

लातूर



भुकंप

LATOR BHUKAMP

संपादक: अशोक चिंचोले

संपादकीय.....

उदगीर पॅटर्न जिल्हाभर राबवा

महाराष्ट्र राज्य मंत्रीमंडळातील ना. संजय बनसोडे हे कैबीनेट

मंत्री पदाची शपथ घेतल्यानंतर लातूर जिल्हायात काल पहिल्यांचा आले. काल त्याचे रेल्वेने आगमन झाले. ते चित्र पाहाण त्यांच्या

स्वागतातला सर्वसामान्य नागरिक, कार्यकर्ते मोरत्वा संखेने उपस्थित

होते. त्यांतरं दिवसभार त्यांनी विविध महारुष्य यांच्या पुतल्यांना

पुष्पहर अर्पण करून अभिवादन केले. ग्रामवैदवातचे दर्शन घेतले.

दिवसभार त्यांच्या भोवती सामान्य कार्यकर्त्यांचा गराडा, कार्यकर्त्यांचा

उत्साह हा न भूतो हाता. या विधिमंडळात पहिले अडीच वर्षे संजय

बनसोडे हे राज्यमंत्री होते. ते मंत्री होताच अनेक प्रस्थापितांचे 'डोळे'

फिरले. जणू 'मंत्री' पद वेळेवर व्यक्ती, घराणांसाठी राखून

ठेवेले असेच त्यांना वाटत असाऱ्ये. बनसोडे यांना पहिल्यांदा व पहिल्या

वेळीच थेट 'राज्यमंत्री' बनविण्यात आले. १०-१२ दिवसांपैरी

राज्यात अनेकांती अशी राजकीय उत्तराधारालय झाली. त्यात आमच्या

लातूर जिल्हायातील 'संजूभाऊ' थेट कैबीनेट मंत्री, महानृत समावेश

झाला. राज्यात अधिक काही राजकीय घडामोरी घडल्या नाहीत तर

ते पुढच्या दोन्यांवैको लातूर जिल्हायाते पालकमंत्री असाऱ्यात हे

निश्चीत आहे. शेवटी जनतेवी काढे, आपल्या जिल्हायाता, राज्याचा

विकास करावाचा घटावा, तर सताच हवी असाऱ्ये, कैवल्य बोलून

भाषणे करून, हातवात हात ठेवून तो हात नसाऱ्ये. पहिल्यांदा बनसोडे

यांना 'राज्यमंत्री' केले ही अचानक घटलेली घटना असू शकते, पण

दुसऱ्यांदा त्यांची कैवल्येटंमंत्री म्हणून लागलेली 'वर्णी' हि विचारपूर्वकच

असणार! ते मंत्री काढे झाले, कोणत्या मागानी (गटामाफेट) झाले

याचाबत प्रत्येकाचे अंदाज वेगवेगळे असू. शकतात, पवार

साहेबासारख्या ज्येष्ठ नेतृत्वाची साथ सोडली, अशीही कोणी टिका

करेल, पण राजकारण जिवत राहायचे असेल, तिकून राहायचे तर

'सतत' आवधकच आहे. त्यांच्या अवधकारी असाऱ्या असेही यांच्या त्यांच्या

मंत्रिमंडळात कैबीनेट मंत्री 'म्हणून काढा करायाची संघी मिळाली हे

विशेष. आज त्यांच्या मतदार संघं असालेल्या उदगीर नामारी

सत्कार होत आहे. तेथील मतदारात प्रचंड उत्साह दिसून येत आहे.

त्या उत्साहामागे कारणही तसेच आहे. मागच्या काळात लातूर

जिल्हायात एकांक मंत्रिमंडळात एक राज्यमंत्री व एक कैबीनेटमंत्री

होते. पण कैबीनेट मंत्रांपेक्षा राज्यमंत्री असेहीला संजय बनसोडे

यांनी उदगीर मतदार संघात एवढी नेतृत्वाची असेल, तिकून राहायचे तर

'सतत' आवधकच आहे. त्यांच्या अवधकारी असाऱ्या असेही यांच्या त्यांच्या

मंत्रिमंडळात कैबीनेट मंत्री 'म्हणून काढा करायाची संघी मिळाली हे

विशेष. आज त्यांच्या मतदार संघं असालेल्या उदगीर नामारी

सत्कार करावाची असाऱ्या असेही यांच्या कामाची तुलना करून लागले.

अडीच वर्षाच्या काळात बनसोडे यांनी उदगीर मधील, जळकोट

मधील प्रशासकी ईमारत, उपजिल्हाधिकारी कार्यालय, रुग्णालय,

पंचायत समिती, तहसील चांद्राच्या सप्तांच्या आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्ते याचाली पैसा करून पडू देणार नाही आणी असेल.

