

लातूर सामाचार

(सांज दैनिक)

प्रकाशन: लातूर

पोष्ट परवाना L2/RNP/OMD- 52/24-26

संस्थापक : स्व.शंकर माधव जडे (स्वातंत्र्य सैनिक)

कार्यकारी संपादक : शिवाजी दयानंद जडे

LATUR SAMACHAR

Email-dainiklaturamachar@gmail.com

इग्जची माहिती द्या, नाव गुप्त ठेवून मोठे बक्षीस मिळवा....-मुख्यमंत्री

मुंबई/प्रतिनिधी: राज्यातील इस्सविरोधी कारवाई अधिक प्रभावी करण्यासाठी माहिती देणाऱ्यांना मोत्साहन दिले जाणार असल्याची घोषणा मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी विधानसभेत केली. इस्स तस्करी किंवा विक्रीबाबत माहिती देणाऱ्या व्यक्तींना बक्षीस दिले जाईल आणि त्यांची ओळख पूर्णपणे गुप्त ठेवली जाईल, असे त्यांनी स्पष्ट केले. इस्स माफियांविरुधातील लढाईत नागरिकांनी पुढे यावे, असे आवाहनही फडणवीस यांनी केले.

इस्स माफियांचे साम्राज्य उद्धस्त करू; कारवाया सुरूच राहणार – फडणवीस
विधानसभेत इस्सविरोधातील चर्चे ला उत्तर देताना मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस

यांनी राज्य सरकार अमली पदार्थाविरुधात कठोर भूमिका घेत असल्याचे स्पष्ट केले. महाराष्ट्रासह इतर राज्यांमध्येही इस्स तस्करांवर कारवाई करण्यात आली असून जनजागृतीसाठी विशेष मोहिमाही राबवण्यात आल्याचे त्यांनी सांगितले. ज्या ठिकाणी इस्स आणि नार्कोटिक्सची विक्री केली जाते, त्या अड्ड्यांवर उद्धस्त करण्याची कारवाई सुरू असून हे संपूर्ण साम्राज्य नष्ट करण्यासाठी सरकार कटिबद्ध असल्याचे फडणवीस यांनी सभागृहात ठामपणे सांगितले.

इस्सविरोधात कठोर कारवाईची मागणी – सुनील प्रभू
विधानसभेत बोलताना शिवसेना ठाकरे गटाचे आमदार सुनील प्रभू यांनी राज्यातील



वाढत्या अमली पदार्थांच्या समस्येवर चिंता व्यक्त केली. राज्यातून इस्सचे समूळ

उच्चाटन करण्यासाठी इस्सची विक्री करणारे आणि सेवन करणाऱ्यांविरुधात कठोर कारवाई करण्याची मागणी त्यांनी केली. युवकांचे भवितव्य वाचवण्यासाठी सरकारने प्रभावी उपाययोजना राबवाव्यात, असेही ते म्हणाले.संजय गांधी दिव्यांग निराधार योजनेसाठी ८७४ कोटी दिले आहेत.

सुरक्षेसाठी कोट्यवधींचा बूस्टर डोस
नागपूर विधानभवन विस्तारासाठी १०० कोटी, नवीन कारागृह बांधकामासाठी २०० कोटी आणि सागरी पोलिस प्रशिक्षणासाठी ३८२ कोटी रुपये दिले आहेत. यासह सायबर गुन्हे जनजागृतीसाठी २० कोटी आणि सीसीटीएनएस प्रकल्पासाठी ५० कोटी रुपये निश्चित केले आहेत.

पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर शेतकरी कर्जमुक्ती योजना २०२६ ची घोषणा

पहिल्या दिवशी तरतूद: शेतकऱ्यांच्या कर्जमुक्तीसाठी २०,५५२ कोटी

मुंबई/प्रतिनिधी:अधिवेशनाच्या पहिल्याच दिवशी राज्य सरकारने दोन्ही सभागृहांत ९७,७०६ कोटी रुपयांच्या पुरवणी मागण्या सादर केल्या आहेत. आगामी काळातील राजकीय गणिते लक्षात घेता यातून शेतकरी, कष्टकरी महिला आणि मागासवर्गीय विद्यार्थ्यांवर निधीची

मोटी तरतूद करण्यात आली आहे. विशेषतः ग्रामीण अर्थव्यवस्थेला बळ देण्यासाठी आणि शेतकरी वर्गाला दिलासा देण्यासाठी सरकारने पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर शेतकरी कर्जमुक्ती योजना २०२६ ची घोषणा करत थेट २० हजार ५५२ कोटी रुपयांची विक्रमी तरतूद केली आहे.

अंगणवाडी कर्मचाऱ्यांचे मानधन व वेतनासाठी १,७३४ कोटींचा अतिरिक्त निधी मंजूर झाला आहे.

विमुक्त जाती, भटक्या जमाती व विशेष मागास प्रवर्गातील विद्यार्थ्यांच्या मॅट्रिकोत्तर शिष्यवृत्तीसाठी ५०० कोटी दिले आहेत. आर्थिक अडचणीत सापडलेल्या सहकारी साखर कारखान्यांना बाहेर काढण्यासाठी ४८३ कोटी रुपये मंजूर केले आहेत. याशिवाय २०१७ मधील जुन्या शेतकरी सन्मान योजनेतील प्रलंबित तसेच पूर्ण करण्यासाठी २०० कोटी मंजूर झाले आहेत. देशचे संजय गांधी दिव्यांग निराधार योजनेसाठी ८७४ कोटी दिले आहेत.

लातूर येथे समाज कल्याण वसतिगृहाच्या विद्यार्थ्यांचा आंतरराष्ट्रीय योग दिन कार्यक्रमात उत्स्फूर्त सहभाग

लातूर / प्रतिनिधी: आंतरराष्ट्रीय योग दिनाभिमित समाज कल्याण विभागाच्यावतीने रविवारी येथील मार्केट याई, शिवनेरी गेट समोरील येथील डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर सामाजिक न्याय भवन सभागृहात योग दिनाचा कार्यक्रम उत्साहात साजरा करण्यात आला. यावेळी आयोजित विशेष योग सत्रात समाज कल्याण वसतिगृहातील विद्यार्थी व विद्यार्थिनी मोठ्या संख्येने सहभागी झाले होते. योगाचार्य नंदिनी पडले यांच्या मार्गदर्शनाखाली हे योग सत्र



पार पडले. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी समाज कल्याण विभागाचे प्रादेशिक उपायुक्त अविनाश देवशेटवार हे होते. तसेच याप्रसंगी समाज कल्याण सहायक आयुक्त यादव गायकवाड, सुवर्ण जगताप यांच्यासह अधिकारी, कर्मचारी उपस्थित होते. याप्रसंगी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना श्रीमती पडले म्हणाल्या, योग आपली व्यायामामुळे आपली स्मरणशक्ती, मानसिक स्वास्थ्य आणि शारीरिक स्वास्थ्य वाढते. हीच आपल्या आयुष्यातील सगळ्यात मोठी संपत्ती आहे. विद्यार्थ्यांनी सकाळी लवकर उठून आपली जीवनशैली बदलणे आणि सकारात्मक जीवनशैली स्वीकारण्यासाठी नियमित योग करणे अत्यंत जरूरी आहे. या विशेष शिबिराला वर्षा चौधरी, मुक्ता किर्दल, सनराईज योगा स्टुडिओच्या महिला सदस्या यांच्यासह समाज कल्याण विभागाचे अधिकारी, कर्मचारी आणि वसतिगृहाचे विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

ट्रॅक्टर-ट्रॉली चोरी प्रकरणाचा उलगडा; ९ लाख २५ हजार रुपयांचा मुद्देमाल हस्तगत

लातूर/प्रतिनिधी: लातूर जिल्ह्यातील शिरूर अनंतपाळ व देवनी पोलीस ठाण्याच्या हद्दीत घडलेल्या ट्रॅक्टर, ट्रॅक्टर ट्रॉली व पाणी टँकर चोरीच्या गुन्द्यांचा पोलीसांनी उलगडा करत एका आरोपीस ताब्यात घेतले असून त्याच्याकडून एकूण ९ लाख २५ हजार रुपयांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला आहे.

पोलीस अधीक्षक लातूर अमोल तांबे यांनी जिल्ह्यातील मालमतेविरुद्धच्या गुन्द्यांचा तात्काळ उलगडा करून चोरीस गेलेला माल हस्तगत करण्याच्या सूचना सर्व पोलीस ठाण्यांना दिल्या होत्या. त्यानुसार पोलीस निरीक्षक बालाजी भंडे यांचे नेतृत्वातील पथकाकडून ठाण्यात दाखल असलेल्या ट्रॅक्टर ट्रॉली चोरीच्या दोन गुन्द्यांचा तपास सुरू असताना पोलीसांनी गोपनीय माहिती, तांत्रिक विश्लेषण व स्थानिक माहितीदारांच्या मदतीने तपासाची चक्रे वेगाने फिरवली. तपासादरम्यान



१)मुराद मौलासाब खटुभाई (वय २५ वर्ष, रा. नळेगाव, ता. उदगीर) याच्यावर संशय निर्माण झाल्याने त्यास ताब्यात घेऊन सखोल चौकशी करण्यात आली. चौकशीदरम्यान आरोपीने शिरूर अनंतपाळ पोलीस ठाण्याच्या हद्दीतील ट्रॅक्टर ट्रॉली चोरीचे गुन्हे तसेच देवनी पोलीस ठाण्याच्या हद्दीतील ट्रॅक्टर व पाणी टँकर चोरी केल्याची कबुली दिली. या कारवाईत आरोपीकडून खालीलप्रमाणे मुद्देमाल हस्तगत

करण्यात आला आहे. १)शिरूर अनंतपाळ पोलीस ठाणे गु.र.नं. १२९/२०२६ मधील लोखंडी ट्रॅक्टर ट्रॉली - किंमत अंदाजे १,६५,०००/- २)शिरूर अनंतपाळ पोलीस ठाणे गु.र.नं. १३१/२०२६ मधील ट्रॅक्टर ट्रॉली व सिमेंट पाइप - किंमत अंदाजे १,३०,०००/- ३)देवनी पोलीस ठाणे गु.र.नं. १११/२०२६ मधील ट्रॅक्टर व पाणी टँकर - किंमत अंदाजे ६,५०,०००/- अशा प्रकारे एकूण ९,२५,०००/-

किंमतीचा चोरीस गेलेला मुद्देमाल पथकाकडून हस्तगत करण्यात पोलीसांना यश आले आहे.

ग्रामीण भागातील शेतकऱ्यांच्या उपजीविकेशी निगडित असलेल्या ट्रॅक्टर व ट्रॉली चोरीच्या गुन्द्यांचा अल्पावधीत उलगडा करून संपूर्ण मुद्देमाल हस्तगत केल्याबद्दल स्थानिक नागरिक व शेतकरी वर्गाकडून पोलीसांच्या कार्याचे कौतुक करण्यात येत आहे.

सदर आरोपीविरुद्ध पुढील कायदेशीर कार्यवाही सुरू असून चोरीच्या इतर गुन्द्यांमध्ये त्याचा सहभाग आहे का याबाबत पोलीसांकडून अधिक तपास करण्यात येत आहे. सदरची कारवाई वरिष्ठांचे मार्गदर्शनात पोलीस ठाणे शिरूर अनंतपाळ चे पोलीस निरीक्षक बालाजी भंडे यांच्या नेतृत्वातील पदकामधील पोलीस अंमलदार गौतम घाडगे, शाहू बनसोडे, संदीप साठे, बाबासाहेब जगताप यांनी केली आहे.

प्रभात किरणे
लोक चांगलं वाईट बोलतात मनावर कधीच घ्यायचं नसतं जे जे चांगलं, ते ठेवायचं असतं जे जे वाईट, ते संडायचं असत -इंजि. नागनाथ कलवले
लातूर ९७६४७ ८८२८८

कुजबुज
-डॉ. संजय जमदाडे
मान्सूनची पश्चिम महाराष्ट्र व कोकणात आगेकूच..

चिमटा
दयाचा विधानपरिषदेची जागा महायुतीने जिंकली! काँग्रेसची भ्रम निराशा झाली!!

लोकनेते विलासराव देशमुख एकसलन्ट सेंटरचे थाटात उद्घाटन

काँग्रेसचा विचार सर्वांना सोबत घेवून जावू शकतो- माजी मंत्री दिलीपराव देशमुख यांचे प्रतिपादन

लातूर/प्रतिनिधी: लोकनेते विलासराव देशमुख यांच्यासारख्या नेतृत्वाची आज देशाला गरज असून धाराशिवसारख्या त्यांच्या कर्मभूमीत असलेल्या शहरात विलासराव देशमुख सेंटर सुरू होत आहे, ही आनंदाची बाब आहे. काँग्रेस हा केवळ एक राजकीय पक्ष नसून तो एक संवैधानिक विचार आहे. गांधी-नेहरू ते इंदिरा गांधी यांच्यापर्यंतच्या नेत्यांनी हा विचार प्राणपणाने जपला. काँग्रेस ही आता पक्षाबरोबरच एक विचाराची चळवळ झाली आहे. तशी ही वैचारिक गंगा आहे. काँग्रेसचा विचार सर्वांना पुढे घेवून जाऊ शकतो, तो पुढे आपण सर्वांना घेऊन जाण्यासाठी प्रयत्न चालू ठेवू. असे प्रतिपादन राज्याचे माजी मंत्री सहकार महर्षी दिलीपराव देशमुख यांनी केले ते धाराशिव येथील परिमल मंगल कार्यालयात रविवारी सायंकाळी (दि.२१) विलासराव देशमुख एकसलन्ट सेंटरच्या उद्घाटन प्रसंगी बोलत होते. यावेळी कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी विलासराव देशमुख सेंटरचे संस्थापक उल्हास पवार हे होते. तर प्रमुख पाहुणे म्हणून पुणे लोकमत आवृत्तीचे संपादक संजय आवटे हे होते.

विलासराव देशमुख यांची धाराशिव कर्मभूमी
पुढे बोलताना सहकार महर्षी दिलीपराव देशमुख म्हणाले की, धाराशिव जिल्हा हा विलासराव देशमुख यांची कर्मभूमी असलेला जिल्हा आहे. या जिल्ह्यात त्यांच्या नावाने हे सेंटर सुरू होत आहे, त्यामुळे खरोखर मानासून आनंद होत आहे. या सेंटरमध्ये काम करणारे विविध क्षेत्रातील मंडळी



आहे, त्यामुळे विलासराव हे केवळ आपले नव्हते तर ते सर्वांचेच होते हे स्पष्ट होते. उल्हास पवार आज देशात जेथे जातात तिथे विलासरावांची आठवण निघते. उल्हासदादांनी विलासरावाबद्दल बरेच काम केले आहे, आणि ते आणखी करत आहेत. यापुर्वी विचाराचे धन संतांनी केले मात्र आज संत सापडत नाहीत खजया अर्थाने आता संत जन्म घेतील का नाही हा संशय आहे. धाराशिव येथे विलासराव देशमुख सेंटर सुरू होत आहे, आता या सेंटरला विलासराव देशमुख यांच्या प्रतीमा पूजनाने मान्यवरांच्या हस्ते करण्यात आली. यावेळी विलासराव देशमुख सेंटरच्या वतीने ज्येष्ठ नेते माजी देशाला गरज आहे. गांधी-नेहरू ते इंदिरा गांधी यांच्यापर्यंतच्या नेत्यांनी हा विचार प्राणपणाने

जपला. तोच विलासरावांनीही जपला. त्यामुळे काँग्रेस ही आता पक्षाबरोबरच विचाराची मोठी चळवळ झाली आहे. काँग्रेसचा विचार हा सर्वांना बांधून ठेवण्यासाठी आहे, तो पुढे आपण चालू ठेवू विलासराव जाऊन आज १४ वर्षे झाली. परंतु त्यांचे विचार आजही आहेत, त्यांना जाऊन जसजसे जास्त दिवस जातील तसतसे त्यांचे विचार जास्त रुजले जात आहेत. असेही त्यांनी यावेळी सांगितले. तत्पूर्वी कार्यक्रमाची सुरुवात विलासराव देशमुख यांच्या प्रतिमा पूजनाने मान्यवरांच्या हस्ते करण्यात आली. यावेळी विलासराव देशमुख सेंटरच्या वतीने ज्येष्ठ नेते माजी नारायणदास नानासाहेब पाटील, विश्वास शिंदे, शरद सस्ते, आप्पासाहेब पाटील, माधवराव

