

महावृत्त

Bharat Chandak

SATYA ELECTRICALS

POLYPORE, RECORDED, legrand, MAYELLS, SAT WIRELESS, INDOSMAA

Finolux, OKOLORS, U.S.H.A, PHILIPS, GreatWhite, SIEMENS

Tapadia Market, Chain Sukh Road, Latur-413512

Ph : (O) 243678, 244458, 250776, (R) 242018

Email: satyaelectricals@rediffmail.com

संपादक : अशोक हनवते.मो.९४२९०९४९९९,७२६४०७९९९०

लातूर वर्ष ३ रे अंक १०८ वा रविवार दि.१० सप्टेंबर २०२३ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रु.

लातूर पॅटर्न शिक्षकांमुळेच प्रसिद्ध, अजित पवारांनी घेतला शिक्षकांचा वलास

पुणे : उपमुख्यमंत्री अजित पवार हे आपल्या खास शैलीतील सल्ल्यासाठी आणि वक्तव्यासाठी प्रसिद्ध आहे. त्यातच त्यांनी आज पुण्यातील शिक्षकांचे त्यांच्या खास शैलीत कान टोचले आहे. शिष्यवृत्तीच्या परीक्षेत बारामतीच्या विद्यार्थ्यांचा निकाल शून्य टक्के लागल्यामुळे त्यांनी शिक्षकांचे कान टोचले आहेत. ते म्हणाले की आम्ही इथं मरमर काम करतो. आता काय कपाळ फोडून घेऊ का? एवढं सगळं करूनही बारामतीचा निकाल शून्यच आहे. लातूर पॅटर्न शिक्षकांमुळे प्रसिद्ध असल्याचंही ते म्हणाले. आज अल्पबचत भवन येथे आयोजित जिल्हा शिक्षक पुरस्कार आणि अध्यक्ष चषक पुरस्कार वितरण कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला होता, त्यावेळी ते बोलत होते. अजित पवार पुढे म्हणाले की, आपल्या मुलांना कुठे शिकवायचं हा प्रत्येक पालकाचा अधिकार आहे. त्यामुळे त्यात जाण्यात काही अर्थ नाही. आज गुणवत्ता सुधारण्याच्या दृष्टिकोनातून



अनेक गोष्टी घडत आहेत. पहिलीपासून इंग्रजी सुरु झालं. या

अगोदर पाचवीपासून होतं. कालानुरूप बदल केला जातो. बदल करण्याची प्रक्रिया सुरु असते. शिष्यवृत्ती मध्ये अनेक शाळांचा चांगला निकाल लागला आहे, तर काही शून्य लागला आहे. शिक्षण देण्यासाठी हवं ते दिलं जाईल. मात्र शिक्षण नीट द्या, अशा शब्दांत त्यांनी शिक्षकांना सल्ला दिला आहे. लातूर पॅटर्न शिक्षकांमुळे प्रसिद्ध असल्याचंही ते म्हणाले. तरी बारामतीचा निकाल शून्यच! पाचवीचा शिष्यवृत्तीचा निकाल लागला आहे. या परीक्षेत ६४० विद्यार्थी उत्तीर्ण झाले आहेत. त्यात शिरूरची मुले जास्त आहेत. त्यानंतर खेडची मुलं आहेत आणि त्यानंतर सातत्या क्रमांकावर बारामती आहे. पुरंदर तालुक्यातील एका मुलाने अब्रू राखली आहे. शिरूरच्या पोरांनी बाजी मारली आहे. मात्र बारामती, भोर आणि हवेलीचा निकाल

शून्य टक्के आहे. आता काय कपाळ फोडून घेऊ का? आम्ही सकाळी सहा वाजल्यापासून मरमर काम करतो आणि बारामतीचा निकाल शून्य, असं म्हणत ते आज शिक्षकांवरच भडकल्याचं पाहायला मिळालं. ते म्हणाले की, मी मनात काही ठेवून बोलत नाही. नवीन पिढीला ज्ञान दिलं पाहिजे म्हणून सांगत होतो मळलेल्या वाटेवर जाण्याऐवजी नवीन वाटा चोरवाळा, असं विद्यार्थ्यांना म्हणालो. याचा अर्थ तुम्ही नीट शिकावं आम्ही सगळी मदत करू, असंही त्यांनी विद्यार्थ्यांना सांगितलं. शिक्षकांच्या समस्या सोडविण्यासाठी शासन नेहमीच प्रयत्नशील असते. शिक्षकांनी चांगली कामगिरी करत विद्यार्थ्यांना घडविण्याचे कार्य करावे. गरीब कुटुंबापर्यंत चांगले आणि दर्जेदार शिक्षण पोहोचविण्याची जबाबदारी शिक्षकांची असून शिक्षकांनी त्यासाठी विशेष प्रयत्न करावे, असंही त्यांनी यावेळी बोलताना सांगितलं.

नव्या जीआरचा प्रस्तावही फेटाळला

जालना : प्रतिनिधी मुंबईतील बैठकीत शासनाकडून आलेला मराठा आरक्षणासंबंधीचा नव्या जीआरचा प्रस्ताव मनाज जरांगे यांनी फेटाळला. मुंबईत सरकार आणि उपोषणकर्ते मनाज जरांगे यांच्या शिष्टमंडळाची शुक्रवारी रात्री बैठक झाली. त्यामुळे जरांगे आज काय भूमिका घेणार, याकडे संपूर्ण राज्याचे लक्ष लागले होते. दरम्यान, शासनाच्या जीआरमध्ये कोणतीही दुरुस्ती झाली नसल्याने माझे उपोषण सुरुच राहणार असल्याची भूमिका जरांगे यांनी स्पष्ट केली. त्यामुळे पुन्हा एकदा सरकारचा प्रयत्न अपयशी ठरला. लाठीचार्ज करणा-या अधिका-यांवर अजूनही कठोर कारवाई करण्यात आलेली नाही. फक्त सक्तीच्या रजेवर पाठवण्यात आले आहे. आमच्यावर गोळ्या झाडणारे अधिकारी शिष्टमंडळात फिरत आहेत. आमच्यावर दाखल करण्यात आलेले गुन्हे तात्काळ मागे घेण्यात यावेत, अशी मागणी जरांगे यांनी केली. सरकारने जीआर काढल्यावर त्यात निजामकालीन कुणबी नोंद असलेल्यांना तात्काळ कुणबी प्रमाणपत्र देण्याचा उल्लेख करण्यात आला होता. मात्र, मनाज जरांगे यांनी हा जीआर अमान्य करत यातील वंशावळ शब्द काढून सरसकट मराठा समाजाला कुणबी प्रमाणपत्र देण्याची मागणी केली होती.

पाकिटात मनाज जरांगे यांना पाठवला होता. तसेच उपोषण मागे घेण्याची विनंती केली होती. मात्र जरांगे यांनी हा मसुदादेखील धुडकावून लावला. सरसकट मराठा समाजाला कुणबी प्रमाणपत्र देण्याचा उल्लेख असलेला जीआर काढण्याची मागणी केली. तसेच



जोपर्यंत असा जीआर निघणार नाही, तोपर्यंत उपोषण सुरुच राहणार असल्याचे जरांगे यांनी स्पष्ट केले. आजपासून पाणी, सलाईनही बंद मराठा आरक्षणासंबंधी राज्य सरकारला दिलेली वेळ संपली असून उद्यापासून (रविवारी) सलाईन काढले जाईल आणि पाणीही बंद केले जाईल, असा इशारा मनाज जरांगे यांनी दिला. चार दिवसांपूर्वी आपण सरकारला चार दिवसांची वेळ दिली होती. त्यानंतर

पाणी आणि उपचार घेण्यास त्याग करणार असल्याचा इशारा दिला होता. आता त्यावर तोडगा निघाला नसल्याने त्यांनी यासंबंधीची घोषणा केली. मुख्यमंत्र्यांनी पाठवला जीआर मराठा आरक्षणावर तोडगा काढण्यासाठी शुक्रवारी रात्री मुंबईत मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे आणि जरांगे यांचे शिष्टमंडळ यांच्यात चर्चा झाली. शिष्टमंडळाचे म्हणणे ऐकून सरकारने काही बदल करण्यास सहमती दर्शवली. तसेच मुख्यमंत्र्यांनी बंद पाकिटात जीआरही पाठवला. या बंद पाकिट घेऊन शिंदे गटाचे नेते अर्जुन खोतकर अंतरवालीत दाखल झाले. त्यांनी जरांगे यांच्याकडे जीआर दिला. त्यानंतर त्यांनी भूमिका स्पष्ट केली. लाठीहल्ल्याविरोधात खंडपीठात याचिका अंतरवाली सराटी येथे १ सप्टेंबर २०२३ रोजी आंदोलकांवर पोलिसांनी जो अमानुष लाठीचार्ज केला, त्याविरोधात मुंबई उच्च न्यायालयाच्या औरंगाबाद खंडपीठात फौजदारी जनहित याचिका दाखल केली. एंड. देविदास आर. शेळके यांनी 'पार्टी इन पर्सन' ही फौजदारी जनहित याचिका दाखल केली. अंतरवाली सराटी येथे शांततेने आंदोलन करणा-या आंदोलकांना जवळपास १५०० पोलिस आणि एसआरपीएफ जवानांनी निर्दयी पद्धतीने मारहाण केली, असे याचिकेत म्हटले.

