Since 1951

Jubilet

JUBILEE MISSION MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE

Issue No. : 1 Vol. No. : 1

Patron's Message

പ്രിയ ജൂബിലി മിഷൻ കുടുംബാംഗങ്ങളേ,

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ **'ജൂബിലെറ്റ്'** മാസംതോറും പ്രസിദ്ധീകൃതമാകുന്നതിൽ ഏവർക്കും അഭിനന്ദനങ്ങൾ. ആതുരശുശ്രൂഷാരംഗത്ത് ജൂബിലി മിഷൻ നൽകുന്ന സേവനം ചെറുതല്ല. അതിൽ സുപ്രധാനപങ്ക് വഹിക്കുന്നത് ഒരു കുടുംബം പോലെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ജൂബിലി മിഷൻ കുടുംബാംഗങ്ങളായ നിങ്ങളോരോരുത്തരുമാണ്. "എന്റെ ഏറ്റവും എളിയ ഈ സഹോദരൻമാരിൽ ഒരുവന് നിങ്ങൾ ഇതു ചെയ്തുകൊടുത്തപ്പോൾ എനിക്കു തന്നെയാണു ചെയ്തുതന്നത്." (മത്തായി 25:40) എന്ന തിരുവചനം ഹൃദയത്തിൽ ധ്യാനിക്കാം. കണ്ടുമുട്ടുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയിലും ദൈവത്തെ കണ്ടുകൊണ്ട് അവരെ ശുശ്രൂഷിക്കാൻ നമുക്ക് കഴിയട്ടെ. ഈ മഹത്തരമായ ശുശ്രൂഷ ഒരേ ഹൃദയത്തോടെ, സ്നേഹത്തോടെ, ചെയ്തു തീർക്കാൻ പരസ്പരം കരങ്ങൾ കോർക്കാം. ദൈവം നിങ്ങളെയും, കുടുംബാംഗങ്ങളെയും സമൃദ്ധമായി അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ.

യേശുവിൽ നിങ്ങളുടെ വത്സലപിതാവ്

മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത്

അതിരൂപത മെത്രാപ്പോലീത്ത

Director's Message

പ്രിയപ്പെട്ട ജൂബിലി കുടുംബാംഗങ്ങളേ,

മുന്നൂറ്റിയറുപത്തഞ്ച് ദിവസവും ഇരുപത്തിനാല് മണിക്കൂറും രോഗീശുശ്രൂഷയിൽ സമർപ്പിതരാണ് മിഷനാശുപത്രി കുടുംബത്തിലെ ഓരോ അംഗവും. ഡോക്ടർമാരും, നേഴ്സുമാരും സാങ്കേതിക വിദഗ്ദ്ധരും, ഓഫീസ് – ശുചീകരണ – സുരക്ഷ തുടങ്ങി വിവിധ മേഖലകളിൽ സഹായിക്കുന്നവരുമായ ആശുപത്രി കുടുംബാംഗങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള കൂട്ടായ്മയും സൗഹൃദവും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക, രചനാപരമായ അവരുടെ കഴിവുകൾക്ക് വേദിയൊരുക്കുക, ആശയസംവാദത്തിനും സാഹിത്യാഭിരുചികളുടെ പരിപോഷണത്തിനും അവസരമൊരുക്കുക, കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ വ്യക്തിത്വവികാസത്തിന് വേദിയൊരുക്കുക തുടങ്ങിയ ലക്ഷ്യങ്ങളോടെ നാം ഒരു ഭവനമാസികയ്ക്ക് (In-House Magazine) തുടക്കമിടുന്നു.

എല്ലാവരുടേയും സഹകരണം അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നതിനൊപ്പം ഈ പ്രസിദ്ധീകരണം പാരസ്പര്യത്തിലും ആഴത്തിലുള്ള കൂട്ടായ്മയിലും സഹകരണത്തിലും രോഗികളോടുള്ള സമർപ്പണത്തിലും ഒരു സ്നേഹകുടുംബമായി നമ്മെ കൂടുതൽ വളർത്തട്ടെയെന്നാശംസിക്കുന്നു.

ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്തച്ചൻ

ഡയറക്ടർ, ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ

Editor's Desk

സ്നേഹമുള്ളവരെ,

തത്വശാസ്ത്രത്തിൽ ഏറെ വിപ്ലവാത്മകമായ ആശയം പേറുന്ന ഒരു വാചകമാണ് 'to be is to be related' എന്നത്. ലളിതമായി പറയുകയാണെങ്കിൽ ഈ ആശയം ഊന്നിപറയുന്നത് ബന്ധങ്ങളുടെ അസ്തിത്വപരമായ പ്രാധാന്യമാണ്. മനുഷ്യന്റെ അസ്തിത്വം അഥവാ നിലനിൽപ് അവന്റെ ബന്ധങ്ങളിലാണ്. 'ജൂബിലി ഒരു കുടുംബം' എന്ന നിലയിൽ നിലനിൽക്കുന്നത് ഈ കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള ബന്ധങ്ങളുടെ ഊഷ്മളത കൊണ്ടാണ്. ബന്ധങ്ങൾ വളരുക പരസ്പരം അറിയുന്നതിലൂടെയാണ്. ശരിയായ അറിവുകൾ തീർച്ചയായും ആഴമുള്ള ബന്ധങ്ങളിലേക്ക് നമ്മെ നയിക്കും. ബന്ധങ്ങൾ കൂടുതൽ ആഴമുള്ളതാക്കാനും ദൃഢമാക്കാനും സഹായിക്കുക എന്ന സദുദ്ദേശ്യത്തോടെയാണ് ഈ ന്യൂസ് ലെറ്റർ **'ജൂബിലെറ്റ്'** എന്ന പേരിൽ ഈ മാസം മുതൽ ഇറക്കുന്നത്. നമ്മുടെ ബന്ധങ്ങൾ ഊട്ടി ഉറപ്പിക്കാനും തദ്വാരാ ജൂബിലി കുടുംബം കൂടുതൽ സൗഹൃദത്തിലും സ്നേഹത്തിലും വളരുവാനും ഈ ന്യൂസ് ലെറ്റർ കാരണമാകുക തന്നെ ചെയ്യും എന്ന് നമുക്ക് ഉറച്ച് വിശ്വസിക്കാം. അതിനായി പരസ്പരം കൈകൾ കോർത്ത് മുന്നേറാം. ആഗതമാകുന്ന ക്രിസ്തുമസിന്റെയും, പുതുവത്സരത്തിന്റെയും ആശംസകൾ നേരുന്നു.

