





## विधिमंडळ अधिवेशन

गिरणा उपखोऱ्यातील पाण्याची तूट भरून काढण्यास शासन प्रयत्नशील : गिरीश महाजन

मुंबई : तापी खोऱ्यातील गिरणा उपखोऱे हे सर्वाधिक पाण्याची तूट असणारे खोरे आहे. या उपखोऱ्यात ४० टीएमसी पाण्याची तूट आहे. ही तूट भरून काढण्यासाठी शासन प्रयत्नशील आहे, असे जलसंपदा (विदर्भ, तापी व कोकण खोरे विकास महामंडळ) मंत्री गिरीश महाजन यांनी आज विधानसभेत लक्षवेधी सूचनेच्या उत्तरात सांगितले. घुळे जिल्ह्यातील सिंचनावबत सदस्य राधेवेंद पाटील यांनी लक्षवेधी सूचना उपस्थित केली होती. या सूचनेच्या चर्चेत सदस्य अनिल पाटील यांनीही उपप्रश्न विचारत सहभाग घेतला. मंत्री महाजन म्हणाले, नार- पार - गिरणा नदीजोड प्रकल्प अंतर्गत १०.४९ टीएमसी पाणी उपलब्ध होणार आहे. काही तांत्रिक कारणास्तव पार- तापी- नर्मदा हा आंतरराज्य प्रकल्प रद्द करण्यात झाला आहे. हा प्रकल्प रद्द झाला असला तरी उपलब्ध होणारे पाणी तापी गोदावरी खोऱ्यात वळविण्याच्या अनुषंगाने तांत्रिक आर्थिकदृष्ट्या तपासणी सुरू आहे. यामधून उपखोऱ्यात ९.६७ टीएमसी पाणी उपलब्ध करून देण्यासाठी नियोजन सुरू आहे. तांत्रिकदृष्ट्या तपासणी करून उपाययोजना करण्यात येत आहे. त्यामुळे घुळे जिल्ह्यातील सिंचनाचा प्रश्न सोडवण्यास मदत होणार आहे.



## पाणीटंचाई दूर करण्यासाठी कोकण वॉटर ग्रीडची मागणी

आ. प्रविण दरेकर यांची मागणी

मुंबई : मराठवाड्यासाठी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी मराठवाडा वॉटर ग्रीडची संकल्पना मांडली, तशीच संकल्पना कोकणसाठी देखील राबवावी, अशी ठाम मागणी भाजपाचे गटनेते आमदार प्रविण दरेकर यांनी आज विधानसभेत केली. सभागृहात सत्ताधारी आणि विरोधकांच्या २६० अन्वये एकत्रित प्रस्तावावर बोलताना दरेकर म्हणाले की, वीज निर्मितीसाठी वापरले जाणारे ६७ टीएमसी पाणी वीज निर्मितीनंतर बोगद्यातून वशिष्ठ नदीला सोडले जाते आणि ते अरबी समुद्रात मिसळते. हे पाणी रत्नागिरी, सिंधुदुर्ग, रायगड जिल्ह्यात पाईपलाईनद्वारे वळवले तर कोकणातील पाणीटंचाई कायमची दूर होईल. कोकणच्या समुद्रीसाठी ह्यकोकण वॉटर ग्रीडची तातडीने गरज असल्याचे त्यांनी सांगितले. शेतकऱ्यांच्या समस्यांकडे लक्ष वेधताना दरेकर म्हणाले, राज्यातील ८० ते ८५ टक्के शेतजमीन कोरडवाहू आहे.

## कुपोषणाच्या प्रमाणात लक्षणीय घट महाराष्ट्र देशातील पहिल्या पाच राज्यांमध्ये : आदिति तटकरे

मुंबई : राज्यातील बालकांमधील मध्यम व तीव्र कुपोषणाचे प्रमाण कमी करण्यासाठी एकात्मिक बालविकास सेवा योजना व संबंधित विभागांनी संयुक्तरीत्या राबवलेल्या विविध उपाययोजनांमुळे मागील दोन वर्षांत कुपोषणाच्या प्रमाणात लक्षणीय घट झाली आहे महिला व बाल विकास मंत्री आदिति तटकरे यांनी सांगितले. विधानपरिषदेतील सदस्य संजय केणेकर यांनी लक्षवेधी सूचना उपस्थित केली होती. या चर्चेत सदस्य शशिकांत शिंदे, श्रीमती चित्रा वाघ, प्रविण दरेकर आणि संजय खोडके यांनी सहभाग घेतला. वर्ष २०२३ मध्ये राज्यात वजन व उंची घेतलेल्या एकूण ४१,६७,१८० पैकी मध्यम कुपोषित बालकांची संख्या २,१२,२०३ ज्याची टक्केवारी ५.०९ % होती. ती कमी होऊन २०२५ मध्ये राज्यात वजन व उंची घेतलेल्या एकूण ४८,५९,३४६ पैकी १,५१,६४३ इतकी टक्केवारी ३.१६ % झाली आहे. त्यामुळे २.७४% घट नोंदवली गेली आहे. तीव्र कुपोषित बालकांची संख्या २०२३ मध्ये वजन व उंची घेतलेल्या एकूण ४१,६७,१८० पैकी ८०,२४८ ज्याची टक्केवारी १.९३ % होती.

## रात्रशाळांसाठी नवे धोरण लवकरच : डॉ पंकज भोयर

मुंबई : राज्यातील रात्रशाळांमध्ये कार्यरत मुख्याध्यापक, शिक्षक व शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांच्या वेतन, नेमणूक व सेवा अटींमध्ये असलेल्या विसंगती दूर करण्यासाठी नवे धोरण तयार करण्यात येत आहे. यासाठी शिक्षण आयुक्तांच्या अध्यक्षतेखाली समिती गठीत करण्यात आली आहे, असे राज्यमंत्री डॉ पंकज भोयर यांनी विधानपरिषदेत सांगितले. सदस्य मनीषा कायदे यांनी लक्षवेधी सूचना उपस्थित केली होती. या चर्चेत सदस्य जगन्नाथ अभ्यंकर, विक्रम काळे आणि रणजित मोहिते- पाटील यांनी सहभाग घेतला. राज्यमंत्री डॉ. भोयर म्हणाले, शासनाचा उद्देश शिक्षण प्रवाहाबाहेर असलेल्या घटकाना रात्रशाळांमार्फत शिक्षणाच्या मुख्य प्रवाहात आणणे असून विविध शिक्षक संघटना व लोकप्रतिनिधींनी यासंदर्भात मागण्या केल्या आहेत. या पार्श्वभूमीवर गठीत समितीचा अंतिम अहवाल प्राप्त झाल्यानंतर सुधारित धोरण लागू करण्यात येणार आहे.

## बोगस डॉक्टरांविरुद्ध कठोर कायदा तयार करण्याची प्रक्रिया सुरू : माधुरी मिसाळ

मुंबई : राज्यात बोगस डॉक्टरांविरुद्ध कठोर कारवाईचा बडगा उगारण्यात आला असून, सन २०२१ पासून आतापर्यंत सार्वजनिक आरोग्य विभागाने अहिल्यानगर, नाशिक, जळगाव आणि मुंबई या ठिकाणी अनुक्रमे ८, ४, ९ आणि ३४ अशा एकूण ५५ बोगस डॉक्टरांवर गुन्हे दाखल केले आहेत. बोगस डॉक्टरांविरुद्ध अधिक कठोर कायदा तयार करण्याची प्रक्रिया सुरू असल्याची माहिती राज्यमंत्री माधुरी मिसाळ यांनी दिली. विधानपरिषदेत सदस्य सत्यजित तांबे यांनी लक्षवेधी सूचना उपस्थित केली होती. राज्यमंत्री मिसाळ म्हणाल्या, राज्य सरकार आणि महाराष्ट्र वैद्यकीय परिषद यांच्यातील समन्वयातून (नो युवर डॉक्टर) ही आधुनिक क्यूआर कोड प्रणालीवर आधारित मोहीम सुरू करण्यात आली.



# योजनांच्या अंमलबजावणीसाठी कामगारमंत्री यांच्या अध्यक्षतेखाली समिती स्थापन करणार : मुख्यमंत्री

■ महासागर प्रतिनिधी  
मुंबई, दि. १४ :

कामगारांच्या कल्याणासाठी राबविण्यात येणाऱ्या योजनांमध्ये पारदर्शकता यावी यासाठी कामगार मंत्री यांच्या अध्यक्षतेखाली समिती स्थापन करण्यात येईल, असे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी विधानसभेत सांगितले. विधानसभा सदस्य संजय मेश्राम यांनी विधानसभेत लक्षवेधी सूचना मांडली



होती. कामगार मंत्री आकाश फुंडकर म्हणाले, इमारत व इतर बांधकाम कामगार (रोजगार नियम

व सेवा शर्ती) कायदा, १९९६ अंतर्गत महाराष्ट्र इमारत व इतर बांधकाम कामगार कल्याणकारी मंडळ स्थापन केले असून, जुलै २०२० पासून आयडब्ल्यूबीएमएस प्रणालीच्या माध्यमातून नोंदणी, नूतनीकरण व लाभ वाटपाची प्रक्रिया पूर्णतः ऑनलाईन पद्धतीने राबविण्यात येत आहे. बांधकाम कामगारांना सुरक्षा संच, गृहपयोगी वस्तू संच आदी लाभ डीबीटी

पद्धतीने थेट दिले जात असून, बायोमेट्रिक प्रमाणिकरणानंतरच वितरण केले जाते. यामुळे मानवी हस्तक्षेप शक्य नाही, आणि प्रक्रियेमध्ये पारदर्शकता राखली गेली आहे.

