

अग्राग्रलेख

खरीखरी..

सत्यवादी सत्यपाल

आज सत्यपाल मलिक नावाच्या एका सत्यवादीचा अंत झाला. व्यवस्थेविरुद्ध लढणे किती जिकिरीचे आणि कठीण असते हे तुम्हा-आम्हा सर्वांना माहीतच आहे. विशेष म्हणजे सत्यपाल मलिक अनेक दिवस प्रवाहात होते. मोदीजींनी त्यांना जम्मू काश्मीरचे राज्यपालपद बहाल केलेले होते. अत्यंत कठीण काळात जम्मू-काश्मीरचे राज्यपाल म्हणून त्यांनी मोलाची कामगिरी बजावली याबाबत कोणाच्याही मनात दुमत असणार नाही. हा माणूस प्रवाहपतीत होत नाही हे दिसून आल्यावर नाना कारणांमुळे त्यांच्यावर आरोप होत होते, पण अनेक संकटे येऊनही सत्यपाल मलिक यांनी सत्य सांगण्याचा प्रयत्न कधीच बंद केला नाही. त्यांच्यावर कोटयवधी रुपयांच्या लाचखोरीचे आरोप करण्यात आले होते. विशेष म्हणजे शंभरपैकी एखाद्या प्रकरणातच काहीतरी यश मिळवणारी इडी त्यांच्या पाठीमागे लावण्यात आली होती, पण या माणसाने शेवटपर्यंत हार मानली नाही. रोखठोक बोलणे हा त्यांचा स्वभाव होता, विशेष म्हणजे तो कोणत्याही व्यवस्थेला हे आवडत नाही आणि पचतही नाही. नुकताच उपराष्ट्रपतीपदाचा राजीनामा दिलेले जगदीश धनखड आता सत्यपाल मलिक यांच्यासारखेच वागतील काय, असे म्हटले जात होते. यावरूनच सत्यपाल मलिक हा सत्यतेचा बॅंड झाला आहे असे सहज दिसून येते. जो झुकता हे वी जात नाही, असे जात समाजाबद्दल म्हटले जाते. उपराष्ट्रपती पदावरून पायउतार झाल्यानंतर धनखड यांनी कोणतेही भाष्य अद्याप तरी केले नाही. तरीही ते पुढे मागे आपल्या डोक्यासमोर सत्यपाल मलिक यांचा आदर्श ठेवतील असे बोलले जात आहे. सत्यपाल मलिक यांच्या प्रकृतीत गेल्या अनेक दिवसांपासून खूपच चढउतार होत होते. चौधरी चरण सिंग यांचे विचार जाणून त्यांचे अनुकरण करणारे चरण सिंग यांचे ते पक्के चले असलेल्या मलिक यांनी त्यानंतर इतरही काही पक्षात चॅम्पूप्रवेश केला होता. त्यामुळेच त्यांचा प्रभाव पाहता त्यांना शेट राज्यपाल पदावर बसवले गेले. समाजवादी विचार असलेला माणूस सदैव व्यवस्थेच्या विरुद्ध असतो हे आपण अनेकदा बघितलेले आहे. एवढ्या उच्च पदावर आरुढ होऊनही त्यांना निवृत्तीनंतर ज्या प्रकारच्या सोयी सवलती मिळायला हव्या होत्या त्या कधीच मिळाल्या नाहीत. अगदी साध्या दोन खोलीच्या घरात ते राहत होते, त्यांच्यावर कितीही आरोप झाले तरी हा माणूस भ्रष्टाचारी नाही हे या सगळ्या गोष्टीवरून आपोआपच दिसून येत होते. याचा परिणाम असा की त्यांच्यावर कितीही हेत्वारोप गेले तरी सत्यपाल मलिक जे बोलतील ते खरेच असते असाच त्यांचा लौकिक होता. या लौकिकाला जागूनच प्रकृती बरी नसतानाही ते जनतेची लढाई लढत होते. त्यासोबतच त्यांच्या खुलेआम बोलण्याचे कारण म्हणजे, ज्याला कर नाही त्याला डर कशाला हे होते. आजकाल कणाहीन माणसांचा जमाना आहे, त्यात मलिक यांच्यासारखे कण असलेले योग्ये सुद्धा आहेत. ते लोकशाही जपण्याचे काम अत्यंत वेगळ्या पद्धतीने करीत आहेत, हे दिसून आल्यावर आपोआपच त्यांच्याबद्दल आपुलकी निर्माण होत होती. आताच्या जमान्यामध्ये हाताच्या बोटार परीजण्या इतकी प्रामाणिक माणसे दिसतात. बाकी सारे काही कणाहीन आहे हेच तर खरे या कालखंडातील वैषम्य आहे. आज सत्यपाल मलिक यांचा नश्वर आत्मा ईश्लोकांतून परलोकात गेला. त्यांनी आपल्या जीवनात जे जे पटले त्याचा स्वीकार केला, जे जे पटले नाही त्याचा तिरस्कार केला आणि शक्य तितक्या ठिकाणी न पटणाऱ्या गोष्टींचा मनापासून शिक्कार केला. अशी वाटचाल करीत त्यांनी आपले जीवन खऱ्या अर्थाने जनसामान्यांसाठी जगून यशस्वी केले. आज त्यांना श्रद्धांजली अर्पण करताना त्यांच्यातील सत्यतावादी आणि सर्व समावेशक विचार असलेल्या त्यांच्या गुणांची सहज आवण येते. सर्वसामान्य माणसांचा नेता म्हणून अतिशय चांगली कामगिरी बजावलेल्या सत्यपाल मलिक यांना आमची भावपूर्ण आदरंजली!



nagpurpost@gmail.com  
Mob. No. 9922970023

उत्तराखंडमध्ये ढगफुटीनंतर महाप्रलय  
अख्खे गाव गेले वाहून

■ वृत्तसंस्था, डेहराडून, दि. ५ :  
उत्तराखंडमधील धराली येथे ढगफुटीमुळे खीर गंगा गाव वाहून गेले आहे. मंगळवारी दुपारी १.४५ वाजता ही घटना घडली. या घटनेचे अनेक व्हिडिओ आणि फोटो समोर आले आहेत. लकरासह एसडीआरएफ, एनडीआरएफच्या बचाव पथकेही घटनास्थळी पोहोचली आहेत. पूर गावाकडे येताच लोक ओरडू लागले. अनेक हॉटेलमध्ये पाणी आणि ढिगारा शिरला आहे. धराली बाजारपेठ पूर्णपणे उद्ध्वस्त झाली आहे. अनेक हॉटेल आणि दुकाने कोसळली आहेत. गेल्या २ दिवसांपासून येथे मुसळधार पाऊस पडत आहे. मुख्यमंत्री धामी म्हणाले की, आम्ही परिस्थितीवर लक्ष ठेवून आहोत. मान्सूनच्या पावसामुळे उत्तर प्रदेश-बिहारमध्ये पूरसदृश परिस्थिती निर्माण झाली आहे. मुंगेर, बक्सर, पूर्णिया, भोजपूर, पटना यासह बिहारमधील अनेक जिल्ह्यांमध्ये शेकडो गावे पाण्याखाली गेली आहेत. बिहारमधील पूर्णियामध्ये ३८ वर्षांनंतर विक्रमी पाऊस पडला. रविवार ते सोमवार या काळात येथे २७०.६ मिमी पाऊस पडला. यापूर्वी १९८७ मध्ये २९४.९ मिमी पाऊस पडला होता. उत्तर प्रदेशात, प्रयागराज, वाराणसीसह १७ जिल्ह्यांमधील ४०२ गावे पुराच्या विळख्यात सापडली आहेत. आतापर्यंत पावसामुळे ३४३ घरे कोसळली आहेत. गेल्या २४ तासांत पूर-पावसाशी संबंधित अपघातांमध्ये १६ जणांचा मृत्यू झाला आहे. जौनपूर, चंदौली, सुलतानपूर, कानपूर, पिलीभीत भागात पावसाचे कोसळणार सुरूच आहे.



महाराष्ट्र स्टार्टअप, उद्योजकता आणि नाविन्यता धोरण जाहीर

■ महासागर प्रतिनिधी मुंबई, दि. ५ :  
महाराष्ट्र स्टार्टअप, उद्योजकता आणि नाविन्यता धोरण २०२५ जाहीर करण्यात आले आहे. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या मंत्रिमंडळाच्या आजच्या बैठकीत हा निर्णय घेण्यात आला आहे. इतकेच नाही तर वाढवण बंदर ते समुद्री महामार्ग यांना जोडणाऱ्या फ्रेट कॉरिडॉरला देखील मंत्रिमंडळाने मंजुरी दिली आहे.



मंत्रिमंडळाचा मोठा निर्णय

या बरोबरच महाराष्ट्र राज्य मार्ग परिवहन महामंडळाच्या अतिरिक्त जमिनींचा व्यापारी तत्वावर वापर करण्यासाठी सुधारित धोरणास मंजुरी देण्यात आली आहे. यामुळे महामंडळाचे उत्पन्न वाढीसाठी मदत होणार आहे. महामंडळाच्या माध्यमातून पेट्रोल पंप चालवण्याचा निर्णय मंत्र्यांनी घेतला होता. त्याच सोबत आता या निर्णयामुळे महामंडळ तोंट्यातून बाहेर येण्याची शक्यता वर्तवली जात आहे.

आता सदनिकेच्या आकारानुसार द्यावे लागणार देखभाल शुल्क

■ महासागर प्रतिनिधी मुंबई, दि. ५ :  
मुंबई उच्च न्यायालयाने मंगळवारी एका प्रकरणात सुनावणी करताना फ्लॅटच्या आकारानुसार मेटेनन्स शुल्क आकारण्याचा महत्त्वपूर्ण निर्वाळ दिला आहे. कोर्टाने महाराष्ट्र अपार्टमेंट ओनरशिप ॲक्ट - १९७० नुसार हा निर्वाळ दिला आहे. सद्यस्थितीत विविध निवासी संकुले व सोसायट्यांत फ्लॅट धारकांना समान देखभाल शुल्क आकारले जाते. पण आता कोर्टाच्या आदेशानुसार हे शुल्क फ्लॅटच्या आकारानुसार द्यावे लागणार आहे. पुण्यातील एका निवासी संकुलातील वाद थेट हायकोर्टापर्यंत पोहोचला होता. या निवासी संकुलात ११ इमारतींचा समावेश होता. त्यात ३५६ हून अधिक फ्लॅटधारक आहेत. यासंबंधीच्या याचिकेवर सुनावणी करताना हायकोर्टाने हा निर्वाळ दिला आहे.

जम्मू-काश्मीरचे माजी राज्यपाल सत्यपाल मलिक यांचे निधन

■ वृत्तसंस्था, नवी दिल्ली, दि. ५ :  
जम्मू - काश्मीरचे माजी राज्यपाल सत्यपाल मलिक यांचे मंगळवारी दिल्लीतील राम मनोहर लोहिया रुग्णालयात दीर्घ आजाराने निधन झाले. दुपारी १:१२ वाजता त्यांनी अखेरचा श्वास घेतला. ते बऱ्याच काळापासून मूत्रपिंडाच्या आजाराने ग्रस्त होते. ११ मे रोजी त्यांची प्रकृती बिघडल्याने त्यांना रुग्णालयात दाखल करण्यात आले होते. सत्यपाल २३ ऑगस्ट २०१८ ते ३० ऑक्टोबर २०१९ पर्यंत जम्मू आणि काश्मीरचे राज्यपाल होते. त्यांच्या कार्यकाळातच आजच्याच दिवशी, ५ ऑगस्ट २०१९ रोजी जम्मू आणि काश्मीरमधून कलम ३७० रद्द करण्यात आले.



सत्यपाल यांचा जन्म २४ जुलै १९४६ रोजी झाला. ते २०१८ ते २०१९ पर्यंत जम्मू आणि काश्मीरचे १० वे आणि शेवटचे राज्यपाल होते. याव्यतिरिक्त, त्यांनी गोवा आणि मेघालयाचे राज्यपाल म्हणूनही काम पाहिले. ते १९७४-७७ मध्ये उत्तर प्रदेश विधानसभेचे सदस्य होते. ते १९८०-८६ आणि १९८६-८९ मध्ये राज्यसभेचे आणि १९८९-९१ मध्ये नवव्या लोकसभेचे सदस्य होते. ते बिहारचे राज्यपाल देखील होते. २२ मे रोजी, सीबीआयने जम्मू आणि काश्मीरमधील किरू जलविद्युत प्रकल्पाशी संबंधित भ्रष्टाचार प्रकरणात सत्यपाल मलिकसह ५ जणांविरुद्ध आरोपपत्र दाखल केले होते.

स्वच्छ सर्वेक्षण 2025

नगर परिषद, अकोट जि. अकोला

ULB CODE 802674

पर्यावरण पुरक सार्वजनिक गणेशोत्सव स्पर्धा २०२५

स्वच्छ सर्वेक्षण २०२५ व माझी वसुंधरा अभियान ६.० अंतर्गत अकोट शहरातील सार्वजनिक गणेशोत्सव मंडळासाठी पर्यावरण पुरक सार्वजनिक गणेशोत्सव स्पर्धा सन २०२५ आयोजित करण्यात येत आहे.

प्रस्तावित उपक्रमाची रुपरेषा व गुणांकन

स्पर्धेतील बक्षिसे खालीलप्रमाणे

| अ.क्र. | तपशील                                                                                                                                                                                                                                                                   | गुण    |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| १      | पर्यावरण पुरक गणेश मूर्तीची प्रतिस्थापना व आरास (प्लॉस्टिक/धर्माकॉलचा वापर न करता, फटाके न वापरता.)                                                                                                                                                                     | २५ गुण |
| २      | टाकाऊ वस्तु पासून टिकाऊ ?) प्रतिकृती / वस्तु तयार करणे.                                                                                                                                                                                                                 | २० गुण |
| ३      | वृक्षारोपण व संवर्धन करणे (२० वृक्ष लागवड)                                                                                                                                                                                                                              | २० गुण |
| ४      | इलेक्ट्रिक वाहनचा वापराबाबत जनजागृती करणे किंवा सौर ऊर्जा वापरकरणे बाबत जनजागृती करणे.                                                                                                                                                                                  | १५ गुण |
| ५      | हस्ति शपथ<br>अ) सदस्य व नागरिकांनी शालनाकडील<br><a href="https://majhivasundhara.in/en/lets-pledge">https://majhivasundhara.in/en/lets-pledge</a> वा वेबसाइटवर<br>एकूण 500 E-pledge घेऊन त्याचे प्रमाणपत्र सोबत जोडावे.                                                 | ३० गुण |
| ६      | स्वच्छ भारत अंतर्गत<br>१) प्लॉस्टिक वापराचे दुष्परिणाम बाबत नागरिकांना संदेश देणारा देखावा. २) कचरा विलगीकरणबाबत जनजागृती संदेश देणारा देखावा. (कोणतेही एक)                                                                                                             | ३० गुण |
| ७      | जनजागृती उपक्रम - अ) स्वच्छ भारत विषयक पथनाट्य करणे ब) चितकला व रांगोळी स्पर्धा (विषय - पर्यावरण व स्वच्छता)                                                                                                                                                            | ३० गुण |
| ८      | गणेश उत्सव मंडळाचे 200 Seed Ball तयार करणे व जमिनीत पेरण्या ऐवजी मोकळ्या जागे मध्ये फेकणे.<br><a href="https://drive.google.com/file/d/1m0YxMMQw4SLdofnYFRp9pKkkt2d/view?usp=sharing">https://drive.google.com/file/d/1m0YxMMQw4SLdofnYFRp9pKkkt2d/view?usp=sharing</a> | ३० गुण |

परितोषिक

बक्षिसे

|                 |                      |
|-----------------|----------------------|
| प्रथम क्रमांक   | रु.५१,०००/- व ट्रॉफी |
| द्वितीय क्रमांक | रु.३१,०००/- व ट्रॉफी |
| तृतीय क्रमांक   | रु.२१,०००/- व ट्रॉफी |

... संपर्क ...

१) श्रीमती प्राजक्ता पांडे, पाणी पुरवठा व स्वच्छता अभियंता, न.प.अकोट मो.8788371574

२) श्री अक्षय फडते, स्वच्छता निरीक्षक न.प.अकोट मो.9011956562

३) श्री अनिकेत फुके, न.प.अकोट मो.9307867082

१०००००+ लाखांची बक्षिसे

\* स्पर्धेचे अटी व नियम नगरपरिषद, अकोट कार्यालयात पाहावयास मिळतील.

\* नगरपरिषदेच्या निर्णय अंतिम राहील.

शायना एनसी शिंदेसेनेच्या प्रवक्त्या

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. ५ :  
उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या शिवसेनेच्या नेत्या शायना एनसी यांची पक्षाच्या राष्ट्रीय प्रवक्त्या म्हणून नियुक्ती करण्यात आली आहे. शिवसेनेचे प्रमुख असलेले एकनाथ शिंदे यांनी ही नियुक्ती केली आहे. यापूर्वी भाजपमध्ये असलेल्या शायना एनसी यांनी नोव्हेंबर २०२४ मध्ये झालेल्या विधानसभा निवडणुकीच्या काही दिवस आधी शिवसेनेत प्रवेश केला होता. त्यानंतर त्यांना २०२४ च्या विधानसभा निवडणुकीचा महानगरातील मुंबादेवी मतदारसंघातून निवडणूक लढवली पण त्यांचा पराभव झाला होता.

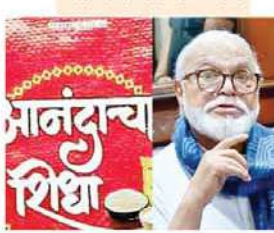


'स्थानिक'चा बार दिवाळीनंतरच

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. ५ :  
महाराष्ट्रात स्थानिक स्वराज्य संस्थांची निवडणूक दिवाळीनंतर म्हणजे डिसेंबर किंवा जानेवारी महिन्यात होणार असल्याची माहिती राज्य निवडणूक आयोग दिनेश वाघमाते यांनी दिली. विशेष म्हणजे या निवडणुकीत ईव्हीएमला जोडण्यात येणाऱ्या व्हीव्हीपॅट मशीनचा वापर होणार नसल्याचेही त्यांनी सांगितले आहे. विशेष म्हणजे विरोधी पक्षांनी यापूर्वी अनेकदा ईव्हीएम व व्हीव्हीपॅटमधील मतांची जुळवणी करण्याची मागणी केली आहे. त्यामुळे आयोगाच्या व्हीव्हीपॅट न वापरण्याच्या निर्णयावर मोठा वाद होण्याची शक्यता आहे. वाघमाते यांनी सांगितले की, सुप्रीम कोर्टाने ४ महिन्यांच्या आत स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका घेण्याचे आदेश दिलेले. त्यानुसार, मनपा, जिल्हा परिषद व नगपालिका अशा सर्वच निवडणुकांचा टप्प्याटप्प्याने कार्यक्रम आखण्यात येणार आहे.

यंदाच्या गणेशोत्सवात आनंदाचा शिधा नाही

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. ५ :  
लाडकी बहीण योजनेचा आनंदाचा शिधा योजनेला फटका. यंदाच्या गणेशोत्सवात आनंदाचा शिधा मिळणार नसल्याची माहिती राज्याचे अन्न पुरवठा मंत्री छगन भुजबळ यांनी दिली आहे. लाडकी बहीण योजनेसाठी ४५ हजार कोटी रुपये द्यावे लागणार असल्याने आनंदाचा शिधा देऊ शकत नाही, असे भुजबळ यांनी स्पष्टच सांगितले आहे. आनंदाचा शिधा या योजनेतून राज्यातील गरिबांना सणासुदीच्या काळात केवळ १०० रुपयांमध्ये चार वस्तू योजनेच्या माध्यमातून देणे मिळत होत्या. परंतु, आता लाडकी बहीण योजनेमुळे गोरगरिबांना सणासुदीच्या काळात साठी १४० कोटी रुपये तर आनंदाचा शिधा साठी ४५ हजार कोटी रुपये देण्यात येत होते. आनंदाचा शिधा या योजनेतून सणासुदीच्या निमित्ताने राज्यातील रेशनकार्ड धारकांना फक्त १०० रुपयात काही जीवनावश्यक वस्तू देण्यात येत होत्या. त्यामध्ये एक किलो साखर, एक किलो रवा, एक किलो चना डाळ, एक लीटर पामतेल देण्यात येत होते. एकनाथ शिंदे मुख्यमंत्री असताना ही योजना सुरू करण्यात आली होती. लाडकी बहीण योजनेमुळे सरकारला अशा योजना गुंडाळल्या लागत असल्याचे दिसते.



