

संपादक: अशोक चिंचोले

सांज दैनिक : बुधवार - ५ जुलै २०२३

वर्ष - ३७ वे

अंक - ९९

पाने - ४

E-Mail : dailybhukamp@gmail.com

RNI No. MAHMAR/2012/42770

■ : -9422072823, 251822

epaper.dainikbhukamp.com

किमत
२ रुपये

लातूर - तिरुपती

श्री. बालाजी दर्शनासहित

A/C SLEEPER | AIR SUSPENSION

जुलै महिन्याचे वेळापत्रक

जुलै महिन्याच्या तारख्या

• दर मंगळवारी •

4 11 18 25

दुपारी २.०० वा.

अधिक माहिनीसाठी संपर्क
88888 50441
88888 45404

विश्व
इंडियन्स
लातूर.

राष्ट्रवादीत दादाच पावरफुल पवार

मुंबई : राष्ट्रवादी कॉर्प्रेसमधील फुटीनंतर आज राष्ट्रवादीतील दोन्ही गट शरद पवार व अजित पवार हे आज मुंबईत शक्ती प्रदर्शन करत आहेत. अजितदादा गटाची बैठक चालू आहे तर शरद पवार गटाची बैठक दुपारी आहे. अजितदादा पवार याच्या गटाचा वाढे येथील एन्हिटी कॉलेजच्या मैदानावर बैठक चालू आहे. या बैठकीस ३२ आमदार प्रत्यक्ष उपस्थित असल्याने राष्ट्रवादीत दादाच पावरफुल पवार ठरत आहेत.

अजितदादा पवार गटाच्या वर्तीने वाढे येथील एन्हिटी कॉलेजच्या मैदानावर समर्थकांची बैठक आयोजित करण्यात आली आहे. या बैठकीस देखील सुरुवातील नेमके किंती आमदार याच्याकडे अवधे १६ आमदारच उपस्थित होते, असे सांगण्यात आले. प्रत्यक्ष बैठक चालू होईपर्यंत हा आकडा वाढल असाही दावा करण्यात येत आहे.

ग्रामीण राष्ट्रवादीतील दोन्ही गटाकडून त्यांच्या पक्षातील आमदाराना फोनवर संपर्क साधून बोलावणे, आवाहन करणे चालूच होते. राष्ट्रवादीतील नेमके किंती आमदार कोणाकडे हे अद्याप पवार गटाकडे राष्ट्रवादीतील ३२ आमदारांनी

उपस्थिती लावल्याचे निर्दर्शनास आले. राष्ट्रवादी कॉर्प्रेसचे एकूण ५४ आमदार आहेत. त्यांपैकी बहुतेक आमदार उपमुख्यमंत्री और जितदादा पवार याच्याकडे दिसून येत आहेत. शरद पवार याच्या गटाची बैठक यशवंतराव चव्हाण सेंटर येथे आयोजित करण्यात आली आहे. बैठक चालू व्हायची होती. तो पर्यंत शरद पवार याच्याकडे अवधे १६ आमदारच उपस्थित होते, असे सांगण्यात आले. प्रत्यक्ष बैठक चालू होईपर्यंत हा आकडा वाढल असाही दावा करण्यात येत आहे.

ग्रामीण राष्ट्रवादीतील नेमके किंती आमदार याच्याकडे राष्ट्रवादीतील २० ते २२ आमदार उपस्थित होते. प्रत्यक्षात बैठक चालू आहे. या बैठकीस २० ते २२ आमदार उपस्थित होते. ग्रामीण राष्ट्रवादीतील नेमके किंती आमदार याच्याकडे हे अद्याप पवार गटाकडे राष्ट्रवादीतील ३२ आमदारांनी

कधी थांबणार की नाही ? दादांचा शरद पवारांना सवाल

उपमुख्यमंत्री अजितदादा पवार गटाची बैठक वाढे येथील एन्हिटी कॉलेजमध्ये चालू आहे. या बैठकीत अजितदादा पवार यांचे अत्यंत स्फोटक आणि कडक स्वरूपाचे भाषण झाले. यावेळी त्यांनी बोलत असताना शरद पवार यांना आता ८० वर्षे झाली आहेत. राजकारणात कधी तरी थांबण्याचा विचार करणार आहात की नाही, असा सवाल केला. गेली अनेक वर्षे तुम्ही राजकारणात आहात. तुमचे वय ८० वर्षे झाले. दर २५ वर्षाला राजकारणात नवी पिढी निर्माण होते. नव्यांना संधी देण्यापेक्षी तुम्ही आणखीन राजकारणात सक्रिय आहात. तुमचे आता वय झाले आहे. कधी तरी थांबायचा विचार का करत नाही, असा सवाल केला. तसेच अजित पवार यांनी मागील राजकारणात राष्ट्रवादी कॉर्प्रेस व भाजपा या संदर्भात अनेक बाबी सांगून गौप्यस्फोट केला. मी खोटे बोलत नाही आणि खोटे बोलले तर पवारांची औलाद सांगणार नाही अशा शब्दात अजित पवार यांनी शरद पवार गटाला ठणकावले.



