लातूर **भूकंप**

LATUR BHUKAMP

सांज दैनिक : मंगळवार – ५ सप्टेंबर २०२३

वर्ष – ३७ वे

अंक – १५४

पाने – ४

किंमत २ रूपये

E-Mail : dailybhukamp@gmail.com

RNI No. MAHMAR/2012/42770

☎ : -9422072823,251822

संपादक: अशोक चिंचोले

epaper.dainikbhukamp.com

जि. प. कडून सर्वपल्ली राधाकृष्णन, शिक्षकांची अवहेलना; पुरस्काराची घोषणाच नाही

लातूर : देशाचे माजी राष्ट्रपती, भारतरत्न डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन जयंती 'शिक्षक दिन' म्हणून साजरी केली जाते. या दिवशी शिक्षकांना आदर्श शिक्षक पुरस्कार देऊन हा पवित्र दिवस साजरा केला जात असताना लातूर जिल्हा परिषद मात्र शिक्षक दिनानिमित्त शिक्षकांना पुरस्कार न देऊन सर्वपल्ली राधाकृष्णन व गुरूजनांची अवहेलना करित आहे.

लातूर शिक्षणाची पंढरी आहे. दरवर्षी ५ सप्टेंबर रोजी जिल्ह्यातील आदर्श शिक्षकांचा अर्थात गुरूजनांचा सन्मान केला जातो. पण, सलग दोन वर्षे झाली. लातूर जि. प. च्या उदासीन शिक्षणाधिकाऱ्यामुळे आदर्श शिक्षकांचा सन्मानच केला नाही. आश्चर्याची बाब म्हणजे आज ५ सप्टेंबर शिक्षक दिन असताना आज आदर्श शिक्षकांचा सन्मान तर सोडाच पण यावर्षीच्या आदर्श शिक्षकांच्या नावाची यादी देखील जाहीर केली नाही. ५ सप्टेंबर २०२२ च्या निमित्ताने जाहिर करण्यात आलेल्या आदर्श शिक्षकांना अद्याप पुरस्कार नाही. २०२३ चे आदर्श शिक्षकांची निवड केली नाही. अनेकदा जि. प. सारख्या स्थानिक स्वराज्य संस्थेत पदाधिकारी असताना त्यांचा हस्तक्षेप होतोय. नावाखाली आदर्श शिक्षक निवडीसाठी विलंब लावला जायचा. पण सद्या लातूर जिल्हा परिषदेत प्रशासक आहे. प्रशासक असताना आदर्श शिक्षकांची निवड करायला प्रशासनात राजकारण केले जात आहे का? असा प्रश्न विचारला जात आहे. लातूर जि. प. ने यावर्षीचा आदर्श शिक्षकाची यादी का जाहिर केली नाही याचा शोध घेण्याचा प्रयत्न केला असता जि. प. च्या शिक्षण विभागाने आदर्श शिक्षकाची यादी विभागीय आयुक्ताकडे २ सप्टेंबर २०२३ रोजी पाठविली आहे, असे कळते. दरवर्षी ५ सप्टेंबर रोजी सर्वपल्ली राधाकृष्णन यांच्या जयंतीदिनी आदर्श शिक्षकांचा सन्मान केला जात असताना आदर्श शिक्षकांची निवड, त्याच्या मान्यतेसाठी एक महिना अगोदरच कार्यवाही का केली जात नाही. शिक्षकांचा गौरव करण्यासाठी शिक्षण विभाग एवढा उदासीन का?

शिक्षकदिनी आदर्श शिक्षकांचा सन्मान नाही म्हणजे स्वातंत्र्यदिन १५ ऑगस्ट या दिवशी न करता वर्ष-दोन वर्षांनी केंव्हातरी सोयीनुसार साजरा करण्यासारखेच आहे. ५ सप्टेंबर २०२३ रोजी लातूर जिल्ह्यातील आदर्श शिक्षकांच्या नावाचीही निवड नाही, हि निवड महिना-दोन महिन्यानंतर जाहीर होणार, नवीन पदाधिकारी निवडून आल्यानंतर सोयीनुसार केंव्हातरी पुरस्काराचे सोपस्कार पार पडणार म्हणजे हा सर्वपल्ली राधाकृष्णन पर्यायाने शिक्षकांचा अवमान आहे.

लातूर जि. प. चे मुख्य कार्यकारी अधिकारी म्हणून तरूण-कार्यक्षम, मुख्य कार्यकारी अधिकारी म्हणून अनमोल सागर हे रूजू झाले आहेत. त्यांच्यातरी ही बाब कशी काय लक्षात आली नाही कि शिक्षण विभागाने यांनाही नेहमीप्रमाणे अंधारात ठेवले हा प्रश्न आहे.

शिक्षकदिनी पंचायत समिती स्तरावर देखील आदर्श शिक्षकांचा सन्मान केला जातो, पण १० पैकी १० पंचायत समितीच्या यावर्षीच्या आदर्श शिक्षकाची नावे जाहीर केली नाहीत. आश्चर्य म्हणजे जिल्ह्यातील काही पंचायत समिती स्तरावर तर ३-३ वर्षे झाली आदर्श शिक्षकांचा सोहळाच नाही. २०२२ ला जाहीर झालेल्या आदर्श शिक्षकांचा जि. प. स्तरावर सन्मान नाही. प्रमुख पाहुण कोण असावा यावरून कार्यक्रमच पुढे ढकलण्यात आला आहे.

जिल्हा स्तरावर आदर्श शिक्षक निवडीची एक प्रक्रिया आहे. त्यासाठी प्रस्ताव मागितले जातात. त्यांच्या कार्याची प्रत्यक्ष पाहणी केली जाते. तसे प्रस्ताव अनेक शिक्षकांनी दिलेही, त्यात त्यांचे गुण अधिक असताना तोंडी मुलाखतीत त्यांना कमी गुण देऊन त्यांना पुरस्कार नाकारण्यात आला. व मर्जीतल्या पण कमी गुण अथवा कार्य असणाऱ्या शिक्षकांची 'आदर्श' म्हणून शिफारस करण्यात आल्याचा आरोप अनेक शिक्षक करीत आहेत. राज्याचे शिक्षण संचालक श्री मांढरे हे काही दिवसापूर्वीच लातूरला आले होते. त्यांनी लातूर जि. प. च्या शिक्षण विभागाची हजेरी घेतली होती. याचवेळी शिक्षकांच्या संघटनांनी आदर्श शिक्षक निवडीबाबत शिक्षण विभागाकडून अनास्था दाखविण्यात येत आहे.

तीन-तीन वर्षे पुरस्कार दिले जात नाहीत. आदर्श शिक्षकांची नावे जाहीर केली जात नाहीत. अशा तक्रारी करून शिक्षक दिन हा दरवर्षी ५ सप्टेंबरलाच साजरा करावा, त्याच दिवशी आदर्श शिक्षकांचा सन्मान करण्यात यावा अशी मागणी केली होती. त्या मागणीचा लातूर जि. प. च्या शिक्षण विभागावर परिणाम दिसत आहे.

मराठा आरक्षण निलंगा कडकडीत बंद

निलंगा : जालना येथील मराठा आरक्षण प्रकरणी शांततेच्या मार्गाने आंदोलन चालू असताना पोलिसांकडून झालेला बळाचा वापर याचा निषेध व मराठा आरक्षण मिळालेच पाहिजे या मागणीसाठी आज निलंगा शहरात सकल मराठाच्या वतीने आगळ्या-वेगळया पद्धतीने आंदोलन करण्यात आले. निलंगा शहर आज कडकडीत बंद राहिले.

आज निलंगा शहरात मराठा आरक्षण प्रश्नावर कडकडीत बंद होता. निलंगा एस. टी. डेपोतून आज एकही बस सुटली नाही अथवा बाहेरून बस आली नाही. शहरातील सर्व आस्थापना, दुकाने व इतर व्यवहार १०० टक्के बंद होते. निलंगा येथे सकल मराठा समाजाच्या वतीने बंद आगळ्या-वेगळ्या पद्धतीने साजरा करण्यात आला. अंतरवाली, जि. जालना येथील मराठा आंदोलकावर पोलिसांनी लाठीमार केला. यात अनेकांचे रक्त सांडले. याचा निषेध म्हणून मराठा समाजाच्या अनेक कार्यकर्त्यांनी आज रक्तदान करून वेगळ्या पद्धतीने हे आंदोलन केले. एवढेच नव्हे तर या आंदोलनादरम्यान उपस्थित पोलीस अधिकारी, कर्मचारी यांना मराठा समाजातील भगिनींच्या वतीने राख्या बांधून आंदोलनातील वेगळेपण दाखवून दिले. या आंदोलनात वेगवेगळ्या पक्ष व संघटनांचे कार्यकर्तेही सहभागी झाल्याचे दिसून येत होते.

जालना येथे मराठा आंदोलकावर झालेल्या लाठीहल्ल्याच्या निषेधार्थ लातूर जिल्ह्यामध्ये आशिव, औसा, औराद शहाजानी येथेही रास्ता रोको करण्यात आल्याचे वृत्त आहे. आज जिल्हाभरात एस. टी. महामंडळाच्या एस. टी. तुरळक चालू असल्याचे दिसून येत होते.

शिक्षक हाच राष्ट्राचा निर्माता–प्रा. डॉ. मोरे

किल्लारी : समाजात शिक्षकाचे फार मोठे महत्त्व आहे. म्हणूनच शिक्षकांचा शिक्षक दिनानिमित्त सन्मान केला जातो. प्रत्येक जण शिक्षकांप्रती कृतज्ञता व्यक्त करतात. तेव्हा व्यक्ती समाज आणि राष्ट्र निर्माणात शिक्षकाचे योगदान सर्वोच्च आहे. असे प्रतिपादन समाज प्रबोधन अकादमीचे उपाध्यक्ष डॉ. संग्राम मोरे यांनी केले. ते किल्लारी येथील शहीद भगतसिंग महाविद्यालयात आयोजित शिक्षक दिनानिमित्त कार्यक्रमात प्रमुख मार्गदर्शक म्हणून बोलत होते.

मंचावर महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. डी. पी. कांबळे, भूगोल विभाग प्रमुख डॉ. दैवशाला नागदे, स्टाफ सेक्रेटरी डॉ. प्रशांत चव्हाण, राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम अधिकारी डॉ. नंदकुमार माने उपस्थित होते. पुढे बोलताना डॉ. संग्राम मोरे यांनी सांगितले की, शिक्षक हा कर्तव्यनिष्ठ व कर्तव्य तत्पर असला पाहिजे. खरा शिक्षक तोच असतो की, जो चांगल्या किंवा वाईट गुणांची पारख करतो. याप्रसंगी स्टाफ अकॅडमीच्या वतीने आयोजित चांद्रयान तीन मोहीम यावर डॉ. दैवशाला नागदे यांनी मार्गदर्शन केले. डॉ.नागदे यांनी चांद्रयान मोहिमेचा उद्देश, चांद्रयान मोहिमेतील टप्पे, यान, त्यातली तांत्रिक माहितीचे सखोल माहिती दिली.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक प्राचार्य डॉ. डी.पी कांबळे यांनी केले. सूत्रसंचालन डॉ. नंदकुमार माने यांनी तर आभार स्टाफ सेक्रेटरी डॉ. प्रशांत चव्हाण यांनी मांनले. यावेळी अकादमीचे कोषाध्यक्ष डॉ. संजय मोरे, डॉ. हणमंत पवार, डॉ. पांडुरंग मगर, डॉ. अशोक गायकवाड, डॉ. विक्रम गिरी, डॉ. अनिलकुमार राठोड, डॉ. सुरेश कातळे, डॉ. देविदास भोयर, प्रा.सुजाता गावकरे, प्रा शितल डाकोरे, प्रा. चंद्रमणी बनसोडे, प्रा. डॉ.पद्मजा कुलकर्णी, महेश सरवदे, सतिश शेळके, विनोद नारंगवाडे, गौतम गायकवाड, सुग्रीव अकुलवाड, संजय बेगडे, प्रशांत शिंदे, नागनाथ वाघमारे आदीसह बहुसंख्य विद्यार्थी विद्यार्थिनी उपस्थित होते .

