

## एकाच छताखाली विविध क्रीडा प्रकारांची प्रात्याक्षिके, मार्गदर्शन

लातूर : मराठवाडा मुक्तिसंग्राम अमृत महोत्सवी वर्षानिमित्त जिल्हा प्रशासनाच्यावतीने जिल्हा क्रीडा संकुल येथे आज 'स्पोर्ट्स कार्निवल् २०२३' अर्थात क्रीडा महोत्सवाचे आयोजन करण्यात आले होते. एकाच छताखाली विविध क्रीडा प्रकारांची माहिती मिळावी, यासाठी जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-युगे यांच्या संकल्पनेतून हा उपक्रम राबविण्यात आला. अपर जिल्हाधिकारी सुनील यादव यांच्या हस्ते कार्निवलचे उद्घाटन झाले. यावेळी विविध क्रीडा प्रकारांची प्रात्याक्षिके दाखविण्यात आली. यामध्ये चिपुकल्यांनी सादर केलेल्या मल्लखांब प्रात्याक्षिकांनी उपस्थितांची मने जिंकली.

सामान्य प्रशासनचे उपजिल्हाधिकारी गणेश महाडिक, शिवछत्रपती पुरस्कार विजेते प्रशिक्षक दत्ता मालावे, जिल्हा क्रीडा अधिकारी जगन्नाथ लकडे, प्रभारी तहसीलदार गणेश सरदे येथे यावेळी प्रमुख उपस्थित होते. मराठवाडा मुक्तिसंग्राम अमृत महोत्सवी वर्षानिमित्त जिल्हा प्रशासनाच्यावतीने जिल्हाद्वारे विविध उपक्रमांचे आयोजन करण्यात येत आहे. एकाच छताखाली विविध खेळांची ओळख व्हावी, यासाठी आयोजित करण्यात आलेला 'स्पोर्ट्स कार्निवल' अतिशय उपयुक्त आहे. यामध्येमातून

विद्यार्थ्यांमध्ये खेळाविषयी आवड निर्माण होण्यास मदत होईल, असा विश्वास अपर जिल्हाधिकारी यादव यांनी व्यक्त केला. यावेळी जिल्हा क्रीडा अधिकारी जगन्नाथ लकडे यांनी मोलाचे मार्गदर्शन केले. मराठवाडा मुक्तिसंग्राम अमृत महोत्सवी वर्षानिमित्त लातूर जिल्हा प्रशासनाच्यावतीने जिल्हा क्रीडा संकुल येथे आयोजित 'स्पोर्ट्स कार्निवल २०२३'मध्ये विविध क्रीडा प्रकारांची माहिती, मार्गदर्शन नासोबतच प्रात्याक्षिकांचेही आयोजन करण्यात आले होते. यावेळी लक्ष ओमप्रकाश उच्च आणि विद्यान रामलिंग बिडे यांठे नऊ वर्षांच्या बालकांनी मल्लखांब क्रीडा प्रकाराचे चिंतयुक्त प्रात्याक्षिक सादर केले. मल्लखांबावर त्यांनी केलेल्या कसरतींना उपस्थित विद्यार्थी, खेळाडू यांनी टाळ्यांच्या गजरात दाद दिली.

### गोलाईच्या दुसऱ्या मजल्यावर नेऊन तरुणाचा खून

लातूर : लातूर शहरातील गंगगोलाई इमारतीच्या दुसऱ्या मजल्यावर नेऊन दोघा जणांनी महापूर येथील एका ३० वर्षे वयाच्या तरुणाचा खून केला आहे. सलमान उर्फ दस्तगीर शहाबुद्दीन शेख (वय ३०) रा. महापूर यास लातूर शहरातील गंगगोलाईच्या दुसऱ्या मजल्याच्या छतावर नेऊन कशाने तरी अंगा-खांद्यावर, डोक्यावर, तोंडावर मारहाण करून त्याचा अनवर शेख, विशाल रणदिवे दोघेही रा. लातूर यांनी खून केला असल्याची तक्रार युसूफ शहाबुद्दीन शेख यांनी दिल्यावरून गांधी चौक पोलीसतंट दोघा जणांविरुद्ध खुनाचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. खून नेमका कोणत्या कारणासाठी केला हे मात्र अद्याप स्पष्ट झाले नाही.

## साखरपुडा केला, १० लाख वरदक्षणा घेवून लग्नच नाही; मुलासह आई-वडिलांवर गुन्हा

लातूर : निलंगा येथे राहत असलेल्या एका मुलीसोबत सोयरीक जमली, साखरपुडा झाला. वरदक्षणा म्हणून १० लाख रुपये घेतले. नंतर आम्हाला तुमच्या मुलीसोबत लग्नच करायचे नाही, आमच्या मुलाला दुसरी मुलगी पाहतोय, असे म्हणून वरदक्षणा परत न देऊन मुलीची व मुलीच्या वडिलांची फसवणूक केली म्हणून निलंगा पोलीसांत नियोजीत वर, त्याचे आई-वडील व मामा यांच्या विरोधात फसवणुकीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

याबाबतचे वृत्त असे की, कोंडीराम बालु राठोड, गणेश कोंडीराम राठोड, सुशा कोंडीराम राठोड तिघेही रा. निमगाव, ता. शिरूर कासार, जि. बीड व गोख नामदेव चव्हाण रा. घुमटवाडी, ता. पाथर्डी, जि. अहमदनगर यांनी निलंगा शहरात राहणाऱ्या एका ग्रामसेवकाच्या मुली संदर्भात सोयरीक केली, बोलणी झाली. या सोयरीकीत वधु पित्याकडून वर पित्यास ११ लाख रुपये वरदक्षणा देण्याचेही निश्चिंत करण्यात आले. त्यानंतर रितसर साखरपुडा झाला. साखरपुडा

होऊन एक वर्षभरापर्यंत प्रत्यक्ष लग्न करण्यास टाळाटाळ केली गेली. आम्हाला तुमची मुलगी पसंत नाही. आम्ही दुसरी मुलगी पाहतोय, असे म्हणत लग्नासाठी विलंब लावला. घेतलेला १० लाख ३१ हजार रुपये वरदक्षणाही परत केला नाही. यानंतर मुलीच्या वडिलांने नियोजीत वर गणेश कोंडीराम राठोड, वडील-आई व जवळचा नातेवाईक अशा चौघांविरुद्ध फिर्दाद दिल्यानंतर निलंगा पोलीसांत चौघा जणांविरुद्ध फसवणुकीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. या प्रकरणाचा निलंगा पोलीस अधिक तपास करत आहेत.

### ग्रामपंचायत कार्यालयातील महानेट साहित्याची चोरी

कासार सिरशी : मौ. मदनसुरी, ता. निलंगा येथील ग्रामपंचायतच्या शटरचे कुलूप तोडून आत प्रवेश करून चोरट्याने या कार्यालयात असलेले महानेट इंटरनेटचे साहित्य एकूण किंमत ६५ हजार रुपये अज्ञातांनी चोरून नेल्याची तक्रार ग्रामधिकार अधिकारी विजय विश्राम सुर्यवंशी यांनी कासार सिरशी पोलीसांत दाखल केली आहे.



## मराठा क्रांतीच्या घंटानादने मंदिर परिसर दुमदुमला

लातूर : सर्व मराठा समाजाला कुणबी जातीचे प्रमाणपत्र मिळावे यासाठी लातूर मराठा क्रांती मोर्चाच्या वतीने रात्री आठ ते साडे आठ या कालावधीत जिल्हाभर आरक्षणाचा घंटानाद करण्यात आला. जिल्हातील प्रत्येक गाव शहरातील मारुती मंदिरात हे आंदोलन करण्यात आले. आंदोलनात मराठा बांधव आपल्या कुटुंबासह सामिल झाले होते. मराठा समाजास कुणबी जातीचे प्रमाणपत्र मिळेपर्यंत आंदोलनाची धग धगधगत ठेवण्याचा निर्धार लातूर मराठा क्रांती मोर्चाचे नेते अरसून त्या

आंदोलनाचा एक भाग म्हणून हा घंटानाद करण्यात आला. आंदोलनाबाबत व्यापक प्रचार झाल्याने आंदोलनस्थळी मोठ्या संख्येत समाजबांधव जमले होते. लातूर शहरात हनुमान चौकातील, हनुमान मंदिर, श्री काशीलिंगेश्वर मंदिर, रत्नेश्वर हनुमान मंदिरासह अनेक मंदिरात घंटानाद झाला श्री काशीलिंगेश्वर मंदिरात महाआरती करण्यात आली. माझ गाव माझी वस्ती, संपली आता माझी सहनशक्ती, हनुमान मंदिर, मारुती पार कुणबी आरक्षणाची लढाई आरंभ, एकच मिशन मराठा आरक्षण, जय भवानी जय शिवराय

, आरक्षण आमच्या हक्काच अशा घोषणा देत घंटानाद करून आंदोलकांनी परिसर दगाणून सोडला होता. सरकारने आरक्षणासाठी एक महिन्याचा अवधी दिली आहे या कालावधीत आरक्षण घावे अन्यथा एकाही मराठा लोकप्रतिनिधीस रसत्यावर फिरू देणार नाही, असा इशारा यावेळी देण्यात आला. घंटानादने सरकारने भानावर यावे व सरसकट मराठा समाजाला कुणबी जातीचे प्रमाणपत्र घावे अशी मागणी यावेळी करण्यात आली. या आंदोलनात मोठ्या संख्येत समाज बांधव, भगिनी, युवक, लहान मुले सामिल झाली होती.

# मराठा समाजास ओढून ताणून ओबीसी बनविणे कोर्टाचा अवमान

लातूर : महाराष्ट्रातील मराठा समाजाला ओबीसी ठरविण्याची कुठलीही अपवाददात्मक परिस्थिती नसल्याचे मान्य करून सर्वोच्च न्यायालयाने ५ मे २०२१ रोजी मराठा समाजाला दिलेले आरक्षण रद्द केले आहे. यानंतरही मराठा समाजाला ओढून-ताणून ओबीसी बनविणे सर्वोच्च न्यायालयाचा अवमान आहे. मराठा समाजाच्या सरसकट ओबीसी करणास सर्वपक्षीय व ओबीसी संघटनांच्या परिचर्तन सभागृह, लातूर येथे झालेल्या बैठकीत विरोध दर्शविला आहे.

