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

संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

# नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

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

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रूपये | अहिल्यानगर, शनिवार दि. २२.०८.२०२६ | अंक नं. १२२ | 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 | पॉइंट्सवर गिफ्ट
30 ते 70% डिस्काउंट सेल
विश्वसनीय वस्त्रांची अखंड परंपरा
राजपाल™
संगमनेर (02425) 222226
अहिल्यानगर (0241) 2999299
नारायणगाव (02132) 242132
श्रीरामपूर (02422) 220090

उपवासातही चव आणि पौष्टिकता,
कॅमल साबुदाण्यासोबत प्रत्येक घास खास !
1 किलो | 500 ग्रॅम | 250 ग्रॅम पॅकिंगमध्ये उपलब्ध
कॅमल सुपरफाईन शाबुदाणा
स्टॉकिस्ट
अशोक बन्सीलाल पारख
कॅमल हाऊस, आडते बाजार, अहिल्यानगर
(0241) 2343896/2341196

चलो दुबई
खरेदी सोन्याची, होईल भाग्याची..
सोने-चांदीच्या खरेदीवर स्क्रॅचकार्डद्वारे
जिंका दुबई ट्रिप
किंवा आकर्षक गिफ्ट बॉक्स
₹ 50000/- सोने खरेदीवर
₹ 20000/- चांदी खरेदीवर
₹ 5000/- भिशी योजनेत सहभागी व्हा.
₹ 5000/- फॉर्मिंग ज्वेलरीच्या खरेदीवर
स्क्रॅचकार्डद्वारे जिंका दुबई ट्रिप किंवा आकर्षक गिफ्ट बॉक्स व सोबतच मजुरीही सर्वात कमी.
सावेडी, अहिल्यानगर
9272422001/02
बुधवार चालु
22 कॅरेट सोन्याचा
सर्वात कमी भाव, सर्वात कमी मजुरी..
₹ 999/-*
दागिन्यांची प्रतीग्रॅम मजुरी
खास रक्षाबंधनानिमित्त सोन्या-चांदीच्या राख्या आकर्षक पॅकिंगमध्ये उपलब्ध.
सोन्याची राखी - ₹ 999/- पासुन
चांदीची राखी - ₹ 199/- पासुन

## चांदबिबी महाल परिसरात दिसला बिबट्या

नगर - नगर शहराजवळील ऐतिहासिक चांदबिबी महाल परिसरात २१ ऑगस्ट रोजी रात्री ९ च्या सुमारास बिबट्यावावरताना आढळून आला. 'आनंद भुवन'चे संचालक आकाश वाळके हे महालावर गेले असता त्यांच्यासमोर अचानक बिबट्या आला. वाळके यांनी अत्यंत धाडसाने या थराराचा व्हिडिओ आपल्या मोबाईल कॅमेऱ्यात कैद केला.

या घटनेला 'हरियाली' पर्यावरण संस्थेचे अध्यक्ष सुरेश खामकर यांनी दुजोरा दिला असून परिसरातील वाढत्या धोक्यावर चिंता व्यक्त केली आहे. बिबट्याचे चमकणारे हिंस्र डोळे आणि आक्रमक हालचाल व्हिडिओमध्ये स्पष्ट दिसत असल्याने नागरिकांमध्ये प्रचंड घबराट आहे. पर्यटकांच्या सुरक्षेबाबत वनविभागाची ढिसाळ वृत्ती नागरिकांच्या जीवावर उठली असून, मोठी दुर्घटना घडल्यावरच जाग येणार का? असा संतप्त सवाल विचारला जात आहे.

चांदबीबी महाल परिसरात दिवसभर पर्यटकांची वर्दळ असते, दररोज मोठ्या संख्येने शहरातीलच नव्हे तर राज्यभरातील पर्यटक या ठिकाणी येत असतात. याशिवाय शहरातील अनेक नागरिक पहाटे व सायंकाळी या परिसरात व्यायामासाठी, वॉकिंग साठी जात असतात. या परिसरात यापूर्वीही अनेकदा बिबट्या चा वावर दिसून आलेला आहे. पर्यटकांच्या आणि वॉकिंग साठी जाणाऱ्या नागरिकांच्या सुरक्षेसाठी वन विभागाने तातडीने उपाययोजना कराव्यात, या परिसरात तात्काळ पिंजरा लावून बिबट्याला जेरबंद करण्याची मागणी होत आहे.

३०० स्के.फू.रोडटच दुकान भाड्याने देणे
नवीपेठ मध्ये, नवीन मराठी शाळे समोर, रोडटच दुकान भाड्याने देणे
संपर्क : मो. 7350012310 / 8888965980

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

सस्नेह निमंत्रण
अहिल्यासरस्वती महोत्सव
अहिल्या शक्ती बाईक रॅली
अभिमानाची स्वारी, सामर्थ्याची नवी प्रेरणा!
|| शुभारंभ ||
रविवार, २३ ऑगस्ट २०२६, दुपारी ३ वा.
प्रोफेसर चौक, सावेडी, अहिल्यानगर.
शुभहस्ते
लोकप्रिय आमदार मा.श्री. संग्रामभैय्या जगताप
मा.सौ. ज्योती अमोल गाडे
महापौर, अहिल्यानगर महानगरपालिका
मा.श्री. धनंजय जाधव
उपमहापौर, अहिल्यानगर महानगरपालिका
व अहिल्यानगर मधील सर्व सन्माननीय मान्यवरांच्या उपस्थितीत..
नारीशक्ती, आत्मविश्वास आणि महाराष्ट्राच्या समृद्ध परंपरेचा गौरव करणारा अत्यंत आनंदाचा आणि सन्मानाचा क्षण..
''अभिमानाची स्वारी, सामर्थ्याची नवी प्रेरणा''
या भावनेने आयोजित या रॅलीला आपल्या उपस्थितीने निश्चितच अधिक प्रेरणा आणि गौरव प्राप्त होईल.
आपण आवर्जून उपस्थित राहून अहिल्या शक्तीच्या या उत्सवाची शोभा वाढवावी ही मनःपूर्वक विनंती!
विनित
अहिल्यासरस्वती महोत्सव संयोजन समिती, अहिल्यानगर
Design : Sagar Gandhare

'सहस्त्रचंद्रदर्शन सथाभिषेकम'
८० वा वाढदिवस..
"रक्ताची नाती जन्माने जुळतात मानलेली नाती मनाने जुळतात पण नाती नसतांनाही जे बांध जुळतात त्या बांधाना मैत्री म्हणतात"
मा.श्री. नाथा घुले साहेब
(RTD, DYSP)
आपणास वाढदिवसाच्या हार्दिक शुभेच्छा
* शुभेच्छुक *
मा.श्री.नाथा घुले साहेब मित्र परिवार
अहिल्यानगर

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 औद्योगिक गुंतवणुकीला सुरक्षा आणि सुविधा उपलब्ध करून देणार

## पालकमंत्री डॉ. राधाकृष्ण विखे पाटील

नगर – जिल्ह्यात नवीन उद्योग गुंतवणुकीसाठी पुढाकार घेत असून या उद्योगास सुरक्षा आणि सुविधा उपलब्ध करून देण्यासाठी शासन खंबीरपणे उभे असल्याची ग्वाही राज्याचे जलसंपदा तथा जिल्ह्याचे पालकमंत्री डॉ. राधाकृष्ण विखे पाटील यांनी दिली.

जिल्हाधिकारी कार्यालयातील पंडित जवाहरलाल नेहरू सभागृहात आयोजित जिल्हा गुंतवणूक परिषदच्या उद्घाटनप्रसंगी ते बोलत होते.

यावेळी आमदार काशिनाथ दाते, उद्योग विभागाच्या सहआयुक्त वृषाली सोने, जिल्हा उद्योग केंद्राचे जिल्हा व्यवस्थापक दीपक शिवदास अपर जिल्हाधिकारी शैलेश हिंगे, निवासी उपजिल्हाधिकारी दादासाहेब गीते, जिल्हा उद्योग अधिकारी अशोक बेनके यांच्यासह उद्योजक अरविंद पाडगावकर, प्रकाश भामरे, बाबासाहेब काळे, गिरधर आसणे व अन्य उद्योजक या गुंतवणूक परिषदेत उपस्थित होते.

जिल्हाधिकारी कार्यालयात आयोजित जिल्हा गुंतवणूक परिषदेचे उद्घाटन करताना पालकमंत्री राधाकृष्ण विखे पाटील. समवेत मान्यवर.

अहिल्यानगर जिल्ह्यात गुंतवणूक वाढवून नवीन उद्योग सुरू करण्यासाठी शासन सर्वतोपरी प्रयत्न करत आहे. यासाठी उद्योजकांना जमीन आणि औद्योगिक सुविधासाठी रस्ते, पाणी, वीज आणि इतर सुविधा उपलब्ध करून देण्यासाठी जिल्हा प्रशासन आणि उद्योग विभागाने पुढाकार घ्यावा असे निर्देश पालकमंत्री डॉ. राधाकृष्ण विखे पाटील यांनी दिले.

जिल्ह्यात शिर्डी, सुपा, घोडेगाव, अहिल्यानगर व श्रीरामपूर या औद्योगिक क्षेत्रात होत असलेल्या औद्योगिक गुंतवणुकी मुळे उद्योगासाठी अहिल्यानगर जिल्हा नवा पर्याय उपलब्ध होत आहे. जिल्ह्यातील औद्योगिक क्षेत्राचा विकास करण्यासाठी एमआयडीसीच्या जमिनीवर झालेले अतिक्रमण काढून, रोजगार उपलब्ध करण्यासाठी सर्वांनी प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. तसेच उद्योगास पोषक असलेले सुरक्षा आणि सुविधापूर्ण वातावरण उपलब्ध करून देण्यामध्ये सर्व घटकांनी पुढाकार घ्यावा, असे आवाहन केले.

शिर्डी विमानतळ विस्तार, छत्रपती संभाजीनगर ते पुणे ग्रीन फिल्ड कॉरिडोर व संरक्षण क्षेत्रात होणारी गुंतवणूक तसेच कृषी आधारित उत्पादनात, लघुउद्योग आणि सूक्ष्म लघु उद्योगाच्या बाबतीत उद्योजकांना गुंतवणुकीच्या करारामध्ये तरुण उद्योजक आणि महिला उद्योजक पुढे येत असल्याबाबत त्यांनी समाधान व्यक्त केले.

कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकात सहआयुक्त वृषाली सोने यांनी जिल्ह्यात १३, हजार १७३ कोटी रुपयांची गुंतवणूक करार झाले असून यामध्ये ११हजार९४८ तरुणांना रोजगार उपलब्ध करून देण्यासाठी एकूण ८३ कंपन्याने गुंतवणूक करार केल्याबाबतची माहिती दिली. यामध्ये दहा हजार कोटी ही संरक्षण क्षेत्रातील गुंतवणूक असल्याचेही त्यांनी नमूद केले. एक जिल्हा एक उत्पादन मध्ये साखर आणि दूध उत्पादनातही तरुण उद्योजकाने गुंतवणूक केली असून मैत्रीच्या २.० या पोर्टल अंतर्गत सूक्ष्म आणि लघुउद्योजकांना गुंतवणुकीमध्ये प्राधान्य दिले असून यामध्ये सर्व प्रकारच्या परवानग्या एकाच छताखाली १७६ सेवा उपलब्ध आहेत. याचा लाभ उद्योजकांनी घ्यावा असे आवाहन या कार्यक्रमात केले.

उद्योजक अरविंद पारगावकर, अद्विक ग्रुपचे श्री. मायकल यांनी मनोगत व्यक्त केले.

# संधी मोठी असते, पण तिची किंमतही असत

राजन कुटे

आयुष्यात काही संधी अचानक समोर येतात, जमीन, घर, सोने किंवा एखादी स्थावर मालमत्ता घेण्याची संधी, आणि अनेकदा त्या संधीचा विचार मनात आधीच पक्का झालेला असतो. संधी योग्य आहे की नाही, यापेक्षा ती हातातून जाऊ नये, अशी भावना अधिक तीव्र असते. अशा वेळी उपलब्ध असलेला पैसा कुठून आणायचा, हा पुढचा प्रश्न असतो, आणि अनेकदा त्याचं उत्तर आपल्या आधीपासूनच्या गुंतवणुकीत सापडतं.

प्रश्न असा नाही की जमीन चांगली आहे की सोने, किंवा म्युच्युअल फंडातील गुंतवणूक चांगली आहे. प्रत्येक मालमत्तेची स्वतःची भूमिका असू शकते. प्रश्न एवढाच आहे की, ज्या पैशाला आपण काल एक काम दिलं होतं, त्याच पैशाला आज दुसरं काम देताना आपण काय बदलत आहोत?

कारण प्रत्येक कुटुंबाकडे अमर्याद आर्थिक संसाधने नसतात. एखादी मोठी संधी समोर आली आणि तिच्यासाठी मोठी रक्कम आवश्यक असेल, तर त्या रकमेची स्वतंत्रपणे आधीपासून तरतूद केलेली असेलच असं नाही. अशा वेळी विद्यमान गुंतवणुकीचा काही भाग वापरण्याची वेळ येऊ शकते. तो निर्णय चुकीचा आहे असं म्हणता येणार नाही, पण त्या निर्णयाची खरी किंमत फक्त आजच्या खरेदीच्या रकमेत नसते, तर त्या पैशाने यापूर्वी कोणतं काम स्वीकारलं होतं, त्यातही असते.

समजा एखाद्या कुटुंबाने दीर्घकालीन संपत्ती निर्माण करण्यासाठी गुंतवणूक सुरू केली, आणि काही वर्षांनी जमीन घेण्याची संधी आली. जमीन घेणं त्यांच्या दृष्टीने योग्य असू शकतं, कदाचित ती भविष्यात उपयोगी पडेल, कदाचित तिच्यात मूल्यवृद्धीची शक्यता असेल. पण त्या खरेदीसाठी विद्यमान गुंतवणूक मोडली, तर त्याच वेळी दीर्घकालीन उद्दिष्टासाठी काम करणारा पैसा कमी होतो. आज एक मालमत्ता मिळते, पण उद्याच्या एका उद्दिष्टाचा प्रवास काहीसा मागे सरकतो. दोन्ही गोष्टी चांगल्या असू शकतात, पण मर्यादित संसाधनांमध्ये एक निवड केली की दुसऱ्या एखाद्या उद्दिष्टावर त्याचा परिणाम होतो.

याची तुलना प्रवासाशी करता येईल. श्रीलंकेचं तिकीट घेऊन प्रवासाला निघाल्यावर वाटेत चेन्नईला एखादी दुसरी आकर्षक संधी दिसली म्हणून तिथेच प्रवास थांबवला, तर चेन्नईपर्यंतचा प्रवास चुकीचा ठरत नाही, आणि नवीन संधीही चुकीची असेलच असं नाही. पण मूळ प्रवासाचा उद्देश बदलला आहे, हे मात्र मान्य करावं लागतं. पुढे जाण्यासाठी पुन्हा तिकीट, वेळ आणि नियोजनाची गरज भासू शकते. गुंतवणुकीतही तसंच आहे, एखादी गुंतवणूक मोडणं सोपं असतं, पण तिच्यामागचा मूळ उद्देश आणि पुढचा प्रवास विसरता कामा नये.

म्हणूनच मोठा आर्थिक निर्णय घेताना स्वतःला एक साधा प्रश्न विचारता आला पाहिजे, मी हे का केलं होतं, आणि आता हे कशासाठी करतोय? उत्तर बदललं असेल, तर तो निर्णय चुकीचा आहे असं नाही, पण त्या बदलाचा पुढच्या आर्थिक प्रवासावर काय परिणाम होईल, हे स्पष्ट असणं आवश्यक आहे. कारण आजचा पैसा एखाद्या नव्या मालमत्तेत वळवला, तर तो उद्याच्या जुन्या उद्दिष्टासाठी त्याच प्रकारे काम करत राहणार नाही.

आणि जर अशा संधी पुन्हा पुन्हा येत असतील, तर प्रश्न एका व्यवहारापुरता राहत नाही. मग स्वतःला विचारावं लागतं, आपल्या आर्थिक नियोजनात अशा संधींसाठी जागा आहे का? प्रत्येक वेळी दीर्घकालीन गुंतवणूक मोडून संधी साधायची असेल, तर कदाचित समस्या संधीमध्ये नसून पैशाच्या वेगवेगळ्या उद्देशांना दिलेल्या जागेत असू शकते. संसाधने मर्यादित असली तरी प्रत्येक मोठ्या निर्णयापूर्वी त्याचा परिणाम इतर उद्दिष्टांवर किती होईल, हे पाहणं शक्य असतं.

आर्थिक नियोजन म्हणजे प्रत्येक संधीला होकार देणं किंवा प्रत्येक मोठ्या खरेदीला नकार देणं नव्हे. कधी एखादी मालमत्ता खरेदी करणं योग्य असेल, कधी विद्यमान गुंतवणूक कायम ठेवणं अधिक योग्य असेल, आणि कधी दोन्हीमध्ये समतोल साधावा लागेल. महत्त्वाचं एवढंच की निर्णय घेताना एका पैशाला दोन वेगवेगळी कामं एकाच वेळी दिली आहेत का, आणि एका उद्दिष्टासाठी घेतलेला पैसा दुसऱ्या उद्दिष्टासाठी वापरताना त्याची किंमत आपण समजून घेतली आहे का.

कारण संधी चांगली असू शकते, मालमत्ता चांगली असू शकते, गुंतवणूकही चांगली असू शकते, पण मर्यादित संसाधनांमध्ये योग्य प्रश्न काय चांगलं? हा नसतो, तर आत्ता माझ्या पैशाने कोणतं काम करणं अधिक महत्त्वाचं आहे? हा असतो.

निवड एका क्षणाची असते, पण तिचा परिणाम अनेक वर्षांचा असू शकतो.

स्पष्ट ठेवा, शांत ठेवा.

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

# कोपरगावातून पळवून आणलेल्या मुलीची नगरमध्ये सुटका

## दरेवाडी येथून दोन आरोपींना घेतले ताब्यात, स्थानिक गुन्हे शाखेची कारवाई

नगर – कोपरगाव शहरातून पळवून नेण्यात आलेल्या १२ वर्षीय अल्पवयीन मुलीची अहिल्यानगर स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने यशस्वी सुटका केली आहे. या प्रकरणी पोलिसांनी दोघा संशयित आरोपींना दरेवाडी (ता.नगर) परिसरातुन ताब्यात घेतले आहे.

कोपरगावातून अल्पवयीन मुलीला पळवून आणणाऱ्या दोघा आरोपींना पकडल्या नंतर त्यांच्या समवेत स्थानिक गुन्हे शाखेचे पथक.

१८ ऑगस्ट रोजी कोपरगाव येथील १२ वर्षीय अल्पवयीन मुलीला अज्ञात इसमाने फूस लावून पळवून नेले होते. या प्रकरणी कोपरगाव शहर पोलीस ठाण्यात भारतीय न्याय संहितेच्या कलम १३७(२) नुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला होता. गुन्ह्याचे गांभीर्य लक्षात घेऊन पोलीस अधीक्षक मुम्मका सुदर्शन यांनी पिडीत मुलीचा तात्काळ शोध घेण्याचे आदेश दिले होते. त्यानुसार स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोलीस निरीक्षक संतोष मुटकुळे यांनी पोलीस अंमलदार अरुण गांगुर्डे, फुरकान शेख, अशोक लिपणे, आजिनाथ पाखरे, रणजीत जाधव, अमृत आढाव, अभिजीत आरकल, महिला पोलीस अंमलदार चिमा काळे व किरण ठुबे यांचे पथक तयार करून त्यांना मुलीचा शोध घेण्यासाठी रवाना केले.

सदर पथक तांत्रिक विश्लेषणासह तपास करत असताना, २१ ऑगस्ट रोजी गोपनीय माहिती मिळाली की, गुन्ह्यातील पीडित मुलीस नूर राजू पठाण याने पळवून आणले असून ती अहिल्यानगर जवळील दरेवाडी येथील हरीमळा भागात आहे. या माहितीच्या आधारे पथकाने तत्काळ सापळा रचून हरीमळा, सोलापूर रोडयेथून पीडित मुलीची सुटका केली आणि मुख्य आरोपी नूर राजू पठाण (वय १९, रा. आंबेडकरनगर, राहाता) याला ताब्यात घेतले.

पोलिसांनी केलेल्या चौकशीदरम्यान, मुलीस कोपरगाव येथून पळून येण्यासाठी समीर मनोज सोनगत याने मदत केल्याची माहिती समोर आली.

तसेच हे दोघे मागील दोन दिवसांपासून त्याच भागात राहत असल्याचे निष्पन्न झाले. त्यानुसार पोलिसांनी समीर मनोज सोनगत (वय २२, रा. हरीमळा, दरेवाडी, ता. नगर) यालाही ताब्यात घेतले. ताब्यात घेण्यात आलेले दोन्ही आरोपी आणि सुटका करण्यात आलेल्या अल्पवयीन मुलीला पुढील कायदेशीर कारवाईसाठी कोपरगाव शहर पोलीस ठाण्यात हजर करण्यात आले आहे.

# वृत्तवाहिनीच्या पत्रकारावर जीवघेणा हल्ला; सहा जणांवर गुन्हा दाखल

नगर – येथील पाईपलाईन रोडवरील एचडीएफसी बँकेजवळ २० ऑगस्ट रोजी सायंकाळी पावणेसहाच्या सुमारास गाडीच्या अपघाताच्या कारणावरून आणि विरोधात बातम्या लावल्याच्या रागातून वृत्तवाहिनीचे पत्रकार सुशील मारुतीराव थोरात (वय ४९, रा. राज्य कर्मचारी सोसायटी, समतानगर, सावेडी) यांच्यावर जीवघेणा हल्ला करण्यात आला. याप्रकरणी तोफखाना पोलिस ठाण्यात ६ जणांच्या विरुद्ध जीवे मारण्याचा प्रयत्न केल्याचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

या प्रकरणी सोनू कोहक, पप्पू मते, विकी चव्हाण, प्रशांत निक्रड (पूर्ण नाव नाही, सर्व रा. पाईपलाईन रोड, अहिल्यानगर) आणि एक पैलवान नामक युवक व अन्य एका अनोळखी व्यक्तीवर गुन्हा दाखल झाला आहे. थोरात यांचा मुलगा सार्थक याच्या कारला एका मोपेडने मागून धडक दिल्यानंतर हा वाद सुरू झाला होता. मुलगा सार्थक याने बोलावून घेतल्याने थोरात घटनास्थळी पोहोचले. त्यावेळी 'हाच तो पत्रकार आहे, जो नेहमी आपल्या विरोधात बातम्या लावतो, आज याला संपवून टाकू' असे म्हणत आरोपींनी त्यांना शिवीगाळ करत लाथाबुक्क्यांनी आणि दगडाने बेदम मारहाण केली. तसेच छातीवर बसून गळा दाबून त्यांना जीवे मारण्याचा प्रयत्न केला. या प्रकरणी २१ ऑगस्ट रोजी ६ जणांच्या विरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

दरम्यान, पत्रकार सुशील थोरात यांच्यावर झालेल्या या हल्ल्याचा सर्व स्तरातून तीव्र निषेध करण्यात आला. २१ ऑगस्ट रोजी दुपारी पत्रकारांनी पोलिस अधीक्षकांची भेट घेऊन त्यांना कारवाईचे निवेदन दिले. तसेच, या घटनेतील आरोपींवर तात्काळ कठोर आणि 'मोक्का' अंतर्गत कारवाई करण्यात यावी, अशी मागणी पत्रकारांनी केली आहे.

# बोल्हेगावात घरात घुसून विवाहितेचा विनयभंग

नगर – शहरातील बोल्हेगाव परिसरातील गांधीनगर येथे भरदिवसा घरात घुसून एका २५ वर्षीय विवाहितेचा विनयभंग केल्याची २१ ऑगस्ट रोजी दुपारी घडली. याप्रकरणी तोफखाना पोलीस ठाण्यात आरोपी समीर अखिल शेख (रा. भीम चौक, गांधीनगर, बोल्हेगाव) याच्याविरुद्ध गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे.

बोल्हेगाव येथील भीम चौकात पीडित महिला ही २१ ऑगस्ट रोजी दुपारी तीन वाजेच्या सुमारास आपल्या घरात नेहमीप्रमाणे काम करत होती. त्यावेळी त्याच परिसरात राहणारा आरोपी समीर अखिल शेख हा तिच्या घरात शिरला. त्याने महिलेकडे मला तुला भेटायचे आहे, तुझा मोबाईल नंबर दे, अशी मागणी केली. महिलेला काही समजण्याच्या आतच आरोपीने लज्जास्पद कृत्य केले. या अचानक घडलेल्या प्रकारामुळे घाबरलेल्या महिलेने विरोध करताच आरोपी तिथून पसार झाला.

यानंतर पीडित महिलेने तोफखाना पोलीस ठाण्यात जाऊन घडलेल्या प्रकाराबाबत तक्रार दिली. महिलेच्या तक्रारीवरून पोलिसांनी आरोपी समीर शेख याच्याविरुद्ध भारतीय न्याय संहिता कलम ७४ अन्वये विनयभंगाचा गुन्हा दाखल केला आहे. सहाय्यक पोलीस निरीक्षक एकसिंगे या प्रकरणाचा पुढील तपास करत आहेत.

# महिलेची गळफास घेऊन आत्महत्या

नगर – नगर तालुक्यातील नेप्ती येथे एका विवाहित महिलेने राहत्या घरी भंगार दुकानात गळफास घेऊन आत्महत्या केल्याची घटना २१ ऑगस्ट रोजी दुपारी घडली आहे. अमरकली संतराम निषाद (वय २५, रा. दरेकर हाऊस, नेप्ती, ता. नगर) असे मृत पावलेल्या विवाहित महिलेचे नाव आहे.

मृत अमरकली निषाद हिने गळफास घेतल्याचे निदर्शनास आल्यावर तिचा पती संतराम निषाद याने खाजगी म्बुलन्सने तिला दुपारी ४.४५ वाजेच्या सुमारास उपचारासाठी सिव्हिल हॉस्पिटल, अहिल्यानगर येथे दाखल केले. परंतु, हॉस्पिटलमधील मेडिकल ऑफिसर डॉ. चव्हाण यांनी तपासणी केल्यानंतर महिलेला उपचारापूर्वीच मृत घोषित केले. या प्रकरणी नगर तालुका पोलीस ठाण्यात आकस्मात मृत्यूची नोंद करण्यात आली आहे.

# पाईपलाईनमुळे सातबाऱ्यावर इंडियन 'ऑईल'चे नाव नोंदविण्यास शेतकऱ्यांचा तीव्र विरोध

नगर – नगर तालुक्यातील अकोळनेर, खंडाळा, परिसरासह विविध गावांतील शेतकऱ्यांच्या जमिनीमधून इंडियन ऑईल कंपनीची पाईपलाईन गेलेली आहे. या पाईपलाईनसाठी शेतकऱ्यांना यापूर्वी अत्यल्प पीक नुकसानभरपाई देण्यात आली असून, आता त्यांच्या सातबारा उताऱ्यावरील 'इतर हक्क' सदरी इंडियन ऑईल कंपनीचे नाव नोंदविण्याच्या हालचाली सुरू झाल्याने शेतकऱ्यांमध्ये तीव्र नाराजी निर्माण झाली आहे. सातबाऱ्यावर कोणत्याही परिस्थितीत इंडियन ऑईल कंपनीचे नाव दाखल करू नये, अशी मागणी माजी जिल्हा परीषद सदस्य संदेश कार्ले यांनी केली आहे. या बाबतचे निवेदन तहसीलदार ग.दि कुलथे यांना देण्यात आहे.

