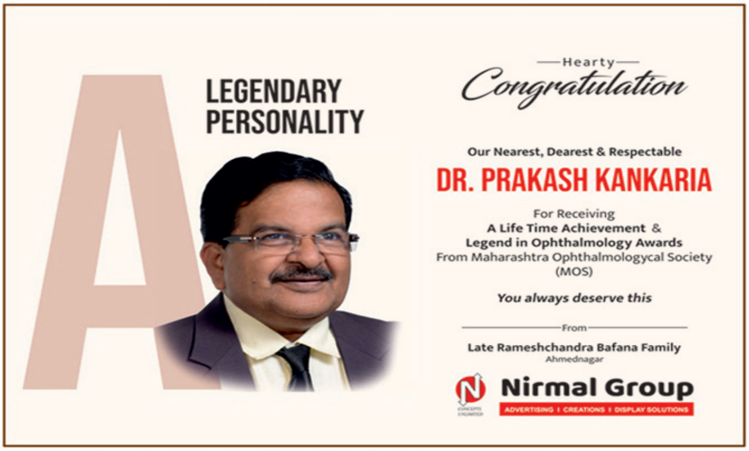
संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रुपये | अहिल्यानगर, शनिवार दि. २६.१०.२०२४ | अंक नं. २०१ | वर्ष ६७ वे | दैनिक वर्ष ६१ वे | ANR/022/2018-2020



जिल्ह्यातील निकडीच्या प्रश्नांना वाचा फोडणारे एकमेव दैनिक
संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा
नवा मराठा
फोन-२४१४१४१, २४१७७७७
भाडोत्री म्हणून वर्षानुवर्ष जगण्यापेक्षा निर्भिड म्हणून क्षणभर जगण्यात जीवनाचे खरे सार्थक आहे. - कै.आचार्य गुंदेचा
email - navamaratha@gmail.com

गोमातेच्या ऋणप्रचितीसाठी बसुबारस

निसर्ग, समाज, कुटुंब व वैयक्तिकरित्या सर्वांगाने आनंदाची कारंजी फुलवित दिवाळीचा महासण आला आहे. वसुबारसेपासून भाऊबीजेपर्यंत खुलत, वाढत जाणारा हा दीपोत्सव निराशा, अंधःकाराचे कवाडे दूर करीत जीवनात पुन्हा नवा आनंद, नवी आशा, उमंग भरते.

वसुबारस - दिवाळीचा पहिला पवित्र दिवस. आपल्या संस्कृतीत गायीला गोमाता मानतात. आता तर राज्य सरकारनेही तिचा यथोचित गौरव केला असून, विविध गोशाळांच्या व गोमातेच्या संरक्षण, संवर्धनासाठी पाऊले उचलली आहेत.

शहरीकरण वाढले असले तरी आजही ग्रामीण भागात कृषीप्रधान शेती मोठ्या प्रमाणात होते. आजही खेड्यापाड्यात गाई, बैल या पशुधनाची पूजा होते. वसुबारसेला गोमातेची पूजा करतात. जुनी जाणती महिला मंडळी सवाष्ण उपवास करतात. मुगाची खिचडी, पुरणपोळीचा नैवेद्य व प्रसाद गोमातेला दाखवला जातो.

यानिमित्ताने नव्या पिढीला दिवाळीच्या प्रत्येक दिवसाचे गुणमाहात्म्य सांगून हजारो वर्षांच्या सर्वोत्तम सण परंपरेला अधिक समृद्ध करावयास हवे की नाही? गायीचे महत्त्व तर किती व काय वर्णावे? श्रद्धावानांना तिच्यात ३३ कोटी देवांचे वास्तव्य दिसते तर तिच्यापासूनच्या दुधा-तुपाचे आयुर्वेदिकपासून रोजच्या जीवनात अमोल स्थान आहे. इतकेच काय, तिचे गोमूत्र, शेणातूनही आरोग्यापासून आर्थिक विकासात अनन्यसाधारण महत्त्व आहे.

नगर शहर विधानसभा मतदार संघात शिवसेना (ठाकरे गट) ला उमेदवारी न मिळाल्यास सर्व पदाधिकारी सामूहिक राजीनामे देणार

नगर - नगर शहर विधान सभा मतदार संघाची जागा शिवसेनेला देण्यात यावी, अन्यथा एकमुखी सर्व पदाधिकारी सामुहिक राजीनामे देतील. नगर शहर विधानसभा मतदार संघाची जागा हि गेल्या अनेक वर्षांपासून शिवसेना ठाकरे गटाकडे आहे. सध्या निवडणुकीचे अर्ज भरण्याची प्रक्रिया सुरु झाल्याने आता अखेरचे दोनच दिवस अर्ज भरण्यासाठी शिल्लक असल्याने अजूनही महाविकास आघाडीकडून नगरच्या जागेबाबत कोणताच निर्णय झालेला नाही. त्यामुळे शिवसेनेच्या पदाधिकाऱ्यांसह सर्व नगरसेवक, शिवसैनिक अजून ही आशा ठेवुन आहेत. नुकतीच नेता सुभाष चौकातील शिवालय येथे सर्व पदाधिकाऱ्यांची बैठक आयोजित करण्यात आली होती. त्यामध्ये पदाधिकाऱ्यांनी आपल्या भावना व्यक्त केल्या.

यावेळी बैठकीमध्ये शिवसेना शहरप्रमुख संभाजी कदम, माजी महापौर भगवान फुलसौंदर, युवासेना राज्य सहसचिव विक्रम राठोड, संजय शेंडगे, बाळासाहेब बोराटे, दत्ता कावरे, अनिल बोरुडे, प्रशांत गायकवाड, शाम नळकांडे, सचिन शिंदे, दिपक खैरे, परेश लोखंडे, अमोल येवले, हर्षवर्धन कोतकर, अशोक दहीफळे, सुरेश तिवारी, आशा निंबाळकर, अरुणा गोयल आदींसह पदाधिकारी उपस्थित होते.

यावेळी बोलतांना संभाजी कदम म्हणाले की, मागील अनेक वर्षांपासून शहर मतदार संघ हा शिवसेनेकडे आहे. आत्ताच झालेल्या लोकसभा निवडणुकीमध्ये महाविकास आघाडीचे उमेदवार याठिकाणी विजयी झाले. त्यासाठी सर्व शिवसैनिकांनी जिवाचे रान केले होते. परंतु विधानसभेच्या वेळेस मात्र अजुनही शिवसेनेकडून कोणत्याच उमेदवारांची घोषणा केलेली नाही. यामुळे सर्व पदाधिकारी व शिवसैनिकांमध्ये नाराजीचा सुर पसरलेला आहे. जर येत्या दोन दिवसामध्ये उमेदवारी जाहीर न झाल्यास सर्व पदाधिकारी सामुहिक राजीनामे देतील, असा इशारा देण्यात आला आहे.

नगर शहर मतदार संघात शिवसेना (ठाकरे गटाचा) उमेदवार जाहिर करण्यात यावा, यासाठी नेता सुभाष चौकातील शिवसेना कार्यालय येथे सर्व पदाधिकाऱ्यांची बैठक झाली.

यावेळी विक्रम राठोड म्हणाले की, शिवसेनेवर विश्वास ठेवणारा शिवसैनिक मोठ्या प्रमाणात नगरशहरात आहेत. अनेक वर्षापासून शिवसेनेबरोबर नगरशहरातील मतदार ठामपणे उभे आहेत. त्यामुळे जर ही विधानसभेची जागा शिवसेनेला दिली नाही तर नगरशहरातील शिवसैनिक नाराज होणार आहेत. पक्षासाठी शिवसैनिक दिवसरात्र काम करत आहेत. वरीष्ठांनी योग्य तो निर्णय घेवुन शिवसैनिकांची नाराजी दूर करावी, विधानसभेची जागा शिवसेनेकडे ठेवुन लवकरच उमेदवार जाहिर करावा, असे म्हणाले.

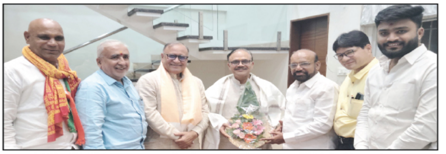
भगवान फुलसौंदर म्हणाले की, शिवसेनेने नगरशहरात भरीव विकासकामे केली आहेत. नगरमध्ये सर्वात जास्त नगरसेवक शिवसेनेचे आहेत. त्यामुळे शहरात शिवसेनेबरोबर मोठा मतदार वर्ग जोडलेला आहे. विधानसभेची जागा मिळाली, तर नक्कीच आपला उमेदवार विजयी होईल. असे ते म्हणाले.

यावेळी पप्पु भाले, संदिप दातरंगे, संजय आव्हाड, मुन्ना भिंगारदिवे, अरुण झेंडे, सुनिल त्रिपाठी, प्रताप गडाख, विशाल वालकर, अभिजित अष्टेकर, बंटी खैरे, कैलास शिंदे, अंबादास शिंदे, जेम्स अल्हाट, ऋषि सामल आदींसह शिवसेनेचे पदाधिकारी उपस्थित होते.

प्राप्तीकर विभागाचा स्वतंत्र नियंत्रण कक्ष २४ तास कार्यरत

नगर - विधानसभा निवडणुकांच्या काळात धनशक्तीचा गैरवापर रोखण्याच्या उद्देशाने प्राप्तीकर विभागाने मुंबई इथे नियंत्रण कक्षाची स्थापना केली आहे. हा नियंत्रण कक्ष आठवड्याचे सातही दिवस चोवीस तास सुरु असेल अशी माहिती अतिरिक्त मुख्य निवडणूक अधिकारी डॉ. किरण कुलकर्णी यांनी दिली. या नियंत्रण कक्षाकडे नागरिक १८००२२१५१० हा टोल फ्री क्रमांक ८९७६१७६२७६ आणि ८९७६१७६७७६ या व्हॉट्सअप क्रमांकावर किंवा mumbai.addldit.inv7incometax.gov.in या ईमेलवर आपल्या तक्रारी नोंदवू शकतात. नागरिकांनी दिलेल्या माहितीच्या आधारावर प्राप्तीकर विभागाद्वारे जप्तीची कारवाई करण्यात येत आहे.

अहमदनगर शहर विधानसभा मतदारसंघात भारतीय जनता पार्टीने मैत्रीपूर्ण लढत करावी


डॉ.अनिल जैन यांचे स्वागत करताना वसंत लोढा. समवेत अभय आगरकर, दिलीप भालसिंग आदी.

प्रभारी डॉ.अनिल जैन यांचे वसंत लोढा यांच्या निवासस्थानी स्वागत, चर्चा

नगर - भाजपाचे राष्ट्रीय सरचिटणीस माजी खासदार, तसेच प्रभारी डॉ.अनिल जैन यांनी भाजपा प्रदेश सदस्य वसंत लोढा यांच्या निवासस्थानी भेट दिली असता त्यांचा सत्कार करण्यात आला. याप्रसंगी भारतीय जनता पार्टीने अहिल्यानगर विधानसभेत मैत्रीपूर्ण लढत करावी, अशी मागणी करण्यात आली. यावेळी शहर जिल्हाध्यक्ष अभय आगरकर, ग्रामीणचे जिल्हाध्यक्ष दिलीप भालसिंग, युवक जिल्हाध्यक्ष मयूर बोचुघोळ, बाळासाहेब भुजबळ, सागर शिंदे तसेच पदाधिकारी उपस्थित होते.

वसंत लोढा यांच्या निवासस्थानी भेट दिली असता प्रभारी डॉ.अनिल जैन यांच्याशी भारतीय जनता पार्टीचे प्रदेश सदस्य वसंत लोढा व शहर जिल्हाध्यक्ष ॲड.अभय आगरकर यांनी वीस मिनिटे बंद दाराआड चर्चा केली.

डॉ.अनिल जैन यांनी वरिष्ठांना कळविण्यात येईल. येत्या दोन दिवसात वरिष्ठांचा तुम्हाला फोन येईल त्यानंतर आपण निर्णय घ्यावा असे सांगितले

राजकिय दबावातून खोटा गुन्हा दाखल केला; सचिन कोतकर यांच्यासह शिष्टमंडळाचे निवेदन

घटनेची चौकशी करुन दोषींवर कारवाई करण्याची मागणी

नगर- शहराचे माजी महापौर संदीप कोतकर हे केडगाव येथे आल्यावर त्यांची ग्रामस्थांनी भेट घेतल्यावर केडगाव देवीचे दर्शन घेऊन ते निवासस्थानी निघून गेले. परंतु संग्राम कोतकर यांनी मनात पुर्वग्रह ठेवून कुकारस्थान रचण्याच्या उद्देशाने गुरुवारी (दि. २३) रात्री कोतवाली पोलिस ठाण्यात खोटी फिर्याद दिली आहे. संबधीत फिर्याद ही खोटी असून संबधीत प्रकरणाची चौकशी करुन दोषींवर कारवाई करावी, अशी मागणी सचिन कोतकर, यांच्यासह शिष्टमंडळाने पोलिस अधीक्षकांची भेट घेऊन केली आहे.

संग्राम कोतकर यांनी पुर्वगृह ठेवून खोटा गुन्हा दाखल केला असून, तो रद्द करावा, या मागणीचे निवेदन जिल्हा पोलिस अधीक्षकांना देण्यात आले. (छाया - समीर मन्यार)

संबधीत फिर्याद देणाऱ्यांचे मोबाईल कॉल डिटेल्स व रेकॉर्डींग तपासून त्यांना संपर्क करणारे संशयीत व्यक्ती व राजकीय दबाव टाकणारे यांचा शोध लावण्यास मदत होऊन संबधीत घटनेची सत्यता तपासण्यास सहकार्य होईल. फिर्याद देणारे न्युसेन्सिकल पार्श्वभुमी असलेले व उपद्रवी व्यक्ती असून विनाकारण खोट्या केसेस, खटले दाखल करण्याची सवय आहे. अशा उपद्रवी लोकांमुळे परिसरातील आमच्यासरख्या नागरिकांना त्रास होत आहे. त्यामुळे वारंवार कौटुंबिक जीवन विस्कळीत होत आहे. वरील नोंदविलेल्या खोट्या तक्रारीची योग्य ती शहानिशा करावी, तसेच फिर्यादीचे व त्यांच्या संपर्कातील व्यक्तीचे मोबाईल कॉल डिटेल्स तपासून कारवाई करावी, कोतवाली पोलिस ठाण्यात दाखल झालेली फिर्याद रद्द करावी अशी मागणी यावेळी करण्यात आली आहे.

यावेळी शिष्टमंडळाने दिलेल्या निवेदनावर विजय कराळे, राहुल कांबळे, गणेश साळुंके, विनोद लगड, गणेश सातपुते, संतोष बारस्कर, आदित्य शिंदे, सागर सातपुते, भुषण गुंड, सिराज शेख, महेश कांबळे, सचिन सातपुते, अमोल सातपुते, संकेत सातपुते, सोमनाथ कराळे, नवनाथ घेबुंड, राजेश सातपुते, प्रशांत कार्ले, अभिजित ठुबे, अशोक कराळे, ऋषिकेश सातपुते, सौरभ कोतकर, अशोक कोतकर यांच्या सह्या आहेत.

भिंगार कॅम्प पोलीस स्टेशन हद्दीतील तीन गुन्हेगारांना केले हद्दपार

नगर - सार्वत्रीक विधानसभा निवडणुक व मतमोजणी प्रक्रिये दरम्यान सार्वजनिक शांतता तसेच कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न निर्माण होऊ नये म्हणून भिंगार कॅम्प पोलीस स्टेशन हद्दीतील तीन गुन्हेगारांना नगर जिल्ह्यातून हद्दपार करण्यात आले आहे.

भिंगार कॅम्प पोलीस स्टेशन हददीतील दत्तात्रय ऊर्फ देवराज दिलीप भालसींग (रा. शहापुर ता.नगर), अक्षय ऊर्फ भावड्या विष्णु भिंगारदिवे (रा. दरेवाडी ता. नगर), अभिषेक ऊर्फ अभि अशोक शेलार (रा. भिमनगर, पाथर्डी रोड भिंगार) अशी हद्दपार केलेल्या गुन्हेगारांची नावे आहेत. याबाबतचा आदेश प्रांताधिकारी सुधीर पाटील यांनी पारीत केल्याने सदर हद्दपार इसमांना तात्काळ नगर जिल्हयाचे हद्दीचे बाहेर सोडण्यात आले आहे. सदरची कारवाई स. पो. नि. जगदीश मुलगीर यांचे मार्गदर्शनाखाली पोलीस उपनिरीक्षक योगेश शिंदे, चंद्रकांत माळोदे, सहा. पोलीस उपनिरीक्षक कैलास सोनार, पो.हे.कॉ. दिपक शिंदे, संदीप घोडके, रवी टकले, पाडुंरग बारगजे, दत्तात्रय मोरे, गोविंद गोल्हार, महिला पो.हे.कॉ. मीना गहिले, पो.कॉ. प्रमोद लहारे, समीर शेख यांनी केली आहे.

ऋषीकेश वाव्हळ यांचे अल्प आजाराने निधन

नगर - येथील बागडपट्टीत राहणारे ऋषीकेश दिलीप वाव्हळ (अण्णा, वय ४५) यांचे २५ ऑक्टोबर रोजी अल्पशा आजाराने निधन झाले. त्यांच्यावर नालेगाव अमरधाममध्ये अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे आई, १ भाऊ, भाऊजय, पुतणे असा परिवार आहे.

विमलबाई शिंदे यांचे अल्प आजाराने निधन

नगर - येथील बुरुडगाव रोडवरील अनमोल रेसिडेन्सीमध्ये राहणाऱ्या विमलबाई मनोहर शिंदे (वय ७२) यांचे २६ ऑक्टोबर रोजी अल्पशा आजाराने निधन झाले. त्यांच्यावर नालेगाव अमरधाममध्ये अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

ॲड. संतोष शिंदे यांच्या त्या मातोश्री होत. त्यांच्या मागे पती, १ मुलगा, सून, नातू असा परिवार आहे.

संजय पांडे यांचे हृदयविकाराने निधन

श्रीरामपूर - येथील संजय हिरालाल पांडे (वय ६०) यांचे २५ ऑक्टोबर रोजी सायं.४:३० वा. पुणे येथील रुबी हॉल येथे हृदयविकाराने दुःखद निधन झाले. त्यांच्या पश्चात पत्नी, दोन विवाहित मुली, एक बहीण, चुलत बंधू, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे.

मूकबधिर विद्यालयातील सेवानिवृत्त क्लार्क, एलआयसी एजंट व योग साधक, सौ.हर्षदा जोशी (नांदेड) व सौ.नेहा शर्मा (इचलकरंजी) यांचे वडील होत.

चॉपरने केक कापून दहशत पसरविणाऱ्याला पकडले

नगर - वाढदिवसाच्या दिवशी चॉपर या धारदार हत्याराने केक कापून त्याचे फोटो सोशल मिडीयावर व्हायरल करत दहशत निर्माण करणाऱ्या युवकाला नगर तालुका पोलिसांच्या रात्र गस्त पथकाने पकडले आहे. नगर तालुक्यातील वाळकी येथील साठेवस्ती येथे ही कारवाई करण्यात आली आहे. आकाश उर्फ अक्षय बाळासाहेब साठे (वय २२, रा. साठे वस्ती, वाळकी, ता.नगर) असे या युवकाचे नाव आहे.

नगर तालुका पोलिस ठाण्याचे रात्रगस्त पथक गुरुवारी (दि.२४) पहाटे तालुक्यात गस्त घालत असताना पथकातील स.फौ. दत्तात्रय हिंगडे, पो. हे.कॉ. राहुल द्वारके, पो.कॉ. संभाजी बोराडे यांना माहिती मिळाली की आरोपी साठे याने त्याच्या वाढदिवसानिमित्त चॉपर या धारदार हत्याराने केक कापून त्याचे फोटो सोशल मिडीयावर व्हायरल करत दहशत निर्माण करण्याचा प्रयत्न केला आहे. ही माहिती मिळताच या पथकाने आरोपी साठे याची माहिती काढली असता तो चॉपर घेवून वाळकी ते वडगाव तांदळी रस्त्यावर असलेल्या साठे वस्ती परिसरात दहशत निर्माण करत आहे, असे समजले. ही माहिती मिळाल्यावर पथकाने तात्काळ वाळकीकडे धाव घेत साठे वस्ती येथे गेले असता तेथे एक जण धारदार हत्यार घेवून फिरताना दिसला. पोलिस पथकाने त्याला पकडले. तो आकाश साठे होता. पोलिसांनी त्याच्या ताब्यातून चॉपर काढून घेतला. त्याच्या विरुद्ध पो. कॉ.संभाजी बोराडे यांनी दिलेल्या फिर्यादी वरून भारतीय शस्त्र अधिनियम ४/२५ नुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

नातवाला शिवीगाळ केल्याचा जाब विचारल्याने आजोबाला मारहाण

नगर - नातवाला शिवीगाळ केल्याचा जाब विचारल्याच्या रागातून वृध्दाला मारहाण करून जखमी केल्याची घटना शहरातील वाघ गल्ली येथे घडली. सायबा शिवाजी शेलार (वय ६५, रा. वाघ गल्ली, नगर) असे जखमी वृध्दाचे नाव आहे. या प्रकरणी त्यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरून राजु (पूर्ण नाव नाही, रा. वाघ गल्ली) याच्याविरूध्द तोफखाना पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

बुधवारी (दि.२३) रात्री साडेदहाच्या सुमारास फिर्यादी, त्यांची पत्नी व नातू मुकेश घरात जेवण करत असताना राजु तेथे दारू पिऊन आला. त्याने फिर्यादीचा दुसरा नातू गौरव याला विनाकारण शिवीगाळ करून त्याला मारहाण करण्यासाठी त्याच्याकडे जात असताना फिर्यादी यांनी त्याला शिवीगाळ का करता असे म्हणून थांबविले. त्याचा राग आल्याने त्याने फिर्यादीला लाकडी काठीने मारहाण करून जखमी केले. 'तु जर आमच्या विरोधात तक्रर दिली तर आम्ही पण तुमच्या विरूध्द खोटी फिर्याद देवू' अशी धमकी दिली असल्याचे फिर्यादीत नमूद केले आहे.