कुतवळ, रणजीतसिंह पाटील, दिलीपसिंह देशमुख, रावसाहेब पाटील सास्तूरकर यांचा व युवा साहित्य अकादमी नामांकित लेखक केतन पुरी आणि अभिनेता रोहित कोकाटे यांचाही विशेष गौरव करण्यात आला. या कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकात प्रशांत पाटील यांनी केले. यावेळी त्यांनी विलासराव देशमुख साहेबांच्या नावाने धाराशिव जिल्ह्यात काहीतरी चांगले सुरू झाले पाहिजे. त्याच्या कार्यकाळात धाराशिव जिल्ह्यात अनेक विकास कामे झाली आहेत, त्यांचा धाराशिवशी कृणानुबंध चांगला राहिला आहे, त्यांनी लातूरला देत असताना धाराशिवलाही भरभरून दिले आहे. त्यामध्ये कृष्णा मराठवाड्याचे २१ टीएमसी पाणी असो रेल्वेसाठीची प्रयत्न असतील अशी अनेक उदाहरणे आहेत. त्यामुळे त्यांच्या नावाने हे सेंटर सुरू करत असून यामध्ये विधायक काम सुरू करत आहोत. या सेंटरच्या माध्यमातून आरोग्य शैक्षणिक समाजोपयोगी काम करणार आहोत. या सेंटरमध्ये सर्वच क्षेत्रातील मान्यवर आहेत. सर्वांसाठी काम करणार असून आपण सर्वांनी त्या साथ द्यावी, आजचे गडूड झालेले राजकारण पाहता आपण विलासराव देशमुख यांचे विचार घेऊन त्यांच्या विचाराचे काम करू असे सांगितले. कार्यक्रमाचे सुत्रसंचालन रविंद्र केसकर यांनी केले तर आभार अॅड. अनिकेत देशमुख यांनी मानले. कार्यक्रमासाठी अग्निवेश शिंदे, अॅड. राज कुलकर्णी, प्रा. सोमनाथ लांडगे, सुधीर सस्ते, प्रा. रवी निंबाळकर, प्रा. अजित शिंदे, डॉ. सायम रझवी, डॉ. सुधीर शिंदे, सुनील बडूरकर, शशिकांत वैराळे आदी सदस्यांनी परिश्रम घेतले. यावेळी राज्य साखर

महासंघाचे संचालक आबासाहेब पाटील लातूर जिल्हा बँकेचे उपाध्यक्ष अॅड प्रमोद जाधव लातूर जिल्हा काँग्रेसचे समन्वयक सचिन दाताळ यांच्या सह धाराशिव शहरातील विविध क्षेत्रातील नागरिक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. विलासराव देशमुख यांच्यासारख्या सुजन नेतृत्वाची आज गरज : माजी आमदार उल्हास पवार
यावेळी बोलताना विलासराव देशमुख सेंटरचे संस्थापक उल्हास पवार म्हणाले की, हे सेंटर म्हणजे विलासराव देशमुख यांनी केलेले विविध क्षेत्रातील कार्य आजच्या वर्तमानमध्ये चिंतन करणे होय. मी विलासराव देशमुख यांच्यासोबत विद्यार्थी दशापासून होते. त्यामुळे त्यांचे माझे संबंध चांगले होते. सामाजिक जाण कशी असते हे त्यांनी चांगले जाणले होते. हे महाराष्ट्राच्या फार कमी लोकांना आकलन होते. विलासराव देशमुख हे प्रत्येकाचे फोन घ्यायचे हे त्यांनी एका लहान चार वर्षांच्या मुलीच्या उदाहरणासह सांगितले. वैयक्तिक पातळीवर कोणावरही ते टीका करत नव्हते. आणि टीका केली तर ते कळू देत नव्हते. असे बोलण्याचे कौशल्य त्यांच्यामध्ये होते. त्यामुळे आज जे समाजामध्ये घडतंय त्याची उकल होण्यासाठी एक सेंटर सुरू होतंय चांगली बाब आहे. लोकशाही, समता टिकवण्यासाठी त्यांच्या सुजन नेतृत्वाची गरज आहे. ध्येय बोली, शब्द बोली त्यांच्याकडे होती. सभागृह कसं आपल्या ताब्यात घ्यायचे ते त्यांना जमलं होतं. त्यामुळे त्यांच्या आज विचाराची महाराष्ट्राला गरज आहे, असे त्यांनी यावेळी सांगितले.

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

लातूर समाचार

प्रत्येकांनी जपून वागावे लागेल..

प्रत्येकांनी जपून वागावे लागेल. असे का म्हणावे लागत आहे. यामागील कारणे कोणती असतील याचा विचार केला तर कळून येतील. राज्यात एकतर मान्सुनचे उशीरा आगमन होत आहे. राज्यात अजून पेरण्या झालेल्या नाहीत. राज्यातील बहुतांशी जनतेचा मुख्य व्यवसाय शेती आहे. देशच कृषी प्रधान आहे. असे असताना निसर्ग साथ देत नाही. त्यामुळे शेतकरी कोलमोडला आहे. शेतीचा हा व्यवसाय असला तरी तो निसर्गावर अवलंबुन आहे. निसर्ग हा लहरी बनला आहे. वेळवर पाऊस नाही. त्यामुळे चिंता व्यक्त केली जात आहे. मुळात निसर्गावर शेती व्यवसाय असल्याने नैसर्गिक संकटावर कशा प्रकारे मात करावी या बाबत संशोधनाची गरज आहे. वास्तविक अनेक वर्ष मृगनक्षत्रावर म्हणजे सात जुनला पेरणीस सुरवात होते. या दिवसापासून पाऊस पडत असतो. कधी एवढा पाऊस होतो की, वाफ्सा होत नाही. म्हणजे जमीनीत पाणी असल्याने पेरणी करणे आवघड होते. यावर्षी उन्हाळाही कठिण गेला व पावुसही हरपला. आता कोठे तुरळक पाऊस पडत आहे. पेरण्या झाल्या नाहीत तर काय स्थिती निर्माण होते हे सर्वांना माहिती आहे. मुळात नैसर्गिक संकटे कशा प्रकारे येतात. यामागील कारणे शोधावी लागतील. त्याच प्रमाणे संकटावर मात करण्याचा सदैव प्रयत्न करावे लागतील. एक लक्षात घेतली पाहिजे की, नैसर्गिक संकटे का येतात, आली तर त्यावर मात कशाप्रकारे केली पाहिजे. संकटावर मात करण्याचे ज्ञान अंगीकारले पाहिजे. यापुर्वी संकटे आली व यापुढेही येण्याची शक्यता आले. पुर्वी एवढी उष्णता नव्हती. पावुस एवढा पडायचा की, प्रांतविधीला शेंणाच्या गवऱ्या घेवुन जावे लागत. एवढा चिखल होता. आता पिण्याचा प्रश्न गंभीर दिवसेन-दिवस होताना दिसून येत आहे. पावुस पंधरा दिवस लांबला तर चिंता व्यक्त केली जात आहे. त्याच प्रमाणे बाजारात चिंतेचे वातावरण दिसून येत आहे. राज्यातील शेतकऱ्यांनीच काय सर्व जनतेनी नैसर्गिक संकटावर मात करण्यासाठी सक्षम बनले पाहिजे. देशावर जागजिक संकट कोरोगाचे आले. या कोरोगाच्या काळात श्रीमंत ज्याच्याकडे पैसा असून भिकारी बनले. मागून खावे लागले. अनेकांना रस्त्यावर टाकलेले अन्नावर पोट भागवावे लागले. लॉकडावुन काळात अनेकांच्या नौकऱ्या गेल्या. कामाच्या शोधात व गावी जाण्यासाठी शेकडो किमी. पायी चालत जावे लागले. अनेकांना प्राण गमवावे लागले. लॉकडावुन काळ हा भयाण होता. तरी हिंमतीने सरकारच्या मदतीने जीवन जगलो आहोत. आजही कोरोगाचा काळ, लॉकडावुन आठवले की, अंगावर शहारे निर्माण होतात. पुन्हा असा काळ येवू नये. तसेच नुकतेच अमेरिका-इराण दरम्यान युद्ध सुरू असताना पैसे असून स्वयंपाकाचे गॅससिलेंडर मिळत नाही. पेट्रोल-डिझेलचा तुटवडा निर्माण झाला. अमेरिकचे राष्ट्राध्यक्ष ट्रम्प यांच्या टॅरिफच्या धोरणाचा फटका बसला. अनेक औषधी महाग झाली. अनेक आयात वस्तूच्या किंमती वाढल्या. युद्धामुळे एक प्रकारे जागतिक संकट निर्माण झाले. यात भारतालाही झळ सोसावी लागली. अजूनही परिस्थिती सुधारली नाही. संकट गोंगावत आहे. देशात वाढलेली महागाईमुळे सर्वसामान्य जनतेला दररोजचे जीवन जगणे कठिण झाले आहे. देशात मोठ्या प्रमाणात बेकारी वाढली आहे. अनेकांच्या हाताला काम नाही. त्याच बरोबर भ्रष्टाचार हा लागलेला कलंक आहे यात ही जनता होरपरली जात आहे. शेतीचे उत्पन्न घटले आहे. देशात सर्वाधिक आत्महत्या करणारे हे शेतकरी आहे. हे कृषीप्रधान देशात सर्वात वाईट बाब आहे. व्यापारी, उद्योगपती, कारखानदार, शिक्षण सम्राट, साखर सम्राटांनी आत्महत्या केल्या नाहीत तर सर्वाधिक आत्महत्या ह्या शेतकरी बांधवाने केल्या आहेत. मुळात कर्जबाजारी करायचे आम्ही व कर्जमाफीही आम्हीच करायचे हे दुष्ट चक्र कोठे तरी थांबले पाहिजे. काही झाले तरी देशातील जनतेवर संकटाची मालिका सुरू आहे. अशा संकटावर मात कशाप्रकारे करायची मोठे आव्हान आहे. त्यामुळे देशातील नागरिकांनी आता संकटावर कशाप्रकारे मात करयाची याचे ज्ञान संपादन केले पाहिजे. सर्वात मोठा प्रयत्न जीवन हे काटसरीने जगण्यास शिकले पाहिजे. नोटाबंदीचा काळ विसारला जावू शकत नाही. आता प्रत्येकांनी प्रत्येक बाबतीत उधळपट्टी करून चालणार नाही. त्याच प्रमाणे विचारपुर्वक वागण्यास शिकले पाहिजे. आपण जो पर्यंत स्वावलंबी बनणार नाहीत, तो पर्यंत शिस्तीने जीवन जगले पाहिजे. भारतीय अनेक बाबतीत परावलंबी आहेत. हे लक्षात घेतले पाहिजे. इंधनाबाबत परवलंबी, रासायनिक खते व औषधे, दुर्धर रोगाची औषधे असे दुर्मिळ औषधे हे परदेशातून आयात करावी लागतात. साध्या बॅटऱ्या ज्या स्कुटी किंवा मोबाईलच्या बॅटऱ्या परदेशातील मागवावी लागतात. अॅल्युमिनियम परदेशातून मागवावे लागते. स्वयंपाकाचा गॅस परदेशातून मागवावे लागते. भारत स्वयंपुर्ण कशात आहे हे तरी एकदा जाहीर करावे. भारतीयांचा मुख्य व्यवसाय शेती आहे तोच संकटात आला आहे. यावर मात करण्यासाठी सिंचनक्षेत्र किती आहे. याबाबत तरतुद किती व खर्च किती. याबाबत यशस्वीता किती यावर चिंतन झाले पाहिजे. कोणतेही संकट आले तरी चिंता निर्माण होते. इंधन, स्वयंपाकाचा गॅस, पावुस लांबला, लॉकडावुन सारखे संकट आले तर कसा बचाव कराल ? एखादेवेळी सरकारसुद्धा ठोस भुमिका घेत नाही. स्वावलंबनाबाबत निर्णय घेत नाही. त्यामुळे कोरांना असो, युद्धामुळे निर्माण झालेले संकट असो, इंधना बरोबर गॅसचे संकट असो, पावसाचे संकट असो यावर मात करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. मात करणारे शिक्षण दिले पाहिजे. सर्वांनी काटकसरीचे जीवन जगण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. श्रीमंत श्रीमंत होत आहेत तर गरीब गरीब, ही दरी कशा प्रकारे कमी करता येईल याचा विचार करावा लागेल. त्यामुळे एकच मंत्र सर्वांनी जपून वागले पाहिजे.

वर्तमानपत्रात कधीही अन्न गुंडाळू नका:शाईमुळे कर्करोग आणि फूड पॉयझनिंगचा धोका

जर तुम्हाला स्ट्रीट फूड आवडत असेल, तर तुम्ही वर्तमानपत्रात गुंडाळलेले समोसे, वडापाव किंवा जिलेबी खाल्लीच असेल. पण तुम्हाला माहीत आहे का की खाण्यापिण्याच्या वस्तू कधीही वर्तमानपत्रात ठेवू नयेत किंवा गुंडाळू नयेत ? वर्तमानपत्राची शाई आरोग्यासाठी धोकादायक आहे. यामुळे यकृत, मूत्रपिंड खराब होऊ शकतात आणि कर्करोगासारखा गंभीर आजारही होऊ शकतो.

अलीकडेच, महाराष्ट्र ‘फूड अँड ड्रग डर्मिनस्ट्रेशन’ (FDA) ने वर्तमानपत्रात खाद्यपदार्थ पॅक करणाऱ्या विक्रेत्यांविरोधात मोहीम राबवली. या मोहिमेदरम्यान, ५५ पैकी २६ विक्रेते वर्तमानपत्रात अन्न पॅक करताना आढळले, ज्यांच्यावर कारवाई करण्यात आली.

२०१६ मध्ये जारी केलेल्या ‘फूड सेफ्टी स्टँडर्ड अथॉरिटी ऑफ इंडिया’ (FSSAI) च्या सल्ल्यानुसार, अन्न वर्तमानपत्रात गुंडाळणे आरोग्यासाठी हानिकारक आहे.



खाद्यपदार्थ स्वच्छ पद्धतीने तयार केले असले तरी, वर्तमानपत्राच्या संपर्कामुळे

त्यांची गुणवत्ता आणि सुरक्षितता प्रभावित होऊ शकते.

मान्सूनमध्ये यूटीआयचा धोका वाढू शकतो: संशोधनानुसार जून ते सप्टेंबर दरम्यान यूटीआयची प्रकरणे १०% पर्यंत वाढतात

मान्सूनमध्ये पोटाचे विकार आणि सर्दी-खोकल्याव्यतिरिक्त महिलांमध्ये युरिनरी ट्रॅक्ट इन्फेक्शन (यूटीआय) चे प्रमाण वाढू शकते. नॅशनल लायब्ररी ऑफ सायन्स, अमेरिकेच्या संशोधनानुसार जून ते सप्टेंबर दरम्यान यूटीआयचे प्रमाण सुमारे १०% पर्यंत जास्त दिसून येते. अशा परिस्थितीत, या दिवसांमध्ये यूटीआयचा धोका का वाढतो आणि त्यापासून सुरक्षित कसे राहावे हे समजून घेणे महत्त्वाचे आहे.

यूटीआयशी संबंधित ५ सर्वात महत्त्वाच्या गोष्टी
लक्षणे: पोटदुखी आणि वारंवार शौचालयास जाणे
कमी पाणी पिणे, खराब स्वच्छता, गर्भधारणा आणि मधुमेह यामुळे याचा धोका वाढू शकतो. या लक्षणांमध्ये लघवी करताना जळजळ, वेदना, वारंवार शौचालयास जाणे, पोटाच्या खालच्या भागात दुखणे आणि काही प्रकरणांमध्ये ताप व थंडी वाजणे यांचा समावेश आहे.
हवेतील आर्द्रता आणि ओल्या कपड्यांमुळे धोका वाढतो
न्यू इंग्लंड जर्नल ऑफ मेडिसिननुसार, बहुतेक प्रकरणांमध्ये यूटीआय एस्चेरिचिया कोलाई नावाच्या बॅक्टेरियामुळे होतो. पावसाळ्यात जास्त आर्द्रता, घाम, जास्त वेळ ओले अंडरगार्मेंट्स घातल्याने बॅक्टेरिया वेगाने वाढू शकतात. कमी पाणी प्यायल्याने शौचालयालाही कमी वेळा जावे लागते, ज्यामुळे बॅक्टेरिया बाहेर पडू शकत नाहीत आणि संसर्गाचा धोका वाढतो.

विचार सकारात्मक ठेवा, म्हातारपणाची जाणीव होणार नाही:जगप्रसिद्ध पुस्तक ‘द पॉवर ऑफ युवर सबकॉन्शियस माइंड’ मधून वाचा मनातील ३ गोष्टी

वाढत्या वयातही मन तरुण ठेवता येते का ? सकारात्मक विचार खरोखरच जीवनात फरक घडवू शकतात का ? जगातील सर्वाधिक वाचल्या जाणाऱ्या प्रेरणादायी पुस्तकांपैकी एक असलेल्या ‘द पॉवर ऑफ युवर सबकॉन्शियस माइंड’ चे लेखक जोसेफ मर्फी यांचे मत आहे की, अधोमन (खिल्लेपीलव्हेी ाळपण) एका अशा चिंतन्यासारखे आहे, जे वर्तन, आत्मविश्वास आणि जीवनातील अनुभवांवर परिणाम करते. पुस्तकात सांगितलेल्या मनाच्या शक्तीची अशीच तीन रहस्‍ये वाचा.

१. माणूस मानसिकरित्या आधी म्हातारा होतो, शारीरिकरित्या नंतर

काय शिकावे ? जिज्ञासा, शिकण्याची इच्छा आणि भविष्यासाठी उत्साह टिकवून ठेवणारे लोक अनेकदा अधिक समाधानी आणि सक्रिय राहतात.

