

अबलेवर बलात्कार केल्यासारखी भाजपची वागणूक ...

■ मुंबई : शिवसेनेचे पदाधिकारी फोडण्यावरून सत्ताधारी महायुतीमध्ये प्रचंड आरोप-प्रत्यारोप सुरू झालेले. सत्ताधारी शिवसेनेचे 'काय झाडी, काय डोंगर' फेम माजी आमदार शहाजी बापू पाटील यांनी भाजपची वागणूक ही अत्यंत हिडीस, किळसवाणी व एखाद्या अबलेवर बलात्कार केल्यासारखी असल्याची संतप्त भावना व्यक्त करून एकच खळबळ उडवून दिली आहे. भाजपकडून मित्रपक्षांचे पदाधिकारी फळवण्याचा प्रयत्न होत असल्यामुळे सत्ताधारी महायुतीच्या गोटात प्रचंड धुसफूस सुरू झाली आहे. या पार्श्वभूमीवर शिंदेसेनेचे शहाजी बापू पाटीलानी वरील विधान केले आहे.

शहाजी बापू पाटील म्हणाले, भाजपचे वागणे हे अत्यंत हिडीस, किळसवाणे, दहशतवाद, एखाद्या अबलेवर बलात्कार केल्यासारखे आहे. असे राजकारण महाराष्ट्रात होणार असेल, तर महाराष्ट्राच्या राजकारणाची वैभवशाली परंपरा थोड्याच दिवसांत उद्ध्वस्त झालेली दिसेल.

ठाकरे गटाला मोठा धक्का अद्वय हिरेचा भाजपमध्ये प्रवेश

नाशिक : राज्यातील स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकांचा विगुल वाजल्यानंतर आता नाशिकमध्ये शिवसेना ठाकरे गटाला मोठा राजकीय धक्का बसला आहे. ठाकरे गटाचे उपनेते अद्वय हिरे यांनी उद्धव ठाकरे यांची साथ सोडत कमळ हाती घेतले आहे. अद्वय हिरे यांनी मुंबई येथील भाजप कार्यालयात प्रदेशाध्यक्ष रवींद्र चव्हाण यांच्या उपस्थितीमध्ये पक्ष प्रवेश केला आहे. यानंतर सोशल मिडीया वर त्यांना भाजपसोबत वॉलपेपर ठेवत पक्ष प्रवेशाची माहिती दिली आहे.

अद्वय हिरे यांनी मागील काही वर्षांपासून मालेगाव आणि नाशिक परिसरातील राजकारणात सक्रिय भूमिका बजावली आहे. २७ जानेवारी २०२३ रोजी त्यांनी शिवबंधन बांधत ठाकरे गटात प्रवेश केला होता. त्यांनी विधानसभा निवडणुकीत मंत्री दादा भुसे यांना कडवे आव्हान दिले होते. अद्वय हिरे यांचा भाजपा प्रवेश नाशिक जिल्ह्यातील राजकीय समीकरणे बदलण्यास महत्वाची ठरणार आहे. अपूर्व हिरे, प्रसाद हिरे, तुषार शेवाळे यांच्यासह अद्वय हिरे भाजपत गेल्याने पक्षाची ताकद वाढणार आहे.

घायवळला राजकीय संरक्षण

पुणे : नीलेश घायवळ हा मनपा निवडणूक होईपर्यंत सापडलेले असे मला वाटत नाही. त्याला कुणाचे पाठबळ आहे हे शोधले पाहिजे. निवडणुका होईपर्यंत नीलेश घायवळला अटक होणार नाही, तो ज्या पद्धतीने पळून गेला.

त्याच्याकडे पोलिसांपेक्षा जास्त यंत्रणा होती त्यामुळे महाराष्ट्र पोलिसांची नाचकमी झाली, असे शिवसेना नेते रवींद्र धगेकर यांनी म्हटले आहे.

धगेकर म्हणाले की, निवडणूक लढवण्यासाठी दोन नंबरचे धंदे करणारे आणि गुन्हेगार काही राजकीय लोकांना लागतात. पुणे पोलिस आयुक्तांना काही माहिती न देता पोलिस यंत्रणा काम करते. कोथरूड पोलिस ठाण्याचे देशमाने नावाचे पीआर हे वशिल्याने तिथे आले आहेत. ते काही कर्तव्यदाक्ष नाही. गुन्हेगारांना जवळ करणे, गुन्हेगारांना वाचवणे आणि त्यांच्यासाठी रेड कॉर्पेट टाकण्याचे काम देशमानेकडून सुरू आहे.

रवींद्र धगेकर म्हणाले की, आरोपी हे न्यायालयापेक्षा हुशार असतात. कोथरूड पोलिस ठाण्यात तरुणींना शिबीरगळ प्रकरणी जो गुन्हा दाखल झाला तो पोलिस कर्मचाऱ्यावर झाला आहे. ते सर्व याच प्रकियेतील आहे. देशमाने यांना निकाल लागेपर्यंत घरी बसवले पाहिजे अशी मागणी धगेकर यांनी केली आहे.

रवींद्र धगेकर म्हणाले की, काल पुण्यात जो युवकाचा खून झाला आहे. पुण्यामध्ये रोज एक नवी टोळी तयार होत आहे. गुन्हेगारांच्या किती टोळ्या होण्याची आपण वाट पाहणार आहोत. पुणे पोलिस आयुक्त कोणालाही पाठिशी घालत नाही असे चित्र आहे, पण खालची लोक काम करतात का? असा सवाल धगेकरांनी उपस्थित केला आहे. पोलिस यंत्रणा कुचकामी पडत आहे का? असा सवाल मनानिर्माण होत आहे. काल जी हल्येची घटना घडली ती एक छोटी टोळी होती ती मोठी होण्यापूर्वीच त्याच्यावर कारवाई होणं गरजेचे आहे. राजकारणी माणसांना गुन्हेगार लोकांशिवाय निवडणूक लढवता येत नाही. त्यातले काही गुन्हेगार पुण्यात आहेत का? त्याच्यावर पुणे पोलिस आयुक्तांना कारवाई केली पाहिजे. निवडणूक काळात काही जिणांना अशा गुन्हेगारांची साथ लागते त्यांचा या गुन्हेगारांना पाठिंबा आहे का? हे शोधले पाहिजे. राजकीय नेत्यांशी संबंधित गुन्हेगारांची नावे पोलिस आयुक्तांनी जाहीर करण्याची मागणी त्यांनी केली.

माई सिंधुताई एक खरी 'आई' होती : डॉ. नितीन वाघमोडे

■ वृत्तसंस्था, पुणे, दि. १८ : पद्मश्री डॉ. सिंधुताई सपकाळ, ज्यांना प्रेमाने माई म्हणून ओळखले जाते, त्या प्रेमाचा एक अंतहीन प्रवाह होता. माईचे स्वप्न खूप मोठे होते, त्यांना शिक्षित करणे, त्यांना स्वावलंबी बनवणे आणि त्यांच्या लानाची जबाबदारी घेणे. त्यांनी कधीही आपल्या मुलांना एका क्षणासाठीही आधाराशिवाय सोडले नाही. सध्या अर्थाने, माई एक खरी 'आई' होती, ममता बाल सदन हे माईच्या प्रेमाने आणि मूर्त्यांनी पोषित झालेले खरे मातृगृह आहे, असे मत आवककर आयुक्त डॉ. नितीन वाघमोडे यांनी व्यक्त केले.

पद्मश्री डॉ. सिंधुताई (माई) सपकाळ यांची जयंती आणि बालादिनानिमित्त, त्या प्रेमाचा एक अंतहीन प्रवाह होता. माईचे स्वप्न खूप मोठे होते, त्यांना शिक्षित करणे, त्यांना स्वावलंबी बनवणे आणि त्यांच्या लानाची जबाबदारी घेणे. त्यांनी कधीही आपल्या मुलांना एका क्षणासाठीही आधाराशिवाय सोडले नाही. सध्या अर्थाने, माई एक खरी 'आई' होती, ममता बाल सदन हे माईच्या प्रेमाने आणि मूर्त्यांनी पोषित झालेले खरे मातृगृह आहे, असे मत आवककर आयुक्त डॉ. नितीन वाघमोडे यांनी व्यक्त केले.

पद्मश्री डॉ. सिंधुताई (माई) सपकाळ यांची जयंती आणि बालादिनानिमित्त, त्या प्रेमाचा एक अंतहीन प्रवाह होता. माईचे स्वप्न खूप मोठे होते, त्यांना शिक्षित करणे, त्यांना स्वावलंबी बनवणे आणि त्यांच्या लानाची जबाबदारी घेणे. त्यांनी कधीही आपल्या मुलांना एका क्षणासाठीही आधाराशिवाय सोडले नाही. सध्या अर्थाने, माई एक खरी 'आई' होती, ममता बाल सदन हे माईच्या प्रेमाने आणि मूर्त्यांनी पोषित झालेले खरे मातृगृह आहे, असे मत आवककर आयुक्त डॉ. नितीन वाघमोडे यांनी व्यक्त केले.

लघु आणि मध्यम उद्योग क्षेत्र राज्याच्या प्रगतीचे आधारस्तंभ

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. १८ :

उद्योजक स्वतःच्या कष्टातून उद्योग उभारतात, तंत्रज्ञानाची जोड, विकासाला चालना, आधुनिक साधने यांची उपलब्धता करून दिल्यास हे उद्योजक चमत्कार घडवू शकतात. महाराष्ट्रात देशातील सर्वाधिक लघु आणि मध्यम उद्योग असून हे क्षेत्र राज्याच्या प्रगतीचे आधारस्तंभ असल्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी सांगितले. मुख्यमंत्री फडणवीस यांच्या उपस्थितीत महाराष्ट्र शासन आणि युनायटेड नेशन्स इंडस्ट्रियल डेव्हलपमेंट ऑर्गनायझेशन (युनिडो) यांच्यात डिजिटल ट्रान्सफॉर्मेशन आणि इनोव्हेशन क्षेत्रातील सहकार्यासाठी हेतुपत्र (लेटर ऑफ इंटेंट) वाटप करण्यात आले. या करारामुळे औद्योगिक क्षेत्रात अत्याधुनिक तंत्रज्ञानाच्या स्वीकाराला गती मिळणार असून, एमएसएमई उद्योगांना जागतिक स्पर्धात्मकतेकडे नेण्यास मदत होईल.

युनिडो ही जागतिक स्तरावर टिकाऊ आणि समावेशक औद्योगिक विकासाला पाठबळ देणारी प्रमुख संस्था आहे. तर इंडिया एसएमई फोरम (आयएसएमई) यांच्यात वर्षा निवासस्थानी सहकार्य करार झाला. यामुळे राज्यातील सूक्ष्म, लघु व मध्यम उद्योगांच्या वाढवण्यासाठी कार्यरत आहे. दोन्ही संस्थांचा अनुभवाचा लाभ महाराष्ट्राला तंत्रज्ञान-आधारित औद्योगिक वाढीसाठी महत्वाचा ठरणार आहे.

राज्यातील औद्योगिक क्षेत्र कृत्रिम बुद्धिमत्ता, रोबोटिक्स, एव्ही/व्हीआर, अ‍ॅटोमेशन आणि इंडस्ट्री ४.० सारख्या

महाराष्ट्र शासन व युनिडो यांच्यात हेतुपत्र वाटप



महाराष्ट्र शासन व जीएसएमई करारामुळे सूक्ष्म उद्योगांना मोठा दिलासा

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या उपस्थितीत आज महाराष्ट्र शासन आणि ग्लोबल अलायन्स फॉर मास एंटरप्रायझिज (जीएसएमई) यांच्यात वर्षा निवासस्थानी सहकार्य करार झाला. यामुळे राज्यातील सूक्ष्म, लघु व मध्यम उद्योगांच्या वाढवण्यासाठी कार्यरत आहे. दोन्ही संस्थांचा अनुभवाचा लाभ महाराष्ट्राला तंत्रज्ञान-आधारित औद्योगिक वाढीसाठी महत्वाचा ठरणार आहे.

राज्यातील औद्योगिक क्षेत्र कृत्रिम बुद्धिमत्ता, रोबोटिक्स, एव्ही/व्हीआर, अ‍ॅटोमेशन आणि इंडस्ट्री ४.० सारख्या

कार्यरत राष्ट्रीय पातळीवरील उद्यमशीलता बळकटीकरण संस्था असून भारताला नोकरी शोषणाच्यापासून नोकरी निर्माण करणाऱ्या अर्थव्यवस्थेकडे नेण्याचे तिचे ध्येय आहे. महाराष्ट्रात सुमारे ५० लाख एसएसएमई उद्योग असून त्यापैकी ९९% सूक्ष्म उद्योग आहेत. बहुतांश उद्योग पाचपेक्षा कमी कामगारांवर चालतात. यामुळे आर्थिक गती आणि रोजगारनिर्मिती मर्यादित राहते.

या कराराद्वारे उद्योग विभाग आणि जीएसएमई ही ज्युनिअर अर्चिव्हमेंट ऑक्सिरेटर कार्यक्रम राबवणार आहेत.

नव्या तंत्रज्ञानामुळे झपाट्याने बदलत आहे. या पार्श्वभूमीवर युनिडोच्या तांत्रिक ज्ञानाचा आधार घेत महाराष्ट्रात डिजिटल ट्रान्सफॉर्मेशनसाठी मजबूत परिसंस्था उभारण्याचे नियोजन करण्यात आले आहे.

मुंबई, पुणे येथे सेंटर ऑफ एक्सलन्स स्थापन करण्याचा प्रस्ताव असून महत्वाच्या औद्योगिक क्लस्टरमध्ये क्षेत्रनिहाय स्मोक सेंटर्स उभारले जाणार आहेत. या संरचित मॉडेलमुळे मोठ्या उद्योग आणि एमएसएमई यांच्यातील डिजिटल दरी कमी होईल, औद्योगिक व्हॅल्यू चेन मजबूत होईल आणि अत्याधुनिक तंत्रज्ञानाचा वापर वाढेल. तसेच राज्याच्या इनोव्हेशन-ड्रिव्हन आणि टिकाऊ आर्थिक विकासाच्या उद्दिष्टांना मोठी गती मिळणार आहे.

यामुळे उद्योजकांची व्यवसाय क्षमता, बाजारपेठ समज, व्यवस्थापन आणि स्पर्धात्मकता वाढेल.

सूक्ष्म उद्योगांना लघु व मध्यम पातळीवर नेण्यासाठी आवश्यक प्रशिक्षण व मार्गदर्शन मिळाल्याने प्रत्यक्ष रोजगारनिर्मिती मोठ्या प्रमाणात वाढेल. जिल्हा उद्योग केंद्रे आधुनिक पद्धतींनी सक्षम केली जातील. प्रत्येक जिल्ह्याचा स्थानिक उद्योग नकाशा तयार करून संधी ओळखल्या जातील. युवांसाठी कौशल्य-विकास, तर महिलांसाठी उद्योजकतेतील सहभाग वाढवण्याचे कार्यक्रम राबवले जातील.

लाडकी बहिण योजनेच्या ई-केवायसी प्रक्रियेस 39 डिसेंबर पर्यंत मुदतवाढ

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. १८ :

मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहिण योजनेतील महिलांची ई-केवायसी प्रक्रिया मोठ्या प्रमाणावर सुरू असताना, अलिकडे काही जिल्ह्यांमध्ये उद्ध्वलेल्या नैसर्गिक आपत्ती, महिलांनी उपस्थित केलेल्या अडचणी लक्षात घेता. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे व अजित पवार यांच्या सूचना व मार्गदर्शनाखाली ई-केवायसी करण्यासाठी ३१ डिसेंबर २०२५ पर्यंत मुदत वाढवून देण्यात आल्याची माहिती महिला व बाल विकास मंत्री आदिती तटकरे यांनी दिली.

लाडकी बहिण योजनेतील महिलांची ई-केवायसी करण्याची मुदत १८ नोव्हेंबर पर्यंत होती. पण अनेक महिलांना ते करणे शक्य न झाल्याने त्या वॉचत राहणार का हा मोठा प्रश्न होता. सरकारने हे लक्षात घेता आता मुदतवाढ दिल्याने केवायसी न केलेल्या महिलांनी निश्वास सोडला आहे. अलीकडच्या नैसर्गिक आपत्तीमध्ये अनेक कुटुंबांचे मोठ्या प्रमाणावर नुकसान झाले आहे. तसेच काही महिलांना पती किंवा वडिलांचे निधन झाल्यामुळे संबंधित आधार क्रमांकावर ओटीपी प्राप्त होणे अशक्य झाले आहे. अशा परिस्थितीत अपूर्ण ई-केवायसी प्रक्रियेस मुदतवाढ देणे आवश्यक आहे.