ग्लोबल विनर्स यांचेमार्फत सामाजिक उपक्रमांतगत सहाय्य



मुंबई : गुरुवारी शशिकांत खामकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली (विनर्स आध्यात्मिक व्यवसाय प्रशिक्षक) तसेच सुप्रिम साकार मिशन व ग्लोबल विनर्स यांच्या संयुक्त विद्यमाने टिटवाळा येथील पारस बालभवन या आश्रम शाळेत भेट देण्यात आली होती. सदर आश्रमशाळेच्या आवश्यकता व मागणीनुसार त्यांचेकडील अन्नसाठ्याकरिता डिप फ्रिजर उपलब्ध करून देण्यात आला. या कार्यक्रमास सुप्रसिद्ध अभिनेते रणजीत जोग यांची उपस्थिती होती. कार्यक्रमाच्या सुरुवातीस मान्यवरांच्या हस्ते दिप प्रज्वलन करून भारतातेच्या प्रतिमेचे पुजन करण्यात आले. त्यानंतर भारतातेच्या आरतीचे महत्त्व विशद करून सामूहिक आरती घेण्यात आली. तदनंतर सुप्रिम साकार मिशनचे संस्थापक श्री. घनश्याम शर्मा यांनी विनर्स एज्युकेशन ट्रस्टचे संस्थापक गुरुवर्य श्री. शशिकांत खामकर यांच्या कार्याबाबत

शाहू महाविद्यालयातील कु. ऋतुजा एडके या विद्यार्थिनीला सिद्राम चाकोते यांच्याकडून मदतीचा हात



लातूर / प्रतिनिधी:- शिव छत्रपती शिक्षण संस्था द्वारा संचालित, राजर्षी शाहू महाविद्यालयातील इयत्ता ११ वी विज्ञान शाखेत शिकत असलेली कु. ऋतुजा एडके या गरीब व होतकरू विद्यार्थिनीस रामलिंगेश्वर फर्टिलायझर, लातूरचे सिद्राम चाकोते यांनी शैक्षणिक फीससाठी रु. ३०,०००/- (अक्षरी रुपये तीस हजार फक्त) आर्थिक मदतीचा धनादेश महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. महादेव गव्हाणे यांच्या कडे सुपूर्द केला. यावेळी विठ्ठल तळेकर, श्री. राजाभाऊ शिंदे, रोहित रत्नपारखे, दिलीप कुलकर्णी, प्रा. महेशकुमार जाधव, डॉ. पांडुरंग चंदनशिव, महाविद्यालयाचे अधीक्षक जगन्नाथ क्षीरसगर व मिलींद सोनकांबळे उपस्थित होते. राजर्षी शाहू महाविद्यालयात इयत्ता ११ वी विज्ञान शाखेत शिकत असलेली कु. ऋतुजा एडके या विद्यार्थिनीचे वडील हयात नाहीत व आई खाजगी दवाखान्यात काम करून उदरनिर्वाह करते. हि विद्यार्थिनी कुटुंबाच्या आर्थिक परिस्थितीमुळे फीस भरू

शकत नसल्यामुळे प्रवेश रद्द करण्यासाठी महाविद्यालयाच्या कार्यालयात आली होती. याची माहिती मिळताच गरीब व होतकरू विद्यार्थ्यांच्या मदतीसाठी नेहमी तत्पर असणारे मिलींद सोनकांबळे व प्रा. महेशकुमार जाधव यांनी सदरील विद्यार्थिनीस मदत करावी अशी विनंती श्री. सिद्राम चाकोते यांना केली. त्यांनी तात्काळ मदतीसाठी होकार दर्शविला व आज सदरील रकमेचा धनादेश महाविद्यालयाच्या प्राचार्यांकडे सुपूर्द केला. राजर्षी शाहू महाविद्यालयाने आरंभापासूनच सामाजिकतेचे भान जपत गरीब व होतकरू विद्यार्थ्यांना आर्थिक मदतीचा हात दिलेला आहे. अशा विद्यार्थ्यांना महाविद्यालयाच्या वतीनेसुध्दा शिष्यवृत्तीचे वाटप केले जाते. समाजातील दानशूर व्यक्तींनी अशा गरीब व होतकरू विद्यार्थ्यांच्या मदतीसाठी पुढे यावे असे आवाहन प्राचार्य डॉ. महादेव गव्हाणे यांनी केले.

लातूर जिल्ह्यात टीकावू रस्त्याचे नवतंत्रज्ञान जळकोट तालुक्यात प्रथमच, क्रीडा मंत्री संजय बनसोडे यांच्या हस्ते झाले भूमिपूजन

खा.सुधाकर शृंगारे यांच्याही हस्ते प्रधानमंत्री ग्राम सडक योजनेच्या कामाचे झाले भूमिपूजन

लातूर, दि. ९ (जिमाका) : रस्ते अधिक काळ टिकण्यासाठी सी.टी.डी. नवतंत्रज्ञानाचा देशात वापर सुरु झाला आहे. या तंत्रज्ञानाने जिल्ह्यात पहिल्यांदाच प्रधानमंत्री ग्राम सडक योजनेतर्गत जळकोट तालुक्यातील जिग्गा मोड ते कुणकी -हाळद वाढवणा ते रावणकोळा या १४ किलो मीटर लांबीच्या रस्त्याचे काम होणार असून या कामाचे भूमिपूजन आज राज्याचे क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे व खा.सुधाकर शृंगारे यांच्या हस्ते करण्यात आले. माजी आमदार गोविंद केंद्रे, जळकोटच्या नगराध्यक्षा प्रभावती कांबळे, उपनगराध्यक्ष मन्मथअप्पा किडे, तहसीलदार सुरेखा स्वामी, रामराव राठोड, प्रा. शाम डावळे आदी मान्यवर यावेळी उपस्थित होते. जळकोट तालुक्यातील आज ज्या रस्त्याचे पंतप्रधानमंत्री ग्राम सडक योजनेतर्गत भूमिपूजन झाले. तो रस्ता अत्यंत खराब होता, पण त्याचे इस्टीमेट मध्ये चुका झाल्यामुळे रस्ता करायला उशीर झाला. पण नव्या तंत्रज्ञानाचा वापर करून लातूर जिल्ह्यात होणारा हा पहिला रस्ता आहे. हे नवे तंत्रज्ञानामुळे जुन्या रस्त्याचा माल वापरून लिक्विड बेस अत्यंत टीकावू रस्ते तयार होतात. त्यामुळे जिल्ह्यातील या तंत्रज्ञानातून होणारा पहिला रस्ता त्या अर्थाने ऐतिहासिक ठरणार असल्याचे राज्याचे क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे यांनी सांगितले.



प्रधानमंत्री सडक योजनेतील कामांना ६० टक्के निधी केंद्र सरकारचा आणि ४० टक्के निधी राज्य शासनाचा असतो. त्यासाठी राज्यस्तरावर आम्ही पाठपुरावा करतो, तर केंद्र स्तरावर खासदार सुधाकर शृंगारे पाठपुरावा करतात. यापुढे जिल्ह्यात अधिकाधिक रस्त्यांच्या कामांना मंजुरी मिळविण्याचा प्रयत्न करू, असेही मंत्री ना. बनसोडे म्हणाले. जळकोट तालुक्यात सिंचनासाठी बॅरेजस, कोल्हापूर पध्दतीचे बंधारे, नवीन प्रशासकीय इमारत ही सर्व कामाचे पूर्ण झाली असून थोड्याच दिवसात याचे लोकार्पण करू, असेही यावेळी श्री. बनसोडे यांनी यावेळी सांगितले.

लातूर जिल्ह्यात १६५ किलोमीटरचे रस्ते आपण प्रयत्नपूर्वक मिळविले असून हे रस्ते अत्यंत गुणवत्तापूर्वक करावेत. यात कोणताही दोष निघला तर खपवून घेणार नसल्याचे सांगून जिल्ह्यातील कोणतेही काम केंद्रात असेल तर आपल्याला सांगावे ते काम आपण प्रयत्नपूर्वक करू, असे खासदार सुधाकर शृंगारे यांनी सांगितले. जळकोटमधील गणपती मंदिर, शादी खाण्यासाठी निधी मिळवून दिल्याबद्दल यावेळी क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे यांचा भव्य सत्कार करण्यात आला.

संपादकीय....

शिक्षकांना शाळाबाह्य कामातून हवीय मुक्ती

शिक्षकांना मनमोकळेपणाने अध्यापन करण्यासाठी शाळाबाह्य कामातून शासनाने मुक्त करावे म्हणजे बिनधास्तपणे शिक्षक अध्यापन करतील. त्यामुळे त्यांच्या मनावरील ताण कमी होईल. तेव्हा अशी कामे शासनाने स्थानिक सुशिक्षित बेरोजगारांना घ्यावीत. आज अनेक ठिकाणी मुलांचा पट कमी झाल्याने शिक्षकांची संख्या सुद्धा कमी करण्यात आली. मी माझ्या आयनल गावच्या प्राथमिक शाळेत असताना दोन शिक्षक होते. वर्ग मात्र पहिले ते सातवीपर्यंत. त्यात कदम गुरुजी अध्यापनात कुशल असल्यामुळे शासनस्तरावर दिलेली कामे वेळच्या वेळी पूर्ण करायचे. मात्र अध्यापनामध्ये कधी दुर्लक्ष केले नाही. त्यात सात वर्ग प्रत्येकी पाच ते सात विषय, पाचवीपासून तीन भाषा यामुळे साहजिकच शिक्षकी पेशा त्रासदायक म्हणावा लागेल. कारण अध्यापन करत असताना पहिल्या प्रथम पुस्तकांचा स्वतः अभ्यास करून त्या धड्याचा आशय समजून घ्यावा लागतो. जर आशय समजला तरच अध्यापक खुल्या मनाने अध्यापन करू शकतात. ते सुद्धा त्यांचा घरपरंपच सांभाळून. तेव्हा त्यांना सुद्धा वेळ देणे आवश्यक असते. शिक्षकांना शाळाबाह्य कामे दिल्याने त्यांचा अध्यापनाकडे दुर्लक्ष होतो. याचा परिणाम चांगले विद्यार्थी घडू शकत नाही. त्यासाठी अध्यापकांना अध्यापनाचे काम द्यावे. मात्र या दृष्ट चक्रातून अध्यापकांना बाहेर काढावे लागेल तरच चांगले विद्यार्थी निर्माण होऊ शकतात.

आत शिक्षकांना कोणकोणती शाळाबाह्य कामे करावी लागतात याचा थोडक्यात आढावा घेऊ. प्राथमिक विभागातील शिक्षकांचा विचार करता त्यांना शाळा उघडण्यापासून बंद करणे, शाळेचा दसर तसेच शाळेची साफसफाई करण्यापर्यंत सर्व कामे करावी लागतात. ही कामे माध्यमिक विभागातील शिक्षकांना करावी लागत नाही. त्यासाठी स्वतंत्र स्टाफची नियुक्ती केली जाते. त्यामुळे ते अध्यापनावर लक्ष केंद्रित करतात. आपल्या राज्यात आज पाहिल्यावर अध्यापकांचे ऑफ लाईन काम सुरु आहे. त्यात काही वेळा ऑनलाइन मिटिंग सुद्धा असतात. ऑनलाइन कामाचा विचार करता शाळेत आपल्यावर मोबाइलमध्ये मुलांचे फोटो काढायचे आणि शिक्षण विभागाला पाठवायचे. म्हणजे शाळेतील मुलांची हजेरी झाली त्यात रेंजचा लपंडाव असतो त्यामुळे सध्याचे शिक्षक वर्ग जेरीस आलेले दिसतात. कोरोना काळात तर शाळेच्या समोर असणाऱ्या झाडाखाली बसून चाकरमान्यांची देखरेख करण्याचे काम केले. आता अधिक विस्ताराने त्यांच्या कामाचा विचार करू. यामध्ये ग्रामपंचायत, पंचायत समिती, जिल्हा परिषदा, विधानसभा व लोकसभा इत्यादी निवडणुकांमध्ये शाळा बंद ठेवून काम करावे लागते. त्यात आधी प्रभागातील मतदार याद्या तयार कराव्या लागतात. तसेच गावातील साक्षर व निरक्षर यांचे सर्वेक्षण करावे लागते. गावची जनगणना व गावातील दारिद्र्य रेषेखाली जे लोक जीवन जगत आहेत त्यांचा सर्व्हे करावा लागतो.

