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

संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

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

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रूपये | अहिल्यानगर, शनिवार दि. २०.०६.२०२६ | अंक नं. ०६९ | वर्ष ६८ वे | दैनिक वर्ष ६२ वे | ANR/022/2018-2020

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

22 कॅरट सोन्याचा सर्वात कमी भाव, सर्वात कमी मजुरी..
दागिन्यांची प्रतीग्रॅम मजुरी ₹ १११/-*
साई मिडास टच, नगर-मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर 9272422001/02
20 व 21 जून 2026 रोजी CKJ मधील 22 कॅरट सोन्याचा भाव (प्रती ग्रॅम) ₹ १३३११/-*
Conditions Apply*

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

नगरमधील मोबाईल दुकानदाराची चार लाख १७ हजारांची फसवणूक

दुकानातून महागडा मोबाईलही केला लंपास, तरुणावर गुन्हा दाखल

नगर - शहरातील दिल्लीगेट परिसरातील एका मोबाईल दुकानदाराची बँकेत पैसे भरण्याच्या बहाण्याने एका तरुणाने बनावट पावत्या आणि खोटे शिक्के तयार करून तब्बल ४ लाख १७ हजार २०० रुपयांची फसवणूक केली आहे. तसेच दुकानातील २२ हजार १११ रुपये किम्मतीचा मोबाईल फोनही चोरून नेला. या प्रकरणी तोफखाना पोलिसांनी आरोपीविरुद्ध गुन्हा दाखल केला असून पोलीस त्याचा शोध घेत आहेत.

या संदर्भात मोबाईल दुकान चालक प्रमोद दत्तात्रय गुंड (रा कल्याण रोड, अहिल्यानगर) यांनी तोफखाना पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. त्यांच्या फिर्यादीवरून अंकित अर्जुन मोरे (उर्फ मिलिंद मोरे, रा. नेप्ती, अहिल्यानगर) विरुद्ध फसवणूक आणि चोरीचा गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे.

पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, फिर्यादी प्रमोद गुंड यांचे दिल्ली गेट परिसरातील चंद्रलोक अपार्टमेंटमध्ये 'द मोबाईल स्पेस' नावाचे दुकान आहे. त्यांनी आरोपी अंकित मोरे याच्यावर विश्वास ठेवून चितळे रोडवरील बँकेत व्यवसायाचे पैसे आणि सुरक्षा ठेव भरण्यासाठी दिले होते. मात्र, आरोपीने ही रक्कम बँकेत जमा न करता स्वतःकडेच ठेवून घेतली. फसवणूक उघडकीस येऊ नये म्हणून त्याने बँकेच्या खोट्या पावत्या तयार केल्या आणि त्यावर बँकेचे बनावट शिक्के मारून ते फिर्यादीला दाखवले.

हा प्रकार गेल्या काही महिन्यांपासून सुरु होता. संशय आल्यानंतर तपास केला असता हा सर्व फसवणुकीचा प्रकार उघडकीस आला. एवढेच नव्हे तर आरोपीने फिर्यादीच्या दुकानातून एक महागडा मोबाईल फोनही चोरून नेल्याचे समोर आले आहे. पोलिसांनी गुन्ह्याची नोंद केली असून सहाय्यक पोलीस निरीक्षक मंगेश गोंटला या प्रकरणाचा पुढील तपास करत आहेत.

जीवन ज्योत ग्रुप ऑफ इन्स्टिट्युट
शासकीय APPRENTICESHIP
महाराष्ट्र शासनाचे पॅरामेडिकल कौन्सिलला रजिस्ट्रेशन करून अधिकृत बना..!
प्रवेश देणे चालू आहे
सरकारी नोकरीची सुवर्णसंधी
३२ वर्षात यशस्वी शैक्षणिक पदार्पण | महाराष्ट्र शासन मान्यताप्राप्त
सरकारी नोकरीची पात्रता व हमी असलेले कोर्सेस
Nursing Courses : Nursing Care — Duration : 1 year, Eligibility : 10th — माध्यम : मराठी / इंग्रजी
Operation Theater Assistant — कालावधी : १ वर्ष, पात्रता १० वी — माध्यम : मराठी / इंग्रजी
Diploma Course in Physiotherapy — 12 वी सायन्स समकक्ष — कालावधी : २ वर्ष, पात्रता १० वी — माध्यम : मराठी / इंग्रजी
Dip.Medical Lab Technician - DMLT — 12 वी सायन्स समकक्ष — कालावधी : २ वर्ष, पात्रता १० वी — माध्यम : मराठी / इंग्रजी
Dip. Radiology Technician - DRT — X-ray | ECG | CT Scan | M.R.I. Sonography | Cath. Lab | Dialysis — 12 वी सायन्स समकक्ष — कालावधी : २ वर्ष, पात्रता १० वी — माध्यम : मराठी / इंग्रजी
स्थापत्य अभियांत्रिकी सहाय्यक बांधकाम पर्यवेक्षक — ITI समकक्ष — कालावधी : १ वर्ष, पात्रता १० वी — माध्यम : मराठी / इंग्रजी
DIP. Computer Technology — 12 वी सायन्स समकक्ष — कालावधी : २ वर्ष, पात्रता १० वी — माध्यम : मराठी / इंग्रजी
अधिक माहिती व प्रवेशासाठी आजच संपर्क करा
बॉम्बे इन्स्टिट्युट ऑफ व्होकेशनल ट्रेनिंग
8830685732, 96373 88388
बॉम्बे हॉस्पिटल बिल्डिंग / बेकर्स समोर, वन विभाग कार्यालय मागे, नगर- छ.संभाजीनगर रोड, (नविन महानगरपालिका जवळ) अहिल्यानगर - ४१४००१

सेल । सेल ।। सेल ।।।
स्टॉक क्लिअरन्स सेल
महिलांसाठी: कुर्ती+ पॅन्ट, क्वॉर्ड सेट, नाईट ड्रेस. वनपीस, वेस्टर्न वनपीस रु.२५०/- पासून पुढे
* साडी-रु.१०० पासून पुढे
* रेडिमेड ब्लाऊज २ पीस-रु.१००/-
पुरुषांसाठी: बेस्ट क्वॉलिटी शर्ट रु.२२०/-पासून पुढे
नाईट पॅण्ट रु.२०० पासून पुढे
कार्गो पॅण्ट रु.२५०/-
जीन्स रु.३००/-पासून पुढे
तसेच ब्रॅण्डेड शर्ट 7 x L पर्यंत. जीन्स व फार्मल पॅण्ट साईज ४४ पर्यंत, टी शर्ट 6 x L पर्यंत.
लहान मुला-मुलींचे ड्रेस
ड्रेस रु.२५०/-पासून पुढे, लहान मुलींचे प्लाझो फक्त रु.१००/-
वेळ : दु.१२ ते सायं.७ पर्यंत.. मर्यादित स्टॉक
अहिल्यानगर शहरातील भव्य मॉल मयुरी लेडिज मॉल
मल्हार चौक, आयकॉन पब्लिक स्कुल जवळ, आगरकर मळा, अ.नगर 9028201188

भरवस्तीत सोन्याचे दागिने अन् रोकडची चोरी

नगर - शहरातील सर्जे पुरा भागात असणाऱ्या मिसाळ गल्लीमध्ये एका घरात मध्यरात्रीच्या सुमारास धाडसी चोरी झाल्याची घटना समोर आली आहे. चोरट्याने घराच्या गॅलरीच्या उघड्या दरवाजातून आत प्रवेश करत सोन्याचे दागिने आणि रोकड असा एकूण ४९ हजार रुपयांचा मुद्देमाल चोरून नेला. याप्रकरणी तोफखाना पोलीस ठाण्यात अज्ञात चोरट्याविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत स्वाती विशाल घुगरे यांनी फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी या सर्जेपुरा येथील साईबाबा मंदिराच्या मागे असलेल्या मिसाळ गल्लीत राहतात. त्या रात्री घराच्या वरच्या मजल्यावरील खोलीत झोपलेल्या होत्या. याच दरम्यान अज्ञात चोरट्याने गॅलरीच्या उघड्या दरवाजाचा फायदा घेऊन घरात प्रवेश केला. चोरट्याने घरातील ३० हजार रुपये किम्मतीचे ९ ग्रॅम वजनाचे सोन्याचे गंठण, ९ हजार रुपये किम्मतीचे ३ ग्रॅम वजनाचे सोन्याचे कानातील टॉप्स आणि १० हजार रुपयांची रोकड असा माल लंपास केला.

सकाळी हा प्रकार उघडकीस आल्यानंतर स्वाती घुगरे यांनी तोफखाना पोलीस ठाण्यात दिलेल्या फिर्यादीवरून पोलिसांनी अज्ञात चोरट्याविरुद्ध गुन्हा नोंदवला आहे. या घटनेची माहिती मिळताच तोफखाना पोलीस ठाण्याचे प्रभारी अधिकारी बालाजी वैद्य यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोलीस उपनिरीक्षक योगेश चाहेर यांनी घटनास्थळी भेट दिली. या चोरीचा पुढील तपास पोलीस अंमलदार गणेश साठे करत आहेत.

भरवस्तीत झालेल्या या चोरीमुळे नागरिकांमध्ये भीतीचे वातावरण पसरले असून पोलिसांनी रात्रीची गस्त वाढवावी अशी मागणी होत आहे.

भाड्याने देणे आहे
२ (दोन) गाळे प्रत्येकी २०० Sq.Ft कारपेट एरिया
जॉगिंग ट्रॅक जवळ, टिव्ही सेंटर, प्रोफेसर चौक
जवळ ऑफिस / गोडाऊन साठी उपयुक्त
श्री गुरुदत्त इस्टेट एजन्सी
संपर्क 7020877365

300 स्क्वे.फू. रोडटच दुकान भाड्याने देणे
नवीपेठ मध्ये, नवीन मराठी शाळे समोर, रोडटच दुकान भाडयाने देणे
7350012310
8888965980

प्रशिक्षीत व अनुभवी महिला शिक्षक पाहिजे
सह्याद्री प्री स्कूल
सारसनगर, अहिल्यानगर
9689767642

पाहिजेत
सोनचाफा ज्वेलरी शोरुमकरिता सेल्सगर्ल्स पाहिजे. आकर्षक पगार
भेटा : कोहिनूरसमोर, कापडबाजार, अहिल्यानगर
9356352421

सेल...सेल...सेल...सेल...सेल...सेल...सेल...सेल...
बेडशीट, परदे, सतरंजी, डोरमॅट, गालीचा दुकान बंद करण्यासाठी सेलच्या किंमतीत होलसेल व रिटेलमध्ये सेल माल विकणे संधीचा त्वरित फायदा घ्या.
पंजाब हॅण्डल्यूम
टायटन शोरुम जवळ, नवीपेठ, अहिल्यानगर
9034666829

कृपया जवळच्या किराणा ड्रायफ्रुट दुकानदारांना संपर्क करा
रत्नकमल™ चहा
10 किलो मागे 1 मोठी पिशवी फ्री..फ्री..
ब्रॅंडेड कंपनीचा चहा व रत्नकमल चहा एक वेळेस जरुर तुलना करुन पहा
आशिष ट्रेडर्स चहा पावडरचे ठोक व किरकोळ विक्रेते
रत्नकमल, बुरुड गल्ली, मारुती मंदिरासमोर, अहिल्यानगर- ४१४००१
Contact : 8767369367
इतर कंपन्या पेक्षा 50 ते 70 रुपये कमी किलो मागे स्वस्त दर्जा त्यापेक्षाही उत्तम.

"किर्ती लाभावी आपणास मोठी, शोभून रहावी आपली हास्यमूर्ती हिच शुभकामना आपणास शतायू होण्याची ...!"
अंबादास (लिंबाशेठ) नागरगोजे
आपणांस वाढदिवसाच्या
वाढदिवसाच्या हार्दिक शुभेच्छा

शुभेच्छुक :
सौ. कालिंदा माधवराव लामखडे जि.प.सदस्य
श्री. केतन माधवराव लामखडे मित्र मंडळ निंबळक, ता. नगर
श्री. माधवराव लामखडे
उद्योजक तथा जि.प.सदस्य, अ.नगर
नगर-पारनेर विधानसभा मतदार संघ

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

जिल्ह्यातील धरणे, जलसाठ्यांचे सप्टेंबरपर्यंत सूक्ष्म नियोजन करण्याचे पालकमंत्री डॉ. राधाकृष्ण विखे पाटील यांचे निर्देश

नगर - एलनिनोच्या प्रभावामुळे पावसाला उशीर झाल्यास जिल्ह्यात पाणीटंचाई निर्माण होण्याची शक्यता आहे. त्यामुळे जिल्ह्यातील मोठ्या धरणांमधील तसेच मध्यम व लघु प्रकल्पांमधील उपलब्ध पाणीसाठ्याचे सप्टेंबरपर्यंत सूक्ष्म आणि काटेकोर नियोजन करण्यात यावे. पिण्याच्या पाण्याला सर्वोच्च प्राधान्य देत आवश्यक पाणीसाठा आरक्षित ठेवण्याचे निर्देश पालकमंत्री तथा जलसंपदा मंत्री डॉ. राधाकृष्ण विखे पाटील यांनी दिले.

जिल्हाधिकारी कार्यालयात आयोजित बैठकीत बोलताना पालकमंत्री राधाकृष्ण विखे पाटील. समवेत आ. काशिनाथ दाते, जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया, जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी आनंद भंडारी, महानगरपालिका आयुक्त यशवंत डांगे आदी.

जिल्हाधिकारी कार्यालयात आयोजित एलनिनोच्या पार्श्वभूमीवरील पूर्वतयारीच्या आढावा बैठकीत पालकमंत्री डॉ. विखे पाटील बोलत होते. यावेळी आमदार काशिनाथ दाते, जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया, जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी आनंद भंडारी, महानगरपालिका आयुक्त यशवंत डांगे, उपवनसंरक्षक धर्मवीर सालविठ्ठल, निवासी उपजिल्हाधिकारी दादासाहेब गिते, अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी विजय मुळीक, जलसंपदा विभागाचे अधीक्षक अभियंता बाळासाहेब शेटे, कार्यकारी अभियंता सायली पाटील यांच्यासह संबंधित विभागांचे अधिकारी उपस्थित होते.

पालकमंत्री डॉ. विखे पाटील म्हणाले, गावे, वाड्या-वस्त्यांच्या गरजेनुसार पाणीपुरवठ्याचे नियोजन करण्यात यावे. ज्या गावांमध्ये पाणीपुरवठा योजना उपलब्ध नाहीत, त्या ठिकाणी टँकरमधील पाणी थेट विहिरीत न टाकता तोटीयुक्त प्लास्टिकच्या टाक्यांमधून नागरिकांना वितरित करावे. यामुळे पाण्याचा अपव्यय टळून सर्व नागरिकांना समान आणि पुरेशा प्रमाणात पाणी उपलब्ध होईल.

ते पुढे म्हणाले की, टँकरमध्ये भरण्यात येणाऱ्या पाण्याचे नमुने नियमितपणे तपासण्यात यावेत. नागरिकांना स्वच्छ आणि सुरक्षित पिण्याचे पाणी मिळेल याची संबंधित यंत्रणांनी दक्षता घ्यावी. तालुकास्तरीय अधिकाऱ्यांनी पाणीपुरवठा स्रोतांची प्रत्यक्ष पाहणी करून परिस्थितीचा नियमित आढावा घ्यावा. गावनिहाय टँकरद्वारे पाणीपुरवठ्याचे वेळापत्रक तयार करून त्यानुसारच वितरण करण्यात यावे. तसेच ज्या ठिकाणांहून टँकरसाठी पाणी भरले जाते, तेथील वीजपुरवठा अखंडित राहील याची महावितरण कंपनीने काळजी घ्यावी, अशा सूचनाही पालकमंत्री डॉ. विखे पाटील यांनी दिल्या.

जिल्ह्यातील पशुधनाला चाऱ्याची कमतरता भासू नये यासाठी कृषी आणि पशुसंवर्धन विभागाने संयुक्तपणे चारा उपलब्धतेचा आढावा घ्यावा. गावनिहाय आणि तालुकानिहाय चाऱ्याचे नियोजन करावे. जिल्ह्यातील चारा जिल्ह्याबाहेर जाणार नाही, याची दक्षता घेत पशुपालकांना वेळेवर मदत मिळेल यासाठी सर्व यंत्रणांनी समन्वयाने काम करावे, असे निर्देश त्यांनी दिले.

ग्रामीण भागातील नागरिकांना स्थानिक स्तरावर रोजगार उपलब्ध करून देण्यासाठी रोजगार हमी योजनेअंतर्गत मोठ्या प्रमाणावर कामे मंजूर करावीत. संभाव्य दुष्काळी परिस्थितीत नागरिकांना आर्थिक आधार मिळावा, यासाठी नियोजनबद्ध रोजगारनिर्मितीवर भर द्यावा. तसेच पाणी जपून वापरण्याबाबत ग्रामीण आणि शहरी भागात व्यापक जनजागृती मोहीम राबविण्यात यावी, असेही त्यांनी सांगितले. यावेळी जिल्ह्यातील पर्जन्यमान, धरणांमधील पाणीसाठा, टँकरद्वारे होणारा पाणीपुरवठा, चारा टंचाई उपाययोजना आणि रोजगार हमी योजनेअंतर्गत सुरू असलेल्या कामांचा सविस्तर आढावा घेण्यात आला.

गुंतवणुकीचा अल्पकालीन निकाल लावण्याची चूक

राजन कुटे

आपण आयुष्यातील अनेक महत्त्वाच्या गोष्टींना वेळ देतो. झाड लावलं की दुसऱ्या दिवशी फळांची अपेक्षा करत नाही. मुलांच्या शिक्षणाचा परिणाम काही महिन्यांत मोजत नाही. आरोग्यासाठी सुरू केलेल्या चांगल्या सवयींचा निकालही काही दिवसांत लागत नाही.

पण गुंतवणुकीच्या बाबतीत अनेकदा वेगळंच घडतं.

एखादा म्युच्युअल फंड सुरू केल्यानंतर काही महिन्यांतच त्याची कामगिरी तपासली जाते. बाजार थोडा खाली आला की निर्णयावर शंका घेतली जाते. दुसरा एखादा फंड जास्त परतावा देताना दिसला की आपली निवड चुकीची होती का, असा प्रश्न पडू लागतो.

खरं तर अनेक गुंतवणूकदारांकडून होणाऱ्या सर्वात सामान्य चुकांपैकी ही एक चूक असते - गुंतवणुकीचा निकाल अल्पकालीन परताव्यावर लावणे.

समस्या परतावे पाहण्यात नसते. समस्या त्यांचा अर्थ लावण्यात असते. बाजार सरळ रेषेत वाढत नाही. काही काळ वेगाने वाढतो, काही काळ थांबतो, तर काही वेळा मागेही जातो. अशा काळात चांगल्या गुंतवणुकीसुद्धा निराशाजनक वाटू शकतात.

काही दिवसांपूर्वी चर्चेदरम्यान एक व्यक्ती म्हणाली, हा फंड गेल्या वर्षभरात काही विशेष करताना दिसत नाही. पुढची चर्चा झाली तेव्हा लक्षात आलं की त्यांनी तो फंड सुरू करून अवघी काही वर्षेच झाली होती. त्यांच्या अपेक्षा आणि गुंतवणुकीचा कालावधी यांच्यातील तफावतच त्यांना अस्वस्थ करत होती.

अर्थात, प्रत्येक गुंतवणूक योग्य असेलच असं नाही. वेळोवेळी आढावा घेणे आवश्यक असतं. पण आढावा आणि अस्वस्थता यामध्ये एक सूक्ष्म फरक असतो. अनेक वेळा गुंतवणूकदार चांगली योजना सोडतात, कारण ती चुकीची असते म्हणून नाही; तर तिचा परिणाम दिसण्यासाठी अजून वेळ लागणार असतो म्हणून.

संपत्ती निर्माण होणं हे अनेकदा संथ आणि कंटाळवाणं दिसतं. त्यात रोज नवीन घडामोडी नसतात. सतत उत्साह नसतो. पण संयम आणि वेळ यांची एकत्रित ताकद अनेकदा लोकांच्या अपेक्षेपेक्षा खूप मोठी असते. म्हणूनच गुंतवणूक करताना केवळ परतावे पाहणं पुरेसं नसतं. तो परतावा किती कालावधीत मिळाला आहे, हेही तितकंच महत्त्वाचं असतं.

शेवटी काय, एखाद्या प्रवासाचा दर्जा पहिल्या काही मैलांवरून ठरत नाही. गुंतवणुकीचं ही तसंच आहे. काही महिन्यांचा निकाल संपूर्ण प्रवासाचं भविष्य ठरवत नाही.

स्पष्ट ठेवा, शांत ठेवा.

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

पूर्ववैमनस्यातून तरुणावर चाकूने केला प्राणघातक हल्ला

नगर - शहरातील गांधी मैदान परिसरात रात्री जेवण करून फिरण्यासाठी गेलेल्या एका तरुणावर जुन्या वादातून चाकूने जीवघेणा हल्ला केल्याची धक्कादायक घटना १८ जून रोजी रात्री ११.१८ वाजण्याच्या सुमारास घडली आहे. या हल्ल्यात तरुण गंभीर जखमी झाला असून, त्याच्यावर सिव्हिल हॉस्पिटलमध्ये उपचार सुरू आहेत. कोतवाली पोलिसांनी या प्रकरणी दोघांवर गुन्हा दाखल केला आहे.

याबाबत काशिफ जुबेर शेख (वय ३०, रा. आशा टॉकिज, तख्ती दरवाजा, अहिल्यानगर) याने फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी तरुण हा रात्री जेवण झाल्यानंतर फिरण्यासाठी बाहेर पडला होता. रात्री सव्वा अकरा वाजेच्या सुमारास तो गांधी मैदान परिसरात आला असता, तिथे आधीच दबा धरून बसलेल्या दोघांनी त्याला गाठले.

ऋषी मोरे (वय २८, रा. केडगाव) आणि आशिष उर्फ सनि अनिल शिंदे (वय ३०, रा. गांधी मैदान, अहिल्यानगर) अशी हल्ला करणाऱ्या संशयित आरोपींची नावे आहेत. या दोघांनी काशिफ याला रस्त्यात अडवून विनाकारण वाद घालण्यास सुरुवात केली आणि त्याच्या अंगावर धावून गेले. काशिफने त्यांना 'तुम्ही असे का करत आहात, काय झाले?' असे विचारण्याचा प्रयत्न केला. त्यावेळी झालेल्या वादावादीत आरोपी ऋषी मोरे याने संतापाच्या भरात आपल्या कमरेला लावलेला तीक्ष्ण चाकू बाहेर काढला. काही समजण्याच्या आत त्याने काशिफच्या पोटावर चाकूने जोरात वार केले. या हल्ल्यात काशिफ रक्ताच्या थारोळ्यात पडला. हल्ला केल्यानंतर दोन्ही आरोपी तिथून पसार झाले होते.

घटनेची माहिती मिळताच कोतवाली पोलीस ठाण्याचे पोलीस निरीक्षक नितीन देशमुख आणि पोलीस उपनिरीक्षक प्रवीण पाटील यांनी तातडीने घटनास्थळी धाव घेतली. जखमी काशिफला तात्काळ उपचारासाठी सिव्हिल हॉस्पिटलमध्ये दाखल करण्यात आले. तेथे मिळालेल्या जबाबावरून पोलिसांनी गुन्हा नोंदवला आहे. पोलीस उपनिरीक्षक के. एस. सेदवाड या प्रकरणाचा पुढील तपास करत आहेत.

बेकायदेशीर गॅस रिफिलिंग करणाऱ्यावर पोलिसांचा छापा

झेंडीगेट परिसरात कारवाई, मुद्देमालासह आरोपीला अटक

नगर - शहरातील झेंडीगेट भागातील बाबा बंगाली गल्लीत उघड्या जागेवर शेडच्या आडोशाला बेकायदेशीरपणे घरगुती गॅस टाक्यांमधून वाहनांमध्ये गॅस भरणाऱ्या आरोपीला कोतवाली पोलिसांनी रंगेहात पकडले. या धडक कारवाईत पोलिसांनी १ लाख २७ हजार रुपयांचा मुद्देमाल जप्त केला असून आरोपीला ताब्यात घेतले आहे.

कोतवाली पोलीस ठाण्याचे पो.हे.कॉ. रमेश राम शिंदे यांनी या प्रकरणी फिर्याद दिली आहे. पोलीस निरीक्षक नितीन देशमुख यांना गुप्त बातमीदारामार्फत माहिती मिळाली होती की, बाबा बंगाली गल्लीत विनापरवाना गॅसची चोरी आणि विक्री सुरू आहे. या माहितीच्या आधारे पोलिसांच्या गुन्हे शोध पथकाने दोन पंचांना सोबत घेऊन १९ जून रोजी दुपारी साडेबारा वाजण्याच्या सुमारास त्या ठिकाणी अचानक छापा टाकला.

या छाप्यात आरोपी असीम हमीद शेख (वय ३३, रा. रामवाडी, सर्जेपुरा, अहिल्यानगर) हा एका पांढऱ्या रंगाच्या मारुती ८०० गाडीमध्ये घरगुती गॅस सिलेंडरमधून बेकायदेशीरपणे गॅस भरताना मिळून आला. घटनास्थळावरून पोलिसांनी १ लाख रुपये किमतीची मारुती गाडी, गॅस भरण्याची विद्युत मोटार, कॉम्प्रेसर, रबरी पाईप, गॅस जोडणीचे साहित्य, वजन काटा आणि भारत व एच.पी. कंपनीच्या एकूण आठ गॅस टाक्या जप्त केल्या.

सार्वजनिक ठिकाणी कोणत्याही परवान्याशिवाय आणि सुरक्षेची काळजी न घेता गॅस रिफिलिंग करून लोकांच्या जीविताला गंभीर धोका निर्माण केल्याप्रकरणी आरोपी असीम हमीद शेख याच्याविरुद्ध भारतीय न्याय संहिता आणि जीवनावश्यक वस्तू कायद्याच्या विविध कलमांनुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

या प्रकरणाचा पुढील तपास कोतवाली पोलीस करत आहेत.

सारसनगर परिसरातून वाहन चोरी

नगर - शहरातील कानडे मळा, सारसनगर परिसरातून मालवाहू चारचाकी वाहन चोरीला गेल्याची घटना उघडकीस आली आहे. या प्रकरणी भिंगार कॅम्प पोलीस ठाण्यात चोरट्याविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. याबाबत आकाश गणेश सुंबे (वय २४, रा. कानडे मळा, सारसनगर, अहिल्यानगर) यांनी फिर्याद दिली आहे. फिर्यादीनुसार, त्यांचे टाटा एस कंपनीचे चारचाकी मालवाहू वाहन (क्र.एमएच २३ एयू २७६७) हे कानडे मळा, सारसनगर येथे उभे असताना चोरट्याने चोरून नेले. चोरीस गेलेल्या वाहनाची अंदाजे किंमत २ लाख ५० हजार रूपये असल्याचे फिर्यादीत नमूद करण्यात आले आहे.

