Vol. 3, Issue No. 10 JUBILEE MISSION MEDICAL COLLEGE & RESEARCH INSTITUTE OCTOBER 2017

Editor's Desk

My Life is My Message

ഒക്ടോബർ 2-ന് നമ്മുടെ രാഷ്ട്രപിതാവിന്റെ ജന്മദിനം ആഘോഷിച്ചുകൊണ്ടാണ് നാം ഈ മാസം ആരംഭിച്ചത്. എന്റെ ജീവിതമാണ് എന്റെ സന്ദേശം എന്ന് പറയാൻ കഴിയുക, വാക്കുകളേക്കാൾ പ്രവൃത്തികൾക്ക് വില കൽപ്പിച്ച ഒരാൾക്ക് മാത്രമാണെന്ന് നമുക്കറിയാം.

വാക്കുകളും പ്രവൃത്തികളും ഒരിക്കലും സന്ധിക്കാതെ സമാന്തരരേഖകളായി കടന്നുപോകുമ്പോൾ അന്യം നിന്നുപോകുന്നത് ഗാന്ധിജിയെപോലുള്ള മഹത്വ്യക്തികളുടെ പുനരവതാരങ്ങളാണ്. ഒരുപക്ഷേ, വർത്തമാന കാലത്തിന്റെ ദുരന്തങ്ങളിൽ വളരെയേറെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് ഇത്തരത്തിലുള്ള മഹാത്മാക്കളുടെ അഭാവം. വാക്കും പ്രവൃത്തിയും ഒരുമിക്കുമ്പോഴാണ് അകൃത്രിമമായ വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ ഉടമകളാകാൻ സാധിക്കുന്നത് എന്നതിൽ സംശയമില്ല.

രാഷ്ട്രപിതാവായ ഗാന്ധിജിയെ ബഹുമാനിക്കുന്നതോടൊപ്പം തന്നെ സ്നേഹാദരങ്ങളോടെ ആ മഹാത്മാവിനെ അനുഗമിക്കാനുള്ള കടമയും നമുക്കുണ്ട്. നമ്മുടെ ജീവിതങ്ങളെ ആത്മാർത്ഥതയുടെ നേർസാക്ഷ്യങ്ങളാക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കട്ടെ. ഏവർക്കും നന്മ ആശംസിച്ചുകൊണ്ട്

ഫാ. സിജോ ചെറുവത്തൂർ
എഡിറ്റർ

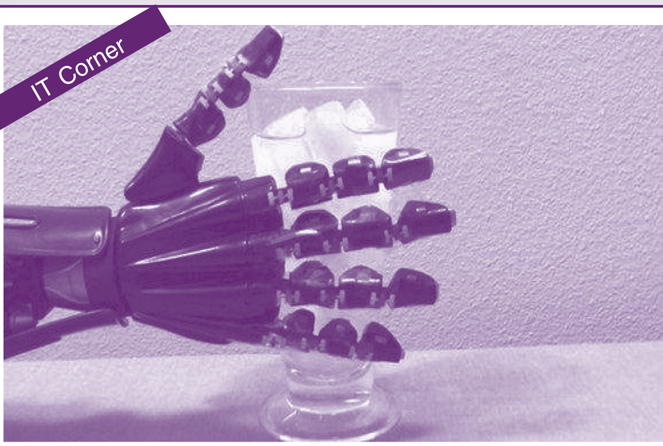
ഡിമെൻഷ്യാ അവബോധ ക്ലാസ് നടത്തി

ലോക അൽഷിമേഴ്സ് ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ ഡിമെൻഷ്യയ്ക്കും അതിനോടനുബന്ധിച്ച പ്രശ്നങ്ങൾക്കും എടുക്കേണ്ടവിവിധ മുൻകരുതലുകളെക്കുറിച്ചുള്ള അവബോധ ക്ലാസ് നടന്നു. മെഡിസിൻ, ന്യൂറോളജി, സൈക്യാട്രി, ജെറിയാട്രിക്സ് ഹോം കെയർ എന്നീ വിഭാഗങ്ങൾ ഒന്നിച്ചാണ് ക്ലാസുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകിയത്. തദവസരത്തിൽ പ്രമുഖ ഡോക്ടർമാരായ ഡോ. പി. സി. ഗിൽവാസ്, ഡോ. ഫിജു ചാക്കോ, ഡോ. ജെയിംസ് ടി. ആന്റണി, ഡോ. സ്റ്റീവ് പോൾ എന്നിവരുടെ അനുഭവജ്ഞാനം പങ്കു വെയ്ക്കുകയുണ്ടായി. നാൽപതോളം അംഗങ്ങൾ പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തു.