अध्यापक ज्या शाळेमध्ये अध्यापन करतात त्याच शाळेत अध्यापना बरोबर शाळेत शालेय व्यवस्थापन समिती, पालक समिती, मातापालक समिती, शालेय पोषण आहार समिती, विद्यार्थींनी सुरक्षा समिती व व्यसनमुक्ती समिती अशा विविध समित्या तयार करून समित्यांची बैठक घेणे तसेच त्या बैठकीचे इतिवृत्त शिक्षकांना लिह-वे लागते. त्याचप्रमाणे शाळेतील मोफत पाठ्यपुस्तक योजना शाळेच्या पटसंख्येनुसार वर्गवार पुस्तकाची मागणी करावी लागते. त्यासाठी तालुक्याच्या ठिकाणी जाऊन क्रमिक पुस्तके आणावी लागतात. त्याप्रमाणे पुस्तकांचे प्रत्येक विद्यार्थ्यांना वाटप करावे लागते तसे शाळेच्या रजिस्टरमध्ये विद्यार्थ्यांच्या नावांची नोंद करून त्यावर त्यांची सही घ्यावी लागते. एक प्रकारे अध्यापन बाजूला सारून कारकुनाची कामे करावी लागतात, असे म्हणावे लागेल. विद्यार्थ्यांना शालेय पोषण आहार स्टॉक व लाभार्थी ऑनलाइन करावे लागतात त्यासाठी शाळा व एकूण विद्यार्थ्यांची माहिती द्यावी लागते. त्याचप्रमाणे विद्यार्थ्यांचे परीक्षेत मिळालेले गुण, शाळेची माहिती गुणपत्रिकेत लिहावी लागते. तसेच खाडाखोड न करतात मुलांचे शाळेचे दाखले लिहून घ्यावे लागतात. इतकेच नव्हे तर अध्यापकांना आपल्या शाळेत शालेय योजनांची प्रामाणिकपणे अंमलबजावणी करावी लागते. तसेच वा-तावरण पाहून शाळेतील मुलांची आरोग्य तपासणी करीत असतात. काही ठिकाणी आरोग्य शिबीर लावले जाते. मुलांच्या आरोग्याबरोबर त्यांचे विविध शिष्यवृत्तीसाठी विद्यार्थ्यांचे ऑनलाइन फॉर्म भरून विद्यार्थ्यांची शिष्यवृत्तीच्या अभ्यासक्रमाची तयारी करून घेत असतात. त्याचप्रमाणे मुलांचे शिष्यवृत्ती परीक्षेचे हॉल तिकीट काढावे लागते. तसेच ज्या केंद्रावर परीक्षा असेल त्याठिकाणी मुलांना घेऊन जाणे व परत त्यांच्या घरी सोडण्याचे काम करतात. शाळेत दिव्यांग विद्यार्थी असेल तर त्याची विशेष काळजी घेत असतात. अलीकडे तर आपल्या परिसरातील शाळाबाह्य मुलांचा शोध घेऊन शिक्षणाच्या प्रवाहात आणण्याचे काम त्यांना देण्यात आले आहे. म्हणजे असे भावी पिढी सुशिक्षित करणाऱ्या शिक्षकांना अनेक शाळाबाह्य कामे करावी लागतात. तेव्हा शिक्षकांना शिकवू द्या व विद्यार्थ्यांना शिकू द्या या मागणीसाठी महाराष्ट्र राज्य प्राथमिक शिक्षक समितीला शिक्षक दिनी रजा आंदोलन करण्याची वेळ आली. तेव्हा पुन्हा आपल्या न्याय मागणीसाठी आंदोलन करण्याची सामूहिक वेळ राज्यातील प्राथमिक शिक्षकांवर येऊ नये यासाठी शिक्षकांच्या घोषवाक्याचा विचार करून त्याची त्वरित अंमलबजावणी करावी म्हणजे शिक्षक शाळाबाह्य कामातून मुक्त होऊन हसत-खेळत अध्यापन करतील.

अन्नधान्याच्या नावाने मराठवाड्यात फसवणूक

देवांन पोट का बरं दिलं असेल भूक लागलीच नसती, तर काही कामच करण्याची गरज पडली नसती का? असे अनेक प्रश्नच उपस्थित झाले नसते. ज्यांना दोन वेळेचे अन्न सहजरीत्या उपलब्ध होते. तुम्ही आम्ही सर्वजण पोट भरण्यासाठी राब राब राबतो. दिवसेंदिवस वाढणाऱ्या अन्नधान्याच्या किमती व उत्पन्नाचे स्रोत कमी होत असल्याने ग्रामीण भागात विशेषतः गोरगरिबांना अन्नधान्याच्या किमतीबद्दल खूप सहानुभूती असते. नेमकी हीच बाब हेरून मराठवाड्यात कमी पैशात जास्त अन्नधान्य देण्याच्या नावाखाली अन्नदाता सेवा केंद्र थाटून मराठवाड्यातील नांदेड, हिंगोली, परभणी, जालना एवढेच नव्हे तर अहमदनगरपर्यंत फसवणुकीचे जाळे उभारणाऱ्या एका टोळीला नुकतीच मराठवाड्यात अटक करण्यात आली. गोरगरीब व मध्यमवर्गीयांची फसवणूक करत किमान शंभर कोटी रुपये या टोळीने लाटल्याचे प्राथमिक तपासात सिद्ध झाले आहे.

राज्य शासनाकडून गोरगरिबांसाठी कमी किमतीत अन्नधान्य तसेच दुचाकी व इलेक्ट्रॉनिक्सच्या वस्तू देण्यात येत असल्याचे आमिष दाखविणारी ही टोळी नुकतीच जेरबंद झाली. कोट्यवधी रुपयांचा गंडा घातला आहे. नांदेडमधील तरोडा भागात छत्रपती शिवाजी महार-राज बहुउद्देशीय सेवाभावी संस्था संचलित महाराष्ट्र राज्य अन्नदाता सेवा केंद्र या नावाने काहीजणांनी कार्यालय धाटले. सदर संस्था राज्य शासनाच्या वतीने चालविण्यात येत असल्याचे आमिष गोरगरिबांना दाखविण्यात आले. गोरगरिबांसाठी माफक दरात अन्नधान्य व दुचाकी तसेच इलेक्ट्रॉनिक वस्तू देण्यात येणार असल्याचे सांगून त्यांच्याकडून पैशांची लुबाडणूक करण्यात आली. अकराशे रुपये भरल्यास ३० किलो गहू, २५ किलो तांदूळ, दहा किलो साखर, दहा किलो पोहे, पाच किलो शेंगदाणे, तर बाराशे रुपयांमध्ये ६० किलो गहू, २५ किलो तांदूळ तसेच तीन हजार रुपयांमध्ये इलेक्ट्रिक स्कुटी, बावीसशे रुपयांत शिलाई मशीन व सायकल तसेच लॅपटॉप दिले जाईल, असे या संस्थेकडून सुरुवातीला सांगण्यात आले. तसेच विधवा महिलांसाठी बाराशे रुपये भरल्यावर एक वर्ष प्रति महिना दहा हजार रुपये पेन्शन योजना देण्याचे आमिषही दाखविण्यात आले होते.

सर्वसामान्यांना जाळ्यात अडकविण्यासाठी या संस्थेकडून काही एजंटची नेमणूक करण्यात आली. या एजंटंना संस्थेचे जनसंपर्क अधिकारी या गोंडस नावाने नियुक्त करण्यात आले. कोट्यवधी रुपयांची ठेवी जमा झाल्यानंतर सुरुवातीला काही लाभार्थ्यांना अन्नधान्य तसेच दुचाकीचे वाटप करण्यात आले. दरम्यान, लोकांचा विश्वास बसल्याने ठेवीदारांची संख्या हजारांच्या घरात गेली. सुरुवातीला गल्लीबोळापर्यंत असलेला हा अन्नधान्याचा प्रचार नांदेड, परभणी, जालना, हिंगोली या जिल्ह्यांपर्यंत पोहोचला. केवळ गोरगरीबच नव्हे तर मध्यमवर्गीय लोकांनाही कमी पैशात अन्नधान्य मिळत असल्याचा मोह आवरला नाही. सुरुवातीच्या काळात गावाच्या बाहेर ट्रक उभा करून अन्नधान्याचे वाटप करण्यात आले. त्यामुळे लोकांचा विश्वास वाढत गेला. ज्यावेळी एजंट लोकांनी जमा केलेले ठेवीदारांचे कोट्यवधी रुपये संस्थेच्या संबंधितांकडे जमा झाले, त्यानंतर

मात्र संबंधित टोळीने स्वतःचे बस्ताने अन्यत्र नेले. त्यानंतर संस्थेचा संस्थापक बाबासाहेब सातारे या म्होरक्याने तसेच त्यांच्या कार्यालयातील अन्य जणांनी अन्नधान्य देण्यासाठी टाळाटाळ सुरु केली. काही एजंटंकडे तर बाबासाहेब सातारे याने सरळ हात वर करून उलट जीवे मारण्याची धमकीही दिली. हा सर्व बोगसगिरी आणि फसवणुकीचा प्रकार असल्याचे पुढे आल्यानंतर अनिल पाईकराव या व्यक्तीने नांदेडमधील वजीराबाद पोलीस ठाण्यात तक्रार नोंदवली. त्यावरून या संस्थेचा म्होरक्या व इतर आठ पुरुष व तीन महिलांविरुद्ध भारतीय दंड विधानाच्या कलम ४०६, ४०९, १२० (ब), ५०६, ४२०, ३४ अन्वये गुन्हा दाखल करण्यात आला. फसवणुकीच्या या गुन्ह्यातील तिघांना पोलिसांनी अटक केली. त्यांना न्यायालयासमोर उभे केले असता आरोपींना पोलीस कोठडी सुनावण्यात आली. अन्य आरोपी फरार असून पोलीस त्यांचा शोध घेत आहेत. शासनाच्या नावावर फसवणूक करून या टोळीने १०० कोटींच्या वर रक्कम जमविली असल्याचा पोलिसांचा प्राथमिक अंदाज आहे. यासाठी संबंधित संस्थेने ७०० एजंट नेमले होते. या एजंटना विशिष्ट

