संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रुपये | अहमदनगर, शनिवार दि. १३.१२.२०२५ | अंक नं. २११ | वर्ष ६८ वे | दैनिक वर्ष ६२ वे | ANR/022/2018-2020

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

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

स्वप्नवत ऑफर... स्वप्नवत सफर...
१०१ भाग्यवंत जोडप्यांना चक्क FREE हनिमून टूर
1 डिसेंबर 2025 ते 31 मे 2026
बस्ता बांधायला यायचं हं!
विश्वसनीय वस्त्रांची अखंड परंपरा
राजपाल™
संगमनेर (02425) 222226
अहिल्यानगर (0241) 2999299
नारायणगाव (02132) 242132
श्रीरामपूर (02422) 220090

फायदाच फायदा !
22 कॅरेट सोन्याचा सर्वात कमी भाव, सर्वात कमी मजुरी.
दागिन्यांची प्रतीग्रॅम मजुरी ₹ 888/-*
Conditions Apply
चंदुकाका ज्वेल्स™
2014 पासून आपल्या सेवेत.. सोनेरी नातं..
शॉप नंबर 2/3, साई मिडास टव, नगर-मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर 9272422001/02

तुम्ही ॲलर्जीने त्रस्त आहात का?
वारंवार होणारी सर्दी, खोकला व दमा विकार
शरीरावर लाल चट्टे येऊन अंग सुजणे व खाज येणे.
ॲलर्जी कमी करण्यासाठी औषधे घ्यावी लागणे.
नेहमी डोळ्यांना खाज सुटणे व डोळे लाल होणे.
कोणत्याही वयातील रुग्णांसाठी वरील व्याधींवर आता खात्रीशीर निदान व उपचारासाठी नगर जिल्ह्यातील एकमेव परिपूर्ण असे
"अहमदनगर ॲलर्जी टेस्टींग सेंटर"
डॉ. कृष्णा बलदवा
(एम.बी.बी.एस.) ॲलर्जी-त्वचारोग, दमा व मधुमेह तज्ञ
-:नवीन पता:-
जुने वाळिंबे हॉस्पिटल, वर्धमान टायर समोर, बांबु गल्ली, धरती चौक, अ.नगर
Mo. 8390907414 / 9422227414
सोमवार ते शनिवार * वेळ : स. १० ते २:३० सायं. ६ ते ९. पर्यंत
रविवार * वेळ : स. १० ते दु. १ पर्यंत

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

भावपूर्ण श्रद्धांजली

क्षणोक्षणी आमच्या मनी
तुमचीच आहे आठवण,
हीच आमच्या जीवनातील
अनमोल अशी साठवण..

✻ दशक्रियाविधी ✻

सोमवार दि. १५/१२/२०२५ रोजी, स. ८.३० वा. स्थळ : अमरधाम, नालेगांव, अहिल्यानगर येथे होईल

आपल्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण श्रद्धांजली..

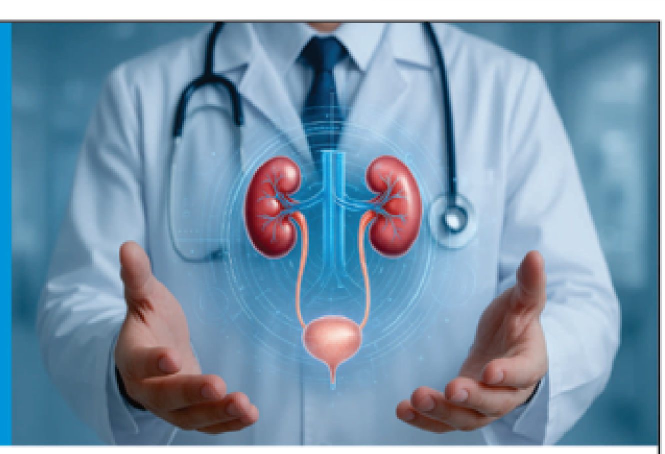
✻ शोकाकूल ✻

श्री. चंद्रकांत किसन जाधव (मुलगा)
श्री. नानासाहेब किसन जाधव (मुलगा)

कै. किसनराव नामदेव जाधव
स्व. दि. ०६/१२/२०२५

टिप : ह.भ.प. गणेश महाराज तनपुरे (देवगड संस्थान माजी विद्यार्थी) यांचे प्रवचन होईल

समस्त जाधव परिवार
संजय बुधवंत । राजेंद्र बुधवंत

मूत्रविकारावर प्रभावी उपचार !

देशपांडे मल्टिस्पेशालिटी हॉस्पिटल
युरोलॉजी विभाग

डॉ. स्वनित हेमंत देशपांडे
Mch Urology (Gold Medalist) (Sion Hospital, Mumbai)
MS General Surgery (Nair Hospital Mumbai)
MBBS (KEM, Mumbai)
MRCS (Edinburg, UK)
Observership in Female Urology, (University of California, San Diego)
मुत्रविकार, शल्यचिकित्सक, स्त्री युरोलॉजी तज्ज्ञ
पुरुष वंध्यत्व व सेक्शुअल मेडीसीन तज्ज्ञ
अहिल्यानगरमध्ये MICRO-TESE
(शून्य स्पर्म संख्या असताना करण्यात येणारी शस्त्रक्रिया) प्रथमच आणणारे तज्ज्ञ
टाकेविरहीत दुर्बिणीद्वारे किडनीस्टोनच्या सर्व शस्त्रक्रिया । प्रॉस्टेट ग्रंथींच्या दुर्बिणीद्वारे सर्व शस्त्रक्रिया
सेक्शुअल समस्या निवारण विशेषज्ञ । रजोनिवृत्तीनंतर लघवी नकळत निसटणे
यासारख्या सर्व समस्यांवर उपचार । मुत्रपिंडावरील सर्व कर्करोग
अद्ययावत RIRS SURGERY (किडनीच्या खड्यासाठी टाकेविरहीत लेझर शस्त्रक्रिया)
अहिल्यानगरमध्ये प्रथमच
VIDEO URODYNAMIC STUDY WITH ELECTRO-MYOGRAPHY
(युरोडायनमिक तपास) उपलब्ध
देशपांडे हॉस्पिटल
पटवर्धन चौक, आनंदी बाजार, अहिल्यानगर
वेळ - दुपारी १२.०० ते सायं. ५.००
8080496122
झेनिथ क्लिनिक
माय सिनेमा समोर, पाईपलाईन रोड, सावेडी, अहिल्यानगर
वेळ - सायं. ५.०० ते रात्री ९.००
7823824837

जसा आयुष्याचा जोडीदार तसा दागिनाही मनासारखा..
शुभविवाह तस्मै
शुभविवाह तस्मै ऑफर अंतर्गत सुवर्णलंकार खरेदी करा व
मजुरीवर मिळवा 25%* पर्यंत सूट
Conditions Apply
डबल शाईन योजना
दर वाढले तरी फायदा तुमचाच !
सोन्याचे दर आजच निश्चित करा
10 महिने हप्ते भरा व 11 व्या महिन्यात सुवर्णखरेदी करतांना मजुरीवर मिळवा 50%* सूट
सुवर्णसंचय योजना
12=13
12 महिने हप्ते भरा व 13वा हप्ता आमच्याकडुन मिळवा व
खरेदी करा शुध्द सोने (वेढणी / क्वाईन) किंवा नाविण्यपूर्ण अलंकार.
शुध्दता, विश्वासार्हता, पारदर्शकता
चंदुकाका ज्वेलर्स
वसंत टॉकिज रोड, अहिल्यानगर 0241-2321512
बेलापुर रोड, श्रीरामपुर 02422-221512
धामणगांव रोड, कडा 02441-239538
आमच्याकडे खरेदी केलेल्या सोने-चांदीच्या दागिन्यांची मोडतेवेळी घट धरली जात नाही.

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

नेप्ती मार्केटमधील कांदा व्यापाऱ्याची ८१ लाख ६७ हजार रुपयांची फसवणूक

नगर – नगर बाजार समितीच्या नेप्ती मार्केटमधील कांदा व्यापाऱ्याची आंध्र प्रदेशातील व्यापाऱ्याने कांदा खरेदी करून त्याचे पैसे न देता ८१ लाख ६७ हजार २४० रुपयांची फसवणूक केल्याचा प्रकार ३० नोव्हेंबर २०२४ ते ८ फेब्रुवारी २०२५ या कालावधीत घडला आहे. या प्रकरणी कोतवाली पोलिस ठाण्यात १२ डिसेंबर रोजी फसवणुकीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत विकास किशोर वाघ (वय ३५, रा. वाघ गल्ली, नालेगाव) यांनी फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी हे नेप्ती मार्केटमध्ये कांदा व्यापारी आहेत. त्यांची आंध्र प्रदेश येथील परमात्मा मारीशेट्टी या व्यापाऱ्याशी ओळख झाली होती. अनेक दिवस त्यांच्यात कांदा खरेदी–विक्रीचा व्यवहार झाल्याने मारीशेट्टी याने फिर्यादी वाघ यांचा विश्वास संपादन केला. त्यानंतर नोव्हेंबर २०२४ ते फेब्रुवारी २०२५ या कालावधीत मारीशेट्टी याने मोठ्या प्रमाणात कांद्याची मागणी केली. त्याच्या मागणीप्रमाणे वाघ यांनी या कालावधीत जवळपास २ कोटी २९ लाख ६८ हजार २५१ रुपये किंमतीचा कांदा मालट्रकने नेप्ती मार्केट येथून आंध्र प्रदेशात मारीशेट्टी याच्याकडे पाठविला होता. त्यापैकी त्याने १ कोटी ४८ लाख १ हजार ११ रुपये फिर्यादी वाघ यांच्या आयसीआयसीआय बँकेच्या खात्यावर पाठविले. उर्वरित ८१ लाख ६७ हजार २४० रुपये दिले नाही. त्याला या पैशाबाबत वेळोवेळी मागणी केली असता त्याने आज देतो, उद्या देतो, असे सांगून वेळकाढूपणा केला. त्यानंतर पुन्हा तीन महिन्यांनी त्या पैशांची मागणी केली असता तो उडवाउडवीची उत्तरे देवून टाळाटाळ करु लागला. त्यानंतर आजपर्यंत त्याने ते पैसे दिले नाहीत. त्यामुळे आपली फसवणूक झाल्याचे निदर्शनास आल्यानंतर वाघ यांनी १२ डिसेंबर रोजी कोतवाली पोलिस ठाण्यात फिर्याद दिली. या फिर्यादीवरुन पोलिसांनी आरोपी परमात्मा मारीशेट्टी याच्याविरुद्ध बीएनएस कलम ३१८ (४), ३१६ (२), ३१६ (५) प्रमाणे गुन्हा दाखल केला आहे.

अस्थिरतेत गुंतवणूक सुरू ठेवण्याची ताकद

बाजार नेहमी सरळ रेषेत चालत नाही. शांततेचे काळ हे अनिश्चिततेच्या टप्प्यांनी खंडित होत असतात आणि अशाच टप्प्यांमध्ये गुंतवणूकदार आपल्या निर्णयांबद्दल शंका घेऊ लागतात. अस्थिरता म्हणजे काहीतरी चुकीचे घडते आहे असे नसून, ती बाजाराच्या स्वभावाचीच आठवण असते.

बाजारातील मोठे चढ–उतार पाहून अनिश्चितता रोजच्या वागण्यात दिसू लागते. गुंतवणूकदार वारंवार पोर्टफोलिओ तपासतात, चर्चा बाजाराच्या पातळ्यांभोवती फिरू लागतात आणि दीर्घकालीन ध्येयांपेक्षा अल्पकालीन हालचाली अधिक महत्त्वाच्या वाटू लागतात. ही अस्वस्थता आकड्यांपेक्षा चुकीचा निर्णय होईल या भीतीतून अधिक निर्माण होते. अशा वेळी काहीतरी करावेसे वाटते, जरी प्रत्यक्षात काहीही करण्याची गरज नसली तरी.

इतिहास सातत्याने एकच धडा देतो. दीर्घकालीन संपत्ती निर्माण झालेली प्रत्येक वाट अनेक दुरुस्त्या, हळूहळू होणाऱ्या सुधारणा आणि संयमाच्या काळातून गेलेली असते. यशस्वी ठरले ते गुंतवणूकदार ज्यांनी अचूक वेळ साधण्यापेक्षा अशा अनिश्चिततेच्या काळातही गुंतवणूक टिकवून ठेवली. अस्थिरता पोर्टफोलिओपेक्षा संयमाची अधिक परीक्षा घेते.

गुंतवणुकीतील खरा धोका अनेकदा चुकीचा समजला जातो. तो बाजारातील तात्पुरत्या घसरणीत नसून, त्या घसरणीला दिलेल्या प्रतिक्रियेत असतो. घसरणीनंतर बाहेर पडणे, पुन्हा गुंतवणूक करण्यासाठी स्पष्टतेची वाट पाहणे किंवा सुरक्षित क्षण शोधणे दीर्घकालीन परतावा हळूहळू कमी करू शकते. रिकव्हरीचा थोडासा काळ चुकलाही तरी त्याचा परिणाम दीर्घकाळ जाणवतो. दीर्घकाळात बाजार अंदाजांपेक्षा सातत्यालाच जास्त बक्षीस देतो.

अस्थिरतेकडे शांतपणे पाहण्याचा एक मार्ग म्हणजे दीर्घकालीन ध्येय आणि बाजाराची मनःस्थिती वेगळी ठेवणे. ध्येय बदलले नसतील तर रोजच्या बाजार हालचालींना तितके महत्त्व देण्याची गरज नसते. शिक्षण, निवृत्ती किंवा आर्थिक स्वातंत्र्य यासारखी उद्दिष्टे अल्पकालीन चढ–उतारांमुळे बदलत नाहीत, जरी भावना बदलत असल्या तरी.

गुंतवणूक टिकवून ठेवणे म्हणजे वास्तवाकडे दुर्लक्ष करणे किंवा निष्क्रिय राहणे नव्हे. त्याचा अर्थ योग्य रचना राखणे, गरज असल्यास समायोजन करणे आणि भावनांवर आधारित निर्णय टाळणे असा होतो. ही शिस्त आशेवर नाही तर तयारीवर आधारलेली असते.

अस्थिरता वेगवेगळ्या रूपांतून पुन्हा पुन्हा येत राहील. गुंतवणुकीतील स्थैर्य बाजार अंदाज करता येण्यात नसून, बाजार अनिश्चित असताना शांत राहण्याची क्षमता विकसित करण्यात असते. शेवटी, चांगली आखणी आणि यशस्वी परिणाम यांमधील फरक अनेकदा बुद्धिमत्तेमुळे नाही तर संयमामुळे पडतो.

राजन कुटे, मो.९४०३३७४६७४,९४२३७०८६७०
अँफी नोंदणीकृत मुच्यूअल फंड वितरक

बोल्हेगाव परिसरात महिलेची हत्या झालेल्या ठिकाणी पाहणी करताना पोलिस.

चाकूने गळा चिरुन महिलेची हत्या

घरात रक्ताच्या थारोळ्यात आढळला मृतदेह; बोल्हेगाव उपनगरातील घटना; गुन्हा दाखल

नगर – घरात एकटी असलेली व दोन्ही पायांनी अधू असलेल्या ४० वर्षीय महिलेची अज्ञात इसमांनी चाकूने गळा चिरुन निर्घृण हत्या केल्याची घटना बोल्हेगाव परिसरातील भारत बेकरी रोडवरील कौस्तुभ कॉलनी येथे घडली. सदर घटना १२ डिसेंबर रोजी सायंकाळी ७ वाजण्याच्या सुमारास उघडकीस आली. सौ. मनिषा बाळासाहेब शिंदे (वय ४०) असे हत्या झालेल्या महिलेचे नाव आहे.

याबाबत त्यांचे पती बाळासाहेब साहेबराव शिंदे (वय ४६) यांनी तोफखाना पोलिस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी शिंदे हे त्यांची पत्नी मनिषा व मुलगा अनिकेत यांच्यासमवेत बोल्हेगावच्या कौस्तुभ कॉलनीत राहतात. त्यांचे एमआयडीसीमध्ये फ्रेंडस् इंजिनिअरिंग अॅण्ड वर्क्स कंपनीअंतर्गत आदिराज इंजिनिअरिंग अॅण्ड वर्क नावाचे वर्कशॉप आहे. सदर वर्कशॉप ते व त्यांचा मुलगा पाहतात. तर त्यांच्या पत्नी मनिषा या गृहिणी होत. त्या दोन्ही पायांनी अधू असल्याने घरातून कोठे जात नव्हत्या. १२ डिसेंबर रोजी फिर्यादी शिंदे यांच्या साडूच्या पुतण्याचा साखरपुडा विंचूर (ता.निफाडा, जि. नाशिक) येथे होता. त्यामुळे फिर्यादी व त्यांचा मुलगा अनिकेत हे दोघे सकाळी ६.३० वाजण्याच्या सुमारास त्यांच्या मोटारसायकलवर साखरपुड्याच्या कार्यक्रमासाठी गेले होते. साखरपुडा उरकल्यानंतर ते दोघे त्यांच्या बहिणीची घरी मानोरी (ता.येवला) येथे गेले होते. सायंकाळी ६.३० च्या सुमारास त्यांनी पत्नी मनिषा हिला फोन केला. मात्र तिने फोन उचलला नाही. त्यानंतर त्यांनी त्यांच्या सासऱ्यांना फोन केला असता त्यांनीही ‘मनिषाने माझा फोन उचलला नाही’, असे सांगितले. त्यामुळे फिर्यादी शिंदे यांनी त्यांच्या शेजारी राहणारे विवेक जपे यांना फोन करून ‘माझी पत्नी फोन उचलत नाही, तुम्ही घरी जावून पहा’, असे सांगितले. जपे त्यांच्या पत्नीला शिंदे यांच्या घरी पाठविले. तिने दरवाजा ठोठावला, पण तो कोणी उघडला नाही, त्यामुळे तिने दरवाजा उघडला असता हॉलमध्ये मनिषा शिंदे या रक्ताच्या थारोळ्यात पडलेल्या दिसल्या. ही बाब जपे यांनी शिंदे यांना फोन करून सांगितली. त्यानंतर शिंदे व त्यांचा मुलगा हे येसगाव (ता.कोपरगाव) येथे त्यांच्या सासरी गेले. तेथे घडलेला प्रकार सांगितला व तेथून त्यांच्या भावाला चारचाकी गाडी घेवून बोलावले. त्या गाडीने ते व त्यांचे बंधू व इतर नातेवाईक रात्री १२ वाजण्याच्या दरम्यान बोल्हेगाव येथे पोहोचले. त्यावेळी तेथे पोलिस आलेले होते. तसेच हॉलमध्ये रक्ताचे थारोळे व एक चाकू आणि ब्लेड पान पडलेले दिसले. त्यांना येईपर्यंत पोलिसांनी मनिषा यांचा मृतदेह जिल्हा रुग्णालयात आणलेला होता. तेथे जावून त्यांनी पाहिले असता मनिषा या मृतावस्थेत आढळून आल्या. तसेच त्यांच्या गळ्यावर धारदार शस्त्राचे वार दिसले. त्यानंतर पोलिसांच्या सूचनेनुसार त्यांनी १३ डिसेंबर रोजी पहाटे तोफखाना पोलिस ठाण्यात फिर्याद दिली.

या फिर्यादीवरुन पोलिसांनी अज्ञात मारेकऱ्याविरुद्ध बीएनएस कलम १०३ (१), ३३२ (अ) नुसार गुन्हा दाखल केला आहे.

वरातीचा डीजे बंद करायला गेलेल्या पोलिस पथकाला शिवीगाळ आणि धक्काबुक्की

नगर – हळदीचा कार्यक्रम असल्याने रात्री उशिरापर्यंत मोठ्या आवाजात डी जे लावून धिंगाणा घालणाऱ्या तरुणांनी व महिलांनी डी जे बंद करा म्हणून सांगायला गेलेल्या पोलिस पथकाच्या अंगावर धावून येत शिवीगाळ व धक्काबुक्की केल्याचा प्रकार बुरुडगाव रोड वरील भोसले आखाडा परिसरात १२ डिसेंबर रोजी रात्री ११.३० च्या सुमारास घडला. या प्रकरणी नवरीसह काही महिला व तरुणांच्या विरुद्ध कोतवाली पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत कोतवाली पोलिस ठाण्यात नेमणुकीला असलेले पो.ना. संदीप साठे यांनी फिर्याद दिली आहे. १२ डिसेंबर रोजी रात्रगस्तीवर असलेले पोलिस उपनिरीक्षक गणेश देशमुख यांना रात्री ११.३० वाजता एका नागरिकाने फोन करून भोसले आखाडा येथे भोसले लॉनच्या पाठीमागे मोठ्या आवाजात डी.जे सुरु असून बरेच जण दारू पिवून धिंगाणा घालत असल्याचे सांगितले. त्यामुळे उपनिरीक्षक देशमुख, स.फौ. कोतकर, पोलिस अंमलदार शिरीष तरटे, अतुल कोतकर, राहुल शिंदे व संदीप साठे हे तेथे गेले. उपनिरीक्षक देशमुख यांनी तेथे डी जे पुढे नाचणाऱ्या तरुणांना रात्र खूप झालीय, डी जे बंद करत शांतता राखा असे सांगितले.

त्यावेळी काही जण देशमुख यांच्या अंगावर धावून जात अरेरावी करू लागले. त्यांना पथकातील इतर पोलिस कर्मचारी त्यांना समजावून सांगत असताना त्यांनी पोलिसांना शिवीगाळ करत धक्काबुक्की केली. त्यावेळी एक तरुणी मोबाईल मध्ये व्हिडीओ काढत पुढे आली व मी नवरी आहे, माझी हळद आहे. आम्ही डी जे बंद करणार नाही, तुम्हाला काय करायचे ते करा असे म्हणाली. त्यावेळी काही महिला व तरुण पोलिस पथकाच्या अंगावर धावून येत त्यांना धक्काबुक्की करू लागले.

पोलिस पथकाने त्यातील रोहित अनिल भालेराव (रा. इम्पिरियल चौक) इम्तियाज हबीब बागवान (रा.आलमगीर, भिंगार), ईश्वर शिवाजी धीवर (रा.भोसले आखाडा), हर्षल शाम गायकवाड (रा. अकोळनेर, ता. नगर), तुषार मच्छिंद्र घायमुक्ते (रा.भोसले आखाडा), मच्छिंद्र शिवाजी घायमुक्ते (रा.भोसले आखाडा) यांना पकडून पोलिस ठाण्यात आणले. या ६ जणांसह डी जे चालक विकी बापू माने (रा. मल्हार चौक) व नवरी तसेच अनोळखी काही महिला यांच्या विरुद्ध बीएनएस कलम १३२, १२१ (१), १८९ (२), १९०, १९१ (१), १९१ (२) सह पर्यावरण संरक्षण अधिनियम १९८६ चे कलम ३,१५ सह ध्वनी प्रदुषण (नियम आणि नियंत्रण) २००० चे कलम ३, ५, ६ प्रमाणे गुन्हा दाखल केला आहे.

लताबाई गांधी यांचे संथाराव्रतात निधन

नगर – नवजीवन कॉलनी, पूनममोतीनगर येथील रहिवासी सौ. लताबाई रमेशलाल गांधी (वय ७१) यांचे १२ डिसेंबर रोजी संथाराव्रतात निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर १३ डिसेंबर रोजी नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे पती, २ मुले, १ मुलगी, सुना, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. रमेशलाल गांधी यांच्या त्या पत्नी, विजय, अमोल गांधी व वैशाली मुनोत यांच्या मातोश्री होत.

हिराबाई साळवे यांचे अल्प आजाराने निधन

नगर – नेप्तीगेट, टांगेगल्ली येथील हिराबाई जनार्दन साळवे (वय ५५) यांचे १३ डिसेंबर रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे पती, २ मुले, १ मुलगी, सुना, नातवंडे, जावई असा परिवार आहे. बिपीन, सागर यांच्या त्या मातोश्री होत.

दौपदाबाई हराळ यांचे निधन

वाळकी – अहिल्यानगर तालुक्यातील गुंडेगाव येथील रहिवासी द्रौपदाबाई नामदेव हराळ (वय ८७) यांचे यांचे १३ डिसेंबर रोजी रात्री दीर्घ आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर गुंडेगाव गावठाण स्मशानभूमीत अंत्यसंस्कार करण्यात आला.

