सेव्हींग व करंट खात्यांवर मिळवा 7% व्याजदर
दि जैन मर्चन्टस् को-ऑप. क्रेडीट सोसायटी लि.
श्री. संजय काठेड (संस्थापक) Mo. 9372444001
इमारत कंपनी, पोस्ट ऑफिस जवळ, कापड बाजार, अ.नगर. फोन नं. : 0241-2993900

संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा
नवा मराठा
संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

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

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रुपये | अहिल्यानगर, शनिवार दि. १४.०२.२०२६ | अंक नं. २६३ | वर्ष ६८ वे | दैनिक वर्ष ६२ वे | ANR/022/2018-2020

स्वप्नवत ऑफर... स्वप्नवत सफर... १०९ भाग्यवान जोडप्यांसाठी 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

कॅमल सुपरफाईन शाबुदाणा
1 किलो | 500 ग्रॅम | 250 ग्रॅम पॅकिंगमध्ये उपलब्ध
कॅमल इन्स्टन्ट शाबुदाणा 1KG पॅकमध्ये उपलब्ध
सर्व किराणा दुकानात उपलब्ध
स्टॉकिस्ट
अशोक बन्सीलाल पारख
कॅमल हाऊस, आडते बाजार, अहिल्यानगर
(0241) 2343896/2341196

22 कॅरेट सोन्याचा
सर्वात कमी भाव, सर्वात कमी मजुरी.
दागिन्यांची प्रतीग्रॅम मजुरी ₹888/-
चंदुकाका ज्वेल्स™
शॉप नंबर 2/3, साई मिडास टच, नगर-मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर 9272422001/02
Conditions Apply*

KYC Verified & Reliable Professional Drivers
DRIVERSEVA by CONVINIO
@ Your Doorstep in 29 Minutes
BOOK NOW 9422727899
Starting @ ₹999/-
Office Add. : Dhoot Complex, Nagar-Manmad Road, A. Nagar

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

महाशिवरात्री उपवासासाठी स्पेशल
टक्कर मलाई लस्सी
कैलास उडपी । लस्सी
शाखा नं. १ : शिवशक्ती अपार्टमेंट, खिस्त गल्ली, पिराजवळ, अहिल्यानगर.
शाखा नं. २ : तहसील कार्यालया समोर, टीव्ही सेंटर, सावेडी, अहिल्यानगर.
शाखा नं. ३ : पद्मावती पेट्रोल पंपाजवळ, नगर मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर.

सर्व भाविक भक्तांना महाशिवरात्री निमित्त मनःपुर्वक हार्दिक शुभेच्छा..
मा.श्री. अविनाश देडगांवकर
धार्मिक गौरव पुरस्कार प्राप्त
ज्येष्ठ समाजसेवक
अहिल्यानगर

नगरमधील एकाच कुटूंबातील तिघा जणांचा 'अपघाती मृत्यू'

एक जखमी; केडगाव चौफुला रस्त्यावरील घटना; जखमीवर पुण्यातील रुग्णालयात उपचार सुरु

नगर - शिरूर न्हावरा फाटा ते केडगाव चौफुला रस्त्यावर अपघात झाला. या अपघातात एकाच कुटुंबातील तिघांचा जागीच मृत्यू झाला. ही घटना १३ फेब्रुवारी रोजी मध्यरात्री घडली. या अपघातात नगर तालुक्यातील गुणवडी येथील रहिवाशी बाळासाहेब प्रकाश नागवडे, त्यांचे मेव्हणे पवन काळे व भाची आराध्या काळे यांचा दुर्दैवी मृत्यू झाला.

याबाबतची माहिती अशी की, बाळासाहेब नागवडे व त्यांची बहिण वंदना पवन काळे (रा. निमोणे, ता. शिरूर) हे त्यांच्या मुलांना कोल्हापूर येथे मुलांना भेटण्यासाठी त्यांच्या मारुती सेलेरिओ कार ने गेले होते. तेथून परत येताना केडगाव चौफुला ते न्हावरा फाटा रस्त्यावर त्यांच्या कारला एका मालवाहू टेम्पोने समोरून जोराची धडक दिली. त्यात कारमधील बाळासाहेब प्रकाश नागवडे, पवन काळे व भाची आराध्या काळे यांचा जागीच मृत्यू झाला तर वंदना पवन काळे या गंभीर जखमी झाल्या. त्यांना उपचारासाठी पुणे येथील रुग्णालयात हलविण्यात आले आहे.

हॉटेल भारत भुवन
हॉटेल भारत भुवन, माळीवाडा वेशीजवळ, अहिल्यानगर
दुर्गा लस्सी
प्रिय ग्राहक आपण हॉटेल भारत भुवनच्या स्पेशल मिसळ, वडा सांबर, वडापाव, भजी, जिलेबी तसेच नमस्कार गुळाच्या चहाच्या चवीला दिलेल्या भरभरून प्रतिसादानंतर आम्ही आपल्या सेवेत घेऊन येत आहोत..
महाशिवरात्रीच्या शुभ मुहूर्तावर
दुर्गाची स्पेशल लस्सी, स्पेशल मँगो लस्सी, स्पेशल अंजीर लस्सी, स्पेशल गुलकंद लस्सी व सायंकाळी ५ ते रात्री १०.३० मध्ये आपण स्वाद घेऊ शकता मायराच्या स्पेशल पाव भाजी व स्पेशल पुलावाचा, अवश्य भेट द्या .....

क्वॉलिटीत भारी.. किंमतीत कमी
पुरुषांसाठी व मोठ्या मुलांसाठी
बिगसाईज ब्रॅण्डेड रेडिमेड कपडे
शर्ट, क्राडशेट 7XL पर्यंत | टिशर्ट 6XL पर्यंत | नाईटपॅन्ट 4XL पर्यंत | जिन्स, फॉर्मल पॅन्ट 44 साईज पर्यंत
किंमत होलसेल व ऑनलाईन पेक्षा स्वस्त
अहिल्यानगर शहरातील भव्य मॉल
वेळ- दुपारी १२ ते सायंकाळी ७ पर्यंत
पुरुषांसाठी सर्व काही मयुरी लेडिज मॉलच्या वर
शुभ मॉल
मल्हार चौक, आयकॉन पब्लिक स्कुल जवळ, आगरकर मळा, अ.नगर 9028201188

पाहिजेत
सोनचाफा ज्वेलरी शोरुमकरिता सेल्समर्न्स पाहिजे
(आकर्षक पगार)
भेटा : कोहिनूर समोर, कापडबाजार, अहिल्यानगर
9356352421

३००० स्के.फू. एरिया असलेले गोडाऊन भाड्याने देणे आहे
माय सिनेमा समोर, पाईपलाईन रोड, अहिल्यानगर
7709242424

पेस्ट कंट्रोल
झुरळ, मुंग्या, उंदिर, वाळवी, ढेकुन, पाल, कोळी व मच्छर इ. साठी.
7276423997
9322196180

प्रेरणादायी आदर्श व्यक्तिमत्व..

स्व. शांतीभाऊ फिरोदिया
(स्व. दि. १५ फेब्रुवारी २००७)

शिस्तप्रिय जीवन व माणुसकीचा अथांग सागर...

१९ व्या स्मृतिदिनी भावपूर्ण श्रध्दांजली !

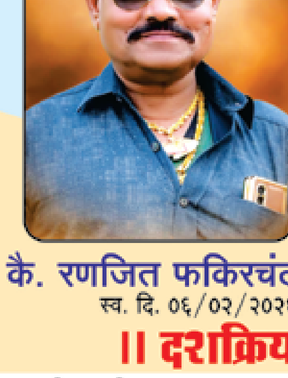
सर्व विश्वस्त, सल्लागार मंडळ, मुख्याध्यापक शिक्षक व शिक्षकेतर कर्मचारी
अहमदनगर एज्युकेशन सोसायटी
अहिल्यानगर

सहवास जरी सुटला, स्मृती सुगंध देत राहील
आयुष्याच्या प्रत्येक वळणावर, आपली आठवण येत राहील..

ऑनररी कॅप्टन
कै. मुरलीधर (आण्णा) शंकर आवारे
स्वर्गवास दि. १३ मार्च २०२५

प्रथम पुण्यस्मरण
सोमवार दि. १६/०२/२०२६ रोजी, सकाळी १०.०० वाजता
स्थळ : छत्रपती शिवाजी मंगल कार्यालय, अंबिकानगर, केडगाव देवी, अहिल्यानगर
आपल्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण श्रध्दांजली..
प्रवचन सेवा : ह.भ.प. अमृतमहाराज शिंदे केडगाव देवी, अहिल्यानगर यांचे सकाळी. १० वाजता.

शोकाकुल
इंदुमती मुरलीधर आवारे (पत्नी)
श्री. विजय मुरलीधर आवारे (मुलगा) | श्री. संभाजी नाथा आवारे (मुलगा) | सौ. लता राजेंद्र दुसुंगे (मुलगी)
सौ. अलका बबन शिंदे (मुलगी) | सौ. सारिका विजय आवारे (सुन) | श्री. प्रविण बाबासाहेब आवारे (नातू)
श्री. दिपक बाबासाहेब आवारे (नातू) | चि. विशाल विजय आवारे (नातू) | चि. यश विजय आवारे (नातू)
समस्त आवारे परिवार व नातेवाईक तसेच केडगाव ग्रामस्थ, अहिल्यानगर



भावपुर्ण श्रध्दांजली
जीवन झिजवले आमच्यासाठी कष्टातून तुम्ही फुलविले मोती तुमच्या कार्याची मिळो आम्हा स्फुर्ती..
आपल्या पावन स्मृतीस भावपुर्ण श्रध्दांजली..

कै. रणजित फकिरचंद भोकरे
स्व. दि. ०६/०२/२०२६

॥ दशक्रिया विधी ॥
रविवार दि. १५/०२/२०२६ रोजी, सकाळी ८.०० वा.
स्थळ : अमरधाम, नालेगाव, अहिल्यानगर येथे होईल

शोकाकुल
गं.भा. सरस्वती रणजित भोकरे (पत्नी)
श्री. योगेश रणजित भोकरे (मुलगा) । श्री. अशोक रणजित भोकरे (मुलगा)
सौ. कल्याणी विक्रम निफाडकर (मुलगी)
समस्त भोकरे परिवार

जिल्ह्यातील निकडीच्या प्रश्नांना वाचा फोडणारे एकमेव दैनिक

संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

फोन - २४१४१४१, २४१९९९९, मो. ९२०९६६६६६६

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

email - navamaratha@gmail.com

कोठल्यात गोळीबार करणाऱ्या तिघांना पोलिसांनी ठोकल्या बेड्या

नगर - अहिल्यानगर शहरात राज चेंबर कोठला येथे गावठी कट्ट्यातुन एकावर गोळीबार करणाऱ्या ३ आरोपींना स्थानिक गुन्हे शाखा व तोफखाना पोलीस स्टेशनच्या पथकाने पकडले आहे. जाबीर उर्फ जबु सादीक सय्यद (वय ३४, रा. मुकुंदनगर), कादर उर्फ पप्पु मुस्सा शेख (वय ३८, रा. कोठला झोपडपट्टी, अहिल्यानगर), जैद उर्फ टैप्या रशीद सय्यद (वय ३५, रा. आलमगीर, भिंगार) अशी या आरोपींची नावे असून त्यांच्याकडून गुन्ह्यात वापरलेला गावठी कट्टा जप्त करण्यात आला आहे.

फिर्यादी अबरार मुक्तर शेख यांनी अफजल आसीर शेख व अस्लम असीर शेख यांचेविरुध्द भिंगार कॅम्प पोलीस ठाणे येथे दाखल केलेला गुन्हा मागे घेत नाही याचा मनात राग धरुन आरोपी सय्यद जैद रशीद उर्फ टैप्या, जाबीर सादीक सय्यद उर्फ जबु, अफजल आसीर शेख, अस्लम असीर शेख, अल्ताफ शेख, सर्व रा. मुकुंदनगर यांनी संगमताने कट रचुन ११ फेब्रुवारी रोजी रात्री ११.३० वाजण्याच्या सुमारास फिर्यादी अबरार मुक्तर शेख (वय २४, रा. प्रबुध्दनगर, आलमगीर, भिंगार) हा त्याचे मित्र अभिषेक पवार याचे मोपेड दुचाकीवर बसुन मुकुंदनगर येथे जात असतांना रॉयल ट्रॅव्हल्सच्या ऑफिसच्या समोर राज चेंबर समोर कोठला, येथे दुचाकीला ऑटो रिक्षा आडवी लावुन आरोपी सय्यद जैद रशीद उर्फ टैप्या याने गावठी कट्याने फिर्यादीवर गोळीबार करुन जीवे ठार मारण्याचा प्रयत्न केला आहे. सदर घटनेबाबत फिर्यादी यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरुन तोफखाना पोलीस स्टेशन येथे गुन्हा दाखल करण्यात आलेला आहे.

शहरातील राज चेंबर, कोठला येथे गोळीबार करणाऱ्या आरोपींना पकडल्यानंतर त्यांच्या समवेत स्थानिक गुन्हे शाखेचे पथक.

गुन्हा दाखल झाल्यानंतर पोलीस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे यांनी घटनाठिकाणी भेटी देवुन घटनेचे गांभीर्य पाहुन आरोपींचा शोध घेणेकामी स्थानिक गुन्हे शाखा व तोफखाना पोलीस स्टेशनचे पथके तयार करुन सदर पथकास सुचना व मार्गदर्शन करुन सदरची पथके रवाना करण्यात आलेली होती.

सदर पथकानी घटनाठिकाणी जावुन आरोपींबाबत माहिती घेवुन गोपनिय माहिती व व्यवसायीक कौशल्याचे आधारे माहिती संकलित केली. सदर माहितीचे आधारे आरोपीचे शोध घेत असतांना १३ फेब्रुवारी रोजी सदर गुन्ह्यातील आरोपी जाबीर उर्फ जबु सादीक सय्यद हा सारसनगर परिसरात स्वतःचे अस्तित्व लपवुन उभा असल्याची माहिती प्राप्त झाली. पथकाने तात्काळ सारसनगर परिसरात कोंबडीवाला मळा या ठिकाणी जावुन शोध घेत असतांना एक इसम लपुन थांबलेला दिसुन आला. तेव्हा पथकाने शिताफिने त्याला ताब्यात घेवुन त्याचेकडे गुन्ह्याबाबत विचारपुस करता त्याने सांगितले की, ११ फेब्रुवारी रोजी रात्री मी व माझे साथीदार कादर उर्फ पप्पु मुस्सा शेख, जैद उर्फ टैप्या रशीद सय्यद अशांनी मिळुन मागील भांडणाचे कारणावरुन रिक्षामध्ये एकत्र येवुन जैद उर्फ टैप्या याने त्याचेकडील गावठी पिस्तुलातुन अबरार शेख याचेवर जिवे ठार मारण्याचे उद्देशाने फायर केले आहे. त्यानंतर आरोपी जाबीर उर्फ जबु सादीक सय्यद याचेकडे त्याचे इतर साथीदार बाबत विचारपुस करता त्याचे सांगणे प्रमाणे आरोपीचे शोध घेवुन आरोपी कादर उर्फ पप्पु मुस्सा शेख, जैद उर्फ टैप्या रशीद सय्यद यांना अहिल्यानगर शहरातुन ताब्यात घेवुन आरोपी जैद उर्फ टैप्या रशीद सय्यद यांचेकडुन गुन्ह्यात वापरलेले गावठी कट्टा जप्त करण्यात आलेले आहे.

सदरची कारवाई स्थानिक गुन्हे शाखेचे पो.नि. किरणकुमार कबाडी, उपनिरीक्षक राजेंद्र वाघ, पोलीस अंमलदार विजय पवार, शाहिद शेख, गणेश धोत्रे, सुनिल पवार, फुरकान शेख, भिमराज खर्से, अमृत आढाव, सागर ससाणे, अर्जुन बडे तसेच तोफखान्याचे पो.नि. जगदिश भांबळ, उपनिरीक्षक योगेश चाहेर, पोलीस अंमलदार रियाज इनामदार, युजय हिवाळे, सुमित गवळी, कपिल गायकवाड यांनी केली आहे.

एकदा मी मित्राला त्याचा जीवनविमा बंद करण्याचा सल्ला का दिला

राजन कुटे

काही वर्षांपूर्वी एक मित्र माझ्यासमोर बसला होता. अनेक वर्षांपासून नियमितपणे भरलेला जीवन विमा त्याच्याकडे होता. तो नाराज नव्हता, घाईतही नव्हता. फक्त एवढंच जाणून घ्यायचं होतं - आपण योग्य करत आहोत ना?

विम्याची कागदपत्रे उघडण्याआधी मी त्याला एक प्रश्न विचारला. तो उद्या नसता, तर कोणावर खऱ्या अर्थाने आर्थिक परिणाम झाला असता? भावनिक नव्हे - आर्थिक. हा प्रश्न सहज वाटतो, पण उत्तर तितकं सोपं नसतं. आपण अनेकदा अवलंबित्व गृहित धरतो. प्रत्यक्षात पाहिलं तर आई-वडील भावनिकदृष्ट्या जवळ असतात, पण आर्थिकदृष्ट्या स्वावलंबी असू शकतात. मुलांची गरजही काळानुसार बदलते. प्रामाणिकपणे पाहिलं तर अवलंबित्वाची चौकट अनेकदा लहान असते.

पुढे बोलताना एक गोष्ट स्पष्ट झाली. ज्यासाठी हा विमा घेतला होता ती मोठी कर्जे आधीच फेडली गेली होती. एचख संपले होते. पण विमा सुरूच होता - कारण तो थांबवण्याचा क्षण कधी ठरवला नव्हता. बदललेल्या परिस्थितीतही निर्णय तसाच चालू राहिला होता.

या काळात त्याची बचत आणि गुंतवणूकही वाढली होती. नकळत तो अशा टप्प्यावर पोहोचला होता जिथे काही प्रमाणात संरक्षण त्याच्या स्वतःच्या संसाधनांतून मिळू लागलं होतं. याचा अर्थ विमा निरुपयोगी झाला असा नव्हे - पण त्याची भूमिका बदलली होती.

निर्णय पुन्हा तपासायला सर्वात मोठा अडथळा आकड्यांचा नव्हता, तर सामाजिक अस्वस्थतेचा होता. सोडून देण्याला दाद मिळत नाही. सगळे धरून ठेवताना वेगळा निर्णय घेणं कठीण वाटतं. पण आर्थिक परिपक्वता शांत असते. योग्य निर्णय अनेकदा नजरेआड राहतात.

एक वेळ अशी येते की आयुष्य बदलल्याचं मान्य करावं लागतं - आणि निर्णयही बदलावे लागतात. नाहीतर जे संरक्षण म्हणून घेतलं होतं ते हळूहळू ओझं बनतं.

म्हणूनच मी त्याला विमा बंद करण्याचा सल्ला दिला. सर्वांसाठी नाही - पण त्याच्या परिस्थितीसाठी योग्य म्हणून.

चालू ठेवणं सोपं असतं. सोडणं स्पष्टता मागतं.

आणि पैशांच्या बाबतीत, स्पष्टताच खरी जबाबदारी आहे.

स्पष्ट ठेवा. शांत ठेवा.

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

'आयएजीई निवडणुकी'मध्ये भारतातून सर्वाधिक मतांनी मॅनेजिंग कमिटी पदावर नगरचे डॉ. हृषिकेश पंडित यांची निवड

नगर - अहिल्यानगरचे स्त्रीरोग व लॅप्रोस्कोपिक तज्ज्ञ डॉ. हृषिकेश पंडित यांची इंडियन असोसिएशन ऑफ गायनेकॉलॉजिक एंडोस्कोपीस्ट्स (आयएजीई) या देशातील स्त्रीरोग एंडोस्कोपी संघटनेच्या २०२६-२०२८ या कालावधीसाठी मॅनेजिंग कमिटी मध्ये भारतातून सर्वाधिक मताने सलग दुसऱ्यांदा निवड झाली आहे. ही निवड त्यांच्या कार्यक्षम नेतृत्वाची आणि देशभरातील स्त्रीरोग तज्ज्ञांनी व्यक्त केलेल्या विश्वासाची पावती मानली जात आहे.

सन २००१ मध्ये स्थापन झालेली ही संस्था लॅप्रोस्कोपी व हिस्टेरोस्कोपीसारख्या अत्याधुनिक, मिनिमली इन्व्हेसिव्ह शस्त्रक्रियांचा प्रसार करण्यासाठी कार्यरत आहे. आज आय ए जी इ ही जगातील दुसऱ्या क्रमांकाची स्त्रीरोग एंडोस्कोपी संघटना म्हणून ओळखली जाते. देशभरातील हजारो स्त्रीरोग तज्ज्ञ सदस्य, मजबूत शैक्षणिक परंपरा आणि आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील मान्यता यामुळे संस्थेचे विशेष स्थान निर्माण झाले आहे.

संस्मार्फत नॅशनल व इंटरनॅशनल कॉन्फरन्सेस, सर्जरी वर्कशॉप्स, लॅपरोस्कोपी ट्रेनिंग प्रोग्रॅम्स राबविले जातात. या माध्यमातून शहरी तसेच ग्रामीण भागातील स्त्रीरोग तज्ज्ञांना आधुनिक तंत्रज्ञान आत्मसात करण्याची संधी मिळाली आहे. परिणामी महिलांसाठी कमी वेदना, जलद रिकव्हरी, कमी रक्तस्त्राव आणि अधिक अचूक, सुरक्षित शस्त्रक्रिया उपलब्ध झाल्या आहेत.

अहिल्यानगर येथील पंडित हॉस्पिटल - मॅटर्निटी केअर ॲण्ड ३डी लॅप्रोस्कोपी सेंटरचे संचालक म्हणून डॉ. पंडित यांनी जिल्ह्यात अत्याधुनिक ३ड लॅप्रोस्कोपीची सुरुवात करून नवे पर्व सुरू केले आहे. एंडोमेट्रिओसिस, फायब्रॉईड्स, सर्व्हायकल व इतर स्त्रीरोग कर्करोग शस्त्रक्रिया तसेच वंध्यत्व उपचार क्षेत्रात त्यांनी उल्लेखनीय कामगिरी केली आहे.

नगर येथील चार वर्षीय रियांशी राठी हिचा हनुमान चालीसा पठणात जागतिक विक्रम

नगर - केडगाव येथील द क्ले प्री-स्कूल या पूर्वप्राथमिक शाळेतील नर्सरी वर्गात शिकणाऱ्या अवघ्या चार वर्षांच्या चिमुरडी रियांशी राठी हिने हनुमान चालीसा तसेच पवित्र संस्कृत श्लोकांच्या पठणात विलक्षण प्राविण्य सिद्ध करून जागतिक स्तरावर मानांकन मिळवले आहे. तिच्या या कामगिरीची दखल घेत इन्फ्लुएन्सर बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्डस् या जागतिक विक्रम नोंद संस्थेच्या वतीने तिला सन्मानपत्र प्रदान करून गौरवण्यात आले आहे.

हनुमान चालीसा पठणात जागतिक विक्रम करणारी रियांशी राठीचा आई रोशनी जाजू (राठी), सौ. सुजाता पठारे, नम्रता भंडारी यांच्या समवेत.

रियांशीने केवळ चार मिनिटे चाळीस सेकंदांत संपूर्ण हनुमान चालीसा शुद्ध उच्चार, अचूक लय व आत्मविश्वासाने सादर करून सर्वांचे लक्ष वेधून घेतले. यासोबतच यंग अचिव्हर्स ऑलिम्पियाड या राष्ट्रीय पातळीवरील बौद्धिक स्पर्धेत तिने प्रथम क्रमांक पटकावून आपली बुद्धिमत्ता आणि स्मरणशक्ती सिद्ध केली आहे.

विशेष म्हणजे रियांशी अवघ्या अडीच वर्षांची असल्यापासूनच हनुमान चालीसा व विविध संस्कृत श्लोकांचे नियमित पठण करत आहे. तिच्या या यशामागे कुटुंबीयांचे तसेच शाळेचे सातत्यपूर्ण मार्गदर्शन आणि प्रोत्साहन मोलाचे ठरले आहे. आई रोशनी जाजू (राठी), शाळेच्या संचालिका सौ. सुजाता पठारे, मुख्याध्यापिका नम्रता भंडारी, आजी ललिता जाजू तसेच आजोबा राजेंद्र जाजू यांनी तिला वेळोवेळी योग्य दिशा, शिस्त आणि प्रेरणा दिली.

अशिष काळे यांचे अपघाती निधन

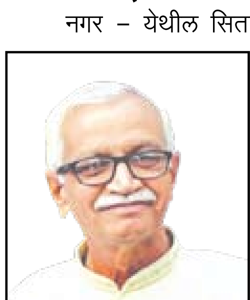
नगर - गुलमोहोर रोडवरील रामकृष्ण कॉलनीतील रहिवासी अशिष बबनराव काळे (वय ३२) यांचे १२ फेब्रुवारी रोजी शहरातील उड्डाणपुलावर अपघाती निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे १३ फेब्रुवारी रोजी अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या मागे आई, वडील, १ भाऊ, पत्नी, १ मुलगा, १ मुलगी असा परिवार आहे. महानगरपालिकेचे अधिकारी बबनराव काळे यांचे ते थोरले बंधू होत.