अहिल्यानगरवर पुन्हा भगवा फडकण्याचा ठाकरे शिवसेनेचा निर्धार

शिवसेनेच्या ६० व्या वर्धापन दिनानिमित्त पाच हजार सदस्य नोंदणी अभियानास प्रारंभ

शिवसेनेच्या साठाव्या वर्धापन दिनानिमित्त अहिल्यानगर शहर ठाकरे शिवसेनेच्या वतीने सदस्य नोंदणी अभियानाचा शुभारंभ करण्यात आला.

नगर - गेल्या पंचवीस वर्षांत अहिल्यानगरकरांनी शिवसेनेला भरभरून प्रेम दिले आहे आणि शिवसेनेनेही या शहराला आपल्या मुलासारखे जपले आहे. आजचा काळ संघर्षाचा असला, तरी संघर्षाच्या छाताडावर नाचतो तोच खरा शिवसैनिक असतो. सध्या विकासाचा खोटा दिखावा उभा करून काही लोक नगरकरांना भ्रमित करत आहेत. मात्र या गोष्टी शहराची वाताहात करणाऱ्या आहेत. आम्ही शिवसेनेची पुन्हा मजबूत बांधणी करू. अहिल्यानगरकरांच्या पाठिंब्याने शहरावर शिवसेनेचा भगवा पुन्हा फडकवू, असा निर्धार ठाकरे शिवसेनेचे महानगर प्रमुख किरण काळे यांनी व्यक्त केला.

शिवसेनेच्या ६० व्या वर्धापन दिनानिमित्त शहरात ५००० सदस्य नोंदणीचे उद्दिष्ट ठेवून सदस्य नोंदणी अभियानाची सुरुवात करण्यात आली. किरण काळे यांच्या नेतृत्वाखाली बाजारपेठेतून या अभियानाचा शुभारंभ झाला. त्याप्रसंगी ते बोलत होते.

काळे म्हणाले, आतापासूनच लोकसभा आणि विधानसभा निवडणुकांच्या तयारीला लागावे लागणार आहे. यासाठी पक्षाकडून सदस्य नोंदणी करुन पक्ष संघटन मजबूत करण्यावर भर देण्यात येत आहे. या नवीन संधटनमध्ये तरुणाईला मोठी संधी दिली जाईल. छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या प्रेरणेने आणि पक्षप्रमुख उद्धव ठाकरे यांच्या नेतृत्वाखाली शहरातील जनतेचे प्रश्न सोडवण्यासाठी शिवसैनिक रस्त्यावर उतरून संघर्ष करतील. शहराचे संपूर्ण संरक्षण आणि विकास हाच आमचा मुख्य नारा असेल, असे ते म्हणाले.

यावेळी उपजिल्हाप्रमुख रावजी नांगरे, उपजिल्हाप्रमुख दीपक भोसले, उपशहर प्रमुख मनोज गुंदेचा, अल्पसंख्यांक आघाडीचे अनिस चुडीवाला, कामगार आघाडीचे जिल्हाप्रमुख विलास उबाळे, प्रतीक बारसे, महिला आघाडीच्या उषा भगत, शारदा वाघमारे, मीना घाटगे, शैला लांडे, व्यापारी आघाडीचे विकेश गुंदेचा, बाळासाहेब जरे, सुजय लांडे, ऋतुराज आमले, शंकर आव्हाड, गणेश आपरे, राम धोत्रे, आकाश अल्हाट, विकास भिंगारदिवे, महावीर मुथा, किशोर कोतकर, आप्पा लांडगे, विनोद शिरसाट, बाबासाहेब वैरागर, जयराम आखाडे आणि धनंजय देशमुख आदी उपस्थित होते.

शहर कार्यकारणीत सर्व उपनगरांसह मध्यवर्ती शहरातील प्रतिनिधींना विविध पदांवर स्थान दिले जाईल. शहरातील १७ प्रभागांसाठी स्वतंत्र प्रभाग प्रमुख नेमले जातील आणि त्यांची वेगळी कार्यकारणी असेल. प्रभागांतर्गत नवीन शाखा स्थापन केल्या जातील. प्रत्येक बूथसाठी बूथ प्रमुख आणि त्यांच्या कमिटीवर १० सदस्यांचा समावेश असेल. या संपूर्ण रचनेत युवक, महिला, ज्येष्ठ नागरिक यांच्यासह सर्व जाती-धर्माच्या सदस्यांना योग्य प्रतिनिधित्व दिले जाईल.

बिजाबाई नहार यांचे संथाराव्रतात निधन

नगर - नवकार बंगला, आंचल विहार रेसिडेन्सी विनायकनगर फुलसौंदर मळा येथील रहिवासी बिजाबाई शांतीलाल नहार (घोडेगाववाला, वय ८२) यांचे १९ जून रोजी संथारा व्रतात निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे १ मुलगा, १ मुलगी, सुन, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. राजेंद्र नहार यांच्या त्या मातोश्री होत. सद्‌गुरु इंडस्ट्रीजच्या ओनर होत.

सौ.सुमन गायके यांचे निधन

नगर - सावेडी उपनगरातील शिलाविहार येथील रहिवाशी सौ.सुमन रामदास गायके (वय ८५) यांचे १८ जून रोजी अल्पशा आजाराने निधन झाले. नगर येथील अमरधाम मध्ये त्यांच्यावर अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या मागे पती, २ मुले, सुना, २ मुली, जावई, नातवंडे,पतवंडे असा परिवार आहे. डॉ.राजेंद्र गायके व श्री.नंदकुमार गायके यांच्या त्या मातोश्री होत.

सतिष तरोटे यांचे अल्प आजाराने निधन

नगर - सातभाई गल्ली, दिल्लीगेट येथील रहिवासी सतिष (बाळासाहेब) नारायण तरोटे (भाजीवाले) (वय ६३) यांचे १९ जून रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे पत्नी, २ मुले, १ मुलगी, सुना, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. ऋषिकेश व रुपेश तरोटे यांचे ते वडील होत.

नरसिंहाचारी नारोज यांचे दु:खद निधन

नगर - बालिकाश्रम रोडवरील बडोदा कॉलनी येथील रहिवासी नरसिंहाचारी लक्ष्मण नारोज (वय ६२) यांचे १९ जून रोजी दु:खद निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर २० जून रोजी नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे पत्नी, २ मुले, २ मुली, सुना, नातवंडे, जावई असा परिवार आहे. रवि नारोज, राजू नारोज यांचे ते वडील होत.

बोल्हेगावात किरकोळ वादातून दाम्पत्याला बेदम मारहाण

एका महिलेचा विनयभंग, ४ जणांवर गुन्हा दाखल

नगर - बोल्हेगाव परिसरातील आंबेडकर चौक येथे मुलीच्या वाढदिवसाला जाण्यासाठी पार्किंगमध्ये उभ्या असलेल्या एका दाम्पत्याला किरकोळ वादातून चौघांनी बेदम मारहाण केल्याची धक्कादायक घटना घडली आहे. या मारहाणीदरम्यान एका संशयित आरोपीने पीडित महिलेशी अश्लील वर्तन करून तिचा विनयभंग केल्याची घटना समोर आली आहे. या प्रकरणी तोफखाना पोलीस ठाण्यात चार जणांविरुद्ध विविध कलमांखाली गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार, पीडित महिला आणि तिचे पती स्वामी विवेकानंद सोसायटीच्या पार्किंगमध्ये आपल्या मुलीच्या वाढदिवसाला जाण्यासाठी थांबले होते. याच दरम्यान संशयित आरोपी दीपक धनगर, सुनीता धनगर, पांडुरंग धनगर आणि आकाश धनगर (सर्व रा. बोल्हेगाव, अहिल्यानगर) यांनी तिथे येऊन पती-पत्नीला विनाकारण शिवीगाळ करण्यास सुरुवात केली. हा वाद एवढ्यावरच थांबला नाही, तर संशयितांनी एकत्र येत दाम्पत्याला लाथाबुक्क्यांनी बेदम मारहाण केली. या मारहाणीत पीडित महिलेला गंभीर दुखापत झाली असून संशयितांनी तिला जीवे मारण्याची धमकीही दिली.पोलिसांनी या प्रकरणी गुन्हा नोंदवला असून संशयित आरोपींचा शोध घेतला जात आहे.

या घटनेमुळे बोल्हेगाव परिसरात काही काळ तणावाचे वातावरण निर्माण झाले होते. पुढील तपास पोलीस करत आहेत.

मालक, मुद्रक, प्रकाशक, संपादक सुभाष चंदनमल गुंदेचा यांनी नवा मराठा मुद्रणालय, २७२३, गंजबाजार, अहिल्यानगर येथे हे पत्र छापून येथेच प्रसिद्ध केले.

पालकमंत्री राधाकृष्ण विखे पाटील यांनी घेतला वारकऱ्यांची सुरक्षितता आणि सुविधांचा आढावा

नगर - आषाढी वारीच्या नियोजनासंदर्भात पालकमंत्री डॉ. राधाकृष्ण विखे पाटील यांनी जिल्हाधिकारी कार्यालयात विशेष आढावा बैठक घेतली. या बैठकीत पालकमंत्री विखे पाटील यांनी वारकऱ्यांची सुरक्षितता आणि त्यांना पुरविण्यात येणाऱ्या सुविधांचा आढावा घेतला. जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी आनंद भंडारी यांच्यासह विविध विभागांच्या अधिकाऱ्यांनी आपल्या तयारीचा सविस्तर आढावा सादर केला.

आषाढी वारी ही महाराष्ट्राच्या सांस्कृतिक, आध्यात्मिक आणि सामाजिक परंपरेचे प्रतीक असून लाखो वारकरी या सोहळ्यात सहभागी होत असतात. वारकऱ्यांच्या सुरक्षिततेला व सुविधांना सर्वोच्च प्राधान्य देऊन सर्व विभागांनी परस्पर समन्वयाने नियोजन करावे. वारी मार्गावरील सर्व सुविधा वेळेत उपलब्ध करून सुरक्षित, स्वच्छ व सुरळीत वारीसाठी आवश्यक उपाययोजना करण्याचे निर्देश पालकमंत्री विखे पाटील यांनी दिले. यावेळी जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया, जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी आनंद भंडारी, जिल्हा पोलीस अधीक्षक मुमक्का सुदर्शन, महानगरपालिका आयुक्त यशवंत डांगे, उपवनसंरक्षक धर्मवीर साळविठ्ठल, निवासी उपजिल्हाधिकारी दादासाहेब गिते, अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी विजय मुळीक, उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी दादाभाऊ गुंजाळ, मानाच्या पालख्यांचे प्रमुख, विविध दिंडी प्रमुख तसेच संबंधित विभागांचे अधिकारी उपस्थित होते.

पालकमंत्री डॉ. विखे पाटील म्हणाले, जिल्ह्यातून आणि इतर ठिकाणांहून अनेक दिंड्या आपल्या जिल्ह्यामार्गे पंढरपूरकडे जातात. श्रीक्षेत्र पंढरपूरकडे जाणाऱ्या दिंड्या आणि पालखी सोहळ्यात सहभागी होणाऱ्या वारकऱ्यांना कोणत्याही प्रकारची अडचण येणार नाही, यासाठी सर्व विभागांनी नियोजनबद्ध पद्धतीने काम करावे. वारी मार्गावरील सर्व रस्त्यांची तातडीने दुरुस्ती करून ते खड्डेमुक्त करावेत. दिंडी मार्गावर पुरेसा पोलीस बंदोबस्त ठेवून वाहतूक व्यवस्थापन चोखपणे करण्यात यावे. मुक्काम स्थळी चोरी, गैरप्रकार अथवा कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न उद्भवू नये, यासाठी विशेष दक्षता घ्यावी. पोलिसांची गस्त वाढविण्यात यावी. वारकऱ्यांच्या सुरक्षिततेसाठी सर्वसमावेशक उपाययोजना करण्याच्या सूचनाही त्यांनी दिल्या.

दिंडी मार्गावरील सार्वजनिक स्वच्छतागृहे, स्नानगृहे, पिण्याच्या पाण्याची व्यवस्था, कचरा व्यवस्थापन आणि स्वच्छता यावर विशेष भर द्यावा. मुक्कामाच्या ठिकाणी वारकऱ्यांना स्वच्छ व आरोग्यदायी वातावरण तसेच अखंडित वीजपुरवठा उपलब्ध राहील, यासाठी आवश्यक उपाययोजना करण्यात याव्यात. सोलापूर जिल्ह्यांतही वारकऱ्यांना सर्व सोयी-सुविधा उपलब्ध व्हाव्यात, यासाठी संबंधित जिल्ह्यांच्या पालकमंत्र्यांशी व प्रशासनाशी समन्वय साधण्यात येईल. दिंडी मार्गावर आवश्यक वैद्यकीय पथके, रुग्णवाहिका, औषधसाठा आणि आपत्कालीन उपचार सुविधा उपलब्ध ठेवाव्यात. महात्मा फुले जनआरोग्य योजनेशी संलग्न रुग्णालयांमध्ये वारकऱ्यांच्या मोफत उपचाराची सोय करावी. वारकऱ्यांच्या आरोग्यविषयक समस्यांवर बारकाईने लक्ष ठेवून आवश्यक उपचार तत्काळ उपलब्ध करून द्यावेत. प्रत्येक दिंडीसाठी संपर्क अधिकाऱ्यांची नेमणूक करण्याबरोबरच दिंड्यांच्या मुक्कामाचे नियोजन व संबंधित अधिकाऱ्यांचे संपर्क क्रमांक असलेली संपर्कसूची तयार करण्याचे निर्देशही त्यांनी दिले.

गृहिणी

आरोग्य

वयाच्या ४० नंतर करावयाच्या आरोग्य तपासण्या

चाळीशी ओलांडल्यानंतर शरीरात अनेक बदल घडू लागतात. धावपळीच्या जीवनशैलीमुळे आणि वाढत्या वयामुळे काही आजार मुकाट्याने शरीरात प्रवेश करतात. त्यामुळे या वयात 'आपल्याला काही होत नाही' हा गैरसमज बाजूला ठेवून वर्षातून किमान एकदा संपूर्ण आरोग्य तपासणी करणे अत्यंत गरजेचे आहे. सर्वात पहिली आणि महत्त्वाची तपासणी म्हणजे रक्तदाब मोजणे. उच्च रक्तदाबाला 'सायलेंट किलर' म्हणतात कारण तो कोणतेही लक्षण न दाखवता हृदय, किडनी आणि डोळ्यांवर परिणाम करतो. त्यामुळे दर सहा महिन्यांनी बीपी तपासणे आवश्यक आहे. त्याचबरोबर रक्तातील साखरेची चाचणी करून मधुमेह आहे का हे पाहणे गरजेचे आहे. उपाशीपोटी व जेवणानंतरची शुगर तपासल्यास प्री-डायबेटिस स्टेजमध्येच साखर आटोक्यात आणता येते. हृदयाच्या आरोग्यासाठी लिपिड प्रोफाईल ही तपासणी महत्त्वाची ठरते. यामध्ये वाईट कोलेस्टेरॉल चांगले कोलेस्टेरॉल आणि ट्रायग्लिसराईडची पातळी कळते. कोलेस्टेरॉल वाढल्यास हृदयविकाराचा झटका येण्याची शक्यता असते. हृदयाचे ठोके व्यवस्थित आहेत का हे पाहण्यासाठी वर्षातून एकदा ईसीजी काढणेही हिताचे ठरते. चाळीशी म्हणजे आयुष्याचा मध्यान्ह. या वयात शरीराला जास्त जपण्याची गरज असते. वरील तपासण्या वेळेवर केल्यास मोठे आजार टाळता येतात आणि निरोगी आयुष्य जगता येते. त्यामुळे डॉक्टरांचा सल्ला घेऊन तुमच्यासाठी आवश्यक असणारे हेल्थ पॅकेज आजच ठरवा. कारण आरोग्य हीच खरी संपत्ती आहे.

पाककला

रोझ मिल्क पेढा

साहित्य : मिल्क पावडर, कंडेन्स्ड मिल्क, तूप, रोझ सिरप, वेलची पूड, सजावटीसाठी पिस्त्याचे काप किंवा गुलाबाच्या सुक्या पाकळ्या

कृती : जाड बुडाची नॉनस्टिक कढई मंद आचेवर गरम करून त्यात तूप वितळवा. तुपात मिल्क पावडर व कंडेन्स्ड मिल्क घालून सतत ढवळत रहा. मिश्रण घट्ट होऊन कडेने सुटेपर्यंत व गोळा होईपर्यंत परता. गॅस बंद करून त्यात रोझ सिरप व वेलची पूड घालून झटकन मिक्स करा. मिश्रण कोमट झाल्यावर हातला तूप लावून छोटे गोळे करून पेढे वळा. वरून पिस्त्याचे काप किंवा गुलाब पाकळी लावून सजवा. पेढे थोडे सेट झाल्यावर हवाबंद डब्यात भरून ठेवा.

वास्तू

कपाळ रुंद असेल तर

✻ रुंद व उंच कपाळ असणारी माणसे बुद्धिमान आणि दूरदृष्टी असतात. जास्त विचार करतात. कपाळावर तीन स्पष्ट रेषा असतील तर ती व्यक्ती दीर्घायुषी व सुखी मानली जाते. अरुंद कपाळ असणारे लोक पटकन निर्णय घेतात, कधी-कधी घाई करतात.

✻ सरळ व प्रमाणबद्ध नाक असणारे लोक प्रामाणिक व नेतृत्वगुण असलेले असतात. नाकाचा शेंडा जरा जाड असेल तर ती व्यक्ती धनसंचय करणारी असते. खूप बारीक नाक असणाऱ्यांनी आर्थिक निर्णय जपून घ्यावेत.

सौंदर्य

✻ नेलपॉलिश लावण्याआधी बेस कोट लावा. नखं खराब होत नाहीत व रंग जास्त टिकतो.

✻ लहान नखांना हलके रंग व लांब नखांना गडद रंग उठून दिसतात व बोटे लांब दिसतात.

✻ नेलआर्ट करताना एक दोन बोटांवरच डिझाईन करा, नाहीतर खूप भरगच्च वाटते.

सल्ला

आले-लसूण पेस्ट करताना त्यात थोडी हळद व तेल घालून फ्रीजमध्ये ठेवा. महिनाभर खराब होत नाही.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. २१ जून २०२६

भानुसप्तमी, दक्षिणायनारंभ, शके १९४८ पराभवनामसंवत्सर, निज ज्येष्ठ शुक्लपक्ष, पूर्वा ०९।३२, सूर्योदय ०६ वा. ३१ मि. सूर्यास्त ०५ वा. ३० मि.

राशिभविष्य

मेष : कामाच्या ठिकाणी नवीन जबाबदारी मिळेल. जुन्या मित्राची अचानक भेट होईल.

वृषभ : आर्थिक व्यवहारात फायदा दिसेल. कुटुंबात आनंदाचे वातावरण असेल.

मिथुन : बोलण्यामुळे कामे मार्गी लागतील. मन नवीन गोष्टी शिकण्याकडे झुकेल. संध्याकाळी महत्त्वाचा फोन येईल.

कर्क : घरातील वातावरण शांत राहील. नोकरीत कौतुकास पात्र काम होईल. रात्री उशिरा चांगली बातमी मिळेल.

सिंह : लोकांमध्ये तुमचा प्रभाव वाढेल. अचानक खर्च वाढण्याची शक्यता आहे. सरकारी कामात यश मिळेल.

कन्या : बुद्धीचा वापर करून प्रश्न सोडवाल. कागदपत्रांची कामे पूर्ण होतील. लहान भावंडांकडून सहकार्य मिळेल.

तूळ : जोडीदारासोबत गैरसमज दूर होईल. व्यवसायात नवीन ऑर्डर मिळेल.

वृश्चिक : जुना वाद संपुष्टात येईल. आरोग्य स्थिर राहील. गुप्त शत्रूंचा त्रास कमी होईल.

धनु : दूरच्या नातेवाईकांचा संपर्क होईल. धार्मिक स्थळाला भेट देण्याचा योग आहे. मन समाधानी राहील.

मकर : कामाचा व्याप वाढलेला जाणवेल. वरिष्ठांकडून कामाचे कौतुक होईल. रात्री झोप उशिरा लागेल.

कुंभ : मित्रांच्या मदतीने अडलेले काम पूर्ण होईल. अनपेक्षित पैसा हातात येईल.

मीन : स्वप्नात पाहिलेली गोष्ट खरी होईल. जोडीदाराकडून सरप्राईज मिळेल. सर्जनशीलतेला वाव मिळेल.

शब्दगंध क्र. ७४५६ सौ.शैलजा कुलकर्णी

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

आडवे शब्द :- १) भारतातील एक घटकराज्य ४) समर्थ रामदासांचा प्रसिद्ध ग्रंथ ७) वडील आणि आई ९) मौज; मजा; सौंदय १०) दीप; दीपक ११) भांडण सोडविणारे त्रयस्थ लोक १३) तरुण; भारतीय सैनिक; युवक १४) पायघोळ अंगरखा; फ्रॉक १५) रचना; नकली; ठेवण १६) कापसाचे बी १८) विटीदांडूच्या खेळात विटी जेथून कोलतात तो छोटा खड्डा १९) कालच्या आदला किंवा उद्याच्या नंतरचा दिवस २०) चंगळ; विपुलता; समृद्धी; सुबत्ता २१) छोटा; लघू; सान

उभे शब्द :- १) चालू स्थितीत; वर्तमानकाळी २) छोटा; लहान; लघू ३) फुलातील गोड रस; मध ४) सचोटी; सद्वर्तन; उदारता ५) सुनील गावसकर यांचे टोपणनाव ६) सधन; श्रीमंत; मालदार ८) विश्व; दुनिया १०) रवि, भास्कर; सूर्य १२) मराठीत लायब्ररी १४) लवकर; कमी वेळेत; पटपट १५) काख; १६) प्रश्न १७) नवविधा भक्तीपैकी एक

शब्दगंध क्र. ७४५५ चे उत्तर

ब	ज	ब	ज	पु	री	■	ट
दा	म	■	प	रा	■	बा	र
म	वा	ली	■	■	स	रा	फ
■	ज	ना	बा	ई	■	ख	ल
स	म	■	ब	र	ग	डी	■
रा	व	■	र	■	ले	■	मा
ई	■	दि	■	ज	ल	या	न
त	मा	शा	■	म	ड्ड	■	स

✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ मुलांचे विश्व ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻

सुविचार : काल गेला, उद्या कुणी पाहिला? जगायचं असेल तर आजच जगा, हाच क्षण तुमचा आहे.

मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन

लोखंडाला गंज का चढतो, पण सोन्याला का नाही?

लोखंडाला गंज चढतो कारण लोखंड हा एक क्रियाशील धातू आहे. हवेत असलेला ऑक्सिजन आणि पाण्याची वाफ यांच्याशी लोखंडाची रासायनिक प्रक्रिया होते. या प्रक्रियेला ऑक्सिडेशन म्हणतात. लोखंड ऑक्सिजनशी संयोग पावून फ`रस ऑक्साईड तयार होते, ज्यालाच आपण गंज म्हणतो. हा गंज तपकिरी-लाल रंगाचा असतो आणि तो भुसभुशीत असतो. त्यामुळे गंजाचा थर निघून जातो आणि आतले नवीन लोखंड पुन्हा हवेच्या संपर्कात येते. म्हणून लोखंडाला एकदा गंज लागला की तो आतपर्यंत जातो आणि हळूहळू संपूर्ण लोखंड खाऊन टाकतो. पाणी, क्षारयुक्त हवा आणि आर्द्रता असेल तर गंजण्याची प्रक्रिया खूप वेगाने होते. म्हणूनच समुद्रकिनारी लोखंडी वस्तू लवकर गंजतात. याउलट सोने हा एक उदासीन म्हणजेच निष्क्रिय धातू आहे. सोन्याचे अणू खूप स्थिर असतात. ते सहजासहजी हवेतील ऑक्सिजन किंवा पाण्याशी रासायनिक प्रक्रिया करत नाहीत. सोन्याचा ऑक्सिजनबरोबर संयोग होत नसल्यामुळे त्यावर ऑक्साईडचा थर तयार होत नाही. म्हणून सोन्याला गंज चढत नाही. हजारो वर्षे जमिनीत पुरलेले सोनेसुद्धा जसेच्या तसे चमकदार निघते कारण त्याच्यावर हवामानाचा परिणाम होत नाही. याच गुणधर्मामुळे सोन्याला मौल्यवान धातू मानले जाते. थोडक्यात, लोखंड क्रियाशील असल्याने गंजते आणि सोने निष्क्रिय व स्थिर असल्याने गंजत नाही.

खरी किंमत

एकदा राजू नावाचा मुलगा शेतात खेळत होता. खेळता खेळता त्याला जमिनीत एक जुनी, गंजलेली पेटी सापडली. राजूने कुतूहलाने ती पेटी उघडली तर आत फक्त दगड होते. निराश होऊन त्याने ते दगड फेकून दिले आणि एक दगड खिशात ठेवला. घरी आल्यावर बाबांनी तो दगड बघितला आणि म्हणाले, अरे, हा तर हिरा आहे! राजू धावत शेतात गेला, पण बाकीचे हिरे तोपर्यंत गायब झाले होते. त्याला खूप वाईट वाटले. तेव्हा आजी म्हणाली, बाळा, कधी कधी आपल्याला वस्तूची किंमत कळत नाही. वरून दगड वाटणारी गोष्ट आतून हिरा असू शकते. राजूला चूक समजली. त्या दिवसापासून राजूने कोणत्याही गोष्टीला कमी लेखायचे नाही असे ठरवले.

बोध: दिसण्यावर जाऊ नका, प्रत्येक गोष्टीत आणि व्यक्तीत काहीतरी खास दडलेले असते.