वास्तविक पाहता महाराष्ट्र शासनाने नियुक्त केलेल्या समितीमध्ये भारतीय प्रशासन सेवा बजावत असलेल्या अधिकाऱ्यांचा समावेश आहे. या अधिकाऱ्यांनी कायदेशीर तरतुदी, विविध आयोगाचे अहवाल, सर्वोच्च न्यायालयाचे निर्णय विचारात घेऊन अशी समिती नेमता येत नाही हे शासनाच्या निर्देशाने आणून घ्यायला हवे होते. हे न करणे म्हणजे मुख्यमंत्री आणि मंत्रीमंडळाच्या दबावाखाली येऊन संमती देणे असा प्रकार दिसतो. मात्र हा सर्वोच्च न्यायालयाचा अवमान आहे. तरीही भाप्रसे IAS अधिकाऱ्यांनी आतापर्यंतच्या विविध

आयोगाच्या शिफारशी, हायकोर्ट व सुप्रीम कोर्टाचे निकाल व कायदेशीर बाबी लक्षात घेऊनच आपले म्हणणे राजकीय सत्तेच्या लाभासाठी स्पष्ट सांगितले पाहिजे. ओबीसीना मिळणाऱ्या घटनात्मक लाभाचे संरक्षण करण्याची जबाबदारी संबंधित भाप्रसे IAS अधिकाऱ्यांवर अधिक आहे. हे भान ठेवले नाहीतर ओबीसी समाजात असंतोष वाढीलगा राज्याच्या नेतृत्वाबरोबरच हे अधिकारी ही जबाबदार असतील.

विदर्भ आणि इतर महाराष्ट्राच्या काही भागातील कुणबी हा शैक्षणिक व सामाजिक मागास आहे. काकासाहेब कालेलकर आयोग व मंडळ आयोग यांनी लावलेल्या कसोट्यामध्ये हा समाज पात्र ठरला होता त्यामुळे केंद्रीय ओबीसी सूचीमध्ये कुणबी समाजाला समाविष्ट करण्यात आले होते.

ओबीसी कुणबी समाज वगळून मराठा समाजाच्या शैक्षणिक, सामाजिक मागासलेपणाची तपासणी करण्यासाठी शासनाने न्यायमूर्ती गायकवाड आयोगाची स्थापना केली होती. या आयोगाने घटनेच्या कलम १५ (४) आणि १६ (४) अंतर्गत मराठा समाज सामाजिक आणि शैक्षणिक मागास असून त्याला पुढे प्रतिनिधित्व मिळाले नाही असा अहवाल शासनाला दिला होता. तसेच मराठा समाजाच्या बाबतीत अपवाददात्मक परिस्थिती असल्याचा निर्वाळाही या गायकवाड आयोगाने दिला होता. सदरील आयोगाच्या सर्व

बाबी रद्दबातल करत सुप्रीम कोर्टाने ५ मे २०२१ रोजी मराठा समाजाला दिलेले आरक्षण रद्द केलेले आहे. त्यात महाराष्ट्रातील संपूर्ण मराठा जातीला आरक्षण नाकारले आहे.

तसेच याबाबतीत कुठलीही अपवाददात्मक परिस्थिती नसल्याचे ही कडक शब्दात न्यायालयाने स्पष्ट केले होते. तरीही शिंदे-फडणवीस सरकार मराठवाड्यातील मराठा समाजाला ओढूनताणून ओबीसी बनवित आहे. हा कोर्टाचा अवमान आहे. सदर अध्यादेश तात्काळ रद्द करावा अन्यथा शिंदे-फडणवीस सरकारवर कोर्टाचा अवमान केल्याची केस दाखल करण्यात येईल. असा स्पष्ट इशारा यावेळी देण्यात आला.

फक्त निवडणुकीचे गणित डोक्यासमोर ठेवून मराठा समाजाला कुणबी समाजाशी जोडत ओबीसीमध्ये समाविष्ट करण्याचा डाव शिंदे-फडणवीस (भाजपा+ शिवसेना शिंदे गटचा) सरकारचा आहे. वास्तविक हा घटनाद्रोह व न्यायालयाचाही अवमान आहे. संपूर्ण खऱ्या ओबीसीशी धोका आहे. ओबीसीच्या यादीमध्ये कुठल्याही समाजाचा समावेश करण्यासाठी राज्य मागासवर्गीय आयोग कार्यरत असतो. १५ मार्च १९९३ पासून महाराष्ट्र राज्यात न्यायमूर्ती खत्री यांच्या अध्यक्षतेखाली मागासवर्गीय आयोग गठीत झाला. या आयोगासमोर सहा वेळा मराठा आरक्षणाचा प्रश्न उपस्थित करण्यात

आला या सर्व प्रकरणात मराठ्यांचा ओबीसी मध्ये समावेश करण्यास एकमताने नकार देण्यात आला. ओबीसीसाठी १९५३ येथे सर्वप्रथम काकासाहेब कालेलकर आयोग स्थापन झाला. काकासाहेब कालेलकर आयोगाने राज्यवार मागास जातीच्या याद्या तयार केल्या होत्या त्यात मुंबई राज्याच्या मागासच्या यादीत क्रमांक २०६ वर कुणबी जात समाविष्ट आहे. परंतु ३६० मागास जातीच्या यादीत मराठा समाज कुठेही नाही. मंडळ आयोगाने मराठा समाजाला ओबीसी आरक्षण नाकारले. एवढेच नाही तर त्यानंतर मुठळकर समिती, आरमारी मराठा अहवाल, मराठा अकरमाशी अहवाल, साळू मराठा अहवाल, बापट आयोग, केंद्रीय मागासवर्गीय आयोग, सर्व मराठा समाज अहवाल, चायदेशी मराठा अहवाल इत्यादी अनेक समिती व आयोगांनी स्पष्टपणे नकार दिलेला असतांना पुन्हा- पुन्हा मराठा आरक्षणाचा मुद्दा सरकारी पदालावर आणून ओबीसी समाजाला भयभीत केले जात आहे.

७३ व ७४ व्या घटनादुरुस्तीने ओबीसींना स्थानिक स्वराज्य संस्थामध्ये २७ टक्के आरक्षण मिळाले. यामुळे अनेक ओबीसी राजकीय पटलावर दिवू लागले ही गोष्ट संरंजामी प्रवृत्तीच्या लोकांच्या डोक्यात खुपू लागली आहे. आपली राजसत्तेवरील पकड सुटू नये म्हणून ओबीसींच्या राजकीय जाणूतीला सुरक्षा लावण्यासाठी वाटले. मराठा कुणबी, कुणबी मराठा अशी शब्दच्छळ करून ओबीसी मध्ये घुसखोरी करण्याचा खटाटोप चालू असतो. राजकीय सत्ता प्रस्थापित मराठा समाजाचा आंक्सिजन आहे. त्यामुळे विस्थापित आर्थिक मागास मराठा समाजाला न्याय मिळाला नाही. आपले अपयश लपविण्यासाठी ते कोणत्याही थराला जाऊ शकतात. विस्थापित/आर्थिक मागास मराठा समाजाचा बुध्दीभेद केला जातो. आरक्षण नसल्याने आर्थिक मागास (आरक्षण) दिले आहे. ते आहोत असे दर्शविले जाते. आजतागायत मराठवाड्यातील राजकीय घराण्यांनी जिल्हा परिषद, पंचायत समिती, नगरपालिका, महानगरपालिका,



सहकार यातील ओबीसी आरक्षणानुसार निवडणुका लढवण्यासाठी बोगस सर्व्हेफिकेट काढून ओबीसी आरक्षण लाटले आहे. आणि ख-या ओबीसीवर अन्याय केला आहे. मराठा समाजाचे ओबीसीकरण करणे म्हणजे मूळ ओबीसीला बेघर आणि बेवारास करणे होय. ख-या ओबीसीला जे किमान मिळतंय ते हिंसाकावण्याचा प्रयत्न आहे. कुणबी हे फक्त विदर्भ, खान्देश आणि कोकणात असतांना त्याचा संबंध मराठवाड्यातील मराठा समाजाशी जोडला जात आहे. दि. २९ मे २०२३ रोजीच्या व ७ सप्टेंबर २०२३ रोजीच्या अध्यादेशान्वये समिती गठीत करणे हा सरळ सरळ ख-या संपूर्ण ओबीसींचा अपमान आहे. मराठवाड्यातील मराठा समाजाला 'ओबीसी सर्व्हेफिकेट' देण्याचा निर्णय झाला तर तमाम ओबीसी समाज या विरोधात रस्त्यावर उतरून तीव्र जनआंदोलन करेलच. आणि भाजपा व शिवसेना शिंदे गटाला येत्या निवडणुकीत धडा शिकवल्याशिवाय राहणार नाही.

आम्ही मंडळ कमिशनने १९३१ च्या जनगणनेनुसार ओबीसी प्रवर्गाची लोकसंख्या ५२ टक्के ग्राहू धरून त्या ओबीसी प्रवर्गातील सामाजिक, शैक्षणिक व आर्थिक दृष्ट्या मागासलेल्या जातींना लोकसंख्येच्या प्रमाणात प्रतिनिधित्व (आरक्षण) न देता केवळ २७ टक्के प्रतिनिधित्व (आरक्षण) दिले आहे. ते लोकसंख्येच्या व सामाजिक न्यायाच्या अनुषंगाने पुेशा प्रमाणात नाहीये. जे किमान मिळाले आहे त्याचीही १०० टक्के अंमलबजावणी प्रामाणिकपणे

सरकारने केलेली नाही. त्यामुळे आपण सरकारला सरकारी शिक्षण, नोकरी, राजसत्तेतील ओबीसींचा अनुसूध भरून काढण्यासाठी तसेच सर्व अन्यायसंक्रमान ओबीसी विद्यार्थ्यांना महागाई निर्देशांकानुसार शिष्यवृत्तीत वाढ करून वेळेत देण्याबाबत व ओबीसींची जातीनिहाय जनगणना करण्यासाठी शिफारस करावी. तसेच अनेकांनी ओबीसीचे खोटी जात प्रमाणपत्रे काढून ओबीसी प्रवर्गाचे (प्रतिनिधित्व) आरक्षण लाटल्याचे अनेक प्रकार उघडकीस आले आहेत. त्यामुळे ख-या ओबीसींवर अन्याय झाला आहे तसेच सरकारकडूनही वेगवेगळ्या प्रकारे सातत्याने अन्याय होत आहे त्यामुळे अगोदरच ओबीसींमध्ये असंतोष धुमसत आहे. त्यामुळे ओबीसीवरील अन्याय दूर करण्यासाठी, खरे ओबीसी वंचित राहू नयेत म्हणून सरकारने ओबीसींना न्याय मिळवून देण्यासाठी प्रयत्न कायद्याला हवेत.

