

साऊथ इंडियन / पावभाजी / पंजाबी डिशेस / छोले भटूरे / पावभाजी / मिल्कशेक

नगरकर खवण्यांच्या
पसंतीस उतरलेला
साऊथ इंडियन

Sambar
PURE - VEG | Aromas of South !
Restaurant Timing 8 AM to 11 PM

एल.जी.शोरूम समोर, नगर-मनमाड रोड,
सावेडी, अहिल्यानगर. मो. 85306 40202

पारंपरिक सुविधा
उपलब्ध..

संस्थापक के. आचार्य गुंदेवा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा

व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

तुमच्या बॉन वेबीची काळजी
तुमच्याप्रमाणे आम्हालाही

नवजात बाळासाठी सर्व काही इथेच...

आता पुण्यात सुद्धा..

। स्टेटर । जॅकेट । झबले । टोपी । लंगोट । गादी ।
। मच्छरदाणी । बंडी । कॅप । टॉवेल । कपाट ।
। प्लास्टीक ड्रायशिट । सॉक्स । हातमोजे व बरेच काही.

जरीवाला ▶ कापड बाजार, नं. 7666510765
रशोदानगर, पार्सपलाईन रोड, अ.नगर
सिंहगड रोड, त्रिभुती हॉस्पिटल जवळ, योगेश मेडीकल शेजारी, पुणे. मो. 7775089505

रजि नं. ११४३९-५७/३७ पाने ८ किंमत ३ रुपये अहिल्यानगर, गुरुवार दि. ३०.०७.२०२६ अंक नं. १०३ 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 पॉइंट पॉइंटसवर गिफ्ट

30% 70% डिस्काउंट सेल

विश्वसनीय वस्त्रांची अखंड परंपरा

राजपाल

संगमनेर
02425 222226
अहिल्यानगर
0241 2999299
नारायणगाव
02132 242132
श्रीरामपूर
02422 220090

92.5% शुद्ध चांदीमधील अप्रतिम दागिन्यांची असंख्य व्हरायटी

लेडिज अंगठी फॅन्सी टॉप व रिंगा लेडिज ब्रासलेट फॅन्सी गंठन व नेकलेस कडली घड्याळ

साई मिडास टच,
नगर-मनमाड रोड,
सावेडी, अहिल्यानगर
9272422001/02

92.50 शुद्ध चांदीपासून बनविलेले खास आपल्या लाडक्या लहान बालगोपाळांसाठी

चांदीमधील कार्टून ग्लास, कडली, फुलपात्र, चमचा, ताट, वाटी, बाटली, कडे, पैजण, वाळे, तोडे, मग आणि बरेच काही..

देशभरातील नागरिकांच्या ऑनलाईन फसवणुकीचे 'नगर कनेक्शन' उघड

नगर - देशभरातील नागरिकांची ऑनलाईन फसवणूक करून लुटलेला पैसा अहिल्यानगर जिल्ह्यातील अज्ञात बँक खातेदार व त्यांच्या साथीदारांनी परस्पर काढून घेतल्याचा खळबळजनक प्रकार उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी सायबर पोलीस ठाण्याचे पोलीस अंमलदार सोमनाथ सटवाजी आठरे यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरून सायबर पोलीस ठाण्यात गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे.

नगरच्या सायबर पोलिसांत अज्ञात बँक खातेदारांवर गुन्हा दाखल

फसवणूक केली होती. ही फसवणुकीची रक्कम सायबर गुन्हेगारांच्या सांगण्यावरून अहिल्यानगर जिल्ह्यातील काही स्थानिक मध्यस्थ व अज्ञात बँक खातेदारांच्या खात्यात जमा झाली होती.

अहिल्यानगर जिल्ह्यातील या बँक खातेदारांनी व खाते हाताळणाऱ्या इसमांनी ही रक्कम स्वतःच्या आर्थिक फायद्यासाठी तात्काळ धनादेश (चेक) व एटीएमद्वारे रोख स्वरूपात काढून घेतली. यावरून हे स्थानिक

बँक खातेदार आणि मुख्य सायबर गुन्हेगार यांनी आपसात संगनमत करून कट रचल्याचे स्पष्ट दिसून येत आहे.

या प्रकरणी पोलीस अंमलदार सोमनाथ आठरे यांच्या फिर्यादीवरून गुन्हा नंबर ३१/२०२६ अंतर्गत अज्ञात बँक खातेदार, खाते हाताळणारे इसम आणि मुख्य सायबर गुन्हेगारांविरुद्ध संघटितपणे फसवणूक केल्याप्रकरणी गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. सायबर पोलीस ठाण्याचे पोलीस निरीक्षक सागर ढिकले यांच्या मार्गदर्शनाखाली या ऑपरेशनाची गुन्हाचा पुढील तपास सुरू आहे.

स्कॅप देण्याच्या बहाण्याने ७ लाख २६ हजारांची ऑनलाईन फसवणूक

नगर - भंगाराचा स्कॅप माल देण्याचे आभिष दाखवून एका व्यापाऱ्याची तब्बल ७ लाख २६ हजार २२९ रुपयांची ऑनलाईन फसवणूक केल्याचा प्रकार समोर आला आहे. या प्रकरणी एमआयडीसी पोलीस ठाण्यात दोघांवर फसवणुकीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार, नवनागापूर येथील रहिवासी आणि भंगार व्यावसायिक भाऊसाहेब रघुमा गुंजाळ (वय ५७) यांना आरोपी सुरेश जाधव (रा. पुणे) आणि प्रसाद शंकर गांगुडे (रा. चांदवड, जि. नाशिक) यांनी स्कॅप माल देतो असे सांगितले. दोघांनी संगनमत करून गुंजाळ यांचा विश्वास संपादन केला. त्यानंतर आरोपी सुरेश जाधव याने प्रसाद गांगुडे याच्या बँक खात्यावर

पैसे पाठवण्यास सांगितले. व्यापारी गुंजाळ यांनी आरोपींच्या सांगण्यावरून त्यांच्या बँक खात्यावर ७,२६,२२९ रुपये ऑनलाईन ट्रान्सफर केले. मात्र, पैसे मिळूनही आरोपींनी कोणताही भंगार किंवा स्कॅप माल दिला नाही. तसेच घेतलेली रक्कमही परत न करता व्यापाऱ्याचा विश्वासघात केला. आपली फसवणूक झाल्याचे लक्षात आल्यानंतर भाऊसाहेब गुंजाळ यांनी एमआयडीसी पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली. त्यावरून पोलीसांनी आरोपी सुरेश जाधव आणि प्रसाद गांगुडे यांच्याविरोधात भारतीय न्याय संहितेच्या विविध कलमांनुसार गुन्हा दाखल केला आहे. या प्रकरणाचा पुढील तपास पोलीस उपनिरीक्षक मनोज मोंदे करत आहेत.

फसवणुकीच्या गुन्ह्यातील फरार डॉक्टरला चार वर्षांनंतर अटक

नगर - कोतवाली पोलीस स्टेशनमध्ये दाखल असलेल्या फसवणुकीच्या गुन्ह्यातील २०२२ पासून फरार असलेला मुख्य आरोपी अखेर पोलिसांच्या जाळ्यात अडकला आहे. फिर्यादी रामराव त्र्यंबक दोणे (रा. माळवाडा, पुणेद) यांनी १२ सप्टेंबर २०२२ रोजी दिलेल्या फिर्यादीनुसार, आरोपींनी नगर-पुणे महामार्गावरील केडगाव शिवारात 'सुविधा मल्टिस्पेशलिटी हॉस्पिटल'मध्ये लॅब सुरू करण्याच्या बहाण्याने त्यांच्याकडून ६ लाख रुपयांचा चेक आणि ४ लाख रुपये रोख असे एकूण १० लाख रुपये घेतले होते. तसेच ५ वर्षांचा करारनामा करूनही हॉस्पिटल अचानक बंद केले

आणि लॅबमधील ६ लाख ५६ हजार ५०० रुपये किमतीच्या वस्तू व डिपॉझिटची रक्कम परत न करता फिर्यादीची फसवणूक केली होती. याप्रकरणी कोतवाली पोलीस ठाण्यात फसवणुकीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला होता.

या गुन्ह्यातील आरोपी डॉ. रामेश्वर विठ्ठलराव बंडगर (रा. सोयगाव, ता. उमरखेड, जि. यवतमाळ) हा घटनेपासून फरार होता. गुन्हाचे गंभीर्य लक्षात घेऊन पोलीस अधीक्षक मुमका सुदर्शन यांच्या मार्गदर्शनाखाली सुरू असलेल्या 'फरार आरोपी शोध मोहीमेअंतर्गत', सदर आरोपी २७ जुलै रोजी अहिल्यानगर येथे येणार असल्याची

माहिती कोतवाली पोलिसांना मिळाली. या माहितीच्या आधारे कोतवाली पोलीस स्टेशनच्या पथकातील अंमलदार राहुल शिंदे, दौड, सुरज कदम, सचिन लोळगे, संकेत धिवर आणि अतुल लाटे यांनी सापळा रचून आरोपीला शिताफीने अटक केली.

ही कारवाई पोलीस अधीक्षक मुमका सुदर्शन, अपर पोलीस अधीक्षक वैभव कलुबमे, उपविभागीय पोलीस अधिकारी डॉ. दिलीप टिपरसे यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोलीस निरीक्षक नितीन देशमुख, सपोनि. कुणाल संकपाळ, पोलीस उपनिरीक्षक गणेश देशमुख आणि कोतवाली पोलीस स्टेशनच्या पथकाने केली.



फसवणुकीच्या गुन्ह्यातील आरोपीसमवेत कोतवाली पोलिस.

TASTY BHI, CRUNCHY BHI... HEALTHY BHI

100% VEGETARIAN PRODUCT

VARDHAMAN BAKERS
Born at First Site...

वर्धमान बेकर्स
एव्हर व्हेज बेकर्स प्रॉडक्ट्स

"रक्षाबंधनाच्या गोड नात्यासाठी ...खास स्वादिष्ट कुकीज"

वर्धमान बेकर्स या व्यवसायास आपण सर्वांनी दिलेल्या भरघोस प्रतिसादानुळे ३१ जुलै २०२६ रोजी एक वर्ष पुर्ण झाल्याबद्दल सर्व ग्राहकांचे, मित्र परिवाराचे व हितचिंतकांचे

मनापासून आभार

गुरुदेव पॅलेस, दिलीपजी गांधी बंगला समोर, आनंदक्रांतीजी मार्ग, आनंदधाम शेजारी, अ.नगर. Call : 9881888746 / 8390990920

पाऊल टाका
स्टाईलमध्ये!

आमच्याकडे उपलब्ध पादत्राणांचे प्रकार

- ✱ पुरुषांसाठी पादत्राणे
- ✱ महिलांसाठी पादत्राणे
- ✱ मुलांसाठी पादत्राणे

क्रॉक्स (Crocs), क्लॉस स्लायडर्स, फ्लिप-फ्लॉप्स, स्नीकर्स, कॅज्युअल शूज, ब्रॅंडेड पादत्राणे, फॉर्मल शूज, स्पोर्ट्स शूज, फ्लोटरर्स, घरातील वापरासाठी चप्पल, बाहेरील वापरासाठी चप्पल व शूज वरांसाठी (ग्रूम) पादत्राणे वधूसाठी (ब्रायडल) पादत्राणे, मोजडी, कोल्हापुरी चप्पल..

१००% ओरिजनल लेदर आणि कोल्हापुरी चपला

खास मान्यून धमाका!
ही जाहिरात दाखवा आणि प्रत्येक खरेदीवर मिळवा १०% सूट!

फॅशन आणि मजबुतीचा पत्ता!
Liberty SHOES

लिबर्टी शूज
एम. जी. रोड, कापड बाजार, अहिल्यानगर.

SHOE PALACE शू पॅलेस
सारडागल्ली, अ.नगर
मो : 9881531536

अहिल्यानगरकर !! साक्षिदार व्हा

सर्वात मोठ्या **पेटणी** आणि **साडी महोत्सवाचे सोनाली**
पेटणी अँड सिल्क साडी (येवला)

23 जुलै ते 2 ऑगस्ट 2026
सकाळी 10 ते रात्री 10 वाजेपर्यंत

किंमत ₹500 पासून ते ₹2 लाखांपर्यंत

आजच भेट द्या !!

गुरुपौर्णिमेच्या हार्दिक शुभेच्छा !!
शेवटचे फक्त 4 दिवस बाकी !!

मान्सून मध्ये मिळवा डिस्काउंट **UPTO 50%**

दरोज पहिल्या 100 महिलांना **₹5000 च्या खरेदीवर चांदीची भेटवस्तू**

बंधन लॉन्स, डि-मार्ट जवळ, सावेडी, अहिल्यानगर
संपर्क : 91 452 452 52

फ्लेक्स प्रिंटिंग
9403232323

जिल्ह्यातील निकडीच्या प्रश्नांना वाचा फोडणारे एकमेव दैनिक

नवा मराठा

फोन-२४१४१४१, २४१७७७७

भाडोत्री म्हणून वर्षानुवर्षे जगण्यापेक्षा निर्भिड म्हणून क्षणभर जगण्यात जीवनाचे खरे सार्थक आहे. - कै.आचार्य गुंडेवा

email - navamaratha@gmail.com

महापालिकेचा प्रारूप सुधारित विकास आराखडा सादर; शहरात ४१९.९२ हेक्टर क्षेत्रावर ५१९ आरक्षणे प्रस्तावित

नगर – महापालिकेचा प्रारूप सुधारित विकास आराखडा महापौर ज्योती गाडे यांच्याकडे सादर करण्यात आला असून, शहरातील ४१९.९२ हेक्टर क्षेत्रावर ५१९ आरक्षणे प्रस्तावित करण्यात आली आहेत. पुढील २० वर्षांची लोकसंख्या गृहित धरून हा प्रारूप आराखडा तयार करण्यात आला आहे. यापूर्वी २०११ साली हा आराखडा सादर करण्यात आल्याचे सांगण्यात आले.

महापालिकेचा प्रारूप सुधारित विकास आराखडा सादर करण्यासाठी बोलावलेल्या सर्वसाधारण सभेत नगरविकास विभागाच्या उपसंचालक मुल्ला यांनी महापौर ज्योती गाडे यांच्याकडे हा आराखडा सादर केला. यावेळी उपमहापौर अॅड. धनंजय जाधव, अतिरिक्त आयुक्त नागेंद्र मुतकेकर, नगरसचिव मेहेर लहारे यांच्यासह नगरसेवकांची उपस्थिती होती.

सभेत नगरसेवक डॉ. सागर बोरुडे यांनी माजी आ. स्व. अरुणकाका जगताप यांचे शहरात स्मारक व पूर्णांकृती पुतळा उभारण्याची मागणी केली. त्यास कुमार वाकळे यांनी अनुमोदन दिले. त्यावर महापौर गाडे यांनी स्मारक समिती नियुक्त करून हा विषय मार्गी लावण्याचे



महापौरांकडे प्रारूप आराखडा सादर करताना नगर विकास विभागाच्या उपसंचालक मुल्ला. यावेळी उपमहापौर अॅड. धनंजय जाधव आदी.