CHANGE OF NAME

I have change my name from SHITAL DEEPAKKUMAR DAD TO SHITAL GAURAV SOMANI Hence for this declaration in future I will be use this name SHITAL GAURAV SOMANI in future the same name will be used by my husband & children & family.

Old Name :- SHITAL DEEPAKKUMAR DAD

New Name :- SHITAL GAURAV SOMANI

Address :- Laxmi Niwas B-20 new adarsh Colony, Latur-413512

भाजपा शहर जिल्हाध्यक्ष देवीदास काळे यांचे अभिष्टचिंतन

लातूर : लातूर शहर भाजपाचे जिल्हाध्यक्ष तथा लातूरच्या गावभागातील 'देऊ' देवीदास यांच्या वाढदिवस शहरभर मोठ्या उत्साहात संपन्न झाला.

आज सकाळी गावभागातील काळे गल्ली येथील रामलिंगेश्वर मंदिरातील महादेवास देवीदास काळे यांनी सपत्नीक दुग्धाभिषेक केला. हिंदू-मुस्लीम ऐक्याचे प्रतीक असलेल्या हजरत सुरतशहावली दर्गाह येथे चादर चढविली. शहर व जिल्ह्यातील विविध पक्ष, संघटना, कार्यकर्ते, मित्र परिवार, नातेवाईक यांनी देवीदास काळे यांची भेट घेऊन वाढदिवसानिमित्त त्यांना शुभेच्छा दिल्या.

त्यांच्या मते....

▣ **भाजप आणि युतीला २५ आमदार निवडून देण्यासाठी माझे योगदान आहे.**

– पंकजा मुंडे

☛ कदाचीत याचीच भाजप आणि युतीला भिती वाटत असावी.

▣ **फडणवीस मंत्रालयाच्या आजूबाजूला फिरायच्या देखील लायकीचे नाहीत.**

– उद्धव ठाकरे

☛ असं कसं म्हणता, गेली काही वर्षांपासून मंत्रालय त्यांच्या मागे-मागे फिरतय..

▣ **सत्तेत आल्यापासून मुख्यमंत्री, दोन्ही उपमुख्यमंत्री यांना केंव्हाही मोकळेपणाने वावरताना पाहिलं नाही. तिघेही खूप तणावाखाली दिसतात.**

– पंकजाताई मुंडे

☛ राजकारणात सद्यस्थितीत अशा पदावरील व्यक्तींना मोकळेपणा शक्यच नाही.

▣ **हिम्मत असेल तर अमित देशमुख यांनी संजय बनसोडे यांच्या विरोधात सरळ निवडणूक लढवावी.**

– ॲड. बळवंत जाधव.

☛ ते शक्य नाही, संजय बनसोडे यांनाच अमित देशमुख यांच्या विरोधात निवडणूक लढविता येईल.

बोलण्यात व्यस्त ठेऊन खिशातील पैसे, एटीएम चोरले

लातूर : लातूर येथील बसस्थानक परिसरात एका व्यक्तीस त्याच्या गावाकडील ओळख सांगून बोलण्यात व्यस्त ठेऊन त्याच्या शर्टाच्या वरच्या खिशातील पैसे, आधार कार्ड, मतदान कार्ड व एटीएम चोरल्याचा प्रकार घडला आहे.

विलास दिगंबर पांचाळ रा. बेलुरी, ता. औसा यांना परवा सकाळी पावणेअकरा वाजण्याच्या सुमारास एक व्यक्ती भेटला. त्याच्या गावाकडील माणसाची ओळख सांगून बोलण्यात व्यस्त ठेऊन त्या अज्ञात चोरट्याने पांचाळ यांच्या खिशातील ५ हजार रूपये, एटीएम कार्ड चोरून नेले. या प्रकरणी गांधी चौक पोलिसांत गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पोलीस अधिक तपास करत आहेत.

पंचमुखीनंतर विराट हनुमानची दानपेटी फोडली

लातूर : लातूर शहरातील एलआयसी कॉलनी परिसरात असलेल्या पंचमुखी हनुमान मंदिरातील दानपेटीच चोरट्याने उचलून नेली आहे. काल रात्री लातूर शहरातील विराट हनुमान मंदिरातील दानपेटी फोडून आतील रक्कम चोरून नेण्याचा प्रकार धउला आहे.

देशात वन नेशन-वन इलेक्शनची तयारी, जाणून घ्या त्याचे ८ प्रमुख फायदे आणि तोटे

गेल्या काही वर्षांत 'वन नेशन-वन इलेक्शन' हा मुद्दा अनेकदा उपस्थित झाला आहे. आता केंद्र सरकारने याबाबत समिती स्थापन केली आहे. माजी राष्ट्रपती रामनाथ कोविंद अध्यक्ष असतील. ही समिती 'वन नेशन-वन इलेक्शन'च्या कायदेशीर बाबी समजून घेईल आणि त्यावर सर्वसामान्यांचे मत घेईल. नुकतेच केंद्रीय संसदीय कामकाज मंत्री प्रल्हाद जोशी यांनी गुरुवारी संसदेचे विशेष अधिवेशन बोलविण्याची माहिती दिली होती. ट्विटनुसार, १८ ते २२ सप्टेंबर दरम्यान संसदेचे विशेष अधिवेशन बोलावण्यात येणार आहे. अधिवेशनात ५ बैठका होणार आहेत. आता या विशेष अधिवेशनात केंद्रातील मोदी सरकार 'वन नेशन-वन इलेक्शन' विधेयक आणू शकते, अशी चर्चा आहे.

बऱ्याच काळापासून, या विषयावर साधक आणि बाधकांची गणना केली जात आहे. या मुद्द्यावर राजकीय

पक्षांमध्ये स्पष्टपणे फूट पडली आहे. या विधेयकाच्या सादरीकरणाच्या चर्चेदरम्यान, जाणून घेऊया 'वन नेशन-वन इलेक्शन' हा मुद्दा काय आहे आणि त्याचे फायदे आणि तोटे काय आहेत?

सोप्या भाषेत समजायचे झाले, तर या माध्यमातून राज्यांमध्ये लोकसभा आणि विधानसभा निवडणुका एकाच वेळी घेण्याची चर्चा आहे. म्हणजेच दोन्ही निवडणुका एकाच वेळी होऊ शकतात. यासाठी वेळ आणि पैसा दोन्हीची स्वतंत्रपणे बचत होऊ शकते. त्याचा हा गुण सत्ताधारी पक्षाच्या नेत्यांनी मोजला आहे. दोन्ही निवडणुका एकाच वेळी होत असल्याने विरोधकांनीही काही गैरसोय मोजली आहे. सध्या राज्यांच्या विधानसभा आणि लोकसभेच्या निवडणुका स्वतंत्रपणे घेतल्या जातात. विद्यमान सरकारचा पाच वर्षांचा कार्यकाळ संपल्यानंतर किंवा विविध कारणांमुळे त्याचे विसर्जन.

वन नेशन-वन इलेक्शनचे फायदे

विकासकामे थांबणार नाहीत : देशात ज्या ज्या भागात निवडणुका झाल्या, त्या ठिकाणी आदर्श आचारसंहिता लागू केली जाते. अधिसूचना जारी झाल्यानंतर कोणतीही नवीन योजना किंवा नियुक्ती सुरू होत नाही. त्याचप्रमाणे देशात वेगवेगळ्या वेळी अधिसूचना लागू केल्यावर विकासकामे काही काळासाठी थांबवली जातात. सरकार आवश्यक ते निर्णय घेऊ शकत नाही. अशा परिस्थितीत संपूर्ण देशात एकाच वेळी निवडणुका होणार असतील, तर आचारसंहिता अल्प कालावधीसाठीच लागू होईल. यानंतर विकासकामांना ब्रेक लागणार नाही.

वेळ आणि पैसा दोन्हीची बचत: राज्य विधानसभा आणि लोकसभेसाठी स्वतंत्रपणे निवडणुका घेतल्या जातात, तेव्हा खर्च वाढतो. त्यावर शिक्षक आणि सरकारी कर्मचाऱ्यांची कर्तव्ये नेमून दिली आहेत. शासनाचा अतिरिक्त पैसा खर्च होतो. वेगवेगळ्या वेळी निवडणूक प्रक्रिया होत असल्याने खर्च आणखी वाढतो. अतिरिक्त खर्चाबरोबरच त्यांच्या कर्तव्यावरही परिणाम होतो. वन नेशन-वन इलेक्शनच्या माध्यमातून वेळ आणि पैसा दोन्ही वाचवता येऊ शकतात. सरकारी कर्मचारी कोणत्याही अडथळ्याशिवाय कर्तव्य बजावू शकतील.

उदाहरणाने समजून घ्या : केवळ एका निवडणुकीत किती खर्च झाला, हे उदाहरणाने समजू शकते. लोकसभा निवडणुकीच्या २०१९ च्या अहवालानुसार या निवडणुकीत ६० हजार कोटी रुपये खर्च करण्यात आले होते. यामध्ये राजकीय पक्ष आणि भारतीय निवडणूक आयोगाने केलेल्या खर्चाचा समावेश आहे. त्याचप्रमाणे राज्यनिहाय खर्चाचा अंदाज घेतला, तर आकडे अनेक पटींनी वाढतील. हा खर्च थांबवण्यासाठी वन नेशन-वन विधेयक आणता येईल.

निवडणूक आयोग सज्ज : २०२२ मध्ये तत्कालीन मुख्य निवडणूक आयुक्त सुशील चंद्र यांनी सांगितले होते की, निवडणूक आयोग देशभरात राज्य आणि लोकसभा निवडणुका घेण्यास तयार आहे. देशात एक राष्ट्र, एक निवडणूक प्रणाली लागू करण्यासाठी राज्यघटनेत अनेक बदल करावे लागतील. २०२२ मध्ये विधी आयोगाने या संदर्भात देशातील राजकीय पक्षांकडून सल्ला मागितला होता.

आता जाणून घ्या वन नेशन, वन इलेक्शनचे तोटे

विधानसभेत बदल : अनेक राजकीय विश्र्लेषकांचे म्हणणे आहे की, नवा बदल झाल्यास तो लोकशाहीसाठी मारक ठरू शकतो. असे झाल्यास सरकार त्यांच्या इच्छेविरुद्ध विधानसभेचा कार्यकाळ कमी किंवा वाढवू शकते. त्यामुळे त्यांच्या व्यवस्थेवर परिणाम होईल.

नियमांमध्ये होणार बदल : वन नेशन-वन इलेक्शन लागू करणे सोपे नाही. त्यासाठी कायद्यातही बदल करावे लागतील. पीपल्स ॲक्टपासून ते संसदीय नियमांपर्यंत बदल करावे लागतील. या बदलांबाबत विरोधक कितपत पाठिंबा देणार, हेही सरकारसमोरील मोठे आव्हान असेल.

विरोधकांचे किती नुकसान: खऊ्रऊ संस्थेच्या २०१५ च्या अभ्यासातून असे दिसून आले की जर निवडणुका एकाच वेळी घेतल्या गेल्या तर मतदार राज्य विधानसभा आणि लोकसभेत राजकीय पक्ष किंवा आघाडी निवडतील अशी ७७ टक्के शक्यता होती. सहा महिन्यांनी निवडणुका झाल्या, तर फक्त ६१ टक्के मतदार तोच पक्ष निवडतील. यावर विरोधक आक्षेप घेऊ शकतात.

प्रादेशिक मुद्द्यांकडे दुर्लक्ष : दोन्ही निवडणुका एकत्र घेतल्यास राष्ट्रीय मुद्द्यांसमोर प्रादेशिक मुद्द्यांकडे दुर्लक्ष होऊ शकते, असे अनेक विश्र्लेषकांचे मत आहे. असे झाल्यास प्रादेशिक पक्षांमध्ये तोटा होण्याची शक्यता बळावली आहे. अशा स्थितीत मतदारांचे एकतर्फी मतदान होण्याची शक्यता आहे. त्यामुळे केंद्रातील सत्ताधारी पक्षाला फायदा होऊ शकतो.