इंटरनेटवर कोणत्याही डिजिटल फुटप्रिंटशिवाय अदृश्य राहणे आणि आपले जीवन गुप्त ठेवणे देखील आधुनिक जगातील खरी ‘लवझरी’ बनत आहे. अनेक अतिश्रीमंत लोक सार्वजनिक कार्यक्रम, सोशल मीडिया आणि गुगल सर्चमधून पूर्णपणे गायब आहेत. त्यांच्या कंपन्यांच्या वेबसाइट्स देखील फक्त एका साध्या होलिडिंग पेजसारख्या असतात.

कस्टमाइज्ड हॉलिवूड, मेम्बर्स ओन्ली क्लबची मागणी वाढली

ब्रॅड पिट, जॉर्ज क्लूनी आणि एम्मा स्टोन यांसारख्या प्रसिद्ध व्यक्ती त्या मोजक्या लोकांपैकी आहेत, ज्यांनी आपले खासगी सोशल मीडिया अकाउंट्स बनवले नाहीत.

सिग्नल, विकर आणि एंटरप्राइज-ग्रेड एन्क्रिप्टेड प्लॅटफॉर्म आता अतिश्रीमंत कुटुंबांच्या दैनंदिन संप्रेषण

सर्वर्चीचा भाग बनले आहेत. ब्रँड रणनीतिकार यूजीन हिली याला ‘कनेक्टेड प्रायव्हसी’ म्हणतात. म्हणजे, डिजिटल जगाचे फायदे घेणे, पण स्वतःला अल्गोरिदम आणि सार्वजनिक निगराणीपासून वाचवून ठेवणे. ते म्हणतात, ‘समाजात प्रगती करण्यासाठी आपल्यापैकी अनेकांना ऑनलाइन असणे आवश्यक झाले आहे. पण खरं तर स्टेट्स सिम्बॉल ऑफलाइन राहणे हा आहे. खरे स्टेट्स सिम्बॉल म्हणजे सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिकदृष्ट्या इतके सशक्त आणि मजबूत असणे की तुम्ही तुमचे ऑनलाइन राहणे तुमच्या इच्छेनुसार ठरवू शकाल. या श्रीमंतांसाठी ऑनलाइन अदृश्य राहणे हा देखील एक वेगळाच रुबाव आहे.

काय शिकावे ? जर तुम्ही रोज विचार करत असाल की, आता माझे वय झाले आहे, मी काहीही करू शकत नाही, तर मन त्याच दिशेने काम करेल. पण जर तुम्ही म्हणालात- मी आजही शिकू शकतो, सक्रिय राहू शकतो, तर मन नवीन ऊर्जा निर्माण करू लागते.

श्रीमंत सोशल मीडियापासून दूर जात आहेत: गोपनीयता नवीन स्टेटस

श्रीमंत लोक इंटरनेटवरून आपले रेकॉर्ड मिटवण्यासाठी डेटा हटवणाऱ्या कंपन्या, सुरक्षा सल्लागार आणि उपकरणांचा वापर करतात.

कुटुंबासोबत चांगला वेळ, प्रवास, सेवा कार्य किंवा एखाद्या नवीन ध्येयाची कल्पना करा. हा दृष्टिकोन आत्मविश्वास आणि जीवनाबद्दल उत्साह टिकवून

एकेकाळी मुले कुटुंबाची जबाबदारी होती, आता फक्त पालकांचे नियंत्रण

गेल्या काही दशकांत भारतीय कुटुंबांमध्ये मुलांच्या संगोपनाच्या पद्धतींमध्ये अनेक महत्त्वपूर्ण बदल झाले आहेत. संयुक्त कुटुंबांच्या सामूहिक संगोपनापासून ते आजच्या जेंटल (सौम्य) आणि हायब्रीड (संकरित) पालकत्वापर्यंत, भारतीय पालक-पालकेंची विचारसरणी, भूमिका आणि प्राधान्यक्रम पूर्णपणे बदलले आहेत.

शिक्षणाला मुलांच्या यशाचा आधार मानणारी कुटुंबे वेगाने कमी होत आहेत. जर्नल ऑफ इमर्जिंग टेक्नॉलॉजी अँड इनोव्हेटिव्ह रिसर्चमध्ये प्रकाशित झालेल्या एका अभ्यासानुसार, संयुक्त कुटुंबांच्या काळात मुलांना संपूर्ण कुटुंबाची किंवा अगदी परिसराचीही जबाबदारी मानले जात असे. आजोबा-आजी, काका-काकू आणि मोठे भाऊ-बहिणीही त्यांच्या संगोपनात समान भूमिका बजावत असत. ऐतिहासिक आणि धार्मिक महापुरुष प्रेरणास्रोत होते. आज बहुतेक कुटुंबे विभक्त झाली आहेत. शहरीकरण, बदलती कौटुंबिक रचना यांसारख्या गोष्टींनी भारतीय पालकत्वावर खूप परिणाम केला आहे.

८०% पालक त्यांच्या मुलांचे संगोपन त्यांच्यासारखे व्हावे असे इच्छित नाहीत
युगवच्या एका सर्वेक्षणानुसार, फक्त २०% पालकांना वाटते की त्यांनी त्यांच्या मुलांचे संगोपन त्यांच्या पालकांनी त्यांच्यासारखेच करावे. ७५% पालक मुलांवर जास्त कठोरता करण्याऐवजी प्रेम, संयम आणि समजूतदारपणाने समजावणे अधिक प्रभावी मानतात. आता फक्त ४३% पालकच अभ्यासाला मुलांच्या यशाचा मुख्य आधार मानतात, आधी हा आकडा ५४% होता. सीबीएसईच्या एका सर्वेक्षणानुसार, दर ५ पैकी एका पालकाने संगोपनाशी संबंधित आव्हानांबद्दल सांगितले.

आज मुलांना डिजिटल-वास्तविक जीवनात संतुलन शिकवण्याचे आव्हान
बाल मानसशास्त्रज्ञ आणि पालकत्व प्रशिक्षक पायल चौरसिया म्हणतात, ‘पालकत्व म्हणजे केवळ मुलांना अन्न आणि शिक्षणाची व्यवस्था करून मोठे करणे नाही. पालकत्व म्हणजे मुलांमध्ये कौटुंबिक, सामाजिक आणि राष्ट्रीय मूल्ये विकसित करणे आणि त्यांना समाजात एक चांगला नागरिक म्हणून यशस्वी होण्यास मदत करणे होय. गेल्या काही दशकांत बदलत्या काळानुसार पालकत्वाची पद्धतीही बदलली आहे. आजच्या पालकांसमोर मुलांना डिजिटल जग आणि वास्तविक जीवन यांच्यात संतुलन राखायला शिकवण्याचे मोठे आव्हान आहे. आता केवळ अभ्यास किंवा शिस्त पुरेसे नाही ; मुलांच्या मानसिक आरोग्य, भावनिक बुद्धिमत्ता, आत्मविश्वास आणि सामाजिक कौशल्ये यावरही लक्ष देणे पालकांसाठी महत्त्वाचे आहे.

काळानुसार बदललेल्या पालकत्वाच्या पद्धती
सत्तावादी – पालक खूप कठोर नियम बनवतात आणि मुलांनी कोणताही प्रश्न न विचारता त्यांचे पालन करावे अशी अपेक्षा करतात.
आधिकारिक – पालक कठोर नियम बनवतात खरे, पण मुलांच्या भावनाही ऐकतात आणि त्यांच्याशी मैत्रीपूर्ण संवाद साधतात.
उदासीन– यात पालक मुलांना स्वातंत्र्य देतात, पण भावनिक संबंध किंवा मार्गदर्शनाचा अभाव असतो.
हेलिकॉप्टर – यात पालक मुलांच्या प्रत्येक कामावर बारकाईने लक्ष ठेवतात. त्यांच्या सुरक्षिततेसाठी ते नेहमी त्यांच्या आजूबाजूला फिरत असतात.
परमिसिव – पालक मुलांचे मित्र बनून राहतात, त्यांच्या मागण्या पूर्ण करतात. नियम खूप कमी किंवा नसतातच.
टायगर – यात मुलांकडून शैक्षणिक आणि अतिरिक्त-अभ्यासक्रमाच्या (एक्स्ट्रा-करिकुलर) दोन्ही क्रियाकलापांमध्ये उत्कृष्ट कामगिरी करण्याची प्रचंड मागणी केली जाते.
जेंटल/हायब्रिड – मुलांना शिक्षा करण्याऐवजी योग्य वर्तन शिकवण्यावर, त्यांना प्रोत्साहन देण्यावर आणि चुकांमधून शिकण्याची संधी देण्यावर भर दिला जातो.
१९९० पूर्वी – सामूहिक पालकत्वामध्ये मुले नात्यांचे महत्त्व शिकत होती

मुले वाटून घेणे, जुळवून घेणे आणि नात्यांचे महत्त्व नैसर्गिकरित्या शिकत असत. पालकांवरही एकट्याने संगोपन करण्याचा दबाव नसे. तथापि, याला काही मर्यादाही होत्या. वैयक्तिक लक्ष तुलनेने कमी मिळत असे आणि मुलांच्या भावनिक गरजांवर आजच्याइतके लक्ष केंद्रित केले जात नव्हते.
१९९० नंतर – वेगाने आलेले बदल

आर्थिक उदारीकरणानंतर शहरीकरण वाढले. एकल कुटुंबे सामान्य होऊ लागली. पालकांचे पूर्ण लक्ष मुलांवर केंद्रित होऊ लागले. २००० च्या दशकात ‘हेलिकॉप्टर आणि टायगर पेरेंटिंग’ उदयास आली. २०१० नंतर ‘परमिसिव्ह पेरेंटिंग’चा काळ आला. कोविड महामारीनंतर जेंटल आणि हायब्रीड पेरेंटिंगची चर्चा वाढली आहे.

ऑफिसमधील एसीमुळे होऊ शकते डिहायड्रेशन



उष्णता आणि दमट हवामानात ऑफिसमधील AC दिलासा देतो. पण हेच थंड वातावरण डिहायड्रेशनचे कारणही बनू शकते. खरं तर, AC च्या थंडीमुळे तहान कमी लागते, तर शरीर सतत आर्द्रता गमावत राहते. अशा परिस्थितीत जर तुम्ही वारंवार चहा-कॉफी पीत असाल, तर डिहायड्रेशनचा धोका आणखी वाढतो. याचा परिणाम असा होतो की दिवस संपेपर्यंत डोकेदुखी, थकवा आणि आळस जाणवू लागतो. म्हणून, डिहायड्रेशनची सुरुवातीची लक्षणे ओळखणे आणि वेळेत खबरदारी घेणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे.

कडक उन्हात आणि उष्णतेच्या लाटांमध्ये शरीर थंड ठेवणे हे एका आव्हानापेक्षा कमी नाही.

आहारात थंड पदार्थांचा समावेश
करण्याव्यतिरिक्त, काही
प्राणायाम व्यायाम
देखील या काळात
शरीर थंड

थड
ठेवण्यासाठी
हे प्राणायाम
करा

वाढत्या तापमानाबरोबर शरीरात
आपल्या आरोग्यावर होतो.
थेट परिणाम होतो.
वाढत्या तापमानाबरोबर शरीरात
रातील उष्णताही वाढते. यामुळे आपल्या

अभंगवाणी, विद्यावाचस्पती विद्यानंद
आइकाल परी ऐसैं नइहें बाई,
न सांडावी सोई भूतराची
नइहें आराणूक लीकिकपासून,
आपल्या आपण गोविलें तें
तुका म्हणें मन कराल कठीण,
त्या या निवडोन मजपाशें
समाराष्ट्राच्या संतपरंपरें भारतीय
अध्यात्माला एक वेगळी दिशा दिली. या
परंपरेतील संतांनी भक्तीला केवळ मांडिर,
तीर्थयात्रा किंवा धार्मिक कर्मकांडांपुरते
मर्यादित ठेवले नाही; तर ती मानवी
जीवनाचा अविभाज्य भाग बनविली. संत
ज्ञानेश्वरांनी ज्ञानाचा मार्ग खुला केला,
संत नायदेवांनी प्रेमभक्तीची गोडी दिली,
संत एकनाथांनी समतेची शिक्कण दिली;
संत तरे संत तुकाराम महाराजांनी सामान्य
माणसाच्या जीवनातील संघर्ष, कर्तव्य,
श्रद्धा आणि अध्यात्म यांचा अद्वितीय
समन्वय घडवून आणला. त्यांच्या
अभंगवाणीतून व्यक्त होणारे विचार हे केवळ
भक्तिपर साहित्य नसून; ते मानवी जीवनाला
दिशा देणारे कालातीत तत्त्वज्ञान आहे.
या अभंगत वापरलेली भाषा साधी असली
तरी त्यामध्ये दडलेले तत्त्वज्ञान अत्यंत
व्यापक आहे. संसारीतील नातेसंबंध,
सामाजिक जबाबदार्या, वैयक्तिक कर्तव्ये
आणि अंतर्मनातील श्रद्धा यांचा योग्य
समतोल साधणे हीच खरी साधना आहे,
असे संत तुकाराम महाराज जाणवतात.
त्यांनी संसार सोडून जंगलात जुण्याचा
किंवा जीवनापासून पलायन करण्याचा
मार्ग दाखवला नाही. उलट, त्यांनी
संसारात राहूनही मनाने ईश्वराची जोडलेले
दाखण्याचा मार्ग दाखवला. हा मार्ग सामान्य
माणसासाठी अधिक उपयुक्त, अधिक
व्यवहार्य आणि अधिक जीवोन्मुख आहे.
आजच्या काळातही हा विचार अत्यंत
महत्त्वाचा ठरतो. आधुनिक जीवनातील
स्पर्धा, ताणतणाव, भौतिक अपेक्षा आणि
नातेसंबंधातील गुंतागुंत यामुळे माणूस
अनेकदा मानसिक अस्थिरतेचा अनुभव
घेतो. काही जण अध्यात्माला नाव-
खातीला जबाबदार्यांपासून दूर जाण्याचा

पडण्याचा धोका वाढतो. उन्हाळ्यातील उष्णतेच्या लाटांमुळे डहायड्रेशन, अशक्तपणा, थकवा, डोकेदुखी आणि चक्कर येणे यांसारख्या समस्या उद्भवू शकतात. त्यामुळे, शरीर थंड ठेवणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. जेव्हा आपण शरीर थंड करण्याबद्दल बोलतो, तेव्हा आपला अर्थ थंड साबणाने आंघोळ करणे, एअर कंडिशनिमध्ये झोपणे किंवा थंड पावडर लावणे असा नसतो; तर आपला अर्थ शरीरातील अंतर्गत उष्णता कमी करणे असा असतो. कडक उन्हात आणि उष्णतेच्या लाटेत शरीर थंड ठेवणे हे एका आव्हाना-पेक्षा कमी नाही. आपल्या आहारात थंड पदार्थांचा समावेश करण्याव्यतिरिक्त, काही प्राणायाम व्यायाम देखील या काळात शरीर थंड ठेवू शकतात. या व्यायामांचा दरोज सराव करा.

चंद्रभेदी प्राणायाम

हा एक शीतलात देणारा प्राणायाम आहे. यामुळे शरीर थंड होते.

हे करण्यासाठी सुखासन, पद्मासन किंवा वज्रासनाने बसावे .

तुमची पाठ सरळ ठेवा.

अंगठ्याने उजवी नाकपुडी बंद करा.
डाव्या नाकपुडीतून हळूहळू श्वास घ्या.
त्यानंतर डावी नाकपुडी बंद करा आणि उजवी
नाकपुडी उघडून हळूहळू श्वास बाहेर सोडा.
ही या प्राणायामाची एक फेरी आहे. तुम्ही याची
१०-१५ वेळा पुनरावृत्ती करावी.
यामुळे शरीर थंड होते.
त्यामुळे मानसिक ताण आणि चिडचिड कमी होते
आणि चांगली झोप लागण्यास मदत होते.
उन्हाळ्यात शरीराचे अतिरिक्त तापमान नियंत्रित
वेगण्यास यामुळे मदत होते.
-डडज टव-अ पुष्पांमधील टेटोस्टेरॉन कमी करू
शकतात हे ५ पदार्थ, विज्ञान काय सांगते ते जाणू
घ्या. अनुलोम-विलोम प्राणायाम
अनुलोम-विलोम प्राणायाममुळे शरीराला अनेक
प्रकार फायदा होतो.
शरीरातील उष्णता कमी करण्यासाठीही हे खूप
फायदेशीर आहेत.
सर्वप्रथम, शांत ठिकाणी बसा.
तुम्हाला सुखाने किंवा पद्मासनात बसावे लागेल.

हे करण्यासाठी, तुमच्या उजव्या हाताचा अंगठा तुमच्या उजव्या नाकपुडीवर ठेवा. यानंतर, तुम्ही दुसऱ्या नाकपुडीतून म्हणजेच डाव्या नाकपुडीतून श्वास घ्यावा. आता श्वास घेताना डावी नाकपुडी बंद करा. आता उजव्या नाकपुडीवरून अंगठा काढा आणि श्वास बाहेर सोडा. यानंतर पुन्हाला फक्त उजव्या नाकपुडीतूनच श्वास घ्यायचा आहे. तुम्हाला डाव्या नाकपुडीतून श्वास बाहेर सोडायला लागेल. ही प्रक्रिया त्याच प्रकारे पुन्हा पुन्हा करा. हे प्राणायाम केल्याने तणाव कमी होतो, मनाला शांती मिळते आणि शरीरातील उष्णताही कमी होते.

