| धाराशिव | वर्ष २६ वे | अंक ५२ वा | बुधवार दिनांक २९ एप्रिल, २०२६ | पृष्ठे ६ | किंमत ०१ ₹ RNI MAHMAR/2003/11649

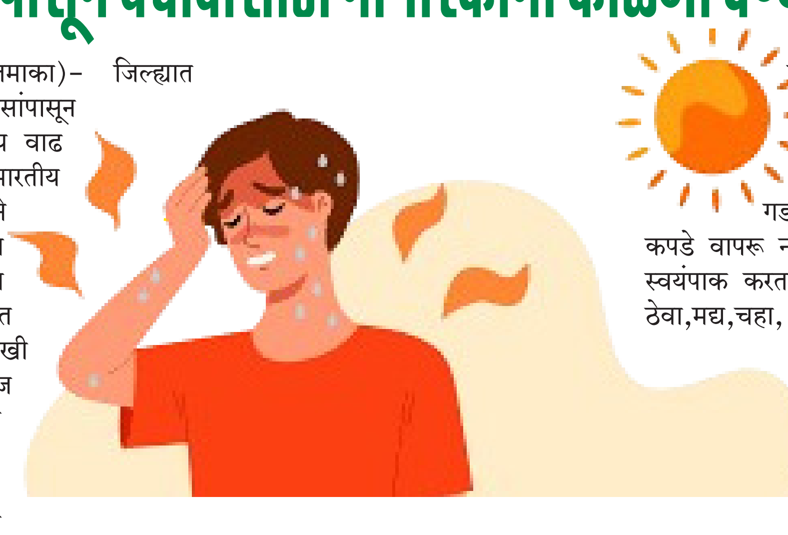
लातूर समाचार

(सांज दैनिक)
प्रकाशन: धाराशिव (उस्मानाबाद आवृत्ती)
पोष्ट परवाना L2/RNP/OMD- 52/24-26

dainiklatursamachar@gmail.com
संस्थापक : स्व. शंकर माधव जडे (स्वातंत्र्य सैनिक)

वाढत्या तापमानाच्या पार्श्वभूमीवर आरोग्य विभाग सतर्क

उष्माघातापासून बचावासाठी नागरिकांना काळजी घेण्याचे आवाहन



धाराशिव (जिमाका)- जिल्ह्यात गेल्या काही दिवसांपासून तापमानात लक्षणीय वाढ होत असून भारतीय हवामान खात्याने एप्रिल महिना तसेच मे महिन्याच्या पहिल्या आठवड्यात तापमान आणखी वाढण्याचा अंदाज व्यक्त केला आहे.या पार्श्वभूमीवर धाराशिव जिल्हा आरोग्य यंत्रणा पूर्णपणे सज्ज झाली असून उष्माघात प्रतिबंधक आणि उपचारात्मक उपाययोजनांसाठी व्यापक तयारी करण्यात आली आहे.

जिल्ह्यातील सर्व वैद्यकीय अधीक्षक, तालुका आरोग्य अधिकारी आणि वैद्यकीय अधिकारी यांची व्हिडिओ कॉन्फरन्सिंगद्वारे आढावा बैठक घेण्यात आली.या बैठकीत उष्माघातावरील प्रतिबंधात्मक उपाययोजना,तातडीचे उपचार तसेच नागरिकांमध्ये आरोग्य जनजागृती करण्याबाबत आवश्यक सूचना देण्यात आल्या.सर्व आरोग्य संस्थांना नागरिकांना योग्य उपचार उपलब्ध करून देतानाच उष्माघाताबाबत आवश्यक आरोग्य शिक्षण देण्याचे निर्देश देण्यात आले आहेत.

सार्वजनिक आरोग्य विभाग,जिल्हा परिषद धाराशिव यांच्या माध्यमातून जिल्ह्यात व्यापक उपाययोजना करण्यात आल्या आहेत.त्यानुसार जिल्ह्यातील ५ ग्रामीण रुग्णालये,६ उपजिल्हा रुग्णालये,४४ प्राथमिक आरोग्य केंद्रे आणि २ शहरी आरोग्य केंद्रांमध्ये कोल्ड रूमची स्थापना करण्यात आली आहे.

उष्माघातावरील उपचारासाठी आवश्यक औषधसाठा मुबलक प्रमाणात उपलब्ध करून देण्यात आला आहे. तसेच जिल्हास्तरावर विशेष टास्क फोर्स स्थापन करण्यात आली असून सर्व आरोग्य संस्थांना जनजागृतीसाठी प्रसिद्धी साहित्यही वितरित करण्यात आले आहे.

उष्माघातापासून बचावासाठी आरोग्य विभागाच्या महत्त्वपूर्ण सूचना पुढीलप्रमाणे आहेत :

हे करा :

पुरेसे पाणी प्या आणि प्रवासात पाणी सोबत ठेवा.हलक्या वजनाचे,फिकट रंगाचे आणि सैलसर कपडे वापरा.उन्हात जाताना गॉगल,छत्री,पादत्राणे वापरा. टोपी किंवा हॅटखाली ओलसर कपडा ठेवा. पाळीव प्राण्यांना सावलीत व थंड ठिकाणी ठेवा.ओलसर पडदे,पंखे,कुलर यांच्या साहाय्याने घर थंड ठेवा.

हे करू नका :

शक्यतो दुपारच्या उन्हात बाहेर जाणे टाळा.कष्टाची कामे उन्हात करू नका. पार्क केलेल्या वाहनात लहान मुलांना ठेवू नका. गडद रंगाचे किंवा तंग कपडे वापरू नका. उष्णतेच्या काळात स्वयंपाक करताना स्वयंपाकघर हवेशीर ठेवा,मद्य,चहा, कॉफी,सॉफ्ट ड्रिंक्स टाळा.अतिप्रथिनयुक्त किंवा शिळे अन्न सेवन करू नका.

उष्माघाताची लक्षणे : प्रौढांमध्ये :

शरीराचे तापमान १०४ फॅरनहाइट (४० अंश सेल्सिअस) पर्यंत वाढणे,तीव्र डोकेदुखी,स्नायू आखडणे मळमळ, उलटीची भावना,चक्कर येणे,हृदयाचे ठोके वाढणे घाबरणे किंवा चिंता वाटणे.

लहान मुलांमध्ये :

आहार घेण्यास नकार,चिडचिडेपणा, लघवीचे प्रमाण कमी होणे,डोळे शुष्क होणे,तोंडाची त्वचा कोरडी पडणे,रक्तस्त्राव होणे,शरीराचे तापमान वाढलेले, गोंधळलेली,बेशुद्ध,अत्याधिक घाम येणारी किंवा घाबरलेली व्यक्ती आढळल्यास तात्काळ टोल फ्री क्रमांक १०८ किंवा १०२ वर संपर्क साधण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे.

जिल्ह्यातील नागरिकांनी उष्णतेच्या लाटेकडे दुर्लक्ष करू नये,कारण उष्माघाताचे गंभीर परिणाम होऊ शकतात.आवश्यक ती खबरदारी घेऊन स्वतःचे आणि कुटुंबाचे संरक्षण करावे,असे आवाहन मुख्य कार्यकारी अधिकारी प्रियवंदा महाडदळकर आणि जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ.सतीश हरिदास यांनी केले आहे.

क्रीडाक्षेत्रात धाराशिवची झेप: शालेय स्पर्धा,आधुनिक क्रीडा संकुले आणि पायाभूत सुविधांच्या विकासातून जिल्ह्याला नवी ऊर्जा

धाराशिव (जिमाका) जिल्ह्यातील क्रीडा क्षेत्राने उल्लेखनीय प्रगतीची नोंद करत शालेय स्पर्धा,आधुनिक क्रीडा सुविधा आणि विविध उपक्रमांच्या माध्यमातून जिल्ह्याच्या क्रीडा विकासाला नवी दिशा दिली आहे. सन २०२५-२६ या वर्षात जिल्हा क्रीडा परिषदेमार्फत तालुकास्तरावर १० खेळ,जिल्हास्तरावर ९३ खेळ आणि विभागस्तरावर १३ खेळांचे यशस्वी आयोजन करण्यात आले. सन २०२२-२३ पासून शालेय क्रीडा स्पर्धांची संपूर्ण कार्यपद्धती ऑनलाईन करण्यात आली असून प्रमाणपत्र वितरणही डिजिटल स्वरूपात केले जात आहे.

यावर्षी जिल्ह्यातील ६६६ शाळांमधील तब्बल ४४ हजार ३३५ खेळाडूंनी शालेय स्पर्धांमध्ये सहभाग नोंदवून क्रीडाप्रती वाढती आवड सिद्ध केली आहे.दि.२३ ते २६ मार्च २०२६ या कालावधीत तालुका क्रीडा संकुल,कळंब येथे आयोजित राज्यस्तरीय आट्यापाट्या स्पर्धेत राज्यातील ८ विभागांमधून ६२५ खेळाडूंनी सहभाग घेत जिल्ह्याच्या क्रीडा व्यवस्थापन क्षमतेची प्रचिती दिली.जिल्हा क्रीडा संकुल योजनेअंतर्गत श्री तुळजाभवानी जिल्हा स्टेडियम,धाराशिवसाठी १कोटी ५० लक्ष रुपयांचा निधी मंजूर करण्यात आला असून ४०० मीटर सिंथेटिक ट्रॅक व नॅचरल ग्रास फुटबॉल मैदान उभारणीचे काम अंतिम टप्प्यात आहे.

जिल्हा नियोजन समितीमार्फत बॅडमिंटन हॉल अद्ययावतीकरणासाठी १५०.४९ लक्ष आणि वुडन फ्लोअरिंगसाठी १९५.१३ लक्ष निधी मंजूर करण्यात आला असून ही कामे वेगाने सुरू आहेत.जलतरण तलाव अद्ययावतीकरणाचाही प्रस्ताव सादर करण्यात येणार आहे.तालुका क्रीडा संकुल योजनेंतर्गत भूम,जेवळी, कळंब,तुळजापूर आणि गुंजोटी येथे बहुउद्देशीय इनडोअर हॉल,ट्रॅक, मैदान,प्रशासकीय इमारती,पायाभूत सुविधा आणि इतर विकासकामे प्रगतीपथावर आहेत.विविध तालुक्यांमध्ये मंजूर निधीच्या माध्यमातून मोठ्या प्रमाणात आधुनिक क्रीडा सुविधा उभारल्या जात असून ग्रामीण भागातील खेळाडूंना दर्जेदार संधी उपलब्ध होत आहेत.

क्रीडा स्पर्धांबरोबरच जय शिवाजी पदयात्रा,आंतरराष्ट्रीय योग दिन, जागतिक ऑलिम्पिक डे,हर घर तिरंगा रॅली,राष्ट्रीय क्रीडा दिन,क्रीडा सप्ताह आणि जिल्हास्तरीय युवा महोत्सव अशा विविध उपक्रमांच्या आयोजनातून क्रीडा संस्कृतीला व्यापक सामाजिक स्वरूप प्राप्त झाले आहे.धाराशिव जिल्ह्यातील क्रीडा विभागाच्या या सर्वसमावेशक आणि दूरदृष्टीपूर्ण उपक्रमांमुळे जिल्हा केवळ स्पर्धात्मक क्रीडेतच नव्हे,तर सक्षम,आधुनिक आणि प्रेरणादायी क्रीडा विकासाच्या दिशेने प्रभावीपणे वाटचाल करत आहे.

धाराशिव येथे पालकांसाठी ‘एका दिवसासाठी मूल बना’ उपक्रमाचे आयोजन

धाराशिव (शेख अंजुम)- विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासात पालकांची महत्त्वाची भूमिका लक्षात घेऊन पोदार प्रेपतर्फे एक आगळावेगळा उपक्रम आयोजित करण्यात आला होता.‘तुमच्या मुलासोबत शाळेत एक दिवस घालवा - एका दिवसासाठी मूल बना’ या उपक्रमाअंतर्गत पालकांना आपल्या मुलांसोबत शाळेत वेळ घालवण्याची संधी मिळाली.

या उपक्रमाद्वारे पालकांना शाळेतील दैनंदिन शैक्षणिक प्रक्रियेचा प्रत्यक्ष अनुभव घेता आला. शिक्षकांच्या मार्गदर्शनाखाली सर्कल टाइम, संवाद, गोष्टी, संगीत, हालचाली आणि खेळ यांच्या माध्यमातून मुलांचे शिक्षण कसे घडते, हे पालकांनी प्रत्यक्ष पाहून आणी त्यात सहभागीही होऊन अनुभव घेतला. तसेच अभ्यासक्रम मुलांमध्ये विचारशक्ती, सर्जनशीलता आणि सामाजिक कौशल्ये कशी विकसित करतो, याचीही माहिती मिळाली.

