

लातूर सामाचार

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

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

Latour Samachar
Email-dainiklatoursamachar@gmail.com

शिवराज्याभिषेक सोहळ्यासाठी किल्ले रायगडावर शिवभक्तांचा महासागर उसळला

दुर्गराज रायगडचे संपूर्ण संवर्धन झाल्याशिवाय रायगड सोडणार नाही; युवराज संभाजीराजे छत्रपती

हिंदवी स्वराज्याची राजधानी असणाऱ्या दुर्गराज रायगडाच्या संवर्धनाची जबाबदारी आपण संपूर्णपणे पूर्ण केल्याशिवाय रायगड सोडणार नाही अशा आक्रमक भाषेत युवराज संभाजी राजे छत्रपती यांनी सरकारला इशारा दिला आहे. कितीही प्रतिकूल परिस्थिती आली तरीही दुर्गराज रायगडाच्या संवर्धनासाठी आपण कटिबद्ध असल्याची ग्वाही दिली. हिंदवी स्वराज्य संस्थापक छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या ३५३ व्या श्री शिवराज्याभिषेक सोहळ्यासाठी आज किल्ले रायगडावर पाच लाखपेक्षा जास्त शिवभक्त ऊन व पाण्याची चिंता न करता उपस्थित होते. या हजारो शिवभक्तांना राजसत्रेवरून युवराज संभाजी राजे छत्रपती यांनी मार्गदर्शन केले. ज्या परिस्थितीमध्ये आपण गेल्या तीन दिवसापासून किल्ले रायगडावर राहत आहात त्याबद्दल आपले अभिनंदन करतानाच पुढील वर्षी यामध्ये अमुलाख बदल झालेला आपल्याला दिसून येईल अशी हमी देखील त्यांनी दिली. २००७ पासून किल्ले रायगडावर श्री शिवराज्याभिषेक सोहळा सुरू केल्याची आठवण देऊन मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्याकडून आपण रायगड प्राधिकरणाची स्थापना याच ठिकाणी घोषित करण्यास भाग पाडले होते हे निदर्शनास आणले. रायगड प्राधिकरणाच्या कामाकरिता ६०६ कोटी रुपयांचा निधी शासनाने मंजूर केला आहे. परंतु हा निधी रायगड प्राधिकरणाकडे येत नसून जिल्हाधिकार्यामार्फत संबंधित यंत्रणेकडे दिला जातो असे त्यांनी स्पष्ट केले.

महाड/प्रतिनिधी : छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या शिवराज्याभिषेक सोहळ्यानिमित्त किल्ले रायगडावर शिवभक्तांचा अभूतपूर्व महासागर उसळला आहे. किल्ले रायगडावर छत्रपती संभाजी राजे, युवराज कुमार शहाजी राजे, रोहित पवार, अनिकेत तटकरे यांच्यासह मान्यवर शिवभक्त उपस्थित होते. देशाच्या कानाकोपऱ्यातून, दऱ्याखोऱ्यातून लाखो शिवभक्त रायगडावर दाखल झाले आहेत. गडावर एकच धून ६ जून ६ जून सह छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या जयघोषाने गडावरचे वातावरण शिवमय झाले आहे. अंगावर रोमांच उभ्या करणाऱ्या या अथांग गर्दीमुळे रायगडावरील प्रत्येक कडा भगव्या रंगात न्हाऊन निघाला आहे. 'जय भवानी, जय शिवाजी'च्या गगनभेदी घोषणांनी संपूर्ण परिसर दुमदुमून गेला असून शिवभक्तांचा उत्साह गगनात मावेनासा झाला आहे.



शिवभक्तांच्या जनसागराचा लोट ४ जून पासून सुरू झाला असून ५ च्या रात्री गडाच्या पायरी वाटेवर गर्दी पहावयास मिळाली. किल्ले रायगडावर ६ जून २०२६ रोजी ३५३ वा शिवराज्याभिषेक सोहळा मोठ्या दिमाखात साजरा झाला. शिवराज्याभिषेक सोहळ्याला लाखोंच्या संख्येने शिवभक्त याच्या सुरक्षेसाठी

गडावर व पाचाड सह पार्कग व्यवस्थे ठिकाणी कडेकोट पोलिस बंदोबस्त देवण्यात आला आहे. जवळपास ११९८ पोलीस कर्मचारी, १५० पोलीस अधिकारी, ३ आरसीपी, एक एसआरपी टीम, ड्रोन कंट्रोल टीम यासह अन्य अधिकारी वर्ग शिवभक्तांच्या सुरक्षिततेसाठी तैनात असणार आहेत.



दुचाकी व मालवाहू वाहन चोरी प्रकरणातील एकाला अटक



लातूर/प्रतिनिधी : लातूर जिल्ह्यात तांबे यांच्या आदेशान्वये, अपर पोलीस अधीक्षक श्री बाहन चोरीच्या घटनांवर प्रभावी नियंत्रण मिळविण्यासाठी पोलीस अधीक्षक लातूर अमोल मंगेश चव्हाण यांच्या मार्गदर्शनाखाली स्थानिक गुन्हे शाखेकडून सातत्याने मोहीम राबविण्यात येत आहे.

त्याच अनुषंगाने स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने केलेल्या कारवाईत वाहन चोरीच्या दोन गुन्ह्यांतील एकाला अटक करून एकूण १ लाख २० हजार रुपयांचा चोरीचा मुद्दामाल हस्तगत करण्यात यश मिळविले आहे. दिनांक ०४ जून २०२६ रोजी स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोलीस निरीक्षक श्री. सुधाकर बावकर यांच्या नेतृत्वात पथकाकडून वाहन चोरीच्या गुन्ह्यांचा तपास सुरू असताना माहितीदारामार्फत कातपूर रोडवर एक सशयित इसम टाटा एसीई एक्सएल मालवाहू वाहनासह थांबलेला असल्याची माहिती प्राप्त झाली. माहितीची खातरजमा करून संबंधित ठिकाणी छापा टाकण्यात आला. तेथे एक इसम टाटा कंपनीचे मालवाहू घेऊन संशयास्पदरीत्या उभा असल्याचे आढळून आले. त्यास ताब्यात घेऊन चौकशी केली असता त्याने आपले नाव अकबर सत्तार शेख (वय ३० वर्षे, रा. आष्टा, ता. चाकूर, जि. लातूर) असे सांगितले.

सदर वाहनाची तपासणी केली असता वाहनामध्ये नंबर प्लेट नसलेली काळ्या रंगाची हिरो स्प्लेंडर मोटारसायकल आढळून आली. त्याच्याकडे सखोल चौकशी केली असता त्याने संबंधित मोटारसायकल ही लातूर शहरातील संजयनगर परिसरातून तर लालवाहू वाहन हे किल्लारी परिसरातून चोरी केल्याची कबुली दिली. त्यानंतर लातूर जिल्ह्यातील विविध पोलीस ठाण्यांच्या अभिलेखांची पडताळणी केली असता मोटारसायकल चोरीप्रकरणी पोलीस ठाणे विवेकानंद चौक, लातूर येथे गुरनं. ४०९/२०२६ कलम ३०३(२) भारतीय न्याय संहिता अन्वये गुन्हा दाखल असल्याचे तसेच मालवाहू वाहन चोरीप्रकरणी पोलीस ठाणे किल्लारी येथे गुरनं. १७६/२०२६ कलम ३०३(२) भारतीय न्याय संहिता अन्वये गुन्हा दाखल असल्याचे निष्पन्न झाले. सदर कारवाईत हिरो स्प्लेंडर मोटारसायकल

(काळ्या रंगाची) - किंमत अंदाजे ४०,०००/- मालवाहू वाहन - किंमत अंदाजे ८०,०००/-असा एकूण १,२०,०००/- (एक लाख वीस हजार रुपये) किंमतीचा चोरीचा मुद्दामाल जप्त करण्यात आला. अकबर सत्तार शेख यास ताब्यात घेऊन पुढील कायदेशीर कारवाईसाठी पोलीस ठाणे विवेकानंद चौक, लातूर येथे हजर करण्यात आले आहे. तसेच चोरीच्या इतर गुन्ह्यांबाबत त्याच्याकडे अधिक तपास सुरू असून अकबर शेख पोलीस ठाणे किल्लारी येथील एका गुन्ह्यामध्ये पाहिजे आरोपी आहे. ही उल्लेखनीय कारवाई वरिष्ठांचे मार्गदर्शनात पोलीस निरीक्षक श्री. सुधाकर बावकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली पथकामधील पोलीस उपनिरीक्षक राजेश घाडगे, पोपपनि अमर केंद्रे, सफी सर्वेराव जगताप, प्रदीप स्वामी, मोहन सुरवसे,राजेश कंचे, सिद्धेश्वर मदन, जमीर शेख, राहुल कांबळे, गोविंद भोसले यांनी पार पाडली.

प्रभात किरणे

बालपण नर्सरीत करपले तरुणपण शिक्षणात हरपले संसार ओझ्यात स्वप्न जळाले जीवन जगायचे राहून गेले -इंजि. नागनाथ कलवल्ले
लातूर ९७६४७ ८८२८८

कुजबुज

-डॉ. संजय जमदाडे



राज्यात मराठा समाजाला ओबीसी प्रमाणे सवलती लागू..



चिमटा दयाचा काही कार्यालये बदनाम आहेत!

मात्र पवित्र असल्याचे सांगत आहेत!!

यावरून चर्चेचा विषय व

करमणुक होत आहे!!!

आर्ट ऑफ लिव्हिंग पावसाळ्यात साडेतीन लाख झाडे लावणार: आखरवाईत उपक्रमाची सुरुवात



लातूर/प्रतिनिधी: वृक्ष लागवडीचे महत्त्व लक्षात घेऊन आर्ट ऑफ लिव्हिंग च्यावतीने यंदाच्या पावसाळ्यात साडेतीन लाख वृक्ष लागवडीचा उपक्रम हाती घेण्यात

आला आहे. लातूरसह मराठवाड्यातील चार जिल्ह्यात हा उपक्रम राबविण्यात येणार आहे. लातूर तालुक्यातील आखरवाई येथे आज जागतिक पर्यावरण दिनानिमित्त प्रातिनिधिक

स्वरूपात वृक्ष लागवड करून या उपक्रमाची सुरुवात करण्यात आली आहे. यावेळी लातूर शहरातील अंकुर बालविकास केंद्राच्या विद्यार्थ्यांच्या हस्ते प्रातिनिधी स्वरूपात

वृक्षारोपण करण्यात आले.

मराठवाड्यातील वनक्षेत्राचे घटते प्रमाण लक्षात घेऊन आर्ट ऑफ लिव्हिंगच्या वतीने "मिशन ग्रीन अर्थ ट्री प्लॅनिटेशन इन मराठवाडा " हा उपक्रम हाती घेण्यात आला आहे. या उपक्रमांतर्गत यावर्षीच्या पावसाळ्यात लातूरसह धाराशिव, बीड आणि जालना जिल्ह्यात जवळपास साडेतीन लाख वृक्षांची लागवड करण्यात येणार आहे. यात लातूर जिल्ह्यात दीड लाख तर उर्वरित तीन जिल्ह्यात दोन लाख वृक्ष लागवण्यात येणार आहेत. फळझाडांसह शतायुषी आणि औषधी वनस्पतींचा यात समावेश असणार आहे.

जागतिक पर्यावरण दिनानिमित्त शुक्रवारी (दि. ०५) लातूर तालुक्यातील आखरवाई शिवारातील वनविभागाच्या जागेत प्रातिनिधिक स्वरूपात १०० वृक्षांची लागवड करून या उपक्रमास सुरुवात करण्यात आली. लातूर

शहरातील अंकुर बाल विकास केंद्राच्या विद्यार्थ्यांच्या हस्ते यावेळी वृक्षारोपण करण्यात आले. या उपक्रमात विद्यार्थ्यांनी मोठ्या उत्साहाने सहभाग नोंदविला.

यावेळी अंकुर केंद्राचे अध्यक्ष व्यंकटेश दापेगावकर, आर्ट ऑफ लिव्हिंगचे प्रशिक्षक संजय गायकवाड रोहित सरवदे, शंतनु बुधोडकर, आदी उपस्थित होते.

४ जिल्ह्यात करण्यात येणार वृक्षलागवड लातूरसह धाराशिव बीड आणि जालना जिल्ह्यातील वन विभागाच्या एकूण चारशे एकर परिसराची निवड करण्यात आली आहे. या चारशे एकर जागेत ही वृक्षलागवड करण्यात येणार आहे. वृक्ष लागवडीनंतर पुढील तीन वर्षे या वृक्षांचे संगोपन आर्ट ऑफ लिव्हिंगच्या वतीने करण्यात येणार असल्याची माहिती आर्ट ऑफ लिव्हिंगच्या सामाजिक प्रकल्पाचे संचालक महादेव गोमारे यांनी दिली आहे.

वलांडी बस स्थानकात धारदार शस्त्रासह तिघे जेरबंद

लातूर/प्रतिनिधी:वलांडी येथील नागरिकांनी दाखविलेल्या सतर्कतेमुळे वलांडी बसस्थानक परिसरात घडू शकणारा संभाव्य अनर्थ टळला असून, देवणी पोलिसांनी संशयास्पद हालचाली करणाऱ्या चोऱ्यांच्या टोळीविरुद्ध कारवाई करत धारदार शस्त्र, कार आणि मोबाईल असा एकूण ८ लाख २३ हजार ३०० रुपयांचा मुद्दामाल जप्त केला आहे. या कारवाईत तिघांना अटक करण्यात आली असून एक आरोपी फरार आहे.

पोलीस अधीक्षक अमोल तांबे, अप्पर पोलीस अधीक्षक मंगेश चव्हाण आणि विभागीय पोलीस अधिकारी विशाल तुमे यांच्या मार्गदर्शनाखाली जिल्ह्यात लागू असलेल्या शस्त्रबंदी आणि जमावबंदी आदेशाची अंमलबजावणी सुरू असताना ही कारवाई करण्यात आली. ५ जून रोजी दुपारी १२.४५ वाजण्याच्या सुमारास वलांडी बसस्थानक परिसरात काही व्यक्ती संशयास्पदरीत्या फिरत असल्याची

माहिती देवणी पोलिसांना मिळाली होती. माहितीची तत्काळ दखल घेत सहाय्यक पोलीस निरीक्षक अण्णाराव खोडेवाड यांच्या पथकाने घटनास्थळी धाव घेतली.

इटिंगा कार (एमएच-४२-बीई-५१७३) ची झडती घेतली असता त्यामध्ये कोयता आढळून आला. याप्रकरणी विलास पारवे (रा. राजीव नगर, लातूर), अजय सूर्यवंशी (रा. म्हाडा कॉलनी, लातूर), बाळू संमुखराव (लातूर) यांना अटक करण्यात आली. तर धनराज कांबळे (रा.लातूर) हा फरार असून त्याचा शोध सुरू आहे.