प्रमुख राजकीय पक्षांचा 'जमापुंजी' आली समोर; भाजपच्या संपत्तीत झाली 'भरघोस' वाढ

नवी दिल्ली : आगामी २०२४ च्या लोकसभा-विधानसभा निवडणुकांच्या पार्श्र्वभूमीवर देशभरातील राजकीय वातावरण तापण्यास सुरूवात झाली आहे. सत्तेतील एनडीए विरोधात विरोधकांनी इंडिया आघाडी उघडली आहे. इंडिया आघाडीत एकुण २८ पक्ष सहभागी झाले असल्याने पुन्हा एकदा नरेंद्र मोदी या आघाडीला चितपट करण्यासाठी व्यूव्हरचना आखत आहेत. याच वातावरणात आता देशातील प्रमुख राजकीय पक्षांची संपत्तीबाबत अहवाल पुढे आहे. यामध्ये भाजपची संपत्ती किती वाढली याबाबतही खुलासा करण्यात आला आहे.

असोसिएशन फॉर डेमोक्रॅटिक रिफॉर्म्स ने जाहीर केलेल्या अहवालात म्हटले आहे की, आठ राष्ट्रीय पक्षांनी घोषित केलेली एकूण मालमत्ता २०२१-२२ या वर्षात ८,८२९.१६ कोटी रुपयांपर्यंत वाढली आहे, जी २०२०-२१ मध्ये ७,२९७.६२ कोटी रुपये होती. असोसिएशन फॉर डेमोक्रॅटिक रिफॉर्म्सने २०२०-२१ आणि २०२१-२०२१ या आर्थिक वर्षांसाठी भाजप, काँग्रेस, राष्ट्रवादी काँग्रेस, बसपा, भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी, मार्क्सवादी कम्युनिस्ट पार्टी, तृणमूल काँग्रेस आणि नॅशनल पीपल्स पार्टी या ८ राष्ट्रीय पक्षांच्या वतीने अहवालात घोषणा केली.

कोणत्या पक्षाची संपत्ती किती वाढली?

२०२०-२१ या आर्थिक वर्षात भाजपने ४,९९० कोटी रुपयांची संपत्ती जाहीर केली होती, जी २०२१-२२ मध्ये २१.१७ टक्क्यांनी वाढून ६,०४६.८१ कोटी रुपये झाली. अहवालानुसार, २०२०-२१ मध्ये काँग्रेसची घोषित मालमत्ता ६९१.११ कोटी रुपये होती, जी २०२१-२२ मध्ये १६.५८ टक्क्यांनी वाढून ८०५.६८ कोटी रुपये झाली.

एडीआरच्या अहवालात म्हटले आहे की, बसपा हा एकमेव राष्ट्रीय पक्ष आहे ज्याने आपल्या वार्षिक घोषित मालमत्तेत घट दर्शविली आहे. २०२०-२१ आणि २०२१-२२ दरम्यान, बसपाची एकूण संपत्ती ५.७४ टक्क्यांनी घटून ६९०.७१ कोटी रुपये झाली, ती ७३२.७९ कोटी रुपये एवढी होती. तर तृणमूल काँग्रेसची एकूण मालमत्ता २०२०-२१ मध्ये १८२.१ कोटी रुपये होती, जी १५१.७० टक्क्यांनी वाढून ४५८.१० कोटी रुपये झाली आहे.

आगामी लोकसभा निवडणुका पुढील वर्षी होऊ घातल्या आहेत. तर विरोधकांच्या मते सरकार या निवडणुका याच नोव्हेंबर-डिसेंबर महिन्यांत घेण्याच्या तयारीत असल्याचा आरोप करत आहे. दरम्यान याच कालावधीत देशातील प्रमुख राजकीय पक्षांची संपत्ती जाहीर करणारा अहवाल पुढे आला असून, यामुळे आरोप-प्रत्यारोपांच्या फैरी झडण्याची शक्यता आहे.

राज्यात पाणीबाणीची शक्यता; पावसाने दडी मारल्याने प्रमुख मोठ्या धरणांमध्ये अत्यल्प जलसाठा

मुंबई : आधीच राज्यात उशिराने सक्रीय झालेल्या मान्सूनचा फटका शेतकऱ्यांना बसला होता. दरम्यान पिके जमिनी बाहेर येत असतानाच पावसाने दिलेली उघडीप शेतपिकांना मारक ठरत आहे. अशातच आता या पावसाच्या खंडाचा फटका राज्यातील लहान-मोठ्या प्रकल्पांनाही बसत असून, राज्यातील दहा प्रमुख धरणांमध्ये अत्यल्प जलसाठा असल्याचे वास्तव आहे. ही परिस्थिती अशीच राहल्यास राज्यात यंदा दसरा-दिवाळीत पाणीबाणी होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही.

जुलैच्या शेवटच्या आठवड्यात धो-धो बरसणाऱ्या पावसाने ऑगस्टमध्ये महाराष्ट्राकडे ढुंकूनसुद्धा पाहले नाही. याचा परिणाम शेतपिकांवर होत असून, राज्यातील अनेक जिल्ह्यातील पिकांनी माना टाकल्या आहेत. तर याचा थेट परिणाम धरणांमधील जलसाठ्यावर झाला आहे. यामुळे राज्यभरातील प्रमुख धरणांमध्ये ऑगस्टअखेरपर्यंत मागील वर्षीपेक्षा २४ टक्के एवढी तूट आहे. राष्ट्रीय जल आयोगाच्या अहवालात ही बाब समोर आली आहे. त्यामुळे यंदा राज्यातील नागरिकांची मदार टँकरवर असणार आहे. अशीही शक्यता नाकारत येत नाही.

राज्यात ऑगस्ट महिन्यात सरासरीच्या २९ टक्के पाऊस ठराविक ठिकाणी झाला आहे. सद्यःस्थितीत ३२९ महसुली मंडळात पावसाचा २३ दिवसांचा खंड पडल्याने दुष्काळाची छाया गडद झाली आहे. कोकण वगळता राज्यातील १८ जिल्ह्यातील खरीप वाया गेला आहे. सर्वांत कमी पावसाची नोंद सांगली जिल्ह्यात झाली आहे. तिथे सरासरीपेक्षा ४५ टक्के कमी पाऊस झाला आहे, असे त्यांनी पत्रात नमूद केले आहे.

आयोगाकडून देशभरातील १५० प्रमुख व मोठ्या धरणांचा अभ्यास केला जातो. महाराष्ट्रातील ३२ धरणांमधील जलसाठा देशाच्या सरासरीहून अधिक असला तरीही तूट मोठी आहे. आयोगाच्या अहवालानुसार, राज्यातील धरणे सध्या ७२ टक्के भरली आहेत. हा आकडा दहा वर्षांच्या सरासरीच्या तुलनेत सहा टक्के कमी आहे. मात्र मागील वर्षी या काळात ही धरणे ९६ टक्के भरली होती. सर्वाधिक तूट भीमा (उजनी) धरणातील आहे. मागील वर्षी या काळात १०० टक्के भरलेले हे धरण यंदा फक्त १६ टक्के भरले आहे. या धरणाची दहा वर्षांची ३१ ऑगस्टपर्यंतची सरासरी ८० टक्के आहे.

अशी राज्यातील प्रकल्पांमधील जलस्थिती

प्रकल्प	जलसाठा(टक्केवारी)
भीमा	१६ टक्के
जायकवाडी	३४ टक्के
गिरणा	३७ टक्के
खडकवासला	५९ टक्के
अप्पर तापी	५९ टक्के
उरमोडी	६० टक्के
येल्दारी	६० टक्के
माणिकडोह	६१ टक्के
इशापूर	६९ टक्के
वीर	७१ टक्के

हे प्रकल्प ९० टक्क्यांवर

राज्यातील दहा प्रमुख प्रकल्पात जरी अत्यल्प जलसाठा असला तरी या तुलनेत राज्यातील अप्पर वर्धा, पेंच (तोतलाडोह), भातसा, दूधगंगा, भंडारदरा, भाटघर, नीरा देवघर, सूर्या, डिंभे, बारवी, चासकमान, पानशेत व दारणा ही धरणे ९० टक्क्यांच्यावर भरली आहेत.

चार प्रकल्प शंभर टक्क्यांवर

यासोबतच भंडारदरा, नीरा देवघर, चासकमान व पानशेत ही चारच धरणे शंभर टक्के भरलेली असल्याचे आयोगाच्या अहवालात नमूद आहे.

ओबीसी आरक्षणाचा टक्का वाढवा, विजय वडेट्टीवारांची मागणी

मुंबई : ओबीसी आरक्षणाचा टक्का वाढवा आणि मराठा समाजाला खुशाल आरक्षण द्या, अशी मागणी राज्याचे विरोधी पक्ष नेते विजय वडेट्टीवार यांनी केली आहे. मराठा आरक्षणावर राज्य सरकारने लवकरात तोडगा करावा आणि जालन्यातील लाठीचार्ज हा सरकारपुरस्कृत होता हे सिद्ध झाले आहे, असे ही विजय वडेट्टीवार म्हणाले.

मराठा आरक्षणावर तोडाग निघण्यासंर्भादत विजय वडेट्टीवार म्हणाले, मराठा आरक्षणावर लवकर तोडगा निघाला पाहिजे. मनोज जरांगे पाटील यांच्या उपोषणाचा तेरावा दिसव आहे. ओबीसीच्या आरक्षणाला धक्का न लावता अधिकचे वाढवून द्या. वाढवून मराठा समजाला जेवढे आरक्षण द्याचे ते द्या. ही जबाबदारी शासनाची आहे. केंद्र आणि राज्यात बहुमताचे सरकार आहे. झटक्यामध्ये काम होऊ शकते. फिरवा फिरवी कशाला. कशाला एका महिन्याची मुदत पाहिजे. कुणबी आरक्षण देत असताना आधी आरक्षण वाढवा. आरक्षणात वाढ करा आणि मग ओबीसीसंदर्भात विचार करा, असे मी जालन्यात मंचावर जाऊन बोललो. मी ओबीसी नेता म्हणून जी भूमिका ओबीसी समाजाची आहे. तीच भूमिका माझी राहणार आहे. मी स्पष्टपणे सांगतो की, ओबीसीच्या आरक्षणात वाढ करा आणि मग हा विचार करा.

विजय वडेट्टीवार म्हणाले, मराठा समाजाला आरक्षण देत असताना. ओसीबीचे नुकसान होऊ नये, याला आमचे समर्थन आहे. म्हणून मराठा समजाला समर्थन दिलेले आहे. ओबीसी समाजातून मराठा समाजाला आरक्षण देत असाल, तर आरक्षणात वाढ करून द्या. आरक्षणात वाढ केली नाही. तर आम्ही आरक्षण देऊ देणार नाही, ही आमची भूमिका आहे.

आंदोलनकर्त्यांची कुणबी जात प्रमाण पत्राची मागणी आहे, यावर विजय वडेट्टीवार म्हणाले, आरक्षणाला आम्ही धक्का लावू देणार नाही. माझ्या जीवात जीव असेपर्यंत मी माझ्या ओबीसीच्या मुळ आरक्षणाला अजिबात धक्का लावू देणार नाही. माझा जीव गेला तरी चालेल. यात कुठे काय कराची सोय सरकारने करावी. मराठा आणि ओबीसीमध्ये भांडणे लावण्याची काम करू नये. एकीकडे सरकार एक भूमिका घेते आणि दुसरीकडे बावनकुळे दुसरी भूमिका घेतात. लोकांना फसविण्याचे काम सुरू आहे का? सरकार एक बोलय आणि पक्षाचा प्रमुख एक बोलतोय. लोकांच्या डोळ्यात धुळफेक करातय का?, दोन्हीकडून मते घेण्याची तुमची भूमिका आहे आणि दोन समाजात भांडण आलावयाची ही तुमची भूमिका बावनकुळेंची असेल. मग मराठा समाज समजेल काय समजायचे आहे ते. ओबीसीला २७ टक्के आरक्षण आहे. तुम्हाला आरक्षण द्याचे असेल, तर वाढवून द्या आणि खुशाल आरक्षण घ्या. ही आमची ओबीसींची भूमिका होती. आरक्षणात वाढून देश असेल, तर हरकत नाही, असेही भुजबळ म्हणाले.

