

**Bharat Chandak**  
**SATYA ELECTRICALS**  
 POLYCOR, Rakon, Legrand, MAVELLS, LAF BRITANNIA, INDOSAMA, Finolex, OKOLOR, USHA, PHILIPS, GreatWhite, SIEMENS  
 Tapadia Market, Chain Sukh Road, Latur-413512  
 Ph : (O) 243678, 244458, 250776, (R) 242018  
 Email:satyaelectricals@rediffmail.com

लातूर वर्ष ३ रे अंक २५३ वा बुधवार दि. १३ मार्च २०२४ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रु.

## प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांच्या हस्ते भारतीय रेल्वेच्या विविध प्रकल्पांचा शुभारंभ रेल्वेला आधुनिक बनवून देशाच्या कानाकोपऱ्यात पोहोचवणार

लातूर, दि. १२ : नवनवीन योजनांच्या माध्यमातून देशातील सर्वसामान्यांच्या सातत्याने विकास होत असून आपण विकसित भारताच्या दिशेने अग्रेसर होत आहोत. आज ८५ हजार कोटींहून अधिकचे प्रकल्पांचे भूमिपूजन आणि लोकार्पण होत असून रेल्वेला आधुनिक बनवून देशाच्या कानाकोपऱ्यात पोहोचवणार असल्याचे प्रतिपादन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांनी केले. प्रधानमंत्री श्री.मोदी यांच्या हस्ते आज दूरदृश्य प्रणालीद्वारे अहमदाबाद-मुंबई वंदे भारत एक्सप्रेसच्या शुभारंभासह रेल्वेच्या विविध उपक्रमांची पायाभरणी आणि राष्ट्राला लोकार्पण करण्यात आले. या कार्यक्रमासाठी मुंबई सेंट्रल स्थानकावर राज्यपाल रमेश बैस, मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, केंद्रीय मंत्री नारायण राणे, कौशल्य विकास मंत्री मंगलप्रभात लोढा आदी उपस्थित होते. लातूर येथील मराठवाडा रेल्वे कोच कारखान्याचेही यावेळी लोकार्पण झाले. प्रधानमंत्री श्री. मोदी म्हणाले, २०२४ या वर्षात सुमारे ११ लाख कोटींहून अधिक योजनांचे भूमिपूजन अथवा उद्घाटन झाले असून विकासाची ही गती कमी होऊ दिली जाणार नाही. मागील काही वर्षात रेल्वे अपघातांचे प्रमाण कमी झाले असून विजेवर चालणाऱ्या रेल्वेची संख्या वाढली आहे. वंदे भारत एक्सप्रेसची संख्या वाढून विस्तार देखील होत आहे. रेल्वे स्थानकांचा कायापालट होत आहे. भारतातील सेमी हायस्पीड रेल्वेची मागणी इतर देशात वाढून भारतातील रेल्वेच्या कारखान्यांना अधिक काम मिळेल, असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला. एकता मॉलच्या माध्यमातून मोठ्या प्रमाणावर रोजगार निर्माण होणार असून तरुणांनी याचा लाभ घ्यावा, असे आवाहन त्यांनी केले. मुख्यमंत्री श्री.शिंदे म्हणाले, जीवनवाहिनी उरलेल्या रेल्वेच्या देशभर पसरलेल्या जाळ्यामुळे सर्वसामान्यांच्या जीवनात जगातील सर्वात मोठा ऐतिहासिक बदल होत आहे. देशात दररोज १५ कि.मी.चे नवीन रेल्वे ट्रॅक तयार होत आहेत. रेल्वे गाडी प्रमाणेच देशाच्या विकासाची गाडी वेगाने धावत आहे. वन स्टेशन वन प्रॉडक्ट योजना आणि एकता मॉलच्या माध्यमातून स्थानिक कारागिरांच्या उत्पादनांना प्रोत्साहन मिळत आहे. लातूर येथील कारखान्यात तयार होत असलेल्या वंदे भारत ट्रेनची राज्यातील संख्या सात वर पोहोचली असून राज्याच्या विकासात केंद्र सरकारचे मोठे साहाय्य मिळत असल्याचे त्यांनी यावेळी आवर्जून सांगितले. स्थानिकांना लाभ होणाऱ्या विविध योजना सुरु केल्याबद्दल त्यांनी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांचे आभार मानले. केंद्रीय मंत्री श्री.राणे यांनी जगाच्या प्रगतीत भारताचा मोठा वाटा असल्याचे सांगून २०४७ पर्यंत भारत



विकसित राष्ट्र होईल, असा विश्वास व्यक्त केला. मंत्री श्री. लोढा यांनी राज्यपाल श्री.बैस आणि मुख्यमंत्री श्री.शिंदे हे दोघेही सर्वसामान्यांच्या विकासाचा विचार करणारे कॉमन मॅन असल्याचा उल्लेख केला. रेल्वे ही सर्वसामान्यांसाठी अतिशय उपयुक्त सिद्ध होत असून रेल्वेमार्फत सुरु होत असलेल्या विविध उपक्रमांचा मुंबई आणि महाराष्ट्राला लाभ होणार असल्याचे त्यांनी सांगितले. एकता मॉल विषयी केंद्र सरकारने प्रत्येक राज्यात एकता मॉल स्थापन करण्याची योजना जाहीर केली आहे. त्यानुसार महाराष्ट्रात नवी मुंबईतील उलवे येथे एकता मॉल उभारण्यात येणार आहे, अशी माहिती मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी दिली. राष्ट्रीय एकात्मता, 'मेक इन इंडिया', जिल्हा एक उत्पादन (ओडीओपी) संकल्पनेला चालना देण्यासाठी तसेच ग्रामीण कारागिरांना त्यांची उत्पादने विकण्यास मदत करण्यासाठी हा मॉल उपयुक्त ठरणार आहे. सिडकोला यासाठी अमलबजावणी एजन्सी म्हणून नेमण्यात आले. नियोजन विभागाने उलवे सेक्टर मधील प्लॉट क्रमांक पाच येथे एकता मॉलसाठी भूखंड निश्चित केला आहे हा भूखंड ५२०० चौरस मीटर एवढा आहे. देशभरातील ३६ राज्ये आणि केंद्रशासित प्रदेशांची संस्कृती

देशभरातील ३६ जिल्ह्यांमध्ये मॉलच्या माध्यमातून प्रदर्शित केली जाणार आहे. अठरा महिन्यात या मॉलचे बांधकाम पूर्ण करण्यात येणार आहे. आज भूमिपूजन आणि लोकार्पण झालेल्या प्रकल्पांमध्ये राज्यातील एकूण ५०६ प्रकल्पांचा समावेश आहे. यामध्ये १५० वन स्टेशन वन प्रॉडक्ट स्टॉल्स, १७० इलेक्ट्रॉनिक इंटरलॉकिंग सिस्टम, १३० सौर पॅनेल, १८ नवीन रेल्वेमार्ग/ रेल्वे मार्गाचे दुहेरीकरण/ गेज रुपांतरण, १२ गुड्स शेड, सात स्वयंचलित सिग्नलिंग प्रणाली, चार गती शक्ती कार्गो टर्मिनल, तीन विद्युतीकरण प्रकल्प, लातूर येथे कोच कारखान्याचे लोकार्पण, बडनेरा येथे वॅगन दुरुस्ती कार्यशाळा, पुणे येथील वंदे भारत चेअर कार मॅटेन्स कम वर्कशॉप डेपो, पाच जनऔषधी केंद्रांचे उद्घाटन, चार रेल कोच रेस्टॉरंटचे उद्घाटन आदींचा समावेश असल्याची माहिती यावेळी देण्यात आली. प्रास्ताविकाद्वारे विभागीय रेल्वे व्यवस्थापक निरज वर्मा यांनी अहमदाबाद-मुंबई मार्गावर सुरु होत असलेली वंदे भारत एक्सप्रेस आठवड्यातून सहा दिवस चालणार असल्याची माहिती दिली. लातूर येथे मराठवाडा रेल्वे कोच कारखान्याचे लोकार्पण प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांच्या हस्ते दूरदृश्य प्रणालीद्वारे मराठवाडा रेल्वे कोच कारखान्याचे लोकार्पण झाले. यावेळी राज्यपाल रमेश बैस, मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, केंद्रीय मंत्री नारायण राणे, कौशल्य विकास मंत्री मंगलप्रभात लोढा यांची दूरदृश्य प्रणालीद्वारे, तर लातूर येथील मराठवाडा रेल्वे कोच कारखान्यास्थळी आयोजित कार्यक्रमाला खासदार सुधाकर शृंगारे, आमदार संभाजी पाटील निलगेकर, जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-घुगे, पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे, सहायक जिल्हाधिकार नमन गोयल, रेल्वेचे मुख्य कारखाना अभियंता सुबोधकुमार सागर, माजी आमदार सुधाकर भालेवर, देविदास काळे, दिलीपराव देशमुख, गणेश हाके, सोलापूर रेल्वे विभागाचे

सहायक व्यवस्थापक शैलेंद्रसिंह परिहार यांची उपस्थिती होती. मराठवाडा रेल्वे कोच कारखान्यामुळे लातूरच्या विकासात भर पडणार आहे. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांच्या नेतृत्वात देशात विविध विकास कामे सुरु आहेत. याचाच एक भाग म्हणून लातूर येथे मराठवाडा रेल्वे कोच कारखाना उभारण्यात आला. या कारखान्याच्या माध्यमातून प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष स्वरूपात रोजगार निर्मिती होणार आहे. तसेच कारखान्यासाठी आवश्यक छोटे-छोटे उद्योगही येथे उभे राहतील, असे खासदार सुधाकर शृंगारे यांनी सांगितले. मराठवाड्यातील युवकांना रोजगाराच्या संधी उपलब्ध व्हाव्यात, यासाठी रेल्वे कोच कारखाना लातूर येथे उभारण्याची मागणी मांडण्यात आली. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, तत्कालीन रेल्वे मंत्री पियुष गोयल, तत्कालीन मुख्यमंत्री व विद्यमान उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी ही मागणी मंजूर केली. कारखान्याच्या उभारणीसाठी लोकप्रतिनिधी, अधिकारी यांचेही सहकार्य लाभले. लातूर येथे सुरु होत असलेल्या या कारखान्यामुळे युवा वर्गाला रोजगार उपलब्ध होणार असून यासोबतच इतरही उद्योग लातूर येथे येण्यास मदत होईल, असे आमदार संभाजी पाटील-निलगेकर म्हणाले. या कारखान्यात १२० वंदे भारत रेल्वे तयार केल्या जाणार असल्याचे त्यांनी सांगितले. मराठवाडा रेल्वे कोच कारखाना हा लातूरसाठी प्रगतीचे दालन उपलब्ध करून देणारा विकासात्मक ठरणार आहे. या कारखान्यामुळे मराठवाड्यातील युवा वर्गाला रोजगाराची संधी निर्माण होतील, असे जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-घुगे यावेळी म्हणाल्या. प्रारंभी रेल्वेचे मुख्य कारखाना अभियंता सुबोधकुमार सागर यांनी मराठवाडा रेल्वे कोच कारखान्याबाबत सविस्तर माहिती दिली. रेल्वे मंत्रालयाच्या मालकी असलेला या कारखान्यासाठी सुमारे ३५० एकर जागा उपलब्ध करून देण्यात आली असून याठिकाणी अत्याधुनिक तंत्रज्ञानाच्या सहाय्याने रेल्वे कोच निर्मिती केली जाणार असल्याचे त्यांनी सांगितले. मराठवाडा रेल्वे कोच कारखाना- ठळक मुद्दे व वैशिष्ट्येः प्रकल्पाची किंमत: रु. ६७५.७९ कोटी टप्पा-१ मध्ये ३५० एकरांपैकी ११० एकरांवर बांधकाम. अद्ययावत यंत्रसामग्रीने सुसज्ज कारखाना अत्याधुनिकतंत्रज्ञान आणि सुविधा असलेले कोच निर्मिती केली जाणार. रेल्वे कर्मचाऱ्यांची क्षमता वाढीसाठी प्रशिक्षण सुविधा. स्थानिक पुरवठादारांच्या क्षमता वाढीसाठी मदत. पहिल्या टप्प्यात १२० वंदे भारत ट्रेनचे कोच निर्मिती होणार.