अधिक तपास पोलीस करत आहेत.

शेअर ट्रेडिंगमध्ये गुंतवणुकीतून ज्यादा परताव्याच्या आमिषाने १५ लाख ३२ हजार रुपयांची फसवणूक

नगर - शेअर ट्रेडिंगमध्ये पैसे गुंतवणूक केल्यास अधिक नफा मिळून देण्याचे आमिष दाखवून श्रीरामपूर येथील नोकरदाराची १५ लाख ३२ हजार ४९९ रूपयांची फसवणूक केल्याची घटना समोर आली आहे. सिध्दार्थ प्रमोद लिंगे (वय ४१, रा. नेवासा रस्ता, गजल हॉटेल मागे, श्रीरामपूर) असे फसवणूक झालेल्या नोकरदाराचे नाव आहे.

या प्रकरणी त्यांनी नगरच्या सायबर पोलिस ठाण्यात दिलेल्या फिर्यादीवरून माया सलाम नावाच्या व्हॉट्सॲप मोबाईल नंबरधारक व्यक्तीविरूध्द सायबर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. सदरची घटना १५ फेब्रुवारी २०२४ ते १२ एप्रिल २०२४ दरम्यान झाली आहे. फिर्यादी हे फेसबुकवर शेअर ट्रेडींग कसे करावे व शेअर ट्रेडिंगमध्ये नफा कसा मिळवावा याबाबत जाहिरात पाहत असताना त्यांनी एका जाहिरातीवर क्लिक केले असता व्हॉट्सॲप ग्रुपची लिंक आली. फिर्यादी यांनी त्यावर क्लिक केले असता ते व्हॉट्सॲप ग्रुपला जॉईन झाले. सदर ग्रुपचे ॲडमिन असलेल्या माया सलाम नावाच्या व्हॉट्स ॲप मोबाईल नंबर धारक व्यक्तीने फिर्यादीला त्यांच्या व्हॉट्सॲपवर ट्रेडींगबाबत माहिती सांगितली व १५ लाख ३२ हजार ४९९ रूपयांची गुंतवणूक करण्यास भाग पाडले. यानंतर फिर्यादी यांनी संबंधीत व्यक्तीकडे त्यांनी गुंतवणूक केलेल्या रक्कमेचा परतावा मागितला असता त्यांनी दिला नाही. आपली फसवणूक झाल्याचे फिर्यादीच्या लक्षात आल्यानंतर त्यांनी पोलिसांत फिर्याद दिली. अधिक तपास करत आहेत.

कलापथकाद्वारे मतदान व एच.आय.व्ही. एड्स जनजागृती

नगर - जिल्हा एड्स प्रतिबंध व नियंत्रण विभागामार्फत अहिल्यानगर, राहुरी, श्रीरामपूर, कोपरगाव व राहता या तालुक्यातील सार्वजनिक ठिकाणी कलापथकाद्वारे मतदान व एच.आय.व्ही. एड्सबाबत जनजागृती करण्यात आली.

कलापथकाद्वारे एच.आय.व्ही. संसर्गाची कारणे, प्रतिबंधात्मक उपाय, समज-गैरसमज, लक्षणे, भेदभाव, एच. आय. व्ही. एड्स प्रतिबंध व नियंत्रण कायदा २०१७, गुप्तरोग, मोफत एच.आय.व्ही. तपासणी सुविधा, आयसीटीसी केंद्राचे महत्त्व व १०९७ या टोल फ्री क्रमांकाची माहिती नागरिकांना देण्यात आली. तसेच नागरिकांमध्ये मतदानाबाबत जनजागृती व्हावी यासाठी उपस्थितांना मतदानाची शपथ देण्यात आली.

गृहिणी

आरोग्य

चांगल्या स्मरणशक्तीसाठी कॉफी

ब्लॅक कॉफी चांगल्या स्मरणशक्तीसाठी फयदेशीर असते. या सोबतच मेंदूला सतर्क करते आणि नर्व्हस सिस्टम ॲक्टिव्ह राहते. कॉफी डिमेन्श म्हणजेच वेडेपणापासून दूर ठेवते. कॉफी या पेयामध्ये निकोटीन असल्यामुळे ते प्रमाणात घेणेच योग्य ठरते.

दिवाळी स्पेशल पाककला

नाचणीची चकली

साहित्य – १ वाटी नाचणीचे पीठ, पाऊण वाटी गव्हाचे पीठ, १०० ग्रॅम लोणी, २५ ग्रॅम तीळ, १ चमचा ओवा, १ चमचा जीरा पावडर, मीठ, हळद, हिंग, तेल.

कृति – दोन्ही पीठ एकत्र करून त्याला लोणी लावावे. नंतर सर्व साहित्य घालून, उकळलेले पाणी थोडे थोडे घालून पीठ चांगले मळावे. चकली बनवून रिफाईंड तेलात तळाव्यात. खुसखुशीत चकल्या शेंगदाणा चटणीबरोबर सर्व्ह कराव्यात.

सल्ला

सफरचंद फ्रिजमध्ये ठेवू नये

* सफरचंद कधीही फ्रिजमध्ये भाज्या व इतर फळांबरोबर ठेवू नयेत. सफरचंदमधून काही प्रकारच्या गॅसचे उत्सर्जन होत असते. यामुळे इतर चांगल्या फळांचे, भाज्यांचे नुकसान होऊ शकते.
* हातापायाला भेगा पडल्यास जुने तूप लावा.
* वापरलेली चहा पावडर पाण्यात टाकून ढवळा व त्या पाण्याने लाकडी फर्निचर व काचा स्वच्छ करा. सर्व डाग जातील.

वास्तू

घरामधील जिन्याचे दार पूर्व वा दक्षिण बाजूला असणे शुभ ठरते. जिना वळणदार असावा.

सौंदर्य

लेमन–बोगर्ट क्लीजिंग क्रीम–१ टेबलस्पून लिंबू रस व १०० ग्रॅम दही यांचे मिश्रण तयार करा. त्यात काही थेंब बदामतेल टाका. हे मिश्रण चांगल्या पध्दतीने ब्लेंड करा. ते फेस व बॉडी क्लिंजर म्हणून वापरात आणा.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. २७ ऑक्टोबर २०२४

दर्श अमावास्या, शके १९४६ क्रोधीनामसंवत्सर, आश्विन कृष्णपक्ष, मघा १२।२४, सूर्योदय ०६ वा. २८ मि. सूर्यास्त ०६ वा. ३२ मि.

राशिभविष्य

मेष : आजचा दिवस आपल्यासाठी नवी सुरुवात करण्यास किंवा व्यक्तीमत्वाचे ध्येय ठरावण्यास साहाय्यक ठरेल.

वृषभ : आपण जीवनात हव्या असलेल्या वस्तूंवर लक्ष द्या व पूर्ण विश्वासाने त्याच्या प्राप्तीचा प्रयत्न कराल.

मिथुन : आपल्या कार्याच्या दरम्यान आपल्या कौटुंबिक ताणांचे स्मरण करून त्यांना कार्यात मिसळताल.

कर्क : आपल्या व्यावसायिक योजनेबद्दल होकारात्मक दृष्टीकोन असेल. आजचा दिवस व्यापार क्षेत्रातील चांगली बातमी आणेल.

सिंह : प्रेमीजनांसाठी आजचा दिवस आनंदाने परिपूर्ण असेल. कार्यात यश मिळविण्यासाठी आपले मत ठामपणे मांडा.

कन्या : इतर लोकांबरोबर काही विषयांवर संमती द्यावी लागू शकते. मानसिक सुख–शांतीचे वातावरण राहील.

तूळ : नोकरदार व्यक्तींना कामात अनुकूल वातावरण मिळेल. मित्रांचा पाठिंबा मिळेल.

वृश्चिक : पत्नीशी बोलल्यानंतर मूड छान होईल. इतर लोकांना आपल्या स्वतःची गरज व इच्छा सांगण्यासाठी ही उत्तम वेळ असेल.

धनु : आपल्या जुन्या लोकांना किंवा आधार देणाऱ्या मित्रांना जोडणे या वेळी आपल्यासाठी फलदायी आहे.

मकर : आपल्या सहकार्यांबरोबर झालेल्या मतभेदांचे निराकरण करण्याचा प्रयत्न करा. लोकांमध्ये मतभेद अस्वस्थ करेल.

कुंभ : आरोग्य मध्यम राहील. वाद–विवाद टाळण्याचे प्रयत्न करा. वाहने काळजीपूर्वक चालवा. शत्रू पराभूत होतील.

मीन : व्यापार व्यवसायात वेळ साधारण राहील. देवाण–घेवाण टाळा. मित्रांचा लाभ मिळेल. मानसन्मान होईल.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

हसा आणि शतायुषी व्हा!

एकदा आचार्य अत्रे यांच्याकडे त्यांचे एक मित्र गेले आणि त्यांना म्हणाले,

'अत्रेसाहेब, तुम्ही हल्ली भाषणातून, खाजगी गप्पात प्रो. फडक्यांची खूप स्तुती करता पण ते मात्र तुमची निंदा करतात याची कल्पना आहे का तुम्हाला?'

'असं?'

आचार्य अत्रे मिस्कीलपणे हसत म्हणाले, 'म्हणजे आमचं दोघांचंही चुकलंच म्हणायचं !'

...वाढवूया आपले सामान्य ज्ञान

* 'अग्रज' या मराठी शब्दाचा अर्थ काय? – आधी जन्मलेला
* झिरो माईल स्थान कोणत्या शहरात आहे? – नागपूर
* शेतीसाठी २४ तास वीज देणारे राज्य कोणते? – तेलंगण
* घरातील सर्व विद्युत उपकरणे काय दाखवितात? – समांतर जोडणी

– अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

शब्दगंध क्र. ७०३९ सौ.शैलजा कुलकर्णी

१		२	■	■	३	४	
	■	५		६			■
■	७		■	८		■	९
१०			■		■	११	
१२		■	१३				
	■	१४		■	■		■
■	१५			■	१६		१७
१८		■	१९			■	

आडवे शब्द :– १) ध्वनी; रव; नाद; साऊंड ३) आश्चर्य; अचंबा ५) दिलेला शब्द मोडणे ७) भोजनात पातळ कालवण वाढण्यासाठीचे पात्र ८) एक कैफी पदार्थ १०) बेचव; अळणी; पाणचट ११) दाट झाडी असलेली जागा १२) तेल निघणारे एक धान्य १३) एक चर्मवाद्य; मृदंग; पखवाज १४) फणसातला मगज १५) ढग; आभाळ; घन; मेघ १६) हक्कदार; उत्तराधिकारी १८) किराणा दुकानदार; जीभ; वाचा १९) सहा ऋतूंपैकी एक

उभे शब्द :– १) वर्तमान दिवस; चालू दिवस २) घसटपणा; नजीकपणा ३) संत तुकाराम महाराजांचे भक्तिकाव्य या नावाने प्रसिद्ध आहे ४) विश्व; दुनिया ६) आकाश; गगन; अंबर ७) एक फळ ९) सुवर्ण; कांचन; सोने १०) सवय; अभ्यास ११) बागकाम करणारा; माळी १३) हार; पराजय; अपशय १४) मासे पकडण्याची आकडा लावलेली काठी १५) माळेत ओवण्यासारखा गोलक १६) दिवा लावण्यासाठी बनविलेली कापसाची सुरळी १७) स्वाक्षरी; सिग्नेचर

शब्दगंध क्र. ७०३८ चे उत्तर

स	दा	शि	व	■	मा	ही	त
मा	र	वा	ड	■	व	■	ळ
प	■	ल	स	ल	शी	त	■
न	■	य	■	क्ष्म	■	प	सा
■	घ	■	प	ण	वा	न	क
द	ळ	भा	र	■	न	■	■
बा	■	■	व	ड	वा	न	ल
व	र	क	ड	■	■	ग	त

* * * * * * मुलांचे विश्व * * * * * *

: संकलक : ॲड.सौ. पूजा गुंदेचा

सुविचार : पाप हे असा सुंदर पोशाख घालून येते की, ते पाप आहे हे माहीत असूनही आपण त्याला हृदयाशी कवटाळतो.

मुलांसाठी मेडिकल जनरल नॉलेज

बस का लागते?

बसमध्ये प्रवास करण्यातला आनंद तुम्ही घेत असाल. काही जणांच्या नशिबात मात्र हे सुख नसते. गाडीत बसण्यापूर्वी 'एवोमीन' सारखी गोळी घेणे, प्रवासापूर्वी व प्रवासात काही न खाणे, जेवण केल्यावर प्रवास टाळणे, गाडीत सर्वात मागच्या सीटवर वा दारापाशी बसणे असे अनेक सोपस्कार त्यांना करावे लागतात. वारंवार तोंडाला रूमाल लावून बसणे आणि काही वेळा सारख्या उलट्या करणे, हे तुम्ही केव्हा ना केव्हा बघितलेच असेल. त्यामुळे बसमध्ये बसताना आपल्या शेजारी अशी 'संशयास्पद' व्यक्ती नाही, याची खात्री करूनच एखाद्या सीटवर आपण बसतो.

अंतर्कर्णामध्ये लॅबीरींथ नावाचा एक भाग असतो. चालताना, हालचाल करताना, दिशा बदलताना शरीराचा तोल सांभाळणे हे याचे कार्य असते. बसमध्ये सारख्या हादऱ्यांनी शरीर थरथरत असते, हलत असते. त्यामुळे या भागाला वारंवार संवेदना पोहोचतात व जास्तीचे काम करावे लागते. सामान्यपणे बऱ्याचशा लोकांचे लॅबीरींथ अशा बदलांशी जुळवून घेते; पण काही व्यक्तींमध्ये मात्र हादऱ्यामुळे वा सततच्या वेड्यावाकड्या हालचालींमुळे लॅबीरींथच्या कार्य करण्यावर परिणाम होतो. त्यामुळे अप्रिय संवेदना मेंदूपर्यंत जातात. मेंदूतील उलटीचे नियंत्रण करणाऱ्या केंद्रावर या संवेदनांचा परिणाम होऊन व्यक्तीला उलटी होते. नंतर मानसिक ताण व आपल्याला उलटी होईल या भावनेनेही उलटी करण्याची प्रवृत्ती वाढते व जास्त उलट्या होतात. बोटीत देखील याच कारणामुळे काही जणांना उलट्या होतात.

एवोमीनसारख्या औषधात उलटी थांबणारा व झोप येणारा असा घटक असल्याने उलट्या थांबतात. अशा व्यक्तींनी गोळ्या जवळ बाळगाव्यात. प्रवासात खाद्यपदार्थ घेणे टाळावे. प्रवासाला सुरुवात करण्यापूर्वी अर्धा तास आधी एवोमीनची गोळी घ्यावी.

ठकाशी व्हावे महाठक

एकदा एक शिकारी शिकार करण्यासाठी जंगलात जाळे लावतो. त्या जाळ्यात एक वाघ अडकतो. जाळ्यातून सुटण्यासाठी तो खूप धडपड करत असतो. तेवढ्यात एक लाकूडतोड्या तेथून जाताना वाघाला दिसतो. वाघ त्याला पाहून वाचवा, वाचवा म्हणून ओरडतो, पण हुशार लाकूडतोड्या म्हणतो, ''मी तुला वाचवले तर तूच मला खाऊन टाकशील.'' पण वाघाने खूप विनवण्या केल्यावर लाकूडतोड्या त्याला सोडवतो.

जाळ्याबाहेर आल्याबरोबर ''आता मी तुला खाणार'' म्हणत वाघोबा उरकाळी फोडतो; पण लाकूडतोड्या तीन प्रश्न विचारण्यापुरते जीवदान वाघोबाला मागतो.

मग लाकूडतोड्या म्हशीला विचारतो, ''वाघाचा हा हट्ट बरोबर आहे का ?'' यावर म्हैस म्हणते, ''जगच असं आहे. माझं दूध संपलं की लोक मला शेतीला जुंपतात.'' मग लाकूडतोड्या हाच प्रश्न झाडाला विचारतो,

''झाड उत्तर देते, मी लोकांना सावली देतो पण तरीही लोक माझ्या फांद्या तोडतात.'' शेवटी कंटाळून लाकूडतोड्याने लांडग्याला आपली कहाणी सांगितली,

''कहाणी समजलीच नाही म्हणत जाळ्याजवळ जाऊन समजावून सांग असे लांडगा सांगतो, जाळ्याजवळ गेल्यावर नक्की काय घडले ते लांडग्याला समजत नाही. त्यावेळी वाघ जाळ्यात जाऊन दाखवतो व मी असा अडकलो होतो हे लांडग्यास सांगतो, त्याक्षणी लांडगा जाळ्याची गाठ मारून वाघोबाला जाळ्यात अडकवतो. लाकूडतोड्याची सुटका करतो.

तात्पर्य – ठकाशी व्हावे महाठक.

जीवन चक्र – मृत्यू रहस्य (जीवन की रोशनी)

जीवन की रोशनी

हुए भी उसे सिविल कानूनों की ओर भी उत्तरदायी होना पड़ता है। उसकी दोहरी जिम्मेदारी होती है। एक फौजी कानून अधीन उसे कोर्ट मार्शल के भय से अपने अफसरों के हुक्म को जानना और पूरी तरह मानना पड़ता है और दूसरे सिविल प्रबन्ध के अधीन फौजी ड्यूटी पूरी करते समय अपनी सीमा से बाहर जाकर किये कार्यों के कारण सजा का भागी बनता है। जहाँ तक कर्म सिद्धान्त की सीमा का संबंध है सारे देवी देवता और उनके अवतार इसी श्रेणी में आ जाते हैं। अपनी विशेष पदवी पर होते हुए भी वे सारे देवता या फरिश्ते इस सिद्धान्त से बाहर नहीं, इसके अधीन ही हैं। इसलिए वे भी मनुष्य जन्म ढूंढते हैं जिसमें कि आवागमन में भ्रमण रूपी कठिनाइयों से निकलकर आगे सच्चे अमर आनंद की अवस्था को पा सकें। यहाँ तक कि महान ऋषि भी जप तप साधन करने के पश्चात जब शरीर छोड़ने का समय आता है तो स्वर्गों के जीवन की बजाय मानव तन की ही कामना करते हैं। उनके ऐसा करने का कारण केवल यही है कि केवल इसी उपाय से किसी सत्गुरु के मिलाप द्वारा उससे शिक्षा और दीक्षा लेकर कर्मों के निश्चित सिद्धान्त के बाहर हुआ जा सकता है। अर्जुन तथा पाण्डव योद्धाओं को भी सिवाय धर्म पुत्र युधिष्ठिर के, अपने युद्ध कर्मों के कारण चाहे वह धर्म युद्ध ही था और उसे भगवान कृष्ण जैसे अवतार की आज्ञा और आशीर्वाद से लड़ा गया था, नर्कों में डाल दिया गया क्योंकि वे कर्तापन का भाव नहीं गँवा सके थे। फिर भगवान कृष्ण के अपने बारे में भी कहा जाता है कि उन्होंने भी युगों पहले भगवान राम के रूप में अजेय राजकुमार बाली को एक वृक्ष के पीछे से तीर चला कर छल से मारने के दोष में एक भील के हाथों तीर खाकर मरना पड़ा। याद रहे कि भगवान राम और भगवान कृष्ण दोनों ही विष्णु भगवान के अलग–अलग युगों में हुए अवतार थे।

(क्रमशः)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

अंतरिक बल (भाग – २)

अंतरीक बल

८० / २० प्रिंसिपल आपसे कभी यह नहीं कहता कि आप कार्य करना स्टार्ट कर दें बल्कि यह नियम बताता है कि हमें उन कार्यों को नहीं करना चाहिए जिनमें हमारा ८०% टाइम वेस्ट होता है ऐसे कार्य न करने से हमारे पास काफी समय बचेगा और इस बचे हुए समय का उपयोग हम ऐसे कामों में करें जिससे ८०% रिजल्ट मिलता है। यहां ८०% का मतलब है निन्दा चुगली से बचना । नेट का गलत इस्तेमाल न करना। समय नष्ट करने वाले दोस्तो से बचना। नशीले पदार्थों से बचना। आज से ८०/२० का रूल टाइम मैनेजमेंट में शुरू कर दो और याद रखो अच्छे काम में देर नहीं करनी चाहिए आप स्टार्ट करें सफलता आपके साथ है। हमारा दिमाग एक शक्ति का भंडार है अभी तक कोई भी महान व्यक्ति इस का २० परसेंट प्रयोग कर सका है। बाकी ८० परसेंट दिमाग सोया पड़ा है अर्थात ८०% शक्तियों का कोई उपयोग नहीं हुआ। अगर आप धनवान बनना चाहते हैं तो अपनी २० परसेंट शक्ति को अच्छे कार्य में लगाओ बाकी ८०% अच्छा रिजल्ट अपने आप मिलने लगेगा। यहाँ २०% का अर्थ है सिर्फ शांति और प्रेम के संकल्पों में रहो, भगवान को याद करते रहो, किसी का भी तन, मन और धन से नुकसान नहीं करना । ८०/२० के नियम से अपने जीवन के विभिन्न पहलुओं को विकसित करते रहो। यह सारे प्रयास आप के सामने आर्थिक सम्पनता और दूसरी मनचाही उपलब्धियों के रुप में प्रत्यक्ष होंगे। (क्रमशः)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

साहित्य सहवास – 'धंधा करना तुम्हे नही आता...'