म्हणून आपणास विनंती करण्यात येते कि यापुढे मराठा समाजाचे ओबीसीकरण व इतर पुढारलेल्या कोणत्याही जातीचा ओबीसीत समावेश करू नये. ज्यांनी खोटे ओबीसी चौकशी असतो त्यांना काढाई करावी. मंडळ आयोग, केंद्रीय आयोग, खत्री आयोग, बापट आयोग आदी आयोगाने मराठा समाजाला आरक्षण नाकारलेले आहे. तसेच राणे समितीने, कायकवाड आयोगाने दिलेले आरक्षण कायद्याच्या चौकटीत बसलेले नाही. परत आता २९ मे २०२३ च्या अध्यादेशाने मराठा समाजाच्या ओबीसीकरणासाठी समिती गठीत केलीय. एवढा आटापिटा कशासाठी ? हे आता ओबीसी समजून आहे.

खरे पाहता ज्या कसोट्यांच्या आधारे मंडळ आयोगाने मागासलेपण ठरविले त्या कसोट्या वस्तुनिष्ठ आणि शास्त्रीय आहेत. त्या कसोट्या कुठल्याही जातीच्या विरोधात नाहीत. याचमुळे महाराष्ट्रात पुढारलेली ठरलेली मराठा जात कर्नाटकात मागास ठरली आहे. स्वतःला सर्वोच्च मानणा-या ब्राह्मण जातीतील काही गट हिमाचल प्रदेश, हरियाणा, पं.बंगाल, आदी राज्यांत मागास म्हणून गणले

आहेत. मंडळ आयोगाने केवळ हिंदू धर्मातीलच नव्हे तर नवबौद्ध, मुसलमान, ख्रिश्चन, शीख आदी धर्मातील मागासवर्गांचा शोध घेऊन त्यांना त्यांचे हक्क मिळावेत म्हणून मार्ग शोधले आहेत. मंडळ आयोगाने ठरविलेल्या ११ कसोट्यात चार कसोट्या आर्थिक होत्या म्हणजेच आर्थिक मागासलेपणाचा विचार मंडळ आयोगाने केलाच आहे. हे आपण मराठा समाजाच्या ओबीसीकरणाच्या अनुषंगाने ध्यानात घ्यावे.

आपल्या देशात मागासलेपण हे मोठ्या प्रमाणात माणसांच्या जन्मजात जातीनेच ठरत असते हे भीषण सत्य मंडळ अहवालामुळे वारंवार स्पष्ट झाले आहे. आरक्षण (प्रतिनिधित्व) म्हणजे गरीबी हाटवचा कार्यक्रम नाही. तर तो मागासलेल्या वर्गांना मुख्य प्रवाहात आणण्यासाठी दिलेले प्रतिनिधित्व आहे. गरीबी किंवा सर्व प्रकारच्या विषमता नष्ट करण्यासाठी सरकारने कल्याणकारी योजना आखाव्यात. उदा. १) समान शिक्षण पद्धती, २) समान आरोग्य सुविधा ३) खाजगीकरण रद्द करणे ४) शेतीला उद्योगाचा दर्जा देणे इत्यादी. म्हणजेच गरीब असो श्रीमंत, कुठल्याही जातीधर्माचा असो प्रत्येकाला शिक्षण बहुरस्तरीय व ठेवता शिक्षण समान पद्धतीने, प्राथमिक ते उच्च शिक्षण सर्व प्रकारचे सक्तीचे मोफत, दर्जदार, गुणवत्तापूर्ण, समान संधीने, संवैधानिक मूल्यांनुसार मिळायला हवे. पण शासन तसे न करता, निवडणूका डोक्यासमोर ठेवून मतांच्या बेजेसाठी आरक्षणासारखे मुद्दे घेऊन जनतेची दिशाभूल करतेय. दोन समाजात तेढ निर्माण करतेय.

आतापर्यंत अनेक मराठा संघटनांनी 'मराठा समाजाला सरसकट ओबीसी समाज' प्रवर्तून आरक्षण (प्रतिनिधित्व) घावे' अशा प्रकारची मागणी केली आहे. त्यामुळे ओबीसीत भीतीचे, असुरक्षिततेचे वातावरण निर्माण होऊन असंतोष धुमसत आहे. वास्तविक पाहता मराठा समाजाकडे राजकारणात- ग्रामपंचायत सदस्य, सरपंच, उपसरपंच, जि. प., प. स. सदस्य, सभापती, अध्यक्ष, महापौर, उपमहापौर, नगराध्यक्ष, उपनगराध्यक्ष, आमदार, खासदार, मंत्री, मुख्यमंत्री तसेच विविध समित्यावरील

### त्यांच्या मते....

उद्धव ठाकरे यांना आपण 'जोकर' चा ड्रेस पाठविणार आहोत कारण ते आता करमणुकीपुरते राहिले आहेत. -चित्रा वाघ

'वाघ' यांच्या तोंडी हि भाषा शोभत नाही.

आ. रवि राणा, ए शहाण्या औकातीत रहा, तू चोट्टा, तुझी बायको चोट्टी

- आ. यशोमती ठाकूर

नळावरील आणि आमदारांमधील वाद सारखेच असतात.

देवेंद्र फडणवीस सत्तेत येताच राज्यात जाती-पातीचे राजकारण सुरू झालं.

- खा. संजय राऊत

एकनाथ शिंदे यांना सोबत घेऊन सत्तेत आल्यापासून, असेच ना!

ब्रिटनचे पंतप्रधान ऋषी सुनक यांनी मला विचारले 'यूटी' काय करतात. दरवर्षी ते लंडनला येतात हवा खातात, प्रॉपर्टी घेतात. त्याची खूप माहिती माझ्याकडे आहे, लंडनला या मी देतो.

- मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे

हे 'यूटी' कोण आहेत, मराठी जणांना कळू द्या.

### हरवले आहे

विवेकानंद रावसाहेब सुर्यवंशी या नावाचा १० वी चा मार्कमेमो तसेच १० वी १२ वीची सनद मीनी मार्केटला स्कॅन करण्यासाठी जात असताना गहाळ झाले आहे. तरी कोणास मिळून आल्यास त्यांनी खालील मोबाईल क्रमांकावरती संपर्क साधावा.

संपर्क : मो. क्र. ९५६१३०१३३५

### CHANGE OF NAME

I have change my name from SWAMI Pournima Umashankar Hence for this declaration in future I will use this name SWAMI POORNIMA UMASHANKAR in future the same name will be used by my children , Husband & all family. Old Name :- SWAMI Pournima Umashankar New Name :- SWAMI POORNIMA UMASHANKAR Address :- Shriphal Manthale Nager, Near Gore Hospital, Latur. 413512

### CHANGE OF NAME

I have change my name from BASPURE TACHAMABAI KASHINATHAPPA TO SWAMI RACHAMABAI KASHINATH Hence for this declaration in future I will use this name SWAMI RACHAMABAI KASHINATH in future the same name will be used by my children , Husband & all family. Old Name :- BASPURE TACHAMABAI KASHINATHAPPA New Name :- SWAMI RACHAMABAI KASHINATH Address :- Shriphal Manthale Nager, Near Gore Hospital, Latur. 413512



# आरोग्य

## मस्त चव घेऊन खाताय लोणचं? तर सावधान, अतिसेवनाने 'या' आजारांना पडाल बळी

बऱ्याचदा त्याच त्याच जेवणामुळे (Food) आपल्याला कंटाळा येतो, मग आपण अशा वेळी जेवणाची चव वाढवण्यासाठी लोणचं किंवा पापडाचा आधार घेतो. पण जर तुम्ही दररोज जेवणासोबत लोणचं खात असाल तर सावधान, कारण हे अनेक आजारांचं कारण बनू शकतं. कळत-नकळत तुम्हाला आजारांचा सामना करावा लागू शकतो. जेवणासोबत लोणचं खाण्याने कोणत्याही साध्या जेवणाची चव वाढते हे जरी खरं असलं तरी, जास्त लोणचं खाणं तुमच्या आरोग्यासाठी खूप हानिकारक आहे. त्याचबरोबर ते अनेक आजारांना आमंत्रण देणारं आहे.

### लोणचं जास्त खाऊ नये असं का सांगितलं जातं?

जास्त लोणचं खाऊ नये असं अनेकदा सांगितलं जातं, कारण



खाणे विषासमान आहे. लोणच्यामध्ये असलेलं मीठ बीपीच्या रुग्णांच्या शरीरात सोडियमचं प्रमाण वाढवतं, ज्यामुळे हृदयविकार होऊ शकतो. त्याच वेळी, रक्तवाहिन्यांचं देखील नुकसान होऊ शकतं. शरीरात सूज येऊ शकते लोणचं जास्त खाण्याने सूज

येऊ शकते. कारण लोणचं जास्त काळ ताज ठेवण्यासाठी त्यात मीठ आणि तेल मिसळून ते जास्त काळ टिकवून जातं. जास्त लोणचं खाण्याने पोटात गॅसची समस्या देखील होऊ शकते आणि चयापचय आणि यूरिक एसिडच्या समस्या देखील वाढू शकतात.

**हाडं कमकुवत होतात**  
लोणच्यामध्ये सोडियमचं प्रमाण जास्त असल्याने हाडं कमकुवत होतात, त्यामुळे शरीरात कॅल्शियमची समस्या सुरू होते. यामुळे जास्त आंबट पदार्थ खाणाऱ्यांना सांधेदुखीचा त्रास होतो. लोणच्याचा जास्त वापर केल्याने आपल्या पोटातील आम्लता वाढते. तसंच त्याचं जास्त प्रमाणात सेवन केल्याने ऑसिडिटी, गॅस, करपट डेकर येणं या सारख्या समस्या उद्भवू शकतात.