नागरिकांच्या सतर्कतेमुळे मोठा अनर्थ टळला नागरिकांनी वेळेवर पोलिसांना माहिती दिल्यामुळे संभाव्य गंभीर घटना टळल्याचे मानले जात असून, या कारवाईमुळे परिसरातील नागरिकांनी सुटकेचा निश्वास सोडला आहे. पुढील तपास पोलिस करीत आहेत.



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

लातूर समाचार

भारतीयांनी स्वयंपुर्ण बनलेच पाहिजे

जगातील इतर देशातील परिस्थितीचा विचार केला तर एक बाब लक्षात येते ती म्हणजे इतर देशातील नागरिक स्वयंपुर्ण आहेत. केवळ आपल्याकडे मेक इन इंडियाची घोषणा केली जाते. प्रत्यक्षात त्याचा अनुभव फारसा येत नाही. आज मुलभूत गरजा बाबत स्वयंपूर्ण नाहीत. आपली प्राचीन संस्कृतीला लाथ मारून पाश्चमात्य संस्कृती स्विकारली आहे, तीचा हा परिणाम आहे. पुर्वी फास्ट फूट नव्हते. नाष्टा हा प्रकार नव्हता. आंधीळ झाली की, भाकरी, दुध, तुप, भाजी कुसकुसून खाणे म्हणजे सकाळचा नाष्टा होता. चपाटी तीला पोळी म्हणतात तीला तुप लावून खाणे हा नाष्टा, भोजन होते. आता नकली जीवन पद्धतीचे अनुकरण केल्याने मोठ्या प्रमाणात शरिरात दोष निर्माण होत आहेत. पुर्वी दुधर रोग नव्हते. सध्याला गायी-म्हैस नाहीत मग एवढे मोठ्या प्रमाणाता दुध, तुप आदि पदार्थ मिळतात कसे? पनीर मिळते कसे तर अंदाज आहे की, भेसळयुक्त आहे. एवढ्या मोठ्या राज्यात गायी-म्हैस नाहीत. मग जे सध्याला मिळते ते भेसळयुक्त आहे याचा विचार करा. वस्तूस्थिती जाणून घ्या. आज गरज मोठ्या प्रमाणात कशाची आहे. जनतेला काय पाहिजे ते आपल्या देशात उत्पादित होते का? या बाबत विचार किंवा नियोजन केले जात नाही. भारतीयांना गरज आहे इंधनाची, विद्युत उत्पादनाची! मुळात आपल्यादेशात वीज निर्मिती कोळसा व पाण्यापासून होते. कोळसा खाणी व पाण्याची टंचाई एक ना एक दिवस मोठ्या प्रमाणात भासणार आहे. याला पर्याय शोधला जात नाही. युद्धसामुग्रीबाबत स्वयंपुर्ण नाहीत. इतर देशातून लढावू साहित्य मागवावे लागते. आपल्या देशात तेलाच्याखाणी नाहीत. ठिक आहे मात्र याला पर्याय तरी शोधू शकतोत. पर्याय निर्माण करू शकतोत. ती मानसिकता भारतीयात नाही. भारतीयांनी एक लक्षात ठेवावे, आपली भारतीय प्राचीन संस्कृती ही जीवन सफलतेकडे घेवून जाणारी होती. यात ज्ञान व विज्ञान होते. गोरक्षा किती महत्वाची आहे हे आजच्या पिढीला कळणार नाही. महर्षी दयानंद सरस्वती लिखित गोकरूणानिधी पुस्तक अभ्यासले पाहिजे. त्यावेळी गायीचे महत्त्व कळेल. राष्ट्रीय पक्ष म्हणून मान्यता मिळाली पाहिजे. वास्तविक भारतीयांचे खाद्य हे शाकाहरी आहे. भारतात मोठ्या प्रमाणात अन्नधान्य व फळे उत्पादित होतात. अतिषय स्वादिष्ट असे फळे व ड्रायफुड्स आहेत. त्याकडे पाठफिरवुन हिंस्त्र प्राण्यासारखे वागले जाते. हिंस्त्र प्राण्याची ठेवन ईश्वराने मानवापेक्षा वेगळी केली आहे. दात, आतडे आणि भिन्न आहेत. यामागील उद्देश एवढा आहे की, आपल्या देशात जे पिकते तेच खावे! दुसरे असे की, आपण अनेक बाबतीत परावलंबि आहोत. भारतीय बनावटीचे एखादे उदा. नाहीत. इंधन, बॅटरी, गाड्या, संरक्षणातील काही बाबी, ऊर्जा आदि क्षेत्रात परावलंबी असल्याचे स्पष्ट जाणवत आहे. त्यामुळे पहिल्यांदा स्वयंपूर्णता व स्वावलंब होणे अपेक्षित आहे. इतर देशांपुढे हात परसणे बंद केले पाहिजे. भारतीयांनी आपला स्वाभिमान निर्माण केला पाहिजे. इतर देशाला घाबरण्याचे कारण नाही. सर्वात मोठी कोणत्याही देशाची असो ती म्हणजे देशातील सशक्त व निरोगी जनता आहे. ती जर कमजोर असेल तर मात्र कोणीही टिकली मारून जावू शकतो. ही बाब आज पर्यंत कोणत्याही देशकर्त्यांना कळून आली नाही किंवा कळून आली असली तरी दुर्लक्ष केली असावी. पक्के नियोजन नाही. आज देशातील असे काही महाभाग आहेत की, ज्यांच्याकडे समुद्रासारखी संपत्ती आहे. ती भारत जप्त करून देशाच्या खात्यात जमा करू शकते का? मुळात मुठभर लोकांच्या हाती आर्थिक नाडी आहे. देशातील अनेकाकडे मर्यादेपेक्षा अधिक संपत्ती आहे, संबंधितास जेवढ्या संपत्ती गरज आहे तेवढी सोडून ती जर सरकारी दप्तरी परत घेतली तर काय होईल? असे होवू शकत नाही म्हणून खोऱ्यांनी नव्हे तर जेसीबीने आर्थिक बाब मोजावी लागते एवढी संपत्ती काहीकडे आहे. हे कोठेतरी मान्य करावेच लागते. एखाद्यावर धाड टाकली तर आर्थिकसंपत्ती मोजता दम लागतो. त्यानंतर त्याचे काय होते हे जनतेला कळत नाही. असे होता कामा नये. भारत आता इंधन संकटात सापडला आहे. त्याच प्रमाणे यात कशा प्रकारे मात करावी याबाबत हालचाली केल्याचे दिसून येत नाहीत. मुळात ज्या बाबी जीवनाश्यक आहेत जसे इंधन, गॅस सिलेंडर, खते अशा अनेक बाबी ह्या परदेशातून मागवाव्या लागतात. आपल्याकडे सत्तर वर्षात बऱ्याच बाबी तयार करू शकलो नाहीत. आपल्या देशातील नागरिकांची एक बाबीमध्ये आघाडी घेतली ती म्हणजे महागातील महाग मोबाईल घेणे, विनाकरण वापर करणे, घरात दहा हजाराचे स्वच्छता गृह बांधत नाहीत मात्र वीस हजाराचा मोबाईल घेवून वापरतात. वास्तविक स्वस्तातील मोबाईल तेच करतो तो महागडा करतो. बाकी भारतीय नागरिकांनी काही प्रगती करीत असल्याचे दिसून येत नाही. अनेक बाबी ह्या परदेशातून मागवाव्या लागतात. उगीच म्हणाय्याचे आम्ही स्वावलंबी आहोत. मेक इन इंडियाचा नारा लावला जातो. भारतीयांचे आर्थिक जीवनमान सुधारण्यासाठी भारतीय बनावटीच्यावस्तूचे उत्पादन वाढविले पाहिजे. त्याच प्रमाणे एकबाब आता लक्षात ठेवावी लागेल की, प्रत्येक बाबीत स्वयंपुर्णता व स्वावलंबनी असले पाहिजे. काही झाले तरी अमेरिका व इराण दरम्यानच्या युद्धामुळे परिस्थिती विचित्र बनली आहे. एकतर इंधन म्हणजे पेट्रोल व डिझेलची कमतरता त्यात गॅस सिलेंडरची तुटवडामुळे जनता त्रासली आहे. आता काही बाबीचा त्यागही करता येत नाहीत. अशा स्थितीत सरकारने तातडीने उपायोजना पर्याय शोधला पाहिजे. एक महिण्याच्यावर युद्ध चालू आहे. अशा एका महिण्यात पर्याय म्हणून कोणती उपायोजना केली. सरकारने किंवा जनतेनी काहीच केल्याचे दिसून येत नाही. केवळ इतराकडे हात परसणे चालू असल्याचे दिसून येत आहे. संकटावर मात करण्यासाठी आपण स्वावलंबी व स्वयंपुर्णता असले पाहिजे. हे लक्षात घेतले पाहिजे.

फणस ठरतोय सुपरफूड! चवदारच नाही तर आरोग्यासाठी ही जबरदस्त फायदेशीर



उन्हाळ्यात बाजारात मोठ्या प्रमाणात दिसणारा फणस हा फक्त चविष्ट पदार्थ नाही, तर आरोग्यासाठी अत्यंत फायदेशीर सुपरफूड मानला जातो. शाकाहारी आणि मांसाहारी दोघांनाही आवडणाऱ्या या फळाला व्हेजिटेरियन मीट असेही म्हटले जाते. फणसापासून भाजी, बिर्याणी, कटलेट, लोणचे असे अनेक स्वादिष्ट पदार्थ तयार केले जातात.

आयुर्वेदानुसार फणसामध्ये शरीरासाठी आवश्यक असलेले अनेक पोषक घटक भरपूर प्रमाणात असतात. यात व्हिटॅमिन्स, मिनरल्स, प्रोटीन, फायबर आणि अँटीऑक्सिडंट्स मुबलक असतात. विशेष म्हणजे व्हिटॅमिन बी समूहातील रिबोफ्लेविन आणि थायामिन यांसोबतच मॅग्नेशियम, पोटॅशियम, कॉपर आणि मँगनीजसारखी खनिजेही यात आढळतात. त्यामुळे शरीराच्या विविध कार्यांसाठी फणस अत्यंत उपयुक्त ठरतो.

फणस रोगप्रतिकारक शक्ती

वाढवण्यासाठीही मदत करतो. यात असलेले व्हिटॅमिन सी शरीराला संसर्गापासून संरक्षण देते आणि इम्युनिटी मजबूत करते. तसेच फणसात फायबरचे प्रमाण जास्त असल्यामुळे पचनसंस्था सुधारण्यास मदत होते. त्यामुळे बद्धकोष्ठता, अपचन किंवा पोट साफ न होण्याच्या समस्या कमी होतात.

तज्ज्ञांच्या मते, फणसामधील अँटीऑक्सिडंट्स त्वचेसाठीही फायदेशीर आहेत. नियमित प्रमाणात फणस खाल्ल्यास त्वचा निरोगी आणि चमकदार राहण्यास मदत होते. तसेच शरीरातील थकवा कमी करून ऊर्जा टिकवून ठेवण्याचे कामही हे फळ करते. वजन नियंत्रणासाठीही फणस उपयोगी मानला जातो. कारण यात कॅलरी कमी आणि फायबर जास्त असते. त्यामुळे पोट जास्त वेळ भरल्यासारखे वाटते आणि भूक कमी लागते. त्यामुळे वजन कमी करण्याचा प्रयत्न करणाऱ्यांसाठीही फणस चांगला पर्याय ठरू शकतो.

‘या’ हिरव्या पानांत दडलंय अनेक आजारांवरचं नैसर्गिक औषध

आपण बहुतेक वेळा मुळा खायतो, पण त्याची पाने फेकून देतो. मात्र, तज्ज्ञांच्या मते मुळ्यापेक्षा त्याच्या पानांमध्ये अधिक पोषक घटक असतात. मुळ्याची पानं शरीरासाठी खूप फायदेशीर मानली जातात. त्यात लोह, कॅल्शियम, फॉस्फरस, फॉलिक ॲसिड, व्हिटॅमिन सी आणि व्हिटॅमिन ए यांसारखे महत्त्वाचे घटक भरपूर प्रमाणात असतात. त्यामुळे ही पानं शरीराला ताकद देण्यास आणि अनेक आजारांपासून संरक्षण करण्यास मदत करतात.

मुळ्याच्या पानांमध्ये लोहाचे प्रमाण चांगले असते. त्यामुळे शरीरातील थकवा कमी होण्यास मदत होते. ज्यांच्या शरीरात हिमोग्लोबिन कमी असते किंवा ज्यांना अशक्तपणा जाणवतो, त्यांच्यासाठी मुळ्याची पानं उपयुक्त ठरू शकतात. नियमित सेवन केल्यास शरीराला ऊर्जा मिळते आणि कमजोरी कमी होऊ शकते.

या पानांमध्ये भरपूर फायबर असते. त्यामुळे पचनक्रिया सुधारते आणि बद्धकोष्ठता, गॅस, ॲसिडिटी यांसारख्या समस्या कमी होण्यास मदत होते. पोट

साफ राहण्यासाठी आणि पचन व्यवस्थित होण्यासाठी मुळ्याची पानं फायदेशीर मानली जातात.

मुळ्याच्या पानांचा रस नैसर्गिक मूत्रवर्धक म्हणून काम करतो. त्यामुळे शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर टाकण्यास मदत होते. मुतखडा किंवा मूत्राशयाशी संबंधित त्रास कमी करण्यासाठीही हा रस उपयोगी ठरतो, असे मानले जाते.

व्हिटॅमिन सी भरपूर असल्यामुळे मुळ्याची पानं रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवण्यास मदत करतात. तसेच शरीरातील पेशींना नुकसान करणाऱ्या फ्री रॅडिकल्सपासून संरक्षण मिळते. त्यामुळे त्वचा, डोळे आणि संपूर्ण आरोग्यासाठी ही पानं उपयुक्त आहेत. मुळ्याच्या पानांमध्ये जिवाणूविरोधी आणि सूज कमी करणारे गुणधर्मही असतात. त्यामुळे मूळव्याध आणि सांधेदुखीसारख्या समस्यांमध्ये काही प्रमाणात आराम मिळू शकतो. काही घरगुती उपायांमध्ये मुळ्याच्या पानांची पेस्ट वापरली जाते.

कावीळ झालेल्या व्यक्तींनाही

मुळ्याच्या पानांचा रस उपयुक्त ठरतो, असे पारंपरिक उपचारांमध्ये सांगितले जाते. शरीरातील पिवळेपणा कमी करण्यासाठी हा रस वापरला जातो. मात्र, अशा उपचारांपूर्वी डॉक्टरांचा सल्ला घेणे महत्त्वाचे आहे.

