संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रुपये | अहमदनगर, शनिवार दि. १४.१२.२०२४ | अंक नं. २४० | वर्ष ६७ वे | दैनिक वर्ष ६१ वे | ANR/022/2018-2020

Admissions Open

St. Michael's School

NARAYANDOHO

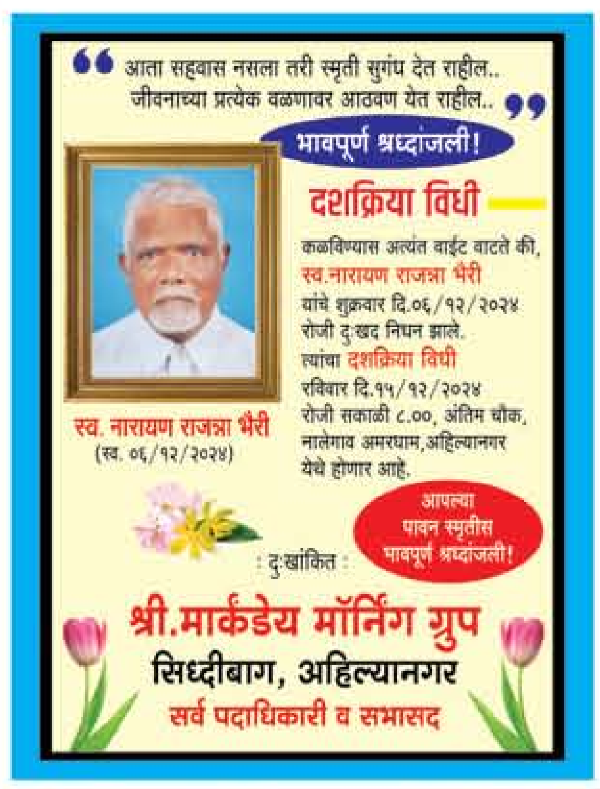
For STD : 1,2,3,5,6,8

Forms available on 16th 17th 18th Dec 24

(Timing : 10 am To 1 pm.)

School Office On Sholapur Road,Ahmednagar

Ph : 0241-2321529



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

युवा भारताचे वाढते आर्थिक व 'बुद्धी'बळ

आपला भारत युवकांचा भारत आहे. हा डेमोक्रेटीक डिव्हीडंड आपल्या देशाला वैभवाच्या शिखरावर नक्कीच नेईल याचा विश्वास वाढत चाललाय. त्यात भक्कम सरकारच्या दूरदृष्टीच्या ध्येयधोरणांनी आशादायी वातावरण बनलंय.

स्टार्टअप, उद्योगधंदे, क्रीडाजगत, इन्फ्रास्ट्रक्चर अशा विविध क्षेत्रात भरीव कामे होत आहेत. सुदैवाने आपली नवी पिढी नव्या यंत्रतंत्रांना सामावून घेऊन धडाडीने पुढे जात आहे. यातच काल एक ऐतिहासिक पराक्रम केला १८ वर्षीय बुद्धीबळपटू डी. गुकेश याने.

विश्वविजेतेपदाच्या लढतीतील चौदावा डाव जिंकून डोमाराज् गुकेशने आपले व देशाचे नाव बुद्धीबळाच्या इतिहासात सुवर्णाक्षरांनी कोरण्याचा पराक्रम केला आहे.

सर्वात तरुण विश्वविजेता बुद्धीबळपटू बनलेला डी. गुकेश हा सदानंद विश्वनाथन नंतर हा पराक्रम करणारा केवळ दुसरपाच आहे.

खरंतर आपण सर्वांनी क्रिकेटबरोबरच इतर खेळांतील उदयोन्मुख व विजेत्या खेळाडूंची चर्चा केली पाहिजे. आपल्या पाल्यांना त्यांची माहिती द्यायला हवी. सरकारनेही त्यांना सर्व प्रकारच्या अद्यावत सुविधा पुरवाव्यात.

खेळासह विविध क्षेत्रातील नवी पिढी देशाचे अर्थपूर्ण बुद्धी व महासत्तेसंबंधी बळ वाढवत जाईल याचा आशावाद आहे. डी. गुकेशचे खास खास अभिनंदन!

वाचनीय मननीय प्रेरणादायी अक्षर धन
संकलन : "मुसाफिर"-९८२२०२०६९१

महाराष्ट्र जीवन प्राधिकरण कर्मचाऱ्यांचा १८ डिसेंबरला नागपूर विधानसभेवर मोर्चा

नगर – न्याय हक्काच्या मागण्यांसाठी महाराष्ट्र जीवन प्राधिकरणचे कर्मचारी १८ डिसेंबर रोजी नागपूर विधानसभेवर राज्यस्तरीय मोर्चा काढणार आहेत. राज्यातील सर्व राज्य शासकीय कर्मचाऱ्यांना सातवा वेतन आयोग लागू होऊन अनेक वर्ष होऊन गेली त्याची थकबाकी देखील मिळून गेली परंतु शासन निर्णयाची शासन स्तरावरून पूर्णपणे अंमलबजावणी न झाल्यामुळे आज अनेक न्याय हक्काच्या मागण्यापासून वंचित झाले आहे, त्यामुळे अनेक वर्षाच्या नोकऱ्या केल्यानंतर या कर्मचाऱ्यांना मोठ्या प्रमाणामध्ये वेतन व सेवानिवृत्ती वेतन कमी मिळत आहे. सर्व राज्य शासकीय कर्मचाऱ्यांना शासनाने १ जानेवारी २०१६ पासून सातवा वेतन आयोग लागू केला परंतु मजीप्रा कर्मचाऱ्यांना १ एप्रिल २०१७ पासून अर्धवट सातवा वेतन आयोग लागू केला. वेतनामध्ये घर भाडे भत्ता सहाव्या वेतन आयोगाप्रमाणे, वाहतूक भत्ता पाचव्या वेतन आयोगाप्रमाणे अशा प्रकारचा अर्धवट वेतन आयोग या कर्मचाऱ्यांना देण्यात येऊन या कर्मचाऱ्यांचे लाखो रुपयांचे आर्थिक नुकसान करण्यात आले तसेच २४ वर्षांची कालबद्ध पदोन्नती नवीन वेतन आयोगातील १०, २०, ३० वर्षाची पदोन्नती यापासून कर्मचाऱ्यांना वंचित ठेवण्यात आले. राज्य शासकीय कर्मचाऱ्यांना सातव्या वेतन आयोगाची थकबाकी पूर्णतः देण्यात आली, परंतु मजीप्रा कार्यरत कर्मचाऱ्यांना एकही हप्ता अजूनपर्यंत मिळाला नाही. कसेतरी सेवानिवृत्त कर्मचाऱ्यांना दोन हप्ते थकबाकीचे मिळाले, नंतर काहीच नाही. त्यामुळे मजीप्रा कर्मचाऱ्यांचे हक्काचे असलेल्या अनेक न्याय हक्काच्या मागण्या शासनाने प्रलंबित ठेवून या अन्यायाची मालिका सुरूच ठेवली आहे.

याबाबत मजीप्रा संघर्ष कृती समितीच्या वतीने नागपूर येथे २०२२ मध्ये विधानसभेवर मोर्चा काढण्यात आला होता. त्या मोर्चाची दखल घेत तत्कालीन मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदेंनी सेवानिवृत्त कर्मचाऱ्यांना सातवा वेतन आयोगाचे थकबाकीचे दोन हप्ते दिले. त्यानंतर पुन्हा मुंबई येथे आझाद मैदानात २०२३ व २०२४ मध्ये बेमुदत धरणे आंदोलन करण्यात आले. शासनाच्यावतीने ठोस आश्वासन देण्यात आले, परंतु अद्यापपर्यंत काहीच कारवाई झाली नाही. तत्कालीन उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणीस यांनी ९ सप्टेंबर २०२४ रोजी भारतीय मजदूर संघाच्या प्रलंबित प्रश्नांवर सह्याद्री अतिथीगृह मुंबई येथे बैठक आयोजित केली होती. त्या बैठकीत भारतीय मजदूर संघाच्यावतीने प्रलंबित प्रश्न उपमुख्यमंत्र्याच्या निदर्शनास आणून देण्यात आले असता त्यांनी वरील सर्व प्रश्नाबाबत सकारात्मकता दाखवत मजीप्रा कर्मचाऱ्यांना १ जानेवारी २०१६ पासून सातवा वेतन आयोग लागू करण्यास जर मजीप्रा १४ महिन्याची थकबाकी आपल्या स्तरावर देण्यास तयार आहे तर त्यास शासनाची काहीच हरकत नाही. असे इतिवृत्ताच्या माध्यमातून त्यांनी पाणीपुरवठा व स्वच्छता विभागास कळविले, परंतु अद्यापपर्यंत पाणीपुरवठा स्वच्छता विभागाने उपमुख्यमंत्र्यांच्या निर्देशावर निघालेल्या इतिवृत्तावर काहीच कार्यवाही केली नाही तसेच सुधारित घर भाडे भत्ता, वाहतूक भत्ता हे देखील देण्याबाबत त्यांनी बैठकीमध्ये उपस्थित असलेल्या संबंधित अधिकाऱ्यांना सूचना करुनही काहीच कारवाई करण्यात आली नाही तसेच सातवा वेतन आयोगाची थकबाकी मिळणे हे वरील शासन निर्णयाप्रमाणे क्रमप्राप्त असताना अजूनही अद्यापपर्यंत शासन स्तरावरून काहीच कारवाई झाली नाही. एकीकडे २३ मार्च २०१७ च्या माध्यमातून शासन निर्णय निर्गमित करून त्यामध्ये सर्व काही स्पष्ट असताना आज म.जी.प्रा चे सर्व विषयाचे वेगवेगळे प्रस्ताव मागील अनेक वर्षापासून शासनाच्या वित्त विभागामध्ये प्रलंबित ठेवण्यात आले आहे. हा कर्मचाऱ्यांवर सेवानिवृत्तीच्या वेळेस एवढा अन्याय का करण्यात येत आहे, हे समजायला मार्ग नाही. त्यामुळे मोठ्या प्रमाणात सेवानिवृत्त झालेल्या ज्येष्ठ कर्मचाऱ्यांना आपल्या न्याय हक्काच्या आर्थिक मागण्याकरिता वेळोवेळी उन्हाळ्यात पावसाळ्यात व कडाक्याच्या थंडीत वेळोवेळी संघर्ष करावा लागत आहे, हे अतिशय खेदजनक आहे.

म्हणूनच पुन्हा या कडाक्याच्या थंडीत आपल्या न्याय हक्काच्या प्रश्नाकरिता मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस व शासनाचे लक्ष वेधण्याकरिता १८ डिसेंबर रोजी मजीप्रा संघर्ष कृती समितीच्यावतीने मोर्चाचे आयोजन केले आहे. यावेळेत तरी शासन निश्चितच या आंदोलनाची दखल घेऊन कर्मचाऱ्यांवर होत असलेल्या अन्यायावर मार्ग काढून न्याय देईल, अशी सर्व कर्मचाऱ्यांना आशा आहे. या मोर्चामध्ये ५००० कार्यरत व सेवानिवृत्त अधिकारी कर्मचारी, महिला, पुरुष सहभागी होणार आहे.

या मोर्चाचे नेतृत्व मजीप्रा संघर्ष कृती समितीचे अध्यक्ष इंजिनीयर अरुण निरभवणे व भारतीय मजदूर संघाचे व संघर्ष कृती समितीचे सरचिटणीस गजानन गटलेवार, कार्याध्यक्ष राजेंद्र शिंदे तसेच ज्येष्ठ कामगार नेते लक्ष्मणराव उपगनल्लावार, इंजिनीयर आनंद भालाधरे, इंजिनीयर दशरथ पिपरे, संघर्ष कृती समितीचे उपाध्यक्ष अभिमन्यू डोळसे, अनिल तळेले, बाळासाहेब वसु, बाळकृष्ण जाधव, सोनार इंजिनीयर, अनिल इंगोले, निशिकांत ठोंबरे, दीपक धोटे, राजू सोनार, माधव लोहे, रियाज शेख, राजेश कानडे, दिलीप घोलप, बाजीराव सोनवणे, प्रशांत जोग, एस. टी. शेंडे, अरविंद परदेशी, प्रकाश बोरेकर, श्रीमती साधनाताई भगत, श्रीमती प्रियाताई माळी, श्रीमती ललितताई बेंद्रे, हे संघर्ष कृती समितीमधील विविध संघटनांचे प्रतिनिधी करणार असून, मोर्चामध्ये राज्यातील सर्व जिल्ह्यातून मजीप्रा कर्मचारी उपस्थित राहणार आहेत.

पारा घसरला; नगर शहराचे किमान तापमान ११ अंशावर

राज्यभरातही थंडीची लाट, उत्तर भारतातील बर्फवृष्टीचा परिणाम

नगर – गेल्या आठवड्यात ढगाळ वातावरणामुळे थंडीचे प्रमाण कमी झाले होते. मात्र गेल्या दोन दिवसांपासून थंडीत पुन्हा वाढ झाली आहे. शुक्रवारी (दि.१३) शहराचे तापमान १२ अंशावर गेले होते. त्यात शनिवारी (दि.१४) आणखी घसरण होत पारा ११ अंशांवर गेला आहे. पुढच्या दोन दिवसात तापमानात आणखी घसरण होण्याची चिहे आहेत.

'पेंगल' चक्रीवादळामुळे गेल्या आठवड्यात ढगाळ व अवकाळी पावसामुळे थंडीचे प्रमाण कमी झाले होते. नोव्हेंबर महिन्याच्या पंधरवड्यापासून थंडीचा जोर वाढू लागला होता. नोव्हेंबरच्या दुसऱ्या आठवड्यात तापमान ५ ते ६ अंशांनी कमी झाले होते. त्यामुळे चांगलीच हुडहुडी भरली होती. विशेष म्हणजे १९ नोव्हेंबरला शहराचे किमान तापमान ११ अंशावर गेले होते. त्यावेळी राज्यातील सर्वात कमी तापमानाची नोंद नगर मध्ये झाली होती. त्यानंतर तापमानाचा पारा आणखी घसरला होता. त्यावेळी १० अंश सेल्सिअस इतके तापमान नोंदवले होते. आता मात्र तापमानात पुन्हा घसरण झाली आहे. शुक्रवारी शहराचे तापमान १२ अंश सेल्सिअस इतके नोंदवण्यात आले होते. शनिवारी सकाळी ते ११ अंश सेल्सिअस इतके नोंदवण्यात आले आहे. आणखी काही दिवस थंडीचा कडाका वाढत राहणार आहे, असा अंदाज हवामान खात्याने वर्तवला आहे.

उत्तर भारतात सुरू असलेल्या जोरदार बर्फवृष्टीचा सर्वाधिक प्रभाव सध्या विदर्भ, मराठवाड्यासह महाराष्ट्रात, मध्यप्रदेश व छत्तीसगडमध्ये जाणवत आहे. राज्यातील बहुतांश जिल्ह्यांमध्ये थंडीची तीव्र लाट दिसून आली. हवेतील गारठा या आठवड्यातही कायम राहणार असल्याने पारा आणखी घसरण्याची शक्यता असल्याचा अंदाज प्रादेशिक हवामान विभागातर्फे वर्तविण्यात आला आहे.

उत्तर भारतातील थंडीचा सर्वाधिक परिणाम उत्तर महाराष्ट्रात जाणवत आहे. शुक्रवारी धुळे येथील कृषी महाविद्यालयात राज्यातील सर्वात नीचांकी म्हणजे ६ अंश तापमानाची नोंद झाली आहे. त्यामुळे नागरिक थंडीपासून वाचण्यासाठी शेकोटीचा आधार घेत आहेत. धुळ्यासह परभणी, जळगाव, गडचिरोली येथेही तापमान १० अंशांच्या खाली आले आहे. परभणीत ८.५, जळगावमध्ये ८.९ आणि गडचिरोलीत १० अंश सेल्सिअस तापमानाची नोंद झाली आहे. त्यामुळे राज्यभरात थंडीची लाट आली आहे.

पार्किंगमध्ये लावलेल्या मोटारसायकलची चोरी

नगर – बिल्डिंगच्या पार्किंगमध्ये हॅण्डेल लॉक करून लावलेली सुझुकी कंपनीची एक्सेस मोपेड मोटारसायकल (क्र.एम एच १६ डी क्यु ६७२४) कोणीतरी अज्ञात चोरट्याने चोरून नेली.

याप्रकरणी कोतवाली पोलिसांनी गणेश चंद्रकांत मोहिते (वय-३९, रा. शुभवास्तू सोसायटी, स्वप्नपूर्ती बिल्डिंग, लिंक रोड, केडगाव) यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरून अज्ञात चोरट्याविरुद्ध भारतीय न्याय संहिता २०२३ चे कलम ३०५(ब) चोरीच्या गुन्ह्याची नोंद केली.

VAISHNAVI TILES & TRADING CO.
• सर्व प्रकारच्या टाइल्स • ग्रॅनाइट • सॅनिटरी वेअर
• पीव्हीसी पाईप्स आणि फिटिंग • C.P. फिटिंग्ज
9590151515 | 9262515151
प्लॉट नं.5, हुंडेकरी शोरूमच्या मागे, सावेडी, अहमदनगर
VARMORA KERAKOLL CARYSIL colortile RAK NIRALI TIMEX ICON

'अहमदनगर होमिओपॅथीक मेडिकल कॉलेज'मध्ये १६ डिसेंबरपासून रोग निदान व मोफत उपचार शिबीर

नगर – अहमदनगर होमिओपॅथीक शिक्षण संस्थेचे अहमदनगर होमिओपॅथीक मेडिकल कॉलेज व हॉस्पिटल सावेडी रोड, अहिल्यानगर येथे १६ ते २१ डिसेंबरपर्यंत सकाळी ९.३० ते ५.०० या वेळेत सर्व रोग निदान व मोफत होमि ओपॅथिक शिबीराचे आयोजन केले असल्याची माहिती प्राचार्य व रुग्णालयीन अधिक्षक डॉ. सुनिल पवार यांनी दिली.

सदर शिबीरामध्ये त्वचा विकार इसब नायटा, पिंपल्स, सोरायसिस, चाई लागणे, खरुज, पांढरे डाग, मस, चामखीळ, कुरुप, केसांच्या समस्या- केस गळणे, केसात कोडा होणे, केस दुभंगणे, मुळव्याध, भगंदर, फिशर, पित्त, पित्ताशयाचे खडे, मुतखडा, प्रोस्टेड ग्रंथीची वाढ, बद्धकोष्ठता, अल्सरेटिव्ह कोलायटीस, मधुमेह, स्त्रियांच्या मासिक पाळीचे विविध विकार, मेनोपॉज, अंगावरुन पांढरे जाणे, वंध्यत्व, लठठपणा, पी सी ओ डी, गाऊट, मणक्यांचे विकार, संधीवात, दमा, ॲलर्जी, नेहमी होणारी सर्दी कान फुटणे, टॉन्सीलायटीस, मनोविकार या सारख्या विविध आजारांवर तज्ञ होमिओपॅथीक डॉक्टरांच्या मार्गदर्शनाखाली रुग्णांची तपासणी करुन होमिओपॅथीक उपचार करण्यात येणार आहे. शिबीरात आलेल्या रुग्णांची पुढील तपासणी अहमदनगर होमिओपॅथीक मेडिकल कॉलेज व हॉस्पिटल सावेडी रोड येथे करण्यात येणार आहे.

या संधीचा गरजू रुग्णांनी लाभ घ्यावा, असे आवाहन संस्थेचे अध्यक्ष डॉ. भुषण अनभुले, उपाध्यक्ष भुषण चंगेडे, खजिनदार डॉ. विलास बी सोनवणे, सचिव डॉ. डी. एस. पवार, सहसचिव लक्ष्मीनिवास सारडा, संचालक, बोरा आर. एस., अभय मुथ्था, शिवाजी रणसिंग, डॉ. समीर होळकर, राजेंद्र मेहेत्रे, डॉ. ऋतुजा चव्हाण कृष्णा क्षत्रिय तसेच महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. सुनिल पवार यांनी केले आहे.

घरासमोर लावलेल्या मोटारसायकलची चोरी; गुन्हा दाखल

नगर – शहराच्या मध्यवर्ती भागात असलेल्या सबजेल चौकातील दासरी वाडा येथील घरासमोर हॅण्डेल लॉक करून लावलेली टी व्ही एस कंपनीची ज्युपिटर मोपेड (क्र.एम एच १६ बी एल ७३५०) कोणीतरी अज्ञात चोरट्याने हॅण्डेल लॉक तोडून चोरून नेली.

या प्रकरणी कोतवाली पोलिसांनी दुशाल मच्छिंद्र थोरात (वय ३४, रा. दासरी वाडा, सबजेल चौक, अ.नगर) यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरुन अज्ञात चोरट्याविरुध्द भारतीय न्याय संहिता २०२३ चे कलम ३०५ (ब) अन्वये चोरीच्या गुन्ह्याची नोंद केली.

अटी शिथिल करून नगर-शिर्डी महामार्गाचे काम लवकरच पूर्ण करू

मंत्री नितीन गडकरी यांची लोकसभेत माहिती, खा.निलेश लंके यांचा पाठपुरावा

नगर – नगर-शिर्डी रस्त्याचे अनेक वर्षांपासून रखडलेले काम आता अल्प निविदा प्रसिध्द करून अडीच हजार कोटी रूपये खर्चाचा हा प्रकल्प लवकरच पुर्ण केला जाईल. हे काम पुर्ण होईपर्यंत या रस्त्याची दुरूस्ती करून दळणवळण सुलभ केले जाईल अशी ग्वाही केंद्रीय रस्ते, वाहतूक व महामार्ग मंत्री नितिन गडकरी यांनी दिली असल्याचे खा. निलेश लंके यांनी सांगितले

नगर-शिर्डी रस्त्याचे काम लवकरात लवकर मार्गी लावण्यासाठी खा. निलेश लंके हे संसदेत गेल्यापासून मंत्री नितिन गडकरी यांच्याकडे पाठपुरावा करत आहेत. शुक्रवारी (दि.१३) मंत्री गडकरी यांनी या प्रश्नावर संसदेत निवेदन केले. त्यावेळी त्यांनी हे काम लवकरात लवकर माग लावण्याची ग्वाही दिली. या रस्त्याचे काँक्रीटीकरण करावे ही मागणी खा. लंके यांनी केली आहे. त्याचा उल्लेखही गडकरी यांनी आपल्या निवेदनात केला.