**उच्च रक्तदाबाचा त्रास**  
बीपीच्या रुग्णांसाठी लोणचं

सूक्ष्मजंतू किंवा सूक्ष्मजीव म्हणजेच जीवाणू, विषाणू इत्यादी मानवी शरीरात वाढत असतात. त्यातून काही असे असतात जे माणसांना मदत करतात. उदाहरणार्थ- दूधापासून दही तयार करण्यात मदत करतात, त्याचप्रमाणे काही जीवाणू माणसांना फायदेशीर असतात.

आपल्या शरीरात असे कोट्यवधी जीवाणू असतात. त्यांच्याशिवाय आपण जिवंत राहू शकत नाही. आपल्या आतड्यांमध्ये ते सर्वांत मोठ्या संख्येने असतात.

आतड्यात असणाऱ्या जीवाणू किंवा बॅक्टेरियांचा आपल्या आरोग्यावर खूप परिणाम होतो. ते पचनक्षमता आणि प्रतिकारकशक्ती योग्य ठेवण्यासाठी तसंच एकूणच पचनसंस्थेचं आरोग्य नीट ठेवण्यासाठी मदत करतात. आपल्याला हेही माहिती आहे की तब्येत बिघडल्यावर अनेकदा अँटिबायोटिक्स घेण्याचा सल्ला दिला जातो.

गेल्या ८० वर्षांपासून अँटिबायोटिक्स म्हणजे प्रतिजैविक साध्या रोगांशी प्रभावीपणे लढत आहेत. त्यामुळे जगभरात लोकांचं आजार पडण्याचं आणि आजारामुळे मृत्यू होण्याचं प्रमाण कमी होताना दिसत आहे. हे एक असं औषध आहे जे मनुष्यप्राणी आणि प्राण्यांचा जीवाणू आणि विषाणूपासून बचाव करतं. म्हणूनच अँटिबायोटिक्सला अँटिमायक्रोबियल एजंट्स म्हटलं जातं.

### तज्ज्ञांचं काय मत आहे?

तज्ज्ञांच्या मते शरीरात नैसर्गिक रित्या आढळणाऱ्या जीवाणूसाठी अँटिबायोटिक्सचा धोका सर्वांत जास्त आहे.

अमेरिकन सोसायटी फॉर मायक्रोबायोलॉजी च्या एमबायो या जर्नलमध्ये प्रकाशित झालेल्या एका लेखानुसार 'जेव्हा एखादी व्यक्ती आजार पडते आणि डॉक्टर त्याला अँटिबायोटिक्स घेण्याचा सल्ला देतात तेव्हा अँटिबायोटिक्स प्रतिरोधामुळे त्या एका गोळीने शरीरात असलेल्या जीवाणूंचा मोठा परिणाम होतो आणि ते वर्षभरासाठी अस्ताव्यस्त होऊन जातात.'

वैज्ञानिक जर्नल प्रोसिडिंग्स ऑफ नॅशनल अकेडेमिक्स ऑफ

# अँटिबायोटिक्स घेणं फायद्याचं की हानीकारक?

सायन्स मध्ये प्रकाशित झालेल्या एका रिसर्च पेपरानुसार २००० ते २०१५ मध्ये अँटिबायोटिक्स देण्याच्या प्रमाणात ६५ टक्क्यांनी वाढ झाली आहे.

अँटिबायोटिक्सवर बाढलेल्या अवलंबित्वामुळे आपल्या आरोग्यावर होणाऱ्या परिणामामुळे वैज्ञानिक चिंतेत आहेत.

अँटिबायोटिक्स समस्येत दोन मोठ्या समस्या निर्माण झाल्या आहेत. यामुळे आपल्या आतड्यांचं नुकसान होत आहे. अँटिबायोटिक्सला बॅक्टेरियाचा प्रतिरोध वाढत आहे.

मेडिकल न्यूज टुडे'च्या एका अहवालात सांगितलं आहे की अँटिबायोटिक्स प्रतिरोध क्षमता वाढल्यामुळे हॉस्पिटलमध्ये उपचारांमध्ये बाधा निर्माण होत आहे.

सेंटर फॉर डिसिज कंट्रोलने अमेरिकेने या औषधांमुळे होणाऱ्या धोक्याची पातळी अत्यावश्यक, गंभीर आणि चिंताजनक या तीन वर्गावरील ठेवली आहे.

त्याचबरोबर आरोग्य कर्मचाऱ्यांनाही अँटिबायोटिक्सचा वापर मर्यादित करण्यास सांगितलं आहे.

अँटिबायोटिक्स घेतल्यावर शरीरावर गंभीर परिणाम होतो असं अनेक संशोधनात सिद्ध झालं आहे.

**'पोटात असह्य वेदना'**  
मध्य प्रदेशातील जबलपूर येथे राहणाऱ्या जान्हवी शुक्ला यांच्यावर अँटिबायोटिक्सचा असाच परिणाम झाला. त्यांना बराच काळ अँटिबायोटिक्स दिले गेले होते.

त्या सांगतात, यावर्षी फेब्रुवारी महिन्यात माझ्या दोन्ही पायांच्या गुडघ्याचं ऑपरेशन झालं होतं. त्यामुळे बराच काळ मला औषधं घ्यावी लागली. अँटिबायोटिक्सही सुरू होते. आठ-दहा दिवस सगळं ठीक होतं. त्यानंतर माझ्या पोटात त्रास सुरू झाला आणि इतक्या

असह्य वेदना झाल्या की ऑपरेशनच्या वेदना पूर्णपणे विसरली होती.

पोटदुखीमुळे मला फार त्रास झाला. सुरुवातीला समजतच नव्हतं की पोटात वेदना का होत आहे. पोटात असह्य वेदना व्हायच्या.

जान्हवी शुक्ला यांनी सांगितलं

फायदा होतो असंही ते पुढे म्हणतात.

डॉ. घोष म्हणतात, अँटिबायोटिक्सच्या एका कोर्सनेच अँटिबायोटिक्स प्रतिरोध होण्याचा धोका वाढतो आणि त्याचा परिणाम शरीरात असलेल्या जीवाणूंचा होतो. इतकंच नाही तर अँटिबायोटिक्सचा वापर आजार पसरवणाऱ्या जीवाणूंना



की या वेदनांबाबत जेव्हा त्या डॉक्टरांकडे गेली तेव्हा अँटिबायोटिक्सचा डोस कमी केला गेला आणि त्यामुळे त्यांची समस्या कमी झाली.

त्या सांगतात, डोस कमी झाल्यावर पोटात दुखणं कमी झालं मात्र त्या दरम्यान एक महिना हे चालूच होतं.

### अँटिबायोटिक्सचा आतड्यांचा परिणाम

निवृत्त गॅस्ट्रोएंटरोलॉजिस्ट डॉ. पी. घोष म्हणतात, अँटिबायोटिक्स शिवाय अगदीच अडत असेल तेव्हाच घ्यायला हवे. ते सांगतात, अँटिबायोटिक्सशिवाय उपचार होऊ शकत नाही याबद्दल कोणतही दुमत नाही. मात्र अशी अनेकदा परिस्थिती येते जेव्हा त्याचा वापर करायला नको.

आतड्यात जितके जीवाणू जास्त राहतील तितका शरीराला

हटवण्यासाठी केला जातो त्याशिवाय अन्य जीवाणू किंवा बॅक्टेरियावरसुद्धा हल्ला करतात.

ते म्हणतात, खरं तर अँटिबायोटिक्स आतड्याच्या सगळ्या जीवाणूंचा परिणाम होतो. अमेरिकेतल्या सेंट लुईसमध्ये असलेल्या वॉशिंग्टन विद्यापीठातले प्राध्यापक गौतम डांतास जंगलाचं उदाहरण देऊन सांगतात, हे म्हणजे जंगलातून गवताचा तुकडा काढण्यासाठी कार्पेट बॉम्बचा वापर करण्यासारखं आहे. अशा परिस्थितीत चांगल्या आणि वाईट दोन्ही गोष्टी नष्ट होतात. अँटिबायोटिक्स असंच काम करतात.

### आतड्यांचं मेंदूशी नातं

आतडं म्हणजे एक मोठी ट्यूब आहे जी तोंडापासून सुरू होऊन गुदद्वारापर्यंत जाते. तिथे कोट्यवधी जीवाणू असतात. त्यांना

मायक्रोबायोम असं म्हणतात.

वैद्यकीय तज्ज्ञांच्या मते आतडे आणि मेंदू एकमेकांशी निगडित आहेत. आपला मेंदू संपूर्ण शरीराला संदेश पाठवतो हे आपल्याला माहिती आहे. त्याचप्रमाणे मेंदूबरोबरसुद्धा संवाद होतो.

हार्वर्ड हेल्थ पब्लिशिंगच्या एका अभ्यासानुसार जर आतड्यांमध्ये काही अडचण निर्माण झाली तर त्याचा सिग्नल थेट डोक्यात जातो आणि जेव्हा मेंदूत काही बिघाड झाला तर तो आतड्यांना सिग्नल पाठवतो. कारण मेंदू आणि आतडे एकमेकांशी निगडित आहेत. आतड्यांमध्ये काही समस्या

असली तर त्याची अनेक लक्षणां आहेत. एखाद्या गोष्टीपासून वारंवार लक्ष भरकटणं स्मरणशक्तीवर परिणाम तणाव चिंता इत्यादी.

आतड्यांमुळे त्वचा प्रतिकारक शक्ती, अनियमित शुगर, चयापचय अशा अनेक गोष्टींवर परिणाम होतो.

इम्पिरिअल कॉलेज लंडनचे सर्जन जेम्स किनरॉस म्हणतात, अँटिबायोटिक्सवर अवलंबून न राहणं हा सगळ्यात उत्तम उपाय आहे. आपल्या शरीरातच आजार ठीक करण्याची क्षमता आहे. आपल्या शरीरातली अंतर्गत स्थिती आपण योग्य आहार घेऊन सुधारू शकतो. म्हणूनच अगदी तरुण वयापासूनच खाण्यापिण्यावर लक्ष घ्यायला हवं.

