

Club 55: A Graceful Aging & Beyond

प्रिय हितचिंतक,

बऱ्याच वर्षांनी तीन आठवड्यापूर्वी आम्ही जेव्हा प्रिन्स्टन, न्यू जर्सीला, आमच्या कांही मित्रांना भेटायला गेलो होतो त्या मित्रांमध्ये ज्यांनी Club 55 सुरु केला ती सर्व मंडळी तेथे होती. त्यामुळे Club 55ची झालेली उल्लेखनीय प्रगती व 'आंखो देखा हाल' प्रत्यक्ष कळला. आणि त्याच क्षणी त्यावर लेख लिहिण्याचा चांगला विचार माझ्या मनात येऊन गेला. तो हा लेख. आपण जरूर वाचावा. आपला प्रतिसाद ही त्या Club 55ला मिळालेली पावती व प्रशंसा असेल... असो.

आपला,

जयंत.

Sharing is Caring...

Please share this article to others, if possible. Thanx.

Club 55: A Graceful Aging & Beyond

मध्यंतरी 'अमेरिकेतील वृद्धाश्रम' हा बोलका व वैचारिक लेख माझ्या वाचनात आला. त्यात लिहिलं होतं, "वृद्धांचे प्रश्न हा आज जगभरात एक चिंतेचा विषय आहे. देशोदेशी भटकताना तेथील तरुण तसेच वृद्धांशी मी या समस्येबद्दल आवर्जून चर्चा करतो. त्यांच्या समस्या जाणून घेण्याकरता अमेरिकेतल्या विविध वृद्धाश्रमांना मी भेट दिली. पंचतारांकित ते सामान्य वृद्धाश्रमांपर्यंत..! आपले

घरदार विकून कॅरॅव्हॅनमध्येच (फिरत्या घरात) उरलेले आयुष्य काढणाऱ्यांशीही गप्पागोष्टी केल्या. घराबाहेर पडता येत नसल्याने 'ऑन व्हिल' अन्न व औषधे मागवणाऱ्यांच्या व्यथा समजावून घेतल्या. त्यातून अमेरिकन लोक आपल्या वार्धक्यातील आयुष्याची आखणी कशी करतात, याची माहिती मिळाली. अमेरिकेत वृद्धांच्या समस्येला व्यक्तिस्वातंत्र्याच्या प्रश्नाचीही जोड आहे. तिथे विशी ओलांडली की मुलं-मुली घराबाहेर पडून स्वतंत्र राहू लागतात. वृद्ध आई-वडिलांचा सांभाळ करायचा, ही कल्पनाच तिथे अस्तित्वात नाही. विकलांग वृद्धही मुलांकडे राहू इच्छित नाहीत. 'त्यांच्यासोबत राहिले तर माझ्या स्वातंत्र्याचे काय..?' असा प्रश्न नव्वदीतली वृद्धाही विचारते..." आणि हे वाचल्यावर माझं मन सुन्न झालं आणि मला ५० वर्षांपूर्वीचा काळ आठवला...

त्यावेळी आपल्या जन्मभूमीला रामराम करून शैक्षणिक व व्यवसायिक दृष्टिकोन ठेऊन अमेरिका हीच आपली कर्मभूमी समजून मराठी तरुणांनी येथे पाऊल टाकलं होतं. कालांतराने सर्वजण कर्तबगारीने आपापल्या क्षेत्रात आपला पाय रोवून बसले, या देशात सर्वत्र विखुरले, दोनाचे चार हात झाले, कुटुंबाचा विस्तार झाला व येणाऱ्या समस्यांना यशस्वीपणे सामोरे गेले. वर लिहिलेल्या गंभीर समस्यांचं प्रतिबिंब आपल्या कुटुंबावर पडू नये याची काळजी घेत सर्व परिस्थितीतून जातांना प्रत्येकानी दूरदृष्टीने विचार करून आपापली पावलं योग्यदिशेने उचलली. कारण, जो कष्टाळू तरुण वर्ग ५० वर्षांपूर्वी येथे आला होता तो हळुहळू ज्येष्ठ वर्गात सामील होत गेला. आपल्या आई-वडिलांकडून अथवा मातृभूमीतून जे संस्कार मिळाले ते अमलात आणून भारतीय व अमेरिकन संस्कारांच्या चांगल्या गोष्टींचं मिश्रण आत्मसात करून, अडी-अडचणींवर मात करून, एक आदर्श कुटुंबाचा पाया भक्कम केला.