पावसाच्या खंड काळातही रेशीम शेतीने दिली साथ...!

लातूर जिल्ह्यात सोयाबीन, हरभरा, ऊस यासारखी पारंपारिक पिके मोठ्या प्रमाणात घेतली जातात. मराठवाड्यात त्यातल्या त्यात लातूर जिल्ह्यात पाण्याची अल्प सिंचन व्यवस्था तसेच सरासरी पर्जन्यमान या बाबींचा विचार करता दर दोन-तीन वर्षांनी दुष्काळजन्य परिस्थितीचा सामना वाट्याला येतो. त्यामुळे शेतकऱ्यांचे प्रचंड नुकसान होते, यातून पुन्हा उभारी उभारी घेण्यासाठी चांगल्या पावसाची वाट पहावी लागते. मात्र, आता रेशीम शेतीतून जिल्ह्यातील शेतकरी कमी पाण्याचा वापर घरून भरघोस आणि खात्रीशीर उत्पन्न घेत आहेत. त्यामुळे पावसाच्या खंड काळातही रेशीम शेती शेतकऱ्यांसाठी वरदान ठरत आहे.

लातूर तालुक्यात हरंगुळ बु. येथील ५० शेतकरी, रेणापूर तालुक्यातील खरोळा येथील तसेच औसा समूहात आलमला, करजगाव येथील शेतकरी रेशीम शेतीतून चांगले उत्पन्न घेत असून त्यांचे एकरी वार्षिक उत्पन्न अडीच ते तीन लाख रुपयांपर्यंत आहे.

जिल्ह्यातील शेतकरी घेत आहेत रेशीम शेतीतून भरघोस उत्पन्न

जिल्ह्यात पावसाच्या खंड काळातही रेशीम शेती दुष्काळात शेतकऱ्यांना साथ देत आहे. जुलै महिन्यात गादवड येथील रेशीम शेतकरी आकाश अरुण जाधव यांनी एका एकरातील तुती पाल्यावर ९७ हजार रुपयांचे उत्पन्न घेतले. तसेच त्यांनी चॉकी व्यवसाय देखील सुरू केलेला असून ते लहान अळ्या ८ दिवस सांभाळून शेतकऱ्याना वाटप करतात. या माध्यमातूनही त्यांना चांगले आर्थिक उत्पन्न मिळत आहे. खरोळा येथील सिद्धेश्र्वर कागले यांनी दीड एकरात तुती लागवड करून त्या पाल्यावर २२ दिवसात जवळपास अडीच लाख रुपये उत्पन्न एका पिकात घेतले आहे. सध्या रेशीम कोषाला ४५ हजार ते ५५ हजार प्रति क्विंटल दर मिळत असल्याने शेतकऱ्यांचा कल इतर पारंपरिक शेतीपेक्षा रेशीम शेतीकडे वाढत चालला आहे.

'मनरेगा'मधून रेशीम शेतीला मिळते अनुदान

शेतकऱ्यानी किमान १ एकर तुती लागवड करणे आवश्यक असून या तुतीच्या पाल्यावर रेशीम किटकांचे संगोपन करण्याकरिता २०द५० फुटाचे किटक संगोपन गृह उभारणी करावे लागते. तसेच सदर योजनेचा समावेश महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार हमी योजनेत (मनरेगा) झाल्याने अल्पभूधारक व जॉबकार्डधारक शेतकऱ्यास योजनेचा लाभ घेता येतो. यासाठी समूहात म्हणजे १० ते १५ लोकांनी एकत्र येऊन ग्रामसभेचा ठराव घेऊन प्रस्ताव दाखल करावा लागतो. सर्व लाभार्थ्यांचे कामकाज संबंधित गावचा ग्रामरोजगार सेवक करतो.

मनरेगा योजने अंतर्गत तीन वर्षात एका एकरच्या मर्यादेत ३ लाख ५८ हजार रुपयेपर्यंत अनुदान देण्यात येते. दरवर्षी नोव्हेबर-डिसेंबरमध्ये महारेशीम अभियान राबविण्यात येते, या काळात समूहात तुती लागवडीसाठी नोंदणी करणे आवश्यक आहे. नर्सरीद्वारे लागवड व कोष उत्पादनाचे प्रशिक्षण रेशीम कार्यालयाकडून देण्यात येते तसेच ७५ टक्के अनुदानावर कोष उत्पादनासाठी अंडीपुंज वाटप केले जाते. पहिल्या वर्षी दोन व दुसऱ्या वर्षापासून दरवर्षी ४ ते ५ पिके घेतली जातात, लागवड दोन एकर केल्यास हेच उत्पादन दुप्पट होते. तुती बाग आठमाही ते दहामाही पाण्यावर देखील जोपासता येते आणि ही बाग दहा ते बारा वर्षे टिकते. फांदी पद्धतीच्या वापरामुळे मजुरीच्या खर्चात मोठ्या प्रमाणात बचत होते. कोष मार्केटच्या सुविधा लगतच्या जिल्ह्यात सुरू झालेल्या आहेत. लातूरमध्येही कोष बाजारपेठ सुरू करण्यास मंजूरी मिळालेली आहे.

रेशीम शेतीसाठी इच्छुक शेतकऱ्यांनी समूह नोंदणीसाठी लातूर येथील अतिरिक्त एमआयडीसीमधील ऑक्टोगण फॅक्टरी जवळील जिल्हा रेशीम कार्यालयात संपर्क साधण्याचे आवाहन जिल्हा रेशीम विकास अधिकारी एस. बी. वराट यांनी केले आहे.

लातूर जिल्ह्यात रेशीम कोष बाजारपेठेला मंजुरी

एका गावात १५० ते २०० एकर रेशीम लागवड असल्यास चॉकी सेंटरसाठी सुद्धा सिल्क समग्र योजनेअंतर्गत चॉकीधारकास योजनेचा लाभ घेता येतो. यामुळे रेशीम उद्योगाचे पीक ३० ऐवजी फक्त २२ दिवसात तयार होते. यामुळे नगदी पिक म्हणून पुढे येत आहे. कोष विक्रीसाठी आता कर्नाटक येथील रामनगरम ऐवजी मराठवाड्यातील बीड, परभणी व जालना येथे कोष विक्री बजारपेठेची व्यवस्था करण्यात आलेली आहे. तसेच लातूर जिल्ह्यातही कोष बाजारपेठ सुरू करण्यास मंजूरी मिळालेली आहे, अशी माहिती जिल्हा रेशीम विकास अधिकारी एस. बी. वराट यांनी दिली.

-जिल्हा माहिती कार्यालय, लातूर

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

आरोग्य

पनीर खा आणि फिट राहा,जाणून घ्या फायदे

दूधापासून बनवलेला पदार्थ पनीर शरीरासाठी फायदेशीर असून याचे अनेक फायदे आहेत. पनीरमध्ये कॅल्शियम आणि

फॉस्फरस असते. जे आपल्याला हाडे मजबूत करण्यास मदत करतात. ज्यांना दुधाची ऍलर्जी आहे आणि जे दूध पिऊ शकत नाहीत. त्यांनी आपल्या आहारामध्ये नक्कीच पनीरचा समावेश करायला हवा. महिला असो वा लहान मुले सर्वांनीच आहारामध्ये पनीर घ्यावे. जर मुलांना पनीर खायला आवडत नसेल तर आपण मुलांना पनीरचे पराठे तयार करून द्यावेत. यामुळे शरीराला पोषक मिळते. तसेच याच्या पोषक घटकांमुळे अनेक फायदे शरीराला होत असतात.

अशातच सर्वांनाच पनीर खायला प्रचंड आवडते. मग पनीरची भाजी असो वा पनीर पराठा. आपल्या जेवणाचा भाग पनीर नेहमीच असतो. पण फक्त पनीर चवदारच नसून ते आपल्या आरोग्यासाठी (Health) खूप जास्त फायदेशीर असते. पनीरमध्ये मोठ्या प्रमाणात प्रोटीन असते.

त्यात कॅल्शियम, मॅग्नेशियम, फोलेट आणि फॉस्फरस देखील असतात. जे आपल्या शरीरासाठी खूप जास्त फायदेशीरआहे. यामुळेच निरोगी राहण्यासाठी आपल्या दररोजच्या आहारामध्ये पनीरचा नक्कीच समावेश करा. कारण पनीर आपल्याला निरोगी ठेवण्यासाठी खूप जास्त मदत करते. आता आपण जाणून घेऊया पनीर खाण्याचे काय आहेत फायदे.

पनीरमध्ये कॅल्शियम आणि फॉस्फरस असते.

जे आपल्याला हाडे मजबूत ठेवण्यास खूप मदत करतात.

पनीरमध्ये भरपूर प्रथिने असतात. ज्यामुळे आपल्या शरीराची प्रतिकारशक्ती वाढते.

अनेक अभ्यासांतून असे दिसून आले आहे की दररोज पनीर खाणे, अंडी, मांसापेक्षा चांगले असते.

ज्यांना वजन कमी करायचे आहे त्यांनी क्रीम पनीर खावू नये.

पालक पनीरच्या भाजीमध्ये पनीरचा समावेश करणे अधिक फायदेशीर असते. त्यामुळे शरीराला पोषण मिळतात.

पनीरमध्ये प्रोटीनचे प्रमाण चांगले असते. तसेच ते आपल्या त्वचेसाठी अतिशय फायदेशी असते.

आहारात नियमितपणे पनीरचे सेवन करा त्यामुळे आरोग्याला अनेक फायदे मिळतील.

मात्र, प्रत्येक गोष्टीचे मर्यादीत प्रमाणात सेवन करणे आरोग्यासाठी फायदेशीर ठरते.

अशातच पनीरचे देखील तुम्ही मर्यादित प्रमाणात जर सेवन केले तर आपल्याला नक्कीच त्याचा फायदा होईल.

वेट लॉस आणि फॅट लॉसमध्ये ‘हा’ आहे फरक

बहुतांश लोक वेट लॉस आणि फॅट लॉस बद्दल नेहमीच बोलत असतात. या दोन्ही गोष्टींमुळे तुमचे वजन कमी होऊ शकते. मात्र यामध्ये फरक असतो. वेट लॉस आणि फॅट लॉस बद्दल कंफ्युजन असते. स्लिम होण्यासाठी वेट लॉस पेक्षा फॅट लॉस अधिक असते. वेट लॉस झाल्यानंतर व्यक्ती स्लिम दिसतो. परंतु काही शारिरीक समस्यांचा सामना करावा लागू शकतो. फॅट लॉस केल्याने व्यक्ती हेल्दी आणि

टोंड दिसतो. वजन कमी करण्यासाठी फॅट कमी करणे अत्यंत गरजेचे मानले जाते. अशातच जाणून घेऊयात फॅट लॉस आणि वेट लॉसमधील नक्की फरक काय.

वेट लॉस म्हणजे काय?

वेट लॉस करणे म्हणजे शरीरातील मसल्स, फॅट आणि वॉटर वेट कमी करणे. शरीरात मसल्स बाइडिंग एजेंटच्या रुपात काम करतात. त्यामुळे त्यांना हेल्दी ठेवणे अत्यंत गरजेचे आहे. क्रॅश डाएट आणि ग्लुटन फ्री डाएटच्या मदतीने वजन कमी होतो. मात्र मसल्स लॉस ही होतात. सामान्य डाएट फॉलो केल्यानंतर फायदा होतो. पण अपेक्षित फायदा होत नाही. त्यामुळे स्लिम आणि टोंड बॉडीसाठी वेट लॉस नव्हे तर फॅट लॉस हे टार्गेट असावे.

फॅट लॉस म्हणजे काय?

शरीरातील लीन मास बर्न करण्यासाठी मसल्स गेन करण्याला फॅट लॉस असे म्हटले जाते. यामध्ये शरीरात साठलेल्या फॅटला बर्न केले जाते. ज्याला चरबी असे म्हणतात. फॅट कमी करण्यासाठी उत्तम आणि बेस्ट पर्याय म्हणडे कॅलरी डेफिसिटी आणि हार्ड वर्कआउट. प्रत्येकाच्या शरीरातील फॅट हे वेगवेगळे असतात. ते कमी करण्यासाठी विविध पर्याया अवलंबले जातात. टोंड बॉडीसाठी शरीरातील अतिरिक्त फॅट्स कमी केले पाहिजेत.