## दुधारासोबत चुकूनही हे पदार्थ खाऊ नका, आरोग्य धोक्यात येईल

दुधाची गणना नेहमीच आरोग्यदायी आहारात केली जाते. यामध्ये प्रोटीन, कॅल्शियम, व्हिटॅमिन डी, पोर्टेशियम असे अनेक पौष्टिक घटक असतात. हे सुपरफूड म्हणून ओळखले जाते. दूध हे प्रौढ आणि लहान मुलांसाठी सर्वांसाठी खूप फायदेशीर आहे. दूध देखील एक उत्तम पूरक आहे, निरोगी राहण्यासाठी दररोज कोमट दूध पिण्याचा सल्ला दिला जातो. पण तुम्हाला माहिती आहे का, दुधासोबत काही गोष्टींचे सेवन करणे आरोग्यासाठी खूप हानिकारक असू शकते. चला जाणून घेऊया त्या गोष्टी ज्या दुधासोबत खाऊ नयेत...

### दुधासोबत हे पदार्थ खाणे टाळा

फिश : दूधाची प्रकृती गार असते आणि फिशची गरम.

अशात हे सोबत खाण्याने अनेक प्रकारच्या समस्या होऊ शकतात. दुधासोबत मासे आणि इतर मांसाहारी पदार्थ कधीही खाऊ नयेत. यामुळे तुम्हाला पचनाच्या समस्या उद्भवू शकतात.

केळी : तुम्ही ऐकले असले की दूध आणि केळी एकत्र खाण्याने शरीराला ताकद मिळते, पण ते पचायला खूप वेळ लागतो. ज्या लोकांना पचनाच्या समस्या आहेत त्यांच्यासाठी केळी आणि दूध एकत्र खाणे आरोग्यासाठी हानिकारक आहे.

दही : दही दुधापासून बनते आणि आयुर्वेदानुसार दही दुधासोबत खाऊ नये. हे मिश्रण आरोग्यासाठी हानिकारक असू शकते. यामुळे तुम्हाला पोटाशी संबंधित समस्यांना सामोरे जावे लागू शकते आणि तुमचे पोटीही



खराब होऊ शकते.

आंबट पदार्थ : दुधात मिसळून आंबट पदार्थ कधीही खाऊ नका. दुधासोबत व्हिटॅमिन सी युक्त फळांचे सेवन करणे देखील टाळावे, कारण जर तुम्ही आंबट फळे दुधासोबत खाण्याचा पर्याय निवडला तर तुम्हाला गॅस आणि छातीत जळजळ होण्याची शक्यता असते. याशिवाय सर्दी, पुरळ आणि अॅलर्जीही होऊ शकते. सॉल्टेड स्नॅक्स : चिप्स आणि

सॉल्टेड स्नॅक्स यासह दुधाचे सेवन करू नये कारण यात मिठाचे प्रमाण अधिक असल्याने हे शरीरात इलेक्ट्रोलाइट बॅलेंस मध्ये व्यत्यय आणू शकते.

प्रथिने समृद्ध अन्न : दुधात प्रथिने मुबलक प्रमाणात आढळतात. त्यामुळे प्रथिनयुक्त पदार्थांचे सेवन टाळावे. असे केल्याने तुमच्या पचनक्रियेवर ताण वाढू शकतो. पचनाशी संबंधित समस्या देखील होऊ शकतात.

## गरजेपेक्षा अधिक डाळ खाणे ठरेल आरोग्यासाठी धोकादायक

व्हेजिटेरियन लोक आपल्या डाएटमध्ये प्रोटीनचा समावेश करतात. त्यावेळी ते त्यामध्ये डाळीचा समावेश जरूर करतात. डाळ आपण ही आपल्या नेहमीच्या जेवणात खातो आणि याचे काही आरोग्यदायी फायदे सुद्धा होतात. याच्या माध्यमातून आपल्याला व्हिटॅमिन बी, फोलेट, लोह आणि पोर्टेशियम मिळते. त्यासोबत यामध्ये प्रोटीन आणि फायबरचे प्रमाण खूप असते. त्यामुळेच याचे सेवन करणे आरोग्यासाठी फायदेशीर असते.

मात्र असे म्हटले जाते की, कोणत्याही गोष्टीचा अतिरेक करू नये. असेच काहीसे डाळीबद्दल ही आहे. जेव्हा तुम्ही गरजेपेक्षा अधिक याचे सेवन करता तेव्हा काही समस्या उद्भवू शकतात.

### पचनक्रियेवर होतो परिणाम

जेव्हा तुम्ही गरजेपेक्षा अधिक डाळीचे सेवन करता तेव्हा पचनक्रियेवर त्याचा परिणाम होऊ शकतो. खरं तर यामध्ये भरपूर प्रमाणात फायबर असतात. जेव्हा ते अधिक खाल्ले जातात तेव्हा शरीराला ते पचण्यास मुश्किल

होते. अशा स्थितीत लोकांना सूज, गॅस, मळमळ किंवा पोट आवळणे अशा समस्या होतात.

### डाळीमुळे न्युट्रिशन डेफिशिएंसी होऊ शकते

डाळीमध्ये काही पोषक तत्त्वे असतात. याचे अधिक प्रमाणात सेवन केल्यास तुम्हाला न्युट्रिशन डेफिशिएंसीची समस्या होते. खरं तर यामध्ये अधिक प्रमाणात पोर्टेशियम असते. जे शरीरात सोडियम, पोर्टेशियम आणि इलेक्ट्रोलाइट बॅलेंस बिघडू शकते. अशा प्रकारे डाळीत फाईट टुस नावाचे कंपाउंड्स असतात. जे लोह, जिंक आणि कॅल्शियम असा सारखे मिनिरल्सच्या अर्जॉर्गॅनिज्मसाठी समस्या होते.

### वजन वाढले जाते

बहुतांश लोक वेट लॉससाठी डाळीचा समावेश करू शकता. मात्र याचे नियमित रुपत अधिक सेवन केल्यास तर हळूहळू वजन वाढू शकते. यामध्ये पुरेश्या प्रमाणात कार्बोहायड्रेट आणि कॅलरी असतात. त्यामुळे



ते अधिक खाल्ल्यास यामुळे तुमचा कॅलरी काउंट बिघडला जातो. यामुळेच वजन वाढण्यासह अन्य हेल्थ प्रॉब्लेम्स ही सुरू होतात.

## पायांवर सूज येण्याचे मुख्य कारण जाणून घ्या

Swelling on feet काही वेळा लोकांचे पाय सुजतात. त्याला वैद्यकीय शास्त्रात एडिमा असे म्हणतात. साधारणतः लघवीचे विकार असणार्यांचे पाय सुजतात असे मानले जाते. मात्र पाय सुजणे हे मधुमेहाचे सुद्धा लक्षण असू शकते. आपली पावले हा शरीराचा



खालचा भाग आहे आणि या भागापासून रक्त वर वाहण्यासाठी गुरुत्वाकर्षण शक्तीच्या विरोधात काम व्हावे लागते. तसे ते झाले

नाही की, पायाकडचा रक्त पुरवठा जास्त होतो आणि पाय सुजतात. साधारणपणे घोंटे आणि तळवे सुजतात. अर्थात पावले सुजण्याची अनेक कारणे आहेत. महिलांच्या बाबतीत गरोदर अवस्थेत पावले सुजतात.

रक्तदाबाने सुद्धा पावले सुजू शकतात. अशा पाय सुजण्याचे पाच उपाय करावेत. ते सर्व धरगुती उपचार आहेत.

१) एका बकेटात पाणी घेऊन त्या पाण्यात पेपरमीट ऑईल अगदी थोड्या प्रमाणात टाकावे. युकेलिप्टस्चा सुद्धा वापर होऊ शकतो.

अशा पाण्यात आपले पाय बुडवून ठेवावे. मोठा दिलासा मिळू शकेल.

२) रक्त गोठल्यामुळे किंवा त्याचा प्रवाह मंद झाल्यामुळे पाय सुजले असतील तर मालीश करावे.

३) अशाच रितीने मिठाच्या पाण्यात सुद्धा पाय बुडवून ठेवावेत. त्यानेही सूज कमी होते.

४) उताणे झोपावे आणि आपले पाय एका उशीवर उंच ठेवावेत. त्याने रक्तप्रवाह उलट्या दिशेने सुरू होतो. खुर्चीवर बसून टेबलावर काम करण्याची सवय असेल तर पाय ठेवायला काही तरी घ्यावे आणि थोडे उंचावर पाय ठेवावे.

५) भरपूर पाणी प्यावे.

## वजन मोजण्याची योग्य पद्धत आणि वेळ जाणून घ्या

वजन कमी करण्याआधी किंवा वाढवण्याआधी, आपल्या सर्वांसाठी योग्य वजन जाणून घेणे महत्त्वाचे आहे. यासाठी वजनकाट्याचा वापर केला जातो. परंतु कधीकधी मशीन कमी किंवा जास्त वजन दर्शवते. अशा स्थितीत मशीनमध्ये बिघाड झाल्याचे आपल्याला वाटते. पण तसे नाही. चुकीच्या वजन तपासणीमुळे योग्य वजन किती आहे कळत नाही. वजन तपासण्याच्या योग्य आणि चुकीच्या पद्धतींबद्दल जाणून घ्या.

व्यायामानंतर लगेच वजन तपासू नका- काही लोकांना व्यायाम केल्यानंतर लगेच परिणाम हवा असतो. पण ही पद्धत चुकीची आहे. यातून तुम्हाला योग्य परिणाम मिळणार नाहीत.

व्यायाम केल्यानंतर, घाम बाहेर येतो आणि द्रव प्रमाण कमी होते. त्यामुळे द्रव कमी होण्याची समस्या असू शकते. अशा परिस्थितीत जेव्हा तुम्ही व्यायामानंतर लगेच तुमचे वजन तपासता तेव्हा मशीन तुमच्या वजनापेक्षा कमी असलेला नंबर दाखवते.

वीकेंड नंतर लगेच वजन तपासू नका- वीकेंडनंतर लगेच तुमचे वजन तपासणे टाळावे. हे देखील कारण बहुतेक लोक वीकेंडला त्यांचे आवडते पदार्थ खातात. त्याच वेळी, आम्ही सर्व शनिवार व रविवार दरम्यान फारसे सक्रिय नसतो. बरेच लोक आठवड्याच्या शेवटी जिम आणि व्यायामातून विश्रांती घेतल्यानंतर आराम करतात. अशा परिस्थितीत जर तुम्ही वीकेंडनंतर तुमचे वजन तपासले तर तुमचे वजन वाढलेले

दिसून येईल. अशा परिस्थितीत, काही लोक आत्मविश्वास गमावतात. त्यामुळे वीकेंडनंतर वजन तपासणे टाळावे.