आनंदाचा शिधा

स्वच्छ सर्वेक्षण 2025

डॉ. नरेंद्र बेंबरे

प्रशासक तथा मुख्याधिकारी नगरपरिषद, अकोट सर्व अधिकारी व कर्मचारी वर्ग.



## शेतकऱ्यांच्या सर्वांगीण विकासाचे निर्णय घेणार : कृषिमंत्री दत्तात्रय भरणे

**मुंबई :** शेतकऱ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी सवातरीपरी प्रयत्न करणार असून राज्यातील कृषी क्षेत्राच्या विकासासाठी सर्वसमावेशक धोरणे राबविणार असल्याचे कृषिमंत्री दत्तात्रय भरणे यांनी सांगितले. कृषिमंत्री श्री.भरणे यांनी मंत्रालयातून कामकाजास सुरवात केली, त्यावेळी ते बोलत होते. कृषिमंत्री भरणे म्हणाले की, मी स्वतः शेतकऱ्याचा मुलगा असून शेती व शेतकऱ्यांच्या हिताचे निर्णय हाच माझा प्राधान्याचा विषय असेल. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या नेतृत्वात उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांच्या मार्गदर्शनाखाली कृषी क्षेत्राचा विकासासाठी निर्णय घेण्यात येतील. कृषी क्षेत्राच्या शाश्वत विकासासाठी मी प्रयत्न करणार असल्याचे त्यांनी यावेळी सांगितले. यावेळी कृषी विभागाचे प्रधान सचिव विकासचंद्र रस्तोगी यांच्यासह विभागाचे अधिकारी उपस्थित होते.



## महाराष्ट्र आणि दक्षिण आफ्रिका यांच्यात व्यापार वृद्धीच्या संधी : जयकुमार रावल

**मुंबई:** महात्मा गांधी यांच्या दक्षिण आफ्रिकेतील वास्तव्यापासून महाराष्ट्र आणि दक्षिण आफ्रिका यांच्यात ऐतिहासिक संबंध आहेत. हे संबंध व्यापारवृद्धीच्या माध्यमातून अधिक दृढ करण्यास महाराष्ट्र उत्सुक असून खनिज उत्खनन क्षेत्रात व्यापारवृद्धीच्या मोठ्या संधी आहेत, असे राजशिष्टाचार मंत्री जयकुमार रावल यांनी सांगितले. दक्षिण आफ्रिकेचे महावाणिज्यदूत गिडियन लबाने यांनी आज महाराष्ट्राचे राजशिष्टाचार मंत्री श्री.रावल यांची सद्भावना अतिथीगृह येथे सदिच्छ भेट घेतली. यावेळी दोघांनी व्यापारवृद्धीच्या क्षेत्राबाबत औपचारिक चर्चा करण्यात आली. रावल म्हणाले, भारत आणि दक्षिण आफ्रिका हे दोन्ही देश विकासाच्या वाटेवर आहेत. महाराष्ट्र हे भारताचे पांवर हाऊस आहे. येथे पर्यटनाबरोबरच विविध क्षेत्रात विकासाच्या संधी आहेत. खनिज उत्खनन, विविध उत्पादने आदी क्षेत्रे निश्चित करून महाराष्ट्र आणि दक्षिण आफ्रिका यांच्यादरम्यान व्यापार वृद्धी शक्य आहे. याच माध्यमातून दोघांमधील ऐतिहासिक संबंध अधिक वृद्धिंगत होतील, असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला. महाराष्ट्राला दक्षिण आफ्रिकेविषयी नेहमीच आत्मियता राहिली असल्याचे यावेळी मंत्री रावल यांनी सांगितले.



## प्रत्येक बारमध्ये नाचगाणे चालत नाही

**भरत गोगावलेंचे मनसेच्या तोडफोडीवर भाष्य**

**मुंबई :** राज्याचे रोजगार हमी व फलोत्पादन मंत्री भरतशेट गोगावलें यांनी बारमध्ये तोडफोड करण्याच्या मुद्यावरून महाराष्ट्र नवनिर्माण सेनेवर शरसंधान साधले आहे. राज्यात सर्वत्र बार आहेत. पण सगळीकडेच हिंडीस - फिडीस गोष्टी चालत नाहीत, असे त्यांनी म्हटले आहे. शेतकरी कामगार पक्षाचा 78 वा वर्धापन दिन नुकतीच पनवेलमध्ये साजरा झाला. त्यात मनसे अध्यक्ष राज ठाकरे यांनी नवी मुंबई व पनवेलसह रायगड जिल्ह्यातील वाढत्या डान्स बारचा मुद्दा उपस्थित केला. रायगड हा छत्रपती शिवाजी महाराजांची राजधानी असलेला जिल्हा. महाराजांचा राज्यकारभार ज्या किल्ल्यावरून चालला, त्या किल्ल्यावरून या जिल्ह्याला रायगड हे नाव पडले. असे असताना आता रायगडची ओळख डान्सबारचा जिल्हा म्हणून होत आहे, असे ते म्हणाले होते. त्यांच्या विधानानंतर लगेचच मनसैनिकांनी जुन्या मुंबई - पुणे महामार्गावरील नाईट रायडर नामक बारची तोडफोड केली होती.



## हिंदूंची घरे मुस्लिमांना देऊन लोकसंख्या बदलण्याचा डाव : संजय निरुपम

**मुंबई :** जोगेश्वरी येथील झोपडपट्टी पुनर्विकास प्रकल्पामध्ये हिंदूंची घरे पुढेशरीपणे मुस्लिमांना विकली जात आहेत. यामुळे मुंबईची लोकसंख्या बदलण्याचा मोठा कट असल्याचा आरोप करत शिवसेनेचे उपनेते संजय निरुपम यांनी मुंबईत हाडसिंग जिहादचा सुरू असल्याचा दावा केला आहे. जोगेश्वरीतील पॅराडाइज झोन प्रकल्पात मूळ ४४ घरांची संख्या १५ पर्वत वाढली. यातील ५१ अतिरिक्त घरे मुस्लिम व्यक्तींना देण्यात आली. त्यांनी अब्दुल गनी किताबुल्लाह नावाच्या बिल्डरच्या मुलांवर ३० घरे वाटून घेतल्याचा आरोपही केला. या प्रकारामुळे संपूर्ण वस्ती मुस्लिमांची झाल्याचे त्यांचे म्हणणे आहे. त्याचप्रमाणे, श्री शंकर झोपडपट्टी योजनेतही अशीच घटना घडली असून ६७ पैकी केवळ ६ मुस्लिम कुटुंबे असतानाही पुनर्विकासानंतर १२३ अतिरिक्त घरे मुस्लिमांना विकली गेली आहेत. या जागेवर असलेले गणेश मंदिर आणि देवीचा मंडप हटवून आता मद्रसे दिसत आहेत. या प्रकरणाची एसआरपेने चौकशी केली असली तरी त्यांनी हाडसिंग जिहादची सखोल चौकशी करण्याची मागणी केली. दरम्यान, आता यावरून मोठे राजकारण होण्याची शक्यता आहे.



## पुण्यात मातीच्या ढिगाऱ्याखाली गाडल्याने कामगाराचा मृत्यू

पुण्यात मातीच्या ढिगाऱ्याखाली गाडल्याने एक कामगाराचा मृत्यू झाला असून इतर दोन कामगार जखमी आहेत. नॉर्देस सिटी परिसरात महानगरपालिका प्रकल्पासाठी उत्खनन करताना हा अपघात झाला आहे. या बाबत मिळालेल्या माहितीनुसार पुण्याच्या नॉर्देस सिटी परिसरात उत्खनन करताना माती कोसळल्याने तीन कामगार मातीखाली गाडले गेले आहेत.



**महाराष्ट्र प्रतिनिधी पुणे, दि. ५ :** पुण्यात मातीच्या ढिगाऱ्याखाली गाडल्याने एक कामगाराचा मृत्यू झाला असून इतर दोन कामगार जखमी आहेत. नॉर्देस सिटी परिसरात महानगरपालिका प्रकल्पासाठी उत्खनन करताना हा अपघात झाला आहे. या बाबत मिळालेल्या माहितीनुसार पुण्याच्या नॉर्देस सिटी परिसरात उत्खनन करताना माती कोसळल्याने तीन कामगार मातीखाली गाडले गेले आहेत.

# राज्य शासनही सर्वोच्च न्यायालयात पुनर्विचार याचिका दाखल करणार : मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस

**महाराष्ट्र प्रतिनिधी मुंबई, दि. ५ :** नांदणी मठातील (ता. शिरोळ, जि. कोल्हापूर) माधुरी हत्तीण पुन्हा नांदणीत यावी, अशी जन भावना आहे. ही जनभावना लक्षात घेऊन नांदणी मठाने सर्वोच्च न्यायालयात पुनर्विचार याचिका दाखल करावी. राज्य शासनही स्वतंत्र पुनर्विचार याचिका दाखल करून सर्वोच्च न्यायालयात हत्तीणीला परत देण्यासंदर्भात भूमिका मांडेल, असे सांगून याप्रकरणी राज्य शासन पूर्णपणे मठाच्या पाठीशी असल्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी स्पष्ट केले.



मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या अध्यक्षतेखाली नांदणी मठ (ता. शिरोळ, जिल्हा कोल्हापूर) येथील माधुरी ऊर्फ महादेवी हत्तीणीच्या प्रश्नासंदर्भात मंत्रालयातील मंत्रिमंडळ सभागृहात बैठक झाली. त्यावेळी मुख्यमंत्र्यांनी राज्य शासनाची भूमिका स्पष्ट केली. यावेळी उपमुख्यमंत्री अजित पवार, वन मंत्री गणेश नाईक, उच्च व तंत्रशिक्षण मंत्री चंद्रकांत पाटील, जलसंपदा मंत्री गिरीश महाजन, वैद्यकीय शिक्षण मंत्री हसन मुश्रीफ, सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्री प्रकाश आंबेडकर यांच्यासह नांदणी मठाचे प्रतिनिधी तसेच लोकप्रतिनिधी उपस्थित होते.

निकाषप्रमाणे व उच्चस्तरीय समितीने सुचविलेल्या सर्व मुद्द्यांचे निराकरण करण्यात येईल. हत्तीणीची निगा राखण्यासाठी डॉक्टरसह राज्य शासन एक पथक तयार करून आवश्यक ती सर्व मदत करेल. आवश्यक वाटल्यास रेस्क्यू सेंटरसारखी व्यवस्थाही करण्यात येईल व त्या प्रमाणे सुविधा देण्यात येतील आदी बाबींचा समावेश करून या बाबी तपासण्यासाठी सर्वोच्च न्यायालयास स्वतंत्र समिती नेमण्याची विनंतीही राज्य शासनामार्फत या याचिकेमध्ये करण्यात येईल, असेही मुख्यमंत्र्यांनी यावेळी सांगितले. तसेच या प्रकरणात नागरिकांवर दाखल करण्यात आलेले गुन्हे मागे घेण्यात येतील, असेही त्यांनी यावेळी सांगितले.

महाराष्ट्रातील जे हत्ती बाहेर नेण्यात आले, अशा सर्व हत्तींची माहिती वन विभागाने गोळा करावी, असे उपमुख्यमंत्री श्री. पवार यांनी

## अवैध मासेमारीवर झेनचा धडाका

**महाराष्ट्र प्रतिनिधी मुंबई, दि. ५ :** देशभरात सागरी मत्स्योत्पादनात घट होत असताना, महाराष्ट्राने मात्र या क्षेत्रात मोठी झेप घेतली आहे. २०२४ मध्ये राज्याचे सागरी मत्स्योत्पादन तब्बल ४७ टक्क्यांनी वाढलं असून, यामुळे मत्स्यव्यवसाय आणि बंदरे विकास मंत्री नितेश राणे यांच्या क्रांतिकारी निर्णयांचा मोलाचा वाटा असल्याचं स्पष्ट झालं आहे.

सेंट्रल मरीन फिशरीज रिसर्च इन्स्टिट्यूटच्या अहवालानुसार, महाराष्ट्रात सागरी मासेमारीमध्ये मोठी वाढ झाली असून, बांगडा, तारळी, पेडवे आणि मांदिली यांसारख्या माशांच्या उत्पादनात मोठी भर पडली आहे. मंत्री नितेश राणे यांनी डिसेंबर २०२४ मध्ये मंत्रिपदाचा कार्यभार स्वीकारल्यानंतर राज्यात अवैध मासेमारीवर कठोर कारवाई सुरू

## कल्याणमधील पोलिस ठाण्यात गोळीबार प्रकरण माजी आमदार गणपत गायकवाडांसह तिघांचा जामीन अर्ज कोर्टाने फेटाळला

**महाराष्ट्र प्रतिनिधी मुंबई, दि. ५ :** कल्याण पूर्वचे तत्कालीन आमदार गणपत गायकवाड यांनी उल्हासनगरच्या हिल लाईन पोलिस ठाण्यात शिंदे सेनेचे नेते महेश गायकवाड यांच्यावर केलेल्या गोळीबार प्रकरणात एक महत्त्वाची अपडेट समोर आली आहे. या प्रकरणात माजी आमदार गणपत गायकवाडांसह तिघांचा जामीन अर्ज कोर्टाने फेटाळला आहे. त्यामुळे या प्रकरणाची पुन्हा एकदा चर्चा रंगली आहे.

या गोळीबाराच्या घटनेनंतर गणपत गायकवाड यांना अटक करण्यात आली होती. सध्या ते तळोजा कारागृहात आहेत. 2024 च्या विधानसभा निवडणुकीत

भाजपने त्यांच्या पत्नी सुलभा गायकवाड यांना महायुतीच्या उमेदवार म्हणून उमेदवारी दिली होती. महेश गायकवाड यांनी त्यांच्याविरोधात अपक्ष म्हणून निवडणूक लढवली, मात्र सुलभा गायकवाड यांनी विजय मिळवत कल्याण पूर्व मधील गायकवाड कुटुंबाची सत्ता कायम ठेवली. या प्रकरणी पुढील कायदेशीर लढाईत काय घडते, याकडे सर्वांचे लक्ष वेधले आहे.

या प्रकरणात पुरवणी चार्जशीट म्हणून आमदार गणपत गायकवाड यांचा मुलगा वैभव गायकवाड याचे नाव वगळण्यात आले होते. वैभव गायकवाड विरोधात कोणतेही ठोस पुरावे आढळून आले नसल्याचे पोलिसांनी स्पष्ट केले होते. ही घटना

## संविधान हटवणे हाच भाजप, मनुवादी विचारांचा खरा अजेंडा

**महाराष्ट्र प्रतिनिधी मुंबई, दि. ५ :** संविधान हटवणे हाच भाजप व मनुवादी विचारांचा खरा अजेंडा असल्याची जहाल टीका राष्ट्रावादी काँग्रेस शरदचंद्र पवार पक्षाचे आमदार रोहित पवार यांनी मंगळवारी भाजप व शिवप्रतिष्ठान हिंदुस्थानचे संस्थापक संभाजी भिडे यांच्यावर निशाणा साधताना केली. संतान दिलेला समता, मानवता व सामाजिक न्यायाचा तथा शिव - फुले - शाहू - आंबेडकरांचा विचार संपवणे कुणालाही शक्य नसल्याचेही ते यावेळी जोर देत म्हणाले.

संभाजी भिडे यांनी आपल्या नाशिक दौऱ्यात लाल किल्यावर भगवा झेंडा फडकवण्याचा संकल्प व्यक्त केला होता. आपण स्वातंत्र्यावेळी तिरंगा झेंडा स्वीकारला. आपण तिरंगा व संविधान मानलेच पाहिजे. पण भगवा ध्वज हा हजारो वर्षांपासून देशाचे प्रतीक आहे. त्यामुळे देश, देश व धर्मासाठी आपण कटिबद्ध असले पाहिजे. आम्ही 15 ऑगस्ट रोजी तिरंगा फडकावूच, पण दिल्लीच्या लाल किल्ल्यावर भगवा फकडवण्यासाठीही सतत काम करत



राज्यात काँग्रेसची पडझड होत असताना प्रदेशाध्यक्ष हर्षवर्धन सपकाळ यांनी २६४ नेत्यांची जम्बो प्रदेश कार्यकारिणी जाहीर केल्यानंतर आगामी स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकांची व्यूहरचना पुण्यात आखली जाणार आहे. पुण्यात ११ आणि १२ ऑगस्ट रोजी प्रदेश कार्यकारिणीची बैठक होणार असून, त्या बैठकीत आगामी निवडणुकीच्या रणनीतीबरोबरच पक्षाला उर्जितावस्था आणण्यासाठी पराभवाचे आत्मपरीक्षण आणि भविष्यातील गळती रोखण्यासाठी आत्मचिंतन केले जाणार आहे.

## दोन अपघातांमध्ये दुचाकीवरील तीन महाविद्यालयीन तरुण जखमी

**महाराष्ट्र प्रतिनिधी, मुंबई, दि. ५ :** वांद्रे आणि जोगेश्वरी परिसरात रविवारी झालेल्या दोन वेगवेगळ्या अपघातांमध्ये तीन महाविद्यालयीन विद्यार्थी गंभीर जखमी झाले. जोगेश्वरी येथील अपघातात दुचाकीला रिक्षाने धडक

(२२) रविवारी दुपारी २.३० च्या सुमारास आपल्या मित्राला भेटण्यासाठी दुचाकीवरून जोगेश्वरी रेल्वे स्थानकाकडे जात होता. त्याला भारधाव वेगा आलेल्या रिक्षाने धडक दिली. ही धडक एवढी जोरदार की त्यामुळे राकेश दुचाकीवरून फेकला गेला.



## परवानगीशिवाय बैलगाडी शर्यत आयोजकांसह 9४ जणांविरुद्ध गुन्हा

**महाराष्ट्र प्रतिनिधी पुणे, दि. ५ :** पुणे येथील गुजर निंबाळकरवाडी येथे पोलिस आणि प्रशासनाची परवानगी न घेता बैलगाडी शर्यत आयोजित केल्याप्रकरणी आयोजकांसह १४ हून अधिक जणांविरुद्ध भारती विद्यापीठ पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

आरोपींमध्ये आदित्य सनस, ऋषभ बालचंद्र धावडे, हेमंत मुकुंद बेंद्रे, रोहीत भारत रणमळे, आदित्य मोहन शिंदे, ओमकार इंगवले, दिगंबर होळवले, प्रथमेश गातळे, अनिकेत बगडे, सादिक शिंदे, सुरज मिंदे, लखन विक्रम पवार यांचा समावेश आहे. पोलिस अमलदार सचीन तात्याराव पवार (३९) यांनी याबाबत तक्रार नोंदवली आहे.

३ ऑगस्ट रोजी दुपारी घडलेल्या या प्रकरणात शर्यतीसाठी आवश्यक असलेल्या वैद्यकीय अधिकारी, असेल्युना, पोलिस बंदोबस्त यांची व्यवस्था करण्यात आली नव्हती. तसेच शर्यतीच्या

या अपघातातून रिक्षाचालक लक्षात घेऊन गेट वे ऑफ इंडिया, गिरगाव चौपाटी, नरिमन पॉईंट येथे पर्यटक सुरक्षा दल नेमण्यात यावेत. राज्यात येणाऱ्या पर्यटकांच्या सुरक्षेसाठी पर्यटन सुरक्षा दलासाठी महाराष्ट्र पर्यटन विकास महामंडळाने तातडीने कार्यवाही करावी.

पर्वटकांच्या सुरक्षेसाठी पर्यटन सुरक्षा दल हा उपक्रम सुरू आहे. टप्प्या-टप्प्याने या उपक्रमाची राज्यात व्यापी वाढविण्यात येत आहे. मुंबईत पर्यटक मोठ्या प्रमाणात भेट देत असून पर्यटकांना सुरक्षा दिल्यास सुरक्षित पर्यटन होऊन पर्यटन वाढीला चालना मिळेल. पर्यटकांच्या सुरक्षेच्या दृष्टीने हा निर्णय अत्यंत महत्त्वाचा आहे हे लक्षात घेऊन गेट वे ऑफ इंडिया, गिरगाव चौपाटी, नरिमन पॉईंट येथे पर्यटक सुरक्षा दल नेमण्यात यावेत. राज्यात येणाऱ्या पर्यटकांच्या सुरक्षेसाठी पर्यटन सुरक्षा दलासाठी महाराष्ट्र पर्यटन विकास महामंडळाने तातडीने कार्यवाही करावी.

