संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रूपये | अहिल्यानगर, शनिवार दि. १४.०३.२०२६ | अंक नं. २८६ | वर्ष ६८ वे | दैनिक वर्ष ६२ वे | ANR/022/2018-2020

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

ऐतिहासिक माळीवाडा वेस न पाडता तिचे जतन व संवर्धन करावे : खा. निलेश लंके

केंद्रीय सांस्कृतिक मंत्र्यांकडे पत्राद्वारे मागणी

नगर - अहिल्यानगर लोकसभा मतदारसंघातील अहिल्यानगर शहराचा एक प्राचीन ऐतिहासिक वारसा असलेला माळीवाडा वेस हा केवळ एक दगडी बांधकाम नाही तर एक महत्त्वाचा ऐतिहासिक टप्पा आहे, जो शहराच्या स्थापनेपासून ते अँग्लो-मराठा युद्धांपर्यंतच्या इतिहासाचे जतन करतो. या वेसचे ऐतिहासिक आणि सांस्कृतिक महत्त्व लक्षात घेता, ती काढून टाकणे किंवा पाडणे याबद्दलच्या चर्चा स्थानिक रहिवाशांमध्ये गंभीर चिंता निर्माण करत आहेत. त्यामुळे या वेशीचे जतन आणि संवर्धन करण्यात यावे. ती पाडू अथवा स्थलांतरीत करू नये, या बाबत स्थानिक प्रशासनाला योग्य ते आदेश देण्यात यावेत अशी मागणी खा. निलेश लंके यांनी केंद्रीय सांस्कृतिक मंत्री गजेंद्र सिंह शेखावत यांच्याकडे केली आहे.

याबाबत खा. लंके यांनी १३ मार्च रोजी दिल्ली येथे केंद्रीय मंत्र्यांना पत्र दिले आहे. यामध्ये म्हंटले आहे की, माळीवाडा वेसचे ऐतिहासिक महत्त्व मोठे आहे. ही वास्तू १४९०-१४९४ मध्ये शहराच्या स्थापनेशी संबंधित एक ऐतिहासिक रचना आहे. हे निजामशाही काळातील तटबंदीचा अविभाज्य भाग आहे आणि शाहजहानच्या काळातील किल्लेदार सर्जेखानने बांधलेल्या तटबंदीच्या मुख्य प्रवेशद्वारांपैकी एक आहे. सन १८०३ च्या अँग्लो-मराठा युद्धाच्या घटना येथे घडल्या. शहराच्या ११ ऐतिहासिक दरवाज्यांपैकी एक आहे जी अजूनही टिकून आहेत.हा प्रदेश स्वातंत्र्यसैनिकांच्या स्मारकांशी आणि सामाजिक, सांस्कृतिक आणि ऐतिहासिक परंपरांशी देखील संबंधित आहे. १९५९ मध्ये या ठिकाणी महात्मा ज्योतिराव फुले यांचा पुतळा बसवण्यात आला. शहरातील पहिल्या एसटी बस सेवेचा प्रारंभ बिंदू म्हणूनही याला ऐतिहासिक महत्त्व आहे.

वरील संदर्भ लक्षात घेता, ही वास्तू भारतीय संविधानाच्या कलम ४९ अंतर्गत ऐतिहासिक हितसंबंध म्हणून संरक्षणास पात्र आहे. कलम ४९ नुसार, ऐतिहासिक आणि कलात्मक महत्त्वाच्या वारसा स्थळांचे जतन करण्याची जबाबदारी राज्याची आहे. म्हणून अहिल्या नगरमधील माळीवाडा वेस पाडण्याऐवजी किंवा स्थलांतरित करण्या ऐवजी, त्याचे जतन, वाढ आणि पुनर्संचयित करणे अत्यावश्यक आहे. शहराचा विकास करतानाच या ऐतिहासिक वारशाचे जतन करण्यासाठी हेरिटेज-स्मार्ट रोड, वाहतूक पुनर्रचना, संरक्षक भिंती, प्रकाशयोजना आणि हेरिटेज कॉरिडॉर यासारख्या पर्यायी उपाययोजनांचा विचार केला जाऊ शकतो.

त्यामुळे माळीवाडा वेस पाडण्याचा किंवा स्थलांतरित करण्याचा निर्णय घेऊ नये यासाठी संबंधित प्रशासनाला आवश्यक सूचना देण्यात याव्यात. या ऐतिहासिक वास्तूची भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण किंवा संबंधित वारसा प्राधिकरणाने तपासणी करावी आणि ती ऐतिहासिक वारसा स्थळ म्हणून जतन करण्यासाठी कारवाई करावी.एखाद्या तज्ज्ञ समितीच्या माध्यमातून या वास्तूच्या ऐतिहासिक महत्त्वाचे मूल्यांकन केले जावे आणि तिच्या जतन व संवर्धनासाठी आवश्यक त्या उपाययोजना हाती घेतल्या जाव्यात.

अहिल्यानगर शहराच्या ऐतिहासिक अस्मितेचा अविभाज्य भाग असलेल्या 'माळीवाडा वेस'चे जतन करणे, हे आपला सांस्कृतिक वारसा जपण्याच्या दृष्टीने अत्यंत महत्त्वाचे आहे. त्यामुळे, या संदर्भात आपण कृपया आवश्यक ती त्वरित कार्यवाही करावी, अशी मागणी खा. लंके यांनी या पत्रात केली आहे. सदर पत्राच्या प्रति जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया व महापालिका आयुक्त यशवंत डांगे यांना ही देण्यात आल्या आहे.

जेव्हा मार्केट अनिश्चित होतं, तेव्हा इन्वेस्टर निश्चिततेचा शोध घेतात

राजन कुटे

जेव्हा मार्केटमध्ये अनिश्चितता वाढते, तेव्हा एक परिचित pattern दिसायला लागतो.

इन्वेस्टर हळूहळू निश्चिततेचा शोध घेऊ लागतात. प्रश्न बदलायला लागतात. आता काय करावं? या प्रश्नाऐवजी नक्की काय चालेल? असा प्रश्न पुढे येतो.

ही प्रतिक्रिया पूर्णपणे स्वाभाविक आहे. मार्केट हलायला लागलं की मनाला स्थिरता हवी असते. काहीतरी असं हवं असतं जे सुरक्षित वाटेल, जे अंदाजाने समजेल, आणि जे मनाला शांतता देईल. आणि नेमकं इथेच अनेक इन्वेस्टरना इन्व्हेस्टिंगचं खरं स्वरूप थोडं अस्वस्थ करायला लागतं.

कारण मार्केटचा स्वभावच असा आहे की ते कायम निश्चिततेवर चालत नाही. मार्केट वेगवेगळ्या हिरिशी मधून जातं. घटनांवर प्रतिक्रिया देतं. अपेक्षांनुसार बदलतं. काही वर्षे संयमाला बक्षीस देतात. काही वर्षे संयमाची परीक्षा घेतात.

पण जेव्हा अनिश्चितता वाढते, तेव्हा अनेक इन्वेस्टरना वाटू लागतं की कुठेतरी अशी इन्व्हेस्टमेंट असावी जी ही अनिश्चितता पूर्णपणे दूर करेल. असं काहीतरी जे outcome निश्चित करेल. अशी स्ट्रॅटेजी जी volatility टाळेल. असा निर्णय जो शंका उरणार नाही असा असेल. पण इन्व्हेस्टिंग क्वचितच अशा प्रकारे काम करतं. जे इन्वेस्टर दीर्घकाळ मार्केटमध्ये टिकून राहतात, त्यांना हळूहळू एक महत्त्वाची गोष्ट समजते, मार्केटमधली अनिश्चितता ही काही त्रुटी नाही. तो मार्केटचा स्वभाव आहे. Economic cycles बदलतात, Interest rates बदलतात, जगात वेगवेगळ्या घटना घडत राहतात. मार्केट हे सगळं लगेच reflect करतं. इन्व्हेस्टमेंटमधून अनिश्चितता पूर्णपणे काढून टाकण्याचा प्रयत्न अनेकदा अल्पकालीन आराम देतो, पण दीर्घकालीन growth मात्र मर्यादित करून टाकतो.

म्हणूनच अनुभवी इन्वेस्टर हळूहळू मार्केटमधून निश्चिततेचा शोध घेणं थांबवतात. त्याऐवजी ते दुसऱ्या गोष्टीवर लक्ष केंद्रित करतात. ते त्यांच्या इन्व्हेस्टमेंटभोवती एक स्ट्रक्चर तयार करतात. असं स्ट्रक्चर जे मार्केट अनिश्चित असतानाही इन्व्हेस्टमेंट चालू ठेवायला मदत करतं.

कारण शेवटी successful investing हे अनिश्चितता पूर्णपणे टाळण्यावर अवलंबून नसतं, ते अनिश्चिततेसोबत शांतपणे पुढे जाणं शिकण्यावर जास्त अवलंबून असतं.

मार्केटमध्ये निश्चितता नेहमी मिळत नाही - पण योग्य दृष्टिकोनातून स्थिरता नक्की मिळू शकते.

स्पष्ट ठेवा. शांत ठेवा.

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

'अवाजवी घरपट्टी आकारणी'बाबत मनपाच्या महासभेत चर्चा करुन दर कमी करण्यात यावा

सुनिता फुलसौंदर

नगर - अहिल्यानगर महापालिका हद्दीतील रहिवाशांवर नव्याने आकारण्यात आलेली घरपट्टी अवाजवी असल्याचा आरोप करत ती कमी करण्याची मागणी नगरसेविका सुनिता भगवान फुलसौंदर यांनी महापौरांकडे केली आहे. तसेच येत्या विशेष महासभेत या घरपट्टीबाबत चर्चा करुन निर्णय घेण्यात यावा, अशी मागणी त्यांनी केली आहे.

फुलसौंदर यांनी दिलेल्या निवेदनात म्हटले आहे, महानगरपालिका ही नागरिकांना सेवा देणारी संस्था असून प्रशासकीय काळात महानगरपालिका कार्यक्षेत्रातील इमारत व जमिनीचे पुनर्मूल्यांकन करण्यासाठी मे. सि. ई. इन्फो सिस्टीम लि. या संस्थेची नियुक्ती करण्यात आली होती. या संस्थेमार्फत करण्यात आलेल्या पुनर्मूल्यांकनानुसार महानगरपालिकेने भाडेकरूंनी देत असलेल्या भाड्यावर आधारित करयोग्य मूल्य निश्चित करून मालमत्ता धारकांना सुधारित घरपट्टीच्या नोटिसा प्रभाग समिती कार्यालयामार्फत दिल्या आहेत. मात्र या नोटिसांमधील घरपट्टी दरांविरोधात अनेक नागरिकांनी हरकती नोंदवल्या असून प्रभाग अधिकाऱ्यांकडून सुनावण्या देखील घेण्यात आल्या आहेत. तरीही त्या हरकतींवर काय निर्णय झाला याची माहिती अद्याप मालमत्ता धारकांना देण्यात आलेली नाही. अनेक मालमत्ता धारकांनी आपल्या स्वमालकीच्या घरांतील काही भाग उत्पन्नाचे साधन म्हणून भाड्याने दिले आहेत. मात्र अशा निवासिकांवर अंदाजे ३० टक्के वाढीव वाणिज्य दराने घरपट्टी आकारण्यात येत असल्याने घरमालकांना मोठा आर्थिक भुर्दंड सहन करावा लागत आहे. अहिल्यानगर शहरात उद्योगधंदे व कंपन्या अल्प प्रमाणात असल्यामुळे अनेक नागरिक कर्ज काढून घरे बांधतात आणि त्यातील काही भाग भाड्याने देऊन उदरनिर्वाह करतात. भाडेकरू वर्षभर राहतील याची खात्री नसतानाही वाणिज्य दराने घरपट्टी भरण्याची वेळ मालमत्ता धारकांवर येत असल्याचेही निवेदनात नमूद करण्यात आले आहे. तसेच शहरात मोठ्या प्रमाणावर पेन्शनधारक नागरिक राहत असून त्यांची मुले नोकरीसाठी मोठ्या शहरांत स्थायिक झाली आहेत. त्यामुळे अनेक कुटुंबांचा उदरनिर्वाह भाड्याच्या उत्पन्नावर अवलंबून असल्याचेही सांगण्यात आले आहे. या पार्श्वभूमीवर येत्या विशेष सर्वसाधारण सभेत हा विषय घेऊन महानगरपालिका हद्दीतील रहिवाशांवरील घरपट्टी दर कमी करण्याचा निर्णय घ्यावा आणि नगरकरांना दिलासा द्यावा, अशी मागणी सुनिता फुलसौंदर यांनी केली आहे.

नगरमध्ये दिवसाही पथदिवे सुरुच; विजेचा अपव्यय, महानगरपालिकेवर वीजबिलाचा अनावश्यक भार

शहरात दिवसाही सुरु असलेले पथदिवे तातडीने दुरूस्त करवेत, या मागणीचे निवेदन नगरसेवक ऋग्वेद गंधे यांनी महापौर ज्योती गाडे दिले.

शहरात दिवसाही सुरु असलेले पथदिवे.

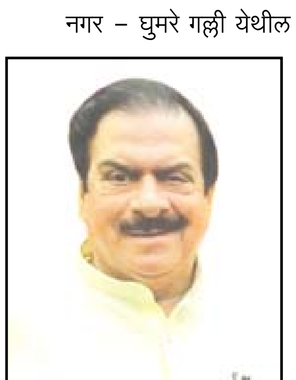
नगर - पथदिवे नादुरुस्त असल्यामुळे शहरातील रस्ते अंधारात असल्याचे चित्र वारंवार दिसून येते. मात्र, आता पथदिवे नादुरुस्त असल्यामुळे २४ तास सुरु राहत असल्याचे निदर्शनास आले आहे. त्यामुळे विजेचा मोठा अपव्यय होत असून, महापालिकेवर अनावश्यक वीजबिलाचा भार पडत आहे. त्यामुळे असे नादुरुस्त पथदिवे तातडीने दुरुस्त करण्याची मागणी होत आहे.

याबाबत भाजपाचे नगरसेवक ऋग्वेद गंधे यांनी महापौर ज्योतीताई गाडे यांच्याकडे निवेदन देवून या प्रश्नाकडे गांभीर्याने लक्ष देवून संबंधित विभागास तातडीने असे दिवे दुरुस्त करण्याच्या सुचना द्याव्यात, अशी मागणी केली आहे.

गंधे यांनी दिलेल्या निवेदनात म्हटले आहे. शहरातील विविध भागांमध्ये २४ तास सर्रासपणे पथदिवे सुरु असतात. मनपा कर्मचाऱ्यांच्या दुर्लक्षामुळे व हलगर्जीपणामुळे बऱ्याच भागांमध्ये पथदिवे दिवसाही सुरु असतात. त्यामुळे संबधित पथदिव्यांची तात्कळ पाहणी करून पथदिवे दिवसा बंद करण्याच्या सुचना देण्यात याव्यात.

तसेच काही पथदिव्यांच्या कनेक्शनची थेट जोडणी करण्यात आली आहे. त्यामुळे असे पथदिवे दिवस-रात्र २४ तास सुरू असल्याचे आढळून आले आहे. त्यामुळे मोठ्या प्रमाणात विजेचा अपव्यय होत असून महानगरपालिकेवर अनावश्यक आर्थिक ताण पडत आहे. त्यामुळे अशा पथदिव्यांची तातडीने दुरुस्तीसंदर्भात योग्य ती कार्यवाही करण्याचे निर्देश द्यावेत, अशी मागणी गंधे यांनी केली आहे.

अ‍ॅड. संपतलाल बोरा यांचे दीर्घ आजाराने निधन



नगर - घुमरे गल्ली येथील रहिवासी अ‍ॅड. संपतलाल धनराज बोरा (वय ७८) यांचे १३ मार्च रोजी दीर्घ आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर १४ मार्च रोजी नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे १ भाऊ, भावजया, सुन, नातवंडे असा परिवार आहे. वसंत पेन्टस्‌चे संचालक वसंत बोरा यांचे ते बंधू होत. ते हिंद सेवा मंडळाचे मा. विश्वस्त होते.

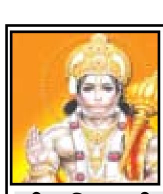
मैत्रिणीच्या घरी अभ्यासाला गेलेल्या मुलीचे दागिने चोरले

नालेगाव येथील घटना, शेजारील महिला संशयाच्या भोवऱ्यात

नगर - नालेगाव भागातील कवडे गल्ली येथे अभ्याससाठी गेलेल्या एका १४ वर्षीय मुलीच्या बॅगेतून सोन्याची चैन आणि कर्णफुले चोरीला गेल्याची घटना उघडकीस आली आहे. याप्रकरणी उषा प्रदिप डागवाले (रा. साईराम सोसायटी, कल्याण रोड) यांनी कोतवाली पोलीस ठाण्यात फिर्याद दाखल केली असून, संशयाची सुई मैत्रिणीच्या शेजारी राहणाऱ्या महिलेकडे वळली आहे.

फिर्यादी उषा डागवाले यांची नात वर्षा चौधरी ही २२ फेब्रुवारी रोजी दुपारी नालेगाव येथील खंडागळे वाड्यात राहणाऱ्या आपल्या सानिया शेख नावाच्या मैत्रिणीकडे अभ्यासासाठी गेली होती. अभ्यासादरम्यान घाम येत असल्याने वर्षाने गळ्यातील दीड तोळा सोन्याची चैन आणि अर्धा तोळा वजनाचे कर्णफुले काढून बॅगेतील पाऊचमध्ये ठेवले होते. काही वेळानंतर ती घराबाहेर गेली असता, तेथे उपस्थित असलेल्या शालन दिलीप केंदळे नामक महिलेने संधी साधून हे दागिने चोरल्याचा संशय व्यक्त केला जात आहे.

संध्याकाळी घरी परतल्यानंतर वर्षाला बॅगेत दागिने मिळून आले नाहीत. घाबरलेल्या अवस्थेत तिने सुरुवातीला कोणालाही काही सांगितले नाही, मात्र आजीने विचारपूस केल्यावर हा सर्व प्रकार समोर आला. चोरीला गेलेल्या दागिन्यांची एकूण किंमत ८० हजार रुपये इतकी आहे. डागवाले कुटुंबाने संशयित शालन केंदळे यांना विचारणा केली असता त्यांनी उडवाउडवीची उत्तरे दिली. अखेर याप्रकरणी पोलिसांनी चोरीचा गुन्हा दाखल केला असून पुढील तपास सुरू आहे.



हनुमान चालिसा पाठ

रविवार दि. १५/३/२०२६
रात्री ८.३० ते १०.३०

श्री दक्षिणमुखी हनुमान सत्संग मंडळ, सर्जेपुरा, अहिल्यानगर

तुषार सुर्यकांत यादव, श्रीराम मंदिरा शेजारी, पंचवटी नगर, शितळादेवी मंदिर, पाईपलाईन रोड ९२२५३२४४४७

मंगल भक्त सेवा मंडळ, मंगल दत्तक्षेत्र, एम.आय.डी.सी.

चंद्रकांत मंगळचंद कोठारी, स्वाती कॉलनी, सांगळे हॉस्पिटल समोर, वैभव हॉटेल जवळ, बुरुडगावरोड, किर्तीकुमार कोठारी ९४२२२२६८२५

श्री लक्ष्मीनारायण सत्संग मंडळ, सारडा लेन, गंजबाजार

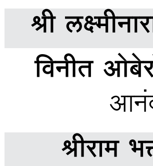
विनीत ओबेरॉय, सतनिवास, बंगला नं.६, गुलमोहोर रोड, आनंद शाळेच्या समोर, ८३२९४८६०६४

श्रीराम भक्त हनुमान सत्संग मंडळ (ट्रस्ट) नवीपेठ

सातभाई गल्ली गणेश मित्र मंडळ, दिक्षित मंगल कार्यालयाच्या समोर, दिल्लीगेट

श्री संकट मोचन हनुमान मंडळ, श्री रामदेवरा दरबार, सारसनगर

सुरेश बिहारीलाल धामट, कमलबिहारी, सारसनगर, वर्धमान कॉलनी, वर्धमान रेसिडेन्सीच्या मागे ९८२२०१००९१



हनुमान चालिसा पाठ

सोमवार दि. १६/३/२०२६
रात्री ८.३० ते १०.३०

श्री दक्षिणमुखी हनुमान सत्संग मंडळ, सर्जेपुरा, अहिल्यानगर

त्रिमुर्ती मित्र मंडळ, काळे गल्ली, चंदन इस्टेट जवळ, बुरुडगाव रोड, सोमनाथ काळे ८९५६१९५०५०, अक्षय काळे ९२७००८००३३

मंगल भक्त सेवा मंडळ, मंगल दत्तक्षेत्र, एम.आय.डी.सी.

अक्षय अरुण आगरकर, आगरकर मळा, काटवन खंडोबा मंदिरा जवळ, काटवन खंडोबा रोड, ९०२९२९२९६७

श्री लक्ष्मीनारायण सत्संग मंडळ, सारडा लेन, गंजबाजार

रामकरण सारडा विद्यार्थी गृह, सिव्हील हडको, सावेडी ९४२२७३७८५२

श्रीराम भक्त हनुमान सत्संग मंडळ (ट्रस्ट) नवीपेठ

मुंजोबा तरुण मंडळ, बालिकाश्रम रोड, बागडेमळा

श्री संकट मोचन हनुमान मंडळ, श्री रामदेवरा दरबार, सारसनगर

श्री संकट मोचन हनुमान मंडळ, श्री रामदेवरा दरबार, सारसनगर

सुरेश गिल्डा यांचे वृद्धापकाळाने निधन

नगर - अकलूज निवासी सुरेश घनश्यामदास गिल्डा (वय ८६) यांचे १३ मार्च रोजी रात्री निधन झाले. त्यांच्यावर अकलूज येथील अमरधाम मध्ये शनिवारी अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या पश्चात पत्नी, २ भाऊ, १ बहिन, ३ मुली, १ मुलगा, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे. नगर मधील माजी नगरसेवक प्रेमकुमार गिल्डा, सर्कल गेस्ट हाऊसचे संचालक उमेश गिल्डा व दीपा पटवर्धन यांचे ते मोठे बंधू होत.

आशाबाई डोखडे यांचे अल्प आजाराने निधन

श्रीरामपूर - येथील आशाबाई धोंडीबा डोखडे (वय ७९) यांचे अल्प आजाराने दुःखद निधन झाले.

त्यांच्या पश्चात एक मुलगा, एक मुलगी, सून, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. त्या विठ्ठल डोखडे यांच्या मातोश्री, चि.मयुर व राहूल डोखडे यांच्या आजी होत.

काळूराम (नाना) माने यांचे अल्प आजाराने निधन

श्रीगोंदा - सहकार महर्षी काष्टी सोसायटीचे माजी चेअरमन काळूराम (नाना) बाबूराव माने (वय ७८) यांचे १४ मार्च रोजी अल्प आजाराने दौड येथे उपचारा दरम्यान निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर १४ मार्च रोजी घोडनदीतिरी काष्टी येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या मागे ३ मुले, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे. सुनील, अनिल, सतिश माने यांचे ते वडील होत.

सुरजबाई कोठारी यांचे वृद्धापकाळाने निधन

पुणे - जय विजय बिल्डींग प्रेमलोक पार्क चिंचवड गाव पुणे येथील रहिवासी श्रीमती सुरजबाई झुंबरलाल कोठारी (वय ८५) यांचे १३ मार्च रोजी वृद्धापकाळाने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर १३ मार्च रोजी विद्युतदाहिनी लिंक रोड पिंपरी येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या मागे ४ मुले, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे. दिलीप, रमेश, अनिल, सुनील यांच्या त्या मातोश्री तर श्रेयश, गौरव व यश यांच्या आजी होत.

