

Bharat Chandak

SATYA ELECTRICALS













Tapadia Market, Chain Sukh Road, Latur-413512
Ph : (O) 243678, 244458, 250776, (R) 242018
Email:satyaelectricals@rediffmail.com

लातूर वर्ष ४ थे अंक १३ वा रविवार दि.०९ जून २०२४ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रु.

फोडाफोडीच्या राजकारणाचा लोकसभेत महायुतीला फटका: बच्चू कडू यांचा फडणवीसांवर अप्रत्यक्ष निशाणा

फोडाफोडीच्या राजकारणाचा महायुतीला लोकसभा निवडणुकीत फटका बसला आहे, अशा शब्दांत आमदार बच्चू कडू यांनी उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्यावर नाव न घेता निशाणा साधला आहे. मंत्रिमंडळ विस्तार नाही, एकाच मंत्राकडे दोन-दोन खाती आहेत. खाली राज्यमंत्री, पालकमंत्री नाही. त्यामुळे जनसंपर्क आपोआपच कमी झाला. महायुतीचा सगळा वेळ फोडाफोडीच्या राजकारणात गेला आणि याचा फटका लोकसभा निवडणुकीत महायुतीला बसला, असे ते म्हणाले. लोकसभा निवडणुकीत महायुतीला फटका का बसला? फोडाफोडीच्या राजकारणाचा लोकसभा निवडणुकीत महायुतीला फटका मंत्रिमंडळ विस्तार नाही, एकाच मंत्राकडे दोन-दोन खाती आहेत. राज्यमंत्री, पालकमंत्री नसल्याने जनसंपर्क कमी झाला. महायुतीचा सगळा वेळ फोडाफोडीच्या राजकारणात नुकत्याच झालेल्या लोकसभा निवडणुकीत महायुतीला फारशी चांगली कामगिरी करता आलेली नाही. तर दुसरीकडे महाविकास आघाडीला राज्यात चांगले यश मिळाले आहे. त्या पार्श्वभूमीवर आमदार बच्चू कडू अमरावतीत माध्यमांशी आज (दि.८) बोलत होते.

मंत्रिमंडळ विस्तारासंदर्भात बोलताना आमदार कडू म्हणाले, मंत्रिमंडळ विस्ताराचा आणि आमचा दूर-दूर पर्यंत संबंध नाही. आम्ही मंत्रिमंडळात स्थान मागणार नाही आणि दिले तरी ते घेणार नाही, अशी भूमिका त्यांनी जाहीर केली. मातोश्रीवर जाऊन हनुमान चालीसा कशाला? दरम्यान, अमरावती लोकसभा निवडणुकीत महायुतीच्या उमेदवार नवनीत राणा यांचा पराभव झाला. या पराभवावरही त्यांनी भाष्य केले. नवनीत राणा आणि रवी राणा हे दोघेही राष्ट्रीय आणि आंतरराष्ट्रीय नेत्यांसारखे वागत होते. त्याचे परिणाम त्यांना भोगावे लागले. लोकांना त्यांचे वर्तन पटलेले नाही. बाळासाहेब ठाकरेंच्या मातोश्रीवर जाऊन हनुमान चालीसा म्हणणे लोकांना आवडलेले नाही. कोरोना काळातील वक्तव्य, झालेला अतिरेक लोकांना पटला नाही. त्याचे परिणाम त्यांना भोगावे लागले. नवनीत राणा यांचा पराभव जनतेने केला दरम्यान, महायुतीचे घटक असताना देखील



आमदार बच्चू कडू यांनी प्रहार पक्षातर्फे अमरावती लोकसभेत दिनेश बुब यांना उमेदवारी दिली. त्यामुळेच नवनीत राणा यांचा पराभव झाल्याचे राजकीय जाणकारांचे मत आहे. यावर देखील आमदार कडू यांनी स्पष्टीकरण दिले. त्यांचा पराभव आमच्या उमेदवारांमुळेच झालेला नाही. त्याला अनेक कारणे आहेत. जनतेने त्यांचा पराभव केला आहे. त्या पराभवाला स्वतः सुद्धा जबाबदार आहेत. त्यांनी स्वतःच्या वर्तनात बदल करावा. भाजपच्या मंडळींनी देखील त्यांना स्वीकारलेले नव्हते, असे देखील कडू म्हणाले. दरम्यान, आगामी विधानसभेच्या निवडणुकीत प्रहार पक्ष बडनेराच नव्हे, तर यावेळेस तिवसा विधानसभा सुद्धा लढणार आहे. संपूर्ण राज्यात आम्ही उमेदवार देणार आहोत, असे देखील त्यांनी सांगितले.

मनोज जरांगेंची तहसीलदारांनी घेतली भेट; उपोषण सोडण्याची केली विनंती

वडीगोद्री, अंबडच्या तहसीलदार धनश्री भालचिम यांनी आज (शनिवार) अंतरवाली सराटी येथे आमरण उपोषणाला बसलेले मनोज जरांगे पाटील यांची भेट घेतली. यावेळी तहसीलदारांनी जरांगे यांना सगे सोयरे कायद्याबाबत कारवाई सुरु असल्याचे सांगत आपण उपोषण सोडावे अशी विनंती केली. यावर मनोज जरांगे यांनी तहसीलदारांना आधी सगे सोयरे कायदा करा नंतर उपोषण सोडतो असे वाक्य लेखी लिहून दिले. मात्र यावर तहसीलदार काहीच उत्तर न देता निघून गेला.



कायद्याच्या अंमलबजावणीची प्रक्रिया राबवत आहे असे सांगितले, मात्र त्यावर मनोज जरांगे यांचे समाधान झाले नाही ते उपोषणावर ठाम आहेत. सगे सोयरे कायद्याची अंमलबजावणी करा. तरच उपोषण सोडतो असे त्यांनी तहसीलदार यांना सांगितले.

'इंडिया' आघाडीने नितीश कुमारांना दिली होती पंतप्रधानपदाची ऑफर : जेडीयू नेत्याचा दावा

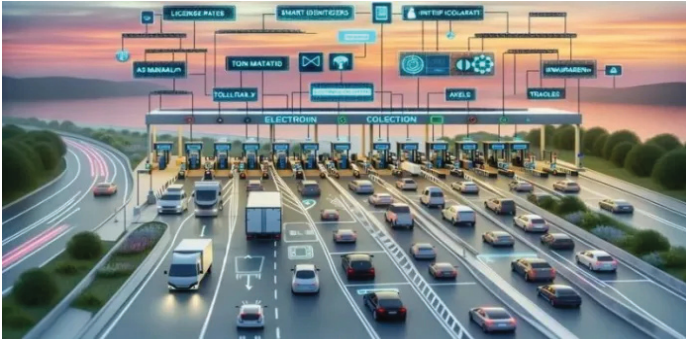
लोकसभा निवडणूक भाजप प्रणित एनडीएला स्पष्ट बहुमत मिळाले आहे. देशात पुन्हा एकदा भाजप प्रणित एनडीए आघाडीचे सरकार स्थापन होणार आहे. मात्र सरकार स्थापन करण्यासाठी भाजप विरोधी इंडिया आघाडीनेही प्रयत्न केले होते. त्यांनी बिहारचे मुख्यमंत्री आणि जनता दल (संयुक्त) (जेडीयू)चे प्रमुख नितीश कुमार यांना थेट पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली होती, असा दावा जनता दल संयुक्त (जेडीयू)चे नेते के. सी. त्यागी यांनी एका वृत्तवाहिनेला दिलेल्या मुलाखतीत केला आहे. भाजप प्रणित एनडीएने ५४३ पैकी २९३ जागा जिंकल्या आहेत. तेलगू देसम पार्टीचे एन. चंद्राबाबू नायडू आणि चे नितीश कुमार यांसारख्या मित्रपक्षांनी युतीला बहुमताचा आकडा पार करण्यास मदत केली. विरोधी इंडिया आघाडीने २३४ जागा जिंकत जोरदार मुसंडी मारली होती. त्यामुळे या आघाडीने सरकार स्थापनसाठी प्रयत्न केले होते, असा दावा त्यागी यांनी केला आहे. नितीश कुमारांनी पंतप्रधान पदाची ऑफर नाकारली. के. सी. त्यागी यांनी म्हटलं आहे की, बिहारचे मुख्यमंत्री आणि जनता दल (युनायटेड) प्रमुख नितीश कुमार यांना आघाडीत आणण्याच्या प्रयत्नात विरोधी पक्ष इंडिया गटाने पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली होती, परंतु त्यांनी ही ऑफर नाकारली. नितीश कुमारांना इंडिया आघाडीचे संयोजक होण्यास विरोध केला होता अशाच लोकांनी त्यांना पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली, असेही त्यांनी सांगितले. मात्र नितीश कुमार यांना कोणत्या नेत्याने पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली होती, या प्रश्नावर त्यांनी मौन बाळगणे पसंद केले.

लोकसभा निवडणूक भाजप प्रणित एनडीएला स्पष्ट बहुमत मिळाले आहे. देशात पुन्हा एकदा भाजप प्रणित एनडीए आघाडीचे सरकार स्थापन होणार आहे. मात्र सरकार स्थापन करण्यासाठी भाजप विरोधी इंडिया आघाडीनेही प्रयत्न केले होते. त्यांनी बिहारचे मुख्यमंत्री आणि जनता दल (संयुक्त) (जेडीयू)चे प्रमुख नितीश कुमार यांना थेट पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली होती, असा दावा जनता दल संयुक्त (जेडीयू)चे नेते के. सी. त्यागी यांनी एका वृत्तवाहिनेला दिलेल्या मुलाखतीत केला आहे. भाजप प्रणित एनडीएने ५४३ पैकी २९३ जागा जिंकल्या आहेत. तेलगू देसम पार्टीचे एन. चंद्राबाबू नायडू आणि चे नितीश कुमार यांसारख्या मित्रपक्षांनी युतीला बहुमताचा आकडा पार करण्यास मदत केली. विरोधी इंडिया आघाडीने २३४ जागा जिंकत जोरदार मुसंडी मारली होती. त्यामुळे या आघाडीने सरकार स्थापनसाठी प्रयत्न केले होते, असा दावा त्यागी यांनी केला आहे. नितीश कुमारांनी पंतप्रधान पदाची ऑफर नाकारली. के. सी. त्यागी यांनी म्हटलं आहे की, बिहारचे मुख्यमंत्री आणि जनता दल (युनायटेड) प्रमुख नितीश कुमार यांना आघाडीत आणण्याच्या प्रयत्नात विरोधी पक्ष इंडिया गटाने पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली होती, परंतु त्यांनी ही ऑफर नाकारली. नितीश कुमारांना इंडिया आघाडीचे संयोजक होण्यास विरोध केला होता अशाच लोकांनी त्यांना पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली, असेही त्यांनी सांगितले. मात्र नितीश कुमार यांना कोणत्या नेत्याने पंतप्रधानपदाची ऑफर दिली होती, या प्रश्नावर त्यांनी मौन बाळगणे पसंद केले.