मधुमेह असलेल्या लोकांसाठीही मुळ्याची पाने फायदेशीर मानली जातात. ती रक्तातील साखरेची पातळी नियंत्रित ठेवण्यास मदत करू शकतात. त्यामुळे मधुमेहींच्या आहारात मुळ्याच्या पानांचा समावेश केला जातो.

याशिवाय, मुळ्याच्या पानांमध्ये अँटीऑक्सिडंट आणि फायटोकेमिकल्स असतात. हे घटक शरीराला विविध गंभीर आजारांपासून संरक्षण देण्यास मदत करतात. काही अभ्यासांनुसार हे घटक कॅन्सरचा धोका कमी करण्यासाठीही उपयुक्त ठरू शकतात.

साधी वाटणारी मुळ्याची पानं खरंतर आरोग्यासाठी मोठा खजिना आहेत. त्यामुळे पुढच्या वेळी मुळा आणाल, तेव्हा त्याची पानं फेकण्याऐवजी आहारात जरूर वापरा.

कढईत उरलेले तेल कसे स्वच्छ कराल? जाणून घ्या तज्ज्ञांच्या उपयुक्त टिप्स

भारतीय स्वयंपाकघरात पुरी, कचोरी, भजी, वडे आणि इतर तळलेले पदार्थ वारंवार बनवले जातात. अशावेळी तळण झाल्यानंतर कढईत बरेच तेल उरते. अनेकजण हे तेल थेट फेकून देतात, तर काहीजण ते कोणतीही काळजी न घेता वारंवार वापरतात. मात्र या दोन्ही गोष्टी योग्य नाहीत. तेलाचा योग्य प्रकारे वापर आणि साठवणूक केल्यास ते मर्यादित प्रमाणात पुन्हा वापरता येऊ शकते.

पुरी किंवा इतर पदार्थ तळल्यानंतर तेलामध्ये पिठाचे बारीक कण, मसाल्याचे अवशेष आणि जळलेले तुकडे राहतात. हे कण काढून न टाकता तेलाचा वापर केल्यास पदार्थाची चव बिघडू शकते. तसेच तेल लवकर खराब होण्याची शक्यताही वाढते. त्यामुळे उरलेले तेल स्वच्छ करण्याची योग्य पद्धत जाणून घेणे महत्त्वाचे आहे.

तेल पूर्णापणे थंड होऊ द्या
पुरी तळल्यानंतर लगेच तेल गाळण्याची घाई करू नका. सर्वप्रथम तेल नैसर्गिकरित्या थंड होऊ द्या. गरम तेल हाताळताना अपघात नपाय यासाठी काळजी घ्या. गरम तेल हाताळताना अपघात नपाय यासाठी काळजी घ्या. गरम तेल हाताळताना अपघात नपाय यासाठी काळजी घ्या. गरम तेल हाताळताना अपघात नपाय यासाठी काळजी घ्या. गरम तेल हाताळताना अपघात नपाय यासाठी काळजी घ्या.



बारीक गाळणीने गाळा
तेल थंड झाल्यानंतर ते स्टीलच्या बारीक गाळणीने गाळावे. अधिक चांगल्या परिणामासाठी स्वच्छ मलमलचा कपडा वापरता येतो. यामुळे तेलातील बारीक कण आणि जळलेले तुकडे वेगळे होतात. गाळलेले तेल अधिक स्वच्छ आणि पारदर्शक दिसते. यामुळे तेलाची गुणवत्ता टिकून राहण्यास मदत होते.

तेलाचा रंग आणि वास तपासा
तेल पुन्हा वापरण्यापूर्वी त्याचा रंग आणि वास तपासणे आवश्यक आहे. जर तेलातून जळल्यासारखा तीव्र वास येत असेल किंवा त्याचा रंग खूप गडद तपकिरी किंवा काळपट झाला असेल, तर ते वापरणे टाळावे. धूर येणारे किंवा खराब झाल्याची चिन्हे

असलेले तेल आरोग्यासाठी हानिकारक ठरू शकते.

योग्य पद्धतीने साठवणूक करा
गाळलेले तेल स्वच्छ आणि कोरड्या डब्यात भरावे. शक्यतो हवाबंद झाकण असलेले भांडे वापरावे. तेल ओलावा, उष्णता आणि थेट सूर्यप्रकाशापासून दूर ठेवावे. योग्य साठवणुकीमुळे तेल जास्त काळ सुरक्षित राहते आणि त्याची गुणवत्ता टिकून राहते.

पुन्हा वापरताना घ्या काळजी
उरलेल्या तेलाचा वापर हलकी फोडणी, भाजी किंवा मर्यादित प्रमाणातील तळणासाठी करता येतो. मात्र एकाच तेलाला वारंवार गरम करणे टाळावे. तसेच जुने आणि नवीन तेल एकत्र मिसळणेही योग्य मानले जात नाही. तेलाचा मर्यादित आणि योग्य वापर केल्यास

आरोग्यावर होणारे संभाव्य दुष्परिणाम टाळता येतात.

कधी वापरू नये?
जर तेल अनेक वेळा वापरले गेले असेल, त्याचा रंग खूप गडद झाला असेल, त्यातून धूर निघत असेल किंवा तीव्र जळका वास येत असेल, तर असे तेल पुन्हा वापरणे टाळावे. अशा तेलांमुळे आरोग्याला हानी पोहोचू शकते.

स्वयंपाक घरातील छोट्या सवयी बदलल्यास तेलाचा अपव्यय कमी करता येतो. योग्य प्रकारे स्वच्छ करून आणि सुरक्षितपणे साठवून उरलेल्या तेलाचा मर्यादित वापर करता येऊ शकतो. मात्र आरोग्याला प्राधान्य देत तेलाची गुणवत्ता तपासणे आणि आवश्यक ती काळजी घेणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे.

नाशत्यासाठी पोहे की उपीट योग्य? कोणता

पर्याय अधिक आरोग्यदायी?



सकाळच्या नाशत्यासाठी पोहे आणि उपीट हे दोन्ही लोकप्रिय पर्याय आहेत. पण वजन कमी करणे, आयर्नची गरज, पचन आणि ऊर्जा यांचा विचार करता कोणता पर्याय अधिक आरोग्यदायी ठरतो, जाणून घ्या. सकाळचा नाश्ता हा दिवसाची निरोगी सुरुवात ठरवणारा सर्वात महत्त्वाचा आहार मानला जातो. नाश्ता असा असावा की तो चविष्ट, झटपट तयार होणारा आणि आरोग्यासाठी उपयुक्त असावा. भारतीय घरांमध्ये पोहे आणि उपीट हे दोन पदार्थ सर्वाधिक लोकप्रिय आहेत. दोन्ही पदार्थ पौष्टिक असले तरी त्यांच्या गुणधर्मांमध्ये काही महत्त्वाचे फरक आहेत.

दुररोज नाशत्यासाठी काय खावे, हा प्रश्न अनेकांना पडतो. वजन नियंत्रणात ठेवायचे असेल, पचन सुधारायचे असेल किंवा शरीराला दिवसभरासाठी ऊर्जा द्यायची असेल, तर पोहे आणि उपीट हे दोन्ही उत्तम पर्याय ठरू शकतात. मात्र तुमच्या आरोग्याच्या गरजेनुसार योग्य पर्याय निवडणे अधिक महत्त्वाचे आहे.

पोहे आरोग्यासाठी कसे फायदेशीर ?

पोहे हे तांदळापासून तयार केले जातात आणि ते हलके व सहज पचणारे असतात. यामध्ये आयर्नचे प्रमाण चांगले असते, त्यामुळे रक्तातील हिमोग्लोबिन कमी असलेल्या व्यक्तींना पोहे उपयुक्त ठरतात. पोह्यांमध्ये कांदा, मटर, शेंगदाणे आणि लिंबू घातल्यास त्यांची पौष्टिकता आणखी वाढते.

पोहे कमी कॅलरीजचे असल्यामुळे वजन नियंत्रणासाठीही मदत करतात. मात्र त्यामध्ये प्रथिनांचे प्रमाण कमी असल्याने दही, मोड आलेली कडधान्ये किंवा उकडलेले अंडे यांसोबत खाल्ल्यास अधिक संतुलित आहार मिळतो.

उपीट आरोग्यासाठी कसा उपयुक्त ?

उपीट हा रवा किंवा सूजीपासून बनवला जातो. यामध्ये कॉम्प्लेक्स कार्बोहायड्रेट्स असल्यामुळे शरीराला हळूहळू ऊर्जा मिळते आणि बराच वेळ पोट भरल्यासारखे वाटते. त्यामुळे वारंवार भूक लागणे कमी होते.

उपम्यामध्ये गाजर, मटर, बीन्स, कढीपत्ता आणि शेंगदाणे घालून तो अधिक पौष्टिक बनवता येतो. वजन कमी करण्याचा प्रयत्न करणाऱ्या लोकांसाठी उपीट एक चांगला पर्याय ठरू शकतो. मात्र प्रमाणापेक्षा जास्त सेवन केल्यास कॅलरीचे प्रमाण वाढू शकते.

वजन कमी करण्यासाठी पोहे की उपीट ?

वजन कमी करण्यासाठी दोन्ही पदार्थ उपयुक्त आहेत. पोहे हलके आणि कमी कॅलरीचे असतात, तर उपीट जास्त वेळ पोट भरल्याची भावना देतो. जर सकाळी हलका नाश्ता हवा असेल तर पोहे योग्य ठरतात. दीर्घकाळ भूक नियंत्रणात ठेवायची असेल तर उपीट अधिक फायदेशीर ठरतो.

नाश्ता अधिक पौष्टिक कसा बनवाल ?

पोहे किंवा उपीट यांमध्ये अधिक तेल टाळावे. भाज्या, शेंगदाणे, दही, मोड आलेली कडधान्ये किंवा पनीर यांचा समावेश केल्यास प्रोटीन आणि फायबरचे प्रमाण वाढते. अशा संतुलित नाशत्यामुळे दिवसभर ऊर्जा टिकून राहते आणि पचन सुधारते.

कोणता पर्याय तुमच्यासाठी सर्वोत्तम ?

जर तुम्हाला पचायला हलका, आयर्नयुक्त आणि झटपट तयार होणारा नाश्ता हवा असेल तर पोहे हा उत्तम पर्याय आहे. जर दीर्घकाळ पोट भरल्यासारखे वाटावे, ऊर्जा हळूहळू मिळावी आणि वजन नियंत्रणात ठेवायचे असेल तर उपीट अधिक योग्य ठरतो.

तज्ञांच्या मते, दोन्ही पदार्थ आरोग्यदायी आहेत. योग्य प्रमाणात आणि संतुलित पद्धतीने सेवन केल्यास पोहे आणि उपीट दोन्हीही तुमच्या सकाळच्या नाशत्यासाठी उत्कृष्ट पर्याय ठरू शकतात. सतत डोकेदुखी आणि डोक्यावर दाब जाणवतोय ? हे 'टेन्शन टाइप हेडेक'चे लक्षण असू शकते

दृशपीठेपे दृष्टी क्षारवरलहश आरोग्य तज्ज्ञांच्या मते, टेन्शन टाइप हेडेक हा सध्या सर्वाधिक आढळणाऱ्या डोकेदुखीच्या प्रकारांपैकी एक आहे. यामध्ये संपूर्ण डोक्यावर दाब आल्यासारखे वाटते. काही जणांना डोके घट्ट बांधल्यासारखी किंवा आवळल्यासारखी भावना जाणवते. हा त्रास हलक्या ते मध्यम स्वरूपाचा असू शकतो.

सतत डोकेदुखी आणि डोक्यावर दाब जाणवतोय ? हे 'टेन्शन टाइप हेडेक'चे लक्षण असू शकते

आजच्या धावपळीच्या जीवनशैलीमुळे अनेक आरोग्य समस्या वाढताना दिसत आहेत. कामाचा ताण, अपुरी झोप, वाढलेला स्क्रीन टाइम, मानसिक तणाव आणि शारीरिक थकवा यामुळे अनेकजण वारंवार डोकेदुखीचा सामना करत आहेत. अनेकदा लोक या समस्येकडे दुर्लक्ष करतात किंवा साधा थकवा समजून वेदनाशामक गोळ्या घेतात. मात्र सतत डोक्यात जडपणा, दाब किंवा वेदना जाणवत असतील तर ते टेन्शन टाइप हेडेक चे लक्षण असू शकते. आरोग्य तज्ज्ञांच्या मते, टेन्शन टाइप हेडेक हा सध्या सर्वाधिक आढळणाऱ्या डोकेदुखीच्या प्रकारांपैकी एक आहे. यामध्ये संपूर्ण डोक्यावर दाब आल्यासारखे वाटते. काही जणांना डोके घट्ट बांधल्यासारखी किंवा आवळल्यासारखी भावना जाणवते. हा त्रास हलक्या ते मध्यम स्वरूपाचा असू शकतो.

पूर्वी तज्ज्ञांच्या मते चेहरा, मान आणि डोक्याच्या स्नायूंमध्ये ताण निर्माण झाल्यामुळे ही समस्या उद्भवत असे. मानसिक तणाव, चिंता आणि भावनिक दबाव यामुळे स्नायूंमध्ये ताण वाढतो आणि त्यामुळे डोकेदुखी सुरू होते. आजच्या काळात कार्यालयीन कामाचा ताण, आर्थिक चिंता, नातेसंबंधातील तणाव आणि सतत मोबाइल किंवा संगणकाचा वापर ही यामागील प्रमुख कारणे मानली जातात.

टेन्शन टाइप हेडेकची लक्षणे कोणती ?

या प्रकारच्या डोकेदुखीमध्ये काही ठराविक लक्षणे दिसून येतात. डोक्यात सतत हलका किंवा मध्यम स्वरूपाचा त्रास जाणवतो. कपाळ, डोक्याच्या बाजूचा भाग किंवा मागील भागावर दाब असल्यासारखे वाटते. तसेच मान, खांदे आणि डोक्याच्या स्नायूंमध्ये ताण किंवा संवेदनशीलता जाणवू शकते. काही वेळा ही डोकेदुखी ३० मिनिटांपासून सुरू होऊन अनेक दिवस टिकू शकते. काही लोकांमध्ये ती अचूकमधून होते, तर काहींना वारंवार त्रास होतो.

