गुंतवणूकदारांसाठी सुवर्ण संधी
महावीर पेन्शन ठेव योजना
1 लाख रुपये गुंतवणुक एक वर्षासाठी करा व मिळवा
दरमहा 833/- रुपये व्याज*
दि जैन मर्चन्टस् को-ऑप. क्रेडीट सोसायटी लि.
इमारत कंपनी, पोस्ट ऑफिस जवळ, कापड बाजार, अ.नगर. फोन नं. : 0241-2993900
श्री. संजय काठेड (संस्थापक) Mo. 9372444001

संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रुपये | अहिल्यानगर, शनिवार दि. २६.०७.२०२५ | अंक नं. १०० | वर्ष ६८ वे | दैनिक वर्ष ६२ वे | ANR/022/2018-2020

सुवर्ण विश्वातील सर्वात जूनी.. विश्वसनीय व नामांकित पेढी...
मे. हरी बाकाजी देडगांवकर
Since 1935
सराफ अँण्ड ज्वेलर्स
२५७१, एम.जी.रोड, कापड बाजार, अहमदनगर.
फोन : २३४६४४३. मो. ९८२२९९१०२४.

स्मार्ट असो वा मार्ट..मिल असो वा मॉल...
सर्वात स्वस्त देणार फक्त राजपाल !
आला रे आला राजपाल सेल आला..!
खरेदी | खरेदीवर पॉईंट | पॉईंटसवर गिफ्ट
30 ते 70% डिस्काउंट सेल
विश्वसनीय वस्त्रांची अखंड परंपरा
राजपाल™
संगमनेर (02425) 222226
अ. नगर (0241) 2999299
नारायणगाव (02132) 242132
श्रीरामपूर (02422) 220090

5gm सोन्याच्या सुवर्णखरेदीवर
स्क्रॅचकार्डव्दारे जिंका दुबई ट्रिप
किंवा आकर्षक गिफ्ट बॉक्स व सोबतच हमखास मजुरीवर भरघोस डिस्काऊंटही..
चलो दुबई
सोन्याच्या दागिन्यांच्या मजुरीवर + 15%* पर्यंत सूट
Conditions Apply*
चंदुकाका ज्वेलर्स सोनेरी नातं..
शॉप नंबर 2/3, साई मिडास टच, नगर-मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर 9272422001/02
चलो दुबई या योजनेतील गिफ्ट बॉक्सेसचे भाग्यवान विजेते.
CKJ आजचा भाव 26 जुलै 22 कॅरेट सोन्याचा भाव (प्रति ग्रॅम) ₹8969/-*
CKJ उद्याचा भाव 27 जुलै 22 कॅरेट सोन्याचा भाव (प्रति ग्रॅम) ₹8969/-*

नगरजवळ बिबट्याचा रात्री हल्ला, घोड्याचे शिंगरू ठार

वनविभागाकडून पंचनामा, पिंजरा लावण्याची नागरिकांची मागणी

नगर – डोंगराच्या कडेला मेंढपाळांच्या कळपावर बिबट्याने हल्ला केला. यात बिबट्याने घोड्याच्या शिंगराला ठार मारले. त्यास झुडुपात ओढत नेताना मेंढपाळांनी केलेल्या प्रतिकारामुळे बिबट्याने मृत शिंगरू तेथेच टाकून धूम ठोकली. ही थरारक घटना नगर तालुक्यातील सारोळा कासार शिवारात असलेल्या धामणदरा परिसरात २५ जुलै रोजी रात्री ९.३० च्या सुमारास घडली.

पारनेर तालुक्यातील कुरुंद येथील चिमाजी पोपट कोळेकर यांच्यासह काही मेंढपाळ मेंढ्या चारण्यासाठी सारोळा कासार शिवारात आलेले आहेत. धामणदरा परिसरात असलेल्या प्रविण रावसाहेब काळे यांच्या शेतात सध्या त्यांचा मुक्काम आहे. २५ जुलै रोजी रात्री ९.३० च्या सुमारास या कळपावर बिबट्याने हल्ला केला. यात त्याने चिमाजी कोळेकर याच्या मालकीचे घोड्याचे शिंगरू ठार मारले व त्यास तो ओढत झुडूपाकडे घेवून जावू लागला. त्यावेळी इतर घोडे व मेंढरांनी मोठ्या प्रमाणात आरडाओरडा केला. त्यावेळी तेथे असलेले सर्व मेंढपाळ तिकडे धावले, त्यांनी आरडाओरडा करत बिबट्याचा प्रतिकार सुरु केला. अचानक आरडाओरडा झाल्याने बिबट्याने मृत शिंगरू तेथेच टाकून पळ काढला. ही घटना चिमाजी कोळेकर याने शेतमालकाला सांगितली. त्यानंतर गावच्या परिसरात सर्वांनी एकमेकांना फोन करत व सोशल मिडीयावर माहिती टाकत सावध केले. वनविभागाला बिबट्याच्या हल्ल्याची माहिती देण्यात आली.

वनपरिक्षेत्र अधिकारी अविनाश तेलोरे यांच्या सूचनेनुसार नुसार वनपाल शैलेश बडदे यांच्या मार्गदर्शनाखाली वनरक्षक के. एन. गायकवाड, वनमजूर योगेश चव्हाण यांनी २६ जुलै रोजी सकाळी घटनास्थळी भेट देत पंचनामा केला. वाळकी विभागाचे पशुधन विकास अधिकारी डॉ. महेश धस व सारोळा कासार येथील पशुधन पर्यवेक्षक डॉ. पांडुरंग देवकर यांनी मृत शिंगराचे शवविच्छेदन केले. यावेळी सारोळा कासार येथील महसूलसेवक विजय साळवे, शेतमालक प्रवीण काळे, सुहास कडूस यांच्यासह मेंढपाळ उपस्थित होते.

घोड्याच्या शिंगराला बिबट्याने ठार केल्यानंतर पाहणी करताना वनरक्षक के. एन. गायकवाड, योगेश चव्हाण, डॉ. महेश धस, डॉ. पांडुरंग देवकर, विजय साळवे, प्रवीण काळे व मेंढपाळ चिमाजी कोळेकर.

या घटनेमुळे गावच्या शिवारात राहणाऱ्या शेतकऱ्यांमध्ये भीतीचे वातावरण पसरले असून या ठिकाणी बिबट्याला पकडण्यासाठी वनविभागाने तातडीने पिंजरा लावावा, अशी मागणी ग्रामस्थांनी केली आहे. सारोळा कासार परिसरात गेल्या अनेक दिवसांपासून बिबट्याचा वावर असून काही दिवसांपूर्वीच बारेमळा परिसरात ऊसाच्या शेतात बिबट्याची ४ पिल्ले आढळून आली होती. त्यामुळे शेतकरी शेतात जायला घाबरत आहेत.

बुरुडगाव ते व्हीआरडीई रस्त्यावर आढळला बिबट्या व दोन पिल्ले

दरम्यान नगर शहराजवळील बुरुडगाव ते व्हीआरडीई रस्त्याच्या परिसरात गेल्या २ दिवसांपासून १ बिबट्या व त्याच्या २ पिल्लांचा वावर असल्याचे समोर आले आहे. अनेकांनी त्यांना या परिसरात वावरताना पाहिले आहे. याबाबत वनविभागाला माहिती देण्यात आली. त्यानंतर २६ जुलै रोजी दुपारी वनपाल नितीन गायकवाड, वन्य जीव अभ्यासक हर्षद कटारिया यांनी या परिसरात जावून पाहणी केली. ज्या ज्या ठिकाणी बिबट्याला पाहिले असल्याचे नागरिकांनी सांगितले, त्या त्या ठिकाणी बिबट्याच्या पावलांचे ठसे आढळतात का? याचा शोध दुपारी उशिरापर्यंत सुरु होता.

स्वामी समर्थ मंदिरातील दानपेटी फोडून चोरी

नगर – मंदिराच्या मुख्य दरवाजाचे कुलूप तोडून चोरट्याने आत प्रवेश करुन गाभाऱ्याची दानपेटी फोडून त्यातील १५ हजार रुपयांची रोख रक्कम चोरुन नेली. ही घटना वडगाव गुप्ता रोडवरील नवनागापूर येथील श्री स्वामी समर्थ सेवा केंद्र येथे २४ जुलै रात्री ९ ते २५ जुलै सकाळी ७ वाजण्याच्या दरम्यान घडली.

याबाबत सुरेश मदन निकम (वय ५०, रा. नंदनवननगर, सावेडी, अ.नगर) यांनी एमआयडीसी पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. या फिर्यादीत म्हटले आहे की, वडगावगुप्ता रोडवरील नवनागापूर येथील श्री स्वामी समर्थ सेवा केंद्र या मंदिराचे मुख्य गेट नेहमीप्रमाणे २४ जुलै रोजी रात्री ९ वाजता बंद केले. दुसऱ्या दिवशी सकाळी ७ वाजता मंदिर उघडण्याकरता भाविक गेले असता त्यांना मंदिराच्या मेन गेटचे कुलूप तुटलेले दिसले, त्यांनी आत जाऊन पाहणी केली असता मंदिरातील दानपेटी फोडून चोरट्याने आतील १५ हजार रुपयांची रोख रक्कम चोरुन नेल्याचे निदर्शनास आले.

याप्रकरणी एमआयडीसी पोलीस ठाण्यात सुरेश निकम यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरुन चोरट्याविरुद्ध बी एन एस ३३१ (४), ३०५ प्रमाणे घरफोडीचा गुन्हा दाखल केला. तपास सहाय्यक फौजदार खेडकर करीत आहेत.

विकणे
Tata Intra V10
2021 Model
20,000 KM
7083840657
7387535322

घर भाड्याने देणे
सुचेता नगर, केडगाव, लहान कुटुंबासाठी/मुलांसाठी प्राधान्य घर भाड्याने देणे
9767802404

मंगळागौर व रक्षाबंधन साठी
स्पेशल गिफ्ट आयटम्स
ड्रायफ्रूट बॉक्स, ज्वेलरी बॉक्स
भरपूर नवीन व्हरायटी - होलसेल दर
तसेच व्हाईट मेटल ची गणपती / लक्ष्मी मूर्ती, पूजेचे ताट, समई, हत्ती, मोर अशा अनेक शो च्या वस्तू योग्य दरात मिळतील.
जयश्री क्लॉथ सेंटर
तापीदास गल्ली, सराफ मिसळजेवळी, अ.नगर. मो. 8275033165

बॅकेच्या टेली कॉलिंगसाठी मुले आणि मुली पाहिजेत
(इंग्रजी येणाऱ्यास प्राधान्य)
- २५ जागा
१०,००० रु. फिक्स पगार, आकर्षक कमिशन
आदिश प्लाझा ऑफिस,२०६, दुसरा मजला, डौले हॉस्पिटल शेजारी, सावेडी, अ.नगर.
8888841388

आसाम चहा मध्ये आम्ही इतर कोणताही हलका चहा पावडर मिक्स करत नाही
रत्नकमल™ चहा
ब्रँडेड कंपनीचा चहा व रत्नकमल चहा
एक वेळेस जरूर तुलना करून पहा
आशिष ट्रेडर्स चहा पावडरचे ठोक व किरकोळ विक्रेते
रत्नकमल, बुरुड गल्ली, मारुती मंदिरासमोर, अहिल्यानगर- ४१४००१
Contact : 8767369367

बाळांच्या वजन, उंची, भूक व प्रतिकारशक्ती वाढण्यासाठी आजच भेट द्या.
सन-२०१० पासून
चिरायु लहान मुलांचे क्लिनिक
(जन्मापासून ते १८ वर्षापर्यंत)
प्रसिध्द बालरोग तज्ञांचा सल्ला
शाखा १ - सबजेल चौक, तुळजाभवानी मंदिरासमोर (डायमंड बेकरी समोर) अहिल्यानगर
9527931384 / 8830400170

CERTIFICATE COURSE IN ADVANCE ACCOUNTING
COURSE DETAILS
COMPUTER APPLICATION
ADVANCE ACCOUNTING
TAXATION, BANKING
AUDITING
100% JOB ASSISTANCE
Experience Faculties | 1 Lac+ Students Trained | Job Assistance
CAA IS NOT JUST A COURSE BUT A GREAT INVESTMENT IN YOUR CAREER
DiSHA COMPUTER INSTITUTE An ISO 9001:2015 Certified
Delhi Gate Branch 9371051769
Old ST stand Branch 9371151769
Pipeline Branch 7447161769

All Types of Formica & Veneer Matching Wood
Steamed Beech, White Beech, White Ash, White Cedar, White Oak, Red Oak, Pad Oak, Silver Oak, Maple, American Cherry, American White Ash, Sapheli, African Mahogany, Pine Wood, American Walnut, Rose Wood, Teak Wood, B.T.C. Wood, Brazil Teak, Tanzania Teak, Vintage Teak, Golden Teak, Wenge Wood, Sal Wood, Sisam Wood
PITRODA SALES
Gulmohar Road, Savedi, A.Nagar 9823704000

क्षारयुक्त पाण्यामुळे पाइपलाईन वारंवार जाम होते? पाईप खराब होतात?
मग आजच घरी आणा इलेक्ट्रोमॅग्नेटिक वॉटर कंडिशनर व क्षारयुक्त पाण्याचा प्रश्न कायमचा सोडवा...
आजच संपर्क करा...
ABHAY SALES CORPORATION & HARDWARE
Satbhai Mala, Shop No 8, Delhi Gate Rd, Near Gajanan Hospital, Ahilyanagar
9145008009 / 9822542011

लेडिज व जेन्टस्चे शर्ट, टि-शर्ट, नाईट पँट, ट्राऊजर्स, फॅरमल पॅन्टस्
महिलांसाठी - साडी, कुर्ती, वनपिस, टॉप, कप्तान
तसेच लहान मुलांचे कपडे
भरपूर व्हरायटीज् | काहीही घ्या | मर्यादित स्टॉक
₹ 500 मध्ये तीन
ब्रँडेड शर्ट ₹ 1000 मध्ये चार
अहिल्यानगर शहरातील भव्य मॉल
मयुरी लेडिज मॉल

आपण आजारी नसतानाही
हात-पाय गळून जाणे.
अंग दुखणे, पाठ दुखणे.
कंबर दुखणे, थकवा येणे.
कामाचा उत्साह नसणे.
अशक्तपणा वाटणे.
सर्व आजारांसाठी ॲडमिट सुविधा उपलब्ध.
सर्व नामांकित कंपन्यांचे कॅशलेस सुविधा उपलब्ध.
या सर्व तक्रारींवर खात्रीशीर
डॉ.सौ. उर्मिला गिते
सामाजिक जाणिवेतून मोफत सल्ला व शिबिर
अक्षय मुलांचे हॉस्पिटल व प्रसुतिगृह
बालिकाश्रम रोड, अ.नगर.
मो. 9422740888

दीप गार्ड पावर सिस्टम
सर्व कंपनीचे इन्व्हर्टर व बॅटरी रिपेअर करून मिळेल.
बॅटरी वॉटर टाकून मिळेल
घरपोहोच सेवा
जुने इन्व्हर्टर बॅटरी विकत घेतो व विकतो
9260000613

जिल्ह्यातील निकडीच्या प्रश्नांना वाचा फोडणारे एकमेव दैनिक

नवा मराठा

फोन-२४१४१४१, २४१७७७७

भाडोत्री म्हणून वर्षानुवर्ष जगण्यापेक्षा निर्भिड म्हणून क्षणभर जगण्यात जीवनाचे खरे सार्थक आहे. - कै.आचार्य गुंदेचा

email - navamaratha@gmail.com

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या पूर्णाकृती पुतळ्याचे अनावरण व महात्मा फुले आणि सावित्रीबाई फुले यांच्या पुतळ्यासाठी चबुतरा, सुशोभीकरणाचे २७ जुलैला भूमिपूजन

मार्केट यार्ड चौक येथे महापालिकेच्या वतीन कार्यक्रमाचे आयोजन, कार्यक्रमाच्या पार्श्वभूमीवर वाहतुकीच्या मार्गात पोलिस प्रशासनाकडून बदल

नगर - शहरातील मार्केटयार्ड चौक येथील महामानव भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या पूर्णाकृती पुतळ्याचे अनावरण व माळीवाडा वेस येथे क्रांतीसुर्य महात्मा जोतीराव फुले, क्रांतीज्योती सावित्रीबाई फुले यांच्या पूर्णाकृती पुतळ्यासाठी चबुतरा उभारणे, परिसराचे सुशोभीकरणाचे भूमिपूजन २७ जुलै रोजी उपमुख्यमंत्री अजित पवार व विधान परिषदेचे सभापती प्रा. राम शिंदे यांच्या हस्ते होणार असल्याची माहिती महानगरपालिकेचे आयुक्त तथा प्रशासक यशवंत डांगे यांनी दिली. या सोहळ्यास उपस्थित रहावे, असे आवाहन स्वागताध्यक्ष तथा आमदार संग्राम जगताप यांनी केले आहे.

जलसंपदा मंत्री राधाकृष्ण विखे पाटील यांच्या प्रमुख उपस्थितीत होणाऱ्या या अनावरण सोहळ्यास खासदार निलेश लंके, आमदार किशोर दराडे, आमदार सत्यजीत तांबे, आमदार शिवाजीराव गर्जे, डॉ. सुजय विखे पाटील, जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशीया, जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी आनंद भंडारी, पोलिस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे आणि अनुसूचित जाती-जमाती आयोगाचे सचिव गोरक्ष लोखंडे आदी उपस्थित राहणार आहेत. तसेच, महाथेरो जगप्रसिद्ध भंते, विपश्यनाचार्य डॉ. राहूल बोधी, गायक आनंद शिंदे हेही उपस्थित राहणार आहेत.

महानगरपालिकेकडून मार्केटयार्ड चौक येथे कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात येणार आहे. कार्यक्रमासाठी होणारी गर्दी लक्षात घेता मार्केटयार्ड येथील वाहतूक अन्य मार्गाने वळवण्यात आली आहे. चांदणी चौक, मार्केट यार्ड चौक मार्गे पुणेकडे जाणारी सर्व वाहने कोठी चौक - महात्मा फुले चौक चाणक्य चौक - सक्कर चौकमार्गे जातील. तसेच, पुणेकडून सक्कर चौक - माळीवाडा मार्केटयार्डमार्गे छत्रपती संभाजीनगरकडे जाणारी वाहने सक्कर चौक - चाणक्य चौक - महात्मा फुले चौक - कोठी चौकमार्गे जातील. पोलिस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे यांनी याबाबत आदेश जारी केले आहेत.

अहिल्यानगरवासियांनी, सर्व आंबेडकर प्रेमी नागरिकांनी या कार्यक्रमाला उपस्थित रहावे, असे आवाहन यशवंत डांगे, उपायुक्त संतोष टेंगले, विजयकुमार मुंडे, जल अभियंता परिमल निकम, शहर अभियंता मनोज पारखे आणि उप अभियंता श्रीकांत निंबाळकर, तसेच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पूर्णाकृती पुतळा समिती, महात्मा फुले पूर्णाकृती पुतळा समितीच्या वतीने करण्यात आले आहे.

प्रेरणादायी अक्षरधन...

वो भुली दास्ताँ.. असा काळ... वरिष्ठ रसिकांनी अनुभवावी संगीत सफर...

स्व. द्वारकानाथ संझगिरी यांचे विशेषत: क्रिकेट, संगीत अन् फिल्मी जगतवरील लेख, पुस्तकांची जाणीव, रसिक वाचकांना नक्कीच आहे. त्यांच्या 'वो भुली दास्ताँ' या पुस्तकावर त्यांचे मित्र सुबोध जावडेकर यांनी छान समीक्षणात्मक लिहिलयं...

हिंदी-मराठी चित्रपट सृष्टीतल्या गाण्यांवर आजवर अनेक पुस्तके लिहिली गेली. कित्येकांनी त्यातल्या सौंदर्यस्थळांचा सहृदयतेने वेध घेऊन तो नजराणा रसिकांपुढे पेश केला आहे.

द्वारकानाथ संझगिरी हे तर करतातच पण तेवढ्यावर न थांबता संगीतकारांच्या, गायक-गायिकांच्या आणि गीतकारांच्या हकीकती, किस्से व हृदय आठवणी सांगत तो काळ जिवंत करतात.

असा काळ, जेव्हा संगीतकारांत स्पर्धा होती पण दुस्वास नव्हता. गायक-गायिकांत चढाओढ होती. शत्रुत्व नव्हतं कित्येक शायर तर एकमेकांचे जिवलग मित्र होते.

असा काळ जेव्हा खय्यामसारखे मुस्लीम संगीतकार पाकिस्तानात जायची संधी नाकारुन ''माझी नाळ भारताशी जोडली आहे, मी इथंच राहणार'' असं ठामपणे सांगत असे.

असा काळ, जेव्हा साहिर सारखा नास्तीक कवी आपल्या गीतांतून देवाला आरोपीच्या पिंजऱ्यात उभं करायचा आणि तरीही कुणाच्या भावना दुखावल्या जायच्या नाही.

असा काळ जेव्हा देवआनंदसारखा निर्माता सचिनदेव बर्मन यांना हृदयविकाराचा झटका आल्यावर तो बरे होईपर्यंत आपल्या बिग बजेट चित्रपटाचं चित्रीकरण पुढे ढकलायचा...

असा काळ जेव्हा कधी कधी एखादा ज्येष्ठ संगीत दिग्दर्शक चक्क लता मंगेशकरांना कोरसमध्ये गायची विनंती करू शके व तीही उमेदपणान ते कबूल करत असे. असा हा काळ आपल्या डोळ्यांसमोर उभा करणारं पुस्तक... संगीतप्रेमींसह विशेषत: वरिष्ठ नागरिकांना या पुस्तकातून १९५० पासूनच्या चंदेरी दुनियेतून प्रवास करता येईल.

मतपेटीला राखी बांधून विवेकशील मतदानाची नागरिकांना शपथ देणार

नगर - भारतीय लोकशाही सशक्त करण्याच्या उद्देशाने आणि सत्तापेंढारी यांना धडा शिकवण्यासाठी मतदान पेटी रक्षाबंधन ही संकल्पना अस्तित्वात उतरविण्यासाठी पीपल्स हेल्पलाईनच्या वतीने पुढाकार घेण्यात आला आहे. लोकशाहीच्या संरक्षणाची राखी बांधण्याची अभिनव चळवळ उभारली जाणार असल्याची माहिती ॲड. कारभारी गवळी यांनी दिली.

लोकशाही ही फक्त निवडणूक प्रक्रिया नसून, ती एक सजीव मूल्यप्रणाली आहे. तिच्या मुळाशी नीतिमूल्य, विवेक, जबाबदारी आणि समत्व. मात्र आजच्या काळात ही मूल्यप्रणाली जात, धर्म, पैसा, दबाव आणि भावनिक गुलामीच्या विळख्यात सापडत आहे. अशा वेळी मतदान पेटी रक्षाबंधन ही कल्पना केवळ प्रतिकात्मक नव्हे, तर भारतीय लोकशाहीच्या नवचैतन्याची घोषणा असल्याचे स्पष्ट करण्यात आले.

मतदान पेटी ही एक निर्जीव पेटी नसून, ती आपली वैयक्तिक इच्छा, सामाजिक विवेक आणि भविष्याची बांधिलकी या सर्वांची प्रतीक आहे. तर मतदान हे फक्त अधिकार नाही, ते आपल्या अंतरात्म्याचं पुकार आहे. मानसशास्त्रज्ञ कार्ल युंग यांच्या मते, काही वस्तू अर्चटाइप्स म्हणजेच सामूहिक अचेतनाच्या प्रतिमा होतात. ही पेटी देखील अशाच एका अर्चटाइपचं स्वरूप धारण करते नवसंविधान पेटी! आहे. या पेटीत टाकलेलं मत केवळ एक निर्णय नसतो, तर तो एक नवभारत घडवण्याचा करार असल्याचे ॲड.कारभारी गवळी यांनी म्हंटले आहे.

राखी ही बहिण-भावाच्या नात्याची खूण आहे, पण त्याहून अधिक ती आहे कर्तव्य, निष्ठा आणि रक्षणाची शपथ आहे. जर ही राखी आपण मतदान पेटीला बांधली, तर ती एक भावनिक प्रतिज्ञा ठरते. मी माझं मत विवेकाने वापरेन. मी कोणत्याही भीती, दबाव वा मोहाच्या आहारी न जाता मतदान करीन. लोकशाही माझं नातं आहे, माझी राखी आहे. ही कृती केवळ प्रतिकात्मक नव्हे, तर राजकीय शिक्षणाचा भावनिक प्रारंभ ठरू शकणार असल्याचे म्हंटले आहे.

या चळवळीला फक्त एक विचार म्हणून मर्यादित न ठेवता सांस्कृतिक कार्यक्रमांशी जोडणं अत्यावश्यक आहे. शालेय स्तरावर पथनाट्य, पोस्टर स्पर्धा, प्रतिकात्मक मतदान, लोकशाही शपथ देणे या कार्यक्रमाचा समावेश करता येऊ शकणार आहे. रक्षाबंधन, प्रजासत्ताक दिन, संविधान दिन यावेळी मतदान पेटी राखी उपक्रम राबवून समाजात जागृकता निर्माण केली जाणार आहे. प्रतिकात्मक मतपेटी घेऊन प्रत्येक शाळा, गाव, महाविद्यालयात राखी बांधून शपथ देणे, मी माझं मत कधीही विकणार नाही. मी विवेकाने मतदान करेन ही लोकशाही शपथ देऊन नागरिकांमध्ये जागरुकता निर्माण करण्याचे उपक्रम संघटनेच्या माध्यमातून राबविण्यात येणार आहे.

नालेगाव येथील गाडगीळ पटांगणात मध्यरात्री एका संशयितास पकडले

नगर - रात्रीच्या अंधारात चोरी करण्याच्या उद्देशाने संशयितरित्या फिरणाऱ्यास कोतवाली पोलिसांनी पकडले. ही कारवाई २६ जुलै रोजी पहाटे २.३० वाजता नालेगाव येथील गाडगीळ पटांगण येथे केली. पोलीस गाडगीळ पटांगण परिसरात पहाटे २.३० वाजता, रात्र गस्त घालत असताना, एका कोपऱ्यात अंधारात एक इसम उजेडापासून स्वतःला लपवत उभा असल्याचे पोलिसांना दिसले. पोलिसांनी संशयित रित्या फिरणाऱ्या आदित्य प्रकाशराव माहोरे (वय २८, रा. आसेगाव पूर्णा, ता. चांदूर बाजार, जि. अमरावती) यास ताब्यात घेऊन चौकशी केली असता त्याने समाधानकारक उत्तरे दिली नाही. यावरुन तो काहीतरी गैरकृत्य करण्याच्या तयारीत असल्याची खात्री झाल्याने पोलिसांनी त्याला ताब्यात घेतले. याप्रकरणी सहाय्यक फौजदार असिफ शेख यांच्या फिर्यादीवरुन आदित्य माहिरेविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला. तपास पोलीस हवालदार अडसरे या करीत आहेत.