## नाना - नानी पार्क मध्ये हास्य क्लबचे सुभाष आप्पा माशाळकर यांच्या वाढदिवसानिमित्त मेजवानी



लातूर:- लातूर शहराच्या मध्यवस्तीत असलेल्या नाना- नानी पार्कची वेगळी तऱ्हा ती ही भलतीच न्यारी असेच वाटते नाना- नानी पार्कने लोकनेता विलासराव देशमुख हे नाव धारण केले परंतु काही लोक नाना - नानी पार्क म्हणूनच हास्यक्लबला कर्तात यातीलच एक माहिती अशी की हास्य क्लब नावाने ७० सदस्य असलेले एक उपक्रम चालविणारी संस्था अध्यक्ष रमेश भुतडा आणि सचिव संजय बागडे यांनी शकल लढवून योग्य करणारे हास्य क्लब नाव देऊन संघटित केले. या हास्य क्लबच्या प्रत्येक सदस्याचा वाढदिवस आणि

त्या सदस्यांना सकाळच्या वेळेत नाश्ता जेवण हे द्यायचे ठरविले ही एक आनंदाचीच वार्ता समजावे असे वाटते. १२ मार्च रोजी मंगळवारी सुभाष आप्पा माशाळकर यांच्या वाढदिवसानिमित्ताने सुभाष यांचे येथील स्वाती भोजनालयात हास्य क्लबच्या अनेक सदस्याने भरपेट भोजनाचा आस्वाद घेऊन सुभाष आप्पा माशाळकर यांना फेटा बांधून, शाल, गुलाबाचा पुष्पहार घालून अति उत्साहात, वाढदिवस साजरा करण्यात आला. यावेळी हास्य क्लबचे अध्यक्ष रमेश भुतडा सचिव संजय बागडे व सदस्य गोविंद कुंचमवार, गिरीश मुळे, राजू सैदापुरे, डॉ. श्रीराम कोळेकर, रमेश मुळे, दत्ता गायकवाड, सिताराम पुणेकर, ओमप्रकाश सारडा, शंकर कांगले, पुरुषोत्तम मुंडडा, नंदकिशोर अंकलकोटे, दत्ता सुरवसे, निर्मळ, दीपक जगताप, डॉ. संजय जमदाडे, वीरेंद्र सौताडे कर, शिरीष माळी, बाळू शेठ बी दादा तसेच समस्त माशाळकर परिवार आदी उपस्थित राहून सुभाष आप्पा माशाळकर यांना वाढदिवसानिमित्त शुभेच्छा दिल्या .



हास्य क्लबचे सदस्य सुभाष आप्पा माशाळकर यांना दैनिक महावृत्तचे संपादक अशोक हनवते, कार्यकारी संपादक गोविंद कुंचमवार यांनी वाढदिवसाच्या शुभेच्छा देऊन एक वस्तू भेट दिली.

## वसंत मोरेंनी फक्त वॉशिंग मशिनच्या दिशेने जाऊ नये : संजय राऊत यांचा सल्ला

पुण्यातील मनसे नेते व नगरसेवक वसंत मोरे यांनी आज मनसेच्या सदस्यत्वाचा आणि सर्व पदांचा राजीनामा दिला आहे. वसंत मोरे हे मनसे प्रमुख राज ठाकरे यांचे प्रमुख शिलेदार होते, त्यांच्या राजीनाम्यानंतर राजकीय वर्तुळात खळबळ उडाली आहे. त्यावर शिवसेना ठाकरे गटाचे नेते संजय राऊत यांनीही प्रतिक्रिया दिली आहे. संजय राऊत म्हणाले, वसंत मोरेंच्या राजीनाम्यावर मी काय बोलू, वसंत मोरे यांनी त्यांच्या पक्षाला रामराम का ठोकला, त्यांची पुढील दिशा काय आहे. ते लोकसभा लढविणार असतील तर कोणाकडून लढवणार आहे हे त्यांनी ठरवावं. फक्त त्यांनी भाजपच्या वॉशिंग मशिनच्या दिशेने जाऊ नये, कारण ते स्वतःच स्वच्छ असल्याचा सल्ला संजय राऊत यांनी दिला आहे. वसंत मोरे चांगला कार्यकर्ता आहे, मी त्यांना ओळखतो. वसंत मोरे हे शरद पवार यांना भेटले होते, अशी चर्चा होती. त्यावर बोलताना राऊत म्हणाले त्यांनी पवार साहेबांची भेट घेतली असेल तर त्यात वागणे काही नाही, पवार साहेब देशाचे नेते आहेत, मार्गदर्शक आहेत. संजय राऊत हे नाशिकमध्ये आले आहेत. उद्या राहुल गांधी यांची भारत जोडो न्याय यात्रा नाशिकमध्ये दाखल होणार आहे, त्यासाठीच संजय राऊत नाशिकमध्ये आले आहेत. राहुल गांधी यांच्या भारत जोडो न्याय यात्रेचा फायदा महाराष्ट्राला



होईल त्याशिवाय तो महाविकास आघाडीलाही होईल असे राऊत म्हणाले. वंचितला ४ जागांचा प्रस्ताव दरम्यान जागावाटपावर संजय राऊत खोटे बोलत असल्याची टीका प्रकाश आंबेडकर यांनी केली होती, त्यावर बोलताना जागावाटप प्रत्यक्ष भेटून होते. समाजमाध्यमांवर अशा गोष्टी उरवल्या जात नाही. वंचित बहुजन आघाडीला ४ जागांचा प्रस्ताव आम्ही दिला आहे, त्यांनी आम्हाला एक यादी दिली होती, त्यातील उत्तम चार जागा आम्ही त्यांना दिल्या. जागा उद्धव ठाकरे, शरद पवार, बाळासाहेब थोरात बैठकीला होते. मी खोटे का बोलू प्रकाश आंबेडकर आमचे मित्र आहेत. त्यांच्याविषयी आम्हाला प्रेम आहे. आम्ही स्वतः बाबासाहेबांच्या विचारांवर चालणारे आहोत, संविधान वाचविण्यासाठी मैदानात उतरलेले लोक आहोत. आम्हाला प्रकाश आंबेडकरांची साथ हवी आहे.

## खडसे आजारी! रावेर लोकसभेसाठी शरद पवार गटाकडून उमेदवाराचा शोध, 'ही' तीन नावे चर्चेत

जळगाव : नरेंद्र पाटील- रावेर लोकसभा मतदारसंघ हा जिल्ह्याच्या नाहीतर राज्याच्या राजकारणात खूप मोठ्या उलथापालथी करणारा जिल्हा आहे. २०२४ च्या लोकसभा निवडणुकीत सून विरुद्ध सासरा किंवा संकटमोचक विरुद्ध खडसे असा सामना रांगणार असे चित्र दिसत असतानाच वैद्यकीय कारणांमुळे खडसे बँकफुटवर गेले आहेत. त्यामुळे राष्ट्रवादीला त्या तोडीचा उमेदवार शोधण्याची आवश्यकता निर्माण झाली आहे. या दृष्टीने तीन उमेदवारांची नावे समोर येऊ लागलेली आहे. मात्र नशीब कुणाचे फडफडणार व शरद पवार कोणाला आशीर्वाद देणार हे पाहणे महत्त्वाचे ठरणार आहे. आज रावेर लोकसभा मतदार संघाची निवडणूक रावेर पूर्वी न राहता ती राज्य पातळीवर परिणाम करणारी झालेली आहे. प्रत्येक पक्ष-अपक्ष कार्यकर्त्यांचे लक्ष या रावेर लोकसभा निवडणूकडे लागलेले आहे. महाविकास आघाडी

मध्ये ही जागा राष्ट्रवादी काँग्रेस शरद पवार गटाकडे गेलेली आहे. यापूर्वीच एकनाथ खडसे यांनी आपण लोकसभेची निवडणूक लढणार आहोत असे जाहीर केले होते मात्र मध्यंतरी त्यांच्या शरीर प्रकृतीने साथ न दिल्यामुळे आज ते डॉक्टरच्या सल्ल्याने निवडणूक लढायची की नाही लढायची या विचारात आहेत व तसे त्यांनी जाहीर केलेले आहे. डॉक्टरांनी परवानगी दिल्यानंतरच आपण लोकसभेची निवडणूक लढणार असल्याचे खडसेंनी स्पष्ट केले आहे. त्यामुळे एकनाथ खडसे यांच्या उमेदवारीवर प्रश्नचिन्ह जरी निर्माण झालेले असले तरी राष्ट्रवादी काँग्रेस शरद पवार गटाकडून खडसेंऐवजी कोण उमेदवार असेल यासंदर्भात चर्चा ही सुरु झाली आहे. पहिले नाव यात सर्वाधिक पहिले नाव म्हणजे शरद पवारांचे जवळचे व विश्वासातील जिल्हाध्यक्ष रवींद्र भैय्या पाटील मात्र ते जेव्हाही निवडणुकीत उभे



राहिलेले आहेत तेव्हा विजयापर्यंत पोहोचू शकले नाही. मताधिक्य मिळालेले आहे परंतु विजयाचा शिरे टोप त्यांच्या डोऱ्यावर दिसून आलेला नाही हा त्यांच्या निवडणुकीच्या कारकिर्दीतील इतिहास आहे. दुसरं नाव

दुसरं नाव आहे ते शरद पवार अजित पवार या दोन्ही गटांमधील विनोद तराळ या व्यक्तीने राज्यात आपली एक आगळी वेगळी ओळख निर्माण केलेली आहे. फर्टीलायझर्स या संघटनेच्या माध्यमातून चोपडा थेट नादुर पर्यंत त्याचे वर्चस्व आहे. गेल्या विधानसभा निवडणुकीत राष्ट्रवादीने केलेल्या सहकार्यामुळे आमदार चंद्रकांत पाटील विजयी झाले होते हा इतिहास आहे. तिसरं नाव यावल्चे माजी नगराध्यक्ष व शरद पवार गटाचे लोकसभा संपर्कप्रमुख अतुल पाटील यांचेही नाव या यादीत आहे. त्यांनीही आपल्या कर्तुत्वाने चांगला ठसा उमटवलेला आहे. या तीन जणांच्या नावाची चर्चा असून त्यात कुणाची वरणी लागते हे पाहावे लागणार आहे. जर डॉक्टरांनी खडसेंना वैद्यकीय कारणाने उमेदवारी करण्याचे नाकारले तर या तीन जणांच्या नावापैकी कोणत्याही एका नावाची घोषणा होऊ शकते.