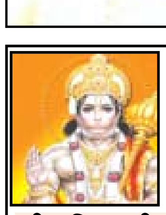
अवजड वाहनांना शहरात कायमस्वरुपी बंदी घालून अपघाताचा चौकशी अहवाल द्यावा : आ. संग्राम जगताप

अपघातानंतर आमदार संग्राम जगताप व प्रेरणा प्रतिष्ठानने या संदर्भात पोलिस प्रशासनाला निवेदन दिले आहे. या निवेदनात म्हटले आहे की, सकाळी आठ ते रात्री आठ या वेळेत अवजड वाहनांना उड्डाण पूलावर बंदी असतानाही ही डंपर व ट्रक जात आहे. या संदर्भात पोलिस प्रशासनाकडे तक्रार करूनही त्याकडे प्रादेशिक परिवहन विभाग व पोलिस प्रशासन याकडे दुर्लक्ष करीत आहेत. ही अर्थपूर्ण डोळेझाक मात्र सामन्य माणसांच्या जीवावर उठत आहे. आमदार संग्राम जगताप यांच्या मार्गदर्शनाखाली प्रशासनाला सांगण्यात आलेले आहे. सात दिवसांच्या आत अपघाताचा चौकशी अहवाल द्यावा तसेच अवजड वाहनांना कायमस्वरुपी बंदी करावी, या मागण्या मान्य न झाल्यास पोलिस अधीक्षक कार्यालयासमोर आंदोलन करण्याचा इशारा देण्यात आलेला आहे.

अशोक दळवी यांचे अल्प आजाराने निधन

नगर - येथील सिताबन लॉन मागील गायकवाड हॉस्पिटल शेजारील रहिवासी अशोक पांडुरंग दळवी (सर) (वय ७१) यांचे १३ फेब्रुवारी रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या मागे पत्नी, १ मुलगा, २ मुली, सुन, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. आरती, पल्लवी, सुयोग दळवी यांचे ते वडील होत.





हनुमान चालिसा पाठ

रविवार दि. १५/०२/२०२६
रात्री ८.३० ते १०.३०

श्री दक्षिणमुखी हनुमान सत्संग मंडळ, सर्जेपुरा, अहिल्यानगर

नारायण राजय्या पासकंटी,
बालाजी मंदिराजवळ, श्रमिकनगर, सावेडी
मो.९५०३०४०५९०

हनुमान चालिसा पाठ

सोमवार दि. १६/०२/२०२६
रात्री ८.३० ते १०.३०

श्री दक्षिणमुखी हनुमान सत्संग मंडळ, सर्जेपुरा, अहिल्यानगर

श्री शिवप्रतिष्ठान हिंदुस्तान वैष्णवनगर (केडगाव)
जे.एल.पी. टॉवर मागे, लिंक रोड, केडगाव
मुकेश गुगळे - मो.७२७६१२३१२३
राहुल म्हसे - मो.९२२५१८५५५५

हिंद सेवा मंडळामध्ये घडत असलेल्या गैरप्रकारांबाबत कारवाई व्हावी, अन्यथा अध्यक्ष मानद सचिव यांनी राजीनामे द्यावेत : राजेंद्र चोपडा

नगर - हिंद सेवा मंडळ ही अत्यंत मोठी व नावाजलेली शैक्षणिक संस्था असुन त्या संस्थेने शैक्षणिक क्षेत्रात अत्यंत स्पृहणिय कामगिरी बजावलेली आहे. १०० वर्षांचा दैदिप्यमान इतिहास असलेली ही संस्था असुन विविध क्षेत्रात या संस्थेतुन बाहेर पडलेले अनेक विद्यार्थी आपआपल्या क्षेत्रात नाव कमवत आहेत. स्वातंत्र सैनिकाचा इतिहास असलेली ही संस्था अनेक संस्था चालक, प्राध्यापक, शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी यांनी आपल्या कुटुंबावर तुळशीपत्र ठेऊन नावारुपाला आणलेली आहे. पण गेल्या काही वर्षापासुन या संस्थेबाबत होत असलेल्या चर्चा व होत असलेल्या घटना माझ्या सारख्या माजी पदाधिकाऱ्याला वेदना देणाऱ्या आहेत. सिताराम सारडा विद्यालयात झालेला शालेय विदयार्थ्याचा दुर्देवी खुन, अकोले येथील अपंग शिक्षिकेवर झालेला विनयभंगाचा प्रकार, संस्थेत पैशासाठी होत असलेला भ्रष्टाचार व आताच श्रीरामपुर येथील दुसरीत शिकत असणाऱ्या लहान मुलींवर झालेला लैंगीक अत्याचार अशा घटना घडत असताना पदाधिकारी मात्र खुर्ची उबवुन फक्त पैशाचेच कामे करताना दिसत आहेत. याबाबत मी आपणाकडे मागे वारंवार पत्रे देऊन त्याबाबत आपण सखोल चौकशी करुन मला माहिती दयावी अशा प्रकारची मागणी केलेली आहे. पण आपण सातत्याने त्याकडे दुर्लक्ष करीत आलेला आहात. यावरुनच आपण संस्थेच्या कारभारामध्ये व घडणाऱ्या घटनांकडे, सभासदांनी दिलेल्या पत्रांकडे किती गांर्भीयाने पाहत आहात हे दिसुन येते. एकंदरीत आपला दृष्टीकोन हा हिंद सेवा मंडळ ही संस्था बंद करण्याकडे आहे की काय? असे माझे मत झाल्यास ते वावगे नसावे, अशी खंत हिंद सेवा मंडळाचे माजी पदाधिकारी राजेंद्र चोपडा यांनी व्यक्त केली आहे.

त्यांनी पुढे म्हटले आहे की, दोन दिवसापुर्वी श्रीरामपुर येथील दादा वामन जोशी प्रशाला येथे घडलेला प्रकार हा हिंद सेवा मंडळाच्या वैभवाला कलंकीत करणारा आहे असेही माझे स्पष्ट मत आहे. वय वर्ष ८ असलेल्या दुसरी इयत्तेतील विद्यार्थीवर संस्थेतील एका शिक्षकाने म्हणजेच सचिन महाजन गोणारकर या शिक्षकाने केलेले लैंगीक अत्याचार अत्यंत निंदनीय व मनाला वेदना देणारे आहेत. याबाबत पालकांनी दिलेल्या माहितीवरुन हिंद सेवा मंडळ व त्याचे पदाधिकारी किती उदासीन होते हेच निर्दशनास येते. पालकांनी तक्रार केल्यावर सदर शिक्षकावर कारवाई करुन त्याची बदली करुन एवढे सांगुनच त्यांना आश्वस्त केले गेले. त्याबरोबरच आपण याबाबत जास्त काही आग्रह केल्यास आपणावरच केस दाखल करु अशा प्रकारची धमकी संस्था प्रशासनाकडुन त्यांना दिली जात होती असे समजते. शाळेतील मुलांबाबत हिंद सेवा मंडळ किती काळजी करते ते यातुन निर्दशनास येते. कोवळ्या कळ्यांना कुस्करुन टाकणाऱ्या या नराधमाबाबत आपली अशी बोटचेपी भुमिका का असावी? असा प्रश्न मनात येतो. विचार करुन मन उद्विग्न होते. ज्यावेळेस चार पाच हजार नागरीकांचा मोर्चा शाळेवर आला व पोलिसांनी हस्तक्षेप करुन चौकशी केली असता मुलींच्या पालकांनी केलेली तक्रार खरी असल्याचे समोर आले व त्या शिक्षकास अटक करण्यात आली. हे सर्व घडेपर्यंत संस्था चालक हे हाताची घडी व तोंडावर बोट या पध्दतीने वागत होते हे अत्यंत घृणास्पद आहे. याबाबत टी व्ही, वर्तमानपत्रे या मध्ये सर्व घटनाक्रम हा दाखविण्यात आलेला आहे. संस्थेची होत असलेली बदनामी माझ्या सारख्या सभासदाला शांतपणे बघणे शक्य नसल्याने मी हे पत्र देत आहे.

आरोपी सचिन महाजन गोणारकर याचे बाबत मिळत असलेली माहिती ही हिंद सेवा मंडळाची प्रतिमा डागळणारी आहे. अशाच बाबतीत गोणारकर बाबत शाळेमध्ये तक्रारी दाखल झालेल्या होत्या. हा मुळचा राहणारा नांदेड जिल्ह्यातील असून शासकीय पवित्र पोर्टलवरुन आलेल्या या उमेदवाराची मुलाखत घेऊन संस्थेने त्याला मुलाखतीसाठी आलेल्या पाच उमेदवारांमध्ये निवडले व संस्थेत कार्यरत करुन घेतले.

त्याची इतर कुठल्याही प्रकारची पार्श्वभुमी न विचारता अथवा इतर कोणतीही चौकशी न करता त्याला कामावर हजर करुन घेतले. हे करत असताना त्याच्याशी मोठ्या प्रमाणावर आर्थिक व्यवहार हा संस्थेने व वैयक्तीक पदाधिकाऱ्याने केल्याचे समजते. हे खरे असेल तर खरोखरच संस्थेला तळाला नेण्याचे दिसते. त्यासाठी मुख्याध्यापक सचिन मुळे यांनी मध्यस्थी केल्याचे समजते. याच सचिन मुळे यांना त्यांच्या अगोदर सेवा ज्येष्ठता यादीतील जवळजवळ १५ शिक्षकांची पदोन्नती डावलुन, त्यांना दमदाटी करुन, त्यांचे नाहरकत प्रमाणपत्र घेऊन सचिव यांनी त्यांना मुख्याध्यापक पदावर बसविलेले आहे असे समजते. सचिन मुळे हे मानद सचिव यांचे नातेवाईक आहेत असेही समजते. १५ लोकांची सेवा ज्येष्ठता असताना त्या नंतरच्या क्रमांकाच्या शिक्षकाला पदोन्नती कशी काय दिली जाते याकडे खरेतर जिल्हा शिक्षण विभागाने लक्ष दिले नाही वा त्याची खोलवर जाऊन चौकशी सुध्दा केलेली नाही. यावरुनच हिंद सेवा मंडळात दादागिरी करुन पदोन्नती दिली जाते हे स्पष्ट होते. आजही शिक्षकांमध्ये या होत असलेल्या दादागीरीमुळे असुरक्षिततेचे वातावरण आहे. शिक्षक मोकळ्या मनाने व कुठलेही मनावर दडपण न ठेवता आज विदयार्थ्यांना शिकवु शकत नाहीत अशी परिस्थिती आहे. पदोपदी असुरक्षिततेची भावना त्यांच्या मनाला भेडसावत आहे. श्री. मुळे यांची पदोन्नती तेव्हा झाली नसती तर आजचा हा लैंगीक अत्याचाराचा प्रसंग संस्थेच्या वैभवशाली प्रवासात आलाच नसता.

आतापर्यंत घडत असलेल्या घटनांनी मी व्यथीत झालेलो आहे. या व्यथीत मनानेच आपण हिंद सेवा मंडळाचा कारभार पाहण्यास योग्य पदाधिकारी आहात असे मला वाटत नसल्याने आपण अध्यक्ष/मानद सचिव या दोघांनीही आपला राजीनामा सादर करावा व कार्यमुक्त व्हावे असे मला मनापासुन वाटते. नैतिकतेच्या दृष्टीकोनातुन आपण राजीनामा दिला पाहिजे ही समाजाचीच व हिंद सेवा मंडळाच्या सभासदांची भावना आहे. मी फक्त या सर्वांचे प्रतिनिधीत्व करत आहे. कृपया आपण आपली जबाबदारी पार न पाडल्याने नैतिकतेच्या दृष्टीकोनातुन आपला राजीनामा द्याल अशी मला खात्री आहे. तसेच आपण तातडीने राजीनामा द्यावा अशी माझी वैयक्तीक पण मागणी आहे.

प्रा. शिरीष मोडक यांचा तर अजुनही 'सर' या उपाधीनेच उल्लेख केला जातो. त्या पदाची गरीमा काय असते हे त्यांना नक्कीच माहिति असणार आहे. त्यामुळे ते पण या झालेल्या घटनेकडे किती गांभीर्याने पाहतात व त्यावर काय कार्यवाही करतात त्याबाबत समाजमन वाट पाहत आहे. आपण दोघे निश्चितपणे माझ्या या पत्राचा विचार कराल याची मला खात्री आहे. अन्यथा मला इतर मार्गाने या लैंगीक अत्याचाराचे विषयात सरकारी चौकशीची मागणी करावी लागेल हे आपणास सांगु इच्छितो, असा इशारा राजेंद्र चोपडा यांनी संस्थाचालकांना दिला आहे.

सुनील धाडगे यांचे अल्प आजाराने निधन

भिंगार - बागडे मळा, भिंगार येथील रहिवासी सुनील हरिभाऊ धाडगे (वय ६०) यांचे १० फेब्रुवारी रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर भिंगार अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या मागे १ भाऊ, १ बहिण, पत्नी, १ मुलगा, १ मुलगी असा परिवार आहे. भिंगार अर्बन मध्ये ते कार्यरत होते. अनिल धाडगे यांचे ते मोठे बंधू होत.

डॉ.सुजय विखे यांना भाजपने राज्यसभेवर घ्यावे

भिंगार छावणी परिषदेचे मानद सदस्य वसंत राठोड यांची मुख्यमंत्र्यांकडे मागणी

नगर - दोन वर्षांपूर्वी फेक नॅरेटीव्ह मुळे लोकसभा निवडणुकीत निवडणून आलेल्या अहिल्यानगरच्या विद्यमान खासदारांकडून अहिल्यानगर शहर व संपूर्ण मतदारसंघाच्या विकास कामांपेक्षा टीकाटिप्पणीवरच अधिक भर दिला जात आहे. त्यामुळे मतदारसंघ विकासाच्या बाबतीत वेगाने मागे पडत आहे. तत्कालीन खासदार डॉ.सुजय विखे यांच्या ५ वर्षांच्या काळात त्यांनी मतदारसंघाचा जो विकासाचा वेग वाढवला होता त्यास विद्यमान खासदारांनी खीळ बसवली आहे. अशा परिस्थितीत नगर शहरासह मतदारसंघाचा विकासाचा अनुशेष भरून काढण्यासाठी अहिल्यानगरचे डॉ. सुजय विखे यांना भारतीय जनता पक्षाने राज्यसभेची उमेदवारी द्यावी, अशी मागणी भिंगार छावणी परिषदेचे मानद सदस्य वसंत राठोड यांनी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस व भाजपचे प्रदेशध्यक्ष रवींद्र चव्हाण यांच्या ईमेल द्वारे पाठवलेल्या निवेदनाद्वारे केली आहे. या मागणीसाठी लवकरच मुंबईतही मुख्यमंत्री व प्रदेशाध्यक्षांची भेट घेणार असल्याचे राठोड यांनी सांगितले.

या मागणीसाठी मुख्यमंत्री व प्रदेशाध्यक्षांना पाठवलेल्या निवेदनात वसंत राठोड यांनी नमूद केले की, एप्रिल महिन्यात महाराष्ट्रातून राज्यसभेच्या ७ जागा रिक्त होणार आहेत. या रिक्त झालेल्या जागेपैकी एका जागेवर भाजपाच्या कोट्यातून डॉ.सुजय विखे यांना संधी द्यावी. डॉ. विखे यांनी आपल्या खासदारकीच्या कार्यकाळात केलेल्या कोट्यावधी रुपयांच्या विकासकामांमुळे जिल्ह्याचे अनेक प्रश्न मार्गी लागल्या आहेत. यामध्ये नगर शहरातील अनेक वर्षांपासून रखडलेला उड्डाणपूल प्रकल्प त्यांच्या पाठपुराव्यामुळे मार्गी लागले. प्रशासनाकडून परिणामकारक पद्धतीने काम करून घेण्याची कार्यशैली त्यांच्याकडे आहे. सुसंस्कृत घराण्याचा वारसा, उच्च शिक्षण, आरोग्य व सामाजिक क्षेत्रात सातत्यपूर्ण सेवा, दांडगा जनसंपर्क आणि पराभवानंतरही खचून न जाता पुन्हा जोमाने जनतेमध्ये जाऊन पक्ष संघटन मजबूत करण्याचे त्यांचे कार्य उल्लेखनीय आहे.

लोकसभा निवडणुकीतील पराभवानंतरही डॉ.सुजय विखे यांनी विधानसभा, नगरपरिषद व महापालिका निवडणुकांमध्ये भाजपाला मोठा विजय मिळवून दिला आहे. पक्षाच्या बळकटीसाठी अहोरात्र परिश्रम घेतले आहेत. अशा विकासदृष्ट्या दूरदृष्टी असलेल्या, उच्चशिक्षित व तरुण नेतृत्वाला राज्यसभेवर संधी दिल्यास जिल्हयातील पक्ष कार्यकर्त्यांमध्ये नवचैतन्य, ऊर्जा व उत्साह निर्माण होईल व विकासाचा अनुशेषही भरून निघेल.

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

गृहिणी

आरोग्य

जंक फूड खात असाल तर...

जंक फूड खाल्ल्याने कर्करोगाचा धोका लक्षणीयरीत्या वाढतो, ते कितीही चविष्ट असले तरी, दीर्घकाळात त्याचे तुमच्या आरोग्यावर अनेक नकारात्मक परिणाम होतात. परंतु इतरही काही गोष्टी आहेत ज्या जंक फूडइतक्याच वाईट आहेत आणि हळूहळू कर्करोगाचे कारण देखील बनू शकतात.कर्करोगास हे खाद्य पदार्थ कारणीभूत आहे. चला जाणून घेऊ या कोणते आहे हे पदार्थ. बटाट्याच्या चिप्स अनेक कारणांमुळे वाईट असतात. पहिले, ते ट्रान्स फॅटमध्ये तळलेले असतात आणि ते शोषून घेतात. दुसरे म्हणजे, त्यात भरपूर मीठ असते, जे केवळ कर्करोगाचाच नाही तर हृदयरोगाचा धोका देखील वाढवू शकते. अनेक चिप्समध्ये प्रिझर्व्हेटिव्ह्ज आणि कृत्रिम रंग असतात. राष्ट्रीय कर्करोग संस्थेने केलेल्या अभ्यासानुसार जास्त प्रमाणात मद्यपान केल्याने डोके, मान, घसा, यकृत, छाती आणि कोलनच्या कर्करोगाचा संबंध येतो. या श्रेणीतील सर्वात मोठी समस्या म्हणजे उच्च फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप आणि इतर रिफाइंड शुगर्स, अगदी ब्राऊन शुगर देखील एक समस्या बनत आहेत कारण मोठ्या कंपन्या नैसर्गिकरित्या साखर बनवण्याऐवजी थोडेसे मोलॅसिस घालतात.

पाककला

रताळ्याचा हलवा

साहित्य : रताळी: २-३ मध्यम आकाराची (उकडून घेतलेली), तूप: २-३ मोठे चमचे साखर अर्धी वाटी (किंवा आवडीनुसार), दूध: पाव वाटी (पर्यायी, दाटपणा येण्यासाठी) वेलची पूड: अर्धा छोटा चमचा, सुका मेवा: काजू, बदाम, पिस्त्याचे काप

कृती : सर्वप्रथम रताळी उकडून घ्या. थंड झाल्यावर त्यांची सालं काढून ती किसणीने किसून घ्या किंवा हाताने व्यवस्थित स्मॅश करा (किसल्यामुळे हलवा एकसारखा होतो). एका कढईत तूप गरम करा. त्यात काजू-बदामाचे काप हलके परतून बाजूला काढून ठेवा. त्याच उरलेल्या तुपात किसलेली रताळी घाला. मंद आचेवर ४-५ मिनिटे रताळी तुपात छान परतून घ्या, जोपर्यंत त्यांचा रंग थोडा बदलत नाही आणि तुपाचा सुवास येत नाही. आता यात साखर आणि थोडं दूध घाला. साखर विरघळेपर्यंत व्यवस्थित हलवत राहा. (दूध घातल्याने हलवा मऊ आणि रसरशीत होतो). कढईवर झाकण ठेवून २-३ मिनिटे मंद आचेवर वाफ काढा. शेवटी यात वेलची पूड आणि तळून घेतलेला सुका मेवा घालून मिक्स करा. जर तुम्हाला हलवा अधिक शाही हवा असेल, तर दुधात थोडे केशराचे धागे भिजवून टाकू शकता.

वास्तू

वास्तूदोष वाढण्याची कारणे

* घरामध्ये कायम शांतता ठेवावी. कोणत्याही प्रकारचा क्लेश नकारात्मकता वाढवतो. कुटुंबातील वादामुळे वास्तुदोष वाढतो.
* अडचणी दूर करण्यासाठी रोज सकाळी लवकर उठावे आणि स्नान करून सूर्यदेवाला अर्घ्य अवश्य द्यावे.
* दररोज सकाळ-संध्याकाळ थोडावेळ घरामध्ये मंत्र जप करावा. जपामुळे वातावरणातील सकारात्मकता वाढते.

सौंदर्य

या रंगाचे लिपस्टिक वापरणाऱ्या स्त्रिया खूप सरळ असतात. प्रत्येक गोष्टींबद्दल त्यांचे स्पष्ट मत असतात.

सल्ला

सोफ्यावर हट्टी डाग पडले असतील, तर ते काढण्यासाठी स्प्रे बॉटलमध्ये अर्धा कप व्हाईट व्हिनेगर, एक कप कोमट पाणी आणि एक चमचा लिक्विड साबण मिसळा. हे मिश्रण डागांवर स्प्रे करा आणि मऊ कापडाने हलक्या हाताने पुसा.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. १५ फेब्रुवारी २०२६

महाशिवरात्रि, शके १९४७ विश्वावसुनामसंवत्सर, माघ कृष्णपक्ष, उ.षा.१९।४८, सूर्योदय ०६ वा. ४२ मि. सूर्यास्त ०५ वा. ३५ मि.

राशिभविष्य

मेष : आपल्या संपर्कात येणाऱ्या लोकांच्या वर्तनामुळे आपणास संताप येण्याची शक्यता आहे.

वृषभ : योग्य उद्योगात गुंतवणूक केल्यास शेवटी आर्थिक नफा मिळेल. काही नवीन संधी मिळतील.

मिथुन : आपण आपल्या महत्वाकांक्षा पूर्ण करू शकाल. पोरकटपणा करणे टाळा. इतरांवर चुकीचा प्रभाव पडू शकतो.

कर्क : आपला दृढनिश्चय आणि आत्मविश्वास अधिक चांगल्या रितीने कार्य करण्यास आपली मदत करेल.

सिंह : गंभीर आणि योजनाबद्ध प्रयत्नांनी आपणास यश आणि आनंद मिळेल. शांत राहाण्याचा प्रयत्न करा.

कन्या : आपण जे करण्याची इच्छा ठेवता ते सुरुवातीपासून ठरवून घ्या. मागील उधारी उसनवारी वसुल होईल.

तूळ : योजनांमध्ये केलेला बदल इतर कामे करण्यासाठी प्रवृत्त करेल.

वृश्चिक : आपल्याला कार्यालयामध्ये अथवा घरामध्ये आज थोडा मनस्ताप होण्याचा योग आहे. वाहने जपून चालवावीत.

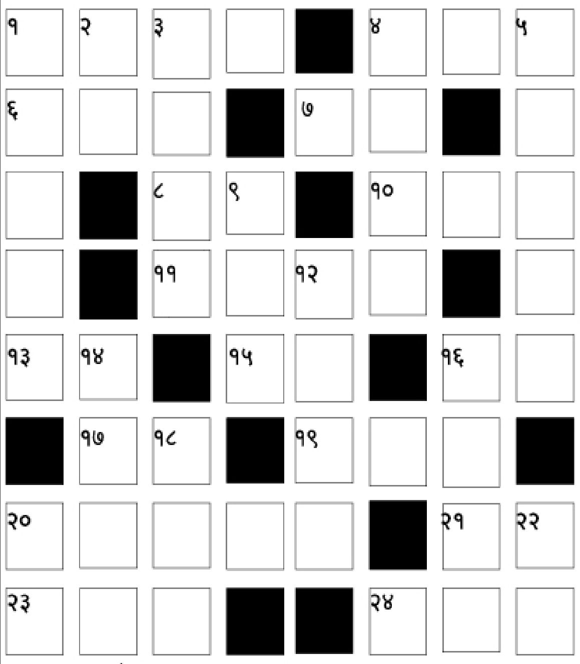
धनु : मागील उधारी उसनवारी वसुल होईल. बाहेरचे पदार्थ, हॉटेलिंग वगैरे जपून करा. मागील उधारी वसुल होईल.

मकर : मागील काही दिवसांपासून जे आपण नियोजन केलेले आहे ते आज फळास येईल. उपकरणे जपून वापरा.

कुंभ : बळात वाढ होईल. आरोग्य उत्तम राहील. महत्त्वाच्या कामांसाठी श्रम करावे लागतील.

मीन : आर्थिक विषयांमध्ये सावधगिरी बाळगा. सुख-शांतीचे वातावरण राहील. ईच्छित योजना अंमलात येईल.

शब्दगंध क्र. ७३६७ सौ.शैलजा कुलकर्णी



शब्दगंध क्र. ७३६६ चे उत्तर

आडवे शब्द : - १) जम्मू-काश्मीरची राजधानी ४) एक पक्षी; हंस ६) लंकेचा दहा तोंडी राजा ७) चूर्ण करण्याचे पात्र; दुष्ट माणूस ८) भारतातील एक घटकराज्य १०) एक दिवसात आक्रमिलेला रस्ता ११) बारीकसारीक गोष्टींचे टिपण १३) ऊस किंवा फळातील द्रव १५) बऱ्याच काळापासून मनात राहिलेले दुःख; शल्य १६) सचोटीविषयीचा दुसऱ्याचा विश्वास १७) फणसाची एक जात १९) यंत्र झिजू नये म्हणून त्याच्या सांध्यात घालतात ते तेल वगैरे पदार्थ २०) टवटवीत; चलाख; हुशार २१) एक मराठी आडनाव २३) निबर; कडक २४) तेल निघणारे एक धान्य

उभे शब्द :- १) अहिल्यानगर जिल्ह्यातील तालुक्याचे एक ठिकाण २) नवीन; नूतन ३) नातेवाईक; नातलग; आप्त ४) एक प्रकारचे तलम सुती कापड ५) रसरशीत; तप्त; तापलेले ९) परत; माघारी १२) चारित्र्यवान १४) कारणासहित १६) वडिलांचे किंवा आईचे आजोबा १८) पाप; अधर्म २०) किनारा; काठ; तीर २२) कामासाठी ठेवलेला किरकोळ नोकर खेळातील भिडू

* * * * * * मुलांचे विश्व * * * * * *

सुविचार : न पटणाऱ्या गोष्टी सोडून द्यायला शिका कारण घेतलेला श्वास सोडल्याशिवाय पुढचा श्वास घेता येत नाही.

मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन

रोझ डे पासून वेलेंटाइन डे ची सुरवात का होते?

गुलाबचे फुल हे प्रेमाचे प्रतिक मानले जाते. हे फुल देऊन मनातील प्रेम व्यक्त करणे ही पूर्वीपासून चालत आलेली प्रथा आहे. भारतात तसेच वेस्टर्न देशात पण मनातील प्रेमाची भावना व्यक्त करण्यासाठी गुलाबाच्या फुलांचे आदान-प्रदान केले जाते. गुलाबाच्या फुलाच्या माध्यमातून तुम्ही न बोलता प्रेमाची भावना व्यक्त करू शकतात. कारण हे फुल खुप खास असते आणि हे खास लोकांना दिले जाते.

१. लाल गुलाब- लाल गुलाबाला प्रेमाचे प्रतिक मानले जाते. जर तुम्ही कोणावर खूप प्रेम करत आहात आणि शब्दात सांगायला जमत नसेल तर लाल गुलाब देऊन आपल्या भावना व्यक्त करू शकतात. वेलेंटाइन वीक मध्ये गुलाब दिल्यावर समोरील व्यक्ति तुमच्या मनातील ओळखून घेईल.

२. पिवळा गुलाब- पिवळा गुलाब मैत्रीचे प्रतिक मानले जाते. हा गुलाब देऊन तुम्ही तुमच्या मित्राजवळ आपली पक्की मैत्री असल्याच्या भावना व्यक्त करू शकतात आणि खास असल्याची जाणीव करून देऊ शकतात. पिवळा गुलाब म्हणजे नवी सुरवात हे प्रतिक मानले जाते.

३. गुलाबी गुलाब- गुलाबी गुलाब हा दिसायला खूप सुंदर आणि कोमल असतो गुलाब त्यांनाच दिला जातो जे तुम्हाला आवडतात. रोज डे च्या दिवशी तुम्ही गुलाबी गुलाब पण तुमच्यासाठी खास असलेल्या व्यक्तीला देऊ शकतात.

४. नारंगी गुलाब- नारंगी गुलाब हा प्रेमाच्या भावनेचे प्रतिक असते. नारंगी गुलाब देऊन तुम्ही तुमच्या मनातील प्रेमाच्या भावना व्यक्त करू शकतात.

५. पांढरा गुलाब- पांढरा गुलाब हा शांतीचे प्रतिक असतो या रंगाचे गुलाब देऊन तुम्ही नात्यात निर्माण झालेला दुरावा, गैरसमज मिटवून पुढे जाण्याची प्रेरणा देऊ शकतात. जर तुमचा जोडीदार तुमच्या वर नाराज असेल तर त्यांना पांढरा गुलाब दया. मग नंतर इतर रंगाचे गुलाब दया.

जादूचे पुस्तक

अनेक वर्षांपूर्वीची गोष्ट आहे. एका छोट्या गावात एक मुलगा राहत होता ज्याचे नाव किरण होते. किरणला पुस्तके वाचायला खूप आवडायचे. एके दिवशी, किरणला एक जुने पुस्तक सापडले. ते पुस्तक खूप खास होते. किरणने पुस्तक उघडले तेव्हा पुस्तकातून एक तेजस्वी प्रकाश बाहेर पडला.

प्रकाश किरणला एका जादुई जगात घेऊन गेली. त्या जगात सगळं सुंदर आणि दिव्य होत. झाडे बोलू शकत होती, प्राणी उडू शकत होते आणि घरे चालू शकत होती. किरण खूप आनंदी होता. त्या जगात त्याने खूप मजेदार गोष्टी केल्या. काही वेळाने, किरणला घरी परत जायचे आठवले. त्याने पुस्तक बंद केले त्याच्या खोलीत परतला आणि ते पुस्तक त्याच्या कपाटात ठेवले. व अचानक त्याला जाग आली त्याने उठून पहिले तर तर ते एक स्वप्न होते. पण त्याला अजूनही ते स्वप्न आठवत होते. व तो त्या स्वत:च्या आठवणींमध्ये रमून गेला.

तात्पर्य : कल्पनाशक्तीचा आनंद वेगळा असतो.

जीवन का अमृत (भाग १)

जब आप खाली हों, तब भी मन को खाली न छोड़ो, क्योंकि खाली दिमाग, खालाजी का घर होता है । इसको या तो सिमरन में लगाए रखो, या सत्गुरु की मीठी याद में या शब्द धुन को सुनने में और समय आने पर धुन हर समय, बिना कानों को बंद किए, सुनाई देने लगेगी, ... या

सत्य की खोज

फिर हम अच्छी पुस्तकों का अध्ययन करें । जब हम अंतर से जागृत होते हैं, तो यह सोचना स्वाभाविक ही है कि जो अन्य लोग सत्य की खोज में हैं, वे भी इस रास्ते के बारे में जानें। मुझे यह जानकर खुशी हुई कि आपने हजूर बाबा सावन सिंह जी को देखा। जब हम अंतर में सिमटते हैं, तो कभी-कभी गुरु-शक्ति, भक्त के सामने अपने स्वयं के सत्गुरु, जिसने उसे दीक्षा दी थी, यानि सत्गुरु के सत्गुरु के रूप में प्रकट होती है। वे दोनों एक ही हैं। यदि एक स्वरूप आता है, तो दूसरा पीछे आएगा। इसमें परेशान होने की कोई बात नहीं । सत्गुरु की असलियत को पहचानने के लिए, जो अकेला मापदंड

(क्रमश:)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

अंतरिक बल (भाग - २)

शरीर में दौड़ने वाली विद्युत का नियंत्रण करने वाला यही सहस्त्रार केन्द्र है। इस केन्द्र को जितना ज्यादा जागृत करेगें उतना ज्यादा ईश्वरीय शक्तियां प्राप्त करेगें। इस केन्द्र को जागृत करने के लिये मन में शांति, प्रेम आनंद, दया के संकल्प दोहराते और महसूस करते रहो। शरीर की समस्त गति विधियों का यह मूल स्थान है। मनुष्य हर समय एक विद्युत दबाव से प्रतिक्षण प्रभावित होता रहता है। पृथ्वी की

शक्ती का नियंत्रण

सतह से ले कर वायुमंडल के आयनो सफीयर के मध्य लगभग तीन लाख बोल्ट की शक्ति की कुदरती विद्युत हर समय वातावरण में बहती रहती है। हमारे दिमाग में जो विद्युत बहती रहती है वह कुदरती विद्युत जो हमारे आसपास बह रही है उस से मेल खाती है। हमारा मस्तिष्क इस कुदरती विद्युत को हर समय जरूरत अनुसार लेता रहता है। जिस से हमारा शरीर अपने कार्य करता है। ये विद्युत लेने का कार्य सहस्त्रार केन्द्र ही करता है। एरियल या ऐनटीना ट्रांसमीटर द्वारा भेजे गये शब्द किरणों को पकड़ते हैं। ये इतने शक्तिशाली होते हैं कि बहुत दूर से आने वाली तरंगों को भी पकड़ कर उन्हे ध्वनि में बदल देते हैं। (क्रमश:)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

हसा आणि शतायुषी व्हा!

गोट्या - अरे मन्या, तुझी बायको शनिवारी इतकी का बर हसत होती रे...?
मन्या - अरे काही विशेष नाही रे, बुधवारी ऐकलेला जोक्स तिला, त्यावेळी समजला म्हणून...!

करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी

* इंडियन इंटरनॅशनल सायन्स फेस्टीव्हल २०२४ चे आयोजन कोठे केले गेले होते? - नवीदिल्ली

- अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

साहित्य सहवास - दोघांचे 'प्रेम'...

दहा वर्षांपूर्वी एका महाविद्यालयात एम. कॉम च्या मुला, मुलींना 'सुयशमार्ग' हे प्रेरणादायी संवाद व्याख्यान दिले. मुलं, मुली आनंदी दिसु लागले. व्याख्यानानंतर काही मुलं, मुली मला वैयक्तिक भेटले. त्यांच्या प्रश्नांची उत्तरं मी दिली. आम्ही नक्कीच काही चांगलं असं करुन दाखवु हा शब्द त्यांनी मला दिला. वर्षभर ह्या मुला, मुलींचे मला फोन येत होते. त्यांना आवश्यक त्या गोष्टी मी सांगत होतो. मागच्या महिन्यात एक मुलगा व एक मुलगी फोन करुन मला भेटायला आले. मी, दोघांचं स्वागत केलं. माझ्या त्या महाविद्यालयातल्या व्याख्यानाची त्यांनी मला आठवण करुन दिली. तो म्हणाला, आम्ही दोघांनी लग्न केलं. आंतरजातीय विवाह. तिचं माझ्यावर मनापासून प्रेम आणि माझंही तिच्यावर मनापासून प्रेम. त्यादिवशी म्हणजे दहा वर्षांपूर्वी तुम्ही व्याख्यानात सांगितलं की तुम्ही तरुण मुलं 'प्रेम' ह्या शब्दाचा संकुचित अर्थ घेता.

तुमच्या दृष्टीने एका तरुणाचं, तरुणीवर असतं तेच फक्त प्रेम तुम्ही समजता. पण प्रत्यक्षात एवढा संकुचित अर्थ नाहीहे. मग आम्ही दोघांनी विचार केला. नेमकं तुम्हाला काय म्हणायचं आहे? आम्ही आंतरजातीय विवाह केल्यामुळे हिच्या घरचे हिच्यापासून दूरावले. हिने आई, वडिलांना भेटण्याचा बराच प्रयत्न केला पण ते एकही शब्द बोलले नाही. हिच्या वडिलांचा अपघात झाला. योगायोगाने माझं रक्त त्यांना दिलं. ते वाचले. काही दिवसांनी मी त्यांना म्हणालो की जेवढं प्रेम मी माझ्या आई, वडिलांवर करतो तेवढंच तुमच्यावर करतो म्हणून तुम्हाला रक्त दिलं. तुमच्या मुलीचं तुमच्यावर मनापासून प्रेम आहे. तुम्ही आम्हाला नाकारलंत पण तिचं तुमच्यावरचं प्रेम तसुभरही कमी झालं नाही. माझ्या नोकरीमूळे आम्ही लवकरच मुंबईला स्थायिक होणार आहोत. परत केव्हा इथं येऊ हे सांगता येणार नाही.' तिच्या वडिलांना भडभडुन आलं.

आता आमचे संबंध खूप चांगले आहेत. एकमेकांकडे येणं-जाणं होत आहे. तुमच्या व्याख्यानानंतर, तुमच्या 'प्रेम' विषयी आम्ही गांभिर्याने घेतलं. माझ्यावर जेवढं प्रेम करते त्यापेक्षा अधिक प्रेम तिने तिच्या ध्येयावर केलं. ध्येयावर मनापासून प्रेम केलंच, शिवाय अमुक एका बॅंकेतच मी नोकरी करणार ह्या ध्येयाने ती झपाटली आणि अथक परिश्रम, जिद्द, आत्मविश्वासाने तिने नोकरी त्याच बॅंकेत मिळवली.

प्रेम फक्त व्यक्तीवरच करता येतं असं नाही तर ते ध्येयावरही करता येतं हे आम्हाला तुमच्यापासून शिकता आलं, माहित झालं.' त्या दोघांनी माझ्या पायांना स्पर्श केला तेव्हा मलाही भडभडुन आलं. तिच्यात माझी मुलगी मला दिसली. 'एखादा क्षण तुम्हाला नव्याने नातं जोडुन देतो. जिथं प्रेम हे मनापासून निर्माण होतं. एखाद्या शब्दात नेमकं काय दडलं आहे ह्याचा शोध घ्यायचा असेल तर सर्वात आधी त्या शब्दावर प्रेम आणि श्रध्दा पाहिजे.

इतरांचं चांगलं व्हायला आपण निमित्त व्हावं 'ह्या विचारावर मी मनापासून प्रेम केलं, आजही करतो आहे. ह्यामुळे मिळणारं समाधान, आनंद आणि प्रेरणा, प्रेमाच्या कितीतरी पुढे आहे असं मला वाटतं. मी जेव्हा-जेव्हा एखादं पुस्तक वाचतो तेव्हा तेव्हा त्या वाचलेल्या शब्दांवर, त्या आशयावर, तो शब्द लिहिणाऱ्यावर, त्या पुस्तकातल्या पात्रांवर मी मनापासून प्रेम करतो कारण हेच प्रेम मला अधिकाधिक वाचनाची, लिहिण्याची प्रेरणा देतं, आनंद- सुख देतं. सगळ्यात महत्वाचं म्हणजे सर्वात आधी स्वतःवर प्रेम केलं तर आपल्यातलं वेगळंपण आपल्याला शोधता येतं. आपणच आपल्याला नव्याने समजतो. तुम्ही दोघेही अगदी आठवणीने माझ्याकडे आलात. प्रेमाचा व्यापक अनुभवलेला अर्थ तुम्ही सांगितलात. तुमच्याशी माझं रक्ताचं नातं नाही पण तरीसुध्दा तुम्ही माझ्याकडे आलात. आज मी खूप आनंदी आहे.' मी दोघांची गळाभेट घेतली.

त्याक्षणी दोघांच्याही डोळ्यांत आसवांनी दाही केली. मी म्हणालो, 'ही प्रेमाची आसवं आहेत. दहा वर्षांपूर्वीच आपलं प्रेमाचं नातं सुरु झालं पण आज ते खऱ्या अर्थाने बहरलं. दोघंही एकमेकांवर भरभरुन प्रेम करा. पुस्तकांवर, निसर्गावर प्रेम करा. निसर्गाच्या सहवासात अधुन मधुन जात राहा.' निघतांना त्याने प्रश्न विचारला, जग प्रेमाचा व्यापक अर्थ केव्हा समजुन घेणार आहे?' मी उत्तरलो, 'आपणंच तो व्यापक अर्थ जगाला सांगण्याचा प्रयत्न करुया.' ती म्हणाली, 'ह्याला सुध्दा प्रेम म्हणता येईल.' तिच्या ह्या विधानावर मी गांभिर्याने विचार केला तेव्हा लक्षात आलं- जळी, स्थळी प्रेमाचं वास्तव्य आहे.

(लेख क्र.५८८)

- सुनील राऊत
माळीगल्ली, भिंगार, अहिल्यानगर
मो.९८२२७५८३८३

आहारवेद - आरोग्य संवर्धन

सावधानता :

ताजी फळे स्वच्छ धुऊन, पुसून जशीच्या तशी संपूर्ण खावीत. फळे कापल्यास त्यातील गुणधर्माची मात्रा कमी होते, तसेच फळ शिजविल्यास त्यातील पौष्टिक क्षार व पिष्टमय पदार्थ, तंतुमय पदार्थ यांचा काही भाग नष्ट होतो. म्हणून सहसा फळ न शिजविता खावे. फळे ही नेहमी ताजी खावीत. फ्रीजमध्ये साठविलेली फळे खाऊ नयेत. तसेच फळे ही दुपारच्या वेळेत खावीत. आयुर्वेदानुसार फक्त एकावेळी फळे खावीत. दूध व फळे एकत्र (फ्रुटसॅलड) करून खाऊ नयेत.

अननस

स्वादिष्ट, आंबट-गोड चवीचे अननस सर्वत्र लोकप्रिय आहे. मराठीत 'अननस', हिंदीमध्ये 'अनानास', इंग्रजीत 'पाइनॅपल', तर शास्त्रीय भाषेत याला 'अनानस कामोसस' असे म्हणतात आणि ते 'ब्रोमेलिअसी' या कुळातील आहे. अननस हे उष्ण प्रदेशातील फळ असून ते पौष्टिक, मधुर, आंबट आणि ऊर्जादायक आहे. आकाराने गोल, उभट व त्वचेवर चौकोनी असलेले हिरव्या-पिवळ्या रंगाचे हे फळ दिसायलाही आकर्षक असते.

(क्रमश:)

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

आकाशवाणीवर ‘अष्टावधानी शिवराय’ची दमदार प्रस्तुती; डोंगरगण शाळेमधील विद्यार्थ्यांना रेकॉर्डिंगची सुवर्णसंधी

१५ फेब्रुवारी रोजी आकाशवाणी अहिल्यानगर केंद्रावरून बालमेळा कार्यक्रमात होणार प्रसारण

डोंगरगण शाळेमधील विद्यार्थ्यांना बालमेळा कार्यक्रमांतर्गत प्रत्यक्ष रेकॉर्डिंगची संधी मिळाली.

नगर - ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांच्या कलेला व्यासपीठ मिळत असल्याचा प्रेरणादायी अनुभव जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा डोंगरगण येथील विद्यार्थ्यांना लाभला आहे. शिवजयंतीच्या औचित्याने विद्यार्थ्यांनी सादर केलेली ‘अष्टावधानी शिवराय’ ही श्रुतनाटिका आता आकाशवाणीवरून प्रसारित होत आहे.

ग्रामीण विद्यार्थ्यांना आकाशवाणी अहिल्यानगर केंद्र येथे बालमेळा कार्यक्रमांतर्गत प्रत्यक्ष रेकॉर्डिंगची संधी मिळणे ही शाळेसाठी अभिमानाची बाब ठरली. ‘अष्टावधानी शिवराय’ या श्रुतनाटिकेतून छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या व्यक्तिमत्त्वातील नेतृत्व, दूरदृष्टी, शौर्य, संघटनकौशल्य, न्यायप्रियता आणि जनतेप्रती असलेली निष्ठा अशा अनेक गुणांचा प्रभावी उलगडा करण्यात आला.

इयत्ता पहिली ते चौथीतील दहा विद्यार्थ्यांनी या नाटिकेत सहभाग घेतला. लहान वय असूनही विद्यार्थ्यांनी स्पष्ट उच्चार, प्रभावी संवादफेक आणि आत्मविश्वासपूर्ण सादरीकरण करत शिवरायांचे अष्टावधानी व्यक्तिमत्त्व जिवंत केले. महाराजांची गारद, ललकारी यांनी रेकॉर्डिंग स्टुडिओ ही दणाणून गेला होता.

ही श्रुतनाटिका १५ फेब्रुवारी रोजी सकाळी ८.४० वाजता आणि संध्याकाळी ८.१५ वाजता आकाशवाणी अहिल्यानगर 100.1MHz वर प्रसारित होणार असून, News On Air या माध्यमातून ती जगभरात ऐकता येणार आहे. त्यामुळे ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांचा आवाज जगभर पोहोचणार आहे. त्याचा अवश्य लाभ घ्यावा असे आवाहन ही शाळेच्या वतीने करण्यात आले.

कार्यक्रमाचे सादरकर्ते सुदाम बटुळे यांनी मुलांना प्रोत्साहन देणाऱ्या शैलीत कार्यक्रम सादर केला. त्यांच्या मार्गदर्शनामुळे विद्यार्थ्यांचा आत्मविश्वास अधिकच बळकट झाला. या उपक्रमासाठी उपक्रमशील शिक्षक ज्ञानेश्वर चेडे तसेच राष्ट्रपती पुरस्कार प्राप्त शिक्षक नारायण मंगलारम यांनी विशेष मार्गदर्शन केले. विद्यार्थ्यांच्या या यशाबद्दल गटशिक्षणाधिकारी तृप्ती कोलते, विस्ताराधिकारी संजय बोबडे आणि केंद्रप्रमुख रामदास बाबागोसावी यांनी अभिनंदन करून कौतुक केले.

‘अष्टावधानी शिवराय’च्या माध्यमातून ग्रामीण विद्यार्थ्यांनी इतिहास, संस्कार आणि आत्मविश्वास यांचा सुंदर संगम साधत शिवजयंती अधिक अर्थपूर्ण बनवली आहे. आकाशवाणीवरील ही संधी त्यांच्या कलागुणांना नवी दिशा देणारी ठरली आहे.

रेकॉर्डिंगसाठी शहरात आलेल्या विद्यार्थ्यांनी जिल्हाधिकारी कार्यालयात निवासी उपजिल्हाधिकारी दादासाहेब गीते, जिल्हा कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता मार्गदर्शन केंद्राचे सहसंचालक रविकुमार पंतम, जिल्हा कोषागार सहसंचालक रमेश कासार, तोफखाना पोलीस स्टेशन येथे ही भेट देत, तेथील कामकाजा बाबत उत्सूकतेने अनेक प्रश्न विचारून अधिकारीविषयी, त्यांच्या कार्यालयाविषयी ही अधिक माहिती जाणून घेतली. निवासी उपजिल्हाधिकारी दादासाहेब गीतेंनी व्यस्त कार्यक्रमातून ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांना भेट देत, त्यांच्याशी हितगुज साधली. भविष्यात काय करणार, शिक्षण कसे महत्वाचे आहे आदी विषयी मार्गदर्शन करून विद्यार्थ्यांना प्रेरणा दिली व विद्यार्थ्यांना खाऊ देत त्यांचे तोंड ही गोड केले.

प्रेरणादायी अक्षरधन

भूमी आणि लोककला

"मुसाफिर" वाचनीय मननीय प्रेरणादायी अक्षर धन

संकलन: दिशान फिचर्स

समाज मनाला सुखावणारी चैतन्य पालवी डॉ. रामचंद्र देखणे 'चपराक' प्रकाशित ललित चिंतन

लोककला, लोकसंस्कृती, लोकजीवन आणि भूमी म्हणजे भू-प्रदेश यांचे एक अद्वय नाते आहे. त्या त्या प्रदेशातून तिथल्या लोकजीवनाला समर्थपणे मांडणारी लोककला ही त्या भूमीचे सांस्कृतिक वैभव ठरते. म्हणून 'ही कला या मातीतून जन्माला आली आहे. ही लोककला या मातीशी नाते सांगणारी आहे' असे अभिमानाने म्हटले जाते. ज्या क्षणी संस्कृतीचा जन्म झाला त्याचवेळी कलाही जन्माला आली. मानवी जीवनाच्या गरजा, त्या भागविण्यासाठी होणारे प्रयत्न, त्यातून सामूहिक लोकजीवनाची भूमिका तसेच आनंद मिळविण्यासाठी विश्वाकडे पाहण्याची दृष्टी आणि तसा आनंद निर्माण करण्यासाठी माणसानेच निर्माण केलेल्या सौंदर्यवृत्ती यातूनच कला जन्म घेते. कलेची व्याख्या करताना म्हटले आहे की 'कम् आनन्दं लाति इति'- आनंद देणारी ही कला होय.

परमेश्वराने जगात दुःख दिले पण ते सुसह्य होण्यासाठी कलाही दिली. कलेचा आस्वाद घेताना माणूस इतका एकरूप होतो की तो स्वतः लाही विसरतो. जीवनाच्या प्रसन्नतेला अनुकूल करणारी कृतीच कलेतून आविष्कृत होते. ज्यांच्या जीवनात व्यवस्था नाही, कार्यकारण नाही, रचना नाही, सुसंगती नाही त्यांचे जीवन किती असह्य आणि उद्विग्न होईल! म्हणून जीवन जगताना कुठे व्यवस्था, रचना, सुसंगती दिसली की त्याला आनंद होतो. विसंगत जीवनात आपण आपल्या प्रयत्नाने काही सुसंगती निर्माण करावी या आर्त इच्छाशक्तितून मानवी संस्कृतीचा आणि कलेचा जन्म होतो. हीच कला लोकजीवनातील लोकाचार, तत्त्वे, लोकमूल्ये यांचा स्वीकार करीत जेव्हा लोकभावनेचे स्वाभाविक सौंदर्य उभे करते तेव्हा तीच कला लोककला म्हणून उदयास येते आणि लोकजीवनाचे स्वाभाविक भावदर्शन करत उभी राहते. मूल्यांना प्रबोधनाची, सहभागाला सामूहिकतेची आणि नैतिकतेला लोकाचाराची जोड देत लोककला ही एकीकडे लोकजीवनाचे भावविश्व फुलवीत आहे तर दुसरीकडे त्या त्या मातीशी असणारे नाते दृढ करीत मातीची सांस्कृतिक गाणी गात आहे. हे मातीचे गाणे दशवतार, लळीत यक्षगान, कीर्तन, हरिकथा, भागवतमेळा विधिभागवतम शाहिरी, वैष्णव, नाटक कीर्तनिया, आसामातील अंकिया, बंगालातील शैव नाटक गंभिरा, उत्तरप्रदेशातील नौटंकी अशा विविधांगाने नटले आहे आणि बहुरूपी नाट्याविष्कारातून बहुरूपी परमात्म्याला उभे करत आहे.

- किशोर गांधी

महिलेस अपशब्द वापरले व अश्लिल हावभाव आरोपीला एक वर्ष साधी कैद व दहा हजार रुपये दंडाची शिक्षा

नगर - १५ डिसेंबर २०१७ रोजी तक्रारदार महिलेने कोतवाली पोलिस स्टेशन येथे गु.र.नं.२११/२०१७ आयपीसी कलम ५०९ अन्वये तक्रारदार महिलेस अश्लिल अपशब्द वापरले व अश्लिल हावभाव केले म्हणुन गुन्हा दाखल झाला. सदर गुन्हयाचे कोतवाली पोलिस स्टेशन अहमदनगर यांनी अहमदनगर कोर्टात एस सी सी नं. १३५७/२०१८ चे चार्जशिट पाठवले त्याचा नवीन नंबर आर सी सी नं. ९६१/२०२४ पडला. सदर केसचा निकाल गुणदोषावर अहमदनगर येथील अतिरिक्त ३रे न्यायदंडाधिकारी यांनी १० फेब्रुवारी २०२६ रोजी दिला. केसमध्ये सरकार तर्फे एकंदर ७ साक्षीदार तपासले. त्यामध्ये तक्रारदार यांचे पती तसेच दोन स्वतंत्र प्रत्यक्षदर्शी साक्षीदार, पंच व तपासी अधिकारी सी.आर.गायकवाड इत्यादी सात साक्षीदार तपासले. आरोपीने स्वतचा साक्षीदार म्हणुन जबाब दिला. सदर केसचा गुणदोषावर निकाल होऊन आयपीसी कलम ५०९ अन्वये अहमदनगर येथील अतिरिक्त ३रे न्यायदंडाधिकारी यांनी गुणदोषावर गुन्हा सिध्द झाला म्हणुन प्रेमचंद दिपक वर्मा रा. पाटील कॉलनी, येवले यांची बिल्डिंग, केडगाव, अहमदनगर यास एक वर्षाची साध्या कारवासाची शिक्षा व रुपये दहा हजार दंडाची शिक्षा केली. सदर दंड रक्कमेपैकी रु.५००० तक्रारदार हिस नुकसान भरपाई म्हणुन देण्याचा कोर्टाने हुकुम केला.