आत्मशक्ति

अंतरीय दृष्टी

आम्ही नेहमीच विचार करीत असतो की आम्ही येथे को आलो आहोत ? आमच्या दैनंदिन जीवनांतून आम्हाला काय शिकावयाचे आहे? आम्हाला असो वा नसो परंतु आमच्या जीवनाचा व तसेच त्यासंबंधी या गोष्टीचा विशिष्ट अर्थ आहे. आमच्या बाबतीत जे काही घडते, त्याचे काही तरी कारण असतेच. जर आम्ही आमच्या अंतरात शोध घेण्याचा प्रयत्न केला तर आम्हाला असे दिसेल की आमचे जीवन हे अर्थहीन घटनांनी भरलेले नाही तर ह्या प्रत्येक घटनांमागे काही ना काही अर्थ आहे, ह्याची आम्हाला जाणीव होऊ लागते. जे अंतरी गेले ते जीवनाकडे नव्या दृष्टीने पहातात. जीवनाच्या ह्या सागरांत ते फक्त धक्केच सहन करीत नाहीत, लाटांचे तडाखेच सहन करीत नाहीत तर जीवनाचे फिरते चित्र त्यांच्या नजरे समोरून सरकते आहे व त्याच्या खालील उपशीर्षक त्यांना स्पष्ट करीत आहेत की अध्यात्मिक स्तरावर काय काय आहे! ते दुःखदायी लाटांचा सामना करतात, अंतर्ज्ञानाने त्या मागचे कारणही जाणतात. ते जे काही घडावयाचे असते, ते आम्ही आमच्या अंतरीच्या दृष्टीने पाहू शकतो! जेव्हा आमची अंतरीय दृष्टी उघडते, तेव्हा घडत असणाऱ्या गोष्टी क्षणभंगूर व तात्कालिक वाटू लागतात. अगदी शांत, स्वच्छ आकाशांत क्षणैक ढग यावेत आणि जावेत तसे! आमचा मानसिक समतोल टिकून राहतो. आमच्या आयुष्यात घडणाऱ्या तात्कालिक घटनांकडे आम्ही धैर्याने पहातो.

(क्रमशः)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

चिरंतन प्रेमाकडे वाटचाल (नाती घट्ट विणू या)

माझ्या आनंदासाठी

सुरेश ओबेरॉय : मी आनंदी नसेन किंवा मला पटणारं नसेल तरीही मी इतरांसाठी म्हणून काही गोष्टी करू शकतो.

शिवानीदीदी तसं असेल तर तुम्हाला समीकरण बदलावं लागेल. तुम्ही तुमच्या कुटुंबाकरता म्हणून जरी त्या लग्नाला गेलात तरी मग तुम्हाला तुम चं मन वेगळ्या पद्धतीने प्रोग्रॅम करावं लागेल : माझ्या कुटुंबाला मी लग्नाला यायला हवं आहे... जर मी गेलो तर त्यांना आनंद होईल... त्यांचा आनंद माझ्यासाठी खूप महत्त्वाचा आहे... ते आनंदी असतात तेव्हा मला छान वाटतं... त्यामुळे मी माझ्या आनंदासाठी तिथे जात आहे. तुम्ही जे काही करता ते करताना ते का करत आहात या बाबत तुमचे विचार स्पष्ट हवेत.

सुरेश ओबेरॉय :

मला ते करावं असं वाटत असेल तर?

शिवानीदीदी :

तुम्हाला असं वाटतं त्यामुळे तुमच्यावर कोणतीही सक्ती नाही. आपल्या आतल्या प्रोग्रॅमिंगला सक्तीकडून निवड करण्याकडे बदलवणं खूप महत्त्वाचं आहे. मी हे करण्याची निवड त्यांच्यासाठी करत आहे, असं म्हटलं तर चालेल. पण, मला हे त्यांच्यासाठी करावं लागतंय, असा विचार करणं बरोबर नाही. तुम्ही कोणतीही गोष्ट सक्तीची आहे म्हणून करत असाल तर आतल्या आत तुम्हाला ते खात राहील आणि तुम्हाला वाईट वाटेल. असं होणार असेल तर गोष्टी न करणंच चांगलं. आता पुढील स्तरावर जाऊन विचार करू या मी त्या ठिकाणी फक्त माझ्या कुटुंबासाठी नाही तर ज्यांनी बोलावलं आहे त्यांच्यासाठीसुद्धा जात आहे...

आणि ते कधी आमच्याकडच्या कार्यक्रमाला आले नाहीत त्याबद्दल मी एकदाही मनात विचार आणणार नाही.

(क्रमशः)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

हसा आणि शतायुषी व्हा!

नवरा : अगं, तू माहेरी गेल्यावर घर किती शांत वाटतं.

बायको : म्हणजे मी भांडखोर आहे का?

नवरा : नाही गं, तू नसताना कळतं की शांतता किती महाग असते. तू आल्यावरच तिची किंमत कळते!

करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी

✻ भारताची सध्याची लोकसंख्या अंदाजे किती आहे?

– १.४६ अब्ज पेक्षा जास्त

– अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

साहित्य सहवास – 'नातं विश्वासाचं...'

मनुष्यजन्म मिळाला म्हणून आपण भाग्यवान आहोत. एकदाच मिळणारं हे अमूल्य जीवन. ह्या जीवनात कोणतीही एक व्यक्ती एकट्याने उभं आयुष्य व्यतीत करु शकणार नाही अथवा हे असं ऐकिवातही नाही. एकम`कांच्या आधाराने, सहकार्याने आपण वाटचाल करत असतो, दैनंदिनी पार पाडत असतो. ह्या जीवनात निर्माण झाली ती रक्ताची नाती. आई, वडिल, भाऊ, बहिण ही रक्तनाती. आपल्याला जन्म देणारी, जपणारी, घडवणारी, सुसंस्कारीत करणारी, 'माणूस' म्हणून घडवणारी ही रक्ताची नाती. ह्या रक्तनात्यात आपुलकी, जिव्हाळा, ममत्व असतं तसं वेळ प्रसंगी रुसणं- रागावणंही असतं. आपल्याला ओळखणारी प्रत्येक व्यक्ती रक्तनात्याचीच असते असं नाही. रक्तनात्याशिवाय सुध्दा नातं असणाऱ्या व्यक्ती आपल्या दैनंदिनीत महत्वाची भूमिका बजावतात. ह्यामध्ये मित्र, परिचितही असतात. अद्यापही दोस्ती आणि मैत्रीतला फरक अनेकांना समजत नाही. मी पणाचा त्याग करुन जो आपल्याशी नातं जोडतो तो मित्र. मैत्रीचं हे नातं विश्वासाचं, ममत्वाचं असतं. मैत्री ही निरपेक्ष असेल तरच हे नातं विश्वासाचं, विश्वासाने बहरतं. जेव्हा मित्र आहे हे सांगुन, दाखवुन स्वार्थ साधला जातो तेव्हा तेथे व्यवहार सुरु होतो. एकदा व्यवहार सुरु जाला की विश्वासाचं नातं बाजुला पडतं आणि मन कलुषित होतं. विश्वासाचं नातं संपायला वेळ लागत नाही. म्हणूनच मला, मित्र म्हणून जे आहेत त्यांच्या मैत्रीतलं खरेपण पाहाणं अत्यंत महत्वाचं गरजेचं आहे. माझ्याशी मैत्री आहे असं म्हणून जर माझा, माझ्यातल्या कलेचा, व्यवसायाचा, सेवेचा स्वार्थासाठी उपयोग करुन, घेतल्याचं लक्षात आलं तर नातं विश्वासाचं न राहता अविश्वासाचं, अर्थासाठीचं राहातं. आपण म्हणतोचना विश्वासाला पात्र व्हायला काहींना आयुष्य खर्ची घालावं लागतं आणि विश्वासघात करायला अगदी एखादा मिनीटसुध्दा पुरेसा असतो. हा विश्वासघात फक्त मैत्रीतच होतो असं नाही तर रक्तनात्यामध्येही होतो. प्रत्येक आई, वडिल आपल्या अपत्यासाठी प्रत्येक चांगली कृती करतातंच. पण तरीसुध्दा एखादा मुलगा, मित्रांच्या संगतीने बिघडला तर वाया जातोच शिवाय विश्वासाचं नातंसुध्दा संपवतो. वेळप्रसंगी असा वाया गेलेला मुलगा पैश्यांसाठी अथवा व्यसनाच्या पूर्ततेसाठी आई, वडिलांचा जीवही घेतो. विश्वासाचं नातं हे फक्त चांगल्या, खरेपणाच्या विश्वासावरच टिकतं.

मुलीसाठी स्थळ पाहतांना प्रत्येक आई, वडिल चांगल्या आचार, विचारांचा मुलगा पाहतात. घरच्यांविषयी सुध्दा चौकशी करतात. पती-पत्नी हे नातं आयुष्यभर साथ देणाऱ्या अतुटतेचं असतं जे विश्वासाच्या पाठबळावर त्या नात्याची वीण घट्ट होते. एकमेकांच्या सुख-दुःखात साथ – सोबत करणारं हे नातं तन – मनाने एकरुप, एकजीव झालेलं असतं. हे विश्वासाचं नातं मंगलमय, आनंददायी असतं. अपरिचित घरची मुलगी, तिचं आई, वडिल सोडुन आयुष्यभरासाठी आपल्या सोबत असते. हे सोबत चालणं, सोबत असणं, विश्वासाशिवाय शक्यच नाही. ह्या नात्यातल्या दोघांचं एकमेकांवरिल प्रेम नितांत सुंदर, विश्वासनीय असतं. मनुष्य जन्मातलं हे सर्वाधिक विश्वासाचं नातं. लग्नानंतरचे आनंदी दिवस. अपत्य प्रातीनंतरचं संगोपन, सुसंस्कार करणं, स्वतःच्या आरोग्याची तसेच कुटुंबातल्या सदस्यांची काळजी घेत घेत दिवसेंदिवस नात्यांची घट्ट होणारी वीण आणि विश्वास. विश्वासाचं नातं हे स्वतःच्या श्वासाइतकंच जीवनावश्यक असतं. परंतु दाम्पत्याने एकमेकांची काळजी घेतली नाही, एकमेकांवर विश्वास ठेवला नाही तर काय होतं हे आपल्याला वेळ प्रसंगी पाहायला मिळतं. कारण त्या नात्यातला श्वास संपलेला असतो. विश्वास तर नसतोच.

१९ फेब्रुवारी २०२३ रोजी कॉलनीत झाडाचं रोप लावलं. उन्हाळ्यात लावलेलं हे रोप जगेल का ? हाच प्रश्न वारंवार मनात येऊ लागला. पण हा नकारात्मक विचार बाजुला ठेवला. सकाळी, संध्याकाळी पाणी दिलं. पालवी फुटली. आज ते झाड बऱ्यापैकी मोठं झालं आहे. कारण मी आणि ते झाड ह्यांच्यातलं नातं विश्वासाचं होतं आणि हे विश्वासाचं नातं पाण्यामुळे घट्ट झालं. म्हणून माझं पाण्यासोबतही विश्वासाचं नातं निर्माण झालं. झाड लावणं ही कृती विश्वासाने केली आणि पाणी, माती सोबत विश्वासाचं नातं निर्माण झालं. काळ्या आईवर मनापासून प्रेम करणारा आपला अन्नदाता शेतकरी दादा. त्याचं आणि काळ्या आईचं नातंही विश्वासाचं असतं पण अवकाळी पाऊस, महापूर, अत्यंत कमी प्रमाणात पडणारा पाऊस त्या विश्वासाच्या नात्यामध्ये दरी निर्माण करतो आणि अन्नदाता शेतकरी दादाचं लाखो रुपयांच नुकसान करतो. नोकरदार व्यक्तीला ह्या घटनेच वाईट वाटणार नाही कारण त्याचं आणि काळ्या आईचं विश्वासाचं नातं नसतं. मॉलमध्ये गेल्यानंतर आपण भावात फरक करत नाही शेतकऱ्याकडुन भाजीपाला घेतांना भावात फरक करु नका कारण तो आपल्याला जगवतो विश्वासाचं नातं आहे म्हणून.

(लेख क्र.६०६)

– सुनील राऊत
माळीगल्ली, भिंगार, अहिल्यानगर
मो.९८२२७५८३८३

आहारवेद – आरोग्य संवर्धन

लिंबू

मजबूत बनविण्याचे काम करतो. पालक, टोमॅटो, काकडी, कांदा यांचे सॅलड किंवा कोशिंबीर बनवून त्यात थोडेसे लिंबू पिळावे.

लिंबामध्ये असणाऱ्या क जीवनसत्त्वामुळे पालकाच्या भाजीमध्ये असणारे लोह संपूर्णपणे शरीरात शोषले जाण्याची प्रक्रिया होते. म्हणून सहसा पालक हा स्वच्छ

धुऊन कच्च्या स्वरूपात खावा. पालकामध्ये विपुल प्रमाणात फॉलिक ॲसिड असल्यामुळे गर्भवती स्त्रियांनी व स्तनदा मातांनी आहारामध्ये पालक नियमित वापरावा. पालकामध्ये असणाऱ्या फॉलिक ॲसिडमुळे गर्भाची वाढ चांगली होते व त्यामुळे गर्भपात टाळता येतो.

अनेक गर्भवती स्त्रियांमध्ये फॉलिक ॲसिडची कमतरता निर्माण होऊन मेगॅलोब्लास्टिक ॲनिमिया निर्माण होतो. तसेच थकवा वाटणे, धाप लागणे, वजन कमी होणे, जुलाब लागणे ही लक्षणे जाणवतात. असे होऊ नये म्हणून गर्भवती स्त्रीने पोषक आहार म्हणून पालकाचा नियमितपणे वापर करावा. तसेच स्तनदा मातांनी आहारामध्ये पालकाचा वापर केल्यास निमिण होणाऱ्या स्तन्याचा दर्जाही सुधारतो.

(क्रमशः)

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

प्रमाणपत्र व स्टायपेंडसाठी शिवसेना सामाजिक न्याय विभाग आक्रमक

जिल्हा उद्योग केंद्रात घेराव घालत टाळे ठोको आंदोलन करण्याचा प्रयत्न

जिल्हा उद्योग केंद्रामार्फत राबविण्यात आलेल्या मोफत कौशल्य विकास प्रशिक्षण अंतर्गत प्रशिक्षण पूर्णत्वाचे प्रमाणपत्र व स्टायपेंड न मिळाल्याच्या निषेधार्थ अधिकाऱ्यांना घेराव घालून जाब विचारताना शिवसेना सामाजिक न्याय विभागाचे पदाधिकारी.

नगर – जिल्हा उद्योग केंद्रामार्फत राबविण्यात आलेल्या मोफत कौशल्य विकास प्रशिक्षण २०२५–२६ अंतर्गत प्रशिक्षण पूर्ण केलेल्या शेकडो युवक–युवतींना अद्याप प्रशिक्षण पूर्णत्वाचे प्रमाणपत्र आणि शासनाने जाहीर केलेले प्रत्येकी एक हजार रुपयांचे स्टायपेंड मिळाले नसल्याने संतप्त झालेल्या प्रशिक्षणार्थींच्या वतीने शिवसेना सामाजिक न्याय विभागाने जिल्हा उद्योग केंद्रावर टाळे ठोको आंदोलन करण्याचा प्रयत्न केला. मात्र संबंधित अधिकाऱ्यांनी तातडीने दखल घेत दोन दिवसांत प्रमाणपत्रांचे वितरण आणि या महिन्याअखेर स्टायपेंडचा प्रश्न मार्गी लावण्याचे आश्वासन दिल्याने आंदोलन स्थगित करण्यात आले.

शिवसेना सामाजिक न्याय विभागाचे जिल्हाप्रमुख विनोद साळवे यांच्या नेतृत्वाखाली झालेल्या या आंदोलनादरम्यान जिल्हा उद्योग केंद्राचे महाव्यवस्थापक दिपक शिवदास यांना घेराव घालण्यात आला. यावेळी सह्याद्री छावा संघटनेचे प्रदेशाध्यक्ष रावसाहेब काळे, डॉ. करण गाडे, आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार संघाच्या महिला अध्यक्षा ज्योती वाघ, स्टीफन पंचमुख, कविता नकवाल, निखिल कोल्हे, मयूर गोयर, अमित देवतरसे, सुनीता चव्हाण, पूजा साठे, सुभाष काकडे, आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार संघाचे जिल्हा उपाध्यक्ष दीपक कांबळे, सचिन थोरात यांच्यासह अनेक पदाधिकारी व प्रशिक्षणार्थी उपस्थित होते.

जिल्हा उद्योग केंद्र पुरस्कृत मोफत विशेष घटक व सर्वसाधारण घटक योजनेअंतर्गत विविध तांत्रिक प्रशिक्षण अभ्यासक्रम राबविण्यात आले होते. या प्रशिक्षण कार्यक्रमांमध्ये सहभागी झालेल्या तब्बल ६६७ युवक–युवतींनी यशस्वीरित्या प्रशिक्षण पूर्ण केले. मात्र प्रशिक्षण पूर्ण होऊनही त्यांना अद्याप प्रशिक्षण प्रमाणपत्रे आणि शासनाकडून देण्यात येणारे एक हजार रुपयांचे स्टायपेंड मिळाले नसल्याचा आरोप करण्यात आला.

या संदर्भात शिवसेना सामाजिक न्याय विभागाने संबंधित कार्यालयाकडे वारंवार पाठपुरावा केला होता. मात्र प्रश्न निकाली न निघाल्याने अखेर टाळे ठोको आंदोलनाचा इशारा देण्यात आला. प्रशिक्षणार्थींना वेळेत प्रमाणपत्रे न मिळाल्यामुळे शासनाच्या विविध स्वयंरोजगार, उद्योजकता आणि कल्याणकारी योजनांचा लाभ घेण्यास अडथळे निर्माण झाले असल्याचे आंदोलनकर्त्यांनी सांगितले.

विशेषतः प्रशिक्षण पूर्णत्वाचे प्रमाणपत्र नसल्यामुळे अनेक युवक–युवतींना बँकांकडून व्यवसायासाठी आवश्यक असलेले कर्ज मिळू शकले नाही. काही जणांनी उद्योग सुरू करण्यासाठी आवश्यक कागदपत्रांची पूर्तता केली असली तरी प्रमाणपत्राअभावी त्यांच्या प्रस्तावांना विलंब झाला. २०२५–२६ हे संपूर्ण शैक्षणिक व प्रशिक्षण वर्ष संपूनही प्रमाणपत्रांचे वितरण न झाल्याने प्रशिक्षणार्थींमध्ये तीव्र नाराजी निर्माण झाली होती.

आंदोलनादरम्यान विनोद साळवे यांनी प्रशासनाच्या कार्यपद्धतीवर टीका करत प्रशिक्षण पूर्ण केलेल्या युवक–युवतींना त्यांच्या हक्काच्या सुविधा आणि लाभांपासून वंचित ठेवणे योग्य नसल्याचे सांगितले. शासनाच्या रोजगार व कौशल्य विकास योजनांचा लाभ मिळवून देण्यासाठी प्रशासनाने तत्परतेने कार्य करणे आवश्यक असल्याची मागणी त्यांनी केली.

दरम्यान, महाव्यवस्थापक दिपक शिवदास यांनी आंदोलनकर्त्यांशी चर्चा करून प्रशिक्षणार्थींची प्रमाणपत्रे तातडीने मागविण्यात येत असून येत्या दोन दिवसांत त्यांचे वितरण सुरू करण्यात येईल, असे आश्वासन दिले. तसेच प्रलंबित स्टायपेंडची रक्कमही या महिन्याच्या अखेरीपर्यंत संबंधित लाभार्थ्यांच्या खात्यात जमा करण्यासाठी आवश्यक कार्यवाही केली जाईल, असे त्यांनी स्पष्ट केले.

प्रशासनाकडून सकारात्मक आश्वासन मिळाल्यानंतर शिवसेना सामाजिक न्याय विभागाने टाळे ठोको आंदोलन तात्पुरते मागे घेतले. मात्र दिलेल्या मुदतीत प्रश्न मार्गी न लागल्यास अधिक तीव्र आंदोलन छेडण्याचा इशाराही यावेळी देण्यात आला.

प्रेरणादायी अक्षरधन

आळस नको

"मुसाफिर" वाचनीय मननीय अक्षर धन

संकलन: दिशान फिचर्स

डॉ. मधुकर अष्टीकर लिखीत

९८९०९५६६९५

त्याला कधीच नसते घाई. सदा दिरंगाई. बहुतेक वेळ गप्पा करण्यात जाई. त्याला हटकायची कुणातही हिंमत नाही. जो तो आपल्यापुरतं पाही. त्याला काही म्हणायचं, तर उगीच वाईटपणा येई. पण समाजाचे नुकसान व्हायचे ना त्यापायी ? हे तर तू विचारात घेई.

'अहो, लोकांता आळस नसता तर काय झाले असते म्हणून पुसता ? सगळे लागले असते कामाला. संपत्तीचे धनी व्हायला. जिकडे–तिकडे दिसले असते श्रीमंतच श्रीमंत. तसेच जो तो अनंत बुद्धिमंत. कारण वेळ वाया घालवायचा नाही. मिळेल तिथून ज्ञान मिळवायची घाई. बुद्धी कशी तल्लख होई. पण जिकडे–तिकडे दिसतो आळस. पैशासाठी करायचे नाही उद्योग. मग चोरी, खून, लुटालूट करतात लोक. खायला नाही, राहायला नाही, म्हणून सर्वत्र शोक. बाकी समुद्रवालयांकित संपूर्ण पृथ्वीवर नरपशूच भरलेले चोख.'

पण असं का भयानक चित्र असावं जगाचं ? एवढं का अधः पतन व्हावं माणसाचं? पुरुषासारखे पुरुष, पण जवळ नाही अर्थ. सगळा होतोय अनर्थ. हाच का म्हणावा माणसाचा पुरुषार्थ ?

'तोच खरा नर, जो सदैव उद्योगात रत. करतो प्रचंड उत्पादन. जगाला देतो समाधान. केवढा हा पुरुषार्थ, की टाळायचे सर्व अनर्थ. वेळ न घालवायचा रे व्यर्थ. स्वतः व्हायचे धनवान, दुसऱ्याला द्यायचे आनंदाचे दान. पण त्याउलट स्वतः निरुद्योगी राहायचे होऊन नादान ? यात काय रे माणसा तुझा सन्मान ? हा तर पौरुषाचा अपमान. '

एक जुनी कहाणी. एक होता राजा. त्याची प्रजा महाआळशी कुणालाच कशाचीच नसायची घाई. येऊ द्या वेळ मग पाहू, आजच कशाला ते करायला धावू? सगळ्या राज्यकारभारात असेच भरलेले केवळ भोजनभाऊ.

राजाच्याच बागेत मशागत करायला होती एक बैलजोडी. बाग वखरायची, फुलझाडं लावायची. फुले फुलायची. राजाराणी बागेत आनंदानं फिरायची. एकदा त्यातला एक बैल मरण पावला. बागवानानं नवा मिळावा प्रधानाकडं अर्ज केला. प्रधानानं तो कागद हाताखालच्याला दिला. म्हणून हाताखालच्यानं तो कागद दाबून ठेवला. म्हणाला, काय घाई? आज कामाला काही मुहूर्त नाही.

तिकडे बगीच्याचं नुकसान होई. राजा रागावला. मग प्रधान कामाला लागला. तरी त्यात महिना गेला. एकदाचा नवा बैल आला. पण किती उशीर झाला? तोवर तिकडे जो एक आधीचा होता. तो मेला. पुन्हा एकच बैल उरला. पुन्हा दुसऱ्या बैलासाठी अर्ज केला. पुन्हा जुनाच प्रकार घडला. नवा बैल मंजूर करायला.

हाताखालचे कशाला करतील घाई. त्यांच्या अंगवळणी पडली दिरंगाई. पुन्हा वर्ष लोटलं तरी नव्या बैलाला मंजुरी नाही. पुन्हा राजा रागावला. मग एकदाचा नवा बैल मंजूर झाला. पण तो बागवानाला प्रत्यक्ष मिळाला तोवर जो पहिला उरला होता. तो गेला. पुन्हा एकच बैल उरला. असाच क्रम सतत चालला. एक मेला एकच उरला. शेवटी बगीचा सुकला. उन्हानं जळून खाक झाला.

– किशोर गांधी

अहिल्यानगर येथील कु. ईश्वरी गागरे सीईटी परीक्षेत मुलींमध्ये राज्यात अव्वल

नगर – शेतकरी कुटुंबातील अहिल्यानगरची कन्या ईश्वरी सुरेश गागरे हिने एमएचटी–सीईटी २०२६ परीक्षेत दैदिप्यमान यश मिळवले आहे. ईश्वरीने मुलींच्या गटात राज्यात अव्वल क्रमांक पटकावत संपूर्ण महाराष्ट्राचे लक्ष वेधून घेतले आहे. तसेच मुला–मुलींच्या एकत्रित गुणवत्तायादीत अहिल्यानगर जिल्ह्यात प्रथम येण्याचा बहुमानही तिने मिळवला आहे.

वनकुटे (ता. पारनेर) येथील ईश्वरीने प्रतिकूल परिस्थितीतही शिक्षणाची कास धरत सातत्यपूर्ण परिश्रम, चिकाटी आणि आत्मविश्वासाच्या बळावर हे यश संपादन केले आहे. तिने १०० परसेंटाइल गुण मिळववून तिच्या या यशामुळे केवळ तिच्या कुटुंबाचाच नव्हे तर संपूर्ण अहिल्यानगर जिल्ह्याचा गौरव वाढला आहे. या परीक्षेत राज्यात अव्वल स्थान मिळवणे ही अत्यंत अभिमानास्पद बाब मानली जाते. ईश्वरीच्या या यशामागे तिची अभ्यासावरील निष्ठा, नियोजनबद्ध तयारी आणि कुटुंबीयांचे प्रोत्साहन असल्याचे तिने सांगितले आहे.

ईश्वरी ही बीएसएनएल एम्प्लॉईज युनियनचे ज्येष्ठ नेते आप्पासाहेब गागरे व पारनेरमधील डॉ. अण्णासाहेब गागरे यांची पुतणी असून तिच्या यशामुळे गागरे कुटुंबात आनंदाचे वातावरण निर्माण झाले आहे. निकाल जाहीर होताच नातेवाईक, मित्रपरिवार, शिक्षक आणि ग्रामस्थांनी तिच्यावर शुभेच्छांचा वर्षाव केला. ईश्वरीच्या या उल्लेखनीय यशाबद्दल आमदार काशिनाथ दाते यांनी तिचे विशेष अभिनंदन केले.