गडकरी यांनी सांगितले की, नगर-शिर्डी रस्त्याचे नेमके काय झाले माहिती नाही, परंतू या रस्त्याच्या कामाच्या तिनदा निविदा निघाल्या. तीन ठेकेदार पळून गेले. एकाची बॅक गॅरंटी बनावट निघाली. आता पुन्हा दोनच ठेकेदारांनी निविदा भरल्या आहेत. अधिकाऱ्यांनी ही माहीती दिल्यानंतर या निविदा रद्द करण्यात सांगण्यात आले आहे. आता पंधरा दिवसांचे अल्प कालावधीची निविदा प्रसिध्द करून सुमारे अडीच हजार रूपये खर्चाचा हा प्रकल्प पुर्ण केला जाईल.

शिर्डीला भाविक येतात. त्यांना त्रास सहन करावा लागतो त्याचे मलाही दुःख होते आहे. तांत्रीक आणि आर्थिक निकष होते त्यात काही अंशी शिथिलता आणण्यात आली आहे. कारण आणखी ठेकेदार ही निविदा भरू शकतील. हा रस्ता काँक्रीटचा करण्याची मागणी तेथील लोकसभा सदस्यांनी केली आहे. त्याचा अभ्यास करून हे काम लवकरात लवकर सुरू करण्यात येईल. तोपर्यंत खराब झालेल्या रस्त्याची दुरूस्ती करून तो वाहतूकीसाठी योग्य राहील याची काळजी घेण्यात येणार असल्याचे गडकरी म्हणाले.

रस्त्याची निविदा काढल्यानंतर निविदा रकमेच्या पन्नास टक्क्यांपर्यंत कमी त्या भरल्या जातात. हे थांबविण्यासाठी सरकारने काही उपाययोजना कराव्यात. त्यासाठी संबंधित ठेकेदार, अधिकारी यांची जबाबदारी निश्चित केली पाहिजे अशी मागणी यावेळी सभागृहात करण्यात आली, त्यावरही गडकरी यांनी उत्तर दिले.

पूर्वी मोठ-मोठी माणसे निविदा दाखल करत. त्यासाठीच आता तांत्रीक आणि आर्थिक बाबींमध्ये शिथीलता आणण्यात येत आहे. तसे केल्यामुळे आणखी काही लोक हे काम करू शकतील. ४२ टक्क्यांपासून ५० टक्क्यांपर्यंत कमी निविदा सादर करण्यात येत आहेत. हे थांबविण्यासाठी उपाययोजना करण्यात येणार असून त्यामुळे कामे दर्जेदार होण्यास मदत होईल. काही बंधने आम्ही चांगल्या होतून घातली होती. मात्र त्याला यश आले नसल्याचे गडकरी म्हणाले.

शहरातील अतिक्रमणधारकांना मनपाचा २ दिवसांचा अल्टीमेटम

अतिक्रमणे स्वतःहून काढून घेण्याच्या सक्त सूचना, सोमवारपासून अतिक्रमण हटाव मोहीम

शहरातील अतिक्रमणांसंदर्भात आयोजित बैठकीत सूचना करताना मनपा आयुक्त तथा प्रशासक यशवंत डांगे. समवेत अधिकारी-कर्मचारी.

नगर – महानगरपालिकेने शहरातील अतिक्रमणांवर सुरू केलेली कारवाई आणखी तीव्र करण्यात येणार आहे. आयुक्त तथा प्रशासक यशवंत डांगे यांनी कठोर भूमिका घेत अतिक्रमणधारकांना दोन दिवसांचा अल्टिमेटम देत अतिक्रमणे स्वतःहून काढून घेण्याच्या सूचना दिल्या आहेत. सोमवारपासून शहराच्या सर्व भागात पोलिस बंदोबस्तात अतिक्रमण हटाव मोहीम तीव्र करण्यात येणार असल्याचे आयुक्त डांगे यांनी स्पष्ट केले आहे.

दिल्लीगेट ते चौपाटी कारंजा ते चितळे रोड, नेता सुभाष चौक, कापड बाजार, मोची गल्ली, बालिकाश्रम रोड, उपनगरातील एकविरा चौक प्रोफेसर चौक, भिस्तबाग चौक, सक्कर चौक, मार्केट यार्ड परिसर, बोल्हेगाव, केडगाव, लिंक रोड, अंबिकानगर बस स्टॉप, कोठला स्टँड परिसर, झेंडीगेट, मुकुंदनगर, अकबरनगर या परिसरात मोठ्या प्रमाणात रस्त्यावर अतिक्रमणे झाल्याचे आयुक्तांनी केलेल्या पाहणीत आढळून आले. तसेच, जिल्हा रुग्णालय समोरील गवळीवाडा येथे जनावरे रस्त्यावर सोडली जातात व रस्त्यावर बांधली जात असल्याचे दिसून आले आहे.

आयुक्त यशवंत डांगे यांनी अतिक्रमण निर्मूलन विभाग व प्रभाग अधिकाऱ्यांची बैठक घेऊन सोमवारपासून पोलिस बंदोबस्तात अतिक्रमण हटाव मोहीम सुरू करण्याचे आदेश दिले आहेत. ज्यांची अतिक्रमणे आहेत, त्यांनी ती दोन दिवसात काढून घ्यावीत, अन्यथा महानगरपालिका कठोर कारवाई करेल, असा इशारा आयुक्त यशवंत डांगे यांनी दिला आहे. अहिल्यानगर शहर अतिक्रमण मुक्त करून शहराची नवी ओळख निर्माण करण्याचा महानगरपालिकेचा मानस असल्याचेही त्यांनी म्हटले आहे.

अहिल्यानगर ते गोंदवले या पायी दिंडीचे गोंदवले येथे पादुका पूजन आणि मंदिर प्रदक्षिणा होऊन सांगता झाली याप्रसंगी सौ. रेखाताई रिंगणे, अशोक मुळे, लहू बडे, संकल्प पाटोळे, रमेश संत, राहुल लिमये, शरद बेरड, लुणीया परिवार आदी (छाया - विजय मते)

अहिल्यानगर ते गोंदवले पायी दिंडीची उत्साहात सांगता

नगर – अहिल्यानगर ते गोंदवले या पायी दिंडीची सांगता उत्साहात करण्यात आली. गेल्या आठवड्यात सावेडी उपनगरातील शिलाविहार येथील श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज यांच्या मंदिरापासून ही दिंडी निघाली होती. ९ दिवस २०० किलोमीटर अंतर पायी चालत भाविकांनी दिंडी मधील पादुका पालखी मिरवणुकीने गोंदवले येथे नेण्यात आली.

या दिंडीचे नगर शहरापासून ते गोंदवलेपर्यंत ठिकठिकाणी भाविकांनी स्वागत करून वारकऱ्यांना अन्नदान केले. भाविकांनी श्रीराम जय राम जय जय राम या नामघोषात, हरिपाठ, भजन करीत दिंडीची प्रदक्षिणा पूर्ण केली. दिंडीचे २४ वे वर्ष होते. गोंदवले येथे पादुका पूजन आणि मंदिर प्रदक्षिणा होऊन उत्साहात दिंडीची सांगता करण्यात आली. याप्रसंगी दिंडी चालक सौ. रेखाताई रिंगणे, अशोक मुळे, लहू बडे, रमेश संत, संकल्प पाटोळे, राहुल लिमये, शरद बेरड, विजय मते, लुणीया परिवार आदी उपस्थित होते.

दिंडीतील सर्व वारकऱ्यांनी शिस्तबद्ध, नियम पाळून ही दिंडी पूर्ण केली. याबद्दल सेवाभावी मंडळाचे कार्यकर्त्यांनी समाधान व्यक्त केले. शेवटी प्रसाद रिंगणे यांनी आभार मानले.

गृहिणी

आरोग्य

रोज सकाळी खा भिजवलेले आक्रोड

रोज सकाळी मुठभर भिजवलेले आक्रोड खाल्ल्याने भरपूर फायदे होतात. भिजवलेल्या अक्रोडात कॅल्शियम मोठ्या प्रमाणात आढळते. कॅल्शियम दात आणि हाडे मजबूत करण्यास मदत करते. अक्रोडमध्ये ओमेगा ३ फॅटी सिड आढळते. भिजवलेले आक्रोड खाल्ल्याने शरीरात चांगले कोलेस्ट्रॉल वाढल्याने हृदयाच्या समस्यांचा धोका अनेक पटींनी कमी होतो.

पाककला

घेवड्याची भाजी

साहित्य : १/२ किलो घेवडा, २ बटाटे, २ हिरव्या मिरच्या (तुकडे केलेले), २ चमचे खोबऱ्याचा किस, १ काडी-कढीपत्ता, तेल, हिंग, मोहरी, जिरे, अर्धा चमचा-हळद, अर्धा चमचा-तिखट, अर्धा चमचा-गोडा मसाला, १ चमचा-गरम मसाला, चवीनुसार मीठ, कोथिंबीर, पाणी

कृती : सर्वात आधी घेवड्याच्या शेंगा स्वच्छ धुवून घ्याव्या. तसेच हातानेच या शेंगांचे छोटे छोटे तुकडे करायचे. आता सर्व तुकडे पाण्यात भिजत घालावे. नंतर कढईत तेल गरम करून मोहरी, जिरे, कढीपत्ता, हिंग, हळद घालावी. आता मिरचीचे तुकडे घालून परतवून घ्यावे तसेच तिखट आणि गोडा मसाला घालून तेल सुटेपर्यंत परतून घ्यावे. आता बटाटा काप घालावे. आता शेंगांचे तुकडे घालून परतवून घ्यावे व थोडावेळ झाकून ठेवावे. नंतर चवीनुसार मीठ घालून थोडे पाणी घालावे जेणेकरून वाफेने शेंगा शिजतील. आता यामध्ये चवीनुसार साखर किंवा गूळ घालावा. तसेच खोबरे किस आणि गरम मसाला घालावा व वरून कोथिंबीर गार्निश करावी.

वास्तू

स्वयंपाकघरासंबंधी

✻ जर स्वयंपाकघर आग्नेय दिशेला म्हणजेच आग्नेय कोपऱ्यात नसेल तर शेंदरी गणेशजींचे चित्र ईशान्य दिशेला म्हणजेच ईशान्य कोपऱ्यात लावावे.

✻ जर तुमचे स्वयंपाकघर अग्नी कोनात नसून इतर दिशेला बांधले असेल तर तेथे यज्ञ करणाऱ्या ऋषींचे फोटो लावा.

सल्ला

स्वयंपाकघरात झाडू ठेवू नये. त्याचप्रमाणे फ्रिजच्या ठिकाणी धुणी-भांडीची जागा नसावी.

सौंदर्य

पेरूच्या पानांमध्ये असलेले व्हिटॅमिन बी कॉम्प्लेक्स, व्हिटॅमिन सी केस मजबूत आणि निरोगी ठेवतात.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. १५ डिसेंबर २०२४

---, शके १९४६ क्रोधीनामसंवत्सर, मार्गशीर्ष शुक्लपक्ष, मृग २६|२०, सूर्योदय ०६ वा. ३५ मि. सूर्यास्त ०६ वा. १५ मि.

राशिभविष्य

मेष : मानसिक सुख-शांतीचे वातावरण राहील. अनुकूल बातम्या कळतील.

वृषभ : मागील उधारी उसनवारी वसुल होईल. आरोग्याची काळजी घ्याल. पितृचिंता मात्र सतावेल.

मिथुन : पत्नीच्या आरोग्याची चिंता राहील. आपल्या खर्चावर नियंत्रण ठेवाल. वाहने व उपकरणे बिघडतील.

कर्क : प्रेम-प्रसंगांमध्ये सावधगिरी बाळगाल. आर्थिक खर्च अधिक होईल. जुने मित्र भेटतील.

सिंह : कर्ज देणे न टाळ्याने नुकसान होईल. निष्कारण चिंता त्रास देतील. व्यापारात वेळ मध्यम राहील.

कन्या : आपल्या व्यवसायात काहीतरी चांगले घडून येणार आहे.

तूळ : धार्मिक कार्यांमध्ये खर्च होण्याची शक्यता आहे. पाकीट चोरी होईल.

वृश्चिक : आपल्या महत्त्वाकांक्षा पूर्ण होतील. मोठी रोख रक्कम मिळेल.

धनु : विरोधक नुकसान पोहोचवण्याचा प्रयत्न करतील.

मकर : पैशासंबंधी येणाऱ्या अडचणी दूर होतील. आपल्या धाडसात वाढ होण्याची शक्यता आहे.

कुंभ : कलाक्षेत्रातील लोकांना अनुकूल परिस्थिती मिळेल. तब्येत बिघडेल. भातृचिंता सतावेल.

मीन : अधिकार क्षेत्रात वाढ होईल. जोखिम असलेले कार्ये न टाळल्याने नुकसान होईल.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

हसा आणि शतायुषी व्हा!

संता : अरे यार बंता, sent message काय प्रकार आहे ?
बंता : काढलीस ना लाज, एवढं पण माहीत नाही...
अरे सेंट मेसेज म्हणजे खरफ्यूमवाला मेसेज

...वाढवूया आपले सामान्य ज्ञान

✻ समुद्री खडकांनी बनलेला किती मोठा प्रदेश व्यापलेला आहे? - ७ लाख ८० हजार चौ.किमी
✻ पिटकॉर्न बेटे कशी तयार झाली? - लाटांपासून
✻ अरामोअर टेकड्यांमध्ये पक्षांच्या किती प्रजाती आढळून येतात? - ८८ पक्षांच्या प्रजाती
✻ फ्रेंच पोलिनेशियाचे एकूण क्षेत्रफळ किती आहे? - ४१६७ चौ. किमी

- अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

शब्दगंध क्र. ७०७१ सौ.शैलजा कुलकर्णी

१	२	३	■	४	५		६
७			८	■		■	
९		■	१०	११		१२	
■	१३	१४	■		■		■
१५	■	१६	१७		■	१८	१९
२०				■	२१		
	■	२२		■		■	
२३			■	२४			

आडवे शब्द :- १) अनुमान; तर्क; कयास; अदमास ४) बोलाचाल; भांडण ७) छातीच्या हाडांचा सापळा; ९) गव्हाचे कणीदार पीठ १०) दुर्दैवी; कपाळकरंटा १३) आकाश; अंबर; गगन १६) श्मश्रू; हजामत १८) एक प्रकारची दारू २०) एक खमंग खाद्यपदार्थ २१) एक फळ २२) वेग; स्पीड २३) एक स्थितिस्थापक पदार्थ ज्यापासून टायर, ट्यूब वगैरे पदार्थ तयार होतात २४) प्रतिकूल वर्तन; अडथळा; विरोध

उभे शब्द :- १) आकाश; गगन २) दरवाजावरचा पहारेकरी ३) विश्व; दुनिया ५) कविता; काव्य ६) गुणी; कौशल्य ८) डिंक; गोंद ११) ध्यान; चिंतन १२) केळी कुसकरून त्यात साखर व दूध घालून केलेले पक्वान्न १४) प्रपंचरूपी समुद्र १५) थंडीपासून बचाव करण्यासाठी कानाला गुंडाळतात ते लोकरीचे लांबट वस्त्र १७) दिवा लावण्यासाठीचे मातीचे छोटे पात्र जे दिवाळीत हमखास वापरतात १९) विचारविनिमय; खलबत २१) मुसलमान साधू

शब्दगंध क्र. ७०७० चे उत्तर

नि	को	बा	र	■	क	मा	ल
शा	न	■	स	मा	न	शी	ल
च	■	वि	द्या	र	क	■	ना
र	वि	वा	र	■	■	ब	■
■	ना	द	■	गो	■	क	र
द	श	■	मो	ल	क	री	ण
ग	■	गे	ह	■	रा	■	गा
ड	म	रु	■	को	ल	दां	डा

✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ मुलांचे विश्व ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻

: संकलक : ॲड.सौ. पूजा गुंदेचा

सुविचार : जीवनातील संघर्ष शिखरावर पोहोचवतो, पण सौंदर्य त्या वाटेतील फुलांमध्ये दडलेलं असतं.

मुलांसाठी मेडिकल जनरल नॉलेज

सागर कसे तयार झाले?

आपल्या पृथ्वीवर ७०% पेक्षा जास्त पाणी आणि उरलेली जमीन आहे. सागराचा विस्तार ३,६१० लक्ष चौरस कि. मी. एवढा आहे. पृथ्वीच्या उत्पत्तीबद्दल अनेक सिद्धांत आहेत. असे असले तरीही सागर कसे तयार झाले हे अजूनही सांगता आलेले नाही. ते कसे तयार झाले असावेत याबद्दल शास्त्रज्ञांचे काही तर्क आहेत. पृथ्वीच्या निर्मितीबरोबरच सागरांचीही निर्मिती झाली असावी का ? हे सांगणेही अवघड आहे. आजचे समुद्र ५० ते १०० कोटी वर्षांपूर्वी तयार झाले असावेत असा एक तर्क आहे आणि ते कसे अस्तित्वात आले असावेत याबद्दलही शास्त्रज्ञांनी काही तर्क लढवले आहेत. पृथ्वीच्या जन्माच्या वेळी पृथ्वी हा तप्त वायूंचा नि खडकांचा गोळा असावा. तो हळूहळू थंड होत होत तप्त खडकांचा हा गोळा तयार झाला. या गोळ्याभोवती तप्त वायूंचे आवरण होते. पुढे आणखी तापमान कमी झाल्यावर पृथ्वीभोवतालचे ढग आक्रसले गेले आणि जड झाले. हळूहळू त्यातून पाऊस पडू लागला. हा पाऊस अर्थातच आत्तासारखा शुद्ध पाण्याचा नव्हता. दुसरे म्हणजे तेव्हा जमीन अशी अस्तित्वात नव्हतीच. त्यामुळे पाऊस पडताच त्याची पुन्हा वाफ व्हायची. असे लक्षावधी वर्षं चालले होते. पाऊस पडायचा, त्याची वाफ व्हायची, ती वरवर जात थंड होऊन तिचे ढग व्हायचे नि पुन्हा पाऊस पडायचा. या काळात हळूहळू पृथ्वीवरचे तप्त शिलारस थंड होत होत त्यांच्यावर सायीसारखी आद्य जमीन तयार झाली; तरीही पावसाचे चक्र चालूच होते. या पावसाने भूभागातले खळगे हळूहळू भरले नि त्यातून सागरांची निर्मिती झाली असावी असे म्हटले जाते.

ईश्वरी शक्ती

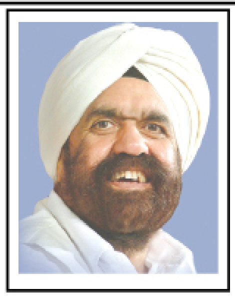
एकदा श्रीकृष्णाने गोकुळातील लोकांना समजावून सांगितले की, भगवान इंद्राची पूजा करण्यात आपला वेळ वाया घालवण्याऐवजी गायी आणि म्हशींची पूजा करणे चांगले आहे. ते तुम्हाला दूध देतात. तसेच प्राण्यांना माया लावावी.

गोकुळवासी यांना श्रीकृष्णचे म्हणणे पटले व त्यांनी इंद्रदेवाच्या जागी प्राण्यांना मानसन्मान देण्यास सुरवात केली. इंद्रदेवाने बघितले की आता आपली कोणी पूजा करत नाही, तेव्हा या अपमानाने त्यांना धक्का बसला. तसेच इंद्रदेव संतापले आणि त्यांनी गोकुळातील लोकांना धडा शिकवण्याचे ठरवले. आता भगवान इंद्राने ढगांना गोकुळ नगरी बुडेपर्यंत पाऊस पाडण्याचा आदेश दिला. भगवान इंद्राची आज्ञा मिळाल्यानंतर गोकुळ नगरीवर जोरदार पाऊस पडू लागला.

गोकुळात असा पाऊस कधीही पडला न्हवता. चारही दिशांना पाणी साचले. गोकुळात पुर आला. गोकुळवासी घाबरून श्रीकृष्णजवळ पोहचले. श्री कृष्णाने सर्वांना आपल्या मागे येण्याचे आदेश दिले. श्रीकृष्णच्या मागे गेले. श्री कृष्ण गोवर्धन नावाच्या पर्वताजवळ पोहचले व गोवर्धन पर्वत श्रीकृष्णाने आपल्या हाताच्या करंगळीवर उचलला. सर्व गोकुळनिवासी पर्वताच्या खाली आश्रयास आले. श्री कृष्ण यांचा हा चमत्कार पाहून इंद्रदेव भयभीत झाले व त्यांनी पाऊस थांबवला आणि श्रीकृष्णाची माफी मागितली. आता पाऊस थांबला म्हणून गोकुळनिवासी आनंदित झाले. व आपल्या घरी परत गेले. अशा प्रकारे श्रीकृष्णाने आपल्या सामर्थ्याने गोकुळवासीयांचे प्राण वाचवले.

तात्पर्य : ईश्वरी सत्तेपुढे कोणतीही शक्ती टिकत नाही.