या कार्यक्रमाचा मुख्य उद्देश म्हणजे पालकांना कृतीतून शिक्षण अनुभव देणे आणि दैनंदिन उपक्रमांमुळे मुलांच्या सर्वांगीण विकासाला कशी चालना मिळते, हे समजावून सांगणे हा होता.

हा उपक्रम पोदार प्रेप, धाराशिव येथे आयोजित करण्यात आला होता.

या उपक्रमाबद्दल मुख्य शैक्षणिक अधिकारी डॉ. स्वाती पोपट वत्स यांनी पालकांना सहभागाचे आवाहन केले होते.

क्राईम न्युज

दुकानातील कॉपर वायर चोरी करणारा आरोपी स्थानिक गुन्हे शाखेच्या ताब्यात

धाराशिव (प्रतिनिधी)-दि २३.०४.२०२६ रोजी स्थानिक गुन्हे शाखेचे सपोनि अमोल मोरे व पथक हे माला विषयीचे गुन्हे उघडकीस आणणे अनुषंगाने पेट्रोलींग करत असताना पथकास बातमी मिळाली की, पोलीस ठाणे शिराढोण गुरनं १३/२०२६ कलम ३३४(१)३०५ मधील धनाजी रा. आळणी फाटा रेल्वेस्टेशन बाजूला ता.जि. धाराशिव, शिवाजी रा. अंदोरा ह.मु. कन्हेरवाडी पाटी ता. कळंब जि. धाराशिव यांनी मिळून केला असुन धनाजी हा सध्या चोरीचा माल विक्री करण्यासाठी वाशी फाटा येथे थांबलेला आहे. अशी खात्रीलायक बातमी मिळाल्यावरुन पथकाने नमुद ठिकाणी जावून धनाजी यास ताब्यात घेवून त्याचे कडे चोरीचे गुन्ह्याबाबात अधिक विश्वासात घेवून चौकशी केली असता त्यांने सागिंतले मी व शिवाजी यांनी सुमो क्र एमएच १४ सीएक्स२३७७ ने शिराढोण येथील दुकानातील २०० ते २५० किलो कॉपर वायर चोरी केली आहे. आरोपी नामे- धनाजी पवार याचे ताब्यातुन १७ किलो कॉपर वायर, टाटा सुमो जीप क्र एमएच १४ सीएक्स २३७७ असा एकुण ३,७०,४०० किंमतीचा मुददेमाल ताब्यात घेण्यात आला आहे.

सदरची कामगिरी मा. श्रीमती रितू खोखर, पोलीस अधिक्षक धाराशिव व मा. श्रीमती शफकत आमना, अपर पोलीस अधिक्षक धाराशिव यांचे मार्गदर्शनाखाली स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोनि श्री विनोद इज्जपवार, सपोनि अमोल मोरे, सचिन खटके, पोह अमोल चव्हाण, बळीराम शिंदे,अमोल निंबाळकर, राहुल नाईकवाडी, मपोहा/ शोभा बांगर, चालक पोअं/ विनायक दहिहंडे यांचे पथकाने केली आहे.

तिन टायरी वहानाच्या चाकासह, बॅटरीची चोरी

धाराशिव (प्रतिनिधी)- धाराशिव शहर पोलीस ठाणे अंतर्गत फिर्यादी नामे- सोमनाथ विजय सुर्यवंशी, वय ३५ वर्षे, रा. तेरणा इंजिनीअरींग कॉलेज समोर तुळजापूर रोड धाराशिव ता. जि. धाराशिव यांचे अॅपे रिक्षाचे तिन टायर चाके व्हीलसह, बॅटरी असा एकुण ११,००० किंमतीचे साहित्य हे दि. २६.०३.२०२६ रोजी २२.३० ते दि. २७.०४.२०२६ रोजी ०६.०० वा. पुर्वी तेरणा इंजिनीअरींग कॉलेज समोर तुहजापूर रोड, धाराशिव येथुन अज्ञात व्यक्तीने चोरुन नेले. अशा मजकुराच्या फिर्यादी नामे-सोमनाथ सुर्यवंशी यांनी दि.२७.०४.२०२६ रोजी दिलेल्या प्रथम खबरेवरुन धाराशिव शहर पो ठाणे येथे भा.न्या.सं.कलम ३०३(२) अन्वये गुन्हा नोंदवला आहे.

झाडे लावा!
झाडे जगवा!!
झाडे तोड रोखा !!!

माझं गाव,आरोग्य संपन्न गाव अभियान

१ मे रोजी जिल्हास्तरीय पत्रकार कार्यशाळा

धाराशिव (जिमाका) राज्यातील ग्रामीण आरोग्य सेवा अधिक सक्षम, रोगमुक्त आणि स्वयंपूर्ण करण्याच्या उद्देशाने राज्य शासनाने माझं गाव,आरोग्य संपन्न गाव या महत्त्वाकांक्षी अभियानास मंजुरी दिली आहे.लोकसहभागावर आधारित ही राज्यव्यापी आरोग्य चळवळ मंत्रिमंडळ बैठकीत मान्य करण्यात आली असून १ एप्रिल २०२६ ते ३१ मार्च २०२७ या कालावधीत संपूर्ण राज्यभर प्रभावीपणे राबविण्यात येणार आहे.

या अभियानाच्या यशस्वी अंमलबजावणीसाठी धाराशिव येथे जिल्हास्तरीय कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले आहे.ही कार्यशाळा पालकमंत्री प्रताप सरनाईक यांच्या उपस्थितीत दि.१ मे २०२६ रोजी सकाळी ९.३० ते १० वाजेपर्यंत जिल्हा नियोजन भवन सभागृह, जिल्हाधिकारी कार्यालय,धाराशिव येथे संपन्न होणार आहे.ग्रामीण भागातील आरोग्य व्यवस्थेला अधिक बळकट करण्यासाठी, लोकसहभागातून गावपातळीवर आरोग्यदायी वातावरण निर्माण करण्यासाठी तसेच आरोग्यविषयक जनजागृती वाढविण्यासाठी या अभियानाला विशेष महत्त्व प्राप्त झाले आहे.

जिल्ह्यातील सर्व पत्रकारांनी या महत्त्वपूर्ण कार्यशाळेस उपस्थित राहून अभियानाची माहिती जनतेपर्यंत प्रभावीपणे पोहोचवावी, असे आवाहन जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. श्री.हरिदास यांनी केले आहे. माझं गाव,आरोग्य संपन्न गाव ही मोहीम ग्रामीण आरोग्य क्षेत्रात नवा आदर्श निर्माण करणार असून निरोगी,सक्षम आणि स्वयंपूर्ण गावांच्या निर्मितीकडे राज्याचे मोठे पाऊल मानले जात आहे.

आंदोरा ग्रामपंचायतीत आर्थिक घोटाळा? कागदोपत्री कामे, प्रत्यक्षात शून्य – जनतेचा संताप उफाळला!

धाराशिव (रामेश्वर डोंगरे)- कळंब तालुक्यातील आंदोरा ग्रामपंचायतीत गेल्या तीन वर्षांत विकासकामांच्या नावाखाली मोठ्या प्रमाणावर आर्थिक अपहार आणि भ्रष्टाचार झाल्याचा गंभीर आरोप समोर आला असून, या प्रकरणाने संपूर्ण परिसरात खळबळ उडाली आहे. जनसेवक पीजी नाना तांबारे यांनी या कथित घोटाळ्याची पोलखोल करत थेट जिल्हा प्रशासनाकडे पुराव्यांसह लेखी तक्रार दाखल केली आहे.

तक्रारीनुसार, आंदोरा ग्रामपंचायतीतील सरपंच, ग्रामसेवक आणि संबंधित शासकीय अधिकाऱ्यांनी संगनमत करून अंदाजे एक कोटी रुपयांचा निधी अपहार केला असल्याचा संशय आहे. विशेष म्हणजे, अनेक विकासकामे कागदोपत्री पूर्ण दाखवून प्रत्यक्षात ती कामेच झाली नसल्याचे धक्कादायक वास्तव समोर आले आहे.

काम नाही, पण बिले काढली!

समाजकल्याण विभागाच्या दलितवस्ती सुधार योजनेतून २०२४ मध्ये मंजूर रोहीदास नगरमधील भुमिगत गटरलाईन व सिमेंट रस्ता ही कामे प्रत्यक्षात न करता आर्थिक वर्ष २०२३-२४ मध्येच मार्च महिन्यात त्यांची बिले काढण्यात आल्याचा संशय व्यक्त करण्यात येत आहे. तसेच, १५व्या वित्त आयोगाच्या निधीतून करण्यात आलेल्या कामांबाबतही गंभीर अनियमितता आढळून आली आहे. कामे न करता पूर्ण दाखवून चइ (मोजमाप पुस्तिका) नोंद न करता नियम धाब्यावर बसवून पैसे उचलल्याचे स्पष्ट येतआहे.

संशयास्पद व्यवहार

तक्रारीत नमूद केल्याप्रमाणे, बार्शी, कळंब आदिं फर्मच्या नावांवर दि. १८ मार्च २०२५ आणि ०४ ऑगस्ट २०२५ रोजी चेकद्वारे रक्कम काढण्यात आली, ज्यामध्ये मोठ्या प्रमाणावर आर्थिक गैरव्यवहार झाल्याचा संशय व्यक्त करण्यात आला आहे.

पुरावे दिल्यावर घाईघाईत काम सुरू

तक्रार दाखल झाल्यानंतर, संबंधितांना माहिती मिळताच सरपंचांनी घाईघाईत प्रत्यक्ष साईटवर कोणतीही परवानगी न घेता आणि साईट इंजिनिअरच्या अनुपस्थितीत ओबडधोबड काम सुरू केल्याचा आरोप करण्यात येत आहे.

उच्चस्तरीय चौकशीची मागणी

तक्रारदारांनी दि. १ जानेवारी २०२३ ते ३१ मार्च २०२५ दरम्यान झालेल्या सर्व कामांची टेक्निकल टीमसह सखोल चौकशी करण्यासाठी उच्चस्तरीय समिती नेमावी अशी मागणी केली आहे.

प्रशासन काय करणार?

आता या गंभीर प्रकरणात जिल्हाधिकारी, मुख्य कार्यकारी अधिकारी आणि गटविकास अधिकारी यांच्याकडून कोणती ठोस कारवाई होते, संबंधितांवर का होत नाही. या प्रकरणी सखोल चौकशी व्हावी अशी मागणी होत आहे.

मोरवे यांना क्रांतीज्योती महात्मा ज्योतिबा फुले आदर्श शिक्षक पुरस्कार जाहीर

सरचिटणीस संतोष भोजने

धाराशिव (प्रतिनिधी) - राष्ट्रीय ओबीसी, बहुजन शिक्षक संघाच्यावतीने देण्यात येणारा क्रांतीज्योती महात्मा ज्योतिबा फुले आदर्श शिक्षक पुरस्कार जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळेचे शिक्षक खिजर मोरवे यांना जाहीर झाला आहे.

राष्ट्रीय ओबीसी, बहुजन शिक्षक संघाचे प्रदेश अध्यक्ष अनिल नाचपते व राज्य सरचिटणीस संतोष भोजने यांनी मोरवे यांच्या आजपर्यंत केलेल्या शैक्षणिक, सामाजिक व राष्ट्रीय कार्याची दखल घेऊन हा पुरस्कार जाहीर केला आहे.

मोरवे हे तुळजापूर तालुक्यातील वडगाव (देव) येथील जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळेत शिक्षक म्हणून कार्यरत आहेत. या पुरस्काराबद्दल मोरवे यांचे सर्व स्तरातून अभिनंदन होत आहे.

डॉल्बी सिस्टीमचा आवाज कर्णकर्कश ठेवून आदेशाचे उल्लंघन;गुन्हा दाखल

नळदुर्ग (प्रतिनिधी)- पोलीस ठाणे अंतर्गत राहुल रा. फुरसुंगी ता. हवेली जि. पुणे यांनी दि. २६.०४.२०२६ रोज नळदुर्ग गावात डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर जयंती मिरवणुकी मध्ये लावलेले वाद्य हे पारंपारिक पध्दतीने किंवा पोलीसांनी दिलेल्या सुचनेप्रमाणे न लावता मालक आयोजकांनी वाहनावर (टॉप व बस) डॉल्बी डिजे साउंड सिस्टीमचा आवाज ध्वनी तीव्रतेपेक्षा व कर्णकर्कश ठेवून आदेशाचे उल्लघंन केले. यावरुन पोलीसांनी नमूद व्यक्तींविरुध्द संबंधीत पो ठाणे येथे गुन्हा नोंदविला आहे.