ജൂബിലിയിൽ ലോകഹൃദയവാരം ആചരിച്ചു

ലോക ഹൃദയദിനം ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ വിപുലമായ പരിപാടികളോടെ ആഘോഷിച്ചു. ഒരാഴ്ച നീണ്ട പരിപാടിയിൽ പൊതുജന ബോധ വത്കരണമാണ് പ്രധാനമായും ലക്ഷ്യമാക്കിയത്. 2018 ഹൃദയദിനം വരെ ജൂബിലിയിൽ വരുന്ന പാവപ്പെട്ട രോഗികൾക്ക് 50 ബൈപാസ് ശസ്ത്രക്രിയകളും, 50 ആൻജിയോപ്ലാസ്റ്റിയും സൗജന്യമായി ചെയ്തുകൊടുക്കുന്നതാണ് എന്ന് ഡയറക്ടർ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് പള്ളിക്കുന്നത്ത് അറിയിച്ചു. സെപ്തംബർ 23-ന് – 'നിലയ്ക്കാത്ത സ്പന്ദനത്തിന് നീളുന്ന കാലടികൾ' എന്ന സന്ദേശവുമായി 'ജൂബിലി ഹാർട്ട് വാക്ക് 2017' നടത്തി. MBBS വിദ്യാർത്ഥികൾ തെരുവുനാടകവും ഹാർട്ട് ഡാൻസും അവതരിപ്പിച്ചു. 24-ന് ഓട്ടോ ഡ്രൈവർമാർക്ക് സൗജന്യ ഹൃദ്രോഗനിർണ്ണയ ക്യാമ്പും, 28-ന് യുവജനങ്ങൾക്ക് ബോധവത്കരണ ക്ലാസ്സും നടത്തി. 30-ന് വയോജനങ്ങൾക്കും, ഒക്ടോബർ 8-ന് വനംവകുപ്പിലെ ജീവനക്കാർക്കും സൗജന്യ ഹൃദ്രോഗനിർണ്ണയ ക്യാമ്പ് ഒരുക്കി. ഒക്ടോബർ 16-ന് പൊതുജനങ്ങൾക്കായി സൗജന്യ രക്തസമ്മർദ്ദ നിർണ്ണയ ക്യാമ്പും ഉണ്ടായിരിക്കും. പരിപാടികളുടെ ഉദ്ഘാടനം സെപ്തംബർ 23-ന് ഫുട്ബോൾ താരവും, ഇന്ത്യ റിസേർവ്വ് ബറ്റാലിയൻ ഡെപ്യൂട്ടി കമാണ്ടുമായ, ശ്രീ. സി. വി. പാപ്പച്ചൻ നിർവ്വഹിച്ചു.

IT Corner



Artificial skin lets robot hand feel hot or cold

Researchers at the University of Houston have created an artificial skin that allows a robotic hand to sense the difference between heat and cold.

The research is the first to create a semiconductor with a rubber composite, which would allow it to still work when stretched by as much as 50%.

The discovery of stretchable electronics could have a significant impact in the wearables market, with devices such as health monitors or bio medical devices.

When the stretchable electronic skin was applied to a robotic hand, it could tell the difference between hot and cold water. The skin also allowed the hand to interpret computer signals and recreate them in sign language.

A robot hand with artificial skin reaches for a glass of ice water. (Photo: University of Houston)

Mr. Dominic Savio, IT - Head

ഇന്ത്യൻ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് പാത്തോളജി & മൈക്രോബിയോളജി (IAPM) യുടെ കേരളാ ചാപ്റ്റർ മീറ്റിംഗ് മോഡറേറ്റ് ചെയ്ത ഡോ. ദീപ്തി രാഘവനു അഭിനന്ദനങ്ങൾ. തൃശൂർ അമല മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ നടത്തിയ മീറ്റിംഗിൽ 500 ഓളം പാത്തോളജിസ്റ്റുകളെയാണ് പങ്കെടുപ്പിച്ചത് .