देशात 'सॅटेलाइट इलेक्ट्रॉनिक टोल' प्रणाली लागू होणार

नवी दिल्ली : देशात लवकरच उपग्रह म्हणजेच सॅटेलाइटवर आधारित इलेक्ट्रॉनिक टोल संकलन प्रणाली लागू केली जाणार असून जीएनएसएस-आधारित इलेक्ट्रॉनिक टोल संकलनामुळे अधिक कार्यक्षम टोल संकलन होणार आहे. याबाबत भारतीय राष्ट्रीय महामार्ग प्राधिकरण (एनएचआय)ने जागतिक निविदा मागविल्या आहेत. ग्लोबल नेव्हिगेशन सॅटेलाइट सिस्टीम (जीएनएसएस) वर आधारित ही प्रणाली राष्ट्रीय महामार्गावर चालणा-या वाहनांना अखंड टोल संकलनाचा अनुभव देईल असे अधिकृत निवेदनात म्हटले आहे. एनएचआयच्या या उपक्रमाचा उद्देश महामार्गावरील सध्याची टोल बूथ प्रणाली संपविणे हा आहे. एनएचआयने सध्याच्या फास्टटॅग इकोसिस्टममध्ये जीएनएसएस-आधारित इलेक्ट्रॉनिक टोल कलेक्शन (ईटीसी) प्रणाली लागू करण्याची योजना आखली आहे. सुरुवातीला संकरित मॉडेल वापरून जेथे आरएफआयडी-आधारित ईटीसी आणि जीएनएसएस-आधारित ईटीसी दोन्ही एकाच वेळी कार्य करतील, असे निवेदनात म्हटले आहे. निवेदानुसार, टोल प्लाझावर समर्पित जीएनएसएस लेन उपलब्ध असतील, ज्यामुळे जीएनएसएस-आधारित ईटीसी वापरणा-या वाहनांना मुक्तपणे



जाण्याची परवानगी मिळेल. राष्ट्रीय महामार्ग वापरकर्त्यांना अखंड टोल संकलनाचा अनुभव प्रदान करण्यासाठी आणि टोल ऑपरेशनची कार्यक्षमता आणि पारदर्शकता वाढविण्यासाठी, इंडियन हायवे मॅनेजमेंट कंपनी लिमिटेडने (आयएचएमसीएल) एनएचआय ही कंपनी, जीएनएसएस आधारित इलेक्ट्रॉनिक विकसित आणि लागू केली आहे. भारतातील टोल संकलन प्रणाली लागू करण्यासाठी पात्र कंपन्यांना आमंत्रित केले आहे.

सॅटेलाइट टोल संदर्भात निवेदन जारी अडव्हान्स सॅटेलाइट तंत्रज्ञानाचा फायदा घेण्यासाठी, ईओएलचे उद्दिष्ट आहे की अनुभवी आणि सक्षम कंपन्यांची ओळख पटवणे जे एक मजबूत, स्केलेबल आणि कार्यक्षम टोल चार्जर सॉफ्टवेअर देऊ शकतात. तसेच जे ग्लोबल नेव्हिगेशन सॅटेलाइट सिस्टम (जीएनएसएस) आधारित इलेक्ट्रॉनिकच्या अंमलबजावणीसाठी आधार म्हणून काम करतील. अशा प्रकारची माहिती निवेदनात दिली आहे. वाहनधारकांना काय फायदा? जीएनएसएस-आधारित इलेक्ट्रॉनिक टोल संकलनाची भारतात अंमलबजावणी केल्याने राष्ट्रीय महामार्गावर वाहनांची सुरळीत हालचाल सुलभ होईल. तसेच हायवे वापरकर्त्यांना अनेक फायदे मिळतील जसे की अडथळा-कमी फ्री-फ्लो टोलिंग ज्यामुळे त्रास-मुक्त रायडिंग अनुभव आणि अंतर-आधारित टोलिंग जेथे वापरकर्ते फक्त राष्ट्रीय महामार्गावर केलेल्या प्रवासासाठी पैसे देतील, असे त्यात म्हटले आहे. जीएनएसएस-आधारित इलेक्ट्रॉनिक टोल संकलनामुळे अधिक कार्यक्षम टोल संकलन देखील होईल कारण ते गळती बंद करण्यात आणि टोल चुकविणा-यांना तपासण्यात मदत करते.

राहुल गांधी यांची काँग्रेसच्या लोकसभेतील पक्षनेतेपदी निवड

काँग्रेस नेते खासदार राहुल गांधी यांची शनिवारी लोकसभेतील पक्षनेतेपदी नियुक्ती करण्यात आली आहे. काँग्रेसच्या कार्यकारणी सदस्यांनी एकमुखाने त्यांच्या नेतृत्वावर शिक्कामोर्तब करत ठराव मंजूर केला. वायनाड मतदारसंघातील जागेचा राजीनामा राहुल गांधी यांनी लोकसभा निवडणूक केरळ मधील वायनाड तर उत्तर प्रदेश राज्यातील रायबरेली मतदारसंघातून लढवली होती. दोन्ही मतदारसंघात त्यांना घवघवीत यश मिळाले. आता त्यांना एका मतदारसंघातील सदस्यत्वाचा राजीनामा द्यावा लागणार आहे. त्यांनी वायनाड मतदारसंघातील जागेचा राजीनामा देण्याचा निर्णय घेतला आहे. वायनाड मतदारसंघ हा काँग्रेसचा बालेकिल्ला मानला जातो. राहुल गांधी यांनी वायनाड लोकसभा मतदारसंघातील खासदारकीचा राजीनामा दिल्यानंतर येथे पोटनिवडणूक होईल. काँग्रेस पक्षाच्या वतीने येथे कोणाला संधी मिळणार याकडेही राजकीय वर्तुळात लक्ष लागले आहे.



डॉ रेड्डी यांच्या वैद्यकीय शिक्षण क्षेत्रातील नाविन्यपूर्ण पुस्तकाचे आ. रमेशआप्पा कराड यांच्या हस्ते प्रकाशन

लातूर- वैद्यकीय अभ्यास क्रमात झालेल्या बदलाला अनुसरून लातूर एमआयटी वैद्यकीय महाविद्यालयातील डॉ आनंद रेड्डी यांच्या शरीररचना शास्त्रात या नावीन्यपूर्ण पुस्तकाचे प्रकाशन भाजपा नेते तथा कार्यकारी संचालक आ रमेशआप्पा कराड यांच्या शुभहस्ते शनिवारी प्रकाशन करण्यात आले. अशा प्रकारचे वैद्यकीय शिक्षण क्षेत्रातील पहिलेच पुस्तक आहे. हे पुस्तक एमबीबीएसच्या विद्यार्थ्यांबरोबरच डॉक्टर, आयुर्वेदिक तसेच फिजिओथेरेपीच्या पदवी व पदवीव्युत्तर विद्यार्थ्यांना हे उपयुक्त ठरणारे आहे. लातूर येथील एमआयटी वैद्यकीय महाविद्यालयात शरीर रचना शास्त्र विभागात सहयोगी प्राध्यापक म्हणून कार्यरत असलेले डॉ आनंद जगन्नाथ रेड्डी यांनी शरीररचनाशास्त्रात एक नावीन्यपूर्ण पुस्तक लिहिले आहे. वैद्यकीय शिक्षण क्षेत्रातील आंतरराष्ट्रीय पातळीवर प्रथम क्रमांकाची असलेल्या एश्रीशीळशी कंपनीने सदरील पुस्तक प्रकाशित केले आहे. पदवी व पदवीव्युत्तर विद्यार्थ्यांना उपयुक्त ठरणारे पुस्तकाचे प्रकाशन भाजपा नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांच्याहस्ते झाले. यावेळी एमआयटी वैद्यकीय महाविद्यालयाचे शैक्षणिक संचालक डॉ. चंद्रकांत



शिरोळे, उपअधिष्ठाता डॉ बी एस नागोबा, शैक्षणिक व प्रशासकीय संचालक डॉ सरिता मंत्री, लेखक डॉ आनंद रेड्डी, डॉ मुकुंद भिसे, डॉ सचिन भावठाणकर, डॉ पठाण, डॉ महेश उमाले यांच्यासह अनेकजण उपस्थित होते. महाराष्ट्र इन्स्टिट्यूट ऑफ मेडिकल एज्युकेशन अँड रिसर्च, तळेगाव दाभाडे पुणे येथून २००४ मध्ये एम बी बी एस पदवी घेऊन भारतीय विद्यापीठ मेडिकल कॉलेज, पुणे येथून २०११ मध्ये एमडी (शरीर

रचना शास्त्र) शिक्षण पूर्ण केल्यानंतर डॉ आनंद रेड्डी हे जुलै २०१२ पासून एम आय टी मेडिकल कॉलेज मध्ये शरीर रचना शास्त्र विभागात सहयोगी प्राध्यापक म्हणून कार्यरत असून मेडिकलच्या विद्यार्थ्यांसाठी सातत्याने नावीन्यपूर्ण गोष्टींचा (बोन बँक) अभ्यासक्रमात समावेश करण्यासाठी प्रयत्नशील आहेत. २०१९ साली राष्ट्रीय आयुर्विज्ञान आयोगाने वैद्यकीय क्षेत्रात आमूलग्र बदल करून उडचए (क्षमता अधिष्ठित वैद्यकीय शिक्षण) ही नवी शिक्षणप्रणाली अस्तित्वात आणली. अभ्यास क्रमाच्या अगदी सुरुवातीपासून विद्यार्थ्यांची कौशल्ये विकसित करणे, त्यांचे गुणवत्तापूर्ण मूल्य मापन करणे, मूल्यवर्धित शिक्षण देणे इत्यादी बाबींवर आधारित ही शिक्षण प्रणाली आहे. वैद्यकीय अभ्यास क्रमात झालेल्या या सर्व नवीन बदलाला अनुसरून डॉ आनंद जगन्नाथ रेड्डी यांनी शरीररचनाशास्त्रात एक नावीन्यपूर्ण पुस्तक लिहिले आहे. अशा प्रकारचे वैद्यकीय शिक्षणक्षेत्रातील पहिलेच पुस्तक आहे. वैद्यकीय क्षेत्रातील मान्यवर डॉक्टरांकडून त्यांचे कौतुक होत आहे.

आंध्रातील मुस्लीम आरक्षण जैसे थे राहणार ?

नवी दिल्ली : आंध्र प्रदेशात भारतीय जनता पक्ष आणि जन सेना पार्टी यांच्यासोबत युती करून विधानसभा निवडणूक लढविल्या आणि विजयी झालेल्या चंद्राबाबू नायडू यांच्या तेलुगू देसम पार्टीने मुस्लीम आरक्षणासंदर्भात मोठे वक्तव्य केले आहे. आंध्र प्रदेशात मुस्लीम समाजाला दिले जाणारे आरक्षण पुढेही सुरुच राहील असे टीडीपी नेते आर. रवींद्र कुमार यांनी शुक्रवारी म्हटले आहे. एएनआय सोबत बोलताना आर. रवींद्र कुमार म्हणाले, हो, आम्ही आंध्र प्रदेशातील मुस्लीम आरक्षण सुरुच ठेऊ. यात कसलीही समस्या नाही. महत्वाचे म्हणजे, रवींद्र कुमार यांचे हे विधान, टीडीपी प्रमुख एन चंद्राबाबू नायडू यांनी दिलेल्या आश्वासनाच्या एक महिन्यानंतर आले आहे. गेल्या एक महिन्यापूर्वी, भलेही आपला सहकारी पक्ष असलेल्या भाजपने धर्माच्या आधारावर आरक्षण न देण्याचा दावा केलेला असो, मात्र आपला पक्ष आंध्र प्रदेशात मुस्लीम आरक्षण सुरुच ठेवेल, असे चंद्राबाबू नायडू यांनी म्हटले होते. गेल्या ५ मे

२०२४ रोजी पत्रकारांसोबत बोलताना चंद्राबाबू म्हणाले होते, आम्ही सुरुवातीपासूनच मुस्लीम समाजासाठी चार टक्के आरक्षणाचे समर्थन करत आहोत आणि हे सुरुच राहील. नायडू यांच्या या विधानापूर्वी, आपण दलीत, आदिवासी आणि ओबीसींचा कोटा मुस्लीम समाजाला धर्माच्या आधारावर देऊ देणार नाही, असे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी म्हटले होते. आंध्र प्रदेशात एनडीएला प्रचंड बहुमत चंद्राबाबू नायडू यांची टीडीपी एनडीएचा भाग आहे. एनडीएने आंध्र प्रदेश विधानसभा निवडणुकीत वाय. एस. जगन मोहन रेड्डी यांच्या नेतृत्वाखालील वायएसआरसीपीचा पराभव केला आहे. अभिनेत्याचे नेते झालेले पवन कल्याण यांची जन सेना देखील एनडीएचा भाग आहे. एनडीएने आंध्र प्रदेश विधानसभा निवडणुकीत १७५ पैकी १६४ जागांवर विजय मिळवत प्रचंड बहुमत मिळवले आहे. यात टीडीपीने १३५, जनसेनेने २१ तर भाजपने ८ जागांवर विजय मिळवला आहे.