## संपादकीय....

## धूम स्वयंचलित वाहनांची

अरविंदकुमार मिश्रा, ऊर्जातज्ज्ञ बाईक आणि मोटार तंत्रज्ञानात होणारे बदल विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाची अनुभूती देतात. आता वाहनविश्वात विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाचा नवा बदल 'सेल्फ ड्रायव्हिंग मोटारी'च्या रूपातून पाहावयास मिळत आहे. आगामी काळात स्वयंचलित तंत्राने धावणार्या गाड्या या मानवाचा प्रवास अधिकाधिक सुरक्षित करण्याबरोबरच सुलभ आणि स्वस्त करतील. या गाड्यांमुळे वाहन चालविण्याचा ताणही कमी राहणार आहे.माणसाचा मेंदू हा प्रत्येक वेळी आयुष्य सुसह्य कसे राहिल, याचा विचार करतो आणि त्यानुसार कृती करतो. आयुष्याच्या वाटचालीत स्कूटरपासून मोटारीपर्यंतची वाहने महत्त्वाची भूमिका बजावतात. लहानपणी आजोबांची स्कूटर आणि नंतर वडिलांची मारुती ८०० च्या आठवणी सर्वांनाच भारावून टाकणार्या असतात. बाईक आणि मोटार तंत्रज्ञानात होणारे बदल विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाची अनुभूती देतात. गेल्या काही दशकांपर्यंत वाहनांतील तांत्रिक बदल हे गिअर, हेडलाईट, इंटेरियर, एक्सेटियरपर्यंत मर्यादित असायचे. आज पेट्रोल आणि डिझेलच्या ठिकाणी वीज आणि सीएनजीवर धावणार्या गाड्या उपलब्ध होत असून, त्या आपले जीवनमान पर्यावरण अनुकूल करत आहेत. इलेक्ट्रिक वाहने ग्रीन हाऊस गॅस उत्सर्जनामध्ये घट करण्याबरोबरच रस्ते अपघात आणि ध्वनी प्रदूषण कमी करण्याचा प्रयत्न करत आहेत.आता वाहनांच्या विश्वात विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाचा नवा बदल 'सेल्फ ड्रायव्हिंग मोटारी'च्या रूपातून पाहावयास मिळत आहे. तंत्रज्ञान आणि वाहन कंपन्या यांच्यात 'सेल्फ ड्रायव्हिंग तंत्रज्ञाना'वरून स्पर्धा असल्याच्या बातम्या भविष्यातील वैशिष्ट्यपूर्ण मोटारीबाबत कुतूहल निर्माण करणार्या आहेत. आगामी काळात स्वयंचलित तंत्राने धावणार्या गाड्या या मानवाचा प्रवास हा अधिकाधिक सुरक्षित करण्याबरोबरच सुलभ आणि स्वस्तात करतील असे वाटू लागले आहे. आजच्या काळात वाहतूक कोंडीची समस्या गंभीर बनली आहे; मात्र ही नवे तंत्रज्ञानयुक्त वाहने नव्या पिढीला दिलासा देतील. या गाड्यांमुळे वाहन चालविण्याचा ताणही कमी राहणार आहे. संपूर्णपणे स्वयंचलित वाहनातून प्रवास करणारा व्यक्ती हा वाचलेला वेळ अन्य कामाला देऊ शकते. अचूक तर्कावर धावणार्या गाड्या इंधनात बर्बापैकी बचत करतील. दिव्यांग व्यक्तीबरोबरच महिला आणि ज्येष्ठांसाठीही या गाड्या उपयुक्त मानल्या जात आहेत.चालकाऐवजी मशिन तंत्रज्ञानाने धावणार्या गाड्या या चमत्कारापेक्षा वेगळ्या नाहीत. काही दशकांपूर्वी चालकाविना धावणार्या गाड्या चित्रपट व फिक्शनमध्ये दिसायच्या; पण चालकाविना मोटारीचा इतिहास हा बराच जुना आहे. १४७८ मध्ये लियोनार्दो दा विंची यांनी स्वयंचलित मोटारीचा पहिला प्रारूप आराखडा तयार केला होता. दा विंची यांनी स्प्रिंगवर आधारित एक स्वयंचलित रोबोच्या रूपातून वाहनाचे सादरीकरण केले होते. अमेरिकेसह युरोपीय देशांच्या दिग्गज कंपन्या ऑटोमेशन तंत्रज्ञानाच्या फिचरयुक्त वाहने बाजारात आणत आहेत. ऑटोमोबाईल कंपन्यांबरोबरच टेस्ला, अमेझॉन, गुगल, उबरसारख्या तंत्रज्ञान कंपन्या या चालकाविना असलेल्या गाड्यांच्या तंत्रज्ञानाचे पेटंट मिळवण्यात यशस्वी ठरल्या आहेत.आजघडीला जगभरात सार्वजनिक वाहतूक व्यवस्थेत 'सेल्फ ड्रायव्हिंग' मोटार असून नसल्यासारखी आहे; मात्र अमेरिकी राज्य नेवादा हे सार्वजनिक वाहतुकीत वाहकाविना गाड्यांचा समावेश करणारे पहिले राज्य ठरले आहे. अमेरिकेतील अन्य राज्ये जसे कॅलिफोर्निया, फ्लोरिडा, ओहियो, वॉशिंग्टन डीसीमध्ये चालकाविना गाड्यांची वर्दळ वाढली आहे. या मोटारीत उच्च प्रतीची ड्रायव्हिंग असिस्टंट सिस्टीम असून, ती वेगवेगळ्या माध्यमातून मिळणार्या डेटाचे संकलन करते. त्याचे एआय आणि मशिन लर्निंग अल्गोरिदमच्या माध्यमातून विश्लेषण करत असते. डेटा विश्लेषणच्या माध्यमातून मिळणार्या रिअल टाईम इनपुटच्या आधारावर गिअर, अॅक्सिलेटर, ब्रेकसह सर्व भागांना सूचना दिली जाते. एआय मशिन लर्निंग आणि न्यूरल नेटवर्क अल्गोरिदम हे संयुक्तपणे मोटारीस स्वयंचलितरीत्या वहन करण्यासाठी प्रोत्साहित करते.

## बाळासाहेब आंबेडकरांच्या वंचितची विजयी घौडदौड....!!!.

महाराष्ट्राच्या राजकारणात आंबेडकरी समाजाचा रिपब्लिकन पक्ष अदखलपात्र ठरला. त्याची जागा खऱ्या अर्थाने आता बाळासाहेब आंबेडकर यांच्या वंचित बहुजन आघाडीने घेतली. २०१४ च्या विधानसभा लोकसभा निवडणुकीमध्ये प्रत्येक मतदारसंघांमध्ये त्यांनी आपली मतदार संख्या नोंद केली आहे. आंबेडकरी विचारधारा मानणारा प्रत्येक माणूस आज आपले जात विसरून बहुजन किंवा वंचित म्हणून आपली ओळख निर्माण करीत आहे.अनेक पक्षात असणारे कार्यकर्ते त्यांना आज समाजामध्ये जातीचा उमेदवार म्हणून एक वेगळी स्वाभिमानी ओळख वंचित बहुजन आघाडीमुळे निर्माण झाली असे चित्र आज महाराष्ट्र राज्यात सर्वत्र दिसत आहे. त्याची प्रचिती विधानपरिषदेच्या १२ आमदारांची नावे जाहीर झाली तेव्हा दिसून आली होती.त्यामुळे त्यांची दखल अनेक राजकीय पक्ष घेताना दिसत आहेत.सत्ताधारी महाविकास आघाडीत तीन पक्ष होते. काँग्रेस, राष्ट्रवादी काँग्रेस आणि शिवसेना त्यांनी आपापल्या पसंतीची शिफारस करून यादी राज्यपाल महोदयांकडे पाठविली आणि राज्यपाल महोदयांनी त्या यादीला मंजूरी दिली असा त्याचा संदर्भ सांगितला जातो किंवा तसा लोकशाही प्रघात आहे अशीही बाजू मांडली जात होती. राज्यपालांनी त्यांच्या या भूमिकेला सुरुंग लावला होता प्रत्यक्ष चित्र वेगळं होतं विधान परिषदेच्या १२ आमदारांमध्ये ३ आमदार हे वंचित बहुजन आघाडीचे विधानसभा उमेदवार म्हणून लढणारे पराजित आमदार होते त्यांची ओळख हे वंचित चे उमेदवार आणि वंचित चे चेहेरे म्हणूनच इतर पक्षाने त्यांना स्वीकारलं हे नाकारता येत नाही. हेच वास्तव आणि सत्य आहे...!! आंबेडकरी विचार मानणाऱ्या समाजामध्ये अनिरुद्ध वनकर,आनंद शिंदे आणि यशपाल भिंगे हे सुप्रसिद्ध झालेले आहेत. तेच विधानसभेचे वंचित बहुजन आघाडीचे उमेदवार होते नव्हे ते वंचितांचा चेहरा म्हणून विधानसभेत समाजाचे प्रतिनिधी म्हणून वंचित बहुजन आघाडीने महाराष्ट्राला त्यांची ओळख करून दिली होती.काँग्रेस किंवा राष्ट्रवादी काँग्रेस पक्षाने त्यांना जी आमदारांची बहाल केली ती त्यांच्या कामगिरी वरून पक्षनिष्ठेवरून किंवा कार्यकर्तृत्वावरून दिली नव्हती,तर वंचित समाजात वंचित बहुजन आघाडीचे वाढत चाललेलं वर्चस्व लक्षात घेऊन त्यांना ही उमेदवारी देण्यात आली होती. वंचित समुहाला दाखवण्यासाठी किंवा आकर्षित करण्यासाठी त्यांनाही उमेदवारी देण्यात आली होती हे आता सर्वव्याप्त लक्षात आले आहे. म्हणूनच वंचित समाजामध्ये आणून सत्ताधारी होऊ शकतो ही इच्छाशक्ती निर्माण झाली आहे. बाळासाहेब आंबेडकर यांनी पंचायत समिती जिल्हा परिषद आणि नगरपालिका महानगरपालिका यामध्ये वंचित समाजाच्या वेगवेगळ्या घटकांना उमेदवारी देऊन सत्तेत सहभागी करून घेतले आहे हे आता सर्व वंचित समाजाच्या लोकांनी प्रत्यक्ष पाहिले आहे.आणि म्हणूनच येणाऱ्या विधानसभा निवडणूक मध्ये वंचित बहुजन आघाडी ही निर्णायक ठरणार आहे. तिची विजयी घौडदौड कोणी रोखू शकणार नाही.वंचितांना सत्ता मिळालीच पाहिजे ही इच्छाशक्ती बहुजनमध्ये निर्माण झाली आहे. एडवोकेट बाळासाहेब आंबेडकरांच्या वंचित बहुजन आघाडीचे विजयी घौडदौड काँग्रेस आणि राष्ट्रवादी काँग्रेस पक्षाच्या नेतृत्वाला वंचितांच्या सत्तेचा हक्क मान्य केल्या शिवाय पर्याय नाही.महाराष्ट्राच्या राजकारणात सत्तास्थानी काँग्रेस आणि राष्ट्रवादी काँग्रेस पक्ष हे तर मराठा समाजाच्या घराणेशाहीचे वतनदार धन दांडगे आहेत. त्यांनी आजपर्यंत वंचित समाजाला तुकडे टाकून झुलवत ठेवले आहे.त्यांनी बहुजन वंचित समाजाला सत्तेत सहभाग कधीच दिला नाही.साधे ग्रामपंचायत चे सरपंच पद मिळाल्यावर मागासवर्गीय कुुरची वर बसलेला त्यांना सहन होत नाही.म्ग पंचायत, जिल्हा,परिषद,आमदार आणि खासदार दूरच आहेत.त्या पदाला बहुजन वंचित समाजाला लायक वंचित बहुजन आघाडीने बनविले.

महाराष्ट्रातील बहुजन समाजामध्ये होऊ शकत नाही. अशी मानसिकता तयार करून ठेवली असल्यामुळे होणार नाही.ही मानसिकता बहुजन समाजामध्ये होती.ती बदलण्याचे महान कार्य

मान्यवर कांशीरामजी यांनी जिसकी की संख्या भारी,उतनी उसकी भागीदारी ही भूमिका घेऊन उत्तर भारतात प्रबोधन करून चार वेळा सत्ता परिवर्तन करून दाखवले केले. स्वबळावर चार वेळा देशातील सर्वात मोठ्या राज्याची सत्ता हातात घेतली आणि होऊ शकते हे करून दाखवले.महाराष्ट्रातील आंबेडकरी विचारांच्या नेत्या सह बहुजन समाजाची मानसिकता बदल्याचे काम बाळासाहेब आंबेडकर यांनी वंचित च्या माध्यमातून २०१९ च्या लोकसभा,विधानसभा निवडणुकीत मतदान घेऊन दाखवले. गेल्या एक दोन वर्षातील झंजावती जाहीर सभेने राज्यातील बहुजन समाजातील वंचित लोकांच्या मनात आदरचे स्थान निर्माण करण्यात ते आज तरी यशस्वी झाल्याचे चित्र निर्माण झाले आहे.त्यांची दखल सर्वच राजकीय पक्षांना घेण्यास भाग पडत आहे.आंबेडकरी विचाराचा रिपब्लिक पक्ष कुठे ही दखल पात्र नसतात.बाळासाहेब आंबेडकर यांचा वंचित बहुजन आघाडी पक्ष गेल्या निवडणुकीतील मिळविलेल्या मतदार संख्या व टक्केवारी मुळेच दखल पात्र ठरत आहे.