या अपघातातून रिक्षाचालक लक्षात घेऊन गेट वे ऑफ इंडिया, गिरगाव चौपाटी, नरिमन पॉईंट येथे पर्यटक सुरक्षा दल नेमण्यात यावेत. राज्यात येणाऱ्या पर्यटकांच्या सुरक्षेसाठी पर्यटन सुरक्षा दलासाठी महाराष्ट्र पर्यटन विकास महामंडळाने तातडीने कार्यवाही करावी.

पुणे येथील गुजर निंबाळकरवाडी येथे पोलिस आणि प्रशासनाची परवानगी न घेता बैलगाडी शर्यत आयोजित केल्याप्रकरणी आयोजकांसह १४ हून अधिक जणांविरुद्ध भारती विद्यापीठ पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

आरोपींमध्ये आदित्य सनस, ऋषभ बालचंद्र धावडे, हेमंत मुकुंद बेंद्रे, रोहीत भारत रणमळे, आदित्य मोहन शिंदे, ओमकार इंगवले, दिगंबर होळवले, प्रथमेश गातळे, अनिकेत बगडे, सादिक शिंदे, सुरज मिंदे, लखन विक्रम पवार यांचा समावेश आहे. पोलिस अमलदार सचीन तात्याराव पवार (३९) यांनी याबाबत तक्रार नोंदवली आहे.

३ ऑगस्ट रोजी दुपारी घडलेल्या या प्रकरणात शर्यतीसाठी आवश्यक असलेल्या वैद्यकीय अधिकारी, असेल्युना, पोलिस बंदोबस्त यांची व्यवस्था करण्यात आली नव्हती. तसेच शर्यतीच्या



**महाराष्ट्र प्रतिनिधी मुंबई, दि. ५ :** कर्नाटकातील अलमट्टी धरण आणि हिप्परगी बॅरजच्या बांधकामात आणि प्रस्तावित उंची वाढीतील कथित अनियमिततेची केंद्राने अधिकृत चौकशी सुरू केली आहे. या संदर्भात महाराष्ट्राचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या नेतृत्वाखालील सरकारने कर्नाटकच्या एकतर्फी कृतीमुळे संभाव्य पूर धोका आणि पाणी व्यवस्थापन आव्हाने अधोरेखित केले होते. त्यासाठी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी पत्र दिले होते. त्यानंतर हा निर्णय घेण्यात आला आहे.

या बाबत झालेल्या महत्त्वाच्या बैठकीत महाराष्ट्र-कर्नाटक पाणी वादात एक मोठी अपडेट समोर आली आहे. केंद्र आता थेट सहभागी असल्याने, राष्ट्रीय धरण सुरक्षा प्राधिकरण (एनडीएसए) च्या निष्कर्षावर आणि कर्नाटकचे प्रस्ताव

अलमट्टी धरणाची उंची वाढविण्याच्या प्रश्नासंदर्भात महाराष्ट्र राज्याची भूमिका केंद्रीय जलशक्ती मंत्री सी.आर. पाटील यांच्यासमोर शिटमंडळाच्या माध्यमातून मांडली. धरणाची उंची वाढविल्यास कोल्हापूर आणि सांगली जिल्ह्यातील नागरिकांचे तसेच शेती क्षेत्राचे पुराच्या पाण्यामुळे होत असलेल्या नुकसानीचे गांभीर्य निर्दर्शनास आणून दिले.

या शिटमंडळात मंत्री प्रकाश आंबेडकर, राज्यमंत्री माधुरी मिसाळ, खासदार शाहू छत्रपती, खासदार धनंजय महाडिक, खासदार धैर्यशील माने, खासदार विशाल पाटील, माजी आमदार सदाभाऊ खोत, आमदार सतेज पाटील, आमदार सुरेश खांडे, आमदार विश्वजीत कदम, आमदार सुधीर गाडगीळ, आमदार सत्यजीत देशमुख, आमदार राहुल आवाडे, आमदार अरूण लाड, आमदार अशोक माने आदींचा समावेश होता.



## मोकाट श्वान नियंत्रणासाठी महापालिकेचा मास्टरप्लॅन तयार!

गल्लेगल्ली भटकणाऱ्या श्वानांवर अखेर नियंत्रण ?



**महासागर प्रतिनिधी अमरावती, (दि.5)** - अमरावती शहरात मोकाट श्वानांच्या वाढत्या संख्येमुळे नागरिकांना भेडसावणाऱ्या समस्यांवर नियंत्रण आणण्यासाठी महापालिकेने मोठे

पाऊल उचलले आहे. आज (5 ऑगस्ट) आयुक्त सौम्या शर्मा चांडक यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या बैठकीत श्वान व मोकाट जनावरांवर नियंत्रणासाठी महत्त्वपूर्ण निर्णय घेण्यात आले. या बैठकीस

उपायुक्त डॉ. मेघना वासनकर, पशुचिकित्सक डॉ. सचिन बोंद्रे, प्राणी कल्याण समितीचे सदस्य डॉ. संजय कावरे, डॉ. पुरुषोत्तम सोळंके, डॉ. राधेश्याम बहादुरे तसेच अशासकीय सदस्य विजय शर्मा, शुभम सायके, सागर

## धारणीत सागवान तस्करांचा वनकर्मचाऱ्यांवर हल्ला

बैरागड वनपरिक्षेत्रातील घटना

**महासागर प्रतिनिधी अमरावती, (दि.5)** - धारणी तालुक्यातील बैरागड वनपरिक्षेत्रात गस्त घालत असताना सागवान तस्करांनी वनकर्मचाऱ्यांवर हल्ला केला. सरकारी कामात अडथळा निर्माण करणाऱ्या या घटनेमुळे वनविभागात खळबळ उडाली आहे. ही घटना 3 ऑगस्ट रोजी दुपारी घडली असून, धारणी पोलीसांनी या प्रकरणी दोघांवर गुन्हा दाखल केला आहे. रविवारी वनपाल दत्तात्रय माधवराव भारती

(वय 51, बैरागड, धारणी) व वनरक्षक संदेश इंगोले हे नियमित पेट्रोलिंगसाठी बैरागड परिसरात होते. यावेळी त्यांना श्रावण घिसलाल कासदेकर (वय 35) आणि बिहारीलाल उर्फ लप्पू मौजीलाल (वय 37, रा. बैरागड) हे सागवानाचे झाड तोडताना आढळले. वनकर्मचाऱ्यांनी झाडतोडीला विरोध केला असता, आरोपी संतस झाले आणि त्यांच्यावर हल्ला करण्यासाठी धावले. वनकर्मचाऱ्यांनी प्रसंगावधान राखून तिथून पळ काढला. मात्र आरोपींनी दगडफेक केली, ज्यामुळे दोन्ही कर्मचाऱ्यांना किरकोळ दुखापत झाली.

## मारेकरी राहुल तायडेला पुन्हा ताब्यात घेणार

**चारही आरोपींना तीन दिवसांचा पीसीआर | पोलीस कर्मचारी आशा तायडे हत्या प्रकरण**

**महासागर प्रतिनिधी अमरावती, (दि.5)** - फ्रेजरपुरा पोलिस ठाण्यात कार्यरत आशा तायडे यांच्या हत्या प्रकरणातील आरोपी पतीला पोलिस पुन्हा चौकशीकरिता ताब्यात घेणार आहेत. आरोपी पती राहुल तायडे

याची जेल रवानगी झाली असून, तो सद्यास अमरावती जिल्हा मध्यवर्ती कारागृहात आहे.

फ्रेजरपुरा पोलिसांनी आतापर्यंत राहुल तायडे याच्यासह राहुलची 29



वर्षीय प्रेयसी, श्रेयस महळे, ओम शेकार, निखील टिकले या पाच जणांना अटक केली आहे. राहुल वगळता इतर चौघांना पोलिसांनी 4 ऑगस्टला अटक केली होती. त्या

चौघांनाही पोलिसांनी मंगळवारी (दि.5) न्यायालयासमोर हजर केले होते. यावेळी न्यायालयाने चौघांनाही 8 ऑगस्टपर्यंत तीन दिवसांचा पीसीआर दिला आहे.

## अमरावती महानगरपालिका अमरावती

(बांधकाम विभाग- शहर अभियंता)

- निविदा सुचना-

अमनपा/बां.वि/श.अ./नि.सु.क्र./30/25 दि.01/08/2025

अमरावती महानगरपालिका शहर अभियंता, बांधकाम विभाग मधील विकास शुल्क निधी अंतर्गत करावयाच्या कामाचा निविदा प्रसिध्दीचा जा.क्र.30 / 25 दि. 01/08/2025 नुसार मनपाच्या बांधकाम विभागातील नोटीस बोर्ड वर सविस्तर निविदा सूचना प्रसिध्द करण्यात आलेली आहे.

**खालील प्रमाणे मॅन्युअल-निविदा सुचना कार्यक्रम दिलेला आहे.**

|                                                 |                                              |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| मॅन्युअल-निविदा प्रसिद्धी                       | दि 01/08/2025                                |
| कोऱ्या निविदा करीता अर्ज करण्याचा दिनांक        | दि 11/08/2025                                |
| निविदा दाखल करण्याची अंतिम दिनांक               | दि 14/08/2025 दु. 4.00 वाजेपर्यंत            |
| मॅन्युअल -निविदा उघडण्याची दिनांक ( Technical ) | दि. 14/08/2025 दु. 4.00 वा. ( शक्य झाल्यास ) |

**शहर अभियंता  
महानगरपालिका, अमरावती**

आरएनआय ४६९७५/१९८५ महासागर अमरावती

मालक, मुद्रक, प्रकाशक श्रीकृष्ण तनसुखदास चांडक यांनी अरूणोदय प्रेस, कॉटन मार्केट, नागपूर १८ येथे छापून दैनिक महासागर कार्यालय, होटल टूरिस्टच्या बाजूला रेल्वे स्टेशन चौक, अमरावती येथे प्रकाशित केले. संपादक -श्रीकृष्ण तनसुखदास चांडक ( पीआरबी कायदानुसार संपादकीय जबाबदारी यांच्यावर राहिल ) अमरावती मुख्य कार्यालय, पत्ता. दैनिक महासागर, होटल टूरिस्टच्या बाजूला रेल्वे स्टेशन चौक अमरावती, फोन नं. ९५१९१३४५०४



## 76 हजाराचे अवैध सागवान लाकूड जप्त

चिचखेडा गावात वन विभागाची कारवाई

**महासागर प्रतिनिधी परतवाडा, (दि.5)** - मेळघाट वन्यजीव विभागाच्या जामली परिक्षेत्रात अवैध सागवान लाकूड साठवणुकीवर मोठी कारवाई करण्यात आली. 4 ऑगस्ट 2025 रोजी सकाळी साडेअकरा ते बारा वाजेदरम्यान चिचखेडा गावात वन विभागाच्या पथकाने धाड टाकून सागवान इमारती लाकूड जप्त केले. गोपनीय माहितीच्या आधारे केलेल्या या कारवाईत आरोपी शिवराज अशोक अजनेरीया (36) आणि रवि किसन कोगे (40), दोघेही रा. चिचखेडा

यांच्या घरातून सागवान इमारती लाकूड एकूण 0.835 घनमीटर, किंमत अंदाजे 76,000 रुपये जप्त करण्यात आले. घटनास्थळी सुतारकामासाठी वापरले जाणारे अवजारे देखील जप्त करण्यात आले. सदर अवैध लाकूड प्रकरणी भारतीय वन अधिनियम 1927 अंतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. पुढील तपास वन्यजीव जामलीचे वनपरिक्षेत्र अधिकारी करीत आहेत. ही कारवाई, मेळघाट व्याघ्र प्रकल्प, अमरावती वनसंरक्षक तथा क्षेत्र संचालक आदर्श रेड्डी, मेळघाट वन्यजीव विभाग, परतवाडा विभागीय वन

अधिकारी वैभव संभाजी घागे, तसेच सहाय्यक वनसंरक्षक राजेश रत्नपारखी यांच्या मार्गदर्शनाखाली अर्चना अलोकार, वनपरिक्षेत्र अधिकारी (वन्यजीव) जामली यांच्या नेतृत्वाखाली वाईल्डलाईफ सायबर सेलमधील दिनेश केद्रे, अनंता नायसे, स्वप्नील राऊत, विशाल उमाळे, विशाल सुरवे तसेच जामली, गाविलगड व घटांग वन्यजीव परिक्षेत्रातील अधिकारी-कर्मचारी यांनी संयुक्तरीत्या कारवाई केली. या कारवाईत चिखलदरा पोलिस ठाण्याचे ठाणेदार राठोड यांचे मोलाचे सहकार्य मिळाले.

## दिवसा ढवळ्या घरफोडी करणारा आरोपी जेरबंद

संगणक, प्रिंटरसह 10 हजारांचा मुद्देमाल जप्त | बडनेरा डीबी पथकाची यशस्वी कारवाई



**अमरावती, (दि.5)** - बडनेरा पोलिस ठाणे क्षेत्रातील पंचबंगला परिसरातील गौतम नगर येथून दिवसा घरफोडी

**गुप्त माहितीच्या आधारे आरोपी ताब्यात**  
तक्रारीनंतर पोलिसांनी तपास सुरू केला. गुप्त माहितीच्या आधारे आरोपी रोहित आरसे याला ताब्यात घेऊन चौकशी केली असता, त्याने चोरीची कबुली दिली. त्यानंतर पंचनामा करून चोरीस गेलेला मुद्देमाल जप्त करण्यात आला. ही यशस्वी कारवाई पोलीस आयुक्त अरविंद चावरीया, उपायुक्त गणेश शिंदे, सहाय्यक पोलीस आयुक्त कैलाश पुंडकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली करण्यात आली. वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक सुनील चव्हाण यांच्या नेतृत्वाखाली प्रफुल गीते, डीबी पथकप्रमुख सुधीर प्रांजले तसेच रोशन निसंग, शंकर शेलके, विशाल पंडित, देवानंद उदे, धनराज ठाकूर, मोहम्मद समीर व शुभम कडुकार यांनी ही कारवाई पूर्ण केली. एकूण 10 हजार रुपयांचा मुद्देमाल अटक आरोपीचे नाव रोहित हस्तगत करण्यात आला आहे. रामदास आरसे (वय 20, रा.

वाडेकर किराणा जवळ, पंचबंगला जुनीवस्ती, बडनेरा) असे आहे. रत्नाकर माणिकराव ददे यांच्या गौतम नगर येथील घरात 1 ऑगस्ट रोजी सकाळी 11 ते दुपारी 2.45 वाजेदरम्यान घरफोडी झाली होती. चोरट्याने लिनोव्हो कंपनीचा संगणक, एचपी प्रिंटर व श्रमिक कल्याण फॉर्म असा एकूण 10 हजार रुपयांचा माल चोरून नेला होता. घटनेनंतर बडनेरा पोलीस ठाण्यात तक्रार दाखल करण्यात आली होती.

## ग्राम पंचायत कार्यालय, शिरजगांव कसबा

पं.स. चांदूर बाजार जि. अमरावती

ग्रामपंचायत कार्यालय शिरजगांव कसबा पं.स. चांदूर बाजार जि. अमरावती यांचे कडून १५ वित्त आयोग सन २०२०-२१ व २०२२-२३ व २०२४-२५ ग्रा.पं. स्तर खालील प्रमाणे कामे निविदा नोंदणीकृत कंत्राटदाराकडून ३ लिफाफा व बी १/ कोटेशन पद्धतीने मागविण्यात येत आहे.

| अ. क्र. | कामाचे नाव                                               | कामाची किंमत | बयाना रक्कम | निविदा फी | निविदा मिळण्याचा व स्विकारण्याचा दिनांक | निविदा उघडण्याचा दिनांक   |
|---------|----------------------------------------------------------|--------------|-------------|-----------|-----------------------------------------|---------------------------|
| १       | जि.प. सर्व शाळा कलरिंग व दुरुस्ती                        | ३६००००/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |
| २       | अंगनवाडी कलरिंग                                          | १६००००/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |
| ३       | अंगनवाडी ग्रा.पं. रंगरंगोटी व बोलकी करणे अंगनवाडी केंद्र | २५००००/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |
| ४       | पा.पु मिटर घर दुरुस्ती                                   | ५०००००/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |
| ५       | रस्ता बांधकाम                                            | ६६६६६६/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |
| ६       | नाली दुरुस्ती करणे                                       | ८३३३३३/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |
| ७       | पा.पु. देखभाल दुरुस्ती व साहित्य खरेदी करणे.             | ६६६६६६/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |
| ८       | महिलाना व्यावसायीक प्रशिक्षण                             | १०००००/-     | १ %         | ५००/-     | ४.८.२०२५ ते १०.८.२०२५                   | ११.८.२०२५ किंवा मासिक सभा |

अटी व शर्ती खालील प्रमाणे

- कंत्राटदार हा जि.प. बांधकाम विभाग नोंदणीकृत असावा.
- कंत्राटदात्याने पॅनकार्ड, GST, आधार कार्ड, लायसन सोबत जोडावे
- निविदा रद्द करण्याचे अधिकार सरपंच/ग्रामपंचायत शिरजगांव कसबा यांनी राखून ठेवले आहे.
- कोटेशन सादर करण्यापूर्वी साहित्यांची/कामांची संबंधीत संपूर्ण माहिती ग्रा.पं. कार्यालयास प्रत्यक्ष पाहणी करून कोटेशन सादर करावे.
- ४.८.२०२५ पासून कोऱ्या निविदा विक्रीस सुरू.
- अनामत रक्कमेचा अंकाउंट पे चेक सोबत जोडावे.
- सर्व अटी व शर्ती ग्रा.पं. नोटीस बोर्डावर प्रसिद्ध करण्यात आले व पाहण्यास मिळतील.

**सरपंच/ग्रामविकास अधिकारी  
ग्रामपंचायत शिरजगांव कसबा  
पं.सं. चांदूर बाजार**



# स

# मेंदूचा विकासच नाही तर आरक्षण कळणार कसे?

कोणतेही कारण नसताना आरक्षणाचा मुद्दा उकरून काढून, आरक्षणावर काही चुकीची माहिती देऊन वाद निर्माण करण्याचे काम मेंदूचा विकास न झालेले लोक करत असतात. आरक्षणाचा लाभार्थी असुनही आरक्षणा बद्दल चुकीचे विधान करणारे प्रत्येक जन बुद्धीने कमकुवतच असतो. आरक्षण जातीला आहे आणि त्यातही एकाच जातीला आरक्षण आहे असे समजणाऱ्यांनी तरी आपल्या बुद्धीची तपासणी करून घेणे आवश्यक आहे. कारण आरक्षण हे जातीला नसुन प्रवर्गाला आहे.

महाराष्ट्राचा विचार केला तर महाराष्ट्रात ओबीसी प्रवर्गात २६१ जातींचा समावेश आहे. एसटी प्रवर्गात ४७ जातींचा समावेश आहे आणि एस सी प्रवर्गात ५९ जातींचा समावेश आहे. आणखी विशेष म्हणजे एस सी मधील महार जात सोडली तर बाकी अपवाद वगळता सर्व जाती हिंदू धर्मातीलच आहेत.

ही सर्वसामान्य माहिती ज्याला माहिती नाही तो बुद्धीने गरीबच समजावा. जवळपास सर्वच जातींना आरक्षणाचा फायदा मिळत असताना आरक्षणा बद्दल अपशब्द येतात कसे हा खरा मुद्दा आहे. आरक्षणाबाबत चुकीचे तेच लोक बोलतात एक तर त्यांची बुद्धी कमी आहे नाहीतर ते कोणाचे तरी गुलाम आहेत.

बरेच लोक म्हणतात आरक्षण हे जाती आधारित नाही तर आर्थिक निकषांवर पाहिजे. असे बोलणाऱ्या लोकांच्या डोक्यात मेंदू आहेच की नाही ही शंका निर्माण होते? कारण आरक्षण कोणत्या जातीला आहे? या प्रश्नाचे उत्तर त्यांच्याकडे नाही आणि आरक्षणाची गरज का पडली याचा इतिहास ज्यांना माहिती नाही त्यांनी आरक्षणावर बोलणे म्हणजे आपण निवृद्ध असल्याचे सिद्ध करणे होय.

