लातूर
भूकंप
LATUR BHUKAMP
संपादक: अशोक चिंचोले
सांज दैनिक : मंगळवार – ११ जुलै २०२३
वर्ष – ३७ वे
अंक – १०५
पाने – ४
किंमत २ रूपये
E-Mail : dailybhukamp@gmail.com
RNI No. MAHMAR/2012/42770
☎ :-9422072823,251822
epaper.dainikbhukamp.com

लातूर - तिरुपती
श्री. बालाजी दर्शनासहित
A/C SLEEPER I AIR SUSPENSION
जुलै महिन्याचे वेळापत्रक
जुलै महिन्याच्या तारखा
◂ दर मंगळवारी ▸
4 11 18 25
दुपारी २.०० वा.
अधिक माहितीसाठी संपर्क
88888 50441
88888 45404
विश्व ट्रॅव्हल्स लातूर.

त्यांच्या मते....

▣ **एक दिवस असा येईल कि त्या दिवशी मी देशाचा पंतप्रधान म्हणून पांडुरंगाचे दर्शन घ्यायला पंढपुरात येईल.**
–आ. महादेव जानकर
- - - - - - - - - -
☛ पांडुरंगावर किती हा विश्वास !

▣ **अजित पवार यांना मुख्यमंत्री करण्याचं आमचं ध्येय आहे. म्हणूनच सत्तेत सहभागी झालोत.** –आ. अण्णा बनसोडे
- - - - - - - - - -
☛ म्हणून दादा तुम्हाला मंत्री बनवतील हे स्वप्नं पाहू नका.

▣ **अनेक गोष्टी बोलायला माझे वय कमी पडते म्हणून मी बोलू शकत नाही.**
– आ. रोहित पवार
- - - - - - - - - -
☛ आणि आजोबांना वय जास्त झाले म्हणून बोलू दिलं जात नाही.

▣ **लातुरात बातमीसाठी गेलेल्या पत्रकारास बराच वेळ बसवून घेत त्यांचा मोबाईल चेक केला.** – एक बातमी
- - - - - - - - - -
☛ पोलीस केंव्हा काय दिवे लावतील सांगता येत नाही.

राज्यपाल नियुक्त १२ आमदारांच्या नियुक्तीचा मार्ग मोकळा

मुंबई : गेली दोन वर्षांपासून महाराष्ट्रात विधान परिषदेवर राज्यपाल नियुक्त करावयाच्या १२ आमदारांच्या नियुक्तीवरील स्थगिती सर्वोच्च न्यायालयाने उठविल्याने आता त्यांच्या नियुक्तीचा मार्ग मोकळा झाला आहे.

या संदर्भातील याचिका दाखल करणारे रतन सोहली यांनी आपण दाखल केलेली याचिका परत घेण्याची परवानगी मागितली होती. तशी परवानगी सर्वोच्च न्यायालयाने दिली. त्याचवेळी यातले दुसरे याचिकाकर्ते सुनील मोदी यांना न्यायालयाने दाद मागायची असल्यास स्वतंत्र याचिकाच दाखल करा असे न्यायालयाने सांगितले. सर्वोच्च न्यायालयाच्या या निर्णयाने आजपर्यंत महाराष्ट्राच्या विधान परिषदेवर राज्यपाल नियुक्त १२ सदस्यांच्या नियुक्तीला दिलेली स्थगिती उठली आहे. दरम्यान, दुसरे याचिकाकर्ते सुनील मोदी यांनी याचिका दाखल करणे, त्यावर सर्वोच्च न्यायालयात सुनावणी होणे, त्यानंतर स्थगिती की परवानगी हे निश्चित होणे. या दरम्यानचा कालावधी हा राज्यपालांनी विधान परिषद सदस्य नियुक्त करण्याचा कालावधी ठरणार आहे. गेली दोन–अडीच वर्षापासून १२ आमदारांच्या नियुक्तीचा प्रश्न रखडला होता. दरम्यान, सरकारही बदललं. आता स्थगिती उठल्यानंतर तात्काळ या प्रकरणी सरकार काय भूमिका घेते. यापुर्वीच्या सरकारने दिलेली आमदारांची यादी परत घेतली जाते की, नव्याने दिली जाते याची उत्सुकता आहे.

महाराष्ट्राच्या राजकारणात घडलेल्या काही घटनेनंतर राज्य मंत्रिमंडळात कोणाची वर्णी लागणार अशी चर्चा चालू असताना आता राज्यपाल नियुक्त १२ आमदारांत कोणाची वर्णी लागणार याची उत्सुकता आहे. संख्याबळाचा विचार करता भाजपाला ८ तर शिंदे गटाला ४ जागा मिळण्याची शक्यता आहे. बदलत्या राजकीय परिस्थितीमुळे अजितदादा गट सरकारमध्ये आल्याने त्यांना किती जागा द्यावयाच्या हाही प्रश्न निर्माण होणार आहे. १२ आमदार नियुक्तीच्या मंजुरीसाठी त्यावेळच्या राज्य मंत्रिमंडळाने शिफारस करून १२ सदस्यांची यादी राज्यपाल भगतसिंह कोश्यारी यांच्याकडे पाठविली होती. मात्र, राज्यपालांनी त्या यादीला मंजुरीच दिली नाही. सरकार अनेकदा राज्यपालांकडे पाठपुरावा करत असताना देखील १२ आमदारांची नियुक्ती झालीच नाही. महाराष्ट्र विकास आघाडीचे सरकार असेपर्यंत आमदार निवडीचा प्रश्न निकाली निघालाच नाही. आज सर्वोच्च न्यायालयाने आमदारांच्या निवडीला विरोध करणारी याचिका माघार घेण्यास परवानगी दिल्याने आमदार नियुक्तीस असलेली स्थगिती उठली आहे. दुसरे याचिकाकर्ते याचिका दाखल करण्याअगोदर सरकारने लवकर पाऊले उचलली तर १२ आमदारांची नियुक्ती विधान परिषदेवर करता येऊ शकते. दरम्यान दुसरे याचिकाकर्ते सुनील मोदी यांनी आपण सर्वोच्च न्यायालयात आजच याचिका दाखल करणार असल्याचे म्हटले आहे.

धनंजय मुंडे यांना जिवे मारण्याची धमकी

मुंबई : राज्यातील दोन चाकावरचे सरकार आता तीन चाकांवर आले आहे. त्यामुळे राज्यात सध्या यांचीच चर्चा सर्वाधिक पाहायला मिळत आहे. त्यातच आता शिंदे–फडणवीस आणि त्यांच्या जोडीला आलेल्या अजित पवार यांच्या सरकारमधील मंत्र्यांना जीवे मारण्याची धमकी देणारे फोन येऊ लागल्याने खळबळ उडाली आहे. काल नवनिर्वाचित मंत्री छगन भुजबळ यांना जीवे मारण्याची धमकी देणारा फोन त्यांच्या कार्यकर्त्यांच्या मोबाईलवर आला.

मला धनंजय मुंडे यांना मारण्याची सुपारी देण्यात आली आहे. मला तुम्ही ५० लाख रुपये द्या, नाहीतर मी धनंजय मुंडेंना जीवे मारिन. असा धमकीचा फोन धनंजय मुंडे यांच्या बीडमधील परळी येथील निवासस्थानी आला. त्यांच्या लँडलाईनच्या नंबरवर हा कॉल आल्याचे सांगण्यात आले आहे. त्यानंतर या प्रकरणाची माहिती तत्काळ पोलिसांना देण्यात आली. पोलिसांनी देखील या प्रकरणाची गांभिर्याने दखल घेत या घटनेचा तपास घेण्यास सुरुवात केल्याचे सांगण्यात आले आहे. या प्रकरणी पोलिसांनी अज्ञात व्यक्तीविरोधात गुन्हा दाखल केला आहे. मध्यरात्री १२ वाजता मुंडेंना हा फोन आल्याचे सांगण्यात येत आहे.

मंत्री छगन भुजबळ यांना देखील जीवे मारण्याची धमकी देणारा फोन कॉल आाला होता. सोमवारी मंत्री छगन भुजबळ पुण्याला एका कार्यक्रमासाठी गेले होते. संध्याकाळी कार्यक्रम सुरू असताना छगन भुजबळ यांच्या मोबाईलवर फोन आला, परंतु त्यांचा नंबर त्यांच्या एका कार्यकर्त्याच्या मोबाईलवर डायवर्ट करण्यात आला होता.

छगन भुजबळ यांच्या कार्यालयाकडून या प्रकरणी पुणे पोलिसांकडे तक्रार करण्यात आली. पोलिसांनी फोनची तपशीलवार माहिती घेत चौकशीला सुरूवात केली आणि मोबाईल नंबरच्या आधारे महाडमधून प्रशांत पाटील या तरुणाला अटक केली. आरोपी प्रशांत पाटील मूळचा कोल्हापूरचा असून त्याने मद्यधुंद अस्थेत धमकी दिल्याचे पोलिसांच्या प्राथमिक तपासात निष्पन्न झाले आहे.

नेत्यांना जीवे मारण्याची धमकी देणारे फोन कॉल येणे ही काही नवीन घटना नाही. महिन्याभरापूर्वी राष्ट्रवादी काँग्रेस पक्षाचे अध्यक्ष शरद पवार आणि ठाकरे गटाचे खासदार संजय राऊत यांना देखील जीवे मारण्याची धमकी देणारे कॉल आले होते.

या प्रकरणातील आरोपींना पोलिसांनी अटक केली होती. ज्यानंतर या दोन्ही नेत्यांच्या सुरक्षेत वाढ करण्यात आली होती.

मरीआई पूजनासाठी महिलांची गर्दी

आषाढ महिन्यात शेवटच्या पंधरवाड्या मरीआईची पुजा केली जाते. आज सकाळ पासून या देवीची पूजा करून दोन हिरव्या भाज्या, चपाती, गव्हाची खीर आदींचा नैवेद्य मरीआईस दाखवला जातो. आषाढ महिण्यात होणारी रोगराई व वर्षभर होणाऱ्या आजारांपासून परिवार सुरक्षीत रहावं म्हणून मरीआईला पुजले जाते. साथीच्या रोगराईपासून ती गावाचे संरक्षण करते, अशी एक समजूत आहे.

तोंडाला पट्टी बांधून काँग्रेसकडून केंद्र सरकारचा निषेध

लातूर : लातूर शहरातील काँग्रेस पक्षाच्या कार्यकर्त्यांनी आज तोंडाला काळी पट्टी लावून येथील काँग्रेस भवन येथे ठाण मांडून केंद्र सरकारचा जाहीर निषेध केला.

काँग्रेसचे नेते राहुल गांधी हे नरेंद्र मोदी आणि अदानी यांच्या भ्रष्ट युतीचा पर्दाफाश करत असल्याने त्यांची खासदारकी रद्द केली. आवाज दाबण्याचा प्रयत्न केला. याचा निषेध म्हणून लातूर शहरातील काँग्रेस कार्यकर्त्यांनी तोंडाला काळी पट्टी लावून निषेध आंदोलन केले.

विवाहितेचा छळ, पोलीस पती–सासू–सासरे व दिराविरूद्ध गुन्हा

लातूर : विवाहितेचा छळ केल्याप्रकरणी पोलीस कर्मचारी असलेले पती, सासू, सासरे व दिराविरूद्ध एमआयडीसी पोलिसांत गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पती ज्या पोलीस ठाण्यात कर्तव्यास आहेत त्याच ठाण्यात गुन्हा दाखल असल्याने या प्रकरणी आपणास योग्य तपास करून न्याय मिळावा अशी अपेक्षा विवाहित तरूणीने व्यक्त केली आहे.

श्रद्धा निलेश जाधव यांच्या तक्रारीवरून पोलीस कर्मचारी असलेले निलेश जाधव, सासू सुमन बबन जाधव, सासरे बबन जाधव व दिर नागेश जाधव हे विविध कारणावरून छळ, जाच करित असल्याची तक्रार श्रद्धा निलेश जाधव यांनी केल्यावरून एमआयडीसी पोलिसांत या सर्वांविरूद्ध भादंवि ४९८ अ, ३२३, ५०४, ३४ अन्वये गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पोहेकॉ. भागवत मुळे हे या प्रकरणी अधिक तपास करीत आहेत.

दोन गाभण गायींची चोरी

चाकूर : मौजे जानवळ, ता. चाकूर येथील गट नं. १४१ मध्ये असलेल्या शेतातील गोठ्यातून चोरट्यांनी दोन गाभण गायी चोरून नेल्या आहेत. बब्रुवान नागोराव करडिले रा. जानवळ यांच्या शेतातील आखाड्यातून ९ महिन्याची गाभण असलेली लाल कंधारी व सहा महिन्याची गाभण असलेली गीर जातीची गाय अशा दोन गायी चोरून नेल्या आहेत.

जाहीरनामा

लातूर येथील ५ वे सह दिवाणी न्यायाधीश व. स्तर यांच्या न्यायालयात

वारस प्रमाणपत्र क्र. १००१/२०२३
प्रभा वि. निरंक **निशाणी क्रमांक ०६**

ज्यापेक्षा अरूण पांडूरंग पोतदार यांचा दिनांक ०९.०३.२०१७ रोजी लातूर, ता. जि. लातूर येथे मृत्यू झाला. उपरोक्त प्रकरणात अर्जदार १. प्रभा अरूण पोतदार, २. अभिजीत पि. अरूण पोतदार, ३. प्रज्योत पि. अरूण पोतदार, यांनी मयत अरूण पांडूरंग पोतदार यांचे वारस असले बाबत या न्यायालयात अर्ज केलेला आहे.