गणेश मूर्त्यांचे विद्रुपीकरण करणाऱ्या मंडळांवर व मूर्तिकारांवर कारवाई करा

सुमित वर्मा यांची जिल्हा पोलीस अधिक्षकांकडे मागणी

गणेशोत्सवात होणारे गणेश मुर्त्यांचे विद्रुपीकरण त्वरित थांबवावे या मागणीचे निवेदन महाराष्ट्र नवनिर्माण सेनेचे विद्यार्थी सेनेचे राज्य उपाध्यक्ष सुमित वर्मा यांनी जिल्हा पोलीस अधिक्षक सोमनाथ घार्गे यांना दिले.

नगर - पुढील महिन्यात साजरा होणाऱ्या गणेशोत्सवात गणेश मुर्त्यांचे विद्रुपीकरण व विटंबना होऊ नये यासाठी पोलिस प्रशासनाने खबरदारी घ्यावी. काही मूर्तिकार व सार्वजनिक गणेश मंडळे मूळ रूपातील गणपती सोडून काल्पनिक रूपातील गणेश मूर्ती स्थापन करत असतात. अशा काल्पनिक रूपातील गणेश मुर्त्यांमुळे हिंदूंच्या भावना दुखावल्या जात आहेत. त्यामुळे गणेश मुर्त्यांचे विद्रुपीकरण करणाऱ्यां मंडळांवर व मूर्तिकारांवर कारवाई करावी, अशी मागणी महाराष्ट्र नवनिर्माण सेनेचे विद्यार्थी सेनेचे राज्य उपाध्यक्ष सुमित वर्मा यांनी केली आहे.

याबबत सुमित वर्मा यांनी जिल्हा पोलीस अधिक्षक सोमनाथ घार्गे यांना निवेदन दिले आहे. यावेळी प्रवीण गायकवाड, आयुश नागरे, ऋषिकेश थोरात, अर्जून दळवी, अद्वैत पारगावकर आदी पदाधिकारी उपस्थित होते.

यावेळी देण्यात आलेल्या निवेदनात नमूद केले आहे की, गणेशोत्सव काही दिवसांवरच येऊन ठेपलेला आहे. यावर्षी पासून गणेशोत्सव दरम्यान गणपती मंडळांनी जर मूळ रूपातील गणपती सोडून काल्पनिक रूपातील गणेश मूर्ती स्थापन केल्यास हिंदू धर्म देवी देवतांच्या विटंबना म्हणून त्या गणेश मंडळावर सक्तीची कारवाई करावी. अलीकडच्या काळामध्ये कोणीही मनाला येईल तसं गणेश मूर्तीस रूप देऊन गणरायाची विटंबना करत आहे. भगवान शंकराने गणपतीला हत्तीचे तोंड लाऊन दिलेले रूप मूळ रूप आहे. पण काही मूर्तिकार कधी बाहुबली तर कधी कोणत्या कलाकाराचं तर कधी विविध गोष्टी, घटना किंवा डॉक्टर, पोलीस राजकीय नेते यांच्या रूपातील गणेश मुर्त्यांची स्थापना केली जाते. हे चुकीचे असून अशा प्रकारामुळे हिंदूंच्या भावना दुखावल्या जात आहेत.

या निवेदनाच्या माध्यमातून संबधित मूर्तीकरांना देखील आवाहन करू इच्छितो की आपण अशा विद्रूपीकरणाला आळा घालावा आणि मूळ रूपातीलच गणपती बाप्पा मंडळांपर्यंत पोहोचवण्याचे कर्तव्य पार पाडावे. या गणेशोत्सवात जर अशी विद्रूप रूपातील वेगळी गणेशमुर्ती दिसून आली तर महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना त्या मंडळांना धडा शिकवल्याशिवाय राहणार नाही, याची नोंद घ्यावी.

रेल्वेगाडीच्या धडकेत एकाचा मृत्यू

नगर - दौंड-मनमाड रेल्वे मार्गावर निंबळक (ता.नगर) गावच्या शिवारात रेल्वे गाडीची धडक बसून एकाचा मृत्यू झाल्याची घटना २४ जुलैला मध्यरात्री घडली. रविंद्र पुंजाराम केदारे (वय ४७, रा.बोल्हेगाव) असे मयताचे नाव आहे.

केदारे यांना जखमी अवस्थेत रेल्वे मार्गावर पडल्याचे पाहून काही नागरिकांनी पोलिसांना तसेच रुग्णवाहिकेस दूरध्वनी केला. पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेत केदारे यांना उपचारासाठी जिल्हा शासकीय रुग्णालयात पाठविले. मात्र तेथील वैद्यकीय अधिकारी डॉ. खैरे यांनी केदारे यांना उपचारापुर्वीच मयत झाले असल्याचे घोषित केले. याबाबतच्या अहवालावरुन एमआयडीसी पोलिस ठाण्यात अकस्मात मृत्युची नोंद करण्यात आली आहे.

लष्करी जवानाची गळफास घेत आत्महत्या

नगर - लष्कर जवानाने गळफास घेऊन आत्महत्या केल्याची घटना २५ जुलै रोजी पहाटेच्या सुमारास ए ॲण्ड इ रेजिमेंट या लष्करी परिसरात घडली. ए एल डी राजेश कुमार (वय २७, हल्ली राहणार ए ॲण्ड इ रेजिमेंट, मूळ रा. कोराली, जि. रिवारी, हरियाणा) असे आत्महत्या केलेल्या जवानाचे नाव आहे.

राजेश कुमार यांनी गळफास घेतल्याचे निदर्शनास येताच त्यांचे सहकारी लष्करी जवानांनी त्यांना औषधोपचाराकरिता मिलिटरी हॉस्पिटल येथे दाखल केले. तेथील डॉक्टरांनी त्यांना तपासून ते औषध उपचारापूर्वीच मयत झाल्याचे घोषित केले. याप्रकरणी मिलिटरी हॉस्पिटल येथून आलेल्या अहवालावरून भिंगार कॅम्प पोलीस ठाण्यात अकस्मात मृत्यूची नोंद करण्यात आली आहे. अधिक तपास पोलीस हवालदार महेश विधाते हे करीत आहेत.

सौ.कुसूमताई कुलट यांचे निधन

नगर - नगर तालुक्यातील खातगाव टाकळी येथील रहिवासी

सौ. कुसूमताई किसनराव कुलट (वय ६८) यांचे नुकतेच अल्पशा आजाराने पुणे येथे उपचारादरम्यान निधन झाले.

त्यांच्या पश्चात पती, दोन मुले आणि एक मुलगी असा परिवार आहे. त्या न्यु आर्टस कॉमर्स ॲण्ड सायन्स कॉलेज अहिल्यानगर येथे कार्यरत सेवानिवृत्त प्राध्यापक किसनराव धोंडीबा कुलट यांच्या पत्नी, पुणे येथे कार्यरत डॉ. प्रसाद कुलट व गुजरात येथे कार्यरत प्रशांत कुलट व जिल्हा परिषदेच्या शिक्षण विस्तार अधिकारी मनिषा कुलट यांच्या मातोश्री होत.

मीरा महांडुळे यांचे अल्पशा आजाराने निधन

नगर - रयत शिक्षण संस्थेतील सेवानिवृत्त आदर्श शिक्षीका

मीरा उमाकांत महांडुळे (वय ८२) यांचे २४ जुलै अल्पशा आजाराने निधन झाले. त्यांनी सावळीविहीर, वाळकी, भिंगार, अहिल्यानगर या ठिकाणी शिक्षिका म्हणून काम केले. त्यांचे पती याच संस्थेत एक आदर्श शिक्षक म्हणून सेवानिवृत्त आहेत.

त्यांच्या पश्चात पती, मुलगा, स्नुषा व स्त्रीरोग तज्ज्ञ डॉ. शारदा महांडुळे, नात व नातू असा परिवार आहे. शाहूनगर, केडगाव येथील प्रणव मल्टीस्पेशालीटी हॉस्पिटल व आयसीयू सेंटरचे संचालक डॉ. प्रशांत महांडुळे यांच्या मातोश्री होत.

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

पोलिसांच्या ताब्यातील तरुणाच्या मृत्यूचा तपास 'सीआयडी'कडे; हलगर्जीपणाचा ठपका ठेवत अधिकाऱ्याची नियंत्रण कक्षात बदली

नगर - सुपा पोलीस ठाण्यात ताब्यात असलेल्या परप्रांतीय तरूण हितेशकुमार रवीश्वर प्रसाद वय २६, रा. पनवेल, मूळ रा. बिहार) याचा मृत्यू बेदम मारहाणीमुळे झाल्याचे शवविच्छेदन अहवालावरून स्पष्ट झाले आहे. ही बाब उघड होताच पोलीसदलात खळबळ उडाली आहे. दरम्यान, याप्रकरणी पोलीस ठाण्याचे प्रभारी तथा सहाय्यक पोलीस निरीक्षक सोमनाथ दिवटे यांची तडकाफडकी नगरच्या नियंत्रण कक्षात बदली करण्यात आली असून या ठिकाणी पूर्वी काम पाहिलेल्या पोलीस निरीक्षक ज्योती गडकरी यांच्याकडे सुपा पोलीस ठाण्याचा पदभार देण्यात आला आहे. तसेच या प्रकरणाचा तपास आता राज्य गुन्हे अन्वेषण विभागाकडे (सीआयडी) सोपवण्यात आला आहे.

मृत व्यक्तीची ओळख आणि चोरीचा आरोप

मृत तरूणाचे नाव हितेशकुमार रवीश्वर प्रसाद (वय २६,रा. बिहार) असे असून तो महाराष्ट्रात कामानिमित्त राहत होता. २३ जुलैच्या मध्यरात्री १ वाजून २२ मिनिटांनी त्याच्यासह काही साथीदारांवर सुपे पोलीस ठाण्यात घरफोडीचा गुन्हा दाखल झाला होता. सुपे येथील यशवंत इंजिनिअरिंग सिमेंट पाईप फॅक्टरचीचे संचालक शरद आबा पवार यांनी दिलेल्या फिर्यादीनुसार काही अज्ञात लोकांनी त्यांच्या कारखान्यात घुसून चोरी करण्याचा प्रयत्न केला. कारखान्यात वीजपुरवठा बंद करून तेथील माल चोरण्याचा प्रयत्न झाल्याचे त्यांच्या निदर्शनास आले होते.

चोरीचा संशय आणि बेदम मारहाण

कालिका कला केंद्राच्या पाठीमागे असलेल्या पाईपच्या फॅक्टरी अवारात ५-६ व्यक्ती प्रवेश करताना दिसल्या. त्यावेळी हितेशकुमार प्रसाद हा तिथे एक पीकअप व्हॅन (एम. एच. २० ईजी २३३५) घेऊन थांबलेला होता. या वाहनाचे मालक हितेशकुमार प्रसाद याचे नातेवाईक बालाजी रतन राठोड रा. पांगरी बुद्रुक, जालना हे असून हितेशकुमार हा त्यांच्यासोबत काम करता होता. फॅक्टरीत वीज गेल्याने चोरीचा संशय आल्याने स्थानिक तरूणांनी घटनास्थळी धाव घेतली. तिथे तरूण येताच हितेशकुमार पीकअप घेउन पळून गेला, मात्र सुपे टोल नाक्यावर स्थानिक तरूणांनी त्याचा पाठलाग केला आणि त्याला गाठले आणि बेदम मारहाण केली.

पोलिसांचा हस्तक्षेप आणि संशयिताचा ताबा

हा प्रकार पोलिसांना समजल्यानंतर सहाय्यक पोलीस निरीक्षक सोमनाथ दिवटे यांनी घटनास्थळी धाव घेतली. त्यांनी हितेशकुमार यास ताब्यात घेउन पोलीस वाहनातून त्याला पोलीस ठाण्यात नेण्यात आले. रात्री दिड वाजण्याच्या सुमारास हितेशकुमार यास पोलीस ठाण्यात बसविण्यात येऊन दिवटे यांनी पोलीस फौजफाटयासह फॅक्टरीकडे जात हितेशकुमार याच्या साथीदाराचा शोध घेतला मात्र त्यांना तिथे कोणीही मिळून आले नाही.

प्रकृती खालावली आणि हितेशकुमारचा मृत्यू

२३ जुलै रोजी सकाळी सहा वाजण्याच्या सुमारास हितेशकुमारची प्रकृती खालावली. त्यास उपचारासाठी खाजगी रूग्णालयात नेण्यात आले. मात्र उपचार सुरू होण्यापूर्वीच त्यास मृत घोषित करण्यात आले. विशेष म्हणजे कोणताही संशयित ताब्यात घेतल्यानंतर वैद्यकीय तपासणी बंधनकारक असते. मात्र तपासणी न करता तासनतास पोलिस ठाण्यातच बसवून ठेवण्यात आल्याने त्याच्या मृत्यूभोवती संशयाचे धुके निर्माण झाले.

शवविच्छेदन अहवालानंतर मृत्यूचे कारण स्पष्ट

हितेशकुमारच्या मृत्यूचे गांभीर्य लक्षात घेऊन त्याचा मृतदेह छत्रपती संभाजीनगर येथील घाटी रूग्णालयात शवविच्छेदनासाठी पाठविण्यात आला. विश्वासनीय सुत्रांनी दिलेल्या माहितीनुसार अहवालात स्पष्ट करण्यात आले आहे की, मृताच्या डोक्यात जड वस्तूने जबरदस्त प्रहार झाल्याने मेंदूमध्ये रक्तस्त्राव झाला आणि त्यामुळेच त्याचा मृत्यू झाला.

स.पो.नि.दिवटे यांची तडकाफडकी बदली

पोलीस ठाण्यात संशयीताचा मृत्यू झाल्याचे समजताच पोलिस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे यांनी तात्काळ कारवाई करत वरीष्ठ अधिकाऱ्यांना सुपे येथे पाठविले. विविध ठिकाणचे सीसीटीव्ही फुटेज ताब्यात घेऊन मृत हितेशकुमार याच्या शवविच्छेदनाची जबाबदारी पारनेरचे प्रभारी समीर बारवकर यांच्यावर सोपविली. दाखल अकस्मात मृत्यूचा तपासही त्यांच्याकडेच सोपविला. त्यानंतर सुप्याचे सहाय्यक पोलिस निरीक्षक सोमनाथ दिवटे यांना २५ जुलै रोजी पहाटे ३ वाजता नियंत्रण कक्षात हजर होण्याचे आदेश दिले तर पोलीस ठाण्याचा पदभार पोलिस निरीक्षक ज्योती गडकरी यांच्याकडे सोपविण्यात आला.

जप्त केलेल्या वाहनांचा २९ जुलै रोजी लिलाव

नगर - जप्त केलेल्या वाहनांचा लिलाव २९ जुलै रोजी सकाळी ११ वाजता तहसील कार्यालय, कोपरगाव येथे आयोजन करण्यात आले आहे. इच्छुक व्यक्ती, संस्थांनी लिलावात सहभाग नोंदवण्याचे आवाहन तहसीलदार, कोपरगाव यांनी केले आहे.

तालुक्यात वाळू चोरी विरोधी पथकांनी गोदावरी पात्रातून अवैधरित्या गौणखनिजाचे उत्खनन करुन वाहतूक करत असताना जप्त केलेल्या वाहन मालकांविरुद्ध कार्यवाहीचे आदेश पारित करण्यात आले होते. परंतू वाहन मालकांनी दंडातील रक्कम शासन जमा न केल्याने या वाहन लिलावातून दंडात्मक रक्कम वसून करण्यात येणार आहे.

लिलावातील अटी व शर्ती, लिलावात असलेली वाहने, लिलावात हातची किंमत आदीबाबत तहसीलदार, कोपरगाव यांच्याशी कार्यालयीन वेळेत संपर्क साधावा, असेही कळविण्यात आले आहे.

घरातील नोकराने १० तोळे सोन्याचे गंठण चोरत महिलेला मागितली खंडणी; बोरुडे मळ्यातील घटना

नगर - घरात काम करणाऱ्या नोकराने घरातील ७५ वर्षीय वृद्ध महिलेस खोटी माहिती सांगून इमोशनल ब्लॅकमेल करुन अडीच लाख रुपयाची खंडणी मागितली तसेच घरातून १० तोळे वजनाचे सोन्याचे गंठण चोरून नेल्याची घटना घटना बालिकाश्रम रोडवरील बोरुडेमळा येथे घडली आहे. या प्रकरणी नोकर आणि त्याच्या साथीदारावर खंडणीची मागणी आणि चोरीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत वैभव अजय बोरुडे (वय ३०,रा. बोरुडेमळा, बालिकाश्रम रोड, अ.नगर) यांनी तोफखाना पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी यांचे सावेडी परिसरात हॉटेल असून त्यांच्या घरी राजू पाटोळे (रा. ढवन वस्ती सावेडी) हा नोकर काही काळापासून कामास होता. फेब्रुवारी २०२५ मध्ये फिर्यादी यांच्या घरातून १० तोळ्याचे सोन्याचे गंठण गायब झाले होते. त्यावेळी कुठलाही पुरावा नसल्याने व शंका असतानाही फिर्यादीच्या कुटुंबीयाने नोकराकडे दुर्लक्ष केले होते. या घटनेनंतर राजू पाटोळे हा घरातील व हॉटेलचे काम सोडून निघून गेला. त्यानंतर २१ जूनपासून राजू पुन्हा हॉटेलवर व घरातील साफसफाईचे काम करण्यास आला व त्याने नेहमीप्रमाणे फिर्यादी यांची आजी कलावती बोरुडे (वय ७५) यांचे हातपाय दाबून देण्याचे व मालिश करण्याचे काम सुरु केले.

२४ जुलै रोजी फिर्यादीची आजी यांनी त्यांच्या आत्यांना फोन करून दोन लाख रुपयांची मागणी केली व कोणास काही सांगू नका असेही दोघींना सांगितले. मात्र फिर्यादीच्या आत्या व त्यांच्या मुलींनी आजीने दोन लाख रुपये मागितले ही बाब घरी येऊन फिर्यादी यांना सांगितली. त्यावर फिर्यादी यांनी त्यांच्या आजीला तुला इतके पैसे कशाला पाहिजे असे विचारले असता तिने सांगितले की संजू (आजीचा मुलगा, फिर्यादी यांचे चुलते) याने अडीच लाख रुपये कर्ज घेतले असून संजू याने पैसे दिले नाहीत तर समोरचा माणूस त्याला हाणमार करीन. ते पैसे आपला नोकर राजू पाटोळे याच्याकडे गपचूप द्यायचे आहेत असे सांगितले.

यावर फिर्यादी यांनी आजीला अधिक विश्वासात घेऊन विचारले असता तिने सांगितले की राजू पाटोळे यांनी सांगितले की मला बाहेरुन कळाले तुमचा मुलगा संजय याने अडीच लाख रुपये व्याजाने घेतले आहे व त्यांनी पैसे परत केले नाही म्हणून ते लोक तुमचा मुलगा संजय यांना मारहाण करतील. मी त्या माणसाला तुमच्याकडे घेऊन येतो तुम्ही त्याचे पैसे द्या. म्हणजे ते लोक संजू शेठला सोडून देतील. त्यावेळी माझ्याकडे एवढे पैसे नाहीत असे आजी म्हणाली व आपण थोडे थोडे करून पैसे देऊ असे आजी म्हंटल्याने तुम्ही कोणाला काही सांगू नका आपण हे प्रकरण मिटवून टाकू असे राजू पाटोळे यांनी सांगितले. तुमच्या मुलाला वाचवायचे असेल तर तुम्हाला अडीच लाख रुपये माझ्याकडे द्यावे लागतील अशी भीती दाखवून खंडणीची मागणी केली. तसेच एका अनोळखी माणसाला फोन करुन आजी सोबत बोलावयास लावले. ही माहिती मिळाल्याने फिर्यादी यांनी आजीचे फोनवर पाहिले असता आजीच्या फोनवर राजू पाटोळे यांनी अनेक वेळा फोन केल्याचे निदर्शनास आले.

त्यामुळे याप्रकरणी वैभव बोरुडे यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरून तोफखाना पोलिसांनी राजू पाटोळे व त्याचा अनोळखी साथीदार यांच्याविरुद्ध खंडणीची मागणी आणि घरातील १० तोळे वजनाचे सोन्याचे गंठण चोरी केल्याप्रकरणी गुन्हा दाखल केला आहे. पुढील तपास महिला पोलीस हवालदार प्रमिला गायकवाड या करीत आहेत.

गृहिणी

आरोग्य

गुळ खाण्याचे असेही फायदे

ऋतुमानानुसार आहार हे आपल्या भारतीय खाद्यसंस्कृतीचे वैशिष्ट्य आहे. सणासुदीच्या निमित्ताने आरोग्यदायी पदार्थांचा आहारात समावेश केलेला आढळतो. आता थंडीच्या दिवसात आवर्जून गुळाच्या पदार्थांचा आहारात समावेश केला जातो. पण नेहमीच गुळाचे सेवन केल्यास आरोग्यासाठी ते फायदेशीर ठरते. गुळाचे आरोग्याला असणारे अनेक फायदे सिद्ध झाले आहेत. गुळामुळे रक्त शुद्ध होत. चयापचयाचा वेगही नियंत्रित राहतो. याशिवाय घसा आणि फुफ्फुसाच्या संसर्गावरही गूळ फायदेशीर ठरतो. पोटाच्या विविध तक्रारींवरही गूळ हा रामबाण उपाय आहे. गॅसेस, ॲसिडीटीची तक्रार असेल तर, गूळ खाण्याने त्रास कमी होतो. गूळ, सैंधव आणि काळे मीठ एकत्र करून खाल्लं तर आंबट ढेकर येणं थांबते. सांधे दुखत असतील तर गूळ आणि आलं एकत्र करून खाल्ल्यास फायदा होतो. दररोज आलं आणि गुळाचा एक खडा खाल्ल्यास सांधेदुखीला आराम पडतो. जेवणानंतर गूळ खाल्ल्यानं पचन चांगलं होतं. गूळ खाण्यानं भूकही वाढते.

पाककला

चटपटीत मोठा हलवा

साहित्य – चणा डाळ २५० ग्रॅम, दूध १ कप, तूप २५० ग्रॅम, खवा १ कप, वेलची पूड, चारोळ्या, साखर ४०० ग्रॅम, वर्ख.

कृती – डाळ निवडा व धुवा. निदान ५–६ तास पाण्यात भिजवा. मग उपसा व वाटून घ्या. जाड बुडाच्या पातेल्यात तूप टाका. त्यात वाटलेली डाळ टाका. गडद सोनेरी रंग येईल तो परता. त्यावर दूध ओता. गॅस मंद करा. वरून झाकण घाला. १–२ मिनिटांनी झाकण काढा. त्यात खवा घाला व परता. मग साखर घाला. हलवत रहा. हलवा दाटत जाईल. त्यात वेलची पूड. चारोळ्या घाला. हवा तेवढा दाट झाला की गॅस बंद करा. खोलगट बाऊलमध्ये काढून घ्या. त्यावर वर्ख लावा.

सल्ला

गिर्यारोहक, हाइकर्स यांच्याबरोबरही नेहमी चॉकलेटस् असतातच. त्यात भरपूर पौष्टीक तत्व, प्रोटीन, जीवनसत्व असतात. पर्वतीय क्षेत्रात शरीरातील कॅलरीज्ची गरज भागविण्याचे कामही चॉकलेटस् करतात. चॉकलेटस्मध्ये फॅट, कार्बोहायड्रेट, कॅल्शियम, मॅग्नेशिअम, आयर्न, झिंक, कॅरोटीन आणि भरपूर प्रमाणात जीवनसत्व असतात. मिल्क चॉकलेटपेक्षा डार्क चॉकलेटमध्ये या घटक द्रव्यांचे प्रमाण अधिक असते. शरीराची पौष्टीकतेची गरज भागविण्याचे कामही चॉकलेट करते. मात्र हे चॉकलेटमधील घटकांवर अवलंबून असते. अन्यथा अतिरिक्त कॅलरीजमुळे लठ्ठपणाची शक्यता नाकारता येत नाही. चॉकलेटमध्ये मेंदूला आराम देण्याचा गुण असतो. चॉकलेट भावनांचा विकास करण्यासही मदत करते.

वास्तू

स्टोव्ह, चूल शेगडीजवळ पाण्याचा हंडा वा सिंक ठेवू नये. घरात भांडणे होतात.

सौंदर्य

भुवयांच्या सौंदर्यासाठी आठवड्यातून एकदा त्यावर जैतून वा जवसाचे तेल लावून चोळावे. कधी कधी बर्फाचा तुकडा घासावा व टर्किश टॉवेलने कोमट पाण्यात भिजवून पिळून भुवयांवर दाबून धरावा. यामुळे भुवयांचे केस मुलायम व काळे होतात. डोळ्यांभोवती काळी वर्तुळे झाल्यास रोज दुधावरील साय काळ्या वर्तुळांवर लावावी. कच्चा बटाटा मधोमध चिरून डोळ्यांवर ठेवून झोपावे. बटाटा काळ्या वर्तुळांना स्पर्श करील असा ठेवावा. २०–३० मिनिटांनी धुवावे.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. २७ जुलै २०२५

---, शके १९४७ विश्वावसुनामसंवत्सर, श्रावण शुक्लपक्ष, मघा १६|२३, सूर्योदय ०६ वा. ३३ मि. सूर्यास्त ०५ वा. ३१ मि.

राशिभविष्य

मेष : व्यापार–व्यवसायात परिस्थिती मध्यम राहील. कोणत्याही प्रकारचे जोखिम टाळा. वरिष्ठांची मर्जी राहील.

वृषभ : जर आपणास एका कार्यात वाढ मिळाली तर इतर कार्यात अवनती होणे शक्य आहे. अधिकार क्षेत्रात वाढ होईल.

मिथुन : धार्मिक भावना वाढेल. सामुदायिक कार्यांमध्ये अनुकूल सहकार्यांबरोबर प्रतिष्ठा वाढेल.

कर्क : वैवाहिक जीवनात वातावरण मधुर राहील. पत्नीपासून सुख मिळेल. शत्रुपक्ष हावी राहील. एखाद्या चुकीला पुन्हा करु नका. मन रमणार नाही.