ते पैसे प्लॉटिंगमध्ये गुंतविल्याचे समोर आले आहे. या योजनेचा मास्टरमाईंड असलेला सुतारे यांनी ऑढा नागनाथ या धार्मिक क्षेत्रानजीक मोठी शेती घेतल्याची चर्चा आहे. दरम्यान संस्थेच्या नावाने तसेच वैयक्तिकरीत्या काढलेले एका बँकेचे खाते सील करण्यात आले असून ४० लाख रुपयांची रक्कम बँकेत आढळून आली आहे. सुरुवातीला अल्पदरात अन्नधान्य वाटप करण्यात आले होते. सदरील अन्नधान्य रेशनचे आहे की काय? त्यांना अन्नधान्य पुरवठा करणारा कोण? याचा तपास पोलीस घेत आहेत. ट्रकद्वारे मागविण्यात आलेले अन्नधान्य लाखो रुपयांचे असल्याने हा व्यवहार रोख स्वरूपात करण्यात आला की, बँकेच्या मार्फत करण्यात आला, याचा देखील तपास पोलीस करत आहे. प्रत्येक जण कमी पैशात चांगली वस्तू मिळते का, याचाच शोध घेत असतात. मग अशा विविध योजनांच्या नावाखाली गोरगरिबांना व मध्यमवर्गीयांना फसवणारी टोळी समोर येते. यापूर्वीही अशा अनेक डोळ्यांनी मराठवाड्यातच नव्हे तर संपूर्ण महाराष्ट्रात हैदोस घातला होता. सुरुवातीला छोटीशी वाटणारी रक्कम जेव्हा अनेकांकडून जमा केली जाते,



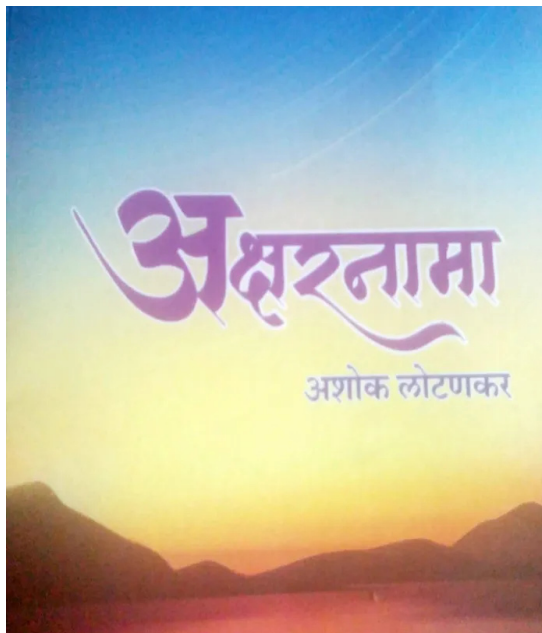
कमिशन दिले जायचे. त्या माध्यमातून त्यांनी हजारो सदस्य बनविल्याने हा आकडा १०० कोटींच्या जवळपास पोहोचला आहे. पोलिसांनी ज्यावेळी कार्यालयावर धाड टाकली त्यामध्ये त्यांच्याकडे महत्त्वाची कागदपत्रे हाती लागली. योजनेचे अर्ज, पावत्या, जमा झालेल्या रकमेचा हिशेब, एजंटंकडून आणलेले पैसे आणि वाटपाचा हिशेब आदी दस्तावेज पाहून पोलीसही चक्रावून गेले. गेल्या एक वर्षापासून सुरु असलेल्या या गोरख धंद्याचे नेटवर्क नांदेडपुरतेच मर्यादित नाही, तर जालना, हिंगोली, लातूर यांसह अहमदनगर जिल्ह्यातही या एजंटंच्या माध्यमातून सभासद नोंदणी झालेली आहे. फसवणूक झालेल्या सभासदांनी आपापल्या जिल्ह्यात गुन्हे दाखल केल्यास यामधील बरेच काही समोर येऊ शकते, असा विश्वास पोलिसांना वाटत आहे. संस्थेकडे जमा झालेल्या पैशांतून बाबासाहेब सातारे व अन्य काही जणांनी

त्यावेळी तो आकडा कोट्यवधी रुपयांच्या घरात जातो. छोट्या छोट्या आमिषांना बळी पडून सर्वसामान्य नागरिक मेटाकुटीस आला आहे. विशेष म्हणजे सुरुवातीला एका घरात अन्नधान्य आल्यानंतर त्याच घरातील पती-पत्नी, बहीण भाऊ, आई - मुलगा अशा एकाच घरातून अनेकांनी या संस्थेचे सभासदत्व स्वीकारून स्वतःची फसवणूक करून घेतली. फसवणूक करणाऱ्या काहींविरुद्ध गुन्हा दाखल झाला असला तरी उद्या त्यांना कदाचित शिक्षाही होईल; परंतु ज्या नागरिकांनी खर्च पोटाला चिमटे घेऊन अकराशे रुपये भरले त्यांना तर पुढे धान्य मिळणार नाही. वर्षभरापासून सुरु असलेला हा प्रकार खरोखरच एखाद्या शासकीय अधिकाऱ्याला किंवा पोलीस कर्मचाऱ्याला लक्षात आला नसेल काय? असा प्रश्न यानिमित्ताने उपस्थित होत आहे.

विविध भावभावनांचा 'अक्षरनामा'

अशोक लोटणकर यांचा 'अक्षरनामा' हा कवितासंग्रह वाचनात आला. एकेका कवितेतून त्यांचे निरीक्षण प्रत्ययास येते. पहिल्याच कवितेतून ते आपल्याला एका डोंगराची गोष्ट सांगतात. हिरवागार झाडाझुडपांनी वेढलेला संपन्न असा डोंगर आज उघडाबोडका झाला आहे. पाखरांचा निवारा गेला आहे. डोंगर आता उदास आणि उजाड झाला आहे. सिमेंटच्या जंगलात हरवून गेला आहे. सद्यस्थितीचे भेदक चित्रण करणारी ही कविता. या डोंगरावर पक्ष्यांचे थवे येत पण आता तेही नाहीत. डोंगरमाथ्यावर आता फक्त एकच झाड तेही वटलेले, पक्ष्यांची वाट पाहणारे असे विदीर्ण चित्र आहे. 'कर्क' ही कविता शेतक-यांच्या जीवनाचे वर्णन करणारी आहे. अभंग छंदातील या कवितेत शेतकरी देवाची वाट पाहतो, पावसाची वाट पाहतो पण कुणीच येत नाही, शेवटी शेतकरी एकाकी वाटच पाहत राहतो हे सत्य कवी सांगतो.

माणसाला आपल्या वंशाचा दिवा हवा असत-ये. चार मुली झाल्या तरी पाचवा मुलगा व्हावा यासाठी आटापिटा करणा-या कुटुंबाची चित्रकथा ते मांडतात. नवसासायासाने मुलगा झाला पण तो करंट निघाला अशी आपल्या समाजाची कर्मकहाणी या कवितेत ते सांगतात. 'पाणी' ही कविताही अशीच खेडेगावातील भीषण पाणीटंचाईवर आहे. पाणी पाणी करून



अखेर गुराडोरांचे प्राण गेले हे वास्तव ही कविता डोळ्यांसमोर आणते. उसाची होळी ही साखर कारखाना परिसरातील शेतक-यांची ज्वलंत व्यथा आहे. ऊस पंधरा महिन्यांचा होऊनही कारखान्यात नेण्यासाठी शेतक-यांची धडपड व ससेहोलपट ही कविता मांडते. कारखान्याने ऊस नेला नाही म्हणून उसाची होळी करणा-या

व्यथित शेतक-यांचे चित्रण कवीने उत्तम केले आहे. 'बैल माझा' या कवितेत बैलाच्या कष्टाचे चीज करणा-या शेतक-याला शेवटी बैल म्हणतो की, तूही कधीतरी म्हातारा होशील तेव्हा कुठे जाशील? कसायला बैल विकणा-या शेतक-याच्या वृत्तीवर ही कविता बोट ठेवते. 'बेटी बढाओ बेटी पढाओ' असं सांगणा-या या देशात मुलींची गर्भांतच हत्या केली जाते, हे हृदयद्रावक सत्य मांडणारी ही कविता. मुली कितती बहुमोल आहेत, त्यांना जगवा असं सांगत त्यांनी दोन्ही अंगणात ती दुहिता फुलबाग फुलवते असे सांगितले आहे. सत्यवादी, समाजाचे हित पाहणारे खरा-खरच मंड असतात. तर 'भरोसा' या कवितेतून सध्याच्या वास्तव-तेवर प्रकाश टाकला आहे. गरिबांना खरोखर वाली नाही. समाजातील लांडगे एखाद्या मुलीवर वासनांध होऊन अत्याचार करतात ते फुलांच्या दृष्टांताच्या माध्यमातून सांगितले आहे. सज्जन माणूस, कोलाहल, मूल्ये, महावृक्ष या कविताही धकाधकीच्या जीवनाचे प्रतीक आहेत.

'महावृक्ष' या कवितेत एका झाडाचे रूपक घेऊन निसर्गावरील अत्याचाराचे दर्शन घडवले आहे. 'धरणफुटी' या कवितेतून निसर्गाचे रौद्ररूप पाहायला मिळते. ही देखील अभंग छंदातील कविता आहे. 'आभाळ' ही कविता त्याचे धरणीवरील व चंद्रकोरीच्या प्रेमाची साक्ष देते. 'नाते' ही कविता छंदबद्ध व तालबद्ध आहे. 'तळव्याचा दाह'मधून मातृ-प्रेमाची महती कळते. हे सारे जुन्या जमान्यातील आहे. एकंदरीत हा संग्रह जुन्या आठवणी जागविणारा आहे. जुन्या आठवणीत रमविणारा आहे. 'योद्धा' ही 'आनंदकंद'मधील गझल जगातील सत्ताला-लसेवर प्रहार करते. 'सत्तांध' ही कवितादेखील असाच आशय असलेली आहे. 'डोंगर' ही अभंग छंदातील उत्तम निसर्गकविता आहे. दान, आनंद, पुन्हा याद येते, गंधार आदी कवितांतून भावनांचे दर्शन होते.