अर्जदार यांनी उपरोक्त प्रकरणात मयत अरूण पांडूरंग पोतदार यांच्या मृत्यूपश्चात अर्जदार यांना मयताचे कायदेशीर वारस घोषीत करून तसेच वारसाचे प्रमाणपत्र सरकारी व निमसरकारी कार्यालयात अर्जदाराचे नाव नोंदणी करण्यासाठी व ईतर कामासाठी त्यांच्या हक्कामध्ये वारसाचे प्रमाणपत्र मिळावे म्हणून अर्ज केला आहे.

त्यापेक्षा उपरोक्त अर्जदार हे मयताचे वारस नव्हे असे कोणास समजविण्याचे असेल तर हा जाहीरनामा प्रसिद्ध झालेल्या तारखेपासून एक महिन्याच्या आत या कोर्टात हजर राहून आपल्या हरकती कळवाव्यात. या लेखावरून असे कळविण्यात येते की, जर उपरोक्त मुदतीत कोणी योग्य हरकती न दाखवल्या तर सदरहू कोर्ट सदरहू अर्जदार यांचे हक्काबद्दल लागलीच पुरावा घेऊन त्याचा हक्क शाबीत दिसल्यास अर्जदारास सदरहू मयत यांचे वारसाचे प्रमाणपत्र देण्यात येईल.

पुढील तारीख २६.०७.२०२३
आज तारीख १९.०६.२०२३

स्वाक्षरीत/–
व्ही. जी. गायकवाड
क. लिपीक

कोर्टाचा शिक्का

आदेशावरून
स्वाक्षरीत/–
सहा. अधिक्षक
दिवाणी न्यायालय
व. स्तर, लातूर.

शेतकऱ्यांनी पिक विमा भरण्यासाठी नजीकच्या बँक, नागरी सुविधा केंद्रामार्फत पिकविमा संरक्षण घ्यावे

लातूर : शेतकऱ्यांनी शेवटच्या टप्प्यात गर्दी व घाई न करता वेळेत आपल्या अधिसूचित पिकाचेच्या विमा संरक्षणासाठी नजीकच्या बँकेत, नागरी सुविधा केंद्रामार्फत पिकविमा संरक्षण घ्यावे, असे आवाहन अप्पर जिल्हाधिकारी अरविंद लोखंडे यांनी केले आहे.

यावर्षी पिक विमा हा फक्त एक रुपयात काढून मिळणार असून भरपूर शेतकरी विमा भरतील, त्यामुळे शेवटच्या टप्यात तांत्रीक अडचणी निर्माण होतात म्हणून शेतकऱ्यांनी लवकरात लवकर वेळेत विमा भरून सहभाग नोंदवावा. तसेच विमा सहभाग नोंदवताना आपला मोबाईल क्र. इलेक्ट्रॉनिक साक्षांकन करावा जेणेकरुन विमा सहभागाबाबतची माहीती एस.एम.एस द्वारे शेतकऱ्यांना दिली जाईल. सी.एस.सी. केंद्र , बँक यांनी शेतकऱ्यांकडून तलाठ्यामार्फत साक्षांकीत केलेला सातबारा देण्याचा आग्रह करु नये सी.एस.सी. केंद्र चालकांनी विना शूल्क विमा भरुन घ्यावा, असेही आवाहन अप्पर जिल्हाधिकारी अरविंद लोखंडे यांनी केले आहे.

कर्जदार शेतकऱ्यांनी विमा योजनेत सहभागी होणे अथवा न होणे बाबत कर्ज खाते असलेल्या बँक शाखेत विहीत नमून्यात स्वतंत्र घोषणापत्र सादर करणे बंधनकारक आहे. जे कर्जदार शेतकरी घोषणापत्र देणार नाहीत त्या सर्व शेतकऱ्यांचा योजनेमध्ये सहभाग बंधनकारक समजला जाईल.

इच्छुक शेतकऱ्यांना अधिक माहितीसाठी आपल्या तालुक्यातील तालुका कृषि अधिकारी कार्यालयात, एसबीआय इन्शुरन्स विमा कंपनी मार्फत कार्यरत पिक विमा सुविधा व सल्ला केंद्रामध्ये, नजीकच्या बँकेत किंवा www.pmfby. gov.in या संकेतस्थळावरून माहिती उपलब्ध् करुन घेता येईल.

खरीप हंगामातील पिकासाठी प्रधानमंत्री पिक विमा योजने अंतर्गत एक रुपयात विमा भरण्याची प्रत्येक गावात प्रसार व प्रसिद्धी करण्यासाठी ३० चित्ररथाचे आज अप्पर जिल्हाधिकारी अरविंद लोखंडे, जिल्हा अधिक्षक कृषि अधिकारी श्रीमती रक्षा शिंदे, उपविभागीय कृषि अधिकारी दिलीप जाधव व तंत्र अधिकारी तांदळे तसेच एसबीआय इन्शुरन्स विमा कंपनीचे राज्य समन्वयक सुशील तिवारी, जिल्हा प्रतिनिधी कन्हेय्या सिंग व नवनाथ दिवटे यांच्या हस्ते अनावरण करण्यात आले. यावेळी एसबीआय इन्शुरन्स विमा कंपनीचे तालुका प्रतीनिधी उपस्थित होते.

ज्येष्ठ साहित्यिक प्राचार्य डॉ. मधुकर सलगरे यांना
वाढदिवसाच्या हार्दिक शुभेच्छा

प्राचार्य डॉ. मधुकर सलगरे, लातूर
संपर्क : मो. नं. ९४२३३४५२२०
७० व्या वर्षात पदार्पण
वाढदिवस ११ जुलै

शुभेच्छुक
अ‍ॅड. अण्णाराव पाटील, प्राचार्य डॉ. संजय गवई, संभाजी सुळ, चंद्रकांत हजारे, प्रा. यादव कांबळे, गोविंद काळे, रामभाऊ लांडे, महादेव काकडे, अ‍ॅड. गिरीश सलगरे, अशोक चिंचोले, पंकज जैस्वाल, गोविंद सुरवसे, उज्ज्वलकुमार माने, धनराज माने, बाळकृष्ण धायगुडे, राजपाल भंडे, गोरक्षनाथ गायकवाड.

मुलांना अशा पद्धतीने शिकवा

एक लीडर हा नेहमीच आपल्यासोबत संपूर्ण ग्रुपला घेऊन पुढे जात असतो. अशातच तुम्हाला सुद्धा तुमच्या मुलामध्ये लीडरशिप स्किल्स डेवलप करायच्या असतील तर काही गोष्टी त्याला शिकवल्या पाहिजेत. जेणेकरुन तो आपल्या क्षमतेनुसार स्वत: चा विकास करेल. मुलांमध्ये लीडरशिप स्किल्स डेवलप होण्यासाठी नक्की अशा कोणत्या गोष्टी आहेत ज्या त्यांना पालकांनी शिकवल्या पाहिजेत याच बद्दल जाणून घेऊयात.

मुलांमध्ये लीडरशिप स्किल्स डेवलप करण्यासाठी

पालकांनी त्यांच्यासोबत वेळ घालवला पाहिजे. त्याचसोबत त्यांना प्रोत्साहन दिले पाहिजे. काही मुलांचे पालक त्यांच्यामध्ये लीडरशिप गुण येण्यासाठी फार मदत करतात. जर तुमच्याकडे नेतृत्वाची कला असेल तर आयुष्यात नक्कीच यश गाठता येते.

मुलांना निर्णय घेण्याचे स्वातंत्र्य द्या : मुलांना आपल्या आयुष्याचे निर्णय घेण्याचे स्वातंत्र्य द्या. प्रत्येक गोष्टीमध्ये त्यांचे मत विचारा आणि त्यांच्या दृष्टीकोनातून विचार करुन योग्य तो निर्णय घ्या. यामुळे मुलामध्ये आत्मविश्र्वास वाढला जाईल. त्याचसोबत स्वाभाविक रुपात जिज्ञासू, महत्त्वाकांक्षी आणि उत्साही असतात. त्यामुळे लक्षात ठेवा की, त्यांच्यामधील हे गुण कायम टिकून राहिले पाहिजेत.

मुलाला टीम वर्कसाठी प्रोत्साहन द्या : मुलाला अशा ग्रुपसोबत ठेवा जेथे तो आपला वेळ घालवेल. त्याला टीम वर्कचा हिस्सा बनवल्यास त्यामध्ये नेतृत्वाचा गुण वेगाने विकसित होऊ शकतो. याच्या माध्यमातून आपल्याला दिलेले काम सुद्धा तो वेळेवर पूर्ण करेल. या व्यतिरिक्त त्याच्यामध्ये कम्युनिकेशन स्किल्स, सोशल स्किल्स ही डेवलप होतील.

पुढील काही गोष्टी सुद्धा शिकवा ठेवा लक्षात : मुलाला नेहमीच एखाद्या यशस्वी व्यक्तीबद्दल सांगा. त्याच्यामधील लीडरशिप गुण काय आहेत याबद्दल तर खासकरुन सांगाच. एक जबाबदार व्यक्ती कसे व्हायचे यावर ही त्याच्याशी वेळ भेटेल तेव्हा बोलत रहा. शिस्त शिकवा. जेणेकरुन लीडरशिप स्किल्स डेवलप होताना त्याच्यामध्ये कामाच्या प्रति एक शिस्त सुद्धा असेल. आपल्या मुलाला धाडसी आणि इमानदार व्यक्ती बनवण्यास नेहमीच मदत करा.

लवकरच संपणार आहे ITR दाखल करण्याची अंतिम मुदत, अशा प्रकारे तुम्हाला मिळेल परतावा

जर तुम्ही अजून ITR रिटर्न केले नसेल, तर ते लवकरात लवकर करुन घ्या. दंड किंवा दंडाशिवाय खढठ रिटर्न भरण्याची अंतिम मुदत ३१ जुलै रोजी संपत आहे. जर तुम्ही या कालावधीत कोणताही अतिरिक्त कर भरला असेल, तर तुम्ही खढठ फाइलिंगच्या वेळी परतावा मागू शकता. आम्ही तुम्हाला सांगतो, जर तुमचा कर दायित्वापेक्षा जास्त असेल, तर तुम्ही खढठ फाइलिंगच्या वेळी परतावा मिळण्यास पात्र

आहात आणि अतिरिक्त कर परतावा मागू शकता.

मात्र, यासाठी आयकर रिटर्न भरताना तुम्हाला काही कागदपत्रे जोडावी लागतील की, तुम्ही किती कर भरण्यास पात्र आहात आणि तुमच्या खिशातून किती अतिरिक्त पैसे खर्च जाणार आहेत. तुम्ही परतावा कसा मिळवू शकता, ते आम्ही तुम्हाला सांगतो.

सर्व प्रथम, जर तुम्हाला कर परतावा हवा असेल, तर वेळेवर आयटीआर फाइल करणे खूप महत्वाचे आहे. जर तुम्ही वेळेवर खढठ भरला नाही, तर तुम्हाला उशीरा आयकर रिटर्न भरण्यासाठी मोठा दंड आणि व्याज भरावे लागेल. तसेच, तुम्ही असा टॅक्स स्लॅब निवडावा, जो तुमच्यासाठी अधिक चांगला असेल. आम्ही तुम्हाला सांगतो, सरकारने यंदाच्या बजेटमध्ये नवीन टॅक्स स्लॅब आणला आहे. ज्या अंतर्गत लोकांचे ७ लाखांपर्यंतचे उत्पन्न करमुक्त आहे. अशा परिस्थितीत, तुम्ही तुमच्यासाठी एक चांगला कर स्लॅब निवडावा. याशिवाय तुमच्या बँक खात्याचे तपशीलही अचूक भरा जेणेकरून तुम्हाला परतावा मिळण्यात कोणतीही अडचण येणार नाही.

इन्कम टॅक्स रिटर्न भरल्यानंतर तुम्हाला ३० दिवसांच्या आत त्याची पडताळणी करावी लागेल. जर तुम्ही तुमचे तपशील सत्यापित केले नाही तर ते अवैध होईल. दुसरीकडे, जर आयटीआर दाखल करण्याची अंतिम मुदत संपली नसेल, तर तुम्ही नवीन आयटीआर दाखल करू शकता. जर मुदत संपली असेल तर तुम्ही त्या आर्थिक वर्षासाठी आयटीआर रिटर्न भरू शकत नाही.

आयटीआर फाइलिंग दरम्यान अधिक कर वाचवण्यासाठी, तुम्ही आयकर कायद्यांतर्गत अनेक कलमांतर्गत कर वाचवू शकता. यामध्ये तुम्ही पीएफ, पीपीएफ, एनपीएस, लाइफ इन्शुरन्स, होम लोन, म्युच्युअल फंड यासह अनेक प्रकारे कर दायित्व टाळू शकता. यासोबतच अतिरिक्त कर भरलेली रक्कमही परत केली जाऊ शकते.

मुलांना सेलिब्रिटी बनविण्याचे फॅड!

वर्षाकाठी अनेक बालनाट्य शिबिरे भरवली जातात. कित्येक अभिनय कार्यशाळा चालवल्या जातात. आता बालरंगभूमीकडे केवळ करमणुकीचे साधन म्हणून न पाहता आपल्या मुलांच्या भविष्याची तरतूद म्हणून व्यावसायिक दृष्टिकोनातून पाहिले जाते. याचे कारण कदाचित रियालिटी शोचे अमर्याद फुटलेले पेव असावे. प्रत्येकाला आपलं मूल लवकरात लवकर सेलिब्रिटी झालेलं पाहायचंय. या अट्टाहासापायी आजकाल कुठल्याही प्रकारची सखोल चौकशी न करता, गुणात्मक दर्जा न बघता कार्यशाळांचे वर्ग आणि गल्ले भरले जात आहेत.

