

महत्त्वाचे

सिगारेटच्या वादातून हत्या; बाप-लेकास पोलीस कोठडी

सिडको । सिगारेट जादा किमतीत का विकतो, या कारणावरून झालेल्या वादातून टपरी चालकाने काठीच्या प्रहाराने ग्राहकाचा खून केल्याची घटना राजे संभाजी स्टेडियम मागील परिसरात घडली. या प्रकरणी टपरी चालक आणि त्याच्या मुलाला पोलिसांनी अटक केली असून सात एप्रिलपर्यंत पोलीस कोठडी सुनावण्यात आली आहे. घटनास्थळी मिळालेल्या माहितीनुसार, मृत व्यक्ती मद्यधुंद अवस्थेत टपरीवर आला आणि सिगारेटच्या किमतीवरून वाद घालू लागला. त्याने टपरीतील साहित्याची नासधूस केल्याने संतप्त झालेल्या टपरी चालकाने काठीने जोरदार मारहाण केली, ज्यामुळे ग्राहक गंभीर जखमी झाला. त्याला रुग्णालयात नेले असता उपचारादरम्यान त्याचा मृत्यू झाला. पोलिसांनी घटनास्थळावरून गुन्हात वापरलेली काठी जप्त केली असून आरोपींना न्यायालयासमोर हजर केले असता सात एप्रिलपर्यंत पोलीस कोठडी सुनावण्यात आली आहे. या घटनेमुळे परिसरात खळबळ माजली असून पोलिसांकडून अधिक तपास सुरू आहे.

भरवस येथे भागवतकथा कार्यक्रमाचे ध्वजारोहण

विंचूर । भरवस, ता. निफाड येथील द्वारकाधिश सेवा संस्था ट्रस्ट, श्रीकृष्ण मंदिराचे संचालक, सर्वेसर्वा पुजनीय प.पू.प.महंत श्री मयंकराज बाबा पंजाबी (अध्यक्ष महानुभाव परिषद, नाशिक) यांनी सुप्रसिद्ध आदरणीय प.पू.प.महंत चिरडे बाबा यांच्या सुमधुर वाणीमधून “संगीतमय भागवत कथा” या कार्यक्रमाचे दि.७ ते दि.१३ एप्रिल असे एकूण सात दिवस सायंकाळी ७ ते रात्री १० या वेळेत “संगीतमय भागवत कथा” कार्यक्रमाचे आयोजन केलेले आहे. “साडे तीन मुहूर्तांपैकी एक मुहूर्त” असलेल्या “गुडीपाडवा” या नवीन वर्षाच्या शुभमुहूर्तावर “ध्वजपूजन आणि ध्वज उभारणे” हा उद्घाटन कार्यक्रम आयोजित केलेला होता. त्यानिमित्त या कार्यक्रमाची रूपरेषा आणि सूत्रसंचालन समाधान पाटील (ग्रामपंचायत अधिकारी) थुप प्रा.पं.भरवस (मानोरी खु)हे करणार आहे. या कार्यक्रमासाठी आवश्यक पोलिस निरीक्षक भास्कर शिंदे, प.पू.प.महंत प्रेममुनी बाबा, चेतन बाबा, लोकनेते सहकारी बँक लासलगावचे सर्वेसर्वा नानासाहेब पाटील, भरवस गावचे पो.पाटील विलास चौधरी, प्रा.पं.उपसरपंच संपत जाधव, प्रा.पं.सदस्य धर्मराज जाधव, पांडुरंग जाधव, पाचोरे गावचे भूमिपुत्र तानाजीराव आंधळे, विजय वावधाने, किशोर गीते, बंडू पठाडे, पवार तसेच आजूबाजूच्या गावातून या कार्यक्रमासाठी हजर असलेले उपदेशी, अनुयायी व इतर जेष्ठ-श्रेष्ठ मंडळी आदी उपस्थित होते.

मूल होत नसल्याने विवाहितेचा छळ;

नाशिक । मूल होत नसल्याच्या कारणावरून पती, सासू व वीर हे सगनमताने शारीरिक व मानसिक छळ करीत होते. हा सासरचा छळ असढ झाल्याने महिलेने गळफास घेत आत्महत्या केल्याची घटना घडली. पोलिसांच्या माहितीनुसार व पुण्या संजय परदेशी (४८, रा. सातारा खंडोबा, जि. छत्रपती संभाजीनगर) यांच्या फिर्यादीनुसार, विवाहितेने सोमवारी (दि.३१) राहत्या घरी गळफास घेत आत्महत्या केली. परदेशी यांची मुसली कोमल हिचा २०१९ मध्ये संशयित सचिन मुंडावरे याच्याशी विवाह झाला होता. २०१९ ते २०२५ या दरम्यान तिला मूल होत नसल्याच्या कारणावरून तिचा शारीरिक व मानसिक छळ केला जात होता. त्यास कंटाळून तिने आत्महत्या केल्याची तक्रार असून, सचिन मोहन मुंडावरे, मनीषा मोहन मुंडावरे, कल्पेश मोहन मुंडावरे (सर्व रा. एकदंतनगर, उत्तमनगर, सिडको) यांनी तिला प्रवृत्त केल्याचे तक्रारीत म्हटले आहे. कोमल सचिन मुंडावरे (२५) असे मृत विवाहितेचे नाव आहे. तक्रारीनुसार त्यानुसार अंबड पोलीसात संशयितांविरोधात आत्महत्येस प्रवृत्त केल्या-प्रकरणी गुन्हा दाखल केला आहे. पुढील तपास महिला उपनिरीक्षक उंडे या तपास करीत आहेत.

महिलेची आत्महत्येची घटना; उपचारादरम्यान मृत्यू

सिडको । अंबड येथे राहणाऱ्या एका महिलेने स्वतःला जाळून घेतल्याची धक्कादायक घटना उघडकीस आली आहे. वर्षाबाई गोकुळ पाटील (४१), रा. माऊली लॉन्स यांनी दि. ११ मार्च २०२५ रोजी अंबड येथील आपल्या राहत्या घरी स्वतःला पेटवून घेतले. या घटनेत त्या गंभीररित्या भाजल्या गेल्या होत्या. प्राथमिक उपचारासाठी त्यांना तातडीने नाशिकच्या सरकारी रुग्णालयात दाखल करण्यात आले. त्यानंतर पुढील उपचारासाठी त्यांना चाळीसगावच्या देवरे हॉस्पिटलमध्ये हलविण्यात आले. मात्र प्रकृती अधिकच बिघडल्याने त्यांना छत्रपती संभाजीनगर येथील घाटी रुग्णालयात दाखल करण्यात आले होते. रुग्णालयात उपचार सुरू असतानाच दि. १९ मार्च २०२५ रोजी संध्याकाळी ६:३० वाजता त्यांचा मृत्यू झाला. या घटनेची नोंद बेरामपुरा पोलीस ठाण्यात करण्यात आली होती. पुढील तपास व वरिष्ठ अधिकाऱ्यांच्या आदेशानुसार अंबड पोलीस ठाण्यात अकस्मात मृत्यूची नोंद करण्यात आली आहे. या घटनेमागील कारण अद्याप स्पष्ट झालेले नाही. पोलिसांनी तपास सुरू केला असून अधिक माहिती पुढे येण्याची शक्यता आहे.

निकृष्ट दर्जाच्या रस्त्याच्या कामामुळे नागरिकांमध्ये संताप; तपासणीची मागणी

थातूरमातूर पद्धतीने सुरू असलेले हेच ते वीस कोटींचे सिमेंट काँक्रीटीकरण रस्त्याचे काम



कोट्यावधी रुपये खर्च करून हा रस्ता होणार आहे. मात्र या रस्त्याला कुठल्याही प्रकारची गुणवत्ता नाही. निकृष्ट दर्जाचे काम सुरू आहे. महापालिका आयुक्तांनी संबंधित ठेकेदाराला काळ्या यादीत टाकले पाहिजे. ठेकेदारावर कारवाई करणे आवश्यक आहे.

– सुमित शर्मा, सामाजिक कार्यकर्ते

सिडको । आयटीआय पुल ते वावरे नगरदरम्यान सिमेंट काँक्रीट रस्त्याचे काम सुरू असले तरी त्याच्या दर्जाबाबत मोठे प्रश्न निर्माण झाले आहेत. अत्यंत हलक्या प्रतीच्या साहित्याचा वापर, अपूर्ण तांत्रिक प्रक्रिया आणि गुणवत्तेची तपासणी न केल्याने या रस्त्याचे आयुष्य अल्प ठरण्याची भीती व्यक्त केली जात आहे. यामुळे संतप्त नागरिकांनी थर्ड पार्टी ऑडिट आणि तपासणीची मागणी केली आहे.

रस्त्याच्या बांधकामात सुरुवातीचे ग्रेड एक व ग्रेड दोनचे काम झाले असले, तरी आवश्यक असलेला डब्ल्यू एम एन टप्पा केला गेलेला नाही. हे मजबूत तळ रस्ता तयार करण्यासाठी महत्वाचे असते, मात्र ठेकेदाराने हा टप्पा वगळल्याचे समोर येत आहे. मोठ्या रोड रोलरऐवजी लहान रोड रोलरचा वापर करून खडी दाबण्यात आल्याने रस्त्याला आवश्यक मजबुती मिळालेली नाही.

या मार्गावर मोठ्या प्रमाणात वाहतूक असते. मात्र, प्रशासनाने हेवी स्टीलचा वापर न करता कमी दर्जाचे साहित्य वापरले आहे. त्यामुळे काही महिन्यांतच हा रस्ता खराब होण्याची शक्यता वर्तवली जात आहे. स्थानिक नागरिकांनी आणि तज्ज्ञांनी हे दर्जाहीन काम उघडकीस आणत तत्काळ कारवाईची मागणी केली आहे. या रस्त्याचे काम दोन वर्षांच्या



कालावधीत पूर्ण होण्याचे नियोजन होते. मात्र, निर्धारित वेळेच्या आधीच काम आटोपण्याची घाई ठेकेदार व प्रशासन करत आहे. यामुळे आवश्यक गुणवत्ता नियंत्रणाच्या प्रक्रियांकडे दुर्लक्ष होत आहे. प्रॉपर सोलिंग, मजबुतीकरण आणि अंतिम टप्प्यातील फिनिशिंगच्या कामांमध्ये मोठ्या प्रमाणावर चुटी आढळून आल्या आहेत. कामगारांकडून नियोजनबद्ध पद्धतीने काम करून घेण्याऐवजी



वेळ वाचवण्यासाठी अर्धवट आणि नियमबाह्य पद्धतीने रस्ता तयार केला जात आहे. नागरिकांच्या मते, ही घाई एका मोठ्या गैरव्यवहाराचा भाग असू शकते. निकृष्ट दर्जाच्या या कामामुळे नागरिकांमध्ये तीव्र नाराजी पसरली असून त्यांनी नगरविकास विभाग, महापालिका आणि सार्वजनिक बांधकाम विभागाकडे तक्रारी केल्या आहेत. संबंधित अधिकाऱ्यांवर कारवाई व्हावी, तसेच या रस्त्याचे थर्ड पार्टी

इन्स्पेक्शन तातडीने करण्यात यावे, अशी मागणी होत आहे.