त्याच्या पश्चात पती, एक मुलगा, तीन मुली, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे. सेवानिवृत्त शिक्षक दत्तात्रय हराळ यांच्या त्या मातोश्री होत.

सुभद्राबाई भोर यांचे वृद्धापकाळाने निधन

नगर – भोरवाडी, ता.नगर येथील रहिवासी सुभद्राबाई भिवसेन भोर (वय ९२) यांचे १३ डिसेंबर रोजी वृद्धापकाळाने निधन झाले. भोरवाडी अमरधाम येथे त्यांच्या पार्थिवावर अंत्यसंस्कार करण्यात आले.त्यांच्या मागे २ मुले, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे. अॅड. बाळासाहेब भोर, बाबासाहेब भोर (गुरुजी) यांच्या त्या आई तर अॅड. सुरेश भोर यांच्या आजी होत.

नामदेव तरटे यांचे अल्प आजाराने निधन

श्रीरामपूर – येथील सिद्धीविनायक हनुमान मंदिर समोरील श्रीदत्त ड्रायक्लिनर्सचे मालक नामदेव जनार्दन तरटे (वय ६४) यांचे १२ डिसेंबर रोजी सायं.५ वा. पुणे येथे अल्प आजाराने दु:खद निधन झाले. त्यांच्या पश्चात पत्नी, एक भाऊ, एक मुलगा, दोन विवाहीत मुली, पुतणे, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. विमा प्रतिनिधी प्रकाश तरटे यांचे धाकटे बंधू, धनंजय तरटे यांचे वडील, सचिन व गणेश तरटे यांचे चुलते होत

मुकूंदनगर परिसरात गोमांस विक्री करताना पकडले; गुन्हा दाखल

नगर – मुकूंदनगर परिसरातील अभिलाषा कॉलनी येथे जाकिर हुसेन शाळेच्या अलिकडे असलेल्या एका गाळ्यात गोमांस विक्री करताना भिंगार कॅम्प पोलिसांनी एकाला पकडले आहे. त्याच्याकडून गोमांस, लोखंडी सत्तूर, वजनकाटा असा १२ हजार ८०० रुपयांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला. १२ डिसेंबर रोजी सकाळी १०.१५ च्या सुमारास ही कारवाई करण्यात आली.

मुकूंदनगर परिसरात गोमांस विक्री केली जात असल्याची माहिती सपोनि. जगदिश मुलगीर यांना मिळाली होती. त्यानुसार त्यांनी पथकाला कारवाईसाठी पाठविले. या पथकाने तेथे जावून सोहेल रऊफ कुरेशी (वय २५, रा. सदर बाजार, भिंगार) यास पकडून त्याच्याकडून गोमांस जप्त केले. त्याच्याविरुद्ध पोकॉ. प्रमोद लहारे याच्या फिर्यादीवरुन गुन्हा दाखल करण्यात आला.

महानगरपालिका निवडणुकीसाठी भाजपाच्या १५ डिसेंबरला इच्छुक उमेदवारांच्या मुलाखती

नगर – लवकरच होणाऱ्या अहिल्यानगर महानगरपालिकेच्या निवडणुकीसाठी भारतीय जनता पार्टीच्या इच्छुक उमेदवारांच्या मुलाखती १५ डिसेंबर रोजी तारकपूर येथील हॉटेल व्ही स्टार येथे सकाळी ११ वाजल्यापासून होणार आहेत. यासाठी इच्छुकांनी पक्षाकडे अर्ज दाखल करणे बंधनकारक आहे. १५ डिसेंबरला सकाळी ११ ते १२ या वेळेत केडगाव भागातील प्रभाग क्र.१५,१६ व १७. दुपारी १२ ते २ या वेळेत सावेडी भागातील प्रभाग क्र.१ ते ४ व ६, ७ व ८ तसेच दुपारी ३ ते ५ या वेळेत मध्यनगर मधील प्रभाग क्र. ५ व ९ ते १४ या पद्धतीने इच्छुकांच्या मुलाखती होणार आहेत. इच्छुकांनी एकाचवेळी गर्दी न करता आपल्या प्रभागाच्या वेळेनुसार मुलाखतीसाठी उपस्थित राहावे. अशी महिती भाजपचे शहर जिल्हाध्यक्ष अनिल मोहिते यांनी दिली.

अधिक माहिती देताना सरचिटणीस अशोक गायकवाड यांनी सांगितले, निवडणूक प्रभारी तथा पालकमंत्री राधाकृष्ण विखे यांच्या मार्गदर्शनाखाली आगामी महानगरपालिकेच्या निवडणुकीसाठी इच्छुक उमेदवारांच्या मुलाखती घेण्यात येणार आहेत. यासाठी सह प्रभारी आ.विक्रमसिंह पाचपुते, डॉ. सुजय विखे, भाजपचे शहर जिल्हाध्यक्ष अनिल मोहिते, दक्षिण जिल्हाध्यक्ष दिलीप भालसिंग, उत्तर जिल्हाध्यक्ष नितीन दिनकर, महायुतीचे समन्वयक सुनील रामदासी व जिल्हा समन्वयक विनायक देशमुख यांच्या उपस्थितीत या मुलाखती होणार आहेत. राखीव मतदारसंघातील उमेदवारांनी आरक्षणानुसार जात पडताळणी प्रमाणपत्राची झेरॉक्स अर्जासोबत जोडावी.

इच्छुक उमेदवारांना लक्ष्मीकारंजा चौकातील भाजपच्या पक्ष कार्यलयात १३ डिसेंबरला सकाळी १० ते २ व रविवारी दुपारी १ वाजेपर्यंत मोफत अर्ज मिळणार आहेत. रविवारी हे अर्ज जमा करून त्या अर्जांची छाननी होणार आहे. प्रत्यक्ष मुलाखतीसाठी इच्छुक उमेदवाराने एकट्याने यावे. सोबत कार्यकर्ते अणु नये. मुलाखतीच्या ठिकाणी शक्तिप्रदर्शन करणाऱ्यांची गंभीर दखल घेतली जाईल.

इच्छुक उमेदवारांनी अर्जाच्या अधिक माहितीसाठी अविनाश वाणी मोबाईल क्र. ९०२१७३२५३० येथे संपर्क साधावा.

छावनी परिषद अहिल्यानगर शाळेला राष्ट्रीय पातळीवरील पुरस्कार जाहीर

भिंगार – पीएमश्री अंतर्गत विविध शैक्षणिक व सहशालेय उपक्रमांचे आयोजन, सिएसआर फंडातून शाळेत झालेला अमुलाग्र बदल, अद्ययावत बालवाटिका व पुर्वप्राथमिक वर्ग, सुसज्ज अॅस्ट्रॉनॉमी लॅब, सर्व सोयींनी युक्त क्रीडांगण, नाविण्यपुर्ण उपक्रमांतर्गत बनवलेली परसबाग, कृतीयुक्त होत असलेले अध्यापन तसेच स्कॉलरशिप परिक्षा, एनएमएमएस परिक्षा, क्रीडा स्पर्धा, चित्रकला, जिल्हा पातळीवरील विज्ञान प्रदर्शनातील यश, गायनाच्या जिल्हा तसेच राज्यस्तरीय स्पर्धामध्ये मिळवलेल्या उल्लेखनीय यश, या सर्व बाबींची दखल घेत महानिदेशक रक्षा संपदा विभाग, नवी दिल्ली यांच्या वतीने दिला जाणारा राष्ट्रीय पातळीवरील प्रतिष्ठेचा रक्षामंत्री पुरस्कार छावनी परिषद अहिल्यानगर यांना जाहीर झाला आहे.

मागील काही वर्षात शाळेतील विद्यार्थ्यांनी शिष्यवृत्ती परीक्षेच्या जिल्हा गुणवत्ता यादीत स्थान मिळवले आहे. तसेच NMMS (नॅशनल मीन्स–कम–मेरिट स्कॉलरशिप) परीक्षेतही यश संपादन केले आहे. तसेच चित्रकलेच्या इंटरमिजीएट, इलिमेंटरी परिक्षेत मिळवलेले यशाने शाळेच्या नावलौकिकात भर घातली आहे.

या शैक्षणिक यशांचा विचार करून छावनी परिषद अहिल्यानगर यांना हा मानाचा पुरस्कार जाहीर करण्यात आला आहे.

पुरस्कार वितरण सोहळा १६ डिसेंबर रोजी चाणक्य भवन, नवी दिल्ली येथे होणार असून केंद्रीय संरक्षणमंत्री राजनाथ सिंह यांच्या हस्ते व महानिदेशक रक्षा संपदा विभाग यांच्या प्रमुख उपस्थितीत हा सोहळा पार पडणार आहे.

या यशाबद्दल छावनी परिषदेचे अध्यक्ष पी.सुनिलकुमार, छावनी परिषदेच्या मुख्य कार्यकारी अधिकारी पल्लवी विजयवंशी, मनोनित सदस्य वसंत राठोड, कार्यालयीन अधिक्षिका स्नेहा पारनाईक, शाळा व्यवस्थापन समित्यांचे अध्यक्ष, मुख्याध्यापक संजय शिंदे, राजू भोसले, मुबीना सय्यद तसेच शाळेतील शिक्षकवृंद, विद्यार्थी व पालकवर्ग यांनी आनंद व्यक्त केला

नगरमधून पळवून नेलेल्या अल्पवयीन मुलीला आरोपीसह गोव्यात पकडले

नगर – नगर तालुक्यातील मठपिंप्री गावातून १४ नोव्हेंबरला लग्नाचे आमिष दाखवून फूस लावून पळवून नेलेल्या अल्पवयीन मुलीला व आरोपीला नगर तालुका पोलिसांच्या पथकाने गोव्यात पकडले. प्रतिक संजय मुरुमकर (वय २३, रा.कोयाळ, ता. आष्टी, जि. बीड) असे आरोपीचे नाव असून, त्याच्यावर मुलीच्या जबाबावरुन अत्याचाराच्या गुन्ह्याचे वाढीव कलम लावण्यात आले आहे.

आरोपी प्रतिक याने अल्पवयीन मुलीला लग्नाचे आमिष दाखवून १४ नोव्हेंबर रोजी रात्री महिंद्र झायलो गाडीतून पळवून नेले होते. याबाबत नगर तालुका पोलिस ठाण्यात बीएनएस कलम १३७ (२) नुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला होता. सदर मुलीचा शोध घेण्यासाठी तिच्या नातेवाईकांनी आंदोलनही केले होते. या मुलीचा व आरोपीचा शोध घेण्यासाठी सपोनि. प्रल्हाद गिते यांनी पोहेकॉ. आबासाहेब झावरे, नितीन शिंदे, राजू खेडकर, सचिन म्हस्के यांचे पथक नियुक्त केले होते. या पथकाने तसेच मोबाईल सेल दक्षिण विभागाचे पोकॉ. राहुल गुंडू यांनी तांत्रिक तपासातून सदर आरोपी हा गोवा येथे असल्याचे निष्पन्न केले. त्यानंतर पथकाने गोवा येथे जावून आरोपी व मुलीला ताब्यात घेतले.

पोलिसांना गुंगारा देण्यासाठी आरोपीची चतुराई

आरोपी प्रतिक मुरुमकर याने सदर मुलीला पळवून नेताना अतिशय चतुराई दाखवली. गाडीत बसताच मोबाईल बंद केले. तो मुलीला घेवून प्रथम राहुरी येथे गेला. तेथे त्याने गुन्ह्यात वापरलेली गाडी टोलनाक्यावरील कॅमेऱ्यात दिसून आपण पकडले जावू म्हणून सदर गाडी राहुरी येथे नातेवाईकांकडेच लावली. नंतर तेथून खासगी ट्रॅव्हल्स्ने प्रथम कोल्हापूर व नंतर गोवा येथे गेला. गोव्यात मित्राच्या मदतीने नावेली परिसरातील भाड्याने खोली घेवून तो राहत होता. त्यामुळे त्याचा कुठलाही सुगावा पोलिसांना लागत नव्हता. मात्र अवघ्या १० सेकंदासाठी त्याने एका व्यक्तीचे घेतलेले मोबाईलचे हॉटस्पॉट त्याला महागात पडले आणि त्याचे लोकेशन पोलिसांना ट्रेस झाले. पोलिसांनी त्याच्याविरुद्ध मुलीने दिलेल्या जबाबावरुन बीएनएस ६४ प्रमाणे अत्याचाराचे वाढीव कलम लावले असून, त्याला १२ डिसेंबर रोजी न्यायालयात हजर केले असता न्यायालयाने ५ दिवसांची पोलिस कोठडी सुनावली आहे.

अल्पवयीन मुलीला पळवून नेणाऱ्या आरोपीला गोवा येथून पकडून आणल्यानंतर त्याच्यासमवेत नगर तालुका पोलिसांचे पथक.

गृहिणी

आरोग्य

हिवाळ्यात खा ब्रोकोली

तुमचे शरीर उबदार ठेवण्यासाठी आणि आजारांपासून मुक्त राहण्यासाठी तुमच्या आहाराची विशेष काळजी घेणे अत्यंत आवश्यक आहे. या ऋतूमध्ये विविध प्रकारच्या हंगामी भाज्या देखील येतात. औषधी गुणधर्मांनी समृद्ध असलेल्या ब्रोकोलीचे सेवन केल्याने कफ आणि पित्त शांत करणारे घटक असतात, शरीराच्या अंतर्गत उष्णतेचे संतुलन राखतात. ते जमा झालेले विषारी पदार्थ कमी करते आणि यकृताच्या अग्निला बळकटी देते, ज्यामुळे शरीराची नैसर्गिक शुद्धीकरण सुधारते. पौष्टिकतेने समृद्ध असलेले ब्रोकोलीचे सेवन डोळ्यांसाठी अत्यंत फायदेशीर आहे. ते खाल्ल्याने व्हिटॅमिन ए, बीटा-कॅरोटीन, फॉस्फरस आणि इतर व्हिटॅमिन सीचे फायदे देखील मिळतात.

पाककला

शिंगाडा शिरा

साहित्य : शिंगाड्याचे पीठ : १ वाटी साखर : पाऊण वाटी ते १ वाटी (आवडीनुसार) साजूक तूप : अर्धी वाटी, गरम पाणी किंवा गरम दूध : २ ते २.५ वाटी (पाण्याचे प्रमाण पिठाच्या गुणवत्तेनुसार थोडे कमी-जास्त होऊ शकते) वेलची पूड : १/२ चमचा, काजू, बदाम, पिस्ते : गरजेनुसार (तुकडे केलेले), बेदाणे : ८-१० (पर्यायी)

कृती : एंका जाड बुडाच्या कढईत किंवा पॅनमध्ये साजूक तूप गरम करा. तूप गरम झाल्यावर त्यात काजू, बदाम, पिस्ते घालून हलके सोनेरी होईपर्यंत तळून घ्या आणि एका वाटीत काढून ठेवा. आता त्याच तुपात शिंगाड्याचे पीठ घाला. गॅस मंद ठेवा. पीठ मंद आचेवर सतत हलवत हलका तपकिरी रंग येईपर्यंत आणि तुप सुटेपर्यंत भाजा. याला साधारण ५ ते ७ मिनिटे लागू शकतात. शिऱ्याला चांगली चव येण्यासाठी पीठ व्यवस्थित भाजणे महत्त्वाचे आहे. पाणी/दूध घालणे: पीठ भाजल्यावर गॅस पूर्णपणे मंद करा आणि त्यात गरम पाणी किंवा गरम दूध हळू हळू घाला. यावेळी शिरा उडू शकतो, त्यामुळे काळजी घ्या. गुठळ्या होऊ नयेत म्हणून लगेच मिश्रण व्यवस्थित मिसळून घ्या. साखर आणि वेलची पूड घालून शिरा पुन्हा चांगला मिक्स करा. शिऱ्यावर झाकण ठेवून मंद आचेवर २ ते ३ मिनिटे वाफ येऊ द्या. शिरा कढई सोडायला लागला आणि तूप बाजूने सुटले की समजा शिरा तयार आहे.

वास्तू

केरसुणी संबंधी

✻ झाडू वर कधीही पाय ठेवू नये. असे मानले जाते की यामुळे लक्ष्मी आई रागावून जाते आणि घरात दारिद्र्य येतं. झाडूचा अपमान हा लक्ष्मीचा अपमान मानला गेला आहे

✻ घरात झाडू कधीही उलट्या बाजूने ठेवू नये. वास्तूच्या नियमानुसार, झाडू उलटी करून ठेवल्यामुळे कौटुंबिक कलह वाढतात.

✻ झाडूला कधीही घराच्या बाहेर ठेवू नये, किंवा घराच्या गच्चीवर देखील ठेवू नये. वस्तू नियमानुसार झाडूला घराच्या बाहेर किंवा गच्चीवर ठेवणे अशुभ मानले जाते.

सौंदर्य

एका भांड्यात १ चमचा ताजी दुधाची क्रीम आणि १ चमचा मध घालून चांगले मिसळा. हे मिश्रण चेहरा आणि शरीराच्या त्वचेवर चांगले लावा आणि १०-१५ मिनिटे तसेच राहू द्या. नंतर कोमट पाण्याने धुवा. आठवड्यातून २-३ वेळा हा उपाय वापरल्याने तुमची त्वचा हिवाळ्यातही मऊ आणि चमकदार राहील.

सल्ला

✻ डोसा कुरकुरीत करण्यासाठी त्यात पोह्याचा चुरा मिसळा. ✻ भाज्या किंवा फळे ४-५ तास आधीपासून कापून ठेवू नये.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. १४ डिसेंबर २०२५

शुक्र पूर्व लोप, शके १९४७ विश्वावसुनामसंवत्सर, मार्गशीर्ष कृष्णपक्ष, हस्त ०८।१९, सूर्योदय ०६ वा. ३७ मि. सूर्यास्त ०५ वा. ३२ मि.

राशिभविष्य

मेष : आजचा दिवस कठोर परिश्रम करण्यात जाईल. आजची संध्याकाळ मित्रांबरोबर व्यतित कराल.

वृषभ : मानसिक सुखशांती मिळेल. कामाच्या ठिकाणी प्रसन्न वातावरण राहील. कुटुंबाकडून सहयोग मिळेल.

मिथुन : प्रवासासाठी दिवस उत्तम आहे व वरिष्ठांशी संपर्क आपल्यासाठी आनंद देणारा ठरेल. मनोरंजनासाठी वायफळ खर्च होईल.

कर्क : व्यस्त रहाल. मनोरंजनासाठी काही प्लॅन कराल. व्यापार-व्यवसायिकांना दिवस संमिश्र. शत्रूंपासून दूर राहा.

सिंह : काळ अनुकूल आहे कामे सहज होतील. राजकारणी लोकांचा पाठिंबा मिळेल. मन उल्हासित होईल. नवीन कार्यात, योजनांमध्ये यश मिळेल.

कन्या : वैवाहिक जीवनात वातावरण मधुर राहील. काही प्रश्नांची सोडवणूक सर्वांना एकत्र आणून करावी लागेल.

तूळ : कामाचा भार अधिक राहील. जोखमीची कामे टाळा. महत्वाचे काम टाळा. कौटुंबिक सभासदांशी वादविवाद टाळा.

वृश्चिक : एखाद्याच्या सहयोगाने कार्ये पूर्ण होतील. जोडीदाराबरोबर घालवलेली वेळ सुखद राहील. देवाण-घेवाण टाळा.

धनु : आज आपणास जास्त खर्च करावा लागू शकतो. इतरांना सहकार्य केल्याने वाद उद्भवू शकतात. आर्थिक उन्नति होईल.

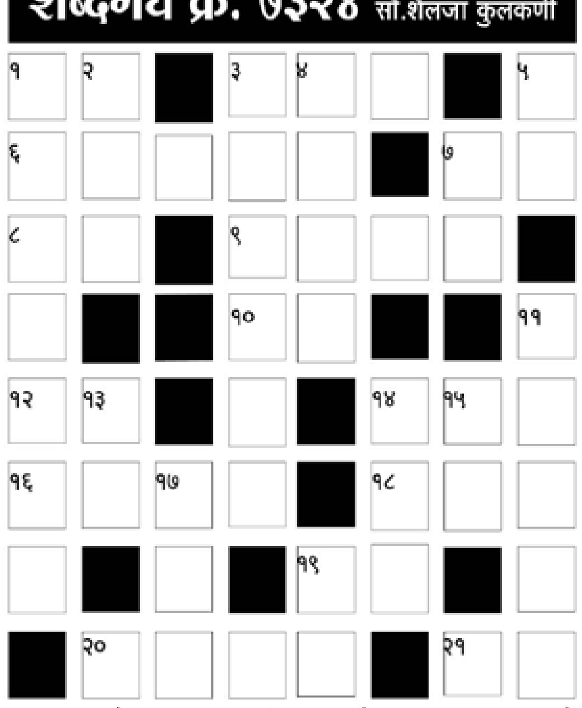
मकर : एखादे नवे नाते आपल्यावर प्रभाव पाडेल. प्रवासाचे योग संभवतात. संस्था, संघटनेत महत्वाचे काम मिळू शकते.

कुंभ : प्रवासाचे योग संभवतात. संस्था, संघटनेत महत्वाचे काम मिळू शकते. आरोग्य उत्तम राहील.

मीन : आरोग्याची व खाण्या-पिण्याची काळजी घ्या. आर्थिक नुकसानाची शक्यता आहे. कामांची गती मंदावेल. शांत रहा.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

शब्दगंध क्र. ७३२४ सौ.शैलजा कुलकर्णी



आडवे शब्द :- १) गळ्याची मागची बाजू; आदर ३) एक जलदेवता; आश्रय; थारा ६) 'सकारात्मक'च्या विरुद्ध ७) समान संख्यांचा गुणाकार; हानी ८) हार; तुलना; बरोबरी; माळ ९) सत्यसाईबाबा यांचा आंध्र प्रदेशातील आश्रम १०) जगातील आद्य समजले जाणारे भारतीय ग्रंथ १२) शरीर प्रकृतीत निर्माण होणारी विकृती १४) एक फूल; सरोज; नीरज; पंकज १६) प्रसन्न होऊन दिलेली देणगी १८) अत्युच्च; सर्वोच्च १९) एक द्रवरूप धातू २०) संकट; अरिष्ट; आपत्ती २१) हेतू; योजना

उभे शब्द :- १) हिंदूंचे तीर्थक्षेत्र असलेला हिमालयातील एक जलाशय २) नाही म्हणणे ३) स्वत:चे निवेदन; नवविधा भक्तींपैकी एक ४) पांघरण्याचे एक उंची वस्त्र; शाल ५) माहीत असलेले; जाणलेले ७) उष्णतेमुळे त्वचेतून बाहेर पडणारे पाणी ११) अस्थिर; दोलायमान; डगमगीत १३) फळातील रसाळ भाग; मगज १४) गदळ; केर १५) नाश पावलेला भाग १७) प्रमाण; प्रमाणपत्र; आधार; गमक; पुरावा १९) पडणे; पतन

शब्दगंध क्र. ७३२३ चे उत्तर

✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ मुलांचे विश्व ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻

: संकलक : ॲड.सौ. पूजा गुंदेचा

सुविचार : कुणावाचून कुणाचं काही अडत नाही हे जरी खरं असलं तरी कोण कधी उपयोगी पडेल हे सुद्धा सांगात येत नाही.

मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन

कोणते कपडे मशीनमध्ये आणि कोणते हाताने धुवावेत?

कपडे धुणे ही एक कला आहे; जर तुम्हाला हे माहित नसेल तर हजारो किमतीचे कपडे देखील घाणेरडे दिसतील आणि लवकर खराब होतील. हो, कपडे विभागांमध्ये धुणे नेहमीच चांगले. तथापि, कोणते कपडे मशीनमध्ये धुवावेत, कोणते हाताने धुवावेत आणि कोणते ड्राय क्लीन करावेत हे जाणून घेणे देखील महत्त्वाचे आहे.

वॉशिंग मशीनमध्ये नेहमी कपडे वेगळे करा. हिवाळ्यातील लोकरीचे कपडे वेगळे धुवा. जाड जीन्स आणि पॅन्ट मशीनमध्ये एकत्र धुता येतात. तुम्ही तुमचे सर्व घरातील टॉवेल एकत्र धुवावेत. जर टॉवेल इतर कपड्यांमध्ये मिसळले असतील तर त्यांचे धागे आणि लिंट इतर कपड्यांना चिकटतील. त्याचप्रमाणे, रंगीत कपडे जे रंगीत होत नाहीत ते वेगळे धुवावेत. जर कपडे खूप मऊ असतील तर ते लाईट मोडवर धुवावेत. घरातील चादरी आणि उशाचे कव्हर वेगळे धुवावेत. नेहमी काळे कपडे एकत्र धुवावेत. काळे कपडे धुताना फक्त द्रव साबण वापरा. डिटर्जंट पावडर काळ्या कपड्यांवर खुणा सोडू शकते. पांढरे कपडे इतर कोणत्याही रंगाने धुवू नका.