केसचे कामकाज सरकारतर्फे ॲड. कुलकर्णी, ॲड. भोसले, ॲड.गवारे, ॲड. पुरी (तत्कालीन सरकारी वकील) व हल्लीचे सरकारी वकील ॲड.डेंगळे यांनी काम पाहिले व तक्रारदारातर्फे त्यांना सहकार्य ॲड.बी.बी.पालवे, ॲड. सतिश गुगळे, ॲड. श्रीकांत गवळी, ॲड. शेंदुरकर इत्यादींनी सहकार्य केले. पैरवी म्हणुन सौ. ठोंबरे पोलिस कॉन्स्टेबल यांनी कामकाज पाहिले.

आरोपीतर्फे ॲड. शिवाजी डमाळे व ॲड. श्रीमती बी. जी. गायकवाड यांनी काम पाहिले.

नागरिकांनी युनानी उपचारांचा लाभ घ्यावा

डॉ. सोनाली बांगर यांचे प्रतिपादन

भारतीय युनानी तज्ज्ञ हकीम अजमल खान यांच्या जन्मदिवसानिमित्त जागतिक युनानी दिवस साजरा केला जातो. जिल्हा आयुष रुग्णालयात हा दिवस अत्यंत साजरा करण्यात आला. याप्रसंगी बोलताना डॉ. बांगर.

नगर - युनानी उपचार पद्धती निसर्गानुरूप असल्याने तिचे दुष्परिणाम होत नाहीत. जुनाट आजार तसेच कायम औषधोपचाराची गरज असलेल्या रुग्णांनी युनानी उपचारांचा लाभ घेण्याचे आवाहन वैद्यकीय अधीक्षक डॉ. सोनाली बांगर यांनी केले.

भारतीय युनानी तज्ज्ञ हकीम अजमल खान यांच्या जन्मदिवसानिमित्त जागतिक युनानी दिवस साजरा केला जातो. जिल्हा आयुष रुग्णालयात हा दिवस अत्यंत उत्साहवर्धक वातावरणात साजरा करण्यात आला. त्याप्रसंगी डॉ. बांगर बोलत होत्या. यावेळी युनानी तज्ज्ञ डॉ. नाझिया शेख, वैद्यकीय अधिकारी डॉ. रेहान शाह, डॉ. इरशाद मोमीन, डॉ.शौनक मिरीकर उपस्थित होते.

वैद्यकीय अधीक्षक डॉ. बांगर म्हणाल्या, जिल्हा आयुष रुग्णालयाच्या माध्यमातून आयुर्वेद, युनानी, होमिओपॅथी, योग उपचारांचा लाभ नागरिक घेत असून रोगाच्या उपचाराबरोबर नियंत्रणही आयुष सेवांमुळे शक्य झाले आहे. नागरिकांनी या सेवेचा अधिक प्रमाणात लाभ घ्यावा, असेही त्या म्हणाल्या.

डॉ. नाझिया शेख म्हणाल्या, केवळ आजारांवर उपचार म्हणूनच नाही तर आजार होऊ नये म्हणून युनानी उपचार उपयोगी आहेत. निसर्गास अनुरूप अशा आयुर्वेदिक औषधांप्रमाणे युनानी औषधे असल्याने ती शरीरात सहज स्वीकारली जातात. युनानी औषधांचे दुष्परिणामही होत नाहीत. युनानी औषधे वनस्पती, खनिजे आणि प्राणिज पदार्थांपासून तयार केली जात असल्याने आजारावर लवकर नियंत्रण मिळवता येणे शक्य होत असल्याचे त्या म्हणाल्या.

डॉ. इरशाद मोमीन यांनी युनानी उपचार पद्धतीने बऱ्या झालेल्या अथवा नियंत्रणात असलेल्या दुर्धर आजारांविषयी माहिती दिली.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन वैद्यकीय अधिकारी डॉ. रेहान शाह यांनी केले. प्रास्ताविक डॉ. इरशाद मोमीन यांनी केले. डॉ. शौनक मिरीकर यांनी आभार मानले.

कार्यक्रमाच्या यशस्वितेसाठी डॉ. जयश्री मस्के, डॉ. इर्शाद मोमीन, डॉ. हरलीनकौर पुरी, डॉ. शोभा धुमाळ, रुग्णालयाचे अजिंक्य पवार, अविनाश नाबदे, अजिंक्य भिंगारदिवे, हर्षा फाळके, पवन सिसोदे, अनिकेत भडके, एलिझाबेथ तेलधुणे, संगीता नन्नवरे, चैतन्य निकम, अश्विनी बोरगे, योगिता कदम, विशाल केदारी, वर्षा जाधव, अश्विनी निमसे, सागर सुळ यांनी परिश्रम घेतले.

राहुरी येथील महात्मा फुले कृषी विद्यापीठामध्ये सामाजिक न्याय व विशेष सहाय्य विभागाच्या वतीने अधिकारी-कर्मचाऱ्यांसाठी आयोजित विभागीय 'इंद्रधनुष्य' कला व क्रीडा महोत्सवाचा शुभारंभ झाला.

कला - क्रीडा व्यक्तिमत्त्व विकासाचे प्रभावी माध्यम

प्रादेशिक उपायुक्त माधव वाघ यांचे प्रतिपादन; समाज कल्याण विभागाच्या इंद्रधनुष्य कला व क्रीडा महोत्सवाचा शुभारंभ

नगर - कला व क्रीडा हे व्यक्तिमत्त्व विकासाचे प्रभावी माध्यम असून त्यातून आत्मविश्वास, शिस्त, संघभावना आणि नेतृत्वगुण विकसित होतात, असे प्रतिपादन समाज कल्याण विभागाचे नाशिक प्रादेशिक उपायुक्त माधव वाघ यांनी केले.

राहुरी येथील महात्मा फुले कृषी विद्यापीठामध्ये सामाजिक न्याय व विशेष सहाय्य विभागाच्या वतीने अधिकारी-कर्मचाऱ्यांसाठी आयोजित विभागीय 'इंद्रधनुष्य' कला व क्रीडा महोत्सवाच्या शुभारंभप्रसंगी श्री.वाघ बोलत होते.

यावेळी नाशिकचे सहायक आयुक्त देविदास नांदगावकर, जळगाव जिल्हा जात प्रमाणपत्र पडताळणी समितीचे उपायुक्त राकेश पाटील, जळगावचे सहायक आयुक्त योगेश पाटील, नंदुरबारचे जिल्हा समाजकल्याण अधिकारी नंदकुमार सूर्यवंशी, अहिल्यानगरचे प्रवीण कोरगंटीवार, जिल्हा समाजकल्याण अधिकारी देविदास कोकाटे, संशोधन अधिकारी अनिल तिदमे, सहायक लेखाधिकारी संदीप देठे, विशेषाधिकारी सावित्रा लबडे आदी उपस्थित होते.

श्री.वाघ म्हणाले, स्पर्धा ही केवळ जिंकण्यासाठी नसून स्वतःची क्षमता ओळखण्यासाठी व क्षमता वृद्धिंगत करण्यासाठी असते. सातत्य, मेहनत व जिद्दीच्या बळावर यश मिळविणे शक्य असल्याचे सांगत, अशा प्रकारच्या क्रीडा महोत्सवातून जीवनाला एक नवी दिशा मिळते, असेही त्यांनी सांगितले.

प्रास्ताविकात सहायक आयुक्त श्री.कोरगंटीवार यांनी क्रीडा स्पर्धा आयोजनामागची भूमिका विशद केली.

यावेळी समाजकल्याण विभागाच्या आयुक्त श्रीमती दीपा मुधोळ मुंडे यांच्या शुभेच्छा संदेशाचे वाचन निरीक्षक संगीता चितळे यांनी केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन प्रसन्ना धुमाळ यांनी केले.

सर्वप्रथम सर्व खेळाडूंनी पथसंचलनाद्वारे मानवंदना दिली. या महोत्सवात अधिकारी-कर्मचाऱ्यांनी सहभाग नोंदवून उत्कृष्ट कामगिरी केली. नाशिक व अहिल्यानगर संघात झालेल्या रस्सीखेच स्पर्धेने या क्रीडा महोत्सवाचा शुभारंभ करण्यात आला.

स्व कष्टाच्या पैशाचा आनंद वेगळा असतो

नगरसेविका रोशनी त्र्यंबके यांचे प्रतिपादन

डॉ. पी. ए. इनामदार प्राथमिक व माध्यमिक विद्यालय व गुरुकुल इंग्लिश मिडीयम स्कूल, तपोवनरोड अहिल्यानगर यांचा संयुक्त बालआनंद मेळाव्यामध्ये शाला समितीचे चेअरमन अनिल साळुंके, नगरसेविका रोशनी त्र्यंबके आदी.

नगर - स्व कष्टाच्या कमाईचे पैसे आपण सहज खर्च करत नाही. स्वकष्टाच्या पैसे कमाईचा आनंद हा वेगळाच असतो. तसेच यामुळे विद्यार्थ्यांना बचतीची सवय लागते व व्यवहारज्ञान प्राप्त होते, असे प्रतिपादन कार्यक्रमाच्या प्रमुख पाहुण्या नगरसेविका रोशनी त्र्यंबके त्यांनी केले. त्यांनी आपल्या भाषणात विद्यालयातील विद्यार्थ्यांना व्यवहारीक ज्ञानाबाबत मार्गदर्शन केले

डॉ. पी. ए. इनामदार प्राथमिक व माध्यमिक विद्यालय व गुरुकुल इंग्लिश मिडीयम स्कूल, तपोवनरोड अहिल्यानगर यांचा संयुक्त बालआनंद मेळावा हा उत्साहात पार पडला. बाल आनंद मेळाव्याचे अध्यक्षस्थान शाला समितीचे चेअरमन अनिल साळुंके यांनी भूषविले. प्रमुख पाहुणे म्हणून नगरसेविका रोशनी त्र्यंबके व उद्योजक आकाश त्र्यंबके हे उपस्थित होते. त्याचप्रमाणे कार्यक्रमास संस्थेचे अध्यक्ष एन.ए. पठाण, देविदास डहाळे, लक्ष्मीकांत गरड, समीर पठाण, विद्यालयाच्या मुख्याध्यापिका कुंदा झोंड, गुरुकुल इंग्लिश मिडीयम स्कूलच्या प्राचार्या दीप्ती कराळे, महाराष्ट्र कॉलेजचे प्राचार्य शुभम टेमकर हे उपस्थित होते.

सदर कार्यक्रमाचे अध्यक्ष शाला समिती चेअरमन अनिल साळुंके म्हणाले की, सध्याच्या जगात नोकरीच्या संधी ही खूप अल्प प्रमाणात उपलब्ध आहे त्यामुळे आता विद्यार्थ्यांना स्वतःचा व्यवसाय हाच पर्याय निवडावा लागणार आहे. त्यामुळे या बालआनंद मेळाव्यामध्ये सहभागी विद्यार्थ्यांना व्यवहारिक ज्ञान मिळण्यास मदत होईल.

कार्यक्रमाच्या प्रमुख पाहुण्या नगरसेविका रोशनी त्र्यंबके यांनी आपल्या भाषणात विद्यालयातील विद्यार्थ्यांना व्यवहारीक ज्ञानाबाबत मार्गदर्शन केले त्याचप्रमाणे स्व कष्टाच्या कमाईचे पैसे आपण सहज खर्च करत नाही. स्वकष्टाच्या पैसे कमाईचा आनंद हा वेगळाच असतो. तसेच यामुळे विद्यार्थ्यांना बचतीची सवय लागते व व्यवहारज्ञान प्राप्त होते.

सदर बाल आनंद मेळाव्यात विद्यार्थ्यांनी ५० हून अधिक खाऊचे व वेगवेगळे खाद्यपदार्थ, मनोरंजनाचे स्टॉलमध्ये विद्यार्थ्यांनी मनसोक्त आनंद घेतला.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक विद्यालयाच्या मुख्याध्यापिका कुंदा झोंड यांनी केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन शितल कडूस यांनी केले.

सदर कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी शिल्पा शिंदे, सबा शेख, प्रियंका बोरुडे, अमोल निमसे, अभिजित गवारे, सबिहा शेख, सानिया शेख, सविता शेळके, ममता कोरी, राधा चौधरी, अक्षय बोरुडे, पुजा झरेकर, योगिता मोहिते, फातेमा शेख, वैशाली कर्डिले, शितल रहाणे, अनिता कुमावत, श्रीजी विश्वनाथन, सना शेख, सना सुलतान शेख, गुलअफरोज सय्यद, सरोज धाडीवाल, सलमान पठाण, आसिफ पठाण, ज्योती मुर्तडकर, विमल पोतखुले यांनी परिश्रम केले.

उर्दू साहित्य परिषदेच्या पुरस्कारांचे १५ फेब्रुवारी रोजी वितरण समारंभ

नगर - अहमदनगर जिल्हा उर्दू साहित्य परिषदेच्या वतीने यावर्षी साजरा करण्यात आलेल्या उर्दू अशरा या कार्यक्रमाची सांगता तसेच जिल्ह्यातील उर्दू शिक्षकांना मोहसीने तालीम, खिदमते अदब, प्रेमचंद व फातिमा शेख पुरस्कारांचे वितरण व परिसंवाद याचे आयोजन १५ फेब्रुवारी रोजी करण्यात आले असल्याची माहिती जिल्हाध्यक्ष सलीमखान पठाण व सचिव आबिद खान यांनी दिली.

महाराष्ट्र राज्य उर्दू अकादमीचे चेअरमन सय्यद हसीन अख्तर यांचे हस्ते व माजी आयपीएस अधिकारी सुनील कडासने यांच्या अध्यक्षतेखाली होणाऱ्या या कार्यक्रमात बालभारती पुणे चे उर्दू अधिकारी नवेदुलहक खान व समर अॅकॅडमी मालेगावचे डॉ.अश्फाक उमर यांचे व्याख्यान होणार असून यावेळी प्रमुख अतिथी म्हणून प्रा. डॉ.अब्दुस सलाम शेख, अँगलो उर्दू हायस्कूल संगमनेर चे चेअरमन गनी हाजी शेख, उर्दू बचाव समितीचे राज्याध्यक्ष अब्दुल्लाह चौधरी, उर्दू विस्तार अधिकारी राज मोहम्मद शेख, शब्बीर लालू शेख, कुलसूम मुनीर फाउंडेशन पुणेचे अध्यक्ष रिजवान मुनीर शेख आदि उपस्थित राहणार आहेत, अशी माहिती कार्याध्यक्ष शाकिर शेख, उपाध्यक्ष के के खान, इमाम सय्यद यांनी दिली.

यावेळी जिल्ह्यातील २९ शिक्षकांना विविध पुरस्कारांनी सन्मानित केले जाणार आहे. जशने उर्दू या नावाने एन एम गार्डन, मुकुंदनगर अहिल्यानगर येथे होणाऱ्या कार्यक्रमास उपस्थित राहण्याचे आवाहन परिषदेच्या सहसचिव डॉ.कमर सुरूर, खजिनदार फयाज शेख, महिला प्रतिनिधी नर्गिस इनामदार, समीना शेख, शबनम खान, मिनाज शेख, शरफोदिन शेख, नवेद मिर्झा, अलीम शेख, सदाकत हुसेन, शकील खान, बदर शेख, अलीम शेख, अश्फाक शेख, नौशाद सय्यद, सलीम शेख, हनीफ शेख, अल्ताफ शाह, वसीम शेख, डॉ.शमा फारुकी, साजिया पठाण, नाझिया शेख, शमजा बागवान, इकबाल काकर, फिरोज पठाण, अरबाज पठाण, शहानवाज गुलाम, तौसिफ शेख, अस्मा शेख, नाजेमा शेख, फरजाना शेख, मिनाज पटेल, जाहिरा शेख व पदाधिकाऱ्यांनी केले आहे.

अहमदनगर महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांची महिला बचतगटांना अभ्यासभेट

अर्थशास्त्रातून उद्यमशीलतेकडे : महिला उद्योजकतेचा प्रत्यक्ष अनुभव

अहमदनगर महाविद्यालय अंतर्गत अर्थशास्त्र विभागाच्या वतीने जिल्हा परिषद अहिल्यानगर आणि उमेद - महाराष्ट्र राज्य ग्रामीण जीवनोन्नती अभियान यांच्या सहकार्याने महिला बचतगटांनी तयार केलेल्या खाद्यपदार्थ व विविध वस्तूंच्या प्रदर्शन-विक्रीस Field Visit अंतर्गत विद्यार्थ्यांची प्रत्यक्ष अभ्यास भेट आयोजित करण्यात आली.

नगर - अहमदनगर महाविद्यालय, अहिल्यानगर अंतर्गत अर्थशास्त्र विभागाच्या वतीने जिल्हा परिषद अहिल्यानगर आणि उमेद - महाराष्ट्र राज्य ग्रामीण जीवनोन्नती अभियान यांच्या सहकार्याने महिला बचतगटांनी तयार केलेल्या खाद्यपदार्थ व विविध वस्तूंच्या प्रदर्शन-विक्रीस Field Visit अंतर्गत विद्यार्थ्यांची प्रत्यक्ष अभ्यास भेट आयोजित करण्यात आली.

या क्षेत्र अभ्यास भेटीचा उद्देश विद्यार्थ्यांमध्ये स्वावलंबनाची भावना निर्माण करणे, उद्योग सुरू करण्याबाबत असलेला न्यूनगंड दूर करणे आणि उद्यमशीलतेकडे सकारात्मक दृष्टिकोन विकसित करणे हा होता. या भेटीदरम्यान बी.ए. प्रथम वर्षाच्या विद्यार्थिनी सुप्रभा जाधव व राधा फुलसौंदर यांनी महिला बचतगटांतर्गत तयार केल्या जाणाऱ्या वस्तू, त्यांची निर्मिती प्रक्रिया तसेच यशस्वी वाटचालीच्या कहाण्या प्रत्यक्ष पाहिल्या.

विद्यार्थ्यांनी महिला उद्योजकांशी संवाद साधत बचतगट म्हणजे काय, बचतगट स्थापनेचा इतिहास, बचतगट सुरू करताना येणाऱ्या अडचणी, शासकीय मदतीचे स्वरूप आदी विषयांवर सविस्तर माहिती घेतली. यासोबतच यशस्वी महिला उद्योजकांच्या प्रेरणादायी मुलाखती घेऊन प्रत्यक्ष अनुभवातून शिकण्याची संधी विद्यार्थ्यांना मिळाली.

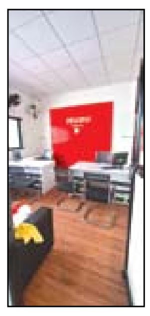
भा. पां. शिक्षण संस्थेचे अध्यक्ष डॉ. आर. जे. बार्नबस यांच्या मार्गदर्शनाखाली या क्षेत्र अभ्यास भेटीचे आयोजन करण्यात आले. यावेळी अर्थशास्त्र विभाग प्रमुख प्रा. पराग कदम, डॉ. भागवत परकाळ, प्रा. मयुर कांबळे तसेच प्रा. डॉ. अनुराधा पाऊलबुद्धे-बाबर उपस्थित होते.

उपप्राचार्य प्रा.दिलीपकुमार भालसिंग, विना-अनुदान विभागाचे समन्वयक डॉ. सैयद रज्जाक, प्रा. डॉ. प्रतिमकुमार बेदरकर, रजिस्ट्रार (प्रबंधक) कल्पलता भिंगारदिवे आणि डॉ. माधव शिंदे यांचे सहकार्य लाभले.

करण नागपुरे, वसीम शेख, आदित्य चव्हाण, नम्रता सिंग खोमणे, स्वरूपा साबळे राणी, श्वेता पवार, वैशाली जाधव, वेदांत वाघमारे, मनीषा बनसोडे-पाखरे, अक्षता, आयुष्य चव्हाण, आलोक बेरड व अर्जुन घोरपडे या विद्यार्थ्यांनी या क्षेत्र अभ्यास भेटीचे यशस्वी नियोजन केले. या उपक्रमामुळे विद्यार्थ्यांना महिला बचतगटांच्या कार्याची सामाजिक व आर्थिक उपयुक्तता प्रत्यक्ष अनुभवातून समजली.

रंगासोबतचे जीवन

पेंट : पेंट (रंगलेप) हे पृष्ठभागाचे संरक्षण, सुशोभिकरण आणि टिकाऊपणा वाढविण्यासाठी वापरले जाणारे पाणी किंवा तेल आधारित मिश्रण आहे. यामध्ये रंगद्रव्य (pigments) आणि वाहक द्रव्य (binders) असतात. भिंतीसाठी लँटेक्स, अँक्रेलिक, डीस्टेंपर तर लाकूड / धातुसाठी इनँमल पेंट वापरले जातात. योग्य पेंट निवडताना पृष्ठभागाचा प्रकार, टिकाऊपणा आणि फिनिश भाग गरजेचा असतो.



पेंटस प्रकार :

१) इमल्शन / अँक्रेलिक पेंट : हे पाणी आधारीत असून आतील आणि बाहेरील भिंतीसाठी उत्तम आहे.

२) डीस्टेम्पर पेंट : हा स्वस्त आणि आतील भिंतीसाठी लोकप्रिय आहे ज्याला प्रायमरची आवश्यकता नसते.

३) इनँमल पेंट : हे तेल आधारित कठीण आणि चमकदार असतात जे लाकूड धातू आणि बाहेरील पृष्ठभागांसाठी वापरले जातात.

४) टेक्स्चर पेंट : भिंतीला उठावदार डिझाइन देण्यासाठी हे वापरले जातात.

सामान्यतः सर्वसाधारणपणे पेंट एकतर तेल आधारित (Oil Paint) किंवा पाणी आधारित (water Base) असतात. आपण तेल आधारित पेंट निवडल्यास ते आणखी नितळ आणि चांगले दिसणारे फिनिश प्रदान करतात. परंतु पेंट आधारित पेंट वापरताना हानिकारक पण असतात हे लक्षात ठेवणे देखील महत्वाचे आहे. तेल आधारित पेंट (Oil Paint) कोरडे आणि बरे होण्यास अधिक वेळ लागतो, शिवाय कोट रंगल्यावर पेंट ब्रशेश स्वच्छ करण्यासाठी पेंट थिनर सारखे कठोर रसायन वापरले जाते. पाणी आधारित (water Base) पेंट साफ करण्यासाठी रसायनाची आवश्यकता नसते.

पेंटसचा सामान्यतः ६०% वापर घरगुती वापरासाठी (devorative) होतो राहिलेला ४०% वापर औद्योगिक क्षेत्रात होतो.

तेल आधारित पेंट्स (Oil Paint) – तेल आधारित पेंट्स हे ज्वलनशील आहेत. यामध्ये VOC चे प्रमाण बऱ्यापैकी असते. वापर करताना त्याचा वास अधिक असतो. पण पाणी आधारित पेंट्स (water base) पेंट्स मध्ये voc चे प्रमाण कमी असते त्याचा वास सुद्धा फार अधिक नसतो.

पेंटसची प्रोसेस : १) Internal Process - Internal Process म्हणजे आतील भिंतीची बाजू त्यावर पेंट करायच्या आधी भिंती पहिले सुक्या पेपरने घासून घ्याव्या लागतात. सुका पेपर म्हणजे एक प्रकारचा कागद असतो ज्याने भिंतीचा पृष्ठभाग गुळगुळीत करता येतो.

सुक्या पेपरने भिंतीचा पृष्ठभाग घासून झाल्यावर वॉल पुट्टीचा एक हाथ केला जातो.

वॉल पुट्टी म्हणजे भिंतीला सपाट व पांढरे शुभ्र करण्यासाठी वापरली जाणारी पांढऱ्या सिमेंटवर आधारित पावडर आहे.

वॉल पुट्टीमुळे भिंतीवरील बारीक छिद्रे, बारीक भेगा भरून काढता येतात. वॉल पुट्टीचे अनेक प्रकार आहेत जसे कि वॉटर प्रुफ आणि रेग्युलर वॉल पुट्टी. वॉटर प्रुफ वॉल पुट्टीचा फायदा असा कि ती भिंतीच्या पृष्ठभागाची पाणी प्रतिरोधक क्षमता वाढवते.

साधारणपणे पुट्टीचे दोन थर (Two coat) लावले जातात. पहिला थर सुकल्यावर पृष्ठभाग घासून नंतर दुसरा थर लावला जातो. पहिला थर लावून झाल्यावर कमीत कमी सहा ते आठ तासानंतर पुन्हा सँडिंग करून द्यावा.

दुसऱ्या थराची पुट्टी सुकल्यानंतर त्याला सुक्या पेपरने सँडिंग करून भिंतीचा पृष्ठभाग गुळगुळीत करून घ्यावा.

यांनतर येते ती प्रायमरची प्रोसेस.

प्राइमर प्रोसेस : याकडे नवशिक्या चित्रकाराप्रमाणे अनेकदा दुर्लक्ष केले जाते. प्राइमर हा पेंटिंगचा महत्वाचा घटक आहे.

प्राइमर प्रत्यक्षात पेंट नाही तर प्राइमर हा भिंतीला पेंटशी चिटकवण्यासाठी मुख्य कार्य करते. जे पेंटला टिकाऊपणा आणि दीर्घायुषीपणे जोडते. त्यामुळे प्रत्यक्ष पेंट लावण्यापूर्वी तुम्ही प्राइमरचा कोट लावू शकता. जर तुम्ही गडद रंगावर हलका रंग रंगवत असाल तर प्राइमर खरोखर उपयुक्त ठरू शकतो.