रूपेरी पडद्यावर जेव्हा आपण एखादा कलाकार पाहतो तेव्हा आपल्याला त्या तार्याभोवती असलेलं चंदेरी वलय दिसतं, परंतु त्या वलयांकित आवरणापलीकडचं विश्र्व वेगळंच असत. कित्येक वेळा कथानकातील पात्र आपल्या मनात घर करून जातं. त्याची शैली आकर्षित करून जाते, पण ती भूमिका वठवताना त्यापाठी पात्राने घेतलेली मेहनत, भूमिकेची जडणघडण सहजासहजी लक्षात येत नाही. यासाठी तशी भेदक नजरच असावी लागते. अशा अनेक मूल्यांचे, अभिनयाचे बाळकडू देणारी, बालमनावर कलेचे महत्त्व बिंबवणारी, अजरामर संस्था म्हणजे सिनेजगताची जननी रंगभूमी अथवा बालरंगभूमी.

ज्याप्रमाणे ओल्या मातीला आकार देणं सोपं असत, त्याचप्रमाणे कुठलीही कला अंगी भिनवायची असेल तर बाल्यावस्थेची निवड केली जाते. बालमन हे कोवळं असतं. या वयात संस्कारांचे बीजरोपण उत्तमरित्या होऊ शकते.

काही वर्षांपूर्वी बालरंगभूमीकडे वळणारी पावलं मर्यादित होती. हाताच्या बोटावर मोजण्याइतक्या बालनाट्यसंस्था कार्यरत होत्या. बालनाट्याकडे मुलांचे शालेय सुट्टीतील करमणुकीचे साधन म्हणून पाहिले जायचे, परंतु त्यावेळी त्या नाटकांना लाभणारा प्रेक्षक वर्ग खूप चौकस होता. याउलट आता वर्षाकाठी अनेक बालनाट्य शिबिरे भरवली जातात. कित्येक अभिनय कार्यशाळा चालवल्या जातात. आता बालरंगभूमीकडे केवळ करमणुकीचे साधन म्हणून न पाहता आपल्या मुलांच्या भविष्याची तरतूद म्हणून व्यावसायिक दृष्टिकोनातून पाहिले जाते. याचे कारण कदाचित रियालिटी शोचे अमर्याद फुटलेले पेव असावे. प्रत्येकाला आपलं मूल लवकरात लवकर सेलिब्रेटी झालेलं पाहायचंय.

या अट्टाहासापायी आजकाल कुठल्याही प्रकारची सखोल चौकशी न करता, गुणात्मक दर्जा न बघता कार्यशाळांचे वर्ग आणि गल्ले भरले जात आहेत. त्यावर कहर म्हणजे या कार्यशाळांच्या आपापसात असलेल्या स्पर्धांची तृष्णा भागवण्यासाठी या लहान मुलांची ओढाताण होत असते. इतकं करूनही हल्लीच्या बालनाट्याला हवा तसा प्रेक्षकवर्ग लाभत नाही. क्वचित एखादा प्रयोग हाऊसफुल्ल होतो. त्यातही ५० टक्क्यांहून अधिक प्रेक्षकवर्ग हा त्या नाटकात काम करणार्या बालकलाकारांचे आईवडील, आजी-आजोबा, नातलग असतात. प्रत्यक्षात बाहेरून तिकीट खरेदी करून येणारा प्रेक्षक त्या मानाने कमीच. असे का होते याची कारणमीमांसा होणे गरजेचे आहे. नाण्याच्या या बाजूचं गांभीर्याने चिंतन व्हायला हवं.

बरं ही झाली नाण्याची एक बाजू. दुसरी बाजू यापेक्षा सुखावह आहे. आजच्या पिढीतील बालवर्गाकडे कटाक्ष टाकता एक वस्तुस्थिती प्रकर्षाने जाणवते की आजची ही पिढी लहानपणापासूनच कॉम्प्युटर, मोबाईल, इंटरनेटच्या जगात वावरत असल्याने अतिशय चलाख आहे. त्यांची बुद्धिमत्ता, प्रसंगावधानता, दामदुपटीने मेहनत करायची तयारी अवाक् करणारी आहे. गरज आहे ती या हिर्यांना पैलू पाडण्याची, या कलागुणांच्या वाहत्या झर्याला योग्य वाट मोकळी करून देण्याची.

जमेची बाजू म्हणजे काही नाट्यसंस्था अशाही आहेत ज्या मुलांच्या सर्वांगीण कलाविकासासाठी सचोटीने काम करीत आहेत. नवनवीन उपक्रम राबवत आहेत. बालकलाकारांना हक्काचं व्यासपीठ मिळवून देत आहेत. मुलांमध्ये आत्मविश्र्वास जागवत आहेत. दुर्दैवाने अशा ठिकाणी पालकांचा कल कमी दिसून येतो. बाजारीकरणाच्या झगमगाटात मोठमोठ्या वल्गना करून दिशाभूल करणार्या तथाकथित संस्थांच्या उंबरठ्यावर ही गर्दीची लाट धावतेय असे चित्र नजरेस पडते.

आणखी एक महत्त्वाची बाब मला येथे नमूद करावीशी वाटतेय. माझी मुलगी बालनाट्यात काम करीत आहे. त्यामुळे पालकांच्या मनोवृत्तीचा एकंदरीत आढावा घेता माझ्या असं निदर्शनास आलं जसे की, काही पालक सतत आपल्या पाल्याची इतरांच्या पाल्याबरोबर तुलना करीत राहतात. कळत नकळतपणे ते मुलांच्या मनात हा मत्सर, असुरक्षिततेची भावना उतरवत चालले आहेत. उदाहरणार्थ एका मुलाला नाटकात अमकी तमकी भूमिका मिळाली की ती भूमिका त्याच नाटकातील दुसर्या मुलाला मिळालेल्या भूमिकेशी तुलनात्मक किती लहान अथवा मोठी आहे हे पालकांकडून बघितले जाते आणि त्यावरून प्रसंगी वाद, नाराजी असं कलुषित वातावरण निर्माण केलं जातं.

माझ्या मते कुठलीही भूमिका लहान, मोठी नसते. ती कशा प्रकारे सादर केली जातेय ते जास्त महत्त्वाचं असतं. यावरच त्या भूमिकेचं पर्यायाने नाटकाचं यश अवलंबून असतं. ही साधी गोष्ट पालकांच्या नजरेआड होतेय. किंबहुना मी म्हणेन आपण आपल्या मुलांना इतर मुलांच्या कामाचं अवलोकन करायला शिकवलं पाहिजे. येथे आपणच भांडत बसतो. त्यामुळे मुलांना चुकीचा संदेश दिला जाऊन सहकार्याने काम करण्याच्या वृत्तीला पुरेपूर तडा जातोय.

सरतेशेवटी एवढंच सांगेन की, मी माझ्या निरीक्षणातून ज्या बाबी लक्षात आल्या त्या मांडण्याचा प्रयत्न केला. माझा कुणावर वैयक्तिक आकस अथवा राग, लोभ नाही. असेलच तर बालनाट्य चळवळीबद्दल, बालरंगभूमीबद्दल मनस्वी कळकळ. कारण या सर्वांतूनच तावून सुलाखून निघणार आहेत सक्षम अभिनय अंगीकारलेले उद्याचे अष्टपैलू कलाकार.

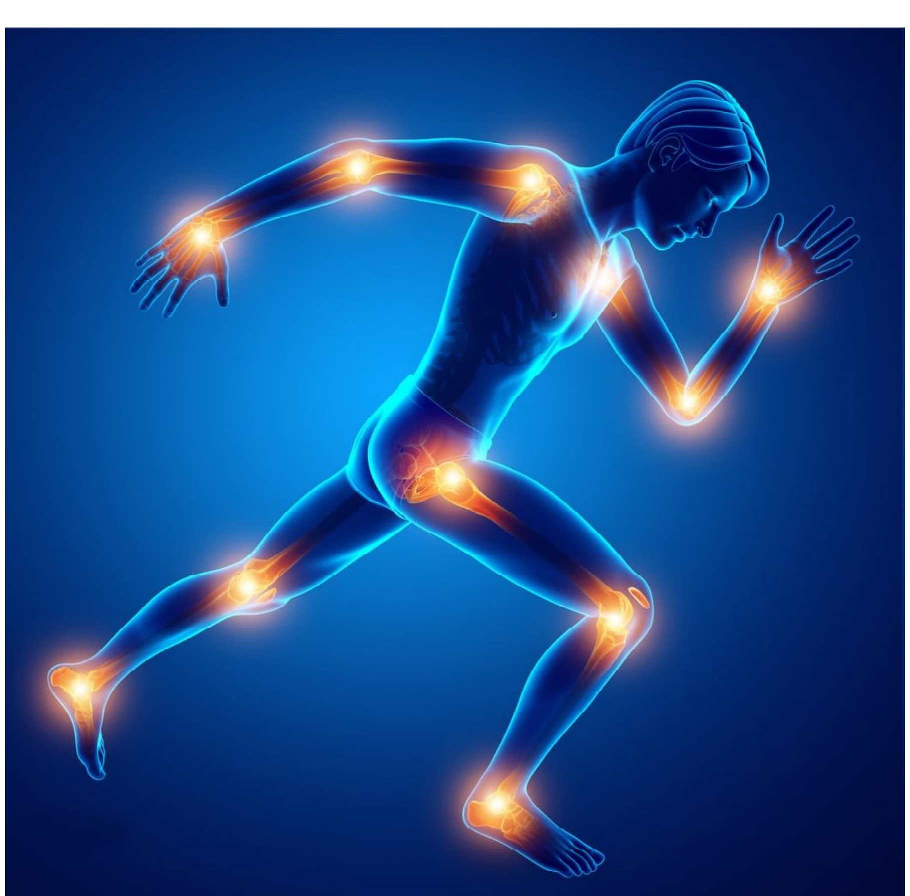
रंगदेवता आणि रंगभूमीला त्रिवार वंदन!

-कस्तुरी देवरुखकर

आता अख्खा माणूसच अपलोड करा!

एखाद्या सायन्स फिक्शन मुव्हीसारखे रूटिन जॉबला कंटाळल्यानंतर अथांग विश्र्वाच्या पसार्यात जरा फिरून यावेसे वाटले तर तुम्ही काय करणार? रॉकेट घेण्यासाठी पैसे नाहीत म्हणून रडत बसणार की ट्रॅफिक जामची समस्या आहे की आमच्या ह्यांना किंवा हिला फिरायची आवडच नाही, असे म्हणत कुढत बसणार? पण या सर्वांवर लवकरच मात होणार आहे. तुम्हाला हवे तिथे जाता यावे यासाठी शक्तिशाली संचार व्यवस्था व स्वप्नवत वाटावा असा प्रवास शक्य होत आहे. लवकरच तुम्ही मनाच्या वेगापेक्षा कमी मात्र प्रकाश वेगाने प्रवास करणार आहात. याच शतकात, याची डोळा याची देही कदाचित तुम्ही अनुभवणार आहात.

विश्वास बसत नसला तरी 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'मुळे ही क्रांती



शक्य होणार आहे. जगभरातील वाहन उद्योग या तंत्रज्ञानामुळे संपुष्टात येत इलेक्ट्रॉनिक्स भौतिकी शाखेतील विद्यार्थ्यांना संधींचा खजाना 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन' शाखेमुळे प्राप्त होत आहे. क्वांटम म्हणजे पदार्थ किंवा ऊर्जेचा लहान घटक अथवा कण! आता डायरेक्ट 'भाकरीसह अख्खा माणूस डाऊनलोड' व अपलोड करण्याची अद्भुत क्षमता असलेले हे तंत्रज्ञान म्हणजे 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन' आहे. मानवी पंचप्राणासंबंधित कॉम्प्लिकेटेड प्रॉब्लेम सोडवणार्या मेंदूला मानवी शरीराच्या इलेक्ट्रॉनिक्सवर काम करण्याची संधी उपलब्ध आहे.

काय आहे 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'?

'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन' म्हणजे वाहतूक ही एक अत्यंत नाविन्यपूर्ण वैज्ञानिक संकल्पना आहे. पदार्थ आणि ऊर्जा यांचे लहान लहान कण जलद प्रवास घडवत इच्छित स्थळी पोहचविणे हाच या टेक्नोलॉजीचा मुख्य उद्देश! अगदी सायन्स फिक्शन मुव्हीप्रमाणे स्वप्ने आणि वास्तव यातील दरी कमी करणार्या गोष्टी आपल्या आजूबाजूला घडत आहेत. 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'ही यापैकी एक! इलेक्ट्रॉनिक्स उपकरणांच्या साहाय्याने वेगवान माहिती पाठविण्यासाठीच्या संशोधन प्रवासाचे हेच उगमस्थान! सुरक्षित डेटा ट्रान्समिशन आणि कम्युनिकेशन यांच्या प्रयोगातून क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन या शाखेची निर्मिती टप्प्याटप्प्याने झाली. परिणामी अमुक तारखेला ही टेक्नोलॉजी अस्तित्वात आली असे ठोसपणे 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'बद्दल सांगता येत नाही.

कुठलाही पदार्थ आणि तो पदार्थ निर्माण करण्यासाठी अणू-रेणू बांधून ठेवण्यासाठीची आवश्यक माहिती तसेच ऊर्जा यात हवे तसे बदल घडविणे आता विज्ञान तंत्रज्ञानाने शक्य झाले आहे. जगभरातील याबाबतचे खुले आणि गोपनीय प्रयोग यशस्वी झाले आहेत हे वास्तव आहे. जटिल आणि वेगाने विकसित होणारे आणि तुम्हाला याच्या नावाचीही भनक लागली नाही असे विज्ञान तंत्रज्ञान क्षेत्र म्हणजे 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन.'

'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'चे उपयोग काय?

एखाद्या जिवंत मनुष्याने कणाकणात रूपांतर करून वाफ होऊन उडून जावे आणि हव्या असलेल्या डेस्टिनेशनवर क्षणात संपूर्ण मनुष्य पोहोचवा! तोही हुबेहूब व जिवंत उभा! असे करणारी इलेक्ट्रॉनिक्सची भौतिकी शाखा म्हणजे 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'! वैश्र्विक पसार्यात चंद्र, मंगळ, शुक्र असे आपल्या सूर्यमालेतील ग्रह तसेच इतरही दिर्घिका गाठताना अगदी आकाशगंगेपलीकडच्या प्रवासात क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशनने प्रवास करण्यासाठी बराच लांबचा टप्पा आपल्याला गाठायचा आहे.