नगर तालुक्यातील विविध गावातून गेलेल्या पाईपलाईनमुळे शेतकऱ्यांच्या सातबाऱ्यावर इंडियन ऑईल कंपनीचे नाव टाकण्यास तीव्र विरोध असल्याचे निवेदन तहसीलदार ग.दि कुलथे यांना देताना संदेश कार्ले व शेतकरी.

नगर तालुक्यातील आकोळनेर येथील ऑईल डेपोसाठी परिसरातील नांदगाव, शिंगवे नाईक, इस्लामपूर, इसळक, निंबळक, देहरे, विळद ,पिंपरी घुमट, हमीदपूर, निमगाव वाघा, अकोळनेर, चास, खंडाळा, बाबूर्डी घुमट, वाळकी, सह अनेक गावांमधील शेतकऱ्यांच्या शेतजमिनीमधून पाईपलाईन टाकण्यात आली आहे. त्यावेळी संबंधित शेतकऱ्यांना सुमारे चार ते सहा हजार रुपये प्रतिगुंठा या प्रमाणात पीक नुकसानभरपाई देण्यात आल्याचे कार्ले यांनी सांगितले. मात्र, पाईपलाईन टाकण्यास शेतकऱ्यांचा सुरुवातीपासूनच विरोध होता. त्यावेळी पाईपलाईन गेलेल्या क्षेत्राची सातबारा उताऱ्यावर कोणतीही नोंद केली जाणार नाही, असे संबंधितांकडून सांगण्यात आले होते. तसेच केवळ संबंधित १८ मीटर क्षेत्रात बोअरवेल, विहीर व पक्के बांधकाम करण्याबाबत निर्बंध राहतील, असे जनसुनावणीदरम्यान स्पष्ट करण्यात आल्याचा दावा शेतकऱ्यांनी केला आहे.

मात्र, सध्या तहसीलदार यांच्या कार्यालयाकडून जारी करण्यात आलेल्या आदेशानुसार संबंधित जमिनींच्या सातबारा उताऱ्यावरील 'इतर हक्क' सदरी इंडियन ऑईल कंपनीचे नाव नोंदविण्याची कार्यवाही सुरू असल्याचे शेतकऱ्यांचे म्हणणे आहे. या पार्श्वभूमीवर संदेश कार्ले सह शेतकऱ्यानी प्रशासनाकडे लेखी अर्ज करून या नोंदीला तीव्र हरकत घेतली आहे.

### 'तर उद्या शेतकऱ्यांच्या अडचणी वाढतील'

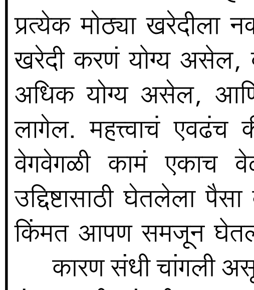
इंडियन ऑईल कंपनी ही व्यावसायिक संस्था असून ती स्वतःचा नफा–तोटा पाहते. पाईपलाईनसाठी शेतकऱ्यांना आधीच अत्यल्प मोबदला मिळाला आहे. अशा परिस्थितीत सातबाऱ्यावर कंपनीचे नाव 'इतर हक्क'मध्ये दाखल झाल्यास भविष्यात शेतकऱ्यांच्या जमिनीच्या वापरावर विविध प्रकारचे निर्बंध येण्याची भीती आहे, असे कार्ले यांनी म्हटले आहे.

आज पाईपलाईनसाठी नोंद केली जाईल, उद्या चौकी उभारण्याची मागणी होऊ शकते आणि त्यानंतर त्या ठिकाणी रस्ता करण्याची आवश्यकता असल्याचे सांगितले जाऊ शकते. तसेच शेतकऱ्यांना त्यांच्या जमिनीवर शेतीसंबंधी कामे करण्यासाठीही कंपनीचा ना–हरकत दाखला घ्यावा लागू शकतो. त्यामुळे भविष्यात शेतकऱ्यांना अनेक अडचणींचा सामना करावा लागण्याची शक्यता असल्याचे त्यांनी नमूद केले.

### 'नोंद झाल्यास तीव्र आंदोलनाचा इशारा'

सातबारा उताऱ्यावर इंडियन ऑईल कंपनीचे नाव दाखल करण्याचा प्रयत्न केला किंवा प्रत्यक्ष नोंद केली, तर त्यास नगर तालुक्यातील संबंधित शेतकऱ्यांची तीव्र हरकत राहील. शेतकऱ्यांच्या हितासाठी शिवसेनेच्या वतीने कोणतीही पूर्वसूचना न देता तीव्र स्वरूपाचे आंदोलन करण्यात येईल, असा इशारा संदेश कार्ले यांनी दिला आहे. यावेळी माजी पंचायत समिती सभापती रामदास भोर भारत फलके साहेबराव काडेकर, विकास कांडेकर, प्रसाद कांडेकर सह शेतकरी उपस्थित होते.

# संतोष कोतकर यांचे अल्प आजाराने निधन



नगर – केडगाव नेप्ती रोड येथील रहिवासी संतोष नाना कोतकर (वय ४१) यांचे २१ ऑगस्ट रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर केडगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

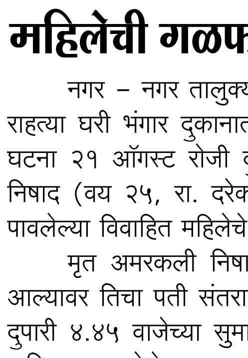
त्यांच्या मागे आई, १ भाऊ, भावजय, पत्नी, २ मुले, पुतणे असा परिवार आहे. प्रेम व पृथ्वीराज यांचे ते वडील तर हिरामन कोतकर यांचे बंधू होत.

# वासंतीबाई पांढरे यांचे अल्प आजाराने निधन

नगर – मोहनबाग, दिल्लीगेट येथील रहिवासी सौ. वासंतीबाई दिलीप पांढरे (वय ८०) यांचे २१ ऑगस्ट रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे २ मुले, १ मुलगी, पती, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे. राहुल व शिवदत्त पांढरे यांच्या त्या मातोश्री होत तर उपमहापौर अॅड. धनंजय जाधव यांच्या आत्या होत.

# वत्सलाबाई लाटे यांचे वृद्धापकाळाने निधन



नगर – सावेडी उपनगरातील गुलमोहर रोडवरील मॉडर्न कॉलनी येथील रहिवासी श्रीमती वत्सलाबाई लक्ष्मीकांत लाटे (वय ८५) यांचे नुकतेच वृद्धापकाळाने निधन झाले. नालेगाव अमरधाम येथे त्यांच्या पार्थिवावर अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे २ मुले, सुना, मुलगी, जावई, नातवंडे, पतवंडे असा परिवार आहे.

# सुनील गांधी यांचे दु:खद निधन

पारनेर – पारनेर येथील रहिवासी सुनील फुलचंद गाधी (पारनेरवाला) (वय ६४) यांचे २२ ऑगस्ट रोजी आकस्मिक निधन झाले. त्यांचे पारनेर येथे मरणोत्तर देहदान करण्यात आले.

त्यांच्या मागे पत्नी, १ मुलगा, १ मुलगी, सुन, जावई, नातवंडे असा परिवार आहे. धानोरा येथील संतोष हस्तीमल लोढा यांचे ते दाजी होत.

# मध्यरात्री संशयितरीत्या फिरणाऱ्या एका जणाला पोलिसांनी पकडले

नगर – शहरातील मार्केट यार्ड परिसरात भाजी मार्केट जवळ सारसनगर रोडलगत मध्यरात्री संशयितरीत्या फिरणाऱ्या एका तरुणाला कोतवाली पोलिसांनी पकडले. याप्रकरणी पोलिसांनी त्याच्या विरुद्ध काहीतरी गुन्हा करण्याच्या उद्देशाने फिरत असल्याच्या संशयावरून गुन्हा दाखल केला आहे.

कोतवाली पोलीस ठाण्याचे पोलीस अंमलदार दत्तात्रय कोतकर व त्यांचे सहकारी हे २० ऑगस्ट रोजी रात्री शहरात रात्रगस्त घालत होते. रात्री ११.४५ वाजेच्या सुमारास भाजी मार्केट जवळ सारसनगर रोडलगत अंधारात एक तरुण संशयितरीत्या फिरताना दिसला. पोलिसांनी तत्परता दाखवत त्याला जागीच पकडले. पोलिसांनी त्यांची चौकशी केली असता त्यांने आपले नाव बाबासाहेब रामदास लोखंडे (वय २६, रा. वाकोडी, ता. नगर) असल्याचे सांगितले. रात्रीच्या वेळी फिरण्याचे कारण विचारले असता त्याने उडवाउडवीची उत्तरे दिली. त्यामुळे त्याला ताब्यात घेऊन पोलीस ठाण्यात आणण्यात आले. याप्रकरणी पो.कॉ.दत्तात्रय कोतकर यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरून संशयित आरोपी बाबासाहेब रामदास लोखंडे याच्याविरुद्ध महाराष्ट्र पोलीस कायदा कलम १२२ नुसार गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे.

# मोटारसायकलची चोरी

नगर – शहरातील टिळक रोड परिसरामध्ये एका नवीन बांधकाम सुरु असलेल्या ठिकाणी उभी केलेली टीव्हीएस स्टार कंपनीची मोटारसायकल (क्र.एमएच २३ एके ६०) अज्ञात चोरट्याने चोरून नेल्याची घटना २० ऑगस्ट रोजी घडली आहे. याबाबत राजेंद्र वाल्मिक डोके (वय ५२, रा.दरेवाडी, ता.नगर) यांनी कोतवाली पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. या फिर्यादीवरून पोलिसांनी अज्ञात चोरट्याविरुद्ध बीएनएस कलम ३०५ (ब) प्रमाणे गुन्हा दाखल केला आहे.

# गृहिणी

## आरोग्य

### घरच्या जेवणाचे महत्त्व

आजच्या धकाधकीच्या आणि व्यस्त जीवनशैलीत बाहेरचे किंवा पाकिटातील जलद अन्न खाणे ही अनेकांसाठी एक सोपी आणि वेळेची बचत करणारी सवय बनली आहे. याउलट, पारंपारिक घरचे जेवण हे शरीराला पोषण देणारे आणि आयुष्य निरोगी ठेवणारे ठरते. जलद अन्नामुळे शरीरावर अनेक वाईट परिणाम होतात. यामध्ये उष्मांक, चरबी आणि साखरेचे प्रमाण प्रमाणाबाहेर असल्यामुळे शरीराचे वजन झपाट्याने वाढते आणि लठ्ठपणाची समस्या निर्माण होती. प्रक्रियेतून गेलेल्या अन्नात चोथ्याचे प्रमाण अत्यंत कमी असते, ज्यामुळे बद्धकोष्ठता, अपचन आणि पोटफुगीसारखे पोटाचे विकार बळावतात. बाहेरच्या अन्नात वापरले जाणारे निकृष्ट दर्जाचे तेल आणि अतिरिक्त मीठ रक्तातील चरबीचे प्रमाण आणि रक्तदाब वाढवते, ज्यामुळे भविष्यात हृदयविकाराचा धोका वाढू शकतो. य याउलट, घरचे जेवण हे शरीरासाठी अमृतासमान असते. घरी बनवलेले अन्न नेहमी ताजे, स्वच्छ आणि पौष्टिक घटकांपासून तयार केले जाते. यात शरीराला आवश्यक असणारी सर्व प्रथिने, शर्करा व कर्बोदके, जीवनसत्त्वे आणि खनिजे योग्य प्रमाणात मिळतात. घरच्या जेवणात सात्विक तेलाचा आणि घरगुती मसाल्यांचा वापर केला जात असल्यामुळे पचनक्रिया उत्तम राहते आणि शरीर टवटवीत व निरोगी राहते. बाहेरील अन्नाच्या तुलनेत घरचे जेवण पूर्णपणे सुरक्षित आणि निर्जंतुक वातावरणात बनते, ज्यामुळे अन्नविषबाधा किंवा संसर्गाचा धोका अजिबात राहत नाही. हॉटेलचे किंवा पार्सलचे खाणे आरोग्यासोबतच खिशालाही परवडणारे नसते, त्यामुळे घरच्या जेवणातून उत्तम आरोग्यासोबतच पैशांची मोठी बचत होते. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे, कुटुंबातील सर्व सदस्यांनी एकत्र येऊन घरचे जेवण जेवल्यामुळे आपुलकी, संवाद आणि मानसिक समाधान मिळते, जे कोणत्याही हॉटेलच्या जेवणात मिळू शकत नाही. म्हणूनच, निरोगी आयुष्यासाठी बाहेरचे अनियंत्रित अन्न टाळून नेहमी घरच्या साध्या आणि पौष्टिक जेवणाला प्राधान्य दिले पाहिजे.

## पाककला

### रसमलाई ट्रिफल कप

**साहित्य :** स्पंज केक ४ तुकडे, दूध ४ कप (घट्ट केलेले), साखर अर्धी वाटी, केशर चिमूटभर, वेलची पावडर अर्धा छोटा चमचा, पिस्ता आणि बदामाचे काप २ मोठे चमचे, गुलाबाच्या सुकलेल्या पाकळ्या १ छोटा चमचा.

**कृती :** एका भांड्यात दूध उकळायला ठेवा. दूध आटवून चांगले घट्ट करा. त्यामध्ये साखर, केशर आणि वेलची पावडर घालून चांगले ढवळून घ्या. रसमलाईसारखा घट्ट आणि सुवासिक रस तयार झाल्यावर गॅस बंद करून रस पूर्णपणे थंड करून घ्या. आता काचेच्या लहान कप किंवा ग्लासाच्या तळाशी स्पंज केकचे छोटे तुकडे ठेवा. त्यावर तयार केलेले थंड रसमलाईचे दूध थोडे थोडे ओता, जेणेकरून केकचे तुकडे रसात पूर्णपणे भिजतील. त्यावर पिस्ता आणि बदामाचे काप भुरभुरवा. पुन्हा त्यावर केकचा दुसरा थर देऊन वरून उरलेला रस आणि गुलाबाच्या पाकळ्या घालून सजवा. हे कप काही वेळ फ्रिजमध्ये थंड होण्यासाठी ठेवा. थंड झाल्यावर खायला द्या.

## वास्तू

### फिशपॉट संबंधी

* फिश पॉट ठेवण्यासाठी ईशान्य दिशा ही सर्वोत्तम मानली जाते. या दिशेला ठेवल्याने घरात सकारात्मक ऊर्जा, सुख आणि संपत्तीचा प्रवाह वाढतो.

* ईशान्य दिशा शक्य नसेल, तर उत्तर किंवा पूर्व दिशेलाही तुम्ही फिश पॉट ठेवू शकता.

* फिश पॉट कधीही बेडरूममध्ये किंवा स्वयंपाकघरात ठेवू नये. बेडरूममध्ये ठेवल्याने मानसिक तणाव किंवा नातेसंबंधांमध्ये दुरावा येऊ शकतो.

## सौंदर्य

* उटणे किंवा फेस पॅक चेहऱ्यावर पूर्णपणे कडक सुकू देऊ नका; ते हलके ओले असतानाच कोमट पाण्याने हलक्या हाताने म साज करत धुवा.

* तेलकट त्वचेसाठी मुलतानी माती आणि गुलाब जल उत्तम ठरते.

## सल्ला

मिक्सरच्या जारचे लीव्हर कडक झाला असेल, तर त्यात थोडे खोबरेल तेल किंवा मशीनचे तेल सोडून १० मिनिटे तसेच ठेवा, फिरवणे अत्यंत सोपे होईल.

**संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा**

## दैनिक पंचांग

रविवार, दि. २३ ऑगस्ट २०२६

**पुत्रदा (स्मार्त) एकादशी, शके १९४८ पराभवनामसंवत्सर, श्रावण शुक्लपक्ष, मूळ १७।४५, सूर्योदय ०६ वा. २९ मि. सूर्यास्त ०६ वा. २६ मि.**

### राशिभविष्य

मेष : धनलाभ होईल. कुटुंबात आनंदाचे वातावरण राहील.

वृषभ : आर्थिक लाभाचे योग आहेत. जुने प्रश्न सुटतील. मन प्रसन्न राहील.

मिथुन : नवीन संधी मिळतील. मित्रांचे सहकार्य लाभेल.

कर्क : कामाचा ताण वाढेल. आरोग्याची काळजी घ्यावी लागेल.

सिंह : मान-सन्मान वाढेल. रखडलेली कामे पूर्ण होतील. व्यापारात फायदा होईल.

कन्या : कुटुंबात शांतता राहील. आर्थिक घडामोडी घडतील.

तुळ : नशीबाची साथ लाभेल. मन उत्साही राहील.

वृशिक : महत्त्वाचे निर्णय लांबणीवर पडतील. खर्चाचे प्रमाण वाढेल.

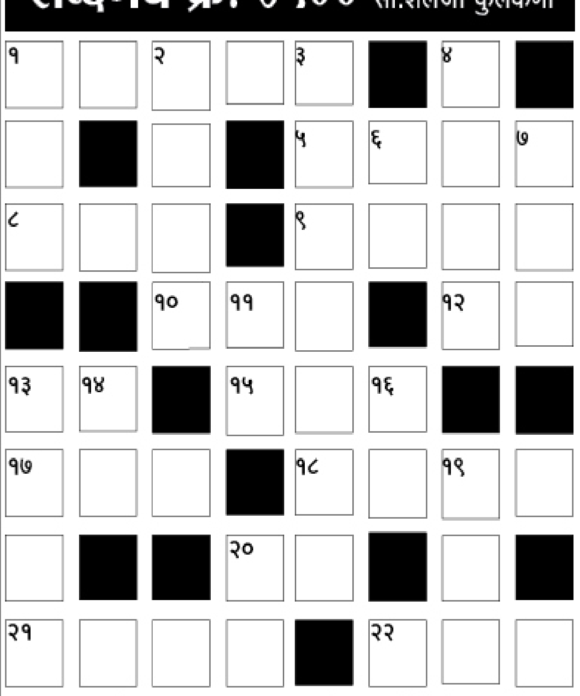
धनु : विद्यार्थ्यांसाठी अनुकूल काळ आहे. प्रगतीच्या वाटा मोकळ्या होतील.

मकर : व्यापारात प्रगती होईल. मालमत्तेचे व्यवहार पार पडतील. सुख-समृद्धी नांदेल.

कुंभ : अचानक धनप्राप्ती होईल. कार्यात यश आणि भाग्यसाथ लाभेल.

मीन : अध्यात्माकडे ओढ वाढेल. महत्त्वाची कागदपत्रे गहाळ होतील.

## शब्दगंध क्र. ७५०० सौ.शैलजा कुलकर्णी



**आडवे शब्द :-** १) अमर्याद; अविचाराने; वारेमाप ५) खाताना होणारा तोंडाचा आवाज ८) आश्चर्य ९) बाण सोडल्यानंतर धनुष्याच्या दोरीचा होणारा आवाज १०) सकल; समस्त; सर्व १२) स्वाद; गोडी; चव १३) प्रचंड; टोलेजंग; विशाळ १५) लोखंड घासून साफ करण्याचे हत्यार १७) प्रजा; जनता १८) किल्ल्यावरचा पहारेकरी; किल्लेदार २०) एखाद्या तीर्थक्षेत्राला ठराविक दिवशी नियमित जाणे २१) एकसारखे सतत बोलणे; बडबड; बकबक २२) गरे असलेले फळ

**उभे शब्द :-** १) भक्तिगीत व संगीताच्या साह्याने देवाची केलेली स्तुती २) विचारविनिमय; खलबत ३) गप्पांचे आगर ४) आश्चर्य; नवल; अचंबा ६) ठेवण; बांधा ७) एक अमली पदार्थ ११) केशवर्धक तेल देणारी एक वनस्पती १३) अतिशय वेगात १४) खर्च करीत राहणे १६) गायीम्हशीचे आचळ; एक वृक्ष १९) अवघड; दुर्गम २०) पथ; मार्ग; रस्ता

शब्दगंध क्र. ७४९९ चे उत्तर

# * * * * * * मुलांचे विश्व * * * * * *

**सुविचार** : आयुष्य हे एक पुस्तक आहे, काही पानांवर दुःख असेल तर पुढच्या पानावर आनंद नक्कीच असेल.

## मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन

### अवकाशात जर एखादा अंतराळवीर ओरडला, तर त्याच्या शेजारी उभ्या असलेल्या दुसऱ्या अंतराळवीराला त्याचा आवाज ऐकू येईल का?

आवाजाला एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी जाण्यासाठी हवेसारख्या एखाद्या माध्यमाची गरज असते. जेव्हा आपण पृथ्वीवर बोलतो, तेव्हा आपल्या तोंडून निघणारा आवाज हवेतील कणांना कंपित करतो आणि तो आवाज तरंगरूपाने समोरच्या व्यक्तीच्या कानापर्यंत पोहोचतो. परंतु, अंतराळात हवा किंवा वायूचे कोणतेही माध्यम नसते, तिथे पूर्णपणे निर्वात पोकळी असते. त्यामुळे आवाजाच्या लहरींना पुढे जाण्यासाठी हवेचे कणच उपलब्ध नसतात. परिणामी, कितीही मोठ्याने ओरडले तरी तो आवाज हवेत पसरू शकत नाही आणि दुसऱ्यापर्यंत पोहोचत नाही. अंतराळात दोन अंतराळवीर जेव्हा एकमेकांशी बोलतात, तेव्हा ते तोंडाने न बोलता रेडिओ लहरींचा वापर करतात. त्यांच्या अंतराळ पोषाखात लहान माईक आणि स्पीकर बसवलेले असतात, जे रेडिओ लहरींच्या माध्यमातून एकमेकांपर्यंत आवाज पोहोचवतात. रेडिओ लहरींना प्रवास करण्यासाठी हवेच्या माध्यमाची गरज नसते, त्या निर्वात पोकळीतूनही सहज प्रवास करू शकतात.

### खार आणि मुंगूस

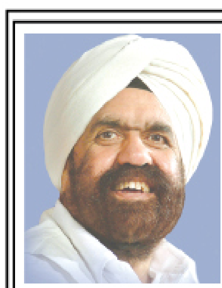
एकदा एका छोट्या गावात काही माकडे आणि कुत्र्यांचा नेहमी वाद होत असे. माकडे येऊन गावकऱ्यांची झाडावरची फळे तोडून फेकून द्यायची आणि कुत्रे भुंकत त्यांच्या मागे धावायचे. या रोजच्या भांडणामुळे गावातील शांतता बिघडली होती.

एक दिवस गावात महापूर आला. पाण्याचा लढा वेगाने वाढल्यामुळे सर्व कुत्रे एका उंच झाडावर जाऊन बसले आणि माकडेही शेजारच्या उंच भिंतीवर अडकली. पाणी वाढतच चालले होते आणि सर्वांच्या जीवाला धोका निर्माण झाला होता. तेथून जाणारा एक अनुभवी म्हातारा म्हणाला, अशी वेळ आली आहे की आता भांडत बसलात तर सगळे बुडून मरणार. जर वाचायचे असेल, तर कुत्र्यांनी आणि माकडांनी मिळून एकमेकांना मदत करावी लागेल.

हे ऐकून कुत्रे आणि माकडे विसरले की ते एकमेकांचे शत्रू आहेत. माकडांनी वेगाने झाडावरून लांब लता आणि फांद्या खाली सोडल्या, आणि कुत्र्यांनी ती धावपळ करून पकडली. माकडांच्या मदतीने सर्व कुत्रे सुरक्षित भिंतीवर आले आणि एकत्र येऊन त्यांनी पुराचा सामना केला. पूर ओसरल्यावर दोन्ही बाजूंच्या प्राण्यांना समजले की संकटात कुणीच शत्रू नसतो.

बोध : संकटाच्या वेळी जुने वाद विसरून एकत्र येणे हीच खरी बुद्धिमत्ता आणि एकजुटीची खरी शक्ती आहे.

## आत्मशक्ति



### चेतन आत्मा

आणि संरक्षणावर वाईट परिणाम होतो. परंतु आत्मिक आनंद हा नित्य आणि अनंत असतो, त्याशिवाय तो सुरक्षित असतो. तो कोणासही नुकसान पोहोचवित नाही शिवाय तो केव्हाही उपलब्ध होतो अगदी मोफत! गुरु अर्जुनदेवजी म्हणतात,हरि रसु पीवत सद ही राता ।। आन रसा खिन महि लहि जाता ।। हरि रसुपीवै अलम संतु मतवारा ।। आन रसा सभि होछे रै ।। (आसा म. ५-३७)निर्मल जोति अमृत हरि नाम ।। पीवत अमर भए निहकाम ।। (रामकली म. ५-८८६)बायबलमध्ये येशू ख्रिस्त म्हणतात, 'आणि जो कोणी तहानलेला असेल, त्याने यावे आणि ज्या कोणास आनंदइच्छा असेल, त्याने ह्या जीवनाचे जल, मनमोकळेपणाने प्यावे.' (प्रकाशित वाक्य २२:१७)'मी दिलेले पाणी जो कोणी प्राशन करेल तो अनंत काळपर्यंत तहानलेला राहणार नाही. उलट मी जे पाणी त्यास देईल, तेच त्याच्या अंतरी एक झरा बनेल जो अनंत जीवन वाहता राहील.' (युहन्ना ४:१४) ज्याप्रमाणे आपणास तहान भागविण्यासाठी पाण्याची जरुरी असते. त्याप्रमाणे आत्म्याची तहान परमेश्वराच्या प्रेमाने भागते. हे प्रेम एखाद्या अमर नदीप्रमाणे सातत्याने परमेश्वरापासून वाहात असते. त्यात सारे आत्मे स्नान करतात. परंतु जो आत्मा झोपी गेलेला असतो, तो आपले मूळस्वरूप म्हणजे आत्मा आहे हेच जाणीत नाही. चेतन आत्मा ह्या प्रे ाशी परिचित असतो व त्याचा आनंद तो प्रत्येकक्षणी अनुभवित असतो. परमेश्वर ऐक्याचा आनंद बहुतेक महापुरुष आणि संतांनी आत्मानंद प्राप्तीची तुलना नवविवाहीत (क्रमशः)

**(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)**

## चिरंतन प्रेमाकडे वाटचाल (नाती घट्ट विणू या)

### विपुल धन

सुरेश ओबेरॉय : आत्म्याचं त्याच्या दोन्हीकडच्या आजी-आजोबांच्या कुटुंबाबरोबरही खातं असतं. बाळाला कसं वाढवायचं या बाबतीत त्या सगळ्यांची स्वतःची काही मतं असतात. ह्यातून खूप गोंधळ निर्माण होतो.

शिवानीदी : बाळासंबंधी अनेक गोष्टींबाबत मतभिन्नता असणार आहे. घरात चार व्यक्ती असतील तर असं असणारच.

सुरेश ओबेरॉय : हे फक्त चार व्यक्तींपुरतं मर्यादित नाही. आता इंटरनेटपण आहे. आणि बाळासाठी काय योग्य हे ठरवण्यासाठी आईवडील ऑनलाइन उपलब्ध असले सल्लेही वाचतात.

शिवानीदीदी : भारत हा विपुल प्रमाणात आध्यात्मिक आणि सांस्कृतिक संपत्ती असणारा देश आहे. आपल्या वडीलधाऱ्यांनी जे काही केलं त्याचा आधार आपलं प्राचीन ज्ञान होतं. आणि तेच पुढच्या पिढ्यांमध्ये झिरपत गेलं. आपण गोष्टींकडे शास्त्रीय तसंच आध्यात्मिक दृष्टिकोनातून बघायला हवं. आपण आध्यात्मिक बाजूकडे दुर्लक्ष केलं तर आपलं प्रचंड नुकसान होणार आहे हे लक्षात घ्यायलाच हवं.