मासिक पाळी दरम्यान वजन तपासू



मासिक पाळी दरम्यान शरीरात हार्मोनल बदल होत असतात. या काळात फुगणे आणि पाणी टिकून राहण्याच्या समस्या उद्भवू शकतात. त्यामुळे अशा वेळी

वजन तपासणे टाळावे. कारण यावेळी तपासले जाणारे वजन बरोबर नसेल. चुकीचे परिणाम पाहून तुम्ही गोंधळून जाऊ शकता.

वजन तपासण्यासाठी योग्य वेळ आणि पद्धत-

वजन करण्याची योग्य वेळ म्हणजे सकाळ. जर तुम्हालाही योग्य वाचन मिळवायचं असेल, तर तुम्ही सकाळी पोटाचे वजन तपासले पाहिजे. आरोग्य तज्ज्ञांच्या मते, सकाळी फ्रेश झाल्यानंतर वजन तपासले पाहिजे. तुमचे वजन तपासण्याचा योग्य मार्ग म्हणजे आठवड्यातून एकदा सकाळी रिकाम्या पोटी तुमचे वजन तपासणे. यावेळी, लक्षात ठेवा की तुम्ही फक्त एक कपड्याचा तुकडा परिधान करून तुमचे वजन तपासले पाहिजे.

वजन तपासण्यासाठी योग्य वेळ आणि पद्धत-

वजन करण्याची योग्य वेळ म्हणजे सकाळ. जर तुम्हालाही योग्य वाचन मिळवायचं असेल, तर तुम्ही सकाळी पोटाचे वजन तपासले पाहिजे. आरोग्य तज्ज्ञांच्या मते, सकाळी फ्रेश झाल्यानंतर वजन तपासले पाहिजे. तुमचे वजन तपासण्याचा योग्य मार्ग म्हणजे आठवड्यातून एकदा सकाळी रिकाम्या पोटी तुमचे वजन तपासणे. यावेळी, लक्षात ठेवा की तुम्ही फक्त एक कपड्याचा तुकडा परिधान करून तुमचे वजन तपासले पाहिजे.

**ग्रामपंचायत निवडणुकीसाठी मतदार यादीचा कार्यक्रम जाहीर**

लातूर : राज्य निवडणूक आयोगाच्या ६ जुलै २०२३ रोजीच्या आदेशानुसार जानेवारी ते डिसेंबर २०२३ या कालावधीत मुदत संपणाऱ्या ग्रामपंचायतींच्या सार्वत्रिक निवडणुका आणि निधन, राजीनामा, अनहंता किंवा इतर कारणामुळे ३० जून २०२३ अखेर रिक्त झालेल्या सदस्य, थेट सरपंच पदांच्या पोस्टनिवडणुकीसाठी संपणकीकृत पद्धतीने मतदार यादीचा कार्यक्रम राबविण्यात येणार असल्याची माहिती सामान्य प्रशासनचे उपजिल्हाधिकारी गणेश महाडिक यांनी दिली आहे. यासाठी १ जुलै २०२३ रोजीची मतदार यादी ग्राह्य धरण्यात येणार असून प्रभाग निहाय प्रारूप मतदार यादी ३१ जुलै २०२३ रोजी प्रसिद्ध होईल. दिनांक ३१ जुलै २०२३ ते ७ ऑगस्ट २०२३ या कालावधीत हक्की व सूचना दाखल करता येतील. त्यानंतर ११ ऑगस्ट २०२३ रोजी प्रभाग निहाय अंतिम मतदार यादी प्रसिद्ध करण्यात येणार असल्याचे श्री. महाडिक यांनी प्रसिद्धीस दिलेल्या पत्रकात म्हटले आहे.



**मागासवर्गीय मुला-मुलींच्या वसतिगृहाची प्रवेश प्रक्रिया सुरु**

लातूर : जिल्हातील देवणी येथील मागासवर्गीय मुलांचे शासकीय वसतिगृह, उदगीर येथील डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर मागासवर्गीय मुलांचे शासकीय वसतिगृह आणि उदगीर येथील मागासवर्गीय व आर्थिकदृष्ट्या मागासवर्गीय मुलींचे शासकीय वसतिगृह येथील सन २०२३-२४ साठीची प्रवेश प्रक्रिया सुरु झाली आहे. यासाठी पालक व विद्यार्थ्यांनी <http://www.hostel.mahasamajkalyan.in> या संकेतस्थळावर अर्ज सादर करावेत, असे आवाहन करण्यात आले आहे.

मागासवर्गीय मुलांच्या, वसेच मुलींच्या वसतिगृहात प्रवेश घेणाऱ्या विद्यार्थी-विद्यार्थिनींना राहण्याची व भोजनाची सुविधा, स्टेशनरी, सहल खर्च, गणवेश विनामुल्य व मासिक निर्वाह भत्ता दिला जाईल. अनुसूचित जाती, अनुसूचित जमाती, विमुक्त जाती भटक्या जमाती, विशेष मागास वर्ग, आर्थिकदृष्ट्या मागास, दिव्यांग आणि अनाथ विद्यार्थ्यांना गुणवत्तेनुसार वसतिगृहात प्रवेश देण्यात येणार असल्याचे संबंधित गृहपाल यांनी कळविले आहे.

**LATUR BHUKAMP**

**बुधवार १३ सप्टेंबर २०२३**

**४**

## मनपाच्या प्रा. ना. आ. केंद्र यांचे कामकाजानुसार मुल्यमापन व रँकींग पद्धत

लातूर : राष्ट्रीय कार्यक्रमांतर्गत राष्ट्रीय माता-बाल संगोपन कार्यक्रम, राष्ट्रीय लसीकरण कार्यक्रम, राष्ट्रीय कुटूंब-कल्याण कार्यक्रम इ. विविध राष्ट्रीय कार्यक्रमांतर्गत केलेल्या कामकाजानुसार प्रत्येक निर्देशांकास निश्चित मार्क देवून जिल्हे व मनपा यांना गुण देवून त्यांना क्रमवार पद्धतीनुसार ठरपत्रक देण्याची पद्धत राज्यपातळीवरून चालू करण्यात आली आहे.

तरी लातूर मनपाद्वारे विशेष उपक्रम अंतर्गत मनपास्तरावर देखील प्राथमिक नागरी आरोग्य केंद्राच्या कामकाजाचे मुल्यमापन करून व त्यानुसार त्यांना गुण देवून क्रमवार ठरपत्रक देण्याची पद्धत चालू करण्यात

येत आहे. या गुणांकन पद्धतीमध्ये गुण प्राप्त होण्यासाठी प्रत्येक निर्देशांकाच्या उद्दिष्टाच्या तुलनेत किमान ८०% गुण मिळवणे आवश्यक आहे. ८०% पेक्षा कमी उद्दीष्टपूर्ती

### लातूर मनपाचा विशेष उपक्रम

झालेली असल्यास ० गुण दिले जातील व ८०% अधिक उद्दीष्टपूर्तीला झाल्यास त्या प्रमाणानुसार गुण दिले जाणार आहेत.

सदरील गुणांकन पद्धतीमुळे सर्व प्रा.ना.आ.केंद्र यांचेद्वारा उद्दीष्टास अनुसरून कामकाज होणार आहे व अधिकाधिक गुण मिळविण्यासाठी प्रयत्न करून राष्ट्रीय

कार्यक्रमांची निर्देशांकनिहाय प्रभावी अंमलबजावणी होणार आहे. जास्तीत जास्त गुण मिळवण्यासाठी व मासिक ठरपत्रकपस मध्ये प्रथम क्रमांक प्राप्त होण्यासाठी प्रयत्न करावेत याप्रमाणे सर्व वैद्यकीय अधिकारी व आरोग्य कर्मचारी यांना सूचना देण्यात आल्या आहेत. मनपाच्या या विशेष उपक्रमामुळे अर्थातच प्राथमिक नागरी आरोग्य केंद्र स्तरावरील राष्ट्रीय कार्यक्रम अंमलबजावणीमध्ये व याद्वारे गरीब माता व बालकांना दिल्या जाणाऱ्या आरोग्य सेवेमध्ये शासनाच्या निकषानुसार गुणात्मक सुधारणा होण्यामध्ये वाढ होणार आहे व अंतिमतः याचा फायदा शहरातील नागरिकांना होणार आहे.

## अनधिकृत पोस्टर्स, बॅनर्स लावणाऱ्यांविरुद्ध गुन्हे दाखल करा

**मनपा आयुक्तांचे क्षेत्रीय अधिकाऱ्यांना आदेश**

लातूर : शहरात अनधिकृतपणे पोस्टर्स व बॅनर्स लावणाऱ्यांविरुद्ध दंडात्मक कारवाई करून गुन्हे दाखल करण्याचे आदेश मनपा आयुक्त बाबासाहेब मनोहरे यांनी क्षेत्रीय अधिकाऱ्यांना दिले.

शहरात लावण्यात येणाऱ्या अनधिकृत पोस्टर्स, बॅनर्स व विविध कार्यक्रमांसाठी उभारण्यात येणाऱ्या कमानां यासंदर्भात मंगळवारी (दि.१८) आयुक्त मनोहरे यांनी बैठक बोलावली होती. या बैठकीत त्यांनी हे आदेश दिले. शहरातील पोस्टर्स व बॅनर्स संदर्भात उच्च न्यायालयात याचिका दाखल करण्यात आली होती. झखट छज १५५/२०११ या क्रमांकाच्या याचिकेवर सुनावणी घेताना उच्च न्यायालयाने अशा पद्धतीने कमानां व पोस्टर्स लावणाऱ्यांविरुद्ध महाराष्ट्र मालमत्ता वीरूपन प्रतिबंधक कायदा १९९५ व महाराष्ट्र महानगरपालिका अधिनियम १९४९ अंतर्गत तरतुदीनुसार गुन्हे दाखल करण्याचे आदेश दिलेले आहेत. याच आदेशानुसार उपायुक्त (मालमत्ता) यांची नोडल ऑफिसर तर क्षेत्रीय अधिकाऱ्यांची क्षेत्रीय प्राधिकृत अधिकारी म्हणून नियुक्ती करण्यात आली आहे. अनधिकृत पोस्टर व बॅनर लावणाऱ्यांविरुद्ध कारवाई करणाऱ्या अधिकाऱ्यांना प्राप्त आहेत. शहरात अशा पद्धतीने पोस्टर्स व बॅनर लावल्याचे आढळून आले तर क्षेत्रीय अधिकाऱ्यांनी तात्काळ कारवाई करावी. संबंधितांना दंड करावा. अनधिकृत फलक व बॅनर हटवले जात नसतील तर त्यांच्यावर गुन्हे दाखल करावेत, असे आदेश आयुक्त बाबासाहेब मनोहरे यांनी या बैठकीत दिले.

