संस्थापक कै. आचार्य गुंदेचा

नवा मराठा

संपादक : सुभाष गुंदेचा — व्यवस्थापक : अनिकेत गुंदेचा

रजि नं. ११४३९-५७/३७ | पाने ८ | किंमत ३ रूपये | अहिल्यानगर, शनिवार दि. २४.०१०.२०२६ | अंक नं. १७४ | वर्ष ६९ वे | दैनिक वर्ष ६३ वे | ANR/022/2018-2020

भानुदास कोतकर यांचे हृदयविकाराने निधन

नगर – अहिल्यानगरच्या राजकीय, सहकार आणि कृषी क्षेत्रात दीर्घकाळ कार्यरत राहिलेले ज्येष्ठ कॉंग्रेस नेते तथा कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे माजी सभापती भानुदास एकनाथ कोतकर (वय ७०) यांचे २४ ऑक्टोबर रोजी सकाळी हृदयविकाराने निधन झाले. हृदयविकाराचा त्रास जाणवू लागल्याने त्यांना तातडीने अहिल्यानगर येथील खाजगी हॉस्पिटलमध्ये दाखल करण्यात आले. मात्र, उपचारांपूर्वीच त्यांची प्राणज्योत मालवली. त्यांच्या पश्चात पत्नी, ३ मुले संदीप, सचिन व अमोल, १ मुलगी सुवर्णा सचिन जगताप, २ भाऊ, पुतणे, नातू असा परिवार आहे.

१ मार्च १९५७ रोजी जन्मलेले आणि अवघे ७ पर्यंत शिक्षण घेतलेले भानुदास कोतकर यांनी केडगावचे सरपंच म्हणून राजकारणात प्रवेश केला. पुढे त्यांनी आपल्या राजकीय कारकिर्दीत विविध महत्त्वाच्या पदांवर काम केले. नगर पंचायत समितीचे सभापती, कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे सभापती, मुंबई कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे संचालक, *(पुढील मजकूर पान ७ वर)*

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

माहितीचा वाढता ओघ आणि स्वतःच्या निर्णयांकडे पाहण्याची दृष्टी

राजन कुटे

आपल्याला एखाद्या विषयाचं ज्ञान असणं आणि त्याच विषयात स्वतःसाठी योग्य निर्णय घेता येणं, या दोन वेगळ्या गोष्टी आहेत. एखाद्या डॉक्टरला स्वतःच्या आजाराची लक्षणं माहीत असू शकतात. त्याला त्यामागची संभाव्य कारणंही समजू शकतात. तरी स्वतःच स्वतःचं निदान करून उपचार करणं प्रत्येक वेळी योग्य ठरेलच असं नाही. कारण इथे केवळ वैद्यकीय ज्ञान पुरेसं नसतं; स्वतःच्या परिस्थितीकडेही आवश्यक त्या अंतरावरून पाहता यायला हवं.

गुंतवणुकीच्या बाबतीतही असंच काहीसं घडतं. आज गुंतवणुकीविषयी माहिती मिळवणं पूर्वीपेक्षा खूप सोपं झालं आहे. म्युच्युअल फंड, बाजारातील चढ–उतार, परताव्यांची तुलना, विविध योजनांचे तपशील आणि गुंतवणुकीचे अनेक पर्याय सहज उपलब्ध आहेत. त्यामुळे गुंतवणूकदार अधिक माहितीपूर्ण झाले आहेत, ही नक्कीच चांगली गोष्ट आहे. पण स्वतःच्या गुंतवणुकीचा विचार करताना केवळ माहिती पुरेशी ठरते का?

आपल्या एखाद्या गुंतवणुकीने चांगला परतावा दिला, तर तिच्याबद्दल आपल्याला अधिक विश्वास वाटू लागतो. बाजार घसरला की त्याच गुंतवणुकीबद्दल शंका निर्माण होऊ लागते. एखादा दुसरा पर्याय अधिक चांगला परतावा देत असल्याचं दिसलं, तर आपली निवड चुकीची होती का, असा प्रश्न पडतो. अशा वेळी आपण उपलब्ध माहितीचा विचार करत असतो; पण त्या माहितीचा आपल्या निर्णयांवर नेमका कसा परिणाम होत आहे, हे नेहमी लक्षात येतंच असं नाही.

म्हणूनच गुंतवणुकीचं ज्ञान असणं महत्त्वाचं असलं, तरी स्वतःच्या निर्णयांचं मूल्यमापन करताना वस्तुनिष्ठ दृष्टी राखण्याबरोबरच, आपल्या परिस्थितीचाही विचार करणं तितकंच महत्त्वाचं आहे.

याचा अर्थ प्रत्येक गुंतवणूकदाराने स्वतः निर्णय घेणं टाळावं, असा नाही. स्वतःच्या पैशाबद्दल जागरूक असणं, प्रश्न विचारणं आणि निर्णय समजून घेणं आवश्यकच आहे. मात्र, स्वतः निर्णय घेणं आणि स्वतःच्या निर्णयांचं वस्तुनिष्ठ मूल्यमापन करणं या वेगळ्या गोष्टी आहेत.

काही वेळा आपण ज्या परिस्थितीचा विचार करत असतो, तिच्याशी आपला स्वतःचा भावनिक संबंध असल्यामुळे काही गोष्टींकडे तटस्थपणे पाहणं कठीण जातं. अशा वेळी दुसऱ्या व्यक्तीचा स्वतंत्र दृष्टिकोन उपयोगी ठरू शकतो. याची जाणीव आपल्याला आयुष्यातील इतर नात्यांमध्येही होते.

वैवाहिक नात्याचंच उदाहरण घ्या. कोणतंही नातं प्रत्येक बाबतीत परिपूर्ण असतंच असं नाही. मतभेद असतात, अपेक्षा वेगळ्या असतात आणि परिस्थितीनुसार चढ–उतारही येतात. तरीही त्या नात्यातील चांगल्या गोष्टी ओळखून, काही फरक स्वीकारून आणि काही बाबतीत समजूतदारपणे बदल करून अनेक नाती अधिक परिपक्व होत जातात.

याचा अर्थ प्रत्येक परिस्थितीत जुळवून घेत राहावं, असा नाही. काही समस्या स्वीकारण्यापेक्षा त्यांच्यात बदल करणं आवश्यक असतं. पण प्रत्येक अपूर्णता म्हणजे संपूर्ण गोष्टच चुकीची आहे, असंही नसतं. काय बदलायला हवं आणि काय समजून घेऊन स्वीकारता येईल, हे ओळखण्यासाठीही योग्य दृष्टिकोनाची गरज असते. गुंतवणुकीकडे पाहतानाही हा दृष्टिकोन उपयोगी पडतो.

एखादी गुंतवणूक अपेक्षेप्रमाणे काम करत नसेल, तर तिचं मूल्यमापन करणं आवश्यकच आहे. पण केवळ अलीकडच्या परताव्यावरून ती योग्य की अयोग्य, असा निष्कर्ष काढणं पुरेसं नसतं. ती आपल्या उद्दिष्टांशी सुसंगत आहे का, आपल्या एकूण पोर्टफोलिओमध्ये तिची भूमिका काय आहे आणि आपल्या आर्थिक परिस्थितीत काही बदल झाला आहे का, हेही पाहावं लागतं.

त्याचप्रमाणे, एखादी गुंतवणूक चांगला परतावा देत असेल, तरी ती आपल्या गरजांसाठी योग्यच आहे, असं गृहीत धरता येत नाही. म्हणजेच, निर्णयाचं मूल्यमापन करताना केवळ त्या निर्णयाचा परिणाम पाहून चालत नाही; तो निर्णय ज्या उद्दिष्टासाठी घेतला होता, त्या उद्दिष्टाचाही विचार करावा लागतो.

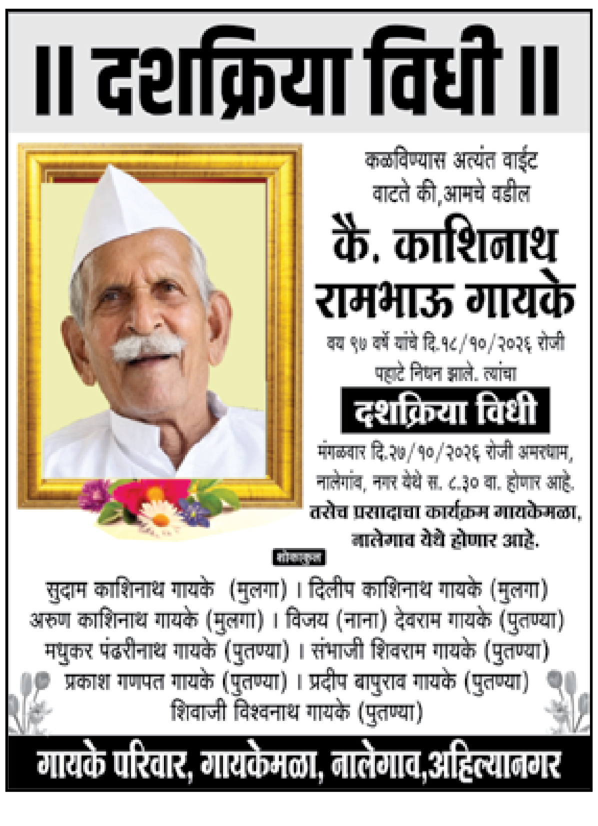
इथे योग्य व्यक्तीची मदत उपयोगी ठरू शकते. स्वतंत्र दृष्टिकोन आपल्याला स्वतःच्या विचारांमधील त्रुटी ओळखायला, दुर्लक्षित राहिलेल्या बाबी समजून घ्यायला आणि निर्णय अधिक स्पष्टपणे तपासायला मदत करू शकतो. मात्र, मदत घेणं म्हणजे स्वतःची जबाबदारी दुसऱ्यावर सोपवणं नव्हे. अंतिम निर्णय समजून घेणं आणि त्याची जबाबदारी स्वीकारणं हे गुंतवणूकदाराचंच काम राहातं.

माहिती आपल्याला पर्याय दाखवते. ज्ञान त्या पर्यायांचं स्वरूप समजावून सांगतं. पण आपल्या परिस्थितीत कोणता पर्याय योग्य ठरेल, हे ठरवताना स्वतःच्या विचारांकडेही चिकित्सक नजरेने पाहावं लागतं.

कारण प्रत्येक वेळी अधिक माहिती मिळवणं हेच उत्तर नसतं. काही वेळा आपल्याला आधीपासून असलेल्या माहितीचा अर्थ नव्याने समजून घेण्याची गरज असते.

स्पष्ट ठेवा, शांत ठेवा.

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



दहशतवाद्यांशी संबंध असल्याची भीती दाखवत 'डिजिटल अरेस्ट' करून तोतया पोलीस अधिकाऱ्याने महिलेची केली ३१.७० लाखांची फसवणूक

नगर – अहिल्यानगरमधील सावेडी परिसरातील बिशप लॉयड कॉलनीत राहणाऱ्या एका ६९ वर्षीय सेवानिवृत्त स्टाफ नर्सची सायबर भामट्यांनी 'डिजिटल अरेस्ट' करून तब्बल ३१ लाख ७० हजार रुपयांची ऑनलाईन फसवणूक केल्याची घटना उघडकीस आली आहे. या प्रकरणी अहिल्यानगर सायबर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

फिर्यादी महिला सावेडी येथील टीव्ही सेंटर रोडवरील बिशप लॉयड कॉलनीत सन २०१४ पासून एकट्याच राहत असून त्या सौदी अरेबिया येथे स्टाफ नर्स म्हणून नोकरी करत होत्या. त्यांना मिळणाऱ्या पेन्शन व ठेवींच्या (एफडी) व्याजातून त्या आपली उपजीविका भागवतात. १८ ऑक्टोबर रोजी सकाळी साडेअकराच्या सुमारास त्यांच्या व्हॉट्सअॅपवर एका अज्ञात नंबरवरून कॉल आला. फोन करणाऱ्या व्यक्तीने स्वतःची ओळख कुलाबा पोलीस स्टेशन, मुंबई येथील पोलीस इन्स्पेक्टर 'प्रताप' अशी दिली.

दहशतवाद्यांशी संबंध जोडत भीती दाखवली

भामट्यांनी महिलेला सांगितले की, तुमचे अब्दुल सलाम नावाच्या दहशतवाद्याशी संबंध आहेत आणि तुमच्या नावावरील आधार कार्डाचा वापर करून मुंबईतील अंधेरी पूर्व येथील कॅनरा बँकेत ३ ऑक्टोबर २०२६ रोजी बँक खाते उघडण्यात आले आहे. या खात्यावरून दहशतवाद्यांना पैशांचे व्यवहार करण्यात आले असून तुमच्या नावावर अरेस्ट वॉरंट निघाले आहे, अशी खोटी भीती त्यांना दाखवण्यात आली. हे वॉरंट रद्द करण्यासाठी आणि खात्री पटवण्यासाठी दर दोन तासांनी 'आय अॅम अॅट होम' आणि झोपताना 'गुड नाइट' असे मेसेज पाठवण्यास सांगून त्यांना 'डिजिटल अरेस्ट' करण्यात आले.

बँकेतील मुदत ठेव (एफडी) मोडायला लावली

दुसऱ्या दिवशी सायबर भामट्यांनी पुन्हा व्हॉट्सअॅप कॉल करून त्यांच्याकडे असलेल्या सोन्या–नाण्याची, एफडीची आणि बँक बॅलन्सची विचारणा केली. आरबीआयकडे सर्व रक्कम जमा करून प्रकरण क्लिअर करावे लागेल, असे सांगून त्यांना बँकेतील मुदत ठेव (एफडी) मोडण्यास भाग पाडण्यात आले. तसेच काही दागिने गहाण ठेवून आरबीएल बँकेतील खात्यावरून भामट्यांनी सांगितलेल्या वेगवेगळ्या बँक खात्यांवर आरटीजीएसद्वारे ३१ लाख ७० हजार रुपयांची रक्कम पाठवण्यात आली. भामट्यांनी १९ ऑक्टोबर रोजी २२ लाख ५० हजार आणि २१ ऑक्टोबर रोजी ९ लाख २० हजार रुपये असा एकूण ३१ लाख ७० हजार रुपयांचा मुद्देमाल ट्रान्सफर करून घेतला. त्यानंतर २२ ऑक्टोबर रोजी सकाळी ११ वाजता फिर्यादीने त्या नंबरवर संपर्क साधण्याचा प्रयत्न केला असता फोन उचलला गेला नाही. आपली फसवणूक झाल्याचे लक्षात आल्यानंतर त्यांनी तात्काळ सायबर पोलीस ठाणे गाठून फिर्याद नोंदवली. या प्रकरणी माहिती तंत्रज्ञान अधिनियम २००० चे कलम ६६ (ड) आणि बीएनएस कलम ३१८ (४), ३१९ (२) नुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

मोबाईलवर 'एपीके' फाईल डाऊनलोड करायला लावून सेवानिवृत्त रेल्वे कर्मचाऱ्याची १.९६ लाखांची फसवणूक

नगर– केडगाव येथील भूषणनगर भागात राहणाऱ्या एका ६९ वर्षीय सेवानिवृत्त रेल्वे कर्मचाऱ्याच्या मोबाईलमध्ये संशयास्पद एपीके फाईल पाठवून ती डाऊनलोड झाल्यावर त्यांचा मोबाईल हॅक करत सायबर भामट्यांनी त्यांच्या बँक खात्यातून १ लाख ९६ हजार २०० रुपये परस्पर काढून घेत ऑनलाईन फसवणूक केल्याची घटना उघडकीस आली आहे. या प्रकरणी कोतवाली पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत अरुण उदेसिंग पाटील (रा. भूषणनगर, केडगाव, अहिल्यानगर) यांनी २३ ऑक्टोबर रोजी कोतवाली पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी हे २०१७ मध्ये रेल्वे विभागातून स्टेशन प्रबंधक कार्यालय कर्मचारी पदावरून सेवानिवृत्त झाले असून, त्यांना मिळणाऱ्या पेन्शनवर त्यांच्या कुटुंबाची उपजीविका चालते. १८ ऑक्टोबर रोजी दुपारी साडेतीनच्या सुमारास त्यांच्या रेडमी १२ प्रो मोबाईलवर एका अनोळखी नंबरवरून 'Customer_Support_FUD.apk' ही फाईल आली. ती फाईल मोबाईलमध्ये डाऊनलोड झाल्यानंतर त्यांच्या नकळत गुगल पे द्वारे आर्थिक व्यवहार झाले.

फिर्यादींच्या पत्नीच्या बँक ऑफ बडोदा खात्यातून ७५ हजार रुपये आणि त्यांच्या मुलाच्या स्टेट बँक ऑफ इंडिया खात्यातून २६ हजार २०० रुपयांची रक्कम डेबिट झाल्याचे संदेश त्यांना प्राप्त झाले. त्यानंतर त्यांनी तात्काळ १९३० या हेल्पलाईन नंबरवर सायबर तक्रार नोंदवली. तपासादरम्यान ही रक्कम कॅनरा बँकेच्या एका खात्यात जमा झाल्याचे निदर्शनास आले.

हा प्रकार ताजा असतानाच, १९ ऑक्टोबर रोजी सकाळी फिर्यादीच्या युको बँक खात्यातून आणखी ९५ हजार रुपये परस्पर डेबिट झाले. हे पैसे देखील एका दुसऱ्या बँक खात्यात वळते झाल्याचे समजले. अनोळखी मोबाईल धारकाने पाठवलेली एपीके फाईल मोबाईलमध्ये इन्स्टॉल झाल्यामुळेच त्यांच्या, पत्नीच्या आणि मुलाच्या खात्यातून एकूण १ लाख ९६ हजार २०० रुपयांची ऑनलाईन फसवणूक झाल्याचे स्पष्ट झाले. या प्रकरणी पाटील यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरून पोलिसांनी अज्ञात आरोपींच्या विरुद्ध बीएनएस कलम ३१८ (४) नुसार गुन्हा दाखल केला असून, पुढील तपास महिला पोलीस अंमलदार तारडे करत आहेत.

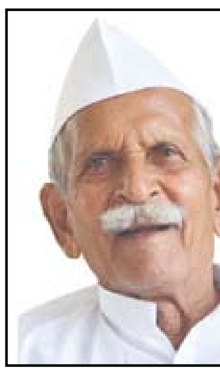
विनोद रासकर यांचे अल्प आजाराने निधन

भिंगार – समता चौक येथील रहिवासी विनोद बाळासाहेब रासकर (वय ४४) यांचे २४ ऑक्टोबर रोजी अल्प आजाराने निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर भिंगार अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

त्यांच्या मागे आई, वडील, पत्नी, १ भाऊ, भावजय, १ मुलगी, १ मुलगा, पुतण्या, पुतणी असा परिवार आहे. ते विशाल रासकर यांचे बंधू होत.

काशिनाथ गायके यांचे वृद्धापकाळाने निधन

नगर – गायकेमळा, नालेगाव, येथील रहिवासी प्रगतीशील शेतकरी काशिनाथ रामभाऊ गायके (वय ९७) यांचे वृद्धापकाळाने १८ ऑक्टोबर रोजी निधन झाले. त्यांच्या पार्थिवावर नालेगाव अमरधाम येथे अंत्यसंस्कार करण्यात आले.



त्यांच्या मागे ३ मुले, पुतणे, सुना, नातवंडे असा परिवार आहे.

तरुणीवर गोळीबार करत स्वत:वरही गोळी झाडून तरुणाची आत्महत्या

सावेडी उपनगरातील घटनेनंतर कापूरवाडी शिवारात आढळला तरुणाचा मृतदेह

नगर – शहरातील सावेडी उपनगरातील भगवान बाबा चौक परिसरात एका ३५ वर्षीय तरुणीवर तरुणाने गोळीबार केल्याची घटना २३ ऑक्टोबर रोजी दुपारी साडेचारच्या सुमारास घडली. या घटनेत महिला जखमी झाली असून, गोळीबारानंतर घटनास्थळावरून पसार झालेल्या तरुणाने कापूरवाडी परिसरात स्वत:वर गोळी झाडून आत्महत्या केली. योगेश सोमनाथ डोंगरे असे मृत तरुणाचे नाव असून, या घटनेमुळे शहरात खळबळ उडाली आहे.

भगवान बाबा चौक परिसरातील एका इमारतीच्या चौथ्या मजल्यावरील फ्लॅटमध्ये ही घटना घडली. संबंधित महिला आणि तरूण एकमेकांच्या परिचयाचे होते. दोघे फ्लॅटमध्ये असताना त्यांच्यात काही कारणावरून वाद झाला. या वादातून तरूणाने महिलेवर बंदुकीतून गोळी झाडली. गोळीबारात महिला जखमी झाली. या घटनेची माहिती मिळताच अप्पर पोलीस अधीक्षक वैभव कलुबर्मे, उपअधीक्षक डॉ. दिलीप टिपरसे, एलसीबीचे निरीक्षक संतोष मुटकुळे, तोफखाना पोलीस ठाण्याचे निरीक्षक बालाजी वैद्य यांनी पोलीस पथकासह घटनास्थळी धाव घेतली. जखमी महिलेला उपचारासाठी जिल्हा रूग्णालयात दाखल करण्यात आले. तिची प्रकृती स्थिर असल्याची माहिती डॉ. टिपरसे यांनी दिली.

दरम्यान, गोळीबार केल्यानंतर तरुण घटनास्थळावरून पसार झाला होता. त्यामुळे पोलिसांनी त्याचा शोध सुरु केला. मात्र, काही वेळानंतर कापूरवाडी परिसरात त्याने स्वत:वर गोळी झाडून आत्महत्या केल्याचे समोर आले. उपअधीक्षक डॉ. टिपरसे यांनी तशी माहिती दिली. महिला आणि तरुण यांच्यात नेमका कोणत्या कारणावरून वाद झाला, हे अद्याप स्पष्ट झालेले नाही.

प्राथमिक माहितीनुसार, ही घटना प्रेम संबंधांतून घडली असावी, असा अंदाज पोलिसांनी व्यक्त केला आहे. मात्र, याबाबत अधिकृत तपासातूनच स्पष्टता येणार आहे.

गृहिणी

आरोग्य

रोज का प्यावे ताक?