കുരുന്നുജീവനു കരുതലുമായി മനസ്സിന്റെ വേഗം വളയം പിടിച്ചു

ആറു ദിവസം മാത്രം പ്രായമായ കുഞ്ഞിനെ തിരുവനന്തപുരം ശ്രീ ചിത്തിര ആശുപത്രിയിൽ 3.55 മണിക്കൂറിൽ എത്തിച്ചു. സെപ്തംബർ 2-നാണ് ജൂബിലിയിൽ കുഞ്ഞ് ജനിച്ചത്. ജന്മനാ ഹൃദയത്തിന് ദ്വാരവും രക്തക്കുഴലുകൾക്ക് തകരാറുമുണ്ടായിരുന്ന പെൺകുഞ്ഞിനെയാണ് വെന്റിലേറ്റർ സംവിധാനമുള്ള ആംബുലൻസുകളിൽ തിരുവനന്തപുരത്തെത്തിച്ചത്.

അവധിയിലായിരുന്നിട്ടും, ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിലെ കാർഡിയോളജി വിഭാഗം, നേഴ്സിംഗ് സ്റ്റാഫ് ഫിജോ വി.ആർ. കൂടെ പോകുവാൻ തയ്യാറാവുകയായിരുന്നു. സഹകരണ ബാങ്കിന്റെ നീതി ആംബുലൻസ് ഡ്രൈവർ വി.ഡി. പ്രദീപും സുഹൃത്ത് ഡിക്സനും ആണ് ആംബുലൻസ് ഡ്രൈവേഴ്സ് അസോസിയേഷൻ അംഗങ്ങളെ വാട്സാപ് വഴി സൗജന്യ നിരക്കിൽ ഒരുക്കിയത്. എറണാകുളം പിന്നിട്ടതോടെ വഴി നീളെ ആംബുലൻസുകൾ മുന്നിലും പിന്നിലുമായി നീങ്ങി. ആംബുലൻസിലെ ഓക്സിജൻ തീരുംതോറും ഏറെ ശ്രദ്ധയോടെ കുഞ്ഞിനെ അടുത്ത ആംബുലൻസിലേക്ക് മാറ്റി, ജില്ലകൾ തോറും, ആംബുലൻസുകൾ മാറിവന്ന് സൗജന്യ സുരക്ഷ ഒരുക്കി. ഹൈവേ പോലീസ് വഴികളൊരുക്കി, കനത്ത മഴയിലും കുഞ്ഞിനെ ശ്രീചിത്തിരയിലെത്തിച്ചു.

സംസ്ഥാനത്ത് ആദ്യമായാണ് വെന്റിലേറ്ററിൽ കഴിയുന്ന പിഞ്ചുകുഞ്ഞിനെയുംകൊണ്ട് ആംബുലൻസ് ഇത്രദൂരം സഞ്ചരിക്കുന്നത്. മനുഷ്യസ്നേഹത്തിന് പണത്തേക്കാൾ വിലയുണ്ടെന്ന് സന്ദേശം നല്കിയ സുഹൃത്തുക്കൾക്ക് അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകൾ

- പൂത്തറയ്ക്കൽ സെന്റ് റോക്കീസ് പള്ളിയിൽ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് നടന്നു. സി.എൽ.സി. യുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ജൂബിലിയുടെ ജനറൽ മെഡിസിൻ & സർജറി വിഭാഗമാണ് ക്യാമ്പ് നടത്തിയത്. 98 പേർക്ക് സേവനം ലഭിച്ചു.
- തൃശൂർ തോപ്പ് സ്റ്റേഡിയത്തിൽ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പും രക്തനിർണ്ണയക്യാമ്പും ജോഗ്ഗേഴ്സ് ക്ലബിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ നടത്തി. ജൂബിലിയുടെ ജനറൽ മെഡിസിൻ വിഭാഗമാണ് ക്യാമ്പ് നടത്തിയത്. 63 പേർക്ക് സേവനം ലഭിച്ചു.
- ഇയ്യാൽ സമത പെയിൻ ആൻഡ് പാലിയേറ്റിവ് കെയറിൽ കാർഡിയോളജി ക്യാമ്പും രക്തനിർണ്ണയ ക്യാമ്പും നടന്നു. 179 പേർക്ക് സേവനം ലഭിച്ചു.
- വരാക്കര സെന്റ് ആന്റണീസ് പള്ളിയിൽ കാർഡിയോളജി ക്യാമ്പും രക്തനിർണ്ണയ ക്യാമ്പും നടന്നു. 291 പേർക്ക് സേവനം ലഭിച്ചു.