उमरेड विधानसभा क्षेत्रातील उमरेड, भिवापूर व कुही तालुक्यांमध्ये जानेवारी २०२५ ते जून २०२५ दरम्यान चार हजार कामगारांना सुरक्षा संच व नऊ हजार

कामगारांना गृहपयोगी संच वाटप करण्यात आले आहे.

काही ठिकाणी खासगी दलालांकडून बोगस कागदपत्रांच्या आधारे कामगार नोंदणीचे प्रकार उघडकीस आले आहेत. याविरोधात दक्षता पथक राबवले असून नागपूर, अमरावती, छत्रपती संभाजीनगर, नाशिक, पुणे, कोकण विभागात काही फौजदारी गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत. विविध

माध्यमातून आलेल्या तक्रारींवर चौकशी करून वेळोवेळी कठोर कारवाई करण्यात येत आहे. भविष्यातही अशा बोगस नोंदणीला आळा बसावा यासाठी कठोर आणि पारदर्शक पावले उचलली जातील, असेही मंत्री फुंडकर यांनी विधानसभेत सांगितले. विधानसभा सदस्य विजय वडेटीवार, प्रवीण दटके, जयंत पाटील यांनी य लक्षवेधी सूचनेत सहभाग घेतला

## राज्यातील कुष्ठरोग निर्मूलन मोहिमेला नवे बळ प्रभावी अंमलबजावणीसाठी राज्यस्तरीय समिती स्थापन करण्याची घोषणा

■ महासागर प्रतिनिधी  
मुंबई, दि. १४ :

महाराष्ट्रातील कुष्ठरोग निर्मूलन मोहिमेला गती देण्यासाठी सार्वजनिक आरोग्य विभागाने मोठा निर्णय घेतला आहे. राज्यातील कुष्ठरोग निर्मूलन कार्यक्रमाची प्रभावी अंमलबजावणी व्हावी यासाठी राज्यस्तरीय समिती स्थापन केली जाणार असल्याची घोषणा सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्री प्रकाश आंबेडकर यांनी विधानभवनाने घेतलेल्या बैठकीत केली.

या समितीत कुष्ठरोग क्षेत्रातील तज्ज्ञ, डॉक्टर, स्वयंसेवी संस्था आणि या विषयावर काम करणाऱ्या व्यक्तींना सामाविष्ट केले जाणार

आहे. दर तीन महिन्यांनी ही समिती आपला अहवाल राज्य सरकारला सादर करणार असून, तिच्या शिफारसींमुळे कार्यक्रमाची अंमलबजावणी अधिक परिणामकारक होईल, असा विश्वास आंबेडकर यांनी व्यक्त केला.

कुष्ठरोग निर्मूलन कार्यक्रमाचे राज्यस्तरावर योग्य निरीक्षण करण्यासाठी आरोग्य सेवा आयुक्तांच्या नेतृत्वाखाली स्वतंत्र समितीही स्थापन करण्यात येणार आहे. ही समिती शहरी, ग्रामीण तसेच शालेय स्तरावरील रुग्ण शोध मोहीम, उपचार आणि पुनर्वसन यासाठी कार्यपद्धती ठरवेल व राज्यभरातील कामकाजाचे

मार्गदर्शन करेल.

बैठकीत उपस्थित स्वयंसेवी संस्थांनी अनुदान वाढवण्याची मागणी मांडली. सध्या राज्यातील १२ स्वयंसेवी रुग्णालयांमध्ये २,७६४ खाटा आहेत, तर ११ पुनर्वसन संस्थांमध्ये १,८२५ खाटा मंजूर आहेत. रुग्णालयांना प्रति खाटा प्रतिमहारू. २,२०० आणि पुनर्वसन संस्थांना रू. २,००० इतके अनुदान मिळते. हे अनुदान वाढवून रू. ६,००० प्रति खाटा करण्याचा प्रस्ताव सार्वजनिक आरोग्य विभागाने तयार करून वित्त विभागाकडे सादर केला असून, लवकरच तो मंत्रिमंडळासमोर ठेवण्यात येणार असल्याचे आंबेडकर यांनी सांगितले.

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांचा महत्त्वाकांक्षी कार्यक्रम म्हणून कुष्ठरोग निर्मूलनासाठी आरोग्य विभागाने शोध मोहीम, उपचार आणि निर्मूलन या त्रिसूत्रीवर लक्ष केंद्रीत करावे, तसेच आशा सेविका, शालेय आरोग्य तपासणी व इतर आरोग्य कर्मचाऱ्यांमार्फत जास्तीत जास्त रुग्णांपर्यंत पोहोचावे, असे निर्देशही त्यांनी दिले. या बैठकीस आमदार सुलभा खोडके, विदर्भ महारोगी सेवा मंडळ तपोवनचे प्रतिनिधी, आरोग्य सेवा आयुक्त डॉ. कांदंबरी बलकवडे, आरोग्य संचालक डॉ. विजय कंदेबाड, कुष्ठरोग सहसंचालक डॉ. सांगळे तसेच विविध स्वयंसेवी संस्थांचे प्रतिनिधी उपस्थित होते.

## बेस्टच्या दुमजली बसगाडीला आग

■ महासागर प्रतिनिधी  
मुंबई, दि. १४ :

बेस्ट उपक्रमाच्या बसगाड्यांच्या अपघाताची मालिका सुरूच असून मंगळवारी फोर्ट परिसरातून जात असलेल्या बसला अचानक आग लागली. या दुर्घटनेत सुदैवाने जीवितहानी झाली नाही. बेस्टची बस मार्ग क्रमांक ए-१३८ मंगळवारी सकाळी आगारातून बस निघाली. बस भाटिया वाग परिसरातून बँकबे आगाराकडे जात होती. सिद्धार्थ महाविद्यालया नजिकच्या सिग्नल जवळ सकाळी ९.१५ च्या सुमारास बस पोहचली आणि अचानक बसला आग लागली.

## काँग्रेस-राष्ट्रवादीचे माजी नगरसेवक भाजपात

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. १४ :

कोल्हापूरच्या राजकारणाला मोठा धक्का देत काँग्रेस आणि राष्ट्रवादी काँग्रेसच्या माजी नगरसेवकांसह अनेक कार्यकर्त्यांनी भारतीय जनता पक्षात (भाजपा) आज जाहीर प्रवेश केला. भाजपाचे प्रदेशाध्यक्ष आणि मंत्री रवींद्र चव्हाण यांच्या उपस्थितीत झालेल्या पक्षप्रवेश कार्यक्रमात यथील महापालिका निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर राजकीय समीकरण बदलण्याची शक्यता आहे.

आज भाजपात प्रवेश करणाऱ्यांमध्ये काँग्रेसचे पाच वेळा निवडून आलेले ज्येष्ठ नगरसेवक दिलीप पोवार, सरस्वती पोवार, राष्ट्रवादी यांच्या उपस्थितीत झालेल्या पक्षप्रवेश कार्यक्रमात यथील महापालिका निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर राजकीय समीकरण बदलण्याची शक्यता आहे. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी आणि मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या नेतृत्वावर विश्वास ठेवून हे सर्व नेते आणि कार्यकर्ते भाजपात आले आहेत. त्यांच्या सामर्थ्यामुळे कोल्हापूरच्या विकास कामांना गती मिळेल." खासदार धनंजय महाडिक यांनी व्यक्त केला की, "दिलीप पोवार आणि उत्तम कोराणे यांच्या प्रवेशामुळे आगामी महापालिका निवडणुकीत भाजपाला मोठा फायदा होणार आहे."

मंदार राऊत, संकेत रुद्र यांनीही भाजपात प्रवेश केला.

या पक्षप्रवेश सोहळ्यास उच्च तंत्रशिक्षण मंत्री चंद्रकांत पाटील, खासदार धनंजय महाडिक, आमदार अमल महाडिक, आमदार सुधीर गाडगीळ, प्रा. जयंत पाटील, मुरलीधर जाधव, भाजपा माध्यम प्रमुख नवनाथ बन यांची प्रमुख उपस्थिती होती.

प्रदेशाध्यक्ष रवींद्र चव्हाण यांनी सर्वांचे स्वागत करताना सांगितले की, "पंतप्रधान नरेंद्र मोदी आणि मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या नेतृत्वावर विश्वास ठेवून हे सर्व नेते आणि कार्यकर्ते भाजपात आले आहेत. त्यांच्या सामर्थ्यामुळे कोल्हापूरच्या विकास कामांना गती मिळेल." खासदार धनंजय महाडिक यांनी व्यक्त केला की, "दिलीप पोवार आणि उत्तम कोराणे यांच्या प्रवेशामुळे आगामी महापालिका निवडणुकीत भाजपाला मोठा फायदा होणार आहे."

## महाराष्ट्राला दुष्काळमुक्त करण्यासाठी जलसिंचन क्षमता वाढविली जाईल : राधाकृष्ण विखे-पाटील

■ महासागर प्रतिनिधी  
मुंबई, दि. १४ :

महाराष्ट्रातील दुष्काळग्रस्त भागांमध्ये जलसिंचनाची क्षमता वाढवण्यासाठी शासन गंभीर असून, त्यासाठी महत्त्वाची पावले उचलण्यात येत आहेत, असे जलसंपदा मंत्री राधाकृष्ण विखे-पाटील यांनी विधान परिषदेत



यामधील मुख्य योजना असून, १३ मार्च २०२४ रोजी त्याला मान्यता देण्यात आली आहे. दोन महिन्यांच्या कालावधीत पुराच्या पाण्याचा उपयुक्त वापर होईल, असे त्यांनी सांगितले.