धाराशिवमध्ये 'नोकरी मेळाव्याला' उत्स्फूर्त प्रतिसाद

खासदार ओमप्रकाश राजेनिंबाळकर यांचे विद्यार्थ्यांना करिअर मार्गदर्शन

धाराशिव: येथील समर्थ मंगल कार्यालय येथे आयोजित करण्यात आलेला भव्य 'नोकरी मेळावा' अत्यंत उत्साहात आणि सकारात्मक वातावरणात पार पडला. या मेळाव्याला जिल्ह्यातील विद्यार्थ्यां व विद्यार्थीनी मोठया संख्येने उपस्थित होते.

या मेळाव्याचे मुख्य आकर्षण म्हणजे खासदार ओमप्रकाश राजेनिंबाळकर यांची उपस्थिती होती. यावेळी त्यांनी उपस्थित तरुणांशी संवाद साधताना नोकरी आणि करिअरच्या विविध संधींबाबत सविस्तर मार्गदर्शन केले.

कौशल्य विकासावर भर खासदार ओमप्रकाश राजेनिंबाळकर यांनी आपल्या मार्गदर्शनात केवळ पदवीवर अवलंबून न राहता, आजच्या स्पर्धेच्या युगात आवश्यक असणारी व्यावसायिक कौशल्ये (Skills) आत्मसात करण्याचे आवाहन केले. नोकरी मिळवण्यासाठी पूर्वतयारी कशी करावी आणि उपलब्ध संधींचा योग्य उपयोग करून स्वतः ची प्रगती कशी साधावी, यावर त्यांनी विशेष प्रकाश टाकला.

युवकांनी अशा उपक्रमांचा आणि संधींचा जास्तीत जास्त लाभ घ्यावा. केवळ नोकरी शोधणारे न बनता, स्वतःच्या कौशल्याच्या जोरावर आपले आणि देशाचे भविष्य उज्ज्वल घडवावे, असा मोलाचा संदेश त्यांनी यावेळी दिला.

या मेळाव्यात विविध नामांकित कंपन्यांचे प्रतिनिधी उपस्थित होते, ज्यांनी पात्र उमेदवारांची प्राथमिक मुलाखत घेऊन त्यांना मार्गदर्शन केले. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी आयोजक आणि स्वयंसेवकांनी विशेष परिश्रम घेतले. मोठ्या संख्येने उपस्थित असलेल्या युवक-युवतींमुळे या मेळाव्याला यात्रेचे स्वरूप प्राप्त झाले होते.

सदरील मेळाव्यात नामांकीत कंन्यामध्ये काम करण्यास इच्छुक आहेत ज्यांना हजर राहता आले नाही त्यांनी सुनिल सर, मो. नं. ९२२३००५१५०, शाम सर मो. नं. ९९७५७४५२९४, संदिप सर मो. नं. ९२७१०४८६६३ या नंबरवर संपर्क साधावा.

के. टी. पाटील महाविद्यालयात सेवा हक्क दिन उत्साहात साजरा

धाराशिव (शीला उंबरे-पेंढरकर)-दिनांक २८ एप्रिल २०२६ रोजी आदर्श शिक्षण प्रसारक मंडळ संचलित के. टी. पाटील औषधनिर्माणशास्त्र महाविद्यालयात सेवा हक्क दिन उत्साहात साजरा करण्यात आला. यावेळी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.अमोल जोशी यांनी उपस्थितांना असे मार्गदर्शन केले कि, महाराष्ट्र शासनाने २८ एप्रिल हा दिवस सेवा हक्क दिन म्हणून घोषित केला असून, नागरिकांना वेळेत व पारदर्शक पद्धतीने सेवा मिळण्याचा अधिकार अधोरेखित करण्यासाठी हा दिवस साजरा केला जातो.

सेवा हक्क अधिनियम २०१५ चे महत्व सांगताना विद्यार्थ्यांनीही भविष्यात जबाबदार नागरिक म्हणून कार्य करावे, असे आवाहन केले. तसेच शासकीय सेवांमध्ये पारदर्शकता व उत्तरदायित्व वाढविण्यासाठी या कायद्याची भूमिका महत्त्वाची असल्याचे त्यांनी नमूद केले. यावेळी उपस्थित सर्व प्राध्यापक, कर्मचारी व विद्यार्थ्यांनी सेवा हक्काची शपथ घेतली.

शपथेमध्ये प्रामाणिकपणे, सचोटीने व वेळेवर सेवा देण्याची तसेच नागरिकांच्या हक्कांचा आदर करण्याची प्रतिज्ञा करण्यात आली. सदर कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी रासेयो कार्यक्रमाधिकारी प्रा.अतुलकुमार अलकुंटे, उपकार्यक्रमाधिकारी प्रा. शिवरत्न खरे, प्रा. पल्लवी हंगरगेकर, स्वयंसेवक, शिक्षक व शिक्षेत्तर कर्मचारी उपस्थित होते.

जळकोट येथे वन्य प्राण्याच्या हल्ल्यात ६३ मेंढ्याच्या पिल्लांचा मृत्यू

जळकोट (विजय पिसे) --तुळजापूर तालुक्यातील जळकोट येथील काळीभोईच्या शिवारात एका शेतकऱ्याच्या शेतात मेंढपाळ बसवलेल्या कळपातील मेंढ्यांच्या पिलांचा वन्य प्राणी हल्ल्यात ६३ मेढ्यांच्या पिलांचा मृत्यू झाला आहे. ही घटना (दि.२७) वार सोमवार रोजी दुपारी दीडच्या सुमारास रखरखत्या कोणाच्या पाऱ्यांमध्ये घडली आहे.

याबाबतची अधिक माहिती अशी की, जळकोट येथील शेतकरी श्री. संतोष सुरवसे यांच्या काळीभोई जळकोट शिवारातील शेतात जळकोट येथील मेंढपाळांनी कळप बसवले आहे. मेंढपाळांनी सोमवारी सकाळी आपल्या कळपातील पिलांना शिवारातील शेडमध्ये ठेवून मेंढ्या चारण्यासाठी गेले. या पिलाजवळ कोणीही नव्हते. शेडमध्ये ठेवलेल्या ६३ पिलावर भटक्या वन्य प्राण्याने हल्ला करून त्यांच्या नरडीचा घोट घेतल्याने ६३ पिलांचा मृत्यू झाला आहे. ही घटना दुपारी दीडच्या सुमारास मेंढपाळांच्या निदर्शनास आली. ही घटना समजल्याच्या नंतर वन विभागास माहिती कळवण्यात आली व वन विभागाचे आचलेर बीट चे वनरक्षक अधिकारी एन. बी. कोकाटे सर यांनी घटनास्थळी देऊन पाहणी करून पंचनामा केला. व तुळजापूर तालुक्याचे आमदार राणाजगजीत सिंह पाटील यांना ही व्हिडिओ कॉल द्वारे मेंढपाळासोबत संवाद साधून घटनेची माहिती घेऊन शासनाकडून आर्थिक सर्वेतोपरी मदतीचे आश्वासन दिले. भटक्या वन्य प्राण्याने नरडीचा घोट घेतल्याने ६३ पिला ना आपला जीव गमवावा लागला आहे. यामुळे जळकोट येथील मेंढपाळ करणाऱ्या मेंढपाळांचे मोठे आर्थिक नुकसान झाले आहे. मृत पावलेल्या पिलांची संख्या मोठी आहे. यात मेंढपाळ करणारे दयानंद भोगे, मनोज कदम, बालाजी सोनटक्के, हरिबा सोनटक्के, दत्ता सोनटक्के, अमोल सुरवसे व राजेंद्र भोगे या मेंढपाळ व्यावसायिकांचे मोठे आर्थिक नुकसान झाले आहे.

जळकोट शिवारात अशी घटना पहिल्यांदाच घडली आहे. पशुसंवर्धन विभागामार्फत त्वरित या मेंढपाळ कुटुंबीयांना आर्थिक सहकार्य करण्याची मागणी मेंढपाळाकडून केली जात आहे .

धाराशिव जिल्ह्यात युरिया खताचा तुटवडा; तातडीने उपाययोजनांची मागणी. -डॉ. प्रतापसिंह पाटील

धाराशिव : जिल्ह्यात सध्या युरिया खताचा तीव्र तुटवडा निर्माण झाल्याने शेतकरी बांधव अडचणीत सापडले आहेत. याबाबत राष्ट्रवादी काँग्रेसचे (श.प.) जिल्हाध्यक्ष डॉ. प्रतापसिंह पाटील यांनी मा. जिल्हाधिकारी यांना निवेदन देत तातडीने उपाययोजना करण्याची मागणी केली आहे.

निवेदनात नमूद केल्याप्रमाणे, मागील काही दिवसांपासून जिल्ह्यातील अनेक शेतकऱ्यांना युरिया खत उपलब्ध होत नसल्याने पिकांच्या वाढीवर परिणाम होत आहे. शेती हंगामाच्या अत्यंत महत्त्वाच्या टप्प्यावर खताची कमतरता भासत असल्यामुळे उत्पादनावर गंभीर परिणाम होण्याची भीती व्यक्त करण्यात आली आहे.

याशिवाय, काही ठिकाणी शेतकऱ्यांना खतासाठी लांबच लांब रांगा लावाव्या लागत असून, काळाबाजार व साठेबाजीच्या तक्रारीही समोर येत आहेत. या पार्श्वभूमीवर प्रशासनाने तातडीने हस्तक्षेप करून परिस्थिती नियंत्रणात आणावी, अशी मागणी करण्यात आली आहे.

डॉ. पाटील यांनी प्रशासनाकडे जिल्ह्यात युरिया खताचा पुरेसा साठा उपलब्ध करून देणे, खताचे न्याय्य व पारदर्शक वितरण सुनिश्चित करणे, तसेच काळाबाजार करणाऱ्यांवर कठोर कारवाई करणे यांसारख्या उपाययोजना राबवण्याची मागणी केली आहे. प्रत्येक शेतकऱ्याला योग्य प्रमाणात खत मिळेल याची हमी देण्याचीही त्यांनी अपेक्षा व्यक्त केली आहे.

दरम्यान, शेतकऱ्यांच्या हिताच्या दृष्टीने प्रशासनाने तात्काळ कार्यवाही करावी, अशी सर्वसामान्य शेतकरी बांधवांचीही मागणी आहे.

लातूर समाचार धाराशिव
बातम्या,लेख व जाहिराती साठी संपर्क
9422472502
9175325708

धाराशिव शहरातील कांही महत्वाचे फोन नंबर

१) रुग्णवाहिका २२३९७६
२) रक्तपेढी २२३९७६
३) जिल्हा रुग्णालय २२६९२७
४) शहरपोलिस स्टेशन२४०९९९
५) अग्नीशामक विभाग २२२१०१
६) रेल्वेस्टेशन २४०९९९
७) एसपी कार्यालय २२७६२०
८) जिल्हाधिकारी का.२२४५०१
९) तहसिल का. २२७८८२
१०) जि.प. २२५४०७
११)नगरपरिषद २२५४०७
१२)जिल्हा माहिती अधिकारी ०२४७२-२२२७४४
१३) जिल्हा उद्योग केंद्र (डीआयसी) ०२४७२-२२२२२६
१४) उस्मानाबाद जिल्ह्याचे उपसंचालक ०२४७२-२२७८ ९ २
१५) उप विभागीय वन कार्यालय, उस्मानाबाद ०२४७२-२२३४०८
१६)अधीक्षक उत्पादन शुल्क कार्यालय ०२४७२-२२३३८७
१७) जिल्हा कल्याण अधिकारी ०२४७२-२२२०१४
१८) प्रादेशिक परिवहन अधिकारी (आरटीओ) ०२४७२-२२२५५५
१९) मुख्य पोस्ट ऑफिस ०२४७२-२२२२९४
२०) जिल्हा रोजगार अधिकारी ०२४७२-२२२२३६
२१) विभागीय नियंत्रक (एमएसआरटीसीसी) ०२४७२-२२२२१६
२२) लातूर समाचार ९४२२४७२५०२
बीडीओ, एम.आर.ए.जी.एस. जिल्हा परिषद ०२४७२-२२०६११
२३)मुख्य कार्यकारी अधिकारी ०२४७२-२२६८४०
२४) २४) अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी ०२४७२-२५) २२३३९७ प्रकल्प संचालक ०२४७१-२२१५५२
२५) उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी (सामान्य प्रशासन) ०२४७२-२२३३८८
२६) उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी (ग्राम पंचायत) ०२४७२-२२३३४३
२७) उप मुख्य कार्यकारी अधिकारी (स्त्री व मुल) ०२४७२-२२२५७०
२८) मुख्य खाते व वित्त अधिकारी ०२४७२-२२२१३२
२९) शिक्षण अधिकारी (प्राथमिक) ०२४७२-२२४१८४
३०) शिक्षण अधिकारी (माध्यमिक) ०२४७२-२२४१८४