नगर-पुणे मार्गावर २ वेगवेगळ्या अपघातात दोन जणांचा दुर्दैवी मृत्यू तर एक जण जखमी

अपघातानंतर दोन्ही वाहनचालक झाले पसार

नगर - नगर-पुणे महामार्गावर १२ मार्च रोजी एकाच दिवशी झालेल्या २ वेगवेगळ्या अपघातात दोघांचा मृत्यू झाला आहे. चास शिवारात सकाळी ९.१० च्या सुमारास भरधाव वेगाने जाणाऱ्या एका अज्ञात कारने दुचाकीला पाठीमागून जोरदार धडक दिली. या भीषण अपघातात एका महिलेचा मृत्यू झाला असून, त्यांचे नातेवाईक गंभीर जखमी झाले आहेत. याप्रकरणी नगर तालुका पोलीस ठाण्यात अज्ञात कार चालकाविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत अमोल रावसाहेब रासकर (वय २६, रा. चास, ता.नगर) यांनी नगर तालुका पोलिस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी यांची आई संगीता रावसाहेब रासकर आणि चुलत मामा दत्तात्रय आगरकर हे आपल्या दुचाकीवरून चास येथून अहिल्यानगरच्या दिशेने जात होते. यावेळी हेमराज फार्म्ससमोर पाठीमागून येणाऱ्या महिंद्रा एक्सयुव्ही ४०० (क्र.एमएच १६ डीडब्ल्यू ४३७१) कारच्या चालकाने आपल्या ताब्यातील वाहन अविचाराने आणि हयगयीने चालवून दुचाकीला जोराची धडक दिली.

या धडकेत फिर्यादीच्या आईचा जागीच मृत्यू झाला, तर मामा गंभीर जखमी झाले आहेत. अपघातानंतर जखमींना मदत करण्याऐवजी किंवा दवाखान्यात नेण्याऐवजी आरोपी चालक घटनास्थळावरून पसार झाला. पोलिसांनी या प्रकरणी भारतीय न्याय संहिता आणि मोटार वाहन कायद्याच्या विविध कलमान्वये गुन्हा नोंदवला आहे. या घटनेचा पुढील तपास पोलीस हवालदार जायभाय हे करीत आहेत.

दुसरा अपघात जातेगाव घाटात (ता.पारनेर) येथे समाधान हॉटेल समोर रात्री ९.३० च्या सुमारास घडला. भरधाव वेगातील एका अज्ञात वाहनाने लघुशंकेसाठी रस्त्याच्या कडेने पायी चाललेल्या व्यक्तीला धडक दिली. या धडकेत प्रभाकर वामन खर्चे (वय ५८, रा. आडविहीर, ता. मोताळा, जि. बुलढाणा) हे गंभीर जखमी होवून त्यांचा जागीच मृत्यू झाला. अपघातानंतर वाहनचालक वाहन घेवून पसार झाला.

याबाबत मयताचा चुलत भाऊ उदयकुमार ज्ञानदेव खर्चे (वय ५२, रा. आडविहीर, ता. मोताळा, जि. बुलढाणा) यांनी सुपा पोलिस ठाण्यात दिलेल्या फिर्यादी वरून पोलिसांनी अज्ञात वाहनचालकाविरुद्ध गुन्हा दाखल केला आहे.

गृहिणी

आरोग्य

सांधेदुखी कमी करण्यासाठी

मेथीचे दाणे सांधेदुखीवर रामबाण उपाय आहेत. मेथीचे दाणे रात्रभर भिजत ठेवा आणि सकाळी ते पाणी प्या. याशिवाय, आले आणि लसूण खाल्ल्याने जळजळ कमी होते. म हिरीच्या तेलात लसूण जाळून मालिश केल्याने त्वरित आराम मिळतो. दही किंवा पाण्यात गव्हाच्या दाण्याएवढा चुना मिसळून प्यायल्याने कॅल्शियमची कमतरता दूर होऊ शकते तसेच, सांध्यातील चरबी टिकवून ठेवण्यासाठी तुमच्या आहारात ओमेगा-३ समृद्ध पदार्थांचा समावेश वाढवा. तुमचा आहार बदलणे आणि मासे आणि चिया बियाण्यांसारखे ओमेगा-३ समृद्ध अन्न निवडणे सांधेदुखी कमी करण्यास मदत करू शकते. गरम पाण्यात सैंधव मीठ घालून आंघोळ केल्याने सांधेदुखीपासून आराम मिळतो.

पाककला

खवा केक

साहित्य : २५० ग्रॅम खवा (मावा), १ कप मैदा, १ कप साखर, १/२ कप दही, १/२ कप दूध, १/२ कप तूप, १ चमचा बेकिंग पावडर, १/२ चमचा बेकिंग सोडा, १/२ चमचा व्हॅनिला इसेन्स, १/४ कप कापलेले काजू, बदाम, पिस्ता १/४ कप मनुका

कृती : मावा केक बनवण्यासाठी एका पॅनमध्ये खवा घालून मध्यम गॅस वर भाजून घ्या. खवा तोपर्यंत भाजा जोपर्यंत त्यातील ओलावा निघून जात नाही. आता एका बाऊलमध्ये मैदा, बेकिंग पाउडर आणि बेकिंग सोडा चाळून घ्या. केकचे टेक्सचर मुलायम आणि लाइट राहील. आता एका बाऊलमध्ये साखर आणि तूप फेटून घ्या. यामध्ये दही, दूध आणि व्हॅनिला एसेंस घालावे. मग मध्ये भाजलेला खवा घालावा. व हे मिश्रण चांगल्याप्रकारे मिक्स करावे. आता कोरडे साहित्य ओल्या साहित्यात घालावे व मिक्स करावे. लक्षात ठेवा की बॅटरमध्ये गाठ राहिला नको. आता यामध्ये कापलेला सुख मेवा आणि किशमिश घालावे. आता तयार बॅटर केक पॅनमध्ये घालावे तत्पूर्वी पॅनला तूप लावून घ्यावे. आता ओवन मध्ये ३०-३५ मिनट पर्यंत बेक करावे. तसेच नंतर केक थंड होऊ द्यावा. मग आपल्या आवडत्या क्रीम ने सजवावे.

वास्तू

मनाच्या सकारात्मकतेसाठी

मुख्य दरवाजाचे प्रवेशद्वार अडथळ्यांपासून मुक्त असावे. घराकडे जाणारा मार्ग सुंदर असावा, जो फुलझाडांच्या लागवडीद्वारे करता येतो. यामुळे मन आणि आत्मा सकारात्मक उर्जेने भरण्यास मदत होते. घराच्या मुख्य प्रवेशद्वाराजवळ डोअरमॅट्स असावेत. डोअरमॅट्स पादत्राणांम धील घाण साफ करतात, त्यामुळे ते सर्व नकारात्मकता शोषून घेतात.

सौंदर्य

काळी वर्तुळे काढून टाकण्यासाठी मध आणि लिंबाचा रस मिसळून लावता येते. लिंबाच्या रसामध्ये सायट्रिक ॲसिड आढळते, जे त्वचेवरील डाग साफ करण्यास मदत करते.

सल्ला

अळूवडी बनवताना बेसनमध्ये २ चमचे तेलाचे मोहन टाकल्यास अळुवडी कुरकुरीत बनते.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. १५ मार्च २०२६

पापमोचनी एकादशी, शके १९४७ विश्वावसुनामसंवत्सर, फाल्गुन कृष्णपक्ष, श्रवण २९।५६, सूर्योदय ०६ वा. ३१ मि. सूर्यास्त ०५ वा. २९ मि.

राशिभविष्य

मेष : आपली स्थिति, वास्तविकता वाढेल. पारिवारिकदृष्ट्या वेळ सामान्य. कामाचा ताण जाणवेल. नोकरीत कुणावरही विश्वास ठेवू नये.

वृषभ : उत्साह, आत्मविश्वास वाढेल. अडकलेला पैसा मिळेल. मनोरंजनात वेळ जाईल. अडचणी राहतील. मिळकती पेक्षा जास्त खर्च होईल. अनिश्चितता वाटेल.

मिथुन : खासगी कामाकडे जास्त लक्ष द्या. पैसा मिळेल. जबाबदारीची कामे पडतील. नोकरीत नुकसानी संभव. कामात पारदर्शकता हवी. वैचारिक धारणेत राहू नका.

कर्क : शत्रुपक्ष हावी राहील. एखाद्या चुकीला पुन्हा करु नका. मन रमणार नाही. विश्वास कमी राहील. सामाजिक मान-सन्मान वाढेल. व्यापारिक लाभ आणि सुख-समृद्धि वाढेल.

सिंह : मार्ग प्रशस्त होईल. अडकलेली कामे पूर्ण झाल्याने आनंद वाटेल. साथ लाभेल. व्यक्तिगत कामात उन्नति होईल. यंत्रे व वाहने जपून चालवावीत.

कन्या : अडकलेला पैसा मिळेल. गूढ अनुसंधान करणाऱ्यांसाठी शुभ. गैरसमज दूर होतील.

तूळ : आपल्या प्रयत्नाने उन्नति कराल. धनलाभ होईल. वरिष्ठांची मर्जी राहील. आपल्या प्रयत्नांमुळे व्यापारात वृद्धि होईल. नवीन कामांना चालना मिळेल.

वृश्चिक : आपल्या कामांची समाजात चर्चा होईल. लाभाच्या संधी. नवीन ओळखी संभवतात. आपल्या बुद्धि आणि तर्काने कार्यात यशाची शक्यता.

धनु : संपत्तीच्या कामात यश मिळण्याचे योग. मनात नवीन कल्पना सुचतील. आपल्या महत्वाकांक्षेमुळे यश मिळू शकेल. वातावरण उत्साहवर्धक राहील.

मकर : आपली दूरदृष्टि आणि बुद्धिने अडकलेली कामे पूर्ण होतील. सामाजिक यश. नवीन कार्य सुरू करू नका. विरोधकांपासून दूर रहा. यश मिळणार नाही.

कुंभ : आर्थिक आणि सामाजिक कामांमुळे अडथळे. कामांची गती मंदावेल. शांत रहा. लाभदायक बातमी कळेल. आर्थिक उन्नति होईल. परिस्थिति शांतपणे हाताळा.

मीन : अडकलेला पैसा मिळेल. भूमि, घर विकत घेण्याचे योग. आरोग्यात सुधारणा. आर्थिक स्थितीत बचत आणि निवेशाचे योग येतील. लाभदायी करार होतील.

शब्दगंध क्र. ७३८७

सौ.शैलजा कुलकर्णी

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

शब्दगंध क्र. ७३८६ चे उत्तर

पा	रं	प	रि	क	■	आ	ग
ण	■	स	का	ळ	■	ग	■
च	■	र	म	■	व	र	वा
ट	प	■	टे	क	डी	■	न
■	■	स	क	■	ल	क	वा
प्र	■	प	डा	व	■	ह	■
ती	न	शे	■	शिं	ग	■	मा
क	■	ल	■	ड	र	का	ळी

आडवे शब्द :- १) साठा; वखार; संग्रहालय ३) सोयरसंबधातील व्यक्ती; पाहुणा ५) समूह; जमाव; ढीग ८) एक प्रकारचे साधे जेवण ९) उद्योग; व्यवसाय ११) स्वत:ला उलटे टांगून घेणारा एक पक्षी १४) सुळका; खडपा १५) मध्यम प्रतीचा १७) भक्त किंवा सेवक यांचा समूह १८) खायाचे पान, चहा वगैरेचे लहान असे दुकान २०) जंगलात राहणारा; वनात वास्तव्य करणारा २१) सर्पाने टाकलेली त्वचा

उभे शब्द :- १) दक्षिण भारतातील एक प्रमुख नदी २) प्रेतावर जेथे अंत्यसंस्कार केले जातात ती जागा; स्मशान ३) सुविधा ४) 'दासबोध' रचणारे मराठी संत ६) मोकळीक; परवानगी; स्वातंत्र्य ७) चावण्याचा अवयव १०) कपाळभर लावलेले कुंकू ११) तळलेला एक खमंग खाद्यपदार्थ १२) काशीचे दुसरे नाव; बनारस १३) उंदीर वर्गातील पण थोडासा मोठा जीव १४) दया; करुणा १६) टपकत पडणारा पाण्याचा थेंब १७) एक जंगली प्राणी; रानरेडा १९) पद्धत; चाल; रिवाज

* * * * * * मुलांचे विश्व * * * * * *

सुविचार : गुरू कधीही करावे लागत नाहीत, ते जन्मोजन्मी आपल्या सोबतच असतात! आपल्यातील शिष्य जागा होणं गरजेचं असतं, इतकचं!

मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन

गॅस सिलेंडरची एक्सपायरी डेट असते, तुम्ही कधी पाहिली आहे का?

प्राचीन काळी महिला स्वयंपाकासाठी लाकूड आणि शेणाच्या पेढ्यांचा वापर करत असत पण आज जवळजवळ प्रत्येक घरात गॅस सिलेंडर वापरला जातो. तुम्ही दरमहा एलपीजी सिलेंडर खरेदी करत असाल पण तुम्हाला माहिती आहे का की त्याची एक्सपायरी डेट असते?आज आपण पाहणार आहोत एलपीजी सिलेंडरची एक्सपायरी डेट कशी ओळखावी? सिलेंडरचा स्फोट होण्याचे हे कारण आहे जर एलपीजी गॅस सिलेंडरमध्ये कालबाह्य झाल्यानंतर टाकला तर तो गॅसचा दाब सहन करू शकत नाही, ज्यामुळे कधीकधी तो स्फोट होतो. याशिवाय, सिलेंडरचा स्फोट होण्याची अनेक कारणे असू शकतात. तुम्हाला कदाचित माहित नसेल की सिलेंडरची एक्सपायरी डेट त्यावर लिहिलेली असते. चला त्याबद्दल सविस्तर जाणून घेऊया.

गॅस सिलेंडरवर लिहिलेल्या अंकांचा अर्थ

गॅस सिलेंडरच्या वरच्या बाजूला तीन पट्ट्या असतात, त्यापैकी एका पट्ट्यावर -23, B-24, C-25 असे काही अंक लिहिलेले असतात. या अंकांच्या मदतीने तुम्ही सिलेंडरची एक्सपायरी डेट शोधू शकता. जर सिलेंडरवर लिहिले असेल तर ते जानेवारी ते मार्च या महिन्यांचे प्रतिनिधित्व करते. जर सिलेंडरवर B लिहिले असेल तर ते एप्रिल-जून महिन्याचे प्रतिनिधित्व करते. जर सिलेंडरवर C लिहिले असेल तर ते जुलै-सप्टेंबर महिन्याचे प्रतिनिधित्व करते. जर सिलेंडरवर ऊ लिहिले असेल तर ते ऑक्टोबर-डिसेंबरपर्यंतचे महिने दर्शवते.

याशिवाय, काही वर्णमाला क्रमांक देखील लिहिलेले असतात, हे अंक सिलेंडर कोणत्या वर्षी एक्सपायरी होईल हे सांगतात. जसे की, जर गॅस सिलेंडरवर C-25 लिहिले असेल, तर याचा अर्थ असा की तुमचा एलपीजी सिलेंडर जुलै ते सप्टेंबर २०२५ दरम्यान एक्सपायर होईल.

नम्रता

एकदा एक गुरु आणि त्यांचे शिष्य प्रवासाला निघाले होते. रस्ता खूपच वाईट आणि डोंगराळ होता. गुरु पुढे चालत होते. शिष्य देखील त्यांच्या गुरुंच्या मागे चालत होते. थोडे अंतर चढल्यानंतर शिष्याचे पाय घसरले.

तो घसरला आणि लोळू लागला. शिष्य खोल खड्ड्यात पडणारच होता तेव्हा बांबूचा एक रोपटा त्याच्या हातात आला. त्याने तो घट्ट धरला. बांबू लवचिक होता. म्हणून तो धनुष्यासारखा खाली वाकला. तेवढ्यात गुरु खंदकाजवळ आले आणि शिष्याला त्याचा हात धरण्यास सांगितले. तो धरून शिष्य बाहेर आला. गुरुंनी शिष्याला समजावून सांगितले, बांबूपासून तू काय शिकलास? शिष्य म्हणाला, गुरुजी, बांबूने माझे जीवन वाचवले.

आपण त्याला दयाळू म्हणू शकतो. गुरु म्हणाले, बांबूने तुमचे जीवन आणि स्वतःचे जीवन उखडण्यापासून वाचवले कारण त्यात लवचिकता होती. जर बांबू कठीण असता तर तो स्वतःच तुटला असता आणि तुम्हालाही खाली पाडले असते. म्हणून, आपण स्वतःमध्ये लवचिकता राखली पाहिजे. ज्यामुळे व्यक्तीला स्वतःचा आणि इतरांचा फायदा होतो.

ड्ब्ज ठएऊ नैतिक कथा : हत्ती आणि त्याच्या मित्राची गोष्ट

बांबूमधील लवचिकतेमुळे, तो मोठ्या वादळालाही तोंड देऊ शकतो. तो कोणत्याही परिस्थितीत तुटत नाही. उलट, वादळामुळे तो खाली वाकतो. वाऱ्याच्या झुळूकांमुळे तो खूप उंचावर जातो.

तात्पर्य : नम्रता माणसाला उंचीवर घेऊन जाते.

जीवन का अमृत (भाग १)

जबसे बालक शिष्य को सत्गुरु द्वारा परलोक के रहस्यों की दीक्षा दे दी जाती है, तभी से दयालु गुरु-सत्ता तीसरे तिल पर उसके साथ रहती है और उसके आध्यात्मिक उत्थान के लिए हर वस्तु का निरीक्षण करती रहती है। जो आज्ञाकारी बनकर उसका कहना मानते हैं, उन्हें भरपूर वरदान मिलता है, जबकि जो ऐसा नहीं कर सकते, उन्हें और इंतजार करना पड़ता है। आध्यात्मिक विकास एक व्यक्तिगत मामला हैं और हर एक अपनी उन्नति के लिए अपने साथ पुराने जन्मों का लेखा-जोखा ले कर आता है। और यह सब जिंदा सत्गुरु के संरक्षण और मार्गदर्शन में होता है।

उन्नति के लिए

आपका सत्गुरु सदा आपके साथ है, अपनी दया का हाथ आगे बढ़ाता हुआ। वह जानता है कि आपके लिए क्या सर्वोत्तम हैं। उसमें विश्वास रखो; उदासी छोड़ दो और दृढ़ता से चलते रहो। वह समर्थ है, बलवान है। वह अपने बच्चों को कभी नहीं छोड़ता । हम देहाभास से ऊपर आकर प्रभु के साम्राज्य में प्रवेश कर सकते हैं। शिष्य को हर कदम पर मार्गदर्शन करने के लिए एक समर्थ और व्यावहारिक जिंदा सत्गुरु की जरूरत होती है। गुरु अमर दास जी कहते हैं, बिना सत्गुरु के, कोई भी प्रभु को नहीं जान सकता। सत्गुरु, सत्गुरु होता है। वह औरों की भाँति शरीर रखता है, पर वह निश्चित रूप से एक उच्च इंसान है, जो इस रास्ते पर आपको मार्गदर्शन और सहायता कर सकता है। यही सवाल ईसामसीह के सामने, उनके (क्रमश:)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

चिरंतन प्रेमाकडे वाटचाल (नाती घट्ट विणू या)

शिवानीदीदी : ती तुमची ताकद होती. दुसरी व्यक्ती तुमच्या कामात अडथळा आणत होती, तुमचं लक्ष विचलित करत होती तरीही तुम्ही ठाम राहिलात..

सुरेश ओबेरॉय : खऱ्या आयुष्यातसुद्धा कोणी आपल्यावर चिडलं असेल किंवा आपल्याला शिव्याशाप देत असेल तरीही आपण स्वत:वर ठाम राहू शकतो? शिवानीदीदी : जर तुम्ही उत्तम कलाकार आहात आणि स्वतःच्या कामगिरीसाठी इतरांना जबाबदार ठरवत नाही असा शक्तिशाली आत्मा आहात तर तुम्ही ते दृश्यही सर्जनशीलतेने निभवाल.

नाते म्हणजे दोन आत्म्यांतील संपर्क

आपण आपल्या आयुष्यातली अनेक वर्षं दुसऱ्यांना दोष देण्यात घालवली आहेत. त्यामुळेच आपण आपले मौलिक गुण कधी वापरलेच नाहीत आणि कोणतीही गोष्ट बराच काळ वापरली गेली नाही तर ती काळाबरोबर अदृश्य होते...

सुरेश ओबेरॉय : पण प्रत्यक्ष आयुष्य आणि चित्रपटांमधलं आयुष्य यांत फरक आहे.

शिवानीदीदी :

हो. पण खऱ्या आयुष्यात चित्रपटातील दृश्य निभावतानाही तुम्ही तुमच्या शक्तीचा वापर करू शकता.

(क्रमश:)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

हसा आणि शतायुषी व्हा!

गुरुजी : मि उपाशि आहे,
सांग बंड्या हा कोणता काळ आहे?
बंड्या : दुष्काळ..

करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी

* माऊंट हुकूनो कोणत्या देशात आहे?

– इंडोनेशिया

– अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

साहित्य सहवास – 'नायक...'

१९८२ साली पहिलं नाटक पाहिलं आणि पहिला चित्रपट १९७६ साली पाहिला. हे सांगण्याचं कारण नाटक अथवा चित्रपटात नायक हा असतो. हिंदी चित्रपटातला नायक एकावेळी पाच-सात गुंडांना तुफान हाणामारी करुन (रक्तबंबाळ झाला तरीसुध्दा) लोळवतो, तुडवतो. अन्यायाच्या विरोधात लढणारा नायक पडद्यावर पाहिला की थिएटर शिट्ट्यांनी चैतन्यदायी होतं. कारण आपण अर्थात चित्रपटगृहातले प्रेक्षक स्वतःला नायकाच्याजागी पाहतात. ते हाणामारीचं दृष्य झालं की पोलिस येतात गुंडाना पकडुन नेतात. नायकाचा जयजयकार सुरु होतो, प्रेक्षक सकारात्मक शेवटामुळे आनंदी चेहऱ्याने चित्रपटगृहाबाहेर पडतो. नाटक, चित्रपट हे समाजमनाचं प्रतिबिंब आहे. नायक म्हंटलं की तो सुंदर दिसणारा, भारी कपडे घातलेला, पिळदार शरिरयष्टीचा असावाच हा आपला, आपण करुन घेतलेला एक छान असा समज आहे. चित्रपटगृहात पडदा एवढंच आपलं जग असतं. प्रत्यक्ष जीवनात, पाच – सहा मरतुकड्या तरुण पोरांनी एखाद्या बऱ्यापैकी तब्येत असलेल्या तरुणाला धरलं तर तो त्या पाच-सहा तरुणांना विनंती करु लागतो, वेळप्रसंगी त्यांचे पायही धरतो आणि आपली सुटका करुन घेतो. 'मी नायक बनण्याच्या नादात, त्या पाच – सहा तरुणांनी मला तुडव – तुडव तुडवला आणि हॉस्पिटलमध्ये ॲडमिट झालो तर ह्या नकारात्म क विचारांचा खलनायक सर्वात आधी त्याच्या मनात जन्म घेतो. हा नकारात्मक विचारांचा खलनायक त्याची शारिरिक आणि मानसिक शक्ती खेचुन घेताच हा तरुण गर्भगळीत होतो. पण त्याचक्षणी त्या तरुणाने न घाबरता मनात एक सकारात्मक विचार केला की मी ह्या पाच-सहा मरतुकड्यांना नक्कीच तुडवु शकतो त्यावेळी त्याच्यात बळ संचारतं आणि तो त्या पाच – सहा तरुणांना यथेच्छ बदडतो.