'स्लो-बट-स्टेडी' या पद्धतीने आधुनिक डेटा ट्रान्समिशन सिस्टम या संवेदनशील व गोपनीय माहितीचे अत्यंत सुरक्षितपणे 'डेटा एन्क्रिप्शन स्टँडर्ड'च्या मदतीने पाठविणे आता शक्य झाले आहे. पारंपरिक वाहतूक व्यवस्थेतील अडथळे आणि मर्यादा तसेच आव्हानांवर मात करणारी क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन ही अविश्र्वसनीय वाटावी अशी विज्ञान शाखा अस्तित्वात आहे याची कल्पनादेखील जगातील असंख्य ज्ञानी महागुरूंना नाही ही गंमतच आहे.

'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन' हे आर्थिक बचत, वित्त व्यवस्थापन, आरोग्य सेवा आणि दूरसंचार यांसारख्या विविध उद्योगांना आकार देणारी क्रांतिकारी क्षमताधारी तंत्रज्ञान आहे. तंत्रज्ञानाच्या मदतीने क्रिप्टोग्राफी, क्वांटम कंप्यूटिंग, निर्मिती आणि न्यायालयीन प्रशासन क्षेत्रामध्ये सुरक्षित आणि जलद डेटाचे कम्युनिकेशन केले जाऊ शकते. भविष्यासाठी नवीन संधींचा हा खजानाच आहे. वाहतूक आणि दळणवळण हे कुठल्याही वाहनाशिवाय सुरक्षित आणि कार्यक्षमपणे होणार आहे.

'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन' कसे काम करते?

'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'चे काम म्हणजे क्वांटम एंटँगलमेंट, क्वांटम एंकोडिंग, क्वांटम टेलीपोर्टेशन, क्वांटम पोझिशनिंग आणि डिकोडिंग आणि एप्लिकेशन्स असे असंख्य टप्प्यांची जटिल श्रृंखलाच होय.

१. क्वांटम एंटँगलमेंट : 'क्वांटम एंटँगलमेंट' हा तंत्रज्ञानाचा एक सिद्धांत आहे. सोप्या शब्दात 'ढवळ्या बरोबर पवळ्या' अशा प्रकारे दोन अथवा अधिक क्वांटम कणांची एकसारखी वागणूक म्हणजे 'क्वांटम एंटँगलमेंट' होय. 'क्वांटम एन्टँगलमेंट' प्रक्रियेत दोन किंवा अधिक कण अशा प्रकारे एकमेकांशी जोडले जातात की त्यांचे गुणधर्म परस्पर संबंधित होतात. एका कणाच्या गुणधर्मांमध्ये फेरफार केल्याने दुसर्या कणातील अंतराची पर्वा न करता त्याच्या गुणधर्मांवर तात्काळ परिणाम होतो. गंमत म्हणजे 'क्वांटम एंटँगलमेंट' या भौतिकशास्त्रीय घटनेत कणांना त्यांचे गुणधर्म बदलत स्थानांतरित करताना अंतराची कुठलीही मर्यादा नसते हे विशेष आहे.

२. क्वांटम एन्कोडिंग : माहिती किंवा डेटा एका ठिकाणाहून दुसर्या ठिकाणी कॉम्प्युटरवर प्रवास करताना तो डिजिटल फॉर्ममध्ये म्हणजे झिरो (०) आणि वन (१) स्वरूपात वाहतूक करतो, मात्र 'क्वांटम एन्कोडिंग' प्रक्रियेत माहिती ही 'क्वांटम बिट' किंवा 'क्यूबिट्स' या स्वरूपात फोटॉन किंवा अणूसारख्या क्वांटम कणांवर एन्कोड (सांकेतिक बदल) केली जाते. 'क्वांटम एन्कोडिंग' हे माहिती किंवा डेटा क्वांटम कणांच्या स्थितीत ठेवण्याचे कार्य आहे. या प्रक्रियेमध्ये क्वांटम बिट्स किंवा क्वांटम एन्कोडिंगचा वापर करून माहितीला क्वांटम प्रकारात ठेवले जाते. सुपरपोझिशन गुणधर्मामुळे क्वांटम बिट्स (क्यूबिट्स) एकाच वेळी अनेक स्थितींमध्ये अस्तित्वात असू शकतात. परिणामी ही अवस्था एन्कोड केलेल्या माहितीच्या विविध संभाव्य पर्याय शक्यतांचे प्रतिनिधित्व करते.

३. क्वांटम टेलीपोर्टेशन : 'क्वांटम टेलीपोर्टेशन'च्या प्रक्रियेत एन्कोड केलेले क्यूबिट्स एका ठिकाणाहून दुसर्या स्थानावर हे प्रत्यक्ष स्वत: प्रवास करीत पोहचत नाहीत हे अनेकांना माहीत नाही. क्वांटम एंटँगलमेंट या प्रक्रियेतून क्यूबिटची स्थिती मोजली जाते आणि त्यानंतर फक्त उपलब्ध परिणामांची माहिती प्रसारित होते. क्वांटम एन्कोडिंग आणि क्वांटम स्थितींचा उपयोग करून कणांच्या संबंधित गुणांचे मोजमाप केले जाते. दुसर्या ठिकाणी उपलब्ध असलेला कण 'सेम-टू-सेम' पहिल्या कणाप्रमाणे वर्तणूक करतो आणि मग हुबेहूब जणू पहिला कणच अंतराळातून दुसर्या ठिकाणी डेस्टिनेशनवर पोहचला आहे असा आभास होतो. यानंतर पुन्हा अगदी हुबेहूब पहिला कणच जसा वागतो तसेच दुसरीकडील कणात जादुई बदल घडत तो कणदेखील वागू लागतो.

४. क्वांटम पोझिशनिंग आणि डिकोडिंग : 'क्वांटम पोझिशनिंग' हे क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन प्रक्रियेचा एक भाग आहे. डिकोडिंग प्रक्रियेत संकेतबद्ध माहितीचा उलगडा केला जातो. क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशनद्वारे संकलित केलेल्या डेटाची स्थानिक स्थितीबद्दलची माहितीच काढून टाकली जाते. परिणामी कण कुठे आहे ही माहितीच मूळ कणात उपलब्ध नसते आणि दूरवरच्या कणांत मूळ कणांची संपूर्ण माहिती पोहचवली जाते.

बदलत्या मोजपट्टीचे आव्हान : 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन' ही प्रक्रिया समजायला सोपी असली तरी बनवायला अत्यंत किचकट अशी आहे, मात्र आर्टिफिशियल इंटेलिजन्समुळे (एआय) ती सुलभ बनत आहे हे सत्य आहे. असे असले तरी विश्र्वभ्रमंती करण्यासाठी बरेच अडथळे पार होणे अद्याप बाकी आहेत. पृथ्वीवर अक्षांश रेखांश अशा काल्पनिक रेघोट्या मारत प्रवास मोजपट्टी बनविणे शक्य आहे, मात्र विश्र्वाच्या प्रवासात 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'ने एखाद्या व्यक्तीला पाठवताना बदलत जाणार्या आणि विस्तार करणार्या विश्र्वाला मोजपट्टी कशी लावणार? लावलीच तर बदलती मोजपट्टी कुठे, किती आणि कोणी बदलायची हे आव्हानात्मक काम आहे. कृत्रिम बुद्धिमत्ता म्हणजे एआयची भूमिका अत्यावश्यक व महत्त्वाची आहे. म्हणूनच इतर आव्हानांबरोबरच 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन'मधील सर्वात मोठे आव्हान ही मोजपट्टी बनविणे होय.

'ओम फट स्वाहा' : मानवी शरीर आणि इतरही सजीव हे पंच प्राणांनी बनलेले आहे. प्राण, अपान, व्यान, उदान आणि समान असे हे पाच प्राण म्हणजे दुसरे तिसरे काही नसून शरीराचे इलेक्ट्रॉनिक्स सायन्स आहे. शरीरातील मेंदू आणि मेंदू नियंत्रण विरहीत कार्य म्हणजे शरीरातून वाहणारे इलेक्ट्रॉन्स आहेत, हे समजून घेण्याइतके अवघड हे काही रॉकेट सायन्स नाही. हृदय बंद पडलेले असताना ते सुरू करण्यासाठी विशिष्ट प्रमाणात डायरेक्ट करंट शरीरात देताना चित्रपटातदेखील तुम्ही पाहिले असेल. त्यावरूनदेखील तुम्हाला कल्पना येते, पण खरी गंमत ही आहे की 'क्वांटम ट्रान्सपोर्टेशन' प्रक्रियेत हे पंच प्राण कसे सुयोग्य पद्धतीने एका ठिकाणाहून दुसर्या ठिकाणी ऊर्जा रूपात स्थानांतरित करायचे. पदार्थाबरोबरच संतुलित प्रमाणात इलेक्ट्रॉन प्रवाह थोडा जरी गडबडला तरी 'ओम फट स्वाहा' होत संपूर्ण मनुष्य अंतराळात गायब होऊन जाईल आणि डेस्टिनेशनवर कदाचित फक्त प्राणरहित शरीर पोहचेल. इजिप्तमधील ममीप्रमाणे मग ते जतन करीत पंचप्राण गोळा करण्याची टेक्नोलॉजी विकसित होईपर्यंत वाट पाहावी लागू शकते. या जोखमीची पुरेपूर कल्पना शास्त्रज्ञांना आहे. म्हणूनच मानवी पंचप्राणासंबंधित कॉम्प्लिकेटेड प्रॉब्लेम सोडवणार्या मेंदूला मानवी शरीराच्या इलेक्ट्रॉनिक्सवर काम करण्याची संधी उपलब्ध आहे.

-प्रा. किरणकुमार जोहरे
-(लेखक विज्ञान-तंत्रज्ञानाचे अभ्यासक आहेत)

हे पत्र, मुद्रक निखील जयप्रकाश माने यांनी मालक, प्रकाशक, संपादक अशोक व्यंकटराव चिंचोले यांचे करिता चेतन ऑफसेट प्रिंटर्स, १७ शिवाजी हौसिंग सोसायटी, पद्मानगर बार्शी रोड, लातूर येथे मुद्रित केले. हे पत्रक प्रकाशक अशोक व्यंकटराव चिंचोले यांनी दै. भूकंप कार्यालय, मनपा शॉपींग कॉम्पलेक्स गांधी चौक, लातूर, ता.जि. लातूर ४१३५१२(महा.) येथे प्रकाशीत केले. संपादक- अशोक व्यंकटराव चिंचोले ((:-२५१८२२) RNI NO. MAHMAR/2012/42770

आरोग्य

दररोज एवढ्या तासांची झोप कमी करू शकते मधुमेहाचा धोका

हृदयविकार आणि कर्करोगाप्रमाणेच मधुमेहाच्या रुग्णांमध्येही देशात दरवर्षी वाढ होत आहे. या रोगाच्या घटनेची अनेक कारणे आहेत. जसे खराब अन्न, विस्कळीत जीवनशैली आणि अनुवांशिक समस्या. पण तुम्हाला माहित आहे का की झोपेची कमतरता तुम्हाला मधुमेहाचे रुग्ण देखील बनवू शकते. डॉक्टरांचे म्हणणे आहे की ज्या लोकांना रोज चांगली झोप लागते, त्यांची रक्तातील साखर नियंत्रणात राहते. या विषयावर संशोधनही झाले आहे.

कॅलिफोर्निया विद्यापीठात ५०० लोकांच्या झोपण्याच्या पद्धतींवर संशोधन करण्यात आले आहे. यामध्ये असे आढळून आले आहे की जे लोक रोज आठ तास झोप घेतात, त्यांच्या शरीरात पॅरा सिंथेटिक ॲक्टिव्ह खूप सक्रिय राहते. त्याच्या सक्रियतेमुळे, साखरेची पातळी ठीक राहते आणि आपल्या शरीराचे संतुलन राखण्यास देखील मदत करते. संशोधनात असे दिसून आले आहे की जे लोक चांगले झोपतात त्यांच्या शरीरातील इन्सुलिनची प्रतिक्रिया देखील वाढते. त्यामुळे शरीरातील ग्लुकोजची पातळी नियंत्रणात राहते आणि साखरेची पातळी वाढत नाही. अशा परिस्थितीत, लोकांनी नियमितपणे दररोज किमान आठ तासांची झोप घेणे आवश्यक आहे.

एंडोक्रिनोलॉजिस्ट सांगतात की, चांगल्या झोपेसाठी जीवनशैली योग्य ठेवणे गरजेचे आहे. यासाठी तुमच्या दैनंदिन दिनचर्येत व्यायामाचा समावेश करावा. दिवसातून किमान १५ मिनिटे व्यायाम करण्याचा प्रयत्न करा.

हलका व्यायाम म्हणून तुम्ही वेगवान चालणे, सायकल चालवणे, दोरीवरुन उडी मारणे आणि जॉगिंग करू शकता. असे केल्याने तुमचे शरीर तंदुरुस्त राहते आणि तुम्हाला रात्री चांगली झोपही लागते. त्यामुळे साखरेची पातळीही नियंत्रणात राहील आणि मधुमेहाचा धोकाही कमी होईल.

डॉक्टर सांगतात की, चांगल्या जीवनशैलीसोबतच जेवणही चांगली झोपेमध्ये महत्त्वाची भूमिका बजावते. यासाठी रात्री जास्त अन्न न खाण्याचा प्रयत्न करा. रात्री चहा किंवा कॉफीचे सेवन टाळा. रात्रीचे जेवण झोपण्याच्या किमान दोन तास आधी करावे. अन्न खाल्ल्यानंतर लगेच झोपू नका. थोडा वेळ चाला.