आश्वासन दिले. त्यानंतर मुल्ला यांनी सादर केलेल्या आराखड्याबाबत प्रास्ताविकात माहिती सांगितली.

महाराष्ट्र प्रादेशिक व नगररचना अधिनियम, १९६६ चे कलम २६(१) अन्वये हा आराखडा तयार करण्यात आला आहे. प्रस्तावित भूवापरात मूळ हद्द आणि वाढीव हद्द यांचा समावेश आहे. या नियोजनासाठी २०२९ सालची अंदाजे ६ लाख ४८ हजार आणि २०४९ सालची अंदाजे ८ लाख १० हजार लोकसंख्या गृहीत धरण्यात आली आहे. शहराचे एकूण विकसीत क्षेत्र ६ हजार ८०९.१ हेक्टर असून, अविकसनशील क्षेत्र ७७२.१३ हेक्टर असल्याचे सांगण्यात आले. त्यानुसार शहराचे प्रस्तावित आरक्षण टाकण्यात आले आहे. हे आरक्षण

टाकताना पूर्वीचे आरक्षण तसेच ठेवण्यात आले असून, नवीन क्षेत्रावर हे आरक्षण टाकण्यात आले आहे.

या प्रारूप विकास आराखड्यानुसार ३ हजार ९२६.३४ हेक्टरवर निवासी वापर असून, १,२८१.४७ हेक्टर क्षेत्र वाहतूक व दळणवळणाने व्यापले आहे. या प्रारूप आराखड्यात एकूण ५१९ आरक्षणे असून ती एकूण ४१९.९२ हेक्टर क्षेत्र व्यापतात. यामध्ये खेळाची मैदाने ९४, उद्यान / बाग ९०, भाजी मार्केट / शॉपिंग सेंटर / मार्केटसाठी ६९, शैक्षणिक सुविधेसाठी ४२, इतर (सार्वजनिक / निमसार्वजनिक) बेधरांसाठी घरे, झोपडपट्टी पुनर्वसन इत्यासाठी ४२, महापालिका प्रयोजनासाठी ३९, आरोग्य सुविधेसाठी ३३, पार्किंगसाठी ३३, ग्रंथालयासाठी १२, समुदाय / बहुउद्देशीय सभागृहांसाठी ११, स्मशानभूमीसाठी १०, कब्रस्तानासाठी ८, घनकचरा व्यवस्थापनासाठी ८, एमटी बस स्थानक/ चार्जिंग स्टेशनसाठी ७, अग्निशन केंद्रासाठी ४, मलनिस्सारण प्रक्रिया केंद्रासाठी ४, टाऊन हॉलसाठी ३, जल उपसा केंद्रासाठी २ अशी आरक्षणे प्रस्तावित करण्यात आली आहे.

एसा नॉलेज सिरीजमध्ये रेंटल यिल्ड, सोलॅटियम आणि व्यवसाय वृद्धी विषयावर मार्गदर्शन

नगर – आर्किटेक्ट, इंजिनिअर्स अँड सर्व्हेअर्स असोसिएशन (एसा) अहिल्यानगर आणि पोलाद स्टील, जालना यांच्या संयुक्त विद्यमाने आयोजित एसा नॉलेज सिरीज अंतर्गत संस्थेचे ज्येष्ठ सभासद अविनाश कुलकर्णी यांचे रेंटल यिल्डचे गुंतवणुकीतील महत्त्व, सोलॅटियमचे जमीन गुंतवणुकीतील महत्त्व आणि बांधकाम व्यवसाय अधिक सक्षम करण्यासाठी पूरक बाबी या विषयावर व्याख्यान आयोजित करण्यात आले. कार्यक्रमाचे सहप्रायोजक पोलाद स्टील होते.

यावेळी मार्गदर्शन करताना अविनाश कुलकर्णी यांनी आजच्या स्पर्धात्मक युगात कोणत्याही क्षेत्रात यशस्वी होण्यासाठी केवळ अनुभव पुरेसा नसून, सखोल ज्ञान, आधुनिक तंत्रज्ञानाचा वापर आणि बदलत्या परिस्थितीनुसार स्वतःला विकसित करण्याची तयारी

आवश्यक असल्याचे सांगितले. व्यवसाय अधिक सक्षम, फायदेशीर आणि शाश्वत करण्यासाठी योग्य गुंतवणूक, कायदेशीर माहिती आणि आधुनिक कार्यपद्धतींचा अवलंब करणे काळाची गरज असल्याचे त्यांनी नमूद केले.

व्याख्यानामध्ये त्यांनी तीन महत्त्वाच्या विषयांवर सविस्तर मार्गदर्शन केले. रेंटल यिल्ड आणि प्रिंसिपलशन यिल्ड या विषयावर बोलताना त्यांनी मालमत्तेमध्ये गुंतवणूक करताना केवळ मालमत्तेच्या किमतीत होणारी वाढ (प्रिंसिपलशन) न पाहता, त्यातून मिळणारे नियमित भाडे उत्पन्न (रेंटल यिल्ड) देखील तितकेच महत्त्वाचे असल्याचे सांगितले. गुंतवणूकदारांनी आर्थिक परताव्याचा सर्वांगीण विचार करून निर्णय घ्यावा, अशी सूचना त्यांनी केली.



अविनाश कुलकर्णी

सोलॅटियम इन लँड क्रिझिशन या विषयावर त्यांनी जमीन संपादन प्रक्रियेदरम्यान मिळणाऱ्या भरपाईतील सोलॅटियम म्हणजे काय, त्याचे स्वरूप, त्याचा लाभ कसा मिळतो आणि जमीनधारकांचे कायदेशीर हक्क कोणते आहेत, याविषयी सविस्तर माहिती दिली.

तसेच बांधकाम व्यवसाय अधिक सक्षम करण्यासाठी नवीन तंत्रज्ञानाचा स्वीकार, नवीन व्यक्तींशी व्यावसायिक संपर्क वाढविणे, बदलत्या बाजारपेठेनुसार कार्यपद्धतीत

सुधारणा करणे आणि सातत्याने कौशल्यविकास करणे आवश्यक असल्याचे सांगत विविध उपयुक्त टिप्स त्यांनी उपस्थितांना दिल्या.

वरील तिन्ही विषयांचा थेट संबंध व्यवसाय, गुंतवणूक आणि आर्थिक हिताशी असून, या विषयांचे योग्य ज्ञान प्रत्येक

व्यावसायिकासाठी अत्यंत महत्त्वाचे असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

यावेळी संस्थेचे अध्यक्ष अभिजित देवी यांनी सध्याच्या स्पर्धात्मक युगात नवीन ज्ञान आत्मसात करून त्याचा उपयोग स्वतः च्या विकासासाठी आणि व्यावसायिक प्रगतीसाठी करणे आवश्यक असल्याचे सांगितले. पोलाद नॉलेज सिरीज ही सभासदांना अद्ययावत ज्ञान मिळवून देण्यासाठी महत्त्वाची भूमिका बजावत असल्याचे त्यांनी नमूद केले. कार्यक्रमास पोलाद स्टीलचे सुशांत गव्हाणे, आदेश गुंगे, एसा उपाध्यक्ष प्रदीप तांदळे, सचिव भूषण पांडव, सुनील औटी, संतोष खांडेकर, संजय चांडवले, सुनील जाधव, सचिन डागा, रत्नाकर कुलकर्णी, अन्वर शेख, सुरेश परदेशी, आदिनाथ दहिफळे तसेच संस्थेचे सभासद उपस्थित होते. सूत्रसंचालन गौरव मांडगे यांनी केले. अनमोल जैन यांनी आभार मानले.

सारडा महाविद्यालयात ११ वीच्या नवागत विद्यार्थ्यांचे स्वागत

नगर – पेमराज सारडा महाविद्यालयात इयत्ता ११वी मध्ये नव्याने प्रवेश घेतलेल्या विद्यार्थ्यांचा स्वागत समारंभ उत्साहात झाला. या स्वागत समारंभानिमित्त म हाविद्यालयात प्रवेश घेतलेल्या गुणवंत तसेच ऑलंपीयाड स्पर्धेत पदक पटकावलेल्या विद्यार्थ्यांना भेटवस्तू देऊन विशेष सत्कार करण्यात आला. कार्यक्रमास हिंद सेवा मंडळाचे मानद सचिव संजय जोशी यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या कार्यक्रमास संस्थेचे कायध्यक्ष सुमतीलाल कोठारी, कनिष्ठ महाविद्यालयाचे चेअरमन मधुसूदन सारडा, ज्येष्ठ मार्गदर्शक अजित बोरा व ब्रिजलाल सारडा, माजी चेअरमन डॉ. पारस कोठारी, प्राचार्य डॉ. माहेबरी गावित आदी उपस्थित होते. महाविद्यालयाच्या निसर्गरम्य गार्डनमध्ये झालेल्या या सोहळ्यात सर्व प्राध्यापक व विद्यार्थी उत्साहात सहभागी झाले होते. गुरुपौर्णिमेनिमित्त महाविद्यालयातील सर्व प्राध्यापकांचाही सन्मान करण्यात आला.

संजय जोशी म्हणाले, शालेय शिक्षण संपून आता विद्यार्थ्यांच्या महाविद्यालयीन जीवनास सुरवात झाली आहे. विद्यार्थ्यांनी ११ वी व १२ वी मध्ये भरपूर मेहनत घेत अभ्यास करावा. हा अत्यंत महत्त्वाचा टप्पा असून येथूनच खऱ्या अर्थाने विद्यार्थ्यांच्या करियरला सुरवात होते असल्याने हे वर्ष गांभीर्याने घ्यावे. सारडा महाविद्यालयातील सर्व प्राध्यापक तुम्हास उत्तमप्रकारे ज्ञानदान करण्यास सज्ज आहेत.

मधुसूदन सारडा म्हणाले, ध्येय प्राप्त होईपर्यंत थांबू नका; हे स्वामी विवेकानंद यांचे वाक्य कायम लक्षात ठेवा. खूप मोठी स्वप्न पहा व ती पूर्ण

नरेंद्र मालपाणी यांचे दुःखद निधन

नगर – नरेंद्र केदारनाथ मालपाणी (वय ६३) यांचे ३० जुलै रोजी दुःखद निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर संगमनेर अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या मागे पत्नी, १ मुलगा, १ मुलगी, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. स्व. डॉ. आर. के. मालपाणी यांचे ते बंधू, डॉ. केतन, अनूप मालपाणी यांचे ते काका, शुभम मालपाणी यांचे ते वडील होत.

राजेंद्र गुगळे यांचे अल्प आजाराने निधन

नगर – माणिकनगर येथील रहिवासी राजेंद्र मिश्रीलाल गुगळे (वय ६५) यांचे २९ जुलै रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे २ मुले, सुना, नातवंडे, पत्नी, भाऊ, भावजया असा परिवार आहे. मयुर व रोहित यांचे ते वडील तर चंपालाल गुगळे यांचे पुतणे, संजय, मनोज, विजय, अजित, महेश गुगळे (चांदावाला) यांचे ते बंधू होत.

अकोळनेर-खडकी रस्त्यावर लुटमार, तीन चोरट्यांनी दागिने पळविले

नगर – अकोळनेर ते खडकी जाणाऱ्या रस्त्यावर सायंकाळच्या सुमारास लुटमारीची एक धक्कादायक घटना घडली आहे. रस्त्याने जात असताना तीन अनोळखी इसमांनी अचानक गाठून ४६ हजार रुपये किमतीचे सोन्याचे दागिने बळजबरीने हिसकावून नेले. या घटनेमुळे परिसरात भीतीचे वातावरण पसरले आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार, खडकी येथील रहिवासी किशोर नामदेव कोटूळे (वय ५०) हे दिनांक २८ जुलै रोजी सायंकाळी

५:३० वाजेच्या सुमारास अकोळनेर ते खडकी रस्त्यावरून जात होते. त्यावेळी रस्त्यालगत अचानक आलेल्या तीन अनोळखी इसमांनी त्यांना गाठले आणि जबरदस्तीने त्यांच्याकडील सोन्याचे दागिने हिसकावून पोबारा केला. या लुटमारीमध्ये चोरट्यांनी १ ग्रॅम वजनाचे सोन्याचे कुडके, ३ ग्रॅम वजनाचे टॉप्स, ४ ग्रॅम वजनाची सोन्याची पोत आणि २ ग्रॅम वजनाची कर्णफुले असा एकूण ११ ग्रॅम वजनाचा आणि ४६ हजार रुपये किमतीचा ऐवज बळजबरीने

लांबवला.

या प्रकरणी किशोर कोटूळे यांनी नगर तालुका पोलीस ठाण्यात तक्रार दिली आहे. त्यांच्या फिर्यादीवरून तीन अनोळखी आरोपींविरुद्ध भारतीय न्याय संहितेच्या कलम ३०९ (४) प्रमाणे गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे. या प्रकरणाचा पुढील तपास नगर तालुका पोलीस ठाण्याचे पोलीस उपनिरीक्षक धुमाळ हे करत असून पोलीस आरोपींचा शोध घेत आहेत.



राजहंस लर्निंग डेव्हलपमेंट अँड मल्टीथेरपी सेंटर फॉर चिल्ड्रेन यांच्या वतीने आषाढी एकादशीनिमित्त बालदिंडी काढण्यात आली.

आषाढी एकादशीनिमित्त विशेष मुलांची दिंडी; भक्तिगीतावर नृत्य सादरीकरणाने वेधले लक्ष

नगर – मनस्फूर्ती प्रतिष्ठान संचलित मी राजहंस लर्निंग डेव्हलपमेंट अँड मल्टीथेरपी सेंटर फॉर चिल्ड्रेन यांच्या वतीने आषाढी एकादशीनिमित्त विशेष मुलांची विशेष दिंडी या कार्यक्रमाचे उत्साहपूर्ण आयोजन करण्यात आले. विशेष मुलांची दिंडी तसेच विटू माऊलीच्या भक्तिगीतावर विशेष मुलांनी सादर केलेले नृत्य हे कार्यक्रमाचे प्रमुख आकर्षण ठरले.

कार्यक्रमाला बाल मॅदू विकार तज्ज्ञ डॉ. सुनील साबळे, बाल हृदयरोग तज्ज्ञ डॉ. रचना साबळे, ज्येष्ठ बालरोगतज्ज्ञ डॉ. अनिल कुन्हाडे, नगरसेवक ऋग्वेद गंधे, माजी मुख्याध्यापिका

कुलकर्णी, तसेच लोखंडे, उद्योजक नरवडे, उद्योजक अमोल घोलप, तसेच रेणुका माता मंदिराचे विश्वस्त मधुसूदन मुळे यांची प्रमुख उपस्थिती होती.

मान्यवरांनी विद्यार्थी व पालकांना मार्गदर्शन करताना विशेष मुलांच्या सर्वांगीण विकासासाठी अशा उपक्रमांचे महत्त्व अधोरेखित केले. तसेच सेंटरच्या सेवाभावी कार्याचे कौतुक करून पुढील वाटचालीस शुभेच्छा दिल्या. यावेळी संस्थेच्या संचालिका तेजस्विनी आहेर, अध्यक्ष डॉ. मधुकर काळे, उपाध्यक्ष संतोष आहेर आणि सदस्य प्रशांत जोशी यांनी उपस्थितांचे आभार मानले.