तुमच्या दृष्टीने ह्या ठिकाणी तो तरुण म्हणजेच नायक. तुमचा हा दृष्टीकोन काही अंशी बरोबर आहे असं मला वाटतं कारण नायक म्हणजे फक्त एखादी व्यक्ती एवढीच व्याख्या नायक शब्दाची तुम्ही करता. त्याचवेळी मी हा विचार करतो की त्याक्षणी त्या तरुणाच्या म नात आलेला सकारात्मक विचार हाच खरा नायक. विशेष म्हणजे हा 'नायक' तुम्हाला प्रत्यक्षात कधीच दिसणार नाही पण त्या तरुणात त्याच एका सकारात्मक विचारामुळे दहा हत्तींचं बळ संचारलं म्हणूनच तो नायक ठरला. एखाद्या विशिष्ठ शब्दाचा जो रुढ अर्थ आहे तोच अर्थ घेऊन आपण दैनंदिन जीवनात वाटचाल करतो. त्या एखाद्या विशिष्ठ शब्दाचा प्रचलित अर्थ घेऊनच आपण वाटचाल करतो. परवा, सुप्रसिध्द व्याख्याते मा. नितीन बानगुडे पाटील ह्यांचं 'पुस्तक घडवतं मस्तक' हे व्याख्यान ऐकलं. व्याख्यान अगदी मनापासुन आवडलं. त्या विषयाला अनुसरुन नितीनजींनी दिलेलं ते व्याख्यान म्हणजेच त्यांचं प्रचंड वाचन, मनन, चिंतन. ग्रंथ हे गुरु. पुस्तकासारखा मित्र नाही. माझ्यादृष्टीने मी वाचत असलेलं पुस्तक हे नक्कीच नायक आहे. आजपर्यंत कोट्यावधी व्यक्तींना घडवण्याचं महान कार्य पुस्तकांमुळेच झालं आहे आणि ह्यापुढेही होणारंच आहे. पुस्तकातले शब्द हे नायक होण्यासाठीचे अत्यंत महत्वाचे घटक आहेत. शब्दांची ताकद आपण ओळखतो. माझ्यामते नायक हे फक्त व्यक्तींपुरतं मर्यादित नसतं. निर्जीव वस्तुलाही नायकत्व बहाल करता येतं. मोठ्या पडद्यावरचा नायक प्रत्येकाला आवडतो. त्या नायकासारखं राहण्याचा प्रयत्न आपण करतो. नायक म्हणजेच चांगुलपण, चांगली आचार- विचारसरणी. मी जेव्हा माझा विचार करतो. मला चांगलं असं करावसं वाटतं, ते वाटणं म्हणजेही नायकच. प्रत्येक व्यक्ती आपल्या जीवनाचा नायक असतोच. आपल्या स्वतःचं भविष्य उज्वल करायचं अथवा नाही हे सर्वस्वी माझ्याच हातात आहे. नायक हा स्वतःचं भविष्य उज्वल करतांनाच इतरांना काय – काय चांगलं असं देता येईल ह्याचाही विचार करतो, तशीकृती सुध्दा करतो. अन्यायाच्या विरोधात लढतो. मी हा विचार केलाच पाहिजे की मी खरंच अन्यायाच्या विरोधात लढतो का? एखादा मित्र चुकीचा वागत असेल तर मी, त्याला ते व्यवस्थितपणे समजावुन सांगतो का ? मी इतरांसाठी काय-काय चांगलं असं करतो? मी, गरजुंना सहकार्य करतो का? ह्यांसारखे अनेक प्रश्न मी स्वतःला विचारणं गरजेचं आहे. कारण ह्या प्रश्नांच्या उत्तराशिवाय मी नायक होऊच शकणार नाही. खरं तर अभ्यासांती लक्षात येईल की ही उत्तरं म्हणजेही नायकच. खल अर्थात वाईट आचार, विचारांच्या व्यक्तीची संगत आपल्याला कधीच नायक करु शकणार नाही. आपला भविष्यकाळ अंधार भरला होण्यासाठी ह्या खल प्रवृत्तीच्या व्यक्ती कारणीभुत असतील. एखादा प्रश्न नायक असु शकतो का? तर नक्कीच असु शकतो असं मला वाटतं. 'साहित्य सहवास'च्या अनेक लेखांचा शेवट मी प्रश्न विचारुन केला आहे. ह्या प्रश्नावर अनेक वाचकांनी मनन, चिंतन केलं आणि त्या प्रश्नाचं उत्तरही काहींनी स्वतः पुरत का होईना मिळवलं. त्या काहींनी मला सांगितलं तो प्रश्न शेवटी विचारला नसता तर मी विचार केलाच नसता. त्या व्यक्तींच्या दृष्टीने 'साहित्य सहवास' नायक आहे 'माणूस' घडवणारा.

(लेख क्र.५९२)

– सुनील राऊत
माळीगल्ली, भिंगार, अहिल्यानगर
मो.९८२२७५८३८३

आहारवेद – आरोग्य संवर्धन

खरबूज

हे अल्कली गुणधर्मयुक्त असल्याने आम्लपित्ताच्या विकारावर ते उपयुक्त आहे. आम्लपित्त झाले असेल किंवा कायम होत असेल, तर खरबूज भरपूर खावे. अतिसार, आमांश या विकारांमध्ये खरबूज खाणे लाभदायक ठरते. कारण या विकारांम ध्ये शरीरातील पाणी कमी होत असल्याने खरबूज सेवनाने शरीरातील जलकमतरता (डी-हायड्रेशन) भरून निघते व अशक्तपणा दूर होतो. खरबूज रोज भरपूर प्रमाणात खाल्ल्याने त्यात असणाऱ्या उष्मांकामुळे वजन वाढीस लागते. म्हणून कृश व्यक्तींनी सुडौल बांधा होण्यासाठी खरबूज नियमित खावे. खरबुजाच्या सालीचा उपयोग मूत्रावरोधामध्ये होतो. सालीसह खरबूज पाण्यात कुस्करून, गाळून ते पाणी रुग्णाने प्यायल्यास लघवी भरपूर व साफ होतो.

(क्रमश:)

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

महिलादिनानिमित्त ट्रेक कॅम्पची अनोखी 'ट्रेक इन सारी' मोहीम यशस्वी करणाऱ्या महिला.

गर्भगिरी डोंगराने अनुभवला माता-भगिनींचा उत्साह

महिलादिनानिमित्त ट्रेक कॅम्पची अनोखी 'ट्रेक इन सारी' मोहीम यशस्वी

नगर - भल्या सकाळची वेळ... चाँदबिबी महालाजवळच्या गर्भगिरी डोंगराचा निसर्गरम्य परिसरात नटून-थटून आलेल्या सुमारे ६०० महिलांच्या वाहनांची वर्दळ... त्यांचे जणू स्वागत करत असलेला सूर्यदेव... आणि नंतर विविधरंगी साड्या परिधाम केलेल्या महिलांच्या उत्साहाने निनादलेला परिसर... अशा भारावलेल्या वातावरणात गर्भगिरीच्या डोंगराने महिलांचा उत्साह अनुभवला. ट्रेक कॅम्पने आयोजित केलेल्या 'ट्रेक इन सारी' या उपक्रमात महिला अक्षरशः मंत्रमुग्ध झाल्याचे चित्र पाहायला मिळाले.

महिलादिनानिमित्त आगळावेगळा उपक्रम राबविण्याची संकल्पना ट्रेक कॅम्पच्या समन्वयक करिश्मा कोठारी-जोशी यांच्या पुढाकारातून प्रत्यक्षात उतरली. त्यास महिलांचा प्रचंड प्रतिसाद मिळाला. सकाळी साडेपाच वाजता सर्व वयोगटातील सुमारे ६०० महिला किल्ल्याजवळील मैदानात एकत्र आल्या. तेथून आपापल्या वाहनांनी सर्वजण चाँदबिबी महालालगतच्या गर्भगिरी डोंगरात पोहोचल्या. तेथे पोहोचल्यानंतर साडी परिधान केलेल्या महिलांनी डोंगरातील खडकाळ रस्त्यावरून सुमारे २ किलोमीटर अंतर जिद्दीने पूर्ण करत गर्भगिरी महादेवाचे दर्शन घेतले. नटून-थटून आल्या असल्याने त्यांना फोटो काढण्याचा मोह आवरता आला नाही.

नंतर विविध खेळ, स्पर्धा यात सहभागी झालेल्या महिलांच्या चेहऱ्यावरील आनंद ओसंडून वाहत होता. विजेत्या महिलांना मान्यवरांच्या हस्ते बक्षिसे देण्यात आली. 'आयएफडीआय'च्या विद्यार्थ्यांबरोबरच इतर महिलांनी सादर केलेल्या रॅम्प वॉकला उपस्थितांनी टाळ्यांच्या गजरात प्रतिसाद दिला. नृत्याचाही आनंद त्यांनी घेतला. अल्पोपहारानंतर सर्व महिलांना महिला उद्योजकांच्या सहकार्यातून भेटवस्तूही देण्यात आल्या. साडी परिधान करून डोंगरात फेरफटका मारण्याचा अनुभव बहुसंख्य महिलांना प्रथमच अनुभवला. कार्यक्रमाच्या सांगतेनंतर हसतमुखाने सर्व महिला घरी पोहोचल्या. ट्रेकॅम्पच्या संस्थापिका मेघा व विशाल लाहोटी यांच्या मार्गदर्शनाखाली ट्रेकॅम्पच्या स्वयंसेवकांनी या उपक्रमासाठी परिश्रम घेतले.

साडी ही भारतीय स्त्रीची केवळ मानसिक आणि सामाजिक ओळख नाही, तर तिच्या सहनशक्तीचं प्रतीक आहे. गर्भगिरीच्या अवघड आणि अनवट पायावाटांवर साडी सावरत चालताना ट्रेकमध्ये सहभागी प्रत्येक महिलेला स्वतःमध्ये वेगळ्याच शक्तीची जाणीव जाणवली. साडीमध्ये डोंगर-दऱ्यात वावरताना वेगळीच जिद्द व ऊर्जा त्यांच्याच संचारली होती. दैनंदिन कामातून वेगळं काहीतरी केल्याचा अनुभव त्यांच्या समाधानी हास्यातून प्रकट होत होता, अशा भावना ट्रेक कॅम्पच्या संस्थापिका मेघा लाहोटी यांनी व्यक्त केल्या.

प्रेरणादायी अक्षरधन

नवरात्र-कृषी-लोकोत्सव

"मुसाफिर" वाचनीय मननीय प्रेरणादायी अक्षर धन

संकलन: दिशान फिचर्स

आध्यात्मिक, पौराणिक, सामाजिक, सांस्कृतिक संदर्भ जरी नवरात्राशी जोडले असले तरी प्राचीन काळापासून भारतात नांदणाऱ्या कृषिप्रधान संस्कृतीतील तो एक कृषी लोकोत्सव आहे. घटस्थापनेच्या दिवशी एका परडीमध्ये आपल्या शिवारातील वावराची माती टाकून त्यात विविध प्रकारचे धान्य टाकले जाते. त्यावर घट ठेवून त्यात पाणी भरले जाते. नऊ दिवसांत धान्याचे अंकुर मोठे होतात. दसऱ्याच्या दिवशी दसऱ्याचा तुरा म्हणून ते देवाला वाहिले जातात आणि टोपीवर, पागोट्यावर अभिमानाने अडकविले जातात.

घट बसविण्याच्या या धार्मिक कृत्यामागील कृषिप्रक्रियेची घटना महत्त्वाची आहे. घटाच्या खाली परडी ठेवलेली आहे. परडी हे एक शेत असते. मातीची परीक्षा घेण्यासाठी आपल्याच शिवारातील वावरी त्यात टाकली जाते.

नांगराच्या फाळाने जमीन नांगरल्यानंतर जसे फराट तयार होतात तसे त्या परडीतल्या मातीवर उभ्या आडव्या नऊ रेघा मारल्या जातात. प्रत्येक रेषेवर एक याप्रमाणे नऊ रेघांवर नऊ प्रकारचे धान्य टाकले जाते. या पेरलेल्या धान्याला घटातल्या पाण्याने ओलावा मिळतो. या कृत्रिम शेताभोवती हवा खेळती राहावी म्हणून सतत दिवा लावला जातो. त्या दिव्याच्या उष्णतेने तेथील हवा विरळ होऊन वर जाते आणि त्या हवेची जागा बाहेरील शुद्ध हवा घेते.

गोडेतेलाच्या दिव्याने आजूबाजूचे जंतूही मरून जातात. असे काळजीपूर्वक नऊ दिवस केल्यानंतर कोणते धान्य सकस रूपात उगवले आहे हे पाहून पुढील वर्षी आपल्या शिवारात कोणते धान्य चांगले येऊ शकते याचा अंदाज घेतला जात असे. म्हणजेच नवरात्रातील घटस्थापना ही शिवारातील माती, धान्याचे बी, येणारे पीकपाणी याचा अंदाज घेणारी एक छोटी कृषी प्रयोगशाळाच होती. आज नवरात्र उत्सवातील हा कृषिसंदर्भ आणि त्याचे स्वरुप लोप पावले आहे. एक धार्मिक क्रियाविधी म्हणून त्याच्याकडे पाहिले जात आहे.

एकूणच शारदीय नवरात्र उत्सवाचे वेगवेगळे पदर आहेत. वेगवेगळे संदर्भ आहेत. विविधांगी रूप आणि रूपक त्यातून व्यक्त होत आहे. असुरांच्या विनाशाचा, सत्प्रवृत्तीच्या संवर्धनाचा हा उत्सव आहे. सांस्कृतिक जीवनात या उत्सवाचे स्थान अनन्यसाधारण असे आहे.

- किशोर गांधी

गुलमोहर रोडवरील स्वामी समर्थ मंदिरात १७ मार्चपासून धार्मिक कार्यक्रमाचे आयोजन

नगर - सावेडी उपनगरात गुलमोहर रोडवरील श्री स्वामी समर्थ महाराज प्रकट दिन व श्री स्वामी समर्थ मंदिराचा २०वा वर्धापन दिन सोहळा निमित्त विविध धार्मिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले आहे.

श्री स्वामी समर्थ सेवा संस्था यांचे वतीने २० मार्च रोजी प्रकट दिनानिमित्त खालील कार्यक्रमाचे आयोजन केले आहे. १९ मार्च रोजी गुढीपाडवा निमित्त

पहाटे ५ वा. श्रींच्या मूर्तीला अभ्यंगस्नान, सकाळी ८ वा. आरती दुपारी १२ वा. नैवद्य आरती, सायं ७ वा. धूपआरती, सायं.७.३० वा. सौ.उज्वला जोशी यांचा भक्ती संगिताचा कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला आहे.

२० मार्च रोजी पहाटे ५ वा. श्रींना रुद्राभिषेक, सकाळी ८ वा आरती, दुपारी १२.३० वाजता नैवद्य आरती, नंतर दुपारी १ ते ३ महाप्रसाद (भंडारा) होईल.

सायं.६ वाजता गुलमोहर रोड, पारिजात चौक, श्रीराम चौक परिसरातून श्री स्वामी समर्थ महाराजांच्या उत्सव मुर्तीची व पादुकांची मिरवणूक काढण्यात येणार आहे. या सोहळ्यात सर्वांनी सहभागी व्हावे. मिरवणुकीनंतर रात्री ९ वाजता आरती, रात्री १० वाजता शेजारती होईल. असे कार्यक्रम यावेळी पार पडतील.

या प्रकट दिना निमित्त गुरुलीलामृत पारायण सोहळा १७, १८, १९ मार्च रोजी दररोज दुपारी १२.३० वाजता होणार आहे. भाविकांनी उपस्थित रहावे असे आवाहन मंदिराच्या वतीने करण्यात आले.

'रसिकोत्सव २०२६' चे मानाचे पुरस्कार जाहीर

सी ए रमेश फिरोदिया, शिल्पकार हेमंत चिंचवले व इतिहास अभ्यासक भूषण देशमुख यांचा होणार गौरव

नगर - रसिक ग्रुपच्यावतीने गुढीपाडव्याच्या दिवशी आयोजित करण्यात येणाऱ्या रसिकोत्सव २०२६ सोहळ्यासाठी यंदाचे मानाचे पुरस्कार जाहीर करण्यात आले आहेत. शांतीकुमार फिरोदिया स्मृती रसिक गौरव पुरस्कार पुणे येथील लघुशिल्पकार हेमंत चिंचवले यांना, प्रदीप गांधी स्मृती रसिक गौरव पुरस्कार सीए रमेश फिरोदिया यांना तर क्रिकेटपटू बाबा चांदोरकर स्मृती रसिक गौरव पुरस्कार इतिहास अभ्यासक भूषण देशमुख यांना प्रदान करण्यात येणार असल्याची माहिती अध्यक्ष जयंत येलुलकर यांनी दिली.

रसिक ग्रुप गेल्या २४ वर्षांपासून गुढीपाडव्याच्या दिवशी सांस्कृतिक महोत्सवात हे पुरस्कार सन्मानपूर्वक प्रदान करते. स्वतःच्या कर्तृत्वाने समाजापुढे आदर्श ठेवणाऱ्या प्रेरणादायी व्यक्तिमत्वास हे पुरस्कार सन्मानपूर्वक प्रदान करण्यात येतात. असे रसिक ग्रुपचे अध्यक्ष जयंत येलुलकर यांनी सांगितले

यंदाचा प्रदीप गांधी स्मृती रसिक गौरव पुरस्कार सीए रमेश फिरोदिया यांना जाहीर करण्यात आला आहे. त्यांनी अहिल्यानगरच्या सामाजिक, शैक्षणिक, सांस्कृतिक आणि वैद्यकीय क्षेत्रात भरीव योगदान दिले आहे. सविता रमेश फिरोदिया प्रतिष्ठानच्या माध्यमातून त्यांनी नगर शहरात शैक्षणिक संकुल उभारले असून विद्यार्थ्यांना आर्किटेक्चरचे शिक्षण घेण्याची संधी उपलब्ध करून दिली आहे. तसेच आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये आयसीयू, सिटी स्कॅन मशीन उभारण्यासाठी भरीव अशी मदत केली असून आयएमएस, सीडी अँड आर महाविद्यालयात सांस्कृतिक सभागृह उभारण्यातही त्यांचा मोलाचा वाटा आहे. शहरासाठी दिलेल्या या भरीव योगदानाबद्दल त्यांना हा पुरस्कार प्रदान केला जाणार आहे.

शांतिकुमार फिरोदिया स्मृती रसिक गौरव पुरस्कार पुणे येथील लघुशिल्पकार हेमंत चिंचवले यांना जाहीर झाला आहे. चिंचवले यांनी विविध माध्यमातून तयार केलेल्या लघुशिल्पकृतींसाठी विशेष ओळख निर्माण केली आहे. अगदी छोट्या गोळ्यांपासून तसेच अंगठ्याच्या नखावरही शिल्प साकारण्याची त्यांची अद्भूत कला रसिकांना थक्क करते. या शिल्प कृती पाहिल्यावर डोळ्यांचे पारणे फिटते. त्यांच्या शिल्पकृतींमध्ये अत्यंत बारकावे आणि कौशल्य दिसून येते. त्यांच्या या अनोख्या कलेचा गौरव व्हावा यासाठी रसिक ग्रुपने यावर्षी त्यांच्या नावाची पुरस्कारासाठी निवड केली आहे.

क्रिकेटपटू बाबा चांदोरकर स्मृती रसिक गौरव पुरस्कार इतिहास अभ्यासक भूषण देशमुख यांना जाहीर करण्यात आला आहे. त्यांनी अहिल्यानगरच्या वैभवशाली इतिहासाचा अभ्यास करून शहराच्या ऐतिहासिक ओळखीबाबत व्यापक संशोधन केले आहे. चांदबीबीचा महाल, भुईकोट किल्ला, भिस्तबाग, बुऱ्हानगर, बागरोजा, शाह शरीफ दर्गा, आलमगीर यांसारख्या ऐतिहासिक वास्तूंबाबत त्यांनी अभ्यासात्मक माहिती संकलित करून ती समाजासमोर आणली आहे. त्यांच्या या कार्यामुळे व उपक्रमांमुळे नगर शहराचा समृद्ध इतिहास सर्वसामान्यांपर्यंत पोहोचण्यास मोलाची मदत झाली आहे. या कार्यक्रमाला नगरकरांनी उपस्थित रहावे असे आवाहन संयोजकांच्या वतीने करण्यात आले आहे.

घरगुती गॅस सिलिंडरच्या अनधिकृत साठ्याची तपासणी करण्यात आली.

जिल्ह्यात ५९ हॉटेल्स, ६ गॅस वितरक संस्थांची तपासणी; ११ सिलिंडर जप्त

नगर - जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया यांच्या निर्देशानुसार गॅसचा काळाबाजार रोखण्यासाठी विशेष पथके स्थापन करण्यात आली असून त्यामार्फत जिल्ह्यात विविध ठिकाणी नियमित तपासण्या सुरू आहेत. या मोहिमेअंतर्गत ५९ हॉटेल्स व ६ गॅस वितरक संस्थांची तपासणी करण्यात आली. संपूर्ण तपासणीत एकूण ११ सिलिंडर जप्त करण्यात आले असून त्यातील ९ सिलिंडर एमआयडीसी परिसरातील धाडीत ताब्यात घेण्यात आले.

ही कारवाई १३ मार्च रोजी करण्यात आली. जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया यांनी कारवाईचे आदेश दिल्यानंतर नगर एमआयडीसी परिसरात अन्नधान्य वितरण विभागाच्या संयुक्त पथकाने तपासणी मोहिम हाती घेतले. यावेळी पथकाला घरगुती गॅस सिलिंडरचा अनधिकृत साठा केल्याचे उघडकीस आले. या कारवाईत ९ घरगुती गॅस सिलिंडर जप्त करण्यात आले असून घरगुती गॅसचा व्यावसायिक वापर व काळाबाजार रोखण्यासाठी ही कारवाई करण्यात आली. ही कारवाई नगर शहराच्या अन्नधान्य वितरण अधिकारी सपना भोवते, नगर तालुक्याचे पुरवठा निरीक्षण अधिकारी शिवराज पवार, राहुरीचे पुरवठा निरीक्षण अधिकारी सुदर्शन केदार, बीपीसीएल कंपनीचे जिल्हा समन्वय अधिकारी राजकुमार मिश्रा, नगर शहराचे पुरवठा निरीक्षक तेजस पाटील, महसूल सहाय्यक अक्षय एकशिंगे व वाहनचालक योगेश शहाणे यांच्या संयुक्त पथकाने केली.

घरगुती वापरासाठी असलेले गॅस सिलिंडर अनधिकृतरीत्या साठवून ठेवणे नियमबाह्य असून अशा प्रकारामुळे सर्वसामान्य ग्राहकांना कृत्रिम टंचाईला सामोरे जावे लागते. जिल्ह्यातील गॅस वितरण व्यवस्था सुरळीत राहावी यासाठी प्रशासनाकडून अशा प्रकारच्या धडक कारवाया यापुढेही सुरू राहणार असून अनधिकृत साठा किंवा घरगुती गॅसचा गैरवापर आढळल्यास नागरिकांनी तात्काळ प्रशासनाला माहिती द्यावी, असे आवाहन करण्यात आले आहे.

नगर येथील साहित्यिक सरोज आल्हाट यांना 'कस्तुरबा गांधी समाजसेवा पुरस्कार' जाहीर

नगर - येथील साहित्यिक व मुक्त पत्रकार सरोज आल्हाट यांची राज्यस्तरीय 'श्रीमती कस्तुरबा गांधी समाजसेवा पुरस्कार २०२६' साठी निवड करण्यात आली आहे. जळगाव येथील तुबा नाज हेल्प मल्टीपर्पज सोसायटीतर्फे हा पुरस्कार प्रदान करण्यात येतो. या पुरस्काराचे वितरण २९ मार्च रोजी जळगाव जिल्हाधिकारी कार्यालय येथे आयोजित विशेष समारंभात करण्यात येणार असल्याची माहिती संस्थेचे अध्यक्ष डॉ. जावेद शेख यांनी दिली आहे.

सरोज आल्हाट गेल्या सुमारे ३० वर्षांपासून विविध सामाजिक संस्थांमधून पदाधिकारी म्हणून कार्यरत आहेत. समाजातील दलित, शोषित, दारिद्र्यग्रस्त, आदिवासी, बालकल्याण, परित्यक्ता महिला, युवकांचे प्रश्न, एड्सग्रस्त रुग्ण, कुष्ठरुग्ण, अंध तसेच इतर वंचित घटकांसाठी त्यांनी सातत्याने सामाजिक, विकासात्मक व धोरणात्मक स्तरावर काम केले आहे. त्यांच्या 'गार्डियन एंजल्स' या संस्थेमार्फत परावलंबी व दुर्धर आजारांनी पीडित रुग्ण तसेच ज्येष्ठ नागरिकांसाठी विविध सेवा उपक्रम राबवले जातात. या संस्थेमार्फत गरजू रुग्णांना आधार देण्याबरोबरच त्यांची वैयक्तिक काळजी, आरोग्यविषयक मदत आणि मानसिक आधार देण्याचे कार्यही केले जाते. याशिवाय त्यांच्या 'द म्युझिकल मूड्स' या ग्रुपच्या माध्यमातून रुग्णांना डिप्रेशनमधून बाहेर काढण्यासाठी मोफत म्युझिक थेरेपी दिली जाते. या उपक्रमामुळे अनेक रुग्णांमध्ये सकारात्मकता निर्माण होऊन त्यांच्यात नव्याने जगण्याची उमेद निर्माण होत असल्याचे सांगितले जाते.

गार्डियन एंजल्स संस्थेमार्फत समाजातील गरीब, परित्यक्ता, एकल विधवा महिला तसेच युवक-युवतींना रोजगाराची संधी उपलब्ध करून दिली जाते. या माध्यमातून अर्धांगवायू, कॅन्सर, पार्किन्सनसह विविध आजारांनी ग्रस्त रुग्णांची वैयक्तिक स्वच्छता, दैनंदिन क्रिया, व्यायाम आणि इतर आवश्यक सेवांमध्ये मदत केली जाते.