आणि चांगली झोप लागण्यासाठी आता शीतली प्राणायाम चिंतेपासून आराम मिळतो आणि चांगली झोप लागण्यासाठी आता शीतली प्राणायामचे शरीराला आणखी फायदे आहेत.

यामुळे चांगली झोप ला-



तो आणि तहान कमी होते. ज्यांना सतत खाण्याच्या सवयीचा त्रास होतो, त्यांनी हा प्राणायाम नक्कीच करावा, कारण तो अनावश्यक भूक कमी करतो. हा प्राणायाम रक्तदाब कमी करतो, आम्लपित्त आणि पोटातील अल्सरपासून आराम देतो, पचनक्रिया सुधारतो आणि हृदयविकारांना प्रतिबंध करतो. स्वच्छ जागेत चटई अथवा आणि त्यावर बसा. सिद्धासन किंवा पद्मासनाने बसणे उत्तम राहील तुमची जीभ बाहेर काढून तिला नळीसारखा आकार द्या. जिभेचा वापर करून हळूहळू श्वास आत घ्या, पोटात हवा भरा आणि मग तोंड बंद करा. तुमच्या जबड्याचा पुढचा भाग छातीला टेकवा. क्षणभर श्वास रोखून धरा, मग नाना सरळ करून नाकावाटे श्वास बाहेर सोडा.

अभंगवाणी, विद्यावाचस्पती विद्यानंद
आइकाल परी ऐसैं नइहें बाई,
न सांडावी सोई भूतराची
नइहें आराणूक लीकिकपासून,
आपल्या आपण गोविलें तें
तुका म्हणें मन कराल कठीण,
त्या या निवडोन मजपाशें
समाराष्ट्राच्या संतपरंपरें भारतीय
अध्यात्माला एक वेगळी दिशा दिली. या
परंपरेतील संतांनी भक्तीला केवळ मांडिर,
तीर्थयात्रा किंवा धार्मिक कर्मकांडांपुरते
मर्यादित ठेवले नाही; तर ती मानवी
जीवनाचा अविभाज्य भाग बनविली. संत
ज्ञानेश्वरांनी ज्ञानाचा मार्ग खुला केला,
संत नायदेवांनी प्रेमभक्तीची गोडी दिली,
संत एकनाथांनी समतेची शिक्कण दिली;
संत तरे संत तुकाराम महाराजांनी सामान्य
माणसाच्या जीवनातील संघर्ष, कर्तव्य,
श्रद्धा आणि अध्यात्म यांचा अद्वितीय
समन्वय घडवून आणला. त्यांच्या
अभंगवाणीतून व्यक्त होणारे विचार हे केवळ
भक्तिपर साहित्य नसून; ते मानवी जीवनाला
दिशा देणारे कालातीत तत्त्वज्ञान आहे.
या अभंगत वापरलेली भाषा साधी असली
तरी त्यामध्ये दडलेले तत्त्वज्ञान अत्यंत
व्यापक आहे. संसारीतील नातेसंबंध,
सामाजिक जबाबदार्या, वैयक्तिक कर्तव्ये
आणि अंतर्मनातील श्रद्धा यांचा योग्य
समतोल साधणे हीच खरी साधना आहे,
असे संत तुकाराम महाराज जाणवतात.
त्यांनी संसार सोडून जंगलात जुण्याचा
किंवा जीवनापासून पलायन करण्याचा
मार्ग दाखवला नाही. उलट, त्यांनी
संसाराला राहूनही मनाने ईश्वराची जोडलेले
दाखण्याचा मार्ग दाखवला. हा मार्ग सामान्य
माणसासाठी अधिक उपयुक्त, अधिक
व्यवहार्य आणि अधिक जीवोन्मुख आहे.
आजच्या काळातही हा विचार अत्यंत
महत्त्वाचा ठरतो. आधुनिक जीवनातील
स्पर्धा, ताणतणाव, भौतिक अपेक्षा आणि
नातेसंबंधातील गुंतागुंत यामुळे माणूस
अनेकदा मानसिक अस्थिरतेचा अनुभव
घेतो. काही जण अध्यात्माला नाव-
खातीला जबाबदार्यांपासून दूर जाण्याचा

प्रत्यक्ष करतात; तर काही जण व्यवहाराच्या ओझ्याखाली अध्यात्म विसरून जातात. अशा वेळी संत तुकाराम महाराजांचे हे अंगभंग संतुलित जीवनाचा मार्ग दाखवतात. कर्तव्य, विवेक, आत्मपरीक्षण आणि ईश्वरनिष्ठा यांचा संगम घडवून आणणारा हा संदेश आजही तितकाच प्रेरणादायी आणि मार्गदर्शक आहे.

संत तुकाराम महाराजांच्या अभंगवाणीत भक्ती, वैराग्य, समाजजीवन आणि अध्यात्म यांचा विलक्षण समन्वय आढळून येतो. त्यांच्या अभंगांचा एक विशेष गुण म्हणजे ते जीवनाला दोन वेगळ्या भागांत विभागत नाहीत. एकीकडे संसार आणि दुसरीकडे अध्यात्म अशी कृत्रिम विभागणी त्यांनी सांगितले की, खरे अध्यात्म हे संसारापासून पळून जाण्यात नसून संसारात राहूनही ईश्वरनिष्ठ राहण्यात आहे. या अभंगांच्या ओळींमधून संत तुकाराम महाराजांनी अत्यंत सूक्ष्म आणि गहन जीवनतत्त्व मांडले आहे. या अभंगात त्यांनी भक्तीच्या नावाखाली कर्तव्याचा त्याग करण्याच्या प्रवृत्तीवर भाष्य केले असून; संसार आणि परमेश्वर यांच्यातील योग्य संतुलन कसे असावे याचे मार्गदर्शन केले आहे.

आइकाल परी ऐसॅं नव्हे बाई, न सांडावी सोई
भ्रताराची या ओळीत संत तुकाराम महाराज
एका खीला उद्देशून बोलत असल्याचे दिसते. परंतु हा संवाद केवळ एका स्त्रीपुरता मर्यादित नाही. तो प्रत्येक व्यक्तीसाठी आहे. येथे भ्रतार हा शब्द केवळ पती या अर्थाने नसून कर्तव्य, जबाबदारी आणि नातेसंबंध यांचे प्रतीक म्हणून वापरला गेला आहे. संत महाराज सांगतात की भक्ती करायची म्हणून आपल्या कर्तव्यांचा त्याग करणे योग्य नाही. संसारातील जबाबदारी सोडून अध्यात्माच्या नावाखाली पलायन करणे हे खरे अध्यात्म नव्हे. संतपरंपरेत हा विचार अनेक संतांनी मांडला आहे. संत नामदेव महाराज विठ्ठलभक्त होते; पण त्यांनी आपला व्यवसाय आणि कुटुंब यांच्याकडे दुर्लक्ष केले नाही. संत सावला यांनी शांती काय करत असताना विठ्ठलाचे स्मरण करीत

सांसारिक कर्तव्य आणि अध्यात्मिक निष्ठेचा समतोल

संत गोरु कुंभार मडकी घडवीत असतानाही परमेश्वराशी एकरूप झाले होते. कर्तव्याचे प्रामाणिक पालन हीच खरी भक्ती होती. तत्त्वज्ञानाच्या दृष्टीने पाहिले तर ही ओळ कर्मयोगाचे तत्त्व स्पष्ट करते.

भगवद्गीतेमध्ये भगवान श्रीकृष्ण अर्जुनाला सांगतात की कर्तव्य ठाळणे हा उपाय नाही. निष्काम भाव- नेने कर्तव्य करणे हेच श्रेष्ठ आहे.

संत तुकाराम महाराजांचा संदेश याच विच- राशी सुसांत आहे. संसार सोडून जंगलात जाण्यापेक्षा संसारात राहूनही मनाने ईश्वराशी जोडलेले राहणे अधिक कठीण आणि अधिक श्रेष्ठ आहे. नव्हे आराणूक लीकिकापासून, आपल्या आपण गोविलें तें या ओळीत संत तुकाराम महाराज मानवी मनाच्या अवस्थेचे विश्लेषण करतात. आराणूक म्हणजे पळून जाणे किंवा दूर जाणे. ते सांगतात की आपण संसारात अडकलो आहोत असे वाटते; पण प्रत्यक्षात आपल्याला कोणी बांधून ठेवलेले नसते. आपणच आपल्या इच्छा, अपेक्षा, मोह, लोभ आणि अहंकार यांच्या जाळ्यात स्वतःचा अडकवून घेतलेले असते. हा विचार अत्यंत गहन आहे. सामान्यतः माणूस आपल्या दुःखासाठी परिस्थितीला, समाजाला किंवा इतर व्यक्तींना जबाबदार धरतो. परंतु संत तुकाराम महाराज सांगतात

की माणसाच्या बंधनांचे मूळ त्याच्या स्वतःच्या मनात असते. उदाहरणार्थ, दोन व्यक्ती एकाच परिस्थितीत राहतात. एक व्यक्ती समाधानी असते; तर दुसरी सतत अस्वस्थ असते. परिस्थिती समान असूनही अनुभव वेगळे का असतात? कारण बंधन बाह्य नसते; ते अंतर्मनात असते. आजच्या काळातही हा विचार तितकाच लागू पडतो. आधुनिक माणूस अनेकदा म्हण-
तो की कामाचा ताण आहे, समाजाच्या अपेक्षा आहेत, स्पर्धा आहे; त्यामुळे मनः शांती नाही. परंतु संतांचा प्रश्न वेगळा आहे. खरोखरच बाह्य परिस्थिती आपल्याला अस्वस्थ करते की आपल्या अपेक्षा आणि महत्त्वाकांक्षा आपल्याला बांधून ठेवतात? अनेकदा आपणच आपल्या इच्छांचे कैदी बनतो. अधिक पैसा, अधिक प्रतिष्ठा, अधिक मान्यता मिळवण्याच्या धडपडतीत आपण स्वतःचे स्वातंत्र्य गमावून बसतो. समाजिक दृष्टिकोनातून पाहिले तर हा अभंग जबाबदारीची जाणीव करून देतो. समाजातील अनेक समस्या या इतरांवर दोषारोप करण्याच्या वृत्तीमुळे वाढतात. प्रत्येकाने आपल्यापरीच केली आपत्तः च्या चुका स्वीकारल्या; तर समाज अधिक सुदृढ होईल.

तुका म्हणे मन कराल कठीण, त्या या निवडोन मजपाशीं या शेवटच्या ओळीत संत तुकाराम महाराज साधकाला एक महत्त्वपूर्ण सूचना देतात. मन कठीण करणे म्हणजे

सेवेदनाशून्य होणे नव्हे. येथे कठीण म्हणजे दृढ, स्थिर आणि निश्चयी होणे. जोपर्यंत मन अस्थिर आहे; तोपर्यंत योग्य आणि अयोग्य, शाश्वत आणि अशाश्वत, सत्य आणि असत्य यातील फरक समजत नाही. निवडोन या शब्दात विवेकाचे तत्त्व दडलेले आहे. जीवनात अनेक गोष्टी आकर्षक वाटतात; पण सर्वच गोष्टी हितकरक नसतात. जसे सुवर्ण आणि पितळ दिसायला सारखे वाटू शकतात; पण त्यांची किंमत वेगळी असते. तसेच जीवनातही विवेकाने निवड करावी लागते. संत तुकाराम महाराज सांगतात की ज्याचे मन दृढ आहे, जो विवेकाने निर्णय घेतो; तोच खर्चा अर्थाने ईश्वराच्या जवळ पोहोचतो. आध्यात्मिक दृष्टिकोनातून प्रत्येक ओळ साधनेचा मूलमंत्र आहे.

ध्यान, नामस्मरण, प्रार्थना किंवा सेवा यांपैकी कोणतीही साधना कार्याची असेल; तर मनाची स्थिरता आवश्यक आहे. चंचल मन सतत बाहेर धावत राहते. परंतु दृढ मन अंतर्मुख होते आणि आत्मचिंतनाच्या मार्गावर चालते. म्हणूनच संतांनी मनाला जिंकण्यावर भर दिला आहे. या अभंगातून संत तुकाराम महाराज या अत्यंत संतुलित जीवनादरम्यान मांडतात. ते नाना विचारसंसारवादां स्वीकारतात, ना अति वैराग्य. ते सांगतात की संसारात राहा; पण संसारात गुपफुटून जाऊ नका. नाती जप; पण त्यांच्यात आसक्ती निर्माण होऊ देऊ नका. कर्तव्य करा; पण अहंकार बाळगू नका. भक्ती करा; पण जबाबदाऱ्यां टाळू नका. आजच्या काळात हा संदेश अधिक महत्त्वाचा वाटतो. आधुनिक जीवनात अनेक लोक अध्यात्म आणि व्यवहार यांना परस्परविरोधी मानतात. काही जण अध्यात्माच्या नावाखाली जबाबदाऱ्या टाळतात; तर काही जण व्यवहाराच्या धावपळीत अध्यात्म विसरून जातात.

या अभंगाचा मूळ संदेश असा आहे की जीवनातील खरी मुक्ती संसार सोडण्यात नाही; तर मनातील आसक्ती सोडण्यात आहे. खरी भक्ती कर्तव्य टाळण्यात नाही; तर कर्तव्यातील ईश्वरसेवा मानण्यात आहे.

आणि खरे वैराग्य जगापासून दूर जाण्यात नाही; तर जगात राहूनही अंतर्मनाने परमेश्वराशी जोडलेले राहण्यात आहे. संत तुकाराम महाराजांच्या या अभंगाचा सखोल विचार केला असता असे जाणवते की त्यांनी मानवी जीवनातील सर्वांत मोठ्या द्वंद्वाला स्पर्श केला आहे. संसार आणि अध्यात्म, कर्तव्य आणि वैराग्य, व्यवहार आणि भक्ती या परस्परविरोधी वाटणार्या संकल्पनांचा त्यांनी अत्यंत समतोल आणि व्यावहारिक पद्धतीने उलगडा केला आहे. त्यांच्या संत जीवनातील खरी साधना ही संसाराचा त्याग करण्यात नसून संसारातील जबाबदाऱ्यांचे प्रामाणिक पालन करताना अंतर्मनाने परमेश्वराशी जोडलेले राहण्यात आहे.

आजच्या आधुनिक युगात संत तुकाराम महाराजांचा हा संदेश अधिकच उपयुक्त वाटतो. भौतिक प्रगतीच्या शर्यतीत माणूस अनेकदा स्वतःलाच विसरून जातो. यश, पैसा, प्रसिद्धी आणि प्रतिष्ठा यांचा पाठलाग करताना अंतर्मनातील शांतता हारवते. अशा वेळी संतांचा संदेश आपल्याला स्मरण करून देतो की जीवनाचा खरा अर्थ बाह्य उपलब्ध्यांमध्ये नसून अंतःकरणातील समाधानात आहे. संसारात राहूनही त्याचा गुलाम न होता, कर्तव्य करतांना अहंकार न बाळगता आणि भक्ती करताना पलायनवाद न स्वीकारता जगणे; हीच खरी साधना आहे. संत तुकाराम महाराजांचा हा अभंग मानवी जीवनासाठी एक दीपस्तंभ असतो. तो आपल्याला शिक्कतो की संसार आणि अध्यात्म यांमध्ये भिंत उभी करण्याची गरज नाही. उलट, या दोन्हीचा समतोल साधला तरच जीवन परिपूर्ण होते. कर्तव्यनिष्ठ व्यवहार, विवेकापूर्ण विचार, अंतर्मुख आत्मपरिक्षण आणि अखंड ईश्वरस्मरण यांमधूनच जीवनाला खरे सौंदर्य प्राप्त होते. संत तुकाराम महाराजांचा हा संदेश काळाच्या पलीकडे जाऊन आजही प्रत्येकाला आत्मजागृती, साततता, आतुल आध्यात्मिक समृद्धीचा मार्ग दाखवत राहतो.

३ *Doctor Tips*
सल्ला डॉक्टरचा

आहारात कॅल्शियम आणि लोह यांचे प्रमाण भरपूर असेल, अशा पदार्थांचा समावेश करावा. यात येथी, पालक, हिंल्या पालेभाज्या यांचा समावेश आहे. कोबी या भाजीत अटॉक्सिकन्ट असतात. व्हिटॅमिन आणि फॉलेट-फायबरही असत. सॅलडच्या स्वच्छता भाज्यांचा आहारात समावेश करा. कॅल्शियम हाडामधील महत्त्वाचा घटक आहे. त्याच्या कमतरतेमुळे हाड कमजोर होतात. ड्यूयू सिस्टरम चांगले डेव्हन्यासाटी कॅल्शियम महत्त्वाची भूमिका बजावते. कॅल्शियमचे प्रमाण कमी झाल्यास शरीरात उपरनृत असलेले कॅल्शियम अधिक प्रमाणात वापरले जाते. त्यामुळे हाडामधील कॅल्शियम कमी होण्यास सुरुवात होते.

२ Joke **विनोद**

ब्रामीण रोजगार हमी योजनेत
अधिकाऱ्यांनी १६ टक्के हडपले

बाकी ४ टक्के का सोडले?
अरे भाऊ जगात लाज आणि इमान
नावाची काही गोष्ट आहे का नाही!!!