तो आठ वर्षांचा मुलगा हतबल आहे. तो त्या बांधकाम चालु असलेल्या इमारतीकडे पाहातो आहे. पोटाची खळगी भरण्यासाठी त्याची आई वीटा डोक्यावर घेऊन पोहोच करते आहे. मुलाला प्रचंड वाईट वाटतं पण तो काहीच करु शकत नाही. ती बिचारी माऊली भर उन्हात, विटा पोहोच करण्याचं काम अतिशय परिश्रमपूर्वक करत आहे. तो मुलगा मनात काहीतरी ठरवतो आणि त्यानुसार पुढे चालु लागतो. खरं तर एखादा प्रसंग आपल्या आयुष्याला चांगल्या अर्थाने कलाटणी देणारा असु शकतो. श्रीमंत झालेला तो मुलगा, तीच बिल्डींग खरेदी करण्यासाठी येतो. व्यवहार होतो. तेव्हा म्हणतो, इस बिल्डींग का दस लाख रुपये भी जादा मांगा होता तो मै वो भी दे देता क्योंकी इस बिल्डींग को इटे मेरी माँ ने उठाई है । और आज मैं यह बिल्डींग उसे तोहफे में देने जा रहा हुँ । आणि ती आख्खी बिल्डींग अमिताभने घातलेल्या गॉगलमध्ये दिसते. कमालीचं अर्थपूर्ण दिग्दर्शन असणारा हा सीन. एखादी वास्तु त्या मालकाच्या दृष्टीने फक्त गुंतवणुक व नफा मिळवुन देणारी असते. पण तीच वास्तु खरेदी करतांना एखाद्याचं आयुष्य पणाला लागलेलं असतं. ती बिल्डींग खरेदी करणं हेच स्वप्न आयुष्यभर उराशी बाळगुन तो कार्यरत असतो.

बिल्डींग विकणारी व्यक्ती, त्या बिल्डींगकडे पाहत म्हणते, ऐसी क्या बात है इस बिल्डींग में ? तुम मुझे दस लाख जादा देने के लिये तैय्यार होते । कोणताच व्यक्ती आपल्या माता – पित्याच्या ऋणातून कधीच उतराई होऊ शकणार नाही. आपल्याला घडवतांना, वाढवतांना, सुसंस्कारीत करतांना आई, वडिलांनी घेतलेले कष्ट हे आपल्या कायम स्वरुपी आठवणीत असतात. जेव्हा त्यांच्यासाठी काही करण्याची वेळ येते तेव्हा ती कृती, त्यावेळी केलीच पाहिजे. हेच त्या चित्रपटानं अधोरेखित केलं. चांगली जिद्द असेल तर आपण आतुन, बाहेरुन चांगल्या अर्थाने बदलता. हिच ताकद आपल्याला जगण्यासाठीचं अधिकाधिक बळ देते. तो आठ वर्षांचा मुलगा, त्यावेळी काहीच करु शकत नव्हता. आई भर उन्हात डोक्यावरुन विटा वाहतेय हे दृष्य त्याने पाहिलं आणि त्याचवेळी ठरवलं असेल अपनी माँ के लिये जो जो करना है, वह सब करेगाही ।

अमिताभने केलेल्या ह्यांसारख्या भूमिकांमधुन अनेक प्रेक्षकांनी जे जे चांगलं ते ते घेतलं कारण समोरच्या पडद्यावर अमिताभच्या ऐवजी आपणच आहोत, हे स्वप्न अमिताभने दाखवलं. खरंतर ही अशी बिल्डींग खरेदी करणं प्रत्येकालाच शक्य नाही पण अशक्य सुध्दा नाही हे सुध्दा आपण लक्षात घेतलं पाहिजे. माझं भलं व्हावं म्हणून ज्या ज्या व्यक्ती प्रयत्न करतात मी सुध्दा त्या व्यक्तींसाठी काही चांगलं असं केलंच पाहिजे. तीच बिल्डींग खरेदी करणं हे खरं तर प्रतिनिधिक स्वरुपातलं आहे. इतरही त्यांची अनेक स्वप्न मी नक्कीच पूर्ण करु शकतो हा विश्वास अमिताभने त्या भूमिकेतुन आपल्याला दिला. स्वप्न अर्थात चांगली स्वप्नं पाहावीत आणि ती पूर्ण करण्यासाठी जीवाचं रान करावं कारण स्वप्नपूर्तीने आनंद होतोच ह्यासह मिळणारं समाधानही सुखावुन जातं. फक्त स्वतः साठीच जगणार आहेस का ? नाहीना?

दुसऱ्यांचं स्वप्नपूर्ण करण्यासाठी सुध्दा जग हे त्या भूमिकेतल्या अमिताभने सांगितलं. फक्त माझीच स्वप्न पूर्ण व्हावीत हा स्वार्थी विचार संकुचित वृत्तीचा आहे. संकुचित वृत्तीच्या व्यक्ती आपल्याला नेमका कोणता विचार देतात ? जिंदगी मेरी सही लेकिन औरोंके लिये भी जीना पडता है।

रक्तनात्याच्या व्यक्तीमध्ये असणारं आपलं ममत्व, भावनिकता वाढवते. आपल्या सुख–दुःखात ह्याच व्यक्ती आपल्या पाठिशी, सोबत असतात. आपलं भलं व्हावं ह्यासाठीचे त्यांचे विचार, आचार आपल्या चांगल्या स्वप्नांच्या पूर्ततेसाठी पुरक असतात. बिल्डींग घेणं अर्थात बिल्डींग आणि स्वप्न हे अनुक्रमे निर्जीव आणि अदृश्य आहेत पण आपल्यात निर्माण होणारी जिद्द, प्रगतीच्या दिशेने नेणारी असते हेच अमिताभच्या त्या भूमिकेतुन लक्षात येतं. वयाच्या ८३ व्या वर्षीही बीग बी स्वप्नांचा पाठलाग करतात. स्वप्नाच्या पूर्ततेसाठी परिश्रम करतात. त्या चित्रपटात, त्यांच्या डोळ्यांवरच्या गॉगलमध्ये दिसणारी ती बिल्डींग, चेहऱ्यावरचा स्वप्नपूर्तीचा तो भाव, प्रसन्न मुद्रा, प्रेक्षकांच्या मनात आजही घर करुन आहे. सहस्त्रकातला हा महानायक म्हणजे पृथ्वीवरचा एक चमत्कार आहे. त्यांच्या दीर्घायुष्यासाठी आपण वाढदिवसाच्या निमित्ताने प्रार्थना करुया.

(लेख क्र.५२३)

– **सुनील राऊत** माळीगल्ली, भिंगार, मो.९८२२७५८३८३

स्त्री स्वास्थ्याचे कानमंत्र आरोग्य सखी

मूळव्याध : सांगता न येणारा आजार

रजोनिवृत्तीनंतर हृदयरोग शरीरातील खालील बदलांमुळे होतो :

१) रक्तवाहिन्यांच्या आतील आवरणावर एक थर तयार होतो. त्याला प्लाक असे म्हणतात. यामुळे रक्तवाहिन्या अरुंद होतात. २) रक्तामध्ये गुठळी बनवणारे पदार्थ जास्त प्रमाणात तयार होतात. ३) रक्तातील स्निग्ध पदार्थांच्या पातळीमध्ये वाढ होते. वाईट कोलेस्टेरॉल (एलडीएल) वाढते, तर चांगले कोलेस्टेरॉल (एचडीएल) कमी प्रमाणात तयार होते.

(क्रमशः)

डॉ. शारदा निर्मळ–महांडुळे
दुर्वांकुर वंध्यत्व निवारण व गर्भसंस्कार सेंटर अहिल्यानगर मोबाईल नं– ८७९३४००४००

स्वतः घर बांधायचे तर ...

लेखक – इंजिनियर संतोष द. खांडेकर हे स्वतः स्थापत्य अभियंता असून त्यांनी गेली २४ वर्षे नगर शहर व जिल्ह्यामध्ये विविध कामे केलेली आहेत. त्याचबरोबर पुणे महानगरपालिका व पुणे महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरण (PMRD) व इतर बऱ्याच जिल्ह्याअंतर्गत नगरपालिका, महापालिका यामध्ये काम केलेले आहे. आर्किटेक्टस् इंजिनियर्स ॲण्ड सर्व्हेयर्स असोसिएशन (AES) अहमदनगर या नामांकित संस्थेचे ते आजीव सभासद आहेत व सध्या संचालक म्हणून कार्यरत आहेत.

१. प्लॉट भूखंड खरेदी

आपल्याकडे अजूनही लोकांचा ओढा प्लॉट घेऊन मनपसंतीप्रमाणे घर बांधण्याकडे आहे. अजून आपल्याकडे फ्लॅट सिस्टीम पूर्णपणे रूजलेली नाही. 'आपले घर स्वतंत्र असावे, भलेही ते छोटे का असेना' असा विचार करणारी मंडळी आहेत. त्यासाठी प्रथम कार्य म्हणजे भूखंडाची शोधाशोध! आपल्या ओळखीच्या व्यक्तीकडून (शक्यतो सिव्हील इंजिनियर अथवा रेरा रजिस्टर्ड इस्टेट एजंट) कडून मार्गदर्शन घेतले तर ते केव्हाही फायदेशीर ठरते. कारण आपल्याला कशा प्रकारचा भूखंड हवा हे मनामध्ये ठरलेले असते. उदा. भूखंडाचे ठिकाण (location), भूखंडाचे क्षेत्रफळ, आजूबाजूचा परिसर, रस्ते, पाणी, लाईट व इतर सोयीसुविधा ही सर्व माहिती मिळू शकते. आजच्या नियमाप्रमाणे जागा अकृषक (NA) करताना वरील सर्व गोष्टी कराव्या लागतात. त्याशिवाय अकृषक परवाना मिळत नाही व लेआऊट मंजूर होत नाही. एखादा भूखंड आवडल्यास वरील सर्व गोष्टींची खात्री स्थापत्य अभियंता करून देतो. भूखंडाला कधी अंतिम मंजूरी मिळाली आहे, समोर रोडची रूंदी किती आहे (road width), सदर भूखंडावर किती बांधकाम नियमाप्रमाणे करता येईल (Permissible FSI) व आपल्याला अपेक्षित असलेल्या गरजा पूर्ण होतील या व इतर सर्व शंकांचे निरसन करता येते. एकदा का संपूर्ण शंकांचे निरसन झाले आणि कायदेशीर व तांत्रिक बाबी तपासल्या की भूखंड खरेदी करता येतो. संपूर्ण कागदपत्रांचा दस्त / संच आपल्याकडे घ्यावा. खरेदीनंतरही नाव लावणे वगैरे बाबी कराव्या लागतात.

२. बांधकाम परवानगी

एकदा का भूखंडाची खरेदी झाली की पुढचा महत्त्वाचा टप्पा म्हणजे बांधकाम परवानगी. ७/१२ उताऱ्यावर नोंद झाल्यानंतर महानगरपालिकेतही रितसर फी भरून भूखंडाची नोंद करणे अनिवार्य असते. त्याशिवाय बांधकाम परवानगीसाठी अर्ज करता येत नाही. खरेदी रकमेच्या १ टक्का इतकी रक्कम भरून महापालिकेमध्ये भूखंडाची नोंदणी करता येते.

नंतर महापालिकेच्या परवानाधारक आर्किटेक्ट/इंजिनियर मार्फत आपण बांधकाम परवानगीसाठी ऑनलाईन अर्ज करू शकतो. आपल्या भूखंडाच्या कागदपत्रांबरोबर इतरही काही कागदपत्रांची आवश्यकता असते. परवानाधारक आर्किटेक्ट / इंजिनियर स्वतःच्या मेल आयडीवरून बांधकाम नकाशा / आराखडा व कागदपत्रे परवानगीसाठी दाखल करतो.

तत्पूर्वी सदर आर्किटेक्ट / इंजिनियर परवानगीसाठी लागणारी आवश्यक कागदपत्रे, आराखडा, अंदाजे येणारा खर्च, परवानगीसाठी लागणारा कालावधी व इतर गोष्टींचा अंदाज देऊ शकतो. आपल्या भूखंडाचा सरकारी भाव (Ready recknor rate) व आपण करत असलेले बांधकाम क्षेत्र (area in sq.m.) यावर आपल्याला रितसर विकास शुल्क व उपकर भरावा लागतो.

बांधकाम परवानगी अर्ज दाखल केल्यानंतर तत्सम अधिकारी त्याची छाननी करतात, साईट व्हिजीट करतात, तांत्रिक बाबी तपासतात आणि मगच मंजुरी देतात. ही सर्व प्रक्रिया ऑनलाईन होते. रितसर कर भरल्यानंतर परवानगीचा नकाशा व परवानगीचे पत्र मिळते. आपण जर बँकेतून कर्ज काढून (Home loan) घर बांधत असू तर बांधकाम परवानगी गरजेची असते. तसेच वीज कनेक्शन व पाणी कनेक्शन घेण्यासाठी सदर परवानगी आवश्यक असते.

३. बिल्डींग कंप्लीशन सर्टिफिकेट / बांधकाम पूर्णत्वाचा दाखला (BCC)

ज्याप्रमाणे बांधकाम परवानगी घेतो त्याचप्रमाणे महापालिकेकडून बांधकाम पूर्णत्वाचा दाखला घेणे अनिवार्य आहे. BCC साठी काही वेगळे कागदपत्र आवश्यक असतात. आपण केलेले बांधकाम मंजूर आराखड्याप्रमाणे असेल तर इउउ मिळण्यात काही अडचण येत नाही. म्हणूनच मंजूर आराखड्याप्रमाणे बांधकाम केले तर केव्हाही योग्य ठरते.

वरील सर्व प्रक्रिया / Process अगदी प्लॉट घेण्यापासून ते बांधकाम पूर्णत्वाचा दाखला मिळेपर्यंत जर मान्यताप्राप्त आर्किटेक्ट / इंजिनियरच्या सल्ल्याने केले तर आपला पैसा व वेळ वाचतो व महत्त्वाचे म्हणजे आपल्या मनाप्रमाणे बांधकाम होऊन संपूर्ण समाधान मिळते. आर्किटेक्ट / इंजिनियरच्या मदतीशिवाय अथवा सल्ल्याशिवाय प्रत्येक ऑफिसमध्ये जाणे, पाठपुरावा करणे, कागदपत्रांची पूर्तता करणे वगैरे गोष्टी अतिशय कठिण होऊन जातात.

आर्किटेक्टस्, इंजिनिअर्स ॲण्ड सर्व्हेअर्स असोसिएशन, अहमदनगर
www.aesanagar.com
AESA

फर्म – Orbit Consultants
इंजि. संतोष द. खांडेकर
(DCE, B.E.Civil, DBM, AIV)
मो. ९८५०१८७९८९
संचालक – आर्किटेक्टस् इंजिनियर्स ॲण्ड सर्व्हेयर्स असोसिएशन (AES), अहमदनगर
ऑफिस – आशीर्वाद अपार्टमेंट, माधवनगर, कल्याण रोड, अहमदनगर.

नुकत्याच प्रदर्शित झालेल्या पाणी या चित्रपटातील प्रमुख अभिनेत्यांनी २४ ऑक्टोबरला चित्रपटाच्या प्रमोशनसाठी अहमदनगरमधील कॉनप्लेक्स स्मार्ट थिएटरला भेट दिली. यावेळी चित्रपटाचे प्रमुख अभिनेते अजिनाथ कोठारे हे उपस्थित होते. कॉनप्लेक्स स्मार्ट थिएटरचे व्यवस्थापक जावेद शेख, पियुष पाटील, संदीप गजभिव, रोटरी क्लबचे अध्यक्ष ईश्वर बोरा यांनी कलाकारांचा सत्कार केला.

वसुबारसनिमित्त गो सेवा समितीतर्फे २७ ऑक्टोबर रोजी 'चित्रकला स्पर्धा'

नगर – गो सेवा समिती ही देशी गायीचे धार्मिक महत्व तसेच गायीपासून मिळणारे पंचगव्य आणि त्यावर आधारीत औषधे, अन्य उत्पादने, सेंद्रीय शेती यासाठीचे प्रबोधन करते. लहान मुलांना भारतीय गायीविषयी ओळख व्हावी म्हणून वसुबारसच्या निमीत्ताने बालवाडी ते चौथी, तसेच दिव्यांगांसाठी चित्रकला स्पर्धा आयोजित केली आहे. बालवाडी ते पहिली (चित्र रंगवणे), २ री ते ४ थी आणि ५ वी ते ७ वी तसेच दिव्यांगांसाठी (चित्रकाढुन रंगवणे) अशा चार गटात ही स्पर्धा घेण्यात येईल. विजेत्या प्रत्येक गटातील पहिल्या तीन स्पर्धकांना आकर्षक बक्षिसे देण्यात येतील तसेच सहभाग घेणाऱ्या सर्व विद्यार्थ्यांसाठी एक भेटवस्तु देण्यात येईल. ही स्पर्धा २७ ऑक्टोबर रोजी सकाळी ९ ते १२ या वेळेत ऋगवेद भवन, चितळेरोड, अहिल्यानगर येथे घेण्यात येईल. स्पर्धेनंतर लगेचच बक्षिस वितरण समारंभ होणार आहे. या स्पर्धेत जास्तीत जास्त विद्यार्थांनी सहभाग घ्यावा, असे आवाहन करण्यात येत आहे.

भारतीय संस्कृती ही विश्वातील सर्वश्रेष्ठ संस्कृती आहे. गावो विश्वस्य मातरः । गाय ही संपुर्ण विश्वाची माता आहे. आपल्या संस्कृतीमध्ये परोपकारार्थ समर्पितांना आदराने मातेचे स्थान देऊन गौरवान्वित करण्यात आले आहे. म्हणूनच भारतीय गायीला गोमाता संबोधिले जाते.

दीपवालीच्या आनंद उत्सवाच्या वेळी प्रथम सवस्त गोमातेचे पूजन करून आपली कृतज्ञता व्यक्त करायची असते. म्हणून वसुबारस या दिवशी गायीचे पूजन करणे आपली प्रथा आहे. चला तर मग आनंदाने आणि उत्साहाने वसुबारस हा सामाजिक उत्सव म्हणून साजरा करु. भारतीय गोवंशाचे म्हणजे वशिंड असलेल्या गायीचेच पुजन करावे. गायीला शिजवलेले, भाजलेले आणि शिळे अन्न देऊ नये. गोपुजनाची वेळ ही संध्याकाळी गोरज मुहुर्तावर असते, त्यामुळे शक्यतो संध्याकाळी सहा ते सात या वेळेतच गोपुजन करावे. वसुबारसच्या निमित्ताने आपण केलेले पुजन स्मरणात ठेवून किमान आठवड्यातून एकदा तरी गो दर्शनासाठी गोशाळेत जाऊन गोसेवा जरुर करावी, असे आवाहन गो सेवा समिती, अहिल्यानगरतर्फे करण्यात येत आहे. माहितीसाठी : सौ. प्रियाताई कोठारी : ९४२३७०६५६४, मोहन मारकंडे : ७२१८६४७५८०, संदीप पावसेः ९८९०९४२२२१.

मतदार जागृतीसाठी शहरात मोटार सायकल रॅली

शिक्षिका व सामाजिक संस्थांच्या प्रतिनिधींचा सहभाग

नगर – विधानसभा निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर जिल्हा प्रशासन, जिल्हा निवडणुक विभाग यांच्या निर्देशानूसार नेहरु युवा केंद्र, जिल्हा क्रीडा कार्यालय, मेहेर इंग्लिश स्कूल, श्री नवनाथ युवा मंडळ, स्व.पै. किसनराव डोंगरे बहुउद्देशीय संस्था, धर्मवीर ग्रामीण सार्वजनिक वाचनालय व साई श्रध्दा फाऊंडेशन यांच्या संयुक्त विद्यमाने शहरात मोटार सायकल रॅली काढून मतदार जागृती अभियान राबविण्यात आले.

विधानसभा निवडणूक पार्श्वभूमीवर येथील पटवर्धन चौकातील मेहेर इंग्लिश स्कूलपासून निघालेल्या मतदार जागृती मोटारसायकल रॅलीत सहभागी झालेले विविध संस्थांचे प्रतिनिधी.

पटवर्धन चौक येथील मेहेर इंग्लिश स्कूल येथून मोटार सायकल रॅलीचे प्रारंभ करण्यात आले होते. यामध्ये शालेय शिक्षिकांनी सहभागी होऊन नागरिकांना मतदानाचा हक्क बजावण्याचे आवाहन केले. प्रारंभी शाळेत शिक्षकांनी उपस्थित युवक-युवती व विद्यार्थ्यांना मतदानाचे महत्त्व सांगून, आपल्या कुटुंबातील सदस्यांना मतदानाचा हक्क बजावण्यासंदर्भात शपथ देण्यात आली.

यावेळी शाळेच्या प्राचार्या अनुरिता झगडे, डोंगरे संस्थेचे अध्यक्ष पै. नाना डोंगरे, साई श्रध्दा फाऊंडेशनच्या अध्यक्षा अर्चना परकाळे, युवा मंडळाचे अध्यक्ष संदिप डोंगरे, सत्यश्री चिलका, उषा भालेराव, गिता वल्लाकट्टी, शितल दळवी, मोहिनी नराल, आशा घोरपडे, देविका छजलानी, पुष्पा चक्रनारायण, राजश्री बिडकर, समीना शेख, विनिता पटवेकर, आयमन बागवान, मोनिका बामडाले, भारती खांडेकर, पूजा श्रीपत, सोनाली पवार, सृष्टी जोशी, गायत्री भंडारे, सारिका शिदोरे, रितू सोनवणे, गायत्री भुस्सा आदी उपस्थित होत्या.

या अभियानात मतदार यादीत नांव समाविष्ट करणे व मतदान करण्याबातची मार्गदर्शक पुस्तिकेचे वाटप करण्यात आले. तर नाव मतदार यादीत नोंदवणे, नाव दुरुस्ती आदी संदर्भात विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करण्यात आले.

पै. नाना डोंगरे म्हणाले की, सदृढ लोकशाहीसाठी व चांगले उमेदवार निवडून येण्यासाठी प्रत्येकाने मतदानाचा हक्क बजाविणे आवश्यक आहे. चांगले उमेदवार निवडून आल्यास विकास कामे होऊन विकास साधला जाणार आहे. मतदानाची कमी असलेल्या टक्केवारीतून योग्य व जनमतामधून उमेदवार निवडला जात नाही. यासाठी प्रत्येकाने कर्तव्य म्हणून मतदानाचा हक्क बजाविण्याचे त्यांनी सांगितले.