शिक्षक द्यास... शिक्षक द्यास...!

अंधोरी येथील चिमुकल्यांचा जि. प. समोर ठिय्या

लातूर : मौजे अंधोरी, ता. अहमदपूर येथे जिल्हा परिषदेची १ ते १० अष्टी शाळा आहे. पण या शाळेत तब्बल पाच शिक्षक २०२०-२१ पासून रिवत आहेत. येथील लहान-लहान मुलं-मुली यांनी जिल्हा परिषदेसमग्रे येऊन शिक्षक द्या, शिक्षक दिल्याशिवाय जात नाही, अशा घोषणा देत निंदशीने करित आहेत.

शकले नाहीत. पाच शिक्षक कमी असल्याने १० वी प्रश्नात्या या शाळेतील विद्यार्थ्यांच्या शिक्षणावर त्याचा पिणाम होत आहे. पुरेश शिक्षक नसल्याने शाळेतील विद्यार्थीं संघेस गळती लागली आहे. या वर्षात ५० विद्यार्थ्यांनी टी. सी. घेऊन हि शाळा सोडली आहे, असी माहिती विद्यार्थ्यांनी दिली. विद्यार्थ्यांचा ठिय्या चालू असताना जि. प. मात्र ११.३३ वारेपर्यंत कोणताही जबाबदार अधिकारी चिमुकल्यांचे गाहन्हणे ऐकण्यासाठी आला नव्हता.

आहे. मुलांतच शिक्षणाविषयी अत्यंत लहान-लहान विद्यार्थी गणवेशात येऊन जिल्हा परिषदेच्या दारात 'शिक्षक द्या' अशा घोषणा देत ठिय्या अंदोलन करित होते. अंधोरी येथे पहिली ते दहावी पर्यंतची जिल्हा परिषदेची शाळा

आहे. मुलांतर रितसर सूचना देऊन आज विद्यार्थ्यांनी अंदोलनाचा पवित्रात लेता. निम्याहून अधिक विद्यार्थी शाळेत आहेत. सर्व येऊन शिक्षकाची ५ पदे तात्काळ भरावीत अशी मागणी करित होते.

या संदर्भात रितसर सूचना देऊन आज विद्यार्थ्यांनी अंदोलनाचा पवित्रात लेता. निम्याहून अधिक विद्यार्थी शाळेत आहेत. सर्व विद्यार्थ्यांना लातूरात आणण्याची सोय नसल्याने इतर विद्यार्थी येऊन

जिल्ह्यात चार महसूल मंडळात अतिवृष्टी: बोरोल १३२ मि.मि.

लातूर : लातूर जिल्ह्यात आज सकाळी आठ बाजता संपलेल्या २४ तासात चार महसूल मंडळात अतिवृष्टी झाली आहे. बोरोल महसूल मंडळात आज विक्रीमी १३२.५ मि.मि.

एवढा पाऊस नोंदला गेला आहे. तर बोरोल १३२.५ मि.मि. प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची नोंद आहे.

लातूर जिल्ह्यातील पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १२.४ आणि जलकोट तालुका ३३.७ मि.मि.

या प्रत्येकी ५७ मि.मि. एवढ्या पावसाची तालुकानाही आकेवारी असी. लातूर २.४ मि.मि., औसत ४.६, विहार ५.६, उदगार ४.५, चाकू ७.५, रेणूपूर ११.६, देवेंगी १३.४, शिसर १

आरोग्य

पावसाळ्यात अशी घ्या पायांची काळजी



पावसाळ्यात आपण
स्किन केर ते न खालीची
काळजी घेतो. असे करणे या
क्रतून फार महत्वाचे असते.
अन्यथा विविध फंगल
इफेक्शन होण्याची शक्यता

अधिक वाढली जाते. खरंतर
पावसाळ्यात आपले पाय
ओलमर राहतात. त्यामुळे
काही आजार होण्याची भीती
असते. अशातच
पावसाळ्यात पायांची

पावसाळ्यात पायांना
कॅडीडायेसिसची समस्या
होऊ शकते. याचे कारण
वातावरणातील ओलावा,
वारंवार पाय ओलेसर होणे,
बूटांमध्ये पाणी राहणे असे.
असे इल्यास लगेच
डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

नियमित पेडीक्योर
केल्याने पाय मऊ आणि
कोमल राहतात. यामध्ये
पायांच्या बोटांची
स्वच्छतेसह पायांना मसाज
ही केले जाते.

