

लातूर जिल्ह्यात

चार दिवस पावसाचे

लातूर : पावसाळ्यातील महत्त्वपूर्ण असा संपूर्ण ऑगस्ट महिना कोरडा गेल्यानंतर आजपासून चार दिवस लातूर-उस्मानाबाद जिल्ह्यात हवामान विभागाने एलो अलर्ट जारी केला असून ७ तारखेपर्यंत जिल्ह्यामध्ये मुसळधार पाऊस पडेल असा अंदाज व्यक्त करण्यात आला आहे. हवामान खात्याने व्यक्त केल्यानुसार आजपासून चार दिवस लातूर जिल्ह्यामध्ये पाऊस गृहीत धरण्यात येत आहे.



मराठवाड्यात विशेषतः लातूर व उस्मानाबाद जिल्ह्यामध्ये एलो अलर्ट जारी केला आहे. त्यामुळे संबंध जिल्हा पावसाच्या स्वागताला सज्ज आहे. आज सकाळी ८ वाजता संपलेल्या २४ तासांमध्ये लातूर जिल्ह्यात १६.०१ मि.मि. एवढा पाऊस झाला आहे. त्यात लातूर तालुका २०.०४, औसा १७.०४, अहमदपूर १३.०५, निलंगा १६.०८, उदारी ८.०९, चाकूर २२.००, रेणार ११.०९, देवणी, १२.०४, शिरूर अनंतपाळ २४.०३ व जळकोट तालुक्यात ९.०९ मि.मी. एवढा पाऊस झाला आहे. लातूर जिल्ह्यात मंडळनिहाय पावसाच्या नोंदीचा विचार करता उजेड मंडळात ३२.०० मि.मी., शिरूर अनंतपाळ मंडळात ३०.०५ मि.मी., आष्टा मंडळात ४७.०३ मि.मी., झरी मंडळात ३९.०० मि.मी. निदूर मंडळात ३२.०० मि.मी. आदीप्रमाणे पाऊस झाल्याची नोंद आहे.

बंगालच्या उपसागरात चक्राकार स्थिती निर्माण झाल्याने विदर्भ-मराठवाड्यात ७ सप्टेंबरपर्यंत चांगला पाऊस पडेल असा अंदाज हवामान विभागाने व्यक्त केला आहे. संबंध लातूर जिल्ह्यामध्ये नागरीक पावसाची चातकाप्रमाणे वाट पाहत आहेत. जिल्ह्यातील बहुतेक सर्व मध्यम प्रकल्प, लघु प्रकल्प ३० ते ४० टक्क्यांच्या खाली आहेत. जिल्ह्यातील अनेक विहिरी, बोअरचे पाणी पळाले आहे. सोयाबीन ऐन फुलोऱ्यात असताना पावसाने प्रचंड ताण दिल्याने आजच्या स्थितीत सोयाबीन ५०

टक्क्यांहून अधिक प्रमाणात गेले आहे, अशा तक्रारी शेतकरी करत आहेत. जिल्ह्यातील उपलब्ध पाणीसाठा लक्षात घेवून जिल्हा प्रशासनाने देखील हे पाणी पिण्यासाठी आरक्षित केले आहेत. पावसाची सध्या नितांत गरज आहे. असे असताना हवामान विभागाने ७ सप्टेंबर पर्यंत

सेवानिवृत्त पोलीस जमादार गोरोबा सोनवणे यांचे निधन



लातूर : काही दिवस रेल्वे व नंतर पोलीस दलात पोलीस हवालदार म्हणून सेवानिवृत्त झालेले गोरोबा मुकुंदराव सोनवणे यांचे आज सकाळी वयाच्या ७९ व्या वर्षी निधन झाले.

सेवानिवृत्तीनंतर ते बौद्धनगर, लातूर येथे राहत होते. त्यांच्या पार्थिवावर आज सोमवार दि. ४ सप्टेंबर रोजी दु. ४ वा. मारवाडी स्मशानभूमी, लातूर येथे अंत्यसंस्कार करण्यात येणार आहेत. त्यांच्या पश्चात पत्नी, दोन मुले, दोन मुली असा परिवार आहे.

त्यांच्या मते....

- निवडणूक आयोगाकडून राष्ट्रवादीचे नाव, चिन्ह अजित पवार गटाला मिळेल. - प्रफुल्ल पटेल
- भाजपसोबत जाण्याअगोदर करारच तसा झाला असावा. - काठेवाडीचे मराठा तरुण
- पुढील पाच दिवस राज्यात पावसाची जोरदार बँटींग. - हवामान विभाग
- पावसाला ठोकू घा शतक, अर्धशतक जनता चेरिंगसाठी सज्ज आहे. - हे तर पक्षही गेला, अन् सत्ताही गेली असे होईल.
- दादा तुम्ही एक तर गृहमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांचा राजीनामा घ्या, नाही तर त्यांची साथ सोडा. - काठेवाडीचे मराठा तरुण
- पक्षाचे चिन्ह असो वा नसो, आमच्याकडे शरद पवार आहेत. - आ. रोहित पवार
- शरद पवारमुळे पक्ष-चिन्ह, चिन्हामुळे शरद पवार नाहीत हेच खरं.

निलंगा येथे काँग्रेसचा जनआक्रोश

निलंगा : काँग्रेसच्या वतीने आज निलंगा येथे शेतकऱ्यांच्या प्रश्नांवर जनआक्रोश आंदोलन करण्यात आले. या आंदोलनाला मोठ्या संख्येने कार्यकर्त्यांची संख्या दिसत होती. सुमारे ४० दिवसांपासून पाऊस नाही. शेतकऱ्यांना पूर्णवेळ लाईट नाही. शासनाची मदत नाही. सरसकट दुष्काळ जाहीर करावा, शेतकऱ्यांचे वीजबील माफ करावे, शेतकऱ्यांना दिवसा १२ तास लाईट द्यावी, विद्यार्थ्यांची फी माफ करावी, जनावरांसाठी चाऱ्याची व्यवस्था करावी या व इतर मागण्यांसाठी आज काँग्रेसच्या वतीने निलंगा येथे आंदोलन करण्यात आले. या आंदोलना दरम्यान पाऊस आला असला तरी या पावसात काँग्रेसचे पदाधिकारी ठाण मांडून होते. त्यांनी पावसातच आंदोलन केले. त्यानंतर जागेवरच प्रशासनाला आपल्या मागण्यांचे निवेदन दिले. या आंदोलना दरम्यान काँग्रेस अशोक पाटील निलंगेकर, अभय साळुंके, विजयकुमार पाटील, डॉ. अरविंद भातांत्रे, अजित माने, दयानंद चोपणे, सोनू डगवले आदिंनी संबोधित केले.

पुण्यात वृंदावन फाउंडेशनचा कवी सातपुते यांना पुरस्कार प्रदान



पुणे : लातूर येथील सुप्रसिद्ध कवी व वात्रटिकाकार तसेच भादा येथील सुट्टीविना शाळेचे माजी मुख्याध्यापक भारत सातपुते यांचा पुणे येथील वृंदावन फाउंडेशनच्या वतीने नुकताच शिक्षक पुरस्कार सत्कार सोहळा सदाशिव पेटेतील भाविसा सभागृहात संपन्न झाला. शिक्षणक्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य केल्याबद्दल महाराष्ट्रातील अकरा जणांचा वृंदावन फाउंडेशनच्या वतीने पुरस्कार देऊन सन्मान करण्यात आला. हा सन्मान राज्याच्या पाटबंधारे विभागाचे माजी प्रधान सचिव डॉ. डी. एम. मोरे यांच्या हस्ते, तर कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी जगदुरु संत तुकोबाराय यांचे वंशज ह भ प माणिकबुवा मोरे महाराज

दादा सत्तेतून बाहेर पडा

बारांमती बंद दरम्यान घोषणा

बारांमती : जालना येथे मराठा आंदोलकांवर पोलिसांनी केलेल्या लाठीमाराच्या निषेधार्थ आज बारांमतीमध्ये कडकडीत बंद पाळण्यात आला. मराठा क्रांती मोर्चाच्या कार्यकर्त्यांनी यावेळी उपमुख्यमंत्री अजितदादा पवार यांना मराठ्यांना आरक्षण देता येत नसेल तर सत्तेतून बाहेर पडा अशा घोषणा देत कार्यकर्त्यांनी बारांमती हादरवून सोडली. मराठा आंदोलकांवर झालेल्या लाठीमाराच्या निषेधार्थ आज मराठा समाजाच्यावतीने बारांमतीत कडकडीत बंद पाळून मोर्चाचे आयोजन करण्यात आले होते. यावेळी 'सरकारचा भरलाय घडा, अजितदादा सत्तेतून बाहेर पडा', अशा घोषणांनी आज मराठा आंदोलकांनी बारांमती दणाणून सोडली. बारांमतीच्या कसब्यातील श्री छत्रपती शिवाजी उद्यानापासून मोर्चा काढण्यात आला. गुनवडी चौक, गांधी चौक, सुभाष चौकमार्गे भिवण चौकात मोर्चाचे रुपांतर सभेत झाले. यावेळी 'सरकारने मराठा समाजाला आरक्षण दिले नाही तर, आगामी सर्व निवडणुकांवर मराठा समाज बहिष्कार घालेल. एकही मराठा मतदार मतदान करणार नाही. वेळप्रसंगी बारांमतीतूनच आम्ही दोनशे कार्यकर्त्यांना निवडणुकीला उभे करू, असा थेट इशारा बारांमतीतील आंदोलकांनी दिला आहे. बारांमतीतील मोर्चादरम्यान अनेक आंदोलकांनी मराठा समाजाला आरक्षण मिळत नसेल तर, अजित पवार यांनी सत्तेतून बाहेर पडावे, अशी तीव्र भूमिका घोषणांच्या माध्यमातून व्यक्त केली. अनेक कार्यकर्त्यांनी तीव्र संताप व्यक्त करत आरक्षणाच्या मागणीसाठी दिरंगाई होत असल्याबद्दल सरकारचा यावेळी निषेध केला. तसेच आरक्षणाच्या मुद्यावर सर्वच नेतेमंडळींनी मोर्चात



कन्हेरी चौकात रेल्वेप्रमाणे ट्रक चालली दुभाजकावर

लातूर येथील कन्हेरी चौकातील रत्नागिरी-नागपूर महामार्ग हा अत्यंत धोकादायक बनला आहे. प्रचंड रहदारी असल्याने या चौकात रोजच अपघात होतात. आज सकाळी एक ट्रक बसवेश्वर चौकाकडून राजीव गांधी चौकाकडे जात असताना कन्हेरी चौकात काही फूट दुभाजकावरून चालली. अपघाताचे दृश्य पाहिल्यानंतर रेल्वे रुळावरून रेल्वे चालावी तसे दृश्य यात दिसून येत आहे. सुदैवाने यात कोणी जखमी झाले नाही, असे वृत्त आहे. या चौकात वाहतूक नियंत्रणासाठी सिमनल अथवा वाहतूक पोलिसाची सोय करण्यात यावी अशी मागणी होत आहे.