ज्या पात्र महिलांच्या पती किंवा वडील हयात नाहीत किंवा ज्या महिला घटस्फोटित आहेत अशांनी स्वतःची ई-केवायसी प्रक्रिया पूर्ण करून संबंधित मृत्यू प्रमाणपत्र, घटस्फोट प्रमाणपत्र किंवा न्यायालयाचा आदेश यांची सत्यपत्र सादर करणे आवश्यक राहील. पात्र महिलांना न्याय मिळवा आणि कोणतीही पात्र महिला तांत्रिक किंवा अपरिहार्य कारणांमुळे योजनेपासून वंचित राहू नये, ही शासनाची भूमिका आहे. याकरिता महिलांच्या हिताचे भान राखत ई-केवायसी प्रक्रियेस ३१ डिसेंबर २०२५ पर्यंत मुदतवाढ देण्यात आली आहे. तसेच विस्तारित कालावधीत लाभार्थींना आपली ई-केवायसी प्रक्रिया पूर्ण करावी, असे आवाहनही आदिती तटकरे यांनी केले आहे.

प्राध्यापक नियुक्ती संदर्भात शासन निर्णय तात्काळ रद्द करा

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. १८ :

महाराष्ट्रातील उच्च शिक्षण क्षेत्रासमोर उभ्या ठाकलेल्या गंभीर परिस्थितीच्या पार्श्वभूमीवर राज्यपाल तथा कुलपती आचार्य देवव्रत, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उच्च व तंत्र शिक्षणमंत्री चंद्रकांतदादा पाटील यांना अखिल भारतीय राष्ट्रीय शैक्षिक महासंघातर्फे निवेदन सादर करण्यात आले. ६ ऑक्टोबर २०२५ महाराष्ट्र शासनाने प्राध्यापक नियुक्ती संदर्भात जारी केलेला निर्णय तात्काळ प्रभावाने रद्द करावा अशी आग्रही मागणी महासंघाने केली आहे.

हा शासन निर्णय युजीसीच्या विविध रेग्युलेशन/नियमांना प्रत्यक्ष विरोध करणारा, स्थानिक उमेदवारांना गंभीरपणे प्रतिकूल ठरणारा आणि महाराष्ट्रातील विद्यापीठ तसेच महाविद्यालयांच्या शैक्षणिक आरोग्यावर

शैक्षिक महासंघाची ठाम मागणी

दीर्घकालीन नकारात्मक परिणाम करणारा असल्याचे महासंघाचे म्हणणे आहे.

राज्य शासनाच्या या निर्णयातील सर्वात गंभीर बाब म्हणजे युजीसीने स्पष्टपणे ठरवलेल्या ५०:५० गुणानुसार तत्कालीन मोडीत काढून राज्याने ७५:२५ असे असमतोल व अन्यायकारक गुणांकन लागू केले आहे. हा निर्णय निवड प्रक्रियेच्या विश्वासार्हतेला धक्का देणारा असून, युजीसी रेग्युलेशन २०१८ आणि निवड प्रक्रियेशी थेट विरुद्ध आहे.

याशिवाय विद्यापीठाच्या ब्रॅण्डवर आधारित गुणांकन हे तत्त्वतः भेदभावकारक, असमतोल आणि स्थानिक उमेदवारांच्या संधीवर छुट्या स्वरूपात गदा आणणारे आहे. समान पात्रता,

समान परिश्रम आणि समान क्षमता असतानाही फक्त पदवी प्रदान करणाऱ्या विद्यापीठाच्या नावामुळे उमेदवारांचे गुण कमी-जास्त करीत ही संकल्पना शैक्षणिक न्यायाच्या मूलभूत तत्वालाच हरताळ फासणारी आहे.

संशोधन मूल्यांकनासाठी केवळ स्कोपस, वेब ऑफ सायन्स आणि साय-फाइंडर अशा काही निवडक अंतरराष्ट्रीय डेटाबेसांचा आधार घेऊन राष्ट्रीय स्तरावर मान्यताप्राप्त जर्नल्सना दुर्लक्ष करणे हा मानव्यशास्त्र, समाजशास्त्र, प्रादेशिक अभ्यास, भाषा आणि कला क्षेत्रातील उमेदवारांवर थेट अन्याय असल्याची बाब महासंघाने प्रकर्षाने मांडली. अध्यापन अनुभवाच्या मूल्यांकनातही गंभीर तफावत दिसत असून सदरचा निर्णय तात्काळ प्रभावाने रद्द करण्याची मागणी महासंघाकडून करण्यात आली आहे.

राजकीय पक्ष संपवणे हाच त्यांचा अर्जेडा...

आंबेडकरांचा भाजपासह संघावर आरोप

■ महासागर प्रतिनिधी मुंबई, दि. १८ :

वॉचत बहुजन आघाडीचे अध्यक्ष प्रकाश आंबेडकर यांनी मंगळवारी पुन्हा एकदा भाजप व राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघावर निशाणा साधला आहे. राजकीय पक्ष संपवणे हाच भाजप व संघाचा अर्जेडा आहे. बिहार विधानसभेच्या निवडणुकीद्वारे ते स्पष्ट झाले आहे, असे त्यांनी म्हटले आहे.

प्रकाश आंबेडकर म्हणाले की, भाजप व संघाचा राजकीय पक्ष संपवणे हा अर्जेडा आहे. त्यांचा हा अर्जेडा बिहारच्या निवडणुकीत दिसून आला. काँग्रेस पुन्हा उभी राहू शकते की नाही याविषयी शंका आहे. राजदवर त्यांनी कुटुंबाचा पक्ष म्हणून स्टॅम्प मारला आहे. त्याच्या भविष्यावरही प्रश्नचिन्ह उभे राहिले आहे. या पार्श्वभूमीवर महाराष्ट्रातील निवडणुका होत आहेत. त्यामुळे मी सर्व फुले, शाहू, आंबेडकरवादी, मानवतावादी, लोकशाहीवादी मतदारांनी सातत्याने भाजप व संघाविरोधात लढणाऱ्या वॉचत बहुजन आघाडीच्या मागे उभे राहण्याची गरज आहे.

उमेदवार जिंकतो की हारतो याची पर्वा न करता वॉचत बहुजन आघाडीला ताकद द्यावी. त्यातून पक्ष जिवंत आहे, आम्ही तो टिकवायला बसलो आहोत हे दाखवून देण्याची गरज आहे, असे त्यांनी म्हटले आहे.

प्रकाश आंबेडकरांनी नुकताच मोदींवर निशाणा साधला होता. ते म्हणाले होते, बिरसा मुंडा यांच्या जयंतीनिमित्त पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी केलेले भाषण वरून गोड व आतून खोटे होते. वास्तव हे आहे की, नरेंद्र मोदी, भाजप व संघ आदिवासींचे सर्वात मोठे शत्रू आहेत. भाजप व संघ आदिवासींना आदिवासी म्हणण्याऐवजी वनवासी म्हणतो. त्यातून त्यांची ऐतिहासिक ओळख कमकुवत करण्याचा प्रयत्न केला जातो. अशी धोरणे व शब्दावली आदिवासी समाजाची ऐतिहासिक स्थिती, सांस्कृतिक ओळख व त्यांच्यावरील राजकीय दावे व घटनात्मक अधिकारांना कमकुवत करण्याचा संघाच्या रणनीतीचा भाग आहे.

औद्योगिकीकरण, उल्थवन व विकासाच्या नावाने भाजप व संघाने अगोदरच आदिवासींचे जल, जंगल व जमीन हिरावून घेतली आहे. आता ते आदिवासींना ब्राह्मणवाद, वैदिक हिंदुत्व सनातन धर्माच्या संरचनेत सामावून घेण्याचा प्रयत्न करत आहेत. याद्वारे त्यांची अद्वितीय संस्कृती व ओळख नष्ट करण्याचा प्रयत्न केला जात आहे. भाजप व संघ सातत्याने आदिवासींना राज्यघटनेने दिलेल्या अधिकारांपासून वंचित करण्याचा प्रयत्न करत आहे. विशेषतः सहाय्या अनुसूची अंतर्गत त्यांचे अधिकार नाकारले जात आहेत. नरेंद्र मोदी, भाजप व संघ आदिवासींच्या जल, जंगल व जमिनीच्या अधिकाराचे सर्वात मोठे शत्रू आहेत, असे आंबेडकर म्हणाले होते.

समस्यांवर स्वतःच उपाय शोधा, आत्महत्या पर्याय नाही..

■ वृत्तसंस्था, पुणे, दि. १८ :

अभिनेते, लेखक-दिग्दर्शक प्रवीण तरडे यांनी विद्यार्थ्यांना महत्वाचा सल्ला दिला आहे. आपल्या समस्या, प्रश्न आणि अडचणींवर स्वतःच लक्ष केंद्रित करून त्यावर उपाय शोधायला हवेत, असे ते म्हणाले. इतरांसाठी आपल्या समस्या केवळ एक 'इव्हेंट' असतात आणि आत्महत्येचा विचार ही स्वतःपुरतीच सुटका असते, ज्यामुळे कोणतीही समस्या सुटत नाही, असे तरडे यांनी स्पष्ट केले.

विद्यार्थी साहाय्यक समितीच्या विद्यार्थी विकास केंद्रातर्फे प्रवीण तरडे यांच्याशी विशेष संवादाचे आयोजन करण्यात आले होते. सेनापती बापट रस्त्यावरील समितीच्या लजपत विद्यार्थी संकुल येथे हा कार्यक्रम पार पडला. यावेळी समितीचे कार्यकारी

विश्वस्त तुषार रंजनकर, चंद्रकांत कुलकर्णी आणि प्रभाकर पाटील यांच्यासह मान्यवर उपस्थित होते.

समितीचे माजी विद्यार्थी जीवराज चोले यांनी प्रास्ताविकात या संवादासाठी भूमिका स्पष्ट केली. समितीचे अनेक विद्यार्थी शेतकरी कुटुंबातून आले आहेत. सध्या मराठवाडा आणि विदर्भातील ओला दुष्काळग्रस्त भागांत प्रवीण तरडे यांचे सामाजिक कार्य सुरू आहे.

या कार्यवाला प्राधान्य देण्यासाठी तरडे यांनी स्वतःच्या 'देऊळबंद २' या चित्रपटाचे चित्रीकरण थांबवून शेतकरी आणि पूरग्रस्तांना मदत मिळवून देण्यासाठी

प्रवीण तरडेचा विद्यार्थ्यांना सल्ला



राहते. शेतकऱ्यांसाठी कार्य करण्याचा निर्णय घेताना, शेतकरी आपल्यासमोरच्या प्रश्नांचा अभ्यास करत नाहीत, हा माझा निष्कर्ष असल्याचे तरडे म्हणाले.

प्रयत्न करत असल्याचे चोले यांनी सांगितले.

प्रवीण तरडे यांनी यावेळी बोलताना सांगितले की, पूर्णपरिस्थितीच्या वास्त्या पाहताना ओल्या दुष्काळाची तीव्रता आणि भयानकता जाणवली. त्यामुळे चित्रीकरण थांबवून मदत करण्याचा निर्णय घेतला. माध्यमांसाठी या घटना इव्हेंटप्रमाणे असतात; दोन दिवसांत त्यांना दुसरा इव्हेंट मिळतो आणि ते निघून जातात. पण मूळ प्रश्न तसाच राहतो. शेतकऱ्यांसाठी कार्य करण्याचा निर्णय घेताना, शेतकरी आपल्यासमोरच्या प्रश्नांचा अभ्यास करत नाहीत, हा माझा निष्कर्ष असल्याचे तरडे म्हणाले.

मंत्रालयात ध्यानातून अनुभूती

शिवकृपानंद स्वामींचे समर्पण ध्यान योग शिबीर



■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. १८ :

'वसुधैव कुटुंबकम्' या तत्वज्ञानावर आधारित सद्गुरू श्री शिवकृपानंद स्वामींच्या हिमालयीन समर्पण ध्यान योग शिबिराच्या माध्यमातून मंत्रालयातील कुलगुरू प्रा. डॉ. अपूर्वा पालकर वरिष्ठ अधिकारी, कर्मचाऱ्यांनी हिमालयातील आठशे वर्षांपूर्वीच्या ध्यानाची दिव्य अनुभूती घेतली.

मंत्रालयीन अधिकारी व कर्मचारी संघटनेच्या वतीने आयोजित या अध्यात्मिक कार्यक्रमात कौशल्य, रोजगार, उद्योजकता व नाविन्यता आत्मविश्वास वृद्धिंगत होऊन देशात निश्चितच उत्कृष्ट संस्कारित नागरिक घडतील, असा विश्वास लोढा यांनी व्यक्त केला.

यावेळी शिवकृपानंद स्वामींच्या पत्नी गुरू मां रूचिरा मोडक, सामान्य प्रशासन विभागाचे अपर मुख्य सचिव राजेश अग्रवाल, कौशल्य विकास विभागाच्या अपर मुख्य सचिव मनीषा वर्मा, अपर

मुख्य सचिव सीमा व्यास, व्यवसाय शिक्षण व प्रशिक्षण संचालनालयाच्या संचालक माधवी सरदेसमुख, रतन टाटा महाराष्ट्र राज्य कौशल्य विद्यापीठाच्या कुलगुरू प्रा. डॉ. अपूर्वा पालकर आदींसह मंत्रालयातील अधिकारी-कर्मचारी उपस्थित होते.

सद्गुरू शिवकृपानंद स्वामी यांनी तब्बल १६ वर्षे हिमालयात ध्यान साधना केली आहे. ही ध्यान साधना गुरुच्या आत्म्याने शिष्याच्या आत्म्यावर केलेला एक अर्धसंस्कार असल्याचे स्वामींनी यावेळी स्पष्ट केले.

जगभर योग, ध्यानधरणात सर्व जाती-धर्माची जनता असते. ध्यानामधून सर्वांना समान अनुभूती येते. ध्यानाच्या शारिरीक समस्या सोडविण्यासाठी आत्मभाव वृद्धिंगत करा. हे सर्व चित्त, मन किती शुद्ध आणि पवित्र आहे, यावर सर्व अवलंबून आहे.

समस्या ओळखून निदान करतो, तोच योग गुरु असून अध्यात्मिक प्रगतीचा मार्ग योगातून जातो. स्वतःचा चेहरा पाहण्यासाठी आरसा लागतो, तसेच अंतर्मुख होऊन अनुभूती घेतल्याशिवाय देव दिसत नाही. देव म्हणजे विश्व चेतना शक्ती असल्याचे त्यांनी सांगितले.

महामागर

अकोला

●बुधवार,दि.१९ नोव्हेंबर २०२५

पान
3

विद्यार्थ्यांच्या गुणवत्ता वाढीसाठी सर्वकष प्रयत्न करा : जिल्हाधिकारी

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

विद्यार्थ्यांमध्ये पायाभूत साक्षरता आणि संख्याज्ञान कौशल्ये सुधारण्यासाठी निपुण कार्यक्रम राबवला जातो. जिल्ह्याची स्थिती फारशी समाधानकारक नसून, विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक गुणवत्तावाढीसाठी शिक्षण यंत्रणा व शिक्षकांनी सर्वकष प्रयत्न करावेत, असे निर्देश जिल्हाधिकारी वर्षा मीना यांनी आज येथे दिले. महसूल सभागृहात आयोजित जिल्हास्तरीय निपुण सुकाणू समितीच्या संभेत त्या बोलत होत्या. जिल्हा शिक्षण व प्रशिक्षण संस्थेच्या प्राचार्य रत्नमाला खडके, एकात्मिक बालविकास उपमुख्य कार्यकारी अमित रायबोले आदी उपस्थित होते.जिल्हाधिकारी श्रीमती मीना म्हणाल्या की, विद्यार्थ्यांमध्ये वाचन, लेखन आणि गणित यासारख्या



मूलभूत गोष्टींमध्ये प्रभुत्व मिळवण्यासाठी निपुण कार्यक्रम राबवला जातो. राज्याच्या क्रम वारीतील जिल्ह्याचे स्थान पाहता या शैक्षणिक स्थितीत बदल घडवून आणणे आवश्यक आहे. त्यामुळे गुणवत्तावाढीसाठी सर्व घटकांनी जबाबदारीने काम करावे. जिल्हा शिक्षण व प्रशिक्षण संस्थेचे वरिष्ठ अधिव्याख्याता

अंकोश ससाने यांनी सादरीकरण केले. उपशिक्षणाधिकारी जितेंद्रकुमार प्रधान, समाज कल्याण विभागाचे सहाय्यक आयुक्त मातोरी वाठ, महापालिका शिक्षणाधिकारी हरिश्चंद्र इत्कर, वरिष्ठ अधिव्याख्याता प्रविण चव्हाण, अधिव्याख्याता रविंद्र सोनुने, विजयसिंग राठोड उपस्थित होते.