प्रकाश आंबेडकर यांची ही तुकड्यांची थोटी सत्ता आम्हाला नको!आम्हाला संपूर्ण सत्ता हवी आहे,हा निग्रह आता वंचित बहुजन समाजाने केला आहे असे वातावरण आज तरी दिसत आहे.त्यामुळेच विधानपरिषद मध्ये जाणारे धन दांडगे,जात दांडगे



राजकीय वतनदार त्या भितीपोटी १२ पैकी ३ आमदार सरळ सरळ वंचित बहुजन आघाडीला महाविकास आघाडीने दिले होते. हेच वातावरण कायम राहिले तर वंचित बहुजन आघाडीला

सत्ताधारी बनता आले नाही तरी मजबूत विरोधी पक्ष म्हणून कोणत्या सत्ताधारी पक्षाला दखल घ्यावी लागेल.बहुजन समाजाने आपला वैचारिक शत्रू कोण हे त्याला मदत करणारा आपल्या समाजाचा कार्यकर्ता,नेता शत्रू गोठाला जाऊन मिळालेला समाजाचा नेता होऊ शकत नाही.ही ठाम भूमिका वंचित समाजाच्या घराघरात झाले पाहिजे. प्रबोधनतून परिवर्तन झाल्या शिवाय राहणार नाही. म्हणून कार्यकर्त्याने आपल्या नगरात नगरात शत्रू गटात किर्याशील असणाऱ्या आपल्या माणसाचे नेटाने प्रबोधन करा. अन्यथा त्याची जागा त्याला दाखवा. आंबेडकरी चळवळीतील एका नेत्याचे म्हणणे होते की इतर पक्षाशी युती आघाडी करा.गाजरची पुंगी वाजली तर वाजली नाही तर मोडून खाही रिपब्लिकन पक्षाच्या अनेक गटांनी हीच भूमिका स्वीकारून स्वताचे अस्तित्व गमावून बसले.भिकाऱ्या सारखी सत्ता रिपब्लिकन पक्षाने ९० च्या दशका पासून घेतल्याचा अनुभव घेतला आहे. पूर्वीचे पंथर रामदास आठवले, दयानंद म्हस्के,प्रितमकुमार शेगांवकर आणि गंगाधर गाडे हे मंत्री झाले तर अनिल गांडाने हे विधानपरिषदेचे आमदार झाले होते. एक खासदार मागच्या दाराने दुसऱ्या फळीतील नेत्यांना बाजूला



आंबेडकरांच्या वंचितची विजयी घौडदौड वाढवावी.

\*\*\*\*\*

सागर रामभाऊ तायडे,

९९२०४०३८५९,

भांडुप,मुंबई.

## एकखांबी तंबू!

संसाराचा गाडा पति-पत्नी अशा दोघांनी ओढायचा असतो. शेतीची कामे एका बैलावर होत नाहीत, तेथे दोन बैल लागतात, राज्याचा गाडा एकटे मुख्यमंत्री ओढू शकत नाहीत त्यांना दोन उपमुख्यमंत्र्यांची गरज भासते. केंद्रीय निवडणूक आयोगाचेही तसेच आहे. देशांतर्गत निवडणुकांचा कारभार हा आयोग पाहतो. हा कारभार एकटे मुख्य निवडणूक आयुक्त पाहू शकत नाहीत, त्यांच्या मदतीला दोन निवडणूक आयुक्त लागतात परंतु सध्या आयोगामध्ये वेगळेच आकृति घडले आहे. आगामी लोकसभा निवडणुका तोंडावर असताना निवडणूक आयुक्त अरुण गोयल यांनी शनिवारी आपल्या पदाचा राजीनामा दिला आणि राष्ट्रपती द्रौपदी मुर्मू यांनी तो स्वीकारला. आयोगाचे एक सदस्य अनुपचंद्र पांडे फेब्रुवारीत निवृत्त झाल्याने त्यांचे पद रिक्त होते. त्यात आता अरुण गोयल यांच्या राजीनाम्यामुळे आयोगात मुख्य निवडणूक आयुक्त राजीव कुमार हे एकटेच उरले आहेत. म्हणजे केंद्रीय निवडणूक आयोग एकखांबी तंबू बनला आहे.आता या एकखांबी तंबूत देशाच्या निवडणुकीची सर्कस कशी काय पार पडणार? गोयल यांनी आपल्या राजीनाम्याचे कारण स्पष्ट केलेले नाही. गोयल हे भारतीय प्रशासकीय सेवेतील १९८५ च्या बॅचचे, पंजाब केडरचे माजी अधिकारी होते. २१ नोव्हेंबर २०२२ रोजी त्यांची निवडणूक आयुक्तपदी नियुक्ती झाली होती. त्यांचा कार्यकाल २०२७ साली संपणार होता. त्यांच्या नेमणुकीवरून वाद निर्माण झाला होता. केंद्रीय अवजड उद्योग खात्याचे सचिव असताना त्यांनी भारतीय प्रशासकीय सेवेचा राजीनामा दिला होता आणि दुस-याच दिवशी त्यांची निवडणूक आयुक्तपदी नेमणूक झाली होती. जगातील सर्वात मोठ्या लोकशाहीवादी देशातील महत्त्वपूर्ण अशी लोकसभा निवडणूक काही आठवड्यांवर येऊन ठेपली असतानाच आणि आपल्या कार्यकालाची तीन वर्षे शिल्लक असताना गोयल यांनी राजीनामा का दिला याबद्दल आक्षेप व्यक्त केले जात आहे. त्यांच्या या राजीनाम्याचे अनेक पडसाद उमटू शकतात. त्याचे वेगवेगळे राजकीय अर्थ काढले जाऊ शकतात. विरोधी पक्षांकडून या प्रश्नावर केंद्र सरकारला कोंडीत पकडले जाऊ शकते. राजीनाम्याचा हा प्रकार भारतात पहिल्यांदाच घडला आहे असे नाही.याआधी १९७३ मध्ये तसेच २०१५ व २०२० मध्येही त्या वेळच्या निवडणूक आयुक्तांनी राजीनामे दिले होते परंतु ऐन निवडणुकीच्या तोंडावर राजीनामा देण्याचा हा पहिलाच प्रकार

आहे. सर्वसाधारणपणे राजीनाम्याची जी कारणे असतात त्यामागे आयोगाच्या कामकाजाबाबत नाराजी, निवडणूक आयुक्त म्हणून विश्वासात न घेतले जाणे, मुख्य निवडणूक आयुक्तांकडून डावलणे, सरकारच्या हस्तक्षेप वाढणे, मुख्य निवडणूक आयुक्तांबरोबर महत्त्वाच्या विषयांवर मतभेद होणे अथवा निवडणूक आयुक्त पदापेक्षाही आणखी मोठ्या पदाची ऑफर असणे, अशी कारणे असू शकतात. यापूर्वी राजीनामा दिलेल्या दोन मुख्य आयुक्तांना आंतरराष्ट्रीय स्तरावरच्या मोठ्या नियुक्त्या मिळाल्या होत्या. म्हणून त्यांनी राजीनामे दिले होते. सद्य:स्थितीत मुख्य निवडणूक आयुक्तांबरोबर मतभेद झाल्यामुळेच अरुण गोयल यांनी राजीनामा दिला, अशी चर्चा आहे. गोयल नियमांवर बोट ठेवून काम करणारे अत्यंत शिस्तबद्ध अधिकारी आहेत, असे बोलले जाते. पश्चिम बंगालमधील लोकसभा निवडणुकीच्या आढाव्यावरून त्यांचे मुख्य निवडणूक आयुक्त राजीव कुमार यांच्याशी वाजले आहे म्हणे. पश्चिम बंगाल दौरा अर्ध्यावर सोडून गोयल दिल्लीत परतले होते.त्यानंतर चार दिवसांनी गोयल यांनी आपला राजीनामा थेट राष्ट्रपतींकडे पाठविला आणि त्याच दिवशी तो मंजूर झाला. पश्चिम बंगालच्या आढाव्यावरून दोन्ही आयुक्तांमधील मतभेद टोकाला गेले असले तरी गोयल यांनी इतक्या तडका-फडकी राजीनामा का दिला ते अजून स्पष्ट झालेले नाही. या प्रकरणावर केंद्र सरकारने कोणतेही भाष्य केले नाही. उलट रिक्त दोन निवडणूक आयुक्त पदे १५ मार्चपर्यंत भरण्यात येणार आहेत म्हणे. निवडणूक आयुक्त नेमण्याचे अधिकार पंतप्रधानांच्या अध्यक्षतेखालील समितीला असतात. यात विरोधी पक्ष नेत्यांचाही समावेश असतो. कोणत्याही परिस्थितीत लोकसभा निवडणुकीच्या वेळापत्रकावर परिणाम होऊ नये, निवडणुका सुरळीत पार पडाय्यात म्हणून दोन आयुक्तांची नियुक्ती करणे जास्त श्रेयस्कर ठरते. भारतात निवडणूक आयोगाला स्वायत्त संस्थेचा दर्जा आहे. तिथे राजकीय हस्तक्षेप होऊ नये अथवा सरकारी प्रभाव राहू नये यासाठी हा स्वायत्ततेचा दर्जा देण्यात आला



आहे. लोकशाही व्यवस्थेत या संस्थेला अनन्यसाधारण महत्त्व असल्याने तिथे घडणा-या घटनांचे पडसाद महत्त्वाचे ठरतात. गोयल यांची नियुक्ती काहीशी घाईघाईनेच झाली होती आणि त्यांच्या नियुक्तीला कोर्टात आव्हानही देण्यात आले होते. या पार्श्वभूमीवर गोयल यांनी राजीनामा देण्यासाठी निवडलेली वेळ विविध चर्चेचे कारण ठरली आहे. स्वायत्त संस्थेचा महत्त्वाचा अधिकारी जेव्हा अशा पद्धतीने राजीनामा देते तेव्हा त्याचा निवडणूक आयोगाच्या कामावरही परिणाम होऊ शकतो. गोयल यांचा राजीनामा तातडीने स्वीकारण्यात आला. खरे पाहता निवडणूक तोंडावर असताना गोयल यांना थांबण्याचा सल्ला दिला जाऊ शकला असता परंतु ज्या अर्थी त्यांचा राजीनामा स्वीकारला गेला त्या अर्थी त्यामागे तितकेच मोठे कारण असू शकेल. या प्रकरणावरून राजकारण तिपणे साहजिक आहे. काही दिवसांपूर्वी पश्चिम बंगालमध्ये उच्च न्यायालयाचे न्यायमूर्ती गंगोपाध्याय यांनी राजीनामा देऊन भारतीय जनता पक्षात प्रवेश केला होता तसाच काहीसा प्रकार गोयल यांच्या बाबतीत होणार काय, अशी चर्चा राजकीय वर्तुळात सुरू झाल्यास नवल ते काय! राजीनामा देण्यापूर्वी गोयल दोन महत्त्वाच्या बैठकांना उपस्थित नव्हते, त्यांनी तब्येतीचे कारण दिले होते. त्यामुळे त्यांच्या राजीनाम्यामागेच गूढ आणखी वाढले आहे. याबाबत गोयल यांनीच खुलासा करायला हवा. निवडणूक आयोगासारख्या महत्त्वाच्या संस्थेतील आयुक्त वैयक्तिक स्वार्थासाठी राजीनामा देत असेल तर त्याची निवडच चुकीची होती यावर शिक्षामोर्तब होते. म्हणून अशा महत्त्वाच्या पदावर परिपक्व आणि जबाबदार अधिका-यांचीच नियुक्ती झाली पाहिजे. म्हणूनच निवडणूक आयोग हा शब्द कानी पडल्यानंतर टी.एन. शेषनसारख्या व्यक्तीची आठवण येते. सध्याच्या काही घटनांवरून निवडणूक आयोगाला एखाद्या सर्कशीसारखे स्वरूप प्राप्त झाले आहे की काय अशी शंका येते. या सर्कशीचा रिंग मास्टर कोण असेल? सध्या तरी एकखांबी तंबूत निवडणुकीच्या सर्कशीचे खेळ सुरू आहेत!



