| लातूर | वर्ष ३५ वे | अंक ४३ वा | बुधवार, दिनांक २९ एप्रिल २०२६ | पृष्ठे ६ | किंमत १ रू. RNI 47034/64

लातूर समाचार

LATUR SAMACHAR

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

Email-dainiklatursamachar@gmail.com

संस्थापक : स्व.शंकर माधव जडे (स्वातंत्र्य सैनिक) कार्यकारी संपादक : शिवाजी दयानंद जडे

भारताने अमेरिकेकडून तेल खरेदी निम्म्यावर आणली!

सौदी, युएईने नवा मार्ग शोधला

नवी दिल्ली/वृत्तसंस्था : इराण आणि इस्रायल-अमेरिका यांच्यातील युद्धामुळे जागतिक राजकारणात मोठी खळबळ माजली आहे. या युद्धामुळे सामरिकदृष्ट्या अत्यंत महत्त्वाचा असलेला होर्मुजचा मार्ग बंद झाल्याने भारतासमोर तेल आणि वायू टंचाईचे मोठे संकट उभे राहिले होते. मात्र, भारताचे जुने मित्र असलेल्या सौदी अरब आणि संयुक्त अरब अमिराती यांनी या संकटावर मात करण्यासाठी नवा मार्ग शोधला आहे, ज्यामुळे भारताचा तेल पुरवठा आता पूर्वपदावर येत आहे.

होर्मुजची सामुद्रधुनी हा आखाती देशांतून तेल बाहेर काढण्याचा मुख्य मार्ग आहे. हा मार्ग बंद झाल्यावर सौदी अरबने आपल्या ईस्ट-वेस्ट पाइपलाइनचा वापर सुरू केला आहे. याद्वारे तेल लाल समुद्रातील 'यनबू टर्मिनल'पर्यंत पोहोचवले जात आहे. दुसरीकडे, UAE ने 'ADCOP पाइपलाइन'द्वारे आपले तेल ओमानच्या आखातातील फुजैरा बंदरात नेले आहे. या दोन्ही पर्यायी मार्गांमुळे भारताला होर्मुजच्या मार्गाशिवाय तेल मिळणे शक्य झाले आहे.

पुरवठ्याची आकडेवारी काय सांगते?

सौदी अरब: एप्रिलमध्ये सौदीकडून दररोज ६.९७ लाख बॅरल तेल मिळाले, जे गेल्या वर्षीच्या सरासरीपेक्षा जास्त आहे.

UAE: युएईकडून होणारा पुरवठा ६.१९ लाख बॅरल प्रतिदिवस झाला आहे, जो मागील ४.३३ लाखांच्या तुलनेत वाढला आहे.

ओमान: ओमानचे तेल होर्मुजमधून येत नसल्याने भारताने तिथूनही खरेदी वाढवली असून ती १.०१ लाख बॅरलवर पोहोचली आहे.

रशिया, इराण आणि वेनेझुएलाची साथ

होर्मुज संकटामुळे इराक, कुवेत आणि कतारकडून होणारा पुरवठा १५ टक्क्यांनी घटला असला तरी, भारताने इतर पर्याय खुले केले आहेत. सात वर्षांनंतर इराणकडून आणि नऊ महिन्यांनंतर वेनेझुएलाकडून पुन्हा तेल आयात सुरू झाली आहे. अमेरिकेने रशियन तेलावरील निर्बंधांमध्ये दिलेली ढील भारतासाठी दिलासादायक ठरली असून, रशियाकडून दररोज १६ लाख बॅरल तेल भारताला मिळत आहे.

अमेरिकेकडून पुरवठ्यातील घसरणीची आकडेवारी

एप्रिलमधील पुरवठा: १.१५ लाख बॅरल प्रतिदिवस.

२०२५-२६ ची सरासरी: ३.१४ लाख बॅरल प्रतिदिवस.

बीडमध्ये धक्कादायक निकाल; मस्साजोग सरपंचपदाच्या निवडणुकीत

संतोष देशमुखांच्या पत्नी पराभूत

बीड/प्रतिनिधी : बीडमध्ये गेल्या दोन महिन्यांपासून चर्चा आहे ती सरपंचपदाच्या निवडणुकीची. बीडच्या मस्साजोग ग्रामपंचायतीचे माजी सरपंच संतोष देशमुख यांचं हत्या प्रकरण राज्यभर चर्चेचा विषय ठरले होते. यावर राजकीय वर्तुळातदेखील मोठ्या प्रमाणावर आरोप-प्रत्यारोप झाल्याचं पाहायला मिळाले. या पार्श्वभूमीवर मस्साजोगमध्ये होणाऱ्या सरपंचपदाच्या निवडणुकीत संतोष देशमुख यांच्या पत्नी अश्विनी देशमुख उतरल्या होत्या. यानंतर निवडणूक बिनविरोध होण्याची मागणी मोठ्या प्रमाणावर केली गेली. पण अखेर ही निवडणूक झाली आणि त्यात अश्विनी देशमुख यांचा पराभव झाला आहे.

संतोष देशमुख यांच्या हत्येच्या पार्श्वभूमीवर होणाऱ्या या निवडणुकीला मोठ्या प्रमाणावर भावनिक स्वरूप आल्याचं पाहायला मिळाले. खुद्द संतोष देशमुख यांची दोन्ही मुले आईचा प्रचार करण्यासाठी मैदानात उतरली होती. त्यामुळे लोकांचा भावनिक पाठिंबा अश्विनी देशमुख यांच्या बाजूने असल्याचे चित्र निर्माण झाले होते. या पार्श्वभूमीवर होणाऱ्या निवडणुकीत अश्विनी देशमुख यांचा विजय निश्चित मानला जात होता. मात्र, त्यांच्या विरोधात निवडणूक लढवणारे स्वरूपानंद देशमुख यांच्या बाजूने मस्साजोगच्या ग्रामस्थांनी आपला कौल दिला असून ते ९२ मतांच्या फरकाने सरपंचपदी निवडून आले आहेत.

