

खालील व्यक्ती संस्थेच्या पदाधिकारी आहेत -

प्रा. डॉ. अनिल वर्तक - अध्यक्ष

प्रा. डॉ. गिरीजा लगड - उपाध्यक्षा

प्राची बर्वे - उपाध्यक्षा

स्मिता गोडसे - सचिव

आनंद गोडसे - खजिनदार

गणेश राजन - सहसचिव

मंजिरी चव्हाण - सह खजिनदार

सल्लागार -

डॉ. उल्हास लुकतुके - मनोविकार तज्ञ

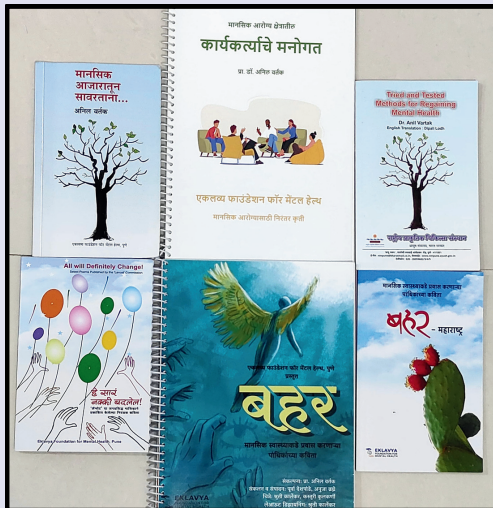
श्री. गुरुदत्त कुंदापूरकर - स्वयंसेवक

श्री. विष्णू मुजुमदार - उद्योजक

डॉ. राहुल शिधये - मनोविकार तज्ञ



संस्थेला मिळालेले पुरस्कार



एकलव्य फाउंडेशनची विविध प्रकाशने



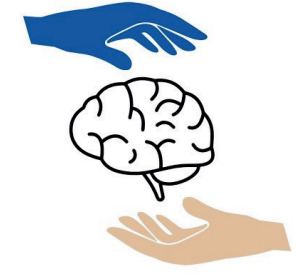
संस्थेची वेबसाईट, कविता संग्रह व स्वमदत गट मार्गदर्शिका या पुस्तकांचे प्रकाशन. दीप प्रज्वलन करताना डॉ. मोहन आगाशे, डॉ. विद्याधर वाटवे, डॉ. उल्हास लुकतुके तसेच NIN संस्थेच्या संचालिका डॉ. सत्यलक्ष्मी, संस्थेचे प्रो. डॉ. अनिल वर्तक व चेन्नई स्वमदत गटाचे समन्वयक श्री गणेश राजन.



एकलव्यचे इंटर्नशिपचे विद्यार्थी



कलंक निर्मूलनासाठी STIR उपक्रमांत सहभागी व्यक्ती



**EKLAVYA**  
FOUNDATION FOR  
MENTAL HEALTH

एकलव्य फाउंडेशन फॉर  
मेंटल हेल्थ, पुणे

मानसिक आरोग्यासाठी निरंतर कृती

Society Regi. No. -

MAHA / 1246 / 2021 / PUNE

Trust Regi. No. - F-57978 / Pune

Whatsapp Number -

9096827953 / 9225575432

Email Id - eklavyafoundationmh@gmail.com

Website - <https://www.eklavyamh.org/>

Facebook - Eklavya Foundation for Mental Health

Instagram - eklavyafoundationmh

आपण संस्थेला आर्थिक मदत करून मोलाचे  
सहकार्य करू शकता. **80G** उपलब्ध.

भारतात मानसिक आजारांचे प्रमाण लोकसंख्येच्या सुमारे ५ ते ६ टक्के इतके आहे. भारतातील निम्हान्स (NIMHANS) या अग्रगण्य संस्थेच्या म्हणण्यानुसार तर भारतातील १३ टक्के व्यक्तींना उपचारांची गरज आहे. इतक्या मोठ्या प्रमाणात मानसिक आजार भारतात आढळत असूनही मानसिक आजार दुर्लक्षितच आहेत. या आजारांविषयी समाजात फारशी माहिती नाही, गैरसमज आहेत तसेच कमीपणाची, कलंकाची किंवा लांछनाची भावना आहे. अशा परिस्थितीमुळे अनेक मानसिक आजारी व्यक्ती तज्ञांकडून उपचार घेत नाहीत किंवा उशिरा घेतात. उपचार उशिरा सुरू झाल्यामुळे आणि संपूर्ण उपचार न घेतल्यामुळे अनेक रुग्णांचा आजार बळावतो आणि बरे होण्याची शक्यता दुरावते.