ഫാ. സിജോ ചെറുവത്തൂർ

എഡിറ്റർ

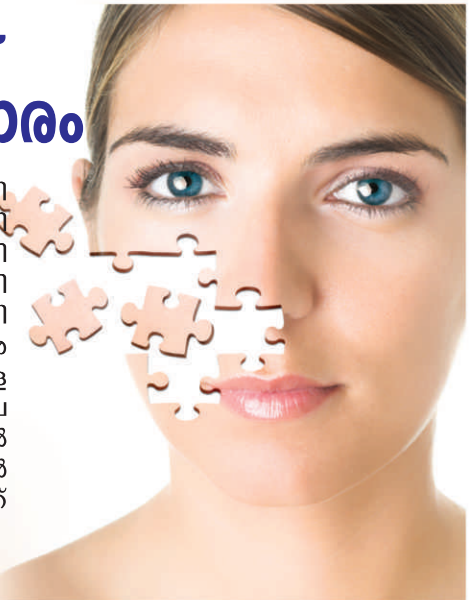
News Headlines

- ഡോ. പ്രശാന്ത് വർക്കിക്ക് രാജ്യാന്തര അംഗീകാരം
- ആയിരം ഹൃദയശസ്ത്രക്രിയകൾ!!!
- ഈ പടിയിറങ്ങൽ ലാബിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ ആദ്യം
- ആരോഗ്യപരിപാലനത്തിന് പ്രകൃതിയോട് ഇണങ്ങിയ ജീവിതശൈലി ആവശ്യം
- ലോക ഹൃദയദിന ആഘോഷം
- ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജ് 12-ാം ബാച്ച് ദീപം തെളിയ്ക്കൽ
- അയിത്തം മാറാത്ത സാക്ഷരകേരളം

ഏഷ്യ പസഫിക് അണ്ടർസി ആൻഡ് ഹൈപ്പർബോറിക് സൊസൈറ്റി വിദ്യാഭ്യാസ കമ്മിറ്റിയുടെ ചെയർമാനായി തെരഞ്ഞെടുത്ത തൃശൂർ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ പ്ലാസ്റ്റിക് സർജറി വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. പ്രശാന്ത് വർക്കി അമ്പൂക്കൻ സൊസൈറ്റി പ്രസിഡന്റ് ഡോ. ഗോ ചുൻ ജീനിൽ നിന്ന് അംഗീകാരപത്രം ഏറ്റുവാങ്ങുന്നു.

പ്ലാസ്റ്റിക് സർജറി വിഭാഗം മേധാവി

ഡോ. പ്രശാന്ത് വർക്കിക്ക് രാജ്യാന്തര അംഗീകാരം



കൊച്ചി: തൃശൂർ ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ പ്ലാസ്റ്റിക് സർജറി വിഭാഗം മേധാവി ഡോ. പ്രശാന്ത് വർക്കി അമ്പൂക്കനെഏഷ്യ പസഫിക് അണ്ടർസി ആൻഡ് ഹൈപ്പർബാറിക് സൊസൈറ്റി വിദ്യാഭ്യാസ കമ്മിറ്റി ചെയർമാനായി തെരഞ്ഞെടുത്തു. സൊസൈറ്റി ബോർഡിലുള്ള ഏക ഇന്ത്യക്കാരനാണിദ്ദേഹം. ചൈനയിലെ ഷെങ്ങ്ഷൂയിൽ നടന്ന യോഗത്തിൽ സൊസൈറ്റി പ്രസിഡന്റ് ഡോ. ഗോ ചുൻ ജീനിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിൽ ഡോ. പ്രശാന്ത് ചുമതലയേറ്റു.

ഈ പടിയിറങ്ങൽ ലാബിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ ആദ്യം

ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിൽ ലാബ് സ്റ്റാഫിന്റെ ചരിത്ര പുസ്തകത്തിൽ ഒരു താളിന്റെ ഉടമയായിരിക്കുകയാണ് മിസ്സിസ് ഡാലി തോമസ്. 1970-ൽ DMLT കോഴ്സ് പാസ്സായി. തുടർന്ന്, 1978 മുതൽ ജോലിക്കു കയറുകയും ചെയ്തു ഡാലി തോമസ്. തുടർന്ന് നീണ്ട 38 വർഷക്കാലത്തെ സ്തുത്യർഹമായ സേവനത്തിനുശേഷം 31/10/2014ന് ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റലിന്റെ പടികളിറങ്ങുകയാണ്. ഈ ലാബിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ ആദ്യമായാണ് ഒരു സ്റ്റാഫ് 38 വർഷത്തെ സേവനത്തിനു ശേഷം വിരമിക്കുന്നത്. തന്റെ 58 വർഷത്തെ ജീവിതത്തിനിടയിൽ ഭൂരി ഭാഗം ദിനങ്ങളും ഹോസ്പിറ്റലിനു വേണ്ടി നീക്കിവയ്ക്കുകയും സേവനമനുഷ്ഠിക്കുകയും ചെയ്ത വ്യക്തിയാണ് ഡാലി തോമസ്.തികഞ്ഞ ഈശ്വരവിശ്വാസവും കൃത്യനിഷ്ഠയും അർപ്പണ മനോഭാവവുമാണ് ഈ നേട്ടം കൈവരിക്കാൻ ഡാലി തോമസിന് സഹായിച്ചത്. വളർന്നുവരുന്ന പുതുതലമുറയ്ക്ക് എന്നും ഓർമ്മിക്കാനും മാതൃകയാക്കാനും മിസ്സിസ് ഡാലി തോമസിന്റെ ജീവിതം കാരണമാകട്ടെ. ഭാവി ജീവിതത്തിന് എല്ലാ ആശംസകളും നേരുന്നു.

