



UNSCRIPTED

Message from the management



We are pleased to introduce this edition of our newsletter, developed to keep you informed, engaged, and prepared. As we enter the monsoon season, our focus at MIOT is not only on delivering exceptional care but also on ensuring the well-being and safety of every member of our MIOT family. This edition of our newsletter has been thoughtfully curated to guide you through the challenges that the rains often bring.

From practical precautionary measures to workplace readiness, personal safety, immunity-building tips and home preparedness, we aim to equip you with everything you need to navigate this season with confidence and ease. We hope you find this newsletter insightful. Your feedback is invaluable to us, and we welcome your suggestions or queries at any time.

இந்த மழைக்காலத்தில் நீங்கள் பாதுகாப்பாகவும் மற்றும் நல்ல உடல்நலத்துடனும் இருக்க வேண்டுகிறோம்.

முருத்துவர் வேடம் போடாதே: உடல்நலம் சரியில்லையா? நீங்களே மருந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டாம். நீங்கள் சாப்பிடும் மாந்திரை உங்களுக்கு எதிராக மாறலாம். முதலில் மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெறுங்கள்.

உணவில் கவனம்: குடான உணவுகளை மட்டும் சாப்பிடுங்கள். புதிய பழங்களை உண்ணாங்கள். விருமிகளை விரட்டும் இஞ்சி, மஞ்சள், மிளகு போன்றவற்றை உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள். மழைக்காலத்தில் தெருவோ உணவுகளைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

கவனமாகப் பயனம் செய்யுங்கள்: சாலைகள் வழுக்கலாகவும், ஆங்காங்கே தண்ணீர் தேங்கியும் இருக்கலாம். நன்கு பிடிப்புள்ள காலனிகளை அணியுங்கள். பயணத்திற்கு கூடுதல் நேரம் ஒதுக்குங்கள். தேங்கியுள்ள தண்ணீர் ஆழமாக இருக்கலாம் என்று கருதி கவனமாகச் செல்லுங்கள்.

வெளியெலும்புகளை கையிக்கை: தண்ணீர் தேங்கியிருப்பதைப் பார்த்தால், அதில் நடப்பதைத் தவிர்க்கவும். பள்ளங்கள், மின்மக்பிகள் மற்றும் கிருமிகள் ஆபத்தை ஏற்படுத்தக்கூடும். கவனமாக இருக்கவும்.

வேலையைத் திட்டமிடுங்கள்: மழையால் உங்கள் வேலை பாதிக்கப்படாதவாறு, உங்கள் குழுவுடன் இணைந்து திட்டமிடுங்கள். **மின்சாரத் தடைகளை வெல்லுங்கள்:** உங்கள் போன்ற பவர் பேங்க், லேப்டாப் போன்றவற்றை சார்ஜ் செய்து வைத்துக்கொள்ளுங்கள். இருட்டில் தடுமாறுவதைத் தவிர்க்க டார்ச் வைட்டை தயாராக வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரியுங்கள்: நன்கு தூங்குங்கள், தண்ணீர் குடியுங்கள், சத்துள்ள உணவை உண்ணாங்கள் மற்றும் சுறுசுறுப்பாக இருங்கள்... உங்களைத் தூங்க விடாத கொசுவை விரட்டுங்கள்.