प्राचार्या अनुरिता झगडे म्हणाल्या की, कुटुंबाच्या महत्त्वाच्या जबाबदाऱ्या पार पाडणाऱ्या महिलांनी सर्व कुटुंबातील व्यक्तींना मतदान करण्यासाठी प्रोत्साहित केल्यास मतदानाची टक्केवारी निश्चित वाढणार आहे. प्रत्येकाने मतदानाचे महत्त्व समजून योग्य लोकप्रतिनिधी निवडून देणे, ही लोकशाहीची प्रक्रिया आहे. या लोकशाहीत आपला सहभाग मतदानाच्या रुपाने प्रत्येक व्यक्तीने घेण्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

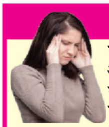
या उपक्रमासाठी नेहरु युवा केंद्राचे जिल्हा युवा अधिकारी संकल्प शुक्ला, उपजिल्हाधिकारी तथा उप जिल्हा निवडणुक अधिकारी राहुल पाटील, प्र. जिल्हा क्रीडा अधिकारी दिलीप दिघे, जिल्हा ग्रंथालय अधिकारी अशोक गाडेकर, लेखापाल सिध्दार्थ चव्हाण, रमेश गाडगे यांचे मार्गदर्शन लाभले.

सावेडीमध्ये २७ ऑक्टोबर रोजी दिवाळीनिमित्त गरजूंना कपडे वाटप

नगर – सावेडी उपनगरात लायन्स क्लब ऑफ अहमदनगर मिडटाउन व स्नेह ७५ ग्रुप, सवंगडी बॅच ८२, तसेच एमआयडीसी उद्योजक ग्रुप तर्फे दिवाळीनिमित्त २७ ऑक्टोंबर रोजी प्रोफेसर कॉलनी येथील जॉगिंग ट्रॅकमध्ये समाजातील सर्व गरजवंताना कपडे वाटपाचा कार्यक्रम होणार आहे.

माणुसकीची भिंत या उपक्रमांतर्गत हा कार्यक्रम होत असून एमआयडीसी येथील उद्योगपती चिन्मय सुखटणकर यांच्या हस्ते कपडे वाटप होणार आहे. या कार्यक्रमास लायन्स क्लब मिडटाऊनचे अध्यक्ष प्रसाद मांढरे, माधवी मांढरे, संदीप चव्हाण, संदीप सांगळे, नरेंद्र मुळे तसेच स्नेह ७५, एमआयडीसी उद्योजक ग्रुप, सवंगडी ८२ चे सर्व सदस्य उपस्थित राहणार आहेत. कार्यक्रमास ज्यांना काही कपडे द्यायचे असतील त्यांनी डॉ. दत्ता पोंदे यांच्याशी ७३८७ ९००७०० संपर्क साधावा असे आवाहन ईश्वर सुराणा यांनी केले आहे.

आपण आजारी नसतानाही



हात-पाय गळून जाणे.
अंग दुखणे, पाठ दुखणे.
कंबर दुखणे, थकवा येणे.
कामाचा उत्साह नसणे.
अशक्तपणा वाटणे.

सर्व आजारांसाठी ॲडमिट सुविधा उपलब्ध.
सर्व नामांकित कंपन्यांचे कॅशलेस सुविधा उपलब्ध.

डॉ.सौ. उर्मिला गिते
या सर्व तक्रारींवर खात्रीशीर सामाजिक जाणिवेतून मोफत सल्ला व शिबिर

अक्षय मुलांचे हॉस्पिटल व प्रसुतिगृह
बालिकाश्रम रोड, अ.नगर.
मो. 9422740888

वंचित बहुजन आघाडीच्या जिल्हा उपाध्यक्षपदी विनोद गायकवाड

नगर – वंचित बहुजन आघाडीची अहमदनगर दक्षिण जिल्हा कार्यकारिणी जाहीर करण्यात आली असून यामध्ये विनोद गायकवाड यांची अहमदनगर दक्षिण जिल्हा उपाध्यक्षपदी निवड करण्यात आली आहे.

विनोद गायकवाड हे पूर्वी भारिप बहुजन महासंघाचे पदाधिकारी होते. व आता त्यांना बाळासाहेब आंबेडकर यांच्या आदेशाने व प्रदेश अध्यक्ष रेश्माताई ठाकूर, राज्य महासचिव प्रा.किसन चव्हाण, राज्य प्रवक्ते ॲड. अरुण जाधव यांच्या मार्गदर्शनाखाली नियुक्तीपत्र देण्यात आले.

विनोद गायकवाड यांनी अनेक आंदोलने, मोर्चे करून अनेक वंचित घटकांना न्याय मिळवून देण्याचे व अन्यायाविरुद्ध आवाज उठवण्याचे काम केले आहे. याच कामाची दखल घेत त्यांना जिल्हा उपाध्यक्ष पदाची निवड करून जिल्ह्यात संघटन मजबूत करण्याची जबाबदारी दिल्याची माहिती त्यांनी दिली.

विनोद गायकवाड म्हणाले की, कार्यकर्ता पासून पदाधिकारीपर्यंत सामाजिक कार्यात सुरुवात केली होती त्यानंतर आता पदोन्नती होऊन वंचित बहुजन आघाडीचे जिल्हा उपाध्यक्षपदी नियुक्ती करण्यात आली आहे. त्याच माध्यमातून पक्षश्रेष्ठींनी माझ्यावर पक्ष संघटनेची मोठी जबाबदारी दिली असून ती मी प्रामाणिकपणे पार पाडेल पक्ष संघटना मजबूत करून पक्षाची ध्येय धोरणे जनतेपर्यंत घेऊन जाण्याचे काम केले जाईल तसेच समाजातील प्रत्येक घटकाला सोबत घेऊन काम करणार व लवकरच नागरिकांना भेटण्यासाठी शहरात वंचित बहुजन आघाडीचे कार्यालय स्थापन करून येणाऱ्या काळात युवकांना नोकरीसाठी नोकरी मेळाव्याचे आयोजन करणार असल्याची भावना व्यक्त केली.

मालक, मुद्रक, प्रकाशक, संपादक सुभाष चंदनमल गुंदेचा यांनी नवा मराठा मुद्रणालय, आचार्य गुंदेचा चौक, अहिल्यानगर येथे हे पत्र छापून येथेच प्रसिद्ध केले.

बाई इचरजबाई प्रशालेत रांगोळी स्पर्धा उत्साहात

नगर – अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटीतील बाई इचरजबाई फिरोदिया प्रशालेतील पूर्व प्राथमिक वर्गाच्या पालकांसाठी दिवाळीनिमित्त २५ ऑक्टोबर रोजी रांगोळी स्पर्धा घेण्यात आली. अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटीच्या प्रमुख कार्यवाह छायाताई फिरोदिया यांच्या मार्गदर्शनाने प्रशालेमध्ये रांगोळी स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आले. बाई इचरजबाई फिरोदिया प्रशालेच्या मुख्याध्यापिका सौ. ज्योती सिसोदिया यांच्या पुढाकाराने रांगोळी स्पर्धा घेण्यात आली.

अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटीच्या पूर्व प्राथमिक वर्गामध्ये अभ्यासाबरोबर देखील विद्यार्थ्यांच्या इतर स्पर्धा घेतल्या जातात. त्याबरोबरच पालकांसाठी देखील स्पर्धा घेतल्या जातात. रांगोळी स्पर्धेसाठी पालकांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद होता. कोणत्याही साहित्याचा वापर न करता पालकांनी शाळेच्या प्रांगणात छान रांगोळ्या काढल्या.

यावेळी कार्यक्रमाच्या अध्यक्ष सौ. सिसोदिया मॅडम होत्या. त्यांनी कार्यक्रमा वेळी प्रास्ताविक केले. पालक रांगोळी स्पर्धेत सहभागी झाले व छान रांगोळ्या रेखाटल्या. पालकांचा असाच प्रतिसाद राहिला तर आपण वेगवेगळ्या स्पर्धा शाळेमध्ये घेऊ असे त्या म्हणाल्या. व पालकांचे खूप कौतुक केले.

बाई इचरजबाई फिरोदिया प्रशालेत पूर्व प्राथमिक वर्गाच्या पालकांसाठी आयोजिलेल्या रांगोळी स्पर्धेचे बक्षीस वितरण करताना मुख्याध्यापिका सौ. ज्योती सिसोदिया. समवेत विजेते स्पर्धक व परिक्षक.

कार्यक्रमाला परीक्षक म्हणून लाभलेल्या प्रशालेच्या शिक्षिका सौ. वैशाली देवतरसे व कु. सायली म्हस्के यांचा सत्कार करण्यात आला.

रांगोळी स्पर्धेमध्ये पाच बक्षिसे व एक उत्तेजनार्थ बक्षीस देण्यात आले. पहिला क्रमांक सौ. पालवे, दुसरा क्रमांक सौ. पतंगे, तिसरा क्रमांक सौ. क्षीरसागर, चौथा क्रमांक सौ. जंगम, पाचवा क्रमांक सौ. गायकवाड, उत्तेजनार्थ सौ. म्हस्के यांनी मिळवला. अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटी संस्थेतर्फे विजेत्या स्पर्धकांना बक्षीस देण्यात आले.

पालकांनी देखील त्यांचे मनोगत व्यक्त केले. स्पर्धेत भाग घेऊन खूप आनंद झाला आम्हाला कलागुण दाखवण्याची संधी या स्पर्धेतून मिळाली असे सांगितले.

रांगोळी स्पर्धा व्यवस्थित पार पाडण्यासाठी पूर्व प्राथमिक वर्गाच्या इन्चार्ज सौ. वनिता चौधरी व सौ. वर्षा चिखले तसेच पूर्व प्राथमिक वर्गाचे सर्व शिक्षकवृंद यांनी परिश्रम घेतले.

कार्यक्रमाच्या वेळी सूत्रसंचालन सौ. अर्चना तुंगार यांनी केले व आभार सौ. वर्षा व्यापारी यांनी मांडले. रांगोळी स्पर्धा यशस्वीरित्या पार पडली.

पाथर्डी तालुक्यात दुलेचांदगाव येथील श्री सच्चिदानंद बंडोबा महाराज माध्यमिक विद्यालयाच्या विद्यार्थ्यांनी मानवी साखळीद्वारे मतदानाचा संदेश देत सर्वांचे लक्ष वेधले.

शालेय विद्यार्थ्यांनी मानवी साखळीतून दिला मतदानाचा संदेश

नगर - पाथर्डी तालुक्यात दुलेचांदगाव येथील श्री सच्चिदानंद बंडोबा महाराज माध्यमिक विद्यालयाच्या विद्यार्थ्यांनी सुंदर मानवी साखळीद्वारे मतदानाचा संदेश देत सर्वांचे लक्ष वेधले. यावेळी तहसीलदार उद्धव नाईक यांनी लोकशाहीच्या उत्सवात सहभागी होण्याचे आवाहन केले.

शालेय विद्यार्थ्यांनी 'से यस टू वोट' अशी इंग्रजीतून अक्षरे मानवी साखळीद्वारे काढली. सुमारे ३०० विद्यार्थी या उपक्रमात सहभागी झाले. शाळेत मतदार जागृतीसाठी रांगोळी, निबंध, चित्रकला अशा विविध स्पर्धांचे आयोजन करण्यात आले. शाळेच्या मानवी साखळी उपक्रमांचे ग्रामस्थांनीदेखील कौतुक केले.

यावेळी बोलतांना श्री.नाईक म्हणाले, भारत हे लोकशाही प्रधान राष्ट्र आहे. लोकशाही बळकट करण्यासाठी मतदान महत्वाचे आहे. मतदान हे राष्ट्रीय कर्तव्य असून आगामी विधानसभा निवडणुकीत नागरिकांनी आपले राष्ट्रीय कर्तव्य बजावीत लोकशाहीच्या महोत्सवात सक्रिय सहभाग नोंदवावा, असे आवाहन त्यांनी केले.

समन्वयक अधिकारी रामनाथ कराड म्हणाले, योग्य लोकप्रतिनिधी निवडण्यासाठी मतदानाचा हक्क व कर्तव्य बजावणे हे प्रत्येक नागरिकाचे आद्य कर्तव्य आहे . त्यामुळे येणाऱ्या विधानसभा निवडणुकीत प्रत्येक नागरिकाने मतदानाचा हक्क बजावला पाहिजे. विद्यार्थ्यांनी आपल्या आई-वडिलांना मतदान करण्यासाठी आवाहन करावे, असे त्यांनी सांगितले.

बिपिन खंडागळे यांनी मतदान जनजागृतीचे गीत सादर केले. यावेळी मतदान करण्याबाबत सामुहीक शपथ घेण्यात आली. यावेळी सर्व विद्यार्थ्यांनी मतदान जनजागृती अभियान राबवण्याबाबतची संकल्प पत्रे सादर केली केली. कार्यक्रमाला शेवगाव मतदार संघाच्या स्वीप प्रमुख तथा मुख्याधिकारी विजया घाडगे, मुख्याध्यापक मदन चन्ने आदी उपस्थित होते.

वंचित मुलांचे पालक-मित्र बनून त्यांना दिवाळीचा आनंद मिळाल्यामुळे विद्यार्थ्यांमध्येही सामाजिक जाणिव निर्माण होते

दिलीप गुंदेचा यांचे प्रतिपादन; सविता रमेश फिरोदिया प्रशालेतील विद्यार्थ्यांच्यावतीने सामाजिक संस्थांना दिवाळी भेट

शिशु संगोपन संस्थेच्या सविता रमेश फिरोदिया प्रशालेतील विद्यार्थ्यांच्यावतीने दिवाळी भेट उपक्रमांतर्गत स्वयंसेवी संस्थांना साहित्य व फराळ वाटप करण्यात आले. याप्रसंगी संस्थेचे अध्यक्ष दिलीप गुंदेचा, उपाध्यक्ष दशरथ खोसे, सचिव र.धों. कासवा, विश्वस्त राजेंद्र चोपडा, मनसुखलाल पिपाडा, बन्सी नन्नवरे, सिमा गुंदेचा, मुख्याध्यापिका योगिता गांधी, माध्य.मुख्याध्यापक दत्तात्रय कजबे, विनोद कटारिया आदि.

नगर - दिवाळी हा सर्वात मोठा सण हा सण प्रत्येकजण आपआपल्या पद्धतीने मोठ्या आनंदाने साजरा करत असतो. त्यातच मुलांच्या आनंदाला तर तोटाच नसतो. शाळेला सुट्टी, दिवाळी फराळ, फटाके, नवीन कपडे असा सर्वत्र आनंदीआनंद असतो. परंतु आज समाजातील अशी अनेक मुलं आहेत, ती या गोष्टींपासून वंचित असतात, अशा मुला-मुलींसाठी आपण त्यांचे पालक - मित्र बनून त्यांनाही या दिवाळीच्या सणाचा आनंद मिळवून दिला पाहिजे. यासाठीच शिशु संगोपन संस्थेच्यावतीने अशा मुलांसाठी कार्य करणाऱ्या सामाजिक संस्थांना दिवाळी भेट देण्यात आली आहे. या उपक्रमामुळे विद्यार्थ्यांमध्येही सामाजिक जाणिव निर्माण होण्यास मदत होणार आहे. या उपक्रमातून या मुलांची दिवाळी गोड करण्याचा छोटासा प्रयत्न केला असल्याचे प्रतिपादन शिशु संगोपन संस्थेचे अध्यक्ष दिलीप गुंदेचा यांनी केले.

शिशु संगोपन संस्थेच्या सविता रमेश फिरोदिया प्रशालेतील विद्यार्थ्यांच्यावतीने दिवाळी भेट उपक्रमांतर्गत स्वयंसेवी संस्थांना साहित्य व फराळ वाटप करण्यात आले. याप्रसंगी संस्थेचे अध्यक्ष दिलीप गुंदेचा, उपाध्यक्ष दशरथ खोसे, सचिव र.धों. कासवा, विश्वस्त राजेंद्र चोपडा, मनसुखलाल पिपाडा, बन्सी नन्नवरे, सिमा गुंदेचा, मुख्याध्यापिका योगिता गांधी, माध्यमिकचे मुख्याध्यापक दत्तात्रय कजबे, विनोद कटारिया आदि उपस्थित होते.

याप्रसंगी उपाध्यक्ष दशरथ खोसे म्हणाले, संस्थेने नेहमीच विद्यार्थ्यांना शिक्षणाबरोबर, राष्ट्रीय एकात्मता, सामाजिक दायित्व, देशाभिमानाबाबत विविध उपक्रमातून आपले कर्तव्य दाखवून दिले आहे. आपल्यासारख्याच मित्रांची दिवाळीही कशी आनंदी करता येईल, त्यांनाही दिवाळीचा आनंद घेता यावा, यासाठी हा उपक्रम राबविला आहे. संस्थेने नेहमीच सामाजिक कार्यात आपले योगदान दिले असल्याचे सांगितले.

यावेळी राजेंद्र चोपडा म्हणाले, मुलांसाठी काम करत असलेल्या सामाजिक संस्था अतिशय चांगले काम करत आहे. त्यांसाठी आम्ही मदत करण्यास तयार आहोत. शिशु संगोपन संस्था नेहमीच अशा संस्थांना मदत करत असते, असे सांगितले. यावेळी राजेंद्र चोपडा यांच्यावतीने केडगाव येथील सावली संस्था, अरणगांव येथील मानवसेवा प्रकल्प व मोहजखुर्द येथील मानवसेवा प्रकल्पास प्रत्येकी २१०० रु.ची आर्थिक मदत देण्यात आली.

या उपक्रमास संस्थेचे अध्यक्ष दिलीप गुंदेचा व सिमा गुंदेचा यांच्यावतीने या तीन्ही संस्थेस फराळ वाटप करण्यात आले. यावेळी अरणगांव येथील मानवसेवा प्रकल्पाचे मंगेश थोरात, दिलीप गुंजाळ, केडगांव येथील सावली संस्थेचे नितेश बनसोडे, अजिंक्य आंधळे व मोहजखुर्द येथील मानवसेवा प्रकल्पाचे शुभम सुनिल मतकर आदिंकडे ही दिवाळी भेट सुपूर्द करण्यात आली. यावेळी स्वयंसेवी संस्थांच्यावतीने नितेश बनसोडे, अजिंक्य आंधळे, मंगेश थोरात यांनी आपले मनोगत व्यक्त केले.

प्रास्तविकात मुख्याध्यापिक योगिता गांधी यांनी या उपक्रमाची माहिती दिली. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन जयश्री कोदे यांनी केले तर आभार निर्मला जगताप यांनी मानले.

कार्यक्रमास संस्थेचे पदाधिकारी, स्वयंसेवी संस्थांचे प्रतिनिधी, पूर्व प्राथमिक,सविता रमेश प्रशालेचे चे सर्व शिक्षकवृंद, कर्मचारी उपस्थित होते.

माऊंट सिनाय कॉन्व्हेंट स्कूलच्यावतीने दिवाळी मिठाईचे वाटप

सारोळा बद्दी येथील माऊंट सिनाय कॉन्व्हेंट स्कूलच्या विद्यार्थ्यांनी सामाजिक जाणिवेतून अहिल्यानगर येथील बाजीराव सोनावणे वस्तीगृह व सेंट सव्हिअर्स वस्तीगृहातील विद्यार्थ्यांना दिवाळी निमित्ताने मिठाईचे वाटप करून दिवाळीचा आनंद साजरा केला. विद्यार्थी प्रतिनिधी म्हणून आराध्या बानीया या विद्यार्थिनीच्या व उपस्थित पाहुण्यांच्या हस्ते मिठाईचे वाटप करण्यात आले. यावेळी मुख्याध्यापिका जयश्री खरात, सेंट सेव्हिअर्स विद्यालय व कनिष्ठ महाविद्यालयाच्या प्राचार्या ज्योत्स्ना शिंदे, रेणुका बानीया, सविता पाटोळे, अधिक्षक गणेश क्षत्रिय व विकास आरोळे, संस्थापक डॉ. शाम खरात.

मताचे मूल्य जाणून आपला 'मतदानाचा हक्क' बजवावा

जिल्हा परिषदेचे उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी राहुल शेळके यांचे आवाहन

नगर - जिल्हा परिषदेतील सर्व अधिकारी-कर्मचाऱ्यांनी मताचे मूल्य जाणून आपला मतदानाचा हक्क बजावण्याचे आवाहन जिल्हा परिषदेचे उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी राहुल शेळके यांनी केले.

जिल्हा परिषदेमध्ये 'वोटर अवेरनेस फोरम' पथकामार्फत कर्मचाऱ्यांना नैतिक मतदानाची शपथ देण्यात आली. यावेळी श्री. शेळके बोलत होते. कार्यक्रमाला शिक्षणाधिकारी (प्राथमिक) तथा स्वीप समन्वयक भास्कर पाटील यांच्यासह जिल्हा परिषदेतील अधिकारी, कर्मचारी उपस्थित होते.

श्री. शेळके म्हणाले, मतदान जनजागृती उपक्रमात उत्स्फूर्तपणे सहभाग घ्यावा. निवडणूक कर्तव्यावर असलेल्या कर्मचाऱ्यांनी पोस्टल मतदानाद्वारे तर इतर कर्मचाऱ्यांनी प्रत्यक्ष मतदान केंद्रावर जाऊन आपला मतदानाचा हक्क बजावण्याचे आवाहनही त्यांनी यावेळी केले.

शिक्षणाधिकारी पाटील यांनी मतदार जागृती मंच संकल्पना व त्याद्वारे आयोजित केलेल्या उपक्रमांची सविस्तर माहिती दिली.

जिल्हा परिषद आवारात मतदार जनजागृतीच्या अनेक संकल्पना असलेल्या 'मतदारनगरी' कक्षाची पाहणीही उपस्थितांनी यावेळी केली.

'मुख्यमंत्र्यांची लाडकी बहीण' साजरी करणार आनंदात दिवाळी

मुंबई - आजपर्यंत सर्वाधिक महिलांना लाभ देणारी लाडकी बहीण योजना सुरू करून महाराष्ट्राचे मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांना राज्यातील मायभगिनी अडचणीला धावून येणाऱ्या भावाच्या रुपात पाहत आहेत. लाभार्थ्यांना महिला सक्षमीकरणासाठी शासनाच्या अनेक योजना लागू करण्यात आल्या मात्र त्याची प्रत्यक्ष अंमलबजावणी होऊन सामान्य महिलांना त्याचा लाभ मिळत नव्हता मात्र आता महायुती सरकारचे मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी मोठे धाडस करून राज्यातील महिलांसाठी लाडकी बहीण योजना जाहीर केली आहे. या योजनेतील १७ हजार २०० कोटी रुपये महिलांच्या खात्यावर जमा झाले असून एकन ४६ हजार कोटी रुपयांची तरतूद करण्यात आली आहे.

