

पाण्याचा वापर काटकसरीने करा

- मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे

मुंबई : स्थानीक परिस्थिती व धरणातील पाणीसाठा लक्षात घेवून राज्यातील त्या जिल्ह्यातील जिल्हा प्रशासनाने निर्णय घ्यावा, पाण्याचा काटकसरीने वापर करावा, असे निर्देश मुख्यमंत्री ना. एकनाथ शिंदे यांनी दिले आहेत.

झालेल्या तालुक्यांची संख्या १०८ तर ७५ ते १०० टक्के पर्जन्यमान असलेल्या तालुक्यांची संख्या १३८ असून ९४ तालुक्यांमध्ये १०० टक्क्यांपेक्षा अधिक पाऊस झाला असल्याची माहिती मुख्यमंत्र्यांनी दिली.

खरीप २०२३ मध्ये आतापर्यंत १३८.४ लाख हेक्टर क्षेत्रावर पेरणी झाली आहे. यवतमाळ, जळगाव, बीड, नांदेड, बुलढाणा या पाच जिल्ह्यात अधिकतम पेरणी झाली आहे. सोयाबीन आणि कापूस पिकाची अधिकतम पेरणी या हंगामात झाली आहे. राज्यात सध्या ३५० गावे, १३९९ वाड्यांमध्ये ३६९ टँकरद्वारे पिण्याचा पाण्याचा पुरवठा केला जात आहे.

सध्या राज्यात सर्वत्र पावसाने ओढ दिली आहे. त्यामुळे आगामी काळात चांगला पाऊस व्हावा अशी अपेक्षा आहे. मात्र, सरसरीपेक्षा कमी पाऊस झाला तर येणाऱ्या परिस्थितीला तोंड देण्यासाठी जिल्हा प्रशासनाने खबरदारीच्या उपाययोजनांना सुरुवात करावी. त्यामध्ये धरणातील पाणीसाठा पाहून जिल्हाधिकारी यांनी जलसंपदा विभागाच्या अधिकाऱ्यांच्या समन्वयातून काटकसरीने पाणी वापराचे नियोजन करावे. ग्रामीण भागात देखील विहिरी, तलावातील उपलब्धता पाहून पाण्याचे नियोजन करण्याच्या सूचना मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी दिल्या.



जिल्हाधिकाऱ्यांनी चाऱ्याच्या उत्पादनवाढीसाठी जिल्हा नियोजन विकास निधीतून शेतकऱ्यांना बियाण्यासाठी निधी उपलब्ध करून द्यावा. त्याचबरोबर कमी पावसामुळे उद्भवणाऱ्या परिस्थितीसाठी तातडीने निधी खर्च करण्याचे निर्देश उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांनी दिले. वन विभागाने गवताचा लिलाव करू नये, गवत राखीव ठेऊन त्याच्या पेंढ्या करण्याच्या सूचना देखील पवार यांनी दिल्या.

आमदार अपात्रतेसंदर्भात नियमांचं पालन करून योग्य तो निर्णय घेऊ-नार्वेकर

मुंबई : शिवसेनेतील (शिंदे गट) १६ आमदारांच्या अपात्रतेबाबतचा निकाल अद्यापही लावण्यात आलेला नाही. विधानसभा अध्यक्ष राहुल नार्वेकर यांना हे प्रकरण निकाली लावण्याचे आदेश सुप्रीम कोर्टाने दिलेले आहेत. त्यामुळे विधानसभा अध्यक्ष अगदी बारकाईने या प्रकरणाचा अभ्यास करत आहेत. या प्रकरणावर निर्णय घेण्यास विलंब होत असला तरी लवकरच या प्रकरणाचा निकाल लावण्यात येईल, असे त्यांच्याकडून वारंवार सांगण्यात येत आहे. आज पुन्हा एकदा याबाबतचा प्रश्न विधानसभा अध्यक्ष राहुल नार्वेकर यांना पत्रकारांनी विचारला असता, त्यांच्याकडून याबाबतची माहिती दिली आहे.

यावेळी पत्रकारांनी बोलताना विधानसभा अध्यक्ष राहुल नार्वेकर म्हणाले की, आमदारांच्या अपात्रता प्रकरणाची उचित कारवाई सुरु आहे. ज्यावेळी विधानसभा अध्यक्ष अपात्रतेच्या निर्णयावर काम करत असतात त्यावेळी ते quasi judicial authority म्हणजेच अर्ध न्यायिक प्राधिकरण म्हणून काम करत असतात. याचे भान असल्याने या संदर्भात अधिक चर्चा न करता, योग्य कायदेशीर आणि नियमानुसार कारवाई आपण करू, असे त्यांच्याकडून पुन्हा एकदा आश्वासित करण्यात आले आहे. आमदारांना सुनावणीसाठी कधी बोलावलं जाईल यावर राहुल नार्वेकरांनी प्रतिक्रिया दिली. लवकरच सुनावणी चालू करण्यात येईल. इतर प्रक्रिया सुरु आहेत. मी आश्वासित करतो की, यात कोणत्याही प्रकारची दिरंगाई होणार नाही. तसेच नियमांचं

पालन करून योग्य निर्णय घेतला जाईल, अशी माहिती राहुल नार्वेकरांनी दिली.

महाविकास आघाडीची राज्यात सत्ता असताना शिवसेनेचे आणि त्यावेळी मविआमध्ये नगरविकास मंत्री असलेले एकनाथ शिंदे यांनी जून २०२२ मध्ये पक्षातील ४० आणि १० अपक्ष आमदारांसोबत बंडखोरी केली. त्यानंतर प्रथमतः ज्या १६ आमदारांनी एकनाथ शिंदे यांच्यासह बंडखोरी केली त्यांच्याविरोधात मूळ शिवसेनेकडून अपात्रतेची नोटीस बजावण्यात आली. या नोटीसविरोधात शिंदे गटाने थेट सुप्रीम कोर्टात धाव घेतली. परंतु सत्ता संघर्षातील प्रकरणाचा निकाल देताना कोर्टाने १६ आमदारांच्या अपात्रतेचा निर्णय हा विधानसभेच्या अध्यक्षानेच सोपवला.

परंतु, विधानसभा अध्यक्षानेच या प्रकरणावरील निकाल लावण्यासाठी विलंब होत असल्याने याविरोधात ठाकरे गटाचे आमदार सुनील प्रभू यांनी सुप्रीम कोर्टात याचिका दाखल केली. या याचिकेवर सरन्यायाधीश धनंजय चंद्रचूड यांच्या अध्यक्षतेत सुनावणी झाली. १६ आमदारांना अपात्र करण्यासंदर्भात विधानसभा अध्यक्षाने तातडीने निर्णय घ्यावासा हवा होता. परंतु दोन महिने उलटूनही या प्रकरणाबाबत निर्णय झालेला नाही. त्यांच्याकडून जाणीपूर्वक उशीर केला जात आहे, असा आरोप याचिकेत सुनिल प्रभू यांनी केला होता. या प्रकरणी सर्वोच्च न्यायालयाने दिलेल्या निकालात मुदतीत निर्णय घेण्याचे निर्देश दिले होते. परंतु त्याचे पालन झाले नसल्याची बाब याचिकेकडून लक्षात आणून देण्यात आली होती.

२५० पोलीस अंमलदारांना एएसआय पदाची वेतनश्रेणी

लातूर : लातूर जिल्हा पोलीस दलातील २० वर्षे सेवा पूर्ण झालेले २५० पोलीस अंमलदारांना सुधारित सेवातर्गत आश्वासित प्रगती योजनेचा तिसरा लाभ म्हणून सहाय्यक पोलीस उपनिरीक्षक पदाची वेतनश्रेणी मंजूर करण्यात आलेली आहे. त्याची सुरुवात पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे यांनी केली आहे.

महाराष्ट्र शासनाकडून पोलीस दलातील पोलीस नाईक हा संवर्ग रद्द करण्यात आलेला असून पोलीस शिपाई यांना सेवा कालावधीत आश्वासित प्रगती योजनेनुसार पदोन्नती साखळीने पोलीस उपनिरीक्षक पदावर पदोन्नतीची संधी उपलब्ध करून देण्यास शासन मान्यता देण्यात आली आहे.

राजाभाऊ गर्जे यांचे निधन

लातूर : येथील उद्योगपती व्यंकटराव गर्जे यांचे मोठे बंधू राजाभाऊ गर्जे यांचे काल दि. २२ ऑगस्ट २०२३ रोजी अल्पशा आजारांने वयाच्या ६६ व्या वर्षी निधन झाले. आज दि. २३ ऑगस्ट २०२३ रोजी सकाळी गर्जे ऑटोमोटिव्ह एम आय डी सी येथून अंत्ययात्रा निघून मारवाडी स्मशानभूमी येथे त्यांच्यावर शोकक्रांती वातावरणात त्यांच्यावर अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्यांच्या पश्चात पत्नी, एक मुलगा, मुलगी, जावई, नातू असा परिवार आहे.

लातूर जिल्हा पोलीस दलाचे स्थापनेवरील सेवेची विस वर्षे पूर्ण झालेल्या २५० पोलीस अंमलदारांना सुधारित सेवातर्गत आश्वासित प्रगती योजनेचा तिसरा लाभ म्हणून सहाय्यक पोलीस उपनिरीक्षक पदाची वेतनश्रेणी मंजूर करण्यात आली आहे. तसे आदेश दिनांक २२ ऑगस्ट २०२३ रोजी पोलीस अधीक्षकांनी काढले आहेत.

पोलीस दलात पोलीस शिपाई म्हणून भरती झालेल्या पोलीस अंमलदारांना पोलीस अधिकारी म्हणून सेवानिवृत्त होणार आहेत. पोलीस अंमलदारांना सहाय्यक पोलीस उपनिरीक्षक पदाची वेतन श्रेणी मंजूर झाल्याने लातूर जिल्हा पोलीस दलातील पोलीस अंमलदारांचे जीवनमान उंचावणार आहे. याआधी ४ जुलै २०२३ रोजी सुद्धा लातूर जिल्हा पोलीस ३० वर्षे सेवा पूर्ण झालेल्या सुमारे ३१७ पोलीस अंमलदारांना पोलीस उपनिरीक्षक पदाची वेतन श्रेणी मंजूर करण्यात आली होती. त्यानंतर दिनांक २२ ऑगस्ट २०२३ रोजी २४० पोलीस अंमलदारांना त्यांची सेवेची विस वर्षे पूर्ण झाल्याने त्यांना सहाय्यक पोलीस उपनिरीक्षक पदाची वेतन श्रेणी मंजूर करण्यात

आलेली आहे. पोलीस अंमलदारांना अश्रुवासित प्रगती योजनेचा लाभ देणे संदर्भाचे कामकाज पोलीस अधीक्षक श्री सोमय मुंडे, अपर पोलीस अधीक्षक डॉ. अजय देवरे यांचे मार्गदर्शनात कार्यालयीन लिपिक महात्मा मोरे व श्रीशैल्य निगुडो यांनी केले आहे. पोलीस अधीक्षक श्री.सोमय मुंडे यांनी काढलेल्या आदेशामुळे लातूर पोलीस दलात आनंदाचे वातावरण आहे.

मिझोराममध्ये निर्माणाधीन रेल्वे पूल कोसळला; १७ मजुरांचा मृत्यू

मिझोराम : मिझोरामची राजधानी ऐझॉलजवळ निर्माणाधीन रेल्वे पूल कोसळल्यानं मोठी दुर्घटना घडली आहे. या दुर्घटनेत १७ मजुरांचा मृत्यू झाला आहे. ढिगाऱ्याखाली अजूनही ३० ते ४० मजूर अडकल्याची शक्यता वर्तवली जात आहे. या मजुरांना वाचवण्यासाठी बचावकार्य सुरु करण्यात आले आहे. दरम्यान, मृतांचा आकडा वाढू शकतो, असेही सांगितलं जात आहे. मिझोरामच्या रेल्वे ओव्हर ब्रिज प्रकल्पावर हे मजूर काम करत होते. दुर्घटनाग्रस्त पुल क्रमांक १९६ ची उंची १०४ मीटर आहे. हा पूल दिल्लीच्या कुतुबमिनारपेक्षा उंच आहे. या पुलावरून रेल्वे वाहतूक सुरु झाल्यानंतर मिझोराम देशाच्या विशाल रेल्वे नेटवर्कशी जोडलं जाईल, असा दावा प्रशासनानं केला आहे. पण या पुलाचं काम पूर्ण होऊन तो सुरु होण्यापूर्वीच तो दुर्घटनेला बळी पडला आहे.