संपादकीय....

फुटबॉलला प्रोत्साहन हवे

भारतात फुटबॉलचा खेळ सुरू होऊन सुमारे १३० वर्षांपेक्षा अधिक काळ लोटला असला तरी जागतिक पातळीवर अजूनही आपण चाचपडत खेळत आहोत. स्वातंत्र्याच्या अगोदर आणि नंतर देशात फुटबॉलची स्थिती चांगली होती. १९५२ मध्ये आपण आशियाई क्रीडा स्पर्धेत विजय मिळवला होता; मात्र १९७० च्या दशकापासून आपली पीछेहाट होऊ लागली. अर्थात, आजूनही अनेक प्रकारच्या स्पर्धा आयोजित केल्या जातात, खेळाडूही येत आहेत; मात्र आंतरराष्ट्रीय पातळीवर आपली पाटी कोरीव आहे.

ब्रिटिश राजवटीत भारतात फुटबॉलची पायाभरणी झाली आणि तिचा विकास कोलकता शहरात झाला. आज भारताने सर्वच खेळांत प्रावीण्य मिळवण्यास सुरुवात केलेली असताना फुटबॉलमध्येही चमकदार कामगिरी करावी, अशी अपेक्षा भारतीय चाहत्यांना आहे. सरकार आणि अकादमीच्या पातळीवर दिल्या जाणार्या प्रोत्साहनाला कॉर्पोरेट जगाचे बळ मिळाले तर आगामी काळात प्रतिभावान फुटबॉलपटू निर्माण होण्यास वेळ लागणार नाही. आधुनिक फुटबॉलची अधिकृत पायाभरणी १८६३ मध्ये इंग्लंडमध्ये फुटबॉल असोसिएशनच्या रूपातून झाली आणि त्यात खेळाचे प्राथमिक नियम तयार केले.

याच काळात भारतासह जगातील अनेक देशांत बि-टिशांच्या वसाहती होत्या आणि त्यांची राजवट होती. साहजिकच इंग्रजांबरोबरच आधुनिक फुटबॉलने भारतासह अनेक देशांत शिरकाव केला आणि तो लोकप्रिय खेळ झाला. आपल्या देशात डुरंड कप ही सर्वात जुनी स्पर्धा मानली जाते. आशिया खंडातील ही सर्वात जुनी स्पर्धा होय. पहिल्यांदा त्याचे आयोजन १८८८ मध्ये सिमल्यात झाले होते. अर्थात, फुटबॉलला बळकटी कोलकता येथून मिळाली आणि तीच भारतातील फुटबॉलची राजधानी म्हणून ओळखली गेली. कोलकता इंग्रजांचीही राजधानी होती. कोलकता येथे मोहन बागान, ईस्ट बंगला, मोहामेडन स्पोर्टिंग यासारखे क्लब सुरू झाले आणि तेथून नामांकित खेळाडू बाहेर पडले.

आज देशातील लहान-मोठे फुटबॉल क्लब आणि अकादमीच्या संख्येचा विचार केल्यास ती ५० हजारांपेक्षा अधिक आहे. जुन्या खेळाडूंत पीके बॅनर्जी, अरुण घोष, सेलेन मन्ना, तुलसीदास बलराम, मोहंमद सलीम, पीटर थंगराज, मेवालाल, करीम, जर्नल सिंह यांसारख्या नावांचा उल्लेख करता येईल. नवीन पिढीतील खेळाडूंत सुनील छेत्री, सुब-त पाल, वायचुंग भुतिया, लालपेखलुआ, गुरप्रीत संधू, संदेश झिंगन, तेलम सिंह, धीरज सिंह, प्रणय हलदर, कुमाम सिंह, आशिक कुरुनिया यांनी आपल्या खेळाच्या कौशल्यावर लोकप्रियता मिळवली. सुनील छेत्रीने तर भारताकडून सर्वाधिक गोल करण्याचा विक्रम केला आहे.

ऑलिंपिकमध्ये सहभागी होत नसल्याने आणि जागतिक करंडक पात्रता फेरीतच गारद होत असल्याने आपले मनोर्धैर्य आणि आत्मविश्वास खचलेला आहे. त्याचवेळी क्रिकेटमध्ये विश्वचषक जिंकल्याने आणि सतत यश मिळाल्याने त्याची लोकप्रियता वाढत गेली आणि तरुणांचा कल क्रिकेटकडे वळला. फुटबॉलच्या बाबतीत जे घडले, तेच हॉकीतही घडले. त्यातही आपण मागे पडू लागलो. जिल्हा आणि राज्य पातळीवर अकादमीची स्थापना करणे गरजेचे आहे, जेणेकरून नव्या प्रतिभावान खेळाडूंना प्रोत्साहन मिळेल आणि त्यांना योग्य मार्गदर्शन मिळेल. निवृत्त झालेल्या फुटबॉलपटूंची मदतही याकामी घ्यायला हवी.

फुटबॉलच्या विकासात एक सर्वात मोठे आव्हान म्हणजे प्रशिक्षकांचा अभाव. यावरही लक्ष देणे गरजेचे आहे. आपल्या देशातील सर्व खेळांत पैसा आला असेल, लोकप्रियता वाढली असेल, तरीही खेळ संस्कृतीचा अभाव आहे. यासाठी मैदानांची संख्या पुरेशी असणे अपेक्षित आहे. अनेक शाळां आणि महाविद्यालयांना मैदाने नाहीत. खेळांसाठी लागणारी प्राथमिक साधने नाहीत. अभ्यासाचा वेळ वाढत असल्याने त्यांना खेळण्यासाठी पुरेसा वेळ मिळत नाही. पालक आणि शिक्षकांनी याकडे लक्ष द्यायला हवे. खेळ हा केवळ करिअरच नाही, तर आरोग्यदायी जीवनासाठीही आवश्यक आहे.

रविवारची सुट्टी: कामगारांच्या हक्काची सुट्टी!

नारायण मेघाजी लोखंडे यांनी आठवड्यातील सातही दिवस राबणाच्या कामगारांकरिता साप्ताहिक सुटीसाठी लढा दिला, मागणी रेटून धरली, दि.९ जून १८९० रोजी ती मंजूर करून घेतली आणि दि.१० जून १८९० पासून रविवार ही साप्ताहिक सुट्टी म्हणून जाहीर झाली. जी आजपर्यंत चालू आहे. गिरणी कामगारांना रविवारी साप्ताहिक सुट्टी मिळाली. दुपारी, कामगारांना अर्धा तास सुट्टी मिळाली. या मागण्या मान्य करून घेतल्या. श्री कृष्णकुमार आनंदी-गोविंदा निकोडे गुरुजींचा हा संकलित महत्त्वपूर्ण लेख कष्टकरी वर्गाला सविनय समर्पित... संपादक. रविवार हा आठवड्यातील एक वार आहे. सोमवारपासून मोजला तर हा आठवड्यातील शेवटचा, म्हणजे सातवा दिवस येतो. भारतात हा वार रवीचा म्हणजेच सूर्याचा दिवस समजला जातो. त्यामुळे याला आदित्यवार (आदित्य=सूर्य) किंवा बोली भाषेत आइतवार म्हंटले जाते आणि इंग्रजीत सॅडे. ज्या ज्या देशावर कधी काळी ब्रिटिश सत्ता होती, त्या त्या देशात रविवार हा सुट्टीचा दिवस असतो. शिक्षणसंस्था, कार्यालये आणि बँका या दिवशी बंद असतात.

एके काळी भारतात कामगारांना रविवारची सुट्टी नसे. नारायण मेघाजी लोखंडे यांनी मुंबईत इ.स.१८८४मध्ये बॉम्बे मिल हँड्स ही भारतातील पहिली कामगार संघटना स्थापन केली. त्यांनी त्या काळाच्या फॅक्टरी कमिशनकडे अनेक मागण्या केल्या. त्यातली रोजच्या कामातली अर्धा तासाची जेवणाची सुटी आणि रविवारची साप्ताहिक सुट्टी या दोन महत्त्वाच्या मागण्या होत्या. त्यासाठी दि.२४ एप्रिल १८९० रोजी हजारो कामगारांचा मोर्चा निघाला होता. अखेर दि.९ जून १८९० रोजी प्रस्तावाला मंजूरी देवून दि.१० जून १८९० पासून दर रविवारची सुट्टी देण्याचे गिरणी मालकांनी सुरू केले. सन २०१५ साली १० जूनला या रविवारच्या सुट्टीचा १२५वा वर्धापन दिन साजरा झाला. पुण्यात रविवार हा मिसळवार म्हणून ओळखला जातो. पाश्चात्य कल्पनेप्रमाणे आठवड्याचा पहिला वार परंतु व्यावहारिकदृष्ट्या शेवटचा वार. या वाराचे नाव बहुतेक सर्व देशांत सूर्यवाचकच आहे. भारतीय ज्योतिषशास्त्रीय कल्पनेनुसार या दिवशीच्या सूर्योदयापासून पहिल्या होत्याचा अधिपती सूर्य असतो. जगात सर्व ठिकाणी सूर्याला देवताच मानतात. जैन धर्मात नऊ वर्षे केले जाणारे एक व्रत आषाढमासाच्या शेवटच्या

रविवारपासून पुढे ९ रविवार चालते. मुसलमान बांधव दर चांद्रमासातील पहिल्या रविवारी मंत्र-तंत्र करतात. काही ख्रिस्ती पंथ रविवार हा प्रभूच्या प्रार्थनेचा व विश्रांतीचा दिवस म्हणून पाळतात. येशू ख्रिस्ताच्या पुनरुत्थानाचा साप्ताहिक स्मृतिदिन म्हणून सर्वच ख्रिस्ती लोक रविवार हा प्रार्थनेचा दिवस पाळतात. कॉन्स्टंटिन या सम्राटांनी आज्ञापत्र काढून रविवार हा सुट्टीचा दिवस ठरविला. ईस्टरच्या अलीकडचा रविवार पामसंडे म्हणून प्रसिद्ध आहे. ख्रिस्तांचा जेरुसलेममध्ये विजयी प्रवेश झाला, तेव्हा त्यांच्या मार्गावर पामवृक्षाच्या फांद्या पसरल्या होत्या. म्हणून याला पामसंडे म्हणतात. रविवार विशेष शुभ मानला जात नसल्याने कोणताही उपक्रम या दिवशी सुरू करीत नाहीत. मात्र या दिवशी दृष्टिदोष दूर करणारी यंत्रे वापरून उपचार करण्यास हरकत नसते, असे मानतात. रावबहादूर नारायण मेघाजी लोखंडे (१८४८-१८९७) हे भारतातील कामगार संघटना चळवळीचे जनक होते. १९व्या शतकात कापड गिरणीच्या कामगारांची परिस्थिती सुधारण्यासाठीच नव्हे तर जातीय आणि सांप्रदायिक मुद्द्यांवर त्यांनी केलेल्या धाडसी पुढाकारासाठीही त्यांची आठवण ठेवली जाते. याशिवाय सन १८९५मध्ये हिंदू-मुस्लिमांदरम्यान झालेल्या दंगलीत केलेल्या कामाबद्दल त्यांना रावबहादूर ही पदवीही देण्यात आली होती. तत्कालीन ब्रिटिश भारत सरकारने त्यांना जस्टिस ऑफ पीस हा सन्मान देऊन सन्मानित केले होते. भारत सरकारने सन २००५मध्ये त्यांच्या छायाचित्रासह एक टपाल तिकीट जारी केले.

