



### TF LEAD (LEADERSHIP, EXCELLENCE, ACCREDITATION, DEVELOPMENT)

International Educational Seminar on Innovative Practices in Geriatric Care

An International Educational Seminar on Innovative practices in Geriatric care and Simulation based learning was held on 06th January 2023 at Presidency Hotel, Kochi with noted International Speakers.



# DARPPAN

QUARTERLY NEWSLETTER

TRAVANCORE FOUNDATION  
Vol. 1 • 2023 • ISSUE No. 13



#### MESSAGE FROM THE TRUSTEE



## REJUVENATE & RESTORE

only positive things will happen and the New Year has arrived like a fresh page.

Everyone's mood tends to get happier around the New Year which we all celebrate equally, regardless of caste, language or national boundaries. It's a special time when the calendar dates and the year go forward together. We greet the New Year with fresh aspirations and it's the time to learn from the past and move forward. Nobody sees the New Year with hopelessness. People of all ages wait with hope. We get ready for a brand-new tomorrow trusting God's plans and praying that

What makes January so unique? The name of the Roman God Janus is thought to have inspired the creation of the month of January. Janus Deva was unusual in some way. The God Janus had two faces, one facing forward and one facing backward. Like mythology, we must be able to judge in both directions.

2022 has been a year of accomplishments for Travancore Foundation. It's been a year where we experienced togetherness and awakening after the COVID outbreak. God bestowed

countless occasions for pride. We were blessed to receive platinum status as the first accredited assisted living facility in India, scored 90% and more in Great Place to Work Survey. Also followed by other minor and major honours and recognitions.

I am so grateful to Dr. Renu Abraham Varughese (Chairperson), Mr. Jiji Philip (CEO), all our trustees, staff, our beloved residents and their families for their constant hard work and dedication. Thank you everyone!

Sustainability is the active process of establishing our initiative - not merely continuing what we started,

for this we must work with a long-term perspective. The future generation will gratefully remember the team work we do now

May we able to maintain the newness of the word with the glory of our past. Let's change the way we think as the periods and eras change. Age is not a barrier for it, it's a limitation we put on our mind. We can be the role models for the next generation. Let's live our life happily, until God invites us back to His presence, we can do the responsibilities that have been assigned to us. I'd like to wish you all a safe, healthy, and joyous Year in 2023 and sending you well wishes and prayers.

**Philip K John (Finny)**  
(Trustee, Travancore Foundation)



### SIMULATION BASED TRAINING FOR STAFF OF TRAVANCORE FOUNDATION



### CARD MAKING COMPETITION 2022

A few of the Christmas cards made by residents



#### Page 2 EDUCATIONAL SCHOLARSHIP



#### Page 3 CHRISTMAS CELEBRATIONS



#### Page 4 INTERNATIONAL EDUCATIONAL SEMINAR



## THIRD LOCATION OF TRAVANCORE FOUNDATION

India's first Platinum status accredited Assisted living facility presents "Presidency Homes" our 4th project including TF ERCA (Education and Research Centre for Aging) in Kerala. Situated at Parmara Road, Ernakulam Town, in close proximity to all major hospitals.

Presidency Homes for quality transitional and rehab care. Travancore Foundation assists your loved ones in their speedy recovery. Presidency Homes offers operate and manage well designed transition and rehab care facility where our experience and empathetic team ensures total quality and continuity of care, as per established care management protocol during their transition from hospital to home giving you the peace of mind and the best care for your loved ones.

For further details contact:  
95447 17070, 70255 76000, 95398 24500



Mrs. Lalitha George  
11 November 2022



Mr. Sam Willam  
17 November 2022



For private circulation.  
Printed and published by Travancore Foundation.

+91 70255 76000  
care@travancorefoundation.com  
www.travancorefoundation.org  
https://www.facebook.com/travancorefoundation/  
https://www.instagram.com/travancorefoundation/



## SPEND YOUR GOLDEN YEARS WORRY FREE!

The 1st Platinum Accredited Senior Care Facility in India is now launching its newest addition in Ernakulam- VINEWOOD PLACE, Kolencherry.

Give your loved ones the comfort and care they deserve.

- 3.25 acres of greenery
- 214 residential units
- 75% open green space
- Brimming with trees and gardens to provide a tranquil atmosphere.
- Close proximity to the best medical facility.
- Away from all the hustle and bustle, yet minutes away from all the amenities of every day needs.





# HOPE FOR GOOD

Chronological ageing might evidently affect us physically and mentally. The struggles, obstacles, situations, responsibilities, the people we deal with etc. may sometimes affect us badly. In spite of all these we can choose to be optimistic in our life. However, hope is beyond optimism. Hope gives us strength to live and look forward the best days are yet to come and work as a catalyst to progress.

