दैनिक

महावृत्त

E-Mail:dainikmhavratt@gmail.com

संपादक-अशोक हनवते.मो-9421094991,7264079990

लातूर वर्ष ५ वे अंक २ रा शनिवार दि.२८ जून २०२५ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रू.

हे सरकार चालवत आहेत की कॉमेडी शो? आदित्य ठाकरेंचा शिक्षणमंत्री भुसेंना खोचक सवाल

मुंबई : राज्यात हिंदी भाषेची सक्ती करण्यात येऊ नये, याकरिता मनसेने ५ जुलैला मोर्चा आयोजित केला आहे. सत्ताधारी वगळता राज्यातील सर्वच पक्षातील नेते या मोर्चामध्ये सहभागी होणार आहेत. पण आता या हिंदी भाषा सक्तीच्या मुद्द्यावरून उद्धवसेनेचे आमदार आदित्य ठाकरे यांनी शालेय शिक्षणमंत्री दादा भुसे यांच्यावर टीका करताना, हे सरकार चालवतायत की कॉमेडी शो? असा खोचक सवाल उपस्थित केला आहे.

यंदा इयत्ता पहिलीला तिसरी भाषा म्हणून हिंदी भाषा मौखिक असेल, पुस्तके नसतील, पण मास्तर मुलांना तिसरी भाषा शिकवतील, असे स्पष्टीकरण शालेय शिक्षणमंत्री दादा भुसे यांच्याकडून देण्यात आले होते. हिंदी भाषा सक्तीच्या मुद्द्यावर बोलताना दादा भुसे यांच्याकडून याबाबतचे स्पष्टीकरण देण्यात आले.

एका पत्रकाराने मंत्री दादा भुसे यांचे हे विधान सोशल मीडिया साइटवर पोस्ट केले. त्यांची ही पोस्ट आदित्य ठाकरे यांनी रिपोस्ट करत मंत्री दादा भुसे यांच्यावर निशाणा साधला. त्यांनी आपल्या अधिकृत सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्मवर पोस्ट करताना शिक्षण मंत्र्यांनी स्वतः आधी शाळेत जाऊन बसावे आणि असे धडे घ्यावेत असा टोला लगावला आहे.

त्यांनी पुढे आपल्या पोस्टमध्ये लिहिले आहे की, आधीच पहिलीतील मुलांवर तीन भाषा शिकण्याची सक्ती, त्यात पुस्तक नाही तर मौखिक अभ्यास. हे सरकार चालवतायत की कॉमेडी शो? काय बोलताय, काय ठरवताय, स्वतः जरा ऐकून बघा आणि ह्यांनाच आधी पहिलीत पाठवा ! तिथेही 'नापास' होतील! असा खोचक टोला आमदार आदित्य ठाकरे यांनी लगावला आहे. त्यामुळे आता आदित्य यांच्या या टीकेला शिंदेसेनेचे नेते काय प्रत्युत्तर देणार, हे पाहणे महत्त्वाचे ठरणार आहे. कारण, आदित्य ठाकरेंनी थेट शालेय शिक्षणमंत्र्यांनाच पहिलीत जाऊन बसण्याचा सल्ला दिल्याने यामुळे मोठा वाद होण्याची शक्यता निर्माण झाली आहे.

आदित्य - संदीप देशपांडेंची भेट आगामी मोर्चाच्या संदर्भात उद्धवसेनेचे आमदार आदित्य ठाकरे व मनसेचे मुंबई जिल्हाध्यक्ष संदीप देशपांडे यांची भेट झाल्याने अनेकांच्या भूवया उंचावल्या आहेत. एका कार्यक्रमावेळी दोन्ही नेत्यांची भेट झाली, याचा व्हिडियो देखील आता मोठ्या प्रमाणात व्हायरल होत आहे. यावेळी उद्धवसेनेचे प्रवक्ते आनंद दुबे देखील सोबत असल्याचे दिसून येत आहे. त्यामुळे यापुर्वी एकमेकांवर सतत्याने टीका-टिपणी करणारे नेते, मराठीच्या मुद्द्यावर एकवटले असून, कार्यकर्त्यांच्या एकमेकांसोबत गाठीभेटी देखील वाढल्या आहेत.

केनियामध्ये सरकारविरोधी आंदोलनादरम्यान हिंसाचार, १६ ठार

केनियामध्ये बुधवारपासून सरकारविरोधी आंदोलनादरम्यान हिंसाचार उसळला असून आतापर्यंत या हिंसाचारात मरण पावणाऱ्यांची संख्या १६ वर पोचली आहे. बेरोजगारी आणि दारिद्र्यामुळे केनियातील तरुणवर्ग रस्त्यावर उतरला आहे. या नागरिकांनी केलेल्या निदर्शनांमध्ये मालमत्तेचेही नुकसान झाले.

संतप्त निदर्शकांनी किमान दोन पोलिस ठाणी उद्ध्वस्त केली आहेत. बुधवारी देशभरातील ४७ पैकी २३ काउंटींमध्ये केनियातील लोकांनी पोलिसांच्या क्रौर्याविरोधात आणि चांगल्या प्रशासनाची मागणी करत निदर्शने केली. हजारो लोकांनी सरकारविरोधी घोषणाबाजी केली आणि निदर्शनांचे रूपांतर केनियाचे अध्यक्ष विल्यम रुटो यांच्या राजीनाम्याच्या मागणीसाठीच्या आंदोलनामध्ये झाले.

या हिंसक निदर्शनांमुळे राजधानी नैरोबीमध्ये उद्योगांचे नुकसान झाले आहे. अनेक दुकानांमधून उपयुक्त वस्तूंची लुटालूट करण्यात आली. या दुकानांच्या सीसीटीव्हीतल्या चित्रीकरणाच्या आधारे लुटारूंना जलद अटक करता येईल, असे केनियाचे गृहमंत्री किपचुंबा मुरकोमेन यांनी सांगितले.

निदर्शनांदरम्यान पोलिस अधिकाऱ्यांच्या वर्तनाचे त्यांनी समर्थन केले आणि सरकार तुमच्या पाठीशी आहे, असे मंत्री मुरकोमेन यांनी गुरुवारी सांगितले. काल ज्याने अतिरेक केला असेल असा कोणताही पोलिस अधिकारी नाही.