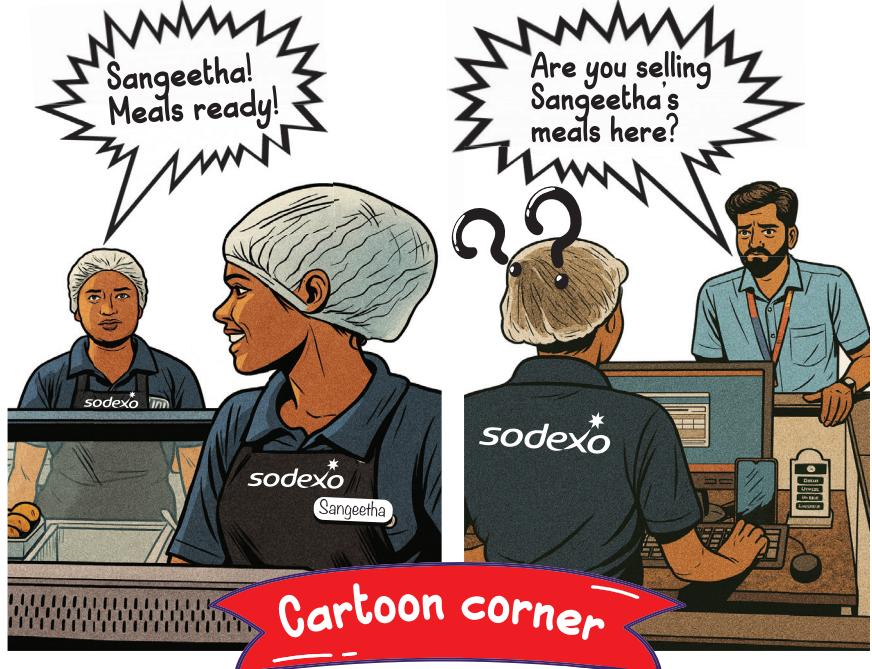


MIOT Highlights

Recent Events & Milestones in MIOT International, Chennai

MIOT International becomes the First Hospital in India to receive IASIOS Accreditation

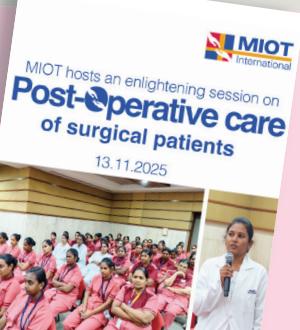
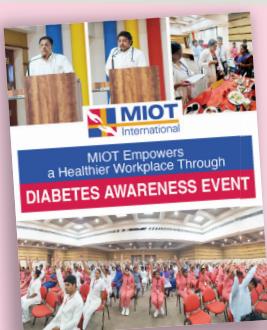
Recognising MIOT's world-class, minimally invasive Interventional Oncology care, the prestigious global accreditation was awarded. With only 35 centres worldwide holding this honour, MIOT now stands among this distinguished international group.



Weekly Clinical Presentations

At MIOT, continuous learning is a core practice, with weekly specialist-led clinical presentations on the latest advances, challenging cases, and evolving treatment protocols. These sessions keep every healthcare professional updated, sharp, and aligned with MIOT's commitment to excellence in patient care. The essential clinical areas covered include:

- Raising awareness on antimicrobial resistance
- Post-operative care of surgical patients



Meet the Masters Spine Conclave 2025

MIOT International successfully hosted "Meet the Masters – Spine Conclave 2025", a landmark pan-India academic event focused on spinal deformities. The conclave brought together 120 delegates where 42 leading spine surgeons shared advanced insights on deformity management, evolving surgical techniques, and emerging innovations in spine care, further strengthening India's spine surgery community.



MIOT International Transforming Healthcare Worldwide

For nearly a decade, MIOT International has been a trusted healthcare partner to the Maldives and Mauritius. MIOT has now established the first-of-its-kind advanced rehabilitation centres in both countries, offering comprehensive rehabilitation services under one roof.



Strengthening Healthcare for the Solomon Islands:



A Landmark Partnership

MIOT International's Managing Director, Dr. Prithvi Mohandas, and the Ministry of Health and Medical Services, Solomon Islands, signed a milestone MOU in Nadi to strengthen healthcare in the Solomon Islands.

Puzzle Time

Sharpen your mind with this MIOT Crossword! Test your knowledge of health, wellness, and hospital trivia while enjoying a fun break from your routine. Challenge your colleagues and see who can complete it first.

- Our Founder and Mentor's favourite place to have coffee at MIOT.
- Name the newly introduced dish on our chutney menu?
- Number of biometric scanners available in MIOT.
- MIOT's Museum of Arthroplasty has the portrait of which famous doctor, apart from our founder?
- MIOT was awarded with IASIOS accreditation for Interventional.....
- "Ilam Varum Namma MIOT" is introduced for _____ and medicine delivery.
- CHIME is an initiative to help underprivileged children with congenital _____ disease.
- 7000 is the number to be called during an _____ inside the hospital.
- Dial 105710 to call MIOT's _____
- The MIOT logo features a combination of how many colours?