दुर्घटनास्थळी अनेक कामगार अडकल्याची भीती व्यक्त केली जात आहे. बुधवारी सकाळी हा अपघात झाला तेव्हा जवळपास ४० मजूर घटनास्थळी उपस्थित होते. कुरुंग नदीवर बैराबी ते सायरांग जोडणाऱ्या रेल्वे पुलाचं काम सुरु होतं. दुर्घटनास्थळ ऐझॉलपासून २१ किमी अंतरावर आहे. मिझोरामचे मुख्यमंत्री झोरामथांगा यांनी या अपघातावर शोक व्यक्त केला आहे. दुर्घटनेत मृत्यू पावलेल्या

मजुरांच्या कुटुंबियांप्रती शोक व्यक्त करत त्यांनी जखमींना लवकरात लवकर बरं वाटावं म्हणून प्रार्थनाही केली आहे. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी रेल्वे पूल कोसळून झालेल्या दुर्घटनेबाबत शोक व्यक्त केला असून मृतांच्या कुटुंबीयांना मदत देणार असल्याचीही घोषणा केली आहे. पंतप्रधान कार्यालयानं सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्म 'एक्स' वर पोस्टही केली आहे. पंतप्रधान मोदी म्हणाले की, ज्यांनी आपले

प्रियजन गमावले आहेत, त्यांच्याप्रती मी शोक व्यक्त करतो. जखमींना लवकरात लवकर बरं वाटावं यासाठी मी प्रार्थना करतो. दुर्घटनास्थळी बचावकार्य सुरु आहे. दुर्घटनाग्रस्त कुटुंबियांना शक्य ती सर्व मदत केली जात आहे. या अपघातात मृत्युमुखी पडलेल्यांच्या कुटुंबीयांना २ लाख रुपये आणि जखमींना ५० हजार रुपयांची आर्थिक मदत देण्यात येणार आहे., असेही पंतप्रधान मोदी म्हणाले आहेत.

मिशन इंद्रधनुष्य ५.० विशेष लसीकरण मोहीमेंतर्गत १६४३ बालक व ३३० गरोदर मातांचे लसीकरण पूर्ण

लातूर : लातूर महानगरपालिकेमार्फत देखील या कालावधीत शहरातील ८ प्रा.ना.आ.केंद्र यांचेमार्फत विविध १०५ ठिकाणी विशेष लसीकरण सत्रांचे नियोजन करण्यात आले. या कालावधीत ० ते १ वर्षे वयोगटातील ८०८ बालकां, १ ते २ वर्षे वयोगटातील ३८९ बालकांचे, २ ते ५ वर्षे वयोगटातील ४४६ बालकांचे याप्रमाणे एकूण १६४३ बालकांचे लसीकरण करण्यात आले आहे. तसेच ३३० गरोदर मातांचे देखील लसीकरण करण्यात आले. प्रलंबित

लसीकरण पूर्ण करून घेण्यासाठी ए.एन.एम. व आशा स्वयंसेविका यांनी घरोघरी जावून लसीकरण प्रलंबित असलेल्या लाभार्थ्यांची यादी तयार केली होती. तसेच यावेळी मनपापार्फत उर्दू भाषेतील बॅनर देखील लावण्यात आले होते. घरोघरी जावून लसीकरणबाबत असलेले गैरसमज दूर करण्याचे प्रयत्न करण्यात आले. बाहेरगावी असल्याने किंवा आजारी असल्याने काही बालकांचे लसीकरण पूर्ण होवू शकले नाही. दि. ११ ते १६ सप्टेंबर या कालावधीत मिशन

इंद्रधनुष्य ची दुसरी मोहीम राबविण्यात येणार आहे. तरी ज्या बालकांचे अर्धवट लसीकरण झालेले आहे व लसीकरण प्रलंबित आहे. त्यांचे व तसेच नियमित वेळापत्रकांनुसार ज्यांचे लसीकरण आहे. अगत्या बालकांचे लसीकरण पालकांनी मनपाच्या नजीकच्या नियमित लसीकरण केंद्रावर जावून पूर्ण करून घ्यावे असे आवाहन लातूर शहर महानगरपालिका,लातूर च्या वतीने करण्यात येत आहे. दि. ७ ऑगस्ट

पासून लसीकरण केलेल्या बालकांची नोंद UAWIN या केंद्र शासनाच्या नवीन ऑनलाईन पोर्टलवर सादर करण्यात येत आहे. यामुळे पालकांना आपल्या बाळाच्या लसीकरणाचे ई-सर्टिफिकेट देखील मोबाईल वर पाहता येणार आहे. तसेच पुढील लसीकरणाची तारीख कधी आहे याचा मेसेज देखील पालकांच्या मोबाईल वर येणार आहे. यामुळे बालकांचे वेळेवर लसीकरण पूर्ण करून घेण्यास पालकांना मदत होणार आहे.

तुळजापूरला निघालेल्या भाविकांच्या कारला भीषण अपघात; ४ महिलांचा मृत्यू, ६ जखमी

सोलापूर : सोलापूर-पुणे महामार्गावर असलेल्या मोहोळजवळील यावली गावानजीक माल ट्रक व कारच्या धडकेत चार जणांचा मृत्यू झाला आहे. तर सहा जण जखमी झाले आहेत. बुधवारी पहाटेच्या सुमारास ही घटना घडली. कारमधील सर्वजण तुळजापूरकडे देवदर्शनासाठी जात असताना हा भीषण अपघात झाला. अपघातात चार जणांचा मृत्यू झाला आहे. आदमअली मुनावरअली शेख (वय ३७),

हिवाबाई रामदास पवार (वय ७५), कमलाबाई मारुती वेताळ (वय ६० रा. राजनगाव मशीद ता. पारनेर) अपघातात गंभीर जखमी झाले होते. त्यांचा जागीच मृत्यू झाला. द्वारकाबाई नागनाथ गायकवाड (वय ४० रा. राजनगाव मशीद) अपघातात जखमी झाल्या होत्या. त्यांना सोलापूरच्या सिव्हील हॉस्पिटलमध्ये उपचारासाठी दाखल करण्यात आलं. मात्र उपचारादरम्यान त्यांचा मृत्यू झाला.

४०६८ मालमत्ताधारकांना मिळाली ७ लाख रुपयांची सूट

लातूर : लातूर शहर महानगरपालिकेने मालमत्ता कराच्या वसुलीसाठी जुलै आणि ऑगस्ट महिन्यात वेगवेगळ्या पद्धतीने सवलत जाहीर केली होती. शहरातील ४०६८ मालमत्ताधारकांनी या सवलतीचा लाभ घेत एकूण ७ लाख २ हजार ९०२ रुपयांचा कर भरणा पालिकेकडे केला आहे. शहरातील इतर मालमत्ताधारकांनीही या कर सवलत योजनेचा लाभ घ्यावा,असे आवाहन मनपाच्या वतीने करण्यात आले आहे.

५ टक्के सवलतीचा लाभ घेत एकूण २कोटी ८९ लाख ९४ हजार २१८ रुपयांचा भरणा पालिकेकडे केला. त्यामुळे या मालमत्ता धारकांचे ५लाख ८० हजार ३४० रुपये वाचले. मनपाने ऑगस्ट महिना अखेरपर्यंत मालमत्ता कर भरणाऱ्यांना ४ टक्के सवलत देण्याचे जाहीर केले आहे.त्यानुसार दि. १ ते २१ ऑगस्ट

या कालावधीत १०७४ मालमत्ताधारकांनी योजनेचा लाभ घेत कर भरणा केला.या मालमत्ता धारकांकडून ९३लाख ६९ हजार ५१ रुपये कर येणे बाकी होते.४ टक्के सवलतीचा लाभ घेत या मालमत्ता धारकांनी एकूण ९२ लाख ३८ हजार ४८९ रुपयांचा कराचा भरणा मनपाकडे केला.त्यामुळे या

मालमत्ताधारकांचे १ लाख २२ हजार ५६२ रुपये वाचले. शहरातील इतर मालमत्ताधारकांनीही या सवलत योजनेचा लाभ घ्यावा.ऑगस्ट अखेरपर्यंत ४ टक्के सवलत योजना सुरु राहणार आहे.या कालावधीत आपल्याकडील कराचा भरणा करावा,असे आवाहन पालिकेच्या वतीने करण्यात आले आहे.

कोणत्याही राज्याच्या विशेष दर्जाला हात लावणार नाही

नवी दिल्ली : मागील नऊ दिवसांपासून सर्वोच्च न्यायालयात कलम ३७० वर दाखल करण्यात आलेल्या याचिकेवर सुनावणी सुरु आहे. या सुनावणीदरम्यान आज केंद्र सरकारने मोठे वक्तव्य केले आहे. यामध्ये ईशान्येकडील राज्यांना किंवा कोणत्याही राज्यात लागू असलेल्या विशेष दर्जाला हात घालण्याचा केंद्राचा कोणताही हेतू नाही, असे मोठे विधान केंद्र सरकारने सर्वोच्च न्यायालयात केले आहे. तर इतर कोणत्याही भागात जाणार नाही, असे न्यायालयात सांगितले. कलम ३७०

प्रकरणी दाखल करण्यात आलेल्या अर्जावर न्यायालयाने सुनावणी बंद केली आहे. जम्मू-काश्मीरमधील कलम ३७० रद्द करण्यासंदर्भातील सर्वोच्च न्यायालयातील पाच न्यायाधीशांच्या घटनापीठासमोरील अर्जावर सुनावणीच्या ९व्या दिवशी युक्तिवाद करताना मनीष तिवारी म्हणाले की, कलम ३७० चा ईशान्येकडील राज्यांना दिलेल्या विशेष दर्जावरील परिणाम होईल, परंतु केंद्र सरकारच्या वतीने सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता

यांनी याला विरोध करताना सांगितले की, या प्रकरणातील दोघांमधील फरक समजून घेतला पाहिजे. येथे आम्ही जम्मू आणि काश्मीरमध्ये लागू करण्यात आलेल्या तात्पुरत्या ३७० चा विचार करत आहोत. इथे मुद्दा ईशान्येकडील राज्यांना लागू असलेल्या विशेष दर्जाचा नाही. आमहाला खात्री घ्यायची आहे की कोणत्याही ईशान्येकडील राज्याच्या किंवा इतर कोणत्याही राज्याच्या विशेष दर्जाला स्पर्श करण्याचा केंद्राचा कोणताही हेतू नाही.

त्यांच्या मते....

■ ऐश्वर्या रॉय माझ्या मुलीसारखी माझ्या वक्तव्याचा विपर्यास केला.
- मंत्री विजयकुमार गावीत

■ एखाद्या तरुणीस पटविण्याची टीप म्हणून कोणी स्वतःच्या मुलीचे उदाहरण देत नाही.

■ उद्धव ठाकरे यांनी रिपाईं मध्ये यावे त्यांना महाराष्ट्राचे उपमुख्यमंत्रीपद देऊ.
- रामदास आठवले

■ रिपाईंचा एखादा नेता राज्यमंत्री करा म्हणजे झालं

जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-घुगे यांच्या हस्ते बेल वृक्ष लागवड

लातूर : जिल्हात वृक्ष लागवडीला गती देण्यासाठी विविध उपक्रमांचे आयोजन करण्यात येत असून जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-घुगे यांच्या हस्ते आयुर्वेदिक गुणधर्म असलेल्या बेल वृक्षांसह दोनशे वृक्षांची लागवड करण्यात आली. श्री बसवेश्वर महाविद्यालय येथे सोमवारी हा कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला होता.

आयुक्त रामदास कोकरे, सुपर्ण जगताप, दिपरल निलंगेकर, शिवशंकर चापुले, डॉ. सितम सोनवणे, अॅड. राहुल मातोळकर, भीम दुनगावे यांनी लातूर वृक्ष चळवळीच्या वतीने डॉ. बी आर पाटील, डॉ. दशरथ भिसे, अॅड. सुनील गायकवाड, श्री महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गर्वई, डॉ. बी आर पाटील, उपप्रचार्य प्रो. डॉ.

राजकुमार लखादिवे, प्रा. संजय पवार, प्रा. बालाजी जाधव, पर्यवेक्षक प्रा. शिवशरण हावळे, कॅप्टन प्रा. डॉ. बाळासाहेब गोडबोले, क्रीडा विभाग प्रमुख डॉ. नल्ला भास्कर रेड्डी, रासयो कार्यक्रमाधिकारी डॉ. रत्नाकर बेडगे, डॉ. शिवप्रसाद डोंगरे, प्रा. किसनाथ कुडके, क्रीडा समिती सदस्य डॉ. गुणवंत बिरादार यावेळी उपस्थित होते.