इनामल प्रोसेस : प्राइमरचा एक कोट मारून झाल्यानंतर त्यावर इनामल म्हणजेच पेंटचा एक हात / कोट मारावा. पेंटचा पहिला हात सुकल्यानंतर दुसरा हात मारण्यापूर्वी टच अप काढणे आवश्यक आहे. उदा. कुठे पृष्ठभाग वर खाली झाला असेल, एका लेव्हलला नसेल तर त्याच्यामध्ये पुट्टी आणि प्राइमर मिक्स करून भरला जातो आणि टच अप काढला जातो. टच अप शक्यतो लाईटच्या प्रकाशात काढावा म्हणजे बारीक बारीक स्पॉट सुद्धा दिसून येतात आणि भिंतीचा पृष्ठभाग सरळ लेव्हलमध्ये करण्यास मदत होते. त्यानंतर दुसरा हात मारून पेंट फायनल करावा.

काही ठिकाणी गरज असेल आणि पृष्ठभाग सरळ झाला नसेल तर पेंटचा तिसरा हात मारला जातो.

पेंटिंग मध्ये असणारे विविध प्रकार, ते कसे दिले जातात, ते किती दिवस टिकतात इत्यादी विषयी विस्तृत माहिती लेखाच्या पुढील भागात घेऊ.

आदिती ट्रेडर्स विषयी : लेखक हे स्वतः सिव्हील इंजीनिअर असून बांधकाम क्षेत्र आणि पेंटिंग क्षेत्रात त्यांना प्रदीर्घ अनुभव आहे. त्यांचे आदिती ट्रेडर्स नावाने पेंटिंग शॉप असून बर्जर पेंटचे ते अधिकृत डीलर आहेत. आदिती ट्रेडर्स येथे त्यांचे डोको शॉप असून येथे पेंटिंग मधील असंख्य प्रकारचे डेमो आणि डिस्प्ले आपणासाठी उपलब्ध आहे. अहिल्या नगरकरांनी अवश्य या डोको शॉपला भेट देऊन नव्याने येऊ घातलेल्या पेंटिंग ट्रेंड, विविध स्कीमबाबत माहिती घ्यावी तसेच आपल्या साइट आणि इमारतीसाठी त्यांचा वापर अवश्य करावा. अहिल्यानगर विविध रंगाच्या छटामध्ये रंगवण्यास आम्ही नेहमीच आपल्या सर्वांच्या सेवेत हजर आहोत.

Er. Rahul Dinkar Mane,
D.C.E and D.I.D, AESA Member
Firm Name.. 1. Aditi Traders
Authorised Doco store and DEALER BERGER PAINT
Off ddress : Dreamland Building, Zopadi Canteen, Sawedi Road
Mo. no. 9028297878 Mail Id - Buildiconrahulmane@gmail.com

Architects, Engineers & Surveyor Association Ahilyanagar

निरीक्षणगृह व बालगृह येथे वार्षिक स्नेहसंमेलन व क्रीडा महोत्सव उत्साहात

नगर – डिस्ट्रिक्ट प्रोबेशन अँण्ड आफ्टर केअर असोसिएशन संचलित मुला–मुलींचे निरीक्षणगृह व बालगृह येथे वार्षिक स्नेहसंमेलन व क्रीडा महोत्सव उत्साहात साजरा झाला. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी योगेश जवादे सहाय्यक आयुक्त, महिला व बालविकास आयुक्तालय, पुणे होते. प्रमुख पाहुणे म्हणून तसेच एस. जी. कदम, जिल्हा महिला व बालविकास अधिकारी, अहिल्यानगर उपस्थित होते. कार्यक्रमाची सुरुवात दीपप्रज्वलन करून व आकाशात फुगे सोडून करण्यात आली. सौ. सुलोचना काळापहाड यांनी उपस्थित पाहुण्यांचा परिचय करून दिला. संस्थेच्या अधीक्षिका सौ. पौर्णिमा माने यांनी संस्थेमार्फत राबविण्यात येणाऱ्या विविध उपक्रमांची माहिती दिली.

संस्थेच्या कार्याची माहिती देताना मानद सचिवा डॉ. शकिल फातेमा शेख यांनी शिक्षणाचे महत्त्व विशद केले. भावी पिढीने अधिकाधिक वाचन करून शिक्षणाच्या माध्यमातून सर्वांगीण विकास साधावा, तसेच बदलत्या काळाच्या गरजेनुसार विविध शैक्षणिक संधींची माहिती घेऊन आवश्यक शैक्षणिक पात्रता प्राप्त करावी, असे त्यांनी सांगितले.

योगिराज जाधव, जिल्हा परिविक्षा अधिकारी तसेच प्रशांत गायकवाड, बाल संरक्षण अधिकारी, अहिल्यानगर यांनी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन केले.

कार्यक्रमास संस्थेचे उपाध्यक्ष अँड. ए. डी. चौधरी, मानद सचिव अँड. गोविंद मिरीकर, मानद खजिनदार अँड. विश्वासराव आठरे, मानद सचिव अँड. जयवंत भापकर, डॉ. अमित बडवे, डॉ. कांचन रच्चा, डॉ. प्रीती देशमुख, ज्योती पिसुटे यांच्यासह कार्यकारी मंडळातील सदस्य उपस्थित होते.

लोकमान्य टिळक प्राथमिक शाळेचे मुख्याध्यापक शशिकांत वाघुलकर तसेच संस्थेचे विश्वस्त यांचा यावेळी सत्कार करण्यात आला. आदल्या दिवशी घेण्यात आलेल्या क्रीडा स्पर्धांचे उत्कृष्ट नियोजन नदीम शेख यांनी केले. उदय म्हस्के यांनी आभार मानले.

त्यानंतर सांस्कृतिक कार्यक्रम उत्साहात पार पडला. कार्यक्रमास परिसरातील नागरिक, माजी आजी–विद्यार्थी व त्यांची कुटुंबे, प्रवेशित मुला–मुलींचे पालक तसेच संस्थेचे सर्व सभासद उपस्थित होते.

ठोंबे बंधूंचा वंचित बहुजन आघाडीत जाहीर प्रवेश

अँड. बाळासाहेब आंबेडकर यांच्या स्वाभिमानी राजकारणावर विश्वास ठेवून बाभुळगाव येथील प्रदीप ठोंबे आणि खांडका येथील सचिन ठोंबे यांनी समर्थकांसह वंचित बहुजन आघाडी पक्षात जाहीर प्रवेश केला. आघाडीचे जिल्हाध्यक्ष योगेश साठे यांच्या नेतृत्वाखाली आणि सल्लागार जे. डी. शिरसाठ यांच्या प्रमुख उपस्थितीत पक्ष प्रवेश पार पडला. या वेळी जिल्हा संघटक सुधीर ठोंबे, जिल्हा उपाध्यक्ष योगेश क्षीरसागर, युवा शहराध्यक्ष योगेश गुंजाळ, जिल्हा सदस्य फैरोज पठाण, विनायक गोरखे, देविदास भालेराव, संतोष पवार, कैलास पगारे, विजय मिसाळ यांसह परिसरातील अनेक कार्यकर्ते व ग्रामस्थ उपस्थित होते.

नगरच्या ‘शोषित आश्रमशाळा’ शिक्षक–कर्मचाऱ्यांना न्याय द्या

खा. नीलेश लंके यांची केंद्रीय मंत्र्यांकडे मागणी

नगर – अहिल्यानगर लोकसभा मतदारसंघातील खांडगाव (ता. पाथर्डी) येथील सद्गुरु रोहिदासजी अनुसूचित जाती प्राथमिक व माध्यमिक आश्रम शाळेतील शोषित व वंचित शिक्षक तसेच शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांना न्याय मिळावा, यासाठी खासदार नीलेश लंके यांनी केंद्रीय सामाजिक न्याय व सक्षमीकरण मंत्री डॉ. वीरेंद्र कुमार यांची भेट घेऊन सविस्तर निवेदन दिले.

शोषित आश्रमशाळा शिक्षक–कर्मचाऱ्यांना न्याय देण्याच्या मागणीचे निवेदन केंद्रीय मंत्री डॉ. विरेंद्र कुमार यांना देताना खा. निलेश लंके.

सदर आश्रम शाळेला २०१३ पासून शासन मान्यता असतानाही २००७ ते २०१९ या कालावधीत कार्यरत असलेल्या २० शिक्षक व शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांना संस्थेच्या संचालक मंडळाकडून वर्षानुवर्षे वेतन न देता सेवा करून घेण्यात आल्याचा गंभीर प्रकार खासदार लंके यांनी मंत्र्यांच्या निदर्शनास आणून दिला. केंद्र सरकारकडून नियमित अनुदान मिळत असतानाही कर्मचाऱ्यांचे शोषण झाल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

केंद्रीय मंत्रालयाच्या ५ नोव्हेंबर २०२० रोजीच्या आदेशानुसार गंभीर आर्थिक अनियमितता व गैरव्यवस्थापनामुळे संबंधित संस्थेच्या चारही प्रकल्पांचे अनुदान रद्द करण्यात आले असून, संस्थेच्या संचालक मंडळाविरोधात १८ नोव्हेंबर २०२५ रोजी राज्य पातळीवर फौजदारी गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. मात्र, या सर्व प्रकरणांमध्ये संबंधित कर्मचारी दोषी नसून तेच या अन्यायाचे बळी असल्याचे खासदार लंके यांनी नमूद केले.

२६ जुलै २०१० च्या शासन निर्णयानुसार तसेच मुंबई प्राथमिक शिक्षण कायदा, १९४७ (सुधारित १९७८) अंतर्गत आश्रम शाळेतील शिक्षक व कर्मचाऱ्यांना वैयक्तिक मान्यता आदेश, सेवापुस्तिका व सेवेशी संबंधित लाभ देणे बंधनकारक आहे. तरीही संबंधित कर्मचाऱ्यांना आजपर्यंत हे लाभ मिळालेले नाहीत.

या पार्श्वभूमीवर खा. नीलेश लंके यांनी केंद्रीय मंत्र्यांकडे २०१३ पासून सर्व कर्मचाऱ्यांना वैयक्तिक मान्यता देणे, तातडीने सेवापुस्तिका तयार करणे, केंद्र सरकारच्या ३३ अनुदानित आश्रम शाळांमध्ये योग्य समायोजन करणे तसेच दिवंगत कर्मचाऱ्यांच्या कुटुंबीयांना देय सेवा लाभ देण्याची मागणी केली आहे. वर्षानुवर्षे निष्ठेने सेवा बजावलेल्या या शिक्षक व कर्मचाऱ्यांना न्याय देणे ही सामाजिक न्याय व्यवस्थेची नैतिक व संवैधानिक जबाबदारी असून या प्रकरणात सहानुभूतीपूर्ण व सकारात्मक निर्णय अपेक्षित असल्याचे खा. लंके यांनी म्हंटले आहे.

धर्मादाय क्षेत्रात आनंदऋषीजी हॉस्पिटलचे दीपस्तंभप्रमाणे कार्य

धर्मादाय उपायुक्त एन. व्ही. जगताप यांचे प्रतिपादन; अस्थिरोग तपासणी शिबिरास प्रतिसाद

नगर – वैद्यकीय क्षेत्रात आनंदऋषीजी हॉस्पिटलचे कार्य आदर्शवत आहे. हॉस्पिटलमध्ये रुग्णांना चांगल्या पद्धतीने उपचार दिले जातात. उपचारांसोबतच आपुलकीने वागणूक दिली जाते यामुळे रुग्णांचा ओढा हा आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये उपचार घेण्यासाठी असतो.

आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये अस्थिरोग तपासणी शिबिराचे उद्घाटन धर्मादाय उपायुक्त एन.व्ही.जगताप यांच्या हस्ते करण्यात आले.

रुग्णांच्या चेहऱ्यावर समाधान व आनंद निर्माण करणे हीच संपत्ती समजून रुग्णांवर उपचार केले जातात. येथे श्रीमंत अथवा गरीब असा भेदभाव केला जात नाही. नेत्रालयामार्फत ग्रामीण भागातील रुग्णांची मोफत नेत्रशास्त्रक्रिया केल्या जातात. आत्तापर्यंत एक लाख नेत्र शस्त्रक्रिया केल्या आहेत. ही कौतुकास्पद बाब आहे. धर्मादाय चळवळ वाढली पाहिजे. तसेच समाजातील सर्व घटकांना उपचार मिळाले पाहिजेत. धर्मादाय म्हणजे दान करणे, पुण्य व परोपकार करणे. सेवाभावी वृत्तीने निस्वार्थपणे कार्य करणारे समाजासाठी वेळ देणारे जैन सोशल फेडरेशनचे कार्यकर्ते आहेत. त्यांचे नेहमीच धर्मादाय कार्यालयात स्वागत केले जाईल. धर्मादाय क्षेत्रात आनंदऋषीजी हॉस्पिटल चे कार्य दीपस्तंभ प्रमाणे आहे, असे प्रतिपादन धर्मादाय उपायुक्त एन.व्ही.जगताप यांनी केले आहे.

आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये अस्थिरोग तपासणी शिबिराचे उद्घाटन धर्मादाय उपायुक्त एन.व्ही.जगताप यांच्या हस्ते करण्यात आले. याप्रसंगी सहाय्यक धर्मादाय उपायुक्त व्हि.डी.शेंडे, धर्मादाय अधीक्षक श्रीमती वर्षा सुरकुटला, सौ.शारदा भारस्कले, अमोल मोकाशी, जैन सोशल फेडरेशनचे डॉ.प्रकाश कांकरिया, संतोष बोथरा, सी.ए.आय पी अजय मुथा, माणकचंद कटारिया, अभय गुगळे, सुभाष मुनोत, डॉ.आशिष भंडारी, प्रकाश छल्लाणी, वसंत चोपडा शिबिराचे तज्ञ डॉक्टर डॉ.विशाल शिंदे, डॉ. रोहन धोत्रे, डॉ.अमित सुराणा, डॉ.अक्षय गादिया, डॉ. श्रीकांत दलाल आदी उपस्थित होते.

व्ही.डी.शेंडे म्हणाले, शिबिराच्या माध्यमातून निर्धन असणाऱ्या व्यक्तींना शिबिराचा लाभ होतो. आरोग्य सेवेचे आनंदऋषीजी हॉस्पिटल अविरतपणे कार्य करीत आहे. यामुळे अनेक रुग्णांना या शिबिराचा लाभ मिळत आहे.

प्रास्ताविकात संतोष बोथरा म्हणाले, समाजातील शेवटच्या घटकांपर्यंत रुग्णसेवा मिळावी अशी आचार्य आनंदऋषीजी म.सा.यांचे स्वप्न होते.कत्तलखाण्याच्या जागेवर आनंदऋषीजी हॉस्पिटल सुरू झाल्याने आतापर्यंत अनेकांचे प्राण वाचले आहेत. समाजातील अनेक दानशूर व्यक्तींच्या सहकार्याने हॉस्पिटलचे कार्य मोठ्या प्रमाणात सुरू आहे. शिबिराच्या माध्यमातून अत्यल्प दरात व मोफत आरोग्य सेवा दिली जात असल्याने महाराष्ट्रातील प्रत्येक गावागावातून रुग्ण येथे येत आहेत.हॉस्पिटलच्या कार्यात धर्मादाय कार्यालयाचे वेळोवेळी सहकार्य मिळत असते. मागील वर्षी संस्थेने वर्धमान महावीर युनिव्हर्सिटी हा महत्त्वाकांक्षी प्रकल्प सुरू केला आहे. या माध्यमातून गुरुकुल पद्धतीने शिक्षण देणारी इंग्रजी माध्यमाची शाळा व बीएससी नर्सिंग कॉलेज सुरू केले आहे.

सीए आयपी अजय मुथा म्हणाले, गेल्या अनेक वर्षांपासून धर्मादाय आयुक्त कार्यालयाच्या सहकार्य व मार्गदर्शनाखाली आनंदऋषीजी हॉस्पिटलचे रुग्णसेवा कार्य प्रभावीपणे सुरू आहे. धर्मादाय उपआयुक्त एन. व्ही. जगताप व धर्मादाय उपआयुक्त श्री. शिंदे यांच्या सकारात्मक, सहकार्यशील कार्यक्षम प्रशासनामुळे कार्यालयीन कामकाजात आदर्श समन्वय व गती निर्माण झाली आहे. कार्यक्षम, कर्तव्यदक्ष व संवेदनशील अधिकारी व लाभल्याने संस्थांचे मनोबल मोठ्या प्रमाणात वाढले आहे. कोविड काळात पुणे येथे कार्यरत असताना उपआयुक्त श्री. जगताप यांनी अनेक रुग्णांना धाडसाने उपचारासाठी दाखल करून हजारो रुग्णांचा जीव वाचविण्यात मोलाची भूमिका बजावली. अहमदनगर धर्मादाय कार्यालयात सर्वांना सोबत घेऊन उत्तम समन्वयाने कार्य करण्याची त्यांची कार्यपद्धती अत्यंत प्रेरणादायी आहे.

डॉ.विशाल शिंदे म्हणाले, आनंदऋषीजी हॉस्पिटल येथे होणाऱ्या सर्व शस्त्रक्रिया आत्याधुनिक पद्धतीने व गुणवत्तापूर्वक, यशस्वीपणे केल्या जात असल्याने रुग्णांना त्याचा लाभ मिळत आहे. आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये प्रशस्त ऑपरेशन थिएटर असून अनुभवी डॉक्टर्स, नर्सेस व प्रशिक्षित असा स्टाफ उपलब्ध आहे. यंदाच्या वर्षी गुडघे सांधेरोपण शस्त्रक्रिया रोबोटिक पद्धतीने सुरू करण्याचा मानस आहे.

अस्थिरोग तपासणी शिबिरात ६९ रुग्णांची तपासणी करण्यात आली. यावेळी डॉ.आशिष भंडारी यांनी सूत्रसंचालन केले. प्रकाश छल्लाणी यांनी आभार मानले.

स्वप्न मोठी ठेवा आणि ती पूर्ण करण्याची जिद्दही मोठी ठेवा

प्रसाद शिंदे यांचे प्रतिपादन; भिंगार येथील अॅबट हायस्कूलमध्ये दहावीच्या विद्यार्थ्यांना परीक्षेसाठी शुभेच्छा, भविष्यातील वाटा आणि करियरबद्दल मार्गदर्शन

नगर – स्वप्न मोठी ठेवा आणि ती पूर्ण करण्याची जिद्दही मोठी ठेवा! परिश्रमाला कधीही पर्याय नसतो. यश अचानक मिळत नाही; ते घाम, चिकाटी आणि सातत्याने केलेल्या प्रयत्नांतून मिळते. तुमच्या शिक्षकांनी आणि पालकांनी अथक परिश्रम घेतले आहेत. त्या परिश्रमांची जाणीव ठेवा आणि त्यांच्या अपेक्षांना न्याय द्या. स्वतःवर विश्वास ठेवण्याचे आवाहन महाराष्ट्र राज्य शिक्षक शिक्षकेतर शिक्षक सेना जिल्हाध्यक्ष प्रसाद शिंदे यांनी केले.

रयत शिक्षण संस्थेच्या श्रीमती अॅबट मायादेवी गुरुदित्ताशाह हायस्कूल व ज्युनिअर कॉलेज भिंगार येथे दहावीच्या विद्यार्थ्यांचा निरोप समारंभात विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना प्रसाद शिंदे बोलत होते. यावेळी माध्यमचे प्रतिनिधी प्रसाद शिंदे हे देखील उपस्थित होते.

रयत शिक्षण संस्थेच्या श्रीमती अॅबट मायादेवी गुरुदित्ताशाह हायस्कूल व ज्युनिअर कॉलेज भिंगार येथे दहावीच्या विद्यार्थ्यांचा निरोप समारंभात विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना प्रसाद शिंदे बोलत होते.

पुढे शिंदे म्हणाले की, परिस्थिती कितीही कठीण असली तरी मी करू शकतो ही भावना मनात ठेवा. अपयश आले तरी खचू नका. अपयश म्हणजे शेवट नसतो; तो यशाकडे जाणारा मार्ग असतो. जीवनात कितीही मोठे व्हा, पण माणुसकी आणि प्रामाणिकपणा सोडू नका. ज्ञान मिळवताना संस्कार जपणे तितकेच आवश्यक आहे. तुमच्या वर्तनातून तुमच्या शाळेचे, कुटुंबाचे आणि समाजाचे नाव उज्ज्वल झाले पाहिजे या दृष्टीने वाटचाल करण्याचे त्यांनी सांगितले.

मोठी स्वप्ने बघा! डॉक्टर, इंजिनिअर, अधिकारी, उद्योजक, कलाकार कोणतेही क्षेत्र निवडा; पण त्यात उत्कृष्टतेचा ध्यास ठेवा. स्पर्धेच्या या युगात केवळ गुण नव्हे, तर कौशल्य, संवादकौशल्य आणि सकारात्मक दृष्टिकोनही महत्त्वाचा असल्याचेही त्यांनी स्पष्ट केले.

उत्साहपूर्ण आणि भावनिक वातावरणात दहावीच्या विद्यार्थ्यांचा निरोप समारंभ उत्साहात पार पडला. यावेळी विद्यार्थ्यांना परीक्षेसाठी शुभेच्छा देऊन भविष्यातील करियरबद्दल मार्गदर्शन करण्यात आले. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी प्राचार्य प्रमोद तोरणे उपस्थित होते.

कार्यक्रमाची सुरुवात दीपप्रज्वलन आणि सरस्वती पूजनाने करण्यात आली. यानंतर विद्यार्थ्यांनी स्वागतगीत सादर केले. दहावीच्या विद्यार्थ्यांनी आपल्या शालेय आठवणींना उजाळा देत भावना व्यक्त केल्या. काही विद्यार्थ्यांनी मनोगत व्यक्त करत शिक्षकांप्रती कृतज्ञता व्यक्त केली.

प्राचार्य प्रमोद तोरणे, प्राथमिक चे मुख्याध्यापक नारायण अनुभुले यांनी व इतर शिक्षकांनीही विद्यार्थ्यांना पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा दिल्या.

जमिनीच्या वादातून शेतकऱ्याचे घर आणि गोठा जेसीबीने पाडला

नगर – नगर तालुक्यातील निंबोडी शिवारात जमिनीच्या कारणावरून बेकायदेशीर जमाव जमवून एका शेतकऱ्याचे राहते घर आणि गोठा जेसीबीच्या सहाय्याने पाडून नुकसान केल्याची घटना ११ फेब्रुवारी रोजी दुपारी १२.३० वाजण्याच्या सुमारास घडली. या प्रकरणी भिंगार कॅम्प पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत बाजीराव माधव जगताप (वय ५८) यांनी फिर्याद दिली आहे. जगताप यांचे निंबोडी येथील कुलाळमळा भागात जुने पत्र्याचे घर आणि गाईंचा गोठा आहे. ११ फेब्रुवारी रोजी दुपारी १२.३० वाजण्याच्या सुमारास आरोपी दत्तात्रय हरिभाऊ बेरड, राहुल झेंडे, जेसीबी चालक आणि इतर ३ ते ४ अनोळखी इसम त्या ठिकाणी आले. ’ही जागा त्वरित खाली करा’ असे म्हणत त्यांनी जगताप यांना शिवीगाळ करण्यास सुरुवात केली.

विनाकारण धक्काबुक्की करत आरोपींनी फिर्यादीला जीवे मारण्याची धमकी दिली. त्यानंतर आरोपींनी सोबत आणलेल्या जेसीबीच्या साहाय्याने जगताप यांचा गोठा आणि पत्र्याची खोली पाडून टाकली. या घटनेत त्यांचे मोठे आर्थिक नुकसान झाले आहे. या घटनेनंतर परिसरात तणावाचे वातावरण निर्माण झाले होते. पोलिसांनी तातडीने दखल घेत गुन्हा नोंदवला असून तपास पोलीस हवालदार मिसाळ करत आहेत.

रात्रपाळी करताय?

आयटीसह अन्य क्षेत्रातील अनेकांना रात्रपाळीची नोकरी करावी लागते; मात्र सतत रात्रपाळीत नोकरी केल्यामुळे अनेक आजारांना आमंत्रण मिळते. कर्करोगाचा धोकाही वाढत असल्याचे एका संशोधनात आढळून आले आहे. अत्यावश्यक असल्याशिवाय रात्रपाळीची नोकरी करू नये आणि ती करावी लागलीच तर स्वतःची काळजी घ्यावी, असा तज्ज्ञांचा सल्ला आहे.

एका अहवालानुसार जगभरातील सुमारे २० टक्के कर्मचारी शिफ्ट वर्कमध्ये गुंतले आहेत. एकट्या अमेरिकेत सुमारे १.५ कोटी लोक नाईट किंवा रोटेटिंग शिफ्टमध्ये काम करतात. भारतातही ही संख्या बरीच मोठी आहे. आपले शरीर दिवसा जागे राहण्यासाठी आणि रात्री झोपण्यासाठी बनले आहे. ही नैसर्गिक दिनचर्या उलटवली जाते तेव्हा शरीराचे जैविक घड्याळ बिघडते. आपल्या शरीरात 'सर्केडियन रिदम' नावाचे एक अंतर्गत जैविक घड्याळ असते. हे सुमारे २४ तासांच्या चक्रात काम करते. कधी झोप येईल, कधी भूक लागेल, कधी हार्मोन्स स्रवतील आणि कधी शरीर दुरुस्ती मोडमध्ये जाईल, ते हेच घड्याळ ठरवते. हे घड्याळ सूर्यप्रकाश आणि अंधाराच्या हिशोबाने सेट असते.