धाडशी आणि निःश्वाथी श्वातंत्र्ययोद्धा

लोकमान्य टिळक भारतीय स्वातंत्र्यलढ्याच्या असंतोषाचे जनक म्हणून ओळखले जातात. ब्रिटिश सत्तेविरुद्धच्या प्रत्येक स्वातंत्र्य लढ्यासाठी संघर्षाला त्यांचा पाठिंबा होता. लोकमान्य टिळक जहालवादी पक्षाचे नेते होते आणि त्यांच्या ‘स्वराज्य हा माझा जन्मसिद्ध हक्क आहे’ या घोषणेने जगभरातील भारतीयांनी भारताच्या स्वातंत्र्यलढ्यासाठी हा मंत्र स्वीकारला होता. लोकमान्य टिळक यांना राजद्रोहाच्या आरोपाखाली ६ वर्षे काळ्या पाण्याची शिक्षा झाली. १९०८ ते १९१४ या कालावधीत त्यांचा मंडाले तुरुंगवास चालू असताना ब्रिटिश भारतात तसेच विशेषतः अमेरिकेत गदर चळवळीने स्वातंत्र्यलढ्यासाठी भारतीयांचे योगदान महत्त्वाचे ठरले होते. वांचीनाथन अय्यर यांनी १७ जून १९११ रोजी मणिग्याची रेल्वेस्थानकावर तिरुनेलवेली जिल्ह्याचे तत्कालीन जिल्हाधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश यांची रेल्वेच्या डब्यात घुसून जवळून त्यांच्यावर दोनदा गोळ्या झाडून त्यांची हत्या केली. अटक टाळण्याच्या प्रयत्नात वांचीनाथन यांनी स्वतःच्या पिस्तुलातून स्वतःच्याच डोक्यात गोळी झाडून घेत आत्महत्या केली. रॉबर्ट अ‍ॅश यांची हत्या ही दक्षिण भारतातील भारतीय स्वातंत्र्य चळवळीतील एक महत्त्वपूर्ण घटना होती, ती ब्रिटिश राजवटीविरुद्धच्या क्रांतिकारी चळवळीच्या उदयाची नांदी ठरली. शस्त्रांच्या वापराचे समर्थन स्वातंत्र्यलढ्यासाठी करण्याच्या क्रांतिकारी चळवळीचा या घटनेने उदय झाला.

अय्यर यांचे स्मारक
तामिळनाडूतील ज्या रेल्वे स्टेशनवर वांचीनाथन अय्यर यांनी जिल्हाधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश यांची हत्या केली त्या स्टेशनला त्यांच्या स्मरणार्थ ‘वांची मनिया’ जंक्शन रेल्वे स्टेशन असे नाव ठेवण्यात आले. २०१० मध्ये तामिळनाडू सरकारने घोषणा केली की, संगोताई येथील त्यांच्या जन्मस्थानी एक स्मारक बांधले जाईल. स्वातंत्र्यसेनानी वांचिनाथन अय्यर यांच्या स्मरणार्थ तामिळनाडू सरकारने निर्माण केलेल्या संगोताई येथील स्मारकाचे उद्घाटन २३ डिसेंबर २०१३ रोजी तत्कालीन मुख्यमंत्री जे जयललिता यांच्या हस्ते झाले. त्यावेळी वांचिनाथन अय्यर यांच्या कार्याचे वर्णन अत्यंत गौरवपूर्ण शब्दांत करताना त्यांना ‘घाडसी आणि निःस्वार्थ कृती’ करणारे स्वातंत्र्ययोद्धे असे करण्यात आले. स्वातंत्र्यसेनानी वांचीनाथन यांच्या २० व्या शतकातील पूर्वांधांतील कृतीने ब्रिटिशांना हादरवले आणि स्वातंत्र्यचळवळीला चालना मिळाली, असेही सर्वांनी अभिमानाने सांगत तामिळनाडूच्या गौरवोत्तर इतिहासातील त्यांचे स्थान महत्त्वाचे मानले गेले. संगोताई येथील स्मारक हे केवळ एक शिल्प नसून वांचिनाथन यांच्या त्यागाचे प्रतीक आहे. तामिळनाडू सरकारने ते उभारून त्यांच्या कार्याला अधिकृत मान्यता दिली. तामिळनाडू आणि पुदुचेरीमधील अनेक रस्ते आणि परिसरांना स्वातंत्र्यसेनानी वांचिनाथन अय्यर यांचे नाव देण्यात आले आहे. ब्रिटिश भारतात मद्रास प्रांतात क्रांतीचे स्फुर्झिण चेतवण- रे स्वातंत्र्यलढ्याचे प्रमुख स्वातंत्र्यसेनानी चिदंबरम पिळ्ळई यांच्या जीवनावर आधारित तामिळ चित्रपट ‘कप्पलोट्टिया तमिळन’ १९६१ मध्ये प्रदर्शित झाला. वांचिनाथन अय्यर यांचा जन्म १८८६ मध्ये ब्रिटिश भारता- तील त्रावणकोरमधील संगोताई (सध्याच्या तामिळनाडूच्या तेनकासी जिल्ह्यात) एका गरीब हिंदू कुटुंबात झाला. त्यांच्या वडिलांचे नाव रघुपती अय्यर तर आईचे नाव रश्मिणी अम्मल. त्यांचे मूळ नांव शंकरन असे होते. त्यांचे शालेय शिक्षण संगोताई येथे झाले. पुढे तिरुवनंतपुरमधील मुलम तिरुनल महाराजा कॉलेजमध्ये पदवीचे शिक्षण पूर्ण केले. त्यांनी आपल्या नोकरीची सुरुवात एका हिंदू मंदिरात लेखापाल पदावर केली. ही कारकीर्द सुरू असतानाच त्यांना त्रावणकोर वन विभागात सरकारी नोकरी मिळाली. वांचिनाथन अय्यर यांनी पोत्रमा यांच्याशी लग्न केले. त्यांना एक मुलगी झाली; पण तिचा लहानपणीच मृत्यू



झाला. वांचिनाथन यांचे आयुष्य दक्षिण भारतातील स्वदेशी चळवळ, राष्ट्रवाद आणि ब्रिटिशविरोधी असंतोषाच्या वातावरणात ढवळून निघाले. बंगालमधील स्वदेशी उठावाचा प्रभाव तमिळ प्रदेशातही पोहोचला होता. या प्रवाहामुळे वांचिनाथन प्रभावी झाले आणि ते चिदंबरम पिळ्ळई, सुब्रमण्यम शिवा, सुब्रमण्यम भारती, यांच्या संपर्कात आले. स्वातंत्र्यवीर सावरकर यांच्या अटकेनंतर व्ही.व्ही. एस. अय्यर हे पॉडेचरीला आले व गुप्तपणे क्रांतियुक्तांचा प्रचार, संघटन व शस्त्रशिक्षणाचे कार्य करू लागले. व्ही.व्ही. एस. अय्यर यांचे सहकारी नीलकंठ ब्रह्मचारी व शंकरकृष्ण अय्यर यांनी संपूर्ण मद्रास प्रांत क्रांतीच्या प्रचाराने भरून टाकला. शंकरकृष्ण अय्यर यांचे मेळणे म्हणजेच वांचिनाथन अय्यर हे त्यावेळी त्रावणकोरच्या जंगल विभागात नोकरीस होते. वांचिनाथन यांनी क्रांतियुक्तांची शपथ घेतली आणि भारतातील ब्रिटिश राजवटीविरुद्ध कार्यात भाग घेण्यास सुरुवात केली. वांचिनाथन अय्यर यांना उपाख्य व्ही. व्ही. एस. अय्यर यांनी शस्त्र चालविण्याचे तसेच रिव्हॉल्व्हरचे शिक्षण दिले. वांचिनाथन यांचे मेहुणे शंकर कृष्ण अय्यर हे नीळकंठ ब्रह्मचारी यांच्या नेतृत्वाखालील गटाचा भाग होते आणि त्यांनीच वांचिनाथन यांची ब्रह्मचारी यांच्याशी ओळख करून दिली होती.**हिंसाचाराचा वापर**-तिरुनेलवेली जिल्ह्याचे जिल्हाधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश यांनी मद्रासमधील क्रांतिकाक पक्षाच्या दमनास प्रांप्त केला होता. रॉबर्ट अ‍ॅश यांनी भारतीय राष्ट्रवादी व्ही. ओ. चिदंबरम पिळ्ळई यांनी स्थापन केलेल्या स्वदेशी टीम नॅक्झिगेशन कंपनीचे दमन केले. या कंपनीला भारतीय व्यापार्यांचा पाठिंबा होता. ही कंपनी भारतीय कामगारांना रोजगार देत होती. रॉबर्ट यांनी भारतीयविरुद्ध भेदभावाला प्रोत्साहन दिले. स्वातंत्र्य चळवळ दडपली आणि ती शमविण्यासाठी हिंसाचाराचा वापर करण्याचे आदेश दिले. ब्रिटिश अधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश आणि त्यांच्या टीमने स्थानिक राजकीय चळवळी दडपण्यासाठी केलेल्या कारवायांनी स्वातंत्र्यलढ्यात भाग घेणाऱ्या वांचिनाथन अय्यर यांच्यासह सर्वांचा सताप अधिक तीव्र झाला. या काळात दक्षिण भारतातील राष्ट्रवादी तरुणांमध्ये ब्रिटिश राजवटीविरुद्ध सशस्त्र प्रतिकाराची भावना वाढत होती. जिल्हाधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश यांनी चिदंबरम पिळ्ळई आणि त्यांचे सहकारी कार्यकर्ते सुब्रमण्यम शिवा यांच्यावर देशद्रोहाचा आरोप ठेवला आणि त्यांना अटक करून दोषी ठरविण्यात आले. १९०८ मध्ये जेव्हा ब्रिटिशांनी कौटुलममध्ये प्रवेश केला तेव्हा भारतीयांना प्रवेश नाकारण्यात आला. रॉबर्ट अ‍ॅश याच्या या कृत्याला प्रत्युत्तर म्हणून नीळकंठ ब्रह्मचारी यांच्या भारत माता संगम या क्रांतिकारक गटाने त्यांची हत्या करण्याचा निर्णय घेतला. या कामासाठी २५ वर्षांचे वांचिनाथन अय्यर यांच्यावर जबाबदारी सोपविण्यात आली. वांचिनाथन अय्यर या क्रांतिकारकाने जिल्हाधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश यांच्यावर बारकाईने लक्ष ठेवण्यास सुरुवात केली. त्यांना कळले की, रॉबर्ट अ‍ॅश १० जून १९११ रोजी मनिग्याची रेल्वे स्टेशन मार्गे तिरुनेलवेलीहून मद्रासला प्रवास करणार आहेत. या दिवशी जिल्हाधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश आणि त्यांची पत्नी सिलोनहून मद्रासला जाणारी बोट मेल एक्स्प्रेस रेल्वे पकडण्यासाठी तिरुनेलवेलीहून मणिग्याची येथे गेले. त्यांच्या नकळत वांचिनाथन अय्यर आणि त्यांचे सहकारी क्रांतिकारक मदस्वामी सकाळी ९.३० वाजता तिरुनेलवेली येथे याच रेल्वेत बसले होते. १७ जून १९११ रोजी सकाळी १०.३८ वाजता जेव्हा

रेल्वेगाडी मणिग्याची येथे पोहोचली, तेव्हा वांचिनाथन आणि मदस्वामी हे दोघेजण फर्स्ट क्लास डब्याकडे गेले जिथे कलेक्टर रॉबर्ट अ‍ॅश बसले होते. वांचिनाथन यांनी आपल्या कोटात लपवलेले पिस्तुल काढले आणि अगदी जवळून कलेक्टर रॉबर्ट अ‍ॅश यांच्यावर दोनदा गोळ्या झाडून त्यांना ठार केले. वांचिनाथन तिथून निसटले आणि रेल्वे स्टेशनच्या शौचालयात लपले. पोलिसांनी जेव्हा त्यांचा पाठलाग केला तेव्हा त्यांनी शौचालयात आत्महत्या करण्यासाठी स्वतःच्या डोक्यात गोळी झाडून घेऊन होतात्म्य पत्करले. **अ‍ॅश यांची हत्या**-जिल्हाधिकारी रॉबर्ट अ‍ॅश यांच्याबरोबर त्यांची पत्नी मेरी लिलियन पटर्सन या होत्या. त्यांच्या पत्नी नुकत्याच काही दिवसांपूर्वी ब्रिटिश भारतात आल्या होत्या. मेरी लिलियन पटर्सन या रॉबर्ट अ‍ॅश यांच्यापेक्षा एक वर्षांनी मोठ्या होत्या. दोघेही कोडाईकनाल येथे आ- पली मुले जी शिक्षण घेत होती त्यांना भेटण्यास जात होते. कोडाईकनाल येथे एक बंगला भाड्याने घेऊन त्यांची चार मुले मोली, आर्थर, शेइला आणि हर्बट राहात होते. १०.३८ ला रेल्वे मणिग्याची येथे पोहोचली आणि रॉबर्ट अ‍ॅश आणि त्यांची पत्नी १०.४८ ला येणार्या सीलोन बोट मेल रेल्वेमध्ये बसणार होते. क्रांतिकारक वांचिनाथन अय्यर यांनी नियोजन व्यवस्थित करीत या १० मिनिटांच्या अवधीतच पोलिस बेसावध असतानाच डब्यात प्रवेश करीत आपल्या सहकारी मित्रास डब्याच्या खालीच थांबवत एकट्यानेच कलेक्टर रॉबर्ट अ‍ॅश याची हत्या करून संपूर्ण ब्रिटिश भारतातच नव्हे तर इंग्लंडमध्येही भारतीय स्वातंत्र्यलढ्यात युवकांना सहभागी होण्यास उत्साह निर्माण केला. पोलिसांच्या अहवालानुसार वांचिनाथन यांनी पॅरिसहून भिकाईजी कामा यांनी मिळविलेले पिस्तुल वापरले. या घटनेनंतर त्यांचे साथीदार मित्र क्रांतिकारक मदस्वामी पळून जाण्यात यशस्वी झाले. वांचिनाथन अय्यर यांच्या वडिलांनी त्यांचा मृतदेह स्वीकारण्यास नकार दिला. कारण त्यांना आपल्या मुलाचे कृत्य धर्माचा विरोधात वाटले.ब्रिटिश सत्तेची भीती मुलाचे बंदोबस्त यामुळे प्रथम कोणीही वांचीनाथन यांचे शव घेण्यास पुढे आले नाही; पण काही कालावधीनंतर वांचिनाथन यांच्या संघटनेचे समर्थक त्यांच्याबरोबर स्थानिक राष्ट्रवादी मंडळींनी पुढे येऊन ब्रिटिश पोलिसांकडून होतात्म्य स्वीकारलेल्या क्रांति कारक वांचिनाथन अय्यर यांचा मृतदेह ताब्यात घेऊन अंत्यसंस्कार केले. या काळातच सम्राट पंचम जॉर्ज भारतात येणार होते व ‘भारताचे सम्राट’ म्हणून त्यांच्या नावाची अधिकृत घोषणा करण्यासाठी दिल्लीला मोठा दरबार भरविण्याचे आयोजन चालू होते. मुख्यतः त्यांना उद्देशूनच वांचिनाथन अय्यर या क्रांतिकारकांनी आपल्या चिड्डीत (पत्रात) लिहिले होते की, ... प्रत्येक हिंदी मनुष्य आज इंग्रजांना या देशातून हाकलून देऊन स्वराज्य व सनातन धर्म यांचा पुनरुद्धार करण्याचा आपापल्या परीने प्रयत्न करीत आहे. श्रीराम, श्रीकृष्णा, अर्जुन, शिवाजी महाराज, गुरु गोविंदसिंह या भारतीय प्रशासकांनी आपल्या शासन व्यवस्थेत सर्वच धर्मांचे आदराने संरक्षण केले होते; परंतु आज इंग्रज लोक पंचम जॉर्जला या भूमीवर राज्याभिषेक करून आमच्या धर्मावर आघात करीत आहेत. इंग्रजी राज्यशासन देशाला रसातळास नेत आहे. या शासनात परिवर्तन घडवून आणण्याचा एकच खरा मार्ग आहे व तो म्हणजे भारतातील प्रशासक इंग्रजांना कंठस्नान घालणे हा. माझ्यापुरते ते दायित्व या हत्येने पार पाडावयाचे आहे. तीन सहस्र मद्रासी बंधूंनी अशी प्रतिज्ञा केली आहे की, इंग्रजांचा राजा पंचम जॉर्ज याने भारताच्या भूमीवर पाय ठेवताच त्याला ठार मारून आपली या सत्तेतील परिवर्तनाची इच्छा व्यक्त करावी. ही इच्छा जनतेच्या हद्दयापर्यंत पोहोचविण्याचा अनिवार्य मार्ग म्हणून मी हे कार्य केले. धन्य ते स्वातंत्र्यवीर वांचिनाथन अय्यर ज्यांनी आपल्या भारतमातेच्या चरणी जीवित १७ जून १९११ रोजी समर्पित केले.