प्रकल्पाचा सर्वेक्षण अहवाल लवकरच अपेक्षित असून, पुढील पावसाळ्यापूर्वी हे काम पूर्ण होण्याची अपेक्षा आहे. कृष्ण खोऱ्यातून भोमा खोऱ्यात सुमारे ५५ टीएमसी पाणी आणण्याचा प्राथमिक अंदाज आहे. सर्वेक्षण झाल्यानंतर वस्तुस्थिती सादर करण्यात येईल,

## पायाभूत सुविधा प्रकल्प पूर्ण झाल्यानंतर राज्यातील वाहनांची गर्दी वाहतूक कोंडीवर मोठ्या प्रमाणात नियंत्रण : उदय सामंत

■ महासागर प्रतिनिधी  
मुंबई, दि. १४ :

महाराष्ट्रातील सुरू प्रकल्प पूर्ण झाल्यानंतर राज्यातील वाहनांची गर्दी, वाहतूक कोंडी यावर मोठ्या प्रमाणात नियंत्रण येईल, असे मंत्री डॉ.उदय सामंत यांनी आज विधान परिषदेत सांगितले.

सदस्य सत्यजित तांबे यांनी राज्यातील वाहतूक कोंडी, चुकीची चलने, पोलिसांची कारवाई आणि मोठ्या शहरांतील प्रकल्पासंदर्भात अर्थात तास चर्चेच्या सूचना मांडल्या होत्या, त्यास मंत्री डॉ.सामंत यांनी उत्तर दिले.

मंत्री डॉ .सामंत म्हणाले की, वाहतूक कोंडी ही मुंबईसह सर्व मेट्रो शहरांमध्ये मोठी समस्या झाली आहे. यावर तोडगा मिळवण्यासाठी मागील महिन्यांत तीन बैठकांचे आयोजन करण्यात आले. यात एक बैठक उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या अध्यक्षतेखाली झाली. गृहविभागाचे



अतिरिक्त मुख्य सचिव इक्बाल चहल यांच्या नेतृत्वाखाली राज्यस्तरीय उच्चस्तरीय समिती स्थापन करण्यात आली असून, समितीने २० दिवसांत गृह व परिवहन विभागाला अहवाल सादर करावा, अशी सूचना मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी दिल्या असल्याचे त्यांनी सांगितले. गाडी पार्किंगमध्ये असतानाही चलन मिळताने, हे गंभीर प्रकार आहेत. त्यांचीही चौकशी सुरू आहे. कोणी आणि कुठे कॅमेरे लावले, याची माहिती घेतली जात

आहे, असे मंत्री डॉ.सामंत यांनी सांगितले. वाहनांची वाढती संख्या देखील वाहतूक कोंडीस कारणीभूत ठरत असल्याचे मंत्री डॉ.सामंत यांनी नमूद केले. आजपर्यंत महाराष्ट्रात ४ कोटी ९५ लाख वाहने नोंदवण्यात आली आहेत. फक्त मुंबईत दररोज ७९४ नव्या वाहनांची नोंद होते. यामुळेच मुंबई, पुणे, नागपूर यांसारख्या शहरांत मेट्रो जाळ्याचा विस्तार करण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे, असेही त्यांनी सांगितले. राज्यत मेट्रो प्रकल्पांची प्रगती सांगताना त्यांनी स्पष्ट केले की, मुंबईत ३९३.७६ किमी, पुण्यात १३६.४२ किमी आणि नागपुरात ८३.८२ किमी लांबीचे मेट्रो प्रकल्प साकारले जात आहेत. मुंबईतील सारणी किनारा रस्ता हा ऐतिहासिक प्रकल्प असल्याचे सांगत सामंत म्हणाले की, पूर्वी वांझाहून नरिमन पॉइंटला पोहोचायला दीड ते दोन तास लागायचे, आता तोच प्रवास १७-१८ मिनिटांत होतो.

## गणपती बाप्पाच्या स्वागतासाठी एसटी सज्ज ५००० जादा बसेसची घोषणा : प्रताप सरनाईक

■ महासागर प्रतिनिधी  
मुंबई, दि. १४ :

गणपती बाप्पाच्या आगमनासाठी कोकणातील चाकरमान्यांचा उत्साह शिगेला पोहोचला असताना, त्यांच्या प्रवासाची सोय करण्यासाठी एसटी महामंडळ सज्ज झाले आहे. यंदा २३ ऑगस्ट ते ७ सप्टेंबर २०२५ दरम्यान अधिकच्या जादा बसेस धावणार असल्याची मोठी घोषणा परिवहन मंत्री तथा एसटी महामंडळाचे अध्यक्ष प्रताप सरनाईक यांनी केली आहे.

मंत्रालयातील दालनात गणपती उत्सवाच्या जादा वाहतूकीच्या पार्श्वभूमीवर आयोजित बैठकीत ते बोलत होते. या बैठकीला महामंडळाचे उपाध्यक्ष व व्यवस्थापकीय संचालक डॉ. माधव कुसेकर तसेच एसटीचे सर्व खातेप्रमुख उपस्थित होते.

प्रताप सरनाईक म्हणाले, गणपती उत्सव म्हणजे कोकणच्या



चाकरमान्यांचा जीव की प्राण आहे. गणपती बाप्पा, कोकणचा चाकरमानी आणि एसटी यांचे अनुत्त नाते आहे. त्यामुळे नफा-तोटा न पाहता, कोकणातील रस्त्यांवर यंदाही तब्बल ५००० जादा बसेस सोडण्यात येणार आहेत. या सर्व बसेसचे आरक्षण या अधिकृत संकेतस्थळावर तसेच MSRTC Bus Reservation

अॅपवर करता येणार आहे. बसस्थानकांवरही आरक्षणाची सुविधा उपलब्ध असेल. याआधी आषाढी एकादशीच्या यात्रेसाठी ५२०० जादा बसेस सोडण्यात आल्या होत्या आणि त्या उपक्रमात प्रवाशांच्या प्रचंड प्रतिसाद मिळाला होता. त्यामुळेच यंदाच्या गणेशोत्सवासाठीही महामंडळाने ही

व्यापक योजना आखली आहे.

एसटीने जादा बसेससाठी २२ जुलैपासून गट आरक्षणाला सुरुवात करण्याचा निर्णय घेतला आहे. यामध्ये अमृत ज्येष्ठ नागरिकांना १००% सवलत, तसेच सामान्य ज्येष्ठ नागरिक व महिलांना ५०% तिकीट सवलत दिली जाणार आहे.

मुंबई, ठाणे, पालघर या विभागांतील प्रमुख बसस्थानकातून २३ ऑगस्टपासून या जादा बसेस कोकणासाठी धावणार आहेत. गतवर्षी ४३०० बसेस सोडण्यात आल्या होत्या.

गणेशोत्सवादरम्यान एसटीची वाहतूक सुरळीत राहावी यासाठी, प्रत्येक बसस्थानकावर वरिष्ठ अधिकारी व कर्मचारी अहोरात्र कार्यरत राहणार आहेत. तसेच कोकणातील महामार्गांवर वाहनदुरुस्ती पथके तैनात करण्यात येणार असल्याचेही परिवहन मंत्री सरनाईक यांनी स्पष्ट केले.

## मुंबई, पुणे आणि नाशिकला हवामान विभागाचा यलो अलर्ट

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. १४ :

महाराष्ट्रात पावसाने पुन्हा एकदा जोर धरला असून, हवामान विभागाने राज्यातील अनेक भागांत मुसळधार पावसाचा इशारा दिला आहे. रायगड जिल्ह्यात काही तासांत जोरदार पावसाची शक्यता वर्तवण्यात आली आहे, तर सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील अनेक भागांत पूरसदृश स्थिती निर्माण झाली आहे. नद्या-ओढे दुथडी भरून वाहत असून काही सखल भागात पाणी साचले आहे. यामुळे स्थानिक प्रशासन सतर्क झाले असून, जिल्हा प्रशासनाकडून नागरिकांना सतर्कतेचा इशारा देण्यात आला आहे. कोकण आणि घाटमाथ्याच्या परिसरात दक्षिण-पश्चिम मान्सून पूर्ण ताकदीने सक्रिय झाल्यामुळे रायगड, रत्नागिरी, सिंधुदुर्ग, ठाणे, पालघर, मुंबई, पुणे आणि नाशिक या जिल्ह्यांसाठी हवामान विभागाने यलो अलर्ट जारी केला आहे. रायगडमध्ये आज संध्याकाळनंतर आणि रात्रीच्या सुमारास वादळी वाऱ्यासह जोरदार सरी कोसळण्याचा अंदाज वर्तवण्यात आला आहे. सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील कुडाळ, मालवण, सावंतवाडी, दोडामार्ग या भागांत जोरदार पावसाने कहर केला असून, काही भागांत घरांत पाणी शिरले असून, रस्ते पाण्याखाली गेले आहेत. स्थानिक आपत्ती व्यवस्थापन यंत्रणांना अलर्टवर ठेवण्यात आले असून, पुनर्बांधणीचे पथक सज्ज करण्यात आले आहे. शाळा आणि महाविद्यालयांना आवश्यकतेनुसार तात्पुरत्या सुट्ट्या जाहीर करण्याचे अधिकार स्थानिक प्रशासनाकडे दिले आहेत.