नगरपालिका प्रशासन सहायक

मराठवाड्यात ४९ लाख हेक्टरवरील पिके धोक्यात

छत्रपती संभाजीनगर : मागील २० दिवसांपासून मराठवाड्यात पावसाचा खंड पाहायला मिळत आहे. तुळुक ठिकाणी सोडलं तर विभागात कोठेही पाऊस झालेला नाही. त्यामुळे शेतक-यांची चिंता वाढली आहे. मराठवाड्यात ऑगस्ट महिन्याच्या मागील २० दिवसांत केवळ ३५.१ मिमी पाऊस झाला आहे. म्हणजेच फक्त २८.१ टक्के पाऊस झाला आहे. त्यामुळे मराठवाड्यात ऑगस्ट महिन्यात ७१.९ टक्के तुट पाहायला मिळत आहे. अशा परिस्थितीत विभागातील ४९ लाख हेक्टरवरील पिके धोक्यात आली आहे. यावर्षी मराठवाडा विभागात उशिरा मान्सून दाखल झाल्याने १० जूनऐवजी २५ जूनला मान्सूनचे आगमन झाले. मराठवाड्यातील ३० जूनपर्यंतची आकडेवारी पाहिली तर, १३४ मिमी अपेक्षित पावसाच्या तुलनेत केवळ ५५.५ मिमी म्हणजे ४१.४ टक्केच पाऊस पडला. जुलै महिन्यात १८२.२ मिमीच्या तुलनेत २७२.५ मिमी म्हणजेच ४९ टक्के जास्त पाऊस पडला. मात्र, ऑगस्ट महिन्यात पावसाचे दडी मारल्याने मागील २० दिवसांत २८.१ टक्के पाऊस झाला असून, ७१.९ टक्के तुट पाहायला मिळत आहे. गेल्यावर्षी अतिवृष्टी आणि त्यानंतर परतीच्या पावसामुळे शेतक-यांचे मोठ्या प्रमाणात नुकसान झाले होते. ज्यात खरीप आणि रबी दोन्ही हंगामाचे पिकं जवळपास हातचे गेले होते. मात्र, यंदा काही तरी हाती लागेल अशी अपेक्षा असतानाच मान्सून उशिरा दाखल झाला. त्यात जून महिना कोरडा गेला. जुलै महिन्यात चांगला पाऊस झाल्याने पेरण्या झाल्या. पण ऑगस्ट महिन्यात पुन्हा पावसाने दडी मारली. त्यामुळे अनेक भागात पावसाचा खंड पाहायला मिळत आहे. त्यामुळे शेतक-यांची चिंता वाढली आहे.

मधकेंद्र योजना : शेतकरी व बेरोजगारांना रोजगाराची नवी संधी

महाराष्ट्र राज्य खादी व ग्रामोद्योग मंडळामार्फत सन २०१९ पासून मधकेंद्र योजना संपूर्ण राज्यात राबविण्यात येते. या योजनेमुळे शेतकरी व बेरोजगारांना रोजगाराची एक नवी संधी उपलब्ध झाली आहे. तो एक नाविष्यपूर्ण उद्योग आहे. या योजनेंतर्गत शेतकऱ्यांना मधमाशा पालन उद्योगाचे प्रशिक्षण देण्यात येते.

योजनेतील प्रमुख घटक आणि पात्रता :
१) वैयक्तिक मधपाळ : या योजनेसाठी अर्जदार साक्षर असावा. स्वतःची शेती असल्यास प्राधान्य देण्यात येते. वयाची १८ वर्ष पूर्ण केलेली व्यक्ती या योजनेसाठी पात्र असते.

२) वैयक्तिक केंद्र चालक (प्रगतशील मधपाळ) : या योजनेसाठी किमान १० वी पास, वय वर्षे २१ पेक्षा जास्त अशा व्यक्तींच्या नावे अथवा त्या व्यक्तींच्या कुटुंबातील कोणत्याही व्यक्तींच्या नावे किमान १ एकर शेत जमीन किंवा भाडे तत्वावर घेतलेली शेत जमीन, लाभार्थीकडे मधमाशापालन, प्रजनन व मध उत्पादनाबाबतले लोकांना प्रशिक्षण देण्याची क्षमता व सुविधा असावी.

योजनेची वैशिष्ट्ये : या योजनेतर्गत मध उद्योगाचे मोफत प्रशिक्षण देण्यात येते. साहित्य स्वरूपात ५० टक्के अनुदान व ५० टक्के स्वगुंतवणूक अशाप्रकारे या योजनेचे स्वरूप आहे. शासनाच्या हमी भावाने मध खरेदी करण्यात येतो. विशेष (छंद) प्रशिक्षणाची सुविधा देण्यात येते. मधमाशा संरक्षण व संवर्धनाची जनजागृती करण्याचे काम या योजनेतर्गत करण्यात येते.

अटी व शर्ती : लाभार्थी निवड प्रक्रियेनंतर प्रशिक्षणापूर्वी लाभार्थींनी ५० टक्के स्वगुंतवणूक रकम भरणा करणे अनिवार्य राहिल. मंडळाने निश्चित केलेल्या ठिकाणी प्रशिक्षण घेणे अनिवार्य राहिल.

या योजनेच्या अधिक माहितीसाठी उस्मानाबाद येथील महाराष्ट्र राज्य खादी व ग्रामोद्योग मंडळाचे जिल्हा ग्रामोद्योग अधिकारी कार्यालय, उस्मानाबाद (द्वारा - जिल्हा उद्योग केंद्र), प्रशासकीय इमारत समोर, (दूरध्वनी क्रमांक : ०२४७२- २२२३०१) उस्मानाबाद - ४१३५०१ ई-मेल आयडी : dviosmanrediffmail.com येथे संपर्क साधवा तसेच महाराष्ट्र राज्य खादी व ग्रामोद्योग मंडळाचे सातारा येथील संचालक, मध संचालनालय, सरकारी बंगला नं.५, महाबळेश्वर, जिल्हा- सातारा, पिन : ४१२८०६ (दूरध्वनी : ०२१६८-२६०२६४) यांच्याशी संपर्क साधावा.

जिल्हा माहिती कार्यालय, उस्मानाबाद

दिव्यांगासाठी मोफत संगणकीय व व्यावसायिक प्रशिक्षण

उस्मानाबाद : महाराष्ट्र शासन, दिव्यांग कल्याण आयुक्तालय, महाराष्ट्र राज्य, पुणे व जिल्हा परिषद, सांगली अंतर्गत कार्यरत शासकीय प्रौढ दिव्यांग प्रशिक्षण केंद्र व वसतिगृह ही संस्था प्रौढ दिव्यांगांसाठी मोफत प्रशिक्षण देणारी पश्चिम महाराष्ट्रातील एकमेव शासकीय संस्था आहे. या संस्थेतील प्रशिक्षण वर्गांना महाराष्ट्र राज्य कौशल्य व्यवसाय शिक्षण मंडळ मुंबई ची शासन मान्यता आहे. या संस्थेला अखिल भारतीय स्तरावरील FICCI AWARD 1999 हा प्राप्त झालेला आहे. सन २०२३-२४ या चालू शैक्षणिक वर्षासाठी मोफत प्रवेश देणे सुरु आहे.

प्रवेशासाठी नियम अटी व सवलती:- अभ्यासक्रमाचे नांव, सर्टिफिकेट इन कॉम्प्युटर ऑपरेशन युथ एम. एस. ऑफिस (संगणक कोर्स), शैक्षणिक पात्रता किमान इ.८ वी पास, मोटार न्ड ऑर्मेचर बायर्डिंग, सम्मसियल पंप सिंगल फेज, (इलेक्ट्रीक कोर्स), शैक्षणिक पात्रता किमान इ.९ वी पास,वयोमर्यादा १६ ते ४० वर्ष, प्रशिक्षण कालावधी १ वर्ष,फक्त दिव्यांग मुलांनाच प्रवेश दिला जातो, सोई व सवलती,प्रशिक्षण कालावधीत राहण्याची, जेवणाची व प्रशिक्षणाची मोफत सोय,अद्यावत व परीपू्र संगणक कार्यशाळा, भरपूर प्रकटीकल्स व व्यवसायाभिमुख मोफत प्रशिक्षण, नेटवर्कींग व इंटरनेटची सुविधा, अनुभवी व तज्ञ निदेशक,उच्चल याशाची परंपरा,समाज कल्याण विभागाकडून स्वयंरोजगारासाठी व्यवसायासाठी योग भांडवल योजना,अर्ज केव्हा, कसे व कोठे करावेत. प्रवेश अर्ज व माहितीपत्रक अधीक्षक, शासकीय प्रौढ दिव्यांग प्रशिक्षण केंद्र व वसतिगृह, टाकळी रोड, म्हंजे मळा, गोदड मळ्याजवळ, मिरज ता. मिरज जि. सांगली पिनकोड:- ४१६४१० नंबर ०२३३-२२२२९०८ मो बाईल ९९२२७७७६९,९५९५६६७९३६ या पत्त्यावर

पोस्ट व्दारे किंवा समक्ष मोफत मिळतील. प्रवेशासाठी कोणतीही फी आकारली जाणार नाही. प्रवेश अर्ज पूर्णपणे भरून फोटोसह संस्थेकडे पाठवावेत किंवा समक्ष भरून द्यावेत.

प्रवेश अर्जासोबत शाळा सोडल्याचा दाखला, SSC मार्कशिट व प्रमाणपत्र अपंगत्व असल्याबाबतचे सक्षम अधिकाऱ्यांचे प्रमाणपत्र, आधार कार्ड, UDID कार्ड, Domicile प्रमाणपत्र व उत्पन्नाचा दाखला यांच्या झेरॉक्स प्रती जोडाव्यात. प्रवेश अर्ज संस्थेकडे पाठवावेत. प्रवेश अर्ज प्राप्त झाल्यानंतर तज्ञ समिती व्दारे मुलाखती घेऊन प्रवेश देण्यात येईल.

बालकाचा विकास आणि शिक्षण उत्तम होण्याकरिता भावनिक बुद्धिमत्तेचे विकसन महत्त्वाचे आहे. त्याकरिता जे जे म्हणून करायला हवे, ते पालकांनी जाणीवपूर्वक करायला हवे. आपण मुलांना भौतिक सुविधा पुरवू शकतो, त्याला हवे ते साधन बाजारानून आणून देऊ शकतो, पण त्याने त्याला खरंच आनंद मिळतो का? याचा विचार करण्याची गरज आहे. मुळात आपण काळजीपोटी बालकाला जे देत जातो ती त्याची गरज नसते. त्याची गरज असते ती आई-बाबांच्या निखळ आणि नितळ प्रेमाची आणि वेळेची. आपण त्यांना वेळ देऊ शकत नसू आणि नव्या वाटांचे दर्शन घडवत नसू, तर बालकांच्या वाटा चुकल्या आहेत, असे म्हणण्याचा अधिकार आपण गमावलेला असतो हे लक्षात घ्यायला हवे.

मुलाला जीवनात यशाच्या शिखरावर घेऊन जाण्यासाठी उत्तम दर्जाची शाळा हवी का..? त्याला शिकवणी लावायला हवी का..? त्याला आधुनिक तंत्रज्ञानाशी जोडणारे साधन साहित्य हवे का..? त्याला खेळण्यासाठी महागडे साहित्य हवे का? त्याला खूप छान छान कपडे हवे की महागडे अलंकार हवेत..? काय दिले म्हणजे त्याला यशाचे शिखर पादाक्रांत करता येईल..? आपण पालक म्हणून त्याला उंच भरारी घेता यावी याकरिता सर्व काही करत जातो, मात्र नेमके जे करायचे असते ते होत नाही. मुलांना कधीच महागड्या वस्तूंची, महालवजा शाळांची गरज नसते. त्यांना गरज असते ती फक्त आई, बाबांच्या वेळेची. त्यांना भूक असते प्रेमाची..कुशीत घेऊन गप्पा मारणारे आई बाबा हवेत. झोपताना गोष्ट सांगणारी, अंगाई गीत गाणारी, शाळेत काय शिकला हा विचारणारी आणि ऐकणारी, मुक्त संवाद साधत बोलणारी, ऐकून घेणारी, बोटाला धरून मनसुंद प्रवास करणारी प्रेमाची माणसं हवी.