सरोज आल्हाट स्वतःही रुग्णसेवेत सक्रिय सहभाग घेतात. रुग्ण आणि त्यांच्या नातेवाईकांना समुपदेशन, मानसिक आधार तसेच सकारात्मक विचारांची दिशा देण्याचे कार्य त्या सातत्याने करतात. त्यांच्या 'डोरकास रिजूविनेशन प्रोग्रॅम'च्या माध्यमातूनही गरजू व्यक्तींना वैयक्तिक पातळीवर मदत केली जाते.

त्यांच्या या व्यापक सामाजिक कार्याची दखल घेऊनच त्यांची राज्यस्तरीय कस्तुरबा गांधी समाजसेवा पुरस्कारासाठी निवड करण्यात आल्याचे संस्थेतर्फे सांगण्यात आले आहे.

'कृष्णा कार सजावट' मध्ये चारचाकी वाहनांच्या आकर्षक सजावटीसाठी भरघोस सवलत जाहीर करण्यात आली आहे.

चारचाकी वाहनांच्या आकर्षक सजावटीसाठी 'कृष्णा कार सजावट' मध्ये भरघोस सवलत

नगर - गुढीपाडवा हा मराठी नववर्षाचा उत्सव मोठ्या उत्साहात साजरा केला जातो. या मुहूर्तावर अनेकजण आपली वाहने नव्या रूपात सजवण्यास प्राधान्य देतात. या पार्श्वभूमीवर सावेडी परिसरातील कृष्णा कार सजावट येथे गुढीपाडवा निमित्त ग्राहकांसाठी विशेष सवलतीची ऑफर जाहीर करण्यात आली आहे. या ऑफरमुळे ग्राहकांना आपल्या चारचाकी वाहनांची आकर्षक व दर्जेदार सजावट करण्याची उत्तम संधी उपलब्ध झाली आहे.

अहिल्यानगर शहरातील नगर मनमाड रोड वरील झोपडी कॅंटीन परिसरातल्या, रुचिरा स्वीट्स समोरील कृष्णा कार सजावट येथे सर्व प्रकारच्या फोर व्हिलर वाहनांसाठी विविध प्रकारची कार सजावट, ॲक्सेसरीज तसेच आधुनिक डिझाईनची सुविधा उपलब्ध आहे. ग्राहकांच्या आवडीनुसार व बजेटनुसार वाहनांना नवे व आकर्षक रूप देण्यावर येथे विशेष भर दिला जातो. याठिकाणी अनुभवी कारागिरांमार्फत गाड्यांची सजावट अत्यंत काळजीपूर्वक व दर्जेदार पद्धतीने केली जाते.

याठिकाणी सर्व प्रकारच्या चारचाकी वाहनांसाठी सिट कव्हर्स आवडीनुसार तयार करून मिळतात. सिट कव्हर्ससाठी वेल्वेट, लेदर, ज्युट, टर्किश, इटालियन क्लॉथ तसेच इतर विविध प्रकारचे उच्च प्रतीचे कापड उपलब्ध आहे. ग्राहकांच्या पसंतीनुसार रंग, डिझाईन व मटेरियल निवडण्याची सोय असल्यामुळे गाडीच्या आतील भागाला आकर्षक व स्टायलिश लूक मिळतो.

याशिवाय गाड्यांसाठी विविध प्रकारच्या कार ॲक्सेसरीज, सजावटीच्या वस्तू, इंटिरिअर डेकोरेशन साहित्य आदींचाही मोठा संग्रह येथे उपलब्ध असल्याचे सांगण्यात आले. प्रत्येक ग्राहकाला समाधानकारक सेवा देण्यावर कृष्णा कार सजावटचा भर असल्याचे संचालक रोहित आहुजा यांनी सांगितले.

गुढीपाडवा सणाच्या निमित्ताने सुरू करण्यात आलेल्या या विशेष ऑफरचा लाभ घेण्यासाठी नागरिकांनी भेट द्यावी, किंवा अधिक माहिती साठी ९९७५३६४६१२ / ८८८८८५६६८८ या क्रमांकावर संपर्क साधू शकता असे आवाहनही त्यांनी केले. उत्कृष्ट दर्जा, वाजवी दर आणि ग्राहकांच्या समाधानाला प्राधान्य या तत्त्वांवर कृष्णा कार सजावट कार्यरत असल्याचे त्यांनी नमूद केले.

केडगाव खूनप्रकरणी आरोपीला जामीन मंजूर

नगर - नगर-पुणे महामार्गावरील केडगाव परिसरात मध्यरात्री लूटमार करण्याच्या उद्देशाने एका व्यक्तीस अडवून निर्जन ठिकाणी नेऊन मारहाण करून खून केल्याच्या प्रकरणातील आरोपी मंगेश कालीदत्त कांबळे यास जिल्हा व सत्र न्यायालयाने जामीन मंजूर केला आहे.

या प्रकरणात संबंधित व्यक्तीस रस्त्यात अडवून वाहनावर बसवून निर्जन ठिकाणी नेण्यात आले होते. तेथे त्याच्या खिशातील रोख रक्कम व एटीएम कार्ड काढून घेण्याचा प्रयत्न करण्यात आला होता. त्यावेळी त्याने विरोध केल्यामुळे आरोपीने लाठी-काठी तसेच लाथाबुक्क्यांनी मारहाण केली. त्यानंतर जखमी अवस्थेत रस्त्याच्या कडेला फेकून दिल्याने संबंधित व्यक्तीचा मृत्यू झाला. या घटनेप्रकरणी कोतवाली पोलीस ठाण्यात मंगेश कालीदत्त कांबळे याच्याविरुद्ध खुनाचा गुन्हा दाखल करण्यात आला होता. दरम्यान, आरोपीतर्फे ॲड. सचिन पाठक यांनी जिल्हा व सत्र न्यायालयात जामिनासाठी अर्ज दाखल केला. या अर्जावर युक्तिवाद करताना त्यांनी आरोपीविरुद्ध सबळ पुरावा नसल्याचे तसेच सदर घटनेशी व मारहाणीशी आरोपीचा थेट संबंध सिद्ध होत नसल्याचे न्यायालयाच्या निदर्शनास आणून दिले. तसेच आरोपीस विनाकारण गुन्ह्यात अडकविण्यात आल्याचा युक्तिवाद ॲड. पाठक यांनी केला. पोलिसांकडून आरोपीचा गुन्ह्यातील सक्रिय सहभाग सिद्ध करता आला नसल्याचे निरीक्षण नोंदवत जिल्हा व सत्र न्यायालयाने आरोपीस जामिन अर्ज मंजूर केला. न्यायालयात आरोपीची बाजू ॲड. सचिन पाठक यांनी मांडली.

महावितरणच्या कार्यालयात गोंधळ घालत कर्मचाऱ्यांना शिवीगाळ; सरकारी कामात अडथळा आणल्याप्रकरणी एकावर गुन्हा दाखल

नगर - थकीत वीज बिल भरण्यास सांगितल्याच्या रागातून एका इसमाने महावितरण कंपनीच्या कार्यालयात घुसून महिला कर्मचाऱ्यासह इतर कर्मचाऱ्यांना शिवीगाळ करत दगडाने मारहाण करण्याचा प्रयत्न केला. ही घटना गंजबाजार येथील जुने पॉवर हाऊस परिसरातील महावितरण कार्यालयात १३ मार्च रोजी दुपारी ३ वाजेच्या सुमारास घडली. या प्रकरणी कोतवाली पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पोलिसांनी आरोपीला ताब्यात घेतले आहे.

गंजबाजार सेक्शनमधील एका ग्राहकाचे मागील ५ ते ६ महिन्यांपासून वीज बिल थकीत होते. वारंवार सूचना देऊनही बिल न भरल्याने नियमानुसार त्यांचे वीज कनेक्शन तोडण्यात आले होते. याचाच राग मनात धरून तुषार सुंदर देठे (रा. धरती चौक, अहिल्यानगर) हा इसम कार्यालयात आला. त्याने तेथे कर्तव्यावर असलेल्या महिला वरिष्ठ तंत्रज्ञ आणि इतर कर्मचाऱ्यांशी हुज्जत घालण्यास सुरुवात केली.

संबंधित महिला कर्मचाऱ्याने तक्रार विचारली असता, आरोपीने त्यांना अतिशय गलिच्छ भाषेत शिवीगाळ केली. कार्यालयातील इतर कर्मचारी मध्यस्थी करण्यासाठी आले असता, आरोपीने त्यांच्या अंगावर दगड घेऊन धावून जाण्याचा प्रयत्न केला आणि जीवे मारण्याची धमकी दिली. या प्रकारामुळे कार्यालयात काही काळ तणावाचे वातावरण निर्माण झाले होते. घटनेची माहिती मिळताच कोतवाली पोलिसांनी तातडीने घटनास्थळी धाव घेत आरोपीला ताब्यात घेतले. सरकारी कामात अडथळा आणल्याप्रकरणी पोलिसांनी संबंधित इसमावर कठोर कारवाई सुरू केली आहे.

जागतिक ग्राहक दिन ग्राहक संघटनांना सहभागी करून घ्या

ग्राहक पंचायतीचे जिल्हाधिकाऱ्यांना आवाहन

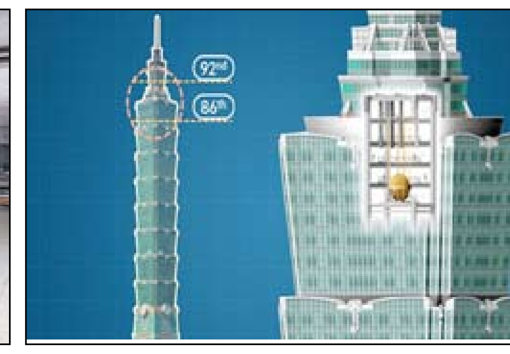
नगर - १५ मार्च जागतिक ग्राहक दिन साजरा करण्यात येणार आहे. दरवर्षी हा कार्यक्रम शासनातर्फे साजरा केला जातो तो याही वर्षी साजरा होणार असून त्यामध्ये शहर व जिल्ह्यातील ग्राहक संघटनांना त्यांच्या पदाधिकाऱ्यांना सहभागी करून घ्यावे असे आवाहन ग्राहक पंचायतीच्या वतीने एका निवेदनाद्वारे जिल्हाधिकारी, जिल्हा पुरवठा अधिकारी व तहसीलदार यांना देण्यात आले.

ग्राहक तीर्थ बिंदू माधव जोशी प्रणित महाराष्ट्र ग्राहक पंचायत ही ग्राहक हितासाठी वाहिलेली एक शिर्ष संस्था असून या संस्थेचे जाळे पूर्ण राज्यभर विणले गेले आहे. या संघटनेतील पदाधिकारी अतिशय निरलसपणे ग्राहक हिताचे कार्य करीत असतात.

जागतिक ग्राहक दिन हा ग्राहकांमध्ये जागृती आणण्यासाठी व त्यांना त्यांच्या न्याय हक्काची जाणीव करून देण्यासाठी दरवर्षी साजरा करण्यात येतो. याही वर्षी तो साजरा करण्यात येणार असून त्यामध्ये शहर व जिल्ह्यातील ग्राहक संघटनांना त्यांच्या पदाधिकाऱ्यांना सहभागी करून घ्यावे या कार्यक्रमाची सर्व समाज माध्यमांवर व प्रसिद्धी माध्यमांवर योग्य ती प्रसिद्धी करावी. असे आवाहन निवेदनाद्वारे केले आहे. निवेदनावर जिल्हा संघटक राजेंद्र कळमकर, उपाध्यक्ष दत्तात्रय सोनार, जिल्हा सचिव ॲड. सिद्धार्थ वाघमारे, कोषाध्यक्ष कृष्णराव बागडे, सहसचिव संजय जोशी, सदस्य अजित कटारिया, रवींद्र सातपुते, संज्यौत रसाळ यांच्या सह्या आहेत.

भूकंप, उंच इमारती आणि अफलातून विज्ञान

भुज (२००१) ज्या भूकंपामध्ये कोसळलेली इमारत



१. प्रस्तावना

निसर्ग पदोपदी त्याच्या नियमांची आणि सामर्थ्याची ओळख पटवून देत असतो. उत्पाद होणे आणि व्यय होणे हा नियम चंचल भासणाऱ्या अणु – रेणूंपासून शाश्वत भासणाऱ्या प्रभाकरापर्यंत सर्व गोष्टींना लागू आहे. हा नियम अभ्यासत, विवेक आणि विज्ञान या दोन आधारस्तंभांवर मानवाने अश्मयुगापासून इन्फोटेक काळापर्यंत प्रगती केली आहे. या काळामध्ये आपण अगणिक नैसर्गिक प्रलयांना सामोरे जात आहोत आणि त्यांवर मात करण्याचे वैज्ञानिक उपाय शोधात आहोत. याचे उत्तम उदाहरण म्हणजे स्थापत्य अभियांत्रिकीमधील आपली प्रगती. जपान सारखा छोटा देश, ज्या देशाला वर्षागणिक दीड ते दोन सहस्त्र वेळा भूकंपाचे हादरे सहन करावे लागतात, तो आपली पात्रता गगनाला भिडणाऱ्या उंच इमारतींमधून अनेक दशकांपासून सिद्ध करीत आहे. या लेखात आपण सोप्या भाषेत समजून घेणार आहोत की उंच इमारती भूकंपाचा प्रतिरोध कसा करतात.

भूकंप म्हणजे काय?

भूकंप म्हणजे जमिनीचे हादरणे. भूगर्भात टेक्टॉनिक प्लेट्सची हालचाल सुरु असते. त्यामुळे प्रचंड प्रमाणात उर्जेचे उत्सर्जन होते आणि त्याची परिणती 'भूकंप लहरी' तयार होऊन पृथ्वीच्या पृष्ठभागाची हालचाल होते. त्यामुळे जमीन थरथरणे, हलणे, जमिनीला भेगा, कंपन होणे अथवा भूकवच अचानक काही क्षण हादरणे यास भूकंप म्हणतात. भूकंपामुळे भूपृष्ठाचा भाग मागे–पुढे किंवा वर–खाली होतो. साहजिकच त्यामुळे भूगर्भात निर्माण होणारे धक्के व लाटा जमिनीच्या आत आणि वरच्या पृष्ठभागावर सर्व दिशांनी पसरतात.

भूकंपाचा इमारतींवर परिणाम

कल्पना करा की तुम्ही एका बस मध्ये उभे आहेत. चालकाने अचानक गाडी पुढे नेल्यास तुम्ही बेसावधपणे मागे ढकलले जाता किंवा त्याने गाडी थांबवल्यास तुम्ही पुढे ढकलले जाता. न्यूटनचा गतिविषयक पहिला नियम तुम्ही अनुभवला आणि जडत्व (इनर्शिया) कशाला म्हणतात हे तुम्हाला समजले. भूकंप होताना इमारती सुद्धा हेच जडत्व अनुभवतात. न्यूटनच्या दुसऱ्या नियमाप्रमाणे हे जडत्व म्हणजे वस्तुमान गुणिले त्वरण. इमारत जितकी वजनाने जड, तितकी भूकंपाविरोधात दुबळी. याउलट इमारत जितकी लवचिक तितकी भूकंपात परिणामी. याच मूलतत्वांवर हे तंत्रज्ञान विकसित झाले आहे.

यावर उपाय काय?

इमारतींना सुरक्षित बनवण्यासाठी अनेक वर्षांच्या संशोधनातून आपण काही व्यावहारिक तोडगे काढले आहेत. समजून घेऊ या

अ) बेस आयसोलेशन – इमारतीला जमिनीपासून वेगळे करणे

ही फार चतुर पद्धत आहे. कल्पना करा की तुम्ही एखाद्या हलणाऱ्या ट्रेनमध्ये बसला आहात, पण तुमची खुर्ची एका विशेष यंत्रणेवर आहे जी झुलत नाही – त्यामुळे तुम्हाला हादरे जाणवत नाहीत. बेस आयसोलेशनमध्ये अगदी हेच होते!

इमारत आणि जमीन यांच्यामध्ये विशेष रबरचे तुकडे (Rubber Pads) किंवा स्टीलचे गोळे (Steel Balls) बसवतात. जेव्हा जमीन हादरते, तेव्हा या पॅड्समुळे इमारत जागीच राहते आणि जमीन खाली सरकते. म्हणजे हादरे इमारतीपर्यंत पोहोचत नाहीत. हे तंत्र जपान, अमेरिका आणि न्यूझीलंड सारख्या भूकंपप्रवण देशांत मोठ्या प्रमाणावर वापरले जाते.

source: structuralguide.com

ब) ट्यून्ड मास डॅंपर – इमारतीतील जड लोलक

हे तंत्र खूप मजेशीर आहे. कल्पना करा की तुम्ही झोपाळ्यावर बसला आहात आणि कोणीतरी तुम्हाला ढकलत आहे. आता दुसऱ्या बाजूला एक मोठा झोपाळा आहे जो उलट दिशेने हलतो – त्यामुळे दोन्हींचा प्रभाव कमी होतो. ट्यून्ड मास डॅंपर म्हणजे हेच!

उंच इमारतीच्या सर्वात वरच्या मजल्यावर एक प्रचंड जड लोखंडाचा किंवा स्टीलचा गोळा (५०० ते १,०००+ टन वजनाचा!) लटकवलेला असतो. हा गोळा इमारत एका दिशेने हलली की उलट दिशेने सरकतो. त्यामुळे दोन्ही बाजूंचे जोर एकमेकांना रद्द करतात आणि इमारत स्थिर राहते. तैपेई १०१ (Taipei 101) या जगप्रसिद्ध इमारतीत असा ६६० टन वजनाचा सोनेरी रंगाचा गोळा आहे. तो भूकंप आणि वादळ दोन्हींसाठी काम करतो!

source: structuresexplained.com

क) शीअर वॉल – भिंतींना विशेष मजबुती

इमारतींमध्ये फक्त खांब (Columns) आणि तुळ्या (Beams) यांच्यासोबत 'शीअर वॉल' चा कुशलतेने वापर करता येतो. जेव्हा भूकंप येतो आणि इमारतीवर बाजूने जोरदार धक्का बसतो, तेव्हा या शीअर वॉल्स त्या धक्क्याला शोषून घेतात.

ड) लवचिक पाया – जमिनीत खोलमुळे

झाड जेवढे मोठे, तेवढी त्याची मुळे जमिनीत खोल. उंच इमारतींचेही असेच असते. त्यांचा पाया (Foundation) जमिनीत खूप खोल असतो – काही वेळा ३०–४० मीटर खोल! या खोल पायामुळे इमारत भूकंपात स्थिर राहते. याशिवाय इमारतीचे डिझाईन सुद्धा विशेष प्रकारे केलेले असते ज्यामुळे इमारतीला लवचिकता प्रदान होते (Ductile Design).

इ) स्मार्ट डिझाईन – इमारतीचा आकार

इमारतीचा आकारही खूप महत्त्वाचा असतो. चौरस किंवा आयताकृती इमारती भूकंपात जास्त सुरक्षित असतात. अनियमित आकाराच्या इमारतींमध्ये काही भाग जास्त ताण सहन करतो, त्यामुळे धोका वाढतो. म्हणून अभियंते इमारतीचा आकार काळजीपूर्वक ठरवतात.

भारतात भूकंपरोधक बांधकाम

भारतात लातूर (१९९३), भुज (२००१) आणि इतर अनेक ठिकाणी मोठे भूकंप झाले आहेत. भारताला ५ विभागांमध्ये विभागले गेले आहेत ज्यांना Seismic Zones म्हणतात. भारतात बांधल्या जाणाऱ्या उंच इमारतींना खड १८९३ या मानकानुसार भूकंपरोधक असणे बंधनकारक आहे.

निष्कर्ष : उंच इमारती फक्त कॉंक्रीट आणि स्टील नाहीत – त्यात प्रतिभा, विज्ञान आणि कौशल्य यांचे एकजीव मिश्रण आहे, अनेक संशोधकांची अनेक वर्षांची तपस्या आहे. गगनचुंबी इमारतींकडे पाहताना अभियांत्रिकी म्हणजे केवळ कोरडे गणित नसून जिवंत कलेचं दृश्य रूप आहे याची जाणीव आपल्याला होत राहो आणि आपल्यातल्या कृतज्ञता भावाची आणि संशोधक वृत्तीची वाढ होवो हीच अपेक्षा.

लेखक : इंजि. प्रसाद प्रशांत आढाव
M.E. (Structures)
Pune University Topper, BITS Pilani Alumni
Firm - Prithvi Co.
101, Pittruchhaya Apartment, Gulmohar Road, Ahilyanagar.
8805580654
contact.prithvico@gmail.com

'ट्रस्ट संदर्भातील तरतुदी व नवीन आयकर कायदा' या विषयावर अहिल्यानगरमध्ये १७ मार्चला जनजागृती कार्यक्रमाचे आयोजन

नगर – अहिल्यानगर सीए शाखा व संयुक्त आयकर आयुक्त विभाग (Exemption), छत्रपती संभाजीनगर तसेच धर्मदाय आयुक्त कार्यालय, अहिल्यानगर यांच्या सयुंक्त विद्यमाने १७ मार्च रोजी आयकर कायद्यामध्ये अलीकडील झालेले बदल व ट्रस्ट संदर्भातील तरतुदींवरील जनजागृती कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला आहे. यावेळी संयुक्त आयकर आयुक्त कार्यालयातील विविध मान्यवर तसेच धर्मदाय आयुक्त व सीए हे आयकर कायदा संदर्भातील सर्व बाबींवर मार्गदर्शन करणार आहेत.

अभयकुमार कटारिया (सीए)

यावेळी बोलताना सीए शाखेचे अध्यक्ष सीए अभयकुमार कटारिया यांनी संगितले की, यामध्ये ट्रस्टच्या 12A d 80G संदर्भातील तरतुदी, करदात्यांनी आयकर रिटर्न भरण्याची प्रक्रिया, कर सवलती व कपाती, नवीन कर नियम व दुरुस्त्या, तसेच कर भरण्यासंदर्भातील सामान्य शंका–समस्या यांवर मार्गदर्शन दिले जाणार आहे. उपस्थित अधिकारी त्यांच्या अनुभवाच्या आधारे करदात्यांना योग्य माहिती व मार्गदर्शन देतील, ज्यामुळे कर विषयक नियम अधिक स्पष्टपणे समजण्यास मदत होईल. तसेच उपस्थितांना त्यांच्या शंकांचे निरसन करण्याची संधीही उपलब्ध करून दिली जाईल.

आपल्या संस्थेचे संबंधित कर्मचारी/अधिकारी या कार्यक्रमास उपस्थित राहिल्यास त्यांना ट्रस्ट तरतुदींबाबत तसेच, आयकर कायद्याबाबत अधिक सखोल व अद्ययावत माहिती मिळू शकेल, जे भविष्यातील कामकाजासाठी उपयुक्त ठरेल. सभासद, संचलक व कर्मचारी यांनी कार्यक्रमास उपस्थित राहावे असे आवाहन सीए शाखेचे अध्यक्ष सीए अभयकुमार कटारिया, संयुक्त आयकर आयुक्त (Exemption), छत्रपती संभाजीनगर एकनाथ अभंग, धर्मदाय आयुक्त यांनी केले आहे. हा कार्यक्रम सर्वांसाठी खुला असून, कार्यक्रम १७ मार्च रोजी संध्याकाळी ४ वाजता सीए भवन, नक्षत्र लॉन्स समोर, बुरूडगाव रोड येथे आयोजित केला आहे

'बदलत्या जागतिक अर्थव्यवस्थेत भारत' या विषयावर न्यू आर्टस् कॉलेजमध्ये १६ मार्चला 'विशेष व्याख्यान'

नगर – न्यू आर्टस्, कॉमर्स अॅण्ड सायन्स कॉलेजमध्ये अर्थशास्त्र विभागाच्या वतीने १६ मार्च रोजी सकाळी १० वाजता महाविद्यालयाच्या राजमाता जिजाऊ सेमिनार हॉल (ग्रंथालय इमारत) येथे मराठी अर्थशास्त्र परिषद आणि न्यू आर्टस्, कॉमर्स अॅण्ड सायन्स कॉलेज, अहिल्यानगर अर्थशास्त्र विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमाने स्वर्गीय जमनालाल बजाज स्मृती व्याख्यानमाले अंतर्गत 'बदलत्या जागतिक अर्थव्यवस्थेत भारत' या विषयावर व्याख्यानाचे आयोजन करण्यात आले आहे.