माहिती अधिकारातील नव्या नियमांविरोधात जनआंदोलन

अहिल्यानगरमध्ये २६ जूनला 'माहिती अधिकार कायदा राष्ट्रीय सूर्यनामा'

नगर – माहिती अधिकार कायद्यात नव्याने काही नियम व अटी समाविष्ट करून नागरिकांना माहिती मिळण्यापासून आणि अपील प्रक्रियेपासून दूर ठेवण्याचे षडयंत्र रचले जात असल्याचा गंभीर आरोप पीपल्स हेल्पलाईन आणि भारतीय जनसंसदेच्या वतीने करण्यात आला आहे. माहिती अधिकार कायद्याचे संरक्षण, नागरिकांच्या लोकशाही हक्कांचे जतन आणि पारदर्शक, उत्तरदायी शासनव्यवस्थेच्या मागणीसाठी २६ जून रोजी सकाळी ११ वाजता अहिल्यानगर येथील हुतात्मा स्मारक परिसरात माहिती अधिकार कायदा राष्ट्रीय सूर्यनामा आंदोलनाची घोषणा करण्यात आली आहे.

हे आंदोलन कोणत्याही पक्ष, व्यक्ती किंवा संस्थेविरोधातील नसून सार्वजनिक प्रशासनातील गोपनीयता, अपूर्ण माहिती, अपील प्रक्रियेतील अडथळे, नागरिकांना विधी साहाय्यापासून वंचित ठेवण्याची प्रवृत्ती आणि उत्तरदायित्वाच्या अभावाविरोधातील जनलोक आरोपपत्र असल्याचे आयोजकांनी स्पष्ट केले आहे. संघटनांच्या मते, लोकशाही ही केवळ निवडणुका, मतदान किंवा सत्तांतर यापुरती मर्यादित नसून शासनाच्या निर्णयांबाबत माहिती मिळविण्याचा अधिकार, त्या निर्णयांची छाननी करण्याचे स्वातंत्र्य, अन्यायाविरोधात अपील करण्याची संधी आणि आपल्या पसंतीच्या विधी प्रतिनिधीमार्फत प्रभावीपणे बाजू मांडण्याचा अधिकार हा लोकशाहीचा गाभा आहे.

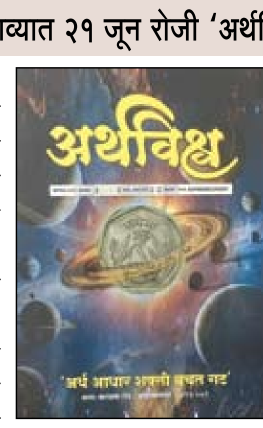
माहितीचा अधिकार हा केवळ कागदपत्रांच्या प्रती मिळविण्यापुरता मर्यादित नसून नागरिकांच्या लोकशाही हक्कांचे प्रभावी साधन आहे. जनतेच्या पैशातून चालणाऱ्या शासनाने आपल्या निर्णयांची कारणे जनतेसमोर मांडली पाहिजेत. कोणते निर्णय घेतले गेले, त्यासाठी कोणते नियम वापरण्यात आले, सार्वजनिक निधीचा वापर कसा झाला, कोणाला लाभ झाला आणि कोणाचे नुकसान झाले, याची माहिती मिळणे हा प्रत्येक नागरिकाचा अधिकार असल्याचे मत पीपल्स हेल्पलाईनचे अध्यक्ष ॲड. कारभारी गवळी यांनी व्यक्त केले.

या आंदोलनाद्वारे पीपल्स हेल्पलाईन आणि भारतीय जनसंसदेने काही महत्त्वाच्या मागण्या पुढे केल्या आहेत. त्यामध्ये अपीलकर्त्यांना त्यांच्या पसंतीच्या वकिलामार्फत किंवा अधिकृत प्रतिनिधीमार्फत बाजू मांडण्याची परवानगी देणे, माहिती अधिकार कायद्यातील प्रथम व द्वितीय अपील प्रक्रिया अधिक नागरिकाभिमुख, पारदर्शक आणि कालबद्ध करणे, माहिती नाकारताना स्पष्ट कायदेशीर कारणे नमूद करणे, माहिती आयोगाच्या आदेशांची प्रभावी अंमलबजावणी करणे आणि सार्वजनिक प्राधिकरणांनी जास्तीत जास्त माहिती स्वतःहून सार्वजनिक करणे, या प्रमुख मागण्यांचा समावेश आहे.माहितीचा अधिकार, पारदर्शक शासन आणि नागरिकांच्या लोकशाही हक्कांच्या संरक्षणासाठी आयोजित करण्यात आलेल्या या 'राष्ट्रीय सूर्यनामा' कार्यक्रमात नागरिकांनी मोठ्या संख्येने सहभागी व्हावे, असे आवाहन करण्यात आले आहे.

या आंदोलनासाठी ड. कारभारी गवळी, अशोक सब्बन, प्रकाश थोरात, ड. अमित थोरात, शाहीर कान्हू सुंबे, ड. लक्ष्मणराव पोकळे, वीरबहादूर प्रजापती, संतोष खामकर, ओम कदम, पोपट शेळके, धनंजय मडके, कैलास पठारे, ड. विद्या शिंदे, राजेंद्र कर्डिले, दिलीप घुले आणि प्रकाश गोसावी आदी कार्यकर्ते प्रयत्नशील आहेत.

१५०० सदस्य; ११ कोटींची उलाढाल; आर्थिक साक्षरतेसाठी नवे पाऊल

अहिल्यानगरमध्ये बचत गट मेळाव्यात २१ जून रोजी 'अर्थविश्वत' पुस्तकाचे होणार लोकार्पण



नगर – आर्थिक सक्षमीकरण, आर्थिक स्वावलंबन आणि बचतीची संस्कृती रुजविण्याच्या उद्देशाने अर्थ आधार शक्ती फेडरल बचत गटाच्या वतीने २१ जून रोजी सायंकाळी ६.३० वाजता बचत गटाचा मेळावा आयोजित करण्यात आला आहे. यावेळी 'अर्थविश्वय' या मार्गदर्शक पुस्तकाचे प्रकाशन करण्यात येणार असून बचत गट चळवळीला नवी दिशा देण्याचा प्रयत्न केला जाणार असल्याची माहिती बचत गटाचे अध्यक्ष विजय गाडळकर, उपाध्यक्ष पारुनाथ ढोकळे (सर) आणि सचिव मेजर शिवाजी वेताळ यांनी ही माहिती दिली.

मेळाव्याच्या निमित्ताने बचत गटाच्या माध्यमातून दर तीन महिन्यांनी आर्थिक साक्षरता अभियान राबविण्याची घोषणा करण्यात आली आहे. या अभियानांतर्गत विविध क्षेत्रातील अर्थतज्ज्ञांना निमंत्रित करून सदस्यांना अर्थव्यवस्था, बचत, गुंतवणूक, उद्योग–व्यवसाय आणि आर्थिक नियोजन याविषयी मार्गदर्शन केले जाणार आहे.

'अर्थविश्वट' ही पुस्तिका आर्थिक सक्षमीकरण, सबलीकरण आणि आर्थिक आधार याबाबत बचत गटांसाठी मार्गदर्शक ठरणार आहे. बचत गटाची स्थापना जानेवारी २०१३ मध्ये अवघ्या दोन सदस्यांपासून झाली होती. आज या गटाशी १६८० हून अधिक सदस्य जोडले गेले असून वार्षिक उलाढाल ११ कोटी रुपयांपर्यंत पोहोचली आहे. वाढत्या विस्तारामुळे गटाचे कार्यक्षेत्र संपूर्ण भारतभर करण्यात आले असून त्याचे 'अर्थ आधार शक्ती फेडरल बचत गट' असे नामकरण करण्यात आले आहे.

बचत गटाच्या नियमावलीमध्ये सदस्यत्व, संघटन रचना, कार्यपद्धती, कर्ज वितरण, परतफेड व्यवस्था, विशेष योजना, नफा वितरण प्रणाली आणि सदस्यांच्या आर्थिक उन्नतीसाठी विविध उपक्रमांची सविस्तर माहिती देण्यात आली आहे. आर्थिक बचत, गुंतवणूक, उद्योग, व्यवसाय, कृषी, शिक्षण, आरोग्य आणि सेवा क्षेत्रांमध्ये सदस्यांचा सहभाग वाढवून त्यांना आर्थिकदृष्ट्या सक्षम बनविण्याचे उद्दिष्ट गटाने ठेवले आहे.

'सर्वांच्या श्रीमंतीत आपली श्रीमंती आणि आपल्या श्रीमंतीतून सर्वांची श्रीमंती' या तत्त्वावर कार्यरत असलेला हा बचत गट आर्थिक शोषणमुक्त, स्वावलंबी आणि कल्याणकारी समाजव्यवस्था उभारण्याच्या दिशेने कार्यरत आहे. आर्थिक साक्षरता, पारदर्शकता, शिस्त, आत्मविश्वाचस आणि स्वयंप्रेरणा यांचा विकास करून सदस्यांचे शाश्वत आर्थिक कल्याण साधण्याचा प्रयत्न करण्यात येत आहे. मेळावा यशस्वी करण्यासाठी बचत गटाचे सर्व पदाधिकारी, संचालक मंडळ, संघटक आणि सदस्य प्रयत्नशील असून मोठ्या संख्येने उपस्थित राहण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे.

'संत निरंकारी मिशन'च्या वतीने २१ जून रोजी १५०० हून अधिक ठिकाणी साजरा होणार योग दिवस

नगर – निरोगी शरीर, निर्मळ मन आणि सजग आत्मा या पवित्र संकल्पाला प्रत्यक्षात साकार करत संत निरंकारी मिशन आंतरराष्ट्रीय योग दिनाच्या निमित्ताने एक व्यापक योग व आध्यात्मिक चेतना अभियान आयोजित करत आहे. संतगुरु माता सुदीक्षा महाराज यांच्या पावन आशीर्वाद आणि दूरदर्शी मार्गदर्शनाखाली जागतिक योग दिनाच्या निमित्ताने संत निरंकारी मिशनतर्फे २१ जून २०२६ रोजी सकाळी भारतभरातील १५०० हून अधिक केंद्रांवर एकाच वेळी योग शिबिरांचे आयोजन केले जाणार आहे.

मिशनच्या विविध शाखांमध्ये स्थानिक योग प्रशिक्षकांच्या मार्गदर्शनाखाली सत्संग भवन, मोकळ्या मैदानांमध्ये आणि उद्यानांमध्ये होणाऱ्या या कार्यक्रमांमध्ये श्रद्धाळू, सेवादल स्वयंसेवक आणि स्थानिक नागरिक उत्साहाने सहभागी होतील. मिशनच्या नगर शाखेच्या वतीने सुद्धा रविवारी सकाळी ७ ते ८ या वेळेत संत निरंकारी सत्संग भवनच्या प्रांगणात तज्ज्ञांच्या मार्गदर्शनाखाली सामूहिक योगासने करण्यात येणार आहेत. संत निरंकारी चॅरिटेबल फाउंडेशनचे सचिव जोगिंदर सुखीजा यांनी सांगितले की २०१५ पासून फाउंडेशनतर्फे योग दिवस हा राष्ट्रव्यापी अभियान नियमितपणे राबवला जात आहे. योग ही भारताची प्राचीन आणि गौरवशाली परंपरा आहे, जी केवळ शरीर मजबूत करत नाही तर मनाला स्थिरता, विचारांना सकारात्मकता आणि आत्म्याला चेतना प्रदान करते. नियमित योगाभ्यासामुळे तणाव आणि जीवनशैलीशी संबंधित समस्यांवर नियंत्रण मिळवता येते आणि व्यक्ती आत्मिक समाधान, मानसिक आनंद आणि सामाजिक सद्भावाच्या दिशेने अग्रेसर होतो. तरी रविवारच्या कार्यक्रमात मोठ्या संख्येने योगाप्रेमींनी सहभागी व्हावे, असे आवाहन मिशनतर्फे आयोजकांनी केले आहे.

सहकार भारतीच्या जिल्हाध्यक्षपदी अजिनाथ हजारे, महामंत्रीपदी ॲड.देवकर, संघटन प्रमुखपदी खामकर

नगर – राज्यातील सहकार चळवळीत महत्त्वपूर्ण योगदान देणाऱ्या सहकार भारतीच्या अहिल्यानगर दक्षिण जिल्हाध्यक्षपदी अजिनाथ हजारे तर महामंत्रीपदी लेखापरीक्षक ॲड. उमेश देवकर तसेच संघटन प्रमुखपदी सुरेश खामकर यांची नियुक्ती करण्यात आली.

सहकार भारतीचे विभाग प्रमुख संतोष गायकवाड यांनी अहिल्यानगर दक्षिण जिल्ह्याची नूतन कार्यकारीणीची घोषणा केली. यावेळी महिला प्रमुखपदी आशा मिस्कीन, सचिव किशोर जेजुरकर, प्रसिद्धीप्रमुख वैभव जोशी, श्रीगोंदा तालुकाध्यक्ष भानुदास रासकर आदींच्याही नावांची घोषणा करण्यात आली. सहकार भारतीचे प्रदेश महामंत्री विवेक जुगादे यांच्या हस्ते सर्व नूतन पदाधिकाऱ्यांचा सत्कार करून अभिंनदन करण्यात आले.

जिल्हाध्यक्ष अजिनाथ हजारे म्हणाले, सहकार चळवळीला बळकटी आणण्यासाठी केंद्रीय सहकार मंत्री अमित शहा व राज्यात मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस प्रयत्नशील आहेत. राज्यात नवे सहकार धोरण आणून राज्यतील सहकार चळवळ ही भ्रष्टाचार मुक्त, पारदर्शक होण्यासाठी सहकार भारती योगदान देत आहे. राज्यात सर्वात जास्त सहकारी संस्था नगर जिल्ह्यात आहेत. त्यामुळे सहकार भारतीच्या सर्व पदाधिकाऱ्यांना बरोबर घेऊन जिल्हाध्यक्ष पदाच्या माध्यमातून मी कार्यक्षेत्रातील सहकार चळवळीच्या उत्कृष्ट कार्यासाठी काम करणार आहे.

माळी वधू वर सूचक कार्यालयात २१ जूनला वेबसाईटचे उद्घाटन

नगर – माळीवाडा येथे पेमराज गुगळे हायस्कूल मध्ये सकल माळी समाज ट्रस्ट संचालित माळी वधू वर सूचक कार्यालयात वेबसाईटचे उद्घाटन २१ जून रोजी सकाळी ११ वाजता उपमहापौर धनंजय जाधव यांच्या हस्ते होणार आहे. या कार्यक्रमात उत्कर्ष कॉम्प्युटरचे डायरेक्टर नितीन अनारसे यांचा विशेष सत्कार करण्यात येणार आहे. यावेळी प्रमुख उपस्थिती ज्येष्ठ नगरसेवक बाळासाहेब बोराटे, इंडियन मेडिकल असोसिएशनचे माजी अध्यक्ष डॉ.अनिल आठरे आदी मान्यवरांच्या उपस्थितीत सोहळा पार पडणार आहे.

या कार्यक्रमासाठी सकल माळी समाज बांधव व भगिनींनी मोठ्या संख्येने उपस्थित राहावे.असे आवाहन माळी वधू वर सूचक नोंदणी कार्यालयाचे अध्यक्ष राजाराम चिपाडे, उपाध्यक्ष संजय ताजणे, सचिव सुदाम बोरुडे, खजिनदार रमेश चिपाडे आदींनी केले आहे.

योग दिनानिमित्त ज्योती येणारे यांचे अवघ्या २ तासांत ७०१ सूर्यनमस्कार

नगर – आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त देशभर विविध कार्यक्रमांचे आयोजन करण्यात आले असताना, केडगाव येथील ज्योती येणारे यांनी आपल्या असामान्य योगसाधनेने सर्वांचे लक्ष वेधून घेतले. अवघ्या २ तासांत ७०१ सूर्यनमस्कार पूर्ण करून त्यांनी जिद्द, शिस्त आणि सातत्याचे प्रेरणादायी उदाहरण निर्माण केले.

सूर्यनमस्कार हा केवळ व्यायाम नसून शरीर, मन आणि श्वास यांचा समतोल साधणारी संपूर्ण साधना मानली जाते. अशा या साधनेत ७०१ सूर्यनमस्कार पूर्ण करणे हे शारीरिक क्षमतेबरोबरच मानसिक एकाग्रता, आत्मविश्वास आणि दृढ इच्छाशक्तीचेही प्रतीक मानले जाते.

ज्योती येनारे या गेली १० वर्षे राधा कृष्णा क्लिनिक, केडगाव येथे आहारतज्ञ म्हणून कार्यरत असून गेली ३ वर्षे ज्योती योगा स्टुडीओ येथे योग शिक्षिका म्हणून कार्यरत आहेत. योग आणि आहार या दोन्ही क्षेत्रांतून त्या अनेकांना निरोगी जीवनशैलीचा मार्ग दाखवत आहेत.

घरातील जबाबदाऱ्या, व्यावसायिक आयुष्य आणि स्वतःची योगसाधना यांचा सुंदर समतोल राखत त्यांनी हे यश संपादन केले. नियमित प्राणायाम, ध्यान, श्वसन व्यायाम आणि योगाभ्यास यांवर त्यांचा विशेष भर असतो. त्यांच्या या उल्लेखनीय कामगिरीमुळे योग क्षेत्रातील समर्पण, सातत्य आणि कठोर परिश्रम यांचे महत्त्व पुन्हा अधोरेखित झाले आहे. विशेषतः महिलांसाठी ही कामगिरी प्रेरणादायी ठरत असून इच्छाशक्ती असेल तर कोणतेही ध्येय गाठता येते हा संदेश त्यांनी कृतीतून दिला आहे. आंतरराष्ट्रीय योग दिनाच्या निमित्ताने केलेल्या या ७०१ सूर्यनमस्कारांच्या यशाबद्दल परिसरातून त्यांच्यावर अभिनंदनाचा वर्षाव होत आहे.

पर्यावरणाचा समतोल राखण्यासाठी शिवसेनेचा वृक्षसेना उपक्रम; ६० व्या वर्धापन दिनाचे औचित्य साधून २१ जूनला शुभारंभ

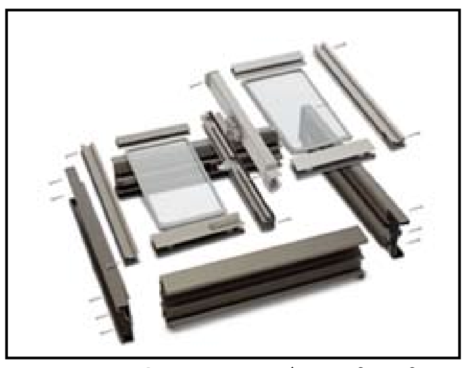
नगर – शहराच्या सर्वांगीण विकासासोबतच वाढते प्रदूषण आणि बदलत्या पर्यावरणाचा समतोल राखण्यासाठी शिवसेनेच्या वतीने एक महत्त्वाचे पाऊल उचलण्यात आले आहे. शिवसेनेच्या ६० व्या वर्धापन दिनाचे औचित्य साधून संपूर्ण शहरात शिवसेना वृक्षसेना हा नाविन्यपूर्ण संकल्प राबविण्याचा निर्धार करण्यात आला आहे. या उपक्रमाचा शुभारंभ २१ जून रोजी सकाळी ९ वाजता माळीवाडा येथील वसंत टॉकीज चौक येथे होणार आहे.

शिवसेनेचे अहिल्यानगर शहर प्रमुख संभाजी कदम यांनी या उपक्रमाची घोषणा केली असून, विविध संस्था आणि नागरिकांना यामध्ये सहभागी होण्याचे आवाहन केले आहे.

सध्या वातावरणात वाढणारे प्रदूषण आणि निसर्गाचा बदलता समतोल हे मानवी जीवनासमोर मोठे आव्हान बनले आहे. यावर मात करण्यासाठी केवळ चर्चा न करता प्रत्यक्ष कृती करण्याची गरज आहे, याच भावनेतून शिवसेना वृक्षसेना हा उपक्रम हाती घेण्यात आला आहे. या मोहिमेअंतर्गत केवळ वृक्षलागवडच केली जाणार नाही, तर विविध माध्यमांतून झाडांचे महत्त्व पटवून देत जनतेमध्ये व्यापक जागरूकता निर्माण केली जाणार आहे. जास्तीत जास्त नागरिकांना या हरित मोहिमेत सहभागी करून घेण्याचे उद्दिष्ट शिवसेनेने ठेवले आहे.

२१ जून रोजी होणाऱ्या या उद्घाटन सोहळ्याला शहरातील विविध सामाजिक, शैक्षणिक व व्यावसायिक संस्थांचे प्रमुख पदाधिकारी आणि मान्यवर उपस्थित राहणार आहेत. हा उपक्रम लोकचळवळ व्हावा यासाठी सर्व स्तरांतून सहकार्य मिळणे आवश्यक असल्याचे शहर प्रमुख कदम यांनी म्हटले आहे. शहराच्या विकासासोबतच पर्यावरण संवर्धन ही आजची अत्यंत महत्त्वाची गरज बनली आहे. अहिल्यानगरला हरित आणि सुंदर स्वरूप देण्यासाठी आम्ही कटिबद्ध आहोत. तरी शहरातील सर्व संस्थांच्या पदाधिकाऱ्यांनी आणि कार्यकर्त्यांनी रविवारी सकाळी माळीवाडा येथे उपस्थित राहून या सोहळ्यात आपला मोलाचा सहभाग नोंदवावा, असे आवाहन शिवसेना शहर प्रमुख संभाजी कदम यांनी केले आहे.

घर बांधताना भिंती मजबूत केल्या, पण खिडकी विसरलात?



१. प्रस्तावना – खिडकी फक्त उजेडासाठी नाही !

घर बांधताना आपण भिंती, छत, फरशी, टाइल्स यांवर खूप विचारपूर्वक खर्च करतो. परंतु खिडक्या आणि दरवाजे यांकडे अनेकदा दुर्लक्ष होते किंवा फक्त कमीत कमी खर्चाचा पर्याय निवडला जातो. हा निर्णय नंतर महागात पडू शकतो. वास्तविक, एखाद्या घराच्या एकूण बांधकाम खर्चाच्या १/२ ते १ टक्के रक्कम खिडक्या आणि दरवाजांवर खर्च होते. एक चांगली खिडकी म्हणजे केवळ उजेड येण्याचा मार्ग नव्हे – ती हवा, आवाज, उष्णता, सुरक्षा आणि घराचे सौंदर्य या सर्व गोष्टी एकत्र सांभाळते.

अहिल्यानगरसारख्या झपाट्याने वाढणाऱ्या शहरात आज रस्त्यावरील आवाज, वाढती उष्णता, धूळ आणि प्रदूषण या समस्यांमुळे योग्य खिडकी निवडणे हे एक महत्त्वाचे तांत्रिक आणि आर्थिक निर्णय बनले आहे. गेल्या पंचवीस वर्षांत खिडक्यांच्या क्षेत्रात जपानी तंत्रज्ञानामुळे आमूलाग्र बदल झाले आहेत. आज उपलब्ध असलेल्या आधुनिक खिडक्या या केवळ सौंदर्यासाठी नसून त्या ऊर्जाबचत, आवाज नियंत्रण, हवा नियमन आणि दीर्घटिकाऊपणा या सर्व गुणांनी समृद्ध आहेत.

या लेखात आपण अँल्युमिनिअम मधील अत्याधुनिक खिडक्या आणि दरवाजांविषयी, त्यांचे प्रकार, तंत्रज्ञान आणि फायदे याबाबत सोप्या भाषेत समजून घेणार आहोत. तसेच Tostem India या जागतिक दर्जाच्या जपानी ब्रँडच्या अत्याधुनिक खिडक्या आणि दरवाजांविषयी जाणून घेणार आहोत. Conatus Enterprise, अहिल्यानगर हे या ब्रँडचे अधिकृत वितरक आणि ळपीींरश्रश्ररींळेप तज्ज्ञ आहेत.

२. खिडकीचा इतिहास – लाकडापासून ॲल्युमिनियमपर्यंत

पूर्वी भारतात खिडक्या मुख्यतः लाकडाच्या बनवल्या जात असत. सागवान, देवदार किंवा इतर कठीण लाकडापासून बनवलेल्या खिडक्या त्या काळी टिकाऊ आणि सुंदर मानल्या जात. परंतु काळाच्या ओघात लाकडाच्या खिडक्यांच्या मर्यादा स्पष्ट होऊ लागल्या – ओलाव्यामुळे लाकूड फुगते, वाळवी लागते, रंग उडतो आणि वारंवार रंगकाम करावे लागते. शिवाय जंगलतोडीच्या वाढत्या चिंतेमुळे लाकडाचा वापर कमी करणे हेही पर्यावरणदृष्ट्या योग्य ठरले. यानंतर मधिल काळात म्हणजे मागील २०–२५ वर्षापूर्वी लोखंडी मटेरीअलमध्ये झेड सेक्शन विंडोचा वापर औद्योगिक क्षेत्रात आणि कमी खर्चाच्या रो हाउस कामात केला जात होता. १९९० च्या दशकात भारतात UPVC (Unplasticized Polyvinyl Chloride) खिडक्या आल्या. या खिडक्या लाकडापेक्षा जास्त टिकाऊ होत्या आणि देखभालही कमी लागत असे. परंतु UPVC मध्येही काही उणिवा आहेत – त्या बल्की (जड) दिसतात, रंगपर्याय मर्यादित असतात आणि जास्त उंच इमारतींसाठी त्या पुरेशा मजबूत नसतात. त्यानंतर ॲल्युमिनियम खिडक्यांचे युग सुरू झाले आणि जपानी तंत्रज्ञानाने या क्षेत्रात क्रांती घडवून आणली.

३. खिडकीचे प्रकार–तुमच्या घराला कोणती खिडकी योग्य?

आधुनिक वास्तुशास्त्रात खिडक्यांचे अनेक प्रकार उपलब्ध आहेत. प्रत्येक प्रकार वेगळ्या गरजेसाठी व वेगळ्या जागेसाठी डिझाइन केलेला असतो, चला प्रत्येक प्रकार समजून घेऊ या :

अ) स्लायडिंग विंडो (Sliding Window)

ही भारतातील सर्वात लोकप्रिय खिडकी आहे. ती आडव्या दिशेने सरकते त्यामुळे उघडण्यासाठी अतिरिक्त जागा लागत नाही. छोट्या खोल्या, बेडरूम, किचन यासाठी उत्तम. Tostem च्या स्लायडिंग विंडो दोन, तीन व चार पॅनल्समध्ये उपलब्ध आहेत. एझउन्च् रबर सील असल्याने पाऊस व धूळ आत येत नाही.

ब) कॅसमेंट विंडो (Casement Window)

ही खिडकी बिजागऱ्यांवर उघडते – डाव्या, उजव्या किंवा दोन्ही बाजूंनी. हवेचे अभिसरण (ventilation) सर्वात जास्त या प्रकारात मिळते. हॉल, डायनिंग रूम, स्टडी रूम यासाठी उत्तम. Tostem च्या कॅसमेंट विंडोमध्ये मल्टी–पॉइंट लॉकिंग सिस्टम असल्याने सुरक्षा उत्कृष्ट आहे.