आरक्षण समजण्यासाठी समाज व्यवस्था व इतिहास माहिती असणे आवश्यक आहे. दुसरी गोष्ट आरक्षणाचे लाभार्थी कोण आहेत हे माहिती असणे आवश्यक आहे. थोडक्यात सांगायचे झाल्यास महाराष्ट्रात तेली, साळी, कोळी, माळी, कुणबी, धनगर, बंजारा, वंजारी, अशा सगळ्याच जाती आरक्षणाचा लाभ घेणाऱ्या असतील आणि याच जातीतील लोक बुद्धीचा वापर न करता आरक्षणावर बोलत असतील तर ते आपल्याच समाजाचा घात करत आहेत.

आरक्षण आर्थिक निकषांवर नाही कारण आरक्षण गरीबी हटाव का कार्यक्रम नसुन तो सामाजिक प्रतिनिधित्वाचा प्रश्न आहे. गरीबी हटावसाठी शासनाकडे वेगवेगळ्या योजना असतात त्यावर हजारो करोडो रुपये खर्च होतात. योजना कागदावर आणि पैसे राजकारण्यांच्या घरात जातात तो भाग वेगळा पण आरक्षण

गरीबी हटाव चा कार्यक्रम नाही.

गरीबी प्रत्येकाची दुर झालीच पाहिजे त्यासाठी सरकारला धारेवर धरून प्रत्येकाचे प्रश्न विचारलेच पाहिजे. पण सरकारला प्रश्न न विचारता आरक्षणाला दोष देऊन गरीबी हटाव सोबत संबंध जोडणारा प्रत्येकजन हा बुद्धीने कमकुवत आहे. बरेच स्वयंघोषित विद्वान, सुशिक्षित लोक म्हणतात आरक्षण नकोस बुद्धीमतेनुसार संधी असायला हवी.

बुद्धीमते नुसार संधी असायलाच हवी यामध्ये कुठेच दुमत नाही. पण प्रश्न हा

आहे की आपल्याला बुद्धीमत्ता पचते का? बुद्धीमतेच्या गोष्टी करून आरक्षण नाकारणारे लोक खरंच बुद्धीमतेची कदर करणारे असते तर जगातील सर्वात बुद्धीमान महामानव, जगाचा उद्धारक ज्ञानाचा महासागर तथागत सिद्धार्थ बुद्ध आज त्यांच्या घरात असते. बुद्धीमतेची जाणीव असती तर सिम्बॉल ऑफ नॉलेज म्हणून डॉ बाबासाहेब आंबेडकर यांचा गौरव संपूर्ण जग करते आणि आपल्या येथे त्यानाच जातीत बंद केले जाते त्यांनी बुद्धीमतेच्या गोष्टी करायला? बुद्धीमतेच्या गोष्टी करणारे बुद्धीहीन

लोक संविधान एकाच जातीचे आहे असे म्हणतात त्यांनी बुद्धीमतेवर बोलावे म्हणजे स्वतः च स्वतःच्या बुद्धीने प्रदर्शन मांडणे होय. ज्या लोकांना तथागत गौतम बुद्ध, महात्मा फुले, शाहु महाराज डॉ बाबासाहेब आंबेडकर, संत कबीर, संत तुकाराम महाराज, संत तुकडोजी महाराज, संत गाडगेबाबा, संत नामदेव महाराज यांचे विचार व कार्य मान्य नसतील त्यांची बुद्धी किती विकसित असेल याचा अंदाज येतो.

तरीही ते म्हणत असतील बुद्धीमते

नुसार नोकरी मिळाली पाहिजे. तर नोकरी बुद्धीमते नुसारच मिळते पण काही प्रश्नांची उत्तरे मिळाली तर चांगले होईल. लग्न बुद्धीमत्ता बघुन होतात की जात? मंदिरात प्रवेश नाकाराला जातो बुद्धीमत्ता बघुन की जात? मंदिरात पुजारी असतात बुद्धीमत्ता बघुन की जात? आज पर्यंत भोंदू तयार झाले, पाखंडी तयार झाले, बलात्कारी तयार झाले लाखो लोक त्यांच्या

पायावर झुकले बुद्धीमत्ता बघुन की जात? पाखंडी, बलात्कारी, भोंदू लोकांच्या पायावर लोटांगण घेणारे आणि महापुरुषांना वंदनही न करणाऱ्यांनी



विनोद पंजाबराव सदावर्ते समाज एकता अभियान रा. अरोरागंव, ता. मेहकर ९१३०९७९३००

पायावर झुकले बुद्धीमत्ता बघुन की जात? पाखंडी, बलात्कारी, भोंदू लोकांच्या पायावर लोटांगण घेणारे आणि महापुरुषांना वंदनही न करणाऱ्यांनी

## आमिषाचं षडयंत्र रचून लाडक्या बहिणींच्या भावनांशी खेळ

मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजना ही आर्थिकदृष्ट्या दुर्बल वर्गातील २१ ते ६५ वयोगटातील महिलांना आर्थिक मदत पुरवण्यासाठी सुरू केलेली एक महत्त्वपूर्ण योजना आहे. महिलांचे आर्थिक स्वातंत्र्य वाढवणे आणि सर्वांगीण विकास करणे म्हणजेच राज्यातील महिलांच्या आर्थिक स्वातंत्र्यासाठी, त्यांच्या आरोग्य आणि पोषणामध्ये सुधारणा करून कुटुंबातील त्यांची निर्णायक भूमिका मजबूत करणे या उद्दिष्टांचा बनाव करून महाराष्ट्र सरकारने २०२४ च्या महाराष्ट्र विधानसभा निवडणुकीच्या काही महिन्यांपूर्वी लाडकी बहीण योजना सुरू केली होती.

महाराष्ट्रातील 'लाडकी बहीण योजना' निवडणुकीपूर्वी महिलांना भुलवण्यासाठी वापरण्यात आलेले एक षडयंत्र आहे. त्याद्वारे १५०० रुपये हप्ता देण्यात आला. मात्र, निवडणुकीनंतर निधीअभावी हप्ते थकले. योजनेमुळे राज्याची आर्थिक स्थिती विस्कटली. यामुळे इतर खालच्या निधी वळवला जात आहे. सरकारच्या या आर्थिक कोंडीमुळे लाडक्या बहिणींमध्ये नाराजी असून, २१०० रुपयांचा हप्ता तर कोसो दुरच राहिला, पण सध्या १५०० रुपयांचीही पत्ता नाही. राज्यावर कर्जाचा डोंगर वाढत असून सरकार फक्त आश्वासने देत आहे. ही 'लाडकी बहीण योजना' फक्त निवडणुकीसाठी वापरलेला फसवणुकीचा प्रकार आहे, असं म्हणायला हरकत नाही.

सध्या महायुती सरकारमधील तिन्ही भावांना लाडक्या बहिणींचा विसर पडल्याचं दिसून येत आहे. मे आणि जून महिन्याचा हप्ता काही लाडक्या बहिणींना अद्याप मिळालेला नाही, असं लाडक्या बहिणींना ओरड सुरू आहे. योजनेच्या तांत्रिक बाबींमुळे बहिणींच्या खात्यात हप्ता येणे थकले आहे. आता, ज्यांच्या कौटुंबिक उत्पन्नात वार्षिक एक लाख रुपये येतात, त्यांना या योजनेतून वगळण्यात येईल असे म्हणतात.

तुम्ही कोणताही काम कराल तरी महिन्याला दहा हजार रुपये इतका पगार मिळतोच आणि प्रत्येक कुटुंबात एखादा तरी दहा हजार रुपये कमावणारा असतोच असतो. म्हणजे 'काम झालं माझं आणि काय करू तुझं' या उक्तीप्रमाणे इतर

निकाषांच्या आधारे कित्येक लाडक्या बहिणींना वगळण्याचा प्लॅन आहे. यावरून सिद्ध होते की, ही 'लाडकी बहीण योजना' फक्त निवडणुकीसाठी वापरलेला फसवणुकीचा प्रकार होता.

दुसऱ्या राज्याची संकल्पना उचलून महाराष्ट्रात महायुती सरकारने तत्कालीन मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या नेतृत्वात 'लाडकी बहीण योजना' जाहीर केली आणि केलोली नव्हती. मग काय, आर्थिक ताळमेळ बसवण्यासाठी इतर खात्यातील निधी वळवण्याची व पळवण्याची वेळ आली. लाडक्या बहिणींना एप्रिल महिन्याचा हप्ता ७ मे दरम्यान देण्यात आला होता. आता, मे ते जुलै महिन्याचे ४५०० रुपये कधी मिळणार, याची प्रतीक्षा आहे.

दरम्यान, अर्थमंत्री अजित पवार यांनी लाडकी बहीण योजनेत चूक झाल्याचे जाहीर केले. त्यामुळे निधी मिळणार की नाही, हा प्रश्न उपस्थित झाला आहे. लाडकी बहीण योजनेत १५०० रुपयांचा हप्ता २१०० रुपये कधी होणार हे तर दुरच राहिले. आता १५०० रुपये तरी मिळणार की नाही, असा प्रश्न बहिणींना पडत आहे.

राज्यासमोर आर्थिक संकट वाढत आहे. महसुली उत्पनापेक्षा खर्च जास्त आहे. कर्ज व व्याजापोटी मोठी रक्कम खर्च होत आहे. भांडवली खर्चासाठी दुसरे कर्ज काढण्याशिवाय पर्याय नाही. आर्थिक पाहणी सर्वेक्षण अहवालातून राज्याची गंभीर स्थिती समोर आली आहे. म्हणजे खर्चाच्या तुलनेत उत्पन्न कमी आहे.

कर्ज आणि व्याजापोटी राज्यावरील कर्जाचा डोंगर वाढत चालला आहे. यामुळे खर्च भागवताना अडचणी येत आहे. दरम्यान, महिला व बालविकास मंत्री आदिती तटकरे यांनी सरकारची कर्मचा-यांना लाभ बंद केल्याबाबतची माहिती दिली.

५ महिन्यांपूर्वी लक्षात आले की सरकारी महिला कर्मचारी लाभ घेत आहेत. त्यामुळे त्यांना बंदी घालण्यात आली. आता तर महिला आणि बालविकास विभागाने निवडून दिले. त्यानंतर मात्र महायुती



सरकारची पंचायत होऊ लागली. या योजनेसाठी अर्थसंकल्पात तरतूदच होणार का आणि त्यांच्याकडून दिलेली रक्कम वसूल करण्यात येईल का? असा प्रश्न उपस्थित होत आहे. तेव्हा निकष तपासणारे काय करत होते? त्यामुळे या पुरुषांवर कार्यवाही होणार का आणि त्यांच्याकडून दिलेली रक्कम वसूल करण्यात येईल का? असा प्रश्न उपस्थित होत आहे.

आतापर्यंत सर्वच निकाषांच्या आधारे अर्जाची पडताळणी सुरू होती. त्यामुळे जवळपास ५० लाख बहिणींना वगळण्यात आले. ही पडताळणी पुढेही सुरू ठेवली असती, पण येणाऱ्या मनपा, नग, जप, पंस व ग्रांप निवडणुकीचा विचार करता ही प्रक्रिया तात्पुरती बंद करण्यात आली. एवढेच नव्हे तर रक्षाबंधनचे औचित्य साधून ज्या बहिणींचे मे पासूनचे हप्ते थकले, त्यांना मे ते ऑगस्ट असे ४ महिन्यांचे प्रत्येकी १५०० रुपये प्रमाणे ६००० रुपये तर चालू बहिणींना जुलै व ऑगस्ट असे २ महिन्यांचे प्रत्येकी १५०० रुपये प्रमाणे ३००० रुपये देऊन आमिषांच्या षडयंत्रात अडकवण्याचा प्रयत्न सुरू आहे.

परंतु लाडक्या बहिणींच्याही आता लक्षात येऊ लागले आहे की, हे महायुतीचे सरकार फसवते आहे. म्हणून लाडक्या बहिणींनी सरकारा कोणतीही अक्कल लढविली, तरी त्यांच्या अकलेच्या तमाशाला भुलून जावू नका आणि त्यांच्या चक्रव्यूहात अडकू नका.

तसं पाहता महायुती सरकारमध्ये जनतेला फेस करणाऱ्या ताकद उरली नाही. म्हणूनच तर जन सुरक्षा विधेयक पारित करून सामान्य जनतेच्या अभिव्यक्ती स्वातंत्र्यावर गदा आणण्याचा व सर्वाधिकार हिरावून घेण्याचा प्रयत्न सुरू आहे. पण लाडक्या बहिणींनी तुमच्यात हे विधेयक हाणून पाडण्याची ताकद आहे. त्यामुळे ते पारित होण्यापूर्वीच हाणून पाडा. एकदा का हे विधेयक पारित झाले तर मग कोणत्याच गोष्टीसाठी तुम्ही लाडू शकणार नाही. त्यामुळे आताच जागे व्हा, उठा आणि लढा..!

आजच्या काळात १०० वर्षांपेक्षा जास्त जगणं, तेही पूर्णपणे निरोगी आणि सक्रिय राहून, हे अनेकांना अशक्य वाटतं. पण एका १०१ वर्षांच्या डॉक्टरने हे शक्य असल्याचं सिद्ध केलं आहे. या डॉक्टरने आपल्या आयुष्यात काही साध्या पण महत्वाच्या सवयी अंगीकारल्या, ज्या त्यांनी दीर्घायुच्याचे रहस्य म्हणून जगासोबत शेअर केल्या आहेत. हे नियम कोणत्याही महागड्या औषधोपचारांवर किंवा विशिष्ट जनुकीय रचनेवर आधारित नाहीत, तर रोजच्या जीवनातील निवडक सवयींवर अवलंबून आहेत.

डॉक्टरने ७ लाइफस्टाइल सीक्रेट्स या डॉक्टरने अनेक दशकांपासून या सवयी पाळल्या आहेत आणि आता ते त्या जगाला सांगत आहेत.

तंबाखूला ना म्हणा : या डॉक्टरने नेहमीच धूमपानापासून स्वतःला दूर ठेवले. धूमपान हे अकाली मृत्यूचे एक मोठे कारण आहे, असे ते ठामपणे मानतात.

आहे की, लाडकी बहीण योजनेअंतर्गत १४,००० हून अधिक पुरुषांनी फसवणूक करून आर्थिक लाभ मिळवले आहेत.

ऑडिटमध्ये असे म्हटले आहे की या योजनेअंतर्गत १४,२९८ पुरुषांना २१.४४ कोटी रुपये वितरित करण्यात आले. पण जेव्हा सरकारी महिला कर्मचारी आणि पुरुष लाभ घेत होते, तेव्हा निकष तपासणारे काय करत होते? त्यामुळे या पुरुषांवर कार्यवाही होणार का आणि त्यांच्याकडून दिलेली रक्कम वसूल करण्यात येईल का? असा प्रश्न उपस्थित होत आहे.

आतापर्यंत सर्वच निकाषांच्या आधारे अर्जाची पडताळणी सुरू होती. त्यामुळे जवळपास ५० लाख बहिणींना वगळण्यात आले. ही पडताळणी पुढेही सुरू ठेवली असती, पण येणाऱ्या मनपा, नग, जप, पंस व ग्रांप निवडणुकीचा विचार करता ही प्रक्रिया तात्पुरती बंद करण्यात आली. एवढेच नव्हे तर रक्षाबंधनचे औचित्य साधून ज्या बहिणींचे मे पासूनचे हप्ते थकले, त्यांना मे ते ऑगस्ट असे ४ महिन्यांचे प्रत्येकी १५०० रुपये प्रमाणे ६००० रुपये तर चालू बहिणींना जुलै व ऑगस्ट असे २ महिन्यांचे प्रत्येकी १५०० रुपये प्रमाणे ३००० रुपये देऊन आमिषांच्या षडयंत्रात अडकवण्याचा प्रयत्न सुरू आहे.

परंतु लाडक्या बहिणींच्याही आता लक्षात येऊ लागले आहे की, हे महायुतीचे सरकार फसवते आहे. म्हणून लाडक्या बहिणींनी सरकारा कोणतीही अक्कल लढविली, तरी त्यांच्या अकलेच्या तमाशाला भुलून जावू नका आणि त्यांच्या चक्रव्यूहात अडकू नका.

तसं पाहता महायुती सरकारमध्ये जनतेला फेस करणाऱ्या ताकद उरली नाही. म्हणूनच तर जन सुरक्षा विधेयक पारित करून सामान्य जनतेच्या अभिव्यक्ती स्वातंत्र्यावर गदा आणण्याचा व सर्वाधिकार हिरावून घेण्याचा प्रयत्न सुरू आहे. पण लाडक्या बहिणींनी तुमच्यात हे विधेयक हाणून पाडण्याची ताकद आहे. त्यामुळे ते पारित होण्यापूर्वीच हाणून पाडा. एकदा का हे विधेयक पारित झाले तर मग कोणत्याच गोष्टीसाठी तुम्ही लाडू शकणार नाही. त्यामुळे आताच जागे व्हा, उठा आणि लढा..!

आजच्या काळात १०० वर्षांपेक्षा जास्त जगणं, तेही पूर्णपणे निरोगी आणि सक्रिय राहून, हे अनेकांना अशक्य वाटतं. पण एका १०१ वर्षांच्या डॉक्टरने हे शक्य असल्याचं सिद्ध केलं आहे. या डॉक्टरने आपल्या आयुष्यात काही साध्या पण महत्वाच्या सवयी अंगीकारल्या, ज्या त्यांनी दीर्घायुच्याचे रहस्य म्हणून जगासोबत शेअर केल्या आहेत. हे नियम कोणत्याही महागड्या औषधोपचारांवर किंवा विशिष्ट जनुकीय रचनेवर आधारित नाहीत, तर रोजच्या जीवनातील निवडक सवयींवर अवलंबून आहेत.

डॉक्टरने ७ लाइफस्टाइल सीक्रेट्स या डॉक्टरने अनेक दशकांपासून या सवयी पाळल्या आहेत आणि आता ते त्या जगाला सांगत आहेत.

तंबाखूला ना म्हणा : या डॉक्टरने नेहमीच धूमपानापासून स्वतःला दूर ठेवले. धूमपान हे अकाली मृत्यूचे एक मोठे कारण आहे, असे ते ठामपणे मानतात.

बुद्धीमतेवर बोलावे म्हणजे आश्चर्यच आहे. आरक्षण हा खूप खोल व गंभीर विषय आहे. आरक्षणांमुळे अनेकांना कुणबी, तेली, साळी कोळी, माळी, धनगर जाती सह ज्यांना ज्यांना आरक्षण आहे त्या उमेदवारांना लेखी परिक्षेत जास्त गुण मिळतात आणि मुलाखती मध्ये कमी गुण मिळतात हे कशामुळे? गुपीएससी ची परिक्षा न घेता, आरक्षणाचा विचार न करता सरळ सचिव पदावर दरवर्षी खाजगी क्षेत्रातील उमेदवार बसवले जातात. त्यामध्ये किती कुणबी, मराठा, तेली, साळी, कोळी, माळी धनगर आहेत? यांच्या कडे गुणवत्ता नाही? याचा विचार कोणी करणार आहे की नाही?

औद्योगिक क्षेत्र व प्रसारमाध्यमांमध्ये आरक्षण नाही तर मराठा, तेली, कुणबी, माळी, धनगर, थोडक्यात आरक्षणाचा लाभ घेणाऱ्या लोकांच्या किती कंपन्या आहेत? यांच्या किती मोटमोठ्या बँका आहेत? किती टिक्की चॅनल हे मराठा, कुणबी, माळी, धनगर तेली, साळी, कोळी, कुंभार यांचे आहेत? का यांच्याकडे कंपनी सुरू करायला, चॅनल सुरू करायला बुद्धीमत्ता नाही?

वर ते सोडा मराठा, कुणबी, माळी, धनगर तेली, साळी, कोळी, कुंभार या पैकी किती लोक मोटमोठ्या मंदिरात पुजारी आहेत? का यांच्या कडे बुद्धीमत्ता नाही? ज्या ठिकाणी आरक्षण नाही तेथे

लोक आहेत? का यांच्या कडे बुद्धीमत्ता नाही? का होऊ शकले नाहीत ते न्यायाधीश? एमपीएससी मध्ये कुणबी, तेली, साळी कोळी, माळी, धनगर जाती सह ज्यांना ज्यांना आरक्षण आहे त्या उमेदवारांना लेखी परिक्षेत जास्त गुण मिळतात आणि मुलाखती मध्ये कमी गुण मिळतात हे कशामुळे? गुपीएससी ची परिक्षा न घेता, आरक्षणाचा विचार न करता सरळ सचिव पदावर दरवर्षी खाजगी क्षेत्रातील उमेदवार बसवले जातात. त्यामध्ये किती कुणबी, मराठा, तेली, साळी, कोळी, माळी धनगर आहेत? यांच्या कडे गुणवत्ता नाही? याचा विचार कोणी करणार आहे की नाही?