रात्रीच्या शिफ्टमध्ये काम करण्यासाठी शरीराला आपले नैसर्गिक झोप-जागे होण्याचे चक्र उलटावे लागते. 'सर्केडियन रिदम' बिघडल्याने शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती कमी होते. वारंवार झोपेचे चक्र बिघडल्याने स्तनाच्या कर्करोगाचा धोका वाढू शकतो. 'सर्केडियन रिदम' हार्मोन स्राव आणि पेशींच्या दुरुस्तीवर नियंत्रण ठेवते. रात्रीची शिफ्ट, अनियमित झोप किंवा वारंवार टाइम झोन बदलल्याने ही प्रणाली विस्कळीत होते. याचा परिणाम शरीराच्या दुरुस्ती प्रक्रियेवर होतो. रात्रीच्या वेळी शरीर स्वतःची दुरुस्ती करते आणि रोगप्रतिकारशक्ती मजबूत करते; परंतु, नाइट शिफ्टमध्ये ही नैसर्गिक रिकव्हरी प्रक्रिया बाधित होते. त्यामुळे शरीराचे नुकसान होते. नाईट शिफ्ट शरीरातील चयापचय (मेटाबॉलिज्म) आणि हार्मोन प्रणालीवर परिणाम करते. यामुळे अनेक आजारांचा धोका वाढतो. रात्रीचे जागरण आणि दिवसा झोपल्याने कर्करोग, टाइप टू डायबेटीज, चिंता, नैराश्य, पचन समस्या, हृदयरोग, उच्च रक्तदाब, लठ्ठपणा, तीव्र थकवा, प्रतिकारशक्ती कमी होणे, मानसिक आरोग्य बिघडणे, हार्मोनल चेंजेस यासारख्या समस्यांचा सामना करावा लागतो.

हे टाळा

नाईट शिफ्टमुळे थेट कर्करोग होतो, असे नाही; मात्र सतत नाईट शिफ्टची नोकरी केल्यामुळे आपल्या लाइफस्टाइलमध्ये बदल होतात. आपली दैनंदिन सायकल चेंज होते. 'ऑड अवर्स'मुळे आपल्या शरीरात अनेक बदल होतात. नाईट शिफ्टचे काम सातत्याने करणाऱ्यांना पाईल्स, फिशर यासारख्या त्रासांना सामोरे जावे लागते. याचा हृदयावरही थेट परिणाम होत नाही; मात्र काही बदल शरीराकडून स्वीकारले गेले नाही तर त्याचे दुष्परिणाम भोगावे लागतात, हे नक्की. शरीराची प्रतिकारशक्ती कमी होत असल्यामुळे कॅन्सर होण्याचा धोका वाढतो. नियमित व्यायाम, योगा, पुरेसा आराम आणि जेवणाचे पथ्य पाळले, तर हा धोका कमी करू शकतो.

लाईफस्टाईल

कमी करा ड्रायव्हिंगचा ताण

शहरांमधल्या वाहतूक कोंडीतून वाट काढत इच्छित स्थळी पोहोचण्याची कसरत अत्यंत वैतागवाणी असते. कार्यालयीन वेळ गाठण्याच्या धांदलीत रस्त्यात अनेकांशी वाद झाल्याने खूप ताण येतो. प्रवासादरम्यानच्या या ताणामुळे भविष्यात अनेक विकार जडू शकतात. म्हणूनच दैनंदिन प्रवासातला तणाव दूर ठेवण्यासाठी उपाययोजना करायला हव्या. वाहन चालवताना येणारा ताण कसा कमी करता येईल याविषयी...

* शक्य असेल तेव्हा वाहतूक कोंडीच्या वेळा टाळून प्रवास करा. स्वतःच्या वाहनाने प्रवास करणाऱ्यांनी शक्यतो लवकर निघावं. त्यातही वेळेत पोहोचणं आवश्यक असताना हा पर्याय निवडला तर ताणाचं प्रमाण बरंच कमी होतं.

* प्रवासात स्मार्टफोनचा वापर पूर्णपणे टाळा. वाहन चालवण्यावर पूर्ण लक्ष केंद्रित करा.

* उर्मट, अरेरावी करणाऱ्या चालकांच्या नादाला लागू नका. कोणत्याही वादात अडकणं टाळा. आपला जीव सर्वात महत्त्वाचा आहे हे कायम लक्षात ठेवा.

न्यूनगंडाची शिकार आहात?

वजन नियंत्रणात असावे, शरीरयष्टी सुदृढ, प्रतिमा सौंदर्यपूर्ण असावी असे प्रत्येकाला वाटते. आपण कसे दिसतो, त्यावरही आत्मविश्वास अवलंबून असतो; परंतु अलीकडच्या काळात शरीर सौंदर्याला महत्त्व दिले जात आहे. यामध्ये काही कमी जास्त झाले तरी तरुणांमध्ये चिंता, न्यूनगंड जाणवत आहे. भारतीय वैद्यकीय संशोधन परिषदेच्या (आयसीएमआर) संशोधनातून ही बाब समोर आली आहे.

दिल्लीतील अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थेच्या बाह्यरुग्ण विभागात १८ ते ३० वयोगटातील १ हजार ७१ तरुणांचा याबाबत अभ्यास करण्यात आला. यामध्ये वजन, शरीरयष्टी, मानसिक तणाव, आत्मविश्वास आणि सामाजिक वर्तनाच्या मूल्यमापनातून अति जाड व अतिशय कृश प्रकृतीचे तरुण शरीर प्रतिमेबाबत सर्वाधिक मानसिक तणाव अनुभवत असल्याचे दिसून आले. त्याचबरोबर आरशात स्वतःकडे पाहताना अस्वस्थ वाटणे, शरीराच्या आकार-वजनाबद्दल न्यूनगंड बाळगणे किंवा इतरांशी स्वतःची तुलना करत राहणे, हे अनुभव अनेक तरुणांसाठी रोजचे झाले आहेत; मात्र ही अस्वस्थता केवळ सौंदर्याशी संबंधित नसून ती आता एक मानसिक आरोग्य समस्या बनत आहे.

मानसशास्त्र

दिल्लीत हा अभ्यास झाला असला तरी हीच परिस्थिती पुण्यातही असल्याचे तज्ज्ञ सांगतात. यामध्ये शरीर प्रतिमेबद्दलची चिंता म्हणजेच 'बॉडी इमेज डिस्ट्रेस' ही तरुणांमध्ये झपाट्याने वाढणारी पण अजूनही पुरेशी ओळख न मिळालेली मानसिक समस्या असल्याचे दिसून येत आहे. तज्ज्ञांच्या निरीक्षणानुसार, जास्त वजन असलेल्या तरुणांमध्ये सतत स्वतःच्या शरीराकडे लक्ष देणे, लोक काय म्हणतील याची भीती बाळगणे आणि सामाजिक प्रसंग टाळण्याची प्रवृत्ती अधिक दिसून येत आहे.

कमी वजन असलेल्या तरुणांमध्ये लाज, न्यूनगंड, एकटेपणा आणि आत्मविश्वासाचा अभाव हे भावनिक पैलूही येत आहेत. वजन नियंत्रणाच्या कार्यक्रमांमध्ये केवळ आहार, व्यायाम किंवा कॅलरी मोजण्यापुरते मर्यादित न राहता मानसिक आरोग्याचा समावेश करणे अत्यंत आवश्यक आहे. शरीर प्रतिमेबद्दलची चिंता ही सौंदर्याची किंवा फॅशनची समस्या नसून ती तरुणांच्या मानसिक आरोग्यावर खोल परिणाम करणारी बाब आहे. त्यामुळे शाळा, महाविद्यालये आणि आरोग्य संस्थांमध्ये लवकर मानसिक तपासणी, समुपदेशन आणि शरीर-स्वीकाराची सकारात्मक दृष्टी विकसित करणारे कार्यक्रम राबवणे गरजेचे आहे.

फक्त मीठ पुरेसे नाही

उच्च रक्तदाब ही एक अतिशय सामान्य आरोग्य समस्या आहे. ती तीन प्रौढांपैकी एकाला प्रभावित करते. डॉक्टरांच्या सल्ल्याचे पालन करणे महत्वाचे आहे; परंतु आहारात फक्त मीठ कमी केल्याने रक्तदाब नियंत्रित होईल, असे लोकांना वाटते. हे पूर्णपणे खरे नाही. मीठ कमी केल्याने मदत होते; परंतु ते उच्च रक्तदाब नियंत्रित करण्यासाठी पुरेसे नाही.

रक्तदाबावर परिणाम करणाऱ्या अनेक घटकांपैकी मीठ हा एक घटक आहे. मीठाचे सेवन चांगले नियंत्रित केले असले, तरी लठ्ठपणा, कमी शारीरिक हालचाली, ताण-तणाव, झोपेचा अभाव, जास्त मद्यपान,

व्याधी विचार

धूम्रपान, कमी पोटॅशियमयुक्त पदार्थ, कौटुंबिक इतिहास, वृद्धत्वाशी संबंधित बदल आणि मूत्रपिंडाचा आजार, थायरॉईड समस्या, स्लीप ॲप्निया आणि काही औषधे यासारख्या काही वैद्यकीय परिस्थितींमुळे उच्च रक्तदाब कायम राहू शकतो. म्हणूनच फक्त मीठ कमी करण्यापेक्षा तुमच्या डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार औषधे घ्यावी आणि जीवनशैलीत बदल करावा.

आपण जे मीठ खातो ते सोडियम क्लोराईड असते आणि त्यातील सोडियमचे प्रमाण रक्तदाबासाठी महत्त्वाचे असते. आपण शरीराच्या गरजेपेक्षा जास्त सोडियम वापरतो, तेव्हा मूत्रपिंडे अतिरिक्त सोडियम बाहेर टाकण्याचा प्रयत्न करतात. दरम्यान सोडियमचे संतुलन राखण्यासाठी शरीर जास्त पाणी साठवून ठेवते. हे जास्त पाणी रक्ताचे प्रमाण वाढवते. त्यामुळे रक्तदाब वाढू शकतो कारण हृदयाला आता जास्त रक्त पंप करावे लागते. यामुळे रक्तवाहिन्यांवर दबाव वाढतो आणि रक्तवाहिन्यांमध्ये रक्तदाब वाढतो. वृद्धत्व, लठ्ठपणा, मूत्रपिंडाचा आजार, मधुमेह किंवा दीर्घकालीन उच्च रक्तदाबामुळे मीठ संवेदनशील असलेल्या लोकांमध्ये जास्त मीठ सेवन केल्याने रक्तदाब वाढतो आणि मीठ कमी केल्याने तो कमी होतो.

दुसरे कारण म्हणजे आपल्या आहारातील बरेच सोडियम हे 'लपलेल्या' स्त्रोतांमधून येते, जसे की पॅकेज केलेले पदार्थ, टेकआउट, लोणचे, पापड, सॉस, इन्स्टंट फूड्स आणि खारट स्नॅक्स. आपण टेबलावर किंवा स्वयंपाक करताना मीठ घालणे टाळले आणि आपले अन्न अशा पॅकेज केलेल्या किंवा टेकआउट फूड्सपासून बनवले असेल तरी सोडियमचे प्रमाण जास्त असू शकते.

मीठ कमी करणे कधी उपयुक्त ठरू शकते?

रक्तदाब किंचित वाढला असेल आणि आहारातील मीठ हा एक प्रमुख घटक असेल तर केवळ मीठ कमी केल्याने लक्षणीय सुधारणा होऊ शकते. अभ्यासातून दिसून आले आहे, की मीठाचे पर्याय आणि पोषणाबद्दलचे शिक्षण रक्तदाब कमी करण्यास मदत करतात; परंतु उपायांचे संयोजन रक्तदाब सुधारण्यासाठी अधिक प्रभावी आहे.

जागतिक आरोग्य संघटनेचा सल्ला

जागतिक आरोग्य संघटनेनुसार प्रौढांनी दररोज २००० मिलीग्रामपेक्षा कमी सोडियम किंवा पाच ग्रॅमपेक्षा कमी मीठ सेवन करावे. हे एकूण दैनिक सेवन आहे. त्यात अन्नात लपलेले सोडियम समाविष्ट आहे. दीर्घकालीन रक्तदाब नियंत्रण राखण्याचे ध्येय असेल, तर औषधे, वजन नियंत्रण, शारीरिक हालचाली, आहाराची गुणवत्ता, झोप, ताणतणाव, अल्कोहोल आणि इतर आरोग्य समस्या लक्षात घेऊन योग्य कार्यक्रम स्वीकारणे आवश्यक आहे.

झोप आणि चालणे महत्त्वाचे

बदलती जीवनशैली, बदलतं वातावरण, भेसळयुक्त अन्नपदार्थ, राहणीमान, असंतुलित आहार यामुळे आजच्या घडीला जीवनमान कमी कमी होत चाललं आहे. अशावेळी दररोजच्या सवयींमध्ये काही अगदी छोटासे बदल केले तर दीर्घायुष्य आणि चांगलं आरोग्य मिळू शकतं, असा महत्त्वाचा निष्कर्ष एका नव्या आंतरराष्ट्रीय संशोधनातून समोर आला आहे. फक्त पाच मिनिटं अधिक झोप घेणं आणि दोन मिनिटं जलद चालणं किंवा जिने चढणं यामुळे आयुष्य सरासरी एक वर्षाने वाढू शकतं, असं या अभ्यासात स्पष्ट करण्यात आलं आहे.

हा अभ्यास आठ वर्षांच्या काळात सुमारे ६० हजार लोकांच्या आरोग्याच्या सवयी आणि जीवनशैलीवर आधारित होता. संशोधनानुसार, झोप, शारीरिक हालचाल आणि आहार या तीन गोष्टी एकत्रितपणे सुधारल्यास त्याचा परिणाम स्वतंत्र सवयींपेक्षा अधिक सकारात्मक होतो. संशोधकांच्या मते, दररोजच्या आहारात अर्धी वाटी जास्त भाज्यांचा समावेश केल्यासही आयुष्य वाढण्यास मदत होऊ

आरोग्यमंत्र

शकते. विशेषतः झोपेच्या, व्यायामाच्या आणि आहाराच्या सवयी चांगल्या नाहीत त्यांना हे फायदेशीर ठरू शकते.

दररोज ७ ते ८ तासांची झोप, किमान ४० मिनिटे मध्यम ते तीव्र स्वरूपाची शारीरिक हालचाल आणि संतुलित आहार पाळल्यास नऊ वर्षांपेक्षा अधिक आयुष्य आणि निरोगी जीवनकाळ वाढू शकतो, असे 'द लॅन्सेट-क्लिनिकल मेडिसिन' या जर्नलमध्ये प्रसिद्ध झालेल्या अभ्यासात सांगण्यात आले आहे. संशोधकांच्या मते फक्त झोपेवरच भर दिला तर एक वर्ष आयुष्य वाढवण्यासाठी सुमारे २५ मिनिटं जास्त झोप घ्यावी लागेल; मात्र झोपेसोबतच आहार आणि हालचालींमध्ये थोडा सुधार केला तर कमी बदलातूनही मोठा फायदा मिळू शकतो.

दरम्यान, 'दि लॅन्सेट' मध्ये प्रकाशित झालेल्या आणखी एका संशोधनात असे आढळले, की दररोजच्या दिनक्रमात फक्त पाच मिनिटे अधिक चालल्यास मृत्यूचा धोका सरासरी दहा टक्क्यांनी कमी होऊ शकतो. विशेषतः कमी हालचाल करणाऱ्या व्यक्तींनी चालणे सुरू केल्यास हा धोका सुमारे सहा टक्क्यांनी कमी होऊ शकतो. याशिवाय दिवसातील बसून घालवला जाणारा वेळ जर ३० मिनिटांनी कमी केला, तर एकूण मृत्यूदरात सुमारे ७ टक्के घट होऊ शकते, असा निष्कर्ष १ लाख ३५ हजारांहून अधिक लोकांच्या माहितीवर आधारित अभ्यासातून समोर आला आहे.

...तरी भूक लागते?

पोटभर जेवण करूनही सतत भूक लागण्यामागे मधुमेह हे सर्वात मोठे आणि मुख्य कारण असू शकते. रक्तातील साखर पेशींपर्यंत पोहोचत नाही, तेव्हा शरीर सतत काहीतर खाण्यासाठी संकेत देते. यामुळे वारंवार काहीतरी खावेसे वाटते. यासोबतच जास्त तहान लागत असेल आणि वारंवार लघवीला जावे लागत असेल, तर ही मधुमेहाची स्पष्ट लक्षणे आहेत. अशा वेळी रक्तातील साखरेची चाचणी करून घेणे हिताचे आहे.

दुसरे महत्त्वाचे कारण म्हणजे 'हायपरथायरॉईडीझम.' थायरॉईड ग्रंथी गरजेपेक्षा जास्त संप्रेरके तयार करते, तेव्हा शरीराचा मेटाबॉलिजम रेट किंवा चयापचय क्रिया कमालीची वाढते. यामुळे शरीर वेगाने कॅलरीज जाळते आणि रुग्णाला सतत ऊर्जेची कमतरता भासून भूक लागते. कितीही खाऊनही तुमचे वजन वाढत नसेल किंवा अचानक कमी होत असेल तर हे थायरॉईड बिघडल्याचे लक्षण असू शकते.

जाणून घ्या

मानसिक आरोग्य आणि भूक यांचा जवळचा संबंध आहे. तणाव आणि नैराश्य यामुळे शरीरात कॉर्टिसॉल नावाच्या हार्मोनची पातळी वाढते. हे हार्मोन तुम्हाला जास्त साखरयुक्त आणि फॅटी पदार्थ खाण्यास प्रवृत्त करते, ज्याला 'इमोशनल इटिंग' म्हटले जाते. तसेच तुमची झोप पूर्ण होत नसेल तर भूक नियंत्रित करणारे घ्रेलीन आणि लेप्टिन हे हार्मोन्स असंतुलित होतात परिणामी सतत भूक लागल्याचा भास होतो.

आपण कुठे चुकतो?

प्रमाणात खा साखर

साखरेच्या सेवनाबाबत बऱ्याच गैरसमजुती आढळतात. अनेक जण साखर पूर्ण बंद करतात तर काही जण पर्याय म्हणून आर्टिफिशयल स्वीटनर्स वापरतात. साखर सोडल्याने वजन कमी होतं असा समजही प्रचलित आहे. या पार्श्वभूमीवर साखरेचा चुकीचा वापर कसा होतो हे जाणून घेऊ या. * प्रत्येक प्रकारची साखर वाईटच या समजुतीमुळे बरेच लोक ती पूर्णपणे बंद करतात. या हेतूने फळं, दही, दूध असे पदार्थही वर्ज्य केले जातात. पण प्रक्रिया केलेली कृत्रिम साखर आणि नैसर्गिक गोडवा यात खूप फरक आहे. प्रत्यक्षात कृत्रिम साखरेचं प्रमाण कमी करायला हवं. फळं, दही, दुधातून शरीराला पोषक घटक मिळत असल्याने त्यांचा आहारात समावेश असायला हवा. गोड पदार्थ, शर्करायुक्त पेयं, हवाबंद पदार्थ मात्र टाळावे. * साखरेच्या सेवनाने विविध आजार जडतात किंवा हृदयविकार जडतो हा समजही चुकीचाच. पण कोणत्याही गोष्टीचा अतिरेक वाईट असल्याने साखरेचं आहारातलं प्रमाण मर्यादित ठेवा. * शुगर फ्री किंवा आर्टिफिशिअल स्वीटनर्स आरोग्यादायी नसतात. यामुळे वजन वाढतं. 'ॲस्पेरटेम', 'सॅक्केरिन' आणि 'सुक्रॅलोज' यासारखे रसायनयुक्त स्वीटनर्स कॅन्सरला कारणीभूत ठरू शकतात. * आहारातून साखर पूर्णपणे वर्ज्य केली तर वजन कमी होतं, असाही एक समज आहे. पण शरीराला मर्यादित प्रमाणात साखरेची गरज असते. त्यामुळे कमीत कमी साखर खाण्यासोबत नियमित व्यायाम आणि कॅलरींचं प्रमाण नियंत्रित ठेवणंही गरजेचं असतं. वजन कमी करण्याच्या उद्देशाने आहारातून शर्करा पूर्णपणे हद्दपार करू नका.

अतिरेक नको

आयुर्वेद ही अत्यंत प्राचीन उपचारपद्धती असल्याचं आपण जाणतो. हे शास्त्र आहार, वनौषधी आणि योगाधारित श्वसनाद्वारे शारीरिक यंत्रणेचं संतुलन साधण्यावर भर देतं. आयुर्वेदात विविध घटकांचा समावेश होतो. यावर आधारित जीवनशैली अंगिकारताना मात्र आपली गफलत होते. आपण यात सांगितलेली प्रत्येक गोष्ट कोणताही सारासार विचार न करता करतो. आयुर्वेदाच्या दृष्टीने योग्य किंवा चांगलं मानलं गेलेल्याचे कोणतेही दुष्परिणाम होणार नाहीत असा विचार करून अतिरेक केला जातो. मग याचे उलट परिणाम दिसू लागतात. कोणत्याही गोष्टीचा अतिरेक आरोग्यासाठी हानिकारकच असतो ही बाब आपण लक्षातच घेत नाही. कोणतंही औषध चांगलं की वाईट हे त्याच्या प्रमाणावर ठरतं. त्यामुळे आयुर्वेदाचे लाभ मिळवण्यासाठी संतुलनाची कला आत्मसात करायला हवी. शरीराची हाक ऐकून त्यापद्धतीने राहणीमानात बदल करणं म्हणजे खऱ्या अर्थाने आयुर्वेद अंगिकारणं होय. झोप, विश्रांती आणि पचन या शरीराच्या प्राथमिक गरजा आहेत, असं हे शास्त्र सांगतं. या तिन्हींमधल्या संतुलनातून आपण निरोगी आयुष्य जगू शकतो.

रक्तचाचणी आणि उपवास

रक्तचाचणीद्वारे बऱ्याच व्याधींची उकल होते. आजारानुसार रक्तचाचणीची पद्धत ठरते. मलेरिया, थायरॉईडसाठी रक्तचाचणी करताना वेगळी पद्धत अवलंबली जाते तर मधुमेहाचं निदान करताना काही गोष्टींची काळजी घ्यावी लागते. काही आजारांसाठी रक्तचाचणी करताना फास्टिंग म्हणजे उपवास करावा लागतो. ठराविक वेळी जेवावं लागतं. मधुमेहाची चाचणी करताना किमान १२ तास पोट रिकामं असावं लागतं. काही आजारांच्या रक्तचाचण्या भरल्या पोटीही होतात.

रक्तातल्या साखरेचं प्रमाण तपासण्यासाठी 'फास्टिंग ब्लड ग्लुकोज' चाचणी करावी लागते. या चाचणीआधी साधारण आठ ते दहा तास उपवास करावा लागतो. रक्तातल्या कोलेस्टेरॉलची पातळी जाणून घेण्यासाठी केल्या जाणाऱ्या रक्तचाचणीआधीही नऊ ते बारा तास रुग्णाने काहीही खायचं नसतं. तसंच पाण्याशिवाय दुसरं कोणतंही पेय पिता येत नाही. रक्तातल्या लोहाचं प्रमाण तपासण्यासाठी केल्या जाणाऱ्या चाचणीआधीही उपवास करावा लागतो. ही चाचणी करण्याच्या २४ तास आधी कोणत्याही प्रकारची औषधं किंवा पूरक औषधं घेता येत नाहीत. या चाचण्यांसोबतच ट्रायग्लिसराईड्स चाचणी, रक्तातील एचडीएल आणि एलडीएल या कोलेस्टरॉलच्या प्रकारांची तपासणी, बेसिक मेटाबॉलिक पॅनल, रेनल फंक्शन पॅनल, लिपोप्रोटिन पॅनल या चाचण्या करतानाही उपवास करावा लागू शकतो. उपवासाचा कालावधी चाचणीच्या प्रकारानुसार ठरतो.

आरोग्यवेध

यासोबतच रक्तचाचण्यांआधी काही गोष्टी टाळायला हव्यात. कोणत्याही रक्तचाचणीआधी मद्यपान करू नये. अल्कोहोलमुळे रक्तातल्या साखरेची तसंच फॅट्सची पातळी वाढू शकते. धूम्रपानामुळेही रक्तचाचणीचा अहवाल बदलू शकतो. रक्तचाचणीआधी चहा-कॉफी टाळावी. कॅफेनमुळे पचनसंस्थेवर परिणाम होतो. तसंच रक्तचाचणीआधी व्यायामही करू नये. व्यायामामुळेही पचनक्रियेचा वेग वाढून चाचणीतून वेगळे निकाल समोर येऊ शकतात.

रक्तचाचणीआधी पाणी पिता येतं. तसंच औषधंही घेता येतात. मात्र डॉक्टरांना या औषधांबाबत पूर्ण कल्पना द्या.

आनंदधाम परिसरातील प्रस्तावित पे अ‍ॅण्ड पार्क रद्द करावा

श्री तिलोक रत्न स्थानकवासी जैन धार्मिक परीक्षा बोर्डचे मनपा आयुक्तांना निवेदन

नगर – राष्ट्रसंत आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांचे समाधीस्थळ असलेले आनंदधाम हे नगरसह देशातील भाविकांचे मुख्य श्रद्धास्थान आहे. अहिल्यानगर महापालिकेने नुकतीच वृत्तपत्रात नोटिस प्रसिद्ध करून आनंदधाम परिसरात दुचाकी, चार चाकी वाहनांसाठी पे अ‍ॅण्ड पार्क धोरण राबविण्याचा प्रस्ताव तयार केला आहे. हा प्रस्ताव तात्काळ रद्द करण्यात यावा अशी मागणी श्री तिलोक रत्न स्थानकवासी जैन धार्मिक परीक्षा बोर्डाचे मानद मंत्री संतोष बोथरा यांनी मनपा आयुक्तांना निवेदनाद्वारे केली आहे.