थकित करापोटी पश्चिम झोन येथील मालमत्तावर सीलची कारवाई

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

मनपा आयुक्त तथा प्रशासक डॉ.सुनिल लहाने यांच्या आदेशान्वये तसेच मनपा उपायुक्त विजय पारतवार आणि सहा.आयुक्त गजानन घोंगे यांच्या मार्गदर्शनात अकोला महानगरपालिका क्षेत्रातील पश्चिम झोन अंतर्गत वानखडे नगर, डाबकी रोड येथील वार्ड क्रं. बी -११ मालमत्ता क्रं. ५४९, अनिल हिवराळे यांचेकडे २०१७-१८ पासून आज पर्यंतचे एकुण रक्कम रुपये २,०७,०१२/- एवढा मालमत्ता कर थकित असल्याने त्यांच्या मलमत्तावर सील लावण्याची कारवाई करण्यात आली आहे. सदर कारवाईत सहा.कर अधिकक्ष राजेश जाधव, कर वसुली लिपिक अजय शिरसाट, इकबाल हुसैन, प्रकाश मालगे, मुदस्सीर अमीन, सै.अजहर आदींची उपस्थिती होती. अकोला महानगरपालिका क्षेत्रातील मालमत्ता धारकांनी आपला थकित व चालू वर्षातील मालमत्ता कराचा भरणा एकरकमी करून सील, जप्ती व लीलाव सारख्या अग्रिय कारवाई टाळावे असे आवाहन मनपा प्रशासनाव्दारे करण्यात आले आहे.



भारतीय जनता पार्टीचे जिल्ह्यातील ५ नगरपरिषदा व एक नगरपंचायत नगराध्यक्ष पदाचे उमेदवार जाहीर

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

भारतीय जनता पार्टीने जिल्ह्यातील ५ नगर परिषदा, व एक नगर पंचायत नगराध्यक्ष पदाचे उमेदवार प्रदेशाध्यक्ष आमदार रवींद्र चव्हाण मुख्मंत्री देवेंद्र फडणवीस, प्रभारी मंत्री नामदार चंद्रशेखर बावनकुळे, संघटन मंत्री डॉक्टर उपेंद्र कोटेकर, प्रभारी भाजपा प्रदेश सरचिटणीस आमदार रणधीर सावरकर पालकमंत्री एडवोकेट आकाश फुंडकर खासदार अनुप धोत्रे, आमदार प्रकाश भारसाकले, आमदार हरीश पिंपळे आमदार वसंत खंडेलवाल, संतोष शिवरकर, प्रभारी डॉक्टर अमित कावरे, विजय अग्रवाल जयंतमसने, जयश्री पुंडकर योगेश गोतमारे तसेच संसत्तान निवड समिती यांच्या शिफारशीवर प्रदेश भाजपाने उमेदवारांची घोषणा केली आहे१. अकोट येथे भाजपा महिला आघाडी सरचिटणीस-ओबीसी महिला - सौ. माया विवेकराव धुळे २.म

ुर्तिजापूर -मुर्तिजापूर भाजपा शहराध्यक्ष सर्वसाधारण - हर्षल रामेश्वर साबळे३.हिवरखेड -येथे माझी जिल्हा परिषद सदस्या ना.मा.प्र. (महिला) - सौ. सुलभा रमेश तुतोंडे यांची निवड केली आहे. ४.तेल्हारा - अनुसूचित जाती (महिला) - सौ. वैशाली जितेंद्र पालीवाल५.बाळापूर - ना. मा. प्र. (महिला) - सौ. धनश्री चैतन्य अंबाडे६. बाशिंटाकळी नगर पंचायत - सर्वसाधारण (महिला) - सौ.कोकिळा श्रीराम येळवणकार यांना उमेदवारी देण्यात आली आहे. जुन्या आणि नवीन कार्यकर्त्यांच्या तसेच मतदारांच्या आशीर्वादाने भारतीय जनता पक्ष स्थानिक स्वराज्य संस्थेमध्ये यश प्राप्त करेल असा विश्वास भाजपा सरचिटणीस माधव मानकर एडवोकेट रुपाली काकड अंबादास उमाळे राजेश नागमते यांनी व्यक्त केला.

त्वरित निदान व उपचाराने मूळव्याधीचा नाश शक्य

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

मुळव्याध हा अतिशय सामान्य परंतु अनेकांनी लाजेखातर लपवून ठेवलेला आजार आहे. योग्य वेळी उपचार न घेतल्यास हा त्रास वाढू शकतो; परंतु आयुर्वेद उपचार व आधुनिक वैद्यक शास्त्रामुळे आज मुळव्याध पूर्णपणे बरा करणे शक्य झाले असून त्वरित निदान व योग्य उपचाराने मूळव्याध समूळ बरा होणारी व्याधी असल्याची माहिती मंगळवारी आयुर्वेद सर्जिकल सोसायटी अकोलाच्या वतीने दि २० नोव्हेंबर रोजी येत असणाऱ्या जागतिक मूळव्याध दिना निमित्त आयोजित पत्रकार परिषदेत देण्यात आली. मूळव्याध म्हणजे काय ?तर गुदमार्गातील फुगलेल्या,सुजलेल्या रक्तवाहिन्या म्हणजे मुळव्याध असून या दोन प्रकारच्या असतात, त्या म्हणजे आंतर मुळव्याध जी गुदमार्गाच्या आत असते व दुसरी बाह्य मुळव्याध होय जी गुदद्वाराच्या बाहेर असते. मुळव्याध होण्याची प्रमुख कारणे म्हणजे दीर्घकाळ असलेली

बद्धकोष्ठता,तिखट, तळलेले, मसालेदार पदार्थांचे अधिक सेवन करणे,पोट साफ न होणे,दीर्घकाळ बसून काम करणे,कमी पाणी पिणे,व्यायामाचा अभाव,गर्भावस्था,वजनदार वस्तू उचलणे,स्थूलता आदी कारणा मुळे मूळव्याध होऊ शकते.या व्याधीची सामान्य लक्षणे म्हणजे शौचानंतर ताजे रक्तस्त्राव,गुदभागी वेदना, जळजळ, खाज,गाठी,कोंब बाहेर येणे,अपूर्ण शौचाची भावना व वारंवार शौचास जावेसे वाटणे,बसताना किंवा चालताना त्रास होणे ही मूळव्याध ची सामान्य लक्षणे असल्याचे यावेळी सांगण्यात आले. मूळव्याधीचे निदान कसे केले जाते? तर प्रथमगुदमार्गाची तपासणी केली जाते.यात प्रोक्टोस्कोपी,गरजेनुसार सिमम इंडोस्कोपी,रक्त तपासण्या, रक्तल्पता आदी करून उपचार केले जातात.शस्त्रक्रियाविना उपचार करण्यात येतात तसेच रबर बँड लिगेशन म्हणजे गाठीवर रबर बँड लावून ती कमी करण्यात येते, इंजेक्शन द्वारे गाठ

आकुंचन केली जाते.उष्णतेने रक्तवाहिन्या आकुंचन केल्या जातात तसेचलेझर ट्रीटमेट करण्यात येते.ही आधुनिक, सुरक्षित, कमी वेदनादायक पद्धत असल्याचे यावेळी सांगण्यात आले. यातील ऑपरेशन पद्धतीत पारंपरिक शस्त्रक्रिया,कमी वेदनादायक, जलद रिकव्हरीस्टीपलर शस्त्रद उपचार व सध्या सर्वात आधुनिक, कमी रक्तस्त्राव व कमी वेदना असणारी लेझर उपचार पद्धती वापरली जाते.या व्याधीत शस्त्रक्रिया कधी गरजेची आहे.तर सतत किंवा जास्त प्रमाणात रक्तस्त्राव होणे,गाठी मोठ्या होणे ,बाहेर येणे, आत न जाणे,औषधोपचारांनी आराम न मिळणे,वारंवार इन्फेक्शन.वेदना होणे यासाठी शस्त्रक्रिया आवश्यक असल्याचे सांगण्यात आले. यावर प्रतिबंधात्मक उपाय कोणते? या संदर्भात दक्षता कशी घ्यावी तरशौचास जास्त जोर लावू नये,वेळेवर शौच, शौचालयात मोबाईल वापरू नये,व्यायाम, वजन नियंत्रण,नियमित औषधोपचार.

देवी भागवत ही शक्तीची सार्वभौम कथा- पु मकरंद बुवा देवी भागवत कथेत तुळशी विवाह संपन्न, आज सकाळी पूर्णाहुती

अकोला : जगात कुठेही जा, आपणास सर्वत्र शक्तीची आराधना बघावयास मिळते. केवळ जगातच नव्हे किंबहुना भगवान नरनारायण, श्री राम तर कृष्ण पर्यंत सर्वांनी आदिशक्तीची पूजा, आराधना करून आपले अवतार कार्य पूर्ण केले आहे.शक्ती ही कणाकणात संपूर्ण त्रिलोक्यात संचारलेली असून या शक्तीची अनादी काळापासून पूजा केली जात आहे. आणि ही शक्ती म्हणजे आदिमाया जगदंबा असून तिच्या आराधनाने आपली मनोकामना पूर्ण होऊन इच्छित फलप्राप्ती होत असल्याचे प्रतिपादन देवी भागवत कथाकार पु. मकरंद



बुवा सुमंत रामदासी यांनी केले.देवी भागवत कथा आयोजन समितीच्या वतीने योगाभ्यानंद

मनपा आरक्षणास मा.राज्य निवडणूक आयोगाची मान्यता

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

अकोला महानगरपालिका सार्वत्रिक निवडणूक - २०२५ करीता राज्य निवडणूक आयोगाचे निर्देशानुसार दि. ११ नोव्हेंबर रोजी प्रमिलाताई ओक सभागृहामध्ये अनुसूचित जाती (महिला), अनुसूचित जमाती (महिला), नागरिकांचा मागासवर्ग प्रवर्ग, नागरिकांचा मागासवर्ग प्रवर्ग (महिला) व सर्व साधारण प्रवर्गांचे आरक्षण निश्चित करण्यात येऊन राज्य निवडणूक आयोगाचे मान्यतेकरिता सादर करण्यात आले होते.

त्याबाबत मा.राज्य निवडणूक आयोगाने अनुसूचित जाती महिला, अनुसूचित जमाती (महिला) तसेच नागरिकांचा मागासवर्ग

प्रवर्ग बाबत आरक्षणाची सोडत मान्य करून नागरिकांचा मागासवर्ग प्रवर्ग (महिला) तसेच सर्व साधारण महिला आरक्षण पुन्हा सोडतीव्द्वारा दि. १७ नोव्हेंबर २०२५ रोजी निश्चित करून कार्यवाही करण्याबाबत निर्देशित केले होते. त्यानुसार महानगरपालिका प्रशासनाव्द्वारा अकोला महानगरपालिका, डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर मुख्य सभागृह मध्ये आरक्षण सोडत घेऊन नागरिकांचा मागासवर्ग प्रवर्ग (महिला) व सर्व साधारण (महिला) प्रवर्गांचे आरक्षण निश्चित करून मा.राज्य निवडणूक आयोगाचे मान्यतेकरिता सादर केले असता, सदर आरक्षणास दि. १८ नोव्हेंबर २०२५ रोजी मान्यता देण्यात

येत असल्याबाबतचे अवर सचिव, मा.राज्य निवडणूक आयोग यांचे स्वाक्षरीचे पत्र प्राप्त झाले आहे. त्यानुसार आरक्षणावरील हरकती व सुचना मागविण्यात येऊन सदरचे आरक्षण अंतीम करण्याची कार्यवाही महानगरपालिका प्रशासनाने स्वतःचे स्तरावर पुर्ण करून त्याबाबतचा अहवाल सादर करण्यास मा.राज्य निवडणूक आयोगाने कळिवले असल्याने प्रारूप आरक्षण, हरकती व सूचना मागण्यासाठी दि. १९ ते २५ नोव्हेंबर २०२५ या कालावधीत नागरिकांची निवडणूक विभाग कार्यालय, मनपा येथे सादर कराव्यात असे मनपा आयुक्त तथा निवडणूक अधिकारी यांनी कळिवले आहे.

‘देशभर कॉंबिंग ऑपरेशन करा’: दिल्ली स्फोटानंतर अकोल्यात ‘हिंदू राष्ट्र समन्वय समिती’चे जिल्हाधिकाऱ्यांना निवेदन व आंदोलन

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

दिल्लीतील लाल किल्ल्याजवळ १० नोव्हेंबर रोजी झालेल्या भीषण बॉम्बस्फोटानंतर देशाच्या अंतर्गत सुरक्षेचा प्रश्न पुन्हा गंभीर झाला आहे. ‘जेश-ए-मोहम्मद’च्या देशव्यापी नेटवर्कचा सहभाग उघड झाल्याने चिंता वाढली आहे. या पार्श्वभूमीवर हिंदू राष्ट्र समन्वय समिती, अकोला यांच्या नेतृत्वाखाली विविध हिंदू संघटनांनी जिल्हाधिकाारी कार्यालयासमोर आंदोलन केले. देशभरात व्यापक आणि सखोल ‘कॉंबिंग ऑपरेशन’ राबवण्याची मागणी समितीने निवेदनाद्वारे प्रशासनाकडे केली. तसेच बॉम्बस्फोटामध्ये मृत्युमुखी पडलेल्यांना भावपूर्ण श्रद्धांजली सुद्धा वाहली. या स्फोटप्रकरणी काही उच्चशिक्षित डॉक्टरांचा सहभाग समोर आला असून फरीदाबाद येथील अल-फलाह विद्यापीठातील काही शिक्षकांनी अशा कारवायांना साथ दिल्यामुळे या विद्यापीठाची मान्यता रद्द करण्यात आली आहे. त्याच धर्तीवर देशातील इतर विद्यापीठांमध्येही चालणाऱ्या संभाव्य देशविरोधी कारवायांची सखोल चौकशी करण्याची मागणीही आंदोलकांनी केली.

निवेदन स्वीकारल्यानंतर जिल्हाधिकाारी आधाराकार्ड, मतदार ओळखपत्रासारखी बनावट कागदपत्रे सहज मिळत असल्याने त्यांचे नेटवर्क अधिक बळकट होत असल्याचे समितीच्या निर्दर्शनास आले आहे. पुणे, मालेगाव, अमरावती व अकोला येथे रोहिण्या आणि बांगलादेशी नागरिकांनी बोगस



कागदपत्रे मिळवल्याचे प्रकार पूर्वी उघड झाले आहेत.तसेच, काही बेकायदेशीर ‘हलाल प्रमाणपत्र’ देणाऱ्या संस्थांकडून दहशतवादी आरोपींना आर्थिक व कायदेशीर मदत होत असल्याचे निर्दर्शनास आल्याने त्याच्याही चौकशी करावी अशी मागणी समिती करत आहे समितीने नमूद केले की, झ्रदिल्लीतील घटना हा फक्त बॉम्बस्फोट नसून देशाच्या अंतर्गत सुरक्षेवर थेट हल्ला आहे. निवेदन स्वीकारल्यानंतर जिल्हाधिकाारी वर्षा मीना म्हणाल्या की, निवेदन शासनाकडे पाठवू आणि स्थानिक स्तरावरही चौकशी सुरू आहे.आंदोलनातील मान्यवरांची मतेथी योगेश अग्रवाल ‘या देशाच्या एकात्मतेवर घाला घालणाऱ्या कट्टर विचारसरणी असणाऱ्यांवर प्रतिबंधात्मक कारवाई झाली पाहिजे.श्री संजय ठाकूर:झव्हाईट कॉलर टेररचा सहभाग समाजासाठी घातक आहे. नागरिकांनी

जागरूक राहणे आवश्यक आहे.अधिवक्ता सौ. दिपाली जानोरकर:राजधानीतच असे भ्याड हल्ले होत असतील, तर इतर ठिकाणची सुरक्षा परिस्थिती किती गंभीर असेल, याची कल्पना येते.दहशतवादी गटात सहभागी असलेले डॉक्टर ज्या विद्यापीठाशी संबंधित आहेत, त्यांची मान्यता रद्द करावी.देशाची व देश बांधवांची सुरक्षेच्या दृष्टीने कट्टरतावादी विचारांना आळा घातला पाहिजे’.उपस्थित मान्यवरश्री योगेश अग्रवाल, उदयजी महा, हेमंत जकाते, रवींद्र फाटे, संजय ठाकूर, अमोल देशपांडे, नरेंद्र कराळे प्रमोद अग्रिहोत्री, राजू गंगळे, धनंजय मेहरेसे, राजू मंजुळेकर, सुधीर देशपांडे, हरी ओम पांडे , अमोल वानखेडे अधिवक्ता श्री मुकुंद जालनेकर, सौ. दिपाली जानोरकर, सौ मंजू सावकर,सौ. अण्णा गुल्हाने, श्री गुल्हाने, श्रीमती श्रुती भट, मान्यवर उपस्थित होते .

मुर्तिजापूर निवडणूक तापली: निरीक्षकांचा कडक दौरा; २०१ अर्जापैकी १८९ स्वीकृत!

■मुर्तिजापूर,दि १८ (प्रतिनिधी) :

नगर परिषद सार्वत्रिक निवडणूक २०२५ आता तापू लागली असून निवडणूक प्रक्रियेवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी नियुक्त करण्यात आलेल्या मा. पांडुरंग कोल्हे (प्रकल्प संचालक, जिल्हा ग्रामीण विकास यंत्रणा, बुलढाणा) यांनी १५ व १८ नोव्हेंबर रोजी मुर्तिजापूर नगरपरिषदेला भेट देत संपूर्ण कामकाजाची कडक पाहणी केली.आचारसंहिता ४ नोव्हेंबरपासून लागू असल्याने स्ट्रॉंग रूम, मतमोजणी कक्ष, मतदान केंद्रांची सज्जता, प्लगिंडा स्काड, व्हिडिओ सर्व्हिलंस, आचारसंहिता पथके यांचे बारकाईने परीक्षण झाले. कोणताही भंग झाल्यास तक्रार तात्काळ दाखल



करण्याचे नागरिकांना आवाहन करण्यात आले.