दररोज नियमित ताक पिणे शरीरासाठी अत्यंत गुणकारी आणि आरोग्यदायी आहे. आयुर्वेदात ताकाला अमृत मानले गेले आहे. नियमित ताक पिण्यामुळे आपली पचनक्रिया अतिशय उत्तम प्रकारे कार्य करते. जेवणात किंवा जेवणानंतर जिरेपूड, काळे मीठ किंवा कोथिंबीर घालून ताक प्यायल्याने जड जेवण देखील अगदी सहज पचते आणि छातीत किंवा पोटात होणारी जळजळ किंवा ॲसिडिटी पूर्णपणे शांत होण्यास मदत होते. याशिवाय, उष्णतेच्या दिवसांत किंवा कडक उन्हातून आल्यावर ताक प्यायल्याने शरीराचे तापमान नियंत्रित राहते, शरीरातील पाण्याची कमतरता भरून निघते आणि तात्काळ ताजेतवाने वाटते. दुधाच्या तुलनेत ताकात चरबीचे प्रमाण खूप कमी असल्यामुळे वजन नियंत्रणात ठेवण्यासाठी हा एक उत्तम आणि आरोग्यदायी आहार मानला जातो, कारण ताक प्यायल्याने पोट भरल्याचे समाधान मिळते आणि वारंवार खाण्याची सवय टाळता येते. ताकामध्ये कॅल्शियम आणि प्रथिनांचे प्रमाण भरपूर असल्यामुळे आपली हाडे आणि दात बळकट होतात. तसेच, ताकामध्ये शरीरासाठी अतिशय उपयुक्त असे चांगले जिवाणू असतात, जे पोटाचे आरोग्य सुधारतात आणि आजारांशी लढण्यासाठी शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती नैसर्गिकरित्या वाढवतात. ताकामध्ये प्रथिने आणि अमिनो आम्लांचे प्रमाण भरपूर असते, जे केवळ आंतरिक आरोग्यासाठीच नव्हे तर बाह्य सौंदर्यासाठीही उत्तम मानले जाते. ताक नियमित पिण्यामुळे रक्तातील विषारी घटक बाहेर पडतात, ज्यामुळे चेहऱ्यावर नैसर्गिक तेज येते आणि त्वचा तुकतुकीत राहते. तसेच, डोक्याच्या त्वचेवर (स्काल्पवर) ताक लावल्याने कोंड्याची समस्या दूर होण्यास मदत होते.

पाककला

बटाटा रगडा पुरी

साहित्य : रगड्यासाठी – पांढरा वाटाणा १ वाटी (रात्रभर भिजवलेला), बटाटा २ मध्यम उकडलेले, बारीक चिरलेला कांदा १, बारीक चिरलेला टोमॅटो १, आले–लसूण पेस्ट १ चमचा, हळद १/४ चमचा, लाल तिखट १ चमचा, धने–जिरे पावडर १ चमचा, गरम मसाला १/२ चमचा, मीठ चवीनुसार, तेल २ चमचे, कोथिंबीर १ चमचा पुरीसाठी – पुरी १२ नग, बारीक चिरलेला कांदा १/२ वाटी, बारीक शेव १/२ वाटी, चिंच–खजूर चटणी २ चमचे, हिरवी चटणी २ चमचे

कृती : पांढरा वाटाणा कुकरमध्ये ३–४ शिट्ट्या घेऊन मऊ शिजवून घ्या. कढईत तेल गरम करून त्यात कांदा परतून घ्या. त्यात आले–लसूण पेस्ट, टोमॅटो घालून नरम होईपर्यंत परता. त्यात हळद, लाल तिखट, धने–जिरे पावडर, गरम मसाला, मीठ घालून मिक्स करा. त्यात शिजलेला वाटाणा व थोडे पाणी घालून ५ मिनिटे उकळू द्या. त्यात कुस्करलेला १ बटाटा घालून रगडा घट्ट करा. दुसरा बटाटा चौकोनी तुकड्यात कापून रगड्यात घाला. वरून कोथिंबीर घाला. पुरीला मध्ये बोटाने छिद्र करून त्यात तयार रगडा भरा. वरून कांदा, हिरवी चटणी, चिंच चटणी व शेव घालून गरम सर्व्ह करा.

वास्तू

हवा खेळती राहण्यासाठी...

✻ घरामध्ये हवा खेळती राहणे अत्यंत गरजेचे आहे. नकारात्मक ऊर्जा दूर करण्यासाठी आणि मन प्रसन्न ठेवण्यासाठी कापूर, गवती चहाचे तेल किंवा सुवासिक द्रव्यांचे साधन नियमितपणे वापरा.

✻ घरामध्ये अभ्यास किंवा कार्यालयीन काम करण्यासाठी बसण्याचे मेज उत्तर किंवा पूर्व दिशेला तोंड करून असावे. यामुळे एकाग्रता वाढते आणि प्रगतीचे नवे मार्ग उघडतात. बैठकीच्या खोलीच्या नैऋत्य कोपऱ्यात किंवा बसण्याच्या जागेत विशिष्ट ऊर्जा देणारे स्फटिक ठेवा.

सौंदर्य

✻ केस धुण्यापूर्वी डोक्याला ताक लावल्यास केसांचा कोरडेपणा दूर होतो आणि केस मऊ होतात.

✻ आठवड्यातून किमान दोनदा कोमट तेलाने डोक्याची मालिश केल्याने रक्ताभिसरण सुधारते आणि केसांची वाढ होते तसेच रोज सकाळी प्राणायाम आणि योगासने केल्याने चेहऱ्यावर नैसर्गिक चमक येते.

सल्ला

लिंबू चिरण्यापूर्वी ते हाताने जमिनीवर किंवा पाटावर थोडे रगडून घेतल्यास रस जास्त निघतो.

संकलक : ॲड. सौ. पूजा गुंदेचा

दैनिक पंचांग

रविवार, दि. २५ ऑक्टोबर २०२६

कोजागिरी पौर्णिमा, शके १९४८ पराभवनामसंवत्सर, आश्विन शुक्लपक्ष, रेवती १९।२२, सूर्योदय ०६ वा. २८ मि. सूर्यास्त ०६ वा. ३० मि.

राशिभविष्य

मेष : नवीन विचारांना चालना मिळेल.

वृषभ : आर्थिक स्थिती मजबूत राहील आणि जुन्या गुंतवणुकीतून लाभ मिळेल.

मिथुन : संवादाच्या माध्यमातून रखडलेले प्रश्न मार्गी लागतील.

कर्क : मानसिक शांतता लाभेल आणि कौटुंबिक वातावरण आनंदी राहील.

सिंह : आत्मविश्वासात वाढ होईल आणि नेतृत्व करण्याची संधी मिळेल.

कन्या : कामाचे नियोजन उत्तम होईल आणि मन प्रसन्न राहील.

तूळ : सर्जनशीलतेला वाव मिळेल.

वृश्चिक : गुप्त शत्रूंपासून नुकसान आणि आर्थिक निर्णय यशस्वी ठरतील.

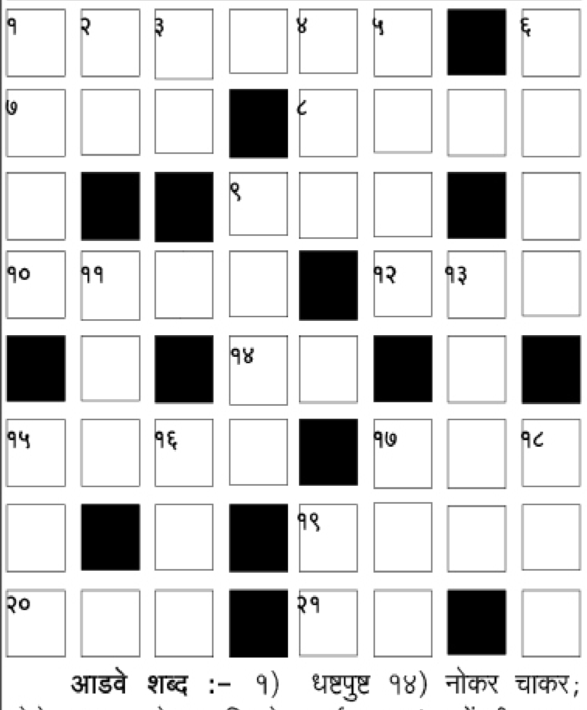
धनु : नशीबाची साथ लाभेल आणि धार्मिक कार्यात रुची वाढेल.

मकर : मेहनतीचे फळ उशिरा मिळाले तरी ते उत्तम असेल.

कुंभ : नवी दिशा मिळेल आणि रखडलेले आर्थिक व्यवहार पूर्ण होतील.

मीन : मन प्रसन्न आणि शांत राहील. गुंतवणुकीतून चांगला परतावा मिळेल.

शब्दगंध क्र. ७५४३ सौ.शैलजा कुलकर्णी



आडवे शब्द :– १) जेथे नाष्टा, जेवण मिळते ते सार्वजनिक ठिकाणचे घर : कॅण्टीन ७) अध्यापकः पुराणिक ८) लहान हिरा ९) गव्हाचे पीठ १०) वाखाणणी: प्रशंसा १२) सिद्ध; सज्ज; धष्टपुष्ट १४) नोकर चाकर; पाईक १५) घोंगडी तयार करणारा एक समाज; मेंढपाळ १७) खटपट प्रयत्न: खटाटोप १९) पलीकडची बाजू: पैलतीर २०) कडी चा जोडीदार २१) तापलेल्या दुधावर येणारा पापुद्रा; मलई

उभे शब्द :– १) पूर्जा; अर्चना २) धडा; कमरेपासून मानेपर्यंतचा शरीराचा मागचा भाग ३) साद ४) पत्नी; घरधनीण ५) विरोध; प्रतिकूल वर्तन; अडथळा ६) तेजस्वी; सतेज ९) रवाळ; दाणेदार ११) पठणक्रिया १३) येरझार; खेप; त्रास १५) व्याजाने कर्जाऊ पैसे देणारी व्यक्ती; सावकार १६) घेराव; वेढा; विळखा १७) संहार; नाश १८) पक्का बांधलेला रस्ता १९) एका हाताची ओंजळ

शब्दगंध क्र. ७५४२ चे उत्तर

✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ मुलांचे विश्व ✻ ✻ ✻ ✻ ✻ ✻

सुविचार : जिद्द आणि चिकाटी असेल तर अंतर कितीही असो, रस्ता नक्की सापडतो.

मुलांसाठी भन्नाट माहिती ज्ञानरंजन

बर्फ पाण्यावर का तरंगतो?

पाणी जेव्हा गोठून त्याचे रूपांतर बर्फात होते तेव्हा त्याच्या वजनात काही फरक पडत नाही पण त्याच्या आकाराची रचना बदलते. पाणी गोठताना त्याचे रेणू एका विशिष्ट चौकटीसारख्या रचनेत घट्ट बसतात आणि त्यांच्यामध्ये रिकाम्या जागा म्हणजेच पोकळ्या तयार होतात. या मोकळ्या जागांमुळे बर्फाचे आकारमान वाढते आणि तो वजनाने हलका होतो. कोणतीही वस्तू किंवा पदार्थ जेव्हा वजनाने हलका होतो आणि त्याची घनता पाण्यापेक्षा कमी होते, तेव्हा तो पाण्यावर तरंगू लागतो. याच कारणास्तव बर्फ नेहमी पाण्यावर तरंगताना दिसतो. निसर्गामध्ये या गुणधर्माचे खूप मोठे महत्त्व आहे. कडाक्याच्या थंडीच्या प्रदेशात जेव्हा तलाव किंवा नद्या गोठतात, तेव्हा पाण्याचा वरचा थर गोठून बर्फ तयार होतो आणि तो वरच्या बाजूला तरंगत राहतो. वर बर्फ तयार झाल्यामुळे तो हवेतील थंडीपासून खालील पाण्याचे संरक्षण करतो आणि तलावातील पाण्याचे तापमान गोठणबिंदूच्या वर राखतो. यामुळे कडाक्याच्या थंडीतही तलावाच्या तळाशी असलेले मासे आणि इतर जलचर पूर्णपणे सुरक्षित राहतात आणि जिवंत राहू शकतात.

पेरले तेच उगवते

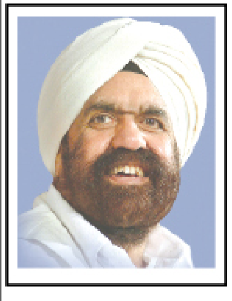
एका गावात अमर नावाचा मुलगा आणि त्याचे शेतकरी वडील राहत होते. वडिलांना झाडे लावण्याची आणि निसर्गाची काळजी घेण्याची खूप आवड होती. पण अमरला वाटायचे, वडील निष्कारण झाडांवर वेळ वाया घालवतात. वडिलांच्या निधनानंतर अमरने शेतातील सर्व झाडे तोडून टाकली आणि लाकूड विकून खूप पैसे कमवले. गावात इतरांनाही त्याने झाडे तोडायला सांगितले. हळूहळू गावातील सर्व हिरवळ नष्ट झाली.

काही वर्षांतच पावसाचे प्रमाण कमी झाले आणि विहिरी आटल्या. एका पावसाळ्यात अचानक गावात भीषण ढगफुटी झाली. आधी झाडे असताना त्यांची मुळे पाणी आणि माती धरून ठेवायची. पण आता झाडेच नसल्याने टेकडीवरून चिखल आणि पाण्याचा प्रचंड लोट गावात आला. अमरचे सुंदर घर महापुरात वाहून गेले.

अमर नष्ट झालेल्या घरासमोर रडत असताना गावातील एक वृद्ध व्यक्ती त्याला म्हणाली, तू झाडे तोडून पैसा मिळविलास, पण निसर्गाचे रक्षण विसरलास. निसर्गाचा समतोल बिघडल्यामुळेच आज हे संकट आले आहे. अमरला आपली चूक समजली. त्या दिवसापासून त्याने गावात पुन्हा झाडे लावायला आणि निसर्गाचे संवर्धन करायला सुरुवात केली.

तात्पर्य : आपण निसर्गाचे रक्षण केले, तरच निसर्ग आपले रक्षण करेल.

आत्मशक्ति



अध्यात्मिक शक्ती

एखाद्या आंधळ्या माणसाला खोलीत बंद करावे व त्याला बाहेर येण्याकरिता दरवाजा शोधण्यास सांगावे, अशा आंधळ्या माणसासारखी आपली परिस्थिती झाली आहे. भिंती हातांनी चाचपडत दरवाजाची कडी शोधतो पण त्यावेळी त्याला नेमकी खाज येते व त्याचा हात कडीपासून दूर जातो व दरवाजा काही उघडला जात नाही अगदी अशाच रितीने जेव्हा आम्ही दिव्य द्वाराजवळ पोहोचतो तेव्हा कोणते न कोणते विचार आमचे ध्यान भंग करतात. त्यामुळे आम्ही दिव्य द्वारापर्यंत पोहोचत नाहीत. जर नशीबावर सोडून दिले तर आम्हाला हे प्रवेशद्वार कधीही मिळू शकणार नाही. त्यासाठी आम्ही प्रयत्नपूर्वक त्या दारापर्यंत पोहोचण्यासाठी उपयुक्त अशी योग्य पध्दत शिकावयास हवी. ध्यानअभ्यास ही अशीच पध्दत आहे ज्याद्वारे आम्ही शिवनेत्रावर आमचे ध्यान टिकवून अंतरीय मार्ग मिळवू शकतो.

श्रुती काय आहेत ?

परमेश्वरांच्या ज्योति आणि श्रुतीच्या सान्निध्यात येणे ही आमच्या आत्मिक यात्रेची सुरुवात आहे. ज्योति आणि श्रुति ही परमेश्वराची दोन रुपे आहेत. असे सांगितले जाते की, जेव्हा परमेश्वराने सृष्टीची रचना करण्याचे ठरविले तेव्हा एक धमाका होऊन कंपने निर्माण झाली.

(क्रमश:)

(कृपाल आश्रम, अहिल्यानगर)

चिरंतन प्रेमाकडे वाटचाल (नाती घट्ट विणू या)

नाती घट्ट विणू या

जर आपण नकारात्मक विचार निर्माण करत असू आणि गोड बोलत असू तर ही विरोधाभास निर्माण करणारी ऊर्जा आहे. शाब्दिक स्तरावर बदल करण्याऐवजी वैचारिक स्तरावर बदल करा. हाच प्रामाणिकपणा आहे. तुमच्या क्षमतेनुसार काम करा

सुरेश ओबेरॉय : 'लोक काय म्हणतील' – हा विचार आज आपल्या समोरचं मोठं आव्हान आहे. आपली गाडी छोटी आहे की मोठी, आपण कोणते कपडे वापरतो, कोणत्या प्रकारची भांडी वापरतो या सगळ्याबद्दल लोक काय म्हणतील याची आपण खूप काळजी करतो. एवढं लक्ष आपण प्रेमस्वरूप होण्याकडे दिलं तर त्याचा आपल्याला खूपच फायदा होईल.

शिवानीदीदी : लहानपणापासूनच आपण 'लोक काय म्हणतील,' या विचारानेच आपल्या मनाचं प्रोग्रॅमिंग केलं आहे. जेव्हा लोक आपलं कौतुक करतात तेव्हा आपल्याला चांगलं वाटतं. आपण लोकांच्या कौतुकानेच आनंदित होत असू तर केवळ आपलं कामच नाही तर आपला स्वाभिमानही त्यांच्यावर अवलंबून राहील. मग लोकांचं मत हेच आपल्यासाठी सर्वोच्च ठरलं. जर आपण नीट बघितलं, तर दिवसाच्या सुरुवातीपासून म्हणजे अगदी आज कोणते कपडे घालायचे इथपासूनच आपण लोकांची मान्यता मिळवण्यामागे असतो.

(क्रमश:)

(प्रजापिता ब्रम्हाकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय)

साहित्य सहवास – 'रिश्ते में तो हम तुम्हारे बाप होते है, नाम है शहेनशहा'

आपला जन्मदाता बाप. आई जेवढी काळजी घेते तेवढीच आपली काळजी घेणारा, आपल्याला घडवणारा, सुसंस्कार करणारा, वाढवणारा असतो बाप आपल्याला जे जे मिळालं नाही ते ते आपल्या मुलाला, मुलीला मिळावं, मिळवुन द्यावं ह्यासाठी अथक परिश्रम करणारा बाप. रक्तनात्याचा बाप. जीवापाड प्रेम करणारा आणि जपणारा बाप. मोठ्या संकटात आपल्याला बाप आठवतो. कधी कधी असंही ऐकायला मिळतं की एखादा वाईट वागत असेल तर त्याला धडा शिकवणारा बाप भेटतोच. विशिष्ठ हेअर स्टाईल, विशिष्ठ ड्रेस घातलेला अमिताभ 'शहेनशहामध्ये एंट्री करतो तेव्हाचं ते विशिष्ठ संगीत डोळ्यांतला तो भाव जो थेट ठाव घेतो मनाचा. अन्याय करणारासमोर, वाईट वागणाऱ्यांसमोर येऊन उभा राहातो तेव्हा तो 'बाप'च असतो. जेव्हा त्याविशिष्ठ केश आणि वेशभूषेतल्या अमिताभला प्रश्न विचारला जातो. 'कौन हो तुम ?' तेव्हा अमिताभ जे उत्तर देतो – 'रिश्ते में तो हम तुम्हारे बाप होते है नाम है शहेनशहा.' – ह्यानंतर अन्याय, अत्याचार करणाराची, वाईट वागणाराची यथेच्छ धुलाई करणारा शहेनशहा आपल्या मनात, जे करायचं होतं, तेच तो करतो तेव्हा शहेनशहा अमितभ आपल्या मनात स्वतः:चं स्थान निर्माण करतो हिरोचं.

एखादी सामान्य व्यक्ती म्हणते, अन्याय, अत्याचार करणाऱ्याच्या नादाला लागुन काय उपयोग ? तो आपल्याला यथेच्छ बदडणार. त्याऐवजी गप्प बसलेलं बरं. सामान्य व्यक्तीमधला हाच भित्रेपणा अन्याय, अत्याचार करणारासाठी फायद्याचं असतं. मग तो अन्याय, अत्याचार आणि वाईट वागण्याची परिसिमा गाठतो. दबणाराला अधिकाधिक कसं दाबता येईल ह्याचाच विचार करुन तशी कृती करतो. परिणामी त्याच्यामध्ये अहंकार तयार होऊ लागतो. हाच अहंकार त्याच्यात शक्ती वाढवतो. पण ही शक्ती अन्याय, अत्याचार करण्यासाठी वापरली जाते. आपल्यातली खरी ताकद दाखवण्याचा प्रयत्न करणारा शहेनशहा अमिताभच्या जागी आपण स्वतः ला पाहु लागतो. कारण आपल्यालाही मनापासून वाटते ह्या गुंडाची यथेच्छ धुलाई करावी. शहेनशहा अमिताभ अंधाऱ्या रात्रीची तमा न बाळगता निघतो. अन्याय, अत्याचार करणाऱ्याला शोधुन शोधुन मारतो. कारण अन्याय का सहन करता ? हा प्रश्न विचारणारा शहेनशहा अमिताभ आपल्या आत आहे हे सांगण्याचा हा प्रयत्न अमिताभ करतोय. 'अंधेरी रातों में, सुनसान राहोपर, हर जुल्म मिटाने को, एक मसिहा निकलता है, जिसे लोग शहेनशाह कहते है...' शहेनशहा ह्या चित्रपटाचे हे टायटल साँग आपल्याला बरचसं सांगण्याचा प्रयत्न करतं. शहेनशहा या शब्दाचा मराठी अर्थ 'राजांचा राजा' किंवा सम्राट असा होतो. अर्थातच सर्वश्रेष्ठ राजा किंवा महाप्रतापी सम्राट. चित्रपटसृष्टीच्या संदर्भात, बॉलिवुड अभिनेते अमिताभ बच्चन ह्यांना आदराने, प्रेमाने 'बॉलिवुडचे शहेनशहा' म्हटले जाते.

एखादा सम्राट जेव्हा आपल्या राज्यातील जनतेवर मनापासुन प्रेम करतो, जनतेला मनापासून जपतो, त्यांची काळजी घेतो. तेव्हा जनताही त्या सम्राटावर मनापासून प्रेम करते. राज्यातील जनतेवर अन्याय होणार नाही ही काळजी घेत असतांना दुसऱ्या राज्यातील एखादी व्यक्ती अथवा व्यक्तींचा समुह ह्या सम्राटाच्या राज्यातील एखाद्या व्यक्तीवर अथवा व्यक्ती समुहावर अन्याय करते, तेव्हा हा सम्राट, त्या अन्याय करणाऱ्या व्यक्ती अथवा व्यक्ती समुहावर तुटुन पडतो. त्यांना योग्य ती शिक्षा देतो. मुळात हा चांगला विचार, आचार करणारा व्यक्ती प्रत्येकात असतोच. अर्थात अन्याय, अत्याचाराविरुध्द लढणारा शहेनशहा प्रत्येकात असतोच. फक्त ती एखादी व्यक्ती एकटी आहे म्हणून घाबरते अथवा अन्याय, अत्याचार करणारा ताकदवान असेल तर घाबरते पण अशाही ताकदवान व्यक्ती विरोधात तुम्ही आत्मविश्वासाने, हिंमतीने लढु शकता हे सांगण्याचा प्रयत्न 'शहेनशहा' मधील अमिताभ करत असेलचना ? 'रिश्ते में तो हम तुम्हारे बाप होते है... हे अगदी न घाबरता ठणकावुन सांगणारा अमिताभ प्रेक्षकांच्या मनात स्वतःचं स्थान निर्माण करतो ते न घाबरणारा व्हा ह्या अर्थाने. अन्याय सहन न करण्याची ताकद मुळातच आपल्यात आहेच. मग घाबरायचं कशाला ? अन्याय, अत्याचार करणारा, वाईट वागणारा ताकदवान असेल, असुद्यात पण त्याच्यापेक्षा जास्त ताकद तुमच्यात आहे हे तुम्ही विसरता म्हणून घाबरता, त्याला भिता आणि तुम्ही तुमच्यातली शक्ती गमावून बसता. 'रिश्ते में तो हम तो तुम्ही बाप होते है.' असं कुणालाही, एखादी व्यक्ती म्हणाला तर तो समोरचा चिडणारच, रागावणारच. पण तुमच्यातली प्रचंड ताकद दाखवण्याची हिच ती वेळ आहे हे सांगण्याचा प्रयत्न अमिताभने नक्कीच केला आहे.