- १) Club 55चे संस्थापक. डावीकडून: सौ. मोना व जगदीश वासुदेव, सौ. मीना व अविनाश देशपांडे, सौ. अलका व सुहास पै, सौ. शकुन व रामानंद पानसे आणि सौ. शोभा व नंदा पडते...
- २) Neurologist Dr. Jaydeep Bhat giving lecture on Alzheimer's disease in medical seminar... 3) Club 55ची सहल. Cruise on East & Hudson River/Manhattan. हे सर्व फोटो सुहास पै याच्या सौजन्याने...

थोडक्यात, आयुष्याच्या एका टप्प्यावर आपल्याला सुरक्षित वाटणाऱ्या ठिकाणाची, आपली काळजी घेतली जाण्याची गरज निश्चित असते. तेथे पैसा, मालमत्ता काहीही उपयोगी पडणार नाही याचे भान प्रत्येक व्यक्तीने ठेवणे ही काळाची गरज बनलेली आहे. प्रत्यक्ष तिथे जाणे ही वेगळी गोष्ट पण जाण्याची मानसिकता तयार करायला सुरुवात केली तर सर्व परिस्थितीकडे एका वेगळ्या दृष्टीने पाहायला सुरुवात होते हे नक्की. हाच विचार ध्यानी घेऊन पुढे ज्येष्ठ नागरिक झाल्यावर आपणही एक दिवस त्याचे साक्षीदार होणार हा दृष्टिकोन दूरदृष्टीने विचारात आणून, निस्वार्थीपणे आपलं तन-मन-धन चोवीस तास सात दिवस खर्ची करून, एक अत्यंत सुपीक कल्पना न्यू जर्सीच्या कांही धाडशी, कर्तबगार व समाजसेवा करणाऱ्या व्यक्तींच्या मनात आली. ती म्हणजे, वय वर्ष ५५ व त्यापुढील वयोगटांसाठी Club 55 ही खाजगी संस्था स्थापन करण्याची..! त्याचा नारळ फोडला गेला होता तो सौ. मीना व अविनाश देशपांडे यांच्या घरी. त्यामध्ये मुख्यतः पांच कुटुंबाचा समावेश होता. सौ. मीना व अविनाश देशपांडे, सौ. मोना व जगदीश वासुदेव, सौ. शोभा व नंदा पडते, सौ. अलका व सुहास पै आणि सौ. शकुन व रामानंद पानसे. मंडळी, Club 55चं बारसं होऊन १५ वर्ष लोटली आहेत..!

सांगायला अभिमानासह आनंद वाटतो की, गेल्या पंधरा वर्षात लावलेल्या या लहानशा हिरव्यागार फुलझाडाचा आज परिपूर्ण वृक्ष तयार झाला आहे. Club 55च्या या प्रतिष्ठित संस्थेला अनेक उपयुक्त उद्दिष्टांसह एक कायम स्वरूप प्राप्त झाले आहे. सध्या जवजवळ त्याचे ३०० हून अधिक सभासद आहेत. आणि या क्लबमध्ये पन्नाशी ओलांडलेला तरुण वर्गही हळुहळू आनंदाने येत आहे. हे निश्चितच स्वागताहार्य आहे यात शंका नाही.

क्लब ५५ ची उद्दीष्ट्ये:

१) निरनिराळ्या सांस्कृतिक कार्यक्रमाच्या निमित्ताने एकत्र येऊन आपल्या प्रेमळ स्नेहाच्या जाळ्याचे पीळ घट्ट करून एकमेकांना आधार देणे.

२) आयुष्याच्या सुवर्ण वाटेवर वाटचाल करतांना, अनेक गोष्टींची गरज भासणाऱ्या आवश्यक व महत्वाच्या बाबींचा दूरदृष्टीने विचार करून योग्य माहिती मिळविणे व देणे. उदाहरणार्थ: सोशल सेक्युरिटी, मेडिकेअर, आरोग्य, भविष्याची आर्थिक तरतूद वगैरे. यावर प्रत्यक्ष चर्चा विनिमय करणे, त्याविषयी अनुभवी तज्ज्ञांचा व वैद्यकीय डॉक्टरांचा सल्ला घेणे व या सर्वांचे वेळोवेळी सेमिनार घेणे. जेणेकरून सभासदांना योग्य व व्यक्तिगत माहिती मिळून त्यावर निर्णय घेता येणे सोयीचे जाईल.