नारायण मेघाजी लोखंडे हे महात्मा जोतिबा फुले यांचे प्रमुख सहकारी होते. त्यांचा जन्म पुणे जिल्ह्यातील कण्हेसर येथील माळी कुटुंबात झाला. त्यांचे शिक्षण हायस्कूलपर्यंत झाले होते. त्यांच्या पत्नीचे नाव गोपिकाबाई होते. गोपीनाथ नावाचा त्यांना एक मुलगा होता. सन १८७४मध्ये माहिती मिळाल्यानंतर ते सत्यशोधक चळवळीचे सदस्य झाले. सन १८८०पासून त्यांनी मुंबईहून प्रकाशित होणाऱ्या दीनबंधूचे व्यवस्थापन हाती घेतले. सुरुवातीस रेल्वे खात्यात कारकून म्हणून व पुढे पोस्ट खात्यात काही काळ नोकरी केल्यावर त्यांना मुंबईच्या मांडवी भागात एका कापड गिरणीत भांडारपालाची नोकरी मिळाली. तेथे त्यांना दहशतीच्या वातावरणात दिवसातून १३-१४ तास काम करीत असलेले गिरणी कामगार आढळले;

त्यांना आठवड्याची सुट्टीही मिळत नसे; परिणामी लोखंडे यांनी नोकरी सोडून स्वतःस कामगार चळवळीस वाहून घेण्याचे ठरविले. त्याकरिता ते कामगार वस्तीतच राहू लागले. त्यांनी भारतातील पहिली कामगार संघटना बॉम्बे मिलहँड्स असोसिएशन दि.२३ सप्टेंबर १८८४ रोजी स्थापन केली आणि समाजसेवेत स्वतःला पूर्णपणे वाहून घेतले. नारायण मेघाजी लोखंडे यांना भारतातील ट्रेड युनियन चळवळीचे जनक म्हणून ओळखले जाते. त्यांच्यासह महात्मा फुले यांनी मुंबईतील कापड कामगारांच्या सभानाही संबोधित केले. त्यांनी आठवड्यातील सातही दिवस राबणाच्या कामगारांकरिता साप्ताहिक सुटीसाठी लढा दिला आणि दि.९ व १० जून १८९०पासून रविवार ही साप्ताहिक सुट्टी म्हणून जाहीर झाली जी आजपर्यंत चालू आहे. एन.एम.लोखंडे यांच्यामुळे गिरणी कामगारांना मिळालेले काही हक्क हे होते- १ गिरणी कामगारांना रविवारी साप्ताहिक सुट्टी मिळाली. दुपारी, कामगारांना अर्धा तास सुट्टी मिळाली. १ मिलच्या कामाला सकाळी साडेसाहा वाजल्यापासून सुरुवात करावी आणि सूर्यास्तानंतर बंद करावी. १ कामगारांचे पगार दर महिन्याच्या १५ तारखेपर्यंत करावेत.

ब्रिटिश राजवटीने त्यांना रावबहादूर ही पदवी बहाल केली होती. त्यांनी मुंबई कामगार संघ स्थापन केला. कष्टकरी वर्गाने एकजूतीने अन्यायाचा कडाडून प्रतिकार केला पाहिजे, अशी सशक्त प्रेरणाच ते आज ठरले आहेत. फुले व त्यांचे सहकारी कृष्णराव भालेकर आणि लोखंडे यांनी शेतकरी आणि कामगारांना संघटित करण्याचा प्रयत्न करण्यापूर्वी त्यांच्या तक्रारींचे निवारण करण्याचा प्रयत्न कोणत्याही संघटनेने केला नाही, हे विशेष!

!! रविवार साप्ताहिक सुट्टी मंजूर दिनाच्या सर्व कामगार बांधवांना हार्दिक हार्दिक शुभेच्छा !!

- संकलन व सुलेखन -

श्री कृष्णकुमार आनंदी-गोविंदा निकोडे गुरुजी.

पोटोगारोड, गडचिरोली.

फक्त व्हॉट्सप- ९४२३७१४८८३.

'दक्षिणे'ने तारले

भारतीय जनता पक्षाने यंदाच्या लोकसभा निवडणुकांचा बिगुल वाजण्याच्या आधीपासूनच दक्षिणेकडील राज्यांकडे विशेष लक्ष देण्यास सुरुवात केली होती. विशेषतः कर्नाटक विधानसभेमधील पराभवांनंतर भाजपचे 'मिशन दक्षिण' अधिक गतिमान झालेले दिसले. कर्नाटकामध्ये देवेगौडांच्या राष्ट्रीय जनता दलाशी हातमिळवणी करण्याचा निर्णय असो, केरळमधील ख्रिश्चन समुदायाला साद घालण्याचे प्रयत्न असोत, तामिळनाडूमध्ये

वाराणसीमध्ये काशी-तमिळ संगम सारख्या कार्यक्रमांद्वारे दक्षिण आणि उत्तर यांच्यातील सांस्कृतिक संबंधांवर भर देण्यात आला. भ्रष्टाचारावर शून्य सहिष्णुता धोरणाच्या आधारे पक्षाची विश्वासार्हता निर्माण करण्याच्या रणनीतीवर काम करण्यात आले.

दक्षिणेकडील राज्यांमध्ये भाजपसाठी कॅंडर बेस हे भाजपासाठी मोठे आव्हान आहे. हे लक्षात घेता भाजपने तेलंगणापासून तमिळनाडू आणि केरळपर्यंत

यांना लोकसभा निवडणुकीत उतरवले होते.

या सुनियोजित प्रयत्नांना आणि दूरदृष्टी ठेवून आखलेल्या रणनीतीला यश आल्याचे दिसत आहे. दक्षिण भारतातील पाच राज्यांमध्ये लोकसभेच्या एकूण १२९ जागा आहेत. २०१९ च्या निवडणुकीत भाजपने या १२९ पैकी २९ जागा जिंकल्या होत्या. यामध्ये कर्नाटकातील २८ जागा वगळता उर्वरित १०१ जागांपैकी केवळ चार जागांवरच भाजपला विजय मिळवता आला होता. यंदा कर्नाटक,



अण्णामलाईसारख्या तरुण, तडडूदार नेत्याकडे दिलेली कमान असो किंवा आंध्र प्रदेशामध्ये चंद्राबाबूंना राष्ट्रीय लोकशाही आघाडीमध्ये समाविष्ट करून घेण्याचा निर्णय असो; या सर्वांमधून भाजपाच्या निवडणूक रणनीतीमध्ये दक्षिणेतील राज्यांचे महत्त्व सहजगत्या लक्षात येत होते. निवडणूक व्यवस्थापनाच्या शास्त्रामध्ये बेरजेच्या राजकारणाला अधिक महत्त्व आहे.

२०१४ मध्ये सत्तेत आल्यानंतर पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी गेल्या १० वर्षांत दक्षिणेकडील राज्यांमध्ये सुमारे १४६ दौरे केले. या अधिकृत आणि अनौपचारिक दौऱ्यांमध्ये पंतप्रधान मोदींनी एकूण ३५६ कार्यक्रमांमध्ये भाग घेतला. यात विशेष म्हणजे १४४ जाहीर सभांचा समावेश आहे. दक्षिणेकडील राज्यांतील भ्रष्टाचारावरून भाजप विरोधकांवर हल्लाबोल करताना दिसला. तेलंगणात केसीआर सरकारच्या काळात भाजपने रस्त्यावर उतरून भ्रष्टाचाराचे आरोप करत निदर्शने आणि मोर्चांनी वातावरण निर्माण केले, तर तमिळनाडूतही अण्णामलाई यांनी स्टॅलिन सरकारविरोधात आघाडी उघडली होती. पंतप्रधान मोदींचा संसदीय मतदारसंघ असणार्या

इतर पक्षांच्या प्रभावशाली नेत्यांना जोडण्यावर भर दिला. तमिळनाडूमध्ये एआयडीएमके आणि इतर पक्षांचे अनेक माजी आमदार आणि माजी खासदार भाजपमध्ये सामील झाले. केरळमध्ये माजी मुख्यमंत्री अट्टोनी यांचे पुत्र अनिल अट्टोनी आणि के. करुणाकरन यांची कन्या पद्मजा वेणुगोपाल यांचा समावेशही महत्त्वाचा ठरला. दुसरीकडे, दक्षिणेत यावेळी भाजपने एकट्याने मैदानात उतरण्याऐवजी युतीच्या गणितावर लक्ष केंद्रित केले.

आंध्र प्रदेशात भाजपने चंद्राबाबू नायडू यांच्या टीडीपी आणि पवन कल्याण यांच्या जनसेना यांच्याशी युती केली, तर तमिळनाडू आणि केरळमध्येही त्यांनी छोट्या छोट्या पक्षांसोबत आघाडी केली ज्यांचा छोट्या छोट्या पॉकेटमध्ये चांगला प्रभाव आहे. हे करत असताना दक्षिणेतील अवघड खेळपट्टीवर भाजपने केंद्रीय मंत्री आणि बड्या नेत्यांना उतरवले. उदाहरणार्थ, केरळमध्ये ज्या मतदारसंघामध्ये भाजपला कधीही खाते उघडता आले नव्हते अशा ठिकाणी केंद्रीय मंत्री राजीव चंद्रशेखर आणि व्ही. मुरलीधरन या दोन केंद्रीय मंत्र्यांना उमेदवारी दिली. यांच्याशिवाय अभिनेता-राजकारणी सुरेश गोपी

आंध्र प्रदेश, तेलंगण आणि केरळमध्ये जागा मिळवण्यात रालोआला आलेले यश हे उत्तर प्रदेश, महाराष्ट्र, राजस्थान, पश्चिम बंगालमध्ये घटलेल्या जागा पाहता महत्त्वाचे ठरले.

लोकसभेच्या निवडणुकांबरोबरच आंध्र प्रदेशामध्ये विधानसभेच्याही निवडणुकांचे निकाल जाहीर झाले. या राज्यात एनडीएचा घटक पक्ष असणार्या चंद्राबाबूंच्या टीडीपीने १७५ पैकी १३१ जागांवर विजयी मिळविला आणि जनसेना पक्ष १९ आणि भाजप ७ जागांवर विजयी झाली आहे. आंध्रातील हा मोठा विजय भाजपासाठी महत्त्वाचा ठरणार आहे. आंध्र प्रदेशात भाजपची ताकद नाण्य आहे. त्यामुळे तेथे लोकसभा-विधानसभेला भाजपला स्वबळावर झार यशाची अपेक्षा नव्हती. म्हणूनच चंद्राबाबूंबरोबरचे मागील वाद बाजूला सारून तेलुगू देसमसोबत आणि जनसेनेसोबत भाजपने युती केली. या युतीमुळे लोकसभा तसेच विधानसभा निवडणुकीत खाते उघडण्यात भाजपला यश आले.

मेडिटरेनियन आहार महिलांच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर? जाणून घ्या, तज्ज्ञ काय सांगतात

दररोजच्या धावपळीच्या आयुष्यात आपण आरोग्याकडे लक्ष देत नाही, पण उत्तम आहार आरोग्यासाठी फायदेशीर असतो. तुम्ही मेडिटरेनियन आहारविषयी ऐकले आहे का? मेडिटरेनियन आहार वजन कमी करण्यासह चांगले आरोग्य राखण्यास मदत करतात. आज आपण तज्ज्ञांच्या हवाल्याने या विषयी जाणून घेऊ या.

बंगळुरू येथील अॅक्टर महिला व बाल रुग्णालयाच्या आहारतज्ज्ञ वीणा व्ही. सांगतात, मेडिटरेनियन आहारामध्ये फळे, भाज्या, धान्ये आणि शेंगा यांसारखे पदार्थ खाण्यावर भरपूर भर दिला जातो. या पदार्थांवर कमीत कमी प्रक्रिया केली जाते आणि हे पदार्थ हंगामी, ताजे आणि स्थानिक पातळीवर पिकवले जातात. ऑलिव्ह ऑईल फॅट्सचा प्रमुख स्रोत असतो.