अनेक संशोधनांमध्ये समाजातील या त्रुटी ठळकपणे दिसून आल्या आहेत आणि मानसिक आजारी व्यक्तींचे बरे होण्याचे प्रमाण वाढण्यासाठी तसेच समाजावरील मानसिक आजारांचा ताण कमी होण्यासाठी हे चित्र बदलणे आवश्यक आहे. यासाठी मोठ्या प्रमाणात जनजागृती आणि कलंक निर्मूलनाचे प्रयत्न व्हायला हवेत. त्याचप्रमाणे बहुतेक मानसिक आजारी व्यक्ती देखील पूर्णतः असहाय्य नसतात आणि कमी-अधिक प्रमाणात स्वतःच्या सुधरणेला चालना देऊ शकतात.

एकलव्य ही महाभारतातील एक व्यक्तिरेखा आहे. गुरुंनी धनुर्विद्येचे प्रशिक्षण नाकारलेले असताना देखील स्वतःच्या बळावर म्हणजे स्वमदत करून त्यांनी धनुर्विद्येत पारंगत्व मिळवले. त्याच प्रमाणे मानसिक आजारी व्यक्ती आणि कुटुंबीय स्वतःच स्वतःला मदत करू शकतात म्हणून या संस्थेला 'एकलव्य' असे नाव दिले आहे.

अशी स्वतःच स्वतःला मदत करण्यासाठी त्यांना उद्युक्त करणे, माहिती देणे, मार्गदर्शन करणे आणि आवश्यक ती पार्श्वभूमी तयार करणे हे या संस्थेचे महत्वाचे ध्येय आहे.

### संस्थेचे ध्येय (Vision Statement)

- मानसिक आजारांबद्दलचा कलंक दूर होऊन डोळस आणि सक्षम समाज तयार करणे.

### संस्थेची उद्दिष्टे (Mission Statement)

- मानसिक आजारांबद्दल असलेला समाजाचा कलंकित दृष्टिकोन, गैरसमज व अंधविश्वास या बद्दल जाणीव - जागृती करून समाजाची निकोप व निरोगी आरोग्याकडे वाटचाल होण्यास प्रयत्न करणे.
- स्वतःच स्वतःला मदत करण्यासाठी मानसिक आजारी व्यक्ती आणि त्यांच्या कुटुंबीयांसाठी एकलव्य स्वमदत गट सुरू करणे.

### संस्थेची उद्दिष्टे साध्य करण्यासाठी :

- मानसिक आजार आणि मानसिक आरोग्यासंदर्भात विविध मार्गांनी समाजामध्ये जनजागृती करणे.
- मानसिक आजारी व्यक्ती व त्यांचे कुटुंबीय यांना स्वमदत गट स्थापन करण्यास आणि स्वमदत गटात सामील होण्यास उद्युक्त करणे आणि त्याचा प्रचार-प्रसार करणे.
- मानसिक आजारांविषयी असलेल्या कलंकाचे निर्मूलन करण्यासाठी समाजातील विविध घटकांचे नवनवीन मार्गांनी प्रबोधन करणे. त्यासाठी व्याख्याने, चर्चात्रे तसेच प्रदर्शनाद्वारे लोकांपर्यंत पोहोचणे तसेच ऑनलाईन, ऑफलाईन पद्धतीने कार्यक्रम आयोजित करणे.
- वरील उद्दिष्टांच्या पूर्तीसाठी पारंपारिक व डिजिटल माध्यमांचा वापर करणे तसेच या माध्यमांद्वारे नवनवीन उपक्रम विकसित करणे.
- जनजागृती, कलंक निर्मूलन, स्वमदत गट आणि मानसिक आरोग्याशी संबंधित अन्य विषयांवर पुस्तिका तसेच अन्य प्रबोधन साहित्य तयार करणे.
- पुण्याप्रमाणेच अन्यत्र मानसिक आजारी व्यक्ती आणि त्यांचे कुटुंबीय यांचे स्वमदत गट स्थापन करण्यासाठी प्रोत्साहन देणे, त्याचबरोबर आवश्यक तांत्रिक ज्ञान उपलब्ध करून देणे.
- मानसिक आरोग्य कार्यक्रमात रस असणाऱ्या इतर संस्थांशी सहकार्य करणे तसेच माहिती आणि इतर गोष्टींचे आदान-प्रदान करणे.