३) आरोग्य आणि आजारपणं यांची सर्व माहिती गोळा करणे. यासाठी सभासदांना लागणाऱ्या आर्थिक गरजांचा निर्णय घेणे.

४) सर्वसाधारण उतार वयात अनुषंगाने कांही वाढील कौटुंबिक जबाबदाऱ्या अंगावर पडतात. यात नातवंडांना सांभाळणे, आपला साथीदार नसणे, त्यामुळे एकटेपणा येणे, मदतीची गरज भासणे, जरूरीचा संपर्क साधणे वगैरेना तोंड द्यावे लागते. अशा अनपेक्षित व आकस्मात येणाऱ्या आपत्तींवर अनुभवींचा सल्ला मिळवणं, आपल्या आवडत्या गोष्टीत मन रमवणं-गुंतवणं, देवाण-घेवाण करून सोबतींचा आधार घेणं-देणं आणि अवघड परिस्थितींना धैर्याने वैचारिक दृष्ट्या सामोरे जाऊन त्यावर सहजपणे मात करणं.

५) आणि क्लब ५५च्या या सर्व उपक्रमांमुळे अथवा उद्दीष्ट्यांमुळे आपलं उर्वरित

आयुष्य सर्वतोपरी अत्यंत सुखद होण्यासाठी भक्कम आधारस्तंभ निर्माण करणे.



१) मनोरंजन करतांना Club 55चे सभासद... २) Gastro Internologist Dr. Anish Sheth giving lecture on GERD in medical seminar... 3) कार्यक्रम ऐकतांना Club 55चे सभासद. हे सर्व फोटो सुहास पै याच्या सौजन्याने...

मंडळी, क्लब ५५ने सुरवातीपासून जे अनेकोत्तम कार्यक्रम केलेत त्यामध्ये नुसते देशी-विदेशी सहलीचे (तीन पिढ्यांच्या ओळखीने) व मनोरंजनाचे अथवा करमणुकीचे कार्यक्रम नसून वर दिलेल्या ध्येयवादी उद्दिष्टांचा विचार करून त्यासोबात माहितीसत्रवजा गरजांच्या व निरनिराळ्या विषयांच्या चर्चासत्रही आयोजित केली व करीताहेत. या महत्वपूर्ण कार्यासाठी वैयक्तिक भेट-गांठी आयोजित करून त्यासाठी भरपूर वेळ देण्यात येतो. थोडक्यात, क्लब ५५ हा मौज-मजा करणाऱ्यांचा फक्त वैभवी 'कट्टा' नसून त्याला उल्लेखनीय असं एकरूपतेचे भक्कम स्वरूप आलं आहे. हातात हात धरून प्रेमळ संदेश हाच आहे की, "ज्येष्ठांनो, आता तुम्ही एकटे नाहीत. आम्हीही तुमच्या पाठीशी सूर्योदयासारखे खंभीरपणे उभे आहोत. तसेच, क्लब ५५ हे जेष्ठ मंडळींचं जिव्हाळ्याच्या नातींचं एक परिपक्व कुटुंब तयार झालं आहे." आयुष्याच्या पुढील (अवघड) वाटेवर आधाराचा हात धरून यशस्वीपणे योग्य दिशा दाखवणं हे या क्लब ५५चं ध्येय आहे..! आज ही सर्व मंडळी निवृत्त जीवन आनंदाने व सुखाने जगत आहेत.