(लेख क्र.६२३)

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

हसा आणि शतायुषी व्हा!

शिक्षक : सांग पाहू, 'हवा खाणे' या वाक्प्रचाराचा अर्थ काय होतो?

बंड्या : सर, सायकलच्या टायरमधील हवा निघून गेल्यावर टायरने श्वास बंद करणे!

करुया स्पर्धा परिक्षांची तयारी

✻ १९१७ च्या रशियन क्रांतीच्या वेळी रशियावर कोणत्या राजाचे (झार) शासन होते? – निकोलस दुसरा

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

आयुर्वेदिक गर्भसंस्कार

आयुर्वेदिक गर्भसंस्कार

आयुर्वेदामध्ये उत्तम, सुसंपन्न, निरोगी व यशस्वी जीवनासाठी षोड्श संस्कार (सोळा संस्कार) ची माहिती सांगितलेली आहे. त्यातील गर्भाधान विधी हा पहिला संस्कार सांगितला आहे. गर्भावस्थेपूर्वी ३ महिने पंचकर्म, सात्त्विक आहार–विहार, मंत्रोपचार, सुयोग्य वाचन ही काळजी घेतल्यानंतर उत्तम संस्कारित बाळ होण्यासाठी गर्भाधान विधी करतात. मासिक पाळीच्या दहा दिवसांपासून ते अठराव्या दिवसापर्यंत बीजनिर्मिती होऊन बीज फुटत असते. या काळातच पती – पत्नीचा समागम होऊन गर्भधारणा होत असते; त्यामुळे हा काळ गर्भाधान विधीसाठी योग्य समजला जातो. सर्वगुणसंपन्न निरोगी शरीर, सात्त्विक मन व संस्कारयुक्त आत्मा या तिघांचा संयोग होऊन, उत्तम संततीची इच्छा मनात धरून भावी माता– पित्याने एकत्र येण्याच्या क्रियेला 'गर्भाधान' असे म्हणतात. **(क्रमश:)**

डॉ. शारदा निर्मळ–महांडुळे

दुर्वांकुर वंध्यत्व निवारण व गर्भसंस्कार सेंटर अहिल्यानगर मोबाईल नं– ८७९३४००४००

सर्व प्रकारच्या अख्ख्या व दळलेल्या सुट्ट्या मसाल्यांच्या विक्रीस बंदीचा 'तो' निर्णय व्यापारी वर्गावर अन्यायकारक

नगर – महाराष्ट्र राज्याचे अन्न व औषध प्रशासनाचे आयुक्त तुकाराम मुंडे यांनी सुट्ट्या मसाले व खाद्यपदार्थांच्या विक्रीवर घातलेली बंदी व्यापारी वर्गासह घरगुती उद्योग करणाऱ्या महिला आणि यंत्रसामग्री क्षेत्रावर गंभीर परिणाम करणारी ठरत आहे. आगामी दिवाळीच्या सण–उत्सवाच्या काळात या निर्णयामुळे संपूर्ण बाजारपेठ मंदीच्या सावटाखाली येण्याची भीती व्यक्त होत आहे. परिणामी, अन्न व औषध प्रशासनाने या अन्यायकारक निर्णयाला त्वरित स्थगिती द्यावी, अशी मागणी नगर शहर भाजप व्यापारी आघाडीचे अध्यक्ष महेश गुगळे यांनी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस आणि पालकमंत्री राधाकृष्ण विखे पाटील यांच्याकडे निवेदनाद्वारे केली आहे.

महेश गुगळे यांनी निवेदनात नमूद केले आहे की, आधीच संभाव्य दुष्काळी परिस्थितीमुळे व्यापारी वर्ग आर्थिक संकटात सापडला आहे. त्यातच सुट्ट्या मसाल्यांच्या बंदीमुळे महिलांच्या घरगुती रोजगारावर गदा आली आहे. सरकार एकीकडे स्वयंरोजगाराला आणि 'व्होकल फॉर लोकल' संकल्पनेला प्रोत्साहन देत असताना, दुसरीकडे अशा निर्णयामुळे या प्रयत्नांना मोठा धक्का बसत आहे. ग्रामीण भागातील आठवडे बाजारात शेकडो बेरोजगार युवक व महिला बचत गट सुट्ट्या मसाल्यांचा व्यवसाय करून आपली उपजीविका चालवतात. बचत गटांच्या माध्यमातून कर्ज घेऊन व्यवसाय सुरू केलेल्या महिलांसमोर आता कर्जाचे हप्ते कसे फेडायचे, असा प्रश्न निर्माण झाला आहे. त्यामुळे सण–उत्सवाचा काळ सुरळीत पार पडावा यासाठी या निर्णयाला तात्काळ स्थगिती देण्याची मागणी करण्यात आली आहे.

निरोगी जीवनासोबत पर्यावरण संवर्धनाची जबाबदारीही पार पाडा

न्या. शिवाजीराव कचरे यांचे प्रतिपादन; जिल्हा न्यायालयीन कर्मचाऱ्यांच्या जिल्हास्तरीय क्रिकेट स्पर्धेचे उद्घाटन

नगर –आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या युगात धकाधकीच्या जीवनशैलीमुळे मनुष्याचे आरोग्याकडे दुर्लक्ष होत आहे. निरोगी आणि सुदृढ जीवनासाठी नियमित व्यायामाबरोबरच आपल्या आवडीच्या खेळांना वेळ देणे आवश्यक आहे. खेळांमुळे सांघिक भावना वाढीस लागते, विचारांची देवाणघेवाण होते आणि कामाचा ताण कमी होण्यास मदत मिळते. त्याचबरोबर प्रत्येकाने पर्यावरण, निसर्ग आणि वृक्षसंवर्धनाबाबत जागरूक राहून आपल्या परिसरात हरित वातावरण निर्माण करण्यासाठी योगदान द्यावे, असे प्रतिपादन प्रमुख जिल्हा व सत्र न्यायाधीश शिवाजीराव कचरे यांनी केले.

न्यायालयीन कर्मचाऱ्यांसाठी आयोजित जिल्हास्तरीय क्रिकेट स्पर्धेचे उद्घाटन करताना प्रमुख जिल्हा व सत्र न्यायाधीश शिवाजीराव कचरे.

जिल्हा न्यायालयीन कर्मचारी संघटना व पतसंस्थेच्या वतीने जिल्हा पोलीस परेड मैदानावर न्यायालयीन कर्मचाऱ्यांसाठी आयोजित जिल्हास्तरीय क्रिकेट स्पर्धेचे उद्घाटन न्या. कचरे यांच्या हस्ते करण्यात आले. यावेळी ते बोलत होते. न्या. कचरे म्हणाले की, जिल्हा न्यायालयात मोठ्या प्रमाणावर वृक्षसंवर्धन करण्यात आले आहे. प्रत्येक कर्मचाऱ्याने पर्यावरण, निसर्ग आणि वृक्षांवर प्रेम करावे. आपण काम करीत असलेल्या टेबलचा परिसर स्वच्छ ठेवावा आणि शक्य असल्यास टेबलवर छोटेसे रोप ठेवावे. हिरवळीमुळे परिसर प्रसन्न राहतो आणि सकारात्मक ऊर्जा मिळते. पर्यावरण संवर्धन ही प्रत्येकाची जबाबदारी असून, दैनंदिन जीवनात छोटे छोटे बदल करूनही निसर्गाच्या संरक्षणासाठी योगदान देता येते.

न्यायालयीन कर्मचाऱ्यांना काम करताना अनेकदा मोठ्या ताणतणावाला सामोरे जावे लागते. अशा परिस्थितीत निरोगी जीवनासाठी व्यायाम आणि खेळ महत्त्वाचे ठरतात. आपल्या आवडीच्या खेळासाठी वेळ काढल्यास शारीरिक तंदुरुस्ती टिकविण्यासोबत मानसिक प्रसन्नताही वाढते. देशात क्रिकेटला मोठे महत्त्व प्राप्त झाले असून, हा अनेकांचा आवडता खेळ आहे. क्रिकेटसारख्या सांघिक खेळातून एकजुटीची भावना निर्माण होते आणि सहकाऱ्यांमध्ये सुसंवाद वाढतो, असेही न्या. कचरे यांनी सांगितले.

या स्पर्धेत जिल्हा न्यायालयीन कर्मचाऱ्यांच्या नऊ संघांनी सहभाग नोंदविला आहे. स्पर्धेतील सामने साखळी पद्धतीने खेळविण्यात येणार आहेत. उद्घाटनप्रसंगी न्या. कचरे यांनी स्वतः क्रिकेट खेळण्याचा आनंद घेतला. यावेळी त्यांनी खेळासोबत पर्यावरण, निसर्ग आणि वृक्षसंवर्धनाचा संदेशही दिला. कार्यक्रमाला पोलीस निरीक्षक उमेश परदेशी, जिल्हा न्यायालयाचे प्रबंधक संदीप कडू, कौटुंबिक न्यायालयाचे प्रबंधक नितीन धोंगडे, , कौटुंबिक न्यायालयाचे अध्यक्ष शिवाजी कराळे, सरकारी वकील सुरेश लगड, न्यायालयीन कर्मचारी संघटनेचे अध्यक्ष अंकुश सांगळे, कार्याध्यक्ष शिरीष ढाळे, सचिव रवींद्र सूर्यपुजारी, पतसंस्थेच्या संचालिका अर्चना झिंजे, सचिव नरेंद्र देशमुख, सुमित दसूर, देवेंद्र शिंदे यांच्यासह न्यायालयीन कर्मचारी उपस्थित होते.

प्रेरणादायी अक्षरधन

असत्संग धरू नये

"मुसाफिर" वाचनीय मननीय अक्षर धन

संकलन: दिशान फिचर्स

माणसांचे वागणे पाहिले? आपल्यासमोर आला दुबळा, की दाबला त्याचा तो गयावया करतो तरी याला कुठला कळवळा कुत्र्याएवढीही माणुसकी नसावी माणसाला? म्हणूनच का हा सुभाषितकार म्हणतो,

अरे श्वाना? एवढे का दुःख करतो उगा, तुला वाटतंय सगळ्या प्राणिमात्रात तूच नीच कोडगा? छे, छे मुळीही दयामाया नसलेला आहे ना एक प्राणी. कुणी उपकार केले तर ते कदापिही न मानी. केवळ स्वार्थ, सत्ता आणि संपत्ती यांच्याच ठायी त्याची इमानी. मग ओळखलास ना, हा कोण प्राणी ? म्हणूनच स्वामी समर्थ रामदासांनी माणसाला उपदेश केला आहे.

निंदा द्वेष करू नये । असत्संग धरु नये ।।
द्रव्यदारा हरु नये । बलात्कारे।।

अरे माणसा, तुझा स्वभाव बदलायला हवा. इतरांची निंदा करायची, द्वेष करायचा, हे करू नकोस. माणुसकीला काळिमा फासू नकोस.

परांतरास न लावावा ढका कदापि नेदावा
चुका।।

दुसऱ्याच्या अंत करणाला दुखवू नये. त्याच्या चुकांचे निमित्त करून दुसऱ्याला गांजू नये. दण्डी नावाच्या एका संस्कृत कवीने रचलेल्या दशकुमार चरित्रातली ही गोष्ट आहे.

एक होता राजहंस नावाचा राजा. शत्रूने फितुरी केली. राजाच्या खास सरबराई करणाऱ्या नोकराला शत्रूने लाच दिली. राजाने ज्या नोकरावर खूप प्रेम केले, त्यानेच आता त्या राजाला झोपेतच ठार करण्याचे मान्य केले. शत्रूने एकाएकी हल्ला केला. राजवाड्यासमोर युद्ध जुंपले. इकडे त्या नोकराने राजाला ठार करायला शस्त्र उपसले. बाहेरच्या गोंधळाने राजाला जाग आली. पण तेवढ्यात त्या इमानी नोकराची तरवार तळपली.

हे काय करतोस? माझाच प्राण घेतोस ? राजा ओरडला. पण नोकराची बुद्धीच स्वार्थापायी फिरली होती. त्याने, हो मरायला तयार म्हणून तरवार खुपसायला मुठ आवळली.

पण जवळच बसले होते कुत्रे राजाचे. ते एकदम त्या नोकराच्या नरडीवर झेपावले. राजाचे प्राण वाचले. पण खांद्यावर घाव बसला. रक्त वाहू लागले.

बाहेर युद्ध. फितुरीमुळे युद्धात हार. राजा अरण्यात पळाला. साथीला कुणी नाही. रक्त खूप वाहिलेले. अरण्यात राजा बेशुद्ध पडला. कुत्रे मात्र सोबतीला होतेच. राजाला पाणी हवे, पण कोण करणार राजाला मदत ? कुठे आहे माणुसकी? कुत्र्याने वाऱ्यावरून येणारा वास हुंगला. ते त्या दिशेने धावले. एका झोपडीत त्याला पाण्याची बादली दिसली. ती तोंडात धरून ते कुत्रे राजाकडे परतले. पाठोपाठ त्या झोपडीतली म्हातारी तिथे येऊन पोहोचली. राजाच्या तोंडात तिचे पाणी टाकले. कुत्र्यामुळे राजाचे मरण टळले.

– किशोर गांधी

शेतकरी–मच्छिमारांना शासकीय योजनांचा लाभ मिळवून द्या : मंत्री नितेश राणे

जिल्हाधिकारी कार्यालयात आयोजित बैठकीत दुष्काळी परिस्थितीचा घेतला आढावा

नगर – जिल्ह्यातील दुष्काळी परिस्थितीच्या पार्श्वभूमीवर तलावांतील गाळ काढण्यासाठी विशेष मोहीम हाती घेऊन त्याचे सूक्ष्म नियोजन करावे. तलावांतील गाळ काढल्यामुळे पाणीसाठवण क्षमता वाढण्यास मदत होईल. तसेच गाळाचा शेतीसाठी वापर केल्यास जमिनीची सुपीकता वाढण्यास हातभार लागेल. या माध्यमातून मत्स्यव्यवसायालाही चालना मिळेल, असे प्रतिपादन मत्स्यव्यवसाय व बंदरे मंत्री नितेश राणे यांनी केले.

जिल्हाधिकारी कार्यालयात दुष्काळी परिस्थितीच्या पार्श्वभूमीवर आयोजित आढावा बैठकीत ते बोलत होते. यावेळी आमदार काशिनाथ दाते, जिल्हाधिकारी डॉ. पंकज आशिया, निवासी उपजिल्हाधिकारी दादासाहेब गिते, मत्स्यव्यवसाय विभागाचे आयुक्त भानुदास पालवे, नाशिकचे प्रादेशिक मत्स्यव्यवसाय उपआयुक्त संजय पाटील यांच्यासह विविध विभागांचे विभागप्रमुख उपस्थित होते.

मंत्री राणे म्हणाले, सध्याची दुष्काळी परिस्थिती लक्षात घेता शेतकरी आणि मच्छिमार बांधवांना दिलासा देण्यासाठी नियोजनबद्ध उपाययोजना करणे आवश्यक आहे. शासन शेतकरी तसेच मच्छिमार बांधवांच्या पाठीशी असून, त्यांना आवश्यक मदत आणि शासकीय योजनांचा लाभ मिळवून देण्यासाठी संबंधित विभागांनी समन्वयाने काम करावे.

तलावांतील गाळाचा शेतीसाठी वापर करावा

डॉ. राधाकृष्ण विखे पाटील यांच्या मार्गदर्शनाखाली तलावांतील गाळ काढण्याची विशेष मोहीम राबवावी. या मोहिमेचा सविस्तर आराखडा तयार करून कामांचे सूक्ष्म नियोजन करावे. तलावांमधून काढण्यात येणाऱ्या गाळाचा शेतीसाठी उपयोग करण्यावर भर द्यावा. त्यामुळे शेतजमिनीची सुपीकता वाढण्यास मदत होईल. त्याचबरोबर तलावांची पाणी साठवण्याची क्षमता वाढविण्यास आणि मत्स्य–व्यवसायासाठी अनुकूल परिस्थिती निर्माण करण्यास मदत होईल, असे मंत्री यांनी सांगितले.

केंद्र व राज्य शासनाच्या योजनांचा लाभ द्या

दुष्काळामुळे अडचणीत आलेल्या शेतकरी आणि मच्छिमार बांधवांना दिलासा देण्यासाठी प्रधानमंत्री मत्स्यसंपदा योजना, मुख्यमंत्री मत्स्यसंपदा योजना आणि किसान क्रेडिट कार्ड यांसारख्या केंद्र व राज्य शासनाच्या योजनांचा अधिकाधिक लाभ मिळवून द्यावा, असे निर्देशही त्यांनी दिले. योजनांची माहिती लाभार्थ्यांपर्यंत पोहोचवून पात्र लाभार्थ्यांना लाभ मिळवून देण्यासाठी संबंधित विभागांनी विशेष प्रयत्न करावेत. जिल्हाधिकाऱ्यांनी नियमित बैठका घेऊन योजनांच्या अंमलबजावणीचा आढावा घ्यावा, असेही त्यांनी स्पष्ट केले. पाणीसाठ्यांचे योग्य व्यवस्थापन, तलावांतील गाळ काढण्याचे नियोजन व योजनांचा लाभ यांची अंमलबजावणी करण्यावर भर देण्यात आला.

तलावांतील गाळ काढण्याची प्रक्रिया तातडीने पूर्ण करण्याचे निर्देश

चिंचोडी पाटील येथे तलावाची पाहणी करून मंत्री नितेश राणे यांनी मच्छीमारांशी साधला संवाद

नगर – अतिवृष्टी आणि दुष्काळामुळे आर्थिक संकटात सापडलेल्या मच्छीमार बांधवांना दिलासा देण्यासाठी तलावांतील गाळ काढण्याची प्रक्रिया लवकरात लवकर पूर्ण करावी. तसेच, आवश्यक मत्स्यबीजाची मागणी निश्चित करून त्यानुसार नियोजन करावे, असे निर्देश मत्स्यव्यवसाय व बंदरे मंत्री नितेश राणे यांनी दिले. सध्याच्या दुष्काळी परिस्थितीत शासन मच्छीमार बांधवांच्या पाठीशी ठामपणे उभे असून, त्यांच्या अडचणी सोडविण्यासाठी आवश्यक उपाययोजना करण्यात येतील, असेही त्यांनी सांगितले.

मत्स्यव्यवसाय व बंदरे मंत्री नितेश राणे यांनी चिंचोडी पाटील येथे तलावाची पाहणी करून मच्छीमारांशी संवाद साधला.

मंत्री राणे यांनी चिंचोडी पाटील येथील तलावाची पाहणी केली. यावेळी त्यांनी तलावातील पाणीसाठ्याची सद्यःस्थिती जाणून घेतली तसेच मच्छीमार बांधवांशी संवाद साधून त्यांच्या समस्या आणि मागण्या समजून घेतल्या. सन २०२५–२६ या आर्थिक वर्षात झालेल्या अतिवृष्टीमुळे आणि सन २०२६–२७ या चालू आर्थिक वर्षातील दुष्काळी परिस्थितीमुळे जिल्ह्यातील मच्छीमार बांधव दुहेरी संकटात सापडले आहेत. अतिवृष्टीमुळे झालेले नुकसान आणि त्यानंतर निर्माण झालेल्या अवर्षणाच्या परिस्थितीचा मत्स्यव्यवसायावर मोठा परिणाम झाला आहे. जिल्ह्यातील विविध संस्थांच्या ताब्यात असलेले तलाव कोरडे पडत चालल्याने मत्स्यपालनासमोर गंभीर आव्हान निर्माण झाले आहे. परिणामी, मत्स्यबीज संचयन, माशांची वाढ आणि उत्पादनावर प्रतिकूल परिणाम होऊन मच्छीमार संस्थांचे मोठ्या प्रमाणात आर्थिक नुकसान झाले आहे.

यावेळी मत्स्यव्यवसाय विभागाचे आयुक्त भानुदास पालवे, प्रादेशिक उपआयुक्त संजय पाटील, प्रभारी सहाय्यक आयुक्त दिनेश धोपे, मत्स्यव्यवसाय विकास अधिकारी ऋषिकेश ठाकरे, सहाय्यक मत्स्यव्यवसाय विकास अधिकारी अमित स्वामी, सहाय्यक मत्स्यव्यवसाय विकास अधिकारी अमोल शेळके, जिल्हा मत्स्यव्यवसाय सहकारी संघाचे अध्यक्ष शरद बाचकर तसेच मच्छीमार बांधव उपस्थित होते.

तलावांतील गाळ काढण्यावर भर

तलावांतील गाळ काढण्याची प्रक्रिया तातडीने पूर्ण झाल्यास मच्छीमार संस्थांना आगामी काळात मत्स्यपालनासाठी मदत होऊ शकते. त्यामुळे या कामांना गती देण्याची आवश्यकता मंत्री नितेश राणे यांनी अधोरेखित केली. त्याचबरोबर किती मत्स्यबीजाची आवश्यकता आहे, याची माहिती संकलित करून मागणी सादर करण्याचे निर्देश राणे यांनी दिले. दुष्काळाच्या पार्श्वभूमीवर मच्छीमार बांधवांच्या अडचणी लक्षात घेऊन आवश्यक नियोजन करण्यावरही त्यांनी भर दिला. या पाहणी आणि संवादामुळे जिल्ह्यातील मच्छीमार संस्थांना भेडसावणाऱ्या पाणीटंचाई, मत्स्यबीज संचयन आणि आर्थिक नुकसानीच्या प्रश्नांकडे शासनाचे लक्ष वेधले गेले आहे.

नुकसानभरपाई, ठेका मुदतवाढीसह विविध मागण्या

यावेळी मच्छीमारबांधवांनी आपल्या अडचणी मांडताना सन २०२५–२६ मध्ये झालेल्या अतिवृष्टीमुळे नुकसान झालेल्या संस्थांना नुकसानभरपाई देण्याची मागणी केली. मत्स्यबीज संचयनासाठी करण्यात आलेला खर्च तसेच माशांचे झालेले नुकसान याबाबत भरपाई मिळावी, अशी अपेक्षा मच्छीमारांनी व्यक्त केली. ज्या तलावांमध्ये अद्याप काही प्रमाणात पाणीसाठा शिल्लक आहे, तो माशांच्या वाढीसाठी उपलब्ध राहावा आणि पाटबंधारे विभागाने तो राखीव ठेवण्याबाबत आवश्यक कार्यवाही करावी, अशी मागणीही त्यांनी यावेळी केली.