मुख्यमंत्री लाडकी बहीण योजना नुसतीच जाहीर केली नाही तर त्याची अंमलबजावणी करण्यासही सुरुवात केली. सुरुवातीपासून अर्ज दाखल केलेल्या महिलांना पाहिला हप्ता ४५०० रुपये तर दुसरा हप्ता ३ हजार महिलांच्या खात्यात जमा झाला आहे. अनेक लाभार्थी महिलांच्या खात्यावर दुसऱ्या हप्त्याचे ३ हजार जमा झाल्यानंतर महिलांनी आनंद व्यक्त करत मुख्यमंत्र्यांचे आभार मानले आहेत. सरकारकडून प्रत्येक महिलेला ७५०० रुपये जमा झाले आहेत, त्यामुळे येणारा दिवाळी सण आनंदात साजरा करण्यासाठी महिलांच्या हाती नगदी रक्कम प्राप्त झाली आहे

टप्प्या टप्प्याने रक्कम वाढत जाणार

मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजना ही राज्य शासनाची अत्यंत महत्वाकांक्षी व क्रांतिकारी योजना आहे. ही योजना लाडक्या बहिणींसाठी कायमस्वरुपी सुरु राहणार आहे. या योजनेसाठी ४६ हजार कोटी रुपयांची तरतूद करण्यात आली आहे. तसेच सद्यस्थितीत असणारी दरमहा १ हजार ५०० रुपयांची रक्कम वाढवत जाऊन टप्प्याटप्प्याने ही रक्कम ३ हजार रुपयांपर्यंत करण्यात येईल, अशी ग्वाही मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी देत मायभगिनींना कायमचा आर्थिक स्रोत उपलब्ध करून देत दिलासा दिला आहे.

महिलांच्या जीवनात सुखाचे, आनंदाचे दिवस यावे, हीच भाऊ म्हणून मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांची प्रामाणिक इच्छा आहे आणि म्हणूनच त्यांनी मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजनेद्वारे बहिणींना दर महिन्याला दीड हजार रुपये माहेरचा आहेर सन्मानपूर्वक पोहोच केला आहे, आता हा आहेर अव्याहतपणे सुरू ठेवण्याची ग्वाही त्यांनी दिली आहे. मुख्यमंत्री लाडकी बहीण योजनेने सर्व रेकॉर्ड मोडले आहेत. ही योजनेने लोकप्रियतेचे शिखर गाठले आहे. विशेष म्हणजे दिवाळीपूर्वीच महिलांना भाऊबीज देण्यात आली आहे. आज सर्व महिला भगिनीच्या खात्यात ऑक्टोबर व नोव्हेंबरचे पैसे जमा झाले आहेत. आजपर्यंत राज्यातील महिलांच्या खात्यात १७ हजार २०० कोटी रुपये जमा केले आहेत. मला माझ्या बहिणी लखपती झालेल्या पाहायच्या आहेत आणि त्यांना आत्मनिर्भर करतानाच त्यांचा आत्मसन्मानही वाढवायचा आहे, असा निर्धार मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी केला असून, महिला भगिनीसाठी लाडक्या बहिणींबरोबरच त्यांनी मुख्यमंत्री अन्नपूर्णा योजना, मुलींना मोफत उच्च शिक्षण योजना अशा योजनांनाही गती दिली आहे.

आज ज्याच्या त्याच्या तोंडी मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी कार्यान्वित केलेली मुख्यमंत्री लाडकी बहीण योजनेचे मिळणाऱ्या लाभमुळे माय-भगिनीत निर्माण झालेल्या आत्मविश्वासाची चर्चा आहे. कष्टकरी वर्गातील महिलांच्या घरात येणारी एकरकमी मोठी रक्कम ही त्या त्या घरासाठी मोलाच्या कामाला येते आहे, असे लाभ विनासायास पदरी पडत असल्याने ज्याच्या त्याची तोंडातून मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्यासाठी आशीर्वादपर शब्द निघत आहेत.

सामुहीक लग्नाचे अनुदान दिवाळीपूर्वी देण्यात यावे

गवळी समाजाची शासनाकडे मागणी

नगर - सामुहीक विवाह सोहळयामध्ये भाग घेवून विवाह करणाऱ्या विजाभज, इमाव व विमाप्र दांपत्यासाठी शासनाने २ फेब्रुवारी २०१९ रोजीचे आदेशान्वये कन्यादान योजना सुरु केली आहे. या योजनेत सामील वधुचे पालकास रु. वीस हजार अनुदान लग्नाचे दिवशी चेकने देणेत यावे असे शासकीय आदेशात नमुद आहे. विरशैव लिंगायत गवळी समाज संस्थेने संपन्न केलेल्या १६ मे २०२३ चे सामुहीक विवाहाचे ११ जोडप्यांचे कन्यादान अनुदान एक वर्षाचा कालावधी होवूनही अद्याप प्राप्त झाले नाही.

शासकीय योजनेचा लाभ गरजुंना विना विलंब तत्पर मिळत नाही. याचा अनुभव येत आहे. सामुहीक विवाह अनुदानाच्या जाहीरातीवर शासनाने मोठया प्रमाणात खर्च केला आहे. या योजनेच्या अटी सुलभ नसल्याने सामुहीक विवाह आयोजीत करणाऱ्या बऱ्याचशा संस्था, शासनाचे अनुदान मिळण्यासाठी अर्ज करीत नाही. त्यामुळे दरवर्षी या योजनेचा लाभ बोटावर मोजण्याएवढया संस्थेस होत आहे. तसेच लाडक्या बहिणीचे सामुहीक लग्नाचे अनुदान दिवाळीपुर्वी मिळाल्यास दिवाळी गोड होईल, अशी मागणी विरशैव लिंगायत समाज ट्रस्टचे सेक्रेंटरी हिरामन बेद्रे यांनी शासनाकडे केली आहे.

निवडणूक कालावधीत ओपिनियन आणि एक्झिट पोलला प्रतिबंध

मुंबई - भारत निवडणूक आयोगामार्फत महाराष्ट्र विधानसभा सार्वत्रिक निवडणूक २०२४ साठीचा कार्यक्रम जाहीर करण्यात आला आहे. या पार्श्वभूमीवर आयोगाने निवडणूक कालावधीत निवडणूक निकालांचे अंदाज (ओपिनियन पोल तसेच एक्झिट पोल) दर्शविण्यावर प्रतिबंध केला आहे.

भारत निवडणूक आयोगाने विधानसभा सार्वत्रिक निवडणूक २०२४ च्या अनुषंगाने १५ ऑक्टोबर २०२४ पासून आदर्श आचारसंहिता लागू झाली आहे. मुंबई शहर जिल्ह्यातील दहा विधानसभा मतदारसंघात २० नोव्हेंबर रोजी मतदान होणार आहे. या अनुषंगाने निवडणूक निकालांचे अंदाज १३ नोव्हेंबर रोजी सकाळी सात वाजेपासून ते २० नोव्हेंबर रोजी सायंकाळी ६.३० वाजेपर्यंतच्या कालावधीत कोणत्याही प्रकारच्या एक्झिट पोलचे आयोजन करणे, कोणत्याही माध्यमांद्वारे प्रकाशन अथवा प्रसारण करण्यास प्रतिबंध लागू राहणार आहे.

त्याचप्रमाणे मतदान संपण्याच्या आधी ४८ तासाच्या कालावधीत निवडणूक निकालांचे अंदाज (ओपिनियन पोल) अथवा अन्य मतदान सर्वेक्षणाच्या परिणामांच्या प्रकाशन अथवा प्रसारणावर प्रतिबंध असेल, असेही निवडणूक आयोगाने अधिसूचनेद्वारे स्पष्ट केले आहे.

आता वजन कमी करणे किंवा वाढवणे झाले सोपे
तुमच्या घरातून दररोज व्यायाम करा.
यासाठी मोफत मार्गदर्शन.
अंबादास इंगळे
Ex Army Fitness Expert
मो. 8888352220
8888362220

शहरातील कौटुंबिक न्यायालयात दिवाळी फराळचा कार्यक्रमात सहभागी झालेले न्यायाधीश, वकिल.

कौटुंबिक न्यायालयात पार पडला दिवाळी फराळचा कार्यक्रम

न्यायाधीश व वकिलांनी एकत्रितपणे घेतला फराळाचा आस्वाद

नगर - कौटुंबिक न्यायालयात दिवाळी फराळचा कार्यक्रम उत्साहात पार पडला. न्यायाधीश व वकीलांनी एकत्रितपणे फराळाचा आस्वाद घेऊन एकमेकांना दिवाळीच्या शुभेच्छा दिल्या.

दिवाळी फराळच्या कार्यक्रमाप्रसंगी कौटुंबिक न्यायालयाचे न्यायाधीश संगीता ना. भालेराव, औद्योगिक न्यायालयाच्या न्यायाधीश समीना खान, कामगार न्यायालयाचे प्रशासकीय न्यायधीश एस.जी. देशपांडे, द्वितीय न्यायधीश ए.जी. देशमुख, सहकार न्यायालयाचे न्यायाधीश बी.एस. लखोटे, कौटुंबिक न्यायालय वकील संघाचे अध्यक्ष ॲड. लक्ष्मण कचरे, उपाध्यक्ष ॲड. सुरेश लगड, कार्याध्यक्ष ॲड. शिवाजी सांगळे, सचिव ॲड. राजेश कावरे, माजी अध्यक्ष ॲड. शिवाजी (अण्णा) कराळे, ॲड. संदीप काळे, ॲड. मच्छिंद्र आंबेकर, ॲड. कल्याण पागर, ॲड. प्रणाली चव्हाण, ॲड. चंदन बारटक्के, ॲड. राजाभाऊ शिर्के, ॲड. मुकुंद पाटील, करुणा शिंदे, भूषण बऱ्हाटे, ॲड. संजय पाटील, ॲड. संतोष कांडेकर, ॲड. गिरीश कोळपकर, ॲड. ज्ञानेश्वर दाते, ॲड. सुजाता बोडखे, ॲड. जयेश आमले, ॲड. हरिश कल्याणी, ॲड. पिंटू पाटोळे, ॲड. निखील सुपेकर, ॲड. धनंजय म्हस्के आदी उपस्थित होते.

न्यायाधीश संगीता ना. भालेराव म्हणाल्या की, न्यायदानासाठी वकील बांधव पक्षकार व न्यायालय यांच्यातील दुवा म्हणून भूमिका बजावत असतात. पक्षकारांना न्याय मिळवून देण्यासाठी त्यांची देखील भूमिका महत्त्वाची ठरते. एकाच कुटुंबातील घटक म्हणून सर्व न्यायदान प्रक्रियेत योगदान देत असल्याचे त्यांनी सांगितले. तर दिवाळीच्या शुभेच्छा दिल्या. न्यायाधीश व वकीलांचा आनंदमय वातावरणात दिवाळी फराळाचा कार्यक्रम रंगला होता. कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी कौटुंबिक न्यायालयाचे प्रबंधक एस.के. मोहोळकर, विवाह समुपदेशक अलका राठोड, अर्चना झिंजे, शेखर मेहेत्रे, धीरज नारखेडे, सतीश राऊत, सौ. चव्हाण, एल.एस. जाधव, एस.के. जाधव, एस.बी. अळकुटे आदींनी परिश्रम घेतले.

जाहीर नोटीस

या जाहीर नोटीसीने तमाम लोकांस कळविणेत येते की, खालील परिशिष्ठात नमुद केलेली मिळकत विद्यमान मालक **रामी डेव्हलपर्स या भागीदारी फर्मचे भागीदार १) दिपक आत्माराम बठेजा, रा. गुलमोहर रोड, सावेडी, अहमदनगर व २) अजय चंदर जग्यासी, रा. ब्लॉक नं. ८७७, रुम नं. १८, सेक्शन १९, थरीयासिंग दरबार, उल्हासनगर, २, जि. ठाणे** यांच्या मालकीची असुन सदर मिळकतीचा व्यवहार आमच्या अशिलाबरोबर ठरलेला असुन लवकरच खरेदीखत होणार आहे. सदर मिळकत निर्वेध व निजोखमी आहे असे खरेदी देणाराचे म्हणणे आहे. परंतु कोणाचीही कोणतीही तक्रार राहु नये म्हणून या जाहीर नोटीसीने कळविण्यांत येते की, **कोणाचेही कोणत्याही प्रकारे मालकी हक्क, हितसंबंध, ताबा, साठेखत, खरेदीखत, करारनामा, मनाई, दावा, लिज, गहाण, दान, बक्षिस, पोटगी हक्क व इतर कोणतेही हक्क हितसंबंध असल्यांस** त्यांनी ही नोटीस प्रसिध्द झाले पासुन ७ (सात) दिवसांचे आत खालील दिलेल्या पत्यावर संपुर्ण कागदोपत्री पुराव्यानिशी लेखी कळवावे, जर मुदतीत कोणाचेही कोणतेही हरकत न आल्यास आमचे अशिल सदर मिळकती खरेदी विक्रीचा व्यवहार पूर्ण करतील मग कोणाचेही कोणत्याही प्रकारे अगर हरकत चालणार नाही, असल्यास त्यांनी जाणीवपुर्वक सोडुन दिले आहे असे समजण्यांत येईल याची नोंद घेण्यांत यावी.

परिशिष्ट

मिळकतीचे वर्णन :- जिल्हा अहमदनगर पोट तुकडी व तालुका नगर पैकी अहमदनगर महानगरपालिका हद्दीतील **मौजे सावेडी** येथील प्लॉट व त्यावरील बांधकाम केलेल्या मिळकतीचे वर्णन खालील प्रमाणे.

सर्व्हे नंबर	प्लॉट नंबर	क्षेत्रफळ
४०/४	२१	३३०.०० चौ. मी.

यापैकी लिहुन देणार मालकीचे संपुर्ण दक्षिणेकडील बाजुचे प्लॉटचे क्षेत्र १६५.०० चौ.मी. व त्यावरील आर सी सी पध्दतीचे बांधकाम झालेला असून ग्राऊंड फ्लोअरचे बांधकाम क्षेत्र ७२.०० चौ.मी. व फर्स्ट फ्लोअरचे बांधकाम क्षेत्र ५८.५० चौ. मी., व स्टेअरकेस टॉवर चे बांधकाम ६.०० चौ.मी. असे एकुण बांधकाम क्षेत्र १३६.५० चौ.मी. अशी संपूर्ण बांधकामासह मिळकतीबाबत.

यांसी चतु:सीमा -

पूर्वेस : प्लॉट नं. २२
दक्षिणेस : सर्व्हे नं. ४०/६ मधील ६.०० मीटर रस्ता,
सर्व्हे नं. ४०/६ मधील प्लॉट नं. २३ व
सर्व्हे नं. ४०/६ मधील प्लॉट नं. २२ चा भाग
पश्चिमेस : प्लॉट नं. १७
उत्तरेस : प्लॉट नं. २१ पैकी उर्वरीत क्षेत्र

दि.२६/१०/२०२४.
अहमदनगर.

ॲड. सिध्देश प्रमोद मेहेर
४, गोवर्धन अपार्टमेंट, माळीवाडा, अहमदनगर
मो.नं. ९३७३३६३५३६

काय सांगतं लेबल?

लाईफस्टाईल

प्रत्येक अन्नपदार्थाच्या पाकिटावर त्यातल्या पोषक घटकांची, कॅलरींची माहिती लिहिलेली असते. खाद्यपदार्थ घेताना या माहितीपत्रावर नजर टाकणं गरजेचं असतं. पण जागरूकतेच्या अभावी आपण याकडे डोळेझाक करतो. मात्र याचे दुष्परिणाम होऊ शकतात. खाद्यपदार्थांच्या पाकिटावर लिहिलेली पोषणमूल्यविषयक माहिती आवर्जून वाचावी.

पाकिटातल्या खाद्यपदार्थांचं प्रमाण लेबलवर लिहिलेलं असतं. यामुळे शरीरात नेमक्या किती कॅलरी जाणार हे आपल्या लक्षात येतं. प्रति १०० ग्रॅम खाद्यपदार्थांमधल्या कॅलरींचं प्रमाण नमूद केलेलं असतं. त्यावरून आपण कॅलरींचा अंदाज घेऊ शकतो. पदार्थांमधल्या फॅट्समधून मिळणाऱ्या कॅलरींकडे दुर्लक्ष करून चालत नाही. यातले पोषक घटक दोन रंगांमध्ये दर्शवले जातात. पिवळ्या रंगात दर्शवलेले पोषक घटक मर्यादित प्रमाणात खायचे असतात तर निळ्या रंगात दर्शवलेले घटक अधिक प्रमाणात खाणं गरजेचं असतं. सोडियम, कोलेस्टेरॉल, फॅट्स पिवळ्या रंगाने दर्शवले जातात. विविध जीवनसत्त्वं, खनिजं निळ्या रंगात दर्शवलेली असतात.

ॲटोपिक डर्मेटिटिसविषयी...

एक्झेमा म्हणजे इसब. शास्त्रीय भाषेत याला ॲटॉपिक डर्मेटिटिस असं म्हणतात. या त्वचारोगात त्वचा लालसर दिसते. त्वचेला खाज सुटते, अंगावर पुरळ उठतं. भारतात ही सर्वसाधारणपणे आढळणारी समस्या आहे. प्रौढांपेक्षाही लहान मुलांमध्ये ही समस्या जास्त प्रमाणात आढळते. एक वर्षांची होईपर्यंत देशातल्या २० टक्के मुलांमध्ये ॲटॉपिक डर्मेटिटिसची लक्षणं दिसून येतात तर ६० टक्के मुलांना एक्झिमा होतो. इतर कोणत्याही ऋतूपेक्षा थंडीत ही समस्या जास्त प्रमाणात भेडसावते. या विकाराविषयी जाणून घेऊ या.

ॲटॉपिक डर्मिटिटिस जनुकीय तसंच पर्यावरणीय कारणांमुळे उद्भवतो. हा विकार जडलेल्या मुलांमध्ये अनेकदा खाज जास्त वाढते तसंच पुरळाचं प्रमाणही वाढल्याचं दिसून येतं. थंडी, उष्णता, घाम यामुळे खाज वाढू शकते. यासोबतच जास्त वेळ आंघोळ करणं, मॉईश्चरायझिंग क्रीम न वापरणं, रसायनयुक्त साबण वापरणं, वातावरणात कमी झालेली आर्द्रता, ताण, सिंथेटिक किंवा लोकरी कपड्यांचा वापर, काही प्रकारचे सुगंध, प्रदूषित कण अशा अनेक कारणांमुळे ही समस्या उद्भवते. यासोबतच दूध, दुग्धजन्य पदार्थ, अंडी, दाणे, सोया गहू, मासे आदींच्या सेवनामुळेही अंगावर पुरळ उठू शकतं. काही मोजक्या रुग्णांमध्ये ही समस्या आढळते. अशा काही पदार्थांमुळे मुलांच्या अंगावर पुरळ उठत असल्याचं लक्षात आलं तरी कोणत्याही चाचण्या केल्याशिवाय हे पदार्थ बंद करू नयेत. डॉक्टरांचा सल्ला घेऊनच आहाराबाबत निर्णय घ्यावा. काही खाद्यपदार्थ देणं बंद केल्याने मुलांमध्ये पोषक घटकांचा अभाव निर्माण होऊ शकतो.

ॲटॉपिक डर्मेटिटिसवर अनेक उपचार उपलब्ध आहेत. हा अगदी सहज नियंत्रणात येणारा विकार असल्याने पालकांनी घाबरून जायचं काहीच कारण नाही. यात सुरूवातीला अगदी सरळ साधे उपाय सुचवले जातात. त्यात कोमट पाण्याने आंघोळ करणं, नैसर्गिक घटकयुक्त साबणांचा वापर, मॉईश्चराझर लावणं, कमी वेळ आंघोळ करणं असे उपाय सुचवले जातात. अंगावर उठलेल्या पुरळासाठी टॉपिकल स्टेरॉइड्सचा पर्यायही आहे. कोणतेही दुष्परिणाम टाळण्यासाठी योग्य स्टेरॉइड्सचा वापर करणं गरजेचं असतं.

लहानग्यांची त्वचा खूप नाजूक असते. त्यामुळे मुलांच्या त्वचेची नीट काळजी घेणं गरजेचं आहे. इसब होऊ नये यासाठी काही प्रतिबंधात्मक उपायही करता येतील. बाजारात लहान मुलांच्या त्वचेची काळजी घेणारी बरीच उत्पादनं उपलब्ध आहेत. त्यापैकी कोणती उत्पादनं निवडावीत याबाबत पालकांच्या मनात गोंधळ असतो. यासाठी पालकांनी सौम्य स्वरूपाच्या उत्पादनांचा वापर करावा. मुलांसाठी वापरल्या जाणाऱ्या उत्पादनांमध्ये घातक घटक नाहीत, याची खात्री करून घ्यावी. सुगंधी द्रव्यं असलेली उत्पादनं शक्यतो वापरू नयेत. मुलांसाठी शक्यतो एकाच कंपनीचं उत्पादन वापरावं. वेगवेगळ्या कंपन्यांची उत्पादनं वापरल्याने त्रास होऊ शकतो.

स्वयंनिदान केल्याने...

आपण कुठे चुकतो

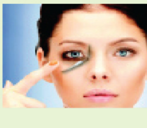
सध्याच्या इंटरनेटच्या युगात सगळी माहिती एका क्लिकवर उपलब्ध असल्याने आपण प्रत्येक क्षेत्रातलं ज्ञान अगदी झटपट मिळवू शकतो. विविध व्याधी-विकारांबाबतही असंच म्हणता येईल. कोणत्याही व्याधीची लक्षणं दिसली की त्यावरच्या उपचारांसाठी अनेकजण इंटरनेटचा आधार घेतात. त्यावरच्या माहितीच्या आधारे औषधं घेतली जातात. मात्र अशा प्रकारचं स्वयंनिदान आणि उपचार आरोग्यासाठी घातक ठरू शकतात. इंटरनेटवरच्या माहितीवर अवलंबून राहून औषधं घेणं कसं घातक ठरू शकतं हे आपण जाणून घेऊ या.