रहमते दर्शन (भाग - १)



प्रस्तावना

करता था कि उस पर ध्यान दिया गया है, उसको भी महत्त्व दिया जाता है, वह भी उनकी महफिल में कोई जगह रखता है। कभी-कभी महाराज जी किसी के नाम को ही अपनी बातचीत का आधार बना लेते थे। कभी वो किसी व्यक्ति से सम्बन्धित उसकी किसी पुरानी घटना को सुना देते, जिससे वो भौचक्का रह जाता कि अभी भी महाराज जी को उस घटना की याद है, वो उसे जानते हैं। कभी-कभी वो प्यार से मज़ाक करके लोगों को महसूस करा देते थे कि वो उन्हें अच्छी तरह से जानते हैं व समझते हैं। चाहे वो किसी का जन्मदिन मना रहे हो या सालगिरह, वो सबको महसूस करा देते थे कि वह सब भी उनके लिए महत्त्वपूर्ण है। महाराज जी इतने दयालु थे कि प्रत्येक व्यक्ति का दुःख-दर्द उनका अपना दर्द होता। अगर कोई उनके पास शारीरिक तकलीफ़, बीमारी के लिए आता, तो वो उस बीमारी से सम्बन्धित प्रत्येक पहलू को ध्यान में रखकर उसके लिए अच्छे से अच्छे डॉक्टर और इलाज का प्रबन्ध कराते। मैंने उन्हें बहुत बार बीमार लोगों को उनके घरों में और अस्पताल जाकर मिलते देखा है। लोग उनके पास अपनी बीमारी का एक्स-रे या उससे सम्बन्धित रिपोर्ट और डॉक्टर के इलाज को, जो वो बताते थे, लेकर आते थे,

(क्रमशः)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

अंतरिक बल (भाग - २)

अंतरीक बल

हम सभी विश्व का कल्याण चाहते हैं। क्या करें? कोई आडिया? भारत के प्रधान मंत्री को कल्पना में देखो। उसके और अपने बीच शिव बाबा या ईष्ट को देखो। शिव बाबा या ईष्ट को मन में कहते रहो आप शांति के सागर हैं। शांति के सागर हैं। आप के ये विचार प्रधान मंत्री को शांति के कार्य करने के लिए प्रेरित करेगें। वह ऐसी नित्तियाँ देश में लागू करेगें जिस से शांति स्थापित होगी । यही अभ्यास दूसरे देशो के राष्ट्रपतियों या प्रधान मन्त्रियों के लिए भी कर सकते हैं और विश्व में शांति स्थापन में सहयोगी बन सकते हैं। महर्षि अरविंद ऐसे ही विश्व सेवा करते थे । सभी व्यक्ति जीनियस है फिर भी सफल नहीं होते। प्रगति का सब से बड़ा शत्रु है लोगों द्वारा अपने चारो तरफ आरामदायक दायरा बना लेना। वह हर नई चीज का विरोध करने लगते हैं। हम तो हमेशा यही करते आए हैं, मुझे पता है कि ये तरीका काम नहीं करेगा। मैं जैसा कर रहा हूं उस में क्या बुराई है। जब कोई जूनियर व्यक्ति नया आईडिया लाता है उसे उसी समय खारिज कर दिया जाता है। जब कोई व्यक्ति असफल हो जाता है तो उस में भाव आ जाता है कि वह कुछ नहीं कर सकता। नया सीखने की इच्छा मर जाती है। असफलता का भय मनुष्य में पंगु भाव पैदा कर देता है। वह पीछे रहना पसंद करता है। नकारे जाने के भय, निंदित होने के भय और नकारात्मक प्रतिक्रियाओं के भय के कारण व्यक्ति नये आडिया पर काम नहीं करते। दिमाग दृढ़ बनानें के लिए आप अपने आडिया लिख लें। जब आप लिखते हैं तो दिमाग एकाग्र हो जाता है और निर्माण कार्य में लग जाता है। लिखने से मस्तिष्क सक्रिय हो जाता

(क्रमशः)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

साहित्य सहवास - सौंदर्य

सुंदर दिसायला, सौंदर्य पाहायला प्रत्येकाला अगदी मनापासुन आवडतं. सौंदर्य, डोळ्यांनी आपण टिपतो, डोळ्यांत साठवतो. पण ज्यांना ही सुंदर सृष्टी पाहता येत नाही, सौंदर्य पाहता येत नाही, अशा अंधांना, नेत्रदान केल्याने दृष्टी मिळते. ते ही सृष्टी-सौंदर्य पाहु शकतात. हे असं केल्याने आपल्या डोळ्यांचं सौंदर्य आणखीच खुलेल. सौंदर्य भाषेचं असतं, कलेचं असतं, विचारांचंही असतं. सौंदर्य फक्त दिसण्यातच असतं असं नाही. दुसऱ्यांविषयी आपल्या मनात असणारा चांगला विचार म्हणजे मनाचं सौंदर्य. मनाचं हे न दिसणारं सौंदर्य. एखाद्याचे पाय खूप सुंदर, सौंदर्यवान असतात. पायांचं सौंदर्य तेव्हाच कळेल, जेव्हा ते इतरांचं भलं व्हावं ह्याकरिता चालतील. खरंतर हे असं चालणं गरजेचं, महत्वाचं आहे. चित्रपट पाहतांना, एखाद्या दृष्यातील सौंदर्य आपण पाहातो, विशेषतः निसर्ग सौंदर्य.

मोठ्या पडद्यावरचं ते निसर्ग सौंदर्य पाहातंच राहावसं वाटतं. असं हे हवहवसं वाटणारं सौंदर्य, आपलं मन उल्हासित करतं, चैतन्यमय करतं. अर्थात हे सौंदर्य आपल्याला आनंद मिळवुन देतंच शिवाय मनाला प्रसन्नता लाभते. आपल्या मनात येणारा सकारात्मक, प्रेरणादायी विचार म्हणजेही सौंदर्य अर्थात हे विचारांचं सौंदर्य. हे विचारांचं सौंदर्य, आपल्याला विचारांनी श्रीमंत करतं, शिवाय आपल्यामध्ये सकारात्मकता निर्माण करतं. डोळ्यांद्वारे दिसणारं सौंदर्य सर्वप्रथम आपल्या मनात निर्माण झालं तर हे विश्वची माझे घर. सासु व सुनेच्या नात्याविषयी आपण वर्षानुवर्षे ऐकत आलोय, पाहातही आलोय. काही सासु अशा असतात ज्या सुनेला, सुन न समजता मुलगी समजतात नव्हे मुलीसारखं प्रेम देतात, वागवतात. हे सौंदर्य नात्याचं. ह्या सौंदर्यवान नात्यामुळं निर्माण होणारा मायेचा ओलावा, आपलेपणा सुनेचं अवघं जगणं समृध्द करतो. शब्दांमध्ये, वाक्यांमध्येही सौंदर्य असतं. 'तु फारच समजदार आहेस. चांगल्या आचार, विचारांचा आहेस, सकारात्मक आहेस.' ह्या वाक्यातील प्रत्येक शब्दात सौंदर्य आहेचना ? सर्वात महत्वाचं म्हणजे आपल्याला मिळालेला मनुष्य जन्म म्हणजे सौंदर्य आहे, असं मनापासून समजलं पाहिजे. एखादी वास्तु प्रशस्त, भव्य दिव्य असते.

वास्तुचं बाह्य सौंदर्य मनाला भुरळ घालतं पण त्या वास्तुत राहणारी माणसं नकारात्मक आचार, विचारांची असतील, तर ती वास्तु सौंदर्यहिन ठरते. एखादी व्यक्ती कुरुप असेल तर तिच्याशी अनेकजण बोलण्याचं टाळतात. पण त्या व्यक्तीचा आचार, विचार खूपच चांगला आहे. खरंतर अनेकजण त्या व्यक्तीच्या बाह्य सौंदर्यावरुन ती व्यक्ती वाईट असेल असा अंदाज करतात. जवळची व्यक्ती आपल्याशी भांडली तर आपल्याला वाईट वाटतं. अर्थात हे स्वाभाविकच आहे. पण त्या व्यक्तीचं रागावणं, भांडणं आपल्या भल्याकरीता होतं हे नंतर आपल्या लक्षात येतं. आपल्या विचारांच्या ह्या अवस्थेला आपण काय म्हणावं ? तिच्या विचारांचं सौंदर्य आपल्याला नंतर लक्षात येतं. एकंदरित शब्द, नातं, विचार, मनाचं सौंदर्य ह्यांचा आपण विचारच करत नाही. पण तो करायलाच पाहिजे. बाह्य सौंदर्या इतकंच महत्वाचं आहे आंतरिक सौंदर्य. हे आंतरिक सौंदर्य दिसत नसतं. जे सुंदर दिसतं, त्याच्याच सौंदर्याविषयी विचार केला जातो.

कारण हे बाह्य सौंदर्य असतं. आपल्या डोळ्यांचा आकार केवढासा आहे पण जगाला सामावण्याचं सामर्थ्य डोळ्यांमध्ये आहे. स्वतःच्या डोळ्यांचं सौंदर्य पाहिल्याचं आठवतंय का? ज्या हातांनी चांगली कृती करतो, त्या हातांचं सौंदर्य पाहिल्याचं आठवतंय का? स्वतः विषयीचा सकारात्मक विचार हे सुध्दा सौंदर्यच आहे. सौंदर्य समजुन घेण्यासाठी परिमाण लावलं जातं हे योग्य नसावं. सौंदर्य प्रसाधनांनी, चेहऱ्याचं सौंदर्य अधिकाधिक नक्कीच खुलवता येईल. एखाद्या गरजवंताला, आपल्याजवळ जे आहे ते दिलं तर गरजवंताला होणारा आनंद आपल्याला मिळालेलं समाधान, ह्या दोन्हीही चेहऱ्यावरचं सौंदर्य कोणत्याच परिमाणात मोजता येणआर नाही. 'चिंतन' च्या माध्यमातुन ज्ञान दान करुन श्रोत्यांचं वैचारिक सौंदर्य वाढवलं आहे. ह्या वैचारिक सौंदर्यामुळं, श्रोत्यांना जीवन जगण्याची कला लक्षात आली. त्यामुळेच संकटांवर मात करणं शक्य झालं, यश मिळवणं- प्रगती करणं शक्य झालं आहे. आपल्याकडुन होणाऱ्या चांगल्या कृतीमुळं सहवासात येणारा वैचारिक सौंदर्य नक्कीच खुलतं.

(लेख क्र.५२९)

- सुनील राऊत माळीगल्ली, भिंगार, अहिल्यानगर मो.९८२२७५८३८३

आयुर्वेदिक गर्भसंस्कार

गर्भावस्थेतील तपासण्या व लसीकरण

✻ फळ खावे (२.०० वा.) : ऋतुनुसार एखादे फळ खावे.

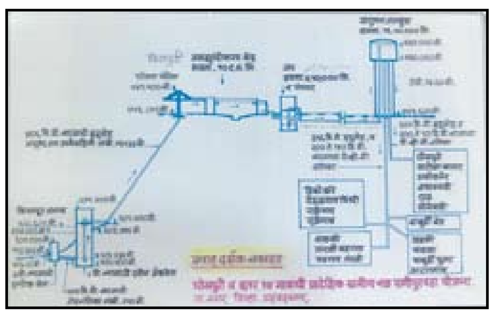
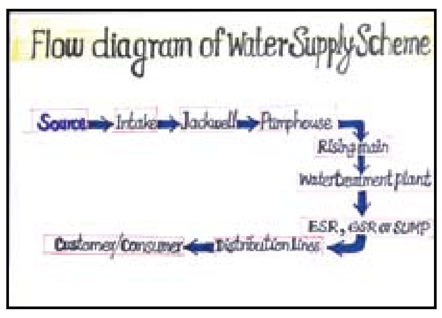
✻ दुपारची विश्रांती (२.३० ते ४.००) : दीड तास मन शांत ठेवून विश्रांती घ्यावी. झोपण्याआधी एखाद्या चांगल्या पुस्तकाची दोन-तीन पाने तरी वाचावीत; त्यामुळे शांत झोप लागते. झोपताना शक्यतो एका अंगावर होऊन वरील गुडघ्याखाली उशी घेऊन वामंगासन स्थितीत झोपावे. या स्थितीमुळे पोटावर ताण पडत नाही व आरामदायकदेखील वाटते.

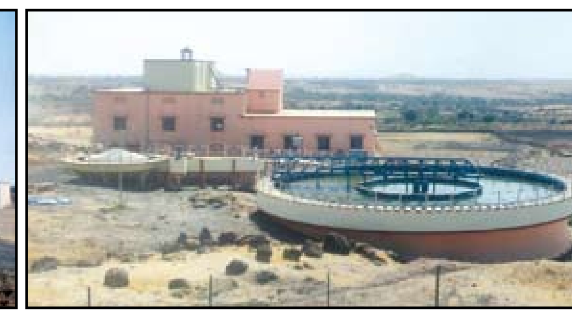
✻ पेयपान (दुपारी ४.०० वा.) : झोपेतून उठल्यानंतर चेहरा, हात, पाय स्वच्छ धुवावेत; त्यामुळे मन ताजेतवाने, प्रसन्न व आनंदी होते, सकाळपासून आलेला थकवा दूर होतो. नंतर आवळा सरबत किंवा लिंबू-गूळ असे एखादे सरबत शांतपणे प्यावे. बाहेरील शीतपेयापेक्षा घरी बनविलेले सरबत पिणे बाळासाठी व तुमच्या आरोग्यासाठी चांगले असते. या सरबतामधून व्हिटॅमिन सी मिळते.

(क्रमशः)

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

पाण्याचे महत्व, पाणीपुरवठा योजना संकल्पनाचे (Design) निकष, मापदंड व जलशुध्दीकरण प्रक्रिया



पाण्याचे महत्त्व

आपण आपल्या दैनंदिन जीवनात सकाळी उठल्या पासून ते रात्री झोपेपर्यंत घरात पाण्याचा वापर करतो, पृथ्वीवरील सर्व पाणी आपण वापरू शकत नाही कारण समुद्रातील पाणी खारट आहे. अत्यल्प पाणी पिण्यासाठी उपलब्ध आहे.

पृथ्वीवरील उपलब्ध पाण्या पैकी आपणांस वापरात येऊ शकणारे पाण्याचे प्रमाण शेकडा ०.०३% इतके आहे, पाण्याशिवाय दिवस काढणे हे आपल्या सर्वांना जवळजवळ अशक्य आहे. मानवी शरीराच्या सर्व क्रिया सुलभ चालाव्यात म्हणून दररोज तीन ते चार लिटर पाणी पिण्याची गरज असते. इतर सजीवांना देखील पाण्याची अशीच गरज असते. त्यांच्या शरीराच्या आकारमानानुसार हे प्रमाण कमी-जास्त असते. यावरूनच आपल्याला पाण्याचे महत्त्व लक्षात येते. कोणत्याही सजीवाला पाण्याशिवाय जिवंत राहणे शक्य नाही, म्हणून पाण्याला 'जीवन' असे म्हणतात. यावरूनच आपण असे म्हणतो जल हेच जीवन.

इतर सर्व सजीवांमध्ये मानव मोठ्या प्रमाणावर पाण्याचा वापर करतो.

पाणी पुरवठा योजनेचे डिझाईन, निकष आणि मानदंड

अ. क्र.	शहर आणि शहराचे वर्गीकरण	जास्तीत जास्त पाण्याच्या गरजेची शिफारस प्रति माणशी लिटर/प्रति दिनी (लिटर्स मध्ये) (Lpcd)
१	सांडपाण्याशिवाय करावयाच्या शहरासाठीच्या नळ पाणी पुरवठा योजना	७० लिटर प्रति माणशी/ प्रति दिवस
२	सांडपाण्याची योजना असलेल्या शहरांसाठीच्या नळ पाणी पुरवठा योजना	१३५ लिटर्स प्रति दिन/ प्रति माणशी (Lpcd)
३	सांडपाण्याची सुविधा असलेल्या महानगर व मेगा शहरांसाठीच्या नळ पाणी पुरवठा योजना	१५० लिटर प्रतिदिन / प्रति माणशी (Lpcd)
४	आग मागणी (Fire Demand)	$= 100\sqrt{\text{लोकसंख्या}}$ किलो लिटर्स प्रति दिन (Lpcd)
५	गावाच्या /शहराच्या तरंगत्या (Floating Population) लोकसंख्येसाठी पाण्याची मागणी	२५ लिटर्स प्रति दिन प्रति माणशी
६	वेगवेगळ्या संस्थांची पाण्याची वाढीव मागणी	२५ लिटर्स प्रति दिन प्रति माणशी
७	अ)पाळीव प्राणी (गुरेढोरे):- शेळ्या, मेंढ्या, ब) बैल, गाई, म्हशी व इतर	१५ लिटर प्रति दिन प्रति माणशी ४० लिटर प्रति दिन प्रति माणशी

पिण्याच्या पाण्याची भौतिक व रासायनिक गुणवत्ता मानके (Physical & Chemical Standards of Potable Water)

अ.क्र. Sr. No.	भौतिक व रासायनिक वैशिष्ट्ये (Characteristics)	स्वीकार्य मर्यादा (Acceptable Limit)	आक्षेपार्ह मर्यादा (Rejection Limit)
१)	गढूळपणा (Turbidity)	१	१०
२)	रंग (Colour) Units on platinum Cobalt Scale	५	२५
३)	चव व वास (Taste & Odour)	विना आक्षेपार्ह	आक्षेपार्ह
४)	PH	७.० ते ८.५०	< ६.५किंवा > ९.२०
५)	TDS (पाण्यातील मिनरल्स ची मात्रा) (mg/ltr.)	५००	२०००
६)	हार्डनेस (Hardness) (as $CaCo_3$) (mg/l)	२००	६००
७)	क्लोराईडस् (Chlorides) mg/ltr.	२००	१०००
८)	सल्फेटस् (Sulphate) mg/L	२००	४००
९)	फ्लुराईडस् (Flurides) as F (mg/l)		
१०)	नायट्रेटस् (Nitrate as NO_3) (mg/L)	४५	४५
११)	कॅल्शिअम (Calcium as Ca) mg/L	७५	२००
१२)	मॅग्नेशिअम(as Mg) in mg/L	≤३०	१५०
१३)	आयर्न (Iron as Fe) mg/L	०.१०	१.००
१४)	मँगेनीज (Manganese) Mg/L	०.०५	०.५०
१५)	कॉपर (Copper s Cu)	०.०५	०.५०
१६)	अॅल्युमिनिअम (Aluminum as AI) mg/L	०.०३	०.२०
१७)	क्षारता (Alkaliniity) mg/L	२००	६००
१८)	अवशिष्ट क्लोरिन (Residual Chlorine) mg/L	०.२	>१.००
१९)	जस्त (Zinc as Zn)in mg/L	५.०	१५.००
२०)	फेनोलिक संयुगे (Phenolic Compounds) as Phenol Mg/L	०.००१	०.००२
२१)	शिसे (Lead as Pb) in Mg/L	०.०५	०.०५
	टॉक्सिक मटेरियलस्-TOXIC MATERIALS		
२२)	पारा (Mercury (total as Hg) in mg/L	०.००१	०.००१
२३)	पॉलीसायक्लिक सुगंधी हायड्रोकार्बन (Mg/l) Polynuclear aromatic Hydrocarbons (PAH)	०.२०	०.२

पिण्यायोग्य पाण्याचे बॅक्टेरियोलॉजिकल मानक

(Bacteriological Norms for Potable Water)

प्रक्रिया केलेल्या निर्जंतुकीकरण केलेल्या पुरवठ्यासाठी, वितरण प्रणालीमध्ये प्रवेश करणारे पाणी अशा दर्जाचे असावे की १०० मिली. पाण्यात कोलिफॉर्म जीवाणू (निर्दिष्ट प्रक्रियेद्वारे) प्रदर्शित केले जाऊ शकत नाहीत. निर्जंतुकीकरण न केलेल्या पाण्यासाठीच्या नमुन्यांमध्ये ई.कोलाय आणि तीन किंवा त्यापेक्षा कमी कोलिफॉर्म्स / १०० मिली. नसावेत.

जलशुध्दीकरण प्रक्रिया

मुळ उद्देश-जलशुध्दीकरणाचा मुख्य उद्देश हा पाण्यातील अनिष्ट रसायने जैविक दुषित पदार्थ, निलंबित घन पदार्थ व वायु काढुन पाणी मानवी वापरासाठी, शुध्द पाणी तसेच औद्योगिक उपयोगांसाठी योग्य बनवणे हा आहे. स्वच्छ, सुरक्षित, शुध्द पिण्याचे पाणी मिळणे हा मानवाचा मुलभूत हक्क आहे.

जलशुध्दीकरण पध्दती (Method of Water Treatment)

पाण्याच्या शुध्दीकरणाच्या पध्दती ह्या पाण्याचे स्त्रोत व त्या पाण्याच्या गुणवत्तेवर अवलंबुन असते.

पाणीस्त्रोतांचे प्रकार

१) पृथ्वीच्या पृष्ठभागावरील पाणी (Surface Source)

महासागर, नद्या आणि तलावांचे पाणी.

जलशुध्दीकरण प्रक्रिया (Water Treatments) आवश्यक

पाणी स्त्रोतांच्या अशुध्द पाण्यासाठी शुध्दीकरण प्रक्रिया विषयीचा तक्ता

अ.क्र.	स्त्रोताचा प्रकार	आवश्यक शुध्दीकरण प्रक्रिया (Recommended Treatments)
१	भुजल स्त्रोत Ground Water Source)	गाळण व निर्जंतुकीकरण (Filtration) and (Disinfection)
२	भूपृष्ठीय स्त्रोत (Surface Source)	वायुवीजन (Aeration), पुर्व क्लोरीनेशन (Pre-chlorination), गोठणे (Pre-coagulation), कणसंकलन (Flocculation), गाळणे (Filtration), पोस्ट क्लोरिनेशन (Post Chlorination) इत्यादी

२) भूजल स्त्रोत (Ground Water Sources) - विहिरी, बोअर इ.

जलशुध्दीकरण प्रक्रिया

(Process of Water Treatment)

१) पाण्याचे वायुवीजन (Aeration) -

उद्दीष्टे-

* पाण्यातील आक्षेपार्ह चव आणि वास काढुन टाकणे.
* पाण्यातील कार्बन डायऑक्साईड व हायड्रोजन सल्फेट काढुन टाकणे.
* फेरस व मँगेनिझस अवस्थेतील आयर्न व मँगेनीझचा अवक्षेप (Precipitate) काढुन टाकणे.
* पाण्यातील विरघळलेल्या ऑक्सिजनचे प्रमाण वाढवणे.