छकुलीला आईचा संदेश

सखी, छकुली जन्माला येते तेव्हा अनेक आगळीवेगळी स्वप्नं घेऊन येते; पण सगळीच स्वप्नं खरी होत नसतात. मात्र, स्वप्नं बघण्याची आपली ताकद कधी हरवू द्यायची नसते. जगातल्या अगणित धैर्यवान स्त्रियांनी असंख्य अडीअडचणींचे डोंगर फोडून नव्या वाटा शोधल्या. छकुली मला माहीत आहे, सगळ्या गोष्टी झटपट शिकता येत नाहीत. चूक होईल म्हणून निर्णय घ्यायला घाबरून जाऊ नकोस. गुंडांना भिऊ नकोस. गुंडगिरी मोडून काढण्यासाठी शारीरिक ताकद कमवायलाच हवी. सभ्यपणाचा बुरखा पांघरणारा भोंदूगिरीपणा ओळखायला शीक. आपण मुलगी आहोत याची लाज वाटू देऊ नकोस. मोकळेपणाने बागडताना गंभीरला जप. रूपाचं अवाजवी कौतुक करू नको. सवयांना घाबरून जाऊ नको. स्वत:च्या हक्कासाठी लढणंच योग्य आहे. अब्रूला काचेचं भांड समजू नकोस, पण बाजारातल्या वस्तूसारखा स्वत:चा विक्रयदेखील होऊ देऊ नकोस.

कुचेष्टा करणाऱ्यांना कृतीनेच उत्तर द्यायचे शीक, पण खळाळत्या उत्साहाचा झरादेखील आटू देऊ नकोस. आपल्या कल्पना, आपले विचार यांच्यावर दृढ विश्वास ठेवायला शीक; पण भावनांच्या आवेगात वाहून जाऊन स्वत:ला पटणारी कुठलीही गोष्ट करायला घाबरू नकोस. स्वत:च्या उत्कर्षाचा प्रयत्न जरूर कर; पण आपल्या वंचित मैत्रिणींचा विसर पडू देऊ नको. स्पर्धे पेक्षा महत्त्वाचं असतं सहकार्य, विसरू नको; पण सखी जमेल तेवढं सहकार्य अवश्य कर. आपणच आपलंही भविष्य घडवायचं असतं.

– श्रीमती प्रमिला ध. कुलकर्णी, भिंगार

'रोटरी फाउंडेशन'

जगात जेव्हा जेव्हा भूकंप, पूर, साथीचे रोग, कुपोषण किंवा कोणतीही नैसर्गिक वा मानवनिर्मित आपत्ती आली, तेव्हा तेव्हा मानवतेच्या भावनेने मदतीचा हात पुढे करणारी संस्था म्हणून रोटरी इंटरनॅशनलने नेहमीच महत्त्वाची भूमिका बजावली आहे. जगभरातील रोटरी क्लबच्या माध्यमातून चालणारे सेवा कार्य हे केवळ मदतकार्य नसून, समाजासाठीची एक बांधिलकी आहे. या कार्याचा मुख्य आधार असलेले 'रोटरी फाउंडेशन' हे जगातील सर्वात मोठे धर्मादाय ट्रस्ट म्हणून ओळखले जाते.

एके काळी पोलिओ या आजाराने संपूर्ण जगाला भयभीत केले होते. लहान मुलांचे भविष्य उद्ध्वस्त करणारा, कायमचे अपंगत्व आणणारा हा संसर्गजन्य आजार कुटुंबांसाठी एक मोठे संकट होता. या संकटावर मात करण्यासाठी रोटरी इंटरनॅशनलने १९८५ साली जागतिक पोलिओ निर्मूलनाची ऐतिहासिक मोहीम हाती घेतली. केवळ दोन गोड थेंब जिभेवर ठेवून देता येणारी लस, गावागावांत, शहराशहरांत पोहोचवण्याचे प्रचंड कार्य रोटरीच्या लाखो स्वयंसेवकांनी केले. शासन, जागतिक आरोग्य संघटना, युनिसेफ आणि इतर संस्थांच्या सहकार्याने राबवलेल्या या मोहिमेमुळे आज जग जवळपास पोलिओमुक्त झाले आहे. हे रोटरीचे कार्य निश्चितच उल्लेखनीय, प्रेरणादायी आणि आदर्शवत आहे.

आज जगातून पोलिओचे ९९.९९ टक्के निर्मूलन करण्यात आपण यशस्वी झालो आहोत. मात्र काही अपवादात्मक देशांमध्ये अजूनही पोलिओचे रुग्ण आढळून येत आहेत. पोलिओ हा केवळ लहान मुलांपुरता मर्यादित नसून, तो कोणत्याही वयात होऊ शकणारा आणि अपंगत्व निर्माण करणारा गंभीर आजार आहे. त्यामुळे जोपर्यंत जगातील शेवटचा पोलिओ विषाणू नष्ट होत नाही, तोपर्यंत लसीकरणाचा कार्यक्रम अव्याहतपणे सुरू ठेवणे अत्यंत आवश्यक आहे. एकही मूल लसीकरणापासून वंचित राहिले, तरी हा आजार पुन्हा डोके वर काढू शकतो, ही जाणीव ठेवून रोटरी आजही कटिबद्धपणे काम करीत आहे. २०१४ मध्ये भारताला पोलिओमुक्त म्हणून घोषित केले आहे तरी खबरदारी म्हणून देशात पल्स पोलिओ मोहिमा अजूनही राबवल्या जातात. दरवर्षी २४ ऑक्टोबर हा दिवस 'जागतिक पोलिओ दिन' म्हणून साजरा केला जातो.

२०२६ ची थीम आहे Together we end polio या निमित्ताने महाराष्ट्रातील ११ प्रशासकीय जिल्ह्यांमध्ये पोलिओ निर्मूलनाचे उपक्रम एकाच वेळी राबविण्यात येतात असे रोटरी इंटरनॅशनल डिस्ट्रिक्ट ३१३२ चे प्रांतपाल यांनी सूचित केले आहे. त्यांच्या मार्गदर्शनाखाली डिस्ट्रिक्टमधील सर्व क्लब जनजागृतीचे विविध उपक्रम राबवणार आहेत.

डिस्ट्रिक्ट गव्हर्नर जयेश पटेल यांच्या मार्गदर्शनाखाली डिस्ट्रिक्ट ३१३२ पोलिओ बाधित रुग्णांसाठी असणारे पोलिओ फ्री करेक्टिव्ह सर्जरी क्लिनिक आणि कृत्रिम अवयव केंद्राच्या माध्यमातून गरजूंना पायावर उभे करण्यासाठी कार्यरत आहे.

रोटरी क्लब ऑफ अहमदनगर प्रियदर्शिनी हा केवळ महिला सदस्य असलेला एकमेव क्लब आहे. या क्लबने गेल्या २२ वर्षांपासून पोलिओ जनजागृतीसाठी सातत्याने आणि प्रभावीपणे काम केले आहे.

शाळा–शाळांमधून विद्यार्थ्यांना पोलिओ या आजाराबाबत माहिती देऊन जागरूकता निर्माण करणे, शाळांतर्गत पोस्टर स्पर्धांचे आयोजन करणे, पोलिओ जनजागृती प्रचार फेरी काढणे, पालकांना लसीकरणाचे महत्त्व पटवून देणे, असे अनेक उपक्रम क्लबने यशस्वीपणे राबवले आहेत. या कौतुकास्पद कार्याबद्दल रोटरी इंटरनॅशनलकडून प्रियदर्शिनी क्लबला वेळोवेळी प्रोत्साहनपर प्रमाणपत्रे देऊन गौरविण्यात आले आहे.

यावर्षी जागतिक पोलिओ दिनानिमित्तही क्लबने व्यापक जनजागृती मोहीम हाती घेतली आहे. त्याअंतर्गत पोलिओ रॅलीचे आयोजन, शाळांमध्ये लसीकरण व पोलिओबाबत माहिती सत्रे, व्हिडिओ क्लिपद्वारे मुलांना सोप्या भाषेत पोलिओ समजावून सांगणे, तसेच वर्तमानपत्रे, फेसबुक आणि व्हॉट्सप यांसारख्या माध्यमांद्वारे मोठ्या प्रमाणावर पोलिओ लसीचे महत्त्व समाजापर्यंत पोहोचवले जाणार आहे.

क्लबच्या पास्ट प्रेसिडेंट रो. आशा फिरोदिया, पास्ट प्रेसिडेंट रो. प्रतिभा धूत, रो. स्मिता पोखरणा या संवेदनशील रोटरी सदस्यांनी आणि क्लबने पोलिओ पूर्णपणे नष्ट होईपर्यंत प्रतिवर्षी प्रत्येकी १०० डॉलर्सची मदत देण्याचा संकल्प केला आहे. त्यांचे हे योगदान रोटरीच्या 'सेवा परमो धर्मः' या ब्रीदवाक्याला साजेसे आहे.

पोलिओमुक्त जग हे केवळ रोटरीचे स्वप्न नसून, ते येणाऱ्या पिढ्यांसाठीचे आरोग्यदायी भविष्य आहे. या भविष्यासाठी प्रत्येक नागरिकाने लसीकरण मोहिमेला पाठिंबा द्यावा, असे आवाहन रोटरी क्लब ऑफ अहमदनगर प्रियदर्शनीच्या वतीने करण्यात येत आहे.

लेखन : रोटेरियन विभा तांबडे,
रोटरी क्लब ऑफ अहमदनगर प्रियदर्शिनी

कोजागिरी पौर्णिमा

परमपवित्र रासलीलेचा उत्सव

आज कोजागिरी पौर्णिमा ! आजच्या रात्री साक्षात लक्ष्मीदेवी चंद्रमंडळातून पृथ्वीवर उतरते. आणि मध्यरात्री 'को जागर्ति' (म्हणजे 'कोण जागत आहे') असे म्हणत मनुष्याचे साधनेचे प्रयत्न पहात पृथ्वीतलावर संचार करत असते. आजच्या पावन दिवशीच द्वापरयुगात श्रीकृष्णाने त्याच्या परम भक्त गोपी आणि राधा यांच्या समवेत रासलीला करून त्या माध्यमातून गोपी अन् राधा यांना साधनेतील सर्वोत्तम आनंदाची अनुभूती दिली होती. वृंदावनातील भगवान श्रीकृष्णाचे स्मरण जरी केले, तर आपल्याला आठवते ती रासलीला ! साक्षात् भगवंताच्या समवेत केलेली रासलीला ही त्याची एक लीलाच आहे. श्रीमद्भागवत महापुराणात महर्षि व्यासांनी वर्णन केल्याप्रमाणे त्या रात्री हा रासोत्सव चालू झाला आणि तो दिशा प्रकाशेपर्यंत, म्हणजे सकाळपर्यंत अविरत चालू होता. 'साक्षात् भगवंताच्या समवेतचा तो रास किती अद्वितीय असेल !', याची खरेतर शब्दांत मांडणी करता येत नाही. गोपींच्या भक्तीला 'आदर्श भक्ती' म्हणतात. मोहमायेपासून विरक्त असलेल्या गोपी आणि भगवान श्रीकृष्ण यांची रासलीला किती पवित्र असेल ! श्रीकृष्णाने बासरीवर गोपींना प्रिय असणारे गीत वाजवण्यास प्रारंभ केला आणि तो ध्वनी गोपींच्या कानी गेला. भगवंत वाजवत असलेल्या वेणूच्या नादाने त्या देहभान विसरून आणि आपल्या सर्व कृती टाकून श्रीकृष्णाकडे धावत गेल्या. गोपी श्रीकृष्णाकडे आल्यावर त्याने गोपींना सांगितले, ''रात्रीच्या वेळी आपले घरदार सोडून माझ्याकडे येणे' हा अधर्म आहे.'' भगवंताचे वचन ऐकून गोपींनी श्रीकृष्णाला सांगितले, ''कृष्णा, हा जो सगळा उपदेश आहे, तो योग्यच आहे; परंतु सर्व कृतींचे लक्ष्य काय आहे ? तुझी प्राप्तीच ना ! भगवंता, आम्हाला तुझ्या भक्तीचे वेड लागल्यामुळे प्रत्यक्ष भगवंत, म्हणजे तू समोर असतांना आम्ही मागे तरी कशा जाऊ ?'' गोपींच्या या बोलण्यामुळे भगवंत अतिशय आनंदी होतो. भगवान श्रीकृष्ण गोपींचे तीव्र मुमुक्षत्व पाहून अध्यात्मातील 'उत्तमाधिकारी' म्हणून त्यांचा स्वीकार करतो. अनेक मोठे तपस्वी घरादाराचा मोह सोडू शकत नाहीत, तो मोह गोपींनी सोडला. त्यामुळे श्रीकृष्णाने अत्यंत कौतुकाने त्यांचा स्वीकार करून त्यांच्या समवेत रासलीला केली. या सूत्रावरून आपल्याला हे शिकायला मिळते की, गोपींची श्रीकृष्णप्राप्तीची ओढ किती तीव्र होती ! भगवंताने त्यांना 'परत जा', असे सांगूनही त्या गेल्या नाहीत. देवाच्या परीक्षेत त्या उत्तीर्ण झाल्या आणि भगवंताच्या समवेत रासलीला करू शकल्या. या रासलीलेच्या वेळी लक्षावधी गोपींच्या समवेत तेवढीच रूपे धारण करून श्रीकृष्णाने रासलीला केली. ती करत असतांना गोपींची तेवढीच रूपे धारण करून श्रीकृष्ण तितकाच काळ त्या गोपींच्या पतींच्या समवेत होता. रासलीलेचे आध्यात्मिक माहात्म्य सांगतांना व्यासांनी भागवत महापुराणात सांगितले आहे, 'जो कुणी श्रद्धायुक्त होऊन गोपींच्या समवेत (व्रजबालांच्या समवेत) भगवान श्रीकृष्णाने केलेल्या रासलीलेचे श्रवण करतो आणि तिचे वर्णन करतो, त्याला भगवंताच्या चरणी परम भक्तीची प्राप्ती होते.' सुदामा, अर्जुन इत्यादी श्रीकृष्णाचे अनेक भक्त आहेत; परंतु त्यांतील राधा आणि गोपी यांचे महत्त्व विशेष आहे. त्या मधुराभक्तीद्वारे, म्हणजे 'श्रीकृष्णच आमचा प्रियतम आहे', या भावाने श्रीकृष्णाशी एकरूप झाल्या होत्या. अनेक जण राधा–कृष्णाच्या संबंधाच्या संदर्भात टीका करतात. श्रीकृष्णाच्या संदर्भात बरे–वाईट बोलले जाते; परंतु प्रत्यक्षात त्या वेळी श्रीकृष्णाचे वय केवळ ८ वर्षे होते आणि गोपी वयाने मोठ्या होत्या. द्वापरयुगात आजच्या दिवशीच रासलीला झाली होती. आपणही आजच्या या पावन दिवशी भगवान श्रीकृष्णाच्या भक्तीत आपले पुढील जीवन व्यतीत करण्याचा, म्हणजेच गोपींप्रमाणे साधना करत श्रीकृष्णभक्ती करण्याचा आज संकल्प करूया.

(संदर्भ : सनातन डॉट ऑर्ग)

ज्ञानसंपदा शाळेच्या 'शिक्षक प्रशिक्षण केंद्रा'चे २८ ऑक्टोबरला उद्घाटन; रौप्यमहोत्सवी वर्षात पदार्पण

नगर – संपदा विद्या प्रतिष्ठान संचलित ज्ञानसंपदा शाळेने नुकतेच २५ व्या वर्षात पदार्पण केले असून या रौप्यमहोत्सवी वर्षानिमित्त विविध कार्यक्रम व उपक्रमांचे आयोजन करण्यात आले आहे. या अंतर्गत २८ ऑक्टोबर रोजी शाळेच्या 'शिक्षक प्रशिक्षण केंद्रा'चे उद्घाटन सावेडीच्या माऊली सभागृहात सायंकाळी ५:३० वाजता होणार आहे, अशी माहिती संपदा विद्या प्रतिष्ठानचे अध्यक्ष प्रवीण बजाज यांनी दिली.

रौप्यमहोत्सवी उपक्रमांची माहिती देताना संस्थेचे सचिव अरुण कुलकर्णी यांनी सांगितले, ज्ञानसंपदा शाळा गेल्या २४ वर्षांपासून ज्ञान, संस्कार, शिस्त आणि सद्भावनेचा यशस्वी वारसा जोपासत आहे. रौप्यमहोत्सवी वर्षातील यशस्वी वाटचालीचे औचित्य साधून शाळेत अनेक शैक्षणिक, सामाजिक आणि पर्यावरणीय उपक्रमांचा शुभारंभ करण्यात आला आहे. मूल्याधिष्ठित शिक्षण आणि कौशल्य विकासाची सांगड घालून शैक्षणिक व सामाजिक दर्जा उंचावण्यासाठी शाळेतील शिक्षकांसाठी 'शिक्षक प्रशिक्षण केंद्र सुरू करत आहोत. याचे उद्घाटन निवृत्त प्रशासकीय अधिकारी अविनाश धर्माधिकारी यांच्या हस्ते होणार आहे. तसेच शाळेच्या विशेष माहितीपटाचे व रौप्य महोत्सवी वर्षाच्या बोधचिन्हाचे अनावरण होणार आहे. या कार्यक्रमाला 'जडणघडण'चे संपादक डॉ. सागर देशपांडे व डेक्कन एज्युकेशन सोसायटीचे डॉ. जयंत कुलकर्णी यांची देखील प्रमुख उपस्थिती लाभणार आहे.

संस्थेचे उपाध्यक्ष मिलिंद गंधे म्हणाले, शाळेच्या रौप्यमहोत्सवाची सुरुवात 'गुरु–शिष्य' परंपरेवर आधारित एका भव्य शोभायात्रेने करण्यात आली. तसेच पर्यावरण रक्षणाची जबाबदारी म्हणून शालेय परिसरात वृक्षारोपण करण्यात आले असून, एमआयडीसी परिसरात 'ज्ञानसंपदा स्मृतीवन' उभारण्यात येणार आहे. शाळेच्या अत्याधुनिक सुसज्ज ऑडिटोरियम व कम्प्युटर लॅबचे उद्घाटन नुकतेच राम जन्मभूमीचे महासचिव गोविंददेवगिरी महाराज यांच्या हस्ते झाले. विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी आणि आरोग्यासाठी विविध उपक्रम हाती घेतले आहेत. व्यक्तिमत्वाच्या विकासासाठी नामांकित वक्त्यांच्या उपस्थितीत वक्तृत्व स्पर्धा देखील आयोजित केल्या आहेत.

यावेळी संस्थेचे खजिनदार अविनाश बोपर्डीकर, शाळा समितीचे चेअरमन कारभारी भिंगारे, सदस्य श्रीहरी टिपूगडे, शाळेच्या प्राचार्य शिवांजली अकोलकर व उपप्राचार्य प्रसाद बर्वे उपस्थित होते.

आविष्कार स्पर्धेत ९ पदके मिळविणारे कोकमठाण येथील राष्ट्रसंत जनार्दन स्वामी कॉलेज ऑफ फार्मसीचे विद्यार्थी.

अविष्कार स्पर्धेत आर.जे.एस. कॉलेजचा सुवर्ण भरारीचा डंका

६ सुवर्ण व ३ रौप्य पदकांसह नऊ पदकांची कमाई

नगर – डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर तंत्रशास्त्र विद्यापीठ, लोणेरे येथे आयोजित झोनल आविष्कार स्पर्धेत राष्ट्रसंत जनार्दन स्वामी कॉलेज ऑफ फार्मसी, कोकमठाणच्या विद्यार्थ्यांनी सर्वाधिक ६ सुवर्ण व ३ रौप्य अशी एकूण ९ पदके मिळवून यश संपादन केले.

या स्पर्धेत महाविद्यालयातील औषध व फार्मसी गटात गायत्री शांताराम उपाध्ये (पदवी) आणि धनश्री संजय बढे (पदव्युत्तर) यांनी सुवर्णपदके मिळवली. कृषी व पशुसंवर्धन गटात शुभम सुनील घनवट (पदव्युत्तर) यांनी सुवर्ण, तर दीक्षा राजेंद्र शेलार (पदवी) यांनी रौप्यपदक पटकावले. शुद्ध विज्ञान गटात श्रुतिका रमेश वक्ते (पदव्युत्तर) यांनी सुवर्ण, तर चैताली भारत साळुंके (पदव्युत्तर) यांनी रौप्यपदक मिळवले. मानवविद्या, भाषा व ललित कला गटात रुद्र विकास गाडे (पदवी) यांनी सुवर्ण, तर पूजा हिम्मत शिंदे (पदव्युत्तर) यांनी रौप्यपदक मिळवले. तसेच वाणिज्य, व्यवस्थापन व विधी गटात क्षितिजा नितीन जामधडे (पदवी) यांनी सुवर्णपदक पटकावून महाविद्यालयाच्या यशात मोलाची भर घातली.

प्राचार्य डॉ. नितीन जैन, उपप्राचार्या डॉ. उषा जैन, अविष्कार स्पर्धेचे समन्वयक दादासाहेब कावडे, प्रा. प्रसन्न दळवी, प्रा.रुद्रेश रत्नपारखे यांचे मार्गदर्शन लाभले.

या यशाबद्दल आर. जे. एस. फाउंडेशनचे अध्यक्ष चांगदेव कातकडे, प्रसाद कातकडे, विजय कडू, दीपक कोटमे, प्रणित कातकडे यांनी विजेत्यांचे अभिनंदन केले.

संत साहित्य संमेलनानिमित्त अहिल्यानगरमध्ये निघाली लक्षवेधी ग्रंथ दिंडी

टाळ–मृदुंगाचा गजर, हरिनामाचा जयघोष!; बाल दिंड्या, भारुड, सजलेले अश्व आणि रंगलेल्या रिंगणाने वेधले लक्ष

नगर – शहरात होत असलेल्या जिल्हास्तरीय संत साहित्य संमेलनाची सुरवात २४ ऑक्टोबर रोजी सकाळी लक्षवेधी ग्रंथ दिंडीने उत्साहात झाली. संतांच्या साहित्यांचा व विचारांचा जागर, टाळ–मृदुंगाचा गजर, मुखी हरिनामाचा आणि विठ्ठल नामाच्या जयघोषाने अवघी अहिल्यानगरी भक्तिरसात न्हाऊन निघाली. राज्य शासनाच्या मराठी भाषा विभाग, साहित्य आणि संस्कृती मंडळाच्या साहाकार्याने व नगरच्या आनंदोत्सव चॅरिटेबल ट्रस्टच्या संयुक्त विद्यमाने होणाऱ्या संत संमेलांची सुरवात ग्रंथ दिंडीने झाली. या ग्रंथ दिंडीमध्ये विविध देवस्थानांच्या दिंड्या व वारकरी, भाविक, शालेय विद्यार्थ्यांच्या बाल दिंड्या, भजनी मंडळे आणि विविध पथकांनी सहभाग घेतला. सजविलेल्या रथात ठेवलेल्या पालखीत सार्थ ज्ञानेश्वरी, श्रीसकळसंत गाथा, दासबोध व श्री ज्ञानेश्वरी चिंतन ग्रंथ ठेवण्यात आले होते. तसेच श्रीगोंद्याच्या संत शेख महमंद महाराजांच्या आकर्षक सजवलेला रथाचा व अश्वाचा सहभाग यात होता. संतविचारांचा व साहित्यांचा अमूल्य ठेवा जनमानसापर्यंत पोहोचविण्याचा संदेश या दिंडीच्या माध्यमातून देण्यात आला.

