

## राज्यातील सामाजिक व शैक्षणिकदृष्ट्या मागासवर्गाकरिता आरक्षण विधेयक दोन्ही सभागृहात एकमताने मंजूर

मुंबई : राज्यातील सामाजिक व शैक्षणिकदृष्ट्या मागासवर्गाकरिता आरक्षण विधेयक आज विधानसभेत एकमताने मंजूर करण्यात आले. मराठा समाजासाठी दहा टक्के आरक्षणासाठी घेतलेला हा निर्णय ऐतिहासिक, धारसी आणि कायद्याच्या कसोटीवर टिकणारा असल्याचे संगून मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी हे विधेयक विधिमंडळाच्या दोन्ही सभागृहात एकमताने संमत केल्याबद्दल सर्व सदस्यांचे आभार मानले.ओबीसी अथवा इतर कोणत्याही समाजाच्या आरक्षणाला धक्का न लावता मराठा समाजाला आरक्षण देण्याचा निर्णय घेण्यात आला असून मराठा समाजाला आरक्षण देण्याची शपथ घेतल्यानंतर शासनाने तीन महिन्यात आरक्षणाचा निर्णय घेतल्याचे मुख्यमंत्री नमूद केले. मराठा समाज बांधवांनी केलेला आंदोलनाबाबत उल्लेख करताना मुख्यमंत्री महानारे, लाखो मराठा बांधवांनी आपल्याचा हक्कांसाठी लढा देताना आजवर संघय सोडलेला नाही. शिस्त मोडाली नाही. याबद्दल मी संपूर्ण मराठा समाजाचे, तरुण-तरुणीचे आभार व्यक्त करतो. आजचा निर्णय हा मराठा समाजाचा, मराठा ऐक्याचा विजय आहे आणि हा विकाटीने दिलेल्या लढ्याचा विजय आहे. मी एका सर्वसामाच्य मराठा शेतकीयाचा मुलगा आहे. समाजाच्या वेदना, दुखाची मला जाणीव आहे. मुख्यमंत्री झाल्यानंतर हे दुख, वेदना कमी करण्यासाठी अनेक आधाड्यांवर सकारातमक प्रयत्न केले, करत असल्याचे त्यांनी सांगितले. समाजबांधवांनी शासनावर विश्वास ठेवावा, कुठलाही दूजाभाव ठेवला जाणार नाही, असे संगून आंदोलनकर्त्यांनी आंदोलन मागे घेण्याचे आवाहन त्यांनी केले. यावळी बोलताना मुख्यमंत्री शिंदे महानारे, एकेकाळी प्रगत असलेला मराठा समाज आता कायद्याच्या ओघात मागे पडला आहे. शैक्षणिक, अर्थिक आणि सामाजिकदृष्ट्याही तो मागे लोटला जात आहे. त्यामुळे या समाजाचा मागासलेण हे करण्यासाठी आरक्षण मिळवून दणे हा पर्याय होतो. त्यामुळे कोणत्याही परिस्थिती आरक्षण प्रयत्न द्यायचा निर्धरित शासनाने केला होतो. नागपूर येथे विधिमंडळाच्या हिक्कांसाठी अधिवेशनात दोन्ही सभागृहात्या सर्व सदस्यांनी मराठा

समाजाला आरक्षणाची कशी गरज आहे हे तीन दिवसाच्या चर्चेत मांडले होते. नागपूर येथील हिक्कांसी अधिवेशनात सभागृहाची मराठा आरक्षणास संमती मिळाल्याने फेब्रुवारी २०२४ मध्ये विधिमंडळाचे विशेष अधिवेशन बोलवून या विषयावर कायमस्वरूपी तोडगा काढण्यात येईल, हे मी जाहीर केले होते. त्यानुसार आजचा दिवस अमृत पहाट घेऊन आला आहे. माझ्यासाठी उपमुख्यमंत्री अजित पवार आणि संपूर्ण मंत्रिमंडळ गेले १५० दिवस अंहोरात्र मेहनत घेत असल्याचे मुख्यमंत्र्यांनी आवजून सांगितले. कोणत्याही समाजाच्या आरक्षणाला धक्का नाही ओबीसीकिंवा अच्युत कुठल्याही समाजाच्या आरक्षणाला धक्का न लावता मराठा समाजाला आरक्षण देण्याची शपथ घेतल्यानंतर शासनाने तीन महिन्यात आरक्षणाचा निर्णय घेतल्याचे मुख्यमंत्र्यांनी नमूद केले. मराठा समाज बांधवांनी केलेला आंदोलनाबाबत उल्लेख करताना मुख्यमंत्री महानारे, लाखो मराठा बांधवांनी आपल्याचा हक्कांसाठी लढा देताना आजवर संघय सोडलेला नाही. शिस्त मोडाली नाही. याबद्दल मी संपूर्ण मराठा समाजाचे, तरुण-तरुणीचे आभार व्यक्त करतो. आजचा निर्णय हा मराठा समाजाचा, मराठा ऐक्याचा विजय आहे आणि हा विकाटीने दिलेल्या लढ्याचा विजय आहे. मी एका सर्वसामाच्य मराठा शेतकीयाचा मुलगा आहे. समाजाच्या वेदना, दुखाची मला जाणीव आहे. मुख्यमंत्री झाल्यानंतर हे दुख, वेदना कमी करण्यासाठी अनेक आधाड्यांवर सकारातमक प्रयत्न केले, करत असल्याचे त्यांनी सांगितले. समाजबांधवांनी शासनावर विश्वास ठेवावा, कुठलाही दूजाभाव ठेवला जाणार नाही, असे संगून आंदोलनकर्त्यांनी आंदोलन मागे घेण्याचे आवाहन त्यांनी केले. यावळी बोलताना मुख्यमंत्री शिंदे महानारे, एकेकाळी प्रगत असलेला मराठा समाज आता कायद्याच्या ओघात मागे पडला आहे. शैक्षणिक, अर्थिक आणि सामाजिकदृष्ट्याही तो मागे लोटला जात आहे. त्यामुळे या समाजाचा मागासलेण हे करण्यासाठी आरक्षण मिळवून दणे हा पर्याय होतो. त्यामुळे कोणत्याही परिस्थिती आरक्षण प्रयत्न द्यायचा निर्धरित शासनाने केला होतो. नागपूर येथे विधिमंडळाच्या हिक्कांसाठी अधिवेशनात दोन्ही सभागृहात्या सर्व सदस्यांनी मराठा