वायुवीजन प्रकार :- १) स्प्रे द्वारे २) अनेक तुषार (multiple spray) किंवा वॉटरफॉल ३) कॅस्केड प्रकार (Cascade Type)

२) पूर्व क्लोरिनेशन (pre-chlorination) :-

उद्दीष्टे-

* पाण्यातील शेवाळाची वाढ (Algal Growth) रोखणे.
* पाण्यास विशिष्ट वास व रंग निर्माण करणाऱ्या संयुगांचा नाश करणे
* पाण्यातील आयर्न (iron), मँगेनिज (manganese) आणि हायड्रोजन सल्फाईड ही संयुगे नष्ट करणे.
* कोग्युलेशनाठी मदत करणे.

डोस आवश्यक : १ ते ५ ppm जेणेकरून पाणी पुरवठ्याच्या नळाद्वारे मिळणाऱ्या पाण्यात ०.२ ते ०.५ ppm एवढी क्लोरिनची मात्र पिण्याच्या पाण्यात शिल्लक राहील. पाण्यातील आक्षेपार्ह विविध संयुगांचा नाश करण्यासाठी पाण्याची क्षारता व तापमान पाहुन पुर्व क्लोरिनेशनचा डोस ठरवला जातो.

३) प्राथमिक निवळण - Plain Sedimentation

फिल्टरेशन ज्या ठिकाणी नसेल त्या ठिकाणी प्राथमिक निवळण्याचा कालावधी हा एक ते अनेक दिवसांचा असु शकतो. परंतु जर फिल्टर असलेल्या ठिकाणी प्राथमिक निवळण हे ३ ते ४ तास करुन पाण्यातील गाळ टाकीच्या तळाशी जमवुन बाहेर काढला जातो.

४) रासायनिक डोसिंग (Chemical Dosing)

उद्देश -

* पाण्यातील गाळाच्या कणांच्या गोठणे व ढवळणे या प्रक्रियेसाठी
* पाण्याच्या निर्जंतुकीकरण (Disinfection) व सॉफ्टनिंग (Softening) करिता
* पाण्यामध्ये शेवाळ व गंज उत्पत्ती रोखण्यासाठी
* फ्लोराईडेशनसाठी

पद्धती :- १) खडे किंवा पावडर फिडींग २) सोल्युशन (द्रव) बनवुन.

डोसाचा प्रकार व प्रमाण :- अशुध्द पाणी अल्कलाईन स्वरुपाचे असल्यास चुना हा पाण्याच्या ५% ते १०% मात्रा एवढा घेऊन तसा डोस निर्जंतुकीकरणासाठी / कोग्युलेशनसाठी वापरला जातो. कोऑग्युलंट म्हणुन तुरटीचा (Alum) वापर जास्त प्रमाणात केला जातो.

रासायनिक डोसिंग सोल्युशन स्ट्रेंथ-

तुरटीच्या सोल्युशनची स्ट्रेंथ ही गरजेनुसार ५% ते १०% पर्यंत ठेवली जाते. तर चुन्याच्या सोल्युशनची स्ट्रेंथ ही तुरटीपेक्षा १/३ एवढी ठेवली जाते.

५) फ्लॅश मिक्सिंग

उद्देश - कोग्युलेशन प्रक्रियेतील कोऑग्युलंट (तुरटी किंवा चुना) हा अशुध्द पाण्यात समप्रमाणात सर्वत्र मिसळवण्यासाठी केली जाते.

प्रक्रिया:- फ्लॅश मिक्सर युनिटमध्ये लोखंडी रविप्रमाणे असणाऱ्या यांत्रिकी उपकरणांद्वारे मोटरद्वारे इंपेलर १०० RPM ह्या वेगाने फिरवुन को ऑग्युलंटची Flash Mixing केली जाते. या युनिटमध्ये अशुध्द पाणी फिरवले जाईल असे संकल्पन केलेले असते.

६) कोअॅग्युलेशन (Coagulation) **व फ्लॅक्युलेशन** (Flocculation)

उद्देश - पाण्यातील निलंबित कण साध्या सेटलिंगद्वारे पुर्णपणे बाहेर काढले जाऊ शकत नाहीत. मोठे जड कण पाण्यातुन सहजपणे बाहेर पडतात, परंतु लहान आणि हलके कण खुप हळु स्थिरावतात किंवा कधीकधी अजिबात स्थिरावत नाहीत, त्यामुळे पाण्यात कोग्युलंटस् सोडुन. यासाठी तुरटी Alum (Aluminium Sulphate) हे पाणी शुध्दीकरणांसाठी वापरले जाणारे सर्वात सामान्य कोग्युलंट (Coagulant) आहे. इतर रसायने, जसे की फेरिक सल्फेट किंवा सोडियम ल्युमिनेट देखील वापरली जाऊ शकतात. याचा अवधी साधारणपणे अर्धा तास असतो. ही flocculation फ्लॉक्युलेशन प्रक्रिया ज्या युनिटमध्ये केली त्यास (flocculator) फ्लॉक्युलेटर असे म्हणतात.

क्लॅरिफायर (Clarifier) - गढुळ पाण्याची कोग्युलंट फ्लॉक्युलेशन प्रक्रिया पुर्ण झाल्यावर ह्या पाण्यातील गाळ निवळण्याच्या सेटलिंग टाकीमध्ये घेतले जाते. त्यास क्लॅरिफायर (Clarifier) असे संबोधले जाते. पाण्यातील कणांच्या टक्करांना प्रोत्साहन देण्यासाठी व मोठे फ्लॉक्स Flock तयार होऊन ते निवळुन टाकीच्या तळाशी जावेत व पाण्यातुन तळातुन वेगळे काढले जातात, यासाठी या उघड्या टाकीची क्षमता ही यामध्ये पाणी २ ते ३ तास स्थिरावेल एवढी ठेवली जाते. पाण्यातील नको असलेला गाळ सहजतेने बाहेर काढता यावा यासाठी टाकीच्या तळास तीव्र असा उतार दिलेला असतो. या टाक्या चौकोनी किंवा गोलाकार असतात व पाण्याची खोली २.५० ते ४.०० मीटर एवढी ठेवतात. पाण्यातील गाळ (sludge) बाहेर काढण्यासाठी २०० मि.मी. व्यासाचा पाईप ठेवला जातो.

७) फिल्टरेशन / गाळण प्रक्रिया (Filtration)

उद्देश्य-

* कोग्युलेशन आणि फ्लॉक्युलेशन नंतरही पाण्यात तरंगणारे कण व कलिल प्रकारचे मिश्रण (colloidal impurities) पाण्यापासुन वेगळे करणे.
* पाण्यास चमकदार, सौंदर्यदृष्ट्या आकर्षक तसेच जलजन्य रोग निर्माण करणाऱ्या सुक्ष्म जिवाणूंपासुन मुक्त बनवणे.

फिल्टरचे प्रकार

१) संथ वाळु फिल्टर (Slow Sand Filter)

वैशिष्ट्ये:-

* पाण्याची गढुळता 30 J. T. U. पेक्षा जास्त असल्यास संथ वाळु फिल्टर (slow sand filter) वापरतात.
* फिल्टरेशन रेट 100 - 150Lph/m^2 असतो.

संथ वाळु फिल्टरला ऑपरेट करण्यासाठी रसायने किंवा वीज लागत नाही.

अनुज्ञेय (Allowable) हेड लॉस हा ०.६० ते १.३० मिटर असतो.

२) जलद वाळु फिल्टर (Rapid Sand Filter) or Rapid Gravity Filter : - जलद वाळु फिल्टर (Rapid Sand Filter) किंवा जलद गुरुत्वाकर्षण फिल्टर हा एक प्रकारचा फिल्टर आहे जो सामान्यतः नगरपालिका किंवा महानगरपालिकांच्या पाणी पुरवठा योजनांसाठी वापरला जातो. ही फिल्टर प्रणाली चालविण्यास आणि देखरेखीसाठी अवघड व महाग असल्याने लहान पाणी पुरवठा योजनेसाठी हे फिल्टर योग्य नाही. संथ वाळु फिल्टरच्या तुलनेत या फिल्टरला जागा कमी लागते.

फायदे:-

या प्रकारच्या फिल्टरमध्ये फिल्टर वाळुचा ७५ ते ८० सें.मी. जाडीपर्यंत थर असतो. या वाळुची साईज ०.४५ ते ०.७० मि.मी. ची असते. वाळुचा एकरुपता गुणांक १.३० ते १.७५ असतो. वाळुच्या फिल्टरमध्ये फ्लॉक्युलेशन रसायनांच्या वापराद्वारे फ्लॉकमध्ये अडकलेले कण आणि अशुध्दता काढुन टाकली जाते. फिल्टर न केलेले पाण सुमारे 5m/h वेगाने वाहते, फिल्टर माध्यमाद्वारे गुरुत्वाकर्षण किंवा पंप केलेल्या दाबाखाली आणि फ्लॉक सामग्री वाळुच्या मॅट्रिक्समध्ये अडकते. वाळुच्या खाली ग्रॅव्हलचा थर हा २ ते ४५ मि.मी. साईजचा चार स्तरांमध्ये एकुण ३० ते ४५ सें.मी. जाडीचा असतो. या फिल्टरमध्ये वाळुच्या वर १.०० ते १.५० मिटर एवढे पाणी असते. या फिल्टर बेडमध्ये खालच्या बाजुस शुध्द पाणी जमा करण्यासाठी क्ले किंवा काँक्रीटचे ३० सेंमी. अंतरावर सच्छिद्र (५ मि.मी.) ८ सेंमी. अंतरावरील दोन्ही बाजुला ६५ मि.मी. ते ९० मि.मी. व्यासाचे लॅटरल पाईप्स असतात व मध्यभागी मुख्य मध्यवर्ती मॅनिफोल्ड पाईप असतो. प्रत्येक फिल्टरबेड धुतल्यानंतर घाण पाणी वाहून नेण्यासाठी वेगळे वॉश वॉटर गटर असते. फिल्टरच्या आवश्यकतेनुसार फिल्टर धुण्यासाठी शुध्द पाण्याची उंच टाकी त्याच बरोबर मोठ्या जलशुध्दीकरण केंद्रासाठी एअर ब्लोअर्स सुध्दा असतात.

३) जलशुध्दीकरण संयंत्रे दाब फिल्टर्स (Pressure Filters)

काही जलशुध्दीकरण संयंत्रे दाब फिल्टर सारख्याच तत्वावर कार्य करतात, फिल्टर माध्यम स्टिलच्या भांड्यात बंद केलेले असते आणि दबावाखाली त्यातुन पाणी जबरदस्तीने वाहुन जाते.

कागद आणि वाळुच्या फिल्टरपेक्षा खुपच लहाण कण फिल्टर करतात.

अक्षरशः सर्व कण त्यांच्या निर्दिष्ट छिद्रांच्या आकारापेक्षा मोठे फिल्टर करते.

ते पुन्हा साफ केले जाऊ शकतात (फ्लश) आणि पुन्हा वापरले जाऊ शकतात.

७) निर्जंतुकीकरण (Disinfection)

सर्वात सामान्य निर्जंतुकीकरण पद्धतीमध्ये काही प्रकारचे क्लोरीन किंवा त्याचे संयुगे जसे की क्लोरामाईन किंवा क्लोरीन डायऑक्साईड यांचा समावेश होतो. क्लोरीन (Chlorine) हे एक मजबुत ऑक्सिडंट आहे जे अनेक हानिकारक सुक्ष्मजीवांना वेगाने मारते. ४ मिलीग्राम प्रति लिटर (४ भाग प्रति दशलक्ष) पर्यंत क्लोरीन पातळी ही पिण्याच्या पाण्यात सुरक्षित मानली जाते.

पोर्टेबल पाणी शुध्दीकरण

आपत्कालीन परिस्थितीत किंव दुर्गम ठिकाणी निर्जंतुकीकरण आणि उपचारांसाठी पोर्टेबल पाणी शुध्दीकरण साधने आणि पध्दती उपलब्ध आहेत. निर्जंतुकीकरण हे प्राथमिक उद्दिष्ट आहे, कारण चव, गंध, देखावा आणि ट्रेस रासायनिक दुषितपण यासारख्या सौंदर्याचा विचार पिण्याच्या पाण्याच्या अल्पकालीन सुरक्षिततेवर परिणाम करत नाही.

९) शुध्द पाणी साठवण टाकी

अशुध्द पाण्यावर जलशुध्दीकरण प्रक्रिया पुर्ण झाल्यावर शुध्द पाणी जमिनीखालील साठवण टाकीमध्ये (RCC Sump) साठवले जाते. त्यानंतर हे शुध्द पाणी पुढे विविध विभागवार साठवण टाक्यांमध्ये पंपाद्वारे उर्ध्वनलिकेद्वारे पाठवले जाते.

१०) शुध्द पाणी वितरण:-

गावाच्या / शहराच्या विविध विभागवार उंच पाण्याच्या टाक्यांतुन शुध्द पाणी वितरण व्यवस्थेच्या (पाईपलाईन्सच्या) माध्यमातुन घरोघरी गरजेप्रमाणे दैनंदिन मानवी वापरांसाठी (पिण्यासाठी) शुध्द पाण्याचा पुरवठा केला जातो.

आर्किटेक्टस्, इंजिनिअर्स अॅण्ड सर्व्हेअर्स असोसिएशन, अहमदनगर
AESA
www.aesanagar.com
Reg. No. Mah/1393/1987
F 1356/1988/ANR

- इंजि. सुरेश परदेशी
Civil Engineer,
Contractor Technical Service Provider,
Ahilyanagar, Mobile No. 9423783220
Email: suresh.pardeshi010rediffmail.com

साध्वी रत्ना श्री विरागदर्शनाजी म. सा. पुण्यस्मरणदिनानिमित्त

१६ डिसेंबरला आनंदधाम येथे जाप साधना व गुणांनुवाद सभा

नगर - साध्वी रत्ना श्री विरागदर्शनाजी म. सा. यांच्या चतुर्थ पुण्यस्मरण दिनानिमित्त राष्ट्रसंत आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांच्या स्मृतीस्थळी आनंदधाम येथे १६ डिसेंबर रोजी सकाळी ९ ते १० यावेळेत जाप साधना व गुणानुवाद सभेचे आयोजन करण्यात आले आहे. महाराष्ट्र प्रवर्तक कुंदनऋषीजी महाराज, प्रबुद्ध विचारक आदर्शऋषीजी महाराज, संस्कार दिवाकर आलोकऋषिजी महाराज, महासाध्वी सत्यप्रभाजी म. सा., सरल स्वभावी दिव्यदर्शनाजी म. सा. आदी साधू साध्वीजींच्या सान्निध्यात हा कार्यक्रम होणार आहे.

या कार्यक्रमास श्रावक श्राविकांनी उपस्थित राहण्याचे आवाहन श्री वर्धमान स्थानकवासी जैन श्रावक संघ तसेच श्री तिलोक रत्न जैन धार्मिक परीक्षा बोर्डाच्या वतीने करण्यात आले आहे.

भूगोल शिक्षकांसाठी मूलभूत संकल्पनांवर आधारित २० डिसेंबरला एका दिवसाच्या कृतिसत्राचे आयोजन

नगर - अध्ययन संस्था ही विज्ञान, गणित आणि भूगोल विषयाच्या अध्ययन-अध्यापन पद्धतीतील दर्जा आणि गुणवत्ता वाढविण्यासाठी गेली १२ वर्षे महाराष्ट्रातील पालघर, डहाणू, तलासरी, वाडा, विक्रमगड, ठाणे, कल्याण-डोंबिवली, सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील कुडाळ, मालवण, वेंगुर्ला, कणकवली व वैभववाडी तसेच रायगड, रत्नागिरी, अहमदनगर येथील खेहालय, धाराशीव जिल्ह्यातील उमरगा, नांदेड जिल्ह्यातील बिलोली अशा विविध तालुक्यात शिक्षण प्रसाराचे काम करत आहे.

अध्ययन संस्था शाळांमध्ये विज्ञान व गणित मंडळे, विद्यार्थी आणि शिक्षकांसाठी विज्ञान, गणित व भूगोल विषयक कृतिसत्रांची मालिका व एक दिवसाचे कृतिसत्रे, तसेच या विद्यार्थीकेंद्री ऑलिंपिक (प्रश्नमंजुषा) स्पर्धा अशा विविध उपक्रमांचे आयोजन नेहमी करत असते.

संस्थेने महाराष्ट्रातील अहमदनगर शहर, पालघर-कुरुंझे, सिंधुदुर्ग-कुडाळ, नांदेड-सगरोळी या ठिकाणी भूगोल उद्याने उभारली आहेत. त्यातून जिल्हा, राज्य, देश, जग यांचे उठावदर्शक नकाशे, पाणलोट क्षेत्र, नदी प्रवाह व नदीची भूरूपे तसेच विविध भौगोलिक संकल्पनांवर आधारित प्रयोगशील प्रतिकृती (सूर्य घड्याळ, भौगोलिक उत्तर दिशा, ग्रहण, वृत्तजाळी व दिशादर्शक) द्वारा भौगोलिक संकल्पना समजून घेता येतात.

अध्ययन संस्थेने भूगोल शिक्षकांसाठी मूलभूत संकल्पनावर आधारित एक दिवसाच्या कृतिसत्राचे आयोजन २० डिसेंबर रोजी सकाळी ९.३० ते सायं ४.३० या वेळेत स्नेहालय, एमआयडीसी, अहमदनगर येथे आयोजित केले आहे. आपल्या शाळेतील इच्छुक शिक्षकांनी या कृतिसत्रासाठी सहभागी व्हावे असे आवाहन अध्ययन संस्थेचे निलेश तोडणकर, स्नेहालय इंग्लिश मीडियम स्कूलचे मानद संचालक राजेंद्र शुक्रे, अनिवासी प्रकल्पाचे संचालक हनीफ शेख, आणि शाळेच्या मुख्याध्यापिका वीणा मुंगी यांनी केले आहे.

हे कृतिसत्र निःशुल्क असून, शिक्षकांसाठी न्याहारी व दुपारच्या जेवणाची सोय केली आहे. नोंदणीसाठी ९२८४२६४०४३ या क्रमांकावर संपर्क करावा.

अ.ए.सो.च्या अशोकभाऊ फिरोदिया इंग्लिश मीडियम स्कूलच्या पूर्व प्राथमिक व प्राथमिक विभागाचे स्नेहसंमेलनप्रसंगी उपस्थित पाहुणे.

यशासाठी कोणताही शॉर्टकट नसतो, कठोर मेहनत घ्यावीच लागते

डॉ. गौरव कुलकर्णी यांचे प्रतिपादन; अशोकभाऊ फिरोदिया इंग्लिश मीडियम स्कूलच्या स्नेहसंमेलात स्त्री शक्तीचा जागर

नगर – सकाळी लवकर उठून, दिवसाच्या कामांचे नियोजन करावे. आई–वडिल हे पहिले गुरु व प्रेरणास्थान असतात. स्कूल ज्ञानाचे मंदिर असून, भविष्यातील जीवनात आवश्यक असलेल्या प्रत्येक गोष्टीची तयारी शाळेतून होत असते. मन अधिक चंचल असून, विद्यार्थ्यांनी आपल्या ध्येयावर फोकस करावे. यशासाठी कोणताही शॉर्टकट नसतो, यशासाठी स्वतः ला झोकून कठोर मेहनत घ्यावीच लागते, हा संदेश विद्यार्थ्यांना डॉ. गौरव कुलकर्णी यांनी दिला.

अ.ए.सो.च्या अशोकभाऊ फिरोदिया इंग्लिश मीडियम स्कूलच्या पूर्व प्राथमिक व प्राथमिक विभागाचे स्नेहसंमेलन उत्साहात पार पडले. नारी सतयुग से कलियुग तक! या संकल्पनेवर सादर करण्यात आलेल्या सांस्कृतिक कार्यक्रमाद्वारे नारीचे विविध रूप, विविध पैलू उलगडून स्त्री शक्तीचा जागर करण्यात आला. या कार्यक्रमात सतयुग, त्रेतायुग, द्वापरयुग आणि कलियुगात स्त्रीचे सामर्थ्य, शक्ती आणि महत्त्व विद्यार्थ्यांनी कार्यक्रमातून विशद केले. तर नारीशक्तीचा गौरव करत विद्यार्थ्यांनी एकपेक्षाएक सरस नृत्याचे सादरीकरण करुन उपस्थितांची मने जिंकली.

संस्थेच्या डॉ. आर.बी. मोने कला मंदिरात झालेल्या स्नेहसंमेलनाचे उद्घाटन डॉ. गौरव कुलकर्णी व डॉ. रसिका कुलकर्णी यांच्या हस्ते सरस्वतीपूजन करुन दीपप्रज्वलनाने झाले. याप्रसंगी संस्थेच्या प्रमुख कार्यवाह छायाताई फिरोदिया, विश्वस्त सुनंदा भालेराव, सल्लागार मंडळाचे सदस्य भूषण भंडारी, विद्यालयाचे प्राचार्य प्रभाकर भाबड, उपप्राचार्या कविता सुरतवाला, उच्च माध्यमिक विभाग प्रमुख अश्विनी रायजादे, माध्यमिक विभाग प्रमुख वैशाली वाघ, प्राथमिक विभाग प्रमुख रेखा शर्मा, पूर्व प्राथमिक विभाग प्रमुख कांचन कुमार, विद्यार्थी प्रतिनिधी आर्यन दुबेपाटील, विद्यार्थिनी प्रतिनिधी शाल्मली तरवडे आदींसह सर्व अध्यापक, शिक्षकेतर कर्मचारी, पालक व विद्यार्थी उपस्थित होते.

प्रास्ताविकात छायाताई फिरोदिया म्हणाल्या की, शाळेतून नवनवीन गोष्टी शिकायच्या असतात. शालेय जीवन आयुष्यातील सोनेरी क्षण असतात. या आठवणी जीवनभर विसरता येत नाही. शालेय जीवनात आयुष्याचा पाया मजबूत होत असतो. विद्यार्थ्यांनी अभ्यास करून वेगवेगळ्या स्पर्धेत सहभागी व्हावे. गुणवत्तापूर्ण शिक्षण व संस्काराची शिदोरी देण्याचे काम संस्थेच्या शाळांमधून होत असल्याचे त्यांनी सांगितले.