मस्साजोग निवडणुकीसाठी ग्रामपंचायतीत एकूण १७४४ मतं जमा झाली होती. त्यापैकी ९१४ मतं स्वरुपानंद देशमुख यांना मिळाली असून अश्विनी देशमुख यांना ८२२ मतं मिळाली आहेत.

गेल्या निवडणुकीत संतोष देशमुख यांच्याकडून स्वरूपानंद देशमुख यांना अवघ्या ९ मतांनी पराभूत व्हावे लागले होते. या निवडणुकीत स्वरूपानंद यांनी उमेदवारी अर्ज मागे घेऊन ही निवडणूक बिनविरोध करावी, अशी मागणी गावातील काही गटांनी केली होती. मात्र, स्वरूपानंद देशमुख यांनी अखेरपर्यंत अर्ज मागे घेतला नाही. परिणामी ही निवडणूक प्रक्रिया पार पडली आणि यात अश्विनी देशमुख यांचा पराभव झाल्याचं स्पष्ट झालं आहे.

कुणी काय आरोप केले हे मला माहिती नाही. मी पहिल्या दिवसापासून सांगत आहे की माझी जनता माझ्यासोबत आहे. आज मतदानरुपी आशीर्वादातून त्यांनी हे सिद्ध केलं आहे. संतोष देशमुख यांना न्याय मिळवून देण्यासाठी मी याआधीही कायम पुढेच होतो आणि सदैव त्यासाठी मी कायम पुढेच राहणार, अशी प्रतिक्रिया विजयानंतर स्वरूपानंद देशमुख यांनी दिली.

दीड वर्षापूर्वी संतोष देशमुख यांची हत्या

९ डिसेंबर २०२४ रोजी मस्साजोगचे तत्कालीन सरपंच संतोष देशमुख यांची निर्घृणपणे हत्या करण्यात आली होती. त्यांच्या हत्या प्रकरणात अनेक राजकीय आरोप-प्रत्यारोपदेखील झाले. यानंतर वाल्मिक कराडसह काही आरोपींना अटकदेखील करण्यात आली. या काळात संतोष देशमुख यांचे बंधू धनंजय देशमुख यांनी सातत्याने प्रसारमाध्यमांच्या माध्यमातून, तसेच सरकार दरबारी केलेल्या अर्ज-विनंत्यांच्या माध्यमातून संतोष देशमुख यांना न्याय मिळावा अशी मागणी जोरकसपणे मांडली होती.

बच्चू कडूंचे विधान परिषदेवर जाण्याचे संकेत:कागदपत्रे बॅगेतच असल्याचे नमूद करत शिवसेनेशी मुद्यांवर युती करण्याची भूमिका

मुंबई/प्रतिनिधी : प्रहार संघटनेचे नेते बच्चू कडू यांनी आपल्या संघटनेची शिवसेनेसोबत होणाऱ्या संभाव्य विलिनीकरणाच्या मुद्यावरील आपली भूमिका स्पष्ट केली आहे. त्यांनी या प्रकरणी मुद्यांवर आधारित शिवसेनेची युती करण्याची तयारी दर्शवली आहे. आम्ही खूप संघर्षातून संघटना उभी केली आहे. त्यामुळे विलिनीकरणाच्या बातम्या पाहून दुःख वाटले. आम्हाला कोणत्याही पक्षाचा पाठिंबा नाही. पाठिंबा देतो म्हटले तरी आम्ही घेत नाही. एवढे आम्ही तटस्थ आहोत, असे ते म्हणालेत. यावेळी त्यांनी कागदपत्रे माझ्या बॅगेतच आहेत, असे सांगत विधान परिषदेवर जाण्याची आपली तयारी असल्याचेही स्पष्ट केले.

माजी मंत्री बच्चू कडू यांचा प्रहार पक्ष शिवसेनेत विलीन होणार असल्याची चर्चा सध्या राजकीय वर्तुळात रंगली आहे. विशेषतः शिवसेनेकडून बच्चू कडू यांना विधान परिषदेची ऑफर देण्यात आल्याचाही दावा केला जात आहे. बच्चू कडू यांनी आज पत्रकारांशी संवाद साधताना या प्रकरणी विस्तृत भाष्य केले. ते म्हणाले, माध्यमांनी सूत्रांचा दाखला देत मी शिवसेनेच्या मदतीने विधानपरिषदेवर जाणार असल्याची बातमी दिली. उद्या विधानपरिषद भेटली, तर ती मीडियाची कृपा आहे असे म्हटल्यास वावगे ठरणार नाही. त्यामुळे मी तुमचे आभार मानतो. दुसरे आभार मानतो मी एकनाथ शिंदेंचे.