पायांची नख वेळोचेळी
कर्व शेपमध्ये कापा.

जेणेकरून त्यात घाण
अडकली जाणार नाही.
नख कापताना क्युटिकल्स
कापू नका.

नेहमी उत्तम फुटवे अर
घाला.

आजकाल पायबंद
फुटवे अर बाजारात
मिळतात. ते थोडे
स्टाइलिश ही असतात.
यामध्ये गम बूट, स्ट्रेपर,
रबराचे चप्पल आवडीने
घातले जातात.

चप्पल नेहमीच हाय
हिल्सच्या घालू नयेत.

दरम्यान, जर तुम्ही
दरोज ॲफिसला जात
असाल तर तेथे गेल्यानंतर
पायातील चप्पल थोडावेळ
काढून ठेवा. जेणेकरून पाय
मुक्तील. घरी आल्यानंतर
हलक्या कोमट पाण्यात एक
चमचा विहेनेर गिक्स करून
अर्धा तास पाय त्यात

बुड्डवून ठेवा. त्यानंतर
टॉवेलने पाय स्वच्छ पुसून
घ्या. फंगस पासून सुटका
मिळवण्यासाठी तुम्ही बेंकिंग
सोड्याचा सुद्धा वापर करू
शकता. यामुळे पीएच
बैलेन्स होण्यास मदत होते.

'या' देशातील महिला असतात चिरतरुण

जगातील प्रत्येक महिला ही
सुंदर आणि वितरुण राहण्याचे
स्वप्न बघत असतात. पण, वाढते
वय आणि त्यासोबत येणाऱ्या
समस्या ही देखील महिलांसाठी
वाईट स्वच्छांपेक्षा कमी नाही.
जगत असा एक देश आहे की,
त्या देशातील महिला कधीच
म्हाताच्या होत नाहीत.

तैवान या देशातील महिला
आहेत की, या महिला जास्त काळ
तरुण राहतात. तुमच्या मनात हा
प्रश्न आला असेल की, तैवान
देशातील महिलांच्या सुरुरेचे काय
रहस्य आहे. या महिला कोणता
मेकअप प्रॉडक्ट वापरतात. पण,
या देशातील महिला पारलमध्ये खुप
कमी जातात.

स्किन के अरवर जास्त लक्ष
देणे

तैवान देशातील मुली-महिला
या त्यांच्या स्किन के अरवाबत
जास्त सजग असतात.
तैवानमधील महिला कोणतेही
प्रॉडक्ट त्यांच्या स्किनवाल लावत
नाहीत. हेच नाही तर या देशातील
महिला त्यांच्या स्किन के अर
रुटीन कधीच चुकित नाहीत.
संतुलित आहार



या देशातील महिला त्यांच्या
स्किनला हेल्दी ठेवण्यासाठी



आहे की, तैवानमधील महिला
स्वतःला तरुण ठेवण्यासाठी
फिटेसला प्राधान्य देतात.



पावसामुळे त्यांच्या स्किनला
कोणीही अलर्जी होऊन नये
म्हणून त्या महिला पाऊसात
भिजत नाहीत.

फॅशनेबल असतात

महिला स्वतःला तरुण आणि
ॲट्रिक्टिव दिसण्यासाठी तैवानच्या
महिला त्यांच्या फॅशन एंड
स्टायलिंग जास्त लक्ष देतात. या
महिला स्वतःसाठी असे कपडे
धेतात की, त्या त्यात तरुण
दिसतील.

इम्युनी सिस्टम स्ट्रॉग

करण्यासाठी खास १० टिप्स



गिरीदार फल : Nuts गांवी पाण्यात भिजवून ठेवावे आणि सकाळी याचे सेवन करावे.

अंकुरलेले धान्य : अंकुरलेले धान्य जसे मूा, मोठ, चणा इत्येच भिजवलेल्या डार्लीचे भरपूर प्रमाणात सेवन करतात. तायाचा महिलांच्या असा समर्पण आहे की, अंकुराले त्यांचे तालुय कमी होते.

पावसात भिजत नाही
तैवानच्या महिला पाऊसात
पावसापासून लांब राहतात.