**शेतकऱ्यांच्या पदरेशे दौ-याकरीता प्रवासी कंपनी निवडीसाठी निविदा प्रक्रिया सुरू**

**चंद्रपूर, दि. १५ जुलै** : राज्यातील शेतकऱ्यांना विविध प्रगत देशांतील अद्ययावत शेती तंत्रज्ञान, कृषीमाल प्रक्रिया, निर्यात संंधी व बाजारपेठेतील मागणी यांची थेट माहिती करून देण्यासाठी तसेच जागतिक स्तरावर शाश्वत व आधुनिक शेती पद्धती अवगत करण्यासाठी कृषी विभागाच्यावतीने 'राज्यातील शेतकऱ्यांचे देशाबाहेरील अभ्यासदौरे' ही योजना राबविण्यात येत आहे. या योजनेअंतर्गत युरोप, इन्झाईल, जपान, चीन, दक्षिण कोरिया, मलेशिया, व्हिएतनाम आणि फिलीपाईन्स या देशांमध्ये शेतकऱ्यांचे अभ्यासदौरे आयोजित करण्यात येणार आहेत. या दौऱ्यांमधून शेतकऱ्यांना संबंधित देशांतील कृषी संस्था, प्रक्रिया उद्योग, निर्यात केंद्रे, शेतकरी गट तसेच प्रात्यक्षिक शेतपेटीद्वारे आधुनिक तंत्रज्ञानाचे प्रत्यक्ष प्रशिक्षण दिले जाणार आहे.

**चंद्रपूर, दि. १५ जुलै** : केंद्र शासनाच्या राष्ट्रीय खाद्यतेल अभियान २०२५-२६ अंतर्गत तेल काढणी युनिट (१० टन क्षमता) तसेच तेलबियांवर प्रक्रिया करण्यासाठी आवश्यक यंत्रसामुग्री व उपकरणे, प्रमुख आणि दुय्यम तेलबिया प्रक्रिया युनिट स्थापनेसाठी जिल्ह्यास १ लक्षांक प्राप्त झाला आहे. या योजनेचा उद्देश शेतकऱ्यांना स्थानिक स्तरावर तेल प्रक्रिया सुविधा उपलब्ध करून देणे, उत्पादन मूल्यवर्धन करणे व शेतकऱ्यांचे उत्पन्न वाढविणे हा आहे सदर योजनेत प्रकल्प खर्चाच्या ३३ टक्के किंवा कमाल ९ लक्ष ९० हजार (जे कमी असेल त्यानुसार) अनुदान अनुज्ञेय आहे. ज्या भागांमध्ये गळीतधान्य (तेलबिया) पिकांचे उत्पादन होत असले तरी प्रक्रिया युनिट उपलब्ध नाही.

## तोतया पोलीस व पत्रकार यांची मुल पोलासांनी केली पर्दाफाश

**तालुका प्रतिनिधी मुल, दि. १५ जुलै** : मुल तालुक्यात पोलीस व पत्रकार म्हणून खंडणी वसूल करण्यात आलेल्या तोतया पोलीस व पत्रकार टोळीस अटक करण्यात मुल पोलीस यश मिळाले ह्या एक महिला सुद्धा समावेश आहे,बादल दुर्गा प्रसाद दुबे वय ३६ रा. भिवापूर चंद्रपूर, संगिता बादल दुबे वय २७ रा भिवापूर चंद्रपूर,अजय विजय उईके वय ३१ रा. चंद्रपूर, देवेंद्र चरणदास सोनवने रा. चंद्रपूर अशी आरोपीला अटक करण्यात आली.

तोतया पोलीस व पत्रकार हे चिरोली येथील सुरेश लक्ष्मण गणमेनवार यांच्या घरी जाऊन भरारी पथकातील पोलिस असल्याचे सांगून विनापरवाना दारू विक्री करीत असल्याचे धमकी देऊन पंधरा हजार रुपये मागणी केली तडजोडी करत



दहा हजार रुपये खंडणी वसूल केली तसेच डोंगरगाव येथे जाऊन एजाज शेख इब्राहिम शेख यांच्या अंडा आमलेट दुकानात काही व्यक्ती दारू पित असता आढळून आले येत असता, त्या दुकानदाराला धमकी देऊन पाच हजार रुपये वसुली केली, चिरोली येथील सुरेश गणमेनवार यांची लेखी तक्रार दाखल होताच तोतया पोलीस व पत्रकार गुन्हा दाखल करून

आरोपीला अटक करण्यात आली,त्याचा कडून पांढरा रंगाची चार चाकी वाहन अंदाजे किंमत बारा लाख पन्नास हजार रुपये, दोन स्मार्ट मोबाईल अंदाजे किंमत ४५ हजार रुपये आणि नगदी रक्कम १५ हजार रुपये असी एकुण रक्कम १३ लाख १० हजार रुपये मुद्दामालासह जप्त करण्यात आले, तसेच पोलीस निरीक्षक विजय राठोड यांच्या मार्गदर्शनाखाली सहायक पोलीस निरीक्षक सुबोध वंजारी, पोलीस हवालदार भोजरात मुंडरे,जमीरखान पठाण, चिमाजी देवकसे, नरेश कोडापे, शंकर बोरसरे, संदीप चुधरी, यांनी कारवाई केली व पुढील तपास मुल पोलीस करीत आहे.



**महासागर प्रतिनिधी धुधुस, दि. १५ जुलै** : धुधुस येथील अमराई वाई उडिया मोहल्ला परिसरात दि.१४ जुलै २०२५ सोमवार रोजी चंद्रपूर मतदारसंघातील लोकप्रिय आ.किशोरभाऊ जोरगेवार यांच्या स्थानिक विकास निधीतून

दवाखान्याचे सतत कामे करत असतात.

यावेळी भाजप नेते श्याम आगदारी, माजी.सरपंच राजकुमार गोडशेलवार, माजी बहुजन महिला शहर अध्यक्ष सौ.उषाताई आगदारी,शिवसेना (शिंदेगट) अध्यक्ष महेश डोंगे,नवीन मोरे,स्वप्नील वाढई, रमण तांडा,बंशी महाकाली,पृथ्वीराज आगदारी, वनिता निहाल,ज्योती बावरे,संध्या जगताप,शारदा पोनाला, माया मांडवकर,सुनिता पाटील, सुशीला डकरे, व भाजपाचे जेष्ठ नेते,पदाधिकारी तसेच माजी ग्रा.पं.सदस्य आदी उपस्थित होते.

## रवींद्र शिंदे आणि वासुदेव ठाकरे यांचा भारतीय जनता पक्षात प्रवेश



**महासागर प्रतिनिधी चंद्रपूर, दि. १५ जुलै** : व तंत्र शिक्षण मंत्री चंद्रकांत पाटील, आमदार किर्तिकुमार भांगडिया, आमदार किशोर जोरगेवार, आमदार संजय देवतेळे यांच्या प्रमुख उपस्थितीत रवींद्र शिंदे आणि त्यांचे सहकारी वासुदेव ठाकरे यांनी मुंबई येथे प्रदेशाध्यक्ष रवींद्र चव्हाण, उच्च धोरणावर विश्वास व्यक्त केला.

In order to impart an insight on mutual fund, to educate and create awareness among the investors about the financial market, Mirae Asset Mutual Fund undertakes numerous events and activities at various places across the country and in number of ways such as conducting Investor Awareness Programs (IAPs) / seminars, contents on investor awareness in print media (newspapers, magazines etc.) and programs on Mutual Funds in electronic media (TVs, radios etc.).

In this regard, please see below schedule of upcoming IAP:

| Date          | Time      | Address                                                       |
|---------------|-----------|---------------------------------------------------------------|
| July 18, 2025 | 6:00 P.M. | The ND Hotel, Bapat Nagar, Chandrapur, Maharashtra - 442 402. |

**MIRAE ASSET MUTUAL FUND** (Investment Manager: Mirae Asset Investment Managers (India) Private Limited. CIN - U65990MH2019PTC324625)  
**Registered & Corporate Office:** 606, 6th Floor, Windsor Building, Off CST Road, Kalina, Santacruz (E), Mumbai - 400098. ☎1800 2090 777 (Toll free), ✉customer@miraeasset.com 🌐www.miraeassetmf.co.in

**Mutual Fund investments are subject to market risks, read all scheme related documents carefully.**

**सूचना**

### कलाम ट्रान्समिशन लिमिटेड

(युनिट नं.101, पहिला मजला, विंडसर, गाव कोळे कल्याण, ऑफ सीएसटी रोड, विधाननगरी मार्ग, सांताक्रुझ (पू.), मुंबई, महाराष्ट्र - 400098)

- वरील याचिकाकाल्याने केंद्रीय विद्युत नियामक आयोग, नवी दिल्ली यांच्याकडे कलाम पीएसकरिता आरई इंटरकनेक्शनसाठी 220 केव्ही बेज सह, 2X500 एमव्हीए, 400/220 केव्ही आयसीटी (तिसऱ्या आणि चौथ्या) द्वारे "परिवर्तन क्षमता संवर्धन / ट्रान्सफर्मेशन क्षमतेमध्ये वाढ" साठी टेरिफ निश्चितीकरिता याचिका दाखल केली आहे.
- जनरेशन स्टेशन / ट्रान्समिशन सिस्टिमचे लाभांणी पुढीलप्रमाणे:
 