ग्रंथ दिंडीचा शुभारंभ सावेडीच्या माऊली सभागृह जवळ हरिनामाच्या जयघोषात झाला. यावेळी रा.स्व. संघाचे पश्चिम महाराष्ट्र प्रांत संघचालक नानासाहेब जाधव, संत संमेलांचे स्वागताध्यक्ष सतीश मुळे, कार्याध्यक्ष डॉ. दिलीप धनेश्वर, सचिव संजय खेले, साहित्य संकृती मंडळाचे राजेश गायकवाड, उद्योजक राजकुमार जोशी, सहस्वागताध्यक्ष प्राचार्य सुनील पंडित, आनंदोत्सव चॅरिटेबल ट्रस्टचे अध्यक्ष प्राचार्य अनिल सहस्त्रबुद्धे, दिनकर घोडके आदींनी ग्रंथ दिंडीतील पालखीचा रथ ओढून केला. या दिंडीमध्ये अगस्ति ऋषी देवस्थान पायी पालखी सोहळा, श्रीगोंद्याच्या शेख महमंद महाराज दिंडी सोहळा. ज्ञान माऊली भजनी मंडळ, रेणुका भजनी मंडळ, अगस्ती अध्यात्मिक गुरुकुल, यांच्यासह श्री ज्ञानेश्वरी अभ्यासवर्ग सामूहिक चिंतन प्रकल्पाचे सर्व साधक, स्नेहालय व दिंडी स्पर्धेत सहभागी सर्व स्पर्धक शाळांचे विद्यार्थी पारंपरिक वारकरी वेशभूषेत सहभागी झाले होते.

माऊली सभागृहांपासून निघालेल्या या ग्रंथ दिंडीचे ठिकठिकाणी नागरिकांनी पुष्पवृष्टी करून स्वागत केले. प्रोफेसर कॉलनी चौकात दिंडीचे भारुड रंगले तर माऊली सभागृहा जवळ दिंडीचे गोल रिंगण रंगले, यामध्ये दिंडीतील अश्व, वारकरी, विणेकरी व झेंडेकरी मृदुंगाच्या गजरात धावले. तसेच सहभागींच्या फुगड्या रंगल्या. टाळ–मृदुंगाचा गजर, भजनी मंडळांचे सादरीकरण, बाल वारकऱ्यांचे भारुड व रंगलेले रिंगण आशा भक्तिमयवातवरणात ग्रथ दिंडी झाली. ग्रंथ दिंडीत शहरातील विविध शाळांच्या बाल दिंड्या लक्षवेधी ठरल्या.

दिंडीतील बाल वारकऱ्यांनी हातात जनजागृतीचे फलक घेऊन सहभागी झाले होते.

अहिल्यानगरची सुमय्या शेख ठरली वर्षातील सर्वोत्तम खेळाडू

वेस्टर्न इंडिया फुटबॉल संघटनेच्या वतीने केला गेला गौरव

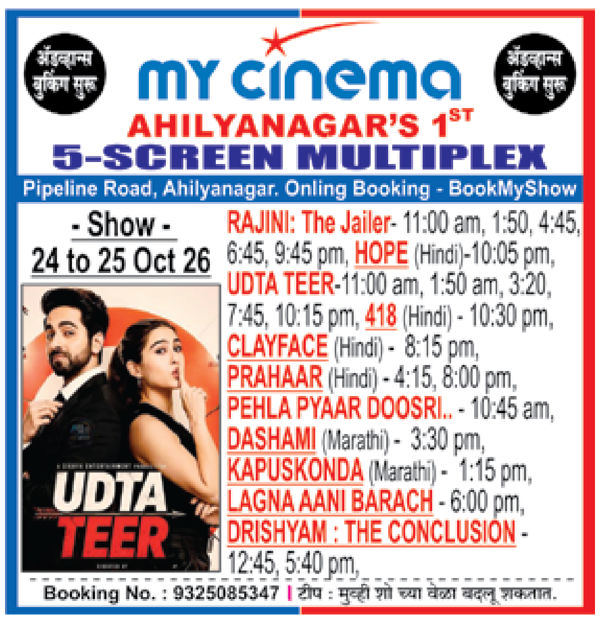
नगर – येथील महिला फुटबॉलपटू सुमय्या शेख हिने आपल्या दमदार कामगिरीच्या जोरावर वेस्टर्न इंडिया फुटबॉल संघटनेच्या वतीने दिला जाणारा २०२५–२६ हंगामातील वरिष्ठ महिला गटाचा वर्षातील सर्वोत्तम खेळाडू पुरस्कार पटकावला आहे. मुंबई येथे झालेल्या पुरस्कार सोहळ्यात तिच्या या कामगिरीचा गौरव करण्यात आला. सुमय्याने संपूर्ण हंगामात राज्यस्तरीय, राष्ट्रीय तसेच आंतरविद्यापीठीय स्पर्धांमध्ये सातत्यपूर्ण आणि प्रभावी कामगिरी केली. तिच्या खेळातील कौशल्य, गोल करण्याची क्षमता आणि संघाच्या यशात दिलेले योगदान यांची दखल घेत तिला या प्रतिष्ठेच्या पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले.

२०२५–२६ च्या हंगामात सुमय्याने लोणावळा येथे झालेल्या महाराष्ट्र वरिष्ठ क्लब राज्य लीग स्पर्धेत विजेतेपद मिळविणाऱ्या क्रीडा प्रबोधिनी संघाचे प्रतिनिधित्व केले. केरळ येथे झालेल्या इंडियन वुमेन्स लीग २ स्पर्धेत तसेच बंगळुरू येथे झालेल्या अंतिम फेरीतही तिने सहभाग नोंदविला. जळगाव येथे झालेल्या आंतरजिल्हा स्पर्धेत अहिल्यानगर संघाने तृतीय स्थान मिळविले, तर सुमय्याने या स्पर्धेत सर्वाधिक गोल करून स्पर्धेतील सर्वोत्कृष्ट खेळाडू ठरण्याचा मान मिळविला.

आंतरविद्यापीठीय फुटबॉल स्पर्धांमध्येही तिने आपल्या कामगिरीची छाप पाडली. मध्य प्रदेश येथे झालेल्या पश्चिम विभागीय आंतरविद्यापीठ स्पर्धेत विजेतेपद मिळविणाऱ्या सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ संघात तिचा महत्त्वपूर्ण सहभाग होता. त्यानंतर तामिळनाडू येथे झालेल्या अखिल भारतीय आंतरविद्यापीठ स्पर्धेत सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ संघाने उपविजेतेपद पटकावले. पश्चिम विभागीय आंतरविद्यापीठ स्पर्धेतही सुमय्या सर्वाधिक गोल करणारी खेळाडू ठरली.

राज्यस्तरीय लीगपासून ते राष्ट्रीय स्तरावरील स्पर्धांपर्यंत सातत्यपूर्ण कामगिरी, दोन महत्त्वाच्या स्पर्धांमधील सर्वोच्च गोलसंख्येचा बहुमान आणि संघाच्या यशात दिलेले योगदान या कामगिरीमुळे सुमय्याने वरिष्ठ महिला फुटबॉलमध्ये आपले वेगळे स्थान निर्माण केले आहे. क्रीडा प्रबोधिनी पुणे संघात समावेश होण्यापूर्वी सुमय्या हिचे प्रशिक्षण गुलमोहर फुटबॉल क्लब अहिल्यानगर येथे झाले असून, तिच्या यशामध्ये गुलमोहर फुटबॉल क्लब चे मोठे योगदान आहे.

तिच्या यशाने उदयोन्मुख महिला फुटबॉलपटूंना निश्चितच प्रेरणा मिळेल असे मनोगत अहिल्यानगर जिल्हा फुटबॉल संघटनेचे अध्यक्ष नरेंद्र फिरोदिया यांनी व्यक्त केले आहे. तसेच वरिष्ठ उपाध्यक्ष मनोज वाळवेकर, खालिद सय्यद, अमरजित सिंग शाही, सचिव रोनप फर्नांडिस, सहसचिव व्हिक्टर जोसेफ, प्रदीप जाधव, खजिनदार रिशपालसिंग परमार, सहखजिनदार रणबीरसिंग परमार, सदस्य राजू पाटोळे, गुलमोहर फुटबॉल क्लबचे अध्यक्ष जोहेब खान यांनी सुमैय्या शेख हिचे अभिनंदन केले.



अपंगत्वावर मात करून नगरच्या अनामप्रेमची कल्पना कदम बनली भारतीय संघाची कर्णधार

नगर – जन्माबरोबर आलेले अपंगत्व आणि प्रतिकूल परिस्थितीला धैर्याने तोंड देत अहिल्यानगरच्या अनामप्रेम संस्थेत घडलेल्या कल्पना कदम हिने आपल्या कर्तृत्वावर संपूर्ण देशात जिल्ह्याचे व राज्याचे नाव उज्ज्वल केले आहे. एका डोळ्याने अंधत्व असतानाही तिने हार मानली नाही. आज ती मूकबधिर विद्यार्थ्यांची शिक्षिका म्हणून यशस्वी वाटचाल करत असून, आता थेट कझाकिस्तान येथे होणाऱ्या वर्ल्ड युथ गोलबॉल चॅम्पियनशिपमध्ये भारतीय गोलबॉल संघाची कर्णधार म्हणून देशाचे प्रतिनिधित्व करणार आहे.

नांदेड जिल्ह्यातील हदगाव तालुक्यातील साप्ती या लहान गावातून आलेल्या कल्पनाला सुरुवातीला आरोग्याच्या अनेक समस्या होत्या. मात्र, अनामप्रेमसंस्थेच्या विश्वस्त डॉ. मेघना मराठे यांच्या मार्गदर्शनाखाली तिने स्वतःला सावरले. संस्थेच्या आश्रयाने तिने आपले शिक्षण पूर्ण करून डीएडची पदवी मिळवली. मूकबधिर मुलांना मुख्य प्रवाहात आणण्यासाठी तिने पुण्यातून दोन वर्षांचा कठीण साइन लँग्वेज कोर्स पूर्ण केला. आज ती रेसिडेन्शिअल कॉलेजमध्ये मूकबधिर विद्यार्थ्यांना कला शाखेचे सर्व सहा विषय अत्यंत सहजतेने आणि हसतमुखाने शिकवत आहे.

केवळ शिक्षणातच नव्हे, तर खेळाच्या मैदानातही तिने दैदिप्यमान यश संपादन केले आहे. संस्थेचे संचालक अभय रायकवाड यांच्या प्रेरणेने तिने गोलबॉल या खेळात पाऊल ठेवले. आपल्या मेहनतीच्या जोरावर तिने राज्य पातळीवरून देश पातळीपर्यंत मजल मारली. उत्कृष्ट कामगिरीबद्दल तिला सन २०२५ मध्ये राष्ट्रीय खेळाडू पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले. तसेच, नवी दिल्ली येथे झालेल्या पहिल्या नॅशनल पॅरा योगासन स्पोर्ट्स चॅम्पियनशिप २०२५–२६ मध्ये तिने सुवर्णपदक पटकावले आहे. तिच्या या प्रवासात तिला निवेदिता प्रतिष्ठानचा ललना कलारत्न यासह विविध पुरस्कारांनी सन्मानित करण्यात आले आहे.

अफाट यश आणि पुरस्कार मिळूनही कल्पनाच्या स्वभावात यत्किंचितही अहंकार नाही. संस्थेतील अंध मुलींना मदत करणे आणि मूकबधिर मुलांसाठी विविध कार्यक्रमांत साइन लँग्वेजमध्ये आनंदाने अनुवाद करणे, हे तिच्या रोजच्या जीवनाचा भाग आहे. तिच्या या प्रवासात अनामप्रेमचे अध्यक्ष अजित माने, पालक डॉ. प्रकाश शेठ, मार्गदर्शक आणि विविध संस्था–प्रशिक्षकांचे सहकार्य लाभले आहे.

२४ ते २८ ऑक्टोबर या कालावधीत मोफत मूळव्याध तपासणी शिबीर

डॉ. रोहित गुगळे

नगर – नगर शहरातील महाजन गल्ली येथील होमिओ हेल्थ केअर येथे मोफत मूळव्याध तपासणी शिबिराचे आयोजन करण्यात आले आहे. २४ ते २८ ऑक्टोबर या कालावधीत सकाळी १० ते २ आणि सायंकाळी ६ ते ९ यावेळेत सदर शिबिर होत आहे, अशी माहिती होमिओपॅथी तज्ज्ञ डॉ. रोहित गुगळे व डॉ. सपना गुगळे यांनी दिली.

पोट साफ न होणे, शौचाच्या वेळी रक्त पडणे, शौच करताना आग होणे, तीव्र वेदना होणे, शौचाच्या जागी बेंड निर्माण होऊन पू येणे, रक्तस्राव होणे, शौचाच्या जागेवर हाताला गाठ लागणे, शौचाच्या जागेवर खाज येणे अशी लक्षणे असलेल्या रूग्णांना या शिबिरातील उपचारांचा मोठा लाभ होईल. शिबिरात होमिओपॅथी औषधे नाममात्र १०० रूपयात दिली जातील. होमिओपॅथिक उपचार पद्धती अतिशय प्रभावशाली असून साईड इफेक्ट होत नाहीत. याचा लाभ घ्यावा असे आवाहन डॉ. गुगळे यांनी केले आहे. माहितीसाठी संपर्क: ९८२३५६३६४३.

अमित शाह यांच्या ६२ व्या वाढदिवसानिमित्त ६२० किलोचा लाडू

केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह यांच्या ६२ व्या वाढदिवसानिमित्त अहिल्यानगर येथे मुरमुरे (लाई) आणि सुकामेव्यापासून तब्बल ६२० किलो वजनाचा लाडू तयार करण्यात आला. या उपक्रमाला India Star World Records तर्फे Appreciation Category अंतर्गत मान्यता देण्यात आली. या उपक्रमाचे आयोजन Winners Book of World Records आणि ब्रह्माकुमारीज, अहिल्यानगर यांच्या संयुक्त विद्यमाने करण्यात आले. डॉ. दीपक हरके यांच्या संकल्पनेतून हा लाडू साकारण्यात आला. डॉ. ईशा अग्रवाल यांचेही या उपक्रमात महत्त्वपूर्ण योगदान होते. तसेच बी.के. राजेश्वरी आणि बी.के. सुप्रभा यांच्या प्रेरणादायी नेतृत्वाखाली हा उपक्रम यशस्वीरीत्या पूर्ण झाला. जालिंदर वाळके पाटील, दत्ता दिघे आणि ब्रह्माकुमारीज, अहिल्यानगर येथील समर्पित सदस्यांनीही या उपक्रमासाठी विशेष परिश्रम घेतले.

क्र. एन.आर./मकानसं.२३८-A/स.बा./२०२६–२७ दिनांक– २२/१०/२०२६

जाहीर नोटीस

या नोटीशीद्वारे जाहीर करण्यात येते की, १)हरिकिशन हिरानंद माखिजा वय –७१ वर्षे. २)दामोदर हिरानंद माखिजा, वय ६६ वर्षे, ३)विष्णू हिरानंद माखिजा वय ५६ वर्षे, ४)मोहन हिरानंद माखिजा, वय ५३ वर्षे. ५)मोती हिरानंद माखिजा, वय ६८ वर्षे. ६)सतिश हरिकिशन माखिजा, वय ४८ वर्षे. ७) सुहानी रवि कुकरेजा, वय ४४ वर्षे यांनी घर नं. २३८–A, सर्व्हे नं. २१३/२७४–A सदर बाजार अहिल्यानगर छावनी परिषद हे १)कायदेशीर वारस प्रमाणपत्र सिव्हील एम. ए. क्र. २०३/२०२५ दि. ०६/१२/२०२५ २) कायदेशीर वारस प्रमाणपत्र सिव्हील एम. ए. ५०/२०२६ दि. १५/०५/२०२६ च्या आधारावर आपले नावावर वर्ग / दाखल होणेसाठी या कार्यालयाकडे रीतसर अर्ज व कागदपत्र दाखल केले आहेत.

सदर बाबतीत ज्या कोणास कोणत्याही प्रकारे गहाण दान, बक्षीस, खरेदी हक्क हितसंबंध असेल वा अन्य कोणत्याही कारणामुळे हरकत घ्यावयाची असेल त्यांनी ही नोटीस प्रसिध्द झाल्यापासून ३० (तीस) दिवसांचे आत सबळ कागदपत्रांचे पुराव्यासह मे. कार्यकारी अधिकारी छावनी परिषद, अहिल्यानगर यांचेकडे तसे लेखी कळवावे.

सदर मुदतीनंतर आलेल्या हक्क / हरकतीवर विचार केला जाणार नाही याची कृपया नोंद घ्यावी.

घ. नं. २३८–A, सदर बाजार
क्षेत्रफळ– ९६०.५०० चौ. फुट

कार्यालय अधिक्षक
कृते मुख्य अधिशासी अधिकारी,
अहिल्यानगर छावनी परिषद
(विकास कुमार)

Office Supdt.
For Chif Executive Officer, Ahilyanagar Cantonment Board
(Vikas Kumar)

क्र. एन.आर./मकानसं.६७५B/भिंगार/२०२६–२७
दिनांक– २२/१०/२०२६

जाहीर नोटीस

या नोटीशीद्वारे जाहीर करण्यात येते की, १) श्री. विकास मारुती दळवी, वय ३६ वर्षे. २) सौ. आश्विनी अशोक कुदळे, वय ३९ वर्षे. ३) श्रीमती रोहिणी गणेश दळवी , वय ३८ वर्षे ४)कु. ज्ञानेश्वरी गणेश दळवी, वय १४ वर्षे. ५) चि. श्रीनिवास गणेश दळवी, वय ११ वर्षे यांनी घर नं. ६७५–B सर्व्हे नं. २११/७५६–B भिंगार/अहिल्यानगर छावनी परिषद हे १) रजिस्टर खरेदीखत क्रं. ३४४६/२०१९ दि. ०४/०७/२०१९ २) कायदेशीर वारस प्रमाणपत्र सिव्हिल एम. ए. १९४/२०२४ दि. ०४/०१/२०२५ च्या आधारावर आपले नावावर वर्ग / दाखल होणेसाठी या कार्यालयाकडे रीतसर अर्ज व कागदपत्र दाखल केले आहेत.

सदर बाबतीत ज्या कोणास कोणत्याही प्रकारे गहाण दान, बक्षीस, खरेदी हक्क हितसंबंध असेल वा अन्य कोणत्याही कारणामुळे हरकत घ्यावयाची असेल त्यांनी ही नोटीस प्रसिध्द झाल्यापासून ३० (तीस) दिवसांचे आत सबळ कागदपत्रांचे पुराव्यासह मे. कार्यकारी अधिकारी छावनी परिषद, अहिल्यानगर यांचेकडे तसे लेखी कळवावे.

सदर मुदतीनतर आलेल्या हक्क / हरकतीवर विचार केला जाणार नाही याची कृपया नोट घ्यावी.

घ. नं. ६७५–B, भिंगार
क्षेत्रफळ– ६९0.00 चौ. फुट

कार्यालय अधिक्षक
कृते मुख्य अधिशासी अधिकारी,
अहिल्यानगर छावनी परिषद
(विकास कुमार)

Office Supdt.
For Chif Executive Officer, Ahilyanagar Cantonment Board
(Vikas Kumar)

भिंगारमध्ये पोलिसांना शिवीगाळ करत धक्काबुक्की; गुन्हा दाखल

नगर – भिंगार मधील सदर बाजार भागात पत्नीला दारू पिऊन मारहाण करणाऱ्या एका इसमाला रोखण्यासाठी गेलेल्या 'डायल ११२' वरील पोलीस कर्मचाऱ्याची कॉलर पकडून धक्काबुक्की केल्याची घटना समोर आली आहे. याबाबत शासकीय कामात अडथळा आणल्याप्रकरणी भिंगार कॅम्प पोलीस ठाण्यात आरोपीविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

२३ ऑक्टोबर दुपारी अडीचच्या सुमारास सदर बाजार, भिंगार येथे एक इसम आपल्या पत्नीला दारूच्या नशेत लाथाबुक्क्यांनी मारहाण करत असल्याबाबतचा 'डायल ११२' वर इमर्जन्सी कॉल प्राप्त झाला. त्या कॉलच्या अनुषंगाने भिंगार कॅम्प पोलीस ठाण्यातील ड्युटीवर असलेले पोलीस कॉन्स्टेबल कांतीलाल चव्हाण हे तातडीने घटनास्थळी पोहोचले. तिथे सतीश रजनीकांत कदम (रा. सदर बाजार, भिंगार) हा त्याच्या पत्नीला शिवीगाळ व मारहाण करत होता.

पोलीस कर्मचारी चव्हाण यांनी त्याला पत्नीस मारहाण करण्यास मज्जाव केला, याचा राग आल्याने आरोपी सतीश कदम याने पोलीस अंमलदार चव्हाण यांच्याशी वाद घातला. तसेच त्यांना शिवीगाळ करत त्यांची कॉलर पकडून धक्काबुक्की केली आणि शासकीय कर्तव्यात अडथळा निर्माण केला. त्यानंतर पोलीस उपनिरीक्षक आव्हाड आणि पोलीस नाईक प्रमोद लहारे हे देखील घटनास्थळी दाखल झाले, तेव्हा आरोपीने त्यांनाही शिवीगाळ केली. पोलिसांनी शिताफीने आरोपी सतीश कदम यास ताब्यात घेऊन पोलीस ठाण्यात आणले. या प्रकरणी पोलीस अंमलदार कांतीलाल चव्हाण यांनी दिलेल्या फिर्यादीवरून कॅम्प पोलीस ठाण्यात त्याच्या विरुद्ध गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे.

वैष्णव मित्र मंडळाच्यावतीने आयोजित रावण दहन कार्यक्रमावेळी आमदार संग्राम जगताप आणि प्रथम महापौर भगवान फुलसौंदर यांच्या हस्ते आंतरराष्ट्रीय कॉर्फबॉल खेळाडू दिशान किशोर गांधी याचा सत्कार करण्यात आला.