क) फ्रेंच विंडो (French Window)

ही दोन दरवाजांसारखी उघडणारी मोठी खिडकी असते. बाल्कनी किंवा गार्डनकडे जाणाऱ्या खोलीसाठी ही आदर्श आहे. यामुळे घरात नैसर्गिक प्रकाश भरपूर येतो आणि घराचे बाहेरून दर्शन अत्यंत आकर्षक दिसते.

ड) फोल्डिंग / बाय–फोल्ड विंडो (Folding / Bi-fold Window)

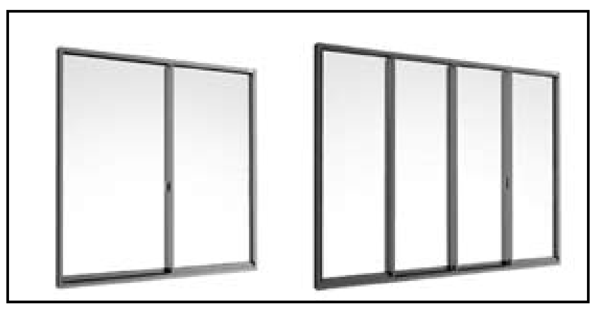
या खिडक्या अकॉर्डियन पद्धतीने दुमडल्या जातात. उघडल्यावर संपूर्ण भिंतच जणू नाहीशी होते! हॉटेल, रेस्टॉरंट, मोठे हॉल किंवा बंगल्याच्या मागील बाजूच्या गार्डन व्ह्यूसाठी ही अत्यंत उपयुक्त आहे. Tostem ची बाय–फोल्ड विंडो उच्च अभियांत्रिकीचे उत्तम उदाहरण आहे.

इ) लिफ्ट–अँड–स्लाइड (Lift and Slide)

उच्च–उंची इमारती व मोठ्या काचेच्या भिंतींसाठी हे तंत्रज्ञान वापरले जाते. हँडल फिरवल्यावर खिडकी थोडी वर उचलली जाते आणि मग ती सहजपणे सरकते. खूप मोठ्या पॅनलमध्येही सुरळीत हालचाल होते. वारा, पाऊस व आवाज यांच्यापासून उत्कृष्ट संरक्षण.

फ) फिक्स्ड / फिक्स्ड–लाइट विंडो (Fixed Window)

ही खिडकी उघडत नाही – फक्त प्रकाश आणि दृश्यासाठी वापरली जाते. पायऱ्यांजवळ, उंच भिंतींवर किंवा सजावटीसाठी वापरतात. Double किंवा Triple Glazing टाकल्यास हे उत्तम ध्वनिरोधक काम करते.



४. TEXGURD तंत्रज्ञान – ४० वर्षांची टिकाऊपणाची हमी

TEXGURD म्हणजे nodized Coating वर एक विशेष रासायनिक प्रक्रिया ज्यामुळे ॲल्युमिनियम फ्रेमला बाहेरून एक अदृश्य संरक्षण कवच मिळते. Tostem चे सर्वात क्रांतिकारी तंत्रज्ञान म्हणजे TEXGURD कोटिंग. हे Tostem चे पेटंट केलेले तंत्रज्ञान आहे जे इतर कोणत्याही ब्रँडकडे नाही.

TEXGURD **चे फायदे :**

१) UV किरणांपासून संरक्षण – उन्हात रंग उडत नाही, फिका पडत नाही.

२) Salt Spray Test (खारट हवा) – समुद्रकिनारी भागातही गंज येत नाही.

३) cid-lkali Test उत्तीर्ण – रासायनिक प्रभावापासून संरक्षण.

४) धूळ चिकटत नाही – ओल्या कापडाने एकदा पुसले की खिडकी लखलखीत.

५) uPVC पेक्षा १० पट अधिक मजबूत – वादळातही सुरक्षित.

६) ४० वर्षांपर्यंत रंग टिकतो – वारंवार रंगकाम नाही, पैसा वाचतो.

५. आवाज व उष्णता नियंत्रण – शहरी जीवनात वरदान

अहिल्यानगरसारख्या शहरात बाहेरचा आवाज, ट्रॅफिक नॉइज आणि उन्हाळ्यातील तीव्र उष्णता या समस्या दिवसेंदिवस वाढत आहेत. Tostem च्या खिडक्या या समस्यांवर प्रभावी उपाय आहे:

Double Glazing **(दुहेरी काच) :**

दोन काचांमध्ये अर्गॉन गॅस भरलेला असतो. हा गॅस उष्णता आणि आवाज दोन्ही रोखतो. बाहेरचा आवाज ३५ ते ४५ वइ ने कमी होतो – म्हणजे रस्त्यालगतच्या घरातही शांत झोप शक्य होते.

Triple Glazing **(तिहेरी काच):**

अत्यंत गोंगाटाच्या ठिकाणी जसे विमानतळाजवळ, महामार्गाजवळ किंवा औद्योगिक क्षेत्रात – येथे Triple Glazing वापरल्यास ५०+ वइ आवाज कमी होतो. हिवाळ्यात उष्णता टिकवण्यासाठीही हे उत्तम.

EPDM **रबर गॅस्केट :**

खिडकीच्या फ्रेम आणि काचेच्या मध्ये EPDM रबर गॅस्केट बसवले जाते. यामुळे पाऊस, धूळ आणि वारा यांना आत प्रवेश मिळत नाही. घराचे insulation उत्कृष्ट होते आणि AC चा वापर कमी होतो – वीज बिल घटते.

६. ॲल्युमिनिअम दरवाजे – सौंदर्य, सुरक्षा आणि टिकाऊपणाचा त्रिवेणी संगम

खिडक्यांप्रमाणेच ॲल्युमिनिअम दरवाजेही अत्याधुनिक तंत्रज्ञानाने बनवले जातात. ॲल्युमिनिअममध्ये खालील प्रकारचे दरवाजे उपलब्ध आहेत.

अ) स्लायडिंग डोअर (Sliding Door):

बाल्कनी, टेरेस, बेडरूमसाठी आदर्श. दोन, तीन, चार व सहा पॅनल पर्याय उपलब्ध आहेत. TEXGURD कोटिंग व EPDM सीलमुळे हवाबंद आणि जलरोधक. Tostem च्या स्लायडिंग डोअरला जपानी तंत्रज्ञानाचा वापर केल्याने ते अत्यंत सुरळीत सरकते.

ब) फोल्डिंग/बाय–फोल्ड डोअर (Folding Door) **:**

जेव्हा दोन जागा एकत्र करायच्या असतात – जसे हॉल आणि डायनिंग, किंवा घर आणि गार्डन – तेव्हा फोल्डिंग दरवाजा सर्वोत्तम आहे. हा दरवाजा उघडल्यावर संपूर्ण भिंत नाहीशी होते आणि मोकळी, प्रशस्त जागा मिळते.

क) स्टील फ्रंट डोअर (Steel Front Door):

Tostem चे स्टील फ्रंट डोअर हे घराच्या मुख्य दरवाजासाठी आहे. अत्यंत मजबूत स्टीलपासून बनवलेले हे दरवाजे लाकडाचे स्वरूप देणाऱ्या फिनिशमध्ये उपलब्ध आहेत. मल्टी–पॉइंट लॉकिंग सिस्टममुळे सुरक्षा अत्युच्च दर्जाची. डिजिटल लॉक, GIEST IRFLOW वेंटिलेशन सिस्टम यासारखे पर्यायही उपलब्ध आहेत.

ड) फ्रेंच व कॅसमेंट डोअर :

युरोपियन शैलीच्या बंगल्यांसाठी व व्हिला प्रकल्पांसाठी फ्रेंच डोअर सर्वात योग्य आहे. Tostem चे कॅसमेंट डोअर कमी जागेत जास्त वायुवीजन देतात.

७. पर्यावरणस्नेही निवड – भविष्यासाठी जबाबदार पाऊल

आज जगभरात शाश्वत विकास (Sustainable Development) हे सर्वात महत्त्वाचे ध्येय आहे. बांधकाम क्षेत्रात पर्यावरणपूरक साहित्य वापरणे ही काळाची गरज आहे. UPVC आणि Tostem या दिशेने आघाडीवर आहे.

१) १००% Recyclable ॲल्युमिनियम – जुनी खिडकी काढली तरी तिचा पुनर्वापर होतो

२) uPVC प्रमाणे जाळल्यावर विषारी वायू सोडत नाही – मानव व पर्यावरण सुरक्षित

३) Double Glazing मुळे ऊर्जा बचत – AC वापर कमी, कार्बन फूटप्रिंट घटतो

४) जास्तीत जास्त नैसर्गिक प्रकाश – दिवसा विजेचा वापर कमी होतो

५) दीर्घ आयुर्मान (४० वर्षे+) – वारंवार बदलण्याची गरज नाही, कचरा कमी ॲल्युमिनिअमच्या खिडक्या Green Building Certification (LEED / GRIH) साठी गुण मिळवून देतात. तसेच अहिल्यानगरमधील अनेक LEED-certified इमारतींमध्ये Tostem उत्पादने वापरली गेली आहेत.

८. गेल्या पंचवीस वर्षांतील ॲल्युमिनिअममधील महत्त्वाचे बदल – एक नजर

खिडकी तंत्रज्ञानाच्या क्षेत्रात गेल्या पाव शतकात झालेले बदल थक्क करणारे आहेत. १९९५ ते २०२५ या काळातील प्रमुख बदल खालीलप्रमाणे :

१) १९९५–२००० : ॲल्युमिनिअम खिडक्या भारतात आल्या – लाकडाला पर्याय मिळाला.

२) २०००–२००५ : luminium System Windows - slim profile, जास्त काच, कमी फ्रेम

३) २००५–२०१० : Double Glazing – ध्वनिरोधक आणि उष्णतारोधक खिडक्या सुलभ झाल्या

४) २०१०–२०१५ : Lift & Slide तंत्रज्ञान – उच्च मजल्यांसाठी मोठ्या काचेच्या भिंती शक्य

५) २०१५–२०२०: Smart Windows - Digital Lock, Motorized Blinds, Automated Sensors

६) २०२०–२०२५ : TEXGURD, Triple Glazing, Eco-friendly Recycled luminium नवे युग!

९. Tostem **– जपानी तंत्रज्ञानाची भारतातील क्रांती**

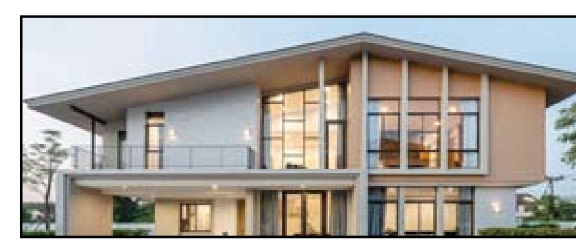
वर नमूद केलेल्या सर्व प्रकारच्या खिडक्या आणि दरवाजे Tostem मध्ये उपलब्ध असून त्यातील बऱ्याच प्रकारांचा आविष्कार आणि शोध Tostem ने लावला आहे. Tostem ही जागतिक स्तरावर ओळखली जाणारी जपानी ब्रँड आहे. या ब्रँडला १०० वर्षांहून अधिक इतिहास आहे. Tostem, LIXIL Group या जागतिक बांधकाम साहित्य कंपनीचा एक प्रमुख विभाग आहे. भारतात Tostem India या नावाने ती कार्यरत असून ॲल्युमिनियम खिडक्या, दरवाजे, स्टील फ्रंट डोअर आणि बिल्डिंग सोल्युशन्स या क्षेत्रात ती अग्रेसर आहे. Tostem च्या उत्पादनांना Red Dot Award, iF Design Award, Best100 Award आणि German Design ward असे जगातील सर्वात प्रतिष्ठित डिझाइन पुरस्कार मिळाले आहेत. त्यांची उत्पादने JIS (Japanese Industrial Standards), ASTM (American Standards) आणि BS (British Standards) या तीन वेगवेगळ्या आंतरराष्ट्रीय मानकांनुसार तपासली व प्रमाणित केली जातात.

Tostem ची सर्वात महत्त्वाची संकल्पना म्हणजे Window in a Box – म्हणजे खिडकी पूर्णपणे कारखान्यात तयार होऊन, चाचणी होऊन, एका बॉक्समध्ये साइटवर येते. साइटवर फक्त installation करायचे. यामुळे साइटवर होणाऱ्या चुका शून्य होतात आणि वेळ व पैसा दोन्ही वाचतात.

१०. Conatus Enterprise **– तुमचा विश्वासू** Tostem **भागीदार, अहिल्यानगर**

Conatus Enterprise ही अहिल्यानगरतील एक अग्रगण्य फर्म असून आम्ही Tostem India चे अधिकृत वितरक (uthorized Dealer) आणि इन्स्टॉलेशन तज्ज्ञ आहोत. आमच्याकडे Tostem च्या संपूर्ण उत्पादन श्रेणीचे – ॲल्युमिनियम खिडक्या, स्लायडिंग दरवाजे, फोल्डिंग दरवाजे, फ्रेंच दरवाजे, कॅसमेंट दरवाजे, लिफ्ट–ॲण्ड–स्लाइड आणि स्टील फ्रंट डोअर – सर्व पर्याय उपलब्ध आहेत. आम्ही ग्राहकाच्या घराची रचना, गरज आणि बजेट लक्षात घेऊन सर्वोत्तम उपाय सुचवतो. साइट विझिट, मोजमाप, डिझाइन कन्सल्टेशन ते अंतिम इन्स्टॉलेशन – संपूर्ण प्रक्रिया आम्ही एकट्याने हाताळतो.

Conatus Enterprise चे वैशिष्ट्य म्हणजे आम्ही केवळ उत्पादन विकत नाही, तर विक्रीनंतरची सेवा (After-Sales Service) देखील देतो. Tostem च्या Window in a Box संकल्पनेमुळे आमचे installation अचूक, वेगवान आणि त्रुटीरहित असते. ग्राहकांचे समाधान हेच आमचे सर्वोच्च ध्येय आहे.



नगरकरांना संदेश – आपले घर हे आपले सर्वात मोठे गुंतवणूक आहे. खिडक्या आणि दरवाजे हे घराचे डोळे आणि फुफ्फुस आहेत – ते योग्य असतील तर घर श्वास घेते, नाहीतर गुदमरते. खिडकी निवडताना केवळ किंमत पाहू नका; टिकाऊपणा, ऊर्जाबचत, आवाज नियंत्रण आणि पर्यावरण या गोष्टींचाही विचार करा. आधुनिक जपानी तंत्रज्ञानाने बनवलेल्या खिडक्या आपल्या घराला सुंदर, सुरक्षित आणि पर्यावरणपूरक बनवतात. एक जागरूक नागरिक म्हणून योग्य निवड करा – आपले घर आणि आपले शहर दोन्ही घडवा.

लेखकाची ओळख – Mr. Shubham Bansode
फर्म: Conatus Enterprise
Tostem Authorized Dealer:
कार्यालयाचा पत्ता : Beside Surbhi Hospital, Savedi, Ahilyanagar, Maharashtra 414003
मोबाईल: +91 95613 42162
वेबसाइट:https://conatusenterprise.com/

AESA
Architects, Engineers & Surveyors Association Ahilyanagar

आय.एस.डी.टी. सारख्या संस्था म्हणजे नगर शहराचे भूषण

ॲड. धनंजय जाधव यांनी केले कौतुक; स्वानुभव : २०२६ प्रदर्शनाचे उद्घाटन संपन्न

नगर – डिझाईन क्षेत्रात काम करणाऱ्या आय.एस.डी.टी. सारख्या संस्था या अहिल्यानगर शहराचे भूषण आहेत. अशा शब्दात अहिल्यानगर महापालीकेचे उपमहापौर ॲड. धनंजय जाधव यांनी आय.एस.डी.टी. संस्थेच्या कामाचे कौतुक केले.

अहिल्यानगर येथील इन्स्टिट्यूट फॉर स्टडीज इन डिझाईन ॲन्ड टेक्नॉलॉजी (आय.एस.डी.टी.) या संस्थेच्या फॅशन डिझाईन व इंटेरियर डिझाईनच्या विद्यार्थ्यांच्या कलाकृतींच्या स्वानुभव : २०२६ या वार्षिक प्रदर्शनाचे उद्घाटन ॲड.धनंजय जाधव यांच्या हस्ते संपन्न झाले, त्यावेळी ते बोलत होते.

याप्रसंगी व्यासपीठावर संस्थेचे संस्थापक अध्यक्ष विनायकराव देशमुख, इंटेरियर डिझाईन असोसिएशनचे अध्यक्ष सागर कंदूर, पुणे येथील नामांकित फॅशन डिझायनर प्रियांका कामठे, प्राचार्य आर्किटेक्ट अरुण गावडे,फॅशन डिझाईन विभाग प्रमुख पुजा पतंगे आदी उपस्थित होते.

यावेळी बोलताना ॲड. धनंजय जाधव म्हणाले, ज्यावेळी आम्ही महाविद्यालयीन शिक्षण घेत होतो तेव्हा पासुन मी विनायकराव देशमुख यांच्या कामाचा साक्षीदार आहे . ज्या काळात फॅशन डिझाईन, इंटेरियर डिझाईन हे विषय ग्रामीण भागात फारसे परिचित नव्हते, त्याकाळात विनायकराव देशमुख यांनी या क्षेत्रातील संस्था स्थापन केली आणि मागील २२ वर्षे सक्षमपणे ती कार्यरत ठेवली. या संस्थेच्या माध्यमातून आज ग्रामीण भागातील मुली सोनाली कुलकर्णी सारख्या नामांकित सिनेअभिनेत्रींसाठी डिझाईन वेअर्स बनवित आहेत, ही विशेष अभिमानाची आणि कौतुकाची गोष्ट आहे.

अहिल्यानगर येथील आय.एस.डी.टी. या संस्थेच्या फॅशन डिझाईन व इंटेरियर डिझाईनच्या विद्यार्थ्यांच्या कलाकृतींच्या स्वानुभव:२०२६ या वार्षिक प्रदर्शनाचे उद्घाटन करताना उपमहापौर ड.धनंजय जाधव, समवेत संस्थेचे अध्यक्ष विनायकराव देशमुख व मान्यवर.

संस्थेचे अध्यक्ष विनायकराव देशमुख यावेळी बोलताना म्हणाले, मुलांच्या करिअर बाबत पालक आता जागरुक झाले असुन पारंपारिक शिक्षणापेक्षा व्यावसाय शिक्षणाकडे त्यांचा ओढा वाढत आहे. यावर्षी डिप्लोमा इन फॅशन डिझाईन व डिप्लोमा इन इंटेरियर डिझाईन या दोन्ही अभ्यासक्रमांना मोठा प्रतिसाद मिळत आहे. मागील वर्षी पासून संस्थेने वास्तूशास्त्र या विषयाचा प्रमाणपत्र अभ्यासक्रम सुरू केला आहे.

प्रारंभी प्राचार्य आर्किटेक्ट अरुण गावडे यांनी प्रास्ताविक केले तर पुजा पतंगे यांनी पाहुण्यांचा परिचय करुन दिला. यावेळी वास्तूशास्त्र या अभ्यासक्रमाच्या पहिल्या बॅचच्या विद्याद्यार्थ्यांचे प्रमाणपत्र वितरीत करण्यात आले. २१ जून पर्यंत स.१० ते सायं.७ यावेळेत विनामूल्य प्रवेश असलेल्या या प्रदर्शनात विद्यार्थ्यांनी बनविलेल्या विविध क्रोशाच्या वस्तू बेबी सॉक्स, कीचैन, ट्रॅडिशनल ज्वेलरी, हेअरबोज, फ्लावर्स तसेच रेडिमेड नऊवारी साडी, स्वेटर्स , रंगोली मॅट, ट्रॅडिशनल ज्वेलरी, डिझायनर दुपट्टे, हॅन्ड पेंटेड कुर्तीज, हॅन्ड एम्ब्रोईडरी रुमाल, ब्रेसलेट, हॅन्ड पेंटेड हॅट्स, वेस्टन डिझायनर वनपीस गारमेंट्स, बेबी सेट, क्रोशेट फ्लावर्स, बांधणी टॉप आणि कुर्ती इत्यादी वस्तू विक्रीसाठी उपलब्ध असुन त्यांची किंमत साधारणतः २० रुपयापासून ते १५०० रुपये पर्यंत आहे.

सूत्रसंचालन पूर्वा भंडारी यांनी तर आभार प्रदर्शन स्मिता बडाख यांनी केले. स्वानुभव:२०२६ या प्रदर्शनास विद्यार्थी, पालक, आर्किटेक्ट, इंजिनियर्स, इंटिरियर डिझायनर्स, फॅशन डिझायनर्स , कॉन्ट्रॅक्टर्स व कलारसिक नागरिकांनी आवर्जून भेट द्यावी, असे आवाहन आय. एस.डी.टी. या संस्थेच्या वतीने करण्यात आले आहे.

योग दिनानिमित्त ‘स्नेहबंध’च्या शुभेच्छा पोस्टरचे अनावरण

योग ही निरोगी, संतुलित आणि आनंदी जीवनाची गुरुकिल्ली आहे : पोलीस अधीक्षक मुम्मका सुदर्शन

नगर – २१ जून जागतिक योग दिनानिमित्त स्नेहबंध सोशल फाउंडेशन, अहिल्यानगर (महाराष्ट्र राज्य) यांच्या वतीने नागरिकांना शुभेच्छा देणाऱ्या विशेष पोस्टरचे अनावरण जिल्हा पोलीस अधीक्षक मुम्मका सुदर्शन यांच्या हस्ते करण्यात आले. यावेळी स्नेहबंध सोशल फाउंडेशनचे संस्थापक अध्यक्ष डॉ. उद्धव शिंदे उपस्थित होते.

२१ जून जागतिक योग दिनानिमित्त स्नेहबंध सोशल फाउंडेशनच्या शुभेच्छा पोस्टरचे अनावरण करताना जिल्हा पोलीस अधीक्षक मुम्मका सुदर्शन व ’स्नेहबंध’चे संस्थापक अध्यक्ष डॉ. उद्धव शिंदे.

यावेळी बोलताना पोलीस अधीक्षक मुम्मका सुदर्शन म्हणाले, योग ही भारताने जगाला दिलेली अमूल्य देणगी आहे. नियमित योगाभ्यासामुळे शारीरिक आरोग्यासह मानसिक स्वास्थ्यही उत्तम राहते. आजच्या धावपळीच्या आणि तणावपूर्ण जीवनशैलीत प्रत्येकाने योगाला आपल्या दैनंदिन जीवनाचा भाग बनवणे आवश्यक आहे.

डॉ. उद्धव शिंदे म्हणाले, निरोगी समाज घडविण्यासाठी योगाचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे. योगामुळे शरीर सुदृढ, मन शांत आणि विचार सकारात्मक राहतात. जागतिक योग दिनाच्या निमित्ताने प्रत्येक नागरिकाने नियमित योग करण्याचा संकल्प करून निरोगी जीवनशैलीचा स्वीकार करावा.

यावेळी ’निरोगी शरीर, शांत मन – योगाचं साधन, जीवनाचं धन’ हा संदेश देत ’स्नेहबंध’ वतीने सर्व नागरिकांना योग दिनाच्या शुभेच्छा देण्यात आल्या. तसेच ’दररोज योग करा, स्वस्थ रहा, समाज निरोगी बनवा’ या संदेशाद्वारे योगाच्या माध्यमातून निरोगी व आनंदी समाज निर्माण करण्याचा संकल्प व्यक्त करण्यात आला.

शिंगवी चष्माघरतर्फे मोफत मोतीबिंदू तपासणी व शस्त्रक्रिया शिबीराचे २२ जून रोजी आयोजन

नगर – समाजसेवेलाच ईश्वरसेवा मानून सन १९८४ मध्ये स्थापन करण्यात आलेल्या सुंदरबाई कन्हैय्यालाल शिंगवी सेवाभावी प्रतिष्ठान व अर्चनाश्रीजी म.सा. यांच्या प्रेरणेने गेल्या ४१ वर्षांपासून गोरगरीब व गरजू रुग्णांना दृष्टी देण्याचे सेवाकार्य अविरतपणे सुरु आहे.

२२ जून रोजी सकाळी १० ते दुपारी २ वाजेपर्यंत जामखेड येथे मोफत मोतीबिंदू शस्त्रक्रिया व नेत्र तपासणीच्या शिबीराचे आयोजन करण्यात आलेले आहे. अहिल्यानगर, बीड, धाराशिव व सोलापूर या ४ जिल्ह्यामध्ये शिंगवी चष्माघर व आनंदऋषीजी नेत्रालय यांच्या संयुक्त विद्यमाने नेत्रसेवा पोहोचविण्यात येत असून हजारो नागरीकांना त्याचा लाभ मिळत आहे.

या शिबीराच्या माध्यमातून आतापर्यंत ९८००० रुग्णांना यशस्वीरित्या दृष्टी देण्याचे कार्य करण्यात आले आहे.

अल्प दरात लेन्स बसविण्याची सुविधा, काळा चष्मा, शिबीराच्या काळात राहण्याची व जेवणाची सोय तसेच जामखेड ते नगर येण्याजाण्याची मोफत वाहन सुविधा करण्यात येते. रुग्णांनी आधारकार्ड, रेशनकार्ड, शुगर तसेच ब्लड प्रेशर असेल तर औषधे बरोबर घेऊन येणे.

या शिबीराचा लाभ घेण्यासाठी नांव नोंदणी करणे आवश्यक आहे.

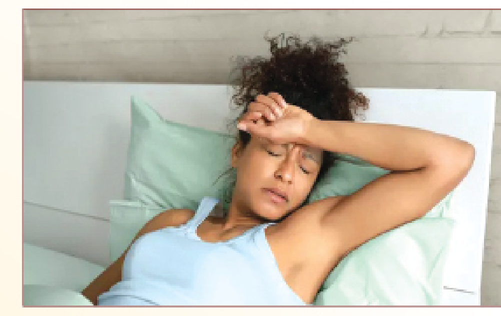
यासाठी अजित शिंगवी शिंगवी चष्माघर, जुना कापड बाजार, अहिल्यानगर मोबा.नं.९२८४०५८८५९, अभय शिंगवी, शिंगवी चष्माघर, मेनरोड, जामखेड मो.नं. ९२२६१२२०६१ या क्रमांकावर संपर्क साधावा असे आवाहन अजित शिंगवी व अभय शिंगवी यांनी केले आहे.