रस्त

आर्य

आपण डोकेदुखीमुळे त्रस्त आहात, तर औषध घेण्यापूर्वी या घरगुती उपायांचे अनुसरण करा



चिडचिडेणा देखील असू शकतो. अशा परिस्थितीत काळजी करू नका, हे सिद्ध झाले आहे की पाणी पिण्याने अर्ध्वा तासात डोकेदुखीपासून मुक्त होऊ शकता.

डोके दुखी असेल तर आल्याचा चहा या. आणणा डोके, मान आणि मागच्या बाजूला

आल्याच्या तेलाची मालिश करू शकता. खूप जास्त कॅफिन आपल्या डोकेदुखीसाठी त्रासदायक ठरू शकत. परंतु जर आपण डोकेदुखीच्या मुरुवातीच्या काळात हे घेतल्यावर वेदना वेदना कर्मी होऊ शकतात. लक्षात ठेवा की कॅफिन डिहायड्रेट आहे, म्हणून प्याल्यानंतर आपले शरीर हायड्रेट ठेवा.

झोपेअभावी डोकेदुखी देखील उद्भवते. अशा परिस्थितीत डोकेदुखी असल्यास काही काळ झोपण्याचा प्रयत्न करा.

तांत्रिकांचा डोकेदुखी होते. तांत्रिकांचा व्यायाम किंवा क्रियाकलापांचा अभ्यास केल्यास डोकेदुखीची तीव्रता कर्मी होण्यास मदत होते. योगाचा सराव करा, ताणुन श्रवासोद्धृत्यास करण्याचा व्यायाम करा किंवा ध्यान करा.

डोकेदुखीमुळे बर्याच अडचणी उद्भव शकतात, त्यामुळे कोणतेही झाली असेल तर आपण त्यासाठी घरगुती उपचार करू शकता.

डिहायड्रेशन हे डोकेदुखीचे मुख्य कारण असू शकते. जर आपणास डिहायड्रेट होत असेल तर यामुळे आपणास बर्याच संपर्क साधावा. परंतु जर कधीकधी एकाग्र होणे कठीन जात,

दारू आणि मांस खाणे बंद करता, बहुतेक लोक या मागे धार्मिक कारण देतात, असे मानले जाते की श्रावण महिना हा भगवान भोलेनाथांचा आवडता महिना आहे, त्यामुळे दारू पिणे आणि मांस खाणे धार्मिक दृष्टिकोनातून योग्य नाही. तर काही लोक यावर विश्रावास ठेवत नाहीत आणि ते

मद्य सोडणे का आवश्यक आहे ते समजून घेऊया.

सावन हा प्रज्ञननाचा महिना मानला जातो, बहुतेक प्राणी या महिन्यात प्रज्ञन करतात, असे मानले जाते की जर आपण गर्भवती असलेल्या कोणत्याही प्राण्याला खाल्ले तर आपल्या शरीराला इजा होते. याविषयी वैज्ञानिक तथेही आहेत, विज्ञान

तारुण्य राखणारे माशाचे तेल

नित्याच्या व्यायामाबोराचर मासाच्या तेलाने सेवन केल्यास व्यक्तीचे तारुण्य अधिक काळ टिकते, असे संशोधनातून स्पष्ट झाले आहे. माशाच्या तेलामुळे व्यक्तीच्या मांसपेशीत नव्याने ताकद येते परिणामी त्यामुळे त्वचा सतेज राहत असल्याचे ही दिसून आले, पण संशोधनाचे मात्र हे तेल पूर्णपणे सौंदर्यवर्धक असल्याचा निर्वाळा दिलेला नाही.

यासाठी आणखी सखोल संशोधन आवश्यक असल्याचे त्वांनी म्हटले आहे.

त्याचे परिणाम होता, असे एक कारण म्हणजे आपला खारब आहार आणि जीवनशैली. मधुमेहाचा आजार पूर्णपणे नाहीसा होऊ शकत नाही, पण त्यावर नियंत्रण ठेवून सामान्य जीवन जगता येते.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

पावसाळ्यात सतत पठणाऱ्या

पावसामुळे संसर्जन्य आजार

पसरातात, संसर्जन्य आजार प्रथम

जीवजंतूना आपला शिकार

बनवतात, असे विज्ञान मानते,

अशा सल्ला दिला जातो.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण बनतात.

त्याचे अलीकडे माशाच्या

मोठ्या वर्षात संपूर्ण भारतात

मधुमेहाचे प्रमाण ४४ टक्क्यांनी

वाढवतात, जे अनेक गंभीर आजारांचे

कारण ब