आरोग्य सेवेची नवी झेप :जिल्ह्यात अत्याधुनिक आरोग्य सुविधांमुळे रुग्णांना दिलासा

*** आरोग्य सेवेची नवी झेप : जिल्ह्यात अत्याधुनिक आरोग्य सुविधांमुळे रुग्णांना दिलासा**
*** २३.७५ कोटींच्या निधीतून ५० खाटांचे अत्याधुनिक क्रिटिकल केअर युनिट उभारणी**
५०० खाटांचे जिल्हा रुग्णालय - ३६१.५ कोटींचा महत्त्वाकांक्षी प्रकल्प
कार्डीयाक कॅथलॅब,MCH विंग व IPHL लॅबमुळे प्रगत उपचार जिल्ह्यातच उपलब्ध
ग्रामीण भागात नवीन व उन्नत रुग्णालयांची मोठ्या प्रमाणावर उभारणी
ट्रोमा केअर,CT Scan व MRI सुविधांमुळे आपत्कालीन सेवांना बळ

धाराशिव दि.२५ एप्रिल (जिमाका) जिल्ह्यात आरोग्य सेवेच्या क्षेत्रात ऐतिहासिक बदल घडत असून, शासनाच्या विविध योजनांच्या माध्यमातून अत्याधुनिक वैद्यकीय सुविधा उभारण्याचे मोठे काम सुरू आहे.कोट्यवधी रुपयांच्या निधीतून उभ्या राहत असलेल्या रुग्णालये, क्रिटिकल केअर युनिट्स आणि आधुनिक प्रयोगशाळांमुळे केवळ उपचारच नव्हे,तर हजारो रुग्णांना आशा निर्माण होत आहे.ग्रामीण व शहरी भागातील नागरिकांना त्यांच्या जिल्ह्यातच दर्जेदार आरोग्य सेवा मिळावी,या उद्देशाने ही व्यापक आरोग्य पायाभूत सुविधा उभारणी सुरू आहे.

जिल्हाशल्यचिकित्सक,धाराशिव यांच्याअंतर्गत आरोग्य विभागामार्फत अनेक महत्त्वपूर्ण प्रकल्प राबविण्यात येत आहेत.प्रधानमंत्री आयुष्मान भारत हेल्थ इन्फ्रास्ट्रक्चर मिशन अंतर्गत सुमारे २३.७५ कोटी रुपयांच्या निधीतून ५० खाटांचे अत्याधुनिक क्रिटिकल केअर युनिट उभारले जात असून,८ जानेवारी २०२४ रोजी भूमिपूजन करून बांधकामास सुरुवात करण्यात आली आहे.या युनिटमध्ये MRI,ICU,HDU,आयसोलेशन वॉर्ड, डायलिसिस,ऑपरेशन थिएटर, आपत्कालीन सेवा आणि पॉइंट ऑफ केअर लॅब अशा सुविधा उपलब्ध होणार आहेत.यापूर्वी जिल्ह्यात उपलब्ध नसलेल्या या सेवा आता स्थानिक नागरिकांसाठी उपलब्ध होणार असल्याने आयसीयू खाटांची कमतरता दूर होणार आहे.

याचबरोबर,धाराशिव येथे १० खाटांचे कार्डीयाक कॅथलॅब उभारण्यास मंजुरी देण्यात आली असून त्यासाठी सुमारे २३१ कोटी रुपयांचा निधी मंजूर झाला आहे.या प्रकल्पाचे बांधकाम पूर्णत्वास येत असून लवकरच हृदयविकार रुग्णांना अत्याधुनिक सेवा उपलब्ध होणार आहे. तसेच १०० खाटांचे चउक विंग रुग्णालय उभारण्याचे काम २२.२३ कोटी रुपयांच्या निधीतून सुरू असून मातांसाठी व नवजात बालकांसाठी विशेष आरोग्य सेवा उपलब्ध होणार आहेत.

प्रयोगशाळा सुविधांमध्येही मोठी भर पडत असून,IPHL (Integrated Public Health Laboratory) साठी १.२५ कोटी रुपयांचा निधी मंजूर करण्यात आला आहे.या प्रयोगशाळेमुळे डेंग्यू,मलेरिया, AIDS,क्षयरोग तसेच विविध जैवरासायनिक व हिस्टोपॅथॉलॉजी चाचण्या जिल्ह्यातच मोफत उपलब्ध होणार आहेत.बालकांच्या आरोग्यासाठी ऊएखउ (District Early Intervention Center) अंतर्गत जन्मजात दोष,पोषण कमतरता,विकासात्मक अडचणी यांचे निदान व उपचार केले जात आहेत,ज्यामुळे बालकांच्या आरोग्य संवर्धनाला मोठी चालना मिळत आहे. ग्रामीण भागातील आरोग्य सुविधा बळकट करण्यासाठीही मोठ्या प्रमाणावर कामे सुरू आहेत.परंडा येथे ५० खाटांचे उपजिल्हा रुग्णालय १०० खाटांपर्यंत उन्नत करण्यात येत असून,४३.८६ कोटी रुपयांच्या निधीतून बांधकाम सुरू आहे.तसेच शिराढोण,भूम,वाशी,वालवड आदी ठिकाणी नवीन ग्रामीण रुग्णालये व उपजिल्हा रुग्णालयांचे बांधकाम प्रगतीपथावर आहे.

वाशी व अनाळा येथे ट्रोमा केअर युनिट्स उभारण्यात येत असून आपत्कालीन सेवांना बळ मिळणार आहे.ढोकी व येडशी येथेही नवीन ३० खाटांचे ग्रामीण रुग्णालय उभारण्याचे नियोजन करण्यात आले आहे.जिल्ह्यासाठी अत्यंत महत्त्वाचा ठरणारा ५०० खाटांचा जिल्हा रुग्णालय प्रकल्पही मंजूर झाला असून,३६१.५ कोटी रुपयांच्या निधीतून हा प्रकल्प उभारण्यात येणार आहे.यामुळे जिल्ह्यातील नागरिकांना अत्याधुनिक व सर्वसमावेशक आरोग्य सेवा एकाच ठिकाणी उपलब्ध होणार आहे.

याशिवाय तुळजापूर व उमरगा येथे CT Scan सेवा सुरू करण्यात आली असून,MRI सेवा देखील लवकरच सुरू होणार आहे.या सर्व उपक्रमांमुळे धाराशिव जिल्हा आरोग्य क्षेत्रात स्वयंपूर्णतेकडे वाटचाल करत असून,ग्रामीण भागातील नागरिकांनाही दर्जेदार उपचार सहज उपलब्ध होत आहेत. शासनाच्या या प्रयत्नांमुळे आरोग्य सेवा आपल्या दारी ही संकल्पना प्रत्यक्षात उतरताना दिसत आहे.

सांज दैनिक लातूर समाचार हे मुद्रक,प्रकाशक ,संपादक व मालक दयानंद शंकर जडे, यांनी जडे ऑफसेट प्रिंटर्स, मित्रनगर, लातूर येथे छापून समर्थनगर धाराशिव येथे प्रकाशित केले आहे.
Evening Daily Latur Samachar is Published by Dayanand Shankar Jade from Samarth Nagar,Dharashiv on behalf of Dayanand Shankar Jade ,edited by Dayanand Shankar Jade and Printed by Dayanand Shankar Jade at Jade Offset Printers,Mitra Nagar,Latur. Editor : Dayanand Shankar Jade Mob:9422472502 RNI- MAHMAR/2003/11649

ओ३म् भूर्भुवः स्वः ।
तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि ।
धियो यो नः प्रचोदयात् ।।