पावसाळ्यात फॉलो करा डॉक्टरांच्या या टिप्स, पडणार नाही आजारी

या पावसाळ्यात अनेक प्रकारच्या आजारांचा धोका असतो. घाणेरडे पाणी आणि खराब अन्न खाल्ल्याने घातक जीवाणू शरीरात प्रवेश करतात. त्यामुळे अनेक आजार होतात. या ऋतूत तुम्ही तुमच्या आरोग्याची काळजी घेतली नाही, तर तुम्ही फ्लू, व्हायरल ताप, न्यूमोनिया, टायफॉइड, फंगल इन्फेक्शन, त्वचारोग आणि खोकला यासारख्या समस्यांना सहज बळी पडू शकता. वेळेवर उपचार न मिळाल्याने हे आजारही जीवघेणे ठरतात.

अशा परिस्थितीत आरोग्याची काळजी घेणे आवश्यक आहे. यासाठी काही टिप्स फॉलो करून तुम्ही स्वतःला गंभीर आजारांपासून वाचवू शकता. या ऋतूमध्ये कोणत्या पद्धतींचा अवलंब करून संसर्ग टाळता येऊ शकतो, हे तज्ञांकडून जाणून घेऊया.

स्ट्रीट फूड खाऊ नका

याबाबत तज्ज्ञ डॉक्टर सांगतात की, या मोसमातील बहुतांश आजार हे चुकीच्या आहारामुळे होतात. या ऋतूत ठेवलेल्या अन्नात बॅक्टेरियाचा संसर्ग होतो. असे अन्न खाल्ल्याने ते शरीरात प्रवेश करतात आणि लोक रोगाला बळी पडतात. म्हणूनच या ऋतूत रस्त्यावरील खाद्यपदार्थ खाणे टाळावे. फक्त घरी शिजवलेले अन्न खाण्याचा प्रयत्न करा.

ताप आल्यास डॉक्टरांना भेटा

डॉक्टर करतात की बहुतेक व्हायरल इन्फेक्शनची सुरुवात तापाने होते. अशा परिस्थितीत जर तुम्हाला ताप येत असेल आणि तो दोन दिवसांपेक्षा जास्त काळ टिकत असेल, तर डॉक्टरांशी संपर्क साधा. या परिस्थितीत स्वत: च औषधोपचार करण्याचे टाळा. दिवसातून दोनदा शरीराचे तापमान तपासा. जर ते १०० पेक्षा जास्त असेल तर आपल्याला उपचारांची आवश्यकता आहे.

भरपूर झोप घ्या

या ऋतूमध्ये रोगप्रतिकारक शक्तीसाठी पूर्ण झोप घेणे आवश्यक आहे. रात्री वेळेवर झोपण्याचा प्रयत्न करा आणि सकाळी वेळेवर उठा. रात्री किमान आठ तासांची झोप घ्या. रात्री जास्त न खाण्याचा प्रयत्न करा. झोपण्याच्या काही तास आधी तुमचा फोन वापरणे थांबवा

आहाराची काळजी घ्या

पावसाळ्यात खाण्यापिण्याची काळजी घेणे गरजेचे आहे. आहारात प्रथिने आणि फायबरचा समावेश करा. सकाळी अन्न खा आणि दुपारी फळे खा.

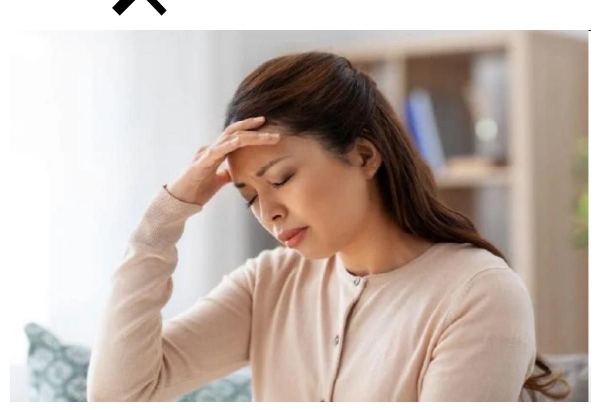
पावसाळ्यातल्या डोकेदुखीसाठी हे आहेत हर्बल ड्रिंक्स

हवामानातील बदलांसह अनेक कारणांमुळे डोकेदुखी होऊ शकते. वास्तविक बदलत्या ऋतूमध्ये आपली रोगप्रतिकारशक्ती खूप कमकुवत होते, त्यामुळे शरीरात अनेक समस्या निर्माण होतात. अशा स्थितीत डोकेदुखीचाही धोका असतो. जर तुम्हालाही डोकेदुखीची समस्या असेल तर या ऋतुत तुम्ही अनेक प्रकारच्या हर्बल चहाचे सेवन करू शकता. आज आम्ही तुम्हाला अशाच काही खास पेयांबद्दल सांगणार आहोत, ज्यामुळे पावसाळ्यात डोकेदुखीची समस्या कमी होऊ शकते.

आल्याचे पाणी प्या : पावसाळ्यात डोकेदुखीचा त्रास कमी करण्यासाठी तुम्ही आल्याचे पाणी पिऊ शकता. आल्यामध्ये असे अनेक गुणधर्म असतात, ज्यामुळे तुम्हाला डोकेदुखीपासून आराम मिळतो. काही लोक डोकेदुखी कमी करण्यासाठी कॅफिनयुक्त चहा पितात. अशा परिस्थितीत डोकेदुखी कमी होण्याऐवजी वाढू लागते. अशा परिस्थितीत आल्याचा चहा तुमच्यासाठी फायदेशीर आहे. त्यामुळे डोकेदुखीची समस्या कमी होऊ शकते.

बदाम दूध : पावसाळ्यात होणारी डोकेदुखी कमी करण्यासाठी बदामाचे दूध देखील फायदेशीर ठरू शकते. बदामामध्ये असलेले मॅग्नेशियम डोकेदुखीची समस्या कमी करू शकते. यासाठी कोमट दुधात १ चमचा बदाम पावडर मिसळा. आता हे दूध सेवन करा. या दुधाचे रोज रात्री सेवन केल्यास डोकेदुखीचा त्रास कमी होतो.

लिंबू आणि गरम पाणी : आले गरम असते, त्यामुळे पोटात उष्णता वाढते. अशा परिस्थितीत आल्याचा चहा पिण्याऐवजी लिंबू आणि गरम पाण्याने तयार केलेले पेय प्यावे. यामुळे डोकेदुखी कमी होऊ शकते. वास्तविक, पावसाळ्यात अनेक वेळा पोटदुखीमुळे डोकेदुखीचा त्रास होतो. अशावेळी लिंबापासून तयार केलेले पेय सेवन करा. त्यामुळे डोकेदुखी कमी होऊ शकते.



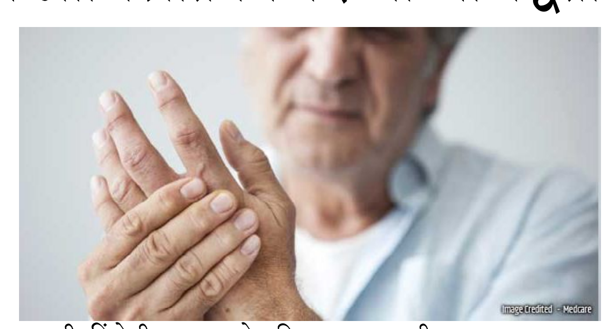
तुळस आणि मध : तुळस आणि मध घालून तयार केलेले पेय डोकेदुखी आणि मायग्रेनपासून मुक्त होण्यासाठी फायदेशीर ठरू शकते. ते तयार करण्यासाठी, १ कप पाणी उकळवा. यानंतर त्यामध्ये मध आणि तुळशीचा रस मिसळा. आता हे मिश्रण थंड होऊ द्या आणि चहासारखे प्या. त्यामुळे डोकेदुखी कमी होऊ शकते.

पावसाळ्यात डोकेदुखीचा त्रास कमी करण्यासाठी तुम्ही अनेक प्रकारचे उपाय करू शकता. पण, लक्षात ठेवा की जर तुमची समस्या खूप वाढत असेल तर अशा परिस्थितीत एकदा तज्ञांची मदत घ्या.

तुमच्या शरीरात वाढले आहे का युरिक ॲसिड, जाणून घ्या कारण आणि प्रतिबंध करण्याच्या पद्धती

शरीरात युरिक ॲसिड वाढले, तर अनेक आजार होतात. त्यामुळे सांधेदुखी, त्वचा लाल होणे, संधिवाताचा त्रास सुरू होतो. त्यामुळे युरिक ॲसिड नियंत्रित करणे अत्यंत आवश्यक आहे. यावर वेळीच नियंत्रण न ठेवल्यास सांधेदुखीचा त्रास होतो. युरिक ॲसिड म्हणजे काय आणि ते का वाढते, हे आपण प्रथम जाणून घेऊया.

ज्येष्ठ चिकित्सकांच्या मते, जेव्हा मूत्रपिंडाची फिल्टरिंग क्षमता कमी होते, तेव्हा आपल्या हाडांच्या दरम्यानच्या पृष्ठभागावर आम्लाच्या स्वरूपात युरिया जमा होऊ लागतो. त्यामुळे संधिरोगाचा त्रास होतो. त्यामुळे शरीराच्या स्नायूंना सूज येते. त्यामुळे शरीरात वेदना कायम राहतात. ही वेदना मान, गुडघा आणि घोट्यात होते. काही लोकांची त्वचा देखील लाल होऊ लागते. तसेच थकवा येण्याची समस्या देखील असू शकते.



ही चिंतेची बाब आहे की आता वयाच्या ३० ते ४० व्या वर्षीही युरिक ॲसिडचे प्रमाण वाढत आहे. खाण्याच्या चुकीच्या सवयी हे याचे प्रमुख कारण आहे. अशा परिस्थितीत खाण्यापिण्याच्या सवयींकडे लक्ष देण्याची गरज आहे.

का वाढते युरिक ॲसिड

अयोग्य आहार

वाईट जीवनशैली

मधुमेहाची औषधे घेणे

लाल मांस आणि समुद्री मासे जास्त प्रमाणात सेवन

खूप व्यायाम करणे

कसे नियंत्रित करावे यूरिक ॲसिड

यासाठी तुम्हाला तुमच्या आहारात काही बदल करणे आवश्यक आहे. डॉक्टरांच्या मते, यूरिक ॲसिड कमी करण्यासाठी फायबरचा आहारात समावेश करणे आवश्यक आहे. फायबरसाठी हिरव्या भाज्या, संपूर्ण धान्य आणि ओट्सचा तुमच्या आहारात समावेश केला जाऊ शकतो. याशिवाय तुम्ही विनाकारण औषधे घेऊ नका हे महत्त्वाचे आहे. जर डॉक्टरांनी काही दिवसांसाठी औषध लिहून दिले असेल, तर ते फक्त तेवढ्या वेळेसाठी घ्या. योग्य आणि संतुलित खा. लाल मांसाचे जास्त सेवन करू नका.

कानदुखीवर करा ‘हे’ घरगुती उपाय

कानादुखी होत असेल तर खुप त्रास होतो. कानदुखीची काही कारणं असू शकतात. जसे की, कानात इंफेक्शन, कानात घाण जमा होणे, बदलता ऋतू. काही वेळेस कानात पाणी गेल्याने सुद्धा कानदुखीची सुद्धा समस्या उद्धवते. अशातच कानातदुखी सुरु झाल्यानंतर आपण काही इयर ड्रॉप्स किंवा औषधांचा वापर करतात. मात्र या दुखीपासून दूर राहण्यासाठी काही घरगुती उपाय ही केले जातात. एक गोष्ट लक्षात ठेवा जर कानदुखी सामान्य असेल तरच घरगुती उपाय करा. मात्र अधिक कानदुखी असेल तज्ञांचा सल्ला घ्या.

कानदुखीवर घरगुती उपाय

ऑलिव्ह ऑइल : ऑलिव्ह ऑइल हे आरोग्यासाठी खुप फायदेशीर मानले जाते. त्याचसोबत तुम्हाला कानदुखीच्या समस्येपासून दूर राहण्यास ही मदत करेल. जर कानदुखत असेल तर ऑलिव ऑइल हलके गरम करा आणि २-३ थेंब त्यामध्ये टाका. त्यानंतर कॉटन बडच्या मदतीने तेल कानात अप्लाय करू शकता.

टी ट्री ऑइल : कान जर एखाद्या कारणास्तव दुखत असेल तर टी ट्री ऑइलचा वापर करू शकता. यासाठी टी ट्री ऑइलचे दोन-तीन थेंब तिळाच्या तेलात मिक्स करुन ते हलके गरम करुन घ्या. जेव्हा तेल थंड होईल तेव्हा या तेलाचे थेंब कानात टाका.

लसूण : लसूण काही आजारांवर फायदेशीर आहे. यामध्ये अँन्टीबॅक्टेरियल गुण असतात. त्यामुळे संक्रमण दूर होते. कानदुखीच्या समस्येपासून दूर रहायचे असेल तर कच्च्या लसूणच्या पाकळया तेलात टाकून त्या गरम करा. जेव्हा लसूण पूर्णपणे तेलात जळले जाईल तेव्हा गॅस बंद करा. आता ते तेल गाळून थंड झाल्यानंतर त्याचे दोन-तीन थेंब कानात टाका.

आलं : आल्याचा वापर करुन कानदुखीपासून दूर राहू शकतात. आल्यात अँन्टीबॅक्टेरियल आणि अँन्टी इन्फ्लेमेटरी गुण असतात. जे कानदुखी आणि संक्रमण दूर करण्यास मदत करतात. यासाठी आलं किसून त्यात मोहरीचे तेल टाका आणि गरम करा. तेल गाळून थंड होण्यासाठी ठेवा. त्यानंतर दोन-तीन थेंब कानात टाका.