लोटणकरांनी कवितेत सर्व प्रकार हाताळले आहेत. मानव व निसर्ग, भावभावना आणि नात्यांची गुंतागुंत ते सोडवू पाहतात. एकंदरीत कविता वाचनीय व विचारप्रवण करणा-या आहेत. प्रकाशक सुनील सावंत हे चांगले कवी व लेखक आहेत. ते समीक्षारी करतात. हे पुस्तक त्यांनी चांगले सजवले आहे. नंदा साळवी यांचे मुखपृष्ठ वेधक आहे. रंगसंगती छान साधली आहे.

तुम्हाला आवडणाऱ्या 'या' पदार्थांमध्ये लपलेले ट्रान्स फॅट्स! वाढतोय हृदयविकाराचा धोका; डॉक्टर सांगतात की

तुमच्यापैकी अनेक जण पिझ्झा, बर्गर, कॉफ क्रीमर, तळलेले पकोडे, मफिन, पॉपकॉर्न, बिस्किटे, फिंगर चिप्स असे पदार्थ आवडीने खात असतील; पण तुम्हाला माहित आहे की, तुम्ही खात असलेल्या या पदार्थांमध्ये ट्रान्स फॅट्सचे प्रमाण सर्वाधिक आहे. तरीही आज अनेकांच्या आहारात या पदार्थांचा वापर सर्रास होताना दिसतो. विशेषतः शाळा, कॉलेजात जाणारे तरुण-तरुणी या पदार्थांचे मोठ्या प्रमाणात सेवन करताना दिसतात. पण या पदार्थांमुळे आरोग्याला धोका निर्माण होत असल्याचा दावा आता जागतिक आरोग्य संघटनेने केला आहे. थकज ला असे आढळून आले की, भारतातील कोरोनारी हृदयविकारामुळे होणाऱ्या मृत्यूंपैकी ४.६ टक्के मृत्यू हे ट्रान्स फॅटी सिडशी संबंधित असण्याची शक्यता आहे. ट्रान्स-फॅटचे सेवन एकूण ऊर्जेच्या सेवनाच्या एक टक्क्यापेक्षा कमी प्रमाणात असले पाहिजे. म्हणजे दिवसाला २,००० कॅलरी आहारासह २.२ ग्रॅमपेक्षा कमी ट्रान्स-फॅटचे सेवन केले पाहिजे. ट्रान्स-फॅट्सच्या सेवनामुळे हृदयरोग, स्ट्रोक, टाईप २ मधुमेह आणि जळजळ होण्याचा धोका वाढतो; ज्यामुळे कर्करोग, संधिवात किंवा इतर चयापचयाशी संबंधित विकार होऊ शकतात. ट्रान्स फॅट्सचे प्रमाण दोन टक्क्यापेक्षा कमी झाल्यास प्राणघातक हृदयविकाराचा धोका ३० टक्क्यांनी कमी होतो. ट्रान्स-फॅट्स म्हणजे काय?

चंदिगडमधील 'पीजीआयएमईआर स्कूल ऑफ पब्लिक हेल्थ'च्या आरोग्य व्यवस्थापनाचे प्राध्यापक डॉ. सोनू गोयल यांच्या मते, ट्रान्स-फॅट्स हे असंतुलित चरबीचे एक प्रकार आहेत आणि ते नैसर्गिक आणि कृत्रिम दोन्ही स्वरूपात उपलब्ध आहेत. नैसर्गिक ट्रान्स-फॅट्सचे स्रोत दूध, लोणी, चीज व मांस उत्पादने आहेत; तर कृत्रिम ट्रान्स-फॅट्सचे स्रोत वनस्पती, मार्जरीन आणि पॅकेज केलेले स्नॅक्स आहेत. कृत्रिम ट्रान्स-फॅट्स; ज्यांना औद्योगिकरित्या उत्पादित केले जाते. कृत्रिम ट्रान्स-फॅट्सना अंशतः हायड्रोजनेटेड फॅट्स म्हणूनही आ-ळखले जाते, जे पदार्थांचे शेल्व लाइफ वाढवण्यासाठी वापरले जातात. यात हायड्रोजनेटेड तेल २० व्या शतकाच्या सुरुवातीपासून अनेक पदार्थांमध्ये वापरण्यात येत आहे. हायड्रोजनयुक्त वनस्पती तेलांमध्ये ट्रान्स-फॅटचे प्रमाण सर्वाधिक असते. केक, कुकीज, पाई, शॉर्टनिंग, मायक्रोवेव्ह पॉपकॉर्न, रेफ्रिजरेटेड पीठ, बिस्किटे, डोनट्स, नॉन-डेअरी कॉफी क्रीमर, स्टिक मार्जरीन आणि अगदी तळलेले पदार्थ हे हायड्रोजनयुक्त वनस्पती तेलावर आधारित पदार्थ आहेत. हे पदार्थ बहुतेकदा मोनो आणि डायलिसराइड्स या दोन प्रकारचे फॅटी सिड म्हणून सूचीबद्ध केले जातात. दरम्यान, डोनट्स, पेस्ट्री, आइस्क्रीम आणि ब्रेडसह अनेक उत्पादनांमध्ये अशा प्रकारचे

ट्रान्स-फॅट्स मोठ्या प्रमाणात आढळते. पण अनपेक्षित केलेले पदार्थ पदार्थांमध्ये याचे प्रमाण किती असेल निश्चित सांगता येत नाही, अशी माहिती डॉ. गोयल यांनी दिली आहे. दूध, लोणी आणि चीजमध्ये कमी प्रमाणात नैसर्गिक ट्रान्स-फॅट्स असू शकतात (दुग्धजन्य पदार्थांमध्ये २-६ टक्के आणि गोमांस व बकरीचे पिल्लू ३-९ टक्के). या फॅट्सचे सेवन हानिकारक मानले जात नाही, असे डॉ. गोयल म्हणाले. ट्रान्स-फॅट्सचा आरोग्यावर परिणाम डॉ. गोयल यांच्या मते, ट्रान्स-फॅट्स रक्तातील लो-डेन्सिटी लिपोप्रोटीन (ड्युएल) खराब कोलेस्टेरॉलची पातळी वाढवतात; जे संतुलित चरबीच्या तुलनेत दुप्पट धोकादायक असते. पण हाय डेन्सिटी लिपोप्रोटीन (कडक) चांगल्या कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण कमी करतात. हाय एलडीएलमुळे रक्तदाब वाढतो आणि कोरोनारी हृदयरोगाचा धोकाही वाढतो. ट्रान्स-फॅटमुळे जळजळ आणि एंडोथेलियल डिसफंक्शन (रक्तवाहिन्यांचे अस्तर कमकुवत होणे) या आजारांचा धोका वाढतो. त्याशिवाय गर्भधारणेदरम्यान इन्सुलिन प्रतिरोध आणि गुंतागुंत होऊ शकते, गर्भाच्या विकासाशी तडजोड होऊ शकते, अगदी वंध्यत्वदेखील येऊ शकते. औद्योगिकरित्या उत्पादित ट्रान्स-फॅट्सचे कोणतेही आरोग्यदायी फायदे नाहीत. मोहालीतील फोर्टिस हॉस्पिटलमधील क्लिनिकल न्यूट्रिशन

अँड डायटेटिक्स विभागाच्या डॉ. सोनिया गांधी म्हणाल्या की, हायड्रोजनेटेड तेलपासून बनवलेल्या प्रत्येक पदार्थाच्या लेबलवर ट्रान्स-फॅट्सचे प्रमाण लिहिलेले नसते. त्यामुळे हे पदार्थ खाण्यासाठी सुरक्षित असल्याचे आपल्याला भासवले जाते. अशा वेळी कोणतेही लेबल नसलेले उच्च ट्रान्स-फॅट्स असलेले पदार्थांचे तुम्ही सेवन करता तेव्हा तुम्ही शिफारस केलेली सुरक्षित मर्यादा ओलांडता. मोहालीमधील मॅक्स सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटलच्या कार्डिओव्हॅस्कुलर थोरोसिक सर्जरीचे वरिष्ठ संचालक डॉ. दीपक पुरी यांच्या मते, ट्रान्स-फॅट्स आपल्या शरीरासाठी विषारी असतात; जे कमी करण्यासाठी प्रयत्न केले पाहिजेत. ट्रान्स-फॅट्सचे हानिकारक परिणाम दोन दशकांहून अधिक काळ ज्ञात आहेत. तरीही २०२३ साठी थकज ने ठरवून दिलेल्या एकूण निर्मूलनाच्या लक्ष्यापर्यंत आपण अद्याप कुठेही पोहोचलेलो नाही. आशियातील फक्त दोन देशांनी ट्रान्स-फॅट्ससंबंधित मार्गदर्शक तत्त्वे गांभीर्याने स्वीकारली आहेत; ज्यात २०१८ मध्ये थायलंडचा आणि २०२१ मध्ये भारताचा समावेश झाला आहे. भारताने अन-ड्युएल ट्रान्स-फॅटचे प्रमाण दोन टक्के निश्चित केले आहे; तर बहुतेक विकसित देशांनी हे प्रमाण ०.५ टक्क्यापेक्षा कमी निश्चित केले आहे.