औद्योगिक क्षेत्र व प्रसारमाध्यमांमध्ये आरक्षण नाही तर मराठा, तेली, कुणबी, माळी, धनगर, थोडक्यात आरक्षणाचा लाभ घेणाऱ्या लोकांच्या किती कंपन्या आहेत? यांच्या किती मोटमोठ्या बँका आहेत? किती टिक्की चॅनल हे मराठा, कुणबी, माळी, धनगर तेली, साळी, कोळी, कुंभार यांचे आहेत? का यांच्याकडे कंपनी सुरू करायला, चॅनल सुरू करायला बुद्धीमत्ता नाही?

वर ते सोडा मराठा, कुणबी, माळी, धनगर तेली, साळी, कोळी, कुंभार या पैकी किती लोक मोटमोठ्या मंदिरात पुजारी आहेत? का यांच्या कडे बुद्धीमत्ता नाही? ज्या ठिकाणी आरक्षण नाही तेथे

मक्तेदारी कोणाची आहे? तेथे एकच लॉबी कशी काय टिकुन आहे? हा मुळ प्रश्न असताना तो बाजूला सारून आरक्षणावर बोलुन बुद्धीचे प्रदर्शन मांडले जाते.

आरक्षणाच्या नावाखाली एकाच जातीला लक्ष केले जाते. जेथे आरक्षण नाही तेथे कोणत्या जातीचे लोक राहतात हा साधा प्रश्न जरी केला तरीही जातीवाद होतो. म्हणून आरक्षण हे सर्वांना समान संधी देऊन सामाजिक प्रवाहात सर्वांना समान करते. म्हणून सामाजिक आरक्षण हे भारतीय समाजाला खूप आवश्यक आहे.

विद्वत्तेच्या पोकळ गप्पा करणाऱ्या जर संविधानाचे गांभीर्य नसेल त्या व्यक्तीएवढा मंद व्यक्ती दुसरा कोणीही नसेल. म्हणून आरक्षणावर बोलणे, आरक्षण समजून घेणे, हे येद्या गबाळ्याचे काम नाही. फालतू शोशल मिडीयावर येऊन नको ते कुटाणे करून स्वतः आरक्षणाचे लाभार्थी असताना आणि सामाजिक विकासासाठी आरक्षणा शिवाय दुसरा पर्याय नसताना आरक्षणाबाबत चुकीचे बोलणे म्हणजे स्वतःच्या पायावर स्वतःच कुऱ्हाड मारून आपली बुद्धी किती कमकुवत आहे हे दाखवणे होय.

(ही लेखकाची वैयक्तिक मते आहेत.)

## पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद



पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्याचे विकार आणि आयुर्वेद

पाटीचा कणा, मणक्या



## १२ वर्षीय मुलाच्या दुर्मिळ हृदयविकारावर आचार्य विनोबा भावे ग्रामीण रुग्णालय, वर्धा येथे यशस्वी उपचार, ओपन-हार्ट शस्त्रक्रियेची गरज टळली

अकोला, ५ ऑगस्ट : सावंगी (मेवे), वर्षा येथील आचार्य विनोबा भावे ग्रामीण रुग्णालयातील कार्डिअक कंथेथेरायझेशन प्रयोगशाळेत १२ वर्षीय मुलाच्या दुर्मिळ जन्मजात हृदयविकारावर मिनिमली इनवेसिव्ह स्ट्रेटिज पद्धतीने यशस्वी उपचार करण्यात आले. या प्रक्रियेने पारंपरिक ओपन-हार्ट शस्त्रक्रियेची आवश्यकता पूर्णपणे टळली.

सदर मुलाला सुपीरियर वेना कावा (एस्व्हीसी) - शरीराच्या वरच्या भागातून (डोके, मान, हात) आलेले अप्रणवायू युक्त रक्त हृदयाकडे आणणारी मोठी शीर) आणि उजवे आर्बल (उजवा कोणिका - हृदयातील वरचा उजव्या बाजूचा कप्पा, ज्यात शरीरातून आलेले रक्त प्रथम साठते आणि नंतर पुढच्या कप्प्याकडे जाते.) यांच्या जोडणीच्या ठिकाणी आढळणाऱ्या एट्रियल सेप्टल डिफेक्ट (एएसडी) या अत्यंत दुर्मिळ प्रकाराच्या आजाराचे निदान झाले होते. अशा प्रकारचा दोष बालरुग्णांमध्ये क्वचित



आढळतो, आणि अशा प्रकरणांमध्ये स्ट्रेटिजची पद्धत अवलंबली जाणे तर अत्यंत दुर्मिळ असते. या प्रसंगी आचार्य विनोबा भावे ग्रामीण रुग्णालय, वर्धा येथील हृदयरोग विभागप्रमुख प्रा. डॉ. गजेन्द्र अग्रवाल म्हणाले, पीएपीव्हीसी सह एस्व्हीसी दोषाचा ट्रान्सकॅथेटर क्लोजर हा मुलांमधील दुर्मिळ जन्मजात हृदयविकाराच्या उपचार पद्धतीत आमूलाग्र बदल घडवत आहे. योग्य रुग्ण निवड व प्रगत तंत्रज्ञानामुळे आपण आता सुरक्षित, कमी आक्रमक पर्याय उपलब्ध करून देऊ शकतो ज्यामुळे

उपचारांचे परिणाम आणि रुग्णांच्या जीवनमानात लक्षणीय सुधारणा होते. या उपचारप्रक्रियेत एव्हीबीआरएच वर्धा कंथ लॅबच्या कार्डिअलॉजी टीममधील डॉ. आकाश लोखंडे, डॉ. हर्षल पावडे, डॉ. चेतन राठी, डॉ. वैभव राऊत आणि डॉ. वैभव महाले यांनी महत्वाची भूमिका बजावली. त्यांच्या सामूहिक कौशल्य, समर्पण आणि काटेकोर नियोजनामुळे हा जटिल उपचार यशस्वी आणि सुरक्षितपणे पार पडला.

प्रक्रियेची ठळक वैशिष्ट्ये: रुग्णाची पात्रता निश्चित करण्यासाठी

अत्याधुनिक मल्टिमोडॅलिटि इमेजिंगचा वापर. हस्तक्षेपाची प्रत्येक पायरी रुग्णाच्या सुरक्षिततेला सर्वोच्च प्राधान्य देऊन काटेकोर नियोजन. ट्रान्सकॅथेटर क्लोजर तंत्राचा वापर कमी आघात करणारी आधुनिक पद्धत जी मोठी शस्त्रक्रिया टाळते आणि जलद पुनर्वसनास मदत करते. प्रक्रियेनंतर सहा महिन्यांनी हा बालरुग्ण पूर्णपणे निरोगी असून कोणत्याही लक्षणांशिवाय किंवा गुंतागुंतीशिवाय आनंदी जीवन जगत आहे. ही यशस्वी उपचारप्रक्रिया एव्हीबीआरएचच्या हृदयरोगतज्ज्ञांच्या कौशल्य व नाविन्यपूर्ण दृष्टिकोनाचे प्रतीक आहे. मुलांमधील अशा जटिल जन्मजात हृदयविकारांवर मात करणे हा एक महत्त्वाचा टप्पा असून, इंटरव्हेन्शनल पीडियाट्रिक कार्डिओलॉजीमध्ये हे रुग्णालय एक उत्कृष्ट केंद्र म्हणून आपली ओळख अधिक दृढ करत आहे.

### टाटा एआयजी विद्यार्थी प्रवास विमा:

#### परदेशातील विद्यार्थ्यांसाठी एक सुरक्षा कवच

**मुंबई, ५ ऑगस्ट :** देशातील आघाडीची विमा कंपनी, टाटा एआयजी जनरल इन्शुरन्स कंपनी लिमिटेडने विद्यार्थी प्रवास विमा ही परदेशात शिक्षण घेणाऱ्या विद्यार्थ्यांसाठी तयार केलेली एक व्यापक योजना सादर केली आहे. ही योजना अचानक उद्भवणाऱ्या वैद्यकीय समस्या आणि प्रवासातील आव्हानांपासून आर्थिक संरक्षण देते, ज्यामुळे विद्यार्थी आणि त्यांच्या कुटुंबियांना मन:शांती मिळते.

टाटा एआयजी जनरल इन्शुरन्सचे उपाध्यक्ष - कन्ज्युमर अंडररायटिंग डॉ. चंद्रकांत सैद म्हणाले, टाटा एआयजीमध्ये, शिक्षणाच्या नवीन जगात पाऊल ठेवताना विद्यार्थ्यांसमोर येणारी आव्हाने आम्ही समजू शकतो. आमची विद्यार्थी प्रवास विमा योजना व्यापक संरक्षण आणि मन:शांती प्रदान करते, जेणेकरून विद्यार्थी त्यांच्या वैयक्तिक लक्ष केंद्रित करू शकतील जे खरोखर महत्वाचे आहेत.

क्लेम सेटलमेंट सहजपणे व्हावे यासाठी सहाय्य आणि जागतिक पाठिंब्यासह, टाटा एआयजी विद्यार्थी आणि पालकांसाठी एक विश्वासार्ह भागीदार बनली आहे, ज्यामुळे परदेशात सुरक्षित शैक्षणिक प्रवास सुनिश्चित होतो.

### सॅमसंगकडून भारतात स्वातंत्र्य दिन साजरा करण्यासाठी व्हिजन एआय टीव्हीवर 'बिग सेलिब्रेशन, बिगर स्क्रीन' ब्लॉकबस्टर डिल्सची घोषणा

**गुरुग्राम, ५ ऑगस्ट :** सॅमसंग या भारतातील सर्वात मोठ्या ग्राहक इलेक्ट्रॉनिक्स ब्रँडने स्वातंत्र्य दिनाचा उत्साह साजरा करण्यासाठी देशव्यापी 'बिग सेलिब्रेशन, बिगर स्क्रीन' मोहिमेची घोषणा केली आहे. ही मोहिम १ ऑगस्ट ते ३१ ऑगस्ट २०२५ पर्यंत रिले स्टोअर्स आणि ऑनलाइन प्लॅटफॉर्मवर राबवण्यात येईल, जेथे ग्राहकांना सॅमसंगच्या व्हिजन एआय बिग टीव्हीवरील आकर्षक डिल्ससह मनोरंजन अधिक करता येईल. सॅमसंगचे व्हिजन एआय असलेले हे टेलिव्हिजन उत्साहवर्धक व सर्वातम होम एंटरटेन्मेंटचा आनंद देणारे. या टेलिव्हिजनमध्ये सर्वातम पिक्चर, साउंड व सानुकूल कंटेंट आहे, जे वापरकर्त्यांच्या पसंतीनुसार डिझाइन करण्यात आले आहेत.

वर्षानुवर्ष सॅमसंग ग्राहकांसाठी सणासुदीच्या काळातील खरेदी उत्साहवर्धक करण्यामध्ये अग्रस्थानी आहे. प्रमोशनचा भाग म्हणून सॅमसंगच्या निओ क्यूएलईडी, ओएलईडी, क्यूएलएलडी आणि क्रिस्टल डीके यूएचडी टीव्ही श्रेणीमधील निवडक ५५-इंच व त्यापेक्षा मोठ्या आकाराचे मॉडेलस खरेदी करणाऱ्या ग्राहकांना जवळपास ९३००० रुपये किंमत असलेला साऊंडबार किंवा जवळपास २०५००० रुपये किंमतेत सल्लेभार टीव्ही मोफत मिळेल. या ऑफर्स अत्याधुनिक तंत्रज्ञान, सर्वातम व्युंश आणि अद्वितीय मूल्य देण्याप्रती सॅमसंगच्या सातत्यपूर्ण कटिबद्धतेचा भाग आहेत.



ज्यामुळे कुटुंबांसाठी घरी मोठ्या आकाराची टीव्ही आणण्याची ही परिपूर्ण वेळ आहे. या मोहिमेबाबत मत व्यक्त करत सॅमसंग इंडियाच्या व्हिज्युअल डिस्प्ले बिझनेसचे वरिष्ठ संचालक व प्रमुख वित्तज्ञ डॉ. गंगाराम वरिष्ठ म्हणाले, "स्वातंत्र्य दिनाला कुटुंब एकत्र येत उत्साहपूर्ण साजरी करणाऱ्या आनंद घेतात, जेथे संपूर्ण भारतात उत्साहाचे वातावरण असते. 'बिग सेलिब्रेशन, बिगर स्क्रीन' ऑफर्ससह आमचा हा काळ अधिक उत्साहवर्धक करण्याचा मनसुबा आहे, जेथे कुटुंबांना सॅमसंगच्या एआय-पॉवर्ड बिग टीव्हीमध्ये अपग्रेड करण्याची संधी आहे. या टेलिव्हिजनमध्ये सर्वातम पिक्चर क्वालिटी, सिनेमॅटिक साउंड आणि सॅमसंग व्हिजन एआयद्वारे समर्थित सर्वातम वैशिष्ट्ये आहेत. आम्ही नाविन्यतेमध्ये बाजारपेठेचे नेतृत्व करत असताना आमचे प्रीमियम तंत्रज्ञान अधिक सहजसाध्य करण्याप्रती आणि देशभरातील ग्राहकांसाठी एआय व्युंश अनुभवाचे लोकशाहीकरण करण्यासाठी कटिबद्ध आहोत." अपग्रेडला अधिक किफायतशीर करण्यासाठी सॅमसंगने या मोहिमेअंतर्गत प्रबळ फायनान्स प्रस्ताव सादर केला आहे. ग्राहक निवडक ५५-इंच व त्यापेक्षा मोठ्या आकाराच्या टेलिव्हिजनवर फक्त २,९९० रुपयांपासून सुरू होणारे फ्लॅट व ईएमआय आणि जवळपास ३० महिन्यांपर्यंत दीर्घकालीन योजनांचा आनंद घेऊ शकतात, ज्यामुळे तडजोड न करता सहजपणे अपग्रेड करता येईल.

### झी टीव्हीच्या कलाकारांनी सांगितल्या त्यांच्यासाठी खास असलेल्या मैत्रीच्या गोष्टी

**मुंबई, ५ ऑगस्ट :** फ्रेंडशिप डे हा आपल्या जीवनात आनंद, आधार आणि अर्थ घेऊन येणाऱ्या नात्यांची आठवण करून देणारा एक हृदयस्पर्शी दिवस आहे. हे त्यांचे सेलिब्रेशन आहे जे आपल्या प्रत्येक चढ-उतारामध्ये आपल्यासोबत ठामपणे उभे राहतात एकटेपणाची भावना थोडीशी कमी करतात. मग ती बालपणीची, ऑफिसमधील सोबत असो, किंवा अगदी अलीकडे जुळलेली ती जिव्हाळ्याची ओळख प्रत्येक मैत्री जीवनाच्या कॅनव्हासला स्वतःचा एक खास रंग देते. या वर्षी, झी टीव्हीवरील कलाकारांमध्ये अलुका मर्चंडे, वसुधा मधील अभिषेक शर्मा, तुम से तुम तक मधील निहारिका चौकीसी, जाने अनजाने हम मिले मधील आयुषी खुराना, छोरियाँ चली गाँव मधील ऐश्वर्या खरे, आणि जमाई नं. १ मधील अभिषेक मलिक यांनी त्यांच्या आयुष्यातील मैत्रीचे महत्त्व आणि त्यांच्या मनात खोलवर धर करून बसलेल्या आठवणी शेअर केल्या.



झी टीव्हीच्या 'छोरियाँ चली गाँव' या मालिकेतील अभिनेत्री ऐश्वर्या खरे म्हणाली, मैत्री म्हणजे एकत्र वाढणे आणि एकमेकांसाठी सुरक्षित जागा बनणे. मला त्या दोघी बहिणींच्या रूपात दोन बेस्ट फ्रेंड्स मिळाल्या आहेत, ज्या माझ्या आयुष्याच्या सुखासाठीपासूनच माझ्यासोबत आहेत.

### राशीभविष्य

**मेघ :** आज तुम्हाला एका जुन्या मित्राची भेट होईल. विद्यार्थ्यांना अभ्यासात सत्र असेल. कोणत्याही स्पर्धेत किंवा परीक्षेत तुम्हाला यश आणि आदर मिळेल. एका नवीन औद्योगिक युनिटचे उद्घाटन होईल.

**वृषभ :** आज, प्रतिस्पर्ध्याशी किंवा शत्रूशी लढाई संपेल. आणि पुन्हा सुसंवाद निर्माण होईल. कौटुंबिक मित्रासोबत व्यवसायिक संबंध सुरू होऊ शकतात. कामाच्या ठिकाणी अनुभवाचे कौतुक केले जाईल.

**मिथुन :** आजचा दिवस विशेष आनंद आणि प्रगतीचा राहणारा नाही. महत्त्वाच्या कामात संघर्ष वाढू शकतो. सामाजिक कार्यात संयमाने वाग. विरोधक तुमचा अपमान करण्याचा प्रयत्न करू शकतात.

**कर्क :** आज तुम्हाला कामाच्या ठिकाणी विशेष सहकार्य आणि आदर मिळेल. काही महत्त्वाच्या कामाची जबाबदारी मिळाल्याने तुमचा प्रभाव वाढेल. व्यवसायात नफा कमवण्याची संधी मिळेल.

**सिंह :** आज तुमच्या मुलांप्रती असलेली जबाबदारी पार पडेल. तुम्हाला जवळचा मित्र भेटेल. विद्यार्थ्यांना अभ्यासात सत्र असेल. कामाच्या ठिकाणी तुमचे बौद्धिक कौशल्य पाहून सर्वांना आश्चर्य वाटेल.

**कन्या :** कामाच्या ठिकाणी जवळच्या व्यक्तीशी तुमची जवळीक वाढेल. राजकारणात पद आणि प्रतिष्ठा वाढेल. लोक तुमच्याकडे आकर्षित होतील. काही महत्त्वाच्या कामात यश मिळण्याची शक्यता आहे.

**तुळ :** कामाच्या ठिकाणी कठोर परिश्रम करूनही तुम्हाला सारखे परिणाम मिळणार नाहीत. सहकाऱ्यांशी मतभेद होऊ शकतात. कोणाच्याही प्रस्तावाखाली येऊ नका. तुम्हाला सरकारी योजनेचा लाभ मिळेल.

**वृश्चिक :** आज, कामाच्या आणि व्यवसायाच्या क्षेत्रात तुमच्या समस्यांना गांभीर्याने तोंड देण्यासाठी तयार राहा. धाबूरू नका. संघर्षनंतर महत्त्वाच्या कामात तुम्हाला यश मिळेल. जुन्या मित्रांची भेट होईल.

**धनु :** आजचा दिवस तुमच्यासाठी सकारात्मक असेल. प्रलंबित कामे पूर्ण होण्याची शक्यता आहे. समाजात तुमची प्रतिष्ठा वाढेल. शत्रू तुमच्याशी स्पर्धेची भावना बाळगतील. प्रकृतीकडे अधिक लक्ष पुरवा.

**मकर :** आज तुम्हाला तुमच्या कारकिर्दीला नवीन दिशा देण्यासाठी अनेक उत्तम संधी मिळतील. कृषी क्षेत्रात तुम्हाला काही नवीन संधी मिळतील. बहुराष्ट्रीय कंपन्यांमध्ये कार्यरत लोकांना मान मिळेल.

**कुंभ :** आज तुम्हाला कुटुंबात काही चांगली बातमी मिळेल. सरकारी मदतीने काही महत्त्वाच्या कामातील अडथळे दूर होतील. तुम्हाला परीक्षा आणि स्पर्धांमध्ये यश मिळेल. कौटुंबिक जीवन आनंददायी राहील.

**मीन :** शिक्षण, अर्थशास्त्र आणि कृषी क्षेत्रात काम करणाऱ्या लोकांना फायदेशीर संधी मिळतील. विरोधक तुमच्या कमकुवतपणाचा फायदा घेण्याचा प्रयत्न करतील. व्यवसायात नवीन भागीदार मिळतील.