# दुपारी किती वाजता जेवल्याने वजन, झोप व भुकेचं नियंत्रण येईल तुमच्या हातात? पोषणतज्ज्ञांनी वेळ व फायदे सांगितले

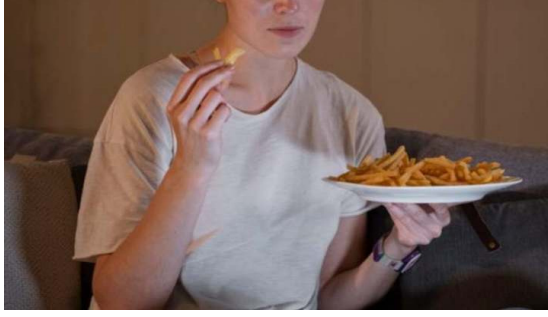
दुपारी खूप जेवण झालं राव आता एक मस्त झोप काढायची इच्छा होतय.., मला नको रात्रीचं जेवण मी थोडं उशिरा भूक लागली तर खाईन, मी खूप उशिरा दुपारचं जेवण जेवलोय. ही वाक्य आजवर कधी ना कधी आपण ऐकली व वापरली असतील. पण या दोन्हीच्या मागचं एक महत्त्वाचं कारण म्हणजे दुपारी जेवणाला झालेला उशीर. याउलट जेव्हा तुम्ही दुपारच्या जेवणाची परफेक्ट वेळ निवडता व त्याचे नेटाने पालन करता तेव्हा तुम्हाला दुपारच्या वेळी अधिक उर्जावान वाटू शकते. पोषणतज्ज्ञ मानवी लोहिया व उजाला सिग्नस हॉस्पिटलच्या आहारतज्ज्ञ एकता सिंघवाल यांनी इंडियन एक्सप्रेससाला दिलेल्या माहितीनुसार दुपारच्या जेवणाची योग्य वेळ काय व त्याचा आपल्याला काय

फायदा होऊ शकतो हे आज आपण सविस्तर जाणून घेऊया.दुपारच्या जेवणाची योग्य वेळ निवडल्यास काय फायदा होईल?शरीराच्या वेळेचे चक्र आपले शरीर एका नैसर्गिक चक्रावर चालते ज्याला सर्कॅडियन रिदम म्हणतात. हे अंतर्गत घड्याळ चयापचय आणि उर्जा पातळीसह विविध कार्यांवर प्रभाव टाकते. दुपारच्या सुमारास जेवणे या सर्कॅडियन रिदमला पूरक ठरू शकते. ज्यामुळे तुमचे शरीर कार्यक्षमतेने पचन करू शकते आणि पोषकद्रव्ये शोषून घेते. लोहिया यांनी सांगितले की, आपण खात असलेल्या अन्नाचे पुरेसे पोषण शरीराला प्राप्त होणे हे शारीरिक आरोग्य आणि स्वस्थान या दोन्हीसाठी फायद्याचे ठरते.अनेकदा सकाळच्या वेळी घाई गडबडीने अनेक कामे पूर्ण केली जातात

त्यामुळे शरीराची झीज झालेली असते. त्यामुळे वेळेवर केलेले दुपारचे जेवण शरीराला ऊर्जा साठी आवश्यक इंधन देण्याचे काम करते. एका ठराविक वेळेत तुमच्या शरीराला संतुलित आहार देऊन, तुम्ही तुमच्या मेंदूला खुबोचका स्थिर पुरवठा सुनिश्चित करता. सिंघवाल यांनी सांगितल्याप्रमाणे, एकाग्रता, उत्पादकता आणि उर्जा पातळी सुधारते.पचन व भूकेवर नियंत्रण आपली पचनसंस्थाही वेळापत्रकानुसार चालते. दुपारी योग्य वेळेत जेवल्याने पचन योग्य पद्धतीने होते व पोषक द्रव्यांचे चांगले शोषण होते. परिणामी अवेळी जेवणामुळे उद्वेगशीर अस्वस्थता किंवा अपचनाचा धोका कमी होतो.

## पोटभर जेवल्यानंतर अनेकदा भूक लागते का? अशा वेळी काय करावे? डॉक्टरांनी सांगितले उपाय

भूक ही अशी एक गोष्ट आहे; जी कोणालाही झोपू देत नाही. तीव्र भूक लागली असेल, तर आपले कशातही मन लागत नाही. त्यामुळे प्रत्येक जण दिवसाची सुरुवात म्हणजे सकाळी चहा अन् नाश्त्याने करतात आणि कामावर निघतात. त्यानंतर दुपारचे जेवण, पुन्हा संध्याकाळी काही हलका नाश्ता आणि रात्री पुन्हा जेवण करतात. खाल्ल्याने केवळ शरीरच नाही, तर मूडही चांगला राहतो. पण, असेही काही लोक आहेत; ज्यांना इतकी भूक लागते की, ते दिवसातून अनेकदा केवळ खातच असतात. इतकेच नाही, तर पोटभर जेवल्यानंतरही त्यांना भूक लागते. पण असे का होते? आणि हे टाळण्यासाठी आहारात नेमका काय बदल केला पाहिजे. या संदर्भात आहारतज्ज्ञ निधी शर्मा यांनी इन्स्टाग्रामवर एक सविस्तर पोस्ट केली आहे. तसेच याच मुद्द्यावर द इंडियन एक्सप्रेसशी बोलताना हैदराबादमधील यशोदा रुग्णालयाचे वरिष्ठ सल्लागार फिजिशियन डॉ. दिलीप गुडे यांनी सविस्तर माहिती दिली आहे.सर्वप्रथम आपण आहारतज्ज्ञ निधी शर्मा यांनी काय सल्ला दिला तो जाणून घेऊ



तुम्ही एक तर कमी खाता किंवा अति खाणे होऊ शकते.३) संतुष्टतेची भावना निर्माण होण्यास विलंब : खाल्ल्यानंतर संतुष्टतेचा सिग्नल साधारणपणे १५-२० मिनिटांनी मिळतो. म्हणून जर तुम्ही तुमच्या गरजेनुसार संतुलित आहार घेतला असाल, तर तुमच्या मेंदूला तुमच्या आतड्यांकडे सिग्नल प्रसारित करण्यासाठी थोडा वेळ द्या. त्यामुळे जर तुम्हाला जेवणानंतर भूक लागली असेल, तर २० मिनिटे थांबा. त्यानंतर तुम्हाला संतुष्ट वाटेल, असे शर्मा यांनी सांगितले. ४) गोड खाण्याची इच्छा : बहुतेक भारतीय पदार्थ हे विविध मसाल्यांमध्ये बनवले जातात. अशाने जेवल्यानंतर अनेकदा काहीतरी गोड खाण्याची इच्छा होते. तुमच्याही बाबतीत असे होत असेल, तर जेवणात दहाचा समावेश केल्यास मदत होऊ शकते, असेही शर्मा यांनी नमूद केले.५) चिया सीड्स ड्रिंक : जर तुम्हाला जेवणानंतर ३० मिनिटांनंतरही भूक लागत असेल, तर दोन चमचे चिया सीड्स पाण्यात घाला. ३० मिनिटे तसेच ठेवा आणि नंतर ते पेय हळूहळू प्या. चिया सीड्समध्ये भरपूर पोषक घटक आणि प्रथिने असतात. त्यामुळे तुमची भूकेची लालसा कमी होण्यास मदत होईल. जर तुम्ही रात्री उशिरापर्यंत

काम करीत असाल आणि रात्रीच्या जेवणानंतर भूक लागली असेल, तर तुम्ही हे पेय पिऊ शकता, असेही शर्मा म्हणाल्या.हे उपाय खरेच प्रभावी आहेत का यावर डॉ. दिलीप गुडे यांनी सविस्तर माहिती दिली आहे. डॉ. दिलीप गुडे म्हणाले की, नैसर्गिकरीत्या पिकविलेल्या विविध भाज्या, फळे, पालेभाज्या आणि इतर पदार्थ खाण्यास प्राधान्य द्या. त्यामुळे व्यक्तीची भूकेची अनिवार इच्छा कमी होण्यास साह्य मिळते. विशेषतः स्नॅक्स, जंक फूड खाणे पूर्णपणे टाळा. हाय कार्ब आणि साखरयुक्त आहारामुळे इन्सुलिनची पातळी वाढते. त्यामुळे लवकर भूक लागते. अशा वेळी काही लोक जंक फूड्स खाणे पसंत करतात. पण, त्यामुळे पचनसंस्थेचे विकार होतात, असे डॉ. दिलीप गुडे यांनी पुढे सांगितले.डॉ. गुडे यांच्या मते, प्रत्येक आहारात २० ते ३० ग्रॅम प्रथिने खाणे आणि दररोजच्या एकूण ऊर्जेच्या ४० टक्के कॅलरीज प्रथिने (नैसर्गिक प्रथिने) खाणे गरजेचे आहे.जेवणानंतर पाणी प्या आणि हायड्रेट राहा. सावकाशपणे चळवळ खाल्ल्याने व्यक्तीला पुन्हा खाण्याची इच्छा निर्माण होत नाही. काहीतरी स्नॅक्स खाण्याची इच्छा झालीच, तर डीप फ्राय केलेल्या पदार्थाऐवजी प्रोटीनयुक्त पदार्थ खा, असेही डॉ. गुडे म्हणाले.चिया सीड्समध्ये कॅलरीजची मात्रा खूप जास्त असते. त्यामुळे स्नॅक्समध्ये तुम्ही चिया सीड्स खाऊ शकता. उच्च प्रथिने असलेला आहार पचण्यास जास्त वेळ घेतो, आतड्यांतील संक्रमणाचा वेळ वाढवतो आणि त्यामुळे जास्त काळ पोट भरल्यासारखे वाटून भूक कमी होते. इन्सुलिनचे प्रमाणही कमी होते आणि रक्तातील साखरेचे प्रमाण नियंत्रणात ठेवते, असेही डॉ. गुडे यांनी स्पष्ट केले.

## गोडही अन् हेल्दीही! आहारात करा या पुडिंगचा समावेश, कोलेस्ट्रॉलसोबतच बद्धकोष्ठतेपासून मिळेल आराम



### आहारात करा 'या' पुडिंगचा समावेश

जर तुम्ही योग्य जीवनशैलीचे पालन केले तर तुम्ही दीर्घकाळ निरोगी राहू शकता. पण आजकाल खराब जीवनशैली आणि खाण्यापिण्याच्या चुकीच्या सवयींमुळे प्रत्येकामध्ये दोन आजार दिसून येत आहेत. बद्धकोष्ठता आणि वाढते कोलेस्ट्रॉल. जर तुम्हीही या दोन समस्यांनी त्रस्त असाल तर तज्ज्ञांच्या सल्ल्यानुसार खास प्रकारचे पुडिंग खाल्ले आराम मिळवू शकता. गाजर-चिया सीड्सचे पुडिंग कोलेस्ट्रॉल आणि बद्धकोष्ठता दूर करण्यासाठी उपयुक्त आहे.चिया सीड्स आणि गाजरचे पुडिंग हे पोषक तत्वांचा खजिना आहे. चिया सीड्स आतड्यांमध्ये चांगले बॅक्टेरिया वाढवण्यास देखील मदत करतात.