प्रमाणापेक्षा जास्त दूध पिणं आरोग्यासाठी घातक ठरू शकतं? महिनाभर दूध सोडल्यास त्याचे शरीरावर काय परिणाम होतील? तज्ज्ञ सांगतात

अनेक लोकांच्या आहारात दुधाचा महत्त्वाचे स्थान आहे. विशेषतः भारतीय संस्कृतीत दूध विविध पदार्थांमध्ये प्रमुख भूमिका बजावते. त्याच्या अष्टपैलुत्वामुळे ते अनेक पाककृतींमध्ये वापरले जाते. दूध जसं शरीरासाठी चांगलं आहे, तसेच ते जास्त प्रमाणात प्यायल्यामुळे अनेक आरोग्याच्या समस्या उद्भवू शकतात, त्यामुळे दुधाचे सेवन करताना काही सावधगिरी बाळगणे आवश्यक आहे. मात्र, यासाठी तुमच्या आहारातून दूध पूर्णपणे काढून टाकायचे का? आणि जर तुम्ही सुरुवातीला महिनाभर दूध घेणं टाळलं, तर तुमच्या शरीरात काय बदल होऊ शकतात? याबाबतची माहिती डॉ. संदीप भटनागर, डायरेक्टर ऑफ इंटरनल मेडिसिन, पारस हेल्थ, उदयपूर यांच्याकडून जाणून घेऊया. डॉ. संदीप भटनागर यांच्या म्हणण्यानुसार, जर तुम्ही एका महिन्यासाठी दूध घेणं बंद केलं तर तुमच्या शरीरात अनेक बदल होऊ शकतात. ते म्हणाले, सुरुवातीला सूज आणि गॅस कमी होऊ शकतो, कारण काही लोक लॅक्टोज असहिष्णू असतात. कॅल्शियमचे सेवन कमी होऊ शकते, ज्यामुळे हाडांच्या आरोग्यावर परिणाम होऊ शकतो. दुग्धजन्य संवेदनशीलतेची संबंधित त्वचेची स्थिती सुधारू शकते. डॉ. भटनागर म्हणाले, दूध हे प्रथिने आणि जीवनसत्त्वे यांचा स्रोत असल्याने पोषक आहारात बदल करणे आवश्यक आहे. एकंदरीतच प्रत्येकाच्या शरीरातील प्रतिसाद भिन्न असतात, त्यामुळे आहारात महत्त्वपूर्ण बदल करण्यापूर्वी आरोग्य तज्ज्ञांचा सल्ला घेणं गरजेचं आहे. तर पोषणतज्ज्ञ नुपूर पाटील यांनी सांगितले की, जर तुम्ही नियमितपणे दूध घेत असाल, तर तुम्हाला तुमच्या कॅल्शियम आणि व्हिटॅमिन डीच्या सेवनात घट दिसून येईल; कारण हे पोषक तत्व सामान्यतः दुधात आढळतात. पण, दूध पूर्णपणे सोडून देण्याचा सल्ला दिला आहे का? तज्ज्ञांचे म्हणणे आहे की, एका महिन्यासाठी पूर्णपणे दूध सोडण्याची शिफारस केली जाते की नाही हे तुमच्या वैयक्तिक आरोग्याच्या गरजा, आहारातील प्राधान्ये आणि विद्यमान आरोग्य परिस्थितीवर अवलंबून असते. तुम्ही लॅक्टोज असहिष्णू असल्यास,



दूध टाळल्याने पचनाचा त्रास कमी होऊ शकतो. जे लोक नैतिक, पर्यावरणीय किंवा आरोग्याच्या कारणास्तव दुग्धमुक्त आहार शोधत आहेत ते या पर्यायांचा विचार करू शकतात. परंतु, जर दूध हा प्रथिने आणि कॅल्शियमचा एक महत्त्वाचा स्रोत असेल, तर पर्यायी किंवा पूरक आहाराद्वारे संतुलित पोषण सुनिश्चित करा. आहारात मोठे बदल करण्यापूर्वी आहारतज्ज्ञांचा सल्ला अवश्य घ्यावा, असेही डॉ. भटनागर म्हणाले.

जर तुम्ही दूध सोडण्याचा किंवा दुग्धजन्य पदार्थांचा वापर कमी करण्याचा निर्णय घेतला, तर अनेक आरोग्यदायी पर्याय उपलब्ध आहेत, जे नुपूर पाटील यांनी सुचवले आहेत. वनस्पती आधारित दूध : बदाम दूध, सोया दूध, ओट दूध, नारळाचे दूध किंवा तांदूळ दूध यांसारखे वनस्पती आधारित दूध पर्याय निवडा. हे पर्याय अनेकदा कॅल्शियम आणि व्हिटॅमिन डीसारख्या जीवनसत्त्वे आणि खनिजांनी समृद्ध असतात. पालेभाज्या : तुमच्या आहारात कॅल्शियमयुक्त पदार्थांचा समावेश करा. जसे की पालक, कोलाई हरिया भाज्या, ब्रोकोली आणि फोर्टिफाइड पदार्थ.

नट आणि बिया : नाश्यामध्ये बदाम, चिया बिया आणि तीळ यांसारखे नट आणि बिया खा, जे कॅल्शियमचे चांगले स्रोत आहेत. मासे : सॅल्मन आणि साईनसारख्या फॅटी माशांमध्ये ओमेगा-३ फॅटी अॅसिडने समृद्ध असतातच, शिवाय ते व्हिटॅमिन डीदेखील चांगल्या प्रमाणात देतात. फोर्टिफाइड फूड्स : कॅल्शियम आणि व्हिटॅमिन डीने मजबूत असलेले खाद्यपदार्थ, जसे की फोर्टिफाइड संन्याचा रस, फोर्टिफाइड वनस्पती आधारित दूध आणि फोर्टिफाइड तृणधान्ये यांचा समावेश आहारात करू शकता. लक्षात ठेवा, तुम्हाला दूध सोडायचे असले तरीही तुम्ही तुमच्या पौष्टिक गरजा, विशेषतः कॅल्शियम आणि व्हिटॅमिन डी पूर्ण करत आहात, याची खात्री करणे ही महत्त्वाची गोष्ट आहे. आरोग्य सेवा व्यावसायिक किंवा आहारतज्ज्ञांचा सल्ला घेतल्यास तुम्हाला संतुलित आणि योग्य आहार प्लॅन तयार करण्यात मदत होऊ शकते, असा निष्कर्ष पोषणतज्ज्ञांनी काढला आहे.

हाय बीपीच्या लोकांनी रोज सकाळी फक्त 'हा' एक प्राणायाम करा, औषधाची गरज होईल कमी

सध्या अनेक जण ब्लड प्रेशर म्हणजेच रक्तदाबाच्या समस्यांनी त्रस्त आहेत. बहुतेकांना उच्च रक्तदाबाची समस्या उद्भवते. सध्याच्या व्यस्त जीवनामुळे अनेक जणांना बीपीचा त्रास होतो. काहीना वाढत्या वयामुळे, मुत्रपिंडाचे विकार, अनुवांशिक, लड्डुपणा किंवा काही इतर कारणांमुळे बीपीचा त्रास होतो. आधी वयाच्या ५० वर्षांनंतर ही समस्या व्हायची. पण आता बदललेल्या जीवनशैलीमुळे रक्तदाबाचा आजार फार कमी वयातच होत असल्याचं दिसून येत आहे. तरुणाईलाही ब्लड प्रेशर संदर्भातील समस्यांना सामोरा जावं लागत आहे. मात्र योगासनांद्वारे तुम्ही रक्तदाबाच्या समस्यांवर नियंत्रण मिळवू शकता. 'द इंडियन एक्सप्रेस'शी बोलताना योगतज्ज्ञ कामिनी बोबडे यांनी याबाबत सविस्तर माहिती दिली आहे. व्यवस्थित जीवनशैली, योगा, व्यायामामुळे तुम्हाला मधुमेह, उच्च रक्तदाब यांसारख्या आजारांपासून आराम मिळू शकतो. योग करून तुम्ही रक्तदाब नियंत्रणात आणू शकता. औषधासोबत तुम्ही दररोज योग करा. यामुळे शरीर शांत होण्यास मदत होऊन ब्लड प्रेशर नियंत्रणात येईल. बीपीसाठी योगाभ्यासात समाविष्ट केलेल्या पद्धतीपैकी एक म्हणजे उज्वयी प्राणायाम. हा एक साधा प्राणायाम आहे जो मनाला शांत करतो आणि रक्तदाब नियंत्रित करतो. योगींनी, प्रायोगिक आणि अंतर्ज्ञानी ज्ञानाद्वारे, शरीराच्या विविध प्रणालींचे नियंत्रण कसे केले हे दाखवले आहे. उज्वयी प्राणायामास इंग्रजीमध्ये 'विकटोरिएस ब्रिथ' असे देखील म्हटले जाते. उज्वयी प्राणायाम आपल्या श्वासंवर नियंत्रण मिळवण्यासाठी अभ्यासला जातो. शरीराच्या श्वसनतंत्रास नियंत्रित करण्यासाठी उज्वयी प्राणायाम



Freepik

केला जातो. प्राणायाममध्ये अनेक प्रकार असतात मात्र मन एकाग्रतेसाठी 'उज्वयी' प्राणायाम करणे अधिक फायदेशीर ठरते. प्राणायाम अथवा योग हे पहाटे म्हणजेच सूर्योदयाच्या वेळेस करण्याची योग्य वेळ आहे. रोज प्राणायाम केल्याने त्याचे अनेक फायदे तुमच्या शरीरासाठी होतात. उज्वयी प्राणायामामुळे टॉन्सिल, थायरॉईडमध्ये लाभ होतो, घशाचे सर्व विकार दूर होतात, झोपेत घोरण्याची सवय बंद होते. आत्मविश्वास खूप वाढतो. मनाची एकाग्रता वाढते. मानसिक ताण, निद्रानाश या

आजारापासून मुक्तता मिळते. अशाप्रकारे कार उज्वयी प्राणायाम उज्वयी प्राणायाम करण्यासाठी सर्वात प्रथम पायाची मांडी घालून चटईवर खाली बसावे. त्यानंतर डोळे बंद करावे. डोळे बंद केल्यानंतर हाताच्या बोटांनी एका नाकपुडीतून हळूवारपणे श्वास आत घ्या आणि काही सेकंदांनंतर दुसऱ्या नाकपुडीतून श्वास बाहेर सोडा. यासाठी हाताच्या अंगठ्याचा आणि तर्जनी या बोटांचा वापर करावा. ही प्रक्रिया किमान १० मिनीटे करत रहा. प्राणायाम मधील हा सर्वात सोपा प्रकार आहे. जर तुम्ही दिवसातून अर्धा तास योग करत असाल तर त्यातील १० मिनीटे उज्वयी प्राणायाम करून तुम्ही मानसिक आजार दूर करू शकतात. यासोबतच आपल्या आहारात मीठाचे प्रमाण कमी केले पाहिजे, धूम्रपान यासारख्या उत्तेजक घटकांचे सेवन नियंत्रित केले पाहिजे तसेच चहा किंवा कॉफी, मद्यपान आणि अति खाणे यावर नियंत्रण ठेवणे आवश्यक आहे. ताजी फळे आणि भाज्यांचा आहार आणि चांगली झोप घेतल्यास तुम्हाला बीपीपासून मुक्त होण्यास मदत होईल. विशेषतः सुरुवातीच्या टप्प्यात. कृपया डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय आणि उच्च रक्तदाब घटकांची तपासणी न करता कोणतीही औषधे थांबवू नका किंवा बदलू नका.