प्रारंभी प्राथमिक विभागाच्या संगीत अध्यापिका सुवर्णा मलमकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली विद्यार्थ्यांनी बहारदार स्वागत गीत सादर करुन पाहुण्यांचे स्वागत केले. विद्यालयातील विद्यार्थिनी शुभ्रा होले व नचिकेत आढाव यांनी मुलाखतीद्वारे प्रमुख पाहुणे डॉ. कुलकर्णी दांम्पत्य यांचा परिचय करून दिला. मुलाखतीमध्ये डॉ. कुलकर्णी यांचा जीवनप्रवास विद्यार्थ्यांनी उलगडला. शालेय जीवनातील आठवणी, पालकांनी दिलेले प्रोत्साहन व संस्कार आणि करिअरची निर्माण झालेली आवड, जीवनात मिळालेली स्फूर्ती आदी विविध प्रश्नांतून डॉक्टर पर्यंतचे ध्येय गाठताना त्यांच्या जीवनाचे यशस्वी वाटचाल जाणून घेतली.

छायाताई फिरोदिया यांच्या हस्ते डॉ. कुलकर्णी दांम्पत्यांचा सत्कार करण्यात आला. उपस्थित पाहुण्यांच्या हस्ते शैक्षणिक वर्ष २०२४–२५ मध्ये शाळांतर्गत विविध स्पर्धा परीक्षांमध्ये यश प्राप्त केलेल्या गुणवंत विद्यार्थ्यांना पारितोषिक देण्यात आली. यादी वाचन संस्कृती गुगळे व हृदय मेश्राम यांनी केले.

गणेश वंदनेने कार्यक्रमाचा प्रारंभ झाला. गणेश वंदनेत माता पार्वतीद्वारे गणेश जन्माची कथा विद्यार्थ्यांनी गजानना गजानना गणराया.... गीतद्वारे मांडली. स्त्री निर्मित ब्रह्मा, विष्णू, महेशचे सादरीकरण नमस्तुते परमशक्तीद्वारे दाखविण्यात आले. तर शक्ती पिठाचे दर्शन घडवित महिषासुर मर्दिनीचे रुपाचे साक्षात्कार विद्यार्थ्यांनी घडविले. उपस्थित पालकांनी टाळ्यांच्या कडकडाटात विद्यार्थ्यांना दाद दिली.

सीता मातेच्या जन्मापासून ते स्वयंवर, रावण वध! राम सिया राम.... या गीतातून दाखविण्यात आला. शबरी के बेर, रुद्रानी कालिका माता, वैष्णो देवीचे दर्शन सांस्कृतिक कार्यक्रमातून घडविण्यात आले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन आराध्य जोशी व अक्षरा पटवा यांनी केले. सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन आर्या कुकडे आणि हर्षिता सोमानी यांनी केले. आभार शौर्या सप्रे व धृवी शहा यांनी मानले. कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी विद्यालयातील सर्व अध्यापक व शिक्षकेतर कर्मचारी यांनी परिश्रम घेतले. वंदे मातरमने कार्यक्रमाची सांगता झाली.

तोंडाच्या कर्करोगाबद्दल जागरूकता महत्वाची

तोंडाचा कर्करोग हा एक महत्त्वाचा जागतिक आरोग्याचा चिंतेचा विषय आहे, जो दरवर्षी लाखो लोकांना चिंतीत करतो. त्यात प्रामुख्याने ओठ, जीभ, टाळू, गाल, तोंडाचा तळ आणि घसा यांचा समावेश आहे.

सामान्य जोखीम घटकांमध्ये तंबाखूचा वापर, जास्त मद्यपान, सूर्यप्रकाशात दीर्घकाळ राहणे (ओठांच्या कर्करोगासाठी) आणि मानवी पॅपिलोमाव्हायरस (HPV) संसर्ग यांचा समावेश आहे.

लक्षणे :– तोंडात सतत येणारे फोड, अकारण होणारा रक्तस्त्राव, गिळण्यास त्रास होणे किंवा आवाजात बदल यासारखी सुरुवातीची लक्षणे अनेकदा लक्षात येत नाहीत, ज्यामुळे जागरूकता महत्त्वाची ठरते. सार्वजनिक शिक्षण मोहिमा या लक्षणांना ओळखण्यावर आणि वेळेवर वैद्यकीय मदत घेण्यावर भर देऊ शकतात.

प्रतिबंधात्मक धोरणे तोंडाच्या कर्करोगाचा भार कमी करण्यासाठी प्रतिबंध महत्त्वाचा आहे. तंबाखूजन्य पदार्थ टाळणे आणि अल्कोहोलचे सेवन मर्यादित करणे हे सर्वात प्रभावी उपायांपैकी एक आहे.

फळे आणि भाज्यांनी समृद्ध संतुलित आहार देखील धोका कमी करू शकतो. HPV विरुद्ध लसीकरण ही एक महत्त्वाची प्रतिबंधात्मक रणनीती आहे. विशेषतः तरुण लोकांसाठी तोंडाची चांगली स्वच्छता आणि नियमित दंत तपासणी राखल्याने कर्करोगापूर्वीच्या जखमांची लवकर ओळख होण्यास मदत होऊ शकते, ज्यामुळे वेळेवर हस्तक्षेप करणे शक्य होते. जोखीम घटकांच्या धोक्यांबद्दल जागरूकता वाढवणे आणि निरोगी जीवनशैली निवडींना प्रोत्साहन देणे हे प्रतिबंधाचे महत्त्वाचे घटक आहेत.

तपासणीचे महत्त्व

नियमित तोंडाच्या कर्करोगाच्या तपासणीमुळे सुरुवातीच्या टप्प्यातील कर्करोग ओळखता येतात, जगण्याचे प्रमाण लक्षणीयरीत्या सुधारते. नियमित तपासणी दरम्यान असामान्य ऊती किंवा जखम ओळखण्यात दंतवैद्यांची भूमिका महत्त्वाची असते. तपासणी पद्धतींमध्ये दृश्य तपासणी, तोंडाच्या ऊतींचे पॅल्पेशन आणि फ्लोरोसेन्स व्हिज्युअलायझेशन सारखी प्रगत साधने समाविष्ट आहेत. उच्च–जोखीम असलेल्या व्यक्ती, जसे की धूम्रपान करणारे किंवा एचपीव्ही संसर्गाचा इतिहास असलेल्यांनी नियमित तपासणी करावी. लवकर निदान केल्याने केवळ उपचारांचे परिणाम सुधारत नाहीत तर प्रगत टप्प्यातील कर्करोगाचा शारीरिक आणि भावनिक परिणाम देखील कमी होतो.

सार्वजनिक जागरूकता आणि शिक्षण

तोंडाच्या कर्करोगाबद्दल जागरूकता पसरविण्यासाठी आणि लवकर निदान करण्यास प्रोत्साहन देण्यासाठी सामुदायिक कार्यक्रम आवश्यक आहेत. आरोग्य सेवा देणारे, शाळा आणि ना–नफा संस्था यांच्यातील सहकार्यामुळे मोठ्या प्रमाणात जनजागृती सुनिश्चित होऊ शकते. मोफत तपासणी शिबिरे, सार्वजनिक चर्चासत्रे आणि मीडिया मोहिमा इ. व्यक्तींना जोखीम घटक, लक्षणे आणि प्रतिबंधात्मक उपायांबद्दल ज्ञान देऊन सक्षम बनवू शकतात. सक्रिय आरोग्य व्यवस्थापनाची संस्कृती जोपासून, आपण आपल्या समाजामध्ये तोंडाच्या कर्करोगाच्या घटना आणि परिणाम लक्षणीयरीत्या कमी करू शकतो.

– डॉ. अर्चना सिंह तांबोळी

मास्टर हबीब यांनी कव्वालीच्या माध्यमातून अहमदनगरचे नाव आंतरराष्ट्रीय स्तरावर पोहचवले

अतीक शेख यांचे प्रतिपादन

नगर – मास्टर हबीब यांनी सुफी कलाम जास्त प्रमाणात गायले पण त्याच बरोबर त्यांनी १९६२ च्या चीन भारत युद्धाप्रसंगी लोकांमध्ये राष्ट्रीय जागृती व्हावी व प्रेरणा मिळावी म्हणून कव्वाली गायली होती. तसेच साईबाबांचे महात्म्ये जाणून त्यांनी त्यावरही काही चांगले कव्वाल्या गायले होते. जे आजही दक्षिणत्य राज्यात प्रसिद्ध आहे. ज्यामुळे त्यांनी त्याकाळी फक्त धार्मिकच नव्हे तर कव्वालीच्या माध्यमातून राष्ट्रवाद, जातीय सलोखा व मानवतावादाला प्रोत्साहन दिले होते. कव्वाली गायनाच्या माध्यमातून मास्टर हबीब यांनी अहमदनगरचे नाव आंतरराष्ट्रीय स्तरावर पोहचवले, असे प्रतिपादन साहित्यप्रेमी अतीक शेख यांनी केले.

मखदूम सोसायटीच्यावतीने मास्टर हबीब निजामी कव्वाल यांच्या पुण्यतिथीनिमित्त आयोजित श्रद्धांजली कार्यक्रमात अतीक शेख बोलत होते. याप्रसंगी प्रमुख पाहुणे म्हणून चांद सुलताना हायस्कुलचे माजी प्राचार्य अब्दुल कादिर सर, प्रा.डॉ. महेबूब सय्यद, उबेद शेख, अहमदनगर जिल्हा उर्दू साहित्य परिषदेच्या सहसचिव डॉ.कमर सुरुर, इंजि. अनीस शेख, जीवन फाउंडेशनचे अध्यक्ष आरिफ सय्यद, तनवीर चष्मावाला, राजुभाई शेख, डॉ. शमा फारुकी, मुस्कान फाउंडेशनचे अध्यक्ष शफकत सय्यद, तंन्जिमे उर्दु अदबचे आसिफ सर आदि उपस्थित होते.

मखदूम सोसायटीच्यावतीने मास्टर हबीब निजामी कव्वाल यांच्या पुण्यतिथीनिमित्त श्रद्धांजली वाहण्यात आली.

आबीद दुलेखान यांनी प्रास्ताविक करताना सांगितले की, मास्टर हबीब यांनी प्रत्येक कव्वालीमध्ये जीवनातील वास्तवावर बोट ठेवले जात असे त्यांच्या कव्वाल्यांना आजही महाराष्ट्रापेक्षा आंध्रप्रदेश, कर्नाटक, राजस्थान, गुजरात, काश्मिरमध्ये भरपूर रसिकवर्ग आहे.

अध्यक्षीय भाषणात कादिर सर म्हणाले की, ते कसे मनमिळावू व अहमदनगरवर प्रेम करणारे होते. त्यावर त्यांनी प्रकाश टाकला.

यावेळी महफिल ए मुशायराचे आयोजन करण्यात आले होते. ज्याचे दीप प्रज्वलन अतीक शेख यांच्या हस्ते करण्यात आले.

या मुशायरयात बिलाल अहमदनगरी, सुलेमान अहमदनगरी, मुस्ताक सर, डॉ. कमर सुरूर, आसिफ सर, मुन्नवर हुसेन आदी शायरांनी रसिकांना मंत्रमुक्त केले. सूत्रसंचालन डॉ. कमर सुरुर यांनी केले. तर आभार आसिफ सर यांनी मानले.

घ.नं. 334/भिंगार/2024-25
छावनी परिषद कार्यालय, अहमदनगर
दिनांक– 10/12/2024

जाहीर नोटीस

या नोटीशीद्वारे जाहीर करण्यात येते की, (1) श्री. सचिन सुभाष नाबरिया, वय–46 वर्षे, धंदा–शेती/व्यापार, राहणार– ब्राह्मणगल्ली, भिंगार, अहिल्यानगर (2) श्री. स्वप्निल सुभाष नाबरिया, वय–41 वर्षे, धंदा– व्यापार, राहणार 335,, एम.जी.रोड, राधेया, भिंगार, अहिल्यानगर यांनी घर नं. 335, सदर बाजार, सर्व्हे नं. 211/429, भिंगार, अहमदनगर छावनी परिषद हे रजिस्टर खरेदीखत क्र. 5774/2024 दिनांक 10/09/2024 च्या आधारावर आपले नावावर वर्ग/दाखल होणेसाठी या कार्यालयाकडे रीतसर अर्ज व कागदपत्र दाखल केले आहेत.

सदर बाबतीत ज्या कोणास कोणत्याही प्रकारे गहाण, दान, बक्षीस, खरेदी हक्क हितसंबंध असेल, वा अन्य कोणत्याही कारणामुळे हरकत घ्यावयाची असेल त्यांनी ही नोटीस प्रसिद्ध झाल्यापासून 30 (तीस) दिवसांचे आत सबळ कागदपत्रांचे पुराव्यासह मे. कार्यकारी अधिकारी, छावणी परिषद, अहमदनगर यांचेकडे तसे लेखी कळवावे.

सदर मुदतीनंतर आलेल्या हक्क/हरकतीवर विचार केला जाणार नाही याची कृपया नोंद घ्यावी.

घ.नं. 334, भिंगार
क्षेत्रफळ 715.00 चौ.फूट

कार्यालय अधिक्षक,
कृते मुख्य अधिशासी अधिकारी,
अहमदनगर छावनी परिषद
(विक्रांत मोरे)

माऊंट सिनायमध्ये ट्रेड फेस्टचे आयोजन करण्यात आले होते.

माऊंट सिनायमध्ये ट्रेड फेस्टचे आयोजन

नगर – सारोळा बद्दी येथील माऊंट सिनाय कॉन्व्हेंट स्कूलमध्ये ट्रेड फेस्टचे आयोजन करण्यात आले होते. अहमदनगर महाविद्यालयातील बीबीए विभागाच्या समन्वयक डॉ. तुसिता अय्यर यांच्या हस्ते ट्रेड फेस्टचे उद्घाटन करण्यात आले. प्रमुख पाहुणे या नात्याने बोलताना त्यांनी सांगितले की व्यापार हा मानवी जिवनाचा अविभाज्य घटक असून याची जाणीव मुलांना विद्यार्थी दशेतच होण्यासाठी विद्यालयातच असे उपक्रम राबविले पाहिजेत. या ट्रेड फेस्ट मध्ये इयत्ता सहावी ते दहावीच्या विद्यार्थ्यांनी वडा पाव, पाणी पुरी, पावभाजी, भेळ, केक, फरसाण, मोमोज इत्यादींची दुकाने थाटली होती. त्याचबरोबर हॉरर शो व इतर खेळांचे देखील आयोजन केले होते. मुख्याध्यापिका जयश्री खरात यांच्या मार्गदर्शनाखाली राबविण्यात आलेल्या या उपक्रमाच्या यशस्वितेसाठी साठी रेणुका बानिया, उज्वला पंडित, अश्विनी कोरडे, सविता पाटोळे, कविता आढाव, अर्चना केदार यांनी प्रयत्न केले.

छत्रपती संभाजीनगरात १५ डिसेंबरला युगंधरा मराठी साहित्य, कला व सांस्कृतिक महोत्सवाचे आयोजन

नगर – युगंधरा मराठी साहित्य, कला व सांस्कृतिक प्रतिष्ठान, युगंधरा प्रकाशन व युगंधरा साप्ताहिक यांच्या संयुक्त विद्यमाने १५ डिसेंबरला २१ पुस्तकांचा प्रकाशन सोहळा व साहित्य संमेलन आयोजित केले आहे, अशी माहिती युगंधरा प्रतिष्ठान व युगंधरा प्रकाशनाच्या संस्थापक अध्यक्षा कवयित्री सौ.सुनिता दिपक कावसनकर यांनी दिली.

सुनिता कावसनकर

अरूणकुमार एस. मुंदडा, ज्येष्ठ पत्रकार, मुख्य संपादक विक्रांद टाइम्स, सरचिटणीस, अखिल भारतीय मराठी पत्रकार परिषद तथा अध्यक्ष संकल्प फाऊंडेशन, शारदा ट्रस्ट, छत्रपती संभाजीनगर यांच्या अध्यक्षतेखाली हा कार्यक्रम होत असून कार्यक्रमाचे उद्घाटक व विशेष अतिथी अभिनेते रोहित देशमुख, नरेंद्र निकुंभ, अमळनेर, कार्यवाह, समरसता साहित्य परिषद, देवगिरी प्रांत, तसेच ज्येष्ठ नाट्य दिग्दर्शक व कवी सतीश इंदापूरकर, पुणे, हे असणार आहेत. प्रमुख पाहूणे व कवी संमेलनाचे अध्यक्ष हे पुणे येथील ज्येष्ठ साहित्यिक अरूण देशपांडे हे आहेत.

मुंबई, गोवा, पुणे, नाशिक, नगर, जळगाव, अमळनेर, चाळीसगाव अकोला, अमरावती अशा अनेक शहरातून येणार्या साहित्यिकांच्या मांदियाळीत हा सोहळा होणार आहे.

९ वाजता कार्यक्रमाचा शुभारंभ–सरस्वती वंदना, दीपप्रज्वलन, सरस्वती पूजन, ग्रंथ पूजनाने होईल. त्यानंतर स्वागत व सत्कार होतील. वैयक्तीक पुस्तक प्रकाशन व प्रातिनिधिक काव्यसंग्रहाचे प्रकाशन होईल, त्यानंतर साहित्यिक, शैक्षणिक, सामाजिक क्षेत्रातील पुरस्कारांचा वितरण समारंभ होईल. दुपारच्या सत्रात काव्यमहोत्सव व स्पर्धा पुरस्कार वितरण समारंभ होईल तसेच काव्यमहोत्सव सन्मानचिन्ह वितरण समारंभ होईल. आभार प्रदर्शनाचा कार्यक्रम होवून, कार्यक्रमाची सांगता पसायदानाने होईल.

महाराष्ट्र शासन
वनविभाग, अहिल्यानगर

महाराष्ट्र शासन, महसूल व वनविभाग अधिसूचना क्र. एस. डब्लू. एम / १०९० / सी. आर–५७ /फ–६ दिनांक २८ ऑगस्ट १९९१ व दिनांक ६ नोव्हेंबर २००१ अन्वये

– जाहीर नोटीस–

श्री. जयेश केशवराव जाधव रा. खडकी रोड (कोपरगाव) ता. कोपरगाव जि. अहिल्यानगर व श्री. भगतसिंग सिंगारसिंग राजपुत रा. आदित्यनगर ता. जि. नाशिक यांचा दिनांक २५/१०/२०२४ रोजीचा अर्ज या कार्यालयास प्राप्त झालेला आहे. त्यामध्ये त्यांनी उदय सॉमिल अँड टिंबर मार्ट, शंकरनगर (सिन्नर) ता. सिन्नर आरागिरणी नवीन परवाना क्र. ६१/१९९९ व जुना परवाना क्र. ११/१९८० उभे– ४२ इंच –१ आरायंत्र आरागिरणी धारक श्री. भगतसिंग सिंगारसिंग राजपुत रा. आदित्यनगर ता. जि. नाशिक यांनी श्री. जयेश केशवराव जाधव रा. खडकी रोड (कोपरगाव) ता. कोपरगाव जि. अहिल्यानगर यांना विकली असून सदर आरागिरणी श्री. जयेश केशवराव जाधव यांना ही आरागिरणी खरेदी विक्रीने स्थलांतर व दुर्गा सॉमिल या नावाने खडकी रोड (कोपरगाव) ता. कोपरगाव जि. अहिल्यानगर येथील गट नं.१२९/२ मध्ये स्थापित करावयाची असल्याचे नमुद केलेले आहे.

सदर सॉमिल विषयी गहाण, दान, कराराने, तारण, बक्षिस इ. बाबत कोणाची काही हरकत अगर तक्रार असल्यास ही नोटीस प्रसिध्द झाल्यापासून १५ दिवसांच्या आत खाली सही करणार यांच्या कार्यालयात स्वतः आणुन देवून पोहोच घ्यावी अथवा रजिस्टर पोष्टाने पाठवावी. अन्यथा वरील संबंधी कोणाची काही हरकत नाही असे समजून पूढील कार्यवाही करण्यात येईल याची कृपया नोंद घ्यावी.

अहिल्यानगर
दिनांक– ०२/१२/२०२४
विमाका/नाशिक/जाहिरात/ ४१६ / २०२४

धर्मवीर सालविठ्ठल भावसे
उपवनसंरक्षक अहिल्यानगर

गरोदरपणात जपा आरोग्य

लाईफस्टाईल

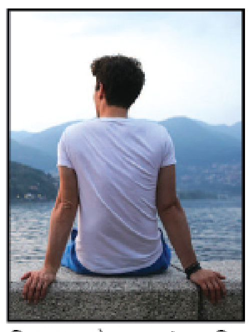
गरोदर तसंच प्रजननक्षम वयातल्या महिलांनी आरोग्याची विशेष काळजी घ्यायला हवी. त्यांनी बटाटा वेफर्स खाणं टाळायला हवं, असं शास्त्रज्ञांचं म्हणणं आहे. गरोदर महिलांनी वनस्पती तेलाचं प्रमाणही कमी करायला हवं. अशा पदार्थांच्या सेवनामुळे गरोदरपणात गुंतागुंत निर्माण होऊ शकते आणि गर्भातल्या बाळाच्या वाढीवरही परिणाम होऊ शकतो, असं काही संशोधनांमधून समोर आलं आहे. बटाटा वेफर्स आणि वनस्पती तेलामध्ये ओमेगा ६ फॅट्स असतात. यातल्या लायनोलिक ॲसिडमुळे बरेच धोके उद्भवू

शकतात. या घटकाच्या अतिसेवनामुळे विविध प्रकारचे दाह निर्माण होतात. तसंच हृदयविकाराचा धोकाही वाढतो, असा इशारा शास्त्रज्ञांनी दिला आहे. गरोदर महिलांनी पोषक आहार घेण्याची गरज वारंवार अधोरेखित करण्यात आली आहे. आमच्या संशोधनामुळे ही बाब पुन्हा एकदा सिद्ध झाली आहे. विशिष्ट घटकांच्या सेवनाचे बाळाच्या वाढीवर विपरित परिणाम होऊ शकतात. म्हणूनच गरोदर महिलांनी संतुलिन आहारावर भर द्यायला हवा, असं शास्त्रज्ञ सांगतात.