प्रभात किरणे

धर्म जातीचा मनी
अति अभिमान
हीन दीन त्व
नजरेत कचऱ्यासमन
आजही अशी कृती
करी बुद्धीहीन
तयाची नको संगती
व्हावे सावधान

इंजि. नागनाथ
कलवले, लातूर
९१-९७६४७ ८८२८८

शेतकऱ्याचा उष्माघाताने मृत्यू

लातूर जिल्ह्यात उन्हाच्या झळांनी घेतला चौथा बळी

निलंगा/आयुब बागवान : उन्हाचा तडाखा रौद्ररूप धारण करत असून, उष्माघाताने आणखी एका शेतकऱ्याचा बळी घेतला आहे. निलंगा तालुक्यातील पानचिंचोली येथे मंगळवारी दुपारी स्वत:च्या शेतात जनावरांसाठी चारा कापत असताना ७५ वर्षीय शेतकऱ्याचा मृत्यू झाला. त्र्यंबक नारायण बेळंबे असे या शेतकऱ्याचे नाव असून, उष्माघाताने झालेला हा जिल्ह्यातील चौथा बळी आहे.

पानचिंचोली येथील त्र्यंबक बेळंबे हे मंगळवारी दुपारच्या सुमारास शेतात जनावरांसाठी चारा कापत होते. यावेळी उन्हाची तीव्रता प्रचंड होती. चारा जनावरांना दिल्यानंतर त्यांनी पाणी पिले आणि त्यांना अचानक चक्कर आली. त्यानंतर ते जमिनीवर कोसळले. नातेवाईकांनी त्यांना तातडीने पानचिंचोली येथील प्राथमिक आरोग्य केंद्रात दाखल केले. मात्र उपचारापूर्वीच मृत्यू झाल्याचे डॉक्टरांनी घोषित केले. उन्हाच्या तीव्रतेमुळे त्यांचा मृत्यू झाल्याचा संशय नातेवाईकांनी व्यक्त केला आहे.

लातूर जिल्ह्यातील मृतांची संख्या चार

लातूर जिल्ह्याचा पारा ४० ते ४१ अंशांवर आहे. वाढत्या तापमानाने आतापर्यंत चार जणांचे बळी घेतले आहेत. औसा तालुक्यातील गोंद्री येथे एका नऊ महिन्यांच्या चिमुरडीचा उष्माघाताने मृत्यू झाला. एरंडीत एका २५ वर्षीय तरुणाचा बळी गेला. औराद शहाजानी (ता. निलंगा) येथेही एका शेतकऱ्याचा मृत्यू झाला. तर मंगळवारी पानचिंचोली (ता. निलंगा) त्र्यंबक बेळंबे यांचा झालेला मृत्यू ही चौथी घटना ठरली आहे. दरम्यान, बेळंबे यांच्या पश्चात पत्नी, दोन मुले, एक मुलगी, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे.

प्रशासनाचे आवाहन

दुपारच्या वेळी घराबाहेर पडणे टाळावे, कष्टाची कामे सकाळी १० वाजेच्या आत आणि सायंकाळी ५.३० वाजेनंतर करावीत, असे आवाहन करण्यात आले आहे. शरीरातील पाण्याचे प्रमाण कमी होऊ देऊ नये, घरामध्ये खेळती हवा राहावी, उन्हात जाणे टाळावे, असे आवाहन जिल्हा प्रशासनाच्या वतीने केले आहे.

चन्नबसवेश्वर फार्मसीत सात दिवसीय स्वसंरक्षण प्रशिक्षण शिबिर

लातूर/प्रतिनिधी : चन्नबसवेश्वर फार्मसी महाविद्यालय (डिग्री), लातूर येथे 'हर घर दुर्गा' अभियानांतर्गत दि. २२/०४/२०२६ ते २८/०४/२०२६ या कालावधीत ७ दिवसीय स्वसंरक्षण प्रशिक्षण शिबिर उत्साहात व यशस्वीरीत्या संपन्न झाले. या शिबिरात महाविद्यालयातील विद्यार्थिनींनी मोठ्या संख्येने सहभाग नोंदवून स्वसंरक्षणाच्या विविध तंत्रांचे प्रशिक्षण घेतले.

या शिबिरासाठी प्रशिक्षक म्हणून तायक्कांदो असोसिएशन, लातूरचे मास्टर नेताजी जाधव, मास्टर धनश्री मदणे आणि मास्टर जान्हवी मदणे यांनी मार्गदर्शन केले. त्यांनी विद्यार्थिनींना दैनंदिन जीवनात उपयोगी पडणाऱ्या स्वसंरक्षणाच्या विविध तंत्रांचे प्रात्यक्षिकांसह प्रशिक्षण दिले. तसेच संकटाच्या प्रसंगी धैर्याने व आत्मविश्वासाने कसे वागावे, याबाबतही मौलिक मार्गदर्शन करण्यात आले.

७ दिवस चाललेल्या या प्रशिक्षण शिबिरामुळे विद्यार्थिनींमध्ये आत्मविश्वास वाढण्यास मदत झाली असून, त्यांच्या शारीरिक व मानसिक सबलीकरणाला चालना मिळाली.

कार्यक्रमाचा समारोप उत्साहपूर्ण वातावरणात करण्यात आला. एकूणच, हे स्वसंरक्षण प्रशिक्षण शिबिर विद्यार्थिनींसाठी अत्यंत उपयुक्त व प्रेरणादायी ठरले.

या कार्यक्रमासाठी प्राचार्य डॉ. विजयेंद्र स्वामी, उपप्राचार्य डॉ. अविनाश टेकाडे, नॅक समन्वयक डॉ. ओमप्रकाश भुसनुरे, आय.क्यू.ए.सी. समन्वयक डॉ. अनंत देशपांडे, डॉ. शिवराज नागोबा, डॉ. विवेक पंचभाई, डॉ. पद्मजा गिराम, डॉ. राम साखरे, डॉ. सुनील हिंडोळे, डॉ. नशीर शेख, कार्यक्रम समन्वयक प्रा. महेश मानके, डॉ. ऐश्वर्या इरल्लापल्ले, प्रा. अमोल नारागुडे, प्रा. अविनाश मठपती, प्रा. भीमाशंकर हुच्चे, शिवहर विभुते, सिद्धेश्वर स्वामी, प्रमोद स्वामी, सर्व शिक्षक व शिक्षकेत्तर कर्मचारी उपस्थित होते.

