

निमखेड, सुरळी फाट्याच्या डांबरी रस्त्याची एका वर्षातच लागली वाट

निकृष्ट दर्जाचे काम, ठेकेदार व अधिकाऱ्यांच्या भूमिकेवर प्रश्नचिन्ह

महासागर प्रतिनिधी
चांदुर बाजार, (दि.२४) – तालुक्यातील निमखेड फाटा ते ग्राम निमखेड आणि सुरळी फाटा ते ग्राम सुरळी या दोन रस्त्यांचे डांबरीकरणचे काम सार्वजनिक बांधकाम उपविभाग चांदुर बाजार यांच्या माध्यमातून सुमारे एक वर्षांपूर्वी करण्यात आले होते. मात्र केवळ एका वर्षातच या दोन्ही रस्त्यांची दयनीय अवस्था झाली आहे.

रस्त्याचे निकृष्ट दर्जाचे काम आणि वापरण्यात आलेल्या सुमार दर्जाच्या साहित्यामुळे संपूर्ण मार्गावरील डांबर उखडले असून साईड पट्ट्याही पूर्णपणे नष्ट झाल्या आहेत. रस्त्यावरील मोठे खड्डे आणि साचलेले पाणी यामुळे वाहतुकीस अडथळा निर्माण झाला असून अपघाताचे प्रमाण वाढण्याची भीती व्यक्त केली जात आहे. पावसाळ्यात रस्ता की चिखल याचा फरक करणे अवघड झाले आहे. रस्त्यावरून जाणाऱ्यांना त्रास सहन करत



प्रवास करावा लागत असून, स्थानिक ग्रामस्थांमध्ये संतापाची भावना आहे. योगेश इसळ, जिल्हाध्यक्ष ग्राहक संरक्षण सेल (कॉमिस) यांनी या बाबत

सार्वजनिक बांधकाम उपविभाग, चांदुरबाजार येथे तक्रार दाखल केली आहे. त्यांनी तातडीने रस्त्याची दुरुस्ती करण्याची मागणी केली आहे.

श्रीमती रामप्यारीबाई चांडक विद्यालयाचा शाळा प्रवेशोत्सव रंगतदारपणे

महासागर प्रतिनिधी
मोशी, (दि.२४) – नजिकच्या वरुड तालुक्यातील लोणी येथील गुणवत्तापूर्ण व दर्जेदार शिक्षण देणाऱ्या श्रीमती रामप्यारीबाई चांडक विद्यालयाने यावर्षीच्या शैक्षणिक सत्राची सुरुवात एक वेगळ्या आणि उत्साहवर्धक पद्धतीने केली.

श्री क्षेत्र महादेव मंदिराजवळून काढण्यात आलेल्या शैक्षणिक दिंडीची सुरुवात लोणी गावच्या सरपंच अश्विनी दंडवे यांनी विद्यार्थ्यांना गुलाबपुष्प देऊन केली. नंतर ग्रामपंचायत कार्यालयाजवळ दिंडीचे स्वागत करण्यात आले. या शैक्षणिक दिंडीचा प्रमुख उद्देश नव्या विद्यार्थ्यांना शाळेबद्दल जागरूक करणे आणि त्यांचा उत्साह वाढवणे हा होता. शाळा प्रवेशोत्सवाच्या कार्यक्रमाला डोरमॉन आणि मिर्कीमाऊस यांसारख्या चित्तवेधक वेशभूषेतील कलाकारांनी रंगत आणली. नवागत सर्व विद्यार्थ्यांचे पुष्पवर्षावाने आणि दप्तर भेट देऊन पाठ्यपुस्तकांचे वितरण करून आनंददायी स्वागत करण्यात आले. कार्यक्रमाचे अध्यक्ष समानीय पालक हिरालाल पाचगरे होते. प्रमुख अतिथी म्हणून राजु बोहरा व संजय बेलसरे उपस्थित होते. याशिवाय संस्थेचे अध्यक्ष शशीकांत कुबडे, तसेच आकोटकर आणि उईके यांनी देखील कार्यक्रमाला भाग घेतला. शाळेचे मुख्याध्यापक एस. व्ही. खोडे, पर्यवेक्षक व्ही. एच. चिमोटे आणि शिक्षकवृंद यांनी नवागत तसेच सर्व विद्यार्थ्यांचे मनपूर्वक स्वागत करून नव्या शैक्षणिक वर्षासाठी शुभेच्छा दिल्या.



घुटी येथे “जोहार-अबूगी समस्या, अबूगा नेतृत्व” एकदिवसीय जनजागृती मेळावा

महासागर प्रतिनिधी
चुरणी, (दि.२४) – कोरो इंडिया, मुंबई यांच्या सहकार्याने आणि निसर्गा फाउंडेशन च्या समन्वयातून घुटी येथे ‘जोहार – अबूगी समस्या, अबूगा नेतृत्व’ या विषयावर एकदिवसीय जनजागृती मेळाव्याचे आयोजन करण्यात आले. या कार्यक्रमात बोबदो, धराकोट, सालाई, सावऱ्या, आकी, मांडू, राणीतंबोली आणि घुटी या गावांतील सुमारे ८० ग्रामस्थांनी उपस्थित राहून सहभाग घेतला.

कार्यक्रमाचे नेतृत्व कोरो फेलो सुरेश सावलकर यांनी केले. प्रारंभ निसर्गा फाउंडेशनचे संचालक धनंजय सायरे यांच्या संविधान प्रस्ताविकेच्या वाचनाने झाला. त्यानंतर डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांची माहितीपट (डॉक्युमेंटरी) दाखवण्यात आली. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी कोरो इंडिया मेळघाट क्षेत्र प्रतिनिधी गंगा जावकर होत्या. पेसा कायदा व त्याचे मेळघाटमधील महत्त्व या विषयावर पेसा समन्वय समितीचे



अध्यक्ष गंगाराम जांभेकर यांनी मार्गदर्शन केले. आदर्श ग्रामसेवक पुरस्कारप्राप्त श्री. रामप्रसाद काणेकर यांनी ग्रामसभेचे अधिकार आणि सहभागाचे महत्त्व सांगितले. एकात्मिक आदिवासी विकास कार्यक्रम अंतर्गत योजनांची माहिती मुकेश मेठकर यांनी दिली, तसेच माहिती पत्रकांचे वाटपही केले. कृषी विभागाच्या योजनांची

माहिती कृषी सेविका प्रियंका जावकर यांनी दिली. तापी मेगा रिचार्ज प्रकल्प आणि त्याचे संभाव्य सामाजिक व पर्यावरणीय परिणाम यावर तापी लोक मंच अध्यक्ष डॉ. रवी पटेल यांनी माहिती दिली. यावेळी बीबीसी निर्मित डॉक्युमेंटरी दाखवण्यात आली आणि पंतप्रधान व राष्ट्रपती यांना पाठवण्यासाठी ५० पोस्टकार्ड्स सहभागी ग्रामस्थांना वाटण्यात आली.

गौरखेडा कुंभी येथे विजेचा लपंडाव!

महावितरणचे दुर्लक्ष; नागरिक हैराण, त्रस्त

महासागर प्रतिनिधी
परतवाडा (दि.२४) – तालुक्यातील ग्रामीण भागातील गौरखेडा कुंभी येथे मागील एक ते दीड महिन्यांपासून घरगुती वीजपुरवठा वारंवार खंडित होत असल्याने नागरिकांत तीव्र नाराजीचे वातावरण निर्माण झाले आहे. कुठलाही वादळ वा पाऊस नसतानाही वीजपुरवठा खंडित होतो, हे विशेष चिंतेचे कारण ठरत असून, महावितरण विभागाकडून होत असलेल्या दुर्लक्षामुळे ग्रामस्थ त्रस्त झाले आहेत.



उन्हाळ्याच्या दिवसात विजेच्या अभावामुळे वृद्ध नागरिक आणि लहान मुलांना उकाड्याचा जबरदस्त त्रास सहन करावा लागत आहे. रात्रीच्या वेळी वीज गायब झाल्याने झोपेचे खोबरे झाले असून, आरोग्यावरही परिणाम होऊ लागला आहे. नागरिकांनी सांगितले की, एक वेळ निसर्ग आपत्तीमुळे वीज गेली, तर ते समजण्यासारखे आहे. पण कुठल्याही कारणाशिवाय वीजपुरवठा खंडित होतो, हे जाणूनबुजून दुर्लक्ष असल्याचेच

लक्षणे वाटते. पावसाळ्याच्या सुरुवातीला विजेचा लपंडाव सुरू झाल्यामुळे अंधाराचा फायदा घेऊन सरपटणारे प्राणी घरात शिरण्याचा धोका निर्माण झाला आहे. या प्राण्यांमुळे नागरिकांना जखमी होण्याची भीती व्यक्त होत आहे. गावकऱ्यांच्या मते, महावितरण विभागाचे अधिकारी व कर्मचारी गौरखेडा कुंभी गावाकडे दुर्लक्ष करत आहेत. अनेकदा तक्रार करूनही कोणतीच ठोस कारवाई होत नसल्याने ग्रामस्थ आता जिल्हा पातळीवर निवेदन देण्यासाठी सज्ज झाले आहेत. गावकरी सांगतात की, ‘पावसाची चाहूल लागली की वीज गायब होते. एखाद्या तांत्रिक

कारणामुळे वीज गेलेली असती, तर आम्हाला समजले असते. पण हे खोटे बहाणे वाटतात. महावितरण निष्काळजीपणा सहन केला जाणार नाही.’ या गंभीर प्रश्नाकडे तालुका व जिल्हा प्रशासनाचे लक्ष वेधले जात आहे. विजेच्या समस्यांने हैराण झालेल्या ग्रामस्थांनी आता मोर्चेबांध पद्धतीने आवाज उठवण्याचा निर्णय घेतला आहे. आगामी काळात महावितरण विभागाची भूमिका, आणि प्रशासनाची तात्काळ कारवाई हेच नागरिकांसाठी महत्त्वाचे ठरणार आहे.

सोनम दिघडे हिने गरिबीवर मात करीत विणले यशाचे जाळे

महावितरणच्या लेखा सहायक पदी निवड

महासागर प्रतिनिधी
दर्यापूर, (दि.२४) – तालुक्यातील सोनम दिघडे या तरुणीने आपल्या जिद्दीच्या जोरावर आणि कठीण परिस्थितीशी दोन हात करत महावितरणच्या लेखा सहायक पदावर आपला झेंडा रोवला आहे. ‘आपल्या मनात इच्छा असेल तर कठीणातल्या कठीण परिस्थितीवर आपण मात करू शकतो’ हा सुविचार फक्त फलकावर न राहता तिने प्रत्यक्षात सिद्ध केला आहे.

सोनम हिच्या वडिलांचे लहानपणगीच निधन झाले. कुटुंबाची जबाबदारी तिच्या आईवर आली, ज्या भांडे घासण्याचे आणि धुणीभांडी करण्याचे काम करत



संसार सावरत होत्या. अत्यंत हालाखीच्या परिस्थितीतही शिक्षणाची आस न सोडता सोनमने मेहनत सुस्त्र देवली. अखेर तिच्या जिद्दीला यश मिळाले आणि तिला महावितरण विभागात कनिष्ठ लेखा सहाय्यक पदावर नियुक्ती मिळाली. सोनमच्या या प्रवासात शिवाजी कला, वाणिज्य आणि विज्ञान महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. रामेश्वर भिसे यांचे योगदान अत्यंत मोलाचे ठरले. त्यांनी पदवी ते पदव्युत्तर शिक्षणापर्यंतचा संपूर्ण शैक्षणिक खर्च उचलला तसेच आवश्यक सर्व शैक्षणिक सुविधा उपलब्ध करून दिल्या. केवळ आर्थिक मदत नव्हे तर मानसिक आधारही दिला. या यशाबद्दल अकोल्यातील प्राचार्य डॉ. भिसे यांनी सोनमचे मनःपूर्वक अभिनंदन केले. सोनमचे हे यश केवळ तिच्या कुटुंबासाठीच नव्हे तर समाजातील अशा अनेक संघर्षशील विद्यार्थ्यांसाठी प्रेरणादायी आहे. तिने दाखवलेला आत्मविश्वास, चिकाटी आणि कृतज्ञता हे सर्वांसाठी आदर्श ठरावे असेच आहे.

अल्पवयीन मुलगा बेपत्ता

अचलपूर : अचलपूर शहरातील एक १७ वर्षीय अल्पवयीन मुलगा घरातून अचानक बेपत्ता झाला असून, त्याच्या आईने पोलीस ठाण्यात धाव घेत माझ्या मुलाला शोधून द्या अशी आर्त विनंती केली आहे.

१७ वर्षीय या मुलाला २२ जून रोजी संध्याकाळी त्यांनी बाजारात जाऊ या असे सांगितले. त्यावर तो मी स्वमध्ये जातो असे म्हणून गेला. काही वेळानंतर तो परत न आल्याने त्यांनी शोध घेतला, मात्र तो कुठेच आढळला नाही. कुटुंबियांनी नातेवाईक, मित्र, परिसरात सर्वत्र शोधाशोध करूनही त्याचा काहीही ठावठिकाण लागला नाही. त्यामुळे २३ जून रोजी अखेर हतबल होऊन आईने अचलपूर पोलीस ठाण्यात मुलगा बेपत्ता झाल्याची तक्रार दाखल केली आहे. पोलीस याप्रकरणी तपास करत असून, कोणीही या वर्णनाचा मुलगा आढळल्यास अचलपूर पोलीस स्टेशनशी संपर्क साधावा, असे आवाहन करण्यात आले आहे.

महासागर प्रतिनिधी
वरुड, (दि.२४) – तालुक्यातील बारागाव येथील रहिवासी डॉ. शिवहरी न. सावरकर यांची कन्या कृपा सावरकर हिने आपल्या कर्तृत्वाच्या जोरावर उल्लेखनीय यश सापदन केले आहे. अमरावती येथील डॉ. पंजाबराव देशमुख मुलींचे तंत्रनिकेतन (पॉलिटेक्निक) येथे शिकत असलेल्या कृपाने तृतीय वर्ष (अंतिम वर्ष) कॉम्प्युटर सायन्स या शाखेत ९३ टक्के गुण मिळवून महाविद्यालयात प्रथम क्रमांक (टॉपर) पटकावला आहे.

कृपाने आपल्या यशाचे श्रेय कॉलेजच्या प्राचार्या डॉ. गुल्हाने, तसेच विषय शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी आणि आपले आई-वडील यांना दिले आहे. तिच्या मेहनतीने आणि सायत्यपूर्ण अभ्यासाने हे यश मिळवले



जनता विद्यालयात उत्साहात शाळा प्रवेशोत्सव साजरा

स्वागत, भेटवस्तू, पाठ्यपुस्तक वाटप व गोड खाऊने विद्यार्थ्यांचा आनंद द्विगुणीत

महासागर प्रतिनिधी
अंजनागव बारी (दि.२४) – जनता माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय, अंजनागव बारी येथे शैक्षणिक वर्ष २०२५-२६ चा शाळा प्रवेशोत्सव मोठ्या उत्साहात व आनंदमय वातावरणात साजरा करण्यात आला. विद्यार्थ्यांमध्ये शाळेबद्दल प्रेम, ओढ आणि आपुलकी निर्माण व्हावी, या उद्देशाने मुख्याध्यापक विनोद मुगल यांच्या मार्गदर्शनाखाली या विशेष कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी मुख्याध्यापक विनोद मुगल होते. प्रमुख अतिथी म्हणून पर्यवेक्षक गजेंद्र अवघड आणि मंगेश ढेकण यांची उपस्थिती लाभली.



विद्यार्थ्यांचे स्वागत सेल्फी घेऊन आणि आकर्षक भेटवस्तू देऊन

करण्यात आले. नव्या शैक्षणिक वर्षाची सुरुवात नवीन ध्येय, उमेद आणि क्षितिजांचा शोध घेण्यासाठी प्रेरक वातावरणात झाली. यानंतर विद्यार्थ्यांना पाठ्यपुस्तकांचे वाटप करण्यात आले. कार्यक्रमाच्या शेवटी सर्व विद्यार्थ्यांना गोड खाऊ वितरित करून आनंदाचा क्षण साजरा करण्यात आला. या प्रवेशोत्सव कार्यक्रमास इयत्ता पाचवी ते आठवीचे सर्व शिक्षकवृंद, शिक्षकेतर कर्मचारी आणि विद्यार्थी उपस्थित होते. शाळेच्या निसर्गमय आणि भव्य प्रांगणात झालेला हा कार्यक्रम विद्यार्थ्यांच्या मनात नवीन वर्षाची गोड सुरुवात ठरली.