या पाहणीदरम्यान निवडणूक निर्णय अधिकारी तथा उपविभागीय अधिकारी संदीपकुमार अपार, मुख्याधिकाारी निलेश जाधव, तहसीलदार शिल्पा बोबडे, तसेच पोलिस निरीक्षक अजीत जाधव आदी अधिकारी उपस्थित होते.दरम्यान, छाननी अंती नगराध्यक्ष व नगरसेवक पदांच्या

नामनिर्देशन पत्रांची आकडेवारीही जाहीर झाली.

एकूण २०१ अर्जापैकी १८९ अर्ज स्वीकृत, तर १२ अर्ज विविध कारणांमुळे नामंजूर झाले.नगराध्यक्ष पदासाठी दाखल १२ पैकी ११ अर्ज मंजूर, तर १ अर्ज नामंजूर. नगरसेवक पदांसाठी दाखल अर्जांतून काही वाडोडामध्ये स्पर्धा चुश्रीची होणार असल्याचे स्पष्ट दिसत आहे.

ओबीसी योद्धा स्वर्गीय विजय बोचरे यांच्या कुटुंबांचे सात्वन !

■पातुर,दि १८ (प्रतिनिधी) :

ओबीसी आरक्षण संपुष्टात येण्याच्या भीतीने पातुर तालुक्यातील आलेगाव येथील रहिवासी विजय बोचरे (वय ५८) या ओबीसी कार्यकर्त्यांनी ९ ऑक्टोबर रोजी आत्महत्या केल्याची धक्कादायक घटना घडली होती या घटनेची दखल घेत सावता परिषदेचे संस्थापक अध्यक्ष व राष्ट्रवादी काँग्रेस ओबीसी सेलचे महाराष्ट्र प्रदेश अध्यक्ष आदरणीय श्री कल्याण काका आखाडे यांनी दि. १७/११/२०२५ रविवार ला वओबीसी योध्दा स्व. विजय भाऊ बोचरे यांच्या निवासस्थानी भेट घेतली. विजय भाऊ यांच्या आई व त्यांच्या पत्नी व मुलगी यांची सात्वन केले व त्याच्या मुलीचा शिक्षणाचा खर्च सावता परिषद संघटनेने उठवले आहे व सरकार कडून निधी उपलब्ध करून देण्याचे प्रयत्न करू असे ठरविले.



सांगितले. ते म्हणाले, नित्य स्नान संध्या सुरू करा.संध्येने तुमचे भविष्य बदलेल.ही संध्या पण शक्तीची परिचायक असल्याचे त्यांनी सांगितले. ते म्हणाले, देवी भागवत मोहमाया कमी करणारी कथा आहे. तो दैवी ग्रंथ आहे. या ग्रंथाचे मनन म्हणजे शाश्वत सुखाची प्रत्यक्ष अनुभूती आहे. कथेच्या प्रथम सत्रात त्यांनी नारदाची सुरस व भक्तिमय कथा सांगितली. ही कथा आपणास मायेत गुरुफटून जाऊ नका याचा बोध देते. कालध्वज राजा यांच्या कथेत त्यांनी नारदाचा उहापोह केला.देवर्षी नारद यांनी स्त्री रूप धारण करीत कालध्वज राजाशी विवाह केला. या कथेत नारद राजावर आलेल्या संकटांमध्ये सहभागी होतात व त्यांना मानव जीवनातील दुःख, मोह, मृत्यु यांचा अनुभव येतो. त्यातून त्यांना स्त्री मनाची अनुभूती आणि संसाराधिष्ठानाचे सत्य कळते.

कथेच्या अखेरीस, नारद पुन्हा आपल्या पूर्व स्वरूपात येतात व ते लक्षात घेतात की माया किंवा संसाराचा मोह नश्वर आहे. या कथेत पु मकरंद बुवा यांनी जीवनातले दुःख, मोह, व संसारापासून मुक्तीचा अन्वय स्पष्ट केला. सत्र समापनश्रसंगी भक्तिमय तुळशी विवाह संपन्न झाला. यात तुळशी वृंदावनची पूजा करण्यात येऊन येऊन सामूहिक आरतीने या सत्राचे समापन करण्यात आले.कथा प्रारंभी सर्वप्रथम कथा प्रारंभी कथा यजमान आर्कि संजय महाशब्दे, डॉ सौ मंजुषा महाशब्दे,ऋषीकेश पत्की,सौ वृषाली पत्की,बाबासाहेब देशपांडे,निमेश ठक्कर यांनी ग्रंथ पुजन केले. कथेच्या उपारधात वेदमूर्ती नागेश मूर्तीकर यांनी संहिता वाचन केले.संचालन व कथा उरस्वाची पूर्व पीठिका प्रास्ताविक सौ सीमा बक्षी यांनी सादर केली.

अकोला

पान
६

महिला व बालविकास विभागाचे

१०० दिवसांचे अभियान

धार्मिक नेते व विविध घटकांचा अभियानात सहभाग



■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

महिला व बालविकास विभागाकडून बालविवाहमुक्त महाराष्ट्र अभियानात सर्व विभाग, धार्मिक नेते,स्थानिक स्वराज्य संस्था, शैक्षणिक संस्था, स्वयंसेवी संघटना व नागरिक यांना एकत्र आणण्यात येत आहे. त्यासाठी दि. २६ जानेवारीपर्यंत विविध कार्यक्रम राबविण्यात येणार असून, सर्वांनी समन्वयाने कार्य करून महाराष्ट्र बालविवाह मुक्त करण्यात योगदान द्यावे, असे आवाहन जिल्हाधिकारी वर्षा मीना यांनी आज येथे केले.बालविवाहमुक्त महाराष्ट्र या १०० दिवसांच्या मोहिमेच्या अनुषंगाने बैठक जिल्हाधिका-यांच्या अध्यक्षतेत झाली, जिल्हा त्यावेळी त्या बोलत होत्या. जिल्हा

बालसंरक्षण अधिकारी राजू लाडुलकर, समिती सदस्य, बालकांच्या क्षेत्रात कार्य करणा-या स्वयंसेवी संस्थांचे प्रतिनिधी, धार्मिक नेते यांच्यासह विवाहासंबंधित सेवा पुरवठादार हॉलमालक, मंडपमालक, लग्न पत्रिका छापणारे मुद्रक, वाजंत्री पथक, आचारी आदी व्यावसायिकांच्या संघटनांचे पदाधिकारी यावेळी उपस्थित होते.

जिल्हाधिकारी श्रीमती मीना म्हणाल्या की, जिल्ह्यात बालविवाह पूर्णपणे रोखणे गरजेचे आहे. त्यासाठी वेळीच कठोर कार्यवाही आणि गावोगाव व्यापक जनजागृती करावी. ग्राम स्तरावरील समित्या, अधिकारी, कर्मचारी यांच्या क्षमता वृद्धीसाठी कार्यशाळा घ्याव्यात. विद्यार्थ्यांचा, युवकांचा सहभाग

मिळवून कार्यक्रम घ्यावेत. बालविवाहमुक्त भारत या विषयावर शिक्षण विभागाने पोस्टर स्पर्धा आयोजित करावी. काही बालविवाह रोखण्यात आले म्हणून समाधान मानून चालणार नाही. एकही बालविवाह होऊ नये असे प्रयत्न व्हावेत, असे निर्देश त्यांनी दिले.

अनुपस्थितांना 'कारणे दाखवा' नोटीसा बैठकीस अनुपस्थित असलेल्या अधिकारी-कर्मचा-यांना 'कारणे दाखवा' नोटीसा देण्याचे निर्देश जिल्हाधिका-यांनी यावेळी दिले. बालविवाहाच्या पत्रिका छापणार नसल्याचा निर्धार मुद्रक संघाने केला असून, इतर सेवा पुरवठादार व घटकांनीही बालविवाहात कुठलेही सहकार्य केले जाणार नाही असे यावेळी सांगितले.

एचएसआरपी प्लेट

३० नोव्हेंबरपर्यंत बदलावी

अकोला : जिल्ह्यात आता सर्व जुन्या नोंदणीकृत वाहनांना अत्याधुनिक सुरक्षा नोंदणी क्रमांक प्लेट बसवणे अनिवार्य करण्यात आले आहे. रस्ते सुरक्षा, वाहनांची स्पष्ट ओळख आणि बनावटगिरीस प्रतिबंध घालण्यासाठी तसेच राष्ट्रीय सुरक्षेच्या दृष्टिकोनातून हा महत्त्वपूर्ण निर्णय घेण्यात आला आहे.

विकणे आहे

बसंती चांडक रिलीफ फाउंडेशन,
पत्ता: रामदास पेठ, अकोला
रुग्णालय मधील भंगार
उपकरणे विक्री (प्रत्येक १):
१) अ ठ मशीन २) मायक्रोस्कोप,
३) फेको मशीन
भंगार वस्तू खरेदी इच्छुक
विक्रेत्यांनी संपर्क साधावा.
संपर्क: वसंत शर्मा ८६०५७०४०१७

संस्कार भारतीच्या वतीने क्रांतिकारी
बिरसा मुंडा जयंती साजरी

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

संस्कार भारती अकोला महानगरच्या वतीने थोर क्रांतिकारक, प्रखर राष्ट्रवादी आदिवासी नेता बिरसा मुंडा जयंती रामनगर स्थित भाऊसाहेब नाईकवाडे सभागृहात संपन्न झाली. कार्यक्रमाला विदर्भ प्रांत कार्याध्यक्ष सुधाकर अंबुसकर, आदर्श गोसेवा अनुसंधान आणि गौरक्षणचे सचिव प्रा. विवेक बिडवई, प्रमुख वक्ता सोपान तोडसाम, विशेष आमंत्रित आदिवासी समाजात काम करणारे जेष्ठ कार्यकर्ते प्रल्हाद नैताम, महानगर अध्यक्ष डॉक्टर राजकुमार हेडा, जिल्हाध्यक्ष चंदाताई जयस्वाल आणि पदाधिकारी उपस्थित होते. याच दिवशी

कार्तिक वद्य त्रयोदशी म्हणजेच ज्ञानेश्वर माऊलीचा ७२९ वा संजीवन समाधी दिनही होता तोही साजरा करण्यात आला. कार्यक्रमाची सुरुवात मान्यवरांच्या हस्ते दीपप्रज्वलन आणि प्रतिमा पूजन करून करण्यात आली.

त्यानंतर संस्कार भारती ध्येयगीत रूपा ठाकरे, सुरेखा फाटे, सुनिता लाजूरकर यांनी सादर केले. प्रास्ताविका नंतर सोपान तोडसाम यांनी बिरसा मुंडा यांच्या 'जीवन कार्यकर्तृत्वावर' आपले विचार मांडले. यानंतर प्रल्हाद नैताम यांनी आपले विचार मांडले. त्यांचा सत्कार अंबुसकर यांच्या हस्ते शाल,श्रीफळ देऊन करण्यात आला.

महिलांचे आरोग्य
तपासणी शिबीर
उत्साहात संपन्न

अकोला: प्रत्येक महिला ही कुटुंबाचा प्रमुख आधार स्तंभ असते. त्यांचे कुटुंबाप्रती असलेले कर्तव्य करतांना स्वतःच्या आरोग्याकडे अक्षय्य दुर्लक्ष करतात. त्यामुळे एखाद्या गंभीर आजाराची लागण झाल्यास संपूर्ण कुटुंबावर याचा विपरीत परिणाम होऊन परिवार हवालदील होतो. सदरची बाब लक्षात घेऊन मराठा महिला सेवा मंडळ, अकोला द्वारा स्थानिक डाबकी रोड, भीरद व हहिरपेठ या भागातील दि. १५ व १६ नोव्हेंबर २०२५ रोजी महिलांचे आरोग्य तपासणी शिबीर आयोजित करण्यात आले होते.

सदर शिबीरामध्ये महिलांना आढळून येणा-या कर्करोग, स्त्रीरोग, नेत्ररोग, दंतारोग, डायबिटीज, उच्च/निम्न रक्तदाब तपासणी करण्यात आली. याकरिता शासनाद्वारा कर्करोग तपासणी करिता असलेली सुसज्ज मोबाईल व्हॅन व कर्मचारी पथक पुरविण्यात आले. तसेच इतर तपासण्याकरिता सहा.संचालक श्रीमती आरती कुलवाल.

मुर्तिजापूर भाजपमध्ये प्रचंड तणाव;
नितीन गडकरींचा इशारा आता वास्तवात?

■मुर्तिजापूर,दि १८ (प्रतिनिधी) :

नगरपालिका निवडणुकीच्या धामधुमीत भाजपमध्ये अंतर्गत फूट भीषण रूप धारण करत आहे. उमेदवारीवरून उसळलेल्या नाराजीने पक्षाचा गाभाच हादरला आहे. दशकभर पक्षासाठी रक्त घालवलेल्या जुन्या कार्यकर्त्यांना दुय्यम ठरवत बाहेरून आलेल्या चेहऱ्यांना दिले गेलेले प्राधान्य हा असंतोषाचा मुख्य स्फोटक मुद्दा आहे. अनेक प्रभागांत ८-१० जुन्या इच्छुकांची नावं चर्चेत असतानाच अचानक इन्कर्मिंगव्ह नेत्यांना तिकीटाचे संकेत मिळताच कार्यकर्त्यांच्या रोषाला चिघळ फुटली आहे. काही कार्यकर्ते स्वतंत्र उमेदवारीचा विचार करत असल्याचे खळबळजनक संकेत आहेत.याच पार्श्वभूमीवर केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी यांनी दिलेला झुजणे कार्यकर्ते सांभाळा, नाहीतर उचावरून खाली येण्यास वेळ लागणार नाहीह्वा हा टोलेबाज इशारा आता मुर्तिजापूरच्या परिस्थितीवर तंतोतंत बसत असल्याची चर्चा रंगली आहे. झंघरची कोंबडी डाळसम बाहेरचे सावजी मसालाह्वा हा त्यांचा तिखट टोपणाली आज कार्यकर्त्यांच्या तोंडी ऐकू येत आहे.



दरम्यान, भाजप आमदार हरीश पिंपळे यांच्या वडिलांच्या निधनामुळे संवादाचा तुटलेला धागा अनेक कार्यकर्त्यांना उमेदवारीबाबत स्पष्टता मिळू न देऊ शकला. तरीही शोकसभेतच काहींनी उमेदवारीसाठी दबाव टाकल्याच्या घटना चर्चेत आहेत. पिंपळे दुःखातून बाहेर आल्यानंतर कोणत्या गटांना समज देतील आणि कोणाचा रोष शांत करू शकतील, याकडे शहराचे लक्ष लागले आहे.भाजपमध्ये गेल्या काही वर्षांत मोठ्या प्रमाणात वाढलेल्या इनकर्मिंगमुळे जुने

आधारस्तंभ बाजूला सरकवले जात असल्याची तीव्र भावना पक्षात आहे. विरोधकही या अंतर्गत कलहावरून भाजपला लक्ष्य करत आहेत. या फूटफाटीने जर आकार घेतला तर गडकरींचा इशारा वास्तवात उतरत भाजपला मोठा राजकीय धक्का बसू शकतो, अशी राजकीय तज्ज्ञांची टिप्पणी समोर येत आहे.मुर्तिजापूरातील वाढता असंतोष पाहता आगामी निवडणुकीत भाजपचे अस्तित्वच कठीण होणार का, हा गंभीर प्रश्न आता राजकीय वातावरणात गडदपणे उमटत आहे.

सीसीटीव्हीअभावी रूपमीलनसमोर स्प्लेंडर
चोरी; ग्राहक सुरक्षेवर गंभीर प्रश्नचिन्ह

■अकोला,दि १८ (प्रतिनिधी) :

शहरात निवडणुकीची धामधूम सुरू असतानाच भुरट्या चोरट्यांनी नागरिकांचे नाकी नऊ आणले आहेत. शहरातील गर्दीच्या आणि सतत वर्दळीच्या रूपमीलन दुकानासमोर १६ नोव्हेंबरच्या सायंकाळी घडलेली दुचाकी चोरी ही वाढत्या गुन्हेगारीची ठळक नोंद आहे. अजय अर्जुनराव वलेकर हे आपल्या कुटुंबासह कपडे खरेदीसाठी दुकानात गेले असताना, बाहेर उभी असलेली हीरो स्प्लेंडर प्रो (चक ३० अच ३२०३) अज्ञात इसमाने क्षणात किक मारून पळवली. पुतण्याने आवाज देईपर्यंत चोरटा पसार झाला होता.