कुजबुज

-डॉ. संजय जमदाडे

मागणीपेक्षा खत उपलब्धता अधिक -केंद्र

लातूर येथे १ मे रोजी महाराष्ट्र दिनानिमित्त पोलीस मुख्यालय प्रांगणात होणार राष्ट्रध्वज वंदन

लातूर/प्रतिनिधी : महाराष्ट्र राज्याच्या ६७ व्या स्थापना दिनानिमित्त शुक्रवार, १ मे २०२६ रोजी सकाळी ८ वाजता पालकमंत्री शिवेंद्रसिंहराजे भोसले यांच्या हस्ते राष्ट्रध्वज वंदन होणार आहे. या मुख्य शासकीय समारंभाचे आयोजन बाभळगाव रोडवरील पोलीस मुख्यालय प्रांगणावर करण्यात आले आहे.

याप्रसंगी राष्ट्रध्वज वंदन आणि भव्य संचलन (परेड) पार पडणार आहे. या कार्यक्रमाला लातूर जिल्ह्यातील जास्तीत जास्त नागरिकांनी उपस्थित राहण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे. सर्व नागरिकांनी राष्ट्रीय किंवा समारंभीय पोषाख परिधान करावा. तसेच, सर्व निमंत्रितांनी सोहळा सुरू होण्यापूर्वी १५ मिनिटे अगोदर कार्यक्रमस्थळी आसनस्थ व्हावे, असे आवाहनही जिल्हा प्रशासनाकडून करण्यात आले आहे.राष्ट्रध्वज वंदनाचा मुख्य शासकीय समारंभ सकाळी ८ वाजता होईल. या समारंभात सर्वांना सहभागी होता यावे, यासाठी इतर कार्यालये किंवा संस्थांनी १ मे रोजी सकाळी ७.१५ ते ९ या वेळेत राष्ट्रध्वजवंदन किंवा इतर कोणतेही शासकीय समारंभ आयोजित करू नयेत, असे आवाहन करण्यात आले आहे. एखाद्या कार्यालयाला किंवा संस्थेला स्वतंत्रपणे ध्वजवंदनाचा कार्यक्रम आयोजित करायचा असल्यास तो सकाळी ७.१५ पूर्वी किंवा सकाळी ९ नंतर आयोजित करावा.

चिमटा दयाचा

लातूरकरांच्या समस्या मोठ्या नाहीत ! सोडविण्याची प्रामाणिक तयारी नाही!! समस्या नव्याही नाहीत !!!

लातूर जिल्हाधिकारी कार्यालयात 'सेवा हक्क दिन' उत्साहात साजरा

नागरिकांसाठी अद्ययावत 'आदर्श सेतू केंद्रा'चे उद्घाटन

लातूर/प्रतिनिधी : प्रशासकीय कामकाजात पारदर्शकता आणि गतिमानता आणून नागरिकांना विनासायास शासकीय सेवा उपलब्ध करून देण्याच्या उद्देशाने आज लातूर जिल्हाधिकारी कार्यालयात 'सेवा हक्क दिन' विविध उपक्रमांनी उत्साहात साजरा करण्यात आला. या दिनाचे औचित्य साधून जिल्हाधिकारी कार्यालय परिसरात नूतनीकरण करण्यात आलेल्या 'आदर्श सेतू केंद्रा'चे उद्घाटन अपर जिल्हाधिकारी शिल्पा करमरकर यांच्या हस्ते करण्यात आले. हे केंद्र नागरिकांना अधिक जलद आणि सुलभ सेवा देण्यासाठी अद्ययावत तंत्रज्ञानाने सज्ज करण्यात आले असून, उद्घाटनानंतर मान्यवरांच्या हस्ते उपस्थित नागरिकांना विविध शासकीय दाखल्यांचे व प्रमाणपत्रांचे प्रातिनिधिक स्वरूपात वाटप करण्यात आले.

या निमित्ताने आयोजित मुख्य कार्यक्रमात मुंबईतील सह्याद्री अतिथीगृह येथे राज्य मुख्य सचिवांच्या अध्यक्षतेखाली पार पडलेल्या राज्यस्तरीय कार्यक्रमाचे थेट प्रक्षेपण करण्यात आले, ज्यामध्ये जिल्ह्यातील सर्व महसूल अधिकारी व कर्मचारी दूरदृश्य प्रणालीद्वारे सहभागी झाले होते. जिल्हाधिकारी कार्यालयात आयोजित विशेष सभेत उपजिल्हाधिकारी सायली ठाकूर यांनी उपस्थित सर्वांना 'लोकसेवा हक्क हमी'ची शपथ दिली. नागरिकांना तत्पर आणि दर्जेदार सेवा देण्याचा निर्धार यावेळी संपूर्ण प्रशासकीय यंत्रणेने व्यक्त केला. या प्रसंगी निवासी उपजिल्हाधिकारी केशव नेटके, उपजिल्हाधिकारी संगीता टकले यांच्यासह महसूल विभागाचे सर्व अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित होते.