## कॅलिफोर्निया बदामांसह निरोगी रक्षाबंधन साजरे करा

**नागपूर, ५ ऑगस्ट :** रक्षाबंधन म्हणजे भावंडांच्या प्रेमाचा आणि नात्याचा सण. बहिणी भावांसाठी त्यांची काळजी आणि सुख-समृद्धीसाठी प्रार्थना करतात, तर भाऊ त्यांच्या संरक्षणाची शपथ घेतात. यंदा, या प्रेमळ नात्याला साजेसा आदर दाखवा तुमच्या भावंडांच्या दीर्घकाळ टिकणाऱ्या आरोग्यासाठी आरोग्याला प्राधान्य सणावैभवात स्वादिष्ट जेवण आणि गोड पदार्थांचा आस्वाद घेणं सहसा होतं. सण आनंदात साजरा करणं नैसर्गिकच आहे, पण त्याचवेळी संतुलित आणि एकदमदार निवडी करणंही गरजेचं आहे. या रक्षाबंधनाला, रोजच्या आहारात कॅलिफोर्निया बदाम घालून सण अधिक खास आणि निरोगी बनवा.

बदाम हे आवश्यक पोषणतत्वांनी परिपूर्ण असून ते दीर्घकालीन आरोग्याच्या उद्दिष्टांना साध्य करण्यात मदत करतात. रक्तातील साखरेचे प्रमाण नियंत्रित करण्यापासून ते एलडीएल आणि एक्एल कोलेस्टेरॉल कमी करण्यापर्यंत, बदाम हृदयाच्या आरोग्यासाठी आणि नैसर्गिक गोड पदार्थ वापरण्याचा विचार करा आहारात बदामांचा समावेश केल्याने आरोग्यदायी आणि यशस्वी भविष्याची पायाभरणी होते.

सणासुदीच्या जेवणाची तयारी करताना, साखरेच्या जागी नैसर्गिक गोड पदार्थ वापरण्यासाठी उपयुक्त आहेत. दरोज केल्या आणि तळलेल्या पदार्थांच्या ऐवजी बेक केलेले पदार्थ निवडा. अशा लहान पण महत्त्वाच्या बदलांनी उदाहरणार्थ, तुमच्या सणांमध्ये कॅलिफोर्निया बदामांचा समावेश करून तुम्ही एकत्र येण्याच्या



हंगामाचा आनंद घेत असताना तुमच्या कुटुंबाच्या आरोग्य, आनंद आणि दीर्घकालीन समृद्धीची काळजी देखील घेऊ शकता.

बॉलिवूड अभिनेत्री सोहा अली खान म्हणतात, रक्षाबंधन हा माझ्या कुटुंबासाठी अत्यंत खास दिवस आहे. मी ग्रीनलंड बदामांची बफ्री आणि बदामाचे ब्राउन्स यांसारख्या निरोगी आणि स्वादिष्ट पदार्थांची तयारी करते. रोज सकाळी माझ्या नवऱ्याला आणि मुलीला बदाम देणे माझी एक आवडतूने केलेली सवय आहे, जी सणानाही कधीही चुकवलेली नाही. बदाम केवळ स्वादिष्ट नसून आरोग्यासाठीही अत्यंत लाभदायक आहेत, म्हणून मी शक्य तितक्या जेवणांमध्ये त्यांचा समावेश करण्याचा प्रयत्न करते.

मॅक्स हेल्थकेअर, दिल्ली येथील रिजनल हेड डायटेटिक्स क्लिनिक समुह म्हणतात, रक्षाबंधन साजरा सणाच्या काळात लोक अनेकदा त्यांच्या आरोग्यावर होणाऱ्या परिणामांविषयी जागरूक न राहता अस्वास्थ्यदायी अन्नाचा अतिरेक करतात. मी शिफारस करते की, सण निरोगी आणि सजजपणे साजरे करावेत, जसे की

बदामांसारख्या पोषक पर्यायांचा समावेश करणे. आवश्यक पोषणतत्वांनी परिपूर्ण बदाम हे अस्वास्थ्यदायी स्नॅक्सचा उत्तम पर्याय असून, ते सणासुदीच्या जेवणांमध्ये सहज वापरता येतात. ताज्या आयसीएमआर आहार मार्गदर्शक तत्वांनुसार बदाम हा रोजच्या आहारात घेतला जाणारा पोष्टिक पदार्थ आहे, जो वनस्पती प्रथिनांसह दीर्घकालीन आरोग्याचे समर्थन करतो. नियमित बदाम सेवनाने केवळ वैयक्तिक आरोग्यच नव्हे तर संपूर्ण कुटुंबाची समृद्धी आणि कल्याण वाढते.

शिला कृष्णस्वामी, पोषण आणि आरोग्य सल्लागार म्हणाल्या, रक्षाबंधनच्या सणात गोड पदार्थ महत्त्वाचे असतात, पण त्याचा रक्तातील साखरेवर आणि एकंदर आरोग्यावर होणारा परिणाम अनेकदा दुर्लक्ष केला जातो. साखरेचे सेवन केल्याने ग्लुकोजची पातळी अचानक वाढू शकते, जे मधुमेह किंवा पूर्व-मधुमेह असलेल्या लोकांसाठी विशेषतः चिंतेचे कारण आहे. हा सल्ला त्या सर्वांसाठी आहे ज्यांना सणासुदीच्या काळात गोड पदार्थांमुळे चिंता वाटते तुम्हाला निरोगी राहण्यासाठी गोड पदार्थ टाळावेच लागणार नाही. पोषणतज्ञ म्हणून, मी सुचवते की सणाच्या काळात बदाम आणि ताजे फळे खाऊन अस्वास्थ्यदायी पर्याय निवडावेत. बदाम प्रथिने आणि तंतुय पदार्थांनी समृद्ध असतात, आणि संतुलित आहारात त्यांचा समावेश केल्यास रक्तातील साखरेची पातळी स्थिर राहण्यास मदत होते तसेच हृदयाचे आरोग्यही टिकवून ठेवते.

### ऑक्सिस बँकेतर्फे लॉक एफडी सुविधा सादर

**नागपूर, ५ ऑगस्ट :** भारतातील आघाडीच्या खासगी बँकांपैकी एक असलेल्या ऑक्सिस बँकेने लॉक एफडी ही एक नाविन्यपूर्ण आणि उद्योगातली पहिली सुविधा सुरू केल्याची घोषणा आज येथे केली. ग्राहकांच्या मुदत ठेवींना वाढत्या डिजिटल फसवणुकीपासून सुरक्षित ठेवण्यासाठी ही सुविधा तयार करण्यात आली आहे. बँकेच्या ओपन या मोबाइल ॲपवर आणि सर्व शाखांमध्ये ही सुविधा उपलब्ध असून, ग्राहकांना मोबाइल किंवा इंटरनेट बँकिंग सादर डिजिटल माध्यमांद्वारे मुदत ठेव अकाली बंद करता येऊन ये, यासाठी हे एक अतिरिक्त सुरक्षा कवच देण्यात आले आहे. लॉक एफडी ही सुविधा ग्राहकांच्या मुदत ठेवींना डिजिटल फसवणुकीपासून वाचवण्यासाठी आणलेली एक सुखा यंत्रणा आहे. या सुविधेसाठी निवड करणाऱ्या ग्राहकांना त्यांची मुदत ठेव अकाली बंद करायची असल्यास थेट बँकेच्या शाखेत जावे लागेल. एकदा ठेववर लॉक लावल्यास डिजिटल प्लॅटफॉर्मवरून ती बंद करण्याची सुविधा उपलब्ध राहणार नाही. ग्राहकांनी बँकेच्या शाखेत जाऊन ओळखीची तपसणी करून घेतल्यावर त्यांच्या मुदत ठेवींवर प्रक्रिया करण्यात येईल. यामुळे त्यांच्या ठेवींमध्ये अनधिकृतित्या हस्तक्षेप होण्याचा धोका कमी होईल. ही सुविधा विशेषतः अशा ग्राहकांसाठी उपयुक्त आहे, जे डिजिटल प्लॅटफॉर्मचा कमी वापर करतात किंवा ज्यांना अशा माध्यमांतील फसवणुकीचा धोका अधिक असतो.

ऑक्सिस बँकेच्या डिजिटल बिझनेस, ट्रान्सफॉर्मेशन आणि स्ट्रॅटॅजिक प्रोग्रॅम्स या विभागांचे ग्रुप एक्झिक्युटिव्ह समीर शेठ्टी म्हणाले, ऑक्सिस बँकेत आम्ही डिजिटल उपाययोजनांमध्ये सतत गुंतवणूक करीत असतो. त्यामुळे सुरक्षित आणि अखंड बँकिंगचा अनुभव ग्राहकांना मिळतो. या प्रयत्नांचा एक भाग म्हणून आम्ही लॉक एफडी ही सुविधा सादर करत आहोत. वाढत्या डिजिटल फसवणुकीला आमच्याकडून दिलेले हे एक खणखणीत उत्तर आहे. या सुविधेमुळे ग्राहकांच्या मुदत ठेवींमध्ये अधिक सुरक्षा मिळेल व डिजिटल हस्तक्षेप होण्यापासून संरक्षण मिळेल. ग्राहकांची फसवणूक करून त्यांच्या ठेवींमधील निधी चोरून नेण्याचा चोरट्यांचा मार्ग बंद करून आम्ही ग्राहकांचे पैसे आता अधिक सुरक्षित करू शकतो.

### विनोदी मालिका 'घरवाली पेडवाली' मध्ये निहारिका रॉय सावीच्या भूमिकेत !

**मुंबई, ५ ऑगस्ट :** एफ टीव्हीवरील 'घरवाली पेडवाली' भावना, हास्य आणि भवावहसराइजेजच्या धमाल रोलरकोस्टरचे मनोरंजन देण्यास सज्ज आहे. या नवीन संकल्पनेमध्ये अधिक मोहकतेची भर करत आहे उत्साही व प्रतिभावान निहारिका रॉय, जी उत्साही, धाडसी, फॅशन-फॉरवर्ड जनेरेशन शेड गर्ल सावीची भूमिका साकारणार आहे. या असामान्य प्रेम त्रिकूटामधील 'घरवाली' म्हणून तिची उपस्थिती अनपेक्षितपणे कथानकाला रोमांचक वळण देते. विनोदी व प्रेमळ निहारिका दीर्घकालीन छाप निर्माण करण्यास सज्ज आहे. सावी भूमिकेबाबत सांगताना निहारिका रॉय म्हणाली, "सावी फक्त भूमिका नाही तर पूर्णतः नवीन उत्साह घेऊन येते. ती आजची तरुण, आत्मविश्वासपूर्व स्वावलंबी मुलींचे प्रतिनिधीत्व करते, ज्यांनी छापणे आपले जीवन जगतात. टेलिव्हिजनवरील इतर महिला पात्रांच्या तुलनेत ती अधिक नीड व अभिव्यक्त होणारी आहे, जे मला खूप आवडले आहे. तिला इतरांपेक्षा वरचढ ठरवणारी बाब म्हणजे आधुनिक दृष्टिकोन, भावनिक परिपक्वता आणि लहान शहरामधील सौंदर्य यांचे उत्तम संयोजन. मला वास्तविक जीवनात देखील खूप धमाल करायला आवडते, ज्यामुळे सावीच्या भूमिकेमध्ये सहजपणे सामावून जाता येते. ही भूमिका माझ्यासाठी उत्साहवर्धक व अर्थपूर्ण आहे."



### आज का अंदाज

बुधवार ६ ऑगस्ट २०२५

#### पत्थर फोड एकच

| कल्याण बाजार    | मुंबई बाजार     |
|-----------------|-----------------|
| ० १ ४ ७         | ३ ५ ६ ९         |
| ३७० ३८० ७८९ ३७७ | १३९ ४५६ १६९ १२६ |
| ४६० ४७० २४८ ४६७ | २३८ २३० १५० २८९ |
| २८० ५६० ३४७ ५५७ | ३३७ ३३७ ११४ ४७८ |



# चुरणी ग्रामीण रुग्णालयाला उपजिल्हा रुग्णालयाचा दर्जा कधी?

मध्यप्रदेशसह 40 ते 50 खेडे लागून तरी सुविधांची वाणवा

**मारोती पाटणकर चुरणी, ( दि.5 )** - अमरावती जिल्ह्यातील चुरणी ग्रामीण रुग्णालयाला उपजिल्हा रुग्णालयाचा दर्जा देण्याची मागणी दिवसेंदिवस तीव्र होत आहे. चुरणी हे एक मोठे व मध्यवर्ती ठिकाण असून मध्यप्रदेशसह आसपासच्या 40 ते 50 खेड्यांतील नागरिक उपचारासाठी येथे येतात. मात्र येथे आरोग्याच्या सुविधा अपुर्या असल्याने अनेक रुग्णांना मोठ्या अडचणीचा सामना करावा लागतो.

ग्रामीण रुग्णालयातील मर्यादित सुविधा आणि आवश्यक तज्ज्ञ डॉक्टरांचा अभाव यामुळे गंभीर रुग्णांना तातडीने जिल्हा सामान्य रुग्णालय, अमरावती किंवा अचलपूर येथे हलवावे लागते. चुरणीपासून अचलपूरचे अंतर



“चुरणी या गावाला लागून जवळपास 40 ते 50 गावांचा समावेश आहे, त्यात उपजिल्हा रुग्णालयासाठी नागरिकांना अचलपूर येथे जावे लागते. जर चुरणी येथे उपजिल्हा रुग्णालय झाले तर मेळघाटातील आदिवासी महिलांचे बालमृत्यू, माता मृत्यू प्रकरण आणि इतर आजारांवर येथील नागरिकांना स्थानिक स्तरावर उपचार मिळेल व रुग्णांची गैरसोय होणार नाही.

**नरेंद्र टाळे, प्रहार कार्यकर्ता.**

जवळजवळ शंभर किलोमीटर आहे आणि तेथे पोहोचण्यासाठी दोन ते तीन तास लागतात. अशा परिस्थितीत अनेक रुग्णांचा मौल्यवान वेळ वाया जातो आणि उपचार उशिरा मिळतात.



## अश्विन सिनकर यांना ‘उदयोन्मुख पत्रकार पुरस्कार’

**महासागर प्रतिनिधी मोर्शी,( दि.5 )**– प्रा. वा. सी. काळे स्मृती प्रतिष्ठान, अमरावती आणि सकल माळी समाज, अमरावती यांच्या संयुक्त विद्यमाने माळी समाजातील शैक्षणिक, सामाजिक, राजकीय व विविध क्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य करणाऱ्या प्रज्ञावंतांचा गौरव सोहळा संत ज्ञानेश्वर सांस्कृतिक भवन, अमरावती येथे दि. 3 ऑगस्ट रोजी मोठ्या उत्साहात पार पडला.

या सोहळ्यात अंबाडा (ता. मोर्शी) येथील युवक पत्रकार अश्विन हरिदास सिनकर यांना ‘उदयोन्मुख पत्रकार पुरस्कार’ प्रदान करण्यात आला. ग्रामीण पत्रकारिता, सामाजिक भान असलेले लेखन, जनजागृती

उपक्रम आणि सामाजिक क्षेत्रातील सक्रिय सहभाग यांची दखल घेऊन त्यांना हा सन्मान मिळाला. कार्यक्रमात उपस्थित असलेल्या डॉ. अशोकराव घाटोळ, दिलीप लोखंडे, डॉ. आकाश डेहनकर आणि प्रा. डॉ. महादेवराव वाघ यांच्या हस्ते अश्विन सिनकर यांना गौरवचिन्ह, शाल आणि श्रीफळ देऊन सन्मानित करण्यात आले. अश्विन सिनकर हे अल्पवयातच पत्रकारितेत सक्रिय झाले आहेत. गावपातळीवरील समस्या, घटना आणि समाजहिताचे विषय सातत्याने माध्यमांतून मांडत त्यांनी समाजभिमुख दृष्टिकोन आणि संवेदनशीलतेच्या जोरावर स्वतःची वेगळी ओळख निर्माण केली आहे.

## बाळकृष्ण कुंभलकार यांचे निधन

**अंजनगाव बारी-** शिवसैनिक, जेष्ठ पत्रकार, माजी सरपंच बाळकृष्ण तुकाराम कुंभलकार यांचे वयाच्या 70 व्या वर्षी (दि.1 ) रोजी प्रदिर्घ आजाराने निधन झाले. त्यांचा पश्चात दोन भाऊ, तिन बहिणी असा बराचसा आस परिवार आहे. त्याचा जाण्याचे सर्वत्र हळहळ व्यक्त केल्या जात असून ग्रामीण पत्रकार संघटनेच्या वतीने भावपूर्ण श्रद्धांजली व्यक्त केल्या जात आहे. त्यांच्यावर दि.2 रोजी अंत्यसंस्कार पार पडले.

## परतवाडा येथील कृषी केंद्र चालकाविरुद्ध शेतकऱ्याची तक्रार साठा असूनही साहित्य नाकारले, उद्धटपणाचा आरोप

**महासागर प्रतिनिधी परतवाडा, ( दि.5 )**– परतवाडा येथील कृषी उत्पन्न बाजार समिती जवळील स्वराज कृषी केंद्राविरुद्ध हनवतखेडा येथील शेतकरी जगदीश साहेबराव हेपे यांनी लेखी तक्रार दाखल केली आहे. ही तक्रार तालुका कृषी अधिकारी अचलपूर व उपविभागीय कृषी अधिकारी अचलपूर यांच्याकडे करण्यात आली. हेपे यांनी तक्रारीत नमूद केले आहे की, ते स्वतः कृषी केंद्रात गेले असता चालकाने त्यांच्याशी उद्धटपणे संवाद साधला आणि



**कृषी विभागाकडे चौकशीची मागणी**  
शेतकऱ्यांनी कृषी केंद्रातील साठा व व्यवहारांची सखोल तपासणी करून योग्य कारवाई करण्याची मागणी केली आहे. तसेच भविष्यात अशा प्रकारच्या घटना टाळण्यासाठी संबंधित केंद्रावर लक्ष ठेवावे, अशीही मागणी होत आहे. या प्रकरणाची गांभीर्याने दखल घेऊन कृषी विभागाने तातडीने तपास करावा, अशी शेतकऱ्यांमध्ये एकमुखी मागणी आहे.

आवश्यक असलेले कृषी साहित्य उपलब्ध नसल्याचे सांगितले.

# केदार चौक झाला ‘बाजार चौक’

## अपघाताचा धोका वाढला, प्रशासनाचे दुर्लक्ष

**विलास पाटील वरुड, ( दि.5 )**– शहरातील केदार चौक हा वाहतुकीसाठी अत्यंत धोकादायक ठिकाण ठरत असून, नागरिकांमध्ये तो आता “बाजार चौक” म्हणून ओळखला जात आहे. अनधिकृत दुकाने, हातगाड्या आणि रस्त्यावर उभ्या केलेल्या वाहनांमुळे वाहतूक पूर्णपणे विस्कळीत झाली आहे. प्रशासनाच्या उदासीनतेमुळे भविष्यात



मोठ्या अपघाताची शक्यता निर्माण झाली आहे. दररोज सकाळी व

## प्रशासनाकडे तक्रारी, तरीही कारवाई नाही

स्थानिक नागरिकांनी अनेकदा नगरपालिका आणि पोलिस प्रशासनाकडे तक्रारी केल्या, पण काहीच परिणाम दिसून आलेला नाही. चौकात वाहतूक नियंत्रणासाठी ना पोलिसांची नियुक्ती, ना सिग्नल, तर अनधिकृत स्टॉल्सवर कोणतीही कारवाई झाली प्रशासनाचे हे निष्क्रिय धोरण धोकादायक ठरत आहे.केदार चौकातील वाहतूक व्यवस्थेसाठी तातडीने नियोजन करणे, सीसीटीव्ही बसवणे, अनधिकृत स्टॉल्सवर कारवाई करणे आणि वाहन पार्किंगची व्यवस्था करणे गरजेचे आहे. आज केदार चौक ‘बाजार चौक’ बनला आहे, उद्या येथे मोठी दुर्घटना घडली तर जबाबदार कोण? असा सवाल नागरिकांनी उपस्थित केला असून, प्रशासनाने तातडीने उपाययोजना कराय्यात, अशी मागणी होत आहे.