ആയിരം ഹൃദയശസ്ത്രക്രിയകൾ!!!

ജൂബിലി ഹൃദയാലയ ആയിരം ഹൃദയശസ്ത്രക്രിയകൾ പൂർത്തിയാക്കി. ചീഫ് കാർഡിയോതൊറാസിക് സർജൻ ഡോ. ബാബുരാജൻ എ. കെ. യുടെ നേതൃത്വത്തിലുള്ള സംഘമാണ് ഈ നേട്ടം കൈവരിച്ചിരിക്കുന്നത്. ബൈപാസ് സർജറി, വാൽവ് മാറ്റിവെയ്ക്കൽ, ജന്മനാലുള്ള ഹൃദയവൈകല്യങ്ങൾ തീർക്കൽ, ഹൃദയത്തിലെ ദ്വാരമടയ്ക്കൽ, താക്കോൽ ദ്വാരശസ്ത്രക്രിയകൾ തുടങ്ങിയ ഹൃദയസംബന്ധമായ ശസ്ത്രക്രിയകൾ ചെയ്താണ് ടീം നേട്ടം കൈവരിച്ചിരിക്കുന്നത്. സെമിനാർ ഹാളിൽ നടന്ന 'കൃതജ്ഞതാദിന' യോഗം ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു.

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിലെ ഹൃദ്രോഗ വിഭാഗമായ ഹൃദയാലയയിൽ ആയിരം ഹൃദയശസ്ത്രക്രിയകൾ ചെയ്തതിന്റെ കൃതജ്ഞതാ ദിനത്തിൽ ഡോക്ടർമാരെ ആദരിച്ചു.

Happy Events OF JUBILEE

*Dec. 5th : **Lamp Lighting ceremony** of 12th Batch of BSc. Nsg. Students*

*Jan. 15th : **Capping Ceremony** & Inauguration of the **50th Jubilee year celebration**.*

NEW MEMBERS TO JUBILEE

NURSING

Nicy Varghese
Mini P. M.
Sowbhagya Antony A.
Beetha Babu
Figi K. J.
Jolsna Jose
Vincy Varghese
Priyamol John
Shinu P. Thomas
Reshma T. M.
Preethymol Francis
Demy Davis
Mini K. P.
Nayana Paul
Deepa U.
Femy Francis
Anumol P. Joseph
Lakshmi Subrahmanyan
Seena K. P.
Relly T. R.
Jismol Joy
Reeja Joseph
Sowmya Sunny
Neethu George
Sunu P.R.
Sreeja E. S.
Lekha P. P.
Jincy Jose
Anumol T. S.
Sini Thomas
Midhula Michel
Rhia Elizabeth Sabu
Milu Soman
Jipsy Joy
Riya Rapheal
Mruthula Baby
Stegy Babu
Teena Johnson
Ancy Vincent
Anjaly Vijayan
Anitha Antony N.
Asha Antony
Jismy Jose
Nicy Jose
Reji Jose
Solly Varghese
Soumya Paul T.
Seena Tony A.
Sophia Solomon
Riya Joy
Leeha Joy Margret
Aswathi P. a.
Neethu P. J.
Kency C. J.
Teena Mathew

PHARMACY

Vibi A. R.
Moly M. T.
Athira K. R.
Sini P. D.
Ashlyn Augustine
Chinju Varghese
Jaseela
Reshma C. S.
Aswathi Ramesh
Syamily K. R.

RECEPTION

Sandhya C.
Agnes Anto C.
Johny P. J.
Renu M. S. (ECHS)
Meera Ravindran
Fimi Jose
Jini P. S.

ACCOUNTS

Rosna Anto

PMO

Anish Jose
Sunil Thomas

RESEARCH WING

Alex George
Pamala John

Patient Relation Coordinators

Finding the demanding needs of patients and bystanders hospital have appointed Four Patient Relation Coordinators in each block. Their role is to meet the patients in bed side and interact with them and satisfy their demands if any as early as possible with the coordinated support from other departments. They are also deputed to maintain a good harmony between hospital staff and patients. They will collect suggestions from the Staff/ Patients and report to higher authorities. They will act as mediators between Management, Staff and Patients.

PATIENT RELATION CO-ORDINATORS

Naveen E. *(St. Thomas Block)*
Ashly Jose *(Golden Jubilee)*
Dency Devassy (Old Block)
Shalat Rani (Hrudhayalaya)

HEARTY *Congrats*

PG Students, OBG

- **Dr. Swetha** *1st Prize*
- **Dr. Archana** *1st Prize*
- **Dr. Aysha** *2nd Prize*
- **Dr. Arya** *2nd Prize*

For winning First & Second Prize in the Quiz on High Risk Obstetrics conducted by COGS- CON 2014 (Annual Conference of Calicut OBG Society & 1st Prof. A. Malathy Memorial Oration).

Hearty Welcome to our New Doctors

Dr. Vineeth Kumar P. M.
MS (Surgery), Asst. Professor
Department of General Surgery

Dr.Tom Wilson
Assistant Professor,
Community Medicine

Dr.Ashwathi R
Assistant Professor
Department of Pathology

Dr. Mariya Jose
Asst. Professor
Department of Pharmacology

Dr. Cherish Paul
Associate Professor,
Anaesthesiology

Dr. Sherin Shaji
Junior Resident
Emergency Medicine

Dr. Atul V Gopal
Junior Resident
Neuro Surgery

Ms. Praveena Vincent
Learning Disability Therapist
Psychiatry

BEST PERFORMANCE AWARD

- **Ms. Jomol George** from Neuro OT awarded the best Nursing staff from First Batch
- **Ms. Liji K Joseph** M.G. ward awarded the best Nursing staff from Second Batch
- **Ms. Anumol T.S** from St. Joseph ward awarded the best Nursing staff from Third Batch

ആരോഗ്യപരിപാലനത്തിന്

പ്രകൃതിയോട് ഇണങ്ങിയ ജീവിതശൈലി ആവശ്യം

ജേക്കബ് ജോബി ഐ. പി. എസ്.