लातूर समाचार

मे महिना आरोग्यास त्रासदायक

वर्षातील आरोग्यास कठिण असणारा महिणा म्हणजे मे! एखाद्यावेळी हिवाळा परवडला, गरम कपडे परिधान करून तरी जगता येईल, उन्हाळ्यात काय करणार? घरात उष्णतेमुळे राहाणे कठिण व घराबाहेर पडणे अतिषय त्यापेक्षा कठिण असते. बाहेर उन्हाचा पारा वाढलेला असतो, आकरानंतर तर घराबाहेर पडणे अशक्य, सायंकाळी सहा पर्यंत उन्हाचा चटका असतो. जगात एकमेव भारतात तीन ऋतू आहेत. तेही चार-चार महिण्याचे आहेत. उन्हाळ्यात शेतीचे कामे उरकुन घेतलेले असतात. शेतकरी रिकमा असतो म्हणून या महिण्यात लग्नाच्या तारखाही अधिक प्रमाणात असतात. मे महिण्यात शेतकरी पुर्ण रिकामा असतो. असे जरी असले तरी सध्याला कडक उन्हाळा जाणवत आहे. घराबाहेर पडणे अशक्य दिसून येत आहे. उष्णाघाताने काहींना जीव गमवावा लागला आहे. वाढते उष्णतेचे प्रमाण पहाता चिंता व्यक्त केली जात आहे. महाराष्ट्रात मे महिना म्हणजे भीषण उष्णतेचा प्रकोप मानला जातो. मात्र यंदा वैशाख म्हणजे एप्रिल महिन्यातच महाराष्ट्र भाजून निघत आहे. छत्रपती संभाजीनगरात रविवारी या हंगामासह सात वर्षांतील सर्वाधिक म्हणजे ४३.४ अंश सेल्सियस तापमान नोंदवले गेले. नाशिकमध्ये शनिवारीच या हंगामातील सर्वाधिक ४१.५ तापमान नोंदवण्यात आले. सोलापूरने सलग दोन दिवस (२६, २७ एप्रिल) ४३.९ अंशाचा पारा गाठला आहे. हे या हंगामातील सर्वाधिक तापमान आहे. अहिल्यानगरात ४१.८ अंश सेल्सियसची नोंद झाली. दरम्यान, मंगळवारी (२८ एप्रिल) अमरावती, अकोला, हिंगोली, नांदेड, परभणी, जालना, छत्रपती संभाजीनगर तसेच ठाणे जिल्ह्यात उष्णतेचा यलो अलर्ट तर यवतमाळ, वर्धा, नागपूर, चंद्रपूर, गडचिरोली जिल्ह्यात अवकाळी पावसाचा यलो अलर्ट देण्यात आला आहे. बुधवारपासून उष्णतेची लाट ओसरणार असून, बऱ्याचशा भागात अवकाळी पाऊस कोसळणार, असा हवामान खात्याचा अंदाज आहे. या वर्षी आतापर्यंत एप्रिल महिन्यात देशातील विविध ठिकाणी सुमारे ४५ वेळा तापमान ४५ अंशांवर पोहोचले. २०२२ नंतरची ही सर्वाधिक नोंद आहे, तेव्हा असे ५६ वेळा घडले होते. याचा अर्थ, गेल्या चार वर्षांतील हा सर्वात उष्ण एप्रिल महिना ठरला आहे. आयएमडीचे शास्त्रज्ञ डॉ. नरेश कुमार यांच्या मते, गेल्या वर्षीच्या तुलनेत यंदा एप्रिलच्या दुसऱ्या आठवड्यापासून आकाश निरभ्र आहे. थेट सूर्यप्रकाशामुळे तापमान वाढत आहे. सोमवारी, उत्तर प्रदेशातील बांदा येथे पारा ४७.६ अंशावर पोहोचला. हे देशाच्या एप्रिल महिन्याच्या इतिहासातील सर्वाधिक तापमान आहे. आयएमडीनुसार, जेव्हा कमाल तापमान ४५ अंश सेल्सियस किंवा त्याहून अधिक होते, तेव्हा उष्णतेची लाट असल्याचे मानले जाते. मंगळवारी मराठवाडा तसेच विदर्भातील तुरळक भागात उष्णतेची लाट राहणार आहे. बुधवारपासून ३ ते ४ दिवस विदर्भातील यवतमाळ, वर्धा, नागपूर, चंद्रपूर, गडचिरोलीत अवकाळी पावसाचा अंदाज व्यक्त करण्यात आला आहे. मराठवाडा : मंगळवारी हिंगोली, नांदेड, परभणी, जालना, छत्रपती संभाजीनगरात उष्णतेच्या लाटेचा इशारा देण्यात आला होता. त्यानंतर तापमानात काहीशी घट होईल. या जिल्ह्यातील काही भागात गुरुवार, शुक्रवारी पाऊसही होऊ शकतो. मध्य महाराष्ट्र म्हणजे मध्य महाराष्ट्रातील कमाल तापमान पुढील २-३ दिवसांत २ ओ ते ३ अंश सेल्सियसने घट होण्याचा अंदाज आहे. २७ एप्रिलला सोलापूरमध्ये तापमान ४३.९ओ अंश होते, ते ३० एप्रिलपर्यंत ४१ ते ४२ अंशापर्यंत खाली येऊ शकते. २९ तारखेला दक्षिण मध्य महाराष्ट्रात काही ठिकाणी वादळी वाऱ्यासह अवकाळी पावसाच्या सरी पडण्याची शक्यता आहे. पुर्वीपेक्षा आता उष्णतेचे प्रमाण वाढते आहे यामागील कारणांचा शोध घेतल्यास प्रथम लक्षात येते की, झाडे तोड मोठ्या प्रमाणात झाली व होत आहे. त्याच प्रमाणे पाण्याचे स्त्रोत कमी झाले आहे. धाराशिव जिल्ह्यात येडसी डोंगरात काठीने खोदले तरी पाणी लागत असते एवढी पाण्याची पातळी वरी होती. आता विंधन विहीर घेताना चार-पाचशे फुट खोलवर घेतले जाते. वरचेवर पाण्याची पातळी खोलवर जात आहे हे माहिती असून या बाबत ठोस अशी उपायोजना केली जात नाही. जनता असो किंवा सरकार ठोस नियोजन करीत नाहीत. मोठ-मोठी वृक्ष तोड होत असताना प्रशासन झोपेत आहे. एकीकडे वातावरण बिघडले ते निसर्गाच्या बदलामुळे! निसर्गात यापुर्वी एवढे दूषीत वातावरण बिघडलेले नव्हते. शुद्ध हवा मिळत नाही. या बाबत अनेक कारणे आहेत. सर्वात प्रमुख कारण हे वृक्षतोड आहे हे लक्षात घेतले पाहिजे. सर्वांना माहिती आहे की वाढते उष्णता मागील कारणे माहितीही आहेत. तरी वृक्षारोपन होते नाही, झाडे लावली तरी जी जगविली जात नाहीत. वृक्षारोपनाची केवळ प्रसिद्धि केली जाते. वृत्तपत्रात झाडे लावतानाची फोटो येते मात्र काही दिवसात कोठे वृक्षारोपन केले याचा शोध घ्यावा लागतो. त्यामुळे फसव्या व देखाव्या वृक्षरोपना करणाऱ्यावर कारवाई झाली पाहिजे. वृक्षारोपन करावे मात्र ती किमान तीन महिणे तरी देखभाल केली पाहिजे. बऱ्याच वेळा चुकीचे वृक्षारोपन होते. वर इलेक्ट्रिक वायर मोठी थ्रिफेस लाईन खाली वृक्षारोपन, झाड वाढले की करा कत्तल! असा प्रकार दिसून येतो. अनेक असे उदा. लातूरमध्ये दिसतील. असे होता कामा नये. पुर्वी झाडे अधिक होती, उन्हाळ्यात नदी, नाले, ओढ्यात पाणी होते आता हे सर्व गाळाने भरलेले आहेत. याकडे कोणाचेही लक्ष नाही. त्यामुळे उष्णतेचे प्रमाण वाढलेले आहे. उष्णता तिव्र रूप धारण करीत आहेत. यावर्षी अधिक उष्णतेची तिव्रता आहे. काही झाले तरी आता विचार बदलावे लागतील. वरचेवर जगात उष्णतेचे प्रमाण वाढते आहे. जगच चिंतेत आहे. अशा परिस्थितीत बुद्धीवान मानवाने झाडे तोड पहिल्यांदा थांबवावे. किमान दरवर्षी पाच तरी झाडे लावावित. ती जगवावित. वातावरणातील ओझेनेचा थर पातळ होत आहे. नष्ट होत आहे. या बाबत चिंता व्यक्त केली जाते. ओझेनच्या थरामुळे थेट सुर्याचे किरणे पृथ्वीवर येत आहेत. त्यामुळे चर्मरोगात वाढ होत आहे. यावर्षी मोठ्या प्रमाणात उष्णतेचे वाढते प्रमाण असल्याने आरोग्याची काळजी घ्यावी. उन्हाचा पारा वाढता आहे तो घातक आहे हे लक्षात घेतले पाहिजे.

आपला देह भगवंताच्या सेवेसाठी अर्पण करावा

>> हभप श्री नारायण महाराज उत्तरेश्वर पिंप्रीकर यांचे विचारः
>> रामेश्वर रुई येथे संत श्री गोपाळबुवा महाराज अखंड हरिनाम सप्ताह
>> शिवशक्ती अनुष्ठान यज्ञ सोहळा संपन्न

लातूर/प्रतिनिधी : ''भगवंताचे नामचिंतन घेतले तर ते स्थान पवित्र होते. चांगल्या जागेत सकारात्मक संकल्प सतत येत असतात. त्यामुळे हा देह भगवंताच्या सेवेसाठी अर्पीत करावा. जेथे संतांचे स्थान असते. तेथे भगवंताचे अधिष्ठान असते. तिथली माती सुद्धा पवित्र होते. आज विश्वधर्मी मानवतातीर्थ भवनाची वास्तू हे सर्व विश्वाचे कल्याण करेल.'' असे मौलीक विचार हभप श्री नारायण महाराज उत्तरेश्वर पिंप्रीकर यांनी व्यक्त केले.

विश्वशांती केंद्र आळंदी, माईर्स एमआयटी, पुणे व समस्त गावकरी मंडळ रामेश्वर यांच्या संयुक्त विद्यमाने विश्वधर्मी मानवतातीर्थ भवन येथे संत श्री गोपाळबुवा महाराज अखंड हरिनाम सप्ताह आणि विश्वधर्मी प्रा.डॉ. विश्वनाथ दा. कराड यांच्या संकल्पनेतून साकारलेल्या विश्वधर्मी मानवतातीर्थ भवनाची वास्तुशांती होम हवन आणि अध्यात्मिक ऊनुष्ठानाच्या माध्यमातून करण्यात आले होते. या सप्ताहाचा समारोप हभप श्री नारायण महाराज उत्तरेश्वर पिंप्रीकर यांच्या काल्याच्या किर्तनाने झाला.

अध्यक्षस्थानी एमआयटी वर्ल्ड पीस युनिव्हर्सिटीचे कार्याध्यक्ष डॉ राहुल विश्वनाथ कराड हे होते. हा संपूर्ण सप्ताह विश्वधर्मी प्रा.डॉ विश्वनाथ दा कराड यांच्या आर्शीवादाने आणि मार्गदर्शनात यशस्वीरित्या पूर्ण झाला.

यावेळी रामेश्वरचे माजी सरपंच तुळशीराम दा. कराड, प्रगतीशील शेतकरी काशीराम दा. कराड, आमदार रमेशअप्पा कराड, एमआयटी एडीटीचे कार्याध्यक्ष प्रा.डॉ. मंगेश तु कराड, सौ. उषा विश्वनाथ कराड, कमल राजेखाँ, राजेश कराड, सरपंच सचिन कराड व रामेश्वरच्या पंचक्रोशितील भाविक उपस्थित होते.

तानाजी पांचाळ यांच्या पुढाकाराने या सप्ताहात मुस्लिम मुलांनी सात ही दिवस विष्णुसहस्त्र नाम, मधुराष्टकम, भगवतगीतेतील १५ वा अध्याय, श्री पांडुरंग अष्टकम आणि पसायदान यांचे पठण हे सर्वात विशेष बाब होती.

हभप श्री नारायण महाराज उत्तरेश्वर पिंप्रीकर म्हणाले,'' नामचिंतनात शक्ती असते. त्यामुळे भगवंताचे नामस्मरण सतत करावे. संकल्पांना सत्यात पूर्ण करण्याचे कार्य संतांच्या हस्ते होत असते. जन्म देणारी भूमी आणि माता ही स्वर्गापेक्षा श्रेष्ठ असते.''

डॉ. राहुल विश्वनाथ कराड म्हणाले,'' राज्यात वारकरी संप्रदायाचा प्रभाव आहे. त्यातच कराड घराण्यात ही संस्कृती तयार झाली. प्रत्येक व्यक्तीची नाळ ही गावाशी जुळली जावी. आज रामेश्वर गावाचे नाव संपूर्ण जगभरात मानवतेचा व विश्वशांतीचा संदेश देणारे गाव म्हणून ओळखले जात आहे. २१ व्या शतकात भारतीय संस्कृती ही संपूर्ण जगाला सुख, समाधान व शांतीचा मार्ग दाखवेल. तसेच ज्ञानाचे दालन म्हणून उदयास येईल. त्याची सुरूवात रामेश्वर या गावातून झाली आहे.''

रमेश अप्पा कराड म्हणाले, ''ज्या गावात संप्रदाय वाढतो, त्या गावात एकी निर्माण हाते. डॉ. विश्वनाथ कराड यांच्या मार्गदर्शनाने राम मंदिर, दर्गा मस्जिद, बुद्ध विहार, राम-रहिम सेतू, गोपाळबुवा मंदिर आणि विश्वधर्मी मानवतातीर्थ भवन उभारले गेले आहे. त्यामुळे गावाचे स्वरूप बदलले आहे. या सप्ताहात सर्व जाती धर्माचे लोग सहभागी झाले आहेत, हे अभिमानस्पद आहे.''

डॉ.मंगेश तु. कराड म्हणाले,'' आपली जन्म भूमी स्वर्गापेक्षा अधिक प्रिय आहे. गाव आणि समाज बदलत चालला आहे. या बदलेल्या काळात हरिनाम सप्ताहाचे आयोजन अतिशय महत्वाचे आहे. गावातील प्रत्येकाचे नाते हे या मातीशी जुळलेले आहे. गावातील सर्वांना एकत्रित आणणे हे सर्वात महत्वाचे आहे.''

राजेश कराड म्हणाले,'' मानवतातीर्थ भवन हे अद्वितीय आहे. ज्याची निर्मिती विश्वधर्मी प्रा.डॉ. विश्वनाथ दा. कराड यांनी केली आहे. रामेश्वर येथील प्रत्येक जाती धर्माची व्यक्ती येथे उपस्थित आहे. हे जगातील एकमेव उदाहरण आहे. सर्वांना प्रेरणा देणारी ही वास्तू आहे.''

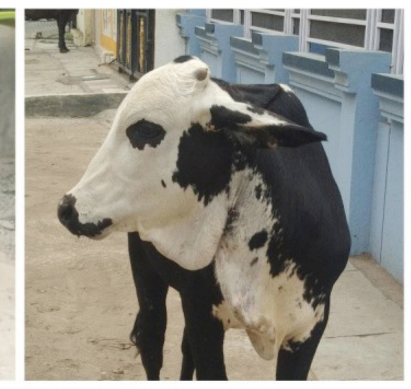
रामेश्वर येथे संत श्री गोपाळबुवा महाराज अखंड हरिनाम सप्ताह व शिवशक्ती अनुष्ठान यज्ञ सोहळा संपन्न झाला. या वेळी रामेश्वरच्या पंचक्रोशितील भाविक भक्त आणि माता भगिनी मोठ्या संख्येने सहभागी झाल्या होत्या. सात दिवस चाललेल्या या सप्ताहाची सांगता काल्याचे कीर्तन व नंतर महाप्रसादाने झाली.

संपूर्ण सप्ताहात हभप बाबा महाराज बोराडे, हभप प्रभाकर नाना महाराज, महादेव महाराज बोराडे, भगवान महाराज कराड, अप्पा महाराज चौरे, जगन्नाथ महाराज सांगळे आणि बालयोगी हरिहर महाराज दिवेगावकर यांचे किर्तन झाले.

हभप शालिकराम खंदारे यांनी प्रास्ताविक केले.

या सोहळ्यासाठी राजेश कराड व त्यांच्या सहकाऱ्यांनी अथक परिश्रम घेतले.