जिल्हा परिषद शाळा, उदखेड येथे प्रवेशोत्सव

दिनांक २३ जून २०२५ रोजी जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा, उदखेड येथे शैक्षणिक सत्र २०२५-२६ च्या शाळा शुभारंभ व प्रवेशोत्सवाचा कार्यक्रम उत्साही वातावरणात पार पडला. या कार्यक्रमात नवीन प्रवेश घेतलेल्या विद्यार्थ्यांचे शैक्षणिक साहित्य देऊन विशेष स्वागत करण्यात आले. सर्व विद्यार्थ्यांना शाळेत गणवेश, पाठ्यपुस्तके, बूट आणि विविध शालेय साहित्याचे वाटप उपस्थित मान्यवरांच्या हस्ते करण्यात आले. विद्यार्थ्यांना गोड पदार्थासह मिष्ठान भोजन देखील देण्यात आले, ज्यामुळे त्यांच्या चेहऱ्यावर आनंद दिसून येत होता. या कार्यक्रमाप्रसंगी शालेय व्यवस्थापन समितीच्या अध्यक्षा वनिता सोळंके, ग्रामपंचायत सरपंच सौ. शैलजा खंडार, ग्रामपंचायत सदस्य प्रकाश भोयर, पोलीस पाटील प्रतिभा पाटील, तसेच शाळा व्यवस्थापन समितीचे सदस्य आणि गावातील प्रतिष्ठित नागरिक



उपस्थित होते. शाळा शुभारंभ दिन हा विद्यार्थ्यांसाठी आनंददायी व संस्मरणीय ठरावा, यासाठी संपूर्ण कार्यक्रमाची आखणी सुयोजित पद्धतीने करण्यात आली होती. यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये शाळेबद्दल ओढ निर्माण झाली असून, हा दिवस त्यांच्या शैक्षणिक वाटचालीला नवी ऊर्जा देणारा ठरला.

आदर्श शाळेमध्ये प्रवेशोत्सव कार्यक्रम मोठ्या उत्साहात साजरा

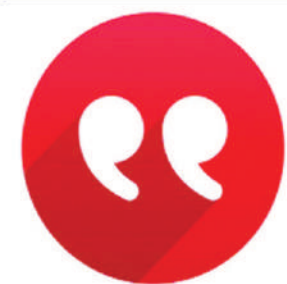
महासागर प्रतिनिधी
भातकुली (दि.२४) – कुलस्वामिनी शिक्षण संस्थेद्वारे संचालित आदर्श इंग्लिश प्राथमरी स्कूल, भातकुली येथे विद्यार्थ्यांचा प्रवेशोत्सव मोठ्या उत्साहात साजरा करण्यात आला. शाळेमध्ये पहिल्या दिवशी विद्यार्थ्यांचे गुलाब पुष्प देत तोंड गोड करत ओक्षण करून स्वागत करण्यात आले.

शाळेतील पहिल्या दिवशी विद्यार्थ्यांना आनंददायी वातावरण लाभारे, शाळा आपलीशी वाटावी, विद्यार्थ्यांना शाळेमध्ये वेगळेपण वाटावे म्हणून अभिनव उत्क्रम राबविण्यात आले. नवी पुस्तके, नवे दफ्तर, नवे मित्र, सगळं काही नव्हेनं, यामुळे उत्साहित झालेली



मूले सोमवारी रुबावत शाळेत आली. दारात गुक्चं स्वागत करत असल्याने मूले भाराऊन गेली. शाळेमध्ये विद्यार्थ्यांच्या कलागुणांना वाव देणारे खेळ घेण्यात आले. याप्रसंगी पंचायत समिति भातकुलीचे गटशिक्षणाधीकारी रामेश्वर मालवे

उपस्थित होते. शाळेच्या मुख्याध्यापिका मीनाक्षी श्रीराम डहाळे यांच्या हस्ते मालवे यांचा शॉल, श्रीफळ देऊन सत्कार करण्यात आला. तसेच शाळेचे अध्यक्ष हर्षद विनायकराव वाचसुंदर यांनी विद्यार्थ्यांचे मार्गदर्शन व शब्द सुमनांनी स्वागत केले.



शाळेची पटसंख्या वाढविणे फक्त शिक्षकांची जबाबदारी?

शिक्षकांची विद्यार्थी विज्ञाननिष्ठ, तर्कवादी, जागृत व अन्याया विरुद्ध आवाज उठवणारे आहेत? याची समिक्षा शिक्षक करतील का?

शिक्षकांविषयी अनेक प्रश्न व शंका डोक्यात आहेतच तरीही पटसंख्या कमी झाली म्हणून शिक्षकांवर निलंबनाची कार्यवाही केली हा शिक्षकांवर झालेला अन्याय आहे. अन्याया विरोधी जो बोलतो तोच खरा सुशिक्षित आहे.

जिल्हा परिषद शाळेची पटसंख्या कमी का झाली? याला कारणीभूत फक्त शिक्षकच आहेत का? यावर विचार विनीमय होणे आवश्यक आहे. जेही लोक कारणीभूत आहेत त्या सर्वांवर कारवाई होणे गरजेचे आहे. चला आपण विचार करू या.

जिल्हा परिषद शाळेची विद्यार्थी संख्या कमी का झाली याचे एकमेव कारण म्हणजे खाजगीकरणाच्या नावाखाली खाजगी शाळांना मान्यता देऊन शिक्षणाचा व्यापार करणे. खाजगी शाळा सुरू झाल्या लाखां रुपये लोक फि भरून मुलांना शैक्षणिक कमकुवत करत आहेत ते फक्त खोटे स्टेटस टिकवण्यासाठी.

श्रीमंत व नोकरदार व्यक्तींच्या लोकांनी आपली मुलं खाजगी शाळेत टाकले म्हणून सर्वसामान्य लोकांनी कर्ज काढून खोटी प्रतिष्ठा जपण्यासाठी व आपणही गरीब नाही हे दाखवण्यासाठी आपली मुलं खाजगी शाळेत टाकली. खाजगी शाळेत पैसे भरून मुलांना टाकणारे लोक सुशिक्षित आहेत का तर मुळीच नाही.

ते सुशिक्षित आणि हुशार या दोन्ही प्रवर्गात न येता ते खोटी प्रतिष्ठा जपण्या त्या बेगडी व मानसिक गुलाम घेताना भाव करणारे, एकही रुपया गोरगरिबांना न देणारे, लोकांना व्याजाने पैसे देणारे व वरतोंड करून हक्क अधिकाराच्या बाता करणाऱ्यांना प्राथमिक शिक्षण हे सक्तीचे व मोफत आहे हे कळत नसेल आणि मोफतच्या

शिक्षणासाठी वर्षाला लाखां रुपये खर्च करणाऱ्या लोकांना सुशिक्षित व हुशार कसं म्हणायचं?

खाजगी शाळांवर नियंत्रण हाच खूप मोठा उपाय आहे जिल्हा परिषद शाळेतील पटसंख्या वाढविण्यासाठी. दुसरी गोष्ट म्हणजे एकदा निवडून आलेल्या आमदार खासदारांचे एका वर्षाच्या आत मोठ मोठे प्रशस्त बंगले, हॉटेल, बँका, कंपन्या, भुखंड आणि बरेच काही महागड्या वस्तुची कमाई होते. परंतु पंधरा विस वर्षे आमदार खासदार राहिलेला एक तरी नेता छाती ठोक पणे सांगू शकतो का? माझ्या मतदार संघातील जिल्हापरिषद शाळेची इमारत प्रशस्त, स्वच्छ व आनंददायी आहे.

जिल्हा परिषद शाळेच्या इमारती आजही बहुतांश स्वातंत्र्य पुर्व काळतील आहेत. त्याची रंगरंगोटी करण्यासाठी सरकार कडे पैसे नसावे? राज्यात बिअर पिणाऱ्यांची संख्या वाढविण्यासाठी समिती गठीत केली जाते उत्पादन शुल्क कमी केले जाते तर शाळेतील पटसंख्या वाढविण्यासाठी शासनाने समिती गठीत केल्याचे कुणाला माहिती आहे का?

जिल्हा परिषद शिक्षकांना शिकवण्याचे काम कमी आणि इतरकामे जास्त दिली जातात परंतु विद्यार्थ्यांची संख्या वाढविण्यासाठी नियोजन करण्याचे काम दिले जात नाही. जिल्हा परिषद शाळेच्या पाच किलोमीटर पर्यंत तरी खाजगी शाळेची परवानगी नाकारली तरीही जिल्हा परिषद शाळेला सोन्याचे दिवस येतील.

शाळेतील पटसंख्या कमी होणे ही चिंतेची बाब आहेच हे कोणीही नाकारू शकत नाही पण शिक्षकांचे निलंबन हा योग्य उपाय आहे का? बरं पटसंख्ये सारख्याच अनेक गंभीर समस्या आपल्या समोर आहेत जसे अनेक ठिकाणी खड्यात रस्ते आहेत, जलजिवन मिशन योजनेचे कामही झाले नाहीत बिलही निघालेले आहेत, विमानतळ, रेल्वे, पुतळे, पुल उद्धाटन झाल्यानंतर काहीच दिवसात कोसळले,

हजारो करोडो रुपयांचा चुराडा करून निवृत्त दर्जाचे काम केले गेले. किती गंभीर आहे? मग त्या मतदारसंघातील आमदार खासदार, संबंधित ईजिनिअर, मंजूर करणारे अधिकारी यांच्यावर कारवाई कधी होणार?

ब्रिटिश कालीन पुल, रस्ते, इमारती आजही मजबूत आहेत पण आपल्या सरकारने बांधलेले रस्ते, पुल, पुतळे वाऱ्या व पावसाने पडतात तर किती जबाबदार लोकांचे निलंबन केले? मग शिक्षकांवरच कारवाई का?

खाजगी शिक्षण संस्था बहुतांश राजकीय नेते व त्यांचे नातेवाईक यांच्या का आहेत म्हणजे राजकीय लोकांच्या हितासाठी सर्व सामान्य लोकांचा घात करणे यालाच पारदर्शक व इमानदार सरकार म्हणायचे का?

फक्त शिक्षकांवर कारवाई आणि इतरांना सुट यालाच न्याय म्हणायचे का? शिक्षकांचे निलंबन झाले असताना शिक्षकांनी गप्प राहणे याला सुशिक्षित म्हणायचे का? आज काही शिक्षक निलंबित झाले उद्या कोणावरही वेळ येऊ शकते परंतु याचे गंभीर्य किती लोकांना आहे?

जिल्हा परिषद शाळेची पटसंख्या कशी वाढेल या साठी ज्या गावात पटसंख्या कमी आहे तिथे जाऊन सर्वसामान्य लोकांना जरी विचारले आणि तसे उपाय केले तर पटसंख्या वाढू शकते. मुळात वर्ग सात शिक्षक चार, वर्ग चार शिक्षक दोन असे नियोजन आणि त्याही निलंबन असे केले तर संख्या कशी वाढेल?

पटसंख्या वाढविण्यासाठी सोपे उपाय आहेत. परंतु ते उपाय सोडून शिक्षकांचे निलंबन करणे म्हणजे जिल्हा परिषद शाळेत प्रवेश घेणाऱ्या विद्यार्थी व पालकांचे खच्चीकरण करणे होय. शाळेची इमारत जुनी व रंगरंगोटी नाही म्हणून कोण जबाबदारी स्विकारणार? शाळेतमधे घुरेसे शिक्षक नाही म्हणून कोण जबाबदारी स्विकारणार?

प्रत्येक ऑफिस मध्ये भ्रष्टाचार आहे कोणाला निलंबित करणार? लोकांचे काम वेळेवर होत नाहीत कोणाला

निलंबित करणार? पोलीस, तलाठी, ग्रामसेवक सारखे लोक करोडो रुपयांचे गबाड गोळा करतात कोणाचे निलंबन करणार? अनेक नोकरदार लोक दिवसभर कामाच्या ठिकाणी बसतच नाहीत त्यांच्या वर काय कारवाई होणार?

गुन्हेगारी वाढली म्हणून पोलीस निलंबित होत नाहीत, सर्वसामान्य लोकांना पैसे न देता योजनेचे घरकुल मिळत नाहीत तेव्हा मात्र कोणीही निलंबित केले जात नाही. खाजगीकरण आणून सर्वात अगोदर शिक्षणावर धाव घातला गेला तेव्हा एकही शिक्षक बोलला नाही.

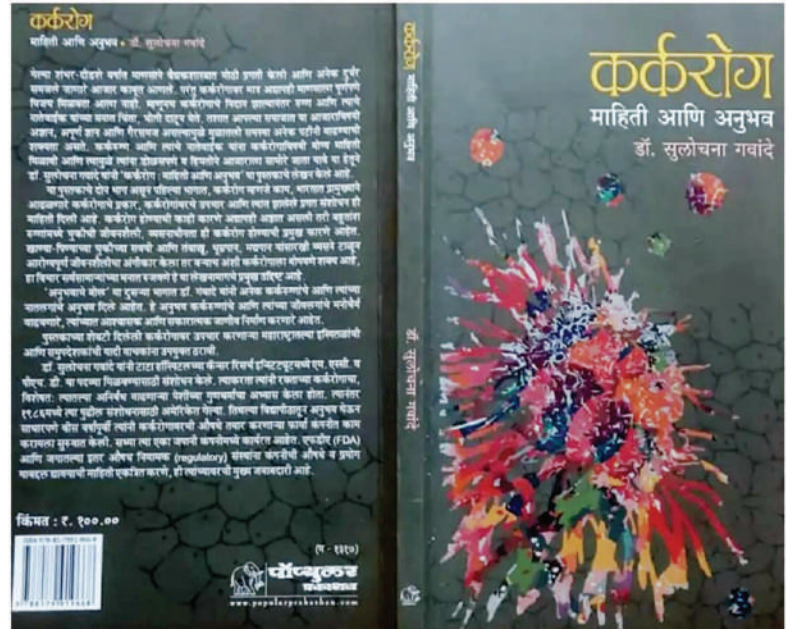
आता शिक्षण राहिले बाजूला शिक्षकावरच धाव घालत आहेत. तेव्हाही शिक्षक पेढून उठून स्वतःचे भविष्य वाचवू शकत नसतील तर ते शिक्षक विद्यार्थ्यांचे भविष्य काय घडवणार? पटसंख्येचे कारण दाखवून शिक्षकांना घरी बसवले जात असेल आणि शिक्षक गप्प असतील तर याचा अर्थ पटसंख्या कमी व्हायला शिक्षकच जबाबदार आहेत, हे शिक्षकांना मान्य आहे आणि निलंबनाची कारवाई योग्यच आहे हे सिद्ध होते.

शिक्षकांनी जागृत होऊन आवाज उठवणे अत्यंत आवश्यक आहे. पटसंख्या कमी आहे म्हणून शिक्षकावर ठपका ठेऊन घरी बसवणे चुकीचे आहेच. शिक्षक दर्जेदार शिक्षण देत नाहीत, शिक्षक वेळेवर शाळेत येत नाहीत, शिक्षक धर्मनिरपेक्ष राहत नाहीत, शिक्षक अंधविश्वास व पाखंडाला चालना देऊन विद्यार्थ्यांना तर्क, सत्य व विज्ञान यापासून दुर ठेवतात या कारणांमुळे कमी केले तर कोणताही प्रश्न उपस्थित होणार नाही.

पण शिक्षकांना पटसंख्येचे कारण दाखवून निलंबित केले तर हाच नियम वेगवेगळ्या विभागात लागू होऊन त्या विभागातील कामाची संख्या व वेग कमी आहे म्हणून कर्मचाऱ्यांना निलंबित केले तर एंशोटक्के पेक्षा जास्त शासकीय कार्यालये खाली होतील. सरकारने कोणतेही पाऊल उचलतांना न्यायीक भूमिका घ्यायला पाहिजे सुड भावना मनात ठेवून शिक्षणावर धाव घालु नये एवढीच अपेक्षा.