Reversely, hopelessness leads to withdrawal from the things that give meaning to the life. It may be the cause to destroy our mood, self-esteem, confidence, morale, health, personal and professional development and eventually our life.

In my view there are two perspectives for hope - one is religious and the other one is secular. In religious perspective, it is directly connected with the **Faith in God**. In secular, it looks like **Be positive** towards in any situation. Yet, the messages from these are the same 'don't lose your hope'.

Bible says "Can anyone of you by worrying add a single hour to your life?"

No matter what the age is, you might be young or old, **Hope** is the key that gives meaning to life. Hope brings happiness, peace and joy.

**Hold On - Pain Ends** is a lovely acronym of **HOPE**.

Have a Blessed New Year with New Hope!

**Aswathy Susan Babu**  
Manager- Training



# പൊട്ടിയ ചങ്ങല

ശ്രീലത, നിർമലിനെ വിട്ടുപിരിഞ്ഞിട്ട് അഞ്ചു വർഷം ആയി. ഇപ്പോൾ അയാളെ കാണും എന്ന് അവൾ സ്വപ്നത്തിൽ പോലും വിചാരിച്ചില്ല. അതും സ്വന്തം കാര്യം കലയാണെന്ന്, കലയാണെന്ന് അച്ഛൻ ശ്രീലതയുടെ അമ്മാവൻ ആണ്. അമ്മാവൻ കലയാണെന്ന് പറഞ്ഞ് എന്ന് പറഞ്ഞുകൊണ്ടാണ് അവൾ വന്നത്. അവൾ വെച്ച് നിർമലിനെ കാണും എന്ന് അവൾ പ്രതീക്ഷിച്ചില്ല. കഴിഞ്ഞ അഞ്ചു വർഷമായി അയാളെപ്പറ്റി അവൾക്കു ഒരു വിവരവും ഇല്ലായിരുന്നു. ഹൈദരാബാദിൽ ആണ് താമസം എന്ന് മാത്രം അറിയാം. ഡിവോഴ്സ് വാങ്ങി കോടതിയിൽ നിന്ന് പുറത്തേക്കു വന്നപ്പോൾ അയാളുടെ ഫോൺ നമ്പർ അവൾ ഡിവിറ്റ് ചെയ്തു.

അയാളുടെ രൂപത്തിൽ ഒരു മാറ്റവും ഇല്ല. ആദ്യത്തെ കാൾ സ്മാർട്ട് ആയിരിക്കുന്നു. ജീൻസും ടീഷർട്ടും അയാൾക്ക് ഇണങ്ങുമായിരുന്നു. അവൾ അയാളെ ഇഷ്ടപ്പെട്ടത് ഈ വേഷം കണ്ടിട്ടായിരുന്നു. ശരീരം സൂക്ഷിക്കുന്നപോലെ അയാളുടെ മനസ്സ് സൂക്ഷിക്കാൻ അയാൾക്ക് അറിയില്ല. എപ്പോഴും അയാൾക്ക് സംശയം ആയിരുന്നു. ആരോടും സംസാരിക്കുന്നതു അയാൾക്ക് ഇഷ്ടമല്ല. വാട്സാപ്പിൽ സംസാരിക്കുന്നത് എന്തിനാണ് എന്നും പറഞ്ഞു വഴക്കായിരുന്നു. ഫോൺബുക്കിൽ ഗൂഗിൾ മോർണിംഗ് ഇടുന്നത് ആർക്കാണ് എന്ന് ചോദിക്കും. നിർമൽ ഓഫീസിൽ നിന്ന് വരാതിരുന്നാൽ മതിയെന്ന് വിചാരിക്കും. മദ്യപിച്ചു വഴക്കുണ്ടാക്കുന്നത് പതിവായിരുന്നു. ജീവിതത്തിൽ നരകം കണ്ടുവെട്ടിയാണ് ഞാൻ. എവിടെയെങ്കിലും മദ്യം ലഭിക്കാൻ കിട്ടുകയാണെങ്കിൽ വാങ്ങും. നൂറു രൂപ ഞാൻ ചോദിച്ചാൽ തരാത്ത അയാൾ ആയിരം രൂപയ്ക്കു മദ്യം വാങ്ങി കുടിക്കും. അയാളോട് ദേഷ്യപ്പെട്ടു ശ്രീലത സ്വന്തം വീട്ടിൽ പോയി നിൽക്കും. അയാൾ നിന്റെ ഭർത്താവ് ആണ് അയാളെ അനുസരിച്ചു മുന്നോട്ടു പോകണമെന്ന് അമ്മ പറഞ്ഞു. അപ്പോൾ ശ്രീലത അമ്മയോട് പറഞ്ഞു, നിങ്ങളുടെ ഭർത്താവ് കുടിക്കില്ലല്ലോ അതിന്റെ ബുദ്ധിമുട്ട് നിങ്ങൾക്കു അറിയില്ല. രണ്ട് ദിവസം കഴിഞ്ഞു അയാൾ ഭാര്യയെ വിളിക്കാൻ വരും. അച്ഛൻ അവളെ സമാധാനപ്പെടുത്തി പറഞ്ഞുകൊടുത്തു. വീട്ടിൽ വന്നു അയാൾ മദ്യപിച്ചു അവളുമായി വീണ്ടും വഴക്കുണ്ടാക്കും. ഇത്രയും കാര്യങ്ങൾ ശ്രീലത അവൾ വെച്ച് ആലോചിക്കുക യായിരുന്നു. ഇതാണ് കഴിച്ചു കൈ കഴുകുമ്പോൾ നിർമൽ അവളെ വന്നു ശ്രീലത എന്ന് വിളിച്ചു. അവൾക്കു അയാളോടുള്ള ദേഷ്യവും മാറിയിട്ടില്ലാതെ. അയാൾ അവളുടെ പിന്നാലെ വന്നു പറഞ്ഞു, ഞാൻ പഴയ ആളല്ല. എന്റെ പഴയ സ്വഭാവം മാറി. ഇപ്പോൾ ഞാൻ മദ്യം കുടിക്കാറില്ല. മദ്യം കണ്ടാൽ എനിക്ക് ഛർദ്ദിക്കാൻ വരും. നീയും