या प्रसंगी व्याख्यानाच्या अध्यक्षस्थानी मराठी अर्थशास्त्र परिषदेचे अध्यक्ष प्रो.डॉ.विलास खंदारे असून प्रमुख वक्ते म्हणून अर्थशास्त्राचे अभ्यासक दत्ता देसाई यांना निमंत्रित करण्यात आले आहे.

व्याख्यानाचे उद्घाटन डॉ.भास्कर झावरे संचालक न्यू आर्टस्, कॉमर्स अॅण्ड सायन्स कॉलेज, आहिल्यानगर यांच्या हस्ते होणार आहे. सदर व्याख्यानासाठी मराठी अर्थशास्त्र परिषदेचे कार्याध्यक्ष प्रा.डॉ. विकास सुकाळे, कार्यवाह–खजिनदार प्रा.डॉ.मारुती तेगमपुरे तसेच मराठी अर्थशास्त्र परिषदेचे अर्थसंवाद या मासिकाचे संपादक प्रा.डॉ.राहुल म्होपरे हे उपस्थित राहणार आहेत. तसेच मराठी अर्थशास्त्र परिषदेचे कार्यकारी मंडळही उपस्थित राहणार आहेत. सदर व्याख्यान अहमदनगर शहरातील सर्व नागरिकांसाठी खुले आहे. सर्वांनी व्याख्यानाचा लाभ घेण्यासाठी उपस्थित राहावे असे आवाहन व्याख्यानाचे निमंत्रक महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. बाळासाहेब सागडे यांनी केले आहे.

अहिल्यानगर जिल्हा मराठा पतसंस्थेच्या व्हाईस चेअरमनपदी उदय अनभुले यांची निवड करण्यात आली.

'अहिल्यानगर जिल्हा मराठा पतसंस्थेच्या' व्हा. चेअरमनपदी उदय अनभुले यांची निवड

नगर – अहिल्यानगर जिल्हा मराठा सहकारी पतसंस्थेच्या संचालक मंडळाची बैठक नुकतीच पार पडली. या बैठकीत सर्वानुमते उदय अनभुले यांची पतसंस्थेच्या व्हाईस चेअरमनपदी निवड करण्यात आली. बैठकीस संस्थेचे संस्थापक चेअरमन इंजि. विजयकुमार ठुबे, मावळते व्हाईस चेअरमन बाळकृष्ण काळे, संचालक ज्ञानदेव पांडुळे, किशोर मरकड, राजश्री शितोळे, सतीश इंगळे, प्रा. किसनराव पायमोडे, यशवंत शिंदे, अॅड. काशिनाथ डोंगरे, संभाजी मते, द्वारकाधीश राजे भोसले, बाळासाहेब सोनाळे, प्रा. डॉ. कल्पना ठुबे, अॅड. राजेश कावरे, अच्युत गाडे, इंजि. रामदास काळदाते आदी संचालक उपस्थित होते.

निवड जाहीर झाल्यानंतर संस्थापक चेअरमन इंजि. विजयकुमार ठुबे यांच्या हस्ते नवनिर्वाचित व्हाईस चेअरमन उदय अनभुले यांचा सत्कार करण्यात आला.

तसेच पतसंस्थेचे सहाय्यक व्यवस्थापक बबनराव सुपेकर, शाखाधिकारी अनुपमा भापकर, पुष्पा इंगळे, कविता ढोणे, प्रशांत बोरुडे, मनीष रोहकले आदी उपस्थित होते. या निवड प्रक्रियेसाठी निवडणूक अधिकारी म्हणून जिल्हा उपनिबंधक कार्यालयातील गौतम देवळालीकर यांनी काम पाहिले.

आनंदऋषी हॉस्पिटल गरजूंना हक्काचे उपचार देणारे केंद्र

भगवानदास गुगळे यांचे प्रतिपादन

श्री आनंदऋषी हॉस्पिटल अॅण्ड मेडिकल रिसर्च सेंटरच्या वतीने आयोजित करण्यात आलेल्या विविध मोफत रोग तपासणी शिबिरामध्ये इंडो युरॉलॉजिकल (मूत्रपिंड, मूत्रमार्ग, मूत्राशय) तसेच स्टोन शस्त्रक्रिया शिबिराचे उद्घाटन करतानाभगवानदास गुगळे (भातकुडगाव वाला), सौ. मंगला गुगळे आदी.

नगर – श्री आनंदऋषी हॉस्पिटल अॅण्ड मेडिकल रिसर्च सेंटर हे सर्वसामान्य रुग्णांसाठी आधारवड ठरत आहे. ग्रामीण व गरजू नागरिकांना योग्य वेळी योग्य उपचार मिळावेत, यासाठी हॉस्पिटल सातत्याने विविध आरोग्य शिबिरे आयोजित करत असते. या माध्यमातून अनेक रुग्णांना तज्ज्ञ डॉक्टरांचा सल्ला व उपचार मिळत असून त्यांच्या आरोग्याला मोठा दिलासा मिळत आहे. समाजसेवेच्या भावनेतून सुरू केलेले हे कार्य सर्वसामान्यांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत महत्त्वाचे आहे, असे प्रतिपादन भगवानदास गुगळे यांनी केले.

इंडो युरॉलॉजिकल व स्टोन शस्त्रक्रिया शिबिर

श्री आनंदऋषी हॉस्पिटल अॅण्ड मेडिकल रिसर्च सेंटरच्या वतीने आयोजित करण्यात आलेल्या विविध मोफत रोग तपासणी शिबिरामध्ये इंडो युरॉलॉजिकल (मूत्रपिंड, मूत्रमार्ग, मूत्राशय) तसेच स्टोन शस्त्रक्रिया शिबिराचे उद्घाटन उत्साहात पार पडले. आयोजक भगवानदास गुगळे (भातकुडगाव वाला), सौ. मंगला गुगळे, डॉ. पंकज गुगळे, महेश गुगळे, सोनल गुगळे, स्मिता गुगळे, अनुपमा भंडारी, रुखमनबाई बोरा, सिद्धार्थ गुगळे, रिया गुगळे, सार्थक गुगळे व समीक्षा गुगळे यांच्या हस्ते दीपप्रज्वलन करून या शिबिराचा शुभारंभ करण्यात आला. यावेळी डॉ. संकेत काळपांडे, डॉ. अमेय सांगळे, डॉ. स्वनीत देशपांडे, डॉ. अजित दरंदले, संतोष बोथरा, सतीश लोढा, डॉ. आशिष भंडारी, मानकचंद कटारिया, वसंत चोपडा आदी उपस्थित होते.

सोनल गुगळे म्हणाले की, आनंदऋषी हॉस्पिटलच्या माध्यमातून गेल्या काही वर्षांमध्ये हजारो रुग्णांना उपचाराचा लाभ मिळाला आहे. गरजूंना परवडणाऱ्या दरात तसेच अनेक वेळा मोफत सेवा देण्याचा प्रयत्न येथे केला जातो. त्यामुळे अनेक गरजू रुग्णांसाठी हे हॉस्पिटल हक्काचे ठिकाण बनले आहे. समाजातील प्रत्येक गरजू व्यक्तीपर्यंत आरोग्य सेवा पोहोचविण्याचा संकल्प हॉस्पिटलने केला असून ही सेवा भविष्यातही अखंडितपणे सुरू राहणार असल्याचे त्यांनी सांगितले.

यावेळी मार्गदर्शन करताना डॉ. अजित दरंदले यांनी मूत्रपिंड, मूत्रमार्ग व मूत्राशयाशी संबंधित आजारांबाबत सविस्तर माहिती दिली.

यावेळी डॉ.संकेत काळपांडे, अमेय सांगळे यांची भाषणे झाली कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डॉ. आशिष भंडारी यांनी केले. सतीश लोढा यांनी आभार मानले. या शिबिरामध्ये एकूण ६० रुग्णांनी तपासणी व उपचाराचा लाभ घेतला. रुग्णांना तज्ज्ञ डॉक्टरांकडून मार्गदर्शन व तपासणी करून देण्यात आली.

'अमृतपेठ'मुळे स्थानिक उत्पादनांना थेट ग्राहकांपर्यंत पोहोचण्याची संधी

महापौर ज्योतीताई गाडे यांचे प्रतिपादन, महाराष्ट्र शासनाच्या अमृत संस्थे अंतर्गत आयोजित एक्सिबिशनचे उद्घाटन

महाराष्ट्र शासनाच्या अमृत संस्थे अंतर्गत आयोजित 'अमृतपेठ' एक्सिबिशन २०२६ चे उद्घाटन करताना महापौर सौ. ज्योतीताई गाडे. शेजारील छायाचित्रात प्रदर्शनामध्ये लावण्यात आलेले स्टॉल्स्.

नगर – स्थानिक उद्योग व महिला उद्योजकांना प्रोत्साहन देण्यासाठी अशा प्रकारच्या उपक्रमांची गरज आहे. 'अमृतपेठ'सारख्या प्रदर्शनांमुळे स्थानिक उत्पादनांना थेट ग्राहकांपर्यंत पोहोचण्याची संधी मिळते, असे प्रतिपादन महापौर ज्योतीताई गाडे यांनी केले.

महाराष्ट्र संशोधन, उन्नती व प्रशिक्षण प्रबोधिनी (अमृत) या राज्य शासनाच्या संस्थेतर्फे 'अमृतपेठ – थेट बाजारपेठ' या विशेष प्रदर्शनाचे आयोजन अहिल्यानगर शहरात करण्यात आले आहे. स्थानिक उत्पादकांना प्रोत्साहन देण्याच्या उद्देशाने आयोजित केलेल्या या प्रदर्शनाला नागरिकांचा चांगला प्रतिसाद मिळत आहे.

सावेडी येथील कोहिनूर मॉल शेजारील, हॉटेल द व्हाईट हाऊस च्या सभागृहात १४ व १५ मार्च दरम्यान हे प्रदर्शन भरविण्यात आले आहे. या प्रदर्शनात एकूण २६ स्टॉल्स उभारण्यात आले असून महिला उद्योजकांना विशेष प्राधान्य देण्यात आले आहे. नागरिकांना विविध प्रकारचे स्वदेशी व घरगुती उत्पादने थेट उत्पादकांकडून खरेदी करण्याची संधी या प्रदर्शनातून मिळत आहे.

प्रदर्शनात विविध खाद्यपदार्थ, दैनंदिन वापराच्या वस्तू, कपडे, आयुर्वेदिक उत्पादने तसेच हस्तकलेच्या वस्तूंचा समावेश आहे. स्थानिक उत्पादकांना थेट बाजारपेठ उपलब्ध करून देणे व त्यांच्या व्यवसायाला चालना देणे हा या उपक्रमामागील मुख्य उद्देश असल्याचे आयोजकांनी सांगितले.

प्रदर्शनाचे उद्घाटन महापौर सौ. ज्योतीताई गाडे यांच्या हस्ते करण्यात आले. यावेळी नगरसेवक ऋग्वेद गंधे, नगरसेविका सुनितताई कुलकर्णी, अमृत संस्थेचे अहिल्यानगर जिल्हा व्यवस्थापक सागर भोपे, छायाताई राजपूत, मोनाली कुलकर्णी, कालिंदीताई केसकर, सौ. वृषाली भोपे, मंगेश निसळ, वैभव कुलकर्णी, शरद क्षीरसागर, गौरी कुलकर्णी, बीबीएन चे निखिल कुलकर्णी व हेमंत लोहगावकर उपस्थित होते.

सूत्रसंचालन दीप्ती शुक्रे व आभार प्रदर्शन वृषाली भोपे यांनी केले. तसेच स्टॉलधारक आणि नागरिक उपस्थित होते.

यावेळी बोलताना महापौर ज्योतीताई गाडे म्हणाल्या की, स्थानिक उद्योग व महिला उद्योजकांना प्रोत्साहन देण्यासाठी अशा प्रकारच्या उपक्रमांची गरज आहे. 'अमृतपेठ' सारख्या प्रदर्शनांमुळे स्थानिक उत्पादनांना थेट ग्राहकांपर्यंत पोहोचण्याची संधी मिळते.

सागर भोपे यांनी सांगितले की, राज्यातील विविध शहरांमध्ये 'अमृतपेठ – थेट बाजारपेठ' या उपक्रमाला उत्तम प्रतिसाद मिळत आहे. अहिल्यानगरमधील नागरिकांनीही या प्रदर्शनाला भेट देऊन स्थानिक उत्पादकांना प्रोत्साहन द्यावे, असे आवाहन त्यांनी केले.

या प्रदर्शनाबाबत अधिक माहितीसाठी ९११२२२८७६९ या क्रमांकावर संपर्क साधण्याचे आवाहन आयोजकांनी केले आहे.

सोलापूरवाडी येथील आदर्श शिशु मंदिर पूर्व प्राथमिक शाळेचे स्नेहसंमेलन उत्साहात पार पडले.

मुलांची वाढ नैसर्गिकरित्या होऊ द्या

प्रा. विजय शिंदे यांचे प्रतिपादन; आदर्श शिशु मंदिर शाळेचे स्नेहसंमेलन

नगर – मुलांवर कुठल्याही प्रकारचा दबाव न टाकता त्यांची नैसर्गिकरित्या वाढ होऊ द्या असे प्रतिपादन प्रा. विजय शिंदे यांनी केले.

सोलापूरवाडी येथील आदर्श शिशु मंदिर पूर्व प्राथमिक शाळेचे स्नेहसंमेलन उत्साहात पार पडले. यावेळी शिंदे प्रमुख पाहुणे म्हणून बोलत होते. यावेळी परिसरातील सरपंच मंडळी, संस्थेच्या संचालिका सौ. ज्योती घुले, युवराज घुले, स्वानंद थोरवे, नारायण थोरवे, ग्रामस्थ उपस्थित होते.

यावेळी बोलताना शिंदे पुढे म्हणाले कि विद्यार्थी घडत असताना त्यांच्यातील आत्म विश्वास वाढवणं गरजेचे आहे. पालक किंवा शिक्षक म्हणून आपली जबाबदारी आहे कि मुलं जशी आहेत तशीच त्यांची वाढ होऊ द्या. इतरांसोबत मुलांची तुलना करू नका. त्यामुळे त्यांची निकोप वाढ होणार नाही.

यावेळी संस्थेच्या प्रमुख ज्योती घुले यांनी प्रास्ताविक केले. त्यात संस्थेच्या विविध उपक्रमांची माहिती दिली. यावेळी विविध स्पर्धेतील विजेत्यांना शिंदे यांच्या हस्ते पारितोषिके देण्यात आली.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन प्रा. अच्यूत थोरवे यांनी केले तर कार्यक्रमाच्या यशस्वीततेसाठी सर्व ग्रामस्थांनी सहकार्य केले.

निरामय

कोणतं ऑलिव्ह ऑईल घ्यावं?

आहारतंत्र

ऑलिव्ह ऑईलच्या गुणधमबाबत आपण बरंच काही ऐकतो. या तेलात फॅट्सचं प्रमाण तुलनेने बरंच कमी असतं. त्यामुळे मधुमेही, हृदयासंबंधी तक्रारी असणाऱ्यांना ऑलिव्ह ऑईल वापरण्याचा सल्ला दिला जातो. बाज-ारात ऑलिव्ह ऑईलचे विविध

प्रकार पहायला मिळतात. त्यापैकी एक्स्ट्रा व्हर्जिन ऑलिव्ह ऑईल अधिक आरोग्यदायी असतं. या तेल-ावर कमीत कमी प्रक्रिया केलेली असते. त्यामुळे या ऑलिव्ह ऑईलमधले पोषक घटक टिकून रहातात. साध्या ऑलिव्ह ऑईलवर बरीच प्रक्रिया झा-लेली असते. या दरम्यान तेलातले पोषक घटक निघून जातात आणि त्याचा शरीराला काहीच लाभ होत नाही. एक्स्ट्रा व्हर्जिन ऑलिव्ह आईलमध्ये अँटी ऑक्सिडंट्सचं प्रमाण बरंच जास्त असतं. तसंच यात लाभदायी फॅट्सही असतात.

यातल्या फेनॉलिक नामक घटकामुळे मधुमेहाला प्रतिबंध करणं शक्य होतं. तसंच मेंदूचं आरोग्यही सुधारतं.

रडणेही फायद्याचे!

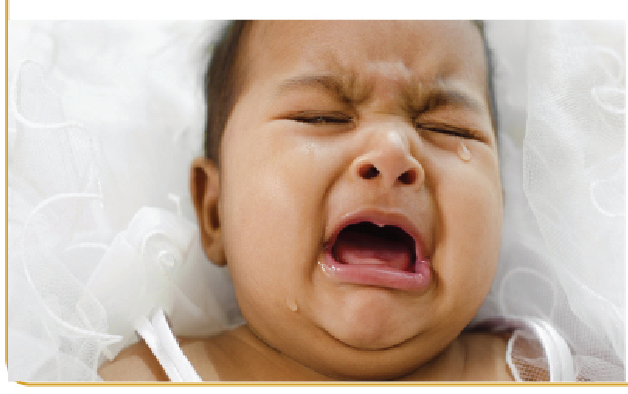
जाणून घ्या

रडणे ही एक सामान्य बाब आहे. अनेकदा छोट्या छोट्या गोष्टींवरुन ट्रिगर होऊन लोकांना रडू येते. सामान्यपणे असे म्हणतात की, रडणे ही अतिशय भावुक बाब आहे; पण संशोधनात असे दिसून आले आहे, रडल्याने शरीर आणि मेंदू दोन्ही अतिशय हलके होतात. अगदी बाळाचा जन्म झाल्यावरही तो पहिला रडतो. बाळ रडल्याने त्याचे आरोग्य उत्तम राहिते.

रिफ्लेक्स अश्रू म्हणजे डोळ्यांमध्ये साचलेली धूळ, घाण आणि धूर स्वच्छ करणारे अश्रू. सतत वाहणारे अश्रू तुमचे डोळे ओले ठेवतात आणि त्यांना संसर्गापासून वाचवतात. भावनिक अश्रूंचेही अनेक फायदे आहेत. सततच्या अश्रूंमध्ये ९८ टक्के पाणी असते, तर भावनिक अश्रूंमध्ये ताण संप्रेरके आणि इतर विषारी पदार्थ असतात. संशोधकांना असे आढळून आले आहे, की अश्रू शरीरातून विषारी पदार्थ बाहेर काढतात.

अश्रूचे प्रकार

* रिफ्लेक्स अश्रू
* सतत अश्रू
* भावनिक अश्रू



रडल्याने स्वतःला शांत करण्यास मिळते मदत होते. रडणे हा कदाचित स्वतःला शांत करण्याचा सर्वोत्तम मार्ग आहे. संशोधनात आढळून आले, की रडण्यामुळे पॅरा-सिम्पेथेटिक नर्व्हस सिस्टम (पीएनएस) सक्रिय होते. पीएनएस तुमच्या शरीराला आराम करण्यास आणि पचन करण्यास मदत करते. काही वेळ रडल्यानंतर शांत वाटू लागते.

आधार मिळतो

नैराश्य येत असेल, तर रडल्याने तुमच्या आजूबाजूच्या लोकांना कळते, की तुम्हाला आधाराची गरज आहे. लहान मूलही लक्ष वेधण्यासाठी रडते. असे केल्याने अनेकांना बरे वाटते. दुःखाचा सामना करण्यास मदत मिळते. दुःख करणे ही एक प्रक्रिया आहे. त्यात दुःख, सुन्नता आणि रागदेखील समाविष्ट आहे. शोक करताना रडणे महत्त्वाचे आहे. हे तुम्हाला या दुःखावर मात करण्यास मदत करते.

त्रास कमी होतो

भावनिक वेदना कमी

दीर्घकाळ रडल्याने ऑक्सिटोसिन आणि एंडोर्फिन बाहेर पडतात. हे चांगले वाटणारे रसायने शारीरिक आणि भावनिक वेदना कमी करण्यास मदत करू शकतात. एकदा एंडोर्फिन बाहेर पडले, की शरीर थोडे सुन्न वाटू शकते. त्याच वेळी, ऑक्सिटोसिन तुम्हाला शांत वाटण्यास मदत करते.

मूड सुधारतो

रडण्यामुळे वेदना कमी होण्यास मदत होतेच; शिवाय मूडही सुधारतो. जेव्हा रडण्याच्या वेळी तुमच्या तोंडातून खूप हवा पटकन आत घेतो, त्यामुळे मेंदूचे तापमान कमी होते. जेव्हा तुमच्या मनाचे तापमान थंड असते, तेव्हा तुमच्या शरीरालाही बरे वाटते. यामुळे मूड सुधारतो.

भावना संतुलित

रडणे म्हणजे फक्त दुःखाला दिलेला प्रतिसाद नाही. कधीकधी तुम्ही खूप आनंदी, घाबरलेले किंवा तणावग्रस्त असतानाही रडता. येल विद्यापीठातील संशोधकांचा असा विश्वास आहे, की अशा प्रकारे रडल्याने भावनिक संतुलन पुनर्संचयित होण्यास मदत होते.

स्लीप ॲप्नियामुळे...

नवसंशोधन

ऑब्स्ट्रक्टिव्ह स्लीप ॲप्निया म्हणजे झोपेत अडथळे येणाऱ्या महिलांना कर्करोग होण्याची शक्यता पुरुषांच्या तुलनेत अधिक असल्याचं एका संशोधनातून समोर आलं आहे. युरोपियन रॅस्पिरॅटरी जर्नलमध्ये हे संशोधन प्रकाशित करण्यात आलं आहे. हा विकार असणाऱ्या जवळपास २० हजार प्रौढ रुग्णांच्या आरोग्याची माहिती यासाठी तपासण्यात आली. या तपासणीतून शास्त्रज्ञांनी काही निष्कर्ष काढले आहेत. या पैकी दोन टक्के लोकांना कर्करोगाचं निदान झालं होतं. म्हणजेच स्लीप ॲप्नियामुळे कर्करोगाचा धोका वाढू शकतो. तसंच स्थूलपणा हा स्लीप ॲप्निया आणि कर्करोग अशा दोन्ही विकारांना कारणीभूत ठरू शकतो, असा निष्कर्ष यातून निघत असल्याचं शास्त्रज्ञांचं म्हणणं आहे. तसंच कर्करोगामुळे स्लीम ॲप्नियाचा धोका नसतो हेही समोर आल्याचं शास्त्रज्ञ सांगतात.

कठीण कवचाची फळं खा

दंतारोग्य

तोंडाचं आरोग्य जपण्यासाठी फक्त दोन वेळा दात घासण्यावर भर दिला जातो. मात्र एवढ्यावरच थांबून चालण्यासारखं नाही. दातांना अधिक सक्षम आणि बळकट करण्यासाठी बरंच काही करावं लागतं. जबड्यांना व्यायाम मिळण्यासाठी कठीण कवचाची फळं खाण्याचा सल्ला तज्ज्ञ देतात. तसंच गाजर, काकडी तुकडे करून खाणं टाळावं. प्रक्रिया केलेले, मऊ पदार्थ कितीही चांगले वाटत असले तरी त्यांचा दातांना काहीच उपयोग होत नाही. पेरू, सफरचंद, पिअर अशी टणक फळं खायला हवीत. मुलांनाही अशी फळं खायला द्यावीत, असंही तज्ज्ञ सांगतात. आपल्या खाण्यापिण्याच्या सवयींवर दातांचं आरोग्य अवलंबून असतं. यामुळे गोड आणि आंबट पदार्थांचं सेवन मर्यादित प्रमाणातच करायला हवं.

का वाढते काळजी?

आपण कुठे चुकतो?

आपल्यापैकी अनेकांना विविध चिंता, काळज्यांनी ग्रासलेलं असतं. सतत अस्वस्थता वाटत रहाते. सारखी काळजी करत रहाणं हा एक मनोविकार आहे. ही समस्या वाढायला अनेक बाबी कारणीभूत ठरतात. दैनंदिन आयुष्यातल्या सवयींमुळे मनाला शांतता लाभत नाही. चिंतेचं प्रमाण कमी करण्यासाठी या सवयी सोडणं गरजेचं आहे.