केडगाव येथील सरस्वती विद्यालयात पालक सभेचे उद्घाटन करताना डॉ. प्रसाद उबाळे, डॉ. रवींद्र चोमे, डॉ. गोकुळदास लोखंडे, डॉ. राजेश परदेशी, श्रीपाद शिंदीकर, कैलास चोमे आदी.

केडगावच्या सरस्वती विद्यालयात पालक सभा संपन्न

नगर – केडगाव येथील सरस्वती विद्यालयात शैक्षणिक वर्ष २०२६-२७ मधील पहिली पालक सभा उत्साहपूर्ण वातावरणात संपन्न झाली. या सभेला पालकांचा उत्कृष्ट प्रतिसाद लाभला.

कार्यक्रमाचे प्रमुख अतिथी म्हणून आयुर्वेदाचार्य डॉ. प्रसाद उबाळे हे होते, तर अध्यक्षस्थानी डॉ. हेडगेवार शिर्गाण संस्थेचे सहकायवाह डॉ. रवींद्र चोमे उपस्थित होते. यावेळी संस्था समन्वयक डॉ. गोकुळदास लोखंडे, आरोग्य भारतीचे डॉ. राजेश परदेशी, श्रीपाद शिंदीकर, कैलास चोमे आणि सामाजिक कार्यकर्ते अनिल झिरपे यांची प्रमुख उपस्थिती लाभली.

प्रास्ताविकात विद्यालयाचे मुख्याध्यापक संदीप भोर यांनी सांगितले की, शाळा आणि पालक यांच्यातील समन्वय विद्यार्थ्यांच्या प्रगतीसाठी अत्यंत महत्त्वाचा असल्याचे सांगितले. यंदाच्या शैक्षणिक वर्षात विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी राबविण्यात येणाऱ्या विविध उपक्रमांची माहिती त्यांनी दिली. बदलत्या काळानुसार विद्यालयात कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधारित अध्यापनाला प्राधान्य देण्यात आले असून विद्यार्थ्यांना आधुनिक तंत्रज्ञानाशी जोडण्याचा प्रयत्न सुरू असल्याचे त्यांनी सांगितले.

तसेच मंथन प्रज्ञाशोध, शिष्यवृत्ती परीक्षा,

स्कॉलरशिप, इंडियन नॅशनल ऑलिम्पियाड, नवोदय प्रवेश परीक्षा, विविध स्पर्धा परीक्षा यांच्या माध्यमातून विद्यालयाचा गुणवत्ता आलेख अधिक उंचावण्यासाठी पालकांनीही सहकार्य करावे, असे आवाहन त्यांनी केले.

प्रमुख अतिथी आयुर्वेदाचार्य डॉ. प्रसाद उबाळे यांनी आपल्या मार्गदर्शनात पालकांची भूमिका ही मुलांच्या भविष्यासाठी अत्यंत महत्त्वाची असल्याचे सांगितले. मुलांची नियमित दिनचर्या, संतुलित व पौष्टिक आहार, चांगले संस्कार, शिस्तबद्ध जीवनशैली आणि सकारात्मक कौटुंबिक वातावरण यांचा त्यांच्या व्यक्तिमत्त्व विकासावर मोठा प्रभाव पडतो,विद्यार्थ्यांनी केवळ गुणांच्या स्पर्धेत न अडकता आपल्या आवडीनुसार करिअरची दिशा निवडावी, त्यासाठी पालकांनी मुलांशी सातत्याने संवाद साधून त्यांना योग्य मार्गदर्शन करावे, असेही त्यांनी सांगितले.

अध्यक्षीय भाषणात डॉ. रवींद्र चोमे यांनी विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी शिक्षणाबरोबरच मैदानी खेळ, व्यायाम, संस्कार आणि महिला सक्षमीकरणाची जाणीव महत्त्वाची असल्याचे प्रतिपादन केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन स्मिता खिलारी यांनी केले, मुख्याध्यापक संदीप भोर यांनी आभार मानले.



गुरुपौर्णिमेनिमित्त एबीव्हीपीने शहरातील विविध महाविद्यालयांना भेट देऊन प्राचार्य, प्राध्यापक तसेच शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांना शुभेच्छा दिल्या.

गुरुपौर्णिमेनिमित्त अभाविपकडून ३०० हून अधिक प्राध्यापकांचा गौरव

नगर – अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद (अभाविप) अहिल्यानगर महानगर शाखेच्या वतीने गुरुपौर्णिमेनिमित्त शहरातील विविध महाविद्यालयांना भेट देऊन प्राचार्य, प्राध्यापक तसेच शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांना शुभेच्छा देत त्यांच्या कार्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करण्यात आली. या उपक्रमांतर्गत शहरातील ३०० हून अधिक प्राध्यापकांना गुरुपौर्णिमेच्या शुभेच्छा देण्यात आल्या.

भारतीय संस्कृतीत गुरु-शिष्य परंपरेला अनन्यसाधारण महत्त्व असून गुरूचे स्थान सर्वोच्च मानले जाते. ज्ञान, शील आणि एकता या त्रिसूत्रीच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांना घडविण्याचे कार्य शिक्षक

करत असतात. विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्व विकासाबरोबरच राष्ट्रनिर्मितीतही शिक्षकांचे योगदान महत्त्वपूर्ण

असल्याची भावना यावेळी अभाविपच्या कार्यकर्त्यांनी व्यक्त केली.

यावेळी अभाविपच्या कार्यकर्त्यांनी विविध महाविद्यालयांमध्ये जाऊन शिक्षकांना शुभेच्छापत्र देत गुरुपौर्णिमेच्या शुभेच्छा दिल्या. तसेच शिक्षकांशी शैक्षणिक विषय, विद्यार्थीहिताचे प्रश्न आणि परिसरातील विविध उपक्रमांबाबत संवाद साधण्यात आला. या उपक्रमात अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद, अहिल्यानगर महानगर शाखेचे कार्यकर्ते मोठ्या संख्येने सहभागी झाले.

गृहिणी
आरोग्य
रोज हसणे ठरेल ‘नैसर्गिक औषध’
हसणे हा केवळ भावनांचा आनंद नसून तो आरोग्यासाठीही अमृतासारखा आहे. प्राचीन काळापासून हसण्याला ‘सर्वोत्तम औषध’ म्हटले जाते आणि आता आधुनिक विज्ञानानेही त्याला ‘नैसर्गिक थेरपी’चा दर्जा दिला आहे. रोज हसल्याने शरीरात ‘एंडॉर्फिन’ नावाचे हार्मोन वाढते. हे हार्मोन ताण कमी करते, मन प्रसन्न ठेवते आणि रोगप्रतिकारशक्ती मजबूत करते. एकदा मनापासून हसल्याने जवळपास १०-१५ मिनिटांसाठी शरीरातील तणाव जवळपास अर्ध्याने कमी होतो. हसण्यामुळे रक्ताभिसरण सुधारते, हृदयाला चांगला व्यायाम मिळतो आणि रक्तदाब नियंत्रणात राहतो. तसेच पोटाचे स्नायू आणि डायफ्रामला हालचाल मिळाल्याने पचनक्रिया सुधारते. वजन कमी करू

इच्छिणाऱ्यांसाठीही हसणे उत्तम आहे, कारण १० मिनिटे भरभरून हसल्याने जवळपास ४० कॅलरी बर्न होतात. अँटीऑक्सिडंट्सप्रमाणे हसणेही वृद्धत्वाचा वेग कमी करते. त्वचा तजेलदार राहते आणि चेहऱ्यावरील सुरकुत्या कमी होतात. मानसिक आरोग्यासाठी तर हसणे रामबाण आहे. नैराश्य, चिंता आणि एकटेपणा दूर करण्यासाठी ते उपयुक्त ठरते. आयुर्वेदात हसण्याला ‘संजीवनी’ मानले आहे. कारण ते पित्तशामक असून भूक वाढवते आणि झोप सुधारते. गप्पा, मित्रांसोबत वेळ घालवणे, विनोदी व्हिडिओ किंवा आठवणींमधून रोज थोडे हसता येते.महागड्या औषधांपेक्षा आणि थेरेपीपेक्षा हसणे सहज, स्वस्त आणि आपल्याच अंगी असले असल्याने अधिक गुणकारी ठरते. म्हणूनच म्हणतात - दिवसातून एकदा तरी पोटभर हसावे.

पाककला

हेल्दी तिखट ओट्स रेसिपी

साहित्य : ओट्स १ वाटी, बारीक चिरलेला कांदा १ लहान, बारीक चिरलेला टोमॅटो १, बारीक चिरलेली शिमला मिरची १/२, किसलेले गाजर १/२, बारीक चिरलेला कोथिंबीर २ चमचे, हिरवी मिरची १ बारीक चिरलेली, आलं-लसूण पेस्ट १/२ चमचा, जिरे १/२ चमचा, हळद १/४ चमचा, लाल तिखट १ चमचा, चाट मसाला १/२ चमचा, मीठ चवीनुसार, तेल १ चमचा, पाणी २ वाटी

कृती :कढईत १ चमचा तेल गरम करा. त्यात जिरे घालून फुलू द्या. नंतर आलं-लसूण

वास्तू	सौंदर्य
कॅश काउंटरची दिशा	* रोज सकाळी आणि रात्री चेहरा सौम्य फेसवॉशने धुवा. आठवड्यातून २ वेळा बेसन, हळद आणि दह्याचे पॅक लावा.
वास्तूनुसार कॅश काउंटर नेहमी अशा ठिकाणी असावा जिथे बसणाऱ्या व्यक्तीचे तोंड उत्तर किंवा पूर्व दिशेकडे असेल. उत्तर दिशा ही कुबेराची दिशा आहे. या दिशेला तोंड करून व्यवहार केल्याने पैशात वाढ होते, बचत होते आणि आर्थिक स्थिरता मिळते. पूर्व दिशा ही सूर्याची आणि प्रगतीची दिशा आहे. या दिशेला तोंड केल्याने व्यवसायात नावलौकिक वाढतो.	* हळदीमध्ये अँटीबॅक्टेरियल गुणधर्म असतात आणि दही त्वचा मॉइश्चराईज करते.
	सल्ला
	पाण्यात चिमूटभर बेकिंग सोडा टाका. त्यामुळे बटाटे ३०% लवकर शिजतात.
	संकलक : अॅड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

शुक्रवार, दि. ३१ जुलै २०२६

---, शके १९४८ परागवतनामसंवत्सर, आपाढ कृष्णपक्ष, धनिष्ठा १९।२७, सूर्योदय ०६ वा. ३० मि. सूर्यास्त ०६ वा. १० मि.		
मे़ष : कामाच्या ठिकाणी नवीन जबाबदाऱ्या आणि उत्साहाचे वातावरण राहील.	राशिभविष्य	तूळ : नवीन संधी उपलब्ध होतील आणि सहकाऱ्यांचे उत्तम सहकार्य लाभेल.
वृषभ : नियोजित कामे वेळेवर पूर्ण होतील. कौटुंबिक जीवनात आनंद आणि सुसंवाद राहील.		वृश्चिक : प्रलंबित कामे गती घेतील. व्यावसायिकांसाठी आजचा दिवस फायदेशीर ठरेल.
मिथुन : बौद्धिक व सर्जनशील कामांमध्ये यश मिळेल. मित्रमंडळींसोबतचा वेळ आनंदात जाईल.		धनु : प्रवासाचे किंवा नवीन गोष्ट शिकण्याचे योग आहेत. नशिबाची चांगली साथ लाभेल.
कर्क : मानसिक शांतता लाभेल आणि घरातील वातावरण सकारात्मक राहील. व्यावसायिक क्षेत्रात सुधारणा दिसून येईल.		मकर : मेहनतीचे योग्य फळ मिळेल. कामातील बारकाव्यांकडे लक्ष देणे फायदेशीर ठरेल.
सिंह : आत्मविश्वास वाढेल आणि हाती घेतलेल्या कार्यात यश मिळेल. मानसन्मान मिळण्याचे योग आहेत.		कुंभ : भागीदारीतील कामांमध्ये यश मिळेल. नातेसंबंधात जवळीक व स्पष्टता वाढेल.
कन्या : कामाचा ताण थोडा वाढू शकतो, परंतु संयमाने कामे पूर्ण होतील. आर्थिक नियोजन व्यवस्थित राहील.		मीन : दैनंदिन कामांमध्ये व्यस्तता राहील. कामातील प्रगतीमुळे समाधान आणि आनंद मिळेल.

फिल्मीचक्र क्र. १२४७ सौ. शैलजा कुलकर्णी					
१	२		३		४
		५			
६				७	८
		९			
		१०			११
१२			१३		
		१४	१५		
१६				१७	
आडवे शब्द :- १) यांचा एक चित्रपट ७) ++ ‘दिलवाले दुल्हनिया ले कायेंगे’ चित्रपटाची नायिका ३) ‘कुली नंबर वन’चा नायक ५) ++ तेरे कितने नाम (चित्रपटाचे नाव) ६) धमें ४, हेमामालिनी, अमजदखान					
यांचा एक चित्रपट ७) ++ कमल (चित्रपटाचे नाव) ९) प्रसिद्ध दिवंगत गायक १०) + और मेरा हाथी (चित्रपटाचे नाव) ११) तुम ही हो माता (चित्रपटाचे नाव) ६) धमें ++ तुम ही हो तुम ही हो बंधू सखा तुम ही हो					

(गाणे) १२) शाहरुखखान, जुही चावला, सनी देओल यांचा एक चित्रपट १३) ++ पाटेकर (एक अभिनेता) १४) +++ नयन (चित्रपटाचे नाव) १६) ‘सावन भादो, मिस्टर नटवरलाल, खूबसूरत’ आदी चित्रपटांची नायिका १७) अमिताभ बच्चन, शशी कपूर, नितू सिंग, परवीन बाबी, इफ्तेंकार, मदन पुरी यांचा एक गाजलेला चित्रपट

उभे शब्द :- २) करण +++ (प्रसिद्ध दिग्दर्शक) ३) अभिनेत्री मीनाकुमारीचा शेवटचा चित्रपट ४) दूरदर्शनवर गाजलेली एक हिंदी मालिका ६) ++ ++ + + पंछी के अब ये देश हुआ बेगाना (गाणे) ८) खलनायिका विशेषत: खाष्ट सासूची भूमिका करणारी एक दिवंगत अभिनेत्री १५) देवेन ++ (एक दिवंगत विनोदी अभिनेता)

* * * * * मुलांचे विश्व * * * * *

सुविचार : स्वतःवर विश्वास ठेवा, जग तुमच्यावर विश्वास ठेवेल.

मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन
आपल्याला तहान का लागते ?
आपले शरीर म्हणजे एक आश्चर्यकारक यंत्र आहे. या यंत्राला व्यवस्थित चालण्यासाठी इंधनाप्रमाणे पाण्याची गरज असते. आपल्या शरीराच्या वजनापैकी जवळपास ७० टक्के भाग फक्त पाण्याचा आहे. हे पाणी आपल्या रक्तात असते, पेशींमध्ये असते आणि मेंदूपासून पायाच्या बोटांपर्यंत प्रत्येक अवयवापर्यंत पोहोचवले जाते. रक्त पातळ ठेवणे, अन्न पचवणे, शरीराचे तापमान नियंत्रित ठेवणे आणि घाण बाहेर टाकणे ही सर्व कामे पाण्यामुळेच होतात.मग आपल्याला तहान का लागते ? याचे कारण खूप सोपे आहे. आपण जेव्हा खेळतो, धावतो, अभ्यास करतो किंवा उन्हात जातो तेव्हा घाम येतो. घामाबरोबर शरीरातील पाणी बाहेर पडते. याशिवाय आपण दिवसातून ४-५ वेळा लघवी करतो. श्वास घेताना आणि बोलतानाही आपल्या तोंडातून आणि नाकातून थोडी थोडी वाफ बाहेर जाते. अशा प्रकारे
दिवसभरात आपल्या शरीरातील पाणी हळूहळू कमी होत जाते. शरीरातील पाण्याचे प्रमाण कमी झाले की मेंदूमध्ये असलेल्या ‘हायपोथॅलॅमस’ नावाच्या भागाला ते लगेच कळते. हायपोथॅलॅमस म्हणजे आपल्या शरीराचा सेन्सर आहे. तो सतत रक्तातील पाण्याची आणि मिठाची पातळी तपासत असतो. जेव्हा पाणी कमी होते तेव्हा तो आपल्याला संदेश पाठवतो. घसा कोरडा होतो, तोंडाला चव येते आणि डोक्यात एक विचार येतो की पाणी प्यावे लागेल. यालाच आपण ‘तहान’ म्हणतो.
तहान लागणे हे शरीराने दिलेला एक महत्त्वाचा इशारा आहे. जसे गाडीतील पेट्रोल संपले की सिग्नल लागतो, तसेच शरीरातील पाणी कमी झाले की तहान लागते. जर आपण तहान लागल्यावर पाणी नाही प्यायलो तर शरीर डीहायड्रेट होते. त्यामुळे डोके दुखणे, चक्कर येणे, थकवा आणि चिडचिड होते. लहान मुलांमध्ये पाणी कमी झाले तर खेळायची इच्छा होत नाही आणि
अभ्यासात लक्ष लागत नाही. उन्हाळ्यात, व्यायामानंतर किंवा तिखट-मीठ जास्त खाल्ल्यानंतर जास्त तहान लागते. कारण तिखट आणि मीठामुळे शरीरातील पेशींमधील पाणी बाहेर ओढले जाते आणि तोंड कोरडे होते. म्हणून अशा वेळी शरीराला जास्त पाण्याची गरज असते. म्हणूनच मोठे लोक नेहमी सांगतात की तहान लागण्याची वाट न पाहता दिवसभर थोडे थोडे पाणी पीत राहावे. दिवसातून ८ ते १० ग्लास पाणी पिणे आरोग्यासाठी चांगले असते. नारळ पाणी, ताक, लिंबू सरबत आणि फळे खाण्यानेही शरीराला पाणी मिळते. थोडक्यात, तहान ही आपल्या शरीराची नैसर्गिक आणि हुशार यंत्रणा आहे. ती आपल्याला सांगते की आता शरीराला पाणी हवे आहे. त्यामुळे तहान लागली की दुर्लक्ष न करता लगेच पाणी प्यावे. कारण पाणी हेच जीवन आहे आणि तेच आपल्याला तंदुरुस्त आणि उत्साही ठेवते.

एका छोट्या गावात अर्जुन नावाचा मुलगा राहत होता. तो खूप हुशार होता पण त्याच्या घरची परिस्थिती बेताची होती. शाळेसाठी त्याच्याकडे फक्त एकच पेन होते. ते पेन त्याला त्याच्या आजोबांनी भेट दिले होते. अर्जुन त्या पेनाला खूप जपत असे.	तुटलेला पेन
एके दिवशी शाळेत मोठी परीक्षा होती. अर्जुन अभ्यास करून गेला होता. परीक्षा सुरू झाली आणि अर्ध्या तासातच त्याचे ते आवडते पेन अचानक तुटले. शाई सगळी बाहेर पडली आणि पेन लिहीनासे झाले. अर्जुन घाबरला. त्याच्याकडे दुसरा पेन नव्हता. पेपर अर्धाच राहिला. शिक्षकांनी विचारले काय झाले ? तेव्हा अर्जुन रडवेल्या	आवाजात म्हणाला सर माझे पेन तुटले. शेजारचा मुलगा लगेच म्हणाला घे माझा पेन वापर. पण अर्जुनने नकार दिला. त्याने फाटके कागदाचे तुकडे गोळा केले, त्याला पेन्सिलने बांधले आणि उरलेला पेपर पूर्ण केला. तो पेपर त्याने सर्वात चांगला लिहिला आणि वर्गात पहिला आला. रिझल्टच्या दिवशी मुख्याध्यापकांनी अर्जुनला स्टेजवर बोलावले आणि सर्वांसमोर विचारले तुझे पेन तुटले होते मग तू पेपर कसा पूर्ण केला ? अर्जुन म्हणाला सर, पेन तुटले होते पण माझी इच्छा आणि माझे शिक्षण तुटले नव्हते. पेन हे फक्त एक साधन

आत्मशक्ति
व्यापाऱ्याला त्याच्या प्रतिस्पर्ध्यांच्या उन्नतीबद्दल भीति असते. स्वातंत्र्यपूर्व भारताचे शेवटचे राज्यपाल लॉर्ड मार्कंटबॅटन लहाणपणी अंधाराला घाबरत. ते एकटे झोपायलादेखील घाबरत. जेव्हा त्यांच्या वडीलांनी त्यांना भीतीचे कारण विचारले तेव्हा त्यांनी सांगितले, ‘मी अंधाराला घाबरत नसून लांडग्यांना घाबरतो.’ तेव्हा त्यांच्या वडिलांनी सांगितले की ह्या घरात लांडगे नाहीत, तेव्हा तो लहान मुलगा म्हणाला की, ‘मी कुठे म्हणालो की ते आहेत, परंतु मला भीति वाटते.’ उगाचच तेथे काय असेल असे वाटते. तेथे काही नसेना कां । आम्ही एक दिवस मरणार हे पुरते जाणून असतो. मृत्यु हा आमचा शेवट आहे व ती भीति आम्हाला आतून सारखी पोखरीत
परमात्मा
असते. आम्ही अज्ञात गोष्टींना घाबरत असतो कारण त्या दुःखद व पीडा देणाऱ्या असतात असे आम्हाला वाटते. कारण पुढे काय होणार हे आम्हाला माहिती नसते व त्यामुळे मनात तणाव निर्माण होऊन भीति उत्पन्न होते. मृत्युनंतरच्या जीवनावर पुष्कळसे लोक विश्वास ठेवतात. त्यांनाही भीति वाटते की त्यांना मरण कसे येईल व त्यावेळी त्यांना काय अनुभवावयास लागेल! मृत्युच्या वेळी होणाऱ्या दुःखाना ते घाबरत असतात. अशा प्रकारे अज्ञाताचे भय कायमच आमच्या मनात घर करीत असते. आम चा आत्मा परमात्म्याचा अंश असल्याने तो भयमुक्त आहे. कारण परमात्मा चैतन्यसागर आहे व आत्मा त्याचेशी एकरूप असतो, छोटा परमात्माच म्हणाना!

चिरंतन प्रेमाकडे वाटचाल (नाती घट्ट विणू या)

मुले पालकांचे विचार ग्रहण कर
चिरंतन प्रेमाकडे घेऊन जाण्याचे मंत्र

आपले विचार आणि भावना आपलं ऊर्जाक्षेत्र
ण करतात. ह्या ऊर्जाक्षेत्राचा आपल्या शरीरावर
सांवर, निसर्गावर आणि निर्जीव वस्तूवरही
णाम होतो. आपली चेतना ब्रह्मांडात तरंगित

जर आपलं ऊर्जाक्षेत्रं शुद्ध आणि शक्तिशाली
न तर प्रत्येकावर आपल्या शुद्ध स्पंदनांचा प्रभाव
य. यातून स्वतःची शुद्धता आणि शक्ती जागृत
यात त्यांना मदत मिळेल. यालाच खऱ्या अर्थाने,
कांना आशीर्वाद देणं, असं म्हणतात.

एखाद्या नात्यातील वादामुळे आपली ऊर्जा
होते आणि त्याचा परिणाम आपल्या इतर
ांवर होतो.

ऊर्जाक्षेत्र

वादविवादात, आपल्यात आणि त्यांच्यात
नकारात्मक ऊर्जेची देवाण-घेवाण होते. ते
आपल्याला काय देत आहेत याकडे आपण लक्ष
द्यायला नको. आपलं सगळं लक्ष त्यांना शुभेच्छांची
शुद्ध ऊर्जा पाठवण्याकडे असायला हवं. असं केल्याने
आपल्याला आणि त्यांनाही स्वास्थ्य प्राप्त होईल.

सुरेश ओबेरॉय : एकदा आम्ही लिफ्टमध्ये
होतो आणि माझ्या नातवाचा हात लिफ्टच्या दारात
अडकेल अशी काळजी मला वाटत होती. मदतनीस
नीट काळजी घेत नाहीये असं मला वाटलं म्हणून मी
तिला रगावलो. आणि माझा नातू रडायला लागला.
नंतर, माझ्या मुलीने मला सांगितलं की, मी त्या
मदतनिसावर ओरडलो म्हणून नातू रडत होता. तो

तेव्हा एक वर्षाचादेखील नव्हता. मुलं ऊर्जा खूप
पटकन शोषून घेतात किंवा ग्रहण करतात का ?

शिवांनीदीदी : ऊर्जेचं वहन दोन आत्म्यांम
ध्ये होतं, शरीराचा त्याच्याशी काही संबंध नाही.
पण मुलांच्या बाबतीत हा परिणाम जास्त असतो;
कारण, जसजसे आपण मोठे होत जातो तसतशी
आपली विचारपद्धती विकसित होत जाते आणि
आपण इतरांचे संदेश स्वीकारायचे की नाकारायचे हे
ठरवू शकतो. तेव्हा आपलं स्वतःचं ऊर्जाक्षेत्र असतं.
पण, एक नवजात बाळ त्याच्या शरीराशी आणि ते
ज्या कुटुंबात जन्मलं आहे त्यांच्याशी आसक्त नसतं.
ते चेतनावस्थेत आणि निरासक्त अवस्थेत असतं.
आपण जितके जास्त निरासक्त होत जातो तितकीच
इतरांची स्पंदनं ग्रहण करू शकतो. (क्रमशः)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

हसा आणि शतायुषी व्हा!	करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी
बायको : ऐका हो, मला शॉपिंगला न्यायचं होतं. नवरा : चल, पण फक्त बघायला. बायको : हो हो... बघून-बघून घरी आणू.	* शिवाजी महाराजांचा राज्याभिषेक कोठे झाला ? - रायगड किल्ल्यावर
	- अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

आहारवेद – आरोग्य संवर्धन

शेवगा	
अशाप्रकारे मुळापासून ते फुलापर्यंत शेवगा हा आहाराबरोबरच आयुर्वेदिकदृष्ट्या अनेक औषधी गुणांनी संपन्न आहे. मराठीत ‘शेवगा’, हिंदीमध्ये ‘सहजन’, संस्कृतमध्ये ‘शिवू’ किंवा ‘शोभांजन’, इंग्रजीमध्ये ‘ड्रमस्टिक’, तर शास्त्रीय भाषेत ‘मोरिंगा ओलीफरा’ नावाने ओळखला जाणारा शेवगा ‘मोरिंगेसी’ या कुळातील आहे. औषधी गुणधर्म : आयुर्वेदानुसार : शेवगा हा गुणात्मक, तीक्ष्ण, मधुर, उष्ण, अग्निप्रदीपक, रुचकर, रुक्ष, लवणयुक्त, दाहकारक, हृदय व डोळ्यांना हितकारक असतो. आधुनिक शास्त्रानुसार : शेवग्यामध्ये कॅल्शियम, फॉस्फरस, लोह, ‘क’ व ‘ब’ जीवनसत्त्वे, प्रथिने, आर्द्रता, तंतुमय व पिष्टमय पदार्थ आणि स्निग्धता हे	घेऊन त्यात ग्लासभर दूध मिसळून हे दूध लहान मुलांना दिवसभरात द्यावे. हा प्रयोग वाढीच्या वयातील मुलांवर शेंगांच्या आत त्रिकोणी व पांढऱ्या रंगाचे बी असते. पण जर मुलांकडे सहनशक्ती शक्ती नसेल तर त्यांचं आयुष्य कधीच स्थिर राहणार नाही. आपल्याला मुलांना भेटवस्तू, गिफ्ट द्यायचं असेल तर आपल्याला दिवसभरात ते मिळवावं लागेल. आणि त्यासाठी आपल्याला स्वतःकडे लक्ष द्यावं लागेल.
	(क्रमशः) डॉ. शारदा निर्मळ-महाडुळे दुर्वाकुर वंध्यत्व निवारण व गर्भसंस्कार सेंटर अहिल्यानगर मोबाईल नं- ८७९३४००४००

वाढते तापमान कमी करण्यासाठी झाडे लावा झाडे जगवाही संस्कृती रुजवण्याची गरज

नगर – दिवसेंदिवस वातावरणातील तापमानाचे प्रमाण वाढत चालले आहे. आमच्या काळात ३६ डिग्री तापमान होते. आज ४२ डिग्री तापमान होते. पुढील दहा वर्षांनी ५० डिग्री तापमान होऊ शकते. त्यावेळेस बाहेर फिरणे देखील अशक्य होईल. पर्यावरणाचा समतोल राखण्यासाठी मोठ्या प्रमाणात झाडे लावून ती संवर्धन करण्याची आवश्यकता आहे. शाळेतील मुलांनी दिलेली झाडे त्यांच्या माता-पित्यांच्या नावाने त्यांच्या घराजवळील परिसरामध्ये अंगणात लावून वर्षभर ती झाडे संवर्धन व संगोपन करावे. पुढील वर्षी पुन्हा एकदा कार्यक्रम घेऊन ज्या दहा विद्यार्थ्यांनी झाडांची निगा राखून चांगल्या पद्धतीने संगोपन केले आहे. त्यांना ग्रीन सिटी प्रोजेक्ट तर्फे पुरस्कार देऊन गौरवण्यात येईल. शहरातील वाढते तापमान कमी करण्यासाठी झाडे लावा झाडे जगवा ही संस्कृती रुजविण्याची गरज आहे, असे प्रतिपादन उपमहापौर धनंजय जाधव यांनी केले आहे.

हिंद सेवा मंडळाच्या दादा चौधरी विद्यालय,

दादा चौधरी मराठी शाळा, मेहेर इंग्लिश स्कूल, भाईसस्था नाईट हायस्कूल या शाळेतील विद्यार्थ्यांना पालकमंत्री नामदार राधाकृष्ण विखे पाटील यांच्या ग्रीन सिटी प्रकल्प अंतर्गत ११०० विद्यार्थ्यांना उपमहापौर धनंजय जाधव यांच्या हस्ते रोपांचे वाटप करण्यात आले. याप्रसंगी नगरसेवक दत्ता गाडळकर, भाजपा ओबीसीचे गणेश विद्दे, हिंद सेवा मंडळाचे ज्येष्ठ मार्गदर्शक अजित बोरा, कार्याध्यक्ष सुमतीलाल कोठारी, भाईसस्था नाईट हायस्कूलचे चेअरमन डॉ. पारस कोठारी, कार्यकारणी सदस्या प्रा.ज्योतीताई कुलकर्णी, मेहेर इंग्लिश स्कूलचे चेअरमन जगदीश झालानी, दादा



हिंद सेवा मंडळाच्या विविध शाळांमधील विद्यार्थ्यांना पालकमंत्री नामदार राधाकृष्ण विखे पाटील यांच्या ग्रीन सिटी प्रकल्प अंतर्गत उपमहापौर धनंजय जाधव यांच्या हस्ते रोपांचे वाटप करण्यात आले.