H O M E D I A G N O S T I C S
E R F Q S T V F I N I N E X V
A P O D I I D L I C D P Q R I
R T U T L Y K R I O E Q M S N
T Z R X S A M B U L A N C E D
W B Y J H V C A U O P R S T A
P Z G Y K M N W Q G V A R F L
Y E M E R G E N C Y K J H Z O
J O H N C H A R N L E Y B C O

மழைக்கால நோய் எதிர்ப்பு சக்தி

ஆவாரம்பூ குப் செய்ய

தேவையான பொருட்கள்:

- ஆவாரம்பூ (காய்ந்த பூக்கள்) - 2 மேசைக்கரண்டி
- பாசிப் பருப்பு - 2 மேசைக்கரண்டி (தேவைப்பட்டால்)
- பூண்டு - 3 பல (தட்டியது)
- இஞ்சி - 1 இன்ச் அளவு (தட்டியது)
- மஞ்சள் தூள் - 1/4 தேக்கரண்டி
- மிளகுத் தூள் - 1/2 தேக்கரண்டி
- சீரகம் - 1/2 தேக்கரண்டி
- சின்ன வெங்காயம் - 4 (தட்டியது)
- அல்லது 1/2 பெரிய வெங்காயம் (நறுக்கியது)
- கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு
- உப்பு - சுவைக்கேற்ப
- தண்ணீர் - 2 கோப்பை
- நெய் அல்லது தேங்காய் எண்ணெய் - 1 தேக்கரண்டி
- கொத்தமல்லித் தழை - அலங்கரிக்க

செய்முறை

- பாசிப் பருப்பைக் கழுவி 10 நிமிடம் ஊற வைக்கவும் (இது சத்து மற்றும் சுவையைக் கூட்டும்).
- ஒரு பாத்திரத்தில் நெய் அல்லது எண்ணெய் ஊற்றி குடானதும் சீரகம், பூண்டு, இஞ்சி, வெங்காயம், கறிவேப்பிலை சேர்த்து வதக்கவும்.
- அதில் ஆவாரம்பூ சேர்த்து 1 முதல் 2 நிமிடங்கள் மிதமாக வதக்கவும்.
- பாசிப் பருப்பு, மஞ்சள் தூள், உப்பு மற்றும் தண்ணீர் சேர்க்கவும்.
- பருப்பு மென்மையாகும் வரை 10 முதல் 12 நிமிடங்கள் நன்கு கொதிக்க விடவும்.
- மிளகுத் தூள் சேர்த்து மேலும் 2 நிமிடங்கள் கொதிக்க விடவும்.
- வடிகட்டியோ அல்லது அப்படியோ உங்கள் விருப்பப்படி பருகலாம்.
- கொத்தமல்லித் தழை தூவி குடாகப் பரிமாறவும்.



இந்த மாதத்தின் சிறந்த ஊழியர்

இம்மாதத்திற்கான சிறந்த ஊழியர் விருதைப் பெறும் இன்ஜினியரிங் துறையைச் சார்ந்த திரு. மார்ட்டின் இயேக்தால் உதயகுமார் மற்றும் ஃபெசிலிட்டி மேனேஜ்மென்ட் துறையைச் சார்ந்த திருமதி. கலபனா ஆகியேருக்கு வாழ்த்துகள். இவர்களின் அர்ப்பணீப்பு, சிறப்பான பணி மற்றும் நோயாளிகளிடம் காட்டும் அக்கறையைப் பாராட்டி இவ்விருது வழங்கப்படுகிறது.



Riddles:



1. I examine hearts, you help me hear. Together, we make the patient's path clear. Who are we?
2. I sit quietly, showing you what's near and far. Lose me, and everything becomes uncertain. Who am I?
3. I move without walking, I touch without hands. I show what's hidden deep inside. What am I?
4. I blink, I beep, I never rest, yet you only notice me when things go wrong. What am I?
5. I wait in silence until I'm pressed, then I speak numbers to ease your stress. What am I?

KaAra SaAram:

From fine dining icons in Singapore to steering food operations across 10 major hospitals in India, Chef Saravanan Rathinavel from Sodexo brings 20 years of unstoppable culinary leadership. He drives innovation, transforms teams, and has earned awards

that place him among the industry's most influential culinary minds. He is renowned for his unwavering dedication to crafting tailored dishes for patients. He ensures therapeutic needs are met without ever compromising on taste, proving that excellence and care can go hand in hand.

From the chef's table: your questions, deliciously answered!