वेट लॉसमध्ये करु नका या चुका

वेट लॉस करण्याच्या नादात क्रॅश डाएट किंवा ग्लूटन फ्री डाएट खाऊ नका. वेट लॉस ऐवजी फॅट लॉसचा पर्याय वापरा. वेट लॉसच्या प्रवासात खाणंपिणं टाळू नका.

अधिक एक्सरसाइज करणे टाळा.

एक्सरसाइज केल्यानंतर नवे मसल्स बनण्यासाठी वेळ द्या

ॲसिडीटी होऊ नये यासाठी खा ‘ही’ फळं

पोटात गॅस होणे किंवा ॲसिडिटी होणे ही एक सामान्य समस्या आहे. ॲसिडिटी अशीवेळी होते जेव्हा शरीरात ॲसिड तयार होऊ लागते. याच कारणास्तव छाती आणि पोटात दुखणे सुरु होते. त्यामुळे या समस्येपासून दूर राहण्यासाठी कोणत्या फळांचे सेवन करावे याच बद्दल आपण अधिक जााणून घेऊयात.

केळं : केळयात ॲसिडिटीच्या समस्येवर फायदेशीर ठरते. पोटातील ॲसिडसाठी केळ सुरक्षित मानले जाते. कारण यामध्ये - श्रज्ञरश्रळपश गुण असतात. या व्यतिरिक्त हे पोटातील ॲसिड संतुलित करण्यास मदत करते. जेणेकरुन ॲसिड रिफ्लक्स किंवा जीईआरडीची लक्षणे कमी केली जाऊ शकतील.

सफरचंद : पोटातील ॲसिडिटीच्या समस्येपासून दूर राहण्यासाठी सफरचंद उत्तम मानले जाते. कारण यामध्ये कॅल्शिअम, मॅग्नेशिअम आणि पोटॅशिअम सारखे अल्केलाइन खनिज असतात. ते पोटात ॲसिड रिफ्लक्सची लक्षणे दूर करण्यास मदत करतात. त्याचसोबत ब्लोटिंग आणि पोटासंबंधित काही समस्या ही दूर करण्यास मदत करते.

पेर : पेर हे एक सिट्रस फळ आहे. मात्र पोटासाठी फायदेशीर मानले जाते. पेर खाल्ल्याने शरिरातील ॲसिड रिफ्लक्स कमी होऊ शकते. त्याचसोबत ब्लोटिंगची समस्या दूर होण्यास ही यामुळे मदत होते. ज्या लोकांना बद्धकोष्ठतेची समस्या आहे त्यांनी पेरचे सेवन करावे.

नारळ : नारळ ॲसिडिटीच्या समस्येपासून दूर राहण्यास मदत करेल. कारण यामध्ये कमी ॲसिडिक गुण असतात. नारळाचे पाणी प्यायल्याने बॉवेल मुवमेंट आणि मेटाबॉलिज्म सुधारण्यास मदत होते.

वजन कमी करण्यासाठी सकाळी रिकाम्या पोटी पिता का लिंबू पाणी, तर व्हा सावध

Image Credited - Healthline

लिंबू पाणी आपल्या आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहे. वजन कमी करण्यासाठी आणि प्रतिकारशक्ती वाढवण्यासाठी लिंबू पाणी विशेषतः फायदेशीर आहे. मात्र लिंबू पाण्याचे योग्य सेवन केले नाही, तर ते फायद्याऐवजी नुकसानच करू शकते. जे लोक वजन कमी करण्यासाठी रिकाम्या पोटी लिंबूपाणी पितात, त्यांना पोट आणि दातांसंबंधी समस्या होऊ शकतात.

लिंबूमध्ये व्हिटॅमिन सी मुबलक प्रमाणात आढळते, त्यामुळे ते रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवणारे मानले जाते. चला तर मग जाणून घेऊया आरोग्यासाठी फायदेशीर मानले जाणारे लिंबू पाणी आरोग्याला कसे हानी पोहोचवू शकते आणि ते रिकाम्या पोटी पिण्याचे काय तोटे आहेत.

रिकाम्या पोटी लिंबू पाणी प्यायल्याने दातांचे नुकसान होऊ शकते. दरम्यान लिंबामध्ये अम्लीय गुणधर्म आढळतात, ज्यामुळे दातांच्या इनॅमलला नुकसान होऊ शकते.

सकाळी काहीही न खाता लिंबू पाणी प्यायल्याने डिहायड्रेशन होऊ शकते. लिंबूमध्ये एस्कॉर्बिक ॲसिड जास्त प्रमाणात आढळते, अशावेळी ते किडनीमध्ये लघवीचे उत्पादन वाढवण्याचे काम करते. म्हणूनच तुम्ही लिंबू पाणी संतुलित पद्धतीने प्या.

रिकाम्या पोटी लिंबूपाणी प्यायल्याने हाडांचे नुकसान होते. त्यामुळे हाडांमध्ये असलेले तेल कमी होऊ लागते, त्यामुळे हाडे कमकुवत होतात आणि फ्रॅक्चरही होऊ शकतात.

लिंबू पाणी मूत्रवर्धक आहे. अशा परिस्थितीत, जर तुम्ही ते रिकाम्या पोटी जास्त प्यायले तर तुम्हाला लघवीशी संबंधित समस्या उद्भवू शकतात. रिकाम्या पोटी लिंबू पाणी प्यायल्याने तुम्हाला वारंवार लघवी जाण्याची समस्या होऊ शकते.

आरोग्य तज्ज्ञांच्या मते, लिंबूपाणी जास्त प्रमाणात प्यायल्याने आरोग्याच्या अनेक समस्या उद्भवू शकतात. वजन कमी करण्यासाठी लोक सकाळी याचे सेवन करतात, परंतु डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय लिंबू पाणी पिऊ नका. याशिवाय लिंबू पाणी प्यायल्यानंतर लगेच कोणत्याही प्रकारचे दुग्धजन्य पदार्थ खाऊ नका.

जर ही लक्षणे डोळ्यांत दिसली, तर समजून घ्या की खराब होत आहे कॉर्निया, ते बनू शकते अंधत्वाचे कारण

डोळे हे आपल्या शरीराचा अनमोल भाग आहेत. डोळ्यांमध्ये थोडीशी समस्या देखील गंभीर समस्या निर्माण करू शकते. डोळयातील कॉर्नियामधील दोषांमुळे अंधत्व येऊ शकते. कॉर्नियल अंधत्व हे देशातील अंधत्वाचे तिसरे सर्वात मोठे कारण आहे. कॉर्निया हा डोळ्यांच्या वरचा एक थर आहे, जो डोळ्यांचा पुढचा भाग व्यापतो. डोळा संसर्ग, डोळा नागीण आणि डोळयाच्या कोणत्याही दुखापतीमुळे कॉर्नियाचे नुकसान होऊ शकते. वेळेवर उपचार न मिळाल्यास रुग्णाची दृष्टी कायमची नष्ट होते. अशा परिस्थितीत दृष्टी परत आणण्यासाठी कॉर्नियल प्रत्यारोपण करावे लागते. मात्र, नेत्रदानाचा तुटवडा असल्याने अनेक रुग्णांना वेळेवर प्रत्यारोपण करता येत नाही.

कॉर्नियामुळे होणाऱ्या अंधत्वामुळे दरवर्षी २५ ते ३० हजार नवीन रुग्ण आढळून येत असल्याचे डॉक्टरांचे म्हणणे आहे. बहुतेक लोक डोळयांच्या संसर्गाच्या किंवा कॉर्नियल दोषाच्या लक्षणांकडे दुर्लक्ष करतात. अशा परिस्थितीत या आजाराबाबत जागरुक राहणे गरजेचे आहे.

यासाठी जनजागृती मोहीमही राबवली जात आहे. Entod Pharmaceuticals च्या या मोहिमेचा उद्देश लोकांना नेत्रदान किती महत्वाचे आहे, हे समजावे हा आहे. लोक pledgemyeyes.org वर नेत्रदान करण्यासाठी नोंदणी करू शकतात. या माध्यमातून आतापर्यंत १० लाख लोकांनी नेत्रदान केले आहे.

याबाबत नेत्रतज्ज्ञ सांगतात

Image Credited - SEE International

की, नेत्रदान केल्याने अनेकांच्या जीवनात प्रकाश येऊ शकतो. त्यामुळे लोकांनी नेत्रदान करावे यासाठी प्रयत्न करूया. एका व्यक्तीचे डोळे दान केल्याने ४ जणांना दृष्टी मिळू शकते. नेत्रदानाबाबत लोकांमध्ये अनेक गैरसमज आहेत. नेत्रदानात फक्त कॉर्निया दान केला जातो. संपूर्ण डोळे काढले जात नाहीत. नेत्रदानासाठी मृत व्यक्तीच्या कुटुंबीयांकडून फॉर्म भरला जातो. त्यांच्या संमतीनंतर नेत्रदान केले जाते. ही एक सोपी प्रक्रिया आहे.

ही कॉर्निया दोषाची लक्षणे आहेत

डोळ्यांवर पांढरे डाग

दृष्टी धूसर होणे

डोळे लाल होणे

डोळे जास्त फडफडणे

किक बॉक्सिंग केल्याचे मानसिक आरोग्य फायदे जाणून घ्या

आजकाल लोकांना त्यांच्या वर्कआउट रूटीनमध्ये किक बॉक्सिंगचा समावेश करणे आवडते. यामुळे तुम्हाला हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी फायदे तर मिळतातच, पण शरीराची ताकदही वाढते. जेव्हा तुम्ही पिशवीला लाथ मारता तेव्हा ते नक्कीच तुमचे शरीर मजबूत करते. याचा तुमच्या मानसिक आरोग्यावरही परिणाम होतो. जे लोक किकबॉक्सिंगचा सराव करतात त्यांना विविध प्रकारचे मानसिक आरोग्य फायदे देखील मिळतात. चला तर मग जाणून घेऊ या.

ताण कमी होतो- किकबॉक्सिंग तणाव आणि चिंता कमी करण्यासाठी उपयुक्त ठरू शकते. खरं तर, किकबॉक्सिंग दरम्यान एंडोर्फिन रिलीज होतात, जे नैसर्गिक मूड लिफ्टर्स आहेत. यामुळे तणाव कमी होतो आणि मानसिक आरोग्यावर सकारात्मक परिणाम होतो.

मूड सुधारतो- किकबॉक्सिंग तुमच्या मेंदूतील सेरोटोनिन आणि डोपामाइनचे उत्पादन वाढवून तुमचा मूड सुधारू शकतो. हे न्यूरोट्रांसमीटर आनंदाच्या भावनांशी संबंधित आहेत, जे तुम्हाला नैराश्याच्या लक्षणांना सामोरे जाण्यास मदत करतात.

रागावर नियंत्रण राहते- बऱ्याचदा आपण बर्याच गोष्टींवर रागावतो किंवा चिडतो, पण ते बाहेर काढू शकत नाही. अशा वेळी मनात दडलेल्या या भावनांचा

तुमच्या मानसिक आरोग्यावर विपरीत परिणाम होऊ शकतो. पण अशा भावनांना बाहेर काढण्याचा किकबॉक्सिंग हा एक उत्तम मार्ग आहे. जेव्हा तुम्ही किकबॉक्सिंग करता तेव्हा तुम्ही तुमचा राग व्यवस्थापित करण्याचा योग्य मार्ग निवडता. याचा तुम्हाला शारीरिक आणि मानसिक दोन्ही प्रकारे फायदा होतो.

चांगली झोप येते- किकबॉक्सिंगसारखा नियमित व्यायाम केल्याने झोपेवरही सकारात्मक परिणाम होतो. जेव्हा तुम्ही नियमित व्यायाम करता तेव्हा ते झोपेच्या पद्धतींवर नियंत्रण ठेवण्यास मदत करते. जेणेकरून रात्री चांगली झोप येईल. चांगल्या झोपेचा तुमच्या मानसिक आरोग्यालाही फायदा होतो.