कांद्याचा रस : जर इंन्फेक्शनमुळे कान दुखत असेल तर कांद्याच्या रसाचा वापर करू शकता. कानदुखीपासू दूर रहायचे असेल तर कांद्याचा रस हा रामबाण उपाय आहे.

ब्राऊन राईसचा आहारात समावेश करण्यापूर्वी त्याचे ‘हे’ फायदे आणि तोटे जाणून घ्या

खाण्याचे आरोग्य फायदे आणि तोटे आहेत, तपकिरी तांदूळ आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर ठरू शकतो. याच्या वापराने अनेक समस्यांवर मात करता येते. याबद्दल सविस्तर जाणून घेऊया.

ब्राऊन राईसचे सेवन आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर ठरू शकते. पांढर्या तांदळापेक्षा विशेषतः ब्राऊन राइस जास्त फायदेशीर आहे. ब्राऊन राइसचे नियमित सेवन केल्यास नैराश्य ते निद्रानाश या समस्यांवर मात करता येते. यासोबतच हे पचनासाठी खूप चांगले असते. त्यात मजबूत अँटिऑक्सिडेंट गुणधर्म आहेत, जे तुमच्या शरीराची रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत ठेवण्यासाठी उपयुक्त ठरू शकतात.

तपकिरी तांदूळ मधुमेहाच्या रूग्णांसाठी खूप चांगला मानला जातो, कारण त्यात कमी ग्लायसेमिक निर्देशांक असतो आणि शरीरात साखरेचे जलद शोषण रोखतो. एवढेच नाही तर हृदयविकार दूर करण्यातही ते गुणकारी आहे. याशिवाय ब्राऊन राइसचे अनेक फायदेशीर फायदे आहेत. तपकिरी तांदूळ खाण्याचे आरोग्य फायदे आणि तोटे काय आहेत हे सविस्तर जाणून घेऊया.

ब्राऊन राइसमध्ये ग्लायसेमिक इंडेक्स कमी असतो, त्यामुळे मधुमेह असलेल्या रुग्णांसाठी ते फायदेशीर ठरू शकते. त्याच्या वापराने इन्सुलिनची पातळी नियंत्रित ठेवली जाऊ शकते, जे रक्तातील साखरेची पातळी नियंत्रित करण्यासाठी देखील खूप फायदेशीर आहे. याव्यतिरिक्त, तपकिरी तांदूळ एक जटिल कार्बोहायड्रेट आहे, ज्यामुळे साखरेचे शोषण कमी होऊ शकते.

अँटिऑक्सिडंटने समृद्ध : ब्राऊन राइस खाल्ल्याने शरीराला भरपूर अँटीऑक्सिडंट्स मिळतात. अँटिऑक्सिडंट्स आपल्या शरीरासाठी महत्त्वपूर्ण आहेत कारण ते आपल्या शरीरातील मुक्त रॅडिकल्स काढून टाकण्यास मदत करतात. याशिवाय रोगप्रतिकारक शक्ती देखील वाढवू शकते. त्यामुळे जर तुम्ही पांढरा तांदूळ खात असाल तर त्याऐवजी ब्राऊन राइस घ्या. जेणेकरून तुमचे आजार कमी होतील.

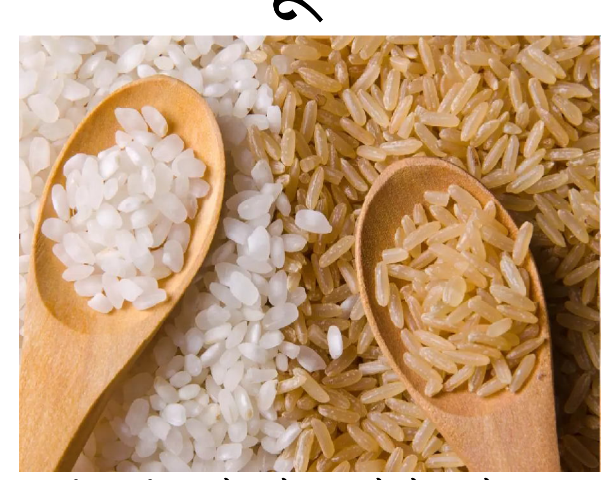
लठ्ठपणा नियंत्रित करा करता येतो : वाढत्या वजनाची समस्या दूर करण्यासाठीही ब्राऊन राइस फायदेशीर ठरू शकतो. खरं तर, त्यात पांढऱ्या तांदळाच्या तुलनेत खूपच कमी चरबी असते. याशिवाय ब्राऊन राइसमध्ये भरपूर मँगनीज असते, जे शरीरातील चरबी कमी करण्यास मदत करते. आहारात तपकिरी तांदळाचा नियमित समावेश केल्यास बीएमआय (बॉडी मास इंडेक्स) आणि चरबी कमी होण्यास मदत होते. याव्यतिरिक्त, तपकिरी तांदूळ तुमच्या शरीरातील एचडीएल कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण वाढवण्यास मदत करतो, जे तुमच्या संपूर्ण शरीरासाठी फायदेशीर आहे.

अल्झायमर रोग प्रतिबंधक : तपकिरी तांदूळ गॅमा-अमीनोब्युटीरिक ऍसिडमध्ये समृद्ध आहे, जे अल्झायमर रोग सारख्या विविध न्यूरोडीजनरेटिव्ह रोगांपासून संरक्षण करण्यास मदत करू शकते. याव्यतिरिक्त, तपकिरी तांदूळ प्रोटीलेंडोपेप्टिडेस नावाच्या हानिकारक एंजाइमला प्रतिबंधित करण्यास मदत करू शकतात. या एन्झाइममुळे अल्झायमर रोगाचा धोका वाढू शकतो. अशा परिस्थितीत जर तुम्हाला अल्झायमर रोगाचा धोका कमी करायचा असेल तर ब्राऊन राइसचे सेवन करा.

ब्रेस्टफीड करणाऱ्या महिलांचा तनाव कमी करायला मदत : काही महिलांसाठी स्तनपान खूप तणावपूर्ण असू शकते. जास्त ताण आणि चिंता यामुळे आईचे दूध कमी होते. अशा परिस्थितीत महिलांवर अधिक ताण निर्माण होतो. तपकिरी तांदूळ अशा परिस्थितीवर मात करण्यास मदत करू शकतो. तपकिरी तांदूळ खाल्ल्याने स्तनपान करणाऱ्या महिलांमध्ये थकवा, तणाव, चिंता कमी होऊ शकते. यासोबतच संसर्गाचा धोकाही कमी होऊ शकतो.

पचनासाठी फायदेशीर : ब्राऊन राइसमध्ये भरपूर फायबर असते, ज्यामुळे पचनसंस्थेची ताकद वाढते. याशिवाय, जर तुम्हाला मलप्रवाहाचा त्रास होत असेल तर ब्राऊन राइस खा. वास्तविक, ब्राऊन राइसमध्ये कोंडा असतो, जो पचनासाठी चांगला असतो. यासोबतच ते ॲसिडचे अतिरिक्त शोषण रोखते. याशिवाय बद्धकोष्ठता आणि कोलायटिसच्या रुग्णांसाठीही ब्राऊन राइस चांगला असू शकतो.

हृदयाच्या रुग्णांसाठी फायदेशीर : तपकिरी तांदूळ हृदयाच्या रुग्णांसाठी देखील फायदेशीर आहे. हे शरीरातील खराब कोलेस्टेरॉलची



पातळी कमी करते, जे रक्तवाहिन्यांमधील अडथळा, हृदयविकाराचा झटका, पक्षाघात आणि हृदयाशी संबंधित इतर आजारांना प्रतिबंधित करण्यासाठी प्रभावी ठरू शकते. याचे नियमित सेवन केल्याने तुम्ही उच्च रक्तदाबाची समस्या कमी करू शकता. एवढेच नाही तर रोज ब्राऊन राइस खाल्ल्याने शरीरातील रक्तप्रवाह सुधारतो. त्यामुळे हृदयविकाराचा धोका टाळायचा असेल तर पांढऱ्या भाताऐवजी ब्राऊन राइस खा.

निद्रानाश वर उपचार : निद्रानाशाची तक्रार अनेक समस्यांना जन्म देऊ शकते. अशा परिस्थितीत, गोळ्यांच्या मदतीने ही समस्या कमी करणे तुमच्यासाठी अधिक धोकादायक आहे. ही स्थिती कमी करण्यासाठी तुम्ही ब्राऊन राइसचे सेवन करावे. ब्राऊन राईसमध्ये असलेले गुणधर्म निद्रानाशाची तक्रार दूर करू शकतात. वास्तविक, तपकिरी तांदूळ खाल्ल्याने मेलाटोनिन हार्मोन बाहेर पडतो. हा हार्मोन झोपेला प्रोत्साहन देऊ शकतो. जर तुम्हाला झोपेचे चक्र नियंत्रित करायचे असेल तर तुमच्या आहारात ब्राऊन राइसचा समावेश करा. यामुळे चांगली आणि गाढ झोप येऊ शकते.

ब्राऊन राइसचे साइड इफेक्ट्स आणि ॲलर्जी : ब्राऊन राइस खाल्ल्याने शरीराला अनेक फायदे होतात. त्याच्या सेवनाने दुष्परिणाम होण्याची शक्यता कमी असते. तथापि, कोणत्याही गोष्टीचे जास्त सेवन करणे तुमच्यासाठी घातक ठरू शकते. यात तपकिरी तांदळाचाही समावेश आहे. त्याच वेळी, काही लोक ब्राऊन राइसच्या ऍलर्जीची तक्रार करतात, ज्यामुळे ओटीपोटात दुखणे, अपचन, गॅस, बद्धकोष्ठता यासारख्या समस्या उद्भवू शकतात. त्याच वेळी, यामुळे पचन समस्या, डोकेदुखी आणि उलट्या समस्या, खनिज शोषणातील समस्या, फॉलिक ऍसिडची कमतरता इत्यादीसारखे काही इतर नुकसान होऊ शकतात. म्हणूनच, जर तुम्ही पहिल्यांदा ब्राऊन राइसचे सेवन करत असाल तर ते घेण्यापूर्वी तज्ञांचा सल्ला घ्या. तपकिरी तांदूळ आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहे, परंतु काही प्रकरणांमध्ये यामुळे ऍलर्जी होऊ शकते. अशावेळी ब्राऊन राइस खाण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

लातूर
भूकंप
http://epaper.dainikbhukamp.com
LATUR BHUKAMP
मंगळवार ११ जुलै २०२३

प्राचार्य डॉ. दरगड यांचा सत्कार

लातूर : दयानंद विज्ञान महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.जयप्रकाश दरगड यांची स्वारातीम विद्यापीठाच्या विद्यापरिषद सदस्यपदी नियुक्ती झाल्याबद्दल दयानंद विज्ञान कनिष्ठ महाविद्यालयाच्या वतीने दयानंद शिक्षण संस्थेचे अध्यक्ष लक्ष्मीरमण लाहोटी यांच्या हस्ते त्यांचा शाल व श्रीफळ पुष्पुच्छ देऊन यथोचित सत्कार करण्यात आला.

याप्रसंगी संस्थेचे सचिव रमेश बियाणी, प्राचार्य डॉ. शिवाजी गायकवाड, उपप्राचार्य डॉ. सिद्धेश्वर बेल्लाळे, उपप्राचार्य प्रा.भाऊसाहेब सरवदे इतर प्राध्यापक आणि शिक्षकेत्तर कर्मचारी बहुसंख्येने उपस्थित होते.

चार वर्षाच्या जिल्हा युवा पुरस्कारासाठी २० जुलैपर्यंत अर्ज करावेत

लातूर : राज्याचे युवा धोरण २०१२ अंतर्गत शालेय शिक्षण व क्रीडा विभागाच्या वतीने शासन निर्णय १२ नोव्हेंबर २०१३ अन्वये जिल्ह्यात कार्यरत असलेल्या युवक व युवतींना व नोंदनीकृत संस्थांनी केलेल्या समाजहिताच्या कार्याचा गौरव व्हावा आणि युवा विकासाचे कार्य करण्यासाठी त्यांना प्रोत्साहन मिळावे. यासाठी जिल्ह्यातील युवक, युवती तसेच नोंदणीकृत संस्थाकडून जिल्हा युवा पुरस्कार २०१९-२०, २०२०-२१, २०२१-२२, २०२२-२३ या चार वर्षाच्या युवा पुरस्कारासाठी अर्ज १५ मे २०२३ पर्यंत मागविण्यात आले होते. परंतु आजपर्यंत फक्त एक पुरस्कार अर्ज प्राप्त झाल्यामुळे जिल्हास्तर युवा पुरस्कार अर्ज सादर करण्यास अंतिम मुदतवाढ देऊन २० जुलै, २०२३ पर्यंत अर्ज सादर करण्यास मुदत वाढ देण्यात आलेली आहे. सदरचे अर्ज जिल्हा क्रीडा अधिकारी कार्यालयातून प्राप्त करून घ्यावेत, व अधिक माहीतीसाठी जिल्हा क्रीडा अधिकारी कार्यालयात क्रीडा अधिकारी कृष्णा केंद्रे यांच्याशी संपर्क साधावा, असे आवाहन जिल्हा क्रीडा अधिकारी जगन्नाथ लकडे यांनी केले आहे.