तुमची लेकरं चांगल्या शाळेत शिकणार.. फडफड इंग्रंजी बोलणार, विदेशात फिरणार

हिंदीसक्तीचा विषय जसाजसा तापत आहे, त्या प्रमाणेच आरोप प्रत्यारोपांच्या फैरी झडू लागल्या आहेत. सत्ताधारी पक्षाकडून विरोधकांवर टीका करण्यात येत असताना भाजपसोबत असणारे शेतकरी नेते सदाभाऊ खोत यांनीही खुर्चीची लढाई म्हणताना दोन्ही ठाकरे बंधूंवर निशाना साधला. माध्यमांशी संवाद साधताना सदाभाऊ खोत म्हणाले की, प्रत्येकांचा अजेंडा ठरलेला आहे. मात्र, एक दुर्दैवाची बाब अशी आहे की, शेतकऱ्यांचा अजेंडा हा राजकारण्यांच्या दिशेने चाललेला दिसत नाही. मराठी भाषेच्या अजेंड्याचं आम्ही स्वागत करतो. मात्र, शेतकऱ्यांचा देखील अजेंडा असला पाहिजे होता. कारण पोटाची भूक माणसाला भाषा शिकवत असते आणि आमची मराठी भाषा चिरकाल टिकणार आहे. त्यामुळे सध्या मराठी भाषेवरील आक्रमण हा ढोंगीपणा आहे.

माझ्या लेकराला हिंदी आणि इंग्रजी आलं पाहिजे. कारण मला जगाबरोबर चालायचे असेल तर या दोन्ही भाषा आल्या पाहिजेत. परंतु आमच्या लेकरांना हिंदी आणि इंग्रजी आलं नाही पाहिजे. आमची लेकरं भाषेच्या दारिद्र्यात राहिली पाहिजेत. आमच्या लेकरांना जग समजता कामा नये. जग केवळ यांनाच समजता आलं पाहिजे, असे म्हणत सदाभाऊ खोत यांनी दोन्ही ठाकरेंच्या मुलांच्या शिक्षणाचा मुद्दा मांडला.

आंदोलनावर खोत म्हणाले की, जे आज आंदोलन करत आहेत, त्यांना माझा साधा प्रश्न की, तुमच्या लेकरांना इंग्रजी येतं का ? विमानात बसल्यावर तुमची मुलं इंग्रजीत बोलतात ना ? तुमची लेकरं कोणत्या मराठी शाळेत शिकलीत, त्यांची नावे आम्हाला सांगा ? या प्रश्नांची उत्तरे आम्हाला द्या. तुमच्या मुलांना शिकवणाऱ्या शिक्षकांचे आम्ही दर्शन घेऊ. कारण तुमची लेकरं फडफड इंग्रंजी बोलणार, चांगल्या शाळेत शिकणार, इंग्रजी बोलणाऱ्या जगात जाणार, वेगवेगळे देश फिरणार आणि तुम्ही इथे सांगणार दुसरी भाषा शिकता कामा नये, असे म्हणत खोत यांनी टीका केली.

महाराष्ट्र पोलीस दलात मोठी उलथापालथ ! ५० हून अधिक वरिष्ठ अधिकाऱ्यांच्या बदल्या

पुणे : आगामी स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकींच्या पार्श्वभूमीवर महाराष्ट्र पोलीस दलात मोठ्या प्रमाणावर फेरबदल करण्यात आले आहेत. गृह विभागाने ५० हून अधिक वरिष्ठ पोलीस अधिकाऱ्यांच्या बदल्यांचे आदेश जारी केले असून, यामध्ये पोलीस अधीक्षक आणि पोलीस उपायुक्त दर्जाच्या अधिकाऱ्यांचा समावेश आहे.

मुंबई, पुणे, पिंपरी-चिंचवड, नाशिक, कोल्हापूर, लातूर, गडचिरोली, भंडारा, अहमदनगर यासह राज्यातील विविध जिल्ह्यांतील पोलीस अधिकाऱ्यांच्या बदल्या करण्यात आल्या आहेत. या खांदेपालटमुळे पोलीस दलात नवे जोश आणि कार्यक्षमता येण्याची अपेक्षा व्यक्त केली जात आहे.

प्रमुख बदल्यांचा तपशील :

लातूर: अमोल तांबे यांची लातूरचे नवे पोलीस अधीक्षक म्हणून नियुक्ती झाली आहे. अंमली पदार्थ विरोधी टास्क फोर्स: निकेश खाटमोडे पाटील यांची या विभागातून बदली करण्यात आली आहे.

पुणे : तेजस्विनी बाळासाहेब सातपुते यांची पुण्याच्या शस्त्र निरीक्षण शाखेतून राज्य राखीव पोलीस बल (रा. रा. पोलीस बल) गट क्रमांक १ मध्ये समादेशकपदी बदली. अश्विनी सानप यांची पुण्याच्या लोहमार्ग पोलीस अधीक्षकपदी नियुक्ती.

नवी मुंबई : संजय वाय जाधव यांची रा. रा. पोलीस बल गट क्रमांक ११ मध्ये समादेशकपदी बदली.

मुंबई : शीतल झगडे यांची दहशतवाद विरोधी पथकाच्या पोलीस अधीक्षकपदी नियुक्ती.

भंडारा : निलेश मोरे यांची अपर पोलीस अधीक्षकपदी नियुक्ती.

अहमदनगर : वैभव कुलबुर्गे यांची अपर पोलीस अधीक्षकपदी नेमणूक.

गडचिरोली : गोकुळ राज जी यांची अपर पोलीस अधीक्षकपदी नियुक्ती.

या बदल्या निवडणुकीच्या काळात कायदा व सुव्यवस्था राखण्यासाठी आणि प्रशासकीय कार्यक्षमता वाढवण्यासाठी महत्त्वपूर्ण मानल्या जात आहेत. गृह विभागाने या बदल्यांद्वारे राज्यातील संवेदनशील भागात अनुभवी आणि कणखर अधिकाऱ्यांना नियुक्त केले आहे. विशेषतः दहशतवाद विरोधी पथक आणि नक्षलग्रस्त गडचिरोलीसारख्या क्षेत्रात नव्या नियुक्त्यांमुळे सुरक्षा व्यवस्थेला बळकटी मिळण्याची शक्यता आहे.

गृह विभागाने बदल्यांचे आदेश तातडीने लागू केले असून, नव्या नियुक्त्या त्वरित प्रभावी होतील. या फेरबदलांमुळे पोलीस दलातील कार्यप्रणालीत सुसूत्रता येईल आणि आगामी निवडणुकीत कायदा व सुव्यवस्था अबाधित राहील, असा विश्वास गृह विभागाने व्यक्त केला आहे. या बदल्यांमुळे स्थानिक पातळीवरील राजकीय आणि सामाजिक समीकरणांवरही परिणाम होण्याची शक्यता वर्तवली जात आहे.

एनडीएमध्ये एकतेचे दावे, पण प्रत्यक्षात राजकीय संघर्ष ; नितीशकुमारांच्या बालेकिल्ल्यात चिरागच्या एन्ट्रीने जदयू अस्वस्थ

बिहार विधानसभा निवडणुकीच्या तयारीत गुंतलेले पक्षही एकमेकांचे पाय ओढत आहेत. जदयूचे प्रमुख आणि मुख्यमंत्री नितीश कुमार यांच्या बालेकिल्ल्यात २९ जून रोजी लोजपा (आर) बहुजन भीम संकल्प संमेलन होणार आहे, ज्यामध्ये पक्षाचे प्रमुख आणि केंद्रीय मंत्री चिराग पासवान हे देखील सहभागी होणार आहेत. हे चिराग यांचे शक्तीप्रदर्शन मानले जात आहे. यामुळे जदयूत खळबळ उडाली आहे.