निर्णयात आले. त्याचे मास्टर्स ट्रेनिंग झाले. २३ जानेवारीपासून युद्धपात्रीवर सर्वेक्षण सुरू झाले. हे सर्वेक्षण अचूक तर करायचे होतेच पण वेळेत पूर्ण करायचे होते. २ फेब्रुवारी २०२४ महिने नऊ दिवसांत सर्वेक्षणाचे काम पूर्ण झाले. सुरुवातीच्या काही तांत्रिक अडचणी दूर केल्या गेल्या. हे काम निश्चितच जबाबदारीचे आणि आव्हानात्मक होते, एकाचा समाजाला न्याय देण्याचे काम होते. १६ फेब्रुवारी रोजी न्या. सुनील शुक्र यांनी हा अहवाल शासनाला सुपूर्ण केला, अशी माहिती मुख्यमंत्र्यांनी दिली. शर्ती पणाला लावणार सुप्रीम कोटीने आरक्षण द्वारा करण्यात आल्याची माहिती त्यांनी दिली. उच्च न्यायालयात मराठा आरक्षणाची बाजू सक्षमपणे मंडणा-या विधीजांवीही या कामी मदत घेतली जात आहे. कारव दल देखील स्थापन केला असल्याचे ते म्हणाले. युद्धपात्रीवर सर्वेक्षण यांची मुख्यमंत्री म्हणाले, उच्च न्यायालय, सर्वोच्च न्यायालय आणि इतर न्यायालयीन पातळीवरही मराठा समाजाची आरक्षण करण्यासाठी तसेच मराठा आरक्षण व सुविधा मंत्रिमंडळ उपसमिती, मुख्य सचिव तसेच मारा आरक्षण विशेषत: सामान्य प्रशासन विभाग, राज्य मागासर्वा आयोग, सामाजिक न्याय व विशेष सहाय्य विभाग, सहाय्य विभाग, महसूल विभाग, विधी व न्याय विभाग तसेच विभागातील आणि गृह विभागातील अधिकारी-यांचांसाठून ते अगदी शेवटच्या चतुर्थ श्रेणी कर्मचारीयांनी घेतलेली अपार मेहनत असल्याचे मुख्यमंत्र्यांनी नमूद केले. राज्य मागासर्वा आयोगाचे अध्यक्ष निवृत्त न्यायमूर्ती सुनील शुक्र, मागासर्वा आयोगाचे सर्व सदस्य, गोखर्ल इन्स्टिट्यूट आणि ज्यांवीही हा गोवर्धन पर्वत उचलला ते सर्व प्रगणक, महसूल यंत्रणा, अगदी थेट सरपंच, तलाई यांच्यापार्यंत सर्वांचे मुख्यमंत्री शिंदे यांनी आभार मानले.

## मराठा समाजाच्या हिताचा विषय असल्यामुळे विरोधी पक्षाकडून आरक्षण विधेयकाला पाठिंबा



मुंबई ( प्रतिनिधी): मराठा समाजाला शैक्षणिक आणि शासकीय नोक्यात न० टक्के आरक्षण देण्यासंदर्भातील विधेयक आज महाराष्ट्र विधिमंडळाच्या दोन्ही सभागृहात एकमताने मंजूर झाला आहे ही अनंदाची बाब आहे, मात्र हे विधेयक मांडण्याची पक्ष आणि मराठा समाजाला विश्वासात घेतलेले नाही, त्यामुळे समाजाची फसव्याकूप झाल्यास सरकाराला ते कदापिही पक्षवडणार नाही याची जाणीव सरकाराने ठेवणे आवश्यक आहे आणी प्रतिक्रिया माजी मंत्री, आमदार विलासराव देशमुख यांनी व्यक्त केली आहे. माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी निर्णयाच्या संदर्भाने प्रतिक्रिया आपल्याचा विधेयकाला पाठिंबा केला. तसा कायद्याका केला. २१ सप्टेंबर २०२२ रोजी

आरक्षणासने यापैकी कोणत्याच गोटीचा सरकारने आज विचार केलेला दिसत नाही, आज दिलेले १० टक्के आरक्षण कायद्याच्या चौकटीत आहे का? ते न्यायालयात कसे टिकाणर आहे? यावरही सभागृहात होज दिली नाही किंवा सरकारने त्यासंबंधी स्पष्टीकरणही दिलेले नाही, त्यामुळे निवडणुका डोऱ्यासमोर ठेवून शासनाने घाहीगडबडीत हा निर्णय घेतला असल्याची शंका उपस्थित होत आहेत, या परिस्थितीत समाजाची फसव्याकूप झाली तर ते परवडणारे ठरणार नाही याची जाणीव सरकाराने ठेवणे आवश्यक आहे असे आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी निर्णयाच्या संदर्भाने तेव्हा विधेयकाला पाठिंबा केला. तसा कायद्याका केला. २१ सप्टेंबर २०२२ रोजी



लातूर शहरातील कापड मिळ परिसरातील श्री विठ्ठल रुक्मिणी मंदिर लोकार्पण प्रसंगी. महाराष्ट्र राज्याचे माजी कॅबिनेट मंत्री विलासराव सौ. शितलताई मालू नगरसेविका, चेरमन मा. श्री दगडीजी साळुके, श्री तोरंबेसाहेब, मा. मंत्रीजी, युवा नेते संतांजी ठाकुर, संजयकुमार सूरवसे श.जि.चिटणीस आदिसह..