जर त्वरित उपाययोजना केल्या नाहीत, तर नागरिक आंदोलन करण्यास मागे हटणार नाहीत, असा इशारा देण्यात आला आहे. प्रशासन आणि संबंधित ठेकेदारांनी याची गंभीर दखल घेतली नाही, तर या निकृष्ट कामाची चौकशी करून जबाबदार अधिकाऱ्यांवर कठोर कारवाई करावी, अशी जोरदार मागणी होत आहे.

कांदा पिकात सिलिकॉन ठरतेय वरदान

(राम सुरसे यांजकडून)

वावी । सध्याच्या वातावरणात खूप बदल होत आहे. कधी खूप उन्हाचा तडाखा तर खूपच कमी प्रमाणात थंडी, यामुळे कांदा पिकाला पाहिजे असलेले पोषक वातावरण तयार होत नाही. आणि त्यात म्हणजे तणनाशकांचा अतिरेक वापर याचा परिणाम पिकाच्या वाढीवर होत असतो.पिकांवर अनेकसर्पिक ताण येतो त्यामुळे पिकाची वाढ खुंटली जाते. म्हणून अशात सिलिकॉनचा वापर केला जातो.

सिलिकॉन हा एक दुय्यम अन्नघटक आहे. फार महत्त्वाचा अन्नघटक असून सध्या त्याच्याकडे दुर्लक्ष होत आहे, म्हणजे दुर्लक्षित आहे. दुय्यम घटकांमध्ये कॅल्शियम, मॅग्नेशियम, गंधक (Sulfur) चौथा घटक म्हणजे सिलिकॉन होय,हा घटक दोन्ही प्रकारांत म्हणजे फवारणी आणि जमिनीतून देता येतो.आपण इतर अन्नघटक देत असतो,परंतु सिलिकॉन हा घटक सहजासहजी देत नाही.त्यामुळे आपण भरपूर फायद्यांना मुक्तो,जसे की सिलिकॉन हे एक पिकावर येणारा ताण (ट्रेस)कमी करणारा एजंट आहे.

पिकावर बऱ्याच कारणांमुळे ताण येतो, जसे की वातावरणातील

सिलिकॉनचा वापर करताना सुरुवातीला लागवडीच्या वेळी जमिनीमध्ये दाणेदार (गोळीचा आकार) स्वरूपात असते ४०-५०kg एकरी याप्रमाणे इतर खतांमध्ये मिसळून टाकावे. नंतर कांद्याची मुळे जसजशी मोठी होतील तसतसे सिलिकॉन कांद्याला लागू होईल. फवारणी करताना २५ ते ३० दिवसांनी एकदा ४५-५० दिवस आणि ८० ते ९० दिवसांनी फवारणी करावी. तसेच कांद्याला ठिबक सिंचन असेल तर ठिबक मधून पाण्यातून ३०-४०दिवसांनी सोडावे तसेच ८० ते ९० दिवसांनी एकदा सोडावे असे केल्याने कांद्याची गुणवत्ता सुधारते, परिणामी उत्पादन वाढते, आणि साठवण केल्यावर चाळीतील कांद्याचे आयुष्य वाढते. त्यामुळे सिलिकॉनचा वापर हा प्रत्येक पिकांमध्ये योग्य वेळी केला गेला पाहिजे.



महाराष्ट्र शासन शेतीनिष्ठ शेतकरी पुरस्कार प्राप्त शेतकरी, मोह, (सिवर)

बदल, हवामान बदल, पाण्याची कमी,तणनाशकांची फवारणी, कीड, रोग, मावा, तसेच फवारणीतून औषधांचे प्रमाण कमी जास्त झाले तरीही कांद्यावर ताण येतो आणि हा ताण आला की पिकांची वाढ खुंटते, पाने खुजी होतात. पाने गोळा होतात. झाडे स्तब्ध होऊन जातात. यांच्याकरिता आपण योग्य प्रमाणात सिलिकॉन वापरले तर पिकावर भरणार फायद्यांना मुक्तो,जसे की सिलिकॉन हे एक पिकावर येणारा ताण (ट्रेस)कमी करणारा एजंट आहे.

सिलिकॉनचा दुसरा आणि मुख्य फायदा म्हणजे पाण्याची बचत होते,पानांद्वारे बाष्पीभवन होत असते.

तेव्हा आपण पिकाला कांद्याला सिलिकॉन फवारले अथवा जमिनीतून पाण्याबद्दारे दिले तर होणारे बाष्पीभवन कमी होईल, मुळावर बारीक थर तयार होऊन उन्हापासून संरक्षण होईल आणि कांदा पोसायला मदत होईल.

तसेच सिलिकॉन वापरल्याने कांद्याच्या पानांची रूंदी वाढते पानांची जाडी वाढते,पान रफ होते असे आपण म्हणतो,त्याने करपा सारखे रोग येणार नाही, तसेच पान रफ झाल्याने फुलकीडे, रसशोषक किडे कांद्याच्या पार्श्यावर नुकसान करणार नाही.नुकसानील अटकाव होते.

आंतरविद्यापीठ कर्मचारी क्रिकेट स्पर्धेसाठी मुक्त विद्यापीठाचा संघ खाना



नाशिक । महाराष्ट्र राज्य आंतरविद्यापीठ कर्मचारी कुलगुरू चषक टी – २० क्रिकेट २०२५ स्पर्धेत यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठाचा संघ सहभागी होत आहे. त्यासाठी हा संघ खाना झाला.

दि. ३ ते ०८ एप्रिल दरम्यान नागपूर येथील महाराष्ट्र पशु व मत्स्य विज्ञान विद्यापीठ येथे ही स्पर्धा होत आहे. त्यासाठी विद्यापीठाचे मा. कुलगुरू संजीव सोनवणे यांच्या मार्गदर्शनाखाली विद्यापीठाचा १६ सदस्यीय संघ स्पर्धेसाठी खाना झाला. यावेळी विद्यापीठाचे कुलसचिव दिलीप भरड, वित्त अधिकारी डॉ. गोविंद कतलकुटे,

विद्यार्थी कल्याण व बहिःशाल केंद्राचे प्रमुख डॉ. दयाराम पवार यांची प्रमुख उपस्थिती होती. कुठलाही मैदाना खेळ हा मनुष्यास शारीरिक तंदुरुस्ती सोबत उत्साही व चैतन्यदायी ठेवत असतो. स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या विद्यापीठ कर्मचारी यांनी या स्पर्धेत आपला सर्वोत्कृष्ट खेळ प्रदर्शित करावा आणि खेळाचा आनंद देखील लुटवा, असे आवाहन कुलगुरू प्रा. संजीव सोनवणे यांनी याप्रसंगी केले.

सदर स्पर्धेसाठी विद्यापीठ क्रिकेट संघ कर्णधार म्हणून श्री. मिलिंद ठाकरे (आस्थापना कक्ष) तर उपकर्णधार म्हणून

रामदास गुंबाडे (वित्त विभाग) यांची निवड करण्यात आली आहे. उर्वरित संघात लक्ष्मण शेंडे (परोक्षा विभाग), योगेश जाधव, देविदास जाधव व विजय शार्दूल (ग्रंथनिमिती केंद्र), निखिल शिंदे, संदीप भागवत व विनोद भडके (कृषि विज्ञान केंद्र), निवृत्ती अहिरे (सेवा सुविधा कक्ष), राजू खरपडे व अभिषेक देशमुख (बांधकाम व देखभाल कक्ष), दिगंबर गाडे (आरोग्य विज्ञान विद्याशाखा), दीपक जाधव (कृषि विज्ञान विद्याशाखा), संघ व्यवस्थापक-मंगेश पवार व प्रशिक्षक- सिध्दांत टाक (विद्यार्थी कल्याण बहिःशाल केंद्र) यांचा समावेश आहे.

मविप्रच्या शाळांमध्ये ‘फिरती विज्ञान प्रयोगशाळा’

मविप्र माजी विद्यार्थी संघटनेचा उपक्रम : २० हजार विद्यार्थ्यांपर्यंत पोहोचणार



नाशिक । मराठा विद्या प्रसारक समाज माजी विद्यार्थी संघटनेच्या प्रयत्नांतून आणि नेहरू विज्ञान प्रयोगशाळा (बस) नाशिकमध्ये दाखल झाली आहे.

गुरुवारी (दि.३) गंगापूर रोडवरील होरायझन अकॅडमी (आयसीएसई) येथे मविप्र संस्थेचे संचालक अॅड. लक्ष्मण लांडगे यांच्या हस्ते या उपक्रमाचे उद्घाटन झाले. यावेळी शाळेच्या प्राचार्या डॉ. निधी मिश्रा, विज्ञान शिक्षिका रेश्मा आळते आणि शिक्षक व शिक्षकेतर कर्मचारी उपस्थित होते. ही फिरती विज्ञान प्रयोगशाळा मराठा विद्या प्रसारक समाजाच्या जिल्हाभरातील १५ शाळांना भेट देणार आहे. सुमारे २ हजार किलोमीटरचा प्रवास करून २० हजार विद्यार्थ्यांपर्यंत विज्ञान प्रदर्शन पोहोचवण्याचा या उपक्रमाचा उद्देश आहे. या प्रयोगशाळेत इयत्ता ८ वी ते १० वीच्या विज्ञान अभ्यासक्रमावर आधारित गती, गुरुत्वाकर्षण, विद्युत, चालकता, जागतिक दिनदर्शिका आणि इतर अनेक विषयांवर २४ सहभागी प्रदर्शने आहेत.

अशी आहे ‘फिरती विज्ञान प्रयोगशाळा

एका बसमध्ये ‘फिरती विज्ञान प्रयोगशाळा’ तयार करण्यात आली असून, यामध्ये विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाच्या विविध विषयांवर आधारित २४ सहभागी प्रदर्शने आहेत. ग्रामीण भागात विज्ञान पोहोचवण्याचा ‘एनसीएसएम’चा प्रयत्न आहे. ज्या विद्यार्थ्यांना विज्ञान केंद्रांना भेट देणे शक्य नाही, त्यांच्यासाठी ही ‘फिरती प्रयोगशाळा’ उपयुक्त असून, विद्यार्थ्यांना प्रत्यक्ष प्रयोगांद्वारे विज्ञान शिकण्याची संधी मिळणार आहे. हा उपक्रम विद्यार्थ्यांसाठी विज्ञान आणि तंत्रज्ञानातील आवड वाढविण्यासाठी उपयुक्त ठरेल, असा विश्वास मविप्र माजी विद्यार्थी संघटनेने व्यक्त केला आहे. या उपक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी सर्व शाळांनी सहकार्य करावे, असे आवाहन करण्यात आले आहे.

५ व ६ एप्रिलला नाशिककरांना संधी

येत्या ५ आणि ६ एप्रिलला ही ‘फिरती विज्ञान प्रयोगशाळा’ पाहण्याची संधी मविप्र माजी विद्यार्थी संघटनेने नाशिककरांसाठी उपलब्ध करून दिली आहे. शनिवारी आणि रविवारी ही बस, मविप्र संस्थेच्या गंगापूर रोडवरील उदाजी महाराज शैक्षणिक वारसा संग्रहालयाच्या प्रांगणात असणार आहे.