काही कपड्यांचा रंग उडाला असेल तर ते हाताने आणि वेगळे धुवावेत. पांढरे कपडे हाताने धुणे चांगले. जास्त घाणेरडे न होणारे ऑफिस कपडे हाताने धुवावेत. मऊ सुती टॉप आणि लिनेन शर्ट नेहमी हाताने धुवावेत. हलके काम असलेले सूट आणि कुर्ते देखील हाताने धुवावेत. हवे असल्यास काळे कपडे देखील हाताने धुता येतात. हात धुण्यामुळे कपड्यांची चमक टिकते.

यामुळे कपड्यांचा रंग लवकर फिकट होण्यापासून रोखला जातो. कपडे धुण्यापूर्वी एकदा तुमच्या कपड्यांवर दिलेला टॅग नक्कीच तपासा. बहुतेक ड्राय-क्लीन करण्यायोग्य कपडे ड्राय-क्लीन ओन्ली लिहिलेले असतात, असे कपडे घरी धुतल्यास खराब होऊ शकतात. जर तुम्ही साड्या, वर्क सूट, कोट, शाल किंवा विंटर जॅकेट ड्राय-क्लीन केले तर त्यांची चमक टिकून राहील आणि कपडे देखील खराब होणार नाहीत. जर कोणत्याही कपड्यांवर असा डाग असेल जो काढणे कठीण वाटत असेल तर तुम्ही ते ड्राय-क्लीन करून घ्यावे. ड्राय-क्लीनिंगमुळे कपड्यांचे आयुष्य लक्षणीयरीत्या वाढते.

उपकार

एक पक्षी पकडणारा एकदा चिमणीला पकडण्यासाठी जाळ लावतो. त्या जाळात थोड्याच वेळात एक गरूड अडकतो. तो गरूडाला घेऊन घरी येतो आणि त्याचे पंख कापतो. आता त्या गरूडाला उडता येत नाही तो घरात राहून तिथेच फिरायचा. त्या पक्षी पकडणाऱ्याच्या घराच्या जवळ एक शिकारी राहत होता. त्याच्या कडून त्या गरूडाची दशा बघवली जात नव्हती तो त्या पक्षी पकडणाऱ्याकडे जातो आणि त्याला म्हणतो मित्रा मला माहित आहे की आपल्याकडे एक गरूड आहे आणि आपण त्याचे पंख कापून टाकले आहे. गरूड एक शिकार करणारा पक्षी आहे लहान लहान प्राण्यांना खाऊन तो आपले पोट भरतो. या साठी त्याचे उडणे आवश्यक आहे. पण आपण त्याचे पंख कापून त्याला अधू बनवून टाकले आहे. तरी आपण त्याला मला विकणार का?

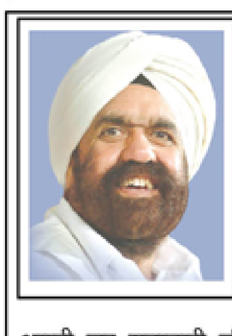
त्या पक्षी पकडणाऱ्यासाठी ते गरूड तर काहीच कामाचे न्हवते, म्हणून त्याने त्या शिकाऱ्याची गोष्ट ऐकून काही पैसे घेऊन ते गरूड विकले. शिकारी त्या गरूडाची सेवा करतो त्याला औषध देतो त्याचा व्यवस्थित सांभाळ करतो. दोन महिन्यातच गरूडाचे नवे पंख येतात आणि तो पुन्हा उडण्याच्या स्थितीत येतो. आता शिकारी त्या गरूडाला आकाशात उडण्यासाठी सोडतो. गरूड उंच भरारी घेतो. शिकारी त्याला उडताना बघून खूप आनंदी होतो. गरूड देखील खूप आनंदी होतो आणि शिकारीसाठी खूप कृतज्ञ होतो.

त्यासाठी तो शिकारी साठी एक ससा मारून आणतो. त्याला बघून एक कोल्हा गरूडाला म्हणतो की 'मित्रा जो माणूस तुला काही हानी देऊ शकत नाही त्याला सुख देऊन काय फायदा होणार?

त्यावर गरूड त्याला उत्तर देतो की 'प्रत्येकाला त्याचे उपकार मानले पाहिजे ज्यांनी त्यांची मदत केली आहे आणि अशांपासून सावध राहायला पाहिजे जे त्यांना हानी देऊ शकतात.

तात्पर्य - प्रत्येकाला नेहमी मदत करणाऱ्याच्या प्रति कृतज्ञ असावे.

जीवन का अमृत (भाग १)



ध्यान-अभ्यास

जर आम्ही ध्यान-अभ्यास करणाऱ्या व्यक्तीबरोबर आमचा वेळ व्यतीत करू तर आम्हीही ध्यान-अभ्यास करू लागू. आम्ही जर सदाचारी जीवन आणि सद्गुणांना महत्त्व देणाऱ्या लोकांच्या संगतीत राहू लागलो तर आम्हीही । त्यांच्याप्रमाणे जीवन व्यतीत करू लाग. आम्ही आमच्या संगतीकडे लक्ष द्यावे. आमच्या व्यक्तीगत प्रगतीमध्ये आम्हास चुकीचे मार्गदर्शन करणाऱ्या मित्रांची निवड आम्ही करतो का? वा जे आम्हांस आध्यात्मिक जीवन जगण्यास मदत करतात त्यांची निवड करतो. आम्ही उष्णतेपासून वाचण्यास वातानुकुलित वा बर्फाच्या लादीजवळ बसतो.

(क्रमश:)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

अंतरिक बल (भाग - २)

उनका सादापन

एक दिन जगदीश भाई ने मुझ से पूछा, तुमने सब बातें सुनी हैं ना, सब कार्यक्रमों में आयी थी ना! कौन-सी बातें अच्छी लगीं? मैं बताती गयी कि ये-ये बातें अच्छी लगीं। इनमें पोछी लगाते समय जो सुनी थी वो भी थीं और जो भाषणों में दादियों से सुनी थीं वो भी थीं। फिर उन्होंने कहा कि यह सब समाचार रविवार की क्लास में सुनाना। मैं हमेशा उनसे कहती थी, भाई साहब, आपका तो ऐसा है, 'जस केले के पात, पात में पात तस ज्ञानी की बात में बात, बात में बात।' जैसे केले के पत्ते आप निकालो, एक निकालेंगे तो दूसरा आयेगा, दूसरा निकालेंगे तो तीसरा आयेगा। (क्रमश:)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

हसा आणि शतायुषी व्हा!

बायको : अहो ऐका ना, माझ्यासाठी घ्या की एक उखाणा
नवरा : पोत ज्वारीचं सुईन उसवलं,
माझ्या बायकोनी मला पावडर लावून फसवलं

करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी

✻ ऑक्सफर्ड विद्यापीठ कोठे आहे?

– बिटन

– अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

साहित्य सहवास – विचार आणि वेळ

एकदाच मिळणारं मनुष्य जीवन. हे जीवन अत्यंत विचारपूर्वक जगायला हवं. विचारपूर्वक जगायचं म्हणजे विचार करणं अटळ आहे. विचार करुन प्रत्येक कृती केली तर त्याचे सुपरिणाम आपल्याला दिसतात. असं म्हंटलं जातं की काही बोलण्यापूर्वी दोन वेळा विचार करा पण बोलुन विचार करु नका. बोलणं ही कृती अगदी साधी आहे असं आपल्याला वाटतं. पण कधी कधी अविचाराने बोललो तर त्याची फळं चांगली मिळत नाहीत. त्या अविचाराने बोलण्यामुळे आपल्यावर वाईट वेळ येते. एखाद्याच्या विषयी असं ऐकायला मिळतं की ती व्यक्ती कुठं, काय बोलेल ह्याचा नेम नाही, त्याच्यापासून चार हात दूर राहा. ह्याचाच अर्थ विचारपूर्वक बोलणं अथवा विचारपूर्वक कृती करणं फक्त महत्वाचंच नाही तर अत्यंत गरजेचं आहे. सकाळी उठल्यापासून रात्री झोपेपर्यंत आपल्या मनात अनेक विचार येतात. हे विचार चांगले आणि वाईट ह्या प्रकारातले असतात. वाईट विचार मनात येऊ न देणं महत्वाचं आहे. अर्थात सकारात्मक विचार मनात आपणं महत्वाचं, गरजेचं आहे. आपली शारिरिक, मानसिक, आर्थिक परिस्थिती ह्यानुसार मनात विचार येतात. अनपेक्षित संकट उभ ठाकलं की विचार येतात. आपण इतरांसोबत कसं वागतो, इतरांना नेमका कसा मान देतो, ह्यामुळेही आपल्या मनात विचार येतात. आपल्या कुटुंबातल्या सदस्यांविषयीचे विचार म्हणजे त्यांचे स्वभाव, आवड, छंद, कामाचे स्वरुप, त्यांचं वागणं-बोलणं, त्यांची विशिष्ठ सवय, त्यांची मानसिकता ह्याविषयीचे विचारही आपल्या मनात येतात. आपला स्वतःची नोकरी अथवा व्यवसाय ह्याविषयीचेही विचार मनात येतात. विद्यार्थी असेल तर शाळा, शिक्षक, शिक्षकांचं शिकवणं. आपण किती लक्षपूर्वक ऐकतो, किती अभ्यास करतो, परिक्षेत किती गुण मिळवतो, वर्गातल्या मित्रांसोबत कसं वागतो, शाळेतील कोण- कोणत्या स्पर्धांमध्ये सहभाग घ्यायचा, आपलं ध्येय नेमकं काय असायला पाहिजे ? आपले वर्गमित्र स्वभावाने कसे आहेत ? ह्याविषयीचे विचार मनात येतात. थोडक्यात असं म्हणता येईल की व्यक्तिपरत्वे विचार वेगळे असतात. अविचार वाईट तसं अतिविचारही वाईटच. असं ऐकलंय की व्यक्तीच्या मनात कधी कधी सर्वात आधी नकारात्मक विचारच येतो. नकारात्मक विचार मनात आला तर त्या विचारामागे न धावता लगेचच त्या नकारात्मक विचाराला हुसकावुन लावण्यासाठी सकारात्मक विचार मनात आणायचा. असं म्हंटलं जातं अपयश आल्यावर जो क्षण खचण्याचा असतो तोच क्षण सावरण्याचा असतो. म्हणजेच ते अपयश मनापासून स्वीकाराचा विचार मनात आणायचा. खरं तर ती वेळ महत्वाची आहे. अपशाच्या वेळी स्वतः ला दुःखी करण्याऐवजी सकारात्मक विचार मनात आणुन स्वतःला सावरणं हेच आद्य कर्तव्य असतं. म्हणजेच विचार आणि वेळ ह्या एकाच नाण्याच्या दोन बाजु आहेत. आपल्यासमोर एखादी समस्या असेल तर ती समस्या सोडविण्यासाठी किती वेळ लागेल ह्याविषयीचा विचार महत्वाचा आहे.

गेल्या बारा वर्षांपासून मी 'साहित्य सहवास' ह्या शनिवारच्या साप्ताहिक सदरामध्ये लेख, लघुकथा लिहित आहे. गेल्या चाळीस वर्षांपासून मी वाचनासाठी वेळ देतो आहे, ह्यापुढेही देणारंच आहे. वाचनामुळे, मनापासून वाटलं लिहावं. वर्षानुवर्षे लेख, लघुकथा, एकांकिका, नाटकं, पथनाट्यं, शॉर्टफिल्म्स, वेबसिरिज, रेडिओड्रामा, कविता, मराठी-हिंदी गाणी लिहितो आहे. वेळेचा सदुपयोग केला तर मनात चांगले विचार येतातंच. हेच चांगले विचार वरिल साहित्य प्रकारात लिहिले की अनेक व्यक्ती ते वाचतात. मला असं म्हणावसं वाटतं की वाचन हा दैनंदिनीचा भाग झाला की चांगल्या विचारांचे स्थान मनात निर्माण होते. हेच चांगले विचार, आचरणात आणले की आपली प्रगती नक्कीच होते. विचार करणं हा मानवी जीवनाच्या दैनंदिनीतला अविभाज्य भाग आहे. फक्त तो विचार स्वसह इतरांचंही भलं करणारा असावा म्हणजे त्या विचारांमुळे स्वसह इतरांवरही चांगली वेळ येते. विचार करण्याची योग्य वेळ आणि योग्य स्थळसुध्दा असते. एखाद्या व्यक्तीसोबत आपली ओळख झाली. आपण त्यावेळी त्या व्यक्तीसोबत जे बोलतो त्यावरुन त्या व्यक्तीच्या लक्षात येतं की आपलं वाचन प्रचंड आहे. आपण चांगला विचार करतो. आपण वेळेचा चांगला उपयोग करतो. आपण विचारच केला नाही तर? ह्या प्रश्नाचे उत्तर असेल आपण व्यवस्थितपणे बोलु शकणार नाही, आपल्यापुढील समस्येवर मात करता येणार नाही, आपल्याला खूप रिकामा वेळ मिळेल पण आपण चांगलं असं निर्माण करु शकणार नाही. खरं तर विचार ही एक प्रचंड ताकद आहे आणि वेळसुध्दा प्रचंड ताकद आहे. वेळेवर योग्य, सर्वांगिण, स्वसह इतरांसाठीही हितकारक विचार करणं हे महत्वाचं आहे. स्वार्थी व्यक्तींचे विचार फक्त स्वकेंद्रीत असतात. समाजहितार्थ – राष्ट्रहितार्थ विचार करणं हे आपलं आद्य कर्तव्य आहे. विचार आणि वेळ ही अमूल्य संपत्ती आहे.

(लेख क्र.५७९)

– सुनील राऊत
माळीगल्ली, भिंगार, अहिल्यानगर
मो.९८२२७५८३८३

आरोग्य सखी

चाळिशीनंतरही टिकवा तारुण्य

गुडघेदुखी, मानदुखी व कंबरदुखी, अति वजन वाढणे हे आजार उद्भवतात. म्हणूनच शरीरातील रक्ताभिसरण सुधारण्यासाठी, प्राणवायूचा जास्तीत जास्त पुरवठा शरीराला होण्यासाठी तसेच शरीरातील विषद्रव्ये घामाद्वारे बाहेर टाकण्यासाठी व्यायामाची गरज असते. योगासने, अनुलोमविलोम, प्राणायाम, ओंकार गुंजन, दीर्घ श्वसन यांची साधना रोज करावी. हे शक्य झाले नाही तर रोज सकाळी किंवा संध्याकाळी ४५ मिनिटे भरभर चालण्याचा व्यायाम करावा. व्यायाम केल्यामुळे वजन नियंत्रणात राहून शरीराचा आकार प्राकृत राहतो. शरीरातील रक्तप्रवाह सुधारल्याने नव्या त्वचापेशींची निर्मिती होते. सर्व सांध्यांमध्ये लवचीकपणा निर्माण होतो. एकूणच शरीराची कार्यक्षमता वाढते.

(क्रमश:)

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

मैदानी खेळातून उत्तम शारीरिक क्षमता निर्माण होते

प्रा. शिवाजी विधाते यांचे प्रतिपादन; लक्ष्मीबाई भाऊराव पाटील विद्यालयात क्रीडा मेळाव्याचे बक्षीस वितरण

नगर – विद्यार्थ्यांनी आयुष्यात यशस्वी होण्यासाठी चांगले आदर्श, मेहनत आणि निरोगी शरीर आवश्यक आहे. शारीरिक क्षमता उत्तम असेल तर कोणत्याही क्षेत्रात क्षमता वाढते. त्यामुळे शालेय जीवनातच मैदानी खेळाकडे गांभीर्याने पाहणे गरजेचे असल्याचे स्पष्ट करुन प्रा. शिवाजी विधाते यांनी विद्यार्थ्यांना मैदानी खेळ खेळण्याचे आवाहन केले.

रयत शिक्षण संस्थेच्या कापड बाजार येथील लक्ष्मीबाई भाऊराव पाटील प्राथमिक व माध्यमिक विद्यालयात क्रीडा मेळावा अत्यंत उत्साहपूर्ण वातावरणात पार पडला.

रयत शिक्षण संस्थेच्या कापड बाजार येथील लक्ष्मीबाई भाऊराव पाटील प्राथमिक व माध्यमिक विद्यालयात क्रीडा मेळावा अत्यंत उत्साहपूर्ण वातावरणात पार पडला. बालवाडीपासून ते दहावीपर्यंतच्या विद्यार्थ्यांनी सहभाग घेतलेल्या या मेळाव्यात खो–खो, कबड्डी, धावणे, लांब उडी, उंच उडी, गोळाफेक, भालाफेक आदी खेळांचे रोमांचक सामने पाहायला मिळाले.

शरद पवार यांच्या वाढदिवसानिमित्त या क्रीडा मेळाव्याचे आयोजन करण्यात आले होते. मैदानावर झालेल्या खेळांमध्ये विद्यार्थ्यांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंफलदवला. या स्पर्धांचे बक्षीस वितरण राष्ट्रीय खेळाडूंच्या उपस्थितीत पार पडले. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी प्रा. शिवाजी विधाते होते. यावेळी जनरल बॉडी सदस्य ज्ञानदेव पांडुळे, नॅशनल बॉक्सिंग चॅम्पियन तसेच सल्लागार समिती सदस्य श्यामराव व्यवहारे, टाकळीभान स्कूल समितीचे सदस्य पंडितराव झावरे, गंगाराम बांडे, महाराष्ट्र युवक कबड्डी संघाचा कर्णधार व राष्ट्रीय खेळाडू समर्थ हिलुडे, खेलो इंडिया राष्ट्रीय मल्लखांब स्पर्धेतील सुवर्णपदक विजेती प्राची खळेकर, तसेच मल्लखांब–योग–एरियल सिल्क प्रशिक्षिका प्राजक्ता दळवी, माध्यमिकच्या मुख्याध्यापिका छायाताई काकडे, प्राथमिकच्या मुख्याध्यापिका लक्ष्मीताई आहेर, पत्रकार सूर्यकांत वरकड प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित होते.

राष्ट्रीय खेळाडू समर्थ हिलुडे याने शालेय जीवनात मैदानी खेळाची सवय लागली तर जीवनात शिस्त, आरोग्य आणि स्पर्धात्मक दृष्टिकोन एकाच वेळी विकसित होतो. प्रत्येक विद्यार्थ्याने एक तरी मैदानी खेळ नियमितपणे खेळला पाहिजे. खेळ आपल्याला हरावे– जिंकावे हे शिकवतो, पण त्याहूनही महत्वाचे म्हणजे तो संयम, संघभावना आणि जिद्द शिकवत असल्याचे सांगितले.

राष्ट्रीय मल्लखांब खेळाडू प्राची खळेकर म्हणाल्या की, मल्लखांब हा केवळ खेळ नाही तर पूर्ण शरीराचा व्यायाम आहे. पाया पासून डोक्यापर्यंत प्रत्येक स्नायूचे व्यायाम यातून होते. विद्यार्थ्यांनी मोबाईल व स्क्रीनपासून दूर होऊन अशा प्राचीन भारतीय खेळात भाग घेतला तर ते भावी आयुष्यात अधिक सक्षम होणार असल्याचे स्पष्ट केले.

ज्ञानदेव पांडुळे म्हणाले की, विद्यार्थ्यांमध्ये क्रीडा संस्कार रुजवण्यासाठी रयत शिक्षण संस्था सातत्याने प्रयत्न करत असते. आमच्या शाळेतून अनेक विद्यार्थी जिल्हा, राज्य आणि राष्ट्रीय स्तरावर चमकत आहेत. रयत शिक्षण संस्थेचे अध्यक्ष ना. शरद पवार यांनी शिक्षणाबरोबरच क्रीडा संस्कृती वाढविण्यास नेहमीच प्रोत्साहन दिले आहे. त्यांनी संपूर्ण संस्थेत एआय–आधारित शिक्षणाचे ध्येय पुढे ठेवून विद्यार्थ्यांसाठी नवे दालन उघडले असल्याचे त्यांनी सांगितले.

पाहुण्यांचे स्वागत प्राथमिकच्या मुख्याध्यापिका लक्ष्मीताई आहेर यांनी केले. प्रास्ताविक महादेव भद्रे यांनी केले. विजेत्या खेळाडूंना स्कूल कमिटीचे सदस्य अर्जुनराव पोकळे व अंबादास गारुडकर यांनी शुभेच्छा दिल्या.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन सौ. एस. जी. पिसाळ यांनी केले. स्पर्धा यशस्वी करण्यासाठी सांस्कृतिक विभाग प्रमुख एस. एम. गारुडकर, उर्मिला साळुंके, शालेय क्रीडा प्रमुख पी. आर. पालवे, मीनाक्षी खोडदे यांनी परिश्रम घेतले.

प्रेरणादायी अक्षरधन

सर्जनाचा आनंदसोहळा

माणूस आपल्या असामान्य सर्जनशक्तिने आणि रसिकतेने असे काही नवे निर्माण करतो की ती नवनिर्मिती ही त्याची प्रतिसृष्टीच होय.

गुरुदेव रवीन्द्रनाथ टागोरांनी म्हटले आहे की 'माणसाची सृजनशक्ती ही ईश्वराच्या सृजनशक्तिशी तुलना करता अल्प आहे. तरीही तो आपली कल्पकता, विचार आणि कौशल्य यांचा उपयोग करून निसर्गातील सौंदर्याला आपल्यामध्ये आणून कलाकृती घडवित असतो आणि या सौंदर्याने मानवी जीवनाला नटवीत असतो. सौंदर्याचे तत्त्वज्ञान घडविणारा तत्त्ववेत्ता म्हणून गुरुदेव रवीन्द्रनाथांचे नाव आवर्जून घ्यावे लागेल. या जगातील वस्तू आणि घटना यांचे अर्थ त्यांना सौंदर्याच्या द्वारा कळत म्हणून ते त्याचे स्वरुप आणि महत्त्व आपल्या सौंदर्यप्रधान दृष्टीतून ठरवित आणि मांडत असत. सत्य आणि शिव यांचाही साक्षात्कार त्यांना सौंदर्याद्वारेच घडत असे. सौंदर्य कळणे. त्याने आनंद वाटणे आणि सौंदर्याची निर्मिती करता येणे हे मानवाचे व्यावर्तक लक्षण आहे. परमेश्वराने जेव्हा विश्व निर्माण केले तेव्हा विश्वातील सौंदर्य निर्माण केले. विश्व चैतन्य निर्माण केले. माणूस त्या चैतन्याकडे आणि विश्वसौंदर्याकडे पाहून हरखून गेला.

या सौंदर्याचा आणि चैतन्याचा साक्षात्कार जेव्हा मानवाला प्रथम झाला तेव्हा तो त्याच्या अनुभूतीने खरोखरीच वेडा झाला. तो त्या विश्वचैतन्याकडे पाहून डोलायला लागला, बोलायला लागला, हसायला लागला, गायला लागला, नाचायला लागला. त्या चैतन्याच्या आणि सौंदर्याच्या या प्रभावाने काय घडले ? विविधांगी सृजनशक्तिचा आणि प्रक्रियेचा जन्म त्यातून झाला. जो त्या विश्वचैतन्याकडे पाहताना डोलू लागला तो कवी झाला.

जो बोलू लागला तो वक्ता झाला. जो या निसर्गसौंदर्याला गाऊ लागला तो संगीतकार झाला. जो छन्नी–हातोड्याने घाव घालून त्या अरुपाला रूप देऊ लागला तो मूर्तीकार झाला. जो त्याला कुंचल्याने चितारू लागला तो चित्रकार झाला. जो त्याचा शोध घेऊ लागला तो शास्त्रज्ञ झाला तर जो त्याचे चिंतन करू लागला तो तत्त्वज्ञ झाला. निसर्गसौंदर्याच्या आणि चैतन्याच्या अनुभूतीतून मानवी सर्जनशक्तिचा जन्म झाला.