सिंह : गृह भूमीसंबंधी विषयांमध्ये लाभ मिळेल. जुन्या मित्रांचा सहवास लाभेल. लाभाच्या संधी. नवीन ओळखी संभवतात. प्रतिष्ठा लाभेल.

कन्या : व्यवसायासाठी उत्तम वेळ. नवीन कामात यश मिळेल. व्यापारिक लाभ आणि सुख–समृद्धि वाढेल.

तूळ : आपल्या आत्मविश्वासाचा स्तर वाढविण्याचा प्रयत्न करा. वातावरण उत्साहवर्धक राहील.

वृश्चिक : सामाजिक क्षेत्रांमध्ये अजून काही विशेष कार्ये होणार नाही. वाहने जपून चालवावीत.

धनु : एखादी व्यक्ती निष्कारण आपल्याला त्रास देईल. सामाजिक मान–सन्मान वाढेल. संपत्तीच्या कामात यश मिळण्याचे योग. मनात नवीन कल्पना सुचतील.

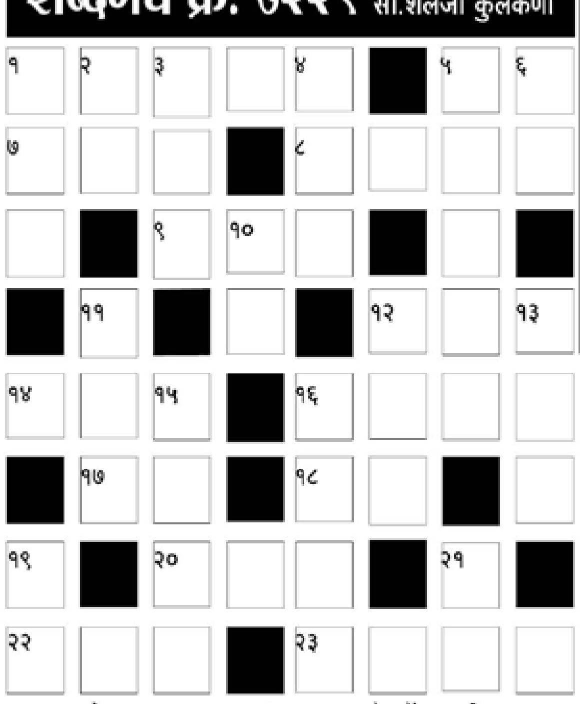
मकर : आजचा दिवस आपणास पैसे मिळवण्याच्या आणि व्यापाराच्या नव्या संधी देईल.

कुंभ : आपला निष्काळजी दृष्टीकोण आज चांगला ठरणार नाही. आपले निर्णय, विचार इतरांवर थोपवाल.

मीन : घर बदलण्यासाठी आजचा दिवस उत्तम आहे. शत्रू प्रभावहीन ठरतील. आपल्या बुद्धि आणि तर्काने कार्यात यशाची शक्यता. कामाला वाव मिळेल.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

शब्दगंध क्र. ७२२९ सौ.शैलजा कुलकर्णी



शब्दगंध क्र. ७२२८ चे उत्तर

उभे शब्द :- १) आनंदाची बहर असलेले सुंदर ठिकाण जसे इंद्राचे ५) वायू; वात ७) दिन; दीस; वासर ८) राखण; रक्षा ९) व्यायाम; व्यायामशाळा १२) श्रीकृष्णाचा गरीब मित्र १४) अमावास्या १६) देवांना आवडणारे एक पेय १७) तापामुळे तोंडापाशी उठणाऱ्या बारीक पुटकुळ्या; ज्याअर्थी १८) सुखदुःख जाणणारे इंद्रिय २०) रात्री चमकणारा एक किडा; सोनकिडा; सुवर्णकीटक २२) उसापासून तयार होणारा एक गोड पदार्थ २३) आठवड्यातील सुट्टीचा दिवस

आडवे शब्द :- १) मुलगी; कन्या २) सकाळच्या वेळी गवताच्या पात्यावर दिसतात ते बाष्पीभवनापासून तयार झालेले जलबिंदू ३) नसणारा; अनवश्य ४) मऊ; मृदू; मवाळ ५) पोलिसांतील एक पद ६) रामायणातील किष्किंधा नगरीचा वानरराजा; सुग्रीवाचा भाऊ १०) गुंग; रममाण; मग्न; रत ११) ज्याची शिकार करावयाची आहे तो प्राणी १२) फूल; पुष्प १३) उदाहरण; नमुना १५) टोळीचा प्रमुख १६) आठवड्यातील एक दिवस १९) कंठ; गळा २१) दीप; दीपक

* * * * * * मुलांचे विश्व * * * * * *

: संकलक : ॲड.सौ. पूजा गुंदेचा

सुविचार : ध्येयासाठी जगणे हे ध्येयासाठी मरण्यापेक्षाही कठीण आहे. – स्वामी विवेकानंद.

मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन

डासांपासून बचाव करण्यासाठी सगळ्यात चांगला उपाय कोणता?

डासांपासून बचाव करण्यासाठी अनेक उपाय आहेत. डासांची पैदास जेथे होते त्या जागांवर किटकनाशके फवारून त्यांचा नायनाट करणे, हा प्रभावी उपाय असला तरी शहरांमध्ये वा खूप डास असलेल्या ठिकाणी स्वतःचे रक्षण करण्यासाठी काय करावे; हा प्रश्न तुम्हालाही पडला असेल.

डासांच्या चाव्यापासून तुमचे रक्षण व्हावे, यासाठी अनेक उपाय आहेत. कडूनिंबाच्या पाल्याचा धूर करणे व नंतर दारेखिडक्या उघडून धूर बाहेर काढणे यात धुरामुळे डास पळून जातात. पण ते परत येतात. कासव छापसारख्या अगरबत्त्या रात्रभर लावून ठेवल्यासही धूर होतो व डास पळून जातात; पण आपल्याही फुप्फुसात धूर जातो व खोकला, दम्याचा त्रास असलेल्यांना दम्याचा झटका येऊ शकतो. फुप्फुसाच्या कर्करोगाची शक्यताही असते. असे काही शास्त्रीय अभ्यासामध्ये दाखवण्यात आले आहे. (अर्थात यावर संशोधन चालू आहे) काही तेले अंगाला लावल्यास डास चावत नाहीत; पण याची किंमत लक्षात घेता व अंगाला तेल लावून झोपण्यातील अडचणींचा विचार करता ही पद्धतही योग्य ठरत नाही. गुडनाईट, ओडोमॉससारख्या वड्या आजकाल बाजारात मिळतात त्यात रासायनिक पदार्थ असतात. ते श्वसनावाटे आपल्या शरीरात जातात. सध्या हे पदार्थ सुरक्षित समजले जातात; पण २५ वा ५० वर्षांनंतरच्या वापराने काही दुष्परिणाम होत नसतील असे कोणालाच सांगता येत नाही. तसेच महिन्याला ४० ते ५० रूपये खर्च येईल तो वेगळाच. मग काय करायचे? डासांना चावू द्यायचे की काय? काळजी करू नका. डासांच्या चाव्यापासून वाचण्याचा सुरक्षित, सोपा व कमी खर्चाचा असा एक मार्ग आहे. तो म्हणजे मच्छरदाणी वापरणे. एकदा मच्छरदाणी आणली की मग कोणताच खर्च नको. रासायनिक पदार्थांच्या व धुराच्या दुष्परिणामांची चिंता नको व अंगाला तेल लावून कसेसेच वाटायला नको! डासही चावणार नाहीत व आरोग्यही नीट राहील.

उंटाचा अतिशहाणपणा

एका गावातील सुताराने सुतारकाम येत नसल्याने उपजीविकेसाठी एक उंटिण खरेदी केली. नंतर त्या उंटिणीला एक पोर झालं. कौतुकाने सुताराने त्या पोराच्या गळ्यात घंटा बांधली. काही दिवसांनी उंटाचा व्यापार करण्यासाठी सुताराने आणखी उंट खरेदी केले. त्या व्यापारात सुताराचे बस्तान चांगले बसले. गळ्यात घंटा बांधलेला उंट सुताराचा लाडका असतो.

पण हा उंट बाहेर चरताना कळपाबरोबर न राहता रमत गमत एकटा फिरायचा. तेव्हा बाकीच्या उंटांना वाटे की हा जंगलात असा एकटा फिरतो तर एखाद्या दिवशी वाघ–सिंह त्याला पकडतील. पण त्या उंटाने त्याकडे दुर्लक्ष केले.

एके दिवशी सर्व उंट चरून घरी परतले तरी हा उंट जंगलातच रेंगाळत होता. त्याचवेळी एका सिंहाने त्याच्यावर पाळत ठेवली. त्याच्या गळ्यातील घंटेमुळे हा उंट लक्षात येई. त्या दिवशी काळोखात उंट वाट चुकला. पण सिंहाने घंटेच्या आवाजावरून अंदाज घेऊन त्याच्यावर हल्ला केला आणि त्याला खाऊन टाकले.

तात्पर्य : शहाणपणाच्या उपदेशाकडे दुर्लक्ष केले तर जीवावर बेतू शकते.

जीवन का अमृत (भाग १)

बसंत ऋतु

उस समय मुझ में और प्रभु में कोई फर्क नहीं रहता। जब हम अपनी आत्मा से गिलाफ हटाते है और अंतर में प्रभु से एकमेक होते हैं, उस समय प्रभु से कोई दूरी नहीं रहती, कोई फर्क नहीं रहता, दैव नहीं रहता, दोनों एक रुप हो जाते हैं, तभी सही मानो में बसंत ऋतु हमारे अंग संग रहती है। जो बाहर की दुनिया है, उसमें बाहर की खुशियाँ हैं,मनोरंजन हैं, आकर्षण हैं। लेकिन अंतर में जब हम प्रभु की सत्ता से जुड़ते हैं, तो जो कुछ भी हम माँगते हैं, वह हमें मिल जाता है क्योंकि हम उस ज्ञान के साथ जुड़ गए हैं, जो दोनों जहानों का ज्ञान है।

(क्रमशः)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

अंतरिक बल (भाग – २)

आज्ञा चक्र

जब सन १९५० में हम भारत आए और देशभर में अपने उपदेशों का प्रसार करने लगे, उस समय जिन लोगों से हमारी भेट हुई, उन्हें प्राय: ऐसा लगता था, जैसे देवदूत अथवा फरिश्ते उनके बीच आ गए हों। तब से लेकर अब तक बीते कई दशकों में, हमने दूसरों को और स्वयं को दैहिक–चेतना से मुक्त करने तथा अपने संबंधों में आध्यात्मिक प्रेम पुनर्स्थापित करने पर बहुत बल दिया है। हमने विश्वस्तर पर अनेक मिलन–स्थलों एवं एकांतवास केंद्रों का निर्माण किया है, जहाँ लोगों को आत्मचेतना संबंधी और सकारात्मक, परिवर्तनात्मक शक्ति संबंधी है।

(क्रमशः)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

साहित्य सहवास – 'दो पल के जीवन में...'

बाहेरगावचा माझा मित्र आहे. मित्र आणि त्याचा भाऊ दोघेही नोकरी करतात. पण दोघांच्या स्वभावात, आवडी– निवडीत खूपच फरक आहे. म ाझा मित्र नोकरी प्रामाणिकपणे करतो. त्याची आवड, छंद जोपासतो, गरजवंतांच्या पाठिशी उभा राहातो, कुटुंबासाठी वेळ देतो, फॅमिली ट्रीप, हॉटेलिंग असं सगळं करतो. जे–जे चांगलं ते ते त्याच्या एकुलत्या एक मुलाला सांगतो, दाखवतो, ऐकवतो, कधी – कधी त्या ठिकाणी घेऊनही जातो. निसर्गाप्रति कृतज्ञता व्यक्त करणारा माझा हा मित्र. मित्राचा भाऊ सकाळी सात वाजता उठतो. देहधर्म उरकले की चहा घेतो. किराणा मालाचं दुकान आहे, ते उघडतो. नऊ वाजेनंतर नाष्टा करुन ऑफिसमध्ये जातो. आठवड्यातुन किमान दोन वेळा ऑफिसचं अमुक एक काम आहे असं सांगुन बाहेर जातो. स्वतःच्या दुकानासाठीच्या वस्तु खरेदी करुन घरी नेऊन ठेवतो.

ऑफिसचं ते बाहेरचं काम करुन ऑफिसमध्ये येतो. दुकानच्या वस्तु ज्यावेळी घ्यायच्या नसतात तेव्हा ऑफिसमधुन बाहेर जाऊन त्याची खाजगी कामं तर अनेक वर्षे करतो आहे. संध्याकाळी ऑफिसमधुन घरी आला की नाष्टा करुन पुन्हा दुकानात बसतो. रात्री दहा वाजता दुकान बंद केलं की जेवतो. सोशल मिडियाचा लाभ घेतला की झोपतो. म्हणजे असं एकंदरित त्याचं छान चाललंय. भावाने अर्थात माझ्या मित्राने त्याला वेळोवेळी सांगितलं की स्वतःच्या प्रकृतीकडे लक्ष दे, कुटुंबासाठी वेळ दे. ऑफिसला फसवणं सोडुन दे. व्यायाम कर. तुझी आवड, छंद जोपास. (मला वाटतं त्याची आवड आणि छंद अर्थात जास्तीत जास्त पैसे कमावणे, फसवणे.) खरं तर कुणी कसं वागावं हे आपण ठरवु शकत नाही पण मी चांगलंच वागणार ही वृत्ती, ही धारणा आपल्याला चांगल्या अर्थाने पुढं घेऊन जाते.

जीवन का मतलब तो... खरं तर जीवनाचा अर्थ कुणी कसा घ्यायचा हा ज्याचा त्याचा वैयक्तिक प्रश्न आहे. पण ह्या एकदाच मिळणाऱ्या अमूल्य मानवी जीवनाचा प्रवास सुखकर आनंददायी, समाधानकारक करायला असेल तर स्वतः साठी, स्वतःच्या कुटुंबासाठी, स्वतःच्या आरोग्यासाठी, स्वतःची आवड, छंद जोपासण्यासाठी, 'माणूस' म्हणून माणसांकडे पाहण्यासाठी, सामाजिक भान जपण्यासाठी, चांगलं ते ते आत्मसात करण्यासाठी, गरजवंतांच्या पाठिशी उभं राहण्यासाठी, नातेसंबंध दृढ करण्यासाठी, निसर्गाप्रति कृतज्ञता व्यक्त करण्यासाठी ह्या जीवनाचा उपयोग करणार नसाल तर 'शोर' ह्या मनोजकुमार ह्यांच्या चित्रपटातील जिंदगी और कुछ भी नही हे गाणं ऐकाच. ह्या गाण्यातलं एक कडवं आहे. कुछ खोकर पाना है, कुछ पाकर खोना है, जीवन का मतलब तो आना और जाना है, दो पल के जीवन में एक उम्र चुरानी है....' ह्या गाण्यातुन गीतकाराला काय सांगायचं आहे हे समजलं की जीवनाचं अमूल्यत्व आपल्याला समजेल. दो पलके जीवन में... ह्याचा अर्थ शब्दशः घेऊ नका. नेमकं काय म्हणायचं आहे हे लक्षात घ्या. क्षणभंगुर आहे जीवन.

मध्यंतरी विमान अपघातात एक प्रवासी वगळता सगळे प्रवासी क्षणार्धात संपले. जो वाचला त्याला जगण्याचं अमूल्यत्व लक्षात आलं. त्याच विमानाने प्रवास करण्यासाठी एक महिला आली पण तिला पोहोचायला दहा मिनिटे उशीर झाला म्हणून ती वाचली. तिला जगण्याचं अमूल्यत्व समजलं. ह्या एकदाच मिळणाऱ्या क्षणभंगूर जीवनात मी नेमकं काय – काय आणि का करतो ? हा प्रश्न एकदा स्वतःला विचारुन पहा. तुमचं मन काय उत्तर देतं ह्यावर बारकाईने विचार करा, अभ्यास करा. फक्त पैश्यांसाठी जगायचं ? की जीवनाचा छानसा आस्वाद घेत जगायचं? हे निश्चितपणे ठरवा. त्या गाण्यात एक वाक्य आहे. एक उम्र चुरानी है. ह्याचा अर्थ ज्यावेळी समजेल त्यावेळी जगणं चांगल्या अर्थाने सुरु होईल. जीवनार्थ समजण्यासाठी 'अर्थ' (पैसा) महत्वाचा आहेच ह्याबद्दल कुणाचंच दुमत नाही.

पण फक्त पैसाच महत्वाचा आहे का ? हा प्रश्न स्वतःला विचारुन 'दो पल के जीवन में, एक उर्म चुरानी है' ह्यातला गर्भितार्थ समजावुन घ्यायला पाहिजे. माझ्या त्या मित्रासारखे व्हायचं ? की त्याच्या भावासारखं व्हायचं? हे फक्त तुम्ही आणि तुम्हीच ठरवु शकता. खरं तर ह्या दोन व्यक्ती प्रतिनिधीक स्वरुपात आहेत. पैकी कुणाचं प्रतिनिधित्व करायचं हे मी नक्कीच ठरवायला हवं.

'दो पल के जीवन मे एक उम्र चुरानी है' ह्या ओळीचा गर्भितार्थ लक्षात घेऊन वागणारा माझ्या मित्रा सारखं व्हाव असं अनेकांना वाटतं आणि तेच वाटणं म्हणजे खरा जीवनार्थ आहे. जगण्यातल्या प्रत्येक प्रश्नाचं उत्तर मिळेलंच असं नाही तर काही उत्तरं समजुन घेऊन, शोधावी लागतात. जीवन का मतलब तो आना और जाना है पण ह्या येण्या–जाण्याच्या जीवनाचा प्रवास, जगण्याचा छानसा आस्वाद देत–घेत जगता यायला हवं. कसं जगायचं हे ठरवणारे तुम्हीच आहात. तुमच्या जीवनातला एखादा चांगला अनुभव मला नक्कीच सांगा. कारण तो चांगला अनुभव माझ्या जगण्याला अधिकाधिक चांगलं करिन. जे जे चांगलं ते ते घेऊया, इतरांना देऊया.

(लेख क्र.५६०)

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

हसा आणि शतायुषी व्हा!

शिक्षक : बंड्या, तू गृहपाठ का नाही केलास?

बंड्या : गुरुजी, काल गुरुपौर्णिमा होती ना! म्हणून मी तुम्हाला आराम दिला

शिक्षक : म्हणजे?

बंड्या : तुम्हाला गृहपाठ तपासायचा त्रास नको म्हणून मी केलाच नाही!

शिक्षक : अरे वा

करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी

* कोणाच्या हस्ते गुजरात येथे ३६ व्या क्रीडा स्पर्धांचे उद्घाटन झाले?

– पंतप्रधान नरेंद्र मोदी

– अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

काय खावे?

मिरची

गरम मसाल्यामध्ये मिठाच्यानंतर मिरचीचे स्थान येते. प्रत्येक गृहिणीच्या स्वयंपाकघरात आवश्यक असणारा पदार्थ म्हणजेच मिरची होय, मीठ–मिरचीशिवाय भोजन रुचकर होत नाही. मराठीमध्ये 'मिरची', हिंदीमध्ये 'मिर्च', संस्कृतमध्ये 'तीष्णा' किंवा 'उज्वला', इंग्रजीमध्ये 'चिली', तर शास्त्रीय भाषेमध्ये कॅप्सिकम अनम' (Capsicum nnuum) या नावाने प्रसिद्ध असलेली मिरची 'सोलॅनसी' कुळातील आहे.

रंगानुसार लाल व हिरवी मिरची असे दोन प्रकार आहेत.

(क्रमशः)

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

स्थावर मालमत्ता मूल्यांकनाची मूलतत्त्वे: आपल्या मालमत्तेचे मूल्य कसे ठरते

स्थावर मालमत्ता मूल्यांकन म्हणजे एखाद्या घर, भूखंड, इमारत, औद्योगिक किंवा व्यावसायिक स्थळाचे बाजारातील योग्य मूल्य ठरवण्याची प्रक्रिया. ही प्रक्रिया खरेदी–विक्री, कर्जासाठी अर्ज, कर आकारणी, भांडवली नफा कर (Capital Gain Tax), गुंतवणूक विश्लेषण, VISA साठी आणि कायदेशीर बाबींमध्ये अत्यंत महत्त्वाची असते.

मालमत्ता मूल्यांकनाच्या कार्यात तांत्रिक कौशल्य, क्षेत्रातील सखोल ज्ञान, तसेच व्यावसायिक नैतिकता यांचा समन्वय साधून काम करावे लागते म्हणजे ग्राहकांना त्यांच्या मालमत्ता संदर्भातील निर्णय अधिक माहितीपूर्ण आणि विश्वासार्ह करता यावेत.

मालमत्ता मूल्यांकन का आवश्यक आहे?

गुंतवणूक : गुंतवणूक करण्यासाठी व्हॅल्युएशनचा खूप जास्त महत्त्वाचा उपयोग होतो. मालमत्तेची किंमत कशी वाढेल, किती वेळात वाढेल, विकास कसा होईल आणि परतावा काय मिळेल याचा अहवाल मूल्यांकनामध्ये आल्यावर गुंतवणूकदारांना निर्णय घेण्यात मदत होते.

खरेदी/विक्री : योग्य दर मिळवण्यास किंवा देण्यास मदत होते. फसवणूक टाळता येते, जसे की परवानगी नसलेला भूखंड, वहिवाट नसलेला भूखंड, अतिक्रमण असलेली जागा ई. हे मूल्यांकनामध्ये कळते. मालमत्ता घेताना कागदपत्रांची छाननी होते. सक्षम अधिकाऱ्यांकडून प्रमाणित बांधकाम नकाशा आणि झालेले विनापरवाना बांधकाम यातील तफावतीमुळे बांधकामाच्या पूर्णत्वाचा दाखला, भोगवटा प्रमाणपत्र मिळण्यास गंभीर अडचणी येतात.

कर्ज व गहाण : गृह कर्ज, मालमत्तेवरील कर्ज (Loan Against Property), व्यवसाय कर्ज, कॅश क्रेडिट, शैक्षणिक कर्ज, Balance Transfer, Top up, ई. साठी बँक कर्जाची रक्कम ठरवण्यासाठी मूल्यांकनाचा आधार घेतात.

तसेच थकीत कर्ज खाते (NPA ACCOUNT), बुडीत कर्ज, दिवाळखोरी कर्ज, लिलाव यासाठीदेखील बँक SARFAESI कायद्या अंतर्गत मूल्यांकनाचा आधार घेतात.

व्हिसा (VISA)**:** व्हिसासाठी व्हॅल्युएशन रिपोर्ट अतिशय महत्त्वाचा असतो. परदेशात जाताना आपल्याकडे काय स्थावर मालमत्ता आहे हे व्हिसा देताना बघितले जाते, तेव्हा व्हॅल्युएशन रिपोर्टची आवश्यकता असते.

कर आकारणी : सरकार मालमत्तेच्या मूल्यावरून मालमत्ता कर किंवा भांडवली नफा कर ठरवते.

विमा : योग्य विमा संरक्षण मिळण्यासाठी मूल्यांकन आवश्यक.

कायदेशीर बाबी : वारसा, घटस्फोट किंवा वाटणीचे वाद सोडवण्यासाठी मदत होते.

परियोजना (Project) **:** बिल्डर अथवा डेव्हलपर यांना आपल्या आगामी प्रोजेक्टमध्ये दुकाने, फ्लॅट, त्याची कंपोझिशन, त्याचे क्षेत्रफळ किती असावे याबाबत निर्णय घेण्यास मदत होते.

मालमत्तेच्या मूल्यावर प्रभाव करणारे घटक

१. स्थान व रस्ता (Location and approach road)

शाळा, हॉस्पिटल, वाहतूक सुविधा आणि व्यावसायिक भागाजवळील अंतर.

परिसराची प्रतिष्ठा व सुरक्षितता.

भविष्यातील विकासाची शक्यता.

भूखंडाचा असलेला रस्ता, त्याची रुंदी, डांबरी अथवा कॉंक्रीट रोड, कनेक्टिव्हिटी ई. महत्वाचे घटक असतात.

२. आकार व आराखडा (Size and Layout)

एकूण भूखंडाचे व बांधकामाचे क्षेत्रफळ.

खोल्या, बाथरूम्स यांची संख्या व रचना.

बांधकामाचा प्रकार जसे की RCC, Load Bearing याचा मूल्यांकनावर प्रभाव पडतो.

३. स्थिती व वय (Condition and Age)

इमारतीचे वय आणि अलीकडील दुरुस्ती/नूतनीकरण.

बांधकामाची गुणवत्ता व साहित्य.

बांधकामाच्या वयानुसार घसारा विचारात घ्यावा लागतो.

४. बाजाराची स्थिती (Market Trends)

परिसरातील मागणी आणि पुरवठा.

व्याजदर व एकूण आर्थिक परिस्थिती.

भविष्यात होणारा विकास.

भूसंपादन जसे की MIDC, SEZ, CIDCO ई.

५. कायदेशीर कागदपत्रे (Legal Clearances)

सात बारा उतारा, खरेदीखत, फेरफार नोंद,

मालकी हक्क स्पष्ट असणे, अकृषिक दाखला (NA order), मंजूर नकाशा, बांधकाम नकाशा, बांधकाम परवानगी, भोगवटा प्रमाणपत्र (OC), बांधकाम पूर्णत्वाचा दाखला (BCC), झोनिंग नियमांचे पालन.

मालमत्ता मूल्यांकनाच्या पद्धती

१. विक्री तुलनात्मक पद्धत (Sales Comparison Approach)

त्या परिसरात अलीकडे विकल्या गेलेल्या समान मालमत्तांशी तुलना.

मुख्यतः निवासी मालमत्तेसाठी वापरली जाते.

२. खर्च पद्धत (Cost Approach)

तीच मालमत्ता नव्याने बांधली तर लागणारा खर्च व त्यातून घसरण वजा करून मूल्य ठरवले जाते.

नव्या किंवा विशेष मालमत्तांसाठी उपयुक्त.

३. उत्पन्न पद्धत (Income Approach)

मालमत्तेतून मिळणाऱ्या उत्पन्नावर आधारित.

व्यावसायिक किंवा भाडे देणाऱ्या मालमत्तेसाठी वापरली जाते.

मूल्यांकन कोण करतो?

प्रमाणित स्थावर मालमत्ता मूल्यांकन तज्ज्ञ, चार्टर्ड इंजिअर, किंवा सरकार मान्यताप्राप्त मूल्यांकन अधिकारी हे काम करतात.

बँका व आर्थिक संस्था कर्ज प्रक्रियेसाठी नियुक्त मूल्यांकन तज्ज्ञ नियुक्त करतात.