जागेवरच निवड संधी या मोहिमे अंतर्गत सुशिक्षीत बेरोजगारांना रोजगार

लातूर : नोकरीसाठी इच्छूक तरूण युवकांना नामवंत खाजगी कंपन्या, कारखाने, उद्योग समुह यांच्या माध्यमातून उत्तमोत्तम रोजगाराच्या संधी उपलब्ध करुन देण्याच्या प्रयत्नांचा भाग म्हणून जिल्हा कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता, मार्गदर्शन केंद्र लातूर विभागामार्फत प्रत्येक महिन्याच्या दुसऱ्या बुधवारी रोजगार मोहिम अर्थात जागेवरच निवड संधी चे आयोजन करण्यात आले आहे. त्या अंतर्गत जागेवरच निवड संधी ही मोहिम येत्या बुधवारी, दि. १२ जुलै, २०२३ रोजी आयोजित करण्यात आली आहे. या संधीचा जिल्ह्यातील जास्तीत जास्त सुशिक्षित बेरोजगार युवकांनी लाभ घ्यावा, असे अवाहन लातूरचे जिल्हा कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता, मार्गदर्शन केंद्राचे सहायक आयुक्त, यांनी केले आहे.

कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता, मार्गदर्शन केंद्र, लातूर हे कार्यालय वेळोवेळी जिल्ह्यातील वेगवेगळ्या भागात रोजगार मेळावे आयोजित करून, सर्व स्तरातील जास्तीत जास्त उमेदवारांना रोजगार मिळवून देण्याचा प्रयत्न या कार्यालयामार्फत केला जातो. त्याचाच पुढील टप्पा म्हणून आता प्रत्येक महिन्याच्या दुसऱ्या बुधवारी जागेवरच निवड संधी मोहिम आयोजित करण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे.

यात क्रेडिट ऍक्सेस ग्रामीण लि. लातूरमध्ये फील्ड ऑफिसर पदांच्या १० जागा पात्रता बारावी, कोणतीही पदवी , टू व्हिलर लायसन्स. जस्ट डाईल लातूरमध्ये सर्टिफाईड इंटरनेट कंसल्टंट फिल्ड सेल्स पदांच्या १० जागा पात्रता बारावी, कोणतीही पदवी, पदव्युत्तर पदवी स्मार्ट फोन आणि टू व्हिलर असणे आवश्यक. पिरामल फायनान्स लातूरमध्ये रिलेशनशिप मॅनेजर पदांच्या ०३ जागा पात्रता कोणतीही पदवी या पात्रतेच्या उमेदवारांच्या तात्काळ नोकर भरतीची गरज असलेल्या कंपन्यांचे प्रतिनिधी उमेदवारांच्या थेट प्रत्यक्ष मुलाखती घेण्यासाठी निमंत्रित करण्यात आले आहेत. प्रत्यक्ष मुलाखत देऊन पात्र ठरणाऱ्या उमेदवारांना लगेचच नोकरीची संधी मिळेल.

महास्वयंम पोर्टलवर ऑनलाईन नोंदणी केलेल्या उमेदवारांनी बुधवारी, दि. १२ जुलै, २०२३ रोजी जिल्हा कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता, मार्गदर्शन केंद्र, शासकीय तंत्र प्रशाला केंद्र, जिल्हा क्रीडा संकुल मध्ये जिल्हा क्रीडा अधिकारी कार्यालया समोर, लातूर, येथे स्वखर्चाने मुलाखतीकरीता आवश्यक शैक्षणिक कागदपत्रे स्वत:चा रिझ्युम, बायोडाटा, पासपोर्ट फोटो सह उपस्थित रहावे. अधिक माहितीकरिता जिल्हा कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता, मार्गदर्शन केंद्र, लातूर या कार्यालयाच्या ०२३८२-२९९४६२ या दुरध्वनी क्रमांकावर संपर्क साधावा.

सामुहिक सेवा केंद्र चालकाने आगाऊ पैसे मागितल्यास शेतकऱ्यांनी संपर्क साधावा

लातूर : सामुहिक सेवा केंद्र (CSC) धारकाकडून केवळ रुपये एक रुपया भरुन पीक योजनेत सहभागाची नोंदणी करावी व सामुहिक सेवा केंद्राने (CSC) शेतकऱ्यांना अतिरिक्त रक्कमेची मागणी केल्यास आपल्या संबंधित पीक विमा कंपनीचे कार्यालय, तहसिलदार, तालुका कृषि अधिकारी, जिल्हाधिकारी, जिल्हा अधिक्षक कृषि अधिकारी यांच्या कार्यालयाशी यांचेशी संपर्क साधावा, असे पुणे कृषी आयुक्त सुनील चव्हाण यांनी आवाहन केले आहे.

पीक विमा योजनेत सहभागाची नोंदणी करण्यासाठी सामुहिक सेवा केंद्र (CSC) धारकाला विमा कंपनीमार्फत प्रति अर्ज रक्कम रुपये ४०/- देण्यात येते. परंतु राज्यातील काही सामुहिक सेवा केंद्र (CSC) धारकाकडून शेतकऱ्याकडून अतिरीक्त पैसे घेण्यात येत असल्याबाबतच्या तक्रारी प्राप्त होत आहेत.

प्रधानमंत्री पीक विमा योजना खरीप-२०२३ ते रब्बी २०२५-२६ हगामाकरिता तीन वर्षासाठी अधिसूचित क्षेत्रातील अधिसूचित पिकांसाठी विमा क्षेत्र घटक (Area Approach) धरुन राबविण्याचा निर्णय शासनाने घेतलेला आहे. सन २०२३-२४ पासून सर्वसमावेशक पीक विमा योजना राबविण्याचा निर्णय राज्य शासनाने घेतला आहे. त्याअनुषंगाने शेतकरी हिस्स्याची विमा हप्ता रक्कम राज्य शासनामार्फत मरण्यात येणार आहे. त्यामुळे शेतक-यांना केवळ रुपये एक भरून PMFBY पोर्टल https://pmfby.gov.in वर स्वत: शेतकरी यांना तसेच बँक, विमा कंपनी प्रतिनिधी व सामुहिक सेवा केंद्र (CSC) यांच्यामार्फत योजनेतील सहभागाची नोंदणी करता येईल.

जिल्ह्यात २ लाख ५२ हजार पेक्षा अधिक पशुधनाचे लंम्पी प्रतिबंधात्मक लसीकरण

लातूर : लातूर जिल्ह्यातील २ लाख ५७ हजार ५०८ गोवर्गीय पशुधनास लम्पी चर्मरोग प्रतिबंधात्मक लसीकरणासाठी सन २०२२-२३ साठी २ लाख ७० हजार १५९ लसमात्रा उपलब्ध करून देण्यात आलेल्या असून पैकी २ लाख ५२ हजार ११६ लसीकरण करण्यात आल्याची माहिती पशुसंवर्धन उपायुक्त नानासाहेब कदम यांनी दिली.

२०२३-२४ या वर्षात लम्पी चर्मरोग प्रतिबंधात्मक वार्षिक लसीकरणासाठी १ लाख ३ हजार लसमात्रा दिनांक २६ मे, २०२३ रोजी उपलब्ध करून देण्यात आलेल्या आहेत.

प्रत्येक तालुक्याच्या मागणीप्रमाणे तशा लस उपलब्ध करुन देण्यात आल्या असल्याचेही त्यांनी सांगितले.

लातूर जिल्ह्यामध्ये दि.३१ मार्च, २०२३ अखेर ४१४ पशुधन मृत्यूमुखी पडलेले आहेत, तर ३० जून, २०२३ अखेर एकूण ६३० पशुधन लम्पी रोगामुळे मृत पावले असून त्यापैकी ३६७ मृत पशुधनास रुपये ७६.३४ लक्ष नुकसान भरपाई देण्यात आली आहे. उर्वरित निकषात बसणाऱ्या मृत पशुधनाच्या पशुपालकांस निधी प्राप्त होताच नुकसान भरपाई देण्यात येईल, असे डॉ. पडीले यांनी सांगितले.

महाराष्ट्राचा इतिहास, वारसा आणि पुरातत्त्व शास्त्राविषयीच्या ७५ परिसंवाद मालिकेतील पहिला परिसंवाद संपन्न

मुंबई, दि. १० : पुरातत्त्व व वस्तूसंग्रहालये संचालनालय, महाराष्ट्र आणि क. जे. सोमैया इंस्टिट्यूट ऑफ धर्म स्टडिज यांच्या वतीने नुकतेच ६ ते ८ जुलै, २०२३ या कालावधीत महाराष्ट्राचा सांस्कृतिक वारसाः पुरातत्त्व व संग्रहालयशास्त्राचे पुनरावलोकन व भविष्यातील दिशा या विषयावरील परिसंवादाचे आयोजन करण्यात आले होते. भारतीय स्वातंत्र्याच्या अमृतमहोत्सवाचे औचित्य साधून महाराष्ट्राच्या वैभवशाली भूतकाळाचा मागोवा घेण्याच्या उद्देशाने वने, सांस्कृतिक कार्य व मत्स्यव्यवसाय मंत्री सुधीर मुनगंटीवार यांनी महाराष्ट्राचा इतिहास, समृद्ध वारसा आणि पुरातत्त्वशास्त्र या विषयास अनुसरून ७५ परिसंवाद आयोजित करण्याची संकल्पना मांडली आहे. त्यातील पहिला हा परिसंवाद होता.

छत्रपती शिवाजी महाराज वस्तू संग्रहालयाचे महासंचालक डॉ. सव्यसाची मुखर्जी यांच्या हस्ते या परिसंवादाचे उद्घाटन झाले. पुरातत्व विभागाचे संचालक तेजस गर्गे यांच्यासह विविध मान्यवरांची यावेळी उपस्थिती होती. या परिसंवादात इतिहासपूर्वकालीन, प्रागैतिहासिक, ऐतिहासिक आणि मध्ययुगीन महाराष्ट्रासह मंदिर स्थापत्य, शिलालेख आणि नाणकशास्त्र, महाराष्ट्रातील संग्रहालये, राज्याशी संबंधित जागतिक वारसा विषय, नवीन तंत्रज्ञानाचा वापर या विषयांवर विद्वानांनी शोधनिबंध सादर केले. तरुण विद्वानांसाठी समर्पित एक स्वतंत्र विभाग देखील आयोजित करण्यात आला होता.

परिसंवादानिमित्त आयोजित छायाचित्र प्रदर्शन, फ्लिंटनॅपिंग आणि प्राचीन खेळांच्या डेमोसही छान प्रतिसाद लाभला. माजी संचालक डॉ. ए.पी.जामखेडकर यांच्या हस्ते समारोप झाला.

CHANGE OF NAME DECLARATION

HERE IN THIS ADVERTISE I AM DECLARING THAT I HAVE CHANGE MY NAME WHICH WAS EARLIER : VISHWANATH RAMLING BIDVE TO : VISHWANATH RAMLING BIDWE HENCE FOR THIS DECLARATION I WILL BE KNOWN BY THIS NAME AND WILL USE VISHWANATH RAMLING BIDWE IN FUTURE THE SAME NAME WILL BE USED BY MY FAMILY HUSBAND / WIFE, CHILDREN AND RELATIVE.
OLD NAME : - VISHWANATH RAMLING BIDVE
NEW NAME : - VISHWANATH RAMLING BIDWE
ADDRESS :- MADHAV TEMPLE SUBHASH NAGAR, LATUR

पोलीस उपनिरीक्षक पदी आश्विन देविदास मांदळे यांची निवड

लातूर : शिरुर आनंतपाळ तालुक्यातील साकोळ या छोट्या गावातून आश्रि्वन देविदास मांदळे यांनी अखंड परिश्रम घेत पी.एस.आय परिक्षेत यश मिळवले.अथक परिश्रमानंतर दिलेल्या ४ जुलै २०२० च्या परीक्षेचा निकाल यंदाच्या वर्षी लागला असून या परिक्षेत आश्रि्वन देविदास मांदळे यांनी घवघवीत यश संपादन केले यामुळे शिरुर आनंतपाळ तालुक्यातील साकोळ तसेच दयानंद कला महाविद्यालयात आनंदाचे वातावरण पहायला मिळत आहे.

CHANGE OF NAME DECLARATION

HERE IN THIS ADVERTISE I AM DECLARING THAT I HAVE CHANGE MY NAME WHICH WAS EARLIER : MANIYAR ISSAC RAHIMTULLA TO : ISAK RAHIMTULLA MANIYAR

HENCE FOR THIS DECLARATION I WILL BE KNOWN BY THIS NAME AND WILL USE ISAK RAHIMTULLA MANIYAR IN FUTURE THE SAME NAME WILL BE USED BY MY FAMILY HUSBAND / WIFE, CHILDREN AND RELATIVE.
OLD NAME : - MANIYAR ISSAC RAHIMTULLA
NEW NAME : - ISAK RAHIMTULLA MANIYAR
ADDRESS :- MADNI NAGAR, RAILWAY STATION, PANGAON, TQ RENAPUR, LATUR,

CHANGE OF NAME DECLARATION

HERE IN THIS ADVERTISE I AM DECLARING THAT I HAVE CHANGE MY NAME WHICH WAS EARLIER : INDU SHRINIVAS BHOSALE TO : INDUMATI SHRINIVAS BHOSLE HENCE FOR THIS DECLARATION. I WILL BE KNOWN BY THIS NAME AND WILL USE INDUMATI SHRINIVAS BHOSLE IN FUTURE THE SAME NAME WILL BE USED BY MY FAMILY HUSBAND / WIFE, CHILDREN AND RELATIVE.
OLD NAME : - INDU SHRINIVAS BHOSALE
NEW NAME : - INDUMATI SHRINIVAS BHOSLE
ADDRESS :- AT GONDRI, POST TQ LATUR, DIST. LATUR,

बावीस प्रतिज्ञा म्हणजे बौद्धांची सामाजिक आचारसंहिता होय-भिक्खु पय्यानंद थेरो

लातूर : विश्वरत्न डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर यांनी १९५६ साली नागपूर मुक्कामी जाहीर पणे बौद्ध धम्माची दीक्षा ग्रहण करूहन धर्मांतर केले. ईश्वर, आत्मा, भूत, कर्मकांड या भ्रामक कल्पनेला त्यागून स्वाभिमानी व नीतिमान समाज निर्माण करण्यात करिता दैवीक तत्वाची गरज नसून व्यवहारिक अशा नैतिक व वैज्ञानिक तत्वाची गरज समाजाला आवश्यक आहे. धार्मिक व सांस्कृतिक अज्ञान हे समाजाचे अध:पतन करते यामुळे याची पूर्ण जाणीव डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर यांना होती. या कारणाने बौद्ध धम्म दिक्षा ग्रहण करते वेळी आपल्या लाखो अनुयायांना जाहीरपणे बावीस प्रतिज्ञा दिल्या. त्यामुळे वर्तमान काळात बावीस प्रतिज्ञा म्हणजे बौद्धांची सामाजिक आचारसंहिता आहे असे प्रतिपादन भिक्खु पय्यानंद थेरो यांनी केले.

