

**Dr. L. D. Balkhande College of Arts and Commerce,
Pauni Dist - Bhandara**

Best Practices

Year	Practices
2018-19	1) Meditation camps 2) Health Practices

1) Title of Practice: Meditation camps:

Goal: As the institution is located in rural area, people are unaware about the mental health they are rapt in various bad habit and superstitions keeping in the mind preparation of healthy, mentally mature society the institution has set up the following goals through meditation camp.

- i) To develop concentration for stability of mind.
- ii) To achieve economic progress through mental stability.
- iii) Eradication of bad habits.
- iv) Eradication of superstitions
- v) To teach meditation to villagers.
- vi) To inculcate morality among people

The Context: Following challenging issues occurred during designing and implementing this best practice

- i) People considers this practice for particular religion
- ii) It is difficult for actual practice. The students are reluctant to participate in the camp.
- iii) Unable to spare time of a week because of economical priorities.
- iv) Students are not aware about such practice useful for self development.

The Practice: The department of music in the college regularly conducts meditation camp twice in a year in nearby village with the collaboration of Triratna Boudha Mahasangha Branch Pauni to engage with and contribute to local community.

Process: The groups of participants are formed the group leaders are elected he has to present the output of the discussion before the participants. Each and every participant is asked to share his thoughts, problem and experiences with the participants. Practice of quietness. Remain in self contact.

Types of Meditation:-

1) **Anapansati (Natural Breathing):-** To develop concentration with the help of natural breathing

2) **Mettabhavana(Development of friendship) :-** Friendship is developed among students. Through group discussion, meditation and five days meditation camps we have achieved following outputs set from the camps.

Out put

- 1) Continuously tried to inculcate culture in society.
- 2) Personality development
- 3) Villagers learned the process of meditation.
- 4) Developed self confidence among students.
- 5) Reduced bad hobbies like drinking, Tobacco habits.
- 6) Helped to eradicate superstitions.
- 7) Enhances reasoning power among students.
- 8) Art & Skill are developed Creativity is introduced among students.
- 9) Development of concentration on studies
- 10) Arogancey among students

5) EVIDENCE OF SUCCESS:

1) Date of Meditation camp 06/11/2018 to 11/11/2018

Place –Shantivan Boudha Vihar Gose

No.of participants -77



ध्याकीमत्व विकास व ध्यानसभन बीबीर (शान्तिवन बुद्ध विहार विद्यालय)			दिनांक 6 ते 11 नोव्हेंबर 2018		
नाव	गाव	सही	नाव	गाव	सही
1) इंदीरा रामरेके	पवनी	Bamleke	24) अंबु हाडावे	वावळी	अमरावडे
2) सुरकी राडुत	पवनी	CRout	25) अनुराग बोडे	वावळी	Amherde
3) गौता प्रभाकर-पल्लोण	पिपळगाव (मिपाणी)	गौता नराण	26) कुरुण धारगावे	वावळी	K. S Phayyave
4) प्रभाकर मिवाजी	पिपळगाव	P. B. Chavan	27) सोरसु वानखेडे	वावळी	सोरसु
5) उमेशा वेंपेनम	नेरी (चिमुर)	अेश गौतम वीनामोडे	28) रुजू वानखेडे	नेरी	CRout
6) हरेशा वलामारे	पवनी	H. Waghmare	29) लिनन रडुन	पवनी	CRout
7) कंचन लखावलामारे	पवनी	Kandhun	30) लक्ष्मी करार	पवनी	CRout
8) मंगला खोलागाडे	भोजापुर	श्री. मंगला खोलागाडे	31) रुपाली गाडवे	पवनी	CRout
9) विलावई खोलागाडे	भोजापुर	श्री. विलावई खोलागाडे	32) शशी धारगावे	वावळी	Rani D
10) देवकावई मोहनलाल कासे	शिरपुर	देवकावई कासे	33) लक्ष्मी धारगावे	वावळी	अमरावडे
11) यशवि मनेज डावके	पवनी (सहायतानगा)	M. D. K.	34) कुंदा मेडाम	वावळी	कुंदा मेडाम
12) श्रीशश मिडुलाल अंबादे	पवनी	Shreyash Ambedkar	35) शिबुला धारगावे	वावळी	श्री. शिबुला धारगावे
13) धारलाल मलदव	गोसे खुर्द	धारलाल मलदव	36) हर्ष मंडपे	पवनी	M. D. K.
14) लखालु बाहारे	पवनी	H. Waghmare	37) बाबुराव डावके	वावळी	B. D. K.
15) हरेशा मेडाम	नेरी	श्री. मेडाम	38) यशवंत डावके	वावळी	अमरावडे
16) प्रज्वल रामरेके	शिरपुर	प्रज्वल रामरेके	39) बाबुकाजी लेखरे	पवनी	श्री. बाबुकाजी लेखरे
17) अचिना अंबादे	पवनी	A. P. Ambedkar	40) आशुभय पोपट	नेरी	CRout
18) वंदना लोणारे	पवनी	वंदना लोणारे	41) वज्रवरी पोपट	नेरी	वज्रवरी पोपट
19) वसंती वलामारे	पवनी	V. W. K.	42) दया शुभल शुभाखरे	पवनी	D. S. Ambedkar
20) किशोर मेडाम	नागापुर	K. M. D. K.	43) अनिल बाहारे	भोजापुर	A. N. K.
21) अमरावती मेडाम	नागापुर	अमरावती मेडाम	44) हरालाल बाहारे	शिरपुर	हरालाल बाहारे
22) प्रियंका लोणारे	नागापुर	प्रियंका लोणारे	45) अल्का रंगारी	भोजापुर	Alka Rangari
23) पुनी मेडाम	नागापुर	Pooja Mehadam	46) देवलावई मीराम	वावळी	देवलावई मीराम
			47) अचयन बोडम	पिपळगाव	Abhimanyu
			48) अहो बोडम	पिपळगाव	Abhimanyu
			49) अशा अंबादे	पवनी	X. S. Ambedkar
			50) आमकाजी-पल्लोण	पल्लोण	Ambedkar

(51) तारका बोडके	पवनी	T Ghodke
(52) भयुक्ता बोडके	पवनी	gptkshre
(53) अमोल जामुकर	पवनी	AMJambulkar
(54) मुकुंद होडाम	पवनी	Muralkam
(55) रविंद्र लोणार	नागापुर	R Lonar
(56) पुष्पाप्रिया बोरारे	पवनी	Bshahare
(57) रीजा बाकुमाल समरेके	चिराळ	रीजा
(58) शहीन गुलाम उके	चिराळ	Shukay
(59) रीना गोपीचंद्र गोखले	वेलसाखरा	RPGodchale
(60) मैना गोपीचंद्र गोखले	- " -	Nainab
(61) पारिता कुळुंडे अयोगी	- " -	PParone
(62) मानिका सुमैन पारिल	उकडवाडी	मानिका पारिल
(63) उषा रजेंद्र पारिल	- " -	Uparil
(64) उषु सोहन पारिल	- " -	उषु पारिल
(65) आमपाली सुलाम कडुडे	पवनी	Akashude
(66) रुक्मा रतिराम गुजामिये	वेलसाखरा	R Gujarkhise
(67) सोनिया अडिकवे	भोजापुर	Soniya
(68) करीमा आडिकवे	- " -	KAdikone
(69) संजना झाडीकणे	- " -	Sanjana
(70) अश्विनीला खाकुरडे	- " -	Ashwinilasha
(71) तनु खोखारडे	- " -	Tanukhokar
(72) श्वेता रंगारी	- " -	Shweta Rangar
(73) सुमाना रहुत	पवनी	Suman
(74) इममन कडुडे	पवनी	Imman
(75) पुंडलिक घडाले	साकादी	Pundalik Ghadale
(76) मिलाद समरेके	जावराबाडी	Milad Samreke
(77) रश्मिदास पारिल	नास	Rashmidas