कर्करोग संशोधक डॉ. सुलोचना गवांदे



अमेरिकेत गेली ४० वर्षे कर्करोगावर संशोधन करणाऱ्या आणि विविध माध्यमांद्वारे कर्करोगाविषयी जनजागृती करीत असलेल्या डॉ सुलोचना गवांदे यांची प्रेरणादायी जीवन कहाणी...

देवेंद्र भुजबळ
९८६९४४८००

कर्करोगाचे आपल्याला मागच्या दशकात प्रागुद्घातने चार पाच प्रकारच माहिती होते. पण आता समजतेय की ही संख्या १०० च्या वर आहे. कर्करोग आणि इतर आजार यातील मूळ फरक म्हणजे बहुतांश इतर रोग हे आपल्या शरीराच्या बाहेरून येणाऱ्या जीवजंतूमुळे होतात अथवा शरीरातील इद्रिये, स्नायू इत्यादी दुर्बळ झाल्यामुळे होतात. कर्करोग हा मात्र स्वतःच्या शरीरातील पेशीतूतच निर्माण होतो.

कर्करोग झाल्याचे निदान कळताच केवळ रुग्णच नव्हे तर त्याचे कुटुंबीयही गर्भगळीत होतात, इतकी या रोगाची धास्ती आहे. अशा या वेगळ्या आणि विलक्षण रोगावर सखोल संशोधन करणाऱ्या, तो होऊन नये म्हणून आणि झालाच तर त्याच्याशी कसा सामना करायचा यासाठी जनजागरण करणाऱ्या डॉ. सुलोचना गवांदे यांच्याशी न्यूज स्टोरी टुडे पोर्टलच्या माध्यमातून आमचा संबंध आला आणि त्यांच्या कार्याने प्रभावित होऊन आम्ही त्यांना यथाशक्ती मदत करण्याचा प्रयत्न करू लागलो आणि करीत आहोत.

डॉ सुलोचना गवांदे या मूळ मुंबईकर आहेत ही आपल्या सर्वांसाठी मोठी अभिमानाची बाब आहे. त्यांचे शालेय आणि महाविद्यालयीन शिक्षण मुंबईतच झाले. त्यांनी टाटा मेमोरियल सेंटरशी संलग्न कर्करोग संशोधन संस्थेतून एम एससी व पीएच डी या पदव्या प्राप्त केल्या. पुढे कर्क रोगावर प्रगत संशोधन करण्यासाठी ४० वर्षांपूर्वी अमेरिकेत जाण्याचे धाडस त्यांनी केले.

सुरुवातीला फार बिकट परिस्थितीत कर्क रोगावरचे संशोधन करीत राहिल्या आणि अजूनही करीत आहेत. पण त्यांचे वैशिष्ट्य म्हणजे त्यांनी केवळ संशोधन, शास्त्रीय अभ्यास आणि या विषयावर होणाऱ्या जागतिक परिषदांपुरतेच स्वतःला बंदिस्त करून ठेवले नाही तर सामान्य माणसाला कर्करोगाची, त्या विषयी सुरु असलेल्या संशोधनाची अद्ययावत माहिती ही मिळवी.

त्यांना धीर, दिलासा मिळवा म्हणून त्या अनेक प्रकारे प्रयत्न करीत असतात. त्यांचे दीर्घकाळ परदेशात वास्तव्य असले तरी त्यांनी त्यांची मायभूमीशी आणि माय मराठीशी असलेली नांव जोडू दिली नाही. त्यामुळे कर्करोगाविषयीची जाणीव, जागृती ही मराठी समाजापर्यंत पोहोचण्यासाठी त्या भरीव कामगिरी करीत असतात.

डॉ सुलोचना गवांदे यांनी २०१६ मध्ये महाराष्ट्र टाइम्स या वृत्तपत्रात पंधरावाड्याला एक लेख असे सदर वर्षभर लिहिले. या सदरातून त्यांनी कर्करोगाचा इतिहास, कारणे व लक्षणे, उपचार हे सर्व विषय अतिशय सोप्या भाषेत मांडले. वाचकांना ही लेखमाला अत्यंत उपयुक्त वाटली. नंतर या लेखनावर आधारित त्यांचे कर्करोग: माहिती आणि अनुभव हे पुस्तक प्रकाशित झाले.

पुढे या पुस्तकात अधिक भर घालून त्याचे इंग्रजी रुपांतर Revealing the Secrets of

Cancer या नावाने २०२२ मध्ये अमेरिकेत व नंतर भारतात प्रकाशित केले गेले. गेल्या वर्षीच्या (२०२४) मराठी व इंग्रजी कालनिर्णयच्या पृष्ठभागावर कर्करोगाची कारणे आणि तो टाळण्यासाठी काय करावे याबद्दल त्यांनी लिहिलेले लेख प्रसिद्ध झाले आहेत.

कर्करोगाविषयी बोधवण्यासाठी गवांदे मॅडम यांना विविध प्रसार माध्यमांद्वारे निमंत्रित करण्यात येत असते. त्या नेहमीच "योग्य" माहिती देण्याचा आग्रह धरतात. इथे योग्य शब्द जाणीवपूर्वक वापरलेला आहे, तो अशासाठी की अनेक व्यक्ती,संस्था कर्करोग बरा करण्याविषयीचे

अवास्तव दावे करतात. त्यांच्या उपचारांमुळे रुग्ण बरा तर होत नाहीच जलट त्याचे शारीरिक, मानसिक, आर्थिक नुकसानच होत असते.

कर्करोगाचे अनेक प्रकार योग्य औषधोपचारांनी पूर्ण बरे होतात किंवा कित्येक वर्षे आठोडव्यात राहतात. नको त्या गोष्टींच्या मागे लागण्याने हे इलाज वेळेवर होत नाहीत, परिणामी रुग्णाचा आजार अधिक गंभीर होतो आणि

कित्येकदा रोग कट्यात आणणे अशक्य होते. ही अत्यंत दुर्दैवी परिस्थिती आहे आणि याबद्दल लोकांना जागरूक करणे आवश्यक आहे.

म्हणून गवांदे मॅडम मुदित माध्यमापुरत्याच मर्यादित राहिल्या नाहीत तर आकाशवाणी, दूरचित्रवाणी, समाज माध्यमे, प्रत्यक्ष व्याख्याने, संवाद,मुलाखती अशा विविध प्रकारच्या माध्यमांद्वारे त्या कार्यरत आहेत. अर्थात खरं म्हणजे ही काही फक्त त्यांचीच किंवा सरकार, संशोधक आणि डॉक्टरांची पण नाही तर ही जागरूकता वाढवणे हे काम तुम्हा आम्हा सर्वांचेच आहे. इतकी ही कर्करोगाची समस्या भीषण आहे. गवांदे मॅडम यांच्या कर्करोग: माहिती आणि अनुभव या पुस्तकातील सर्व लेख मुंबई आकाशवाणीच्या निवेदिकांनी वाचून महाराष्ट्रातील केंद्रांवर प्रसारित केले. अमेरिकेत येल विद्यापीठाच्या कर्करोग समितीने NPR रेडिओवर या पुस्तकावर आधारित डॉ गवांदे यांचा कार्यक्रम प्रसारित केला.

डॉ गवांदे मॅडम गेल्या वर्षी मुंबईत आलेल्या असताना, त्यांचे विचार एबीपी माझा वाहिनीवर प्रसारित होण्याचे महत्व मी ज्या वेळी या वाहिनीचे संपादक राजीव खांडेकर यांना सांगितले, त्यावेळी त्यांनी क्षणावाही विलंब न लावता डॉ गवांदे मॅडम यांची मुलाखत घेतली. या त्यांच्या कार्यकमाला खूप प्रतिसाद मिळाला. त्यांची ही मुलाखत आपण आजही यू ट्यूब वर पाहू शकता आणि आपण ती अवश्य पाहावी देखील. त्यांचे मराठी, हिंदी आणि इंग्रजी भाषेत पॉडकास्ट प्रसिद्ध झाले असून ते देखील यू ट्यूब वर उपलब्ध आहेत.

कर्करोगाविषयी प्रसार माध्यमांद्वारे जनजागृती करीत असतानाच गवांदे मॅडम बोलत असतात. सभांतून लोकांना प्रत्यक्ष भेटून बोलत असतात. न्यूज स्टोरी टुडेच्या ठाणे येथील मेघना आणि हेनॉन साने यांच्या घरी झालेल्या स्नेह मिलन कार्यक्रमात मेघना साने यांनी त्यांची घेतलेली उत्फुर्त मुलाखत आणि त्या नंतरची प्रश्नोत्तरे खूपच उल्लेख करली. आकाशवाणीचे निवृत्त सहसंचालक भूपेंद्र मिस्त्री यांनी त्यांच्या कैमरा टीमद्वारे या मुलाखतीचे चित्रीकरण करून ती समाज माध्यमातून प्रसिद्ध केली. ही मुलाखत त्या स्नेह मिलन कार्यक्रमाचे मोठेच वैशिष्ट्य ठरले.

(लेखाचा उर्वरित भाग पुढील अंकी)

■ ■ ■

युद्धात अमेरिकेची उडी आणि संकट!

आता सिद्ध झाले आहे की अमेरिका जगाला तिसऱ्या महायुद्धाकडे नेताना दिसत आहे. कारण अमेरिका-इजरायल - इराण याची फक्त वर्चस्वाची लढाई आहे.परंतु यात मिडिलिस्टमधील अनेक देश भरडले जात आहे.

आपण युक्रेन-रशिया, इजरायल सोबतचे हमास-हिज्जुल्ला-हुती विद्रोही -इराण यांच्या संघर्ष व युद्ध पहाले.परंतु आपण ज्याला सुपर पाँवर म्हणतो तो अमेरिका तडजोड न करता इराणवर "ऑपरेशन मिडनाईट हॅमर"च्या माध्यमातून इराणवर अचानक अमेरिकेच्या बी-२ बॉम्बर विमानांनी इराणचे फोडो उध्वस्त करण्यासाठी बंकर बस्टर्ड बॉम्ब टाकतो आणि तेथी १३६०० किलो वजनाचा एक बॉम्ब.

असे १४ बॉम्ब टाकून इराणचे फोडो, नातान्झ आणि इस्फाहान या ३ आणिक केन्द्रांवर हल्ले करून उध्वस्त करतो. याचाच अर्थ असा की जग विनाशाकडे जात असल्याचे दिसून येते.यामुळे आता जगातील अनेक राष्ट्र दोन गटात विभागल्या जाण्याची दाट शक्यता आहे आणि त्याची सुरुवात सुध्दा झाली आहे. अमेरिकेच्या कारवाईमुळे रशिया-चीन इराणकडून खुलेआम उतरू शकतो, यालाही नाकारता येत नाही.

अमेरिकेच्या हल्ल्यानंतर इराणने इस्त्रायलवर मोठ्या प्रमाणात क्षेपणास्त्रे डागण्यास सुरुवात केली आहे. अमेरिकेच्या इराणच्या अणुऊर्जा प्रकल्पांवर केलेल्या हल्ल्यामुळे जगात भीतीचे वातावरण निर्माण झाले आहे. अमेरिकेच्या बी-२ बॉम्बर हल्ल्यानंतर इराण होमुझचा जलमार्ग बंद करून नाकाबंदी करण्याची दाट शक्यता आहे.

होमूझ खाडीतून जाणारी २० टक्के कच्च्या तेलाचा व्यापार होतो आणि हा मार्ग इराणने बंद केला तर याचा परिणाम भारतासह जगातील अनेक देशांवर पडू शकतो.कारण अमेरिकेने थेट अणुकेंद्रांवर हल्ला केल्याने इराणच्या तळणाऱ्याची आग मस्तकात गेली आहे. त्यामुळे इराणने अखेरचे हुकुमी अस्त्र बाहेर काढले आहे.

होमूझ बंद झाल्यास तेल पुरवठासाखळी विस्कळीत होईल व जागतिक बाजारपेठेत तेलाच्या किमती भडकू शकतात.अमेरिकेच्या हल्ल्यानंतर इराणचे सर्वोच्च नेते अय्यातुल्ला खोमेनेई व परराष्ट्रमंत्री अब्बास अराचबी यांनी अमेरिकेला हल्ल्याचा परिणाम भोगण्यास सज्ज रहाण्याचा इशारा दिला. कारण अमेरिकेने आमच्या अणुकेंद्रांवर हल्ले करून संपूर्ण सिमा ओलांडल्या आहेत त्यामुळे आम्हालाही आमचे संरक्षण करण्याचा अधिकार आहे असा इशारा दिला.

त्यामुळे या युद्धावर योग्य तोडगा निघाला नाही तर अमेरिकन हल्ल्याचा बदला घेतल्याचा दावा इराणने भयावह परिणाम होवू शकतात.कारण इराण- इस्त्रायल युद्ध व युक्रेन-रशिया युद्ध सध्याच्या परिस्थितीत थांबने शक्य नाही. परंतु अमेरिकेच्या इराणवरील हल्ल्याने जगाला बेचैन केले असून तिसऱ्या महायुद्धाची घंटी वाजविल्याचे दिसून येते. डोनाल्ड ट्रम्पला वाटत असेल की हा अमेरिका, इस्त्रायल आणि जगासाठी ऐतिहासिक क्षण आहे परंतु ही बाब चुकीची आहे.

कारण युद्धामुळे अजून पर्यंत कोणालाच फायदा झालेला नाही जलट

नुकसानच झाले आहे आणि आता अमेरिकेच्या इराणवरील हल्ल्याने जगात युद्धजन्य परिस्थिती निर्माण झाली असून याचा गंभीरपणे परिणाम जगातील संपूर्ण देशांना भोगावे लागतील. त्यामुळे संयुक्त राष्ट्रसंघाने पुढाकार घेऊन हे युद्ध ताबडतोब थांबविले पाहिजे अन्त्या विनाश अटळ आहे.

अमेरिकेचे राष्ट्राध्यक्ष "डोनाल्ड ट्रम्प जे बोलतात ते करीत नाही, आणि जे बोलत नाही ते करतात" त्यामुळे सध्याच्या परिस्थितीत डोनाल्ड ट्रम्प हे विश्वास पात्र नेता रहाले नाही. अमेरिका सध्याच्या परिस्थितीत स्वायत्ती व व्यापारी देश बनला आहे. अमेरिकेने स्वतःच्या स्वायत्तासाठी दिनांक १४ जून २०२५ ला असीम मुनीरला अमेरिके सशस्त्र दलाच्या २५० व्या वर्षापण दिनानिमित्त प्रमुख पाहुणे म्हणून आमंत्रित केले होते व सोबतच डोनाल्ड ट्रम्प यांचा ७१ वा वाढदिवस सुध्दा होता.

या निमित्ताने असीम मुनीरकडून इराणच्या अनेक महत्त्वपूर्ण ठिकाणांची व गुप्त माहिती अवगत केली.याचाही फायदा अमेरिकेने अवश्य घेतला असावा आणि असीम मुनीर पाकिस्तानला परत गेल्यानंतर डोनाल्ड ट्रम्प यांना २०२६ चा नोबेल पुरस्कार देण्याची मागणी मिडियाच्या माध्यमातून केली आणि दुसऱ्याच दिवशी २२ जून २०२५ ला अमेरिकेने इराणवर बी-२ बॉम्बर विमानांनी अणू केंद्रांवर हल्ला केला. यामुळे सध्याच्या परिस्थितीत पुरवठाहस्तान अत्यंत कठीण परिस्थितीत फसल्याचे दिसून येते.

पाकिस्तानचे मित्र राष्ट्र चीन, इराण आणि वर्ल्ड बँकेकडून कर्ज घेण्यासाठी अमेरिकेशी दोस्ती.त्यामुळे आता पाकिस्तान घर का ना घाट का अशी परिस्थिती झाली आहे. डोनाल्ड ट्रम्प ने स्पष्ट शब्दात सांगितले आहे की "आम्ही दोस्ती कोणाही सोबत फुकट करीत नाही". अमेरिकेला कल्पना होती की इराणचा खरा मित्र पाकिस्तान आहे. त्यामुळे अमेरिकेने इराणविषयी संपूर्ण गुप्त माहिती पाकिस्तान कडून हस्तगत केल्याचे स्पष्ट दिसून येते.