मूल्यांकनासाठी आवश्यक कागदपत्रे,

सातबारा उतारा किंवा मालकीचा दस्तऐवज

मागील खरेदी–विक्री कागदपत्रे आणि फेरफार नोंदी

मालमत्ता कराच्या पावत्या

मंजूर नकाशा व परवाने

बोजा नसल्याचे प्रमाणपत्र (Encumbrance Certificate)

मालमत्ता मालकांसाठी टिप्स

मालमत्ता नीटनेटकी व संरक्षित ठेवा.

स्थानिक बाजाराच्या घडामोडींची माहिती ठेवा.

सर्व कायदेशीर कागदपत्रे अद्ययावत व स्पष्ट असू द्या.

मालमत्ता कर वेळेवर भरा आणि पावत्या जपून ठेवा.

बांधकाम परवानगी ही सक्षम अधिकऱ्यांकडूनच (Competant authority) घ्यावी आणि त्याचप्रमाणे बांधकाम करून बांधकाम पूर्णत्वाचा दाखला घ्यावा.

बांधकाम २० वर्षांपेक्षा जुने असल्यास त्याचे स्थिरता प्रमाणपत्र (Stability Certification) मिळवावे.

बांधकाम ३५ वर्षांपेक्षा जुने असल्यास त्याचे Structural Audit करून घ्यावे.

औद्योगिक इमारतींसाठी दर ५ वर्षांनी स्थिरता प्रमाणपत्र (Stability Certificate) घेणे Factory Act अंतर्गत गरजेचे आहे.

सारांश : मालमत्ता मूल्यांकन ही एक शास्त्रीय आणि व्यावहारिक प्रक्रिया आहे. तिची मूलतत्त्वे समजून घेतल्यास कोणतीही खरेदी, विक्री किंवा गुंतवणूक करताना आर्थिक नुकसान टाळता येते. मालमत्तेचे मूल्य समजून घेणे म्हणजे आपल्या आर्थिक आराखड्यात स्पष्टता निर्माण करणे.

महाराष्ट्रात मालमत्ता मूल्यांकन ही प्रक्रिया सरकारी दर व बाजार दराच्या मिश्रणावर आधारित आहे. व्यवहार करताना पारदर्शकता, कायदेशीर सुरक्षितता व योग्य निर्णय घेण्यासाठी हे अत्यावश्यक आहे.

बहुतेक वेळा व्हॅल्यूअर म्हणून कार्यरत असणारे लोक हे निवृत्तीनंतर दुसऱ्या क्षेत्रातून येतात आणि त्यामुळे मूल्यांकनाच्या सैद्धांतिक बाजूंकडे दुर्लक्ष होते, बऱ्याचदा अशामुळे ग्राहकांचे तसेच बँकेचे नुकसान होते. आमचा दृष्टिकोन मात्र मूल्यांकनाला एक स्वतंत्र आणि शास्त्रशुद्ध विषय मानणारा आहे.

आम्ही २०१२ पासून property valuation चे काम करत असून कर्ज वसुली न्यायाधिकरण (Debt Recovery Tribunal), सिडबी, स्टेट बँक, सेंट्रल बँक, बरोदा बँक, युनियन बँक, महाराष्ट्र बँक, अशा ७० पेक्षा जास्त वित्तीय संस्थांबरोबर महाराष्ट्र, गुजरात आणि गोवा येथे आमची सेवा देतो. आम्हाला औद्योगिक इमारती, साखर कारखाने, विद्यालये, मॉल्स, Distilleries, hospitals, यांच्या मूल्यांकनामध्ये दांडगा अनुभव आहे. आमच्या कार्यसंघात अभियंते, चार्टर्ड अकाउंटंट्स आणि कायदेतज्ज्ञ यांचा समावेश आहे, जे टाऊन प्लॅनिंग, फायर सेफ्टी, बांधकाम अभियांत्रिकी, काळा पैसा, भूसंपत्तीवरील आर्थिक धोरणे इत्यादी गोष्टींचा सखोल अभ्यास करून वस्तुनिष्ठ आणि पारदर्शक मूल्यांकन देतात. तसेच गुंतवणूकदारांसाठी MIDC, सिडको, मुबई 3.O म्हणजेच नवी मुंबई विमानतळाच्या परिसरात गुंतवणूक करण्यासाठी अचूक मूल्यांकन करून त्याची ४–५ वर्षात होणाऱ्या परताव्याची किंमत, नफा याबद्दल गुंतवणुकीचे विश्लेषण करतो.

– इंजि. अभिजीत नाथा घुले ॲण्ड असोसिएटस्
CHARTERED ENGINEER (INDIA),
Lender's Engineer, Govt. Registered Valuer,
B.E. (CIVIL), AMIE, FIV, LL.B., M.Sc.
(REAL ESTATE VALUATION),
Offices- Mumbai, Thane, Pune, Nasik,
Ahilyanagar, Beed,
Mobile: 8888994333, Email: abhiyanta.ang@gmail.com

आम्ही जवान आणि शेतकरी यांना गृह कर्जासाठी लागणारा valuation report पूर्णपणे मोफत देतो.

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

ताल–साधनेचा २९ जुलैला शुभारंभ; रसिक प्रेक्षकांसाठी सुरांची मेजवानी

नगर – बी.पी.एच.ई. सोसायटीच्या अंतर्गत आय.एम.एस. – ॲकॅडमी ऑफ फाईन ॲण्ड परफॉर्मिंग आर्ट्स, अहिल्यानगर यांच्या वतीने ताल–साधना या उपक्रमाचा शुभारंभ २९ जुलै रोजी संध्या. ५.३० वा. आय.एम.एस. कॅम्पस, स्टेशन रोड येथे आयोजित करण्यात आला आहे. आय एम एस अफा ही संस्था गेल्या २४ वर्षापासून शास्त्रीय नृत्य प्रशिक्षणामध्ये कार्यरत आहे. परफॉर्मिंग आर्ट्स मध्ये अनेक वेगवेगळ्या कलांचा समावेश होतो आणि म्हणूनच अॅकेडमी आता एक नवीन कोर्स सुरू करत असून त्यानिमित्ताने या कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले आहे.

येत्या १ ऑगस्टपासून ॲकॅडमी तबला व मृदंग या दोन्ही कलाप्रकारांचे प्रशिक्षण सुरू करत आहेत त्या निमित्ताने या कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले आहे अशी माहिती संस्थेचे संचालक डॉक्टर एम. बी. मेहता यांनी दिली आहे.

या कार्यक्रमात तबलावादक शेखर दरवडे यांचे स्वतंत्र तबलावादन होणार आहे. त्याचबरोबर विद्यार्थ्यांकडून समूह तबलावादन सादर करण्यात येणार असून, त्यामध्ये उत्कर्ष दवंडी, जय गांधी, वैष्णवी कोठेरे, अनुज दरवडे हे सहभागी होणार आहेत. कार्यक्रमाला लेहरा संगीत प्रा. मकरंद खरवंडीकर, तर लेहरा गायन किरण जोशी करणार आहेत.

सांगीतिक क्षेत्रातील नवोदित कलाकारांना प्रोत्साहन देण्यासाठी, तसेच शास्त्रीय संगीताच्या माध्यमातून सांस्कृतिक मूल्यांची जपणूक व्हावी या उद्देशाने हा कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला आहे.

नगरमधील रसिक प्रेक्षकांनी या कार्यक्रमास उपस्थित राहव, असे आवाहन आय.एम.एस. – अॅकेडमी ऑफ फाईन ॲण्ड परफॉर्मिंग आर्ट्सच्या समन्वयक डॉ. ऋचा तांदुळवाडकर यांच्या वतीने करण्यात आले आहे.

लक्ष्मीआई यात्रा उत्सवाची शहरात रंगली मिरवणूक

भंडाऱ्याची उधळण करीत भाविकांनी केला लक्ष्मीमातेचा जयघोष

आषाढ अमावस्यानिमित्त शहरातील रामवाडी येथे लक्ष्मीआई यात्रा उत्सव उत्साहात साजरा करण्यात आला.

नगर – आषाढ अमावस्यानिमित्त शहरातील रामवाडी येथे लक्ष्मीआई यात्रा उत्सव उत्साहात साजरा करण्यात आला. रामवाडी परिसरातून पारंपारिक वाद्यांच्या गजरात मिरवणूक काढण्यात आली होती. घोड्यांच्या बग्गीत असलेल्या लक्ष्मीमातेच्या मूर्तीने सर्वांचे लक्ष वेधले. भंडाऱ्याची उधळण व लक्ष्मीमातेचा जयघोष करीत भाविक मिरवणुकीत सहभागी झाले होते. आमदार संग्राम जगताप यांच्या हस्ते नारळ वाढवून यात्रेच्या मिरवणुकीला प्रारंभ करण्यात आला. यावेळी वर्चस्व ग्रुपचे सागर मुर्तडकर यांची प्रमुख उपस्थिती होती. मिरवणुकीत प्रकाश वाघमारे, पप्पू पाटील, सागर साठे, दीपक साबळे, दीपक सरोदे, संकेत लोखंडे, अश्विन खुडे, सतिश साळवे, सुरेश वैरागर, किशोर उल्हारे, दीपक लोखंडे, बंटी साबळे, पप्पू पाथरे, गणेश ससाणे, अजय केजारला, मयूर चखाले, राजू कांबळे आदींसह भाविक सहभागी झाले होते.

दरवर्षी लक्ष्मीआई यात्रा उत्साहात साजरी केली जात असून, ५० ते ६० वर्षची या यात्रेला परंपरा आहे. युवकांनी प्रवरा संगम येथून कावडीने आणलेल्या जलने रामवाडी येथील लक्ष्मी मातेच्या मुर्तीला अभिषेक घालण्यात आला. विधीवत पूजा करुन लक्ष्मीमातेच्या उत्सवमूर्तीची मिरवणूक शहरातून काढण्यात आली. भाविकांसह युवकांनी भक्तीगीतांवर ठेका धरला होता. पारंपारिक वाद्यांनी संपूर्ण परिसर दणाणून निघाला. ही शोभायात्रा कोठला, मंगलगेट, सर्जेपूरा, रंगभवन येथून मार्गक्रमण होऊन रामवाडी येथे तिचा समारोप झाला. तसेच यात्रेच्या आदल्यादिवशी रामवाडीत यात्रेनिमित्त भंडाऱ्याचे आयोजन करण्यात आले होते. माजी जिल्हा परिषद सदस्य सचिन जगताप यांच्या हस्ते व राष्ट्रवादी सामाजिक न्याय विभागाचे सुरेश बनसोडे, इंगळे प्रतिष्ठानचे विकी इंगळे यांच्या उपस्थितीमध्ये भंडारा वाटपाचे प्रारंभ करण्यात आले होते. नागरिकांनी भंडाऱ्याचा लाभ घेतला.

रामवाडीच्या लक्ष्मीआई यात्रेत पारंपारिक पोतराजांच्या नृत्याने वेधले लक्ष

भाविकांनी केला लक्ष्मीमातेचा जयघोष; पोतराजांच्या आसूडच्या फटक्यांचा आवाज घुमला

शहरातील रामवाडी येथे लक्ष्मीआई यात्रा उत्सव उत्साहात साजरा करण्यात आला.

नगर – शहरातील रामवाडी येथे लक्ष्मीआई यात्रा उत्सव मोठ्या उत्साहात साजरा करण्यात आला. रामवाडी यात्रा उत्सव कमिटीच्या वतीने विविध धार्मिक व सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. रामवाडी परिसरातून शोभायात्रा काढण्यात आली. यामध्ये पारंपारिक वाद्यांच्या गजरात पोतराजसह भाविक मोठ्या संख्येने सहभागी झाले होते. उंट, कलशधारी महिला, पोतराज व घोड्यांच्या बग्गीत असलेल्या लक्ष्मीमातेच्या मुर्तीने सर्वांचे लक्ष वेधले. भंडाऱ्याची उधळण करीत भाविकांनी लक्ष्मीमातेचा जयघोष केला.

या यात्रेला ५० वर्षाची परंपरा असून, दरवर्षी लक्ष्मीआई यात्रा उत्साहात साजरी केली जाते. युवकांनी प्रवरा संगम येथून कावडीने आणलेल्या जलने रामवाडी येथील लक्ष्मी मातेच्या मूर्तीला अभिषेक घालण्यात आला. विधीवत पूजा करुन लक्ष्मी मातेची उत्सवमुर्तीची मिरवणुक शहरातून काढण्यात आली. संबळ, हलगी, ढोल व ताशांच्या निनादात पोतराजांनी स्वत:वर आसूडचे फटके ओढले. आसूड ओढताना चट्ट...चट्ट... हा एकच आवाज परिसरात घुमला. या यात्रेनिमित्त माजी नगरसेवक भाऊसाहेब उडाणशिवे वर्षातून एकदा पोतराजचा साज चढवून देवीला अभिवादन करुन या यात्रेत सहभागी होत असतात. त्यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोतराज म्हणून बबन लोखंडे, लखन लोखंडे, ऋतिक शेलकर, पवन शेलकर, वाजंत्री म्हणून विशाल वैरागर, शाम साबळे, यादव खुडे मिरवणूकीत सहभागी झाले होते.

पारंपारिक वाद्यांनी संपूर्ण परिसर दणाणून निघाला. या शोभायात्रेत परिसरातील महिला डोक्यावर कलश, कपाळी गंध लाऊन तर भाविक सहभागी झाले होते. ही शोभायात्रा कोठला, मंगलगेट, सर्जेपूरा, रंगभवन येथून मार्गक्रमण होऊन रामवाडी येथे तिचा समारोप झाला.

माऊली चॅरिटेबल ट्रस्ट, मुंबईचा विकास दरवडे यांना पुरस्कार

गायक संगीतकार विकास दरवडे यांना मुंबई, दादरचा माऊली ट्रस्टचा पुरस्कार देण्यात आला.

नगर – माऊली चॅरिटेबल ट्रस्ट मुंबई दादर (पश्चिम) यांच्यावतीने 'माऊली सेवा सन्मान पुरस्कार सोहळा २०२५' महाकुंभ मेळा २०२५ प्रयागराज (उत्तरप्रदेश) तसेच आषाढी पंढरीची वारी आळंदी ते पंढरपूर या सोहळ्यात उत्कृष्ट मोफत वैद्यकीय सेवा देणारे डॉक्टर्स कार्यकर्ते व स्वामी गीत गायक संगीतकार यांना पुरस्कार देऊन सन्मानित करण्यात आले.

हा कार्यक्रम २० जुलै रोजी श्री स्वामी समर्थ महाराज मठ, दादर पश्चिम, मुंबई येथे झाला. कार्यक्रमाची सुरुवात संगीतकार विकास दरवडे यांनी लिहिलेले आणि संगीतबद्ध केलेले गायक अजित कडकडे यांनी गायन केलेल्या भक्तीगीताने (समर्थवाणी शिर्षकगीत) झाली. त्यानंतर सर्व डॉक्टर्स यांनी डॉक्टरांचा नाट्यरुपी संवाद व गायन केले. त्यानंतर डॉ. मोहिते व श्री. टिपणीस यांनी पुरस्कार दिला. त्यामध्ये सन्मानचिन्ह, प्रमाणपत्र, शाल व श्रीफळ व प्रयागजल देऊन पुरस्कार देण्यात आला.

ट्रस्टचे हे ३३ वे मोफत वैद्यकीय सेवेचे वर्ष होते. सर्व डॉक्टर वारकरी पुरस्कार विजेते सर्व भक्त मंडळींच्या उपस्थितीत हा पुरस्कार वितरण सोहळा साजरा झाला. सुरुची भोजन प्रसादाचे आयोजन माऊली ट्रस्ट, डॉक्टर दिंडी व सहकाऱ्यांच्यावतीने करण्यात आले होते.

प्रादेशिक परिवहन विभागामार्फत अवैध प्रवासी वाहतुकीवर कारवाई; १९७ बसेसवर कारवाईतून १६ लाख ५७ हजार रुपयांची दंड वसुली

नगर – अवैधरीत्या प्रवासी वाहतूक करणाऱ्या वाहनांवर कारवाई करण्यासाठी प्रादेशिक परिवहन विभागाने २३ व २४ जुलै दरम्यान विशेष मोहीम राबवली. या मोहिमेदरम्यान १९७ अवैध वाहतूक करणाऱ्या बसेसवर मोटार वाहन कायद्यांतर्गत गुन्हे दाखल करून १६ लाख ५७ हजार २५० रुपयांचा दंड वसूल करण्यात आला, अशी माहिती प्रादेशिक परिवहन अधिकारी विनोद सगरे यांनी दिली.

वैध विमा नसलेली वाहने, कर न भरलेली वाहने, विधीग्राह्य परवाना नसलेली वाहने, आसन क्षमतेचे उल्लंघन करणारी वाहने, चालकाची अनुज्ञप्ती नसणे, वाहन नोंदणी पुस्तिकेप्रमाणे न ठेवता बदल करण्यात आलेली वाहने, इंडिकेटर्स, लाईट, परवर्तक दिशादर्शक नसलेली वाहने, वायु प्रदुषण निवारक तरतूदीचा भंग, प्रवासी वाहनातून मालाची वाहतूक, बेकायदा प्रवासी वाहतूक, योग्यता प्रमाणपत्र विधीग्राह्य नसलेल्या वाहनांवर पथकाने कारवाई केली आहे.

प्रादेशिक परिवहन अधिकारी यांच्या मार्गदर्शनाखाली दोन विशेष पथके व सात तालुका पथकांमधील कार्यरत मोटार वाहन निरीक्षक – श्रीमती गीता शेजवळ, सुरज उबाळे, कल्पेश सूर्यवंशी, चेतन दासनूर, सुदर्शन देवढे, हनुमंत पारधी, हर्षल जगताप, विलास धूम, सोनाली शिरसाठ, प्राजक्ता खोमणे यांनी कारवाईत सहभाग घेतला.

मोटार वाहन कायद्यातील तरतुदीनुसार वाहन व परवान्याबाबत देण्यात आलेल्या अटी व शर्तीचे पालन करावे, तसेच प्रवाशांच्या सुरक्षेच्या दृष्टीने सुरक्षित वाहतूक करावी, असे आवाहन श्री. सगरे यांनी केले आहे.

श्री छत्रपती शिवाजी महाराज अभियांत्रिकी महाविद्यालय आणि रेडिओ ऑरेंज १०६.४ एफ एम अहिल्यानगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने वृक्षारोपण करण्यात आले.

छत्रपती अभियांत्रिकीमध्ये वृक्षारोपण कार्यक्रम

विद्यार्थ्यांकडून वृक्षसंवर्धनावर नाटिका सादर

नगर - नेप्ती येथील श्री छत्रपती शिवाजी महाराज अभियांत्रिकी महाविद्यालय आणि रेडिओ ऑरेंज १०६.४ एफ एम अहिल्यानगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने महाविद्यालयाच्या आवारात वृक्षारोपण करण्यात आले. या कार्यक्रमास भारतीय वन सेवा अहिल्यानगर येथील उपसंरक्षण अधिकारी धरमवीर सालविठ्ठल हे प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित होते. वृक्षारोपण देखील करण्यात आले आणि विद्यार्थ्यांना त्यांनी वृक्षसंवर्धन या विषयावर मार्गदर्शन देखील केले. तसेच या कार्यक्रमास सचिन जगताप, आर जे भाग्यश्री जोशी यादेखील उपस्थित होत्या.

'काळाची गरज: वृक्षारोपण संवर्धन' या अनुषंगाने एक पथनाटिका राष्ट्रीय सेवा योजनेच्या विद्यार्थ्यांनी यावेळी सादर केली. वृक्षतोडीचे परिणाम आणि वृक्ष संवर्धनाचे फायदे याविषयीचा सुंदर संदेश या नाटीकेमधून देण्यात आला.

महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. वाय. आर. खर्डे यांनी विद्यार्थ्यांनी सादर केलेल्या पथनाट्याचे कौतुक करत वृक्ष संवर्धन म्हणजे पर्यावरणासाठी तसेच आरोग्यासाठी झाडांचे जतन करणे ही सामाजिक बांधिलकी ची भावना म्हणून प्रत्येकाने एक वृक्ष आपल्या घरी आपल्या परिसरात लावायला पाहिजे असे आवाहन विद्यार्थ्यांना केले.

या कार्यक्रमाचे नियोजन करण्यासाठी विद्यार्थ्यांना राष्ट्रीय सेवा योजना विभागातील प्रा. अक्षय देखणे यांचे सहकार्य लाभले. कार्यक्रमासाठी डॉ. एम. के. भोसले (प्रथम वर्ष समन्वयक), प्रा. एस. एम. वाळके (ई अ‍ॅण्ड टी सी विभाग प्रमुख), प्रा. पी. जी. निकम (सिव्हील विभागप्रमुख), प्रा. ए. बी. काळे (मेकॅनिकल विभागप्रमुख), प्रा. एस. पी. विधाते (कम्प्युटर इंजिनिअरिंग विभाग प्रमुख), डॉ. व्ही. व्ही. पाटील (ए.आय. विभागप्रमुख), प्रा. बी. एन. खरड (रोबोटिक्स अ‍ॅण्ड ऑटोमेशन विभाग प्रमुख, प्रा. पी. आर. मुटकुळे (ए आय एम एल विभागप्रमुख) यांच्यासमवेत सर्व शिक्षक शिक्षकेतर कर्मचारी व विद्यार्थी सहभागी झाले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन विद्यार्थिनी साराह शेख आणि आभार प्रदर्शन विद्यार्थिनी अल्फीया सय्यद यांनी केले.

आचार्यश्रींची शिकवण प्रत्येकाने आचरणात आणावी

मिनल बोरा यांचे प्रतिपादन; १२५ व्या जन्मजयंती निमित्त वसतिगृहातील मुलांसाठी आनंदाचा शिधा

राष्ट्रसंत आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांच्या १२५ व्या जन्मजयंतीनिमित्त नगरमधील अनामिका पब्लिसिटी व गांधी परिवारातर्फे माळीवाडा येथील महात्मा फुले वसतिगृहातील मुलांसाठी आनंदाच्या शिधा किराणा देण्यात आला.

नगर - दिनदुबळ्यांची सेवा आणि गरजवंताला मदत ही मानवसेवेची महान शिकवण राष्ट्रसंत आचार्य आनंदऋषीजी म.सा. यांनी दिली. त्यांची १२५ वी जन्मजयंती साजरी करताना अनामिका पब्लिसिटीने वसतिगृहात राहून शिक्षण घेणाऱ्या बालकांसाठी आनंदाचा शिधा देऊन अतिशय अनुकरणीय उपक्रम राबवला आहे. या मुलांच्या चेहऱ्यावर हास्य फुललेले पाहून मनाला समाधान लाभले. आचार्यश्रींची हीच शिकवण प्रत्येकाने आचरणात आणली पाहिजे. येथील मुलानी उच्च ध्येय गाठण्यासाठी चांगले शिक्षण घ्यावे असे प्रतिपादन रोटरी क्लब ऑफ अहमदनगर प्रियदर्शनीच्या अध्यक्षा मिनल बोरा यांनी केले.

राष्ट्रसंत आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांच्या १२५ व्या जन्मजयंती निमित्त नगरमधील अनामिका पब्लिसिटी व गांधी परिवाराच्या वतीने माळीवाडा येथील महात्मा फुले वसतिगृहातील मुलांसाठी आनंदाच्या शिधा किराणा देण्यात आला.

याप्रसंगी मिनल बोरा बोलत होत्या. यावेळी सिद्धी अ‍ॅडसच्या संचालिका स्वाती गांधी, सोना डागा, बबली राका, शिला मुनोत, भारती गुंदेचा, सिद्धी गांधी, वसतिगृहाचे गणेश कोरडे, श्यामल कोरडे, अनिल गोसावी आदी उपस्थित होते.

स्वाती गांधी म्हणाल्या की, आचार्यश्रींच्या जीवन कार्यावर आमची नितांत श्रद्धा आहे. त्यांनी नेहमीच वंचित, दुर्बल घटकांची सेवा करण्याची शिकवण दिली. आज त्यांच्या याच शिकवणुकीचा आदर्श ठेवून वसतिगृहातील मुलांसाठी आनंदाचा शिधा देण्यात आला. येथील मुलांच्या पंखात बळ मिळाल्यास ते मोठी भरारी नक्कीच घेतील. भविष्यातही अशा सामाजिक कार्यासाठी नक्कीच प्रयत्न राहील असे त्यांनी सांगितले.

अनिल गोसावी आभार मानताना म्हणाले, वसतिगृहात महाराष्ट्राच्या विविध भागातील २५ मुलांचा सांभाळ केला जातो. त्यांच्या दहावी पर्यंतच्या शिक्षणाची काळजी घेतली जाते. समाजातील दानशूरांनी सहकार्य केल्यास या मुलांच्या उज्वल भविष्याची पायाभरणी होऊ शकते. आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांच्या महान कार्याची महती या उपक्रमामुळे मुलांना कळली आहे. आनंदाचा शिधा खरोखरच आनंद देणारा आहे.

संत नामदेवांची गुरूभक्ती सर्वश्रेष्ठ : हभप निळकंठ महाराज देशमुख

नगर - संत शिरोमणी नामदेव महाराजांची गुरूभक्ती सर्वश्रेष्ठ होती. त्यांचा आदर्श समोर ठेवून आपणही गुरूभक्ती केल्यास या जन्माचे सार्थक निश्चितच होईल, असा विश्वास हभप निळकंठ महाराज देशमुख यांनी व्यक्त केला.

डावरे गल्लीतील नामदेव विठ्ठल मंदिरात सुरू असलेल्या ६७५ व्या नामसप्ताहात चौथे पुष्प गुंफताना ते बोलत होते. अध्यक्ष-ज्ञानेश्वर कविटकर, उपाध्यक्ष-महेश जाधव, सचिव-अभिजीत पाडळकर यांनी स्वागत केले.

हभप निळकंठ महाराज देशमुख पुढे म्हणाले, संत नामदेवांनी पांडुरंगास नैवेद्य खायला लावून आपला श्रध्दाभाव असेल तर देव नैवेद्य खातो, हे दाखवून दिले. विठ्ठलाशी ते बोलत असत. ईश्वराला श्रध्देने-विश्वासाने-नम्रतेने शरण जावं. मनापासून भजन-चिंतन करावं हे त्यांनी स्वतःच्या कृतीतून दाखवून दिलं. त्यांची अभंग रचना आजही आपल्याला विठ्ठल भक्तीची प्रेरणा देते.