लोजपा (आर) प्रमुख चिराग पासवान यांनी आधीच सांगितले आहे की, त्यांना बिहारच्या राजकारणात विशेष रस आहे. त्यामुळेच पक्ष सर्व २४३ जागांसाठी तयारी करत आहे. बिहारमध्ये, इतर एनडीए घटक पक्षांच्या तुलनेत लोजपा (आर) आक्रमकपणे तयारी करत आहे. पक्षाचे प्रदेशाध्यक्ष राजू तिवारी यांचे धोरणात्मक कौशल्य यामागे असल्याचे मानले जाते. त्याचा आवाज दिल्लीपर्यंत पोहोचला आहे.

एनडीएमध्ये प्रवेश करण्याचा प्रयत्न केल्याचा आरोप एनडीएचा भाग असूनही, लोजपा (आर) चे नेते जदयूच्या मतांमध्ये घुसण्याचा प्रयत्न करत आहेत. २९ जून रोजी राजगीरमध्ये होणाऱ्या लोजपा (आर) च्या बहुजन भीम संकल्प समागमलाही याच रणनीतीचे उदाहरण मानले जात आहे. लोजपा (आर) च्या अशा मोहिमांमुळे जद (यू) चे कार्यकर्ते अस्वस्थ होत आहेत, तर लोजपा (आर) याला सामान्य म्हणत आहेत.

या संदर्भात, लोजपा (आर) चे प्रदेशाध्यक्ष राजू तिवारी यांनी एका हिंदी वर्तमानपत्राला दिलेल्या माहितीनुसार, निवडणुकीची तयारी करण्याचा प्रत्येकाला अधिकार आहे. लोजपा (आर) देखील तयारीत व्यस्त आहे. पक्षप्रमुख चिराग पासवान संपूर्ण समाजाबद्दल बोलतात. सर्वांना जोडण्यासाठी मोहीम सुरू आहे. पक्षाच्या कार्यक्रमावर कोण आनंदी आहे आणि कोण नाराज आहे याची आम्हाला चिंता नाही. पक्षाच्या धोरणांचा राज्यभर प्रसार करणे हा उद्देश आहे. असे म्हणाले. दुसरीकडे, २९ जून रोजी राजगीरमध्ये होणाऱ्या लोजपा (आर) कार्यक्रमासाठी आठ जिल्ह्यांतील तीस विधानसभा मतदारसंघातून लोकांना आमंत्रित केले जात आहे. हा परिसर मुख्यमंत्री नितीश कुमार यांचा बालेकिल्ला मानला जातो. एलजेपी (आर) कार्यक्रमामुळे नितीश यांच्या बेस मतांमध्ये फूट पडू शकते अशी चर्चा आहे, तर पक्षाचे नेते असे मानत नाहीत. चिराग समर्थकांचे म्हणणे आहे की एनडीएला पक्षाच्या ताकदीचाच फायदा होईल.

दुसरीकडे, जद (यू) चे राष्ट्रीय प्रवक्ते राजीव रंजन प्रसाद म्हणाले की, बिहारमधील एनडीए घटक पक्ष पूर्णपणे एकजूट आहेत आणि विधानसभा निवडणुकीची तयारी चांगल्या पद्धतीने सुरू आहे. ते म्हणाले की, एनडीए घटक पक्षांमधील मतभेदांची अफवा विरोधी पक्षांकडून पसरवली जात आहे, तर असे काहीही नाही. त्याचा सकारात्मक परिणाम निवडणूक निकालांवर दिसून येईल.

जी बी सातदिवे सह जिल्हा निबंधक वर्ग १ लातूर यांनी नुकताच या पदाचा पदभार घेतला त्याबद्दल अशोक हनवते संपादक दैनिक महावृत्त तथा जिल्हा सरचिटणीस महाराष्ट्र राज्य मराठी पत्रकार संघ मुंबई जिल्हा शाखा लातूर यांनी शाल व पुष्पगुच्छ देऊन सत्कार करण्यात आले.

ठाकरे बंधूंच्या मोर्चात शरद पवार गट सहभागी होणार का? शरद पवारांनी स्पष्ट केली भूमिका म्हणाले

राज्यात पहिलीपासून लागू करण्यात आलेल्या त्रिभाषा निर्णायाविरोधात म्हणजेच हिंदीसक्तीविरोधात ठाकरे बंधू यांनी आक्रमक पवित्रा घेतला आहे. उद्धव ठाकरे आणि राज ठाकरे यांनी सरकारला हा निर्णय मागे घेण्यास वेळोवेळी सांगूनही त्यावर तोडगा निघत नसल्याने आता ठाकरे बंधूंचा हिंदी सक्तीविरोधात वेगवेगळा नाहीतर एकच मोर्चा निघणार आहे. याची घोषणा उबाठाचे नेते संजय राऊत यांनी केली आहे.

काल उद्धव आणि राज यांच्या वेगवेगळ्या पत्रकार परिषदा झाल्या. दोन्ही नेत्यांनी वेगवेगळे मोर्चाच्या तारखा जाहीर केल्या. मात्र, संजय राऊत यांनी ट्वीट करत ठाकरे बंधूंचा एकत्र मोर्चा निघणार असल्याचे जाहीर केले आहे. या मोर्चात सगळ्या क्षेत्रातील लोकांनी सहभागी होण्याचे आवाहान करण्यात आले आहे. ५ जुलै रोजी ठाकरे बंधूंचा मोर्चा मुंबईत निघणार आहे.

या मोर्चामध्ये राष्ट्रवादी काँग्रेस शरद पवार गट सहभागी होणार का? याबाबत चर्चा सुरू असतानाच याविषयी शरद पवार यांनी आपली भूमिका मांडली आहे. पहिली ते चौथी हिंदी सक्तीची गरज नाही. पण पाचवीपासून पुढे हिंदी येणं गरजेचं आहे. हिंदीला दुर्लक्षित करून चालणार नाही. दोन्ही ठाकरेंची भूमिका वाचली. मुबंईला गेल्यावर याबाबत त्यांना भेटेन, अशी प्रतिक्रिया शरद पवार यांनी दिली आहे. ते कोल्हापूरला आले असताना त्यांनी याविषयी माध्यमांसोबत संवाद साधला. तसेच राज्यातील इतर मुद्यांवरही त्याने भाष्य केले.