प्रियदर्शनीच्या विद्यार्थ्यांची विभागीय स्पर्धेकरीता निवड

शौर्य लष्करे | रुद्र मुळे

नगर – क्रीडा व युवक सेवा संचालनालय महाराष्ट्र राज्य, जिल्हा क्रीडा आधिकारी कार्यालय व जिल्हा क्रीडा परिषद, सोलापूर यांचे संयुक्त विद्यमाने विभागीयस्तरीय शालेय ज्युदो स्पर्धेमध्ये भिंगार येथील प्रियदर्शनी पब्लिक स्कूल अँण्ड ज्युनियर कॉलेज इ. ११ वी सायन्सचा विद्यार्थी शौर्य राहुल लष्करे याने द्वितीय क्रमांक पटकावला, तसेच क्रीडा व युवक सेवा संचालनालय, महाराष्ट्र राज्य व जिल्हा क्रीडा आधिकारी कार्यालय व जिल्हा क्रीडा परिषद, अहिल्यानगर यांचे संयुक्त विद्यमाने आयोजित कराटे स्पर्धेत इ. १२ वी सायन्सचा विद्यार्थी रूद्रप्रताप गणेश मुळे याने प्रथम क्रमांक मिळवला असून, त्याची शालेय विभागीय स्पर्धेसाठी निवड झाली.

यश मिळविलेल्या दोन्ही विद्यार्थ्यांचे व मार्गदर्शन करणारे क्रीडा प्रशिक्षक यांचे संस्थेचे अध्यक्ष बाळासाहेब खोमणे, प्राचार्या श्रीमती अंजली बोधक आणि संस्थेचे व शाळेचे पदाधिकारी यांनी अभिनंदन केले.

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

निरामय

गरम चहा-कॉफी देते कर्करोगाला निमंत्रण

प्रत्येक घरात दिवसाची सुरुवात ही एक कप गरमागरम चहा किंवा कॉफीशिवाय होत नाही. थकवा घालवण्यासाठी, कामाच्या धावपळीत क्षणभर निवांत बसण्यासाठी किंवा मित्र-परिवारासोबत गप्पांचा आनंद घेण्यासाठी घेतला जाणारा हा कप आपल्या रोजच्या आयुष्याचा जणू एक भाग बनला आहे; मात्र 'जितका गरम तितका चांगला' या समजुतीने चहा-कॉफी पिण्याची सवय नकळत आरोग्यासाठी धोकादायक ठरू शकते. वाफाळता चहा किंवा कॉफी वारंवार आणि अतिउष्ण तापमानात पिण्याची सवय अन्ननलिकेवर परिणाम करू शकते आणि दीर्घकाळ कर्करोगाचा धोका वाढवू शकते.

अनेकांना वाफाळता आणि अतिशय गरम चहा-कॉफी पिण्याची सवय असते. ६५ अंश सेल्सिअसपेक्षा जास्त तापमानाचे अत्यंत गरम पेय वारंवार सेवन केल्यास अन्ननलिकेच्या आतील आवरणाला इजा होऊ शकते आणि दीर्घकाळासाठी अन्ननलिकेच्या कर्करोगाचा धोका वाढू शकतो. खूप गरम चहा किंवा कॉफी पिणे आरोग्यासाठी चांगले नाही. जागतिक आरोग्य संघटनेअंतर्गत 'आयएआरसी' ने ६५ अंश सेल्सिअसपेक्षा जास्त तापमानाची अतिउष्ण पेये 'मानवांमध्ये कर्करोग होण्याची शक्यता असलेली' अशी श्रेणी दिली आहे. याचा अर्थ चहा किंवा कॉफीमुळे थेट कॅन्सर होतो असे नाही; मात्र वारंवार आणि अतिशय गरम पेय प्यायल्याने तोंड, घसा आणि अन्ननलिकेच्या आतील भागाला उष्णतेमुळे इजा होऊ शकते, त्यामुळे धोका वाढू शकतो.

आरोग्यवेध

अतिशय गरम पेयाचे सेवन केल्याने अन्ननलिकेच्या आतील पेशींवर वारंवार उष्णतेचा ताण आणि सूक्ष्म इजा होऊ शकते. ही सवय दीर्घकाळ कायम राहिल्यास अन्ननलिकेच्या कर्करोगाचा धोका वाढण्याची शक्यता असते. त्यामुळे पेय थोडे थंड करूनच त्याचे सेवन करणे हा साधा आणि प्रतिबंधात्मक उपाय आहे. अन्ननलिकेच्या कर्करोगाच्या सुरुवातीच्या लक्षणांकडे अनेकदा दुर्लक्ष केले जाते. गिळताना त्रास होणे, छातीत जळजळ किंवा वेदना, अन्न घशात अडकल्यासारखे वाटणे, आवाजात बदल होणे, अचानक वजन कमी होणे आणि दीर्घकाळ खोकला येणे यांसारखी लक्षणे सातत्याने जाणवत असल्यास वैद्यकीय तपासणी करून घेणे गरजेचे आहे.

अन्ननलिकेच्या कर्करोगामध्ये लक्षणांकडे दुर्लक्ष करणे ही मोठी समस्या आहे. विशेषत: गिळताना होणारा त्रास किंवा अन्न घशात अडकल्यासारखी भावना वारंवार होत असेल, तर त्याकडे केवळ ॲसिडिटी समजून दुर्लक्ष करू नका. धूम्रपान आणि मद्यपान टाळणे, संतुलित आहाराचे सेवन करणे, नियमित आरोग्य तपासणी करणे आणि अतिउष्ण पेयांचे सेवन टाळणे यामुळे जोखीम कमी करण्याच्या दिशेने पावले उचलता येतात. अन्ननलिकेच्या कर्करोगाचा धोका केवळ अतिउष्ण पेयांमुळे उद्भवतो असे नाही. तंबाखूचे सेवन, मद्यपान, लठ्ठपणा, आहारातील काही घटक आणि इतर वैद्यकीय कारणेही जोखम ीवर परिणाम करू शकतात. त्यामुळे चहा-कॉफी बंद करण्यापेक्षा अतिगरम चहा-कॉफी टाळा आणि असामान्य लक्षणांकडे दुर्लक्ष करू नका.

हिरड्यांतील बॅक्टेरिया-अल्झायमरचा संबंध?

वाढते वय, बदलती जीवनशैली आणि विविध आरोग्यविषयक समस्यांमुळे अल्झायमरचा आजार आज जगभरातील वैद्यकीय क्षेत्रासमोरील मोठे आव्हान बनला आहे. स्मरणशक्ती कमी होणे, दैनंदिन कामांमध्ये अडचणी निर्माण होणे आणि कालांतराने व्यक्तीच्या वर्तनात बदल होणे अशी या आजाराची प्रमुख लक्षणे आहेत. अल्झायमर नेमका कशामुळे होतो, याचा शोध घेण्यासाठी जगभरात सातत्याने संशोधन सुरू आहे. अशाच एका संशोधनामुळे आता तोंडाचे आरोग्य आणि मेंदूचे आरोग्य यांच्यातील संभाव्य संबंध चर्चेत आला आहे.

नवसंशोधन

'सायन्स ॲडव्हान्स' या विज्ञानविषयक नियतकालिकात प्रकाशित झालेल्या संशोधनात 'पोर्फिरोमोनस जिंजिव्हॅलिस' या बॅक्टेरियाचा अल्झायमरशी संभाव्य संबंध तपासण्यात आला. हा बॅक्टेरिया हिरड्यांचा गंभीर आणि दीर्घकाळ टिकणारा आजार असलेल्या 'पेरिओडॉन्टायटिस'शी संबंधित आहे. संशोधकांना अल्झायमरने बाधित झालेल्या काही व्यक्तींच्या मेंदूच्या उतींमध्ये या बॅक्टेरियाशी संबंधित विषारी एन्झाइम आढळले. काही जिवंत रुग्णांच्या मेंदूतील द्रवामध्येही या बॅक्टेरियाच्या 'डीएनए'चे अंश आढळल्याचे संशोधनातून समोर आले. या निष्कर्षामुळे साहजिकच एक प्रश्न निर्माण झाला आहे, तो म्हणजे तोंडातील बॅक्टेरिया मेंदूपर्यंत पोहोचून अल्झायमरच्या प्रक्रियेत भूमिका बजावू शकतात का? हिरड्यांमध्ये गंभीर संसर्ग किंवा दाह निर्माण झाल्यास तिथल्या उतींना आणि सूक्ष्म रक्तवाहिन्यांना नुकसान होऊ शकते. अशा परिस्थितीत दात घासताना, हिरड्यांना इजा होताना किंवा अन्न चावताना तोंडातील काही बॅक्टेरिया रक्तप्रवाहात प्रवेश करू शकतात. रक्तप्रवाहाच्या माध्यमातून ते शरीरातील विविध अवयवांपर्यंत पोहोचण्याची शक्यता असते. मेंदूमध्ये पोहोचल्यास या बॅक्टेरियाने निर्माण केलेली काही विषारी द्रव्ये 'न्यूरॉन्स'ना नुकसान पोहोचवू शकतात आणि दाहाची प्रक्रिया वाढवू शकतात, अशी शक्यता संशोधनातून व्यक्त करण्यात आली आहे.

हिरड्यांचा आजार म्हणजे अल्झायमर नव्हे!

या संशोधनानंतर सोशल मीडियावर 'हिरड्यांचा आजार म्हणजे अल्झायमरचे कारण' असा सरळ अर्थ काढला जाण्याची शक्यता आहे; मात्र वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून असा निष्कर्ष काढणे घाईचे ठरेल. संशोधनातून बॅक्टेरिया आणि अल्झायमर यांच्यात संबंध असल्याचे संकेत मिळाले आहेत; परंतु संबंध आणि कारण यामध्ये मोठा फरक आहे. एखाद्या आजाराच्या रुग्णामध्ये विशिष्ट बॅक्टेरिया आढळला म्हणून त्या बॅक्टेरियामुळेच तो आजार झाला, असे सिद्ध होत नाही.

आता दातात लस देणार

लस देण्यासाठी सुईचा वापर केला जातो. सुई, इंजेक्शनमुळे वेदना होतात; पण अलीकडील एका शोधामुळे ही विचारसरणी बदलली आहे. टेक्सास टेक युनिव्हर्सिटीचे एस.जे. इंग्रोल आणि नॉर्थ कॅरोलिना स्टेट युनिव्हर्सिटीचे अभियंता हरविंदर गिल यांनी एक अनोखा मार्ग शोधला आहे. तो म्हणजे फ्लॉस (दंत फ्लॉस) म्हणजेच दात स्वच्छ करण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या धाग्याद्वारे लस देणे. संशोधकांना आढळून आले की 'जिन्जिव्हल सल्कस' म्हणून ओळखल्या जाणारा दात आणि हिरड्यांमधील लहान भाग हे लस देण्यासाठी सर्वोत्तम ठिकाण आहे. संशोधनात उंदरांना एका विशेष प्रकारच्या फ्लॉसने लस देण्यात आली, तेव्हा त्याचे निकाल आश्चर्यकारक होते. फ्लॉसची लस देण्यात आलेल्या उंदरांनी जास्त अँटीबॉडीज तयार केल्या. ते प्राणघातक फ्लूपासूनही वाचले. त्यांची रोगप्रतिकारक शक्ती सक्रिय झाली. संशोधकांनी २७ स्वयंसेवकांवर चाचणी केली. त्यात लसीऐवजी फ्लॉसवर फूड डाय लावण्यात आला. सुमारे ६० टक्के फूड डाय हिरड्यांच्या योग्य ठिकाणी पोहोचला. यावरुन सिद्ध झाले, की ही पद्धत मानवांमध्येही यशस्वी होऊ शकते. यामुळे आता लसीसाठी सुईची गरज भासणार नाही. फ्लॉसवर लेपित केलेली लस थंड ठेवण्याची गरज भासणार नाही. ती पोस्टाने पाठवता येईल आणि लोक ती स्वत: सहजपणे वापरू शकतील. सर्वात महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे त्यामुळे वेदना होणार नाहीत. प्रत्येक वेळी लस योग्य डोसमध्ये दिली पाहिजे. लहान मुलांवर (ज्यांच्या हिरड्या निरोगी नाहीत) ती वेगळ्या पद्धतीने वापरली पाहिजे.

नवतंत्रज्ञान

झोप, नैराश्याच्या औषधांमुळे पडण्याचा धोका

वय वाढत असताना शरीरात अनेक प्रकारचे बदल होतात. या काळात नीट झोप न लागणे आणि नैराश्यासारख्या समस्या सामान्य होतात. अशा वेळी डॉक्टर काही लोकांना झोप किंवा नैराश्यासाठी औषधे देतात. या औषधांमुळे त्रास कमी होण्यास मदत होते; मात्र त्यांचा परिणाम प्रत्येक व्यक्तीवर सारखा होत नाही. विशेषत: ज्येष्ठांमध्ये काही औषधांमुळे अधिक झोप येणे, चक्कर येणे किंवा चालताना त्रास होऊ शकतो. त्यामुळे त्यांचा पडण्याचा धोका वाढतो.

काही झोपेची औषधे मेंदूला शांत करतात आणि झोप येण्यास मदत करतात. अनेकदा त्यांचा परिणाम सकाळी उठल्यानंतरही कायम राहतो. ज्येष्ठांना उठल्यानंतर सुस्ती, चक्कर किंवा अशक्तपणा जाणवू शकतो. त्यामुळे चालताना शरीराचा तोल बिघडतो. विशेषत: रात्री बाथरूमला जाण्यासाठी अचानक उठल्यास पडण्याचा धोका अधिक असतो. नैराश्याच्या उपचारांसाठी वापरल्या जाणाऱ्या काही औषधांमुळेही चक्कर येणे किंवा झोप येण्यासारख्या समस्या निर्माण होऊ शकतात.

काळजी घ्या

वय वाढल्यानंतर शरीर या औषधांना पूर्वीच्या तुलनेत हळूहळू बाहेर टाकते. त्यामुळे ज्येष्ठांमध्ये औषधांचा परिणाम अधिक काळ जाणवू शकतो. संशोधकांनी मोठ्या संख्येने ज्येष्ठ व्यक्तींच्या आरोग्याशी संबंधित आकडेवारीचा अभ्यास केला. यामध्ये झोपेशी संबंधित समस्यांसाठी औषधे घेणाऱ्या व्यक्तींवर विशेष लक्ष केंद्रित करण्यात आले. अशा औषधांचे सेवन करणाऱ्या ज्येष्ठांमध्ये ही औषधे न घेणाऱ्या व्यक्तींच्या तुलनेत पडण्याचा धोका अधिक असल्याचे अभ्यासात आढळले. यामध्ये झोपेच्या औषधांसोबत काही नैराश्यावरील औषधांचाही समावेश होता. एकापेक्षा अधिक अशी औषधे घेणाऱ्या व्यक्तींमध्येही अधिक काळजी घेण्याची गरज असल्याचे सांगण्यात आले आहे; मात्र याचा अर्थ औषध घेणारी प्रत्येक ज्येष्ठ व्यक्ती पडेलच असे नाही. औषधांचा परिणाम व्यक्तीचे वय, शरीराची स्थिती आणि घेतली जाणारी इतर औषधे यावरही अवलंबून असतो.

औषधे स्वत:च्या मनाने बंद करू नका

एखादी ज्येष्ठ व्यक्ती झोप किंवा नैराश्याची औषधे घेत असेल, तर तिने स्वत:च्या मनाने औषधे बंद करू नयेत. औषधांचे प्रमाण कमी किंवा जास्त करण्याचा निर्णयही डॉक्टरांच्या सल्ल्यानेच घ्यावा. कुटुंबातील सदस्यांनी औषध घेतल्यानंतर ज्येष्ठ व्यक्तीला चक्कर येतेय का, जास्त झोप येतेय का किंवा चालताना त्रास होत आहे का, याकडे लक्ष द्यावे. घरातील फरशीवर अनावश्यक वस्तू ठेवू नयेत. तसेच रात्री बाथरूमला जाण्याच्या मार्गावर पुरेसा प्रकाश असावा. यामुळे पडण्याची शक्यता कमी करता येऊ शकते.

कोपराची त्वचा काळी पडलीय?

कोपराच्या आसपासची त्वचा काळी पडली आहे का? तिथे काळसर डाग दिसताहेत? असे असेल तर त्याकडे केवळ सौंदर्याशी संबंधित समस्या म्हणून पाहू नका. अनेकदा आपण कोपरावर आलेले काळे डाग सहज दुर्लक्षित करतो. धूळ, मळ, उन्हामुळे त्वचा काळवंडणे किंवा सतत घास लागणे यामुळे असे झाले असावे, असे आपल्याला वाटते. त्यामुळे स्क्रब किंवा एखादी क्रीम वापरून हे डाग कमी करण्याचा प्रयत्न केला जातो; पण प्रत्येक वेळी कोपर काळा पडण्यामागे हीच कारणे असतील असे नाही. काही वेळा त्वचेतील हा बदल शरीरात सुरू असलेल्या आरोग्याच्या समस्येचा संकेतही असू शकतो.

कोपराची त्वचा सतत काळी आणि जाड होत असेल, तर त्यामागे शरीरातील काही बदल कारणीभूत असू शकतात. वैद्यकीय भाषेत अशा प्रकारच्या त्वचेच्या बदलाला 'ॲकॅन्थोसिस निग्रिकन्स' असे म्हणतात. हा एक आजार नसून, काही आरोग्यविषयक समस्यांचा इशारा देणारी त्वचेची अवस्था असू शकते. कोपराच्या त्वचेवर काळसरपणा येण्यामागे 'इन्सुलिन रेजिस्टन्स' हे एक सामान्य कारण असू शकते. 'इन्सुलिन रेजिस्टन्स' म्हणजे शरीरातील पेशी इन्सुलिनला योग्य प्रकारे प्रतिसाद देत नाहीत. ही समस्या पुढे जाऊन टाइप-२ मधुमेहाचा धोका वाढवू शकते. विशेष म्हणजे, काही लोकांम ध्ये रक्तातील साखर वाढल्याचे निदान होण्याआधीच त्वचेवर असे काळसर डाग दिसू लागतात.

दुर्लक्ष नको

कोपर काळे पडण्यामागे फक्त मधुमेह किंवा 'इन्सुलिन रेजिस्टन्स'च कारणीभूत असतात असे नाही. थायरॉइडच्या सम स्येमुळेही त्वचेत काही बदल होऊ शकतात. विशेषत: 'हायपोथायरॉइडिझम' म्हणजेच 'थायरॉइड' ग्रंथी शरीराला आवश्यकतेपेक्षा कमी हार्मोन्स तयार करत असेल, तर शरीराची चयापचयाची प्रक्रिया म्हणजेच 'मेटाबॉलिझम' मंदावते. त्याचा परिणाम त्वचेवरही होऊ शकतो. त्वचा कोरडी, जाड आणि काही ठिकाणी असमान रंगाची दिसू शकते.

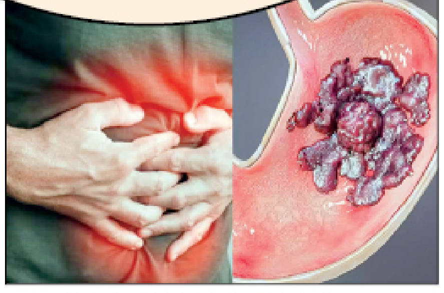
महिलांमध्ये 'पीसीओएस' आणि हार्मोन्सचे असंतुलन

महिलांच्या बाबतीत कोपरावर दिसणाऱ्या काळसर, जाड डागांमागे 'पॉलिसिस्टिक ओव्हरी सिंड्रोम' (पीसीओएस) हीदेखील एक शक्यता असू शकते. 'पीसीओएस' ही हार्मोन्सशी संबंधित समस्या आहे. या स्थितीत शरीरातील हार्मोन्सचे संतुलन बिघडू शकते. त्याचबरोबर इन्सुलिनची पातळीही वाढू शकते. परिणामी त्वचेवर काळसर आणि काही वेळा मखमलीसारखे दिसणारे जाड डाग तयार होऊ शकतात. अशा प्रकारचे डाग मधुमेह किंवा 'इन्सुलिन रेजिस्टन्स'मध्येही दिसू शकतात.

कोपर काळे पडले, तर काय करायचे?

कोपरावर काळसर डाग दिसले म्हणून लगेच घाबरण्याची गरज नाही. प्रत्येक काळा डाग एखाद्या गंभीर आजारामुळेच होतो असे नाही; मात्र त्वचा सतत काळी आणि जाड होत असेल किंवा त्यासोबत शरीरात इतर बदलही जाणवत असतील, तर केवळ स्क्रब किंवा क्रीम वापरून समस्या लपवण्यापेक्षा त्यामागचे कारण समजून घेणे महत्त्वाचे आहे.

अल्सर सतावतोय?



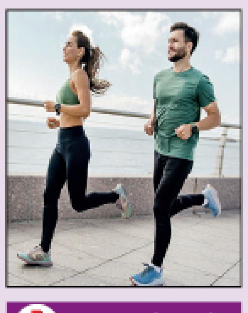
अनेकांना पोटातील अल्सरची समस्या भेडसावते. या अल्सरमुळे पोटात तीव्र वेदना जाणवतात. बरेचदा रुग्णाच्या पोटात घट्टे पडतात. त्यात संसर्ग होऊन बॅक्टेरिया वाढतात. वेळीच लक्ष दिलं नाही तर ही एक गंभीर समस्या बनते. म्हणूनच पोटाचा अल्सर नेमका कशामुळे होतो हे जाणून घेऊन त्यावर उपाययोजना करायला हवी.

व्याधी विकार

* आहारात नियमितपणे मसालेदार पदार्थांचा समावेश असेल तर अधिक प्रमाणात ॲसिडची निर्मिती होते आणि अल्सरची समस्या उद्भवते.
* धूम्रपानाच्या व्यसनामुळे शरीरात घातक रसायनांची निर्मिती होते. ते पोटात गेल्यास अल्सर होऊ शकतो.
* बरेचदा अन्नातून अथवा पाण्यातून पायलोरी नामक बॅक्टेरिया शरीरात प्रवेश करतात. त्यांच्यामुळेही अल्सरची समस्या उत्पन्न होते.
* सतत ताण असल्यासही पोटातील अल्सरचा धोका बळावतो.
* सध्या वेदनाशामकं घेण्याचं प्रमाण वाढलं आहे. पण या औषधांच्या अतिरेकानेही पोटातील अल्सरचा धोका बळावतो.

व्यायाम टाळताय?