वजन कमी करण्यासाठी Ginger

उपयुक्त, या प्रकारे आहारात सामील करा

भारतीय स्वयंपाक घरात
असलेले मसाले जेवणाची चव
वाढवण्यासोबतच अनेक आजार
बरे करण्यास मदत करतात. या
मसाल्यांमध्ये आले पावडरचा
समवेश आहे. त्यामुळे जेवण
चविट बनते, तसेच अनेक आजार
बरे होतात. पण तुम्हाला माहिती
आहे का, तुम्ही तुमच्या वजन
कमी करण्यासाठी एक चमचा
पावडरचा ही समाप्त टाका. त्यात
लिंबाचा रोज सकाळी
रिकाया पोटी बेलपत्र खाऊ
शकता. यामध्ये असलेले फायबर
आणि इतर पोषक घटक
मध्येहाच्या रुणांसाठी फायदेशीर
आहत.

तुमची रोगप्रतिकारक शक्ती
मजबूत राहिली तर तुम्ही अनेक
आजारांपासून दूर राहू शकता.
कम्कुत प्रतिकारशक्ती तुम्ही
फुहा पुहा आजारी पडतात. बेलपत्र
तुमच्या चहामध्ये आलं किसून,
वाटून, ठेवून किंवा आल्याचा रस
चहात घालू शकता. हे पेय वजन
सर्दी-खोकला आणि इतर
आजारांपासून दूर राहू शकता.

अस्वीकरण : औषध,
आरोग्य टिप्प, योग, धर्म, ज्योतिष
इत्यादी विषयांवर वेवा जेवणात
प्रकाशित/प्रसारण के लेले
विडिओ, लेख आणि बातम्या
फक्त तुमच्या माहितीसाठी आहेत.
यासंबंधीचा कोणताही प्रयोग
करण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

मूल्यांवाद रुणांसाठी
फायदेशीर

ज्यांना मूल्यांवादी समस्या
आहे त्यांनी रिकाया पोटी बेलपत्र
खाऊ शकता. यामध्ये असलेले
फायबर घटक आहेत. तेच
यासंबंधीचा कोणताही प्रयोग
करण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

मूल्यांवाद रुणांसाठी
फायदेशीर

ज्यांना मूल्यांवादी समस्या
आहे त्यांनी रिकाया पोटी बेलपत्र
खाऊ शकता. यामध्ये असलेले
फायबर घटक आहेत. तेच
यासंबंधीचा कोणताही प्रयोग
करण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

हल्द, डॉबेरी, ग्रीन टी
यांसांसरखा पदार्थावर अवलंबून
राहतात. पण एक गोष्ट समजून
घेतली पाहिजे. वजन कमी
करण्यासाठी कोणताही विशेष
आहार सतत खाणे चांगलं
नाही. एकसारांख अन्न खाल्याने
सरिराचं पोषण होत नाही. यासाठी
तुम्ही तुमच्या चहामध्ये आलं किसून,
वाटून, ठेवून किंवा आल्याचा रस
चहात घालू शकता. हे पेय वजन
सर्दी-खोकला आणि इतर
आजारांपासून दूर राहू शकता.

अस्वीकरण : औषध,
आरोग्य टिप्प, योग, धर्म, ज्योतिष
इत्यादी विषयांवर वेवा जेवणात
प्रकाशित/प्रसारण के लेले
विडिओ, लेख आणि बातम्या
फक्त तुमच्या माहितीसाठी आहेत.
यासंबंधीचा कोणताही प्रयोग
करण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

मूल्यांवाद रुणांसाठी
फायदेशीर

ज्यांना मूल्यांवादी समस्या
आहे त्यांनी रिकाया पोटी बेलपत्र
खाऊ शकता. यामध्ये असलेले
फायबर घटक आहेत. तेच
यासंबंधीचा कोणताही प्रयोग
करण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

तुम्ही वजन कमी होत नाहीयं.

यांचं कारण म्हणजे प्रत्येकजण

एकाक्रमे वजन कमी करत

नाही. प्रत्येक शरीराचा ऊर्जेची

गरजा वेवा गवेगळ्या असतात.

हायांनस, अन्नाचे सेवन,

शरीरातील मीठाचे प्रमाण आणि

मानसिक तांत्रिक घटक आहेत.

वजन कमी होत नाहीयं.

यांचं कारण म्हणजे प्रत्येकजण

एकाक्रमे वजन कमी करत

नाही. प्रत्येक शरीराचा ऊर्जेची

गरजा वेवा गवेगळ्या असतात.

हायांनस, अन्नाचे सेवन,

शरीरातील मीठाचे प्रमाण आणि

मानसिक तांत्रिक घटक आहेत.

वजन कमी होत नाहीयं.

यांचं कारण म्हणजे प्रत्येकजण

एकाक्रमे वजन कमी करत