फक्त गोड पदार्थ कारणीभूत नाही

मधुमेह (डायबेटीस) ही आरोग्याची समस्या झपाट्याने वाढत असली, तरी त्याबाबत पुरेशी चर्चा होताना दिसत नाही. आज जवळपास प्रत्येक पाचपैकी एक व्यक्ती मधुमेह किंवा प्री-डायबेटीसने ग्रस्त आहे; मात्र अनेकांना याची कल्पनाही नसते. चिंतेची बाब म्हणजे रक्तातील साखरेचे प्रमाण अनेक वर्षे वाढलेले असतानाही स्पष्ट लक्षणे दिसून येत नाहीत. त्यामुळे शरीराचे हळू-हळू नुकसान होत राहते. अनेकांना अजूनही असे वाटते, की फक्त गोड पदार्थ कमी खाल्ले किंवा चहा-कॉफीमध्ये साखर टाळली, की मधुमेहाचा धोका कमी होतो; मधुमेहाचे कारण केवळ गोड पदार्थांचे अतिसेवन नसून त्याचा थेट संबंध ताणतणाव, अपुरी झोप, व्यायामाचा अभाव, लठ्ठपणा, चुकीच्या खाण्याच्या सवयी आणि आनुवंशिकता यांसारख्या जीवनशैलीशी संबंधित घटकांशी आहे. मुंबईसारख्या धावपळीच्या शहरात दैनंदिन जीवनातील अनेक सवयी मधुमेहाचा धोका नकळत वाढवत आहेत. विशेषतः दीर्घकाळ एकाच जागी बसून राहणे ही अत्यंत घातक सवय ठरत आहे. कार्यालयीन कामाचे वाढते तास, वाहतुकीत घालवला जाणारा वेळ, स्क्रीन टाइम आणि बैठी जीवनशैली यामुळे तरुणांमध्ये ही इन्सुलिन रेझिस्टन्स वाढत असल्याचे दिसून येत आहे. दीर्घकाळ बसून राहण्यामुळे मधुमेह, उच्च रक्तदाब आणि कोलेस्टेरॉलसारख्या दीर्घकालीन आजारांचा धोका वाढतो. त्यामुळे तज्ज्ञ आता 'जास्तवेळ बसून राहणे' ही सवय धूम्रपानाइतकीच धोकादायक मानत आहेत. अपुरी झोप आणि ताणतणाव हे ही मधुमेह वाढण्यामागील महत्त्वाचे घटक ठरत आहेत.

मुंबईच्या वेगवान जीवनशैलीत अनियमित दिनक्रम, सततचा ताण आणि धावपळ यामुळे भूक आणि रक्तातील साखर नियंत्रित करणाऱ्या हार्मोन्सवर परिणाम होतो. पुरेशी झोप न झाल्याने वारंवार भूक लागणे, जास्त खाणे आणि रक्तातील साखर नियंत्रित ठेवण्यात अडचणी निर्माणहोतात. तसेच सततचा ताण 'कॉर्टिसोल' हार्मोनची पातळी वाढवतो. त्यामुळे रक्तातील साखर हळूहळू वाढू शकते.

रात्रीचे तापमान ठरतेय 'सायलंट किलर'



दिवसा पारा ४५ अंशांच्या पार असणे आणि रात्रीही तापमान पाच अंश सेल्सिअसने वाढणे, हा केवळ हवामानखात्याचा कोरडा अहवाल नाही, तर या वर्षातील भयानक वास्तव आहे,ज्याने कोट्यवधी भारतीयांची रात्रीची झोप आणि आरोग्य दोन्ही हिरा-वून घेतले आहे. एप्रिल २०२६ च्या शेवटच्या आठवड्यात देशातील १७ हून अधिक शहरांमध्ये रात्रीचे किमान तापमान सामान्यपेक्षा पाच अंश सेल्सिअस जास्त नोंदवले गेले. ही वाढ केवळ एक आकडा नाही, तर मानवी शरीरासाठी एक 'सायलेंट किलर' ठरत आहे. आपण 'रात्रीचे तापमान पाच अंशांनी वाढणे' असे म्हणतो, तेव्हा याचा अर्थ असा की सूर्यास्तानंतरही पारा सामान्य पातळीपेक्षा खूप वर राहतो. उदाहरणार्थ, एप्रिल २०२६ मध्ये दिल्लीत रात्रीचे तापमान २०२०-२०२५ च्या सरासरीपेक्षा आणि १९९१-२०२० च्या सामान्य पातळीपेक्षा सातत्याने जास्त राहिले. २९ एप्रिल रोजी तर ते २८.५ अंश सेल्सिअसपर्यंत पोहोचले. हैदराबादमध्ये रात्रीचे किमान तापमान २८.८ अंश सेल्सिअसवर राहिले, जे सामान्यपेक्षा दोन अंशांनी जास्त होते. वैज्ञानिक भाषेत या स्थितीला 'वॉर्म नाईट्स' किंवा हॉट नाईट्स म्हटले जाते. रात्रीचे तापमान इतके जास्त असते, की शरीराला दिवसाच्या उष्णतेतून सावरण्याची संधीच मिळत नाही, तेव्हा ही स्थिती निर्माण होते. ही परिस्थिती आता केवळ मे-जूनपुरती मर्यादित राहिली नसून एप्रिलमध्येच दिसू लागली आहे.

रात्री उष्णता वाढल्यास काय परिणाम होतो?

मानवी शरीर हे एका नैसर्गिक कूलिंग सिस्टीमसारखे (थंड राहण्याची प्रणाली) डिझाइन केले आहे. दिवसाच्या कडक उन्हानंतर रात्रीचे थंड तापमान शरीराचे अंतर्गत तापमान पुन्हा सामान्य करते. त्यामुळे आपल्या अवयवांना विश्रांती आणि रिकव्हरी मिळते; परंतु रात्रीचे तापमान २८ ते ३० अंश सेल्सिअसच्या दरम्यान राहते, तेव्हा ही नैसर्गिक प्रक्रिया पूर्णपणे कोलमडते. एका अभ्यासानुसार रात्रीचे तापमान ३० अंश सेल्सिअसच्या वर गेल्यास मृत्यूचा धोका २६५ टक्क्यांपर्यंत वाढू शकतो.

शरीरावरील काही मुख्य परिणाम

* हृदय आणि मेंदूवर थेट ताण: सातत्याने उष्ण राहणाऱ्या रात्रींमुळे हृदयविकार आणि स्ट्रोकचा (पक्षाघात) धोका अनेक पटींनी वाढतो. अहवालानुसार, ज्या दिवशी रात्री जास्त उष्णता असते, त्या दिवसांत मृत्यूचा धोका सामान्य रात्रींच्या तुलनेत ५० टक्के जास्त असतो.
* आजारांचा हल्ला: उष्ण रात्रींमुळे केवळ हीट स्ट्रोकचा धोका निर्माण होत नाही, तर मधुमेह आणि उच्च रक्तदाब यांसारखे असंसर्गजन्य आजारही गंभीर रूप धारण करतात.
* मानसिक आरोग्यावर परिणाम: उष्णतेमुळे झोप पूर्ण न झाल्याने रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत होते, एकाग्रता भंग पावते, थकवा वाढतो आणि मानसिक आरोग्याची मोठी हानी होते.

एसी-कुलरही पडताहेत अपुरे

या सर्व समस्यांचे मूळ 'झोप गायब होणे' हे आहे. शांत झोप लागण्यासाठी शरीराचे तापमान कमी होणे अत्यंत आवश्यक आहे. चेन्नईतील एका अभ्यासात दिसून आले आहे, की मध्यम आणि निम्न-मध्यमवर्गीय कुटुंबांच्या घरांचे अंतर्गत तापमान रात्री ३२ अंश सेल्सिअसच्या वर तर काही ठिकाणी ३५ अंश सेल्सिअसपर्यंत पोहोचले होते. दिवसभर उष्णता शोषून घेणाऱ्या भिंती आणि छते रात्री उष्णता बाहेर फेकतात. (रेडिएट करतात) त्यामुळे पंखे आणि कुलरदेखील निरुपयोगी ठरतात. एका नियंत्रित अभ्यासात असे आढळले आहे, की रात्रीच्या वाढत्या तापमानामुळे झोपेत असताना शरीराचे मुख्य तापमान वाढते. त्यामुळे झोप अर्धवट आणि उथळ राहते.

शहरे तव्यासारखी का तापत आहेत?

शहरांमध्ये ही समस्या अधिक गंभीर आहे आणि याचे कारण 'अर्बन हीट आयलंड इफेक्ट' हे आहे. शहरांमधील कॉंक्रीट, रस्ते, विटा आणि धातू दिवसभर उष्णता शोषून घेतात आणि रात्री ती बाहेर सोडतात. झाडांची कमतरता, पाण्याचे स्रोत (तलाव) नष्ट होणे आणि उंच इमारतींची गर्दी या उष्णतेला कोंडून ठेवते. देशातील ९३ टक्के जिल्हे हे 'अतिउष्णतेच्या धोक्याच्या' श्रेणीत येतात. त्याचे मुख्य कारण हे 'अर्बन हीट आयलंड' तयार होणे आहे. उष्णतेचा हा प्रकोप इथेच थांबणार नाही. एका हवामान अंदाजानुसार, या शतकाच्या अखेरीस भारतातील सर्वात उष्ण दिवसाचे तापमान ४.७ अंश सेल्सिअसने वाढू शकते, तर सर्वात थंड रात्रीचे तापमान ५.५ अंश सेल्सिअसने वाढू शकते. याचा अर्थ दिवसापेक्षा रात्री अधिक वेगाने गरम होतील. जगातील ८३ टक्के मोठ्या शहरांमध्ये रात्रीचे तापमान सातत्याने धोकादायक पातळीवर वाढत आहे, यावरूनच या धोक्याची तीव्रता लक्षात येते.

या संकटापासून बचावासाठी काही सोपे उपाय

* ही परिस्थिती चिंताजनक असली तरी वैयक्तिक पातळीवर काही सोपे उपाय करून आपण स्वतःचा बचाव करू शकतो
* भरपूर पाणी प्या. दिवसाच नव्हे, तर संध्याकाळी आणि रात्रीच्या वेळीही पुरेसे पाणी आणि इलेक्ट्रोलाइट्सयुक्त पेये (उदा. लिंबू पाणी, ओआरएस) घेत राहा.
* घर थंड ठेवण्याचा प्रयत्न करा: दिवसा खिडक्यांना पडदे लावून ठेवा जेण करून बाहेरील उष्णता आत येणार नाही.

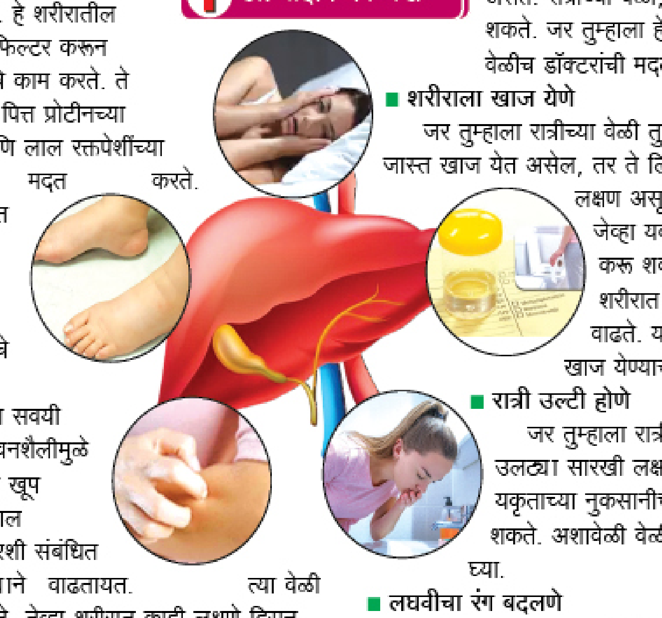
गर्भावस्थेतील विकारामुळे गुंतागुंतीचा धोका

गर्भावस्थेदरम्यान महिलांच्या शरीरात हार्मोनल, इम्यून आणि शारीरिक असे अनेक बदल होतात. 'क्रोन्स आजार' आणि 'अल्सरेटिव्ह कोलायटिस'मध्ये मोठ्या आतड्यांमध्ये होणारी दीर्घकालीन सूज आणि जखमा निर्माण होतात. अशा आतड्यांचे दीर्घकालीन आजार असलेल्या महिलांमध्ये योनीतील दाह आणि इतर गुंतागुंतींचा धोका वाढवू शकतात.'इन्फ्लेमेटरी बॉवेल डिसीज' (आयबीडी) हा एक दीर्घकालीन आजार आहे. त्यात पचनसंस्थेत सूज निर्माण होते. अनेक महिलांना 'आयबीडी' असूनही निरोगी गर्भावस्था होऊ शकते; मात्र हा आजार योग्य प्रकारे नियंत्रित ठेवणे आवश्यक असते, जेणेकरून आई आणि बाळावर नकारात्मक परिणाम होणार नाही. 'आयबीडी'असलेल्या महिलांनी आजार नियंत्रणात असेल, तरच गर्भधारणेचा विचार करावा. म्हणजेच किमान तीन ते सहा महिने आजार स्थिर असावा. यामुळे गर्भावस्थेत आजार पुन्हा वाढण्याचा आणि गुंतागुंतींचा धोका कमी होतो. गर्भावस्थेत प्रतिकारशक्तीमध्ये बदल होणे ही एक महत्त्वाची बाब आहे. गर्भाला सुरक्षित ठेवण्यासाठी प्रतिकारशक्ती काही प्रमाणात कमी होते; परंतु त्यामुळे संसर्ग आणि दाहाचा धोका वाढू शकतो. आतड्यांचा आजार असलेल्या महिलांमध्ये पचनसंस्थेतील दाह आतपर्यंत पसरून योनीमध्ये खाज आणि संसर्ग निर्माण करू शकतो. आतड्यांमधील आणि योनीतील आरोग्यदायी जीवाणू यामध्ये असमतोल निर्माण होऊ शकतो. आतडे आणि योनी यांचे आरोग्य एकमेकांशी संबंधित असल्याने असंतुलन संसर्गाचा धोका वाढतो. गर्भावस्थेत योनीतील पीएच स्तर बदलल्यामुळेही दाह आणि अस्वस्थता वाढू शकते. सक्रिय आजार असलेल्या महिलांमध्ये वारंवार जुलाब, डिहायड्रेशन, थकवा आणि पोषणातील कमतरता दिसून येते. दीर्घकालीन दाहामुळे शरीरातील पोषक घटकांचे शोषण कमी होते, त्यामुळे लोहाची कमतरता, फॉलिक ॲसिड आणि व्हिटॅमिन बी१२ ची कमतरता सामान्यपणे आढळते. यामुळे संबंधित महिलेमध्ये ॲनेमिया होण्याचा धोका वाढतो आणि कमी वजनाचे बाळ किंवा अकाली प्रसूती होण्याची शक्यता वाढते. शरीरातील सक्रिय दाह गर्भाच्या विकासावर आणि प्रसूतीतील गुंतागुंतींवरही परिणाम करू शकतो. त्यामुळे लवकर निदान आणि योग्य उपचार अत्यंत महत्त्वाचे आहेत.

यकृताचे आरोग्य बिघडण्यात वाढ

डॉ. संदीप काळोखे

लिवर म्हणजेच यकृत हा आपल्या शरीरातील एक महत्त्वाचा भाग मानला जातो. शरीरातील अनेक महत्त्वाची कार्ये करण्यासाठी लिवर जबाबदार असते. हे शरीरातील टाकाऊ पदार्थ फिल्टर करून काढून टाकण्याचे काम करते. ते अन्न पचवणाऱ्या पित्त प्रोटीनच्या निर्मितीमध्ये आणि लाल रक्तपेशींच्या निर्मितीमध्ये मदत करते. अशा परिस्थितीत शरीर निरोगी ठेवण्यासाठी यकृत निरोगी ठेवणे खूप गरजेचे आहे. आजकाल वाईट खाण्याच्या सवयी आणि वाईट जीवनशैलीमुळे यकृताचे आरोग्य खूप बिघडते. आजकाल लोकांमध्ये लिवरशी संबंधित आजार झपाट्याने वाढतायत. त्या वेळी यकृत खराब होते, तेव्हा शरीरात काही लक्षणे दिसून येतात. काही लक्षणे अशीदेखील आहेत, जी बहुतेकदा रात्री दिसून येतात. ही लक्षणे वेळीच ओळखली गेली, तर यकृत खराब होण्यापासून वाचवता येते.



लक्षणे

■ **सतत झोपमोड होणे**

जर तुम्हाला रात्री झोपायला त्रास होत असेल किंवा वारंवार जागे होत असेल, तर हे यकृताच्या नुकसानाचे लक्षण असू शकते. यकृताच्या समस्यांमुळे, शरीरात टॉक्सिन पदार्थांचे प्रमाण वाढते. जे मेंदू आणि मज्जासंस्थेवर परिणाम करू शकते. यामुळे झोपेशी संबंधित समस्या उद्भवू लागतात.

■ **पायाला सूज येणे**

यकृताच्या नुकसानीमुळे पाय आणि घोट्यांमध्ये सूज येण्याची शक्यता वाढते. या वेळी तुम्हाला या भागात वेदना होण्याची दाट शक्यता असते. रात्रीच्या वेळी, ही सूज खूप वाढू शकते. जर तुम्हाला हे लक्षण दिसले तर वेळीच डॉक्टरांची मदत घ्या.

■ **शरीराला खाज येणे**

जर तुम्हाला रात्रीच्या वेळी तुमच्या त्वचेवर जास्त खाज येत असेल, तर ते लिवरच्या नुकसानीचे लक्षण असू शकते. खरेतर जेव्हा यकृत योग्यरित्या काम करू शकत नाही, तेव्हा शरीरात पित्ताचे प्रमाण वाढते. यामुळे त्वचेवर खूप खाज येण्याची समस्या उद्भवते.

■ **रात्री उल्टी होणे**

जर तुम्हाला रात्री मळमळ आणि उलट्या सारखी लक्षणे जाणवली तर ते यकृताच्या नुकसानीचे लक्षण असू शकते. अशावेळी वेळीच डॉक्टरांची मदत घ्या.

■ **लघवीचा रंग बदलणे**

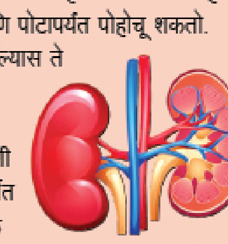
लघवीच्या रंगात बदल होणे हेदेखील यकृताच्या समस्येचे लक्षण आहे. ज्या वेळी यकृत योग्यरित्या कार्य करत नाही, तेव्हा शरीरात बिलीरुबिनची पातळी वाढते. ज्यामुळे लघवीचा रंग गडद पिवळा होऊ शकतो. लघवीतून फेस येणे किंवा लघवीतून दुर्गंधी येणेहे देखील यकृताच्या समस्येचे लक्षण आहे.

मूत्रपिंडाचे विकार चिंताजनक

किडनी (मूत्रपिंड) हा आपल्या शरीरातील अत्यंत महत्त्वाचा अवयव आहे. ती रक्त शुद्ध करते. शरीरातील विषारी द्रव्ये बाहेर टाकते आणि पाणी व इलेक्ट्रोलाइट्सचा समतोल राखते. किडनी योग्य प्रकारे कार्य करत नाही तेव्हा शरीर विविध लक्षणांद्वारे इशारे देऊ लागते. ही लक्षणे दुर्लक्षित करणे धोकादायक ठरू शकते, कारण वेळेवर उपचार न झाल्यास स्थिती किडनी फेल्युअरपर्यंत जाऊ शकते.

किडनी बिघाडाची लक्षणे कोणती?

आरोग्यविषयक माहिती देणाऱ्या न्यूजपॉइंट च्या अहवालानुसार, किडनीसंबंधी समस्यांमध्ये कंबरेच्या खालच्या भागात किंवा बरगड्यांच्या खाली वेदना जाणवू शकतात. हा त्रास पोटाच्या बाजूंना किंवा कमरेभोवतीही पसरू शकतो. सुरुवातीला हलक्या असलेला हा वेदना हळूहळू पाठीचा कणा, मांडी आणि पोटापर्यंत पोहोचू शकतो. सतत कंबरदुखीसोबत इतर लक्षणे दिसल्यास ते दुर्लक्षित करू नये.



लघवीसंबंधी बदल

वारंवार लघवी लागणे (फक्त जास्त पाणी पिण्यामुळेच नाही, तर किडनीच्या कार्यात बिघाडामुळेही) लघवी करताना जळजळ किंवा वेदना, लघवीचा रंग गडद किंवा ढगाळ राहणे, लघवीत रक्त दिसणे (हे अत्यंत गंभीर लक्षण आहे), चेहरा आणि डोळ्यांमधील बदल, सकाळी उठल्यावर चेहरा किंवा डोळ्यांखाली सूज दिसणे हे शरीरात पाणी साचल्याचे लक्षण असू शकते, जे किडनीच्या बिघाडाशी संबंधित असते. इतर गंभीर लक्षणे - सतत थकवा येणे, भूक न लागणे, वारंवार मळमळ किंवा उलटी,
त्वचेला खाज सुटणे, श्वास घेण्यास त्रास होणे, शरीरात विषारी द्रव्ये साचल्यामुळे अशक्तपणा आणि ऊर्जा कमी जाणवते.
शरीरात द्रव साचल्यास अगदी साध्या हालचालींमध्येही धाप लागणे शक्य आहे.

जीवनशैली आणि आजार

ताणाव, प्रदूषणामुळेही हृदयविकार

वाढते प्रदूषण, टेन्शन, मानसिक समस्या, अयोग्य आहार यासारख्या अनेक गोष्टींमुळे हृदयाचे अनेक आजार झालेले पाहायला मिळत आहेत. उच्च रक्तदाब (हायपरटेन्शन) हा हृदयविकाराला कारणीभूत असा एक महत्त्वाचा घटक मानला जातो. अनेकदा दीर्घकाळसाठी रक्तदाब नियंत्रणात नसल्याने हृदयावर परिणाम होऊ लागतो. या स्थितीला 'हायपरटेन्सिव्ह हार्ट डिसीज' म्हटले जाते. विशेष म्हणजे, सुरुवातीला याची कोणतीही स्पष्ट लक्षणे दिसत नाहीत. त्यामुळे वेळीच तपासणी करणे अत्यंत गरजेचे ठरते. हृदयातील बदल ओळखण्यासाठी २ डी इको किंवा इकोकार्डिओग्राफी ही तपासणी उपयुक्त ठरते. या तपासणीत ध्वनीलहरींच्या मदतीने हृदयाची रचना आणि हृदयाचे कार्य तपासले जाते. सुरुवातीच्या टप्प्यात काही महत्त्वाचे बदल दिसून येतात, ज्यांना 'अर्ली इको मार्कर्स' म्हटले जाते. यामुळे हृदयविकाराचा झटका किंवा हार्ट फेल्युअर होण्यापूर्वीच धोका ओळखता येऊ शकतो. यामध्ये सर्वात सामान्य बदल म्हणजे 'लेफ्ट व्हेंट्रिक्युलर हायपरट्रॉफी' (एलव्हीएच). यात हृदयाच्या मुख्य पंपिंग चेंबरच्या भिंतीजाड होऊ लागतात. सतत वाढलेल्या रक्तदाबामुळे हृदयाला अधिक मेहनत घ्यावी लागते आणि त्यामुळे हृदयाचे स्नायू मोठे होतात.

सुरुवातीला हृदय व्यवस्थित काम करत असले, तरी उपचार न घेतल्यास पुढे हृदयाच्या ठोक्यांमध्ये अनियमितता निर्माण होण्याचा धोका असतो. तसेच 'डायस्टोलिक डिसफंक्शन' ही समस्यादेखील दिसू शकते. ही हृदयाशी संबंधित एक स्थिती आहे, ज्यामध्ये हृदयाचे स्नायू आकुंचन पावल्यानंतर व्यवस्थित शिथिल (रिलॅक्स) होत नाहीत. त्यामुळे हृदयातील रक्ताभिसरणाची प्रक्रिया बिघडते. अशा रुग्णांना थकवा, धाप लागणे किंवा व्यायाम करण्याची क्षमता कमी होणे अशी लक्षणे जाणवू शकतात. याशिवाय 'लेफ्ट एट्रियल एनलार्जमेंट' म्हणजे हृदयाच्या डाव्या बाजूला असलेल्या कप्प्याचे (डावी कर्णिका/एट्रियम) सामान्य आकारापेक्षा मोठे होते, ही स्थिती हळूहळू आढळून येऊ शकते. दीर्घ काळ वाढलेल्या दाबामुळे हा बदल होतो. त्यामुळे 'एट्रियल फायब्रिलेशन'सारख्या अनियमित हृदय ठोक्यांचा धोका वाढतो आणि पुढे स्ट्रोकची शक्यता वाढते.

सुरुवातीची ही लक्षणे ओळखा...

हृदयाची पंपिंग क्षमता कमी होणे, हृदयाच्या झडपांमध्ये बदल होणे तसेच हृदयातील दाब वाढणे असे सुरुवातीचे बदलही इको तपासणीत दिसून येऊ शकतात. छातीत दुखणे, धाप लागणे, पायांना सूज येणे, चक्कर येणे, सतत थकवा जाणवणे, हृदयाचे ठोके वाढणे किंवा चालताना आणि जिने चढताना त्रास होणे ही लक्षणे दुर्लक्षित करू नयेत. अशी लक्षणे जाणवल्यास त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा; मात्र अनेक रुग्णांमध्ये वर्षानुवर्षे कोणतीही लक्षणे दिसत नाहीत. त्यामुळे नियमित तपासणी करणे गरजेचे आहे.

हृदय निरोगी कसे ठेवाल?

दीर्घकाळ उच्च रक्तदाब, मधुमेह, लठ्ठपणा, धूम्रपानाची सवय किंवा कुटुंबात हृदयविकाराचा इतिहास असलेल्या व्यक्तींनी नियमित हृदय तपासणी करणे गरजेचे आहे. रक्तदाब नियंत्रणात ठेवणे, डॉक्टरांनी दिलेली औषधे नियमित घेणे, मीठाचे प्रमाण कमी करणे, नियमित व्यायाम, पुरेशी झोप आणि ताणतणाव नियंत्रणात ठेवणे यामुळे हृदय निरोगी राहण्यास मदत होते.