പച്ചക്കറിയുടെ ഗുണങ്ങൾ

പച്ചക്കറിയോ... അത് നിറച്ചും മരുന്നടിച്ചിരിക്കുകയല്ലേ? എല്ലാവരും സ്ഥിരം ചോദിക്കുന്ന ഒരു ചോദ്യമാണിത്.

ഇന്ന് ചന്തകളിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന പഴവർഗ്ഗങ്ങളിലും, പച്ചക്കറികളിലും കീടനാശിനികൾ, മെഴുക്, കീടാണുക്കൾ എന്നിവ ഉണ്ടാകാം. പച്ചക്കറികൾ, പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ എന്നിവയിൽ നിന്ന് കീടനാശിനികളും മറ്റും നീക്കം ചെയ്യാവുന്നതാണ്. പച്ചക്കറികൾ വിനാഗിരി ചേർത്ത വെള്ളത്തിൽ മുക്കി വച്ചശേഷം നന്നായി കഴുകിയെടുത്താൽ അത് ശുദ്ധമാകും. നാലു കപ്പ് വെള്ളത്തിന് ഒരു കപ്പ് വിനാഗിരി എന്ന തോതിൽ ചേർത്ത് പച്ചക്കറികൾ അതിൽ ഒരു മണിക്കൂർ മുക്കി വെയ്ക്കുക. പിന്നീട് നന്നായി കഴുകി എടുത്ത് ഉപയോഗിക്കാം.

നാരുസത്ത് അഥവാ ഫൈബർ ഏറ്റവും കൂടുതൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത് പച്ചക്കറികളിലും പഴവർഗ്ഗങ്ങളിലുമാണ്. ഇവ തടി കുറയ്ക്കാൻ ഏറ്റവും പ്രയോജനകരവുമാണ്. വിശപ്പും കുറയ്ക്കുന്നു. മലബന്ധവും മറ്റു ഉദര സംബന്ധമായ രോഗങ്ങളും ഇല്ലാതാക്കുന്നു. പ്രമേഹം, കൊളസ്ട്രോൾ, ക്യാൻസർ എന്നീ രോഗങ്ങൾ വരാതെ ശരീരത്തെ സംരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

സാലഡ് കഴിക്കാൻ മടിയാണോ ?

സാലഡിൽ ചേർക്കാവുന്ന ഒരു ഡ്രെസ്സിങ്ങ് : നാലു ടേബിൾ സ്പൂൺ തൈര് പുളിപ്പില്ലാത്തത് (കൊഴുപ്പു കുറഞ്ഞത്), വെളുത്തുള്ളി, ഇഞ്ചി, പുതിന, പച്ചമുളക് എന്നിവ ആവശ്യാനുസരണം എടുത്ത് ചതച്ചെടുക്കുക. ഇത് തൈരിൽ ചേർത്തിളക്കുക. ഉലുവപ്പൊടി, ജീരകപൊടി, അല്പം ഉപ്പ്, ഒരു ടീസ്പൂൺ തേൻ എന്നിവയും ചേർക്കാം. സാലഡിന് അല്പം എരിവും പുളിയും നല്കി ഇത് രുചികരമാക്കും.

Dept. of Dietary & Nutrition

WELCOME TO JUBILEE FAMILY

SL No	Name	Department
1	ANCY P T	Nursing
2	ROOPA ROSE PAUL	Nursing
3	MANASI A M	Nursing
4	AMALNATH K S	JHB ECHO/TMT
5	PRANOY P K	Cardiology
6	CHINTU JOB	Nursing
7	RENCY POULOSE K	Nursing
8	ANUSHA A M	Nursing
9	SHYBY BABU	Nursing
10	VARSHA GEORGE	Nursing
11	LIJI JOSEPH	Nursing
12	JOSHINI A J	Nursing
13	SHAIJU T D	General
14	GOKUL KRISHNAN K P	Maintenance
15	NIMMY MATHEW	Insurance
16	SIJO K L	Radiology
17	STEFFY P S	Radiology
18	SARANYA A R	Radiology
19	DINO DAVIS	Anaesthesia
20	Dr. Manu Varma	Surgery

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളജ് ഡാൻസ് ടീം KRONOZ, സെന്റ് തോമസ് കോളജിൽ നടത്തിയ SRISHTI 2017 WALTZ ഡാൻസ് മത്സരത്തിൽ മൂന്നാം സ്ഥാനം നേടി.