|                                                                  |                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| (a) सेंट्रल ट्रान्समिशन युटिलिटी (सीटीयू)                        | (q) टॉरेट पॉवर लिमिटेड                                                          |
| (b) रीन्यू सोलर सल्व्हिसेस प्रायव्हेट लिमिटेड                    | (r) वेस्ट बंगाल स्टेट इलेक्ट्रिसिटी डिस्ट्रिब्यूशन कंपनी लिमिटेड                |
| (c) आरईसी पॉवर डेव्हलपमेंट ऑड कन्सलटन्सी लिमिटेड                 | (s) जीएमआर वरोरा एनर्जी लिमिटेड                                                 |
| (d) वेस्टर्न ट्रान्सको पॉवर लिमिटेड                              | (t) थर्मल पॉवरटेक कॉर्पोरेशन इंडिया लिमिटेड                                     |
| (e) आरईसी पॉवर डेव्हलपमेंट ऑड कन्सलटन्सी लिमिटेड (आरईसीपीडीसीएल) | (u) छत्तीसगड स्टेट पॉवर ट्रेडिंग कंपनी लिमिटेड                                  |
| (f) वेस्टर्न ट्रान्सको पॉवर लिमिटेड                              | (v) डीबी पॉवर लिमिटेड                                                           |
| (g) जेएसडब्ल्यू रीन्यू एनर्जी लिमिटेड                            | (w) इंडियन रेल्वेज                                                              |
| (h) सेरेंटिका रीन्यूएबलस इंडिया 4 प्रायव्हेट लिमिटेड             | (x) ईस्ट सेंट्रल रेल्वे                                                         |
| (i) वेह ग्लोबल इंडिया प्रायव्हेट लिमिटेड                         | (y) वेस्ट सेंट्रल रेल्वे                                                        |
| (j) टॉरेट सोलरजेन लिमिटेड                                        | (z) वेस्टर्न रेल्वे                                                             |
| (k) छत्तीसगड स्टेट पावर डिस्ट्रिब्यूशन कंपनी लिमिटेड             | (aa) अदानी पॉवर (मुंद्रा) लिमिटेड                                               |
| (l) गोवा विद्युत विभाग                                           | (bb) टीआरएन एनर्जी प्रायव्हेट लिमिटेड                                           |
| (m) पॉवर ग्रिड कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड                      | (cc) आर्सेलॉरमितल निर्यात स्टील इंडिया लिमिटेड                                  |
| (n) मध्य प्रदेश पॉवर मॅनेजमेंट क.लि.                             | (dd) सेंट्रल रेल्वे                                                             |
| (o) महाराष्ट्र स्टेट इलेक्ट्रिसिटी डिस्ट्रिब्यूशन कंपनी लिमिटेड  | (ee) दादरा आणि नगर हवेली आणि दमण आणि दीव पॉवर डिस्ट्रिब्यूशन कॉर्पोरेशन लिमिटेड |
| (p) एसीबी (इंडिया) लिमिटेड                                       | (ff) एमपीएसईडो युटिलिटीज लिमिटेड                                                |
|                                                                  | (gg) व्हीईएच आरुष रीन्यूएबलस प्रायव्हेट लिमिटेड                                 |
- उत्पादन स्टेशनची क्षमता / लाईनची लांबी, वितरण व्यवस्थेसाठी बेजची (कक्षांची) संख्या:

| वितरण योजनेची व्याप्ती                                                                                                                                                         | क्षमता / किमी                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| कलाम पीएसकरिता आरई इंटरकनेक्शनसाठी 220 केव्ही बेज सह, 2X500 एमव्हीए, 400/220 केव्ही आयसीटी (तिसऱ्या आणि चौथ्या) द्वारे परिवर्तन क्षमता संवर्धन/ ट्रान्सफर्मेशन क्षमतेमध्ये वाढ | <ul style="list-style-type: none"> <li>कलाम पूर्णिम स्टेशनची 2X500 एमवीएने वाढ: संख्या 2 o 500 एमवीए, 400/220 केव्ही आयसीटी: संख्या 2 o 400 केव्ही आयसीटी बेज: संख्या 2 o 400/220 केव्ही आयसीटीज् 220 केव्ही आयसीटी बेज: संख्या 2</li> <li>आरई इंटरकनेक्शनसाठी 220 केव्ही लाईन बेज: संख्या 2 o 220 केव्ही लाईन बेज: संख्या 2</li> <li>कलाम पीएसमध्ये 1X125 एमवीएआर बस रिअेक्टर (दुसरा) o 125 एमवीएआर 420 केव्ही बस रिअेक्टर-संख्या 1 o बस रिअेक्टर बे: संख्या1</li> </ul> |

## ग्राम पंचायत जामतुकूम येथे वृक्ष दिंडी

**महासागर तालुका प्रतिनिधी पोर्णुर्णा, दि. १५ जुलै** : पंचायत समिती अंतर्गत ग्राम पंचायत जामतुकूम तथा जिल्हा परिषद उच्च प्राथमिक शाळा जामतुकूम यांचा वतीने दि. ०५/०७/२०२५ रोज शनिवारला झाडे लावा झाडे जगावा हा संदेश देत मोठ्या उत्साहात गावातून वृक्ष दिंडी काढण्यात आली.

महाराष्ट्रात आषाढी एकादशीनज्ञ निमित्त पंढरपूर येथील विठ्ठल आणि रघुमाई यांच्या



दर्शनासाठी वारकरी जात असतात तोच आधार घेत चक्क विद्यार्थ्यांनी

## नवेगाव मोरे जि.प. हायस्कूलची शालेय मंत्री मंडळाची निवड

**महासागर तालुका प्रतिनिधी पोर्णुर्णा, दि. १५ जुलै** : तालुक्यातील जिल्हा परिषद हायस्कूल नवेगाव मोरे येथे लोकशाही पद्धतीने मोबाईल ई वि एम (न्स) च्या साहाय्याने शालेय मंत्रिमंडळाची निवडणूक दि. १२/०७/२०२५ रोज शनिवारला जिल्हा परिषद हायस्कूल नवेगाव मोरे येथे नव्याने शालेय मंत्रिमंडळाची निवडणूक यशस्वी रित्या लोकशाही पद्धतीने पार पाडण्यात आली.

या निवडणुकीत शालेय



मंत्रीमंडळाच्या ११ जागे करिता एकूण १९ उमेदवारांनी आपला उमेदवारी अर्ज दाखल केले. त्या पैकी ११ उमेदवार मंत्री पदासाठी निवडून देण्यात आले.

ताशकंद भडके विराजमान झाले ,सांस्कृतिक मंत्री सोनिया नथू मोरे,शिक्षणमंत्री प्रियांशी पौरकर,सहलमंत्री वंशिका वैभव कस्तुरे,पर्यावरण मंत्री चांदणी महशाखेरी,स्वच्छता मंत्री पूजा झाडे, आरोग्य मंत्री नैतिक प्रशांत धोटे,पाणीपुरवठा मंत्री केतनमन वांडरे,क्रीडामंत्री ओमकार पौरकर, वाचनालय आयुध मेश्राम यांची निवड करण्यात आली व निवडून आलेल्या सर्व शालेय मंत्रीमंडळास नवीन वाटचालीसाठी शुभेच्छा देण्यात आले.

## घोडाझरी नहर बांधकाम दुरावस्थेमुळे पर्यटन स्थळी जाण्यास रस्ता नादुरुस्त वाहने चिखलात फसण्याची शक्यता

**महासागर प्रतिनिधी नागभीड, दि. १५ जुलै** : नागभीड तालुक्यातील घोडाझरी येथील तलाव नहराचे काम पूर्ण करण्यात आले मात्र जाण्याकरिता रस्ता तयार करण्यात न आल्याने पर्यटन स्थळी जाण्यास अडचण निर्माण होत असून जाण्याकरिता अनेक झाडे, फांदा रस्त्यावर येत आहे यामुळे वन्य असल्याचे चित्र दिसून येत आहे तरी पर्यटकांनी प्राणी रस्त्यावर येऊन केव्हा धडकेल हे सांगता येत



नाही यामुळे पाटबंधारे विभागाने दखल घ्यावी तसेच पर्यटन स्थळी जाणाऱ्यांनी जंगलात किंवा तलावातील पाण्यात उतरू नये अशी फरलेक लावण्यात आली असली तरी पर्यटकांनी स्वतःची काळजी घ्यावी. अन्यथा काही अनुचित प्रकार घडू नये यासाठी तालुका प्रशासन सजज यासाठी तालुका प्रशासन सजज

## मॉर्निंग ग्रुपच्या वतीने माजी आमदार सुदर्शन निमकर यांचा सत्कार



**महासागर तालुका प्रतिनिधी राजुरा, दि. १५ जुलै** : नुकतेच चंद्रपूर जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँकची निवडणूक संपन्न झाली यामध्ये राजुरा तालुका अ गटातून माजी आमदार सुदर्शन निमकर आणि नागेश्वर ठेंगणे यांच्यात काट्याची लढत झाली. या लढतीत दोन्ही उमेदवारांना समान मते प्राप्त झाल्याने ईश्वर चिट्टीने झाली यामध्ये राजुरा तालुका अ गटातून माजी आमदार सुदर्शन निमकर यांचा मॉर्निंग ग्रुपच्या वतीने शाल श्रीफळ देऊन सत्कार करण्यात आले. या प्रसंगी मॉर्निंग ग्रुपचे सर्व पदाधिकारी आणि सदस्यगण यांची उपस्थिती होती.

राजुरा शहरातील मॉर्निंग ग्रुप हा नावाजलेला ग्रुप आहे या ग्रुप मध्ये शहरातील सर्व पक्षातील नेते, प्रतिष्ठित नागरिक, व्यापारी वर्ग आणि जेष्ठ नागरिकांचा हा ग्रुप आहे. हा ग्रुप सामाजिक कार्यात नेहमी अग्रेसर असतो. नेहमी हा ग्रुप राजुरा शहरातील जोगापूर जंगल कडे व्यायाम करून हरीश टी स्टॉल येथे सर्वत्र एकत्र गोळा होऊन शहरातील विविध विषयावर चर्चा करीत असतात.