वीणा व्ही. सांगतात, मेडिटरेनियन आहार घेतल्याने स्तनाचा कर्करोग, स्मृतिभ्रंश, नैराश्य, मधुमेह, खराब कोलेस्ट्रॉल वाढणे आणि स्मरणशक्ती कमी होणे इत्यादींचा धोका कमी होऊ शकतो. मेडिटरेनियन आहार हाडांचे आरोग्य सुधारतात आणि वजन कमी करण्यास मदत करतात.

स्टर आरव्ही हॉस्पिटलच्या न्यूट्रिशनिस्ट सौमिता बिस्वास सांगतात, नवीन संशोधनानुसार, वनस्पती-आधारित मेडिटरेनियन आहार घेणाऱ्या महिलांचा अचानक मृत्यूचा धोका २३ टक्क्यांनी कमी होत आहे. अमेरिकेतील २५ हजार



महिलांवर केलेल्या अभ्यासात असे दिसून आले की, या आहारामुळे कोलेस्ट्रॉल आणि लठ्ठपणा कमी करण्यास मदत होते.

मेडिटरेनियन आहार ऑलिव्ह ऑईल हे मेडिटरेनियन आहारातील फॅट्सचा प्रमुख स्रोत आहे. या आहारात प्रामुख्याने बिया, फळे, भाज्या आणि शेंगा इत्यादींचा समावेश होतो.

आहारात अंडी, दुग्धजन्य पदार्थांऐवजी ओमेगा-३ फॅटी अॅसिड समृद्ध मासे खाण्याची शिफारस केली जाते, पण त्याचे

सेवन मर्यादित असावे, असे वीणा व्ही. सांगतात. याशिवाय ऑलिव्ह ऑईल, लसूण आणि कधीकधी टोमॅटोचा वापर करून जेवण तयार करू शकता. भारतीय आहार कडधान्ये, भाज्यांच्या मेडिटरेनियन आहारात समावेश करून आरोग्याचा फायदा केला जाऊ शकतो. ब्राउन राइस, गव्हाच्या पीठाच्या पोळ्या खाव्यात.

लाल मांसचे मर्यादित सेवन करावे; तसेच मासे, दही आणि पनीर कमी प्रमाणात खावे. भारतीय लोक ओट्स किंवा बेसन चिह्ला, चणा चाट, भाजलेले चिकन आणि ब्राउन राइस खाऊ शकतात, असे सौमिता बिस्वास सांगतात.

कोणी आहार घेऊ नये? वीणा व्ही. सांगतात, काजू किंवा कोणत्याही विशेष प्रकारच्या सीफूडची अॅलर्जी असलेल्या लोकांनी हा आहार घेऊ नये. याशिवाय, मूत्रपिंडाचा आजार असलेल्या लोकांनी पोटॅशियमयुक्त फळे आणि भाज्यांचे सेवन मर्यादित करावे.

त्या पुढे सांगतात की, ऑलिव्ह ऑईल आणि नट्समध्ये कॅलरी भरपूर प्रमाणात असतात, याचे दैनंदिन आहारात घेऊन सेवन न केल्यास वजन वाढू शकते.

ब्रेन ट्युमर हा आजार काय आहे? मेंदूतील ट्युमरची लक्षणे घ्या जाणून

मागील काही वर्षांपासून जगभरात ब्रेन ट्युमरच्या रुग्णांमध्ये झपाट्याने वाढ होत आहे. हा एक मेंदूचा गंभीर आणि घातक आजार आहे. या आजाराविषयी लोकांमध्ये जागरूकता निर्माण करण्यासाठी दरवर्षी ८ जून हा दिवस 'जागतिक ब्रेन ट्युमर दिन' म्हणून साजरा केला जातो. हा दिवस सर्वप्रथम जर्मन ब्रेन ट्युमर असोसिएशनने सन २००० मध्ये साजरा केला होता, तेव्हापासून आजतागायत हा दिवस सगळीकडे साजरा केला जातो. हा आजार लहान मुले आणि प्रौढांना प्रभावित करू शकतो. तज्ज्ञांच्या मते ब्रेन ट्युमर हा असा आजार आहे की, ज्यामध्ये मेंदूच्या पेशी असामान्यपणे वाढू लागतात.

हा आजार जितक्या लवकर ओळखला जाईल तितके चांगले असेल. कारण, या आजारावर वेळीच उपचार न केल्यास हा आजार जीवघेणाही ठरू शकतो. आज या जागतिक ब्रेन ट्युमर दिनानिमित्त आपण ब्रेन ट्युमर म्हणजे काय? आणि त्याची लक्षणे काय आहेत? ते जाणून घेणार आहोत. ब्रेन ट्युमर हा आजार नेमका काय आहे?

ब्रेन ट्युमर हा आजार मेंदूमध्ये होतो. मेंदूमध्ये असामान्य पेशी जमा झाल्यामुळे हा आजार होतो. हा आजार कर्करोगजन्य किंवा कर्करोग नसलेला ही असू शकतो. ब्रेन ट्युमर या गंभीर आजारात ब्रेन ट्युमरची गाठी तयार होतात. या गाठी काही प्रकारांमध्ये मोठ्या प्रमाणात वाढतात तर काही प्रकारांमध्ये हळूहळू वाढतात. महत्त्वाची बाब म्हणजे केवळ एक तृतीयांश ट्युमर हे कर्करोगाचे असतात. ब्रेन ट्युमर झाल्यास तो

व्यक्तीच्या मेंदूच्या कार्यावर आणि तुमच्या आरोग्यावर विपरीत परिणाम करू शकतो. मेंदूमध्ये निर्माण होणाऱ्या ट्युमरला प्राथमिक ट्युमर असे म्हटले जाते. तसेच, जर हा ट्युमर तुमच्या शरीराच्या वेगळ्या भागात तयार झाल्यानंतर जर तो मेंदूमध्ये पसरू लागला तर त्या ट्युमरला दुय्यम किंवा मेटास्टॅटिक ब्रेन ट्युमर असे



म्हटले जाते. ब्रेन ट्युमरची लक्षणे कोणती? ब्रेन ट्युमरची लक्षणे ही ट्युमरचे स्थान, आकार आणि प्रकार यावर अवलंबून असतात. ब्रेन ट्युमरची सामान्यपणे आढळून येणारी लक्षणे खालीलप्रमाणे आहेत. व्यक्तीची दृष्टी कमी होते. सकाळी किंवा रात्री सतत तीव्र डोकेदुखी जाणवणे. ऐकण्यात अडचणी निर्माण होणे. उलट्या किंवा मळमळीचा सतत त्रास होणे. शरीराच्या ठराविक भागात कमजोरपणा येणे. व्यक्ती तिचे संतुलन गमावते किंवा व्यक्तीला सतत चक्कर येणे. भास आणि दिशाभूल करणारी परिस्थिती निर्माण होते.

व्यायाम आणि पोषण

निरोगी जीवनशैली मिळवण्याचा सहजसुलभ आणि एक अत्यंत महत्त्वाचा भाग म्हणजे शारीरिक हालचाल. आपल्याला निरोगी ठेवण्यासाठी शारीरिक हालचाल पौष्टिक भूमिका कशा प्रकारे बजावते याचे काही घटक आपण गेल्या आठवड्यात बघितले. आता इतर काही घटक पाहू.

कमी होणारे ताणतणाव व्यायामामुळे मेंदूमध्ये एंड्रोफिन नावाच्या द्रव्याची निर्मिती होते जे नैसर्गिक वेदनाहारक व आनंददायी भावना निर्माण करणारे असते. हे लक्षणीयरीत्या ताण कमी करून एकंदर मानसिक आरोग्य सुधारते.

भावना उद्दिपित होणे : एंड्रोफिनना 'फील गुड' (आनंददायी) हार्मोन म्हटले जाते- जे मेंदूच्या संवेदना ग्रहण करणाऱ्या पेशींशी संवाद साधून दुखण्याची भावना कमी करून शरीरात सकारात्मक भावना निर्माण करते. यामुळे ताण-तणाव, चिंता, नकारात्मक भावना व नैराश्य दूर होऊ शकते.

मानसिक कार्य : नियमित व्यायामामुळे मेंदूचा रक्तपुरवठा वाढतो व त्यामुळे एकाग्रता, स्मृती व एकूण मानसिक कार्य सुधारते.

झोपेची गुणवत्ता : व्यायामामुळे ताण, चिंता कमी होऊन झोपेची गुणवत्ता सुधारते. चांगली झोप मानसिक आरोग्य व वेलबीइंग सुधारवते व अशा प्रकारे सकारात्मक विचारांची एक साखळीच तयार होते.

वजन नियंत्रण नियमित शारीरिक हालचाल योग्य वजन नियंत्रणासाठी आवश्यक आहे. कॅलरीज खर्च करून व्यायाम आपल्याला अन्नपासून ऊर्जा मिळवणे व व्यायामापासून ऊर्जा खर्च करणे यांचा समतोल साधण्यास मदत करते.

कॅलरी खर्च करणे : शारीरिक हालचालीमुळे कॅलरीज जास्त खर्च होऊन वजन कमी करण्यासाठी आवश्यक असलेल्या कमी



कॅलरीज उरण्यास मदत होते. बागकाम, चालणे यासारख्या दैनंदिन हलक्या व्यायामानेही कॅलरीज लक्षणीयरीत्या खर्च होतात.

स्नायुपुष्टता नियंत्रण : व्यायाम, विशेषतः शक्ती मिळवण्याचा व्यायाम केल्यास स्नायू पुष्ट होण्यास व ही पुष्टता टिकवण्यास मदत होते. स्नायूंच्या पेशी, चरबीच्या पेशीपेक्षा जास्त कॅलरीज खर्च करतात, ज्याचा उपयोग जास्त काळासाठी वजन नियंत्रणासाठी होतो.

हृदयाचे कार्य जास्त सुरळीत नियमित व्यायामाने हृदयाचे स्नायू बळकट होऊन रक्तपुरवठा सुधारतो व हृदयविकाराचा धोका कमी होतो.

हृदयाची शक्ती : व्यायाम हृदयाचे स्नायू बळकट करून त्यांना अधिक कार्यक्षमतेने रक्तपंप करण्यास मदत करते. यामुळे हृदयाचा कार्यताण कमी होऊन रक्तदाब, हृदय धमनी रोग आणि हृदयक्रिया बंद पडणे यांसारखे रोग होण्याचा धोका दूर होतो.

रक्तशर्करा नियंत्रण : नियमित व्यायाम रक्तशर्करा नियंत्रणात ठेवण्यास शरीराची मदत करतो. व्यायामाने इन्सुलिन संवेदना वाढून पेशींना जास्त कार्यक्षमतेने ग्लूकोज वापरण्यास मदत करते. यामुळे रक्तशर्करा नियंत्रणात राहून 'टाइप २' मधुमेहाचा धोका दूर होतो.

रक्तदाब नियंत्रण : नियमित व्यायामामुळे रक्तवाहिन्यांची लवचिकता वाढते व धमनीचा कडकपणा कमी होतो व त्यामुळे रक्तदाब कमी होतो. यामुळे रक्तप्रवाह सुरळीत होऊन उच्च रक्तदाबाचा धोका टळतो, ज्यामुळे पक्षाघात, हृदयविकारासारखे रोग उद्भवतात.

आरोग्यदायी आहार आपल्या शरीराला आवश्यक पोषकद्रव्ये पुरवतो, तर शारीरिक हालचाल या पोषक द्रव्यांचा परिणामकारक वापर करण्यास मदत करते. आपले एकंदर आरोग्य सुधारणे व नियंत्रणात ठेवणे यासाठी दैनंदिन जीवनशैलीत शारीरिक व्यायामाचा समावेश करणे अत्यंत फायद्याचे ठरते.