अनेक विकारांमध्ये विशिष्ट लक्षण आढळून येतं. रोगनिदान ही गुंतागुंतीची प्रक्रिया असते. त्यात विविध टप्पे असतात. शारीरिक तपासणी, रक्ततपासणी, मूत्रतपासणी, सीटी स्कॅन, एमआरआय अशा चाचण्या करून रोगनिदान केलं जातं. आपण स्वत:च डॉक्टर बनून रोगनिदान केलं तर ते हमखास चुकण्याची शक्यता असते.

काही विकारांची लक्षणं मानसिक व्याधींशी साधर्म्य साधणारी असतात. अशा वेळी आपल्याला मानसिक विकारांनी ग्रासलं आहे की काय, असा तुमचा समज होऊ शकतो. गंभीर आजारांची सुरूवातीची लक्षणं अगदी सर्वसाधारण असतात. त्यामुळे साध्या डोकेदुखीचाही आपण बाऊ करू लागतो. ॲस्पिरिनचं अतिप्रमाण घातक ठरतं. यामुळे पोटात रक्तस्राव होण्याची शक्यता असते. घरातलं कोणतंही औषध घेणं चुकीचं ठरतं.

काळी वर्तुळे घालवण्यासाठी...

आयुर्वेद आणि विकार



[illegible]

रक्तदाबमापन यंत्राची अचुकता

व्याधी विचार

उच्च रक्तदाबाचं प्रमाण सध्या बरंच वाढतं आहे. कार्डिओलॉजिकल सोसायटी ऑफ इंडियाने केलेल्या सर्वेक्षणानुसार भारतात प्रत्येक पाच प्रौढ व्यक्तींमध्ये एकाला उच्च रक्तदाब असल्याची धक्कादायक बाब समोर आली आहे. त्यामुळे आपण विशेष खबरदारी घेण्याची गरज आहे. उच्च रक्तदाबाचं निदान झालेल्या रुग्णाच्या घरी रक्तदाब मापन यंत्र असतं. हे स्वयंचलित यंत्राद्वारे आपण घरच्या घरी रक्तदाब तपासून घेऊ शकतो. मात्र हे यंत्र योग्य रक्तदाब दाखवतं का, असा प्रश्नही उपस्थित होतो. या यंत्राने मोजलेल्या रक्तदाबावर कितपत विश्वास ठेवायचा, असंही क्षणभर वाटून जातं. याबाबत तज्ज्ञ डॉक्टर वेगवेगळी मतं व्यक्त करतात.

बाजारात उपलब्ध असलेली रक्तदाब मोजण्याची यंत्रं अत्याधुनिक तंत्रज्ञानाने युक्त असतात. त्यामुळे अशी यंत्रं विकत घेण्यात काहीच वावगं नसल्याचं डॉक्टर सांगतात. यात वापरण्यात आलेलं तंत्रज्ञान अचूक रक्तदाब दाखवत असल्याचंही त्यांचं म्हणणं आहे. या यंत्राचा वापर आपण कसा करतो यावर सगळ्या गोष्टी अवलंबून असल्याचं डॉक्टरांचं म्हणणं आहे.

रक्तदाब मोजण्याची नेमकी पद्धत लोकांना माहीत नसते. चुकीच्या पद्धतीने रक्तदाब मोजला तर अचूक आकडे मिळणार नाहीत. रक्तदाब मोजण्यासाठी पट्टा हाताच्या कोणत्या भागावर, किती वेळ बांधला आहे. रक्तदाब मोजण्याआधी तुम्ही पुरेशी विश्रांती घेतली आहे का, या सर्व बाबींची पडताळणी होणं गरजेचं असतं, असं तज्ज्ञ सांगतात.

काही तज्ज्ञ याबाबत वेगळं मत व्यक्त करतात. डिजिटल तंत्रज्ञानावर आधारित रक्तदाब मोजण्याच्या यंत्रावर पूर्णपणे अवलंबून राहणं योग्य नाही, असं काही डॉक्टर्स म्हणतात. ही यंत्रं अचूक मापन देतातच असं नाही. आपल्याला रक्तदाबाची सर्वसाधारण कल्पना येते, असं काहींचं म्हणणं आहे. रक्तदाब खूपच उच्च असेल तर त्यावर तातडीने उपचार करून घेणं गरजेचं आहे. या यंत्रांवर आंधळेपणाने विश्वास ठेऊ नये. काही चांगल्या ब्रँड्सच ७० ते ८० टक्क्यांपर्यंत अचूक मापन देऊ शकतात, असंही सांगितलं जातं. त्यामुळे घरी तपासणी करण्यासोबतच अधून मधून डॉक्टरांकडूनही रक्तदाब तपासून घेणं गरजेचं ठरतं.

हर्नियाचा अंदाज वर्तवणारं ॲप

नव संशोधन

पोटाची शस्त्रक्रिया झाल्यानंतर हार्निया उद्भवेल किंवा नाही याचा अंदाज नोव्हेल ॲप व्यक्त करू शकेल. पोटाच्या शस्त्रक्रियेनंतर हर्निया उद्भवण्याची शक्यता अनेकपटींनी वाढते. संशोधकांनी या ॲपची निर्मिती केली आहे. इलेक्ट्रॉनिक हेल्थ रेकॉर्डसच्या मदतीने ॲप तयार करण्यात आलं आहे. या ॲपमुळे हर्नियाचा धोका लवकर कळेल. यामुळे डॉक्टरांना उपचारांची दिशा ठरवता येईल. पोटाची शस्त्रक्रिया झाल्यानंतर जखमेच्या भागात हर्निया विकसित होण्याची शक्यता वाढते. पोटाची शस्त्रक्रिया झालेल्या आठपैकी एका रुग्णात हर्नियाची समस्या आढळून येते. त्यामुळे हे ॲप खूप उपयुक्त ठरू शकेल, असं तज्ज्ञांचं म्हणणं आहे.

राखा जिभेची स्वच्छता

दंतारोग्य

तोंडाचं आरोग्य राखण्यासाठी दात घासणं आणि चूळ भरणं एवढंच पुरेसं ठरतं का? खरं तर आपण फक्त दातच घासतो. तोंडाच्या स्वच्छतेकडे फारसं लक्ष देत नाही. जिभेभेकडे तर आपलं पूर्णपणे दुर्लक्षच होतं. जीभ स्वच्छ करायची असते हे अनेकांच्या गावीही नसतं. जीभ स्वच्छ केल्याशिवाय तोंडाची स्वच्छता अपूर्णच राहते. दात आणि तोंडाशी संबंधित समस्यांना अपुरी स्वच्छता कारणीभूत ठरते. तोंडाला दुर्गंधी येण्याचं महत्त्वाचं कारण म्हणजे जीभ स्वच्छ नसणं. जीभ स्वच्छ केली नाही तर बॅक्टेरियांचा थर साचतो आणि तोंडाला दुर्गंधी येते. हा उग्र दर्प खरं तर तोंडाचा नसतो तर जीभेवर रहात असलेल्या जंतूंचा असतो. त्यामुळे जीभ नियमित स्वच्छ करा.

डोळ्यात ड्रॉप्स घालताय?

डोळ्यांचे आरोग्य

विविध कारणांनी डोळ्यांमध्ये ड्रॉप्स घातले जातात. हे ड्रॉप्स घालताना काळजी घेणं गरजेचं असतं. बरेचदा आपण एकाच वेळी दोन ते तीन ड्रॉप्स टाकतो. पण डोळ्यांमध्ये फक्त एकच ड्रॉप सामावण्याची क्षमता असते. त्यामुळे डोळ्यात टाकलेले जास्तीचे ड्रॉप्स गालांवरून ओघळून वाया जातात. दर सहा तासांनी चार ड्रॉप्स घालण्याच्या सूचना असल्या तरी सगळे ड्रॉप्स एकाच वेळी घालणं गरजेचं नसतं. एकाच वेळी जास्त ड्रॉप्स घातल्याने तुमचे डोळे खराब होऊ शकतात.

कमी कर्बोदकयुक्त भाज्या खा

आजीबाईचा बटवा

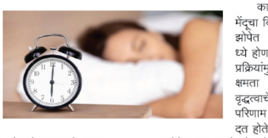
उन्हाळ्यात झटपट वजन कमी करण्यासाठी विशिष्ट प्रकारच्या भाज्यांचं सेवन करता येईल. कमी कर्बोदकयुक्त भाज्यांमुळे वजन कमी व्हायला मदत होते. शतावरी ही अत्यंत कमी कर्बोदकं असलेली वनस्पती आहे. तिचा समावेश आहारात करता येईल. या वनस्पतीमध्ये कॅलरीही कमी असतात. जीवनसत्त्वं आणि खनिजं यांचा शतावरी हा खूप चांगला स्रोत आहे. या दिवसांमध्ये रंगीबेरंगी भोपळी मिरच्या खायला हव्यात.

निद्रानाशाची समस्या

आरोग्य चर्चा

शारीरिक आणि मानसिकदृष्ट्या तंदुरुस्त राहण्यासाठी चांगली झोप घेणे अत्यंत आवश्यक आहे. वेळेवर न झोपल्यास अनेक प्रकारचे आजार आपल्याला घेरतात. दरम्यान, भारताच्या 'टेलीमानस' मानसिक आरोग्य हेल्पलाइनने एक धक्कादायक खुलासा केला आहे. या हेल्पलाइनवर आलेल्या तक्रारींमध्ये निद्रानाशाची समस्या अग्रस्थानी आहे. म्हणजे रात्री झोप न लागण्याच्या समस्येने बहुतांश भारतीय त्रस्त आहेत.

'टेलीमानस' मानसिक आरोग्य हेल्पलाइन ऑक्टोबर २०२२ मध्ये सुरू करण्यात आली होती. या हेल्पलाइनला देशभरातून ३.५ लाखांहून अधिक भारतीयांचे कॉल आले. त्यात असे दिसून आले, की मोठ्या प्रमाणात लोक निद्रानाशाच्या समस्येने त्रस्त आहेत. १४ टक्के लोक उदासीन मनःस्थितीमुळे, ११ टक्के लोक तणावामुळे आणि ४ टक्के लोक चिंताग्रस्त आहेत. अहवालात असेही दिसून आले आहे, की एकूण तक्रारींपैकी किमान तीन टक्के लोक आत्महत्येशी संबंधित आहेत; मात्र निद्रानाशाची समस्या शीर्षस्थानी आहे.



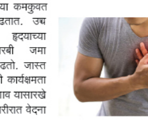
हेल्पलाइनवर आलेले बहुतेक कॉल पुरुषांचे होते. त्यांनी ५६ टक्के कॉल केले, तर १८ ते ४५ वर्षे वयोगटातील ७२ टक्के लोकांनी कॉल केले होते. बदलत्या काळानुसार लोकांमध्ये नैराश्य, चिंता आणि तणाव वाढला आहे. त्यामुळे लोकांमध्ये निद्रानाशाची समस्या वाढली आहे. यासोबतच असंतुलित जीवनशैली, रात्री उशिरापर्यंत मोबाईल किंवा टीव्ही पाहणे आणि कामाचे अनियमित तास यामुळे झोपेतही मोठ्या प्रमाणात अडथळा निर्माण झाला आहे. १६ ते १७ वर्षे वयोगटातील मुलांनी दिवसातून किमान १३ तास झोपले पाहिजे. २० ते ५५ वर्षे वयोगटातील लोकांनी दिवसातून किमान सात तास झोपणे आवश्यक आहे. वय पन्नास वर्षांपेक्षा जास्त असेल, तर सहा तास झोपावे. दिवसभराच्या कामानंतर झोप शरीराला विश्रांती देते. हे एका स्पासारखे आहे, जे केवळ शरीरात सुधारणा करत नाही, तर पुढील दिवसासाठी भरपूर ऊर्जादेखील देते. यामुळे कार्यक्षमता आणि मेंदूचा विकास सुधारतो. झोपेत असताना मेंदूमध्ये होणाऱ्या रासायनिक प्रक्रियांमुळे मानसिक क्षमता वाढते आणि वृद्धत्वाचे नकारात्मक परिणाम टाळण्यास मदत होते.

झोपेच्या कमतरतेमुळे अनेक रोगांचा धोका तर असतोच; पण त्यामुळे लवकर वृद्धत्वदेखील येते आणि आयुष्याचे तासही कमी होतात. ज्या लोकांना पुरेशी झोप मिळत नाही, त्यांच्या शरीराचे सर्व अवयव नीट काम करू शकत नाहीत. चेहऱ्यावर अकाली सुरकुत्या दिसू लागतात आणि मानसिक तणावासोबतच त्यांच्या काम करण्याच्या क्षमतेवरही विपरीत परिणाम होतो. झोपेच्या कमतरतेमुळे मानसिक आजार, कर्करोग, मेंदूचा झटका, हृदयविकाराचा धोका वाढतो आणि झोपेचे चक्र बिघडल्याने शरीरातील चयापचय प्रक्रियेवर विपरीत परिणाम होतो आणि व्यक्तीचे वजन वाढू लागते.

हृदयविकाराचे वाढते प्रमाण

लक्षात ठेवा

हृदय आपल्या शरीराचा सर्वात महत्त्वाचा अवयव आहे. हृदयात कोणत्याही प्रकारची समस्या असल्यास त्याचा परिणाम इतर अवयवांवरही होऊ लागतो. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या म्हणण्यानुसार, जगभरात एक कोटीपेक्षा जास्त लोक हृदयविकारामुळे आपला जीव गमावत आहेत. उच्च रक्तदाबामुळे हृदयाच्या स्नायूंवर दबाव वाढतो, ज्यामुळे हृदय अपयशाचा धोका वाढतो. वास्तविक, उच्च रक्तदाब म्हणजे रक्तप्रवाहात समस्या, ज्यामुळे हृदय प्रवाह राखण्यासाठी पंपिंग वाढवते, ज्यामुळे रक्तवाहिन्या खराब होऊ लागतात आणि हृदय थकू लागते. मधुमेहामुळे रक्तवाहिन्या कमकुवत होऊन समस्या वाढतात. उच्च कोलेस्टेरॉलमुळे हृदयाच्या रक्तवाहिन्यांमध्ये चरबी जमा होऊ शकते. त्यामुळे हृदयविकाराचा धोका वाढतो. जास्त वजनामुळे हृदयावर दबाव वाढतो आणि हृदयाची कार्यक्षमता कमी होते. लठ्ठपणामुळे मधुमेह, रक्तदाब, ताणतणाव यासारखे हृदयासाठी घातक आजारही होतात. दिवसभर शरीरात वेदना होत राहिल्यास त्याकडे दुर्लक्ष करण्याची चूक करू नका, आरोग्यासाठी घातक ठरू शकते. धूम्रपानामुळे हृदयाच्या धमन्या अरुंद होऊ शकतात आणि हृदयविकाराचा धोका वाढतो.



राष्ट्रीय नमुना सर्वेक्षणानुसार देशात १० ते १४ वर्षे वयोगटातील दोन कोटींपेक्षा जास्त मुले तंबाखू आणि सिगारेटचे व्यसन करतात. परिणामी, हृदयविकाराचा झटका येण्याची शक्यता असते. ताणामुळे हृदयाची गती वाढते आणि कार्यक्षमता कमी होते. स्लीप एपनिया या झोपेच्या समस्यांमुळे हृदयावर दबाव वाढतो. किडनी रोग मूत्रपिंडाच्या समस्यांमुळे हृदयावर दबाव वाढतो आणि हृदय अपयशाचा धोका वाढतो. कारण या दोन्ही अवयवांना आजारी पडण्यासाठी उच्च रक्तदाब सर्वात जास्त जबाबदार असतो. कौटुंबिक इतिहास कुटुंबातील कोणाला हृदयविकार झाला असेल तरीसुद्धा हृदयविकाराचा धोका वाढतो.

फॉलिक ॲसिडच्या कमतरतेमुळे ॲनिमिया

काळजी घ्या

फोलेटच्या कमतरतेमुळे निमिया होऊ शकतो. शरीरात पुरेशा निरोगी तांबड्या रक्तपेशी नसतात, तेव्हा अशक्तपणा येऊ शकतो. शरीराच्या ऊतींना ऑक्सिजन पोहोचवण्यासाठी शरीराला तांबड्या रक्तपेशींची गरज असते. फॉलिक सिडला व्हिटॅमिन बी ९ म्हणतात. या तांबड्या रक्तपेशी अंडाकृती आकाराच्या असतात आणि सामान्य तांबड्या रक्तपेशींइतक्या काळ जगत नाहीत. या स्थितीला 'मेगालोब्लास्टिक ॲनिमिया' म्हणतात. लक्षणे म्हणजे थकवा, ऊर्जेचा अभाव, श्वास लागणे, डोकेदुखी, फिकट त्वचा, जलद हृदयाचे ठोके, वजन कमी होणे आणि तुमच्या कानात वाजणे, उपचार न केल्यास, फॉलिक सिडच्या कमतरतेमुळे पँसाइटोपेनिया, ग्लोसिटिस, अँगुलर स्टोमाटायटीस आणि तोंडी अल्सर होऊ शकतात. यामुळे नैराश्य, चिडचिड, निद्रानाश, संज्ञानात्मक घट, थकवा आणि मनोविकृती यासारख्या न्यूरोसायकियाट्रिक अभिव्यक्तीदेखील होऊ शकतात.

हे जोखीम घटक व्हिटॅमिनच्या कमतरतेसाठी अशक्तपणाच्या जोखमीच्या घटकांमध्ये काही स्वयंप्रतिकार रोग, पोट किंवा आतड्याचा काही भाग काढून टाकण्यासाठी शस्त्रक्रिया, मोठे वय आणि वारंवार मद्यपान यांचा समावेश होतो. गर्भवती महिलांना गर्भाच्या मेंदू आणि पाठीच्या कण्यांच्या विकासासाठी पुरेसे फॉलिक सिड मिळणे आवश्यक आहे. त्याच्या कमतरतेमुळे 'न्यूरल ट्यूब डिफेक्टस' म्हणून ओळखले जाणारे गंभीर जन्म दोष होऊ शकतात. वाढत्या वयाचा शरीराच्या अनेक भागांवर परिणाम होतो. ठराविक वयानंतर हाडे कमकुवत होऊ लागतात आणि स्नायू कमी होतात. त्यामुळे शरीर कमजोर होऊ लागते. अमेरिकेच्या 'नॅशनल इन्स्टिट्यूट ऑफ हेल्थ'नुसार, वयाच्या ३० व्या वर्षी शरीर आणि मेंदू या दोन्हींमध्ये बदल होऊ लागतात. मग वय वाढते तसे शरीर कमजोर होऊ लागते आणि अनेक प्रकारच्या समस्या निर्माण होऊ लागतात.

वयाच्या ३५-४० वर्षांनंतर स्नायूंच्या नुकसानाचे परिणाम दिसू लागतात. स्नायूंचे नुकसान दर १० वर्षांनी तीन ते आठ टक्के आहे. म्हणजे शरीरातून स्नायूंचे हे प्रमाण कमी होते. त्यामुळे शरीर सैल आणि कमकुवत होते. हार्मोनल असंतुलनामुळे स्नायूंची ताकद कमकुवत होते. पुरुषांमध्ये, विशेषतः टेस्टोस्टेरॉन नावाच्या हार्मोनच्या असंतुलनामुळे, स्नायू कमी होऊ लागतात. स्नायू कमी होण्याचे मुख्य कारण म्हणजे चुकीचा व्यायाम. प्रोटीनची कमतरता हेदेखील स्नायूंच्या नुकसानाचे एक कारण आहे. वजन कमी होणे थेट स्नायूंच्या कमी होण्याशी संबंधित आहे. तुम्ही जंक फूड आणि प्रक्रिया केलेले पदार्थ जास्त खाल्ले तर स्नायूंना नुकसान होते. यामुळे स्नायू सक्रिय होत नाहीत आणि ते कमकुवत होऊ लागतात. स्नायूंचे नुकसान ओळखणे खूप कठीण काम आहे कारण ते दृश्यमान नाही. तथापि, काही लक्षणांद्वारे स्नायूंचे नुकसान समजू शकते. यामध्ये चक्कर येणे आणि अशक्तपणा जाणवणे, हलक्या वस्तू उचलतानाही वेदना होणे, स्नायूंचा आकार सतत बदलणे आणि स्नायूंवर सुरकुत्या पडणे यांचा समावेश होतो. स्नायूंचे नुकसान टाळण्यासाठी नियमित व्यायाम करा. केवळ पोषक तत्वांनी युक्त अशाच गोष्टी खा. स्नायू वाढवण्यासाठी, अधिक कॅलरीज आणि प्रथिने घ्या. पिण्याचे पाणी कमी करू नका.

'सिद्धार्थ वाणी'

उपप्रवर्तक श्री सिद्धार्थमुनीजी म.सा. तथा महासतीजी डॉ. सौम्याश्रीजी म.सा. आदि ठाणा ३ इनका चातुर्मास सावेडी स्थानक मे विराजमान है ।

डोक्यापासून पायापर्यंत लोखंडी साखळदंडात बांधलेल्या, जाड लोखंडी साखळदंडाच्या दबावामुळे वाईटरित्या बांधलेल्या अशा आजन्म कैदी जेव्हा हे परमेश्वरा! जर कोणी रात्र-दिवस तुझ्या नामाच्या मंत्राचे स्मरण करत असेल तर त्याला लवकरच आपोआप बंधनाच्या भीतीने मुक्त होते, हे बंधन मुक्तीचा श्लोक आहे.