जेव्हा आपण एखादी गोष्ट इंटरनेटवर शोधतो तेव्हा आपण ती जागतिक स्तरावर शोधत असतो. कोणत्याही वेबसाइटवरची माहिती ही, ती माहिती लिहिणाऱ्या माणसांच्या पार्श्वभूमीवर आणि त्यांच्या संस्कृतीवर आधारित असते.

(क्रमशः)

**(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)**

## हसा आणि शतायुषी व्हा!

बायको : माझं ऐकता का तुम्ही?
नवरा : हो गं!
बायको : मग मी काय बोलले?
नवरा : तेवढं मात्र ऐकलं नाही!

## करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी

* लष्करी सामर्थ्याच्या बाबतीत जगात भारताचे स्थान कितवे आहे?
– चौथे

**– अरविंद ब्राम्हणे,** भिंगार मो. ९४०३७३४२८१

## साहित्य सहवास – 'आई, वडिल....'

प्रत्येकाचे आई, वडिल हे त्याचं सर्वस्व असतं. प्रत्येक आई, वडिल आपल्या मुलासाठी, मुलीसाठी कष्ट करतात, मुला-मुलींची काळजी घेतात, मुला-मुलींवर चांगले संस्कार करत त्यांना वाढवतात, जपतात. जेव्हा मुलगा-मुलगी आजारी असते तेव्हा दवाखान्यात घेऊन जातात. डॉक्टरांना सांगतात. डॉक्टरांनी लिहुन दिलेली औषधं वेळेवर मुला-मुलीला देतात. मुलगा-मुलगी दवाखान्यात ॲडमिट असेल तर मुला – मुलीजवळ बसुन राहतात. सलाईन संपलं की नर्सच्या लक्षात आणुन देतात. काही पालक अर्थात, आई, वडिल मुला-मुलीला शाळेत सोडवायला आणि शाळा सुटल्यावर घ्यायला जातात. क्लासेस, शाळा ह्यांच्या वेळा आई, वडिल सांभाळतात. मुला-मुलीसाठी जे जे चांगलं करता येईल ते ते करतात. माझ्या बहिणीचा वाढदिवस आम्ही साजरा केला. केक कापला. छान मज्जा केली. बहिणीला तिच्या मैत्रिणींनी गिफ्ट दिले. तेव्हा माझ्या बहिणीने रिटर्न गिफ्ट म्हणून तिच्या मैत्रिणींना पुस्तकं दिली. बहिण म्हणाली, 'माझ्या वाढदिवसानिमित्त अनेक मैत्रिणींनी बुके दिले. हे बुके तीन दिवसांनंतर फेकुनच देणार आहोत. मी रिटर्न गिफ्ट म्हणून पुस्तक दिले ह्याचा मला आनंद आहे कारण पुस्तकं हा आपला चांगला मित्र आहे. बुकेच्या किंमतीत पुस्तक मिळतं. बर्थडे गिफ्ट म्हणून बुके ऐवजी बुक द्यायचं.' माझ्या आई, वडिलांना माझ्या बहिणीची ही आयडिया आवडली. आता तुम्हीसुध्दा, तुमच्या मैत्रिणीच्या वाढदिवसानिमित्त बुके ऐवजी बुक द्या बरं. आई, वडिल हे आपले, सर्वात पहिले गुरु तसेच पुस्तकंही आपले गुरु आहेत.

तुमची सर्वात जवळची मैत्रीण कोण आहे सांगा बरं. आता तुम्ही तुमच्या जवळच्या मैत्रीणीचं नाव सांगाल. तुमच्या सर्वात जवळची मैत्रीण आहे तुमची आई. तुम्हाला घडवणारी, सुसंस्कार करणारी, जपणारी, वाढवणारी. तुमची आई तुमची काळजी घेते तशी तुम्हीही तुमच्या आईची काळजी घ्या. ज्या गोष्टी तुम्हाला करता येणं शक्य आहे त्या आईसाठी करा. तिच्या वाढदिवसाला तिला बुक गिफ्ट द्या. आईची तब्येत बरी नसेल तर तिच्याजवळ बसा. आईला छान वाटेल. आमच्या बहिणीला कॉलेजमधुन यायला उशिर झाला की माझी आई फार काळजीत असायची. आज तिला का उशीर झाला म्हणत दरवाजाजवळ बसुन असायची. बहिण घरी आली की आईला आनंद व्हायचा. आईसारखे दुसरे दैवत नाही. आई, वडिल म्हणजे आपल्याला 'माणूस' म्हणून घडवणारे गुरु. आपल्या आजारपणात काळजी घेणारे डॉक्टर, आपण चुकलो तर समजुन सांगणारे मित्र – मैत्रिण. आपल्यावर संकट आलं तर साथ देणारे, मनोधैर्य वाढवणारे सोबती... थोडक्यात काय तर आपले आई, वडिल म्हणजे आपले सर्वस्व.

आमच्या घराजवळ एक गरिब कुटुंब राहात होतं. आई लोकांच्या घरी धुणी-भांडी घासायची कामं करायची, वडिल टेलरिंग काम करायचे. त्यांना एक मुलगी होती. त्यांचं घर अत्यंत साधं, पत्र्याचं. त्यांनी मुलीला शाळेत घातलं. वडिल टेलरिंगचं काम सांभाळुन मुलीला शाळेत सोडवायचे, शाळा सुटली की शाळेतुन घेऊन यायचे. नंतर नंतर मुलगी एकटीच शाळेत जाऊ-येऊ लागली. घरात फक्त एक बल्ब होता. लाईट गेली की ती मुलगी मेणबत्तीच्या प्रकाशात अभ्यास करायची. अभ्यासत हुशार. आम्ही मित्र, आमच्या सेवाभावी संस्थेच्या माध्यमातुन वह्या देणं, कंपासपेटी, पेन देणं असं शैक्षणिक साहित्य तिला द्यायचो. एकेक इयत्ता चांगल्या गुणांनी उत्तीर्ण होत होत ती मुलगा कॉलेजमध्ये शिकु लागली. कॉलेजमध्येही तिनं मन एकाग्र करुन शिक्षण घेतलं, अभ्यास केला. ती मुलगी ग्रॅज्युएट झाली. नामांकित संस्थेत तिला नोकरी लागली. त्यावेळी तिचे आई, वडिल रडु लागले. त्यांना खुपच आनंद झाला. आम्ही त्या मुलीचा सन्मान केला. शॉल, पुस्तकं, पेन आणि ट्रॉफी दिली. त्यावेळी ती मुलगी म्हणाली, 'माझ्या आई, वडिलांचे कष्ट मी रोज पाहात होते. मनापासून ध्येय ठरवलं की आपण खूप शिकायचं. नोकरी मिळवायची. लवकरच मी स्वतःचं नवीन घर विकत घेणार आहे. माझे वडिल आता थकले आहेत. आईलाही सांगितलं आता दुसऱ्यांच्या घरी जाऊन भांडी घासु नकोस. तुमच्या सारख्यांनी मला वेळोवेळी सहकार्य केलं आहे म्हणून मी माझं ध्येय पूर्ण करु शकले. तुमचेसुध्दा मनापासून आभार. तिच्या घराजवळच्या मुलीही तिचा सत्कार करण्यासाठी आल्या होत्या तेव्हा ती म्हणाली, 'मुलींनो, मनापासून अभ्यास करा. भरपूर शिका. चांगलं ध्येय ठेवा. ध्येयाच्या दिशेने वाटचाल करा. आई, वडिलांच्या कष्टाची जाणीव ठेवा.' वेळेचा सदुपयोग केला म्हणून मी यश मिळवु शकले. आई, वडिल जेवढे महत्वाचे आहेत, वेळसुध्दा जपणं, योग्य प्रकार उपयोगात आणणं महत्वाचं आहे.

(लेख क्र.६१४)

**– सुनील राऊत** माळीगल्ली, भिंगार, अहिल्यानगर मो.९८२२७५८३८३

## आहारवेद – आरोग्य संवर्धन

### नाचणी

१०) लहान मुलांची वाढ चांगली होण्यासाठी मक्याचे सूप, भेळ, उसळ, थालीपीठ अशा विविध पदार्थांची योजना त्यांच्या आहारामध्ये करावी.

११) दातांचे व हिरड्यांचे आरोग्य चांगले राखण्यासाठी मक्याचे कणीस भाजून खावे. यामुळे हिरड्यांजवळील रक्तपुरवठा सुधारतो. मात्र कणीस खाल्ल्यानंतर दात स्वच्छ घासावेत.

सावधानता : मका पचण्यास जड असल्याने ज्यांची पचनशक्ती चांगली आहे अशा व्यक्तींनी तो खावा. ज्यांची वातप्रकृती आहे व ज्यांना वातविकार आहेत, त्यांनी मका खाणे टाळावे.

उष्ण हवामानात उगवणारी नाचणी ही वनस्पती औषधी गुणधर्मांनी परिपूर्ण असून, शरीरास पोषक आहे. भारत, तसेच आफ्रिका आणि आशिया खंडातील अनेक देशांमधून नाचणीचे पीक घेतले जाते.

साधारणतः ३,००० वर्षांपूर्वी आफ्रिकेतून नाचणीचे पीक भारतात आले असावे. भारतातील कर्नाटक व महाराष्ट्र राज्यात नाचणीचे पीक घेतले जाते. महाराष्ट्रामध्ये कोकण भागात नाचणी जास्त प्रमाणात तयार होते. दिसायला आकर्षक व पौष्टिक गुणधर्मांच्या नाचणीच्या पिठापासून भाकरी, पापड्या, खीर, लाडू, नाचणीसत्व असे अनेक प्रकार बनविले जातात. हिंदीमध्ये 'मुंडुआ', मराठीमध्ये 'बोटांच्या बोटांसारखे धान्य', संस्कृतमध्ये 'राजिका', **(क्रमशः)**

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

# शहरांच्या परिवर्तनासाठी काँग्रेसचा 'अर्बन ट्रान्सफॉर्मेशन ग्रुप'

**माजी पंतप्रधान राजीव गांधी यांच्या जयंती निमित्त केला संकल्प**

नगर – आधुनिक भारताचे शिल्पकार माजी पंतप्रधान स्व. राजीव गांधी यांनी देशाला आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या युगात नेण्याची दिशा दिली. विज्ञान–तंत्रज्ञान, संगणक, दूरसंचार आणि आधुनिक प्रशासनाच्या माध्यमातून भारताला भविष्यासाठी तयार करण्याचा त्यांचा प्रयत्न होता. तरुण शक्तीवर विश्वास ठेवून देशाच्या विकासात युवकांचा सहभाग वाढविण्याचा त्यांचा दृष्टिकोनही अत्यंत महत्त्वाचा होता. याच विचारांना पुढे नेत महाराष्ट्र प्रदेश काँग्रेस कमिटीच्या माध्यमातून 'अर्बन ट्रान्सफॉर्मेशन ग्रुप' अर्थात 'शहर परिवर्तन गट' उभारण्याचा उपक्रम हाती घेण्यात आला असल्याची माहिती शहर जिल्हाध्यक्ष दीप चव्हाण यांनी दिली

आधुनिक भारताचे शिल्पकार माजी पंतप्रधान स्व. राजीव गांधी यांच्या जयंतीनिमित्त त्यांना अभिवादन करताना अहिल्यानगर शहर काँग्रेसचे पदाधिकारी.

स्व. राजीव गांधी यांच्या जयंतीनिमित्त अहिल्यानगर शहर जिल्हा काँग्रेस कमिटीच्या वतीने कालिका प्राईड, लाल टाकी येथे अभिवादन करण्यात आले. यावेळी शहर जिल्हाध्यक्ष दीप चव्हाण, ब्लॉक अध्यक्ष फिरोज शफी खान, राजेंद्र कर्डिले, रवी सातपुते, सुभाष रणदिवे, श्यामराव वागस्कर, अभिनय गायकवाड, गणेश भोसले, सय्यद गालीब, अभिजीत कांबळे यांच्यासह पदाधिकारी, कार्यकर्ते उपस्थित होते.

यावेळी दीप चव्हाण यांनी राजीव गांधी यांच्या आठवणींना उजाळा देताना त्यांच्या आधुनिक भारताच्या संकल्पनेचा आणि दूरदृष्टीच्या नेतृत्वाचा विशेष उल्लेख केला. राजीव गांधी यांच्या नेतृत्वाखाली देशाने आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या दिशेने महत्त्वपूर्ण पावले टाकली. पंचायतराज संस्थांना बळकटी देणे, युवकांना अधिक व्यापक राजकीय सहभागाची संधी उपलब्ध करून देणे आणि ग्रामीण तसेच शहरी भागाच्या विकासाकडे आधुनिक दृष्टिकोनातून पाहणे, या त्यांच्या भूमिकेचा देशाच्या पुढील वाटचालीवर परिणाम झाला. राजीव गांधी यांनी भविष्यातील भारताचा विचार केला. त्यांनी देशाला केवळ आजच्या प्रश्नांपुरते मर्यादित न ठेवता पुढील पिढ्यांच्या भारताची पायाभरणी करण्याचा प्रयत्न केला, असे दीप चव्हाण यांनी सांगितले.

राज्यातील वाढती शहरी लोकसंख्या, बदलत्या नागरी गरजा आणि महानगरांमधील वाढत्या समस्या लक्षात घेऊन शहरी प्रश्नांवर संघटितपणे काम करण्याची काँग्रेसची भूमिका आहे.राजीव गांधींच्या आधुनिक भारताच्या संकल्पनेचा खरा अर्थ म्हणजे बदलत्या काळानुसार देश आणि शहरे पुढे नेणे. आज शहरांपुढे निर्माण होणाऱ्या नव्या समस्या समजून घेऊन त्यावर आधुनिक आणि शाश्वत उपाय शोधण्याची गरज आहे. 'अर्बन ट्रान्सफॉर्मेशन ग्रुप'च्या माध्यमातून अहिल्यानगरसह राज्यातील शहरांच्या प्रश्नांना प्रभावीपणे वाचा फोडण्याचा काँग्रेसचा प्रयत्न राहील, असे दीप चव्हाण यांनी सांगितले. प्रदेशाध्यक्ष हर्षवर्धन सपकाळ यांच्या सूचनेनुसार हा उपक्रम राबविण्यात येत असून, राज्यातील विविध महानगरपालिका क्षेत्रांमध्ये हा गट कार्यरत राहणार आहे. माजी मंत्री बाळासाहेब थोरात, प्रदेश वरिष्ठ प्रवक्ता सचिन सावंत आणि राज्याच्या शहर परिवर्तन गटाचे अध्यक्ष संग्राम खोपडे या दोन्ही सम न्वयकांच्या निर्देशानुसार हा ग्रुप काम करणार असल्याचे दीप चव्हाण यांनी यावेळी स्पष्ट केले.

# प्रेरणादायी अक्षरधन

## वेळीच यत्न करावा

केवढा आटापिटा केला. किती घाम गाळला. खर्चाच्या बाबतीतही हात आखडता नाही घेतला. जे जे करावे म्हणून सांगितले, त्याला त्याला होकार भरला. तरी लाभ नाही झाला. आपत्तीचाच घाला पडला. माणूस हतबल ठरला. त्यांचा सर्वनाश झाला. पण कारण काय तयाला? वेळीच कार्याला हात नाही घातला. वेळ निघून गेली. अनेक धडपड सुरु झाली. मग विदुरनीती आठवली.

काळवेळ पाहून कामाला हात घालावा. योग्य वेळी योग्य विचार करावा आणि अमलात आणावा. मग लाभ पदरी घ्यावा, पण एकदा का वेळ गेली आणि मग कामाला लागण्याची वृद्धी झाली, तर सगळी धडपड व्यर्थ गेली. वेळीची किमया, घडवते सफल सर्व क्रिया. वेळ लावू नये, पण वेळ योग्य आहे ना, हे पाहिल्याशिवायाही काम सुरु करु नये. वेळीच काम आरंभाव उशिरा जागे न व्हावे. समर्थ रामदास म्हणतात, जेव्हा कामाला प्रारंभ करायचा तेव्हा तो केला नाही. मग काम सफल होणार कसे? नंतर धावपळ केली तर उपयोग नसे। योग्य वेळीच पाउल न उचलणे, हा अवगुणच समजणे. पण हे त्या अहंकारी माणसाला पटत नसते. अपयशाचे खापर कुणा तरी दुसऱ्याच्याच माथी फोडण्यात त्याची बुद्धी चालत असते.

संत ज्ञानेश्वर समाधी घ्यायला निघाले, तेव्हा निवृत्तीनाथांच्या मनात अनेक आठवणी दाटून आल्या. सोपान आणि मुक्ताबाई यांच्या डोळ्यांना तर आश्रूंच्या धारा लागल्या.

ज्ञानेश्वर आम्हाला आई वडिलांच्या ठायी. ते असे समाधी घेवू लागले, तर आम्हाला कोण आश्रय देई ? संत नामदेव म्हणतात. त्या भावंडांना जुने संवाद आठवू लागले. ते संवाद आळवीत ती भावंडे आकांत करु लागली. ईश्वराने म्हटले, मग व्यर्थ जिवाची तगमग करुन घेउ नये. जेव्हाचे काम तेव्हाच करणे टाळू नये.

पंचतंत्रातली कहाणी आहे. एका झाडावर बगळ्यांचा एक समुह राहत होता. त्या झाडाच्या मुळाशी एक वेल उगवली. भरभर वाढू लागली. त्या बगळ्यातील एक अनुभवी म्हातारा इतरांना म्हणाला, अरे ही वेल आताच खुडून टाका. ही वाईट आहे. ती दोरासारखी टणक होईल पूर्ण वाढताच. पारध्याला तिच्या आधारे झाडावर चढणे सहज जमेल. तो आपल्याला पकडेल, मारेल.

पण तरुण बगळ्यांनी त्याकडे दुर्लक्ष केले आणि ती वेल पूर्ण वाढली. पारध्यानी पहिली. बोलले एकमेकांशी, या वेलीवरुन चढून जावू झाडावर पकडू ते सगळे बगळे, बसलेले झाडाच्या टोकांवर.

म्हाताऱ्या बगळ्याने त्या पारध्याचे बोलणे बाकीच्या बगळ्यांना ते सायंकाळी परतले तेव्हा सांगितले. ते सगळे बगळे भयभीत झाले. वेल तोडू लागले. पण तुटेना.

म्हातारा बगळा म्हणाला, दुसरीकडे उडून जा. नाही तर मरणार, संधी घ्या जगण्याची, काही बगळे तसे उडाले. पण काहींनी तीही वेळ गमावली. वेळेवर ते उडाले नाहीत.

दुसऱ्या दिवशी पारधी आले. झाडावर चढले. तोच म्हाताऱ्याने झाडावरुन खाली अंग टाकले. पारध्याना बगळा खाली पडलेला दिसला. ते उतरले तोवर पहाट झाली होती. इतर बगळे उडायला लागले. पण पारध्यांनी जाळे बांधले होते. त्यात अडकले. कालच म्हाताऱ्याचे ऐकले असते, तर बरे झाले असते. आता वेळ निघून गेली. पण एकाने डोके लढवले. म्हातारा आपणहून अंग टाकून खाली पडला. त्यातून आपल्याला काही सुचवून गेला.

मग ते जाळ्यातले बगळेही मेल्यासारखे जाळ्यात पडून राहिले. पारध्यांनी जाळे खाली आणले आणि पाहिले तो त्यावरुन पडलेल्या बगळ्यासारखे सगळेच मेलेले. त्यांनी त्या बगळ्यांना जाळ्यातून काढून बाहेर फेकले. लगेच त म्हातारा बगळा उडाला. त्यावरुन बोध घेउन इतरही वेगळे उडाले. वेळेवर जे करायला हवे ते त्यांनी केले प्राण वाचवले.

– **किशोर गांधी**

# विमानाने वाराणसी–अयोध्या–प्रयागराज तीर्थयात्रेचे आयोजन

नगर – वाराणसी, अयोध्या आणि प्रयागराज या देशातील प्रमुख धार्मिक व ऐतिहासिक तीर्थक्षेत्रांचे दर्शन घेण्यासाठी अहिल्यानगर येथून २७ ते ३० सप्टेंबर या कालावधीत विशेष विमान तीर्थयात्रेचे आयोजन करण्यात आले आहे. अल्पावधीत तीन महत्त्वाच्या तीर्थक्षेत्रांचे दर्शन घडविणारी ही यात्रा भाविकांसाठी आरामदायी ठरणार आहे.

या यात्रेचे प्रमुख आकर्षण वाराणसीतील ८४ ऐतिहासिक घाटांचे बोटीने दर्शन हे असणार आहे. यासोबतच काशी विश्वेश्वर मंदिर, कालभैरव मंदिर, प्रयागराज येथील पवित्र त्रिवेणी संगम, बडे हनुमान मंदिर, अयोध्येतील श्री रामलला मंदिर, हनुमान गढी, कनक भवन तसेच शरयू घाट आदी प्रमुख धार्मिक स्थळांचे दर्शन भाविकांना घेता येणार आहे. या यात्रेच्या माध्यमातून केवळ देवदर्शनच नव्हे, तर काशी, अयोध्या आणि प्रयागराजच्या समृद्ध धार्मिक परंपरा, इतिहास आणि संस्कृतीचा अनुभव घेण्याची संधी मिळणार आहे.

या यात्रेत सहभागी होऊ इच्छिणाऱ्या भाविकांनी लवकरात लवकर नोंदणी करून आपला सहभाग निश्चित करावा, असे आवाहन आयोजकांच्या वतीने करण्यात आले आहे. माहितीसाठी व नोंदणीसाठी अभिजीत पोळ (९४२२२२७९०६) किंवा नंदकुमार पोळ (७८७५५०००५६) यांच्याशी संपर्क साधावा, असे आयोजकांनी कळविले आहे.

महापालिकेत स्व. राजीव गांधी यांना अभिवादन करण्यात आले.

# माजी पंतप्रधान स्व. राजीव गांधी यांना महापालिकेत अभिवादन

नगर – देशाचे माजी पंतप्रधान स्वर्गीय राजीव गांधी यांच्या जयंतीनिमित्त अहिल्यानगर महानगरपालिकेच्या वतीने त्यांच्या प्रतिमेस पुष्पहार अर्पण करून अभिवादन करण्यात आले.

यावेळी अतिरिक्त आयुक्त नागेंद्र मुक्तेकर यांनी स्वर्गीय राजीव गांधी यांच्या कार्याचा गौरव करताना ते भारताच्या आयटी आणि टेलिकॉम क्रांतीचे जनक म्हणून ओळखले जातात, असे प्रतिपादन केले.

ते म्हणाले की, राजीव गांधी यांनी भारताच्या आधुनिक विकासाचा पाया मजबूत करण्यासाठी महत्त्वपूर्ण निर्णय घेतले. त्यांनी सेंटर फॉर डेव्हलपमेंट ऑफ टेलिमॅटिक्स आणि महानगर टेलिफोन निगम लिमिटेड यांच्या स्थापनेला चालना दिली. तसेच संगणक आयातीचे नियम शिथिल करून शासन, संरक्षण आणि शिक्षण क्षेत्रात संगणकाच्या वापराला प्रोत्साहन दिले.

ग्रामीण भागांना दूरसंचार सुविधांशी जोडण्यासाठी पीसीओ बूथच्या नेटवर्कच्या विस्ताराला त्यांनी चालना दिली. स्वर्गीय राजीव गांधी यांचे आधुनिक भारताचे स्वप्न, त्यांचे विचार आणि दूरदृष्टी आजच्या युवकांना ऊर्जा व प्रेरणा देणारी आहे. तंत्रज्ञानाच्या माध्यमातून देशाच्या विकासाला गती देण्याची त्यांची भूमिका आजही मार्गदर्शक ठरते, असे अतिरिक्त आयुक्त नागेंद्र मुक्तेकर यांनी सांगितले.

यावेळी अतिरिक्त आयुक्त नागेंद्र मुक्तेकर यांच्या समवेत उपायुक्त मेहर लहारे तसेच महानगरपालिकेचे अधिकारी, कर्मचारी आदी उपस्थित होते. उपस्थितांनी स्वर्गीय राजीव गांधी यांच्या प्रतिमेस पुष्पहार अर्पण करून अभिवादन केले.

# रद्दी विक्रीबाबत दरपत्रक पाठवण्याचे आवाहन

नगर – अहिल्यानगर जिल्हा माहिती कार्यालयात असलेली जुनी दैनिक वृत्तपत्र व जुने साप्ताहिक यांची दरपत्रक मागवून विक्री करावयाची आहे. यासाठी स्थानिक रद्दी विक्रेत्यांनी हे जिल्हा माहिती अधिकारी, अहिल्यानगर या नावाने आपले दरपत्रक या कार्यालयास २८ ऑगस्ट रोजी दुपारी ३ वाजेपर्यंत बंद पाकीटातुन पाठवावे.

पाकीटावर रद्दीसाठीचे दरपत्रक असा स्पष्ट उल्लेख करावा. उशिरा प्राप्त होणारी दरपत्रके स्विकारण्यात येणार नाही. याची नोंद घ्यावी. या कार्यालयास प्राप्त होणारी दरपत्रके २८ ऑगस्ट रोजी दुपारी ४ वाजता उघडण्यात येतील. दरपत्रक उघडतांना आपण स्वत: अथवा आपला प्रतिनिधी उपस्थित राहु शकतो. दरपत्रके स्विकारणे अथवा नाकारण्याचा संपुर्ण अधिकार या कार्यालयाने राखुन ठेवला आहे. कार्यालयाचा पत्ता– जिल्हा माहिती अधिकारी, जिल्हा माहिती कार्यालय, प्रशासकीय इमारत, १ ला मजला, आकाशवाणी केंद्रासमोर, सावेडी रोड, अहिल्यानगर.

जैन धर्मातील कंठस्थ प्रतिक्रमण प्रथम क्रमांकने उत्तीर्ण झाल्याबद्दल कु. यशा अमोल पल्लवी कटारिया हिस माँ हुलसा पुरस्काराने सम्मानित करताना उपाध्याय प्रवीणऋषिजी म.सा.आदी.

# 'मां हुलसा पुरस्कार' ने कु. यशा कटारिया हिचा सन्मान

नगर – लहान वायात (१० वर्ष) जैन धर्मातील कंठस्थ प्रतिक्रमण प्रथम क्रमांकने उतीर्ण झल्याबद्दल कु. यशा अमोल पल्लवी कटारिया हिस माँ हुलसा पुरस्काराने सम्मानित करण्यात आले. उपाध्याय प्रवीणऋषिजी म.सा., तीर्थेश ऋषिजी म.सा यांच्या सान्निध्यात आनंदधाम येथे सम्पन्न झाला. तिच्या या यशात आई पल्लवी कटारिया यांचे मोलाचे मार्गदर्शन लाभले. जैन धर्मातिल भक्ताम्बर, सामायिक आदि परीक्षेत कु. यशाने प्राविण्य प्राप्त केले आहे. तिच्या या सन्मानाबद्दल संपूर्ण जैन समाजात कौतुक होत आहे.

# नेल आर्ट प्रशिक्षण वर्गास महिलांचा प्रतिसाद

नगर – भगवान श्री जिव्हेश्वर जन्मोत्सवानिमित्त स्वकुळ साळी हितसंवर्धक मंडळाच्या वतीने बागडपट्टी येथील जिव्हेश्वर भवन येथे मोफत नेल आर्ट प्रशिक्षण वर्गाचे आयोजन करण्यात आले. या वर्गाला महिलांचा आणि युवतींचा प्रतिसाद मिळाला.