इराणला खाईत लोटण्याचे केले असेल तर पाकिस्ताननेच केले आणि ही बाब इराणच्याही लक्षात आली आहे. इराण व चीन पाकिस्तानला सुध्दा धडा शिकवू शकतो. या विनाशकारी महायुद्धाला संयुक्त राष्ट्रसंघाने, नाटो सह संपूर्ण देशांनी थांबवण्यासाठी प्रयत्न करण्याची गरज आहे, अन्यथा विनाश अटळ आहे. इराणने अमेरिकेसोबत बदला घेण्यासाठी कतर, बहरीन, इराक येथील अमेरिकेन एअर बेस वर इराणने १० बेलेस्टीक मिसाइल डागली असून अमेरिकन हल्ल्याचा बदला घेतल्याचा दावा इराणने केला आहे.परंतु इराणने डागलेले १० मिसाइल अमेरिकेने उध्वस्त केल्याचा दावा पेटांपात्र मधुन करण्यात आला आहे.

यामुळे अमेरिकेने एअर बेसला कोणत्याही प्रकारचे नुकसान झाले नाही.युएई ने इराणच्या हल्ल्याची निंदा केली आहे.अमेरिका, रशिया, चीन, संयुक्त राष्ट्र यांनी एकत्र येऊन ताबडतोब युद्धविराम करावा.



टीआरपी मागे माध्यमे का?

'श्री दाभोळकर हत्या आणि मी' या विक्रम भावे लिखित पुस्तकाचे नागपुरातील अमृत भावन येथे प्रकाशन झाले. विक्रम भावे यांना केवळ संशयाच्या आधारे अटक झाली होती. शेवटी न्यायालयाने त्यांची निर्दोष मुक्तता केली.

भावे यांना या काळात ज्या मानसिक यातना झाल्या, त्यांचं कौटुंबिक आयुष्य कसं उध्वस्त झालं! याविषयी लोकांना सांगण्यासाठी शेवटी पुस्तकच लिहावे लागले. हे त्यांचं आत्मकथन आपल्याला अवस्थ करत. अगदी वडिलांचे निधन झालं असताना सुद्धा त्यांच्या अंत्य संस्काराला त्यांना जाता आलं नाही. कोती हा अन्याय! मी बरेचदा ऐकले आहे की, एखाद्या सराईत गुन्हेगाराला, खून्याला सुद्धा अशावेळी हजर

करतात. मग इथेच का ही क्रूरता! मुळातच हे सर्व वाचल्यावर लक्षात येतं की भावे हे या सामाजिक आणि राजकीय व्यवस्थेचे बळी ठरले आहे आणि मीडियाने सुद्धा पक्षपाती भूमिका घेतली असेच लक्षात येते. हल्ली टीआरपी मागे माध्यमे धावतात, त्यात त्यांचे उत्पन्न वाढते, असे असले तरी त्यामुळे एखाद्याच्या आयुष्याची वाताहत होते हे त्यांना कसं लक्षात येत नाही! याला काय म्हणायचं!

त्यांना समाज मनाच्या सुखदुःखाशी काही देणे घेणे नाही का? टीआरपी सोडून मीडियाने बाजू मांडल्यास जनतेची अधिक विश्वास संपादन करेल, आणि कुणा निर्दोष व्यक्तीचा नाहक बळी जाणार नाही.

■ सौ. माधवी पत्की नागपूर.

प्रसार माध्यमांची भूमिका महत्वाची..

नुकताच नागपूर येथे दाभोळकर हत्या आणि मी या पुस्तकाच्या प्रकाशन सोहळ्याचा कार्यक्रम झाला. कार्यक्रम पाहताना एका निर्दोष व्यक्तीवर झालेला अन्याय बघून मनात प्रचंड चीड निर्माण झाली.

या संपूर्ण प्रकरणात प्रसारमाध्यमांची भूमिका महत्वाची वाटली. जेव्हा विक्रम भावे यांना केवळ संशयाच्या आधारावर अटक झाली, तेव्हा प्रसारमाध्यमांवर झालेल्या चर्चासत्रांमध्ये हिंदुत्ववादी विचारधारेला आरोपी असल्याचे दर्शविले. त्यांच्याविरोधात जनमत तयार करण्यात आले.

परंतु न्यायालयाने जेव्हा त्यांना निर्दोष घोषित केले, तेव्हा मात्र प्रसार माध्यमे लहानशी बातमी देऊन मोकळे झाले.

एका निर्दोष व्यक्तीला तीन वर्षे तुरुंगवास भोगावा लागला. त्यांना आणि त्यांच्या कुटुंबाला झालेला मनस्ताप आणि भोगाऱ्या लागलेल्या यातना, त्यांच्या वडिलांच्या निधनानंतर शेवटचे दर्शनही मोबाईलवर घ्यावे लागले. त्यावेळीही प्रसारमाध्यमांनी कुठेही आवाज उठवला नाही. असे का? प्रसार माध्यमे कोशासाठीचा चौथा स्तंभ आहे. त्यांनी निरपेक्षपणे बाजू मांडणे गरजेचे आहे ही सामान्य जनतेची अपेक्षा आहे.

■ सौ. प्रिया बागडदेव छिंदवाडा.

धावपळीच्या जीवनात, ब्रेड हा सर्वात सोपा नाश्ता आहे. ब्रेड लवकर तयार होते आणि अनेक चवींमध्ये उपलब्ध असते, लहान मुलांपासून ते मोठ्यांपर्यंत सर्वांची आवडती बनली आहे. आज बहुतेक लोक त्यांच्या सकाळची सुरुवात ब्रेड-जाम किंवा ब्रेड-बटर अशा नाश्त्याने करतात. परंतु सहज उपलब्ध आणि तयार होणारी ब्रेड अनेक समस्यांचे कारण देखील बनत आहे. तज्ज्ञांचा असा विश्वास आहे की जे लोक दररोज ब्रेड खातात ते केवळ शारीरिकच नाही तर मानसिक आजारांही बळी पडू शकतात.

ब्रेडमध्ये असलेली उच्च ग्लायसेमिक इंडेक्स रक्तातील साखरेचे प्रमाण वेगाने वाढवू शकते, ज्यामुळे मधुमेहाचा धोका वाढतो. ब्रेडमध्ये फायबर आणि व्हिटॅमिन ईची कमतरता असते, ज्यामुळे खराब कोलेस्ट्रॉल वाढू शकते आणि हृदयरोगाचा धोका वाढू शकतो.

ब्रेडमध्ये असलेले ग्लूटेन आणि रिफाईंड कार्ब्स बद्धकोष्ठता, पोटादुखी आणि अतिसार यासारख्या समस्या निर्माण करू शकतात. कॅलरीज आणि



दररोज ब्रेडचे सेवन आणि मेंदूच्या आजाराची शक्यता

काबोहायड्रेट्सचे प्रमाण जास्त असल्याने, जास्त ब्रेड खाल्ल्याने वजन जलद वाढू शकते. याशिवाय, दररोज ब्रेड खाल्ल्याने यकृत आणि मूत्रपिंडांवर वाईट परिणाम होऊ शकतो. ब्रेडमध्ये अनेक प्रकारचे प्रिझर्वेटिव्ह आणि रसायने मिसळली जातात, ज्यामुळे शरीराच्या पचनसंस्थेवर परिणाम होऊ शकतो.

मानसिक आरोग्यावर होणारे परिणाम नॅशनल लायब्ररी ऑफ मेडिसिनच्या संशोधनातून असे दिसून आले आहे की दररोज

ब्रेड खाल्ल्याने केवळ शारीरिकच नाही तर मानसिक आरोग्यावरही परिणाम होऊ शकतो. ब्रेडमध्ये असलेले रिफाईंड कार्ब्स आणि ग्लूटेनमुळे नैराश्य, ताण आणि एकाग्रतेचा अभाव यासारख्या मानसिक समस्या उद्भवू शकतात. सतत ब्रेड खाल्ल्याने शरीरात जळजळ देखील होऊ शकते, ज्यामुळे मेंदूच्या कार्य करण्याच्या क्षमतेवर परिणाम होऊ शकतो. दररोज ब्रेड खाल्ल्याने ऑटो-ब्रूअरी सिंड्रोमचा धोका असतो. खरंत, ब्रेड बनवण्यासाठी यीस्टचा वापर केला जातो. दररोज ब्रेड खाल्ल्याने पोटात यीस्टचे प्रमाण वाढू शकते. अशा परिस्थितीत, जेव्हा पोटात असलेले बॅक्टेरिया ब्रेडमध्ये असलेले काबोहायड्रेट्स पचवतात तेव्हा किण्वन होते, ज्यामुळे पोटात अल्कोहोल म्हणजेच इथेनॉल तयार होते. ज्यामुळे रगणाला अल्कोहोल न पिता नसेलसखे लक्षणे उज्जणवतात. हा एक प्रकारचा मानसिक आजार आहे, जो जास्त ब्रेड खाणाऱ्यांना होऊ शकतो.

अशोकायन
प्रा. अशोक सारडा
मेहकर
(९४२१३९४३९१)



स्कूल बॅग!

पाठ ठणके कंबर ठणके
दुखू लागलेत खांदे
दसराच्या ओझ्याने
आरोग्याचे झालेत वांदे..!

नाकापेक्षा मोती जड
अशी आहे वस्तुस्थिती
शासकांनी पर्याय काढा
करतो आम्ही विनंती!

विषयात करा कपात
युनिट नुसारच हवी
पुस्तके व वहा
आमच्या दसरात..!

मागील शब्दकोड्याचे उत्तर														
म्हा	ता	रा		भा	न		यव	न	ही	ल		न	र	म
	रा	ज		र	म	णी	य	त	त		अ	ब	सा	न
अं		घ	न		क्व		दे	बा	त	य		रा	ळ	
क	म	नी	य		र		शी			म	द	न		अ
	ग		त	प		घ	र	भा	रा		र	ब	र	घ
प	र	बा		त	वा			ग	ब	त	री		य	
र	ल	हा	न	स	हा	न		स	र	खि		सा	ब	
क	ग		ट		र		ब	ग		स	ट	सा	ई	
र		पं	क	ज			मी	र	त		क		बा	ग
	री	त	ह	र	क	त		र	मा		अं	बा	री	
ई		प्र	सा	र	क			म	दा	ल	सा			ब
सा	ब	घा	न		बा	त	मी	दा	र		सो		ओ	
	सा	न		शी		न		र		अ	सा	मी		अं
त	ह	र	ख	ल	ना	य	क		भ		ल		सा	घा
रा	ल	सा	र		ठी		ट	र	क	णे		मा	ज	र

आजपासून पावसाचा जोर, खरिपाच्या पेरण्या गतिमान

पाच दिवस जिल्ह्यात पावसाचा ‘यलो अलर्ट’

महासागर प्रतिनिधी
अमरावती, (दि.२४) – जिल्ह्यातील शेतकऱ्यांसाठी दिलासादायक बातमी आहे. उत्तर बंगालच्या उपसागरात तयार झालेल्या चक्राकार वाऱ्यामुळे विदर्भात मान्सून पुन्हा सक्रीय होत असून, अमरावती जिल्ह्यासह परिसरात आजपासून पावसाचा जोर वाढणार आहे. भारतीय हवामान विभागाने (IMD) येत्या पाच



दिवसांसाठी ‘यलो अलर्ट’ जारी केला आहे. मंगळवारपासून जिल्ह्यात अनेक ठिकाणी हलक्या ते मध्यम स्वरूपाचा पावसाची शक्यता वर्तवण्यात आली आहे. यामुळे गेल्या काही दिवसांपासून रखडलेली खरिप हंगामातील पेरणी प्रक्रिया आता गती

घेणार असल्याचे संकेत मिळत आहेत. यंदा मे महिन्यात अवकाळी आणि मान्सूनपूर्व पावसाची नोंद सरासरीपेक्षा अधिक झाली होती. त्यामुळे काही भागांमध्ये कपाशीची लागवड सुरू झाली होती. मात्र मृग नक्षत्रात अपेक्षेप्रमाणे पाऊस न झाल्याने मृग, उडीद, तूर, सोयाबीन

अशा महत्वाच्या पिकांच्या पेरण्या रखडल्या होत्या. दरम्यान, ‘आयएमडी’च्या नव्या अंदाजानुसार, पुढील काही दिवस पावसाळ्यास पोषक वातावरण तयार होणार असून, शेतकरी वर्ग पुन्हा शेतात उतरू शकतो. कृषी विभागाने शेतकऱ्यांना योग्य वेळ साधून पेरणी

पूर्ण करण्याचे आवाहन केले आहे. या पार्श्वभूमीवर जिल्ह्यात कृषी निविद्येची मागणी वाढण्याची शक्यता असून, बियाणे, खते आणि कीटनाशकांच्या पुर्ववट्यावरही भर दिला जात आहे. कृषी अधिकाऱ्यांनी शेतकऱ्यांना मार्गदर्शन करण्यासाठी मोहीम राबवण्याचे संकेत दिले आहेत. मान्सूनचा हा सक्रिय टप्पा खरिपाच्या यशस्वी हंगामासाठी महत्त्वपूर्ण ठरणार आहे. त्यामुळे प्रशासन, कृषी विभाग आणि शेतकरी यांच्यात समन्वय ठेवण्याचे आवाहन करण्यात येत आहे.

दर्यापूरमध्ये रस्त्यांच्या दुरवस्थेविरोधात आमरण उपोषण

महासागर प्रतिनिधी
दर्यापूर, (दि.२४) – दर्यापूर शहरातील मुख्य रस्त्यांची अत्यंत खराब अवस्था, खड्डे आणि वाढते अपघात या समस्यांमुळे त्रस्त झालेल्या नागरिकांच्या संतप्त भावना आता तीव्र आंदोलनात रूपांतरित झाल्या आहेत. शहरातील डॉ. पंजाबराव देशमुख कॉलनी परिसरातील रहिवासी ओम संजय राणे यांनी रस्त्याच्या कॉन्क्रीटिंग अथवा डांबरीकरणाच्या मागणीसाठी आमरण उपोषण सुरू केले आहे. या उपोषणाला परिसरातील अनेक नागरिकांनी पाठिंबा दिला असून, प्रशासनाच्या दुर्लक्षविरोधात आवाज उठवला आहे.

दर्यापूर शहरातील शिवर धान्य बाजार मार्ग, डॉ. रविंद्र साबळे हॉस्पिटल मार्ग, डॉ. भूषण कट्टा हॉस्पिटल मार्ग, डॉ. दिनेश म्हाला हॉस्पिटल मार्ग, कोकाटे कॉम्प्लेक्स मार्ग आणि देशमुख कॉलनी परिसरातील अनेक अंतर्गत रस्त्यांची अवस्था अत्यंत दयनीय झाली आहे. गेल्या वीस वर्षांपासून या रस्त्यांचे कोणतेही दुरुस्ती, डांबरीकरण किंवा कॉन्क्रीटिंगचे काम झालेले नाही. परिणामी, या रस्त्यांवर चालणे किंवा वाहन चालवणे ही मोठी डोकेदुखी बनली आहे.