### कोर्ट विद्यमान तहसिलदार, चिमूर यांचे कार्यालय

रा.मा.क्र. कुळ वहिवाट/२०२२-२३

मौजा - पिंपळगांव

### जाहिरनामा

मौजा पिंपळगांव येथील भुक्र २५१ आराजी ३.७७ हे. आर. या शेतजमीनीचे तलाठी ७/१२ वर असलेले 'पांडू कडू' या नावाचे कुळ खारीज करून मिळण्याबाबत श्रीमती इंदिराबाई शंकर श्रीरामे रा. पिंपळगांव यांनी अर्ज सादर केल्यावरून प्रकरण सुरू करण्यात आले.

याद्वारे जाहिर करण्यात येते की, उक्त जमीनीत ज्यांचे हितसंबंध असतील किंवा ज्यांना अशी परवानगी मंजूर करण्याविरुद्ध कोणतेही आक्षेप सादर करावयाचे असतील तर त्यांनी दि. १५.०६.२०२३ पर्यंत अशा सर्वांना याद्वारे कळविण्यात येते की, एक तर त्यांनी स्वतः जातीने किंवा वि धी व्यवसायी किंवा अभिकर्ता यांचे मार्फत उक्त तारखेस माझे समोर उपस्थित राहावे आणि कोणतेही आक्षेप असल्यास ते त्यांनी माई विचारासाठी निवेदन लिखित स्वरूपात सादर करावेत. माझे सही शिक्यानिशी देण्यात आली.

स्थळ :- चिमूर

दिनांक: ३१.०५.२०२३

स्वा/-

तहसिलदार, चिमूर

| मागील वर्षाचे टेरिफ | वर्षावार टेरिफ निश्चितीची मागणी                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                  |                  |                  |           |            |                |                  |                  |                  |                  |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|------------------|-----------|------------|----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| लागू नाही           | <table border="1"> <thead> <tr> <th>पहिले वर्ष</th> <th>दुसरे वर्ष</th> <th>तिसरे वर्ष</th> <th>चौथे वर्ष</th> <th>पाचवे वर्ष</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>रु. 862.31 लाख</td> <td>रु. 4,014.89 लाख</td> <td>रु. 4,211.87 लाख</td> <td>रु. 4,138.03 लाख</td> <td>रु. 4,067.57 लाख</td> </tr> </tbody> </table> | पहिले वर्ष       | दुसरे वर्ष       | तिसरे वर्ष       | चौथे वर्ष | पाचवे वर्ष | रु. 862.31 लाख | रु. 4,014.89 लाख | रु. 4,211.87 लाख | रु. 4,138.03 लाख | रु. 4,067.57 लाख |
| पहिले वर्ष          | दुसरे वर्ष                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | तिसरे वर्ष       | चौथे वर्ष        | पाचवे वर्ष       |           |            |                |                  |                  |                  |                  |
| रु. 862.31 लाख      | रु. 4,014.89 लाख                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | रु. 4,211.87 लाख | रु. 4,138.03 लाख | रु. 4,067.57 लाख |           |            |                |                  |                  |                  |                  |

9. टेरिफ निश्चित करण्यासाठी दाखल केलेल्या याचिकेची प्रत वेबसाईटवर पोस्ट केलेली आहे आणि पुढील लिंकवर पाहता येईल: <https://www.indiagrid.co.in/documents-manager/>.

10. याचिकेमध्ये उल्लेख केलेल्या टेरिफ निश्चिती प्रस्तावावर असल्यास, सूचना किंवा हरकती, लाभांणीसह अन्य कोणत्याही व्यक्तीद्वारे याचिकाकर्त्याला एक प्रत पाठवून, आयोगाच्या ई-फायलिंग पोर्टलच्या माध्यमातून दाखल केल्या जाऊ शकतील.

स्थळ: मुंबई  
दिनांक: 16 जुलै, 2025

स्वाक्षरी /-  
(कंपनी सेक्रेटरी)









## लाभ रोझमेरीच्या तेलाचे

**रो**झमेरीचे तेल खूप उपयुक्त असतं. केस, त्वचेच्या आरोग्यासोबतच आपल्या सर्वांगीण आरोग्यासाठीही हे तेल उपयुक्त ठरू शकतं. या तेलाच्या उपयोगाविषयी...

\* केसांच्या समस्या दूर करण्यासोबतच त्यांच्या वाढीसाठी ५० मिलीलीटर ऑयल ऑफ रोजमेरी किंवा ऑलिव्ह ऑयलमध्ये रोझमेरी तेलाचे ३० थेंब टाका. हे मिश्रण केस आणि स्काल्पला लावा. हे तेल रात्री लावल्यामुळे बरेच लाभ होऊ शकतील. या तेलामुळे कोंडा तसंच केसांच्या इतर समस्या दूर होऊ शकतील.

\* पोटाच्या तक्रारी दूर करण्यासाठी ५० मिलीलीटर तिळाच्या तेलात रोझमेरी तेलाचे ३० थेंब टाका. झटपट आरामासाठी या मिश्रणाने पोटाच्या



### आयुर्वेद आणि विकार

खालच्या भागावर मसाज करा.

\* सर्दी-खोकल्यापासून आराम मिळवण्यासाठीही हे तेल उपयुक्त ठरतं. एका भांड्यात थोडं पाणी गरम करून घ्या. त्यात रोझमेरी तेलाचे चार ते पाच थेंब टाका. आता डोक्यावरून टोंवेल घेऊन या पाण्याची वाफ घ्या. तुम्हाला बरं वाटे.

\* डोकेदुखी, पाठदुखी, स्नायूंचं दुखणं, शारीरिक दुखणं तसंच मासिक पाळीच्या वेदना कमी करण्यासाठी ५० मिलीलीटर तिळाच्या तेलात रोझमेरी तेलाचे २५ थेंब टाका आणि या मिश्रणाने वेदना होणाऱ्या भागाला मसाज करा. तुम्हाला आराम मिळेल.

रोझमेरी किंवा इतर तेलांचा वापर करण्यासाठी डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. कोणतही सुगंधी तेल गुणकारी तेल नसतं हे लक्षात ठेवा.

**हा** यटल हर्नियामध्ये पोटाचा काही भाग अन्नलिकेच्या समोरील बाजूला छातीतमध्ये ढकलला जातो. यात पोटाचा भाग छातीच्या पिंजऱ्यातून डायाफ्रामच्या माध्यमातून निघतो. वाढत्या वयानुसार हायटल हर्निया होण्याची शक्यता वाढते. ५० वर्षांपेक्षा जास्त वयाच्या ५५ ते ६० टक्के व्यक्ती हायटल हर्नियाने ग्रस्त असल्याचे दिसून येते. यापैकी नऊ ते दहा टक्के व्यक्तींमध्ये याची लक्षणे आढळून येतात.

हायटल हर्निया जन्मापासून असतो किंवा वाढत्या वयात उद्भवू शकतो. पोटात दाब निर्माण झाल्यामुळेही या प्रकारचा हर्निया होऊ शकतो. लडपणा, गर्भधारणा, दीर्घकालीन बदकोष्टता, सीओपीडी, आघात, शस्त्रक्रिया आणि अनुवंशिकता यासारखे इतर घटकदेखील त्यासाठी कारणीभूत ठरतात. याचे मुख्य कारण म्हणजे स्नायू कमकुवत होणे.

### कशामुळे होतो हायटल हर्निया ?

हायटल हर्नियामध्ये पोटाचा वरचा भाग 'डायाफ्रामॅटिक ओपनिंग'मधून छातीत ढकलतो. त्यामुळे अन्नलिकेच्या खालच्या टोकावरील स्नायूच्या झडपेला धोका निर्माण होतो. झडप सैल आणि शिथिल झाल्यामुळे पोटातील घटक आणि आम्ल अन्नलिकेत जाऊ शकते. त्यामुळे 'गॅस्ट्रोएसोफेजियल रिफ्लक्स' हा रोग होतो. हायटल हर्नियाच्या सुरुवातीच्या टप्प्यात बहुतेकदा त्याची लक्षणे आढळून येत नाहीत आणि सामान्यतः औषधांनी त्यावर उपचार केले जातात. पुढच्या टप्प्यात मात्र त्यावर लॅपरोस्कोपिक फंडोप्लिकेशनच्या स्वरूपात शस्त्रक्रिया करावी लागते.

### लक्षणे कोणती ?

## धोका हायटल हर्नियाचा

हायटल हर्नियाच्याची सुरुवातीला कोणतीही लक्षणे दिसून येत नाहीत. मात्र विकार वाढल्यावर खालील लक्षणे आढळतात. \* ढेकर येणे, उलट्या होणे \* छातीत जळजळ आणि अॅसिड रिफ्लक्स \* पोट किंवा छातीत दुखणे \* गिळण्यास त्रास होणे \* खूप पोट भरल्यासारखे वाटणे, विशेषतः जेवणानंतर \* काळ्या रंगाचा मल येणे किंवा रक्ताच्या उलट्या होणे, हे कधीकधी गॅस्ट्रोइंटेस्टाइनल ट्रॅक्टचे लक्षण असते. \* जुनाट खोकला आणि दम्यासारखी लक्षणे. \* आवाजात बदल होणे

### उपचार काय ?

जीवनशैलीत बदल हा उपचारांचा पहिला टप्पा आहे. बहुतेक हायटल हर्नियाची लक्षणे ही अॅसिड रिफ्लक्समुळे उद्भवत असल्याने, आहारातील बदल या समस्यांवर लक्षणीयरीत्या मदत करू शकतात. एकाच वेळी पोटभर न जेवता उराविक अंतराने थोडे थोडे खाणे योग्य राहील. झोपण्यापूर्वी भरपेट आहार किंवा नाश्ता करणे टाळा. धूम्रपानाची सवय सोडणे हादेखील एक प्रभावी मार्ग आहे. छातीतील जळजळ टाळण्यासाठी जेवणानंतर लगेच झोपणे



किंवा वाकणे टाळा. हायटल हर्नियाच्या उपचारांमध्ये औषधे महत्वाची भूमिका बजावतात. विशेषतः अॅसिड रिफ्लक्सशी संबंधित लक्षणे आढळल्यास याची मदत होते. अॅंटासिड्स सामान्यतः पोटातील अॅसिड निष्क्रिय करण्यासाठी वापरले जातात, तर एच२-रिसेप्टर ब्लॉकर्स हे अॅसिड उत्पादन कमी करण्यास मदत करतात. प्रोटॉन पंप इनहिबिटर (पीपीआय) हा आणखी एक प्रभावी पर्याय आहे, कारण ते अॅसिड उत्पादन पूर्णपणे रोखतात. त्यामुळे अन्नलिकेचे कार्य सुरळीत राखता येते.