हे सर्व राहून जाते आणि पैशाने जे मिळते ते सर्व दिले जाते. ते सारे पुरक असते. पुरक असलेल्या गोष्टीने केवळ पोट भरते, पण त्याने बाळसं येत नाही. बालकांच्या वाढ आणि विकासाकरिता पालकांचा 'क्लाॅलिटी टाईम'

आतक्यांच्या अवगुंठनात बहुतांश अंधश्रद्धाच दडलेली असते. द्वैत, अद्वैत, विशिष्टाद्वैत, शुद्धाद्वैत, केवलाद्वैत, द्वैताद्वैत असल्या तत्त्वआधारित कल्पनासिद्धांतावर कितीही उहापोह केला तरी समर्पक उत्तर मिळणं कठीण आहे. असले कल्पनासिद्धांत ही शोधाची केवळ पहिली पायरी आहे, त्यामुळे तिला अंतिम मानणे हे चुकीचे ठरू शकते. आतक्य आणि अनाकलनीय या शब्दांवरच जर पूर्णविराम दिला, तर मती तिथंच कुंठीत होणार व उत्तर म्हणजे एक चमत्कार किंवा प्रश्नचिन्ह असेल.

आतक्यांतील कल्पना या बहुतांशाने भीतीने ग्रासलेल्या असतात त्यामुळेच त्या मानसिक स्तरावर विकृती उत्पन्न करू शकतात. अती श्रद्धा हीसुद्धा मानसशास्त्रीय दृष्टिकोनातून एक विकृतीच आहे. जिज्ञासेला वैज्ञानिक दृष्टिकोनाचा जर आधार असेल तरच समर्पक असे उत्तर मिळू शकते. जे इंद्रिय गोचर आहे, बुद्धिगम्य आहे तेच स्वीकारावे हाच वैज्ञानिक दृष्टिकोन आहे.

जिज्ञासा म्हणजे एखादी गोष्ट जाणून घेण्याची इच्छा, मात्र यासाठी वैज्ञानिक दृष्टिकोन, चिकित्सा करणे, कार्यकारण भाव जाणून घेण्याची इच्छा आणि ज्ञानपिपासू वृत्ती हे मूलभूत गुण स्वभावात असणे गरजेचे आहे. द्वैत तत्वज्ञान पुस्तकरत्यांच्या मते आत्मन आणि ब्राह्मण हे मृत्यूनंतरही वेगळं अस्तित्व टिकवून असतात, तर अद्वैत पुस्तकरत्यांसाठी मात्र ते पुन्हा या पंचतत्त्वांचाच एक भाग बनतात. त्यांचं स्वतंत्र अस्तित्व राहत नाही. मृत्यूपश्चात आत्मा (चेतन) जडदेहापासून (अचेतन) मुक्त होतो व पुनः नवीन शरीर प्राप्त करतो, तर काही तत्ववेत्त्यांना मात्र हे मान्य नाही,

तुम्ही फक्त इतकेच करा..!

अधिक गरजेचा असतो. मुलांचे शिक्षणासाठी साधनांची गर्दी नको, तर आई-बाबांचा वेळ हवा. मुलांसाठी पैसे खर्च करणे नव्हे, तर त्यांच्या सहावासात त्यांना जीवनाचा आनंद सापडणे, जीवनाचा अर्थ उलगडणे, जीवनाचा आनंद मिळेल अशा वाटांचे दर्शन घडविणे महत्त्वाचे. बालकांच्या सोबत खरंच असं कधी करतो का? आपण त्यांना वेळ देऊ शकत नसू आणि अशा वाटांचे दर्शन घडवत नसू, तर बालकांच्या वाटा चुकल्या आहेत, असे म्हणण्याचा अधिकार आपण गमावलेला असतो हे लक्षात घ्यायला हवे.

बालकाचा विकास आणि शिक्षण उत्तम होण्याकरिता भावनिक बुद्धिमत्तेचे विकसन महत्त्वाचे आहे. त्याकरिता जे जे म्हणून करण्याचा जाणीवपूर्वक प्रयत्न पालकांनीच करायला हवा. आपण मुलांना भौतिक सुविधा पुरवू शकतो..त्याला हवे ते साधन बाजारानून आणून देऊ शकतो..पण त्याने त्याला खरंच आनंद मिळतो का? याचा विचार करण्याची गरज आहे. मुळात आपण काळजीपोटी बालकाला जे देत जातो ती त्याची गरज नसते. त्याची गरज असते ती निखळ आई-बाबांच्या नितळ प्रेमाची आणि वेळेची. अलीकडे पैसा कमविण्याच्या विचारात इतके गुंतले आहोत त्यात आपलाही आनंद आपण गमावलेला आहे. मुलांच्या भविष्याची चिंता करीत सारखे धावाधाव करीत आहोत..उद्या त्याच्या शिक्षणासाठी पैसा लागणार आहे.. उत्तम दर्जाची शाळा हवी.. महागडी शिकवणी वर्ग हवेत.. आपल्या प्रतिष्ठेला शोभेल असे महागडे कपडे आणि उत्तम साधने हवी आहेत.

त्यासाठी पैसा कमवायलाच हवा ना! कमविण्याच्या नादात आपण इतके धावतो की, मुलांसाठी वेळ कोठे तो उरतच नाही. नोकरी करत असताना मिळणार्या वेतनाचा पैसा पुरत नाही म्हणून निधारित वेळेनंतरही अतिरिक्त वेळ देऊन काम करत

पैसे मिळविण्याचा प्रयत्न असतो. मग शनिवार, रविवार सुट्टी असली तरी त्याही वेळेत काम करण्यात स्वतःला गुंतवून ठेवणे ठिक वाटते. नोकरीतील पैसे पुरत नाहीत, म्हणून अतिरिक्त पैशासाठी दुसरी नोकरी करण्याचा प्रयत्न होतो. कामाच्या धावपळीत पालक सकाळी घरं सोडतात तेव्हा बालक झोपलेलेच असते. रात्री पालक उशिरा येतात तेव्हा बालक जेवण करून झोपी गेलेले असते. पालकांची भेट तरी कधी होणार? सुट्टीच्या दिवशी पालकांची भेट. ही सारी धावाधाव करण्यात आपण मुलांच्या जीवनातील आनंद गमावत असतो.

मुलांच्या भविष्यासाठी आपण धावाधाव करीत असलो तरी त्यांच्या भावनिक, मानसिक विकासाकरिता ज्या गोष्टी आवश्यक आहेत त्याबाबत दक्षता न घेतल्याने मुलांच्या जीवन प्रवासात प्रश्न निर्माण होतात. त्यांच्या विकासाच्या प्रक्रियेत अडथळे येतात. मुलांना वेळ न दिल्याने मुलांच्या आयुष्यातील जडणघडणीची वेळ निघून जाते. मुळात कोणतेही नाते आपल्याला पुढे न्यायचे असेल तर त्याकरिता वेळ द्यावा लागतो. नात्याची वीन घट्ट करण्यासाठी एकमेकाला वेळ देत, एकमेकाला जाणून घेणे घडत गेले तरच नाते पक्के होते. वेळ देणे म्हणजे समग्रतेने जाणून घेणे असते. विचारांची देवघेवणा, अभिरूची, गरजा आणि विकासासाठी आत्मविश्वासाची पेरणी त्यातून होत असते. आई, बाबांचा स्पर्श मुलांना शिकण्यासाठी विश्वास देत असतो. स्पर्श हाही आधार असतो. त्यामुळे मुलांना जीवन प्रवास समृद्ध करण्यासाठी आईबाबांच्या वेळेची निंतात गरज असते. आईबाबांची सोबत मुलांच्या पंखात बळ भरत असते.

पालक स्वतःच्या विकासासाठी, आनंदासाठी विविध क्लबच्या वाटा तुडवत असतात. तेथे स्वतःचा आनंद शोधत असतात. त्यावेळी आपण



मुलांच्या आणि इतरांच्या आनंदाचा विचार करतो का, हा खरा प्रश्न आहे. आपण धावपळीत थकला तर अशा आनंदाच्या वाटा शोधत राहो. स्वतःसाठी वेळ देत राहो. हवा असलेल्या व्यक्तीचा सहावास आपला थकवा घालवतो. आपणच थकवा, कंटाळा जावा म्हणून प्रयत्न करतो..आपणाला आनंदाच्या वाटा शोधताना स्वातंत्र्य असते.. पण ते स्वातंत्र्य मुलांना असत नाही. त्यामुळे मुलांसाठी आई-बाबांनी वेळ देण्याची गरज आहे. बालकांच्या जगण्यासाठी सातत्याने विचार करणारे गिजूभाई बंधका पालकांच्या डोळ्यांत अंजन घालतात. ते म्हणतात, क्लबपेक्षा आपणच वाट बदलली तर बरेच काही साध्य होईल. त्या वाटेत मुलांचा आनंद सामावलेला आहे.

ती वाट मुलांचे भावविश्व समृद्ध करणारी, शैक्षणिक प्रवासासाठी शक्ती देणारी आहे. गिजूभाई म्हणतात, क्लबची वाट बदलत आपणच बागेची वाट मुलांचे बोट धरून चालण्याची गरज आहे. त्यामुळे मुलेही आपल्यासोबत बागेत येतील. त्यांनाही बागेत झाडे, वेली, फुले, पाने, पक्षी, कारजे अनुभवता येतील. खेळणी खेळता येतील. निसर्गातील रंग, आकार, चव जाणता येईल, प्राणी, पक्षी यांच्या आवाजातील विविधता अनुभवता येईल. वेली, झाडांची माहिती मिळेल. भवतालात असलेल्या पक्ष्यांचे गुंजन अनुभवता येईल. निसर्ग, माणसं, मुले वाचता येतील. सामाजिक

ऐकणारे कान नाहीत त्याप्रमाणे शाळेतही ते कान नाहीत. समाजातही त्यांना ऐकून घेणार्या कानांची व्यवस्था नाही. त्यामुळे त्यांच्यादृष्टीने मोठ्यांना कान असले तरी ते केवळ अवयव आहेत, मात्र त्यांच्यासाठी त्या अवयवाचा कोणताही उपयोग नाही. त्यामुळे त्यांना ऐकून घेणे म्हणजे भाषिकदृष्ट्या अधिक समृद्ध करणे असते. त्याचबरोबर मुलांसाठी सर्वात आवडते काय असेल तर गोष्ट. गोष्टीसाठी त्यांचे नाते आजी-आजोबांशी अधिक पक्के असते. त्यांना एकमेकांची भाषा जाणता येते. गोष्ट म्हणजे मुलांचे मनोरंजन आहे. त्याद्वारे मुलांचे भावविश्व समृद्ध होत असते.

गोष्टीतून भाषा समृद्ध होते आणि बालकांची शब्दसंपत्ती वाढते. त्याचबरोबर सूजसशीलतेसाठीच्या वाटा निर्माण होतात. मुलांचे कल्पना विश्व व्यापक करण्यात गोष्टींचा महत्त्वाचा वाटा असतो. रोज गोष्ट, गाणी, बडबडगीते बालकाला ऐकवायला हवीत. त्यातून बालक आनंद घेईल. बालक कोणत्याही परिस्थितीतील असू द्या, त्याला या गोष्टींची मोहिनी असते. त्यामुळे आपण त्या गोष्टी नियमित ऐकविण्यासाठी तयारी दाखवायला हवी. मुलांना विकसित करण्यासाठी पैसा नाही, तर पैशाच्या किमतीचा वेळ द्यायला हवा. मुलांशी बोलायला हवे, गप्पा मारायला हव्यात.. त्यांच्या सोबत लहान बनवायला हवे.. आपणच त्यांचे बोट पकडत चालू लागलो, तर आपल्यालाही आनंदाच्या वाटा सापडत जातील. आपण मुलांमध्ये रस घ्यायला हवा, त्याच्या गालावरून, डोक्यावरून, पाठीवरून हात फिरवत फक्त लढ म्हणायला हवे. गिजूभाई लिहितात..

तुम्ही तुमच्या क्लबमध्ये जाण्यापेक्षा मुलाला बागेत घेऊन जा.

गप्पा मारत बसण्यापेक्षा मुलाला प्राणी दाखवा. वर्तमानपत्रात घुसण्यापेक्षा मुलांचे बोलणे ऐका. रात्री झोपायला जाताना मुलाला गोष्ट सांगून खूश करा, मुलांमध्ये रस घ्या.

- संदीप वाकचौरे

आतक्यांतील ईश्वर आणि शास्त्र!