ഓണാഘോഷത്തോടനുബന്ധിച്ച് നടത്തിയ പൂക്കള മത്സരത്തിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ ഗോൾഡൻ ജൂബിലി & അഡ്മിൻ ബ്ലോക്ക് ടീം

എം.ബി.ബി.എസ്. 15–ാം ബാച്ച് ഉദ്ഘാടനം തൃശൂർ അതിരൂപത മെത്രാപ്പോലീത്ത മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് പിതാവ് നിർവ്വഹിക്കുന്നു.

ജൂബിലി മിഷൻ കോളജ് ഓഫ് നഴ്സിംഗ് 15–ാം ബാച്ചിന്റെയും ജൂബിലി മിഷൻ സ്കൂൾ ഓഫ് നഴ്സിംഗ് 53–ാം ബാച്ചിന്റെയും ഔദ്യോഗികമായ ഉദ്ഘാടനം തൃശൂർ അതിരൂപത മുൻ മെത്രാപ്പോലീത്ത മാർ ജേക്കബ് തൂങ്കുഴി നിർവ്വഹിച്ചു.

ആയുർവ്വേദം കാലാതീതം 20

ആയുർവ്വേദ ചികിത്സകൾകൊണ്ട് വളരെയധികം ഗുണം ലഭിക്കുന്ന രോഗങ്ങളാണ് കർണ്ണരോഗങ്ങൾ. മിഡിൽ ഇയർ ഇൻഫെക്ഷൻ – ഇന്ന് വളരെ സാധാരണയായി കാണപ്പെടുന്ന അവസ്ഥയാണ്. ഇവിടെ ഗുളുച്യാദി കഷായം പോലെയുള്ള മരുന്നുകളുടെ സ്ഥിരമായ ഉപയോഗംകൊണ്ട് ചെവി പഴുപ്പ് പൂർണ്ണമായും ഇല്ലാതാക്കാവുന്നതാണ്. ചില അവസ്ഥകളിൽ ഗുഗഗുലു പോലെയുള്ള മരുന്നുകൾ പുകച്ച് അതിന്റെ പുക ചെവിയിൽ കൊള്ളിക്കുന്നത് വളരെ പെട്ടെന്നുതന്നെ രോഗ ശമനം വരുത്തുന്നത് കണ്ടിട്ടുണ്ട്. കുട്ടികളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന കേൾവി തകരാറുകൾ പലപ്പോഴും തലയ്ക്കകത്ത് കഫം വർദ്ധിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ് സംഭവിക്കുന്നത്, കഫത്തെ കുറയ്ക്കുന്ന മരുന്നുകൾകൊണ്ട് മാത്രം കേൾവി തകരാറുകളിൽ ഗുണം കാണാറുണ്ട്. വാർദ്ധക്യസഹജമായ കേൾവിക്കുറവിൽ ക്ഷീരബല (101) പോലെയുള്ള തുള്ളി മരുന്നുകൾ കൊണ്ട് കേൾവിശക്തി വർദ്ധിക്കാറുണ്ട്.

ചെവിയിൽ സ്വരം കേൾക്കുന്ന അവസ്ഥ, രക്തകുറവ് മുതൽ മാനസിക രോഗങ്ങളിൽ വരെ കാണാറുണ്ട്. അതിനാൽ കാരണത്തെ അറിഞ്ഞുകൊണ്ടുള്ള ചികിത്സയാണ് വേണ്ടത്. ചെവിയുടെ ബാലൻസ്തെറ്റുക എന്നുള്ളത് വളരെയധികം കണ്ടുവരുന്ന അവസ്ഥയാണ്. സാധാരണയായി ചെവിയിൽ കഫം നിറയുമ്പോഴാണ് ഇത് സംഭവിക്കുന്നത്. കഫശമനമായ മരുന്നുകൾകൊണ്ട് മാത്രം ഗുണം കാണാറുണ്ട്.