'या' योगासनांचा दररोज सराव केल्याने ब्रेन ट्युमरचा धोका कमी होऊ शकतो, जाणून घ्या पद्धत

आज जगभरात जागतिक ब्रेन ट्युमर दिन मोठ्या उत्साहात साजरा केला जात आहे. हा मेंदूचा अतिशय गंभीर आजार आहे. या आजाराविषयी लोकांमध्ये जागरूकता निर्माण करण्याच्या उद्देशाने हा दिवस साजरा केला जातो. ब्रेन ट्युमर या आजारात मेंदूच्या ठराविक भागात असामान्य पेशी मोठ्या प्रमाणात वाढू लागतात. त्यामुळे, याचा परिणाम मेंदूच्या कार्यावर आणि आरोग्यावर होतो. ब्रेन ट्युमरच्या सामान्य लक्षणांबद्दल सांगायचे झाल्यास, डोकेदुखी, स्मरणशक्ती कमी होणे, मळमळ होणे, दृष्टी कमजोर होणे, ऐकण्याची समस्या निर्माण होणे आणि बोलण्यात अडचण येणे इत्यादी गोष्टींचा समावेश आहे.

आज सर्वत्र जागतिक ब्रेन ट्युमर दिन साजरा केला जात आहे. मन आणि शरीर या दोघांच्याही आरोग्यासाठी योगासन फायदेशीर आहे. अशा परिस्थितीमध्ये मेंदूशी संबंधित आजारांपासून दूर राहण्यासाठी काही योगासने प्रभावी ठरतात. मेंदूचे आरोग्य निरोगी ठेवण्यासाठी तुम्ही नियमितपणे या योगासनांचा सराव करू शकता. कोणती आहेत ही योगासने? चला तर मग जाणून घेऊयात.

ताडासन ताडासन हे योगासन आपल्या आरोग्यासाठी अतिशय फायदेशीर आहे. या आसनाच्या नियमित सरावाने शरीराचे स्नायू लवचिक होतात. या आसनाचा सराव केल्याने फुफुंसांचा विस्तार होतो. यासोबतच हे योगासन केल्याने एकाग्रता वाढते आणि श्वासोच्छ्वास संतुलित राहते. ताडासन करण्याची योग्य पद्धत ताडासन हे योगासन करण्यासाठी सर्वात आधी योगा मॅटवर सरळ रेषेत उभे राहा.

या स्थितीमध्ये तुमची कंबर आणि मान सरळ राहिल याची काळजी घ्या. आता तुमचे दोन्ही हात वर करा आणि हळूहळू श्वास घ्या. काही सेकंद या स्थितीमध्ये राहा. त्यानंतर, श्वास सोडा आणि सामान्य स्थितीमध्ये या.

वज्रासन हृदयाची गती नियंत्रित करण्यासाठी आणि मानसिक-शारीरिक आरोग्यासाठी तुम्ही वज्रासनाचा सराव करू शकता. या आसनामुळे तणावाचे संप्रेरक कमी होते आणि तणाव दूर होण्यास मदत होते. वज्रासन केल्याने पचनसंस्थाही निरोगी रागते. तसेच, पाठ आणि मानेला आराम मिळतो. थोडक्यात वज्रासन हे योगासन आपल्या आरोग्यासाठी अतिशय फायदेशीर आहे.

वज्रासन करण्याची योग्य पद्धत वज्रासन या योगासनाचा सराव करण्यासाठी सर्वात आधी योगा मॅटवर



योग करा
अन् निरोगी
राहा

दोन्ही पाय जमिनीवर पसरून सरळ बसा. त्यानंतर, तुमचे दोन्ही हात नितंबाच्या जवळ जमिनीवर ठेवा. यावेळी तुमचे संपूर्ण वजन हातावर पडणार नाही याची काळजी घ्या. त्यानंतर, सर्वात आधी तुमचा उजवा आणि नंतर डावा पाय वाकवून नितंबाच्या खाली घ्या. त्यानंतर दोन्ही मांड्या आणि पायाची बोटे जोडून घ्या. काही सेकंद या स्थितीमध्ये राहिल्यानंतर पुन्हा सामान्य स्थितीमध्ये या.

लहानपणीच्या भीतीवर मात

लहानपणीच्या भीतीबाबतचे काही पैलू आपण गेल्या आठवड्यात बघितले. लहानपणीच जर अनाठाची, काल्पनिक भीतीची मुळे खुद्दली गेली तर सकस व्यक्तिमत्त्वाचा वृक्ष भविष्यात नक्की बहरू शकतो. आजच्या काळाची ही गरज आहे.

मोठेपणी मन कणखर, त्याचवेळी भावनिकदृष्ट्या समतोल व्हायला हवं असेल तर लहानपणापासूनच त्याच्याकडे लक्ष द्यायला हवं. लहानपणी मनात रुजलेली भीती, न्यूनगंड इत्यादी व्यक्तिमत्त्वविकासाच्या आड येऊ शकतात. त्यामुळे या गोष्टींकडे वेळेवर लक्ष देणं महत्त्वाचं ठरतं. लहानपणी बहूतेक सर्वांनाच कसली ना कसली भीती वाटलेली असते. कधी अंधाराची, कधी गोष्टीतल्या किंवा टीव्ही सिरियलमधल्या भुताची; पण कालांतरानं त्या भीतीतला फोलपणा जाणवायला लागतो आणि ती नाहीशीही होते. मात्र, अतिसंवेदनशील अशा बऱ्याच लहान मुलांच्या बाबतीत हे सहजासहजी घडत नाही. भीती, असुरक्षितता आत खोल रुजून राहिलेली आढळते. नंतर तिचं स्वरूप बदलतं. मोठेपणी व्यक्तिमत्त्वाची, स्वभावाची वीण बनताना तिचा अविभाज्य भाग बनू शकतो.

लहानपणीच्या वयानुसार वाटणारी स्वाभाविक भीती म्हणजे-अगदी लहान बाळांना अनोळखी त्रयस्थ व्यक्तीची वाटणारी भीती, दहा महिने ते दीड वर्ष या वयात आई किंवा वडील आपल्यापासून दूर होताना, जाताना बाळाचं अस्वस्थ होणं, वय वर्ष चार ते सहादरम्यान वाटणारी गोष्टीतल्या भुतांची, राक्षसांची भीती; तसंच अंधाराची भीती, साधारण सात ते दहा या वयात आजूबाजूच्या घडणाऱ्या वास्तव प्रसंग, उदा. मृत्यू, अपघात, घातपात व दहशतवादाच्या बातम्या, चित्रं, दृश्य यांची भीती. या सगळ्या भीती काळांतरानं नाहीशा होणं गरजेचं असतं. काही अतिसंवेदनशील मुलांच्या बाबतीत काही भीती वा अस्वस्थता व्यक्तिमत्त्वातील असुरक्षिततेचं कारण ठरू शकतात. उदा. शाळेत वर्गात इतर मुलांकडून झालेली टिंगल, शिक्षकांनी चूक नसताना केलेली हेटाळणी, तुला काहीच जमत नाही, जमणार नाही अशी शिक्षक, नातेवाईक यांच्याकडून सतत केली गेलेली नकारात्मक टिपणी. यांतून निर्माण होणारा न्यूनगंड, आपण निरुपयोगी असल्याची भावना पुढे प्रगतीच्या आड येऊ शकते. मुलींच्या बाबतीत न कळत्या वयात अनुभवले गेलेले गलिच्छ स्पर्श यांचाही निकोप विकासावर

प्रतिकूल परिणाम होऊ शकतो. अतिरिक्त भीती, अस्वस्थतेची कारणे

१. अनुवंशिकता : ही मुलं अतिसंवेदनशील, हळवी असू शकतात. २. पालकांपैकी एकजण किंवा दोघेही अस्वस्थ वा असुरक्षित असतात. ३. पालकांनी मुलांची अनाठाची किंवा अतिरिक्त काळजी घेणं ज्यामुळे मुलांना वास्तवातल्या प्रसंगांला, संघर्षांला तोंड देण्याची क्षमता विकसित होत नाही.

४. काही दुर्दैवी प्रसंग उदा. पालकांचा घटस्फोट, घरातील ज्येठांचा मृत्यू, अपघात, रुग्णालयातलं किंवा घरातलं मोठं आजारपण. भीतीची लक्षणे चंचलपणा, अधीरता वा उतावळेपणा, मंद हालचाली, कमी झोप किंवा जास्त झोपणं, तळव्यांना सतत घाम, नोंशिया, डोकेदुखी व पोटदुखीची तक्रार व त्यामुळे शाळेत न जाणं; अभ्यासात एकाग्रता होऊ न शकणं व मार्क्स कमी व्हायला लागणं; चिडचिड करणं, प्रमाणाबाहेर रागावणं; एकटं राहणं. इतर मुलांमध्ये न मिसळणं; घरी पाहणे आल्यास बुजणं; तसंच सार्वजनिक समारंभांत भाग घ्यायचा टाळणं काही मुलं काल्पनिकता आणि वास्तव यांत फरक करू शकत नाहीत आणि इथंच भीतीचा उगम होतो. भीती किंवा अस्वस्थता प्रमाणाबाहेर आहे असं वाटलं, तर तातडीनं तज्ज्ञांचा सल्ला घेणं आवश्यक आहे. भीती किंवा अस्वस्थतेचं निवारण करण्याच्या खूप चांगल्या उपचारापद्धती असतात. भीतीचं निर्बलीकरण म्हणजे सावकाश, पायरी पायरीनं भीतीवर मात करण्याच्या पद्धती तज्ज्ञ शिकू शकतात. लहान मुलांसाठी स्वस्थतेची, आश्वासक वातावरण मिळणे त्याच्या व्यक्तिमत्त्व विकासाच्या दृष्टीने आवश्यक ठरते.



तणावनिवोजनाची तंत्रं असतात. ती उपयुक्त ठरू शकतात.

पालकांनी समजून घ्यायला हवं, की भीती आपल्यासाठी काल्पनिक असली, तरी मुलाला ती खरी भासते. त्यामुळे त्याला अस्वस्थता येते. अशा स्थितीत खूप आश्वासक, प्रेमळ शब्दात त्याला समजावून सांगावं. रागावू नये किंवा वेष्टा करू नये, भीतीवर मात करण्यासाठी मदत करावी; पण काल्पनिक भीतीला खतपाणी घालू नये.

उदा. रात्री झोपताना मुलांना खोलीबाहेर, दुसऱ्या खोलीत किंवा कपाटात भूत आहे असं वाटतं. त्यावेळी मुद्दाम कपाट उघडून 'बघ, आत काही भूतबित नाहीये' असं सांगू नये, कारण त्यामुळे भूत असतं; पण आता आत काही नाहीये असा अर्थ ते काढू शकतात.