अविवाहित पुरुष लवकर होतात वृद्ध!

नाते हे एखाद्या रबराप्रमाणे असते. दोन्हीकडून ताणले, तर ते तुटते आणि एका बाजूने ते सैल सोडले तर टिकते. आजकाल घटस्फोटाच्या प्रमाणातही खूप वाढ होताना दिसत आहे. आपण अविवाहित लोकांकडे पाहतो, तेव्हा अधिक आनंदी असतात आणि ते त्यांचे जीवन मुक्तपणे जगतात. ते स्वत:ची योग्यरित्या काळजी घेऊ शकतात; मात्र एका नवीन संशोधनात धक्कादायक बाब समोर आली आहे. त्यात असे आढळून आले आहे, की अविवाहित पुरुष लवकर वृद्ध होतात, तर विवाहित पुरुषांची वृद्धत्वाची प्रक्रिया अविवाहितांपेक्षा कमी असते. सोप्या भाषेत, अविवाहित लोकांमध्ये वृद्धपणा लवकर जाणवतो, तर विवाहित पुरुष दीर्घकाळ तरुण राहतात.

अलीकडेच एका अभ्यासात असे दिसून आले आहे, की विवाहित पुरुषांचे वय अविवाहित पुरुषांपेक्षा हळू वाढते. हा अभ्यास 'इंटरनॅशनल सोशल वर्क जर्नल'मध्ये प्रकाशित झाला आहे. यामध्ये शास्त्रज्ञांनी वर्षे ४५ ते ८५ वर्षे वयोगटातील प्रौढांचे आरोग्य आणि जीवनमानाचा अभ्यास केला. लग्नाचा आरोग्यावर काय परिणाम होतो आणि विवाहित लोक यशस्वीरित्या वयात येतात, की नाही हे जाणून घेणे हा त्यांचा उद्देश होता. या संशोधनात शारीरिक आरोग्य, मानसिक आरोग्य, सामाजिक जीवन आणि वयाबद्दलची स्वत:ची धारणा यासारख्या गोष्टी लक्षात घेऊन मूल्यमापन करण्यात आले. या संशोधनात असे आढळून आले, की विवाहित पुरुष त्यांच्या कधीही लग्न न केलेल्या मित्रांच्या तुलनेत अधिक तरुण दिसतात; मात्र ते आयुष्यभर विवाहित राहिले तरच हे घडते. त्यांचे लग्न तुटले किंवा त्यांच्या जोडीदाराचा मृत्यू



झाला तर त्याचा त्यांच्या वृद्धत्वाच्या प्रक्रियेवर नकारात्मक परिणाम होतो. त्याच वेळी, विवाहित स्त्रिया आणि अविवाहित महिला वृद्धत्वाच्या बाबतीत जवळजवळ समान होत्या. ज्या स्त्रिया विवाहित होत्या; परंतु नंतर घटस्फोटित किंवा विधवा झालेल्या त्यांच्या विवाहित आणि अविवाहित स्त्रियांपेक्षा अधिक दुःखी होत्या. शास्त्रज्ञांच्या मते, स्त्रिया एकटे राहण्यात आनंद मानतात, तर पुरुषांसाठी ते कठीण असते. दुसऱ्या एका अभ्यासात असे आढळून आले, की स्त्रिया एकट्या राहण्यात अधिक समाधानी असतात आणि त्यांना रोमँटिक संबंधांची कमी गरज असते. याशिवाय महिला त्यांच्या 'सेक्स लाईफ'बाबत अधिक समाधानी असतात. तज्ज्ञांचे असे मत आहे, की महिलांना त्यांच्या मित्रपरिवाराकडून अधिक पाठिंबा मिळतो. अनेक संशोधनातून असे दिसून आले आहे, की विवाहित लोक एकटे राहणाऱ्या लोकांपेक्षा अधिक निरोगी असतात. 'नेचर ह्युमन बिहेवियर जर्नल'मधील आणखी एका अभ्यासात असे आढळून आले आहे, की विवाहित लोकांपेक्षा अविवाहित लोकांना मानसिक समस्या अधिक असतात. हेदेखील समोर आले आहे, की विवाहित लोकांपेक्षा अविवाहित लोकांना नैराश्याने ग्रासण्याची शक्यता ७९ टक्के जास्त असते. हा धोका विधवा महिलांमध्ये ६४ टक्के आणि घटस्फोटित महिलांमध्ये ९९ टक्क्यांपर्यंत वाढतो.

मीठ जास्त खाल्ल्याने कर्करोग

जेवणात अनेक अन्नपदार्थ अगदी चवीने खाल्ले जातात. हे पदार्थ चविष्ट बनवण्यामागे एका पदार्थाचा मोठा वाटा असतो तो म्हणजे मीठ. पदार्थांमध्ये मीठ नसेल, तर त्याची चव चांगली लागत नाही; पण जास्त प्रमाणातही मीठ खाणे आपल्या शरीरासाठी हानिकारक ठरू शकते. अनेक संशोधनातून असे दिसून आले आहे, की मीठाच्या सेवनाने शरीरावर वाईट परिणाम होतो. नुकत्याच आलेल्या एका संशोधनानुसार जेवणात जास्त मीठ खाल्ल्याने रक्तदाब वाढतो आणि कर्करोगाचा धोकाही वाढू शकतो.

'गॅस्ट्रिक कॅन्सर जर्नल'मध्ये प्रसिद्ध झालेल्या रिपोर्टनुसार, एका संशोधनात जेवणात जास्त मीठ खाल्ल्याने कॅन्सर होऊ शकतो याची पुष्टी झाली आहे. या विषयी सविस्तर जाणून घेऊया. हे संशोधन यूकेमधील सुमारे ४,७१,१४४ लोकांवर करण्यात आले. अभ्यासात मिठाचे परिणाम सर्वांमध्ये दिसले, ज्यामध्ये वाईट लक्षणे अधिक दिसली. मिठापासून कर्करोगाचा धोकाही या अभ्यासात दिसून आला आहे. हा कर्करोग मुख्यत: प्रक्रिया केलेल्या पदार्थांच्या सेवनामुळे होतो, कारण या पदार्थांमध्ये मीठ जास्त असते. मिठामुळे होणाऱ्या कर्करोगाला गॅस्ट्रिक कॅन्सर म्हणतात.

गॅस्ट्रिक कर्करोग हा कर्करोगाचा एक प्रकार आहे, जो जगभरात वाढत आहे. दरवर्षी लाखो लोक या कॅन्सरला बळी पडतात आणि आपला जीव गमावतात. गॅस्ट्रिक कॅन्सरमध्ये पोटाच्या आत ट्यूमर पेशी तयार होतात. तसेच चेहऱ्यावर आणि त्वचेवर या गंभीर आजाराची लक्षणेही आपल्याला दिसतात. या प्रकारच्या कर्करोगाला पोटाचा कर्करोग किंवा स्टमक कॅन्सर असेही म्हणतात. संशोधनानुसार, जास्त मीठ खाल्ल्याने पोटातील आतड्यांवर परिणाम होतो. त्यामुळे पोटात सूज आणि जळजळ वाढते. ही जळजळ 'हेलिकोबॅक्टर पायलोरी' नावाच्या जीवाणूंचा संसर्ग वाढवण्यास मदत करते. त्यामुळे पोटात जखमा आणि अल्सर होऊ शकतात. 'हेलिकोबॅक्टर पायलोरी' बॅक्टेरिया हे पोटाच्या कर्करोगाचे प्रमुख कारण मानले जाते. दुसऱ्या एका अहवालात असे म्हटले आहे, की जगातील दोन तृतीयांश लोक या जीवाणूमुळे विविध आजारांनी ग्रस्त आहेत.

दम्यावर नवीन औषधाचा शोध

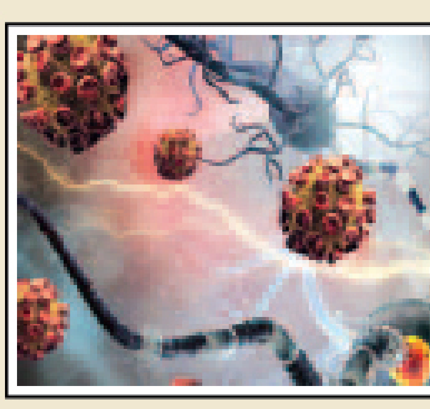
'बेनरालिझुमॅब' हे सध्या अस्थमाच्या गंभीर आजारावर वापरले जाणारे औषध आहे. याचा उपयोग आपत्कालीन परिस्थितीत हॉस्पिटलायझेशनची संख्या कमी करण्यासाठी आणि दमा आणि 'सीओपीडी' परिस्थिती टाळण्यासाठी केला जातो. शास्त्रज्ञांचे म्हणणे आहे, की एक नवीन उपचार जगभरातील दमा आणि 'सीओपीडी'ने ग्रस्त लाखो लोकांसाठी महत्त्वाचे ठरू शकते. 'द लॅन्सेट रेस्पिरेटरी मेडिसिन'मध्ये प्रकाशित केलेल्या अभ्यासाचे निष्कर्ष दर्शवतात, की आधीच उपलब्ध असलेले औषध आपत्कालीन परिस्थितीत पुढील उपचार आणि हॉस्पिटलायझेशनची गरज कमी करण्यासाठी पुन्हा वापरले जाऊ शकते. बेनरालिझुमॅब नावाचे औषध, एक मोनोक्लोनल ॲंटीबॉडी आहे, जे फुफ्फुसाचा दाह कमी करण्यासाठी इओसिनोफिल नावाच्या विशिष्ट पांढऱ्या रक्त पेशींना लक्ष्य करते. हे सध्या गंभीर दम्याच्या उपचारांसाठी वापरले जाते. 'एबीआरए' चाचणीमध्ये असे आढळून आले, की स्टिरॉइड गोळ्यांपेक्षा उत्तेजित होण्याच्या ठिकाणी इंजेक्शन दिल्यास एकच डोस अधिक प्रभावी असू शकतो. प्रोफेसर मोना बाफडेल, किंग्स सेंटर फॉर लंग हेल्थच्या चाचणीचे प्रमुख अन्वेषक म्हणाले, की पन्नास वर्षांत अस्थमा आणि 'सीओपीडी'च्या तीव्रतेच्या उपचारांमध्ये बदल झालेला नाही. जगभरात दरवर्षी ३.८ दशलक्ष मृत्यू होतात. बेनरालिझुमाब हे एक सुरक्षित आणि प्रभावी औषध आहे, जे आधीच गंभीर दम्याचे व्यवस्थापन करण्यासाठी वापरले जाते. सध्या उपलब्ध असलेल्या एकमेव उपचार असलेल्या स्टिरॉइड गोळ्यांपेक्षा ती अधिक प्रभावी असल्याचे दर्शवणारे पुरावे आहेत.

धोका ऑटोइम्युन विकारांचा

खास बात

गेल्या काही वर्षांमध्ये ऑटोइम्युन प्रकारच्या विकारांमध्ये बरीच वाढ झाली आहे. याबाबत आरोग्यतज्ज्ञांनी चिंता व्यक्त केली आहे. रोगप्रतिकारक शक्तीशी संबंधित असणाऱ्या या विकारांची तीव्रता पुरुषांपेक्षा महिलांमध्ये अधिक प्रमाणात आढळते. या विकारांच्या लक्षणांमध्ये बरेच बदल पहायला मिळत असल्याने त्यांचं पटकन निदान होत नाही. निदान उशीरा झाल्यामुळे उपचारांचा प्रभावही कमी होतो.

शरीराला स्वत:च्या पेशी आणि परकीय पेशींमध्ये फरक करता न आल्याने ऑटोइम्युन विकार उद्भवतात. बाहेरच्या बॅक्टेरियांवर हल्ला करण्याचं काम शरीरातली रोगप्रतिकारक शक्ती करते. यामुळे विविध विकारांपासून आपला बचाव होतो. पण ऑटोइम्युन विकार असतील तर शरीरातलं ऑटो ॲंटिबॉडिज हे प्रथिन निरोगी पेशींवरच हल्ला चढवतं. यामुळे आपण जंतूसंसर्ग आणि विविध प्रकारच्या दाहांना लवकर बळी पडतो. शरीराचा असा गोंधळ नेमका कशामुळे होतो, हे अजूनही स्पष्ट झालेलं नाही. याचं नेमकं कारण जाणून घेण्यासाठी संशोधन सुरू आहे.



ऑटोइम्युन विकारांची काही लक्षणं दिसून येतात. या प्राथमिक लक्षणांवरून भविष्यातला धोका टाळता येऊ शकतो. या लक्षणांविषयी जाणून घेऊ. आपली त्वचा हा आपल्या आरोग्याचा आरसा असतो. शरीरात घडणाऱ्या घडामोडींचं प्रतिबिंब त्वचेवर उमटत असतं. त्वचेतला छोटासा बदलही एखाद्या विकाराकडे अंगुलीनिर्देश करू शकतो. शरीरावर कोणत्याही कारणाशिवाय उठलेलं पुरळ, लालसरपणा, खाज येणं अशा समस्या सातत्याने उद्भवत असतील तर हे ऑटोइम्युन विकारांचं लक्षण असू शकतं. मुरुमं आणि एक्झिमा ही सुद्धा काही विकारांची लक्षणं असू शकतात. व्यायाम किंवा कोणत्याही शारीरिक हालचालीशिवाय शरीरात तीव्र वेदना जाणवत असतील तर तातडीने डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा. अंगदुखीकडे दुर्लक्ष करू नये. स्नायूंना सूज येणं, सांधेदुखी अशा लक्षणांकडेही दुर्लक्ष करता येणार नाही.

आठ तासाच्या शांत झोपेनंतरही थकवा जाणवत असेल तर जागं होण्याची गरज आहे. ॲनिमिया किंवा एखाद्या गंभीर स्वरूपाच्या आजाराचं हे लक्षण असू शकतं. थकवा येण्याकडे अजिबात दुर्लक्ष करू नका. डायरिया किंवा गॅसेसशी संबंधित समस्यांमुळे पोट दुखतं असा आपला समज असतो. पण प्रत्येक वेळी हेच कारण असेल असं नाही. सातत्याने पोटदुखी जाणवत असेल तर हे ऑटोइम्युन विकारांचं लक्षण असू शकतं. यामुळे पचनसंस्थेचं नुकसान होऊ शकतं.

वजन अचानक कमी होत असलं तरी तातडीने डॉक्टरांकडे जा. प्रत्येकालाच वजन कमी करायचं असतं. पण कोणत्याही कारणाशिवाय कमी होणारं वजन ऑटोइम्युन विकारांचं लक्षण म्हणता येईल. यामागे गंभीर स्वरूपाचं वैद्यकीय कारण असू शकतं. ताण किंवा पोषक घटकांचा अभावही याला कारणीभूत ठरू शकतो. डाएट, व्यायाम न करताही मोठ्या प्रमाणावर वजन कमी झालं तर आरोग्य तपासणी करून घ्या.

पीपीआय ठरतात धोकादायक

नवसंशोधन

आम्लपित्त, छातीत जळजळ अशा समस्यांवर आपण एखादं औषध घेऊन मोकळे होतो. अनेकजण वारंवार अशी औषधं घेत असतात. मात्र ही कृती धोक्याची ठरू शकते, असं एका संशोधनातून समोर आलं आहे. छातीत जळजळ, अल्सर आणि आम्लपित्त यावरच्या औषधांच्या सेवनामुळे अकाली मृत्यूची शक्यता वाढत असल्याचं समोर आलं आहे. ब्रिटिश मेडिकल जर्नलमध्ये याबाबतचं संशोधन प्रसिद्ध झालं आहे. या औषधांना प्रोटॉन पंप इनहिबिटर्स (पीपीआय) असं म्हणतात. अशा औषधांचा दीर्घकालीन वापर हृदयविकार, मूत्रपिंडाचे विकार तसंच गॅस्ट्रोइन्टेस्टिनल कॅन्सरला कारणीभूत ठरू शकतो. ही औषधं कमी प्रमाणात घेतली तरी त्यांचा दीर्घकालीन वापर धोक्याचा असतो, असं शास्त्रज्ञांचं म्हणणं आहे.

हार्मोन्समुळे बिघडतं तोंडाचं आरोग्य

दंतारोग्य

हार्मोनल बदल महिलांच्या शारीरिक आणि मानसिक आरोग्यावर परिणाम करतातच शिवाय यामुळे तोंडाचं आरोग्यही धोक्यात येऊ शकतं.

गर्भनिरोधक औषधांच्या वापरामुळे तोंडाच्या आरोग्याशी संबंधित बरेच बदल होतात. मासिक पाळीदरम्यान हिरड्यांना सूज येणं, लाळेच्या ग्रंथी सुजणं तसंच हिरड्यांमधून रक्त येणं अशा समस्या महिलांना भेडसावतात. या काळात महिलांच्या शरीरातल्या हार्मोन्समध्ये बरेच बदल होत असल्यामुळे दातांशी संबंधित तक्रारी उद्भवतात.

तापमान अचानक बदलल्यामुळे...

आपण कुठे चुकतो ?

कार्यालयांमध्ये सतत एसी सुरू असतो. दमून भागून घरी गेल्यानंतर पटकन एसी किंवा कूलर सुरू केला जातो. मात्र अशा प्रकारे उष्ण तापमानातून थंड वातावरणात जाणं आरोग्याच्या दृष्टीने धोकादायक ठरू शकतं. त्यातही श्वसनाचे विकार, सर्दी–खोकल्याचा त्रास असणाऱ्यांनी विशेष काळजी घ्यायला हवी.

उष्ण हवामानातून अचानक थंड वातावरणात गेल्यानंतर शरीरावर प्रचंड ताण येतो. शरीराला थंड वातावरणाशी अचानक जुळवून घ्यावं लागतं. या बदललेल्या तापमानामुळे तुमची त्वचा, डोळे आणि त्वचेवरचा पातळ थर कोरडे पडतात. उन्हातून लगेच ऑफिसमध्ये गेल्यानंतर डोळ्यांमध्ये खाज येणं, शिंका येणं अशा तक्रारी बरेचजण करतात. बाहेरच्या आणि आतल्या तापमानातल्या तफावतीमुळे असं होत असल्याची शक्यता नाकारता येत नाही. यामुळे डोळे, श्वसनसंस्थेचा जंतूसंसर्गदेखील होऊ शकतो. तसंच स्नायूंमध्ये गोळे येऊ शकतात. तापमानात अशा पद्धतीने होणाऱ्या चढ–उतारांमुळे नाक गळणं, दम्याचा ॲटॅक, स्नायूंची दुखणी, सायनसिटीस, फ्लू, खोकला, सर्दी, घसा खवखवणं, अंगदुखी अशा समस्या उद्भवू शकतात. त्यामुळे उन्हातून अचानक थंड वातावरणात जाऊ नये.

उपयोग गुग्गुळचे

आयुर्वेद आणि विकार

गुग्गुळ ही आयुर्वेदातली अत्यंत महत्त्वाची औषधी वनस्पती आहे. आयुर्वेदात विविध विकारांवरील उपचारांसाठी गुग्गुळाचा वापर होतो. धमन्यांच्या बळकटीसाठी गुग्गुळ उपयुक्त ठरतं. यासोबतच आर्थ्रायटिस, कोलेस्टरॉल आणि वजन कमी करणं यासाठीही गुग्गुळचा वापर होतो. यातल्या विशिष्ट घटकांमुळे रक्तातले ट्रायग्लिसराइड्स आणि कोलेस्टरॉलचं प्रमाण कमी होतं. मुरूमांचा लालसरपणा आणि दाह कमी करण्याची क्षमताही या घटकांमध्ये असते. गुग्गुळाचा वापर दोन पद्धतींनी करता येतो. एक म्हणजे त्याचा लेप तयार करून अंगाला लावता येतो. सांधेदुखी, त्वचाविकार, दाह कमी करणं, टिश्यूंमधले विषारी घटक नष्ट करणं अशा कारणांसाठी तुम्ही शरीरावर गुग्गुळचा लेप लावू शकता. तोंडाच्या आरोग्यासाठी गुग्गुळाच्या गुळण्या करता येतील.

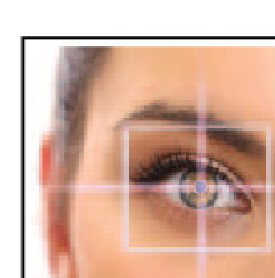
गुग्गुळाचे अनेक लाभ आहेत. रक्तशुद्धी, वजन नियंत्रणात रहाणं, सांध्यांची सुलभ हालचाल, रोगप्रतिकारकशक्ती सुधारणं, त्वचा नितळ होणं, मासिक पाळीच्या समस्या दूर होणं हे सगळं गुग्गुळच्या नियमित वापराने साधता येतं. मात्र काही विकार असतील तर गुग्गुळाचा वापर करू नये.

गरोदरपणात तसंच बाळंतपणानंतर लगेच गुग्गुळाचं सेवन करू नये. थायरॉइडच्या रूग्णांनीही याचा वापर टाळावा. रक्ताशी संबंधित विकारांमध्येही गुग्गुळ धोकादायक ठरू शकतं.

लॅसिक शस्त्रक्रियेनंतर...