കേരളത്തിലെ ജനത പ്രകൃതിയോട് ചേർന്നുനിൽക്കുന്ന ജീവിതശൈലി സ്വീകരിക്കണമെന്ന് കമ്മീഷണർ ശ്രീ. ജേക്കബ് ജോബി അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. ലോകപ്രമേഹദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ നടന്ന ബോധവൽക്കരണ സെമിനാർ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത് സംസാരിക്കുകയായിരുന്നു അദ്ദേഹം. സന്നദ്ധസേവനസംഘടനയായ 'ആശ്രയ'യാണ് സെമിനാർ സംഘടിപ്പിച്ചത്. ഫാ. സുനിൽ ചിരിയങ്കണ്ടത്ത് ചടങ്ങിൽ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു.

ജൂബിലി
ഒരു സേവനപാതയിൽ

Ricy P. J., Lab

ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ ആതുരസേവനത്തിന്റെ മഹനീയ മാതൃകയായി ഉയർന്ന്വന്നിട്ട് 60 വർഷങ്ങൾ കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. 1957ൽ വെറുമൊരു ഡിസ്പെൻസറി ആയി തുടങ്ങിയ ഈ ആതുരാലയം ഇന്ന് വളർന്നുവലുതായി സൂപ്പർ സ്പെഷ്യാലിറ്റി ഹോസ്പിറ്റൽ ആയി തൃശൂരിന്റെ നെറുകയിൽ പടർന്നു പന്തലിച്ചു നിൽക്കുന്നു. നമ്മുടെ ഹോസ്പിറ്റലിന്റെ ആപ്തവാക്യം service with love എന്നാണല്ലോ. ഈ ലക്ഷ്യം പ്രാവർത്തികമാക്കിക്കൊണ്ടാണ് ജൂബിലി കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഏവരും ഇവിടെ സേവനമനുഷ്ഠിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ടുതന്നെയാണ് പാവങ്ങളുടെ ഹോസ്പിറ്റൽ എന്ന് ഇത് അറിയപ്പെടുന്നത്. തൃശൂർ അതിരൂപതയുടെ നേതൃത്വത്തിലുള്ള ഈ ആതുരാലയത്തിന്റെ ഉയർച്ചയ്ക്കും ഉന്നതിക്കും വേണ്ടി ജൂബിലി കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഏവരും അനുദിനം പ്രവർത്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഏവരുടേയും ആത്മാർത്ഥപൂർണ്ണവും സ്നേഹപൂർണ്ണവുമായ പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് ആശുപത്രിയുടെ മുന്നോട്ടുള്ള യാത്രയിൽ കരുത്താകുന്നത്. ജൂബിലി മിഷന്റെ സ്നേഹശുശ്രൂഷ ആയിരങ്ങൾക്ക് കരുത്താകട്ടെയെന്ന് ആശംസിക്കുന്നു.

JOKE POINT

Baby P. A., Insurance

● **ഡോക്ടർ മറ്റൊരു ഡോക്ടറോട് :**

അ : നിങ്ങൾക്കെപ്പോഴെങ്കിലും രോഗിയെ ചികിത്സിച്ചതിൽ തെറ്റു പറ്റിയിട്ടുണ്ടോ?

ആ : ഒരു പ്രാവശ്യം തെറ്റു പറ്റിയിട്ടുണ്ട്. ഞാൻ രോഗിക്ക് വയറിനുള്ള അസുഖത്തിനാണ് ചികിത്സിച്ചത്. പിന്നീട് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി ആ രോഗിക്ക് ഹൃദയരോഗത്തിന് ചികിത്സിക്കുവാനുള്ള ധനസ്ഥിതിയുണ്ടെന്ന്.

● നമ്മൾ ദൈവത്തോട് പിണങ്ങിയാൽ ദൈവം നമ്മെ ഡോക്ടറുടെ അടുത്തേക്ക് അയക്കും. നമ്മൾ ഡേക്ടറോട് പിണങ്ങിയാൽ ഡോക്ടർ നമ്മെ ദൈവത്തിന്റെ അടുത്തേക്ക് അയക്കും.

അണയാം ഒന്നുചേരാം
ജീവശുശ്രൂഷയ്ക്കൊരുങ്ങാം

S.N Maphy Francis, MSW 1

സ്നേഹത്തിൻ പൊൻവിളക്കുമേന്തി
സേവനമാകും പൂജിത വഴിയെ
അലയായഴിയെന്ന പോൽ ഒഴുകാം
ഒന്നായി ഇന്നിനി നീങ്ങാം
അകമഴിയുന്നൊരു പ്രാർത്ഥനയും
അലിവിൻ കൈപിടി താങ്ങതുമായി
അണയാം ഒന്നുചേരാം
ഈ ജൂബിലി തൻ തിരുനടയിൽ
അണയാം ഒന്നുചേരാം
ജീവശുശ്രൂഷയ്ക്കൊരുങ്ങാം
To save the life.... To save the beats
Come ...... let us serve with love.

Krishnaveni, MRD

വാർദ്ധക്യം!
ഫലങ്ങൾ തരുന്ന ഒരു പുരാതനവൃക്ഷം!!!

മനസ്സിന്റെ കോണിൽ കൂടണച്ചുവയ്ക്കാൻ ഒരു മയിൽപ്പീലിത്തുണ്ടു സമ്മാനിച്ച ജൂബിലിയ്ക്കായ്...