1. How do you craft a menu that brings authentic regional flavours to patients from all over the world?

Empathy and understanding each patient's food preferences are key. We create menus for guests from Fiji, Seychelles, Africa, and Central Asia, alongside universally comforting à la carte dishes like fried rice, salads, and pastas, etc. Each lunch offers up to 36 options. Our secret lies in the recipes and feedback shared by patients and their attenders, which shape every flavour we serve.

2. How do you manage so many dietary needs while keeping every meal tasty and nutritious?

Designing diet-specific menus is like running a Master Chef kitchen on hard mode. Even a simple sambar has multiple versions like regular, diabetic, low-salt, bland, renal, and paediatric, plus endless ingredient restrictions. Our approach is smart: create a flavourful base, then customise each version to its dietary needs. In many ways, our kitchen works like a food lab, where precision and creativity turn every meal into a personalised recipe for recovery.

3. Have you ever had a heart-warming moment where going the extra mile for a patient genuinely made their day?

A five-year-old boy, undergoing chemotherapy, had to spend his birthday in the hospital. Usually moody from his treatment, he seemed far from celebratory that day. I asked his mother about his favourite food, and she smiled, "crispy fried chicken." With the dietitian's approval, we prepared a small portion and wrote "Happy Birthday" on the plate with ketchup. With such a simple gesture, his face lit up with the biggest smile. For a moment, the hospital became a celebration of joy for a brave little boy fighting cancer.



4. What inspires your special menus for global health observance days like World Heart Day?

Awareness is our primary goal for visitors at the hospital café. On occasions like World Heart Day, we work with dietitians to select ingredients that support heart health. We then create delicious combo menus and display their clear, simple health benefits, sparking curiosity, encouraging conversations, and promoting healthier choices. Dietitians are also available to guide anyone eager to learn more. The effort is worthwhile because we're not just serving food but also educating them.

5. How do you maintain high ingredient quality, and how does vendor auditing support this process?

At MIOT, ingredient quality starts with strict sourcing standards managed by Sodexo. Every ingredient is selected for freshness, authenticity, and safety, in compliance with both regulatory and internal standards. We audit vendors, verify traceability, inspect storage and hygiene, and conduct biannual mock recall drills. Only vendors who consistently meet these standards are approved, ensuring every ingredient in our kitchens is safe, consistent, and of the highest quality for our consumers.



6. What motivated the introduction of the detox juice counter, and how does it cater to the specific needs of our patients?

Honestly, I never wanted this to be just another juice counter serving plain fruit juices. For me, ethical food service means understanding the real needs of the people we serve. Here, our "customers" are patients with specific conditions that need care, not just calories. That's why we created tailor-made detox and organ-supportive beverages instead of generic juices. Each recipe is designed to support the liver, kidney, gallbladder, lungs, and overall recovery, helping patients hydrate better, digest more easily, reduce inflammation, and feel lighter during recovery.



7. What's your go-to strategy for training your team and ensuring operations run seamlessly?

I've picked my training strategy from none other than our Managing Director, who always says: Right food, Timely food, Hot food, and Hygienic food. That's our training mantra. We start by creating a suitable menu that allows patients to choose what they prefer. Then we train the team rigorously using standardised recipe cards so every dish is consistent. We monitor, gather feedback, and continuously improve. And when something needs attention, we intervene quickly and take immediate action.

8. What's it like working under a boss who isn't just a food lover but practically a master chef?

Serving someone who doesn't just order food but specifies exactly how it should be prepared is both a challenge and a delight. There's no room for error; every tiny detail will be noticed instantly. It can be stressful at times, but it also brings confidence: the trust he places in me and my team pushes us to perform at our highest level, making every service an opportunity to grow, learn, and refine our craft. Some people eat; some savour. It's always a joy for a chef to serve those who truly savour their food. Even a simple rasam rice, done to perfection and paired with urulai roast and vadagam, can be confidently presented to any guest or delegate from around the world.

Puzzle Time Answers:

1. Vindaloo
2. Podi idli
3. Nine
4. John Charnley (The founder of Modern Hip Replacement)
5. Oncology
6. Home diagnostics
7. Heart
8. Emergency
9. Ambulance
10. Four

Riddle Answers:

1. Doctor and Stethoscope
2. Glasses
3. An ultrasound probe
4. Heart monitor
5. A blood pressure machine (BP monitor)

Dish-um Dishum



Scan the QR Code
or tap the link to
vote for the dish you want
on Chutney's menu



<https://forms.gle/DHGXBhLx959LrYg8>