विशेषतः पावसाळ्यात या खड्ड्यांची गंभीरता अधिक वाढते. मोठ्या खड्ड्यांमुळे अपघात होण्याचे प्रमाण लक्षणीयरीत्या वाढले आहे. वाहनचालकांना खड्डे चुकवत असताना अपघाताचा धोका सतत जाणवत असतो. अनेक दुचाकीस्वार हे खड्डे टाळताना घसरले असून, काहीना किरकोळ तर काहीना गंभीर दुखापती झाल्याचेही समोर आले आहे. या पार्श्वभूमीवर ओम संजय राणे यांनी प्रशासनाला वारंवार तक्रारी कळवून काहीच कृती होत नसल्याने, अखेर रस्त्यांचे कॉन्क्रीटिंग किंवा तातडीने डांबरीकरण करण्याच्या मागणीसाठी शांततामय आमरण उपोषण सुरू केले आहे. उपोषणस्थळी नागरिकांची गदी वाढत असून, त्यांनी लेखी अभिप्राय देत या आंदोलनाला पाठिंबा

दर्शविला आहे. राणे यांनी सांगितले की, इशहरातील नागरिक प्रामाणिकपणे नगरपालिकेला कर भरतात. मात्र त्यांना त्या मोबदल्यात मूलभूत नागरी सुविधा मिळत नाहीत. रस्त्यांची ही अवस्था म्हणजे प्रशासनाच्या अणयशाचे द्योतक आहे. दर्यापूर शहरातील नागरिक, विशेषतः वयोवृद्ध, शालेय विद्यार्थी आणि महिला वर्ग या रस्त्यांवरून चालताना प्रचंड अडचणींना सामोरे जात आहेत. पावसाळ्यात रस्ते चिखलमय होतात, खड्डे पाण्याखाली झाकले जातात आणि त्यातून अपघातांची मालिका सुरू राहते. स्थानिक नागरिकांच्या मत, रस्त्यांच्या विकासाचे काम इतकी वर्षे न होणे ही घोर दुष्कृत्यापेक्षा कमी नाही. या आंदोलनामुळे दर्यापूर शहरातील जनतेच्या व्यथा पुन्हा



एकदा चर्चेचा विषय झाल्या आहेत. नागरिकांचा आवाज आता अधिक बुलंद होत असून, जर प्रशासनाने याकडे तातडीने लक्ष न दिल्यास पुढे जनआंदोलन होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. प्रशासन आणि लोकप्रतिनिधींनी या प्रश्नाकडे गांभीरीने पाहवा, अशी सर्वसामान्यांची अपेक्षा आहे. दरम्यान, ओम राणे यांचे उपोषण सुरू आहे आणि यामध्ये सहभागी होण्यासाठी अधिकाधिक नागरिक पुढे येत आहेत.

आणीबाणीवर आधारित जिल्हास्तरीय प्रदर्शनाचे आज उद्घाटन

महासागर प्रतिनिधी
अमरावती, (दि.२४)– देशात २५ जून १९७५ रोजी घोषित करण्यात आलेल्या आणीबाणीच्या ऐतिहासिक घटनांचे स्मरण करण्यासाठी जिल्हा प्रशासनाच्या वतीने जिल्हास्तरीय प्रदर्शनाचे आयोजन करण्यात आले आहे. २५ जून रोजी सकाळी १० वाजता जिल्हाधिकारी कार्यालयात या प्रदर्शनाचे उद्घाटन विभागीय आयुक्त श्वेता सिंघल आणि जिल्हाधिकारी आशिष येकर यांच्या हस्ते पार पडले.

या प्रदर्शनाच्या निमित्ताने सन १९७५ ते १९७७ दरम्यान लागू करण्यात आलेल्या आणीबाणीच्या काळातील घटनांचा आढावा, नागरिकांच्या मूलभूत हक्कांवर आलेल्या मर्यादा, प्रसारमाध्यमांवरील सेन्सॉरशिप आणि त्या विरोधात आवाज उठवणाऱ्या कार्यकर्त्यांचे योगदान या गोष्टींवर प्रकाश टाकण्यात येणार

आहे. प्रसारमाध्यम विभागाचे उपसंचालक अनिल आलूरकर यावेळी उपस्थित राहणार आहेत. यासोबतच त्या काळात मिसा (Maintenance of Internal Security Act) आणि डीआयआर (Defence of India Rules) अंतर्गत बंदिवास भोगलेल्या कार्यकर्त्यांचा महसूल भवन येथे सन्मान करण्यात येणार आहे. त्यांना मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या स्वाक्षरीचे सन्मानपत्र प्रदान करण्यात येईल. जिल्ह्यातील सर्व मिसा आणि डीआयआर सन्मानधारकांनी या समारंभात उपस्थित राहावे, असे आवाहन निवासी उपजिल्हाधिकारी अनिल भटकर यांनी केले आहे.या कार्यक्रमाच्या माध्यमातून नव्या पिढीला लोकशाहीचे महत्त्व आणि नागरिक स्वातंत्र्याच्या रक्षणासाठी दिलेला लढा यांची जाणीव करून देणे, हा उद्देश असल्याचेही प्रशासनाकडून सांगण्यात आले.

२६ विद्यार्थ्यांची कॉन्ग्रेस कॅम्पनीत निवड

प्रो. राम मेघे इन्स्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी अँड रिसर्च, बडनेरा येथे प्लेसमेंट

महासागर प्रतिनिधी
बडनेरा, (दि.२४) – प्रो. राम मेघे इन्स्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी अँड रिसर्च, बडनेरा या नामांकित अभियांत्रिकी महाविद्यालयाने विद्यार्थ्यांच्या प्लेसमेंट क्षेत्रात भरीव कामगिरी करत आपल्या शैक्षणिक गुणवत्तेची पुन्हा एकदा ठसठशीत नोंद केली आहे. कॉन्ग्रेस या आंतरराष्ट्रीय आयटी कंपनीत महाविद्यालयातील २६ विद्यार्थ्यांची निवड झाली असून यामध्ये फ्रीसुस झामा शहाझामा याला सर्वाधिक ६.७५ लाख रुपयांचे वार्षिक पॅकेज मिळाले आहे.

या यशामध्ये ट्रेनिंग अँड प्लेसमेंट विभागाच्या नियोजनबद्ध मार्गदर्शनाचे तसेच विद्यार्थ्यांच्या मेहनतीचे मोठे योगदान असल्याचे मान्यवांनी नमूद केले. निवड झालेल्या विद्यार्थ्यांमध्ये रुजुता नन्हे, सिद्धेश शर्मा, दीपक कुंदवानी, शीतल देशपांडे, डिंपल तुलानी, दीक्षा मेघाभा, यश उमाप, देव चुकोबे, सार्थक रघुवंशी, साहिल दांडे,

विनय ब्राम्हकर, नहुष मोहोड, मधुष देशपांडे, अशुतोष येले, शर्वी निपाणे, आकाश पंडित, सोहम उमाप, रिया खत्री, अनिरुद्ध फाळके, गगी राजऊकर, राधा देशमुख, श्रावणी सुक्ख आहे आणि यामध्ये सहभागी होण्यासाठी अधिकाधिक नागरिक पुढे येत आहेत.

नितीन धांडे यांनी विद्यार्थ्यांचे अभिर्नंदन करताना सांगितले की, ‘विद्यार्थ्यांच्या प्रामाणिक प्रयत्नांचे हे फळ आहे. स्पर्थेच्या युगात अशा संधी मिळणे मोठे यश आहे.’ संस्थेचे प्राचार्य डॉ. गजेंद्र बामनोटे यांनी विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासावर दिला जाणारा भर हे यश मिळवण्या मागील मुख्य कारण असल्याचे सांगितले. या प्रसंगी संस्थेचे

पालकमंत्र्यांच्या हस्ते भूमिहीन लाभार्थ्यांना शेतजमिनीचे वाटप येत्या २७ जूनला

महासागर प्रतिनिधी
अमरावती, (दि. २४) – सामाजिक न्याय व विशेष सहाय्य विभागाच्या कर्मवीर दादासाहेब गायकवाड सबळीकरण व स्वाभिमान योजनेअंतर्गत जिल्ह्यातील १९ भूमिहीन लाभार्थ्यांना शेतजमिनीचे पट्टे जिल्हाधिकारी कार्यालयाने मंजूर केले आहेत. याचे वाटप शुक्रवार, दि. २७ जून २०२५ रोजी पालकमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांच्या हस्ते करण्यात येणार आहे.



ही योजना अनुसूचित जाती व नवबौद्ध वंचित दुर्बल घटकांच्या सर्वांगीण विकासासाठी महत्वाची आहे. योजनेचा मुख्य उद्देश दारिद्रीरेषेव्यातील भूमिहीन शेतमजूर कुटुंबांना कायमस्वरूपी उत्पन्नाचे साधन उपलब्ध करून देणे आणि त्यांचे राहणीमान उंचावणे हा आहे. या योजनेअंतर्गत १८ ते ६० वयोगटातील प्रा लाभार्थ्यांना १०० टक्के अनुदानावर ४ एकर कोरडवाहू किंवा २ एकर बागायती शेतजमीन वाटप करण्याची व्यवस्था आहे.

महाराष्ट्र शासनाच्या पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर गौरवशास्त्री अभियानाच्या अंतर्गत या वर्षी राज्यभर ग्रामीण भागातील वंचित,

दुर्बल घटकांना लाभ देण्यासाठी हा उपक्रम राबविण्यात येत आहे. याच अंतर्गत जिल्ह्यातील १९ भूमिहीन लाभार्थ्यांना शेतजमिनीचे वाटप मंजूर करण्यात आले आहे. या योजनेअंतर्गत निवड झालेल्या भूमिहीन शेतमालकांना तसेच विधवा व परित्याक महिलांना पालकमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांच्या हस्ते शेतजमिनीचे मूळ आदेश आणि पट्टे प्रदान केले जातील. जिल्हाधिकारी आशिष येकर यांनीही या योजनेचा जास्तीत जास्त लोकांनी लाभ घ्यावा, असे आवाहन केले असून, ग्रामीण भागातील १०० लाभार्थ्यांना या वर्षी शेतजमीन वाटप करण्याचा मानस व्यक्त केला आहे. याबाबत योग्य कार्यवाही सहायक आयुक्त समाजकल्याण कार्यालयाच्या माध्यमातून केली जात आहे.

घरांवर कोसळलेले वृक्ष अद्याप हटवले नाहीत!

गौरखेडा कुंभी ग्रामपंचायतीचे दुर्लक्ष



महासागर प्रतिनिधी
गौरखेडा कुंभी, (दि.२४) – अचलपूर तालुक्यातील गौरखेडा

कुंभी ग्रामपंचायत हद्दीतील नागरिकांना सध्या ग्रामपंचायतीच्या दुर्लक्षामुळे नाहक त्रास सहन करावा



लागत आहे. सुमारे १५ दिवसांपूवी आलेल्या वादळी वाऱ्यासह पावसात काही मोठमोठ्या झाडे थेट नागरिकांच्या घरांवर कोसळली, मात्र एवढा काळ उलटून गेला तरी ग्रामपंचायतीने या झाडांची विल्हेवाट

लावण्याची कोणतीही कार्यवाही केलेली नाही, अशी तक्रार नागरिकांकडून व्यक्त केली जात आहे. गावातील किशोर शेकोकार, साहेबराव धोटे यांचे घर या

ग्रामसेवकांचे सातत्याने दुर्लक्ष नागरिकांनी ग्रामसेवकांना अनेक वेळा याबाबत तोंडी व लेखी तक्रारी दिल्या असूनही त्यावर काहीही कार्यवाही होत नसल्याचे स्पष्ट झाले आहे. त्यामुळे गावकऱ्यांमध्ये ग्रामपंचायत प्रशासनाबद्दल असंतोष वाढीस लागला आहे. झाडांमुळे घरात राहणे धोकादायक झाले आहे. घरात महिलांची व लहान मुलांची असुरक्षितता वाढली आहे. ग्रामपंचायत गांभीरीने न घेतल्यास मोठी दुर्घटना घडू शकते, असे एकत्रितपणे गावकऱ्यांनी सांगितले.

तातडीने कारवाईची मागणी

या पार्श्वभूमीवर ग्रामस्थांची ग्रामपंचायत प्रशासनाकडे तातडीने कारवाई करण्याची जोरदार मागणी आहे. संबंधित झाडांची विल्हेवाट लावून नागरिकांना दिलासा मिळावा, यासाठी गावकऱ्यांनी आता उच्च अधिकाऱ्यांकडे धाव घेण्याचा इशारा दिला आहे. ग्रामपंचायतीकडून लवकरात लवकर झाड हटवण्याची यंत्रणा सक्रिय करून मदतकार्य हाती घेणे गरजेचे आहे, अन्यथा ग्रामस्थांचा संयम सुटण्यास वेळ लागणार नाही, अशी भावना सध्या गावात आहे.

वादळामुळे झाड पडल्याने घरांचे आंशिक नुकसानही झाले आहे. इतक्यावरून न थांबता, झाडांचे वजन सतत घाबरव राहिल्यास संपूर्ण घर कोसळण्याचा धोका निर्माण झाला

आहे. मात्र ग्रामसेवकांना वारंवार सांगूनही कोणीही पाहणीस येत नाही, ना कोणतीही उपाययोजना केली जाते, असे स्थानिकांचे म्हणणे आहे.

जाहीर नोटीस

सर्व लोकना कळविण्यात येते की, आमचे पक्षकार गोमे बैक ऑफ इंडिया, शाखा अमरावती, यांचे कडे मनोहर रामकृष्ण बुध र. भातकुली, ता. भातकुली, जि. अमरावती येथील शेरा सर्वे कर. २९९/२, पट नं. ९२५ मधील ०२/०६/२००७ रोजी दुय्यम निबंधक भातकुली यांच्या कार्यालयात अनु. कर. ५६२ वर नोंदविलेले होते. सदरचे खरीदीखत व्याकराई नथमल बुध, सुलोचना किसनराव उपाध्ये, नर्मदा दिनेश विपादी, कौसल्या वामनजी जोशी या सर्वातर्फे संश्लाल मुकुंभार मनोहर रामकृष्ण बुध यांनी मनोहर रामकृष्ण बुध यांच्या हकाला नोंदवून दिलेले होते. सदरचे मूळ खरीदीखत मधील एकूण १० पाने गहाळ झालेली आहेत. या जाहीर सूचनांवर सध्या कळविण्यात येते की, सदरच्या मिळकतीवर कोणावाही कोणातही प्रकारचा हद्द, अधिकार, ताबा, गहाण, बोझा, जमी, लिख पंडित, कोर्ट प्रकरण किंवा इतर कुठराही अधिकार असल्यास लेखी पुराव्यासह १५ दिवसांचे आत खालील पत्त्यावर कळवावे. तसे न केल्यास आमचे पक्षकार सदरची मालमत्ता ताणत म्हणून कर्तव्य घेण्यास मोबळ दे राहतील व पुढे कोणतीही उच्च चालणार नाही. कळवावे.

मिळकतीचे वर्णन

नॉर्ल्फ पोर्ट तुळशी भातकुलीचे व जि. प. अमरावती चे हद्दीतील ग्रामपंचायत कक्षेत असलेले मोठे भातकुली, प्रमाणे भातकुली, ता. भातकुली, जि. अमरावती येथील शेरा सर्वे कर. २९९/२, पट नं. ९२५ मधील २ हे २२ आर. जमिनीतील वि. उपविभागीय अधिकारी यांचे फाईलवरील रा. मा. क. एन. ए. पी.- ३४/भातकुली-१६/२००३-२ नि. ता. ३१/०४/२००४ मधील लेआऊट कनव्हेंशन मंजूर झालेल्या जागेतील खालील प्रमाणे प्लॉट.	एकूण क्षेत्रफल (चौ. मी.) १ ते ४ २० ते २२ २२ ते २४ ३८ ते ४९ ५७ ते ५८ ६० ते ६४
--	--

एकूण क्षेत्रफल
असे एकूण ३१ प्लॉट ज्याचे एकूण क्षेत्रफल ६४७३.२५ चौ. मी. आहे व या संपूर्ण प्लॉटसची चतुःसिमा मंजूर नकाशाप्रमाणे आहे. या पॅकी प्लॉट कर. ६० ताणत ठेवण्याचे प्रस्तावित आहे.

तारीख २३/०६/२०२५

शिक्का

अॅड. हरीश पी. तापडीया
देवरणकर नगर, बडनेरा रोड, अमरावती
मो. ९८०९१४७९४१



काय असते मुह्रमेंट डिसऑर्डर?

हा लघालींशी संबंधित विकार (मुह्रमेंट डिसऑर्डर) ही सामान्य समस्या आहे, मात्र न्यूनगंडामुळे त्याकडे फारसे लक्ष दिले जात नाही. शिवाय हा विकार जीवघेणा नसल्याने अनेकदा त्याकडे दुर्लक्ष केले जाते. त्याचे प्रमाण वयोगटानुसार बदलते. विशिष्ट हालचाल विकारांचे प्रमाण वयाबरोबर वाढते. काही वेळा अनुवांशिकतेमुळे किंवा मेंदूला दुखापत झाल्याने हा विकार जडू शकतो.