विनोद

बाबू - तुझे वडील किती वर्षांचे आहेत.
राजू - माझ्याच वयाचे आहेत.
बाबू - अरे पण हे कसं शक्य आहे.
राजू - का नाही शक्य? अरे मी जन्मलो, नि ते वडील बनले ना स!

३ Message
सदेश



संदेश

Santa's Morning workout
santa 2 doctor-apne kaha tha
ki subah khelne se sehat thik
rehti hai pr muje to koi fark nai
pada?
doctor-konsa game khelteho?
santa-mobile mai snake wala .

Thought
सुविचार



गातांतल सवें प्रातिभासपन्न माणस इश्वराच्या समीप असतात
- स्टीव्हनसन

संस्कृत युग्माधित
स्वभावो नोपदेशने शक्यते कर्तुमन्यथा।
सुतममपि पानीयं पुनर्गच्छति शीतताम॥

अर्थ : उपदेश केल्याने माणसाच्या स्वभावात होणारे परिवर्तन हे तेवढ्यापुरतेच असते, ते टिकत नाही. खूप तापवलेले पाणी पुन्हा थंड होत असते.

आइवे शब्द

१. रावसाहेब रामराव — अर्थात गृहमंत्री आबांचे न
६. पेलिसांवरील अधिकारी
९. ही धरून लगडी घालतात
११. छिद्र, जखम
१२. जय पराजय
१४. घोंगड्या विणगारी जमात
१६. मोठा हातोडा
१७. रम्य दृश्य
१९. धमनी
२१. मला
२४. उपहास
२५. शरीर
२७. खरकट्याचा ढीग
२९. श्रीकृष्णाचे एक नाव
३१. वचक, भीती
३२. हिंदीत शरीर
३३. बारीक झिणझिण
३५. वाकबगार
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. पायताण
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. गवाताचे रंद पान
६५. निवासस्थान

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

उभे शब्द

१. संरक्षण
२. बाहेरच्या विरुद्ध
३. धरणातील पाणीसाठ्याचा प्रदेश
५. छोटी
६. सैनिक
७. जपणे
८. आवड
९. घट्ट, तणावाची स्थिती
१०. उष्ण
१३. प्रजा
१५. दृष्टीभेट
१६. गर्द, गच्च
१८. शेताने
२०. सीतपेय
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 करणचे काम
३५. विनाश
३६. राजालाही इथे नतमस्तक व्हावे लागते
३८. मृत्यूचा राजा
४१. संभवनीय
४२. पारशी जनतेचा वर्षारंभ दिन
४४. नूलन
४७. माळी, बागवान

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

आखे उत्तर

१.आ.आर. पाटील ६.फौजदार
२.तंगडी १.क्षत १२.हारजीत १४.सनगर १६.घण
१७.विलोभीनीय १९.नस २१.मज २४.टर २५.तन
२७.रम्पाट २९.दामोदर ३१.धाक ३२.बदन
३३.खवक 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.पळउता
७०.घरंदारा ७२.माहितगार ७५.पदर ७७.रास
७९.शीरा ८०.वतनदार ८१.गेला बाजार

उभे उत्तर

१.रक्षण ३.आत ४.पाणलोट ५.लहानी ६.फौजी
७.जतन ८.रस ९.तंग १०.गरम १३.रयत १५.नजरा-
नजर १६.धनदात १८.भरघाव २०.सरबत २२.जनपथ
२३.उदरभरण २६.नवरा २८.मद ३०.ख ३४.खवक-
लदारी ३८.सर्वनाश ३६.ईश्वरचरणी ३८.यमराज

मनोरंजक महाशब्दकोड्यांचा समाचार

১	২	৩		৪		৫	৬		৭		৮	৯	১০		
	১১					১২	১৩				১৪	১৫			
১৬			১৭		১৮			১৯	২০				২১	২২	
		২৩		২৪			২৫		২৬	২৭					
২৮			৩০		৩১					৩২					
		৩৩		৩৪			৩৫				৩৬	৩৭			
	৩৮					৪০				৪১					
৪২		৪৩			৪৪		৪৫					৪৬	৪৭		
৪৮				৪৯		৫০			৫১	৫২		৫৩			
			৫৪					৫৫					৫৬	৫৭	
৫৮						৫৯				৬০		৬১			
					৬২						৬৩				
					৬৪					৬৫					
৬৬			৬৭					৬৮							
				৬৯					৭০		৭১				
৭২	৭৩		৭৪				৭৫						৭৬	৭৭	
৭৮			৮০							৮১					

४१. शक्य ४२. नवरोज ४४. नव ४७. बनकर
५०. कुरापत
५२. रत्ना 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



थोडक्यात/ संक्षिप्त

इंग्लंडला पाठिंबा देण्यासाठी

खेळाडूने चाहत्यांना वाटले स्टिकर्स

मुंबई-प्रत्येक खेळाडूचे स्वप्न असते की त्याला त्याच्या देशासाठी खेळावे हे त्याचे आयुष्यामध्ये लक्ष असते. पण अनेकदा देशांसाठी खेळणे आणाम मात्र आंतरराष्ट्रीय स्तरावर देशातील संघामध्ये स्थान टिकवून ठेवणे हे आपल्या हातात नसते. सध्या फुटबॉल वर्ल्डकप सुरु आहे आणि त्यामुळे जगभरामध्ये या स्पर्धेची चर्चा सोशल मिडियावर फ टर्बॉल चाहत्यांमध्ये सुरु आहे. आता सध्या एक खेळाडू फुटबॉल खेळाडूचा एक व्हिडिओ व्हायरल व्हायरल होत आहे. फिफा विश्वचषक २०२६ साठी हॅरी मॅक्वायरला इंग्लंडच्या संघात स्थान देण्यात आले नाही. त्यामागचं कारण काही आहे याबद्दल न विचार. क्त्वा त्याने त्याच्या पद्धतीने संघाला पाठिंबा देण्याचा विचार केला आहे. इंग्लंडचा खेळाडू हॅरी मॅक्वायर याला संघात स्थान मिळाले नाही पण आता त्याने त्याच्या संघाला पाठिंबा देण्यासाठी स्टिकर अल्बम वितरित करताना दिसला. संघात खेळता आले नाही म्हणून त्याने त्याच्या संघाला पाठिंबा देण्याचे ठरवले, न्यूयॉर्क शहरात, हॅरी मॅक्वायर चाहत्यांच्या कार्यक्रमांना उपस्थित होता यावेळी तो रॉकफेलर सेंटरमध्ये पाणिनी स्टिकर्स वितरीत करताना दिसला. त्यांथे तो टाईम्स स्क्वेअर जवळील युनायटेड-१०म असलेल्या फॅन-बारमध्ये चाहत्यांना भेटण्यासाठी पोहोचला होता.

रोहित शर्मा ला मिळणार

नवा पार्टनर?

मुंबई-आयर्पोल २०२५ च्या मेगा ऑव्शन आणि आगामी हंगामापूर्वी क्रिकेट जगतात मोठ्या घडामोडींना वेग आला आहे. गेल्या तीन वर्षांपासून मुंबई इंडियन्सचे नेतृत्व करणाऱ्या हार्दिक पांड्यांचा भविष्य आता धोक्यात असल्याचा दिसत आहे. हार्दिकच्या नेतृत्वात मुंबईला अपेक्षित यश मिळालेले नाही, उलट तीपैकी दोन हंगामात संघाची कामगिरी अत्यंत सुमार झाली. सूत्रांच्या माहितीनुसार, हार्दिक स्वतः इतर संघांमध्ये संधी शोधत असून, राजस्थान रॉयल्सचा घडोढाबाज सलामीवीर यशस्वी जैस्वाल आणि हार्दिक यांच्यात ट्रेड होण्याची दाट शक्यता आहे. मेरेस्पोर्टदरम्यान अंबालानुसार, मुंबई इंडियन्स रोहित शर्माचा योग्य पर्याय म्हणून यशस्वी जैस्वालक पाहत आहे. यशस्वी हा मुंबईचाच खेळाडू असल्याने वानखेडे स्टेडियम त्याचा घरचा मैदान आहे. जर हार्दिक राजस्थानमध्ये गेला, तर यशस्वी मुंबईच्या गोटात सामील होऊ शकतो. धकादायक बाब म्हणजे, मुंबई इंडियन्स एका नव्या आणि तरुण संघाची बांधणी करत असल्याने, ते आगामी काळात सूर्यकुमार यादवलाही संघातून तिलाज करू शकतात. मुंबई इंडियन्स पुढील आठवड्यात एक महत्वाची बैठक घेणार आहे

लक्ष्म्य सेन आणि तन्वी शर्माकडे

भारतीय संघाचे नेतृत्व

वाशिंग्टन-यूएस ओपन सुपर ३०० बॅडमिंटन स्पर्धेत अनुभवी लक्ष्य सेना आणि उद्योगमुख खेळाडू तन्वी शर्मा भारताचे नेतृत्व करतील. पुरुष गटात किदाम्बी श्रीकांतसह इतर अनेक भारतीय बॅडमिंटनपटू एकेरी स्पर्धेत आपले नशीब आजमावतील. महिला एकेरी स्पर्धेत एकूण सात भारतीय बॅडमिंटनपटू सहभागी होतील.लक्ष्य सेनाला या स्पर्धेत दुसरे मानांकन असून पहिल्या फेरीत त्याचा सामना बेलियमच्या ज्यूलियन कॅरेगीशी होईल. या महिन्याच्या सुरुवातीला इंडोनेशिया ओपनमध्ये पहिल्याच फेरीत बाहेर पडल्यानंतर, लक्ष्य पुनरागमन करण्यासाठी कोणतीही कसर सोडणार नाही. श्रीकांत पुरुष एकेरीतील आपला पहिला सामना चायनीज तैपेईच्या लियाओ झुओ-फू विरुद्ध खेळेल. आणखी एक भारतीय बॅडमिंटनपटू सनिथ दयानंद, जपानच्या चौथ्या मानांकित युदाई ओकिमोटो विरुद्ध आपल्या मोहिमेला सुरुवात करेल. एस. शंकर मुधुसामी सुबुमण्यन यांनीही मुख्य झॉन्मध्ये आपले स्थान निश्चित केले असून त्यांचा सामना एका पात्रताफेरीतून आलेल्या बॅडमिंटनपटूशी होईल. महिला एकेरीमध्ये, पाचवी मानांकित तन्वी शर्मा आणि सहावी मानांकित देविदा सिहाग सर्वोत्तम कामगिरी करणाऱ्यांच्या प्रयत्नात असतील.

महिला संघाने आशियाई रिले

चॅम्पियनशिप स्पर्धेत सुवर्णपदक

દેહલી-પ્રાંશયન રિલે ચામ્પયનશિપ્સ ૨૦૨૬ મધ્યે ભારતીય મહિલા સંઘાને સુવર્ણપદકાલા ગવસની ઘા-તલી. ૪૯૫સગ૧૦૦ મીટર સ્પર્ધેત ભારતચા મહિલા સંઘાને ડક્ટુક્ટ કામગીરી કરત સુવર્ણપદક જિકલે. અંતિમ ફેરીત ભારતીય સંઘાને ચીનચા પરામથ કેલા આગિ ૪૩.૮૫ સેકંદાંચી હંગામાતલી સર્વોત્તમ વેઠ નૉંદવલી. યા સ્પર્ધેત ભારતાને ઈકૂળ તીન પદકં ઈક સુવર્ણ, ઈક રૉય આગિ ઈક કાંસ્ય જિકલી. યા સંઘાત શ્રાત્રની નંદા, ઈસ.ઈસ. સ્નેહા, સુદેશના શિવંકર આગિ તમન્ના યૉંચા સમાવેશ હૉતા. યા ચૉઈની શર્ચતીદરમ્યાન અચૂક બૅટનચી દેવાળ-ઘેવાળ આગિ ડક્ટુક્ટ અંતિમ ગતી દાખવલી. ભારતાને ૪૩.૮૫ સેકંદાંચી વેઠ નૉંદવત પ્રથમ ક્રમાંક પટકાવલા. યા શર્ચતીત ચીનચા સંઘાને ૪૪.૭૧ સેકંદાંચી વેઠ ઘેત રૉયપદક જિકલે આગિ ડુસરે સ્થાન મિઠવલે, તર થાયલંડને ૪૪.૧૧ સેકંદાંચા વેઠેસહ કાંસ્યપદક જિકલે. રિલાયન્સ ફાઉન્ડેશનકે પ્રશિક્ષક માર્ટિન ઓવેન્સ યૉંચા માર્ગદર્શનાખાલી સંઘાને શર્ચતીંચી નિયોજન યશસ્-વીપળે અંમલાત આણલે. યા સ્પર્ધેત તમન્ના આગિ સ્નેહા શાનુમલ્લી યાંની ભારતાસાલી ડક્ટુક્ટ વૈયક્તિક કામગીરી કરત પ્રત્યેકી દોન

क्रीडा विश्व

महिला क्रिकेटपटूंसोठी आयसीसीने घेतला मोठा निर्णय

नवी दिल्ली : खेळपट्ट्यांवर
चौकार-षट्कार मारण-
ारी एखादी खेळाडू जेव्हा
आई होण्याचा निर्णय घेते,
तेव्हा बाबाचदा तिला तिच्या
क्रिकेटादीला पूर्णविराम द्यावा
लागतो. खेळ आणि मातृत्व
या दोन वेगवेगळ्या वाटांवरून
चालताना होणारी तिची
ओढाताना आता थांबणार
आहे. आंतरराष्ट्रीय क्रिकेट
परिषदेने महिला क्रिकेटपटूंसाठी
'प्रसूतीनंतर पुनरागमन' ही अत्यंत
संवेदनशील आणि व्यावहारिक
मार्गदर्शक तत्वे जाहीर केली
आहेत. आई झाल्यानंतरही
महिला खेळाडू सन्मानाने आणि
सुरक्षितपणे पुन्हा मैदानावर परतू
शकतील, हा या धोरणाचा
मुख्य उद्देश आहे. आज महिला
क्रिकेट मोठ्या उंचीवर पोहोचले

आहे. खेळात करिअर घडवत असतानाच, अनेक खेळाडू आई बनून कुटुंब सुरू करण्याचा आनंदही घेऊ इच्छितात. पण बाळाच्या जन्मानंतर पुन्हा आधीसाराखंच तंदुरुस्त होऊन मैदानात उतरणं शारीरिक आणि मानसिकदृष्ट्या सोपं नसतं. खेळाडूंची हीच अडचण ओळखून आयसीसीने त्यांच्या आरोग्याची आणि कल्याणाची संपूर्ण जबाबदारी घेणारे हे पाऊल उचलले आहे.

महिला खेळाडूला आई होण्याच्या प्रवासापासून ते पुन्हा मैदानात पहिली धाव घेईपर्यंतच्या प्रत्येक टप्प्यावर साथ देण्यासाठी '६ आर' चा एक विशेष आराखडा तयार करण्यात आला आहे. ऑस्ट्रेलिया संघाच्या डॉक्टर फिलिपा इंगे यांच्या



नेतृत्वाखाली ही नियमावली तयार झाली आहे. यात केवळ खेळाचाच विचार नाही, तर एका आईच्या व्यावहारिक गरजाही जपल्या आहेत. सरावाच्या वेळात लवचिकता असणे, स्ट्रेडिंगमवर बाळाला दूध पाजण्यासाठी किंवा त्याची काळजी घेण्यासाठी हक्काची आणि सुरक्षित जागा असणे, आणि प्रवासातही बाळाला सोबत ठेवण्यासाठी मदत करणे, अशा अनेक कौतुकास्पद बाबींचा यात समावेश आहे. '६ आर' चा आधार १. रेडी : प्रसूतीनंतर आईच्या शरीराला मिळणारा विश्रांतीचा पहिला टप्पा. २. रिब्बू : तिची शारीरिक आणि मानसिक प्रकृती नेमकी कशी आहे,

आणि प्रवासातही बाळाला सोबत ठेवण्यासाठी मदत करणे. अशा अनेक कौतुकास्पद बाबींचा यात समावेश आहे. '६ आर' चा आधार १. रेडी प्रसूतीनंतर आईच्या शरीराला मिळणारा विश्रांतीचा पहिला टप्पा. २. रिव्ह्यू : तिची शारीरिक आणि मानसिक प्रकृती नेमकी कशी आहे,

मोहम्मद सालाहच्या जादूई कामगिरीने इजिप्त देशाचा ऐतिहासिक विजय

मियामी (फ्लोरिडा) : फिफा विश्वचषक २०२६ मध्ये एका छोट्या देशाने फुटबॉल जगताला थक्क केले आहे. केवळ ५ लाख लोकसंख्या असलेला 'केप व्हर्दे' हा देश आता फुटबॉल ...

सामन्यांची सुरुवात न्युझीलंडसाठी आश्वासक ठरली. १५ व्या मिनिटाला फिन सरमने हेडरद्वारे गोल करत न्युझीलंडला १-० अशी आघाडी मिळवून दिली. पहिल्या हाफमध्ये इजिप्तने बरोबरी साधण्याचा प्रयत्न केला, परंतु आखेला यश आले नाही.