गोविंदभाई मेमोरियल अवॉर्ड करिता पाशा पटेल यांची निवड

औसा : कृषी मूल्य आयोगाचे माजी अध्यक्ष श्री. गोविंदभाई मेमोरियल अवॉर्ड करिता पाशा पटेल यांची निवड करण्यात आली. यात १) कमोडिटी विश्र्लेषक/ट्रेडर परिश्रम घेवून देशातील तेलबिया उत्पादन वाढीसह शेतकऱ्यांचे उत्पन्न वाढविण्यासाठी विशेष कार्य केले. या उल्लेखनीय कार्याची दखल घेत द सॉल्व्हेंट एक्स्ट्रॅक्टर्स असोसिएशन ऑफ इंडिया मुंबई, जीजीवन रिसर्च राजकोट/इंदूरच्या सहकार्याने, यंदाच्या श्री गोविंदभाई मेमोरियल अवॉर्डकारिता निवड करण्यात आली आहे. २८ सप्टेंबर रोजी श्री. गोविंदभाई मेमोरियल अवॉर्ड द सॉल्व्हेंट एक्स्ट्रॅक्टर्स असोसिएशन ऑफ इंडिया मुंबई च्या ६० व्या वर्षाच्या समारंभात सदरचा पुरस्कार प्रदान करण्यात येईल. मुंबईत रस्ते वाहतूक आणि महामार्ग मंत्री नितिन गडकरी यांच्या हस्ते देण्यात येणार आहे. या प्रतिष्ठित पुरस्काराची स्थापना तीन महत्त्वाच्या श्रेणींमध्ये उल्लेखनीय योगदानासाठी करण्यात आली. यात १) कमोडिटी विश्र्लेषक/ट्रेडर २) इलेक्ट्रॉनिक प्रेस मीडिया आणि ३) शेतकरी/एफपीओ/सेवा रोख पुरस्कारासह रु. ५०,०००/ असे पुरस्काराचे स्वरूप आहे. तेलबिया उत्पादक शेतकऱ्यांना पाठिंबा देण्याच्या तुमच्या अतुलनीय समर्पण आणि तळमळामुळे पाशा पटेल यांची 'श्री गोविंदभाई मेमोरियल अवॉर्ड २०२२-२३' करिता निवड केल्याचे द सॉल्व्हेंट एक्स्ट्रॅक्टर्स असोसिएशन ऑफ इंडिया मुंबईचे अध्यक्ष अजय झुंझुनवाला यांनी सांगितले. या पुरस्कार सोहळ्या करिता डॉ. भागवत कराड, केंद्रीय वित्त राज्यमंत्री, भारत सरकार यांच्यासह कृषी मंत्रालयाचे सचिवांची ही उपस्थिती राहणार आहे.

CHANGE OF NAME
I have change my name from MARGANE SUJITKUMAR RAGHUNATH TO MARAGANE SUJIT RAGHUNATH Hence for this declaration in future I will be use this name MARANGANE SUJIT RAGHUNATH in future the same name will be used by my wife & children & family.
Old Name :- MARGANE SUJITKUMAR RAGHUNATH
New Name :- MARAGANE SUJIT RAGHUNATH
Address :- Hanuman Nagar, Aurad Sha., TQ. Nilanga, Dist. Latur-413512



औराद शहाजानी : जवळपास एक महिन्याच्या प्रतिक्रियेनंतर आज पहाटेपासून तांबरवाडी, हालसी (तु.), हलगरा, तगरखेडा व औराद (शहा.), होसूर परिसरात पावसाचे पुनरागमन झाले.

पिकाना आणि बळीराजाला जीवन संजीवनी मिळाली. आज पहाटेपासून पडत असलेल्या पावसामुळे पिकाना जिवदान मिळाले आहे. मागील काही दिवसांपासून बळीराजा चिंतेत होता. निर्सर्ग राजाने बळीराजाला हा सुखद धक्का दिला आहे. आज झालेल्या पावसामुळे जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा तांबरवाडी ता.निलंगा येथील विद्यार्थ्यांना अत्यंतद झाला. त्यांनी आज शाळेत स्वखचिने सोनपापडी आणून एकमेकांना सोनपापडी भरवून आनंदोत्सव साजरा केला. विद्यार्थ्यांनाही पावसाचे महत्त्व माहिती आहे. बळीराजा जगला तरच जग जगणार आहे याची जाणीव मुलांनाही झाली आहे. भरपूर पाऊस-पाणी पडू दे, माझा बळीराजा सुखी समाधानी होऊ दे अशी ईश्वराकडे प्रार्थना केलेली. यावेळी शाळेचे मुख्याध्यापक दयानंद मठपती व शिक्षक प्रशांत मरगणे व विद्यार्थ्यांची उपस्थिती होती.

कोरोना लसीमुळे येतो का हृदयविकाराचा झटका? काय म्हणते नवीन संशोधन ते जाणून घ्या

गेल्या तीन वर्षांत देशभरात हृदयविकाराच्या घटनांमध्ये अनेक पर्तींनी वाढ झाली आहे. हृदयविकारामुळे होणारे मृत्यू कमी वयात होत आहेत. कोविड लसीमुळे हृदयविकाराचा झटका येत असल्याची भीती काही लोकांनी व्यक्त केली होती. मात्र, आयसीएमआरने याबाबत संशोधन केले होते. ज्यामध्ये हृदयविकाराचा झटका कोरोना लसीमुळे येत असल्याचे नाकारण्यात आले होते. आता कोविडची लस आणि हृदयविकाराचा झटका यांच्यातील संबंधाबाबत एक नवीन अभ्यास समोर आला आहे. या संशोधनात असे म्हटले आहे की, कोरोना लसीमुळे हृदयविकाराच्या घटनांमध्ये वाढ झालेली नाही. हे संशोधन पीएलओएस जर्नलमध्ये प्रकाशित करण्यात आले आहे. हा अभ्यास ऑगस्ट २०२१ ते २०२२ दरम्यान दिल्लीतील जीबी पंत रुग्णालयात दाखल झालेल्या १,५७८ हृदयरुग्णांवर करण्यात आला आहे. यापैकी सुमारे ७० टक्के रुग्णांना कोविडची लस देण्यात आली होती आणि ३० टक्के रुग्णांनी लस घेतली नव्हती.



हे संशोधन करणाऱ्या डॉक्टरांचे म्हणणे आहे की, कोविडच्या लसीकरणामुळे रुग्णांमध्ये हृदयाशी संबंधित आजार दिसून आलेले नाहीत. रुग्णांचे प्राण वाचविण्यात लसीने महत्त्वाची भूमिका बजावली आहे. गंभीर रुग्णांमध्ये कोविड लसीचा वापर केल्याने कोरोना विषाणूपासून बरेच काही वाचले आहे आणि मृत्यूचे प्रमाण कमी करण्यात मदत झाली आहे. हृदयविकाराच्या झटक्याने मरण पावलेल्या लोकांमध्ये बहुतांश रुग्ण इतर अनेक आजारांनी त्रस्त होते. त्यांना मधुमेह, उच्च रक्तदाब अशा समस्या होत्या.

लसीमुळे कमी झाले मृत्यूचे प्रमाण

कोरोना लसीमुळे विषाणूची लागण झालेल्या गंभीर रुग्णांच्या मृत्यूचे प्रमाण कमी होण्यास मोठी मदत झाली आहे. ५० वर्षांवरील रुग्णांमध्ये कोरोनाची गंभीर लक्षणे कमी होण्यास मदत झाली आहे आणि त्यामुळे रुग्णालयात दाखल होण्याचे प्रमाणही कमी झाले आहे. लसीमुळे कोणत्याही रुग्णाला हृदयविकाराचा झटका आला नाही. कोविडची लस दिल्यानंतर ३० दिवसांत केवळ २ टक्के रुग्णांचा मृत्यू झाला आहे. यापैकी मृत्यूचे कारणही लस नव्हते. उलट या रुग्णांच्या हृदयाची धमनी आधीच ब्लॉक झाली होती. यामुळे त्यांना हृदयविकाराचा झटका आला.

आयसीएमआरनेही केले संशोधन

देशातील कोविड महामारी आता संपुष्टात आली आहे आणि ९५ टक्क्यांहून अधिक नागरिकांचे कोविड लसीकरण करण्यात आले आहे. कोविड लस आणि हृदयविकाराचा झटका यांच्यातील संबंधाचाही खडचट ने अभ्यास केला होता. त्याचे निकाल काही दिवसांपूर्वी आले. कोरोना लस आणि हृदयविकाराचा कोणताही संबंध नसल्याचे अभ्यासात समोर आले आहे.

तुमच्या पत्नीसोबत उघडा हे खाते, तुम्हाला

हमीसह दरमहा मिळेल ९२५० रुपये व्याज

तुम्हाला घरबसल्या दर महिन्याला पैसे कमवायचे असतील, तर ही बातमी तुमच्यासाठी उपयुक्त आहे. पोस्ट ऑफिसच्या स्मॉल सेविंग स्कीममध्ये गुंतवणूक करून तुम्ही घरबसल्या कमाई करू शकता. यासाठी तुम्हाला तुमच्या पत्नीसोबत पोस्ट ऑफिसमध्ये संयुक्त खाते उघडावे लागेल. त्यानंतर दर महिन्याला तुमचे हमीदार उत्पन्न फक्त व्याजातूनच असेल. होय, आम्ही पोस्ट ऑफिसच्या मासिक उत्पन्न योजनेबद्दल बोलत आहोत यामध्ये एककमी गुंतवणूक केल्यास, तुम्हाला मॅच्युरिटीमध्ये दरमहा ९२५० रुपये मिळतील. ही रक्कम पती-पत्नीला स्वतंत्रपणे मिळेल. म्हणजे खात्याचे उत्पन्न दुप्पट आहे. २०२३ च्या अर्थसंकल्पातच सरकारने आपली मर्यादा दुप्पट केली आहे. या योजनेत तुम्ही एकल आणि संयुक्त दोन्ही खाती उघडू शकता. या योजनेबद्दल अधिक माहिती घेऊ या.



पोस्ट ऑफिसच्या मासिक उत्पन्न योजनेमध्ये तुम्ही एकावेळेस खात्यात ९ लाख रुपयांपर्यंत गुंतवणूक करू शकता. त्याच वेळी, संयुक्त खाते म्हणजे पत्नी-पती एकाच १५ लाख रुपये गुंतवू शकतात. सध्या या योजनेवर गुंतवणूकदारांना वार्षिक ७.४ टक्के व्याज मिळत आहे. तुम्हाला हवे असल्यास, तुम्ही मॅच्युरिटी कालावधीनंतर एकूण मूळ रक्कम काढू शकता किंवा तुम्ही ५-५ वर्षे वाढवू शकता. त्याच वेळी, तुमचे मासिक उत्पन्न देखील खात्यावर प्राप्त झालेल्या ९२५० व्याजातून असेल.

पोस्ट ऑफिसच्या एमआयएस योजनेवर गुंतवणूकदाराला मासिक उत्पन्नाची हमी मिळते. समजा, तुम्ही दोघांनी मिळून या योजनेत संयुक्त खाते उघडले आहे आणि त्यात १५ लाख रुपये जमा केले आहेत. आता या गुंतवणूकीवर तुम्हाला ७.४ टक्के दराने १,११,००० रुपये वार्षिक व्याज मिळते. आता जर तुम्ही १२ महिन्यांत विभागले तर प्रत्येक महिन्याला तुम्हाला ९२५० रुपये व्याज म्हणून मिळतील. या योजनेत तुम्ही तीन लोकांसह खाते उघडू शकता. खात्यात मिळणारे व्याज प्रत्येक सदस्याला समान रीतीने दिले जाईल.