प्राण्यांच्या गळयातली दोरी: दुर्लक्षाचा जीवघेणा परिणाम



शहरांच्या रस्त्यांवर भटकणाऱ्या गायी-वासरांचे दृश्य आपल्यासाठी सामान्य आहे. मात्र या दृश्यामागे एक गंभीर, पण अनेकदा दुर्लक्षित समस्या दडलेली आहे ती म्हणजे गळ्याभोवती घट्ट बांधलेली दोरी.

पशुपालक वासराला ओळखता यावे म्हणून किंवा ते दूर जाऊ नये म्हणून गळ्याला दोरी बांधतात. हे करताना पशुपालकाचा हेतू वाईट नसतो पण त्याचे परिणाम मात्र अत्यंत घातक असतात. हीच दोरी हळूहळू त्या प्राण्याच्या जीवावर उठणारा फास बनते हे संबंधित पशुपालकाच्या लक्षात येत नाही. लहान वयात बांधलेली दोरी जसजसे वासरू वाढते तसतशी गळ्याभोवती खोलवर रुतत जाते. सुरुवातीला किरकोळ जखम दिसते; परंतु कालांतराने ती गंभीर स्वरूप धारण करते. जखमेतून पू येणे, रक्तस्राव होणे, दुर्गंधी येणे आणि अळ्यांचा प्रादुर्भाव होणे ही सामान्य बाब बनते.

एखाद्या निरागस वासराला बोलता येत नाही, ओरडता येत नाही. त्याच्या वेदना त्याच्या डोळ्यांत असतात आणि आपल्या नजरेत संवेदनशीलता असेल तरच त्या दिसतात. रस्त्यावरील जनावरे पशुपालकाची जबाबदारी नाही असे समजणे चुकीचे आहे. ज्याने जन्म दिला, त्याने सांभाळायलाही हवे किंवा सुरक्षित ठिकाणी सोपवायला हवे पण तसे होताना दिसत नाही.

पशुसंवर्धन आणि दुग्धव्यवसाय विभागाच्या (D-HD) २०व्या पशुगणनेनुसार भारतात मोकाट जनावरांची संख्या अंदाजे ५०.२१ लाख आहे. या मोकाट जनावरांमध्ये बहुसंख्य (सुमारे ७०% पेक्षा जास्त)

गळातील घट्ट दोरीचे परिणाम : उपचारापूर्वी आणि नंतरची स्थिती

गायी आहेत, तर बैलांचे प्रमाण तुलनेने कमी आहे. दरवर्षी पशू क्रूरता प्रकरणांपैकी ३०-४०% प्रकरणे गळ्यातील दोरी किंवा निगडीत जखमांशी संबंधित असतात.

वैज्ञानिक दृष्टीकोन आणि जखमेची वाढ

वासरांच्या मानेतील त्वचा, अधस्त्वचा आणि स्नायू हे सतत हालचालीत असतात. या भागावर सतत दाब आणि घर्षण झाल्यास ऊतींचे नुकसान होते. सुरुवातीला दोरीमुळे त्वचेवर हलकी खरचटणे दिसतात. परंतु कालांतराने अशा दाबामुळे कोशिकामृत्यू (pressure necrosis) होतात, रक्तपुरवठा (ischemia) कमी होतो, जखम खोलवर जाऊन स्नायूपर्यंत पोहोचते, उघड्या जखमेतून जीवाणू संसर्ग (bacterial infection) होतो, जखम दीर्घकाळ उघडी राहिल्यास अळींचा संसर्ग (maggot infestation) उद्भवतो. अळ्या जिवंत ऊतींवर उपजीविका करतात, त्यामुळे जखम अधिक खोल आणि वेदनादायक बनते.

जर दोरी श्वासनलिका किंवा रक्तवाहिन्यांवर (Jugular vein compression) दाब टाकत असेल, तर श्र्वसनात अडथळा, गिळताना त्रास, थकवा आणि अशक्तपणा जाणवू शकतो. अशा परिस्थितीत वेळेवर उपचार न झाल्यास मृत्यूही संभवतो.

वर्तनशास्त्रीय आणि पर्यावरणीय पैलू

गायी आणि वासरे ही सामाजिक प्राणी आहेत. गळ्याभोवती वेदना आणि अस्वस्थता असल्यास त्यांच्या वर्तनात बदल दिसून येतो. यामध्ये प्रामुख्याने, कमी अन्न घेणे, सतत मान हलवणे किंवा खाजवण्याचा प्रयत्न करणे किंवा संबंधित ठिकाणी हात लावल्यानंतर आक्रमकता दाखवणे अशी लक्षणे दिसतात.

शहरी भागात कचऱ्याच्या शोधात भटकताना ही दोरी लोखंडी जाळी, प्लास्टिक किंवा इतर वस्तूंना अडकते, ज्यामुळे जखम अधिक गंभीर होते. त्यामुळे हा प्रश्न केवळ वैयक्तिक मालकीपुरता मर्यादित नसून सार्वजनिक आरोग्य आणि स्वच्छतेशीही निगडित आहे.

प्राणीकल्याण आणि कायदेशीर चौकट

पशु क्रूरता प्रतिबंध कायदा, १९६० (PC- Act 1960) च्या कलम ३ अन्वये प्रत्येक मालकाने प्राण्याचे कल्याण सुनिश्र्चित करणे कायदेशीर बंधन आहे. कलम ११(फ) नुसार आखूड किंवा जड दोरीने दीर्घकाळ बांधणे, कलम ११(ह) नुसार अन्न-पाणी-निवारा न देणे आणि कलम ११(आय) नुसार प्राण्याला बेवारस सोडणे हे सर्व दंडनीय गुन्हे आहेत, पहिल्या गुन्ह्यासाठी ५० दंड तर पुनरावृत्तीसाठी १०० दंड किंवा ३ महिने कारावास अशी शिक्षा आहे. गुन्हा सिद्ध झाल्यास कलम २९ अन्वये न्यायालय मालकाची प्राण्यावरील मालकीही रद्द करू शकते. थोडक्यात, गळ्यातील दोरी न सोडवणे ही केवळ निष्काळजीपणा नसून कायद्याने गुन्हा आहे.

समस्येची कारणे आणि उपायोजना

लहानपणी वासरांच्या गळ्यात बांधलेली दोरी वेळेत काढणे किंवा सैल करणे अनेकदा दुर्लक्षित केले जाते. नंतर ही जणावरे सोडून दिल्याने बेवारस होतात. शहरी भागात वाढलेल्या मोकाट जनावरांच्या संख्येमुळेही ही समस्या अधिक तीव्र होते. या सर्व कारणांचा समान धागा म्हणजे मानवी निष्काळजीपणा होय.

या समस्येवर उपाय सोपे असले तरी त्यासाठी सातत्यपूर्ण प्रयत्न आवश्यक आहेत. पशुपालकांनी दोरीऐवजी सुरक्षित पट्टा (adjustable collar) वापरावा तसेच प्राण्यांच्या गळ्याची नियमित तपासणी करावी. नागरिकांनीही आपली जबाबदारी ओळखून जखमी प्राणी दिसल्यास त्वरित स्थानिक पशुवैद्यकीय सेवा किंवा संबंधित संस्थांशी संपर्क साधावा. अशा लहान कृतींमधून मोठे बदल घडू शकतात.

– प्रा. यशवंत पटणे
प्राणीशास्त्र विभाग,
महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालय, लातूर

१०,००० पावले चालणे की, ४५ मिनिटे व्यायाम; आरोग्यासाठी काय सर्वोत्तम?

शारीरिक आणि मानसिकदृष्ट्या निरोगी राहण्यासाठी व्यायाम करणं अत्यंत आवश्यक आहे. तज्ञ म्हणतात की, दररोज १० हजार पावलं चालणं किंवा ४५ मिनिटं व्यायाम करणं आरोग्यासाठी चांगलं आहे. मात्र, या दोघांपैकी कोणतं अधिक फायदेशीर आहे, याबद्दल अनेकांना शंका असते. चला तर जाणून घेऊया यावर तज्ञांचं मत काय?

१०,००० पावलं: चालणं हा एक अतिशय सोपा, स्वस्त आणि सुलभ व्यायाम आहे. वयाची पर्वा न करता कोणीही तो करू शकतो. तज्ञांचं म्हणणं आहे की, दररोज १०,००० पावलं चालल्यानं शरीरातील रक्ताभिसरण आणि पचनसंस्था सुधारते. पोषणतज्ञ अभ्यासकांच्या मते, नियमित चालल्याने हृदय गती सुधारते, रक्त प्रवाह आणि रक्तदाब कमी होतो. शिवाय, ते ताण कमी करते, मानसिक शांती प्रदान करते आणि वजन नियंत्रणात ठेवते. यासाठी महागड्या उपकरणांची किंवा विशेष कौशल्यांची आवश्यकता नाही. मात्र, एकाच वेळी १०,००० पावलं चालणं आवश्यक नाही. असं म्हटलं जातं की, दिवसभरात जेव्हाही वेळ मिळेल, तेव्हा आपण ते करू शकतो. सकाळी अर्धा तास किंवा एक तास चालण्यानं आपलं अर्ध्याहून अधिक लक्ष्य पूर्ण होऊ शकतं. तसंच दर तासाला ऑफिसमध्ये खुर्चीवरून उठून १० मिनिटं चालणं, लिफ्ट घेण्याऐवजी पायऱ्या निवडणे आणि रात्रीच्या जेवणानंतर आणखी १५ मिनिटं चालणं यामुळे लक्ष्य पूर्ण होऊ शकते. आता पावलं मोजण्यासाठी स्मार्टवॉच उपलब्ध आहेत. तसंच ॲप्लिकेशन सेल फोनवर देखील उपलब्ध आहेत. तज्ञ म्हणतात की, फक्त चालण्याचे काही तोटे आहेत. तज्ञांच्या मते, चालण्याने स्नायू मजबूत होत नाहीत आणि तंदुरुस्त होण्यासाठी बराच वेळ लागतो. चांगल्या परिणामांकरिता निम यित चालणे गरेजचं आहे.

४५ मिनिटांचा व्यायाम: तुम्ही जिममध्ये सायकलिंग, कार्डिओ किंवा वर्कआउट्स असे काहीही करू शकता. तज्ञांचं म्हणणं आहे की, ४५ मिनिटांचा हा व्यायाम कमी वेळात जास्त कॅलरीज बर्न करतो. यामुळे वजन जलद कमी होऊ शकते. असं म्हटलं जातं की, शरीरातील स्नायू मजबूत होतात. तंदुरुस्त राहिल्याने मानसिक शांती मिळते. तसंच या व्यायामामुळे तुम्हाला चांगली झोप येते. म्हणून तज्ञांच्या मते, सकाळी किंवा संध्याकाळी जिममध्ये जाऊन किंवा घरी कार्डिओ आणि योगासन करू शकता. असं म्हटलं जातं की, सायकलिंग शरीरासाठी एक कसरत असू शकते. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या एका अभ्यासात असं म्हटलं आहे, की शारीरिक हालचाली हाडांच्या आरोग्यास प्रोत्साहन देतात आणि निरोगी स्नायूंच्या वाढ आणि विकासाला प्रोत्साहन देतात.

सायकलिंग, कार्डिओ किंवा वर्कआउट्स हे व्यायाम करणे सोपे नाही. तुम्ही हळूहळू सोप्या व्यायामांपासून कठीण व्यायामांकडे वळले पाहिजे. तज्ञ म्हणतात की, एकाच वेळी कठीण गोष्टी केल्याने समस्या निर्माण होतील. प्रशिक्षक जिमम ध्ये प्रशिक्षण देतात. जर तुम्हाला ते घरी करायचे असतील, तर व्यायामासंबंधित ऑनलाइन अनेक मोबाइल ॲप्लिकेशन्स आणि व्हिडिओ उपलब्ध आहेत.

या दोघांपैकी कोणतं चांगलं: तज्ञ म्हणतात की सामान्य, शाश्वत आरोग्यासाठी दररोज १०,००० पावलं चालणं पुरेसं आहे. परंतु, ते म्हणतात की, जर तुम्हाला लवकर वजन कमी करायचं असेल आणि तुमचे स्नायू मजबूत करायचे असतील तर ४५ मिनिटांचा व्यायाम चांगला पर्याय आहे. जर तुम्हाला पूर्ण आरोग्य आणि तंदुरुस्ती हवी असेल तर तुम्ही दोन्ही करू शकता. मात्र, चांगल्या परिणामांकरिता नियमितता हवी.