या मोर्चात सर्वपक्षीय नेत्यांना देखील सहभागी होण्याची आवाहन करण्यात आले आहे. याविषयी बोलताना शरद पवार म्हणाले, त्यांनी मोर्चात सहभागी व्हा असं म्हटलं आहे. त्यांचे भाष्य समजून घेतलं पाहिजे. तुम्ही सहभागी व्हा म्हटल्यावर होता येत असे नाही, भूमिका समजून घ्यावी लागेल. जर महाराष्ट्राच्या हिताचे निर्णय असतील तर भूमिका घेतली जाईल, असे स्पष्ट विधान शरद पवार यांनी केले आहे.

संजय राऊतांना मिश्किल टोला ठाकरे बंधू एकत्र येण्यावर शरद पवार यांनी भाष्य केले आहे. शिवसेना आणि मनसे एकत्र आले तर चांगले आहे. ते एकत्र येतील की नाही, हे मला माहिती नाही. कारण हे एकत्र येण्यासाठी संजय राऊत प्रयत्न करत आहेत, असा मुश्किल टोला शरद पवार यांनी संजय राऊतांना लगावला आहे.

संपादकीय

अमली दहशतवादाचा इंजेक्शन अटॅक!

यात्रा असो अथवा कोणतीही महोत्सव, बर्याचवेळा एखादी दुर्घटना घडत असते. मग विनाकारण याचा फटका अनेक निष्पाप लोकांना बसत असतो. हे वारंवार घडत असताना लोक त्यापासून काहीच धडा घेत नसल्याचे दिसून येते. कोणत्याही कार्यक्रमात हौसे, नवसे, गवसे यांच्यासह गुन्हेगारी प्रवृत्तीचे लोकही वावरत असतात. अशीच एक धक्कादायक दुर्घटना फ्रान्समध्ये नुकतेच पार पडलेल्या फेते डे ला म्युझिक या वार्षिक संगीत महोत्सवात घडली आहे. त्याचे झाले असे की, काही गुन्हेगारी प्रवृत्तीच्या संशयितांनी गर्दीचा फायदा घेत महोत्सवातील अनेक लोकांना इंजेक्शन खुपसले.. यानंतर एकच खळबळ उडाली आहे. बर्याचवेळा सुईद्वारे होणारे हल्ले अचानक आणि लपूनछपून केले जात असतात.

फ्रान्सच्या या संगीत महोत्सवातील या इंजेक्शनमध्ये रोहिप्नोल अथवा जीएचबी नावाचे डेट-रेप ड्रग्ज असल्याचा संशय व्यक्त केला जात आहे, पण त्याबाबत अद्याप काही स्पष्टता झालेली नाही. विशेष म्हणजे या ड्रग्जचा वापर लोकांना बेशुद्ध करण्यासाठी अथवा नशा चढण्यासाठी केला जातो. आता फेतेडेलातील काही पीडितांना टॉक्सिकोलॉजी चाचणीसाठी रुग्णालयात दाखल करण्यात आले आहे.

या घटनेनंतर घटनास्थळी गोंधळाचे आणि भीतीचे वातावरण निर्माण झाले. अनेक संशयितांनी तोडफोडही केली. या घटनेचा व्हिडीओ सोशल मीडियावर वेगाने व्हायरल होत आहे. इंजेक्शन दिल्याप्रकरणी पोलिसांनी आतापर्यंत १२ संशयितांना ताब्यात घेतले आहे. याबाबतची एक पोस्ट एका महिलेने केली होती अशी चर्चा आहे, पण त्याबाबत काहीच समोर आले नसल्याचे सांगण्यात येत आहे हे विशेष! देशातील १४५ लोकांनी सुई टोचल्याची तक्रार केली आहे, यामध्ये पॅरिसमधील १३ प्रकरणांचा समावेश आहे. पॅरिसमध्ये एका १५ वर्षीय मुलीला आणि १८ वर्षीय मुलासह तीन जणांनी सुई टोचल्याची तक्रार केली आहे. यापूर्वी फ्रान्समध्ये २०२२ मध्येही क्लब, बार आणि संगीत सोहळ्यात सुईने हल्ला झाल्याच्या तक्रारी समोर आल्या होत्या. त्यावेळी सरकारने लोकांना सतर्क राहण्याचा आणि सुईद्वारे ड्रग्ज दिल्याचा संशय आल्यास तत्काळ पोलिसांत तक्रार करून टॉक्सिकोलॉजी चाचणी करण्याचा सल्ला दिला होता. यंदाच्या या उत्सवात विविध आरोपांखाली ३७० हून अधिक लोकांना ताब्यात घेतले आहे.

यामध्ये पॅरिसमधील ९० जणांचा समावेश आहे. या घटनेत १४ जण गंभीर जखमी झाले असून, एका १७ वर्षीय मुलाच्या पोटात चाकूचे वार झाल्याचे आढळून आले. इतकेच नाही तर १३ पोलिसही जखमी झाल्याचे समोर आले आहे. वारंवार होत असलेल्या संगीत इंजेक्शन अॅटॅकवरून फ्रान्स सरकार काय कारवाई करते, हे पाहणे औत्सुक्याचे ठरेल.

विश्वयुद्धाच्या दिशेने?

इराण आणि इस्रायल यांच्यात सुरू झालेल्या युद्धामध्ये अचानक काल अमेरिकेने उडी घेतली आणि या युद्धाचा भडका अधिक व्यापक होण्याची शक्यता वाढली. मुळातच इराण आणि इस्रायल यांच्यातील युद्धाची धग मोठी आहे. दोन्ही देशांनी एकमेकांवर क्षेपणास्त्रांचा पाऊस पाडून एकमेकांचे प्रचंड नुकसान केले आहे. त्यातच आता अमेरिकेने इराणमधील अणुप्रकल्पांवर हल्ले करून आपला खूप दिवसांपासूनचा बाकी असलेला हिशेब पूर्ण करायचा प्रयत्न केला आहे.

इराणने आपला अणुकार्यक्रम थांबवावा आणि अमेरिकेबरोबर त्याविषयी चर्चा करावी, अशी मागणी अमेरिकेकडून वारंवार केली जात होती, पण त्याला इराणकडून धूप घातली जात नव्हती. आता इस्रायलबरोबर त्यांचा संघर्ष उडाल्यानंतर या संघर्षाची संधी हेरून अमेरिकेने आपला डाव साधला आहे.

पण हे प्रकरण तेवढ्यापुरतेच सीमित राहील असे नाही, कारण, इराणवर हल्ले केल्यास आम्ही इराणच्या पाठीशी उभे राहू, अशी स्पष्ट भूमिका रशिया आणि चीन या देशांनी घेतली आहे. त्यामुळे मध्यपूर्वेत निर्माण झालेल्या या संघर्षाची व्याप्ती झपाट्याने अधिक व्यापक होताना दिसत असून हे युद्ध तिसर्या महायुद्धाच्या दिशेने जात आहे काय, असा प्रश्न अनेक जाणकार उपस्थित करीत आहेत.