—**गिरीष चिटणीस**

भारत आज स्वच्छ आणि शाश्वत ऊर्जेकडे मोठ्या वेगाने वाटचाल करत आहे, केंद्र सरकारने जागतिक स्तरावर पर्यावरण बदलासाठी २०३० पर्यंत ५०० गिगावॅट नॉन-फॉसिल ऊर्जा क्षमता उभारण्याचे ध्येय जाहीर केले आहे. सौरऊर्जा ही या परिवर्तनाचा मुख्य आधार बनली आहे. मार्च २०२६ पर्यंत भारतात सुमारे १५० गिगावॅट सौरऊर्जा क्षमता उभारली गेली आहे. ही प्रगती नक्कीच जागतिक स्तरावर अभिमानाची आहे, पण त्यातून एक अति महत्त्वाचा प्रश्न समोर येतो ते म्हणजे सौरऊर्जा वाढवून आपल्या भारताची वीज व्यवस्था स्थिर विश्वासाठी आणि चोवीस तास अविरत किफायतशीर पद्धतीने चालू राहील का? याला उत्तर आहे सध्याच्या परिस्थितीत पर्याय सोपा नाही आणि आपल्याकडे असलेल्या उपलब्ध तंत्रज्ञानात

स्वस्त तर नक्कीच नाही. सौरऊर्जा उत्तम पर्याय आहे, पण ही ऊर्जा सतत उपलब्ध नाही. सौरऊर्जा उत्पादन फक्त सूर्यप्रकाशातच होते. साधारणपणे सकाळी १० ते दुपारी ४ या वेळेत उत्पादन जास्त असते, तसेच ढगाळ आणि पावसाच्या वाता- वरणात कमी, सर्वसाधारणपणे भारतात विजेची मागणी सर्वाधिक केव्हा असते? सकाळी कामकाज सुरू होतांना, संध्याकाळी आणि रात्री सर्वात जास्त विजेची मागणी असते, म्हणजेच सौर ऊर्जेमार्फत दिवसा वीज जास्त तयार होते, पण ग्राहकांची मागणी मात्र रात्री जास्त असते. यामुळे जर आपण पूर्णपणे सौर ऊर्जे वर अवलंबून असू तेव्हा ‘दिवसाची अतिरिक्त वीज’ आणि ‘रात्रीची कमतरता’ अशी परिस्थिती निर्माण होते. मग सध्या रात्री वीज कोण पुरवते, तर कोळसा आधारित वीज प्रकल्प जलविद्युत प्रकल्प, गॅस आणि डिझेल आधारित प्रकल्प, अणुऊर्जा प्रकल्प, आजही भारतातील बहुतेक वीजपुरवठ्यावरील खोतांवर आधारित आहे. महत्त्वाची बाब म्हणजे, भारताच्या स्थापित ऊर्जा क्षमतेमध्ये कोळसा व इतर प्रकल्पांचा वाटा सुमारे ४३% असला तरी ते अजूनही देशाच्या ७०% पेक्षा जास्त वीज निर्मिती करतात, कारण ते सतत चालू ठेवता येतात. याचाच अर्थ असा की सौरऊर्जा वाढली की, ग्रीडचे प्रमाण बिघडून उपलब्धतेनुसार ग्रीडवर ताण येतो. ग्रीडमध्ये सौरऊर्जा जास्त प्रमाणात आल्यावर,

ही प्रामुख्याने बद्धकोष्ठता आणि चुकीच्या जीवनशैलीमुळे होणारी समस्या आहे। यापासून सुटका मिळवण्यासाठी आहारात फायबरचे प्रमाण वाढवणे, भरपूर पाणी पिणे, आणि नियमित व्यायाम करून पचनक्रिया सुधारणे अत्यंत आवश्यक आहे –फायबरयुक्त आहार: आहारात हिब्र्या भाज्या, ताजी फळे (उदा. पपई, केळी), आणि तुणधान्यांचा समावेश करा। जास्तीत जास्त हालचाल: सतत एकाच जागी बसून राहणे टाळा। नियमित व्यायाम, चालणे

दिवसा, पारंपरिक वीज प्रकल्पांची गरज कमी होते व संध्याकाळी, सूर्यास्त होताच सौरऊर्जा पूर्णपणे बंद होते, मग ग्रीडला काही मिनिटांत मोठ्या प्रमाणावर इतर प्रकल्प सुरू करावे लागतात. यालाच तांत्रिक भाषेत ऊॅलज़ उीॉंशि म्हणतात. डक कर्व्ह म्हणजे असा आलेख (ग्राफ) ज्यामध्ये दुपारच्या वेळी सौरऊर्जेचे उत्पादन खूप जास्त असल्यामुळे ग्रीडवरील निव्वळ मागणी कमी होते, त्यामुळे आलेखात पोटासारखा खोल भाग दिसतो आणि सूर्यास्तानंतर सौरऊर्जा अचानक कमी झाल्यावर संध्याकाळच्या वाढत्या वीज मागणीची पूर्तता करण्यासाठी इतर खोतांकडून झपाट्याने वीज पुरवठा वाढवावा लागतो, त्यामुळे ह्याच आलेखात मानेसारखा तीव्र उंचावलेला भाग दिसतो.

सौर ऊर्जा निर्मितीचा वेग आणि ग्रीडची कसोटी



याच कारणास्तव सौरऊर्जेवर चार्जस लावले जात आहेत, कारण सौरऊर्जा कमी खर्चात पारेषित करण्यासाठी ग्रीड सप्लाय सतत चालू अस- वा लागतो, म्हणून अनेक राज्यांमध्ये सौरऊर्जे वर पुढील अतिरिक्त शुल्क आकारले जात आहेत, बँकिंग चॅर्जेस, व्हीलिंग चार्जस, क्रॉस सबसिडी अधिभार, अतिरिक्त अधिभार, ग्रीड सपोर्ट चार्जस, वीज वहन शुल्क त्यामुळेच सामान्य नागरिकांना प्रश्न पडतो, सरकार सौरऊर्जा प्रोत्साहन देते, मग हे चार्जस का? यामागचे मुख्य कारण म्हणजे, वीज वितरण यंत्रणा आणि ग्रीड प्रणाली अजून विकेंद्रित सोलर मोठ्या प्रमाणात हाताळण्यास पूर्ण सक्षम नाही. याचा अर्थ, समस्या सौरऊर्जेमध्ये नाही तर ही समस्या ग्रीड व्यवस्थेच्या तांत्रिक आणि आर्थिक समायोजनात आहे.

बद्धकोष्ठता आणि पोटाचे आजार



किंवा धावणे यांसारख्या शारीरिक हालचाली करा।सिट्झ बाथ – कोमट पाण्याने भरलेल्या टबमध्ये दिवसा- तून दोनदा १० ते १५ मिनिटे बसा। यामुळे वेदना आणि सूज कमी होते। भरपूर पाणी प्या: दिवसभरातून किमान ३ ते ४ लिटर पाणी प्या, जेणेकरून पोट साफ राहील आणि बद्धकोष्ठता होणार नाही।शौचास रोखू नका: शौचाची भावना झाल्यावर लगेच जा,

त्याग करताना जास्त जोर लावणे टाळा। खोबरेल तेल: गुदद्वाराच्या भागात खोबरेल तेल लावल्याने जळजळ आणि खाज कमी होण्यास मदत होते।

१ Doctor Tips सल्ला डॉक्टरचा

ममुक्मं.फ हा शब्द ऐकल्यावर अनेकांच्या कपाळावर आठ्ठा येतात. इंटरनेटवर मॅकॅक्नेफ अर्थात मुम्रं, तारुण्यपिटिकाच्या समस्येबद्दलची खरीखोटी माहिती दिलेली असते. जुन्याजाणत्यांच्या अनुभवांपासून ते मैत्रीपूर्ण सल्ल्यांपर्यंत, केमिस्टकडे मिळणाऱ्या औषधांपेक्षा परिणामकारक असल्याचा दावा करणाऱ्या घरगुती उपचारांपासून ते नैसर्गिक उपचारांपर्यंत साऱ्यांचा भडिमार होताना दिसतो. त्यामुळे आपल्या ममुक्मंफ्सरील उपचारांना सुरुवात करण्यापूर्वी या समस्येशी जोडलेल्या गैरसमजांपासून स्वतःला दूर नेणे आवश्यक आहे.

२ Joke विनोद

मेरा तन डोले.....



गुरूजी : सांग असत्यवादी मोठा की सत्यवादी ?
शिष्य : असत्यवादी.
गुरूजी : काहीतरी भलतंच कसं काय ?
शिष्य : सत्यवादी चार अक्षरी शब्द आहे. असत्यवादी एका अक्षराने मोठा आहे.

३ Message संदेश



Babu apni girlfriend se- darling kal ghar par aa jana koi bhi nahi hoga!
Jab ladki ghar par aati hai to sachmuch koi nahi tha.
Ladka- kya me tumhara hath tham lu?
Ladki – No thanks ! ye itna bhari nahi he!!

४ Thought सुविचार



जागृतावस्थेतील व्याधीना मित्रा हेच एकमेव औषध.

—सर्वेतिश

संस्कृत सुभाषित
जीवन्तोऽपि मृतः पन्थं व्यासेन परिकीर्तितः ।
दरिद्रो, व्याधितो, मूर्खः, प्रवासी नित्यसेवकः ॥
अर्थ
दरिद्री, रोगी, मूर्ख, प्रवासी आणि वेढबिगार कामगार हे पाचजण जिवंत असून मेल्यासारखे आहेत अशी व्यासोक्ती आहे.

आडवे शब्द

१. रावसाहेब रामराव – अथात गृहमन्त्री आबांचे नाव
६. पोलीसांवरील अधिकारी
१. ही धरून लगडी घालतात
११. छिद्र, जखम
१२. जय पराजय
१४. घोंगड्या विणणारी जमात
१६. मोठा हातोडा
१७. रम्य दृश्य
१९. धमनी
२१. मला
२४. उपहास
२५. शरीर
२७. खरकट्याचा दीग
२९. श्रीकृष्णाचे एक नाव
३१. वचक, भीती
३२. हिंदीत शरीर
३३. बारीक झिणझिण
३५. वाक्बगार
३७. अभिमन्यूला ठार मारणारा
३९. फायदा
४०. दहा अब्ज ही संख्या
४१. लाज
४३. रसाळ
४५. मूळ अर्थ शहाणा, सुंदर आणि प्रचलित अर्थ शहरी
४६. जाणे-येणे, वहिवाट
४८. पायताग
४९. सीतेची जुळी मुले
५१. खदक
४३. म--- रे झूट मत बोलो, खुदा के पास जान हैफ
५४. पौराणिक आयुध
५५. ओझी उचलणारा
५७. सत्त्व
५९. जोखीम
६१. वाई-महाबळेश्वरमधील प्रसिद्ध घाट
६२. पोहणे
६४. गवताचे रूंद पान

६५. निवासस्थान
६६. मत देणारा
६८. उत्पन्नातील सरकारी हिस्सा
६९. भित्रा, पळ काढणारा
७०. कुलीन
७२. जाणकार
७५. पालव
७७. दीग
७९. रक्तवाहिन्या
८०. जमीनदार
८१. कमीतकमी, निदान एवढे तरी!