हे समस्तही श्री वासुदेवो ।

असे सांगत चैतन्याने ओतप्रोत भरलेल्या विश्वाचे विराट दर्शन संतश्रेष्ठ ज्ञानदेवांनी चिद्विलास तत्त्वाने घेतले तर तोच चिद्विलासवाद विश्वसौंदर्याने मानवी जीवनाला आनंदाची अनुभूती देत देत सौंदर्यवादाच्या भूमिकेतून प्रकटला. चैतन्याची अनुभूती आणि सौंदर्याची अभिव्यक्ती घडवित मानवी आनंद सोहळा उभा राहिला तो जगण्यातील आनंदासाठी.

– किशोर गांधी, मो. ९८२२०२०६९१

स्वप्निल बुलाखे याची राष्ट्रीय स्पर्धेसाठी निवड

नगर – क्रीडा व युवक सेवा संचालनालय महाराष्ट्र राज्य, पुणे आणि जिल्हा क्रीडा अधिकारी कार्यालय गोंदिया यांच्या संयुक्त विद्यमानाने आयोजित शालेय राज्यस्तरीय किक बॉक्सिंग स्पर्धा गोंदिया येथे उत्साहात पार पडल्या या स्पर्धेत अहिल्यानगर येथील आर्मी पब्लिक स्कूलचा विद्यार्थी स्वप्नील महादेव बुलाखे यांनी उत्कृष्ट कामगिरी करत सुवर्णपदक पटकावले याची होणाऱ्या शालेय राष्ट्रीय स्पर्धेसाठी निवड झाली आहे

किक बॉक्सिंग स्पोर्टस् असोसिएशन महाराष्ट्राचे अध्यक्ष निलेश शेलार, सचिव धीरज वाघमारे, अहिल्यानगर जिल्हा किक बॉक्सिंगचे अध्यक्ष नितीन शेलार, कार्याध्यक्ष सचिन मकासरे तसेच आर्मी पब्लिक स्कूलच्या प्रिन्सिपल नूतन मिश्रा, व्हॉइस प्रिन्सिपल संगीता काटे, स्पोर्ट टीचर सोनाली मॅडम या सर्वांचे मार्गदर्शन लाभले. तसेच राजेंद्र गोरखे व कृष्णा बुलाखे यांनी पण त्याला पुढील वाटचालीस शुभेच्छा दिल्या.

१० पेक्षा अधिक कर्मचारी असलेल्या आस्थापनांमध्ये 'अंतर्गत तक्रार समिती' अनिवार्य

जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया यांचे आवाहन

नगर – कामाच्या ठिकाणी महिलांचे लैंगिक छळापासून संरक्षण (प्रतिबंध, मनाई आणि निवारण) अधिनियम, २०१३ तसेच सर्वोच्च न्यायालयाच्या निर्देशानुसार जिल्ह्यातील दहापेक्षा अधिक अधिकारी व कर्मचारी कार्यरत असलेल्या सर्व शासकीय, निमशासकीय तसेच खासगी आस्थापनांमध्ये 'अंतर्गत तक्रार समिती' स्थापन करणे बंधनकारक आहे. या कायद्याची प्रभावी अंमलबजावणी करण्यासाठी सर्व संबंधित आस्थापनांनी तात्काळ कार्यवाही करावी, असे आवाहन जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया यांनी केले आहे.

सर्वोच्च न्यायालयाच्या आदेशानुसार, प्रत्येक कार्यालयात 'अंतर्गत तक्रार समिती' गठीत करणे अनिवार्य असून, संबंधित कार्यालयाच्या प्रमुखाची 'नोडल अधिकारी' म्हणून नियुक्ती करण्यात यावी. तसेच सर्व कार्यालये व आस्थापनांनी आपल्या अंतर्गत समितीची अद्ययावत माहिती केंद्र शासनाच्या "shebox. wcd.gov.in' या संकेतस्थळावर नोंदवणे आवश्यक आहे. कार्यालयाच्या दर्शनी भागात अंतर्गत समिती स्थापन केल्याबाबतचा फलक लावणे बंधनकारक असून, या फलकाचे छायाचित्र व त्याबाबतचे प्रमाणपत्र जिल्हा महिला व बालविकास अधिकारी कार्यालयाकडे सादर करावे, अशा सूचना जिल्हाधिकाऱ्यांनी दिल्या आहेत.

या कायद्यातील तरतुदींचे पालन न झाल्यास कठोर कारवाईचा इशारा प्रशासनातर्फे देण्यात आला आहे. आस्थापना प्रमुखाने किंवा मालकाने अंतर्गत समिती स्थापन न केल्यास, कायद्यातील कलम २६ अन्वये ५० हजार रुपयांपर्यंतच्या दंडाची तरतूद आहे. पहिल्या कारवाईनंतरही पुन्हा तोच प्रकार घडल्यास किंवा समिती स्थापन न केल्यास, संबंधित आस्थापनेला दुप्पट दंड आकारला जाईल, तसेच त्यांचा व्यवसाय परवाना रद्द करण्याची कारवाई करण्यात येईल.

जिल्ह्यातील शाळा, महाविद्यालये, विद्यापीठे, प्रशिक्षण केंद्रे, बँका, मॉल, दुकाने, कारखाने, रुग्णालये, नर्सिंग होम, आरोग्य संस्था, महानगरपालिका, विविध महामंडळे, करमणूक केंद्रे, क्रीडा संकुले, मेडिकल स्टोअर्स तसेच लहान – मोठे उद्योग अशा सर्व ठिकाणी हा नियम लागू राहील. ज्या आस्थापनांमध्ये १० पेक्षा अधिक अधिकारी किंवा कर्मचारी कार्यरत आहेत, त्यांनी तात्काळ समिती गठीत करून प्रशासनास सहकार्य करावे, असे स्पष्ट करण्यात आले आहे.

किशोरवयीन मुलांसाठी आरोग्य - जागरूकता शिबिर

महापालिका व बुथ हॉस्पिटल यांच्या संयुक्त विद्यमाने लैंगिक संसर्ग, आजार, पोषण, स्वच्छता व उपचारांविषयी मार्गदर्शन

नगर – आजच्या वेगवान जीवनशैलीत किशोरवयीन मुलांमध्ये वाढत्या आरोग्य समस्या, चुकीची माहिती आणि अपुऱ्या मार्गदर्शनामुळे गंभीर आजारांचे प्रमाण वाढताना दिसत आहे. या पार्श्वभूमीवर महानगरपालिका संचालित कै. बाळासाहेब देशपांडे दवाखाना व बूथ हॉस्पिटल यांच्या संयुक्त विद्यमाने विशेष किशोरवयीन आरोग्य–जागरूकता शिबिर आयोजित करण्यात आले. शिबिरात किशोरवयातील वाढ, शारीरिक बदल, मानसिक ताणतणाव, लैंगिक आरोग्य, स्वच्छता आणि योग्य आहार अशा विविध विषयांवर तज्ज्ञांनी माहिती दिली. कार्यक्रमाला विद्यार्थ्यांचा, पालकांचा आणि आरोग्य कर्मचाऱ्यांचा प्रतिसाद मिळाला.

महापालिका व बुथ हॉस्पिटल यांच्या संयुक्त विद्यमाने लैंगिक संसर्ग, आजार, पोषण, स्वच्छता व उपचारांविषयी मार्गदर्शन करताना प्रमुख वक्त्या डॉ. दीपमाला चव्हाण आदी.

प्रमुख वक्त्या डॉ. दीपमाला चव्हाण यांनी मुलामुलींमध्ये वाढत्या आजारांवर, शरीरातील बदलांवर आणि त्या अनुषंगाने घ्यावयाच्या काळजीवर अत्यंत सोप्या भाषेत मार्गदर्शन केले. त्यांनी सांगितले की, अपुरा आहार व ॲनिमिया, हार्मोनल बदल व मानसिक तणाव, त्वचारोग, पाचन तक्रारी, लठ्ठपणा, इंटरनेटवरील चुकीच्या माहितीमुळे वाढणारे गैरसमज, शारीरिक स्वच्छतेकडे दुर्लक्ष हे घटक किशोरवयात आरोग्य धोक्यात आणू शकतात. त्यांनी मुलांना योग्य वेळी डॉक्टरांचा सल्ला घेण्याचे, लाज किंवा भीती न बाळगण्याचे आवाहन केले. किशोरवयात सर्वाधिक गैरसमज निर्माण करणारा विषय म्हणजे लैंगिक संसर्गजन्य आजार (STI/STD) डॉ. चव्हाण यांनी– लक्षणे, कारणे, प्रतिबंध, सुरक्षित पद्धती उपचार यावर स्पष्ट आणि शास्त्रीय माहिती दिली. समाजातील लाज–भीतीमुळे मुलांना वेळेवर उपचार न मिळाल्यास आजार गंभीर रूप धारण करू शकतात, याची त्यांनी जाणीव करून दिली.

शिबिराच्या अनुषंगाने भूत हॉस्पिटल यांच्या सहकार्याने जागतिक एड्स दिनानिमित्त निबंध स्पर्धा आयोजित करण्यात आली. एड्स–जाणीव, प्रतिबंध व समाजाची जबाबदारी या विषयावर विद्यार्थ्यांनी माहितीपूर्ण निबंध सादर केले. या स्पर्धेतील विजेत्यांना कै. बाळासाहेब देशपांडे सुतिका ग्रह यांच्या वतीने तीन आकर्षक पारितोषिकांचे वितरण करण्यात आले.

कार्यक्रमास मनपा आरोग्य अधिकारी सतीश राजुरकर, तसेच बूथ नर्सिंग कॉलेजच्या प्राचार्या मल्लिका साबळे उपस्थित होत्या. त्यांनी किशोरवयातील स्वच्छतेचे महत्त्व, संतुलित आहार, मानसिक आरोग्य आणि व्यसनमुक्ती या विषयांवर विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन केले. शिबिरात राहुल दौंडे, प्रांजली झांबरे, तसेच दवाखान्यातील सिस्टर, डॉक्टर, कर्मचारी, पालक व विद्यार्थी उपस्थित होते.

दवाखान्याच्या संपूर्ण आरोग्य पथकाने कार्यक्रमाची उत्कृष्ट व्यवस्था केली. शिबिरांमुळे युवकांमध्ये योग्य आरोग्यजाणिवा निर्माण होतात आणि भविष्यात निरोगी व सजग समाज घडतो, असे मत व्यक्त केले.

मंगल भक्त सेवा मंडळाकडून श्री दत्त जयंती सोहळा उत्साहात, शिवमहापुराण कथा सप्ताहाची सांगता

निंबळक – सद्‌गुरू श्री शंकर दत्त महाराज यांच्या कृपाशिर्वादाने व गुरूवर्य श्री विश्वेश्वर स्वामी महाराज (राजाभाऊ कोठारी) यांच्या मार्गदर्शन व प्रेरणेतून २८ नोव्हेंबर ते ४ डिसेंबर या कालावधीत शिव महापुराण कथा सप्ताह व सद्‌गुरू श्री दत्त महाराज जन्मोत्सव सोहळ्याचे आयोजन श्री शंकर महाराज मठ, मंगल दत्त क्षेत्र, एफ–७०, एम.आय.डी.सी. अहिल्यानगर येथे करण्यात आले होते. भागवताचार्य ह.भ.प. नवनाथ महाराज म्हस्के, बाभळेश्वर यांच्या सुमधूर वाणीतून भाविकांनी या कथेचा लाभ घेतला.

मंगल भक्त सेवा मंडळाकडून श्री दत्त जयंती सोहळा उत्साहात होवून शिवमहापुराण कथा सप्ताहाची सांगता झाली.

श्री दत्त महाराज जन्मोत्सव सोहळा दिनी सकाळपासूनच सनई, चौघडा या पारंपारिक वाद्यात श्रींचा महाभिषेक, श्रींचा पाळणा, श्रींची पालखी, श्रींची महाआरती, दर्शन सोहळा व महाप्रसाद तसेच याप्रसंगी सादर करण्यात आलेली मंडळाची भजने आणि श्री श्री १००८ योगी पीर रामनाथजी महाराज, मठाधिश, अखिल भारतीय नाथ संप्रदाय, भर्तहरी गुफा, उज्जैन, मध्यप्रदेश यांच्या अनमोल उपस्थिती मुळे हा सोहळा प्रसन्न व मंगलमय अशा चैतन्यरुप वातावरणात पार पडला.

सायंकाळी सप्ताहाच्या अनुषंगाने काल्याचे किर्तन ह.भ.प. नवनाथ महाराज यांचे चिरंजीव साई महाराज म्हस्के यांच्या सुमधुर वाणीतून सादर करण्यात आले. या संपूर्ण सोहळयाच्या अनुषंगाने श्री श्री १००८ योगी पीर रामनाथजी महाराज व नवनाथ महाराज म्हस्के यांच्यासह कथेला साथ देणारे त्यांचे सहकारी यांचा यथोचित संन्मान करण्यात आला. उपस्थित तसेच प्रत्यक्ष–अप्रत्यक्ष स्वरूपात सेवाकार्यात सहभागी सर्व भाविक भक्तगण यांचे मंगल भक्त सेवा मंडळ ट्रस्टच्या वतीने आभार व्यक्त करण्यात आले.

भोरवाडी येथे दर्शन आश्रम आयोजित रक्तदान शिबिरास रक्तदात्यांचा प्रतिसाद लाभला.

'दर्शन आश्रम' आयोजित रक्तदान शिबिराला प्रतिसाद

नगर – सावन कृपाल रुहानी मिशनच्या दर्शन आश्रम, भोरवाडी (ता.नगर) यांच्यावतीने आयोजित रक्तदान शिबिराला रक्तदात्यांचा प्रतिसाद लाभला. शिबिरात १६२ रक्त पिशव्यांचे संकलन झाले.

सावन कृपाल रूहानी मिशन मानवतेचा संदेश देते. आजच्या काळात रक्ताची गरज वाढलेली आहे. विज्ञानाने मोठी प्रगती केली असली तरी कृत्रिम रक्त तयार करणे शक्य झाले नाही. त्यामुळे एखाद्याने केलेले रक्तदानच अत्यवस्थ रुग्णाला जीवनदान देणारे ठरते. थॅलेसेमिया सारख्या आजारात रूग्णांना नियमित रक्त आवश्यक असते. त्यांच्यासाठीही रक्तदानच महत्त्वाचे आहे. या सर्व बाबी लक्षात घेऊन भोरवाडी येथे दर्शन आश्रमाच्या वतीने रक्तदान शिबिर नुकतेच घेण्यात आले.

दर्शन आश्रम, भोरवाडीतर्फे रक्तदात्यांचे आभार मानण्यात आले. अजित भोर, ग्रामस्थ व भोरवाडी मधील सर्व संगत यांनी सहकार्य करून शिबिर यशस्वी केले.

बंद्यांनी 'वाल्याचा वाल्मिकी' होऊन स्वतःमध्ये परिवर्तन घडवावे

पोलीस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे यांचे आवाहन, जिल्हा कारागृहात आंतरराष्ट्रीय मानवी हक्क दिन उत्साहात

नगर – व्यक्ती हा जन्मतः गुन्हेगार नसतो, तर परिस्थिती किंवा क्षणिक रागामुळे त्याच्या हातून गुन्हा घडतो. त्यामुळे कारागृहातील बंद्यांनी भूतकाळातील चुका विसरून, स्वतःमध्ये सकारात्मक बदल घडवत 'वाल्याचा वाल्मिकी' बनावे, असे आवाहन जिल्हा पोलीस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे यांनी केले.

महाराष्ट्र राज्य मानवी हक्क आयोग आणि महाराष्ट्र राज्य विधी सेवा प्राधिकरण यांच्या संयुक्त विद्यमाने, अहिल्यानगर जिल्हा कारागृहात 'आंतरराष्ट्रीय मानवी हक्क दिन' उत्साहात साजरा करण्यात आला. या कार्यक्रमात मार्गदर्शन करताना पोलिस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे.

महाराष्ट्र राज्य मानवी हक्क आयोग आणि महाराष्ट्र राज्य विधी सेवा प्राधिकरण यांच्या संयुक्त विद्यमाने, अहिल्यानगर जिल्हा कारागृहात 'आंतरराष्ट्रीय मानवी हक्क दिन' उत्साहात साजरा करण्यात आला. या कार्यक्रमात मार्गदर्शन करताना श्री. घार्गे बोलत होते. या कार्यक्रमास जिल्हा विधी सेवा प्राधिकरणाचे सचिव योगेश पैठणकर, नायब तहसीलदार मयूर बेरड, प्रमुख वक्ते ॲड. सुनील मुंदडा, कारागृह अधीक्षक एस. पी. कवार, तुरुंगाधिकारी अरुण मदने आदी उपस्थित होते.

बंदीजनांच्या मनात जीवनाप्रति सकारात्मक दृष्टिकोन निर्माण करण्याच्या उद्देशाने कारागृह प्रशासनाकडून नियमितपणे विविध सांस्कृतिक, सामाजिक आणि प्रबोधनात्मक उपक्रम राबविले जातात. याचाच एक भाग म्हणून मानवी हक्क दिनाचे आयोजन करण्यात आले होते.

पोलीस अधीक्षक श्री. घार्गे पुढे म्हणाले, अनावधानाने किंवा परिस्थितीमुळे कारागृहात यावे लागले तरी, येथील वास्तव्याचा उपयोग स्वतःच्या सुधारणेसाठी करावा. गुन्हेगारी प्रवृत्ती सोडून देऊन मुख्य प्रवाहात सामील होण्याचा निश्चय प्रत्येकाने करावा.

यावेळी जिल्हा विधी सेवा प्राधिकरणाचे सचिव योगेश पैठणकर यांनी प्राधिकरणातर्फे दिल्या जाणाऱ्या 'मोफत विधी सेवे'ची माहिती दिली. आर्थिक परिस्थितीमुळे कोणताही बंदी न्यायापासून वंचित राहू नये, यासाठी विधी सेवा प्राधिकरण कटिबद्ध असून, बंद्यांनी या सेवेचा लाभ घ्यावा, असे आवाहन त्यांनी केले.

कार्यक्रमाचे सुनील मुंदडा यांनी 'मानवी हक्क' या विषयावर सविस्तर विवेचन केले. संयुक्त राष्ट्रांनी मानवी हक्कांचा जाहीरनामा केव्हा स्वीकृत केला आणि भारतात मानवी हक्क कायद्याची अंमलबजावणी कशी व केव्हापासून सुरू झाली, याविषयी त्यांनी उपस्थितांना ऐतिहासिक व कायदेशीर माहिती दिली.

कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी मिश्रक श्रीमती हर्षल रेळे, सुभेदार हिराचंद ओंबासे, गणेश बेरड, सुनील विधाते यांनी परिश्रम घेतले. कार्यक्रमाचे आभार प्रदर्शन कारागृह अधीक्षक एस. पी. कवार यांनी केले.

क्लिअर टायटल प्रॉपर्टी

प्रस्तावना : आपली भरपुर मालमत्ता असावी, आपल्याला वारसा हक्काने मिळावी व आपण मुला बाळांसाठी भरपूर सोडून जावी जेणे करून आपले व वारसांचे जीवन सुखी, समृध्द होईल अशी आपणा सर्वांचीच इच्छा असते. असे होण्यासाठी प्रॉपर्टीमध्ये तंटे, वाद कोर्ट कचेऱ्या नसाव्यात, या गोष्टी जीवनातील शांती, वेळ, पैसा, प्रगती घालवितात. शेवटी वैतागून प्रॉपर्टीनसती ठेवली तरी बरे झाले असते इतका त्रास व मालकाच्या डोक्याला भुंगा लावतात. एका छोट्याश्या जागेचा मालकी हक्क मिळविण्यासाठी वकिलाने सांगितलेली कागदपत्रे मिळवणे व कोर्टात हजर राहणे यात संपूर्ण हयात घालवलेली माणसे आहेत. क्लिअर टायटल प्रॉपर्टीहि सर्वांना लाभते.

बिल्डर, अभियंता, व्हॅल्यूअर, कोर्ट कमिशनर म्हणून काम करताना आलेले अनुभव व माहिती या आधारे या विषयावर लिहित आहे. या व्यवसायामध्ये वारंवार मालमत्तेची कागदपत्र व प्रत्यक्ष पाहणी यांचा संबंध येतो. भल्या बुऱ्या गोष्टी माहिती होतात. मनुष्य स्वभावाचे बरे वाईट दर्शन होते.

वाचकांना उपयोगी पडतील व पुढच्यास ठेच मागचा शहाणा या म्हणीचा प्रत्यय येईल. या भूमिकेतून क्लिअर टायटल प्रॉपर्टीबाबतचे अनुभव, प्रश्न मांडले आहेत. जिथे शक्य तिथे उपाय सुचवला आहे. काही बाबतीत संबंधित विभागाने दखल घ्यावी अशी अपेक्षा आहे.

गावठाणातील मालमत्ता संबंधी –

१) काही वेळा जागेचे मोजमाप जागेवर व कागदावर वेगवेगळे असते, ही बाब बांधकाम व संबंधित नकाशा करताना लक्षात आल्यावर कागदपत्र दुरुस्त करून घ्यावेत.

२) अनेक जणांची नावे उताऱ्यावर असतात, काही वेळेस पोकळीस्त नावे असतात. काही जण मयत असतात, नाबालिक असतात, परदेशात असतात याबाबत वेगवेगळे उपाय आहेत परंतु कमीत कमी नावे व शक्य झाल्यास एकाच किंवा थोड्या लोकांच्या नावे पॉवर ऑफ ॲटर्नी हा उपाय होऊ शकतो.

३) एका वाड्याचे अनेक तुकड्यांमध्ये सिटी सर्व्हे नंबर व नकाशे असतात. इमारत असताना असणारे वाग, हवा, पाणी, उजेड, चौक, ओटे, शौचालये इत्यादी हक्क याबाबत इमारत पाडल्यानंतर गैर लागू नोंदी हटवून उतारा अद्यावत करून एकत्रीकरण करून घेणे इस्ट.

४) ड्रोनने सर्व्हे करणे, डीजीटल नकाशे तयार करणे या उपायाने बरेच प्रश्न सुटतील. एरीयल सर्व्हेने कंटूर नकाशा (थ्री डी मॉडेल) बनवून तो सर्वांना उपलब्ध केल्यास फायद्याचे होईल.

५) काही वेळेस कदाचित टॅक्स वाचविण्याच्या हेतूने घरातील/घरगुती मंदिरे – मंदिर म्हणून नोंदवून घेतली आहेत. त्याचा अनेकांना सदर प्रॉपर्टी विकताना त्रास झाला. सुनावणीसाठी मुंबईपर्यंत चकरा माराव्या लागल्या, असे मला माहिती आहे.

६) काही जागा फार छोट्या आहेत, रस्ता रुंदी वैगेरे नंतर नियमाप्रमाणे तिथे जवळपास काहीच बसत नाही. त्यांनी शेजाऱ्यांबरोबर एकत्र येणे व त्याला शासनाने प्रोत्साहन देणे आवश्यक आहे.

गावठाणा बाहेरील मालमत्ता संबंधी –

१) ले आऊटमध्ये कागदावरव प्रत्यक्ष फरक असल्यामुळे खुप वाद व अडचणी निर्माण होतात. चांगले काम करणारे डेव्हलपर मोजणी व नकाशा बनवताना काळजी घेतात जे कागदावर आहे, त्याप्रमाणे तंतोतंत जमिनीवर आखतात. याबाबत एमआयडीसीचा आदर्श घेण्यासारखा आहे. अनेक ले आऊटमध्ये अश्या फरकांमुळे वाद विवाद, पोलिस केस, कोर्ट कचेऱ्या चालू असल्याचे दिसून येते. याबाबत व्यतिगत पातळीवर काही करता येत नाही, कारण प्रश्न सामुहिक असतो. शासकीय स्तरावर एखादा स्थानिक लवाद नेमून तोडगा काढणे असा उपाय असू शकतो.

२) अनेक ठिकाणी एका ले आऊटने सोडलेला रस्ता दुसऱ्याने तसाच पुढे चालू ठेवला नाही असे वादसुद्धा शासकीय स्तरावर सोडवले जाऊ शकतात.

३) काका पुतणे वाद – पांडवांपासून पेशव्यांपर्यंत होते व आजसुद्धा काका पुतण्याचे वाटपावरून वाद होतात. भाऊ भाऊ असताना किंवा प्रेमाचे संबंध असताना शासन मान्य पद्धतीने किंवा खाजगी नकाशा बनवून रजिस्टर वाटणी पत्राने स्वच्छ वाटणी करणे हि वाटणी करण्याची जबाबदारी पुढच्या पिढीवर न ढकलणे हिताचे असेल असे वाटते. वाटणी या विषयात भावनिक न होता, विषय न टाळता वेळीच व्यवहार्य दृष्टीकोन ठेऊन निर्णय घेतल्यास पुढच्या पिढीला सोपे होते. कोर्टाकडून वाटणीची अनेक प्रकरणे असतात पण ते फार जिकरीचे काम आहे.