സമകാലിക ജീവിതത്തിൽ ഏറെ പ്രാധാന്യമേറിയ കഥാപാത്രങ്ങളിലൊന്നാണ് വൃദ്ധൻ. വാർദ്ധക്യം ഒരു രോഗമല്ല, അവസ്ഥയാണ്. 'ഏറെ പ്രായം ചെന്നൊരാൾ' എന്ന ലളിതമായ പദം സമകാലിക ജീവിതത്തിൽ പുതിയ ആശയങ്ങൾക്ക് തിരി തെളിയിക്കുന്നു. പഴകിയ ജീവിതശൈലികളെ ഇന്നും നെഞ്ചോടു ചേർത്തു പിടിയ്ക്കുന്ന ഒരു 'പടുകിളവൻ'. പെൻഷനും രോഗത്തിനും മരണത്തിനും വേണ്ടി മാത്രം അർഹതയുള്ള ഒരു പുരാതനജന്മം. നൂതനആശയങ്ങളിലും അഭിപ്രായങ്ങളിലും നിന്നെല്ലാം മാറ്റിനിർത്തപ്പെട്ട ഒരു പാഴ്ജന്മം. അധികാരസ്വരമോ അവകാശമോ ഉന്നയിക്കാനാവാതെ നാൽചുവരുകൾക്കിടയിൽ ഒതുങ്ങപ്പെടുകയും കുത്തിയിരിയ്ക്കുകയും ചെയ്യപ്പെടുന്ന പുരാതനവൃക്ഷം. രോഗാവസ്ഥയുടെ മൂർച്ഛയിൽ ലളിതമായ വികൃതി ചേഷ്ടയിൽ ഏർപ്പെടുമ്പോൾ ഒറ്റപ്പെടുന്ന അവസ്ഥ ഒരു പക്ഷേ വാർദ്ധക്യത്തെ വ്രണപ്പെടുത്തുന്നു. എന്തിനും ഏതിനും അനുവാദം ചോദിച്ചുപോന്നിരുന്ന സാക്ഷര മലയാളി വാർദ്ധക്യം എന്നവസ്ഥ ലളിതമായ് ചിത്രീകരിക്കുമ്പോൾ നിറഞ്ഞ ഫലങ്ങൾ തരുന്ന ഒരു പുരാതനവൃക്ഷമായ് മാറുകയാണ് വാർദ്ധക്യം. രോഗത്തിനും മരണത്തിനും പെൻഷനും വേണ്ടി മാത്രം ജീവിക്കാനുള്ളതല്ല എന്ന തിരിച്ചറിവ് വാർദ്ധക്യപുരാണത്തെ സുഖകരമാക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. മരണത്തിന്റെ റിക്രൂട്ട്മെന്റ് മുറിയിൽ അവശനായി മരണത്തെ കാത്തിരിയ്ക്കുമ്പോഴും നഷ്ടപ്പെടുത്താത്തതായി പലതുമുണ്ട് അയാളിൽ. മഴ കാത്തിരിക്കുന്ന വേഴാമ്പലിനെപ്പോലെ' അവശനായി സ്വപ്നങ്ങൾ നെയ്തുകൂട്ടുമ്പോൾ ഒരു പക്ഷേ, നൂതനആശയങ്ങളും സങ്കൽപ്പങ്ങളും ആ വ്യക്തിയിൽനിന്നും അകന്നുപോകുന്നു. ഇത്തരം അകൽച്ചയും സ്വയംഭരണശൈലിയും ഒത്തുചേർന്ന് ന്യൂക്ലിയർ ഫാമിലി എന്ന പദത്തെ വളരെ വർണ്ണനാപരമായി വിവരിക്കുന്നു. സ്നേഹിക്കാനും സ്നേഹിക്കപ്പെടാനും വേണ്ടിയുള്ള ന്യൂ ജനറേഷൻ ഐക്കണിന്റെ അന്വേഷണപ്പാച്ചിലിൽ യഥാർത്ഥ സ്നേഹത്തേയും സാംസ്കാരിക മൂല്യങ്ങളേയും അൽപ്പാൽപ്പമായ് മറന്നുപോകുന്നു. യൂത്ത് ഐക്കണുകളുടെ ജീവിതശൃംഗങ്ങളിലേയ്ക്കുള്ള കുതിച്ചുപായലിൽ നഷ്ടപ്പെടുന്നതായ് പലതുമുണ്ട്, അവയൊന്നും ഒരിക്കലും തിരിച്ചുകിട്ടാൻ കഴിയാത്ത വിധം....

സമസ്ത മൂല്യങ്ങളേയും തത്വസംഹിതകളേയും സമൃദ്ധമായ് നിറയ്ക്കാൻ ഒരു തൂലികയ്ക്കാവില്ല എന്ന ശുഭപ്രതീക്ഷയോടെ......

ഹൃദയ പരിചരണം

Deepa Tom, Nursing Tutor, School of Nursing

ഹൃദ്രോഗം തടയാൻ വീട്ടിൽനിന്നുതന്നെ ശ്രമം തുടങ്ങാം. നമ്മുടെ ജീവിതരീതിയിലെ ചെറിയ വ്യത്യാസങ്ങൾ നിങ്ങളുടെയും നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തെയും ഹൃദ്രോഗത്തിൽനിന്നും പക്ഷാഘാതത്തിൽനിന്നും രക്ഷിക്കും.