➤ महत्वाचे

न्यू मराठा हायस्कूलमध्ये डॉ. पवार यांना अभिवादन

नाशिक । मराठा विद्या प्रसारक समाजाच्या न्यू मराठा हायस्कूलमध्ये कर्मवीर डॉ. वसंतराव पवार यांची जयंती साजरी करण्यात आली. अध्यक्षस्थानी मुख्यध्यापक ज्ञानेश्वर शिंदे होते. व्यासपीठावर जेष्ठ शिक्षक उपस्थित होते. कार्यक्रमाची सुरुवात प्रतिमा पूजनाने करण्यात आली. व्यासपीठावरील मान्यवरांच्या हस्ते कर्मवीर डॉ. वसंतराव पवार यांच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले. अनुजा तिडके, तेजल उंबरकर यांनी मनोगत व्यक्त केले. ऋतिका पाटील, देवेशी चौधरी यांनी सूत्रसंचालन केले. रूपाली शेडगे यांनी फलक लेखन केले. वैष्णवी गोरे हिने आभार मानले. कार्यक्रम यशस्वीतेसाठी सर्व शिक्षक बंधू व भगिनी यांचे मोलाचे सहकार्य लाभले.

गायकवाड यांना समाजरत्न पुरस्कार

देवळाली कॅम्प । शहरातील सामाजिक कार्यात मोलाचे योगदान देणारे रवींद्र गायकवाड यांना समाजरत्न पुरस्कार प्रदान करण्यात आला. हा पुरस्कार त्यांच्या समाजहितासाठी केलेल्या



उल्लेखनीय कार्याची दखल घेऊन देण्यात आला आहे. देवळाली कॅम्प, शिंगवे बहुला या भागातील तरुणांसाठी विविध सामाजिक उपक्रम राबविणारे गायकवाड यांनी शिक्षण, आरोग्य आणि गरजूंसाठी मदत या सारख्या क्षेत्रांत मोठे कार्य केले आहे. त्यांच्या या योगदानाची दखल घेत त्यांना हा मानाचा पुरस्कार देण्यात आला. विविध सामाजिक उपक्रमांतून समाजातील वंचित घटकांना मदतीचा हात देणाऱ्या गायकवाड यांचे कार्य प्रशंसनीय असल्याचे मत या वेळी व्यक्त करण्यात आले. पुरस्कार मिळाल्याने गायकवाड यांनी आपल्या भावना व्यक्त करताना सांगितले की, हा पुरस्कार माझ्या कार्याला मिळालेली पोचपावती असून, यामुळे समाजासाठी अधिक उत्साहाने कार्य करण्याची प्रेरणा मिळेल. या सोहळ्याला अनेक मान्यवर, सामाजिक कार्यकर्ते, स्थानिक नागरिक आणि हितचिंतक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

मविप्र वास्तुकला**महाविद्यालयाचा डंका!**

नाशिक । सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठातर्फे आयोजित 'स्टार्टअप ऑलिम्पियाड २०२५' स्पर्धेत राज्यभरातून आलेल्या ४०० प्रवेशिकांपैकी मविप्र संचलित आर्किटेक्चर महाविद्यालयाने सादर केलेल्या 'ओनियन स्टोरेज सिस्टिम' या मॉडेलची अंतिम सहा संघामध्ये निवड झाली आहे. विद्यापीठातर्फे महाविद्यालयाला पारितोषिकाचा धनादेश सुपूर्द करण्यात आला. सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठाच्या सेंटर फॉर इनोव्हेशन, इन्क्यूबेशन व एंटरप्राइज यांच्यातर्फे महाविद्यालय स्तरावर 'स्टार्टअप ऑलिम्पियाड २०२५' ही स्पर्धा आयोजित करण्यात आली होती. या स्पर्धेसाठी राज्यभरातून ४०० पेक्षा जास्त संघांनी सहभाग घेत नावीन्यपूर्ण मॉडेलस सादर केले होते. यापैकी निवडक २६ संघांच्या मॉडेलसची निवड करण्यात आली. या २६ संघांनी तज्ज्ञांसमोर आपल्या मॉडेलसबद्दल प्रत्यक्ष सादरीकरण केले. त्यातून मविप्र आर्किटेक्चर महाविद्यालयाच्या प्रॉडक्ट अँड डिझाइन या विभागातील पाच विद्यार्थ्यांनी सादर केलेल्या 'ओनियन स्टोरेज सिस्टिम' अर्थात, कांदा साठवणूकसंदर्भातील उपकरणाची अंतिम सहामध्ये निवड करण्यात आली. शेतकऱ्यांच्या दृष्टीने अत्यंत नाविन्यपूर्ण आणि त्यांना आर्थिकदृष्ट्या परवडणारे असे हे उपकरण कांदा साठवणुकीसाठी फायदेशीर ठरू शकते, असा विश्वास व्यक्त करण्यात आला.

मनावर नियंत्रण ठेवल्यास शारीरिक आजार नियंत्रित : डॉ. आशर शेख

नाशिक । मनुष्याच्या विचारांनुसार त्यांना आजार होतात व ते बरेही होतात. प्रत्येक आजारामागे मन असते. मन बदलले, विचार बदलले की त्याचा शरीरावर परिणाम होतो. सर्व आजार मानसिक विकारांशी संबंधित आहेत. मनावर नियंत्रण ठेवल्यास शारीरिक आजार नियंत्रित राहतात, असे प्रतिपादन केटीएचएमचे माजी विद्यार्थी, प्रमुख व्याख्याते आणि प्रसिद्ध होमिओपॅथीतज्ज्ञ डॉ. आशर शेख यांनी केले. केटीएचएम महाविद्यालयात आयोजित 'होमिओपॅथी उपचार व महत्त्व' या विषयावरील व्याख्यानात ते बोलत होते. अध्यक्षस्थानी मविप्रचे सरचिटणीस अॅड. नितीन ठाकरे होते. महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. एस. एस. काळे यांनी प्रास्ताविक केले. उपप्राचार्य तथा सेवक संचालक डॉ. एस. के. शिंदे यांनी डॉ. आशर शेख यांचा परिचय करून दिला. यावेळी विज्ञान विभागप्रमुख किरण रेडगावकर, कला विभागप्रमुख रामनाथ पवार, वाणिज्य विभागप्रमुख दिलीप गावले, एन. बी. कुपटे उपस्थित होते. डॉ. आशर शेख म्हणाले, प्रत्येक आजाराचा परिणाम मेंदू, मान व शरीरावर होतो. ताणतणावांचा विचारानेवर परिणाम दिसून येतो. आपल्या विचारांनी आपले आजार बरे होतात. दरोज सकाळी थंड पाण्याने ओंघोळ करा. व्यायाम, अनवाणी चालण्याने अनेक आजार बरे होतात. आजार का होतात आणि बरे कसे होतात, याची उदाहरणे त्यांनी दिली.

पुणे विद्यापीठ नाशिक उपकेंद्र आणि नासिक पोलीस आयुक्तालयाच्या संयुक्त विद्यमाने**कुंभमेळा नियोजनाबाबत बैठक****वर्क फोर्सचा कुंभमेळ्याच्या नियोजनामध्ये उपयोग करणे**

नाशिक । सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ नाशिक उपकेंद्र आणि नासिक पोलीस आयुक्तालय यांच्या संयुक्त विद्यमाने मराठा विद्या प्रसारक समाज संस्थेच्या आय. एम. आर. टी. या व्यवस्थापन महाविद्यालयांमध्ये कुंभमेळा २०२७ विषयक नियोजनाबाबत सभा संपन्न झाली.

या सभेमध्ये नासिक शहर व परिसरातील तसेच तालुक्यातील महाविद्यालयांचे प्राचार्य, विद्यार्थी कल्याण अधिकारी, एन एस एस व एन सी सी समन्वयक यांची सभा संपन्न झाली. या सभेला पोलीस आयुक्त संदीप कर्णिक यांनी संबोधित केले. पुणे विद्यापीठातर्फे प्र. कुलसूरु डॉ. पराग काळकर यांनी पुणे विद्यापीठाची

भूमिका मांडली. तसेच एम व्ही पी संस्थेचे सरचिटणीस नितीन ठाकरे यांनी अध्यक्षीय मनोगत व्यक्त केले. यावेळी विद्यापीठ व्यवस्थापन परिषद सदस्य सागर वैद्य यांनी मार्गदर्शन केले. या सभेचा मुख्य हेतू म्हणजे नासिक मध्ये २०२७ मध्ये होऊ घातलेला कुंभमेळा याच्या नियोजनामध्ये नासिक मधील २०० पेक्षा जास्त महाविद्यालये व दोन लाखपेक्षा जास्त विद्यार्थी तसेच एनएसएस, राष्ट्रीय छात्रसेना व विद्यार्थी कल्याण मंडळाचे स्वयंसेवक यांना सहभागी करून घेणे हा होता. या सभेला १५००० पेक्षा जास्त आहे. या वर्क फोर्सचा कुंभमेळ्याच्या नियोजनामध्ये उपयोग करणे, त्यामध्ये माहिती व तंत्रज्ञान याचा उपयोग

करणे, वाहतूक व्यवस्था, आरोग्य व्यवस्था, क्राउड कंट्रोल, सुरक्षा, कचरा व्यवस्थापन, बंदोबस्त याबाबत मार्गदर्शन करण्यात आले. यावेळी प्रास्ताविक पर मनोगतात पोलीस विभागाच्या महाविद्यालयाचे प्राचार्य व विद्यार्थ्यांकडून अपेक्षा पोलीस आयुक्त संदीप कर्णिक यांनी मांडल्या. या कार्यक्रमाचे समन्वयक म्हणून डॉ. प्रशांत सूर्यवंशी यांनी काम पाहिले. सूत्रसंचालन प्राचार्य डॉ. विलास देशमुख यांनी केले आणि आभार उपकेंद्राचे उपकुलसचिव श्रीपाद बुरकुले यांनी मानले. यावेळी पोलीस उपायुक्त खांडवी, प्रशांत बच्छाव, सहाय्यक आयुक्त नितीन जाधव उपस्थित होते.

नाशिकमधील 200 पेक्षा जास्त महाविद्यालये व दोन लाखापेक्षा जास्त विद्यार्थी तसेच एनएसएस, राष्ट्रीय छात्रसेना व विद्यार्थी कल्याण मंडळाचे स्वयंसेवकांना सहभागी करून घेणे.

**आंबेडकर जयंतीच्या आयोजनावरून निर्माण झालेला वाद पोलीसांच्या मध्यस्थीने मिटला**

सिडको । सिडको परिसरातील पवन नगर मैदानावर होणाऱ्या डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर जयंतीच्या आयोजनावरून दोन गटांमध्ये निर्माण झालेला वाद अखेर पोलीसांच्या मध्यस्थीने शांततेत मिटवण्यात आला. या निमित्ताने दोन्ही गटांनी संयम राखत एकमेकांना सहकार्य करण्याचे आश्वासन दिल्याने येणारी आंबेडकर जयंती शांततेत आणि उत्साहात साजरी होणार आहे. त्यामुळे परिसरात सौहार्दाचे वातावरण निर्माण झाले असून नागरिकांनी या निर्णयाचे स्वागत केले आहे.