कमी रक्तदाबाची समस्या असणाऱ्यांना कॉफीमुळे बरं वाटतं. पण यामुळे चिंता, काळजीचं प्रमाण कमी होत नाही. कॉफीमुळे हृदय गती वाढते. काळजी वाटू लागल्यावर ही धडधड अधिकच तीव्र होते आणि आपल्याला अस्वस्थ तसंच निराश वाटू लागतं. त्यामुळे सतत काळजी करणाऱ्यांनी कॉफीचं सेवन टाळायला हवं.

अपुऱ्या झोपेमुळे काळजीत भर पडू शकते. त्यामुळे दररोज पुरेशी झोप घेणं गरजेचं आहे. अपुऱ्या झोपेमुळे हार्मोन्सचं संतुलन बिघडतं आणि त्रास अधिकच वाढतो.

सतत स्मार्टफोन आणि सोशल मीडिया ॲप्स तपासत रहाण्याची सवय मारक ठरू शकते. यामुळे चिंतेत भरच पडते. चिंता, काळजी कमी करण्यासाठी वेळेत जेवणं गरजेचं आहे. कामाच्या नादात किंवा इतर कोणत्याही कारणामुळे जेवण टाळल्यामुळे शरीराचं संतुलन बिघडतं आणि आपल्याला अस्वस्थ वाटू लागतं.

तुळशीयुक्त दुधाचे लाभ

आयुर्वेद आणि विकार

सध्याच्या धकाधकीच्या आयुष्यात अनेकांवर ताण असतो. धावपळीमुळे थकवा येतो. काहीच करावंसं वाटत नाही. रोगप्रतिकारक शक्ती कमी झाल्याने सतत आजारपणं येत रहातात. हा त्रास कमी करण्यासाठी डॉक्टरांकडे धाव घेतली जाते. मात्र विविध औषधी घटकांनी समृद्ध तुळस अनेक विकारांवर रामबाण उपाय ठरू शकते. सर्दी-खोकला झाल्यावर आपण हळद

घातलेलं दूध पितो. त्याचप्रमाणे तुळस घातलेलं दूधही गुणकारी असतं. दुधासोबत घेतल्याने तुळ-शीचा प्रभाव अनेक पटींनी वाढतो. दररोज ग्लासभर तुळस घातलेलं दूध प्यायल्याने रोगप्रतिकारक शक्ती वाढते आणि अनेक विकारांना दूर ठेवता येतं.

तुळस घातलेलं दूध अगदी सोप्या पद्धतीने बनवता येतं. यासाठी तुळशीची चार ते पाच पानं घ्या. एका भांड्यात पेलाभर दूध गरम करा. त्यात तुळशीची पानं घालून दोन मिनिटं उकळून घ्या. दूध थोडं थंड झाल्यावर पेल्यात गाळून घ्या. हे दूध रिकाम्या पोटी घेतल्याने अधिक लाभदायी ठरतं.

तुळसयुक्त दुधामुळे हृदयाला बळकटी मिळते. तुळशीतल्या औषधी घटकांमुळे शरीराला ऑक्सिजनचा पुरवठा अधिक चांगल्या प्रकारे होतो तर दुधामुळे अनेक पोषक घटक हृदयापर्यंत पोहा-चतात. तुळस आणि दुधामुळे श्वसनसंस्थेचं कार्यही सुरळीत सुरू रहातं. दिवसभराच्या धावपळीनंतर मेंदूला विश्रांतीची गरज असते. गरम तुळसयुक्त दुधामुळे मेंदू ताजतवाना होतो.

मोतीबिंदू असेल तर...

डोळ्यांचं आरोग्य

मोतीबिंदू हा सर्वसामान्य असा नेत्रविकार आहे. शस्त्रक्रियेद्वारे मोतीबिंदू काढून टाकता येतो. पण अनेक जण थंडीमध्ये मोतीबिंदूची शस्त्रक्रिया करायला प्राधान्य देतात. मात्र हा समज पूर्णपणे चुकीचा आहे. त्यातच मोतीबिंदू फक्त शस्त्रक्रियेने बरा होऊ शकतो. हा विकार बरा करण्याचा दावा करणारी औषधं बाजारात मिळतात. पण या औषधांचा कोणताही लाभ होत नाही. दृष्टी वाढवणारी कोणतीही औषधं बाजारात उपलब्ध नसतात. त्यामुळे अशा भूलथापांना बळी पडता कामा नये. तज्ज्ञ डॉक्टरांकडूनच सल्ला घ्यायला हवा. तसंच वय वाढत असताना आपल्या डोळ्यांची तपासणी आपणच करायला हवी. एक डोळा बंद करून दुसऱ्या डोळ्याने दिसतं का, हे तपासून पहायला हवं.

वारंवार बेशुद्ध पडण्यामागे गंभीर कारण

आरोग्यचर्चा

अनेक लोक बेशुद्ध पडण्याकडे गांभीर्याने पाहत नाहीत. कधी कधी नाश्ता न करणे किंवा कमी पाणी पिणे यामुळे चक्कर येऊ शकते. ते सामान्य असू शकते, पण वारंवार बेशुद्ध पडत असाल तर त्यामागे एखादे गंभीर कारण दडलेले असू शकते. योग्य कारण शोधणे महत्त्वाचे आहे. कारण समजले की त्यावर नियंत्रण ठेवणे सोपे होते.

डॉक्टर बेशुद्ध पडण्याला 'सिन्कोपी' असे म्हणतात. हा एक वैद्यकीय शब्द आहे. काही क्षणांसाठी मेंदूपर्यंत पुरेसे रक्त न पोहोचल्यास व्यक्ती बेशुद्ध पडू शकते. अचानक उभे राहणे, शरीर जास्त गरम होणे किंवा अचानक ताण जाणवणे यामुळेही असे होऊ शकते. अनेकदा त्यामागे शरीरातील पाण्याची कमतरता (डिहायड्रेशन) हेही कारण असते. ७० वर्षांवरील लोकांमध्ये ही समस्या अधिक आढळते, पण स्पष्ट कारणाशिवाय वारंवार बेशुद्ध पडत असाल, तर ते सामान्य मानले जात नाही.

कधी कधी वारंवार बेशुद्ध पडण्याचा संबंध हृदयाशी असू शकतो. हृदय पुरेशा प्रमाणात रक्त पंप करू शकत नसेल तर मेंदूला ऑक्सिजन कमी मिळतो आणि व्यक्ती अचानक बेशुद्ध पडते. हृदयाशी संबंधित बेशुद्धी बहुतेक वेळा कोणतीही पूर्वसूचना न देता येते. शारीरिक हालचालीदरम्यान बेशुद्ध पडत असाल किंवा छातीत दुखणे, धाप लागणे, हृदयाचे ठोके वाढणे अशी लक्षणे दिसत असतील, तर दुर्लक्ष करू नका. ही आपत्कालीन परिस्थिती असू शकते.

प्रत्येक वेळी कारण हृदयच असते असे नाही. न्यूरोलॉजिकल समस्या, स्ट्रोक, ऑर्थोस्टॅटिक हायपोटेन्शन (उभे राहिल्यावर रक्तदाब अचानक कमी होणे) यामुळेही बेशुद्धी येऊ शकते. याशिवाय त्यासाठी तीव्र ॲनिमिया, रक्तातील साखर कमी होणे किंवा हार्मोन्समधील बिघाडही कारणीभूत असू शकतात. चांगली गोष्ट म्हणजे बहुतेक प्रकरणांमध्ये जीवनशैलीत बदल केल्याने बेशुद्ध पडण्याच्या घटना कमी करता येतात. पुरेसे पाणी पिणे, अतिगर्दी टाळणे, जास्त वेळ उभे न राहणे आणि संतुलित आहार घेणे उपयुक्त ठरते.

एकापेक्षा जास्त वेळा बेशुद्ध पडत असाल, एक मिनिटापेक्षा जास्त वेळ शुद्ध येत नसेल, कोणत्याही लक्षणांशिवाय बेशुद्ध पडत असाल किंवा शुद्ध आल्यानंतर गोंधळलेली अवस्था असेल तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. कुटुंबात हृदयविकाराचा इतिहास असल्यास विशेष काळजी घ्या.

डॉक्टर रक्ततपासणी, हृदय तपासणी किंवा मज्जासंस्थेची तपासणी करून नेमके कारण शोधू शकतात. हृदयाशी संबंधित कारण आढळले तर काही प्रकरणांमध्ये पेसमेकर लावण्याची गरजही भासू शकते.

गुणकारी सातूचं पीठ

आजीबाईंचा बटवा

सातूचं पीठ खूप गुणकारी असतं. ग्लायसेमिक इंडेक्स कमी असल्यामुळे मधुमेही सातूचं पीठ खाऊ शकतात. यात लोह, मॅग्नेशियम आणि मँगनीजसारखे घटक असतात. यात सोडियमचं प्रमाणही बरंच कमी असल्यामुळे उच्च रक्तदाबाचे रुग्णही याचं सेवन करू शकतात. सातूच्या पिठामुळे पचनशक्ती सुधारते. यात विरघळणारे तंतूमय पदार्थ असतात. मसालेदार, तळकट पदार्थ खाल्ल्यानंतर शरीराच्या शुद्धिकरणासाठी सातूचं पीठ पाण्यात मिसळून ते पाणी पिता येईल. वजन कमी करायचं असेल तर सातूच्या पिठाचा आहारात समावेश करता येईल. यातल्या तंतूमय पदार्थांमुळे पोट बराच काळपर्यंत भरलेलं रहातं. सातूच्या पिठात फॉलिक ॲसिड हा घटक असतो. महिलांना फॉलिक ॲसिडची खूप गरज असते. त्यातच लाल रक्तपेशींच्या निर्मितीतही फॉलिक ॲसिड महत्त्वाची भूमिका बजावतं.

कोल्ड ड्रिंक्स, चिप्स घातक!

वास्तव

अमेरिकेत झालेल्या एका नव्या अभ्यासाने धक्कादायक वास्तव समोर आले आहे. अल्ट्रा-प्रोसेस्ड अन्न सिगारेट आणि तंबाखूशी अधिक साम्य दर्शवतात. हा अभ्यास 'हावर्ड युनिर्व्हसिटी', 'युनिर्व्हसिटी ऑफ मिशीगन' आणि 'ड्युक युनिर्व्हसिटी'तील संशोधकांनी एकत्रितपणे केला आहे. तो आरोग्य धोरणांवर लक्ष केंद्रित करणाऱ्या जर्नल 'मिल्कबँक क्वार्टरली' मध्ये प्रकाशित करण्यात आला.

अहवालानुसार, अल्ट्रा-प्रोसेस्ड अन्न तयार करणाऱ्या सॉफ्ट ड्रिंक, फ्रोजन पिझ्झा आणि पॅकेटबंद सिरीअल्स कंपन्या विशिष्ट अभियांत्रिकी धोरणांचा अवलंब करतात. या अन्न उत्पादनांमध्ये साखर, मीठ, फॅट आणि ॲडिटिव्ह्ज यांचे अचूक प्रमाण मिसळले जाते. त्यामुळे मेंदूतील रिवॉर्ड प्रणाली सक्रीय होते. संशोधकांनी त्यांना जाणूनबुजून तयार केलेली आणि चवीच्या दृष्टीने अनुकूलित उत्पादने असे वर्णन केले आहे. आरोग्यावरील धोक्यांचा विचार करता तज्ज्ञांनी सुचवले आहे, की यांच्यावर तंबाखूप्रमाणे स्पष्ट इशारा लेबल, अधिक कर, शाळा आणि रुग्णालयांमध्ये विक्रीवर बंदी आणि मुलांना लक्ष्य करणाऱ्या जाहिरातींवर नियंत्रण असे कठोर नियम लागू करावेत. या अभ्यासापूर्वी 'दि लॅन्सेट' मध्ये प्रकाशित युनिसेफच्या अहवालातही नमूद केले होते, की सर्वेक्षण करण्यात आलेल्या ११ देशांमध्ये ५ वर्षांखालील १० ते ३५ टक्के मुले नियमितपणे गोड सॉफ्ट ड्रिंक पितात. सुमारे ६० टक्के युवकांनी मान्य केले, की त्यांनी अदल्या दिवशी किमान एक 'अल्ट्रा-प्रोसेस्ड' उत्पादन खाल्ले होते.

श्रीमंत देशांमध्ये आता ही उत्पादने रोजच्या एकूण कॅलरींपैकी अर्ध्याहून अधिक हिस्सा बनली आहेत. कमी उत्पन्न असलेल्या देशांमध्येही त्यांचा वापर वेगाने वाढत आहे. तथापि, शास्त्रज्ञांमध्ये अल्ट्रा-प्रोसेस्ड अन्नाला खरोखर तंबाखूच्या बरोबरीचे मानता येईल का, या बाबतीत वाद सुरू आहे. मुलांच्या आणि किशोरवयीनांच्या आहारात यांचा वाढता वाटा नक्कीच हा प्रश्न उपस्थित करतो. त्यामुळेच आधुनिक अन्न उद्योगाची भूमिका आणि त्याच्या नियमनाचा नव्याने विचार करण्याची गरज आहे.

वेळीच निदान झाल्यास दृष्टी व जीव वाचवणे शक्य

आरोग्य वेध

डोळ्यांचा कर्करोग हा केवळ विकसित देशांमध्येच नाही तर विकसनशील देशांमध्येही एक नवीन साथीचा रोग आहे. डोळा आपल्या शरीराचा एक लहान, पण अतिशय महत्त्वाचा अवयव असल्याने त्याच्याकडेही लक्ष देणे आवश्यक आहे. वेळीच निदान झाल्यास आपण या आजारातून दृष्टी आणि जीव वाचवू शकतो.

डोळ्यांच्या दुर्धर आजारामध्ये पुढील महत्त्वाच्या गोष्टींचा समावेश होतो:

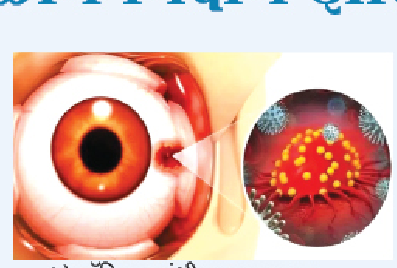
१) रेटिनोब्लास्टोमा

२) पापण्यांचा बेसल सेल कार्सिनोमा

३) कोरॉइडचा घातक मेलेनोमा.

४) ऑप्टिक नर्व्ह मेनिन्जिओमास आणि ग्लिओमास

५) कंजंक्टिव्हलचा स्क्वॅमस सेल कार्सिनोमा



६) लॅक्रिमल ग्रंथीचा घातकपणा

कर्करोगाचे वेळीच निदान झाल्यास त्यावर उपचार करता येतात आणि दृष्टी आणि जीवन वाचवता येते. मुलांमध्ये दिसणारा रेटिनोब्लास्टोमा हा पॅपिलेडेमा वर्गातील पांढऱ्या प्रतिक्षेपाने शोधला जाऊ शकतो किंवा मुलांच्या डोळे मिचकावण्याच्या वर्तनानेदेखील त्याचे निदान केले जाऊ शकते.

लक्षणे आढळल्यास घातक घटकांचा शोध घेतला जाऊ शकतो.

१) दृष्टी बदलणे: हळूहळू किंवा अचानक दृष्टी कमी होणे, प्रकाश चमकणे

२) बुबुळाच्या रंगात बदल (पॅपिलरी भागात गडद किंवा हलके ठिपके दिसणे)

३) पापण्यांच्या भागात किंवा ग्रंथीच्या भागात दिसणारी कोणतीही गाठ किंवा तीळाचा आकार वाढत आहे.

४) डोळ्यांच्या बुबुळाच्या पुढील भागाच्या किंवा डोळ्याच्या पांढऱ्या भागाच्या रंगात कोणताही बदल

कर्करोगाच्या प्रकारानुसार उपचार पर्याय बदलतात. त्यात शस्त्रक्रियेपासून केमोथेरपी आणि रेडिओथेरपीपर्यंत विविध उपचारांचा समावेश असतो. डोळ्यांचा कोणताही घातक रोग लवकर आढळला तर दृष्टी कमी होण्यापासून वाचवू शकतो किंवा जीवही वाचवू शकतो. दृष्टीसाठी नंतर पुनर्वसन आवश्यक असते, परंतु लवकर निदान होणे महत्त्वाचे आहे.

डोळ्यांच्या कर्करोगाचे निदान

१) डोळ्यांची तपासणी

२) डोळ्यांचे अल्ट्रासाऊंड

३) एमआरआय आणि अगदी पीईटी स्कॅनसारख्या इमेजिंग पद्धती

४) काही मासांना निदानासाठी एक्सिजन बायोप्सीची आवश्यकता असते.

डोळ्यांच्या कर्करोगासाठी जोखीम घटक

१) अनुवांशिक घटक

२) डोळ्याचा फिकट रंग

३) वय: रेटिनोब्लास्टोमा वगळता वृद्ध लोकांमध्ये या आजाराची शक्यता जास्त असते.

अॅडव्हान्स बुकिंग सुरू

my cinema
AHILYANAGAR'S 1ST 5-SCREEN MULTIPLEX
Pipeline Road, Ahilyanagar. Onling Booking - BookMyShow

Advanced Booking Start DHURANDHAR (THE REVENGE) Movie Start Date 18 MARCH 2026

Show - Dt. 14/3/2026 to 15/3/2026
O'ROMEO - 11:00 am, 5:35 pm,
THE KERALA STORY 2 - 10:45 am, 1:00, 3:30, 5:45, 8:15, 10:30 pm, DHURANDHAR - 2:00, 8:35 pm.
Booking No. : 9325085347 | टीप : मुव्ही शो च्या वेळा बदलू शकतात.

टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात | दिनांक : १३ ते १८ मार्च २०२६

बॉर्डर २ — 5.00 PM, 2.00 PM
धुरंदर — 10.00 AM, 5.30 PM
क्रांतिज्योती विद्यालय — 3.00 PM (मराठी)
ओ रोमिओ — 11.30 AM, 9.30 PM
केरला स्टोरी २ — 9.00 AM, 10.00 AM, 12.30 PM, 3.00 PM, 6.00 PM, 7.30 PM, 9.00 PM, 10.00 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
3rd Floor, Kohinoor Mall, Premdan Chowk, Savedi, A.Nagar
Mo. 6353564618 / 7790094001

दैनंदिन मुव्ही-शो च्या वेळा खालील प्रमाणे | दिनांक : १३ ते १८ मार्च २०२६
टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात
SCREEN - 1 | SCREEN - 2
द केरला स्टोरी २
------ 12.00 PM (Noon) 3.00 PM (Rs.150)

आशा स्क्वेअर
कॅन्टीन सुविधा अत्यल्प दरात उपलब्ध
कोतवाली पोलीस स्टेशन जवळ, माणिक चौक, अ.नगर

ग्रामीण भागामधील ‘कर्करोग रुग्णांना’ जिल्हा व तालुका स्तरावर उपचार मिळावेत

संसदेत खा. निलेश लंके यांची मागणी

नगर – देशातील कर्करोग उपचार सुविधांतील तफावत दूर करून ग्रामीण भागातील रुग्णांना त्यांच्या जिल्ह्यात व तालुका स्तरावरच उपचार उपलब्ध व्हावेत, यासाठी खासदार निलेश लंके यांनी १३ मार्च रोजी लोकसभेत प्रश्न उपस्थित केला. राष्ट्रीय कर्करोग काळजी धोरणासंदर्भात तारांकित प्रश्न क्रमांक ३०१ अंतर्गत त्यांनी केंद्र सरकारकडे सविस्तर माहिती मागितली.

केंद्रीय आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्री जगत प्रकाश नड्डा यांनी या प्रश्नाचे उत्तर सभागृहात दिले. देशातील अनेक जिल्ह्यांमध्ये अद्याप व्यापक कर्करोग उपचार सुविधा उपलब्ध नसल्याची बाब लंके यांनी यावेळी अधोरेखित केली. केवळ सुमारे ३० टक्के जिल्ह्यांमध्येच कर्करोग उपचार केंद्रे उपलब्ध असल्यामुळे लाखो रुग्णांना उपचारांसाठी मोठ्या शहरांकडे जावे लागते, याकडे त्यांनी लक्ष वेधले.

पूरक प्रश्न उपस्थित करताना लंके यांनी महाराष्ट्रातील भौगोलिकदृष्ट्या सर्वात मोठा जिल्हा असलेल्या अहिल्यानगरमधील परिस्थिती सभागृहासमोर मांडली. जिल्ह्यातील ग्रामीण भागातील रुग्णांना साध्या कीमोथेरपीसाठीसुद्धा मुंबई किंवा पुणे येथे जावे लागते, ज्यामुळे त्यांच्यावर आर्थिक तसेच मानसिक ताण वाढतो, असे त्यांनी सांगितले.

गॅस टंचाईच्या पार्श्वभूमीवर खा. निलेश लंके व खा. भास्कर भगरे यांनी संसदेच्या पायऱ्यांवर धरणे आंदोलन करत सरकारचे लक्ष वेधले.

केंद्र सरकारने अर्थसंकल्प २०२५–२६ मध्ये प्रत्येक जिल्ह्यात ‘डे–केअर कॅन्सर सेंटर’ सुरू करण्याची घोषणा केली आहे. या पार्श्वभूमीवर जिल्हा रुग्णालयाला मुख्य उपचार केंद्र मानून सर्व तालुका रुग्णालयांना त्याची संलग्न उपकेंद्रे म्हणून विकसित करून तेथे डे–केअर कॅन्सर सेंटर सुरू करण्याची कालबद्ध योजना सरकारकडे आहे का, अशी विचारणा त्यांनी केली.

या पद्धतीने कर्करोगाचे निदान जिल्हा रुग्णालयात होऊन कीमोथेरपीसारखे उपचार रुग्णांना त्यांच्या तालुक्यातच मिळू शकतील, असे त्यांनी स्पष्ट केले. तसेच राष्ट्रीय निःशुल्क औषध उपक्रमांतर्गत कीमोथेरपीसाठी लागणारी महागडी औषधे व तज्ज्ञ डॉक्टर तालुका स्तरावर उपलब्ध करून देण्याची मागणीही त्यांनी केली. याशिवाय कर्करोग उपचारांचा वाढता खर्च लक्षात घेता आयुष्मान भारत योजनेची सध्याची पाच लाख रुपयांची मर्यादा वाढवण्याचा किंवा ‘आरोग्य मंत्री कर्करोग रुग्ण निधी’च्या माध्यमातून अतिरिक्त आर्थिक संरक्षण देण्याचा सरकारचा विचार आहे का, असा सवाल लंके यांनी केला. ग्रामीण भागातील रुग्णांना आर्थिक मदत मिळवण्यासाठीची प्रक्रिया सुलभ करून ‘डिजिटल सिंगल विंडो’ प्रणालीद्वारे ती राबवण्याचीही मागणी त्यांनी केली. ग्रामीण भागातील गरीब कुटुंबांवर उपचारासाठी शेती किंवा मालमत्ता विकण्याची वेळ येऊ नये, यासाठी कर्करोग उपचारांसाठी मजबूत आरोग्य आणि आर्थिक सुरक्षा यंत्रणा उभारण्याची गरज असल्याचे लंके यांनी यावेळी अधोरेखित केले.

गॅस टंचाईकडे वेधले लक्ष

मध्यपूर्वेतील युध्दामुळे एलपीजी गॅसची आयात प्रभावित झाली असून त्यामुळे देशामध्ये निर्माण झालेल्या गॅसच्या टंचाईच्या पार्श्वभूमीवर खासदार निलेश लंके व खासदार भास्कर भगरे यांनी संसदेच्या पायऱ्यांवर गॅसचे प्रतिकात्मक सिलेंडर घेउन धरणे आंदोलन करत सरकारचे लक्ष वेधले.

लुटलेली ३ लाखांची रक्कम वृद्ध व्यक्तीला परत देताना कोतवालीचे कोतवालीचे पो.नि. संभाजी गायकवाड व पोलिस अंमलदार.

लुटलेली ३ लाख रुपयांची रक्कम वृद्ध व्यक्तीला मिळवून दिली परत

नगर – चहा पाजण्याच्या बहाण्याने वृद्ध व्यक्तीची तीन लाख रुपये रोकड लुटणाऱ्या आरोपीला कोतवाली पोलिसांनी अटक करून लुटलेली रक्कम हस्तगत केली आहे. जप्त केलेली तीन लाख रुपयांची रक्कम पोलिसांनी मूळ फिर्यादीकडे सुपूर्द केली आहे.