शहरातील नागरिकांनी

## दुसऱ्यांचे वस्त्रहरण करणाऱ्यांचेच वस्त्रहरण - पटोले

मुंबई : भाजपाने मागील ९ वर्षात महाराष्ट्राला कलंक लावण्याचे पाप केले आहे. भाजपाचे माजी खासदार किरीट सोमय्या यांच्याबद्दलचा जो आक्षेपार्ह व्हिडिओ एका खाजगी वृत्तवाहिनीने दाखवलेला आहे, तो बघितल्यानंतरच या विषयावर जास्त बोलणे योग्य होईल. परंतु दुसऱ्यांचे वस्त्रहरण करणाऱ्यांचेच आज वस्त्रहरण झाले आहे, असे महाराष्ट्र प्रदेश काँग्रेस कमिटीचे अध्यक्ष नाना पटोले यांनी सांगितले.

किरीट सोमय्या यांच्या संदर्भात प्रतिक्रिया देताना काँग्रेस प्रदेशाध्यक्ष नाना पटोले पुढे म्हणाले की, २०१४ पासून राज्यात सीबीआय, ईडी. आयकर विभाग

यासारख्या केंद्रीय तपास यंत्रणांची भिती दाखवून ब्लॅकमेल करण्याचे वातावरण सुरु आहे. भाजपाने, कुठे नेऊन ठेवला आहे महाराष्ट्र माझा? असा परिस्थिती झाली आहे. जी व्यक्ती दुसऱ्यांचे वस्त्रहरण करत होती त्याच व्यक्तीचे आता वस्त्रहरण झालेले आहे. या मुद्दा काँग्रेस पक्षासाठी महत्त्वाचा नाही तर काँग्रेससाठी जनेतेचे प्रश्न महत्त्वाचे आहेत. महागाई, शेतकरी, महिला, कायदा सुव्यवस्था, तरणांचे प्रश्न आहेत. महागाई गगनाला भिडली आहे, शेतकऱ्यांच्या आत्महत्या वाढल्या आहेत, सरकार विधानसभेत घोषणा करत पण मदत मात्र शेतकऱ्यांपर्यंत पोहचत नाही, हे प्रश्न मार्गी लावण्याचे काम काँग्रेस पक्षासाठी महत्त्वाचे आहे.

बेरोजगारीचा प्रश्न मोठा गंभीर आहे, सरकारी नोक्यर भरती करण्यात राज्य सरकार टाळाटाळ करत आहे. राज्यात ५० ते ६० हजार शिक्षकांची पदे रिक्त आहेत परंतु ती भरली जात नाहीत आणि निवृत्त शिक्षकांना मानधनावर घेण्याचा अफलातून शासन आदेश जारी केलेला आहे. हा शासन आदेश शिक्षक होऊ पाहणाऱ्या तरुण-तरुणींचा घोर अपमान करणारा आहे. या शासन आदेशाविरुधात पुण्यात बेरोजगार तरुण आंदोलनही करत आहेत. सरकारने या प्रश्नात सह्य घालून तरुणांना न्याय दिला पाहिजे असेही पटोले म्हणाले.

## छतावरील सौर ऊर्जा निर्मितीत महावितरणकडून ७५ टक्के उद्दीष्ट पूर्ण

मुंबई : उपमुख्यमंत्री तथा ऊर्जामंत्री मा. देवेंद्र फडणवीस यांनी सौर ऊर्जेचा वापर करून शेतकऱ्यांना दिवसा वीजपुरवठा करण्यासाठी मुख्यमंत्री सौर कृषी वाहिनी योजना २.० ला चालना दिली असून घरगुती ग्राहकांनाही सौर ऊर्जा निर्मितीला लाभ मिळावा, यासाठी मदत करण्याची सूचना महावितरणला केली आहे. राज्यातील वीज ग्राहकांकडून छतावर सौर ऊर्जा निर्मिती करून वीजनिर्मितीत बचत करण्याच्या 'रूफ टॉप सोलर', योजनेत महावितरणने यंदा ७५ मेगावॉट क्षमता गाठली असून एका वर्षात १०० मेगावॉटचे उद्दीष्ट मुदतीपूर्वीच गाठले जाईल, असा विश्वास महावितरणचे अध्यक्ष व

व्यवस्थापकीय संचालक लोकेश चंद्र यांनी व्यक्त केला.

उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी त्यांच्या मुख्यमंत्रीपदाच्या कार्यकाळात मुख्यमंत्री सौर कृषी वाहिनी योजना सुरु केली होती. सौर ऊर्जेचा वापर करून वीजनिर्मिती करायची व त्याद्वारे शेतकऱ्यांच्या कृषिपंपांना दिवसा वीजपुरवठा करायचा अशी ही योजना आहे. मुख्यमंत्री सौर कृषी वाहिनी योजना २.० या अधिक व्यापक व महत्त्वाकांक्षी योजनेची अंमलबजावणी सुरु करण्यात आली आहे. केंद्र सरकारने इतर राज्यांना या योजनेप्रमाणे शेतकऱ्यांसाठी योजना राबविण्याची सूचना केली आहे. शेतकऱ्यांप्रमाणे घरगुती

ग्राहकांनाही सौर ऊर्जा निर्मितीला लाभ व्हावा यासाठी महावितरण प्रयत्न करत आहे.

केंद्र सरकारच्या नवीन व नवीकरणीय ऊर्जा मंत्रालयाने महावितरणला 'रूफ टॉप सोलर'साठी १८ जानेवारी २०२४ पर्यंत एक वर्षात १०० मेगावॉट वीजनिर्मितीचे उद्दीष्ट दिले आहे. त्यापैकी ७५.५५ मेगावॉटची सौर ऊर्जा निर्मिती क्षमता शुक्रवार दि. १४ जुलै रोजी गाठली गेली. यामुळे 'रूफ टॉप सोलर' बसविणाऱ्या ग्राहकांना ७३ कोटी रुपयांचे अनुदान मिळाले आहे. महावितरणने साडेसहा महिन्यात ७५ मेगावॉटचा टप्पा गाठला आहे. तसेच छतावरील सौर ऊर्जा निर्मितीला वाढती पसंती मिळत आहे, हे

ध्यानात घेता केंद्र सरकारने दिलेले १०० मेगावॉटचे उद्दीष्ट मुदतीच्या आधीच गाठले जाईल.

वीज ग्राहकांनी रूफ टॉप सोलर यंत्रणा बसविल्यास सौर ऊर्जेद्वारे वीज निर्माण होऊन ग्राहकाचे वीजबिल कमी होते. कधी कधी शून्य वीजबिलही येते. ग्राहकांच्या वीजवापरपेक्षा अधिक वीज निर्माण झाली तर ती महावितरणला विकली जाते व त्याचे पैसे ग्राहकांच्या वीजबिलात कपातीच्या स्वरूपात मिळतात. सर्वसाधारणपणे घरगुती ग्राहक तीन किलोवॉट क्षमतेचे रूफ टॉप सोलर प्रकल्प बसवितात व त्यांना केंद्र सरकारकडून ४३ हजार रुपये सबसिडी मिळते. चार किलोवॉटला ५१ हजार रुपये तर दहा किलोवॉटला ९४ हजार रुपये अनुदान मिळते. गृहनिर्माण संस्थांनी रूफ टॉप सोलर बसविल्यास त्यांनाही अनुदान मिळते व त्यांचा लिफ्ट, पाण्याचा पंप इत्यादीसाठीचा विजेचा खर्च कमी होतो. रूफ टॉप सोलर बसविण्याबाबत महावितरणने आपल्या वेबसाईटवर सर्व माहिती ग्राहकांना उपलब्ध केली आहे. महावितरण ग्राहकांना सर्व प्रकारची मदत करते. आतापर्यंत राज्यात महावितरणच्या ९३,३२९ ग्राहकांनी रूफ टॉप सोलर प्रकल्प बसविले असून त्यांची एकत्रित क्षमता १५८१ मेगावॉट झाली आहे. यामध्ये सबसिडी मिळालेले घरगुती ग्राहक व अन्य ग्राहकांचा समावेश आहे.

## विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक गुणवत्तेसाठी शिक्षक आणि पालकाची भूमिका महत्त्वाची

**- प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गवई**

लातूर : आजचे युग स्पॅचेचे नसून प्रेझेंटेशनचे आहे. विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक गुणवत्तेसाठी शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी आणि पालकाची भूमिका अत्यंत महत्त्वाची असल्याचे प्रतिपादन महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गवई यांनी केले.

महात्मा बसवेश्वर कनिष्ठ महाविद्यालय (कला आणि वाणिज्य शाखा), लातूर द्वारा नवनियुक्त प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गवई यांचा शिक्षक-शिक्षकेतर कर्मचारी यांच्यावतीने सत्कार आणि शैक्षणिक वर्ष २०२३-२४

शाखा महाविद्यालयाचे भूषण आहे. पूर्वीपासूनच या शाखामध्ये शिक्षणाच्या विद्यार्थ्यांनी गुणवत्ता व यशाची परंपरा आपल्या सर्वांच्या सहकार्याने सातत्याने सुरु ठेवली आहे असेही ते म्हणाले.

यावेळी बोलताना कार्यालय प्रमुख नामदेव बेंदगे म्हणाले की, कला आणि वाणिज्य विभागाच्या विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक विकासासाठी कार्यालय आणि ग्रंथालयांनी कर्मचाऱ्यांची भूमिका अत्यंत महत्त्वाची असते. आपल्या महाविद्यालयामध्ये समाजातील गरीब, गरजू आणि दुर्बल घटकातील विद्यार्थ्यांची संख्या अधिक आहे त्यामुळे शिक्षक व शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांनी विद्यार्थी व

पालकांशी सातत्याने संवाद साधला पाहिजे असे ते म्हणाले.