४) काही वेळा प्लॉटची चारही मापे बरोबर आहेत, परंतु डायगोनल चुकला आहे, असे लक्षात येते. नकाश्याची सुरुवातच मोजमापे व ट्रायल पिटनंतर करण्याचा आर्किटेक्टचा आग्रह मान्य करावा. मोजमापे न करणे, नंबर स्टोन व इतर खुणा न तपासणे यातून दुसऱ्याच्या प्लॉट मध्ये बंगला बांधला आणि न सोडविता येणारा गुंता करून ठेवला, अशी उदाहरणे आहेत.

५) प्लॉटची दोन तीन वेळा खरेदी विक्री झाली परंतु महापालिकेला नोंद मूळ मालकाचीच राहिली नंतर टॅक्सकोणी भरायचा यावरून वाद होत राहिले, अशी उदाहरणे आहेत.

६) दोन भावांच्या सामायिक प्लॉटमध्ये एका भावाने निम्म्या भागात दुसऱ्या भावाच्या सहीने/ संमतीने घर बांधून सर्व एफएसआय वापरून टाकला व दुसऱ्याला फक्त मोकळा प्लॉट वाट्याला आला, त्यामध्ये बांधकाम परवानगी मिळू शकणार नाही.

७) ले आऊटमध्ये रीतसर प्लॉट आणि प्रत्यक्षात जागेवर विहीर, काही वेळा प्लॉट मध्ये बुजलेल्या विहीर, आड आढळून आले आहेत, प्लॉटमध्ये दोनचार ठिकाणी ट्रायल पिट घेऊन मगच प्रॉपर्टी खरेदी करावी म्हणजे फसगत होणार नाही.

८) रिजर्वव्हेशन, रोड रुंदीकरण (वायडनिंग) प्रतिबंधित क्षेत्र जसे कि व्हीसिनिटी ऑफ मिलिटरी एरिया, मोनोमेंट इ. आपल्या प्रॉपर्टीबद्दल ही सर्व माहिती घ्यावी.

९) तात्पुरती मंजुरी आणि अंतिम मंजुरी यांच्या नकाश्यामध्ये प्लॉटचे नंबर बदलले परंतु तात्पुरत्या मंजुरीचाच नकाशा तलाठ्याला व अंतिम मंजुरीचा टॅक्सला गेला, त्यामुळे प्लॉट नंबर नेमका कोणता असे घोळ सुरु होतात, असे घोळ सामुदायिकरीत्या निस्तरावे लागतात.

१०) सरकारी जागेलगत असलेल्या ले आऊटमध्ये प्लॉटधारकाने बांधकाम केले आणि कालांतराने सरकारी खात्याने मूळ जागेपेक्षा मागे कंपाऊंड वॉल बांधली, प्लॉट धारकाला जास्त जागा मिळाली परंतु ती अधिकृत नाही. एफ एस आय वापरता येत नाही त्याचे मार्जिन अंतर विचित्र झाले जर ती जागा अधिकृत करून दिली तर सर्वांचा फायदा होऊ शकतो व एक वाद विषय कायमचा मिटू शकतो.

११) जागेची मालकी नसताना, बांधकाम परवानगी नसताना अनेक ठिकाणी धार्मिक स्थळे बांधली जातात याबाबत खूप वेळा संबंधित लोकांमध्ये वादविवाद व कोर्ट बाजी होताना दिसते. असे वाद दीर्घकाळ चालतात. पुढील पिढीला भेट दिले जातात. कायदेशीर बाबींची पूर्तता करूनच अशी बांधकामे केली तर ती समाजाला उपयोगी होतील.

१२) रजिस्टर करावयाचे दस्त ऐनवेळी उभ्या उभ्या न वाचता, घाईघाईने अनेकजण सह्या करतात इतक्या महत्वाच्या कागद पत्रांबद्दल दाखविलेली अनास्था नंतर दुरुस्ती लेख करणे व बऱ्याच वेळा पुढे अनेक वर्षे व कदाचित पिढ्यांपर्यंत त्रास देत राहते. आधी ड्राफ्ट वाचून मगच तो फायनल करणे हि सवय उपयोगी पडू शकते.

१३) भक्तांना आपली आठवण यावी म्हणून देव दुःख देतो असे म्हणतात. खातेदारांना आपली गरज वारंवार पडावी कदाचित या कारणाने ७/१२ व इतर उतारे या मध्ये नावाच्या व सर्व्हे नंबरच्या अतिशय बारीक गफलती जाणीवपूर्वक केल्या जातात किंवा ठेवल्या जातात कि काय, असा गंमतीशीर संशय याबाबतचा अनुभव घेतल्यानंतर येतो.

१४) रेरा कायदा अस्तित्वात येण्या आधी बिल्ट अप काढणे व खरेदी खतात नोंदवणे याबाबत बिल्डर लोकांमध्ये एकवाक्यता नव्हती व वेगवेळ्या पद्धतीने बिल्ट अप खरेदीखतात नोंदवलेला आढळतो. या बाबीमुळे फ्लॅटखरेदी विक्री करताना लोकांमध्ये गोंधळ गैरसमज व वाद निर्माण होतात. आपल्या फ्लॅटचा बिल्ट अप नेमका किती आहे, याची जाणकार व्यक्तीकडून खात्री करून घेतली तर खरेदी विक्री वेळी सौदा करताना स्पष्टपणा येईल व वादविवाद, गैरसमज टळतील. चतुर्सिमा नोंदीमध्ये सुद्धा अनेक वेळा चुका, त्रुटी आढळून येतात, या चुका कधी कधी त्रासदायक ठरतात.

कुठल्याही वस्तूचा आपला वापर संपल्यानंतर पुढच्या व्यक्तीला ती सुस्थितीत सुपूर्त करणे आपण सभ्यपणा व कर्तव्य समजतो. मालमत्ता पुढच्या पिढीला हस्तांतरण करणे हा तर फार महत्वाचा विषय आहे. तो हाताळताना सदर माहिती नक्कीच उपयोगी पडेल. खरेदी खतामध्ये नेहमी एक वाक्य असते सदर मालमत्तेचा आपण पुत्र पौत्रादीसह निरंतर उपभोग घ्यावा, वाचकांना या सदिच्छेसह.

– इंजि. मनोहर मुकुंद अणेकर,
एम ई सिव्हील
मा. चेअरमन इन्स्टिट्युशन ऑफ इंजिनीअर्स इंडिया अहिल्यानगर लोकल सेंटर
सदस्य आर्किटेक्टस् इंजिनीअर्स ॲण्ड सर्व्हेअर्स असो. अहिल्यानगर
ऑफिस पत्ता – ५४, समतानगर, सावेडी, अहिल्यानगर.
मोबा. नं. – ९८२२२९४४९५.
मेल आय डी – manoharanekar@yahoo.com

AESA
Architects, Engineers & Surveyors Association Ahilyanagar

‘आई’ विषयावर ११२१ कवितांचा काव्यग्रंथ १४ डिसेंबर रोजी पुणे येथे होणार प्रकाशित

मातृवंदनेचा रंगणार सोहळा; ५०० कवींनी साकारला ऐतिहासिक काव्यसंग्रह

नगर – मातृत्वाच्या अथांग भावविश्वाला साहित्यातून वंदन करण्याचा ऐतिहासिक उपक्रम साई इंडियन ट्रस्ट असोसिएशन (सीता ट्रस्ट)च्या माध्यमातून साकारला जात असून, ‘आई’ या पवित्र विषयावर ११२१ कवितांचा काव्यग्रंथ १४ डिसेंबर रोजी पुण्यात प्रकाशित केला जाणार आहे. यामध्ये अहिल्यानगर जिल्ह्यातील कवींच्या कवितांचा देखील समावेश आहे. यावेळी राज्यस्तरीय कवी महोत्सवाचे देखील रंगणार आहे.

संस्थेचे अध्यक्ष सी.ए. प्रा. शंकर अंदानी यांच्या संकल्पनेतून आणि मार्गदर्शनाखाली महाराष्ट्रात प्रथमच असा काव्यसंग्रह साकारला जात आहे. हा काव्यग्रंथ मातृभक्त प्रा. (सी.ए.) डॉ. शंकर अंदानी यांनी संकल्पित, संकलित आणि संपादित केला आहे. राज्यभरातील तब्बल ५०० हून अधिक कवींनी सादर केलेल्या ११२१ कवितांचे संकलन करीत हा अनोखा साहित्यिक खजिना तयार करण्यात आला आहे. ‘आई’ या एकमेव भावपूर्ण विषयावर इतक्या मोठ्या प्रमाणात कवितांचा संग्रह आजवर कधीही प्रकाशित झालेला नाही. मातृत्वाचा साज, त्याग, वात्सल्य, संस्कार आणि भावनांचा अजरामर ठसा उमटविणारा हा ग्रंथ महाराष्ट्राच्या साहित्य, सांस्कृतिक वारशात भर घालणार आहे.

या ऐतिहासिक प्रकाशन सोहळ्यास विविध क्षेत्रातील मान्यवर उपस्थित राहणार असून, यामध्ये महामंडलेश्वर श्रीकृष्णगिरीजी महाराज, १००८ महामंडलेश्वर श्री दत्तात्रय दहिवळ महाराज, पद्मश्री दादासाहेब इदाते, पद्मश्री माजी खासदार विकास महात्मे, पद्मश्री उदय देशपांडे, पद्मश्री राहीबाई पोपरे, पद्मश्री पोपटराव पवार, राज्यसभा खासदार मेघाताई कुलकर्णी, खासदार नीलेश लंके, आमदार संग्राम जगताप यांचा समावेश आहे. तसेच राज्यातील साहित्यिक, पत्रकार व सुमारे २५० कवी उपस्थित राहणार आहेत.

हा कार्यक्रम १४ डिसेंबर रोजी पुणे येथील वि.का. राजवाडे सभागृह, इतिहास संशोधन मंडळ, सदाशिव पेठ येथे आयोजित करण्यात आला असून साहित्यप्रेमी, कवी, अभ्यासक, सम ाजकार्यकर्ते आणि रसिकांना उपस्थित राहण्याचे आवाहन आयोजकांद्वारे करण्यात आले आहे. याच कार्यक्रमात राज्यस्तरीय कवी महोत्सव, तसेच २१ आदर्श माता सन्मान आणि ११ ज्येष्ठ साहित्यिकांचा सत्कार सोहळा आयोजित करण्यात आला आहे. मातृत्व, साहित्य आणि संस्कृतीचा अनोखा संगम या कार्यक्रमातून घडणार आहे.

पेमराज सारडा महाविद्यालयात भारत सरकार शिष्यवृत्ती विशेष पंधरवडा शिबिराचे आयोजन

शिष्यवृत्तीचा योग्य वापर केल्यास विद्यार्थ्यांचे शिक्षण आणि भविष्य दोन्ही उज्ज्वल होईल : प्राचार्य डॉ.माहेश्वरी गावित यांचे प्रतिपादन

महाराष्ट्र शासन व भारत सरकार यांच्या संयुक्त विद्यमाने महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांसाठी भारत सरकार शिष्यवृत्ती विशेष पंधरवडा शिबिराचे आयोजन पेमराज सारडा महाविद्यालयात करण्यात आले होते. या शिबिराच्या समारोप कार्यक्रमात विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना महाविद्यालयाच्या प्राचार्य डॉ. माहेश्वरी गावित आदी.

नगर – महाराष्ट्र शासन व भारत सरकार यांच्या संयुक्त विद्यमाने महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांसाठी भारत सरकार शिष्यवृत्ती विशेष पंधरवडा शिबिराचे आयोजन पेमराज सारडा महाविद्यालय, अहिल्यानगर येथे करण्यात आले होते. या शिबिराच्या समारोप कार्यक्रमात विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना महाविद्यालयाच्या प्राचार्य डॉ. माहेश्वरी गावित यांनी सर्व पात्र विद्यार्थ्यांनी भारत सरकारच्या विविध शिष्यवृत्तींचा लाभ घेऊन आपले शिक्षण पूर्ण करावे, असे आवाहन केले.

डॉ. गावित पुढे म्हणाल्या, आज भारत सरकारच्या अनेक सवलती व शिष्यवृत्ती ऑनलाईन माध्यमातून वेबपोर्टलवर उपलब्ध आहेत. मात्र माहितीअभावी किंवा दिरंगाईमुळे अनेक विद्यार्थी या सुविधांपासून वंचित राहतात. त्यामुळे ज्या विद्यार्थ्यांना फॉर्म भरणे, कागदपत्रे अपलोड करणे अथवा ऑनलाईन प्रक्रियेत अडचणी येत असतील त्यांनी महाविद्यालयातील शिष्यवृत्ती विभागाशी संपर्क साधून योग्य माहिती घ्यावी व संधीचा पुरेपूर लाभ घ्यावा.

शिष्यवृत्ती शिबिराच्या समन्वयक डॉ. सुरेखा गांगुर्डे यांनी कनिष्ठ व वरिष्ठ महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांना भारत सरकारच्या विविध शिष्यवृत्ती, आवश्यक कागदपत्रे, तसेच विद्यार्थ्यांकडून होणाऱ्या चुका व दिरंगाईमुळे होणारे नुकसान याबाबत सविस्तर माहिती दिली.

कार्यक्रमास महाविद्यालयाचे प्रबंधक अशोक असेरी उपस्थित होते. ऑनलाईन फॉर्म भरण्यात अडचण आल्यास थेट संपर्क साधण्याचे आवर्जून त्यांनी विद्यार्थ्यांना सांगितले. तसेच शिष्यवृत्ती फॉर्म भरण्याच्या प्रक्रियेत कोणत्या चुका टाळाव्यात, कोणती कागदपत्रे लॉगिनवर अपलोड करणे आवश्यक आहे, याबाबत वसंत शिंदे यांनी सविस्तर मार्गदर्शन केले. काही विद्यार्थ्यांचे प्रोफाईल तयार करून प्रत्यक्ष फॉर्म भरून दाखवत त्यांनी प्रात्यक्षिक स्वरूपात मदत केली.

या शिबिरास विद्यार्थी व विद्यार्थिनी उपस्थित होते. दिलीप सत्रे यांनी शिबिराच्या आयोजनासाठी सहकार्य केले. शिष्यवृत्ती विशेष पंधरवडा शिबिराबाबत हिंद सेवा मंडळाचे अध्यक्ष प्रा. शिरीष मोडक, मानद सचिव संजय जोशी, वरिष्ठ महाविद्यालयाचे चेअरमन डॉ. रमेश झरकर, ज्युनिअर कॉलेजचे चेअरमन डॉ. पारस कोठारी यांनी आयोजकांचे व मार्गदर्शकांचे कौतुक केले. वसंत शिंदे यांनी आभार मानले.

साहेबान जहागीरदार यांना ‘भारत गौरव पुरस्कार’ प्रदान

साहेबान जहागीरदार यांना ‘भारत गौरव पुरस्कार’ प्रदान करण्यात आला.

नगर – कोरोना महामारीच्या भीषण काळात धर्म-पंथ बाजूला सारुन फक्त माणुसकीला सर्वोच्च मान देत अनेकांची सेवा केलेल्या साहेबान जहागीरदार यांना विश्व मानव अधिकार परिषदतर्फे भारत गौरव पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले. छत्रपती संभाजीनगर येथील हज हाउसमध्ये आयोजित कार्यक्रमात हा सन्मान त्यांना प्रदान करण्यात आला. कार्यक्रमात कर्नल निर्देष शहा यांच्या हस्ते जहागीरदार यांना पुरस्कार प्रदान करण्यात आला. यावेळी डॉ. प्रविण सुर्यवंशी, डॉ. शिवाजी सुकरे (डीन, शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय, छत्रपती संभाजीनगर), डॉ. एम.आर. अन्सारी (राष्ट्रीय अध्यक्ष, विश्व मानव अधिकार परिषद), डॉ. जी.एस. काम्बोज, डॉ. फीरोज खान, युथ प्रदेश अध्यक्ष नवेद शेख आदी उपस्थित होते.

कार्यक्रमात साहेबान जहागीरदार यांनी कोरोना काळात केलेल्या धाडसी, निस्वार्थ आणि माणुसकीने परिपूर्ण कार्यांची नोंद असलेले अनटोल्ड स्टोरीज कोविड १९ हे पुस्तक देखील प्रकाशित करण्यात आले. हे पुस्तक लेखक सय्यद रिजवानउल्लाह यांनी इंग्रजीत संपादित केले असून महामारीच्या काळातील संकट, भीती, वेदना आणि त्यातून उभ्या राहिलेल्या मानवी संवेदनांचा हुंदका या पुस्तकातून समोर येतो.

कोरोना महामारीच्या सर्वात कठीण काळात अनेक रुग्णांचे मृतदेह हाताळण्यास स्वतःचे नातेवाईकही पुढे येत नव्हते. अशावेळी साहेबान जहागीरदार यांनी मागेपुढे न पाहता स्वतः पुढे येऊन अनेक मृतांच्या अंत्यविधीची जबाबदारी स्वीकारली, मुस्लीम असूनही हिंदू मृतांच्या पार्थिवाला अमरधाममध्ये मुखाग्नी दिला, तसेच कब्रस्तानातही अनेकांचे दफनविधी केले. हे कार्य करत असताना आपल्या कुटुंबापासून दीड वर्ष वेगळे राहून माणुसकीचे कर्तव्य बजावले.

असंख्य गरजूंना अन्न-धान्य, आर्थिक मदत, औषधे, वैद्यकीय साहित्य पुरवले, ऑक्सिजनची टंचाई असताना जिल्हा रुग्णालयासाठी आणलेली ऑक्सिजन गाडी बंद पडल्यावर अर्ध्या रात्री स्वतः दुरुस्ती करून ती पोहोचवली, ज्यामुळे अनेक रुग्णांचे प्राण वाचले. त्यांच्या या निस्वार्थी सेवेमुळे कोरोना काळात अनेक कुटुंबांना आधार मिळाला. अनेकांच्या नजरेआड गेलेल्या या घटनांना अनटोल्ड स्टोरीज कोविड १९ या पुस्तकात जिवंत केले आहे.

नगरमध्ये महसूल अधिकारी, कर्मचाऱ्यांचा स्नेह मेळावा नुकताच उत्साहात पार पडला.

महसूल अधिकारी, कर्मचाऱ्यांचा स्नेह मेळावा उत्साहात

नगर – नगरमध्ये महसूल अधिकारी, कर्मचाऱ्यांचा स्नेहमेळावा पार पडला. गाणे, डान्स, भावगीते, गप्पा टप्पा, एकमेकांची आपुलकीने विचारपूस, हृदयसंवाद अशा उत्साही वातावरणात सर्वांनी स्नेह मेळाव्याचा आनंद लुटला. कार्यक्रमास सेवानिवृत्त अप्पर जिल्हाधिकारी डी.एम. बोरूडे, अप्पर जिल्हाधिकारी किसनराव लवांडे, अप्पर जिल्हाधिकारी सुधीर रक्ताटे, उपजिल्हाधिकारी पांडुरंग गायकवाड यांच्यासह तहसीलदार, नायब तहसीलदार, अव्वल कारकून, मंडलाधिकारी, चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी उपस्थित होते.

प्रथम सत्रात प्रारंभी भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या महापरिनिर्वाण दिनानिमित्त त्यांना अभिवादन करण्यात आले. तसेच दिवंगत नातेवाईकांना श्रद्धांजली अर्पण करण्यात आली.

यानंतर देवदत्त पाऊलबुद्धे यांचा कराओकेवर गाण्याचा कार्यक्रम झाला. प्रत्येक गाण्याचा उपस्थितांनी मनमुराद आनंद घेत दाद दिली. दुपारच्या सत्रात भोजनानंतर कर्मचाऱ्यांचा डान्स, भावगीते गायन, विनोदाचा कार्यक्रम झाला. सर्वांनीच या कलाविष्कार यांचे कौतुक केले. कार्यक्रमाची नियोजन व्यवस्था सर्वोत्तम क्षिरसागर, मरकड, कुलकर्णी मॅडम, मंजुषा सावदेकर आदींनी पाहिली. कार्यक्रमांची सांगता पसायदानाने झाली.

धोका 'व्हाईट कोट हायपरटेन्शन'चा

नवे संशोधन

डॉ. महेश दळे

कल्पना करा, की तुम्ही डॉक्टरांच्या क्लिनिकमध्ये बसला आहात. एक नर्स तुमचा रक्तदाब तपासते आणि अचानक, मशीन १५०/९५ दाखवते. तथापि, तुम्ही घरी गेल्यावर, तुमचा रक्तदाब १२०/८० असतो, याचा अर्थ तो पूर्णपणे सामान्य असतो. तुम्ही कधी विचार केला आहे का, की रुग्णाचा किंवा अगदी निरोगी व्यक्तीचा रक्तदाब डॉक्टरांसमोर का वाढतो?

डॉक्टरांसमोर अचानक रक्तदाब वाढणे हे जादूचे काम नाही, तर पांढरा कोट उच्च रक्तदाब आहे. याचा अर्थ असा की डॉक्टरांचा पांढरा कोट पाहिल्याने तुमचा रक्तदाब वाढतो. ही समस्या आजकाल इतकी सामान्य झाली आहे, की पाचपैकी एक-दोन लोकांना याचा त्रास होतो. नवीन संशोधनातून असे दिसून आले आहे, की हे चिंतेचे कारण तर आहेच, पण यामुळे हृदयरोगाचा धोका दुप्पट होऊ शकतो.

'अमेरिकन हार्ट असोसिएशन'ने केलेल्या एका अभ्यासात असे आढळून आले, की डॉक्टरांसमोर रक्तदाब वाढणाऱ्या लोकांना सामान्य व्यक्तींपेक्षा हृदयविकाराचा धोका दुप्पट असतो. 'पेन मेडिसिन'च्या संशोधकांनी याकामी साठ हजारांहून अधिक रुग्णांचा अभ्यास केला. 'आयसीएमआर'च्या २०२४ च्या अहवालानुसार, २१० दशलक्षाहून अधिक लोक उच्च रक्तदाबाने ग्रस्त आहेत आणि त्यापैकी २०-३० टक्के लोक 'व्हाईट कोट हायपरटेन्शन'मुळे चुकीचे औषध घेत आहेत.

'व्हाईट कोट हायपरटेन्शन' या नावावरूनच डॉक्टरांचा व्हाईट कोट, इंजेक्शन, सुया आणि आजाराची भीती निर्माण झाल्याचे स्पष्ट होते. आपण क्लिनिक किंवा रुग्णालयात पोहोचतो, तेव्हा डॉक्टरांचा कोट पाहून आपले हृदय वेगाने धडधडते. यामुळे रक्तदाब अचानक वाढतो. हा नवीन आजार नाही. १९८० च्या दशकात त्याची ओळख पटली होती; परंतु २०२५ पर्यंत अनेक अभ्यासांनी त्यामागील रहस्ये उलगडली आहेत. जपानमध्ये झालेल्या एका अभ्यासात हे उघड झाले. २०२३ मध्ये जपानमधील ओहासामा येथे १५३ लोकांवर एक अभ्यास करण्यात आला. सुमारे चार वर्षे चाललेल्या या अभ्यासातून असे दिसून आले, की या स्थितीचे परिणाम दीर्घकाळ टिकणारे आणि वारंवार येणारे आहेत. जर कामाच्या ठिकाणी तुमचा रक्तदाब १४०/९० पेक्षा जास्त असेल; परंतु २४ तासांच्या देखरेखीदरम्यान १३०/८० पेक्षा कमी असेल, तर हा 'व्हाईट कोट हायपरटेन्शन' आहे. ही स्थिती महिला, वृद्ध आणि तणावग्रस्त लोकांमध्ये अधिक सामान्य आहे.

या टिप्स करतील मदत

* घरी दिवसातून दोनदा, सकाळी आणि संध्याकाळी तुमचा रक्तदाब तपासा.
* रक्तदाब तीन दिवस कामाच्या ठिकाणी सतत जास्त असेल, तर एबीपीएम घ्या.
* डॉक्टरकडे जाताना, खोल श्वास घ्या. पाच मिनिटे शांत बसा.
* संगीत ऐका किंवा प्राणायाम करा.
* आहारात मीठ कमी करा.
* अधिक फळे आणि भाज्या खा.
* दररोज ३० मिनिटे चालत जा.