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या जयंती-निमित्त पवन नगर मैदानावर मोठा कार्यक्रम आयोजित करण्यात येतो. यंदच्या वर्षी कार्यक्रमामाच्या नियोजनावरून दोन गटांमध्ये मतभेद झाले. नियोजनातील प्रमुख भूमिका यावरून या दोन गटांमध्ये वाद

निर्माण झाला होता. काही वेळेस हा वाद चांगलाच तीव्र होऊन तो संघर्षाच्या दिशेने जात असल्याचे चित्र होते. गुरुवारी दुपारी अंबड पोलीस ठाण्यात दोन्ही गटांचे प्रमुख व समर्थक मोठ्या संख्येने एकत्र जमले होते. वादाची तीव्रता लक्षात घेता पोलीस प्रशासनाने तत्काळ हस्तक्षेप केला. पोलीस उपायुक्त मोनिका राऊत, पोलीस आयुक्त शेखर देशमुख व वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक राकेश हांडे यांनी या वादात मध्यस्थी करत दोन्ही गटांशी संवाद साधला. सायंकाळी पुन्हा एकदा दोन्ही गट आमनेसामने आले असताना पोलीसांनी संयम आणि प्रसंगावधान राखून शांततेची भूमिका बजावत दोन्ही गटांना समजूतदारपणे समवेत आणले.

या बैठकीत गटांचे प्रमुख संतोष सोनपसारे व मुकेश शहाणे यांनी शांततेने आणि सहकार्याने कार्यक्रम पार पाडण्याचे आश्वासन दिले.

आमच्यातील वाद मिटले असून, यंदाची आंबेडकर जयंती अधिक मोठ्या उत्साहात साजरी केली जाणार आहे," असे मुकेश शहाणे यांनी यावेळी सांगितले. तर संतोष सोनपसारे यांनी देखील, आपण सर्वजण बाबासाहेबांच्या विचारांचे अनुयायी आहोत. त्यांचा संदेश म्हणजे बंधुता, समता आणि न्याय. त्यामुळे वाद न ठेवता आम्ही एकत्र येऊन कार्यक्रम साजरा करू असे स्पष्ट केले. पोलीस प्रशासनाच्या सकारात्मक हस्तक्षेपामुळे दोन्ही गटांमध्ये निर्माण झालेला वाद सामोपचाराने मिटवण्यात आला. त्यामुळे सिडको परिसरात शांततेचे वातावरण कायम राखण्यास मदत झाली आहे. नागरिकांनी दोन्ही गटांचे आणि पोलीस प्रशासनाने अभिन्नदंडन केले आहे. या घटनेतून सामाजिक सौहार्द व सामंजस्याने उत्तम उदाहरण सिडको परिसराने दिले आहे. आंबेडकर जयंतीसारखा महत्वाचा दिन शांततेत साजरा करण्याचा घेतलेला निर्णय निश्चितच अनुकरणीय आहे. यामुळे समाजात सकारात्मक संदेश पोहोचला असून, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या विचारांची खरी शिकवण या निमित्ताने पुढे आली आहे. मुकेश शहाणे, संतोष सोनपसारे, संजय साबळे, सुनील जगताप, विनोद भडोगे, गौरव केदार, विनोद मगर, संजय गांगुर्डे, अनिल आठवले आदी उपस्थित होते.

लॅक्रॉस खेळाची १० एप्रिलला जिल्हा निवड चाचणी

नाशिक । जागतिक ऑलिंपिक संघटनेने लॅक्रॉस या खेळाचा समावेश २०२८ मध्ये लॉस एंजेलिस, कॅलिफोर्निया युनायटेड स्टेट्स येथे होणाऱ्या ऑलिंपिक स्पर्धेत केला आहे. यामुळे हा खेळ खेळण्यासाठी अनेक खेळाडू इच्छुक झाले आहेत. या खेळाडूंना या खेळाची सखोल माहिती मिळावी यासाठी नाशिक येथे गेल्या पाच - सहा महिन्यांपासून प्रयत्न केले जात आहेत.

या खेळामध्ये जास्तीत जास्त खेळाडूंनी सहभागी व्हावे, खेळाडूंना योग्य संधी मिळावी यासाठी लॅक्रॉस असोसिएशन ऑफ नाशिक या संघटनेमार्फत १० एप्रिल २०२५ रोजी स्व. मीनाताई ठाकरे, विभागीय क्रीडा संकुल, हिरावाडी, नाशिक येथे सबज्युनिअर, ज्युनिअर आणि सीनियर गटाच्या मुला / मुलींची

नाशिक जिल्हा संघासाठी निवड चाचणीचे आयोजन केले आहे. सब ज्युनियर गटासाठी खेळाडूंची जन्म तारीख ३० एप्रिल, २००८, ज्युनियर गटासाठी ३० एप्रिल, २००६ किंवा त्यानंतरची असावी.

या निवड चाचणीतून निवड झालेले खेळाडू पुणे येथे १४ आणि १५ एप्रिल २०२५ दरम्यान आयोजित महाराष्ट्र राज्य लॅक्रॉस अजिंक्यपद स्पर्धेत नाशिक जिल्ह्याचे प्रतिनिधित्व करतील. मागील वर्षी डिसेंबर, २०२४ मध्ये सेलू , परभणी येथे झालेल्या राज्य स्पर्धेमध्ये नाशिक जिल्ह्याच्या वरिष्ठ गट पुरुषांच्या संघाने प्रथम क्रमांक पटकाविला होता. त्याबद्दल नाशिक पूर्वचे आमदार अॅड. राहुल ढिकले यांनी खेळाडूंचे अभिनंदन केले होते. यावेळी देखील नाशिक जिल्ह्याचे वर्चस्व कायम राहावे याकरिता

खेळाडूंना प्रोत्साहन देण्यात येत आहे, त्यांना सराव करण्यासाठी मैदान आणि इतर सुविधा उपलब्ध करून दिल्या जात आहे. संघटनेने नुकतेच या खेळाचे साहित्य खरेदी केले असून खेळाडूंना ते मोफत वापरण्यात दिले जात आहे. या निवड चाचणीत जास्तीत जास्त खेळाडूंनी सहभागी व्हावे, असे आवाहन जिल्हा संघटनेचे मार्गदर्शक शिवछत्रपती पुरस्कार प्राप्त अशोक दुधारे, संघटनेचे अध्यक्ष शिवछत्रपती पुरस्कार प्राप्त आनंद खरे, सरचिटणीस दीपक निकम-पाटील, खजिनदार ज्योती निकम, यांनी केले आहे. अधिक माहितीसाठी अविनाश वाघ मो. क्र. ७०३०७९६९७६, शैलेश रकीबे ७३९७९७७१७३, शशी भूषणसिंग मो. ८६००२००५५२ यांच्याशी संपर्क साधण्याचे आवाहन संघटनेमार्फत करण्यात आले आहे.

सातपूरच्या ईएसआय रुग्णालयांमध्ये सामान्यांनाही मिळणार महात्मा फुले जन आरोग्य योजनेचा लाभ

सातपूर । सिडको, अंबड, सातपूर भागात मोठ्या संख्येने मध्यम आर्थिक स्थिती असलेल्या रहिवाशी असून येथील नागरिकांना ईएसआय रुग्णालयातही महात्मा फुले जनआरोग्य योजनांचा लाभ मिळावा यासाठी आमदार सीमा हिरे यांच्या प्रयत्नांना यश आले आहे. सातपूरसह राज्यातील ईएसआयच्या बारा रुग्णालयांमध्ये सामान्यांना महात्मा फुले जनआरोग्य योजनांचा लाभ उपलब्ध करून देण्याचा निर्णय शासनाने घेतला असून येत्या सात एप्रिलपासून सातपूर येथील रुग्णालयात योजनेचा शुभारंभ होणार असल्याची माहिती आ.हिरे यांनी दिली आहे. शासनाच्या या निर्णयामुळे रुग्णालयाचा दर्जा सुधारणार असून अत्याधुनिक सोयी-सुविधा, उपकरणे

सात एप्रिलपासून शुभारंभ । आमदार सीमा हिरे यांची माहिती

उपलब्ध होणार आहेत. पश्चिम विधानसभा मतदार संघात मध्यम आर्थिक परिस्थिती असलेल्या रहिवाशांची संख्या लक्षणीय आहे. त्यांना उपचारासाठी इतरत्र जाणे शक्य नसल्याने येथील ईएसआय रुग्णालयातच महात्मा फुले जनआरोग्य योजनेची सुविधा उपलब्ध करून देण्यासाठी आ.हिरे शासनाकडे पाठपुरावा सुरू केला होता. याबरोबरच काही दिवसांपूर्वीच आ.हिरे यांनी विमा कामगार कॉर्पोरेशनचे अध्यक्ष अस्तिककुमार पांडे यांची भेट घेत साधनसामुग्रीच्या उपलब्धते विषयी प्रस्ताव

सादर केला होता. आमदार हिरेंचे यांना भावलयाचे लवकरच अत्याधुनिक साधनसामुग्री उपलब्ध करून देत येत्या दोन, तीन महिन्यात आयसीयू आणि महिला प्रसूती कक्ष सुरू होईल असा आश्वासन मिळाला होता. यातूनच आता सातपूर येथील ईएसआय रुग्णालयात लवकरच आयसीयू कक्ष आणि महिलांसाठी स्वतंत्र



मुद्दे पांडे प्रसूतीगृह सुरू करण्याच्या सूचना महामंडळांने प्रशासनाला केल्या आहेत. या बरोबरच सातपूरसह राज्यातील उल्हासनगर, कांदिवली, मुलुंड, वाशी, वरळी, नागपूर, सोलापूर, येथील, पिंपरी, चिंचवड, ठाणे येथील ईएसआयच्या रुग्णालयांमधून कामगारांसह सामान्यांनाही यापुढे महात्मा फुले जनआरोग्य योजनांच्या सुविधा उपलब्ध करून देण्याचा निर्णय शासनाने घेतला आहे.

कामगारांसह सामान्यांना आरोग्य विषयक उत्तमोत्तम सुविधा मिळाल्यात यासाठी सातपूर ईएसआय रुग्णालयात लवकरच अत्याधुनिक साधनसामुग्री, उपकरणे उपलब्ध होणार असून महात्मा फुले जन आरोग्य योजनांचा लाभ आधिकाधिक नागरिकांनी घ्यावा, असे आवाहन आ. सीमाताई हिरे, मुख्य वैद्यकीय अधिकक्ष डॉ. बी.एम.पावरा, निवासी वैद्यकीय अधिकारी म.आ.दांडगे, माजी वैद्यकीय अधिकक्ष डॉ. सरोज जवादे, रुप्रिज पवार, स्मिता दहेकर, छाया चौधरी आदींनी यांनी केले आहे.