या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक करताना पर्यवेक्षक प्रा. शिवशरण हावळे म्हणाले की, महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालयातील कला आणि वाणिज्य शाखेच्या विकासासाठी शिक्षक-शिक्षकेतर कर्मचारी, प्रशासन आणि पालकांचे सहकार्य अत्यंत आवश्यक असल्याचे त्यांनी सांगितले.

यावेळी प्रा. गौरी स्वामी आणि सेवक राजाभाऊ बोडके यांचाही सत्कार करण्यात आला. या कार्यक्रमांमध्ये प्रा. बि. एम. बिचकाटे आणि डॉ. अश्र्विनी रोडे यांनी आपली मनोगते व्यक्त केली. या कार्यक्रमाचा अध्यक्षीय समारोप

## श्रीकिशन सोमानी विद्यालयाचे शिष्यवृत्ती परीक्षेत नेत्रदीपक यश

लातूर : पूर्व माध्यमिक व माध्यमिक शिष्यवृत्ती परीक्षेत लातूरच्या अभिनव मानव विकास संस्थाद्वारा संचालित श्रीकिशन सोमानी विद्यालयाच्या विद्यार्थ्यांनी नेत्रदीपक यश संपादन केले असून विद्यालयाचे एकूण १६ विद्यार्थी शिष्यवृत्तीस पात्र ठरले आहेत.

पूर्व माध्यमिक शिष्यवृत्ती अंतिम परीक्षेमध्ये पाचवीच्या एकूण सात विद्यार्थ्यांनी यश मिळविले आहे. यशस्वी विद्यार्थी व त्यांना मिळालेले गुण पुढीलप्रमाणे आहेत - शौर्य सारुळे (२३४), संकेत शैरीकर (२३०), कु. आदिती कटके (२१०), विराज चव्हाण (२०८), कु. समृद्धी सुरेश (

२०६), कु. सृष्टी आघाव (१९६), कु. तन्वी वरुद (१९४). माध्यमिक शिष्यवृत्ती अंतिम परीक्षेत आठवीच्या नऊ विद्यार्थ्यांनी यश मिळविले आहे. यामध्ये कु. संस्कृती मेहरे (२३६), कु. गायत्री शैरीकर (२२८), कु. स्नेहा थोरत (२२६), कु. सिद्धीका चिटबोते (२१८), कु. श्रेया झांबरे (२१६), ओम सुत्रावे (२१६), कु. सृष्टी शिंदे (२१०), शैलेश भिसे (२०४), फरहान शेख (१९८) यांचा समावेश आहे. मागील अनेक वर्षांपासून शिष्यवृत्ती परीक्षेत श्रीकिशन सोमानी विद्यालयाच्या यशाचा आलेख कायम चढत्या क्रमाने राहिला आहे. यावर्षीही ही परंपरा कायम ठेवण्यात विद्यालयाने यश मिळवले आहे. यशस्वी विद्यार्थ्यांना काळे मधुकर, पोतदार भाग्यश्री, बिडवे दीपा, मोरे अर्चना, चाळके स्वाती, इंचुरे वनमाला, भोसले रुपेश, कुलकर्णी योगेश या शिक्षकांचे मार्गदर्शन लाभले.

सर्व यशस्वी विद्यार्थ्यांचे संस्थेचे अध्यक्ष डॉ. चेतन सारडा, सचिव कमलकिशोर अग्रवाल, कोषाध्यक्ष जयेश बजाज, अनुल देऊळगावकर, शालेय समिती अध्यक्ष अनुल देऊळगावकर, मुख्याध्यापक रमाकांत स्वामी, पर्यवेक्षक गिरीश कुलकर्णी, राहुल पांचाळ, सुनिता जाधव यासह सर्व शिक्षक - शिक्षिका, शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांनी अभिनंदन केले आहे.

**छोटो झेरॉक्स मशीन व प्रिंटर विक्री**  
कलर प्रिंटर/झेरॉक्स  
B/W प्रिंटर/झेरॉक्स  
जम्बो झेरॉक्स/प्रिंटर  
डिझाईनिंग/पासपोर्ट फोटो  
रिफिलिंग/टोनर/फोटो पेपर  
लॅमिनेशन मशीन व मटेरिअल

झेरॉक्स मशीनचे अधिकृत विक्रेते :  
**बोरा झेरॉक्स**  
व्यापारी अण्णामाळा, महात्मा गांधी चौक, लातूर.  
**9673344777**

**श्री.तिरुपती**  
ट्रेडिंग कंपनी

**शिवाजी चौक, निलंगा, जि. लातूर**

जैन टिबबट सिंघव  
जैन सिंगलर  
जैन पी.व्ही.सी.पार्सपे  
-: अधिकृत विक्रेते:-  
प्रो. गुणवंत गायकवाड हस्तगार

फोन:-ड. २४२४६३,  
मो.९४०४६८२९९९

## ‘एक दिवस बळीराजासाठी’ व बाकीचे दिवस आमदार फोडण्यासाठी : बाळासाहेब थोरात

मुंबई : पावसाळी अधिवेशन सुरु असून सत्ताधारी पक्षाचे मंत्रीच सभागृहात उपस्थित नसतात हे चित्र दिसत आहे. सभागृहाच्या कामकाजाच्या सुरवातीचा तास प्रश्नोत्तराचा राहिल हे सर्वानुमते ठरविले होते. सभागृहाचे सदस्य अत्यंत महत्त्वाच्या आणि गंभीर प्रश्नांना वाचा फोडत असतात पण मंत्री मात्र या प्रश्नांना गांभीर्याने घेत नाहीत असे दिसते. मंत्री सभागृहात येताना कोणतीही तयारी करून येत नाहीत, माहिती घेऊन येत नाहीत. कोणताही मंत्री समाधानकारक उत्तर देत नाही. प्रत्येक प्रश्नाच्या उत्तरासाठी बराबरा उपमुख्यमंत्र्यांना उभे राहावे लागते हे सभागृहाला शोभत नाही. विधानसभेला अध्यक्षानी मंत्र्यांना सक्त ताकीद द्यावी आणि विनातयारी सभागृहात येऊ नये अशा सूचना कराव्यात, असे काँग्रेस विधिमंडळ पक्षनेते बाळासाहेब थोरात यांनी ठणकावले.

विधानसभेतील सर्वात ज्येष्ठ

सदस्य आणि काँग्रेस विधिमंडळ पक्षाचे नेते बाळासाहेब थोरात आज सभागृहात आक्रमक झाले होते. मंत्री गांभीर्यपूर्वक प्रश्नांचा अभ्यास करत नाहीत असा संताप थोरात यांनी व्यक्त केला. सत्तारूढ पक्षाचा २९३ अन्वये शोरीसंदर्भातील प्रस्ताव आहे. राज्यात शेतकऱ्यांची संख्या जास्त आहे, शोरीसंदर्भात आधारीत अर्थव्यवस्था आहे, शोरी चांगली झाली तर अर्थव्यवस्थाही व्यवस्थित चालेल. पण एवढा महत्त्वाचा विषय असताना मंत्री सभागृहात दिसत नाहीत. जलसंपदा मंत्री, जलसंधारण मंत्री, ऊर्जा मंत्री, दुग्धविकास मंत्री असे दहा विषय या प्रस्तावात आहेत, त्यातील काही मंत्री सभागृहात आहेत तर बाकीचे बाहेर, मंत्री सभागृहाला गांभीर्याने घेत नाहीत हे बरोबर नाही.

युतीच्या सरकारमध्ये कृषी विभागाकडे गांभीर्याने पाहिले जात नाही. २०१४ ते १९ या पाच वर्षात चार कृषी मंत्री झाले आणि

आता एका वर्षात दुसरा कृषी मंत्री आहे. शेतीसाठी खरिप हंगाम अत्यंत महत्त्वाचा असतो, खरिपातच रब्बीचे नियोजन होत असते. स्व. यशवंतराव चव्हाण मुख्यमंत्री असताना ते स्वतः शेती विषयात लक्ष घालत, विभागवार शेतीसंदर्भात बैठका घेत व या बैठकीत सर्व मंत्री, कलगुरु, अधिकारी वर्ग, आमदार, खासदार यांच्याशी चर्चा केली जायची. शेतीच्या क्षेत्रात, ग्रामीण भागात कोणते प्रश्न महत्त्वाचे आहेत हे समजायचे व विषयाचा प्राधान्यक्रम ठरवला जात असे. ग्रामीण भागातील प्रश्नांना महत्व देऊन त्याला गती मिळत असे. एक दिवस खरिपाच्या विषयावर सर्वकष चर्चा होत असे, ही परंपरा आम्ही चालू ठेवली. केंद्रात शरद पवार कृषी मंत्री होते व राज्यात मी कृषी मंत्री होतो. कृषीमंत्री एक आव्हान आहे व ते आव्हान पेलले पाहिजे.

सरकारच्या प्रस्तावात २५-३० योजनांची नाव आहेत,

योजनांना सर्वात सुंदर नाव दिलेली आहेत पण अंमलबजावणी काहीच होत नाही. यात एका योजनेचे नाव आहे 'एक दिवस बळीराजासाठी', पण वास्तविक पाहता एक दिवस बळीराजासाठी व बाकीचे दिवस आमदार फोडण्यासाठी, असा टोला बाळासाहेब थोरात यांनी लगावला. शिंदे सरकारने काढाला ३५० रुपये अनुदान जाहीर केले होते पण जाचक अटीमुळे ही मदत मिळालेली नाही. अवकाळी, गारपीटीची मदतही मिळालेली नाही, मागेल त्याला शेततळे ही एक योजना आहे पण प्रत्यक्षात तसे आहे का तर नाही, त्यासाठी सरकार लॉटरी काढते.. शेतकऱ्याला चांगले बियाणे मिळत नाहीत, बियाणांचा काळाबाजार चालला आहे, वेगस बियाणे विकले जात आहे. सरकारने शेती विषय गांभीर्याने घ्यावा व शेतकऱ्यांच्या पाठीशी उभे रहावे, असे आवाहन थोरात यांनी केले.

**माळवदकर एजन्सीज**  
सावेवाडी, लातूर  
मो. 9422656522

सर्व प्रकारच्या फर्निचरचे उत्पादक व विक्रेते