2) Date of Meditation camp 20/02/2019 to 24/02/2019

Place - Z.P. Primary School Chichkheda, Pauni

No. of participants - 54



व्याक्तिमत्त्व विकास व हथानसाहज्य विहीनीर वि परिषद प्राथमिक शाळा, पाणी, 2019 दिनांक 20 फेब्रुवारी ते 24 फेब्रुवारी			दि. 20 फेब्रुवारी ते 24 फेब्रुवारी 2019		
नाव	गाव	शहरी	नाव	गाव	शहरी
1) कामेश्वर पाटील	तासु	पवनी	28) अमर गठावीर	नागापूर	पवनी
2) माला रावेंद्र राठुन	पवनी	पवनी	29) अमोल जामुळकर	पवनी	पवनी
3) श्याम रावेंद्र राठुन	-	पवनी	30) अहमदिल घोडके	पवनी	पवनी
4) आशीष मुनरवर गोस्वामी	अमनाळ	अमनाळ	31) विलास मंगम	तासु	पवनी
5) कानाबाई केचे	पवनी	पवनी	32) शशा अंबादे	पवनी	पवनी
6) सुजनी रावेंद्र मंडपे	हामरी	हामरी	33) लक्ष्मीबाई कटारे	नागापूर	पवनी
7) विद्या राहुल मंगम	हामरी	हामरी	34) अमर गठावीर	पवनी	पवनी
8) शालु बाबा हनुमंत	कोरवी	कोरवी	35) विनय राठुन	पवनी	पवनी
9) बाबा हनुमंत	-	-	36) अंजली गांधव	पवनी	पवनी
10) प्रियाका लोहार	पवनी	पवनी	37) अंजली प्रसाद पम्के	पवनी	पवनी
11) प्रजा उके	-	-	38) प्राणिना देवानंद बाहा	-	-
12) रेखा बाउडे	विद्याळ	रेखा बाउडे	39) शशि कली लेख	-	-
13) अश्विनी पाटील	तासु	तासु	40) पुष्पा वैजम	पवनी	पवनी
14) आशीष बाबाकर	-	-	41) प्रभा वसंतराव कऱडे	पवनी	पवनी
15) प्राणिना श्रीराम	-	-	42) वसंतराव कऱडे	-	-
16) आशीष बाबाकर	-	-	43) अश्विनी तिनभार	तासु	तासु
17) विनाबाई बाबाकर	-	-	44) कुशल सुधीर मंगम	पवनी	पवनी
18) अश्विनी श्रीराम	तासु	तासु	45) नैशनल वरकर	पवनी	पवनी
19) वंदना श्रीराम	-	-	46) सुरेशजी बागाडी	पवनी	पवनी
20) स्वापिल श्रीराम	-	-	47) अंजली बागाडी	-	-
21) देवबाबा श्रीराम	-	-	48) रेखा रमदेके	तासु	तासु
22) किशा देवा	तासु	तासु	49) राहु बाबा मंगम	-	-
23) पुंजलि कऱडे	नागापूर	नागापूर	50) अश्विनी सुधीर	आकाश	आकाश
24) वसंतराव बाबाकार	-	-	51) रवी बाहा	पवनी	पवनी
25) शारदा बाबाकार	विद्याळ	विद्याळ	52) अदीप मंगम	पवनी	पवनी
26) वृषकाबाई काम	विद्याळ	विद्याळ	53) शशि गठावीर	रंतावा	रंतावा
27) विद्याबाई बाउडे	कऱडे	कऱडे	54) मयूर शंभार	मंभार	मंभार

6) Problems Encountered and Resources Required :-

- Funds :-** The institution don't have separate fund for arranging this camps so with the contribution from locality and seed money from donars we gather the fund for camp
- Place :-** As the institution don't have special infrastructure for organizing the meditation camp our faculty make the agreement either in private schools, community hall or Boudha Vihar or in the place afforded by locality.
- Publicity :-** In the remote area like Pauni we have to take much labour for publicity. No electronic media is available here so door to door visit, distribution of pamphlets and convincing in small gatherings is taken place by our faculty.
- Problems of transportation etc

2) THE PRACTICE:- Health Practices

The college has been organizing various health practices for the benefit of the villagers and the students of the college every year, with the collaboration of government agencies like Govt. hospital Pauni, NRHM and NSS.