### व्यवसाय, स्वयंरोजगाराच्या संधी याबाबत करिअर मार्गदर्शन शिबीर

कार्यक्रम रूपरेषा

दि. २३ फेब्रुवारी २०२४

दि. २४ फेब्रुवारी २०२४

विभागीय  
नमो महारोजगार मेळावा

### रजिस्ट्रेशन

२४ तारखेच्या महारोजगार मेळाव्यात सहभागी होण्यासाठी नावनोंदणी करणे अनिवार्य आहे. दिलेला QR कोड स्कॅन करून अथवा



# साफ्ऱुंके अकेंडमीच्या वर्तीने विविध सांख्यिक सामाजिक उपक्रमांनी रिव जयंती साजरी



लातूर : येथील साळुके अकॅडमी व डी स्टार डान्स स्टुडिओचे व बैस्ट हाऊस इलेक्ट्रिक सर्विसेस संयुक्त विद्यामाने विविध सांस्कृतिक व सामाजिक उपक्रमांनी छत्रपती शिवाजी महाराजांची जयंती साजरी करण्यात आली. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी शैलेश गोजमयुंडे होते. याप्रसंगी प्रमुख पाहृण्या म्हणून सेन्हा बरडे मॅडम, प्रतिक्षा साळुके, राजश्री बनसूडे, डॉ. जयश्री हुजरे यांची उपस्थिती होती. शिवजयंती चे औचित्य साधून चित्रकला, रंगोळी, लोकनृत्य,

सर्यद, गोरक्षक श्रीकांत रांजणकर, श्रावणी राम घाडे  
एवीपी माझा चे ज्येष्ठ पत्रकार निशांत भद्रेक्षर, धाडस ढो  
ताश पथक, रिलीजअन टु रिस्पॉन्सबिलिटी फाउंडेशन ग्रु  
याना सन्मानचिन्ह, मानपत्र देऊन सन्मानित करण्यात आले  
यावेळी आपले मनोगत व्यक्त करताना शैलेश गोजमगुंडे यांनी र  
अभिनव उपक्रमाबद्दल संयोजकांचे कौतुक केले. विविध सांस्कृतिक  
व सामाजिक उपक्रमांनी या कार्यक्रमाची शोभा वाढविल्याचे सांगृ

अन्य संस्था, संगठनांनी याचा आदर्श घ्यावा असे आवाहन केले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक विवेकानंद साळुके यांनी केले. प्राप्ताविकात त्यांनी या कार्यक्रमाच्या आयोजनामागची पार्श्वभूमी सविस्तरपणे विवद केली. या कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी नागश सारणे, सूरज झरले, सादीकभाई, कमलाकर शिंदे, रणजित मोहिते पाटील आदित्य, शुभम आस्तुरे यासह अनेकांनी परिश्रम घेतले.

# छत्रपती श्री शिवाजी महाराज यांच्या जयंतीनिमित्त भाजपा युवा नेते क्रषिकेशदादा कराड यांच्याकडून विनम्र अभिवादन



ॐ. दशरथ सरवदे, संजय गांधी  
निराधार योजना समिति अध्यक्ष  
वसंत करमुडे, विजय काळे,  
चंद्रकांत कातळे, अशोक सावंत,  
गोपाळ शेंडगे, भागवत गिरे, अमर  
चव्हाण, संतोष चव्हाण, दत्ता  
सरवदे, विपुल चेपट, माधव गुडे,  
सुकेश भंडारे, धनंजय बिकड, राज  
जाधव, अनिकेत बुड्हे, कार्तिक  
गंभीरे, लक्ष्मण खलंगे, ओम चप्पे,  
सुधाकर फुले यांच्यासह भाजपाचे  
लोकप्रतिनिधी पदाधिकारी  
कार्यकर्ते मोठ्या संख्येने उपस्थित  
होते.

## मराठा समाजाचा अहवाल राज्य सरकारकडून मंजूरी

मुंबई : राज्य मागासवर्गाचा अहवाल राज्य सरकारकडून मिळून करण्यात आल्याची माहिती मिळत आहे. या अहवालात मराठोदी समाजाला सामाजिक आणि शैक्षणिकदृष्ट्या मागास ठरवण्यात आलेला आहे. तसेच समाजाला १० टक्के आरक्षणाची तरतुद करण्यात आलेला आहे.—मराठा समाज हा राज्यभरात २८ टक्के असल्याचे न्या. शुक्रवारांच्या अध्यक्षतेखाली नेमलेला मागासवर्गीय आयोगाला आढळून आले.—सुमारे ५२ टक्के आरक्षण असणा—या मोठ्या संख्येतील जाती व गट आधीच राखीव प्रवर्गात आहेत.—त्यामुळे राज्यातील २८ टक्के असलेल्या अशा मराठा समाजाला इतर मागास प्रवर्गात ठेवणे पूर्णपणे असामान्य ठरेल अशी माहिती आयोगाने अहवालात दिली आहे मसुद्यात काय मनूद करण्यात आले आहे? भारताच्या संविधानाच्या अनुच्छेद ३० च्या खंड एक मध्ये निर्दिष्ट केलेल्या अल्पसंख्याक शैक्षणिक संस्था व्यतिरिक्त इतर शैक्षणिक संस्था तसेच खाजगी शैक्षणिक संस्था मग त्या राज्याकडून अनुदान प्राप्त असोत किंवा अनुदान प्राप्त नसोत यांमधील प्रवेशाचे एकूण जागांच्या दहा टक्के आणि राज्याच्या नियंत्रणाखालील लोकसंवांमधील व पदांवरील सरळ सेवा भरतीचे एकूण नियुक्त्यांच्या दहा टक्के इतकेवा आरक्षण सामाजिक व शैक्षणिकदृष्ट्या मागास वर्गासाठी स्वतंत्रपणे राखून ठेवण्यात येईल.

# रुग्णसेवेतून लातूर फटिलाइझर्स असेसिएशन च्या वतीने छत्रपती शिवजन्मोत्सव साजरा



लातूर /प्रातानंदा :- लातूर रयतच  
राजे छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या  
जयंतीनिमित्त लातूर तालूका फटिलायझर्स  
असोसिएशनच्या वतीने रुग्णाना फलआहार,  
ब्लॅकेट व रुग्णाच्या नातेवाईकांना  
भोजनाची व्यवस्था करून छत्रपती शिवराचा  
जन्मोउत्सव साजरा करण्यात आली.  
छत्रपती शिवाजी महाराजांनी समाजातील  
सर्व जाती धमातील सवंगड्याना साथील  
घेवून रयतेसाठीच ख्वराज्य निर्माण केले.  
शिवरायांची हीच प्रेरणा घेवून लातूर तालूका  
पर्यंत पाठापासून ऐकी पाठार्हा आणि ऐकारा