ചെവിയിൽ സ്ഥിരമായി രോഗം ഉള്ളവർ തലയിൽ എണ്ണ തേച്ച് കുളിക്കാതിരിക്കുകയാണ് നല്ലത്. കപ്പലണ്ടിപോലെ കൊഴുപ്പുള്ള ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും ഒഴിവാക്കണം. ബേക്കറി പലഹാരങ്ങൾ പൊതുവെ ചെവിയിലെ പഴുപ്പിന് സാധ്യത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതാണ്. അശുദ്ധജലം ചെവിയിൽ താഴാതിരിക്കുക, അനാവശ്യവസ്തുക്കൾ ചെവിയിൽ ഇടാതിരിക്കുക, സംഗീതം അമിതമായി ഉയർന്ന സ്വരത്തിൽ കേൾക്കുന്നത് ചെവിയിലെ കോശങ്ങളെ നശിപ്പിക്കുന്നു. മറ്റുള്ളവരെ കേൾക്കുന്നതിന് ചെവി കൂടുതലായി ഉപയോഗിക്കുക, ഒരിക്കലും ചെവിയെ പീഡിപ്പിക്കാതിരിക്കുക.

ഡോ. അനുമോദ് കാക്കശ്ശേരി (എം. ഡി. ആയുർവ്വേദം).
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ് , ജൂബിലി ആയുർവ്വേദ

ജൂബിലി മിഷൻ ആശുപത്രിയിൽ
ലോക ഫാർമസിസ്റ്റ് ദിനം ആഘോഷിച്ചു.

ജൂബിലിയിൽ മതസൗഹാർദ്ദ സാംസ്കാരിക കൂട്ടായ്മ ഓണനിലാവ് ആഘോഷിച്ചു

ജൂബിലി മിഷൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ മതസൗഹാർദ്ദ കൂട്ടായ്മ ഓണനിലാവ് ആഘോഷിച്ചു. പരിപാടിയുടെ ഉദ്ഘാടനം തൃശ്ശൂർ അതിരൂപത വികാരി ജനറൽ മോൺ. തോമസ് കാക്കശ്ശേരി, പുറനാട്ടുകര ശ്രീരാമകൃഷ്ണ മഠം സ്വാമി സദ്ഭവാനന്ദ, കാളത്തോട് ജുമാമസ്ജിദ് ഇമാം ആരിഫ് മൗലവി അൽ-ഖാസ്മി എന്നിവർ ചേർന്ന് നിർവ്വഹിച്ചു.

ഓണാഘോഷത്തോടനുബന്ധിച്ച് നടന്ന പൂക്കളമത്സരത്തിന്റെ വിജയികൾക്കുള്ള സമ്മാദാനം സിനിമാ സംവിധായകനും നടനുമായ ശ്രീ. ശ്രീകാന്ത് മുരളി നിർവ്വഹിച്ചു. ഓണാഘോഷത്തോടനുബന്ധിച്ച് ആശുപത്രയിൽ പത്ത് ദിവസത്തെ ഡയാലിസിസ് സൗജന്യമായിരിക്കുമെന്ന് ഡയറക്ടർ അറിയിച്ചു. ഉദാരമതികളായ വ്യക്തികളുടേയും, സ്ഥാപനങ്ങളുടേയും സഹകരണത്തോടെയാണ് സൗജന്യ ഡയാലിസിസ് നൽകുന്നത്. ഇതിനു പുറമെ ജില്ലയുടെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകൾ, രോഗികൾക്ക് ഓണസദ്യ എന്നിവയും നടത്തി.

Editorial Board : Fr. Sijo Cheruvathoor | Fr. Tijo Joy | Dr. Benny Joseph | Dr. Aswath | Mr. Baby | Mr. Devassy | Mr. Vinu | Mr. Noble | Mr. Anto Twinkle | Ms. Suma Paul
Ms. Deepa Tom | Ms. Raki K. V. | Ms. Nicy Antony | Ms. Chippy | Ms. Greeshma | Ms. Dinu | Ms. Vineetha