- मानसशास्त्र तसेच इतर विषयातील विद्यार्थ्यांना व्यावहारिक अनुभव घेण्यासाठी इंटर्नशिपची सुविधा उपलब्ध करून देणे.
- या विषयात काम करणाऱ्या व्यक्ती आणि संस्थांकडून प्रशिक्षण घेणे आणि देणे आणि सहकार्य करणे.



### डॉ. अरुण रुकडीकर -

### पालक सक्षमीकरण प्रशिक्षण शिबिर घेताना.

एकलव्य स्वमदत गट २७ वर्षांपेक्षा अधिक काळ चालू आहेत . एकलव्य फाउंडेशन फॉर मॅटल हेल्थ ही संस्था काही समविचारी व्यक्ती, स्वयंसेवक यांनी एकत्र येऊन स्थापन केली आहे. संस्थेद्वारे समाजात मानसिक आजारांबद्दल असलेले अज्ञान, गैरसमज, कलंकित भावना दूर करण्यासाठी शाळा - कॉलेजेस, गृहसंकुल, पोलीस, वकील आणि समाजात तळागाळापर्यंत लोकांना मानसिक आजाराबद्दल जाणीव जागृती साठी कार्यक्रम घेतले जातात. तसेच मनोरुग्णांच्या पालकांसाठी सक्षमीकरण शिबिरे व स्वयंसेवकांसाठीही शिबिरे व उपक्रम राबवले जातात. मानसशास्त्र विषयाचे विद्यार्थी व्यावहारिक अनुभव मिळावा म्हणून संस्थेबरोबर इंटर्नशिप करतात. पुढील कालावधीत जनजागृती आणि कलंक निर्मूलन हे दोन्ही उपक्रम सर्वसामान्य नागरिक, शाळा-महाविद्यालयातील विद्यार्थी तसेच शिक्षक व पालक यांच्यापर्यंत पोहोचवण्याचा संस्थेचा मानस आहे.

हे कार्य पुढे नेण्यासाठी स्वयंसेवकांची मोठ्या प्रमाणावर गरज आहे, त्यासाठी सर्वांचे स्वागत आहे!



### Office bearers of the organization :

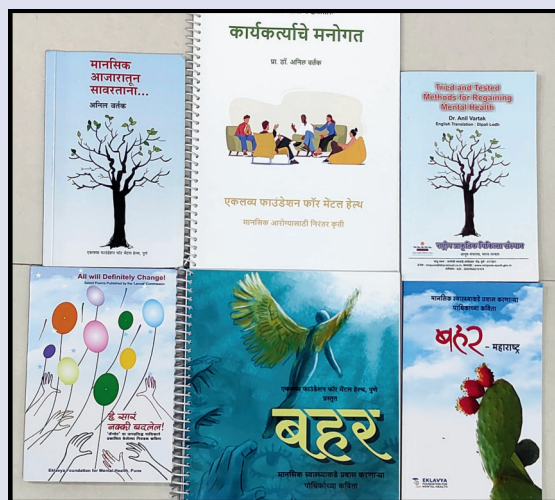
Dr. Anil Vartak - President  
Dr. Girija Lagad - Vice-President  
Prachi Barve - Vice-President  
Smita Godse - Secretary  
Anand Godse - Treasurer  
Ganesh Rajan- Joint-Secretary  
Manjiri Chavan - Joint-Treasurer

### Advisers :

Dr Ullhas Luktuke - Psychiatrist  
Shri. Gurudutt Kundapurkar - Volunteer  
Shri. Vishnu Mujumdar - Businessman  
Dr. Rahul Shidhaye - Psychiatrist



Awards received by Eklavya Foundation



Eklavya's Publications



Launch of Eklavya's Website, release of books -  
Bahar Eklavya & Bahar Maharashtra - a  
collection of Poetry and Self-Help Group Guide  
Inauguration by Dr. Mohan Agashe, Dr.  
Vidyadhar Watve, Dr. Ulhas Luktuke, Director  
of NIN - Dr. Satya Laxmi, Eklavya President  
Prof. Dr. Anil Vartak and Co-ordinator of  
Chennai Self Help Support Group  
Shri. Ganesh Rajan.