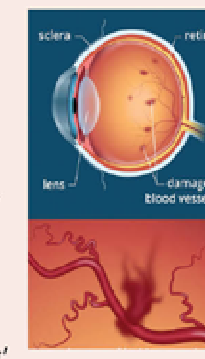
रक्तातील साखर डोळ्यास घातक!

व्याधी विकार

डॉ. कुंदन गायकवाड

विकसित आणि विकसनशील देशांमध्ये मधुमेह हा आजार एका महासाथीचे रूप धारण करत आहे. टाइप २ मधुमेह केवळ वृद्धांमध्ये नव्हे, तर तरुण आणि मध्यमवयीन व्यक्तींमध्येही वेगाने पसरत आहे. वेगवान आयुष्यामुळे निर्माण होणारा मानसिक ताण, निद्रानाश, खानपानातील चुकीच्या सवयी आणि बींज-इटिंगमुळे इन्सुलिनला अवरोध निर्माण होतो. परिणामी टाइप २ मधुमेह उद्भवतो. रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढल्याने शरीरातील लहान रक्तवाहिन्यांवर परिणाम होतो. त्यामुळे हृदय, मूत्रपिंड आणि डोळ्यांतील रेटिनावरही त्याचा मोठा परिणाम दिसतो.

डोळ्यात साखरेचे प्रमाण वाढल्यास चष्म्याचा नंबर वारंवार बदलणे, सामान्य व्यक्तींपेक्षा लवकर मोतिबिंदू होणे, ग्लॉकोमाची शक्यता वाढणे आणि सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे डायबेटिक रेटिनोपॅथी होण्याची शक्यता निर्माण होते. या आजारात सुरुवातीला रेटिनावर लहान रक्ताचे डाग दिसतात. साखरेवर नियंत्रण न ठेवल्यास या डागांची संख्या व आकार वाढतो. रक्तवाहिन्यांमधून रक्त बाहेर येऊन रेटिनाच्या मध्यभागी (मॅक्युला) जमा होते. यामुळे 'डायबेटिक मॅक्युलर एडिमा' होतो आणि दृष्टी कमी होण्याचा धोका वाढतो. त्याचबरोबर रेटिनावर नवीन रक्तवाहिन्या वाढतात. त्याला 'निओव्हॅस्क्युलरायझेशन' म्हणतात. या रक्तवाहिन्या कमकुवत असल्याने स्वतःहून किंवा धक्का लागल्यास फुटू शकतात आणि 'व्हिट्रस हॅमरेज' होऊन दृष्टीवर गंभीर परिणाम होतो.



यावर सर्वोत्तम उपाय म्हणजे रक्तातील साखरेवर नियंत्रण ठेवणे. डायबेटिक रेटिनोपॅथीची सुरुवात आणि वाढ हे मुख्यत्वे २ गोष्टींवर अवलंबून असते. तुम्हाला किती काळापासून मधुमेह आहे. तुमच्या रक्तातील साखरेच्या चढ-उताराचे प्रमाण काय आहे, यापैकी, साखरेचा चढ-उतार तुमच्या हाती आहे. साखरेवरील नियंत्रण जितके काटेकोर असेल, तेवढे तुमच्या रेटिनाचे आरोग्य चांगले राहील. दुसरी महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे दर वर्षी तुम्ही रेटिनाची तपासणी करून घेणे आवश्यक आहे. तुम्ही नियमितपणे रेटिनाची तपासणी करत असाल तर डायबेटिक रेटिनोपथीमुळे होणारे बदल सुरुवातीच्या टप्प्यातच समजतील आणि लेझर किंवा इंट्राव्हिट्रिअल इंजेक्शनसारखे सुयोग्य उपचार करून दृष्टीला होणार नुकसान टाळता येऊ शकेल.

डायबेटिक रेटिनोपथी हा आजार पुढच्या टप्प्यात पोहोचतो तसतसे रेटिनाची तपासणी वारंवार आणि अधिक काटेकोरपणे करावी लागते आणि आवश्यक ते उपचार घ्यावे लागतात. 'व्हिट्रस हॅमरेज'नंतर रक्ताचा निचरा लवकर झाला नाही तर 'व्हिट्रेक्टॉमीसारख्या रेटिना'च्या शस्त्रक्रियांची गरज भासू शकते. त्यामुळे सर्व मधुमेहींनी वर्षातून एकदा रेटिनाची तपासणी करून घ्यावी आणि रक्तातील साखरेवर शक्य तेवढे नियंत्रण ठेवावे.

क्रोमियमचा संपर्क धोकादायक!

व्याधी विचार

डॉ. अजिंक्य बोऱ्हाडे

क्रोमियम हा एक नैसर्गिक घटक आहे. तो पृथ्वीच्या पृष्ठभागावर, पाण्यात, अन्नात आणि आपल्या सभोवतालच्या वातावरणात अल्प प्रमाणात आढळतो. तो दोन मुख्य स्वरूपात अस्तित्वात आहे, 'त्रिसंयोजक क्रोमियम', जे खूप कमी प्रमाणात आवश्यक मानले जाते आणि 'हेक्सावॅलेंट क्रोमियम' जे अत्यंत विषारी आहे आणि मानवी कर्करोगासाठी काणीभूत ठरणारा एक घटक आहे.

'हेक्सावॅलेंट क्रोमियम' सहजपणे पेशींमध्ये प्रवेश करते आणि आत गेल्यावर, प्रतिक्रियाशील ऑक्सिजन प्रजाती तयार करते. त्यामुळे 'डीएनए'चे नुकसान होते. एकदा रक्तप्रवाहात गेल्यानंतर, ते यकृत, मूत्रपिंड, फुफ्फुसे आणि हाडांमध्ये प्रवास करू शकते. पेशींना नुकसान पोहोचवू शकते आणि असंख्य रोगांना कारणीभूत ठरू शकते.

'नॅशनल लायब्ररी ऑफ मेडिकल सायन्सेस'नुसार, सर्वात मोठा धोका कर्करोग आहे. 'इंटरनॅशनल एजन्सी फॉर रिसर्च ऑन कॅन्सर'ने 'हेक्सावॅलेंट क्रोमियम'चे वर्गीकरण ग्रुप १ कार्सिनोजेन म्हणून केले आहे. याचा अर्थ असा, की यामुळे मानवांमध्ये कर्करोग होऊ शकतो याचे पुरेसे पुरावे आहेत.

क्रोमियम-तख श्वास घेण्याचा संबंध

फुफ्फुस, नाक आणि सायनस कर्करोगाशी जोडला गेला आहे. क्रोमियम-दूषित पाणी प्यायल्याने पचनसंस्थेशी संबंधित कर्करोगाचा धोकादेखील वाढू शकतो.

रक्तातील क्रोमियमची पातळी वाढल्याने रक्तपेशींच्या सामान्य कार्यावर परिणाम होतो, असे अनेक वैद्यकीय अहवालांवरून दिसून येते. अनेक अभ्यासांमध्ये 'मायटोकॉन्ड्रिया'ला नुकसान, 'डीएनए' नुकसान आणि लाल रक्तपेशींचे विघटन असे परिणाम दिसून आले आहेत. यामुळे अशक्तपणा, थकवा आणि ऑक्सिजन वाहून नेण्याची क्षमता कमी होऊ शकते.

मूत्रपिंड आणि यकृत हे शरीराचे मुख्य विषारी पदार्थ काढून टाकणारे अवयव आहेत. क्रोमियमची उच्च पातळी अवयवांमध्ये जमा होऊ शकते, त्यामुळे मूत्रपिंडाच्या नळ्या खराब होतात आणि यकृताचे कार्य बिघडू शकते. फुफ्फुसांचे परिणाम क्रोमियमचे कण किंवा धुके श्वास घेतल्याने श्वसनमार्गात जळजळ, श्वास लागणे, दमा वाढणे आणि दीर्घकालीन फुफ्फुसांचे आजार होऊ शकतात. रक्तातील वाढलेली पातळी लक्षणीय संपर्क दर्शवते. क्रोमियम शरीरात विविध मार्गांनी प्रवेश करू शकते.

पीसीओएस आणि मधुमेह

आरोग्यवेध

पीसीओएस म्हणजे पॉलिसिस्टीक ओव्हरियन सिंड्रोम. बदलती जीवनशैली, व्यायामाचा अभाव, ताणतणाव अशा अनेक कारणांमुळे महिलांमध्ये पीसीओएसचं प्रमाण वाढताना दिसत आहे. ही अत्यंत गंभीर समस्या आहे. पीसीओएसमुळे प्रजननक्षम वयातील महिलांना मधुमेह होण्याचा धोका अनेक पटींनी वाढतो. अशा महिलांमध्ये मधुमेहाचं निदान खूप लवकर होऊ शकतं, असं एका अभ्यासात दिसून आलं. मासिक पाळीतली अनियमिता, चेहरा, छाती या भागांवरची अनावश्यक लव, गर्भधारणा न होणं, मासिक पाळीदरम्यान वेदना, ओटीपोटात गोळे येणं ही पीसीओएसची लक्षणं आहेत. यावर वेळीच नियंत्रण मिळवलं नाही तर मधुमेह, हृदयविकार, उच्च रक्तदाब आणि अँड्रोमेंट्रिअल कॅन्सरचा धोका वाढतो.

स्वादुपिंड हा शरीरातील अत्यंत महत्त्वाचा अवयव आहे. स्वादुपिंडातून इन्शुलिनची निर्मिती होते. रक्तातली साखर विविध पेशींपर्यंत पोहोचवण्याचं काम हे इन्शुलिन करतं. पण शरीर इन्शुलिनला प्रतिकार करू लागतं तेव्हा पेशींमधील इन्शुलिन शोषून घेणारे घटक योग्य पद्धतीने काम करत नाहीत. यामुळे रक्तातल्या साखरेचा वापर करताना शरीराला बरेच अडथळे येतात. याला प्रतिसाद म्हणून स्वादुपिंडातून जास्त प्रमाणात इन्शुलिनची निर्मिती होऊ लागते. रक्तातल्या साखरेच्या योग्य वापरासाठी शरीराला सतत अधिकाधिक इन्शुलिनची गरज भासू लागते. इन्शुलिनच्या अतिप्रमाणामुळे शरीरात चरबी साठू लागते आणि रूग्ण स्थूल होतो. इन्शुलिनच्या अतिप्रमाणामुळे महिलांच्या शरीरातील प्रजननाशी संबंधित हार्मोन्सवर परिणाम होऊ लागतो. यामुळे मासिक पाळी अनियमित होते आणि पीसीओएसची लक्षणं दिसू लागतात. अर्थात ही लक्षणं व्यक्तिगणिक बदलतात. रक्तातील साखरेची पातळी सातत्याने वर्षभराच्या काळासाठी प्रमाणापेक्षा अधिक असेल तर रूग्ण मधुमेहाच्या पूर्व टप्प्यात येऊ शकतो. याचं रूपांतर पुढे मधुमेहात होतं. पीसीओएस आणि मधुमेहपूर्व टप्पा एकमेकांशी संबंधित आहेत. जीवनशैलीत सकारात्मक बदल करून पीसीओएसला प्रतिबंध करता येऊ शकतो. तसंच या विकाराला नियंत्रणात ठेवता येऊ शकतं.

खाली पडलेला पदार्थ खावा का?

आपण कुठे चुकतो?

फळाचा, मिठाईचा तुकडा किंवा खायचा कोणताही पदार्थ आपण हातात घेतो. तो तोंडात टाकणार तोच खाली पडतो. क्षणाचाही वेळ न घालवता आपण तो पदार्थ उचलतो आणि तोंडात टाकतो. कारण आपल्याला पाच सेकंदांचा नियम माहीत असतो. खाली पडलेला कोणताही खाद्यपदार्थ पाच सेकंदांच्या आत उचलला तर तो खाण्यायोग्य असतो, असं हा नियम सांगतो. खाली पडलेला पदार्थ वाया जाऊ नये या उद्देशाने आपण तो खातो. पण ही कृती चुकीची आहे. पाच सेकंदांचा नियम तुम्हाला रोगांपासून मुक्त ठेऊ शकतो, असं ठामपणे सांगता येत नाही. कारण दूषित पृष्ठभागावर पडलेला कोणताही पदार्थ अगदी काही क्षणांमध्ये जंतूंच्या संपर्कात येतो.

विशिष्ट प्रकारचा पदार्थ दूषित पृष्ठभागावर पडल्यानंतर लगेच बॅक्टेरियांच्या संपर्कात येतो. काही पदार्थ पाच सेकंदांपेक्षा कमी वेळात जंतूंच्या संपर्कात येतात. साल्मोनेला जंतू पृष्ठभागावर महिनाभर टिकून राहू शकतात. हे जंतू खाद्यपदार्थातून शरीरात गेले तर उलट्या, मळमळ, जुलाब, पोटदुखी असे विकार उद्भवू शकतात. २०१६ मध्ये या संदर्भात एक संशोधन करण्यात आलं. या संशोधनासाठी कलिंगड, साधा ब्रेड, बटर लावलेला ब्रेड आणि च्युईंग गम असे पदार्थ निवडण्यात आले. हे पदार्थ वेगवेगळ्या पृष्ठभागांवर ठेवण्यात आले. या पदार्थांच्या संपर्कात येणाऱ्या जंतूंचा अभ्यास यावेळी करण्यात आला. ओलावा असलेल्या ठिकाणी बॅक्टेरिया लवकर आकर्षित होत असल्याने कलिंगडात सर्वाधिक जंतू होते. जमिनीवर पडलेला पदार्थ पाच सेकंदाच्या आत उचलून खाल्ला तर कोणताही त्रास होत नाही, हा तर्क चुकीचा आहे.

कोरडा घसा, आजाराचे लक्षण!

आरोग्यमंत्र

डॉ. प्रसन्न नेने

झोपेतून उठल्यावर घसा कोरडा पडणे किंवा खवखवणे ही केवळ अस्वस्थ करणारी सुरुवात नाही. तो शरीराकडून येणारा एक संकेतदेखील असू शकतो. हे आपल्या झोपेच्या सवयी, खोलीतील हवेची गुणवत्ता किंवा शरीराच्या अंतर्गत संतुलनामुळे असू शकते. मूळ कारण ओळखल्यास दीर्घकालीन घसा दुखणे किंवा झोपेशी संबंधित समस्या टाळता येतात.

सकाळी कोरड्या घशाचे सर्वात सामान्य, परंतु दुर्लक्षित कारण म्हणजे तोंडातून श्वास घेणे. आपण नाकाऐवजी तोंडाने श्वास घेतो तेव्हा हवा थेट घशाच्या नाजूक आवरणावरून जाते. त्यामुळे ती कोरडी होते. 'ॲनल्स'मध्ये प्रकाशित झालेल्या एका अभ्यासानुसार, नाक बंद होणे, नाकाचे हाड वाकणे किंवा स्लीप ॲप्निया यासारख्या समस्या तोंडातून श्वास घेण्यास कारणीभूत ठरतात. यामुळे दीर्घकाळात घशात जळजळ आणि दुर्गंधी येऊ शकते. कधीकधी, कोरड्या घशाचे कारण श्वास नसून पोटातील ॲसिड असते. झोपेच्या वेळी अन्ननलिकेत वाढणारे आणि घशात पोहोचणारे आम्ल (ॲसिड रिफ्लक्स) सकाळी जळजळ आणि कोरडेपणा निर्माण करू शकते.

'एनआयएच'च्या अहवालानुसार, सुमारे २० टक्के रिफ्लक्स रुग्णांना 'लॅरिन्गोफॅरिंजियल रिफ्लक्स' असतो. त्यामुळे छातीत जळजळ होत नाही, परंतु घशावर परिणाम होतो. कमी डिहायड्रेशन किंवा कोरडी हवा दिवसभर खूप कमी पाणी पिणे आणि रात्री एसी किंवा हीटरमध्ये झोपणे या दोन्हीमुळे घसा कोरडा होऊ शकतो. झोपेच्या वेळी श्वासोच्छवासाद्वारे शरीरातील ओलावा कमी होतो आणि हवा आधीच कोरडी असेल, तर हा परिणाम आणखी वाढतो. 'रिसर्चगेट'च्या एका अभ्यासानुसार सौम्य डिहायड्रेशनमुळेदेखील लाळेचे उत्पादन कमी होते. त्यामुळे घसा आणखी कोरडा होतो. आठ तासांच्या झोपेनंतरही कोरड्या घशासोबत घोरणे, श्वास घेण्यास त्रास होणे किंवा थकवा जाणवत असेल तर ते 'स्लीप ॲप्निया'चे लक्षण असू शकते. अहवालांनुसार, स्लीप ॲप्नियामुळे वायुमार्ग अंशतः ब्लॉक होतात.

सतत उचकी येतेय?

आरोग्य चर्चा

डॉ. अजेय गर्जे

उचकी हा एक अतिशय सामान्य अनुभव आहे. तो जवळजवळ प्रत्येकालाच येतो. 'डायाफ्राम' नावाच्या स्नायूच्या अचानक आणि अनियंत्रित आकुंचनामुळे उचक्या येतात. उचकी सहसा काही मिनिटांतच स्वतःहून थांबते. क्वचित प्रसंगी, त्या समस्येचे लक्षण असू शकतात.

श्वास घेण्याच्या प्रक्रियेत तात्पुरता व्यत्यय आणला जातो, तेव्हा उचकी येते. पोटातील गॅस, मसालेदार अन्न, अंतर्निहित पचन किंवा श्वसन समस्यांमुळे हे होऊ शकते. बहुतेक वेळा उचकी हानीकारक नसते. लोक त्यांना सामान्य मानतात आणि त्यांना शांत करण्याचा प्रत्येकाचा स्वतःचा मार्ग असतो.

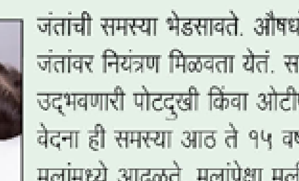
'डायफ्राम' अचानक आकुंचन पावतो आणि या आकुंचन दरम्यान 'व्होकल कॉर्ड्स' बंद होतात, तेव्हा उचकी येते. त्यामुळे उचकीचा विशिष्ट आवाज येतो. खूप भरभर खाणे किंवा सोडा पिणे, रिकाम्या पोटी खूप गरम पदार्थ किंवा अल्कोहोल सेवन करणे, ताण, चिंता किंवा जास्त उत्तेजना, अति खाणे, काही औषधांचे परिणाम यामुळे उचकी येते. उचकी बराच काळ राहिली तर ती दैनंदिन जीवन आणि आरोग्यावर परिणाम करू शकते. सतत उचकी येण्यामुळे या समस्या उद्भवू शकतात:

लहान मुलांमधली पोटदुखी

कारण मीमांसा

लहान मुलांना पोटदुखीची समस्या भेडसावते. ही समस्या सर्वसाधारणपणे तीन ते नऊ या वयोगटातील मुलांमध्ये दिसून येते. या पोटदुखीची बरीच कारणं असतात. गॅस, अपचन, जंत, आहार आणि ताण अशा कारणांमुळे लहानग्यांना पोटदुखी होऊ शकते. बरेचदा ही पोटदुखी आपोआप बरी होते किंवा काही घरगुती उपायांनी नियंत्रणात येते. पण ही वारंवार उद्भवत असेल तर त्याकडे दुर्लक्ष करू नये.

अपचन हे पोटदुखीचं अत्यंत महत्त्वाचं कारण असतं. अतिखाणं, शीतपेयांचं अतिसेवन, जंक फूडचं सेवन यामुळे पोटदुखी होऊ शकते. मात्र, साध्या उपायांनी ही पोटदुखी बरी होते. गरम पाणी पिणं, पोटाला शेक देणं, अपचनाची औषधं घेणं या उपायांनी अशा पोटदुखीवर नियंत्रण मिळवता येतं. बद्धकोष्ठता हे सुद्धा मुलांमधील पोटदुखीचं कारण असू शकतं. यात पोट साफ न झाल्याने त्रास होऊ शकतो. पाण्याचं प्रमाण वाढवणं, तंतूमय पदार्थांचं सेवन अशा उपायांनी बद्धकोष्ठता बरी होते. गॅस्ट्रोएंटिरिटीज हा विकार जीवाणू किंवा विषाणूंच्या संसर्गामुळे होऊ शकतो. डायरिया, ओटीपोटात तीव्र स्वरूपाचे गोळे येणं, उलट्या, ताप ही या विकाराची लक्षणं असतात. शौचाची तपासणी केल्यानंतर या विकाराचं निदान होतं.



पोटातील जंत हे सुद्धा पोटदुखीला कारणीभूत ठरू शकतात. लहान मुलांमधल्या पोटदुखीचं हे महत्त्वाचं कारण असतं. अस्वच्छ वातावरणात राहणाऱ्या मुलांना जंतांची समस्या भेडसावते. औषधोपचारांनी जंतांवर नियंत्रण मिळवता येतं. सातत्याने उद्भवणारी पोटदुखी किंवा ओटीपोटातील वेदना ही समस्या आठ ते १५ वर्षांच्या मुलांमध्ये आढळते. मुलांपेक्षा मुलींमध्ये या विकाराचं प्रमाण जास्त आहे. यात तीन ते चार महिन्यांच्या काळात सातत्याने तीव्र स्वरूपाच्या वेदना जाणवतात. या काळात किमान तीन ते चार वेळा तीव्र स्वरूपाची पोटदुखी जाणवते. डोकेदुखी आणि उलट्या अशी लक्षणंही यासोबत जाणवतात. काळजी, चिंता, अस्वस्थता अशा मानसिक कारणांमुळे ही पोटदुखी उद्भवते. विशिष्ट खाद्यपदार्थांच्या ॲलर्जीमुळे हा त्रास होऊ शकतो.

नवसंशोधन

एचआयव्ही निदानासाठी नवं उपकरण!

एचआयव्ही एड्सचं निदान करणाऱ्या पारंपरिक चाचण्या बऱ्याच खर्चिक असतात. म्हणून शास्त्रज्ञांनी छोट्या आकाराचं, परवडणाऱ्या दरातलं एचआयव्हीचं निदान करणारं उपकरण तयार केलं आहे. स्मार्टफोन आणि नॅनोटेक्नॉलॉजीचा वापर करून हे उपकरण विकसित करण्यात आलं आहे. हे उपकरण एचआयव्हीचं निदान करू शकतं.

डोळ्यांचं आरोग्य

उच्च रक्तदाब आणि डोळ्यांचं आरोग्य

उच्च रक्तदाबामुळे डोळ्यांचं आरोग्य धोक्यात येऊ शकतं. उच्च रक्तदाबामुळे रेटिनातल्या रक्तवाहिनीचं नुकसान होऊ शकतं. उच्च रक्तदाबामुळे होणाऱ्या नेत्रविकारांना 'हायपरटेंसिव्ह रेटिनोपॅथी' असं म्हणतात. रक्तदाबाच्या प्रमाणावर या विकाराची तीव्रता अवलंबून असते. रक्तदाब जास्त तितका डोळ्यांना असणारा धोका वाढतो. त्यामुळे रक्तदाबावर नियंत्रण ठेऊन डोळा जपायला हवा.

दंतारोग्य

अंगठा चोखण्याची सवय घातक

लहान मुलं अंगठा चोखतात. अंगठा चोखल्यामुळे सुरूवातीला फारसे दुष्परिणाम होत नसले तरी ही सवय कायम राहिली तर मुलांचे दात खराब होऊ शकतात. लहान मुलं बोटं चोखतात. कपडे, खेळणी तोंडात घालतात. मुलांची ही सवय ती पाच वर्षांची होईपर्यंत थांबवायला हवी. बोटं चोखण्याच्या सवयीचा मुलांना भविष्यात त्रास होऊ शकतो. त्यामुळे पालकांनी गोडीगुलाबीने मुलांची ही सवय सोडवायला हवी.

आजीबाईचा बटवा

उपयोग वेलचीचे

गोड पदार्थ, चहा तसंच विविध खाद्यपदार्थांमध्ये वापरला जाणारा साधासा घटक म्हणजे वेलची. ही इवलीशी वेचली खूप गुणकारी आहे. थंडीत घसा खवखवणं, कोरडा खोकला, सर्दी, कफ अशा समस्या निर्माण होतात. या समस्यांवरचा रामबाण उपाय म्हणजे वेलची. वेलचीत भरपूर अँटीऑक्सिडंट्स असतात. त्यामुळे सर्दी-खोकल्याला प्रतिबंध करण्यासाठी आहारात वेलचीचं प्रमाण वाढवायला हवं. थंडीत वेलची घातलेला चहा प्या.