### शस्त्रक्रियेचा सल्ला कधी दिला जातो ?

रुग्णाला औषधे घेऊनही आराम मिळत नाही किंवा अन्नलिकेतील अल्सर, श्वासलिकेतील रिफ्लक्स, बॅरेट्स एसोफेगस आदींमध्ये गुंतागुंत निर्माण होते तेव्हा शस्त्रक्रियेची आवश्यकता भासते. अशा प्रकरणांमध्ये लॅपरोस्कोपिक फंडोप्लिकेशन ही शस्त्रक्रिया केली जाते. ती त्यातल्या त्यात सर्वात सौम्य शस्त्रिक्रिया मानला जाते. या शस्त्रक्रियेमुळे लक्षणे कमी होतात आणि भविष्यातील गुंतागुंतीदेखील टाळता येतात. फंडोप्लिकेशनमध्ये छातीतून हर्निएटेड घटक पोटात परत आणणे, सैल झालेली झडप घडू करणे आणि पोटाचे आवरण तयार करणे यांचा समावेश होतो. या प्रक्रियेत रुग्णांना कमी वेदना होतात. रुग्ण लवकर बरा होतो आणि शस्त्रक्रियेनंतर २४ ते ४८ तासांत त्यांना घरी सोडले जाते.

### व्याधी विकार डॉ. दिलीप शिरसाट

## सततच्या सर्दीकडे दुर्लक्ष नको

**द**र महिन्याला सर्दी, खोकला आणि फ्लू होत असेल तर त्याकडे दुर्लक्ष करू नका. दस्वेळी नाकातून पाणी येणे, घसा खवखवणे आणि शिंका येणे हा केवळ हवामानाचा परिणाम असेल असे नाही. वारंवार येणारी सर्दी हे एखाद्या गंभीर आजाराचे लक्षणदेखील असू शकते.

हवामान बदलल्यावर सर्दी होणे सामान्य आहे. परंतु दर काही आठवड्यांनी नाकातून पाणी येऊ लागले, घसा दुखू लागला किंवा शिंका येणे थांबले नाही तर प्रकरण गंभीर असू शकते. याचं सर्वात सामान्य कारण म्हणजे कमकुवत रोगप्रतिकारक शक्ती. शरीराची रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत झाली तर



### आरोग्य विशेष डॉ. कुंदन गायकवाड

ती विषाणू आणि जीवाणूंची लढण्यास असमर्थ असते. त्यामुळे वारंवार सर्दी होऊ शकते. खाण्याच्या वाईट सवयी, झोपेचा अभाव, ताणतणाव आणि व्यायामाचा अभाव ही याची मुख्य कारणे आहेत. बऱ्याच लोकांना धूळ, धूर, परागकण, पाळीव प्राण्यांचे केस किंवा कोणत्याही अन्नपदार्थाची अॅलर्जी असते. अॅलर्जीमुळे वारंवार सर्दीसारखी लक्षणे देखील उद्भवतात.

थंडीसोबत डोकेदुखी, जडपणा आणि चेहऱ्यावर दाब जाणवत असेल तर ते सायनस इन्फेक्शन असू शकते. त्यात नाकाच्या हाडांभोवती असलेली सायनस पोकळी सुजते. थंडीमध्ये वारंवार श्वास घेण्यास त्रास होत असेल तर ते दम्याचे लक्षण असू शकते. बेचदा लोक ती किरकोळ सर्दी आहे, असे समजून त्याकडे दुर्लक्ष करतात; परंतु उपचार न केल्यास परिस्थिती आणखी बिकट होऊ शकते. सर्दी झाल्यावर प्रत्येक वेळी अँटीबायोटिक्स घेण्याच्या सवयीमुळे रोगप्रतिकारक शक्तीदेखील कमकुवत होऊ शकते.

यामुळे आजार सहजपणे पकडू लागतात.

**पु**रुषांच्या तुलनेत महिलांमध्ये हिप फ्रॅक्चरचे प्रमाण अधिक आहे. हा वाढलेला धोका मुख्यत्वे हार्मोन्समधील बदलांमुळे होतो. महिलांमध्ये हाडांची घनता कमी झाल्यामुळे हा धोका पहायला मिळतो. रजोनिवृत्तीनंतर इस्ट्रोजेन पातळीमध्ये अचानक घट झाल्यामुळे हाडांचे नुकसान होते, हाडांची रचना कमकुवत होते आणि हाडे तुटण्याची शक्यता वाढते, म्हणूनच, ५० वर्षांपेक्षा जास्त वयाच्या महिलांनी हाडांचे आरोग्य चांगले राखण्यासाठी योग्य खबरदारी घेणे आवश्यक आहे.

हिप फ्रॅक्चर हे बहुतेकदा हाडांमधील कमकुवतपणा, पडल्यामुळे किंवा किरकोळ दुखापतीमुळे होते. हिप फ्रॅक्चर झालेल्या व्यक्तीला दैनंदिन कामांसाठी इतरांवर अवलंबून रहावे लागते. लक्षणांमध्ये मांडीला अचानक वेदना होणे, पायावरील भार सहन न होणे, स्नायुंमधील ताटस्ता, जखम होणे आणि हाडांची घनता कमी होणे यांचा समावेश आहे. रजोनिवृत्तीनंतर महिलांमध्ये हे फ्रॅक्चर हे सामान्यतः इस्ट्रोजेनच्या कमतरतेमुळे होऊ शकते. इस्ट्रोजेनची पातळी कमी झाल्यामुळे हाडे कमकुवत होतात. महिलांमध्ये नैसर्गिकरित्या पुरुषांपेक्षा हाडांची घनता कमी असते. त्यामुळे त्यांची हाडे अधिक नाजूक होतात आणि वयानुसार फ्रॅक्चर होण्याची शक्यता वाढते.

**शस्त्रक्रियेचा पर्याय किती गरजेचा ?** सुमारे वीस टक्के महिलांना रजोनिवृत्तीनंतर हिप फ्रॅक्चरचा धोका असतो. गेल्या दोन महिन्यांत, ५५ वर्षांपेक्षा जास्त वयाच्या २ ते ३ महिलांनी हिप रिप्लेसमेंट शस्त्रक्रिया केली आहे. उपचारांमध्ये शस्त्रक्रिया, त्यानंतर पुनर्वसन,

ब्रेड मुले तुमची कर्बोदक खाण्याची इच्छा कमी होऊ शकते. \* फायबरयुक्त गव्हाचा ब्रेडही मधुमेहीसाठी चांगला पर्याय आहे. पण तुम्ही दर्जेदार गव्हाचा ब्रेड घ्या. या ब्रेडमुळे पोट बराच काळ भरलेलं रहातं. यामुळे वजन कमी करण्याची प्रक्रियाही सुलभ होते.

\* मधुमेहीसाठी मल्टीग्रेन ब्रेडचा पर्यायही उपलब्ध आहे. मल्टीग्रेन ब्रेडमधल्या फायबरमुळे पोट बराच काळ भरलेलं रहातं. चांगल्या कंपनीचा मल्टीग्रेन ब्रेड खतातलं सारखेचं प्रमाण नियंत्रणात ठेऊ शकतो. \* ग्लुटन फ्री ब्रेड आंधळेपणाने विकत घेऊ नका. कारण ग्लुटन फ्री ब्रेडमध्ये कर्बोदकांचं प्रमाण बरंच अधिक असू शकतं. ग्लुटनची अॅलर्जी असेल तरच ग्लुटन फ्री ब्रेड खरेदी करा.

## मधुमेहीसाठी ब्रेडचे पर्याय

**म**धुमेहींच्या खाण्यापिण्यावर बरीच बंधन येतात. कर्बोदकांचं अधिक प्रमाण असणारे, अधिक कॅलरीचे गोड पदार्थ त्यांना खाता येत नाहीत. अधिक कर्बोदक असणाऱ्या पदार्थांमध्ये ब्रेडचाही समावेश होतो. मधुमेहींसाठी ब्रेड खायाला मनाई केली जाते.

मात्र ब्रेड खाण्याची वेळ आलीच किंवा एखाद्या वेळी ब्रेड खावासा वाटला तर कोणत्या ब्रेडची निवड करावी, याविषयी...

\* ब्रेड घेण्याआधी त्यातल्या पोषणमूल्यांबाबत जाणून घेणं गरजेचं आहे. त्यामुळे पाकिटातल्या पोषणमूल्यांची माहिती वाचून माग ब्रेड खरेदी करा.

\* अमेरिकन डायबेटिक असोसिएशनच्या म्हणण्यानुसार मधुमेहींनी पूर्ण धान्याचा किंवा गव्हाचा ब्रेड खावा. मैद्याचा पांढरा ब्रेड शक्यतो टाळावा.