ഭക്ഷണരീതിയിൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

- ടിൻഫുഡുകളുടെ ഉപയോഗം പരമാവധി ഒഴിവാക്കുക. അവയിൽ വലിയ തോതിൽ ഉപ്പ്, പഞ്ചസാര, കൊഴുപ്പ് എന്നിവയുടെ ഘടകങ്ങൾ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.
- ഭക്ഷണത്തിൽ പഴവർഗ്ഗങ്ങളും പച്ചക്കറിയും ഉൾപ്പെടുത്തുക.
- പുറത്തുനിന്നുള്ള ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത് പരമാവധി ഒഴിവാക്കുക.
- പുകവലി ഒഴിവാക്കുക.
- വീട്ടിൽ ടി. വി. കാണുന്നത് പരമാവധി കുറയ്ക്കുക.
- വിശ്രമവേളയിൽ കായിക വിനോദങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുക (സൈക്ലിംഗ്, നൃത്തം, കളികൾ എന്നിവ).
- രക്തസമ്മർദ്ദം, രക്തത്തിലെ കൊളസ്ട്രോൾ, പഞ്ചസാര എന്നിവയുടെ അളവ്, ശരീരഭാരം, BH1എന്നിവ പതിവായി പരിശോധിക്കുക. ഇതിലെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലുകളെ സൂക്ഷിക്കുക.

Recipe of the Month

കരിക്കിൻ ജ്യൂസ്.

ആവശ്യമുള്ള സാധനങ്ങൾ:

1. ഇളംപാടയുള്ള കരിക്ക്	2 എണ്ണം
2. പഞ്ചസാര	100 ഗ്രാം
3. ഐസ് കഷ്ണങ്ങൾ	1 കപ്പ്
4. ഏലയ്ക്കാപ്പൊടി	¼ ടീസ്പൂൺ
5. ഓറഞ്ച് അല്ലി	¼ കപ്പ്

തയ്യാറാക്കുന്ന വിധം:

കരിക്ക് വെട്ടി അതിന്റെ പാടയും വെള്ളവും കൂടി മിക്സിയിൽ അടിച്ച് ഐസ് കഷ്ണങ്ങൾ ഇട്ട് ലയിപ്പിക്കുക. ഒരു ബൗളിൽ ഒഴിച്ച് ഏലയ്ക്കാപ്പൊടിയും പഞ്ചസാരയും ചേർത്തിളക്കുക. ജ്യൂസ് ഗ്ലാസിലൊഴിച്ച് ഓറഞ്ച് നേർത്ത അല്ലികളാക്കി അലങ്കരിച്ച് ഉപയോഗിയ്ക്കുക.

ആരാണ് അയാൾ?

Anju K. K.
Lab Department

തിരക്കേറിയ ലോകം. എങ്ങും എല്ലാവർക്കും എപ്പോഴും തിരക്കുതന്നെ. ഈ ആധുനിക യുഗത്തിൽ എല്ലാവരും പണമുണ്ടാക്കാനുള്ള ഓട്ടപ്പാച്ചിലിലാണ്. ഈ തിരക്കിനിടയിലെ ഒരു ദിവസം, സമയം സന്ധ്യയോടടുക്കുന്നു. വഴിയിലൊരാൾക്കൂട്ടം. എന്താണെന്നന്വേഷിച്ചപ്പോൾ സൈക്കിളിൽ പോകുന്ന ഒരു കുട്ടിയെ കാർ ഇടിച്ചിരിക്കുന്നു. ആ കാർ അതിവേഗം നിർത്താതെ കടന്നുപോയി. ചോരയിൽ കുതിർന്ന് കുട്ടി കിടന്നു പിടയുകയാണ്. എല്ലാവരും ഒരു നിമിഷം മൗനം പാലിച്ചു. ആരുടെയും കൈകൾ ചലിക്കുന്നില്ല. കാലുകൾ അനങ്ങുന്നില്ല. ഒരു നിമിഷം ആരോ ചോദിച്ചു: "നിനക്കെന്താ ഒരു ജീവന് വിലയില്ലേ?" "ആരാണിത്?" അത് എന്റെ മനസാക്ഷി തന്നെയല്ലേ? അടുത്ത നിമിഷം കുട്ടിയെക്കൊണ്ട് സ്വകാര്യ ആശുപത്രിയിലേക്കോടി, ഡോക്ടർ ജോലി കഴിഞ്ഞ്, പോകാനുള്ള തിടുക്കത്തിൽ... കാര്യം അവതരിപ്പിച്ചപ്പോൾ ഡോക്ടറുടെ മറുപടി. "ആക്സിഡന്റ് കേസ് വരുമ്പോൾ ആദ്യം പോലീസിനെഅറിയിക്കണം, ബന്ധുമിത്രാദികളെ അറിയിക്കണം. ഈ കുട്ടിയെ താങ്കൾ തന്നെയല്ല വണ്ടി ഇടിച്ചത് എന്ന് എന്താണുറപ്പ്? ഈ കുട്ടിയുടെ മുഴുവൻ ഉത്തരവാദിത്വവും ചുമതലയും താങ്കൾ ഏറ്റെടുക്കണം. ഈ കുട്ടിയുടെ സാമ്പത്തിക ബാദ്ധ്യത ആർ ഏറ്റെടുക്കും?" അങ്ങനെഡോക്ടർ ഓരോരോ Formalities പറഞ്ഞപ്പോൾ ഞാൻ ആ കുട്ടിയെ ഒന്നു നോക്കി. അവൻ വേദനകൊണ്ട് ഞെരുങ്ങുകയാണ്. ഒന്നും ആലോചിക്കാതെ എന്റെ കൈവശമുള്ള പണവും കഴുത്തിലെ മാലയും എല്ലാം റിസപ്ഷനിൽ ഏല്പിച്ചു. അഡ്വാൻസ് അടച്ചു. എന്നിട്ട് അവിടെനിന്നിറങ്ങി.

ഡോക്ടർ പേഷ്യന്റിനെചികിത്സിക്കാനായി എത്തി. നേഴ്സ് കുട്ടിയെ ഡ്രെസ്സിങ്ങ് ചെയ്തു വരികയാണ്. ഡോക്ടർ ആ കുട്ടിയെ സൂക്ഷിച്ചുനോക്കി. ഒരു നിമിഷം ഞാൻ ഒരു പടുകുഴിയിലേക്ക് താഴ്ന്നുപോകുന്നതുപോലെ തോന്നി. ആ കുട്ടി കരഞ്ഞുകൊണ്ട് പറഞ്ഞു: "പപ്പാ, എനിക്കു വേദനിക്കുന്നു.... പപ്പാ..." അവൻ നിർത്താതെ കരയുകയാണ്.