सलॅडने वाढू शकतं वजन!

आपल्या वजनावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी जर आपण डायटिंग करत असाल आणि त्यासाठी सलॅडचे अधिक सेवन करत असाल तर सावध व्हा. कारण सॅलडनेही वजन वाढू शकतं. हे वाचून आपल्याला आश्र्चर्य वाटत असलं तरी हे खरं आहे.

तशी ही गोष्ट सर्व प्रकाराच्या सलॅडवर लागू होत नाही, परंतू अनेकदा आपण स्वादिष्ट आणि चटपटीत सलॅडचा मजा घेण्याच्या फिराकीत वजन वाढवता.

बाहेर जेवायला गेल्यावर आपण आपल्या आवडीचे मेयोनीज आणि क्रीमने भरपूर सलॅडची चव बघता आणि व्हेज सिझलरच्या नावावर भरपूर सॉसही सेवन करता. परंतू या प्रकाराचे सलॅड कॅलरीने भरपूर असतात आणि वजन कमी करण्याऐवजी वाढवू शकतात.

याव्यतिरिक्त अनेक रेस्टॉरन्टध्ये सर्व्ह करण्यात येणार्या सलॅडची गार्निशिंगमध्ये असे पदार्थ वापरले जातात जे कॅलरीने भरपूर असतात आणि चव देण्यासह सपाटच्याने आपले वजन वाढवण्यात हातभार लावतात. म्हणून सलॅडचे सेवन करताना ते फ्रेश, आणि विना कॅलरीयुक्त असावे याची काळजी घ्या.

हेल्थ आणि ब्यूटी साठी नारळाचा उपयोग, २२ फायदे जाणून घ्या

आपण सर्व नारळाचा वापर मुबलक प्रमाणात करतो. खाण्यापिण्यापासून ते धार्मिक, आरोग्य आणि सौंदर्याच्या दृष्टीकोनातून ते अत्यंत महत्त्वाचे मानले गेले आहे. हे विविध पाककृतींमध्ये वापरले जाते. चला आजच्या लेखात नारळाचे २२ उत्तम आरोग्य आणि सौंदर्य फायदे जाणून घेऊया...

नारळाचे फायदे

१. जर तुम्हाला पचनाचा त्रास होत असेल तर १ ग्लास नारळाच्या पाण्यात अननसाचा रस मिसळा आणि ९ दिवस प्या.

२. दम्याचा त्रास असलेल्या लोकांना नारळ पाणी पिण्याचा सल्ला दिला जातो.

३. नारळाच्या पाण्यात भरपूर पोटॅशियम असते. हे प्यायल्याने शरीरात कोणत्याही प्रकारची सुन्नता येत नाही.

४. नाकातून रक्त येत असेल तरीही नारळ पाणी पिणे फायदेशीर ठरते.

५. ज्यांना किडनीचा आजार आहे त्यांच्यासाठी नारळ पाणी खूप फायदेशीर आहे.

६. नारळ पाण्याचा आपल्या शरीराच्या त्वचेलाही फायदा होतो.

७. नारळपाणी मूत्राशयाशी संबंधित आजारांमध्ये खूप आराम देते.

८. मधुमेहाचा त्रास असलेल्या लोकांसाठी नारळ पाणी देखील खूप फायदेशीर आहे.

९. रात्रीच्या जेवणानंतर नियमितपणे अर्धा ग्लास नारळ पाणी प्या. यामुळे झोप न येण्याची समस्या दूर होते आणि चांगली झोप येते.

१०. नारळात प्रथिने, जीवनसत्त्वे, खनिजे, पोटॅशियम, फायबर, कॅल्शियम, मॅग्नेशियम आणि खनिज घटक मुबलक प्रमाणात आढळतात.

११. नारळाचा लगदा रक्तवहिन्यासंबंधी समस्या, अशक्तपणा, स्मरणशक्ती कमी होणे, फुफ्फुसावर उपचार करण्यासाठी वापरला जातो. त्वचेशी संबंधित आणि आतड्यांसंबंधी समस्याही ते बरे करतात.

१२. नारळात फॅट आणि कोलेस्ट्रॉल नसते, त्यामुळे नारळ लठ्ठपणापासून मुक्त होण्यासही मदत करतो. लठ्ठपणा कमी करण्यासाठी नारळ खूप फायदेशीर आहे. लठ्ठ व्यक्तींनी नारळाचे सेवन करावे.

१३. नारळाच्या दुधाने घसा खवखव दूर होतो.

१४. खोबरेल तेलात लिंबाचा रस किंवा ग्लिसरीन मिसळून चेहऱ्यावर लावल्याने पिंपल्स आणि डागही दूर होतात.

१५. खोबरेल तेलात बदाम मिसळून ते बारीक करून डोक्याला लावावे. यामुळे डोकेदुखीपासून त्वरित आराम मिळतो.

१६. केसांमधील कोंड्याच्या समस्येसाठी खोबरेल तेलात

लिंबाचा रस मिसळून केसांना लावल्याने कोंडा आणि कोरडेपणा दूर होतो.

१७. नारळात आढळणारे आयोडीन थायरॉइड वाढण्यास प्रतिबंध करते.

१८. नारळात फायबर जास्त असते, त्यामुळे बद्धकोष्ठतेच्या रुग्णांसाठी ते फायदेशीर आहे.

१९. नारळ स्नायू वाढवण्यासाठी देखील उपयुक्त आहे.

२०. स्मरणशक्ती सुधारण्यातही नारळाची भूमिका असते. लहान मुलांना नारळ खायला दिल्याने त्यांचे मेंदु तेज होते.

२१. नारळाचे दूध पोटातील अल्सर बरे करण्यासाठी उपयुक्त आहे. नारळाचे दूध अतिशय पौष्टिक असते.

२२. पोटात जंत झाल्यास, एक चमचा किसलेले खोबरे सकाळी नाश्त्यात घेतल्याने पोटातील जंत लवकर मरतात. अशा प्रकारे नारळाचे अनेक फायदे आहेत.

हाय- कोलेस्ट्रॉलमुळे चेहऱ्यावर होतात ‘हे’ बदल

बिघडलेल्या लाइफस्टाइलमुळे सध्या बहुतांश लोकांमध्ये हाय कोलेस्ट्रॉलची लक्षण दिसतील. डोके दुखणे, घोरणे किंवा हाय बीपी सारख्या समस्या ही त्याची गंभीर लक्षणे आहेत. मात्र याचे काही अन्य लक्षणे सुद्धा असतात, जे हाय-कोलेस्ट्रॉलचे संकेत देतात. यामुळे तुमच्या चेहऱ्यावर आणि त्वचेवर त्याची लक्षणे दिसून येतात. खरंतर जेव्हा कोलेस्ट्रॉल वाढले जाते तेव्हा सेल्स आणि टिश्यूजमध्ये फॅट आणि लिपिडची एका मोठा स्तर जमा होऊ लागतो. यामुळे तुमचे ब्लड सर्कुलेशन प्रभावित होते. अशातच हाय-कोलेस्ट्रॉलमुळे चेहऱ्यावर कोणते बदल होतात हे पाहूयात.

लहान दाणे येणे : हाय कोलेस्ट्रॉलच्या कारणास्तव इरप्टिव्ह जैंथोमॅटोसिसची समस्या होऊ शकते. त्यामुळे फॅट आणि लिपिट स्किनवर लीक होऊ लागते. अशातच त्वचेवर लाल आणि लहान-लहान दाणे येऊ लागतात.

स्किनवर एक्जिमा होणे : चेहरा जर लाल चकते, खाज असे काही होत असेल तर ही हाय कोलेस्ट्रॉलची लक्षणं आहेत. यामुळे चेहऱ्याला सूज येऊ शकते. एवढेच नव्हे तर ब्लड सर्कुलेशन बिघडल्याने चेहऱ्यावर सीबम प्रोडक्शन असंतुलित होते. त्यामुळे हाइपरलिपिडिमिया होऊ शकते.

मेटी आणि वॅक्सी स्किन

बॅड कोलेस्ट्रॉल वाढल्याने सेल्स आणि टिशूज मध्ये हे वॅक्स प्रमाणे चिकटले जातात. त्यामुळे पोर्स बंद होतात. त्यावर हळूहळू घाण आणि तेल जमा होऊ लागते एक जाड स्तर तयार हतो.

त्वचेवर बम्प्स येणे : तुमच्या शरिरात जेव्हा अधिक फॅट किंवा लिपिड जमा होते तेव्हा ते रक्तातून बाहेर पडत तुमच्या त्वचेवर जमा होऊ लागते. त्यामुळे त्वचेवर गाठ आणि बम्प्स येऊ लागतात. ही लक्षणे दिसू लागल्यास डॉक्टरांशी जरुर संपर्क साधा.

लातूर भूकंप
http://epaper.dainikbhukamp.com
LATUR BHUKAMP
मंगळवार ५ सप्टेंबर २०२३

‘रन फॉर स्कील’ मॅरेथॉन स्पर्धेचे लातूर येथे १७ सप्टेंबर रोजी आयोजन

लातूर : राज्याचे कौशल्य रोजगार उद्योजकता व नाविण्यता विभागाचे मंगल प्रभात लोढा यांच्या आदेशानुसार लातूर औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थेच्यावतीने १७ सप्टेंबर २०२३ रोजी ‘रन फॉर स्कील’ मॅरेथॉन स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आले असल्याची माहिती लातूर औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थेचे प्राचार्य यांनी दिली आहे. छत्रपती शिवाजी महाराज चौक येथून सकाळी ७ वाजता मॅरेथॉनला सुरुवात होईल. वेळे छत्रपती शिवाजी महाराज चौक ते गंजगोलाई आणि गंजगोलाई ते छत्रपती शिवाजी महाराज चौक दरम्यान ही मॅरेथॉन होईल. यामध्ये सुमारे ४०० प्रशिक्षणार्थी सहभागी होतील, असे लातूर औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थेचे प्राचार्य यांनी प्रसिध्दी पत्रकाद्वारे कळविल आहे.

मराठा आंदोलकांवरील लाठीचार्जच्या निषेधार्थ बोरी येथे सार्वजनिक बंद

लातूर : अंतरवाली सराटी (जि.जालना) येथे मराठा आंदोलनकर्त्यांवर झालेल्या लाठीचार्जच्या निषेधार्थ आज लातूर तालुक्यातील बोरी येथे सकल मराठा समाजाच्या वतीने पुकारण्यात आलेल्या बंदला उत्स्फूर्त प्रतिसाद देत निषेध करण्यात आला. जालना येथे झालेल्या घटनेचा निषेध करण्यासाठी बोरी येथील सकल मराठा समाजाच्या वतीने सार्वजनिक बंदचे आवाहन करण्यात आले होते, त्याला प्रतिसाद देत गावातील शाळा, महाविद्यालये, दुकाने बंद ठेवण्यात आली. सोमवारी सकाळी येथील छत्रपती शिवाजी महाराज चौक येथे छत्रपती शिवरायांना वंदन करुन गावात निषेध फेरी काढण्यात आली. यावेळी शांततापूर्ण मागनि आंदोलन करणा-या मराठा आंदोलकांवर लाठीमार करणा-यांच्या निषेधार्थ घोषणा देण्यात आल्या. लोकनेते विलासराव देशमुख चौक येथे फेरीचा समारोप करण्यात आला. यावेळी पोलिस बंदोबस्तही ठेवण्यात आला होता. यावेळी बाबासाहेब कदम, गावचे उपसरपंच शंकरराव पाटील, दगडूसाहेब पडिले, बोगदाद सगरे, माजी उपसरपंच फरमान शेख, कमलाकर अनंतवाड, संजय भोसले, बजरंग खुर्दळे, आकाश कदम, विजय भालके, संदीप कदम, नानासाहेब पाटील, अमर आगराळे, दिलीप पेदाटे, सतिश बिराजदार, प्रकाश पाटील, विजय पाटील, यशवंत कदम, मधुकर शिंदे, निसार शेख, संतोष भोसले, पांडूरंग कदम आदी उपस्थित होते.