सायंकाळी या चौकातून शेकडो नागरिक, विद्यार्थी व महिला जातात. मात्र रस्त्यावरच उभ्या केलेल्या गाड्या, अनधिकृत स्टॉल्स व

# बावनकुळेच्या फोटोला जोडे मारो, मिरची धुनी आंदोलन

## नौटंकी’ वक्तव्याने संताप उसळला

**महासागर प्रतिनिधी अमरावती, ( दि.5 )**– भाजप सरकारने शेतकऱ्यांच्या आंदोलनाला ‘नौटंकी’ असे संबोधत त्यांची टिंगल उडवल्याचा आरोप करत प्रहार जनशक्ती पक्षाने आज अमरावती जिल्हाधिकारी कार्यालयासमोर जोडे मारो आणि मिरची धुनी आंदोलन केले. या आंदोलनाद्वारे शेतकऱ्यांच्या हक्कांसाठी आवाज उठवणाऱ्यांचा अपमान सहन केला जाणार नाही, असा इशारा देण्यात आला.

पालकमंत्री चंद्रकांत बावनकुळे यांनी मोर्शी येथील कार्यक्रमात शेतकऱ्यांच्या कर्जमाफी आंदोलनाला ‘नौटंकी’ म्हटले होते. या वक्तव्याने प्रहार जनशक्ती पक्ष आणि शेतकरी संघटनांचा संताप पेटला. आंदोलनकर्त्यांनी म्हटले, कर्जमाफीची तरीख विचारली की सरकारला मिरची झोंबते, पण शेतकऱ्यांच्या आत्महत्यांचे



## शेतकऱ्यांचा इशारा

शेतकऱ्यांनी स्पष्ट केले, कर्जमाफी आणि हमीभावासाठी तात्काळ तरीख जाहीर करा, अन्यथा जनतेच्या रोषाला सामोरे जावे लागेल. शेतकऱ्यांच्या भावनांचा अपमान केल्यास त्याचे उतर जनता रस्त्यावर उतरून देईल, असा इशारा या आंदोलनातून देण्यात आला.

दुःख मात्र त्यांना दिसत नाही. बच्चू कडू यांच्या नेतृत्वाखाली झालेल्या या आंदोलनात मिरची धुनी देऊन आणि जोडे मारून निषेध व्यक्त करण्यात आला. ही लढाई फक्त कर्जमाफीची नाही, तर शेतकऱ्यांच्या अस्मितेची आहे! असा ठाम संदेश देत आंदोलनकर्त्यांनी बावनकुळे यांना मंत्रिमंडळातून हटवण्याची मागणी केली.

जितू दुधाणे, बंटी रामटेके,

## जागतिक स्तनपान सप्ताह साजरा

**महासागर प्रतिनिधी मोर्शी,( दि.5 )** – उपजिल्हा रुग्णालय मोर्शी येथे जागतिक स्तनपान सप्ताह निमित्त वैद्यकीय अधीक्षक डॉ प्रमोद पोतदार सर यांचे मार्गदर्शनाखाली कार्यक्रम साजरा करण्यात आला. यावेळी सुरक्षित मातृत्व, स्तनपनाचे महत्त्व, स्तनपानाला बसण्याची पद्धत तसेच मातेचा आहार याबाबत काय काळजी घ्यावी तसेच बाळाचे कुपोषण बालमृत्यू दर कमी कसा करावा याबाबत सविस्तर मार्गदर्शन डॉ ऋतुजा श्रीराव मॅडम यांनी केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन अधिपरीचारीका जयश्री मोरे यांनी केले यावेळी वैद्यकीय अधिकारी डॉ आंडे, डॉ. गिरीश धोटे, रुग्णालयाच्या परीसेविका वर्षा दारोकर, सुमन जावरकर, कल्पना पंधरे, पुष्पा पंधरे, भारती राऊत, अर्चना पवार,



कांचन राऊत, सुजाता पांडे, विनय शेलुगे, प्रशांत बेहरे, आशिष पाटील व इतर कर्मचारी हजर होते.

# व्हर्टेक्स ट्यूटोरियल्सच्या मंचावरून विद्यार्थ्यांना यशाचे सूत्र

## आयएएस रजत पत्रे यांचे मार्गदर्शन

**महासागर प्रतिनिधी धामणगाव रेल्वे,( दि.5 )** – स्वप्न पहा, संघर्ष करा आणि स्वतःवर विश्वास ठेवा, या प्रेरणादायी मंत्राने आयएएस रजत पत्रे यांनी धामणगावच्या विद्यार्थ्यांच्या मनात नवचैतन्य निर्माण केले. केंद्रीय लोकसेवा आयोगाच्या (युपीएससी) परीक्षेत अखिल भारतीय क्रमांक 305 मिळवणारे रजत पत्रे यांचा व्हर्टेक्स ट्यूटोरियल्सतर्फे साई मंदिर, राठी नगर येथे 2 ऑगस्ट रोजी राज्य स्वागत सोहळा पार पडला.

रजत पत्रे यांनी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना युपीएससीच्या अभ्यासाचे नियोजन, वेळेचे योग्य व्यवस्थापन, अपयशातून शिकणे, आत्मपरीक्षणाचे महत्त्व आणि सातत्यपूर्ण पुनरावलोकन



या बार्बीची माहिती प्रभावीपणे दिली. त्यांच्या प्रत्येक शब्दातून आत्मविश्वास आणि प्रेरणा मिळाली. कार्यक्रमाची सुरुवात दीपप्रज्वलन व सरस्वती पूजनाने झाली. विद्यार्थी, पालक, शिक्षक व स्थानिक नागरिकांनी मोठ्या संख्येने उपस्थित राहून त्यांचे स्वागत केले. या सोहळ्यात व्हर्टेक्स ट्यूटोरियल्सचे गुणवंत विद्यार्थी संचिता चंद्रकांत शेंडे, सम्यक गौतम गजभिषे आणि अनुप भोजराज निखार यांनी राज्य अभियांत्रिकी प्रवेश परीक्षा (एमएचटी-सीईटी) व राज्य मंडळ परीक्षेत मिळवलेल्या यशाबद्दल त्यांचा सत्कार करण्यात आला. संस्थेच्या संचालिका नूतन ऋषिकेश

शहाकर यांनी विद्यार्थ्यांना प्रेरणादायी विचार मांडले. त्यांनी शिक्षणाचे खरे मूल्य, वेळेचे महत्त्व आणि पालक-विद्यार्थी यांचे नाते अधोरेखित केले. विद्यार्थ्यांनी रजत सरांशी प्रश्नोत्तर सत्रात उत्साहाने सहभाग घेतला. सरांनी संयमित व स्पष्ट शब्दांत प्रत्येक प्रश्नाचे समाधानकारक उत्तर दिले. साई मंदिराच्या सकारात्मक वातावरणात पार पडलेला हा कार्यक्रम सर्वांसाठी प्रेरणादायी ठरला. 2 ऑगस्ट 2025 हा दिवस धामणगावच्या शैक्षणिक इतिहासात विशेष ठरणार असून, व्हर्टेक्स ट्यूटोरियल्स विद्यार्थ्यांच्या स्वप्नांना वास्तवात आणणारे दीपस्तंभ ठरले आहे.

## जाहीर सुचना

आमचे पक्षकार याद्वारे लोकांना सूचित करण्यात येते की विक्रम नंदकिशोर गावडे नाव चंद्रकांत ऑनकराला अग्रवाल वर्तमान मालकाचे नाव कुशल पुरखारामजी चौधरी यांनी इंडिया सेंटर हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड शाखा अमरावती पूर्व कर्जाकरता अर्ज केला असून त्यांनी नमूद केलेल्या रजिस्टर खरेदीखत क्रमांक 1365 दिनांक 27/ 6 /2014 व त्या चुक दुरुस्ती लेख रजिस्टर खरेदी खत क्रमांक 1778 दिनांक 1/ 9 /2015 रोजी जी खरेदीखत गाळ झाले आहे मिळकतीचे वर्णन मौजा पेठ अंजनगाव सुर्जी जिल्हा अमरावती येथील शेत सर्व नंबर 20 मधील प्लॉट नंबर 3/3- 6 मधील प्लॉट नंबर 3 बि यांचे एकूण क्षेत्रफळ 225 इ चौरस मीटर 2421 चौरस फूट मधील सीट नंबर 20 प्लॉट नंबर 3/3- 6 मधील प्लॉट नंबर 4 बी क्षेत्र 562.50 चौरस मीटर(6052.50)चौरस फूट यांचा नगरपरिषद मालमत्ता क्रमांक 567/2 + 567/3 व 567/4 असून मालमत्तेचा मालमत्तेवर कोणताच वारस हक्क बोजगहान पत्संस्था कर्ज असल्यास ही जाहीर नोटीस सूचना झाल्यापासून तीन दिवसांच्या आत कागदपत्रासह खालील पत्त्यावर संपर्क करून आपली लेखी हरकत नोंदवावी त्यानंतर आपली हरकत विचारात घेता येणार नाही याची नोंद घ्यावी

**कोर्ट शिक्षा**  
अॅड - अनिकेत देशमुख  
मो. न. 7028929707





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

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

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

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

**जीभेच्या कडा किंवा टोक लाल**  
जिभेच्या कडा किंवा टोक लाल दिसत असतील तर ते मानसिक ताण, हृदय किंवा हार्मोनल बदलांचे लक्षण असू शकते. अशा परिस्थितीत रात्री उशीजवळ गुलाबाच्या पाकळ्या, ब्राम्ही आणि लैव्हेंडरची एक छोटी पुरवडी ठेवून झोपा. यामुळे मनाला शांती

## जिभेचा रंग सांगतो आजारपण



**वाचा तर खरं**  
**डॉ. कुंदन गायकवाड**

मिळते आणि चांगली झोप येण्यास मदत होते.

**निळी किंवा जांभळी जीभ**  
हा रंग शरीरात रक्तप्रवाह कमी झाल्यामुळे, ऑक्सिजनची कमतरता किंवा जास्त ताणामुळे येऊ शकतो. अशा परिस्थितीत दिवसातून १० मिनिटे अनुलोम-विलोम प्राणायाम करा आणि रात्री १ चमचा

हळद मिसळून कोमट दूध प्या. यामुळे रक्तप्रवाह सुधारतो आणि शरीरात ऑक्सिजनचा पुरवठा वाढतो.

**गुलाबी जीभ**  
तुमची जीभ गुलाबी आणि स्वच्छ असेल तर ते चांगले पचन आणि संतुलित दोषांचे लक्षण आहे. याचा अर्थ तुम्ही योग्य आहार आणि जीवनशैलीचे पालन करत आहात.

तरी शरीराच्या ऊर्तीचे पोषण करण्यासाठी रात्री एक चमचा देशी तूप घ्या.

## छातीत का दुखतंय?

**छा**तीत दुखणं ही सर्वसामान्य समस्या आहे. छातीत दुखण्याची अनेक कारणे असतात. पण बरेचदा छातीत दुखण्याचा संबंध हृदयविकाराशी जोडला जातो. त्यामुळे छातीत दुखू लागल्यावर अनेकजण घाबरून जातात. छातीत दुखणं हे हृदयविकाराचं लक्षण सम पुनं रुग्ण सैरभैर होतो. पण महिलांना मासिक पाळीआधी छातीत दुखू

\* छातीत दुखण्यामागे मानसिक कारणे असतील तर इतर लक्षणांही दिसून येतात. खूप घाम येणं, अंग थरथरणं, धाप लागणं, पोटात गोळा येणं, हातपाय गळत्यासारखं वाटणं, शरीरावरचं नियंत्रण सुटणं अशी लक्षणे असतील तर छातीत दुखण्याचा संबंध हृदयाशी लावता येणार नाही.



**आरोग्यवेध**

\* भीतीमुळे छातीत निर्माण होणाऱ्या वेदना फार काळ टिकून रहात नाहीत. साधारण दहा मिनिटांनंतर रुग्णाला बरं वाटू लागतं. हृदयाशी संबंधित समस्यांमुळे छातीत दुखत असले तर सुरुवातीला वेदनांची तीव्रता कमी असते. ती हळूहळू वाढत जाते. \* मानसिक कारणांमुळे छातीत दुखत असले तर वेदना छातीपर्यंतच मर्यादित रहातात. हृदयविकाराचा झटका असले तर छातीतल्या वेदना जबडा, खांद्या, हात तसंच शरीराच्या इतर भागांमधेही पसरतात.

**‘आ**यसीएमआर’ म्हणजेच ‘इंडियन कौन्सिल ऑफ मेडिकल रिसर्च’च्या आकडेवारीनुसार देशातील १०.१ कोटी लोकांना उच्च रक्तदाब आणि ३१.५ कोटी लोकांना मधुमेह आहे. या आजारांना सायलेंट किलर म्हणतात.

अचानक आपल्याला चक्कर येते, डोकेदुखी होते, श्वास घेण्यास त्रास होतो किंवा जास्त थकवा जाणवतो. या लक्षणांद्वारे शरीर आपल्याला काहीतरी चुकीचे आहे, हे सांगण्याचा प्रयत्न करत असते. बहुतेक लोक या लक्षणांकडे दुर्लक्ष करतात. ते धोकादायक ठरू शकते. जास्त तहान लागणे, चारंवार लघवी होणे ही लक्षणे मधुमेह आणि उच्च रक्तदाबाच्या सुरुवातीला दिसून येतात. परंतु लोक उष्णता किंवा संपूर्ण दिवसाच्या

## चिंताजनक!

थकव्याशी त्याचा संबंध जोडून त्याकडे दुर्लक्ष करतात. तसेच उच्च रक्तदाबात डोकेदुखी, चिडचिड आणि थकवा येऊ शकतो. परंतु बहुतेक वेळा ही लक्षणे इतकी सोप्या असतात की लोक तणाव, झोप किंवा अशक्तपणा समजून त्याकडे दुर्लक्ष करतात.

कुटुंबातील एखाद्याला मधुमेह किंवा उच्च रक्तदाबाची समस्या असेल तर त्याला जास्त धोका असू शकतो. हे आजार अनुवांशिकदृष्ट्यादेखील धोका बनू शकतात. कुटुंबाचा इतिहास नसेल तर जीवनशैली हेदेखील एक मोठे कारण असू शकते. मधुमेह आणि उच्च

**कि**डनी हा शरीराची सफाई करणारा फिल्टर आहे. तो रक्त साफ करून शरीरातील टॉक्सिन्स आणि निरुपयोगी घटक मूत्रावाटे शरीराच्या बाहेर टाकतो. रक्तदाब नियंत्रित करणे, शरीरातील पाणी आणि खनिजांचे संतुलन राखणे, ड जीवनसत्वाला सक्रीय करणे अशी आवश्यक काम करीत असतो.

आपल्या काही सवयी हळूहळू किडनीचे नुकसान करतात. परंतु ते आपल्या लवकर लक्षात येत नाही. या सवयी वेळीच सुधारल्या नाहीत तर क्रॉनिक किडनी डिसिज वा किडनी फॅल्युअरसारखी गंभीर परिस्थिती उद्भवू शकते. रोजच्या अशा १० सवयी वेळीच बदलल्या तर किडनीचे आरोग्य सुधरू शकते.

**वारंवार पेन किलर घेणे**  
दुखण्यासाठी किंवा ताप येणे का आयबुप्रोफेन वा एस्पिरिन गोळ्या खाणे सर्वसामान्य मानले जाते. परंतु जास्त प्रमाणात ही औषधे घेणे किडनीत रक्ताचा पुरवठा कमी करतात. हळूहळू किडनीचे नुकसान होऊ लागते. तुम्हाला किडनीचा कोणताही आजार असेल तर डॉक्टरांना न विचारता पेन किलर अजिबात खाऊ नका.

जास्त खारट

**दी**र्घकालीन बद्धकोष्ठता केवळ पचनसंस्थेवरच परिणाम करते असे नाही तर ती हृदयावरही दबाव आणू शकते.

**बद्धकोष्ठतेची लक्षणे म्हणजे**  
आठवड्यातून तीनपेक्षा कमी मलविसर्जन करणे, कडक, कोरडे मल, मल विसर्जनास सतत ताण आल्याने रक्तदाबात तापपुरती पण

इरिटेबल बोवेल सिंड्रोम (आयबीएस) यांचा समावेश होतो.

**बद्धकोष्ठतेचा हृदयावर परिणाम**  
बद्धकोष्ठतेमध्ये आतड्यांचे नुकसान, मूळव्याध आणि हृदयाचा धोका वाढणे यांचा समावेश आहे. आतड्यांवर सतत ताण आल्याने रक्तदाबात तापपुरती पण

## दीर्घकालीन बद्धकोष्ठतेमुळे हृदयावर दाब

त्रास होणे किंवा वेदना होणे, पोट पूर्णपणे रिकामे झाल्यासारखे न वाटणे, पोट फुगणे किंवा अस्वस्थता जाणवणे. बद्धकोष्ठतेच्या कारणांमध्ये फायबरयुक्त आहाराचे प्रमाण कमी असणे, पाणी कमी पिणे, शारीरिक हालचालींचा अभाव, काही औषधे, वेळीच मलविसर्जन न करणे, थायरॉईड समस्या, मधुमेह किंवा



धोकादायक वाढ होऊ शकते. शौचास ताण देण्याच्या कृतीमुळे छातीवरील दाब वाढतो आणि हृदयाला ऑक्सिजनचा पुरवठा कमी होतो.

**डॉक्टरांचा सल्ला काय ?**

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

**व्याधी विकार**

**डॉ. दिलीप शिरसाट**

## केस घट्ट बांधल्यामुळे...

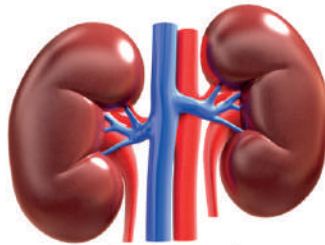
**व्या**याम किंवा घरकाम करताना सर्वसाधारणपणे केस वर घट्ट बांधले जातात. पण यामुळे तुमचं डोकं दुखू शकतं. सतत डोकं दुखत असेल तर त्यामागे केस घट्ट बांधणं हे कारण असू शकतं. केस बांधण्यासाठी इलॅस्टिक रबरचा वापर केला जातो. या रबरमध्ये केस अडकतात, खेचले जातात. कोणतंही काम करताना आपण पटकन रबराने केस बांधून टाकतो. पण यामुळे समस्या सुटण्याऐवजी वाढू शकते. तीव्र स्वरूपाच्या डोकेदुखीमुळे कामावर लक्ष केंद्रित करताना अडचणी येऊ शकतात. तुमच्या डोकेदुखीमागे केसांची रचना किंवा हेअरस्टाईल हे महत्त्वाचे कारण ठरू शकतं. केस जोरात ओढून इलॅस्टिकच्या रबरने बांधल्यावर



**कुठे चुकतो आपण ?**

हेअरस्टाईलकडेही लक्ष द्या. मायग्रेनची समस्या असेल तर केस खूप घट्ट बांधू नका. घट्ट पोनीटेल किंवा घट्ट अंबाडा शक्यतो टाळा. केस बांधण्यासाठी रबरऐवजी पिनचा वापर करा. मायग्रेनचा त्रास नसला तरी केस फार घट्ट बांधणं टाळा. यामुळे तुमचे केसही तुटू शकतात. केस घट्ट बांधल्यामुळे कपाळालगतचे केस विरळ व्हायला सुरुवात होते. त्यामुळे तुमच्या हेअरस्टाईलमध्ये सतत बदल करत रहा.

## वाईट सवयींच किडनी विकाराला निमंत्रण



**पदार्थ खाणे**

मीठ म्हणजेच सोडियमच्या जास्त सेवनाने उच्च रक्तदाबाचा त्रास होऊ शकतो आणि त्यामुळे किडनीचे मोठे नुकसान होते. यामुळे जेवणात वरून मीठ घालण्या ऐवजी लिंबू, धणे, आले वापरा. पॅकबंद आणि जंकफूडमध्ये जास्त सोडियम असते. त्यांचा वापर कमी करा.

**कमी पाणी पिणे**

किडनीचे काम नीट होण्यासाठी योग्य प्रमाणात पाणी प्यायला हवे. तुम्ही कमी पाणी पीत असाल तर शरीरातील टॉक्सिन्स एकत्र होतात. त्यामुळे किडनीवर दबाव वाढतो आणि स्टोन तयार होण्याची शक्यता वाढते. दिवसभरात ६ ते ८ ग्लास पाणी पिणे चांगले मानले जाते.

**जास्त प्रोसेसड फूड खाणे**

फास्ट फूड, पॅकींगमधील पदार्थ वा रेडी टू इट पदार्थात साखर आणि केमिकलचे प्रमाण जास्त असू शकते. तसेच फायबर आणि पोषक तत्वांचे प्रमाण कमी असते. या सवयीमुळे केवळ

**व्याधी विचार**

**डॉ. प्रसन्न नेने**

किडनीलाच नव्हे, तर शरीराच्या इतर भागांलासुद्धा त्रास होतो. रोजच्या आहारात फळे, हिरव्या

भाज्या आणि घरच्या जेवणाचा समावेश करा.