कार्यक्रमाच्या उद्घाटनप्रसंगी स्वकुळ साळी हितसंवर्धक मंडळाचे विश्वस्त प्रमुख विक्रम पाठक, सचिव विजय मानकर, उत्सव समितीचे अध्यक्ष नीरज चांगटे, महेश कांबळे, श्रीमती छाया साळी, सौ.वनिता पाटेकर, सौ. सुरेखा शेकटकर, सौ.दिपाली कांबळे, सौ.माधुरी खडामकर, सौ.अनुजा कांबळे, सौ.वैशाली येवलेकर, सौ.पल्लवी कनोरे, सौ.शुभदा वल्ली, सौ.शैला मानकर, सौ.स्वाती बागडे, सौ.स्नेहा पाठक, श्रीमती अनुराधा मिसाळ, कु. ऋतुजा धोत्रे आदींसह महिला उपस्थित होत्या. या प्रशिक्षण वर्गात नेल क्रिएशनच्या प्रशिक्षिका अनुजा कांबळे यांनी महिलांना प्रशिक्षण दिले.

# डेंगूमुक्त अहिल्यानगरसाठी दिखाऊपणा नको, प्रत्यक्ष कृती करा

**आयुक्त यशवंत डांगे यांचे प्रतिपादन; आशा सेविका व विद्यार्थिनींच्या पथनाट्यातून डेंगूबाबत जनजागृती**

नगर – अहिल्यानगर महानगरपालिकेच्या आरोग्य विभागाच्या वतीने गेल्या तीन वर्षांपासून राबविण्यात येत असलेल्या 'डेंगूमुक्त अहिल्यानगर' अभियानांतर्गत साप्ताहिक उपक्रमाचे आयोजन बालिकाश्रम रोड येथील माणिकताई करंदीकर शाळेत करण्यात आले. यावेळी आशा सेविका तसेच शाळेतील विद्यार्थिनींनी डेंगू आजाराबाबत जनजागृती करणारे प्रभावी पथनाट्य सादर करून नागरिकांना स्वच्छता व पाणी साठ्यांच्या व्यवस्थापनाचा संदेश दिला.

महापालिकेच्या वतीने 'डेंगूमुक्त अहिल्यानगर' अभियानांतर्गत माणिकताई करंदीकर शाळेत जनजागृती करण्यात आली. यावेळी उपस्थित आयुक्त डांगे, अधिकारी व विद्यार्थी. (छाया– लहू दळवी)

यावेळी महानगरपालिका आयुक्त यशवंत डांगे यांनी घरोघरी जाऊन पाणी साठ्यांची तपासणी केली. नागरिकांनी डेंगूमुक्त अभियानात केवळ दिखाऊ सहभाग न घेता प्रत्यक्ष कृती करण्याचे आवाहन त्यांनी केले. आयुक्त डांगे म्हणाले की, मनपाच्या वतीने शहरात गेल्या तीन वर्षांपासून डेंगूमुक्त अहिल्यानगर अभियान राबविले जात आहे. या अभियानाचा समाजामध्ये सकारात्मक परिणाम झाला आहे. पूर्वी शहरात डेंगूचे १०० ते १५० रुग्ण आढळत होते. मागील वर्षी ही संख्या २० ते २५ पर्यंत आली, तर यावर्षी आजअखेर केवळ पाच रुग्ण आढळले आहेत. आता ही संख्या दहाच्या आतच ठेवण्याचे आपले उद्दिष्ट आहे. मात्र, नागरिकांच्या सहभागाशिवाय हे शक्य नाही.

नागरिकांनी डेंगूबाबत जनजागृती करणारे व्हिडिओ तयार करून समाजमाध्यमांवर प्रसारित करावेत. त्यातून इतरांनाही प्रेरणा मिळेल. महानगरपालिकेचे कर्मचारी प्रत्येक नागरिकाच्या घरी एक–दोन वेळा जाऊन तपासणी करू शकतात; मात्र प्रत्येक वेळी घरोघरी जाणे शक्य नाही. त्यामुळे नागरिकांनी स्वतःहून या अभियानात सहभागी होऊन दिखाऊ कृती न करता प्रत्यक्ष काम करावे, असे त्यांनी स्पष्ट केले. यावेळी डॉ. सृष्टी बनसोडे यांनी डेंगू आजारापासून बचाव करण्यासाठी घ्यावयाच्या काळजीबाबत तसेच विविध प्रतिबंधात्मक उपाययोजनांची माहिती उपस्थितांना दिली.

या कार्यक्रमास नगरसेविका शीतलताई ढोणे, डॉ. नीरज करंदीकर, डॉ. अनिरुद्ध गीते, मनपा आरोग्य अधिकारी डॉ. सतीश राजूरकर, डॉ. दीप्ती करंदीकर, मुख्याध्यापक अनिल सुद्रिक, डॉ. वृषाली आरु, डॉ. कंचन रच्चा यांच्यासह विद्यार्थी, पालक, महानगरपालिका अधिकारी, शिक्षकवृंद, आशा सेविका व नागरिक उपस्थित होते.

# डॉ. विखे पाटील मेमोरियल हॉस्पिटलमध्ये रेक्टल प्रोलॅप्सवरील प्रगत शस्त्रक्रियेचे प्रात्यक्षिक यशस्वी

नगर – डॉ. विठ्ठलराव विखे पाटील फाउंडेशनचे डॉ. विखे पाटील मेमोरियल हॉस्पिटलमध्ये रेक्टल प्रोलॅप्सवरील (गुदाशय बाहेर येण्याची समस्या) या गुंतागुंतीच्या आजारावरील प्रगत शस्त्रक्रियेचे यशस्वी प्रात्यक्षिक नुकतेच पार पडले. आधुनिक वैद्यकीय तंत्रज्ञान, अनुभवी तज्ज्ञ डॉक्टरांचे मार्गदर्शन, अत्याधुनिक ऑपरेशन थिएटर सुविधा आणि विविध विभागांमधील उत्कृष्ट समन्वयाच्या माध्यमातून ही शस्त्रक्रिया सुरक्षित व यशस्वीपणे पूर्ण करण्यात आली.

डॉ. विखे पाटील मेमोरियल हॉस्पिटलमध्ये रेक्टल प्रोलॅप्सवरील प्रगत शस्त्रक्रियेचे प्रात्यक्षिक करताना डॉक्टर्स.

रुग्णांना अत्याधुनिक आणि गुणवत्तापूर्ण उपचार उपलब्ध करून देण्यासोबतच वैद्यकीय शिक्षण व प्रशिक्षणाला प्रोत्साहन देण्याची भूमिका डॉ. विखे पाटील मेमोरियल हॉस्पिटल सातत्याने बजावत आहे. या पार्श्वभूमीवर रेक्टल प्रोलॅप्सवरील या प्रगत शस्त्रक्रियेचे प्रात्यक्षिक हे हॉस्पिटलच्या वैद्यकीय उत्कृष्टतेच्या दिशेने आणखी एक महत्त्वपूर्ण पाऊल मानले जात आहे.

माजी खासदार डॉ. सुजय विखे पाटील यांच्या मार्गदर्शनाखाली आणि मेडिकल डायरेक्टर डॉ. अभिजित दिवटे यांच्या नेतृत्वाखाली हॉस्पिटलमध्ये रुग्णसेवेची गुणवत्ता अधिकाधिक उंचावण्यासाठी तसेच आधुनिक उपचारपद्धती आणि वैद्यकीय शिक्षणाला चालना देण्यासाठी विविध उपक्रम राबविले जात आहेत. त्याचाच एक भाग म्हणून विविध वैद्यकीय विभागांमध्ये तज्ज्ञांच्या मार्गदर्शनाखाली प्रगत उपचारपद्धती आणि शस्त्रक्रिया तंत्रांचे प्रत्यक्ष प्रशिक्षण उपलब्ध करून दिले जात आहे.

या शस्त्रक्रियेच्या यशस्वी आयोजनामध्ये सर्जरी विभागाचे प्रमुख डॉ. गाडेकर यांचे मार्गदर्शन महत्त्वपूर्ण ठरले. त्यांच्या नेतृत्वाखाली सर्जरी विभागातील तज्ज्ञ डॉक्टर, कन्सल्टंट्स, फॅकल्टी मेंबर्स आणि पोस्टग्रॅज्युएट रेसिडेंट डॉक्टरांनी शस्त्रक्रियेच्या विविध टप्प्यांमध्ये प्रभावी सहभाग नोंदविला. प्लास्टिक सर्जन डॉ. अविनाश काळे यांनीही आपल्या तज्ज्ञ अनुभव व कौशल्याच्या माध्यमातून या प्रगत शस्त्रक्रियेच्या प्रक्रियेत महत्त्वपूर्ण योगदान दिले. तसेच भूलविभागाचे प्रमुख डॉ. देशपांडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली नेस्थेशियोलॉजी विभागाच्या संपूर्ण टीमने रुग्णाच्या सुरक्षिततेला सर्वोच्च प्राधान्य देत आवश्यक भूल व्यवस्थापन आणि शस्त्रक्रियेदरम्यान रुग्णाच्या स्थितीचे बारकाईने निरीक्षण केले.

फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनच्या माध्यमातून पुणे येथे मोफत मोतीबिंदू शास्त्रक्रिया करून नगरमध्ये परतलेल्या ज्येष्ठ नागरिकांचे स्वागत करताना जालिंदर बोरुडे.

# मोतीबिंदू शस्त्रक्रियेतून ज्येष्ठांच्या जीवनात पुन्हा प्रकाश

नगर – ज्येष्ठ नागरिकांच्या आरोग्याची काळजी घेत त्यांच्या जीवनात आनंद आणि आत्मविश्वास निर्माण करण्याच्या उद्देशाने फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनच्या वतीने ज्येष्ठ नागरिक दिन विविध सामाजिक उपक्रमांनी साजरा करण्यात आला. यावेळी मोफत नेत्र तपासणी तसेच मोतीबिंदू शस्त्रक्रिया करून पुणे येथून अहिल्यानगरमध्ये आलेल्या ज्येष्ठ नागरिकांचे फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनचे संस्थापक अध्यक्ष जालिंदर बोरुडे यांनी विशेष स्वागत केले.

ज्येष्ठ नागरिकांमध्ये वाढत्या वयामुळे उद्भवणाऱ्या नेत्रविषयक समस्यांकडे विशेष लक्ष देण्याची गरज असते. अनेक ज्येष्ठ नागरिकांना मोतीबिंदूमुळे दैनंदिन जीवनातील अनेक कामांमध्ये अडचणींचा सामना करावा लागतो. आर्थिक परिस्थितीमुळे काहींना वेळेत उपचार घेणे शक्य होत नाही. ही बाब लक्षात घेऊन फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनच्या वतीने मोफत नेत्र तपासणी आणि आवश्यक असलेल्या ज्येष्ठ नागरिकांवर मोतीबिंदू शस्त्रक्रिया करण्याचा उपक्रम राबविण्यात आला.

या उपक्रमाचा लाभ घेतल्यानंतर शस्त्रक्रिया पूर्ण करून पुणे येथून अहिल्यानगरमध्ये आलेल्या ज्येष्ठ नागरिकांचे संस्थेच्या वतीने आपुलकीने स्वागत करण्यात आले.

ज्येष्ठ नागरिक हे समाजाचे मार्गदर्शक असून, त्यांनी आपल्या आयुष्यात कुटुंब आणि समाजाच्या उभारणीसाठी मोठे योगदान दिले आहे. त्यामुळे त्यांच्या अनुभवाचा आदर करणे, त्यांना सन्मानाची वागणूक देणे आणि त्यांच्या आरोग्याची काळजी घेणे ही समाजाची सामूहिक जबाबदारी असल्याचे फिनिक्स सोशल फाऊंडेशनचे जालिंदर बोरुडे यांनी सांगितले.

# केंद्रीय राज्यमंत्री रामदास आठवले २४ ऑगस्ट रोजी अहिल्यानगर दौऱ्यावर

नगर – केंद्रीय सामाजिक न्याय राज्यमंत्री तथा रिपब्लिकन पक्षाचे राष्ट्रीय नेते रामदास आठवले २४ ऑगस्ट रोजी अहिल्यानगर जिल्ह्याच्या दौऱ्यावर येत आहेत. रिपब्लिकन पक्षाचे राज्य सचिव राजाभाऊ कापसे यांच्या निधनामुळे त्यांच्या कुटुंबीयांचे सांत्वन करण्यासाठी ना. आठवले वाकडी (ता. राहाता) येथे भेट देणार आहेत. या दौऱ्याची माहिती रिपब्लिकन पक्षाचे दक्षिण जिल्हाध्यक्ष सुनील साळवे यांनी दिली.

ना. रामदास आठवले हे दिल्लीहून विमानाने छत्रपती संभाजीनगर विमानतळावर सकाळी ११ वाजता दाखल होणार आहेत. त्यानंतर श्रीरामपूरमार्गे वाकडी येथे ते दुपारी सुमारे १२ वाजता पोहोचणार आहेत. येथे राजाभाऊ कापसे यांच्या कुटुंबीयांची भेट घेऊन ते सांत्वन करणार आहेत. यानंतर वाकडी येथे सर्वपक्षीयांच्या वतीने आयोजित करण्यात आलेल्या शोकसभेला ना. रामदास आठवले उपस्थित राहणार आहेत.

ना. आठवले यांच्या दौऱ्याच्या पार्श्वभूमीवर जिल्ह्यातील रिपब्लिकन पक्षाच्या आजी–माजी पदाधिकारी, कार्यकर्ते, विविध आघाड्यांचे पदाधिकारी तसेच समर्थकांनी उपस्थित राहावे, असे आवाहन पक्षाच्या वतीने करण्यात आले आहे.

# मॉस्को मेट्रो - रशियन वास्तुकलेचा जिवंत नमुना

जानेवारी २०२६ मध्ये आम्ही 'नॉर्दन लाईटस' बघण्यासाठी रशियाला गेलो होतो. रशियातील हिवाळा तेव्हा तेथील परमोच्च बिन्दुवर होता. २५° तापमानात आम्ही सलग १२ दिवस होतो. रशियातील अनेकानेक वैशिष्ये आम्ही या काळात पाहिली आणि अनुभवली. त्यातीलच एक वैशिष्ट्य म्हणजे रशियाची राजधानी मॉस्को या शहरातील भूमिगत रेल्वे प्रणाली म्हणजेच **'मॉस्को मेट्रो'**.

मॉस्को मेट्रो ही जगातील सर्वात सुंदर आणि ऐतिहासीक मेट्रो नेटवर्क पैकी एक आहे. सोव्हियत युनियनच्या काळात याला 'लोकांसाठी राजवाडे' म्हणून डिझाईन केले होते. मॉस्को मेट्रो एक अख्यायीका आहे. मॉस्को मेट्रोची स्थानके जगातील सर्वात सुंदर स्थानकांपैकी आहेत. मॉस्को मेट्रो सर्वात जुनी नाही (लंडनची मेट्रो जगातील पहिली होय) किंवा जगातील सर्वात मोठी ही नाही (चायनातील शांघाय यात आघाडीवर आहे) पण ती नक्कीच सर्वात जास्त भव्य, प्रेक्षणीय, कलात्मक आणि प्रसिद्ध आहे. मॉस्कोच्या जमीनीखाली दडलेली एक सौंदर्यपूर्ण संपूर्ण कलाकृती आहे. मॉस्को मेट्रोचा पहिला प्रकल्प १९०१ मध्ये तयार करण्यात आला होता परंतु पहिली लाईन १५ मे १९३५ मध्ये सुरु करण्यात आली. सुरवातीला यात फक्त १३ स्टेशन्स आणि ११ किमीचा मार्ग होता.

अशी एक अख्यायीका आहे की स्टॅलिनने आपला कॉफीचा मग मेट्रोच्या नकाशावर ठेवला होता. जेव्हा त्याने तो परत उचलला तेव्हा त्या कपामुळे नकाशावर शहराच्या मध्यवर्ती भागात एक तपकिरी रंगाचा गोलाकार डाग उमटला. स्टॅलिनला नाही म्हणण्याचे धाडस कोणातही नव्हते त्यामुळे त्या तपकीरी रंगाच्या डागाप्रमाणे वर्तुळाकार मेट्रोलाईन आधी बांधण्यात आली. या मेट्रोचे पहिले स्टेशन डिझायनर ॲलेक्सी दुश्किन यांनी डीझाईन केले होते. पहिल्या टप्पापासूनच स्टॅलिन यांनी प्रवाशांना सोव्हियत युनियनच्या यशाची आणि वैभवाची अनुभूती मिळावी हा हेतू ठेवला होता. त्यांच्या आदेशानुसार सामान्य जनतेला कम्युनिझमची भव्यता आणि सामर्थ्याचा अनुभव घेता यावा यासाठी ही भूमिगत रेल्वे बांधण्यात आली. दुसऱ्या महायुद्धाच्या काळात बॉम्बपासून वाचण्यासाठी आश्रयस्थान म्हणून या मेट्रोचा वापर करण्यात आला. याच काळात मेट्रोचा विस्तारही वेगाने झाला. आमच्या गाईडने आम्हाला सांगितले की या महायुद्धाच्या काळात २०० बालकांचा जन्म मॉस्को मेट्रोच्या स्थानकांवर झाला होता.

लंडन येथील भूमिगत रेल्वेप्रणाली बांधणाऱ्या अनुभवी इंजीनियर आणि कामगारांबरोबर सुरवातीच्या काळात सल्लामसलत करून काम सुरु करण्यात आले होते परंतू शहराच्या पायाभूत सुविधांबाबत मिळालेल्या ज्ञानामुळे सोव्हिएट राजवटीने या परदेशी अभियंत्याना आणि कामगारांना हेरगिरीच्या आरोपाखाली देशाबाहेर काढले.

मॉस्को मेट्रोची वास्तूकला आणि इतिहास कल्पनातीत आहे. मेट्रोची स्टेशनस् कोणत्याही राजवाड्यापेक्षा कमी नाहीत. त्यांची सजावट इतकी समृध्द आहे. येथील डिझाईनमध्ये संगमरवरी भिंती, उंच घुमट, भव्य झुंबर आणि अद्वितीय शिल्पकला यांचा वापर केला गेला आहे. १९६० पर्यंत बांधली गेलेली स्थानके सोव्हियत कलेची उत्तम उदाहरणे आहेत ज्यात भरपूर संगमरवरी पुतळे, मोझाईक, काच, उठावशिल्प आणि झुंबर आहेत. अनेक स्टेशन्स् सोव्हियत् युनियनचा इतिहास, विजय आणि कामगारांच्या योगदानाचे कलात्म करित्या वर्णन करतात. येथे आपल्याला सुंदर मोझायक चित्रे आणि ऐतिहासीक पुतळे बघायला मिळतात. काही स्टेशन्सची भव्यता आणि प्रकाशयोजना पाहून त्यांना 'कृत्रिम भूमिगत सूर्य' असेही म्हटले जाते. काही स्टेशन वर सुंदर काचकाम केलेले आढळते. काही स्टेशन्स् जगातील सुंदर मानली जातात कारण ती अप्रतिम आहेत आणि आपल्याला संग्रहालये किंवा नृत्यगृहांसारखी अनुभूती देतात. आपण जर विळा आणि हतोडा या सारख्या सोव्हियत चिन्हांचा विचार केला तर येथे तुम्हाला ते कलात्मक रित्या सजवलेले दिसतील. ही स्थानके एका अर्थाने सारखी असली तरी ती एकमेकांपेक्षा पूर्णपणे वेगळी आहेत. फलाटांवर लावलेली क्रिस्टलची झुंबरे, नक्षीदार खांब आणि स्टेन ग्लास प्रवाशांचे लक्ष नक्कीच वेधुन घेतात. काही स्टेशन आर्ट डेको या शैलीची उत्तम उदाहरणे आहेत तर काही बरोक शैलीतील राजवाड्यांसारखी दिसतात. सर्व स्टेशनची छतांची रचना देखिल अतिशय भव्य, कलात्मता दाखवणारी, गुंतागुंतीची प्रकाश योजना असणारी, सोन्याच्या चौकटी, रशियन संस्कृति दाखवणारी, काचशिल्पे असणारी, नेत्रदिपक आकाराने सुसज्जीत आणि संयमित डिझाइनची संवेदनशीलता दाखवणारी दिसुन येते. येथील ४८ पेक्षा जास्त स्थानकांना ऐतिहासिक वास्तूंचा दर्जा देण्यात आला आहे. भूमिगत् असूनही ही मेट्रो अतिशय स्वच्छ, सुरक्षित आणि आधुनिक आहे. येथे गाड्या अतिशय वेळेत आणि वारंवार उपलब्ध असतात. सध्या ३०० पेक्षा अधिक स्थानके ५५० किमी.पेक्षा जास्त लांबीचा प्रवास करताना सहाय्यक ठरतात. दरवर्षी या आकड्यांमध्ये वाढच होत आहे. या जगातील सर्वात भव्य आणि व्यस्त मेट्रोमधुन दररोज लाखो प्रवासी प्रवास करतात आणि इतिहास आणि वास्तुकलेचा आनंद घेतात.

संपूर्ण आधुनिक मॉस्को मेट्रो बांधणाऱ्या मेट्रोस्ट्रॉय या कंपनीला बांधकाम करताना अनेक अडचणींचा सामना करावा लागला. खोल बोगदा खणण्यासाठी या कंपनी ने कट ॲण्ड कव्हर' या बांधकाम पद्धतीचा वापर केला. सुमारे ९००० मीटर लांबीचे बोगदे खोदकाम पद्धतीने करण्यात आले. आणखी ८८७ मीटर लांबीचे बोगदे यांत्रिकी सहाय्याने तयार करण्यात आले. ४२२० मीटर लांबीचे बोगदे 'ओपन कटिंग' पद्धतीने बांधण्यात आले. अनेक ठिकाणी जमिनीवर उंच उंच इमारती आणि अरुंद रस्ते असल्यामुळे बोगद्यांची खोली वाढवावी लागली. मॉस्कोमध्ये अनेक भूमिगत नदया आणि कठीण माती असल्यामुळे सुरक्षिततेसाठी बोगदे जमिनीपासून खूप खोलवर खोदण्यात आले आहेत. मॉस्को शहर आणि शेजारच्या शहरांना सेवा देणारी ही भुयारी रेल्वेप्रणाली मध्यवर्ती भागापासून बाहेरील भागापर्यंत चाकाच्या आऱ्यांप्रमाणे धावणाऱ्या १४ त्रिज्यीय मार्गाची मालिका आहे. या मेट्रोची खोली वेगवेगळ्या स्थानकांवर वेगवेगळी आहे. सर्वांत खोल स्थानक पार्क पोबेडी आहे जे जमीनीपासून ७३ मीटर (अंदाजे २४० फूट) खोलवर आहे. सरासरी २०० फूट खोलीवर दोन स्तरावर या मेट्रो धावतात. येथे एकुण ६६.८ किमी लांबीचे ६३७ एस्केलेटर म्हणजेच सरकते जीने आहेत. येथील सरकते जीने देखील अगदी ४५° अंशातुन वेगाने सरकत असतात कारण तुम्हाला पूर्णपणे खाली किंवा वर यायला खूप वेळ लागतो. या राईडस् भरपूर लांब असतात. सर्वात लांब एस्केलेटर १२६ मीटर लांबीचे आहे. या एस्केलेटरच्या आजुबाजुची सजावटदेखील स्थानकांप्रमाणे खुप विचारपूर्वक केलेली दिसुन येते. दररोज स्थानिक आणि पर्यटक असे ९० लाख प्रवासी मॉस्को मेट्रोचा वापर करतात. गजबजलेल्या महानगरात हा वाहतुकीचा सर्वात वेगवान, स्वस्त आणि सोयीस्कर मार्ग आहे. स्थानकांमधील अंतर सरासरी १.८ किमी आहे. प्रत्येक डब्बा दररोज ५४९ किमी अंतर ४२ किमी प्रतीतास या वेगाने प्रवास करतो. ९९.९८८ गाड्या वेळेवर धावतात. प्रत्येक स्थानकावर सरासरी दूर २ मिनिटाला एक मेट्रो येते. गर्दीच्या वेळी गाड्या किमान ९० सेकंदाच्या अंतरात स्टेशनवर येतात. लाखो स्थानिकांसाठी कामावर किंवा शाळेत जाताना त्यांना हा रोजचाच प्रवास असला तरी आपल्यासारख्या पर्यटकांसाठी मेट्रोची सफर हा एक आनंददायी अनुभव आणि रशियाच्या आकर्षक राजधानीतील प्रमुख आकर्षणांपैकी एक आहे. प्रवाशांची मागणी आणि वारंवारता पूर्ण करण्यासाठी वेगवेगळ्या मार्गावर वेगवेगळ्या लांबीच्या गाड्या वापरल्या जातात. सर्व गाड्या ६, ७, ८ अशा वेगवेगळ्या डब्यांच्या आहेत. सर्वसाधारणपणे मेट्रो ९९१५ गाड्या चालवते ज्यांच्या प्रत्येक डब्यात सरासरी ५३ प्रवासी असतात. मॉस्को मेट्रो प्रणाली तिच्या कार्यक्षमतेसाठी नावाजलेली आहे. प्रवाशांची संख्या पहाता हे वाहतुकीचे जाळे आता प्रचंड ताणाखाली आहे.

तुम्ही मॉस्को मेट्रो बघण्यासाठी संपूर्ण दिवस दिवस देऊ शकता आणि कंटाळा देखील येणार नाही कारण एका स्टेशनवरून दुसऱ्या स्टेशनवर प्रवास करताना तुम्ही वाटेतील सौंदर्याचा आस्वाद घेत असता. अशाप्रकारे तुम्ही दिवसाचा प्रकाश फारसा न पहाता संपूर्ण दिवस जमिनीखाली २०० फूट खाली भूयारात घालवू शकता. खेळती हवा आणि लख्ख प्रकाश आपल्याला नेहमी प्रसन्न ठेवते. तुम्ही येथे फोटो देखिल काढू शकता. तुम्हाला फोटो काढण्यासाठी प्रोत्साहन देखील दिले जाते. जमिनीवर खास फोटो काढण्यासाठीच्या खुणा चिन्हांकीत केलेल्या दिसतात. असे म्हटले जाते की या ठीकाणी उभे राहून फोटो काढल्यास स्टेशनचा सर्वोत्तम फोटो येतो.

येथे सर्व स्थानकांवर सुरक्षा कर्मचारी आणि पोलिस अधिकारी उपलब्ध असतात त्यामुळे आपल्याला प्रवास सुरक्षित वाटतो. ही सेवा आपल्यासाठी पहारे ५ ते मध्यरात्री १.३० वाजेपर्यंत चालू असते आणि रात्री १.३० ते पहाटे ५ पर्यंत स्वच्छता आणि देखभालीचे काम चालते. मॉस्को मेट्रो मध्ये स्वयंचलित इंटरलॉकींग प्रणाली, सिग्नलींग प्रणाली, आणि केंद्रिकृत वाहतूक नियंत्रण यासारख्या सुरक्षा प्रणाली आहेत. आग विझवण्याची उपकरणे, व्हिडीयो रेकॉर्डींगसह सी सी टी व्ही इ. आधुनिक उपकरणांचा देखिल समावेश आहे.