वयोगटानुसार प्रमाण
'नॅशनल लायब्ररी ऑफ मेडिसीन'
मध्ये प्रकाशित झालेल्या एका अहवालानुसार २०१२ ते २०१८ या कालावधीत देशातील प्रमुख शहरांमध्ये १४ हजार ५६१ नव्या रुग्णांवर



'मूह्रमेंट डिसऑर्डर क्लिनिक' मध्ये उपचार झाले. यात ९ हजार ५७८ पुरुष आणि ४ हजार ९८३ महिलांचा समावेश होतो. सामान्यतः ५० ते ५९ वयोगटातील लोकांमध्ये या आजाराचे प्रमाण १८.५५ टक्के तर ८० ते ८९ वयोगटातील लोकांमध्ये ५१.३

टक्क्यापर्यंत प्रमाण आढळते. पुरुषांमध्ये आणि स्त्रियांमध्ये हालचाल विकारांचे प्रमाण समान असते.

'मूह्रमेंट डिसऑर्डर'मुळे शरीरावरील नियंत्रण सुटते. हात पाय धरथरू शकतात आणि बोलण्यात अडचण येऊ शकते. इच्छेनुसार काम करता येत नाही. प्रत्येक प्रकारच्या हालचालींवर याचा परिणाम होऊ शकतो. अनेक कारणांमुळे मूह्रमेंट डिसऑर्डर होऊ शकतो.

नवे काही

डॉ. संपत केदारे

मध्ये प्रकाशित झालेल्या एका अहवालानुसार २०१२ ते २०१८ या कालावधीत देशातील प्रमुख शहरांमध्ये १४ हजार ५६१ नव्या रुग्णांवर

हल्ली प्रजननक्षम वयाच्या महिलांमध्ये धूम्रपानाचे प्रमाण वाढत चालले आहे. विशेषतः २५ ते ३५ या वयोगटातील महिलांमध्ये ही समस्या आढळते. धूम्रपान प्रजनन क्षमतेवर परिणाम करते, गर्भधारणेच्या गुंतागुंतीची शक्यता वाढवते आणि गर्भशयात तसेच जन्मानंतर बाळाच्या विकासातदेखील अडचणी निर्माण करते.

निकोटीन आईच्या दुधात
गरोदरपणात धूम्रपान केल्याने आई आणि बाळाचे आरोग्य धोक्यात येऊ शकते. सिगारेटमध्ये असलेली निकोटीन, कार्बन मोनोक्साइड आणि टारसारखी विषारी रसायने गर्भाला होणारा ऑक्सिजनचा पुरवठा कमी करतात. यामुळे गर्भाच्या वाढीत अडथळे येऊ शकतात, गर्भपात होऊ शकतो, आकाली जन्म होऊ शकतो किंवा मृत बाळ जन्माला येऊ शकतो. यामुळे आईला गर्भनाळेसंबंधी समस्या (जिथे प्लेसेंटा खूप लवकर गर्भशयातून वेगळे होते) होण्याचा धोकादेखील वाढतो. शिवाय निकोटीन गर्भशयातील रक्तप्रवाहावरदेखील परिणाम करते. त्यामुळे गर्भाचा विकास मर्यादित होतो. निकोटीन आईच्या दुधात जाऊ शकतो. त्यामुळे बाळाची झोप, आहारातील पोषकता आणि दीर्घकालीन न्यूरोडेव्हलपमेंटमध्येही व्यत्यय येऊ शकतो.

बाळासाठी तरी धूम्रपान टाळा

शकतो. इतकेच नव्हे तर धूम्रपान करणाऱ्यांना एकटोपिक गर्भधारणा होण्याची आणि प्रसूती आणि प्रसूतीदरम्यान समस्या येण्याची शक्यता अधिक असते. 'इन व्हिट्रो फर्टिलायझेशन' (आयव्हीएफ) सारख्या प्रजनन उपचार घेणाऱ्या महिलांनी धूम्रपान केल्यास त्यांच्या यशाचे प्रमाण कमी होते.

जाणून घ्या

डॉ. मेधा दळे

धूम्रपानाचा बाळावर कसा परिणाम होतो?
धूम्रपान करणाऱ्या मातांच्या पोटी जन्मलेल्या बाळांचे वजन कमी असण्याची शक्यता जास्त असते. त्यामुळे भविष्यात त्या बाळाला आरोग्याच्या

विविध समस्या उद्भवू शकतात. अशा बाळांना 'सडन इन्फंट डेथ सिंड्रोम' (एसआयडीएस), क्षसनमार्गातील संसर्ग, दमा आणि वर्तणुकीशी संबंधित समस्यांचा धोकादेखील जास्त असतो. गर्भधारणेदरम्यान धूम्रपान केल्याने बाळाच्या मेंदूच्या विकासावरही परिणाम होऊ शकतो आणि विकासात्मक अडचणींचा धोका वाढतो. गर्भधारणेदरम्यान धूम्रपान केल्याने एपिजेनेटिक बदलांद्वारे बाळाच्या डीएनएमध्येदेखील बदल होतो. त्यामुळे लड्डपणा, मधुमेह आणि हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी समस्या यांसारख्या विकारांचा धोका वाढतो.

बाळाच्या मेंदूच्या विकासावर परिणाम
गर्भधारणेदरम्यान धूम्रपान केल्यास बाळाला पहिला श्वास घेण्यापूर्वीच हानिकारक विषारी पदार्थांचा सामना करावा लागतो. धूम्रपान बाळाच्या मेंदूच्या विकासावर, फुफ्फुसांच्या कार्यावर आणि दीर्घकालीन आरोग्यावरही परिणाम करू शकते. धूम्रपान सोडणे हे आई आणि बाळ अशा दोघांचेही जीवन सुरक्षित ठेवते. महिलांनी गर्भधारणेदरम्यान निरोगी राहण्याची सवय केली पाहिजे. गर्भवती महिलांनी यशस्वी गर्भधारणा आणि प्रसूतीसाठी डॉक्टरांनी दिलेल्या सल्ल्याचे पालन केले पाहिजे.



आदाने वात, पित्त आणि कफ असे त्रिदोष सांगितले आहेत. निरोगी रहाण्यासाठी या तीन दोषांचं संतुलन राखणं गरजेचं असतं. आयुर्वेदिक उपचारांमध्ये तज्ज्ञांमंडळी तुमचा दोष ओळखून त्यानुसार उपायोजना करतात. दोषानुसार आहार, व्यायाम सुचवले जातात. आपल्या आहाराचा आणि या दोषांचा जवळचा संबंध

कोणतं पेय ठरतं योग्य?

आहे. आपण विविध प्रकारची पेयं पितो. आयुर्वेदानुसार शरीरातले दोष आणि पेयं यांचा खूप जवळचा संबंध आहे. म्हणूनच कोणती पेयं प्यायला हवीत याबाबतच हे मार्गदर्शन...

* वात दोषामुळे शरीर कोरडं पडत असल्यामुळे हा दोष असणाऱ्यांनी जास्तीत जास्त द्रव पदार्थांचं सेवन करायला हवं. फळं, भाज्या तसंच इतर द्रवपदार्थांचं सेवन करून तुम्ही पाण्याची गरज भागवू शकता. वात दोष असणारे लोक

युवें बारीक असतात. हे लोक उत्साही आणि कल्पकही असतात. त्यांना आरोग्य राखण्यासाठी हर्बल चहा, दूध, फळ आणि भाज्यांचे रस यांचं सेवन करता येईल. ब्लॅक टी, ग्रीन टी, कॉफी, कॅफेनयुक्त पेयं, फसफसणारी पेयं यांचं सेवन मात्र टाळावं.

* पित्त दोषामध्ये मध्यम प्रमाणात पाणी प्यावं लागतं. पित्त दोष असणाऱ्यांना खूप थंडी वाजते. हे लोक मध्यम बांध्याचे असतात. त्यांच्या चेहऱ्यावर मुरुमांचं प्रमाणही अधिक असतं. या लोकांनी नारळाचं पाणी, हिरव्या

भाज्यांचे रस, गोड फळांचे रस तसंच जास्वंद, लवईंगर, गुलाब तसंच जास्मिन फ्लेवरचे हर्बल टीही पिता येईल. बीयर, वाईन तसंच ऑबट फळांचे सर मात्र टाळावेत.

* कफ दोष असणाऱ्यांना पाणी कमी प्रमाणात प्यायलं तरी चांगलं.



आयुर्वेद आणि विकार

मलेरियाचा हृदयावर आणि रक्तवाहिन्यांवरही परिणाम

मलेरिया केवळ ताप येणारा आजार नसून तो हृदयावर आणि रक्तवाहिन्यांवरही परिणाम करू शकतो. मलेरिया हा एक गंभीर आजार आहे. तो प्रामुख्याने प्लाझमोडियम परजीवीमुळे होतो. तो अनेकदा संक्रमित अॅनोफिलीस डास चावल्यामुळे पसरतो. उष्णकटिबंधीय प्रदेशात मलेरिया मोठ्या प्रमाणात पसरण्याची शक्यता असते. मलेरिया असलेल्यांना तीव्र ताप, घाम येणे, थंडी वाजणे, डोकेदुखी, मळमळ आणि पुरेशी विश्रांती घेतल्यानंतरही खूप थकवा जाणवणे अशी लक्षणे दिसून येतात.

मलेरियाची लक्षणे

मलेरियामुळे गंभीर गुंतागुंत होऊ शकते. उपचार न

केल्यास ते घातक ठरू शकते. गंभीर प्रकरणांमध्ये हा संसर्ग शरीरात वेगाने पसरतो आणि यकृत, मेंदू आणि मूत्रपिंडांसारख्या महत्वाच्या अवयवांना नुकसान पोहोचवू शकतो. या विशिष्ट संसर्गामुळे जळजळ होऊ शकते. सामान्य रक्ताभिसरणात व्यत्यय येऊ शकतो आणि हृदय आणि रक्तवाहिन्यांवर ताण येऊ शकतो. हृदयरोग, उच्च रक्तदाब किंवा अशक्तपणा असलेल्या व्यक्तींना याबाबत विशेष सावधगिरी बाळगली पाहिजे कारण त्यांना मलेरियामुळे हृदयाशी संबंधित गुंतागुंत होण्याचा धोका अधिक असतो.

आराग्यचर्चा

डॉ. कुंदन गायकवाड

हृदयावर आणि रक्तवाहिन्यांवर मलेरियासारख्या आजाराने गंभीर परिणाम होऊ शकतो. यामुळे गंभीर गुंतागुंतदेखील निर्माण होऊ शकते आणि ती रुग्ण बरे झाल्यानंतरही काही काळ टिकून राहू शकते. यामुळे रक्ताच्या गुठल्या तयार होण्याचा धोका वाढू शकतो.



कारणं स्नायूदुखीची

अतिताण हे स्नायूंमधल्या वेदनांचं कारण असू शकतं यावर कदाचित आपला विश्वास बसणार नाही. ताणतणावाचा संबंध मानसिक आरोग्याशी जोडला जातो. पण याच ताणामुळे स्नायूंचं दुखणं उद्भवू शकतं. स्ट्रेस हार्मोन्समुळे शरीर व्याधींचा मुकाबला करू शकत नाही. ताणावाखाली असणाऱ्या माणसांची दमछाक होते. तसंच दाहामुळे त्यांच्या स्नायूंमध्ये वेदना जाणवू शकतात. त्यामुळे खूप ताण आल्यावर अंग दुखू लागतं. पाण्याची कमतरता हे सुद्धा स्नायूंच्या दुखण्याचं महत्वाचं कारण म्हणता येईल. पाणी हा शरीराला अत्यंत आवश्यक असणारा घटक आहे. त्यामुळे पाण्याची कमतरता तुमचं आरोग्य बिघडवू शकते. पाण्याच्या कमतरतेमुळे डोकेदुखी, थकवा तसंच इतर समस्या जाणवू शकतात. शरीराला आपलं कार्य सुरू ठेवण्यासाठी विविध पोषक घटकांची आवश्यकता असते. या पोषक घटकांमुळे आपला मेंदू तल्लख होतो. हाडं बळकट होतात आणि शरीर निरोगी रहातं. एखाद्या पोषक घटकाच्या कमतरतेमुळे स्नायूंमध्ये वेदना जाणवू शकतात.

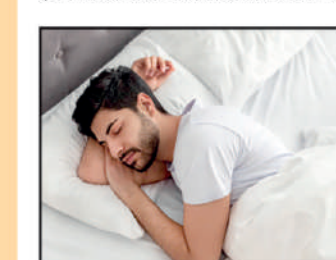
आरोग्यवेध



नवसंशोधन

अतिझोप ठरते घातक!

पुरेशी झोप घेणं किती गरजेचं आहे हे आपण जाणतो. पण जास्तीची झोपही घातक ठरू शकते. नऊ तासांपेक्षा अधिक झोप घेतल्यास पक्षाघाताचा धोका जवळपास २३ टक्क्यांनी



वाढत असल्याचं एका संशोधनातून समोर आलं आहे. सात तास किंवा आठ तासांपेक्षा कमी झोप घेणाऱ्यांच्या तुलनेत नऊ तासांपेक्षा अधिक झोप घेणाऱ्यांना पक्षाघात होण्याची शक्यता अधिक

असल्याचं शास्त्रज्ञांचं म्हणणं आहे. इतकंच नाही तर दुपारच्या वेळी अधिक झोप घेतल्यानेही त्रास होऊ शकतो. दुपारच्या वेळी ९० मिनिटांपेक्षा अधिक झोप घेणाऱ्यांनाही पक्षाघात होण्याची शक्यता २५ टक्क्यांनी वाढत असल्याचं हे संशोधन सांगतं. 'न्यूरोलॉजी' या जर्नलमध्ये हे संशोधन प्रसिद्ध झालं आहे. त्यामुळे झोप प्रमाणातच घेणं योग्य ठरतं.

काळजी डोळ्यांची

का सुजतात डोळे?

पुरेशी झोप घेतल्यानंतरही अनेकदा आपले डोळे सुजल्यासारखे, थकल्यासारखे दिसतात. यामागे बरीच कारणं असतात. अॅलर्जी किंवा जंतुसंर्गामुळे डोळे सुजल्यासारखे दिसू शकतात. प्रदूषित कण किंवा कुत्रा-मंजरासारख्या पाळीव प्राण्यांचे केस डोळ्यात गेल्यामुळे अॅलर्जी होऊ शकते आणि यामुळे शांत झोप घेतल्यानंतरही डोळे सुजल्यासारखे दिसतात. पाण्याच्या कमतरतेमुळेही डोळे सुजल्यासारखे वाटतात. आपल्या डोळ्यांलागतची त्वचा खूप नाजूक असते आणि पाण्याच्या कमतरतेमुळे ती कोरडी पडून सुजल्यासारखी वाटते.



जपणूक त्वचेची



'बायोटिन'च्या सेवनाने...

त्वचेचं आरोग्य जपण्यासाठी विविध पोषक घटकांची गरज असते. या पोषक घटकांमुळे त्वचेची संबंधित समस्या दूर होऊ शकतात. 'बायोटिन' नामक जीवनसत्त्व त्वचेसाठी खूप लाभदायी ठरतं. बायोटिन हा बी जीवनसत्त्व गटातला घटक आहे. बायोटिनला 'ब ७' अंशही म्हटलं जातं. पालक, अंडी, मशरूम, बदाम, फ्लॉवर, चीझ, रताळ, शेंगदाणे, आक्रोड आणि दुग्धजन्य पदार्थांमध्ये ब ७ हे जीवनसत्त्व असतं. त्यामुळे यांचा समावेश आहारात करायला हवा.