Internship Students of Eklavya



Attendees of STIR session: Initiative to  
Eradicate Stigma



Eklavya Foundation for  
Mental Health, Pune

Continuous Action for Mental Health

Society Regi. No. -

MAHA / 1246 / 2021 / PUNE

Trust Regi. No. - F-57978 / Pune

Whatsapp Number -

9096827953 / 9225575432

Email Id -

eklavayafoundationmh@gmail.com

Website - <https://www.eklavyamh.org/>

Facebook - Eklavya Foundation for  
Mental Health

Instagram - eklavayafoundationmh

You can also contribute by providing  
financial support. 80 G available

The prevalence of mental illness in India is around 5 to 6%. According to the National Institute of Mental Health and Neurosciences (NIMHANS), an apex institution in this field states that 13 % of India's population needs treatment for mental health issues.

There is very limited information about mental illness in Indian society. Instead, there are various misunderstandings, stigma, and derisive feelings towards it. Due to such environment, many people with mental afflictions do not take treatment from professionals or delay it or incomplete treatment results into chronicity and thus the recovery remotes potentially. Many studies emphasize the need to increase knowledge of mental health conditions and counter harmful stereotypes. There is a need to promote awareness and implement widespread stigma-reduction programs. However, while these are important needs, it is important to recognize that individuals with mental illness are not completely helpless. They can supplement other treatment initiatives with self-help to assist in their recovery. Eklavya is the name of a character in the Indian epic Mahabharata. The mythological character, was denied archery skills by his Guru, and hence learned and developed mastery on his own efforts and perseverance. In the same way, persons with mental illness, along with their family members, can reduce distress and facilitate recovery. To help patients and caregivers, it is necessary to self-empower them, provide guidance, and create the necessary nurturing environment. This is the most important objective of Eklavya, and so it is named so! Thus, the individuals can guide themselves out of several mental impediments.

#### **Vision Statement:**

To create an informed, empowered, and enabled society by removing the stigma around mental illness.

#### **Mission Statement:**

- To reduce blind beliefs, misunderstandings, and stigma around mental illness by creating awareness, and by helping to create positive inclusive attitudes in society.
- To start Eklavya Self-help Groups for persons with mental illness and their family members.

#### **Various ways to achieve these objectives :**

- To create awareness in common society about mental illnesses and mental health
- To encourage persons with mental illness and their family members to form and attend self-help group meetings.
- To educate different sections of society in a variety of ways, including lectures, workshops, and camps, to reduce the stigma around mental illness.
- To use traditional and digital resources to achieve these objectives, and to develop innovative programs through these modes.
- To organize online and offline programs to create awareness and remove the stigma around mental illness.
- To publish literature and booklets on issues related to awareness, stigma removal, and self-help for persons with mental illness.
- To provide the background for forming structured self-help groups of persons with mental illness and their family members in Pune and at other places.
- To collaborate with other organizations who are interested in mental health and engage in helpful dialogues and actions.
- To provide internship opportunities for students

to gain ground-level experience about mental health issues.

To provide training to novices, and to undergo training from experts working in this area.



#### **Training Programme for empowering caregivers held by Dr. Arun Rukadikar**

Eklavya, perched on over two decades of work by its founder, like-minded individuals, and volunteers. Awareness and Stigma removal programs are organized by members of the organization at colleges, schools, housing complexes, service sectors in society and reach the public at large, down to the grass-root level.etc. Psychology students from various colleges intern with us to gain practical knowledge. Furthermore, self-help group meetings for persons with mental illness and their caregivers are conducted online on second and fourth Thursdays and first and third Saturdays in marathi whereas Wednesdays have English Self Group Meetings. Professionals are invited to deliver lectures related to illness, awareness and stigma.

There is an urgent need for participation from laypersons, students, trained experts, and all other stakeholders in this field. All are welcome to volunteer !!