'सेवा हक्क दिना'चा हा उपक्रम केवळ जिल्हा मुख्यालयापुरता मर्यादित न राहता, लातूर जिल्ह्यातील सर्व ५ उपविभागीय अधिकारी कार्यालये आणि १० तहसील कार्यालयांमध्येही एकाच वेळी प्रभावीपणे

राबविण्यात आला. सर्व कार्यालयांमध्ये अधिकारी व कर्मचाऱ्यांनी सेवा हमीची शपथ घेऊन नागरिकांना त्यांच्या हक्काच्या सेवा वेळेत पुरवण्याबाबत कटिबद्धता दर्शवली.

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 राजेखॉं, 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 गळ्यातली दोरी: दुर्लक्षाचा जीवघेणा परिणाम

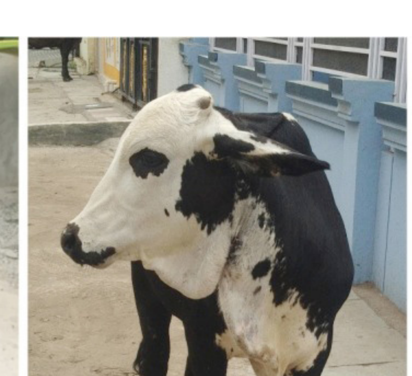
शहरांच्या रस्त्यांवर भटकणाऱ्या गायी-वासरांचे दृश्य आपल्यासाठी सामान्य आहे. मात्र या दृश्यामागे एक गंभीर, पण अनेकदा दुर्लक्षित समस्या दडलेली आहे ती म्हणजे गळ्याभोवती घट्ट बांधलेली दोरी.

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 गळयाभोवती 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. गळयाभोवती 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 प्रश्र्न 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, गळयातील 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 परिणाम ींकरिता निमयित 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.

०००००००००००००००००००००००००

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.

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.

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.

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 डब्ब्ह 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.

प्रो. जडे यांचे रबरी शिक्के
कॉम्प्युटर नॉयलॉन रबर असलेले
टिकाऊ रबरी शिक्के
तयार करून मिळतील.
शाखा १.
जडे-भारत प्रिंटींग प्रेस, मेनरोड, लातूर
शाखा २.
जडेऑफसेट प्रिंटर्स, मित्र नगर, लातूर
संपर्क: (०२३८२) २४२६०८,२४५४०९

वाढदिवस 'सहकार महर्षींचा' अन् भेट ज्ञानाची

रेणाचे संचालक धनराज देशमुख यांच्याकडून जिल्हा परिषदेच्या शाळेला संगणक संच भेट

लातूर/हरीराम कुलकर्णी : सहकार क्षेत्रातील उत्तुंग व्यक्तिमत्व, राज्याचे माजी मंत्री सहकार महर्षी आदरणीय दिलीपरावजी देशमुख साहेब यांच्या वाढदिवसाचे औचित्य साधून रेणापुर तालुक्यातील मुरडव येथे कौतुकास्पद उपक्रम राबविण्यात आला. रेना सहकारी साखर कारखान्याचे संचालक धनराज देशमुख यांच्यावतीने जिल्हा परिषद प्राथमिक प्रशाळेच्या विद्यार्थ्यांना 'संगणक संच' भेट देण्यात आला. डिजिटल युगाकडे झेपावणारी ग्रामीण पावले! आजचे युग हे माहिती तंत्रज्ञानाचे युग आहे ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांनी केवळ पुस्तकी ज्ञानात अडकून न राहता, संगणकीय ज्ञानामध्येही पारंगत व्हावे, हा या उपक्रमामागचा मुख्य उद्देश आहे. या संगणक संचामुळे शाळेतील विद्यार्थ्यांच्या गुणवत्तेत नक्कीच भर पडणार असून, भविष्यात हे विद्यार्थी तंत्रज्ञानावर आपली मजबूत कमांड मिळवतील आणि सुशिक्षित होतील, असा विश्वास यावेळी व्यक्त करण्यात आला.

यावेळी कार्यक्रमाचे अध्यक्ष म्हणून सुभाष चव्हाण प्रमुख पाहुणे म्हणून विलास भोसले,सेवा सहकारी सोसायटीचे चेअरमन रवींद्र देशमुख गावचे उपसरपंच आकाश चव्हाण ग्रामपंचायत सदस्य गोविंद वीर, मधुकर जाधव, सचिन जाधव तुकाराम जाधव, विठ्ठल जटाळ ब्रह्मदास वीर,राजेंद्र गिरी,परमेश्वर अहिववाड,दादाराव देशमुख जिल्हा परिषद शाळेचे मुख्याध्यापक माने सर, जिल्हा परिषद शाळेचे केंद्रप्रमुख टेकाळे सर मंचक राऊतराव,अतुल गोकळे,अमोल गोडभरले,बाळासाहेब टमके व गावातील इतर प्रतिष्ठित नागरिक आणि मान्यवर मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

विद्यार्थी शिक्षक गहिवरले

संगणकामुळे विद्यार्थ्यांना आधुनिक जगाशी जोडले जाण्याची संधी मिळेल. कौशल्य विकासाला मोठीं मदत होईल शालेय जीवनापासूनच संगणकाची ओळख झाल्यामुळे विद्यार्थ्यांचा आत्मविश्वास वाढेल. आदरणीय दिलीपराव देशमुख यांनी ग्रामीण भागात मोठ्या प्रमाणावर उस उद्योग काढले त्यामुळे शेती सुधारली उत्पन्न वाढले पडकी घरे पक्की झाली मुल उच्च शिक्षित झाले यामागे साहेबांच्या विचारांचा वारसा व जनसेवेचा वसा जपत शिक्षणासाठी दिलेले हे योगदान खऱ्या अर्थाने साहेबांच्या वाढदिवसाची मोठी भेट ठरली आहे. ग्रामीण भागातील प्रत्येक विद्यार्थी डिजिटल साक्षर व्हावा अशी ग्रामस्थांनी बोलून दाखवले.