आजीबाईचा बटवा

आरोग्यदायी जर्दाळू

जर्दाळू अत्यंत पौष्टिक आहे. हिवाळ्यात जर्दाळूचं सेवन करायला हवं. यात तंतूय पदार्थांचं प्रमाण बरंच जास्त असतं. त्यामुळे वजन कमी करण्यासाठी जर्दाळूचं सेवन करता येईल. यातल्या फायबरमुळे पोत बराच काळपर्यंत भरलेलं रहातं. पण जर्दाळूचं सेवन प्रमाणातच करायला हवं. जर्दाळूमध्ये लोहही भरपूर प्रमाणात असतं. यामुळे शरीरातली लोहाची कमतरता यामुळे भरून निघते. जर्दाळूतले पोषक घटक त्वचेसाठीही लाभदायी ठरतात. यातल्या 'क' आणि 'ई' या जीवनसत्त्वांमुळे त्वचेला आवश्यक पोषण मिळतं. जर्दाळू डोळ्यांसाठीही लाभदायी आहे. तसंच यामुळे पचनसंस्थेचं कार्यही सुधारतं. तर अशा या जर्दाळूचा समावेश आहारात करायलाच हवा.



नियंत्रण फॅटी लिव्हरचं

बाबींकडे लक्ष दिल्यास हा विकार नियंत्रणात राहू शकतो. कर्बोदक, प्रथिन आणि फॅट्स यांचं आहारातलं गुणोत्तर ५:२:१ इतकं असणं गरजेचं असतं. एनएफएलडीच्या नियंत्रणात आहाराची खूप मोठी भूमिका असते.

कोणते बदल करावेत?
गुंतागुंतीच्या कर्बोदकांचं प्रमाण वाढवायला हवं. धान्यं, भाज्या तसंच बीन्समध्ये गुंतागुंतीची कर्बोदकं असतात. तसंच ग्लायसेमिक इंडेक्स कमी असणाऱ्या पदार्थांचं सेवन करावं. तसंच दूध, साखरेसारख्या पदार्थांच्या सेवनावर मर्यादा आणायला हवी. या पदार्थांमध्ये

दृष्टीक्षेप

साधारण कर्बोदकं असतात. आहारातल्या तेल आणि तुपाच्या प्रमाणाकडे विशेष लक्ष द्यायला हवं. तसंच संपृप्त चरबीयुक्त बटर, मायोनिज असे पदार्थ टाळायला हवेत. डाळी, लो फॅट दुग्धजन्य पदार्थ, अंड्याचा पांढरा भाग तसंच ओमेगा ३ युक्त मासे यांचा समावेश आहारात करायला हवा. आहारातल्या मिठाच्या प्रमाणावरही नियंत्रण ठेवायला हवं. गडद हिरव्या, लाल, नारिंगी आणि पिवळ्या रंगाच्या फळांचा तसंच भाज्यांचा समावेश करणंही गरजेचं आहे. यासोबतच आवळा, हळद, अॅव्हॉकॅडो, जवस, सूर्यफुलाच्या बिया आणि आक्रोड या घटकांचं प्रमाण वाढवता येईल. प्री आणि प्रो बायोटिक पदार्थांचं सेवन वाढवायला हवं. फॅटी लिव्हरमुळे हृदयाशी संबंधित आजार जडू शकतात. त्यामुळे एअरोबिक्स तसंच इतर प्रकारचे व्यायाम करून स्वतःला तंदुरुस्त ठेवता येईल. किमान ३० मिनिटांचा सौम्य ते तीव्र स्वरूपाचा व्यायाम उपयोगी पडू शकतो. जलद चालणं, पोहणं, सायकल चालवणं हे व्यायाम या रुग्णांना खूप लाभदायी ठरू शकतात.

या पद्धतीने जीवनशैलीतल्या थोड्याफार बदलांमुळे तुम्ही फॅटी लिव्हरमुक्त आयुष्य जगू शकता.

असे कपडे घाला. खूप थंड वातावरण असल्यास थर्मल कपड्यांचा वापर करा. थंडीच्या दिवसात थंडीपासून स्वतःचे संरक्षण करण्यासाठी हातमोजे, कान झाकण्यासाठी टोपी आणि पायात मोजे घाला. वेदना कमी करण्यासाठी आणि स्नायूंचा कडकपणा कमी करण्यासाठी शरीर उबदार राखणारे पर्याय निवडा. स्नायूंमधील रक्त प्रवाह सुधारण्यासाठी हीटिंग पॅड, टॉवेल थेरेपी वापरणे किंवा गरम पाण्याने आंघोळ करणे योग्य राहील.

वजनावर नियंत्रण आणि भरपूर पाणी जास्त वजन सांध्यांवर अतिरिक्त दबाव टाकते. त्यामुळे संधीवाताची लक्षणे वाढण्याची शक्यता असते. वजन नियंत्रित राखल्यास ताणातून काही प्रमाणात आराम मिळतो. अस्वस्थता कमी होते. निरोगी तसेच आनंदी राहू शकता. पुरेसे पाणी प्यायल्याने सांध्यांना पुरेसे वंगण मिळेल आणि सांध्यातील सूज कमी होऊ शकते. सांध्याचे आरोग्य चांगले राखण्यासाठी दररोज किमान १२-१५ ग्लास पाणी प्यावे.

आहाराकडे लक्ष द्या संधीवात असलेल्यांनी साखर, रिफाईंड आणि प्रक्रिया केलेल्या पदार्थांचे सेवन टाळावे. मासे, जवस, आक्रोड, बेरी आणि अँटिऑक्सिडंट्सयुक्त पालेभाज्या यासारखे ओमेगा-३ फॅटी अॅसिडयुक्त पदार्थ खावेत. तज्ज्ञांच्या सल्ल्यानुसार व्हिटॅमिन डी सप्लिमेंट्स घ्यावेत.

संधीवाताने वात आणलाय?

संधीवात म्हणजे एका किंवा अनेक सांध्यांमध्ये होणाऱ्या वेदना. ही एक चिवट व्याधी असून रुग्णाला मोठ्या कालावधीसाठी तिचा सामना करावा लागतो. अस्वस्थता, सांध्यांचा कडकपणा आणि मर्यादित हालचाली ही या व्याधीची वैशिष्ट्ये आहेत. संधीवात एखाद्याच्या हालचालींवर आणि जीवनाच्या गुणवत्तेवर परिणाम करतो. संधीवाताचे विविध प्रकार आहेत. ऑस्टियोआर्थरायटिस हा प्रकार सांध्यांची झीज झाल्यामुळे होतो.

संधीवात हा एक 'ऑटोइम्युन' प्रकारातला विकार आहे. हवामानातील बदलांमुळे संधीवाताच्या रुग्णांची लक्षणे वाढतात. अनेकांना उबदार, कोरड्या हवामानापेक्षा थंडीत तसेच पावसाळ्यात जास्त वेदना जाणवू शकतात.

इकडे लक्ष द्या
नियमित शारीरिक हालचाली केल्याने लवचिकता वाढते. स्नायू बळकट होतात आणि संधीवाताचा त्रास कमी होऊ शकतो. पोहणे किंवा

सायकलिंगसारखे हलके व्यायाम करा आणि व्यायाम करण्यापूर्वी पुरेसे 'वॉर्म अप' करत आहात याची खात्री करा. सांध्यांवर दाब येईल अशा क्रिया करणे टाळा. दररोज स्ट्रेचिंग करायला विसरू नका. कोणतीही फिटनेस दिनचर्या सुरू करण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घेणे गरजेचे आहे. बाहेरचे हवामान थंड असताना शक्यतो बाहेर फिरणे टाळा. गुडघ्यांमध्ये संधीवात असल्यास खाली बसणे, मांडी घालून बसणे किंवा पायऱ्या चढणे टाळा.

हे सोपे उपाय
स्नायूंमध्ये उबदारपणा राखण्यासाठी आणि स्नायूंमधील कडकपणा टाळण्यासाठी संपूर्ण शरीर झाकले जाईल

व्याधीविकार

डॉ. अंजिक्य बोन्हाडे

राखल्यास ताणातून काही प्रमाणात आराम मिळतो. अस्वस्थता कमी होते. निरोगी तसेच आनंदी राहू शकता. पुरेसे पाणी प्यायल्याने सांध्यांना पुरेसे वंगण मिळेल आणि सांध्यातील सूज कमी होऊ शकते. सांध्याचे आरोग्य चांगले राखण्यासाठी दररोज किमान १२-१५ ग्लास पाणी प्यावे.

आहाराकडे लक्ष द्या संधीवात असलेल्यांनी साखर, रिफाईंड आणि प्रक्रिया केलेल्या पदार्थांचे सेवन टाळावे. मासे, जवस, आक्रोड, बेरी आणि अँटिऑक्सिडंट्सयुक्त पालेभाज्या यासारखे ओमेगा-३ फॅटी अॅसिडयुक्त पदार्थ खावेत. तज्ज्ञांच्या सल्ल्यानुसार व्हिटॅमिन डी सप्लिमेंट्स घ्यावेत.

१२ वर्षीय विराजमध्ये विशेष टॅलेंट

■ महासागर प्रतिनिधी

नागपूर, दि. २४ : तो गाणं गातो, स्टॅण्ड-अप कॉमेडी करतो, कविता करतो, उत्तम वक्ता आहे, अभ्यासातही हुशार आहे. विशेष म्हणजे इतरांना प्रेरणा देण्यासाठी ऑनलाईन सेशनही घेतो.

वय फक्त १२ वर्षे. कमालीची जिद्द आणि अफलातून इच्छाशक्तीच्या जोरावर विराजने दिव्यगत्वावर मात करीत इतरांसाठी आदर्श निर्माण केला. विराजच्या या विशेष टॅलेंटचं केंद्रीय रस्ते वाहतूक व महामार्ग मंत्री नितीन गडकरींनी कौतुक केले.

विराजने अलीकडेच त्याच्या आई (चैताली) आणि मोठ्या भावासोबत (शंतनू) गडकरी यांची त्यांच्या निवासस्थानी भेट घेतली. विराजमध्ये असलेल्या अफलातून क्षमता बघून गडकरींनीही आश्चर्य व्यक्त केलं.

वाशीमच्या एका मध्यमवर्गीय कुटुंबात जन्माला आलेल्या विराजच्या वाढत्या जन्मापासूनच संघर्ष आला. त्याचा जन्म झाला तेव्हा त्याला काहीतरी दिव्यगत्व असेल, अशी शंका आईला आली. पण डॉक्टरांनी त्यावर शिकवामोर्तब केले नव्हते.

आईनं जिद्द सोडली नाही. त्यांनी दवाखाने पालथे घातले आणि विराजला



गडकरींकडून कौतुक

स्कोलियोसिस आणि हिप डिसलोकेशन असल्याचे निष्पन्न झाले. पाठीचा कणा वाकलेला असल्याने त्याला सरळ उभं राहण्याचा तर प्रश्न उद्भवणार होताच. शिवाय या त्रासामुळे त्याचे दोन्ही पाय समान नाहीत. त्यामुळे चालतानाही त्रास होणारच होता.

वयाच्या दुसऱ्या वर्षापासून तर बाराव्या वर्षापर्यंत त्याच्या वेगवेगळ्या तीन शस्त्रक्रिया झाल्यात. आज तो

बेल्टच्या आधाराने सरळ उभा राहू शकतो आणि एका पायातील मोठ्या बुटाच्या आधाराने चालूही शकतो. या प्रवासात त्यांचे फॅमिली फिजिशियन आणि प्रसिद्ध बालरोगतज्ज्ञ डॉ. गिरीश चरडे यांचे मार्गदर्शन मोलाचे ठरले.

मात्र, विराजचे दिव्यगत्व ही त्याची कहाणी नाही. तर या दिव्यगत्वावर मात करून त्याने निर्माण केलेली स्वतःची

ओळख विशेष ठरते. कविता वाचन-लेखन, स्टॅण्ड-अप कॉमेडी, वक्तृत्व, हस्तकला, गायन, जलतरण, बुद्धीबळ बुटाच्या आधाराने चालूही शकतो. या प्रवासात त्यांचे फॅमिली फिजिशियन आणि प्रसिद्ध बालरोगतज्ज्ञ डॉ. गिरीश चरडे यांचे मार्गदर्शन मोलाचे ठरले.

आंतरराष्ट्रीय टॅलेंट सर्च, सायन्स ऑलिम्पियाड यासारख्या प्रतिष्ठित स्पर्धांमध्ये विराजंनं कमावलेलं यश

त्याच्यातील टॅलेंट अधोरेखित करणारं ठरलं आहे.

दोन वर्षांपूर्वी विराजने लिहिलेले बियाँड डिसऑबिलिटी हे पुस्तक प्रकाशित झाले. त्यालाही अनेक पुरस्कार मिळाले. नॅशनल चाईल्डलाईन १०९८ बाबत जनजागृती करण्याचा विराजने विडा उचलला आहे. त्यासाठी तो समूपदेशन कार्यक्रम करतो.

सार्वजनिक ठिकाणी, शाळांमध्ये किंवा कुटुंबात देखील कुठल्याही प्रकारचा अन्याय होत असेल तर मुलं स्वतः या चाईल्डलाईनचा वापर करू शकतात, हे तो शाळा-शाळांमध्ये, स्वयंसेवी संस्थांमध्ये जाऊन सांगतो. त्याला चाईल्डलाईनचा ब्रॅण्ड-अॅम्बेसिडर करावे, अशी मागणी त्याच्या आई चैताली यांनी गडकरी यांच्याकडे केली आहे.

विराजचे लवकरच एक कवितेचे पुस्तकही प्रकाशित होणार आहे. त्याच्या एकूणच संघर्षमय प्रवासाचे आई आणि मोठा भाऊ सहप्रवासी आहेत. विराजच्या प्रत्येक पावलावर त्यांची साथ लाभते. अवघ्या बाराव्या वर्षी त्याने केलेली किमया त्याच्या घरी पुरस्कारांनी सजलेल्या कोपऱ्यावरून लक्षात येते. गडकरी यांनी विराजला यश प्राप्त करण्यासाठी शुभेच्छा दिल्या.

निवडणुकीची वाट बघत बसू नका... शेतकरी कर्जमाफीसाठी हीच योग्य वेळ

■ महासागर प्रतिनिधी

नागपूर, दि. २४ :

राज्यातील शेतकऱ्यांवर सध्या असलेले खतांचे संकट, आर्थिक अडचणी आणि नैसर्गिक आपत्तींमुळे निर्माण झालेल्या परिस्थितीवरून माजी गृहमंत्री आणि राष्ट्रवादी काँग्रेस पार्टी (शरद पवार गट) चे नेते अनिल देशमुख यांनी सरकारवर जोरदार टीका केली आहे.

अनिल देशमुख म्हणाले की, शेतकरी मोठ्या अडचणीत असून, हीच कर्जमाफीसाठी योग्य वेळ आहे. सरकारने निवडणुकीची वाट न पाहता तत्काळ निर्णय घ्यावा. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी याआधी योग्य वेळी कर्जमाफीचा निर्णय घेऊन असे विधान केले होते, त्यावर देशमुख यांनी ही प्रतिक्रिया दिली.

अनिल देशमुख म्हणाले की, राज्यात पेरण्याचे काम सुरू असून, शेतकऱ्यांना रासायनिक खत, डीएपी आणि मिश्र खतांचा पुरवठा अपुरा पडत आहे. मागील त्यानेत फक्त ३० टक्केच डीएपी खत पुरवले जात आहे, अशी माहिती समोर आली आहे. परिणामी, शेतकरी मोठ्या संकटात आहे.

जाहीरनाम्याची करुण दिली आठवण

अनिल देशमुख म्हणाले की, देवेंद्र फडणवीस यांची योग्य वेळ ही नक्की कधी येणार? विधानसभा निवडणुकांच्या आधी आपल्या जाहीरनाम्यात आपण वचन दिलेले आहे. शेतकऱ्यांच्या कर्जमाफी संदर्भात



आपण जाहीर भाषणे सुद्धा केली आहेत. पण आपले उपमुख्यमंत्री अजित पवार असे आश्वासन दिले नाही असे म्हणतात असे म्हणत शेतकरी कर्जमाफीच्या मुद्यावरून निशाणा साधत आहे.

खतांच्या दरात वाढ झाल्याने आर्थिक संकटात सापडलेल्या शेतकऱ्यांना आणखी एक मोठे आव्हान समोर उभे आहे. यामुळे सरकारने तातडीने खताचा पुरवठा सुरळीत करावा, दर नियंत्रणात आणावेत आणि शेतकऱ्यांच्या कर्जमाफीबाबत ठोस निर्णय घ्यावा, असेही ते म्हणाले.