सेवानिवृत्त शिक्षकांनी केला स्वातंत्र्य सैनिक बळीराम सोनटक्के यांचा सत्कार

चाकूर : येथील जगत जागृती शिक्षण प्रसारक मंडळाच्या सेवानिवृत्त शिक्षकांनी हैद्राबाद मुक्तिसंग्राम दिनाच्या अमृतमहोत्सवी वर्षांनिमित्ताने जेष्ठ स्वातंत्र्य सैनिक बळीराम सोनटक्के यांचा निवासस्थानी जाऊन सत्कार केला. यासोबतच मुक्तिसंग्राम काळातील परिस्थितीवर चर्चा केली.

चाकूर येथील जगत जागृती शिक्षण प्रसारक मंडळाच्या सेवानिवृत्त शिक्षकांनी जेष्ठ स्वातंत्र्य सैनिक बळीराम सोनटक्के यांचा निवासस्थानी जाऊन सत्कार केला. राष्ट्रपती पुरस्कार विजेते सेवानिवृत्त मुख्याध्यापक दत्तात्रय भोसले, सुप्रसिद्ध हस्तरेषा तज्ञ तथा ज्योतिषी सेवा निवृत्त मुख्याध्यापक डॉ.प्रल्हाद तिवारी, व्यंकटराव धोंडगे, श्री.दा.मुंढे, पी.एम.मुंढे, शंकरराव बारुळे आदींनी संपूर्ण पेहराव, शॉल, श्रीफळ, पुष्पहार देऊन जेष्ठ स्वातंत्र्य सैनिक बळीराम सोनटक्के (वय ९८ वर्ष) यांचा सत्कार केला. यावेळी विविध घडामोडींवर चर्चा करण्यात आली. यावेळी संभाजी सोनटक्के, राष्ट्रीय खेळाडू शिवकुमार सोनटक्के, विशाल विविध कार्यकारी सोसायटीचे संचालक अजयकुमार नाकाडे आदी उपस्थित होते.

जिल्ह्यात टंचाईची परिस्थिती निर्माण झाल्यास पिण्याचे पाणी, जनावरांसाठी चाऱ्यासाठी नियोजन करावे

–क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे

लातूर : सप्टेंबर महिन्यात अत्यल्प पाऊस झाल्यास पाणी टंचाईची परिस्थिती निर्माण होवू शकते. त्यासाठी जिल्ह्यात पिण्याच्या पाण्यापासून ते जनावरांच्या चाऱ्यापर्यंतचे नियोजन जिल्हा प्रशासनाने अत्यंत काटेकोरपणे करावे, असे आदेश क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे यांनी आज येथे दिले.

जिल्हाधिकारी कार्यालयाच्या नियोजन भवन सभागृहात झालेल्या टंचाई आढावा बैठकीत ना. बनसोडे बोलत होते. खासदार सुधाकर शृंगारे, आमदार संभाजी पाटील निलंगेकर, आमदार अभिमन्यू पवार, जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-घुगे, महानगरपालिका आयुक्त बाबासाहेब मनोहरे, अपर जिल्हाधिकारी सुनील यादव, निवासी उपजिल्हाधिकारी विजयकुमार ढगे यांच्यासह संबंधित विभागांचे प्रमुख यावेळी उपस्थित होते.

लातूर शहराला रोज ५५ ते ६० दशलक्ष लिटर पाणी लागते. मांजरा धरणातील ६ एमएमक्यूब इतका पाणीसाठा लातूर शहरासाठी आरक्षित आहे. पुढील सहा महिन्यांपर्यंत हे पाणी पुरेल असे नियोजन करण्यात आले असले तरी अनधिकृत पाणी उपसा मोठ्या प्रमाणात होतो. तो रोखण्यासाठी नोटीस देवून कारवाई करावी, असे ना. बनसोडे यावेळी म्हणाले.

जिल्ह्यातील अनेक महसूल मंडळांमध्ये सलग ३२ दिवस पावसाचा खंड पडल्यामुळे पिकांचे नुकसान झाले आहे. या नुकसानीचे पंचनामे पीक विमा कंपनीकडून आणि कृषि विभागाकडून संयुक्तपणे करण्यात आले आहेत. सरसकट सर्व पीक विमाधारक शेतकऱ्यांना नुकसान भरपाईची २५ टक्के आगाऊ रक्कम देण्यासाठी शासन स्तरावर प्रयत्न करणार असल्याचे ना. बनसोडे यांनी यावेळी सांगितले.

जिल्ह्यात ग्रामीण भागामध्ये जलजीवन मिशन योजनेच्या ८७९ योजना मंजूर असून त्यासाठी ६२८.६२ कोटी रुपये निधी उपलब्ध आहे. सद्यस्थितीत ५६ ठिकाणे सोडली तर उर्वरित ठिकाणी कामे सुरु आहेत. ज्या ५६ ठिकाणी कामे सुरु नाहीत, त्या कंत्राटदारांकडून तत्काळ कामे काढून घ्यावीत आणि त्यांना नियमाप्रमाणे काळ्या यादीत टाकण्याची कार्यवाही करावी, अशा सूचना ना. बनसोडे यांनी दिल्या.

जिल्ह्यातील सर्व धरणांमध्ये मोठ्या प्रमाणात गाळ साचला आहे. तो गाळ काढण्यासाठी मोहीम हाती घ्यावी. जेणेकरून भविष्यात टंचाईची परिस्थिती निर्माण झाली, तर हा वाढीव पाणीसाठा वापरायला मिळेल, असे खासदार श्री. शृंगारे यांनी सांगितले.

पाण्याच्या स्थितीबाबत जलसंपदा विभागाने लोकप्रतिनिधींना अवगत करावे. तसेच अनधिकृत पाणी उपशावर तत्काळ नियमानुसार कार्यवाही करावी, अशा सूचना आमदार श्री. पाटील निलंगेकर यांनी दिल्या.

टंचाईची परिस्थिती निर्माण झाल्यास पिण्याच्या पाण्यासाठी जलस्त्रोतांचे अधिग्रहण करण्याचे अधिकारी उपविभागीय अधिकारी, तहसीलदार यांच्यापर्यंत वर्ग करावेत. त्यामुळे लोकांची पिण्याच्या पाण्यासाठी पायपीट होणार नाही, असे आमदार श्री. पवार यांनी सांगितले.

पाण्याचा प्रत्येक थेंब अडवल्यास जीवसृष्टी अबाधीत राहील–जयाजी पाईकराव

लातूर : माथ्यापासून पायथ्यापर्यंत वाहून जाणारा पडलेल्या पाऊसाचा प्रत्येक थेंब हा जागोजागी अडवला गेला तर जीवसृष्टी अबाधित राहील, असे प्रतिपादन मराठवाड्यातील जेष्ठ सामाजिक कार्यकर्ते उगम सामाजिक संस्थेचे अध्यक्ष जयाजी पाईकराव यांनी पर्यावरण विषयी कार्य करणाऱ्या लातूर मधील सामाजिक संस्थांच्या सहकाऱ्यांशी बोलताना व्यक्त केले.

बदलत्या प्रस्थितीत आपण वेळीच सावध होऊन पर्यावरण संवर्धना सोबत पाण्याबाबत सतर्क होणे गरजेचे आहे. पूर्वी नद्या बारमाही वहात असत, त्या आता सिझनल चार सहा महिने वाहत आहेत. नदी पाण्याची निर्मिती करीत नाही तर ती वाहक आहे. तिला वाहती ठेवण्यासाठी नदी संवर्धनाचे कार्य माथा ते पायथा होने गरजेचे आहे. याचे कार्य शासना सोबत जनतेने हाती घेणे काळाची गरज असल्याचे मत जेष्ठ पर्यावरण तज्ञ उगम फाउंडेशनचे अध्यक्ष जयाजी पाईकराव यांनी लातूर येथे व्यक्त केले. विविध सामाजिक संस्थेच्या कार्यकर्त्यांशी संवाद साधताना त्यांनी हे मत व्यक्त केलं आजच वेळ आहे पाणी वाचवाल तर वाचाल असेही ते म्हणाले.

लातूर मधील पर्यावरण विषयक कार्य करणाऱ्या समविचारी सामाजिक संस्थांनी सह्याद्री देवराई, द लातूर संस्कृती, वसुंधरा प्रतिष्ठान, लातूर वृक्ष चळवळ, माझं लातूर, निसर्ग प्रतिष्ठान, वृक्ष प्रतिष्ठान, कलापंढरी या सामाजिक संस्थांच्या वतीने जयाजी पाईकराव यांचा सत्कार करण्यात आला.

हिंगोली जिल्ह्यांमध्ये कळमनुरी तालुक्यात कयाथू आणि आसना नदीच्या खोऱ्यात नैसर्गिक स्थानिक प्रजातीच्या गवताचा अधिवास त्यांनी शेतकऱ्यांच्या मदतीने जतन केला आहे. पवना मारवेल जोंधळी या गवताचा आधिवास जतन केला आहे. या त्यांच्या कार्याची पाहणी करण्यासाठी पर्यावरण विषयक शास्त्रज्ञ श्री माधव गाडगीळ यांनीही कयाथु नदीच्या खोऱ्यात विविध गावांना भेट दिली.

आज लातूरहून हिंगोलीला जात असताना श्री जयाची पाईकराव यांचा सत्कार पर्यावरण विषयात कार्य करणाऱ्या सर्व संस्थांनी केला या सत्काराला उत्तर देताना ते म्हणाले पाण्याचा प्रत्येक थेंब मुरवायला हवा.

सी सी टी माथ्याजवळ पायथ्याजवळ खोल सीसीटी खूप महत्त्वाची आहे. पाण्याचा थेंब आडवला तर वनस्पती ह्या जगतील टीकतील. लातूर येथील सह्याद्री देवराई पावसाच्या पाण्यावर यामुळेच यशस्वी झाली आहे. सीसीटीव्ही मुळेच स्थानिक प्रजातीचे वृक्ष तेथे टिकले आहेत. अशा प्रकारचे कार्य सर्व ठिकाणी व्हायला हवे.

मराठा आरक्षणाचा निर्णय संसदेच्या विशेष अधिवेशनातच घ्या : नाना पटोले

मुंबई : मराठा समाजाच्या आरक्षणाचा प्रश्न भारतीय जनता पक्षाच्या सरकारनेच चिघळवला आहे. भाजपा आरक्षण विरोधी पक्ष आहे त्यामुळे त्यांना आरक्षण द्यायचेच नाही. केंद्रात ९ वर्षांपासून भाजपाचे सरकार आहे पण त्यांनी निर्णय घेतला नाही. मराठा समाजाला आरक्षण देण्याची भाजपाची प्रामाणिक इच्छा असेल तर संसदेच्या विशेष अधिवेशनातच मराठा आरक्षणाचा निर्णय घेऊन मराठा समाजाला न्याय द्यावा, अशी मागणी महाराष्ट्र प्रदेश काँग्रेस कमिटीचे अध्यक्ष नाना पटोले यांनी केली आहे.

माध्यमांशी बोलताना काँग्रेस प्रदेशाध्यक्ष नाना पटोले म्हणाले की, मराठा समाजासह मागास समाजांना आरक्षण द्यायचे असेल तर सध्याची ५० टक्क्यांची मर्यादा हटवावी लागणार आहे. ही मर्यादा हटवण्याचे अधिकार केंद्र सरकारकडे आहेत. केंद्राने ही मर्यादा हटवावी पण केंद्रातील भाजपा सरकार त्यासंदर्भातील निर्णय घेत नाही. मराठा व धनगर समाजाला खोटे आश्र्वासन देऊन भाजपा सत्तेत आले आणि त्यानंतर त्यांनी या सामाजाला आरक्षण दिले नाही. विधानसभेत घाईगडबडीत मराठा आरक्षणाचा कायदा केला पण तोही सुप्रीम कोर्टात टिकला नाही. मराठा समाजाला मीच आरक्षण देऊ शकतो अशी गर्जना फडणवीस यांनी केली होती पण सत्तेत येऊन दिड वर्ष झाली अजून मराठा समाजाला आरक्षण दिलेले नाही.