उभे शब्द

१. संरक्षण
२. बाहेरच्या विरुद्ध
४. धरणातील पाणीसाठ्याचा प्रदेश
५. छोट्टी
६. सैनिक
७. जपणे
८. आवड
९. घडू, तणावाची स्थिती
१०. उष्ण
१३. प्रजा
१५. दृष्टीभेट
१६. गर्द, गच्च
१८. वेगाने
२०. शीतपेय
२२. सोनिया गांधी यांचे दिल्लीतील निवासस्थान या मार्गावर आहे
२३. खरे तर हे काही जेवण नव्हे!
२६. सापाला कधी धाकला म्हणू नये आणि याला आपला!
२८. माज
३०. आवाज, गोंगाट
३४. डोळ्यात तेल घालून कार्याचे काम
३५. विनाश
३६. राजालाही इथे नतमस्तक व्हावे लागते
३८. मृत्यूचा राजा
४१. संभवनीय
४२. पारशी जनतेचा वर्षाभं दिन

४४. नूतन
४७. माळी, बागवान
५०. काढलेली खोडी
५२. जाडसर पीठ
५३. सर्व
५४. मारुती, भीम
५५. हिंदुस्थानी
५६. उपस्थित
५८. उत्सवाचे दिवस
६०. च्या बदल
६३. तरतूद
६४. साडी
६५. जाल्याचा आवाज
६६. मधुमाक्षिका
६७. शील, उदारता
६८. गव्हाचे बारीक पीठ
६९. पुन्हा
७१. नवरा
७३. नवरत्नांपैकी एक
७६. खेडे
७६. फितुरी
७७. भूपती
७८. माळ, हार

आडवे उतवे

१.आर.आर. पाटील
६.फौजदार
९.तंगडी
११.क्षत
१२.हारजीत
१४.सनगर
१६.घण
१७.विलोभनीय
१९.नस
२१.मज
२४.र.र
२५.तन
२७.रमराट
२९.दामोदर
३१.धाक
३२.बदन
३३.रवरव
३५.सराईत
३७.जयद्रथ
३९.लाभ
४०.खर्व
४१.शरम
४३.रसवान
४५.नागर
४६.राबता
४८.वहाण
४९.लवकुश
५१.चर
५३.सजन
५४.गदा
५५.भारवाहक
५७.कस
५९.जबाबदारी
६१.पसरणी
६२.जलतरण
६४.पात
६५.घर
६६.मतदार
६८.आयकर
६९.पळपुटा
७०.घरंदाज
७३.माहितागार
७५.पदर
७७.रास
७९.शीरा
८०.वतनदार
८१.गेला बाजार

उभे उक्ते

१.रक्षण
३.आत
४.पाणलोट
५.तलहानी
६.फौजी

मनोरंजक महाशब्दकोड्यांचा समाचार

१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०		
	११			१२	१३		१४	१५			
१६			१७	१८		१९	२०		२१	२२	
		२३	२४	२५	२६	२७	२८				
२९		३०		३१		३२					
		३३	३४	३५		३६	३७	३८			
४२		४३		४४	४५		४६	४७			
४८			४९	५०		५१	५२	५३			
			५४		५५		५६	५७	५८		
५९	६०			६१			६२	६३			
				६४			६५				
६६	६७			६८							
			६९			७०	७१				
७२	७३		७४			७५	७६		७७	७८	
७९			८०				८१				

७.जतन
८.रस
९.तंग
१०.गरम
१३.रयत
१५.नजरानजर
१६.घनदात
१८.भरधाव
२०.सरबत
२२.जनपथ
२३.उदभरण
२६.नवरा
२८.मद
३०.रव
३४.रखवालद-
री
३५.सर्वनाश
३६.ईश्वरचरणी
३८.यम

राज
४१.शक्य
४२.नवरोज
४४.नव
४७.बनकर
५०.कुरापत
५२.रवा
५३.सकल
५४.गदाधर
५५.भारतीय
५६.हजर
५८.सणवार
६०.बाबत
६३.तजवीज

६४.पातळ
६५.घरघर
६६.मधमाशी
६७.दानत
६८.आटा
६९.परत
७१.दादला
७३.हिरा
७४.गाव
७६.दगा
७७.राजा
७८.सर

महामंडळ बचाव अपक्ष संघ (तिसरी आघाडी) ची स्थापन



लातूर/प्रतिनिधी: अखिल भारतीय मराठी चित्रपट महामंडळाच्या आगामी निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर महामंडळ बचाव अपक्ष संघ (तिसरी आघाडी)ची स्थापना करण्यात आली असून, भ्रष्टाचारमुक्त, पारदर्शक आणि सभासदकेंद्रित कारभारासाठी ही आघाडी निवडणुकीच्या रिंगणात उतरली आहे.

आघाडीच्या पदाधिकाऱ्यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, महामंडळातील वाढता भ्रष्टाचार, अंतर्गत वाद, न्यायालयीन प्रकरणे आणि अपारदर्शक कारभारामुळे सभासदांचा संस्थेवरील विश्वास कमी झाला आहे. हा विश्वास पुन्हा निर्माण करण्यासाठी तसेच सर्वसामान्य सभासदांच्या प्रश्नांना न्याय देण्यासाठी अपक्ष उमेदवारांनी एकत्र येत तिसरी आघाडी स्थापन केली आहे.

या आघाडीत चित्रपटसृष्टीतील विविध क्षेत्रांमध्ये अनेक वर्षे कार्यरत असलेल्या अनुभवी व्यक्तींचा समावेश आहे. मात्र निवडणुकीच्या राजकारणात हे उमेदवार नवे चेहरे असल्याचे सांगण्यात आले. कोणत्याही गटाच्या किंवा मोठ्या पॅनलच्या प्रभावाखाली न राहता स्वतंत्र आणि लोकाभिमुख कारभार करण्याचा निर्धार आघाडीने व्यक्त केला आहे.

महामंडळ बचाव अपक्ष संघ (तिसरी आघाडी)चे उमेदवार व निवडणूक चिन्हे पुढीलप्रमाणे : अमोल अरविंद भावे (दिग्दर्शक विभाग) – फेटा संतोष मारुतीराव शिंदे (अभिनेता विभाग) – मोरपीस अवधुत मनोहर जोशी (दिग्दर्शक विभाग) – गिटार मनोज उदयसिंह मराठे (निर्मिती व्यवस्था विभाग) – मोटारगाडी

शरद निवृत्ती लोणकर (प्रसिद्धी विभाग) – तबला महादेव यशवंत शिरोळकर (निर्माता विभाग) – शिड्डी मानसिंग परशुराम कदम (निर्माता विभाग) – छत्री उल्हास भालचंद्र नांदे (कलादिग्दर्शक विभाग) – पाटी सभासदांनी सकारात्मक बदलासाठी आणि पारदर्शक, लोकाभिमुख महामंडळाच्या निर्मितीसाठी तिसऱ्या आघाडीच्या उमेदवारांना पाठिंबा द्यावा, असे आवाहन आघाडीच्या वतीने करण्यात आले आहे. महामंडळ हे सर्व सभासदांचे आहे, काही मोठ्या व्यक्तींचे नाही, अशी भूमिका यावेळी आघाडीने मांडली.

पीएम सूर्यधर वीज योजनेच्या अंमलबजावणीत महाराष्ट्राला केंद्र शासनाचे तब्बल आठ पुरस्कार

दोन वर्षांच्या कामगिरीमध्ये देशात आघाडीवर; नागपूरही चमकले



मुंबई/प्रतिनिधी: केंद्र शासनाच्या प्रधानमंत्री सूर्यधर मोफत वीज योजनेमध्ये गेल्या दोन वर्षात केलेल्या कामगिरीसाठी केंद्र शासनाच्या नवीन आणि नवीकरणीय ऊर्जा मंत्रालयाकडून महाराष्ट्राचा गुरुवारी (दि. ४) विविध वर्गवारीमध्ये तब्बल आठ पुरस्कारांनी गौरव करण्यात आला. देशात इतर राज्यांच्या तुलनेत हे सर्वाधिक पुरस्कार आहेत. छतावरील सौर प्रकल्पांची संख्या, नागपूर, जळगाव, पुणे जिल्ह्यांची देशात आघाडी आणि 'मॅथ ऑफ सोलर'मध्ये केलेल्या उल्लेखनीय कामगिरीबद्दल महाराष्ट्राचा हा सन्मान करण्यात आला.

नवी दिल्लीतील अटल अक्षय ऊर्जा भवनात आयोजित राष्ट्रीय परिषदेमध्ये केंद्रीय नवीन आणि नवीकरणीय ऊर्जामंत्री श्री. प्रल्हाद जोशी यांच्याहस्ते महावितरणचे कार्यकारी संचालक श्री. धनंजय औढेकर, मुख्य अभियंता श्री. दिलीप दोडके (नागपूर), अतिरिक्त कार्यकारी अभियंता श्री. राहुल सोनटके यांनी हे पुरस्कार स्विकारले. यावेळी नवीन आणि नवीकरणीय ऊर्जा सचिव श्री. संतोषकुमार सारंगी उपस्थित होते.

येत्या मार्च २०२७ पर्यंत देशभरात १ कोटी घरांवर सौर ऊर्जा प्रकल्प बसवण्याचे उद्दिष्ट ठेवून पंतप्रधान श्री. नरेंद्र मोदी यांच्या मार्गदर्शनात फेब्रुवारी २०२४ मध्ये ही योजना सुरू करण्यात आली. अनेक्या दोन वर्षात देशातील ४० लाखांहून अधिक कुटुंबांना या योजनेचा लाभ मिळाला आहे. महाराष्ट्र राज्यानेही मुख्यमंत्री श्री. देवेंद्र फडणवीस यांच्या मार्गदर्शनात या योजनेच्या अंमलबजावणीमध्ये मोठी आघाडी घेतली आहे.

राज्याच्या अपर मुख्य सचिव (ऊर्जा) आभा शुक्ला, महावितरणचे अध्यक्ष व व्यवस्थापकीय संचालक लोकेश चंद्र यांनी पीएम

आमचे ग्रीन लातूर वृक्ष फाऊंडेशन सदस्यांचे सलग सात तास श्रमदान २५६२ व्या अखंड दिवसानिमित्ताने २५६२ झाडे लावून सर्व झाडांना पाणी दिले

लातूर/प्रतिनिधी: बाराही महिने तीनशे पासष्ट दिवस दररोज वृक्ष लागवड वृक्ष संवर्धन करणारा ग्रुप म्हणून ग्रीन लातूर वृक्ष फाऊंडेशनची ओळख आहे. वर्षातून फक्त एक दिवसाचा कुठलाही इव्हेंट न करता प्रत्यक्षात दररोज कार्य सुरू असते. शुक्रवार ०५.०६.२६ रोजी सन्माननीय जिल्हाधिकारी साहेब, मनपा लातूर च्या सन्माननीय महापौर मॅडम, शहरातील १६-१७ वेगवेगळ्या संस्था, कृषी महाविद्यालयचे सन्माननीय प्राचार्य व विद्यार्थी, परभणी कृषी विद्यापीठचे सन्माननीय माजी कुलगुरू, पोद्दार इंटरनॅशनल चे शिक्षक व शालेय विद्यार्थी, शहरातील वृक्ष प्रेमी नागरिक, बाहेर गावहून आलेले वृक्ष प्रेमी, भारतीय जनता पार्टी युवा मोर्चा सन्माननीय अध्यक्ष व शासकीय भारतीय जनता पार्टीचे सन्माननीय शहर अध्यक्ष, शासकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था प्राचार्य व विद्यार्थी, रोटरी क्लब चे सन्माननीय डिस्ट्रिक्ट गव्हर्नर, रोटरी क्लब ऑफ लातूर

मिड टाऊन चे सन्माननीय अध्यक्ष व पदाधिकारी, रोटरी क्लब सॅटेलाईट क्लब आदिशक्ती, एस ओ एस बालग्राम अधिकारी, विद्यार्थी, युनिक फाऊंडेशन पुणे चे सन्माननीय संचालक, अमूल चे मार्केटिंग अधिकारी, ज्येष्ठ नागरिक संघ सदस्य, सिद्धेश्वर व्यायाम संघ सदस्य, थालसिमिया सपोर्ट ग्रुप चे सन्माननीय पदाधिकारी व थालसिमिया ग्रस्त बालक व पालक, सायकलिस्ट क्लब लातूर चे सदस्य या सर्वांच्या उपस्थितीत जागतिक पर्यावरण दिवस एस ओ एस बालग्राम व शासकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था या दोन ठिकाणी वृक्षारोपण करून उत्साहाने साजरा करण्यात आला.

लावलेल्या २५६२ झाडांमध्ये वड पिंपळ आवळा आंबा चिक्कु सिताफळ अंजीर पेरू सफरचंद करवंद लिंबू फणस बांबू करंज मोहगनी या वृक्षांचा समावेश आहे. वृक्षारोपण उपक्रमाकरिता आलेल्या सर्व पाहुण्यांचे कापडी पिशव्या झाड फुलांचे झाड व चिमणीचे



घरटे देऊन स्वागत करण्यात आले.

याबरोबरच पाणी आडवा पाणी जिरवा या उपक्रम अंतर्गत खोदलेल्या चारी ची जिल्हाधिकारी साहेब यांनी पाहणी करून उपयुक्त असे मार्गदर्शन केले.

रोटरी क्लब ऑफ लातूर मिड टाऊन, आमच ग्रीन लातूर वृक्ष फाऊंडेशन यांच्या संयुक्त विद्यमाने व एसओएस बालग्राम, औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था, भारतीय जनता पार्टी युवा मोर्चा यांच्या सहकार्याने २५६२ वृक्ष रोपण उपक्रम संपन्न झाला.

वृक्षारोपण उपक्रमाकरिता परिसराची स्वच्छता, खड्डे खोदणे, झाडांची वाहतूक, झाडे लावणे, झाडे लावल्यानंतर झाडांना भरपूर पाणी देणे ही सर्व कामे ग्रीन लातूर वृक्ष फाऊंडेशन सदस्यांनी सांघिक कार्यातून संपन्न केली. याकरिता ग्रीन लातूर वृक्षचे २२ सदस्य सलग आठ दिवस कार्यरत होते.

ऑक्टोबर २०२५ ते मे २०२६ पर्यंत लातूर शहरातील प्रत्येक भागामध्ये शक्य तितक्या सर्व झाडांना दररोज सरासरी तीन टँकर याप्रमाणे ७२० टँकरद्वारे झाडांना पाणी देऊन झाड

हिरवीगार ठेवण्याचा पूर्ण प्रयत्न ग्रीन लातूर वृक्ष सदस्यांनी केला, याचाच परिणाम म्हणून लातूर शहरातील सगळी मुख्य रस्ते भर उन्हाळ्यात देखील हिरवीगार दिसतात.

मागील २५६२ दिवसांमध्ये शहरातील सर्व झाडांचे संगोपन कार्य, झाडांच्या छाटण्यात करणे, झाडाभोवतीचा केरकचरा काढणे, खराब झालेली झाडे वारंवार बदलणे त्या ठिकाणी नवीन झाडे लावणे, झाडांच्या भोवतीच्या जाळ्या काढणे, झाडावरील खिळे काढणे अशी सर्व कामे आमच ग्रीन लातूर वृक्ष फाऊंडेशन सदस्य करत आहे.

आज ग्रीन लातूर वृक्ष फाऊंडेशन मध्ये कार्य करणाऱ्या सक्रिय सदस्यांची संख्या जवळपास १०० च्या वरती गेलेली आहे.

जून २०२६ ते मे २०२७ या नवीन पर्यावरण वर्षांमध्ये आणखी ४० हजार लाहान मोठी झाडे लावण्याचा संकल्प आमचं ग्रीन लातूर वृक्ष फाऊंडेशन सदस्यांनी केला आहे.