काही आमदार असमाधानी

अनिल देशमुख म्हणाले की, शरद पवार यांना सोडणे ही आमची मजबुरी होती. काही ज्येष्ठ नेत्यांनी विपरीत परिस्थितीत निर्णय घेतल्याचे खाजगीत मान्य केले आहे. याच पार्श्वभूमीवर अजित पवार गटातील काही आमदार सत्तेत असूनही समाधानी नाहीत.

भास्कर जाधव आमच्या पक्षातील प्रदेशाध्यक्ष होते. ते शरद पवार यांची साथ सोडायला लावली परिस्थिती तशी नसती तर आम्ही शरद पवारांची साथ सोडली नसती, अशी प्रतिक्रिया देशमुख यांनी जाधव यांच्या नाराजीविषयी बोलाताना दिली.

प्रसिद्धीच्या भावनेतून राहुल गांधींचे फडणवीसांवर आरोप

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. २४ :

काँग्रेस नेते राहुल गांधी यांनी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या विधानसभा मतदारसंघात अवघ्या पाच महिन्यांत तब्बल ८ टक्के मतदार वाढल्याचा आरोप करत भाजपवर निवडणूक प्रक्रिया बिघडवल्याचा ठपका ठेवला.

या आरोपांवर भाजपचे विधान परिषदेचे आमदार प्रसाद लाड यांनी जोरदार प्रत्युत्तर

देत काँग्रेस आणि राहुल गांधींवर चांगलाच हल्ला चढवला. आरोपांमध्ये राहुल गांधींची वैफल्यग्रस्तता दिसते, अशी टीका प्रसाद लाड यांनी केली आहे.

राहुल गांधी आणि काँग्रेस जनतेची दिशाभूल करत आहेत. आरोप करणाऱ्यांना मनोरुग्ण रुग्णालयात नेले पाहिजे, असा टोलाही प्रसाद लाड यांनी राहुल गांधी यांना लगावला आहे.

जून महिन्यात विक्रमी पाऊस

■ नाशिक : वंदाच्या जून महिन्यात नाशिक

शहर आणि जिल्ह्यात झालेल्या जोरदार पावसाने गेल्या दहा वर्षांतील सर्व विक्रम मोडीत काढले असून, अवघ्या महिनाभरात तब्बल ४३९ मिमी पावसाची नोंद झाली आहे.

सलग कोसळणाऱ्या पावसामुळे जिल्ह्यातील धरणांमध्ये जलसाठा झपाट्याने वाढला असून, गंगापूरसह अनेक धरणांतून पाण्याचा विसर्ग सुरू करण्यात आला आहे. त्यामुळे गोदावरीला आठवडाभरात दुसऱ्यांदा पूर परिस्थिती निर्माण झाल्याचे पाहायला मिळाले. नाशिक शहरातील अनेक ऐतिहासिक मंदिरे आणि घाट पाण्याखाली गेली आहेत.

सध्या नाशिक व त्र्यंबकेश्वर परिसरात पावसाची संततधार सुरू असून, हवामान खाल्याने पुढील काही दिवस पावसाचा जोर कायम राहील असा अंदाज आहे.

प्रणय जनबंधू पहिल्याच प्रयत्नात फ्लायिंग ऑफिसर

■ महासागर प्रतिनिधी, चंद्रपूर, दि. २४ :

आय.आय. टी. रुडकी येथून बी. टेक झालेला आणि बंगळुरू येथील खासगी कंपनीत कर्तव्यावर असलेल्या चंद्रपूरचा सुपुत्र प्रणय जितेंद्र जनबंधू याने एअर इंडियात फ्लायंग ऑफिसर या पदासाठी पात्रता मिळवली आहे. प्रणय फ्लायंग ऑफिसर झाल्याने त्याच्यावर अभिनंदनाचा वर्षाव होत आहे.

प्रणय जनबंधू याने आपल्या अथक परिश्रमाच्या जोरावर भारतीय वायुसेनेत स्थान मिळवले आहे. त्याची फ्लायंग ऑफिसर या मानाच्या पदासाठी निवड झाली आहे. त्यांच्या रुपाने चंद्रपूरच्या शिरेपात मानाचा तुरा रोवला गेला आहे.

प्रणय जनबंधू हा चंद्रपूर शहरातील पडोली परिसरातील साई रॅसिडेन्सी येथील रहिवासी आहे. त्याचे वडील जितेंद्र जनबंधू आणि आई नीता जनबंधू हेही समाजसेवेत सक्रिय आहेत. प्रणय



याचे दहावीपर्यंतचे शिक्षण सेंट मेरी हायस्कूल दुर्गापूर येथे झाले. बाळावीचे शिक्षण आयआयटी होम नागपूर येथून पूर्ण केले.

: मुलखांवेगळी माणसं :

मानवी शरीराचे अवयव ओळखण्याचा जागतिक विक्रम



तामिळनाडूतील तंजावर येथील आद्रिका विवेक नावाच्या चिमुकलीने एका असाधारण कामगिरीत ३० सेकंदांच्या कालावधीत मानवी शरीराचे जास्तीत जास्त अवयव ओळखण्याचा विश्वविक्रम केला आहे. ही उल्लेखनीय कामगिरी २४ ऑगस्ट २०२३ रोजी घडली, जेव्हा २ वर्षे, ४ महिने आणि २७ दिवसांच्या कोवळ्या वयात आद्रिकाने २२ मानवी शरीराचे अवयव ओळखले. या उत्कृष्ट कामगिरीला वर्ल्डवाइड बुक ऑफ रेकॉर्ड्सने

लोकमानस

मान्यता दिली आहे, ज्यामुळे इतिहासात आद्रिकाचे स्थान मजबूत झाले आहे. यापूर्वी १ डिसेंबर २०२२ रोजी महाराष्ट्रातील पुणे येथे मानवी शरीराचे बहुतेक अवयव ओळखणारा सर्वात लहान मुलगा विराने १ वर्ष ९ महिन्यांच्या वयात १ मिनिट १६ सेकंदात २२ मानवी शरीराचे अवयव ओळखून जागतिक विक्रमांच्या पुस्तकात एक विक्रम नोंदवला आहे. त्यांनी १ वर्ष ९ महिन्यांच्या वयात १ मिनिट १६ सेकंदात २२ मानवी शरीराचे

अवयव ओळखले आणि जागतिक रेकॉर्ड बुकमध्ये एक विक्रम नोंदवला.

ज्ञान आणि संज्ञानात्मक क्षमतेचे मंत्रमुग्ध करणारे प्रदर्शन करून आद्रिका विवेकची असाधारण प्रतिभा दाखवण्यात आली. अवघ्या ३० सेकंदात, आद्रिकाने मानवी शरीराच्या विविध अवयवांची सहज ओळख करून दिली, ज्यामुळे प्रेक्षकांना आश्चर्यचकित केले.

तपशीलांकडे पाहण्याच्या उल्लेखनीय नजरेने, तिने डोके, डोळे, नाक, तोंड, कान, हात, पाय, बोटे आणि पायाची बोटे अशा विविध शरीराच्या भागांची अचूक नावे दिली. इतक्या लहान वयात तिच्या असाधारण संज्ञानात्मक विकासातून तिची जन्मजात बुद्धिमत्ता आणि ज्ञानाची तहान दिसून आली.

३० सेकंदांच्या कमी कालावधीत सर्वाधिक मानवी शरीराचे अवयव ओळखून इतिहासात तिचे स्थान मजबूत करून, वर्ल्डवाइड बुक ऑफ रेकॉर्ड्सने आद्रिका विवेकच्या कामगिरीला योग्य मान्यता दिली आहे. हा अविश्वसनीय विक्रम मानवी कामगिरीच्या इतिहासात कायमचा कोरला जाईल. केवळ ३० सेकंदात मानवी शरीराचे जास्तीत जास्त अवयव ओळखण्याचा आद्रिका विवेकने मिळवलेला जागतिक विक्रम हा एक उल्लेखनीय पराक्रम आहे. तिच्या अपवादाला संज्ञानात्मक क्षमता आणि ज्ञानाची तहान तिला इतिहासाच्या इतिहासात घेऊन गेली आहे. ही कामगिरी पालक, शिक्षक आणि संपूर्ण समाजाला तरुण मनांच्या क्षमतेचे संगोपन आणि विकास करण्यासाठी प्रेरणा देणारी ठरते.

: वाद संवाद :

काळानुसार एसटी सेवेत परिवर्तन होणे आवश्यक आहे का?

आनंद मराठे, जेष्ठ नागरिक

होय बदलत्या काळानुसार महाराष्ट्रातील अगदी खेड्यापाड्यात दुर्गम भागात पोचणाऱ्या एसटी सेवेत बदल हा कायलाच हवा. एसटीचे सर्वांगाने अत्याधुनिकरण झाले तरच आर्थिक दृष्टिकोनातून डबघाईला आलेली एसटीची सेवा हि पुढे कायम सुरळीत ठेवता येण शक्य आहे. खाजगी प्रवासी वाहतूक सेवांच्या तुलनेत एसटी चे जुने स्वरूप म्हणजे भंगार आहे यात बदल केल्याशिवाय तरणोपाय नाही.

जगदीश माळी, एसटी चालक

एसटीची सेवा हि महाराष्ट्र राज्य परिवहन महामंडळाची सर्वात स्वस्त आणि दूरगामी सेवा आहे. मध्यंतरी दिवंगांत अभिनेते विक्रम गोखले यांना एसटी चे ब्रँड अंबेसेडर बनवून नवे बदल केले गेले. मात्र तरी देखील प्रवाशांची एसटीकडे पाठच आहे. एसटीचे खाजगीकरण केले गेले आणि अत्याधुनिक सुविधांनी सुसज्ज अशी वाहन जर आणली तर एसटीची सेवा हि वेगाने धावू शकेल असं वाटत.

संकलन - संयोजन
सुबोध रणशेखरे

९८३३२४६३५६
subodh.ranshevre | atrediffmail.com

कोट्यवधी रुपयांची वाहने धुळखात



■ कमल नामपल्लीवार, नागपूर, दि. २४ :

सर्वेक्षण, खोदकाम आणि विकास कामांसाठी कोट्यवधी रुपये खर्चून साबांवि, जलसंधारण, भूगर्भ आणि इतर विभागांना महागडी वाहने पुरविली जात असली तरी, अशी अनेक वाहने धुळखात पडली आहेत.

नागपूरच्या जुन्या सचिवालय परिसरात अर्थात विभागीय आयुक्त कार्यालयाच्या प्रशस्त परिसरात असेच एक वाहन गेल्या दोन अडीच वर्षांपासून पडलेले दिसून येते. आयशर कंपनीचे हे वाहन महाराष्ट्र शासनाच्या मेट्रोलाॅजी विभागाचे आहे.

अॅड. प्रकाश आंबेडकरांच्या याचिकेवर आज निकाल

नियमबाह्य मतदानाचा आरोप

■ महासागर प्रतिनिधी

नागपूर, दि. २४ :

राज्यातील विधानसभा निवडणुकीत

झालेल्या नियमबाह्य मतदानाच्या आरोपांच्या याचिकेवर सुनावणी झाली. वीचत बहुजन

आघाडीचे अध्यक्ष प्रकाश आंबेडकर यांनी महाराष्ट्र विधानसभा निवडणुकीत मतदानाची वेळ संपल्यानंतर ७६ लाख लोकांना मतदान केल्याचा आरोप केला होता.

याबाबत त्यांनी उच्च न्यायालयात याचिका दाखल केली होती. यावर आता २५ जूनला निकाल जाहीर होणार आहे.

आज मुंबई उच्च न्यायालयाने महाराष्ट्रातील विधानसभा निवडणुकीत संख्याकाळी ५ बाजल्यानंतर झालेल्या ७६ लाख मतांच्या प्रकरणाची सुनावणी केली. उच्च न्यायालयाने दोन्ही बाजूंचे म्हणणे ऐकून घेतले आणि निकाल आज जाहीर करणार आहे.

डॉ. मुरहरी केळे यांना मराठीत दुसरी पीएच.डी.

■ महासागर प्रतिनिधी, नागपूर, दि. २४ :

ज्ञानसाधनेची कोणतीही सीमा नसते, हे पुन्हा एकदा सिद्ध करून दाखवले आहे संत साहित्याचे अभ्यासक, ऊर्जा क्षेत्रातील निष्णात आणि शिक्षणप्रेमी डॉ. मुरहरी केळे यांनी.

त्रिपुरा राज्य विद्युत मंडळाचे माजी अध्यक्ष तथा व्यवस्थापकीय संचालक आणि महाराष्ट्र व मध्यप्रदेशात वीज क्षेत्रात संचालक म्हणून कार्यरत राहिलेल्या डॉ. केळे यांना नुकतीच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर मराठवाडा विद्यापीठात, छत्रपती संभाजीनगर येथे मराठी विषयात पीएच.डी. पदवी प्रदान केली आहे. विशेष म्हणजे, 'निवडक मराठी साहित्यातील विजेचे चित्रण: एक अभ्यास' या त्यांच्या आगळ्यावेळच्या शोधप्रबंधाने मराठी साहित्यविश्वात एक नवे दालन उघडे केले आहे.

महावितरणच्या नागपूर शहर मंडळात २००८ ते २०११ या काळात अधीक्षक अभियंता म्हणून राहिलेल्या डॉ. केळे यांनी आपल्या संशोधनात गेल्या एक हजार वर्षांतील निवडक काव्यात्मक, कथनात्मक आणि नाट्यात्मक साहित्याचा सखोल अभ्यास केला आहे.

'वीज' या संकल्पनेचा त्यांनी केवळ भौतिक अर्थाने नव्हे, तर सामाजिक, सांस्कृतिक, आध्यात्मिक, भावनिक आणि वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून वेध घेतला आहे. वैदिक साहित्यापासून संत-पंत-तंत साहित्यापर्यंत, प्राचीन, अर्वाचीन, आधुनिक आणि अत्याधुनिक साहित्यात विजेचे चित्रण कसे बदलत

गेले, याचा मागोवा घेत त्यांनी अभ्यासपूर्ण निष्कर्ष काढले आहेत. त्यांच्या या हटके आणि मौलिक संशोधन कार्याचे मराठी साहित्य विश्वातून प्रचंड कौतुक होत आहे. या शोधनिबंधाने मराठी अभ्यासकांचे लक्ष एका पूर्णपणे नवीन आणि

अनपेक्षित विषयाकडे वेधले आहे. डॉ. मुरहरी केळे हे शिक्षणाचे आणि ज्ञानाचे भुकेले व्यक्तिमत्व आहे. विविध विद्यापीठांतून त्यांनी अभियांत्रिकी, व्यवस्थापन, कायदा, माहिती आणि तंत्रज्ञान, पत्रकारिता, ऊर्जा अंकेक्षण अशा विविध व्यावसायिक विषयांत तब्बल दहा पदव्या संपादन केल्या आहेत.

एवढ्यावरच न थांबता, त्यांनी नागपूर विद्यापीठातून 'पॉवर डीस्ट्रीब्यूशन फ्रान्चायसी' या विषयावर आपली पहिली पीएच.डी. पदवी मिळवली. तरीही मराठी भाषेवरील प्रेमापोटी त्यांनी मराठीत एम.ए. केले आणि आता दुसरी पीएच.डी. मिळवून आपल्या ज्ञानसाधनेची वेगळी उंची गाठली आहे.

डॉ. केळे यांच्या या दुहेरी यशाबद्दल त्यांचे सर्व स्तरातून अभिनंदन होत आहे. तेलंगणाचे राज्यपाल आणि त्रिपुरा राज्याचे माजी उपमुख्यमंत्री जिणू देव वर्मा, विद्यापीठाचे कुलगुरू, उपकुलगुरू यांसह विविध साहित्यिक, प्राध्यापक, अभ्यासक, समाजबांधव आणि वीज क्षेत्रातील सहकाऱ्यांकडून त्यांना शुभेच्छांचा वर्षाव होत आहे. मराठी साहित्यातील त्यांच्या या अमूल्य आणि अभिनव योगदानाची विशेष दखल घेतली जात आहे.