लातूर जिल्हा मूर्तिकार संघटना शिष्टमंडळाने माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांची घेतली भेट



लातूर (प्रतिनिधी) - राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण सांस्कृतिक कार्यमंत्री व लातूर जिल्हाचे माजी पालकमंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांची शनिवार दि. ९ सप्टेंबर रोजी सकाळी बाभळगाव निवासस्थानी लातूर शहरातील लातूर जिल्हा मूर्तिकार संघटना शिष्टमंडळाने भेट घेऊन डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्कच्या पाठीमागे मूर्तिकार स्टॉलला परवानगी घ्यावी, अशी मागणी करून त्यांच्याशी विविध विषयांवर चर्चा केली. यावेळी माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव

देशमुख यांनी संबंधित मनाप अधिकार्यांना फोनवरून संपर्क करून लातूर जिल्हा मूर्तिकार संघटनेच्या स्टॉलला जागा देण्याचा प्रश्न सोडवला. याप्रसंगी लातूर जिल्हा मूर्तिकार संघटनेचे उपाध्यक्ष मनोज देशपांडे, रमेश सोनाळकर, हनुमंत सुनापे, प्रकाश भेंगळे, शत्रुघ्न भेंगळे, परमेश्वर गुडापे, महेश वाघमारे, श्याम कुंभार, धनंजय खटाव आदींसह लातूर जिल्हा मूर्तिकार संघटनेचे पदाधिकारी उपस्थित होते.

मराठा क्रांतीने काढली मराठा लोकप्रतिनिधीची अंत्ययात्रा बॉब ठोकली निषेध केला, श्रध्दांजली पत्रकांना दिला अग्नी

लातूर, प्रतिनिधी- निष्क्रिय असल्याचा आरोप करीत लातूर मराठा क्रांती मोर्चाच्या वतीने मराठा आमदार - खासदारांची शनिवारी (दि.९) प्रतिकारक अंत्ययात्रा काढण्यात आली. पोलिसांनी हस्तक्षेप करीत तिरडी ताब्यात घेतली व संतस आंदोलकांनी मराठा लोकप्रतिनिधींच्या नावे काढलेली श्रध्दांजली पत्रके एकत्र करून त्यालाच अग्नी देत आपल्या भावनांना वाट करून दिली. लातूर मराठा क्रांतीच्या वतीने शनिवारी शैक्षणिक बंद पाळण्याचे आवाहन करण्यात आले होते. याबबत मोठी जनजागृतीही करण्यात आली होती तथापि या संभाव्य अंत्ययात्रेबाबत मोर्चाने कमालिची गुप्तता पाळली होती. शनिवारी सकाळी मराठा क्रांती मोर्चाचे पदाधिकारी येथील छत्रपती शिवाजी महाराज चौकात एकत्र आले प्रारंभी त्यांनी छत्रपती शिवरायांना अभिवादन करून पुतळ्यासमोर बैठक



दिली. त्यावेळी हलगी पथक तेथे आले त्यामुळे पोलिस काहीसे बुचकळ्यात पडले. त्यानंतर वाजत गाजत आंदोलकांनी पुतळ्यास चार- पाच प्रदक्षिणा घातल्या व ते थेट बार्शी रोडवर आले व तेथे ठेवलेली मराठा समाजाच्या आमदार- खासदारांची प्रतिकारक तिरडी उचलून त्यांच्या विरोधात प्रचंड घोषणाबाजी

करीत अंत्यविधीसाठी खाडगाव स्मशानभूमीकडे मार्गस्थ झाले. यावेळी पोलिसांनी हस्तक्षेप करीत तिरडी ताब्यात घेतल्याने आंदोलक व पोलिसांत काहीसा तणाव निर्माण झाला. त्यानंतर रस्त्यावरच आंदोलकांनी बैठक मारून मराठा लोकप्रतिनिधींच्या नावाने जोरदार बॉब ठोकली. मराठा आरक्षणाप्रति ते करीत असलेली संदिग्ध विधाने व चालढकल याचा तीव्र शब्दांत आंदोलकांनी यावेळी निषेध केला. शेवटी मराठा लोकप्रतिनिधींच्या श्रध्दांजलीची हाती असलेली पोस्टर्स एकत्र करून त्यालाच आंदोलकांनी प्रेत समजत अग्नी दिला. एकदंरीत या लक्षवेधी आंदोलनाने मराठा समाजात मराठा लोकप्रतिनिधींविषयी असलेला असंतोष पुन्हा उफाळून आला. या आंदोलनादरम्यान बार्शी रोडवर मोठ्या प्रमाणात पोलिस बंदोबस्त लावण्यात आल्याने रोडला छावणीचे रूप आले होते.

माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांची लातूर जिल्हा ओबीसी काँग्रेस शिष्टमंडळाने घेतली भेट

लातूर (प्रतिनिधी) - राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण सांस्कृतिक कार्यमंत्री व लातूर जिल्हाचे माजी पालकमंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांची शनिवार दि. ९ सप्टेंबर रोजी सकाळी बाभळगाव निवासस्थानी लातूर जिल्हा ओबीसी काँग्रेस शिष्टमंडळाने भेट घेऊन त्यांच्याशी ओबीसी समाजाचा भव्य मेळावा लातूरला घेणे यासह विविध विषयांवर चर्चा केली.

यावेळी लातूर जिल्हा काँग्रेस कमिटीचे अध्यक्ष श्रीशैल उतंगे, लातूर जिल्हा ओबीसी काँग्रेसचे जिल्हाध्यक्ष एकनाथ पाटील, महाराष्ट्र प्रदेश ओबीसी काँग्रेसचे सरचिटणीस विजयकुमार साबडे, सचिव चंद्रकांत धायगुडे, लातूर कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे उपसभापती सुनील पडीले, प्रा.अनिलकुमार माळी, जालिंदर बर्डे, सचिव सूर्यवंशी, तानाजी फुटाणे, राजेश कासार, अशोक पांचाळ, पद्माकर वाघमारे, बळवंत पाटील, सतीश कोनेटे, शिवराज पाटील, दत्ता सुरनर, मुकेश आलमले, नियमत लोहारे, धनाजी म्हेत्रे आदींसह लातूर जिल्हा ओबीसी काँग्रेसचे पदाधिकारी उपस्थित होते.

आयुष्यात घडणाऱ्या घटना आपल्याला घडवत असतात : माजी केंद्रीय मंत्री राम नाईक 'मी कसा घडलो' या व्याख्यान कार्यक्रमात विद्यार्थ्यांशी संवाद

लातूर : माझ्या ६० वर्षांच्या राजकीय, सामाजिक आणि संघटनेच्या जीवनात अनेक चढ-उतार मी पाहिले आहेत. स्वातंत्र्यवीर सावरकर यांचे भाषण ऐकले आणि जीवनाला नवी दिशा मिळाली. आयुष्यात घडणाऱ्या प्रत्येक घटनांतूनच माणसाचे व्यक्तिमत्त्व घडत असते, असे प्रतिपादन माजी केंद्रीय मंत्री, माजी राज्यपाल राम नाईक यांनी आज येथे केले. दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयाच्या विद्यार्थी कल्याण मंडळ आणि विश्व कल्याण विचार मंच यांच्या संयुक्त विद्यमाने 'मी कसा घडलो' या विषयावर व्याख्यान आयोजित करण्यात आले. यावेळी ते प्रमुख मार्गदर्शक म्हणून बोलत होते. व्याख्यान कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी पदमभूषण डॉ.अशोकराव कुकडे होते, तर मंचावर दयानंद शिक्षण संस्थेचे सचिव रमेश बियाणी यांची प्रमुख उपस्थिती होती. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. अशोकराव



कुकडे यांनी करून राम नाईक यांचा परिचय उपस्थितांना करून दिला. यावेळी बोलताना राम नाईक यांनी आपल्या 'मी कसा घडलो' यावर भाष्य केले. ते म्हणाले, एका सर्वसामान्य कुटुंबात जन्म घेऊन चांगले काम केल्याने मला तीन वेळा आमदार, पाच वेळा खासदार, केंद्रीय मंत्री आणि उत्तरप्रदेश राज्याचा राज्यपाल

म्हणून काम पाहता आले. कुठलेही पद हे मिळाले की त्याचा फायदा जनहितासाठी केला पाहिजे. माझे पहिले गुरू माझे वडील होते. आयुष्यात सावरकर यांचे विचार अगदी महाविद्यालयीन जीवनात ऐकायला भेटले. तिथून खऱ्या अर्थाने देशहितासाठी काम करण्याची प्रेरणा मिळाली. आज नव्वद वर्ष आयुष्य आहे तरी चांगले काम करण्याची जिद्द ठेवून मार्गक्रमण करतो आहे. यावेळी दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयाच्या राष्ट्रीय सेवा योजना विभागाच्या वतीने 'मेरी माटी, मेरा देश' या उपक्रम अंतर्गत गोळा केलेली माती मान्यवरांच्या हस्ते कलशात टाकण्यात आली. कार्यक्रमास आमदार रमेश कराड, माजी आमदार सुधाकर भालेराव, दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. राजाराम पवार, उपप्राचार्य

डॉ. गणेश लहाने, आयक्युएसी समन्वयक डॉ.बालाजी कांबळे, वाणिज्य विभाग प्रमुख डॉ. मनीषा अष्टेकर, क्रीडा विभाग प्रमुख डॉ.नितेश स्वामी, बीसीए विभाग प्रमुख प्रा.शशिकांत स्वामी, यांच्यासह लातूर शहरातील राजकीय क्षेत्रातील मान्यवर, प्रतिष्ठित नागरिक, डॉक्टर्स, प्राध्यापक आणि विद्यार्थी मोठ्या संख्येने सहभागी झाले होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन आणि आभार डॉ. संदीपान जगदाळे यांनी केले. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी विश्व कल्याण मंचचे अध्यक्ष धनंजय सूर्यवंशी, डोरेश शाह, रासेयो विभागीय समन्वयक डॉ.विशाल वर्मा, प्रा.योगेश शर्मा, प्रा.अक्षय पवार, प्रा.अजय चव्हाण, प्रा.लता जाधव, प्रा.पांचोणे, डॉ.प्रिया वर्मा, दीपक सूर्यवंशी, कार्यालयीन अधीक्षक राजेश सेलूकर, ज्ञानेंद्र कातपुरे, आर्दीसह प्राध्यापक, राष्ट्रीय छात्र सेनेचे व्हेट्स, रासेयो स्वयंसेवक, शिक्षकेतर कर्मचारी आदींनी परिश्रम घेतले.