In the consideration of health of villagers we have conducted following health practices during the year 2018-19.

EVIDENCE OF SUCCESS:

Sr.No	Name of activity	Date	Collaborating agencies	Number of Beneficiaries
1	Dental Camp	09/01/2019	RH Pauni	63
2	TB, Sugar, BP, Cancer Checkup Camp	30/01/2019	RH Pauni	110
3	Tobacco Eradication	09/01/2019	RH Pauni	44
4	Psychological Treatment	09/04/2019	Dr. Wagh RH Pauni	125



Dental Check up and Tobacco Eradication Camp 09/01/2019

नाव	चिकीत्सा	सही
दंताचिकीत्सा मधुमेह, रक्तदाव, तसिकारथेला, तपसणी शिबीर लोणार		
दि. 30/01/2019	सकाळी 90.00 वा.	
1) दयाराम उकरे	दंताचिकीत्सा	रुधिरांकुश
2) विश्वनाथ सोनटक्के	-11- फर	विषणव
3) रामकृष्ण बागडे	-11-	रुधिरांकुश
4) माहदेव कावळे	-11-	
5) उमीला उकरे	-11-	रुधिरांकुश
6) गंगधर पाजोटे	तकवा / डोके	
7) जेदीरा वारंभे	डोके	
8) मंदा वारंभे	दात तपासणी	
9) सततान चवरे	रक्तदाव	सुख-सुख
10) बाबाजी उकरे	दात तपासणी	दात सुख
11) रामदास उकरे	दात तपासणी	
12) रामा नूक	दात तपासणी	
13) अजु उकरे	दात तपासणी	रुधिरांकुश
14) सुभाष वारडे	गाळ / रक्तदाव	रुधिरांकुश
15) महेश नाने	दात तपासणी	
16) मनिश भेंडारकर	दात तपासणी	रुधिरांकुश
17) गोपाळ भेंडारकर	दात तपासणी	रुधिरांकुश
18) बागोली वरुडे	दात तपासणी	
19) शीतल देवमुख	दात तपासणी	ड.म. उचमथ
20) कविरी वैद्य	दात तपासणी	K.S. Vaidya
21) मोसनी पतिव	दात तपासणी	रुधिरांकुश
22) मधुमा वरुडे	Sugar	रुधिरांकुश
23) जयदेव वरुडे	Sugar/Boole	रुधिरांकुश

नाव	चिकीत्सा	सही
24) सुमीता भेंडारकर (शिकारामसु) रुधिरांकुश		
25) रामदास डेंडारकर (मि.पा.तकवा)		रुधिरांकुश
26) अजु वारुडे (डोके)		रुधिरांकुश
27) देवा मनिश भेंडारकर (मि.पा.तकवा)		रुधिरांकुश
28) सुमीता वरुडे (रुधिरांकुश)		रुधिरांकुश
29) सु. रमिनाथ वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
30) वनिता सुभाष भेंडारकर (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
31) पुंडलिक वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
32) विश्वनाथ वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
33) अनासम वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
34) न. चंद्रकावा वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
35) लक्ष्मण वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
36) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
37) देवदास वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
38) शारदा वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
39) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
40) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
41) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
42) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
43) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
44) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
45) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
46) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
47) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
48) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
49) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
50) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
51) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश
52) व. व. वरुडे (रुधिरांकुश तपासणी)		रुधिरांकुश