मध्यंतरानंतर मात्र इजिप्तच्या संघाने पूर्णपणे वेगवेगळ्या आवेशात मैदानात उतरण्याचे ठरवले होते. ५८ व्या मिनिटाला मोस्तफा झिकोने शानदार हेडर मारत संघाला १-१ अशी बरोबरी मिळवून दिली. त्यानंतर मोहम्मद सालाहने झिकोच्या बॅक-हील पासवर गोल करत संघाला २-१ अशी आघाडी मिळवून दिली. सामन्याच्या ८२ व्या मिनिटाला ट्रेझेगेटच्या डायव्हिंग हेडरने इजिप्तच्या विजयावर ३-१ अशी मोहोर उमटवली.

'फॅरीज'चे प्रशिक्षक आणि खेळाडूना उत्साह सामन्यानंतर इजिप्तचे प्रशिक्षक होसाम हसन यांनी खेळाडूंच्या जिदीचे कौतुक केले. ते म्हणाले, आम्ही ठरवले होते की जोपर्यंत विजय मिळवत नाही, तोपर्यंत मैदान सोडायचे नाही. खेळाडूंनी आज दाखवलेली जिद्द वाखाणण्याजोगी आहे. मोहम्मद सालाह हा विजय आपल्या संघासाठी अत्यंत खाला असल्याचे सांगितले. या गोलमुळे सालाह आता राष्ट्रीय संघाच्या सर्वकालीन सर्वाधिक गोल करणाऱ्या विक्रमाच्या अगदी जवळ पोहोचला आहे.

१८ वर्षीय यामालचा विश्वचषकात विक्रम; स्पेनचा मोठा विजय!

**बलाढ्य न्यूझीलंडचा ३-१ ने पराभव**

हैद्वर, ब्रिटिश कोलंबिया : फिफा विश्वचषक २०२६ मध्ये इजिप्तच्या संघाने नवा इतिहास रचला आहे. रविवारी रात्री बीसी एलएस स्टेडियमवर खेळल्या गेलेल्या सामन्यात, स्टार खेळाडू मोहम्मद सालाहाच्या निर्णायक गोलच्या जोरावर इजिप्तने न्यूझीलंडचा ३-१ असा पराभव करत स्पर्धेतील आपला पहिला-वहिला विजय नोंदवला. या विजयामुळे इजिप्तच्या बराह्यामध्ये आनंदाची लाट उसळली आहे. मलहानफकेप हैद्वरचा ममोठाफचमत्कार!

बलाढ्य उरुग्वेला २-२ ने रोखून रचला इतिहास

स्पेनेने (डरिळप) सौदी अरेबियाचा (डॉवळ -रिलळ) ४-० असा धुव्वा उडवत गट 'एच' (त्रॅंकि) मधील पहिला विजय नोंदवला. अटलांट- (श्रंपरी) येथे झालेल्या या सामन्यात १८ वर्षीय लामिन यामाल गुणतालिकेतील स्थिती आणि पुढील आव्हान या विजयामुळे इजिप्तचा संघ 'ग्रुप जी' मध्ये गुणतालिकेत अव्वल स्थानी पोहोचला आहे. मात्र, बाद फेरीतील स्थान असूनही निश्चित झालेले नाही. शुक्रवारी अजुनएलमध्ये इंग्लिविरुद्ध होणारा सामना इजिप्तसाठी 'करो या मरो' स्वरूपाचा असेल. पुढील फेरीत

प्रवेश करण्यासाठी इजिप्तला हा सामना अनिर्णित राखणे आवश्यक आहे. दुसरीकडे, न्यूझीलंड संघ अजूनही आपल्या पहिल्या विजयचक्र विजयाच्या शोधात आहे. अनुभवी खेळाडू ख्रिस वूडने निराशा व्यक्त केली असली तरी, बेलजियमविरुद्धच्या शेवटच्या सामन्यात विजय मिळवून स्पर्धेत टिकून राहण्याचा विश्वास व्यक्त केला आहे. स्पर्धेतील इतर सामन्यांचा विचार करता, ग्राण्ण आगे बेलजियम यांच्यातील सामना कोणत्या बुराबरीत सुटल्याने 'ग्रुप जी' मध्ये आता चुरस निर्माण झाली आहे.

चॅम्पियन टीम इंडियावर एका पराभवामुळे टी२० वर्ल्ड कप २०२६ मधून बाहेर होण्याचा धोका, जाणून घ्या समीकरण

मुंबई-सध्या इंग्लंडमध्ये महिला टी२० वर्ल्ड कप २०२६ चे सामने सुरु आहेत. १ जून पासून या वर्ल्ड कपला सुरुवात झाली असून यात एकूण १२ संघांनी सहभाग घेतलाय. सुवर्णतऱ्या या संघांचे गुपुल स्टेज सामने सुरु असून १२ संघांना प्रत्येकी ६-६ अशा दोन गुपमध्ये विभागण्यात आलं आहे. यातील भारतीय संघाचा समावेश हा गुप ए मध्ये करण्यात आला असून यात भारताशिवाय ऑस्ट्रेलिया, दक्षिण आफ्रिका, पाकिस्तान, बंगलादेश आणि नेदरलँड अशा संघांचा समावेश आहे. भारताने आतापर्यंत संस्थेथत एकूण तीन सामने खेळलेत. यापैकी पाकिस्तान आणि नेदरलँड विरुद्ध सामना टीम इंडियाने जिंकला तर दक्षिण आफ्रिकेविरुद्ध झालेल्या सामन्यात मात्र त्यांचा पराभव झाला. तीन पैकी दोन गुपुल स्टेज सामने भारताने जिंकले असले तरी दक्षिण आफ्रिकेविरुद्ध एक सामना गमावल्यामुळे त्यांचं सेमी फायनलमधल्या सामना अडचणीत येऊ शकतं. हा एक पराभव सुद्धा महिला वर्ल्ड कप २०२५ चा चॅम्पियन संघ ठरलेल्या टीम इंडियासाठी टी२० वर्ल्ड कप २०२६ मधून बाहेर पडण्यासाठी कारणीभूत ठरू शकतो. तेव्हा सेमी फायनलमध्ये पोहोचण्यासाठी भारतीय महिला संघाचा समीकरण कस आहे याविषयी जाणून घेयायत.

पॉईंट्स टेबलमध्ये कोणता संघ कोणत्या स्थानी? यंत्र्यन्त्या महिला टी२० वर्ल्ड कप २०२६ मध्ये १२ संघांचा समावेश आहे. यातील प्रत्येकी ६-६ सामने गुप ए आणि गुप बी मध्ये विभागण्यात आलं आले. टीम इंडियाला दक्षिण आफ्रिकेविरुद्ध



११ जून रोजी खेळवण्यात आलेल्या सामन्यात
६ विकेटने पराभव मिळाला, ज्यामुळे पाईट्स
टेबलमधील समीकरण हे पूर्णपणे बदललं आहे.
ग्रुप ए मधील ऑस्ट्रेलिया सधाने युग स्टेममधील
सुरवातीचे तीनही सामने जिंकून नंबर १ च्या स्थानी
पोहोचले आहेत. तर भारताने ती पैकी दोन सामने
जिंकून दुसऱ्या स्थानावर मिळवलं आहे. दक्षिण आफ्रिका
आणि बांगलादेश यांच्यात सामन पाईट्स आहेत,
तसच चांगल्या नेट न रेट्समुळे दक्षिण आफ्रिकेस सध
मात्र-च्या स्थानी आहे. तर पाकिस्तान आणि नेदरलँड्स

संघ लागोपाठ तीन सामन्यात पराभूत झाल्याने स्पष्ट
तून बाहेर झालेत.
तीन इंडियाची चिंता का वाढली ?
भारतीया संघाच्या अडचणी यामुळे वाढल्या आहेत
कारण आता त्यांचे सामने हे बांगलादेश आणि
ऑस्ट्रेलिया या संघांविरुद्ध आहेत. आयसीसीच्या
नियमांनुसार प्रत्येक ग्रुपमधील दोन संघ नॉकआउट
सामन्यात पोहोचतील. जर तीन इंडियाला भारतीय
संघाविरुद्ध पराभव मिळाला तर ते ६ पॉइंट्स
वरच राहतील आणि सेमीफायनलमध्ये जाण्याचा

याची वैद्यकीय तपासणी. ३. रिस्टर : गमावलेली शारीरिक क्षमता आणि ऊर्जा हळूहळू परत मिळवणे. ४. रिकंडिशन : घाई न करता, शरीराला झेपेल अशा स्थं गतीने सराव सुरू करणे. ५. रिटर्न : पुन्हा बॅट-बॉल हाती घेऊन क्रिकेटच्या मुख्य प्रवाहात येणे. ६. रिफाईन : ती संघात परतल्यानंतरही तिच्या आरोग्याची आणि तिच्या बाळाची सतत काळजी घेणे. मातृत्व आणि देशाचे प्रतिनिधित्व; आता दोन्हीची निवड करता येईल २०२१ मध्ये मुलाला जन्म देऊन आता २०२६ च्या विश्वचषकात वेस्ट इंडीजकडून खेळणारी अफी फ्लेचर आपली भावना व्यक्त करताना म्हणाली, प्रसूतीनंतर शारीरिक सुदृढता मिळवणे कठीण होतेच,

पण त्याहूनही कठीण होते आपल्या लहान बाळाला घरी सोडून मैदानात जाणे. आयसीसीच्या या धोरणामुळे आता कोणत्याही महिला खेळाडूला तिचे कुटुंब आणि स्वतः यापैकी एकाचीच निवड करावी लागणार नाही. आयसीसीचे अध्यक्ष जय शाह यांनीही या निर्णयाचे मनापासून स्वागत केले. ते म्हणाले, कोणत्याही महिला खेळाडूवर असे होण्यासाठी देश सोडून देण्याची वेळ येऊ नये. हा निर्णय केवळ नियमांचा नाही, तर आमच्या खेळाडूंच्या आयुष्यातील प्रत्येक टप्प्यावर त्यांची काळजी घेण्याचा आमचा प्रामाणिक प्रयत्न आहे. महिला खेळाडूंनी मैदानावर आणि मैदानाबाहेरही आनंदाने जगावे, यासाठी आम्ही कटिबद्ध आहोत.



खेळाडूची पॅट फाटली आणि
रेफरीने लगेच बाहेर पाठवले!

हल्ली-फुटबॉल विश्वचषक २०२६ चा इजिप्त विरुद्ध न्यूझीलंड यांच्यामधे पार पडला, या सामन्यात एक विचित्र घटना घडली. इजिप्त विरुद्ध न्यूझीलंड या सामन्यामध्ये न्यूझीलंडच्या घटने १५ व्या मिनिटालाच आघाडी घेतली होती. या सामन्यामध्ये इजिप्तचा मोहम्मद सलाहच्या मदतदार कामगिरीमुळे संधाला न्यूझीलंडविरुद्ध ३-१ असा सामन्यात विजय मिळवण्यात यश मिळाले. विश्वचषकाच्या इतिहासात इजिप्तचा हा पहिला विजय आहे. सुरुवातीलाच आघाडी घेतल्यानंतर, कीवी संघ इजिप्तच्या आक्रमक खेळाचा सामना करू शकला नाही. त्यामुळे न्यूझीलंडला या सामन्यात पराभवचा सामना करावा लागला. इजिप्त विरुद्ध न्यूझीलंड या सामन्यामध्ये एक विचित्र प्रकार पाहायला मिळाला, ते म्हणजेच सामन्यादरम्यान सलामाहची शॉर्ट्स फाटल्यामुळे संधाला एका खेळाडूशिवाय खेळावे लागले. चालू सामन्यातील घटनेबद्दल सविस्तर सांगायचे झाले तर पहिला गोल इजिप्तचा झाल्यानंतर खेळाडूंचा उत्साह वाढला आणि गोल टाळण्यासाठी संघाने बदली खेळाडू मैदानात उतरवण्याचा निर्णय घेतला होता. यावेळी मैदानात असलेला कॅलम मॅकोवर्टच्या जागी आक्रमणासाठी बनेन ओल्डला बोलावले. बनेन ओल्ड हा मैदानावर काही वेळ होता त्यानंतर अचानक त्याची चालू सामन्यात शॉर्ट्स फाटली आणि त्याला मैदानातून बाहेर काढण्यात आले. विश्वचषकाची तिकीट हुकलं, पण देशासाठीच प्रेम नाही! इंग्लंडला पाठिंबा देण्यासाठी खेळाडूने चाहत्यांना वाटले स्टिकर्स-बनेन ओल्डच्या शॉर्ट्सवर संवेदनशील ठिकाणी मोठे छिद्र उडवल्यामुळे न्यूझीलंडचा एक खेळाडू कमी झाला. या घटनेचे अनेक व्हिडिओ आणि फोटो सोशल मिडियावर मोठ्या प्रमाणात व्हायरल होत आहेत. या घटनेचा फायदा घेत इजिप्तचा प्रमुख खेळाडू मोहम्मद सलालाह बॉक्समध्ये वेगाने घुसला आणि खालच्या डाव्या कोप्यात एक गोल जोरदार शॉट मारून आपल्या संधाला सामन्यात निर्णायक आघाडी मिळवून दिली. सालाहच्या त्या किकमुळे न्यूझीलंडच्या खेळाडूंचा स्वास फुकला होता. इजिप्त विरुद्ध न्यूझीलंड सामन्यात दुसऱ्या हाफमध्ये सामन्याची चित्रच बदलले, या सामन्यामध्ये ५८ व्या मिनिटाला मुस्तफा मल्लेकोने इजिप्तचा पहिला गोल करून बरोबरी साधली. मोहम्मद सलालाह या सामन्यात कमालीची कामगिरी केली.

मुंबई-लातूर व मुंबई-बिदर एक्सप्रेसला २४ डब्यांची वाढ; प्रवाशांना मिळणार १८२ अतिरिक्त जागा



सोलापूर/प्रतिनिधी: प्रवाशांची वाढती मागणी लक्षात घेऊन मध्य रेल्वेने छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस (सीएसएमटी) मुंबई-लातूर आणि सीएसएमटी मुंबई-बिदर एक्सप्रेस गाड्यांना अतिरिक्त तीन डबे जोडण्याचा निर्णय घेतला आहे. या वाढीमुळे गाड्यांची रचना २१ डब्यांवरून २४ डब्यांची होणार असून प्रवाशांसाठी १८२ अतिरिक्त जागांची उपलब्धता निर्माण होणार आहे.

मध्य रेल्वे प्रशासनाने दिलेल्या माहितीनुसार, गाडी क्रमांक २२१०७ सीएसएमटी मुंबई-लातूर एक्सप्रेसमध्ये २५ जून २०२६ पासून, तर २२१०८ लातूर-सीएसएमटी मुंबई एक्सप्रेसमध्ये २६ जून २०२६ पासून अतिरिक्त डबे जोडण्यात येणार आहेत. त्याचप्रमाणे, २२१४३ सीएसएमटी मुंबई-बिदर एक्सप्रेसमध्ये २६ जूनपासून आणि २२१४४ बिदर-सीएसएमटी मुंबई एक्सप्रेसमध्ये २७ जूनपासून ही सुविधा लागू होईल.

सुधारित रचनेनुसार गाडीत एक प्रथम वातानुकूलित (फर्स्ट एसी), तीन एसी-द्वितीय श्रेणी, पाच एसी-तृतीय श्रेणी, नऊ शयनयान (स्लीपर), चार सामान्य द्वितीय श्रेणी तसेच दोन गार्ड-कम-ब्रेक व्हॅन असे एकूण २४ आयसीएफ डबे असतील.

अतिरिक्त डब्यांमध्ये एक एसी-द्वितीय श्रेणी (४६ जागा), एक एसी-तृतीय श्रेणी (६४ जागा) आणि एक स्लीपर कोच (७२ जागा) यांचा समावेश असून एकूण १८२ अतिरिक्त जागांची सुविधा उपलब्ध होणार आहे.

या निर्णयामुळे मुंबई, लातूर आणि बिदर दरम्यान प्रवास करणाऱ्या हजारो प्रवाशांना मोठा दिलासा मिळणार असून गर्दी कमी होण्यास मदत होणार आहे. सोलापूर विभागाने प्रवाशांना नव्याने वाढविण्यात आलेल्या डब्यांच्या सुविधेचा लाभ घेण्याचे आवाहन केले आहे.

चन्नबसवेश्वर फार्मसी कॉलेज (डिग्री)ची उच्चल कामगिरी



लातूर/प्रतिनिधी: लातूर येथील चन्नबसवेश्वर फार्मसी कॉलेज (डिग्री) ने महाराष्ट्र राज्य तंत्र शिक्षण मंडळाच्या डी.फार्मसी उन्हाळी परीक्षा २०२६ मध्ये निकालाची उल्लेखनीय कामगिरी नोंदवली आहे. महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांनी उत्कृष्ट यश संपादन करत गुणवंत विद्यार्थ्यांच्या यादीत स्थान मिळवले तसेच जास्तीत जास्त विद्यार्थी ७५ % वरील श्रेणीत गुण संपादित केले .