**पुरेशी झोप न घेणे**

संशोधनात असे स्पष्ट झाले आहे, की सहा तासांहून कमी झोपण्याने उच्च रक्तदाब आणि किडनीशी संबंधित आजारांचा धोका जास्त असतो. यासाठी दिवसातून ७ ते ८ तास झोप घेणे गरजेचे असते.

**जास्त प्रोटीन घेणे**

हाय प्रोटीन डाएट म्हणजे रेड मीट वा जास्त प्रोटीन स्रोतांमुळे किडनीवर दबाव येतो. कारण किडनीला जास्त

टाकाऊ पदार्थांना गाळावे लागते. किडनी कमजोर असेल तर डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार प्रोटीनचे सेवन करावे.

**जास्त साखर खाणे**

जास्त साखर खाल्ल्याने लठ्ठपणा आणि मधुमेहाचा धोका वाढतो आहे. किडनी फेल होण्याच्या कारणांपैकी हे एक मोठे कारण आहे. कोलड ड्रिंक, पॅकेज्ड स्नॅक्स, गोड दही यासारख्या पदार्थांपासून दूर राहावे.

**धूम्रपान आणि मद्यचे सेवन**

सिगारेट आणि मद्यामुळे लिव्हर आणि फफुसांचे नुकसान होतेच, शिवाय किडनीचा रक्तपुरवठा बाधित होतो. किडनीची कार्यक्षमता कमजोर होते. किडनी आणि स्वतःचे आयुष्य वाढवायचे असेल तर धूम्रपान आणि मद्यपानापासून दूर व्हायला हवे.

**फिजिकल ऑक्टिव्हिटी न करणे**

कोणतीही फिजिकल एक्टिव्हिटी न करणाऱ्यांच्या बाबतीत वजन वाढणे, उच्च रक्तदाब आणि किडनी रोगांचा धोका वाढतो. त्यामुळे रोज हलकाफुल्का व्यायाम, योग वा स्ट्रेचिंग करायला हवा. त्यामुळे किडनीचे आरोग्य चांगले राहते.

**सल्ल्याशिवाय औषधे घेणे**

आपण नेहमी छोट्या-मोठ्या दुखण्यांसाठी मेडिकल स्टोरमध्ये जाऊन औषधे घेतो. ही सवय किडनीला गंभीर स्वरूपात प्रभावित करू शकते.

## ओली अंतर्वस्त्रे टाळा

**पा**वसाळ्यातील एक मोठी समस्या असते, ती म्हणजे कपडे न वाळणे. ओली अंतर्वस्त्रे आपण अनेक वेळा गरम प्रेसने वाळवण्याचा प्रयत्न करतो. पण तरीही त्यात ओलावा राहतो. अशी

ओली अंतर्वस्त्रे घालणे अतिशय धोकादायक असू शकते.

ओली अंतर्वस्त्रे घालल्याने ‘युटीआय’ होऊ शकतो. युटीआय म्हणजे मूत्रमार्गाचा संसर्ग. हा विकार महिलांना जास्त प्रभावित करतो. ‘नॅशनल लायब्ररी ऑफ मेडिसिन’च्या मते ५० ते ६० टक्के प्रौढ महिलांना त्यांच्या

आयुष्यात किमान एकदा तरी ‘युटीआय’चा त्रास होतो. ६५ वर्षांपेक्षा जास्त वयाच्या महिलांमध्ये त्याची

शक्यता दुप्पट असते.

ओलावा बॅक्टेरिया आणि बुरशीच्या वाढीसाठी पोषक वातावरण तयार करतो. ओलाव्याच्या दीर्घकाळ संपर्कात राहिल्याने जननेंद्रियाजवळ बॅक्टेरिया आणि बुरशीची वाढ होते. विशेषतः एखादी व्यक्ती सिंथेटिक फॅब्रिक घालते तेव्हा



**जाणून घ्या**

**डॉ. सुनील पोटे**

\* ओले किंवा अर्धे कोरडे कपडे घालू नका. \* ओले झाल्यास शक्य तितक्या लवकर कपडे बदला. \* दररोज शरीराच्या स्वच्छतेकडे विशेष लक्ष द्या.

## हळदीने दूर करा अॅलर्जी

**अ**नेकजणांना विशिष्ट प्रकारच्या वासाचा त्रास होतो. पटापट शिंका येऊ लागतात. काहीना धुळीची अॅलर्जी असते. प्रदूषित वातावरणात गेल्यावर अनेकांचं नाक गळू लागतं, सर्दी होते. यामुळे खूप वैताग येतो. या समस्येवर बरेच उपाय केले जातात. सम स्येची तीव्रता, रुग्णाला होणारा त्रास यावरून उपचारांची दिशा ठरते. अशा प्रकारच्या अॅलर्जीवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी तुम्ही काही घरगुती उपाय करू शकता. बहुतांशी हळद तुमची ही समस्या दूर करू शकते. अॅलर्जीची तीव्रता कमी करण्यासाठी वेगवेगळ्या पद्धतींनी हळदीचं सेवन करता येईल.

\* हळदीचं दूध लाभदायी ठरू शकतं. चांगले लाभ मिळवण्यासाठी एक कप दूध गरम करून अर्धा चमचा हळद, एक चमचा मध आणि चिमूटभर मिरपूड घाला. सर्व घटक नीट मिसळून घ्या. दूध थंड होऊ द्या. दररोज झोपण्याआधी हे दूध प्या.

\* अनेकांना दुधाचा त्रास होतो. असे लोक हळदीचा चहा पिऊ शकतात. यासाठी एक कप पाणी उकळायला ठेवा. त्यात अर्धा चमचा हळद घाला. हळदीचं पाणी भांड्यात ओतून घ्या. त्यात चमचाभर हळद घाला. दिवसातून दोन वेळा हा चहा प्या. या उपायामुळे अॅलर्जीची लक्षणे दूर होऊ शकतील.

\* भांडंभर पाण्यात अर्धा चमचा हळद मिसळा, हळदीचं हे पाणी नियमितपणे प्या.

\* थोडी ओली हळद घ्या. एक चमचा लिंबाचा रस, दोन चमचे ऑपल सिडर व्हिनेगार आणि एक चमचा मध असं साहित्य घ्या. ओली हळद वाटून घ्या. त्यात मध घाला. लिंबाचा रस आणि ऑपल सिडर व्हिनेगार घालून पेस्ट तयार करा. एका भांड्यात भरून ठेवा. दररोज सकाळी रिकाम्या पोटी हे मिश्रण खा. अॅलर्जीची तीव्रता कमी होईल.

\* हळदीचे कोणतेही दुष्परिणाम नसले तरी तिचं सेवन मर्यादित प्रमाणातच करावं. हळदीच्या अतिसेवनामुळे पोट बिघडणं, मळमळणं, जुलाब अशा समस्या निर्माण होऊ शकतात.



**आयुर्वेद आणि विकार**

**नवसंशोधन**

**...म्हणून कमी होते उत्पादकता**

महिलांना मासिक पाळीशी संबंधित बऱ्याच समस्या जाणवतात. या समस्यांमुळे एक वर्षात महिलांचं नऊ उत्पादक दिवस



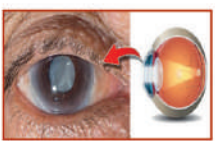
वाया जातात असं एका अभ्यासातून समोर आलं आहे. मासिक पाळीशी संबंधित समस्यांमुळे वर्षातले नऊ दिवस महिला पूर्ण क्षमतेने काम करू शकत नाहीत, असं हे संशोधन सांगतं. ब्रिटिश मेडिकल जर्नलमध्ये हे संशोधन प्रसिद्ध झालं आहे. मासिक पाळीदरम्यानही महिलांना काम करावं लागतं. मात्र या काळातल्या शारीरिक समस्यांमुळे उत्पादकता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

**डोळ्यांचं आरोग्य**

**काचबिंदूला प्रतिबंध करा**

काचबिंदूमुळे भविष्यात अंधत्व येऊ शकतं. काचबिंदू हा अत्यंत घातक असा नेत्रविकार आहे. डोळे लाल होणं, अंधुक दिसणं, डोकेदुखी, मळमळ ही काचबिंदूची लक्षणे आहेत.

काचबिंदूवर तातडीने उपचार करून घेणं गरजेचं आहे. काचबिंदूचं निदान झाल्यानंतर रुग्णाने पोषक आहार घ्यायला हवा. ताजी फळे आणि भाज्यांचा समावेश आहारात करायला हवा. यासोबतच तंबाखू, अल्कोहोल, कॉफी आणि साखर यांचं प्रमाण कमी करायला हवं. काचबिंदूला प्रतिबंध करण्यासाठी आहारात ‘क’ जीवनसत्त्वाचा समावेश करायला हवा. व्यायाम, योगासन तसंच डोळ्यांना पुरेशी विश्रांती देणंही गरजेचं आहे.

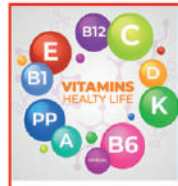


**जपणूक त्वचेची**

**ही जीवनसत्त्व आहेत गरजेची**

आपल्या त्वचेला पोषण हवं असतं. मेक अप उत्पादनां, विविध प्रकारची

क्रीम्स वापरली तरी जीवनसत्त्व, खनिज यांना पर्याय नाही. हे पोषक घटक आपल्याला आहारातून मिळतात. त्वचेवर वय वाढल्याच्या खुणा दिसू लागतात, सुरकुत्या पडतात, चट्टे दिसू लागतात. हे टाळण्यासाठी आहारात ‘अ’ जीवनसत्त्वाचा समावेश करा. त्वचेवरच्या सुरकुत्या आणि डाग कमी करण्यासाठी आहारात ‘क’ जीवनसत्त्वयुक्त फळांचा समावेश करा. ‘ई’ जीवनसत्त्वही त्वचेसाठी खूप गरजेचं आहे.



**आजीबाईचा बटवा**

**नियमित खा पेरू**

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

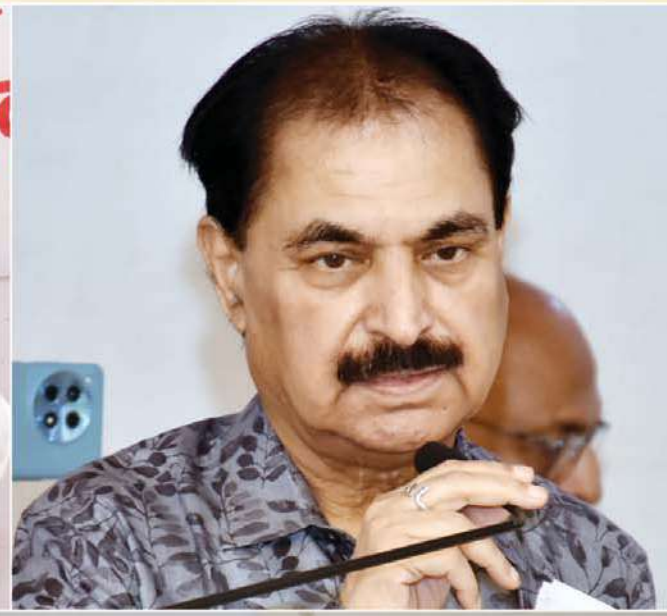




# माध्यमांनी अधिक सजग राहण्याची गरज



महासागर वृत्तपत्र समुहाचे अर्धवार्षिक संमेलन : विदर्भासह मुंबई, नाशिक, पालघर येथील प्रतिनिधींचे भरणे उपस्थिती



■ महासागर प्रतिनिधी  
नागपूर, दि. ५ :

सद्दयाचा काळ एका विचित्र अवस्थेतून जात आहे. कोणत्या क्षणी एखाद्या पत्रकाराला देशद्रोही ठरविले जाईल, याची शाश्वती राहिली नाही, अशा परिस्थितीत वृत्तपत्र, त्यासाठी काम करणारे पत्रकार आणि एकूणच सर्व समाज माध्यमांनी अतिशय दक्ष आणि सजग राहण्याची गरज आहे, असे प्रतिपादन ज्येष्ठ सामाजिक कार्यकर्ता, वनराईचे विश्वस्त तथा माजी आमदार डॉ. गिरीश गांधी यांनी केले निमित्त होते दैनिक महासागर वृत्तपत्र समुहाच्या अर्धवार्षिक संमेलनाचे.

माहेश्वर भवन, टेकडी रोड, नागपूर येथे रविवारी आयोजित या संमेलनात मुख्य अतिथी म्हणून डॉ. गिरीश गांधी बोलत होते. प्रमुख अतिथी म्हणून सामाजिक कार्यकर्ता अनिल अहिरकर यांच्यासह महासागर वृत्तपत्र समुहाचे मुख्य संपादक श्रीकृष्ण चांडक, व्यवस्थापकीय संचालक राहुल चांडक, रंजक चांडक, विशाल चांडक, ममता चांडक, सरिता चांडक, सीईओ उमाशंकर लाल मंचावर उपस्थित होते.

प्रांभी मान्यवर अतिथींचे स्वागत करण्यात आले. अनिल अहिरकर यांनी आजच्या काळातील जिकरीची प्रवृत्ति, त्यासाठी घ्यावे लागणारे कष्ट, वर्तमानपत्रांची स्थिती यासह संबंधित विषयांवर प्रकाश टाकला. आपल्या भाषणात डॉ. गिरीश गांधी पुढे म्हणाले की, वर्तमानपत्र चालविणे हे अत्यधिक कष्टाचे काम असून, संकट ओढवून घेण्यासारखे आहे. तथापि, ५५ वर्षांपूर्वी श्रीकृष्ण चांडक यांनी वयाच्या २२ व्या वर्षी हे व्रत स्वीकारले आणि तत्वाशी कोणतीही तडजोड न करता आजतागायत हे ओझे वाहिले, हे आजच्या पत्रकारांनी ध्यानात घ्यायला हवे. ज्या माणसाच्या कक्षात तहहयात प्र. के. अत्रे यांचा फोटो लावला असेल, त्या माणसाच्या प्रतिभेबद्दल अधिक सांगणे न लगे, अशा शब्दात त्यांनी श्रीकृष्ण चांडक यांच्या प्रतिभेचा गौरव केला.

वर्तमानपत्र किती मोठे आणि किती लहान, त्याचा खप किती, हे फारसे महत्वाचे नसून, त्यातून काय बोध दिला जातो, हे महत्वाचे असल्याचे सांगत, स्वातंत्र्यपूर्व काळात १३ हजार खपच्या केसरीने मोठी क्रांती घडवून आणल्याची आठवण त्यांनी करून दिली.

प्रांभी सीईओ लाल यांनी अर्धवार्षिक संमेलनामागची रूपरेषा स्पष्ट करीत निकट भविष्यात राबवायच्या उपक्रमाविषयी माहिती दिली.

मुख्य संपादक श्रीकृष्ण चांडक यांनी बदलत्या काळानुसार पत्रकारितेच्या क्षेत्रात झालेले बदल, तंत्रज्ञानाच्या क्रांतीमुळे जवळ येत चाललेले जग, पूर्वीच्या काळी वृत्तपत्र चालविण्यासाठी उपसावे लागणारे कष्ट अशा विविध विषयांना हात घालत, पत्रकारांनी अभ्यास वृत्ती जोपासण्याचे आवाहन केले.

५५ वर्षांपूर्वी लावलेले महासागरचे रोपटे आता विशाल वृक्षामध्ये रूपांतरित होवू लागले असून, विदर्भातील ११ जिल्ह्यांसह नाशिक, मुंबई व पालघरमध्ये स्वतंत्र आवृत्त्या सुरू करीत झेप घेणारे हे एकमेव वर्तमानपत्र असल्याचा उल्लेख त्यांनी केला. यासह युवाराष्ट्र दर्शन (मराठी), नागपूर पोस्ट (इंग्रजी) या दैनिकांनीही विदर्भातील वाचकांच्या मनात आपले स्थान निर्माण केल्याचे ते म्हणाले.

या समुहासाठी काम करणारे सर्व प्रतिनिधी, कर्मचारी, वितरक या सर्वांचा महासागर वृत्तपत्राला अधिकाधिक लोकाभिमुख करण्यात मोठा वाटा असल्याचेही त्यांनी आवर्जून सांगितले.

महासागर, युवाराष्ट्र दर्शन आणि नागपूर पोस्ट या दैनिकांसाठी मागील सहा महिन्यात उत्कृष्ट जाहिरात व्यवसाय करणारे प्रतिनिधी, आवृत्त्यांचे स्थानिक संपादक, विविध विभागातील अधिकारी, कर्मचारी यांना या कार्यक्रमात अतिथींच्या हस्ते सन्मानित करण्यात आले.

या कार्यक्रमादरम्यान, विदर्भासह मुंबई, नाशिक, पालघर येथून आलेले आवृत्ती प्रमुख, जिल्हा प्रतिनिधी यांच्यासह काही



तालुका प्रतिनिधींनी आपले अनुभव कथन केले. महासागर वृत्तपत्र समुहाचे मुंबई येथील डिजिटल विभाग प्रमुख स्वप्नील दुधारे यांनी प्रिंट आणि इलेक्ट्रॉनिक मीडिया, त्यांची उपयोगिता, या क्षेत्रात वाळगावयाची खबरदारी आणि संबंधित विषयांवर उपस्थितांना अत्यंत उपयुक्त मार्गदर्शन केले. श्रीमती ममता चांडक यांनीही उपस्थितांना मार्गदर्शन केले. कार्यक्रमाचे संचालन अकोटच्या प्रतिनिधी चंचल पितांबरवाले यांनी केले. या अर्धवार्षिक संमेलनाला विदर्भाच्या कनाकोपन्यातील समुहाचे प्रतिनिधी, वार्ताहर, वितरक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

महासागरच्या संपादकीय विभागातून रघुवीरसिंह चव्हाण (यवतमाळ), यशवंत पिंगळे (खामगाव), सुरेश कोटांगले भंडारा), गजानन तुपे (मुंबई), नरेंद्र देशमुख (वर्धा), पुरुषोत्तम ढोले (अकोला), मनोज बागडे (नागपूर) तसेच नागपूर पोस्टचे सौम्यजीत ठाकर (नागपूर) यांनाही सन्मानित करण्यात आले.

मुंबई आवृत्तीचे सुनील जाधव व गणेश कांबळे, युवाराष्ट्र दर्शनचे गडचिरोली प्रतिनिधी श्यामदेव चाफळे, नागपूर कार्यालयातील सचिन थाटे, काशिरा भांगे, पुरण शंकर, राहुल गुड्डे, निलेश लोणार, कोमल पराते, नल्लु पटले, मुकुंद सातपैसे यांना त्यांच्या वैशिष्टपूर्ण सेवेबद्दल गौरविण्यात आले.



महासागर :  
प्रथम पुरस्कार  
रोहित गासे, अमरावती  
द्वितीय पुरस्कार  
नरेंद्र महेश्वरी, गडचिरोली  
तृतीय पुरस्कार  
प्रवीण बतकी, चंद्रपूर

युवाराष्ट्र दर्शन :  
प्रथम पुरस्कार  
मुकेश मिश्रा, गोंदिया  
द्वितीय पुरस्कार  
संजय सावरकर, यवतमाळ  
तृतीय पुरस्कार  
राजेश तायडे, चंद्रपूर

नागपूर पोस्ट :  
प्रथम पुरस्कार  
मुकेश मिश्रा, गोंदिया  
द्वितीय पुरस्कार  
सुनील बोकरे, चंद्रपूर  
तृतीय पुरस्कार  
अशोक बानोरे, यवतमाळ  
मनीष जगताप, अमरावती

महासागर नागपूर ग्रामिण :  
प्रथम पुरस्कार  
राजेंद्र सांभार, हिंगणा  
द्वितीय पुरस्कार  
जगदीश सांगोडे, रामटेक  
अरुण कराळे, वाडी  
तृतीय पुरस्कार  
राहुल गुप्ता, उमरेड व सुधाकर बागडे, सावनेर



महासागरचे सीईओ उमाशंकर लाल, जनसंपर्क अधिकारी कमल नामपल्लीवार तसेच नाशिक आवृत्तीचे प्रमुख जयंत महाजन यांचाही विशेष सन्मान करण्यात आला.