चौधरी विद्यालयाचे चेअरमन अनंत देसाई, दादा चौधरी विद्यालयाच्या मुख्याध्यापिका जयश्री ठोकळ, मराठी शाळेचे मुख्याध्यापक सुभाष येवले, मेहेर इंग्लिश

स्कूलच्या प्राचार्य प्राध्यापिका अनुरीता झगडे, अजय महाजन, प्रसाद सामलेटी, मनोज हिरणवाळे, औटी सर आदी उपस्थित होते.

सुमतीलाल कोठारी म्हणाले, ग्रीनसिटी प्रोजेक्ट मूळे शहरात पर्यावरणाची मोठी चळवळ उभी राहिली आहे. दरवर्षी मोठ्या प्रमाणात झाडे लावल्याने पर्यावरणाचे रक्षण होऊन मोठ्या प्रमाणात पाऊस पडेल. यासाठी शाळा, महाविद्यालयातून प्रबोधन होणे गरजेचे आहे. शाळेतील विद्यार्थ्यांनी दिलेले रोपांचे

वृक्षारोपण करून संवर्धन करावे. डॉ.पारस कोठारी म्हणाले, पालकमंत्री राधाकृष्ण

विखे पाटील यांच्या नावाने अहिल्यानगर शहरामध्ये ग्रीन सिटी प्रोजेक्ट हरितनगर करण्याच्या दृष्टीने महत्त्वपूर्ण ठरणार आहे. ग्रीनसीटी प्रोजेक्टसाठी धनंजय जाधव यांनी पुढाकार घेतला असून या उपक्रमाच्या माध्यमातून सावली देणारी फळझाडे, औषधी वनस्पती आणि स्थानिक हवामानास अनुकूल झाडे लावली जात आहेत. पर्यावरणाचे संवर्धन, हरित परिसराची निर्मिती, प्रदूषण कमी करणे आणि पुढील पिढीसाठी निरोगी व समृद्ध पर्यावरण निर्माण करणे हा मुख्य उद्देश या पर्यावरण पूरक कार्यक्रमाचा आहे. पर्यावरणाचा समतोल राखण्यासाठी प्रत्येक नागरिकाने दरवर्षी किमान एक तरी वृक्ष लावून त्याचे संगोपन करण्याचा संकल्प करावा. ज्योतीताई कुलकर्णी म्हणाले, अड्डासा, शतावरी, तुळस, अश्वगंधा या आयुर्वेदिक रोपांचे प्रत्येकाने संवर्धन करावे. आयुर्वेदिक वनस्पती आरोग्यासाठी फलदायी असतात. पाहुण्यांच्या परिचय उषा भालेराव यांनी करून दिला. सूत्रसंचालन सौ. वर्षा गुंडू यांनी केले. सौ.ताटी यांनी आभार मानले.



महाराष्ट्र राज्य जिल्हा परिषद परिचर कर्मचारी संघटनेची त्रैमासिक बैठक अहिल्यानगर येथील लक्ष्मी नारायण मंगल कार्यालयात नुकतीच पार पडली. सभेच्या अध्यक्षस्थानी भाऊसाहेब पठाण होते.

जिल्हा परिषदेतील रिक्त चतुर्थ श्रेणी पदे सरळसेवेने भरा

नगर – महाराष्ट्र राज्य जिल्हा परिषद परिचर कर्मचारी संघटनेची त्रैमासिक बैठक अहिल्यानगर येथील लक्ष्मी नारायण मंगल कार्यालयात नुकतीच पार पडली. सभेच्या अध्यक्षस्थानी भाऊसाहेब पळण होते. प्रमुख पाहुणे म्हणून बाबुराव कदम, राज्य संघटनेचे अध्यक्ष मुकुंदराव तुरे, संदीप चौधरी, जिल्हाध्यक्ष निलेश गाडेकर, कार्याध्यक्ष अशोक काळापहाड, राज्य उपाध्यक्ष सागर आगरकर,कार्याध्यक्ष ऋषिकेश बनवर, अनिल येनगुल, अंजली अमृत, संदीप विधाते, अनघा कुलकर्णी, अनिता साठे, विजय वाबळे, शाम शेळके, हेबत भांगरे, इंद्रभान गावडे, सुरेश माळवदे, किरण खेडकर, प्रकाश धोत्रे, राहुल साळवे, भरत शेडगे, संजय दिवाण, शितल साठे, निर्मला गोरे, अश्विनी आगरकर, दादा बरबडे, ओंकार पानमळकर, संजय गायकवाड, पंकज बारवकर, योगेश नजन, ताराबाई साळुंके, सुरेश भोजणे आदी उपस्थित होते.

सभेच्या सुरुवातीला मागील सभेचे इतिवृत्त वाचन करून मंजुरी देण्यात आली. प्रास्ताविकात कार्याध्यक्ष अशोक काळापहाड यांनी संघटनेच्या

कामकाजाचा आढावा व कर्मचाऱ्यांच्या अडचणींचा आढावा घेतला.

अध्यक्षीय भाषणात भाऊसाहेब पठाण यांनी शासन स्तरावरील मागण्या मांडल्या. जिल्हा परिषदेतील सर्व विभागातील रिक्त असलेली चतुर्थ श्रेणीची पदे तातडीने सरळ सेवेने भरावी. ग्रामपंचायत कर्मचाऱ्यांच्या धर्तीवर जिल्हा परिषदेतील महिला परिचरांना अंगणवाडी सेविका, ग्रामपंचायत अधिकारी, स्थापत्य अभियांत्रिकी सहाय्यक, पशुधन पर्यवेक्षक या पदांसाठी २५% पदे पदोन्नतीसाठी राखीव ठेवावी.

परिचर पदावरून व्रणोपचारक पदावर पदोन्नती राबविण्यात यावी. तसेच या कर्मचाऱ्यांना आरोग्य सेवक पदावर पदोन्नतीची संधी उपलब्ध करून द्यावी. काही जिल्ह्यांमध्ये आरोग्य सेवक पदोन्नती प्रक्रियेत अडचणी येत आहेत. त्याबत जिल्हा संघटनेने राज्यस्तरावर आवश्यक माहिती उपलब्ध करावी, असेही ते म्हणाले.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन अदिनाथ मोरे यांनी केले. सागर आगरकर यांनी आभार मानले.



सारडा महाविद्यालयात ‘विठ्ठल तुळशीची बागेत संत महिपती महाराजंच्या दिंडीचे मठाधिपती अर्जुन तनपुरे महाराज यांच्या हस्ते तुळशीची रोपे लावण्यात आली.

विठ्ठलाच्या चरणांच्या प्रतीकात्मक आकारात साकारली ‘विठ्ठल तुळशीची बाग’

नगर – सारडा महाविद्यालयाती

उद्यानात विठ्ठलाच्या चरणांच्या

प्रतीकात्मक आकारात ‘विठ्ठल तुळशीची बाग’ साकारून त्यामध्ये वारकऱ्यांच्या हस्ते तुळशीची अनेक रोपे लावण्याचा अनोखा भक्ती आणि पर्यावरण संवर्धनाचा संगम घडविणारा उपक्रम राबवला. विठ्ठलाच्या नामघोषाच्या भक्तिमय वातावरणात तुळशीची रोपे लावण्यात आली. या उपक्रमाला संत महिपती महाराजांच्या दिंडीचे मठाधिपती अर्जुन तनपुरे महाराज यांच्यासह दिंडीतील वारकरी, चोपदार यांच्या हस्ते तुळशीची रोपे लावण्यात आली. यावेळी हिंद सेवा मंडळाचे सचिव संजय जोशी, कार्याध्यक्ष सुमतीलाल कोठारी, ज्युनिअर कॉलेजचे चेअरमन मधुसूदन सारडा, ज्येष्ठ मार्गदर्शक अजित बोरा व ब्रिजलाल सारडा, प्रा.ज्योती कुलकर्णी,

सारडा महाविद्यालयाचा भक्ती आणि पर्यावरणपूरक उपक्रम

जगदीश झालानी, रणजीत श्रीगोड, विष्णू

सारडा, प्राचार्य डॉ.माहेक्षरी गावित, विठ्ठल उरमूडे, उपाप्रचार्य मिलिंद देशपांडे व गिरीश पाखरे, अतुल सामल, बजरंग दरक, स्मिता सारडा, लौकिक शिंगवी आदींसह प्राध्यापक, विद्यार्थी सहभागी झाले. महाविद्यालयात दिंडीचे स्वागत करण्यात आले.

संजय जोशी म्हणाले, सरस्वती देवीचे मंदिर असलेले सारडा महाविद्यालयात वारकऱ्यांची दिंडी आल्याने ही भूमी पावन झाली आहे. येथे साकारण्यात आलेल्या ‘विठ्ठल तुळशी बागेतील तुळशीच्या झाडांमुळे महाविद्यालयाचा परिसर कायम शुद्ध व पवित्र राहील.

मठाधिपती अर्जुन तनपुरे महाराज म्हणाले,

विठ्ठलाच्या पाऊलाच्या आकारात ‘विठ्ठल तुळशीची बाग’ साकारण्यात आल्याने भगवंताचे पाऊल कायम येथे वास्तव्यास असणार आहे. ही तुळशीची बाग भविष्यात आकाषींचे केंद्रबिंदू ठरेल, असे सांगून महाविद्यालय संत महिपती देवस्थानच्या वतीने अक्षयरूपी वडाचे दोन झाडे भेट दिली.

प्रास्ताविकात प्राचार्य डॉ.माहेक्षरी गावित म्हणाल्या, तुळस ही भारतीय संस्कृतीतील पवित्र आणि औषधी गुणांनी समृद्ध वनस्पती असून, विठ्ठल भक्तीत तिचे विशेष स्थान आहे. विठ्ठलाच्या चरणांच्या प्रतीकात्मक आकारात तुळशीची बाग साकारून महाविद्यालयाचे भक्ती, संस्कृती आणि पर्यावरण संरक्षण यांचा अनोखा संगम घडवून आणला. प्रा. राजेंद्र देशमुख यांनी आभार मानले. प्रा.प्रसाद बेडेकर यांनी सूत्रसंचालन केले.

स्वामी समर्थ मंदिरात भाविकांची मांदियाळी

नगर – सावेडी उपनगरातील गुलमोहर रोडवरील प्रती अक्कलकोट असलेल्या श्री स्वामी समर्थ मंदिरात गुरुपौर्णिमेला भाविकांची मांदियाळी झाली. यावेळी महाराजांच्या दिव्य वस्तूंच्या दर्शनाचा हजारो भाविकांनी लाभ घेतला.

गुरुपौर्णिमेनिमित्त मंदिरात श्री गुरु लीलामृत पारायण सोहळा पार पडला. गुरु पौर्णिमेला पहाटे



स्वामी समर्थ मंदिरात महापौर ज्योतीताई गाडे यांनी दर्शन घेतले. वैभव भारती महाराज यांनी या वस्तूंची माहिती दिली. (छाया – विजय मते)

अहिल्यानगरच्या महापौर ज्योतीताई गाडे यांनीही दर्शन घेतले. यावेळी वैभव भारती महाराज यांनी या वस्तूंचे महत्त्व सांगितले. स्वामींच्या दर्शनासाठी अहिल्यानगरचे अ. संग्राम जगताप यांच्या मातोश्री पार्वतीबाई जगताप तसेच शितलताई जगताप यांनीही हजेरी लावली होती. दर्शनासाठी भाविकांच्या लांबच लांब रंगा लागल्या होत्या.

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

पर्यावरणपुरक देववृक्ष परिसराला निरोगी व आरोग्यदायी वातावरण निर्माण करतील

नगर – पंडित दीनदयाळ परिवार प्रतिष्ठान व अनुलोम संस्थेच्या वतीने शहरात विविध ठिकाणी ५५६ झाडे लावण्यात येणार आहेत. याचाच एक भाग म्हणून धार्मिक परीक्षा बोर्ड आनंदऋषीजी मार्ग या परिसरामध्ये दहा देव वृक्षांची झाडे लावण्यात आले आहेत. तसेच झाडांचे संरक्षण व्हावे. यासाठी ट्री गार्ड ही बसविण्यात आले आहेत. दीनदयाळ परिवाराचे कार्याध्यक्ष सुरज अग्रवाल यांच्या संकल्पनेतून वृक्षारोपण करण्यात आले आहे. तसेच या झाडांचे संगोपन व्हावे संवर्धन व्हावे यासाठी परिसरातील नागरिकांनी झाडे दत्तक घेऊन झाडांची निगा राखून संवर्धन करण्यासाठी जबाबदारी घेतली आहे. येथे लावण्यात आलेली पर्यावरणपुरक देववृक्ष परिसराला निरोगी व आरोग्यदायी वातावरण निर्माण करतील, असे प्रतिपादन भाजपचे तथा पंडित दीनदयाळ परिवार प्रतिष्ठानचे संस्थापक वसंत लोढा यांनी केले आहे.

पंडित दीनदयाळ परिवार प्रतिष्ठान ट्रस्ट व अनुलोम संस्था यांच्या संयुक्त विद्यमाने देववृक्ष लागवड व संवर्धन अभियानांतर्गत धार्मिक परीक्षा बोर्ड, आनंदऋषीजी मार्ग येथे केशर गुलाब जवळ कडूईला, करंजी, वड, जांभूळ, आवळा, सोनचाफा, बहावा या देववृक्षांचे वृक्षारोपण करण्यात आले. याप्रसंगी वसंत लोढा, अध्यक्ष धनंजय



पंडित दीनदयाळ परिवार प्रतिष्ठान ट्रस्ट व अनुलोम संस्था यांच्या संयुक्त विद्यमाने वृक्षारोपण करण्यात आले.

तागडे, सचिव बाळासाहेब भुजबळ, उपाध्यक्ष अशोक कानडे, सोमानी मनीष, संदेश लोढा, अनुराग धूत, प्रीतम मुथ्या, राहुल जामगावकर, महावीर कांकरिया, अनुलोम संस्थेचे दीपक रोहोकरले, अमोल अवस्थी, निलेश चिपाडे, उदय अनुभुले, मॉनिंग ग्रुप जेष्ठ नागरिक चंद्रभान अग्रवाल, संजय वखारिया, नंदकुमार मेहेर, हिमंतलाल शिंगी, जीवन मुनोत, अशोक गांधी, दिलीप गुगळे, पारस कांकरिया, सुभाष मुनोत, दिलीप गुंदेमा, राजू लुनिया, मिलाप पटवा, दीपक गांधी, सचिन डुंगरवाल, दिलीप धोखा, अंड. शशिकांत गांधी, सुरेश कटारिया, परिसरातील नागरिक ह.भ.प.विश्वनाथ महाराज राउत अशितानि, श्री.फुलसौंदर, सुभाष पोखरणा, जीतू पोरवाल, दिलीप बोरा, जगदीश दरक, रितेश कोठारी, अमोल पोखरणा, श्रीमती शैला गांधी यांचे सहकार्य लाभले.