त्याचप्रमाणे, पुढेमागे या Club 55: A Graceful Aging & Beyondची यशस्वी व कौतुकास्पद परंपरा सांभाळायला व भार हलका होण्यासाठी 'साथी हात बढाना' या भावनेने तरुण पिढीही सामील होईल यात वाद नाही. आणि तशी यांनी

पूर्ण तयारीने विचारपूर्वक पावलंही उचलली असतील अशी खात्री आहे. सासू-सासरे यांचा सांभाळ करतांना किंवा त्यांच्याजवळ रहातांना येणारे अनुभव बहुतेकजण अनुभवत होते. त्यामुळे आपल्या लोकांसाठी 'वृद्धाश्रम' असणं सध्या अत्यंत गरजेचं आहे. किंवा त्यादृष्टीने त्यांना सर्वोत्तमरी २४/७ मदत मिळवून देणे हेही क्लब ५५ विचारात घेऊन त्यादृष्टीने पावलं उचलत असतील यात शंका नाही. शिवाय, उज्ज्वल भवितव्य असलेल्या या क्लब ५५च्या निरनिराळ्या ठिकाणी शाखा निघाल्या तर मला नवल वाटणार नाही. दुर्दैवाने आम्ही न्यू यॉर्कला रहात असल्याने मनात असूनही तेथे जाता येत नाही. परंतु, मनाने तेथे गुंतलेले असतो. तसेच, हा लेख लिहिण्यासाठी मला मीना व अविनाश देशपांडे, अलका व सुहास पै यांची जाणीवपूर्वक मदत मिळाल्याने मी हा लेख लिहू शकलो. खरं म्हटलं तर, यापूर्वीच या Club 55ला योग्यपणे पूर्वप्रसिद्धी मिळणं अत्यंत महत्वाचं होतं. ते कार्य माझ्या हातून घडलं यामुळे पुण्य माझ्या पदरी पडल्याचा आनंद झाला. असो.

क्लब ५५चं व ते चालवणाऱ्या कार्यकारी व्यक्तींचं मी मनःपूर्वक अभिनंदन करतो व त्यांना हार्दिक सदिच्छा व्यक्त करतो..!

जयंत विठ्ठल कुळकर्णी.

E-mail: Jvkny1@gmail.com

ता. क. YouTubeवर पाहा: Dr. Anish Sheth discussing heartburn, Gerd and Stretta Therapy. <https://youtu.be/E84rCAeHWvQ> आणि YouTubeवर पाहा: CLUB 55 VIDEO PART 1 - Alzheimer by Dr. Jaydeep Bhat <https://youtu.be/1YafMwAn9Rs> व PART 2 - Alzheimer by Dr. Jaydeep Bhat <https://youtu.be/tXCFwlcMM>

CLUB55 New Jersey (EST. 2005)

List of program arranged by Club55NJ from 2005-2019 Contd.

1. Club55NJ Kick - off Party (2005)

2. Informative Lectures on: Heart Disease, Diabetes, Nutrition, Prostate Cancer, Sleep Apnea, Geriatric issues, Gastroenterology, Alzheimer's & Dementia, Glimpses of Indian History-Pre Maratha & Maratha Period, Gracefull Aging, Estate Planning.
3. Stand Up Comedy, (Lakhani's House ??), 2017
4. Haladi Kum-Kum
5. Works Shop on : Yoga, Empower your mind, body & sprit holistic way
6. Marathi Movie
7. Assisted Living Facility Tours
8. Three generation picnic (2010, 2011)
9. Trip to Bushkill Falls (Pennsylvania)
10. Diwali Celebration (2007, 08, 09, 10, 11, 12, 13, 15)
11. Holi Celebration - DJ (2013)
12. Holiday Celebration (2016, 17, 18)
13. Trip to Winery (Wine Tasting) Hopwell (2012), Working Dog (2015, 2017)
14. Atlantic City Trip (By private bus)
15. Bowling
16. A weeklong cruise to Mediterranean-77 Marathi Seniors (2017)
17. Started Newsletter - 2012 Database consists 550 plus Members, including 200 outside New Jersey, To communicate with members on issues like Social Security, Medicare, Health, Finance, NRI etc.
18. Seminars on Community Living
19. Musical Evening

20. Variety Entertainment (2015)
 21. 10th Anniversary Celebration (2015)
 22. Gudhi Padwa (2016)
 23. Surmaii (2016), Andaz Mera Nirala (2018)
 24. Fashion Show (2017)
 25. Moonlight Dinner & Dance Cruise
 26. Short Play - Pulakit Narees (2019)
 27. Friends Supporting Friends (2014), provide support to our Marathi Community living in New Jersey
 28. Crafts Corner (2018)
-

Contact info for Club 55:

Nanda Padte: (732) 969-1195 & Meena Deshpande: (732) 940-8442

E-mail: club55nj@gmail.com