उच्च रक्तदाब आतून पोहचवतो हानी

आजच्या धावपळीच्या जीवनात लोक काम, ताण-तणाव आणि चुकीच्या खाण्यापिण्यात इतके गुंतले आहेत, की स्वतःच्या आरोग्याकडे लक्ष देण्यासाठी वेळच मिळत नाही. बहुतेक लोक शरीरात वेदना किंवा मोठी समस्या जाणवली कीच डॉक्टरांकडे जातात; पण उच्च रक्तदाब (हाय बीपी) हा असा आजार आहे, की तो अनेकदा कोणतीही स्पष्ट लक्षणे न दाखवता शरीराला आतून हानी पोहोचवत राहतो. सर्वात चिंतेची गोष्ट म्हणजे हा आजार अनेकदा कोणतीही ठळक लक्षणे न देता शरीराला नुकसान करत राहतो. म्हणूनच डॉक्टर त्याला 'सायलेंट किलर' (मूक घातक) म्हणतात. अनेकांना बराच काळ आपला रक्तदाब वाढलेला आहे हेच समजत नाही. डॉक्टरांच्या मते, वेळेवर तपासणी केली नाही तर याचा हृदय, मेंदू आणि मूत्रपिंडांसारख्या महत्त्वाच्या अवयवांवर वाईट परिणाम होऊ शकतो.

पूर्वी उच्च रक्तदाब हा वाढत्या वयाचा आजार मानला जात होता; पण आता कमी वयातील लोकही त्याच्या विळख्यात सापडत आहेत. डॉक्टरांच्या म्हणण्यानुसार सततचा ताण, उशिरापर्यंत काम करणे, अपुरी झोप, जास्त मीठ असलेले अन्न आणि तासन्तास स्क्रीनसमोर बसून राहणे ही यामागची प्रमुख कारणे आहेत. अनेक लोक बाहेरून पूर्णपणे तंदुरुस्त दिसतात; पण त्यांच्या शरीरात हा आजार शांतपणे वाढत असतो. उच्च रक्तदाबामुळे फक्त हृदयच नव्हे, तर मेंदू, मूत्रपिंड आणि शरीरातील इतर अवयवांनाही नुकसान होऊ शकते.

उच्च रक्तदाबाची सर्वात धोकादायक गोष्ट म्हणजे त्याची लक्षणे अनेकदा दिसतच नाहीत. काही लोकांना डोकेदुखी, चक्कर येणे, थकवा किंवा श्वास घेण्यास त्रास होऊ शकतो; पण बहुतेक वेळा कोणतीही लक्षणे जाणवत नाहीत. वेळेवर निदान झाले नाही, तर हृदयविकाराचा झटका, स्ट्रोक आणि मूत्रपिंडाच्या गंभीर आजारांचा धोका वाढू शकतो. त्यामुळे फक्त लक्षणांची वाट पाहणे योग्य नाही; नियमितपणे रक्तदाब तपासणे खूप महत्त्वाचे आहे.

दैनंदिन सवयींमध्ये काही छोटे बदल करून उच्च रक्तदाबाचा धोका कमी करता येतो. उदाहरणार्थ, मीठ कमी खाणे, रोज थोडा व्यायाम करणे, ताणतणाव कमी ठेवणे, पुरेशी झोप घेणे आणि धूम्रपान किंवा मद्यपान टाळणे आवश्यक आहे. यंदाच्या जागतिक उच्च रक्तदाब दिनाची संकल्पनाही लोकांना एकत्र येऊन उच्च रक्तदाब नियंत्रणात ठेवण्यास आणि नियमित तपासणी करण्यास प्रोत्साहित करते.

उन्हाळ्यात किंवा कोणत्याही शारीरिक कामाच्या वेळी घाम येणं सामान्य आहे; परंतु शरीराला कोणत्याही कारणाशिवाय जास्त घाम येऊ लागतो, तेव्हा ती सामान्य गोष्ट नाही. वैद्यकीय भाषेत याला 'हायपर हाइड्रोसिस' म्हणतात. यात शरीराच्या काही भागातून जास्त घाम येतो. यामुळे केवळ शारीरिक अस्वस्थताच निर्माण होत नाही, तर मानसिक ताणदेखील येऊ शकतो.

'हायपर हाइड्रोसिस'चे दोन प्रकार आहेत. प्राथमिक आणि माध्यमिक. प्राथमिक 'हायपर हाइड्रोसिस'मध्ये बहुतेकदा हात, पाय, काखेत किंवा चेहऱ्यावर घाम येतो. बहुतेक वेळा अनुवांशिकता हे याचं कारण असतं. ही समस्या अनेकदा पौगंडावस्थेत सुरू होते. दुय्यम 'हायपर हाइड्रोसिस' हा थायरॉईड, मधुमेह, लठ्ठपणा, संसर्ग किंवा हार्मोनल बदलांसारख्या इतर आजारांमुळे होतो. यामध्ये संपूर्ण शरीराला घाम येऊ शकतो आणि काही औषधांच्या दुष्परिणामांमुळेही हे होऊ शकतं.

सतत घाम येण्यामुळे केवळ अस्वस्थताच येते, असं नाही, तर त्वचेवर बुरशीजन्य किंवा जीवाणूंचा संसर्गदेखील होऊ शकतो. जास्त घाम आल्याने शरीरात मीठ आणि पाण्याचं प्रमाण कमी होऊ शकतं. त्यामुळे थकवा आणि अशक्तपणा येतो. तसंच, अनेकदा लोकांना घामामुळे, विशेषत: घामाच्या वासामुळे सार्वजनिक ठिकाणी लज्जास्पद वाटू शकतं. त्याचाआत्मविश्वासावर परिणाम होतो आणि मानसिक ताणही वाढतो. काही लोकांना नैराश्यदेखील येऊ शकतं.

या आजारावर उपचार शक्य आहेत. सर्वप्रथम, डॉक्टरांनी शिफारस केलेले वैद्यकीय अँटीपर्स्पिरंट्स वापरले जाऊ शकतात. ते घाम नियंत्रित करण्यास मदत करतात. काही प्रकरणांमध्ये, बोटॉक्स इंजेक्शनदेखील प्रभावी ठरतात. ते घामाच्या ग्रंथींना तात्पुरते ब्लॉक करतात. दुसरीपद्धत म्हणजे 'आयनोफोरेसिस'. त्यात घामाच्या ग्रंथींची क्रिया सौम्य प्रवाहाद्वारे कमी केली जाते. अत्यंत गंभीर प्रकरणांमध्ये, शस्त्रक्रिया करण्याचीदेखील शिफारस केली जाते. त्यात घाम निर्माण करणाऱ्या नसा कापल्या जातात.

काय करावं?

* ताण कमी करण्याचा प्रयत्न करावा
* सैल आणि सुती कपडे घालावेत
* शरीर स्वच्छ ठेवावं आणि संतुलित आहार घ्यावा

दिंडी निधी घोटाळा व बी-१ निविदा प्रक्रियेच्या चौकशीसाठी संभाजी ब्रिगेडचे जिल्हा परिषदेत 'आली मरीआई' आंदोलन

नगर – जिल्हा परिषदेतील कथित दिंडी निधी घोटाळा आणि बी-१ निविदा प्रक्रियेतील संभाव्य गैरव्यवहारांविरोधात संभाजी ब्रिगेडने १९ जून रोजी जिल्हा परिषद कार्यालयात पारंपरिक 'आली मरीआई' आंदोलन छेडत प्रशासनाला चांगलेच धारेवर धरले. आंदोलनाची तीव्रता वाढताच प्रशासनाने माघार घेत उच्चस्तरीय चौकशीचे आदेश दिल्याने हा विषय पुन्हा चर्चेच्या केंद्रस्थानी आला आहे.

जून २०२५ मध्ये पायी दिंडी वारीसाठी वितरित करण्यात आलेल्या निधीच्या वापराबाबत गंभीर प्रश्न उपस्थित करत संभाजी ब्रिगेडने जिल्हा परिषद प्रशासनावर भ्रष्टाचाराचे आरोप केले. तसेच बी-१ निविदा प्रक्रियेतही गैरव्यवहार झाल्याची शक्यता व्यक्त करत संपूर्ण प्रकरणाची निष्पक्ष चौकशी करण्याची मागणी केली.

दिंडी निधी घोटाळा आणि बी-१ निविदा प्रकरणाच्या चौकशीच्या मागणीसाठी जिल्हा परिषद अहिल्यानगर येथे संभाजी ब्रिगेडने काढलेला 'आली मरीआई' मोर्चा.

संभाजी ब्रिगेडचे जिल्हाध्यक्ष राजेश परकाळे यांच्या नेतृत्वाखाली पोतराज, पदाधिकारी आणि शेकडो कार्यकर्त्यांनी जिल्हा परिषद कार्यालयापासून मुख्य कार्यकारी अधिकाऱ्यांच्या दालनापर्यंत मोर्चा काढला. ढोल-ताशांचा गजर, पोतराजांचा पारंपरिक सहभाग आणि 'भ्रष्टाचार मुर्दाबाद', 'घोटाळेबाजांना शिक्षा झालीच पाहिजे', 'जय जिजाऊ-जय शिवराय' अशा घोषणांनी जिल्हा परिषद परिसर दणाणून गेला.

यावेळी संभाजी ब्रिगेडचे श्रीगोंदा तालुकाध्यक्ष शाम जरे यांनी मुख्य कार्यकारी अधिकारी भंडारी यांच्यासमोर संघटनेची भूमिका ठामपणे मांडली. जनतेच्या पैशाची उधळपट्टी करणाऱ्यांवर तातडीने कारवाई करून संबंधित अधिकारी व कर्मचाऱ्यांना निलंबित करण्याबरोबरच फौजदारी गुन्हे दाखल करण्याची मागणी त्यांनी केली.

आंदोलनाची तीव्रता लक्षात घेऊन मुख्य कार्यकारी अधिकारी भंडारी यांनी शिष्टमंडळाला चर्चेसाठी बोलावले. जवळपास तासभर झालेल्या बैठकीनंतर दिंडी निधी प्रकरणाच्या चौकशीसाठी उच्चस्तरीय समिती नेमण्यात आल्याची घोषणा करण्यात आली. चौकशीत दोषी आढळणाऱ्या कोणत्याही अधिकारी, कर्मचारी किंवा संबंधित व्यक्तीची गय केली जाणार नाही, तसेच कठोर प्रशासकीय आणि कायदेशीर कारवाई केली जाईल, असे प्रशासनाने स्पष्ट केले.

दरम्यान, बी-१ निविदा प्रक्रिया पूर्णपणे पारदर्शक पद्धतीने राबविण्यात येईल. चौकशीत कोणताही गैरप्रकार अथवा आर्थिक घोटाळा उघड झाल्यास संबंधित निविदा प्रक्रिया रद्द करण्याची तयारी प्रशासनाने दर्शविली आहे.

मुख्य कार्यकारी अधिकाऱ्यांकडून लेखी आश्वासन मिळाल्यानंतर संभाजी ब्रिगेडने आंदोलन स्थगित केले. मात्र, आश्वासनांची अंमलबजावणी झाली नाही किंवा चौकशी दडपण्याचा प्रयत्न झाल्यास यापेक्षा अधिक तीव्र जनआंदोलन छेडण्यात येईल, असा इशारा जिल्हाध्यक्ष राजेश परकाळे यांनी दिला.

यावेळी दिलीप वाळुंज (जिल्हाध्यक्ष, शेतकरी आघाडी), सुदाम कोरडे (जिल्हा उपाध्यक्ष), शाम जरे (श्रीगोंदा तालुकाध्यक्ष), सचिन काकडे (तालुकाध्यक्ष, पारनेर), महेश दानवे (तालुकाध्यक्ष, नगर), उत्तम घोगरे (तालुकाध्यक्ष, शेतकरी आघाडी), सद्दाम शेख (तालुकाध्यक्ष, अल्पसंख्यांक आघाडी), अक्षय दहातोंडे (श्रीगोंदा शहराध्यक्ष), दिलीप लबडे (तालुका उपाध्यक्ष), पांडुरंग खोरे (उपाध्यक्ष, शेतकरी आघाडी), बापू जगताप (तालुका कार्याध्यक्ष), रवींद्र महांडुळे (तालुका सचिव), संदीप मांडोळे (उपसचिव), प्रदीप दरेकर (तालुका संघटक), संतोष आरडे (मेजर, संघटक) तसेच भीमराज कोकाटे, संदीप मांढरे, शशिकांत आण्णा पवार, अविनाश मेढे, संतोष कोकाटे आदी उपस्थित होते.

खताचा काळाबाजार व साठेबाजीवर कृषी विभागाकडून मोठी कारवाई

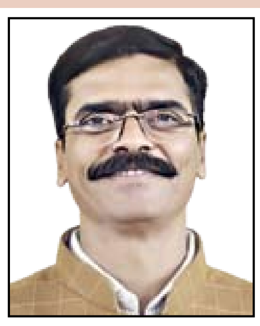
१०७ परवाने निलंबित तर ६ खत विक्री परवाने रद्द, ७ केंद्रांवर गुन्हे दाखल

नगर – शेतकऱ्यांना दर्जेदार आणि रास्त दरात खतांचा पुरवठा व्हावा यासाठी कृषी विभागामार्फत पुणे विभागातील पुणे, अहिल्यानगर आणि सोलापूर जिल्ह्यांमध्ये खत विक्री केंद्रांची कडक तपासणी मोहीम राबविण्यात येत आहे. एप्रिल २०२६ पर्यंत विभागात नियमांचे उल्लंघन करणाऱ्यांविरुद्ध मोठी कारवाई करण्यात आली असून आतापर्यंत १०७ खत विक्री परवाने निलंबित आणि ६ खत विक्री परवाने रद्द करण्यात आले आहेत, तर ७ केंद्रांवर गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत, अशी माहिती विभागीय कृषी सहसंचालक बाबासाहेब जेजुरकर यांनी दिली आहे.

या मोहिमेअंतर्गत पुणे विभागात एकूण २ हजार ५७६ परवानाधारक केंद्रांची तपासणी करण्यात आली. तपासणी दरम्यान २८१ प्रकरणांमध्ये काळाबाजार झाल्याचे समोर आले असून, २७७ केंद्रांना 'कारणे दाखवा नोटीस बजावण्यात आली आहे. यामध्ये पुणे जिल्ह्यातील ६५० केंद्रांची तपासणी करण्यात आली. यापैकी ७१ प्रकरणांत अनियमितता आढळली असून २७ परवाने निलंबित करण्यात आले आहेत. अहिल्यानगर जिल्ह्यात ८९२ केंद्रांची तपासणीनंतर १६ खत विक्री परवाने निलंबित आणि २ खत विक्री परवाने रद्द करण्यात आले असून ३ केंद्रांवर गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत. तर सोलापूर जिल्ह्यात सर्वाधिक १ हजार १२९ केंद्रांची तपासणी करण्यात आली. १८ प्रकरणांमध्ये खतांचे नमुने निकृष्ट आढळले आहेत. जिल्ह्यात एकूण ६४ परवाने निलंबित आणि ४ खत विक्री परवाने रद्द करण्यात आले असून ४ केंद्रांवर गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत. याशिवाय, अनुदानित युरियाचा औद्योगिक कारणांसाठी वापर टाळण्यासाठी विभागात ४२ औद्योगिक युनिट्सना भेटी देण्यात आल्या आहेत. कृषि विभागातर्फे खतांचा काळाबाजार, कृत्रिम टंचाई, साठेबाजी आणि चढ्या दराने विक्री करणाऱ्या विक्रेत्यांवर यापुढेही कडक कारवाई करण्यात येईल, असा इशारा श्री. जेजुरकर यांनी दिला आहे. अधिकृत परवानाधारक कृषि केंद्रातूनच खत खरेदी करावे आणि काही तक्रार आल्यास नजीकच्या कृषि विभागाच्या कार्यालयास संपर्क साधण्याचे आवाहनही त्यांनी केले आहे.

कारवाईच्या वेळी पुणे अधिक्षक कृषि अधिकारी विजयकुमार राऊत, तंत्र अधिकारी निलेश गढरी, विभागीय गुणवत्ता नियंत्रण निरीक्षक अतुल जाधव उपस्थित होते.

ज्येष्ठ रंगकर्मी डॉ. विजय जोशी यांना पुणे विद्यापीठाची पीएचडी पदवी प्रदान



नगर – बालनाट्य चळवळीत गेल्या ३४ वर्षांपासून योगदान देणारे ज्येष्ठ रंगकर्मी व होमियोपॅथी डॉक्टर विजय जोशी यांना नुकतीच सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठाची एकांकिका या विषयावर विद्यावाचस्पती (पीएचडी) ही पदवी प्राप्त झाली. डॉ. जोशी यांनी प्रा. डॉ. संजय नगरकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली १९६३ ते २०१३ या कालावधीत पुरुषोत्तम करंडक पुणे या स्पर्धेतील विद्यार्थी लेखकांच्या निवडक एकांकिकांचा चिकित्सक अभ्यास या विषयावर प्रबंध सादर केला होता.

अहिल्यानगरमधील वैद्यकीय क्षेत्रात कार्यरत राहून नाटक विषयावर डॉक्टरेट मिळविणारे ते पहिले डॉक्टर आहेत. डॉ. विजय जोशी यांनी याआधी अनेक बालनाट्यांचे लिखाण, दिग्दर्शन करून बालनाट्य शिबीरांचे संयोजन केले आहे. तसेच अनेक एकांकिका स्पर्धा, बालनाट्य स्पर्धेला परीक्षक म्हणून काम पाहिले आहे. पुणे विद्यापीठाअंतर्गत बहिःशाल शिक्षण मंडळातर्फे अनेक महाविद्यालयांमध्ये व्याख्याते म्हणून कार्यरत आहेत.

अहमदनगर महाविद्यालयातील संशोधन केंद्र प्रमुख प्रा. डॉ. सुधाकर शेलार, मराठी विभागातील प्रा. डॉ. सिनारे, प्रा. डॉ. सुर्यवंशी आणि प्रा.डॉ. प्रबंधिका शेलार मंत्री यांचे सहकार्य डॉ. जोशी यांना पीएचडी पदवीसाठी लाभले. डॉ. विजय जोशी यांना साहित्य क्षेत्रातील डॉक्टरेट ही पदवी मिळाल्याबद्दल नाट्य, साहित्यिक तसेच वैद्यकीय क्षेत्रातून त्यांचे अभिनंदन होत आहे.

नृत्यासाज भरतनाट्यम् अॅकॅडमीचा १०० टक्के निकाल

नगर – अखिल भारतीय गांधर्व महाविद्यालय मंडळाच्या एप्रिल २०२६ सत्राच्या भरतनाट्यम् परीक्षेचा निकाल नुकताच जाहीर झाला. या परीक्षेत भिंगार येथील नृत्यासाज भरतनाट्यम् अॅकॅडमीच्या विद्यार्थीनींनी घवघवीत यश संपादन करत १०० टक्के निकालाची परंपरा कायम राखली.

नृत्यासाज भरतनाट्यम् अॅकॅडमीच्या यशस्वी विद्यार्थीनींसमवेत संचालिका आश्लेषा पोतदार.

अॅकॅडमीच्या प्रारंभिक ते मध्यमा पूर्ण या स्तरांवरील परीक्षांसाठी एकूण ४८ विद्यार्थीनी परीक्षेला बसल्या होत्या. त्यापैकी २९ विद्यार्थीनींनी विशेष योग्यतेसह यश संपादन केले आहे. प्रारंभिक परीक्षेत नक्षत्रा शेलार, प्राप्ती बारगजे, आरुषी कनोजिया, प्रांजल गायकवाड, अर्षिता गायकवाड, स्पृहा पवार, स्वरा कडते, अराध्या ठोके, श्रावणी साबळे या विशेष योग्यतेसह तर दिंगबरी कोंढ्रा, अनिका वाघमोरे, स्वामीनी लोखंडे, ओवी सोनमाळी, देशना भंडारी, स्वरा गुंड या प्रथम श्रेणीत उत्तीर्ण झाल्या आहेत.

प्रवेशिका प्रथम परीक्षेत अन्वी घोरपडे, स्वानंदी सातकर, माही नाबरीया, संचिता बरबडे, किआना दवे, राधा बेरड, शिवण्या शेरकर, अनुष्का सातपुते, स्वराली बरबडे, आरुषी सिंग, श्रद्धा गोहेर, शताक्षी कांबळे, शांभवी सोनसळे, क्षितीजा बनसोडे, तृप्ती नामदे, आद्या गायकवाड, अद्रिका आमटे, अरित्रिका गायकवाड, रितीका वाघ, शिवण्या पठारे यांनी विशेष योग्यतेसह यश संपादन केले आहे. प्रवेशिका पूर्ण परिक्षेत आराध्या बनिया, प्राची गोहेर, जानवी बरार, क्षितीजा सांगळे, श्रेया परदेशी, सिमंतीनी कमलोरी यांनी प्रथम श्रेणीत यश मिळविले. मध्यमा पूर्ण परिक्षेत पुजा चव्हाण, हर्षिता परदेशी, सेजल बहिरम, राधिका परदेशी, अपूर्वा दळवी, जान्हवी अहिर, प्रज्ञा कुमार यांनी प्रथम श्रेणीत यश संपादन केले आहे. सर्व यशस्वी विद्यार्थीनींना नृत्यासाज भरतनाट्यम् अॅकॅडमीच्या संचालिका आश्लेषा पोतदार यांचे मार्गदर्शन लाभले.

अरिहंत कॉलेज ऑफ फार्मसीच्या विद्यार्थ्यांनी उन्हाळी परीक्षेत मिळविले उल्लेखनीय यश

नगर – महाराष्ट्र राज्य तंत्रशिक्षण मंडळ (एमएसबीटीई) आयोजित उन्हाळी २०२६ डिप्लोमा इन फार्मसी परीक्षेत अरिहंत कॉलेज ऑफ फार्मसी, केडगाव येथील विद्यार्थ्यांनी उल्लेखनीय यश संपादन करून महाविद्यालयाची यशस्वी परंपरा कायम राखली आहे.

प्रथम वर्ष डी.फार्म परीक्षेत कु. भाग्यश्री गुड्डेदार हिने ७२.५०% गुणांसह प्रथम क्रमांक, कु. संस्कृती गांगर्डे हिने ६७.३०% गुणांसह द्वितीय क्रमांक, तर कु. कुशावृती अलगुले हिने ६६.६०% गुणांसह तृतीय क्रमांक प्राप्त केला.तसेच द्वितीय वर्ष डी.फार्म परीक्षेत कु. पूर्वा गोरे हिने ७६.८२% गुणांसह प्रथम क्रमांक, कु. आरती जपकर हिने ७०.७३% गुणांसह द्वितीय क्रमांक, तर कु. हर्षदा घुंगुरडे हिने ६८.२७% गुणांसह तृतीय क्रमांक पटकावला.

या यशाबद्दल महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. योगेश बाफना यांनी विद्यार्थ्यांचे अभिनंदन करून त्यांच्या भावी वाटचालीस शुभेच्छा दिल्या. विद्यार्थ्यांच्या या यशामागे प्रा. माधुरी पवार, प्रा. वृषाली गायकवाड, प्रा. शितल खंडागळे, प्रा. रुचिता पवार, अमोल बार्डे, अनिल गवाडे बाळासाहेब भागवत, भुजबळ स्वाती, व सोनीकुमारी मिश्रा यांचे मोलाचे मार्गदर्शन लाभले.

संस्थेचे व्यवस्थापन, प्राचार्य, सर्व शिक्षक व शिक्षकेतर कर्मचारी यांनी यशस्वी विद्यार्थ्यांचे अभिनंदन करून त्यांच्या उज्वल भविष्यास शुभेच्छा दिल्या.

कडधान्य आत्मनिर्भरता अभियान योजनेंतर्गत मिनीकीट वितरणासाठी अर्ज प्रक्रिया झाली सुरु

पुणे – कृषी विभागाकडून खरीप हंगामातील कडधान्य आत्मनिर्भरता अभियान योजनेंतर्गत १०० टक्के अनुदानावर तूर व मूग पिकाचे ०.२० हेक्टर क्षेत्रासाठी ४ किलो बियाणे वाटप केले जाणार असून प्रथम येणाऱ्यास प्रथम प्राधान्य तत्त्वावर लाभार्थ्यांची निवड करण्यात येणार आहे. शेतकऱ्यांनी https://mahadbt.maharashtra.gov.in या संकेतस्थळावर अर्ज सादर करावेत, असे आवाहन विभागीय कृषी सहसंचालकांच्यावतीने करण्यात आले आहे.

पुणे विभागातील पुणे, सोलापूर व अहिल्यानगर जिल्ह्यांसाठी १४ हजार ३०० कीट वितरणाचे लक्षांक असून ५ हजार ६८३ अर्ज प्राप्त झाले आहेत. त्यामध्ये पुणे जिल्ह्यासाठी १ हजार कीटच्या लक्षांकापैकी ५१६ अर्ज प्राप्त झाले आहेत. अहिल्यानगर जिल्ह्यासाठी ७ हजार ३०० लक्षांकापैकी ३ हजार ९३४ तर सोलापूर जिल्ह्यासाठी ६ हजार पैकी १ हजार २३३ अर्ज आत्तापर्यंत प्राप्त झाले आहेत.

यंदाचे वर्ष आंतरराष्ट्रीय महिला शेतकरी वर्ष असल्यामुळे या योजनांमध्ये महिला शेतकऱ्यांना प्राधान्याने लाभ देण्यात येणार आहे.

योजनेच्या अधिक माहितीसाठी संबंधित तालुका कृषी अधिकारी, जिल्हा अधीक्षक कृषी अधिकारी, पुणे, अहिल्यानगर व सोलापूर यांच्या कार्यालयाशी संपर्क साधावा. जास्तीत जास्त महिला शेतकऱ्यांनी या योजनेचा लाभ घ्यावा, असे आवाहन कृषी विभागाकडून करण्यात आले आहे.

जिल्ह्यातील ४४ गावांमध्ये मुलींच्या जन्मदरात मोठी घट

नगर – जिल्ह्यातील ४४ गावांमध्ये मुलींच्या जन्मदरात मोठी घट झाली आहे. या गावांमध्ये १००० मुलांमागे मुलींचे प्रमाण ८०० पेक्षाही कमी आहे. त्यामुळे जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया यांनी ८०० पेक्षा कमी लिंग गुणोत्तर असलेल्या ४४ गावांमध्ये ११ कलमी कृती आराखडा प्रभावीपणे राबवून मुलींच्या जन्माविषयी समाजात सकारात्मक दृष्टिकोन निर्माण करावा, असे सुचित केले.

जिल्हाधिकारी कार्यालयातून दूरदृश्य प्रणालीद्वारे आयोजित विशेष कार्यशाळेत ते बोलत होते. यावेळी पीसीपीएनडीटी राज्य पर्यवेक्षण मंडळाच्या सदस्या डॉ. सुधा कांकरिया, जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. संजय घोगरे, जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. बापूसाहेब नागरगोजे, निवासी वैद्यकीय अधिकारी शिवशंकर वलांडे, अॅड. सारिका सुराशे तसेच अहिल्यानगर, नेवासा, श्रीगोंदा, संगमनेर, राहाता, श्रीरामपूर, पारनेर, पाथर्डी, राहुरी, शेवगाव, अकोले, जामखेड, कर्जत आणि कोपरगाव तालुक्यांतील सरपंच, तलाठी, पोलीस पाटील, आशा व अंगणवाडी सेविका, तालुका आरोग्य अधिकारी आणि गटविकास अधिकारी उपस्थित होते.