त्यांच्या मते आत्मा असो वा शरीर हे मृत्यूपश्चात पंचतत्वात (ब्रह्मतत्वात) विलीन होतात. त्यांचं वेगळं असं अस्तित्व उरत नाही. काही तत्ववेत्ते आत्म्याचंही अस्तित्व नाकारतात. आधुनिक विज्ञानाचाही कल बऱ्यापैकी अद्वैताकडेच नेणारा आहे.

परावाणी ही अप्रत्यक्ष परंतु तीव्र आर्त सात्विक संवेदना आहे, तर वैखरी ही इंद्रियांची प्रत्यक्ष भौतिक अनुभूती आहे. परावाणी हे जरी अतर्क्य वाटत असले तरी आपण ज्याला पोटतिडकीने म्हणतो ती संवेदना बुद्धीगम्य आहे. हवा दिसत नाही, पण ती इंद्रिय गोचर आहे. परमाणू दिसत नाही, पण शास्त्रीय प्रयोगाने त्यांचं अस्तित्व मान्य केलं आहे. आद्य शास्त्र म्हणजे कणाद मुनींचे 'वैशेषिक' शास्त्र व कपिल मुनींचे 'सांख्य' शास्त्र हे देव मानत नाहीत, तर यांनी निर्गुणाचे ज्ञान विज्ञानाच्या साहाय्याने विषद केले आहे. 'न्याय', 'मीमांसा', 'योग' आणि 'वेदांत' शास्त्र मात्र ईश्वर संकल्पनेचा आधार घेतात. कारण विज्ञान हे सर्व आणि सहज गम्य नाही. आतक्यांची पोकळी ईश्वर या संकल्पनेनी बऱ्यापैकी भरून निघते, परंतु हा विचार ठोस नसून मनाची गुंतागुंत वाढवणारा आहे. वैचारिक द्वंद्व म्हणजे निश्चित उत्तर नाही! मन आहे म्हणून विचार आहे! शिव-शक्तीच्या मिलनातून निजा, परा, अपरा, सूक्ष्मा आणि कुंडलिनी या शक्ती निर्माण झाल्यात. कुंडलिनी शक्तीमुळेच चेतन-अचेतन याचा सुख संगम आहे आणि यातूनच मन व तार्किक विचाराचे वैभव मानवाला

लाभलेलं आहे. एकोहं बहुस्याम । नुसार ज्या एकाचा बहु झाला तो एक 'शिव' आहे आणि तोच अव्यक्त परब्रम्ह आहे, हुंकार हा आदिनाद आहे. शिवानेच शक्तीला जन्म दिला त्याचबरोबर इच्छा हा आद्य विकार अस्तित्वात आला. शिवाचा अहंकार आणि पार्वतीची (आदिशक्ती) इच्छा यामुळेच आत्मण आणि ब्राम्हण रूपाला आले. शिव अवस्थेत मनाबरोबर विचारही शून्य आहेत आणि त्यामुळेच या सृष्टीचा कारक अव्यक्त आहे. कुराणमध्ये अल्लाहची शंभर नावे सांगितली आहेत. नव्यान्नव नावे लिहिली आहेत, तर शंभराव्या नावाची जागा रिक्त आहे, कारण तोच ईश्वर, अल्लाह अकूल अव्यक्त आहे.

आदिशक्तीची इच्छा साकार रूप धारण करण्याची आहे, तर शिवाची इच्छा एकांतवासात राहण्याची. आदिशक्ती आदिमायेचं रूप घेऊन शिवाला संसार निर्मितीसाठी साद घालते. लाल, पिवळा, निळा रंग धारण करते व शिवाला आकृष्ट करते. आदिशक्तीच्या निर्मितीबरोबरच वेळ, अवकाश, काळ, दिशा आणि मिती अस्तित्वात आल्या. शिव-शक्ती मिलन म्हणजेच निजा शक्ती. पिंड विचारात पंचतत्त्वांपैकी प्रथम महापृथ्वी, महाआप, महातेज, महावायू आणि महाआकाश तत्त्वे उत्पन्न झाली. निजा शक्तीनंतर क्रमाक्रमाने परा, अपरा, सूक्ष्मा आणि शेवटी व्यक्त आणि अव्यक्त कुंडलीनी शक्ती निर्माण झाल्यात. कुंडलीनी शक्ती प्रोच्चलता, प्रबलता, प्रत्यमुखता,

प्रतिबिंबिता आणि पूर्णतः या गुणांनी युक्त आहे.

असल्यामुळे त्याचे विखंडण होऊ शकत नाही, त्याला कोणी



पृथ्वी तत्व अस्थी, मास, त्वचा, नाडी, रोम कारक आहे. आप तत्व लाळा, मूत्र, शुक्र, शोनीत, स्वेद कारक आहे. तेज तत्व तृषा, क्षुधा, निद्रा, क्लंती, आलस्य कारक आहे. वायू तत्व आकुंचन, प्रसरण, धावन, प्लवण आणि निरोध कारक आहे, तर आकाश तत्व भय, लज्जा, मोह, राग कारक आहे. जड देह स्वतः, रज, तम गुण, सप्त धातू व वात, पित्त, कफ ह्या त्रिदोशांनी युक्त आहे. वात दोष वायू आणि आकाश तत्वोत्पन्न आहे. पित्त दोष अग्नी आणि जल तत्वोत्पन्न आहे तर कफ दोष पृथ्वी आणि जल तत्वोत्पन्न आहे.

जाळून नष्ट करू शकत नाही, तर कोणता वायू सुकवू शकत नाही. नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि, नैनं दहति पावकः । न चैनं क्लेदयन्त्यापो, न शोषयति मारुतः ॥' अर्थः नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि (ज्याचा कोणतेही शस्त्र भेद करू शकत नाही), नैनं दहति पावकः (ज्याला अग्नी जाळून नष्ट करू शकत नाही), न चैनं क्लेदयन्त्यापो (पाणी ज्याला ओले करू शकत नाही), न शोषयति मारुतः (ज्याला वायू सुकवू शकत नाही),हाच ऊर्जा अक्षय्यतेचा नियम आहे. योगशास्त्रात याच अंतिम शिवतत्वाला जाणून घेण्यासाठी सुनियोजित असा अष्टांग मार्ग

सुचविला आहे. १) यम, २) नियम, ३) आसन, ४) प्राणायाम, ५) प्रत्याहार, ६) धारणा, ७) ध्यान, ८) समाधी. आचार्य राजनीश यांनी शिवतत्वाला जाणून घेण्यासाठी संभोगातून समाधीकडे जाण्याचा मार्ग सांगितला आहे. इथे पूर्णतः रतिक्रिडेतील आनंद अभिप्रेत नाही. कारण तो क्षणिक आहे, तर हा संभोग चेतन आणि अचेतन यामधील आहे. स्त्री-पुरुषाचा जन्म एकमेकांच्या सहवासातून होतो. त्यामुळे अचेतन शरीर हे जेव्हा पुरुषाचे असते, तेव्हा चेतन हे स्त्रीचे असते आणि अचेतन जेव्हा स्त्रीचे असते, तेव्हा चेतन हे पुरुषाचे असते. पुरुषाने त्याच्यातील चेतन स्त्रीशी व स्त्रीने तिच्यातल्या चेतन पुरुषाशी केलेला संभोग हाच खरा समाधी अवस्थेकडे नेणारा मार्ग आहे. शिवलिंग हे स्त्री आणि पुरुषाच्या जननेंद्रियांचे प्रतीक आहे, तर नंदी हा शुक्राच्या ताकदीचे प्रतीक आहे.

पराविंदो कुमारीनी कुंडल्या मेलन शिवे । मैथुनं शयनं दिव्यं यतीनां परिकीर्तितम् ॥

आता ईश्वर म्हणून विषयाला पूर्णविराम द्यावा की शास्त्रीय दृष्टिकोनातून चिकित्सा करावी या प्रश्न्या त्याच्या आकलनाचा प्रयत्न आहे. अभ्यास जर कृतीने परिपूर्ण असेल तर ती खर्या अर्थाने शश्र्वत सुखाची प्रत्यक्ष अनुभूती आहे, पण या अभ्यासाच्या सुरुवातीला मात्र एक गोष्ट ध्यानात घेणे गरजेचे आहे आणि ती म्हणजे 'एकं सत' - एकमेव सत्य - ते हे की हे विश्व एका ठराविक नियमाने चालले आहे, त्यात बदल करण्याचा अधिकार मात्र कोणालाही नाही, खुद्द ईश्वरालाही नाही.

- प्रशांत कळवणकर

आरोग्य

तुम्हीही झोपण्यापूर्वी भरपूर पाणी पिता का? मग ते आजपासूनच बंद करा. कारण रात्री जास्त पाणी प्यायल्याने तुम्हाला नॉक्टुरिया या आजाराला बळी पडू शकता. या आजारात रात्री अनेक वेळा लघवी येते. त्यामुळे झोपही पूर्ण होत नाही आणि शरीरात अनेक प्रकारचे आजार बळावू लागतात. डॉक्टर सांगतात की काही लोकांना रात्री झोपण्यापूर्वी जास्त पाणी पिण्याची सवय असते. काही लोकांमध्ये, मूत्राशयात जास्त पाणी जमा होते आणि ते हळूहळू बाहेर येते. यामुळे रात्री अनेकवेळा उठून लघवी करावी लागते.

रात्री जास्त पाणी न पिताही अनेक वेळा लघवी येत असल्याचे दिसून येते. हे मधुमेहामुळे असा शकते. परंतु ज्यांना मधुमेह किंवा इतर कोणतीही समस्या नाही, परंतु तरीही रात्रीच्या वेळी अनेक वेळा लघवी करावी लागते, तर ते नॉक्टुरिया रोगाचे लक्षण आहे. याबाबत तज्ज्ञ स्पष्ट करतात की रात्री झोपण्यापूर्वी जास्त पाणी पिणे, जास्त प्रमाणात मद्यपान करणे किंवा प्रॉस्टेट वाढणे यामुळे नॉक्टुरिया होतो. यामध्ये, व्यक्ती रात्री दोनपेक्षा जास्त वेळा लघवी करते. जर कोणाला ही समस्या असेल, तर त्याने एकदा डॉक्टरांना



तुम्हीही झोपण्यापूर्वी पाणी पितात का? तुम्ही पडू शकता या आजाराला बळी, ही आहेत लक्षणे

भेटावे. नॉक्टुरिया हा धोकादायक आजार नाही, परंतु तरीही डॉक्टरांचा सल्ला घेण्याकडे दुर्लक्ष करू नका. डॉक्टर तुम्हाला जीवनशैली सुधारण्याचा सल्ला देतील. ज्यामध्ये तुम्हाला झोपण्याच्या २ तास आधीपर्यंत कोणतेही द्रवपदार्थ घेऊ नका असे सांगितले जाईल. तज्ज्ञ पुढे सांगतात की, ५० वर्षे ओलांडलेल्या लोकांना या आजाराचा धोका जास्त असतो. ही समस्या या व्योगातील प्रत्येक ३ पैकी एक पुरुष आणि प्रत्येक ३ पैकी एक स्त्रीमध्ये दिसून येते. यापैकी काही लोकांना रात्री जास्त पाणी पिण्याची सवय असते. तर इतर मधुमेह किंवा इतर कोणत्याही मूत्रपिंडाच्या आजाराचे बळी आहेत. तसेच नॉक्टुरिया आजारात लघवी करण्यासाठी

ब्लॅक फुड म्हणजेच काळा तांदूळ आणि काळा लसुन सुद्धा आहे आरोग्यासाठी फायदेशीर

आरोग्यासाठी विविध प्रकारचे पदार्थ भाजीपाला, फळे, विविध प्रकारची कडधान्ये आवश्यक असतात. अशा अन्नपदार्थांवर गुण आपल्याला शरीराला हवे असलेले प्रोटिन्स, वेगवेगळ्या प्रकारचे विटामिन्स मिळतात. परंतु असे पदार्थ आहेत त्यांच्या काळ रंगामुळे आपण ते खाण्याचे टाळतो.

परंतु आपल्याला माहितीच नसते की हे पदार्थ आरोग्यासाठी किती प्रमाणात फायदेशीर आहेत ते, या लेखात आपण अशाच काही काळ्या रंगाच्या पदार्थांच्या आरोग्यदायी फायदे जाणून घेणार आहोत.

काळा लसुन : काळा लसुनामध्ये देखील अद्भूत आरोग्य दायी फायदे असतात. या लसुनामध्ये अँटिऑक्सिडंट आणि व्हिटॅमिन सी भरपूर प्रमाणात असते. हे चांगल्या आरोग्यासाठी अत्यंत आवश्यक आहे. काळा लसुन खाऊ यामुळे खराब कोलेस्ट्रॉल कमी होते. इन्फेक्शन आणि कॅन्सरसारख्या आजारावर



ही ते फायदेशीर आहे.