इराण आणि इस्रायल यांच्यात संघर्ष सुरू झाल्यानंतर त्या दोन देशांच्या वादात आपण इतक्यात पडणार नाही, आम्हाला किमान पंधरा दिवसांचा अवधी पाहिजे अशी भूमिका अमेरिकेचे अध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प यांनी जाहीर केली होती. पण अशी भूमिका घेतल्यानंतर लगेच दुसर्या दिवशी त्यांनी इराणवर पहाटे हे हल्ले करून संपूर्ण जगाला चकित करून टाकले आहे.

अमेरिकेच्या या हल्ल्यांना इराणकडून आज इतक्यात काही तातडीचा प्रतिसाद दिला जाईल अशी अपेक्षा नाही, पण भविष्यात तो धोका कायम राहणार आहे. मुळात अमेरिकेचा हल्ला झाल्यानंतर इराणने इस्रायल विरोधातली आपली कारवाई अधिक वेगवान केली असून अतिसंहारक क्षेपणास्त्रे इराणने इस्रायलवर डागली आहेत. त्यामुळे इस्रायलचे अतोनात नुकसान होताना दिसत आहे.

इस्रायल हा फार शक्तिशाली आहे आणि त्यांच्याकडे फार मोठी लष्करी यंत्रणा आहे असा जो बागुलबुवा गेले काही दिवस निर्माण केला गेला होता त्याला टाचणी लावण्याचे काम इराणने केले आहे. इस्रायलच्या राजधानीच्या शहरापासून अनेक महत्त्वाच्या ठिकाणांवर इराणने हल्ले करून तेथे अक्षरशः विनाश माजवला आहे.

कमकुवत इराणकडे इतकी शक्ती नाही अशा भ्रमात इस्रायलचे लोक होते आणि त्यातच अमेरिकेचा आपल्याला एकतर्फी पाठिंबा आहे त्यामुळे इराण आपल्या विरोधात कारवाई करायला कचरेल असे इस्रायलचे म्हणणे होते; परंतु हे सगळे साफ खोटे ठरले आहे. इराणचे सर्वेसर्वा खामेनी यांनी अत्यंत धाडसाने इस्रायलचा जो मुकाबला केला त्याचे लष्करी तज्ज्ञांकडून कौतुकच होताना दिसत आहे.

या हल्ल्यात इस्रायलचे जे अति प्रचंड नुकसान झाले आहे त्यातून त्या देशाला सावरायला बरेच दिवस लागतील. मुळात दोन्ही देशांमध्ये हा संघर्ष कधी आटोक्यात येईल याचा अजून कोणाला अंदाज आलेला दिसत नाही.

अमेरिकेच्या हल्ल्यानंतरही इराणने माघार घ्यायला किंवा शस्त्रसंधी करायला स्पष्ट नकार दिला असून या टप्प्यावर जर आम्ही आज शस्त्रसंधी केली तर इस्रायलला सावरायला खूप वेळ मिळेल आणि या घडीला आम्ही तो धोका पत्करू शकत नाही, अशी जाहीर भूमिका इराणने घेतली आहे. त्यामुळे सध्या सुरू असलेल्या या संघर्षावर इतक्यात तोडगा निघण्याची शक्यता नाही.

अमेरिकेसह जगातल्या अन्य शक्तिशाली देशांनी दिलेल्या धमक्यांना इराण भीक घालणार नाही त्यामुळे भविष्यात ही परिस्थिती नेमके काय वळण घेईल याची कल्पना करवत नाही. या सगळ्या संघर्षाला वास्तविक खूप आधीच आळा घालता आला असता. पण इस्रायलचे धाडस अंगलट आले आहे. काहीही तात्कालिक महत्त्वाचे कारण नसताना इस्रायलने इराणवर हल्ला करून त्यांना डिवचण्याचे काम केले.

इस्रायलने आपल्या लष्करी ताकदीविषयी फुकाचा अभिमान बाळगला होता तो अभिमानही अंगलट आला आहे. अमेरिकेकडून आपल्याला तातडीने मदत मिळेल अशी अपेक्षा त्यांनी बाळगली होती, पण ती मदत करायलाही अमेरिकेकडून विलंब झाला आहे आणि त्यांनी इस्रायलला लष्करी सामग्रीची मदत पाठवण्याऐवजी इराणवर हल्ला करून हा विषय वाढवून ठेवला आहे.

इराणला पाठिंबा देण्यासाठी आणि मदत करण्यासाठी रशिया आणि चीन हे दोन शक्तिशाली देश तयार आहेत. त्यांच्याकडून मदत घेऊन इराण आपला इस्रायलबरोबरचा संघर्ष यापुढे कितीही काळ चालू ठेवू शकतो; पण एवढा दीर्घकाळ इराणकडून होणारा मारा सहन करण्याची क्षमता इस्रायलकडे आहे काय, याचा विचार केला पाहिजे, या सगळ्या संघर्षात शांतता निर्माण व्हावी किंवा तडजोड व्हावी यासाठी कोणीच प्रयत्न करताना दिसत नाही.

संयुक्त राष्ट्रांकडूनही या अनुषंगाने काही प्रयत्न होताना दिसत नाहीत. केवळ शांततेचे तोंडी आवाहन संयुक्त राष्ट्र संघाचे सरचिटणीस करतात; परंतु त्यांना कोणी धूप घालत नाही. खूप पूर्वी भारताकडे शांतता निर्माण करण्याची क्षमता होती त्यानुसार पंतप्रधान मोदी यांनी इराणला फोन करून शांततेचे आवाहन केले आहे; पण त्याचाही फार उपयोग होईल असे चिन्ह नाही. त्यामुळे हे सगळेच प्रकरण संपूर्ण जगाला तापदायक ठरणार आहे, हे मात्र नक्की.

अनंत तीर्थाचे माहेर

वारीला जाताना कितीही कष्ट झाले तरी ते सहन करत, नव्हे ते या भक्तीच्या आनंदात जाणवतच नाहीत. ऊन, वारा, पाऊस कोणतीही पर्वा न करता विठ्ठलाच्या भेटीच्या वेडात पंढरीच्या वाटेवर ब्रह्मानंदात दंग झालेले असतात.

एकादशी व्रत, पंढरीची वारी आणि नामभक्ती या भक्तिसाधनेस वारकरी पंथात अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. तसेच चार प्रमुख वारींपैकी आषाढी व कार्तिकी या दोन एकादशीला विशेष महत्त्व दिले जाते.आषाढीला तर महाराष्ट्राच्या सहिष्णू मातीत भावभक्तीच्या अबीर-बुक्क्यांची उधळण होते.

रामकृष्ण हरीच्या व ग्यानबा-तुकाराम या जयघोषाने आसमंत दणाणून जातो. एरवी शांत असणारे चंद्रभागेचे वाळवंट या दिवशी भक्तीच्या महापुराने दुथडी भरून वाहू लागते. पंढरीच्या राउळातील विठू माऊलीचा गाभाराही या दिवशी गहिवरतो आणि 'केव्हा भेटशी केशवा! या आर्त हाकेची प्रतीक्षा संपते.