सुरज अग्रवाल यांनी स्वागत केले. ते पुढे म्हणाले,

वसंत लोढा ५५६ झाडे लावण्याचा संकल्प, पंडित दीनदयाळ परिवार प्रतिष्ठान व अनुलोम संस्थेचा अनोखा उपक्रम

झाडे लावा झाडे जगवा ही संस्कृती पुढे नेण्यासाठी परिसरातील नागरिकांनी प्रतिसाद दिला आहे. तसेच वृक्ष संवर्धनासाठी येथील नागरिक काळजीपूर्वक झाडांची निगा राखतील. असे सांगितले. दीपक रोहोकरले म्हणाले, अनुलोमचे मुख्य मार्गदर्शक देवेंद्र फडणवीस यांच्या ५६व्या वाढदिवसानिमित्त संपूर्ण महाराष्ट्र मध्ये ५६००० वृक्ष लावण्याचा व संवर्धन करण्याचा संकल्प केला आहे. पंडित दीनदयाळ परिवार प्रतिष्ठान ट्रस्ट व अनुलोम संस्थेच्या वतीने शहरात पर्यावरणाची चळवळ उभी राहण्यासाठी वृक्षारोपणाचे कार्यक्रम हाती घेण्यात आले आहेत. शहरात विविध ठिकाणी वृक्षारोपण करण्यात येणार आहे.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविकात धनंजय तागडे यांनी पंडित दीनदयाळ परिवार प्रतिष्ठानच्या उपक्रमांची माहिती दिली. बाळासाहेब भुजबळ यांनी आभार मानले.

धम्माल मनोरंजन

**अविरत उद्योग हा शांती-समाधानाचा अखंड झरा आहे.**



दिनविशेष ३१ जुलै

१४९८ : ख्रिस्तोफर कोलंबस हा पश्चिम गोलार्धातील तिसऱ्या प्रवासादरम्यान त्रिनिदाद बेटांचा शोध घेणारा पहिला युटोपियन बनला.

१६५७ : मुघलांनी विजापूरचा कल्याणी किल्ला जिंकला.

१६५८ : औरंगजेब मुघल सम्राट झाला.

१८५६ : न्यूझीलंडची राजधानी क्राइस्ट चर्चची स्थापना.

१९३७ : के. नारायण काळे यांनी दिग्दर्शित केलेला वहाँ हा प्रभातचा चित्रपट मुंबईतील मिनर्व्हा टॉकीजमधे प्रदर्शित झाला.

१९४८ : न्यूयॉर्क आंतरराष्ट्रीय विमानतळ उघडले.१९५१ : जपान एरलाइन्सची स्थापना झाली.

१९५४ : के-२ (मार्सेल गॉडविन ऑस्टिन) हे जगातील दुसऱ्या क्रमांकाचे सर्वोच्च शिखर इटालियन गिर्यारोहकांनी प्रथमच सर केले.

१९५६ : जिम लेकर कसेटी सामन्यात एका डावात सर्व १० विकेट घेणारा पहिला गोलंदाज ठरला.

१९६४ : रेंजर ७ अंतराळयानाने चंद्राची पहिली स्पष्ट छायाचित्रे घेतली.

१९९२ : जॉर्जियाचा संयुक्त राष्ट्रामध्ये प्रवेश.

१९९२ : सातारचे वादक पं. रविशंकर यांना रॅमन मॅगसेसे पुरस्कार प्रदान करण्यात आला.

२००० : वैज्ञानिक आणि औद्योगिक संशोधन परिषदेचे महासंचालक डॉ. रघुनाथ माशेलकर आणि प्रगत तंत्रज्ञान केंद्र डॉ. डी. डी. भवाळकर यांना एच. के. फिरोदिया पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले.

२००१ : डॉ. जब्बार पटेल यांना राजर्षी शाहू महाराज समता पुरस्कार संचालक प्रदान.

२०१२ : मायकेल फेल्ट्सने ऑलिम्पिकमध्ये सर्वाधिक पदक जिंकण्याचा विक्रम मोडला.

धारणातू धर्म

एकदा एका शरीरातील वेगवेगळ्या अवयवांचे परस्परतात मोठे भांडण झाले. हात-पाय-नाक-डोळे-तोंड-दात-जीभ यातील प्रत्येक जण स्वतःचे महत्त्व सांगताना, माझ्याशिवाय शरीर चालणे अशक्य आहे असे सांगू लागले. मीच सर्वश्रेष्ठ आहे असे अहंकाराने बोलून प्रत्येकाने आपले कार्य सोडून दिले. हातांनी आपले कार्य थांबवले तेव्हा शरीराला त्रास झाला. पण शरीराचे कार्य चालूच होते. त्यावेळी हातांच्या लक्षात आले मी कार्य थांबविले असले तरी माझ्याशिवाय शरीर क्रिया चालूच आहे. इतर सर्व अवयवांना तसाच अनुभव आला. मग सर्व अवयव पुन्हा आपापले कार्य करू लागले. परंतु या अवयवांचे भांडणामुळे त्रासलेला प्राण शरीराचा त्याग करण्यास प्रवृत्त झाला. त्यामुळे सगळे अवयव निर्जीव होऊ लागले. त्यांच्यातील कार्यशक्ती नष्ट झाली. हे लक्षात येताच त्यांनी प्राणदेवाला प्रार्थना केली,हे प्राणदेवा, तूझ्याशिवाय आमचे अस्तित्व अशक्य आहे. कृपा करून तू जाऊ नकोस. तात्पर्य, आपापसातील भांडणामुळे कार्याची हानी होते. शरीरातील अवयव काय किंवा समाजातील घटक काय. ते एकत्र,परस्पर पूरक असतील तरच सर्वांची धारणा होते. त्यास धर्म म्हणतात.

**महाशब्दकोडे**

१	२	३	४	५	६	७	८
९		१०			११		
		१२		१३	१४		
१५	१६		१७				
१८						१९	२०
				२१	२२	२३	
२४		२५			२६		
				२७			२८
२९	३०		३१	३२	३३	३४	३५
३७		३८			३९	४०	
४१					४२	४३	
४४		४५	४६	४७		४८	४९
	५०			५१			५२

आडवे संकेत

१) कोणीकडे जावयाचे याविषयी भ्रमात पडणे
४) अघोर पंथातील
६) धान्याचा ढीग
९) कपडे
१०) रुचकर
१२) क अ चा अक्षरबदल
१३) अंजनीसुत
१५) एकच प्याला चे नाटककार
१८) तिसराच कोणीतरी
१९) एक आश्चर्यकारक उद्गार
२२) एक प्रसिद्ध किल्ला
२४) कार्यक्रमाचा शेवट
२६) पर्याय, गवत
२७) शिकार करणारा
२९) युद्ध
३१) प्रसिद्धी
३४) आठवड्यातील एक दिवस
३७) मनुष्य जातीचा
३८) आरडाओरड, गडबड
४०) सुत विणण्याचे एक साधन
४१) मोडणे, छिन्न होणे
४२) मोठे घर
४४) लोखंडी आकडा
४५) मेखला
४८) xxxxx ही धर्मस्य
५०) गाईचे पोर
५१) मित्रा
५२) बाण

उभे संकेत

१) अहोरात्र
२) धर्मानियम
३) फेंगडणे

४) देणे (हिं.)
५) पालीच्या जातीतील एक प्राणी
७) जिकडे तिकडे
८) खडबडीत
११) वानराची मादा
१२) हिंदीत ऑगस्ट
१४) विटीदांडूच्या खेळातील एक संज्ञा
१६) मयासुर राक्षसाने पांडवास बांधलेली अद्भुत वास्तू
१७) एक प्रसिद्ध गायीका
१९) वर (ई.)
२०) पांढरा ढोंगी साधू
२१) xx पान, आदर सत्कार
२२) गवगवा
२३) चंद्र
२४) हो म्हणून ऐन वेळी पुर्तता न करणे

२५) पेन्सिलचे लिहिलेले खोडणार
२७) अलगुज
२८) कारखान्याचा मालक
३०) शास्त्रीक थकवा
३२) नवरदेव नवरी
३३) गोंद ३५) हलकट
३६) दिवस
३९) इडा, पिडा
४२) जहाचे थांबण्याचे ठिकाण
४३) समर्थ
४५) सत्तांश
४६) कर किंवा xx
४७) प्रस्तावित योजनेविरुद्ध उभे ठाकणे
४९) रघुला त्याच्या कामात xx मिळाले

मागील उत्तर

प्रा	ध्या	प	क	च	ज	मि	स	वै	ब्र
व	स	न		बा	जी	ग	र	स	र
र		वे	ग	ळा		त	गा	ई	क
ण		ल		सा	न		व	न	ळा
	सं		म	हे	श्व	र	मी	ल	बि
स	प	ना		ब	र	डा	न	वा	या
र		क	म	ठा		र	स	ह	मि
स			न	क	ल		दि	वा	क
नि	च	च		रे	ट		ती	प	लं
र	क		अ		क	ट	क	न	क
स	वि	ता	प्र	धु	णे		ल	घो	ड
	णे		त्य		वि	दा	र	क	ल
		अ	क्ष	य	कु	मा	र	णे	त

**Do you want to pass the MPSC?**

शास्त्रीय उपकरणे व उपयोग

मायक्रोस्कोप - सूक्ष्म वस्तू बघण्यास
कॉम्प्युटर - मोठ्या प्रमाणात गणिती प्रक्रिया करणारे
थर्मोस्टॅट - ठराविक तापमानापर्यंत नियंत्रण ठेवण्यास
सिस्मोग्राफ - भूकंपाच्या धक्क्यांचे मापन
अॅमीटर - विद्युत प्रवाह अॅम्पीयरमध्ये मोजण्यास
हायड्रोजन मीटर - पाण्यातील आवाज मोजण्यास
बॅरोमीटर - हवेचा दाब मोजण्यासाठी
कार्डियोग्राम - हृदयाची स्पंदने मोजण्यासाठी
थिओडोलाईट - उभ्या व आडव्या पातळीवरील कोन मापन करण्यास
अल्टीमीटर - समुद्र सपाटीपासूनची उंची मोजण्यास विमानात वापरतात
लॅक्टोमीटर - दुधाची शुद्धता मोजण्याची उपकरण
हायग्रोमीटर - हवेतील दमटपणा मोजण्यास
गायरोस्कोप - वर्तुळाकार भ्रमण करणाऱ्या वस्तूची गती मोजण्यास
अॅनेमोमीटर - वाऱ्याचा वेग व दिशा मापक उपकरण
बॅरोग्राफ - हवेचा दाब अखंडपणे मोजण्यास

काबुरेटर - हवा व पेट्रोल अंतर्गत ज्वलन इंजिनात
ऑलिमोमीटर - ध्वनीची तीव्रता डेसीबलमध्ये मोजण्यासाठी
टेलिप्रिंटर - एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी मजकुर छापण्यास
क्रोमोमीटर - जहाजात काल मापनासाठी वापरण्यात येणारे घड्याळ
पायरोमीटर - उच्च तापमान मोजण्यास
मायनोमीटर - हवेचा दाब मोजण्यास
टेलस्टर - हा उपग्रह आहे त्यामुळे टेलिफोन, टेलिव्हिजन यांचे दळणवळण एका खंडातून दुसऱ्या खंडात शक्य झाले.
रडार - रेडीओ, सूक्ष्म लहरीच्या सहाय्याने आकाशातील वस्तुंचे स्थान, दिशा व वेग दाखविण्यास

प्रसिद्ध शहरांची भौगोलिक नावे

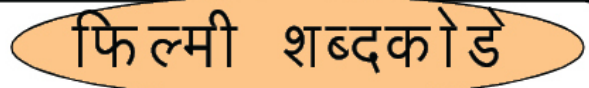
बंगालचे अश्रू - दामोदर नदी
चीनचे अश्रू - हँ-डॉन्ग- हो
काळे खंड - आफ्रिका
गुलाबी शहर - जयपूर
अंधकारमय खंड - आफ्रिका
भारताचे प्रवेशद्वार - मुंबई
उत्तुंग इमारतीचे शहर - न्यूयॉर्क
पवित्रभूमी - पॅलेस्टाईन
नाईलची देणगी - इजिप्त

भूमध्य समुद्राची किल्ली - जिब्राल्टर
सात बेटांचे शहर - मुंबई
उंच इमारतीचे शहर - न्यूयॉर्क
एक हजार सरोवरांचा देश - फिनलँड
पांढऱ्या हत्तीचा देश - सयाम (थायलंड)
उगवत्या सूर्याचा देश - जपान
मनोऱ्यांचे शहर - ऑक्सफर्ड इंग्लंड
पंच नद्यांचा देश - पंजाब
सात पर्वतांचे शहर - रोम (इटली)
सुर्यास्ताचा देश - अमेरिका
निळे पर्वत - निलगिरी पर्वत
उत्तरेकडील मॅचेस्टर - ओसाका (जपान)
राजवाड्यांचे शहर - कोलकत्ता
लवंगांचे बेटा - झांजीबार
अट्टीयाटिक समुद्राची राणी - व्हेनिस (इटली)
सऱ्याशांचे साम्राज्य - कोरिया
युरोपचे क्रिडा मैदान - स्वीट्झर्लंड
जगाचे छप्पर - मध्य आशियातील पामीर
सारखेचे कोठार - क्युबा
सुवर्ण मंदिराचे शहर - अमृतसर
हिन्यांचे बंदर - कलकत्ता
गोन्याचे मानसाचे थडगे - गिनीचा किनारा(आफ्रिका)
उद्यानांचे शहर - शिकागो (अमेरिका)
भारताचे उद्यान - बंगलोर
मध्य रात्रीच्या सुर्याचे देश - नार्वे
कांगारूचा देश - ऑस्ट्रेलिया
सरोवरांचा देश - स्कॉटलंड
मोत्यांचा देश - बहरीन
मंदिराचे माहेर - बनारस
संगमरवरी शहर - रोम
कमळांचे शहर - कॅनडा

**आडवे संकेत**

१	२		३	४		
			५		६	
८						९
			१०	११		
		१२				
				१३	१४	
	१५				१६	
					१७	
२०		२१		२२	२३	
			२४	२५	२६	२७
२८		२९		३०	३१	
			३२			३३