Abstract

[illegible]

द्वारकालाई
रक्षार्थं प्रार्थना

[illegible]

၂၀၁၆ ခု ခုနှစ် နှစ်အတွက် နှစ်စာရင်း

[illegible][illegible][illegible][illegible]

निम्नलिखित कथन पढ़िए और बताइए कि वे सत्य हैं या झूठ।
 १. सूर्य पृथ्वी से बहुत दूर है।
 २. पृथ्वी पर जल बहुत कम है।
 ३. सूर्य की रोशनी हमें गर्म करती है।
 ४. पृथ्वी पर बहुत सारे पेड़ हैं।
 ५. सूर्य की रोशनी हमें रोशनी देती है।
 ६. पृथ्वी पर बहुत सारे जानवर हैं।
 ७. सूर्य की रोशनी हमें गर्म करती है।
 ८. पृथ्वी पर बहुत सारे पेड़ हैं।
 ९. सूर्य की रोशनी हमें रोशनी देती है।
 १०. पृथ्वी पर बहुत सारे जानवर हैं।

सत्य झूठ

[illegible][illegible][illegible][illegible]

□□□□□र □□□, र □□□□□□□□□□□□□□
□□□□

CHANGING THE CHANGING

[illegible][illegible][illegible]

महासागरच्या वाचकांसाठी...

दैनिक 'महासागर'च्या नाशिक आवृत्तीमध्ये आपल्या वाढदिवसाच्या निमित्ताने आपले पूर्ण नाव, पदनाम फोटोसह पाठविल्यास त्यास विनामूल्य प्रसिद्धी दिली जाईल.

- संपादक

महत्त्वाचे

थकबाकी वसुलीसाठी आवश्यक

कायदेशीर कारवाई करावी : मुलानी

दिंडोरी । कर्जदारांकडील थकबाकी वसुलीसाठी आवश्यक ती कायदेशीर कारवाई करावी, अशी सूचना जिल्हा उपनिबंधक फयाज मुलानी यांनी दिली. दिंडोरी येथे नाशिक जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँकेचे अधिकारी/ कर्मचारी/ सचिव, यांची आढावा बैठक नाशिक सहकारी संस्थेचे जिल्हा उपनिबंधक फयाज मुलानी यांच्या अध्यक्षतेखाली आज घेण्यात आली. त्यावेळी ते बोलत होते. यावेळी जिल्हा बँकेच्या थकबाकीबाबत आढावा घेण्यात आला. थकबाकीबाबत ज्या संस्थांच्या अधिकारी, कर्मचारी सचिव यांनी कामकाज केलेले नाही किंवा चुकीचे कामकाज केलेले आहे. त्यांच्यावर सक्त कार्यवाही करण्यात येईल, अशा सूचना देण्यात आल्या. तसेच थकबाकी वसुलीसाठी आवश्यक कायदेशीर कार्यवाही करण्यात यावी अशाही सूचना देण्यात आल्या. सदर सभेस सहकारी संस्थेचे जिल्हा विशेष लेखा परीक्षक ए. के. पाटील, दिंडोरी सहाय्यक निबंधक वैभव मोरे, नाशिक जिल्हा मध्यवर्ती बँकेचे प्रशासक पी बी चव्हाण, बँकेचे जिल्हा विभागीय अधिकारी ए. एम. पवार आदींसह अधिकारी उपस्थित होते.

खंडणीसाठी महिला

व पतीला मारहाण

नाशिक । अंबड एमआयडीसी परिसरात खाजगी नोकरी करणाऱ्या एका महिलेवर व तिच्या पतीवर खंडणीसाठी अत्याचार, मारहाण आणि धमकी देण्यात आल्याचा धक्कादायक प्रकार समोर आला आहे. या प्रकरणी अंबड पोलिस ठाण्यात नितीन पाटील, त्याचा साथीदार तुषार आणि त्यांच्यासोबत असलेल्या इतर चार ते पाच इसमांविरुधात भारतीय दंड संहिता आणि महाराष्ट्र सावकारी अधिनियमांतर्गत गंभीर कलमांखाली गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. फियादी गौरी सुबोध शहाणे (वय ५१, रा. धुवनगर, गंगारू रोड, नाशिक) यांनी दिलेल्या तक्रारीनुसार, २०१८ पासून आरोपी नितीन पाटील व त्याच्या साथीदारांनी व्याजाच्या नावाखाली बेकायदेशीर पद्धतीने वेळेवेळी पैसे मागितले. ३ एप्रिल २०२५ रोजी रात्री ११.२७ वाजता आरोपींनी त्यांच्या पतीकडून जबरदस्तीने २० लाख रुपये घेतले. यावेळी फियादीला अश्लील शब्दांमधून त्रास देत, तिच्या अंगाला वाईट उद्देशाने हात लावत तिचे एक तोळ्याचे मंगळसूत्र हिसकावण्यात आले. तसेच कोयत्याची धमकी देऊन जीवे मारण्याची धमकीही दिली. पुढील दिवशी साडेतीन लाख रुपये रोख आणि आयसीआयसीआय व टीजेएसबी बँकेचे २८ चेक जबरदस्तीने लिहून घेण्यात आले. त्यानंतर फियादीच्या पतीस गाडीवर जबरदस्तीने बसवून पाथर्डी फाट्यावर नेण्यात आले व तेथे मारहाण करून जखमी करण्यात आले. या प्रकरणाचा पुढील तपास पोलीस निरीक्षक मनोहर कारंडे व सहाय्यक पोलीस निरीक्षक भंडे करत आहेत. आरोपींच्या अटकसाठी पोलीस पथकांनी शोध मोहीम सुरू केली आहे.

घरासमोरून मोटारसायकल

चोरी; सिडकोत गुन्हा दाखल

सिडको । सिडको परिसरातील रायगड चौक येथे घरासमोरून पार्क केलेली मोटारसायकल अज्ञात चोरट्याने चोरल्याची घटना समोर आली आहे. प्रसाद कारभारी वाघ (वय ४२) यांनी अंबड पोलीस ठाण्यात दिलेल्या तक्रारीनुसार, २९ मार्च २०२५ रोजी दुपारी १:३० वाजेपासून ते ३० मार्च सकाळी ९ वाजेच्या दरम्यान ही चोरी घडली. तक्रारदार यांच्या दाजी भरत शरद खेरनार यांच्या नावावर असलेली होंडा कंपनीची काळ्या रंगाची सी.डी. डिलक्स मोटारसायकल (क्रमांक MH15-BM-2729, मॉडेल २००५) घरासमोरील पार्किंगमध्ये उभी होती. मात्र, दुसऱ्या दिवशी ती चोरीस गेल्याचे लक्षात आल्यावर त्यांनी पोलिसांकडे धाव घेतली. या प्रकरणी अंबड पोलिस ठाण्यात भारतीय दंड विधान संहिता कलम ३०३(२) अंतर्गत अज्ञात चोरट्याविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. चोरी गेलेल्या मोटारसायकलची अंदाजित किंमत सुमारे २०,००० रुपये असल्याचे फियादीने नमूद केले आहे. पुढील तपास वपोनि राकेश हांडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोहवा देशमुख करीत आहेत.

आजचा वाढदिवस



शैलेंद्र साळी

वृत्तपत्र छायाचित्रकार, नाशिक

गोदामाईसह नंदिनीही प्रदूषित तरीही समाधानतेची मल्लिनाथी

प्रदूषण नियंत्रण महामंडळाचे अध्यक्ष मनपाच्या कामाबाबत सकारात्मक

दक्षिण गंगोत्री गोदावरी नदीच्या प्रदूषणाचा चौफेर साज चढलेला असून, या नदीचे गोदाजल पिण्याच्याच काय पण स्नानाच्याही उपयोगितेचे राहिलेले नाही. नदी शुद्धीकरणाचे दायित्व स्वीकारलेल्या नाशिक म्हापालिकेकडून सुरु असलेल्या उपाययोजना, कार्यवाहीतून प्रदूषणाचा उंचावलेला पारा कुठेही खाली गेलेला दिसत नाही. असे असताना महाराष्ट्र प्रदूषण महामंडळाकडून नाशिक महापालिकेला गोदावरी-नंदिनी नदीच्या प्रदूषणासंदर्भात क्लीन चीट देण्याचा सुरु असलेला प्रयत्न पाहून नागरिकांना नक्कीच कपाळावर हात मारून घ्यावेसे वाटत असणार!

प्रदूषण नियंत्रण महामंडळाकडून जल, वायू, ध्वनी प्रदूषण नियंत्रणासाठी प्रयत्न करणे, त्यासाठी महापालिकेला विश्वासात घेऊन कार्यवाही करणे, त्यात दोषी ठरणाऱ्यांना शास्ती करणे अपेक्षित असताना प्रदूषणाला कारणीभूत ठरणाऱ्या घटकांना केवळ नोटीस बजाविण्यापलीकडे काही ठोस केल्याचे निदर्शनास आलेले नाही. एकीकडे प्रदूषण महामंडळच गोदावरी नदीचे पाणी शुद्ध असल्याचा अहवाल देते अन दुसरीकडे गोदावरीचे पाणी की गटारीचे पाणी हेदेखील समजत नाही, अशी परिस्थिती आहे. असे असूनही महामंडळाचे अध्यक्ष सिद्धेश कदम हे महामंडळाच्या कामकाजावर समाधान व्यक्त करतात. महामंडळाच्या अधिकाऱ्यांनी केलेल्या लीला निदर्शनास आणून दिल्यावर तसे असेल तर संवर्धित अधिकाऱ्यांवर कारवाई केली जाईल, असे सावरासावर करतात! हा



प्रत्यय समस्त प्रसारमाध्यमांच्या प्रतिनिधींना गुरुवारी (दि.३) आला. महामंडळाचे अध्यक्ष आणि मनपा आयुक्तांनी घेतलेल्या संयुक्त पत्रकार परिषदेत प्रसारमाध्यमांच्या प्रतिनिधींनी अध्यक्षाना प्रदूषणसंदर्भात अनेक प्रश्न करीत हा सूर्य आणि चंद्र यानुसार परिस्थिती विषद केली. यावेळी अध्यक्षांनी मात्र एकाच वेळेस महापालिकेला क्लीन चीट देण्याचा प्रयत्न करताना प्रदूषण महामंडळाचे काम समाधानकारक असल्याचा निर्वाळा देत सावरासावर कटण्याची पर्यंत केला. त्यांचे बोलणे असंगत अन निव्वळ पोपटपंचीसारखे वाटत होते. या गडबडीत नदी प्रदूषणाचा मुद्दा मात्र पद्धतशीरपणे भरकटत होता.