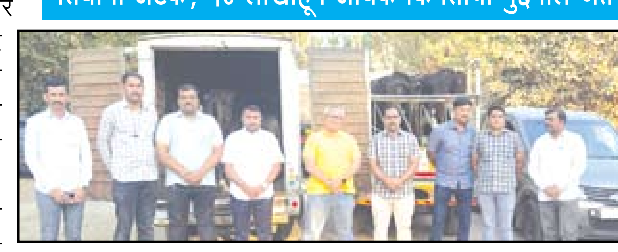
बाजीराव काशीनाथ पोकळे (वय ६५, रा. कौठे यामाई, ता. शिरूर, जि. पुणे) हे मुलीच्या उपचारासाठी अहिल्यानगर येथे आले होते. त्यावेळी ओळखीचा लाला उर्फ लालासाहेब सुद्रिक याने त्यांना चहा पाजण्याचा बहाणा करून दुचाकीवर बसवून निर्जन ठिकाणी नेले आणि त्यांच्या बॅगेतील तीन लाख रुपयांची रोकड हिसकावून फरार झाला होता. या घटनेची तक्रार कोतवाली पोलीस ठाण्यात दाखल करण्यात आली होती.

या घटनेचे गांभीर्य लक्षात घेता कोतवाली पोलीस ठाण्याचे पोलीस निरीक्षक संभाजी गायकवाड यांच्या मार्गदर्शनाखाली सहाय्यक फौजदार संतोष बनकर, राहुल शिंदे, पोलीस अंमलदार सुरज कदम, दीपक रोहकले, सत्यजित शिंदे, शिरीष तरटे यांच्या पथकाने तपास करत आरोपीचा शोध घेत त्याला जेरबंद केले. आरोपीकडून लुटलेली तीन लाख रुपयांची रक्कम जप्त करण्यात आली असून ती रक्कम पोलिसांनी फिर्यादीकडे परत दिली आहे.

मुकुंदनगरमध्ये कत्तलखान्यावर छापा; ७ गोवंशीय जनावरांची सुटका

तिघांना अटक; १४ लाखांहून अधिक किमतीचा मुद्देमाल जप्त

नगर – स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने शहरातील मुकुंदनगर परिसरात एका कत्तलखान्यावर छापा टाकत ३ लाख ३० हजार रुपयांचे ११०० किलो गोमांस जप्त करून तिघांना अटक केली. तर याच परिसरातील दुसऱ्या कारवाईत कत्तलीसाठी डांबून ठेवलेल्या ७ गोवंशीय जनावरांची सुटका केली. या दोन्ही कारवायांमध्ये पोलिसांनी एकूण १४ लाखांहून अधिक किमतीचा मुद्देमाल जप्त केला आहे.



पोलीस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे यांच्या आदेशानुसार जिल्ह्यात गोवंशीय जनावरांची कत्तल व गोमांस विक्री करणाऱ्यांविरोधात विशेष मोहीम राबविण्यात येत आहे. त्यानुसार स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोलीस निरीक्षक किरणकुमार कबाडी यांच्या नेतृत्वाखाली पथक तयार करण्यात आले. या पथकात पोउपनि अनंत सालगुडे यांच्यासह पोलीस अंमलदार सुनिल पवार, गणेश धोत्रे, दिपक घाटकर, लक्ष्मण खोकले, शाहिद शेख, अतुल लोटके, भिमराज खर्से, सागर ससाणे यांचा समावेश होता. मुकुंदनगर परिसरातील हुसेनमियाँ मस्जिदजवळील पत्र्याच्या शेडमध्ये गोवंशीय जनावरांची कत्तल सुरू असल्याची माहिती १३ मार्च रोजी या पथकास मिळाली होती. त्यानुसार पथकाने तेथे जावून खात्री केली असता ३ इसम गोवंशीय जनावरांची कत्तल करताना आढळून आले. पोलिसांनी अस्तफाक अल्लाउद्दीन कुरेशी (वय ३८, रा. घासगल्ली कोठला, अहिल्यानगर), मुदस्सर कदीर कुरेशी (वय ४०, रा. बेपारी मोहल्ला, झेंडीगेट, अहिल्यानगर), शकील बाबासाब कुरेशी (वय ४०, रा. बेपारी मोहल्ला, झेंडीगेट, अहिल्यानगर) यांना ताब्यात घेतले. चौकशीत सदर कत्तलखाना सोफीयान वहाब कुरेशी (रा. झेंडीगेट, अहिल्यानगर – फरार) चालवत असून जागा वसीम तवेरा (रा. मुकुंदनगर, अहिल्यानगर – फरार) यांनी भाड्याने दिल्याचे समोर आले. या ठिकाणाहून ३ लाख ३० हजार रुपये किमतीचे ११०० किलो गोमांस, पाच लोखंडी सत्तुर, तीन लोखंडी टोचे, एक लोखंडी कोयता, एक वजन काटा व ८३५ रुपये रोख असा एकूण ३ लाख ३३ हजार ४३५ रुपयांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला.

दुसरी कारवाई १३ मार्च रोजी दुपारी मुकुंदनगर परिसरातील इसरत पार्क शेजारी रोमन वकील यांच्या घोड्याच्या तबेल्यालगत असलेल्या पत्र्याच्या शेडमध्ये करण्यात आली. भिंगार कॅम्प पोलीस ठाण्याचे पोलीस अंमलदार अहमद इनामदार यांना सोबत घेऊन स्थानिक गुन्हे शाखेने छापा टाकला असता शेडमध्ये चारा–पाण्याविना दाटीवाटीने बांधलेली ७ जिवंत गोवंशीय जनावरे आढळून आली. तसेच दोन वाहने उभी असून त्यातून जनावरांची वाहतूक केल्याचे दिसून आले. चौकशीत ही जनावरे सलीम समीर कुरेशी व इरफान कुरेशी (इरफान पार्टी, दोघे रा. झेंडीगेट, अहिल्यानगर, सध्या फरार) यांची असल्याचे समोर आले. या कारवाईत ७० हजार रुपये किमतीची ७ जिवंत जनावरे, एमएच ०४, जीडी ४३८८ क्रमांकाचे चारचाकी वाहन व एमएच २० ईजी ६२९० क्रमांकाचा आयशर टेम्पो असा एकूण १० लाख ७० हजार रुपयांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला. या दोन्ही कारवायांमध्ये भिंगार कॅम्प पोलीस ठाण्यात गुन्हे दाखल करण्यात आले असून पुढील तपास भिंगार कॅम्प पोलीस करत आहेत.

एशियन नोबल हॉस्पिटल प्रा.लि.

धनाजीनगर, प्रेमदान चौक, सावेडी, अ.नगर ४१४००३.
फोन : ०२४१-२४२१२९०/९१/९२- रजि.नं.७९४

सार्वजनिक सूचना

याद्वारे सर्व जनतेला आणि संबंधित रुग्ण आणि त्यांच्या कायदेशीर प्रतिनिधींना सूचित करण्यात येते की, नोबल एशियन हॉस्पिटल प्रा. लि. अहमदनगर चे सर्व वैद्यकीय जुने रेकॉर्ड नष्ट करायचे आहेत. रेकॉर्ड नष्ट करण्याची प्रक्रिया साधारपणे ३० एप्रिल २०२६ नंतर सुरु होईल असे ठरविण्यात आले आहे.

जुने रेकॉर्ड नष्ट करण्यासाठी भारत सरकार, आरोग्य मंत्रालयाच्या आरोग्य विभागाचे महासंचालक यांनी पत्र क्र. F No A12034/03/2014-MH-11/Mh-I दि.२८–१०–२०१४ मध्ये दिलेल्या मार्गदर्शक तत्वांचा अवलंब करण्यात येईल. दि. ३१ डिसेंबर २०१८ पर्यंत डिस्चार्ज करण्यात आलेल्या इनडोअर पेशंटच्या केस शीट सोबत ३१ डिसेंबर २०१८ पर्यंतचे ओ.पी.डी. रेकॉर्डही नष्ट करण्यात येतील. तसेच जन्म आणि मृत्यू संबंधी रेकॉर्ड जमा ठेवण्यात येतील. तर एमएलसी केस रेकॉर्ड केसच्या अंतीम निकालापर्यंत संरक्षित करण्यात येतील. इथे सुचित करण्यात येते की, जर एखाद्या सदस्य किंवा रुग्ण किंवा त्याचा/तिचा कायदेशीर प्रतिनिधी किंवा एखादा प्राधिकरणाला या रेकॉर्डसची प्रत पाहिजे असल्यास

* त्या समाविष्ट माहितीची आवश्यकता असल्यास किंवा

* **या माहितीत स्वारस्य / वाटा पाहिजे असल्यास त्याने /तिने ही नोटीस प्रकाशित झाल्यावर ३० दिवसांच्या आत मेडिकल सुप्रिंटेंडटकडे रेकॉर्डची माहिती देऊन एक अर्ज सादर करावा.**

* जर दिलेल्या ३० दिवसांच्या कालावधीत कोणतेही सादरीकरण न झाल्यास **३० एप्रिल २०२६ नंतर सही करणाऱ्यांच्या दृष्टीने सोयीच्या दिवशी विल्हेवाट लावण्याचे काम सुरू होईल.** ही नोटीस प्रकाशित झाल्यानंतर ३० दिवसांनी या संदर्भात झालेल्या कोणत्याही पत्रव्यवहाराची दखल घेतली जाणार नाही.

होम सर्व्हिस (मसाज)
Professional Full Body Massage
प्रोफेशनल फुल बॉडी मसाज 499/-
मंथली बेसेसवर सुध्दा उपलब्ध
9850127508 / Mo.8830275190

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 Also 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 — 9371151769
Pipeline Branch — 7447761769

नगर बाजार समितीत चिंचेला उच्चांकी बाजारभाव

बाजार समितीत चिंचेस २७४०० रुपये इतका उच्चांकी बाजार भाव मिळाला.

नगर – नगरच्या बाजार समितीत सध्या दररोज १२०० ते १५०० क्विंटल चिंचेची आवक येत आहे. चिंचेला प्रतवारीनुसार १०५०० ते २७,४०० रुपये प्रति क्विंटल लिलावात उच्चांकी बाजारभाव मिळालेला आहे. त्यामुळे शेतकरी व बागवान यांच्यामध्ये आनंदाचे वातावरण असून १४ मार्च रोजी पेढे वाटप करून आनंद साजरा करण्यात आला.

तसेच अख्खी चिंच प्रतवारी नुसार २५०० ते ३००० रुपये प्रति क्विंटल, बोटुक ४८०० ते ५००० रुपये प्रति क्विंटल, चिंचोका २८०० ते ३००० रुपये प्रति क्विंटल, बाजारभाव मिळालेला आहे. १४ मार्च रोजी नेमिचंद रुपचंद फिरोदीया या आडतीवर १० बॉक्स चिंचेस २७४०० रुपये इतका उच्चांकी बाजार भाव मिळालेला आहे. चिंच लिलाव मध्ये मे. सार्थक भगवानदास अॅन्ड कंपणी, मे. श्रीकांत चंगेडीया, मे. भारती ट्रेडर्स व मे. नवनितमल श्रीमल चंगेडीया हे चिंच खरेदीदार आहेत. लिलाव पद्धतीमुळे चिंचेस योग्य बाजार भाव मिळत असल्याने चिंच विक्रीला कृषि उत्पन्न बाजार समिती, अहिल्यानगरला शेतकरी पसंती देत असल्याचे दिसून येत आहे.

शेतकरी बांधवानी आपला शेतमाल बाजार समितीमध्ये विक्रीस आणावा असे आवाहन बाजार समितीचे सभापती भाऊसाहेब बोठे, उपसभापती रभाजी सुळ व संचालक मंडळ तसेच सचिव अभय भिसे यांनी केले आहे.

चिंच लिलाव प्रक्रीयेकरीता विभाग प्रमुख प्रदिप गजरे, संदीप जाधव व संतोष क्षिरसागर यांनी कामकाज पाहिले.

Change in Name

My Previous Name Was SANJAYBHAI SURESHBHAI DHONE
Now I Have Changed My Name To SANJAY SURESHRAO DHONE
R/o-H.No.6915, Lonar Galli, Sarjepura Ahmednagar. 414001
Date-14/03/2026
Adhar No. 829934513912

आयात हिचा रमजानचा पहिला रोजा

नगर – रमजान महिन्यात लहान मुलांमध्येही धार्मिक उत्साह पाहायला मिळत आहे. आयात हिने आपला पहिला रोजा पूर्ण करून कुटुंबीयांचा अभिमान वाढवला. येथील नॅशनल चिकन शॉपचे अलीशान सलीम यांची ५ वर्षीय कन्या आहे.

या प्रसंगी कुटुंबीय व मित्रपरिवाराने आयातचे अभिनंदन करून तिचे कौतुक केले. रमजानच्या पवित्र महिन्यात लहान वयात रोजा ठेवण्याच्या तिच्या प्रयत्नाचे सर्वांनी स्वागत केले.

यावेळी सय्यद अख्तर, सय्यद असलम, अज़हर शेख, अनवर मोतीवाला, सलीम सरदार, शकील सरदार, जावेद सिमला, मुन्ना शेख, मो. उस्मान सरदार, नईम सरदार आणि अज़ीम शिमला आदी उपस्थित होते. त्यांनी आयातला शुभेच्छा देत तिच्या उज्वल भविष्यासाठी दुआ केली.

जाहीर नोटीस

या जाहीर नोटीसीने तमाम लोकांस कळविणेत येते की, खालील परिशिष्ठात नमुद केलेली बिनशेती प्लॉट मिळकत विद्यमान मालक यांच्या स्वकष्टार्जित खरेदी मालकी हक्काची व कब्जे वहिवाटीची आहे. नमूद मिळकतीच्या मा. महसुल प्रशासनाकडील ७/१२ दप्तरी आणि आज रोजीच्या संगणकीय ७/१२ दप्तरी विद्यमान मालक यांच्या नावाची नोंद झालेली आहे. नमूद मिळकतीची विक्री करण्याची बोली विद्यमान मालक यांनी आमच्या अशिलाबरोबर केलेली आहे. त्याद्वारे नमूद मिळकत कायमखुष खरेदी कामी आमच्या अशिलास प्रस्ताव दिलेला आहे. परंतु कोणाचीही तक्रार राहु नये म्हणून या जाहीर नोटीसीने कळविण्यांत येते की नमूद मिळकतीबाबत कोणतेही चालू वाद असल्यास अथवा साठेखत, खरेदीखत, गहाणखत, दान, वारस हक्क, बक्षिसपत्र मनाई हुकुम, दावा कोर्ट कारवाई बॅंक बोजा सोसायटी राईटस अन्न वस्त्र लिज अथवा अगर कोणताही कसल्याही प्रकारचा हक्क, हितसंबंध असल्यास संबंधीताने ही नोटीस प्रसिध्द झाले पासून ७ दिवसांचे आत खालील दिलेल्या पत्यावर संपुर्ण प्रशासकीय व न्यायिक कागदोपत्री पुराव्यानिशी लेखी कळवावे. यथायोग्य कागदोपत्री पुराव्याशिवाय आलेल्या व कोणत्याही पुराव्याशिवाय प्रस्तुत जाहिर नोटीसीस केवळ वर्तमान पत्रातून घेतलेल्या कोणत्याही हरकती ग्राह्य धरता येणार नाही. विहित ७ दिवस मुदतीत कोणाचीही कागदोपत्री पुराव्यासह लेखी हरकत न आल्यास आमचे अशिल विद्यमान मालक यांच्या मालकी हक्काच्या मिळकत क्षेत्राचे कायदेशीर रजिस्टर दस्तांन्वये हस्तांतरण दस्त करुन घेतील. तद्नंतर कोणाचेही कोणत्याही प्रकारे तक्रार अगर हरकत चालणार नाही, असल्यास त्यांनी जाणीवपुर्वक सोडुन दिले आहे असे समजण्यांत येईल.दि.१४/०३/२०२६

परिशिष्ट : १) मिळकतीचे वर्णन:–जिल्हा अहिल्यानगर पोट तुकडी ता. नगर पैकी अहिल्यानगर महानगरपालिका हद्दीतील मौजे भिस्तबाग येथील मिळकतीचे वर्णन खालील प्रमाणे.

सर्व्हे नंबर	प्लॉट नंबर	क्षेत्रफळ चौ.मी.
१२/१३	२१	५२७.९६
		(संगणकीय ७/१२ उताऱ्याप्रमाणे ५.२७.९६ आर.चौ.मी.)

ही संपूर्ण बिनशेती प्लॉट मिळकत.

यांसी चतु:सिमा

पूर्वेस	दक्षिणेस	पश्चिमेस	उत्तरेस
नाला	९ मीटर डि.पी.रस्ता	९ मीटर डि.पी.रस्ता	प्लॉट नं.२२

(टीप :– वर कलम १ मधील मिळकतीच्या चतु:सीमा लिहून देणार यांनी दिलेल्या माहितीवरून व लेआऊट मधील प्रत्यक्ष वहिवाटीप्रमाणे नमूद केलेल्या आहेत. परंतु नमूद चतु:सिमामध्ये काही चूक/चुका आढळून आल्यास मुलकी दप्तरी महसुल व तत्सम शासकीय रेकॉर्डप्रमाणे किंवा मंजुर लेआऊट प्रमाणे प्रत्यक्ष परिस्थिती अंती ज्या चतु:सीमा असतील त्याच अंतिम चतु:सीमा मानावयाच्या आहेत.)

येणेप्रमाणे चतु: समापूर्वक काही एक राखून न ठेविता,

मिळकतीचे विद्यमान मालक–१) गौस नूर सय्यद २) नादीर बाबा शेख ३) निहाल हुसेर शेख ४) सलमान मोहम्मद मुश्ताक शेख, सर्व रा.अहिल्यानगर

अॅड.संदीप दादासाहेब पाखरे (बी.एएलएलबी,नोटरी पब्लिक, भारत सरकार)
६२७०, लॉयर्स ऑफिस, लक्ष्मी दिप निवास, बालिकाश्रम जवळ,अहमदनगर, मो : ९८५०१८१७१७

ट्रूहोम फायनान्स लिमिटेड

Truhome FINANCE

(पूर्वीची श्रीराम हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड)

मागणी सूचना

नोंदणीकृत कार्यालयः श्रीनिवास टॉवर, पहिला मजला, दरवाजा क्र.५, जुना क्र. ११ दुसरी गल्ली, सिनातोफा रोड, अलवारपेट, तेनमपेट, चेन्नई–६०००१८; मुख्यालय : लेव्हल – ३, वोक्हार्ट टॉवर्स, ईस्ट विंग सी–२, बांद्रा कुर्ला कॉम्प्लेक्स, बांद्रा (पूर्व), मुंबई ४०००५१ वेबसाइटः http://www.truhomefinance.in

ज्या अर्थी नमूद केलेले कर्जदार यांनी ट्रूहोम फायनान्स लिमिटेड (पूर्वीची श्रीराम हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड) कडून कर्ज स्वरूपात रोख रक्कम घेतली आहे, त्याअर्थी ट्रूहोम फायनान्स लिमिटेडचे असे म्हणणे आहे की, हे आर्थिक कर्ज घेतल्यानंतर कर्जदार हे कर्जापोटी घेतलेली रक्कम आणि त्यावरील व्याज यांची परतफेड करण्यास असमर्थ ठरले आहात. म्हणून या खात्याचे वर्गीकरण एनपीएमध्ये वर्गीकृत केले गेले. त्या अनुषंगाने सुरक्षा आणि वित्तीय मालमत्ता पुनर्रचना व सुरक्षा व्याज अधिनियम २००२ (सरफेसी कायदा) अन्वये आणि कलम – १३ (२) नुसार कर्जदारांच्या अंतिम पत्तावर मागणी सूचना जारी केल्या आहेत. या सूचनेव्यतिरिक्त, त्यांना या जाहिर सूचनेद्वारे माहिती देण्यात येत आहे.

कलम १३ (२) अनुसार पाठविलेल्या मागणी सूचनेत कर्जदार, सुरक्षित मालमत्ता व त्या अंतर्गत दावा केलेल्या थकीत रक्कमेचा तपशील दिलेला आहे.

कर्जदार/सह–कर्जदार/नाव आणि पत्ता	सुरक्षित मालमत्तेचा पत्ता	मागणी सुचनेनुसार दिनांक आणि थकबाकी रक्कम रुपयात
कर्ज खाते क्रमांक– SLPHAMDR0000505 १. श्री अलात्मश युनूस शेख (कर्जदार) २. सौ.आसामा युनूस शेख (सह–कर्जदार) ३. श्री.युनूस अब्दुल रहेमान शेख (सह–कर्जदार) सध्याचा पत्ता आणि मालमत्तेचा पत्ता : रसाळ नगर, किनारा हॉटेलच्या मागे, जामखेड ता.जामखेड जि. अहिल्यानगर पिन–४१३२०१. कर्जाची रक्कम – रु. १९,५१,८८९/– कर्ज खाते क्रमांक – SLPHAMDR0000505 एनपीए तारीख – ०५/०३/२०२६	सर्व तुकडा आणि पार्सल गट क्रमांक ३८६/१ ए १ आणि सर्व्हे क्रमांक ११५९ भाग प्रशासन क्षेत्र. १०८७.५० चौरस फूट बिल्ट अप क्षेत्र आणि कारपेट क्षेत्र ८७० चौरस मीटर बांधलेले, रसाळ नगर येथील किनारा हॉटेलच्या मागे,जामखेड ता. जामखेड, जिल्हा अहिल्यानगर पिन ४१३२०१ तांत्रिक अहवालानुसार चार सीमा:– पूर्व– श्री अवसरे यांचा भूखंड पश्चिम– १०.०० फूट रुंद रस्ता आणि उत्तर–दक्षिण– रस्ता, उत्तर– श्री विनायक पोकळेचा भूखंड, दक्षिण– श्री रेलेभात यांचा भूखंड	मागणी सूचना दिनांक – ११–०३–२०२६ मागणी सूचनेची रक्कम – रु. २०,७१,८६६/– (रुपये वीस लाख एकाहत्तर हजार आठशे सहासष्ट फक्त) दिनांक ०७–०३–२०२६ रोजी कर्ज खाते क्रमांक SLPHAMDR0000505 च्या संदर्भात.

कर्जदारांनो, वर नमूद केलेल्या थकबाकीची संपूर्ण रक्कम ही सूचना मिळाल्यापासून ६० दिवसांच्या आत, व्याज आणि दंडात्मक व्याजासह, देय रक्कम जमा होईपर्यंतची रक्कम, जी देय असू शकते, पूर्ण भरावी, असे आवाहन करण्यात येत आहे. जर तुम्ही कर्जदार नसाल तर सरफेसी कायद्यांतर्गत कारवाई करून वरील नमूद केलेल्या सिक्युरिटीजची अंमलबजावणी करण्यास अधीनस्थ राहाल. कृपया लक्षात ठेवा की, सदर कायद्याच्या कलम १३(१३) नुसार, तुम्हाला आमच्या संमतीशिवाय विक्री, भाडेपट्टा किंवा इतर कोणत्याही प्रकारे वर नमूद केलेल्या सिक्युरिटीज हस्तांतरित करण्यास मनाई आहे.

ठिकाण : अहिल्यानगर
दिनांक : १४–०३–२०२६

सही/– अधिकृत अधिकारी
ट्रूहोम फायनान्स लिमिटेड (पूर्वीची श्रीराम हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड)

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

पाहिजेत
LED साईन बोर्ड साठी कारागीर पाहिजे - 02
ऑफिस बॉय - 01
२१ व्हिजन पब्लिसिटी
सर्जेपुरा, अहिल्यानगर
9921226016, 8459495895

पाहिजेत
चेकर, सिक्युरिटी, सफाई कामगार
7040235427
8788365654

= पाहिजेत =
महिला पेशंट केअर – मावशी ०२
(समक्ष अर्जासह भेटणे व संपर्क वेळ : सकाळी १० ते २ व सायं ४ ते ६)
– संपर्क –
प्रेमदान चौक, सावेडी, अहिल्यानगर मो. 9028240404

हॉटेल दुर्वा येथे कर्मचारी पाहिजेत
स्टोअर सुपरवायझर
खरेदीचा अनुभव, स्थानिक मार्केटची माहिती, बेसिक कॉम्प्युटर ज्ञान आवश्यक.
जनरल स्टोअर सेल्समन
विक्रीचा अनुभव असल्यास प्राधान्य
पत्ता: नगर–पुणे रोड, अश्विन पेट्रोलियम शेजारी, चास, अहिल्यानगर, मो : 9403696401

Swasthya Hospital Medical Research Center
WALK IN INTERVIEW

- CASHLESS DEPARTMENT ASSISTANT 01
  Any Graduate (Computer Knowledge Compulsary)
- SENIOR RMO 02
  B.A.M.S. / B.H.M.S.
- Nursing Staff 05
  B.Sc. (Nursing), RGNM
  Fresher can Apply)
- PHARMACIST 02
  B.Pharm / D. Pharm
- Biomedical Engineer 02
  B.E. Biomedical / Dip. in Biomedical / Instrumentation.
- COMPUTER OPERATOR (Female) 02
  Any Graduate (Experienced)
- FLOOR SUPERVISOR 02
  Any Graduate
- RECEPTIONIST 02
  H.S.C. & Any Graduate & MS-CIT

Apply Immediately with Detailed Biodata with xerox copies of Testimonials and Photograph to HR Deptt.