या मेट्रोची आणखी एक मनोरंजक गोष्ट म्हणजे घोषणा. केंद्राच्या दिशेने जाणाऱ्या ट्रेनमध्ये पुढील स्थानकांच्या घोषणा करणारा आवाज पुरुषाचा आणि केंद्रापासून दूर जाणाऱ्या ट्रेनमध्ये घोषणा करणारा आवाज स्त्रीचा आहे. कदाचित याचे कारण असे आहे की कामावर पोहचल्यावर पुरुष आर्थिक मेहनत करण्यास प्रोत्साहन देतात आणि स्त्री घरी परतत असतांना त्यांना आराम देते. ट्रेनमधील घोषणा जरी इंग्रजीत असल्यातरी स्थानकांवरील माहीतीच्या पाट्या रशियन भाषेत आहेत. त्या आपल्याला फोनमधील भाषांतराचा ॲप वापरून वाचाव्या लागतात. येथील बहुतांशी लोकांना इंग्रजी येत नाही पण आपण हातवारे करून किंवा भाषांतर ॲपवरून काही प्रश्न विचारल्यास आपले शंका समाधान करण्यास ते अगदी तत्पर असतात. कधीही कंटाळा करत नाहीत. प्रत्येक स्टेशनला एक नाव आणि नंबर आहे. आपण फक्त नंबर जरी सांगितला तरी कसे जायचे याचे विश्लेषण ते पूर्ण करतात आणि मगच आपली रजा घेतात. स्टेशनची नावे उच्चारण करण्यात आपल्याला थोडी अडचण येते त्यामुळे क्रमांक लक्षात ठेऊनच प्रवास केलेला बरा. जमिनीवर देखिल क्रमांक आणि बाणांसह दिशादर्शक खुणा रंगवलेल्या आहेत. प्रत्येक हॉटेलच्या स्वागतकक्षात आपल्याला मेट्रोचा नकाशा मिळतो आणि आपण मोबाईलमध्ये देखील डाऊनलोड करू शकतो. हा नकाशा खूप गुंतागुंतीचा आहे. तो वाचता आला की आपण विनासायास मेट्रोने प्रवास करू शकतो.

दिवसभर आम्ही मॉस्कोतील स्थलदर्शन करता करता मेट्रोची दिवसा सफर केली तरीही रात्री १० वाजता परत आमच्या हॉटेल जवळील मेट्रो स्टेशन पर जाऊन जगप्रसिद्ध रेड स्वेयर आणि क्रेमलिन - २५° तापमानात बघायला गेलो होतो. हिवाळ्याच्या गोठवणाऱ्या थंडीत, बर्फ पडत असताना मध्यरात्री अशा जागतिक वारसास्थळाना भेट देणे ही एक आमच्यासारख्या पर्यटनप्रेमीसाठी पर्वणीच होती. मेट्रोचा नकाशा व्यवस्थित समजुन घेतला होता त्यामुळे आमचे हॉटेलपासून रेड स्केयर खुप दूर असले तरीही रात्री जाऊन दीड वाजताची शेवटची मेट्रो पकडून आम्ही हॉटेलमध्ये परतलो. प्रत्येक वेळी प्रवास करतांना वेगवेगळ्या मार्गाचा अवलंब केल्यामुळे आम्हाला प्रवासादरम्यान देखील वेगवेगळी स्थानके पहायला मिळाली. तिकीट घेण्याससाठी आम्ही ट्रॉयका कार्ड जे सर्वात स्वस्त आणि सोयीचे आहे त्याचा वापर केला. फेरीसाठी ५५ रूबल (९० रु.) पर्यंत खर्च येतो. प्रत्येक स्टेशनवर तिकीट कार्यालय किंवा तिकीट मशीनमधुन आपण तिकीट घेऊ शकतो. याला वेळेचे बंधन नाही. तिकीटाचे कार्ड पुन्हा वापरता येत नाही त्यामुळे एकदा तुम्ही गेटच्या बाहेर पडल्यावर तुमचे कार्ड रिकामे होते आणि तुम्ही ते कचरापेटीत टाकू शकता. एका शहराच्या केंद्रापासून उपनगरापर्यंत पसरलेल्या त्रिज्यीय मार्गाचे विस्तृत जाळे आणि शहराच्या केंद्रभागी जोडणारा एक वर्तुळाकार मार्ग असुनही सर्व बाहेरील उपनगरांची मागणी पुर्ण करण्यासाठी आणि अधिक लवचिक आंतर- उपनगरीय जोडणी प्रदान करण्यासाठी मॉस्को मेट्रोला अजुनही नविन मार्गाची आवश्यकता आहे. लोकांना उत्तम सेवा देण्यासाठी या प्रणालीचा सातत्याने विस्तार होत आहे. दरवर्षी नविन ट्रॅक आणि स्थानके यामध्ये भर घालत आहे. रशियाचे सरकार आपल्या जनतेला आवश्यक असणाऱ्या सार्वजनिक वाहतुकिच्या सर्व सुविधा देण्यासाठी कटीबद्ध आहे. याचे सर्वोतम उदाहरण म्हणजे शीतयुद्धादरम्यान बांधलेले काही मार्ग हेतूपुरस्करपणे अतिखोलातून काढण्यात आले ज्याचा वापर अणूहल्यादरम्यान नागरिकांना निवारा पुरवण्यासाठी केला जाणार होता.

आजच्या आधुनिक काळात जुने आणि नवे यांची सुयोग्य सांगड घालून ही प्रणाली अव्याहतपणे गेल्या ९५ वर्षापासून जनतेची सेवा करत आहे. आमच्या रशियातील वास्तव्यात या मेट्रोची सफर करणे, या प्रणालीला समजुन होणे, तिचा प्रत्यक्षात अनुभव घेणे आमच्यासाठी सगळे काही अविस्मरणीय होते. नेहमीच्या सवयीप्रमाणे आम्ही या प्रवासासाठी निघण्याआधी देखील घरून चांगला अभ्यास करून निघालो होतो त्यामुळे प्रत्यक्षात त्या स्थळांवर पोहचल्यावर आपल्याला जास्त चांगल्या पध्दतीने तेथील आनंद घेता येतो आणि आम्ही तो घेतला. तुम्ही जर पूर्वतयारी न करता गेलात तर फक्त बागेत फेरफटका मारतो तसे या प्रेक्षणीय स्थळांवर फेरफटका मारल्यासारखे होते आणि मला वाटते असे झाले तर त्या स्थळाच्या महात्म्यासाठी तो अन्याय आहे.

अत्याधुनिक डिझाईन ट्रेंडस् निःसंशयपणे मॉस्को मेट्रोच्या नवीन आणि भविष्यातील स्टेशन्स् ना जगातील सर्वात व्यस्त, जलद वाहतुकींपैकी एक म्हणून आवश्यकतेनुसार कार्यक्षम बनवतील, तरीही जुन्या युद्धोत्तर रचना आधुनिक मॉस्कोवासीयांच्या मनात् आपले स्थान टिकवून ठेवतील.

घरी परत येताना अनेक चांगल्या आठवणी होऊन आम्ही परतलो ते पुन्हा कधी संधी मिळाली तर वेगळ्या भागातील रशिया बघु हे स्वप्न मनात घेऊनच.

**संकलन आणि शब्दांकन**
**आर्किटेक्ट कविता सुशील जैन**
B. Arch. AIIA, AIID
**अहिल्यानगर**
**मोबा. : ९८५०३३०५९१**

AESA
Architects, Engineers & Surveyors Association Ahilyanagar

# जैन ओसवाल पतसंस्थेच्या नूतन संचालकांचा सत्कार

जैन ओसवाल नागरी सहकारी पतसंस्थेच्या नूतन संचालकांच्या सत्कारप्रसंगी उद्योजक नरेंद्र फिरोदिया. समवेत अभय पितळे, शैलेश गांधी, संतोष गांधी, समीर बोरा, चेतन भंडारी, विनीत बोरा, शरद गोयल आदी.

नगर - जैन ओसवाल नागरी सहकारी पतसंस्थेच्या रिक्त जागांवर निवड झालेल्या नूतन संचालकांचा सत्कार समारंभ उत्साहात पार पडला. जैन ओसवाल पंचायतचे अध्यक्ष व आय लव नगरचे संस्थापक उद्योजक नरेंद्र फिरोदिया यांच्या हस्ते नवनिर्वाचित संचालक अमित भांड, तेजस्विनी बोगावत, श्रीकांत भागवत यांचा सत्कार करण्यात आला.

या सत्कार समारंभास पतसंस्थेचे चेअरमन अभय पितळे, व्हाईस चेअरमन शैलेश गांधी, संचालक संतोष गांधी, समीर बोरा, चेतन भंडारी, विनीत बोरा, शरद गोयल, व्यवस्थापक प्रशांत भंडारी यांच्यासह प्रमोद डागा, प्रतीक बोगावत, अभिजीत भांड, सारिका भांड, जीतांशु भांड, रुपेश नायर, परेश भाटे, चिराग शेटीया, दिव्या बोगावत उपस्थित होते.

फिरोदिया म्हणाले, जैन ओसवाल नागरी पतसंस्थेची प्रगती कौतुकास्पद आहे. पतसंस्थेसाठी क्रियाशील संचालकांची निवड करणे ही मोठी जबाबदारी असते. नवनिर्वाचीत संचालक श्रीकांत भागवत यांचे आर्थिक क्षेत्रात मोलाचे योगदान आहे. अमित भांड आणि त्यांचा परिवार गेल्या ३५ वर्षांपासून पतसंस्थेशी जोडला गेला आहे. तसेच बोगावत परिवारालाही आर्थिक क्षेत्राचा चांगला अनुभव आहे. नूतन संचालकांची झालेली निवड योग्यच आहे. गेल्या पंचवीस वर्षापासून संस्थेने अनेक चढ-उतार पाहिले आहे. संस्थेच्या व सभासदांच्या हितासाठी संचालक मंडळ विश्वासाने कार्य करीत आहे. संचालक मंडळांने केलेल्या उत्कृष्ट कार्यामुळेच जैन ओसवाल नागरी पतसंस्थेचे प्रगती झाली आहे, असे त्यांनी सांगितले.

प्रास्तविकात संतोष गांधी म्हणाले, सहकारमहर्षी सुवालाल गुंदेचा यांनी स्थापन केलेल्या पतसंस्थेला उत्कृष्ट आर्थिक कारभाराची मोठी परंपरा आहे. यात संचालकांचे मोठे योगदान आहे. रिक्त जागांवर बिनविरोध निवड झालेले तीनही संचालक हीच परंपरा पुढे चालवत पतसंस्थेच्या प्रगतीत आपले योगदान देतील, असा विश्वास आहे.

व्हाइस चेअरमन शैलेश गांधी म्हणाले, आपली पतसंस्था ही जिल्ह्यातील सहकार क्षेत्रात आपले स्थान मजबूत करत आहे. लवकरच २०० कोटी ठेवींचा टप्पा गाठण्याचे उद्दीष्ट सोबत घेऊन संचालकांनी जोमाने कामाला सुरुवात केली आहे. संस्था मोठमोठ्या बँकेच्या बरोबरीने सेवा देत असून अल्पदरात कर्ज उपलब्ध करून व्यवसायांना पाठबळ देत आहे. संधी देण्यात आलेले तिन्ही संचालक आर्थिक क्षेत्राचे जाणकार आहेत. त्यामुळे संस्थेला येत्या काळात यशाची शिखरे पार करण्यासाठी जुन्या सर्वच संचालकांसमवेत ह्या तिनही नवनिर्वाचित उच्चशिक्षित तरुणांचे मोलाचे योगदान लाभेल, अशी खात्री त्यांनी व्यक्त केली.

या कार्यक्रमाप्रसंगी चेअरमन अभय पितळे यांनी नवनिर्वाचित संचालक व उद्योजक नरेंद्र फिरोदिया यांचे स्वागत केले. आभार व्हाईस चेअरमन शैलेश गांधी यांनी मानले.

राज्यस्तरीय स्पर्धेसाठी पात्र ठरलेल्या भिंगार स्पोर्ट्स क्लबच्या खेळाडूंचा डॉ. उद्धव शिंदे यांच्या हस्ते सन्मान करण्यात आला.

# भिंगारच्या सात खेळाडूंची राज्यस्तरीय स्पर्धेसाठी निवड

नगर - अहिल्यानगर फेडरेशनतर्फे आयोजित जिल्हास्तरीय क्रीडा स्पर्धेत भिंगार स्पोर्ट्स क्लबच्या सात खेळाडूंनी उत्कृष्ट कामगिरी करत राज्यस्तरीय स्पर्धेसाठी पात्रता मिळवली. या यशाबद्दल स्नेहबंध सोशल फौंडेशनच्या वतीने डॉ. उद्धव शिंदे यांच्या हस्ते खेळाडूंचा सन्मान करण्यात आला.

अर्पिता भंडारी हिने १०० मीटर हर्डल्स व १०० मीटर धावण्यात प्रथम क्रमांक मिळवला. माधवी दिवाण हिने ५ किलोमीटर धावण्यात प्रथम, तर श्रावणी बेरड हिने १०० व २०० मीटर धावण्यात द्वितीय क्रमांक मिळवला. उमेर शेख याने ८० मीटर हर्डल्समध्ये प्रथम क्रमांक पटकावला. भाग्यश्री जोशी हिने ट्रायथलॉनमध्ये द्वितीय क्रमांक मिळवला. वरुण परदेशी याने उंच उडी, लांब उडी व ६० मीटर धावण्यात द्वितीय, तर माही परदेशी हिने ६०० मीटर धावण्यात तृतीय क्रमांक मिळवला. या खेळाडूंना मेजर विठ्ठल काळे व राष्ट्रीय खेळाडू शंकर औरंगे यांचे मार्गदर्शन लाभले. त्यांच्या कामगिरीचे सर्व स्तरांतून कौतुक होत आहे.

भिंगार स्पोर्ट्स क्लबच्या सात खेळाडूंनी जिल्हास्तरीय स्पर्धेत केलेली कामगिरी अभिम ानास्पद असून, राज्यस्तरीय स्पर्धेतही त्यांनी उज्ज्वल यश मिळवावे, यासाठी स्नेहबंध सोशल फौंडेशन सदैव त्यांच्या पाठीशी राहील, असे प्रतिपादन फौंडेशनचे संस्थापक अध्यक्ष डॉ. उद्धव शिंदे यांनी केले.

# नशामुक्त भारत अभियानांतर्गत आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये सामूहिक प्रतिज्ञा

आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये नशामुक्तीची सामूहिक प्रतिज्ञा करण्यात आली.

नगर - मादक पदार्थांचे सेवन करणे ही देशातील गंभीर समस्या बनली आहे. विशेषतः युवा पिढी व्यसनाधीन होत असल्याने शारीरिक, मानसिक व सामाजिक समस्या वाढत आहेत. त्यामुळे केंद्र सरकार आणि ब्रह्माकुमारीज संस्था यांच्या संयुक्त विद्यमाने नशा मुक्त भारत अभियान राबविले जात आहे. सरकारच्या या अभियानातंर्गत दादी प्रकाशमणी यांच्या पावन स्मृतीनिमित्त संचालिका राजराजेश्वरी दिदी यांच्या नेतृत्वाखाली नगरमध्ये आनंदऋषीजी हॉस्पिटलमध्ये नशामुक्तीची सामूहिक प्रतिज्ञा करण्यात आली. सुमारे ५५० जणांनी एकाच वेळी नशामुक्तीची प्रतिज्ञा म्हणत या अभियानात सहभाग नोंदवला. अशी माहिती डॉ सुधा कांकरिया यांनी दिली.

यावेळी जैन सोशल फेडरेशनचे डॉ. प्रकाश कांकरिया, बीके डॉ.सुधा कांकरिया, बीके ज्ञानेश्वरी दिदी, प्रशासनाधिकारी डॉ. आशिष भंडारी, डॉ वंजारे, लोढा आदींसह हॉस्पिटलमधील स्टाफ, रूग्ण, रूग्णांचे नातेवाईक उपस्थित होते.

डॉ. सुधा कांकरिया म्हणाल्या, व्यसनाधीनता रोखणं हे विकसित भारतासमोरील मोठे आव्हान बनले आहे. मादक पदार्थांचे सेवन अनेक गंभीर समस्या निर्माण करत आहे. सर्वच वयोगटातील व्यसनाधीनता चिंताजनक आहे. विशेषतः युवा पिढी लवकर व्यसनांच्या आहारी जात आहे. परिणामी आरोग्यावर विपरीत परिणाम होत आहे. अनेक सामाजिक समस्या निर्माण होतात. समृद्ध, सशक्त भारतासाठी व्यसनमुक्त समाजाची गरज आहे. सरकारने नशा मुक्त भारत अभियानातून व्यापक जनजागृती सुरू करून एक मोठे पाऊल उचलले आहे. यात देशातील प्रत्येक नागरिकाने सहभागी होऊन स्वतः नशा करणार नाही व इतरांचेही प्रबोधन करून व्यसनाधीनता हद्दपार करण्याचा संकल्प केला पाहिजे. ब्रह्मकुमारीज संस्थेद्वारे देशभरात या अभियाना अंतर्गत १० करोड व्यक्ती सहभागी होत आहेत. बीके ज्ञानेश्वरी दिदीने नशेचे दुष्परिणाम सांगत ते रोखण्यासाठी नशामुक्त अभियान हे महत्वाचे आहे याची माहिती दिली.

डॉ. आशिष भंडारी म्हणाले, विविध मादक पदार्थांच्या व्यसनांमुळे आरोग्यावर विपरीत परिणाम होतो. हॉस्पिटलमध्ये दाखल अनेक रूग्णांना व्यसनांमुळे व्याधी जडलेल्या असतात. अनेकांना शारीरिक व मानसिक समस्या उद्भवतात. हे कमी होण्यासाठी व्यसनमुक्ती आवश्यक आहे. यासाठी हॉस्पिटलमध्ये नेहमीच समुपदेशन केले जाते.

# श्री बाणेश्वर महाविद्यालयात राष्ट्रीय एडस् नियंत्रण जनजागृती उपक्रमाचे आयोजन

नगर - बुऱ्हाणनगर येथील श्री बाणेश्वर महाविद्यालयात सार्वजनिक आरोग्य विभाग व महाराष्ट्र राज्य एड्स नियंत्रण समिती यांच्या वतीने एचआयव्ही/एड्स जनजागृती अभियानांतर्गत जनजागृती कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले. विद्यार्थ्यांमध्ये एचआयव्ही/एड्सविषयी जनजागृती निर्माण करणे, गैरसमज दूर करणे तसेच प्रतिबंधात्मक उपायांची माहिती देणे हा कार्यक्रमाचा प्रमुख उद्देश होता.

या कार्यक्रमासाठी प्रमुख पाहुण्या म्हणून शर्मिला सुरेश कदम (समुपदेशक ) उपस्थित होत्या. त्यांनी आपल्या मार्गदर्शनातून विद्यार्थ्यांना एचआयव्ही/एड्सविषयी शास्त्रीय व वस्तुनिष्ठ माहिती दिली. तसेच एचआयव्हीग्रस्त व्यक्तींकडे सहानुभूतीने व भेदभाव न करता पाहण्याची गरज त्यांनी अधोरेखित केली.

कार्यक्रमाचे अध्यक्ष महाविद्यालयाचे प्राचार्य व्ही. एम. जाधव यांनी विद्यार्थ्यांनी आरोग्याकडे गांभीर्याने पाहण्याची गरज व्यक्त केली. एचआयव्ही/एड्सविषयी असलेले गैरसमज दूर करण्यासाठी योग्य माहितीचा प्रसार करणे आवश्यक असून, जनजागृती ही केवळ एका दिवसापुरती मर्यादित न राहता सातत्याने होणे गरजेचे आहे, असे त्यांनी सांगितले.

यावेळी आय क्यू ए सी समन्वयक प्रा.डॉ. आर एच शेख, परीक्षा विभाग प्रमुख प्रा डॉ बी एम मूळे उपस्थित होते. प्रास्ताविक प्राध्यापक डॉक्टर वाघ एस यांनी केले. सूत्रसंचालन प्रा माधुरी तिवारी यांनी केले.

कार्यक्रमाच्या यशस्वी आयोजनासाठी महाविद्यालय प्रशासन, प्राध्यापक, कर्मचारी व विद्यार्थ्यांनी सहकार्य केले.

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

## जिभेचा रंग सांगतो आजारपण

**वाचा तर खरं**

डॉ. कुंदन गायकवाड

आपण आजारी पडतो, तेव्हा डॉक्टर प्रथम आपली जीभ तपासतात. कारण जीभ आपल्या शरीराच्या आरोग्याबाबतही बरेच काही संकेत देत असते. विशेषतः आयुर्वेदात जिभेचा रंग शरीरात होणाऱ्या अंतर्गत बदलांची माहिती देतो, असे मानले जाते.

जिभेचा रंग पिवळा, लाल, निळा किंवा फिकट दिसत असेल किंवा जिभेवर काही खुणा असतील, तर त्याकडे दुर्लक्ष करू नका.

**पिवळी जीभ**

जीभ पिवळी दिसत असेल तर ते शरीरात पित्त दोष वाढणे, आम्लता किंवा पित्त रसाचे असंतुलन यांचे लक्षण असू शकते. या स्थितीत प्रत्येक जेवणानंतर पाच तुळशीची पाने आणि एक वेलची चावणे फायदेशीर असते. ते पित्त शांत करते आणि पचनासदेखील मदत करते.

**फिकट जीभ**

जीभ खूप फिकट किंवा पांढरी दिसत असेल तर ते हिमोग्लोबिनची कमतरता, अशक्तपणा दर्शवू शकते. अशा परिस्थितीत सकाळी भिजवलेले अंजीर आणि थोडा गूळ खाणे खूप फायदेशीर असते. यामुळे रक्ताचे प्रमाण वाढण्यास मदत होते आणि शरीराला ऊर्जा मिळते.

**जीभेच्या कडा किंवा टोक लाल**

जिभेच्या कडा किंवा टोक लाल दिसत असतील तर ते मानसिक ताण, हृदय किंवा हार्मोनल बदलांचे लक्षण असू शकते. अशा परिस्थितीत रात्री उशीजवळ गुलाबाच्या पाकळ्या, ब्राम्ही आणि लैव्हेंडरची एक छोटी पुरचुंडी ठेवून झोपा. यामुळे मनाला शांती मिळते आणि चांगली झोप येण्यास मदत होते.

**निळी किंवा जांभळी जीभ**

हा रंग शरीरात रक्तप्रवाह कमी झाल्यामुळे, ऑक्सिजनची कमतरता किंवा जास्त ताणामुळे येऊ शकतो. अशा परिस्थितीत दिवसातून १० मिनिटे अनुलोम-विलोम प्राणायाम करा आणि रात्री १ चमचा हळद मिसळून कोमट दूध प्या. यामुळे रक्तप्रवाह सुधारतो आणि शरीरात ऑक्सिजनचा पुरवठा वाढतो.

**गुलाबी जीभ**

तुमची जीभ गुलाबी आणि स्वच्छ असेल तर ते चांगले पचन आणि संतुलित दोषांचे लक्षण आहे. याचा अर्थ तुम्ही योग्य आहार आणि जीवनशैलीचे पालन करत आहात. तरी शरीराच्या ऊतींचे पोषण करण्यासाठी रात्री एक चमचा देशी तूप घ्या.

## 'यांना' पावसाळ्यात संसर्गाचा धोका

**साथीचे विकार**

डॉ. कुंदन गायकवाड

पावसाळा सुरू होताच ताप, सर्दी-खोकला, डेंगी, मलेरिया, लेप्टोस्पायरोसिस तसेच जलजन्य संसर्गाचे प्रमाण वाढते. सामान्य व्यक्तींच्या तुलनेत रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत असलेल्या, कर्करोगावर उपचार घेत असलेल्या रुग्णांसाठी हे संसर्ग अधिक गंभीर ठरू शकतात. विशेषतः लहान मुले, गर्भवती महिला, वयोवृद्ध, केम थेरपी, रेडिओथेरपी किंवा बोन मॅरो ट्रान्सप्लांट झालेले रुग्ण यांची रोगप्रतिकारक शक्ती कमी असल्याने संसर्गाचा धोका अनेक पटींनी वाढतो.

केमोथेरपीमुळे शरीरातील पांढऱ्या रक्तपेशी (व्हाइट ब्लड सेल्स) कमी होऊ शकतात. या पेशी शरीराला संसर्गापासून संरक्षण देतात. त्यामुळे किरकोळ वाटणारा ताप, घसा दुखणे, खोकला, जुलाब किंवा लघवी करताना होणारी जळजळ यांसारखी लक्षणेही गंभीर संसर्गाचे संकेत असू शकतात. अशा वेळी स्वमर्जीने औषधे घेण्याऐवजी तातडीने तज्ज्ञांचा सल्ला घेणे गरजेचे आहे. पावसाळ्यात दूषित पाणी आणि अन्नामुळे होणारे संसर्ग टाळण्यासाठी उकळून किंवा शुद्ध केलेले पाणी पिणे, ताजे व स्वच्छ शिजवलेले अन्न खाणे, रस्त्यावरील खाद्यपदार्थ टाळणे आणि फळे-भाज्या नीट धुवून वापरणे गरजेचे आहे. त्याचबरोबर वारंवार हात धुणे, गर्दीच्या ठिकाणी मास्क वापरणे आणि वैयक्तिक स्वच्छता राखणेही तितकेच महत्त्वाचे आहे.

पावसामुळे अनेक रुग्ण उपचारासाठी रुग्णालयात जाणे टाळतात; मात्र केमोथेरपी किंवा 'फॉलो-अप' तपासण्यांमध्ये खंड पडल्यास आजाराची तीव्रता वाढू शकते. त्यामुळे डॉक्टरांनी दिलेल्या वेळापत्रकानुसार उपचार सुरू ठेवणे आवश्यक असल्याचे तज्ज्ञांनी स्पष्ट केले. डेंगी, मलेरिया किंवा इतर संसर्गजन्य आजारांची लक्षणे दिसल्यास कॅन्सरच्या रुग्णांनी विलंब न करता तपासणी करून घ्यावी. वेळेवर निदान आणि उपचार केल्यास गंभीर गुंतागुंत टाळता येते.

कॅन्सरच्या रुग्णांसाठी पावसाळ्यात सर्वात मोठा धोका म्हणजे संसर्ग. १००.४ डिग्रीज फॅरनहाईट (३८ अंश सेल्सिअस) किंवा त्यापेक्षा जास्त ताप, सतत खोकला, श्वास घेण्यास त्रास, जुलाब किंवा कोणतीही असामान्य लक्षणे दिसल्यास त्याकडे दुर्लक्ष करू नका. त्वरित उपचार घेतल्यास गंभीर गुंतागुंत टाळता येऊ शकते. केमोथेरपी, टार्गेटेड थेरपी, इम्युनोथेरपी किंवा बोन मॅरो ट्रान्सप्लांटनंतर अनेक रुग्णांची रोगप्रतिकारक शक्ती तात्पुरती कमकुवत झालेली असते. त्यामुळे पावसाळ्यात होणारा अगदी साधा संसर्गही काही रुग्णांमध्ये गंभीर स्वरूप धारण करू शकतो. वेळेवर निदान, उपचारांचे नियमित पालन आणि डॉक्टरांनी दिलेल्या वेळापत्रकानुसार केमोथेरपी किंवा इतर उपचार सुरू ठेवणे अत्यंत गरजेचे आहे. योग्य काळजी घेतल्यास पावसाळ्यातही कर्करोगावरील उपचार सुरक्षितपणे आणि परिणामकारकपणे सुरू ठेवता येतात.

पावसाळ्यात व्हायरल संसर्ग, डेंग्यू, मलेरिया, लेप्टोस्पायरोसिस तसेच दूषित पाणी व अन्नातून होणाऱ्या संसर्गाचे प्रमाण वाढते. लहान मुले, गर्भवती महिलांची रोगप्रतिकारक शक्ती कमी असते. त्यामुळे त्यांना ताप, खोकला, जुलाब, उलट्या किंवा श्वास घेण्यास त्रास होणे यासारखी लक्षणे दिसल्यास घरगुती उपचारांवर अवलंबून न राहता तातडीने डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा. तसेच गाळून, उकळून थंड केलेले पाणी पिणे, ताजे व स्वच्छ अन्न पदार्थांचे सेवन करणे, वारंवार हात धुणे, गर्दीच्या ठिकाणी मास्कचा वापर करणे आणि डासांपासून संरक्षण करणे या साध्या उपायांनी संसर्गाचा धोका मोठ्या प्रमाणात कमी करता येतो.