ഡോക്ടർ പുറത്തേക്കോടി, അവിടെ ആരെയും കണ്ടില്ലാ.... ഡോക്ടർ ചിന്തിച്ചു.... "ആരാണ് അയാൾ?"

JOB VACANCIES IN JUBILEE

വിഭാഗം	തസ്തിക	യോഗ്യത	പ്രവൃത്തിപരിചയം
നേഴ്സിങ്ങ്	സ്റ്റാഫ് നേഴ്സ് Cath Lab	B.Sc. / GNM, Registered with Kerala Nurses & Midwives Council	Minimum One Year Experience Post-Registration, Age Limit 35
കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ	അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ	MD Community Medicine	MCI രജിസ്ട്രേഷൻ ഉണ്ടായിരിക്കണം
മെഡിക്കൽ റെക്കോർഡ്സ്	ടെക്നീഷ്യൻ	Degree / Diploma / Certificate in M.R.D. Technician	Experience Preferable
ഫാർമസി	ഫാർമസിസ്റ്റ് / പർച്ചേസ് എക്സിക്യൂട്ടീവ്	M.Pharm, B.Pharm, D.Pharm Registered	1 Year Experience
എക്കോ	ടെക്നീഷ്യൻ	Degree / Diploma / Certificate in ECHO	1- 3 Years Experience
സി.എസ്.എസ്.ഡി	ടെക്നീഷ്യൻ	Degree / Diploma / Certificate in CSSD Technician	1 Year Experience
നേഴ്സിങ്ങ് സ്കൂൾ/ കോളേജ്	ടീച്ചിങ്ങ് ഫാകൽറ്റി	B.Sc. Nursing / M.Sc. Nursing	Experience Preferable
എച്ച്.ആർ. ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ്	ട്രെയ്നർ	Graduation, M.B.A. (HR), M.Sc. Psychology preferred	Experience Compulsory
ഓക്സിലറി സർവ്വീസസ് & ഫെസിലിറ്റീസ്	ഓപ്പറേഷൻസ് മാനേജർ	Graduation, Post Graduation preferred	Ex.Service man (ഓഫീസർ റാങ്കിന് മുകളിലുള്ളവർക്ക് മുൻഗണന)

ബയോഡാറ്റ, സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ, കവറിങ്ങ് ലെറ്റർ എന്നിവ പാസ്പോർട്ട് സൈസ് ഫോട്ടോ സഹിതം എത്രയും വേഗം തപാലായോ, ഇ-മെയിലായോ അയക്കുക

HR Dept. Jubilee Mission Medical College & Research Institute, P.B. No. 737, Thrissur - 680 005 Kerala, India. Ph : +914872432595, +91 7034992233. Fax : +914872421864. e-mail : hrjubilee@gmail.com

ലോകഹൃദയദിനത്തിൽ ഹൃദയ-പരിസ്ഥിതി ശൃംഖല തീർത്ത് കുട്ടിനേഴ്സുമാർ

ആരോഗ്യ ഹൃദയങ്ങൾക്കായ് സൃഷ്ടിക്കാം ആരോഗ്യപരിസ്ഥിതി.... ലോകഹൃദയദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നേഴ്സിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികൾ ഹൃദയമാതൃകയിൽ വൃക്ഷങ്ങളുടെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ തീർത്ത ഹൃദയപരിസ്ഥിതി ശൃംഖല.

തൃശൂർ : ലോകഹൃദയദിനത്തോടുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ കോളേജ് ഓഫ് നേഴ്സിങ്ങിലെ വിദ്യാർത്ഥികൾ ഹൃദയമാതൃകയിൽ വൃക്ഷങ്ങളുടെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ തീർത്ത ഹൃദയ-പരിസ്ഥിതി ശൃംഖല ഹൃദ്യമായി. ഈ വർഷത്തെ ഹൃദയദിനസന്ദേശമായ "ആരോഗ്യഹൃദയങ്ങൾക്കായ് സൃഷ്ടിക്കാം ആരോഗ്യപരിസ്ഥിതി" എന്ന സന്ദേശം ജനഹൃദയങ്ങളിലേക്ക് എത്തിക്കുവാനാണ് ഇത്തരമൊരു പരിശ്രമം നടത്തിയതെന്ന് നേഴ്സിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികൾ പറഞ്ഞു.

രോഗനിർണ്ണയത്തിൽ ലാബ് ടെക്നീഷ്യന്മാരുടെ സ്ഥാനം വലുത്

കാത്തലിക് മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷന്റെ കീഴിലുള്ള കേരളത്തിലെ ലാബ് ടെക്നീഷ്യൻ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ശിൽപശാല മേയർ ശ്രീ. രാജൻ ജെ. പല്ലൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു.

കാത്തലിക് മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷന്റെ കീഴിലുള്ള കേരളത്തിലെ ലാബ് ടെക്നീഷ്യൻ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ശില്പശാല ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ സംഘടിപ്പിച്ചു. തൃശ്ശൂർ കോർപ്പറേഷൻ മേയർ ശ്രീ. രാജൻ ജെ. പല്ലൻ ശിൽപശാല ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് ചടങ്ങിൽ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു.

ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജ്

12-ാം ബാച്ച് ദീപം തെളിയ്ക്കൽ

ജൂബിലി മിഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ ട്രസ്റ്റിന്റെ കീഴിലുള്ള ജൂബിലി മിഷൻ നഴ്സിങ്ങ് കോളേജിന്റെ 12-ാം ബാച്ച് നഴ്സിങ്ങ് ബിരുദവിദ്യാർത്ഥികളുടെ ദീപംതെളിയിക്കൽ കാച്ചേരി നഴ്സിങ്ങ് കോളേജ് ഓഡിറ്റോറിയത്തിൽ നടന്നു. മാർ റാഫേൽ തട്ടിൽ, സി. ബാപ്റ്റിസ്റ്റ എന്നിവർ മുഖ്യാതിഥികൾ ആയിരുന്നു.