डोळ्यांचं आरोग्य

चष्म्याचा नंबर घालवण्यासाठी लॅसिक सर्जरीचा पर्याय निवडला जातो. या शस्त्रक्रियेचे बरेच लाभ असले तरी काही दुष्परिणामही होऊ शकतात. या शस्त्रक्रियेनंतर काहींना रात्रीच्या वेळी अंधूक दिसू लागतं. प्रखर प्रकाशाचा त्रास होऊ लागतो. अर्थात तीन महिने ते वर्षभराच्या कालावधीत या तक्रारी दूर होतात. काहींना डोळे कोरडे होण्याची समस्या जाणवते. काही आठवड्यांनंतर हा त्रास दूर होतो. यासोबतच या शस्त्रक्रियेनंतर डोळ्यांमधल्या पांढऱ्या भागावर लालसर ठिपके दिसू लागतात. हा या शस्त्रक्रियेचा सर्वसाधारण दुष्परिणाम आहे. त्यामुळे अशा समस्या जाणवल्या तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

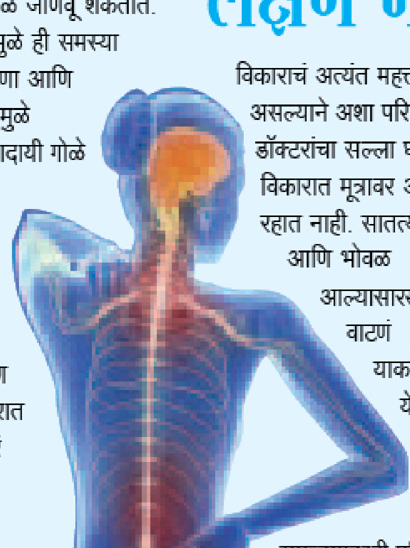


लक्षणं मल्टीपल स्क्लेरॉसिसची

व्याधी विचार

मल्टीपल स्क्लेरॉसिस हा मेंदूशी संबंधित विकार आहे. सर्वसाधारणपणे प्रौढ युवांमध्ये हा विकार आढळतो. या विकाराचे जवळपास २.३ दशलक्ष रुग्ण आहेत. हजारो रुग्णांमध्ये या विकाराचं वेळेत निदानच होत नाही. आपल्याला मल्टीपल स्क्लेरॉसिससारखा विकार असल्याचं त्यांच्या गावीही नसतं. मेंदू, पाठीचा कणा आणि डोळ्यांच्या नसांच्या माध्यमातून हा विकार थेट मज्जासंस्थेवर हल्ला करतो. यामुळे तीव्र स्वरूपाचं अपंगत्व येण्याचा धोका वाढतो. कोणतीही एक चाचणी या विकाराचं निदान करू शकत नाही. त्यामुळे डॉक्टर विविध चाचण्या करून घेण्याचा सल्ला देतात. म्हणूनच मल्टीपल स्क्लेरॉसिसची लक्षणं आणि संकेतांबाबत माहिती घेणं गरजेचं आहे.

या विकारात रुग्णांना कधीही स्नायूंच्या कार्यात अडथळे जाणवू शकतात. नसांचं नुकसान झाल्यामुळे ही समस्या निर्माण होते. पाठीचा कणा आणि मेंदूतल्या क्षतीग्रस्त नसांमुळे विशेषत: पायांमध्ये वेदनादायी गोळे येतात. ही या विकाराची प्राथमिक लक्षणं आहेत. अंग लुळं पडणं आणि शरीरात सुया टोचल्यासारखं वाटणं हे या विकाराचं सर्वसाधारण लक्षण आहे. संपूर्ण शरीरात अशी जाणीव होते. दुसरं म्हणजे मान हलवताना अचानक विद्युत शॉक बसल्यासारखं वाटतं. हे या विकाराचं अत्यंत महत्त्वाचं लक्षण असल्याने अशा परिस्थितीत तातडीने डॉक्टरांचा सल्ला घ्यायला हवा. या विकारात मूत्रावर आपलं नियंत्रण रहात नाही. सातत्याने थकवा येणं आणि भोवळ आल्यासारखं वाटणं याकडेही दुर्लक्ष करता येणार नाही. अशा रुग्णांचा तोल अचानक जातो. अवयवांच्या समन्वयावरही परिणाम होतो.



डोळ्यांची नस क्षतीग्रस्त झाल्यामुळे दृष्टिदोष निर्माण होतात. एका वेळी एका डोळ्यावर परिणाम होतो. दुहेरी दिसणं, अंधुक दिसणं या सर्वसाधारण समस्या आहेत. क्वचितप्रसंगी अंधत्वही येऊ शकतं. लाल आणि हिरवा रंग ओळखण्यात अडचणी येतात. मेंदूतल्या नसेवर परिणाम झाल्यामुळे विस्मरण होऊ शकतं. मन एकाग्र करता येत नाही. यामुळे अभ्यास तसंच कामावर परिणाम होतो. यासोबतच डोकेदुखी, खाज, मूत्रमार्गाचा जंतूसंसर्ग, बोलताना अडचणी येणं अशी लक्षणंही दिसून येतात.

लाभदायी पनीर

आजीबाईंचा बटवा

भारतीयांच्या आहारात पनीरला महत्त्वाचं स्थान आहे. पनीरपासून चविष्ट पदार्थ बनवले जातात. पनीर आरोग्यदायीही असतं. यात भरपूर प्रथिनं असतात. तुमची दिवसभरातली प्रथिनांची गरज पनीरमुळे भागू शकते. यात कर्बोदकांचं प्रमाण कमी असल्यामुळे वजन नियंत्रणात ठेवण्यासाठी पनीर वापरता येईल. गायीच्या दुधापासून बनवलेल्या १०० ग्रॅम पनीरमध्ये फक्त ७२ कॅलरी असतात. आरोग्यदायी फॅट्सचा हा अत्यंत चांगला स्रोत आहे. पनीरमधल्या प्रथिनांमुळे पोट बराच काळपर्यंत भरलेलं रहातं. यामुळे अतिखाणं होत नाही. यातला संयुग्मित लिनोलिक ॲसिड हा घटक वजन कमी करण्याच्या दृष्टीने महत्त्वाचा ठरतो. यामुळे स्नायूंनाही बळकटी मिळते.

शहरातील फुटलेल्या ड्रेनेज लाईनमुळे आरोग्य धोक्यात

भाजपचे शहर सचिव दत्ता गाडळकर यांनी विद्या कॉलनीतील शिष्टमंडळासह उपायुक्तांची भेट घेऊन प्रश्न सोडविण्याची केली मागणी

नगर - शहरालगत असलेल्या नगर-कल्याण रोडवरील विद्या कॉलनीत सुरु असलेल्या डी. पी. रस्त्याच्या खोदाई कामामुळे ड्रेनेज लाईन फुटल्याने संपूर्ण परिसरात दुर्गंधी पसरुन नागरिकांचे आरोग्य धोक्यात आले आहे. या भागातील दुरावस्थेची भाजपचे शहर सचिव दत्ता गाडळकर यांनी पहाणी करुन, नागरिकांच्या शिष्टमंडळासह उपायुक्त विजयकुमार मुंडे यांना तात्काळ ड्रेनेज लाईन दुरुस्तीचे व बंद असलेले डिपी रोडचे काम सुरु करण्याच्या मागणीचे निवेदन देण्यात आले.

कल्याण रोड येथील विद्या कॉलनीत अनुसयानगर ते सीना नदी डीपी रोडचे काम गेल्या दोन महिन्यापासून बंद स्थितीत आहे. जेसीबीच्या खोदाई कामामुळे सर्व रस्त्याच्या बाजूला ड्रेनेज लाईन फुटले आहेत. त्यामुळे सर्व मैलामिश्रीत पाणी रस्त्याच्या कामासाठी करण्यात आलेल्या खड्ड्यात साचून दुर्गंधी पसरली आहे. पाण्यामुळे डासांची मोठ्या प्रमाणात वाढ झाल्याने, थंडी-तापाचे रुग्ण वाढत आहे. त्यामुळे साथीचे आजार पसरण्याचा धोका निर्माण झाला असल्याचे नागरिकांनी स्पष्ट केले आहे.

नगर - कल्याण रोडवरील विद्या कॉलनीत फुटलेल्या ड्रेनेज लाईनने आरोग्य धोक्यात आले आहे. या संदर्भात उपायुक्त विजयकुमार मुंडे यांना देताना भाजपचे शहर सचिव दत्ता गाडळकर व शिष्टमंडळ.

ड्रेनेज लाईन बरोबरच काही ठिकाणी पिण्याची पाईपलाईन देखील फुटली असल्याने नळाद्वारे मैलमिश्रीत पाणी येत आहे. कल्याण रोड भागामध्ये फेज टू चे पाणी सुरु करण्यात आले असून, पाणी कमी दाबाने येत असल्याने नागरिकांच्या पाण्याचा प्रश्न देखील बिकट होत चालला आहे. रस्त्याचे काम बंद असल्याने व मोठ्या प्रमाणात ड्रेनेजचे मैलमिश्रीत पाणी घरांसमोर साचले गेल्याने नागरिकांच्या आरोग्याचा गंभीर प्रश्न निर्माण झाला आहे. मनपा प्रशासनाने तात्काळ या प्रश्नाची दखल घेऊन रोगराईचा फैलाव होणार नाही, या दृष्टीकोनाने संबंधित विभागाला सूचना देऊन ड्रेनेजलाईन व पाण्याची लाईनचे काम सुरळीत करुन देण्याची मागणी नागरिकांच्या वतीने करण्यात आली आहे.

यावेळी आप्पासाहेब सोनवणे, ठकाजी जगधने, चंद्रभान देव्हडे, कुशाबा होडगर, तुषार होडगर, तुकाराम टेकाळे, अशोक चौधरी, सतीश केदार, प्रभाकर शिंदे, विजय कांडेकर, अशोक सावरे, पोपट शिंदे, नामदेव ठुबे, राजू शेळके, संजय शेळके, किरण शेळके, मदन काशीद, रोहिदास कोल्हे आदींसह परिसरातील नागरिक उपस्थित होते.

नगर-कल्याण रोडवरील विद्या कॉलनीत आरोग्याचा गंभीर प्रश्न निर्माण झालेला आहे. संपूर्ण परिसरात डासाची उत्पत्ती वाढली असून, दुर्गंधी पसरली आहे. तर नळाद्वारे देखील दुषित पाणी येत आहे. तर पाणी कमी दाबाने येत असल्याने नागरिकांच्या पाण्याचा प्रश्न बिकट बनला असल्याने महापालिकेने तात्काळ उपाययोजना करुन नागरिकांच्या आरोग्याचा जिव्हाळ्याचा प्रश्न सोडवावा. मागील दोन महिन्यापासून डिपी रस्त्याचे काम बंद असून, खोदलेल्या रस्त्यामुळे नागरिकांना अनेक अडचणींचा सामना करावा लागत आहे. ठेकेदाराने अनेक ठिकाणी अर्धवट काम केलेले असून, प्रशासनाने तात्काळ ठेकेदाराकडून काम पूर्ण करुन घ्यावे, अशी मागणी दत्ता गाडळकर यांनी केली आहे.

'श्रीरामकृष्ण एज्युकेशन फाउंडेशन'च्या विज्ञान प्रदर्शनात मोहित कासवा याने पटकावले प्रथम क्रमांकाचे पारितोषिक

नगर - श्रीरामकृष्ण एज्युकेशन फाउंडेशनच्या सेठ नंदलाल धूत इंग्लिश मीडियम स्कूल व मोहनलाल मानधना ज्युनिअर कॉलेजमध्ये आयोजित गणित विज्ञान प्रदर्शनात इयत्ता तिसरीत शिकणाऱ्या मोहित सागर कासवा याच्या पर्यावरण विषयक उपकरणास प्रथम क्रमांक मिळाला आहे. स्व. रूपनारायण श्रीनारायणदास झालानी यांच्या स्मरणार्थ त्याला सदर पारितोषिक देण्यात आले. मोहित कासवा याने झाडे लावण्याचे महत्त्व विशद करणारा अतिशय अभ्यासपूर्ण प्रकल्प तयार करून अतिशय सुंदर सादरीकरण केले.

श्रीरामकृष्ण एज्युकेशन फाउंडेशनच्या विज्ञान प्रदर्शनात प्रथम क्रमांकाचे पारितोषिक स्वीकारताना मोहित कासवा.

या प्रकल्पाबाबत कासवा याने सांगितले की, आजपर्यंत आपण फक्त ऐकत आलेलो आहोत की झाडे लावा, झाडे जगवा. झाडे आपल्याला प्राणवायु देतात खरे, परंतु तो प्राणवायू आपणाला कसा उपलब्ध होतो? त्यासाठी झाडं असे नेमके काय करतात बर? जेणेकरुन आपल्याला ऑक्सिजन मिळतो? असे बरेच प्रश्न आपल्याला नक्कीच पडले असतील! झाडे स्वतःचे अन्न स्वतः तयार करतात. माणसाप्रमाणे त्यांना स्वतःच्या अन्नासाठी दुसऱ्यावर अवलंबून राहावे लागत नाही. वनस्पती स्वतःचे अन्न बनवण्याच्या प्रक्रियेला 'फोटो सिंथेसिस' म्हणतात. फोटो म्हणजे प्रकाश आणि सिंथेसिस म्हणजे निर्मिती करणे. झाडे सूर्यप्रकाशात पानांमध्ये असणाऱ्या क्लोरोफिल नावाच्या ग्रीन पिगमेंट तसेच पाणी व कार्बनडाय ऑक्साईडचा वापर करून स्वतःचे अन्न ग्लुकोजच्या स्वरुपात तयार करतात, आणि हे ग्लुकोज झाडाच्या वाढीसाठी उपयोगात आणले जाते. ही प्रक्रिया घडत असताना ग्लुकोजबरोबर आपल्या प्राणवायूची म्हणजेच ऑक्सिजनची निर्मिती होऊन तो झाडांमार्फत हवेमध्ये सोडला जातो. आणि त्याच सोबत पुन्हा अन्न निर्मितीसाठी हवेतला कार्बन डाय ऑक्साईड शोषून घेतला जातो. ह्या क्रियेचा उपयोग फक्त झाडांसाठी नाही तर समस्त सजीवांसाठी होतो, कारण प्रत्येक सजीव प्राण्याला जिवंत राहण्यासाठी प्राणवायूची नितांत गरज असते. याप्रकारे झाडे स्वतःचे अन्न स्वतः तयार करतातच शिवाय आपल्याला ही प्राणवायूचा पुरवठा करतात. अशा ह्या बहुमूल्य नैसर्गिक संपत्तीचे जतन केले पाहिजे. प्रकल्पासाठी मला माझी आई प्रा.प्रतिमा कासवा यांची मोलाची मदत व मार्गदर्शन लाभले. तसेच शाळेतील माझ्या वर्गशिक्षिका गांधी मॅडम, कालिया मॅडम याचेही मार्गदर्शन लाभले.

या यशाबद्दल मोहित कासवा याचे संस्थेचे अध्यक्ष श्रीगोपाल धूत, उपाध्यक्ष नंदकुमार झंवर, मोहनलाल मानधना, राजेश झंवर, संस्थेचे सचिव डॉ. शरद कोलते, सहसचिव बजरंग दरक, कार्यकारिणी सदस्य अशोक बार्शीकर, रवींद्र गुजराथी, पुरुषोत्तमभाई पटेल, रामसुख मंत्री, श्रीगोपाल जाखोटिया, अरुण झंवर, शाळेच्या प्राचार्या राधिका जेऊरकर, उपप्राचार्य संपदा देशपांडे आदींनी कौतुक करून शुभेच्छा दिल्या.

शहरातील मुख्य बाजारपेठेतून वाहतेयं ड्रेनेजचे दुर्गंधीयुक्त पाणी

नागरिक, व्यापारी व दुकानदार त्रस्त, दखल न घेतल्यास आंदोलन छेडण्याचा इशारा

नगर - वैभवशाली नगर शहराचे महत्त्वाचे ठिकाण व मुख्य बाजारपेठ असलेली गंज बाजार, मोची गल्ली व कापड बाजार येथे ड्रेनेजच्या पाण्याने सगळीकडे दुर्गंधी पसरल्यामुळे येणाऱ्या नागरिक, व्यापारी व दुकानदारांना मोठा त्रास होतोयं. गंज बाजार येथे ड्रेनेजची लाईन तुडुंब भरल्याने व महानगरपालिकेच्या कर्मचाऱ्यांना तेथे ड्रेनेजच्या झाकणाचा अंदाज नसल्यामुळे तेथे खोदलेल्या गेलेला खड्ड्यातून घाण पाणी बाहेर येत आहे, ते पाणी वाहत-वाहत गंज बाजार येथून मोची गल्लीच्या दिशेने येऊन थेट कापड बाजार व घास गल्ली पर्यंत जाते. या घाण पाण्यामुळे बाजारपेठे मधील व्यापारी व दुकानदार वासाने त्रस्त झालेत, यामुळे त्यांना मोठ्या आजाराला सामोरे केला जाण्याची शक्यता नाकारू शकत नाही. याबाबत तातडीने याची दखल घेऊन येथील नागरिकांना, व्यापारी वर्ग व दुकानदारांना दिलासा द्यावा अन्यथा महापालिकेत आंदोलन करण्याचा इशारा शहर जिल्हाध्यक्ष अहमदनगर राष्ट्रवादी काँग्रेस पक्ष शरदचंद्र पवार (अल्पसंख्याक विभाग) पक्षाचे शहर जिल्हाध्यक्ष अलतमश जरीवाला यांनी दिला आहे.

नगरमध्ये पुन्हा ४ कत्तलखान्यावर पोलिसांची मोठी कारवाई

गोमांस जप्त, कत्तलीसाठी डांबून ठेवलेल्या जनावरांची केली सुटका

नगर - नगर शहरात सुरु असलेल्या कत्तलखान्यांवर गेल्या आठवडाभरापासून पोलिस प्रशासनाने कारवाईचा बडगा उगारलेला असून शुक्रवारी (दि.१३) दिवसभरात स्थानिक गुन्हे शाखेने २ आणि कोतवाली पोलिसांनी २ अशा ४ ठिकाणी कारवाई करत मोठ्या प्रमाणावर गोमांस जप्त करत कत्तलीसाठी डांबून ठेवलेल्या जनावरांची सुटका केली आहे. या प्रकरणी कोतवाली पोलिस ठाण्यात ४ वेगवेगळे गुन्हे दाखल केले आहेत.

स्थानिक गुन्हे शाखेचे पो.नि. दिनेश आहेर यांच्या सूचनेनुसार पोलीस अंमलदार संदीप पवार, अतुल लोटके, विजय ठोंबरे, संदीप दरंदले, रविंद्र घुंगासे, शिवाजी ढाकणे, आकाश काळे, विशाल तनपुरे यांच्या पथकाने शुक्रवारी (दि.१३) सकाळी ८ च्या सुमारास आंबेडकर चौक, झेंडीगेट येथील कत्तलखान्यावर छापा टाकला. या ठिकाणी ८१ हजार रुपये किंमतीचे २७० किलो गोमांस, १ सुरा असा मुद्देमाल जप्त करत मुस्तकीम वहाब कुरेशी (वय २२, रा.आंबेडकर चौक, झेंडीगेट) याला ताब्यात घेतले. त्याच्या सह कत्तलखान्याचे मालक वहाब बाबुलाल कुरेशी, नासीर बाबुलाल कुरेशी, व सुफियान कुरेशी (सर्व रा.कुरेशी मस्जीदजवळ, व्यापारी मोहल्ला, झेंडीगेट) या चौघांच्या विरुद्ध कोतवाली पोलीस ठाण्यात बीएनएस २०२३ चे कलम २७१, ३२५, ३ (५) सह महाराष्ट्र पशु संरक्षण अधिनियम सन १९९५ चे सुधारीत २०१५ चे कलम ५ (अ)(ब) (क) ९ प्रमाणे गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

तसेच बाबा बंगाली दर्ग्यापाठीमागे, झेंडीगेट येथे छापा टाकून कत्तलीसाठी डांबून ठेवलेल्या ७ गायी, १ वासरू यांची सुटका करत ३०० किलो गोमांस, लोखंडी सुरा, १ मोटारसायकल असा ४ लाख ९० हजारांचा मुद्देमाल हस्तगत करण्यात आलेला आहे. या प्रकरणी हासनेन सादिक कुरेशी (वय २३, रा.व्यापारी मोहल्ला, झेंडीगेट), मुजक्कीर मुस्ताक कुरेशी (वय ३४, रा.झेंडीगेट), निसार अहमद मुख्तार कुरेशी (वय ३६, रा.आलमगीर, भिंगार), अख्तर हसन कुरेशी, माजिद सादिक कुरेशी, तौसीफ मुस्तका कुरेशी,

स्थानिक गुन्हे शाखेने कत्तलखान्यावर छापा टाकून सुटका केलेली कत्तलीसाठी डांबून ठेवलेली जनावरे.

शहेबाज मुस्तफा कुरेशी, मुझु मुस्तफा कुरेशी सर्व रा. व्यापारी मोहल्ला, झेंडीगेट) यांच्या विरूध्द कोतवाली पोलीस ठाण्यात बीएनएस २०२३ चे कलम २७१, ३२५, ३ (५) सह महाराष्ट्र पशु संरक्षण अधिनियम सन १९९५ चे सुधारीत २०१५ चे कलम ५ (अ)(ब) (क) ९ प्रमाणे गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

कोतवाली पोलिसांची कोठी, पंचपीर चावडी येथे कारवाई

स्थानिक गुन्हे शाखेपाठोपाठ कोतवाली पोलिसांनीही कोठी, पंचपीर चावडी या २ ठिकाणी कारवाई करत गोमांस जप्त केले आहे. कोठी येथे इंदीरानगर परिसरात मोहम्मद शरीफ अब्दुल गणी कुरेशी (वय ५७, रा. बेपारी मोहल्ला, कोठी) हा गोमांस विक्री करत असल्याची माहिती पो.नि. प्रताप दराडे यांना मिळाली होती. त्यानुसार त्यांनी कारवाई साठी पथक पाठविले. या पथकाने इंदिरानगर येथे जावून एका पत्र्याच्या खोलीत छापा टाकून ८ हजार रुपये किमतीचे ४० किलो गोमांस, २ हजार रुपये किमतीचा एक इलेक्ट्रॉनिक वजनकाटा, एक लोखंडी सत्तूर असा १० हजार १०० रुपये किमतीचा मुद्देमाल ताब्यात घेतला. या प्रकरणी पो. कॉ. सुजय हिवाळे यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरुन मोहम्मद कुरेशी याचे विरुध्द भारतीय न्याय संहिता २०२३ चे कलम २७१, महाराष्ट्र प्राणी रक्षा अधिनियम सन १९९५ चे सुधारीत सन २०१५ चे कलम ५ (क), ९ (अ) प्रमाणे गुन्हा दाखल केला. ही कारवाई महिला पोलीस हवालदार रोहीणी दरंदले, पो. कॉ. दिपक रोहकले, तानाजी पवार, सुजय हिवाळे, महिला पो. कॉ. पल्लवी रोहकले यांनी केली. त्यानंतर पंचपीर चावडी परिसरात एका खोलीत गोमांस विक्री करताना अदनान फारूक कुरेशी (वय २३, रा. झेंडीगेट), शहेबाज नासीर कुरेशी (वय ३३, रा. सबजेल चौक, झारेकर गल्ली) व नजीम हारून कुरेशी (रा. झेंडीगेट) यांना पकडले. त्यांच्या ताब्यातून गोमांस, २ लोखंडी सत्तूर असा ४१ हजार २०० रुपयांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला. या तिघांच्या विरुद्ध भारतीय न्याय संहिता २०२३ चे कलम २७१, महाराष्ट्र प्राणी रक्षा अधिनियम सन १९९५ चे सुधारीत सन २०१५ चे कलम ५ (क), ९ (अ) प्रमाणे गुन्हा दाखल केला आहे.