राज्यातील तिघाडी सरकारने आज पुन्हा एक बैठक घेऊन मराठा आरक्षणावर बाजू मांडण्याचा प्रयत्न केला. एक महिनाचा वेळ सरकारने मागितला आहे, हा प्रकार वेळकाढूपणाचा आहे. मराठा आरक्षणप्रश्र्नी मविआ सरकारवर खापर फोडण्याचा प्रयत्न हास्यास्पद आहे. कोर्टात टिकणारे आरक्षण दिले असा दावा तत्कालीन मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी केला होता मग ते सुप्रीम कोर्टात का टिकले नाही? फडणवीसांनी केंद्र सरकराशी बोलून मराठा आरक्षणाचा नवव्या सूचीत समावेश का केला नाही ? मुळात भाजपाला आरक्षण द्यायचे नाही हे स्पष्ट आहे. आजच्या बैठकीतून कोणताही ठोस निर्णय सरकारने जाहीर केला नाही. सरकारने समाजासाठी काही निर्णय घेतले याची यादी वाचून दाखवण्यात आली पण मराठा समाजाला आरक्षण कसे देणार यावर एक शब्दही काढला नाही. विरोधी पक्षांवर आरोप करून काहीही साध्य होणार नाही, असेही पटोले म्हणाले.

जालना जिल्ह्यात लहान-थोर सर्वांनाच पोलिसांनी प्रचंड मारहाण केली यात अनेकजण जखमी झाले. ही घटना जाणीवपूर्वक करण्यात आली आहे. मराठा समाजाला ओबीसी कोट्यातून आरक्षणातून देण्याची मागणी काही लोक करत आहेत यामागे दोन्ही समाजात भांडणे लावण्याचा प्रयत्न होत आहे.

मराठा आरक्षण आंदोलनास लातूर शहर व जिल्हा काँग्रेसचा सक्रिय पाठिंबा

लातूर : मराठा आरक्षणासाठी जालना जिल्ह्यातील अंतरावली येथे सुरू असलेले आंदोलन मोडीत काढण्यासाठी राज्य सरकारने केलेल्या कृतीचा लातूर शहर जिल्हा काँग्रेस आणि लातूर जिल्हा काँग्रेसच्या वतीने तीव्र शब्दात निषेध व्यक्त केला असून मराठा समाजाच्या आंदोलनाला सक्रिय पाठिंबा जाहीर केला आहे.

मराठा समाजाला आरक्षण मिळवून देण्यासाठी केंद्र आणि राज्य सरकारकडून वेळकाढू धोरण अवलंबण्यात येत आहे. या संदर्भाने मराठा समाजाकडून वेळोवेळी करण्यात येत असलेल्या आंदोलनाच्या वेळी सरकारच्या वतीने केवळ आश्वासन दिले जात आहे. या आश्र्वासनाची पूर्तता मात्र कधीच केली जात नाही. आंदोलन शमावण्यासाठी आश्र्वासन देणारे नेते कृती मात्र काहीच करत नाही. मराठा समाजाला आरक्षण मिळण्यासाठी राज्य शासनाकडून केंद्राकडे योग्य पद्धतीने पाठपुरावा होत नसल्यामुळे हे आरक्षण रखडले आहे . मराठा समाजाला आरक्षण मिळावे या मागणीसाठी जालना जिल्ह्यातील अंतरावली येथे समाजाच्या वतीने शांततेच्या मार्गाने उपोषण आणि आंदोलन सुरू असताना पोलिसांनी तिथे जाऊन बळाचा वापर केला, आंदोलकावर अमानुषपणे लाठी हल्ला केला, अश्रुधुराचा वापर करण्यात आला. हवेत गोळीबारही केला.

मराठा समाजाने आजवर अनेक भव्य मोर्चे काढले परंतु कधीही कायदा आणि सुव्यवस्थेचा प्रश्न निर्माण होईल अशी कृती केली नाही. असे असताना अंतरावली येथे आंदोलकांवर पोलिसांकडून लाठी हल्ला करण्याचा सरकारचा हेतू स्पष्ट झालेला नाही, सरकारच्या या कृतीचा निषेध करण्यासाठी राज्यभरात समाजाच्या वतीने आंदोलन करण्यात येत आहे, लातूर जिल्ह्यातील समाज बांधवांकडूनही ठिकठिकाणी बंद पुकारण्यात येत आहेत, आंदोलने करण्यात येत आहेत, या संपूर्ण आंदोलनाला लातूर शहर जिल्हा काँग्रेस व लातूर जिल्हा काँग्रेसचा पाठिंबा असल्याचे संयुक्त पत्र लातूर शहर जिल्हा काँग्रेसचे अध्यक्ष ॲड. किरण जाधव आणि लातूर जिल्हा काँग्रेसचे अध्यक्ष श्रीशैल उटगे यांनी प्रसिद्धीस दिले आहे, मराठा समाजाला कायद्याच्या कसोटीवर टिकणारे आरक्षण मिळवून देण्यासाठी काँग्रेस पक्ष कटिबद्ध असून, पक्षाचे नेते माजी मंत्री अमित विलासराव देशमुख, आमदार धीरज देशमुख यांनी विधानसभेत तसेच योग्य व्यासपीठावरून आवाज उठवलेला आहे त्यांच्यामार्फत यासाठीचा पाठपुरावा सुरू आहे. मराठा समाजाला आरक्षण मिळेपर्यंत पक्षाच्यावतीने जे जे करणे शक्य आहे ते सर्व काही पक्षाच्या वतीने करण्यात येत आहे असेही या प्रसिद्धिपत्रकात म्हटले आहे.

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

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

सार्वजनिक गणेशोत्सव मंडळांना घरगुती दराने वीजपुरवठा मंडळांनी अधिकृत वीजजोडणी घ्यावी– महावितरणचे आवाहन

लातूर : गणेशोत्सव व त्यापाठोपाठ येणाऱ्या नवरात्र उत्सवासाठी महावितरणकडून तात्पुरती वीजजोडणी देण्यात येत आहे. तसेच या तात्पुरत्या जोडणीच्या वीजवापरासाठी घरगुती वीजदर आकारण्यात येणार आहे. त्यामुळे सार्वजनिक गणेश मंडळांनी अधिकृत वीजजोडणी घेवूनच विघ्नहर्त्याचा उत्सव आनंदात साजरा करावा असे आवाहन लातूर परिमंडळाचे मुख्य अभियंता सुंदर लटपटे यांनी केले आहे.

महाराष्ट्र वीज नियामक आयोगाने महावितरणच्या अखत्यारीतील सर्व धर्मीयांच्या सार्वजनिक उत्सवांना तात्पुरत्या वीजजोडणसाठी घरगुती वीजुरवठयाच्या वीज दरानेच वीजदर निश्र्चित केले आहेत. त्यामुळे अनधिकृत वीज जोडणी टाळून गणेश उत्सव व इतर सार्वजनिक उत्सवा करिता अधिकृत वीजपुरवठा घ्यावा. गणेशोत्सवाच्या कालावधीत पावसाची शक्यता असल्याने गणेश मंडळांनी संभाव्य धोके टाळण्यासाठी वीजयंत्रणेची योग्य काळजी घ्यावी. मंडपाची व रोषणाईसाठी विद्युत व्यवस्था व संच मांडणी ही अधिकृत विद्युत कंत्राटदारांकडूनच करून घेणे आवश्यक आहे. गणेश उत्सव मंडपातील वीजयंत्रणेचे अर्थिंग सुस्थितीत असल्याची खात्री करून घ्यावी. मंडळाच्या अंतर्गत वायरचे इन्सूलेशन खराब झाल्यास अशा वायर्समधून मंडपाच्या लोखंडी पत्र्यांमध्ये किंवा ओल्या वस्तुंमध्ये विद्युत प्रवाह येऊ शकतो. हा प्रकार टाळण्यासाठी वायर्सचे जोड काढून टाकावेत किंवा जोड द्यायचा असल्यास योग्य क्षमतेच्या इन्सूलेशन टेपने जोड देण्यात यावा. स्वीचबोर्डच्या मागे प्लायवूड किंवा लाकडी फळी लावल्याची खात्री करून घ्यावी.

गणेशोत्सवात वीजपुरवठा आणि जनरेटरसाठी स्वतंत्र न्यूट्रल घेणे अत्यावश्यक आहे. काही कारणास्तव वीजपुरवठा बंद असताना जनरेटर सुरु केल्यास एकाच न्यूट्रलमुळे जनरेटरमधील वीजप्रवाह लघुदाब वीजवाहिनीमध्ये प्रवाहित होतो व त्यातून जीवघेण्या अपघाताची शक्यता निर्माण होते. मंडपातील वीजयंत्रणेसह सार्वजनिक ठिकाणी लावलेल्या लाईटिंगचे वायर्स खाली झुकलेले नाही किंवा विस्कळीत झालेले नाहीत याची दैनंदिन तपासणी करावी.

गणेशोत्सवाच्या काळात मंडपात शॉर्टसर्कीट होणे, विद्युत वायरिंगमध्ये बिघाड होणे आदी कारणांमुळे संभाव्य धोके टाळण्यासाठी सर्व गणेशोत्सव मंडळाच्या पदाधिकाऱ्यांनी संबंधीत क्षेत्रातील महावितरणचे अभियंता व कर्मचारी यांचे भ्रमणध्वनी क्रमांक नोंदवून ठेवावेत. तसेच तक्रारींसाठी किंवा तातडीच्या मदतीची गरज भासल्यास २४ तास उपलब्ध असलेले १९१२ किंवा १८००२१२३४३५ किंवा १८००२३३३४३५ या क्रमांकावर संपर्क साधावा असे आवाहन महावितरणकडून करण्यात आले आहे.

वेळ लागला तरी चालेल, पण आरक्षण टिकले पाहिजे, मराठा आरक्षणावर शिंदे गटाची भूमिका

मुंबई : राज्यात जालन्यात मराठा आंदोलनकर्त्यांवर झालेल्या लाठीचार्ज झाला. या घटनेच्या निषेधार्थ मराठा समाज आंदोलन करत आहे. जालन्यातील घटनेनंतर मराठा आरक्षणाचा मुद्दा पुन्हा एकदा चर्चेत आला. जालन्याच्या घटना दुर्दैवी आहे, असे म्हणत राज्याचे गृहमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी माफी मागितली. वेळ लागला तरी चालेल, पण मराठा आरक्षण टिकले पाहिजे, अशी भूमिका शिंदे गटाचे आमदार संजय शिरसाट यांनी मांडली.

मराठा आरक्षणासंदर्भात शिंदे गटाचे आमदार संजय शिरसाट म्हणाले, वेळ लागला तरी चालेल, पण मराठा आरक्षण टिकले पाहिजे, ते निर्णय घेण्याची सरकारची भूमिका आहे. जर आंदोलनकांची मागणी रास्त असली. तरी मराठा आरक्षणाला कायदेशीर अचडणी येऊ नये आणि इतर समाजाच्या आरक्षणाला धक्का लागू नये आणि सर्वांना न्याया मिळावा ही भूमिका सरकारची असल्यामुळे वेळ लागणार आहे. मुख्यमंत्री, दोन्ही उपमुख्यमंत्री यांची नार्को टेस्ट करा, अशी मगाणी विजय वडेट्टीवार म्हणाले, विजय वडेट्टीवार यांच्यासारख्या नेत्यांनी असे वक्तव्य करणे बरोबर नाही. जालन्याच्या घटनेचा सर्वांनी निषेध केलेला आहे. माझ्या माहितीनुसार राज्यातील एका वरिष्ठ नेत्यांनी मराठा आंदोलनाला चिथावणी दिली आहे. तो कोण आणि काय आहे यांची सरकारने चौकशी करावी, अशी मागणी मी मुख्यमंत्र्यांकडे करणारआहे. एखादे आंदोलन चिघळवायचे कसे आणि यातून बाहेर पडून महाराष्ट्र कसा पेटवायचे कसे हे जे काही लोकांचे तंत्र आहे. यांची देखील चौकशी व्हावी, अशी मागणी मी मुख्यमंत्र्यांकडे करणार आहोत.