महाराष्ट्र हौशी मराठी नाट्य स्पर्धेत अहिल्यानगर केंद्रातून 'अय' प्रथम

'द ब्लॅकन्ड इक्रेशन' द्वितीय; प्रथम व द्वितीय आलेल्या दोन्ही नाटकांची अंतिम फेरीसाठी निवड

मुंबई - ६४ व्या महाराष्ट्र राज्य हौशी मराठी नाट्य स्पर्धेत अहिल्यानगर केंद्रातून नाट्य मल्हार प्रतिष्ठान, अहिल्यानगर या संस्थेच्या 'अय' या नाटकाला प्रथम पारितोषिक जाहीर झाले आहे. तसेच नाट्य आराधना, अहिल्यानगर या संस्थेच्या 'द ब्लॅकन्ड इक्रेशन' या नाटकाला द्वितीय, तर केक फाऊंडेशन, अहिल्यानगरच्या 'माझं घर' या नाटकाला तृतीय पारितोषिक मिळाले आहे. प्रथम व द्वितीय आलेल्या दोन्ही नाटकांची अंतिम फेरीसाठी निवड करण्यात आली आहे. सांस्कृतिक कार्य संचालक बिभीषण चवरे यांनी ही घोषणा केली.

अश्विनी अंचवले

तेजस अतितकर

संदीप दंडवते

रविंद्र काळे

वैयक्तिक पारितोषिके - दिग्दर्शन : प्रथम - संदीप दंडवते (अय), द्वितीय - तेजस अतितकर (द ब्लॅकन्ड इक्रेशन), तृतीय - कल्पना नवले (माझं घर)

प्रकाशयोजना : प्रथम - विनोद गरुड (अय), द्वितीय - विनेश लिमकर (द ब्लॅकन्ड इक्रेशन), तृतीय - पवन पोटे (जन्मवारी)

नेपथ्य : प्रथम - अंजना मोरे (निर्वाण जंक्शन), द्वितीय - समीर पाठक (द ब्लॅकन्ड इक्रेशन), तृतीय - प्रमोद जगताप (अय)

रंगभूषा : प्रथम - चंद्रकांत सैंदाणे (नट नावाचे नाटक), द्वितीय - आबा सौंदाणे (अय), तृतीय - चंद्रकांत सैंदाणे (डिंक)

संगीत दिग्दर्शन : प्रथम - वेदश्री देशमुख (माझं घर), द्वितीय - पवन नाईक (अय), तृतीय - शिल्पा मेनसे (द ब्लॅकन्ड इक्रेशन)

वेशभूषा : प्रथम - परवीन पठाण (नट नावाचे नाटक), द्वितीय - तेजा पाठक (द ब्लॅकन्ड इक्रेशन), तृतीय - गौरी देशपांडे (अय)

अभिनय : उत्कृष्ट अभिनय रौप्यपदक : रविंद्र काळे (नट नावाचे नाटक), अश्विनी अंचवले (अय)

अभिनय गुणवत्ता प्रमाणपत्रे : नितीन जावळे (माझं घर), पवन पोटे (अय), प्रथमेश पिंगळे (स्वप्नवाट), सुशांत थोरात (हॅश टॅग), श्रेतिक शिंगवी (मॉडर्न फॅमिली), चैत्राली जावळे (माझं घर), तन्मई भावे (द ब्लॅकन्ड इक्रेशन), अमृता बेडेकर (डिंक), विद्या जोशी (लास्ट स्टॉप), पल्लवी दिवटे (फक्त लढ म्हण).

१२ नोव्हेंबर ते ५ डिसेंबर या कालावधीत माऊली सांस्कृतिक सभागृह, अहिल्यानगर येथे झालेल्या या स्पर्धेत एकूण २२ नाट्यप्रयोग सादर करण्यात आले. परीक्षक म्हणून अनिल पालकर, बाळ बरगाळे व मीरा शेंडगे यांनी काम पाहिले.

सांस्कृतिक कार्य विभागाचे सचिव डॉ. किरण कुलकर्णी व सांस्कृतिक कार्य मंत्री ॲड. आशिष शेलार यांनी सर्व विजेत्यांचे अभिनंदन केले असून भविष्यातही दर्जेदार नाट्यनिर्मितीची अपेक्षा व्यक्त केली आहे.

नाट्य अभिनेत्री तथा लेखिका गौरी रत्नपारखी व पोलीस उपनिरीक्षक रतिलाल चौधर यांना पुरस्कार

राष्ट्रीय युवा सप्ताहानिमित्त निमगाव वाघा येथे होणाऱ्या चौथे ग्रामीण मराठी साहित्य संमेलनात होणार गौरव

नगर - स्व.पै. किसनराव डोंगरे बहुद्देशीय संस्थेच्या वतीने नाट्य अभिनेत्री तथा लेखिका गौरी रत्नपारखी यांच्या नसतोस घरी तू जेव्हा! या पुस्तकाला पु.ल.देशपांडे विनोदी साहित्य पुरस्कार व पोलीस उपनिरीक्षक वालचंदनगर पोलीस स्टेशनचे (पुणे ग्रामीण) रतिलाल चौधर यांना उत्कृष्ट पोलीस अधिकारी पुरस्कार २०२५ जाहीर करण्यात आला आहे.

स्व.पै. किसनराव डोंगरे बहुद्देशीय संस्था, धर्मवीर ग्रामीण सार्वजनिक वाचनालय व श्री नवनाथ युवा मंडळाच्या वतीने स्वामी विवेकानंद व राजमाता जिजाऊ यांची जयंती व राष्ट्रीय युवा सप्ताहानिमित्त १२ जानेवारी रोजी निमगाव वाघा येथील परिवार मंगल कार्यालयात चौथे ग्रामीण मराठी साहित्य संमेलनाचे आयोजन करण्यात आले आहे. या संमेलनात रत्नपारखी व चौधर यांना पुरस्काराने सन्मानित केले जाणार असल्याची माहिती डोंगरे संस्थेचे अध्यक्ष पै. नाना डोंगरे यांनी दिली.

गौरी रत्नपारखी यांनी अनेक मराठी नाटकांमध्ये मुख्य भूमिकेत काम केले आहे. मराठी/हिंदी सीरीअल्स, चित्रपट व वेब सिरीज मध्ये देखील त्या काम करत आहेत. बाबू बँड बाजा तीन नॅशनल अवॉर्ड पुरस्कार प्राप्त चित्रपटात काम केले आहे. त्यांच्या नसतोस घरी तू जेव्हा! या पुस्तकाला पु.ल.देशपांडे विनोदी साहित्य पुरस्कार २०२५ जाहीर करण्यात आला आहे.

तसेच पोलीस उपनिरीक्षक रतिलाल चौधर हे पुणे जिल्हा तंटामुक्त समन्वयक आहेत. त्यांना राज्यस्तरीय महात्मा फुले पुरस्कार देखील मिळाला आहे. ते सचोटी, कर्तव्यपरायण व प्रामाणिक पोलिस अधिकारी आहेत. पोलीस दलात त्यांनी स्वतःला झोकून देऊन कार्य केलेले आहे. तंटामुक्ती अभियानांतर्गत अनेक तंटे मिटविले असून, ग्रामसुरक्षा पथकातून समाजप्रबोधनाचे, संरक्षणाचे काम तरुणांच्या मदतीने केलेले आहे. गुन्हेगार प्रवृत्ती मूळापासून नष्ट करण्यासाठी व गुन्हेगारांना गुन्हेगारीपासून परावृत्त करुन त्यांना योग्य मार्ग दाखविण्याचे काम ते सातत्याने करत आहे. त्यांच्या पोलीस दलातील कार्याची दखल घेऊन त्यांना उत्कृष्ट पोलीस अधिकारी पुरस्कार २०२५ जाहीर करण्यात आला आहे. ग्रामीण मराठी साहित्य संमेलन संयोजन कमिटीच्या वतीने सदर पुरस्कार्थींची नियुक्ती करण्यात आली.

पुणे येथील त्वचा रोग तज्ज्ञ डॉ. रंगोली जिरवणकर यांची आनंदऋषीजी नेत्रालयाच्या तारकपूर शाखेत ओपीडी सेवा

नगर - जैन सोशल फेडरेशन संचालित आनंदऋषीजी नेत्रालयाच्या तारकपूर शाखेत आरोग्य सेवेचा विस्तार करण्यात आला आहे. याठिकाणी आता तज्ज्ञ डॉक्टरांच्या ओपीडी सेवा सुरू करण्यात आल्या आहेत. या अंतर्गत पुणे येथील त्वचा रोग तज्ज्ञ डॉ. रंगोली जिरवणकर दर महिन्याच्या पहिल्या व तिसऱ्या मंगळवारी सकाळी ११ ते २ ओपीडी सेवा देणार आहेत.

डॉ. जिरवणकर या अनुभवी त्वचा रोग तज्ज्ञ असून वाघोली पुणे येथे प्रक्टिस करतात. आजकाल विविध कारणांमुळे त्वचा तसेच केसांच्या समस्या वाढल्याचे दिसून येते. डॉ. जिरवणकर या त्वचा व केसांच्या समस्यांवर प्रभावी उपचार करतात.

विविध त्वचारोग, सोरायसिस, गजकर्ण, मुरूम, पिंपल्सवर अत्याधुनिक उपचार, केमिकल फिलिंग, लेझर ट्रीटमेंट, चेहऱ्यावरील खड्ड्यांसाठी सीओटू ट्रीटमेंट, काळ्या डागांवर उपचार, क्रॉनिक डिसऑर्डर, केस गळतीवर उपचार, केसातील कोंडा, हेअर ट्रान्सप्लांट, लर्जी, सौंदर्य समस्या विषयी उपचार मार्गदर्शन केले जाईल. या अत्याधुनिक उपचार सुविधांच्या रूग्णांनी लाभ घ्यावा असे आवाहन करण्यात आले आहे.

अधिक माहितीसाठी संपर्क: ७०३०९५९४९४.

आशीर्वाद नागरी पतसंस्थेच्या अध्यक्षपदी अरुण ताजणे यांची निवड

संगमनेर येथील आशीर्वाद नागरी सहकारी पतसंस्थेच्या अध्यक्षपदी अरुण ताजणे यांची बिनविरोध निवड झाल्याबद्दल गोरे परिवाराच्या वतीने त्यांचा सत्कार करण्यात आला. याप्रसंगी डॉ. सुदर्शन गोरे, डॉ. केतन गोरे, डॉ. चैताली गोरे, श्री. गाडेकर डॉ.तांबे, श्री. सटाले आदी उपस्थित होते.

विरागदर्शनाजी म.सा. यांच्या स्मृतीदिनानिमित्त १६ डिसेंबर रोजी आनंदधाम येथे गुणानुवाद सभा

नगर - श्री गुरु आनंद उज्वल प्रमोद कुळाची शान साध्वीजी विरागदर्शनाजी म.सा. यांच्या ५ व्या स्मृतीदिनानिमित्त राष्ट्रसंत आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांची कर्मभूमी आनंदधाम येथे १६ डिसेंबर रोजी सकाळी ९ ते १० यावेळेत जाप साधना व गुणानुवाद सभेचे आयोजन करण्यात आले आहे. महाराष्ट्र प्रवर्तक कुंदनऋषीजी म. सा., युवाचार्य महेंद्रऋषीजी म.सा., प्रबुद्ध विचारक आदर्शऋषीजी म.सा. आदी साधू, साध्वींजींच्या सान्निध्यात हा कार्यक्रम होणार आहे. यावेळी श्रावक श्राविकांनी उपस्थित राहावे असे आवाहन श्री तिलोकरत्न स्थानकवासी जैन धार्मिक परीक्षा बोर्ड व श्री वर्धमान स्थानकवासी जैन श्रावक संघाच्या वतीने करण्यात आले आहे.

सनफार्मा विद्यालयात २२ डिसेंबरला माजी विद्यार्थी मेळावा

नगर - अहिल्यानगर औद्योगिक परिसरातील ग्रामीण विकास मंडळ संचलित सन फार्मा माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय, नागापूर (पूर्वाश्रमीचे एमआयडीसी माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय) आणि चक्रधर स्वामी प्राथमिक विद्यालय, नागापूर तालुका जिल्हा अहिल्यानगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने विद्यालय प्रांगणात २२ डिसेंबर रोजी सायंकाळी ४.३० वाजता माजी विद्यार्थ्यांचा स्नेह मेळावा आयोजित करण्यात आलेला आहे. १९९० पासून ते आज पर्यंत विद्यालयात हजारो विद्यार्थी शिक्षण घेऊन विविध क्षेत्रात कार्यरत आहेत. ३५ वर्षांमधील हजारो विद्यार्थ्यांना या निवेदनाद्वारे स्नेह मेळाव्यास उपस्थित राहणे बाबत आवाहन करण्यात येत आहे. स्नेह मेळाव्याच्या निमित्ताने माजी विद्यार्थ्यांचे विद्यालयाशी असलेले ऋणानुबंध पुन्हा नव्याने जोडले जाणार आहेत. अनेक माजी विद्यार्थ्यांना विद्यालयाकडून अशा प्रकारे मेळाव्यासाठी आमंत्रित करण्याची अपेक्षा असते. संस्थेच्या विविध उपक्रमातील माजी विद्यार्थी मेळावा हा एक उपक्रम असून या उपक्रमातून त्यांचे जीवनातील आठवणींना उजाळा मिळणार आहे.

संस्थेच्या वतीने या मेळाव्यास उपस्थित राहणाऱ्या सर्व माजी विद्यार्थ्यांचे स्वागत करण्यात येणार आहे. ३५ वर्षाच्या संस्थेच्या शैक्षणिक कामगिरीचा आलेख माजी विद्यार्थ्यांच्या कर्तबगारीवर अवलंबून असल्याने आयोजित स्नेह मेळाव्यातून माजी विद्यार्थ्यांची सद्यस्थिती संस्थेस समजणार आहे.

भविष्यकालीन विविध उपक्रमासाठी संस्थेच्या कामगिरीचा अहवाल मार्गदर्शक ठरणार आहे. तसेच स्नेह मेळाव्याच्या निमित्ताने माजी विद्यार्थ्यांना आपल्यावर संस्कार करणाऱ्या शाळेच्या विकासास हातभार लावण्याची संधी उपलब्ध होणार आहे, असे आवाहन संस्थेचे अध्यक्ष दादाभाऊ कळमकर यांनी केले आहे.

'श्री छत्रपती शिवाजी महाराज अभियांत्रिकी'तील प्रा. सतिष पळसकर यांना पी.एच.डी. पदवी प्रदान

नगर - सरदार वल्लभभाई नॅशनल इन्स्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी (एन आय टी) सुरत, यांनी प्रा. सतिष मुरलीधर पळसकर यांना स्थापत्य अभियांत्रिकी क्षेत्रातील उल्लेखनीय संशोधनासाठी पी. एच.डी. पदवी प्रदान केली. 'इफेक्ट ऑफ शुगरकेन बग्यास अँश अँण्ड ग्राउंड ग्रेन्युलेटेड ब्लास्ट फर्नेस स्लॅग फॉर सस्टेनेबल डेव्हलपमेंट ऑफ कॉंक्रीट' या विषयावर त्यांनी संशोधन प्रबंध सादर केला. सदर विषयावर त्यांनी ५ इंटरनॅशनल जर्नल आणि ३ इंटरनॅशनल कॉन्फरन्स मध्ये सादरीकरण केले असून त्यांना डॉ. गौरांग वेस्मावाला यांचे मार्गदर्शन लाभले. नगर तालुक्यातील खारे कर्जुने गावातील पहिलेच पीएचडी धारक म्हणून सरांना मान मिळवला. या यशाबद्दल त्यांचे वडील सेवानिवृत्त कालवा निरीक्षक मुरलीधर पळसकर तसेच त्यांचे काका रयत शिक्षण संस्थेतील सेवानिवृत्त प्राध्यापक लक्ष्मण पळसकर यांनी त्यांचे कौतुक केले. प्रा. सतिष पळसकर हे अहमदनगर जिल्हा मराठा विद्या प्रसारक समाज या संस्थेचे श्री छत्रपती शिवाजी महाराज अभियांत्रिकी महाविद्यालय, नेप्ती याठिकाणी स्थापत्य अभियांत्रिकी विभागामध्ये प्राध्यापक म्हणून कार्यरत आहेत.

जागतिक मानवी हक्क दिनानिमित्त फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनच्या वतीने नागरदेवळे (ता. नगर) येथे मोफत नेत्र तपासणी व मोतीबिंदू शस्त्रक्रिया शिबिर घेण्यात आले.

आई-वडिलांमध्ये देव पाहून त्यांची सेवा करावी

प्रा. माणिक विधाते यांचे प्रतिपादन

नगर - आई-वडिलांमध्ये देव पहावा. मंदिर-मस्जिदात देव पाहण्यापेक्षा आपल्या आई-वडिलांच्या सेवेत देव पहावा, असे प्रतिपादन शहर बँकेचे व्हॉईस चेअरमन प्रा. माणिक विधाते यांनी केले. फिनिक्स सोशल फाऊंडेशन सर्वसामान्य वर्गातील दृष्टीहीनांसाठी देवदूत ठरले आहे. या चळवळीच्या ३४ वर्षाच्या खडतर प्रवासात अनेक अडचणींवर मात करुन नेत्रदानाची मोठी सामाजिक चळवळ जालिंदर बोरुडे यांनी उभी केल्याचे त्यांनी सांगितले.

जागतिक मानवी हक्क दिनानिमित्त फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनच्या वतीने नागरदेवळे (ता. नगर) येथे मोफत नेत्र तपासणी व मोतीबिंदू शस्त्रक्रिया शिबिर घेण्यात आले. या शिबिराला अहिल्यानगर जिल्ह्यासह इतर जिल्ह्यातून आलेल्या ज्येष्ठ नागरिकांचा प्रतिसाद लाभला. या शिबिराचे उद्घाटन प्रा. माणिक विधाते यांच्या हस्ते झाले. ग्रामविस्तार अधिकारी नेताजी भाबड यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या कार्यक्रमप्रसंगी फिनिक्सचे संस्थापक अध्यक्ष जालिंदर बोरुडे, डॉ. विशाल घंगाळे, विठ्ठल राहिंज, बाबा धीवर, अशोक मिसाळ आदींसह ग्रामस्थ व शिबिरार्थी उपस्थित होते.

नेताजी भाबड म्हणाले, ३४ वर्षापासून दृष्टीदोष असलेल्या गरजूंना नवदृष्टी देण्याचा उपक्रम प्रेरणादायी आहे. या चळवळीच्या माध्यमातून दृष्टीदोष असलेल्या गरजू घटकांना आधार मिळत आहे. फिनिक्सचे कार्य हे ईश्वरी कार्य असून, यातून मनुष्यसेवा घडत आहे. या कार्यासाठी सर्वपरीने सहकार्य करण्याचे त्यांनी आश्वासन दिले.

प्रास्ताविकात जालिंदर बोरुडे यांनी, शेतकरी व गरजू घटकातील ज्येष्ठ नागरिकांचे दृष्टीदोष दूर करुन त्यांचे जीवन प्रकाशमान करण्याचे काम फिनिक्स फाऊंडेशन करत आहे. सर्व महापुरुषांची जयंती, पुण्यतिथी, सण-उत्सव फाऊंडेशनच्या माध्यमातून सामाजिक उपक्रमाने साजरे करुन दर महिन्याला या शिबिराचे आयोजन केले जाते. नेत्रदान व अवयवदान चळवळीत देखील फाऊंडेशनचे योगदान सुरु असून, अनेक दृष्टीहीनांना नेत्रदानाच्या माध्यमातून नवदृष्टी मिळाली असल्याची माहिती त्यांनी दिली.

शहर बँकेच्या व्हॉईस चेअरमनपदी निवड झाल्याबद्दल फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनच्या वतीने प्रा. माणिक विधाते यांचा सत्कार करण्यात आला. नागरदेवळे येथील संत सावता महाराज मंदिरात तज्ञ डॉक्टरांनी रुग्णांची नेत्रतपासणी केली. तसेच यावेळी ज्येष्ठ नागरिकांची मधुमेह व उच्च रक्तदाबची तपासणी करण्यात आली. या शिबिरात ३९० रुग्णांची तपासणी करण्यात आली. गरजू रुग्णांना अल्पदरात चष्मे वाटप करण्यात आले.

८७ शिबीरार्थींवर पुणे येथील के.के. आय बुधराणी हॉस्पिटलमध्ये मोतीबिंदूच्या मोफत शस्त्रक्रिया केल्या जाणार आहेत.

शिबिर यशस्वी करण्यासाठी गौरव बोरुडे, राजेंद्र बोरुडे, ओम बोरुडे, सौरभ बोरुडे, विशाल भिंगारदिवे यांनी परिश्रम घेतले.

अहिल्यानगर शहर जिल्हा दंत वैद्यकीय शाखेच्या अध्यक्षपदी डॉ. ओंकार भालसिंग तर सचिवपदी डॉ. शिल्पा इनमूलवार

नगर - अहिल्यानगर शहर जिल्हा दंत वैद्यकीय शाखेची नवी कार्यकारिणी जाहीर झाली असून येणाऱ्या वर्षासाठी अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, सचिव, खजिनदार तसेच विविध समित्यांवर डॉक्टरांची निवड करण्यात आली आहे. अध्यक्षपदी डॉ. ओंकार भालसिंग, सचिवपदी डॉ. शिल्पा इनमूलवार, तर उपाध्यक्षपदी डॉ. प्रमोद निक्रड आणि डॉ. सौरभ पंडित यांची निवड झाली आहे. सहसचिव म्हणून डॉ. पल्लवी चेडे व डॉ. सोनिया औटी, तर खजिनदारपदी डॉ. प्राजक्ता झावरे जबाबदारी स्वीकारणार आहेत.

अहिल्यानगर शहर जिल्हा दंत वैद्यकीय शाखेच्या अध्यक्षपदी डॉ. ओंकार भालसिंग तर सचिवपदी डॉ. शिल्पा इनमूलवार यांची निवड करण्यात आली. तसेच यावेळी इतर पदाधिकारी यांची सुद्धा निवड झाली.

सी.डी.एच. विभागाचे नेतृत्व डॉ. प्रिया भालसिंग व डॉ. रूपल माचवे यांच्याकडे सोपविण्यात आले आहे. ग्रामीण दंत आरोग्य व जनजागृती समितीत डॉ. हर्ष गांधी, डॉ. नेहा निक्रड, डॉ. निकिता विधाते आणि डॉ. मयुरी शिंदे यांची नियुक्ती झाली आहे. तंबाखू प्रतिबंध उपक्रमासाठी डॉ. दीपक काळेंग्दे, डॉ. निखिल बोंबले, डॉ. विजय तनपुरे व डॉ. विश्वजीत देशमुख यांची निवड करण्यात आली आहे.

सी.डी.ई. विभागात डॉ. रोहित धूत व डॉ. अभिषेक मुळे कार्य पाहणार आहेत. इसी मेंबर म्हणून डॉ. अरुणा भंडारी, डॉ. पायल धूत, डॉ. अतुल मढावी, डॉ. वंदना जगताप, डॉ. तेजस पाटील, डॉ. केतन गोरे, डॉ. कुणाल वालकर, डॉ. प्राजक्ता लामखेडे आणि डॉ. सागर शिंदे यांची निवड झाली आहे. स्टेट इसी मेंबरपदी डॉ. हुजेफा बोहरी, डॉ. मंगेश जाधव, डॉ. मनीषा कुलकर्णी, डॉ. नेहा जाजू व डॉ. सुमित नलावडे यांची निवड झाली आहे.

वुमन डेंटल कौन्सिलमध्ये डॉ. राजश्री वर्मा, डॉ. राजलक्ष्मी राय आणि डॉ. पूर्वा ढाकेफळकर यांचा समावेश असून सोशल सिक्युरिटी विभागाची जबाबदारी डॉ. रोहन बनसोडे सांभाळणार आहेत. ई-जनरल एडिटर म्हणून डॉ. मृदुला मुळे, तर ईसीपीएस समितीत डॉ. अक्षदा हंडाळ, डॉ. प्राची पंडित, दिपाली काशीद व डॉ. रुची अट्टल कार्यरत राहतील. स्पोर्ट्स विभागात डॉ. प्रताप घोडके, डॉ. संदीप पवार, डॉ. सचिन साळी, डॉ. नितीश इंगळे, डॉ. प्रतीक अट्टल आणि डॉ. प्रतीक वैरागर यांची निवड झाली आहे.