१) एक मशहूर हास्य अभिनेता.
५) सन् १९९४ मॅ बनी फिल्म अंदाज अपना अपना के निर्देशक.
७) सन् १९९३ मॅ डेव्हॉयंड डे के निर्देशन मॅ बनी इस फिल्म मॅ सलमान खान और श्रीदेवी थे.
८) अनिल कपूर, माधुरी दीक्षित, जैकी श्रॉफ और नाना पाटेकर अभिनीत फिल्म.
११) सन् १९९६ मॅ बनी फिल्म मि. बेचारा का हिरो.
१२) सन् १९८७ मॅ बनी मरते दम तक इस फिल्म के संगीतकार.
१३) XX आप हमारे होते (फिल्म)
१४) सन् १९९३ मॅ कल्पना लाजमी के निर्देशन मॅ बनी इस फिल्म मॅ राज बब्बर और डिम्पल कपाडिया थे.
१५) ए.आर. XXXX (संगीतकार)
१६) सन् १९९९ मॅ बनी इस फिल्म मॅ आफताब शिवदासानी और उर्मिला मातोंडकर थे.
१८) XX बख्तीयार (नायिका)
१९) ले तो आये हो हमे सपनों की गाव मॅ प्यार की छांव मॅ बिठाये रखना..... यह गाना इस गायिका ने गाया है.
२०) सन् २००० मॅ आदित्य चोपड़ा के निर्देशन मॅ बनी इस फिल्म मॅ अमिताभ बच्चन, शाहरुख खान और ऐश्वर्या रॉय थे.
२३) XXX देव

**फिल्मी शब्दकोडे**

हिरोईन. ९) XXXX बाहरवाली (फिल्म)
१०) सन् १९९२ मॅ बनी फिल्म बेटा के निर्देशक.
१३) निर्देशक राकेश रोशन की इस फिल्म मॅ अनिल कपूर, ऋषी कपूर और जुही चावला थे.
१४) छूपा XXX (फिल्म)
१६) सन् १९९९ मॅ बनी फिल्म कारतूस के निर्देशक.
१७) XXXX बहल (नायक)
२१) सन् १९८८ मॅ निर्माता निर्देशक
२२) जिंदगी एक XX (फिल्म)
२५) इस फिल्म मॅ अक्षय कुमार, करीश्मा कपूर, सुनील शेड्डी और सोनाली बेंद्रे थे.
२७) सन् १९९८ मॅ निर्देशक कीर्ती कुमार की इस फिल्म मॅ गोविंदा और ममता कुलकर्णी थे.
२८) XX का गुलाम (फिल्म)
३१) जसपाल XX (हास्य कलाकार)

मागील फिल्मी उत्तर

जा	गृ	ती	म	स्त	जु	ड	वा	शु
न		म	हा		दा		का	ल
म	न	मो	ह	न	दे	सा	ई	डे
स		ह	ल		व		मी	आ
म		च		सु	र	ज	स	ड
झा			या		ध		ध	न
क				दो	र	व	हे	मा
रो	टी	क	प	डा	औ	र	म	का
	च	म		र		नु		हो
सी	मा		जि	ने	दो	न	गी	ना
	च	ग		पां	ड	व	गे	
अ	व	ता	र	च		जू	इ	श्व
क्स	ल				स	द	मा	र

**विनोद**

जं ग ल विभागाचा एका थापाडया अधिकारी आपल्या डॉक्टर मित्राजवळ गप्पा मारत होता की, 'मी जंगली प्राण्यांना अजिबात घाबरत नाही. गेल्याच रात्री वाघ माझ्या छावणीत घुसला होता. मी चक्र त्याच्यावर थंड पाणी ओतले त्याबरोबर तो धूम ठोकून पळाला.'

यावर डॉ. मित्र म्हणाला, 'आपण सांगता ते अगदी खरं आहे. तो वाघ सर्दीने बेजार होऊन शिका देत माझ्या शिबिरात आला होता. जेव्हा मी त्याच्या डोक्यावर हात ठेवला तेव्हा मला कळला की, तो खरोखरच ओलाचिंब झालेला होता.'

चारेळी

मलाही वाटतं झोपाळ्यावर अलमद झुलारं तू व्हाव प्रमर अन मी फुलासारख फुलावं.

समर्थ विद्या प्रशालेत गुरुपौर्णिमेनिमित्त गुरुवंदन कार्यक्रम

नगर – समर्थ विद्या प्रसारक मंडळ संचलित श्री समर्थ विद्या मंदिर प्रशाला, प्राथमिक विभाग येथे गुरुपौर्णिमेनिमित्त आयोजित कार्यक्रमात विद्यार्थ्यांनी आपल्या शिक्षकांप्रति कृतज्ञतेची भावना व्यक्त करीत गुरुवंदन केले. विद्यार्थ्यांनी सादर केलेल्या गुरुवंदनेने सर्वांची मने जिंकली.

कार्यक्रमाची सुरुवात व्यास प्रतिमेच्या पूजनाने झाली. त्यानंतर प्रशालेच्या संगीत शिक्षक खणकर यांनी सादर केलेल्या गुरुस्तवनाने संपूर्ण वातावरण भक्तिरसाने भरावून गेले. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी शालेय समितीचे चेअरमन सुरेश क्षीरसागर हे होते तसेच तसेच श्री समर्थ विद्या प्रसारक मंडळ चेअरमन विकास सोनटक्के व कार्यकरिणी सदस्या संध्या कुलकर्णी यांची प्रमुख उपस्थिती होती.

यावेळी बोलताना कार्यक्रमाच्या प्रमुख अतिथी ज्योती केसकर म्हणाल्या, शिक्षकांचे मन निरोगी, सकारात्मक आणि संवेदनशील असेल, तर त्यांच्या ज्ञानदानाच्या कार्यात रचनात्मक बदल घडून येतात आणि त्याचा विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासावर सकारात्मक परिणाम होतो.

विद्यार्थ्यांनी व्यक्त केली गुरुंच्या चरणी कृतज्ञतेची भावना



गुरुपौर्णिमेनिमित्त समर्थ शाळेत आयोजित कार्यक्रमात बोलताना ज्योती केसकर.

शिक्षक हे केवळ ज्ञानदान करणारे नसून विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाची जडणघडण करणारे शिल्पकार असतात. प्रत्येक विद्यार्थ्याला सुसंस्कारित, जबाबदार आणि आदर्श नागरिक म्हणून घडविण्याची

मोठी जबाबदारी शिक्षक समर्थपणे पार पाडत असतो, असे त्यांनी नमूद केले.

प्रशालेच्या मुख्याध्यापिका गुंफेकर यांनी आपल्या प्रास्ताविकात गुरुपौर्णिमेचे महत्त्व सांगताना, आई ही पहिली गुरु, वडील हे जीवनचे मार्गदर्शक आणि शिक्षक हे विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचे शिल्पकार आहेत. गुरुंचा आदर, आई-वडिलांचा सन्मान आणि चांगल्या संस्कारांचे पालन हीच खरी गुरुदक्षिणा आहे, असा मोलाचा संदेश विद्यार्थ्यांना दिला.

याप्रसंगी विविध इयत्तांतील विद्यार्थ्यांनी गुरुंप्रती असलेला आदर, प्रेम आणि कृतज्ञता व्यक्त करणारी मनोगते सादर केली. तसेच जेष्ठ शिक्षक बाबासाहेब वाव्हळ यांनी आपल्या मनोगतातून गुरु-शिष्य नात्याचे महत्त्व विशद केले. अध्यक्ष सुरेश क्षीरसागर यांनीही शिक्षकांच्या कार्याचे कौतुक केले व सर्वांना गुरुपौर्णिमेच्या शुभेच्छा दिल्या.

सूत्रसंचालन जान्हवी फुलपगार यांनी केले. परिचय गीतांजली शेरकर यांनी व यादीवाचन रुपाली पवार यांनी केले. संपदा जोशी यांनी आभार मानले.

इंवर हॉस्पिटलला NABH प्री एन्ट्री-लेव्हल मानांकन दर्जेदार

नगर – शहरातील इंवर हॉस्पिटलने आरोग्यसेवेच्या गुणवत्तेच्या क्षेत्रात आणखी एक मानाचा टप्पा गाठत राष्ट्रीय रुग्णालय मानांकन मंडळ (NABH) यांचे प्री एन्ट्री-लेव्हल मानांकन प्राप्त केले आहे. रुग्ण सुरक्षा, गुणवत्तापूर्ण उपचार, पारदर्शक कार्यपद्धती आणि रुग्णकेंद्रित सेवा या मूल्यांप्रती हॉस्पिटलच्या सातत्यपूर्ण वचनबद्धतेची ही अधिकृत दखल मानली जात आहे.

NABH मानांकनासाठी रुग्ण सुरक्षा, संसर्ग प्रतिबंध व नियंत्रण, औषध व्यवस्थापन, आपत्कालीन सेवा, गुणवत्ता व्यवस्थापन, रुग्णांचे अधिकार, वैद्यकीय नोंदींचे योग्य व्यवस्थापन, कर्मचारी प्रशिक्षण तसेच सतत गुणवत्ता

सुधारणा अशा विविध निकषांवर सखोल मूल्यमापन करण्यात येते. या सर्व निकषांची यशस्वी पूर्तता करून इंवर हॉस्पिटलने हे मानांकन मिळविले आहे.

या मानांकनामुळे रुग्णांना अधिक सुरक्षित, विश्वासार्ह, शास्त्रोक्त आणि दर्जेदार आरोग्यसेवा उपलब्ध होण्यास बळ मिळणार असून, हॉस्पिटलच्या कार्यपद्धतीम ध्ये गुणवत्ता, उत्तरदायित्व आणि पारदर्शकतेला अधिक बळकटी

सुरक्षित व रुग्णकेंद्रित आरोग्यसेवेच्या दिशेने महत्त्वपूर्ण वाटचाल



मिळाली आहे.

या यशामागे हॉस्पिटलमधील व्यक्त

सर्व तज्ज्ञ डॉक्टर, वैद्यकीय अधिकारी, नर्सिंग कर्मचारी, तंत्रज्ञ, प्रशासकीय कर्मचारी आणि सहाय्यक कर्मचाऱ्यांचे अथक परिश्रम, समर्पण आणि सांघिक कार्य महत्त्वाचे ठरले आहे. तसेच रुग्ण, त्यांच्या कुटुंबीयांनी आणि नागरिकांनी इंवर हॉस्पिटलवर दाखविलेला विश्वास व सहकार्य हेच या यशामागील खरे प्रेरणास्थान असल्याची भावना हॉस्पिटल व्यवस्थापनाने

सुरुवातीपासूनच आधुनिक वैद्यकीय तंत्रज्ञान, अनुभवी तज्ज्ञ डॉक्टर, प्रशिक्षित कर्मचारी आणि मानवतावादी दृष्टिकोन यांच्या माध्यमातून सर्वसामान्यांना परवडणारी व गुणवत्तापूर्ण आरोग्यसेवा देण्याचा ध्यास घेतला आहे. NABH प्री एन्ट्री-लेव्हल मानांकनामुळे या सेवेला राष्ट्रीय स्तरावरील गुणवत्ता मान्यता मिळाली आहे. भविष्यातही रुग्णांच्या सुरक्षिततेला सर्वोच्च प्राधान्य देत, वैद्यकीय सेवेची गुणवत्ता सातत्याने उंचावत पूर्ण NABH मानांकन प्राप्त करण्याच्या दिशेने इंवर हॉस्पिटलची वाटचाल अधिक जोमाने सुरू राहील, असा विश्वास हॉस्पिटल व्यवस्थापनाने व्यक्त केला आहे.

एव्हरेस्ट अबॅकस अकॅडमीच्या राष्ट्रीय अबॅकस स्पर्धेने रचला इतिहास

नगर – राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरणाच्या युगात विद्यार्थ्यांमध्ये तात्त्विक विचार, गणितीय कौशल्य आणि बौद्धिक क्षमता विकसित करणे ही काळाची गरज आहे. एव्हरेस्ट अबॅकस अकॅडमीने गेल्या ४३ वर्षांपासून अबॅकसच्या माध्यमातून महाराष्ट्रातील लाखो विद्यार्थ्यांमध्ये गणिताची गोडी निर्माण केली आहे. ५०व्या राष्ट्रीय स्पर्धेचे यशस्वी आयोजन ही केवळ स्पर्धा नसून भारतीय शैक्षणिक क्षेत्रासाठी प्रेरणादायी चळवळ आहे. अकॅडमीने जिल्ह्याचे नाव राष्ट्रीय स्तरावर अभिमानाने उंचावले आहे, असे प्रतिपादन आमदार अमोल खताळ यांनी केले.

एव्हरेस्ट अबॅकस अकॅडमीच्या ५०व्या राष्ट्रीय अबॅकस स्पर्धेच्या पारितोषिक वितरण सोहळ्याप्रसंगी श्री खताळ बोलत होते. यावेळी आयपीएस परीक्षा उत्तीर्ण ऋतुजा गायकवाड, अधिव्याख्याता डॉ. गणेश मोरे, पोलीस उपनिरीक्षक विद्या झाडे, अॅड. मिनल देशमुख,

केंद्रप्रमुख आशा घुले, विश्वनाथ खिल्लारी, रोहिणी खतोडे, मुख्याध्यापक गायकवाड, सुनीता वाकचारे यांची उपस्थिती लाभली.

कार्यक्रमाची सुरुवात सरस्वती पूजन, दीपप्रज्वलन आणि अबॅकस मण्यांच्या पवित्र पाटीच्या पूजनाने झाली. त्यानंतर सर्व मान्यवरांचा अकॅडमीच्या वतीने सन्मान करण्यात आला. वंदना थोरात यांनी स्वागत व प्रास्ताविकातून एव्हरेस्ट अबॅकस अकॅडमीचा ४३ वर्षांचा प्रेरणादायी शैक्षणिक प्रवास, विद्यार्थी घडविण्याची परंपरा आणि राष्ट्रीय स्तरावरील उल्लेखनीय यशाचा आढावा मांडला. या प्रसंगी अबॅकस विषयातील जगातील पहिली पीएच. डी. प्राप्त करणाऱ्या अकॅडमीच्या मार्गदर्शिका डॉ. कल्पना अशोक घडेकर-कॉले यांचा विशेष गौरव करण्यात आला. एव्हरेस्ट आदर्श शिक्षिका पुरस्काराने रोहिणी शिंदे व वैशाली साळुंखे,

एव्हरेस्ट स्टार टीचर अवॉर्डने ननिका थोरात, रायझिंग वुमन स्टार अवॉर्डने विद्या देशमुख, तर एव्हरेस्ट गॅलेक्सी टीचर अवॉर्डने वंदना थोरात यांना सन्मानित करण्यात आले. लहान गटामध्ये वेदशी पाटील, देवांश बेडवाल, श्रेया गाडगे, प्रतीक भोसले, ऋषिकेश गीते, मानसी इराडे, शौर्य पोदार, गार्गी दामाडे, श्लोक शिंदे, आरोही शेळके, शाविल कवडे, आर्यन लांडे, जय गाडगे, वेदांत वाडिया, कस्तुरी माने, वैभव कोरडे आणि कृष्णा दिघे यांनी चॅम्पियनशिप पटकावली.मोठ्या गटात सर्वज्ञ वाळे, आराध्या तरहाळ, शिवम देशमुख, अपेक्षा एरंडे, कस्तुरी आरोटे, वेदांत सौर, स्वरांगी हसे, आराध्या वर्पे, अवनी मरकड, इशिता गडाख, स्वरा गुंजाळ आणि अमिरा शेख यांनी उत्कृष्ट यश संपादन करत विजेतेपद पटकावले. सूत्रसंचालन डॉ.अमोल बागूल यांनी केले. अशोक घडेकर यांनी आभार मानले.



अहिल्यानगर जिल्हा पेंशनर असोसिएशनची नूतन कार्यकारिणीच्या निवडझरंणी संघटनेचे पदाधिकारी उपस्थित होते.