निवेदनात म्हटले आहे, आनंदधाम ते अहिंसा चौक आणि आनंदधामच्या २५ मीटर परिसरात पे अ‍ॅण्ड पार्क सुरू करण्याचा महानगरपालिकेचा प्रस्ताव भाविकांसाठी अन्यायकारक आहे. कारण आनंदधाम येथे आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांची समाधी असून याठिकाणी दररोज हजारो भाविक नियमित दर्शनासाठी येत असतात. आचार्य आनंदऋषीजी महाराज यांचे शिष्य गण, साधू साध्वींजींचा येथेच निवास असतो. त्यांच्या दर्शनासाठीही भाविक येत असतात. याठिकाणी वेळोवेळी दर्शन, प्रवचन, व्याख्यान, चातुर्मास, उठावणा असे कार्यक्रम होत असतात. त्यामुळे महिला, पुरुष भाविक याठिकाणी श्रद्धेने येत असतात. दररोज सकाळी या परिसरात मोठी गर्दी असते. अशावेळी भाविकांना त्यांच्या दुचाकी, चार चाकी वाहन लावण्यासाठी रोज पैसे आकारले जाणे हे अतिशय चुकीचे आहे. महानगरपालिकेचा हा प्रस्ताव एकतर्फी आणि भाविकांसाठी त्रासदायक आहे. सदर प्रस्ताव तातडीने रद्द करून भाविकांना दिलासा द्यावा. आनंदधाम, अहिंसा चौक, माजी खासदार स्व. दिलिप गांधी घर या परिसरात अजिबात पे अ‍ॅण्ड पार्क धोरण अंमलात आणू नये.

अहिल्यानगरमध्ये १५ फेब्रुवारीला भारतातील सर्वात मोठ्या आणि भव्यदिव्य ‘२५२५ कुंडात्मक महाशिवयाग सोहळ्या’चे आयोजन

नगर – अकोळनेर, तालुका नगर, जिल्हा अहिल्यानगर येथे भारतातील सर्वात मोठ्या आणि भव्यदिव्य अशा २५२५ कुंडात्मक महाशिवयाग सोहळ्याचे आयोजन सद्गुरु शंकर महाराज यांच्या कृपाशीर्वादाने व अशोक दादा जाधव यांच्या मार्गदर्शनाखाली होणार आहे. १५ फेब्रुवारी रोजी महाशिवरात्रीच्या निमित्ताने होणाऱ्या या सोहळ्यासाठी कुठलेही शुल्क आकारण्यात येणार नाही, सर्व सेवा ही मोफत असणार आहे. एवढ्या मोठ्या प्रमाणावर कुंडात्मक शिवयाग यापूर्वी कोठेही झालेला नसल्याने हा सोहळा संपूर्ण भारतात लक्षवेधी ठरत आहे. या सोहळ्याची संपूर्ण तयारी अकोळनेर येथील भव्यतीर्थक्षेत्री झाली असून राज्यभरातून हजारो भाविक या पवित्र सोहळ्यासाठी उपस्थित राहणार असल्याची माहिती सद्गुरु शंकर महाराज मठ, शिवाजीनगर, केडगाव यांच्याकडून देण्यात आली आहे

होम हवनसाठी आणावयाचे साहित्य

ताम्हण १, ताट १, गडवा १, वाट्या २, चमचे २, बसायचे आसन २, काळे तीळ अर्धा किलो, साखर एक किलो, तूप एक किलो, (मठा मध्ये उपलब्ध केले जाईल) खोबरेवाटी एक, हार– फुले –प्रसाद स्व इच्छेने. बेलपत्र १०८, हळदकुंकू, गंध, अक्षदा, कापूर, अगरबत्ती, काडीपेटी.

कार्यक्रमाची रूपरेषा

सकाळी सहा ते आठ – श्रींचा महारुद्र अभिषेक.

सकाळी आठ ते बारा – भव्यदिव्य महाशिवयाग सोहळा.

दुपारी बारा ते एक – महादेवांचा पालखी सोहळा.

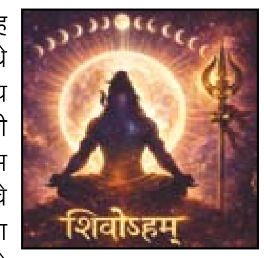
दुपारी एक ते दीड – शिवपार्वती विवाह सोहळा.

दुपारी दीड ते तीन – भजन सेवा.

दुपारी दोन ते पाच महाप्रसाद.

टीप – आपला पेहराव हा पारंपारिकच असावा. महिलांनी पांढरी साडी तसेच पुरुषांनी पांढरा कुर्ता पायजमा परिधान करणे अनिवार्य आहे.

महाशिवरात्रीनिमित्त १५ फेब्रुवारी रोजी नगरमध्ये शिवोहमध्यान साधना व भजन संध्येचा कार्यक्रम



नगर – सहकार सभागृह रोड येथील केशर गुलाब येथे महाशिवरात्रीनिमित्त द मिस्टीक आय या संस्थेमार्फत १५ फेब्रुवारी रोजी संध्याकाळी ६.३० वाजता शिवोहम ध्यान शिबिराचे व भजन संधेचे आयोजन करण्यात आले आहे. या शिबिरामध्ये आध्यात्मिक ज्ञानाचे जीवनातील महत्त्व, ध्यान धारणा, मानसिक स्वास्था द्वारे आरोग्याची काळजी घेणे. या विषयांवर मार्गदर्शन करण्यात येणार आहे.

महाशिवरात्रीच्या पावन पर्वा निमित्त महादेवाच्या सानिध्यात आत्म शुद्धीचा पवित्र स्पर्श करणारा भजन, ध्यान व मंत्र जपाचा दिव्य अनुभव घेण्यासाठी व महाशिवरात्रीच्या पावन पर्वाचा आत्म साक्षात्कार घडावा यासाठी या कार्यक्रमात सहभागी व्हावे. या उपक्रमातून मिळणारा सहभाग गरजूंच्या शैक्षणिक मदतीसाठी व अन्नासाठी अर्पण केला जाणार आहे.

या कार्यक्रमासाठी नोंदणी करणे आवश्यक आहे. अधिक माहिती व नाव नोंदणीसाठी द मिस्टिक आय च्या संचालिका साक्षी मुनोत मो.नं. ८८५०७ २२१४० यांच्याशी संपर्क साधावा.

प्रथम १०० सहभागी साधकांना प्राधान्य देण्यात येईल. या ध्यान शिबिरासाठी नगरकरांनी नावनोंदणी करावी, असे आवाहन हिंदसेवा मंडळ संचलित मेहेर इंग्लिश स्कूलच्या प्राचार्या प्रा.अनुरीता झगडे यांनी केले आहे.

महाशिवरात्रीला श्री आनंदेश्वर मंदिरात भक्तिमय पारायण सोहळ्याची सुरुवात

‘ॐ नमः शिवाय’ जपाने दुमदुमला परिसर; रविवारी अभिषेक व प्रसाद वाटप

नगर – महाशिवरात्रीच्या पवित्र पर्वाच्या पार्श्वभूमीवर स्टेशन रोड येथील स्वामी अपार्टमेंटसमोरील श्री आनंदेश्वर महादेव व दत्त मंदिर परिसरात सध्या भक्तिमय वातावरण निर्माण झाले आहे. आदिशक्ती सार्वजनिक मित्र व महिला मंडळाच्या वतीने येथे ‘शिवलीलामृत’ पारायण सोहळा आणि ‘ॐ नमः शिवाय’ जप सुरू असून, या धार्मिक उपक्रमामुळे परिसर भक्तीमय झाले आहे.

महाशिवरात्री निमित्त आयोजित या पारायण सोहळ्यास महिला, युवक आणि ज्येष्ठ नागरिकांचा प्रतिसाद मिळत आहे. दररोज सकाळ–संध्याकाळ महिला मंदिरात एकत्र येऊन ‘ॐ नमः शिवाय’चा सामूहिक जप करत आहेत. शिवलीलामृताचे पारायण भक्तिभावाने सुरू असून, भगवान शंकराच्या महिम्याचे गोड स्वरांतील पठण परिसराला आध्यात्मिक स्पर्श देत आहे.

मंदिर परिसराची आकर्षक सजावट करण्यात आली असून, या भक्तीमय सोहळ्याने वातावरण अधिकच मंगलमय झाले आहे. हा पारायण सोहळा महाशिवरात्रीच्या दिवशी १५ फेब्रुवारी ला समाप्त होणार आहे. त्या दिवशी सकाळी ६ वाजता भगवान शिवची विधिवत अभिषेक पूजा करण्यात येणार आहे. त्यानंतर सकाळी १० ते सायंकाळी ६ या वेळेत भाविकांसाठी महाप्रसादाचे वाटप करण्यात येणार आहे.

आदिशक्ती सार्वजनिक मित्र व महिला मंडळाच्या वतीने सर्व शिवभक्तांनी उपस्थित राहून अभिषेक व प्रसादाचा लाभ घ्यावा, असे आवाहन करण्यात आले आहे.

महाशिवरात्रीनिमित्त शिवालयातून दिला जाणार प्लास्टिक मुक्तीचा संदेश

मंदिर एवं अर्चक पुरोहित आयामाचा अभिनव उपक्रम

नगर – विश्व हिंदू परिषदेच्या मंदिर एवं अर्चक पुरोहित संपर्क आयामाच्या वतीने मंदिर परिसरातील सर्व जनतेला व मंदिराच्या सर्व भक्तांना प्लास्टिकमुक्त शिवरात्र साजरी करण्यासाठी ठिकठिकाणी फलक लावून व पत्रकाद्वारे, तसेच मंदिरात योग्य ठिकाणी प्रदर्शित करून अहिल्यानगर प्लास्टिक मुक्ती हा संदेश देण्यात यावा, असे आवाहन अहिल्यानगर शहरातील सर्व महादेव मंदिराच्या विश्वस्तांना करण्यात आले होते. या उपक्रमाला प्रतिसाद मिळाला. या उपक्रमासाठी मंदिर एवं अर्चक पुरोहित आयमाचे प्रांत सहप्रमुख समीर घरोटे यांचे मार्गदर्शन लाभले आहे. राष्ट्र व समाज बळकट करण्यासाठी रा.स्व.संघाने सांगितलेल्या कुटुंब प्रबोधन, पर्यावरण संवर्धन, सामाजिक समरसता, नागरी शिष्टाचार या या पाच बिंदूवर काम केल्याने संस्कारीत संघटित आणि शक्तिमान समाज घडेल. पर्यावरणाचे रक्षण करणे हे आपले कर्तव्य आहे. शहरात सर्वत्र प्लास्टिक मुक्त महाशिवरात्र साजरी करावी. पर्यावरण संवर्धनासाठी प्रत्येक शिवभक्ताचा सहभाग असावा. पर्यावरणाचे संतुलन राखण्यासाठी प्लास्टिक मुक्ती आवश्यक आहे, असे प्रतिपादन विहिंपचे मंदिर एवं अर्चक पुरोहित आयमाचे विभागाचे अधिकारी गजेंद्र सोनवणे यांनी केले आहे.

मंदिर एवं अर्चक पुरोहित संपर्क आयामाच्या वतीने मंदिर परिसरातील सर्व जनतेला व मंदिराच्या सर्व भक्तांना प्लास्टिकमुक्त शिवरात्र साजरी करण्यासाठी ठिकठिकाणी फलक लावून व पत्रकाद्वारे, तसेच मंदिरात योग्य ठिकाणी प्रदर्शित करून अहिल्यानगर प्लास्टिक मुक्ती हा संदेश देण्यात आला.

शहरातील अनेक शिव मंदिरांमध्ये विश्व हिंदू परिषदेच्या मंदिर एवं अर्चक पुरोहित आयामाच्या वतीने प्लास्टिक मुक्त महाशिवरात्र करण्यासाठी अहिल्यानगर प्लास्टिक मुक्तीहा संदेश देणारे फलक लावण्यात आले. याप्रसंगी विश्व हिंदू परिषदेच्या मंदिर एवं अर्चक पुरोहित आयामाचे विभागाचे अधिकारी गजेंद्र सोनवणे, जिल्हाप्रमुख श्रीकांत नांदापूरकर, जिल्हा प्रसिद्धीप्रमुख अमोल भांबरकर, भारतीय किसान संघाचे जिल्हा मंत्री निलेश चिपाडे, माळीवाडा येथील श्री विशाल गणेश मंदिराचे विश्वस्त सचिव अशोक कानडे, नगरसेवक संजय शेंडगे, संदीप दातरंगे, नालेगाव हडको येथील हरिहरेश्वर मंदिराचे शैलेश दुबे, गजेंद्र कवाष्टे, संदीप शेंडगे, श्रीनिवास कोडम, हेमंत गायकवाड, विनोद बोराटे, दातरंगे मळा येथील पर्जन्येश्वर मंदिराचे निलेश दातरंगे, अमृतेश्वर मंदिराचे अध्यक्ष सुनील शिंदे, शनी भक्त नवनीत सुरपुरीया, शशिकांत आढाव, श्री काळेश्वर महादेव मंदिराचे गुरव संदीप आदींसह शिवभक्त उपस्थित होते. कार्यक्रम यशस्वीतेसाठी मंदिर एवं अर्चक पुरोहित आयामाचे प्रांत टोळी सदस्य मिलिंद मोभारकर, अ‍ॅड.जयदीप देशपांडे, जिल्हा सहसंयोजक हरिभाऊ डोळसे, मनोहर भाकरे, ललित गांधी, विक्रम आल्हाट, बाली जोशी, ओम पांडे, अरुण खिची आदी परीश्रम घेत आहेत.

महादेवांची महाशिवरात्र

वैष्णव मित्र मंडळाचा मोठा उत्सव

२६ वर्षांपासून बुरुडगाव रोड परिसरात फुलसौंदर परिवाराच्या पुढाकाराने महाशिवरात्रीच्या पावन प्रसंगानिमित्त अखंड हरिनाम सप्ताह व ज्ञानेश्वरी पारायण सोहळ्याचे आयोजन होत आहे. भक्तीमय वातावरणाने परिसर भारावलेला असतो.

भारतीय संस्कृतीत हिंदू धर्मातील वेद, पुराण, उपनिषदांतून विश्वाच्या ज्ञानभंडाराची काहीशी अनुभूती घेता येते. दैवत्त्वाची संकल्पना या देव–देवतांच्या रुपाने आपल्यापुढे आली आहे. आपण भारतीय या सकारात्मक गोष्टीने सामान्यत: धार्मिक, सश्रद्ध होतो, आहोत, राहू. ब्रह्माने या विश्वाची निर्मिती केली तरी पण संपूर्ण महाविश्वाची कल्पना अजूनही आपल्या आवाक्याबाहेर आहे. मानवीय जीवन सुसह्य व चांगले, आनंदी राहण्यासाठी देव, दानव, मानव या संज्ञा आहेत. दानवीय कृत्ये टाळून दैवत्त्व वा मानवीय बनण्यास आपल्या पुराणिक कथा मार्गदर्शक ठरतात.

सामान्यत: विश्व निर्माता ब्रम्हदेव तर रक्षणकर्ता श्री विष्णुला मानतात तर शिवाला सृष्टी विनायक मानले जाते. शिवाच्या प्रकट होण्याची कथा मोठी रंजक आहे. ब्रम्हाने अंतर्मनातून ४ बालऋषी, कुमार निर्माण केले. पण त्यांनी (मानसपुत्रांनी) पुढे प्रजनन करुन मानवीय वृद्धीस नकार दिला. यामुळे मोठ्या क्रोधारागाने ब्रम्हाच्या भालप्रदेशातून प्रखर अग्नि रेखेच्या स्वरुपात बाहेर पडला. हाच तो रुद्र. ११ रुद्राने प्रचंड प्रजननाची सुरुवात करताच ब्रम्हाने त्यांना थांबावयास सांगितले, हाच तो शिव. याला अमरत्व असल्याने शिवाने ‘विनाशा’चे कार्य हाती घेतले. ब्रह्मदेवाच्या माध्यमातून जे सर्वप्रथम ज्योती स्वरुप ‘शिव’ प्रकट झाले ज्याचे सर्वप्रथम पूजन ब्रह्मा व विष्णुने केले. या शुभदिनाला महाशिवरात्रम्हणतात. या निर्गुण, निराकार ज्योतीतून शिवलींग स्वरुप प्रकट झाले त्याचे आपण सर्व पूजन करतो. या महाशिवरात्री शैव पंथीय, अध्यात्मिक जिज्ञासा असणारे विविध धार्मिक उत्सव, पूजा अर्चना, शिवघोष करतात.

शहराच्या सिद्धेश्वर, अमृतेश्वर, शुक्लेश्वर, बेलेश्वर या सारख्या शेकडो महत्त्वाच्या व ज्ञान अज्ञात मंदिरात महाशिवरात्रीचा उत्सव सोहळा उत्साहाने साजरा होतो.

बुरुडगाव रोडवरील शिवपंचायतन मंदिर फुलसौंदर मळा येथे १६ फेब्रुवारी पर्यंत महाशिवरात्रोत्सव होणार आहे. दरवर्षी प्रमाणे यात काकड आरती, ज्ञानेश्वरी पारायण, अखंड नामस्मरण, शिवलीलामृत पारायण होईल. संत पूजन, किर्तन सेवेत दररोज रात्री ८ ते १०.३० ह.भ.प. किर्तनकारांची मांदियाळी होणार असून त्यातून भक्तांवर ईश्वरभक्तीचे सिंचन होईल. २६ वर्षांपासून प्रथम महापौर भगवान फुलसौंदर त्यांचा परिवार व महाशिवरात्र उत्सव समिती यासाठी कार्यरत असतात. याच सप्ताहात आरोग्य, सामाजिक उपक्रमांचेही आयोजन केले जाते. सलग २६ वर्षे स्वखर्चाने धार्मिक कार्य ही सोपी गोष्टी नाही. शहराजवळील अकोळनेर येथेही महाशिवरात्रीनिमित्त फार मोठा उत्सव १५ फेब्रुवारीला २५५० यज्ञकुंडातून महाशिवयाग होणार असून हजारोंच्या उपस्थितीत होणाऱ्या या उत्सवाची नोंद लिमका बुक ऑफ रेकॉर्डमध्ये होणार असल्याचे म्हटले गेले आहे.

तात्पर्य, जीवन सफल, सार्थक होण्यासाठी धार्मिक, नैतिक अधिष्ठान गरजेचे असते. त्यासाठीच देवदेवतांचे, साधुसंतांचे उत्सव आवश्यक, प्रेरणादायी असतात. ते श्रद्धा भावनेने साजरे व्हावेत.

– दिशान फिचर्स

४७ लाखांच्या एसीची चोरी

पारनेर – सुपे एमआयडीसी येथील कॅरिअर माय डीया इंडिया कंपनीतून २१० एसी भरून ते हैद्राबाद येथे खाली करण्यासाठी कंटेनेरमध्ये दिले होते. परंतु या एसीची रस्त्यातच चोरी झाली आहे. याबाबत सुपे पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत मनीष सतीष शर्मा (वय ३७, धंदा : ट्रॉन्सपोर्ट रासी ०४०१ याय आय एन वाय ए एन जी खराडी, पुणे यांनी दिलेल्या फिर्यादीत म्हटले आहे की, आमच्या ट्रान्सपोर्ट कडे असलेल्या कंटेनेर क्रमांक एमएच १२ पी क्यू ६०१० या मध्ये सुपे एमआयडीसीतील कॅरीअर माय डीया इंडिया कंपनीतून ४७ लाख ७३ हजार ४१२ रुपयांचे २१० एसी भरून देण्यात आले होते. हे एसी हैद्राबाद येथे खाली करायचे होते. कंटेनर चालक सर्जेराव दत्तू शिंदे (रा. जामगाव, ता. बार्शी, जि. सोलापूर) हा सुपे येथील कंपनीतून ११.४३ वाजता एसी कंटेनरमध्ये भरून हैद्राबादला जातो असे सांगून गेला. परंतु तो तिकडे न जाता आळंद गुलबर्गा येथे जाऊन सदर कंटनेरनेमधील सर्व एसीची चोरी केली. त्यानंतर कंटेनर एच पी पंप आळंद गुलबर्गा, कर्नाटक राज्यात सोडून निघून गेला. याबाबत सुपे पोलिस ठाण्यात फिर्याद दाखल करण्यात आली आहे. ही घटना सात ते ११ फेब्रुवारी दरम्यान घडली आहे. पुढील तपास सुपे पोलिस करीत आहेत.

धुक्याची चादर... आज शनिवारी सकाळी सुंदर धुक्याची चादर पसरली होती. तसेच उगवत्या सूर्याची लालसर छटा आकाशात पसरली होती. अत्यंत नयनरम्य छायाचित्र टिपले आहे छायाचित्रकार अमोल भांबरकर यांनी.

कामरगाव येथे घरफोडी; दागिने लंपास

नगर – नगर तालुक्यातील कामरगाव परिसरात एका बंद घराचे कुलूप तोडून अज्ञात चोरट्याने ८६ हजार रुपये किमतीचे सोन्याचे दागिने चोरून नेल्याची घटना उघडकीस आली आहे. याप्रकरणी नगर तालुका पोलीस ठाण्यात अज्ञात चोरट्याविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पोलीस तपास सुरू आहे.

फिर्यादी अशोक विठ्ठल ठोकळ (वय ४९, रा. मुलानवस्ती, कामरगाव) हे नोकरी निमित्त बाहेर होते. १४ जानेवारी ते १० फेब्रुवारी या दरम्यान चोरट्याने त्यांच्या घराचे कुलूप तोडून आत प्रवेश केला. घरातील लोखंडी कपाटाखालील ब्लाऊजमध्ये स्टीलच्या डब्यात जपून ठेवलेले दागिने चोरट्याने लंपास केले. यामध्ये सोन्याचे मणी मंगळसूत्र, अर्धा तोळा वजनाची नथ, दोन अंगठ्या, सोन्याचे वेल, कानातील टॉप्स, कर्णफुले आणि सोन्याचे पॅडल अशा एकूण ८६ हजार रुपयांच्या साहित्याचा समावेश आहे. बऱ्याच दिवसांपासून शोध घेऊनही दागिने मिळून न आल्याने अखेर ठोकळ यांनी पोलीस ठाण्यात धाव घेतली.

सहाय्यक पोलीस निरीक्षक प्रल्हाद गिते यांच्या मार्गदर्शनाखाली तपासी अंमलदार डावखर पुढील तपास करत आहेत.

जाहीर नोटीस

तमाम लोकांस या जाहीर नोटिसीने कळविण्यात येते की, खालील परिशिष्टात वर्णन केलेल्या मिळकतीचे विद्यमान मालक इद्रीस शेख लतीफ, रा.हातमपुरा, अहिल्यानगर हे असून, सदर मिळकत त्यांच्या मालकी व कब्जे वहिवाटीची असून सदर मिळकतीचा आमचे अशिल यांचे बरोबर खरेदीचा व्यवहार ठरला असून सदर खरेदीपोटी आमच्या अशिलाने विद्यमान मालक यांना विसारापोटी रक्कम दिलेली आहे. सदरची मिळकत ही निर्वेध, निर्जोखीम व बोजा विहींत तसेच सदर मिळकतीवर कोणाचाही कसल्याही प्रकारचा हक्क, अधिकार व हितसंबंध नसल्याबाबतची खात्री व भरवसा विद्यमान मालकांनी आमच्या अशिलास दिलेला आहे. तथापि सदर मिळकतीमध्ये कोणाचाही कसल्याही प्रकारचा हक्क, अधिकार,तोंडी, अथवा लेखी करार, खरेदीखत, साठेखत, लिज, इजमेंट, मनाईहुकूम, बक्षीस, वारस हक्क अटॅचमेंट, खासगी अथवा सरकारी, निमसरकारी बोजा असल्यास कोणत्याही स्वरुपात हक्क अधिकार असल्यास ही नोटीस प्रसिद्ध होताच **७ दिवसांच्या** आत कागदोपत्री पुराव्यासह खात्री दिलेल्या पत्यावर कळवावे. मुदतीत कोणाचीही हरकत न आल्यास सदर मिळकतीवर कोणाचाही कसल्याही प्रकारचा हक्क हितसंबंध नाही, असे समजून अथवा असल्यास तो त्यांनी जाणीवपूर्वक सोडून दिला आहे,असे गृहित धरून व सदर मिळकत ही निर्वेध, निर्जोखीम आहे, असे ग्राह्य धरून आमचे अशिल हे खरेदीखताचा व्यवहार पूर्ण करतील. त्यानंतर कोणाचीही कोणत्याही प्रकारची हरकत विचारात घेतली जाणार नाही, याची नोंद घ्यावी.

परिशिष्ट : मिळकतीचे वर्णन– अहिल्यानगर महानगरपालिका हद्दीतील मौजे अहिल्यानगर शहर (अहिल्यानगर–१) येथील गंज बाजार भागातील सिटी सर्व्हे नंबर ३१४४ चे क्षेत्र ४३०.६ चौरस मीटर यापैकी पूर्व बाजूकडील दुकान जागा मिळकत याचे क्षेत्र १४.५९ चौरस मीटर या मिळतीबाबत.