करण्यात आले.याप्रसंगी फटिलाइर्स असोसिशनचे उपाध्यक्ष निलेश भुतडा, सचिव राजकुमार शिंदे, जिल्हा सचिव आनंद अग्रवाल, सहसचिव विजय कदम, उपाध्यक्ष नेताजी रणखांब, जयेश झंकर, कृष्णा खानापूरे, शाहुराज मोरे, अशोक तिरके, भोसले, ॲड.यशवंत चहाण, पत्रकार सदीप भोसले, अरुण हांडे आदी मान्यवर उपस्थित होते.यावेळी माजी.आ.वैजनाथ शिंदे यांनी शिवाजी महाराजांच्या कार्याचा आर्द्ध घेवून फटिलाइर्स असोसिशनच्या या सामाजिक उपक्रमाचे कौतुक केले तर असोसिशनचे अध्यक्ष प्रदिप सोनवणे आणि भिमाशक्त कम्बेवार यांनी खते बी बियाणे विक्रेत्यांच्या वतीने समाज सेवेचे हे व्रत असेच सुरु ठेवण्याचा संकल्प यावेळी केला.या कार्यक्रमास व्यापारी, शेतकरी, आडते मार्केट यार्ड परिसरातील नागरिक मोठ्या संख्येने सहभागी झाले होते.

प्रेमाचं प्रतीक असलेल्या गुलाबाचे तव्येतीसाठी फायरबॉल तुम्हाला माहिती आहेत का? (छायाचित्र - लोकसत्ता ग्राफिक्स टीम) 'मला माझ्ने रोजचं रोज इन्फ्युजन आवडतंय. खरं सांगायच तर गेले काही दिवस झोप पण खूप छान पूर्ण होतेय', निमालीच्या स्वरात आश्वर्य आणि समाधान दोन्ही जाणवत होते. 'आय एम सुपर हॅप्पी फॉर यू', मी उत्तरले. आहारात गुलाबाच्या पाकळ्यांचा समावेश करताना निमालीने आढऱ्येठे घेते हे पण करून पाहते असं म्हटलं होते. त्यामुळे तिला जाणवलेल्या परिणामामुळे गुलाब आहारात असण्यावरचा माझाही विश्वास वाढला. गुलाब - अनेक पिढ्यानी विश्वासाने प्रेमाचं प्रतीक म्हणून साजरं कलेलं फूल. कधी सिनेमांमधून तर कधी कथाकल्पनानुसारूप वेगवेगळ्या रूपात प्रतीक म्हणून बिंबवतं गेलेलं फूल. रक्ताचा लाल म्हणून हृदयीचे गूऱ सांगणारं लाल फूल म्हणजे गुलाब - अस आपल्या मनावर कोरेल गेलेलं फूल. रामललासाठी सान्याचे जोड ते २१०० किलोंवाई घंटा; अयोर्ध्यत पोहचल्या 'या' १० अनोख्य भेटवस्तू आहरशांत्रामध्ये मात्र गुलाब, त्याच्या विविध गुणांसाठी प्रसिद्ध आहे. विशेषत: गुलाबाच्या पाकळ्यावाळवलेल्या रूपात जास्त महत्वाच्या आहेत. वाळवलेल्या पाकळ्यांमध्ये पोषणघटकांचे उत्तम प्रमाण आढळून येते. साधारण १०० ग्राम पाकळ्यांमध्ये ७०ग्राम कर्बोंदेक (काबर्स), १.२ ग्राम तंतुमय पदार्थ (फायरबॉल), ३ मिग्रे लोह, १२० मिग्रे इतकं कॅल्शिअम आढळते. शिवाय गुलाबाच्या पाकळ्यात आढळणारे फलेहानॉइझस आरोग्यासाठी अत्यंत गुणकारी आहेत. वाळवलेल्या गुलाबाच्या पाकळ्यांचे अनेक उपयोग आहेत. त्यातील काही उपयोग खालीलप्रमाणे ..-मानसिक ताण कमी करणे.-आतड्याचे स्वास्थ्य जपणे-अजीण कमी करण

- कोरड्या त्वचेची आर्द्रता राखणे - त्वचा तजेलदार होणे - पैसॅर्चिंग  
आरोग्य जपणे - मासिक पाळीदरम्यान पोटदुखी कमी करणे - उत्तम  
झोप लागणे - स्नायूंचा थकवा कमी होणे .- सर्दी खोकला कर्म  
करणे - शरीराचे तापमान कमी करणे - खाद्य पदार्थाला नैसर्गिक  
रंग देणे - खाद्य पदार्थामध्ये गोडसर चव आणणे - हृदय रोगापासून  
रक्षण करणे गुलाबाचा आहारात नियमितपणे वापर करण्यासाठी  
१. गुलकंद : गुलाबाच्या पाकळ्या आणि गूळ किंवा साखर एकत्र  
करून तयार केलेला गुलकंद विशेषत: उन्हाळ्याच्या दिवसात  
अत्यंत फायदेशीर असतो. पोटाचे आणि मनाचे आरोग्य उत्तम  
राखण्यासाठी तसेच शरीरात थंड पदार्थ खाण्यापेक्षा १ छानसात  
गुलकंद नियमित खाणे उन्हाळ्यातील गोड पदार्थाच्या क्रेविंस पासून  
रक्षण करू शकते.२. गुलाबाचे पाणी - ज्याना पित्त विकार आहेत  
त्यांच्यासाठी गुलाबाच्या पाकळ्या रात्रभर भिजत घालून सकाळी  
पाणी प्यायल्यास उत्तम आराम पडतो. ज्याना रुक्ष त्वचा किंवा  
तारुण्यपिटिका आहेत त्यांच्यासाठी पिण्याच्या पाण्यात गुलाबाच्या  
पाकळ्या भिजवून पाणी प्यायल्यास साधारण ३ ते ६ आठवड्यातून  
उत्तम परिणाम दिसून येतात.३. वाळवलेल्या पाकळ्या : गुलाबाच्या  
वाळवलेल्या पाकळ्या चहामध्ये एकत्र करून प्यायल्यास ऐसिंडिर्ट  
कमी होते. कॉफीच्या पाण्यात किंवा गरम दुधात गुलाबाच्या  
पाकळ्या एकत्र केल्यास त्याला उत्तम रंग येतो तसेच कॉफी  
आणि दुधाला हलका गोडसर स्वाद देखील येतो. अनेक कॉफीच्या  
दुकानांमध्ये देखील गुलाबाच्या पाकळ्यांची पावडर कॉफी तयार  
करताना वापरली जात. घरच्या घरी लाडू तयार करताना देखील  
सुक्यामेव्यासोबत गुलाबाच्या पाकळ्या त्यात एकत्र करू शकतो.