അയിത്തം മാറാത്ത സാക്ഷരകേരളം

തൃശ്ശൂർ : ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ ലോകമാനസികാരോഗ്യദിനം ആചരിച്ചു. യോഗവും പഠനശിബിരവും ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസീസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. വി. കെ. രാമൻകുട്ടി അദ്ധ്യക്ഷനായിരുന്നു. 'സ്കിസോഫ്രീനിയ രോഗവുമായുള്ള ജീവിതം' എന്നതായിരുന്നു ഈ വർഷത്തെ മാനസികാരോഗ്യ പഠനവിഷയം.

വാസ്തവത്തിൽ രോഗം ന്യൂറോ ആയാലും സൈക്കോ ആയാലും അതിന്റെ അടിസ്ഥാനം മസ്തിഷ്കത്തിലെ ക്ഷതങ്ങളാണ്. സ്കിസോഫ്രീനിയ രോഗം എന്ന മുദ്രയും പേറി ജീവിക്കാൻ വിധിക്കപ്പെട്ടവരുടെ ദൈന്യാവസ്ഥയെപ്പറ്റി നമ്മെ ഓർമ്മപ്പെടുത്താൻ ലോകാരോഗ്യസംഘടന തുനിയുമ്പോൾ ഈ ആശയത്തിന്റെ പൊരുൾ ഉൾക്കൊള്ളാൻ നാം ബാധ്യസ്ഥരാണെന്ന് ജൂബിലി മിഷനിൽ നടന്ന പഠനശിഖിരം ഓർമ്മിപ്പിച്ചു.

ലാകമാനസികാരോഗ്യദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ മാനസിക - മന:ശാസ്ത്ര വിഭാഗം നടത്തിയ പഠനശിബിരം ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസീസ് പള്ളിക്കുന്നത് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു. പ്രിൽസിപ്പൽ ഡോ. വി. കെ. രാമൻകുട്ടി, ഡോ. ചന്ദ്രൻ പിഷാരടി, ഡോ. വാറുണ്ണി, ഡോ. സി.വി. ആൻഡ്രൂസ്, ഡോ. ജെയിംസ് ടി. ആന്റണി, ഡോ. എയ്ഞ്ചലജ്ഞാനദുരൈ സമീപം

സേവനത്തിന്റെ 50 വർഷങ്ങളിലൂടെ!!!

A Journey with Sr. Baptista CSC

നമ്മുടെ ജൂബിലി കുടുംബം വളരെ ആത്മാർത്ഥവും ഉത്തരവാദിത്വവുമുള്ള ഒരുപാട് വ്യക്തികളാൽ സമ്പുഷ്ടമാണ്. അതിൽ നമുക്ക് മറ്റിനിർത്താൻ ഒരിക്കലും കഴിയാത്ത ഒരു വ്യക്തിയാണ് സി. ബാപ്റ്റിസ്റ്റ. 1961 മുതൽ നമ്മുടെ ഈ ജൂബിലിയിൽ സജീവ സാന്നിധ്യമായി സിസ്റ്റർ. മൂന്നു വർഷത്തെ നഴ്സിങ്ങ് പഠനത്തിനുശേഷം നാല് വർഷം Clinic-ൽ ജോലി ചെയ്ത് പിന്നീട് Counter ലേക്ക് മാറിയ സിസ്റ്റർ Counter-ന്റെ ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്ത ഒരു വ്യക്തിത്വമാണ്. ഈ 80-ാം വയസ്സിലും സജീവമായി തന്റെ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ വളരെ ആത്മാർത്ഥമായും സത്യസന്ധമായും ചെയ്യാൻ കാണിക്കുന്ന ഉത്സാഹം നമ്മളെല്ലാവരും കണ്ടുപഠിക്കേണ്ടതും നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലേക്ക് പകർത്തേണ്ടതുമാണ്. പാവങ്ങൾക്കുവേണ്ടി തുടങ്ങിയ ഈ ആശുപത്രി എന്നും പാവങ്ങൾക്ക് ഒരു അഭയകേന്ദ്രമായിരിക്കണം എന്നാണ് സിസ്റ്ററുടെ ആഗ്രഹം.

നീണ്ട 50 വർഷ പ്രവർത്തനകാലഘട്ടത്തിലൂടെ കടന്നുപോയ സിസ്റ്റർ വരുന്ന തലമുറയ്ക്കായി പങ്കുവെക്കുന്ന ഉപദേശം: "എന്നും പാവങ്ങൾക്കുവേണ്ടി നിലകൊള്ളുകയും അവർക്കായി നമ്മുടെ ജീവിതം മാറ്റിവെക്കുകയും ചെയ്യണം" എന്നാണ്. മരണം വരെ അധികാരികൾ അനുവദിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഈ കുടുംബത്തിന്റെ ഭാഗമായിതന്നെ തുടരാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. സിസ്റ്റർക്ക് ജൂബിലി കുടുംബത്തിന്റെ സ്നേഹത്തിന്റെയും നന്ദിയുടെയും ഒരു പിടി പൂച്ചെണ്ടുകൾ സമർപ്പിക്കുന്നു.

Interview Done By - Krishnaveni & Maphy, Deepa Tom

Editorial Board

Fr. Joby Kadappuran | Fr. Sijo Cheruvathoor | Dr. Benny Joseph | Dr. Aswath | Dr. Fiju Chacko | Dr. Harris Paul | Mr. Baby | Mr. Devassy | Mr. Vinu | Mr. Noble | Mr. Vijoy C. V. | Ms. Liya
Ms. Maphy Francis | Ms. Deepa Tom | Ms. Sheena Darlin | Ms. Ansa | Ms. Rakhi K. B. | Ms. Niviya Nello | Ms. Krishnaveni | Ms. Stefy C. Joseph | Ms. Ashly Jose | Ms. Dency Devassy