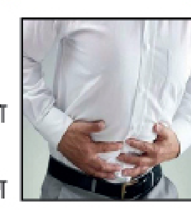
## दीर्घकालीन बद्धकोष्ठतेमुळे हृदयावर दाब

**व्याधी विकार**

दीर्घकालीन बद्धकोष्ठता केवळ पचनसंस्थेवरच परिणाम करते असे नाही तर ती हृदयावरही दबाव आणू शकते.

**बद्धकोष्ठतेची लक्षणे म्हणजे**

आठवड्यातून तीनपेक्षा कमी मलविसर्जन करणे, कडक, कोरडे मल, मल विसर्जनास त्रास होणे किंवा वेदना होणे, पोट पूर्णपणे रिकामे झाल्यासारखे न वाटणे, पोट फुगणे किंवा अस्वस्थता जाणवणे. बद्धकोष्ठतेच्या कारणांमध्ये फायबरयुक्त आहाराचे प्रमाण कमी असणे, पाणी कमी पिणे, शारीरिक हालचालींचा अभाव, काही औषधे, वेळीच मलविसर्जन न करणे, थायरॉईड समस्या, मधुमेह किंवा इरिटेबल बोवेल सिंड्रोम (आयबीएस) यांचा समावेश होतो.



**बद्धकोष्ठतेचा हृदयावर परिणाम**

बद्धकोष्टतेमध्ये आतड्यांचे नुकसान, मूळव्याध आणि हृदयाचा धोका वाढणे यांचा समावेश आहे. आतड्यांवर सतत ताण आल्याने रक्तदाबात तात्पुरती पण धोकादायक वाढ होऊ शकते. शौचास ताण देण्याच्या कृतीमुळे छातीवरील दाब वाढतो आणि हृदयाला ऑक्सिजनचा पुरवठा कमी होतो.

**डॉक्टरांचा सल्ला काय?**

दररोज किमान २ ते ३ लिटर पाणी प्या. रोजच्या आहारात फळे, भाज्या आणि तृणधान्यांचा समावेश करा.

## ओली अंतर्वस्त्रे टाळा

**जाणून घ्या**

डॉ. सुनील पोटे

पावसाळ्यातील एक मोठी समस्या असते, ती म्हणजे कपडे न वाळणे. ओली अंतर्वस्त्रे आपण अनेक वेळा गरम प्रेसने वाळवण्याचा प्रयत्न करतो. पण तरीही त्यात ओलावा राहतो. अशी ओली अंतर्वस्त्रे घालणे अतिशय धोकादायक असू शकते.

ओली अंतर्वस्त्रे घालल्याने 'युटीआय' होऊ शकतो. युटीआय म्हणजे मूत्रमार्गाचा संसर्ग. हा विकार महिलांना जास्त प्रभावित करतो. 'नॅशनल लायब्ररी ऑफ मेडिसिन'च्या मते ५० ते ६० टक्के प्रौढ महिलांना त्यांच्या आयुष्यात किमान एकदा तरी 'युटीआय'चा त्रास होतो. ६५ वर्षांपेक्षा जास्त वयाच्या महिलांमध्ये त्याची शक्यता दुप्पट असते.

ओलावा बॅक्टेरिया आणि बुरशीच्या वाढीसाठी पोषक वातावरण तयार करतो. ओलाव्याच्या दीर्घकाळ संपर्कात राहिल्याने जननेंद्रियाजवळ बॅक्टेरिया आणि बुरशीची वाढ होते. विशेषतः एखादी व्यक्ती सिंथेटिक फॅब्रिक घालते तेव्हा त्यात हवा खेळती राहत नाही, ओलावा बाहेर पडू देत नाही तेव्हा समस्या आणखी वाढते.

**मूत्रमार्ग संसर्गाची लक्षणे**

* वारंवार लघवी होणे
* लघवी करताना जळजळ किंवा वेदना
* पेल्विक क्षेत्रात अस्वस्थता किंवा जडपणा
* ताप

मूत्रमार्ग संसर्गापासून बचाव कसा करावा?

* हवेचा प्रवाह राखण्यासाठी सैल आणि सुती कपडे घाला.
* ओले किंवा अर्धे कोरडे कपडे घालू नका.
* ओले झाल्यास शक्य तितक्या लवकर कपडे बदला.
* दररोज शरीराच्या स्वच्छतेकडे विशेष लक्ष द्या.

## रोजच्या इन्सुलिनमधून सुटका

**नवे काही**

डॉ. गोवर्धन हुसळे

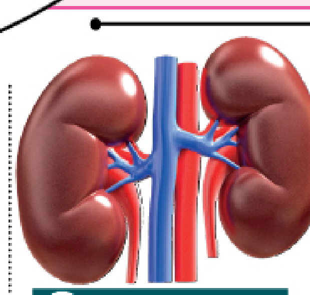
मधुमेहींना दिलासा मिळाला असून, दररोज 'इन्सुलिन'चे इंजेक्शन घेण्याच्या त्रासातून त्यांची सुटका होणार आहे. 'नोवो नॉर्डिस्क इंडिया' या कंपनीने भारतात 'अविक्ली' हे आठवड्यातून एकदाच घेता येईल असे 'इन्सुलिन' तयार केले आहे. जगात प्रथमच अशा प्रकारचे 'इन्सुलिन' तयार करण्यात आले आहे.

सध्या अनेक रुग्णांना दररोज एक इन्सुलिन इंजेक्शन घ्यावे लागते; पण या इंजेक्शनमुळे पेशंटला वर्षाला ३६५ वेळा टोचून घ्यावे लागणारे 'इन्सुलिन' आता फक्त ५२ वेळा घ्यावे लागेल. हे 'इन्सुलिन' टाईप-१ आणि टाईप-२ मधुमेह असलेल्या प्रौढ पेशंटसाठी उपलब्ध असेल. हे 'इन्सुलिन' घेतल्याने प्रकृतीमध्ये टप्प्याटप्प्याने सुधारणा कशी होते, यापेक्षा 'इन्सुलिन' लोकांच्या दैनंदिन आयुष्यात कशा प्रकारे सहजपणे समाविष्ट होते, या बदलाला या प्रयोगामध्ये महत्त्व देण्यात आले आहे.

दिवसातून एकदा घ्याव्या लागणाऱ्या 'ग्लॅर्गन यू-१००' च्या तुलनेत यातील 'एचबीए-१ सी' या घटकाचे प्रमाण कमी होऊन ही स्थिती टिकून राहण्याचा कालावधी वाढतो, हे 'अविक्ली'तून दिसून आले आहे. टाइप-२ प्रकारचा मधुमेह असलेल्या अनेक रुग्णांच्या रक्तातील 'एचबीए १-सी'चे प्रमाण सात टक्क्यांपेक्षा कमी राहिल्याचे आणि ही स्थिती टिकून राहण्याचा कालावधी वाढल्याचे तसेच साखरेच्या प्रमाणावरही संपूर्ण दिवसभर नियंत्रण कायम राहिल्याचे कंपनीने म्हटले आहे.

भारतात दहा कोटींहून अधिक लोक मधुमेहाने त्रस्त आहेत. तसेच सुमारे १३.६. कोटी लोक 'प्री-डायबेटिक' असल्याचा अंदाज आहे, तर ६० लाख पेशंट रोज इन्सुलिन घेणारे आहेत. भारत हा 'अविक्ली' उपलब्ध करणारा जगातील सातवा देश ठरला आहे. अमेरिकेसह युरोपीय महासंघ आणि इतर अनेक देशांमध्येसुद्धा या औषधाला मान्यता मिळाली.

## फेअरनेस क्रीमचा किडनीवर परिणाम



**आरोग्य चर्चा**

चेहरा उजळवण्याच्या नादात तुम्ही नकळत किडनीला धोका तर पोहोचवत नाही ना? महाराष्ट्र सरकारने पारा असलेल्या काही फेअरनेस क्रीमवर बंदी घातल्यानंतर या उत्पादनांच्या सुरक्षिततेबाबत मोठी चिंता व्यक्त केली जात आहे. त्वचा गोरी करण्याचे दावे करणाऱ्या काही क्रीममधील घातक रसायने किडनीचे गंभीर नुकसान करू शकतात, असा इशारा डॉक्टरांनी दिला आहे.

किडनीचे प्रमुख कार्य रक्तातील हानिकारक घटक बाहेर काढणे. मात्र पारा शरीरात हळूहळू जमा होत राहतो. त्यामुळे किडनीवर अतिरिक्त ताण येतो आणि तिच्या सूक्ष्म फिल्टरला इजा पोहोचू शकते. डॉक्टरांच्या मते, काही रुग्णांमध्ये फेअरनेस क्रीमचा दीर्घकाळ वापर केल्यानंतर 'मेम्ब्रेनस नेफ्रोपॅथी' हा किडनीचा आजार दिसून आला आहे. या विकारात किडनीतील फिल्टर निकामी होऊ लागतात आणि लघवीत प्रथिनांचे प्रमाण वाढते. योग्य वेळी उपचार न झाल्यास किडनीची कार्यक्षमता घटू शकते. सर्वच फेअरनेस क्रीम हानिकारक नसतात. बाजारात उपलब्ध आणि अधिकृत परवानगी असलेल्या उत्पादनांवर सुरक्षिततेच्या चाचण्या केल्या जातात; मात्र बेकायदेशीर, बनावट किंवा घटकांची माहिती न देणारी क्रीम वापरणे टाळावे. कोणतेही स्किन-लाइटनिंग उत्पादन वापरण्यापूर्वी त्वचारोगतज्ज्ञांचा सल्ला घेणे योग्य ठरते.

**कोणत्या गोष्टींकडे लक्ष द्यावे?**

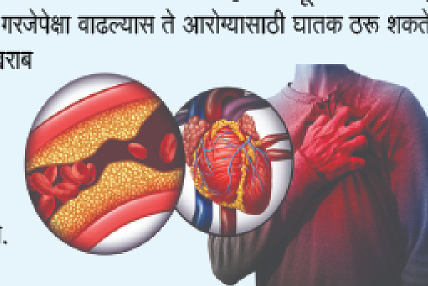
* घटकांची यादी नक्की वाचा.
* पारा असलेली किंवा संशयास्पद उत्पादने वापरू नका.
* विश्वासार्ह कंपनीचीच उत्पादने खरेदी करा.

## 'हाय कोलेस्टेरॉल'चा धोका वाढतोय

**जाणून घ्या**

डॉ. दिलीप शिरसाट

आजच्या धावपळीच्या जीवनशैलीमुळे आणि बदलत्या आहारामुळे 'हाय कोलेस्टेरॉल' ही समस्या झपाट्याने वाढत आहे. रक्तातील कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण सामान्यपेक्षा जास्त झाल्यास ही स्थिती निर्माण होते. कोलेस्टेरॉल हा शरीरासाठी आवश्यक असलेला स्निग्ध पदार्थ असून तो पेशींची निर्मिती, काही संप्रेरक (हार्मोन्स) आणि व्हिटॅमिन डी तयार करण्यासाठी महत्त्वाची भूमिका बजावतो; मात्र त्याचे प्रमाण गरजेपेक्षा वाढल्यास ते आरोग्यासाठी घातक ठरू शकते.



शरीरातील खराब (एलडीएल) कोलेस्टेरॉल वाढल्यास रक्तवाहिन्यांमध्ये चरबी साचू लागते. त्यामुळे हृदयाकडे जाणाऱ्या रक्तप्रवाहात अडथळा निर्माण होऊ शकतो. परिणामी हृदयविकाराचा झटका, पक्षाघात (स्ट्रोक) आणि इतर हृदयविकारांचा धोका वाढतो. वाढते वय, लठ्ठपणा, मधुमेह, उच्च रक्तदाब तसेच कुटुंबात 'हाय कोलेस्टेरॉल'चा इतिहास असलेल्या व्यक्तींमध्ये हा धोका अधिक असतो. तज्ज्ञांच्या मते, दैनंदिन जीवनशैली आणि आहाराचा कोलेस्टेरॉलच्या पातळीवर मोठा प्रभाव पडतो.

अमेरिकेच्या 'नॅशनल हार्ट, लंग अँड ब्लड इन्स्टिट्यूट' (एनएचएलबीआय) च्या माहितीनुसार, काही दैनंदिन सवयी शरीरातील खराब कोलेस्टेरॉल वाढवू शकतात. संतृप्त (सॅच्युरेटेड) आणि ट्रान्स फॅटयुक्त पदार्थांचे अतिसेवन, शारीरिक हालचालींचा अभाव, दीर्घकाळ एका जागी बसून राहणे आणि वाढते वजन ही त्यामागील प्रमुख कारणे आहेत. धूम्रपानामुळे शरीरातील चांगल्या (एचडीएल) कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण कमी होते. त्यामुळे हृदयविकाराचा धोका वाढतो. याशिवाय आनुवांशिक कारणे, वाढते वय, मधुमेह किंवा इतर काही आरोग्यविषयक समस्या यामुळेही कोलेस्टेरॉलची पातळी वाढू शकते. त्यामुळे केवळ औषधांवर अवलंबून न राहता निरोगी जीवनशैली अंगिकारणे आवश्यक आहे. नियमित आरोग्य तपासणी आणि वेळेवर आवश्यक बदल केल्यास हाय कोलेस्टेरॉलचा धोका मोठ्या प्रमाणात कमी करता येतो.

## ...तर पचनसंस्था धोक्यात

**जीवनशैली**

डॉ. रवींद्र सोमाणी

दिवसभराच्या धावपळ आणि थकव्यानंतर रात्री उशिरा जेवणे आणि लगेच बेडवर पडणे ही अनेकांसाठी अगदी सामान्य गोष्ट झाली आहे; पण नकळतपणे ही सवय पचनसंस्थेला गंभीर इजा पोहोचवत आहे. डॉक्टरांच्या म्हणण्यानुसार, जेवल्यानंतर लगेच झोपल्याने 'गॅस्ट्रोएसोफेगल रिफ्लक्स डिसीज' म्हणजेच 'गर्ड' नावाच्या आजाराचा धोका कित्येक पटीने वाढतो. यामध्ये पोटातील अन्न पचवणारे ॲसिड उलट्या दिशेने अन्ननलिकेत वाहू लागते. त्यामुळे छातीत असह्य जळजळ आणि दीर्घकालीन आरोग्याच्या समस्या निर्माण होऊ शकतात.

जेवल्यानंतर लगेच आडवे होतो, तेव्हा पचनक्रियेत गुरुत्वाकर्षण शरीराला मदत करू शकत नाही. परिणामी, पोटातील ॲसिड सहजपणे वरच्या दिशेने अन्ननलिकेत प्रवास करते. यामुळे छातीत जळजळ, अस्वस्थता आणि तोंडात आंबट-कडू चव येणे अशा समस्या सुरू होतात. आधीच 'गर्ड' चा त्रास असलेल्यांची अन्ननलिका आणि पोटाला जोडणारे स्नायू कमकुवत असल्याने हा त्रास अधिक वाढतो. रात्रीच्या वेळी तेलकट, तिखट किंवा जड जेवण करून लगेच झोपल्यास लक्षणे जास्त तीव्र होतात. आडवे झाल्यामुळे पोटातील ॲसिड अन्ननलिकेत येऊन छातीत तीव्र जळजळ निर्माण करते. त्याला वैद्यकीय भाषेत 'हार्टबर्न' म्हणतात.

**लक्षणे**

* वजन वाढणे आणि मंदावलेले मेटाबॉलिझम: जेवल्यानंतर कॅलरीज बर्न करण्यासाठी शरीराची हालचाल होणे गरजेचे असते. लगेच झोपल्यामुळे चयापचय क्रिया मंदावते. यामुळे अन्नाचे ऊर्जेत रूपांतर न होता शरीरात अतिरिक्त चरबी साठू लागते.
* अपुरी आणि अस्वस्थ झोप: लगेच झोपल्यास शरीर अन्न पचवण्याच्या कामात व्यस्त राहते. परिणामी, मेंदूला पूर्ण विश्रांती मिळत नाही. रात्री वारंवार खोकला येणे, घशात जळजळ होणे यामुळे झोपमोड होते आणि सकाळी उठल्यावर थकवा जाणवतो.
* रक्तातील साखरेची पातळी वाढणे: रात्री जड जेवण करून लगेच निष्क्रिय होण्याने रक्तातील साखरेची पातळी अचानक वाढू शकते. ती दीर्घकाळात मधुमेहाचा धोका निर्माण करते.

**आरोग्यदायी पर्याय काय आहे?**

* रात्रीचे जेवण आणि झोप यामध्ये किमान २ ते ३ तासांचे अंतर असायलाच हवे, जेणेकरून अन्नाचे पचन व्यवस्थित होईल.
* जेवण झाल्यावर लगेच बेडवर जाण्याऐवजी १० ते १५ मिनिटे हलके चाला (शतपावली करा).

**नवसंशोधन**

### ...म्हणून कमी होते उत्पादकता

महिलांना मासिक पाळीशी संबंधित बऱ्याच समस्या जाणवतात. या समस्यांमुळे एक वर्षात महिलांचे नऊ उत्पादक दिवस वाया जातात असं एका अभ्यासातून समोर आलं आहे. मासिक पाळीशी संबंधित समस्यांमुळे वर्षातले नऊ दिवस महिला पूर्ण क्षमतेने काम करू शकत नाहीत, असं हे संशोधन सांगतं. ब्रिटिश मेडिकल जर्नलमध्ये हे संशोधन प्रसिद्ध झालं आहे. मासिक पाळीदरम्यानही महिलांना काम करावं लागतं. मात्र या काळातल्या शारीरिक समस्यांमुळे उत्पादकता नऊ दिवसांच्या कालावधीइतकी कमी होते. या अभ्यासासाठी संशोधकांनी १५ ते ४५ या वयोगटातल्या ३३ हजार महिलांचा अभ्यास केला.

**डोळ्यांचं आरोग्य**

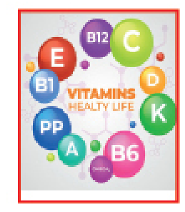
### काचबिंदूला प्रतिबंध करा

काचबिंदूमुळे भविष्यात अंधत्व येऊ शकतं. काचबिंदू हा अत्यंत घातक असा नेत्रविकार आहे. डोळे लाल होणं, अंधुक दिसणं, डोकेदुखी, मळमळ ही काचबिंदूची लक्षणं आहेत. काचबिंदूवर तातडीने उपचार करून घेणं गरजेचं आहे. काचबिंदूचं निदान झाल्यानंतर रुग्णाने पोषक आहार घ्यायला हवा. ताजी फळं आणि भाज्यांचा समावेश आहारात करायला हवा. यासोबतच तंबाखू, अल्कोहोल, कॅफेन आणि साखर यांचं प्रमाण कमी करायला हवं. काचबिंदूला प्रतिबंध करण्यासाठी आहारात 'क' जीवनसत्त्वाचा समावेश करायला हवा. व्यायाम, योगासनं तसंच डोळ्यांना पुरेशी विश्रांती देणंही गरजेचं आहे.

**जपणूक त्वचेची**

### ही जीवनसत्त्वं आहेत गरजेची

आपल्या त्वचेला पोषण हवं असतं. मेक अप उत्पादनं, विविध प्रकारची क्रीम्स वापरली तरी जीवनसत्त्वं, खनिजं यांना पर्याय नाही. हे पोषक घटक आपल्याला आहारातून मिळतात. त्वचेवर वय वाढल्याच्या खुणा दिसू लागतात, सुरकुत्या पडतात, चट्टे दिसू लागतात. हे टाळण्यासाठी आहारात 'अ' जीवनसत्त्वाचा समावेश करा. त्वचेवरच्या सुरकुत्या आणि डाग कमी करण्यासाठी आहारात 'क' जीवनसत्त्वयुक्त फळांचा समावेश करा. 'ई' जीवनसत्त्वही त्वचेसाठी खूप गरजेचं आहे.




**आजीबाईचा बटवा**

### नियमित खा पेरू

पेरू खूप गुणकारी आहे. म्हणूनच थंडीत पेरू खायला हवा. पेरूमध्ये बरीच खनिजं आणि जीवनसत्त्वं असतात. यामुळे विविध शारीरिक समस्या दूर व्हायला मदत होते. यातलं 'बी ९' हे जीवनसत्त्व जनुकं आणि पेशींना बळकटी देतं. पेरू हृदय आणि पोटाचं आरोग्य राखतो. पेरूमुळे शरीराची रोगप्रतिकारक क्षमता वाढते. सतत सर्दी-खोकला होत असेल तर पेरू खाता येईल. पेरूमध्ये 'अ' जीवनसत्त्वही असतं. पेरूमुळे पचनाशी संबंधित समस्याही दूर होतात. लहान मुलांच्या पोटात जंत होतात. पेरू खाल्ल्यामुळे जंतांची ही समस्या दूर होऊ शकते.

# कॅन्सरचे वेळेत निदान आणि उपचार हाच आरोग्याचा आधार

## विजय संकलेचा यांचे प्रतिपादन; आनंदऋषी हॉस्पिटलच्या मोफत कॅन्सर तपासणी शिबिरात ११० रुग्णांची तपासणी

श्री आनंदऋषी हॉस्पिटलमध्ये आयोजित मोफत कॅन्सर तपासणी शिबिराच्या उद्घाटनप्रसंगी दीपप्रज्वलन करताना विजय संकलेचा, साधनाजी संकलेचा, सिद्धार्थ संकलेचा, कियाना संकलेचा, हितार्थ संकलेचा, राजेंद्र संकलेचा, संजय संकलेचा, डॉ. अनिकेत शिंदे, डॉ. तुषार मुळे, डॉ. रवींद्र मुथा, डॉ. मितेश कटारिया, डॉ. भक्ती फाळके, डॉ.निखिता जैन, डॉ.मुकुंद उंडे, डॉ.आशिष भंडारी, सतीश लोढा, वसंत चोपडा, डॉ. वसंत कटारिया, मानकचंद कटारिया व संकलेचा परिवारातील सदस्य.

नगर - श्री आनंदऋषी हॉस्पिटल अँड मेडिकल रिसर्च सेंटरच्या वतीने आयोजित करण्यात आलेल्या विविध मोफत आरोग्य तपासणी शिबिरांच्या उपक्रमांतर्गत भव्य कॅन्सर तपासणी शिबिराचे आयोजन करण्यात आले. या शिबिराला रुग्णांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला असून, एकूण ११० रुग्णांनी तज्ज्ञ डॉक्टरांकडून तपासणी करून घेत वैद्यकीय मार्गदर्शनाचा लाभ घेतला.

या शिबिराचे उद्घाटन आयोजक स्व. मानकचंदजी संकलेचा व स्व. कमलाबाई संकलेचा यांच्या स्मरणार्थ विजय संकलेचा, साधनाजी संकलेचा, सिद्धार्थ संकलेचा, कियाना संकलेचा, हितार्थ संकलेचा, राजेंद्र संकलेचा, संजय संकलेचा तसेच संकलेचा परिवाराच्या हस्ते दीपप्रज्वलन करून करण्यात आले. यावेळी डॉ. अनिकेत शिंदे, डॉ. तुषार मुळे, डॉ. रवींद्र मुथा, डॉ. मितेश कटारिया, डॉ. भक्ती फाळके, डॉ. निखिता जैन, डॉ. मुकुंद उंडे, डॉ वसंत कटारिया, मानकचंद कटारिया,डॉ. आशिष भंडारी, सतीश लोढा, वसंत चोपडा आदी मान्यवर उपस्थित होते.

यावेळी बोलताना विजय संकलेचा म्हणाले, रुग्ण अनेकदा दुःख, चिंता आणि आजारपणाची भीती घेऊन रुग्णालयात येतात; मात्र योग्य निदान, योग्य उपचार आणि डॉक्टरांचे मार्गदर्शन मिळाल्यानंतर ते इथून आशावादी मनाने बाहेर पडतात. रुग्ण दुःख घेऊन येतात आणि इथून जाताना आनंद घेऊन जातात, हीच आनंदऋषी हॉस्पिटलच्या सेवाभावी कार्याची खरी ओळख आहे. आर्थिक परिस्थितीमुळे कोणत्याही रुग्णाची तपासणी किंवा उपचार थांबू नयेत, या उद्देशाने मोफत आरोग्य शिबिरांचे आयोजन करण्यात येत आहे.

ते पुढे म्हणाले, कॅन्सरसारख्या गंभीर आजाराबाबत समाजात अजूनही अनेक गैरसमज आहेत. मात्र आजच्या वैद्यकीय क्षेत्रात कॅन्सरचे लवकर निदान झाल्यास अनेक रुग्णांवर प्रभावी उपचार करणे शक्य आहे. त्यामुळे नागरिकांनी आजाराची लक्षणे दिसण्याची वाट न पाहता नियमित आरोग्य तपासणी करून घ्यावी.

डॉ. अनिकेत शिंदे म्हणाले, कॅन्सर हा शब्द ऐकल्यानंतर रुग्ण आणि त्यांच्या कुटुंबीयांच्या मनात भीती निर्माण होणे स्वाभाविक आहे; मात्र भीतीपोटी तपासणी टाळणे योग्य नाही. कॅन्सरचे लवकर निदान झाल्यास उपचारांचे परिणाम अधिक चांगले मिळण्याची शक्यता असते. त्यामुळे शरीरात कोणताही असामान्य बदल जाणवल्यास तातडीने डॉक्टरांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.

यावेळी आनंदऋषी हॉस्पिटलमधील आरोग्यसेवेच्या कार्याची माहिती देताना सांगण्यात आले की, दररोज किमान ८० ते ८५ रुग्णांचे डायलिसिस केले जाते. आतापर्यंत सुमारे सव्वा लाख रुग्णांचे यशस्वी डायलिसिस करण्यात आले असून, गरजू रुग्णांना सातत्याने दर्जेदार वैद्यकीय सेवा उपलब्ध करून देण्याचा हॉस्पिटलचा प्रयत्न सुरू आहे.

कार्यक्रमाच्या प्रास्ताविकात डॉ. वसंत कटारिया म्हणाले, श्री आनंदऋषी हॉस्पिटलच्या माध्यमातून आरोग्यसेवा ही केवळ उपचारापुरती मर्यादित न ठेवता समाजातील गरजू घटकांपर्यंत पोहोचविण्याचा सातत्याने प्रयत्न केला जात आहे. संकलेचा परिवाराचे हॉस्पिटलला तसेच श्री वर्धमान महावीर युनिव्हरसिटीला सातत्याने मोलाचे सहकार्य लाभत आहे.

शिबिरात तज्ज्ञ डॉक्टरांनी रुग्णांची विविध तपासणी करून त्यांच्या आरोग्यविषयक समस्यांबाबत आवश्यक मार्गदर्शन केले. कॅन्सरच्या संभाव्य लक्षणांबाबत तसेच पुढील तपासणी व उपचारांबाबत रुग्णांना माहिती देण्यात आली. मोफत तपासणी आणि तज्ज्ञ डॉक्टरांचे मार्गदर्शन मिळाल्याने परिसरातील नागरिकांनी समाधान व्यक्त केले.

सूत्रसंचालन डॉ. आशिष भंडारी यांनी केले, तर मानकचंद कटारिया यांनी आभार मानले. या शिबिरामुळे आर्थिकदृष्ट्या गरजू तसेच सर्वसामान्य रुग्णांना मोठा दिलासा मिळाला असून, आरोग्य तपासणीबाबत जनजागृती करण्याच्या दृष्टीने हा उपक्रम महत्त्वपूर्ण ठरला.