००००००००००००००००००००००००००

या डाळी तुमच्या पोटात गॅस निर्माण करू शकतात, योग्य पद्धतीने शिजवल्यास टाळू शकता पोटफुगी

डाळ भारतीय आहाराचा एक महत्त्वाचा भाग आहे. डाळ खाल्ल्याने शरीराला फायबर, प्रथिने, जीवनसत्त्वे आणि अनेक खनिजे मिळतात, जी संपूर्ण शरीराचे आरोग्य राखतात. असं असताना डाळीमध्ये कार्बोहायड्रेट्स आणि फायबरचे प्रमाण जास्त असल्याने अनेक डाळी पोटात गॅस निर्माण करतात. अशा परिस्थितीत जर डाळीचा योग्यरित्या आहारात समावेश केला गेला नाही तर पोट फुगू शकते आणि पोटात गॅस तयार होण्याची समस्या उद्भवू शकते. तर मग जाणून घेऊया पोटात गॅस होण्यास नेमक्या कोणत्या डाळी आणि त्यातील घटक जबाबदार असतात. न्यूट्रिशनिस्ट लिमा महाजन यांनी पोटात गॅस तयार होण्याची समस्या उद्भवू नये यासाठी डाळी कशा पद्धतीने खाव्यात हे सांगितले आहे.

कोणती डाळ खाल्ल्याने पोटात गॅस होतो?

उडदाची डाळ– उडदाची डाळ खाल्ल्याने पोटफुगी होऊ शकते. उडदाची डाळ साधारणपणे पचण्यास कठीण असते. प्रामुखअयाने ज्या लोकांची पचनशक्ती कमी असते, त्यांच्याम ध्ये ते पचण्यास कठीण असते आणि पोटफुगी होऊ शकते.

हरभरा– प्रथिने आणि फायबरने समृद्ध असलेली ही डाळ पोटफुगी निर्माण करू शकते. जर योग्यरित्या खाल्ली नाही तर गॅस होऊ शकतो.

तूर डाळ– तूर डाळ बहुतेकदा चवीने खाल्ले जाते. मात्र जर ती योग्य पद्धतीने शिजवली नाही तर ती पोटात गॅस निर्माण करू शकते.

मसूर डाळ– मसूर डाळ भिजवून मग शिजवल्याने पचन होण्यास मदत होते.

गॅस टाळण्यासाठी कोणत्या डाळी कशा पद्धतीने खाव्यात?

लाल डाळ, मूग आणि तूर डाळ ही साल नसलेली डाळ असते. शिजवण्यापूर्वी या डाळी किमान ३० मिनिटे भिजवून ठेवाव्यात.

तुटलेली साले असलेली डाळ २ ते ४ तास भिजत ठेवावी. यामुळे तंतू मऊ होतात.

तुटलेली हरभरा डाळ ही एक कडक डाळ आहे. ती कमीतकमी २ ते ४ तास भिजत घाला.

संपूर्ण डाळींना साल असते, त्यामुळे त्यांना भिजवण्यासाठी जास्त वेळ लागतो. त्यांना कमीत कमी ६ ते ८ तास भिजत ठेवा.

राजमा, हरभरा आणि चणे हे रात्रभर किंवा स्वयंपाक करण्यापूर्वी एक दिस आधी भिजवाव्यात. भिजवताना एक तम ालपत्र, एक मोठी वेलची आणि एक लवंग घाला.

प्रत्येक डाळीत हिंग, जिरे आणि आले घालून मसाला घालण्याची शिफारस करतात. यामुळे पोटफुगी कमी होण्यास मदत होते.

भिजवलेली डाळ खाण्याचे फायदे

मसूर भिजवल्याने पोषक तत्वे नष्ट होतात. या पोषक तत्वांमध्ये फायटिक ॲसिड आणि टॅनिन असतात. ते लोह, जस्त आणि कॅल्शियमचे शोषण रोखतात. मसूर भिजवल्याने पचण्यास कठीण असलेले बरेच घटक निघून जातात. स्वयंपाकाचा वेळ कमी होतो, मसूर मऊ होतात आणि त्यांची पोत सुधारते.

रेल्वे चिपळूण (कोकण विभाग) साठी ३६ अनारक्षित उन्हाळी विशेष रेल्वे सेवा चालवणार

सोलापूर/प्रतिनिधी : प्रवाशांच्या मागणीनुसार रेल्वे

आठवड्याच्या शेवटी (शुक्रवार, शनिवार आणि रविवार) चिपळूण (कोकण विभाग) साठी ३६ अनारक्षित उन्हाळी विशेष रेल्वे सेवा चालवणार आहे.

तपशील खालीलप्रमाणे आहे:

दिवा - चिपळूण- दिवा मेमू (MEMU) त्रै-साप्ताहिक अनारक्षित विशेष (३६ सेवा)

गाडी क्रमांक ०११५९ मेमू त्रै-साप्ताहिक अनारक्षित विशेष गाडी दिनांक ०१.०५.२०२६ ते दिनांक ०७.०६.२०२६ पर्यंत दर शुक्रवार, शनिवार आणि रविवारी दिवा येथून रात्री २३.२५ वाजता सुटेल आणि चिपळूण येथे दुसऱ्या दिवशी सकाळी ०६.३० वाजता पोहोचेल. (१८ सेवा)

गाडी क्रमांक ०११६० मेमू त्रै-साप्ताहिक अनारक्षित विशेष गाडी दिनांक ०१.०५.२०२६ ते दिनांक ०७.०६.२०२६ पर्यंत दर शुक्रवार, शनिवार आणि रविवारी चिपळूण येथून १५.३० वाजता सुटेल आणि दिवा येथे त्याच दिवशी २३.१० वाजता पोहोचेल. (१८ सेवा)

थांबे: निळजे, तळोजा पांचनंद, कळंबोली, पनवेल, सोमाटणे, आपटा, जिते, पेण, कासू, नागोठणे, रोहा, कोलाड, इंदापूर, माणगाव, गोरेगाव रोड, वीर, सापे वामणे, करंजाडी, विन्हेरे, दिवाणखवटी, कळंबणी बुद्रुक, खेड आणि आंजणी.

संरचना: ०८ डब्यांचे मेमू रेक

सामान्य शुल्कासह अनारक्षित डब्यांचे आरक्षण यूटीएस प्रणालीद्वारे करता येईल.

प्रवासी तिकीट आरक्षणासाठी रेलवन ॲप देखील डाउनलोड करू शकतात.

या विशेष गाड्यांच्या थांब्यांवरील सविस्तर वेळापत्रकासाठी, कृपया www.enquiry.indianrail.gov.in या संकेतस्थळाला भेट द्या किंवा NTES ॲप डाउनलोड करा.

संत महात्म्यांचा प्रबोधनाचा वारसा अनिस चालवते : डॉ. ठकसेन गोराने

धाराशिव/प्रतिनिधी : महाराष्ट्र अंधश्रध्दा निर्मुलन

समिती ही देशातील संत महात्मे यांनी चालविलेला प्रबोधनाचा वारसा चालवत आहे. संतांनी समाजातील अज्ञान, अंधश्रध्दा दूर करण्याचा प्रयत्न केला. बुध्दांनी व्यक्तीला तर्कनिष्ठ विचार करायला शिकवले. महात्मा बसवेश्वर, संत तुकाराम, संत कबीर, संत गाडगेबाबा इत्यादी संतांनी समाजातील अंधश्रध्दा नष्ट करण्यासाठी प्रयत्न केले.

समाजानी विज्ञाननिष्ठ बनले पाहिजे. प्रत्येक धर्माची कालसुसंगत चिकित्सा झाली पाहिजे. भारतीय संविधान विज्ञानवाद शिकवते त्यांचे अनुकरण केले पाहिजे. सध्या श्रध्देच्या नावाखाली महाराष्ट्रातच नव्हे तर संपूर्ण देशात स्त्री-पुरुषांचे शोषण होत आहे हे निषेधार्य आहे. याचा समाजातूनच निषेध झाला पाहिजे समाजातील व्यक्तींनी विवेकशिल वागले पाहिजे. यासाठी डॉ. नरेंद्र दाभोळकरांनी आयुष्यभर प्रयत्न केले. त्यांचाच वारसा महाराष्ट्र अंधश्रध्दा निर्मुलन समिती आजही चालवत आहे. या चळवळीमध्ये ज्यांना कार्याची आवड आहे.

त्या स्त्री पुरुषांनी सहभागी होवून कार्य वाढवले पाहिजे. विशेषत: तरुण-तरुणींनी, युवक युवतींनी या चळवळीत कार्य केले पाहिजे असे आवाहन डॉ. ठकसेन गोराने महाराष्ट्र राज्य अंधश्रध्दा निर्मुलन समितीचे प्रधान सचिव यांनी धाराशिव येथे अनिस च्या बैठकीत मार्गदर्शन करताना केले. सुरुवातीस अनिस चे शेख सजियोद्दीन, सिध्देश्वर बेलूरे, विजय गायकवाड यांनी पुष्पगुच्छ देवून त्यांचे स्वागत केले. बैठकीस मोहन शेवाळे, रमेश गवळी, संतराम पौळ, निळकंठ कोळगे, संतोष कोकाटे व शहरातील अनिस चे सभासद, कार्यकर्ते उपस्थित होते.

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांचे ७५ फुटी स्मारक हैदराबादच्या धर्तीवर भव्य करावे

- बौद्ध समाजाची माजी मंत्री, आमदार अमित देशमुख यांच्याकडे मागणी
- स्मारकाचा आराखडा जाहीर करून निधी वाढवण्याबाबत निवेदन

लातूर/प्रतिनिधी : लातूर शहरातील भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्क येथे उभारण्यात येत असलेला भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचा ७५ फुटी पुतळा आणि स्मारकाच्या संदर्भाने भिक्खू पय्यानंद थेरो यांच्या नेतृत्वात बौद्ध समाजाच्या शिष्टमंडळाने बाभळगाव निवासस्थान येथील झालेल्या या भेटीत स्मारकाच्या उभारणीबाबत सविस्तर चर्चा करून निवेदन देण्यात आले.

यावेळी हैदराबाद येथील स्मारकाप्रमाणे हे स्मारक भव्य दिव्य करावे, प्रशासन या स्मारकाच्या संदर्भाने पारदर्शकता आणि स्पष्टता पाळत नाही, त्यामुळे समाजासमोर या स्मारकाचा प्रारूप आराखडा प्रस्तुत करण्यास सांगावे, स्मारकाचा विस्तार करून त्यासाठी अधिकचा निधी मंजूर

करून घ्यावा आदी मागण्या असलेले निवेदनही या शिष्टमंडळाने यावेळी माजी मंत्री, आमदार अमित देशमुख यांच्याकडे सुपूर्द केले.

भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचे भव्य दिव्य स्मारक लातूरात होत आहे याचा आम्हाला आनंद आहे, मात्र, मंजूर १० कोटी निधी मधून कोणती कामे होणार आहेत? एकूण प्रकल्प किती रकमेचा आहे? या संदर्भात शासनाकडून कोणतीही माहिती जाहीर केली जात नाही, ती माहिती जाहीर करायला सांगावी. सध्या काम

चालू असलेली जागा अत्यंत अपुरी आहे ती वाढवून घ्यावी, चबुतऱ्याची उंची २० फुटापर्यंत वाढवावी, भव्य दिव्य पुतळ्या सोबतच स्मारक परिसराच्या विकासाचा एकत्रित प्रकल्प आराखडा तयार करून त्यासाठी आवश्यक निधी मंजूर करावा, त्यानंतरच हे काम होईल हे पहावे, कोणत्याही परिस्थितीत निधीअभावी हे काम अर्धवट राहणार नाही याची दक्षता घेण्यासाठी पाठपुरावा करावा आदी मागण्या निवेदनाद्वारे यावेळी आमदार अमित देशमुख यांच्याकडे करण्यात आल्या आहेत.

या शिष्टमंडळातील सदस्यांचे म्हणणे ऐकून घेतल्यानंतर आपलीही शिष्टमंडळाच्या सूचनेप्रमाणेच भूमिका आहे असे त्यांनी सांगितले. भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या पुतळा उभारणी सोबतच या संपूर्ण परिसराचा एकत्रित विकास आराखडा तयार करावा, या परिसरात असलेल्या सर्व व्यवस्थांचे पुनर्नियोजन करावे, या परिसरात पुन्हा पाणी साचणार नाही यासाठी ड्रेनेजची व्यवस्था करावी, आदी सूचना आपण यापूर्वीच दिल्या असल्याची माहिती शिष्टमंडळाला यावेळी त्यांनी दिली.