ब्लॅक बेरी : ब्लॅक बेरी आपल्याला माहिती आहे परंतु तिचे आरोग्यदायी फायदे माहिती आहेत का? तर याचे उत्तर बऱ्याचदा नाही असेच येईल. ब्लॅक बेरी मुळे शरीरावर ची सूज कमी होते. मासिक पाळीचा त्रास असेल तर ब्लॅक बेरी खावी. आपल्या त्वचेचा पोत सुधारतो. शरीरात कॅन्सर पेशींच्या वाढीवर देखील ब्लॅक बेरी नियंत्रण आणते.

काळा चहा : काळ्याच्या मध्ये पॉलिफिनॉल असते. डेड सेल्स कमी करून फ्री रॅडिकल्स काढण्यात मदत करते. संशोधनानुसार कोलेस्ट्रॉल कमी करणे, लडपणा कमी करणे व डायबिटीज यासारखे आजारांमध्ये काळा चहा उपयोगी ठरतो. काळे अंजीर : काळे अंजीर मध्ये पोटॅशियम मोठ्या प्रमाणात असते. त्यामुळे स्ट्रोकचा धोका कमी होतो. यात फायबरच प्रमाण जास्त असते. त्यामुळे पचन संदर्भातले आजार कमी होऊन वजन कमी होते. काळ्या अंजीर मध्ये कॅल्शियम लहण्याची क्षमता असते. काळा तांदूळ : काळे तांदूळ आरोग्यासाठी अतिशय फायदेशीर

केन शुगर म्हणजे काय? त्याचे फायदे जाणून घेतल्यावर पांढरी साखर खाणे बंद करा



भारतात कोणत्याही आनंदाच्या प्रसंगी तोंड गोड केले जाते. तसेच, बहुतेक लोकांना रात्रीच्या जेवणानंतर डेजर्ट खायला आवडते. भारतीय जेवणात मिठाईला खूप महत्त्व आहे आणि प्रत्येक भारतीय स्वयंपाकघरात साखर हा महत्त्वाचा घटक आहे. पांढरी साखर, ज्याला टेबल शुगर

पण तुम्ही कधी उसाची साखर (cane sugar) ऐकली आहे का? त्याबद्दल जाणून घेऊया.. **उसाची साखर म्हणजे काय?** केन शुगर ही ऑर्गेनिक पद्धतीने पिकवलेल्या उसापासून तयार केलेली अनरिफाईंड साखर आहे. त्याच्या प्रक्रियेत, उसाचा रस काढण्यासाठी ऊस धुऊन, कापून आणि गाळला जातो. हा एक प्रकारचा अनरिफाईंड गूळ असतो. रस उकळला जातो, सेंट्रोफ्यूजमध्ये (द्रव, वायू किंवा द्रव वेगळे करण्यासाठी वापरले जाणारे उपकरण) आणि क्रिस्टल्स तयार करण्यासाठी वाळवले जाते. यामुळे कमी प्रोसेसड केलेली साखर मिळते ज्याचा रंग हलका असतो आणि चव थोडी वेगळी असते.

उसाची साखर पांढरी आणि तपकिरी साखरपेक्षा वेगळी कशी आहे? उसाच्या साखरेच्या परिष्कृत रूपाला पांढरी साखर म्हणतात. फूड प्रोसेसिंग साखर शुद्ध केल्यानंतर ती पांढरी करण्यासाठी कार्बन फिल्ट्रेशन प्रणालीद्वारे प्रक्रिया केली जाते. अशा प्रकारे उसाच्या साखरेपासून पांढरी साखर तयार केली जाते. तसेच उसाच्या साखरेपासून ब्राऊन शुगरही बनवली जाते. ब्राऊन शुगर बनवण्यासाठी फक्त उसाचा मोलॅसिस वापरला जातो. गुळामुळे ब्राऊन शुगरचा रंग तपकिरी असतो. उसाची साखर फायदेशीर आहे का? उसाची साखर मिश्री मानली जाते कारण ती कमी प्रक्रिया केलेली साखर आहे. त्यामुळे त्यामध्ये पोषक तत्त्वे राखली जातात. उसाच्या साखरेत १७ अमीनो एसिड, ११ खनिजे आणि ६ जीवनसत्त्वे असतात. तथापि, या पोषक घटकांचे प्रमाण इतके कमी आहे की ते कोणत्याही महत्त्वपूर्ण लाभ देत नाहीत. ते लवकर खराब होत नाही, त्यामुळे त्याचे शेल्फ लाईफ चांगले आहे.

वजन कमी करण्याच्या फिराकीत लोकं करतात या चुका

आपण खूप दिवसापासून वजन कमी करण्यासाठी अनेक उपाय अमलात आणत आहात तरी वजन कमी होत नाहीये याचा अर्थ आपण काही चुका करत आहात. अशात वजन कमी करायचे असेल या चुका दुरुस्त करून योग्य परिणाम मिळवू शकता.

ब्रेकफास्ट टाळणे : ब्रेकफास्ट टाळणे ही सर्वात मोठी चूक ठरेल. ब्रेकफास्ट करणे अत्यंत आवश्यक असतं कारण याने दिवसभर धावपळ करण्याची शक्ती प्राप्त होती. नाशत्यात आपल्याला प्रोटीन आणि फायबर आढळणारे पदार्थ सेवन केले पाहिजे. **मॅक्रोन्यूट्रिएंट्सला गंभीरपणे न घेणे :** कार्ब, प्रोटीन आणि फॅट्सने भरपूर आहार मॅक्रोन्यूट्रिएंट्स

म्हणतात. कार्ब आणि प्रोटीन नसलेले आहार सेवन करणे आवश्यक आहे. यासाठी द्रागो अंडी, ट्यूना, रोस्टेड चिकन, डाळ आणि सोयाबीनचे सेवन करावे. **लो फॅट आहार घेणे :** डायटच्या फिराकीत आपण अनेकदा बाजारातून असे पदार्थ निवडता ज्यावर लो फॅट किंवा जिरो फॅट असे लिहिलेले असतं. परंतु फॅट्स नाही हा विचार करून या पदार्थांचा सेवन अती मात्रेत करण्यात येतं, हे चुकीचे आहे. असे पदार्थही लिमिटेडमध्ये सेवन केले पाहिजे. आपल्या आहारात हेल्दी फॅटदेखील जसे सामन, जवस, अक्रोड आणि बदाम सारखे पदार्थ सामील केले पाहिजे. **टीव्ही बघत-बघत जेवणे :** अनेक लोकं जेवताना टीव्ही बघणे पसंत करतात. अशाने



जेवण्यावरून लक्ष दूर होतं आणि अनेकदा भुकेपेक्षा अधिक आहार घेतला जातो. अशा कारणाने लडपणा वाढतो म्हणून जेवताना लक्ष केवळ जेवण्यावर असावे ना की इतर मनोरंजनावर. जेवताना मोबाइल वापरणेही टाळावे. **सोपे व्यायाम :** अनेकदा तासोतास व्यायाम केल्यावरही वजन कमी होत नाही कारण सोपे व्यायाम किती तरी तास केले तरी त्याने फरक पडत नाही. जेव्हा आपल्या ध्येय वजन कमी करणे हाच आहे तर हार्ड वर्कआउटची गरज असते. यासाठी अधिक वेळ देण्याचीही गरज भासत नाही.



स्लॅप थेरपी वाढवेल तुमचे सौंदर्य

प्रत्येकालाच वाटते आपण सुंदर दिसावे. म्हणून विविध ब्युटी ट्रिटमेंट केल्या जातात. मार्केटमध्ये सुद्धा विविध प्रकारचे स्किन केअर प्रोडक्ट्स मिळतात. काही लोक नैसर्गिक उपायांनी स्किन तजेलेदार बनवण्याचा प्रयत्न करतात. मात्र तुम्हाला तुमची त्वचा तजेलेदार करायची असेल तर महागडे प्रोडक्ट्स वापरण्याऐवजी नैसर्गिक उपायांचा वापर करू शकता. त्यापैकीच एक म्हणजे स्लॅप थेरपी. स्लॅप थेरपीमुळे खरंच तुमचे सौंदर्य वाढले जाते का? याच बद्दल आपण अधिक जाणून घेऊयात.

स्लॅप थेरपी नक्की काय आहे? स्लॅप थेरपी म्हणजे चेहऱ्यावर चापटी मारणे. या थेरपीत चेहऱ्यावर तुम्हाला चापटी मारली जाते. यामुळे चेहऱ्यावर ब्लड सर्कुलेशन उत्तम होते. त्याचसोबत स्किन संबंधित काही समस्या दूर होतात. स्लॅप थेरपीचे फायदे स्लॅप थेरपीमुळे तुमची स्किन सॉफ्ट होते. जर तुम्हाला सॉफ्ट स्किन हवी असेल तर या थेरपीची मदत घेऊ शकता. या थेरपीच्या मदतीने स्किनवरील सुरकुत्या कमी होण्यास मदत होते. त्यामुळे स्लॅप थेरपी फाइन लाइन्सची समस्या दूर करते. चेहऱ्यावरील स्नायू अॅक्टिव्ह

देवण्यासाठी स्लॅप थेरपीची मदत घेऊ शकता. स्किनची चमक वाढवण्यासाठी सुद्धा स्लॅप थेरपी कामी येईल स्लॅप थेरपीमुळे पिंपल्स आणि एकनेची समस्या दूर होऊ शकते

हे Health Advice नक्की करून पाहा : आरोग्य सल्ला

आवळ्याचा चमचाभर रस, जिरे व खडीसाखर यांचे मिश्रण सकाळ, संध्याकाळ दोन-तीन दिवस घेतल्यास आम्लपित्त कमी होते. पितामुळे भोवळे येणे कमी होते. लघवीच्या विकारांवर हे परिणामकारक औषध आहे. आवळ्यापासून तयार केलेला मोरावळा हा तर पितावर उत्तम आहे. रोज परसाकडेला साफ होत नाही, पोट जड वाटते, भूक लागत नाही, मन प्रसन्न राहत नाही, आजारी असल्यासारखे वाटते अशा तक्रारींवर मोरावळा रामबाण आहे. आहार हेच औषध आहे, स्वस्थ जेवणानेच आरोग्य ठणठणीत होते, यासाठी पोषक आहार घ्यावा. नियमित पोषक

आहार घेणाय गरजेचे आहे. यामुळे शरीराची चांगली वाढ होऊन तंदुरुस्ती प्रदान होते. आहारात कडधान्ये, पालेभाज्या, फळे भरपूर घ्या. गव्हाचा आटा वापरा, बटाटे सालीसकट खा, भरपूर द्रव्यपदार्थ घ्या. संपूर्ण व सकस आहार शरीरास आवश्यक असते. नाहीतर शरीरात पोषक द्रव्यांची कमी येते. आहारात हिरव्या भाज्या, ब्रेड, तांदूळ, दूध, दही, मास, अंडी, मासळी, फळे यामुळे पदार्थांचे सेवन करा. यामुळे शरीरास लागणारे व्हिटॅमिन मिळते. शरीरास व्हिटॅमिन आवश्यक असते. योग्य समतोल आहार घ्यावा. उन्हात पाणी पिणे आणि सावलीत बसून जास्त वारा घेणे टाळावे, यावेळेस योग्य समतोल साधणे उपयुक्त ठरू शकते. यासोबतच अती उन्हात फिरणे टाळल्यास उष्णतासाधारण प्रकारापासून मुक्त राहाल. सकाळी व सायंकाळी कामे आटोपावीत. ऊस खाण्यामुळे लघवी साफ होते. तसेच लघवीच्या वेळी आग होत असल्यासही तो उपयुक्त ठरतो. कावीळ झालेल्या रोग्यास तर ऊसासारखे दुसरे औषध नाही. काविळीचे रोग्याने रोज दोन वेळा जेवणापूर्वी ऊस खावा. एक मुठ भुईमुगाचे दाणे भाजून दहा ग्रॅम गुळाबरोबर चानून खावे. न्याहारीच्या वेळेस असे