पोस्ट ऑफिसच्या एमआयएस योजनेची मॅच्युरिटी ५ वर्षांनंतर असते. तसे, आपण यासाठी एकाली बंद करू शकता. तुम्ही ठेवीच्या तारखेपासून एक वर्षांनंतर पैसे काढू शकता. परंतु जर तुम्ही एक वर्ष ते तीन वर्षांच्या दरम्यान पैसे काढले तर, ठेव रकमेतून २% वजा केल्यावर तुम्हाला पैसे परत मिळतील. तर, ३ वर्षांनी पैसे काढल्यावर, तुम्हाला १% वजा केल्यावर उर्वरित रक्कम मिळेल.



श्रावण महिना म्हणजे सणांची रेलचेल. श्रावणी सोमवार, शनिवार, नागपंचमी, रक्षाबंधन, नारळी पौर्णिमा, गोकुळाष्टमी वगैरे नुसता जहोषच. या सणासुदीच्या लगबगीमुळे अनेक पंचपक्कांनाचा आस्वाद घेता येतो. श्रावणातील खास आकर्षण म्हणजे नवविवाहितेसाठी पर्वणी असणारी मंगळगौर. हा मंगळगौर पूजनाचा कार्यक्रम व त्यायोगे माहेरी शत्रु जागवून खेळले जाणारे पारंपरिक खेळ हे तर आपल्या संस्कृतीचे प्रतीकच. श्रावणसर जशी मनामनावर अधिराज्य गाजवते तशीच सृष्टीच्या पायघड्यांवर आपलं सोनेरी पाऊलही उमटवते.

पावसाळा म्हणजे भटकंतीसाठी सांगावाच. या दिवसात वर्षासहलीच्या निमित्ताने निसर्गाच्या सानिध्यात यथेच्छ भ्रमंती होते. ओसंडून वाहणारे शुभ्र धबधबे पाहिले की वाटते, मेघराजाच्या आगमनाचा उत्सव चव्हाडशांना सुरू आहे. अशा धुंद वातावरणात कवी मनाने उचल न घ्यावी तर नवलच..! काव्य निर्मितीला पोषक असणारा हा वर्षा ऋतू. चाकरमान्यांसाठी काहीसा गैरसोयीचा, परंतु शेतकऱ्यांसाठी तर हा वरुणराजा देवदूतच.

विद्यार्थी हे विद्येसाठी शिक्षणाच्या प्रक्रियेत येतात का ? तर त्यांचे उत्तर अर्थात नाही असेच येण्याची शक्यता अधिक आहे. उलट विद्यार्थी शिक्षणात ज्ञानाची साधना करण्यापेक्षा परीक्षेसाठीची तयारी अधिक करतात. परीक्षेला सामोरे जाणे हीच जीवनाची साधना बनली आहे. आपण शिकण्यावर भर देण्याऐवजी परीक्षेसाठी कशी तयारी करतो हेच महत्त्वाचे ठरत आहे. आपले सारे शिक्षणच परीक्षा केंद्रित बनले आहे. अभ्यासाने जीवनाची उन्नती होते, माणसांची उंची वाढते, जीवनात प्रभाव निर्माण करता येतो. आज परीक्षेला मार्क मिळतील तोच मार्ग अनुसरणे पसंत केले जाते.

शाळा म्हणजे काय, असा प्रश्न विचारला तर त्याचे उत्तर असते जेथे शिक्षण मिळते ते ठिकाण. शाळांना विद्यालय असेही म्हटले जाते.आज ही ठिकाणे खर्च विद्यालय आहेत का ? विनोबा म्हणतात, की विद्यालयाचे तसे दोन अर्थ आहेत. त्यापैकी एक म्हणजे जेथे विद्येचे स्थान आहे असे ठिकाण आणि दुसरा अर्थ आहे जेथे विद्या लुप्त झाली आहे असे ठिकाण. शाळेत प्रवेशित झाल्यावर खर्च विद्या मिळते का, असा प्रश्न उपस्थित केला जातो. ज्यांना विद्या प्राप्त होते ते परिवर्तनाची वाट चालण्याची शक्यता अधिक असते. विद्या प्राप्त केल्याने विद्येचे तेज चेहर्यावर दिसते. विद्या प्राप्त केल्यानंतरही अविद्या असल्यासारखेच वर्तन करणार असू तर प्राप्त शिक्षणातून जे काही मिळाले आहे ती विद्या नाहीच. विद्या माणसांत स्वाभिमानाची पेरणी करत असते. माणसांमध्ये येऊ पाहणारी लाचारीची वृत्ती संपवते. माणसांमध्ये असलेली ज्ञानाची भूक उंचावते. आत्मविश्वासाची पेरणी करते. प्रत्येकालाच स्वतःमध्ये डोकावण्याची शक्ती प्रदान करते.

आत्मपरीक्षाची वाट दाखवत असते. सत्याचे मोल मनात निर्माण करते. सत्तेच्या नाही तर सत्याच्या वाटेने चालण्यासाठी मस्तकात शक्ती देते. आज विद्यालयातून बाहेर पडलेल्या विद्यार्थ्यांच्या मनात यातील कशा कशाचे दर्शन

कलाविष्कारात नटलेली असते. ऊनपावसाचा तर पाठशिवणीचा खेळ सुरू होतो या हरितधरेच्या पटांगणात. लहानपणापासूनच श्रावण महिन्याविषयी विशिष्ट प्रकारचे आकर्षण आहे. या मासात हिरवळीच्या कुशीत डोंगरमाथ्यावर कडेकपारीतून वाहणार्या झर्झीचा मधुर खळखळट ऐकू आला की असं वाटतं हरित वधू शूंगार करून हर्षाने मनमुराद हसतेय आणि चांदण रातीत तिचा चंदेरी शाळू अधिकच चमकून उठतोय.

माझ्या बालपणी श्रावण महिना आला की आमच्या निवासस्थानी विविध धार्मिक ग्रंथांचे पारायण सुरू व्हायचे. संपूर्ण श्रावण महिना हे पारायण चालायचे. मनाला एक प्रकारची प्रसन्नता अनुभवता यायची. खरं तर श्रावण महिना म्हणजे सणांची रेलचेल. श्रावणी सोमवार, शनिवार, नागपंचमी, रक्षाबंधन, आनंदाची देवाणघेवाण होते. निसर्ग आणि मानवाची मैत्री पुन्हा एकदा वृद्धिंगत होते आणि लेखणीतून कविता उमटते.. आला आला श्रावणमास.. घेऊन ही दिव्यांची आरास.. आला आला श्रावणमास घेऊन सणांची रास.. नेसूनी हिवा शाळू, नटली धरती.. आनंदाने येई, सागरा भरती.. गर्द निसर्गाच्या छायेत, करावे मन शांत.. न जाणवे मनाला, विषयांची भ्रांत.. भाऊ बहिणीचे अतूट नाते येई बहरास, रक्षाबंधन दिवसास.. कोली बांधवांना जागवी, सण नारली पुनवेचा.. होरी मोतियांची, दर्याला नारल सोन्याचा.. श्रावणसमवेत आली दहीकाला.. हर्ष तुषारात रंगते संधीकाला.. मनास येत असे लहर.. श्वासात केला सप्तसुरांनी कहर.. कातखेळी होतसे मन आतूर..

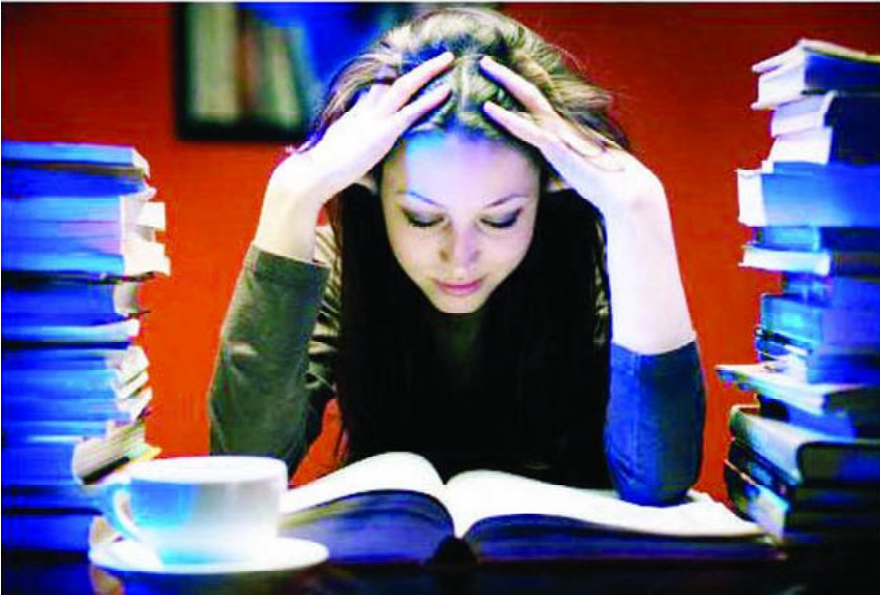
परीक्षा केंद्रित शिक्षणाचा धोपट मार्ग!

घडते? शिक्षण घेतल्यानंतर व्यक्तीत परिवर्तन होते का? व्यक्तीमध्ये शिक्षण परिवर्तन करत नाही. जेथून विद्येच्या संदर्भाने अपेक्षा केली जाते त्या विद्यापीठांची अवस्थादेखील फारशी चांगली आहे असे नाही. विद्यापीठांद्वारे लाखो विद्यार्थी हातात पदवीचे प्रमाणपत्र घेऊन येतात. ते प्रमाणपत्र ना जगण्याची उमेद देते, ना जगण्यासाठीची शक्ती देते. प्रमाणपत्र हाती घेऊन बाहेर पडल्यानंतर त्या कागदाद्वारे जो प्रभाव व्यक्तीच्या व्यक्तीमत्त्वावर पडलेला दिसायला हवा तो प्रभाव दिसत नाही. आजची विद्यापीठे म्हणजे माहितीचे पीठ पाडणारी व्यवस्था बनल्याची टीका सातत्याने केली जाते. त्यामुळे शिक्षण, शाळा, विद्यालये, विद्यापीठे यांच्याकडून ज्या अपेक्षा आहेत त्या अपेक्षा पूर्णत्वाला जाताना दिसत नाही. त्यामुळे शिक्षणाचा मूळ हेतूच दुर्लक्षित होतो.