फक्त दोन ते तीन आठवड्यांमध्ये कलौंजीचे तेल त्वचा, केस अन् आतड्यांच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर ठरू शकते का?

: दररोजच्या धावपळीच्या आयुष्यात अनेकदा

आपण आपली त्वचा आणि केस यांच्या आरोग्याकडे लक्ष देत नाही. त्वचा आणि केसांचे सौंदर्य राखण्यासाठी जरी तुम्ही नवनवीन गोर्धनीचा वापर करीत असाल तरी अनेकदा याचा काहीही फायदा होत नाही. सोशल मीडियावरही याबाबत सळे देणारे अनेक व्हिडीओ व्हायरल होत असतात. सध्या असाच एक व्हिडीओ समोर आला आहे. या व्हिडीओमध्ये उपाशीपोटी एक चमचा कलौंजीच्या तेलाचे सेवन करण्यास सांगितले आहे. त्यामुळे त्वचा, केस आणि आतळयांचे आरोग्य चांगले राहते, असे या व्हिडीओच्या कॅषनमध्ये लिहिलेय, जर तुम्हाला खालील समस्या असेल, तर तुम्ही तुमच्या दिनचर्येत कलौंजीच्या तेलाचा समावेश करू



तेल नायजेला सॅटिवा या वनस्पतीपासून काढले जाते आणि या कलॉंजी काळ्या बिया असतात. त्याचे आरोग्यास अनेक फायदे आहे. या तेलाच्या सेवनामुळे रोगप्रतिकार शक्ती वाढते, पचनक्रिया सुधारते आणि आरोग्यास अनेक फायदे मिळतात; पाणी वै कृष्णादे खरेचा दोन ते तीन आठवड्हांपूळगे मिळ

कलाजंच तल ह चागल्या आहाराच्या  
दृष्टिकोनातून आणि विशिष्ट  
आरोग्याच्या समस्यांसाठी फायदेशीर  
आहे; पण याचा फायदा प्रत्येकालाच होईल, असे  
नाही. प्रत्येकाला वेगवेगळे अनुभव येऊ शकतात, हे  
लक्षात घ्यावे. जर तुम्हाला एखादी आरोग्याची समस्या  
असेल आणि त्यासाठी तुम्ही कलॉंजीचे तेल वापरत  
असाल, तर त्यापूर्वी तुमच्या जवळच्या तज्ज्ञांचा सल्ला  
द्योगे गज्जरेने आहे

# विविध डाळींचा वापर पोषकतत्वांसाठी कसा करावा?

चणाडाळ, मूगडाळ, उडिद डाळ आणि तुरडाळ आदी सर्व डाळींचा वापर भारतीय घरांमध्ये नियमित होतो. परंतु, काही वेळेस या डाळी आपण ज्या पद्धतीने वापरतो त्यामुळे अनेकांना त्याचा त्रासही होतो. मुद्दा असा की, या डाळींचा वापर थांबवू नका कारण त्या पौष्टिक आहेत. कदाचित त्यांचा वापर करताना आपल्याला त्यांच्या वापराची पद्धत बदलावी लागेल. कोणत्या डाळीसाठी कोणती पद्धत वापरायची यासाठी विचारपूर्वक निर्णय घ्यायला हवा. त्या संदर्भातील हे महत्वाचे टिप्पण. मला चणे खाऊन त्रास होतो, पोट बिघडतं विनय संगत होता .

नकी काय त्रास होतो? मी विचारलं एक तर गेंसेस, पोट फुगणे आणि मग दिवसभर अस्वस्थ वाटत राहतं

तू शिजवून खातोस की कचे?

म्हणजे?, आपण नेहमी भाजके चणे खातो तसे मी भिजलेले चणे खातो. मला सगळ्याच उसळींनी त्रास होतो

पुढच्या वेळेस शक्यतो चणे उकडून खा आणि उकडताना शक्यतो १ चमचा तेल वापर हे नवीन आहे. आर यू शुअर ? विनयने अविश्वासाने विचारलं हो

शाकाहारी आहार घेणारी मंडळी प्रथिनांचे प्रमाण वाढविण्यासाठी अनेकदा विविध कडधान्ये खातात आणि अनेकदा ती कचीच खाली जातात आणि त्यामुळे अपचनाचा त्रास होऊ शकतो.

डाळी आणि कडधान्ये- नेहमीच्या भारतीय आहारातील महत्वाचा अन्न घटक आहेत. समारे १० हजार वर्षांपासून मानवी आहारात कडधान्ये आणि डाळींचा वापर केला जातो. आयुर्वेदामध्ये देखील डाळी आणि कडधान्यांचे विविध उपयोग सांगितले गेले आहेत. भारतात विविध रंगांच्या डाळी आणि कडधान्ये उपलब्ध आहेत.आजच्या लेखात विविध डाळींबद्दल जाणून घेऊ.

१. तूर डाळ :

पचायला जड, अत्यंत चविष्ट आणि पटकन शिजणारी डाळ म्हणून तुरडाळीचा वापर भारतीय घरांत केला जातो. प्रथिनांचे आणि कबोदकांचे उत्तम प्रमाण असणारी तूरडाळ शरीरासाठी मात्र तितकीशी पोषक ठरत नाही. कफ, त्वचेचे विकार, मेंदूशी संबंधित विकार असणाऱ्यांसाठी तूरडाळ वर्ज्य करावी. नियमित व्यायाम करण्याचांसाठी किंवा शारीरिक श्रम करण्याचांसाठी तूरडाळ आवश्यक ऊर्जा देणारी डाळ आहे .

२. उडीद डाळ :

पांढऱ्या आणि काळ्या अशा दोन रंगात उपलब्ध असणारी उडीद डाळ आहाराशास्त्राच्या दृष्टीने महत्वाची आहे. उत्तम प्रथिने आणि फोलेटचे प्रमाण असणारी उडीद डाळ पोषक आहे. ज्यानं वजन वाढवायचे आहे त्यांनी नियमितपणे उडीद डाळीचे सेवन करावे. उडदाचे पापड, लापशी, उपीट वजन वाढविण्यासाठी तर आंबवलेले उडीद (डोसा, इडली, अप्पम इत्यादी) वजन प्रमाणात राखण्यासाठी किंवा कमी करण्यासाठी उपयुक्त आहे .३. मूग डाळ :पिवळ्या किंवा त्रिप्पा विविध रंगात उपलब्ध असणारी मूगडाळ शरीरासाठी अत्यंत पोषक आणि पचायला हलकी आहे.