यामुळे पचनसंस्था निरोगी राहते.लागणारे साहित्य चिया सीड्स - २ चमचे लो फॅट मिल्क - एक कप किसलेलं गाजर - १ कप ब्राऊन शुगर - १ टीस्पून एक चमचा तूप बारीक केलेले बदाम चिया सीड्स आणि गाजराचे पुडिंग कसे बनवायचे एक कप लो फॅट दुधात चिया सीड्स रात्रभर भिजत ठेवा.आता सर्व प्रथम गाजर धुवून स्वच्छ करा.आता एक तवा घ्या आणि त्यात एक चमचा तूप घाला.त्यात किसलेले गाजर घालून मिक्स करा.त्यात एक चमचा ब्राऊन शुगर घाला.आता भिजवलेल्या चिया सीड्समध्ये गाजर घाला.वर किसलेले बदाम टाकून आनंद घ्या.

# उन्हाळ्यात काकडी का खावी? आहारतज्ज्ञांनी सांगितले काकडीचे फायदे

सध्या उन्हाळ्याची चाहूल लागू लागली असून, काही प्रदेशांत उन्हाचा तडाखा जाणवत आहे. अशात उष्णतेपासून स्वतःला वाचविण्यासाठी आहारात थंड भाज्या किंवा फळे खाणे गरजेचे आहे. थंड भाज्यांमध्ये सर्वोत्तम म्हणजे काकडी. काकडीमध्ये ९० टक्के पाणी असते. काकडी ही शरीरासाठी अत्यंत पौष्टिक असून, त्यातील ऑटिऑक्सिडंट्समुळे रक्तदाब नियंत्रित ठेवण्यास मदत मिळते. त्याशिवाय काकडी खाल्ल्याने शरीराला पाण्याची कमतरता भासत नाही आणि त्वचेच्या निरोगी आरोग्यासाठी काकडी हा चांगला पर्याय आहे.काकडी खाण्याचे आणखी काही फायदे जाणून घेऊ.द इंडियन एक्सप्रेसने आहारतज्ज्ञ डॉ. अर्चना बत्रा यांच्या हवाल्याने याविषयी माहिती सांगितली. त्या सांगतात, काकडीमध्ये ९० टक्क्यांपेक्षा जास्त पाणी असल्यामुळे काकडी खाल्ल्याने उन्हाळ्यामध्ये शरीराला पाण्याची कमतरता भासत नाही.हायड्रेशन - शरीराचे कार्य सुरळीत ठेवण्यासाठी आणि त्वचा निरोगी ठेवण्यासाठी हायड्रेशन म्हणजेच शरीरात पाण्याची पातळी नियंत्रणात ठेवणे आवश्यक आहे.पोषक घटक - काकडीमध्ये कॅलरीज कमी असतात. त्याशिवाय काकडीमध्ये आवश्यक पोषक घटक आहेत. डॉ. बत्रा सांगतात, काकडी व्हिटॅमिन के, व्हिटॅमिन सी,



पोटॅशियम व मॅग्नेशियम यांचा चांगला स्रोत आहे. आरोग्य चांगले ठेवण्यास काकडी महत्त्वाची भूमिका बजावते.पचनक्रिया सुधारते - काकडीमध्ये फायबरचे प्रमाण भरपूर असते; जे पचनासाठी अतिशय फायदेशीर आहे. काकडीच्या सेवनाने तुम्ही बद्धकोष्ठतेचा त्रास कमी करू शकता.ऑटिऑक्सिडंट्स - काकडीमध्ये बीटा-कॅरोटीन

आरोग्यदायी फायदे आहेत; ती तुमचा आहार अधिक पौष्टिक बनविण्यास मदत करते. त्यामुळे पुढच्या वेळी जेव्हा तुम्ही भाजी खरेदी करायला जाल, तेव्हा काकडी आवजून खरेदी करा.

## राज्य उत्पादन शुल्क विभागाचे तालुका निरीक्षक कार्यालय कुलूपबंद

किनवट/प्रतिनिधी-राज्य उत्पादन शुल्क विभागाचे तालुका निरीक्षक कार्यालय कुलूपबंद असल्याने कार्यालयीन कामकाजासाठी गेलेल्या लोकांना कामाविनाच पैया माराव्या लागत आहेत. फिल्डवर्कच्या नावाखाली कार्यालय बंद केले जात असेल तर कार्यालयीन कर्मचारी या कार्यालयात कायम नियुक्त करणे वरिष्ठाना गरजेचे वाटत नाही काय? असा नागरीकांचा सवाल आहे. गोकुंदा येथे राज्य उत्पादन शुल्क विभागाचे निरीक्षक कार्यालय आहे. या कार्यालयावर कामकाजाचा भार त्या तुलनेत बराचसा दिसतो. गावठी हातभट्टी दारुवर आळा घालणे त्यांच्या परिघात येत असतांना सुद्धा त्यावर फिल्डवर्कच्या कर्मचाऱ्यांनी कारवाई करीत नाहीत. परिणामी बहुतांश गावी आजही हातभट्टी दारुचा महापूर पहायला मिळतो. याचा अनिष्ट परिणाम परवानाधारक विक्रेत्यांच्या व्यवसायावर होत असल्याच्या पूर्वी तक्रारी होत्या. ग्रामिण महिलांनीही अनेकवेळा तक्रारी दिल्या मात्र गावठी दारु बंद झाली नाही. मग फिल्डवर्कच्या अधिकारी व कर्मचाऱ्यांनी किमान गावठ्या दारुचे समूह उच्चाटन केले तर युवापिढी बरबाद होण्यापासून मजदूर तरी मिळेल अशी मागणी करण्यात आली.



# मी कोण आहे.

मी हिंदू आहे. मी मुसलमान आहे. मी बौद्ध आहे. मी ख्रिश्चन आहे. मी जैन आहे. मी पारशी आहे. ही भावना मी भारतीय आहे या भावनेला तडा देते. एकतेला बाधा आणते जशी हिंदू धर्मात जातीजाती मुळ हिंदू धर्मीय लोकांच्यात एकतेची भावना कधीच निर्माण झाली नाही. त्या मुळ महा मानव डा. बाबासाहेब आंबेडकरांनी लिहिलेल्या राज्य घटनेत अर्थात संविधानात धर्मनिरपेक्षतेला गाभा म्हंटल्य. हा देश भारत आहे आणि भारत देश धर्मनिरपेक्ष आहे. मी निरपेक्ष म्हणजे प्रत्येक भारतीयाला आपल्या स्वतःच्या घरात आपापला धर्म जण्यथा, आपापल्या उपासना करण्याचा हक्क दिला आहे. स्वातंत्र्य दिलेले आहे. परंतु घरातून बाहेर पडताना त्यान धर्म आणि उपासना, रितीरिवाज घरात ठेऊन बाहेर पडायचय. कारण हा देश धर्म निरपेक्ष आहे. घरातून बाहेर पडणारा, या देशाचा नागरीक म्हणून समान आहे. फक्त माणूस आहे. आणि तो प्रथमतः भारतीय आहे आणि अंतिमतः ही भारतीय आहे. ही भावना प्रत्येक भारतीयान जपली पाहिजे तरच हा विविध धर्म, विविध परंपरा, विविध रितीरीवाजान नटलेला देश एकीन, सन्मानान, आणि समते ममतेन जगेल. आज भारताला हिंदू

राष्ट्र बनवण्याच स्वप्न दाखवले जातय . हे स्वप्नच मुळात भारतीयत्वाच्या एकात्मतेला बाधा आणणार आहे. धर्मनिरपेक्षतेला धोका देणार आहे. मानवि हक्कांना, स्वातंत्र्याला बाधा आणणार आहे. भारतीय संविधानान या देशात असलेल्या प्रत्येक धर्माच, प्रत्येक धर्माच्या उपासनांच, संस्कृतीच जतनच नव्हे तर संरक्षण केलेले आहे. हे या देशातील अंध भक्तांना आणि विकृत मानसिकतेच्या विकृतांना मान्य नाही. विकृत मानसिकता असलेल्यांना हा भारत देश हिंदू राष्ट्र बनऊन या देशाच भल करायच नाही तर यांना या देशातील जनतेला गुलाम बनवायचय. बर हिंदू राष्ट्र झाल्यावर सर्वात आधी गुलाम कोण बनणार ? सर्वात आधी गुलाम बनणार तो, हिंदू. हा जोक नाही बांधवांनो. सत्य सांगतोय. कुणबी जाती पासून बाकी सर्व जाती पुन्हा जातीच्या कोंडवाड्यात कैद होतील. शेतकरी शैती व्यतिरीक्त कोणतच काम करणार नाही. तेली तेल गाळण्या व्यतिरीक्त कोणतच काम करणार नाही. हे सगळे हिंदू पुन्हा क्षूद्र होतील. क्षूद्र म्हणजे निच, खालच्या दर्जाचा सेवक, दास. कुठल्याही जाती धर्माच्या ख्री पुरुषाला संविधानान दिलेला डाक्टर, वकील, कलेक्टर, आयपीएस, आयएएस, मंत्री,

प्रधानमंत्री, राष्ट्रपती बनण्याचा अधिकारच हिराऊन घेतला जाईल . आणि मग फक्त आणि फक्त ब्राम्हण बनियाच या देशाचे मालक होतील. आज संविधानामुळ या देशाचा प्रत्येक सनदशीर नागरीक देशाचा मालक आहे. तो हिंदू राष्ट्र झाल्यावर सेवक सोडा, गुलाम होईल गुलाम. हिंदू राष्ट्रचे डोहाळे लागलेल्या बहुजन बांधवा ( कुणबी ते माळी, कोळी, रोहिदास समाज ) सावध हो. जागा हो. हिंदू राष्ट्र हे दिवा स्वप्न आहे. हिंदू राष्ट्र हा तूच तुझ्या हातान गळा कापावा तसा भयानक प्रकार आहे. भानावर या सर्व जाती धर्माच्या देश बांधवांनो. हा देश भारत आहे, आपण भारतीय आहोत. या देशाला तारणारा हा विचार आणि हा महान विचार देणार संविधानच आपल अस्तीत्व आहे. आम्हाला संविधानान दिलेली बहुजन हिता सुखाची लोकशाही पाहिजे. टोकशाही नको. माणूस म्हणून जन्माला आलो. माणूस म्हणून जगूया. संविधानान दिलेली समता , स्वतंत्रता , बंधूता आणि न्याय या तत्वांन देश घडऊया. जगा आणि जगुद्या यातच आहे मानतेच मर्म. तोच खरा मानवता धर्म.

## हृदय निरोगी ठेवायचं असेल तर, सकाळी 'या' पेयांनी दिवसाची सुरुवात करा

तुम्हाला माहित आहे का की हृदयविकार हे जगातील मृत्यूचे प्रमुख कारण आहे? होय, हृदयविकाराच्या झटक्याची प्रकरणे दररोज समोर येत आहेत. हे वृद्धांबरोबरच तरुणांमध्येही मोठ्या प्रमाणात दिसून येत आहे. खरं तर, वाईट खाण्याच्या सवयी आणि चुकीच्या जीवनशैलीचा आपल्या हृदयाच्या आरोग्यावर परिणाम होतो. आज आम्ही तुम्हाला अशाच ज्यूसबद्दल सांगणार आहोत, ज्यामुळे हृदयाच्या आरोग्याला फायदा होतो.बीटरूटचा रस तुमचे हृदय निरोगी ठेवण्यासाठी तुम्ही बीटरूटचा रस पिऊ शकता. बीटरूटमध्ये नायट्रेटचे प्रमाण जास्त असते, जे उच्च रक्तदाबावर उपचार करते आणि रक्त प्रवाह सुधारण्यास मदत करते. हाय बीपीमुळे हृदयविकाराचा धोका वाढतो.हिरव्या पालेभाज्यांचा रस देखील हृदयासाठी फायदेशीर ठरू शकतो. तुम्ही पालक आणि स्विस् चार्ड यांचा रस पिऊ शकता. हे जीवनसत्त्वे, खनिजे आणि



ऑटिऑक्सिडंट्सने समृद्ध आहे, ज्यामुळे रक्त वाहिन्यांमधील जळजळ कमी होते आणि ब्लड सर्कुलेशन सुधारते. हिरव्या पालेभाज्यांच्या रसामध्ये व्हिटॅमिन के असते जे रक्त पातळ करते. लिंबूवर्गीय फळांचा रस तुम्ही तुमच्या दिवसाची सुरुवात किवी, संत्रा यांसारख्या लिंबूवर्गीय फळांच्या रसाने देखील करू शकता, जे सर्व उच्च फायबर, व्हिटॅमिन सी आणि फ्लेव्होॅनॉइड्सने समृद्ध आहेत, जे कोलेस्ट्रॉलची पातळी कमी करून हृदयाचे आरोग्य सुधारतात.डाळिंबाचा रस डाळिंबाचा रस देखील हृदय निरोगी ठेवण्यासाठी उपयुक्त आहे. त्यात ऑटिऑक्सिडंट आणि दाहक-विरोधी गुणधर्म आहेत, जे हृदयरोग विकसित होण्यापासून रोखतात. डाळिंबात पॉलीफेनॉल असतात जे ऑक्सिडेटिव्ह तणाव कमी करतात.