शिक्षण देणारी ठिकाणे म्हणजे ज्ञान निर्मितीचे केंद्र आहेत. तेथून ज्ञान निर्मिती व्हावी. त्या वाटेने जाण्याची मनिषा निर्माण होऊन चालण्याची वृत्ती बनायला हवी. आजची शिक्षण देणारी ठिकाणे ज्ञान देणारी आहेत की नोकरी देणारी, असा प्रश्न पडतो. शिक्षण घेतल्यावर आपण ज्ञानासाठी घेतले असे म्हणणारे अभावाने व्यवस्थेत दिसतील. शिक्षण का असा प्रश्न केला तर नोकरी उत्पन्न मिळावी म्हणून अशी समाजमनाची धारणा आहे. शिक्षणाचा संबंध हा नोकरीशी नाही तर तो ज्ञानाशी असतो हे पेरण्यात आपली व्यवस्था अपयशी ठरली आहे. शिक्षणाच्या प्रक्रियेतून विद्यार्थ्यांना ज्ञानप्राप्तीची दिशा आणि त्याने ज्ञानाची साधना करावी. त्या ज्ञानातून स्वतःच्या जीवनाच्या उद्धाराचा मार्ग सापडावा अशी अपेक्षा असते. वर्तमानात शिक्षणाचे बाजारीकरण झाल्याने शिक्षणाचा संबंध ज्ञानाशी उरला नाही. विद्यार्थी ज्ञानार्थी बनण्यासाठीचा मार्ग अनुसरत नाही. विद्यार्थ्यांना शिक्षणातून ज्ञानापेक्षा परीक्षेच्या माध्यमातून

मार्क्स आणि नोकरी केंद्रित बनत चालल्याने सत्व गमावू पाहते आहे. आता परीक्षा दिली आणि चांगले मार्क मिळाले म्हणजे अभ्यास उत्तम झाला असेही घडत नाही. परीक्षेनंतर काही दिवसांनंतर परीक्षेतील एखाद्या प्रश्नांविषयी विचारले तर पुन्हा आठवत नाही.अनेकदा लक्षात ठेवायची गरजच पडत

आपण शिक्षणातून बरेच गमावले आहे असेच म्हणावे लागेल. आपला पाल्य किमान मार्कांनै पास व्हावा आणि त्यासाठी त्यांनी कोणताही मार्ग अनुसरला तरी त्याचे वाईट वाटत नसेल तर, आपण चूक करत आहोत हे लक्षात घ्यायला हवे. त्यामुळे विद्यार्थी या शब्दाच्या अर्थाचा असलेला गाभाच गमावणे घडत असेल तर



नाही. सारा अभ्यास परीक्षेपुरताच मर्यादित असतो. परीक्षेविषयाय शिक्षण जीवनात उरत नाही..आणि जे उरले आहे त्याला शिक्षण म्हटले जात नाही. आपल्या जीवनात आज जे काही आपल्याला स्मरते आहे ते शिक्षणात कोठे होते का? त्याचे उत्तर नाही असेच आहे. शालेय शिक्षणात जे शिकलो त्याचा काही उपयोग नाही ही धारणा झाल्याने सूक्ष्मतेने अभ्यासाच्या वाटेचा प्रवास करण्याची गरज उरली नाही. अलिच्छे शिक्षणात विद्यार्थी उरलेच नाहीत. समाजही परीक्षा योग्य मार्गाने होण्याची मागणी करत नाही. समाजमनही काँपी करण्याबाबत गंभीरपणे पाहत नाही. काँपी केली तरी त्याचे वाईट वाटत नाही.

अलिच्छे ऑफलाईनऐवजी ऑनलाईन परीक्षा घ्याव्यात म्हणून मुले रस्त्यावर उतरताना दिसतात. काँपीला विरोध केला तर शिक्षकांना मारहाण होते..काँपी पुरविण्यासाठी पालक आणि समाजातील घटकदेखील सक्रीय असतील तर

वातावरण चहूबाजूला पसरते अन् त्या पाऊस नामक राजाची वर्दी घेऊन थंडगार वाऱ्याचा दूत मातीच्या घराच्या कौलारू खिडकीपाशी येतो. खेड्यामधली ती कौलारू घरे, अंगणात मोठ्या शिताफीने धपाधप ओघळणार्या पागोळ्या उल्हासित करतात. डोंगर माथ्यावरून डौलात उतरणारे झरे, ऐटीत परंतु संध गतीने वाहणारी नदी, रानावनात, शेतात हिरवळीला फुटलेले चैतन्याचे धुमारेडदयाचा कब्जाच करतात. गावकडील अर्धवट डोंबरी रस्त्यावरून खडे चुकवत धावणारी व प्रवाशांनी खचाखच भरलेली लाल परी (एसटी) पाहताना जाणवते ती मानवाने निसर्गाच्या कुशीत घेतलेली धाव.

हाच पाऊस उतारवयात मात्र आठवणींचे संदेश घेऊन येणारा पोस्टमनच वाटतो. बालपणात, कुटुंबासोबत, मित्रमैत्रिणी सोबत अनुभवलेले अनेक पावसाळे व त्यातल्या ओल्या सुगंधी आठवांचा दरवळ जणू भिजलेल्या मातीतून येतोय असे जाणवायला लागते. अन् मग आठवते ती आईच्या हातची गरमागरम कांदाभजी, कागदी नावांची लावलेली शर्यत, कलेंजमध्ये असताना एका छत्रीतून फिरण्यातली गमत, बायकोच्या हातची गरमा गरम काँफी, मुलांसाठी आवडीने आणलेली मक्याची कणसे, अन् पावसाने रंगवलेल्या अनेक गप्पांच्या बैठकाएखाद्या ओल्या सांजवेळी हा जीवनपट डोळ्यासमोरून सरकत जातो आणि मग सुरू होते, पाऊस अन् त्या थकलेल्या परंतु चिरतरूण नयनमधील धुवाधार सरीमध्ये जुंपलेली अनाकलनीय शर्यत..!

-कस्तुरी देवरुखकर

आणि शिक्षणात सहभागी झालेली माणसं जीवनभर परीक्षार्थी बनली. त्यामुळे परीक्षांचे स्वरूप केवळ सत्र परीक्षा असे न करता समग्र मूल्यामापनाचा विचार केंद्रस्थानी असायला हवा. आपण परीक्षेतून पाठांतरचा विचार अधिक करतो.

त्याला एखादा घटक किती समजला ? त्याचे त्या संदर्भातील आकलन किती आहे? त्या घटकाचा विचार कसा केला जातो आणि त्या संदर्भातील प्राप्त माहितीचे

उपयोजन प्रत्यक्ष आपल्या जीवनात किती आणि कसे करतो याचा अधिक विचार करण्याची गरज आहे. परीक्षा आकलन शून्य असतील तर शिक्षणातून चांगला समाज निर्माण होणार नाही. शिक्षण घेताना अभ्यासाची सवय घेईंगत करणे. त्या माध्यमातून ज्ञानाचे साधक निर्माण करण्याचे शिवधनुष्य व्यवस्थेला पेलावे लागणार आहे. अन्यथा शिक्षण घेऊनही आपल्याला शिक्षणातून माणूस निर्माण करता येणार नाही. शेवटी गर्दीच्या महाजालातून आपल्याला राष्ट्र निर्माण करता येणार नाही. वर्तमानात शिक्षण व्यवस्थेत परिवर्तन झालेले अनुभवता येणार नाही. शिक्षण हे ज्ञानासाठी असावे. शिक्षणातील प्रत्येकजण विद्यार्थी असेल. त्यादृष्टीने परीक्षांचेदेखील पुनर्विचार करावला हवा. शेवटी परीक्षा केंद्रित व्यवस्थेला धक्का देत आपण मार्गक्रमण करण्याची गरज आहे.

-संदीप वाकचौर

आरोग्य

घरोघरी सहज उपलब्ध असणारे मसाल्याचे पदार्थ एकत्र करून त्यांचे मसाले तयार केले जातात तेव्हा ते जेवणाची लज्जत तर वाढवतातच, पण त्यांचे सुटे

सर्दी लगेच थांबते. लवंगत तेल आहे. त्याचा विशद गुण आहे. त्यामुळे घसा, गळा, गाल, जीभ सर्व स्वच्छ राहते. लवंगेचे तेल सर्दीकरिता अत्यंत उपयुक्त आहे.



लवंग तोंडात धरावी एक मिनिटाने कार्यक्रम सुरु करावा. स्पष्ट मोकळा आवाज होतो. लवंग उष्ण आहे. पण शरीर क्षीण करीत नाही. उलट लवंग ओज, शुक्र, वीर्यवर्धक आहे. ज्या माणसाला भरपूर काम करावयाचे आहे. दिवसाचे २४ तास काम आहे त्याने जरूर लवंग खावी. लवंग बुद्धी तल्लूख ठेवते. विचारशक्ती दगा देत नाही. समोरचा माणूस बोलावयाला लागला की त्याला उत्तर देण्याकरिता बुद्धी सदैव लवंग चूर्ण हे उत्तम दंतमजन दातांच्या पायोरिया या विकारात उपयोगी पडते. वृद्धांच्या ठसका, खोकला, आवाज बसणे, गाणारे गायक किंवा वक्ते, अध्यापक यांच्याकरिता लवंग नेहमी जवळ असावी अशी उपयुक्त आहे. गाणे, भजन म्हणावयाचे असेल, व्याख्यान द्यावयाचे असेल तर

दररोज खा एक-दोन लवंग; होतील 'हे' फायदे

सुटे घटक आपल्या आरोग्यासाठीही गुणकारी आहेत. आज आपण लवंग खाण्याचे फायदे जाणून घेणार आहोत..

लवंगमध्ये यूजेनॉल असते जे साइनस आणि दातांदुखी सारख्या हेल्थ प्रॉब्लम ठिक करण्यात मदत करते. लवंग ही गरम असते. यामुळे सर्दी-खोकला झाल्यावर लवंग खावी किंवा याची चहा बनवून पिणे फायदेशीर आहे. लवंगचा एक काळ सर्दी, पडसे किंवा खोकल्याकरिता घरगुती औषध म्हणून मोठा वापर होता. विड्याच्या पानाबरोबर मसाल्यात वापर म्हणून लवंग असे. लवंगचे संस्कृत नाव देवकुसुम आहे. दाबल्यानंतर ज्यातून तेल निघते ती लवंग चांगली. लवंगेचे तेल पाण्यापेक्षा जड असते. लवंग तिखट, कडू रसाची असून लघु गुणांची म्हणून डोळ्यांना हितकारक आहे. पाचक व रुची उत्पन्न करणारी प्रामुख्याने कफ विकारावर व काही प्रमाणात पित्त व कफ विकारावर काम करते. ग्रंथाप्रमाणे लवंग अग्निप्रदीपक, पोतदुखी, तहान, खोकला, कफ, दमा, उचकी, क्षय, मुखदरुगधी, उलटी, पोतदुखी, रक्तविकार इत्यादींवर काम करते.

लवंगेचा फाजील वापर केल्यास डोळे, मूत्राशय व हृदयावर परिणाम वाईट होतो. तोंड येते, जिभेला जखम होते. आयुर्वेद शास्त्राप्रमाणे प्राणवह स्रोतसाच्या सर्व विकारात लवंग उत्तम काम करते. सर्दीने सतत नाक वाहत असेल तर एकएक करून तीन-चार लवंग लागोपाठ चघळाव्या.