\* ओट्स, जवस आणि गव्हाचा पीटा ब्रेड मिळतो. या ब्रेडमध्ये फायबरचं प्रमाण बरंच जास्त असतं. यात कर्बोदकही कमी प्रमाणात असतात. या ब्रेडची चवही चांगली असते. या



### काय खावं ?

**स**ध्या बाजारात वेगवेगळ्या प्रकारचे हेडफोन, ईयरफोन पहायला मिळतात. तरुण मंडळी कानात ईयरफोन घालून गाणी ऐकत सतत कानात हेडफोन घालून ठेवल्यामुळे बहिरेपणा येऊ शकतो. बरेच तज्ज्ञ डॉक्टर याबाबत इशारा देतात. कानात ईयरफोन घालून बराच काळ मोठ्या आवाजात गाणी ऐकल्यामुळे श्रवणदोष निर्माण होऊ शकतात. खरं तर ईयरफोन्सपेक्षाही मोठ्या आवाजामुळे कानाला त्रास होतो. ईयरफोन्स घातल्यानंतर आवाज थेट कानांमध्ये जातो. मोठ्या आवाजामुळे कानांचे पडदे फाटू शकतात.

तुम्ही ईयरफोनद्वारे किती वेळ, किती काल आणि किती मोठ्या आवाजात ऐकता यावर कानांचं आरोग्य अवलंबून असतं. ईयरफोनच्या वापरामुळे श्रवणशक्तीवर

### कुठे चुकतो आपण ?

घंटा वाजल्यासारखा आवाज येतो. या विकारावर वेळीच उपचार न केल्यास त्रास अधिक वाढत जातो.



### कुठे चुकतो आपण ?

घंटा वाजल्यासारखा आवाज येतो. या विकारावर वेळीच उपचार न केल्यास त्रास अधिक वाढत जातो.

## हिप फ्रॅक्चर महिलांमध्ये अधिक



फिजिओथेरपीचा समावेश आहे. सध्या संपूर्ण हिप रिप्लेसमेंटसाठी सुपरपॅथ हे प्रगत तंत्रज्ञान वापरले जाते. ही एक लहान छिद्र पाहून केली जाणारी प्रक्रिया असून यामध्ये स्नायू आणि ऊर्तींचे नुकसान कमी होते. त्यामुळे जलद रिकव्हरी, कमीत कमी वेदना आणि

### जाणून घ्या डॉ. मेघा दळे

रुग्णालयात राहण्याचा कालावधी कमी होतो. या पद्धतीमुळे शस्त्रक्रियेनंतर हिप डिस्लोकेशन आणि संसर्ग होण्याची शक्यता कमी होते. स्नायू आणि

स्नायुबंध (लिगामेंट्स) यांना इजा न झाल्याने हे तंत्र अधिक नैसर्गिकरित्या सांध्यांची हालचाल करण्यास मदत करते. त्यामुळे दीर्घकालीन परिणाम सुधारतात. शस्त्रक्रियेनंतर रुग्ण स्वतंत्रपणे चालणे आणि मांडी घालून बसणे यासारख्या सामान्य क्रियादेखील करू शकतात.

**प्रतिबंधक उपाय** प्रतिबंध हा सर्वोत्तम मार्ग असून आहारात कॅल्शियम आणि व्हिटॅमिन डीचा समावेश करणे, नियमित व्यायाम करणे, धूम्रपान आणि मद्यपानाचे व्यसन टाळणे आणि वयानुसार हाडांची घनता तपासून घेणे गरजेचे आहे. रजोनिवृत्तीनंतर महिलांनी डॉक्टरांच्या सल्ल्याने हाडांना बळकटी देणारी औषधे घ्यायला हवीत.

## उदबत्तीचा धूर सिगारेटपेक्षाही घातक

**रो**ज सकाळी आणि संध्याकाळी देवाजवळ दिवा लावला जातो. धूप, उदबत्ती लावली जाते. पण यामुळे नकळत आरोग्याला मोठे नुकसान होत आहे. अगरबत्ती लावल्यानंतर म्हणजे जाळल्यानंतर त्यातून निघणारा धूर



### चर्चेत डॉ. अजिंक्य बोन्हाडे

आरोग्यासाठी घातक ठरू शकतो. उदबत्ती आणि धूपत वापरल्या जाणाऱ्या 'पॉलीएरोमॅटिक हायड्रोकार्बन्स' (पीएच) चा फुफ्फुसांवर खूप वाईट परिणाम होतो.

उदबत्तीतून निघणाऱ्या धुराचा शरीराच्या पेशींवर वाईट परिणाम होतो आणि तो सिगारेटच्या धुरापेक्षा जास्त विषारी असतो. उदबत्तीच्या धुरात असलेले रसायन फुफ्फुसांच्या पडद्यांमध्ये संसर्ग निर्माण करू शकतात. त्याच्या धुराच्या सतत संपर्कात राहिल्याने

फुफ्फुसांच्या पेशींमध्ये अॅलर्जी होऊ शकते. **त्वचेची अॅलर्जी** धूप आणि उदबत्तीचा वापर जास्त काळ केल्याने डोळे आणि त्वचेची संवेदनशीलता अॅलर्जी होऊ शकते. या गोष्टी जाळल्याने निघणाऱ्या धुरामुळे डोळ्यांची जळजळ होते, तर संवेदनशील त्वचा असलेल्या लोकांना या धुराच्या संपर्कात येताच त्वचेला खज येऊ शकते.

**मेंदूवर वाईट परिणाम** सुगंधित उदबत्ती आणि धुपामधून निघणाऱ्या रासायनिक धुराचा व्यक्तीच्या मानसिक आरोग्यावर वाईट परिणाम होऊ शकतो. या गोष्टींचा दीर्घकाळ वापर केल्याने डोकेदुखी, एकाग्रतेचा अभाव, स्मृतिश्रंश आणि अल्झायमर सारख्या आजारांचा धोकादेखील वाढू शकतो.

### नवसंशोधन

#### लाळेची कफायतशीर चाचणी

कर्करोगाच्या निदानाची प्रक्रिया खूप गुंतागुंतीची आणि खर्चिक असते. पण शास्त्रज्ञांच्या प्रयत्नांमुळे कर्करोगाचं निदान कफायतशीर अशा लाळेच्या चाचणीने होऊ शकतं. या अत्यंत कफायतशीर अशा लाळेच्या चाचणीमुळे हुमुन पॅपिलोमा १६ विषाणूचं निदान करता येतं. हा विषाणू घसा, तोंडाच्या कर्करोगाला कारणीभूत ठरू शकतो. या चाचणीमुळे तोंडाच्या तसंच घशाच्या कॅन्सरचं वेळेत निदान होऊ शकतं. अमेरिकेतल्या ड्यूक विद्यापीठातल्या शास्त्रज्ञांनी याबाबत संशोधन केलं आहे. हे तंत्रज्ञान इतर काही विकारांच्या निदानासाठी उपयुक्त ठरू शकतं, असाही शास्त्रज्ञांचं म्हणणं आहे.



### दंतारोग्य

#### ओल्याने दूर करा तोंडाच्या समस्या

हिरड्या सुजणं, तोंडाची दुर्गंधी या मौखिक आरोग्याशी संबंधित सर्वसाधारण समस्या आहेत. तोंड स्वच्छ ठेवलं नाही तर दातांमध्ये साठलेलं अन्न कुजून दुर्गंध येऊ लागतो. ही समस्या दूर करण्यासाठी बरेच उपाय केले जातात. ओव्याच्या पाण्याने तोंडाची दुर्गंधी दूर होऊ शकते. यासाठी थोड्या पाण्यात ओवा घालून उकळून घ्या. या पाण्याने चूळ भरल्यामुळे तोंडाच्या दुर्गंधीची समस्या कमी होऊ शकते. हिरड्यांमधून रक्त येत असेल तर ओव्याच्या तेलाचे काही थेंब गरम पाण्यात घालून या पाण्याने चूळ भरल्यामुळे हिरड्यांमधलं रक्त थांबू शकतं.



### जपणूक त्वचेची

#### त्वचेवर दिसतात परिणाम

शरीरात एखाद्या पोषक घटकाची कमतरता असल्यास त्याची लक्षणे दिसू लागतात. त्वचा पांढरी पडणं, त्वचेवर चट्टे पडणं, पिंपल्स येणं ही एखाद्या पोषक घटकाच्या कमतरतेची लक्षणे असू शकतात. त्वचा निस्तेज, पांढरट दिसणं हे बी १२ या जीवनसत्त्वाच्या कमतरतेचं लक्षण असू शकतं. त्वचेवर पुरळ किंवा पिंपल्स येत असतील तर हे 'अ' आणि 'ई' या जीवनसत्त्वांच्या कमतरतेचं लक्षण ठरू शकतं. त्यामुळे त्वचेच्या समस्या असतील तर या जीवनसत्त्वांच्या कमतरतेची तपासणी नक्की करून घ्या.



### आजीबाईचा बटवा

#### नैराश्यावर प्रभावी उपाय

सध्या अनेकांना नैराश्याने ग्रासल्याचं पहायला मिळतं. नैराश्याच्या या समस्यांवर बरेच उपचार करावे लागतात. पण काही घरगुती उपायांनी तुम्हाला बरं वाटू शकतं. हळद तसंच लिंबाच्या मिश्रणामुळे नैराश्य तसंच इतर मानसिक आजारांमध्ये बरं वाटू शकतं. यासाठी एका भांड्यात चार कप पाणी घ्या. त्यात एका लिंबाचा रस घाला. यात दोन चमचे हळद आणि चार चमचे मध घाला. हे सर्व घटक नीट मिसळून घ्या. दिवसातून दोन वेळा हे पाणी प्या. यामुळे लाभ होतील. हळदीतल्या पोषक घटकांमुळे नैराश्याची तीव्रता कमी होऊ शकते.