औसा तालुक्यातील दोन महत्त्वाच्या रस्त्यांच्या सुधारणा कामांसाठी ९ कोटींचा निधी मंजूर

आमदार अभिमन्यू पवार यांचा पाठपुरावा

औसा/प्रतिनिधी: औसा मतदारसंघाच्या विकासासाठी सातत्याने पाठपुरावा करणारे आमदार अभिमन्यू पवार यांच्या प्रयत्नांना यश मिळाले असून, राज्य शासनाने विधानसभेत सादर केलेल्या पुरवणी मागण्यांमध्ये औसा तालुक्यातील दोन महत्त्वाच्या रस्त्यांच्या सुधारणा कामांसाठी एकूण ९ कोटींच्या निधीस मंजुरी दिली आहे. या निधीमुळे अनेक वर्षांपासून खराब अवस्थेत असलेल्या रस्त्यांचे नूतनीकरण होणार असून परिसरातील नागरिकांना मोठा दिलासा मिळणार आहे.

मंजूर झालेल्या कामांमध्ये एकंबी ते उजनी रस्त्याच्या सुधारणेसाठी

६ कोटी तर कारला-कुमठा ते निलंगा रस्त्याच्या सुधारणेसाठी ३ कोटी निधी मंजूर करण्यात आला आहे. या दोन्ही रस्त्यांची अवस्था गेल्या काही वर्षांत अत्यंत खराब झाली होती. रस्त्यांवरील खड्डे, तुटलेले डांबरीकरण आणि अपुऱ्या दुरुस्तीमुळे वाहनचालकांना मोठा त्रास सहन करावा लागत होता. विशेषतः पावसाळ्यात या मार्गावरून प्रवास करणे धोकादायक बनत होते. आमदार अभिमन्यू पवार यांनी राज्य शासनाकडे वारंवार पाठपुरावा करून या रस्त्यांच्या दुरुस्ती व सुधारणा कामांसाठी निधी उपलब्ध करून देण्याची मागणी केली होती. त्यांच्या सातत्यपूर्ण प्रयत्नांमुळे अखेर या कामांचा समावेश पुरवणी मागण्यांमध्ये

करण्यात आला असून निधीस मंजुरी मिळाली आहे.

एकंबी, उजनी, कारला, कुमठा, तसेच परिसरातील अनेक गावांतील नागरिक या रस्त्यांचा दैनंदिन वापर करतात. शेतकरी आपल्या शेतमालाच्या वाहतुकीसाठी, विद्यार्थी शिक्षणासाठी तसेच व्यापारी आणि नागरिक विविध कामांसाठी या मार्गाचा वापर करतात. रस्त्यांची सुधारणा झाल्यानंतर वाहतुकीचा वेग वाढणार असून अपघातांचे प्रमाण कमी होण्यास मदत होणार आहे. तसेच ग्रामीण भागातील दळणवळण अधिक सक्षम होऊन आर्थिक आणि सामाजिक विकासासाठी चालना मिळणार आहे.या कामांमुळे शेतकऱ्यांना

बाजारपेठांपर्यंत पोहोचणे अधिक सुलभ होईल. कृषी उत्पादनांच्या वाहतुकीवरील खर्च कमी होईल तसेच विद्यार्थ्यांना शाळा, महाविद्यालये आणि इतर शैक्षणिक केंद्रांपर्यंत सुरक्षितपणे पोहोचता येईल. ग्रामीण भागातील आरोग्य सेवा, व्यापारी व्यवहार आणि शासकीय कामकाजासाठीही या रस्त्यांचा मोठा फायदा होणार आहे. निधीस मंजुरी मिळाल्यानंतर स्थानिक नागरिकांमध्ये समाधानाचे वातावरण असून अनेक ग्रामस्थांनी आमदार अभिमन्यू पवार यांच्या पाठपुराव्याचे कौतुक केले आहे. राज्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, उपमुख्यमंत्री सुनित्रा पवार तसेच सार्वजनिक बांधकाम



मंत्री छत्रपती शिवेंद्रराजे भोसले यांनी ग्रामीण भागातील पायाभूत सुविधांच्या विकासासाठी घेतलेल्या निर्णयाबद्दल नागरिकांनी आभार व्यक्त केले आहेत.

५ जूनला पर्यावरणाची आठवण, पण उर्वरित ३६४ दिवस दुर्लक्ष; वाढत्या संकटांवर थेट सवाल

धाराशिव/शेख अंजुम
दरवर्षी ५ जून रोजी पर्यावरण दिन मोठ्या उत्साहात साजरा केला जातो. लाखो झाडे लावली जातात, विविध कार्यक्रम घेतले जातात, पर्यावरण संवर्धनाचे संदेश दिले जातात. मात्र हा उत्साह केवळ एका दिवसापुरता मर्यादित राहतो की काय, असा सवाल आता सर्वसामान्य नागरिकांकडून उपस्थित केला जात आहे. कारण पर्यावरणासमोरील संकटे दिवसेंदिवस अधिक गंभीर होत चालली आहेत.

वाढते तापमान : गेल्या काही वर्षांत उन्हाळ्याची तीव्रता लक्षणीय वाढली आहे. एप्रिल-मे महिन्यातच तापमान विक्रमी पातळीवर पोहोचत आहे. झाडांची घटती संख्या आणि वाढते काँक्रीटीकरण यामुळे उष्णतेचा फटका सर्वसामान्य नागरिकांना बसत आहे.

अनियमित पाऊस आणि दुष्काळ : कधी अतिवृष्टी तर कधी दीर्घकाळ पावसाचा खंड, अशी परिस्थिती निर्माण होत आहे. त्यामुळे शेतीचे मोठे नुकसान होत असून शेतकरी आर्थिक संकटात सापडत आहेत.

भूजल पातळीतील घट : बोअरवेल आणि विहिरींची पाणीपातळी दिवसेंदिवस खालावत आहे. अनेक गावांमध्ये पिण्याच्या पाण्याची समस्या गंभीर बनत चालली आहे. पावसाचे पाणी साठवण्याबाबत अजूनही पुरेशी जनजागृती झालेली दिसत नाही. प्रदूषणाची वाढ : हवा, पाणी आणि ध्वनी प्रदूषणाचा स्तर सातत्याने वाढत आहे. वाहनांची संख्या, औद्योगिक प्रदूषण आणि प्लास्टिकचा वाढता वापर यामुळे पर्यावरणाचा समतोल बिघडत आहे.



नष्ट होत चाललेली जैवविविधता : जंगलतोड आणि पर्यावरणातील बदलांमुळे अनेक वनस्पती व प्राण्यांच्या प्रजाती धोक्यात आल्या

आहेत. जैवविविधतेचा न्हास हा भविष्यासाठी गंभीर इशारा मानला जात आहे. केवळ झाडे लावून चालणार नाही, ती जगवावी लागतील पर्यावरण दिनी फोटोसाठी झाडे लावली जातात; मात्र त्यांची वर्षभर काळजी घेतली जात नाही, अशी टीका पर्यावरणप्रेमी करत आहेत. झाडे लावण्यापेक्षा ती जगवणे अधिक महत्त्वाचे असल्याचे मत व्यक्त होत आहे.

नागरिक काय करू शकतात ?
झाडे लावा आणि त्यांचे संगोपन करा. पाण्याचा अपव्यय टाळा. प्लास्टिकचा वापर कमी करा. कचऱ्याचे वर्गीकरण व पुनर्वापर करा. ऊर्जेची बचत करा. निसर्गाशी मैत्रीपूर्ण वर्तन ठेवा. **सरकार आणि जनता दोघांचीही जबाबदारी**

पर्यावरण संवर्धनासाठी शासन विविध योजना राबवत असले तरी त्याची प्रभावी अंमलबजावणी आणि जनतेचा सक्रिय सहभाग तितकाच आवश्यक आहे. पर्यावरण वाचविण्याची जबाबदारी केवळ सरकारची नसून प्रत्येक नागरिकाची आहे.

जनतेचा थेट सवाल

फक्त ५ जूनलाच पर्यावरणाची आठवण काढणार, की वर्षातील उर्वरित ३६४ दिवसही पर्यावरणासाठी काहीतरी करणार ?

पर्यावरण दिन हा एक दिवसाचा उत्सव नसून जीवनशैलीचा भाग बनला, तरच भावी पिढ्यांना स्वच्छ हवा, शुद्ध पाणी आणि हिरवागार निसर्ग मिळू शकेल. अन्यथा आजची निष्काळजी वृत्ती उद्याच्या पिढ्यांसाठी मोठे संकट ठरू शकते.



महायुतीचे नवनिर्वाचित आमदार बसवराज पाटील यांचे भाजपा नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांच्याकडून अभिनंदन

लातूर/प्रतिनिधी: धाराशिव - लातूर - बीड स्थानिक स्वराज्य संस्था मतदार संघातून विधान परिषदेवर प्रचंड बहुमताने विजयी झालेले भाजपा महायुतीचे उमेदवार श्री. बसवराज पाटील मुरुमकर यांचे निकाल जाहीर होताच भाजपाचे नेते आमदार श्री. रमेशआप्पा कराड यांनी लातूर ग्रामीण विधानसभा मतदार संघाच्या वतीने यथोचित सत्कार करून अभिनंदन केले.

विधान परिषद निवडणुकीतील धाराशिव - लातूर - बीड स्थानिक स्वराज्य संस्था मतदार संघातून भाजपा महायुतीचे उमेदवार बसवराज पाटील हे प्रचंड मताधिक्याने विजयी झाल्याचे घोषित होतात भाजपा सह महायुतीच्या कार्यकर्त्यांनी मोठा जल्लोष केला. याप्रसंगी लातूर ग्रामीण विधानसभा मतदार संघाच्या वतीने भाजपाचे नेते उमेदवारी जाहीर झाल्यापासून

ही निवडणूक एकतर्फीच होणार असे चित्र स्पष्ट होते. लातूर जिल्ह्यासह बीड धाराशिव या तिन्ही जिल्ह्यातून बसवराज पाटील यांना महायुतीच्या नेत्यासह मतदारांनी मोठे समर्थन दिले होते. या निवडणुकीची मतमोजणी सोमवारी सकाळी धाराशिव येथे झाली.

धाराशिव - लातूर - बीड स्थानिक स्वराज्य संस्था मतदार संघातून भाजपा महायुतीचे उमेदवार बसवराज पाटील हे प्रचंड मताधिक्याने विजयी झाल्याचे घोषित होतात भाजपा सह महायुतीच्या कार्यकर्त्यांनी मोठा जल्लोष केला. याप्रसंगी लातूर ग्रामीण विधानसभा मतदार संघाच्या वतीने भाजपाचे नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांनी

यथोचित सत्कार करून पेढे भरून नवनिर्वाचित विधान परिषदेचे आमदार बसवराज पाटील यांचे अभिनंदन केले.

याप्रसंगी माजी आमदार ज्येष्ठ मार्गदर्शक सुरजीतसिंह ठाकुर, या मतदार संघाचे माजी आमदार सुरेश धस, प्रदेश भाजपाचे दत्ताभाऊ कुलकर्णी, नितीन काळे यांच्यासह लातूर ग्रामीण विधानसभा मतदारसंघातील विक्रमकाका शिंदे, जिप सदस्य महादेव साळुंके, महेंद्र गोडभरले, पद्माकर चिंचोलकर, अभिषेक आकनगिरे, बन्सी भिसे, प्रताप पाटील, सुरज शिंदे, वैभव सापसोड, विजय काळे, राजकिरण साठे, भैरवनाथ पिसाळ यांच्यासह इतर अनेकांची उपस्थिती होती.

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



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

अपग्रॅड स्कूल ऑफ टेक्नॉलॉजी आणि एडीवायपीयू यांच्याकडून इंडस्ट्री-इंटिग्रेटेड बी.टेक प्रोग्राम लॉंच

लातूर/प्रतिनिधी: अपग्रॅड स्कूल ऑफ टेक्नॉलॉजी (यूजीएसओटी) आणि अजिंक्य डीवाय पाटील युनिव्हर्सिटी (एडीवायपीयू) यांनी आज चार वर्षांचा निवासी बी.टेक इन कॉम्प्युटर सायन्स इंजिनिअरिंग (आर्टिफिशिअल इंटेलिजन्स) प्रोग्राम लॉंच करण्यासाठी धोरणात्मक सहयोगाची घोषणा केली. विद्यार्थ्यांना सुरुवातीपासून उद्योग-संबंधित एआय इंजिनिअरिंग कौशल्यांसह यूजीसी मान्यताप्राप्त पदवी प्रदान करण्यासाठी हा प्रोग्राम डिझाइन करण्यात आला आहे. पारंपारिक इंजिनिअरिंग शिक्षण आणि एआय-चालित कार्यक्षेत्रातील झपाट्याने बदलणाऱ्या गरजा यांमधील वाढती तफावत दूर करणे या प्रोग्रामचा मुख्य उद्देश आहे. या प्रोग्रामची पहिली बॅच ऑगस्ट-सप्टेंबर २०२६ मध्ये सुरू होणार आहे.

कोणत्याही मान्यताप्राप्त मंडळाकडून (सीबीएसई, आयसीएसई किंवा राज्य मंडळे) भौतिकशास्त्र, रसायनशास्त्र आणि गणित (पीसीएम) विषयांमध्ये किमान ५० टक्के गुणांसह इयत्ता १२ वी उत्तीर्ण झालेले विद्यार्थी या प्रवेशासाठी पात्र आहेत.

या सहयोगांतर्गत, अजिंक्य डीवाय पाटील युनिव्हर्सिटी कॅम्पस पायाभूत सुविधा, निवासी शिक्षण वातावरण प्रदान करेल आणि यूजीसी-मान्यताप्राप्त बी.टेक पदवी बहाल करेल. यूजीएसओटी एडीवायपीयूसोबत सहयोगाने इंडस्ट्री-इंटिग्रेटेड (उद्योगाभिमुख) शिक्षण अनुभव देण्यास मदत करेल. यामध्ये जगातील आघाडीच्या तंत्रज्ञान



कंपन्यांमध्ये कार्यरत असलेल्या अभियंत्यांकडून लाईव्ह मार्गदर्शन, दर सहा महिन्यांनी अद्ययावत होणारा एआय-फर्स्ट अभ्यासक्रम, पहिल्या सेमिस्टरपासून प्रत्यक्ष कोडिंग व प्रॉडक्ट-बिल्डिंग स्प्रिंट्स, आणि उद्योग क्षेत्रातील संस्थापक, सीएक्सओ व आघाडीच्या प्रमुखसोबत नियमित संवाद यांसारख्या वैशिष्ट्यांचा समावेश असेल.

या प्रोग्राममधील उत्तीर्ण विद्यार्थ्यांना अपग्रॅडच्या करिअर सपोर्ट परिसंस्थेचा फायदा मिळेल, ज्यामध्ये ३००० पेक्षा जास्त हायरिंग पार्टनर्स आहेत. तसेच या प्लेसमेंट नेटवर्कने आर्थिक वर्ष २०२३ ते आर्थिक वर्ष २०२५ दरम्यान १,१०,००० हून अधिक प्लेसमेंट्स मिळवून दिल्या आहेत, ज्यामुळे विद्यार्थ्यांचा रोजगार

आणि करिअरच्या वाढीचा मार्ग अधिक प्रबळ झाला आहे.

या सहयोगाबाबत मत व्यक्त करत अजिंक्य डीवाय पाटील ग्रुपचे चेअरमन आणि अजिंक्य डी. वाय. पाटील युनिव्हर्सिटीचे चान्सलर डॉ. अजिंक्य डीवाय पाटील म्हणाले, 'अजिंक्य डीवाय पाटील ग्रुपमध्ये एआय-फर्स्ट अभ्यासक्रम, पहिल्या सेमिस्टरपासून प्रत्यक्ष कोडिंग व प्रॉडक्ट-बिल्डिंग स्प्रिंट्स, आणि उद्योग क्षेत्रातील संस्थापक, सीएक्सओ व आघाडीच्या प्रमुखसोबत नियमित संवाद यांसारख्या वैशिष्ट्यांचा समावेश असेल. या सहयोग शैक्षणिक विश्वासाहता आणि उद्योग क्षेत्रातील उपयुक्तता यांना एकाच व्यासपीठावर आणतो, ज्यामुळे विद्यार्थी मान्यताप्राप्त पदवी मिळवण्यासह वेगाने बदलणाऱ्या जगात प्रगती करण्यासाठी आवश्यक असलेली कौशल्येही आत्मसात करतील.

अपग्रॅड स्कूल ऑफ

कार अडवून दरोडेखोरांनी लुटले: घरणी जवळील घटना

नळेगाव/अजगर मजकुरी: लातूर नांदेड महामार्गावरील घरणी गावाजवळ दरोडेखोरांनी दोन कार अडवून त्यातील प्रवासी कुटुंबीयास बेदम मारहाण करून सोन्या चांदीच्या दागिन्यांसह रोग असा एकूण ३ लाख ४७ हजार २५० रुपयांचा ऐवज पळवल्याची घटना शनिवारी पहाटे साडेचार वाजता घडली. दरोडेखोरांच्या मारहाणीत एका महिलेच्या डोक्याला चार टाके पडले आहेत. लातूर आतील व्यापारी कांताप्रसाद पुष्कर ला तापडिया हे कुटुंबासह कार (एम एच २४ बी एल ०६००) देवदर्शनासाठी गेले होते. शनिवारी पहाटेच्या वेळी ते परतताना घरणीनजीक पोहोचले तेव्हा कशा चा तरी मोठा आवाज आयल्याने कार चालकाने कार बाजूला घेतली. त्याच क्षणी २० ते २५ वयोगटातील

चार अनोळखी धावत आले आणि त्यांनी कारचा थेट दरवाजा उघडला व आतील महिलांना व पुरुषांना काठी, लाथा,बुक्क्यांनी मारहाण करण्यास सुरुवात केली. सीमा तापडिया यांच्या गळ्यातील पाच तोळ्यांचे मंगळसूत्र, बहिण शकुंतला बियाणी यांच्या हातातील १.२० लाखांचा चार बांगड्या मुलगी स्नेहा हिच्या पर्समधील २ हजार ५०० रुपये, असा ऐवज पळविला एकूण २ लाख ४३ हजार २५० रुपयांचा ऐवज पहिल्या गाडीतून दरोडेखोरांनी लुटला.