विशेष म्हणजे, रेल्वे स्टेशनसमोर असलेल्या या व्यापारी परिसरात दिवसभर मोठी वर्दळ असते, परंतु अनेक व्यापारी प्रतिष्ठानांनी अद्याप सीसीटीव्ही बसवण्यात गंभीर निष्काळजीपणा दाखवला आहे. अशा मुख्य व्यापार गल्लीमध्ये सुरक्षेची मूलभूत साधनेच नसल्याने ग्राहकांना

झखरेदी करू की वाहन सांभाळू?ह्वा असा प्रश्न पडत आहे. प्रशासन आणि व्यापारी संघटनांनी वेळोवेळी ग्राहक सुरक्षेची हमी देण्याची आश्वासने दिली असतानाही प्रत्यक्षात परिस्थिती फारच ढिसाळ असल्याचे या घटनेतून स्पष्ट झाले. ग्राहकांच्या सुरक्षेच्या दृष्टीने व्यापाऱ्यांची जबाबदारी महत्त्वाची असून, परिसरात सीसीटीव्ही नेटवर्कची उभारणी तातडीने करण्याची मागणी नागरिकांकडून होत आहे. अन्यथा चोरी, छेडछाड आणि गुन्हांच्या घटनांमध्ये वाढ होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. पोलिसांनी गुन्हा नोंदवून तपास सुरू केला असून चोरी गेलेल्या वाहनाचा शोध घेतला जात आहे.

या प्रकरणाने पुन्हा एकदा व्यापार गल्लीतील सुरक्षा व्यवस्थेची ढासळलेली अवस्था आणि प्रशासनाच्या दुर्लक्षाचा प्रश्न ऐरणेवर आणला आहे. अशा घटनांनी नागरिकांच्या सुरक्षिततेबाबत प्रचंड चिंता निर्माण केली असून तातडीने ठोस पावले उचलण्याची मागणी होत आहे.

महाराष्ट्र शासन

जागतिक बँक प्रकल्प विभाग, अकोट

ई-निविदा सुचना

ई-निविदा सुचना ०९/२०२५-२६

जावक क्रमांक २८७० / ईनिमु - ०९ निलि / २०२५ / दिनांक १४.११.२०२५

कार्यकारी अभियंता जागतिक बँक प्रकल्प विभाग, अकोट (दुरध्वनी क्रमांक ०७२४- २४३६९९५) e-mail- wbakot.ee@mahawd.gov.in या महाराष्ट्र शासनाच्या सार्वजनिक बांधकाम खात्याकडून सक्षम कंत्राटदाराकडून निविदा काम क्रं. १ ते २ करीता सार्वजनिक बांधकाम खात्यातील सक्षम नोंदणीकृत कंत्राटदारांकडून खालील कामांकरिता ब-१ नमुन्यातील निविदा ई-निविदा प्रणालीद्वारे अटी व शर्ती च्या आधीन राहून सहभाग नोंदवू शकतील. ई निविदा संकेतस्थळ http://mahatenders.gov.in येथुन डाऊनलोड करण्यात यावी. तसेच निविदा स्विकारण्याचा अथवा नाकारण्याचा अधिकार सक्षम प्राधिकारी यांनी राखून ठेवला आहे. अट असलेली निविदा स्विकारली जाणार नाही.

अ. क्र.	कामाचे नाव	कामाची अंदाजित किंमत	संवर्ग
१.	मौजे चोहट्टा बाझार ता. अकोट येथे वाई क्रं. ३ मध्ये आनंद पाचबोले यांचे घरापासून ते विशाल काकड यांचे घरापर्यंत रस्ता सिमेंट कॉक्रीट करणे	१६८७१०	मकासस
२.	२ मौजे पुंडा ता. अकोट येथे श्री. नागोवार रामचंद्र बायस्कर यांचे घरापासून ते रावसाहेब श्रीधर पुंडकर यांचे घरापर्यंत रस्ता सिमेंट कॉक्रीट करणे.	१६८७६८	मकासस

अटी :-

- सर्व पात्र/इच्छुक निविदाकारांनी निविदा डाऊनलोड करण्यासाठी व निविदा प्रक्रियेत भाग घेण्यासाठी ई निविदा प्रणालीच्या <https://mahatenders.gov.in> या संकेत स्थळावर उपलब्ध आहे ई-निविदा काम क्रं. १ ते २ ई-निविदा काम क्रं. १ ते २ ई-निविदा दि. २४.११.२०२५ रोजी १०.०० पासून दि. ०९.१२.२०२५ रोजी १८.०० वाजे पर्यंत
- डाऊनलोड व हॅश सबमिशन करता येतील. ई निविदा १ ते २ ची ई-निविदा उघडण्याची दिनांक ०३.१२.२०२५ (पुढील ई-निविदा विषयक कार्यक्रम ऑनलाईन प्रमाणे)
- वरील कामांचे शुध्दीपत्रक आवश्यक असल्यास वर्तमानपत्रामध्ये प्रसिध्द न करता फक्त ऑनलाईन संकेतस्थळ <https://mahatenders.gov.in> वर अद्यावत करण्यात येईल.
- निविदा सादर केल्याच्या दिनांकापासून निविदा ६० दिवसांपर्यंत विधीग्राह्य राहील. खालील संकेत स्थळावरून ई-निविदाची सर्व माहिती उपलब्ध राहिल.
१. <http://mahatenders.gov.in>
- निविदा सूचना फलक, कार्यालय कार्यकारी अभियंता, जागतिक बँक प्रकल्प विभाग, अकोट
- ईतर अटी व शर्ती ई निविदा नमुन्यामध्ये उपलब्ध आहेत. कोणत्याही किंवा सर्व निविदा कोणतेही कारण न सांगता अस्वीकृत करण्याचे सर्व अधिकार सक्षम प्राधिकरणाकडे राखून ठेवण्यात आले आहे.
- ऑनलाईन वेळापत्रक लागू व अंतिम राहील.

जा.क्र./जिमाका/अकोला/जाहिरात/१००/२०२५

(प्रविण सरनायक)

कार्यकारी अभियंता

जागतिक बँक प्रकल्प विभाग,अकोट



महाराष्ट्र जीवन प्राधिकरण विभाग, अकोला

मुर्तिजापूर रोड, अकोला - ४४४००१

वेब पत्ता : mjpmaharashtra.gov.inई-मेल: ee.akola@mj.gov.in, eemjda@rediffmail.com

निविदा सुचना

जा.क्र./निविदा/२८४४/२०२५

दिनांक १७/११/२०२५

महाराष्ट्र जीवन प्राधिकरण विभाग, अकोला या कार्यालयाकडून खालील अनुक्रमांकानुसार निविदा सुचना मागविण्यात येत आहेत.

अ.क्र.	निविदा सुचना क्रमांक	कामाचे नाव	कामाची अंदाजित किंमत रुपये
१	क्रमांक- ३८ सन २०२५-२०२६	जल जीवन मिशन अंतर्गत कान्हेरी व १० गावे प्रादे. पा.पु. योजना हेडवर्क्स येथील विद्युत पुरवठा, इलेक्ट्रीक पोल व अनुषंगीक कामे	रु.८,४६,४६२/-
२	क्रमांक- ३९ सन २०२५-२०२६	जल जीवन मिशन अंतर्गत बाळापुर ६९ गावे प्रादे. पा.पु. योजना जलशुध्दीकरण केंद्र येथे विद्युत पुरवठा, इलेक्ट्रीक पोल व अनुषंगीक कामे	रु.८,४४,०१६/-
३	क्रमांक- ४० सन २०२५-२०२६	जल जीवन मिशन अंतर्गत लाखपुरी १८ गावे प्रादे. पा.पु. योजना हेडवर्क्स येथील पंपिंग मशिनरीसाठी नविन विज पुरवठा घेण्याकरीता लघुदाब विज वाहिनी, केबलचा पुरवठा करून उभारणी करणे.	रु.८,३६,७१०/-

या उपरोक्त सर्व कामांची निविदा महाराष्ट्र जीवन प्राधिकरण कडून मागविण्यात येत आहे.सदर निविदेचा सविस्तर तपशील दि. १८.११.२०२५ पासून महाराष्ट्र जीवन प्राधिकरण विभाग, अकोला येथील निविदा शाखेत पाहण्यास निशुल्क उपलब्ध आहेत.

कार्यकारी अभियंता

मजीप्रा.विभाग,अकोला

RNI/NO-46973/1986

Mahasagar
Akola

Printed, published and owned by Shrikrishna Tansukhdas Chandak. Printed at Arundodaya Press, Cotton Market, Nagpur-440018 and published at Dainik Mahasagar Office, Kamala Square, Durga Chowk, Akola. **Group Editor-in-Chief and Managing Director** - Shrikrishna Tansukhdas Chandak, **Group Editor** - Sandeep Ramrao Kale, **Managing Editor** - Pankaj Shrikrishna Chandak. **Local Editor** Purushottam Madhukarrao Dhole Phone 9881489479 (Responsible for editorial as per PRB act). Head Office Phone 7447735851, 9922970023.

आर.एन.आय. नोंदणी क्रमांक
४६९७३/१९८८महासागर
अकोला

मालक, मुद्रक, प्रकाशक : श्रीकृष्ण तनसुखदास चांडक यांनी अरुणोदय प्रेस, कॉटन मार्केट, नागपूर, ४४००१८, येथे छापून, दैनिक महासागर कार्यालय, तैमला स्केअर, दुर्गा चौक, अकोला, येथे प्रकाशित केले. मुख्य संपादक व मॅनेजिंग डायरेक्टर : श्रीकृष्ण तनसुखदास चांडक, समूह संपादक : संदीप रामराव काळे, प्रबंध संपादक : पंकज श्रीकृष्ण चांडक
स्थानिक संपादक : पुरुषोत्तम मधुकरराव धोले, फोन : ९८८१४८१४७९* (पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी स्थानिक संपादकांची राहिल.)



महान पंतप्रधान इंदिरा गांधी

नेहरू स्वातंत्र्याचा आंदोलनात अग्रणी असल्याने बऱ्याच वेळा ते तुरुंगातच असायचे अशा वेळी इंदिरा यांचा आई कमला नेहरू यांची काळजी घ्यायच्या.

१८ फेब्रुवारी १९३६ रोजी कमला नेहरू यांचे निधन झाले तेव्हा त्यांना खूप दुःख झाले. या दुःखातून सावरण्यासाठी वडील पंडित नेहरू यांनी त्यांना विदेशात शिकण्यासाठी पाठवले. विदेशातून शिक्षण पूर्ण करून आल्यावर २६ फेब्रुवारी १९४२ रोजी फिरोज गांधी या उमद्या व देखण्या तरुणाशी त्यांनी विवाह केला.

विवाहानंतर फिरोज गांधी व इंदिरा गांधी यांनी स्वातंत्र्याचा चळवळीत भाग घेतला. देश स्वातंत्र्य झाल्यानंतर त्या संसारात रमल्या. राजीव आणि संजीव या दोन मुलांच्या पालनपोषणातच त्यांचा वेळ जाऊ लागला. पुढे त्या काँग्रेसमध्ये सक्रिय झाल्या. १९५९ साली त्या राष्ट्रीय काँग्रेसच्या अध्यक्षा बनल्या. यावेळी त्यांनी पक्ष संघटन मजबूत करण्यासाठी खूप काम केले.

१९६० साली पती फिरोज गांधी तसेच १९६४ साली वडील पंडित नेहरू यांचे निधन झाले तरी त्या खचल्या नाहीत. कठीण परिस्थितीतही त्या खंबीरपणे उभ्या राहिल्या. लाल बहादूर शास्त्री यांनी त्यांना मंत्रिमंडळात माहिती प्रसारण आणि नभोवाणी खात्याच्या मंत्रीपदाची जबाबदारी दिली त्यांनी ती लीलाया पेलली.

लाल बहादूर शास्त्रींच्या मृत्यूनंतर २४ जानेवारी १९६६ रोजी त्या देशाच्या पंतप्रधान बनल्या. त्या भारताच्या पहिल्या महिला पंतप्रधान बनल्या. त्यांनी पंतप्रधानपदाची सुत्रे हाती घेतली पण त्यावेळी देशाची परिस्थिती खूप विकट होती. भारत पाकिस्तानचे युद्ध झाले होते. देशात मोठा दुष्काळ पडला होता. अन्वविषयक मदतीचा पी एल ४८०



कराराचे नूतनीकरण करण्यास अमेरिकेने नकार दिला होता. या आर्थिक परिस्थितीतून मार्ग काढत असतानाच १९६७ सलची निवडणूक आली अनेक राज्यात काँग्रेसला पराभव स्वीकारावा लागला. लोकसभेत काँग्रेसचे संख्याबळ घटले. त्यामुळे पक्षातील सिडिकेट नेत्यांनी उचल खाल्ली.

पंतप्रधान इंदिरा गांधींनी आपल्या इच्छेप्रमाणे कारभार करावा असे त्यांना वाटत होते. त्यामुळे इंदिरा गांधी आणि त्यांच्यात वाद होऊ लागले त्यातूनच काँग्रेसमध्ये उभी फूट पडली. जेष्ठ्यांची सिडिकेट विरुद्ध तुरुंगांची इंडिकेट असा उभा संघर्ष झाला. काँग्रेसमधील तरुण नेत्यांनी इंदिरा गांधी यांना साथ दिली.

राष्ट्रपती पदाच्या निवडणुकीत इंदिरा गांधी यांनी सिडिकेटचे उमेदवार नीलम संजीव रेड्डी यांचा पराभव करून व्ही व्ही गिरी यांना राष्ट्रपती बनवले. सिडिकेटचा दारुण पराभव झाल्याने इंदिरा गांधी सामर्थ्याबन बनल्या. मंत्रिमंडळात त्यांनी

बदल केले. उपपंतप्रधान मोरारजी देसाई यांच्याकडील अर्थखाते त्यांनी स्वतःकडे घेऊन मोरारजी देसाई यांना बाहेरचा रस्ता दाखवला. त्यानंतर त्यांनी अनेक धाडसी निर्णय घेतले.

१४ बँकांचे राष्ट्रीयीकरण करणे, संस्थांनीकांचे तनखे रद्द करणे असे निर्णय घेऊन त्यांनी खळबळ उडवून टाकली त्यांच्या या धाडसी निर्णयाला अनेकांनी विरोध केला पण आपल्या निर्णयापासून त्या तसूपरही मागे हटल्या नाही. १९७१ साली झालेल्या मुदतपूर्व निवडणुका त्यांनी एकहाती जिंकल्या.

या निवडणुकीत त्यांनी गरिबी हटाव ही घोषणा दिली. त्यांची ही घोषणा खूप गाजली. गोरगरिबांनी त्यांना भरभरून मते दिली. याचवेळी पश्चिम पाकिस्तान आणि पूर्व पाकिस्तान यांच्यात मोठा संघर्ष सुरू झाला. पूर्व पाकिस्तानातून एक कोटी निवासितां भारतात आले. त्यामुळे अर्थव्यवस्थेवर ताण पडला.

पूर्व पाकिस्तानला भारत मदत करीत आहे म्हणून पश्चिम पाकिस्तानने भारताविरुद्ध युद्ध पुकारले. अमेरिकेने भारताला धमकी देत त्यांचे सातवे आरमार बंगालच्या उपसागरात पाठवले पण त्या धाबरल्या

नाहीत त्यांनी जनतेला आणि सैनिकांना विश्वास दिला. या विश्वासाच्या जोरावरच भारताने पाकिस्तानचा दारुण पराभव केला आणि बांगलादेश नावाचे नवे राष्ट्र उदयास आणले. पाकिस्तानचे एक कोटी सैनिक भारताला शरण आले. यावेळी त्यांनी दाखवलेल्या धाडसाची आणि नेतृत्वगुणांची जगाने दखल घेतली. जागतिक राजकारणातील एक

सामर्थ्यशाली नेत्या म्हणून त्या उदयास आल्या. देशातही त्यांची लोकप्रियता शिखरास पोहचली.

विरोधी पक्षनेते अटल बिहारी वाजपेयी यांनी त्यांना दुगेची उपमा दिली. १९७५ साली त्यांनी सिक्कीमचे भारतात विलीनीकरण केले तर १९७६ साली अणुस्फोट करून देशाला अणुऊर्जेत स्वयंपूर्ण बनवले. २६ जून १९७५ रोजी त्यांनी देशावर लादलेली आणीबाणी मात्र लोकांना रुचली नाही, त्यामुळे १९७७ साली झालेल्या निवडणुकीत त्यांना पराभव स्वीकारावा लागला पण तीन वर्षांनी १९८० साली त्या बहुमताने विजयी झाल्या.

१९८४ साली पंजाबमधील पवित्र सुवर्ण मंदिरात खलिस्तानवादी अतिरेकी ठाण मांडून बसले होते. देशाची दुसरी फाळणी करून स्वतंत्र खलिस्तान देश निर्माण करणे ही त्यांची मागणी होती त्यांचा जर लवकर बिमोड केला नाही तर देशाच्या सार्वभौमत्व आणि अखंडतेला मोठा धोका आहे हे ओळखून या अतिरेक्यांना सुवर्ण मंदिरातून हुसकावून लावण्यासाठी ऑपरेशन ब्ल्यू स्टार मोहीम राबविण्याचा निर्णय त्यांनी घेतला.