# समाजकल्याण विभागाच्या अधिकारी-कर्मचार्यांची मनमानी वृद्ध साहित्यिक व कलावंतांची गेल्या तीन वर्षांपासून होतेय हेळसांड

लातूर,दि.१२ : महाराष्ट्र शासनाच्या सांस्कृतिक कार्य विभागाच्या माध्यमातून राजर्षी शाहू महाराज जिल्हा वृद्ध साहित्यिक व कलावंत यांना दरमहा मानधन देण्याची योजना सुरु आहे. या योजनेअंतर्गत अ, ब व क श्रेणीसाठी मानधन दिले जाते. सदर योजना सांस्कृतिक कार्य संचालनालय आणि जिल्हा परिषद समाजकल्याण विभागामार्फत राबविण्यात येत असल्याने सद्यस्थितीत या योजनेखाली लाभार्थ्यांची निवड जिल्हास्तरीय निवड समितीमार्फत होत असून दरवर्षी जिल्ह्यातून १०० कलाकार व साहित्यिकांची निवड करण्यात येत आहे. लातूर जिल्ह्याचे पालकमंत्री ना. गिरीश महाजन यांनी जिल्हा वृद्ध साहित्यिक व कलावंत निवड समिती गठीत केली असून या समितीने कामकाज करू नये म्हणून समाजकल्याण विभागातील अधिकारी व कर्मचारी गेल्या अनेक महिन्यांपासून प्रयत्नशील असल्याची खंत समितीचे अध्यक्ष फुलचंद अंधारे व उपाध्यक्ष ज्ञानोबा भिसे यांनी एका निवेदनाद्वारे व्यक्त केली आहे. या योजनेअंतर्गत मानधनासाठी पात्र कलावंत निवड करण्याकरिता अशासकीय सदस्यांची समिती, जिल्ह्याचे पालकमंत्री तथा महाराष्ट्र राज्याचे ग्रामविकासमंत्री यांनी दि.३१ जुलै २०२३ रोजी दिलेले

पत्रान्वये समिती गठीत करण्याचे आदेशित केले होते. परंतु समाजकल्याण विभागातील अधिकार्यांनी त्या पत्रावर समिती गठीत न केल्याने पालकमंत्र्यांनी पुनश्च दि. ३० ऑक्टोबर २०२३ रोजी सुधारित पत्र दिले. सदर निवड केलेल्या समितीने समाजकल्याण विभागाकडे सतत पाठपुरावा केल्यानंतर दि.२८ डिसेंबर २०२३ रोजी समितीच्या अशासकीय सदस्यांना निवडीचे पत्र देण्यात आले. समितीचे सचिव तथा अति. मुख्य कार्यकारी अधिकारी जि. प. लातूर यांनी समितीची बैठक दि. १६ जानेवारी २०२४ रोजी घेतली. सदर बैठकीत सन २०२१-२२, २०२२-२३ व २०२३-२४ या तीन वर्षांचे प्रलंबित वृद्ध कलावंतांचे प्रस्ताव निकाली काढण्याचा ठराव घेऊन समाजकल्याण विभागास तसे पत्र आदेशित केले. त्यावर समाजकल्याण विभागास सचिवांमार्फत तीन वर्षांतील कलावंतांच्या मुलाखती घेण्यासाठी लेखी निवेदन देण्यात आले. परंतु समाजकल्याण विभागातील अधिकारी व कर्मचारी गेल्या तीन महिन्यांपासून कलावंत निवडीकरिता मुलाखतीची तारीख देण्यास जाणीवपूर्वक टाळाटाळ करीत आहेत. समितीचे सदस्य काही विचारण्यासाठी गेल्यास संबंधित लिपिक खाली मान घालून बसतो व सदस्यांना बोलणे टाळून सदस्यांकडे पाहतही

नाही आणि स्पष्ट सांगतो की, माझ्याकडे दहा ते बारा टेंबलचे कामकाज असल्याने मला वृद्ध कलावंतांचे काम करण्यास वेळ नाही. समाजकल्याण अधिकारी यांना विचारणा केली असता समाजकल्याण अधिकारी म्हणतात की, संबंधित विभागाचा लिपिक माझ्याकडे जी फाईल देईल त्यावर मी स्वाक्षरी करेन. एवढेच माझे काम आहे. समाजकल्याण विभागात इतर जाणार्या वृद्ध कलावंतांना मात्र आमचे काम झाले आहे समितीने निवडीची तारीख घ्यावी, असे सांगत आहेत. समाजकल्याण विभागाच्या या गलथान कारभारामुळे लातूर जिल्ह्यातील वृद्ध कलावंतांमध्ये समितीच्या कामकाजाविषयी शंका निर्माण होत आहे. जिल्हा वृद्ध कलावंत निवड समितीची बदनामी होऊ नये म्हणून समितीचे अध्यक्ष फुलचंद अंधारे व उपाध्यक्ष ज्ञानोबा भिसे यांनी मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, पालकमंत्री गिरीश महाजन, संचालक सांस्कृतिक कार्य विभाग मुंबई, समाजकल्याण आयुक्त पुणे, समाजकल्याण उपआयुक्त लातूर, जिल्हाधिकारी लातूर, मुख्य कार्यकारी अधिकारी जि. प. लातूर व अति. मा. मुख्य कार्यकारी अधिकारी जि. प. लातूर यांना निवेदनाद्वारे कळविण्यात आले आहे.

## यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठानच्या वतीने यशवंतराव चव्हाण यांच्या पुतळ्यास अभिवादन



लातूर : यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठान मुंबई, जिल्हा केंद्र लातूरच्या वतीने भारताचे माजी उपपंतप्रधान व संयुक्त महाराष्ट्राचे पहिले मुख्यमंत्री कै. यशवंतराव चव्हाण यांच्या १११ व्या जयंतीनिमित्त आज सकाळी लातूर शहर महानगरपालिकेच्या परिसरातील यशवंतराव चव्हाण यांच्या पूर्णकृती पुतळ्यास पुष्पहार अर्पण करून अभिवादन करण्यात आले. यावेळी यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठान लातूर जिल्हा केंद्राचे सचिव प्राचार्य डॉ. नागोराव कुंभार, प्रतिष्ठानचे कोषाध्यक्ष साहित्यिक विवेक सौताडेकर, डॉ. ए. ए. मोटे, सन्माननीय सदस्य प्रा. विद्याधर कांदे पाटील, श्रीम. सायुजता खंदारे, भीमराव दुनगावे, ड. वसंतराव उगले, अरविंद कांबळे, ड. चव्हाण, राहुल लोंढे, डी. उमाकांत आदी उपस्थित होते.

## थकित मालमत्ता करावरील व्याज माफ एकरकमी कर भरणाऱ्यांना मनपाची सवलत

लातूर/प्रतिनिधी:थकीत मालमत्ता कर भरणाऱ्या मालमत्ताधारकांना मनपाकडून अनोखी सवलत देण्यात येत असून दि.३१ मार्चपूर्वी आपल्या कराचा एकरकमी भरणा करणाऱ्या मालमत्ता धारकांचे कराच्या रकमेवर आकारण्यात आलेले संपूर्ण व्याज माफ करण्याचा निर्णय मनपाने घेतला आहे. शहरातील अनेक मालमत्ताधारकांकडे कर थकलेला आहे. अनेकवेळा सूचना करून व नोटीसा देऊनही या कराचा भरणा करण्यात आलेला नाही. त्यामुळे मनपाने थकीत करावर २ टक्के व्याज आकारलेले आहे. तरी देखील मालमत्ता कराचा भरणा होत नसल्याने मनपा आयुक्त बाबासाहेब मनोहरे यांनी कराधान नियम ५१ अन्वये व्याजामध्ये सवलत देण्याचा निर्णय



घेतला आहे. यानुसार मालमत्ता धारकांनी आपल्याकडील थकीत व चालू कराचा एकरकमी भरणा दि.३१ मार्च २०२४ पूर्वी केला तर अशा मालमत्ताधारकांना व्याजातून १०० टक्के सवलत देण्यात येणार आहे. या योजनेचा लाभ घेत शहरातील मालमत्ताधारकांनी आपल्याकडील थकीत व चालू मालमत्ता कराचा एकत्रित भरणा पालिकेकडे करावा, असे आवाहन मनपा आयुक्तांनी केले आहे. सवलत देऊनही जे नागरिक कर भरणा करणार नाहीत त्यांच्या मालमत्ता सील केल्या जातील. संबंधितांवर दंडात्मक कार्यवाही केली जाईल. त्यामुळे मालमत्ता धारकांनी आपल्याकडील कराचा भरणा मनपाकडे करून मनपास सहकार्य करावे, असे आवाहनही आयुक्तांनी केले आहे.

## मध्यप्रदेशातील ४ जिल्ह्यांमध्ये एनआयएचे छापे

भोपाळ : राष्ट्रीय तपास यंत्रणेच्या (एनआयए) पथकाने मंगळवारी मध्य प्रदेशातील ४ जिल्ह्यांमध्ये छापे टाकले. खानूगाव, भोपाळ येथून एका तरुणाला ताब्यात घेण्यात आले आहे. तरुण खलिस्तानी संघटनेशी संबंधित असल्याची माहिती एनआयएला मिळाली होती. खंडवा, खरगोन आणि बडवानी येथेही कारवाई सुरु आहे. एनआयएने मध्य प्रदेश तसेच पंजाब-हरियाणा आणि चंदागडमध्ये ३० ठिकाणी कारवाई केली आहे. खानूगाव येथून एनआयएच्या पथकाने ताब्यात घेतलेल्या तरुणाची भोपाळ येथील सेफ हाऊसमध्ये चौकशी करण्यात येत असल्याचे पोलीस सूत्रांनी सांगितले. येथे टीमने मेंदोरी येथील टेंट हाऊस ऑपरेटरच्या घरावर छापा टाकला. येथून रिकाम्या हाताने परतले. मेंदोरी येथे राहणारा तरुण पंजाबचा आहे. ठकअ ने सुमारे पाच महिन्यांपूर्वी खानूगाव, भोपाळ येथे छापा टाकला होता, तेव्हा एका वृद्धाला ताब्यात घेतले होते. एनआयएचे पथक खरगोन जिल्ह्यातील भगवानपुरा आणि गोगनवा भागात दोन पोलिस ठाण्यांमध्ये पोहोचले आहे. यासाठी खरगोन पोलिसांची मदत घेण्यात आली आहे. कुरुक्षेत्रातील सतीपुरा मशिनच्या इन्पुटच्या आधारे ही कारवाई करण्यात येत आहे. भगवानपुरा येथील सतीपुरा येथील माहितीच्या आधारे शोध आणि चौकशी करण्यात येत आहे. दोन्ही ठिकाणे अवैध शस्त्रांची अड्डे आहेत. एनआयए खलिस्तानी आणि गॅंगस्टर यांच्यातील संबंधाचा शोध घेत आहे. अतिरिक्त एसपी खरगोन एस बारिया यांनी सांगितले की, एनआयएची टीम जिल्ह्यात पोहोचली आहे, त्यांनी स्थानिक पोलिसांची मदत घेतली आहे.