यांसी चतुःसिमा खालील प्रमाणे

पुर्वेस – सिटी सर्व्हे नंबर ३१४१ अ, पश्चिमेस – सिटी सर्व्हे नंबर ३१४४ पैकी भाग

दक्षिणेस – रस्ता उत्तरेस – सिटी सर्व्हे नंबर ३१४४ पैकी

येणेप्रमाणे चतुर्सिमा पूर्वक दुकान जागा मिळकत यामधील वहिवाटीच्या हक्कासह काही एक राखून न ठेविता असे. दि.१४/०२/२०२६

अ‍ॅड. सचिन चंद्रकांत फुलसौंदर

ऑफिस–तळ मजला, आनंद हाईटस,जुने जिल्हा न्यायालयासमोर, अहिल्यानगर. मो. ९९२२२२७१७८

जाहीर नोटीस

तमाम लोकांस या जाहीर नोटीसद्वारे कळविण्यात 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 असे मिळकतीचे विद्यमान मालकांचे म्हणणे आहे. परंतु कोणाचीही तक्रार राहू नये म्हणून या जाहीर नोटीसद्वारे कळविणेत येते कि, 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 **७ 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. १४/०२/२०२६.**

परिशिष्ट मिळकतीचे वर्णन : जिल्हा अहिल्यानगर, पोटतुकडी व तालुका अहिल्यानगर पैकी, अहिल्यानगर महानगरपालिका हद्दीतील, **मौजे भिस्तबाग** येथील खालील वर्णनाची मिळकत **–सर्व्हे नं. २४/२ब१ मधील प्लॉट नं. २+३ चे एकूण क्षेत्र ६४०.० चौ.मी. यावर बांधलेल्या इमारतीचे नांव–''स्वस्तिक एन्क्लेव्ह'' यापैकी.**

अ) ग्राऊंड फ्लोअरमधील दुकान/शॉप नं. २ चे एकूण क्षेत्र २६.०४१ चौ.मी. यांसी चतुःसीमा

पूर्वेस :– शॉप नं.१ दक्षिणेस :– मार्जिनल स्पेस

पश्चिमेस :– शॉपनं.३ उत्तरेस :– रॅम्प व पार्कींग

वर नमूद दुकान/शॉप नं. २ या मिळकतीचे विद्यमान मालक – हिराबाई वसंतराव बोरुडे,रा. बोरुडे मळा, बालिकाश्रम रोड, अहिल्यानगर. **ब) ग्राऊंड फ्लोअरमधील दुकान/शॉप नं. ३ चे एकुण क्षेत्र २६.०४१ चौ.मी. यांसी चतु :सीमा**

पूर्वेस :– शॉप नं.२ दक्षिणेस :– मार्जिनल स्पेस

पश्चिमेस – शॉप नं.४ उत्तरेस :– रॅम्प व पार्कींग

वर नमुद दुकान / शॉप नं. ३ या मिळकतीचे विद्यमान मालक –

पुष्पा अनिल बोरुडे, रा. बोरुडे मळा, बालिकाश्रम रोड, अहिल्यानगर.

अ‍ॅड. समीर वखारे

पत्ता :– ऑफीस नं.५, पहिला मजला,साई कॉर्नर बिल्डींग, चितळे रोड, अहमदनगर. मो. नं. ९०११६७८९९९,९८६०८०५५५९

दूध गुणवत्तेसाठी दिवसातून दोन वेळा दूध संकलन आवश्यक

जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया यांचे निर्देश

जिल्हाधिकारी कार्यालयात पशुसंवर्धन व दुग्धव्यवसाय प्रक्रिया व्यावसायिक यांच्या व्यवसाय वाढीसाठी उपाययोजना व अडचणींच्या दृष्टीने आयोजित बैठकीत जिल्हाधिकारी डॉ. आशिया बोलत होते.

नगर – जिल्ह्यात दूध गुणवत्तेत सुधारणा करण्यासाठी तसेच दूध व्यवसाय व प्रक्रिया व्यावसायिकांच्या व्यवसायात वृद्धीसाठी दिवसातून दोन वेळा दूध संकलन करणे आवश्यक आहे. संबंधित घटकांनी याबाबत तातडीने अंमलबजावणी करावी, असे निर्देश जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया यांनी दिले.

जिल्हाधिकारी कार्यालयात पशुसंवर्धन व दुग्धव्यवसाय प्रक्रिया व्यावसायिक यांच्या व्यवसाय वाढीसाठी उपाययोजना व अडचणींच्या दृष्टीने आयोजित बैठकीत जिल्हाधिकारी डॉ. आशिया बोलत होते. बैठकीस जिल्हा उपायुक्त पशुसंवर्धन डॉ. उमेश पाटील, जिल्हा दुग्ध व्यवसाय विकास अधिकारी गिरीश सोनोने, सहायक आयुक्त अन्न व औषध प्रशासन श्री. इंगळे, श्रीमती भोईटे, जिल्हा उद्योग अधिकारी अशोक बेनके, शेतकरी दूध प्रक्रिया असोसिएशनचे दीपक लांडगे उपस्थित होते.

जिल्हाधिकारी डॉ. आशिया म्हणाले, जिल्ह्यात दुधाचे उत्पादन मोठ्या प्रमाणावर होत असून त्याची गुणवत्ता कायम राखली गेली पाहिजे, तसेच सामान्यांना निर्भेळ दूध उपलब्ध झाले पाहिजे. दूध हे नाशवंत उत्पादन असल्याने त्याची वाहतूक, साठवणूक व वितरण करताना शीतकरणाची योग्य व्यवस्था न झाल्यास शेतकरी व व्यावसायिकांचे आर्थिक नुकसान होऊ शकते.

दूध प्रक्रिया उद्योगांनी दूध संकलन केल्यानंतर बल्क मिल्क कूलरद्वारे योग्य तापमान राखून दूध दुग्धशाळेत पाठविण्याची व्यवस्था करावी. जिल्ह्याचा भौगोलिक विस्तार लक्षात घेता दिवसातून सकाळ व सायंकाळ अशा दोन वेळा दूध संकलन करण्याच्या सूचनाही त्यांनी यावेळी दिल्या.

पशुधन व्यवसायाला प्रोत्साहन देण्यासाठी दूध व दुग्धजन्य पदार्थांची निर्मिती करणाऱ्या लहान व्यावसायिकांसाठी प्रशिक्षणाचे आयोजन करण्यात यावे. उत्पादन खर्च कमी होऊन स्वच्छ दूध निर्मितीसाठी पशुधनास संतुलित आहार देण्याबाबत पशुपालकांमध्ये प्रबोधन करण्यात यावे. पशुपालकांमध्ये सर्व माध्यमांद्वारे व्यापक स्वरूपात जागृती करण्याच्या सूचनाही जिल्हाधिकारी डॉ. आशिया यांनी यावेळी दिल्या. दूध व दुग्धजन्य पदार्थांची गुणवत्ता सुधारण्यासाठी अन्न व औषध प्रशासन विभागाने नियमित तपासणी करावी. तसेच आवश्यकतेनुसार कारवाई करण्याच्या सूचनाही त्यांनी यावेळी दिल्या.

नगर-पुणे रोड, एकनाथ नगर (केडगाव) येथे माऊली सोसायटी मध्ये 1BHK फ्लॅट विकणे
सर्व सुविधांयुक्त, किंमत १२ लाख ३ च्या मजल्यावर (सध्या भाडेकरी आहे)
8459919319

1BHK फ्लॅट विकणे आहे
हॉल, किचन, बेडरुम
आनंदबाग, विनायकनगर, अहिल्यानगर
8605052586
8308969516

पाहिजेत
सोलर इन्स्टॉलेशनसाठी तज्ञ व अनुभवी
वेल्डर
२ जागा
वायरमन
२ जागा
7276686004

पाहिजेत
होलसेल व रिटेल ड्रायफ्रूट विक्री करिता कमिशन बेसिसवर मार्केटिंग एक्झिक्यूटिव्ह व सेल्समन पाहिजेत
R.D. FIRM
9922227576
8698904456

पाहिजेत
दिल्लीगेट येथिल मेडिकलमध्ये जॉब करिता
फार्मासिस्ट
०४ जागा
अनुभवी (महिला/पुरुष) पुर्णवेळ/अर्धवेळ
8888660896

पाहिजेत
RMO - 5 (शिफ्ट ड्युटी करणाऱ्यास प्राधान्य.)
सिस्टर (GNM Registered) - 6
मावशी/वॉर्डबॉय - 5
अनुभवींना प्राधान्य. अर्जासह समक्ष भेटा.
गुंजाळ गॅस्ट्रो प्लस
सुपर स्पेशालिटी हॉस्पिटल
सिद्धीविनायक हॉस्पिटलच्या मागे, नवीन टिळक रोड, सक्कर चौक, अहिल्यानगर.
मो. 8585852121 / 9405041006

पाहिजेत
सर्जेपुरा येथे टू-व्हिलर दुकानात कामासाठी
मुले पाहिजेत
जागा : २
किमान ३ वर्षांचा अनुभव आवश्यक
8208007101

घरकामासाठी बाई पाहिजे
वसंत टॉकिज चौक येथे घरकामासाठी बाई पाहिजे
8668631329

गाळा भाड्याने देणे
खिस्तगल्ली, कैलास उडपी समोर, राजेश कॉम्प्लेक्स मध्ये बेसमेंट गाळा भाड्याने देणे आहे
9881515158
9850767315

प्लॉट विकणे
हॉटेल सिटीप्राईडजवळ गावडे मळा येथे १४२० स्के.फुट पुर्वमुखी प्लॉट विकणे आहे.
9834637850

घरकामासाठी बाई/मुलगी पाहिजे
जैन कुटूंबासाठी घरकाम तसेच मुलगी सांभाळण्यासाठी विश्वासू बाई/मुलगी पाहिजे
पगार : १०,००० सुरवातीला (१ वर्षकामानंतर मेडीक्लेम केला जाईल)
संपर्क
9067003268

त्वरित पाहिजे
४ चाकी मेकॅनिक - जागा ३ (अनुभवी किंवा फ्रेशर)
हेल्पर - जागा ४
कॉम्प्युटर ऑपरेटर - जागा २ (अनुभवी किंवा फ्रेशर)
अर्ज, बायोडाटा, आधार कार्ड व फोटो सहित समक्ष भेटावे.
संपर्क
वेणु एंटरप्राइजेस
नगर- कल्याण हायवे, नेप्ती, अहिल्यानगर - ४१४००५

पाहिजेत
फर्निचरच्या शोरुम मध्ये कामासाठी
हेल्पर - जागा ४
पगार रु. ४००/- ते ५००/- रोज
अनुभवींनी अर्जासह समक्ष भेटा -
विजय ट्रेडिंग कं.
तेलीखुंट पॉवर हाऊस समोर, अ.नगर. मो. ९८८१०८८८८५

शहरात दिल्लीगेट येथील सोनी सेंटर मध्ये
अकौंटींगसाठी मुलगी पाहिजे
(अकौंटींगचे ज्ञान आवश्यक)
(आकर्षक पगार)
9890000234
9890000093

पाहिजेत
चेकर, सिक्युरिटी, सफाई कामगार
8788365654
8459986601

बँकेच्या टेली कॉलिंगसाठी मुले आणि मुली पाहिजेत
(इंग्रजी येणाऱ्यास प्राधान्य)
- २५ जागा
१०,००० रु. फिक्स पगार, आकर्षक कमिशन
आदिश प्लाझा ऑफिस,२०६, दुसरा मजला, डौले हॉस्पिटल शेजारी, सावेडी, अ.नगर.
9767670067

प्लॉट/बंगलो विकत पाहिजे
दत्त देवस्थानच्या परिसरात (प्रोफेसर कॉलनी चौक) अहिल्यानगर १ किंवा २ किलो मीटरच्या परिसरात
२००० ते ३००० स्के. फुट निवासी प्लॉट किंवा बंगला विकत पाहिजे
7666297677

गाळा विकणे आहे
२६५ स्के.फू.गाळा फर्निचरसह विकणे आहे
सेतु कार्यालय, पतसंस्था, स्टेशनरी शॉपसाठी उपयुक्त
भुतकरवाडी, बालिकाश्रम रोड, अ.नगर
9552079485
9850315237

घरकामासाठी बाई पाहिजे
दुपारी १२.०० ते संध्याकाळी ८.०० या वेळेत स्वयंपाक सोडून घरातील सर्व पद्धतीची ती कामे करण्यासाठी बाई पाहिजे
(आकर्षक पगार व इतर लाभ) कायमस्वरुपी कामाची हमी
कामाची जागा : जुनी महापालिका रोड, फिरोदिया हायस्कूल समोर, अहिल्यानगर
संपर्क
9175085858

दुरेकर सायन्स अकॅडमी बोल्हेगाव शाखेसाठी
पाहिजेत
ऑफिशियल कामासाठी महिला/पुरुष पाहिजेत
कामाची वेळ : दु. १२ ते सायं. ८
मुलाखतीची वेळ व ठिकाण
- मुलाखत दि. १७,१८ फेब्रुवारी २०२६
- सकाळी १०:३० ते ११:३०
- ठिकाण: सोना नगर चौक, सावेडी
93 26 69 98 64

दुकानात कामाकरिता
मुले पाहिजेत
जागा ६
(पगार : १२०००/-महिना)
निखिल लाईट हाऊस
महाजन गल्ली, गुरव तबलेवाले समोर, गांधी मैदान पाठीमागे, अ.नगर
9890671001

पाहिजेत
सेल्सगर्ल - 5
(आकर्षक पगार)
आदेश्वर किड्स वेअर
मॅककेअर हॉस्पिटल जवळ, सावेडी, अहिल्यानगर
8308228479

पाहिजेत
अहिल्यानगर येथे प्रतिष्ठित ज्वेलरी शोरूम करिता खालील जागा भरणे आहेत
सेल्समन (F) जागा - 10
अनुभवी असल्यास प्राधान्य अनुभव नसल्यास ही अर्ज करू शकतात
इच्छुक उमेदवार संपूर्ण माहिती, अर्ज व राहिवासी पत्याचा कागदपत्रासह खालील पत्यावर समक्ष भेटावे, आकर्षक पगार दिले जाईल
मुलाखतीसाठी ३ दिवसांत ११ ते दु. ४ पर्यंत समक्ष भेटा
शिंगवी ज्वेलर्स
हत्ती चौक, सर्जेपुरा, अ.नगर. - 414001
Cont.- 78757 77001, Email : shingavijewellers1978@gmail.com

फ्लॅट विकणे आहे
प्रेमदान चौक, अहिल्यानगर येथे २ बेडरुम, हॉल, किचन, सर्वसोयींनी युक्त असा उत्तम लोकेशन असलेला फ्लॅट विकणे आहे
(एजंट क्षमस्व:) संपर्क : 9373599027

साविञीबाई फुले पुणे विद्यापीठ संलग्न
एकता शिक्षण प्रसारक मंडळ संचलित

कला, वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय,

नाना चौक, तपोवन रोड, सावेडी, अहिल्यानगर, ४१४००३.

Minority Institute

पाहिजेत

एकता शिक्षण प्रसारक मंडळ संचलित कला, वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय, सावेडी, अहिल्यानगर या कायम विनाअनुदानित अल्पसंख्याक दर्जाप्राप्त वरिष्ठ महाविद्यालयात खालील साहाय्यक प्राध्यापक, शारीरिक शिक्षण संचालक, ग्रंथपाल व शिक्षकेतर पदे भरण्यासाठी अर्ज मागविण्यात येत आहेत. पात्रताधारक उमेदवारांनी महाविद्यालयाच्या पत्त्यावर जाहिरात प्रसिद्ध झाल्याच्या दिनांकापासून सात दिवसात अर्ज सादर करावेत.

अ.नं.	विषय	पदसंख्या	अ.नं.	विषय	पदसंख्या
०१	इंग्रजी	०१	१२	फिजिक्स	०२
०२	मराठी	०२	१३	बॉटनी	०२
०३	हिंदी	०२	१४	झूलॉजी	०२
०४	राज्यशास्त्र	०१	१५	मॅथेमॅटिक्स	०१
०५	इतिहास	०२	१६	शारीरिक शिक्षण	०१
०६	भूगोल	०१	१७	ग्रंथपाल	०१
०७	अर्थशास्त्र	०१	१८	लिपिक	०४
०८	मानसशास्त्र	०१	१९	शिपाई	०३
०९	समाजशास्त्र	०२	२०	ग्रंथालय साहाय्यक	०१
१०	कॉमर्स	०४	२१	प्रयोगशाळा साहाय्यक	०४
११	केमिस्ट्री	०५			

शैक्षणिक अर्हता : पद क्र. ०१ ते १७ साठी महाराष्ट्र शासन, यु.जी.सी. व साविञीबाई फुले पुणे विद्यापीठ, पुणे यांच्या नियमाप्रमाणे सेट / नेट / पीएच.डी. धारक व पद क्रमांक १८ साठी बी.ए, बी.कॉम. व टायपिंग इंग्रजी आणि मराठी व पद क्र. १९ साठी १०वी / १२वी पास तसेच पद क्रमांक २० साठी लायब्ररी सायन्स मध्ये डिप्लोमा किंवा डिग्री प्राप्त, तसेच पद क्र. २१ साठी १२ वी सायन्स किंवा बी.एस्सी. पदवी प्राप्त.

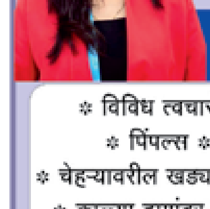
मुलाखतीसाठी उपस्थित राहणाऱ्या उमेदवारांना स्वखर्चाने उपस्थित रहावे लागेल.

Email:ektaclgnagar@gmail.com, मो.नं.९८९०८८७२४२, ९१४६३३५३२३

सचिव | अध्यक्ष

भाड्याने देणे / विकणे आहे
१) रेणाविकर शाळेजवळ रोडटच दुकान+१ आर.के फ्लॅट एकत्रित जोडलेले भाड्याने देणे
२) रेणाविकर शाळेजवळ ३०० स्के.फूट दुकान भाड्याने देणे
३) रेणाविकर शाळेजवळ ७५० स्के.फूट बेसमेंट भाड्याने देणे
४) आठरे पाटील पब्लिक स्कूल जवळ रोडटच ४७५० स्के.फूट प्लॉट भाड्याने देणे
५) मार्केटयार्ड मधील १७० स्के.फूट दुकान विकणे
६) नगर बायपास (विळदघाट ते पुणे रोड) रोडटच १० एकर पर्यंत कितीही जागा भाड्याने देणे
७) मातोश्री वृद्धाश्रम मागे रोडटच ४ एकर जमीन भाड्याने देणे
- त्वरित संपर्क साधा -
विवेक पवार मो. 9730411511

होम सर्व्हिस (मसाज)
केरला, शास्त्रशुद्ध व प्रोफेशनल पद्धतीने घरी येऊन फुलबॉडी मसाज करुन मिळेल (केरला मसाज ते सुध्दा होम सर्व्हिस)
Full Body Massage
मंथली बेसेसवर सुध्दा उपलब्ध
9850127508 / Mo.8830275190

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 ११.00 ते २.00
* विविध त्वचारोग * सोरायसिस * गजकर्ण * मुरुम,
* पिंपल्स * केमिकल फिलिंग * लेझर ट्रिटमेंट,
* चेहऱ्यावरील खड्ड्यांसाठी 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

अॅडव्हान्स बुकिंग सुरू
MY CINEMA
AHILYANAGAR'S 1ST 5-SCREEN MULTIPLEX
Pipeline Road, Ahilyanagar. Onling Booking - BookMyShow
Show :- Dt. 14/2/26 to 15/2/26
O' ROMEO- 8:30, 9:00, 10:45, 12:15, 2:00, 3:30, 5:15, 6:45, 8:30,10:00 pm,
BORDER 2 - 6:00, 9:15 pm,
MARDANI 3 - 3:30, 9:30 pm,
RANAPATI SHIVRAY SWARI AGRA - (Marathi)- 12:30 pm,
PUNHA EKDA SADE MADE (Marathi)- 11:30 am, 4:30 pm,
AGA AGA SUNBAI KAY MHANTAY SASUBAI? (Marathi) - 1:45 pm,
MAN AATLE MANTLE - 6:45 pm.

Booking No. : 9325085347 | टीप : मुव्ही शो च्या वेळा बदलू शकतात.

LAW CET & CLAT 2026
Sunday Batches
For more details contact
7517245777
7841045777

प्रॉपर्टी अथवा ग्राहक पाहिजे
आमच्या ऑफिसला येऊन आपली गरज नोंदवा.. आणि खात्रीशीर व्यवहार करा
पत्ता : नायारा पेट्रोल पंप शेजारी, बालिकाश्रम रोड
भेटण्याची वेळ : 12pm, 7pm फोन करून येणे
रोहन रियल्टी
9881241060

१३ वे पुण्यस्मरण

"पवित्र तुमची स्मृती...
अनंत तुमची माया"
नित्य असुद्या आम्हांवरती
अखंड तुमची छाया..!

स्व. वसंतराव नामदेव आगरकर
स्व. दि. १४/२/२०१३

भाऊ आपल्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण श्रध्दांजली

* दुःखांकित *

श्री. मधुकर नामदेव आगरकर | श्री. मच्छिंद्र नामदेव आगरकर
श्री. गोरख नामदेव आगरकर | श्री. सचिन वसंतराव आगरकर (मुलगा)
सौ. सविता दिलीप झगडे (मुलगी) | सौ.कुसूम लक्ष्मण सोनवणे (बहीण)

श्री. अरविंद बाळासाहेब आगरकर (पुतण्या) । सौ.साक्षी अक्षय रासकर (नात)

आगरकर । सोनवणे । झगडे । काळे । गढगे । हिवरकर । फुलसौंदर । पानमळकर । शिंदे कन्हेरकर । भांबरे । सुळके । रायकर । खेतमाळस । राऊत । बेल्हेकर । बनकर परिवार

समस्त आगरकर परिवार आगरकर मळा, रेल्वेस्टेशन रोड, अहिल्यानगर

* फर्म *

वसंत नामदेवराव आगरकर, फुलांचे व्यापारी, गंजबाजार, अ.नगर | आगरकर इलेक्ट्रीकल्स्, वाडीया पार्क, अ.नगर | शिवम् कम्युनिकेशन, शॉप नं.१, सत्यम शिवम सुंदरम अपार्ट. बालिकाश्रम रोड,अ.नगर

आरोग्यसदन हॉस्पिटल
डॉ. प्रशांत काळे
DNB ऑर्थोपेडिक सर्जन जॉईंट रिप्लेसमेंट व फ्रॅक्चर तज्ञ
गुडघा किंवा हिप दुखत आहे? चालणे बसणे कठीण झाले आहे का?
अत्याधुनिक जॉईंट रिप्लेसमेंट शस्त्रक्रिया
➡ गुडघा व हिप सांधा बदल
➡ शस्त्रक्रिया कमी वेदना
➡ लवकर बरे होणे
➡ अनुभवी व विश्वासार्ह उपचार
आरोग्यदायी हाडे सक्रिय जीवनासाठी भेट द्या आरोग्यसदन हॉस्पिटलला
Fracture Accident साठी तात्काळ उपचार
24/7 आपत्कालीन सेवा
वेदना विसरा.. पुन्हा मोकळेपणाने चालायला सुरुवात करा.
पत्ता : नगर-मनमाड रोड, सावेडी नाका, सावेडी, अ.नगर. संपर्क : 8981008008

टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलू शकतात | दिनांक : 13 ते 19 फेब्रुवारी 2026
ओ रोमिओ
8.30 AM, 11.45 AM 12.35 PM, 3.20 PM 6.40 PM, 9.30 PM 10.15 PM
रणपति शिवराय स्वारी आग्रा 3.55 PM
पुन्हा एकदा साडे माडे ३ 12.20 PM, 7.15 PM
मर्दाणी ३ 9.45 am, 7.00 pm
बॉर्डर २ 9.00 AM, 3.15 PM 9.45 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

FRP CHAMBER COVER
कॅपॅसिटी
2.5 टन
5 टन
मध्ये उपलब्ध आहे!
वन पीस बेसिन उपलब्ध आहेत
भरपूर व्हरायटी भरपूर रंगसंगती आपल्या घराला द्या आकर्षक लुक
ABHAY SALES
CORPORATION & HARDWARE
Satbhai Mala, Shop No 8, Delhi Gate Rd, Near Gajanan Hospital, Ahilyanagar
8975979999 / 9822542011

स्मृतिगंध

सुगंध आपल्या संस्काराचा
चंदनापरी दरवळत राहील
मनात आमच्या तव आठवणींचा
अखंड स्मृतीदीप तेवत राहील

स्व. शांतीभाऊ फिरोदिया
स्व.दि.१५/२/०७

आपल्या पावन स्मृतीस
भावपूर्ण श्रद्धांजली

● संदिप गांधी ● रविंद्र गांधी
● राजेंद्र निंबाळकर ● अजित गांधी

GRAND Opening
सस्नेह निमंत्रण
सस्नेह नमस्कार,
डॉग अँण्ड कॅट क्लिनीक चा भव्य शुभारंभ
महाशिवरात्र,रविवार, दिनांक १५/०२/२०२६ रोजी, दुपारी ०४:०० ते ०७.०० पर्यंत
या शुभमुहूर्तावर करण्याचे योजिले आहे.
तरी आपली उपस्थिती प्रार्थनीय आहे.
* सन्मानिय उपस्थिती *
मा.श्री. संग्रामभैय्या अरूणकाका जगताप
(नगर शहराचे लाडके आमदार)
मा. डॉ. सुजयदादा राधाकृष्ण विखे पा.
(मा. खासदार, अहिल्यानगर)
* आपल्या आगमनाच्या प्रतिक्षेत *
डॉ. संतोष गायकवाड आणि
डॉग अँण्ड कॅट क्लिनीक परिवार, अहिल्यानगर
पत्ता : चेतक शोरूम मागे, अक्षता गार्डन जवळ, स्टेशन रोड, अ.नगर.
0241-2356158, 9822223791

दैनंदिन मुव्ही-शो च्या वेळा खालील प्रमाणे | दिनांक : १३ ते १९ फेब्रुवारी २०२६
टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलू शकतात

SCREEN - 1
O ROMEO
6.00 PM
(Rs.150)
SCREEN - 2
O ROMEO
9.00 AM (Rs.100)
12.15 PM, 3.30 PM
9.00 PM
(Rs.150)
केंद्रीय सुविधा अत्यल्प दरात उपलब्ध
आशा स्क्वेअर
कोतवाली पोलीस स्टेशन जवळ, माणिक चौक, अ.नगर

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

JOIN ONLY IN 4500/-
DISHA Computer Institute
MS-OFFICE TALLY PRIME ADV. EXCEL 3 Month
CORELDRAW PHOTOSHOP CANVA 3 Month
CAD 2D CAD 3D PHOTOSHOP 3 Month
C LANG C++ HTML 3 Month
ENROLL NOW...
Other Courses In 4500/-
Core Python | Adv Python | Core Java | Adv Java
SQL & PL SQL | Power BI With Excel | Digital marketing
Delhi Gate Branch 9371051769
Old ST stand Branch 9371151769
Pipeline Branch 7447761769