महापारेषणच्या ‘मिशन वेस्ट टू वेल्थ’मधून गरजू विद्यार्थ्यांना मदतीचा हात जागतिक पर्यावरण दिनी नवजीवन शाळेला दैनंदिनी, शालेय बॅग आणि रेनकोटसाठी आर्थिक मदत

मुंबई/प्रतिनिधी: पर्यावरण संरक्षण, पुनर्वापर आणि सामाजिक बांधिलकी यांचा सुंदर संगम घडवित महाराष्ट्र राज्य विद्युत् पारेषण कंपनी (महापारेषण) आणि वेंसेक इंडिया यांच्या संयुक्त विद्यमाने जागतिक पर्यावरण दिनानिमित्त ठाण्यातील नवजीवन प्राथमिक शाळेतील विद्यार्थ्यांना विविध शैक्षणिक साहित्याचे वाटप करण्यात आले. महापारेषणच्या मिशन वेस्ट टू वेल्थ अभियानांतर्गत हा उपक्रम राबविण्यात आला.

अपर जिल्हाधिकारी तथा महापारेषणच्या कार्यकारी संचालक (मानव संसाधन) श्रीमती सुचिता भिकाने यांच्या हस्ते विद्यार्थ्यांना दैनंदिनींचे वाटप



करण्यात आले. यावेळी महापारेषणचे महाव्यवस्थापक (मानव संसाधन) श्री. राजू गायकवाड, सल्लागार श्री. विकास सोनार, वेंसेक इंडियाचे प्रमुख श्री. विजयकुमार कट्टी, नवजीवन प्राथमिक

शाळेचे प्रमुख श्री. जितेंद्र बजाज, मुख्याध्यापिका श्रीमती शीला पाटील, श्रीमती अश्विनी तेरकर तसेच विद्यार्थी उपस्थित होते.

यावेळी श्रीमती सुचिता

भिकाने यांनी शाळेतील विद्यार्थ्यांसाठी ३५० शालेय बॅग आणि पावसाळी शूज देण्याची घोषणा केली. तसेच अपर जिल्हाधिकारी तथा कार्यकारी संचालक (मानव संसाधन) श्रीमती सुचिता भिकाने, महापारेषणचे महाव्यवस्थापक (मानव संसाधन) श्री. राजू गायकवाड आणि सल्लागार श्री. विकास सोनार यांनी विद्यार्थ्यांच्या रेनकोटसाठी आर्थिक मदत सुपूर्द केली.

दरम्यान, महापारेषणने पर्यावरण संरक्षणासाठी प्लास्टिकमुक्ती अभियान आणि कपडे पुनर्वापर अभियान हाती घेतले आहे. अधिकारी व कर्मचाऱ्यांकडून जुने कपडे, शूज, चप्पल, वहाडा, नोटबुक, जुने कागद, डायच्या, प्लास्टिक पिशव्या

आणि इतर पुनर्वापर योग्य वस्तूंचे संकलन करण्यात येणार आहे. या वस्तूंचा पुनर्वापर करून गरजू घटकांना मदत करण्याबरोबरच पर्यावरण संवर्धनालाही हातभार लावण्याचा उद्देश आहे.

नवजीवन प्राथमिक शाळा ही शिक्षणापासून वंचित आणि आर्थिकदृष्ट्या दुर्बल घटकांतील मुलांसाठी कार्यरत असून, विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक, सामाजिक आणि सांस्कृतिक विकासासाठी विविध उपक्रम राबविते. महापारेषण आणि वेंसेक इंडियाच्या या उपक्रमांमुळे अनेक विद्यार्थ्यांच्या चेहऱ्यावर आनंद फुलला असून, पर्यावरण संवर्धनासोबतच सामाजिक उत्तरदायित्वाचेही प्रभावी उदाहरण बनले आहे.

१९८१ च्या बॅचची दयानंद शिक्षण संस्थेस आत्मीय भेट गुरुजनांच्या आठवणींनी दाटले वातावरण

लातूर/प्रतिनिधी: दयानंद शिक्षण संस्थेच्या कला व वाणिज्य महाविद्यालयाच्या १९८१ च्या बॅचमधील माजी विद्यार्थ्यांनी नुकतीच महाविद्यालयास आत्मीय भेट देत आपल्या विद्यार्थी जीवनातील आठवणींना उजाळा माजी विद्यार्थी सेवानिवृत्त न्यायाधीश श्री जोशी जे. के, श्री नरसिंह शेरखाने पोलिस अधीक्षक महाराष्ट्र राज्य अनुसूचित जाती जमाती आयोग, सामाजिक कार्यकर्त्या श्रीमती सुभद्रा रेड्डी, सेवानिवृत्त प्राचार्य श्री. जाधव तानाजी, सेवानिवृत्त नायब तहसीलदार सुनील जोशी, श्री. विनोद राठी, श्री. शिवाजी पवार, श्री अपरसिंगेकर रवींद्र यांनी दिला. विशेष म्हणजे श्रीमती नंदिनी देशमुख, श्रीमती नीता अंधारे, श्रीमती ज्योती मिते या आदर्श गृहिणी म्हणून यांचा महाविद्यालयास सार्थ अभिमान आहे. सुमारे चार दशकांनंतर पुन्हा एकदा महाविद्यालयाच्या परिसरात एकत्र आलेल्या माजी विद्यार्थ्यांनी वर्गखोल्या, ग्रंथालय तसेच विविध विभागाना भेट देत जुन्या आठवणींना उजाळा दिला.

माजी विद्यार्थ्यांनी त्यांनी



शिक्षण घेतलेल्या वर्गखोल्यांमध्ये जाऊन त्या काळातील शैक्षणिक वातावरण, शिक्षकांचे मार्गदर्शन, सांस्कृतिक उपक्रम आणि मित्रमैत्रीणींसोबत घालवलेले क्षण यांची मनमोकळी उजळणी केली. वर्गात बसून अनेकांनी विद्यार्थीदशेतील संस्मरणीय प्रसंग सांगितले. महाविद्यालयाने दिलेल्या शिक्षणामुळे आणि गुरुजनांच्या संस्कारांमुळेच जीवनात यशस्वी वाटचाल करता आली, अशा भावना त्यांनी व्यक्त केल्या.

यावेळी माजी विद्यार्थ्यांनी आपल्या आवडत्या शिक्षकांच्या आठवणींना

या प्रसंगी कला महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. शिवाजी गायकवाड, उपप्राचार्य डॉ. दिलीप नागरगोजे, वाणिज्य महाविद्यालयाच्या प्राध्यापिका डॉ.मनीषा आष्टेकर, डॉ. साईनाथ उमाटे, अधीक्षक श्री. संजय व्यास, श्री. रामकिशन शिंदे, श्री. सचिन वांगस्कर आणि श्री. प्रमोद मुंगळे उपस्थित होते. त्यांनी माजी विद्यार्थ्यांशी संवाद साधून महाविद्यालयाच्या प्रगतीची माहिती दिली तसेच त्यांच्या आठवणी जाणून घेतल्या.

१९८१ च्या बॅचची ही भेट केवळ पुनर्मिलन नव्हे, तर गुरू-शिष्य नात्याचा सन्मान, महाविद्यालयाबद्दलची कृतज्ञता आणि जपलेल्या मैत्रीचे दर्शन घडविणारा एक भावनिक आणि संस्मरणीय सोहळा ठरला. जुन्या आठवणींच्या सहवासात घालवलेले हे क्षण सर्व माजी विद्यार्थ्यांच्या मनात कायमचे कोरले गेले. शेतकऱ्यांना महावितरण मोबाईल अ‍ॅप व वेबसाईट, २४ तास सुरू राहणारे टोल फ्री क्रमांक आणि संबंधित पुरवठादार कंपनीच्या वेबसाईटवर तक्रार करण्याची सोय उपलब्ध आहे.

प्रो. जडे यांचे खबरी शिक्के
कॉम्प्युटर नॉयलॉन खबर असलेले
टिकाऊ खबरी शिक्के
तयार करून मिळतील.



शाखा १.
जडे-भारत प्रिंटींग प्रेस, मेनरोड, लातूर
शाखा २.
जडेऑफसेट प्रिंटर्स, मित्र नगर, लातूर
संपर्क: (०२३८२) २४२६०८, २४५४०९

जागतिक पर्यावरण दिनानिमित्त ऐतिहासिक गंजगोलाईत वृक्षारोपण व कापडी पिशवी वॅडिंग मशीनचे उद्घाटन

प्लास्टिक मुक्तीसाठी लातूर शहर महानगरपालिका आणि आयएमएचा स्तुत्य उपक्रम; जिल्हाधिकारी डॉ. भारत बास्टेवाड यांची प्रमुख उपस्थिती

लातूर/प्रतिनिधी: जून या 'जागतिक पर्यावरण दिना'चे औचित्य साधून लातूर शहराचे वैभव असलेल्या ऐतिहासिक गंजगोलाई परिसरात आज वृक्षारोपण आणि प्लास्टिक मुक्तीचा संदेश देणाऱ्या विविध उपक्रमांचे मोठ्या उत्साहात आयोजन करण्यात आले. लातूरचे जिल्हाधिकारी डॉ. भारत बास्टेवाड आणि मनपा आयुक्त श्रीमती मानसी यांच्या प्रमुख उपस्थितीत हा कार्यक्रम पार पडला. यावेळी गंजगोलाईत वृक्षारोपण करण्यासोबतच नागरिकांना मोफत कापडी पिशव्यांचे वाटप करून पर्यावरण संवर्धनाचा जागर करण्यात आला.

या विशेष कार्यक्रमासाठी लातूर शहर महानगरपालिकेच्या उपायुक्त श्रीमती वसुधा फड यांच्यासह महानगरपालिकेचे अधिकारी व कर्मचारी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. शहरात हिरवळ वाढावी आणि पर्यावरणाचे संतुलन राखले जावे, या उद्देशाने सर्व मान्यवरांच्या हस्ते गंजगोलाई परिसरात वृक्षारोपण



करण्यात आले. तसेच, वाढत्या प्लास्टिक प्रदूषणाला आळा घालण्यासाठी आणि नागरिकांमध्ये जनजागृती करण्यासाठी जिल्हाधिकारी डॉ. बास्टेवाड व आयुक्त श्रीमती मानसी मीना यांच्या हस्ते नागरिकांना कापडी



पिशव्यांचे वाटप करण्यात आले. इंडियन मेडिकल असोशिएशन आयएमए मार्फत कापडी पिशवी वॅडिंग मशीनची भेट पर्यावरणाच्या या महत्त्वपूर्ण चळवळीत

'इंडियन मेडिकल असोशिएशन'च्या आयएमए लातूर शाखेनेही मोलाचा वाटा उचलला. आयएमए लातूरचे अध्यक्ष डॉ. हर्षवर्धन राऊत, सचिव डॉ. विश्रंती भारती आणि इतर वैद्यकीय पदाधिकाऱ्यांच्या पुढाकारातून

प्रशासनाला एक अद्ययावत कापडी पिशवी वॅडिंग मशीन देण्यात आले.

या नाविन्यपूर्ण वॅडिंग मशीनचे रीतसर उद्घाटन मा. जिल्हाधिकारी डॉ. भारत बास्टेवाड आणि मनपा आयुक्त श्रीमती मानसी मीना मंडम यांच्या हस्ते करण्यात आले. या मशीनमुळे बाजारात येणाऱ्या नागरिकांना अत्यंत नाममात्र दरात किंवा सहजपणे कापडी पिशव्या उपलब्ध होणार असून, दैनंदिन व्यवहारातील प्लास्टिक पिशव्यांचा वापर कमी होण्यास मोठी मदत होणार आहे.

महानगरपालिका प्रशासन आणि आयएमए डॉक्टर बांधवांच्या या संयुक्त उपक्रमामे लातूरकरांकडून मोठे कौतुक होत आहे. लातूर शहर प्रदूषणमुक्त, स्वच्छ आणि हरित ठेवण्यासाठी शहरातील प्रत्येक नागरिकाने प्लास्टिकचा वापर टाळून कापडी पिशव्यांचा वापर करावा, असे आवाहन यावेळी प्रशासनाच्या वतीने करण्यात आले आहे.

लाच मागितली नाही.. आरटीओचा खुलासा: वाहन चालकावर गुन्हा दाखल

लातूर/प्रतिनिधी: परराज्यातील प्रवासी बसवर दंडात्मक कारवाई करताना परिवहन विभागाच्या पथकाने लाच मागितल्याची सोशल मीडिया आणि काही वृत्त माध्यमांमध्ये प्रसारित झालेली बातमी चुकीची, दिशाभूल करणारी असल्याचे उप प्रादेशिक परिवहन अधिकारी कार्यालयाने स्पष्ट केले आहे. ४ जून २०२६ रोजी सकाळी

८:३९ वाजता परराज्यातील नोंदणी असलेल्या एआर-२०-डी-३७८६ या खासगी प्रवासी बसवर महाराष्ट्र राज्याचा परवाना नसणे, कर न भरणे आणि मोटार वाहन कायद्याचे उल्लंघन केल्याप्रकरणी कारवाई करून ३५ हजार ९६० रुपयांचा दंड आकारण्यात आला होता. तपासणी दरम्यान पथकाने लाच मागितल्याचा दावा निराधार असून, संबंधित वाहनधारकाने

दंडाची ही सर्व रक्कम ऑनलाईन पद्धतीने शासनाकडे जमा केली आहे.

या वाहनावर यापूर्वीही ७ एप्रिल २०२६ रोजी ३ हजार ६५० रुपये, १३ मे २०२६ रोजी ३ हजार रुपये आणि १९ मे २०२६ रोजी ३५ हजार ९६० रुपयांचा दंड आकारण्यात आला होता, जो वाहनधारकाने नियमानुसार ऑनलाईन भरला आहे. या प्रकरणाबाबत

चुकीची माहिती पसरवून विभागाची प्रतिमा मलीन करण्याचा प्रयत्न करणाऱ्या संबंधित वाहन चालकावर लातूर (ग्रामीण) पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून, नागरिकांनी अशा अफवांवर विश्वास ठेवू नये, असे आवाहन उप प्रादेशिक परिवहन अधिकारी कार्यालयामार्फत करण्यात आले आहे.

नळेगाव प्राथमिक आरोग्य केंद्र आजारी

मध्य रेल्वे

सोलापूर विभाग

विद्युत TRD कामे

वरिष्ठ विभागीय विद्युत अभियंता (TRD) मध्य रेल्वे सोलापूर आणि मा. भारताच्या राष्ट्रपतींच्या वतीने, खालील कामासाठी प्रतिष्ठित, अनुभवी आणि परवानाधारक विद्युत कंत्राटदारांकडून रेल्वेच्या ई-प्रोब्युरिंग संकेतस्थळावर www.ireps.gov.in ऑनलाईन ई-निविदा मागवत आहेत. निविदा क्रमांक: **SUR/TD/T/2026/09R**; कामाचे नाव: विद्युत TRD विभागाशी संबंधित कामे - १) सोलापूर विभागात ट्रॅन्स OHE चे पारंपारिक OHE मध्ये रूपांतर करण्याचा प्रस्ताव आणि २) NRD लाईन्सची CSL वाढवण्यासाठी वाडी यार्डमधील पॉईंट आणि स्टार्टर सिग्नल सोलापूरच्या दिशेने ४० मीटर अंतरावर हलवणे. (पुन्हा निविदा मागवणे) अंदाजित खर्च: ₹.७८,९४,४४२.८४; बीड सिग्युरिटी: ५,५६,३००/-; काम पूर्ण झाल्याचा कालावधी: १२ महिने; प्रस्तावची वैधता: ६० दिवस; संकेतस्थळावर निविदा बंद होण्याची तारीख आणि वेळ: २९.०६.२०२६ रोजी १५:०० वाजता.