## गुरुवाणी - २७

### मी फक्त तीर्थंकरांचा भक्त आहे...

तीर्थंकार परमात्मा सांगतात की, 'तपस्या' केल्याने जुने सर्व पाप नाहीसे होतात. एखादी गोष्ट तुम्हाला पटत नसेल, तुम्ही असहमत असाल तरीही केवळ तीर्थंकर सांगतात ते मान्य केले पाहिजे, कारण तेच अंतिम सत्य असते. अशी भावना बनली तर सत्याचा साक्षात्कार होतो. भावनांचा आश्रव यासाठी महत्वाचा आहे. राजा श्रेणिकने आपले दिव्य कुंडल, बहुमूल्य हार आणि हत्ती हल्ल आणि विहल्लकुमार या दोन मुलांना दिले. यामुळे त्यांचा मोठा भाऊ कोणिक नाराज झाला. त्याने रागावून राजा श्रेणिकला कारागृहात टाकले. हल्ल व विहल्ल आपले आजोबा राजा चेटककडे गेले. महायुद्धाची ठिणगी पडली. कोणिकने देवतांना आपल्या बाजूने युद्धात उतरवले. इंद्रदेवाने कोणिकला स्पष्ट सांगितले की, चेटकवर मी हल्ला करणार नाही कारण तो आणि मी तीर्थंकरांचे भक्त आहोत. मी माझ्या धर्म बंधूवर हल्ला करणार नाही. तुम्ही तीर्थंकर परमात्म्याची भक्ती करत असाल तर देवता सुद्धा तुमच्यावर आक्रमण करण्यापूर्वी दहा वेळा विचार करतील. यानंतर महायुद्ध झाले. एक राजा वरुण नाग नटुआ याला राजा चेटकचा निरोप मिळाला. तो तातडीने युद्ध भूमीवर पोहचला. तो श्रावक होता. त्याला कोणिकच्या एका सैनिकाने आव्हान दिले. त्याने त्या सैनिकाला सांगितले की, मी युद्ध सुरू करणार नाही, पण तू युद्ध सुरू केले तर मी तुला सोडणार नाही. नंतर युद्ध सुरू झाले. समोरच्याचा बाण वरुण नाग नटुआच्या वर्मावर बसला, त्याने रथ बाजूला घेण्यास सांगितला. त्याच्या एका मित्राचीही अशीच अवस्था झाली. त्याला माहीत होते की, वरुण नाग नटुआ जे करतो ते धर्माचरण असते. त्यानेही आपला रथ बाजूला घेतला. वरुण नाग नटुआ समाधी अवस्थेत प्रभूंना शरण जातो. त्याला पाहून त्याचा मित्रही तसेच करतो. तो वरुण नाग नटुआशी पूर्ण कनेक्ट होतो. हा असतो भावनांचा आश्रव. तुम्ही सुद्धा झोपताना ज्याचा आश्रव कराल ते रात्रभर चालू राहिल. मै केवल मेरे प्रभु का भक्त हूं, मेरी कोई और पहचान नहीं है या धारणेने निद्रा योगला धर्म योग बनवा. मग झोपेतही शुभ आश्रव होईल. फक्त झोपताना मोबाईल स्वतःपासून दूर ठेवा. कारण त्याचे रेडिएशन तुमच्या मेंदूला गंभीर इजा पोहोचवतात. हे विज्ञानाने सिद्ध केले आहे.

**- उपाध्याय प्रवर पू. श्री. प्रविणऋषिजी म. सा.**

# ओला, सुका, घातक कचरा वेगवेगळा करणे व्यावसायिकांना बंधनकारक

घनकचरा व्यवस्थापन अधिनियमाबाबत शहरातील व्यावसायिकांना मार्गदर्शन करण्यात आले.

नगर - अहिल्यानगर महानगरपालिका हद्दीतील मोठ्या प्रमाणावर कचरा निर्माण करणाऱ्या व्यापारी आस्थापना, हॉटेल्स, बाजारपेठेतील व्यावसायिक, मंगल कार्यालये, शाळा तसेच हॉस्टेल चालकांना ओला, सुका, घातक कचरा वेगवेगळा करणे बंधनकारक असून, ज्या आस्थापना असे करणार नाही, त्यांच्यावर थेट कारवाई करण्यात येणार आहे.

केंद्र शासनाच्या पर्यावरण, वन आणि हवामान मंत्रालयाच्या घनकचरा व्यवस्थापन अधिनियम २०२६ मधील नियमांची माहिती देण्यासाठी महापालिकेचे आयुक्त यशवंत डांगे यांच्या मार्गदर्शनाखाली विशेष कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले होते. यावेळी तांत्रिक सल्लागार साठे यांनी उपस्थितांना घनकचरा व्यवस्थापनासंदर्भातील महत्त्वाचे नियम, निकष आणि मोठ्या प्रमाणात कचरा निर्माण करणाऱ्या आस्थापनांच्या जबाबदाऱ्या याबाबत सविस्तर मार्गदर्शन केले.

दररोज १०० किलोग्रॅम किंवा त्याहून अधिक कचरा निर्माण करणाऱ्या आस्थापनांना बल्क वेस्ट जनरेटर (बीडब्ल्यूजी) म्हणून वर्गीकृत करण्यात येते. अशा आस्थापनांनी घनकचरा व्यवस्थापनाच्या नियमांचे काटेकोरपणे पालन करणे आवश्यक असल्याचे यावेळी स्पष्ट करण्यात आले. या आस्थापनांमध्ये निर्माण होणारा ओला, सुका आणि घातक कचरा संबंधित ठिकाणीच वेगळा करणे बंधनकारक आहे. कचऱ्याचे योग्य पद्धतीने वर्गीकरण केल्यास त्यावर प्रक्रिया करणे आणि पुनर्वापर करणे अधिक सुलभ होते, याबाबतही उपस्थितांना माहिती देण्यात आली. सर्व बीडब्ल्यूजी आस्थापनांनी आपल्या आवारातच ओल्या कचऱ्यावर प्रक्रिया करणे आवश्यक आहे. त्यासाठी खतनिर्मिती किंवा बायोगॅस प्रकल्प उभारून ओल्या कचऱ्याचे शास्त्रोक्त व्यवस्थापन करण्याबाबत मार्गदर्शन करण्यात आले. सार्वजनिक ठिकाणी किंवा उघड्यावर कचरा टाकणे तसेच ओला व सुका कचरा एकत्रित देणे नियमबाह्य असून, अशा प्रकारे कचरा व्यवस्थापन करणाऱ्यांवर कडक दंडात्मक कारवाई करण्यात येईल, असा इशाराही कार्यशाळेत देण्यात आला.

या कार्यशाळेला शहरातील विविध व्यापारी आस्थापना, हॉटेल्स, बाजारपेठेतील व्यावसायिक, मंगल कार्यालये, शाळा व हॉस्टेलचे प्रतिनिधी उपस्थित होते. यावेळी महापालिकेचे उपायुक्त शहाजहान तडवी, घनकचरा व्यवस्थापन विभाग प्रमुख प्रशांत रामदिन तसेच महानगरपालिकेचे सर्व स्वच्छता निरीक्षक उपस्थित होते.

# आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार संघाच्या महाराष्ट्र राज्य अध्यक्षपदी रविराज साबळे यांची फेरनिवड

नगर - आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार संघाच्या महाराष्ट्र राज्य अध्यक्षपदी रविराज साबळे यांची फेरनिवड करण्यात आली आहे. तशी घोषणा संघटनेच्या व्हिजीलन्स सेलचे आंतरराष्ट्रीय अध्यक्ष शरत शेट्टी केली.

रविराज साबळे हे गेल्या अनेक वर्षांपासून मानवाधिकार रक्षण, समाजसेवा आणि सर्वसामान्यांच्या न्याय्य हक्कांसाठी कार्यरत आहेत. समाजातील शेवटच्या घटकापर्यंत मानवाधिकारांची जाणीव पोहोचवणे आणि त्यांच्यावर होणाऱ्या अन्यायाविरुद्ध खंबीरपणे उभे राहणे, याला ते प्राधान्य देत आले आहेत.

आजपर्यंत त्यांनी फासा विद्यार्थी संघटना पुणे जिल्हाध्यक्ष, वंदे मातरम् संघटना पिं. चिं. शहर जिल्हाप्रमुख तसेच अहिल्यानगर जिल्हा संपर्कप्रमुख, राष्ट्रवादी काँग्रेस पार्टी पिं. चिं. शहर उपाध्यक्ष, भारतीय राष्ट्रीय काँग्रेस पक्ष पिं. चिं. शहर सरचिटणीस, आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार संघ अहिल्यानगर जिल्हाध्यक्ष, भारतीय राष्ट्रीय काँग्रेस (पर्यावरण विभाग) महाराष्ट्र प्रदेश सरचिटणीस तसेच भंडारा जिल्हा प्रभारी, आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार संघ महाराष्ट्र प्रदेश कार्याध्यक्ष अशा जबाबदाऱ्या पार पाडल्या आहेत.

आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार संघाच्या प्रदेश कार्याध्यक्षपदी कार्यरत असताना, त्यांनी महाराष्ट्रात वैद्यकीय मदत कक्षाची स्थापना केली. या माध्यमातून महाराष्ट्रातील विविध रुग्णालयांमधील गरीब रुग्णांची १६ कोटी रुपयांपेक्षा जास्त बिले माफ करण्यासाठी पुढाकार घेतला. विविध विषयांवरील चर्चासत्रे, माहिती अधिकार कायद्याचा प्रचार आणि प्रसार, भ्रष्टाचार निर्मूलनासाठी जनजागृती, मतदान जनजागृती, समाजातील विविध प्रश्नांवर आंदोलने केली आहेत.

# नगरमध्ये रविवारी 'अहिल्याशक्ती बाईक रॅली'चे आयोजन

नगर - अहिल्यानगरच्या समृद्ध परंपरेचा गौरव, महिला सक्षमीकरण, आत्मविश्वास आणि स्त्रीशक्तीचा जागर करण्याच्या उद्देशाने नगरमध्ये अहिल्या सरस्वती महोत्सव २०२६ चे आयोजन करण्यात आले आहे. या महोत्सवांतर्गत शनिवारी 'अहिल्याशक्ती बाईक रॅली - अभिमानाची स्वारी, सामर्थ्याची नवी प्रेरणा' या संकल्पनेवर आधारित भव्य बाईक रॅलीचे आयोजन करण्यात आले. या रॅलीचा शुभारंभ रविवार, २३ ऑगस्ट २०२६ रोजी दुपारी ३ वाजता, प्रोफेसर चौक, सावेडी येथे मान्यवरांच्या उपस्थितीत होणार आहे. यावेळी रूद्रनाद वाद्य पथकाचे स्थिर वादन होणार आहे, अशी माहिती डॉ. अमोल जाधव यांनी दिली.

अहिल्याशक्तीच्या या उत्सवात जास्तीत जास्त महिलांनी उपस्थित राहण्याचे आवाहन आयोजन समितीने केले आहे. या महोत्सवात ३० ऑगस्ट रोजी अहिल्यानगर फॅशन रनवे २०२६ रंगणार आहे. देशातील फॅशन विश्वातील अग्रगण्य फॅशन कार्निवलच्या वतीने कल्लाकार कट्टा फॅशन रनवेचे नियोजन करत आहे.

फॅशन रनवे बरोबरच अहिल्या गौरव पुरस्कार, सरस्वती गौरव पुरस्कार वितरण, प्रेग्नेंट लेडी वॉक, डॉक्टर्स वॉक, पॅरेंट अँण्ड मी वॉक, डिझायनर फॅशन सिक्वेन्स होईल. याशिवाय महिला सक्षमीकरणावर आधारित नृत्य नाट्य आविष्कार सादर केला जाणार आहे.

# रोटरी क्लबतर्फे २४ ते २९ ऑगस्टदरम्यान सहा दिवसीय अॅक्युप्रेशर आरोग्य शिबिर

नगर - रोटरी क्लब ऑफ अहिल्यानगर सेंट्रलच्या वतीने नागरिकांसाठी २४ ते २९ ऑगस्ट या कालावधीत सहा दिवसीय क्युप्रेशर आरोग्य शिबिराचे आयोजन करण्यात आले आहे. हे शिबिर मार्कंडेय संकुल, नालेगाव, नेप्ती नाक्याजवळ, नेत्रदीप आय क्लिनिकसमोर, अहिल्यानगर येथे सकाळी ९ ते दुपारी १ आणि सायंकाळी ४ ते रात्री ८ या वेळेत होणार आहे.

शिबिरामध्ये राजस्थान येथील राम मनोहर लोहिया आरोग्य जीवन संस्थान यांच्या वतीने डॉ. एम.ए.चायनन व त्यांची टीम क्युप्रेशर थेरपीद्वारे मार्गदर्शन व सेवा देणार आहे. क्युप्रेशरच्या माध्यमातून रक्तदाब नियंत्रण, पाठदुखी, हात-पायांमधील मुंग्या व सुन्नपणा, पोटाचे विकार, वातविकार, बद्धकोष्ठता, सायटिका, सांधेदुखी, मानदुखी, थायरॉईड, मायग्रेन, दमा आदी विविध आरोग्य समस्यांमध्ये मदत होऊ शकते. शिबिरात क्युप्रेशरसह सुजोक, व्हायब्रेशन व मॅग्नेट थेरपीचीही माहिती व सेवा उपलब्ध करून देण्यात येणार आहे.

सहा दिवसांसाठी नोंदणी शुल्क केवळ २०० रुपये असून नोंदणी मर्यादित असल्याने इच्छुक नागरिकांनी लवकरात लवकर नोंदणी करावी, असे आवाहन रोटरी क्लब ऑफ अहिल्यानगर सेंट्रलचे अध्यक्ष अमर गुरप व सचिव रो. सुनील मुथा यांनी केले आहे. अधिक माहितीसाठी अमर गुरप ९८६०२४९००५, सुनील मुथा ९०२८०३२०१७, गिरीश मुळे ९८९००३४८१३, डॉ.दिलीप बागल ९४२२२२३६७० यांच्याशी संपर्क करण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे.

# सावेडीत २३ ऑगस्टपासून भागवत गीता ज्ञानयज्ञास प्रारंभ

नगर - श्रावण मासानिमित्त सावेडी उपनगरात पाईपलाईन रोडवरील श्रीकृष्णनगर येथील श्री विठ्ठल रुक्मिणी मंदिरात २३ ऑगस्टपासून श्रीमद भगवत गीता ज्ञानयज्ञ सोहळ्यास प्रारंभ होत आहे.

श्रीकृष्णनगर येथील विठ्ठल रुक्मिणी मंदिर व अहिल्यानगर चिन्मय मिशन यांच्या संयुक्त विद्यमाने आयोजित या ज्ञानयज्ञ सप्ताहामध्ये नांदेड येथील चिन्मय मिशनचे प्रमुख स्वामी प्रत्ययानंद सरस्वती हे १८ वा अध्यायावर प्रवचन देणार आहेत. रोज दुपारी ४ ते ६ या वेळेत हे प्रवचन विठ्ठल रुक्मिणी मंदिरात होणार आहे. तरी भाविकांनी अध्याय १८ वा श्रवणाचा लाभ घ्यावा, असे आवाहन मिशनच्या वतीने हभप विद्याताई हारदे यांनी केले आहे

या ज्ञानयज्ञ सप्ताहात सकाळी ७.३० ते ८.३० रोज एक तास कठोपनिषद विषयावर प्रवचने होणार आहे, असेही त्यांनी सांगितले.

# कौशल्य विकास कार्यक्रमाच्या माध्यमातून महिला सक्षमीकरण शक्य

## विनायक देशमुख यांचे प्रतिपादन

महिला सक्षमीकरण कार्यक्रमात बोलताना विनायक देशमुख.

नगर - पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या दूरदृष्टीमुळे देशात कुशल मनुष्यबळ निर्मितीसाठी महत्वाकांक्षी कौशल्य विकास कार्यक्रम हाती घेण्यात आला आहे. या माध्यमातून महिलांना आर्थिकदृष्ट्या सक्षम होण्याची मोठी संधी उपलब्ध झाली आहे. जास्तीत जास्त महिलांनी या योजनेत सहभागी व्हावे, असे आवाहन जिल्हा कौशल्य विकास समितीचे सदस्य विनायक देशमुख यांनी केले.

अहिल्यानगर येथील आयएसडीटी या संस्थेत कौशल्य विकास प्रशिक्षणासाठी निवड झालेल्या महिलांसाठी आयोजित विशेष कार्यशा करण्यात आली होती. यावेळी मार्गदर्शन करताना देशमुख बोलत होते. या शिबिरासाठी कौशल्य विकास विभागाचे सहायक आयुक्त योगेश उगले, जिल्हा उद्योग अधिकारी अशोक बेनके, उमेदचे जिल्हा व्यवस्थापक सोमनाथ जगताप, बाल विकास प्रकल्प अधिकारी महादेव जायभाय, सहाय्यक उद्योग अधिकारी शकील हवालदार, आयएसडीटीच्या संचालिका पूजा देशमुख, स्किल क्राफ्ट सेंटरच्या संचालिका पूनम खाडे यांच्यासह शंभरपेक्षा जास्त प्रशिक्षणार्थी महिला उपस्थित होत्या.

कौशल्य विकास विभागाचे सहाय्यक आयुक्त योगेश उगले म्हणाले, कौशल्य विकास विभागामार्फत विविध प्रकारचे प्रशिक्षण दिले जाते. याशिवाय सध्या मुख्यमंत्री युवा प्रशिक्षण योजना सुरू असुन बेरोजगारांसाठी रोजगार मेळाव्यांचे आयोजन केले जात आहे.

जिल्हा उद्योग अधिकारी अशोक बेनके म्हणाले, प्रशिक्षण पूर्ण केल्यानंतर महिलांनी शासनाच्या विविध योजनांचा लाभ घेऊन स्वयंरोजगार निर्माण करावा. त्यासाठी त्यांना आवश्यकतेनुसार अर्थसहाय्य उपलब्ध करून दिले जाईल. याबाबत आमच्या विभागामार्फत महिलांना सहकार्य व मार्गदर्शन केले जाईल.

बाल विकास प्रकल्प अधिकारी महादेव जायभाय यांनी यावेळी महिला व बाल विकास विभागाच्या योजनांची माहिती देताना महिलांनी या योजनांमध्ये सहभागी व्हावे, असे आवाहन केले. उमेद प्रकल्पाची माहिती देताना जिल्हा व्यवस्थापक सोमनाथ जगताप म्हणाले, महिलांच्या उपजत कौशल्याचा उपयोग करून त्यांच्या बचतगटांमार्फत अनेक उत्पादने सध्या तयार केली जात आहे. या उत्पादनांना बाजारपेठ मिळवून देण्यासाठी उमेद मार्फत प्रयत्न केले जातात. त्याअंतर्गत दरवर्षी साई ज्योती प्रदर्शनाचे आयोजन केले जाते.

सहाय्यक उद्योग अधिकारी शकिल हवालदार यांनी यावेळी मुख्यमंत्री रोजगार निर्मिती (सीएमईजीपी) कार्यक्रमाची तपशीलवार माहिती दिली. प्रारंभी पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर यांच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले. सूत्रसंचालन पूजा देशमुख यांनी केले. आभार पूनम खाडे यांनी मानले.

सावेडीतील श्री श्रमिक बालाजी भगवंताच्या ३३ व्या वार्षिक ब्रह्मोत्सवानिमित्त भगवान श्री बालाजी, पद्मावती व लक्ष्मी यांना सामुदायिक हळद लावण्यात आली. यावेळी महापौर ज्योती गाडे यांच्यासह महिला भाविक उपस्थित होते.

# व्यंकटरमणा गोविंदा... गोविंदाच्या जयघोषात बालाजी-पद्मावती-लक्ष्मी यांना सामुदायिक हळद

नगर - व्यंकटरमणा गोविंदा... गोविंदा...च्या गजराने सावेडी परिसर दुमदुमून गेला. भक्तिरसात न्हाऊन निघालेल्या वातावरणात श्री श्रमिक बालाजी भगवंताच्या ३३ व्या वार्षिक ब्रह्मोत्सवाला उत्साहात प्रारंभ झाला. श्री व्यंकटेश वरला कल्याणम अर्थात बालाजी लग्न सोहळ्यानिमित्त भगवान श्री बालाजी, पद्मावती व लक्ष्मी यांना सामुदायिक हळद लावण्याचा मंगलमय सोहळा मोठ्या भक्तिभावाने पार पडला.

हळदीच्या मंगल सोहळ्याने मंदिर परिसरात जणू विवाहाची लगबगच अनुभवास आली. महिला भक्तांच्या उपस्थितीने वातावरणात उत्साह, भक्ती आणि मांगल्याची त्रिवेणी निर्माण झाली होती. यावेळी महापौर ज्योती गाडे, माजी महापौर शिलाताई शिंदे, नगरसेविका आशा डागवाले, सुनिता कुलकर्णी, रेखा दुलम, रेणुका शेराल, रत्ना बल्लाळ, सुरेखा विद्ये, जयश्री म्याना यांच्यासह श्री श्रमिक बालाजी महिला मंडळाच्या सदस्य व बालाजी महिला भक्त उपस्थित होत्या.

ब्रह्मोत्सवाच्या पार्श्वभूमीवर मंदिर परिसरात विविध धार्मिक विधींची रेलचेल सुरू आहे. पहाटे सुप्रभातम व मंगलासम, रुद्राभिषेकम, त्यानंतर वास्तुमंडलम पूजन, चतुषष्टी योगिनी पूजन, षोडश मातृका पूजन, होमहवन, हरिपाठ व संध्यारती असे धार्मिक कार्यक्रम पार पडले. रात्री ह.भ.प. जनार्दन माळवदे महाराज यांच्या कीर्तनाने भक्तिमय वातावरण अधिकच रंगले. गुरुदत्त भजनी मंडळाचे भजन कार्यक्रमानेही भाविकांची मने जिंकली. ११ वाजता भगवान श्री बालाजींची भव्य पालखी मिरवणूक काढण्यात आली. नंतर होमहवनाच्या पूर्णाहुती आणि दुपारी श्री व्यंकटेश वरला कल्याणम (बालाजी लग्न) सोहळा संपन्न झाला.

त्यानंतर सामुदायिक सव्वा रुपयात विवाह सोहळे पार पडणार असून महाप्रसादाने या भक्तिमय ब्रह्मोत्सवाची सांगता होणार आहे. श्री श्रमिक बालाजी सामाजिक संस्थेच्या वतीने आतापर्यंत सुमारे २१० विवाह लावण्यात आले असून, या उपक्रमातून सामाजिक बांधिलकीची अनोखी परंपरा जपली जात आहे.

# भगवान श्री जिव्हेश्वर जन्मोत्सवानिमित्त २५ ऑगस्टला शहरातून मिरवणूक

नगर -स्वकुळसाळी हित संवर्धक मंडळाच्या वतीने २५ ऑगस्ट रोजी भगवान श्री जिव्हेश्वर उत्सवानिमित्त शहरातून भव्य मिरवणुकीचे आयोजन करण्यात आले आहे.भगवान श्री जिव्हेश्वर यांचा पालखी मार्ग भगवान जिव्हेश्वर मंदिर बागडपट्टी, नेता सुभाष चौक, चितळे रोड, चौपाटी कारंजा, दिल्ली गेट येथून सिद्धी बाग रोड मार्गे नवरंग व्यायाम शाळा, तोफखाना, समारोप भगवान जिव्हेश्वर मंदिर येथे होणार आहे. तसेच महाआरतीनंतर महाप्रसादाची (भंडारा) व्यवस्था करण्यात आली आहे.

भगवान श्री जिव्हेश्वर जन्मोत्सवानिमित्त पहाटे पाच ते सहा या वेळेत भगवान श्री जिव्हेश्वर मूर्ती महा अभिषेक सौ जयश्री व उमेश कोदे यांच्या हस्ते करण्यात येणार आहे. तसेच ६ ते ७ या वेळेत भगवान श्री जिव्हेश्वर ग्रंथ वाचन होईल, सकाळी ९:३० वाजता श्री जिव्हेश्वर भगवान यांच्या पालखीचे पूजन सौ आरती व निरंजन पाठक यांच्या हस्ते होणार आहे.सायंकाळी चार वाजता पालखीची सवाद्य मिरवणूक नगर प्रदक्षिणा संपन्न होईल. या कार्यक्रमासाठी समाज बांधवांनी व भगिनींनी उपस्थित राहावे.असे आवाहन स्वकुळ हितसंवर्धक मंडळाचे विश्वस्त प्रमुख विक्रम पाठक यांनी केले आहे.

# कोठला स्टँड येथून दुचाकीची चोरी

नगर - शहरातील कोठला स्टँड परिसरामध्ये घरासमोर उभी केलेली हिरो कंपनीची सुपर स्प्लेंडर मोटारसायकल (क्र.एमएच १७ सीएम ७२९९) अज्ञात चोरट्याने चोरून नेली आहे. याबाबत विल्सन अजय मकासरे (वय २६, रा. मिलिट्री मशिदीसमोर, कोठला स्टँड, अहिल्यानगर) यांनी तोफखाना पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. त्यांची मोटारसायकल घरासमोर उभी होती. १५ ऑगस्ट रोजी सायंकाळी साडेसहा ते रात्री सव्वा दहा वाजण्याच्या दरम्यान अज्ञात चोरट्याने ती चोरून नेली आहे.

## फ्लॅट विकणे आहे

नगर शहरात प्राईम लोकेशन असलेल्या आनंदी बाजार, धनगरगल्ली येथील ग्राऊंड फ्लोअरला पुर्ण फर्निचर असलेला

१ बेडरूम, हॉल, किचन 9834300761

## घर भाड्याने देणे

प्राईम लोकेशन,
२४ तास लाईट/पाणी
कॉटेज कॉर्नर, यशवंतराव चव्हाण डी-फार्मसी कॉलेज जवळ, नगर-मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर.

98810 98346

## भाड्याने देणे

ऑफिस/ओपीडी (फर्निचर सह) करिता, उपयुक्त, अंदाजे ३०० स्क्वेअर फुट
पहिला मजला, चौपाटी कारंजा, दिल्ली गेट, अ. नगर

9225322428

## गाळा विकणे आहे

त्रिमूर्ती चौक सारसनगर येथील १०×१० चा कॉर्नर गाळा विकणे

9226303030 / 9067915955

## विकणे आहे

शहराच्या मध्य वस्तीत बंगाल चौकी परिसरात मोक्याच्या ठिकाणी, नुकतेच नुतनीकरण केलेले आर.सी.सी. बांधकाम क्षेत्र १६५० चौ. फुट संपुर्ण पहिला मजला कमर्शिअल वापरासाठी

*ऑफिसेस *बँक *पतसंस्था *एजन्सीज, *पॉली क्लिनिक *लॅबोरेटरी *एक्स-रे, *सोनोग्राफी *डायग्नोस्टिक सेंटर, *क्लासेस, *होस्टेल इ. साठी उपयुक्त

संपर्क- सकाळी ११ ते ५

9422089154

## Apartments available for sale

Spacious 2 BHK (1120 sq. ft.) and 3 BHK (1520 sq. ft.)
apartments are available for sale
location - Majestique Marbella kharadi pune.
prices starting at ₹1.15 Cr and ₹1.50 Cr, respectively.
For more details contact
Lucky Hiranandani estate
9850181889

## भाड्याने देणे

५०० स्क्वे. फुट दुकान व ५०० स्क्वे. फुट चे दोन हॉल

मेडिकल, एजन्सी, दवाखाना, क्लासेस साठी उपयुक्त
डावरे गल्ली, हातमपुरा, पारशी आरोहीजवळ, अहिल्यानगर

9028057474 / 9422226983

## डॉक्टरांच्या OPD साठी जागा भाड्याने देणे

हिमालय टॉवर्स, दीपक पेट्रोल पंपाशेजारी, मनमाड रोड येथील डॉक्टरांच्या OPD साठी फर्निश्ड ८५० चौ. फु. जागा योग्य अटींवर भाड्याने देणे आहे.
- संपर्क -
9373370562

## गाळा भाड्याने देणे आहे

पत्ता- मोरया सांस्कृतिक केंद्रासमोर गुरुप्रसाद अपार्टमेंट पाईपलाईन रोड, अहिल्यानगर
9890924259
9503030443

## भाड्याने देणे

नवले नगर पोलिस चौकी जवळ, गुलमोहोर रोड टच, पार्किंग वरील (स्टिल्ट फ्लोअर)

3 BHK फुल फर्निशड फ्लॅट
9923024240

## नवीन बॅच

६ सप्टेंबरपासून सुरू!