हातकड्यांत बांधलेल्या आचार्यश्रींनी शेवटी बंधनाच्या भीतीतून मुक्ततेचा उल्लेख केला आहे. भक्तामर रचनेचा सुवर्ण इतिहास याच श्लोकात सामावलेला आहे. दानशूर भावी आचार्यश्री प्रथम संपूर्ण जगाला हत्ती, सिंह, साप, युद्ध, सागरी वादळ आणि रोग यांच्या भयापासून मुक्त करतात आणि शेवटी आपल्या समस्या भगवंताच्या चरणी ठेवतात. आचार्य स्वतः अठ्ठेचाळीस (४८) कुलुपात कैद आहेत. त्यांचे संपूर्ण शरीर हातकड्यांनी झाकलेले आहे आणि पायात बेड्या आहेत ते श्रद्धाभावने ४६ वा श्लोक वाचला. त्वरित ते कुलुपाकच्च्या दोऱ्याप्रमाणे तड-तड तुटले. हा आचार्यश्रींच्या जीवनातील स्वयंसिद्ध अचूक प्रयोग आहे. त्यानंतरच्या अनेक साधू-भक्तानं प्रमुख ऋषभदेवांवर दृढ विश्वास श्रद्धा ठेवून या श्लोकाचे पठण केले आणि ते बंधनातून मुक्त झाले. आचार्यश्री मानतुंगद यांनी भक्तामर स्तोत्राच्या पहिल्या श्लोकाची सुरुवात जिनपादाने प्रारंभ कली. परमेश्वराच्या चरणी नतमस्तक होऊन पायापासून ते डोक्यापर्यंत कर्म बंधनला उघडण्याची प्रतिक्रिया ४६ व्या श्लोकात प्रकट केले आहे. ४६ व्या श्लोकात कर्म बंधनातून मुक्त होण्याची प्रक्रिया प्रकट झाली आहे. पायापासून डोक्यापर्यंत शरीरात ६०० अब्ज पेशी असतात. ७० हजार मैलांच्या ७ हजार २०० शिरा आहेत. प्रस्तुत श्लोकात कर्माच्या बंधनातून मुक्त होण्याचा उत्तम मार्ग सांगितला आहे. तुरुंगवासातून सुटलेला माणूस पुन्हा पुन्हा तुरुंगात जाऊ शकतो. परंतु जो कर्माच्या तुरुंगातून मुक्त होतो आणि शाश्वत सिद्धतेमध्ये तीन वेळा आत्म्याचे साम्राज्य प्राप्त करतो, तो कधीही परावलंबी होत नाही ''अशुभ कर्माचे फळ जीवाला कैदी बनवते.''

*** आत्मा सदैव अबंध** :- या जगात निसर्गापासून जन्मलेल्या उपाधीव्यतिरिक्त मानवनिर्मित उपाधी देखील कमी नाहीत. एक माणूस दुसऱ्या माणसाचे शत्रू आहे. माणसाने मानव जातीचा जितका विनाश केला आहे, इतर कोणत्याही प्राण्याने किंवा देवाने किंवा राक्षसाने इतके केले नाही. राक्षसी प्रकृतीचे लोक महापुरुषांनाही त्रास देत आहेत. शस्त्रविरहीत संत जेव्हा बाह्य बंधनांनी बद्ध होतात तेव्हा ते निराधार होऊन बंधनातून मुक्त होण्यासाठी शास्त्राचा आश्रय घेतात.

*** बंधन मुक्ति संपुट** :- अहो वीतरागी प्रभू! तुमची आत्मा आठ कर्मोपासून पूर्णपणे मुक्त झाली आहे. आता तिला कर्माच्या जाळ्यात कधीच अडकवता येणार नाही. आठ कर्माच्या बंधनामुळे माझा आत्मा चार वेळा जन्म-मृत्यूचे भयंकर दुःख अनुभवत आहे.

आता मी ओळखले आहे, ''नेह पासा भयंकर ।'' स्नेह पाश प्रेमाचे पाश फार घातक आहे. आता मी सांसारिक बंधनैातून मुक्त झालो आहे आणि तुझ्या प्रेम आणि भक्तिशी जोडत आहे. माझ्या पायापासून डोक्यापर्यंत माझ्या आत्म्याच्या प्रत्येक छिद्रात माझ्या आत्म्याच्या प्रत्येक भागात तुझी भक्ती आहे. आता मला समरमधील कोणत्याही व्यक्तीशी किंवा वस्तुशी किंचितही ओढ नाही. जन्मापासूनच्या आसक्ती आणि द्वेषाच्या संस्कारांचे विघटन होत आहे.

अशा रितीने भक्ती करता शेहेचाळीसा(४६)वा कुलुप उघडला.

*** गाथा * (४६)**

आपाद - कण्ठ - मुरुश्रृंखल - वेष्टितांगा
गाढं बृहत्रिगड - कोटि - निघृष्ट - जङ्घाः ।
त्वत्राम - मन्त्र - मनिशं मनुजाः स्मरन्ता
सदय : स्वयं विगत - बन्ध - भया - भवन्ति ।।४६।।

*** अर्थ ***

जो मनुष्य पायापासून गळ्यापर्यंत मोठमोठ्या जाड साखळदंडांनी बांधलेला, ज्याच्या अंडकोषांना बेड्याच्या तीक्ष्ण धारांनी ओरखडे पडले आहरेत, जो माणूस अशा प्रकारे तुरुंगात बंदिस्त आहे आणि जन्मठेपेची शिक्षा भोगत आहे, तो सत स्मरण करून, तुझे नाम, त्याचे तू बंधनाच्या भयापासून मुक्त झालास.

*** उत्तरध्याय सूत्र ***

(२४) व्या चोवीसाव्या अध्ययनात अष्ट प्रवचन माताचे वर्णन आहे. इतिहास कार ने पाच समिति, तीन गुप्तीला प्रवचन, मातेची उपमा दिली आहे. अष्ट प्रवचन मातेचे आपल्या जीवनात महत्त्वाचे स्थान आहे. ज्या प्रकारे माता आपल्या पुत्राचे सदैव रक्षण करते, बालकाला उन्नति मार्गावर चालण्याची प्रेरणा देते, त्याच प्रकारे अष्ट प्रवचन माता साधकाच्या जीवनात विकासात सहयोगी होते. रत्नत्रयी साधना पासून मोक्षचा सुंदर राजमार्ग सांगितला आहे. सम्यक प्रवृत्ती समिती आहे. आणि अशुभ पासून निवृत्ती गुप्ती आहे. **- सौ. सविता चोरडिया**

अहमदनगर विधानसभा मतदारसंघात राष्ट्रवादी शरदचंद्र पवार पक्षाकडून अभिषेक कळमकर यांना उमेदवारी

अकोलेतून अमित अशोक भांगरे यांना उमेदवारी जाहीर

नगर - अहमदनगर विधानसभा मतदारसंघात राष्ट्रवादी शरदचंद्र पवार पक्षाकडून अखेर माजी महापौर अभिषेक बाळासाहेब कळमकर यांना उमेदवारी जाहीर करण्यात आली आहे. पक्षाचे प्रदेशाध्यक्ष जयंत पाटील यांनी २६ ऑक्टोबर रोजी पत्रकार परिषद घेवून कळमकर यांच्या नावाची घोषणा केली.

महाविकास आघाडीतील घटक पक्ष असलेल्या राष्ट्रवादी काँग्रेस शरदचंद्र पवार पक्षाच्या २२ उमेदवारांच्या नावाची घोषणा प्रदेशाध्यक्ष जयंत पाटील यांनी केली. त्यात नगर जिल्ह्यातील दोन मतदारसंघांचा समावेश आहे. नगर शहरामधून अभिषेक कळमकर तर अकोले मतदार संघात अमित भांगरे यांनाही उमेदवारी घोषित करण्यात आली आहे.

संगमनेर तालुक्यातील धाधंरफळ बु.येथील जाहीर सभेत युवक काँग्रेस नेत्या डॉ.जयश्री थोरात यांचे विषयी आक्षेपार्ह वक्तव्य करणाऱ्यांवर कठोर कारवाई व फिर्याद दाखल करण्यासाठीचा तक्रार अर्ज स्वीकारताना कोतवाली पोलीस निरीक्षक श्री.दराडे, सहा.पो.निरीक्षक मोकाटे मॅडम, बाळासाहेब भंडारी, शामराव वागस्कर, विनोद साळवे, मोसिनभाई शेख, गौरव ढोणे, सौ.मार्गारिट जाधव, सागर इरमल, समीर शेख, प्रवीण गिते, जयेश चव्हाण, मुबीन शेख, अन्वर सय्यद व पदाधिकारी.

डॉ. जयश्री थोरात यांच्याविषयी आक्षेपार्ह वक्तव्य करणाऱ्यासह संयोजकांवर गुन्हा दाखल करावा

काँग्रेसचा कोतवाली पोलिस स्टेशनला अर्ज

नगर - संगमनेर तालुक्यातील धांधरफळ बु.येथील जाहीर सभेत युवक काँग्रेस नेत्या डॉ. जयश्रीताई थोरात यांचेविषयी आक्षेपार्ह वक्तव्य करणाऱ्या विकृत मनोवृत्तीच्या वसंत देशमुख व संयोजकांवर गुन्हा दाखल करण्याबाबत तक्रार अर्ज शनिवारी अहील्यानगर काँग्रेसचे चंद्रकांत उर्फ बाळासाहेब भंडारी यांनी कोतवाली पोलीस स्टेशनमध्ये दाखल केला. सदर तक्रार अर्ज पो. नि.दराडे यांनी दाखल करून वरिष्ठांकडून मार्गदर्शन घेऊन योग्य त्या कलमानुसार गुन्हा दाखल करण्यात येईल असे सागितले.

गुन्हेगारांवर कडक कारवाई करून त्यांना तात्काळ अटक करण्याची मागणी यावेळी करण्यात आली. तक्रार अर्ज दाखल करते वेळी बाळासाहेब भंडारी, जि.सचिव शामराव वागस्कर, राष्ट्रवादी काँग्रेस प्रदेश संघटक विनोद साळवे, शिवसेना कामगार आघाडीप्रमुख गौरव ढोणे, शहर जिल्हा युवक अध्यक्ष मोसिन शेख, भिंगार महिलाअध्यक्ष सौ.मार्गारिट जाधव, काँग्रेस सोशल मिडीयाप्रमुख सागर ईरमल, युवक काँग्रेस पदाधिकारी जयेश चव्हाण, समीर शेख, प्रवीण गिते, मुबीन शेख, अन्वर सय्यद व इतर पदाधिकारी उपस्थित होते.

संगमनेरमध्ये विखे-थोरात वादातून 'गाड्यांची जाळपोळ आणि दगडफेक'

विखेंच्या सभेत जयश्री थोरात यांच्याबद्दल आक्षेपार्ह वक्तव्याचे उमटले तीव्र पडसाद

संगमनेर - विधानसभा निवडणुकीच्या निमित्ताने विखे-थोरात गटातील संघर्षाचा अखेर भडका उडाला. संगमनेर तालुक्यातील धांदरफळ खुर्द बाजारतळ येथे माजी खासदार सुजय विखे यांनी महायुतीच्या उमेदवारांच्या प्रचारार्थ सभेचे आयोजन केले होते. या सभेत अध्यक्षस्थानी असलेल्या वसंतराव देशमुख यांनी युवक काँग्रेसच्या अध्यक्षा डॉ. जयश्री थोरात यांच्याबद्दल आक्षेपार्ह वक्तव्य केल्याने गावातील संतप्त महिलांनी ही सभा उधळून लावली. यानंतर गोंधळ झाला. संतप्त जमावाने दगडफेक, जाळपोळ केली.

शुक्रवारी सायंकाळी धांदरफळ बु येथे भाजपची युवा संकल्प सभा होती. डॉ. सुजय विखे यांच्या प्रमुख उपस्थितीत असलेल्या या सभेत वसंतराव देशमुख यांची जीभ घसरली. देशमुख यांनी युवक काँग्रेस नेत्या डॉ. जयश्री थोरात यांच्याबाबत अत्यंत आक्षेपार्ह टिप्पणी केली. याचे पडसाद तालुक्यात उमटले.

सोशल मीडियातून ही वार्ता वेगाने पसरली. त्यानंतर शेकडो महिला, कार्यकर्ते धांदरफळ येथील सभास्थळी धावून गेले. धांदरफळ येथे विखेंच्या सभेनंतर स्थानिक थोरात समर्थक महिला आणि कार्यकर्त्यांनी, सभास्थळी ठिय्या देत देशमुख यांच्या निषेधार्थ घोषणाबाजी केली. देशमुखांच्या अटकेची मागणी करण्यात आली. सभा आटोपून परतणाऱ्या कार्यकर्त्यांच्या गाड्यांना संतापाचा फटका बसला. अकोले नाका परिसरातील पुलाखाली, खांडगाव दुध डेअरी समोर चिखली येथे १०:३० च्या सुमारास संतप्त कार्यकर्त्यांनी गाडीच्या काचा फोडल्याची घटना घडली. त्यानंतर एका गाडीची जाळपोळही झाली.संगमनेर पालिकेच्या अग्निशमन बंबाने घटनास्थळी धाव घेत आग विझवली, यावेळी काही कार्यकर्त्यांना मारहाण झाल्याचे ही बोलले जात आहे.

पोलिस ठाण्यासमोर रात्रभर ठिय्या आंदोलन

सदर घटनेनंतर रात्री दहाच्या सुमारास जयश्री थोरात, डॉ. सुधीर तांबे, दुर्गा तांबे यांच्यासह शेकडो कार्यकर्ते संगमनेर तालुका पोलीस ठाण्यात दाखल झाले. आक्षेपार्ह विधान करणाऱ्या व्यक्तीवर गुन्हा दाखल करावा या मागणीसाठी पोलीस ठाण्यासमोरच ठिय्या आंदोलन सुरू केलं. तब्बल ७ तास हे आंदोलन सुरू असून पहाटे पाच पर्यंत दोन गुन्हे दाखल करण्यात आले.

जयश्री थोरातांचा पोलिसांना २४ तासांचा अल्टीमेट्म

पोलिसांना २४ तासाची मुदत देत आहोत. २४ तासात संशयित आरोपीला अटक झाली पाहिजे अन्यथा पुन्हा ठिया आंदोलन करणार असा इशारा जयश्री थोरात यांनी दिला आहे. तर वसंतराव देशमुख यांच्या विरोधात महिला आयोगाकडे तक्रार करणार आहे. पोलिसांच्या कारवाईवर आम्ही समाधानी नाही. माझ्यासारख्या महिलेला ८ तास गुन्हा दाखल करण्यासाठी बसवले, तर इतरांचे काय? पोलिसांना काम करण्यासाठी अवधी देत आहे. आम्ही समाधानी नाही, असे त्यांनी म्हटले आहे.

मला मारण्याचा पूर्वनियोजित कट होता : सुजय विखेंचा आरोप

या प्रकरणावर सुजय विखे पाटील यांनी प्रतिक्रिया दिली आहे. त्यांनी म्हटलंय की, सभेतील झालेलं महिलांचे वक्तव्य निषेधार्थ आहे. महायुतीच्या वतीने कालही निषेध केला व आजही करतो. वसंतराव देशमुख महायुतीचे घटक नाहीत. केवळ त्या गावातील ज्येष्ठ व थोरात विरोधक म्हणून स्टेजवर आले होते. भाषण करताना त्यांना थांबवण्याचा प्रयत्न केला पण ते थांबले नाही. अशा प्रकारच्या खालच्या पातळीचे टीका चुकीची आहे. गुन्हा दाखल झाला असेल तर कारवाई करा असं देखील आम्ही पोलिसांना सांगितलं.

मात्र हे सगळं घडल्यानंतर ज्याने वक्तव्य केलं तो बाजूला राहिला आणि पुढच्या पंधरा मिनिटात त्या गावच्या एक्झिट पोइंटवर प्रत्येक ठिकाणी शंभर ते दीडशे जणांचा जमाव आला. गाड्या थांबवल्या गेल्या, दगड घेऊन गाड्या फोडल्या. आज सगळ्या कार्यकर्त्यांशी चर्चा केल्यावर हा मला मारण्याचा पूर्वनियोजित कट होता हे समोर आलं असल्याचं त्यांनी म्हटलं आहे. मला एक फोन आला आणि मी रस्ता बदलला म्हणून वाचलो असा गंभीर आरोपही विखे यांनी केला आहे.

सर्व ओबीसी समाजाने संग्राम जगताप यांच्या मागे उभे राहावे

आमदार योगेश टिळेकर यांचे आवाहन

भाजपाचे ओबीसी नेते आ. योगेश टिळेकर हे नगरमध्ये आले असता त्यांचे स्वागत करताना महायुतीचे उमेदवार आ. संग्राम जगताप.

नगर - राज्यात जातीय वाद वाढत आहे. जातीजातीमध्ये भांडणे लावण्याचे षडयंत्र काहीजण करत आहेत. हा प्रकार थांबवण्यासाठी सर्व ओबीसी समाजाने एकत्र येते हिंदुत्वासाठी काम करावे. याआधीच्या काँग्रेसच्या राजवटीत केवळ शाहू, फुले, आंबेडकर यांच्या नावाने राजकारणच केले गेले. पण राज्यात सर्व समाजांसाठी महामंडळाची स्थापना करून युती सरकारने सर्व समाजांना न्याय देत या महापुरुषांना अभिप्रेत असेलेले काम केले आहे. सर्वांना न्याय देणाऱ्या महायुतीचीच सत्ता पुन्हा राज्यात येणे आवश्यक आहे. मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस व अजित पवार हे तिन्ही नेते सरकार चालवण्यास अनुभवी व सक्षम नेते आहेत. त्यांचे हात बळकट करण्यासाठी अहिल्यानगर मधील सर्व ओबीसी समाजाने महायुतीचे उमेदवार संग्राम जगताप यांच्या मागे उभे राहून त्यांना विजयी करावे, असे आवाहन भारतीय जनता पार्टीचे ओबीसी समाजाचे नेते व विधान परिषद सदस्य योगेश टिळेकर यांनी केले.

आमदार योगेश टिळेकर यांनी विधानसभा निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर नगरला धावती भेट दिली असता संग्राम जगताप यांनी आ.टिळेकर यांचे तारकपूर भागात स्वागत केले. यावेळी झालेल्या बैठकीत आ.टिळेकर बोलत होते. यावेळी ओबीसी विभागाचे प्रदेश उपाध्यक्ष किशोर डागवाले, महायुतीचे विधानसभा निवडणुकीचे समन्वयक महेंद्र गंधे, राष्ट्रवादी काँग्रेसचे प्रा.माणिक विधाते, बाळासाहेब भुजबळ, धनंजय जाधव, बाबासाहेब सानप, नरेंद्र कुलकर्णी, डॉ.रणजीत सत्रे, सुमित कुलकर्णी, दगडू पवार आदींसह प्रमुख पदाधिकारी व महिला उपस्थित होते.

यावेळी किशोर डागवाले म्हणाले, आ. योगेश टिळेकर हे ओबीसी समाजाचे उभरते नेतृत्व आहे. त्यांनी केलेल्या कामाची पावतीच त्यांना विधानपरिषदेच्या सदस्यत्वाच्या माध्यमातून मिळाली आहे. चांगल्या समाज कामाची दखल घेतलीच जाते. नगर मधील ओबीसी समाजाच्या मेळाव्यासाठी आ. टिळेकर यांनी एक दिवस द्यावा. याधीच्या काँग्रेसच्या राजवटीत महात्मा ज्योतिबा फुले व सावित्रीबाई फुले यांच्या पुण्यातील भिडे वाड्याचे राष्ट्रीय स्मारक झाले नाही. गेल्या ७० वर्षांपासून प्रलंबित असलेल्या या मागीस राज्यातील महायुती सरकारने त्वरित मंजुरी दिली. देवेंद्र फडणवीस यांच्या प्रयत्नातून पंतप्रधान नरेंद्र मोदींच्या हस्ते स्मारकाचे भूमिपूजनही झाले. तसेच महायुती सरकारने संत सावता महाराजांच्या अरण या तीर्थक्षेत्राला 'अ' दर्जा देऊन १०० कोटी रुपयांचा निधीही दिला आहे. महायुती सरकारने ओबीसी समाजाला मोठा न्याय दिला आहे. त्यामुळे राज्यात पुन्हा महायुतीचेच सरकार यावे यासाठी या निवडणुकीत महायुतीचे उमेदवार आ.संग्राम जगताप यांना विजयी करावे, असे आवाहन केले.

यावेळी महेंद्र गंधे म्हणाले, नगरमध्ये मोठ्या संख्येने ओबीसी समाज आहे. ओबीसी समाज सातत्याने युतीच्या मागे उभा आहे. त्यामुळे या विधानसभा निवडणुकीतही सर्व ओबीसी समाजाने महायुतीचे उमेदवार संग्राम जगताप यांच्या विजयासाठी पाठिंबा द्यावा.

यावेळी जालिंदर बोरुडे, सुधीर पुंड, अनिल निकम, राहुल रासकर, अनिल इंगळे, चंद्रकांत पुंड, भाऊसाहेब कोल्हे, एन. बी. बनकर, सुमित खामकर, लवेश गोंधळे, अरविंद कोल्हे, अमोल निस्ताने, रमेश चिपाडे, अशोक हिंगणे, सावित्री शक्ती पिठच्या अध्यक्षा कल्याणी गाडळकर, उपाध्यक्षा किरण कोतवाल, कार्याध्यक्षा आशा डागवाले, सचिव सुरेखा विधाते, सुरेखा घोलप, विजया भांबरकर, अश्विनी दळवी, स्नेहल बुकने, अनुराधा जोशी, मीनाक्षी जाधव, रोहिणी दळवी, अश्विनी दळवी, अनुरीता झगडे, रोहिणी बनकर, शारदा काजळे आदी उपस्थित होत्या.

दिपावली शुभमुहुर्त

दिवाळी हा पाच दिवसांचा उत्सव, जो वसूबारस पासून सुरू होतो आणि भाऊबीजेला संपतो.

आपल्याकडे दिवाळीचा सण मोठ्या उत्साहात साजरा केला जातो. हा दिवस भगवान प्रभु श्री रामचंद्र, माता सीता आणि लक्ष्मण यांच्या १४ वर्षांच्या वनवासानंतर अयोध्येत परतल्याबद्दल साजरा केला जातो. पण यावेळी शुभमुहुर्त बाबत संभ्रम आहे की यावेळी दिवाळी कधी? कारण की, अमावास्या २ दिवस आहे. तर दिवाळी कधी साजरी होणार, ३१ ऑक्टोबर किंवा १ नोव्हेंबर? तारीख आणि वेळ याबाबत सविस्तर माहिती खालीलप्रमाणे.