## विश्वरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर सार्वजनिक जयंती उत्सव समितीच्या अध्यक्षपदी प्रा. जितेंद्र बनसोडे तर कार्याध्यक्ष पदी यशपाल कांबळे यांची सर्वानुमते निवड

लातूर :- लातूर शहरातील विश्वरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या १३३ व्या सार्वजनिक जयंती उत्सव समितीची बैठक डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्क या ठिकाणी सर्व समाजाच्या वतीने संपन्न झाली. या बैठकीत अध्यक्षपदी प्रा. जितेंद्र बनसोडे, कार्याध्यक्ष यशपाल कांबळे, सचिव अॅड. रमक जोगदंड, गोविंद कांबळे, स्वागताध्यक्ष पप्पू सरवदे, राहुल झुमणे, कोषाध्यक्ष अॅड. आनंद सोनवणे, उपाध्यक्ष विकास कल्याण कांबळे, विदू गायकवाड, सहसचिव बंटी गायकवाड, संकोच मोरे संघटक, असितकुमार कांबळे, विजय चौधरी, सहसंघटक विनोद



कोल्हे, महेंद्र कांबळे, चिंद्र गायकवाड, अण्णा कांबळे, सहकोषाध्यक्ष शरद ढगे, हितलर भोसले, प्रसिध्दीप्रमूख डी. उमाकांत म्हणून तर सदस्य रवि लामपूर, आतिष काळे यांची निवड करण्यात आली.

## मिरज-कोल्हापूर-माखजन बससेवा सुरु; आमदार शेखर निकम यांचे विशेष योगदान

चिपळूण : माखजन येथील प्रवाशांना सांगली, मिरज, कोल्हापूर या ठिकाणी जाण्याकरिता सोयीचे व्हावे म्हणून मिरज-कोल्हापूर-माखजन बस सेवा सुरु होत असून या कामी तालुक्याचे आमदार शेखर निकम यांचे विशेष योगदान लाभले आहे. माखजन येथे मध्यवर्ती बस स्थानक असून येथूनच ग्रामस्थांना मुंबई-गोवा महामार्गावर जावे लागते. यापूर्वी सांगली, मिरज, कोल्हापूर या ठिकाणी जाण्याकरिता प्रवाशांना बस बदलावी लागत असे. कोल्हापूर, सांगली, मिरज येथे वैद्यकीय उपचारासाठी असंख्य लोकांना जावे लागते. थेट बस सेवा उपलब्ध नसल्यामुळे आजारी रुग्णांना वेळेचा व आर्थिक फटका बसत होता. माखजन येथे पुणे, गुहागर, चिपळूण, देवरुख, संगमेश्वर, रत्नागिरी या ठिकाणांच्या बसेस मुक्कामासाठी होत्या. त्यामुळे मिरज, सांगली, कोल्हापूर मार्गे देखील बस सुरु करून माखजन येथे मुक्कामी थांबवावी अशी दशक्रोशीतील वीस गावातील लोकांनी मागणी केली होती.



माखजनकरांच्या या मागणीचा विचार करून ग्रामस्थांची व शेखर निकम यांनी शासन दरबारी गाऱ्हाणे मांडले व मिरज-येथील रुग्णांची गैरसोय टाळण्यासाठी येथील कार्यक्षम आमदार कोल्हापूर-माखजन बससेवा सुरु करण्यासाठी यशस्वी प्रयत्न केले.

## हरियाणाच्या मुख्यमंत्रीपदी नायब सिंग सैनी शपथबद्ध, अपक्ष आमदार रणजित सिंह यांनीही घेतली मंत्रीपदाची शपथ

हरियाणाच्या मुख्यमंत्रीपदी आज ( दि. १२ मार्च ) नायब सिंग सैनी शपथबद्ध झाले. त्यांना राज्यपाल बंडारू दत्तात्रय यांनी पदाची आणि गोपनीयतेची शपथ दिली. लोकसभा निवडणुकीतील जागा वाटपावरून आज (दि.१२मार्च) सकाळी हरियाणातील भारतीय जनता पक्ष आणि जननायक जनता पक्ष युती तुटली. मुख्यमंत्रीपदाचा मनोहर लाल खडूर यांनी राजीनामा दिला. यानंतर मुख्यमंत्रीपदी नायब सिंग सैनी यांची एकमताने निवड झाल्याचे भाजपने स्पष्ट केले होते. नायब सिंग सैनी मुख्यमंत्रीपदी शपथबद्ध झाले. यानंतर भाजप नेते कंवर पाल गुजर, भाजप नेते मूलचंद शर्मा, जय प्रकाश दलाल, बनवारी लाल यांनी हरियाणाच्या मंत्रिमंडळात मंत्रीपदाची शपथ घेतली. अपक्ष आमदार रणजित सिंह यांनीही घेतली मंत्रीपदाची शपथ अपक्ष आमदार रणजित सिंह यांनीही मंत्रीपदाची शपथ घेतली आहे. माजी मुख्यमंत्री मनोहर लाल खडूर यांचे निकटवर्ती अशी ओळख असणाऱ्या नायब सैनी यांचा जन्म २५ जानेवारी १९७० रोजी अंबाला येथील मिर्झापूर माजरा गावात झाला. बी.ए. एलएलबी असे त्यांचे शिक्षण झाले आहे. सैनी हे राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाशी संबंधित आहेत. ओबीसी समाजातील नेते, अशीही त्यांची ओळख आहे. ते २००२ मध्ये युवा मोर्चा भाजप अंबालाचे जिल्हा सरचिटणीस झाले. २००५ मध्ये ते युवा मोर्चा भाजप अंबालाचे जिल्हाध्यक्ष होते. सैनी २००९ मध्ये किसान मोर्चा भाजप हरियाणाचे प्रदेश सरचिटणीसही होते. २०१२ मध्ये ते अंबाला भाजपचे जिल्हाध्यक्ष झाले. २०१४ मध्ये सैनी यांनी नारायणगड विधानसभेतून निवडणूक जिंकली. २०१६ मध्ये त्यांनी हरियाणा सरकारमध्ये मंत्रीपद भूषवले होते. २०१९ लोकसभा निवडणुकीत कुरुक्षेत्र मतदारसंघातून निवडणूक जिंकले होते. काही दिवसांपूर्वीच त्यांची हरियाणा भाजप प्रदेशाध्यक्षपदी निवड झाली आहे. आता लोकसभा निवडणुकीपूर्वी त्यांच्याकडे मुख्यमंत्रीपदाची जबाबदारी सोपविण्यात आली आहे. भाजपला मिळणार अपक्षांची साथ हरियाणा विधानसभेत एकूण ९० जागा आहेत.

## महिलांनी अंधश्रद्धा धार्मिक रूढी परंपरांना .मूठमाती देऊन विवेक जागृत ठेवावा

### अहमदपूर अनिसचा समाज प्रबोधीनी पुरस्कार सोहळाचे शानदार वितरण

अहमदपूर :- माझ्या तमाप माता-भगिनींनी डॉ बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या संविधानाचे वाचन करून जुन्या धार्मिक रूढी परंपरा अनिस प्रथा चालीरीती बंद करून विवेक जागृत ठेवून महिलांनी आपले आणि आपल्या कुटुंबाचे जीवन घडवावे असे आग्रही प्रतिपादन माजलगावच्या सामाजिक कार्यकर्त्या सत्यभामा सौंदरमल यांनी केले. त्या दि. नऊ रोजी पंचायत समिती च्या सभागृहात महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती, शाखा अहमदपूरच्या वतीने प्रतिवर्षी दिले जाणारे समाज प्रबोधीनी गुण गौरव पुरस्कार वितरण सोहळ्यात प्रमुख मार्गदर्शक म्हणून बोलत होत्या. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी महाराष्ट्र राज्याचे मा राज्यमंत्री बाळासाहेब जाधव, राष्ट्रवादी काँग्रेसचे जिल्हा उपाध्यक्ष शिवानंद हेंगणे, ज्ञानदीप अकॅडमी चे संचालक उद्धव इप्पर, माजी नगराध्यक्ष सरस्वती कांबळे, प्रा. डॉ नारायण कांबळे, डॉ. वर्धमान उदगीरकर, अज्ञरभाई बागवान, डॉ भाग्यश्री येलमटे, डॉ नेहा पाटील, डॉ संपदा वडुमवार अन्वर पटेल यांच्यासह मान्यवरांची उपस्थिती होती. यावेळी पुढे बोलताना सामाजिक कार्यकर्त्या सत्यभामा सौंदरमल म्हणाल्या की, आपल्या घराची स्त्री ही अगदी पाच पासून



ते रात्री बारापर्यंत कामांमध्ये मग्न असते. तिच्या कामाची घरामध्ये किंमत नसते. संविधानामध्ये स्त्री-पुरुष समानता आहे पण घरामध्ये नाही राजकारणामध्ये हुशार महिलांना स्थान दिले जात नाही. तिला सोयीप्रमाणे वागविले जाते. महिलांनी भौदू बाबांच्या नादी लागू नये बंधने जुगारा खिऱ्यांना सत्ता ,संपत्ती, संतती पासून जाणीवपूर्वक दूर केले जाते. म्हणून श्रमाची विभागणी करा काम चांगले होते असे जाहीर आवाहन केले. कार्यक्रमाचा सावित्रीबाई फुले आणि डॉ नरेंद्र दाभोळकर यांच्या प्रतिमेचे अभिवादन करण्यात आला. अध्यक्ष समारोप महाराष्ट्र राज्याचे माजी मंत्री बाळासाहेब जाधव साहेब यांनी शुभेच्छा दिल्या. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक संयोजन समितीचे प्रमुख मेघराज गायकवाड यांनी सूत्रसंचालन रामलिंग ततापूर यांनी तर आभार चंद्रशेखर भालेराव यांनी मानले. यावेळी डॉ. पुष्पा गायकवाड, शिवानंद हेंगणे, उद्धव इप्पर, प्रा. नारायण कांबळे, शेषेराव ससाणे, प्रकाश गादगिणे. यांचे मनोगत वर भाषण झाले. विविध क्षेत्रातील उल्लेखनीय काम करणाऱ्या २१ महिलांचा समाज प्रबोधीनी पुरस्कार देऊन सन्मान करण्यात आला. यात नांदेडच्या डॉ

मा नगरसेविका डॉ ललिताताई किनगावकर, छत्रपती संभाजी नगरच्या सहशिक्षिका पद्मा कळसकर, यवतमाळ सहशिक्षिका जनाबाई केंद्रे, सहशिक्षिका सरस्वती देवकते, अकोला च्या सामाजिक कार्यकर्त्या विजया पाडेकर, तलवार भाजीच्या सुवर्णपदक विजेत्या जानवी जाधव यांना सन्मानपत्र . स्मृतीचिन्ह देऊन पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले. कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी महाराष्ट्र अंधश्रद्धा समितीचे कार्याध्यक्ष प्रा रत्नाकर नळेगावकर, सदिप कदम, सुरेशखा उपपूरवाड , कलावती भातंबरे, संध्या लामते, पुजा गायकवाड, डॉ पुनम केंद्रे, अंजली वधवर, सदिप गायकवाड, गोपाल पटेल, ड पल्लवी गायकवाड, सुप्रिया मीना कापसे, वैशाली कदम, डॉ ज्योती घाडगे. अंजना यादव सद्दाम शेख, ऋषी कवडेकर समितीच्या पादाधिकार्यांनी विशेष परिश्रम घेतले..