वारंवार घरफोड्या करणाऱ्या सराईत गुन्हेगारांची टोळी पोलिसांनी पकडली

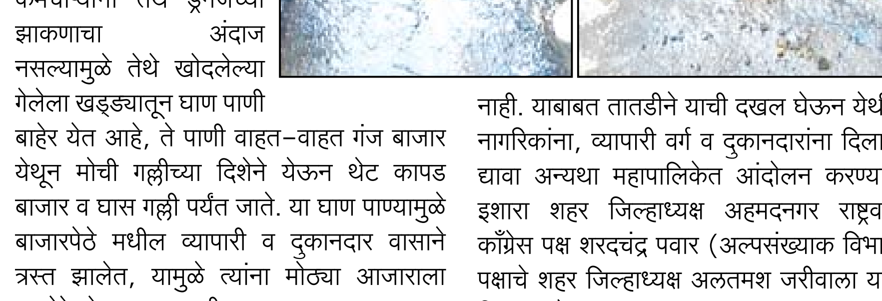
२ लाख १७ हजार रुपयांच्या मुद्देमालासह तिघे जण ताब्यात, आरोपीकडून ९ घरफोडीचे गुन्हे उघड

नगर - गेल्या २ महिन्यात तब्बल ९ घरफोड्या करणाऱ्या सराईत गुन्हेगारांची टोळी स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने उघडकीस आणली आहे. पोलिसांनी या टोळीतील तिघांना पकडून त्यांनी चोरलेला २ लाख १७ हजारांचा मुद्देमाल हस्तगत केला आहे. या टोळीकडून पाथर्डी व शेवगाव तालुक्यातील ९ घरफोडीचे गुन्हे उघडकीस आले आहेत.

पाथर्डी व शेवगाव पोलीस स्टेशन हद्दीत सातत्याने घरफोडीचे गुन्हे होत असल्याने पोलीस अधीक्षक राकेश ओला यांनी स्थानिक गुन्हे शाखेचे पो. नि. दिनेश आहेर यांना या घरफोडीच्या गुन्ह्याचा समांतर तपास करुन गुन्हे उघडकिस आणण्याच्या सूचना दिल्या होत्या. त्यानुसार पो.नि. आहेर यांनी स्थानिक गुन्हे शाखा व तपास पथकातील स.पो.नि.हेमंत थोरात, उपनिरीक्षक अनंत सालगुडे व पोलीस अंमलदार बबन मखरे, हृदय घोडके, फुरकान शेख, शरद बुधवंत, संतोष खैरे, भाऊसाहेब काळे, अमोल कोतकर, मेघराज कोल्हे व अरूण मोरे अशांचे पथक नेमुन घरफोडीचे गुन्हे उघडकिस आणणेबाबत आवश्यक सुचना देवुन पथकास रवाना केले.

गेल्या २ महिन्यात तब्बल ९ घरफोड्या करणाऱ्या सराईत गुन्हेगारांची टोळी पकडल्यानंतर आरोपींच्या समवेत स्थानिक गुन्हे शाखेचे पथक.

तपास पथक वरील गुन्हयांतील आरोपीचा तांत्रीक विश्लेषणाच्या आधारे पाथर्डी पोलीस स्टेशन हद्दीत शोध घेत असताना गोपनीय माहिती मिळाली की, सदरचा गुन्हा हा विनोद उर्फ सुप्या सक्या भोसले याने त्याचे साथीदारांनी केलेला असून ते सध्या पाथर्डी शहरामध्ये आहेत. पथकाने मिळालेल्या माहिती नुसार त्या ठिकाणी जाऊन संशयितांचा शोध घेऊन विनोद उर्फ सुप्या सक्या भोसले (वय २५, रा.निपाणी जळगाव, ता.पाथर्डी), सचिन भाऊसाहेब काळे (वय २१, रा. लखमापुरी, ता.शेवगाव) यांना ताब्यात घेतले. त्यांच्या कडे कसून चौकशी केल्यावर त्यांनी सदरचा गुन्हा हा विकास विठ्ठल भोसले (रा.उमापूर, ता.गेवराई, जि.बीड) (फरार) याचे मदतीने केला असल्याची माहिती सांगीतली. तसेच गुन्हयातील चोरलेले काही सोन्याचे दागीने हे सराफ व्यावसायिक लक्ष्मीकांत सांडुशेठ मुंडलिक (रा.सोनार गल्ली, बिडकीन, ता.पैठण) यास विकल्याचे सांगीतल्याने त्यास ताब्यात घेण्यात आले. ताब्यात घेण्यात आलेल्या आरोपींनी त्यांचा साथीदार विकास भोसले यांचेसह मागील दोन - तीन महिन्यात पाथर्डी व शेवगाव तालुक्यात ९ घरफोडीचे गुन्हे केले असल्याचे सांगितले. आरोपींकडून चोरीतील २ लाख १७ हजार रुपये किंमतीचे दागिने हस्तगत करण्यात आले आहेत.



अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटीच्या भिंगार येथील अ.ए.सो.ची नवीन मराठी शाळा व पूर्व प्राथमिक विभागाचे वार्षिक स्नेहसंमेलनात हायजिन फस्टच्या संस्थापिका सौ. वैशाली गांधी यांच्या हस्ते गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार करण्यात आला.

भिंगार नवीन मराठी शाळेत स्नेहसंमेलन उत्साहात

नगर - अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटीच्या भिंगार येथील अ.ए.सो.ची नवीन मराठी शाळा व पूर्व प्राथमिक विभागाचे वार्षिक स्नेहसंमेलन पार पाडले. रंगलेल्या सांस्कृतिक कार्यक्रमात विद्यार्थ्यांनी विविध संस्कृतीचे दर्शन घडवले. विविध हिंदी मराठी गाण्यांना रंगलेल्या नृत्याने सांस्कृतिक कार्यक्रमात रंग भरला होता. चिमुकल्यांचा विविध कलागुणांचा सादरीकरणाने उपस्थित पालक भारावले उपस्थित पालक विद्यार्थी व शिक्षकांनी टाळ्यांच्या गजरात विद्यार्थ्यांचा कलागुणांना दाद दिली.

स्नेहालय संस्था अहिल्यानगरचे प्रमुख डॉ. गिरीश कुलकर्णी यांच्या प्रमुख उपस्थितीमध्ये स्नेहसंमेलनाचे उद्घाटन झाले. यावेळी संस्थेच्या प्रमुख कार्यवाही श्रीमती छायाताई फिरोदिया संस्थेचे सहकार्यवाह गौरव फिरोदिया शाला समिती चेअरमन रवींद्र बाकलीवाल, शाळा समिती सदस्य नंदकुमार झंवर, संजय सपकाळ, बापूसाहेब शिंदे, जालिंदर बोरुडे उपस्थित होते. भिंगार हायस्कूलचे मुख्याध्यापक कासार सर उपमुख्याध्यापक भांड सर श्रीमती मनीषा गायकवाड, नवीन मराठी शाळेच्या मुख्याध्यापिका सौ.विद्या गांगर्डे, पूर्व प्राथमिक वर्गाच्या प्रमुख इन्चार्ज सौ.अर्चना गायकवाड, नाईट स्कूलच्या मुख्याध्यापिका सौ. विजयश्री वाळुंजकर इत्यादी उपस्थित होते.

भिंगार हायस्कूलचे माजी मुख्याध्यापक संजय पडोळे उपस्थित होते. हायजिन फस्ट संस्थेच्या संस्थापिका सौ. वैशाली गांधी यांच्या हस्ते गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार करण्यात आला. तसेच त्यांनी विद्यार्थ्यांना स्वच्छतेचे महत्त्व विशद केले.

सूत्रसंचालन श्रीमती मनीषा कांबळे, सौ. विद्या पानमळकर यांनी केले. आभार शिक्षक प्रतिनिधी सौ.विद्या भांगरे यांनी मानले.

कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी शाळेतील सर्व शिक्षक, शिक्षिका व शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांनी परिश्रम घेतले.

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

शॉप भाड्याने देणे आहे
अहमदनगर एमआयडीसीच्या एम ब्लॉकमध्ये वखार महामंडळ ते सनफार्मा हायस्कूल रोडवर २००० स्क्वे. फुटाचे शॉप, ऑफिस, टॉयलेट ब्लॉकसहीत सर्व सुविधा उपलब्ध असलेले शॉप भाड्याने देणे आहे.
7588604672, 7588604667

2 & 3 BHK रो-बंगलो विकणे आहे

पत्ता : नायरा पेट्रोल पंपासमोर, श्रेयस मंगल कार्यालयामागे, नाना चौक, तपोवन रोड, अहिल्यानगर.
इंजि-वृषभ सु.गांधी.9623273109

जागा व शेड भाड्याने देणे
पोखर्डी (शेंडी) येथील नगर-छत्रपती संभाजीनगर रोडवर गट क्र.२४८/५ मधील १०,००० चौ.फुटाचे शेड व रोडटच ३ गाळे व ४ रुम तसेच लाईट, पाणी,संडास, बाथरुमसह भाड्याने देणे आहे. एकूण क्षेत्र १५००० स्क्वे.फूट
द्वारकामाई मंगल कार्यालय
पिंपळगाव उजैनी फाट्यासमोर,अ.नगर
9404279130, 9422220414

Ahilyanagar's 1st Dolby Atmos Theatre
Cinélife MINIPLEX
Pushpa 2
The Rule (Hindi)
Show Timings
14-15 Dec 2024

07.45 am	09.45am
10.45am	11.30pm
01.30pm	02.30pm
03.20 pm	05.15pm
06.20pm	07.05 pm
09.00pm	10.00pm
10.45 pm	

टीप: शो च्या वेळा बदलू शकतात
Book Your Tickets at Box Office | bookmyshow | 3 Screens 3X Entertainment | Dolby Atmos
Near Nagar College, Above Zudio, A.nagar. 9881300400, 0241-2346000

रेडी पझेशन गाळे विकणे आहेत
सारसनगर येथे मुख्य चौकातील नवीन बाधकामातील रेडी पझेशन गाळे विकणे आहे.
8275200054

५३० स्क्वे.फूट, १० X ५३ चा गाळा भाड्याने देणे आहे
न्यू टिळकरोड, सागर मार्बलसमोर
9834906464

मेळावा पूर्नविवाह पालक परिचय मेळावा
वधू पाहिजेत
२२ ते ६० वयातील सर्व समाज विधवा, घटस्फोटीत, आधार नाही,कोर्ट अॅरेंज, लव मॅरेज सर्व वैदीक विवाह अल्पदरात
डॉ. मंजुषा प्राचार्या
माळीवाडा, अ.नगर
09892911602

ॲक्रेलिक शीट, एम.डी.एफ शीट
सर्व प्रकारचे नक्षीकाम करून मिळेल
पित्रोडा सेल्स
गुलमोहर रोड, सावेडी, अ.नगर.
9823704000

विकणे आहे
2 BHK ट्वीन बंगला
प्लॉट-९०० स्क्वे.फूट
बांधकाम-१०५० स्क्वे.फूट
किंमत - ५५ लाख
अनुसया नगर, कल्याण रोड, अहिल्यानगर
8888832688

विकणे आहे
मुकुंदनगर येथे रो-हौसिंग 1 RK दरबार कॉलनी येथे विकणे आहे.
सादात कन्स्ट्रक्शन
9960939231

कॉम्प्युटर विकणे आहे
(३ नग RS. 21000/- प्रत्येकी)
- Configuration -
Windows 10, Processor, Intel Core (TM) i5-9400F CPU 2.90GHZ, Ram 4GB, 1 TB HD Graphic Card Monitor : Dell 21 inch, UPS -Ball
8149624001

WANTED
FRESH GRADUATE (MALE/FEMALE) - 5 Post
- Strong Communication Skill
- Fluency In English
- Computer, Internet Knowledge is must
APPLY WITH ALL CREDENTIALS
E-MAIL :classicassociate11@gmail.com

पाहिजेत
दुकानात कामासाठी
मुले -2 (आकर्षक पगार)
सेल्स असिस्टंट -1
(अनुभव असल्यास प्राधान्य)
- समक्ष भेटा -
शार्प इलेक्ट्रिकल्स
मार्केटयार्ड, अहिल्यानगर
9028942715

पाहिजेत
सेल्समन • हेल्पर
(पार्ट टाईम / फुल टाईम)
कापड दुकानातील कामाचा अनुभव असल्यास प्राधान्य.
जरीवाला
कापड बाजार,अहमदनगर.

टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात
दिनांक : 05 डिसेंबर ते 12 डिसेंबर 2024

PUSHPA 2
THE RULE (HINDI)

07:00 AM	07:30 AM
08:00 AM	10:45 AM
11:15 AM	11:45 AM
02:25 PM	03:00 PM
03:30 PM	06:05 PM
06:40 PM	07:10 PM
09:45 PM	10:15 PM
10:45 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 !
AVAILABLE ON bookmyshow
CONNPLEX SMART THEATRE
AVAILABLE ON bookmyshow
3rd Floor, Kohinoor Mall, Premdan Chowk, Savedi, A.Nagar
Mo. 6353564618 / 7790094001

होलसेल मेडिकलमध्ये पाहिजेत
मुले : ६ जागा
मुली : ६ जागा
विवाहित /अविवाहित
पार्ट टाईम / फुल टाईम
❊ संपर्क ❊
9545996883

पाहिजेत
❊ ड्रायव्हर
कम हेल्पर
❊ अकौंटंट
निधी सेल्स
पाणी टाकीजवळ, इंडस्ट्रीयल इस्टेट केडगाव,अ.नगर
9922767789

उपहारगृहासाठी स्वयंपाकी/ आचारी पाहिजे
9420344520
9423465529

त्वरित पाहिजेत
जागा- १०
(Male / Female)
बिझनेस डेव्हलपमेंट एक्झिक्युटिव्ह
(इंग्रजी भाषेला प्राधान्य)
हाय स्कील मॅन पॉवर
9822613188

पाहिजेत
हेल्पर जागा-२
इलेक्ट्रोनिक्स शोरूम मध्ये कामासाठी हेल्पर पाहिजे अनुभव असल्यास नसल्यास संपर्क करावा
लक्ष्मी इलेक्ट्रॉनिक्स
डांगे गल्ली, माणिकचौक,
संपर्क - 9423464894

ऑफिससाठी पाहिजेत
लेडीज-२
जेन्टस-३
8999837821

- पाहिजेत -
बिलिंग एक्झिक्युटिव्ह - ४
१२वी पास/पदवीधर, फक्त विवाहित महिला, संगणकाचे ज्ञान आवश्यक
कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.००
- आकर्षक पगार | समक्ष भेटा -
के. प्रकाश अॅण्ड कंपनी (गांधी)
मुंजोबा स्वीटस् शेजारी, मार्केटयार्ड रोड, अहिल्यानगर. मो. 9665511179

चार चाकी गाडी धुण्यासाठी मुले पाहिजेत-२
पगार ९००० ते १२००० रु.
संपर्क वेळ : स. १० ते ५
7776077778

पाहिजे
रिसेप्शनिस्ट (मुली)
BA/B.Com
कॉम्प्युटरचे ज्ञान आवश्यक
अनुभव असल्यास प्राधान्य
जिम स्ट्रायकर
गुलमोहर रोड,सावेडी
मर्चंट बँक शेजारी अ.नगर
ज्योती-8369549081
8149175172

पाहिजेत
(शालेय कामकाजासाठी)
लिपीक - 1
(बी.कॉम, संगणकाचे ज्ञान आवश्यक)
वॉचमन - 1
(एक्स- सर्व्हिस मॅन, मानधनावर नियुक्त)
वरील पात्रताधारक उमेदवारांनी मंगळवार दि.१७/१२/२०२४ रोजी स.१०:३० वा. खालील पत्त्यावर मूळ कागदपत्रांसह मुलाखतीस हजर रहावे.
ग्रामीण विकास मंडळ, नागापूर ता.जि. अ.नगर संचलित सन फार्मा माध्य. व उच्च माध्य. विद्यालय व चक्रधर स्वामी प्राथ. विद्यालय
आर.एच.९५/१, एम.आय.डी.सी., नागापूर, ता.जि. अहमदनगर
9421439908

WALK IN INTERVIEW

Post	Qualification	
Quality Supervisor	Post Graduate / Graduate	Post 2
Quality Inspector	12th Pass / 10th Pass	Post 2
Account Head	MBA / M.com/ B.com	Post 2
Account Assistant	MBA / M.com/ B.com	Post 2
Marketing Executive	MBA / BBA / Graduate	Post 2
Data Entry Operator	Graduate	Post 2

Walk in Interview : Monday 16 December, Tuesday 17 December & Wednesday 18 December 2024
Time : 10.00 am to 5.00 pm, Apply with full Bio-data
Success Electronics Pvt. Ltd.
M. 9552521875
1267, Pratibha, Dalmandai, Ahmednagar.

॥ १८ वे पुण्यस्मरण ॥

स्व. सुवालालजी बन्सीलालजी गुगळे (एस.बी.जी)
स्व. दि. १५/१२/२००६

ज्योत अनंतात विलिन झाली,स्मृति आठवणींनी दाटुन आली,
भाव सुमनांची ओंजळ भरुनी वाहतो आम्ही श्रध्दांजली...

आपल्या प्रेरणादायी स्मृतीस भावपुर्ण आदरांजली..!
सौ. साधना - अभय गुगळे
सौ. कल्पना - अजित गुगळे
सौ. आशा - ईश्वरलाल मुनोत
सौ. श्रृती - अभिजीत गांधी
सौ. सारिका - सोहन गुगळे
सौ. श्रद्धा - हर्षल गुगळे
सौ. लक्ष्मी - रोनक गुगळे
आशिष । आदित्य । नेत्रा । परम । आरव । रिधा । रुवी । गुगळे परिवार..
SBG एस. बी. जी. ट्रेडर्स
दाळमंडई, अहमदनगर

पुन्हा एकदा शिबीर
❊ कान - वघळलेले कान चिटकवा
❊ नाक - सर्दी खोकला उपाय
❊ डोळा - मोतीबींदसाठी ड्रॉप वापरा
❊ स्कीन - टंू+मोस+गोंधन काढणे
काळेडाग पिंपल्स खाज येणे
डॉ.मंजुषा 7507718246

An ISO 9001:2015 Certified
DiSHA COMPUTER INSTITUTE
Experts In Computer Training
MAHA DiSCOUNT offer
Just in 1800 Any Course
JOIN TODAY
MS-OFFICE, ADV. EXCEL, TALLY PRIME, PHOTOSHOP, CORELDRAW, ILLUSTRATOR, INDESIGN, C, C++, HTML, 2D CAD, 3D CAD

An ISO 9001:2015 Certified
DiSHA COMPUTER INSTITUTE
9371051769
9371151769
Pipeline Branch
7447761769

प्रथम पुण्यस्मरण

तुमचं असणं आमच्यासाठी
सर्व काही होतं
तेच आमच्या आयुष्यातील
सुंदर पर्व होतं
आज सर्व काही असल्याची
जाणीव आहे
पण तुमचं आमच्यात नसणं
हीच मोठी उणीव आहे

"आबा"
भावपूर्ण श्रध्दांजली!
स्व. महादेव पाटीलबा निमसे
स्व. दि.२८/१२/२०२३

तुमच्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण श्रध्दांजली
प्रथम वर्षश्राध्द : सोमवार, दि. १६/१२/२०२४ रोजी सकाळी १०.०० वा. होणार आहे. तरी आपली उपस्थिती प्रार्थनीय आहे.
❊ दुःखांकित ❊

श्रीरंग पाटीलबा निमसे (भाऊ)	गुलाब पाटीलबा निमसे (भाऊ)
संपतराव मुरलीधर तोडमल (मेव्हुणे)	अंबादास गंगाराम देवीकर (मेव्हुणे)
राम किसन नळकांडे (जावई)	कुणाल संपत तोडमल (जावई)
विनोद महादेव निमसे (मुलगा)	प्रसाद बाळकृष्ण निमसे (पुतण्या)
दत्तात्रय श्रीरंग निमसे (पुतण्या)	ऋषिकेश गुलाब निमसे (पुतण्या)

प्रथमेश विनोद निमसे (नातु)
समस्त निमसे परिवार
❊ किर्तन ❊
गुरुवर्य बालयोगी ह.भ.प. अमोल महाराज जाधव (वाकोडीकर) श्रीराम संस्थान, भजन मंडळ वाकोडी यांचे किर्तन होईल.

२७ वे पुण्यस्मरण

स्व. किशनलाल धुप्पड
स्व.दि. १५/१२/१९९६

सूरज जैसी चमक, चंद्रमा की शीतलता ।
आकाश जैसी माया, सागर जैसा विशाल मन ।
आप की प्रेरक स्मृति से ही बना हमारा जीवन ।
❊ दुःखांकित ❊
गिता एजन्सी
फार्मास्युटीकल डिस्ट्रीब्युटर्स, जुना बाजार, प्रभुआंगन, अहमदनगर. फो.२३४६६७२
श्रीकृष्ण मेडिकल स्टोअर्स
सेंट्रल बँक रोड, अहमदनगर. फो. २३२१४९६
धुप्पड परिवार