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर स्वाधार योजनेच्या प्रलंबित अर्जांची त्रुटीपूर्तता १० मे पूर्वी करण्याचे आवाहन

लातूर/प्रतिनिधी : सामाजिक न्याय व विशेष सहाय्य विभागामार्फत अनुसूचित जाती व नवबौद्ध समाजाच्या विद्यार्थ्यांसाठी २०१७ पासून राबविण्यात येणाऱ्या डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर स्वाधार योजनेत २६ डिसेंबर २०२६ च्या शासन निर्णयान्वये सुधारणा करण्यात आल्या असून, या सुधारित मार्गदर्शक सूचनांनुसार पात्र लाभार्थ्यांच्या अर्जांची छाननी प्रक्रिया सुरू आहे. या प्रक्रियेअंतर्गत लातूर कार्यालयाच्या लॉगिनवरून ६८१ विद्यार्थ्यांचे अर्ज त्रुटीपूर्ततेसाठी पुन्हा विद्यार्थ्यांच्या लॉगिनवर (सेंट बॅक) पाठविण्यात आले आहेत. या संदर्भात संबंधित विद्यार्थ्यांना वेळोवेळी दूरध्वनीद्वारे संदेश पाठवून व थेट संपर्क साधून त्रुटी दूर करण्याबाबत सूचित करण्यात आले असून, २८ एप्रिल २०२६ रोजी देखील पुन्हा एकदा संदेश पाठवण्यात आला आहे. हे अर्ज विद्यार्थ्यांच्या स्तरावर प्रलंबित असल्याने त्यावर कार्यालयीन स्तरावरून कार्यवाही करणे शक्य नाही, त्यामुळे या अर्जांची सर्वस्वी जबाबदारी संबंधित विद्यार्थ्यांची आहे. तरी ज्या विद्यार्थ्यांचे अर्ज 'सेंट बॅक' करण्यात आले आहेत, त्यांनी स्वतःच्या लॉगिनवर जाऊन आवश्यक त्या त्रुटींची पूर्तता करावी आणि आपले ऑनलाईन अर्ज १० मे २०२६ पूर्वी कार्यालयाकडे सादर करावेत, असे आवाहन लातूरचे समाज कल्याण सहाय्यक आयुक्त यादव गायकवाड यांनी प्रसिद्धी पत्रकाद्वारे केले आहे.

माजी मंत्री, आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी लातूर शहरातील कल्याण ज्वेलर्सला दिली सदिच्छा भेट

लातूर/प्रतिनिधी : राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण सांस्कृतिक कार्यमंत्री व लातूर जिल्ह्याचे माजी पालकमंत्री तथा महाराष्ट्र विधिमंडळ काँग्रेस पक्षाचे मुख्य प्रतोद आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी मंगळवार दि. २८ एप्रिल २६ रोजी सकाळी लातूर शहरातील लोकमान्य टिळक चौकातील अजयसिंह राजपूत व विक्रमसिंह सौदागर यांच्या कल्याण ज्वेलर्सला सदिच्छा भेट देऊन पाहणी केली

यावेळी लातूर शहर महानगरपालिकेचे उपमहापौर एडवोकेट स्नेहल उटगे, गटनेते विजयकुमार साबदे, लातूर कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे उपसभापती सुनील पडिले, ट्वेंटीवन शुगरचे व्हाईस चेअरमन विजय देशमुख, परिवहन समितीचे सभापती फैसलखान कायमखानी, अमर राजपूत सीए श्याम धुत, सीए अशोक धुत, डॉक्टर दीपक गुगळे, विष्णूदास धायगुडे, व्यंकटेश पुरी, इसरार सगरे, रवींद्र काळे, एकनाथ पाटील, धनराज बजाज, गिरीश ब्याळे, प्राध्यापक बसवराज धरणे, पांडुरंग किसवे, सत्यवान कांबळे, सुनील बसपुरे, सतीश हलवाई, आदिसह काँग्रेस पक्षाचे विविध पदाधिकारी राजपूत व सौदागर कुटुंबीय मित्रपरिवार उपस्थित होते.

माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख म्हणाले की, लातूरमध्ये कल्याण ज्वेलर्स सारखी नामांकित व्यवस्था सुरू झालेली आहे. आपण सर्वजण लातूरचे भूमिपुत्र आहोत या भूमीत प्रगती होते तेव्हा आपणाला आनंद होतो मला आज राजपूत सरांची आठवण होते, देशमुख व राजपूत कुटुंबीयांचे नाते हे पिढ्यानपिढ्याचे आहे. लातूरमध्ये लातूरपण आपण सर्वांनी जपल

आहे येणाऱ्या काळात लातूरचा अधिक विस्तार होईल, लातूरकर गुण्या गोविंदाने नांदतात हीच लातूरची संस्कृती आहे, लातूरमध्ये व्यवसाय करायला पोषक वातावरण आहे, असे त्यांनी यावेळी बोलतांना सांगितले.