# छत्रपती शिवजी महाराज जयंती निमित्त गोकुंदा येथे विविध कार्यक्रमांचे आयोजनः

किनवट.ता.प्रतिनिधि. (शेख शौकत) छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या जयंती दिनानिमित्त गोकुंदा येथील ठाकरे चौकात संदीप केंद्रे मित्र मंडळाच्या वरीने आयोजित केलेल्या निशुल्क रक्त व आरोग्य तपासणी शिबिराला उत्सृत प्रतिसाद लाभला असून या शिबिरात शेकडो नागरिकांनी सहभाग घेऊन रक्त व आरोग्य तपासणीचा लाभ घेतला. संदीप केंद्रे मित्र मंडळाच्या वरीने गोकुंदा येथील ठाकरे चौकात छत्रपती शिवाजी महाराज यांचा जयंती उत्सव विविध उपक्रमांनी साजरा करण्यात आला. प्रथमता छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या प्रतिमेला अभिवादन करून युवानेते संदीप केंद्रे यांच्या हस्ते फीत कापून शिबिराचे उदघाटन करण्यात आले. या शिबिराला नागरिकांचा उदंड प्रतिसाद लाभला शिवप्रेमी बांधव तसेच गोकुंदा येथील शेकडो नागरिकांनी या शिबिराचा लाभ घेतला. किनवट येथील महालेंब रक्त संकलन केंद्रातील कर्मचाऱ्यांनी रक्त तपासणी केली तर डॉ चंद्रमणी झडते, डॉ कविता जाधव, डॉ अविनाश पवार, डॉ भारती अविनाश पवार यांनी थायरॉइड, लिह्वर फंक्शन टेस्ट किडनी फंक्शन टेस्ट यासह अन्य दुर्घर आजारासंबंधी आरोग्य तपासणी केली. यासाठी कोठारी येथील विवेक मेडिकल यांचे विशेष सहकार्य लाभले. शिबिराच्या यशस्वीतेसाठी संदीप केंद्रे मित्र मंडळाचे इंद्रदीप वाघमारे, अनिल ईरागार, रोहित भिसे, विकास वाघमारे, कृष्णा हुरुदुखे, गणेश करणेवार, सोन गायकवाड, माणिक शेवाळ, महेश उर्वते, पवन साळुंखे,



शिवा पवार सत्यम भिसे आर्दीनी अथक परिश्रम घेतले.  
छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या जयंती दिनानिमित्त  
गोकुळा येथील ठाकरे चौकात संदीप केंद्रे मित्र मंडळाच्या  
वर्तीने आयोजित केलेल्या निशुल्क रक्त व आरोग्य  
तपासणी शिविराला उत्सर्फूर्त प्रतिसाद लाभला असून या

शिबिरात शेकडो नागरिकांनी सहभाग घेऊन  
रक्त व आरोग्य तपासणीचा लाभ घेतला.  
संदीप केंद्रे मित्र मंडळाच्या वतीने गोकुंदा  
येथील ठाकरे चौकात छत्रपती शिवाजी  
महाराज यांचा जयंती उत्सव विविध उपक्रमांनी  
साजरा करण्यात आला. प्रथमता छत्रपती  
शिवाजी महाराज यांच्या प्रतिमेला अभिवादन  
करून युवानेते संदीप केंद्रे यांच्या हस्ते फीत  
कापून शिबिराचे उदघाटन करण्यात आले.  
या शिबिराला नागरिकांचा उदंड प्रतिसाद  
लाभमला शिवप्रेमी बाधव तसेच गोकुंदा येथील  
शेकडो नागरिकांनी या शिबिराचा लाभ  
घेतला. किनवट येथील महालंब रक्त संकलन  
केंद्रातील कर्मचाऱ्यांनी रक्त तपासणी केली तर  
डॉ चंद्रमणी एक्सझिडते, डॉ कविता जाधव,  
डॉ अविनाश पवार, डॉ भारती अविनाश पवार  
यांनी थायरॉइड, लिह्वर फंक्शन टेस्ट किडनी  
फंक्शन टेस्ट यासह अन्य दुर्धर आजारासंबंधी  
आरोग्य तपासणी केली. यासाठी कोठारी  
येथील विवेक मेडिकल यांचे विशेष सहकार्य  
लाभले. शिबिराच्या यशस्वीतेसाठी संदीप  
केंद्रे मित्र मंडळाचे इंद्रदीप वाघमारे, अनिल  
ईरावार, रोहित भिसे, विकास वाघमारे, कृष्णा  
, गणेश करणेवार, सोनू गायकवाड, माणिक  
, महेश उर्वते, पवन साळुखे, शिवा पवार सत्यम  
आर्दीनी अथक परिश्रम घेतले.

## छ. शिवाजी महाराजासारख्या धर्मनिरपेक्ष राजाची देशाला गरज -प्रा.डॉ.संजय शिंदे

छ.संभाजी नगर(प्रतिनिधि)



हया सगळ्या बहुजन समाजातील लोकांनंवर विश्वास ठेवून आपल्या स्वराज्याची वाटचाल केली कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी वसंतराव नाईक शिक्षण संस्थेचे सचिव नितीन राठोड हे होते तर प्रमुख पाहुणे म्हणून देवगिरी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ तेजनकर उपस्थित होते, डॉ.तेजनकर म्हणाले की, स्वराज्याच्या अगोदर महाराष्ट्रात प्रचंड अन्याय होत होता , व्यापारी सैन्याला भित होते सामान्य माणूस सैन्याला भित होते गरीबांचे जगने अवघड झाले होते म्हणून महाराजांनी स्वराज्याची संकल्पना पुढे आणली, छत्रपती शिवाजी महाराज हे मानवतावादी राजे होते, सर्व समाजाच्या लोकांचे हित कशात आहे ते बघून निर्णय घ्यायचे असे बहुजन प्रतिपालक राजे होते.या कार्यक्रमाला महाविद्यालयातील सर्व प्राध्यापक, प्रबंधक, उपप्राचार्य प्रशासकीय अधिकारी, कर्मचारी उपस्थित होते या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक महाविद्यालयाच्या प्रभारी प्राचार्य गीता कावळे यांनी केले, सूक्ष्मसंचालन डॉ चंद्रकांत चोरघडे यांनी केले तर उपस्थितांचे आभार डॉ बालाजी जोकरे यांनी मानले.