१५ दिवसात वजन होईल कमी करा 'ही' योगासन

पोट आणि शिरातील अन्य अवयवांवर जमा झालेल्या अतिरिक्त फॅट्समुळे आजारांचा धोका वाढला जातो. काही वेळेस थायरॉइड आणि अन्य रोग जसे की, पीसीओडी, पीसीओएस, गॉस आणि अॅसिडिटीच्या समस्येमुळे सातत्याने वजन वाढले जाते. अधिक वजन आणि कॅन्सेर जमा झालेले फॅट आपल्या आरोग्यासाठी हानिकारक असते. त्यामुळे याला कंट्रोलमध्ये ठेवणे अत्यंत गरजेचे आहे. वजन कमी करण्यासाठी आपण जिममध्ये जाऊन घाम गाळतो आणि डाएट ही फॉलो करतो. मात्र हवे तसे रिजल्ट्स मिळत नाहीत. अशातच तुम्ही वजन कमी करण्यासाठी पुढील काही योगासने करू शकता. **भुजंगासन :** भुजंगासन हे दोन शब्दांनी मिळून बनले आहे. पहिला शब्द भुजंग म्हणजे साप आणि

CPR म्हणजे काय? कसे वाचवता येईल हृदयरोग्यांना, जाणून घ्या एम्सच्या डॉक्टरांकडून



देशात G-20 परिषद होणार आहे. यामध्ये परदेशातील लोक भारतात येणार आहेत. या परिषदेला अनेक संस्थांचे प्रतिनिधी उपस्थित राहणार आहेत. या समिष्टमध्ये कोणतीही दुर्घटना घडण्याची शक्यता टाळण्यासाठी रुग्णालयांना सज्ज राहण्यासाठी सांगण्यात आले आहे. यासाठी डॉक्टर आणि वैद्यकीय कर्मचाऱ्यांचे प्रशिक्षणही दिले जात आहे. नवी दिल्लीतील एम्सलाही या शिखर परिषदेची जबाबदारी देण्यात आली आहे. रुग्णालयातील डॉक्टरांना कोणत्याही आपत्तीचा सामना करण्यासाठी सज्ज राहण्यास सांगण्यात आले आहे. या मालिकेत बुधवारी राजधानी दिल्लीतील वैद्यकीय म हा विद्यालयातील अधिकाऱ्यांसाठी एम्समध्ये प्रशिक्षण सत्राचे आयोजन करण्यात आले होते. यामध्ये एम्सच्या डॉक्टरांनी डेड सुविधेद्वारे कार्डिओपल्मोनरी रिसुसिटेशन (CPR) बद्दल सांगितले.

या सत्रात डॉक्टरांनी सीपीआरची संपूर्ण प्रक्रिया समजावून सांगितली आणि त्यासाठी प्रशिक्षणही दिले. डॉक्टरांच्या मते सीपीआरच्या माध्यमातून हृदयविकाराच्या रुग्णांचे प्राण वाचू शकतात. जर एखाद्या रुग्णाला हृदयविकाराचा झटका (हृदयविकार, ज्यामध्ये हृदय अचानक काम करणे बंद करते) आला, तर प्राथमिक उपचार म्हणून उड्डट दिला जाऊ शकतो. त्यामुळे रुग्णाचा जीव वाचवला जाऊ शकतो. जरी बहुतेक लोकांना उड्डट बद्दल माहिती नसते. एखादी व्यक्ती बेशुद्ध पडल्यावर अनेक लोक त्याच्या तोंडावर पाणी शिंपडायला लागतात, पण असे करणे टाळावे. जर एखादी व्यक्ती अचानक बेहोश झाली असेल आणि त्याच्या हृदयाचे ठोके बंद होत असतील, तर लगेच सीपीआर घ्यावा. याविषयी डॉक्टरांकडून सविस्तर माहिती घेऊया. जर एखाद्या व्यक्तीला हृदयविकाराचा झटका आला. म्हणजे, व्यक्ती अचानक बेशुद्ध पडू लागते आणि त्याची नाडी जाऊ लागते, अशा स्थितीत सीपीआर घ्यावा. सीपीआरसाठी, व्यक्तीला त्या ठिकाणी झोपवले जाते आणि त्याच्या छातीत पंप केला जातो. हाताच्या तळव्याने छाती ढकलली जाते. एका मिनिटात १०० पेक्षा जास्त वेळा पुशिंग करावे लागते. या प्रक्रियेत हाताच्या तळव्याने छातीच्या मधल्या भागावर दाब दिला जातो. यावेळी आजूबाजूला गर्दी नसावी. सीपीआर दिल्यानंतर रुग्णाला मोकळ्या जागेवर बसवायला हवे. सीपीआरचा फायदा म्हणजे शरीराच्या अवयवांना रक्तपुरवठा पुन्हा सुरू होतो. त्यामुळे रुग्णाचा जीव वाचू शकतो. कार्डिअक अरेस्टच्या रुग्णाला चेळीच सीपीआर दिल्यास त्याचा जीव वाचू शकतो. तो रुग्णालयात पोहोचण्यापूर्वी रुग्ण पुन्हा बरा होतो.

जिल्हाधिकारी यांनी घेतले ग्रामदैवत श्री सिद्धेश्वराचे दर्शन

लातूर : लातूरच्या पहिल्या महिला जिल्हाधिकारी श्रीमती वर्षाजी ठाकूर घुगे यांनी आज श्रावणी सोमवार निमित्त ग्रामदैवत श्री सिद्धेश्वर व रत्नेश्वर देवस्थान येथे दर्शन घेतले. यावेळी प्रशासक तथा विश्वस्त मंडळ यांच्या वतीने त्यांचा सत्कार करण्यात आला. याप्रसंगी निवासी उपजिल्हाधिकारी श्रीमती रोहिणी नन्हे यांच्यासह विक्रमजी गोजमगुडे, अशोक भोसले, नरेशकुमार पंड्या, महापौर विक्रम गोजमगुडे, प्रशासक सचिनजी जांबुतकर, विशालजी झांबरे, दत्ता सुरवसे, आशिष साठे, प्रा अंजली जोशी आदी मान्यवर यांच्यासह उपस्थित होते.

LATUR BHUKAMP

लातूर

भुकंप

http://epaper.dainikbhukamp.com

बुधवार २३ ऑगस्ट २०२३

जैवतंत्रज्ञान हे आव्हानात्मक आणि अनेक संधी उपलब्ध असलेले क्षेत्र-केतन निंबाळकर

लातूर : येथील दयानंद विज्ञान महाविद्यालयातील जैवतंत्रज्ञान विभागातर्फे विद्यार्थ्यांना भविष्यातील वाटचालीबद्दल मार्गदर्शन करण्यासाठी दि. २२ ऑगस्ट २०२३ रोजी ऑनलाईन परिषदा आयोजित करण्यात आला होता. जैवतंत्रज्ञान क्षेत्रातील नोकरीच्या संधी व मुलाखतीला सामोरे जाण्याचे कौशल्य हा या परिषदाचा विषय होता. परिषदाचे वक्ते म्हणून दयानंद विज्ञान महाविद्यालयाचे जैवतंत्रज्ञान विभागाचे माजी विद्यार्थी केतन निंबाळकर उपस्थित होते. जे अहमदाबाद येथे कॅंडीला फार्मास्युटिकल येथे सहाय्यक व्यवस्थापक म्हणून कार्यरत आहेत. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन प्रा. श्रीनिवास कुलकर्णी यांनी केले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक व प्रमुख पाहुण्याचा परिचय जैवतंत्रज्ञान विभाग प्रमुख डॉ. कोमल गोमारे यांनी करून दिला.

४



नवीन शैक्षणिक धोरणात संपूर्ण जगाला मनुष्यबळ पुरवण्याचे सामर्थ्य

- कुलगुरू डॉ. उद्धव भोसले

लातूर : दिनांक १९ ऑगस्ट २०२३ रोजी दयानंद शिक्षण संस्थेचे अध्यक्ष लक्ष्मीरमण लाहोटी व सचिव रमेश बियाणी यांच्या संकल्पनेतून दयानंद कला महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. शिवाजी गायकवाड यांनी नवीन शैक्षणिक धोरण राबविण्यात दयानंद शिक्षण संस्था सदैव कटिबद्ध असेल आणि सर्व नवीन संकल्पना राबविण्यात अग्रणी असेल अशी ग्वाही दिली व शिवाजी गायकवाड यांच्या मार्गदर्शनात दयानंद कला महाविद्यालय व स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ, नोंडेंड यांच्या संयुक्त विद्यमाने 'राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२० जनजागृती' एक दिवसीय कार्यशाळेचे आयोजन दयानंद शिक्षण संस्थेच्या मुख्य सभागृहात करण्यात आले होते. स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठाचे कुलगुरू डॉ. उद्धव भोसले यांच्या अध्यक्षतेखाली ही कार्यशाळा संपन्न झाली. स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ उपकेंद्र लातूरचे संचालक डॉ. राजेश शिंदे यांची या कार्यशाळेला प्रमुख उपस्थिती होती. सोबतच स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठाच्या राष्ट्रीय सेवा योजना विभागाचे संचालक डॉ. मल्लिकार्जुन करजगी यांचीही यावेळी प्रमुख उपस्थिती होती. तसेच महाविद्यालयाचे उपप्राचार्य तथा खट-३ समन्वयक डॉ. प्रशांत मास्तीकर, दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. राजाराम पवार, दयानंद बी. फार्मसी महाविद्यालयाच्या प्राचार्या डॉ. क्रांती सातपुते, दयानंद इन्स्टीट्यूट ऑफ फार्मसीचे डॉ. वाजीद चाऊस व दयानंद वास्तुशास्त्र महाविद्यालयाच्या प्राचार्या डॉ. प्रीति पटवारी यांची मंचावर प्रमुख उपस्थिती होती. कार्यशाळेची सुरुवात ही स्वामी रामानंद तीर्थ यांच्या प्रतिमेस वंदन करून दीपप्रज्वलनाने करण्यात आली तसेच संगीत विभागातील डॉ.

शैक्षणिक वर्षात या धोरणाची अंमलबजावणी ही पदव्युत्तर स्तरावर करण्यात आलेली आहे आणि येत्या शैक्षणिक वर्षात हे धोरण पदवी स्तरावर लागू करण्यात येईल. या संदर्भात जाणीव जागृती निर्माण करताना सविस्तर आढावा घेत २०३५ पर्यंत या शैक्षणिक धोरणाची अंमलबजावणी कथ्या पद्धतने केलेली जाणार आहे याची पार्श्वभूमी कुलगुरूंनी विशद केली. यामध्ये विविध शासकीय महाविद्यालयाचे क्लस्टर, एका संस्थेच्या विविध महाविद्यालयाचे क्लस्टर आणि विविध संस्थेच्या क्लस्टरची संकल्पना त्यांनी सविस्तरपणे विशद केलेली. भविष्यातील शिक्षण व्यवस्था कशी असेल याचे संपूर्ण चित्र त्यांनी आपल्या वक्तव्यातून उभे केले. लातूर जिल्ह्यातील कनिष्ठ व बरिष्ठ महाविद्यालयातील जवळपास ३५० प्राचार्य व प्राध्यापक या कार्यशाळेत उपस्थित होते. उपस्थित असलेल्या सर्व बुद्धिजीवी शिक्षणप्रेमींमध्ये निर्माण झालेल्या प्रश्नांची समाधानकारक उत्तरे देत त्यांनी या कार्यशाळेची प्रक्रिया दुहेरी केली व या कार्यशाळेत एक संवाद निर्माण झाला.

या कार्यशाळेचे सूत्रसंचालन हे प्रा. डॉ. मीना घुगे यांनी केले तर आभार प्रदर्शन प्रा. डॉ. सुभाष कदम यांनी केले. कार्यशाळा यशस्वी होण्यासाठी प्रा. डॉ. मच्छिंद्र खंडागळे कार्यालयीन अधीक्षक रुपचंद कुरे कार्यालयीन कर्मचारी गणेश पुजारी, गोविंद मुंडे सर्व प्राध्यापक व कर्मचाऱ्यांनी प्रयत्न केले.

लातूर : ग्रीन लातूर वृक्ष टीमचे सदस्य पूर्वनिर्वाचित कार्या करिता रिंग रोड वरून जातेवेळी मानकरी पेट्रोल पंपाजवळ एक अंदाजे २० ते २५ वर्ष वयाचे वडाचे झाड निर्दयीपणे मुळासह उपटून रोडवर टाकल्याचे लातूर ग्रीन वृक्ष टीमच्या सदस्यांनी पाहिले आणि त्या क्षणापासून सुरू झाली पळपळ, प्रत्येक सदस्य आपण या झाडास जीवदान द्यायचे या उद्देशाने प्रयत्न करताना प्रत्यक्षदर्शी लातूरकर सुद्धा अचंबित होऊन पाहू लागले.