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 | MCA | LL.M ENTRANCE EXAMS
Sr. No. 96, Market Yard Building, Mahatma Phule Chowk, Ahilyanagar - 414001
7517245777
7841045777

## पाहिजेत

अहिल्यानगर जिल्हा बाजार समिती सेवक वर्गाची सहकारी पतसंस्था मर्या. अहिल्यानगर, यासंस्थेचे कार्यालयीन कामकाजासाठी खालील पदांसाठी अर्ज मागविण्यात येत आहेत.

| अ. क्र. | पदाचे नाव | पदसंख्या | पात्रता | शेरा |
|---|---|---|---|---|
| १ | अकौंटंट क्लार्क | ०१ | १)उमेदवार कोणत्याही शाखेचा पदविधर असावा<br>२) उमेदवार बी.कॉम व जी.डी.सी. अॅण्ड ए असेल तर प्राधान्य देण्यात येईल.<br>३)उमेदवारांनी (MS-CIT) एम.एस.सी.आय.टी हा कोर्स पुर्ण केलेला असावा.<br>४) संगणकीय अकौंउंटचे ज्ञान आवश्यक असेल.<br>५)वेतनाबाबत समक्ष चर्चा करण्यात येईल.<br>६)याव्यतीरीक्त नियम-अटी मुलाखतीवेळी सांगण्यात येतील.व त्या उमेदवारांवर बंधनकारक राहतील. | |

आलेले अर्जावर निर्णय घेणेबाबतचा अंतिम निर्णय संचालक मंडळाचा असेल उमेदवाराने दिनांक ०५/०९/२०२६ पर्यत अर्ज कार्यालयीन वेळेत खालिल पत्त्यावर पाठवावेत.
पत्रव्यवहारासाठी पत्ता- अहिल्यानगर जिल्हा बाजार समिती सेवक वर्गाची सहकारी पतसंस्था मर्या.अहिल्यानगर.,३ रा मजला,किसान क्रांती इमारत, मार्केट यार्ड, अहिल्यानगर, संपर्कासाठी- नंबर-७५८८५१४०३५

मानद सचिव — चेअरमन
अहिल्यानगर जिल्हा बाजार समिती,सेवक वर्गाची सहकारी पतसंस्था, मर्या. अहिल्यानगर

## ड्रायव्हर पाहिजे

जितो गाडीसाठी लायसन्स धारक, निर्व्यसनी अनुभवी MIDC येथे ड्रायव्हर पाहिजे
वयोमर्यादा ३० वर्षा पर्यंत
7620881810

## पाहिजेत

येथे अनुभवी लेडीज/जेन्टस
सेल्समन
सेल्सगर्ल
अनुभव आवश्यक (योग्य पगार दिले जाईल.)
शिव सुपर मार्ट, सारसनगर
7588605076
9850921119

## त्वरित पाहिजेत

इलेक्ट्रॉनिक्स शॉपमध्ये कॉलिंग आणि सेलिंग कामासाठी मुलगी व मुलगा
(आकर्षक पगार)
कामाचे ठिकाण = चाणक्य चौक अहिल्यानगर
9689848191

## पाहिजेत

बिलिंग एक्झिक्युटिव्ह - २
फक्त विवाहित महिला, पदवीधर, संगणकाचे ज्ञान.
कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.००

सपोर्ट स्टाफ (हेल्पर) - ४
दुकानात हेल्पर - १२वी पास/नापास, पुरुष : वय - १८ ते ३० वर्षे
कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.३०

हमाल - २ जागा
पूर्ण वेळ, वय - १८ ते ४० वर्षे
(५०० रुपये दररोज)
कामाची वेळ : सकाळी ९.३० ते सायं. ७.००
- आकर्षक पगार | समक्ष भेटा -
के. प्रकाश अॅण्ड कंपनी (गांधी)
मुंजोबा स्वीटस् शेजारी, मार्केटयार्ड रोड, अहिल्यानगर. मो. 9665511179

## ग्रामीण विकास मंडळ, नागापूर ता. जि.अ.नगर संचलित

### चक्रधर स्वामी प्राथमिक विद्यालय, सन फार्मा माध्य. व उच्च माध्य. माध्य. विद्यालय

आर.एच. ९५/१, एम.आय.डी.सी., ता.जि. अहिल्यानगर, फोन नं. ९४२१४३९९०८

शैक्षणिक संस्थेस खालील कामासाठी पात्रता धारक ठेकेदार नेमणे आहे

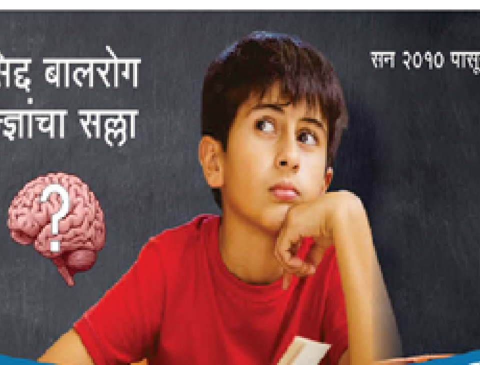
| अ. क्र. | कामाचा तपशील |
|---|---|
| १ | शैक्षणिक संस्थेस शालेय कामकाजासाठी संगणक सॉफ्टवेअर खरेदी-फी, जनरल रजिस्टर इ. |
| २ | शालेय प्रयोगशाळेसाठी प्रयोग साहित्य व क्रीडासाहित्य पुरवठा करणे |
| ३ | शालेय छपाई साहित्य खरेदी |
| ४ | शालेय स्क्रॅप विक्री करणे |
| ५ | इमारत बांधकाम ठेकेदार नेमणे |
| ६ | गार्डन ठेकेदार नेमणे |
| ७ | यु ट्यूब,फेसबुक, इंस्टाग्राम'वेबसाईट इ.कामासाठी एजन्सी नेमणे |

वरील पात्रताधारक उमेदवारांनी मंगळवार दि. २५/८/२०२६ रोजी स. ११.३० वरील पत्त्यावर मूळ कागदपत्रांसह मुलाखतीस हजर रहावे.

अध्यक्ष/सचिव
ग्रामीण विकास मंडळ, नागापूर, ता. जि. अहिल्यानगर

## सावेडी येथील नामांकित शोरूमसाठी त्वरित पाहिजेत

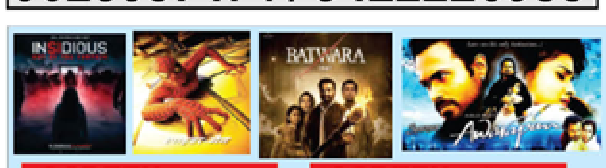
सेल्समन/सेल्सगर्ल- १०
१ ते २ वर्षाचा अनुभव
कॅशिअर-०४
(आकर्षक पगार) -अर्जासह समक्ष भेटा -
Franchise by - DB VENTURES One Stop Shop
SONY GIFTS PVT. LTD.
Address : Opp. Gold's Gym, TV Center, Savedi Road, A.Nagar
7887395983



प्रसिद्ध बालरोग तज्ज्ञांचा सल्ला
सन २०१० पासून
मुलाच्या शालेय प्रगतीसाठी व बुद्धी विकासासाठी
(जन्मा पासून ते १८ वर्षा पर्यंत)
चिरायु
लहान मुलांचे क्लिनिक
मो.९५२७९३१३८४/८८३०८००७८०
९ सबजेल चौक,तुळजाभवानी मंदिरा समोर,(सायमंड बेकरीसमोर) अहिल्यानगर.

## घरपोहोच नर्सिंग सेवा

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



दि. : २१ ते २७ ऑगस्ट २०२६
दैनंदिन मुव्ही-शो च्या वेळा खालील प्रमाणे
टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात

SCREEN - 1
इनसायडिअस : आऊट ऑफ द फर्दर
12.00 PM 100/-
09.00 PM 100/-
बटवारा १९४७
03.00 PM 100/-
स्पाईडर मॅन 09.00 PM 200/-

SCREEN - 2
आवारापन २ (हिंदी)
12.00 Noon 100/-
03.00 PM 100/-
06.00 PM 100/-
09.00 PM 100/-

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

## चौथे पुण्यस्मरण

संस्कार, स्नेह, सहानुभूती
या तत्वातुन घडली,
आपल्या जीवनाची अमृतगाथा..
प्रेरणा देत राहतील आपल्या स्मृती
आम्हां सदैव आता...

स्व. ताराचंदजी माणकचंदजी कोठारी

आपल्या पावन स्मृतीस भावपूर्ण श्रद्धांजली...

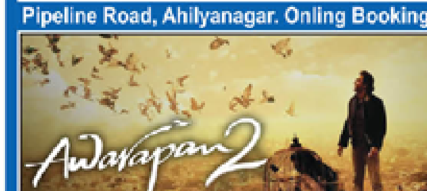
* दुःखांकित *
घेवरचंद माणिकचंद । चंपालाल हजारीमल
शिवलाल ताराचंद । नितीन घेवरचंद
वर्धमान ताराचंद । नवनीत चंपालाल
कांतीलाल चंपालाल । पारस चंपालाल
सचिन नेमीचंद । दिनेश घेवरचंद
महावीर घेवरचंद । स्वप्निल शिवलाल
प्रतिक शिवलाल । सार्थक वर्धमान
कनक सचिन । स्वराज दिनेश

समस्त कोठारी परिवार

वर्धमान ताराचंद कोठारी — कांदा, बटाट्याचे व्यापारी व कमिशन एजंट — ९४२३१६११८१
सार्थक वर्धमान कोठारी — कांदा, बटाट्याचे व्यापारी व कमिशन एजंट — ८८०५६७०३९९
गाळा नं. ७२, नेप्ती उपबाजार, मार्केट यार्ड, अहिल्यानगर ४१४००१

## MY CINEMA

ॲडव्हान्स बुकिंग सुरु
AHILYANAGAR'S 1ST 5-SCREEN MULTIPLEX
Pipeline Road, Ahilyanagar. Onling Booking - BookMyShow



- Show -
22 Aug 2026 to 23 Aug 2026

INSIDIOUS (2d Eng.)- 6:15 pm, INSIDIOUS (2d Hindi) - 1:55, 10:45 pm, SPIDER-MAN (3D Hindi) - 3:45, 8:15 pm, (3D English) - 11:20 am, SAMARTH (Marathi) - 1:30 pm, AWARAPAN 2 - 11:00 am, 12:30, 3:00, 5:30, 6:45, 9:15, 10:30 pm, BATWARA 1947 - 4:15, 8:00 pm.

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

## CONNPLEX

टिप : मुव्ही-शो च्या वेळा बदलु शकतात
दिनांक : २१ ते 27 ऑगस्ट 2026

इन्सायडिअस आऊट ऑफ द फर्दर: 08:00 AM, 03:00 PM, 09:45 PM
आवारापन-२ (हिंदी): 08:50 AM, 10:05 AM, 11:00 AM, 01:00 PM, 02:20 PM, 04:05 PM, 05:05 PM, 06:50 PM, 07:50 PM, 09:35 PM, 10:35 PM
स्पाईडर मॅन (हिंदी) 06:45 PM (इंग्रजी) 10:00 AM
बटवारा १९४७: 10:05 AM, 01:05 PM, 07:05 PM, 10:05 PM
समर्थ (मराठी): 04:05 PM
पॉल पाट्रोल : द डायनो मुव्ही (हिंदी): 01:15 PM, 05:00 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. 8353564618 / 7790094001

## Career Ki Shuruwat DiSHA ke saath

Get Any Course Just in 2700/-
MS-OFFICE, ADV. EXCEL, Tally Prime, Advance Tally, TAXATION, 2D CAD, 3D CAD, CORELDRAW, PHOTOSHOP ILLUSTRATOR, IN DESIGN, C PROGRAMMING C++, CANVA, HTML.
An ISO 9001:2015 Certified
DiSHA COMPUTER INSTITUTE
दिल्ली गेट शाखा
9371051769
जुने बस स्टँड शाखा
9371151769
पाईपलाईन शाखा
7447761769

## ट्रूहोम फायनान्स लिमिटेड

Truhome FINANCE

(पूर्वीची श्रीराम हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड)

**मागणी सूचना**

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

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

| कर्जदार/सह-कर्जदार/नाव आणि पत्ता | सुरक्षित मालमत्तेचा पत्ता | मागणी सूचनेनुसार दिनांक आणि थकबाकी रक्कम रुपयात |
|---|---|---|
| कर्ज खाते क्रमांक TLPHAMDR0000897<br>१. श्री. अक्षय कल्याण कोपनर (कर्जदार)<br>२. सौ. मनीषा अक्षय कोपनर (सह-कर्जदार)<br>सध्याचा पत्ता : मु. जळगाव, कर्जत, अहमदनगर, महाराष्ट्र, भारत - ४१४४०१<br>पत्ता - काळभैरवनाथ वॉशिंग अँड टायर सर्व्हिस सेंटर, १०० जळगाव (माहीजळगाव), नगर-सोलापूर रोड, कर्जत, अहमदनगर - ४१४४०१<br>कर्जाची रक्कम - रु. १९,४१,५३५/-<br>कर्ज खाते क्रमांक TLPHAMDR0000897 | ग्रामपंचायत मिळकत क्र. ५१५, क्षेत्रफळ २१७८ चौ. फूट (म्हणजेच २०२.४१ चौ. मीटर) आणि त्यावर ३७.१६ चौ. मीटर बांधकाम क्षेत्र असलेली मालमत्ता; जी जळगाव (जि.प. अहमदनगर हद्दीत, ता. कर्जत, जि. अहमदनगर) येथे स्थित आहे. या मालमत्तेच्या सीमा खालीलप्रमाणे आहेत - पूर्व: नगर-सोलापूर रोड, पश्चिम: अनिल पोपट कोपनर यांची मिळकत, दक्षिण: लिना कॉलनी, उत्तर : कुंवर वामन कोपनर यांची मिळकत आणि मोकळी जागा. | मागणी सूचना तारीख १७-०८-२०२६, मागणी नोटीसची रक्कम - रु. कर्ज खाते क्रमांक TLPHAMDR 0000897 अंतर्गत २१,५१,९७६.९८/- रुपये (अक्षरी: एकवीस लाख एकावन्न हजार नऊशे शहात्तर रुपये आणि अठ्ठ्यान्नव पैसे), तसेच यापूर्वी नमूद केल्याप्रमाणे पुढील व्याज आणि अनुषंगिक खर्च, इत्यादी. |
| कर्ज खाते क्रमांक SILHAMDR0000628/SHLHAMDR0000383<br>१. श्री. नितेश एकनाथ आंबेकर (कर्जदार)<br>२. श्रीमती उषा एकनाथ आंबेकर (सह-कर्जदार)<br>सध्याचा पत्ता: फ्लॅट क्र. ३, सर्व्हे क्र. ४४३८-४४३९, माळीवाडा, विशाल गणपतीजवळ, माळीवाडा, अहमदनगर - ४१४००१, विघ्नहर्ता मेडिकल अँड जनरल स्टोअर्स, दुकान क्र. ०१, तळमजला, विशाल गणपतीजवळ, माळीवाडा, अहमदनगर शहर - ४१४००१. कर्ज रक्कम - रु. ४,४४,२६१/- (कर्ज खाते क्रमांक : SILHMDR0000628), एनपीए तारीख ०३/०८/२०२६<br>कर्ज रक्कम - रु. ११,८८,८८६/-<br>(लोन क्रमांक SHLHAMDR0000383)<br>एनपीए तारीख ०३/०८/२०२६. | गणराज संकुल अपार्टमेंटमधील स्टिल्ट फ्लोअरवरील फ्लॅट क्र. ३ (ज्याचे बिल्ट-अप क्षेत्रफळ ४३.६३ चौ.मी. आहे) - हे अपार्टमेंट अहमदनगर महानगरपालिका हद्दीतील पारगल्ली, माळीवाडा, अहमदनगर येथे सिटी सर्व्हे क्र. ४४३९ (क्षेत्रफळ ११२.९ चौ.मी.) आणि सिटी सर्व्हे प्र. क्र. ४४३८ (क्षेत्रफळ १३७.१ चौ.मी.) या भूखंडांवर बांधलेले आहे. या मालमत्तेच्या सीमा खालीलप्रमाणे आहेत : पूर्व : गल्ली, दक्षिण : मार्जिन स्पेस (मोकळी जागा), पश्चिम: फ्लॅट क्र. ४ + प्रवेशाची जागा, उत्तर: बाजूची मोकळी जागा (साइड मार्जिन). | मागणी सूचना तारीख - १७-०८-२०२६ मागणी नोटीस रक्कम - रु. ४,४३,९३८/- (अक्षरी: रुपये चार लाख त्रेचाळीस हजार नऊशे अडोतीस फक्त) - कर्ज खाते क्र. SILHAMDR0000628 (दिनांक १२-०८-२०२६ रोजीची स्थिती) आणि रु. ११,५७,५१५/- (अक्षरी : रुपये एकोणीस लाख सत्तावन्न हजार पाचशे पंधरा फक्त) - कर्ज खाते क्र. SHLHAMDR0000383 यासोबतच यापूर्वी नमूद केल्याप्रमाणे पुढील व्याज आणि अनुषंगिक खर्च इत्यादी. |
| कर्ज खाते क्रमांक SLPHAMDR0000736<br>१. श्री. वाजेद रफीक सय्यद (कर्जदार)<br>२. श्री. रफीक यासिन सय्यद (सह-कर्जदार)<br>३. श्रीमती शाकिरा रफीक सय्यद (सह-कर्जदार)<br>४. श्री. सय्यद लियाकत यासिन (सह-कर्जदार)<br>सध्याचा पत्ता: गावठाण पाथर्डी, करंजी, महादेव मंदिरासमोर, करंजी, पाथर्डी, अहमदनगर - ४१४१०६. रफीक मटण अँड चिकन शॉप, करंजी-भोसा रोड, समोर, सेतू कार्यालय, कारंजी, पाथर्डी, अहमदनगर - ४१४१०६<br>कर्ज रक्कम - रु. २८,००,५०७/-<br>कर्ज खाते क्र. LPHAMDR0000736<br>एनपीए तारीख : ०३/०८/२०२६ | खालील मालमत्ता: १) ग्रामपंचायत मिळकत क्र. ४६१, सिटी सर्व्हे क्र. १७, क्षेत्रफळ १) ८८.८५ चौ.मी. (ज्यामध्ये २०.४४ चौ.मी. बांधकाम क्षेत्र समाविष्ट आहे) आणि एकूण क्षेत्रफळ २३० चौ.मी. असलेली मालमत्ता; जी करंजी येथे, पाथर्डी नगर परिषद, पाथर्डी तालुका व जिल्हा अहमदनगरच्या हद्दीत स्थित आहे. या मालमत्तेच्या सीमा खालीलप्रमाणे आहेत - पूर्व: रस्ता, पश्चिम: कोटकर यांची निवासी मालमत्ता, दक्षिण: बाबासाहेब शेट्टे यांची दुकान मालमत्ता, उत्तर: आदिनाथ कोळते यांची निवासी व दुकान मालमत्ता. २) ग्रामपंचायत मिळकत क्र. ३४० अ आणि ३४० ब (क्षेत्रफळ ६९० चौ. फूट); जी करंजी येथे, पाथर्डी नगर परिषद, पाथर्डी तालुका व जिल्हा अहमदनगरच्या हद्दीत स्थित आहे. या मालमत्तेच्या सीमा खालीलप्रमाणे आहेत - पूर्व: रस्ता, पश्चिम: गल्ली आणि मोकळी जागा, दक्षिण: ताजमोहम्मद कबीरमोहम्मद शेख यांची ग्रामपंचायत मिळकत क्र. २८४, उत्तर: नदी. | मागणी सूचना तारीख १७-०८-२०२६ मागणी नोटीस रक्कम - रु. ३०,१२,१३७.०४/- (अक्षरी : रुपये तीस लाख बारा हजार एकशे सदोतीस आणि चार पैसे फक्त) - कर्ज खाते क्र. SLPHAMDR0000736 यासोबतच यापूर्वी नमूद केल्याप्रमाणे पुढील व्याज आणि अनुषंगिक खर्च इत्यादी. |

कर्जदार म्हणून आपणास सूचित करण्यात येते की, वर नमूद केलेली थकीत रक्कम या नोटीसच्या दिनांकापासून ६० दिवसांच्या आत पूर्णपणे भरावी. तसे न केल्यास, वर नमूद केलेल्या तारण मालमत्तेच्या अंमलबजावणीसाठी सरफेसी (SRFESI) कायद्यांतर्गत कारवाई करण्यास खाली सही करणारे अधिकारी भाग पाडले जातील. कृपया नोंद घ्यावी की, उक्त कायद्याच्या कलम १३(१३) अन्वये, आमच्या संमतीशिवाय विक्री, भाडेपट्टा किंवा अन्य कोणत्याही प्रकारे वर नमूद केलेली तारण मालमत्ता हस्तांतरित करण्यास आपणास मनाई आहे.

ठिकाण : अहमदनगर — सही/- अधिकृत अधिकारी
दिनांक : २२-०८-२०२६ — ट्रूहोम फायनान्स लिमिटेड (पूर्वीची श्रीराम हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड)

## डॉन बॉस्को नागरी सहकारी पतसंस्था मर्या. अहिल्यानगर

रजि.नं.ए.एन. आर./आर.एस.आर/सी.आर. ३३४ - ९२-९३/१९९२

जा.नं. - वार्षिक सभा — दिनांक : ११/०८/२०२६

### वार्षिक सर्वसाधारण सभेची नोटीस

(फक्त सभासदांकरीता)

डॉन बॉस्को नागरी सहकारी पतसंस्थेच्या सर्व सभासदांना कळविण्यात येते की, संस्थेची ३४ वी वार्षिक सर्वसाधारण सभा शनिवार, दिनांक- २९/०८/२०२६ रोजी, दुपारी ३.०० वा. सीताबन मंगल कार्यालय, सुखसागर हॉटेलमागे,कोठी रोड, अहिल्यानगर येथे मा. चेअरमन फा. विश्वास परेरा यांच्या अध्यक्षतेखाली आयोजित केली आहे. तरी सर्व सभासदांनी वेळेवर उपस्थित रहावे. ही नम्र विनंती.

**सभेपुढील विषय**

१) अध्यक्षांची निवड करणे.
२)मागील वार्षिक सर्वसाधारण सभेचे इतिवृत्त वाचणे व कायम करणे.
३)सन २०२५-२६ या कालावधीतील आर्थिक पत्रके , तेरीज, ताळेबंद व नफा-तोटा पत्रकास मान्यता देणे.
४)सन २०२५-२६ या कालावधीतील वैधानिक लेखापरीक्षण अहवाल व अंतर्गत लेखापरीक्षण अहवाल यांस मान्यता देणे. व सन २०२५-२६ चा दोष दुरुस्ती अहवाल सादर करणे.
५)नफा वाटणीस मंजुरी देणे व सभासदांना लाभांश जाहीर करणे. (पान क्र.१८ वर पहावे)
६)संचालक मंडळ व नातेवाईक कलम ७५(२) थकबाकी जाहीर करणे.
७)थकबाकी वसूलीसाठी निर्णय घेणे.
८)बाहेरील कर्ज उभारण्याचे अधिकार संचालक मंडळ यांना देणे.
९)सन २०२६-२७ या कालावधीचे अंतर्गत व शासकीय लेखा परीक्षकांची नियुक्ती करणे.
१०)सन २०२६-२७ या कालावधीसाठी खर्चाचे अंदाजपत्रकास मान्यता देणे.
११)संचालक मंडळाने सुचविलेल्या उपविधी दुरूस्तीस मंजूरी देणे.
१२)अध्यक्षांच्या परवानगीने येणारे ऐनवेळचे विषय.

मा. संचालक मंडळाच्या आदेशावरून
**कार्यकारी अधिकारी**
डॉन बॉस्को नागरी सह.पतसंस्था मर्या. ,
अहिल्यानगर

१)कोरम अभावी सभा तहकुब झाल्यास त्याच दिवशी त्याच 'ठिकाणी अर्ध्या तासानंतर विषय पत्रिकेतील विषयांचा निर्णय घेण्यासाठी सभा घेतली जाईल.
२) वार्षिक सर्वसाधारण सभेच्या तारखेपूर्वी तीन दिवस आधी लेखी आलेल्या प्रश्नांवरच चर्चा करण्यात येईल. मात्र असे विषय उपविधी सुधारणा व सभासदत्त्व रद्द करणे या व्यतिरिक्त असावेत. तसेच एखाद्या विषयाचा सहा महिन्याच्या आत पुनर्विचार करण्यासंबंधीचा विषय नसावा.

## सहकारमहर्षी सुवालालजी गुंदेचा जैन ओसवाल नागरी सहकारी पतसंस्था मर्या,

बँक रोड, अहमदनगर. फोन नं. २३५४२९५, २३२३३०५

### वार्षिक अहवाल छपाई निविदा

सहकारमहर्षी श्री सुवालालजी गुंदेचा जैन ओसवाल नागरी सहकारी पतसंस्था मर्या. अहमदनगर या संस्थेच्या सन २०२५- २०२६ चा २६ वा वार्षिक अहवाल रंगीत फोटो व चार पानी कव्हर पेज (चार रंग ) छापून घेणेसाठी इच्छुक मुद्रण व्यावसायीकांकडुन निविदा मागविण्यात येत आहे. अहवालाचा मसुदा सकाळी ११.०० वा. सांयकाळी ५.०० वाजेपर्यंत कार्यालयीन (रविवार व सुटटीचे दिवस वगळुन) संस्थेच्या मुख्य कार्यालयात पहावयास मिळेल. अहवालाचा मसुदा डी.टी.पी. करुन मिळेल तसेच चार पानी कव्हर पेज देखील तयार मिळेल. फक्त छपाईचे काम (कव्हर पेज फोर कलर प्रिंटींग) करावयाचे आहे. छपाईचे काम दिलेल्या मुदतीत पुर्ण करावे लागेल. इच्छुक मुद्रकांनी त्यांच्या मोहोरबंद निविदा गुरुवार दि.२७/०८/२०२६ रोजी दुपारी २.०० वाजेपर्यंत मिळतील अशा बेताने पाठविणे आवश्यक आहे. त्यानंतर आलेल्या निविदांच्या विचार केला जाणार नाही.
निविदा मंजुर अथवा नामंजुर करण्याचा अधिकार मा. संचालक मंडळाने राखून ठेवला आहे.

अहमदनगर, दि.२०/०८/२०२६

प्रशांत भंडारी — सरव्यवस्थापक
शैलेश गांधी — व्हा. चेअरमन
अभय पितळे — चेअरमन

सहकारमहर्षी श्री. सुवालालजी गुंदेचा जैन ओसवाल नागरी सहकारी पतसंस्था मर्या. अ.नगर