# संभाजी महाविद्यालयात शिवजयंती महोत्सव साजरा

मुरुळू/महाराष्ट्र जाल : शिवजयता महाराष्ट्रानामत सनाग महाविद्यालयामध्ये भित्तिपत्रकाचे प्रकाशन, मार्गदर्शन व गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार कार्यक्रम संपन्न झाला. महाविद्यालयाच्या इतिहास व इंग्रजी विभागाच्या संयुक्त विद्यामाने दिनांक २० फेब्रुवारी २०२४ रोजी छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या जीवन व कार्यावर व्याख्यानाचावा कार्यक्रम, भित्तिपत्रकाचे उद्घाटन व बहुर्पायी परीक्षेमध्ये विशेष प्राविण्य मिळवलेल्या गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार करण्यात आला. या कार्यक्रमासाठी प्रमुख पाहुणे म्हणून प्रतिभा निकेतन महाविद्यालय, नांदेड येथील इतिहास विभाग प्रमुख तसेच स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठाच्या इतिहास अभ्यास मंडळाचे अध्यक्ष डॉ.राहुल वरवंटीकर उपस्थित होते. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.अशोक काळ्या उपस्थित होते. तसेच इंग्रजी विभाग प्रमुख व्हा.डॉ. मीना कदम यांचीही यावेळी उपस्थित कार्यक्रमाच्या सुरुवातीला छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या अशा उल्लेखनीय कृती व्यवस्था, वैज्ञानिक दृष्टिकोन, संतुलन-संरक्षण, जल व्यवस्थापन या विषयावरील विभागातील विद्यार्थ्यांनी तयार केलेल्या भित्तिपत्रकाचे तसेच विभागाच्या वरीने तयार करण्यात आलेल्या भित्तिपत्रकाचे शिवजयंती महोत्सवाच्या निमित्ताने मान्यवरांच्या हस्ते संप



बीड जिल्यातील दामू नगर कांदिवलीत वारस्तव  
असलेला मुस्लिम समाजातील पहिला पत्रकार चेहरा.



ज्ञे वडील दिवंगत पापामिया शेख यांची  
पॅ मोठी स्वप्न, इच्छाआकांश होती माझ्या  
नोंनी शिकावं खूप मोठं व्हावं,आम्हाला जे  
वस गेले,ते माझ्या पोराच्या वाट्याला येऊ  
येते,अशी माझे वडिलांची महत्वाकांक्षा होती.  
डाणी असून माझे वडील दिवंगत पापामिया  
ख लहानपणापासूनच मला शिक्षणाची गोडी  
र्माण केली. अधून मधून महानगरपालिकेत  
लेते भेट देत माझ्या अभ्यासाची विचारपूस  
रे,गरीबाचा पोर आहे,विशेष लक्ष द्यावं  
सं शिक्षकाना हात जोडून विनवणी करत  
से, माझ्या मुलगा शिक्षणात तरबेज व्हावं  
पून मला एकट्रा शिकवणी( क्लास )  
वण्यात आले. क्लास मध्ये येऊन माझ्या  
तीचा आढावा घेत होते,अधून मधून जुन्या कथा सांगत व  
पुरुषाचे दाखले देत शिक्षणाचे महत्व पटवून दिले. माझे  
करु मोठा होऊन नावारूपाला पुढे यावं, आमचं नाव पुसाव  
ततचं नावारूपाने पुढे यावे ही महत्वकांशा नेहमी ताच्या मनात  
ती. किती ही मोठं संकट आल तरी ही प्रामाणिकपणा व  
गानदारपणा सोडू नये. अशा असा सळा वारंवार देत असे ...  
ज बीड जिल्हातील मूळ गाव चिखलबीड,तालुका वडवणी  
खेड्या गावातून मुंबईत दामू नगर कांदिवली पूर्व येथे पोटाची  
लळ्यांगी भरण्यासाठी स्थलांतर असलेला बीड जिल्हातील  
संख्य मुस्लिम बांधव या विभागात वास्तव्यास आहे.  
न १९७२ या दुष्काळ काळात बीड जिल्हातील आपच्या  
माजातील असंख्य मुस्लिम समाज बांधवांनी उदरनिर्वाहासाठी  
ईत आले. येथे येऊन शून्यातून विश्व निर्माण केले. व  
पले अस्तित्व निर्माण केले. त्यात माझे वडील सुद्धा होते.  
ज्ञे प्राथमिक शिक्षण मुनसीपल आकर्ली शाळा नो २. येथे



झाले. हायस्कूल व मू हाविद्यायालयीन शिक्षण अनुदत्त शाळा व ज्युनिअर कॉलेज क्रांती नगर म्हाडा येथे पूर्ण झाले. सन २००२ दहावी उत्तीर्ण झालो. सन २००४ रोजी बारावी उत्तीर्ण झालो, या काळात अनेक अडचणीना सामरो जात शिक्षण पूर्ण केले. आमचा बीड जिल्हा मुस्लिम समाजातील शिक्षणाबाबत मागास समाज त्या काळी होता, यावेळी फारसा कोणीही शिकले नसल्याने आम्हास शैक्षणिक करियर मार्गदर्शन न मिळाल्याने शिक्षण पूर्ण करून चांगल्या हृद्यावर जाता आले नाही. याची खंत आज ही मनात कायम आहे, महाविद्यालय शिक्षण पूर्ण करून आम्ही कुठेतरी छोटे मोठे कामधंद करू लागलो. याचबरोबर शिक्षणाचे कास मनात नेहमी कायम होती, महाविद्यालयीन शिक्षण पूर्ण झाल्यावर सुशिक्षित लोकांच्या सहवासात राहून अतिरिक्त ज्ञान सपादन केले, व आचरणात आणले. आज माझ्या बरोबरचे वर्ग मित्र चांगल्या हृद्यावर आहे. सन २०११ सोशल वर्कर ना. म. जोशी समाज कार्य वर्ग परकळ मुंबई येथे कोर्स पूर्ण केला, त्याचबरोबर सन २०२१ मध्ये आनंद गुरुकुल विश्वविद्यालय ठाणे येथून पत्रकारितेची विद्या संपन्न केले.