सिंगल यूज प्लॅस्टिक मुद्द्यावर बोलतानाही त्यांनी काही ठोस न सांगता केवळ प्रबोधन



प्रबोधनची कॅसेट वाजविली. सिंगल यूज प्लॅस्टिक उत्पादनाच्या मुळाशी जाऊन महापालिका आणि प्रदूषण मंडळाने कडक कारवाईचा आसूड ओढला तर सिंगल यूज प्लॅस्टिकचा प्रश्न बऱ्यापैकी मार्गी लागू शकेल! भाजी-फळे विक्रेते यासह तत्सम



छोटे व्यावसायिक केवळ कारवाईचे बळी ठरतात. प्रश्न मात्र जैसे थेच राहतो. पत्रकार परिषदेपूर्वी मनपा आणि प्रदूषण मंडळाच्या झालेल्या संयुक्त बैठकीत महापालिकेने प्रदूषणसंदर्भात सुरु असलेल्या उपाययोजना, आवश्यक कामे-प्रकल्प, त्यासाठी आवश्यक निधी, प्रकल्प अहवाल यांची माहिती प्रदूषण मंडळाच्या अध्यक्षांना दिली. अध्यक्ष कदम

यांनी महापालिकेच्या कामाबाबत समाधानही व्यक्त केले. प्रदूषण संदर्भात जी जी मदत, सहकार्य लागेल ते उपलब्ध करून देण्याची तयारीही दाखवली यात शंका नाही; परंतु ते सर्व अति जलद गतीने व्हावे अन गोदावरी नदीसह नंदिनी नदी प्रदूषणमुक्त व्हावी हीच नागरिकांची अपेक्षा आहे! आगामी होऊ घातलेला सिंहस्थ कुंभमेळा तोंडावर आहे. उणेपुढे दीड वर्ष हातात आहे. त्या पार्श्वभूमीवर अति जलदगतीने कामे होणे अति गरजेचे आहे. कुंभमेळा आणि गोदाजल हे एक घडू असे समीकरण आहे. स्वच्छ गोदाजल हाच मुद्दा महत्त्वपूर्ण आहे. त्यामुळे प्रदूषणाचा गोदावरीसह नंदिनीला लागलेला फास पूर्णपणे मोकळा करावा लागणार आहे. फक्त समाधान मानून, सावरासावर करून, एकमेकांना क्लीन चीट देऊन, कागदी घोडे नाचवून, अहवालबाजी करून भागणारे नाही. हे संवर्धितांनी ध्यानात घेणे अति आवश्यक आहे.

नाशिकरोड-देवळाली व्यापारी बँकेकडून ग्राहकांना दुचाकी वाहनकर्ज



बेलागाव कुन्हे । सर्वसामान्य शेतकरी जनतेपर्यंत बँकेचे ध्येय धोरणे पोहचविणे हे आमचे प्रमुख उद्दिष्ट्ये आहे. ग्राहकांना पतपुरवठा करून सुविधा देणे तसेच बेरोजगारांना कर्ज पुरवठा, ठेवी वाढविणे बचतीची सवय लावणे, शेतकऱ्यांना कर्जयोजना देण्याचा आमचा मानस असल्याचे प्रतिपादन नाशिकरोड देवळाली व्यापारी बँकेचे जेष्ठ संचालक निवृत्ती अरिगळे यांनी केले.

इगतपुरी तालुक्यातील साकुरफाटा भागातील ग्राहकांना वाहन कर्जाच्या माध्यमातून दुचाकी वाहनांचे जेष्ठ संचालक

निवृत्ती अरिगळे, बाबा सदाफुले, मनोहर कोरडे, श्रीराम गायकवाड, विलास पेखळे यांच्या हस्ते नुकतेच वितरण करण्यात आले याप्रसंगी ते बोलत. याप्रसंगी राष्ट्रवादी काँग्रेस अजित पवार गटाचे जिल्हा उपाध्यक्ष उत्तमराव नाना सहाणे यांनी आनंद व्यक्त करीत बँकेच्या यशस्वी वाटचालिबाबत व शेतकरी हितासाठी काम करणाऱ्या बँकेच्या कार्यप्रणालीबद्दल कौतुक केले. याप्रसंगी बँकेचे सभासद भाऊसाहेब शिंदे, पै.मेश कुकडे, घोटेकर, संतोष सहाणे, साकुर शाखेचे शाखाधिकारी, कर्मचारी उपस्थित होते.

किलॉस्कर इंजिनमार्फत गोसावी तंत्रनिकेतनच्या १४ विद्यार्थ्यांना रोजगार

एकलहरे । नाशिकरोड येथील गोखले एन्ज्युकेशन सोसायटीचा सर डॉ. मो. स. गोसावी तंत्रनिकेतनच्या १४ विद्यार्थ्यांची किलॉस्कर ऑइल इंजिन लिमिटेड मार्फत निवड करण्यात आली असल्याची माहिती प्रकल्प संचालक प्रा. प्रदीप देशपांडे व प्राचार्या डॉ. श्रद्धा देशपांडे यांनी दिली.

यांत्रिकी अभियांत्रिकीच्या ११ तर विद्युत अभियांत्रिकीच्या ३ विद्यार्थ्यांची तसेच जे एम सी टी तंत्रनिकेतनच्या २ विद्यार्थ्यांची मुलाखतीद्वारे निवड करण्यात आली आहे, असे महाविद्यालयाचे प्रशिक्षण आणि प्लेसमेंट अधिकारी प्रा. जयवंत महाजन यांनी सांगितले. महाविद्यालयाचे उपप्राचार्य प्रा. मिलिंद राणे, विभागप्रमुख प्रा. मिलिंद बोबडे व इतर शिक्षकांचे सदर विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन मिळाले. किलॉस्कर



ऑइल इंजिन लि. चे पंकज सोनावणे, डिस्टील एन्ज्युकेशन अँड टेक्नॉलॉजी चे प्रदीप मोरे आणि निखिल लांडगे यांनी सदर विद्यार्थ्यांची मुलाखतीद्वारे निवड केली. विद्यार्थ्यांना मर्शन, इलेक्ट्रिक मोटर, पॉवर जनरेशन, ऑरगॅनिक

वेस्ट सोल्युशन अशा विविध विषयासंबंधी प्रश्न विचारण्यात आले. विद्यार्थ्यांनी अतिशय हजरजबाबीपणे उत्तरे देत सदर कंपनीत ट्रेनी इंजिनियर या पदासाठी आपले स्थान निश्चित केले.

ग्रामीण पोलीसांची अवैध व्यवसायांवर धडक मोहीम; साडेपाच लाखांचा मुद्देमाल जप्त

नाशिक । नाशिक ग्रामीण जिल्हा पोलीस अधीक्षक विक्रम देशमाने यांच्या आदेशानुसार जिल्ह्यातील अवैध व्यवसायांचे समूळ उच्चाटन करण्यासाठी तसेच सर्राईट गुन्हेगारांस आळा घालण्यासाठी धडक मोहीम राबवली जात आहे.

त्याचाच एक भाग म्हणून या

मोहिमेअंतर्गत दि. ३ एप्रिल रोजी परिविक्षाधीन भापोसे श्रीमती अपराजिता अनिहोत्री यांच्या विशेष पथकाचे सिन्नर शहरात, तर स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने नाशिक तालुका परिसरात छापे टाकून महत्त्वपूर्ण कारवाई केली. सिन्नर शहरातील लॉर्डे गल्ली परिसरात अवैधरित्या अंमली पदार्थांची विक्री

होत असल्याची गोपनीय माहिती विशेष पथकाला मिळाली होती. त्यानुसार पथकातील अधिकारी व अंमलदारांनी सदर ठिकाणी छाप टाकून गांजा व भांग पावडर विक्री व सेवन करणाऱ्यांना ताब्यात घेतले. या कारवाईत ९.९४४ किलो वजनाचा गांजा आणि २२ किलो ६७० ग्रॅम वजनाची भांग पावडर असा

एकूण ३,२६,१४० रुपयांचा अंमली पदार्थ जप्त करण्यात आला आहे. यासोबतच रोख १,९७,८१० रुपये असा एकूण ५,२३,९५० रुपयांचा मुद्देमाल हस्तगत करण्यात आला आहे. या प्रकरणी सिन्नर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून, पुढील तपास सुरु आहे.



सिडको प्रभाग ३१ मधील समस्यांवर भाजपचा हंडा मोर्चा

शेकडो महिलांचा उत्स्फूर्त सहभाग



सामील झाले होते. "महापालिकेचे अधिकारी, पेलवत नाही जबाबदारी", "जय भवानी, जय शिवाजी", "छत्रपती शिवाजी महाराज की जय" अशा घोषणांनी परिसर दणाणून गेला. या आंदोलनासाठी मोठ्या खाजगी

होत्या. त्यामुळे काही काळ सिडको परिसरात वाहतुकीचा खोळंबा झाला होता. पोलीस प्रशासनाने योग्य त्या उपाययोजना करून बंदोबस्त ठेवला होता. या आंदोलनात बाळकृष्ण शिरसाठ यांच्यासह माजी नगरसेविका पुष्पा आव्हाड, भाजपचे भगवान दोंडे, अॅड. शाम बडोदे, साहेबराव आव्हाड आदी नेतेमंडळी उपस्थित होते. त्यांनी आंदोलनाच्या माध्यमातून प्रशासनाचे लक्ष वेधून घेतले आणि समस्यांवर त्वरित तोडगा काढण्याची मागणी केली. महिलांनीही आपली व्यथा मांडताना प्रशासनाच्या उदासीनेतवर तीव्र नाराजी व्यक्त केली. "आम्हाला दररोज पाण्यासाठी लांब जायला लागतं. लहान मुले, आजारी व्यक्ती, वृद्ध यांना यामुळे खूप त्रास होतो. रस्ते खराब आहेत, रात्री लाईट नसल्यामुळे महिलांना सुरक्षित वाटत नाही," असे एका रहिवाशिनीने सांगितले. हा मोर्चा शांततेत पार पडला असला तरी नागरिकांनी असा इशारा

प्रभाग क्रमांक ३१ मधील नागरी समस्या दिवसेंदिवस वाढत चालल्या आहेत. पाणीटंचाईमुळे नागरिकांना प्रचंड त्रास सहन करावा लागत आहे. रस्त्यांची स्थिती दयनीय आहे आणि लाईट तसेच डिव्हायडरच्या अभावामुळे अपघात होण्याची शक्यता वाढली आहे. प्रशासनाकडे वारंवार तक्रारी करूनही दखल घेतली जात नाही. म्हणूनच आम्ही मोर्चाच्या माध्यमातून आवाज उठवला आहे.

- बाळकृष्ण शिरसाठ, आंदोलन आयोजक

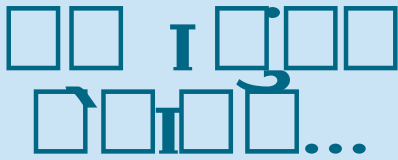
दिला की, जर वेळेत उपाययोजना झाल्या नाहीत, तर यापुढे आंदोलन अधिक तीव्र करण्यात येईल. नागरिकांच्या या सामूहिक कृतीमुळे प्रशासनाला आता तरी जाग येईल, अशी अपेक्षा आहे.

बालांगण



मित्रांनो, 'रियुनियन आईसलॅंड' हे हिंदी महासागरातलं एक बेट असून ते फ्रान्सच्या ताब्यात आहे. त्यामुळे हा फ्रान्सचाच भाग समजला जातो. हे बेट मॉरिशसपासून २०० किलोमीटर अंतरावर आहे. या बेटाच्या पश्चिमेला मादागास्कार हा देश आहे. पूर्वीच्या काळी हे बेट 'बॉरबॉन' या नावाने ओळखलं जायचं. 'युरोपियन युनियन'चा घटक असल्यामुळे या बेटांवर युरो हे चलन वापरलं जातं. हे बेट खूप सुंदर आहे. उंच पर्वतरांगा हे इथलं वैशिष्ट्य. या बेटांवर जागृत ज्वालामुखीही आहे.

पोर्तुगिजांनी सोळाव्या शतकात या बेटांचा



शोध लावला. 'सेंट डेनिस' ही रियुनियन आईसलॅंडची राजधानी.