प्रती महिन्यात येणारी पौर्णिमा आणि तिचे महत्व सांगताना ते म्हणाले, गुरूपौर्णिमेस महर्षी व्यासांचे चिंतन-मनन करताना त्यांचे ज्ञान परंपरेने आपल्यापर्यंत पोहोचले, याची जाणीव होऊन आपण धन्यता अनुभवतो. भगवंताच्या मुखातून गीता तर श्वासामधून वेद निर्माण झाले. व्यासांनी वेद चार भागात मांडले. अठरा पुराणांची रचना केली. श्रीमद् भागवत हा एक लाख श्लोकांचा ग्रंथ-महाकाव्य-महाज्ञानच आहे. हा खजिना आपल्या हाती देत व्यासांनी परमात्म्याकडे जाण्याचा मार्गच दाखवून दिला. व्यासांचे हे विपुल कार्य पहाता त्यांनी अखिल विश्वावर मोठे उपकारच केले आहेत. आपण मात्र सत्कार्यासाठी-अध्यात्मिक कार्यासाठी-साधनेसाठी-उपासनेसाठी वेळ नाही असे सहजपणे का म्हणतो? याचे आत्मचिंतन करणे स्वहिताचेच ठरणार आहे.

आपल्या जीवनात सद्गुरू नसतील तर जीवनाला अर्थ नाही, हे लक्षात घ्या. ८४ लक्ष योनींच्या फेऱ्यानंतर झालेल्या पुण्य संचयाने भगवंतकृपा होऊन मानव जन्म प्राप्त होतो. पाप-पुण्य समान झाल्यावर मनुष्य जन्म. या जन्माचे सार्थक करणे आपल्या हाती आहे. आनंद, सुख, समाधान संतांच्या सहवासात सहजपणे मिळते. ते पैशांनी मिळत नाही.

जीवाचे ठिकाणी शिवतत्व आहे हे आत्मतत्वाला माहित असते. मी कोण? हे चिंतन झोपण्याअगोदर दररोज करावे. आत्मतत्वाचे हे चिंतन आहे. मानवी शरिराचा आधार पंचतत्व असून पंचतत्वावरच सृष्टीचक्र चालू आहे. ब्रह्मतत्व आपल्या शरिराला तसेच ब्रम्हांडाला कार्यान्वित करते. ब्रम्हांडाचे ज्ञान करून घेणे महत्वाचे आहे. आपले स्वरूप आनंदरूप आहे. प्रपंचातील मोह दुःखाचे कारण ठरतो.

आज मोबाईल, पेनड्राईव्ह, लॅपटॉप यामधून भरपूर ज्ञान मिळते. सद्गुरूंची गरज नाही असे म्हटलेही जाते. वास्तविक सद्गुरू समोर बसून संवाद साधत ज्ञान देतात. शिष्याबद्दल सद्गुरूंच्या मनात आत्मियता असते. शिष्याच्याही मनी श्रध्दा-विश्वास-निष्ठा असते. आपल्या भारतीय संस्कृतीतील गुरूकुल परंपरा जगदवंद्य ठरली आहे. जीवनात सद्गुरू ईश्वरकृपेनेच लाभतात. आपल्या अंतःकरणात सद्गुरूंची पाऊलं विराजमान झाली की परब्रम्हस्वरूपाचा आनंद मिळतो.

सद्गुरू कृपेनेच आळंदीला माऊलींच्या वीणा मंडपात प्रवचन सेवेची संधी मिळाली, असे सांगताना हभप निळकंठ महाराज देशमुख यांनी

संत नामदेवांनी भगवंतावर केलेले प्रेम पहा. निष्ठा पहा. जीवनाचे कल्याण करून घ्या, असे आवाहन केले.

प्रवचन सोहळ्यास हभप मिलिंद महाराज चवंडके, हभप सौ.मिना महाराज काशीद, प्रफुल्ल जवळेकर, अजय कविटकर, ज्ञानेश्वर पवार, दिलीप गिते, रविंद्र गिते, अशोक जाधव, प्रसाद मांढरे, महेश गिते, सौ.शोभा गिते, सौ.कल्पना गिते, सौ.योगिता गिते, सौ.मालती पवार, सौ.कलावती जाधव, सौ.शारदा गिते, सौ.ऋतिका गिते आदींसह भाविक उपस्थित होते. सत्संग आणि प्रसाद वाटपाने प्रवचन सोहळ्याची सांगता करण्यात आली.

राज्यस्तरीय स्विमिंग व पॉवर लिफ्टिंग स्पर्धेसाठी जिल्ह्यातील पाच दिव्यांग खेळाडूंची निवड झाली आहे.

राज्यस्तरीय स्विमिंग व पॉवर लिफ्टिंग स्पर्धेसाठी अहिल्यानगर जिल्ह्यातील ५ दिव्यांग खेळाडूंची निवड

दिव्यांग जलतरणपटू अभिजित माने याची पॉवर लिफ्टिंगसाठी निवड

नगर - स्पेशल ऑलिम्पिक भारत-महाराष्ट्र आयोजित स्टेट सिलेक्शन चॅम्पियनशिप स्विमिंग व पॉवर लिफ्टिंग स्पर्धेसाठी जिल्ह्यातील पाच दिव्यांग खेळाडूंची निवड करण्यात आली आहे. ही स्पर्धा बाल कल्याण संस्था पुणे येथे होत असून, पोहण्याची निवड चाचणी एस.पी. कॉलेज टिळक रोड येथे होणार आहे. या स्पर्धेसाठी २५ जुलै खेळाडू शहरातून रवाना झाले आहेत.

या पाचही दिव्यांग खेळाडूंना डॉ. विठ्ठलराव विखे पाटील स्पोर्ट्‌स कॉम्प्लेक्स येथे प्रशिक्षण व स्पोर्ट्‌स थेरेपी सराव तज्ञ प्रशिक्षकांकडून करून घेण्यात आहे आहेत. या स्पर्धेसाठी मतिमंद मुलांचे बालगृह पाथर्डी येथील खेळाडू चि. बाबू, जलतरण स्पर्धेसाठी दिपक पावरा, कृष्णा व रज्ञाक गोचू आणि पॉवर लिफ्टिंग स्पर्धेसाठी अभिजित माने यांचा समावेश आहे. अभिजित माने हा दिव्यांग गटातील उत्कृष्ट जलतरणपटू असून, यावर्षी त्याने पॉवर लिफ्टिंग स्पर्धेत सहभाग नोंदवला आहे. प्रशिक्षक म्हणून संदीप रहाणे काम पाहत आहे.

या दिव्यांग खेळाडूंना घडविण्यासाठी व त्यांच्या कलागुणांना वाव देण्यासाठी धनश्रीताई विखे पाटील विशेष योगदान देत आहेत.

भिंगार हायस्कूल येथे विज्ञान केंद्र व मोबाईल सायन्स लॅबचे उद्‌घाटन करताना जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया आदी.

'विज्ञान केंद्र व मोबाईल सायन्स लॅब'चे अएसोच्या भिंगार हायस्कूलमध्ये उद्‌घाटन

नगर - अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटीच्या भिंगार हायस्कूल येथे विज्ञान केंद्र व मोबाईल सायन्स लॅबचे उद्‌घाटन झाले. हे विज्ञान केंद्र एचडीएफसी बँक परिवर्तन यांच्या आर्थिक सहाय्याने व अगस्त्य इंटरनॅशनल फाउंडेशन यांच्या वतीने स्थापन करण्यात आले आहे. विज्ञान केंद्राबरोबरच इंटिग्रेटेड सायन्स लॅब व मोबाईल इनोव्हेशन लॅबचेही उद्‌घाटन जिल्हाधिकारी पंकज आशिया, जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी आनंद भंडारी, छावणी परिषदचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी विक्रांत मोरे इतर पाहुण्यांच्या उपस्थितीत झाले.

कार्यक्रमास प्रमुख पाहुणे म्हणून श्री. भंडारी व श्री. मोरे, तसेच जि. प. शिक्षणाधिकारी (माध्यमिक) श्रीमती संध्या गायकवाड, जि. प. शिक्षणाधिकारी बाळासाहेब बुगे, पंचायत समिती गटशिक्षणाधिकारी श्रीमती तृप्ती कोलते, अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटीच्या प्रमुख कार्यवाह श्रीमती छायाताई फिरोदिया, सहकार्यवाह गौरव फिरोदिया, उपाध्यक्ष अशोक मुथा, खजिनदार प्रकाश गांधी, एचडीएफसी बँकेचे क्लस्टर हेड अमित शर्मा, सीएसआर एचडीएफसी बँक परिवर्तनचे वरिष्ठ व्यवस्थापक योगेश पगारे, अगस्त इंटरनॅशनल फाउंडेशन जनरल मॅनेजर विक्रांत सोळंकी, राज्य प्रमुख पराग सावंत, विभागप्रमुख कौस्तुभ दीक्षित, नंदकुमार झंवर, उद्घाटन सोहळा समिती समन्वयक तथा शाळा समिती सदस्य रवींद्र बाकलीवाल, भिंगार हायस्कूलच्या मुख्याध्यापिका सौ. आरन्ये मॅडम, सर्व मुख्याध्यापक, उपमुख्याध्यापक, तसेच शिक्षकेतर कर्मचारी उपस्थित होते.

फित कापून विज्ञान प्रदर्शन, विज्ञान केंद्र व फिरत्या प्रयोगशाळेचे उद्‌घाटन केले.

या विज्ञान प्रदर्शनात दिवस-रात्र, ऋतू, मानवी शरीर, डिझाईन थिंकिंग या सर्व प्रयोग उपस्थितांनी समजून घेतले आणि सर्व विद्यार्थ्यांना शुभेच्छा दिल्या.

लॉयर्स को ऑपरेटिव्ह सोसायटीवर योग्य व्यक्तींची निवड

न्यायाधीश संगिता भालेराव यांचे प्रतिपादन; कौटुंबिक न्यायालय व वकील संघाच्या वतीने नवनिर्वाचित चेअरमन आणि व्हाईस चेअरमन यांचा सत्कार

अहिल्यानगर शहरातील कौटुंबिक न्यायालय व कौटुंबिक न्यायालय वकील संघाच्या वतीने लॉयर्स को ऑपरेटिव्ह सोसायटीचे नवनिर्वाचित चेअरमन अ‍ॅड. लक्ष्मण कचरे व व्हाईस चेअरमन अ‍ॅड.संदीप पाखरे यांचा सत्कार करण्यात आला.

नगर - नवनिर्वाचित चेअरमन, व्हाईस चेअरमन दोन्ही सक्रिय वकील म्हणून कार्यरत आहेत. वकील संघाचे नेहमीच सहकार्य मिळत असते. लॉयर्स को ऑपरेटिव्ह सोसायटीवर योग्य व्यक्तींची निवड झाली असल्याचे प्रतिपादन न्यायाधीश संगिता भालेराव यांनी केले.

अहिल्यानगर शहरातील कौटुंबिक न्यायालय व कौटुंबिक न्यायालय वकील संघाच्या वतीने लॉयर्स को ऑपरेटिव्ह सोसायटीचे नवनिर्वाचित चेअरमन अ‍ॅड. लक्ष्मण कचरे व व्हाईस चेअरमन अ‍ॅड.संदीप पाखरे यांचा सत्कार करण्यात आला.

कौटुंबिक न्यायालयाचे न्यायाधीश संगिता ना. भालेराव यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या या कार्यक्रमाप्रसंगी कौटुंबिक न्यायालयाचे उपाध्यक्ष तथा विशेष सरकारी वकील अ‍ॅड. सुरेश लगड, सचिव अ‍ॅड. राजेश कावरे, अ‍ॅड. प्रकाश गायकवाड, अ‍ॅड.एस.पी. गवते, माजी अध्यक्ष अ‍ॅड. शिवाजी कराळे, अ‍ॅड. राजाभाऊ शिर्के, अ‍ॅड. संजय पाटील, अ‍ॅड. सखाराम टकले, अ‍ॅड. सुदाम गवते, अ‍ॅड. संतोष कांडेकर, अ‍ॅड. संदीप शेळके, अ‍ॅड. यशवंत ठोंबरे, अ‍ॅड. प्राजक्ता करांडे, अ‍ॅड. विजया कोतकर, अ‍ॅड. गौरी सामलेटी, अ‍ॅड. आनंद सूर्यवंशी, कौटुंबिक न्यायालयाचे समुपदेशक अलका राठोड, प्रबंधक सावता मोहोळकर, नाझर असिफ शेख, कर्मचारी अर्चना झिंजे आदी उपस्थित होते.

प्रास्ताविकात अ‍ॅड. सुरेश लगड यांनी लॉयर्स को ऑपरेटिव्ह सोसायटीची माहिती देऊन वकीलांच्या विविध प्रश्नासाठी अ‍ॅड. कचरे वअ‍ॅड. पाखरे सातत्याने प्रश्न मांडून ते सोडविण्याचे काम करत आहे. त्यांची झालेली निवड ही सर्व वकीलांसाठी अभिमानास्पद असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

अ‍ॅड. शिवाजी कराळे पाटील म्हणाले की, लॉयर्स को ऑपरेटिव्ह सोसायटीला मोठा इतिहास आहे. अनेक ज्येष्ठ वकीलांनी या सोसायटीचा कारभार पाहिला आहे. नुकतेच निवड झालेले चेअरमन व व्हाईस चेअरमन हे लोकशाही पध्दतीने निवडून आलेले आहेत. जुन्या जिल्हा न्यायालयाच्या आवारात लॉयर्स को-ऑपरेटिव्ह सोसायटीची एक खिडकी योजना सुरू करण्याची मागणी त्यांनी केली. तर यामुळे वकिलांचा तिकीट, स्टॅम्पचा प्रश्न सुटणार असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

चेअरमन अ‍ॅड. लक्ष्मण कचरे यांनी वकिलांना कमीपणा येईल असे वर्तन व काम होणार नाही. सेवा देण्याच्या उद्देशाने कार्य राहणार आहे. तन, मन, धनाने वकिलांसाठी सुविधा देण्याचे काम केले जाणार असल्याचे त्यांनी सांगितले.

व्हाईस चेअरमन अ‍ॅड. संदीप पाखरे म्हणाले की, कौटुंबिक सत्कार झाला असून, कौतुकाची थाप मिळाल्याने आणखी चांगले काम करण्यास ऊर्जा मिळणार आहे. सोसायटीच्या अडचणी समोर ठेवून सर्वांच्या सहकार्याने हे प्रश्न सोडविण्यात येणार असल्याचे ते म्हणाले.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन अ‍ॅड. राजेश कावरे यांनी केले. राजाभाऊ शिर्के यांनी आभार मानले.

बॅकस्टेज आर्टिस्ट्स असोसिएशन आयोजित स्व.सेठ श्यामसुंदर बिहाणी (बंगडीवाला) स्मृती राज्यस्तरीय आंतरशालेय कथाकथन स्पर्धेत श्री समर्थ विद्यामंदिर प्रशाला सावेडी येथील विद्यार्थ्यांनी घवघवीत यश संपादन केल्याबददल शालेय समितीचे चेअरमन किशोर देशपांडे व संस्थेचे सचिव सुरेश क्षीरसागर यांच्या हस्ते सन्मान करण्यात आला. (छाया - उदय जोशी)

आंतरशालेय कथाकथन 'समर्थ' च्या विद्यार्थ्यांचे यश

नगर - बॅकस्टेज आर्टिस्ट्स असोसिएशन आयोजित स्व.सेठ श्यामसुंदर बिहाणी (बंगडीवाला) स्मृती राज्यस्तरीय आंतरशालेय कथाकथन स्पर्धेत श्री समर्थ विद्यामंदिर प्रशाला सावेडी अहिल्यानगर येथील विद्यार्थ्यांनी यश संपादन केले. विविध स्पर्धेत सहभागी विद्यार्थ्यानी सर्वात जास्त बक्षीस मिळवत सांघिक विजेतेपद पटकावल्यामुळे शाळेला फिरता चषक मिळाला. स्पर्धेत जिल्हयासह इतर जिल्हयातूनही मोठा सहभाग होता.

लहान गटात प्रथम क्रमांक विभागून कु. आकृती असनीकर, कु. स्वरा सभारंजक, तृतीय क्रमांक कु. स्वरा आकडकर, मोठा गटात उत्तेजनार्थ कु. कृष्णाली तागड, कु. अदिती जाधव या सहभागी विद्यार्थ्यांचे प्रशालेच्या वतीने शालेय समितीचे चेअरमन किशोर देशपांडे व संस्थेचे सचिव सुरेश क्षीरसागर यांनी अभिनंदन केले. प्रशालेच्या मुख्याध्यापिका श्रीमती संगीता जोशी, पर्यवेक्षक सुनील कानडे यांनी विद्यार्थ्यांचे कौतुक केले. शिक्षक सौ. सारिका बोठे व सौ. ज्योती कोहकडे यांनी मार्गदर्शन केले.

जाहीर नोटीस

या नोटिशीद्वारे जाहीर करण्यात येते की, श्री. सुभाष दत्तात्रय गोंधळे, वय ६७ वर्षे, धंदा-व्यवसाय, राहणार-भिंगार, अहिल्यानगर यांनी घर नं. ८८६, सर्व्हे नं. २११/८५०, भिंगार.

अहमदनगर छावनी परिषद हे रजिस्टर हक्कसोडपत्र क्र. ५३९६/२०२५ दिनांक २०/०६/२०२५ च्या आधारावर आपले नावावर वर्ग/दाखल होणेसाठी या कार्यालयाकडे रितसर 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 प्रसिध्द झाल्यापासून ३० (तीस) दिवसांचे आत सबळ कागदपत्रांचे पुराव्यासह मे. कार्यकारी अधिकारी छावनी परिषद, अहमदनगर यांचेकडे तसे लेखी कळवावे. सदर मुदतीनंतर आलेल्या हक्क/हरकतींवर विचार केला जाणार नाही, याची कृपया नोंद घ्यावी.

घ. नं. ८८६, भिंगार/२०२५-२६
क्षेत्रफळ : १७२.०० चौ.फुट
छावनी परिषद कार्यालय,अहमदनगर
२५/०७/२०२५

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

जाहीर नोटीस

या नोटिशीद्वारे जाहीर करण्यात येते की, श्री. सुभाष दत्तात्रय गोंधळे, वय ६७ वर्षे, धंदा-व्यवसाय, राहणार-भिंगार, अहिल्यानगर यांनी घर नं. ८८७, सर्व्हे नं. २११/८५२, भिंगार.

अहमदनगर छावनी परिषद हे रजिस्टर हक्कसोडपत्र क्र. ५३९६/२०२५ दिनांक २०/०६/२०२५ च्या आधारावर आपले नावावर वर्ग/दाखल होणेसाठी या कार्यालयाकडे रितसर 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 प्रसिध्द झाल्यापासून ३० (तीस) दिवसांचे आत सबळ कागदपत्रांचे पुराव्यासह मे. कार्यकारी अधिकारी छावनी परिषद, अहमदनगर यांचेकडे तसे लेखी कळवावे. सदर मुदतीनंतर आलेल्या हक्क/हरकतींवर विचार केला जाणार नाही, याची कृपया नोंद घ्यावी.

घ. नं. ८८७, भिंगार/२०२५-२६
क्षेत्रफळ : ४६५.०० चौ.फुट
छावनी परिषद कार्यालय,अहमदनगर
२५/०७/२०२५

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

जाहीर नोटीस

या नोटिशीद्वारे जाहीर करण्यात येते की, श्री. सुभाष दत्तात्रय गोंधळे, वय ६७ वर्षे, धंदा-व्यवसाय, राहणार-भिंगार, अहिल्यानगर यांनी घर नं. ८८८ अ‍ॅण्ड ८८८ ए, सर्व्हे नं. २११/८५१, भिंगार. अहमदनगर छावनी परिषद हे रजिस्टर हक्कसोडपत्र क्र. ५३९६/२०२५ दिनांक २०/०६/२०२५ च्या आधारावर आपले नावावर वर्ग/दाखल होणेसाठी या कार्यालयाकडे रितसर 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 प्रसिध्द झाल्यापासून ३० (तीस) दिवसांचे आत सबळ कागदपत्रांचे पुराव्यासह मे. कार्यकारी अधिकारी छावनी परिषद, अहमदनगर यांचेकडे तसे लेखी कळवावे. सदर मुदतीनंतर आलेल्या हक्क/हरकतींवर विचार केला जाणार नाही, याची कृपया नोंद घ्यावी.

घ. नं. ८८८,८८८ ए, भिंगार/२०२५-२६
क्षेत्रफळ : २०६.०० चौ.फुट
छावनी परिषद कार्यालय,अहमदनगर
२५/०७/२०२५

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

निरामय

कोलेस्टेरॉल: सायलेंट किलर!

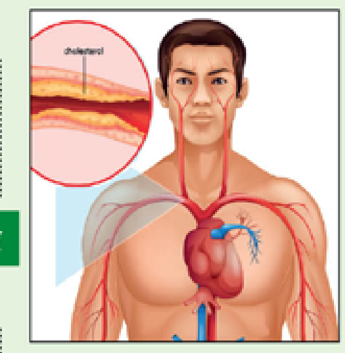
कोलेस्टेरॉल 'सायलेंट किलर' सारखे काम करते. त्याची लक्षणे वेळीच ओळखली गेली नाहीत तर याचा आरोग्यावर गंभीर परिणाम होत असतो. यामुळे हृदयरोग आणि हृदयविकाराचा झटका येऊ शकतो.

आजची बदलती जीवनशैली, फास्ट फूड आणि व्यायामाचा अभाव यामुळे लोकांमध्ये उच्च कोलेस्टेरॉलसारख्या समस्या अधिक प्रमाणात दिसून येतात. कोलेस्टेरॉलची रक्त तपासणी किंवा 'लिपिड प्रोफाइल' या टेस्टद्वारे रक्तातील चांगल्या आणि खराब कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण कळते. परंतु टेस्टशिवायदेखील कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण वाढल्याचे समजू शकते. कोलेस्टेरॉल वाढते तेव्हा डोळ्यांभोवती पिवळे ठिपके (झेंथेलास्मा) दिसू लागतात. त्वचेवर दिसणारे फॅटचे छोटे साठे वाढलेल्या कोलेस्ट्रॉलचे लक्षण आहे.

डोळ्यांच्या कॉर्निया (काळ्या बाहुली) भोवती तयार होणाऱ्या पांढऱ्या किंवा हलक्या राखाडी रंगाच्या वर्तुळाला 'आर्कस सेनिलिस' म्हणतात. ही लक्षणे तुमच्यामध्ये दिसून येत असतील तर शरीरात कोलेस्टेरॉल वाढले आहे, असे समजावे.

आरोग्य विकार

डॉ. दिलीप शिरसाट



चालताना छातीत दुखणे

हलके चालल्यानंतर किंवा थोड्या पायऱ्या चढूनही छातीत जडपणा किंवा वेदना जाणवत असतील तर हे हृदयापर्यंत पुरेसे रक्त पोहोचत नसल्याचे लक्षण असू शकते. ते ब्लॉकेज आणि उच्च कोलेस्ट्रॉलमुळे असू शकते.

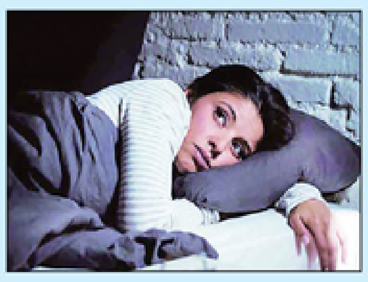
श्वास घेण्यास त्रास

काही छोटी कामे केल्यावर लगेच थकवा जाणवत असेल किंवा श्वास घेण्यास त्रास होत असेल तर हे शरीरातील ऑक्सिजन पुरवठ्यावर परिणाम झाल्याचे लक्षण असू शकते. ते कोलेस्टेरॉलशी संबंधित रक्तवाहिन्यांमधील ब्लॉकेजमुळे होऊ शकते. अशा परिस्थितीत ताबडतोब स्वतःची तपासणी करून घ्यावी.

बोटांचा आणि पायांचा रंग निळा होणे

कोलेस्टेरॉलमुळे रक्तवाहिन्या अरुंद होतात. त्यामुळे शरीराच्या अवयवांना रक्तपुरवठा योग्यरित्या होत नाही. बोटांना आणि पायांना वारंवार निळे ठिपके पडत असतील किंवा थंड वाटत असेल तर ते कोलेस्टेरॉल वाढल्याचे एक कारण असू शकते.

चिंता आणि निद्राविकार



दिवसभर धावपळ केल्यानंतर आपण विश्रांतीच्या शोधात बेडवर पोहोचतो, पण इथे आपण झोपेच्या अपेक्षेने या कुशीवरून त्या कुशीवर होत राहतो. तास न् तास बेडवर पडूनही आपल्याला झोप येत नाही. हे झोपेच्या विकाराचे लक्षण असू शकते. व्यस्त जीवनशैली, ताणतणाव, चिंता इत्यादी कारणे यामागे असू शकतात.

जाणून घ्या

डॉ. महेश दळे

तासन् तास बेडवर पडल्यानंतरही पापण्या लुकलुकत नाहीत. डोळे बंद झाले तरी काही वेळाने ते उघडतात. झोपेच्या विकाराच्या समस्यांपासून मुक्त होण्यासाठी जीवनशैलीत बदल करावे लागतात. या झोपेच्या विकारांमुळे रात्रीची झोप हिरावून घेतली जाते

निद्रानाश : रात्रीची झोप हिरावून घेणारा हा मुख्य झोपेचा विकार आहे. याचे दोन प्रकार आहेत. प्रथम, दीर्घकालीन निद्रानाशात एक महिना किंवा त्याहून अधिक काळ झोपेची समस्या असते. तुम्ही रात्री बेडवर कुशी बदलत राहता. दिवसा तुम्हाला थकवा जाणवतो. दीर्घकालीन निद्रानाशात अशी लक्षणे दिसून येतात. त्याच वेळी तीव्र निद्रानाशाची स्थिती काही दिवस किंवा आठवडे टिकू शकते.

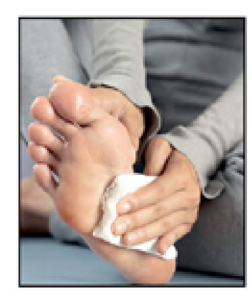
स्लीप ॲप्निया : स्लीप ॲप्निया मध्ये झोपेच्या दरम्यान वारंवार श्वास थांबतो. यामुळे डोळे अचानक उघडतात. यामुळे शांत झोप येत नाही. झोपेचा त्रास होत राहतो. ही समस्या प्रामुख्याने अति लट्ठ आणि श्वसनाची समस्या असलेल्या रुग्णांना त्रास देते. अशा परिस्थितीत दिवसा जास्त झोप येणे, थकवा, डोकेदुखी आणि एकाग्रतेचा अभाव यासारखी लक्षणे दिसू शकतात.