याच आदल्या काळात २०१२ नंतर राजकारणाची संपर्क आला. आदरणीय एड. प्रकाश आंबेडकर यांचे नेतृत्व स्वीकारले व राजकारणात व आंबेडकरी चळवळीत सक्रिय कार्यकर्ता म्हणून काम करू लागलो. बीड जिल्ह्यातील दामू नगर येथे मुस्लिम समाजात वास्तव्यास असलेल्या समाजामध्ये पहिला विशेष कार्यकारी अधिकारी तसेच पत्रकार म्हणून नावलौकिक मिळवली. राजकारण व समाजसेवा व पत्रकाराची अद्भुत जोड असल्याने समाजात उभरते नेतृत्व म्हणून पाहिले जात आहे. आज मी पत्रकार झाल्याचा आनंद चेहेच्यावर नेहमी कायम आहे. हा लेख शहामत शेख यांच्या विचारातून साभार...

# આજ્ઞાદ મૈદાન મુંબઈ યેથે ૨૨ ફેબ્રુવારી પાસૂન મહારાષ્ટ્ર રાજ્ય પરિવારિકા સંઘટનચે ભવ્ય ધરણે આંદોલન

लातर :- परिचारिका संवर्ग हा अत्यंत सेवाभावी वृत्तीने सेवा देणारा, बहुतांश महिला कर्मचारी असलेला संवर्ग असून सन, उत्सव बाजूला ठेवून (रात्र पाळी करणारा) २४\*७ सेवाशुश्रूषा करणारा संवर्ग गेले अनेक वर्ष व्यावसायिक व वैयक्तिक पातळीवर असंख्य समस्यांना तोंड देत सेवा देत आहे. राज्यातील या संवर्गाची प्रतिनिधित्व करणारी महाराष्ट्र राज्य परिचारिका संघटना, मुख्यालय लातूर ही एकमेव शासनमान्य संघटना असून, ही संघटना राज्यातील परिचारिकांच्या संवेदनशील मागण्यांसाठी सनदशीर मार्गाने कार्य करीत आहे. परिचारिकांच्या अनेक महत्वाच्या मागण्यांसाठी संघटनेच्या स्तरावरून वेळोवेळी पाठपुरावा करण्यात येत आहे. राज्यातील परिचारिकांनी आपल्या अतिसंवेदनशील न्यायिक व रास्त मागण्यांसाठी कधीही शासनास वेठीस धरले नाही. कोहिंड महामारीच्या काळात, आपल्या वैयक्तिक, कौटुंबिक काळजी, जबाबदाच्या, बाजूला ठेवून, कुटुंब मुलांबाळापासून दूर राहून, जिवाजी पर्वा न करता, डॉक्टरांच्या खाद्याला खांदा लावून कोहिंड रुग्णांना परिचारिकांनी सेवा दिली आणि आजही देत आहेत. म्हणूनच त्यांना फ्रंट लाइन कोरेंना योद्धा असेही संबोधले गेले. परंतु आजतागायत त्यांच्या मागण्याकडे पूर्णत: दुर्लक्ष केले जात आहे, त्यामुळेच नाईलाजास्तव राज्यातील परिचारिकांना, मी २०२२ मध्ये बेमुदत आंदोलन करावे लागले व त्याअनुषंगाने माजी मंत्री (वै. शि) यांच्या मंत्रालयातील दालनात संबंधित सर्व तत्कालीन अधिकाऱ्यांच्या उपस्थितीत संघटनेच्या पदाधिकाऱ्यांसोबत बैठक झाली व परिचारिका संवर्गातील कर्मचाऱ्यांच्या सर्व मागण्या मान्य करून त्याची पूरता, १५ जुलै २०२२ पर्यंत, पूर्ण करण्याचे आधासन मंत्री महोदयांनी दिले व तसेच बैठक इतिवृत्त ही निर्गमित केले. त्यान्वये राज्यातील विविध वैद्यकीय संस्थामध्ये परिचारिका संवर्गाची कायमस्वरूपी पदे भरण्यात येत आहे त्याबद्दल राज्यातील परिचारिका शासनाचे आभार व्यक्त करत आहेत. परंतु, वैद्यकीय शिक्षण, सार्वजनिक आरोग्य विभाग, राज्य कामगार विमा रुग्णालये इत्यादी विभागातील परिचारिकांच्या इतर प्रमुख मागण्यासाठी वारंवार पाठपुरावा करूनही अद्यापर्यंत कार्यवाही झाली नाही. जसे सार्वजनिक आरोग्य विभागाने २०२१ मध्ये मंजूर केलेल्या सेवाप्रवेश नियमातील जावक अटी रद्द करणे. परिवीक्षाधीन

कष्टकरी हॉकर्स व भाजी विक्रेता युनियनच्या वतीने छत्रपती शिवाजी महाराज यांची जयंती उत्साहात साजरी.

डोंबिवली / प्रतिनिधि :- कष्टकरी हॉकर्स व भाजी विक्रेता युनियन च्या वरीने कुळवाडी भूषण, बहूजन प्रतिपालक छत्रपती शिवाजी महाराज यांची जयंती अनुकूल हॉटेल समोर डोंबिवली (पुर्व) येथे मोठ्या उत्साहात साजरी करण्यात आली, शिवजयंती उत्सव समिती अध्यक्ष: मुश्हा हबीब खान यांच्या अध्यक्षतेखाली. शिवजयंती कार्यक्रमात प्रमुख उपस्थिती गौतम गवई वंचित बहूजन आघाडी प्रणित कामगार आघाडी ठाणे जिल्हा



भाजी विक्रेता युनियन, सुरेंद्र ठोके अध्यक्ष  
मा.वंचित बहूजन आघाडी डोंबिवली.एड.  
मिलिंद साळवे, अर्जुन केदार, अष्टपाल  
कांबळे, प्रशांत टेकुळे, विश्वविकास  
गायकवाड, अभिजित पवार, रवी झोगाळे, राजू  
काकडे. अशोक गायकवाड. निलेश