आणखी एक मराठा आंदोलन तापणार, ११ जणांचं उपोषण, तिघांची प्रकृती खालावली, सरकारचं टेन्शन वाढणार?

नांदेड: मराठा समाजाच्या आरक्षण मिळावे या मागणीसाठी जालना जिल्हातील अंतर्खाली सराटी गावात मनोज जरांगे पाटील उपोषणावर ठाम आहेत. उपोषण मागे घेण्यासाठी शासनाकडून प्रयत्न केले जात आहे. त्यांच्या या उपोषणाला समर्थन देण्यासाठी तसेच मराठा समाजाला आरक्षण देण्याच्या मागणीसाठी नांदेड जिल्हातील ११ मराठा बांधवांनी उपोषण सुरु केले आहे. अर्धापूर, हदगाव, कंधार, नायगाव या तालुक्यात मराठा बांधवांचे उपोषण सुरु असून ७ ते ८ जणांची प्रकृती खालावली आहे. दरम्यान यातील एका उपोषणकर्त्यांशी मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी फोन द्वारे संवाद साधत उपोषण मागे घेण्याची विनंती केली आहे. दत्ता पाटील हडसनीकर (हडसनी ता.हदगाव), सतिश



पाटील हिप्परगेकर, गजानन पाटील हिप्परगेकर (ता.नायगाव), हनुमंत बालाजी डगे (वजीरगाव ता.नायगाव), संभाजी पाटील गोंधळे, नामदेव पाटील डाकोरे (पेठवडज ता.कंधार), आकाश पाटील कल्याणकर (ता.कंधार), जयवंत कदम, स्वप्नील कदम, संतोष कदम, आकाश शिंदे (धामदरी ता.अर्धापूर) इत्यादी उपोषणकर्त्यांचे उपोषण सुरु आहे. दत्ता पाटील हडसनीकर यांच्यासह सात ते आठ जणांची प्रकृती खालावली आहे. उपोषण मागे घेण्यासाठी प्रशासनाकडून विनंती देखील जात आहे. दरम्यान शनिवारी लोहा तालुक्यातील डेरला येथील संपूर्ण ग्रामस्थ गावात एक दिवशीय लाक्षणिक उपोषण करणार असल्याची माहिती आहे. जो पर्यंत मराठा आरक्षणाचा प्रश्न मार्गी लागणार नाही, तोपर्यंत

उपोषण सुरुच ठेवण्याचा पवित्र या उपोषणकर्त्यांनी घेतला आहे. मुख्यमंत्र्यांनी उपोषणकर्त्यांशी फोनवर साधला संवाद मराठा आरक्षण आणि जरांगे पाटील यांना पाठिंबा देण्यासाठी हदगाव तालुक्यातील हडसनी येथील दत्ता पाटील हडसनीकर यांनी देखील उपोषण सुरु केले आहे. मागील सात दिवसा पासून त्यांचे उपोषण सुरु आहे. त्यांची प्रकृती खालवल्याने दत्ता पाटील यांना विष्णुपुरी येथील शासकीय रुग्णालयात दाखल करण्यात आलं आहे. दरम्यान शुक्रवारी राज्याचे मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी आमदार बालाजी कल्याणकर यांच्या माध्यमातून हडसनीकर यांना फोन द्वारे संवाद साधला.आरक्षणासाठी सरकार प्रयत्नशील आहे. बैठका देखील सुरु आहे. तेव्हा उपोषण मागे घ्यावे विनंती मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी हडसनीकर यांना केली. मात्र

निर्भिड पत्रकार अविनाश कदम यांचा तहसीलदार प्रमोद गायकवाड

यांच्याकडून सत्कार....

आष्टी भारतलून अटलबिहारी वाजपेयीजी यांच्या स्मृतीप्रित्यर्थ, दिल्ली येथील भारतीय श्रमजीवी पत्रकार संघाच्या वतीने कलम के योद्धा पुरस्कार आष्टी तालुका युवा पत्रकार संघाचे अध्यक्ष तथा दै.लोकमत,तालुका प्रतिनिधी अविनाश कदम यांना मिळाल्याबद्दल आष्टी तहसील कार्यालयात तहसीलदार प्रमोद गायकवाड यांनी सत्कार करून सन्मानित केले.यावेळी प्रमुख पाहुणे म्हणून ओबीसी कमिशनचे सल्लागार तथा पत्रकार अनुप चावला,रसिका मंडम,प्रा मल्हारी जाधव ड बाळासाहेब शेकडे यांची उपस्थिती होती. या कार्यक्रमास उद्योजक प्रसाद जोगदंड,दिपक उंबरकर,ड रिजवान शेख,उपसरपंच संतोष मुटकुळे,शिक्षक राजेंद्र लाड,युवा पत्रकार संघाचे उपाध्यक्ष निसार शेख,पत्रकार जावेद पठाण,पत्रकार आण्णासाहेब साबळे,संतोष नागराजोडे, समीर शेख,राजु मस्के,प्रशांत श्रीखंडे, अनिल मुटकुळे,संदिप जगदाळे, सचिन पवार, बंडू शिंदे,सलिलम शेख आदी उपस्थित होते.

आयसीआयसीआय प्रुडेन्शियल लाइफ इन्शुरन्सकडून हमीपूर्ण लाभदायी उत्पादनांच्या विक्रीमध्ये १५८ टक्क्यांच्या वाढीची नोंद

लातूर -कंपनीने भांडवलाच्या सुरक्षिततेसह हमीपूर्ण फायदे देणाऱ्या उत्पादनांच्या विक्रीत १५८ टक्क्यांच्या वाढीची नोंद केली आहे यामधून हमीपूर्ण लाभदायी उत्पादनांसाठी ग्राहकांची वाढती पसंती दिसून येते लातूर :आयसीआयसीआय प्रुडेन्शियल लाइफ इन्शुरन्सने आर्थिक वर्ष २०२० ते आर्थिक वर्ष २०२३ पर्यंत आपल्या हमीपूर्ण बचत उत्पादन विभागात १५८ टक्क्यांच्या वाढीची नोंद केली आहे. या वाढीमधून ग्राहक हमीपूर्ण फायदे देणाऱ्या उत्पादनांना अधिक प्राधान्य देत असल्याचे दिसून येते.शेअर बाजारातील वाढत्या अस्थिरतेमुळे ग्राहक हमीपूर्ण फायदे देणाऱ्या उत्पादनांना अधिक प्राधान्य देत



आहेत. हमीपूर्ण लाभदायी उत्पादने भांडवलाच्या सुरक्षिततेची खात्री देण्यासह स्थिर परतावा देतात. उत्पादनांची ही श्रेणी दुय्यम उत्पन्न स्रोत निर्माण करण्याकरिता आर्थिक स्थिरता व संभाव्य मार्ग देते. आयसीआयसीआय प्रुडेन्शियल लाइफ इन्शुरन्सचे वरिष्ठ कार्यकारी उपाध्यक्ष श्री. विनोद एच म्हणाले,

''आमच्या निदर्शनास आले आहे की, अनेक ग्राहक उत्पन्नाच्या पर्यायी स्रोताचा शोध घेत आहेत. आमची काही ग्राहक-अनुकूल उत्पादने जसे आयसीआयसीआय प्रू गॅरंटीड इन्कम फॉर टूमोरो, आयसीआयसीआय प्रू गोल्ड आणि आयसीआयसीआय प्रू सुख समृद्धी ग्राहकांना त्यांच्या दीर्घकालीन आर्थिक ध्येयांचे नियोजन करण्यास सक्षम करतात. आमची काही उत्पादने ग्राहकांना पॉलिसीच्या दुसऱ्या वर्षापासून पर्यायी उत्पन्न स्रोत निर्माण करण्याचा पर्याय देखील देतात. काही उत्पादनांनी प्रदान केलेले नाविच्यपूर्ण सेव्हिंज वॉलेट वैशिष्ट्य वापरून उत्पन्न जमा करता येऊ शकते आणि त्यानंतर हे उत्पन्न भविष्यातील प्रीमियस भरण्यासाठी वापरता येऊ शकते किंवा एकरकमी रक्कम म्हणून घेता येऊ शकते. मॅच्युरिटी बेनीफिट ग्राहकांना त्यांच्या दीर्घकालीन आर्थिक ध्येयांसाठी उत्तमप्रकारे नियोजन करण्यास मदत करते.

विविध ग्राहकवर्गांना विमा सुलभ उपलब्ध होण्याकरिता कंपनीने ४डी फ्रेमवर्क तयार केले आहे. हा फ्रेमवर्क आहे डेटा अॅनालिटिक्स, डायव्हर्सिफाइड प्रोपोजिन्सन्स, डिजिटलायझेशन आणि डेप्ट इन पार्टनरशीप्स. डेटा अॅनालिटिक्स सानुकूल जीवन विमा उत्पादने निर्माण करण्यास मदत करते, तर डायव्हर्सिफाइड प्रोपोजिन्सन्स उत्पादन पोर्टफोलिओमध्ये वाढ करते, ज्यामुळे कंपनीला अधिकाधिक ग्राहकांच्या गरजांची पूर्तता करता येते. डिजिटलायझेशन ग्राहकांना पेपरलेस व्यवहाराची सुविधा देते आणि सेल्फ-सर्विस पर्यायांसह सक्षम करते. डेप्ट इन डिस्ट्रिब्युशन ग्राहकांमध्ये जीवन विम्याबाबत उत्तमप्रकारे जागरूकतेचा प्रसार करण्यासाठी सहयोग प्रबळ करते. याचा ग्राहकांना त्यांच्या गरजांनुसार योग्य उत्पादनाची विक्री करण्याचा मुख्य उद्देश आहे.