जिल्हाधिकारी डॉ. आशिया म्हणाले, मुलींचा जन्मदर वाढविण्यासाठी पीसीपीएनडीटी कायद्याची प्रभावी अंमलबजावणी आवश्यक आहे. ज्या गावांमध्ये लिंग गुणोत्तरात सकारात्मक बदल दिसून येईल, त्या गावांचा प्रशासनातर्फे सन्मान करण्यात येईल.

लिंग गुणोत्तर सुधारण्यासाठी ११ कलमी कृती आराखडा राबविण्याच्या जिल्हाधिकाऱ्यांच्या सूचना

जिल्हाधिकारी कार्यालयातून दूरदृश्य प्रणालीद्वारे आयोजित विशेष कार्यशाळेत बोलताना जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया. समवेत डॉ. सुधा कांकरिया, डॉ. संजय घोगरे, डॉ. बापूसाहेब नागरगोजे आदी.

पीसीपीएनडीटी राज्य पर्यवेक्षण मंडळाच्या सदस्या डॉ. सुधा कांकरिया यांनी स्त्रीभ्रूणहत्येची कारणे आणि प्रतिबंधात्मक उपाय याविषयी दृक्श्राव्य सादरीकरणाद्वारे मार्गदर्शन केले. त्या म्हणाल्या की, चिमुकलीचा जीव वाचविण्यासाठी सर्व स्तरांवर प्रयत्न होणे गरजेचे आहे. गर्भवती महिलांना आरोग्य सुविधा उपलब्ध करून देतानाच गर्भरक्षणाविषयी जागृती करणे आवश्यक आहे.

आशा व अंगणवाडी सेविकांनी मैत्री योजनेच्या माध्यमातून ज्या महिलांना आधीच मुली आहेत आणि त्या पुन्हा गर्भवती आहेत, त्यांच्याशी विश्वासाचे नाते निर्माण करावे. त्यामुळे कुटुंबात मुलगी नको या मानसिकतेतून बेकायदेशीर लिंगनिदानाचा विचार झाल्यास त्यापासून परावृत्त करणे सोपे जाईल. आई व बाळाच्या आरोग्यासाठी उपयुक्त असलेले सोनोग्राफी यंत्र स्त्रीभ्रूणहत्येचे साधन ठरू नये, यासाठी जागरूक राहून कायद्याच्या अंमलबजावणीस सहकार्य करणे आवश्यक असल्याचे त्यांनी सांगितले. जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ. बापूसाहेब नागरगोजे यांनी प्रास्ताविक केले. निवासी वैद्यकीय अधिकारी शिवशंकर वलांडे यांनी आभार मानले.

चिमुकलीचा जीव वाचविण्यासाठी ११ कलमी कृती आराखडा

गावातील लिंग गुणोत्तराचा अभ्यास करून त्याची माहितीफलकावर नोंद करणे, ग्रामसभेत स्त्रीजन्म स्वागताचा ठराव मंजूर करणे, गर्भवती महिलांचे नियमित आरोग्य निरीक्षण करून मैत्री योजना राबविणे, कायद्याविषयी जनजागृती करणे, कन्याजन्मानंद सोहळा साजरा करणे, फक्त मुली असलेल्या कुटुंबांचा सन्मान करणे, विवाह सोहळ्यांमध्ये स्त्रीजन्म स्वागताचा आठवा फेरा घेणे, बेटी बचाओ, बेटी पढाओ आणि जननी सुरक्षा यांसह विविध शासकीय योजनांचा लाभ देणे, युवकांचा सहभाग वाढविणे, मुलगी परके धन नसून पणती दोन्ही घरांना उजेड देते हा विचार रुजविणे आणि सामूहिक शपथ घेणे या अकरा बाबींचा आराखड्यात समावेश आहे.

आनंदऋषीजी योगा सेंटर

आनंदयोग मधील योग साधकांचे अभिप्राय

नमस्कार योगा, मी आपल्या सर्वांचे योगा क्लासकडून हार्दिक स्वागत करतो.

आपल्या जीवनातील कष्ट, राग, नैराश्य व वाटणारी भिती कशी घालवावी ? जीवनातील आनंद कसा मिळवावा ? जीवनातील होणारी पळापळ कशी आपल्या पध्दतीने करावी या सर्व प्रश्नावर एकच उत्तर आहे ते म्हणजे आपला योगा क्लास– योग ही एक जादू आहे.

ही संकल्पना जेव्हा आपले योगगुरु अनिल मेहेर सरांनी मांडली तेव्हा ती सर्व साधकांचा कुतुहलाचा विषय झाला होता.

जसजस दिवस, महिने, वर्षे गेले त्यावर आमचा विश्वास दृढ होत गेला. माझ्या जीवनातील ऊन, वारा, पाऊस कोणताही ऋतु असल्यास मी आता भक्कमपणे सामोरे जातो याची सर्व शक्ती मला योगातून व अनिल मेहेर सरांच्या मार्गदर्शनाखाली येते.

माझ्या व माझ्या कुटूंबातील सर्व व्यक्ती ह्या व्यायामाविषयी जागृत आहेत. परंतु योग्य मार्गदर्शन खूप महत्वाचे आहे.

आठ वर्षापूर्वी माझी टाच दुखत होती. तेव्हा माझ्या पत्नी सौ. उज्वला हिने मला माझ्या सासूबाई योगासाठी जातात आपणही तेथे जाऊ असा हट्ट धरला व त्यामुळे मी योगा क्लासशी संलग्न झालो. नवीन प्रयोग करत त्यातील येणारा अनुभव हा कसाही असो परंतु योगाचा प्रचार झाला पाहिजे ह्या साठी मेहेर सर हे अविरत सेवा देतात. अडी अडचणी सोडवतात.

आज रोजी योगा हा माझ्या जीवनातील एक अविभाज्य घटक झाला आहे. आपल्या मागे खूप कामे असतात. कधी कधी जेवणालाही वेळ मिळत नाही. परंतु मी व पत्नी योगासाठी आपले योगा क्लास बुडु नये म्हणून खूप प्रयत्न करतो.

त्याचाच आज आम्हाला फायदा होत आहे. तोच फायदा आपल्यालाही घेण्याची गरज आहे. आज कोणाकडे किती संपत्ती आहे याऐवजी कोण किती सुंदर दिसत आहे (प्रकृतीने) त्याच्याकडेच समाजाचे लक्ष असते.

मी जेव्हा कोठेही जातो तेथे आपल्या योगा क्लासची बातमी असते. त्यात ते फक्त म्हणतात. खरंच दिपक तू जगतो आहे आम्ही नुसते नावाचे झालो आहोत.

मेहेर सर योगगुरु यांना मी शतशः नमन करतो. अविरत ३५ वर्षे विनामूल्य सेवा देत आहेत.

– **दिपक नवले,** ब्राह्मणगल्ली, माळीवाडा

चित्रकुट स्कूलमध्ये विद्यारंभ संस्कारातून शैक्षणिक वर्षाची सुरुवात; आ.संग्राम जगताप यांची केली वही तुला

नगर – चित्रकुट इंटरनॅशनल स्कूलने विद्यारंभ संस्कार आणि वही तुला यांसारख्या उपक्रमांतून शिक्षण, संस्कृती आणि सामाजिक बांधिलकीचा एक सुंदर संगम साधला आहे. अशा संस्कारक्षम आणि गुणवत्तापूर्ण शिक्षण देणाऱ्या संस्थांमुळेच देशाचा भविष्यकाळ अधिक उज्वल होईल, असा विश्वास आमदार संग्राम जगताप यांनी व्यक्त केला.

दरेवाडी (ता. नगर) येथील चित्रकुट इंटरनॅशनल स्कूलमध्ये शैक्षणिक वर्ष २०२६-२७ ची सुरुवात पारंपरिक विद्यारंभ संस्कार कार्यक्रमाने उत्साहात करण्यात आली. या सोहळ्याला प्रमुख पाहुणे म्हणून आमदार संग्राम जगताप उपस्थित होते.

चित्रकुट इंटरनॅशनल स्कूलमध्ये आमदार संग्राम जगताप यांची वही तुला करण्यात आली. यावेळी संचालक संजय चव्हाण, सीईओ अशोक सचदेव, प्राचार्य वैभवकुमार अग्रवाल आदी.

शाळेचे संचालक संजय चव्हाण यांच्या संकल्पनेतून या कार्यक्रमादरम्यान आमदार संग्राम जगताप यांची वही तुला करण्यात आली. या उपक्रमाच्या माध्यमातून जमा झालेल्या सर्व वह्या शहरातील आर्थिकदृष्ट्या दुर्बल आणि गरजू विद्यार्थ्यांना वितरित केल्या जाणार आहेत. कार्यक्रमाच्या प्रारंभी विद्यार्थ्यांनी सरस्वती पूजन, प्रार्थना आणि विविध सांस्कृतिक सादरीकरणातून उपस्थितांची मने जिंकली. नवीन दाखल झालेल्या लहान विद्यार्थ्यांना पारंपरिक पद्धतीने अक्षरओळखीचा शुभारंभ करून देऊन, त्यांच्या ज्ञानार्जनाच्या प्रवासाची सुरुवात करण्यात आली.

या सोहळ्याप्रसंगी बोलताना शाळेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी अशोक सचदेव म्हणाले, चित्रकुट स्कूल ही केवळ शैक्षणिक संस्था नसून विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासाची कार्यशाळा आहे. गेल्या चार वर्षांपासून आम्ही या उपक्रमांद्वारे मुलांमध्ये गुरुजनांविषयी आदर आणि राष्ट्रप्रेमाची भावना रुजवत आहोत.

प्राचार्य वैभवकुमार अग्रवाल यांनी, संस्कारातून घडलेला विद्यार्थीच उद्याचा सक्षम नागरिक आणि राष्ट्रनिर्माता ठरतो, असे सांगत शाळेच्या विविध शैक्षणिक व सामाजिक उपक्रमांची माहिती दिली.

हॉटेल भाड्याने देणे

व्हेज / नॉनव्हेज हॉटेल भाड्याने देणे आहे.

विळद, नगर शिर्डी हाईवे, नगर

9021015492/ 7030015555

विकणे आहे

१००० स्क्वे.फूट घर विकणे बोल्हेगाव फाट्यापासून १ मिनिटाच्या अंतरावर विजय नगर, बोल्हेगाव फाटा.

१ बीएचके फ्लॅट विकणे १ ला मजला, दोन गॅलरी असलेला ७२० स्क्वे.फूट मनमाड हायवेपासून १ मि. अंतरावर परिचय हॉटेलमागे,अ.नगर

9561480777 9561750555

भाड्याने देणे

केडगाव-अरणगाव रोड लगत केडगाव हद्दीमध्ये डांबरी रोड टच १० गुंठे जागा भाड्याने देणे आहे.

9422220142

विकणे आहे

नगर पुणे रोड लगत निशा पॅलेस जवळ श्रीराम कॉलनी येथे सर्व सोई युक्त रो हाऊस योग्य किंमत आल्यास विकणे आहे

9422220142

2BHK बंगला भाड्याने देणे

बालिकाश्रमरोड, बोरुडे मळा येथे (फक्त बदलीपात्र, अधिकारी किंवा कर्मचारी यांच्यासाठी)

9588637453 9422733024

रोडटच जागा भाड्याने देणे

महाजन गल्ली येथे रोडटच जागा ऑफिस व दुकानासाठी भाड्याने देणे आहे

- संपर्क -

9422236789

जागा भाड्याने देणे

सावेडी पोस्ट ऑफिस समोर गेल्या १० वर्षांपासून कन्सल्टंट डॉक्टर वापरात असलेली जागा ओपीडी/हॉस्पिटल साठी भाड्याने देणे आहे. २००० स्क्वेअर फुट

9822525212, 9405040909

पॉश टेरेस फ्लॅट भाड्याने देणे आहे

पारिजात चौक, गुलमोहर रोड येथील, फॅन्टासी टॉवर मधील फ्लॅट नं.५०४ भाड्याने देणे आहे. फ्लॅट एरिया-१०४० स्क्वे.फू. टेरेस एरिया-७८५ स्क्वे.फू. टोटल-१८२५ स्क्वे.फू. (एजंट क्षमस्व)

9769151075 7039185156

दुकान विकणे आहे

सराफ बाजार येथील ११.५० फुट फ्रंट योग्य किंमत आल्यास विकणे.

9763159954

भाड्याने देणे

एमआयडीसी मध्ये निंबळक रोड, हायवे टच, मुख्य चौकात १२०० sqft शेड स्वतंत्र पार्किंग आणि ओपन स्पेससह भाड्याने त्वरित देणे आहे. पत्ता :- एल ब्लॉक, एमआयडीसी, अहिल्यानगर

9340865275

गाळा भाड्याने देणे

पाईपलाईन रोड (वाणी नगर शेजारी). 'महावीर किराणा' चालू असलेली २००० स्क्वेअर फूट जागा किराणा दुकान अथवा अन्य व्यवसायासाठी भाड्याने देणे आहे.

9730706222 7066664222

भाड्याने देणे आहे

केडगावमध्ये रेणुका माता मंदिरा जवळ मोहिनीनगर येथे सर्व सोईयुक्त ५ गुंठे जागा भाड्याने देणे आहे.

9422220142

घर विकणे आहे

1BHK Rowhouse नवीन सारसनगर पुलाजवळ, सारसनगर, अ.नगर

7447389284

फ्लॅट विकणे आहे

चितळे रोड टच, नेहरू मार्केट समोर, डि. चंद्रकांत टेरलश लागून, डॉ. मिसाळ यांच्या वर, दुसऱ्या मजल्यावर ४ रूमचा फ्लॅट विकणे आहे. तसेच फ्लॅटच्या शेजारी खरेदीखताने घेतलेली, मालकी हक्काची ७५० Sq.Ft. ची मोकळी जागा विकणे आहे.

7499344568 9822815771

शेती जमीन विकत पाहिजे

हायड्रोपोनिक्स व इतर आधुनिक शेती उपक्रमांसाठी शेती जमीन खरेदीस हवी.

अटी :

* किमान १२ मीटर रस्तालगत असावी
* मुबलक पाणी उपलब्ध असावे (विहीर, बोअरवेल, कालवा किंवा पाईपलाईन)
* वीज जोडणी उपलब्ध असावी
* मालकी हक्क स्पष्ट व वादमुक्त असावा
* २ ते ५ एकर किंवा योग्य क्षेत्रफळ
* नगर शहर पासून १५/२० किमी अंतरावर

दुर्गेश जैन

9822558555

गाळा भाड्याणे देणे आहे

स्वस्तिक चौक गणेशवाडी येथील कल्पना पॅलेसमधील २३० स्क्वेअर फुटाचा गाळा व बस स्टॅण्डपासून जवळ स्वस्तीक चौकातील (३५२ स्क्वे.फूट) १६ X २२ ग्राऊंड फ्लोअरची जागा गोडाऊनसाठी भाड्याणे देणे आहे

संपर्क :-

9890027068

बिल्डींग, ऑफिस बांधकामासाठी परासची कामे

बिल्डींग व इतर कामासाठी ॲक्रॅलिक नाव टाकणे, ॲल्युमिनिअम खिडक्या लावणे, काच लावणे, शीट लावणे, कलर करणे, लिफ्ट बसवणे, सिलिंग करणे यासाठी लागणारी परास तसेच इतर छोटी-मोठी परासची कामे योग्य दरात करून मिळेल.

आजच खालील क्रमांकांवर संपर्क करा

9225327714 / 7083702603

रिसेप्शनिस्ट पाहिजे

क्लिनिकसाठी अनुभवी रिसेप्शनिस्ट कम नर्स (GNM nurse) पाहिजे.

पत्ता : प्रोफेसर कॉलनी, सावेडी, अ.नगर.

9637424519

त्वरित पाहिजेत

शिवम ऑटो या दालनासाठी खालील जागा त्वरित भरणे आहेत

कॉम्प्युटर ऑपरेटर (महिला/पुरुष)

प्रत्येकी १ जागा

दुकानात कामासाठी कामगार (पुरुष)

एकूण २ जागा

इच्छुकांनी संपर्क साधावा-

शिवम ऑटो हाऊस ऑफ ओरिजनल

रंगभवन शॉपिंग सेंटरसमोर, सर्जेपुरा, अ.नगर

Mobile 97 6252 4444

पाहिजेत

कामासाठी मुलगी पाहिजे. ॲडव्होकेट कार्यालयात कार्यालयीन कामकाज, लिखाण काम तसेच टाईपिंग कामकाज करणे, ऑनलाईनचे कामे करणे या साठी मुलगी पाहिजे. योग्य पगार दिला जाईल. कामाची वेळ सकाळी १०.३० ते साय. ५.३० वाजे पर्यंत राहील.

संपर्क - ॲड. अर्जुन भिमराज काळे. (मो.नं.८३२९२४९५८५) पत्ता-तहसील कार्यालय गगर समोर, सावेडी, अ.नगर.

पाहिजेत

सावेडी येथील रेडीमेड दुकानासाठी

लेडिज कॅशियर (पार्ट टाईम)

कामाची वेळ दु.०४. ते ९ पर्यंत कॉम्प्युटरचे व MS Excel & MS Word चे ज्ञान आवश्यक

संपुर्ण माहितीसह 9890414800 ह्या नंबरवर Resume पाठवा

मधुरा स्टोअर्स

प्रोफेसर चौक, गुलमोहररोड कॉर्नर पटवर्धन स्मारक पुढे,सावेडी,अ.नगर

संपर्क 9890414800, 9028905790

सेल्समन पाहिजे

पगार - १५,००० रू. (भेटण्याची वेळ १० ते ५)

साई सप्लायर्स

नगर-पाथर्डी रोड, भिंगार

रवी फले 9225252526

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

THE MATRIX ACADEMY

ENTRANCE EXAMINATION CENTER

LL.B. - CET | B.B.A. | B.C.A.
LAW - CLAT | M.B.A. | M.C.A.

- Expert Faculty
- Comprehensive Study Mock Tests

LIMITED SEATS! ENROLL NOW!

AHILYANAGAR'S NO. 1 ACADEMY FOR MBA I MCA I LL.M ENTRANCE EXAMS

Sr. No. 96, Market Yard Building, Mahatma Phule Chowk, Ahilyanagar - 414001

7517245777 7841045777

New Batches start from Tomorrow (21/06/2026)

Sacred Heart Convent High School, Ahilyanagar. English Medium School

(Minority Institution)

WALK-IN INTERVIEW FOR THE FOLLOWING POST

Sr. No	Name of the Post	Qualification	Number of Posts	Preference
1	Asst. Teacher (Shikshan Sevak)	B.A / M.AB.Ed	01	1.) Should be fluent in English. 2.) Active in extra curricular activities. 3.) MSCIT

Eligible candidates may walk in for the interview on 27th June 2026 at 8.30.a.m. Candidates should bring application with Biodata / Resume and the relevant certificates.

Headmistress

Sacred Heart Convent High School, Ahilyanagar

शहारातील नामांकित सराफीपेढीसाठी जागा भरणे आहे

- सेल्समन - २ जागा
- सेल्सगर्ल - २ जागा
- हेल्पर - २ जागा

(अनुभवी, सुशिक्षीत, उत्कृष्ट संभाषक कौशल्य असणाऱ्यांनाच प्राधान्य)

सराफी पेढीचा किमान २ वर्षे अनुभव असणाऱ्यांना प्राधान्य.

आकर्षक पगार दिला जाईल (संपूर्ण अर्जासह समक्ष भेटावे)

विजय भागिरथ रायमोकर सराफ

गोल्डन टॉवर, सराफ बाजार, अहिल्यानगर मो : 9850199991

नव विद्या प्रसारक मंडळ

महर्षी ग.ज. चितांबर कन्या विद्या मंदिर

उच्च माध्यमिक विद्यालय (अनुदानित)

झारेकर गल्ली सबजेल जवळ अहिल्यानगर

शिक्षक नेमणे आहे

अ.न.	पद	विषय	विभाग
०१	(अर्धवेळ) शिक्षक	मराठी/ इंग्रजी	उच्च माध्यमिक विभागासाठी

ऑनररी सेक्रेटरी
नव विद्या प्रसारक मंडळ, अहिल्यानगर

प्राचार्या
महर्षी ग. ज. चितांबर कन्या विद्या मंदिर, अहिल्यानगर

उमेदवारांनी आपला अर्ज दिनांक- ३०/६/२०२६ अखेर सकाळी ११.०० ते ५.०० वाजेपर्यंत शाळेच्या वरील पत्यावर पाठवावेत.

मुख्याध्यापिका

महर्षी ग. ज. चितांबर विद्या मंदिर

हर काम देश के नाम

भारत सरकार
रक्षा मंत्रालय
अहिल्यानगर छावनी परिषद

Government of India
Ministry of Defence
Ahilyanagar Cantonment Board,

ॲम्एक्स चौक कॅम्प, भिंगार,अहिल्यानगर-414002 AMX Chowk Camp, Bhingar, Ahilyanagar-414002

दूरभाष संख्या /Phone No. 0241-2328008 ई-मेल/e-mail : ceoahmedn-stats@nic.in

Web site : ahmednagar.cantt.gov.in

No.ANR/RB/T-1/SHOPS/2026-27 Date : 19 June 2026

CORRIGENDUM NOTICE

With reference to the Public Notice No.ANR/RB/T-1/SHOPS/2026-27 dated 18-06-2026 published on 19-06-2026 it is hereby informed that the address mentioned therein to send objection or suggestion may kindly be read as follows:

"The Director, (Q&C), Ministry of Defence, Seva Bhavan, New Delhi 110011"

All other contents of the said Public Notice shall remain unchanged.

Pallavi Vijaywanshi IDES
Chief Executive Officer,
Ahilyanagar Cantonment Board,

टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात | दिनांक : 19 जून ते 25 जून 2026

टॉप स्टोरी ५ (३ डी) हिंदी 02:35 PM 08:00 PM

कप-बशी (मराठी) 05:05 PM

तुंबाडची मंजुळा (मराठी) 07:50 PM

घबाडकुंड (मराठी) 10:35 PM

कॉकटेल २ हिंदी

08:15 AM 09:00 AM 10:00 AM
12:15 PM 01:00 AM 03:00 AM
04:00 PM 06:00 AM 07:00 AM
09:00 PM 10:00 AM

देऊळ बंद (मराठी) 11:15 AM 04:35 PM 10:00 PM

मै वापस आऊंगा 02:00 PM

हन्टेड इकोइज ऑफ द पास्ट (हिंदी) 11:20 PM

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

Ahmednagar's First & Most Luxurious Cinematic Paradise !

AVAILABLE ON bookmyshow — CONNPLEX — AVAILABLE ON bookmyshow

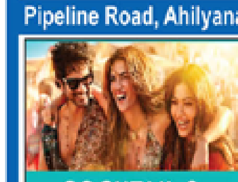
3rd Floor, Kohinoor Mall, Premdan Chowk, Savedi, A.Nagar Mo. 6353564618 / 7790094001

ॲडव्हान्स बुकिंग सुरू

MY CINEMA

AHILYANAGAR'S 1ST 5-SCREEN MULTIPLEX

Pipeline Road, Ahilyanagar. Onling Booking - BookMyShow



- Show - 20/6/2026 to 21/6/2026

COCKTAIL 2 - 8:30, 9:30, 11:00 am, 12:30, 1:45, 3:30, 4:30, 6:30, 7:10, 9:30, 10:50 pm, DEOOL BAND 2 (Marathi) - 9:30 am, 1:00, 6:00 pm, CUP BASHI (Marathi) - 5:35 pm, GHABADKUND (Marathi) - 12:45, 10:45 pm, TOY STORY 5 (Hin.-3D)- 11:05am, 4:15, 9:05pm, TUMBADCHI MANJULA (Marathi)- 3:00, 8:10, 9:45 pm

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

दैनंदिन मुव्ही-शो च्या वेळा खालील प्रमाणे | दिनांक : १९ ते २५ जून २०२६

टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात

SCREEN - 1			SCREEN - 2	
देऊळ बंद	2.30 PM	150/-	कॉकटेल २ हिंदी	
कॉकटेल २	6.00 PM	150/-	10.00 AM	100/-
घबाड-कुंड	9.00 PM	150/-	1.00 PM	150/-
			4.00 PM	150/-
			7.00 PM	150/-
			10.00 PM	150/-

आशा स्क्वेअर कॅन्टीन सुविधा अत्यल्प दरात उपलब्ध

कोतवाली पोलीस स्टेशन जवळ, माणिक चौक, अ.नगर

• १२ वे • पुण्यस्मरण

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

आपल्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण श्रद्धांजली..

स्व.बाळासाहेब भानुदास देशमुख

स्व.दि. २१.६.२०१४

❀ दुःखांकित ❀

श्रीकांत बाळासाहेब देशमुख
ओंकार बाळासाहेब देशमुख
सौ. दिपाली विशाल इंगळे
श्रावणी श्रीकांत देशमुख
श्रीयश ओंकार देशमुख
शुभ्रा श्रीकांत देशमुख
आदिराज ओंकार देशमुख
आरुष विशाल इंगळे

मे. ओम साई कन्स्ट्रक्शन

समस्त देशमुख परिवार

भावपूर्ण श्रद्धांजली

मायेची गेली सावली ।
करुणेचा हरवला सागर ।।
उरली नाही साथ आम्हाला ।
आठवण येते क्षणाक्षणाला ।।

कै.पै. ओंकार (गामा) भागानगरे

यांचे

।। तृतीय पुण्यस्मरण ।।

शनिवार दि. २०/०६/२०२६

- ❊ दुःखांकित ❊ -

शिवशंकर प्रतिष्ठान (ट्रस्ट)
पैलवान प्रतिष्ठान । सकल हिंदू समाज
स्व. गामा भागानगरे मित्र परिवार

Become a COMPUTER PROFESSIONAL

An ISO 9001:2015 Certified

DiSHA® COMPUTER INSTITUTE

Enroll Now www.dishagroup.in

PROGRAMMING
- SOFTWARE DEVELOPMENT
- DATA ANALYST & DATA SCIENCE
- FULL STACK DEVELOPMENT

DIPLOMA COURSES
- 2D & 3D ANIMATION
- ADVANCE ACCOUNTING
- CAD TRAINING PROGRAM

दिल्ली गेट शाखा 9371051769 | जुने बस स्टँड शाखा 9371151769 | सावेडी शाखा 7447761769