ഞാനും അഞ്ചു വർഷം ഒരുമിച്ചു ജീവിച്ചതല്ലേ. അപ്പോൾ അവൾ പറഞ്ഞു നിങ്ങൾ ജീവിച്ചു കാണും ഞാൻ ചത്തുജീവിക്കുകയായിരുന്നു. അയാൾ അവളോട് പറഞ്ഞു കുറച്ചു സ്നേഹത്തോടെ എന്നോട് സംസാരിക്കുമോയെന്ന്. അവളുടെ അമ്മാവൻ പറഞ്ഞു, നീ പോയിട്ടു ശേഷം മുഴുകുകയുണ്ട് ആയിരുന്നു. ഒരു ദിവസം മദ്യപിച്ചിട്ടു കാർ ഓടിക്കുമ്പോൾ ഒരു നായ കുറുകെ ചാടി വണ്ടി മലക്കം മറഞ്ഞു. അയാൾ റോഡിൽ രക്തത്തിൽ കുളിച്ചു കിടന്നു. അഞ്ചുലൻസ് വന്നു അയാളെ ആശുപത്രിയിൽ കൊണ്ടുപോയി അങ്ങനെ അയാൾ രക്ഷപ്പെട്ടു. അന്നുമുതൽ അയാൾ മദ്യപാനം നിർത്തി. എല്ലാ വർഷവും ഉപകാരം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങി.

അയാൾ ഇപ്പോൾ പെർഫെക്ട് ജന്റിൽമാൻ ആണ് അമ്മാവൻ അവളോട് പറഞ്ഞു. ഇനിയും നിനക്ക് അവന്റെ കൂടെ ജീവിക്കുകയുണ്ട് എന്ന്. സോറി അമ്മാവൻ ഞാൻ ഇപ്പോൾ പ്രകാശ് എന്നയാളുടെ കൂടെ ലിവിങ് ടുഗെതർ ആയിട്ട് ആണ് ജീവിക്കുന്നത്. ഇപ്പോൾ ജീവിതം നന്നായി പോകുന്നു. സമാധാനത്തോടെ ജീവിക്കുന്നു. ആർക്കും ആരുടെമേലും അധികാരം ഇല്ല. ഏതു സാധനം എടുത്താലും രണ്ടു പേർക്കും തുല്യ അവകാശം ആണ്. ഞാൻ ആഹാരം പാകം ചെയ്യുമ്പോൾ പ്രകാശ് തുണി അലക്കും. ഞാൻ മുറ്റം അടിക്കുമ്പോൾ അയാൾ കാപ്പി ഉണ്ടാക്കും. ഓഫീസിൽ നിന്നും ഇറങ്ങാൻ താമസിച്ചാൽ മെന്റോജ് അയക്കും എന്നുകൊണ്ടാണ് താമസിക്കുന്നതെന്ന് കാരണം ചോദിക്കുക ഇല്ല. ഒരാൾക്ക് അസുഖം വന്നാൽ മാറ്റയാൾ അവയി എടുത്ത് നോക്കും. പ്രകാശിന് മടുപ്പിക്കുന്ന സ്വഭാവം ഇല്ല. എപ്പോഴെങ്കിലും ഒരു സിഗരറ്റ് വലിക്കും എന്റെ അനുവാദത്തോടെ. ഇപ്പോൾ പറയു അമ്മാവൻ ഏതാ ശരി ഏതാ തെറ്റ് എന്ന്. അപ്പോൾ അമ്മാവൻ പറഞ്ഞു, നിന്റെ ജീവിതമാണ് ശരി എന്ന്. അപ്പോൾ പെണ്ണും ചെറുക്കനും അവളുടെ അടുത്ത വന്നു. അവൾ പറഞ്ഞു നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ രണ്ടു പേരും അഡ്ജസ്റ്റ് ചെയ്തു ജീവിക്കണം.