अस्वस्थ पाय सिंड्रोम

अस्वस्थ पाय सिंड्रोममध्ये, पायात जळजळ किंवा मुंग्या येणे जाणवते. यात पाय हलवून आराम मिळतो. झोपताना व्यक्तीला ही समस्या जास्त होते. त्यामुळे रात्रीची झोप बिघडते. या समस्येपासून कायमचा आराम मिळू शकत नाही, परंतु त्यावर नियंत्रण ठेवता येते. त्यामुळे झोपेची समस्या बऱ्याच प्रमाणात दूर होऊ शकते. उपचारानंतर रात्रीही योग्य झोप घेता येते.

पाय थंड पडतात?

पाय अनेकदा इतके थंड होतात की त्यांचा स्पर्श बर्फासारखा वाटतो. उन्हाळा असो वा हिवाळा, पाय नेहमीच थंड राहिले तर त्याकडे दुर्लक्ष करणे चूक ठरू शकते. बरेचदा लोक रक्ताभिसरण मंदावले असावे किंवा थंड वारा असावा, असा विचार करू लागतात. परंतु प्रत्यक्षात ते शरीरातील एखाद्या लपलेल्या आजाराचे लक्षणदेखील असू शकते.



आरोग्य वेध

डॉ.अमोल नाईकवाडे

तुमचे पाय बराच काळ थंड राहिले तर ते मज्जातंतूंच्या समस्या, रक्ताभिसरणात अडथळा किंवा थायरॉईडसारख्या हार्मोनल असंतुलनाचे लक्षण असू शकते. ही स्थिती सहसा हृदयाशी संबंधित आजार, उच्च कोलेस्ट्रॉल किंवा रक्तवेहिन्यांमध्ये अडथळा यामुळे निर्माण होते. यात पायांमध्ये मुंग्या येणे, पाय सुन्न होणे, चालताना थकवा येणे किंवा वेदना होणे ही लक्षणे जाणवतात. परिधीय न्यूरोपॅथी ही स्थिती प्रामुख्याने मधुमेहाशी संबंधित आहे. यात पायांच्या नसा खराब होतात आणि पाय थंड पडतात, जळजळ होते किंवा सुन्न होतात. हायपोथायरॉईडीझममध्ये थायरॉईड ग्रंथी पुरेसे हार्मोन्स तयार करत नसल्यास शरीराच्या तापमान नियंत्रणावर परिणाम होतो. यामुळे हात आणि पाय थंड राहतात. यात वारंवार थंडी जाणवणे, थकवा, वजन वाढणे, केस गळणे, कोरडी त्वचा ही लक्षणे दिसून येतात. रेनॉड्स सिंड्रोम ही एक ऑटोइम्यून डिसऑर्डर आहे. यात थंडी किंवा ताणतणावात बोटांच्या आणि पायांच्या रक्तवाहिन्या आकुंचन पावतात. यामुळे पाय बर्फासारखे थंड होतात. पायांचा निळा किंवा पिवळा रंग, मुंग्या येणे किंवा बधीर होणे, थंडी जाणवण्यावर गंभीर परिणाम, पाय थंड होणे ही केवळ हवामानाशी संबंधित लक्षणे नाहीत तर ती तुमच्या शरीरात सुरू असलेल्या काही गंभीर विकाराचे लक्षण असू शकते.

हात नीट धुवा!

हात धुणं ही खरं तर सर्वसामान्य बाब. याकडे फारसं लक्ष दिलं जात नाही. हातांना थोडा साबण लावला आणि पाण्याने धुतलं की झालं, असं अनेकांना वाटतं. पण प्रत्यक्षात आपल्या हातांवर असंख्य जीवाणूंचा वास असतो. हे जीवाणू शरीरात गेल्यामुळे आपण आजारी पडू शकतो. आपण बरेचदा चुकीच्या पद्धतींनी हात धुतो. त्याविषयी...

✽ हातांवरचे जीवाणू नष्ट करण्यासाठी कमीत कमी मिनिटभर हात धुवावे लागतात. पण जवळपास ९५ टक्के लोक हात धुण्यात फार वेळ घालवत नाहीत, असं मिशिगन विद्यापीठाने केलेल्या एका संशोधनातून समोर आलं आहे. जीवाणू नष्ट करण्यासाठी किमान २० सेकंद हात धुणं गरजेचं असतं, असं तज्ज्ञ सांगतात. पण हात धुण्याचा सरासरी वेळ फक्त सहा सेकंद असल्याची बाब समोर आली आहे.

कुठे चुकतो आपण?

✽ फक्त हातांच्या तळव्यांवर साबण लावणं पुरेसं नाही. नखं आणि बोटांवरच्या रेषांमध्ये तसंच दोन बोटांच्या पोकळ्यांमध्येही जीवाणू दडलेले असतात. त्यामुळे हात धुताना बोटांच्या मधला भागही स्वच्छ करा.

✽ हात धुतल्यानंतर पुसायला हवेत. ओल्या हातांवर बॅक्टेरिया वाढू शकतात. जंतूंना वाढीसाठी ओलसर, आर्द्र वातावरण लागतं. त्यामुळे नीट हात धुतल्यानंतर पुसले नाहीत तर काहीच फायदा होणार नाही.

✽ सार्वजनिक ठिकाणी जंतूंचा वास असतो. त्यामुळे लिफ्टचे दरवाजे, दाराचं हँडल, बाक, टेबल अशा कोणत्याही वस्तूला हात लावल्यानंतर हात धुवायला हवेत. काहीजण फक्त स्वच्छतागृहांचा वापर केल्यावर हात धुतात. पण हे चुकीचं आहे.

डायबेटिक फूटविषयी...

काळजी घ्या

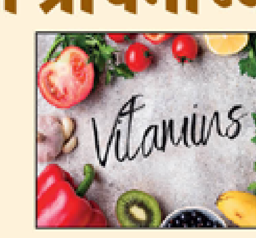
मधुमेहामुळे शरीरात बरीच गुंतागुंत निर्माण होऊ शकते. म्हणूनच रक्तातल्या साखरेचं प्रमाण नियंत्रणात ठेवणं गरजेचं असतं. मधुमेहामुळे पायांशी संबंधित समस्या निर्माण होतात. रक्तातल्या साखरेच्या प्रमाणावर नियंत्रण ठेवलं नाही तर डायबेटिक फूट ही व्याधी जडू शकते. पायांमधल्या संवेदना हरवणं, पायाच्या त्वचेचा रंग बदलणं, पायांमध्ये वेदना जाणवणं, त्वचा लाल होणं ही या विकाराची लक्षणं आहेत. म्हणूनच भविष्यातली गुंतागुंत टाळण्यासाठी मधुमेहींनी पायाशी संबंधित या लक्षणांकडे विशेष लक्ष द्यायला हवं. डायबेटिक फूटची काळजी कशी घ्यावी याविषयी...

डायबेटिक फूटचे दोन प्रकार आहेत. 'डायबेटिक न्यूरोपॅथी' आणि 'पेरिफेरल व्हॅस्क्युलर डिसिज' रक्तातल्या अनियंत्रित साखरेमुळे नसांना नुकसान पोहोचवतं. यामुळे पाय लुळे पडल्यासारखे वाटतात. परिणामी, मधुमेहींना पायात संवेदना जाणवत नाहीत. संवेदनांअभावी दुखापतींचा धोका वाढतो. दुखापतीची जाणीव झाली नाही तर गुंतागुंत वाढून गँगरीन होऊ शकतं. मधुमेहामुळे रक्तवाहिन्यांमध्येही बदल घडतात. रक्तवाहिन्यांमध्ये चरबीयुक्त पदार्थ साठल्यामुळे हातापायांना कमी प्रमाणात रक्तपुरवठा होतो. यामुळे जंतूसंसर्ग, वेदना आणि जखमा होऊ शकतात. कमी रक्तपुरवठ्यामुळे जखमा बऱ्या व्हायला वेळ लागतो.

भारतातल्या १५ टक्के मधुमेहींना पेरिफेरल व्हॅस्क्युलर डिसिज असतो, असं तज्ज्ञ सांगतात. यात कोलेस्टेरॉल आणि रक्तातल्या साखरेच्या अतिरिक्त पातळीमुळे पायांना कमी रक्तपुरवठा होतो. परिणामी, गँगरिन होऊ शकतं. म्हणूनच मधुमेहींनी आपल्या आरोग्याची विशेष काळजी घ्यायला हवी. डायबेटिक फूटचा धोका टाळण्यासाठी काही प्रतिबंधात्मक उपाय करता येतील. मधुमेहींनी अनवाणी चालू नये. पायांची नियमित तपासणी करावी. कोणतीही जखम, फोड आढळल्यास तातडीने डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा. मधुमेहींसाठी योग्य अशा पादत्राणांचा वापर करावा. जखम झालेल्या पायावर फार दबाव टाकू नये. अधिक काळपर्यंत मांडी घालून बसू नये. प्रवासात पादत्राणं काढू नयेत.

दुष्परिणाम प्रथिनांच्या अतिरेकाचे

प्रथिनांमुळे चयापचय क्रियेचा वेग वाढतो आणि वजन कमी व्हायला मदत होते. मात्र कोणत्याही गोष्टीचा अतिरेक हा वाईटच असतो. त्यामुळे प्रथिनांच्या अतिसेवनाचेही काही दुष्परिणाम आहेत. याविषयी जाणून घेऊ.



काय खावं?

✽ प्रथिनांचा अतिरेक तुमचं वजन वाढवू शकतो. त्यामुळे वजन कमी करायचं असेल तर प्रथिनांचं नेमकं प्रमाण ठरवायला हवं. अन्यथा, वजनवाढीच्या समस्येला सामोरं जावं लागेल.

✽ प्रथिनांच्या अतिरेकामुळे पचनसंस्थेशी संबंधित समस्या निर्माण होऊ शकतात. बद्धकोष्ठता, पोटफुगी अशा समस्या निर्माण होऊ शकतात. प्रथिनांच्या समावेशामुळे आहाराला जडत्व येतं. यामुळे अन्नाचं पचन होण्यात अडचणी निर्माण होतात.

✽ गरजेपेक्षा अधिक प्रथिनं खाल्ल्यामुळे डिहायड्रेशनची समस्या निर्माण होऊ शकते. खूप तहान लागणं हे डिहायड्रेशनचं लक्षण आहे.

✽ प्रथिनांचा अतिरेक मूत्रपिंडांचं आरोग्य बिघडवू शकतो. शरीरातला अतिरिक्त नायट्रोजन तसंच इतर टाकाऊ पदार्थ वेगळे करण्यासाठी मूत्रपिंडांवर अधिक ताण येतो. परिणामी, मूत्रपिंडांच्या कार्यात अडथळे येतात. त्यामुळे प्रथिनांचं प्रमाण मर्यादित ठेवायला हवं.

जीवघेणी बैठी जीवनशैली

विसाव्या शतकात धूम्रपान हा सार्वजनिक आरोग्याचा सर्वात मोठा शत्रू ठरला होता. आजच्या काळात मात्र बैठी जीवनशैली हे दीर्घकालीन आजाराचे आणि अकाली मृत्यूचे एक प्रमुख कारण झाले आहे.

अलीकडेच या संदर्भात दहा लाखांहून अधिक लोकांचा अभ्यास करण्यात आला होता. दिवसभरात आठ तासांपेक्षा अधिक वेळ बसून राहणे आणि त्याची भरपाई करणारी कोणतीही शारीरिक हालचाल न करणे यामुळे निर्माण होणारा धोका हा लठ्ठपणा आणि धूम्रपानाइतकाच जीवघेणा असतो, असे या अभ्यासातून स्पष्ट झाले आहे. खरे तर सतत एका जागी बसून राहणाऱ्यांना नियमित हालचाल करणाऱ्यांच्या तुलनेत हृदयविकार आणि कर्करोग होण्याचा धोका लक्षणीयरीत्या जास्त असतो.

जागतिक आरोग्य संघटनेनुसार सध्या जगभरातील सुमारे १.८ अब्ज प्रौढांमध्ये शारीरिक हालचालींचा अभाव आहे. त्यामुळे त्यांना हृदयविकार, स्ट्रोक, टाइप २ मधुमेह आणि काही प्रकारच्या कर्करोगांचा धोका अधिक आहे. उच्च उत्पन्न असलेल्या देशांमध्ये ही समस्या अधिक गंभीर झाली आहे. ऑफिसमध्ये बसून करावी लागणारी नोकरी आणि डिजिटल करमणुकीच्या सवयींमुळे ही प्रवृत्ती वाढत चालली आहे. अमेरिकेत दर चारपैकी एक व्यक्ती दररोज आठ तासांपेक्षा जास्त वेळ बसून घालवते. आरोग्यशास्त्राचा विचार करता हे प्रमाण सामान्य प्रमाणाच्या खूप जास्त आहे.

आरोग्य चर्चा

डॉ. अजिंक्य बोऱ्हाडे

तुम्ही सतत बसून राहता तेव्हा शरीरातील मोठे स्नायू जणू काही काम करायचे थांबवतात. यामुळे अवघ्या अर्ध्या तासात शरीराची चयापचय क्रिया सुमारे ९० टक्क्यापर्यंत मंदावते. स्नायूंच्या हालचाली कमी झाल्यामुळे शरीरात साखरेचे नियंत्रण बिघडते. रक्तातील साखर वाढते आणि कोलेस्ट्रॉलसारख्या घटकांचा समतोल बिघडतो. ही सगळी लक्षणे म्हणजे 'मेटॅबॉलिक सिंड्रोम'ची सुरुवात असते. यात रक्तवाहिन्यांमध्ये प्लाक साचण्याची प्रक्रिया अधिक वेगाने घडून येते.

दीर्घकाळ हालचाल न केल्यामुळे रक्ताभिसरण मंदावते. त्यामुळे फॅटी ॲसिड्स आणि लिपिड्स हे घटक रक्तवाहिन्यांच्या आंतरपटलांवर साचू लागतात. कालांतराने यामुळे ॲथेरोस्क्लेरोसिस म्हणजेच रक्तवाहिन्यांमध्ये चरबीचे थर तयार होऊ लागतात. परिणामी कोरोनरी आर्टरीज अरुंद होतात आणि हृदयविकाराचा धोका वाढतो. सतत एका जागी बसून राहण्याच्या सवयीमुळे हृदयविकाराचा धोका सुमारे ३४ टक्क्यांनी वाढतो, असेही विविध लोकसमूहांवर केलेल्या एका मोठ्या अभ्यासात दिसून आले आहे.

दररोज ६० ते ७५ मिनिटे एरोबिक व्यायाम केला तर सतत बैठ्या जीवनशैलीचे घातक परिणाम बऱ्याच अंशी टाळता येतात. पण बहुतेक प्रौढ या पातळीपर्यंत पोहोचतच नाहीत. २०२४ मध्ये तैवानमध्ये ४.८ लाख व्यक्तींवर केलेल्या एका दीर्घकालीन अभ्यासात दिसून आले, की दिवसभर बसून काम करणाऱ्या व्यक्तींमध्ये हृदयविकारामुळे मृत्यू होण्याचा धोका दिवसभर शारीरिक हालचाल करणाऱ्यांच्या तुलनेने ३४ टक्क्यांनी अधिक होता. थोडा वेळ केलेला व्यायाम उपयोगी ठरतो, पण उरलेला संपूर्ण दिवस बसूनच गेला तर ते नुकसान पूर्ण भरून निघत नाही. बसून राहण्याची सवय मोडून काढा. सतत बसून राहणे थांबवण्यासाठी गजर लावा. अवघी दोन मिनिटे चालणे किंवा स्ट्रेचिंग केल्यामुळेही रक्ताभिसरण सुधारते आणि साखरेचे नियंत्रण चांगले राहते.

वॉकिंग मिटिंग्स: मीटिंगसाठी कॉन्फरन्स रूमऐवजी ऑफिस किंवा कॅम्पसभोवती फेरफटका मारा.

ॲक्टिव्ह प्रवास: गाडी थोडी दूर पार्क करा, सार्वजनिक परिवहनाचा वापर करत असाल तर एक स्टॉप आधी उतरा किंवा शक्य असेल तेव्हा सायकलने जा.

सीट स्टँड वर्क स्टेशन्स: बसून काम करण्यासोबतच उभे राहून काम करण्याचाही पर्याय ठेवा. मात्र लक्षात ठेवा, हालचाल न करता फक्त उभे राहणे पुरेसे नाही. कामाच्या ठिकाणी संस्कृतीत बदल आवश्यक आहे. एकत्रितपणे 'हालचालीसाठी ब्रेक' घेण्याची सवय लावून घ्या. पायऱ्या मोजण्याच्या स्पर्धांसाठी प्रोत्साहन द्या. कार्यालयांची रचना अशी ठेवा की चालण्याला चालना मिळेल.

ताण वाढतोय?

ताणतणाव ही सध्याची सामान्य समस्या बनून गेली आहे. सध्याच्या काळात जवळपास प्रत्येक व्यक्ती तणावग्रस्त आहे. तणावावर मात करण्यासाठी काही उपाय करणं गरजेचं आहे. आयुर्वेदिक वनौषधी ताण कमी करायला मदत करू शकतात.

आयुर्वेद आणि विकार

✽ जवळपास दोन हजार वर्षांपासून अश्वगंधा या वनौषधीचा वापर होतो आहे. अश्वगंधामुळे शरीरातल्या कार्टिसॉल या हार्मोनचं प्रमाण कमी व्हायला मदत होते. कार्टिसॉल हा प्रमुख स्ट्रेस हार्मोन आहे. अश्वगंधाच्या नियमित सेवनामुळे नैराश्य, अस्वस्थता, भीती, ताण अशा समस्या दूर होऊ शकतात.

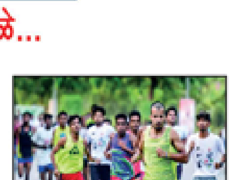
✽ ब्राह्मीमुळे मेंदू तल्लख होतो. स्मरणशक्ती सुधारते. म्हणूनच ब्राह्मीच्या सेवनामुळे मानसिक विकारांना आळा बसू शकतो. ब्राह्मीमुळे ताणाचे परिणाम कमी होऊ शकतात.

✽ घरोघरी आढळणारी तुळसही खूप प्रभावी आहे. तुळशीमुळे मानसिक समाधान लाभतं तसंच अस्वस्थता, चिंता, ताण कमी व्हायला मदत होते.

✽ भृंगराजयुक्त चहा प्यायलामुळे मानसिक समाधान लाभतं तसंच शरीरही तणावमुक्त होतं. भृंगराजमधल्या काही घटकांमुळे मेंदूला होणाऱ्या रक्तपुरवठ्यात सुधारणा होते आणि ताण, नैराश्य अशा समस्या कमी व्हायला मदत होते.

नवसंशोधन

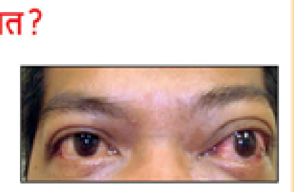
मॅरेथॉनमध्ये धावल्यामुळे...



मॅरेथॉनमध्ये धावण्याचं प्रमाण दिवसेंदिवस वाढत चाललं आहे. विविध सामाजिक कारणांसाठीही मॅरेथॉनचं आयोजन केलं जातं. अनेक शहरांमध्ये मॅरेथॉन होतात. मॅरेथॉनमध्ये धावणं आरोग्यासाठी, त्यातही हृदयाच्या आरोग्यासाठी चांगलं असल्याचं तज्ज्ञांचं म्हणणं आहे. मॅरेथॉनमध्ये धावल्यामुळे हृदयाचं वय सुमारे चार वर्षांनी कमी होतं, असं एका संशोधनातून समोर आलं आहे. 'अमेरिकन कॉलेज ऑफ कार्डिओलॉजी' या जर्नलमध्ये याबाबतचं संशोधन प्रसिद्ध झालं आहे. पहिल्या मॅरेथॉनमध्ये धावल्यामुळे हृदयाला बरेच लाभ मिळतात, असं हे संशोधन सांगतं. त्यामुळे मॅरेथॉनमध्ये धावायला काहीच हरकत नाही.

डोळ्यांचं आरोग्य

डोळे फुगीर वाटतात?



डोळ्यांचा आतला भाग बरेचदा फुगीर वाटतो. पण हे एखाद्या नेत्रविकाराचं लक्षण असू शकतं. या प्रकाराला ॲक्सॉफर्थेल्मॉस असं म्हणतात. ॲक्सॉफर्थेल्मॉस हा विकार इतर काही शारीरिक व्याधींमुळे उद्भवतो. ग्रेव्हज आय डिसिजमुळे डोळे फुगण्याची समस्या निर्माण होऊ शकते. थायरॉइड हार्मोन्सची निर्मिती अधिक प्रमाणात झाल्यास हा विकार होतो. यात डोळे अधिकच फुगीर वाटतात. ॲक्सॉफर्थेल्मॉसची काही लक्षणं आहेत. डोळ्यांचा कोरडेपणा, डोळ्यांवर ताण येणं किंवा टोचल्यासारखं वाटणं, पापण्यालगत सूज येणं, डोळ्यातून पाणी येणं, डोळे लाल होणं अशी लक्षणं दिसत दिसली तर तज्ज्ञांचा सल्ला घ्यायला हवा.

जपणूक त्वचेची

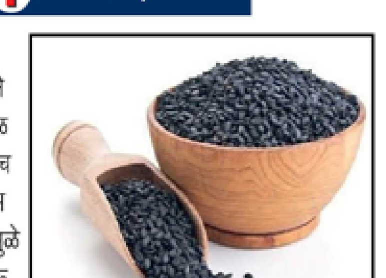
वाढवा त्वचेचा तजेला

शरीरातली विषद्रव्यं काढल्यास त्वचा छान तजेलदार दिसते. त्वचेचा तजेला वाढवण्यासाठी शरीरातली घातक विषद्रव्यं काढून टाकणारी पेयं तयार करता येतील. 'क' जीवनसत्त्वयुक्त पेयं त्वचेसाठी खूप लाभदायी ठरतात. लिंबू, संत्री, मोसंबी, आवळा ही फळं 'क' जीवनसत्त्वाने समृद्ध असतात.

'क' जीवनसत्त्वयुक्त पेयं बनवण्यासाठी थंड पाण्याच्या ग्लासमध्ये लिंबाचा रस घाला. यात संत्र्याचे तुकडे किंवा रस घाला. काकडीचे काप, पुदिन्याची पानंही घाला. हे मिश्रण काही काळ बाजूला ठेवा. सगळे घटक नीट मिसळणं गरजेचं आहे. हे पेय नियमित प्या. यामुळे त्वचा तजेलदार दिसेल.

आजीबाईचा बटवा

बहुगुणी तीळ



तीळ सहसा थंडीत खाल्ले जातात. छोट्या आकाराचे तीळ खूप गुणकारी असतात. म्हणूनच थंडीतच नाही तर प्रत्येक हंगामात तीळ खायला हवेत. तिळामुळे बद्धकोष्ठतेची समस्या दूर होऊ शकते. बरेचदा कोरडा खोकला लवकर जात नाही. अशा वेळी तीळ आणि खडीसाखर एकत्र खाल्ल्यामुळे लाभ होऊ शकतात. तिळाच्या तेलात एक लसूणपाकळी घालून गरम करा. हे तेल घातल्यामुळे कानदुखी बरी होऊ शकते. तीळ हृदयाच्या आरोग्यासाठीही चांगले असतात. तिळामुळे वाईट कोलेस्टेरॉलचं प्रमाण कमी होतं. तिळामुळे केस गळणं तसंच पांढरे होणं कमी होऊ शकतं.

एकल व बचत गटातील महिलांना जन शिक्षण संस्था देणार व्यावसायिक प्रशिक्षण

नगर – कौशल्य विकास व उद्योजक मंत्रालय संचलित जन शिक्षण संस्थेत व्यवस्थापकी कमिटी सदस्यांची बैठक पार पडली. या बैठकीत महिला, युवती, एकल महिला आणि बचत गटातील महिलांना आत्मनिर्भर करण्याच्या उद्देशाने विविध व्यावसायिक प्रशिक्षण देण्याबाबत नियोजन करण्यात आले. तर युवा कौशल्य सप्ताहानिमित्त महिलांसाठी घेण्यात आलेल्या विविध स्पर्धेचे बक्षिस वितरण पार पडले.

संस्थेचे चेअरपर्सन उषाताई गुंजाळ यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या बैठकीप्रसंगी जिल्हा परिषदेचे उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी (ग्रामपंचायत) दादाभाऊ गुंजाळ, कौशल्य विकास रोजगार व उद्योजकता मार्गदर्शनाचे सहाय्यक आयुक्त रवीकुमार पंतम, संचालक बाळासाहेब पवार, विजय इंगळे, काशिनाथ गुंजाळ, पूजा देशमुख, अनघा बंदिष्टी, खलील हवालदार, ज्योती पगारे, प्राचार्या डॉ. अनुश्री खैरे, शुभदा पाठक आदी उपस्थित होते.

या बैठकीत महिला, युवक-युवतींसाठी कौशल्य विकास व उद्योजक मंत्रालयाच्या माध्यमातून सुरु असलेल्या विविध व्यावसायिक प्रशिक्षणाचा आढावा घेण्यात आला. तर भविष्यात अधिक उत्तमप्रकारे शासनाच्या धोरणानूसार व्यावसायिक प्रशिक्षण देण्याबाबत चर्चा करण्यात आली. तसेच उषाताई गुंजाळ, प्राचार्या डॉ. अनुश्री खैरे व काशीनाथ गुंजाळ यांनी शहरातील विविध प्रशिक्षण केंद्रांना भेटी देऊन महिला व युवतींशी संवाद साधला.

युवा कौशल्य सप्ताहानिमित्त महिलांसाठी घेण्यात आलेल्या विविध स्पर्धेचे बक्षिस वितरण

युवा कौशल्य सप्ताहानिमित्त महिलांसाठी घेण्यात आलेल्या विविध स्पर्धेचे बक्षिस वितरण करण्यात आले.

उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी दादाभाऊ गुंजाळ म्हणाले की, महिलांनी व्यावसायिक कौशल्य आत्मसात केल्यास स्वतःच्या पायावर उभे राहता येणार आहे. स्पर्धेत टिकण्यासाठी नवीन तंत्रज्ञान व कौशल्य आत्मसात करुन स्वत:ला अपडेट करावे लागणार आहे. महिला व युवतींनी ध्येय निश्चित करुन त्या दिशेने वाटचाल करण्याचे त्यांनी आवाहन केले.