SWASTHYA HOSPITAL MEDICAL RESEARCH CENTER
Laltaki, Ahilyanagar.
Tel : 0241 - 2430530 , 2344301, 9860634485
E-mail : swasthyahospitalmrc@gmail.com
(FRESHERS CAN APPLY)
kalika

युनिफॉर्म दुकानात पाहिजेत
सेल्समन - 10
सेल्स गर्ल / महिला कामगार - 10
अनुभवींना प्राधान्य.
अर्जासह सकाळी ११ ते ७ या वेळेत समक्ष भेटा.
बेस्ट युनिफॉर्मस
बेसमेंट, कैलास डेअरी, खिस्त गल्ली जवळ, चर्च रोड, अहिल्यानगर

पाहिजेत
खालील पदांसाठी पात्र उमेदवारांकडून अर्ज मागविण्यात येत आहेत.

१)	प्लंबर	पुरुष
२)	माळी	पुरुष
३)	नर्स	स्त्री
४)	सफाई कामगार	पुरुष/स्त्री

अटी : १) संबंधित कामाचा अनुभव असलेल्या उमेदवारांना प्राधान्य दिले जाईल. २) इच्छुक उमेदवारांनी प्रत्यक्ष शाळेत संपर्क साधावा.
पत्ता : होलिस्टिक अलाईड सर्व्हिसेस, तक्षिला स्कूल, जामखेड रोड, वैद्य कॉलनी, आर्मर्ड सेन्टर जवळ, अहिल्यानगर.
संपर्क क्रमांक 9822520335

पाहिजेत
सेल्समन : ५
हेल्पर : ५
अनुभवींना प्राधान्य.
संपर्क : गौरव स्पोर्टस्
बालिकाश्रम रोड, अ.नगर
9373537949

– पाहिजेत –
बिलिंग एक्झिक्युटिव्ह - ४
१२वी पास/पदवीधर,
फक्त विवाहित महिला, संगणकाचे ज्ञान
कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.००
सपोर्ट स्टाफ (हेल्पर) - २
१०वी / १२वी – पास/नापास,
पुरुष : वय – १८ ते ३० वर्षे
कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.३०
– आकर्षक पगार | समक्ष भेटा –
के. प्रकाश ॲण्ड कंपनी (गांधी)
मुंजोबा स्वीटस् शेजारी, मार्केटयार्ड रोड, अहिल्यानगर. मो. 9665511179

के. रेफ्रिजरेशन
कार AC, फ्रिज, डीफ्रिज, वॉशिंगमशिन व AC घरपोहच रिपेरींग करुन मिळेल
जुने फ्रिज देणे व घेणे
9822149840

पाहिजेत
सेल्स एक्झिक्युटिव्ह : २ जागा
ऑफिस बॉय–१ जागा
फोटो व अर्जासह समक्ष भेटा
गांधी एंटरप्राइझेस
शॉप नं. ८, पूनम मोती अपार्टमेंट, मार्केट यार्ड मागे, अ.नगर.
9822531121

पाहिजेत
रेडिमेड होलसेल कापड दुकानाकरिता लेडिज कॉम्प्युटर ऑपरेटर पाहिजे
जागा–२
गारवी गारमेंट, ममतागल्ली, ख्रिस्तगल्लीजवळ, कैलास डेअरीसमोर.
9970799111
9764111117

मार्केटींगसाठी मुले पाहिजेत
पात्रता : डिप्लोमा किंवा सिव्हिल इंजिनिअर
(फ्रेशर किंवा अनुभवी)
साई डोअर
8237760001
9766011038
शिवाजीनगर, कल्याणरोड, रेल्वे ब्रीजजवळ.

फ्लॅट विकणे आहे
कल्याणरोडवरील ड्रीम सिटी बिल्डिंगमध्ये पहिल्या मजल्यावर असलेला सर्व सुविधांयुक्त २ बीएचके फ्लॅट विकणे आहे.
एरिया - ९८० स्के. फूट.
टेरेस गॅलरीसह दोन गॅलरी
- संपर्क -
9158002245
7517773771

प्रॉपर्टी घेण्याचे स्वप्न आता सत्यात उतरणार तेही तुमच्या बजेटमध्ये
1 BHK फ्लॅट १७ लाख
2 BHK फ्लॅट २५.५० लाख
पत्ता : बोल्हेगाव फाटा, अ.नगर
(कृपया एजंटांनी संपर्क करु नये)
(व्हिजीट फी १ हजार रुपये)
9511774235

गुढीपाडव्यानिमित्त खास ऑफर..
नवीन 2 BHK रो–बंगलो विकणे आहे
पत्ता : आगरकर मळ्याजवळ, गायकेमळा, अहिल्यानगर.
9503030443
8208408054

गाळा विकणे
४०० स्क्वेअर फूट रोडटच गाळा विकणे आहे.
जुनी वसंत टॉकीज चौक, अहिल्यानगर
7769990902

321 स्क्वे.फू. गाळा विकणे आहे
योग्य किंमतीत विकणे आहे
पाईपलाईन रोड, एकविराचौक, अहिल्यानगर
8830283488

निंबळक रोड, हायवे लगत, चौका मधील
शॉप त्वरित भाड्याने देणे आहे
L-Block, 197, MIDC, निंबळक रोड, अहिल्यानगर
9340865275

नवीन 3 BHK कॉर्नर रो–बंगलो विकणे आहे
केडगाव, भूषणनगर, छत्रपती शिवाजीनगर चौक, विश्वकर्मा मंदिरासमोर.
9823159837
8208408054

गाळा भाड्याने देणे
वाणीनगर, पाईपलाईन रोड येथे २००+२०० स्क्वे. फुटाचे दोन गाळे गोडाऊन, स्टेशनरीसाठी उपयुक्त भाड्याने देणे आहे
9545755252

2 BHK फ्लॅट विकणे आहे ग्राऊंड फ्लोअर
धर्माधिकारी मळा, सावेडी, अहिल्यानगर
8811909767
8471934833

सेमी फर्निश 2BHK फ्लॅट भाड्याने देणे
शिवगंगा टॉवर, सारसनगर, अ.नगर
7769925909

अर्जंट ऑफिस विकणे / भाड्याने देणे
स्वास्थ्य हॉस्पिटल शेजारी, लालटाकी परिसर, अहिल्यानगर
३३० स्क्वे.फूट ऑफिस विकणे/भाड्याने देणे आहे
9423167350

- Urgent Required -
We required Talent Energetic & Self motivated individual to fill position for
Pravin Kokate & Associates
Office: Elora Appt. Poonam Moti nagar, kothi Road, Market yard, Ahmednagar. Email: pravinkokate99@gmail.com

SENIOR SITE ENGINEER - Post : 2 Nos
- Qualification : D.C.E. / B.E. Civil
- Experience : 3 to 5 Years

JUNIOR SITE ENGINEER - Post : 3 Nos
- Qualification : D.C.E./B.E. Civil
- Experience : 1 to 2 Years / Apply Fresh Candidate also

SITE SUPERVISOR - Post 2 Nos
- Qualification : 10th / 12th Passed
- Experience : 2 to 3 Years

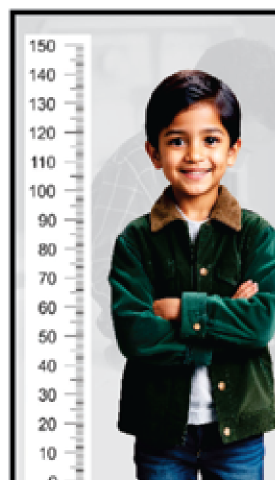
Interested Candidates should send their updates resume with handwritten application on Whatsapp or Email - pravinkokate99@gmail.com
Mo. 9021592499 / 9130914531 / 9970005990

अकौंटंट पाहिजे
कमीत कमी १० वर्षांचा अनुभव आवश्यक (महिला/पुरुष)
9561080018

अहिल्यानगर M.I.D.C येथे कंपनीसाठी Supervisor पाहिजे
शैक्षणिक पात्रता : डिप्लोमा अथवा कोणत्याही शाखेचा पदवीधर
9850894275

दुमजली घर विकणे
बालिकाश्रम मागे, लक्ष्मीमाता मंदिराजवळ, तुलसीपार्क समोर, जाधव मळा, अहिल्यानगर
संपर्क वेळ– सायं. ५ ते ८
9730292394

लॉ–सीईटी संडे बॅचसाठी रजिस्टर केले आहे काय? नसल्यास आजच करा!
LAW CET & CLAT 2026
Sunday Batches
For more details contact
7517245777
7841045777



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

ईलाज बिना ऑपरेशन उपाय गॅरन्टीने
- वघळलेले, तुटलेले कान चिटकवा
- त्वचा– पिंपल्स, काळे डाग, व्रण, मोस काढणे, टॅटू पुसुन टाकणे, कपाळाचे गोंधण काढणे
- सगळे व्यसन दारु, मिश्री, मावा सोडा
- डाबेटीस घालवा
- HIV, CD4 वाढवा

डॉ. मंजुषा Mo. 7507718246 माळीवाडा मंदिराजवळ, अ.नगर

"तुमचं असणं सर्वकाही होतं. आयुष्यातील एक ते सुंदर पर्व होतं..आज सर्वकाही असल्याची जाणीव आहे पण तुमचं नसणं हीच मोठी उणीव आहे.."

कै.रमेश नामदेव धाडगे
दशक्रिया विधी
दि.१५/०३/२०२६ रोजी सकाळी ८.३० वा. शुक्लेश्वर मंदिर स्मशानभूमी, भिंगार येथे होईल.
: शोकाकूल :
श्री.सिताराम नामदेव धाडगे (भाऊ) श्री.अशोक नामदेव धाडगे (भाऊ)
श्री.संजय नामदेव धाडगे (भाऊ) श्री.ओंकार रमेश धाडगे (मुलगा)
श्रीमती संगीता रमेश धाडगे (पत्नी) सौ. श्रध्दा ओंकार धाडगे (सून)
सौ.कोमल स्वप्निल दातरंगे (मुलगी)
ह.भ.प.सुदाम महाराज दारकुंडे यांचे प्रवचन होईल.
समस्त धाडगे परिवार

दशक्रिया विधी
तो हसरा चेहरा नाही कोणाला दुःखवले,
मनाचा तो भोळेपणा कधी नाही केला मोठेपणा,
उडुनी गेला अचानक प्राण,
पुर्नजन्म घ्यावा हीच आमची ईश्वरचरणी प्रार्थना...

कळविण्यास अत्यंत वाईट वाटते की,
कै. पुष्पा वसंत शिंदे
यांना शनिवार, दि. ७/३/२०२६ रोजी देवाज्ञा झाली.
दशक्रिया विधी सोमवार, दि. १६/३/२०२६ रोजी सकाळी ८.०० वा. केडगाव अमरधाम, अहिल्यानगर येथे होईल.
आपल्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण आदरांजली...
-: दुःखांकित :-
रामचंद्र वसंत शिंदे (मुलगा), सौ. मोनाश्री रामचंद्र शिंदे (सून)
प्रेम रामचंद्र शिंदे (नातू)
सौ. ज्योती संभाजी लोंढे (मुलगी), संभाजी चंद्रकांत लोंढे (जावई)
सौ. रेणुका राहुल दळवी (मुलगी), राहुल बाबूराव दळवी (जावई)
समस्त शिंदे परिवार, अहिल्यानगर.

E.T.N.
अहिल्यानगरमधील एकमेव भव्य फर्निचर मॉल
अवतार होम डेकोर
Decorate your Dreams.....
धमाका ऑफर
Flat 20% Discount

- सर्व प्रकारचे एक्सक्लुसिव्ह सोफा सेट्स
- लाऊन्जर्स व रिक्लायनर सोफा सेटस,
- रिक्लायनर चेयर्स
- बेडरुम सेट्स
- सागवान वुडन फर्निचर्स
- मंदिर
- स्टील कपाट
- गार्डन झोपाळा
- टेबल चेयर सेट्स
- सेंटर टेबल्स
- साईड टेबल्स
- होम डेकोर आयटम्स
- फॅन्सी इम्पोर्टेड 4, 6, व 8 सीटर्स डायनिंग टेबल्स–चेयर्स सेट्स
- ऑफिस टेबल्स–चेयर्स

तसेच विविध प्रकारच्या अत्याधुनिक, आकर्षक इंडियन व इंपोर्टेड फर्निचरची भरपूर व्हरायटीज!
आजपासूनच गुढीपाडवा धमाका ऑफर सुरु! त्वरा करा!!
गजराजनगर फाटा, गणेश मंदिरासमोर, छ.संभाजीनगर रोड, पोखर्डी, अहिल्यानगर
9225328344 / 9405011196 / 8262927034

समर्थ पेस्ट कंट्रोल
झुरळ, पाल, मुंग्या, कोळी, मच्छर, वाळवी, ढेकुण, उंदीर, मधमाश्या, वाळवी यांच्या त्रासापासून खात्रीशीर मुक्तता तसेच घर, बंगला, दुकाने, गोडावून, ऑफिस, फॅक्टरीज, हॉटेल, पतसंस्था, बँक इ. ठिकाणी पेस्ट कंट्रोल करुन मिळेल.
9890692159
9503105050

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

जैन सोशल फेडरेशनद्वारा संचलित
श्री आनंदऋषिजी हॉस्पिटल ॲण्ड हार्ट सर्जरी सेंटर, अहिल्यानगर
राष्ट्रसंत आचार्य श्री आनंदऋषिजी म.सा. यांच्या ३४ व्या पुण्यस्मृतिदिनानिमित्त आयोजित
आरोग्यसेवेची २५ वर्षे पूर्ण...
भव्य विविध मोफत महाआरोग्य तपासणी शिबीर
तज्ञ डॉक्टरांच्या मार्गदर्शनाखाली
दि. १५ ते ३० मार्च २०२६
रोज सकाळी १० ते दुपारी २

वार/दिनांक	शिबीरांचे नांव	तज्ञ डॉक्टर्स
१५ मार्च २०२६ रविवार	भव्य हृदयरोग तपासणी व हृदय शस्त्रक्रिया शिबीर – ॲन्जिओग्राफी रू. 3000/- मध्ये. बायपास सर्जरी, हृदयातील झडप बदलणे, हृदयातील छिद्र बुजवणे. लहान मुलांच्या हृदय शस्त्रक्रिया व ॲन्जिओप्लास्टी व सर्व शस्त्रक्रिया प्रधानमंत्री जनआरोग्य योजने अंतर्गत मोफत केल्या जातील.	कार्डियाक सर्जन – डॉ. [illegible]; एम.डी.मेडिसीन – [illegible]; कार्डिओलॉजीस्ट – [illegible]; कार्डियाक ॲनेस्थेटीस्ट – [illegible]
१६ मार्च २०२६ सोमवार	किडनीचे आजार – अंगावर सुज येणे, लघवी कमी/ लाल होणे, किडनी जंतु संसर्ग, डायलेसिस इ. उपचार. किडनी ट्रान्सप्लांट * प्रधानमंत्री जनआरोग्य योजने अंतर्गत डायलेसिस मोफत केले जातील.	नेफ्रोलॉजीस्ट – डॉ. गोविंद कासट, फिजिशियन – डॉ. प्राजक्ता पारधे
१७ मार्च २०२६ मंगळवार	मेंदुविकार शिबीर – न्युरोलॉजी – डोके दुखी, अपस्मार, पॅरेलिसिस/पक्षाघात, कंबरदुखी, नसांचे विकार, स्नायुंचे विकार, मेंदुचा जंतु संसर्ग, मेंदुज्वर, स्मृतीभ्रंश इ. आजारांवर उपचार व मार्गदर्शन – ईईजी, ईएमजी, एनसीव्ही इ. तपासण्या ५०% सवलतीच्या दरात केल्या जातील. न्युरोसर्जन : मेंदू, मणके व मज्जारज्जू संबंधीत आजार तपासणी शिबीर ट्रॉमा सर्जरी, मेंदुतील रक्तस्त्राव, स्लीपडिस्क (मणक्यातील चकती सरकणे, झटके येणे इत्यादींवर उपचार व शस्त्रक्रिया) पेडियाट्रिक न्युरोलॉजी, लहान मुलांमधील फिट, मेंदुविकार मतिमंदता, गतिमंदता, स्वमग्नता (ऑटिझम), आनुवंशिक आजार, अतिचंचलपणा, इ. आजारांवर	न्युरोलॉजीस्ट – डॉ. अद्वैत गिते, डॉ. वैशाली कदम. लहान मुलांचे मेंदुविकार तज्ञ – डॉ. स्नेहा म्हस्के
१८ मार्च २०२६ बुधवार	प्लॅस्टिक सर्जरी शिबीर– लहान मुलांचे जन्मजात हातांचे समस्या, व्यंग, मधुमेहामुळे होणाऱ्या जुनाट जखमा, पायाच्या जखमा, हातांच्या नस संबंधित आजार, जखमा, दुभंगलेले ओठ, तुटलेले कान, चेहऱ्यावरील व्रण इ. तोंड, गाल, ओठ, जीभ, जबडा, मान, सायनस आणि लाल ग्रंथींच्या गाठ्या व कर्करोगाच्या गाठींचे निदान व उपचार, तोंडात होणाऱ्या लाल, पांढरे चट्टे, तिखट व मसालेदार अन्न खाण्यास अडचण येणे, तोंडाच्या व्रण यावर औषधोपचार.. स्माईल ट्रेन प्रोजेक्ट अंतर्गत मोफत शस्त्रक्रिया	प्लॅस्टिक सर्जन : डॉ. आदित्य दमानी, डॉ. मृदुला मुळे
२० मार्च २०२६ शुक्रवार	श्वसनविकार तपासणी शिबीर – फुफ्फुसाचे आजार, दमा, खोकला, ॲलर्जी इत्यादीवर उपचार	श्वसनविकार तज्ञ – डॉ. स्नेहा तिरपुडे, डॉ. प्रणाली त्रिमुखे
२४ मार्च २०२६ मंगळवार	अस्थिरोग तपासणी मणके व सांधेबदली शस्त्रक्रिया व फिजिओथेरपी शिबीर– संपूर्ण गुडघा प्रत्यारोपण/ संपूर्ण खुबा प्रत्यारोपण रु. 65,000 पासुन पुढे- (गुणवत्तापूर्वक इम्प्लांटसह) औषध खर्च वेगळा. गुडघेदुखी (TKR पुनर्वसन): Knee pain (Total Knee Replacement Rehabilitation) गोठलेला खांदा (फ्रोजन शोल्डर): Frozen shoulder मानदुखी: Neck pain पाठदुखी: Back pain फ्रॅक्चर नंतरचे पुनर्वसन: Post fracture rehab बेल्स पाल्सी आणि चेहऱ्याचा कमकुवतपणा : Bell's palsy & facial weakness पक्षाघात (पॅरालिसिस) उपचार: Paralysis treatment	अस्थीरोग तज्ञ – डॉ. विशाल शिंदे, डॉ. रोहन धोत्रे. स्पाईन सर्जन – डॉ. अमित सुराणा, डॉ. अक्षय गादिया, डॉ. श्रीकांत दलाल. फिजिओथेरपिस्ट – डॉ. अनुजा शिवणेकर/देशपांडे, डॉ. आराधना अरवडे, डॉ. अभय साठे
२५ मार्च २०२६ बुधवार	कान, नाक, घसा तपासणी शिबीर – स्पिच थेरपी तपासणी व मार्गदर्शन – ऑडिओमेट्री सुविधा उपलब्ध.	कान,नाक,घसा,तज्ञ – डॉ. सुकेशिनी गाडेकर, डॉ. अतुल तुपे, डॉ. अझर शेख (वाच्या व भाषा उपचार तज्ञ), डॉ. सुरज कर्डिले
२७ मार्च २०२६ शुक्रवार	बालरोग तपासणी शिबीर – नवजात शिशुंच्या सर्व आजारांवर निदान व उपचार. लहान मुलांच्या शस्त्रक्रिया, हर्निया, डायाफ्रामॅटिक हर्निया, फायमोसीस, हायड्रोसील, अर्नाडसेन्डेड टेस्टीस व इतर	बालरोग तज्ञ – डॉ. वैभवी वंजारे, डॉ. दीपी अग्रवाल, डॉ. विजय साठे, डॉ. गणेश गव्हाणे. पिडियाट्रिक सर्जन – डॉ. रुपेश सिकची
२९ मार्च २०२६ रविवार	मोफत नेत्र रोग तपासणी– अल्पदरात मोतिबिंदु शस्त्रक्रिया शिबीर. शिबिराचे ठिकाण : आनंदऋषिजी नेत्रालय, भगवान महावीर भवन. नाव नोंदणीसाठी संपर्क : 8686401515	नेत्ररोग तज्ञ – डॉ. प्रकाश कांकरिया, डॉ. अशोक महाडीक, डॉ. संदिप राणे, डॉ. प्रतिक कटारिया, डॉ. विशाल तांबे, डॉ. किरण शिंदे, डॉ. नेहा भतडिया, डॉ. केतन राठोड, डॉ. विवेक पाऊलबुधे, डॉ. नलिनी गिते, डॉ. कौस्तुभ घोडके, डॉ. निरंजन पेहरे, डॉ. पुनम लंकेश्वर व इतर नेत्रतज्ञ
३० मार्च २०२६ सोमवार	दुबिर्णीद्वारे शस्त्रक्रिया (बीनाटाका)– * लॅप्रोस्कोपी पोटावरील जागेचे, बेंबीचे ऑपरेशनच्या जागेतील (Inguinal) हर्नियाची शस्त्रक्रिया रू. 10000/- * पित्ताशय काढणे रू. 15000/- * स्त्रीयांची गर्भाशयाची पिशवी काढणे (हिस्ट्रेक्टॉमी) रू. 10000/- * स्टॅपलर/लेझर पाईल्स शस्त्रक्रिया रू. 15000/- * ॲपेंडिक्स ऑपरेशन रू. 4000/- लॅप्रोस्कोपी * स्त्रीयांचे बिजांडकोशावरील गाठी शस्त्रक्रिया रू. 5000/- * स्त्रीयांचेवंध्यत्वाची तपासणी करीता गर्भनलिकेची ट्युबल पेटेन्सी रू. 2000/- * लॅप्रोस्कोपी स्त्रीयांचे कुटुंब नियोजन शस्त्रक्रिया रू. 3000/- टिप : वरील शस्त्रक्रिया पॅकेजेस मध्ये औषध व आय.सी.यु. चा खर्च वेगळा असेल.	जनरल सर्जन, लॅप्रोस्कोपीक सर्जन – डॉ. भास्कर जाधव, डॉ. महेश घुगे. स्त्री रोग तज्ञ – डॉ. रविंद्र मुथा, डॉ. सौ. सोनल बोरुडे, डॉ. हिरल चौधरी,

महावीर भवन
रुग्ण व रुग्णांचे नातेवाईक यांचे करिता अल्पदरात निवासाची व्यवस्था उपलब्ध.
भोजन रु. 35/- मात्र

जैन सोशल फेडरेशनद्वारा संचलित
श्री आनंदऋषिजी हॉस्पिटल ॲण्ड हार्ट सर्जरी सेंटर, अ.नगर
24 तास आपल्या सेवेत आनंदऋषीजी ब्लड बँक
डिजिटल एक्सरे रू.250/-
सोनोग्राफी रू.800/-
Siemen's 96 Slice CT Scan Machine सिटीस्कॅन रू. 1250/-
MRI-1.5 Tesla एम.आर.आय. रू. 2500/-
१२४, आनंदऋषीजी मार्ग, अ.नगर. फोन : २३२०४७३, ७४, ७५ | मो. ९४०४३९९९९११
हायटेक पॅथोलॉजी लॅब व 35 अत्याधुनिक डायलेसीस मशिनद्वारे सेवा उपलब्ध.