शाखेच्या विविध उपक्रमांसाठी डॉ. डी.डी. पंडित, डॉ. प्राची पाटील, डॉ. नीलिमा राजहंस, डॉ. अविनाश वारे, डॉ. स्वरूप कुमार मगर, डॉ. चंद्रकांत डुंगरवाल, डॉ. विनोद मोरे, डॉ. ओंकार कुलकर्णी व डॉ. विवेकानंद चेडे हेही महत्त्वाची भूमिका बजावणार आहेत. पुढील अध्यक्ष म्हणून डॉ. किरण माचवे यांची निवड करण्यात आली असून माजी अध्यक्षा डॉ. मुस्कान तलरेजा यांच्या कार्याचे कौतुक करण्यात आले.

यावर्षीची शाखेची थीम जागरूकता - दिशा - आनंद - एकोपा अशी जाहीर झाली असून वर्षभर स्क्रिनिंग कॅम्प, विद्यार्थी-पालकांसाठी ओरल हेल्थ उपक्रम, सोशल मीडिया अवेअरनेससह दंत आरोग्याचा व्यापक जनजागृती कार्यक्रम राबविले जाणार आहेत.

अध्यक्ष डॉ. ओंकार भालसिंग म्हणाले की अहिल्यानगर दंत वैद्यकीय शाखा ही फक्त एक व्यावसायिक संघटना नसून डॉक्टरांचे एक प्रेमळ कुटुंब आहे. डॉक्टरांच्या व्यस्त धकाधकीत आनंद हेच मानसिक आरोग्याचे इंधन आहे. स्पोर्ट टूर्नामेंट, सांस्कृतिक कार्यक्रम, फॅमिली मीट यांसारख्या उपक्रमांद्वारे एकोपा वृद्धिंगत करणे, युवा डॉक्टरांना संधी देणे आणि समाजासाठी उपयुक्त असे जनजागृती कार्यक्रम राबवणे हेच आमचे प्रमुख ध्येय असेल. आगामी वर्षात दंत आरोग्याचा संदेश घराघरात पोहोचवू.तसेच देशात मुख कर्करोगाची समस्या वाढत आहे. ४०% प्रकरण हे मुख कर्करोगाचे आहेत. यासाठी आमची दंतवैद्यकीय शाखा या कर्करोगाच्या निदान, प्रतिबंध व जनजागृती या मध्ये महत्वाची भूमिका बजावू शकणार आहे. तसेच यासाठी विविध भागात मोफत आरोग्य जनजागृतीचे शिबीराचे आयोजन केले जाणार असल्याचे त्यांनी सांगितले.

पाहिजेत
फॅब्रिकेशन कामासाठी
* हेल्पर–5
* वेल्डर–5
7769959266

WE ARE HIRING
Relationship Manager
Education : Graduate/Post Graduate
Experience : Relevant Experience Preferred
Job Location : Ahilyangar
Choice Equity Broking Pvt Ltd.
Mo. 8149161615

VACANCY
ASM (Food Division) (एरिया सेल्स मॅनेजर) – २
Salesperson Post : 4 Salary + Commission
Helpers/ Delivery Boy - 2
दुकान कामासाठी कामगार पाहिजे– २
8668557103

Admissions Open (A.Y. 2026-27)
St. Michael's School
NARAYANDOHO
For STD : 1, 3, 4 & 6
Forms available on 16th 17th 18th Dec 25 (Timing : 10 am To 1 pm.)
School Office On Sholapur Road, Ahmednagar
Ph : 0241-2321529

२५०० स्के.फू. जागा भाड्याने देणे
मेडिकल एजन्सी, गोडाऊन, प्रेस, फ्लेक्स् प्रिंटींग ईत्यादीसाठी उपयुक्त
ब्राम्हणगल्ली, माळीवाडा, अ.नगर
7020553523

शेड भाड्याने देणे
केडगाव इंडस्ट्रियल इस्टेटमध्ये 1000+ 1000 स्क्वे.फूट दोन शेड भाड्याने देणे.
7249381709

प्लॉट विकणे आहे
सुपा एमआयडीसीजवळ पुणे–नगर हायवेला लागून १५ एकर प्लॉट एन.ए. १,७५,००० स्क्वे. फूट इंडस्ट्रीयल वेअर हाऊस सॅक्शन विकणे आहे.
– संपर्क :–
9850895658
9922902499

– पाहिजेत –
सपोर्ट स्टाफ (हेल्पर) - ४
दुकानात हेल्पर – १०वी/१२वी,
पुरुष : वय – १८ ते ३० वर्षे
कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.३०
– आकर्षक पगार । समक्ष भेटा –
के. प्रकाश ॲण्ड कंपनी (गांधी)
मुंजोबा स्वीटस् शेजारी, मार्केटयार्ड रोड, अहिल्यानगर. मो. 9665511179

मॉड्युलर किचन शोरूमसाठी
पाहिजेत
अनुभवी मॅनेजर इंटेरिअर
सेल्समन, सेल्सगर्ल पाहिजेत
पत्ता- सिग्नेचर किचन न्यू टिळक रोड
7972667844

अहिल्यानगर येथील नामांकित कंपनीत खालील
पदे भरणे आहेत
फिल्ड सेल्स् एक्झिक्युटिव्ह (मुले)
टेलिकॉलर (मुली)
ॲडमिन/अकौंटंट (मुली)
इच्छुक उमेदवारांनी खालील क्रमांकावर संपर्क साधावा
9209400466

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

पतंग दुकानात कामासाठी मुले पाहिजेत (पार्टटाईम/फूलटाईम)
परदेशी बंधू पतंग सेंटर
बागडपट्टी, अ.नगर.
मो. 9890913382

पाहिजेत
पोळ्या करण्यासाठी महिला पाहिजेत
जागा : २
कुक – १ जागा
कृष्णेश्वर पार्सल पॉईंट
भिस्तबाग चौक, सावेडी
9270703637

पाहिजेत
वृध्देश्वर अर्बन मल्टीस्टेट
शिपाई/ऑफिस असिस्टंट
पात्रता : किमान १० वी उत्तीर्ण इच्छुक उमेदवारांनी सोमवार दि.२२/१२/२०२५ रोजी वरद टॉवर, बंगाल चौक, माळीवाडा, अहिल्यानगर येथे स.११ ते २ या वेळेत स्वखर्चाने उपस्थित रहावे

पाहिजेत
ऑफिस अकौंटंट : १
बी.कॉम. – कन्स्ट्रक्शन ऑफिसमधील टॅलीचे ज्ञान आवश्यक
KUSHAL INFRA
Flat No.5, Shree Shankar App., Near Navale Ground, Gulmohar Road, Savedi, A.Nagar
Mo. 9822595849

पाहिजेत
अकौंटंट
बेसीक टॅलीचे ज्ञान आवश्यक
दुकान कामासाठी मुले पाहिजे
: संपर्क :
नारायणदास मोहनलाल लोढा
२४१०, दाळमंडई, अहिल्यानगर
(तांदळाचे ठोक दुकान)
9405002897

जैन सोशल फेडरेशन द्वारा संचलित
आनंदऋषिजी नेत्रालय
(तारकपूर शाखा)
गंगा उद्यान रोड, तारकपूर, अहिल्यानगर.
पुणे येथील सुप्रसिध्द व अनुभवी त्वचारोग तज्ञ

डॉ. रंगोली जिरवणकर
M.B.B.S., DVD
आता आनंदऋषिजी नेत्रालय येथे
दर महिन्याच्या पहिल्या व तिसऱ्या मंगळवारी सकाळी ११.०० ते २.००
* विविध त्वचारोग * सोरायसिस * गजकर्ण * मुरुम, * पिंपल्स * केमिकल फिलिंग * लेझर ट्रिटमेंट, * चेहऱ्यावरील खड्यांसाठी सीओटू ट्रिटमेंट * क्रॉनिक डिसऑर्डर * काळ्या डागांवर उपचार * केस गळती * केसातील कोंडा * हेअर ट्रान्सप्लांट * ॲलर्जी * कुष्ठरोग * सौंदर्यासमस्या इ. विषयी उपचार व मार्गदर्शन
– अधिक माहिती व नांव नोंदणीसाठी संपर्क –
M. 7030959494

त्वरित जागा भरणे आहे
* ओटी असिस्टंट – २ जागा (अनुभव असल्यास प्राधान्य)
* फार्मसिस्ट – २ जागा (अनुभव असल्यास प्राधान्य)
* X-Yay Tecnician – १ जागा
* RMO – २ जागा
* Cashless – १ जागा
* Acountant – १ जागा
* Nuressing ANM / GNM / BSCI
इच्छुक उमेदवारांनी मुलाखतीसाठी दिनांक : १५/१२/२०२५ रोजी, सायंकाळी ४.३० वाजता आपल्या बायोडाटासह भेटावे.
न्युरॉन प्लस हॉस्पिटल सावेडी, अहिल्यानगर मो : 8459698717

घरपोहोच नर्सिंग सेवा
बेडसोर, डायबीटीस न भरणाऱ्या जखमा योग्य पध्दतीने ड्रेसींग व नर्सिंग केअर केली जाईल.
7028986048

महाराष्ट्र शासन
कार्यकारी अभियंता,
कुकडी पाटबंधारे विभाग क्र.१, नारायणगाव,
ता.जुन्नर, जि.पुणे, पिन–४१०५०४ यांचे कार्यालय
ई–मेल :- eekid1narayangaon@gmail.com
दूरध्वनी क्रमांक :- ०२१३२–२४२०१६

ई–निवीदा सूचना क्र.२० सन २०२५–२०२६ (द्वितीय मागणी)

महाराष्ट्र राज्याच्या राज्यपालांच्या वतीने कार्यकारी अभियंता कुकडी पाटबंधारे विभाग क्र.१, नारायणगाव, जलसंपदा विभाग, महाराष्ट्र शासन हे सक्षम निविदाकारांकडून खालील कामाकरीता ई–निविदा प्रणालीद्वारे (ऑनलाइन) निविदा मागवित आहेत. निविदा कागदपत्रे शासनाचे संकेत स्थळ https://mahatender.gov.in येथून डाऊनलोड करण्यात यावीत. सविस्तर निविदा सूचना व ई–निविदेबाबत सर्व माहिती शासनाच्या संकेत स्थळावर व विभागीय कार्यालयाच्या सूचना फलकावर उपलब्ध आहे.

निविदा स्वीकारण्याचा अथवा नाकारण्याचा अधिकार कार्यकारी अभियंता, कुकडी पाटबंधारे विभाग क्र.१, नारायणगाव यांनी राखून ठेवला आहे. अट असलेली निविदा स्वीकारली जाणार नाही. सदर निविदा सूचनेमध्ये काही बदल होत असल्यास https://mahatender.gov.in या संकेतस्थळावर कळविण्यात येईल.

अ.क्र.	कामाचे नांव	निविदेची किंमत रु.
१	कुकडी पाटबंधारे प्रकल्प, जि.पुणे, अहिल्यानगर महाराष्ट्र सिंचन सुधारणा कार्यक्रमांतर्गत कुकडी डावा कालवा कि.मी. ० ते ५९ मधील उर्वरीत दुरुस्ती कामे करणे.	रू. १६७६६.०१ लक्ष

जिल्हा : पुणे/ अहिल्यानगर
ई–निविदा उपलब्ध कालावधी : दिनांक : १५/१२/२०२५ ते २६/१२/२०२५
ई–निविदा उघडण्याचा दिनांक : दिनांक : २९/१२/२०२५

(जी.बी.नाळ्लोर)
कार्यकारी अभियंता
कुकडी पाटबंधारे विभाग क्र.
नारायणपूर, जि.पुणे

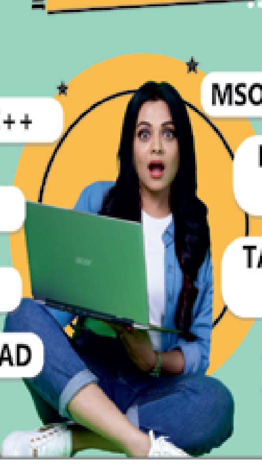
जा.क्र.कुपावि–१/लेशा/निविदा/५२१०/२०२५
कार्यकारी अभियंता, कुकडी पाटबंधारे विभाग क्र.१
नारायणगाव, ता.जुन्नर, जि.पुणे दि. १०/१२/२०२५

अॅडव्हान्स बुकिंग सुरू
MY CINEMA
AHILYANAGAR'S 1ST 5-SCREEN MULTIPLEX
Pipeline Road, Ahilyanagar. Onling Booking - BookMyShow
Show :- Dt. 13/12/2025 to 14/12/2025
DHURANDHAR 8:30, 9:45, 11:30am, 12:30, 1:45, 3:15, 4:30, 5:30, 7:00, 8:30, 9:30, 10:15pm
SHOLAY (THE FINAL C) - 6:15 pm
KIS KIS KO PYAAR KARU - 9:00 am, 2:15, 7:45, 10:45 pm, TERE ISHK MEIN- 11:15 am, 10:00 pm, AKHANDA - 4:45 pm, KAIREE (Marathi) - 2:00 pm, UTTAR (Marathi) - 4:10 pm,
Booking No. : 9325085347 | टीप : मुव्ही शो च्या वेळा बदलू शकतात.

टिप : मुव्ही–शो च्या वेळा बदलु शकतात | दि. ८ ते १३ डिसेंबर २०२५
Dhurandhar: 8.00 AM, 9.15 AM, 10.30 AM, 1.15 PM, 2.20 PM, 3.10 PM, 5.10 PM, 6.10 PM, 9.00 PM, 10.00 PM
Tere Ishk Main: 12.00 PM, 6.55 PM, 10.05 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 !
CONNPLEX SMART THEATRE — Available on bookmyshow
3rd Floor, Kohinoor Mall, Premdan Chowk, Savedi, A.Nagar
Mo. 6353564618 / 7790094001

Ahilyanagar's 1st Dolby 7.1 & Dolby Atmos Theater
SHOW TIMING - 08 TO 13 Dec
तेरे इश्क में: 12.35 PM, 03.30 PM, 06.30 PM, 09.15 PM
धुरंधर: 08.00 AM, 09.00 AM, 10.00 AM, 11.40 AM, 01.45 PM, 03.15 PM, 05.30 PM, 07.00 PM, 09.45 PM, 10.45 PM
टीप: शो च्या वेळा बदलू शकतात
Book Your Tickets at Box Office | bookmyshow
नगर कॉलेज जवळ, जुडिओच्या वरती, अ.नगर
9881300400, 0241-2346000
Cinélife MINIPLEX

An ISO 9001:2015 Certified
DiSHA COMPUTER INSTITUTE
Experts in Computer Training
JUST IN ANY COURSE 3900/-
100% JOB ASSISTANCE



C & C++ | PYTHON | PL/SQL | 2D & 3D CAD | MSOFFICE WITH AI | POWER BI & MS-EXCEL | TALLY PRIME & GST | DIGITAL MARKETING
Delhi Gate Branch: 1st Floor, 204, Anand Keshav Heights, Above Supekar Medical, Delhi Gate. 9371051769
Old ST stand Branch: 1st Floor, Amber Plaza, Near Lokmanthan Office, Near Maliwada Stand, Station Road. 9371151769
Pipeline Branch: Second Floor, Rucha Garden, Bhistbag Chowk, Pipeline Road. 7447761769

तृतीय **पुण्यस्मरण**
किर्ती सुगंधाचा वृक्ष फुलवूनी
लोभ, माया, प्रिती, देवूनी
सर्वांची मने जिंकूनी
सत्य सचोटीचा मार्ग देवूनी
अमर जाहला आपण जीवनी
स्मृतीत दडल्या अनंत आठवणी!
स्व. शरद सिमरतमल मेहेर
स्वर्गवास दि. १४ डिसेंबर २०२२
आपल्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण श्रध्दांजली!
* दुःखांकित *
श्रीमती शोभा शरद मेहेर । संजय पवार
श्री.शैलेश शरद मेहेर । सौ. शिल्पा शैलेश मेहेर । सार्थक, सृष्टी, समीक्षा, मेहेर परिवार (आष्टीवाला)
श्री. प्रकाशलालजी गांधी । सौ.रजनी गांधी । श्रीमती अरुणाबाई भळगट । श्री.योगेश, चेतन भळगट
श्री.सुयोग पोपटलाल भंडारी । सौ.सिमा सुयोग भंडारी
श्री.सतीश बाफना (सुपावाला) । श्री. रतिलालजी कटारिया (कडावाला)
मे. बेस्ट कन्स्ट्रक्शन कं.स्टाफ (अहिल्यानगर)

विशिष्ट प्रकारचे बेसिन शोधत आहात?
आता तुमचा शोध संपला!

आजचा भेट द्या अभय सेल्सला...
ABHAY SALES CORPORATION & HARDWARE
Satbhai Mala, Shop No 8, Delhi Gate Rd, Near Gajanan Hospital, Ahilyanagar
9145008009 / 9822542011

जाहीर नोटीस

तमाम लोकांस या जाहीर नोटीसद्वारे कळविण्यांत येते कि, खालील परिशिष्टामध्ये वर्णन केलेली मिळकत विक्रीचा व्यवहार सदर मिळकतीच्या विद्यमान मालकांनी आमचे अशिलाबरोबर केलेला आहे व त्यापोटी विद्यमान मालकांनी आमच्या अशिलाकडून विसारापोटी रक्कम स्विकारलेली आहे. सदर मिळकत निर्वेध, निजोखमी आहे व सदर मिळकतीबाबत कुठलाही वाद चालू नाही अथवा प्रलंबित नाही व सदर मिळकतीवर कुठल्याही बँकेचे, पतसंस्थेचे अथवा वित्तीय संस्थेचे कर्ज नाही. असे मिळकतीचे विद्यमान मालकांचे म्हणणे आहे. परंतु कोणाचीही तक्रार राहू नये म्हणून या जाहीर नोटीसद्वारे कळविणेत येते की, सदर मिळकतीबाबत कोणताही चालू वाद असल्यास अथवा सदर मिळकतीबाबत गहाण, दान, बक्षीसपत्र, अव्वल जप्ती, बँक बोजा, भाडेकरार, साठेकरार, मदार, मनाई हुकूम, स्थगिती, पोटगी, चार्ज, लीन, इजमेंट अन्वये कोणाचेही हक्क व अधिकार असल्यास अथवा सदर मिळकतीबाबत 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 आहेत त्यांनी जाणीवपूर्वक सोडून दिले आहेत असे समजून आमचे अशिल खरेदीचा व्यवहार पूर्ण करतील. मग त्यानंतर कोणाचीही तक्रार चालणार नाही याची नोंद घ्यावी. ही नोटीस प्रसिध्दीस दिली. **ता.१३/१२/२०२५.**

परिशिष्ट मिळकतीचे वर्णन : जिल्हा अहिल्यानगर पोटतुकडी व तालुका अहिल्यानगर पैकी अहिल्यानगर महानगरपालिका, अहिल्यानगर हद्दीतील **टि.पी.स्कीम नं.३ मधील** खालील वर्णनाची प्लॉट मिळकत – **टि.पी.स्कीम नं.३ मधील फायनल प्लॉट नं.१२७ व ६ चे एकुण क्षेत्रफळ ६७५.२५ चौ.मी. हा संपूर्ण प्लॉट.**

यांसी चतुःसिमा :–
पुर्वेस :– फायनल प्लॉट नं. १३६, दक्षिणेस :– फायनल प्लॉट नं. १२७ ब ७ व रस्ता
पश्चिमेस :– ओपन स्पेस, उत्तरेस :– फायनल प्लॉट नं. १३७

वर नमूद मिळकतीचे विद्यमान मालक –
मोहम्मद हामिद अशरफ सन ऑफ जमीरुल हसन
रा.बिल्डींग नं.१२, रुम नं.१०३, सेक्टर–९, घरोंदा सोसायटी, एफ टाईप घनसोली, नवी मुंबई, ठाणे–४००७०१.

ॲड. समीर वखारे
पत्ता :– ऑफीस नं.५, पहिला मजला, साई कॉर्नर बिल्डींग, चितळे रोड, अहमदनगर, मो. नं. 9011678999. 9860805559

जाहीर नोटीस

या जाहीर नोटीसीने तमाम लोकांस कळविणेत येते की, खालील परिशिष्ठात नमुद केलेली जमीनीचे विद्यमान मालक **विद्या गणेश आरे रा. रेणुका माता मंदिर जवळ,घर नं. १३ अ. कपिलेश्वर नगर, सारसनगर, अहमदनगर** यांचे मालकी हक्काची व वहिवाटीची असून यांनी सदर जमीन विक्री करण्याचा करार करुन आमचे अशिलांबरोबर कायमखूष खरेदी देण्यांचे ठरवून आमच्या अशिलाकडून रक्कम स्विकारलेली आहे. तसेच सदर जमीन मिळकत ही निर्वेध निजोखमी व बोजारहीत, असल्याची विश्वास व भरवसा आमचे अशिलांस दिलेला आहे. या उपरही सदर जमीन मिळकतीबाबत कोणाचेही कोणत्याही प्रकारे मालकी हक्क, हितसंबंध, ताबा, मनाई, दावा,लिज, गहाण, इक्वीटेबल मॉर्गेज,दान,बक्षिस,पोटगी हक्क, सोसायटी राईटस व इतर कोणतेही हक्क हितसंबंध असल्यांस त्यांनी ही नोटीस प्रसिध्द झाले पासून **७ दिवसांचे** आत खालील दिलेल्या पत्यावर संपूर्ण कागदोपत्री पुराव्यानिशी लेखी कळवावे, जर मुदतीत कोणाचेही कोणतेही हरकत न आल्यास आमचे अशिल सदर जमीन मिळकतीचा खरेदी विक्रीचा व्यवहार पूर्ण करतील मग कोणाचेही कोणत्याही प्रकारे अगर हरकत चालणार नाही, असल्यास त्यांनी जाणीवपुर्वक सोडून दिले आहे असे समजण्यांत येईल.

परिशिष्ट : मिळकतीचे वर्णन :
डि. ।। अहिल्यानगर/अहमदनगर सब. डि.।। ता. नगर पैकी अहमदनगर जिल्हा परिषद हद्दीतील **वारुळवाडी** येथील जमीनीचे वर्णन खालील प्रमाणे.

ग.नं.	हे.आर.	रु.पै.
१८/२ क	०–४०	१२०.००

यापैकी विद्यमान मालक यांचे मालकीची ० हे. ०१ आर जमीनीबाबत. याचा नियोजित प्लॉट नं. २७ असा आहे.

यांसी चतु:सिमा–
पुर्वेस : सर्व्हे नंबर १८/२ पैकी — दक्षिणेस : नियोजित प्लॉट नं. २८
पश्चिमेस : १६ फुटी अंतर्गत रस्ता — उत्तरेस : नियोजित प्लॉट नं. २६
येणेप्रमाणे चतु:सिमापूर्वक काही एक राखून न ठेविता.

दि.१३/१२/२०२५
अहमदनगर.

ॲडव्होकेट
नाजीम अहमद इस्माईल शेख
कुरेशी फैजान फारुक
जुन्या कलेक्टर ऑफिसशेजारी,डावरेगल्ली, अहमदनगर, मो : ९८८१४३१८६०, ७२७६२५२४७८

थंडी सुरु झाली तर मग चला..मयुरी लेडिज मॉल मध्ये

फक्त रु. २००/– मध्ये भरपुर व्हरायटी उपलब्ध..
महिलांसाठी थंडीचे एकदम उबदार स्टोल व मफलर रु. ८०० ते १००० चे फक्त रु. २००/–
(स्टोल मध्ये भरपुर व्हरायटी फक्त आमच्याकडेच)
लहान मुलांचे स्वेटर, पुरुषांचे व महिलांचे स्वेटर रु. ६०० ते ८०० चे फक्त रु.२००/–
सॉक्स, हॅण्डग्लोज, स्टोल, स्कार्फ, व अजुनही बरेच काही
जेन्टस् स्वेटशर्ट 6XL पर्यंत उपलब्ध
थंडीच्या टोपी मध्ये भरपुर डिझाईन व व्हरायटी
अहिल्यानगर शहरातील भव्य मॉल **मयुरी लेडिज मॉल**
वेळ– सकाळी ११ ते रात्री ८ वा. पर्यंत
मल्हार चौक, आयकॉन पब्लिक स्कुल जवळ, आगरकर मळा, अहिल्यानगर ९०२८२०११९८