बाळासाहेब पवार म्हणाले की, समाजातील महिला व युवतींना आत्मनिर्भर करण्याचे कार्य जन शिक्षण संस्था करत आहे. यासाठी महिलांना व्यावसायिक प्रशिक्षण देऊन त्यांना पायावर उभे करण्याचे काम सुरु आहे. युवक-युवतींमध्ये कौशल्यक्षम शिक्षण निर्माण करून सक्षम भारत घडणार आहे. संस्थेच्या माध्यमातून जिल्ह्यात ४० हजार पेक्षा अधिक महिला, युवती व युवकांना व्यावसायिक प्रशिक्षण देऊन त्यांना स्वतःच्या पायावर उभे करण्याचे काम करण्यात आले असल्याचे त्यांनी सांगितले.

उषाताई गुंजाळ यांनी उंबरठा ओलांडून स्वत:चे अस्तित्व निर्माण करण्याच्या उद्देशाने आलेल्या महिलांच्या प्रगतीची ही पहिली पायरी आहे. महिलांनी स्वत:मधील क्षमता व कला ओळखून त्याला व्यावसायिक रुप दिल्यास चांगल्या पध्दतीने त्यांची प्रगती साधली जाणार असल्याचे, ते म्हणाल्या.

युवा कौशल्य सप्ताहानिमित्त महिलांसाठी घेण्यात आलेल्या रांगोळी, मेहंदी, निबंध, वक्तृत्व, हेअर कट, मेकअप, फॅशन डिझायनिंग आदी विविध स्पर्धेला महिलांसह युवतींचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद लाभला. यामधील पहिले तीन क्रमांक पटकाविलेल्या विजेत्या महिलांना प्रमाणपत्राचे वितरण करण्यात आले. तसेच स्वच्छता पंधरवडाच्या पार्श्वभूमीवर सर्व प्रशिक्षणार्थी महिला व युवतींना सार्वजनिक स्वच्छतेची शपथ देण्यात आली.

यावेळी कार्यक्रम अधिकारी शफाकत सय्यद, कुंदा शिंदे, लेखापाल अनिल तांदळे, प्रशिक्षिका निलिमा बल्लाळ, ज्योती दिवटे, विजय बर्वे, उषा देठे आदींसह प्रशिक्षणार्थी महिला व युवती उपस्थित होत्या.

केडगाव येथील महापालिकेच्या प्रथम आयएसओ मानांकन प्राप्त ओंकारनगर प्राथमिक शाळेत समग्र शिक्षा अभियान अंतर्गत विद्यार्थ्यांना मोफत गणवेश वाटप करण्यात आले.

मिळालेल्या संधीचे सोने करा

जयद्रथ खाकाळ यांचे प्रतिपादन; मनपा ओंकारनगर शाळेत मोफत गणवेश वाटप

नगर – यशाचा मार्ग खडतर असतो. आपण कधीही संकटांना न घाबरता तोंड दिले पाहिजे. ओंकारनगर शाळेत तुम्हाला योग्य दिशा देणारे शिक्षक तुम्हाला मिळाले आहेत. तुमचे शिक्षक सातत्याने नाविन्यपूर्ण उपक्रम राबवतात. त्यामुळे तुम्ही मिळालेल्या संधीचे सोने करा. खूप अभ्यास करून यशस्वी व्हा, असे अहिल्यानगर एमआयडीसी आमीचे अध्यक्ष जयद्रथ खाकाळ म्हणाले.

केडगाव येथील महापालिकेच्या प्रथम आयएसओ मानांकन प्राप्त ओंकारनगर प्राथमिक शाळेत समग्र शिक्षा अभियान अंतर्गत विद्यार्थ्यांना मोफत गणवेश वाटप करण्यात आले. कार्यक्रमासाठी प्रमुख पाहुणे म्हणून जयद्रथ खाकाळ, भैरवनाथ सायकल सेंटरचे संचालक सोमनाथ बनकर, इनरव्हील क्लब ऑफ नगरच्या अध्यक्षा मधुबाला चोरडिया, माजी अध्यक्षा नंदाताई यादव, वैजयंती जोशी उपस्थित होत्या.

यावेळी मधुबाला चोरडिया आपल्या मनोगतात म्हणाल्या की, ओंकारनगर शाळेत विविध उपक्रम राबवण्यासाठी आपण पुढाकार घेऊ. तसेच शाळेत आवश्यक असलेल्या भौतिक सुविधा निर्माण करण्यासाठी इनरव्हील क्लबच्या वतीने मदत करण्यात येईल. शाळेला आवश्यक असलेल्या सुविधा क्लबच्या माध्यमातून पूर्ण करु.

यावेळी सोमनाथ बनकर यांनी विद्यार्थ्यांना व्यायामाचे व सायकल चालवण्याचे महत्त्व समजावून सांगितले.तसेच शाळेत विविध सायकलिंग स्पर्धा घेण्यासाठी पुढाकार घेणार असल्याचे सांगितले.

जयद्रथ खाकाळ यांनी त्यांच्या वतीने पाच विद्यार्थ्यांना मोफत गणवेश दिले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन मुख्याध्यापक भाऊसाहेब कबाडी यांनी केले. सहशिक्षक शिवराज वाघमारे यांनी आभार मानले. कार्यक्रमासाठी शालेय व्यवस्थापन समिती अध्यक्षा प्रियंका लोळगे, उपाध्यक्षा दिपाली साळवे, सदस्या पल्लवी भुजबळ उपस्थित होत्या.

अहमदनगर जिल्हा बँकेचे जनरल मॅनेजर सुरेश पाटील यांना 'कै. नामदार भाईसाहेब सावंत स्मृती उत्कृष्ट पुरस्कार' प्रदान

नगर – दि महाराष्ट्र राज्य सहकारी बँक असोसिएशन मुंबई यांच्या वतीने दिला जाणारा राज्यस्तरीय नामदार कै. भाईसाहेब सावंत स्मृती उत्कृष्ट जिल्हा मध्यवर्ती सहकार बँक अधिकारी पुरस्कार अहमदनगर जिल्हा सहकारी बँकेचे जनरल मॅनेजर सुरेश रामराव पाटील यांना सहकार राज्यमंत्री डॉ. पंकज भोईर यांच्या हस्ते २३ जुलै रोजी मुंबई येथील यशवंतराव चव्हाण सेंटर येथे सभारंभ पुर्वक प्रदान करण्यात आला.

दि महाराष्ट्र राज्य सहकारी बँक असोसिएशन मुंबई यांच्या वतीने दिला जाणारा राज्यस्तरीय नामदार कै. भाईसाहेब सावंत स्मृती उत्कृष्ट जिल्हा मध्यवर्ती सहकार बँक अधिकारी पुरस्कार अहमदनगर जिल्हा सहकारी बँकेचे जनरल मॅनेजर सुरेश रामराव पाटील यांना सहकार राज्यमंत्री डॉ. पंकज भोईर यांच्या हस्ते मुंबई येथे प्रदान करण्यात आला.

महाराष्ट्र राज्य सहकारी बँक असोसिएशनतर्फे महाराष्ट्रातील जिल्हा बँकांमध्ये उत्कृष्ट कामाबरोबरच इतर क्षेत्रात उल्लेखनीय काम करणाऱ्या जिल्हा बँक अधिकारी व कर्मचारी यांना हा राज्य पातळीवरील पुरस्कार दिला जातो. त्यानुसार सन २०२३-२४ चा हा व्यवस्थापक श्रेणीमधील पुरस्कार सुरेश रामराव पाटील यांना देण्यात आला आहे.

श्री. पाटील हे १९९१ मध्ये अहमदनगर जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँकेत क्लार्क म्हणुन रुजु झाले त्यानंतर त्यांनी नोकरी करत मास्टर इन मास रिलेशन (एम.एम.आर) जी. डी. सी. ॲण्ड ए, एच. डी. सी. एम. या पदव्या संपादन केल्या आहेत. तसेच त्यांचे योग प्रविण व योग अध्यापक हे योगाचे अभ्यासक्रम पूर्ण केले आहे.

त्यांनी सहकार, शेती, ग्रामीण विकास, उद्योग या विषयावर विविध वृत्तपत्र व मासिकामधुन लेखन केलेले आहे. तसेच ते गेली १६ वर्षापासुन योगाचा प्रचार, प्रसार व योग शिक्षणाचे काम करीत आहेत.

तर बँकेतही त्यांनी क्लार्क, अकौंटंट, विभाग प्रमुख व मॅनेजर या पदांवर प्रभावीपणे काम केले आहे. सध्या ते बँकेत जनरल मॅनेजर म्हणुन कार्यरत आहेत. या सर्व कार्याची दखल घेऊन त्यांना हा राज्यपातळीवरील व्यवस्थापक श्रेणीमधील भाईसाहेब सांवत स्मृती उत्कृष्ट जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँक अधिकारी हा राज्यस्तरीय पुरस्कार देण्यात आला.

यावेळी कोकण विभागाचे महसुल आयुक्त डॉ. विजय सुर्यवंशी तसेच बँकेचे असोसिएशनचे अध्यक्ष सी.ए भाऊ भगवंत कड, उपाध्यक्ष प्रचित अरविंद पोरीडीवाल, अहमदनगर जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँकेचे व्हा.चेअरमन ॲड. माधवराव कानवडे, संचालक अंबादास पिसाळ, संचालिका गिंताजली शेळके, कर्जत मार्केट कमिटीचे सभापती काकासाहेब तापकीर, बँकेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी रावसाहेब वर्पे, मॅनेजर शैलेश बोधले, दिलीप पठारे, जनसंपर्क अधिकारी भारत पाटील व बाबासाहेब शिंदे उपस्थित होते.

अहमदनगर जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँकेचे जनरल मॅनेजर सुरेश रामराव पाटील यांना दि महाराष्ट्र राज्य सहकारी बँक असोसिएशनचा कै. भाईसाहेब सावंत स्मृती जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँक उत्कृष्ट अधिकारी राज्यस्तरीय पुरस्कार राज्याचे सहकार राज्यमंत्री डॉ. पंकज भोईर यांच्या हस्ते प्रदान करण्यात आला. या प्रसंगी महसुल आयुक्त डॉ. विजय सूर्यवंशी, असोसिएशनचे अध्यक्ष सीए भाऊ कड, सौ. अंजली पाटील, कु. सुप्रिया पाटील उपस्थित होते.

प्रतिजैविक प्रतिकार रोखा : डॉ. वसंत खळदकर

प्रतिजैविकांचा विचारपूर्वक वापर आवश्यक, भारतीय बालरोग तज्ज्ञ संघटनेची देशव्यापी जनजागृती अभियान

नगर – भारतीय बालरोगतज्ज्ञ संघटनेच्या वतीने प्रतिजैविकांचा विचारपूर्वक वापर करा, प्रतिजैविक प्रतिकार टाळा, या शीर्षकाखाली देशव्यापी जनजागृती अभियान सुरू केलं आहे. भारतात वाढत चाललेल्या प्रतिजैविक प्रतिकारशक्ती या गंभीर संकटावर लक्ष केंद्रित करुन हे अभियान राबवण्यात येत आहे. या मोहिमेचा उद्देश म्हणजे नागरिक, आरोग्य सेवा पुरवठादार आणि धोरणकर्त्यांना प्रतिजैविकांचा योग्य वापर आणि समुदाय-आधारित जाणीव व जबाबदारी याबाबत जागरूकता निर्माण करण्याचे असल्याची माहिती संघटनेचे राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. वसंत खळदकर यांनी दिली.

आज प्रतिजैविक प्रतिकार हा जागतिक आरोग्यासाठी एक गंभीर धोका म्हणून ओळखला जातो. फक्त भारतातच २०१९ मध्ये जवळपास ३ लाख मृत्यू प्रतिजैविक-प्रतिरोधक संसर्गांमुळे झाले होते. ग्रामीण भागात ही स्थिती अधिक गंभीर आहे, जिथे आरोग्य सेवांचा अभाव, अपूर्ण उपचार, आणि तपासणीतल्या कमतरतेमुळे प्रतिजैविकांचा चुकीचा वापर सर्रास होतो. प्रतिजैविके हे आधुनिक वैद्यकशास्त्राचं एक मोठं यश आहे, पण त्याचा गैरवापर त्यांची प्रभावीता कमी करत असल्याचे डॉ. खळदकर यांनी स्पष्ट केले.

आपल्या पुढच्या पिढ्यांसाठी ही औषधे प्रभावी ठेवण्यासाठी आता निर्णायक कृती करण्याची गरज आहे. जेव्हा जीवाणू प्रतिजैविक औषधांपासून स्वतःचा बचाव करू लागतात आणि औषधं परिणामकारक राहत नाहीत. यामुळे पुढील परिणाम होतात. आजार अधिक काळ टिकतो आणि रुग्णालयात अधिक दिवस भरती रहावे लागतात. उपचाराचा खर्च वाढतो, पूर्वी बरे होणारे संसर्ग जीवघेणे ठरतात, बहु-प्रतिरोधक सुपरबग्स उदयास येतात.

२०२२ मध्ये भारतात वापरल्या गेलेल्या प्रतिजैविकांपैकी ५९% प्रतिजैविके जागतिक आरोग्य संघटनेच्या वॉच श्रेणीत मोडतात, जी फक्त विशिष्ट प्रसंगी वापरणं आवश्यक आहे. स्वतः औषध घेणे, उपचार अपूर्ण सोडणे, आणि अपात्र किंवा अनौपचारिक व्यक्तीकडून उपचार घेणे हे प्रतिजैविक प्रतिकारशक्तीचे प्रमाण ग्रामीण भागांमध्ये वाढवतात.

भारतीय बालरोगतज्ज्ञ संघटनेचे बहुआयामी धोरण हे अभियान भारत सरकारच्या २०१७ च्या राष्ट्रीय कृती आराखडा नॅशनल क्शन प्लॅनला पाठिंबा देते. यामध्ये शिक्षण आणि जनजागृती: विशेषतः ग्रामीण भागात प्रतिजैविक वापराबाबत जनतेमध्ये जागरूकता वाढवणे, सेस गटातील प्रतिजैविकांचा वापर प्रोत्साहित करणे, डब्ल्यूएचओ व सेस गटावर नियंत्रण ठेवणे, क्षमता वाढवणे: आरोग्य सेवा पुरवठादारांसाठी सतत वैद्यकीय शिक्षण आणि प्रतिजैविक प्रतिकारशक्ती केंद्रित परिषदांद्वारे प्रशिक्षण, निगराणी व शहाणीवयुक्त वापर: अचूक निदानानुसारच प्रतिजैविके लिहून देणे आणि स्थानिक स्तरावर समित्या स्थापन करणे, स्वच्छता आणि संसर्ग प्रतिबंधन: हात धुण्याच्या सवयी, स्वच्छता आणि संसर्ग नियंत्रण यावर भर देण्यात आला आहे.

ही केवळ वैद्यकीय समस्या नाही, ही सामाजिक जबाबदारी आहे. याबाबत जशी वैद्यकीय व्यावसायिकांची भूमिका आहे, तशीच जनतेचीही सहभागिता महत्त्वाची आहे. जबाबदारीने औषधांचा वापर करा. प्रतिजैविकांचा वापर फक्त आवश्यक असतानाच, योग्य मात्रेत आणि योग्य कालावधीसाठीच करावा. याचा अतिवापर शरीरातील नैसर्गिक सूक्ष्मजीवसमूह बिघडवतो, ज्यामुळे संसर्गांपासून संरक्षण क्षमताही कमी होते. सुशिक्षित नागरिक, प्रशिक्षित आरोग्य कर्मचारी, आणि सक्षम धोरण अमलात आणल्यास प्रतिजैविक प्रतिकारशक्ती या गंभीर संकटाचा प्रसार रोखू शकतो आणि भविष्यातील पिढ्यांचे आरोग्य सुरक्षित ठेवू शकणार असल्याचे डॉ. खळदकर यांनी म्हंटले आहे.

संगीत बहार फाउंडेशनच्यावतीने गुरुपौर्णिमेनिमित्त शिष्यांनी गुरुवर्य जितेंद्र रोकडे यांचे आशिर्वाद घेतले.

गुरुपौर्णिमेनिमित्त बासरीवादक जितेंद्र रोकडे यांना गुरुवंदना

नगर – संगीत बहार फाउंडेशन आयोजित आणि संगीत बहार गुरुकुल विहार प्रस्तुत गुरुवंदना हा गुरुपौर्णिमेनिमित्त पर कार्यक्रम नुकतीच केडगाव येथील गुरुकुलात पारंपरिकरित्या शास्त्रशुद्ध पद्धतीने पार पडला. कार्यक्रमाचे यंदाचे हे ९ वे वर्ष होते. कार्यक्रमाची सुरुवात साक्षात सरस्वतीरुपी वाद्य पूजनाने झाली, यानंतर सर्व शिष्यांनी गुरुवर्य जितेंद्र रोकडे सरांचे पाद्यपूजन करुन चरणस्पर्शी दर्शन घेतले.

गुरुकुलातील प्रत्येक साधकाने प्रामाणिकपणे गुरुने शिकविलेल्या अभ्यासातून वेगवेगळे राग, भक्तिरसपूर्ण भजन तसेच अभंगाचे गायन-वादन सादर केले आणि गुरुजन रसिकप्रेक्षकांची कौतुकाची शाबासकी मिळविली, बालसाधिका स्वरा देवेंद्र लोखंडे आणि श्लोक जानवळकर यांचे सादरीकरण एक प्रेरणादाई ऊर्जा ठरले.

शेवटी कार्यक्रमाची सांगता स्नेहभोजनाने झाली. गुरुवंदना हा सोहळा गुरुकुलातील शिष्य बाबा भोर, आशिष गवळी, योगेश तिवारी, सुशील सारडा, श्लोक जानवळकर, पवन सारडा, करुणा रोकडे, चित्रा गटणे-जोशी, दिपक सोनवणे, समीर जानवळकर, राहुल चाबुकस्वार या सर्व साधकांच्या सहपरिवाराच्या सहकार्याने तसेच संगीत बहार चे जन्मदाते प्रताप रोकडे यांच्या आशीर्वादाने झाला.

योगेश मेघळे यांनी कार्यक्रमाचे छायाचित्रण केले. कार्यक्रमासाठी जगविख्यात बासरीवादक गुरुवर्य सुरमणी पं. राजेंद्र कुलकर्णी यांनी कार्यक्रमाकरिता विशेष आशीर्वाद दिले. गुरुकुलाचे संचालक जितेंद्र रोकडे म्हणाले संगीत क्षेत्रात जे सयंम ठेवून टिकतात तेच शिकतात.

एस.जी. कायगांवकर ज्वेलर्सतर्फे 'आकर्षक योजना' कार्यान्वित

नगर – एस.जी. कायगांवकर ज्वेलर्सच्या ८८ व्या वर्धापन दिनाचे औचित्य साधून २५ जुलै ते २२ ऑगस्ट या कालावधीमध्ये सोने, चांदीच्या दागिन्यांच्या मजुरीवर २५% सूट व हिरे व प्लॅटिनम च्या दागिन्यांच्या मजुरीवर ५०% सूट व दररोज भाग्यवान विजेत्यांना सोने, चांदी, हिरे व प्लॅटिनमच्या दागिन्यांच्या खरेदीवर चक्क दररोज एका भाग्यवंताला ८८% सूट मिळणार आहे.

योजना ३३ वर्षापासुन सुरु आहे, ही काही दिवसांची योजना नसुन पुर्ण एक महिन्याभरासाठी आपण खरेदी केलेल्या दागिन्यांवर भरघोस सुट देण्यात येण्याची माहिती सुभाष कायगावकर यांनी सांगितले. यावेळी त्यांनी सांगितले १९३७ साली सुरू केलेल्या सुवर्णदालनाने वेळोवेळी बदलत्या काळानुसार ग्राहकांना विश्वसनीय अशी सेवा देत गेलो त्यामुळे ग्राहकांचे आणि आमचे अतूट असे पिढ्यान् पिढ्यांचे नाते तयार झाले आहे. बदलत्या फॅशननुसार ग्राहकांना नेहमी अद्ययावत अशी उत्पादने सादर केली, ग्राहकांच्या सर्व गरजा पूर्ण करणे त्यांना सतत काहीतरी नवीन देणे, ग्राहकाभिमुख योजना राबवणे हाच ज्वेलर्सचा मुख्य उद्देश असल्याचे सांगितले, ग्राहकांना योग्य व्हरायटी, नाविण्यपूर्ण सुंदर डिझाईन्सचे दागिने, सर्टिफाईड हिऱ्यांचे अलंकार, हॉलमार्क प्रमाणित सुवर्ण अलंकार उपलब्ध करून देत असल्याने ग्राहकांच्या पिढ्यान् पिढ्यांचा अतूट विश्वास संपादन केला आहे.

गोल्ड ॲप मधून सुद्धा सोने खरेदी करून तुम्ही भरघोस ऑफर सोबतच गोल्ड, डायमंडचे दागिने आकर्षक व्हरायटीसोबत खरेदी करू शकता. यामध्ये मॉडर्न हिरेजडीत दागिने, चपलाहार, राणीहार, शाहीहार, विविध अप्रतिम डिझाईन्सच्या बांगड्या, यासारखी दागिने उपलब्ध असल्याने सुवर्णखरेदीसाठी एस. जी. कायगांवकरचा ई गोल्ड ॲप आजच डाउनलोड करा. यामध्ये तुम्ही १००० रुपयापासून पुढे सोने खरेदी करू शकता. खास रक्षाबंधनानिमित्त सोने, चांदी, हिऱ्यांच्या राखी प्रचंड व्हरायटीज्मध्ये पहावयास व खरेदीसाठी उपलब्ध झाल्या आहेत. तसेच कॉर्पोरेट गिफ्ट व्हाऊचरचे देखील स्वतंत्र विभाग सुरू केला आहे.

एस. जी. कायगावकरचे सराफ बाजार व सावेडी शोरूम ग्राहकांच्या सोयीसाठी ३६५ दिवस खुले आहे.

प्रा. डॉ. स्वाती मुनोत यांनी लिहिलेल्या

अनलॉकिंग सक्सेस द कम्प्लीट मॅन्युअल फॉर सॉफ्ट स्किल डेव्हलपमेंट पुस्तकाचे प्रकाशन

नगर – प्रा. डॉ. स्वाती मुनोत यांनी लिहिलेल्या अनलॉकिंग सक्सेस द कम्प्लीट मॅन्युअल फॉर सॉफ्ट स्किल डेव्हलपमेंट या पुस्तकाचे प्रकाशन सहकार व सामाजिक क्षेत्रातील ज्येष्ठ मार्गदर्शक हस्तीमल मुनोत यांच्या हस्ते करण्यात आले.

प्रा. डॉ. स्वाती मुनोत यांनी लिहिलेल्या अनलॉकिंग सक्सेस द कम्प्लीट मॅन्युअल फॉर सॉफ्ट स्किल डेव्हलपमेंट या पुस्तकाचे प्रकाशन सहकार व सामाजिक क्षेत्रातील ज्येष्ठ मार्गदर्शक हस्तीमल मुनोत यांच्या हस्ते करण्यात आले.

याप्रसंगी हस्तीमल मुनोत म्हणाले की, आजच्या स्पर्धात्मक युगात फक्त शैक्षणिक गुणवत्तेवर यश ठरत नाही तर संवाद नेतृत्व आणि सहकार्य यासारख्या सॉफ्ट स्किल्स महत्त्वाच्या ठरतात. हे पुस्तक नव्या पिढीला त्यासाठी योग्य दिशादर्शक ठरेल अशी अपेक्षा त्यांनी व्यक्त केली.

संस्थेचे विश्वस्त किशोर मुनोत म्हणाले की, हे पुस्तक विद्यार्थ्यांच्या आणि व्यावसायिकांच्या गरजा समजून घेऊन अत्यंत शास्त्रशुद्ध आणि अनुभव सिद्ध दृष्टिकोन ठेवून प्रा.डॉ.स्वाती मुनोत यांनी लिखाण केल्याचे दिसते. त्यामुळे हे पुस्तक केवळ एक वाचनीय साहित्य न राहता एक प्रेरणादायी आणि मार्गदर्शक साधन बनेल असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला.

या पुस्तक प्रकाशन सोहळ्याच्या निमित्ताने मृदु कौशल्यांचे महत्त्व अधोरेखित झाले असून नव्या युगातील यशाचा मार्ग या पुस्तकामुळे अधिक सुलभ होणार आहे असा विश्वास अनेकांनी व्यक्त केला.

यावेळी महाविद्यालयाच्या IQAC समितीतील ॲड. पल्लोड, अहमदनगर मर्चंट बँकेचे C.E.O.पुराणिक, महाविद्यालयाचे कार्यालयीन अधीक्षक संतोष मुनोत, प्रा. डॉ. वर्षा कीर्तने, प्रा. स्नेहल बोरावके, प्रा. आरती खेडकर, प्रा. सविता चव्हाण, सौ. हर्षाली रासकर उपस्थित होते.