त्या ऐवजी भूत नावाची गोष्टच नसते अशा पद्धतीनं समजावं. तसंच 'अंधाराला घाबरण्यासारखं काही नसतं. सूर्य मावळला, की प्रकाश नाहीसा होतो. अंधार म्हणजे फक्त प्रकाशाचा अभाव, प्रकाश नसणं' या पद्धतीनं समजावून सांगावं. शिक्षकांचाही सहभाग महत्त्वाचा आहे. शाळेतूनही मुलांना समजून घेणं, धैर्य देणं, त्यांच्या आत्मविश्वास निर्माण करणं या गोष्टी शिक्षक करू शकतात. मुलांचा बराचसा वेळ शाळेत जातो. त्यामुळे तेथे त्याला

महात्मा बसवेश्वरमध्ये एमपीएससी/यूपीएससी स्पर्धा परीक्षा मार्गदर्शन आणि व्यक्तिमत्व विकास केंद्राचे उद्घाटन

लातूर :- सध्याच्या स्पर्धात्मक युगामध्ये एमपीएससी/यूपीएससी परीक्षेकडे विद्यार्थ्यांचा कल आहे आणि विद्यार्थ्यांना शैक्षणिक जीवनामध्ये विविध प्रकारच्या समस्यांना सामोरे जावे लागत आहे हा उद्देश डोळ्यासमोर ठेवून महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालयात एमपीएससी/यूपीएससी स्पर्धा परीक्षा मार्गदर्शन केंद्र आणि व्यक्तिमत्व विकास केंद्र शैक्षणिक वर्ष २०२४-२५साठी कार्यान्वित करण्यात आले आहे. याचे उद्घाटन नुकतेच महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गवई यांच्या हस्ते करण्यात आले. यावेळी उपप्राचार्य प्रा. संजय पवार, उपप्राचार्य प्रा. बालाजी जाधव, पर्यवेक्षक प्रा. शिवशरण हावळे, केंद्र समन्वयक तथा कला शाखा समन्वयक डॉ. बाळासाहेब गोडबोले, विज्ञान शाखा समन्वयक डॉ. सिद्धाम डोंगरे आणि कार्यालय प्रमुख नामदेव बेंदरे यांची उपस्थिती होती. यावेळी प्रास्ताविक करताना डॉ. बाळासाहेब गोडबोले म्हणाले की, महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालय हे महात्मा बसवेश्वरांच्या वचनाची परिपूर्ती आणि श्री देशीकेंद्र महाराज यांच्या विचारांचा वसा घेऊन सातत्याने सन १९७० पासून मराठवाड्यातील ग्रामीण आणि शहरी भागातील गरजू, गरीब आणि गुणवान विद्यार्थ्यांना शिक्षण सेवा देत आहे. या महाविद्यालयांमध्ये कला, वाणिज्य, विज्ञान, व्यवसाय अभ्यासक्रम, बी.एस.डब्ल्यू. आणि बी.सी.ए. अशा सहा शाखा असून समाजशास्त्र, गणित, तत्त्वज्ञान, भूगोल, इतिहास आणि राज्यशास्त्र अशा सहा शाखांमध्ये पदव्युत्तर शिक्षण दिले जात असून समाजशास्त्र, भूगोल आणि तत्त्वज्ञान या तीन विषयांचे संशोधन केंद्र आहे. यावेळी बोलताना डॉ. सिद्धाम डोंगरे म्हणाले की, राष्ट्रीय सेवा योजना, राष्ट्रीय छात्र सेना, क्रीडा विभाग, कुस्ती प्रशिक्षण केंद्र आणि सांस्कृतिक विभागाद्वारे विद्यार्थ्यांच्या



शैक्षणिक विकासासोबत सामाजिक, सांस्कृतिक आणि क्रीडा विषयक विकास सातत्याने सर्वांच्या सहकार्याने केला जातो. यावेळी उद्घाटनपर मनोमंत्र व्यक्त करताना प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गवई म्हणाले की, शैक्षणिक वर्ष २०२४-२५साठी कनिष्ठ महाविद्यालयामध्ये अकरावी कला, वाणिज्य, विज्ञान आणि व्यवसाय अभ्यासक्रमाचे प्रवेश तर वरिष्ठ महाविद्यालयामध्ये बी.ए., बी.कॉम., बी.एस.सी., बी.एस.डब्ल्यू. आणि बी.सी.ए. प्रथम वर्षाचे सरळ प्रवेश सध्या सुरु आहे. या सर्व विद्यार्थ्यांना स्पर्धा परीक्षा आणि व्यक्तिमत्व विकासाचे धडे मिळावे यासाठी महाविद्यालयातील विविध विषयाच्या प्राध्यापकांची टीम तयार करून विद्यार्थ्यांना आय.ए.एस., आय.पी.एस., एफ.ए.एस. आणि तत्सम परीक्षेसाठी मार्गदर्शन केंद्राची सुविधा निर्माण करण्यात आली आहे. या केंद्रामध्ये स्पर्धा परीक्षा तज्ञ, अनुभवी व प्रशासकीय सेवेतील

अधिकाऱ्यांच्या मार्गदर्शनासोबत समाजकार्य शाखा समन्वयक डॉ. दिनेश मोने, इतिहास विभाग प्रमुख डॉ. सदाशिव दंदे, राज्यशास्त्र विभाग प्रमुख डॉ. यशवंत वळवी, इंग्रजी विभाग प्रमुख डॉ. राजकुमार लखादिबे, मराठी विभाग प्रमुख डॉ. रत्नाकर बेडगे, वाणिज्य शाखा समन्वयक डॉ. विजयकुमार सोनी, गणित विभाग प्रमुख डॉ. सुजित हंडीबाग, हिंदी विभाग प्रमुख डॉ. मनोहर चपळे, रसायनशास्त्र विभाग प्रमुख डॉ. मंतोष स्वामी, दुग्धशास्त्र आणि प्राणीशास्त्र विभाग प्रमुख डॉ. विनायक वाघमारे, वनस्पतीशास्त्र विभाग प्रमुख डॉ. दीपक चाटे आणि तत्त्वज्ञान विभाग प्रमुख डॉ. शीतल येरुळे यांचेही मार्गदर्शन मिळणार आहे महाविद्यालयाच्या स्तुत्य उपक्रमाचे अभिनेंदन संस्थेचे अध्यक्ष आदिनाथ सांगवे, उपाध्यक्ष माधवराव पाटील तपसेविंचोलीकर, सचिव माधवराव पाटील टाकळीकर, सहसचिव सुनील मिटकरी, कोषाध्यक्ष विजयकुमार रेवडकर, कार्यकारी संचालक प्रदीपकुमार दिंडीगावे आणि इतर सर्व संचालक मंडळ पदाधिकाऱ्यांनी केले असून पुढील कार्यासाठी हादिक शुभेच्छा सुद्धा दिल्या आहेत. तेव्हा दहावी आणि बारावी उत्तीर्ण विद्यार्थ्यांनी महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालयाच्या एमपीएससी/यूपीएससी स्पर्धा परीक्षा मार्गदर्शन केंद्र आणि व्यक्तिमत्व विकास केंद्राचा लाभ घेण्याचे आवाहन महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. संजय गवई, केंद्र समन्वयक डॉ. बाळासाहेब गोडबोले आणि इतर सर्व शाखा समन्वयक आणि विभागप्रमुख यांनी केले आहे. या कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी व्ही.एन.वलांडे, योगेश मोदी, राजाभाऊ बोडके, अशोक शिंदे, श्रीशैल्य पाटील यांनी परिश्रम घेतले.

लातूर शहर जिल्हाध्यक्ष ड. किरण जाधव यांचा सत्कार



लातूर : अनुसूचित जातीसाठी राखीव असलेल्या लातूर (४१) लोकसभेच्या निवडणुकीत काँग्रेस पक्षाचे उमेदवार डॉ. शिवाजी काळगे हे विजयी झाले असून त्यांनी भारतीय जनता पक्षाचे उमेदवार खा.सुधाकर शृंगारे यांचा पराभव केला आहे. या विजयामध्ये माजी मंत्री दिलीपराव देशमुख, माजी मंत्री तथा पालकमंत्री आ.अमित देशमुख तथा आ. धीरज देशमुख यांच्या नेतृत्वाखाली लातूर शहर जिल्हाध्यक्ष तथा जिल्हा न्यायालयातील विधीज्ञ अं.ड. किरण जाधव यांनी कायदेशीर बाबी तथा नियोजनाची जातीने अंमलबजावणी केल्यामुळे विजय सुखर झाला. खा.डॉ. काळगे यांच्या या विजयातील योगदानाबद्दल मित्र परिवाराच्या वतीने लातूर जिल्हा न्यायालयातील वकील ड.संदीप हजगुडे यांच्या कार्यालयात सत्कार करण्यात आला. याप्रसंगी ड. नामदेव काकडे, ड. विकास सुळ, ड. प्रदीप पाटील, ड. चंद्रकांत चोपडे, ड. विठ्ठल बोंबडे, ड. सुर्यवंशी, दैनिक अदिती एक्सप्रेसचे संपादक गंगाधर डिगाळे आदि उपस्थित होते.

साने गुरुजी विद्यालयात गुणवंतांचा सत्कार

लातूर : येथील साने गुरुजी शैक्षणिक संकुलातील साने गुरुजी माध्यमिक विद्यालयात मार्च २०२४ मध्ये घेण्यात आलेल्या देहावीतील गुणवंत म्हणजेच ९०% पेक्षा जास्त गुण घेणाऱ्या विद्यार्थ्यांचा व पालकांचा सत्कार शनिवारी (८ जून) स विद्यालयाच्या श्री विलासराव देशमुख सभागृहात संस्था सचिव तथा महाराष्ट्र प्रदेश शिक्षक प्रतिनिधी सभेचे संस्थापक अध्यक्ष कालिदासजी माने यांच्या हस्ते करण्यात आला. याप्रसंगी प्रमुख पाहुणे म्हणून दीपस्तंभ गुरुकुल व कोचिंग क्लासेसचे संचालक सुवेद सुर्यवंशी, स्व. ज्ञानदेवराव माने ज्युनिअर कॉलेजचे प्राचार्य शरद चव्हाण, नंदादीप माध्यमिक विद्यालयाचे मुख्याध्यापक श्रीनिवास राऊत तसेच शाळेचे मुख्याध्यापक इस्माईल शेख आदि उपस्थित होते. मार्च-२०२४ च्या शालांत प्रमाणपत्र परीक्षेत विद्यालयाचा निकाल १००% लागला असून, ९८.००% गुणासह राडकर गौरव संजय प्रथम, ९७.६०% गुणांसह चोरपडे अमित विठ्ठल द्वितीय तर ९७.४०% गुणांसह शेख अलिशा ने तृतीय क्रमांक मिळवला आहे. या प्रसंगी वरील गुणवंत विद्यार्थ्यांसोबत



घुटे यश (९५.००%), गुडले आदित्य राम (९५.००%), हिंगिरे साईप्रसाद मन्मथ (९३.००%), काळे श्रेया मारोती (९३.००%), भले आदित्य अरुण (९२.६०%), सुर्यवंशी वैष्णवी दुष्यंत (९२.४०%), कोथिंबीरे शंतनू ज्ञानेश्वर (९२.२०%), बोरकर ज्ञानेश्वर नवनाथ (९२.००%), जाधवकृष्णाहरी (९१.८०%), शेळके प्रगती नागनाथ (९१.४०%), वडजे शिवराज यशवंत (९१.२०%), गोडबोले मनीष बाबासाहेब (९०.८०%), लोणे अर्धव तुकाराम (९०.४०%), स्वामी अमृता विजयकुमार (९०.४०%), आगवाने आदित्य नामदेव (९०.२०) आदि विद्यार्थी व पालकांचा सत्कार करण्यात आला. या प्रसंगी कावळे स्मिता, परळे गणेश, धोत्रे वैभव, गायकवाड राहुल, माने सचिन, कोयले हरिदास, जगताप शिवगंगा, काळगापुरे कमल, यादव मिनाक्षी, पवार शशिकांत, डोनागावे कोमल, गायकवाड सतीश, पवार अमोल, पाटील सुनंदा, वडवळे नवनाथ, दयानंद लहाडे, बनसोडे पोगिंगी आदि शिक्षक तथा सावंत बालाजी, सुडे दत्तात्रय, पांचाळ सुर्यकांत हे शिक्षकेतर कर्मचारी उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचलन सहशिक्षक गणेश परळे यांनी तर आभार वैभव धोत्रे यांनी मानले.