माझं गाव आरोग्यसंपन्न गाव अभियाना अंतर्गत आनंदवाडी येथे टिबी मुक्त भारत अभियान व छातीचे एक्स-रे कॅम्प संपन्न

नळेगाव/अजगर मजकुरी : माझं गाव आरोग्यसंपन्न गाव या अभियाना अंतर्गत ग्रामपंचायत कार्यालय आनंदवाडी येथे टिबी मुक्त भारत अभियान -२ व छातिचे एक्स रे काढण्यात आले. हे अभियान तालूक्याचे कर्तव्यदक्ष तालुका आरोग्य अधिकारी डॉ. नारायण देशमुख यांच्या मार्गदर्शनाखाली व प्राथमिक आरोग्य केंद्र येरोळ उपकेंद्र शिरूर अनंतपाळ अंतर्गत ग्रामपंचायत च्या पुढाकाराने हे अभियान यशस्वी करण्यात आले.

या अभियानात गावातील महिला पूरूष असे एकूण १०५ गावातील नागरिकांची तपासणी करण्यात आली. या अभियानात डॉ. संजय गिराम (एक्स किरण) वैद्यकीय अधिकारी यांनी टिबी व एक्स रे संदर्भात मार्गदर्शन केले. या अभियानाला आनंदवाडी चे सुप्रसिद्ध सर्जन डॉ. हरिश्चंद्र वंगे यांनी भेट दिली.व मोलाचे मार्गदर्शन केले. डॉ. गिराम साहेबां सोबत योगेश खुळे,(आरोग्य सेवक) अविनाश डुकरे, (एक्सरे परिवेक्षक), वर्षाताई सगर (आरोग्य सेविका), मनिषा मुसळंबे आशा सुपरवाईजर हे होते.

हा कार्यक्रम आनंदवाडी चे सरपंच तथा शिवसेनेचे तालुकाप्रमुख भागवत वंगे यांच्या पूढाकाराने हा कार्यक्रम संपन्न झाला. या कार्यक्रमाला उपस्थित उपसरपंच व्यंकट कल्ले, ग्रा. सदस्य ज्ञानोबा शेळके, आशा कार्यकर्ती अनूसया पेद्देवाड, अनूसया शिरूरे बचत गट प्रमुख, सेवक रंजित मरे, आदी गावातील नागरिक महिला उपस्थित होते.

३ मे रोजी अखिल महाराष्ट्र जनरल कामगार संघटनेचा कामगार मेळावा

लातूर/प्रतिनिधी : जागतिक कामगार दिनाचे औचित्या साधून अखिल महाराष्ट्र जनरल कामगार संघटनेच्यावतीने ३ मे रोजी सकाळी ११ वाजता लातूर येथील दयानंद कॉलेज सभागृहात लातूर जिल्ह्यातील कामगारांचा मेळावा आयोजित करण्यात आला आहे.

या मेळाव्यात केंद्र सरकारने २९ कामगार कायदे रद्द करून नवीन चार कायदे केले आहेत. या कायद्याचे कामगारांवर काय विपरीत परिणाम होणार आहे. केंद्र व राज्य सरकारची कामगार विषयक भूमिका, जिल्हा व राज्य पातळीवरील कामगारांच्या प्रश्नांची चर्चा करून ठराव करण्यात येणार आहेत. या मेळाव्याला मार्गदर्शन करण्यासाठी केरळचे माजी सनदी अधिकारी कन्नन गोपीनाथन, महाराष्ट्र प्रदेश असंघटित कामगार कर्मचारी काँग्रेसचे अध्यक्ष तथा पुणे मनपाचे नगरसेवक सुनील शिंदे, महाराष्ट्र काँग्रेसचे प्रवक्ते हनुमंत पवार, अखिल महाराष्ट्र जनरल कामगार संघटनेचे संस्थापक अध्यक्ष राजकुमार होळीकर यांचे प्रमुख मार्गदर्शन लाभणार आहे. अखिल महाराष्ट्र जनरल कामगार संघटनेच्या राज्य कार्यकारिणी सदस्य मंगलताई शिंदे यांच्या अध्यक्तेखाली हा मेळावा सपन्न होणार आहे. तर भटक्या वि. विमुक्तांचे नेते प्रा. सुधीर अनवले, बसवंतअप्पा उबाळे, इंजि. शेख शफी बाशासाब आदींची प्रमुख उपस्थिती राहणार आहे.

या कामगार मेळाव्यास लातूर जिल्ह्यातील विविध उद्योग धंद्यातील कामगार, कर्मचारी, बांधकाम कामगार, माथाडी कामगार, खाजगी सुरक्षा रक्षक, ऊसतोड कामगार, घरेलू कामगार, कंत्राटी घंटागडी कामगार अशा सर्व कामगारांनी मेळाव्यास उपस्थित राहावे, असे आवाहन अखिल महाराष्ट्र जनरल कामगार संघटनेने केले आहे.

टोनर रिफिलिंग
फक्त ₹ ३००/-
मास्टरप्लेट
ट्रेसिंग क्वालिटी
संपर्क
8600025070
9028376965
प्रिंटर्स पॅराडाईस
प्रिंटर रिपेअरिंग
कॉम्पॅटिबल कार्ट्रिजेस
टोनर रिफिलिंग

संबळ ..