त्यानंतर पाठोपाठ येणारी कार दरोडेखोरांनी अडवली त्या कार मधील माधव दिवेकर यांची ५० हजारांची अंगठी,१० हजारांचे मंगळसूत्र व सुलभा जीवतोड

यांची चांदीची चैन हिसकावून घेतली. दोन्ही घटनेत एकूण ३ लाख ४७ हजार २५० रुपयांचा ऐवज लुटून दरोडेखोर अंधाराचा फायदा घेत पसार झाले. विशेष म्हणजे अन्य एक कार थांबविण्याचा प्रयत्न दरोडेखोरांनी केला. मात्र चालकाने कार न थांबवता निघून गेला. या प्रकरणी क्रांतीप्रसाद तापडिया यांच्या फर्यादीवरून चाकूर पोलिसात कलम ३०९,१२६(२)३(५) नुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. या घटनेमुळे एकच खळबळ उडाली आहे.

घटनास्थळी अधिकाऱ्यांची धाव..... दरोडेखोरांनी कार मधील महिलांच्या अंगावरील मंगळसूत्र बांगड्या अंगठ्या चैन ओरवावून घेतल्या. त्यामुळे महिलांनी मदतीसाठी

आरडाओरडा केला. घटनेची माहिती मिळताच पोलीस निरीक्षक बालाजी भंडे, श्रीकांत शेंडगे, हे घटनास्थळी दाखल झाले. घटनेचे गांभीर्य लक्षात घेऊन जिल्ह्यात नाकाबंदी करण्यात आली. पोलीस उपविभागीय अधिकारी गजानन भातलवंडे, पथके ने घटनास्थळी पाहणी करून आरोपीच्या शोधासाठी पथके रवाना केली.

११२ वर संपर्क करावा..... प्रवासादरम्यान संशयास्पद आवाज आल्यास अथवा कोणी थांबविण्याचा प्रयत्न केल्यास वाहन न थांबविता जवळच्या पोलीस ठाणे अथवा टोल नाक्यावर जावे डायल ११२ वर तातडीने संपर्क करावा असे आवाहन पोलीस निरीक्षक बालाजी भंडे यांनी केली आहे. ती दिली.

सुप्रभात ग्रुपच्यावतीने जागतिक योग दिवस साजरा



लातूर/प्रतिनिधी: लातूर दि.: येथील सुप्रभात ग्रुप, ग्लोबल फाउंडेशनच्या वतीने जागतिक योग दिवस उत्साहात साजरा करण्यात आला. या प्रसंगी महापौर जयश्रीताई सोनकांबळे, योग मार्गदर्शक वाघमारे गुरुजी, ग्रुपचे अध्यक्ष राजकुमार मस्के, शिवशंकर सुरवसे, मोहन रासुरे दत्तात्रय स्वामी बसपुरे, बाबूराव पाचंगे, अशोकराव जाधव, देवीदास घोडके, राजाभाउ खेकडे, मदन कुलकर्णी, हनुमंत मुळे प्रभाकर साबळे, बाबा गायकवाड, काशिनाथ वंजारे, द्वारकादास बिदादा, भीमराव बोयणे, ग्लोबल फाऊंडेशनचे अध्यक्ष नवनाथ

गडदे, कवितके करबसप्पा पोपडे, डॉ. शिवपुजे, सौ. सरोजनी पोपडे, सौ. संगीता कवितके, गंगाधर ढोणे, व्यंकटराव सूर्यवंशी, धनराज मोने, शुभम देवकते आदी मान्यवरांची उपस्थिती होती. योग दिनाचा हा कार्यक्रम हुतात्मा स्मारक या ठिकाणी पार पडला. यावेळी उपस्थितांना पक्षांसाठी पिण्याच्या पाण्याची सोय व्हावी येळण्यांचे वाटप महापौर जयश्रीताई सोनकांबळे यांच्या हस्ते करण्यात आले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक शिवशंकर सुरवसे यांनी केले तर आभार दत्ता स्वामी यांनी मानले.

५० हजार रु दंडाची आकारणी; अनधिकृत बॅनर लावणाऱ्यांवर कारवाई

लातूर/प्रतिनिधी: लातूर शहर महानगरपालिकेच्या वतीने शहरातील अनधिकृत बॅनरवर कारवाई करणेची सर्व झोन मार्फत विशेष मोहिम घेऊन अनधिकृत बॅनर लावणा-यांवर ५० हजार रु दंडाची आकारणी करण्यात आलेली आहे.

लातूर शहरातील सर्व नागरीकांना, सर्व संघटना व राजकीय पक्ष यांना आवाहन करण्यात येते की महानगरपालिकेने निश्चित करून दिलेल्या जागेव्यत्यारिक्त विरुद्ध इतर सार्वजनिक जागेवर व महानगरपालिकेच्या परवानगी शिवाय कोणत्याही ठिकाणी पोस्टर / बॅनर्स / होर्डिंग / कमानी लावु नयेत याचे उल्लंघन केल्यास प्रस्तुत कायदेचे अंतर्गत दंडनीय कार्यवाही करून संबंधितांविरुद्ध पोलिस कार्यवाही करण्यात येणार आहे.

तेव्हा महानगरपालिकेची रितसर परवानगी घेवुनच पोस्टर/ बॅनर्स / होर्डिंग / कमानी लावावेत परवानगी घेतल्यानंतर सदरील जाहिरातीवर महानगरपालिकेचा जाहिरात क्रं. व दिलेला कालावधी दर्शविण्यात यावा असे शहरातील प्रिंटरस यांची बैठक घेऊन कळविण्यात आलेले आहे. तसेच आपणास याद्वारे विनंती करण्यात येते की, आपण शहरामध्ये वेगवेगळ्या कार्यक्रमानिमीत लावावयाची पोस्टर / बॅनर्स / होर्डिंग / कमानी उभारण्यापुर्वी रितसर संबंधित क्षेत्रिय कार्यालय मनपाची परवानगी घेवुनच उभारावेत.

अनाधिकृत पोस्टर/बॅनर/होर्डिंग/कमानी लावण्यात येणार नाहीत व मा.न्यायालयाच्या आदेशाचा अवमान होणार नाही याची दक्षता घेवुन महानगरपालिका प्रशासनास सहकार्य करावे असे आवाहन करण्यात येत आहे.

वार्ताकन करत असताना पत्रकारांना मारहाण करणाऱ्या पोलीस अधिकाऱ्यांना निलंबित करा

लातूर/प्रतिनिधी: लातूर येथील अस्थी रोग तज्ज्ञ डॉ. अशोक पोद्दार यांच्या हॉस्पिटलमध्ये एका रुग्णाचा संशयास्पद मृत्यू झाल्यानंतर त्या ठिकाणी वार्ताकन करणाऱ्या पत्रकारांना पोलीस अधिकाऱ्यांकडून मारहाण, शिवीगाळ करण्यात आली. त्यावेळी सदर पोलीस अधिकाऱ्यांनी कायद्याची बाजू समजून न घेता अरेरावी केली. त्यामुळे संबंधित अधिकाऱ्यांना निलंबित करण्यात यावे, अशी मागणी लातूर जिल्ह्यातील पत्रकारांनी पोलीस अधीक्षक अमोल तांबे यांच्यासह मुख्यमंत्र्यांकडे निवेदनाद्वारे केली आहे. निवेदनाच्या प्रति उपमुख्यमंत्री, पालकमंत्री, महाराष्ट्र राज्य मानवाधिकार आयोग, राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग, पोलीस महासंचालक, विशेष पोलीस महानिरीक्षक, जिल्हाधिकारी, प्रेस कौन्सिल ऑफ इंडिया महाराष्ट्र राज्य पत्रकार संघ, मुंबईआदींना पाठवण्यात आल्या आहेत.

निवेदनात म्हंटले आहे, शुक्रवार, दि. १९ जून रोजी येथील पोद्दार हॉस्पिटलमध्ये भरती असलेल्या बालाजी चव्हाण या इसमाचा उपचारादरम्यान मृत्यू झाला. त्यावेळी त्याच्या नातेवाईकांनी डॉक्टरांच्या हलगीपुष्पामुळे सदर व्यति मयत झाल्याचा आरोप केला होता. त्याचे वार्ताकन करण्यासाठी गेलेल्या काही पत्रकारांना पोलीस उपाधीक्षक, सहाय्यक पो-लीस निरीक्षक यांनी धक्काबुकी, मारहाण करत शिवीगाळ केली. लातूर जिल्ह्यात यापूर्वीही



पत्रकारांना पोलीस अधिकारी, कर्मचाऱ्यांकडून वार्ताकन करताना आडविणे, अर्वाच्या भाषेत बोलणे, मारहाण करणे आदी प्रकार घडले आहेत. सदर बाब लोकाशाहीत अशोभनीय आहे. त्यामुळे संबंधितांची खातेनिहाय चौकशी करत सात दिवसात त्यांचे निलंबन करण्याची मागणी पत्रकारांकडून करण्यात आली आहे. निवेदनाची दाखल नाही घेतल्यास लोकाशाही मागने पत्रकारांनी उपोषण करण्याचा इशारा दिला आहे.

निवेदनावर महाराष्ट्र राज्य पत्रकार संघाचे प्रदेश उपाध्यक्ष तथा जिल्हाध्यक्ष अशोक देडे, अखिल भारतीय मराठी पत्रकार संघाचे लातूर जिल्हाध्यक्ष नरसिंग घोणे, महाराष्ट्र राज्य पत्रकार संघाचे जिल्हा कार्याध्यक्ष अफसर कारभारी, जिल्हा उपाध्यक्ष लिंगराज पन्हाळकर, डिजिटल विंग जिल्हाध्यक्ष मनीष हजारे, नेताजी जाधव, रामप्रसाद काबरा, आनंद दणके, अतिश कांबळे, हरून मोमीन, अंबादास करकरे, मोहसीन

खान, शिवाजी कांबळे, रवी बिराजदार, यशवंत पवार, सौदागर अजित, शरद पवार, चंद्रकांत सूर्यवंशी, सोनवणे संतोष, वाल्मीक केंद्रे, नितीन बनसोडे, संदीप गवळी, सुनील कांबळे, शिंदे लहू, रोहिदास कलवले, शेख, विक्रांत शंके, समीर शेख, शेख इस्माईल, मारुती पवार, विष्णू अष्टेकर, वामन पाठक, शिवाजी मिसाळ, शरद राठोड, परवेज सय्यदआदींच्या सद्द्या आहेत.

लातूर

समाचार

www.latur

samachar.com

वर रोज वाचा

ऑनलाईन....

कक्ष.....

वृद्धां वाढे अत्याचार

कितीदा रहायचे दक्ष

आयुष्यबनतोंय शाप

कुणाचे नसेकसे लक्ष

पडूनये झडू नये बुवा

कितीरहायचे हो दक्ष

समान असे वेदना ती

वृद्धाश्रमी प्रत्येककक्ष

का नेत नाहीससोबत

यमही करतोंय दुर्लक्ष

चोर न् लुटारूघेरतात

दरोडा टाकती समक्ष

इजा पोचवतात सारे

बडवत बसायचे वक्ष

वाटपाहतात आलुरते

कधी घाले श्राध्दपक्ष

वृद्धांचीकशी विनंती

कधी मिळणारं मोक्ष

ठरविले सर्वांनी एक

करायचाकपाळमोक्ष

दुरवलीमाणसे एकेक

नात्यांचे अंति दुर्भिक्ष

स्वता करी छायापेक्षा

वांझोटा वाळला वृक्ष

हेमंत मुसरीफ

पुणे ९७३०३०६९९६

वाढळ वाऱ्याने निकम कुटुंबीयांचा संसार उध्वस्त; आ. रमेशआप्पा कराड यांनी संपूर्ण साहित्य देऊन आधार दिला



लातूर/प्रतिनिधी: लातूर दि. २२ :- अचानकपणे वादळ वाऱ्यासह अवकाळी पाऊस होऊन लातूर ग्रामीणच्या भादा सर्कल मधील मौजे वानवडा येथील अल्पभूधारक शेतकरी काशिनाथ सिद्धू निकम यांचे संपूर्ण घर आणि घरालगत असलेल्या व्यवसायाचे संपूर्ण नुकसान होऊन निकम कुटुंबीय उध्वस्त झाल्याने लातूर ग्रामीणचे आ. श्री. रमेशआप्पा कराड यांनी तात्काळ सदर कुटुंबीयास संसार उपयोगी साहित्यासह सर्व प्रकारची मदत केली.

अद्यापही मुगाचा पाऊस झाला नाही सर्वजण पावसाची वाट पाहत असतानाच शनिवारी अचानकपणे वादळ वाऱ्यासह अवकाळी पाऊस होऊन अनेकांचे मोठ्या प्रमाणात नुकसान झाले. लातूर ग्रामीण मतदार संघात असलेल्या भादा सर्कलमधील मौजे वानवडा येथे झालेल्या अवकाळी पावसामुळे आणि वादळ वाऱ्यामुळे अल्पभूधारक शेतकरी काशिनाथ सिद्धू निकम यांचे घरासह घराच्या परिसरात थाटलेल्या किराणा दुकान, पानटपरी आणि आरो प्लांट या व्यवसायाचे मोठे नुकसान झाले. अत्यंत गरीब असलेल्या निकम कुटुंबीयांनी कष्टातून छोटो-मोठे उद्योग व्यवसाय सुरू करून आपली उपजिविका भागवत असतानाच अचानक झालेल्या या नैसर्गिक आपत्तीमुळे घरावरील संपूर्ण पन्नाचे शेड उखडून गेले. साईडच्या भिंती जमीन दोस्त झाल्याने अनेक वस्तूची मोडतोड झाली.

अवकाळी पावसाने अन्नधान्य, कपडे, अंधरून पांघरून भिजून गेले. संसार उपयोगी भांडीकुंडीसह सर्व प्रकारच्या वस्तू आणि साहित्याची दयनीय अवस्था निर्माण झाली तर किराणा दुकानासह पानटपरी बरोबरच अत्यंत मेहनतीतून आणि कष्टातून उभारलेला आरो प्लांट (शुद्ध पाणीपुरवठा) छोट्यासा व्यवसाय उध्वस्त झाला.

या नैसर्गिक आपत्तीत उघड्यावर आलेल्या निकम कुटुंबीयांना लातूर ग्रामीणचे आ. श्री. रमेशआप्पा कराड यांनी शनिवारी मोठा आधार दिला. भाजपाच्या लातूर येथील संवाद कार्यालयात कदम कुटुंबीयातील सुमनबाई काशिनाथ निकम व त्यांचा मुलगा बळीराम निकम यांना आ.



रमेशआप्पा कराड यांनी संसार उपयोगी सर्व प्रकारची भांडीकुंडी व इतर साहित्यसह दैनंदिन वापराचे कपडे, अंधरून पांघरून यासह तात्काळ लागणारे अन्नधान्य देऊन मोठा आधार दिला.

याप्रसंगी जिल्हा परिषदेचे सदस्य महादेव सारळुके, रेणापूर तालुका संगायो अध्यक्ष सतिश आंबेकर, वानवडा येथील सरपंच फुलचंद अंधारे, उपसरपंच दीपक काळे, लिंगराज सोमवंशी, राजेंद्र घोडके, नितीन अंधारे यांच्यासह इतर अनेकांची उपस्थिती होती. आ. रमेशआप्पा कराड यांनी तातडीने मदत देऊन मोठा आधार दिल्याबद्दल निकम कुटुंबीयांनी यावेळी आ. कराड यांचे आभार व्यक्त केले.

सामोपचाराने मिटवून प्रकरणे तातडीने निकाली काढण्यासाठी लातूर जिल्हा विधी सेवा प्राधिकरण या कार्यालयास भेट द्यावी, असे आवाहन लातूर जिल्हा विधी सेवा प्राधिकरणाचे अध्यक्ष तथा प्रमुख जिल्हा व सत्र न्यायाधीस संजय भारुका, सचिव व्यंकटेश गिरवलकर आणि लातूर जिल्हा वकील संघाचे अध्यक्ष शिवकुमार जाधव यांनी केले आहे.

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

टोनर रिफिलिंग

फक्त ₹ ३००/-

घाळ्टरप्लेट

ट्रेसिंगक्वालिटी

० संपर्क ०

8600025070

9028376965

प्रिंटर पॅराडाईस

प्रिंटर रिपेअरिंग

कॉम्पॅटिबल कार्ट्रिजेस

टोनर रिफिलिंग