१००० स्क्वे. फुट प्लॉट भाड्याने देणे
काटवन खंडोबा रोडला, शुभारंभ लॉन जवळ, आगरकर मळा, अ.नगर
9503030443
9890924259
प्लॉट विकणे आहे, आगरकर मळा

ऑफिस भाड्याने देणे
स्मृती कॉम्प्लेक्स, पु.ना.गाडगीळ ज्वेलर्स जवळ, लालटाकी रोड, सर्जेपुरा, अहिल्यानगर
रवी सोनी
9545678920

1RK व १ रुम भाड्याने देणे
भिंगारदिवे मळा, भुतकरवाडी, सावेडी, अहिल्यानगर
9511706053

भाड्याने देणे
नगर, सावेडी, कोहिनुर मंगल कार्यालयाजवळ, वृध्देश्वर कॉलनी मधील स्वतंत्र बंगल्यामध्ये 1BHK शासकीय/कंपनी नोकरदारांसाठी भाड्याने देणे सर्व सुविधायुक्त
9970181836

फॅब्रिकेशन कामासाठी कारागीर व हेल्पर पाहिजे
9822284070

फ्लेक्स प्रिंटींगसाठी डिझायनर पाहिजे
8551003035

मेडिकलसाठी फार्मासिस्ट पाहिजेत
डी/बी.फार्मसी : ५ जागा
9028295244

पाहिजेत
नामांकित कॉम्प्युटर इन्स्टिट्युटसाठी खालील जागा भरणे आहे.
- कॉम्प्युटर हार्डवेअर व नेटवर्किंग ट्रेनर : ४ जागा
- सॉफ्टवेअर ट्रेनर : ४ जागा
- मार्केटींग एक्झिक्युटिव्ह : ४ जागा
- कौन्सिलर/टेलिकॉलर : ४ जागा
- ऑफिस बॉय : २ जागा

पत्ता : प्रेरणा आर्केड, तारकपूर बसस्टॅण्डसमोर, अहिल्यानगर
9209153589

2200 स्क्वे.फुटचा प्लॉट विकणे
सावेडी येथे रामकृष्ण कॉलनी मध्ये (कलेक्टर ऑफिस मागे)
9527692189

प्लॉट विकणे
गावडेमळा, शिव चिदंबर मंदिराशेजारी १४२० स्क्वे. फुट पुर्वमुखी प्लॉट विकणे आहे
9834637850

1 BHK व 2 BHK फ्लॅट विक्रीसाठी उपलब्ध.
एमआयडीसीजवळील मनमाड रोड व बोल्हेगांव फाटाजवळ टॉप लोकेशनवर हरिशीला पार्क या इमारतीमधील 1BHK व 2BHK फ्लॅट विक्रीसाठी उपलब्ध.२४ तास पाणी, दोन लिफ्ट,CCTV, पार्किंग व सर्व सुविधायुक्त.
9967446902
8888992461

पाहिजेत
सिस्टर - जागा ४ (ANM/GNM)
रिसेप्शनीस्ट - जागा १ (सकाळ शिफ्टसाठी)
अनुभवी व्यक्तिस योग्य व आकर्षक पगार दिला जाईल
9623491269
9834385036

पाहिजेत
नगर व भिंगार मधील नामांकित एजन्सीसाठी कॉम्प्युटर ऑपरेटर २ मुले, २ मुली ऑफीस बॉय २
9970903409

- पाहिजेत -
अकाउंट/बिलिंग एक्झिक्युटिव्ह -२
पदवीधर, फक्त विवाहित महिला, संगणकाचे ज्ञान असल्यास प्राधान्य. कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.००
सपोर्ट स्टाफ (हेल्पर) - २ जागा
दुकानात हेल्पर – १२वी पास/नापास, पुरुष : वय – १८ ते ३० वर्षे
- आकर्षक पगार | समक्ष भेटा -
के. प्रकाश ॲण्ड कंपनी (गांधी)
मुंजोबा स्वीटस् शेजारी, मार्केटयार्ड रोड, अहिल्यानगर. मो. 9665511179

बंगला/फ्लॅट पाहिजे भाडेतत्वावर
स्वतंत्र बंगला (सर्व सोयींनीयुक्त)
2BHK (ग्राऊंडफ्लोअर)
गुलमोहोर रोड ते एकविरा चौक, श्रीराम चौक भाडेतत्वावर पहिजे (एजंट क्षमस्व)
8446056821

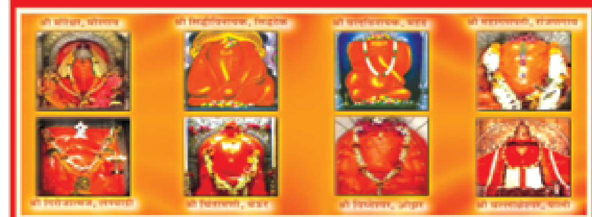
रोडटच गाळा विकणे आहे (२ मजली)
३००+३०० स्क्वे.फुट ढोरगल्ली, माळीवाडा, अहिल्यानगर
9225625555
8698532626

त्वरित पाहिजेत
ऑपरेशन मॅनेजर जागा-१ (पुरुष)
(मेकॅनिकल, इलेक्ट्रिकल आणि प्लंबिंगशी संबंधित कामाचा अनुभव)
- अनुभव - ३ ते ४ वर्षांचा (पात्रता- इंजिनीयरिंग डिग्री, डिप्लोमा आवश्यक)
- पगार- २२,००० ते २७,०००

मूळचंद मिल
डायरेक्ट मिल ते ग्राहक
पत्ता : मूळचंद मिल, सर्जेपुरा, अहिल्यानगर
9168111138 / 7840955374

खास श्रावण महिन्यानिमित्त रेणुका ट्रॅव्हल्सचे आयोजन
धार्मिक सहलींचा आनंद घ्या आणि पुण्य मिळवा!

माहुर-शेगांव दर्शन सहल
दि. ०६ ते ०८ ऑगस्ट २०२५
शेगांव (समाधी दर्शन), माहुरगड, लाड कारंजे, देवगड इ.
एकूण ३ दिवस
२×२ पुशबॅक सिट, एअर सस्पेन्शन लक्झरी, ४९ सिटर एसी बसने प्रवास



अष्टविनायक दर्शन सहल
दि. १७ ते १९ ऑगस्ट २०२५
अष्टविनायक दर्शनासह देहु, आळंदी
एकूण ३ दिवस
२×२ पुशबॅक सिट, एअर सस्पेन्शन लक्झरी, ४९ सिटर एसी बसने प्रवास

संपर्क : श्री रेणुका ट्रॅव्हल सर्व्हिसेस (यात्रा कंपनी) शॉप नं. ३, नीलम प्रोव्हिजन स्टोअर्स शेजारी, पोलीस कॉलनी, कुष्ठधाम रोड, डॉ. पानसंबळ हॉस्पिटल मागे, सावेडी, अहिल्यानगर
श्री. शाम क्षीरसागर 9922240515 9405032698
सौ. दिपा जोशी 8379841261 9404401699

दर्जेदार व माफक दरात फ्लेक्स प्रिंटींग
संपर्क : 9403232323

गोडाऊनसाठी उपयुक्त शेड+जागा भाड्याने देणे
नगर–औरंगाबाद रोड, रिलायन्स जी.ओ. पेट्रोल पंपमागे, अकबरनगर, अहिल्यानगर
(२५०० स्क्वे. फुट शेड + २५०० स्क्वे.फुट मोकळी जागा, टोटल ५००० स्क्वे.फुट) पाणी+लाईटची सोय
8329446165 / 7276252822

नावात बदल
माझे पूर्वीचे नाव
मगर भाग्यश्री सागर
असे होते. ते बदलून नवीन नाव
मगर इशिका सागर
असे केले आहे.
सोलापूररोड, वाकोडीफाटा, वाकोडी,दरेवाडी,अ.नगर
आधारकार्ड नंबर
5132 6477 9755

WANTED TEACHERS
SIP abacus
success assured
FOR AGES 6 TO 12
SIP Academy invites SMART & YOUNG WOMEN to join as COURSE INSTRUCTORS.

Join India's Leading Abacus programme

Eligibility to be an SIP Abacus Course Instructor
- Graduate
- Good Communication
- Passionate about teaching children
- Willingness to work in weekends too.

ATTRACTIVE SALARY

Why join SIP Abacus as a Course Instructor?
- 3000 course instructors are currently successfully teaching with SIP
- Prior teaching experience not required
- Abacus-teacher training will be provided on a 'pay and earn' basis.

For more details call : 95271 84735

SIP Abacus - India's Leading Abacus Programme 750 Centres Across 23 States - 18 Years in India-Present In 14 Countries - Visit www.sipabacus.com To Know More.

Meera INTERNATIONAL TOURS & TRAVELS
उमराह पॅकेज
2025 | हिजरी 1447

ईद मिलादुन्नबी इकोनॉमी पॅकेज
85,000/- + TCS
मक्का 600 मी. | मदिना 350 मी.
24 ऑगस्ट 2025

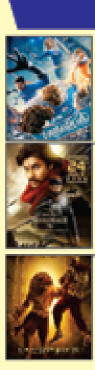
डिलक्स पॅकेज
1,25000/- + TCS
मक्का 350 मी. | मदिना 200 मी.
18 ऑक्टोबर 2025

मिरा इंटरनॅशनल टुर्स ॲण्ड ट्रॅव्हल्स
Contact: 9822298296 | 7588355661 | 9823100756 | 9422726586
Registered by Government of India and Saudi Arabia (Hajj Cell) meera.itt@gmail.com www.meeratours.in
हेड ऑफिस : 987, नाला मस्जीद, पहेला मजला, तेलीखुंट, अहमदनगर, महाराष्ट्र, इंडीया.

शॉप्स विकणे आहे
माळीवाडा बस स्टँड समोर पुणे हायवेच उज्वल कॉम्प्लेक्स मधील दोन दुकान गाळे एकत्रित ३३० स्के. फुट आणि त्यांवरील ३०० स्के. फुट पोटमाळ्या सह विकणे आहे, होलसेल किंवा रिटेल व्यवसायिकासाठी उपयुक्त, पार्किंगची सोय उपलब्ध, इच्छुकांनी खालील नंबरवर संपर्क करावे
संपर्क : 9890352737

CHANGE IN NAME
माझे जुने नाव
CHACHHAL ASHOKLAL GANDHI
असे होते व माझे नवीन नाव
CHANCHLBAI ASHOKLAL GANDHI
असे आहे. ही दोन्ही नावे माझीच असून माझे सध्याचे सर्व व्यवहार CHANCHLBAI ASHOKLAL GANDHI याच नावाने होत आहेत.

- दिनांक - २५ जुलै ते ३१ जुलै २०२५
टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात



The Fantastic 4
Hindi- 09:00 AM
02:00 PM | 10:00 PM

Hari Hara Vera Malla
06:45 PM

Mahavatar Narsimha
11:30 AM
04:30 PM

Saiyaara
08:00 AM | 10:00 AM
11:00 AM | 01:00 PM
01:55 PM | 03:55 PM
04:45 PM | 07:00 PM
07:45 PM | 09:45 PM
10:40 PM

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

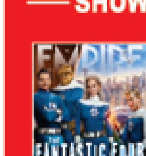
Ahilyanagar First & Most Luxurious Cinematic Paradise !
AVAILABLE ON bookmyshow
CONNPLEX SMART THEATRE
3rd Floor, Kohinoor Mall, Premdan Chowk, Savedi, A.Nagar
Mo. 6353564618 / 7790094001

विना ऑपरेशन शिबीर
- वघळलेले कान मिनिटांतच चिटकवा
- विना ऑपरेशन रामबाण उपाय
- डोळा- मोतीबिंदू, लासुर ड्रॉपने घालवा
- नाक- खोकला, सर्दिसाठी Asclepius
- त्वचा- पिंपल्स,काळे डाग, व्रण, मोस काढणे, टॅटू पुसुन टाकणे, कपाळाचे गोंधण काढणे
- सगळे व्यसन सोडवा नशामुक्ती स्प्रे वापरा
- दारु, गुटखा,तंबाखु, बिडी-सिगारेट

हर्बल स्प्रे वापरा नशामुक्त व्हा...! 7507718246

CHANGE IN NAME
माझे जुने नाव
ASHOK TUKARAM NAWALE
असे होते व माझे नवीन नाव
ASHOK TUKARAM NAVALE असे आहे.
ही दोन्ही नावे माझीच असून माझे सध्याचे सर्व व्यवहार
ASHOK TUKARAM NAVALE
याच नावाने होत आहेत.

Ahilyanagar's 1st Dolby 7.1 & Dolby Atmos Theater
SHOW TIMING - 25 July - 31 July 2025



फन्टास्टिक फोर
09:00 AM | 11:15 AM
01:30 PM | 06:15 PM
11:00 PM

सितारे जमिन पर
02:15 PM | 08:15 PM
11:00 PM

सैयारा
10:30 AM | 11:15 AM
01:30 PM | 04:30 PM
05:30 PM | 07:30 PM
10:30 PM

टीप: शो च्या वेळा बदलू शकतात
Book Your Tickets at Box Office | Book Your Tickets Now bookmyshow
नगर कॉलेज जवळ, जूडिओच्या वरती, अ.नगर
9881300400, 0241-2346000
Cinélife MINIPLEX

जाहीर नोटीस

तमाम लोकांस कळविण्यात येते की, खालील परिशिष्टामध्ये वर्णन केलेल्या मिळकत विक्रीचा व्यवहार आमचे अशीलांबरोबर ठरलेला असुन, खाली नमुद केलेल्या विद्यमान मालकांनी आमचे अशील यांची खात्री व भरवसा देऊन कायमखुश खरेदी देणेचे ठरविले असुन विसारापोटी मोठी रक्कम स्विकारलेली आहे. सदर मिळकत निर्वेध, निजोखमी आहे असे विद्यमान मालकांचे म्हणणे आहे. परंतु कोणाचीही तक्रार राहु नये म्हणुन या जाहीर नोटीसद्वारे कळविण्यात येते की, सदर मिळकतीबाबत कोणताही वाद चालु असल्यास अथवा दान, बक्षीसपत्र, अव्वलजप्ती, भाडेकरार, साठेकरार, मदार, मनाई हुकुम, स्थगिती, पोटगी, लीन, इजमेंट, अगर अन्य कोणत्याही प्रकारचा हक्क, हितसंबंध, अधिकार वगैरे असल्यास संबंधतांनी आपल्या हरकती, तक्रारी वगैरे लेखी स्वरुपात, ही नोटीस प्रसिध्द झालेपासून **सात (०७)** दिवसांचे आत योग्य त्या कागदोपत्री पुराव्यासह खाली सही करणार ॲडव्होकेट यांच्या कार्यालयात प्रत्यक्ष आणुन दाखवावी अथवा रजिस्टर्ड पोस्टाने योग्य त्या कागदपत्रांचे नकलांसह आम्हांस कळवावे व आमची खात्री करुन द्यावी. सदर मुदतीत कोणाचीही लेखी हरकत अथवा लेखी तक्रार न आल्यास, तसेच ज्याचे सदर मिळकतीबाबत काही हक्क, हितसंबंध आहेत त्यांनी सदरचे हक्क, हितसंबंध जाणीव पुर्वक सोडून दिले आहेत असे समजून आमचे अशील वर वर्णन केलेल्या मिळकतीबाबत खरेदीखताचा व्यवहार पूर्ण करतील नंतर कोणाचीही तक्रार चालणार नाही. याची नोंद घ्यावी.ही नोटीस प्रसिध्दीस दिली. **तारीख २६/०७/२०२५**

परिशिष्ट

मिळकतीचे वर्णन : डि ।। अहिल्यानगर सब डि ।। ता. नगर पैकी अहिल्यानगर **महानगरपालिका हद्दीतील मौजे केडगांव येथील सर्व्हे नं. ५४ मधील प्लॉट नं. १४ चे क्षेत्र ३३०. ०० चौ.मी. यावर बांधण्यात आलेल्या श्रीराम हाईटस मधील ग्राऊंड फ्लोअर वरील शॉपस्चे वर्णन खालील प्रमाणे :-**

शॉप नं.	कारपेट क्षेत्र चौ.मी.	बांधकाम क्षेत्र चौ.मी.	यांसी चतुःसिमा			
			पूर्वेस	दक्षिणेस	पश्चिमेस	उत्तरेस
१	२४.४५०	२६.८००	मार्जीन, ३० मी रुंद रस्ता	रॅम्प,मार्जीन	जीना व मार्जीन	शॉप नं २
२	२५.६२०	२७.३००	मार्जीन, ३० मी रुंद रस्ता	शॉप नं.१	लिफ्ट, लॉबी व मार्जीन	शॉप नं.३
३	२६.७८०	२८.३००	मार्जीन, ३० मी रुंद रस्ता	शॉप नं. २	लिफ्ट, लॉबी व मार्जीन	शॉप नं.४
४	३३.५४०	३६.३३०	मार्जीन, ३० मी रुंद रस्ता	शॉप नं. ३ व टॉयलेट	मार्जीन व लागू प्लॉट	मार्जीन व ९ मी रुंद रोड

येणेप्रमाणे चतुःसिमापूर्वक मिळकत त्यामधील तदंगभूत वस्तुसह जाणेयेणेचे हक्कासह काही एक राखुन न ठेवता मिळकत.

उपरोक्त मिळकतीचे विद्यमान मालक
अनिता अजय मोहिते
रा. सनी कॉम्पलेक्स, दत्त चौक,शिवाजी नगर,केडगांव,अहिल्यानगर

ॲड. रजनी यशवंत गायकवाड नोटरी पब्लिक (भारत सरकार)
ॲड. मनोज यशवंत गायकवाड नोटरी पब्लिक (भारत सरकार)
ॲड. अमन विशाल गायकवाड B.A.L.L.B. (PGDIPR) (DCL)
कार्यालय पत्ता :- बन्सी महाराज मिठाई समोर, कलानगर, गुलमोहर रोड, सावेडी, अहमदनगर - ४१४००३. मो.नं. 9890009088, 9890582825

जाहीर नोटीस

तमाम लोकांस या जाहीर नोटीसद्वारे कळविणेत येते कि, खालील परिशिष्टामध्ये वर्णन केलेल्या मिळकतीचा विक्री व्यवहार आमचे अशिलांबरोबर होणार आहे व व्यवहाराची बोलणी चालू आहे. सदर मिळकत निर्वेध निजोखमी व बोजाविरहित आहे असे विद्यमान मालकाचे म्हणणे आहे. परंतु कोणाचीही तक्रार राहू नये म्हणून या जाहीर नोटीसद्वारे कळविणेत येते कि, सदर मिळकतीबाबत कोणताही चालू वाद असल्यास अथवा गहाण, दान, बक्षीसपत्र, अव्वल जप्ती, बँक बोजा, भाडेकरार, साठेकरार, मदार, मनाई हुकूम, स्थगिती, पोटगी, चार्ज, लीन, इजमेंट अगर इतर कोणताही चालू वाद असल्यास संबंधितांनी ही जाहीर नोटीस प्रसिध्द **झालेपासून ७ दिवसांचे** आत खालील पत्त्यावर समक्ष लेखी अथवा रजिस्टर्ड पोस्टाने योग्य त्या कागदपत्रांचे नकलासह आम्हांस कळवावे व आमची खात्री करुन द्यावी. मुदतीत कोणाचीही कोणतीही हरकत न आल्यास अथवा ज्याचे काही हक्क, हितसंबंध आहे त्यांनी जाणीवपूर्वक सोडून दिले आहे असे समजून आमचे अशिल व्यवहार करतील; मग कोणाचीही तक्रार चालणार नाही. याची नोंद घ्यावी.

ही नोटीस प्रसिध्दीस दिली. ता. २६/०७/२०२५

परिशिष्ट मिळकतीचे वर्णन

मिळकत वर्णन : जिल्हा अहिल्यानगर, तालुका नगरपैकी पोटतुकडी नगरपैकी, **महानगरपालिका हद्दीतील, मौजे बोल्हेगांव** येथील खालील वर्णनाची मिळकत –

सर्व्हे नंबर	प्लॉट नंबर	क्षेत्रफळ
७५/३.७५/४३अ.७५/४ ब	१३९	१२८.०० चौ.मी.

हा संपूर्ण प्लॉट

यांसी चतुःसिमाः-
पुर्वेस :- प्लॉट नंबर १२२ दक्षिणेस :- प्लॉट नंबर१३८
पश्चिमेस :- रस्ता उत्तरेस :- प्लॉट नंबर १४०

विद्यमान मालकांचे नाव
सौ.मंजू प्रकाश खंडेलवाल.
रा. कराचीवालानगर, अहिल्यानगर.

ॲड. आर.टी.शर्मा
मो.नं.९४२२२२०८४५
ऑफीस नं. १४, १७ पहिला मजला
श्री आनंद कॉम्प्लेक्स, दाळमंडई, अहिल्यानगर

जाहीर नोटीस

तमाम लोकांस या जाहीर नोटीसद्वारे कळविणेत येते कि, खालील परिशिष्टामध्ये वर्णन केलेल्या मिळकतीच्या विक्रीचा व्यवहार केलेला आहे. **सदर मिळकत ही विद्यमान मालक यांचे मालकीची असून** त्यांच्याच प्रत्यक्ष कब्जात व ताब्यात आहे. सदर मिळकत पूर्णपणे निर्वेध, निजोखमी आहे असा खरेदी देणाराने म्हणजेच विद्यमान मालकाने खात्री व भरवसा दिला आहे. तथापि कोणाचीही तक्रार राहू नये म्हणून या जाहीर नोटीसद्वारे कळविणेत येते कि, सदर मिळकतीबाबत कोणताही चालू वाद असल्यास अथवा गहाण, दान, बक्षीसपत्र, अव्वल जप्ती, बँक बोजा, भाडेकरार, साठेकरार, मदार, मनाई हुकूम, स्थगिती, पोटगी, चार्ज, लीज, इजमेंट अगर इतर कोणताही चालू वाद असल्यास संबंधितांनी ही जाहीर नोटीस प्रसिध्द झालेपासून **७ दिवसांचे** आत खालील पत्त्यावर समक्ष लेखी अथवा रजिस्टर्ड पोस्टाने योग्य त्या कागदपत्रांचे नकलासह आम्हास कळवावे व आमची खात्री करुन द्यावी. तसेच हरकत न कळवीता परस्पर वर्तमान पत्रातून जाहीर केलेल्या हरकतींची काही एक दखल घेतली जाणार नाही मुदतीत कोणाचीही कोणतीही हरकत न आल्यास अथवा ज्याचे काही हक्क, हितसंबंध आहे त्यांनी जाणीवपूर्वक सोडून दिले आहे असे समजून आमचे अशिल खरेदीचा व्यवहार पुर्ण करतील. मग कोणाचीही तक्रार चालणार नाही याची नोंद घ्यावी. **दिनांक – २६/०७/२०२५**

परिशिष्ट मिळकतीचे वर्णन : जिल्हा अहिल्यानगर (अहमदनगर), पोटतुकडी नगरपैकी, **महानगरपालिका** हद्दीतील, मौजे **शहर नगर** येथील **मोची गल्ली (सारडा गल्ली) मधील** खालील वर्णनाची मिळकत–

अ) सिटी सर्व्हे नंबर : २७३८/१ क्षेत्रफळ : ८०.३ चौ.मी.
यासी चतुःसिमा :
पुर्वेस : वाग व पुढे बोळ दक्षिणेस : सि स नं २७३९,२७३८/२, २७३८/३
पश्चिमेस : सि स नं २७४१ उत्तरेस : सि स नं २७४२

ब) सिटी सर्व्हे नंबर २७३९ म्यु.घर नं. २५७९ क्षेत्रफळ ४०.१ चौ.मी.
यासी चतुःसिमा :
पुर्वेस : वाग व पुढे बोळ दक्षिणेस : सिसनं २७३८/३ पश्चिमेस : सिसनं २७४१ उत्तरेस : सिसनं २७३८/१

सदर वरील दोन्ही सिटी सर्व्हे नंबर एकत्र मिळून म्यु.पल सेन्शन प्लॅनप्रमाणे जवाहर मार्केट आर सी सी मध्ये बांधलेले असून या जवाहर मार्केट मधील तळ मजल्यावरील दुकान नं.४ याची लांबी ९.४ फुट व रुंदी द.उ.७ फुट याची एकूण क्षेत्र ६५.८ चौ. फुट (६.११ चौ.मी) ही मिळकत.

सदर मिळकतीचे विद्यमान मालक –
१. श्री रंगरेज मोहम्मद मूदस्सीर अब्दुल वाहीद.
२.रिहाना मोहंमद मुदस्सर रंगरेज
दोघे.रा.घर नं.७२८३,मुंजोबा मंदिर जवळ,
पठारे वाडा, काटे गल्ली, अहिल्यानगर (अहमदनगर)

ॲड.प्रणव सुधीर धर्माधिकारी
ॲड.सौ.नुतन प्रणव धर्माधिकारी
पत्ता : भंडारी सावज अपार्टमेंट, कोठीरोड, अहिल्यानगर (अहमदनगर),
मो.नं.9028008200

जाहीर नोटीस

तमाम लोकास या जाहीर नोटीसद्वारे कळविण्यात येते कि, खालील परिशिष्टामध्ये वर्णन केलेल्या मिळकत विक्रीचा व्यवहार आमचे अशिलांबरोबर ठरलेला आहे सदर मिळकत निर्वेध, निजोखमी आहे असे विद्यमान मालकांचे म्हणणे आहे. परंतु कोणाचीही तक्रार राहू नये म्हणून या जाहीर नोटीसद्वारे कळविणेत येते कि, सदर मिळकतीबाबत कोणताही चालू वाद असल्यास अथवा गहाण, दान, बक्षीसपत्र, अव्वल जप्ती, बँक बोजा, भाडेकरार, साठेकरार, मदार, मनाई हुकूम, स्थगिती, पोटगी, चार्ज, लीन, इजमेंट अगर इतर कोणताही चालू वाद असल्यास संबंधितांनी ही जाहीर नोटीस प्रसिध्द **झालेपासून १५ दिवसाचे** आत खालील पत्त्यावर समक्ष लेखी अथवा रजिस्टर्ड पोस्टाने योग्य त्या कागदपत्रांचे नकलासह आम्हास कळवावे व आमची खात्री करुन द्यावी. मुदतीत कोणाचीही कोणतीही हरकत न आल्यास अथवा ज्याचे काही हक्क, हितसंबंध आहे त्यांनी जाणीवपूर्वक सोडून दिले आहे असे समजून आमचे अशिल खरेदीचा व्यवहार पुरा करतील. मग कोणाचीही तक्रार चालणार नाही याची नोंद घ्यावी.

हि नोटीस प्रसिध्दीस दिली. ता. २६/०७/२०२५

परिशिष्ट मिळकतीचे वर्णन : मिळकत वर्णन : जिल्हा अहिल्यानगर, पोटतुकडी नगरपैकी, **महानगरपालिका** हद्दीतील, टि.पी. ३ मधील खालील वर्णनाची मिळकत–

सब प्लॉट नं.	फायनल प्लॉट नंबर	क्षेत्रफळ चौ.मी.	यांसी चतुःसिमा			
			पूर्वेस	दक्षिणेस	पश्चिमेस	उत्तरेस
३ हा प्लॉट बाळकृष्णदास गोविंददास देवी यांच्या मालकीचा आहे.	१४	२९१.७२ चौ.मी.	प्लॉट नं. ४	प्लॉट नं. ६	२० फुटी रुंदीचा रस्ता	४० फुटी डि.पी. रस्ता
४ हा प्लॉट बिना प्राणजीवनदास देवी, चेतन प्राणजीवनदास देवी व निकेतन प्राणजीवनदास देवी यांच्या मालकीचा आहे.	१४	२८५.८७ चौ.मी	फाईनल प्लॉट नं.१३	प्लॉट नं. ५	प्लॉट नं. ३	४० फुटी डि.पी. रस्ता

सदर मिळकतीचे विद्यमान मालक
श्री.बालकृष्णदास गोविंददास देवी. श्रीमती बिना प्राणजीवनदास देवी
श्री.चेतन प्राणजीवनदास देवी. श्री.निकेतन प्राणजीवनदास देवी
सर्व रा.खिस्तगल्ली,अहिल्यानगर

ॲड. आर.टी.शर्मा
मो.नं.९४२२२२०८४५
ऑफिस नं. १४, १७ पहिला मजला
श्री आनंद कॉम्प्लेक्स, दाळमंडई, अहिल्यानगर