हा निर्णय घेऊ नये असा सल्ला त्यांना अनेकांनी दिला. या मोहिमेमुळे अतिरेकी त्यांचा जीव घेण्यासही मागे पुढे पाहणार नाहीत असा सल्ला त्यांना अनेकांनी दिला पण देशाच्या अखंडतेसाठी त्यांनी हा निर्णय घेतला. सुवर्ण मंदिरात ऑपरेशन ब्ल्यू स्टार मोहीम राबवून अतिरेक्यांना बाहेर काढण्यात आले. अनेक अतिरेक्यांचा खात्या करण्यात आला. भिद्रनवाले हा अतिरेकी या कारवाईत मारला गेला.

या मोहिमेने दुखावलेल्या त्यांच्या अंग रक्षकांनीच ३१ ऑक्टोबर १९८४ रोजी त्यांच्यावर गोळीबार केला त्यात त्यांचा दुःखद अंत झाला. त्यांच्या मृत्यूने भारतातच नव्हे जगात शोककळा पसरली. देशाच्या सार्वभौमत्व आणि अखंडतेसाठी होतात्म्य पत्करणाऱ्या इंदिरा गांधी यांना जयंतीदिनी भावपूर्ण आदरांजली!

राजकारणातून समाजसेवेचे व्रत साकारणारे किशोर गोविंदराव कान्हेरे

छत्रपती शिवाजी महाराज, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर, छत्रपती शाहू महाराज आणि महात्मा फुले अशा थोर व्यक्तींच्या विचाराने प्रेरित असलेले किशोर गोविंदराव कान्हेरे यांना लहान पणापासूनच समाजकार्याची आवड होती. संकटग्रस्तांच्या मदतीला धावून जाणे आणि समाजाच्या विविध घटकातील लोकांच्या जीवन्मोतीसाठी सतत धडपड करण्याची त्यांची प्रवृत्ती त्यांना राजकारणात घेऊन गेली .

समाजसेवेचे व्रत प्रत्यक्षात साकार करण्याचा मार्ग हा राजकारणातून जातो. महाविद्यालयीन काळात सुरू केलेल्या त्यांच्या समाजकार्याचा आणि राजकारणाचा मार्ग त्यांना सामाजिक व राजकीय क्षेत्रातील विविध पदापर्यंत आरूढ करून गेला.

गोविंदराव कान्हेरे व लीला गोविंदराव कान्हेरे यांच्या पती २१ नोव्हेंबर १९६४ ला जन्मलेले किशोर कान्हेरे यांनी बीए व पॉलिटेक्निक मधील डिप्लोमा पर्यंत शिक्षण घेतलेले आहे. सध्या अखिल भारतीय महात्मा फुले समता परिषद व महाराष्ट्र प्रदेश काँग्रेस कमिटी उपाध्यक्ष पदावर कार्यरत असणारे व आपल्या जीवनात सामाजिक व राजकीय वतुंज्यात विविध पदे भूविणारे किशोर कान्हेरे यांची वाटचाल सी. पी. अँड बेरार महाविद्यालयापासून सुरू होते.

महाविद्यालयात शिक्षण घेत असताना ऑल पॉलीटेक्निक स्टूडंट असोसिएशन महाराष्ट्र राज्य व सी.पी.अँड बेरार कॉलेजच्या विद्यार्थी संघटनेचे भूषविलेले अध्यक्षपद त्यांना त्यांच्यातील कार्यकर्तृत्वाला बळ देऊन गेले.

छत्रपती शिवाजी महाराजांना आदर्श मानणाऱ्या बाळासाहेब ठाकरे यांच्या कार्यशैलीने प्रभावित होऊन कान्हेरे यांनी १९८२ मध्ये नागपूर शहराचा उपशहर मुख्द म्हणून जबाबदारी सांभाळली. पुढे बहुजन समाजजीतल लोकांचे प्रश्न सोडविण्यासाठी छगन भुजबळ साहेब यांचे नेतृत्वात अखिल भारतीय महात्मा फुले समता परिषदेच्या विदर्भ विभागीय अध्यक्ष या पदावर काम करीत असताना राष्ट्रवादी काँग्रेस पक्षाच्या प्रदेश कार्यकारणीच्या सचिव पदावर कार्य करण्याची संधी त्यांना मिळाली.

छत्रपती शिवाजी महाराज, महात्मा फुले, छत्रपती शाहू महाराज, डॉ बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या विचारांचा वारसा घेवून ओबीसी, दलित, आदिवासी, अल्पसंख्याक समाजाचे प्रश्न शासन दरबारी मांडण्यासाठी व ते सोडविण्यासाठी २००६ मध्ये नागपूरला कस्तुरचंद पार्क येथे अखिल भारतीय महात्मा फुले समता परिषदेच्या भव्य मेळाव्याचे आयोजन केले. या मेळाव्याचे स्वागतार्थ्य पद भूषविण्याची संधी त्यांना मिळाली.

या मेळाव्याला संपुर्ण महाराष्ट्र व विदर्भातून सुमारे अडीच लाख लोक उपस्थित होते. त्यावेळी संपुर्ण विदर्भातील प्रत्येक जिल्ह्यातील तालुका प्रमाणे ओबीसी समाजाच्या संदर्भात जन जागृती करण्याचे काम बैठक व सभांच्या माध्यमातून करण्यात आले. बहुजन समाजाच्या विविध मागण्यासाठी जालना, नाशिक, पुणे व दिल्ली येथिल रामलीला मैदानावर हजारोच्या संख्येने विदर्भातून लोकांची उपस्थिती होती.

ओबीसींची जातीनिहाय जनगणना झाली पाहिजे यासाठी भारत देशात कान्हेरे यांनी प्रथम १२ एप्रिल २०१० मध्ये सुप्रीम कोर्टात जनहित याचिका दाखल करून त्या आधारावर सुप्रीम कोर्टाच्या आदेशानुसार लोकसभा व राज्यसभा सभागृहात चर्चा होऊन त्या वेळेसच्या पंतप्रधान मनमोहन सिंग यांनी जातीनिहाय जनगणना करण्यास मान्य केले.

ओबीसी जातीनिहाय जनगणना झाली पाहिजे त्यासाठी सुप्रीम कोर्टाने १३ सप्टेंबर २०१० ला याचिका निकालात काढली. जातीनिहाय जनगणनेसाठी आंदोलणे करण्यात आली. ओबीसी मध्ये जनजागृती करण्यासाठी समता परिषद व विदर्भ मांडी समाजाच्या माध्यमातून नागपूर, भंडारा, गोंयिया, गडचिरोली, चंद्रपूर, वर्धा, अमरावती, मोर्शी, नरखेड, काटोल येथे वेळेवेळी ओबीसी आरक्षणाचे महत्त्व पटवून देण्यासाठी मेळावे व सभेचे आयोजन करण्यात आले.

सामाजिक संघटनेच्या माध्यमातून विविध

सामाजिक उपक्रम रक्तदान शिबिर, निशुल्क नेत्र तपासणी शिबिर, स्वास्थ्य शिबिर, २००८ पासून अंदाजे ५०,००० गरजू विद्यार्थ्यांना निशुल्क संगणक प्रशिक्षण देण्यात आले तसेच सायकल वाटप, महिलांना शिलाई मशिन वाटप, अंगणांना ट्रायसिकल सायकलचे वाटप करण्यात आले.

गरीब विद्यार्थ्यांना शालेय साहित्याचे वाटप वेळेवेळी करण्यात येते. छत्रपती शिवाजी महाराज, महात्मा फुले, छत्रपती शाहू महाराज डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर यांच विचार जनसामान्यां पर्यंत पोहचविण्याचे काम ते सातत्याने करीत आहे.

सामाजिक व राजकीय पक्षात काम करीत असताना त्यांना विविध शासकीय व अशासकीय पदावर काम करण्याची संधी मिळाली व त्या पदावर कार्य करीत असताना नागरिकांना योग्य न्याय मिळवून देण्याचे काम त्यांनी चोखपणे केले आहे.

१९९३ ते १९९५ म्हाडाचे सभापती असताना गरजूंना स्वतःचे घर मिळवून दिले. २००२ ते २००५ महाराष्ट्र राज्य मार्ग परिवहन महामंडळाचे संचालक मंडळावर असताना चालक, वाहक व इतर पदावर नविन नियुक्ती करून होतकरू व तरुण युवकाना रोजगार मिळवून दिला.

महामंडळाच्या माध्यमातून विविध योजना राबवून महामंडळाला नफा मिळवून देण्याचा प्रयत्न केला. तसेच दुरावस्थेत असलेल्या बस स्थानकांचे नवीनीकरण करण्यात आले. २००६ ते २००७ डी.पी.डी.सी नागपूरचे सदस्य असताना या माध्यमातून जास्तीत जास्त निधी शासनाकडून मिळवून देण्याचे काम केले.

महाराष्ट्र शासनाच्यावतिने दिल्या जाणाऱ्या शेतीमधिल भरीव कार्यासाठी उद्यान पंडीत पुरस्काराने २००९ ला त्यांना सन्मानित करण्यात आले.

नागपूर सुधार प्रत्यासचे विश्वस्त म्हणून काम करीत असताना नविन नागपूरच्या विकास आराखडा तयार करण्याचे काम केले. त्याच प्रमाणे नागपूर शहरातील उद्याने, प्रमुख चौकांचे व रस्त्यांचे सौंदर्यीकरण, मेट्रोरेल प्रकल्पाला चालना, क्रीडांगणे, इनडोअर स्टेडियम तसेच नागपूर शहरालगत अमरावती रोड गौडखेरी, वडघामणा, वाडी येथे लॉजिस्टीक हबला चालना देण्यात आली त्यामुळे हजारो बेरोजगार युवकाना रोजगाराची संधी उपलब्ध होणार आहे. इतरही महत्वाची कामे व नागपूर महानगर विकास प्राधिकरणाच्या माध्यमातून करण्यात आली.

त्यांच्या या सातत्यपूर्ण वाटचालीमध्ये त्यांनी विविध पदे भूषविली आहेत. २०१५ ते २०१९ पर्यंत भारत सरकार भारी उद्योग आणि लोक उदचाम मंत्रालय, भारी उद्योग विभाग नवी दिल्लीचे सदस्यत्व प्राप्त झाले आहे.अखिल भारतीय महात्मा फुले समता परिषदेवर ते सध्या कार्यरत असून, माजी विदर्भ विभागीय अध्यक्ष व चिटणीस महाराष्ट्र प्रदेश, यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठान विदर्भ शाखा, उपाध्यक्ष, कृषी विकास प्रतिष्ठान नागपूरचे सदस्य, महात्मा फुले सामाजिक शिक्षण संस्था नवी दिल्लीचे उपाध्यक्ष, कन्हेरे फाउंडेशन अध्यक्षपद त्यांनी भूषविले आहेत.

याशिवाय राजकीय कारकिर्दीत त्यांनी महाराष्ट्र प्रदेश युवक काँग्रेस प्रदेश सचिव, राष्ट्रवादी काँग्रेस प्रदेश सचिव तसेच शिवसेना संघर्ष प्रमुख जिल्हा-गडचिरोली,सहसंघर्ष प्रमुख जिल्हा नागपूर, प्रवक्ता महाराष्ट्र अशी पदे भूषविली असून सध्या ते महाराष्ट्र प्रदेश काँग्रेस कमिटी उपाध्यक्ष पदावर कार्यरत आहेत. या त्यांच्या वाटचालीत त्यांच्या पत्नी प्रतिभा कान्हेरे आणि मुलगा अंकित कान्हेरे यांनी आपले अशी साथ दिली आहे. सामान्यांचे आयुष्य उज्वलित करण्याच्या त्यांच्या ध्येयवेद्या स्वभावामुळे ते जनमानसांमध्ये लोकप्रिय नेते म्हणून ख्यातीप्राप्त झालेले आहेत.

२१ नोव्हेंबर रोजी वयाची ६१ वर्षे ते पूर्ण करीत असून, यानिमित्त वनामती सभागृहात त्यांचा भव्य सत्कार होतो आहे. किशोरभाऊ कन्हेरे यांच्या यशस्वी वाटचालीकरिता भरभरून शुभेच्छा...



प्राथमिक शिक्षणात नागरिकशास्त्राचा समावेश असावा!

विद्यार्थी संख्या कमी असल्याने अनेक शाळा आज बंद पडत आहेत. मातृभाषेचे महत्त्व लक्षात न घेतल्याने पालकांमध्ये इंग्रजी भाषेचे आकर्षण हे वाढत चालले आहे. प्राथमिक शाळा हाच शिक्षणाचा खरा पाया आहे. तोच मजबूत नसेल तर देशातील शासन व्यवस्था ही कोलमडून पडणार आहे.

आजची तरुणाई ही आई वडीलांशी, नागरिकांशी, समाजातील लोकांशी नम्रपणे वागतांना आढळून येत नाही.याचे कारण आपण मुलांना नागरिक शास्त्राचे शिक्षण देतच नाही. जेव्हा की या देशाचे नागरिक हेच खरे या देशाचे भावी मालक, खरे आधारस्तंभ आहेत.

आपण लोकशाही व्यवस्थेचा स्विकार केल्याने उलट नागरिक शास्त्राचे महत्त्व हे वाढलेले आहे. मुलांच्या मनात लहानपणापासूनच भ्रष्टाचार,चुकीची वागणूक, खोटेपणाची जाणीव याबद्दल चीड निर्माण झाली पाहिजे. खरेपणाबद्दल, चांगल्या वागणुकीबद्दल मुलांच्या मनात आदर निर्माण झाला पाहिजे.

आपले आरोग्य चांगले रहावे यासाठी पोष्टिक अन्न पदार्थ, फळे, आजीपाला, दुग्धजन्य पदार्थ, अंडे-मांसाचे आहारातील महत्त्व शिक्षणातून समजावून सांगितले गेले पाहिजे. तसेच खेळाचे आपल्या जीवनातील महत्त्व अधोरेखित केले गेले पाहिजे.

नागरिकशास्त्र हा चांगल्या राजकीय जीवनाचा पाया आहे. तेच शिकवले जात नसल्याने आज सामाजिक व राजकीय क्षेत्राची अपरिमीतपणे हानी झालेली पहायला मिळते आहे. जनतेशी वागतांना राज्यकर्ते कुठलिही तमा बाळगत नाहीत.

मतदानापुरते ते चांगले नाटक वटवीत असतात. नंतर ते जनतेला आपले गुलाम समजतात. कुठल्याही नियमांचे पालन केले जात नाही.

शिक्षित लोकांचा मान ठेवला जात नाही. जेष्ठ नागरिकांना सन्मान पुर्वक वागविले जात नाही.निव्वळ कागदोपत्री कायदे अस्तित्वात आहेत.त्याचे पालन केले जात नाही. नागरीक शास्त्रात या सर्वोचा समावेश होत असल्याने ते शिक्षणातून शिकवले गेले पाहिजे.

आज नागरीकांना आपल्या आईवडीलांप्रती, समाजाप्रती, देशाप्रती, शिक्षकांप्रती, देशातील नागरिकांप्रती, आपल्या कामांप्रती आपले काय काय आहेत याची जाणीव नाही. याच कारणाने जीवनात शिस्तची अभाव आहे. मनमानी पध्दतीने वाटेल तसे वागणे सुरू आहे. यावर कुणाचाही अंकुश नाही.

लोकसंख्येच्या शास्त्राचे पालन केले जात नाही. गर्दीच्या नियमांचे पालन केले जात नाही. जनतेच्या कामांसाठी काही नियम घालून दिलेले असतात. त्याचे पालन केले जात नाही.फक्त जन्मजात हक्काची चांगली जाणीव असते. ती कुरण घावी लागत नाही. परंतु नागरी कर्तव्याच्या नावाने नुसती सगळीकडे बोंब असलेली पहायला मिळते आहे.

जो तो पैश्याच्या लोभाने नागरीकांना छळतो आहे. नागरिकांची खास करून शेतक-यांची,कष्टक-यांची लूट केली जात आहे. याकडे सगळेच दुर्लक्ष करीत असतात.याचे एकमेव कारण आपणांस नागरीक शास्त्र शिकवलेच जात नाही. त्याचे पालन करणे तर दुरची गोष्ट राहिली.



मिलिंद गडगुमार (मुक्त पत्रकार) राजुग जि. चंद्रपूर. 9511215200

लोकशाहीचा चौथा स्तंभ

त्यामुळे आतंकवादी कृत्य करणाऱ्यांचा हेतू सगळ्यांच्या घशात उतरविण्याचा प्रयत्न केला जात आहे. एक नासका विचार संपूर्ण समाज नासवायला पुरा आहे हे समजून घेऊन अशी विचार केंद्र आणि कृती केंद्रावर कारवाई करणे अपेक्षित आहे. कथितांच्या कथित कथनाला न भुलता आतंकवादी आणि साम्यवादी यांची अभद्र युती समजून ती एकाच वेळी तोडणे महत्त्वाचे आहे.