पांडुरंगाच्या संजीवक चरण स्पर्शाने अवघे जीवन उजळून गेल्याचा व उजळले भाग्य आता अवघी चिंता निवारल्याची अनुभूती सर्व भक्तगणास येते. मायबाप विठ्ठलाच्या दर्शनानंतर 'जो आनंद वारकर्याला होतो, त्याचे वर्णन अनुपम्य आणि अगम्य आहे. हा सुखसोहळा काय वर्णू? अशी या आनंदाची स्थिती असते. विठोबाच्या गाभार्यात येणारी अपूर्व अनुभूती, इतर कोणत्याही देवालयात प्रतीत होत नाही. म्हणूनच वारकरी संतानी 'एको देवो केशवा!' हा मूलमंत्र दिला.

आषाढी आली की वारकरी संतांना पंढरीची ओढ लागते. भेटीलागी जीवा लागलीसे आस! पाहे रात्रदिस वाट तुझी। अशी मनस्थिती होते अन् आपोआपच पावले पंढरीच्या वाटेवर पडू लागतात. आषाढीचा हा अगाध महिमा आहे. आजही महाराष्ट्रात असे अनेक वारकरी आहेत की ते न चुकता वारी करतात. आषाढीच्या भक्तिरसात चिंब न्हाऊन नवी ऊर्जा घेऊन परत येतात.संत तुकाराम महाराजांनी तर पंढरीच्या या अगाध महिमाचे वर्णन पुढीलप्रमाणे केले आहे.

'तीर्थे केली कोटीवरी। नाही देखिली पंढरी। जळो त्याचे ज्यालेपण। न देखेची समचरण। तुका म्हणे विठ्ठलपायी। अनंत तीर्थे घडली पाही। सर्व मराठी संतानी पंढरीला सकळ तीर्थाचे माहेर संबोधले. संत नामदेव म्हणतात, 'अनंत तीर्थाचे माहेर अनंत रूपांचे सार। अनंता अनंत अपार। तो हा कटी कर ठेवोनी उभा।

संत ज्ञानदेव, संत नामदेव, संत जनाबाई, संत तुकाराम या सर्व संतांच्या अभंगांतून विठ्ठलाविषयीचा आत्यंतिक श्रद्धाभाव प्रकट झाला आहे. उत्कट भावनेचा उमाळा आणि असीम भक्तीचा जिव्हाळा यांचा आविष्कार म्हणजे संत काव्य.

संत तुकाराम म्हणतात, 'तीर्थाचे जे मूळ। व्रताचे जे फळ। ब्रह्म ते केवळ। पंढरिये। ते आम्ही देखिले आपुल्या नयनी। फिटली पारणी डोळियांची। असा डोळ्यांचे पारणे फेडणारा हा उत्सव असतो. पंढरीत दाखल झाले की गर्जणारे भीमातीर, तेथील वारकर्यांची मांदियाळी, चंद्रभागा, भक्त पुंडलिक पाहून मराठी माणसास धन्यता लाभते. या सर्व सुखाच्या या आगारात त्याची तहानभूक हरवते. लौकिक सुखाच्या पुढचे हे सुख खूप मौलिक असते. म्हणून तर या सुखाचा महिमा गाताना संतानी म्हटले आहे. जाता पंढरीशी सुख वाटे जीवा । आषाढीच्या या आनंदाचा अनुभव घेतल्यावर काय अवस्था होते, त्याबद्दल तुकोबा म्हणतात, 'पंढरीस जाय। तो विसरे बापमाय। अवघा होय पांडुरंग। राहे धरुनिया अंग। तुका म्हणे मळ। नासी तत्काळ हे स्थळ। असा पंढरीचा महिमा आहे. ही अद्वैत अवस्था येथे प्राप्त होऊन मनातील सर्व मळभ दूर होतात. तर संत नामदेव म्हणतात, अवघे हे पवित्र पांडुरंग क्षेत्र। सुखची सर्वत्र भरले असे।

ते म्हणतात, सुखालागी करिसी तळमळ। तरी तू पंढरीसी जाय एक वेळ। तेथे अवघाची सुखरूप होसी। जन्मोजन्मीचे श्रम विसरसी। संत नामदेवांच्या या उक्तीला प्रमाण मानून अगणित विठ्ठलभक्त दरवर्षी पंढरीस दाखल होतात. अशा कित्येक आषाढी-कार्तिकी येऊन गेल्या पण पंढरीचे प्रेम वाढतच आहे. हे लोकदैवत म्हणजे महाराष्ट्राचा आत्मा आहे. ते महाराष्ट्राचे सांस्कृतिक माहेर आहे.

तमाम मराठी माणसांचे ते ऊर्जाकेंद्र आहे. हा कष्टकर्यांचा श्रमिकांचा देव आहे. म्हणूनच इथे जी श्रीमंती दिसते ती, मानवतेची, समतेची, ऐक्याची! भक्तीच्या या अथांग महासागरात अवघा महाराष्ट्र एकवटतो. खेळ मांडीयेला वाळवंटी घाई। नाचती वैष्णव भाई रे। या सर्वांग सुंदर अभंगातून तुकोबांनी या अनुपम्य सुख सोहळ्याचे जे वर्णन केले आहे ते त्यांच्या कवित्वाचे, प्रतिभेचे सर्वस्पर्शी दर्शन तर आहेच; पण येथे जे मानवतेचे चित्र, जे ऐक्य, जो आनंद त्यांनी अभिव्यक्त केला आहे तो महाराष्ट्र संस्कृतीचे दर्शन घडवणारा आहे. रूप, रस, गंध, नाद, स्पर्श या पंचेद्रीयांच्या या अनुभूतीबरोबरच सामाजिक एकतेचे भक्तिमय चित्र येथे रेखाटले आहे. त्याचे प्रत्यक्ष दर्शन घडते ते केवळ पंढरीसच. 'वर्णाभिमानविसरली याती। एक एका लोटांगणी जाति रे।' असा हा निखळ आनंदाचा भक्तिमेळा दर आषाढीस भरतो. वारकरी संस्कृतीने महाराष्ट्राच्या सांस्कृतिक परंपरेला दिलेली ही अनमोल देणगी आहे.

११० किलो वजन असणाऱ्या पार्थने चार महिन्यात केले होते ३२ किलो वजन कमी; ॲरोबिक्समुळे उंची वाढल्याचा केला दावा, वाचा तज्ज्ञ काय सांगतात?