अवंती नगर, लातूर येथील रेखाताई सुरवसे यांच्या भिमा तूझ्या मुळे या निवासस्थानी दर रविवार चलो बुद्ध विहार या अभियानाच्या पंधराव्या रविवार निमित्त सामूहिक बुद्ध वंदना कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला होता. या वेळी ते मार्गदर्शन करताना बोलत होते.

या प्रसंगी कार्यक्रमाच्या प्रारंभी महापुरुषांच्या प्रतिमांना पुष्प वाहून पूजन करण्यात आले, या वेळी भिक्खु पय्यानंद थेरो यांनी उपस्थितांना त्रिसरण पंचशील दिले त्यानंतर सामूहिकपने त्रिरत्न वंदना पूजा पाठ संपन्न झाली.या वेळी पु. भिक्खु पय्यानंद थेरो मार्गदर्शन करताना म्हणाले कि धम्माचे आचरण मनुष्याने आपण शीलवान, नितीवान, गुणवान व स्वतःला शुद्ध बनविण्यासाठी करावे .समाजात सामाजिक, धार्मिक, सांस्कृतिक इत्यादी क्षेत्रात विज्ञाननिष्ठ प्रभोधन करून प्रगल्भ समाज घडविण्यासाठी सर्व दूर प्रयत्न झाले पाहिजेत त्या साठीच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी बावीस प्रतिज्ञाची आचार संहिता पुढे आणली. त्या मुळे समाजात बावीस प्रतिज्ञेची अंमलबजावणी करणे काळाची गरज आहे.असे ही भंतेजी आपल्या धम्म देसनेत म्हणाले.

या प्रसंगी महात्मा बसवेश्रव्र महाविद्यालयाच्या प्रभारी प्राचार्यपदी निवड झाल्याने डॉ.संजय गवई यांचा तर डॉ.कॅप्टन बाळासाहेब गोडबोले यांना राष्ट्रीय पुरस्कार मिळाल्याबद्दल सत्कार करण्यात आला. या वेळी व्ही.एस.भालेराव, विनायक बोरीकर यांचे मनोगते झाली.

कार्यक्रमाच्या यशस्वीते साठी सरिता बनसोडे, सुमन उडानशिव, शकुंतला नेत्रगावकर, मोहन किर्ते, सीतम सोनवणे,नीरज सुरवसे,उदय सोनवणे, डॉ. अरुण कांबळे, प्राचार्य डॉ. दुष्यन्त कटारे, ज्योतीराम लामतुरे, प्रा. सतीश कांबळे, निलेश बनसोडे, पांडुरंग अंबुलगेकर, सतीश मस्के ,गौतम आदमाने,सूर्योदय सोनवणे, अनिरुद्ध बनसोडे यांनी परिश्रम घेतले या वेळी अवंती नगरातील गोरोबा सोनवणे, पंडित महालिंगे, अशोक कांबळे, हृदय सोनवणे,पंचशीला बनसोडे, प्रतिभा काटे, मीना कांबळे, सुवर्णा साबळे, कांताबाई काकडे, पाणवंता राऊत, जयश्री सोनकांबळे, शिला कांबळे, शिवनंदा भालेराव, प्रज्ञा भालेराव, ज्योती कसबे, निर्मला थोटे, वनिता बोरिकर, पमाबाई कांबळे,शिल्पा सोनवणे,सुरेखा गंगावणे, केशरबाई सोनवणे,आदीजण उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन मिलिंद धावारे यांनी केले तर आभार स्वरांजली सुरवसे यांनी मानले.

जाहीर प्रगटन

दि.१०/०७/२०२३

या जाहीर प्रगटनानुसार नागरीकांना कळविण्यात येते की खालील यादीप्रमाणे लातूर महानगरपालिका, लातूर प्लॉट घेणाऱ्यांनी नामांतरासाठी अर्ज दाखल केला आहे. तरी सदरील नामांतराबाबत नागरीकांच्या सुचना किंवा हरकती असेल त्यांना हे प्रगटन प्रसिद्ध झाल्यापासून सात (७) दिवसाच्या आत लातूर महानगरपालिका आयुक्त यांचेकडे लेखी स्वरूपात नाहरकत दाखल करावयात तर कोणतेही हरकती आल्या नाही तर नामांतर मंजूर करून त्याप्रमाणे नाव लावण्याचे कार्यवाही करण्यात येईल.

क्र.	जागा खरेदी करणाऱ्याचे नाव	जागा विक्री करणाऱ्याचे नाव	सर्वे नंबर व प्लॉट नंबर	क्षेत्रफळ
१७१५	शब्बीर इस्माईल शेख	रहिमखॉं जहिरखॉं पठाण	३०७ ई	१४६० चौ. फु.
१७१६	इस्माईल अहेमद शेख	सायराबानु गफार कुरेशी	१३१ ब	४२.१५
१७१७	पुजा गणेश सुकते	मुजीब अहेमद हुसेन शेख	१२८ अ	१२९.६४
१८१८	यासीन रहेमीया सय्यद	रघुनाथ बापुराव म्हेत्रे	३००/क	१८५.८७
१८१९	नंदिनी अशोकसिंग ठाकूर	विजयकुमार शिवप्रसाद यादव	२५३/२	२५ X ४०
१८२०	लक्ष्मीकांत दावल कोकणे	जयप्रकाश हिरामण दुमले	२४९	६०.३७
१८२१	रणजीत विक्रम बेमारेड्डी व इतर	विक्रम जगमोहन बेमारेड्डी	-	-
१८२२	संजय दिनकर कौसडीकर	विजय लिंबाजी धायगुडे	२६२	२०३९
१८२३	सरिता योगेश जाधव	विद्या विक्रम पडवळकर	५१६१	१७१७ चौ.फु.
१८२४	ॲड. नजीर गफूर पटेल	नजमुनबी महेबूबसाब	२१४	२०००
१८२५	ॲड. नजीर गफूर पटेल	फय्युम अहेमद कुरेशी	२१३	६७५
१८२६	वाजीदखॉं चॉंदखॉं पठाण	शारदा मोहन गवळी	१३२	८००
१८२७	आशिष हनमंतराव चिपुरे	संजय विठ्ठलदास लोहिया	२३३	-
१८२८	कासीमखॉं रहेमतखॉं पठाण	लालखॉं महमदखॉं पठाण	९०५४	-
१८२९	शेरखॉं जब्बारखॉं पठाण	लालखॉं महमदखॉं पठाण	९०५४	-
१८३०	गफूरखॉं रहेमतखॉं पठाण	लालखॉं महमदखॉं पठाण	९०५४	-
१८३१	लालखॉं रहेमतखॉं पठाण	लालखॉं महमदखॉं पठाण	९०५४	-
१८३२	संजीव नाथराव लहाने	संजय विठ्ठलदास लोहिया	२२३/अ	१९.०९
१८३३	संतोष नाथराव लहाने	संजय विठ्ठलदास लोहिया	२२३/अ	२० चौ.मी.
१८३४	आमीरखॉं आदिलखॉं पठाण	जैनुद्दीन अब्दुल गफूर अजहर	१२९	१२१२ चौ.फु.
१८३५	ताहेर वाजीद पटवेकर	अमिना चॉंदसाब तांबोळी	१२८ अ	१४८.६९
१८३६	अमोल रामदत्त भारती	आशा राजाभाऊ देशमुख	२२३ ए	२० चौ.मी.
१८३७	अमोल रामदत्त भारती	आशा राजाभाऊ देशमुख	२२३ ए	२० चौ. मी.

स्वाक्षरीत/-
कर अधिक्षक
लातूर शहर महानगरपालिका, लातूर

कौशल्य मागणी सर्व्हेक्षणामध्ये अधिकाधिक रोजगार इच्छुक युवक-युवतींनी सहभागी होण्याचे आवाहन

लातूर : कौशल्याची मागणी सर्व्हेक्षण आणि उद्योगांच्या मनुष्यबळांमध्ये कौशल्याची आवश्यकता नोदणी माहिमेमध्ये जिल्हयातील जास्तीत जास्त युवक - युवतींनी व उद्योजकांनी सहभागी व्हावे. तसेच जिल्ह्यातील युवक-युवतींनी आणि उद्योजकांनी जास्तीत जास्त प्रमाणात नोंदणी करून सदर मोहिमेमध्ये आपला सहभाग नोंदवावा असे आवाहन लातूर जिल्हा कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता मार्गदर्शन लातूर केंद्राचे सहायक आयुक्त बालाजी मरे यांनी केले आहे.

महाराष्ट्र राज्य कौशल्य विकास सोसायटी मार्फत केंद्र व राज्य शासन पुरस्कृत विविध कौशल्य विकास प्रशिक्षण योजना राबविण्यात येतात. या महत्वकांक्षी योजनांची प्रभावी अंमलबजावणी व्हावी. याकरिता राज्यातील युवक-युवतींना आवश्यक असलेले आणि त्यांनी मागणी केलेले कौशल्य प्रशिक्षण प्रदान केल्यास उमेदवारांच्या प्रशिक्षण दरम्यान स्वारस्यामध्ये वृध्दी होऊन अनुपस्थितीचे प्रमाण कमी होईल आणि प्रशिक्षणातील यशस्वी उमेदवारांना रोजगार व स्वंयरोजगारांच्या अधिक प्रमाणात संधी उपलब्ध होतील.

त्यानुषंगाने राज्यातील युवक-युवतींना मागणीवर आधारित (ऊशारपव ऊीळींशप) कौशल्य प्रशिक्षण पुरविण्यासठी कौशल्याची मागणी सर्व्हेक्षण मोहिमेचे दि. १ जुलै ते ३१ जुलै, २०२३ दरम्यान आयोजन करण्यात आले आहे. सदर मोहिमेंतर्गत सर्व्हेक्षणासाठी गुगल फॉर्म तयार करण्यात आला असून त्या गुगल फॉर्मची लिंक : https://forms.gle/kYtSxbVhrZ2s7z6q8 अशी आहे. सदर लिंकला भेट देवून जिल्ह्यातील युवक-युवतींनी जास्तीत जास्त प्रमाणात आपली नोंदणी करावी.

तसेच जिल्ह्यातील उत्पादन व सेवा क्षेत्रातील सूक्ष्म, लघू आणि मोठया उद्योगांमध्ये कुशल, अर्धकुशल व अकुशल अशा विविध प्रकारच्या जॉबरोल निहाय आवश्यक असलेल्या कौशल्याची गरज नोंदविल्यास त्या कौशल्यांच्या अभ्यासक्रमांचा समावेश कौशल्य प्रशिक्षणामध्ये करणे शक्य होईल. त्यामुळे प्रशिक्षणामध्ये यशस्वी उमेदवारांना रोजगार-स्वयंरोजगाराच्या संधी उपलब्ध होण्याच्या प्रमाणमध्ये वृध्दी होईल. त्यासाठी उद्योगांच्या मनुष्यबळामध्ये कौशल्याची आवश्यकता नोंदणी मोहिमेचे आयोजन करण्यात आले आहे. या मोहिमेंतर्गत जिल्ह्यातील सर्व उद्योजकांनी https://forms.gle/3LQGQTayTnk2gZWk9 या गुगल लिंकला भेट देऊन आपल्या उद्योगातील कौशल्याची मागणी कळवावी.

वरिलप्रमाणे उमेदवारांसाठी कौशल्याची मागणी सर्व्हेक्षण व उद्योजकांसाठी उद्योगांच्या मनुष्यबळामध्ये कौशल्याची आवश्यकता नोंदण अशा दोन वेगवेगळ्या गुगल लिंक देण्यात आलेल्या आहेत. तसेच कोणत्याही तांत्रीक अडचणी निर्माण होऊ नये म्हणून सोबत उमेदवारांसाठी कौशल्याची मागणी सर्व्हेक्षण व उद्योजकांसाठी उद्योगांच्या मनुष्यबळामध्ये कौशल्याची आवश्यकता नोंदणी अशा दोन वेगवेळया टठ उेवश देण्यात आले आहेत.

श्री.तिरूपती ट्रेडींग कंपनी
शिवाजी चौक, निलंगा, जि. लातूर
जैन ठिबक सिंचन
जैन स्प्रिंकलर
जैन पी.व्ही.सी.पाईपचे
-: अधिकृत विक्रेते:-
प्रो. गुणवंत गायकवाड हलगरकर
फोन:-दु. २४२४६३, मो.९४०४६८२९९९

छोटी झेरॉक्स मशीन व प्रिंटर विक्री
कलर प्रिंट/झेरॉक्स
B/W प्रिंट/झेरॉक्स
जम्बो झेरॉक्स/प्रिंट
डिझाईनिंग/पासपोर्ट फोटो
रिफीलींग/टोनर/फोटो पेपर
लॅमिनेशन मशिन व मटेरिअल
झेरॉक्स मशीनचे अधिकृत विक्रेते :
बोरा झेरॉक्स
व्यापारी धर्मशाळा, महात्मा गांधी चौक, लातूर.
9673344777

SINCE 1972
माळवदकर एजन्सीज
सावेवाडी, लातूर
mo. 9422656522
सर्व प्रकारच्या फर्निचरचे उत्पादक व विक्रेते