आतंकवाद्यांपासून देशाच्या सीमांचे रक्षण आणि साम्यवाद्यांपासून भारतीय समाज मनाचे रक्षण करणे यासाठी प्रत्येक देशप्रेमी पक्ष, राष्ट्रप्रेमी आणि हिंदू धर्म प्रेमी भारतीयांने आपापल्या स्तरावर कार्यरत राहिले पाहिजे. भारतातील नेतृत्वांने आतंकवादसह भारताला पोखरणारा साम्यवाद या समस्ये कडेही शून्य सहनशीलता बाळगून त्याविरुद्ध पावले उचलणे अपेक्षित आहे.

आतंकवादी एकमेकांना साथ देताना आढळतात कारण त्यांचा हेतू समान आहे.

त्यामुळे आतंकवादी कृत्य करणाऱ्यांचा हेतू सगळ्यांच्या घशात उतरविण्याचा प्रयत्न केला जात आहे. एक नासका विचार संपूर्ण समाज नासवायला पुरा आहे हे समजून घेऊन अशी विचार केंद्र आणि कृती केंद्रावर कारवाई करणे अपेक्षित आहे. कथितांच्या कथित कथनाला न भुलता आतंकवादी आणि साम्यवादी यांची अभद्र युती समजून ती एकाच वेळी तोडणे महत्त्वाचे आहे.

■ लीना मकरंद गाडगीळ पनवेल.

हिवाळा ऋतू सुरू झाला की शरीराला अधिक ऊर्जा आणि ऊर्बदारतेची गरज असते. या ऋतूत जास्त गरज असते ती योग्य आहाराची. हिवाळ्यात शरीराला ताकद देणार एक खाद्य मानलं जातं ते म्हणजे गूळ आणि चणे. गूळ अन् चणे खोणे शक्तीवर्धक असते. ते चवीला चांगले असतेच पण त्यामुळे शरीराला ऊर्जाही मिळते.

शरीराला ताकद मिळते. तज्ज्ञांच्या मते गूळ आणि चणे खाल्ल्यास शरीराला लगेचच ऊर्जा मिळते. शरीरातील ऊर्जा जास्त काळ टिकून राहते. हिवाळ्यामध्ये थकवा आणि आळस अधिक जाणवतो. म्हणून डाउटमध्ये गूळ-चण्याचा समावेश करणे महत्त्वाचे आहे.

पचनप्रक्रिया सुधारते : गुळामुळे पाचक एंजाइम्स सक्रीय होतात, चण्यामध्ये फायबर अधिक असतात, ज्यामुळे पोटाचे आरोग्य निरोगी राहण्यास मदत मिळते. बद्धकोष्ठतेच्या समस्यांमुळे सुटका मिळते.

रोगप्रतिकारकशक्ती मजबूत : गुळातील

हिवाळा ऋतू सुरू झाला की शरीराला अधिक ऊर्जा आणि ऊर्बदारतेची गरज असते. या ऋतूत जास्त गरज असते ती योग्य आहाराची. हिवाळ्यात शरीराला ताकद देणार एक खाद्य मानलं जातं ते म्हणजे गूळ आणि चणे. गूळ अन् चणे खोणे शक्तीवर्धक असते. ते चवीला चांगले असतेच पण त्यामुळे शरीराला ऊर्जाही मिळते.

शरीराला ताकद मिळते. तज्ज्ञांच्या मते गूळ आणि चणे खाल्ल्यास शरीराला लगेचच ऊर्जा मिळते. शरीरातील ऊर्जा जास्त काळ टिकून राहते. हिवाळ्यामध्ये थकवा आणि आळस अधिक जाणवतो. म्हणून डाउटमध्ये गूळ-चण्याचा समावेश करणे महत्त्वाचे आहे.

पचनप्रक्रिया सुधारते : गुळामुळे पाचक एंजाइम्स सक्रीय होतात, चण्यामध्ये फायबर अधिक असतात, ज्यामुळे पोटाचे आरोग्य निरोगी राहण्यास मदत मिळते. बद्धकोष्ठतेच्या समस्यांमुळे सुटका मिळते.

रोगप्रतिकारकशक्ती मजबूत : गुळातील

हिवाळा ऋतू सुरू झाला की शरीराला अधिक ऊर्जा आणि ऊर्बदारतेची गरज असते. या ऋतूत जास्त गरज असते ती योग्य आहाराची. हिवाळ्यात शरीराला ताकद देणार एक खाद्य मानलं जातं ते म्हणजे गूळ आणि चणे. गूळ अन् चणे खोणे शक्तीवर्धक असते. ते चवीला चांगले असतेच पण त्यामुळे शरीराला ऊर्जाही मिळते.

शरीराला ताकद मिळते. तज्ज्ञांच्या मते गूळ आणि चणे खाल्ल्यास शरीराला लगेचच ऊर्जा मिळते. शरीरातील ऊर्जा जास्त काळ टिकून राहते. हिवाळ्यामध्ये थकवा आणि आळस अधिक जाणवतो. म्हणून डाउटमध्ये गूळ-चण्याचा समावेश करणे महत्त्वाचे आहे.

पचनप्रक्रिया सुधारते : गुळामुळे पाचक एंजाइम्स सक्रीय होतात, चण्यामध्ये फायबर अधिक असतात, ज्यामुळे पोटाचे आरोग्य निरोगी राहण्यास मदत मिळते. बद्धकोष्ठतेच्या समस्यांमुळे सुटका मिळते.

रोगप्रतिकारकशक्ती मजबूत : गुळातील

हिवाळा ऋतू सुरू झाला की शरीराला अधिक ऊर्जा आणि ऊर्बदारतेची गरज असते. या ऋतूत जास्त गरज असते ती योग्य आहाराची. हिवाळ्यात शरीराला ताकद देणार एक खाद्य मानलं जातं ते म्हणजे गूळ आणि चणे. गूळ अन् चणे खोणे शक्तीवर्धक असते. ते चवीला चांगले असतेच पण त्यामुळे शरीराला ऊर्जाही मिळते.

शरीराला ताकद मिळते. तज्ज्ञांच्या मते गूळ आणि चणे खाल्ल्यास शरीराला लगेचच ऊर्जा मिळते. शरीरातील ऊर्जा जास्त काळ टिकून राहते. हिवाळ्यामध्ये थकवा आणि आळस अधिक जाणवतो. म्हणून डाउटमध्ये गूळ-चण्याचा समावेश करणे महत्त्वाचे आहे.

पचनप्रक्रिया सुधारते : गुळामुळे पाचक एंजाइम्स सक्रीय होतात, चण्यामध्ये फायबर अधिक असतात, ज्यामुळे पोटाचे आरोग्य निरोगी राहण्यास मदत मिळते. बद्धकोष्ठतेच्या समस्यांमुळे सुटका मिळते.

रोगप्रतिकारकशक्ती मजबूत : गुळातील

हिवाळा ऋतू सुरू झाला की शरीराला अधिक ऊर्जा आणि ऊर्बदारतेची गरज असते. या ऋतूत जास्त गरज असते ती योग्य आहाराची. हिवाळ्यात शरीराला ताकद देणार एक खाद्य मानलं जातं ते म्हणजे गूळ आणि चणे. गूळ अन् चणे खोणे शक्तीवर्धक असते. ते चवीला चांगले असतेच पण त्यामुळे शरीराला ऊर्जाही मिळते.

शरीराला ताकद मिळते. तज्ज्ञांच्या मते गूळ आणि चणे खाल्ल्यास शरीराला लगेचच ऊर्जा मिळते. शरीरातील ऊर्जा जास्त काळ टिकून राहते. हिवाळ्यामध्ये थकवा आणि आळस अधिक जाणवतो. म्हणून डाउटमध्ये गूळ-चण्याचा समावेश करणे महत्त्वाचे आहे.

पचनप्रक्रिया सुधारते : गुळामुळे पाचक एंजाइम्स सक्रीय होतात, चण्यामध्ये फायबर अधिक असतात, ज्यामुळे पोटाचे आरोग्य निरोगी राहण्यास मदत मिळते. बद्धकोष्ठतेच्या समस्यांमुळे सुटका मिळते.

रोगप्रतिकारकशक्ती मजबूत : गुळातील

हिवाळा ऋतू सुरू झाला की शरीराला अधिक ऊर्जा आणि ऊर्बदारतेची गरज असते. या ऋतूत जास्त गरज असते ती योग्य आहाराची. हिवाळ्यात शरीराला ताकद देणार एक खाद्य मानलं जातं ते म्हणजे गूळ आणि चणे. गूळ अन् चणे खोणे शक्तीवर्धक असते. ते चवीला चांगले असतेच पण त्यामुळे शरीराला ऊर्जाही मिळते.

शरीराला ताकद मिळते. तज्ज्ञांच्या मते गूळ आणि चणे खाल्ल्यास शरीराला लगेचच ऊर्जा मिळते. शरीरातील ऊर्जा जास्त काळ टिकून राहते. हिवाळ्यामध्ये थकवा आणि आळस अधिक जाणवतो. म्हणून डाउटमध्ये गूळ-चण्याचा समावेश करणे महत्त्वाचे आहे.

पचनप्रक्रिया सुधारते : गुळामुळे पाचक एंजाइम्स सक्रीय होतात, चण्यामध्ये फायबर अधिक असतात, ज्यामुळे पोटाचे आरोग्य निरोगी राहण्यास मदत मिळते. बद्धकोष्ठतेच्या समस्यांमुळे सुटका मिळते.

रोगप्रतिकारकशक्ती मजबूत : गुळातील

हिवाळा ऋतू सुरू झाला की शरीराला अधिक ऊर्जा आणि ऊर्बदारतेची गरज असते. या ऋतूत जास्त गरज असते ती योग्य आहाराची. हिवाळ्यात शरीराला ताकद देणार एक खाद्य मानलं जातं ते म्हणजे गूळ आणि चणे. गूळ अन् चणे खोणे शक्तीवर्धक असते. ते चवीला चांगले असतेच पण त्यामुळे शरीराला ऊर्जाही मिळते.

शरीराला ताकद मिळते. तज्ज्ञांच्या



हार्ट अटॅकपूर्वी शरीर देते हे संकेत

- * सतत थकवा जाणवणे किंवा ऊर्जेचा अभाव
- * छोटे काम केल्यावरही श्वास लागणे
- * छातीत फडफड किंवा हृदयाचे ठोके अनियमित होणे

*** अचानक घाम येणे किंवा चिंताग्रस्त वाटणे**

हार्ट अटॅक अचानक का येत नाही ?

संशोधकांनी नव्वद लाखंहून अधिक दक्षिण कोरियन आणि हजारो अमेरिकन लोकांवर वीस वर्षांचा अभ्यास केला. निष्कर्ष असाच निघाला की, हार्ट अटॅक येण्यापूर्वी शरीरात एक तरी संकेत आधी दिसतोच. अगदी रक्तदाब थोडा वाढला, साखर किंचित जास्त झाली किंवा कोलेस्ट्रॉल वाढले, तरीही ते हृदयरोगाचा संकेत मिळू शकतो. रक्तदाब, शुगर किंवा कोलेस्ट्रॉल थोडे वाढले तरी दुर्लक्ष करू नका. वेळेवर टेस्ट आणि उपचार केल्यास धोका कमी होतो.

हार्ट अटॅकची मुख्य कारणे

हार्ट अटॅक एका कारणामुळे होत नाही. त्यासाठी धूम्रपान, व्यायामाचा अभाव, जास्त तेलकट किंवा गोड पदार्थ, ताण-तणाव, अपुरी झोप आणि उच्च रक्तदाब ही मुख्य कारणे आहेत. यापैकी एक-दोन सवयींचाही हृदयावर विपरीत परिणाम होतो आणि रक्ताहिऱ्यांत गुठळ्या होऊ लागतात.

हार्ट अटॅकपासून बचाव कसा कराल ?

- * नियमित आरोग्य तपासणी करा
- * रक्तदाब, साखर, कोलेस्ट्रॉल तपासत राहा
- * आरोग्यदायी आहार घ्या, धूम्रपान टाळा. दररोज थोडा व्यायाम करा
- * ताण कमी ठेवा झोप घ्या

हृदयविकाराचे आधीच मिळतात संकेत

आजकाल इतक्या कमी वयात लोकांना हार्ट अटॅक का येतो ? फिट, हेल्दी दिसणारे लोकही क्षणार्धात कोसळतात. आज अनेक तरुणांनाही हार्ट अटॅक येतो आणि काहीजण आपला जीव गमावतात, पण हार्ट अटॅक कधीच अचानक येत नाही. जागतिक आरोग्य संघटनेनुसार, दरवर्षी सुमारे एक कोटी ७९ लाख लोक लोक हार्ट अटॅकने मृत्युमुखी पडतात. अनेकांना वाटते, की हार्ट अटॅक अचानक येतो आणि त्याची कोणतीही पूर्वसूचना मिळत नाही. पण हे खरे नाही. एका संशोधनानुसार बहुतांश हृदयरोग

हळूहळू वाढत जातात आणि त्यांची चिन्हे आधीच शरीरात दिसू लागतात.

हृदयरोगाचे संकेत वेळीच ओळखा

दक्षिण कोरिया आणि अमेरिकेतील संशोधकांनी केलेल्या अभ्यासानुसार, हार्ट अटॅक किंवा स्ट्रोक आलेल्या ९९ टक्के लोकांमध्ये काही वर्षांपूर्वीच लक्षणे दिसत होती. त्यात उच्च रक्तदाब, साखरेचे प्रमाण वाढणे, कोलेस्ट्रॉल जास्त असणे किंवा धूम्रपानाची सवय ही मुख्य धोक्याची चिन्हे होती. डॉक्टर सांगतात, या छोट्या पण महत्वाच्या लक्षणांकडे दुर्लक्ष केल्यास धोका वाढतो.

+ जाणून घ्या

डॉ. अजिंक्य बोन्हाडे

रक्तदाब, साखरेचे प्रमाण वाढणे, कोलेस्ट्रॉल जास्त असणे किंवा धूम्रपानाची सवय ही मुख्य धोक्याची चिन्हे होती. डॉक्टर सांगतात, या छोट्या पण महत्वाच्या लक्षणांकडे दुर्लक्ष केल्यास धोका वाढतो.



* वारंवार छातीत जळजळ, अपचन

* उच्च रक्तदाब, कोलेस्ट्रॉल

* चालताना पायात गोळे येणे किंवा वेदना.

* जबडा, हात किंवा छातीत घट्टपणा

डेंगीचा यकृतावर परिणाम

पावसाळा संपला आहे; पण डेंगीचा धोका पूर्णपणे नाहीसा झालेला नाही. हा विषाणू आपल्या शरीरावर हल्ला करतो आणि त्याचा रक्तातील प्लेटलेट्सवर सर्वाधिक परिणाम होतो. त्यांची संख्या कमी होत असताना, लोकांना अशक्तपणा, थकवा आणि रक्तस्त्राव यासारख्या समस्या येऊ लागतात; पण डेंगी केवळ प्लेटलेट्सवरच परिणाम करत नाही, तर तो आपल्या यकृतालाही हानी पोहोचवू शकतो.

अनेक प्रकरणांमध्ये डेंगी यकृताचे नुकसान करू शकतो. गेल्या काही दिवसांत डेंगीच्या रुग्णांची संख्या वाढली आहे. यापैकी बहुतेक लोक तापानंतर बरे होतात, परंतु अनेकांना यकृताच्या समस्या जाणवतात

+ व्याधी विकार

डॉ. कुंदन गायकवाड

वाढलेला थकवा आणि अशक्तपणा, रक्ताच्या उलट्या होणे किंवा लघवीत रक्त येणे या गोष्टी लक्षात ठेवा. डेंगीचा त्रास होत असेल, तर तुम्हाला धोका आहे की नाही हे ठरवण्यासाठी तुम्ही डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार रक्त तपासणी नक्कीच करून घ्यावी. दुसरी सर्वात महत्वाची गोष्ट म्हणजे भरपूर पाणी पिणे आणि शक्य तितके द्रवपदार्थ पिण्याचा प्रयत्न करणे. याव्यतिरिक्त तळलेले आणि मसालेदार पदार्थ पूर्णपणे टाळावेत. तुमच्यासाठी पचण्यास कठीण असलेले सर्व टाळावे. सामान्य आहे. त्यात कावीळ, पोटदुखी,



फुफुसाच्या संसर्गामुळे श्वसनविकार

फुफुसांचा संसर्ग म्हणजे जीवाणू, विषाणू किंवा बुरशीमुळे फुफुसांमध्ये जळजळ किंवा संसर्ग होणे. हा संसर्ग फुफुसांच्या कार्यावर परिणाम करतो आणि त्यामुळे श्वसनाच्या समस्या उद्भवू शकतात. प्रतिकारशक्ती कमी असलेले लोक, वृद्ध, लहान मुले आणि मधुमेह किंवा जुनाट आजार असलेल्या लोकांना याचा सर्वाधिक धोका असतो.

धूम्रपान करणारे आणि वारंवार प्रदूषित हवेच्या संपर्कात येणाऱ्यांनाही याचा धोका असतो. फुफुसांचे संक्रमण अनेक कारणांमुळे होऊ शकते. सर्वात सामान्य कारण म्हणजे सर्दी, फ्लू किंवा इतर श्वसन आजारांदरम्यान फुफुसांमध्ये पोहोचणाऱ्या बॅक्टेरिया आणि विषाणूंचा हल्ला. शिवाय, कमी प्रतिकारशक्ती, धूम्रपान, प्रदूषित वातावरणाचा संपर्क आणि दीर्घकाळ खोकला किंवा घशाच्या समस्या यामुळेदेखील संसर्गाचा धोका वाढतो.