१६४३ मध्ये फ्रान्सने या बेटांवर ताबा मिळवला आणि 'बॉरबॉन' हे नाव दिलं. १६६२ मध्ये फ्रेंच लोकांनी या बेटावर वसाहती स्थापन केल्या. १७९३ पासून हा भाग 'रियुनियन आईसलॅंड'



या नावाने ओळखला जाऊ लागला. १८१० ते १८१५ या काळात या बेटांवर ब्रिटिशांचं राज्य होतं. मात्र त्यानंतर त्यावर फ्रान्सने ताबा

मिळवला.

हा देश साखर, व्हॅनिला आणि मासे यांची निर्यात करतो. मॉरिशसमधून दक्षिण आफ्रिकेत जाणाऱ्या बोटी, जहाजं या बेटांवर थांबतात. फ्रेंच ही इथली अधिकृत भाषा आहे. मात्र इथले लोक 'रियुनियन क्रेओल' ही भाषा बोलतात. या बेटांवर विविध संस्कृतींचे लोक रहातात. इथल्या काही बेटांवर काळी वाळू आढळते. काळ्या वाळूचे समुद्रकिनारे हे सुद्धा या देशातलं आकर्षण आहे. या देशात विविध प्रजातींचे पक्षी आढळतात. रियुनियन आईसलॅंडमध्ये सर्वात प्रथम युरो हे चलन वापरण्यात आलं.



सासू सिस

सुद्धी लागली की दिवसभरातील बराच काळ निवांत मिळतो. पण मग करण्यासारखे काही नाही, असे वाटून तुम्ही लवकरच कंटाळता. पण हा कंटाळा टाळायचा असेल तर आतापासूनच दिवसभराच्या वेळेचे मस्त नियोजन करा. यामुळे तुम्ही सुद्धीचा छान विनियोग करू शकाल तसेच आनंदी व शारीरिक आणि मानसिकदृष्ट्या सक्रिय राहून सुद्धीची मजा लुटू शकाल.

यासाठी सकाळी उठल्यावर थोडा व्यायाम करा किंवा ताज्या हवेत खेळायला जा. सुद्धी आहे म्हणून बराच काळ झोपून राहणे टाळा. यामुळे तुमची ऊर्जा वाढेल. त्यानंतर हलका नाश्ता करा. नंतरचा वेळ तुम्ही अवांतर वाचनासाठी राखून ठेवू शकता. यामुळे ज्ञानामध्ये मोठे भर पडणे शक्य होईल. त्यानंतर तुम्ही काही शैक्षणिक खेळही खेळू शकता. यामुळेही तुमचे ज्ञान आणि आकलन वाढेल.

सुद्धीच्या काळातील दुपार मुक्त खेळण्याची ठेवा. यावेळी तुम्ही बैठे खेळू शकता. यामुळे तुमची शारीरिक, मानसिक वाढही छान होईल. खेळण्यापूर्वी छान पौष्टिक जेवण करायला अजिबात विसर नका. संध्याकाळी तुम्ही आवडत्या कलावर्गाला जाऊ शकता. हस्तकला किंवा गेम्समध्ये रुची असेल तर आता ते शिकण्याची संधी साधू शकता. यामुळेही तुमच्या ज्ञान आणि कौशल्यात मोठी वाढ होईल. सुद्धीत बाहेर फिरायला किंवा एखाद्या लहान सफरीला अवश्य या कारण यामुळे तुम्हाला नवनवीन अनुभव मिळतात.

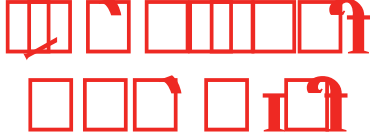


मुलांनो, तुम्हाला क्रिकेट आवडतं का? आपल्याला क्रिकेटची सगळी माहिती असावी, असं तुम्हाला वाटत असेल. स्कोअर काय झाला, संघात कोणते खेळाडू आहेत, भारतीय संघाच्या दोऱ्याचं वेळापत्रक या सगळ्याची माहिती देणारी बरीच ॲप्स आहेत. ही ॲप्स गुगल प्ले स्टोरमधून डाउनलोड करता येतील. अशा काही ॲप्सविषयी...

* 'लाईव्ह लाईन ॲंड

क्रिकेट स्कोर्स' हे ॲप 'क्रिकेट एक्स्प्रेस'ने विकसित केलं आहे.

या ॲपमध्ये क्रिकेट संघांच्या कामगिरीचा आढावा घेण्यात आला आहे. तसंच प्रत्येक सामन्याची माहिती तुम्हाला मिळू शकेल. यासोबतच क्रिकेटशी संबंधित बातम्याही



तुम्ही वाचू शकता. म्हणजेच क्रिकेटची सगळी माहिती फक्त एका क्लिकवर मिळू शकेल.

* 'क्रिकेट लाईन गुरू'वर वाऱ्याच्या वेगाने स्कोअर कळू शकेल. इतकंच नाही तर तज्ज्ञांचे लेख इथे वाचू शकता. माजी

क्रिकेटपटूंची मतं जाणून घेता येतील.

* क्रिकेट स्पर्धांशी संबंधित बातम्या, सामन्यांचं वेळापत्रक, फोटो, व्हिडिओ बघण्यासाठी 'क्रिकेट नेक्स्ट' ॲप डाउनलोड करून घ्या. इथे क्रिकेट तज्ज्ञांचे ब्लॉगही वाचायला मिळतील. ॲनॅलिसिस विभागात तुम्ही तुमची मंतीही मांडू शकता.

* 'क्रिकबझ' या ॲपवरही तुम्हाला रंजक माहिती मिळू शकते. तज्ज्ञांची मतं जाणून घेता येईल. सामन्याबद्दलची सगळी माहिती इथे जाणून घेता येईल. * 'बीसीसीआय' नावाच्या ॲपवरही विविध फीचर्स आहेत.

तुम्ही तुमच्या आवडीचं ॲप डाउनलोड करून घेऊ शकता.



मुलांनो, उन्हाळ्यात खूप तहान लागते ना? पण बाहेरून आल्यावर वा दिवसभर तुम्ही फ्रिजमधील पाणी पिता का? तसे करत असाल तर याचे धोके नक्की लक्षात घ्या.

पचनसंस्थेवर होणारा परिणाम:
फ्रिजमधील पाणी खूप थंड असते तर शरीराचे तापमान गस असते. असे असताना जास्त थंड पाणी प्यायल्यानंतर पोटात गोळा येऊ शकतो. यामुळेच पचन प्रक्रियेतही अडथळा येतो. थंड पाणी प्यायल्यामुळे पचनसंस्थेतील रक्तवाहिन्या संकुचित होतात. त्यामुळेही पचनाची प्रक्रिया मंदावते आणि अजीर्ण, मळमळ, गॅसेस होणे, पोटादुखी यासारख्या समस्यांचा सामना करावा लागू शकतो.



पाणी दूषित होण्याचा धोका:

फ्रिजमध्ये पाणी ठेवल्यास ते दूषित होऊ शकते. फ्रिजच्या आतल्या तापमानामुळे त्यात बॅक्टेरिया आणि इतर सूक्ष्मजीवांची वाढ होऊ शकते. फ्रिज स्वच्छ नसेल किंवा पाणी फार काळ ठेवलं असेल तरीही त्यात बॅक्टेरिया, बुरशी आणि इतर सूक्ष्मजीवांचा प्रादुर्भाव होऊ शकतो. त्यामुळे असे पाणी प्यायल्यानंतर पोटाच्या विकारांची शक्यता वाढते.

थंड पाणी प्यायल्यामुळे शरीरावर होणारे प्रभाव:

थंड पाणी प्यायल्यामुळे शरीराच्या तापमानात अचानक फरक पडतो. विशेषतः उन्हाळ्यात शरीर आधीच उष्ण असते. असे असताना थंड पाणी शरीराला शॉक देऊ शकते. यामुळे गळण्याची समस्या, श्वासोच्छ्वासाशी संबंधित समस्या किंवा फुफ्फुसांच्या इन्फेक्शनची जोखीम वाढू शकते.

प्रतिरोधक शक्तीवर परिणाम:

अत्यंत थंड पाणी प्यायल्यामुळे शरीराची प्रतिकारशक्ती कमी होऊ शकते. यामुळे विविध प्रकारच्या इन्फेक्शनचा धोका वाढतो.

गॅस्ट्रिक समस्यांचे वाढीव धोके:

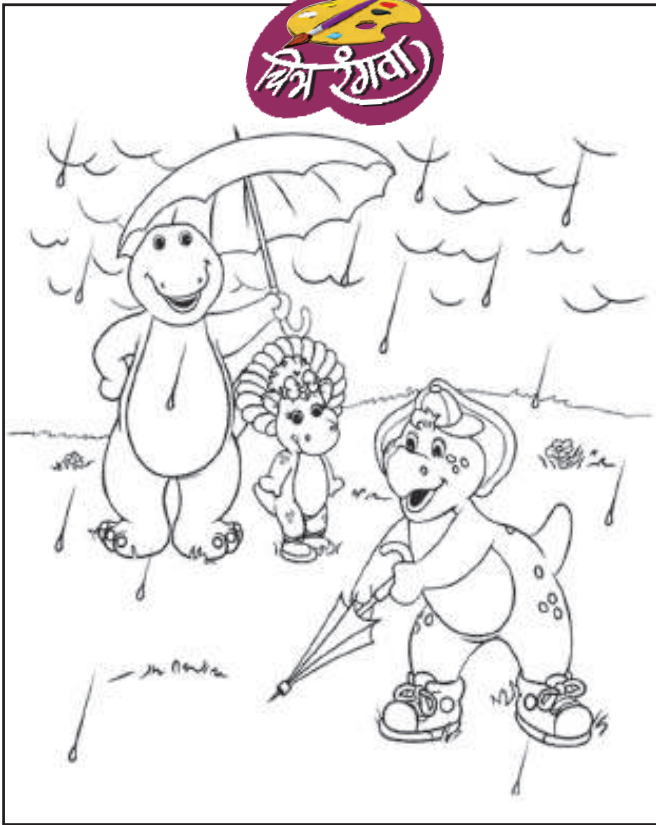
थंड पाणी पिणे गॅस्ट्रिक समस्या निर्माण करू शकते. त्याचबरोबर घसा दुखणे, सर्दी, खोकला हे त्रासही होतात. म्हणूनच उन्हाळ्यात फ्रिजमधील पाणी पिऊ नका. त्याऐवजी माठातील थंड पाणी प्या. बाहेरून आल्यानंतर पाणी पिण्यापूर्वी गुळाचा खडा खा. यामुळे उष्णतेचा त्रास होत नाही. महत्त्वाचे म्हणजे पिण्यासाठी स्वच्छ आणि ताज्या पाण्याचा वापर करा. कुठेही पाणी प्याल तर आजारी पडाल.