एखाद्या अपघातात आपल्या ओळखीच्या व्यक्तीच्या मदतीकरिता ज्याप्रमाणे एखाद्याच्या मनाची चाललेलं होतं, त्यापेक्षा किंचितही वेगळ्या प्रसंग प्रत्यक्ष दर्शनी लातूरकरांनी अनुभवला नसेलच, उद्देश या झाडाचे पुन:रोपण एवढाच, प्रत्येक सदस्य ट्रॅक्टर, जेसीबी, कटिंग मशीन लवकरात लवकर मिळवण्याच्या उद्देशाने फोनवर व्यस्त असल्याचे दिसत होते. रिंग रोडवर गटार बनवण्याकरिता हे वडाचे वृक्ष अतिशय निर्दयी पद्धतीने रोडवर उपटून टाकण्यात आले होते, सगळीच लोक निर्दयी असतात अशी नाही समाजात आज पण काही जागरूक नागरिक व प्रत्यक्ष कार्य करणाऱ्या नि:स्वार्थ ग्रीन

टी. सी. हरवली आहे
शबनम इलाही तांबोळी या नावाची मौलाना अबुल कलाम आझाद उर्दू विद्यालय, शहावली मोहल्ला, लातूर येथून १० वी पास झाल्याची टी. सी. शाहु चौक ते विवेकानंद चौक, लातूर दरम्यान प्रवास करताना हरवली आहे. तरी कोणास मिळून आल्यास त्यांनी खालील मोबाईल क्रमांकावरती संपर्क साधावा.
संपर्क
मो. क्र. ९७६७२९९३८०

तहसीलदार तथा तालुका दंडाधिकारी औसा यांचे कार्यालय (भुकंप विभाग) जाहीर प्रगटन

जा.क्र. २०२३/भुपु/कावि-२११५ दिनांक : २२/०८/२०२३
विषय- भूकंपग्रस्त प्रमाणपत्र मिळणे बाबत.
संदर्भ- श्री. भिमराव (भिमशांकर) सिद्राम तौर, रा. बानेगाव, ता. औसा यांचा अर्ज
उपरोक्त विषयी संदर्भीय अर्जाच्या अनुषंगाने मौ. बानेगाव, ता. औसा येथील तमाम जनतेस कळविण्यात येते की, अर्जदार श्री. भिमराव (भिमशांकर) सिद्राम तौर, रा. बानेगाव यांनी या कार्यालयात अर्ज देऊन यांनी त्यांचा मुलगा श्री. करण भिमशांकर तौर यांचे नावे भूकंपग्रस्त प्रमाणपत्र मिळणे बाबत केलेली आहे.
तरी मौजे, बानेगाव, ता. औसा येथील भूकंपग्रस्त प्रमाणपत्राबाबत विनंती कोणाचे हरकत/ आक्षेप असल्यास त्यांनी सदर जाहीर प्रगटन प्रसिद्धी झालेपासून १५ (पंधरा) दिवसांचे आत तहसील कार्यालय औसा येथे हजर राहून आपले आक्षेप/ हरकत सार्वजनिक सुटीचे दिवस सोडून कार्यालयीन वेळेत लेखी स्वरूपात नोंदविण्यात यावा.
उक्त कालावधीनंतर प्राप्त आक्षेप विचारात घेतले जाणार नाहीत व उक्त प्रकरणात नियमानुसार कार्यवाही करण्यात येईल याची नोंद घेण्यात यावी. सदरील जाहीर प्रगटन आज दिनांक २२.०८.२०२३ रोजी माझे सही व शिक्क्यानिशी काढण्यात आलेले आहे.

स्वाक्षरीत/-
तहसीलदार औसा करीता

DECLARATION

HERE IN THIS ADVERTISE I AM DECLARING THAT I HAVE CHANGE MY NAME WHICH WAS EARLIER-SHAIKH AAYESHA CHANDPASHA TO: SHAIKH AYESHA CHANDPASHA HENCE FOR THIS DECLARATION I WILL BE KNOWN BY THIS NAME AND WILL USE SHAIKH AYESHA CHANDPASHA IN FUTURE THE SAME NAME WILL BE USED BY MY FAMILY WIFE/CHILDREN AND RELATIVE.
OLDNAME:- SHAIKH AAYESHA CHANDPASHA
NEWNAME:- SHAIKH AYESHA CHANDPASHA
ADDRESS:- BARSHI ROAD VIKAS NAGAR
LATUR 413512



लातूर वृक्ष टीम सारखे वृक्षप्रेमी नागरिक सुद्धा आहेत, परंतु निर्दयी लोकांच्या समोर त्यांची संख्या फारच नगण्य आहे हे सत्य नाकारता येणार नाही.
ग्रीन लातूर वृक्ष टीमने सदर झाड उपटून टाकल्याचे पहिले ती वेळ सकाळची असल्याने बरीच मंडळी साखर झोपेत होती, त्यामुळे जेसीबी, ट्रॅक्टर, कटिंग मशीन, पाण्याचा टँकर ही साधने गोळा करण्याकरिता प्रचंड धावपळ करून वेगवेगळ्या एजन्सीला फोन करून हे सर्व एकत्रित केले. आता प्रश्न होता तो झाडाचे पुन:रोपण करण्याचे

ठिकाण, यासाठी श्रीकृष्ण मंदिर कातपूर रोड या मंदिरचे अध्यक्ष सुरवसे साहेब यांनी मंदिर परिसरात या वडाचे झाडाचे रोपण करण्यास परवानगी दिली आणि सुरुवात झाली प्रत्यक्ष कामाला. पहिल्यांदा वडाचे झाडाच्या फांद्या योग्य मापात कापून घेतल्या जेणेकरून ट्रॅक्टर ट्रॉलीमध्ये ठेवणे व वाहतूक करण्यास अडचण येणार नाही आणि जेसीबीच्या साह्याने सदर झाड ट्रॅक्टर ट्रॉलीमध्ये ठेवण्यात आले तसेच जेसीबीच्या साह्याने श्रीकृष्ण मंदिर कातपूर येथे चार फूट बाय सहा फूट आकाराचा खड्डा घेऊन

त्यामध्ये सदर झाडाचे पुन:रोपण करून मुबलक पाणी देऊन, ग्रीन लातूर वृक्ष टीमच्या आठवे वृक्ष पुन:रोपण यशस्वीपणे पूर्ण केले.
श्रीकृष्ण मंदिरातील उपस्थित महिलांनी या वडाचे वृक्षाची विधिवत पूजा करून, श्रीकृष्ण भगवानांना सदर वृक्षास जीवदान मिळावे यासाठी प्रार्थना केली. या कार्यात मोलाचे सहकारी लाभले ते जागरूक नागरिक श्री. किरणजी जाधव, अध्यक्ष काँग्रेस लातूर शहर, श्री सुरवसे साहेब अध्यक्ष श्रीकृष्ण मंदिर, जेसीबी, ट्रॅक्टर, टँकर इत्यादीचे चालक, अग्रिशमन दल

कर्मचारी, मनपा अधिकारी तसेच ग्रीन लातूर वृक्ष टीमचे सर्व सन्माननीय सदस्य यांनी अफाट मेहनत घेऊन हे वृक्ष पुन:रोपण कार्य यशस्वीपणे पूर्ण केले. हा उपक्रम पूर्ण करण्यासाठी ग्रीन लातूर वृक्ष टीमचे डॉ. पवन लड्डा, पदमाकर बागल, सुलेखा कारेपूरकर, तुळसा राठोड, ऍड वैशाली यादव, सिताराम कंजे, नागसेन कांबळे, दयाराम सुडे, कांत मरकड, पांडुरंग बोडके, अमृता दाताळ, आंकारा सदरे, गणेश सुरवसे, मुकेश लाटे, देशमुख रवींद्र, आदित्य स्वामी यांनी परिश्रम घेतले.

उपविभागीय अधिकारी तथा भुसंपादन अधिकारी निलंगा यांचे कार्यालय भुसंपादन विभाग खरेदीपुर्व जाहिर नोटीस

लातूर जिल्ह्यातील तमाम जनतेस या प्रगटनाद्वारे सुचित करण्यात येते की, कार्यकारी अभियंता लातूर लघु पाटबंधारे विभाग लातूर यांनी मौ. धनेगाव, ता. देवणी, जिल्हा लातूर येथील धनेगाव उच्च पातळी बंधारा कामासाठी मौ. धनेगाव, ता. देवणी येथील स. नं. १२ मधील क्षेत्र ०.२० हे. आर जमीन थेट खरेदी करण्याबाबत भुसंपादन प्रस्ताव हा नवीन भुसंपादन कायदा २०१३ च्या अनुषंगाने शासन निर्णय क्र. संकिर्ण ०१/२०१७/प्र. क्र. १२/अ-२. मंत्रालय मुंबई दि. २५/०१/२०१७ मधील तरतुदीनुसार सादर केला आहे. त्या अनुषंगाने उपरोक्त जमीन क्षेत्र खाजगी खरेदी व्यवहाराने सार्वजनिक प्रयोजनासाठी जमीन संपादन करण्याचे प्रस्तावीत आहे.

खालील अनुसुचीमध्ये संबंधीत जमीन मालकाचे नाव गट नं./ सं. नं. व संपादीत करावयाची क्षेत्र तपशीलवार संयुक्त मोजणी अहवालाप्रमाणे विचारात घेण्यात आलेले आहे. सदर जमीनी बाबत जमीन मालकाचे हिस्सावर हक्क, दत्तकपत्र, वारसाहक्क, गहाण, दान, बोजाबाकी, लिज, कर्ज, बक्षीसपत्र, जप्ती, मादार व इतर हक्क असल्यास नोटीस प्रसिद्ध झाल्यापासून आठ दिवसांच्या आत पुराव्यासह लेखी तक्रार कार्यालयाच्या वेळेत (सकाळी ९.४५ ते सायं. ६.१५ वाजेपर्यंत) समक्ष अथवा रजिस्टर्ड पोष्टाने उपविभागीय अधिकारी तथा भुसंपादन अधिकारी कार्यालय निलंगा या कार्यालयात सादर करावी सदरील मुदतीत कोणतीही हरकत न आल्यास सदरील जमीन मालकाचे मिळकत निर्वेध व निर्जोखमी असल्याचे समजून उपविभागीय अधिकारी तथा भुसंपादन अधिकारी निलंगा. हे पुढील सरळ खरेदीचा व्यवहार करतील दिलेल्या मुदतीनंतर कोणाचीही हरकत आल्यास ती कार्यालयास कायदेशीररित्या बंधनकारक राहणार नाही याची सर्व तमाम लोकांनी नोंद घ्यावी.

सोबत-अनुसुची
दिनांक : ११/०७/२०२३

अनुसुची

संपादन संस्थेचे नाव :- कार्यकारी अभियंता, लातूर लघुपाटबंधारे विभाग, लातूर
भुसंपादनाचे प्रयोजन :- धनेगाव उच्च पातळी बंधारा कामासाठी (संयुक्त मोजणी प्रमाणे)

अ. क्र.	भुधारकाचे नाव	गावाचे नाव	गट/ सर्वे नं.	संपादन क्षेत्र हे. आर.	जिरायत/ बागायत
१	प्रभाकर केशवराव शिंदे	धनेगाव	१२	०.२०	जिरायत

स्वाक्षरीत/-
उपविभागीय अधिकारी तथा
भुसंपादन अधिकारी निलंगा

जिमाका/लातूर/जाहि. क्र. ८/२०२३-२०२४

छोटो झेरॉक्स मशीन व प्रिंटर विक्री
कलर प्रिंटर/झेरॉक्स
B/W प्रिंटर/झेरॉक्स
जम्बो झेरॉक्स/प्रिंटर
डिझाईनिंग/पासपोर्ट फोटो
रिफ्लेक्टिंग/टोवर/फोटो पेपर
लॅमिनेशन मशीन व मटेरिअल
झेरॉक्स मशीनेचे अधिकृत विक्रेते :
बोरा झेरॉक्स
व्यापारी धर्मशाळा, महात्मा गांधी चौक, लातूर.
9673344777

श्री.तिरुपती
ट्रेडिंग कंपनी
शिवाजी चौक,
निलंगा, जि. लातूर
जैन टिबळ सिंघव
जैन सिंगलर
जैन पी.व्ही.सी.पाईपवे
-: अधिकृत विक्रेते:-
प्रो. गुणवंत गावकवाड हस्ताकर
फोन:-०८. २४२४६३,
मो.९४०४६८२९९९

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