‘कसौटी जिंदगी की २’, ‘कैसी ये यारिया’ यासारख्या लोकप्रिय टीव्ही मालिकांमुळे प्रसिद्धीच्या झोतात आलेला अभिनेता पार्थ समथानने अलीकडेच त्याच्या लहानपणीच्या आठवणींना उजाळा देत वयाच्या १६–१७ व्या वर्षी त्याचे ११० किलो वजन असल्याचा खुलासा केला होता. लहानपणी माझे वजन ११० किलो होते. माझी उंची खूप कमी होती, नंतर माझ्यात बदल झाला. चार महिन्यात मी ३२ किलो वजन कमी केले. हे सर्व कार्डिओमुळे झाले. त्यावेळी ॲरोबिक्स होते. मी त्यावेळी खूप ॲरोबिक्स केले. जिम नव्हती, त्यामुळे मी धावायचो आणि डाएट करायचो, असे ३४ वर्षीय पार्थने कॉमेडियन भारती सिंग आणि हर्ष लिंबाचिया यांच्या यूट्यूब पॉडकास्टमध्ये संवाद साधताना सांगितले.

पार्थ सांगतो की, ॲरोबिक्समुळे त्याची उंचीही वाढण्यास मदत झाली. माझी उंची ५’७ होती, त्यानंतर माझी उंची थेट ६’६’११ पर्यंत वाढली; मी तेव्हा १६–१७ वर्षांचा होतो, त्यामुळे मी १५–१८ वयोगटातील अनेकांना कार्डिओ, सायकलिंग, पोहण्यास प्रोत्साहन देतो. माझ्या कुटुंबातील सर्वांच्या सरासरी उंचीनुसार, माझी उंची ५’९– ५’१० असायला हवी होती, पण यामुळे मला ६’११ उंची गाठण्यास मदत झाली, असे पार्थने सांगितले.

याविषयी अधिक आणि सविस्तर माहिती जाणून घेण्यासाठी द इंडियन एक्सप्रेसनी तज्ज्ञांच्या हवाल्याने सविस्तर माहिती जाणून घेतली.

चार महिन्यात ३२ किलो वजन कमी करणे अतिशय कठीण आहे, पण अशक्य नाही, असे इव्हॉल्व्ह फिटनेसचे संस्थापक वरुण रतन सांगतात. खूप जास्त कॅलरीजची कमतरता आणि कठोर व्यायामामुळे लवकर वजन कमी होऊ शकते. पण, यामुळे अनेकदा स्नायुंचे वजन, चयापचय शक्ती मंदावणे, पौष्टिक कमतरता आणि मानसिक तणाव इत्यादी समस्या उद्भवू शकतात, असे न्युट्रिशनल सायन्समध्ये तज्ज्ञ असलेले वरुण रतन सांगतात.

वरुण रतन सांगतात , सर्वात दिशाभूल करणारी गोष्ट म्हणजे ॲरोबिक्समुळे पार्थची उंची वाढली, असा दावा केला आहे. किशोरावस्थेत उंची ही आहार, हार्मोन्स आणि हाडांमधील वाढीच्या प्लेट्सच्या नैसर्गिकरित्या बंद झाल्याने नियंत्रित करता येते. व्यायाम केल्याने हार्मोन्सला उत्तेजित करून नैसर्गिक उंची वाढण्यास मदत होऊ शकते. पण, ही उंची तुमच्या अनुवांशिक ब्लूप्रिंटला किंवा डीएनएला मागे टाकू शकत नाही. ४ ते ५ महिन्यात ५ ते ६ इंच वाढणे असामान्य आहे, पण जेव्हा तुम्ही तरुण असता तेव्हा विशेषतः मुलांमध्ये हे शक्य आहे. पण, ॲरोबिक्समुळे अचानक उंची वाढणे, हा दिशाभूल करणारा दावा आहे, असेही रतन सांगतात.

रतन यांनी पुढे असेही सांगितले की असे दावे करणारा मेसेज अतिशय चिंतेचा विषय आहे. खूप जास्त कार्डिओमुळे फक्त वजन कमी होत नाही तर उंचीसुद्धा वाढू शकते, असे जर गृहीत धरले तर अति वजन असलेल्या तरुणांना हानिकारक सवयी लागू शकतात. शरीरात पौष्टिक घटकांची कमतरता असेल तर अति कार्डिओ केल्याने ऊर्जेची कमतरता जाणवू शकते, असे रतन सांगतात. तुम्ही कितीही वेळ ॲरोबिक्स करत असाल, पण त्यामुळे तुमची उंची वाढणार नाही, असे ते शेवटी सांगतात.

सावधान! मुंबईमध्ये डेंग्यूनंतर चिकनगुनियाच्या रुग्ण संख्येत मोठी वाढ, शरीरात दिसून येतात ‘ही’ गंभीर लक्षणे

संपूर्ण देशभरात मुसळधार पावसाला सुरुवात झाली आहे. पाऊस पडण्यास सुरुवात झाल्यानंतर अतिशय वेगाने साथीचे आजार सगळीकडे पसरू लागतात. साथीच्या आजारांची लागण झाल्यानंतर शरीरात सतत थकवा अशक्तपणा जाणवू लागतो. मागील काही दिवसांपासून मुंबईमध्ये मलेरिया, डेंग्यू हे साथीचे आजार पसरले आहेत. मात्र या आजारांसोबतच चिकनगुनियाच्या रुग्ण संख्येत मोठी वाढ झाली आहे. राज्यामध्ये चिकनगुनियाचे सर्वाधिक रुग्ण मुंबईमध्ये आहेत. मागील तीन वर्षांच्या तुलनेत इतर आजारांसोबत चिकनगुनियाचे रुग्ण सुद्धा वाढू लागले आहेत. आरोग्य विभागाकडून दिलेल्या माहितीनुसार, मुंबईत आतापर्यंत ११९ तर राज्यात एकूण ९०० रुग्ण चिकनगुनियाचे आढळून आले आहेत. आरोग्य विभागाकडून देण्यात आलेल्या माहितीनुसार, मुंबईनंतर अकोला १०९, सांगली मिरज २४ , नाशिक २०, ठाणे १४, जिल्ह्यामध्ये पुण्यात सर्वाधिक रुग्ण असून पुणे जिल्ह्यात १०४ रूग्ण, अकोला ८५, पालघर ६९, सिंधुदुर्ग ४४, ठाणे ३५ चिकनगुनियाचे रुग्ण आढळून आले आहेत. घरांमध्ये किंवा अजुआबाजूच्या परिसरात

असलेल्या घाणीमुळे डासांच्या उत्पत्तीची ठिकाणे वाढली आहेत. यामुळे डेंग्यू, मलेरिया, चिकुनगुनिया इत्यादी रुग्णांच्या संख्येत मोठी वाढ झाली आहे. राज्यात महापालिका क्षेत्रांमध्ये मुंबईत सार्वधिक डेंग्यू, मलेरियाचे रुग्ण आढळून आले आहेत. या आजारापासून बचाव करण्यासाठी महापालिकेकडून अनेक उपाययोजना करण्यात आल्या आहेत. मात्र या सर्वच योजना अयशस्वी ठरल्या आहेत. गेल्या तीन वर्षांत मुंबईमध्ये २०२४ मध्ये चिकनगुनियाचे सर्वाधिक रुग्ण आढळून आले आहेत.