सकाळी उठल्यानंतर पहिल्यांदा बाहेर सूर्योदय किंवा प्रसन्न सकाळ न पाहता अनेकदा आपल्या मनात दिवसभराच्या कामाचा विचार येतो. संपूर्ण दिवस कामानं भरलेला असल्याचं जाणवतं आणि मग पुढच्या दिवसाच्या कल्पनेनंच आपण कामं करण्याआधी शिणून जातो. मग वाटतं, या सगळ्या धबडग्यात व्यायामाला कुठून वेळ आणणार? आज राहू दे, बघू उद्यापासून वगैरे... आता खरी चूक या विचारातच दडलेली असते. उद्याचा दिवस असाच असणार हे आपल्याला कुठे तरी नक्कीच माहीत असतं. परंतु तरीही आपल्या अंतर्मनानं व्यायाम टाळण्याची शोधून काढलेली ही युक्ती असते. तसं पाहता ज्याला खरोखरच आरोग्याची काळजी घ्यायची असते, तो व्यायाम करतोच. मग तो कुठेही असो. त्याला तेवढा वेळ काढता येतो. निदान दिवसभराचं काम संपल्यावर आणि रात्रीचं जेवण झाल्यावर तरी तासभर फिरून येता येतं. परंतु त्यावेळी दिवसभराच्या कामाचा डोंगर समोर उभा राहतो आणि आता झोप किंवा टीव्ही पाहणं हाच विश्रांतीचा एकमेव मार्ग असल्यासारखं वाटू लागतं. वास्तविक, यातील टीव्ही पाहणं हे मनोरंजन आहे. ते आवश्यक नाही असं नाही; व्यायामाएवढं ते आवश्यक नसतं. परंतु, आपण त्यासाठी वेळ काढतो. पण व्यायाम किंवा फिरणं टाळतो आणि मग चरबीचे थर अंगावर चढत जातात. मग एवढं वजन काय आजच्या एका दिवसात कमी होणार आहे? त्यापेक्षा एकदा सुरुवात केली की चार-सहा महिन्यांमध्ये वजन कमी करूनच थांबू असा विचार केला जातो. हासुद्धा चुकीचाच विचार. कारण एकदा म्हणजे कधी सुरुवात करायची हे ठरवायचं आपण टाळलेलंच असतं. ही सुरुवात आजच का करू नये, या विचाराकडेही आपण सोयिस्कर दुर्लक्ष करतो.

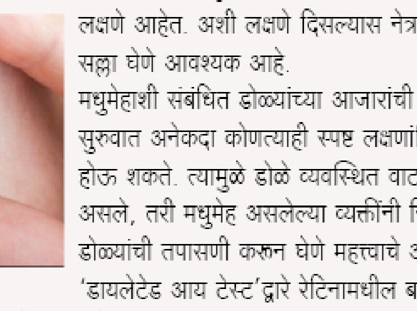


आपण कुठे चुकतो

डोळ्यांतील बदल देतात मधुमेहाचे 'सिग्नल'

चिमधुमेह हा शरीरातील रक्तातील साखरेशी संबंधित आजार असला, तरी त्याचा परिणाम डोळ्यांवरही होऊ शकतो. विशेष म्हणजे, काही वेळा रक्तातील साखरेची पातळी वाढल्याचा परिणाम डोळ्यांवर जाणवू शकतो. त्यामुळे डोळ्यांमध्ये अचानक किंवा वारंवार होणारे बदल दुर्लक्षू नका. डोळ्यांसमोरची दृष्टी अचानक धूसर होणे हे रक्तातील साखरेच्या वाढलेल्या पातळीशी संबंधित असू शकते. रक्तातील ग्लुकोजमध्ये होणाऱ्या बदलांमुळे डोळ्यातील लेन्सवर परिणाम होऊन फोकस करण्यात अडचण येऊ शकते. रक्तातील साखर नियंत्रणात आल्यानंतर काही वेळा ही धूसर दृष्टी सुधारू शकते. कधी स्पष्ट तर कधी धूसर दिसणे, चष्म्याचा नंबर वारंवार बदलल्यासारखे वाटणे किंवा जवळच्या वस्तूंवर लक्ष केंद्रित करण्यात अडचण येणे, हेदेखील काळजीचे लक्षण आहे. मात्र अशा लक्षणांमागे इतर कारणेही असू शकतात. डोळ्यांसमोर काळे डाग, ठिपके किंवा तरंगणाऱ्या रेषा दिसणे याला 'फ्लोटर्स' म्हटले जाते. मधुमेहामुळे डोळ्याच्या मागील भागातील रेटिनामधील रक्तवाहिन्यांना नुकसान होऊन 'डायबेटिक रेटिनोपॅथी' होऊ शकते. या स्थितीत असे बदल दिसू शकतात. प्रकाशाचे फ्लॅश दिसणे, दृष्टीच्या काही भागात काळी किंवा रिकामी जागा जाणवणे, रंग ओळखण्यात अडचण येणे किंवा दृष्टी कमी होणे हीदेखील संभाव्य लक्षणे आहेत. अशी लक्षणे दिसल्यास नेत्रतज्ज्ञांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.

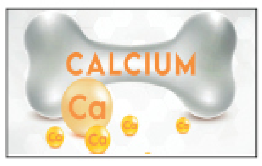
सावध व्हा



मधुमेहाशी संबंधित डोळ्यांच्या आजारांची सुरुवात अनेकदा कोणत्याही स्पष्ट लक्षणांशिवाय होऊ शकते. त्यामुळे डोळे व्यवस्थित वाटत असले, तरी मधुमेह असलेल्या व्यक्तींनी नियमित डोळ्यांची तपासणी करून घेणे महत्त्वाचे आहे. 'डायलेटेड आय टेस्ट'द्वारे रेटिनामधील बदल लवकर ओळखता येतात.

आरोग्यभान

कॅल्शियमची कमतरता असल्यास...



आता चुकीच्या जीवनशैलीचे परिणाम आपल्या आरोग्यावर होऊ लागले आहेत. आहारातल्या बदलांमुळे कमी वयात विविध आजारांना निमंत्रण मिळत आहे. हाडांच्या आरोग्यासाठी कॅल्शियम गरजेचं असतं. कॅल्शियमच्या कमतरतेमुळे हाडं ठिसूळ होऊ लागली आहेत. मात्र काही पदार्थांच्या सेवनामुळे शरीराला आवश्यक तेवढं कॅल्शियम मिळत नाही. शीतपेयांमधल्या कार्बन डाय ऑक्साइड आणि फॉस्फरसमुळे हाडं ठिसूळ होतात. शरीरात कॅल्शियम योग्य प्रकारे शोषलं जात नाही. यासह चॉकलेटमधल्या काही घटकांमुळेही शरीरातल्या कॅल्शियमचं प्रमाण कमी होतं.

आहारात मिठाचं प्रमाण मर्यादित असायला हवं. मिठातल्या सोडियममुळे शरीरातलं कॅल्शियम मूत्रावाटे बाहेर निघून जातं. म्हणूनच मिठाचं प्रमाण कमी ठेवण्याचा सल्ला दिला जातो. चहा-कॉफीचं अतिसेवनही शरीरासाठी घातक आहे. यातल्या कॅफेनमुळे शरीरातलं कॅल्शियम नष्ट होऊ लागतं.

जाणून घ्या

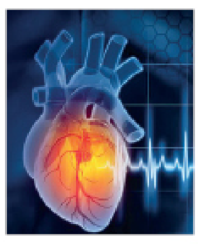
स्पाँडिलायसिस सतावतोय?

सध्या स्पाँडिलायसिसचं प्रमाण वेगाने वाढत आहे. एके काळी प्रौढांना होणारा हा आजार आता तरुणांना विळख्यात घेत आहे. १०० पैकी एका तरुणाला आज स्पाँडिलायसिस आहे. त्यातही पुरुषांना हा त्रास होण्याची शक्यता जास्त असते. बैठी जीवनशैली, बसण्याच्या, झोपण्याच्या चुकीच्या पद्धती, पोषक आहाराची कमतरता, व्यायामाचा अभाव ही स्पाँडिलायसिसची कारणं आहेत. आयुर्वेदिक उपायांनी हा विकार नियंत्रणात ठेवता येईल. स्पाँडिलायसिसच्या रुग्णांनी आम्ल म्हणजे आंबट तसंच कशाय पदार्थ खाऊ नयेत. लाल मांस, आंबट फळं असे अतिआम्लयुक्त पदार्थ टाळायला हवेत. बटाट्यांमुळे शरीरात वात दोष निर्माण होतो यामुळे हाडांचं नुकसान होऊ शकतं.

स्पाँडिलायसिसमुळे जडणाऱ्या बद्धकोष्ठतेला कारक ठरणारे पदार्थ रुग्णांनी टाळायला हवेत. बद्धकोष्ठतेमुळे मानेतल्या वेदनांचं प्रमाण वाढतं तसंच मानेतले स्नायू आखडतात. गायीचं तूप वातशामक असतं.

हृदयारोग्य

'हार्ट फेल्युअर'चा मोठा धोका



भारतात मधुमेहानंतर हृदयरोगाचा धोका सर्वाधिक मानला जातो. मधुमेहामध्ये रुग्णाचे एकाएकी प्राण जाण्याची शक्यता कमी किंवा अगदीच नगण्य असते. मात्र हृदयरोगामध्ये हृदयविकाराचा झटका येऊन रुग्णाचे प्राण तडकाफडकीही जाऊ शकतात. विशेषत: 'हार्ट फेल्युअर'मध्ये रुग्णाचे प्राण जाण्याची शक्यता अधिक असते. त्यामुळे हृदयरोग, त्यातही 'हार्ट फेल्युअर' अधिक गंभीर मानला जातो. पण डॉक्टरांच्या मते 'हार्ट फेल्युअर' म्हणजे जीवनाचा अंत हे समीकरण आता बदलू लागलं आहे. 'हार्ट फेल्युअर'मध्ये रुग्णाच्या हृदयाचे स्नायू हळूहळू कमकुवत होत जातात आणि संपूर्ण शरीराला लागणाऱ्या रक्ताचा पुरवठा करण्यास असक्षम ठरतात. या व्याधीच्या सुरुवातीला शरीराचा रक्तपुरवठा वाढवण्यासाठी हृदय विशेष प्रयत्न करून स्वत:चा आकार वाढवतं आणि अधिक जोरात आकुंचन पावतं. याची परिणती हृदयाचा आकार वाढण्यात होते. या अवस्थेला 'एन्लार्ज्ड हार्ट' असं म्हटलं जातं. यात हृदयाच्या आकुंचन पावणाऱ्या स्नायूंचा आकार वाढतो आणि एकूणच स्नायूंचं वजनही वाढतं.

भानुदास कोतकर यांचे हृदयविकाराने निधन

(पान १ वरुन)

नगर तालुका काँग्रेसचे अध्यक्ष आणि अहिल्यानगर शहर जिल्हा काँग्रेसचे अध्यक्ष, महाराष्ट्र गृहनिर्माण विकास मंडळाचे संचालक, महापालिकेचे नगरसेवक, काँग्रेसचे गटनेते म्हणून त्यांनी जबाबदाऱ्या सांभाळल्या. त्यांनी १९९२ मध्ये चास गटातून जिल्हा परिषदेची निवडणूक लढविली होती. तसेच पूर्वीच्या नगर-नेवासा मतदार संघातून १९९९ ची विधानसभा निवडणूकही लढविली होती. जिल्हा सहकारी बँकेचे ते ५ वर्षे संचालकही होते.

केडगावमध्ये त्यांनी भैरवनाथ एज्युकेशन सोसायटीची स्थापना करून त्या माध्यमातून भाग्योदय विद्यालय सुरु केले. सरपंच आणि नगरसेवक असताना त्यांनी केडगावमध्ये विविध विकासकामे करून केडगावचा चेहरा मोहरा बदलला, केडगाव साठी स्वतंत्र पाणी पुरवठा योजना शासनदरबारी पाठपुरावा करून मंजूर करून आणली व ती पूर्णही केली. राजकारणासोबतच उद्योग क्षेत्रातही त्यांनी योगदान दिले. ते संदीप उद्योग समूहाचे संस्थापक होते. हॉटेल संदीप नावाने केडगावसह पुणे येथे त्यांनी हॉटेलची साखळी निर्माण करत त्या माध्यमातून खाद्यसंस्कृती मध्येही लौकिक मिळविला. नुकतेच त्यांनी २ हेलिकॉप्टर खरेदी करून एव्हिएशन क्षेत्रातही प्रवेश केला होता. धार्मिक क्षेत्रातही त्यांचे मोठे योगदान राहिले. केडगाव मध्ये विविध मंदिरांचा जीर्णोद्धार त्यांनी केला. या शिवाय पंढरपूर येथे वारकरी भवन इमारत उभारून पंढरीच्या वारीला जाणाऱ्या वारकऱ्यांची सोय केली. केडगाव बरोबरच नगर तालुक्याच्या ग्रामीण भागातही त्यांनी विविध विकास कामे केली होती.

बाजार समितीच्या विकासात महत्त्वपूर्ण योगदान

कृषी उत्पन्न बाजार समितीच्या नूतनीकरणात आणि विकासकामांमध्ये भानुदास कोतकर यांनी महत्त्वाची भूमिका बजावली होती. शेतकऱ्यांना कृषी मालाच्या विक्रीसाठी अधिक चांगल्या सुविधा उपलब्ध व्हाव्यात, या दृष्टीने त्यांनी प्रयत्न केले. त्यांच्या पुढाकारातून नगर तालुक्यातील नेप्ती उपबाजार समितीची निर्मिती करण्यात आली. कांदा विक्रीसाठी नेप्ती उपबाजार समितीचा देशात लौकिक वाढविला. तसेच चिचोंडी पाटील येथेही उपबाजार समितीसाठी त्यांच्याच कारकिर्दीत जागा घेऊन ठेवण्यात आली आहे. या कामांतून कृषी क्षेत्रातील पायाभूत सुविधांबाबतची त्यांची भूमिका अधोरेखित होते.

राजकीय आणि सामाजिक क्षेत्रातही महत्त्वाचे स्थान

अहिल्यानगर महानगरपालिकेचे माजी महापौर संदीप कोतकर यांचे ते वडील, तर माजी उपमहापौर सुवर्णा कोतकर यांचे सासरे होते. दिवंगत माजी मंत्री शिवाजीराव कर्डिले आणि दिवंगत माजी आमदार अरुणकाका जगताप यांचे ते व्याही होते. त्यांचे दिवंगत मुख्यमंत्री विलासराव देशमुख, काँग्रेसचे तत्कालीन प्रदेशाध्यक्ष दिवंगत गोविंदराव आदिक, माजी मंत्री बाळासाहेब थोरात यांच्याशी घनिष्ठ संबंध होते.

तिन्ही व्याह्यांचे दीड वर्षात निधन

नगर शहर व जिल्ह्याच्या राजकारणात प्रभाव टाकणाऱ्या कर्डिले, जगताप, कोतकर या तीनही व्याह्यांचे दीड वर्षातच निधन झाले आहे. २ मे २०२५ रोजी माजी आमदार अरूण जगताप यांचे निधन झाले. त्यानंतर सहा महिन्यातच म्हणजे १७ ऑक्टोबर २०२५ रोजी माजीमंत्री शिवाजीराव कर्डिले यांचे निधन झाले. तर आज २४ ऑक्टोबर २०२६ रोजी भानुदास कोतकर यांचे निधन झाले. हे तिघेही एकमेकांचे व्याही होते. कै. कर्डिले यांची एक मुलगी कै. जगताप यांचे चिरंजीव आमदार संग्राम जगताप यांची पत्नी आहे, तर एक मुलगी कोतकर यांचे चिरंजीव, माजी महापौर संदीप कोतकर यांची पत्नी आहे. तर, कै. कोतकर यांची मुलगी कै. जगताप यांचे मोठे चिरंजीव व नुकतेच जिल्हा बँकेत बिनविरोध संचालक झालेले सचिन जगताप यांची पत्नी आहे. या तिन्ही व्याह्यांचे दीड वर्षातच एकापाठोपाठ निधन झाले. त्यामुळे या तिन्ही कुटुंबांना व त्यांच्या समर्थकांना मोठा धक्का बसला आहे.

भानुदास कोतकर यांच्या कारकीर्दीचा संक्षिप्त आढावा

सरपंच - ग्रामपंचायत, केडगाव १९८७ ते १९९२

उपसभापती - पंचायत समिती, अ.नगर १९९५ ते १९९७

सभापती- पंचायत समिती, अ. नगर १९९७ ते १९९८

संचालक- कृषी उत्पन्न बाजार समिती, अहमदनगर १९९९ ते २००४

नगर-नेवासा मतदार संघातून विधानसभेची निवडणूक १९९९

संचालक- महाराष्ट्र गृहनिर्माण विकास मंडळ (म्हाडा) २००२

अध्यक्ष - नगर तालुका काँग्रेस (आय), अहमदनगर १९९९ ते २००२

प्रभारी अध्यक्ष- नगर शहर काँग्रेस (आय), अहमदनगर २००२ ते २००७

संचालक- अहमदनगर जिल्हा सहकारी बँक, अहमदनगर २००३ ते २००८

नगरसेवक - महानगरपालिका, अहमदनगर २००५ ते २०१०

अध्यक्ष- शहर जिल्हा काँग्रेस (आय) २००६ ते २०११

सभापती- कृषी उत्पन्न बाजार समिती, अहमदनगर २००८ ते २०११

नगरसेवक- महानगरपालिका, अहमदनगर २००८ ते २०१३

संचालक- मुंबई कृषी उत्पन्न बाजार समिती, वाशी २००९

गटनेते - अहमदनगर महानगरपालिका २०१०

अध्यक्ष- अहमदनगर जिल्हा शहर काँग्रेस कमिटी २०११ ते २०१६

संचालक- कृषी उत्पन्न बाजार समिती, अहमदनगर २०११ ते २०१६

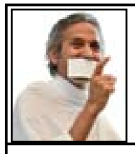
अध्यक्ष - भैरवनाथ एज्युकेशन सोसायटी, केडगांव १९९०

अध्यक्ष - भैरवनाथ देवस्थान ट्रस्ट, केडगांव १९९१

अध्यक्ष संस्थापक- भैरवनाथ नागरी पतसंस्था, केडगांव

उपाध्यक्ष - जिल्हा सायकल असोसिएशन, महाराष्ट्र

अध्यक्ष- संजय गांधी निराधार योजना २००१



गुरुवाणी - ९०
श्रद्धा जागृती

प्रश्न काय विचारता यापेक्षा प्रश्न कसे विचारता हे महत्त्वाचे असते. आपल्या आत संशयाचे नाही, श्रद्धा, भक्तीचे नगर हवे. कोणत्या नगरात राहायचे हे आपण निश्चित करायचे असते. श्रद्धेची सुरक्षा करणे आवश्यक आहे. जगात सगळ्यात जास्त शत्रू प्रेमाचे, श्रद्धेचे आहेत. श्रद्धा तोडण्याचा प्रयत्न कायम होत असतो. पाश्चात्त्य शिक्षण पद्धतीने आपल्या श्रद्धांविषयी संशय निर्माण करून त्या समाप्त केल्या. आज श्रद्धा जागृत करण्याची गरज आहे. तीर्थंकर वाणी प्रती श्रद्धा जागृत करणे हेच उत्तराध्ययन सूत्राचे प्रयोजन आहे. इंद्र आणि नमि यांच्यातील संवादातून श्रद्धेचे पैलू उलगडतात.. नमि म्हणतात, अनास्था निर्माण करणारा मास्टरमाईंड कोण आहे? त्याला पकडले पाहिजे. इंद्र नमिचा अहंकार जागृत करण्याचा प्रयत्न करतो. पण नमि म्हणतात, स्वतःला जिंकाल तर क्रोध, अहंकार, लोभ यांना वश करण्याची गरज उरणार नाही. स्वतःला जिंकणे हीच सर्वात मोठी जीत असते. इंद्राला कळते, नमि अहंकाराच्या चक्रव्यूहात सुद्धा येत नाही. तो नमिला कर्मकांडात गुंतवण्याचा प्रयत्न करतो. पण नमि सांगतात, संयमी जीवनच सर्व काही आहे जीवनात असंयम असेल तर कितीही दान दिले तरी उपयोग नाही. संयमासाठी दीक्षाच कशाला घेतली पाहिजे? नमि म्हणतात, 'तपस्येत श्रद्धा भाव नसेल तर तिचा उपयोग नाही'. कितीही द्या मन कधी समाधानी राहत नाही. 'दिल मांगे मोअर' अशी मनाची अवस्था असते. अखेर इंद्रदेव ब्राह्मणाचा वेष सोडून मूळ रूपात येतो. त्याचे प्रश्न संपले आणि भक्तीचे गीत सुरू झाले. निर्वाण कल्याणकावेळी परमात्म्याने धर्मसभेला वेळेचा प्रमाद न करण्याचा सल्ला दिला. इंद्रभूती गौतमला तीर्थंकरांनी एकच गोष्ट ३६ वेगवेगळ्या पद्धतींनी सांगितली. तीर्थंकरांनी १४ हजार साधूंना दीक्षा दिली पण केवळ ७०० साधूच मोक्ष गतीत गेले. पण इंद्रभूती गौतमने ज्यांना ज्यांना दीक्षा दिली त्या सगळ्यांनाच मोक्ष प्राप्त झाली. तो एखाद्याला दीक्षा देऊन तीर्थंकरांकडे घेऊन जायचा तेव्हा रस्त्यातच दीक्षा घेणाऱ्याला केवल ज्ञान प्राप्त व्हायचे. यामुळे गौतमच्या मनात पिडा निर्माण झाली, मी प्रभूंच्या निकट असूनही मला केवल ज्ञान मिळत नाही. तीर्थंकर सांगतात, तू मला सोड, तुला लगेच केवल ज्ञान प्राप्त होईल. तेव्हा इंद्रभूती गौतम म्हणतात, 'हे शक्य नाही. माझ्याकडे तुम्ही आहात, मला इतर कशाची गरज नाही'. स्वतःमधील श्रेष्ठ शोधून स्वतःला आणि दुसऱ्यांनाही श्रेष्ठ करा.

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

केडगावमध्ये जुन्या वाहन विक्री व्यवहाराच्या वादातून तरुणाचे अपहरण करून डांबून ठेवत केली मारहाण

नगर - केडगाव बायपास परिसरातून जुन्या गाड्यांच्या खरेदी-विक्रीचा व्यवसाय करणाऱ्या एका २५ वर्षीय तरुणाचे गाड्यांच्या व्यवहाराच्या वादातून अपहरण केल्याची घटना समोर आली आहे. आरोपींनी तरुणाला बळजबरीने स्कॉर्पियो गाडीत डांबून पुणे आणि मुळशी परिसरात नेले, तिथे त्याला पट्ट्याने व उसाच्या टिपऱ्याने बेदम मारहाण करत गंभीर दुखापत केली. या प्रकरणी कोतवाली पोलीस ठाण्यात तिघांच्या विरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबत प्रज्वल सूर्यभान झावरे (वय २५, रा. बोंद्रे, ता. पारनेर) यांनी २३ ऑक्टोबर रोजी फिर्याद दिली आहे. फिर्यादी हे जुन्या गाड्यांच्या खरेदी-विक्रीचा दलालीचा व्यवसाय करतात. त्यांनी युवराज रामचंद्र शेलार (रा. उरवडे, मुळशी, जि. पुणे) या व्यक्तीच्या ८ गाड्यांची विक्री करून दिली होती. १८ ऑक्टोबर रोजी दुपारी १.४५ च्या सुमारास फिर्यादी प्रज्वल झावरे हे के-९ हॉटेल, केडगाव बायपास येथून सर्व्हिस रोडने केडगावला जात असताना काळ्या रंगाच्या स्कॉर्पियो गाडीतून आलेल्या युवराज शेलार, त्याचा भाऊ आणि पुतण्याने त्यांना अडवले.