मधुमेह, हृदयरोग किंवा दमा यासारखे जुनाट आजार

असलेल्या काही लोकांमध्ये संसर्ग अधिक गंभीर असू शकतो. फुफुसांची अस्वच्छता आणि खराब आहारदेखील धोका वाढवतो. म्हणून, लक्षणे दिसू लागताच त्वरित लक्ष देणे अत्यंत महत्वाचे आहे. फुफुसांच्या संसर्गाची लक्षणे सौम्य किंवा गंभीर असू शकतात. सुरुवातीच्या लक्षणांमध्ये अनेकदा सतत खोकला, श्लेष्मा किंवा कफ, सौम्य ताप, थकवा आणि श्वास घेण्यास त्रास होणे यांचा समावेश असतो. काही प्रकरणांमध्ये, छातीत दुखणे, उच्च ताप, हाडे किंवा स्नायू दुखणे, शिंका येणे किंवा घशात जळजळदेखील होऊ शकते. गंभीर संसर्गांमध्ये श्वास घेण्यास त्रास होणे, जलद श्वास घेणे, निळसर किंवा फिकट चेहरा आणि सतत उच्च ताप येणे यांचा समावेश असू शकतो. जर ही लक्षणे दिसली तर तुम्ही ताबडतोब डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा, कारण संसर्ग फुफुसांच्या कार्यावर परिणाम करू शकतो

+ धोका ओळखा

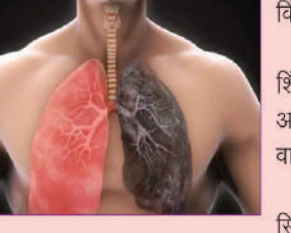
डॉ. अभिजीत दिवटे

सतत खोकला, श्लेष्मा किंवा कफ, सौम्य ताप, थकवा आणि श्वास घेण्यास त्रास होणे यांचा समावेश असतो. काही प्रकरणांमध्ये, छातीत दुखणे, उच्च ताप, हाडे किंवा स्नायू दुखणे, शिंका येणे किंवा घशात जळजळदेखील होऊ शकते. गंभीर संसर्गांमध्ये श्वास घेण्यास त्रास होणे, जलद श्वास घेणे, निळसर किंवा फिकट चेहरा आणि सतत उच्च ताप येणे यांचा समावेश असू शकतो. जर ही लक्षणे दिसली तर तुम्ही ताबडतोब डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा, कारण संसर्ग फुफुसांच्या कार्यावर परिणाम करू शकतो

आणि जीवघेणा बनू शकतो.

प्रतिबंधात्मक टिप्स

- * मार्सक घाला आणि प्रदूषित किंवा गर्दीच्या ठिकाणी टाळा.
- * खोकताना किंवा शिंकताना वारंवार हात धुवा आणि रुमाल किंवा कोपर वापरा.
- * धूम्रपान आणि सिगारेटपासून दूर राहा.
- * तुमची रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत करण्यासाठी संतुलित आणि पौष्टिक आहार घ्या.
- * वेळेवर लसीकरण करा, जसे की फ्लू किंवा न्यूमोकोकल लस.
- * तुमच्या घरात आणि परिसरातील हवा स्वच्छ ठेवा आणि वायुवीजनाकडे लक्ष द्या.



बदलते हवामान दमेकऱ्यांना घातक

बदलत्या हवामानामुळे दम्याच्या रुग्णांना धोका वाढतो. दमा हा फुफुसांचा एक जुनाट आजार आहे. त्यामुळे श्वसनमार्गात जळजळ आणि अरुंदता येते. श्वास घेण्यास त्रास होणे, खोकला येणे, छातीत घट्टपणा येणे आणि शिडी वाजणे ही सामान्य लक्षणे आहेत.

अति थंडी किंवा उष्णता, धूळ, परागकण आणि प्रदूषण दमा निर्माण करू शकते. बदलत्या हवामानात हवेतील आर्द्रता, थंडी किंवा उष्णतेमध्ये अचानक बदल दम्याच्या रुग्णांसाठी आव्हानात्मक असू शकतात. या घटकांमुळे रुग्णांमध्ये श्वास घेण्यास त्रास, सतत खोकला आणि छातीत घट्टपणा वाढू शकतो. हा आजार कोणत्याही वयात होऊ शकतो; परंतु त्याचे परिणाम मुले आणि वृद्धांमध्ये अधिक तीव्र असतात.

बदलत्या हवामानात दम्याच्या रुग्णांनी कशी काळजी घ्यावी ?

बदलत्या हवामानात दम्याच्या रुग्णांनी सावधगिरी बाळगणे अत्यंत महत्वाचे आहे. प्रथम, तुमची औषधे आणि इनहेलर नियमितपणे वापरा आणि डॉक्टरांनी सांगितलेल्या डोसमध्ये घ्या. हवामानानुसार घरचे वातावरण स्वच्छ

वेदना होणं, उभं राहिल्यावर किंवा बसल्यावर वेदनांची तीव्रता वाढणं, थोडं अंतर चालल्यानंतर वेदना जाणवणं, स्नायूंमध्ये अशक्तपणा जाणवणं ही स्लिड डिस्कची सर्वसाधारण लक्षणे आहेत. ही लक्षणे व्यक्तीगणिक बदलतात.

का उद्भवते समस्या ?

पाठीच्या कणाच्या चकतीचा बाहेरचा भाग कमकुवत झाल्याने आतला भाग त्यातून बाहेर पडतो तेव्हा हा त्रास होतो. वाढत वय हे यामागचं महत्वाचं कारण असू शकतं. काही हालचालींमुळेही हा त्रास होऊ शकतो.



आरोग्यदायी मसाले

दालचिनीचा वापर पदार्थाची चव दुपटीने वाढवतो. दालचिनी हा सुगंधी मसाल्याचा प्रकार. रस्सेदार भाज्या, पुलाव तसंच गोड पदार्थांमध्येही दालचिनी घातली जाते. ही दालचिनी मधुमेहीसाठी वरदान ठरू शकते, असं एका संशोधनातून समोर आलंय. शरीर इन्शुलिनचा प्रतिकार करत असेल तर दालचिनीमुळे याला आळा बसू शकतो. म्हणजेच मधुमेह नियंत्रणात दालचिनी महत्वाची भूमिका बजावते. तसंच अपचन, सर्दी, जुलाब, रक्ताभिसरणात येणारे अडथळे यावरही दालचिनी उपयुक्त ठरते.

+ आरोग्य चर्चा

* लवंग हा असाच एक औषधी पदार्थ. दातांच्या समस्यांवर लवंगाचा वापर हमखास केला जातो. बॅक्टेरियामारक गुणधर्मांमुळे दातदुखीत दाढेखाली लवंग ठेवण्याचा सल्ला दिला जातो. जास्त जेवळ झाल्यानंतर अस्वस्थ वाटत असेल तर लवंगामुळे आराम पडतो. उलट्या, जुलाब, अपचन, पचनसंस्थेतील बिघाड यावर लवंग हा रामबाण उपाय ठरू शकतो.

* जिऱ्यामुळे फोडणीची लज्जत अधिक वाढते. हे साधसं जीरं अनेक रोगांवरच औषध ठरू शकतं. पचनसंस्थेच्या तक्रारी, ॲनिमिया आणि सर्दी यावर जीरं लाभदायक ठरतं.



मूळव्याधीची समस्या दूर करण्याचे आश्चर्यकारक गुणधर्म जीऱ्यात असतात. जीऱ्यामुळे शरीराला लोह आणि मॅगनेज ही खनिजे मिळतात. यामुळे हाडांमध्ये कॅल्शियम शोषलं जातं. तसंच रक्तदाबही नियंत्रणात राहतो.

* बियाणी, पुलावची लज्जत वाढवणारी मसाल्याची मोठ्या आकाराची वेलचीही आरोग्यदायी आहे. पचनाच्या तक्रारी तसंच गॅसच्या समस्या असल्यास या वेलचीचं सेवन करावं. गळ्याच्या तक्रारी, छातीत कफ जमणे, दाढ दुखणं या समस्यांवरही मसाल्याची वेलची प्रभावी ठरते.

* केशरात अनेक आरोग्यदायी गुणधर्म असतात. नैराश्य, दृष्टीदोष, विस्मरण यावर केशर प्रभावी ठरतं. पचनाच्या तक्रारींवरही केशर उपकारक आहे. गॅस, बद्धकोष्ठता या तक्रारी दूर करण्याची क्षमता काळ्या मिरीत असते. यात बॅक्टेरियाविरोधी गुणधर्म असतात. रक्तदाब नियंत्रणावर काळीमिरीचा वापर होतो. यात भरपूर प्रमाणात लोह असतं.

स्लिड डिस्कविषयी...

आपल्या पाठीचा कणा विविध प्रकारच्या हाडांनी बनलेला असतो. ही हाडे एकमेकांमध्ये गुंतलेली असतात. त्यांना डिस्क म्हणजे चकतीचं आवरण असतं. चालताना, धावताना तसंच दैनंदिन कामं करताना बसणारे धक्के सहन करून हाडांचं रक्षण करण्याची जबाबदारी या चकतींची असते. प्रत्येक चकतीचे दोन भाग असतात. मुलायम, निसरडा असा आतला भाग आणि टणक असा बाहेरचा भाग. दुखापत किंवा अशक्तपणामुळे चकतीचा आतला भाग बाहेरच्या भागाला भेदून पुढे ढकलला जातो.

+ व्याधी विचार

यालाच स्लिड डिस्क असं म्हणतात. यामुळे वेदना आणि अस्वस्थता जाणवते. स्लिड डिस्कमुळे पाठीच्या कण्याची एखादी नस दाबली गेली तर आसपासच्या भागात वेदना जाणवतात.

तो भाग बधीरही होतो. या विकाराची तीव्रता अधिक असेल तर शस्त्रक्रिया करून स्लिड डिस्कवर उपचार केले जातात.

लक्षणं जाणून घ्या

स्लिड डिस्क पाठीच्या कण्याच्या कोणत्याही भागात होऊ शकते. मानेपासून पाठीच्या खालच्या भागापर्यंत कुठेही हा त्रास जाणवू शकतो. त्यातही पाठीच्या खालच्या भागात स्लिड डिस्क होण्याची शक्यता बरीच जास्त असते. शरीराच्या एका बाजूला जाणवणाऱ्या वेदना आणि बंधिरता त्रास देते. स्लिड डिस्कमुळे होणाऱ्या वेदना हात आणि पायांपर्यंत जाणवतात. रात्री जास्त वेदना जाणवणं किंवा विशिष्ट प्रकारची हालचाल केल्यावर

वेदना होणं, उभं राहिल्यावर किंवा बसल्यावर वेदनांची तीव्रता वाढणं, थोडं अंतर चालल्यानंतर वेदना जाणवणं, स्नायूंमध्ये अशक्तपणा जाणवणं ही स्लिड डिस्कची सर्वसाधारण लक्षणे आहेत. ही लक्षणे व्यक्तीगणिक बदलतात.

का उद्भवते समस्या ?

पाठीच्या कणाच्या चकतीचा बाहेरचा भाग कमकुवत झाल्याने आतला भाग त्यातून बाहेर पडतो तेव्हा हा त्रास होतो. वाढत वय हे यामागचं महत्वाचं कारण असू शकतं. काही हालचालींमुळेही हा त्रास होऊ शकतो.



फ्लू

हा सर्वसाधारण विकार आहे. तो हंगामी विषाणूमुळे होतो. यात सौम्य ते तीव्र स्वरूपाची लक्षणे दिसून येतात. काही रुग्ण आठवडाभरात बरे होतात तर काही रुग्णांमध्ये बरीच गुंतागुंत निर्माण होऊ शकते. ६५ वर्षांपेढ्या रुग्णांमध्ये गुंतागुंतीची शक्यता बरीच जास्त असते. ज्येष्ठ नागरिकांची रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत झालेली असते. कमकुवत प्रतिकारशक्तीमुळे शरीर विषाणूंना प्रतिकार करू शकत नाही. फ्लूचा संसर्ग वाढला तर त्याचं रुपांतर निमोनियात होऊ शकतं. निमोनिया झालेल्या रुग्णाला रुग्णालयात दाखल करावं लागतं. म्हणूनच ज्येष्ठ नागरिकांनी आरोग्याची विशेष काळजी घ्यायला हवी.

फ्लू आणि सर्वसाधारण लक्षणे

सर्वसाधारण लक्षणे यात फरक असतो. आजारी पडल्यानंतर फ्लू आणि सर्दी यातला फरक जाणून घेणं गरजेचं आहे. फ्लू आणि सर्दी यांची लक्षणे सारखीच असली तरी सर्दीची लक्षणे बरीच सौम्य असतात तर फ्लूची बरीच लक्षणे साध्या सर्दीत दिसून येत नाहीत.

फ्लू आणि सर्दीची लक्षणे

नाक गळणं, छातीत कफ साठणं, घसा दुखणं, खोकला ही सर्दी आणि फ्लूची सर्वसाधारण लक्षणे आहेत. फ्लू असेल तर अतिरिक्त लक्षणे दिसून येतात. त्यात ताप, अंगदुखी, थंडी, थकवा, अशक्तपणा, तीव्र डोकेदुखी यांचा समावेश आहे. ६५ वर्षांपेक्षा अधिक वयाच्या लोकांना ही लक्षणे जाणवली तर पुढची गुंतागुंत टाळण्यासाठी त्यांनी तातडीने डॉक्टरांचा सल्ला घ्यायला हवा.



+ नवसंशोधन

...म्हणून लोक पत्करतात धोका!

काही लोक धोके पत्करतात. धाडसी खेळ खेळतात. दुसरीकडे काहीना उंचावर जाण्याचीही खूप भीती वाटते. मेंदूतल्या विशिष्ट प्रकारच्या पेशींमुळे असं होतं ही बाब एका संशोधनातून समोर आली आहे. ओएलएम नावाच्या या पेशी धोका पत्करण्याच्या मानसिकतेत महत्वाची भूमिका बजावतात. हा शोध अस्वस्थता, चिंता, काळजी, नैराश्य यांसारख्या मानसिक विकारांवरील उपचारांसाठी मैलाचा दगड ठरेल, अशी अपेक्षा आहे.

+ दंतारोग्य

कारण श्वासाच्या दुर्गंधीची

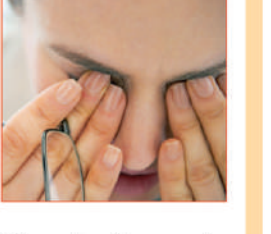
वैद्यकीय भाषेत श्वासाच्या दुर्गंधीला 'हॅलीटोसिस' असं म्हटलं जातं. तोंडाची आणि दातांची अस्वच्छता हे तोंडाच्या दुर्गंधीचं महत्वाचं कारण आहे. दातांमध्ये अडकलेल्या अन्नकणांवर बॅक्टेरिया वाढतात. या बॅक्टेरियांमुळे तोंडाला दुर्गंधी येते. तोंड कोरडं पडणं हे सुद्धा तोंडाच्या दुर्गंधीचं कारण आहे. हिरड्यांशी संबंधित विकारांमुळेही तोंडाला दुर्गंधी येते. त्यामुळे तोंडाच्या दुर्गंधीचं कारण जाणून घेऊन त्यावर योग्य ते उपचार करायला हवेत.



+ डोळ्यांचं आरोग्य

डोळ्यांना दुखापत झाल्यास....

डोळा हा आपल्या शरीराचा अत्यंत नाजूक असा अवयव आहे. त्यामुळे डोळ्याला होणारी कोणतीही दुखापत किंवा संसर्ग गंभीर स्वरूपाचा असू शकतो. डोळ्याला दुखापत झाली की तातडीने औषधोपचार व्हायला हवेत. यामुळे संभाव्य नुकसान टळू शकतं. डोळा दुखणं, सतत पाणी येणं, डोळे लाल होणं, पापण्या सुजणं ही डोळ्यांच्या दुखापतीची लक्षणे आहेत. त्यामुळे डोळ्यांना दुखापत झाली की तातडीने डॉक्टरांकडे जायला हवा.



+ आजीबाईचा बटवा

प्रथिनयुक्त पालक

आहारात प्रथिनांचा समावेश करायला हवा. अंडी, मांस आणि मासे हे प्रथिनांचे उत्तम स्रोत आहेत. शाकाहारींसाठीही प्रथिन मिळवण्याचे बरेच पर्याय आहेत. त्यापैकी एक म्हणजे पालक. पालकामध्ये भरपूर प्रमाणात प्रथिन असतात. यासोबतच त्यात भरपूर लोह, जीवनसत्त्व, खनिज आणि ॲंटीऑक्सिडंट्स असतात. त्यामुळे आहारात पालकाचा समावेश करायला हवा.