रूमालावर दोन थेंब तेल टाकले की, त्याच्या हिंगण्याने नाक मोकळे होते. सवय लागत नाही. कपाळावर लवंग, सुंठ व वेखंड असा उगाळून गरम गरम लेप लावावा. जुनाट सर्दी बरी होते. तोंडात घाण वास येत असल्यास लवंग तेल व पाणी अशा गुळण्या कराव्या. दुखत्या दातांकरिता लवंग तेल, कापूस व किंचित तूप असा बोंळा ठेवावा. तेल फार वापरू नये. बाजारात दाताच्या आरोग्याकरिता लवंग असलेली

दूधपेस्टची जाहिरात असते. या जाहिरातीच आहेत हे लक्षात ठेवावे. दाताच्या आरोग्याकरिता त्याऐवजी गेरू, कात व किंचित लवंग चूर्ण हे उत्तम दंतमजन दातांच्या पायोरिया या विकारात उपयोगी पडते. वृद्धांच्या ठसका, खोकला, आवाज बसणे, गाणारे गायक किंवा वक्ते, अध्यापक यांच्याकरिता लवंग नेहमी जवळ असावी अशी उपयुक्त आहे. गाणे, भजन म्हणावयाचे असेल, व्याख्यान द्यावयाचे असेल तर

फॅटी लिव्हर टाळण्यासाठी काय खावे आणि काय खाऊ नये



आपण जे काही खातो किंवा पितो ते पचवण्याचे काम आपले यकृत करते. एवढेच नाही तर रक्त शुद्ध करण्याचे कामही यकृत करते. यकृत हा शरीरातील सर्वात महत्त्वाच्या अवयवांपैकी एक आहे. पण गेल्या काही वर्षांत लोकांमध्ये यकृतशांती संबंधित समस्या

झपाट्याने वाढत आहेत. यापैकी फॅटी लिव्हर हा अतिशय सामान्य आजार म्हणून ओळखला जातो. फॅटी लिव्हरच्या स्थितीत यकृतभोवती अतिरिक्त चर्बी जमा होते. जास्त तेल आणि मसाले खाणे आणि अल्कोहोल पिणे यामुळे फॅटी लिव्हरचा

धोका वाढतो. म्हणूनच ही समस्या टाळण्यासाठी आपण काय खावे आणि काय खाऊ नये हे महत्त्वाचे आहे. **फॅटी लिव्हर टाळण्यासाठी काय खावे?** लसूण- संशोधनानुसार, लसूण फॅटी लिव्हरचा त्रास

गुणकारी पालकाचे फायदे जाणून घ्या

पालकामध्ये लोह, कॅल्शियम, फॉस्फरस तसेच अमायनो अॅसिड, प्रथिने, खनिजे, आद्रता, तंतुसय व पिष्टमय पदार्थ, अ, ब व क जीवनसत्त्व, फॉलिक अॅसिड भरपूर प्रमाणात असते. आयुर्वेदानुसार पालक ही शितल, मूत्रल, सारक, वायुकारक, पचण्यास जड, पित्तशामक, रोचक व वेदनाहारी आहे. या सर्व गुणधर्मांमुळे पालक ही भाजी आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत महत्त्वपूर्ण आहे व सर्व आजारामध्ये पथ्यकर अशी भाजी आहे. पालक केवळ एक भाजीच नाही तर तिचे औषधी गुणधर्मही आहेत. त्यामुळे चला तर मग जाणून घेऊयात पालक खाण्याचे फायदे. पालक खाल्याने तुमच्यातील रोगप्रतिकार शक्ती वाढते.

पालकाच्या भाजीतून मिळतात. म्हणून मासांहर न घेणाऱ्यांसाठी पालक सेवन हे बरदानच आहे. पालकाच्या भाजीत लोह व तांब्याचा (कॉपर) अंश असल्याने



रक्ताल्पता (अॅनिमिया) या आजारवर ही भाजी अत्यंत उपयुक्त आहे. हिच्यामध्ये रक्तवर्धक गुणधर्म असल्याने रक्तकण निर्माण होण्याची प्रक्रिया लगेच सुरु होते. तसेच पालक रक्त शुद्ध करतो व हांडाना मजबूत बनविण्याचे काम करतो. पालक, टोमॅटो, काकडी, कांदा यांचे सॅलड किंवा कोशिंबीर बनवून त्यात थोडेसे लिंबू पिळावे. लिंबामध्ये असणाऱ्या क जीवनसत्त्वांमुळे पालक भाजीमध्ये असणारे लोह संपूर्णपणे शरीरत शोषले जाण्याची

प्रक्रिया होते. म्हणून सहसा पालक हा स्वच्छ धुऊन कच्च्या स्वरूपात खावा. पालकामध्ये विपुल प्रमाणात फॉलिक अॅसिड असल्यामुळे गर्भवती स्त्रियांनी व मातांनी आहारामध्ये पालक नियमित वापरावा. पालकामध्ये असणाऱ्या फॉलिक अॅसिडमुळे गर्भाची वाढ चांगली होते व त्यामुळे गर्भपात टाळता येतो. अनेक गर्भवती स्त्रियांमध्ये थकवा वाटणे, धाप लागणे, वजन कमी होणे, जुलाब लागणे ही लक्षणे जाणवतात. असे होऊ नये म्हणून गर्भवती स्त्रीने पोषक आहार म्हणून पालकाचा नियमितपणे वापर करावा.

अ जीवनसत्त्वाने परिपूर्ण अशी पालक भाजी खाल्ल्याने डोळ्यांच्या तक्रारी कमी होतात. तसेच रातांधळेपणा या विकारावर पालक हे एक उत्तम परिपूर्ण औषध आहे. पालक ही भाजी जीवनशक्तीचे मूलस्रोत आहे. त्यामुळे एखाद्या स्तन्यपान देणाऱ्या मातेला पुरेसे दूध येत नसेल तर अशा वेळी बालकाच्या वाढीसाठी बाळ चार महिन्यांचे

झाल्यानंतर पालक पानांचे सूप करून बाळाला पाजावे. यामुळे बाळाची वाढ चांगली होते. पालकाच्या सेवनाने रक्तदाब नियंत्रणात राहते. अंगावर गाठ येऊन जर सूज आली असेल तर अशा वेळी पालक पानांचे पोटीस गरम करून त्याजागी बांधावे.

पालकामध्ये रक्तशोधक गुणधर्म असल्यामुळे यकृताचे विकार, कावीळ, पित्तविकार यामध्ये उपयुक्त आहे. आतड्यांची ताकद वाढविण्यासाठी व त्यांना क्रियाशील बनविण्यासाठी पालकाचा एक ग्लासभर रस अनुशापोटी नियमितपणे सेवन करावा याच्या सेवनाने आतड्यांतील मलाचे निस्सारण होण्यास मदत होते व शोचस साफ होऊन पोटात स्वच्छ राहते.

शहाळ्याच्या पाण्यातून ताजा पालक रस दिवसातून दोन वेळा १-१ कप घेतल्यास मूत्र प्रमाण वाढून मूत्रातील आम्लता कमी होते व त्यामुळे लघवीला जळजळ, थेंब थेंब लघवी होणे अशी लक्षणे नाहीशी होतात.

वजन घटविण्यासाठी घरघुती उपाय

वजन घटविण्यासाठी केळ आणि जिरं हा घरघुती उपाय फायदेशीर ठरू शकतो, हे दोन्ही रेचक असल्याने याने पचनशक्ती वाढते. अपचनाने समस्या कमी होते. तसेच चयापचनाच्या क्रियेला गती मिळते आयुर्वेद नुसार जिरं पोटातील फॉकट्स कमी करतात. आणि केळ हे पचन मार्गाच्या आतील त्वचेला हानी पोचवण्यापासून बचाव करते. व पोटातील अल्सर कमी करण्यासाठी त्याची मदत होते. पचन करीयेच्या या साऱ्या क्रिया सुरुळीत झाल्यास वजन कमी होण्यास याची मदत होते. वजन कमी होण्यासाठी पिवळ्या रंगाची केळी निवडा एका वेळी फक्त अर्धी केळ कुस्करून त्यावर भाजलेल्या जिऱ्याची पूड एक चमचा टाकून हे मिश्रण नीट मिक्स करून नियमित दोन चमचे खावी. याचा लगेच परिणाम दिसत नाही परंतु नियमित केल्यास परिणाम जाणवेल.



खजूरोसोबत ही गोष्ट खाण्यास सुरुवात करा, दूर होईल शरीरातील कमजोरी



शरीराची उर्जा वाढवायची असेल आणि प्रतिकारशक्ती वाढवायची असेल तर खजूरोसोबत हरभरा खा. सर्व पोषक तत्वांनी समृद्ध, या दोन्ही गोष्टी आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहेत. बहुतेक लोक हरभरा आणि खजूरोसोबत खातात, पण हे दोन्ही एकत्र खाण्याचे फायदे तुम्हाला माहीत आहेत का? व्हिटॅमिन-ए, बी, फायबर, लोह, प्रथिने, कॅल्शियम, मॅग्नेशियम, मँगनीज यासारखे पोषक तत्व हरभरा आणि खजूरोसोबत खाल्ल्याने वाढतात. आरोग्य तज्ञांच्या मते, हे दोन्ही एकत्र खाल्ल्याने शरीराला उर्जा तर

मिळतेच शिवाय रोगप्रतिकारशक्तीही मजबूत होते. हे खाल्ल्याने आरोग्याच्या अनेक समस्यांपासूनही सुटका मिळते. चला जाणून घेऊया. **मजबूत होतील हाडे** हरभरा आणि खजूरोसोबत एकत्र खाण्याने हाडे मजबूत होतात. या दोन्हीमध्ये कॅल्शियम मुबलक प्रमाणात आढळते. शरीरातील कॅल्शियम पूर्ण झाल्यामुळे हाडे मजबूत होतात. ते नियमित खाल्ल्याने सांध्यांशी संबंधित समस्या दूर होतात. **बद्धकोष्ठता** जर तुमचे पोटात नसेल किंवा बद्धकोष्ठतेची समस्या असेल तर हरभरा-खजूरो ही समस्या दूर

करू शकतात. या दोन्हीमध्ये फायबर देखील आढळते, जे पचन सुधारण्यास मदत करते. हरभरा आणि खजूरोसोबत खाल्ल्याने पोटात सहज साफ होते. **अशक्तपणा** ज्या लोकांना अॅनिमियाची समस्या आहे, त्यांनी हरभरे आणि खजूरोसोबत खावे. या दोन्हीमध्ये लोह देखील आढळते, ज्यामुळे शरीरातील हिमोग्लोबिनची पातळी वाढते आणि अशक्तपणा दूर होतो. **मजबूत करा रोगप्रतिकारशक्ती** याशिवाय हरभरा आणि खजूरोसोबत खाण्याने शरीराची रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत होते. वास्तविक, या दोन्ही गोष्टींमध्ये लोह आणि जीवनसत्त्वे भरपूर प्रमाणात असतात. यामुळे हे दोन्ही एकत्र खाल्ल्याने आपली प्रतिकारशक्ती वाढते. याच्या मदतीने तुम्ही अनेक आजार आणि संसर्गांच्या विडळ्यात येण्यापासून वाचू शकता.



सतत बसून राहणे धूम्रपानाइतकेच धोकादायक

आपल्या प्राचीन ग्रंथांमध्ये निसर्ग, पर्यावरण याबरोबरच मानवी आरोग्याच्या दृष्टीनेही अनेक सुंदर उपदेश केलेले आढळतात. सतत बसून राहण्याची सवय असणाऱ्यांना आपल्याकडे जो धावतो त्याचे दैवी धावते, जो चालतो त्याचे दैवी चालत राहते आणि जो बसतो त्याचे दैवी बसकण मारते असे म्हणून व्यायामास प्रोत्साहन दिलेले आहे. मात्र, सध्याच्या जीवनशैलीत अनेक लोकांना काहीही आणि कित्तीही खानून अनेक तास एकाच जागी बसून राहण्याची सवय असते. ही सवय

धूम्रपानइतकीच धोकादायक आहे. एका संशोधनात ही बाब स्पष्ट झाली आहे. अनेकदा गप्पा मारताना, कोणाची वाट बघताना आणि अदी कार्यलयात देखील आपण दिवसभर कॉम्प्युटर समोर बसून असतो. ही बैठी जीवनशैली धोकादायक आहे. याबाबत ९ हजार लोकांवर एक प्रयोग करण्यात आला. त्यात असे दिसून आले की, एका तासाहून अधिक वेळ बसल्यास चयापचय क्रिया कमी होते. परिणामी कॉलेस्ट्रॉलचे प्रमाण नियंत्रणाबाहेर जाते.