स्वामी विवेकानंद इन्स्टिट्यूट ऑफ पॉलिटेक्निकमध्ये धूत ट्रान्समिशन तर्फे कॅम्पस मुलाखतीतून नोकरीची संधी

लातूर दि.०८-०६-२०२४ स्वामी विवेकानंद इन्स्टिट्यूट ऑफ पॉलिटेक्निक मध्ये दिनांक ११ जून २०२४ रोजी डिप्लोमा अंतिम वर्ष पदविका (यंत्र आणि विद्युत अभियांत्रिकी) तसेच आयटी. आय (यंत्र आणि विद्युत) शाखेच्या विद्यार्थ्यांसाठी संभाजीनगर येथील नामांकित धूत ट्रान्समिशन या कंपनीच्या वतीने कॅम्पस मुलाखतीचे आयोजन करण्यात आलेले आहे. धूत ट्रान्समिशन ही कंपनी उद्योग समूह , ऊर्जा तसेच लॉजिस्टिक अशा विविध सेवा मध्ये कार्यरत आहे.इंद्रवर्षी स्वामी विवेकानंद इन्स्टिट्यूट ऑफ पॉलिटेक्निक कॉलेज मध्ये अंतिम वर्षाच्या मुलांसाठी विविध कंपन्यांच्या मुलाखतीचे आयोजन केले जाते व त्या मुलाखतीतून विद्यार्थ्यांना डिप्लोमा नंतर विविध नामांकित कंपनीमध्ये



नोकरीच्या संधी उपलब्ध होतात आणि आजवर आमच्या पॉलिटेक्निक कॉलेजचे विद्यार्थी आज नामांकित मल्टिनॅशनल कंपनीमध्ये चांगल्या पदावर कार्यरत आहेत. काळाची गरज तसेच तरुणांची नोकरीसाठी असलेली धावपळ ओळखून अशा प्रकारच्या

कॅम्पस मुलाखतीमध्ये लातूर शहरातील सर्व पॉलिटेक्निक तसेच आय.टी.आय मध्ये शिक्षण घेत असलेल्या सर्व विद्यार्थ्यांनी या सुवर्ण संधीचा लाभ घ्यावा असे आवाहन जेएसपीएम संस्थेचे संस्थापक अध्यक्ष माजी आ.शिवाजीराव पाटील कव्हेकर यांनी केले आहे.

कोणता मतदारसंघ सोडायचा, कोणता ठेवायचा ?

नवी दिल्ली : काँग्रेस नेते राहुल गांधी आणि समाजवादी पक्षाचे राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव या दोघांनीही २०२४ च्या लोकसभा निवडणुकीत चांगली कामगिरी केली आहे. मात्र आता हे दोघेही चांगल्याच धर्मसंकटात अडकले आहेत. २०२४ च्या लोकसभा निवडणुकीत उत्तर प्रदेशातील रायबरेली आणि केरळमधील वायनाड या दोन्ही जागांवरून राहुल गांधींनी दणदणीत विजय मिळवला आहे. तर सपा प्रमुख अखिलेश यादव कन्नर मतदारसंघाचे आमदार असून, त्यांनी कन्नोज लोकसभा मतदारसंघातून विजय मिळवला आहे. यामुळे या दोन्ही नेत्यांसमोर कोणत्या मतदारसंघाचे प्रतिनिधित्व करायचे याचे कोडे पडले आहे. राहुल यांनी वायनाडमधून ३.९० लाख मतांच्या फरकाने आणि रायबरेलीमधून ३.६४ लाख मतांनी निवडणूक जिंकली. या दोन्ही मतदारसंघातील नागरिकांनी राहुल गांधींना मोठ्या मताधिक्याने निवडून दिले आहे. यामुळे राहुल वायनाड मतदारसंघ सोडायचा की रायबरेली



या कोंडीत अडकले आहेत. दरम्यान रायबरेली गांधी घराण्याचा पारंपरिक मतदारसंघ असून राहुल गांधी रायबरेलीचे प्रतिनिधित्व कायम ठेवू शकतात, असे बोलले जात आहे. तर दुसरीकडे सपा अध्यक्ष अखिलेश यादव यांनी कन्नोज लोकसभा मतदारसंघातून १.७० लाख मतांनी दणदणीत विजय संपादित केला आहे. यामुळे आमदारकीवर कायम राहायचे की खासदारकीची शपथ घ्यायची असा पेच अखिलेश यांच्यासमोर निर्माण झाला आहे. दरम्यान, अखिलेश कऱ्हाल विधानसभेचा राजीनामा देऊ शकतात असे बोलले जात आहे. दोन्ही नेते काय निर्णय घेतात हे पाहणे महत्त्वाचे ठरणार आहे.

सोलापूर जिल्ह्यात ८२ मंडळांत पडला पाऊस

सोलापूर: रोहिणी नक्षत्राने जिल्ह्यात पावसाने चांगली सुरुवात झाली आहे. ९१ पैकी ८२ महसुली मंडळांत ५ मि.मी. पेक्षा अधिक पाऊस पडला आहे. उत्तर सोलापूर, दक्षिण सोलापूर, चे मोहोळ व करमाळ्यात पावसाने चांगली हजेरी लावल्याचे दिसत आहे.यंदा जिल्ह्यात पावसाला लवकरच के सुरुवात झाली आहे. रोहिणी नक्षत्राने ची यंदा सुरुवात चांगली झाल्याने शेतकऱ्यांच्या आशा पल्लवित झाल्या आहेत. जिल्ह्यात मागील दोन दिवसांत तीन-चार मंडळे वगळता इतर मंडळांत पाऊस पडला, मात्र, चार-पाच मंडळांत ५ मि.मी. पेक्षा कमी पाऊस पडल्याची - नोंद झाली आहे. जिल्ह्यातील ९१ पैकी ९ मंडळांत ५ मि.मी. पेक्षा कमी, तर इतर मंडळांत त्यापेक्षा अधिक पाऊस पडला आहे.जिल्ह्यातील उत्तर सोलापूर, दक्षिण सोलापूर, मोहोळ व करमाळा तालुक्यात सर्वाधिक पाऊस पडला आहे. उत्तर तालुक्यातील पाच मंडळांत ६० मि.मी. म्हणजे जून महिन्याच्या सरासरी पावसाच्या ५२ टक्के इतका, दक्षिण तालुक्यात २६ मि.मी. म्हणजे २८ टक्के, अक्कलकोट तालुक्यात ३२ मि.मी. म्हणजे जून महिन्याच्या ३१टक्के, मोहोळ तालुक्यात ५१ मि.मी. ५६ टक्के, तर करमाळ्यात ५३ मि.मी. म्हणजे ५३ टक्के पाऊस पडला आहे.जिल्ह्यात चांगला पाऊस पडेल व खरीप पेरणी क्षेत्र वाढेल असे अपेक्षित धरून बियाणे, खते उपलब्ध केली आहेत. शेतकऱ्यांनी खते, बियाणे, कीटकनाशके खरेदी करताना एमआरपी हावी व पावती घ्यावी. अधिक दराने विक्री होत असेल तर कृषी खात्याकडे तक्रार नोंदवा असे जिल्हा अधीक्षक कृषी व बुध्दिवारी दत्तात्रय गवसाने यांनी सांगितले.जिल्ह्यात मंगळवार व अथवारची सलग दोन दिवस पाऊस पडला आहे. मार्डी मंडळात जिल्ह्यात सर्वाधिक २२६ मि.मी. पावसाची नोंद झाली आहे.

जांभूळ फळाच्या भावात ३०० रुपयांनी वाढ

लातूर : प्रतिनिधी तालुक्यासह परिसरातून शहरातील बाजारपेठे रसरशीत जांभूळ दाखल होण्यास सुरुवात झाली आहे. जांभूळ हे एक लोकप्रिय फळ मानले जाते. सध्या शहरातील बाजारपेठेत मोठ्या प्रमाणात आवक सुरु झाली आहे. गतवर्षीच्या तुलनेत यंदा जांभूळच्या भावात २०० ते ३०० रुपयांनी वाढ झाली आहे. सध्या ग्रामीण भागातून बाजारपेठेत दाखल झालेल्या जांभूळ फळाला मागणी वाढल्याचे चित्र दिसून येत आहे. ग्रामीण भागात वेगवेगळ्या हंगामात वेगवेगळ्या फळांची मागणी ग्राहक वर्गातून होत असते. मानवी शरिरासाठी पौष्टिक असलेल्या जांभूळ फळाला मागणी आहे. पावसाळा सुरु झाला की जांभूळाना बहर येतो. परंतु यंदा वातावरणातील बदलामुळे बहर कमी आल्यामुळे फळाची आवक कमी प्रमाणात आहे. त्यामुळे मागणी वाढल्याने दर वाढले आहेत. आयुर्वेदामध्ये जांभूळाला महत्त्वाचे स्थान आहे. शरीरातील जीवनसत्त्व वाढविण्यासाठी हे फळ प्रभावी मानले जाते. तसेच पावसाळी वातावरणात ते खाणे उत्तम मानले जाते. शहरातील बाजारात सध्या २० किलो जांभूळाना



९०० रुपयांचा भाव मिळत असल्याचे व्यापा-यांनी सांगितले. यंदा हवामानातील बदलामुळे जांभूळ फळाची आवक काही प्रमाणात कमी झालेली दिसून येत आहे. गतवर्षी जांभूळाना २० किलोची जाळी साधारणपणे ५०० ते ६०० रुपयांपर्यंत विकली जात होती. मात्र यंदा ७०० ते ९०० रुपये मोजावे लागत असल्याचे व्यापा-यांनी सांगितले आहे. शहरातील विविध भागात गेल्या काही दिवसापासून जांभूळ विक्रीत्यांनी आपली दुकाने धाटली असल्याचे दिसून येत आहे. या स्टॉलवर ग्रामिण भागातून आलेले रसदार जांबुळ लातूरकरांचे लक्ष वेदून घेत आहे. तर किरकोळ बाजारात ७० ते ८० रुपये किलोने या जांभूळांची विक्री केली जात आहे.

सोयाबीन : ३० किलोची बॅग ३३०० रुपये तर फिटलचा भाव ४५००

लातूर : प्रतिनिधी लातूर जिल्हा सायोबीनचे हब म्हणून ओळखला जातो. नगदी पीक म्हणून शेतकरी सोयाबीनला सर्वाधिक पसंती देतात. गत वर्षीही जिल्ह्यात सोयाबीनचा सर्वाधिक पेरा झाला. सोयाबीनचे उत्पादनही ब-यापैकी झाले. परंतु, सोयाबीनच्या दराने शेतक-यांच्या डोळ्यात पाणी आणले. ४ हजार ५०० रुपयांच्या वर सोयाबीनचा भाव सरकला नाही. अशातच आता खरीप हंगामातील पेरणीची चिंता शेतक-यांना लागली आहे. बियाण्याचे भाव वाढल्याने शेतकरी अधिकच अडचणीत आला आहे. सोयाबीन बियाणाची ३० किलोची बॅग ३ हजार ३०० रुपयांना तर सोयाबीनच्या एक क्विंटलचा भाव ४ हजार ५०० रुपये आहे. शेतक-यांच्या शेतमालाला क्वड्रीमोल भाव मिळत असल्याने शेतकरी हवालदिल झाला आहे. जिल्ह्यातील शेतक-यांनी दरवर्षीचा अनुभव लक्षात घेता शेतमालाचे भाव वाढतील. किमान सोयाबीनचे तरी भाव वाढतील या आशेने किमान ३० टक्के शेतक-यांनी सोयाबीन आपापल्या घरातच साठवून ठेवले आहेत. परंतु, भाव काही वाढेना. ४ हजार ५०० रुपयांच्या वर भाव सरकेना. बाजारात बियाणे महाग तर शेतक-यांचा शेतमाल क्वड्रीमोल, अशी परिस्थिती दिसून येत आहे. यामुळे शेतकरी पुरता हवालदिल झाला आहे. शेतक-यांमध्ये प्रचंड नाराजी पसरली आहे. सोयाबीनचा उतारा एका बंगला एकरी पाच ते सहा क्विंटल होतो. लागवड व इतर खर्च वजा जाता शेतक-यांच्या पदरी काहीच पडत नाही. एकतर बी-बियाणे महाग दुसरी गोष्ट पिकांचा उतारा कमी आणि उत्पादीत शेतमालाला भाव मिळत नाही. त्यामुळे शेतक-यांच्या कष्टाला मोलच नाही. सोयाबीनचे पीक हे नासके पीक म्हणूनही ओळखले जाते. पावसाळ्यात सोयाबीनच्या पिकाला अतिपाऊस पाऊस झाला तर कधी कधी शेतक-यांच्या हाती काहीच लागत नाही. अशा पेच प्रसंगता ओल्या दुष्काळाचे सावट शेतक-यांवर उभे राहाते. त्यामुळे पिकली की शेती नाही तर मती, अशी परिस्थिती येते. अशा वेळी शासनाकडून कसलीही मदत मिळत नाही.