സിമ്പിൾ ആയിട്ട് പറയുക ആണെങ്കിൽ പ്രമേദി ആയിട്ട് ജീവിക്കുക. അപ്പോൾ എല്ലാം ഈസി ആകും എന്ന് പറഞ്ഞു രണ്ടുപേർക്കും കൈ കൊടുത്തു.

**മിസിസ് ശാന്താ കൃഷ്ണൻ**  
റസിഡന്റ് - മിഷൻ വാലി



# CHRISTMAS CELEBRATIONS

Mission Valley Christmas celebrations were held on 20th December 2022 presided by Fr. Bobby Jose Kattikad Cap.



Rahel Homes Christmas celebrations were held on 18th December 2022 presided by Fr. Eldho Palayil, Principal, Bethsaida Junior School, Kilikulam.



# MY EXPERIENCES AT RAHEL HOMES

Travancore Foundation has led the way to a new terminology of retired living that makes you feel you are at HOME.

The attitude/service and behavior of the staff is commendable beyond words as I have experienced this first hand now.

In a way they are now as they have only shown care beyond an employee would. They are so hardworking, so humble. They come to us with smiling face and with tender love, what counts make us more comfortable and happy.

Cultural boundaries are non-existent here, the way of communication is to ensure each individual is looked after the same way, and no staff or management would address or confront the

residents or other staff in a condescending way. This is a blessing truly rather than any training can provide.

The residents are also joyful and friendly. We go for walks together, chit-chat, have fun and so on. On the whole atmosphere is very beautiful.

I would like to share an experience which I had here at Rahel Homes, with the beauty of nature, while am sitting comfortably in my balcony during the evening. I saw the sunset and below beautiful little bulbs like, light up. It wasn't placed here and there like stars, but in a shape of a Holy Rosary, Wow! It was great!

Showers of God's Blessing to all...

**Mrs. Vivian D'costa**  
Resident -Rahel Homes



# EDUCATIONAL SCHOLARSHIP



In memory of our resident Late Pankajam Gopinath, her family has commenced an educational scholarship of Rs. 2.5 lakh per annum for the staff's children.

*You will live in our hearts for ever Maam*

Management & Staff of Travancore Foundation



## FEBRUARY

- Mr. Madhavankutty Panicker February 07
- Mr. Surendhran A.P. February 10
- Mrs. Mariamma Varghese February 18
- Fr. George Valiyaveetil February 19
- Mr. Tomy Mathew February 24
- Mr. Suresh Bhaskaran February 24
- Mrs. Aleyamma Chacko February 25
- Mr. Kurian Abraham February 25
- Mrs. Elizabeth Isaac Thomas February 13

## MARCH

- Mrs. Annamma Mathew March 07
- Mrs. Annamma Simon March 15
- Mrs. Elizebath Abraham March 16
- Mrs. Kunjamma George March 20
- Mr. E.A Berly March 21
- Mrs. Accamma Rajan March 21
- Mr. Elizabeth Kurian March 22
- Mrs. Sosamma Thomas March 26
- Mrs. Rose Lukose March 28
- Mrs. Chinnamma Baby March 31

## APRIL

- Mrs. Sosa Gevarghese April 04
- Mrs. Aleyamma Samuel April 04
- Mrs. Mercy George April 28
- Mrs. Aleyamma Thomas April 29



# Blessing Ceremony of Presidency Homes, Ernakulam



# DOZEE

Dozee is a small device that you can place under your mattress. This little device connects to an app to track your sleep vitals to improve their overall health by monitoring their sleep. Dozee app and Dozee device when combined make it a helpful mobile app for senior citizens as their health is very important.