आरोपींनी प्रज्वल यांना पकडून लाथाबुक्क्यांनी मारहाण केली आणि बळजबरीने स्कॉर्पियो गाडीत डांबून त्यांचे अपहरण केले. तसेच त्यांचा मोबाईल काढून घेत स्वीच ऑफ केला. त्यानंतर त्यांना न्हावरे फाटा, हडपसर आणि नंतर मुळशी येथील एका हॉटेलमध्ये नेऊन कमरेच्या पट्ट्याने व उसाच्या टिपऱ्याने संपूर्ण शरीरावर आणि डोक्यात, हाता-पायावर बेदम मारहाण केली. 'माझ्या विकलेल्या गाड्या परत आणून दे,' असे म्हणत आरोपींनी त्यांना डांबून ठेवले होते.

दुसऱ्या दिवशी १९ ऑक्टोबर रोजी आरोपी त्यांना वाकड येथील कार्यालयात घेऊन गेले, जिथे नंतर वाकड पोलीस पोहोचले आणि त्यांनी तरुणाची सुटका करून त्याच्या घरच्यांना माहिती दिली. त्यानंतर प्रज्वल यांना नगरला आणून प्रथमतः सिव्हिल हॉस्पिटलमध्ये आणि खाजगी हॉस्पिटलमध्ये उपचारासाठी दाखल करण्यात आले. त्यांनी उपचार घेत असताना दिलेल्या जबाबा वरून पोलिसांनी २३ ऑक्टोबर रोजी आरोपी युवराज शेलारसह तिघांच्या विरुद्ध गुन्हा दाखल केला आहे. पुढील तपास सपोनि. कुणाल सपकाळ करत आहेत.

अहमदनगर जिल्हा इमारत व इतर बांधकाम कामगार संघटनाच्यावतीने २६ ऑक्टोबरपासून अकोले ते मुंबई बांधकाम कामगारांचा 'लॉग मार्च'

नगर - बांधकाम कामगार मंडळाकडून नोदणीकृत बांधकाम कामगारांना मिळणारे अर्थसहाय्य आणि कल्याणकारी योजनांचे लाभ बंद झाल्याने कामगारांमध्ये नाराजी व्यक्त होत आहे. बंद केलेले सर्व लाभ पुन्हा सुरु करावेत यासह विविध मागण्यासाठी कामगार नेते डॉ. अजित नवले यांच्या नेतृत्वाखाली २६ ऑक्टोबर रोजी अकोले ते मुंबई असा चारचाकी वाहनांचा मोर्चा काढण्यात येणार आहे. यामध्ये सामील होण्याचे संघटनेचे कार्याध्यक्ष अविनाश घुले यांनी सांगितले आहे.

दुष्काळी परिस्थितीमध्ये या बांधकाम कामगार मजुरांना पाण्या अभावी काम मिळणे मुश्किल झाले आहे. या परिस्थितीत शासनाने कामगारांच्या पाठीशी खंबीरपणे उभे राहण्या ऐवजी चालू असलेल्या सर्व आर्थिक लाभाच्या योजना बंद ठेवल्या आहेत, शासनाने बंद केलेल्या सर्व आर्थिक लाभाच्या योजना पुन्हा सुरु कराव्यात. त्याचबरोबर संघटनेने मागील आंदोलनातून मिळविलेली आरोग्य विमा योजना पुन्हा सुरू करावी या प्रमुख मागण्या बरोबरच दुष्काळी परिस्थितीत वीस हजार रुपये दिवाळी भेट कामगारांना मिळावी तसेच घरकुलासाठी पाच लाख रुपये अनुदान व ६० वर्षानंतर विनाअट ५००० प्रतिमाह निवृत्ती वेतन देण्यात यावे, त्याचबरोबर शिक्षणासाठी देण्यात येणारे अर्थसहाय्य पूर्वीप्रमाणेच चालू ठेवावे, अशा विविध स्वरूपातील मागण्यांची पूर्तता करण्यासाठी अकोले ते मुंबई व्हेहीकल मार्च (वाहन मोर्चा) मध्ये आमची संघटना सामील होणार असून बांधकाम कामगारांनी आपल्या न्याय हक्क मागणीसाठी सामील होण्याचे आवाहन संघटनेचे सरचिटणीस नंदू डहाणे व अध्यक्ष कॉ. बाबा आरगडे यांनी केले आहे.

VISHWABHARATI ACADEMY'S
COLLEGE OF PHARMACY, AHIYANAGAR
(Approved by PCI, New Delhi, DTE Mumbai & Dr. Babasaheb Ambedkar Technological University, Lonere)
SAROLA BADDI, JAMKHED ROAD, AHMEDNAGAR - 414 201
Contact no 7030900709 / 7030900706

ADMISSION NOTIFICATION 2026 - 2027

INSTITUTE CODE 05506

Applications are invited from eligible candidates for First Year B. Pharmacy & First Year D. Pharmacy 2026-27 Course Against Vacant Seats after Centralized Admission Process (CAP) 2026-27.

Course Offered

Sr.No	Course Name	Course Code
1.	B. Pharmacy	0550682310
2.	D. Pharmacy	550682310

Admission Schedule

Sr. No.	Activity	Activity schedule
1.	Issue of Forms & Submission	25/10/2026 To 26/10/2026
2.	Display of Merit List	27/10/2026
3.	Admission Round and Confirmation	28/10/2026

Venue :- Hall No. 01, Admission Cell, Vishwabharati Academy's College of Pharmacy, Ahilyanagar.
Time : 09.00 am to 04.00 pm
Asha
Principal

आयएमएस संस्थेच्या एमबीए विद्यार्थ्यांनी अकोळनेर येथील इंडियन ऑइल प्रकल्पाला भेट दिली.

आयएमएस संस्थेच्या विद्यार्थ्यांची इंडियन ऑईल प्रकल्पाला भेट

नगर - बीपीएचई सोसायटीच्या इन्स्टिट्यूट ऑफ मॅनेजमेंट स्टडीज, करिअर डेव्हलपमेंट अॅण्ड रिसर्च येथील एमबीए द्वितीय वर्षाच्या विद्यार्थ्यांसाठी फायनान्स क्लबच्या वतीने अकोळनेर येथील इंडियन ऑईल प्रकल्पाला औद्योगिक भेट आयोजित करण्यात आली होती. या भेटीत एकूण ३८ विद्यार्थ्यांनी सहभाग घेतला.

विद्यार्थ्यांना औद्योगिक कामकाजाचा प्रत्यक्ष अनुभव मिळावा, तसेच वर्गातील सैद्धांतिक ज्ञानाचा प्रत्यक्ष औद्योगिक कार्यपद्धतीशी संबंध जोडता यावा, हा या भेटीचा मुख्य उद्देश होता. या भेटीदरम्यान इंडियन ऑइलच्या अधिकाऱ्यांनी विद्यार्थ्यांचे स्वागत करून प्रकल्पाची रचना, कामकाज आणि विविध कार्यप्रक्रियांची माहिती दिली. विद्यार्थ्यांना औद्योगिक वातावरण, कामाच्या ठिकाणची शिस्त, सुरक्षिततेचे नियम, विविध विभागांमधील समन्वय आणि मोठ्या संस्थेतील व्यवस्थापन पद्धती यांविषयी प्रत्यक्ष माहिती मिळाली. तसेच, उद्योगातील व्यावसायिक शिस्त, सांघिक कार्य आणि प्रभावी व्यवस्थापनाचे महत्त्वही विद्यार्थ्यांना समजले.

या भेटीचे समन्वयन प्रा. पूनम तिवारी यांनी केले. त्यांच्यासमवेत प्रा. साक्षी मध्यान आणि डॉ. राहुल खंडेलवाल उपस्थित होते. विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करून प्रकल्पाच्या कामकाजाची माहिती दिल्याबद्दल अक्षय ओसवाल आणि सुश्री शिखा शर्मा यांचे आभार मानण्यात आले. इंडियन ऑइलच्या संपूर्ण टीमने केलेले स्वागत, आदरातिथ्य आणि उत्तम नियोजन यांमुळे ही भेट विद्यार्थ्यांसाठी माहितीपूर्ण, आनंददायी आणि संस्मरणीय ठरली. या औद्योगिक भेटीमुळे विद्यार्थ्यांना प्रत्यक्ष उद्योगातील कार्यपद्धती समजून घेण्याची संधी मिळाली. तसेच, शैक्षणिक ज्ञान आणि औद्योगिक व्यवहार यांची सांगड घालण्यास मदत झाली.

सावेडी उपनगरात पाण्याचा अपव्यय

बेजबाबदार नागरिकांवर दंडात्मक कारवाई करा

नगर - चालू वर्षात पावसाने ओढ दिल्याने आगामी काळात शहराला भीषण पाणीटंचाईला सामोरे जावे लागण्याची शक्यता निर्माण झाली आहे. एकीकडे पाणी बचतीचे संदेश केवळ सोशल मीडियावर फिरत असताना प्रत्यक्ष अंमलबजावणी मात्र शून्य असल्याचे दुर्दैवी चित्र आहे. शुक्रवारी दुपारी मुळा धरणातून पाणीपुरवठा करणारी मुख्य जलवाहिनी फुटल्यामुळे लाखो लिटर पाणी वाया गेले, ज्याचा थेट फटका शनिवारी शहरातील पाणीपुरवठ्याला बसला. असे असतानाही दुसरीकडे सावेडी उपनगरात मात्र पाण्याची बिनदिक्कत उधळपट्टी सुरू असल्याचे पाहायला मिळाले. शनिवारी सकाळी गुलमोहर रस्त्यावरील कवीजंगनगर भागातील एका बंगल्याचा पोर्च धुण्यासाठी पाण्याचा अतोनात अपव्यय करण्यात आला. रस्त्यावर पाण्याचे तळे साचले तरीही ही स्वच्छता सुरूच होती.

सावेडी उपनगरातील गुलमोहर रस्त्यावरील कवीजंगनगर भागात पाण्याचा अपव्यय होत असून रस्त्यावर पाण्याचे तळे साचल्याने नागरिकांनी संताप व्यक्त केला. (छाया - विजय मते)

गेल्या आठवड्यात सासरनगर येथे मनपा आयुक्तांनी पाणी वाया घालवणाऱ्यांवर ५ हजार रुपयांची दंडात्मक कारवाई केली होती. त्याच धर्तीवर अशा बेजबाबदारपणे पाणी उधळणाऱ्या नागरिकांवर महापालिकेने कठोर दंडात्मक कारवाई करावी, अशी मागणी जोर धरत आहे. कडक कारवाई केल्याशिवाय नागरिक सुधारणार नाहीत आणि भविष्यातील पाणीटंचाईचे भीषण संकट टाळायचे असेल तर प्रत्येक नागरिकाने पाणी बचत करणे हे आपले कर्तव्य मानले पाहिजे. त्यामुळे मनपा प्रशासनाने तात्काळ ठोस पावले उचलून पाणी वाया घालवणाऱ्यांवर कारवाई करावी, असा सूर नागरिकांमधून उमटत आहे.

राजस्थानातील ऐतिहासिक मानगढ धामला राष्ट्रीय स्मारक घोषित करा : जनजाती कल्याण आश्रमची जिल्हाधिकाऱ्यांकडे मागणी

नगर - राजस्थान मधील बांसवाडा जिल्ह्यातील ऐतिहासिक मानगढ धामला राष्ट्रीय स्मारक घोषित करण्याची मागणी अहिल्यानगर जिल्हा जनजाती कल्याण आश्रमच्या पदाधिकाऱ्यांच्या शिष्टमंडळाने केली आहे. जिल्हाधिकारी डॉ.पंकज आशिया यांना याबाबतचे निवेदन जनजाती कल्याण आश्रमचे जिल्हाध्यक्ष अरविंद पारगावकर, प्रांत पदाधिकारी विशारद पेटकर व डॉ.निळकंठ ठाकरे यांच्यासह जनजाती समजतील नागरिकांनी दिले आहे.

निवेदनात नमूद केले आहे की, देशाच्या स्वतंत्र संग्रामात जनजाती समाजाचा मोठा सहभाग आहे. लाखोंनी त्यात बलिदान दिले आहे. १९१३ साली गोविंद गुरु यांनी इंग्रजांच्या विरोधात राजस्थान जिल्ह्यातील मानगढ धाम येथे भिल्ल समाजातील हजारो नागरिकांसह मोठे आंदोलन केले होते. या आंदोलनावर इंग्रजांनी अमानुषपणे बेछूट गोळीबार करत तब्बल १५०० हून भिल्ल समजतील क्रांतिकारी नागरिकांची हत्या केली होती. जालियानवाला बाग पेक्षाही ही घटना मोठी आहे. देशाच्या स्वतंत्र संग्रामाच्या संबंधित सर्व स्थाने व घटना या राष्ट्रीय स्मारक म्हणून घोषित झाल्या आहेत. मात्र ऐतिहासिक असलेले मानगढ धाम हे स्थळ देशाला स्वातंत्र्य मिळून ८० वर्षांनीही दुर्लक्षित राहिले आहे. देशासाठी बलिदान दिलेल्या जनजाती समाजातील हजारो नागरिकांच्या सन्मानार्थ ऐतिहासिक मानगढ धामला राष्ट्रीय स्मारक घोषिक करावे. अशी मागणी करण्यात आली आहे.

यावेळी जनजाती कल्याण आश्रमचे नगर दक्षिण संघटन मंत्री हरीजीत माळी, नगर उत्तर संघटन मंत्री नितीन माळी, संदीप गायकवाड, पारनेर तालुकाप्रमुख संजय पवार, श्रीरामपूर तालुकाप्रमुख रमेश सोनवणे व नगर तालुका प्रमुख अर्जुन माळी उपस्थित होते.

यंदाची सुवर्णखरेदी, भरघोस फायद्याची..

दिवाळी धमाका ऑफर

₹999/-* प्रतीग्रॅम मजुरी (22 कॅरेट सर्व दागिन्यांची)

+

₹111/-* चांदी चक्र फ्री (प्रतीग्रॅम सोने खरेदीवर)

सोनेखरेदीवर लकी ड्रॉ कुपनव्दारे
11 एलईडी टिव्ही (43") जिंकण्याची सुसंधी*
(प्रती एक ग्रॅम एक लकी कुपन.)

ऑफर कालावधी – 11 ऑक्टोबर 2026 ते 30 डिसेंबर 2026 पर्यंत वैध

चंदुकाका ज्वेल्स

शॉप नंबर 2/3, साई मिडास टच, नगर-मनमाड रोड, सावेडी, अहिल्यानगर 9272422001/02

बुधवार चालु

Conditions Apply*

- शॉप विकणे -

अहिल्यानगरमधील पाईपलाईन रोडवरील नामदेव चौक येथील ६५० स्क्वे. फुटाचे शॉप विकणे आहे.

9823057980

घर विकणे

रो–हौसिंग घर विकणे

निर्मलनगर, गाडेकर चौक, मेनरोड लगतची रेनावीकर स्लॅब चाळ,

8329370500
9422233007

भाड्याने देणे

1RK व 1BHK फ्लॅट भाड्याने देणे आहे.

महालक्ष्मी प्रॉपर्टी
पत्ता : पाईपलाइन रोड टच सावेडी, अहिल्यानगर

9881941696
7218237883

दुमजली घर विकणे

बालिकाश्रम रोड लक्ष्मीमाता मंदीर जवळ तुलसीपार्क समोर जाधवमळा
संपर्क– ५ ते ८
(एजंट क्षमस्व)

9730292394

घर विकणे

1RK घर विकणे आहे

प्लॉट एरिया ६२१ स्क्वे. फुट, बिल्ड अप ३८० स्क्वे. फुट

पत्ता– गणेश नगर, शंकर महाराज मठाजवळ, नगर–कल्याण रोड

8329252794
9527566833

बंगला विकणे

३००० स्क्वे. फुट प्लॉट बांधकाम, ५००० स्क्वे. फुट ३ मजली लक्झरियस वेल फर्निचर+ 8KG सोलर पीओपी फर्निचर, किचन ट्रॉली, प्रशस्त पार्किंग, 3BHK चे २ फ्लॅट, 2BHK चा एक फ्लॅट ॲटच टेरेज, कॉमन टेरेस अशी ३ लक्झरीयस फ्लॅट

पत्ता– स्वामी कृपा बंगला गुरुकृपा कॉलनी, जैन स्थानकशेजारी, अदिनाथ अपार्टमेंट शेजारी, सावेडी अहिल्यानगर

9657665466

पाहिजे/भाड्याने देणे

वॉशिंग सेंटर साठी मुले पाहिजे

कल्याण रोड नेप्ती हॉटेल

गोडाऊन साठी जागा भाड्याने देणे आहे

9272722323

लॉ–सीईटी संडे बॅचसाठी रजिस्टर केले आहे काय?
नसल्यास आजच करा!

LAW CET & CLAT 2026

Sunday Batches

For more details contact

7517245777
7841045777

२५ वे पुण्यस्मरण

स्व.सौ.कुसुमबाई शिवशंकर राठोड

स्व.अश्विन नवरात्र पौर्णिमा २००१

अस्वस्थ होतयं मन
अजूनही येते आठवण...आई तुझ्या कर्तृत्वाचा सुगंध
दररोज दरवळत राहो
हीच ईश्वरचरणी प्रार्थना भावपूर्ण श्रद्धांजली

दुःखांकित

संजय कुसुमबाई शिवशंकर राठोड
महेंद्र, नरेंद्र (मुलगा)
सुरज, सावन, स्वप्निल, गणेश, निखिल, (नातु)
स्वरित, देवांश, शुभ, सौम्या (पणतू)

न्यू प्रभात बेकर्स ॲण्ड फूड प्रॉडक्टस् सावेडी, अहिल्यानगर

चाहिए

अहिल्यानगर शहर और एमआयडीसी के लिए
सिक्युरिटी गार्ड व हाऊस किंपीग चाहिए
(महिला / पुरुष)

6386633129
7020839133

ड्रायव्हर पाहिजे

जितो गाडीसाठी लायसन्स धारक, निर्व्यसनी अनुभवी MIDC येथे ड्रायव्हर पाहिजे

वयोमर्यादा ३० वर्षा पर्यंत

9028240036

HIRING

Female Teachers/ Helper/Mavshi for Preschool.
Location: Gulmohar Road, Savedi, Ahilyanagar

9028026502

TheraGen Rehab Centre
Door to Holistic Healing!

- पाहिजेत -

रिसेप्शनिस्ट – १ जागा

पात्रता – इंग्रजी, मराठी व हिंदी भाषेचे ज्ञान आणि MS Word व Excel चे बेसिक ज्ञान आवश्यक.

पत्ता: थेराजेन रिहॅब सेंटर, सॉलिटेअर बिझनेस हब, चितळे रोड, अहिल्यानगर.

डॉ. तुलसी गुजराथी:7498352931

साकेश्वर ग्रामिण विकास सेवा संस्थेचे
आडसूळ एज्युकेशनल कॅम्पस्
चास, चास–निंबळक बायपास रोड, ता. जि. अहिल्यानगर

मुलांच्या व मुलींच्या वसतीगृहामधील कॅन्टीन व मेस चालविण्यासाठी

कंत्राटदार नेमणे आहे

संस्थेचे सुसज्ज कॅन्टीन व मेस व्यवसायीक तत्वावर चालविण्यासाठी अनुभवी, कुशल केटरर्स / कॅन्टीन चालकांकडून अर्ज मागविण्यात येत आहेत.

कॅन्टीनचे व मेसचे ठिकाण -	आडसूळ एज्युकेशनल कॅम्पस्, चास, ता. जि. अहिल्यानगर.
विद्यार्थी संख्या अंदाजे -	विद्यार्थी व कर्मचारी मिळून १४००
उपलब्ध सुविधा -	पाणी, वीज, फर्निचर.

कॅन्टीन व मेस चालविण्याचा किमान २ ते ३ वर्षांचा अनुभव आवश्यक, खाद्यपदार्थांचा दर्जा, चव आणि स्वच्छता राखणे बंधनकारक राहील. शासकीय नियमानुसार फुड परवना (FSSAI) असणे आवश्यक

महत्वाची सूचना : इच्छुक व्यक्तींनी कॅन्टीन व मेस चालविण्यासाठीचे विहीत नमुन्यातील अर्ज आडसूळ एज्युकेशनल कॅम्पस्, चास, अहिल्यानगर येथील रिसेप्शन काउंटरवरून प्राप्त करून घ्यावेत. सदर अर्ज पुर्णपणे भरून, आवश्यक कागदपत्रांसह व दरपत्रकासह (कोटेशन) **दि. ३१ ऑक्टोबर २०२६** पर्यंत महाविद्यालयात जमा करणे अनिवार्य राहील. निर्धारित मुदतीनंतर प्राप्त होणाऱ्या अर्जाचा विचार केला जाणार नाही.

अधिक माहितीसाठी संपर्क : 98 50 23 55 53

चेअरमन,
साकेश्वर ग्रामिण विकास सेवा संस्था, चास, अहिल्यनगर

पाहिजेत

पाईपलाईन रोडवरील सागर हॉटेलजवळील मेडिकल दुकानात काम करण्यासाठी (बी.फार्म/डी.फार्म) मेडिकल लायसन्स असणारी मुलगा/मुलगी पाहिजे.

9422221921

पाहिजेत

ड्रायव्हर जागा–२
(एक्स सर्विस मॅनला प्राधान्य)

सेल्समन जागा–१

साईनाथ इंडस्ट्रीज
शहापूर

9011137513

आस्था वधू–वर केंद्र

आस्था वधु–वर केंद्र, वर्ष २४
वधु गुजराती, वय ३०, बीएससी घटस्फोटीत, वधु रजपुत वय ३३ बीए, ब्युटीशियन अपेक्षा उच्च आंतरजातीय सुस्थिती, जैन, गुजराती, माहेश्वरी, ब्राम्हण, मराठा, माळी, असंख्य जाती धर्माची कमी अधिक शिकलेली स्थळे प्रत्यक्ष बघण्याची व्यवस्था मध्यस्थी महाराष्ट्रातील स्थळे–

सौ. साधना मिसाळ
गुजरगल्ली, शनिचौक

9881602044

HAPPY Diwali

Light up the festivities with timeless style

THE Raymond SHOP

Custom Tailoring | Ready-to-Wear | Accessories

GALAXY

अहिल्यानगर

शॉप नं. २५८८, लोकसेवा हॉटेल जवळ, एम्. जी. रोड, कापडबाजार. ☎ ०२४१–२९९१६६०
शॉप नं. १ ते ३, ग्राऊंड फ्लोअर, माऊली संकुल, झोपडी कॅन्टीन जवळ, सावेडी. ☎ ०२४१–३३५३०९२

केडगावचे भाग्यविधाते

केडगावचे छत्र हरपले

स्व.भानुदासजी कोतकर

ज्यांनी जीवाला जीव दिला, ज्यांनी आपुलकीने सर्वांना आधार दिला, अशा माणसाला आज आपण मुकलो.ही हानी कधीही भरुन न येणारी आहे..

आदरणीय भाऊंना
भावपूर्ण श्रध्दांजली!

: दुःखांकित :

अतूल पोपटलाल शिंगवी व शिंगवी परिवार
अरिहंत कन्स्ट्रक्शन । अतूल मेडिकल
शिंगवी मेडिकल । फिरोदिया मेडिकल