रसगुळा खाल्ल्याने हे ३ रोग मुळापासून नष्ट होतात

आपल्या आरोग्याला चांगले ठेवण्यासाठी लोक चांगल्या उत्तम टिप्सचे अनुसरण करतात. अश्या परिस्थितीत आज आम्ही आपल्याला आपले आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी आणि आजाराला दूर करण्यासाठी एक चांगला उपाय सांगत आहोत. वास्तविक हा उपाय रसगुळाशी निगडित आहे. होय, तसं तर रसगुळा सर्वांनाच आवडतो. ही एक बंगाली मिठाई आहे. रसगुळा खाण्यात देखील खूप मजा येते. पण आपल्याला हे माहितच नसणार की रसगुळा खाण्याचे अनेक फायदे आहेत. इथे आपल्याला सांगू इच्छितो आहोत की रसगुळा खाल्ल्याने ३ आजार मुळापासून दूर होतात. **रसगुळा खाल्ल्याने होणारे फायदे** - कावीळ झाली असल्यास हे आवर्जून खा. फार कमी लोकांना हे माहीत आहे की ज्यांना कावीळचा त्रास आहे, त्या



लोकांनी दररोज सकाळी एक पांढरा रसगुळा आवर्जून खावा. असे केल्याने त्यांचा कावीळचा त्रास कायमस्वरूपी संपेल. **लघवीचा त्रास कमी होतो** - ज्या लोकांना लघवी करताना जळजळीचा त्रास जाणवतो, त्यांच्यासाठी पांढरा रसगुळा एक रामबाण औषध आहे. होय, अश्या लोकांनी दररोज एक पांढरा रसगुळा

खावा. **डोळ्यांसाठी चांगले आहे** - आपल्याला सांगू इच्छित आहोत की जर का आपल्या डोळ्यांमध्ये जळजळ होत असल्यास किंवा डोळे पिवळे होत असतील तर, दररोज एक पांढरा रसगुळा आवर्जून खावा. कारण यामुळे डोळे निरोगी राहतात आणि दृष्टी देखील चांगली होते. **कॅल्शियमचा पुरवठा** - रसगुळा हा छेना म्हणजेच पनीर पासून बनलेला असतो. म्हणून दुधात आढळणारे एक निरोगी घटक कॅल्शियम मुबलक प्रमाणात देते. या मुळे शरीरातील हाडं बळकट होतात. एकंदरीत रसगुळा खाणं आपल्यासाठी आरोग्यदायी आहे. यामध्ये दुधाचे सर्व गुणधर्म असतात. आणि हे पचण्यासाठी सोपं असतं. म्हणजेच ईझी टू डायज्स्ट असतं.

शरीराच्या प्रतिकारशक्तीसाठी या पदार्थातून झिंकचे सेवन करा, झिंकचे इतर आरोग्यदायी फायदे जाणून घ्या



पेशींमध्ये आढळते. हे आपल्या रोगप्रतिकारक प्रणालीला

आक्रमण करणाऱ्या जीवाणू आणि विषाणूशी लढण्यास मदत

करते. आपल्या दैनंदिन आहारातून देखील आपण झिंकचे सेवन करावे. दररोज सुकेंमेवे खावे- दररोज काजू खो शेंगदाणे, काजू आणि बदाम हे झिंकचे चांगले स्रोत आहेत. नेट्स निरोगी त्वचा, जीवनसत्त्वे आणि फायबर देतात, जे शरीर निरोगी ठेवण्यासाठी आवश्यक आहे. काजूमध्ये सर्वाधिक प्रमाणात

झिंक असते, त्यामुळे तुम्ही या काजूचा तुमच्या आहारात समावेश करू शकता. संशोधकांचे म्हणणे आहे की दररोज मूठभर काजू खाणे हृदयविकारांपासून संरक्षण करण्यासाठी फायदेशीर आहे. भोपळ्याच्या बियांमध्ये झिंक- भोपळ्याच्या बियांमध्ये अनेक आरोग्यदायी फायदे आहेत, हे झिंकसाठीही

फायदेशीर आहे. १०० ग्रॅम भोपळ्याच्या बियांमध्ये सुमारे ७.५ मिलीग्राम झिंक असते, जे शिफारस केलेल्या रोजच्या सेवनाच्या जवळपास निम्मं असते. झिंक आहारात महत्त्वाचे आहे कारण ते एक ऑटॉक्सिडेंट आणि विरोधी दाहक घटक देखील आहे जे चयापचय प्रक्रियेस देखील मदत करते.

अंडी खाल्ल्याने फायदे मिळतात : अंडी हा प्रथिनांचा उत्तम स्रोत मानला जातो, त्याचे सेवन करून तुम्ही झिंक देखील मिळवू शकता. एका मोठ्या उकडलेल्या अंड्यामध्ये ०.५३ मिलीग्राम झिंक असते, जे पुरुषांच्या दैनंदिन गरजांच्या ४.८% आणि महिलांसाठी ६.६% इतके असते. अंडी एक संपूर्ण प्रथिने आहेत, म्हणजे त्यामध्ये सर्व नऊ अत्यावश्यक अमीनो अॅसिड असतात जे शरीराला निरोगी ठेवण्यासाठी आवश्यक असतात. आहारात अंड्यांचा समावेश केल्याने संपूर्ण शरीरार फायदेशीर प्रभाव पडतो असे

वैज्ञानिक फ्रँक बर्नेट यांची जयंती साजरी

लातूर : येथील दयानंद विज्ञान महाविद्यालयात दि.०३ सप्टेंबर २०२३ रोजी एमएसआय विद्यार्थी मंचच्या वतीने वैज्ञानिक फ्रँक बर्नेट यांची १२४ वी जयंती साजरी करण्यात आली.वैज्ञानिकांच्या वाढदिवसानिमित्त त्यांनी केलेल्या कार्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करून अभिवादन करण्याचा हा उपक्रम दयानंद विज्ञान महाविद्यालयातील जैवतंत्रज्ञान विभाग आपले कर्तव्य मानून राबवत आहे.याच निमित्ताने विद्यार्थ्यांना संशोधकामुळे प्रेरणा मिळेल व विज्ञान व तंत्रज्ञानाच्या क्षेत्रात कार्य करून स्वतः बरोबरच महाविद्यालयाचेही नावलौकिक करतील असे उद्दिष्ट समोर ठेवून हा उपक्रम सुरु केला आहे. प्राचार्य डॉ.जयप्रकाश कराड व उपप्राचार्य डॉ.सिद्धेश्वर बेळ्ळे,जैवतंत्रज्ञान विभाग प्रमुख डॉ.कोमल गोमारे यांच्या मार्गदर्शनाखाली संपन्न झालेल्या या कार्यक्रमात प्रा.मयुरी जाधव,प्रा.श्रीनिवास कुलकर्णी,प्रा.अनुराधा शिंदे-पाटील त्याचबरोबर जैवतंत्रज्ञान विभागातील बी.एस्सी.प्रथम,द्वितीय व तृतीय वर्षांचे व एम.एस्सी.प्रथम व द्वितीय वर्षांचे विद्यार्थी तसेच शिक्षकेतर कर्मचारी विशाल टॅफ़े,के.एस.सरतापे,एल.बी.शिंदे यांची उपस्थिती होती.

४

लातूर

भूकंप

http://epaper.dainikbhukamp.com

सोमवार ४ सप्टेंबर २०२३

संस्कृत भाषा ही संस्कार व संस्कृती विकासाचे माध्यम

लातूर : संस्कृती आणि संस्कार विकासाचे माध्यम म्हणून संस्कृत भाषेकडे बघितले जाते.संस्कृत भाषा ही देवभाषा मानली जाते. महाभारत,रामायण, भगवद्गीता,उपनिषदे,वेद यांची रचना संस्कृतमधून केलेली आहे.म्हणून श्र्लोकांचे पाठांतर केले पाहिजे.त्यासाठी संस्कृत भाषा महत्त्वाची आहे,असे प्रतिपादन श्रीमती जयश्री कुलकर्णी यांनी केले. श्री केशवराज माध्यमिक विद्यालयात आयोजित संस्कृत दिन व रक्षाबंधन कार्यक्रमात प्रमुख पाहुण्या म्हणून श्रीमती कुलकर्णी बोलत होत्या.मंचावर संस्कार मंडळ प्रमुख व कार्यक्रमाध्यक्ष श्रीमती जान्हवी देशमुख, मुख्याध्यापक प्रदीप कुलकर्णी,पर्यवेक्षक संदीप देशमुख,बबन गायकवाड यांची उपस्थिती होती.

LATUR BHUKAMP

कौशल्यधिशित विद्यार्थी निर्मिती हा राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२० चा गाभा

लातूर : जगामध्ये ५ आणि ६ व्या शतकात तक्षशिला आणि नालंदा सारख्या महत्त्वपूर्ण विद्यापीठातून शिक्षण दिले जात होते. दि. २९ जुलै २०२३ रोजी केंद्र सरकारने राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२०ला मंजुरी दिली. हे शैक्षणिक धोरण विद्यार्थीकेंद्रित असून यात कौशल्य आणि नीतीमूल्य यांचा अधिक भर देण्यात आला आहे त्यामुळे कौशल्यधिशित विद्यार्थ्यांची निर्मिती करणे हा राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२०चा मुख्य गाभा असल्याचे प्रतिपादन स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ, नांदेड येथील विज्ञान आणि तंत्रज्ञान विभागाचे अधिष्ठाता डॉ.एम.के.पाटील यांनी केले.

महाविद्यालयाच्या सांस्कृतिक सभामुह्रात विस्तार व्याख्यानाचे आयोजन करण्यात आले होते यावेळी ते प्रमुख वक्तें म्हणून बोलत होते. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गवई हे होते तर विचारमंचावर प्रमुख उपस्थिती म्हणून उपप्राचार्य डॉ. राजकुमार लखादिवे, विज्ञान शाखा समन्वयक डॉ. दीपक चांदे, आय.क्यू.ए.सी. समन्वयक डॉ. आनंद शेवाळे, कला शाखा समन्वयक डॉ. बाळासाहेब गोडबोले, समाजकार्य शाखा समन्वय डॉ. दिनेश मौने, वाणिज्य शाखा समन्वयक डॉ. विजयकुमार सोनी, पदव्युत्तर विभाग प्रमुख डॉ. यशवंत वळवी यांची प्रमुख उपस्थिती होती. कार्यक्रमाच्या प्रारंभी जगतज्योती महात्मा बसवेश्वर यांच्या प्रतिमेली मान्यवरांच्या हस्ते पुष्पहार घालून अभिवादन करून दीप प्रज्वलन करण्यात आले. यानंतर संगीत विभागातील प्रा. विजयकुमार धायगुडे, प्रा. विश्वनाथ स्वामी, प्रा. गोविंद पवार आणि विद्यार्थिनींनी स्वागत गीत सादर केले.

