HANDS OF
RTN. ARUN D. BHANDARE
DISTRICT GOVERNOR 2025-26
IN THE PRESENCE OF
RTN. RAHUL KULKARNI
ASSISTANT GOVERNOR
WEDNESDAY | 21 MAY 2025 | 5:30PM
Smt. Kamal Govind Gundesha Hall, Madhav Prasad Goenka Bhavan, RSSK, Kolhapur

Rtn. Subhash Malu
RSSK President

Rtn. Amit Mate
RSSK Secretary

Rtn. Arunkumar Goenka
President

Rtn. Sahil Gandhi
Secretary

Rtn. Dr. Abhijit Haval
Director - Community Service

GET IN TOUCH

ROTARY CLUB OF KOLHAPUR

WE MEET EVERY WEDNESDAY AT 5.30 PM

OFFICE: Smt. Kamal Govind Gundesha Hall, Madhav Prasad Goenka Bhavan, Rotary Samaj Seva Kendra, Kolhapur

Facebook Page : [Rotary Kolhapur](#)

PHONE: 0231-2651444

EMAIL: rotarykolhapur@gmail.com

WEBSITE: www.rotarykolhapur.org

Rtn. Ela Mate
Bulletin Editor
elaamate@gmail.com

Rtn. Pradeep Pasmal
Joint Bulletin Editor
ppasmal4708@gmail.com

Rtn. Harshad Dhale
Bulletin Committee Member
rtn.harshad3170@gmail.com