जिल्हा पेंन्शनर असोसिएशनच्या अध्यक्षापदी एन. एम. पवळे

नगर – अहिल्यानगर जिल्हा पेंशनर असोसिएशनची महत्त्वपूर्ण बैठक नुकतीच पार पडली. या बैठकीत पुढील तीन वर्षांच्या कालावधीसाठी नवीन कार्यकारिणीची एकमताने निवड करण्यात आली. यावेळी जुनी कार्यकारिणी बरखास्त करून नव्या पदाधिकाऱ्यांवर जबाबदारी सोपविण्यात आली. यात संघटनेच्या अध्यक्षापदी एन. एम. पवळे यांची निवड करण्यात आली.

नवीन कार्यकारिणीमध्ये उपाध्यक्षापदी वसंत थोरात व मिलिंद वैद्य, कार्याध्यक्षापदी डी. यू. देशमुख, खजिनदारपदी डी. एम. टेपाळे, सहखजिनदारपदी आर. जी. शेख, चिटणीसपदी आर. के. गावडे तर सरचिटणीसपदी मधुकर खताळ यांची एकमताने निवड

करण्यात आली.

याशिवाय सल्लागार म्हणून रमेश शहा, एस. एस. परशुरामी, रवींद्र गणगले, दिलीप पाठक, लक्ष्मण जगताप आणि अन्वर शेख यांची निवड करण्यात आली. कार्यकारिणी सदस्य म्हणून नंदू डापसे, मुठाळ, सतीश वाघ, पेरणे, अनिल पठाण, वाखारे, नवनाथ भालेराव, वसंत गायकवाड, बाबा डवरे, वाघ, शांताबाई शेकटकर, पेटारे आणि द्वारका किंगर यांची निवड करण्यात आली.

बैठकीत निवृत्त कर्मचारी व पेंशनधारकांना भेडसावणाऱ्या विविध अडचणी, महागाई भत्ता, आरोग्य सुविधा, कौटुंबिक पेंशन, कार्यालयीन कामकाजातील विलंब, शासन निर्णयांची प्रभावी अंमलबजावणी

आणि ज्येष्ठ नागरिकांच्या कल्याणासाठी आवश्यक उपाययोजनांवर सविस्तर चर्चा करण्यात आली. संबंधित विभागांकडे सातत्याने पाठपुरावा करून पेंशनरांचे प्रश्न सोडविण्यासाठी संघटना अधिक सक्रियपणे कार्य करेल, असा निर्धार यावेळी व्यक्त करण्यात आला.

नवनियुक्त अध्यक्ष एन. एम. पवळे म्हणाले, अहिल्यानगर जिल्हा पेंशनर असोसिएशन ही केवळ एक संघटना नसून हजारो निवृत्त कर्मचारी आणि ज्येष्ठ नागरिकांचा विश्वास आहे. सेवेत असताना प्रत्येक कर्मचाऱ्याने शासनासाठी प्रामाणिकपणे योगदान दिले आहे. निवृत्तीनंतर त्यांना सन्मानाने आणि स्वाभिमानाने जीवन जगता यावे, यासाठी त्यांच्या हक्कांचे संरक्षण करणे ही संघटनेची प्रमुख जबाबदारी आहे.



भाजप महिला मोर्चाच्या वतीने महिलांना टेरेस गार्डन किट वाटप करताना महिला मोर्चाच्या पदाधिकारी.

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या वाढदिवसानिमित्त टेरेस गार्डन किट वाटपासह मोफत आरोग्य तपासणी

नगर – मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या वाढदिवसानिमित्त भाजप महिला मोर्चाच्या जिल्हाध्यक्षा प्रिया जानवे यांच्या पुढाकारातून मॅक्सकेअर आणि भाजप महिला मोर्चाच्या संयुक्त विद्यमाने महिलांसाठी मोफत आरोग्य तपासणी शिबीर आणि टेरेस गार्डन किट वाटप करण्यात आले.

शिबिरात हृदयविकाराचा धोका लक्षात घेऊन ईसीजी, रक्तदाब, रक्तातील साखरेची तपासणी, तसेच महिलांमधील स्तनाच्या कर्करोगाचे लवकर निदान होण्यासाठी एसओएस मॅमोग्राफी अशा विविध वैद्यकीय तपासण्या मोफत करण्यात आल्या. तज्ज्ञ डॉक्टरांच्या मार्गदर्शनाखाली प्रत्येक महिलाेची आरोग्य तपासणी करून आवश्यक वैद्यकीय सल्लाही देण्यात आला. शिबिरात डॉ. तुषी मोरे, डॉ. राहुल माटे आणि त्यांच्या वैद्यकीय सहकाऱ्यांनी तपासण्या केल्या.

याच कार्यक्रमात पर्यावरण संवर्धन आणि घरगुती पोषणाचा संदेश देण्यासाठी महिलां टेरेस गार्डन किटचे वाटप करण्यात आले. कमी जागेतही सॅन्ड्रिय पद्धतीने भाजीपाला, फळे व औषधी वनस्पतींची

लागवड करता यावी, कुटुंबाला रसायनमुक्त अन्न मिळावे आणि पर्यावरण संवर्धनात महिलांचा सहभाग वाढावा, या उद्देशाने हा उपक्रम राबविण्यात आला. सुनिल दौंड आणि अॅड. अर्चना दौंड यांनी टेरेस गार्डनची संकल्पना, लागवडीच्या पद्धती, सॅन्ड्रिय खतांचा वापर, पाण्याची बचत आणि घरच्या घरी पौष्टिक भाजीपाला कसा तयार करता येईल याबाबत सविस्तर मार्गदर्शन केले.

यावेळी महिला मोर्चाच्या जिल्हाध्यक्षा प्रिया जानवे, सरचिटणीस ज्योती दांगडे, सुजाता औटी, संध्या पावसे, प्रज्ञा जोशी, प्रतीक्षा रसाळ, स्वाती पवळे, स्वाती शिरसुल, रेखा मैड, पूजा आहरे, लीला गायकवाड, मेघा डहाळे, वर्षा जोशी, सुवर्णा कुलकर्णी, दिपाली जोशी, सुवर्णा महापुरुष, अस्मिता कुलकर्णी, भक्ती शुक्रे, स्वाती रानडे, करिष्मा जामगावकर यांच्यासह प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य अॅड. विवेक नाईक, जिल्हाध्यक्ष अनिल मोहिते, सरचिटणीस अशोक गायकवाड, माजी महापौर बाबासाहेब वाकळे, रुद्रेश अंबाडे, राहुल जामगावकर उपस्थित होते.

भारतीय बौद्ध महासभा शहर शाखेतर्फे वर्षावास प्रवचन मालिकेची सुरुवात

नगर – भारतीय बौद्ध महासभा, अहिल्यानगर शहर शाखेच्या वतीने वर्षावास प्रवचन मालिका २०२६ ची सुरुवात सावेडी गाव येथील बुद्ध विहारात उत्साहात करण्यात आली. कार्यक्रमात त्रिसरण, पंचशील ग्रहण आणि बुद्धपूजेनंतर उपस्थित मान्यवरांचा सत्कार करण्यात आला.

भारतीय बौद्ध महासभेचे जिल्हाध्यक्ष राजेंद्र साळवे यांनी वर्षावास प्रवचन मालिकेची अधिकृत घोषणा केली. प्रमुख प्रवचनकार तथा महिला जिल्हाध्यक्षा सुनीताताई गायकवाड यांनी तथागत भगवान गौतम बुद्ध विश्वधम्मगुरू या विषयावर मार्गदर्शन केले. त्या म्हणाल्या, आषाढी पौर्णिमेच्या दिवशी भगवान गौतम बुद्धांनी पंचवर्गीय भिक्खूंना प्रथम धम्मोपदेश देऊन संघाची स्थापना केली. त्यामुळे बौद्ध जगतात आषाढी पौर्णिमेला अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. भगवान बुद्धांनी मानवजातीला दिलेला पंचशीलचा मार्ग हा शांतता, समता आणि मानवकल्याणाचा मार्ग आहे. प्रत्येकाने आपल्या जीवनात पंचशीलाचे पालन करण्याचा संकल्प केला तर संपूर्ण मानवजातीचे कल्याण साध्य होईल.

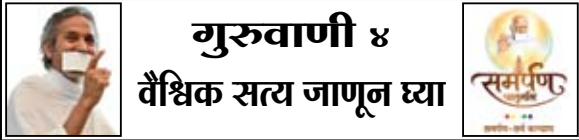
शहर सरचिटणीस लक्ष्मण माघाडे यांनी उपोसथ या विषयावर मार्गदर्शन केले. तसेच डॉ. बाबासाहेब

आंबेडकर लिखित बुद्ध अॅड हिज धम्म या पवित्र ग्रंथाच्या सामूहिक वाचनाचा शुभारंभ शहर संघटक राजेंद्र थोरात यांच्या हस्ते करण्यात आला. प्रास्ताविकात शहराध्यक्ष दिपक पाटोळे यांनी सांगितले की, आषाढी पौर्णिमेपासून अश्विन पौर्णिमेपर्यंत संपूर्ण शहरात वर्षावास प्रवचन मालिका राबविण्यात येणार असून भगवान बुद्धांच्या धम्माचा प्रचार व प्रसार विविध उपक्रमांच्या माध्यमातून केला जाणार आहे.

कार्यक्रमास जिल्हाध्यक्ष राजेंद्र साळवे, महिला जिल्हाध्यक्षा सुनीताताई गायकवाड, प्रचार-पर्यटन सचिव रवींद्र कांबळे, शहराध्यक्ष दिपक पाटोळे, कार्यालयीन सचिव गौतम पाचारणे, सरचिटणीस लक्ष्मण माघाडे, कोषाध्यक्ष विजय चाबुकरस्वार, संस्कार उपाध्यक्ष युवराज

बनसोड, संरक्षण सचिव बापू भिंगारदिवे, प्रचार-पर्यटन उपाध्यक्ष मोहन शिरसाट, संरक्षण उपाध्यक्ष मिलिंद घाटेराव, कार्यालयीन सचिव विजय पाटोळे, संरक्षण सचिव विजय कांबळे, संघटक राजेंद्र थोरात, अॅड. विद्या शिंदे, हर्षा पंचमुख, रेखा भिंगारदिवे, दिपा चव्हाण तसेच सावेडी गावातील उपासक सदाशिव भिंगारदिवे, अॅड. किरण भिंगारदिवे, शारदा भिंगारदिवे, अलका भिंगारदिवे, सुनील भिंगारदिवे, राजू भिंगारदिवे, रंजना भिंगारदिवे, अजय भिंगारदिवे, विलास भिंगारदिवे, शोभा भिंगारदिवे, वर्षा भिंगारदिवे, कौसल्याताई भिंगारदिवे, बेबी भिंगारदिवे आदी उपस्थित होते.

धम्मपालन गाथेने कार्यक्रमाची सांगता झाली. कार्यालयीन सचिव गौतम पाचारणे यांनी आभार मानले.



गुरुवाणी ४

वैश्विक सत्य जाणून घ्या



आयुष्यातील ९ तत्त्व खूप महत्त्वाचे आहेत. या तत्त्वांचे ज्ञान नसल्याने आपण स्वतःच अडचणी निर्माण करतो. तीर्थंकर भगवान यांनी याच ९ तत्त्वांचे सुंदर विचार मांडले. गुरुदेवांनी हीच तत्त्वे अंगिकारत सगळ्यांना ज्ञान दिले. आजही जग म्हणते की, 'गुरुदेवांसारखे आचार्य झाले नाहीत'. धर्माने जो जीवन साकारतो त्याची कायम आठवण केली जाते.

कठीण अशा 'आश्रव' तत्त्वाचे ग्रहण करूनच तीर्थंकर महावीर यांची चेतना तीर्थंकर बनली. आश्रव म्हणजे बाहेरून येऊ द्यायचे. आपल्या शरीरात, मनात, चारित्र्यात येणे म्हणजे आश्रव. औषधातील कॅन्टेट आपल्याला माहीत नसतात पण औषध शरीरात गेल्यावर आपले काम करते. याटिकाणी तुम्ही जिनेश्वराचे तत्त्व ग्रहण करत आहात. ते संपूर्ण कळले नाही तरी आत गेल्यावर ते चांगले परिणाम करणारच. चंडकौशिकला नवकार मंत्राचा आश्रव देण्यात आला. त्याला माहीत नव्हते की आश्रव करून देणारे तीर्थंकर भगवान आहेत. तरीही चंडकौशिकवर चांगला परिणाम झालाच. म्हणूनच आश्रव तत्त्व समजून घेणे, उपयोग करणे आवश्यक आहे. त्यामुळेच घरात शांती आणि व्यापारात प्रगती निश्चित होईल. आचार्य भगवंतांनी कोणाला मंत्र तंत्र दिले नाही, त्यांच्या नजरेनेच ऊर्जा मिळायची. आश्रव कसे, कोणाचे करायचे हे एकदा कळले तर घरातील शांतीसाठी वास्तुशांती करायची गरज पडणार नाही. आजारी आपण असल्यावर दुसऱ्यावर उपचार करणे योग्य ठरत नाही. आश्रव प्रमाणेच चुकीच्या गोष्टींची मनात घुसखोरी होऊ न देणेही महत्त्वाचे असते. देशाचे रक्षण करण्यासाठी घुसखोरांना सीमेवरच रोखणे आवश्यक आहे. तर देशात शांतता नांदेल. आपल्या मनातही अशी चुकीची घुसखोरी होऊ दिली नाही तर आपोआपच मनाला शांती लाभेल. अनेक प्रयत्न करूनही घुसखोरी झालीच तर त्याला बाहेर काढण्याला निर्जरा म्हणतात. मनातील अस्वस्थतेत 'टीबायोटिक' देऊन बाहेर काढा. काही गोष्टी आतच राहिल्या पाहिजेत असे वाटते. त्या कायम ठेवणे म्हणजे बंधकतत्त्व. 'जो जिसको पकडता है वैंसा हो जाता है'. आचार्य भगवंतांनी आपल्या गुरुला असेच पकडले होते. गुरुचे शरीर सुटले पण आचार्यांच्या हृदयातील गुरुचे स्थान सुटले नाही. नगरवाल्यांनी आचार्य भगवंतांना असेच पकडून ठेवले आहे. जे आपण पकडणार नाही ते आपल्या जवळ राहणार नाही. हेच सगळं आपल्याला शिकायचे आहे. आपल्या भविष्याची इमारत बांधणे म्हणजेच बंधकतत्त्व. ९ तत्त्व कोणत्याही धर्माशी नाही तर मानवाशी निगडीत आहेत. हे वैश्विक सत्य आपल्याला शिकायचे आहे.

– उपाध्याय प्रवर पू. श्री. प्रविणऋषिजी म. सा.

डॉ.सौ.नलिनी गिते (महिंद्रकर) नेत्र व कॉर्निया तज्ञ / मोतीबिंदू तज्ञ
MBBS, MS (Ophthalmology) FGO,
FCRS (H.V. Desai Eye Hospital, Pune)

अक्षय मल्टिस्पेशलिटी हॉस्पिटल व प्रसुतिगृह
गीते हॉस्पिटल, बालिकाश्रम रोड, अहिल्यानगर Mo : 9257575714