अमावस्या तिथी प्रारंभ- ३१ ऑक्टोबर रोजी दुपारी ३ वा ५३ मि. वाजेपासून सुरु होत असून अमावस्या तिथी समाप्त- १ नोव्हेंबर रोजी संध्याकाळी ६ वा १७ मि. वाजता. म्हणून लक्ष्मीपुजन शुभमुहुर्त १ नोव्हेंबर रोजी आहे. कारण सूर्योदय वेळी असणारी तिथी अर्थात सूर्याने पाहिलेली तिथी ही दिवसभर तिथी असते, म्हणून लक्ष्मीपुजन १ नोव्हेंबर रोजी करणे.

२८ ऑक्टोबर रोजी वसुबारस पुजन शुभमुहुर्त सायंकाळी ४ ते ७ पर्यंत.

२९ ऑक्टोबर रोजी धनत्रयोदशी पुजन शुभमुहुर्त सायंकाळी ५ ते ७-३० पर्यत आहे.

३१ ऑक्टोबर रोजी नरक चतुर्दशी अभ्यंग स्नानाचा ब्रह्म शुभमुहुर्त पहाटे ४ ते ५-२७ पर्यंत आहे.

लक्ष्मी पुजन १ नोव्हेंबर रोजी महालक्ष्मी पूजन करावे.

गादी टाकणे, नुतन खतावनी वही, डायरी, बिलबुक, कलम पेन आणणे इ.शुभमुहुर्त सकाळी ८ ते ११ पर्यत लाभ व अमृत शुभमुहुर्त आहे.

तथाच लक्ष्मी पुजन शुभमुहुर्त : १) सकाळी १० ते ११-३०, २) दुपारी १२ वा ३० मि. ते दुपारी २ वाजेपर्यंत शुभ मुहुर्त आहे. ३) सायंकाळी ५ वा १५ मि. ४) सायंकाळी ६ ते ८-३० पर्यंत.रात्री ९ ते १०-४५ पर्यत. ५) सिंहस्थ स्थिर शुभमुहुर्त मध्यरात्री ३ ते सकाळी ७-३० पर्यत आहे.

पाडवा पुजन अर्थात गोवर्धन : नुतन वही, डायरी, काटा पुजन, ऑफीस, दुकान पुजन २ नोव्हेंबर २०२४ (शनिवार) १) पहाटे ४ वा ते ७ वाजेपर्यंत. २) सकाळी ८ ते ११ पर्यत आहे. ३) सायंकाळी ४ ते ७-३० पर्यंत

भाऊबीज : ३ नोव्हेंबर (रविवार) दिवसभर शुभमुहुर्त आहे. रात्री १० वाजेपर्यंत आहे. **ॲड. सचिनदेवा पाठकगुरूजी**, मो. ९५११११११६२

स्व.रतन टाटांनी २२ व्या शतकातील भारताचा पाया रोवला

डॉ. उदय निरगुडकर यांचे प्रतिपादन; विचार भारतीच्या वतीने रतन टाटांना श्रद्धांजली सभेचे आयोजन

विचार भारतीच्या वतीने भारतीय उद्योग क्षेत्राचे आधारस्तंभ, पद्मविभूषण रतन टाटा यांना श्रद्धांजली वाहण्यासाठी आयोजित सभेत ज्येष्ठ पत्रकार डॉ.उदय निरगुडकर यांनी स्व.रतन टाटांना अभिवादन करून मार्गदर्शन केले.

नगर - रतन टाटा हे नीतिवान, धैर्यवान, चारित्र्यसंपन्न, निस्पृह, शालीनता, नीतिमत्ता, सभ्यता व साधेपणाचा महामेरू असलेले महान उद्योजक होते. त्याच्या या हिमालयाच्या उंचीच्या कार्याचा उचित सन्मान होण्यासाठी त्यांना भारतरत्न पुरस्कार मिळणे आवश्यक आहे. राज्य सरकारने यासाठी केलेली शिफारस योग्यच आहे. भारतात असंख्य उद्योजक होवून गेले. पण रतन टाटा हे एकच होते. पूर्ण आयुष्य हे इतरांसाठी जगले. ओंजळ भरल्या नंतर समाजाला देण्यारे खूप असतात, पण ओंजळ भरायची तीच समाजाला देण्यासाठी असे मूल्य ज्यांनी आयुष्यभर जोपासली असे उपोभोग शून्य स्वामी रतन टाटा आपल्यातून गेले आहेत. त्यांचे महान कार्याची कायम प्रेरणा मिळत राहील. त्यांनी २२ व्या शतकातील भारताचा पाया रोवला आहे. भविष्यात भारत जेव्हा विश्वगुरु बनेल तेव्हा त्याचे समृद्ध दालन हे या व्यक्तीचे असेल, असे प्रतिपादन ज्येष्ठ पत्रकार व लेखक डॉ.उदय निरगुडकर यांनी केले.

भारतीय उद्योग क्षेत्राचे आधारस्तंभ, पद्मविभूषण रतन टाटा यांचे नुकतेच निधन झाले. त्यांना अहिल्यानगर वासियांच्या वतीने श्रद्धांजली वाहण्यासाठी विचार भारतीच्या वतीने नुकतेच डॉ.उदय निरगुडकर यांच्या उपस्थितीत श्रद्धांजली सभेचे आयोजन करण्यात आले होते. यावेळी सीए.रमेश फिरोदिया, डॉ.मेहरनिश मेहता, विचार भारतीचे अध्यक्ष अरुण कुलकर्णी, सचिव सुधीर लांडगे आदी उपस्थित होते. यावेळी स्व.रतन टाटांच्या प्रतिमेस पुष्पहार अर्पण करून तसेच सामुहिक शांतीमंत्र म्हणून भावपूर्ण श्रद्धांजली वाहण्यात आली.

डॉ.उदय निरगुडकर यांनी आपल्या व्याख्यानात स्व.रतन टाटांचे जीवन चरित्रावर प्रकाश टाकला, ते म्हणाले, रतन टाटा आज आपल्यामागे सभ्यता, ऋजुता, उद्योमशीलतेची शिकवण ठेवून गेले आहेत. उद्योग कशासाठी तर नितीमत्तेसाठी, नफा कशासाठी तर समाजासाठी, लोकांच्या सेवेसाठी. गुणवत्ता व विश्वास हीच टाटांनी कम वलेली सर्वात मोठी संपत्ती आहे. अशा महान व्यक्तिमत्वाच्या निधनाने देशाचे कधीही न येणारे नुकसान झाले आहे.

यावेळी सीए रमेश फिरोदिया व डॉ.मेहरनिश मेहता यांनीही स्व.रतन टाटांच्या कार्यावर विचार व्यक्त करत त्यांच्यापासून उद्योजकांनी प्रेरणा घेण्याचे आवाहन केले. सभेच्या प्रास्ताविकात विचार भारतीचे सचिव सुधीर लांडगे यांनी स्व.रतन टाटांच्या विचाराचे बीजारोपण होण्यासाठी या श्रद्धांजली सभेचे आयोजन केल्याचे सांगितले.

सूत्रसंचालन मिलिंद कुलकर्णी यांनी केले. निनाद टिपूगडे यांनी आभार मानले. सौ.मनीषा मुळे यांनी शांतीमंत्र म्हंटला.

यावेळी डॉ.अरविद पारगावकर, डॉ.रवींद्र साताळकर, रवींद्र मुळे, अभय आगरकर, अनिल मोहिते, अशोक गायकवाड, महेंद्र जाखेटे, डॉ.विक्रम दीडवाणी, श्रीगोपाल जाखोटिया, उदय भणगे, विशारद पेटकर, सुनील नागोरी, रवींद्र बारस्कर, राजेश झंवर आर्दीसह नागरिक उपस्थित होते.

मधुर व स्वादिष्ट लाडू व शंकरपाळी १६०/- रुपये

मेहेर केटरर्स दिवाळी फराळ महोत्सव

यांचे खास दिवाळी निमित्त ना नफा ना तोटा या तत्वावर फराळ उपलब्ध

चिवडा व शेव १८०/-/१६०/- रुपये

इंद्रप्रस्थ मंगल कार्यालय, महात्मा फुले चौक, अहिल्यानगर ☎ 9422081388/9422081379

मेहेर केटरर्स

विकणे आहे

घुमरे गल्ली मार्केट परिसरात 2100 चौरस फूट (2 मजले) व्यावसायिक दुकान विक्रीसाठी

9158729944

गाळा भाड्याने देणे आहे

माडगे मळा, बुरुडगाव रोड, नक्षत्र लॉन पासुन जवळच्या अंतरावर

गाळा नं. १ - १५० स्के. फुट

गाळा नं. २ - १८१ स्के. फुट

(गोडाऊन म्हणुन किंवा दुकानासाठी भाड्याने देणे आहे)

मोरेश्वर आव्हाड-9730984536

आव्हाड सर -9096279436

विकणे आहे

2BHK रेसिडेन्शियल/ कमर्शिअल फ्लॅट ६१0/- स्क्के.फु. सेमी फर्निश प्राईम लोकेशन, प्रोफेसर चौक, सावेडी, अ.नगर

8208610667

भाड्याने/विकणे

- केडगाव-अरणगाव रोडटच दूध सागर सोसायटीजवळ प्लॉट विकणे.
- केडगाव बायपास वैभव पद्मावतीमागे प्लॉट विकणे.
- कल्याण रोड मार्केट रेटपेक्षा २००-५०० रेटने कमी किंमतीत प्लॉट विकणे.
- 1BHK/2BHK फ्लॅट रो-हौस भाड्याने देणे
- ३२ एकर जमीन विकणे

जागा खरेदी-विक्री,भाड्याने देण्यासाठी संपर्क -8788463632

- पाहिजेत -

सिनि. अकौंटंट (पुरुष)

बी.कॉम./एम.कॉम., जीएसटी, इन्कमटॅक्स व फायनान्सवर्कचा ४ वर्षांचा अनुभव आवश्यक.

सेल्स असिस्टंट महिला / पुरुष - २ जागा

दुकानात विक्रीकरिता बी.एससी. ॲग्री., डिप्लोमा ॲग्री. फ्रेशर्स किंवा ॲग्रीची डिग्री नाही, पण तास अनुभव असल्यास प्राधान्य दिले जाईल.

बिलिंग एक्झिक्युटिव्ह - २ विवाहित महिला, पदवीधर

सपोर्ट स्टाफ (हेल्पर) - २ दुकानात हेल्पर - १२वी पास/नापास, पुरुष : वय - १८ ते ३० वर्षे

हमाल - जागा ४ पूर्णवेळ, वय - १८ ते ४० वर्षे

- आकर्षक पगार । समक्ष भेटा -

के. प्रकाश ॲण्ड कंपनी (गांधी)

मुंजोबा स्वीटस् शेजारी, मार्केटयार्ड रोड, अहमदनगर मो. 9665511179

जीम रिसेप्शनिस्ट, ट्रेनर पाहिजे

जिम रिसेप्शनिस्ट आणि अचूक ट्रेनरची आवश्यकता

टिळक रोड, वाडिया पार्कजवळ, अहमदनगर

9836935942

7980300051

होलसेल भावात चकली, करंजी

खास दीपावलीनिमित्त चकली व करंजी होलसेल भावात मिळतील. अर्धा व एक किलो पॅकिंगमध्ये उपलब्ध.

250 रुपये प्रतिकिलो

श्रीकृष्ण केटरर्स

8830399609

ओला इलेक्ट्रिक स्कूटर घ्यायचा विचार करताय?

८५०००/- रुपयांच्या गिफ्ट कूपनवर ५०००/- रुपयांचा भरघोस डिस्काउंट मिळवा!

माहितीसाठी संपर्क साधावा

8888 22 5320

एअर कंडिशन वॉश

सर्व्हिसिंग/ मेंटेनन्स् / AMC/CMC

जी एम एन्टरप्रायजेस

सावेडी, नगर

8149491162

8149491163

शेअर प्रमाणपत्र गहाळ झाले

माझ्या नावावरील सफारी इंडस्ट्रीज इंडिया लि.चे शेअर प्रमाणपत्र क्रमांक-१०९९, फ्रोलिओ क्रमांक-S04696 व विशिष्ट क्रमांक- 669261-669760 हरवले आहे. कृपया सापडल्यास संपर्क साधावा.

शेअर होल्डरचे नाव

सुरेश रामकुमार दरक

9422233851

दिवस उत्सवाचे भरघोस फायद्याचे.. अप्रतिम सुवर्णलंकार खरेदीचे..

उत्सव नात्याचा

चंदुकाका ज्वेल्स, सावेडी आयोजित उत्सव नात्यांचा या योजने अंतर्गत मिळवा.

Silver FREE

जेवढ्या वजनाची सोनेखरेदी तेवढ्या वजनाची **चांदी चक्क फ्री**

1 ग्रॅम पासुन 100 ग्रॅम पर्यंतची चांदीची लक्ष्मीचे क्वॉईन उपलब्ध.

गणपती, लक्ष्मी, रामदरबार, अन्नपुर्णा यांच्या चांदीच्या सर्व वजनातील भरीव व पोकळ मुर्त्या व सर्व प्रकारचे देवटाक उपलब्ध.

22 कॅरेट सोन्याचा सर्वात कमी भाव सर्वात कमी मजुरी !

चंदुकाका ज्वेल्स

शॉप नंबर 2/3, साई मिडास टच, नगर-मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर

9272422001/02

सुवर्णखरेदीसाठी आजच भेट द्या. बुधवार चालू

सर्व सुविधायुक्त घरे..! **रेडी पझेशन**

श्रीपाद रेसिडेन्सी

साईट- ज्ञानसंपदा शाळेजवळ, सावेडी, वडगांवगुप्ता रोड, अ.नगर

2 BHK ड्युप्लेक्स रो-हौसेस

संदिप कुलथे 9423167081 | अविनाश आसने 8766506092 | दत्ता आसने 9422233045

प्रोजेक्ट बाय - **श्रीपाद बिल्डर्स** ऑ.-२, सागर प्लाझा, सावेडी नाका, पिंडे हॉस्पीटल समोर, अ.नगर

मेडिकल कामासाठी पाहिजेत

फार्मासिस्ट जागा- १

(फुल टाईम)

नेप्ती रोड, केडगाव, अ.नगर येथे वरील जागा भरणे आहे.

9763767767

ही दिवाळी सुखाची, आनंदाची, भरभराटीची जावो हीच श्री पांडुरंग चरणी प्रार्थना

मा.श्री. अविनाश देडगांवकर

समाजसेवक

अहिल्यानगर.

त्वरीत ऑनलाईन प्रवेश घ्या व शैक्षणिक वर्ष वाचवा

SPI

महाराष्ट्र शासन मान्यताप्राप्त

प्रवेश घेण्याची शेवटची तारीख ३१ ऑक्टोबर २०२४

सिद्धी पॅरामेडिकल इन्स्टिट्युट

उपलब्ध कोर्सेस

- DMLT
- GNMA
- RADIOLOGY TECHNICIAN
- OPHTHALMIC TECHNICIAN
- DIALYSIS TECHNICIAN
- OPERATION THEATRE TECHNICIAN
- HEALTH SANITARY INSPECTOR
- I.C.U. TECHNICIAN

9823 255 355 9145 155 955

REVOLUTION in animation world

graphic designing | web designing | 2d & 3d animation | 18 MONTH PROGRAM

COURSE HIGHLIGHTS

Complete 3D Animation career program

Industry visits & workshops

Making a portfolio after every Module

E-Projects

C Programming, C++ Programming, Data Structure, PHP, Python, Java, .Net

Duration : 6 Months

CERTIFICATE COURSE IN SOFTWARE PROGRAMMING

An ISO 9001:2015 Certified **DiSHA COMPUTER INSTITUTE**

Delhi Gate Branch 1st Floor, 204, Anand Keshav Heights, Above Supekar Medical, Delhi Gate, Ahmednagar-414001 **9371051769**

Old ST stand Branch 1st Floor, Amber Plaza, Near Lokmanthan Office, Near Maliwada Stand, Station Road, A.nagar **9371151769**

Pipeline Branch Office No. 202, Second Floor, Rucha Garden, Bhistbag Chowk, Pipeline Road, Ahmednagar, 414003 **7447761769**

---

49 वर्षांची वैभवशाली परंपरा

शुद्ध शाकाहारी **बेकरी पदार्थांचे** निर्माते

न्यु प्रभात फुडस्

NEW PRABHAT FOODS

शिवकुस बिल्डींग, चितळेरोड, अहमदनगर. मो. 7769830030

दिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात **दिनांक : 25 ऑक्टोबर ते 1 नोव्हेंबर 2024**

VENOM THE LAST DANCE (HIN 3D) 10:00AM | 12:30PM | 03:00 PM | 05:00PM | 08:00PM | 10:30 PM

PHULLWANT 12:05 PM | 05:00 Pm

JIGRA 09:00 AM | 02:30 PM 10:15 PM

RAJA RANI 08:00 PM

VICKY VIDYA KA WOH WALA VIDEO 08:15 AM | 02:00 PM | 10:30 PM

VETTAIYAN 11:00 AM | 07:15 PM

KARMAYOGI ABASAHEB 05:00 PM

- For Screen No. 3 All Recliner Pay 50 Extra & Get 150 Food Voucher*
- Offer Valid On Window Booking & Phone Booking

Ahmednagar's First & Most Luxurious Cinematic Paradise !

CONNPLEX

3rd Floor, Kohinoor Mall, Premdan Chowk, Savedi, A.Nagar Mo. 6353564618 / 7790094001

गोसेवा समिती नगर दक्षिण जिल्हा आयोजित

भव्य चित्रकला स्पर्धा

गट १ : बालवाडी, पहिली वर्ग
विषय : दिलेले गोमातेचे चित्र रंगवणे.

गट २ : दुसरी ते चौथी वर्ग
विषय : गोमातेचे चित्र काढणे व रंगवणे.

गट ३ : पाचवी ते सातवी वर्ग
विषय : गोमातेचे चित्र काढणे व रंगवणे.

गट ४ : दिव्यांग गट
विषय : गोमातेचे चित्र काढणे व रंगवणे.

प्रत्येक गटात पहिले ३ बक्षीसे देण्यात येतील. सहभागी सर्व स्पर्धकांना गिफ्ट देण्यात येईल.

नाव नोंदणी फी ५०/-

चित्रकला पेपर (शीट) दिले जाईल. रंग (कलर) स्पर्धकांनी आणावेत

रविवार दि. २७ ऑक्टोबर २०२४ रोजी सकाळी ९ ते १० (स्पर्धेनंतर बक्षीस वितरण व कार्यक्रम समारोप)

स्थळ : ऋग्वेद भवन, चितळे रोड, अहिल्यानगर

विशेष सहकार्य Dr. Jadhav Kids and Family Dental Care. बालिकाश्रम रोड, अ.नगर

नावनोंदणीसाठी संपर्क

सौ. प्रिया कोठारी - ९४२३७०६५६४

श्री. संदीप पावसे - ९७८९०९४२२२१

Sakeshwar Gramin Vikas Seva Sanstha's

ADSUL COMPUTER AND MANAGEMENT INSTITUTE

Chas, Ahmednagar – 414 005

Approved by AICTE New Delhi, Govt. of Maharashtra, Recognized by DTE Mumbai & Affiliated to SPPU

INSTITUTE CODE – 05607

ADMISSION NOTIFICATION 2024-25

Applications are invited from eligible candidates for admission to First Year BBA and BCA against 290, 282 vacant seats respectively after Cap rounds.

INSTITUTE LEVEL ADMISSION SCHEDULE

Sr. No.	Activity	First Year BBA/BCA
1	Submission of application form	24-28/10/2024 (11.00 am)
2	Display of Merit List	28/10/2024 at 11.00 am
3	Date of Admission	28/10/2024 from 11.30 AM to 4.00 PM

Note: First year Vacancy Position is displayed on https://sgvssacmi.com

For Admission Contact : 9209739894

Principal

Dr. Sambhaji A. Pathare

Adsul Computer and Management Institute

Green Library

INTRODUCING ALL NEW

INDOOR LANDSCAPE DESIGNERS

For Your Beautifully Designed Home with a Touch of Nature

Live Plants | Garden Accessories | Green Library

Premium Planters | Artifacts on Lease | Garden Furniture

For Site visit call Amit Sanklecha 99231 43334

Opp. Ramadevi Temple, Next to Kamada Machine Tools, Zopadi Canteen, Savedi, Ahmednagar - 414003 99231 43334

महावीर मॉल... स्वस्त परंतु चांगले कपडे खरेदी करणाऱ्या ग्राहकांनीच कृपया मॉलला भेट द्यावी.

कृपया गर्दी टाळण्यासाठी जमल्यास सकाळी १० ते १ ग्राहक आले तर अधिक उत्तम.

जीन्स पँट, कार्गो पँट, अरमानी पँट, इंपोर्टेड टीशर्ट आणि रेडिमेड मध्ये अनेक नवीन नवीन व्हरायटी मिळतील.

- बंगलोरी चंद्रकोर साडी ३००० ची ८९९/- मध्ये
- डबल बेड इंपोर्टेड ब्लँकेट ८९९/- मध्ये
- सिंगल बेडशीट १४९/-

मार्केट पेक्षा वेगळ पाहिजे तर मार्केट पेक्षा वेगळ्या ठिकाणी यावे लागेल.

अधिक माहितीसाठी भेट द्या..

श्री महावीर कलेक्शन

मारुती मंदिरा समोर, मर्चंट बँके जवळ, मार्केटयार्ड, अ.नगर. Mo. 98222 52001

A.H. **पोखरणा** ज्वेलर्स

जितके ग्रॅम सोनं विकत तितकीच

चांदी मोफत*

स्क्रॅच करा आणि मिळवा

10% ते 100% मजुरीवर सुट*

सर्जेपुरा, अ.नगर । मो. 83 53 050505

सथ्था कॉलनी, स्टेशन रोड, अ.नगर । मो. 800 700 5001