मदत दिली भरगच्च
वाजवत बसा संबळ
दमछाक मात्र उडते
पुरावे पुरवता सबळ

डिंढोरे पिटून सांगावे
कानसेन अति दुर्बळ
आम्ही खरे कर्णराज
गुलाल सर्वत्र उधळ

आधीचं जनता त्रासे
सातत्ये चक्री वादळ
केवळ रौरव चालला
खडकालाटा आदळं

पाहून असा जल्लोष
सहजते पडली भुरळ
कुणाला कधी दिलेत
शिध्यांचेपुडके विरळ

खरे स्वयंसेवक भिन्न
आतूनवाटे कळकळ
कार्यरत मदतकार्यांत
निष्ठेचीलोक तळमळ

वरतून मदत भरगच्च
पांढरेआपलेचं उखळ
आश्वासने देऊ केवळ
आनंदनाही रे निखळ

– हेमंत मुसरीफ पुणे.
९७३०३०६९९६

माजी मंत्री आमदार अमित देशमुख यांनी बाभळगाव निवासस्थानी विविध संस्थाचे पदाधिकारी, नागरिकांशी साधला संवाद

लातूर/प्रतिनिधी : राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण व सांस्कृतिक कार्यमंत्री तथा लातूर जिल्ह्याचे माजी पालकमंत्री, महाराष्ट्र विधिमंडळ काँग्रेस पक्षाचे मुख्य प्रतोद, आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी मंगळवार दि. २८ एप्रिल २६ रोजी सकाळी बाभळगाव निवासस्थानी लातूर शहरासह जिल्हाभरातून आलेल्या विविध संस्था पदाधिकारी, काँग्रेस पक्षाचे पदाधिकारी नागरिक यांच्याशी संवाद साधला. तसेच त्यांच्या अडीअडचणी, समस्या जाणून घेऊन त्यांची निवेदने व निमंत्रनाचा स्वीकार करीत पुढील आवश्यक कार्यवाहीसाठी संबंधितांना सूचना केल्या.

यावेळी लातूर कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे सभापती जगदीश बावणे, लातूर जिल्हा काँग्रेस कमिटीचे माजी अध्यक्ष श्रीशेल उटगे, लातूर शहर महानगरपालिका स्थायी समितीचे सभापती सचिन बंडापल्ले,विलास को-ऑपरेटिव बँक व्हाईस.चेअरमन समद पटेल, ट्वेंटीवन शुगरचे व्हाईस.चेअरमन विजय देशमुख, माजी महापौर दीपक सुळ, उत्तर नांदेड जिल्हा काँग्रेस कमिटीचे अध्यक्ष राजेश पावडे,रेणा सहकारी साखर कारखान्याचे व्हाईस. चेअरमन प्रवीण पाटील,पत्रकार बशीर शेख, पृथ्वीराज गोरे, राजेसाहेब सवई, उमेश बेद्रे, बादल शेख, विष्णूदास धायगुडे, अरफ़ात खान, भालचंद्र येडवे, रफिक पटेल, वेंकटेश पुरी, इसरार सगरे, अशोकराव सूर्यवंशी, नागनाथ साळुंके, अमर खानापुरे, प्रल्हाद जाधव, हूकुमचंद कलंत्री, ईश्वरप्रसाद डागा, रवींद्र काळे, कैलास कांबळे, दर्शन डागा, चंद्रकांत पाटील, प्रा. सुधीर अनवले, बालाप्रसाद बिदादा, तुळशीराम गंभीरे, नारायण कांबळे, गोविंद देशमुख, संजय माने, रमेश सूर्यवंशी, राजाभाऊ मालपानी, संजय केंद्रे, दिनकर मोरे, सुरेश धानुरे, बी.एम घोलप, प्रकाश मिरगे, गोविंद बोराडे, संभाजी सूळ, शिवाजी कांबळे, अफजल कुरेशी, श्रीकांत माने, योगिता जाधव, सचिन बालकुंदे, अमीत जाधव, राजकुमार कत्ते, डॉ.दिग्विजय शिंदे, डॉ.बालाजी साळुंखे, धनंजय देशमुख, डॉ.विकास पाटील, हरिश्चंद्र देशमुख, नितीन चौधरी, वनिताताई काळे, पद्माकर वाघमारे, संदीपान माने, प्रवीण माने, आकाश माने, दिलीप कोयले, महेश इंगळे, श्रीराम देशमुख, अनंत कोद्रे, संजय माळी, शरद गोडसे, दत्तात्रय वाघमारे, महेश मुळे, चंद्रकांत माने, शिवराज पांचाळ आदिसह काँग्रेस पक्षाचे विविध पदाधिकारी, कार्यकर्ते,नागरिक उपस्थित होते.

निलंगा शहरातील एलआयसी विमा भरण्याचे केंद्र
सितारी विमा सेवा केंद्र
दु.नं.२३, इदगाह कॉम्प्लेक्स, जनता दवाखान्यासमोर शिवाजी चौक, निलंगा.
वेळ सकाळी ९ ते सायं. ९ पर्यंत
जमीरोद्दीन सितारी
चेअरमन क्लक मेंबर CLIA
एजंट भरती चालू आहे.
संपर्क
Off: (02384) 242224,
9422612239,
9422658396

Printed and Published by Dayanand Shankar Jade on behalf of Latur Samachar and Printed at Jade Offset Printers Mitra Nagar Latur and Published at Mitra Nagar Latur.
Editor: Dayanand Shankar Jade Mo. 9422472502, RNI 47034/64, POSTAL NO. L2/RNP/OMD 52/24-26
हे पत्रक मुद्रक,प्रकाशक व मालक दयानंद शंकर जडे, यांनी जडे ऑफसेट प्रिंटर्स, मित्रनगर, लातूर (महाराष्ट्र) येथे छापून येथेच प्रकाशित केले आहे. मुख्यसंपादकः दयानंद शंकर जडे मो. ९४२२४७२५०२ आरएनआय ४७०३४/६४, पोस्टल क्र. एल२/आरएनपी/ओएमडी-५२/२४-२६