पुढे बोलताना डॉ.एम.के.पाटील म्हणाले की, राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२० हे विद्यार्थीकेंद्रित असून यामध्ये मल्टिपल एंट्री, मल्टिपल एक्सिट, मल्टिपल मोड, मल्टिपल इन्स्टिट्यूट, मल्टिपल लॅंग्वेज या बाबींचा समावेश आहे. या धोरणात कौशल्य आणि मूल्याधारित शिक्षणावर अधिक भर आहे. सैद्धान्तिक ज्ञानाबरोबर प्रात्यक्षिकावर अधिक लक्ष केंद्रित केले. यामध्ये विविध संस्थांना भेटी देणे, क्षेत्रकार्य, केस स्टडी, इंटरशिप यांचा समावेश आहे. हे शैक्षणिक धोरण भारतासारख्या विकसनशील राष्ट्रांमध्ये अत्यंत महत्त्वाची भूमिका बजावेल तसेच हे शैक्षणिक धोरण सर्वसामान्यांना माहीत होण्यासाठी विविध कार्यशाळा, प्रशिक्षणे, परिसंवाद आणि चर्चासत्रे घेण्याची आवश्यकता असल्याचेही त्यांनी यावेळी सांगितले. या कार्यक्रमांमध्ये महाविद्यालयस्तरावर मला स०२० जे नवीन शैक्षणिक धोरण २०२० याले

पर्यावरणाचा समतोल राखण्यासाठी प्रत्येक ग्रामपंचायतीने एक हजार वृक्षांची लागवड करावी

- क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे

लातूर : जिल्ह्यात वृक्षांची संख्या अतिशय कमी आहे. त्यामुळे पर्यावरण संवर्धनासाठी प्रत्येक ग्रामपंचायतीने किमान एक हजार वृक्षांची लागवड करून त्यांची जोपासना करावी, असे आवाहन क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे यांनी आज केले. उद्घार तालुक्यातील बामणी येथे वृक्ष लागवड मोहीम आणि जलजीवन मिशन योजनेच्या उद्घाटनप्रसंगी ते बोलत होते. माजी आमदार गोविंद केंद्रे, चंद्रकांत वैजापूर, देविदास कांबळे, सरपंच संघटनेचे निमंत्रक राजकुमार बिरादार, बामणीच्या सरपंच प्रभावी बिरादार, उपसरपंच दिलीप कांबळे यांच्यासह तालुक्यातील इतर गावांचे सरपंच, उपसरपंच यावेळी उपस्थित होते. पर्यावरणाचा समतोल बिघडल्याने पावसाळा, उन्हाळा आणि हिवाळा यांचे चक्र बिघडले आहे. पर्यावरणाचा समतोल राखण्यासाठी वृक्ष लागवड आवश्यक



असल्याचे ना. बनसोडे यावेळी म्हणाले. जलजीवन मिशन योजनेतून ग्रामीण भागातील प्रत्येक कुटुंबाला नळाद्वारे स्वच्छ पाणी पाणी पुरविले जाणार आहे. बामणी गावात या योजनेतून होणारी कामे लवकरात लवकर पूर्ण करावीत. या गावामध्ये विविध विकास कामांसाठी आतापर्यंत भरीव निधी दिला आहे. यापुढेही

गावाच्या सर्वांगीण विकासासाठी सर्वांतोपरी सहकार्य राहिले, असे ना. बनसोडे यांनी सांगितले. उद्घार तालुक्यातील शहरी आणि ग्रामीण भागातील रस्त्यांच्या कामांना प्राधान्य देण्यात येत आहे. मुख्यमंत्री ग्राम सडक योजनेतून जास्तीत जास्त रस्त्यांची कामे करण्याचा प्रयत्न असून तालुक्यातील आणखी २५ किलोमीटर लांबीच्या कामांना नुकतीच मंजुरी मिळाल्याची माहिती ना. बनसोडे यांनी दिली. तसेच पाणंद रस्त्यांचीही विविध कामे मंजूर करण्यात आल्याचे त्यांनी सांगितले. प्रास्ताविकात राजकुमार बिरादार यांनी वृक्ष लागवड मोहिमेबाबत माहिती दिली. 'माझी वसुंधरा' मोहिमेत बामणी गावाचे सहभाग घेतला आहे. या अंतर्गत गावातील सुमारे सतरा एकर गावयार जमिनीवर ५० हजार वृक्ष लागवड करून यादिकाणी शिवा नंदनवन कृषि पर्यटन स्थळ साकारण्यात येणार असल्याचे त्यांनी सांगितले. माजी आमदार श्री. केंद्रे यांनीही यावेळी मनोगत व्यक्त केले.

पर्यावरणाचे संरक्षण ही काळाची गरज

लातूर : पर्यावरणाचे संरक्षण काळाची गरज आहे,असे प्रतिपादन श्री दिलीप कुलकर्णी यांनी केले. आपल्या सभोवतालचा प्रदेश,त्या परिसरातील नैसर्गिक,सांस्कृतिक घटकांचे परस्परानशी नाते या संबंधातूनच निर्माण झालेली परिस्थिती म्हणजे पर्यावरण होय.मानवी जीवनाचा पर्यावरणाशी घर पुरातन संबंध आहे. पर्यावरणातील गोष्टी एकमेकांवर अवलंबून व परस्परांना पोषक आहेत. पर्यावरणातील घटकांवर आधारित सर्व प्राणीमात्रांचे जीवन प्रस्थापित झाले आहे. त्यांचे संरक्षण करणे ही काळाची गरज आहे, असेही त्यांनी सांगितले. श्री केशवराज माध्यमिक विद्यालयात आयोजित केलेल्या 'पर्यावरण, निसर्ग स्नेही जन्म या सारे'या विषयावरील व्याख्यानात कुलकर्णी बोलत होते.कार्यक्रमाचे अध्यक्ष म्हणून भारतीय शिक्षण प्रसारक संस्थेचे अध्यक्ष डॉ.सुंदर

आलूरकर तर मंचावर केंद्रीय कार्यकारिणी सदस्य संजय गुपुव,स्थानिक समन्वय समितीचे अध्यक्ष धनंजय तुंगीकर,शालेय समिती सदस्य नरेंद्र पाठक, मुख्याध्यापक प्रदीप कुलकर्णी यांची उपस्थिती होती. पुढे बोलताना दिलीप कुलकर्णी म्हणाले की, निसर्ग मानवी गरजा पूर्ण करण्यासाठी समर्थ आहे पण मानवी हाव पूर्ण करण्यासाठी तत्पर नाही. माणसाने हव्यासापोटी मोठ्या वेगाने प्रगती साधली.त्याच्या इच्छा आकांक्षा वाढत गेल्या.त्या पूर्ण करण्याच्या भूमिकेत त्याने पर्यावरणाला अक्षरशः निसर्गडले, असंतुलित केले. ओरबांडले, असंतुलित केले. ओरबांडले, असंतुलित केले. ओरबांडले, असंतुलित केले. ओरबांडले, असंतुलित केले.

राष्ट्रीय पोषण समाहानिमित्त ७ दिवसीय कार्यशाळा

लातूर : येथील दयानंद विज्ञान महाविद्यालयातील जैवतंत्रज्ञान विभागातर्फे दि.१ सप्टेंबर ते ७ सप्टेंबर या कालावधीत राष्ट्रीय पोषण समाह साजरा केला जात आहे. समाहाच्या पहिल्या दिवशी दयानंद महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.जयप्रकाश दरगड, औस येथील कुमारस्वामी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.एम.एम.बेटकर व दयानंद कनिष्ठ महाविद्यालयातील प्रिंट रिलेशन ऑफिसर प्रा.बळवंतराव सूर्यवंशी यांनी या कार्यशाळेस भेट दिली.कार्यशाळेतील विद्यार्थ्यांना अन्नप्रक्रियेचे प्रशिक्षण देण्यासाठी प्रशिक्षक म्हणून एडीएम ग्रे इंडस्ट्रीज,लातूर व ह्यायजॅग प्रायव्हेट लिमिटेड येथील वरिष्ठ साहाय्यक राजेश गंडले कार्य करत आहेत. सद्दरील कार्यशाळेत विद्यार्थ्यांना दररोज नवनवीन अन्नप्रक्रियेचे प्रशिक्षण देण्यात येणार असून त्याद्वारे विविध गुणवत्तापूर्ण अन्नपदार्थ तयार केले जाणार आहेत.कार्यशाळेच्या पहिल्या दिवशी आरोग्यपूर्ण बिसकिट हा बेकरी पदार्थ तयार केला गेला.यानंतर वेगवेगळे मसाले,फळे व भाजीपाल्यावर प्रक्रिया,वेगवेगळी लोणची,सूप व सांबर,चाट मसाला,कडधान्याचे पदार्थ तयार केले जाणार आहेत.त्याचबरोबर कार्यशाळेची सांगता ७ सप्टेंबर रोजी खाद्य पर्वाने आयोजन करून पोषक अन्नपदार्थ स्पष्टद्वारे होईल.या कार्यशाळेचे उद्दिष्ट विद्यार्थ्यांना विविध अन्नपदार्थांचे महत्त्व,त्यांची गुणवत्ता,अन्नप्रक्रिया ज्ञान त्याचबरोबर उद्योजकता विकास इत्यादी माहिती मिळावी असा असून जैवतंत्रज्ञान विभागातील बी. एस्सी. प्रथम, द्वितीय व तृतीय वर्षांचे तसेच एम. एस्सी. प्रथम व द्वितीय वर्षांच्या विद्यार्थ्यांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद लाभला आहे. कार्यशाळेच्या आयोजक जैवतंत्रज्ञान विभाग प्रमुख डॉ.कोमल गोमारे या असून,प्रा.मयुरी जाधव सहसमन्वयकाची भूमिका पार पाडत आहेत.महाविद्यालयाचे उपप्राचार्य डॉ.सिद्धेश्वर बेळ्ळे यांचे सहकार्य लाभत आहे आणि विभागातील प्रा. श्रीनिवास कुलकर्णी, प्रा.स्वरूप गावकरे, प्रा.अनुराधा शिंदे पाटील, प्रा.श्वेता मदन, प्रा.अवंती बिडकर,डॉ.फिरोदीस बिरादार यांच्यासोबत शिक्षकेतर कर्मचारी विशाल टॅफ़े, श्रावण माळी, एल.बी. शिंदे, के. एस. सरतापे हे या कार्यशाळेच्या यशस्वीतेसाठी कार्य करत आहेत.

आ. रमेशआप्पा कराड यांच्या पाठपुराव्याला यश

लातूर : पावसाचा मोठा खंड पडल्याने चालू खरीप हंगामातील सोयाबीन सह इतर पिकांचे मोठे नुकसान मोठे नुकसान होऊन अडचणीत सापडलेल्या शेतकऱ्यांना भाजप नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांनी पंतप्रधान पिक विमा योजनेतून विमा संरक्षित पिकांना २५% जोखीम अग्रीम विमा नुकसान भरपाई तात्काळ देण्याची शासनाकडे मागणी करून पाठपुरावा केल्याने येत्या महिनाभरात लातूर जिल्ह्यातील साठ महसुली मंडलातील शेतकऱ्यांना विमा संरक्षित पिकांना २५% जोखीम रक्कम देण्याचा आदेश शासनाच्या वतीने देण्यात आला आहे.