छोट्या दोस्तांनो, अलिकडे तुम्ही 'वनतारा' या अभयारण्याविषयी वाचत वा ऐकत असाल. हे गुजरात राज्यातील जामनगर जिल्ह्यात स्थित असून ते अंबानी कुटुंबाकडून संरक्षण करण्यात आले आहे. या अभयारण्यात प्रामुख्याने वाघ, सिंह, हरिण, नीलगाय यासारखे बरेच वन्यप्राणी आढळतात. हे अभयारण्य जैवविविधतेने समृद्ध असून इथे विविध प्रकारची झाडे आणि वनस्पती आढळतात. अंबानी कुटुंबाच्या



वतीने या अभयारण्याच्या विकासावर विशेष लक्ष दिले गेले आहे. या अभयारण्याचे मुख्य उद्दिष्ट वन्यजीवांचे संरक्षण आणि त्यांचा नैसर्गिक अधिवास टिकवून ठेवणे हे आहे. या ठिकाणी पर्यावरणीय शिक्षण, संशोधन आणि संवर्धन कार्यासाठी विविध प्रकल्प राबवले जातात. अभयारण्यातील वन्यजीव आणि पर्यावरणाची स्थिती उत्तम ठेवण्यासाठी या ठिकाणी नियमितपणे पाणी पुनर्वटो, वेगवेगळ्या जातीच्या गवताची लागवड आणि इतर उपक्रम राबवले जातात. सध्या हे अभयारण्य पर्यावरण आणि वन्यजीव प्रेमींना आकर्षित करत आहे. इथे वन्यप्राण्यांची व्यवस्थापन प्रक्रिया अत्यंत काळजीपूर्वक आणि योजनाबद्ध पद्धतीने केली जाते. यासाठी काही महत्त्वाचे टप्पे आणि धोरणे लागू केली जातात. जसे की, वन्यजीवांचे संरक्षण करण्यासाठी इथे योग्य उपाय योजना राबवल्या जातात. वन्यप्राण्यांच्या जीवनासाठी हानीकारक ठरणारे सर्व घटक दूर करण्यावर इथे भर दिला जातो. त्याचबरोबरच वन्यप्राण्यांना त्यांच्या नैसर्गिक अधिवासात पुरेसे अन्न, पाणी आणि सुरक्षित आश्रय मिळावा याचीही इथे काळजी घेतली जाते. पर्यावरणीय समतोल राखण्याचा प्रयत्न केला जातो. त्यासाठी जंगलात झाडांची लागवड, पाणीस्रोतांचे संरक्षण आणि गवताच्या क्षेत्रांचा विकास इथे करण्यात येतो. नियंत्रित शिकार आणि मानव-प्राणी संघर्ष कमी करणे. शिकार रोखण्यासाठी आणि मनुष्य-प्राणी संघर्ष टाळण्यासाठी कठोर नियम आणि कायदे लागू केले जातात. वन्यप्राण्यांच्या संरक्षणासाठी प्रादेशिक पातळीवर पॅट्रोलिंग आणि निरीक्षण केले जाते. इथे आजारी, जखमी वा उपचारांची आवश्यकता असलेल्या प्राण्यांवर आधुनिक तंत्रज्ञान आणि प्रगत प्रणालीद्वारे, मशिनसद्वारे उपचार केले जातात. त्यासाठी तज्ज्ञ डॉक्टर, त्यांची देखभाल करणारे अशी मोठी टीम इथे काम करते.



तातसांरांींौल

छोट्या दोस्तांनो, वर्षभर तुम्ही वेगवेगळे विषय शिकता. हळूहळू त्यात रुची वाढत जाते आणि मग त्यातील एखाद्या विषयात तुम्ही पारंगत होता. हे करताना सध्याच्या काळात काही महत्त्वाची कौशल्ये शिकणे गरजेचे असल्याचे लक्षात घ्या. चला तर मग, आज कशाच काही कौशल्यांविषयी जाणून घेऊ या.

तंत्रज्ञान आणि डिजिटल कौशल्ये:

आजच्या डिजिटल युगात तुम्हाला तंत्रज्ञानाची समज असणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. म्हणूनच तुम्ही संगणक, इंटरनेट, प्रोग्रॅमिंग आणि कोडिंगविषयी अधिकाधिक जाणून घेत शिकले पाहिजे. यामुळे तुम्हाला शिकण्यास मदत होईलच खेरीज माहिती शोधणे, ऑनलाइन संसाधनांचा उपयोग करणे आणि भविष्यकालीन करिअरमध्ये तंत्रज्ञानाचा वापर करणे या सगळ्यात मोठी मदत होईल. म्हणजेच शालेय अभ्यासाबरोबरच डिजिटल साक्षरतेचे महत्त्व आणि ऑनलाइन सुरक्षितता कसे राखावे हे शिकून घेणेही अतिशय आवश्यक आहे.

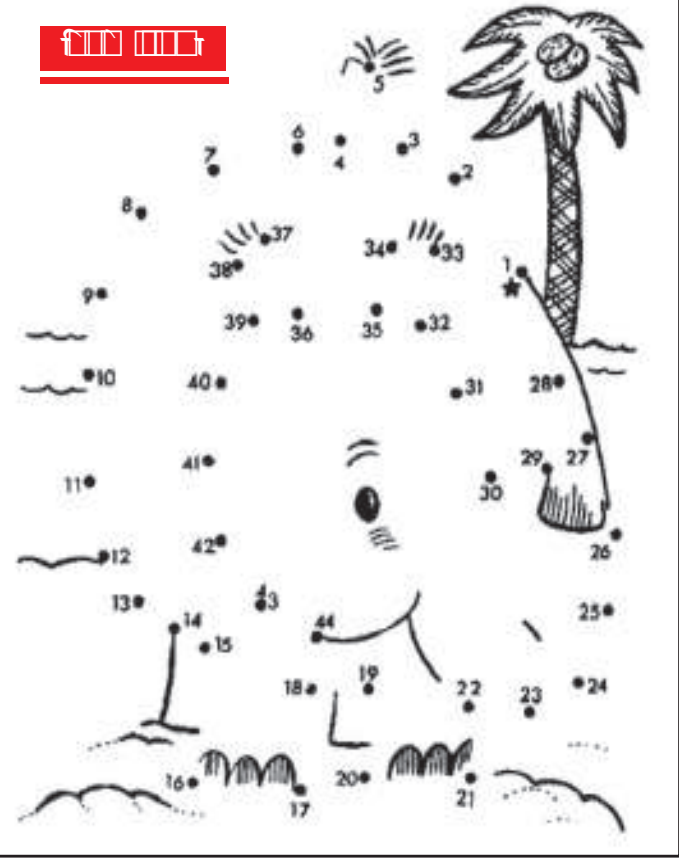
सर्जनशीलता आणि कला: मुलांनो, आपल्यातील सर्जनशीलतेला प्रोत्साहन देण्याकडे लक्ष ठेवा. त्यासाठी चित्रकला, संगीत, नृत्य, लेखन यासारख्या कलाशाखांविषयी जाणून घ्या.



यामुळे बुद्धिमत्तेचे आणि कल्पकतेचे वर्धन होतेच शिवाय शालेय काम आणि इतर गोष्टी करत असतानाच मनोबळ आणि आत्मविश्वास देखील वाढतो. इतरांशी संवाद साधण्याचे कौशल्य: तुमच्याकडे इतरांशी संवाद साधण्याची कला साध्य असणे अत्यंत गरजेचे आहे. त्यामुळेच तुम्ही आपले विचार कसे व्यक्त करावेत, इतरांचे बोलणे कसे ऐकावे, त्यातून काय घ्यावे आणि काय टाळावे हे शिकायला हवे. यामुळे तुमची संवेदनशीलता आणि सामाजिक समज वाढते. सहकार्य, गट कार्य आणि मित्रत्व यांचे महत्त्वदेखील याच शिकण्यातून प्राप्त होते.

समस्या सोडवण्याची क्षमता: आपल्याला अनेक छोट्यामोठ्या समस्या भेडसावत असतात. अडचणींचे अनेक प्रसंग येतात. अशावेळी त्या समजून, विचारपूर्वक निर्णय घेत प्रश्न सोडवणे गरजेचे असते. म्हणूनच तर्कशक्ती विकसित करणे हादेखील कौशल्यविकासातील एक महत्त्वाचा भाग आहे, हे लक्षात घ्या.

शारीरिक आणि मानसिक आरोग्य: सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे तुमच्या शारीरिक आणि मानसिक आरोग्याची काळजी घेणेही शिका. कारण ही बाब तर अत्यंत महत्त्वाची आहे. योग्य आहार, नियमित व्यायाम आणि पुरेशी विश्रांती याबद्दल तुमच्या मनात जागरूकता निर्माण झाली की बरेच काम सोपे होईल. मानसिक ताण कमी करण्यासाठी तुम्ही योग, ध्यान आणि श्वासाची तंत्रेही शिकू शकता.



वाघोबाच्या विश्वात

छोट्यांनो, वाघाच्याही अनेक प्रजाती आहेत. भारतात 'रॉयल बंगाल टायगर' आढळतो. यासोबतच 'इंडो-चायनीज टायगर', 'साउथ-चायना टायगर', 'सुमात्रन टायगर', 'सायबेरियन टायगर', 'मलयन टायगर' या प्रजातींचे वाघही आहेत. सुमात्रन प्रजातीचे वाघ इंडोनेशियातल्या सुमात्रा बेटांवर आढळतात. मलेशियात मलयन टायगर आढळतात. या वाघांना एकटं रहायला आवडतं. सायबेरियन प्रजातीच्या वाघांचं अस्तित्व उत्तर कोरिया, उत्तर चीन, मंगोलिया आणि रशिया या देशांमध्ये आहे.



असा होईल इडली पिझ्झा

मुलांनो, उरलेल्या इडलीचा वापर करून मस्त पिझ्झा बनवता येईल. यासाठी चार इडल्या, २ मोठे चमचे पिझ्झा सॉस, तीन चमचे किसलेलं चीझ, बारीक चिरलेला कांदा, टोमॅटो आणि सिमला मिरची, एक चमचा चिली फ्लॅक्स आणि मीठ हे साहित्य घ्या. पहिल्यांदा सगळ्या इडल्यांना एका बाजूने पिझ्झा सॉस लावून घ्या. त्यावर भाज्या घाला. मग चवीनुसार मीठ घाला. त्यावर किसलेलं चीझ आणि चिली फ्लॅक्स घाला. आता तव्यावर थोडं तेल घालून त्यावर इडल्या ठेवा. चीझ वितळल्यावर गॅस बंद करा. गरमागरम इडली पिझ्झा सॉससोबत खा.



स्मार्टफोन ठेवा बाजूला

मुलांनो, स्मार्टफोन जवळ बाळगणं, टीव्हीसमोर बसून अभ्यास करणं यामुळे तुमचं मन एकाग्र होणार नाही. त्यामुळे कोणतेही काम करताना स्मार्टफोन लांब ठेवा. टीव्ही बंद करा. यामुळे तुमचं सगळं लक्ष फक्त कामावरच केंद्रित होईल आणि समोरच्या गोष्टी नीट लक्षात राहतील.



रोगप्रतिकारकशक्ती वाढवण्यासाठी...

रोगप्रतिकारकशक्ती कमी

असेल तर सर्दी, खोकला, ताप असे विकार वारंवार त्रास देतात. तुम्हीही सारखे आजारी पडत असाल तर काही योगासनं करता येतील. भुजंगासन, धनुरासन, सेतूबंधासन अशा आसनांमुळे रोगप्रतिकारकशक्ती वाढते. फुफ्फुस बळकट होतं. तुम्ही मुलं बसून अभ्यास करता. सतत बसून राहिल्याने शरीराला त्रास होतो. अशावेळी भुजंगासनामुळे आराम मिळतो.