वरिष्ठ विभागीय विद्युत अभियंता (TRD) मध्य रेल्वे, सोलापूर

सुरक्षित प्रवास करा, फ्टरवर्डवरून प्रवास करणे टाळा.



नळेगाव/अजगर मजकुरी:- ग्रामीण भागातील नागरिकांचे आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी शासनाने प्राथमिक आरोग्य केंद्राची निर्मिती केली. मात्र, नळेगाव आरोग्य केंद्रात भौतिक सुविधांचा अभाव असल्याने आरोग्य केंद्रच स्वतः आजारी पडले आहे. आजारी आरोग्य केंद्र लोकांचा आजार दूर कसा करेल, असा प्रश्न नळेगाव व पंचक्रोशीतील गावातील लोकांना पडत आहे.वीज पुरवठा खंडित झाल्यानंतर मोबाईल बॅटरीच्या आधारेने रुग्ण तपासावे लागतात. वरीष्टांनी याकडे लक्ष देण्याची मागणी होत आहे.

चाकूर तालुक्यातील नळेगाव प्राथमिक आरोग्य केंद्र नेहमी चर्चेचा विषय ठरत आहे. कधी राजकारणाने ग्रस्त, कधी वैद्यकीय अधिकाऱ्यांच्या अनुपस्थितीने त्रस्त, तर भौतिक सुविधांचा अभाव यामुळे नळेगाव प्राथमिक आरोग्य केंद्र चक्र आजारी असल्याचा भास होत आहे. वैद्यकीय अधिकारी डॉ. गीते यांच्या अनियमित येण्याने रुग्णाची हेळसांड होत होती. त्यामुळे त्यांच्यावर कारवाई करावी, अशी मागणी होत होती. त्यांची बदली करण्यात आली. सध्या वैद्यकीय अधिकारी डॉ.ताई शिंदे काम पाहत आहेत.तिसऱ्या वैद्यकीय अधिकाऱ्याची जागा रिक्त आहे. त्याचा फटका रुग्णांना बसत

मोबाईल बॅटरीवर उपचार :

प्राथमिक आरोग्य केंद्रात सौर ऊर्जेसाठी सोलारचे प्लेट बसविण्यात आले आहेत ; मात्र बॅटरी नसल्याने तयार झालेली वीज साठवण्यात येत नाही. सध्या वीज पुरवठा खंडित झाल्यानंतर दवाखान्यात अंधार पसरतो. यावेळी रुग्णावर उपचार करण्यासाठी मोबाईल बॅटरीचा वापर केला जात आहे. सुविधा असूनही वापर केला जात नाही. लोकप्रतिनिधी व वरीष्ठ अधिकारी यांचे दुर्लक्ष होत आहे.

आहे. शल्यचिकित्सा गृह मागील एक वर्षापासून बंदच आहे. साधने आहेत, पण शस्त्रक्रिया करण्यासाठी आवश्यक असलेली इमारत नसल्याने यात कोणतीही शस्त्रक्रिया केली जात नाही. अगदी लहानसहान

प्राथमिक आरोग्य केंद्राच्या अंतर्गत येणाऱ्या गावाची संख्या जास्त आहे. याठिकाणी उपचारासाठी रुग्ण मोठ्या संख्येने येतात.ग्रामीण रुग्णालय व्हावे यासाठी अनेक वर्षांपासून मागणी आहे. रुग्णांना वेळेवर व योग्य उपचार मिळणे आवश्यक आहे. लोकप्रतिनिधी यांनी लक्ष देऊन सुधारणा करणे गरजेचे आहे.

– अशा घोणे,नळेगाव

नळेगाव प्राथमिक आरोग्य केंद्राची इमारत खूप जुनी झाल्याने नवीन इमारतीची गरज आहे. भौतिक सुविधांचा अभाव असल्याने रुग्णांची हेळसांड होत आहे. दोनच वैद्यकीय अधिकारी असल्याने रुग्णाची गैरसोय होत आहे. तिसरा वैद्यकीय अधिकारी मिळविण्यासाठी प्रयत्न सुरू आहेत.या इमारतीच्या दुरुस्तीसाठी निधी उपलब्ध करून दिला आहे. रुग्णांची गैरसोय होनार नाही याची काळजी घेतली जाईल.

– अमर पाटील, जिल्हा परिषद सदस्य, नळेगाव

शल्यक्रियेसाठी तालुका किंवा जिल्हा ठिकाणी पाठविले जात आहे. कुटुंब कल्याण शस्त्रक्रियादेखील या ठिकाणी केली जात नाही. छताचे पोपडे पडत आहेत. भिंतीला लागलेल्या टाइल्स तुटून पडत आहेत. रुग्ण आणि कर्मचारी अक्षरशः जीव

प्राथमिक आरोग्य केंद्राची इमारत जुनी आहे. याठिकाणीच्या परिस्थितीची माहिती वेळोवेळी वरीष्ठ कार्यालयाला कळविले आहे. –डॉ ताई शिंदे, वैद्यकीय अधिकारी, नळेगाव.

मुठीत घेऊन आरोग्य केंद्रात वावरत आहेत.नळेगाव प्राथमिक आरोग्य केंद्राअंतर्गत एक लाख लोकसंख्या असलेल्या गावाकऱ्यांच्या आरोग्याचे

की आजारी पडण्यासाठी जावं, असा प्रश्न नागरिकांमध्ये निर्माण होत आहे. शासनाने याकडे लक्ष देण्याची गरज आहे..

शिव छत्रपती ..

शिवराज्यभिषेक हो जन इच्छा एक मुखी छत्रपतीसिंहासनावर रयतसर्वतोपरी सुखी

हिंदवीस्वराज्य सत्या आऊउर्जा पाठिराखी भगिनी सुरक्षितसुखी उस्फुर्त बांधली राखी

हिंदु राष्ट्र स्वप्ने जपली डोळ्यांचीती पालखी शिवराय सिंह गर्जना धडकी मुगल मुलखी

सकल धर्माचा रक्षक जगदंब भक्तओळखी भगवाअस्मानी लहारे प्रतिपालक उर्ध्वमुखी

अष्टप्रधानमंडळ निमें दूरदृष्टी तीक्ष्ण पारखी मावळ्यांची महाफौज जीवलग मित्रासारखी

प्रसंग घडवी इतिहासा शौर्यनिशाण वाघनखी शिव मुद्रे वरील अक्षरे बनवे विचार अंतर्मुखी

संपूर्ण न जाणे शिवबा मनातअजून रुखरुखी अखर्वातले ते छत्रपती केल सर्वा अक्षय सुखी

–हेमंत मुसरीफ पुणे. ९७३०३०६९९६.

टोनर रिफिलिंग

फक्त ₹ ३००/-

घास्टरप्लेट

ट्रेसिंगव्हालिटी

० संपर्क ०

8600025070

9028376965

प्रिंटर पॅराडाईस

प्रिंटर रिपेअरिंग

कॉम्पॅटिबल कार्ट्रिजेस

टोनर रिफिलिंग

MAHATRANSCO

Mahatransco Solar Electricity Transmission Co. Ltd.

NOTICE FOR SRM

The Executive Engineer (Civil), EHV CCCM Division, MSETCL, Latur (the Employer) invites online (e-Tender) offers on percentage rate basis and under two bid system (technical bid and commercial bid) from civil contractors on Mahatransco E-Tendering Website <https://srmetender.mahatransco.in> for following work.

Sr. No.	Name of works	Tender No.	Estimated cost (In Rs.)/time limit/ EMD (In Rs.)	Cost of the Tender + GST (In Rs.)
1	2	3	4	5
1	The work of Various Civil Annual maintenance work at various substations, offices & other assets under EHV CCCM Subdivision Latur, Dist. Latur	MSETCL/EEC/ EHV/CCCM/LTR/ 2026-27/T-04 (RFX No. 7000040220)	Rs. 4753150.03/- 180 days / Rs. 47531.50/-	Rs. 590

Start Dt. & Time : 05.06.2026 18:00:00
End Dt. & Time : 20.06.2026 18:00:00
For further details visit our website <https://srmetender.mahatransco.in>
Contact Person :- The Executive Engineer (Civil), EHV CCCM Division, MSETCL, Latur
The undersigned reserves all the rights to accept or reject any or all tenders without assigning any reasons thereof.

Sd/-
Executive Engineer (Civil)
EHV CCCM Division, MSETCL, Latur

निलंगा नगर परिषदेमार्फत शहरात पर्यावरण दिन विविध उपक्रमांनी साजरा



निलंगा (आयुब बागवान): – निलंगा नगर परिषदेच्या वतीने निलंगा शहरात ५ जून रोजी 'विश्व पर्यावरण दिन' अत्यंत उत्साहात आणि विविध उपक्रम राबवून साजरा करण्यात आला. निसर्गाचे रक्षण करणे आणि भावी पिढीसाठी स्वच्छ व हरित पर्यावरण सुनिश्चित करणे हा या कार्यक्रमाचा मुख्य उद्देश होता. या विशेष दिनानिमित्त निलंगा नगर परिषदेच्या वतीने प्रशासकीय ईमारत परिसरात वृक्षारोपण मोहीम राबवण्यात आली. वृक्षारोपणा सोबत निलंगा नगर परिषद कार्यालय प्रांगणामध्ये स्वच्छता, वृक्षारोपण व प्लास्टीक बंदी याबाबत सामुहिक शपथ घेण्यात आली. तसेच यावेळी पर्यावरण संवर्धनाचे महत्त्व अधोरेखित करण्यासाठी पर्यावरण संरक्षण ही केवळ एक औपचारिकता नसून, ती काळाची गरज आहे. आपण सर्वांनी मिळून प्लास्टिकचा वापर टाळला पाहिजे आणि जलसंवर्धनावर भर दिला पाहिजे तसेच पर्यावरणाचे रक्षण करणे, निसर्गाचे महत्त्व समजून घेणे आणि पृथ्वीवरील वाढत्या प्रदूषणाबद्दल लोकांमध्ये जागरूकता निर्माण होणे महत्त्वाचे आहे असे आवाहन संजयराज हलगरकर, नगराध्यक्ष, निलंगा नगर परिषद यांनी केले.

तसेच मुख्याधिकारी श्री. संतोष लोमटे यांच्या नेतृत्वाखाली निलंगा शहरातील हाडगा रोड, विद्युत वितरण कार्यालय परिसरातील रस्त्याच्या दुर्ताफे स्वच्छता मोहीम राबविण्यात आली. सदर उपक्रमांमध्ये सर्व नगर परिषद अधिकारी व कर्मचारी यांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदवून रस्त्याच्या दुर्ताफे स्वच्छता केली व स्वच्छता उपक्रम यशस्वीरित्या पार पाडण्यात आला. यावेळी संजयराज हलगरकर, नगराध्यक्ष, निलंगा नगर परिषद यांनी सर्वांना प्रोत्साहीत करून सदर उपक्रमात सहभाग नोंदविला.

पर्यावरण दिनानिमित्त आयोजित विविध उपक्रमासाठी नगराध्यक्ष संजयराज हलगरकर, सन्माननीय सभापती, नगरसेवक, न.प. अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित होते.

लातूर समाचार

www.laturamachar.com

वर रोज वाचा ऑनलाईन

महावितरण		विभागीय कार्यालय, लातूर
महामंडळीय विद्युत वितरण कंपनी मॉडल		जाहीर निवेदन
सर्व विजिग्राहकांना कळविण्यात येते की दि 0७/0६/२६ रविवार रोजी सकाळी 0८:00 ते १२:00 पर्यंत VCB बदलणे च्या कामासाठी ११ के व्ही शारदा नगर. ११ के व्ही साई फिडर व ११ के व्ही मेडिकल फिडरच्या खालील भागामध्ये वीजपुरवठा बंद राहणार आहे, तरी सर्व ग्राहकांनी याची नोंद घ्यावी व महावितरणला नेहमीप्रमाणे सहकार्य करावे.		
क्र.	जाहीर तपशील	
१	११ के व्ही शारदा नगर फिडर – नवीन रेणापूर नाका कडून छत्रपती शिवाजी महाराज चौक कडे जातांना डाव्या हाताचा भाग, भिसेन नगर, अजिंठेय सिटी, मेधा सिटी, रामचंद्र नगर, मां बाप कॉलनी, बेलेबे नगर, मैत्री पार्क, मधुबन कॉलनी, मयुरबन कॉलनी, व्यंकटेश नगर, वेस्ट साइड जवळील भाग, ST वर्क शॉप कडील भाग, खोरी गल्ली, महानगरपालिका इत्यादी भागातील वीज पुरवठा बंद राहील. तरी कृपया सर्व वीज ग्राहकांनी याची नोंद घ्यावी ही विनंती. त्याचप्रमाणे सदर काम वरील वेळेपूर्वी पूर्ण झाल्यास वीज पुरवठा चालू करण्यात येईल .	
२	११ kv मेडिकल फिडर –विठ्ठल रुग्णालय मंदिर शेजारील भाग, होळकर नगर, पठाण नगर, dr कॉलनी, नवरत्न नगर, आर्वी गाव पूर्ण, अग्रवाल कारखाना शेजारील भाग, गोविंद विहार, भक्ती नगर, काथवटे नगर, बनसोडे नगर, शास्त्री नगर, कशिलिंगेश्वर नगर, नंद धाम, नवीन रेणापूर नाका शेजारील इत्यादी भागातील वीज पुरवठा बंद राहील. तरी कृपया सर्व वीज ग्राहकांनी याची नोंद घ्यावी ही विनंती. त्याचप्रमाणे सदर काम वरील वेळेपूर्वी पूर्ण झाल्यास वीज पुरवठा चालू करण्यात येईल .	
३	११के.व्ही साई फिडर – साई रोड, सरस्वती नगर, सोमवंशी नगर, महसूल कॉलनी, अंबेजोगाई रोड जिजाऊ कॉलनी नांदगाव जेल, प्रभू नगरी व रेल्वे स्टेशन पाटीमागील एरिया	
कार्यकारी अभियंता, म. रा. वि. वि. कं. म. लातूर विभाग		