मंडळात झालेल्या सर्वेक्षणाच्या अहवालानुसार सरासरी उत्पन्नाच्या तुलनेत ५०% पेक्षा अधिक घट येणार असल्याने ६० महसुली मंडळातील अधिसूचित पीक विमा क्षेत्रातील सोयाबीन अधिसूचित पिकासाठी संभाव्य नुकसान भरपाई रकमेच्या २५% आगाव रक्कम विमाधारक शेतकऱ्यांना देण्यासाठी एसबीआय जनरल इन्शुरन्स कंपनी पुणे यांना दिनांक १ सप्टेंबर २०२३ रोजी च्या अधिसूचना पत्रानुसार आदेश दिले आहेत.

नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांनी अडचणीत संकटात सापडलेल्या शेतकऱ्यांना दिल्यासा देण्यासाठी लातूर जिल्ह्यातील शेतकऱ्यांना पंतप्रधान पिक विमा योजनेतून विमा संरक्षित पिकांना २५% जोखीम अग्रीम विमा नुकसान भरपाई तात्काळ देणे अत्यंत गरजेचे आहे अशी मागणी गेल्या २३ ऑगस्ट २०२३ रोजी राज्यचे मुख्यमंत्री, उपमुख्यमंत्री, माहिता मंत्री, कृषीमंत्री, जिल्ह्याचे पालकमंत्री आणि लातूरचे जिल्हाधिकारी यांच्याकडे केली होती. लातूर जिल्ह्याच्या जिल्हाधिकारी तथा पंतप्रधान पिक विमा जिल्हास्तराी संयुक्त समितीच्या अध्यक्ष शीमती वर्षा ठाकूर घुगे यांनी जिल्ह्यातील सर्व

विमा कंपनीने महिनाभराच्या आत पात्र ठरलेल्या सोयाबीन या अधिसूचित पिकाकरिता साठ मंडळातील सर्व पीक विमा धारक शेतकऱ्यांना संभाव्य नुकसान भरपाई २५% आगाव रक्कम शेतकऱ्यांच्या खात्यात जमा करावी असा आदेश देऊन सदर जोखीम विमा क्षेत्रातील सोयाबीन पिक विमाधारक शेतकरी हे हंगामाच्या शेवटी उत्पादनाच्या आधारे निश्चित होणाऱ्या नुकसान भरपाईसाठी पात्र राहतील व नुकसान भरपाईची आगाऊ रक्कम ही अंतिम येणाऱ्या नुकसान भरपाईतून समायोजित करण्यात येईल असेही शासनाच्या अधिसूचना पत्रात नमूद केले आहे.

डॉ.टी. झेरॉक्स मशीन व प्रिंटर विक्री
कलर प्रिंट/झेरॉक्स
B/W प्रिंट/झेरॉक्स
जम्बो झेरॉक्स/प्रिंट
डिझाईनिंग/पासपोर्ट फोटो
रिप्लेटींग/टोनर/फोटो पेपर
लॅमिनेशन मरिनि व मटेरिअल
झेरॉक्स मशीनचे अफिशियल विक्रेते :
बोरा झेरॉक्स
व्यापारी धर्मशाळा, महानगा गावो बोरा, लातूर.
9673344777

‘दयानंद’चे १ विद्यार्थी विद्यापीठाच्या गुणवत्ता यादीत

लातूर : स्वरातीम मराठवाडा विद्यापीठ, नांदेड अंतर्गत घेण्यात आलेल्या उन्हाळा-२०२३ पदव्युत्तर परीक्षेत दयानंद विज्ञान महाविद्यालयाचे एकूण ०९ विद्यार्थी विद्यापीठाच्या गुणवत्ता यादीत झळकले आहेत. एम. एस्सी. भौतिकशास्त्र या विषयात लुटे विजया विलास हिने ९२.२८ टक्के गुण घेऊन विद्यापीठात ती सर्वप्रथम आली, तर महाजन ऋतुजा सिद्धेश्वर हिने ८६.२४ टक्के गुण घेऊन सर्वद्वितीय क्रमांक तिने मिळविला आणि गरड ऐश्वर्यां श्रीही हिने ८४.९२ टक्के गुण घेऊन विद्यापीठात तृतीय रथ्याचा बहुमान मिळविला.एम. एस्सी. वनस्पतीशास्त्र या विषयात शेख अशिया जाफरसाब या विद्यार्थ्यांनी ९५.१२ टक्के गुण घेऊन विद्यापीठात सर्वप्रथम आली,तर अंजली राऊत हिने ९४.७६ टक्के गुण घेऊन ती विद्यापीठात सर्वद्वितीय आली. एम.एस्सी.सूक्ष्मजीवशास्त्र या विषयात लांडगे भक्ती मनोहर हिने ९०.८८ टक्के गुण घेऊन विद्यापीठात सर्वप्रथम आली, तर बनकर अबोली रणवीर हिने ८७.२४ टक्के गुण घेऊन सर्वद्वितीय आली. एम. एस्सी. जैवतंत्रज्ञान या विषयात लांडगे

प्रतिक्षा प्रकाश हिने ८८.०० टक्के गुण घेऊन विद्यापीठात सर्वप्रथम आली,तर एम.एस्सी.रसायनशास्त्र या विषयात कराड राधिका प्रकाश या विद्यार्थिनीने ९०.८४ टक्के गुण घेऊन विद्यापीठात सर्वप्रथम आली.या यशामुळे दयानंद विज्ञान महाविद्यालयाने लातूरचा शैक्षणिक पॅटर्न आणि संस्थेच्या गुणवत्तेची उज्ज्वल अशी परंपरा कायम राखलेली आहे. या यशाबद्दल गुणवंत विद्यार्थ्यांचा त्यांच्या पालकांसहित दि. २ डिसेंबर २०२३ रोजी संस्था कार्यालयात दयानंद शिक्षण संस्थेच्या वतीने सत्कार करण्यात आला.या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी दयानंद शिक्षण संस्थेचे अध्यक्ष लक्ष्मीरामणजी लाहोटी होते.याप्रसंगी संस्थेचे सचिव रमेशजी बिषाणी, संयुक्त सचिव सुरेशजी जैन,संचालक डॉ.मेहुलजी राठोड,विशालजी लाहोटी,प्राणालजी डॉ.निखिलजी राठी,कुंजाबाई कोंरे,जयप्रकाश दरगड,उपप्राचार्य डॉ.सिद्धेश्वर बेळ्ळे यांची प्रमुख उपस्थिती होती. याप्रसंगी संस्थेचे सचिव रमेशजी बिषाणी असे म्हणाले की,दयानंद शिक्षण संस्था ही विद्यार्थी केंद्रबिंदू मानून त्यांचे भावी आयुष्य उज्ज्वल

करणारी संस्था आहे.दयानंदमधील तज्ज्ञ व अनुभवी प्राध्यापकांच्या अथक परिश्रम व प्रभावी अध्यापनामुळे एकूण ०९ विद्यार्थी विद्यापीठाच्या गुणवत्ता यादीत आले.याचा आम्हाला मनस्वी आनंद आहे.बेसिक सायन्सचा विद्यार्थी आज पुढे चालला असून बेसिक सायन्स,पदव्युत्तर शिक्षण घेऊन पीएच.डी.सारखे संशोधन केले पाहिजे.त्याचबरोबर हा निकाल पाहता विद्यापीठाच्या गुणवत्ता यादीत मुलींनीच बाजी मारलेली आहे.आज कुलीन शिक्षणाच्या माध्यमातून प्रत्येक क्षेत्रात पुढे जात आहेत.विद्यार्थी-प्राध्यापक यांच्यातला एक चांगला ब्रिज तयार झाला आहे,त्यामुळे हे घवघवीत यश मिळालेले आहे.येणाऱ्या काळात सर्व विषयांचे विद्यार्थी विद्यापीठाच्या गुणवत्ता यादीत दयानंदचेच असले पाहिजेत,असा संकल्प करून कार्य करा असे ते म्हणाले.

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

लातूर : येथील दयानंद विज्ञान महाविद्यालयातील जैवतंत्रज्ञान विभागातर्फे दि.१ सप्टेंबर ते ७ सप्टेंबर या कालावधीत राष्ट्रीय पोषण समाह साजरा केला जात आहे. समाहाच्या पहिल्या दिवशी दयानंद महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.जयप्रकाश दरगड, औस येथील कुमारस्वामी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.एम.एम.बेटकर व दयानंद कनिष्ठ महाविद्यालयातील प्रिंट रिलेशन ऑफिसर प्रा.बळवंतराव सूर्यवंशी यांनी या कार्यशाळेस भेट दिली.कार्यशाळेतील विद्यार्थ्यांना अन्नप्रक्रियेचे प्रशिक्षण देण्यासाठी प्रशिक्षक म्हणून एडीएम ग्रे इंडस्ट्रीज,लातूर व ह्यायजॅग प्रायव्हेट लिमिटेड येथील वरिष्ठ साहाय्यक राजेश गंडले कार्य करत आहेत. सद्दरील कार्यशाळेत विद्यार्थ्यांना दररोज नवनवीन अन्नप्रक्रियेचे प्रशिक्षण देण्यात येणार असून त्याद्वारे विविध गुणवत्तापूर्ण अन्नपदार्थ तयार केले जाणार आहेत.कार्यशाळेच्या पहिल्या दिवशी आरोग्यपूर्ण बिसकिट हा बेकरी पदार्थ तयार केला गेला.यानंतर वेगवेगळे मसाले,फळे व भाजीपाल्यावर प्रक्रिया,वेगवेगळी लोणची,सूप व सांबर,चाट मसाला,कडधान्याचे पदार्थ तयार केले जाणार आहेत.त्याचबरोबर कार्यशाळेची सांगता ७ सप्टेंबर रोजी खाद्य पर्वाने आयोजन करून पोषक अन्नपदार्थ स्पष्टद्वारे होईल.या कार्यशाळेचे उद्दिष्ट विद्यार्थ्यांना विविध अन्नपदार्थांचे महत्त्व,त्यांची गुणवत्ता,अन्नप्रक्रिया ज्ञान त्याचबरोबर उद्योजकता विकास इत्यादी माहिती मिळावी असा असून जैवतंत्रज्ञान विभागातील बी. एस्सी. प्रथम, द्वितीय व तृतीय वर्षांचे तसेच एम. एस्सी. प्रथम व द्वितीय वर्षांच्या विद्यार्थ्यांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद लाभला आहे. कार्यशाळेच्या आयोजक जैवतंत्रज्ञान विभाग प्रमुख डॉ.कोमल गोमारे या असून,प्रा.मयुरी जाधव सहसमन्वयकाची भूमिका पार पाडत आहेत.महाविद्यालयाचे उपप्राचार्य डॉ.सिद्धेश्वर बेळ्ळे यांचे सहकार्य लाभत आहे आणि विभागातील प्रा. श्रीनिवास कुलकर्णी, प्रा.स्वरूप गावकरे, प्रा.अनुराधा शिंदे पाटील, प्रा.श्वेता मदन, प्रा.अवंती बिडकर,डॉ.फिरोदीस बिरादार यांच्यासोबत शिक्षकेतर कर्मचारी विशाल टॅफ़े, श्रावण माळी, एल.बी. शिंदे, के. एस. सरतापे हे या कार्यशाळेच्या यशस्वीतेसाठी कार्य करत आहेत.