प्रारंभी भिक्खू पय्यानंद थेरो यांचे बाभळगाव निवासस्थानी यथोचित सन्मान करून त्यांचे आशीर्वाद घेतले. या शिष्टमंडळात माजी नगराध्यक्ष सर्वश्री लक्ष्मण कांबळे, चंद्रकांत चिकटे, सुशिल चिकटे, रोहित कांबळे, अतिशचिकटे, विकास वाघमारे, विनय जाकते, बसवंतआप्पा उबाळे, वैभव गायकवाड यांच्यासह अनेक सामाजिक कार्यकर्त्यांचा सहभाग होता.

दयानंद वाणिज्य कनिष्ठ महाविद्यालयात आम्ही अहिल्याबाई होळकर व्याख्यानपर सादरीकरण

लातूर/प्रतिनिधी : दयानंद वाणिज्य कनिष्ठ महाविद्यालय लातूर येथील सभागृहात दि. २८ एप्रिल, २०२६ रोजी सखी सावित्री समिती व सांस्कृतिक विभागाच्या संयुक्त विद्यमाने आम्ही अहिल्याबाई होळकर या विषयावर व्याख्यान आयोजित करण्यात आले होते. या कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकाप्रसंगी दयानंद वाणिज्य क. महाविद्यालयाचे समन्वयक डॉ. सुभाष मोरे यांनी इतिहासातील शासनप्रिय, स्त्रीशक्ती व उत्कृष्ट व्यक्तिमत्व पुण्यश्लोक अहिल्याबाई होळकर यांचा यशस्वी जीवन प्रवास विद्यार्थ्यांसाठी प्रेरणादायी व्हावा हाच उद्देश डोळ्यासमोर ठेवून कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आल्याचे सांगितले. कार्यक्रमाचे प्रमुख पाहुणे म्हणून सामाजिक कार्यकर्त्या मा. सुनिता सावंत-बोरगावकर, मा. मुख्याध्यापिका, गोदावरी लाहोटी कन्या विद्यालय, लातूर यांनी पुण्यश्लोक अहिल्याबाई होळकर यांच्या जीवन कार्यावर व त्यांच्या जीवनातील महत्त्वपूर्ण टप्पे जसे; जन्म आणि बालपण, वैध्य, संघर्ष राज्यारोहण, आदर्श राज्यकारभार, धार्मिक व सामाजिक कार्य, युद्ध व मुत्सेगिरी, निधन व वारसा या विषयानुरूप विद्यार्थ्यांना मोलाचा संदेश देत त्या म्हणाल्या, सोचने का समय गया, उठो-उठो लिखो इतिहास नया निर्मितीचे जतन करणे, जबाबदाऱ्या सोपवणे व सांभाळणे, बुद्धिमत्तेची जाणीव करून तटस्थ बुद्धीने कारभार करणे असे व्यक्तिमत्व घडवावे आदीं विषयी प्रबोधन केले. प्रमुख पाहुण्यांविषयी मार्गदर्शनाअंती प्र.अधिकारी प्रा. ऋतुजा देशमुख यांनी त्यांच्या प्रभावी सादरीकरणाचे शब्दसुमनाने कौतुक केले. या कार्यक्रमासाठी महाविद्यालयाचे समन्वयक डॉ. सुभाष मोरे, प्र.अधिकारी ऋतुजा देशमुख व इतर शिक्षक व शिक्षकेत्तर कर्मचारी आदींची उपस्थिती होती. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचलन प्रा. सुवर्णा कारंजे व आभार प्रदर्शन डॉ. ज्योती कुलकर्णी यांनी केले. सदरील कार्यक्रमासाठी विद्यार्थ्यांचा उत्स्फूर्त सहभाग होता.

३२ व्या अखिल भारतीय नवोदित मराठी साहित्य संमेलनाचे उद्घाटन उपमुख्यमंत्री सुनेत्राताई पवार यांच्या हस्ते होणार

धाराशिव/प्रतिनिधी : अखिल भारतीय मराठी साहित्य परिषद आयोजित ३२ व्या अखिल भारतीय नवोदित मराठी साहित्य संमेलनाचे उद्घाटन महाराष्ट्राच्या उपमुख्यमंत्री सुनेत्राताई पवार यांच्या हस्ते होणार आहे आज मुंबई येथे साहित्य परिषदेचे राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ.शरद गोरे यांनी त्यांनी अधिकृत निमंत्रण दिले यावेळी साहित्य संमेलनाच्या बोधचिन्हाचे अनावरण हि सुनेत्राताई यांच्या हस्ते संपन्न झाले, लोकनेते अजितदादां पवार साहित्यनगरीत छत्रपती शिवाजी महाराज नाट्यगृहात धाराशिव येथे दिनांक २९ व ३० मे २०२६ रोजी सुप्रसिद्ध साहित्यिक डॉ.नंदकुमार राऊत यांच्या अध्यक्षतेखाली होणार आहे देशभरातील ९०० साहित्यिक या संमेलनास उपस्थित राहणार आहेत.या अगोदर पु.ल देशपांडे,जावेद अख्तर,मृत्युंजयकार शिवाजी सावंत,रमाकांत खलप,शरद पवार,ना.धों.महानोर,आदी मान्यवरांनी या संमेलनाचे उद्घाटन केले आहे.

पारंपारिक रेक असलेल्या गाड्यांचे एलएचबी (LHB) रेकमध्ये रूपांतरण आणि कायमस्वरूपी सुधारित संरचना

मुंबई/प्रतिनिधी : रेल्वे प्रशासनाने खालील गाड्या पारंपारिक रेकऐवजी आधुनिक डब्ह रेक सह तसेच सुधारित संरचनेसह कायमस्वरूपी चालविण्याचा निर्णय घेतला आहे. तपशील पुढीलप्रमाणे :

गाडी क्रमांक ११००१/११००२ छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस-बल्लारशाह-छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस एक्सप्रेस. गाडी क्रमांक २२१३७/२२१३८ नागपूर-अहमदाबाद-नागपूर एक्सप्रेस आणि गाडी क्रमांक २२१७५/२२१७६ नागपूर-जयपूर-नागपूर एक्सप्रेस

गाडी क्रमांक ११००१/११००२ छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस-बल्लारशाह-छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस एक्सप्रेसची सुधारित संरचना

१ वातानुकूलित प्रथम २ वातानुकूलित द्वितीय, ७ वातानुकूलित तृतीय, ६ शयनयान, ४ सामान्य द्वितीय श्रेणी, १ जनरेटर कार आणि १ द्वितीय आसन व सामानासह गार्ड ब्रेक व्हॅन. (एकूण १६ एलएचबी डबे).

गाडी क्रमांक २२१३७/२२१३८ नागपूर-अहमदाबाद-नागपूर एक्सप्रेस आणि गाडी क्रमांक २२१७५/२२१७६ नागपूर-जयपूर-नागपूर एक्सप्रेसची सुधारित संरचना

२ वातानुकूलित द्वितीय, ७ वातानुकूलित तृतीय, ६ शयनयान, ४ सामान्य द्वितीय श्रेणी, १ जनरेटर कार आणि १ द्वितीय आसन व सामानासह गार्ड ब्रेक व्हॅन. (एकूण २१ एलएचबी डबे).

सुधारित संरचना या तारखेपासून लागू:

गाडी क्रमांक ११००१ छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस-बल्लारशाह एक्सप्रेस दिनांक १५.०६.२०२६ पासून छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस येथून LHB रेक आणि सुधारित संरचनेसह धावेल.

गाडी क्रमांक ११००२ बल्लारशाह-छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस एक्सप्रेस दिनांक १७.०६.२०२६ पासून बल्लारशाह येथून LHB रेक आणि सुधारित संरचनेसह धावेल.

गाडी क्रमांक २२१३७ नागपूर-अहमदाबाद एक्सप्रेस दिनांक १७.०६.२०२६ पासून नागपूर येथून LHB रेक आणि सुधारित संरचनेसह धावेल.

गाडी क्रमांक २२१३८ अहमदाबाद-नागपूर एक्सप्रेस दिनांक १८.०६.२०२६ पासून अहमदाबाद येथून LHB रेक आणि सुधारित संरचनेसह धावेल.

गाडी क्रमांक २२१७५ नागपूर-जयपूर एक्सप्रेस दिनांक १८.०६.२०२६ पासून नागपूर येथून सुटताना एलएचबी

(LHB) रेक आणि सुधारित संरचनेसह धावेल.

गाडी क्रमांक २२१७६ जयपूर-नागपूर एक्सप्रेस दिनांक १९.०६.२०२६ पासून जयपूर येथून सुटताना एलएचबी (LHB) रेक आणि सुधारित संरचनेसह धावेल.

या गाड्यांच्या सविस्तर वेळा आणि थांब्यांसाठी, कृपया www.enquiry.indianrail.gov.in या संकेतस्थळाला भेट द्या किंवा एनटीईएस (NTES) ॲप डाउनलोड करा.

दयानंद महाविद्यालयात बीसीए, बीबीए तृतीय वर्षाच्या विद्यार्थ्यांचा निरोप समारंभ

लातूर/प्रतिनिधी : दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयात बीसीए,बीबीए तृतीय वर्षाच्या विद्यार्थ्यांसाठी आयोजित करण्यात आलेला निरोप समारंभ अत्यंत उत्साह पूर्ण, भावनिक आणि समस्मरणीय वातावरणात पार पडला. शिक्षणाचा एक महत्त्वाचा टप्पा पूर्ण करून पुढील आयुष्याच्या दिशेने वाटचाल करणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी हा कार्यक्रम आठवणीचा अमूल्य ठेवा ठरला. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉक्टर प्रशांत मानकर होते. कार्यक्रमाचे प्रमुख पाहुणे डॉ.विलास हुंबे (असोसिएट प्रोफेसर सब सेंटर लातूर) हे होते, तसेच बीसीए तृतीय वर्षाचा माजी विद्यार्थी आदित्य गायकवाड (फाउंडर अँड सी ओ वेब वर्क वाला कंपनी) हे होते, दयानंद एज्युकेशन सोसायटी चे ट्रेनिंग अँड प्लेसमेंट ऑफिसर मि.अनिल बिरादार हे होते. निरोप समारंभ अंतर्गत मेस्ट्रो प्रोजेक्ट एक्जीबिशन आणि मेस्ट्रो पोस्टर प्रेसेंटेशन या स्पर्धेमध्ये जे विद्यार्थी प्रथम द्वितीय व तृतीय आले होते त्यांना प्रमुख पाहुण्यांच्या हस्ते बक्षीस देऊन सत्कार करण्यात आला. यावेळी अंतर्गत गुणवत्ता हमी कक्षाचे समन्वयक डॉक्टर बाळासाहेब चव्हाण तसेच बीसीए ,एमसी विभाग प्रमुख डॉ. शशिकांत स्वामी, बीबीए, एमबीए विभागप्रमुख डॉ. वैशाली सातपुते यांची प्रमुख उपस्थिती

लाभली होती. मान्यवरांच्या उपस्थितीमुळे कार्यक्रमाची शोभा अधिकच वाढली. याप्रसंगी विद्यार्थ्यांनी आपल्या मनोगतातून महाविद्यालयातील तीन वर्षाच्या आठवणींना उजाळा दिला. प्राध्यापकाचे मार्गदर्शन मित्र-मैत्रिणींसोबत शिक्षण तसेच महाविद्यालयीन जीवनातील विविध अनुभव यांचा त्यांनी मनापासून उल्लेख केला काही विद्यार्थ्यांनी भावनिक शब्दात कृतज्ञता व्यक्त करताना डोळ्यात पाणी आणले तर काहींनी आनंददायी आठवणी सांगताना वातावरण हलकेफुलके केले. अध्यक्षीय भाषणात प्राचार्य डॉ.प्रशांत मानवीकर यांनी विद्यार्थ्यांना पुढील आयुष्यात प्रामाणिकपणा मेहनत आणि सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवण्याचा सल्ला दिला. महाविद्यालयाने दिलेली शिस्त ज्ञान आणि मुले आयुष्यभर उपयोगी पडतील असे ते म्हणाले. इतर मान्यवरांनी ही विद्यार्थ्यांना उज्वल भविष्यासाठी शुभेच्छा देत आत्मविश्वासाने पुढे जाण्याचे आवाहन केले कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन बीसीए प्रथम वर्षातील विद्यार्थिनी कु.सादिया पठाण व आभार प्रदर्शन कु.ऋतुजा शुक्ला यांनी केले. हा कार्यक्रम यशस्वीरित्या पार पडण्याकरता कम्प्युटर असोसिएशनच्या सर्व विद्यार्थ्यांनी सहकार्य केले.