रुग्णसंख्येचा वाढता आलेख:

२०२०: ७८२
२०२: २५२६
२०२२:१०८७
२०२३: १७०२
२०२४: ५८५४
२०२५: ९००

‘हा’ भयानक आजार झाल्यानंतर सडून जातात शरीरातील अवयव, योग्य वेळी लक्षणे ओळखून डॉक्टरांचा घ्या सल्ला चिकनगुनिया झाल्यानंतर शरीरात दिसून येणारी गंभीर लक्षणे : तीव्र ताप येणे सतत होणारी डोकेदुखी स्नायूंमधील वेदना त्वचेवर पुरळ उठणे सतत थकवा, अशक्तपणा जाणवणे (चिकनगुनिया संबंधित महत्त्वाचे प्रश्न) १. चिकनगुनिया म्हणजे काय? चिकनगुनिया एक विषाणूजन्य रोग आहे जो डासांमुळे पसरतो २. चिकनगुनियाची लक्षणे काय आहेत? चिकनगुनियाची लक्षणे म्हणजे ताप, सांधेदुखी (विशेषतः हातापायांमध्ये), डोकेदुखी, स्नायूदुखी, पुरळ आणि थकवा.

काळ खजूर दुधात भिजवून खाल्यास शरीरात काय बदल होतात? कोणत्यावेळी करावे सेवन? डॉक्टरांकडून जाणून घ्या

जुने ते सोने असे म्हणतात. आजीचे अनेक उपाय आजही आपण अनेक समस्यांवर उपाय म्हणून वापरत आहोत. त्यामध्ये जखमेवर हळद लावणे, ताप आल्यावर चंदन लावणे आणि रिकाम्या पोटी काळ खजूर थंड दुधात भिजवून त्याचे सेवन करणे यांचा समावेश असतो. काळ खजूर केवळ स्वादिष्टच नाहीत तर दुधासोबत खाल्ल्यास ते विविध आरोग्य फायदे देतात असे मानले जाते. पण, थंड दुधात काळ खजूर मिसळण्यापूर्वी रात्रभर भिजवून ठेवा; ज्यामुळे त्याचे पोषण वाढते आणि सेवन करण्यासाठीही सोपे ठरते. विशेषतः जेव्हा तुम्ही रिकाम्या पोटी त्याचे सेवन करता.

रिकाम्या पोटी काळ खजूर दुधात भिजवून खाल्यास नेमकं काय होतं?

डायट क्लिनिक्समधील आयुर्वेदिक डॉक्टर आणि पोषणतज्ज्ञ डॉक्टर अंजना कालिया यांनी इंडियन एक्स्प्रेसला सांगितले की, खजुरात लोह, पोटॅशियम, मॅग्नेशियम, कॅल्शियम सारख्या पोषक तत्वे असतात; जे फायबरचा उत्तम स्रोत देखील आहेत. काळे खजूर रिकाम्या पोटी, विशेषतः रात्रभर दुधात भिजवून ठेवल्यानंतर खाल्यास शरीराची ऊर्जा वाढवण्यास मदत करतात.

लोहाची कमतरता असलेल्या लोकांना (ज्यांना मधुमेह नाही) रिकाम्या पोटी हे सेवन केल्याने फायदा होऊ शकतो. कारण काळे खजूर लोहाची पातळी वाढवण्यास मदत करू शकतात. याव्यतिरिक्त काळे खजूर अँटिऑक्सिडंट्सचा चांगला स्रोत असल्याने महत्त्वाच्या अवयवांच्या शुद्धीकरणाला सपोर्ट सुद्धा करतात आणि हृदयाच्या आरोग्याला चांगले प्रोत्साहन देतात.

माधुरी दीक्षितचा नवरा गुडघे आणि सांधेदुखीसाठी सांगतोय जबरदस्त उपाय; नक्की ट्राय करा आणि आराम मिळवा

याबद्दल दिल्लीस्थित वैयक्तिक प्रशिक्षक आणि कार्यात्मक पोषणतज्ज्ञ दीपिका शर्मा म्हणतात की, भिजवलेले काळे खजूर मऊ आणि अधिक पचण्याजोग्या असतात. शिवाय, त्यात विरघळणारे फायबर सुद्धा असतात. थंड दूध आरामदायी वाटू शकते जोपर्यंत तुमचे पोट अस्वस्थ वाटत नाही.

पचन, ऊर्जा पातळी आणि रोगप्रतिकारक शक्ती सुधारते – डॉक्टर कालिका म्हणतात की, थंड दुधात भिजवलेले काळे खजूर दिवसाची सुरुवात पौष्टिकतेने करण्यास मदत करतात. कारण – काळ्या खजूरमध्ये नैसर्गिक साखर, फायबर, पोटॅशियम आणि अँटीऑक्सिडंट्सचे प्रमाण जास्त असते. तर दुधात प्रथिने आणि कॅल्शियम असतात; जे पचनास मदत करतात, ऊर्जा आणि रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवू शकतात.

तर पोषणतज्ज्ञ दीपिका शर्मा म्हणाले की, आयुर्वेदात सामान्य जीवनशक्तीसाठी खजूरांना फार पूर्वीपासून महत्त्व दिले आहे. पण, त्याचे फायदे सखोलपणे समजून घेण्यासाठी अधिक संशोधन आवश्यक आहे.

थंड दुधात काळे खजूर भिजवून कोणी टाळावे? डॉक्टर कालिया यांचे म्हणणे आहे की, मधुमेहींनी जास्त प्रमाणात काळे खजूर खाणे टाळावे. कारण – त्यामुळे रक्तातील साखरेची पातळी वाढू शकते. मधुमेह असलेल्या व्यक्तींनी त्यांच्या आहारात खजूर समाविष्ट करताना त्यांच्या रक्तातील साखरेचे बारकाईने निरीक्षण करणे आवश्यक आहे. याव्यतिरिक्त, ज्यांना लॅक्टोज इन्टॉलरन्स आहे त्यांनी दुधासोबत काळे खजूर खाणे टाळावे. कारण – त्यामुळे पचनक्रियेत त्रास होऊ शकतो. त्याऐवजी रात्रभर २ ते ३ खजूर पाण्यात भिजवू शकता. त्यानंतर सकाळी त्याचे सेवन करू शकता.

पोषणतज्ज्ञ दीपिका शर्मा म्हणतात की, तुम्हाला काळे खजूर आणि थंड दूध या मिश्रणात भरपूर कॅलरीज आहेत. त्यामुळे संतुलन न ठेवता कालांतराने हळूहळू वजन वाढण्यास हातभार लागू शकतो. याशिवाय जर तुम्हाला मूत्रपिंडाच्या समस्या आणि आयबीएस किंवा कमी पोटॅशियम आहार घेत असाल तर काळे खजूर हा बेस्ट पर्याय असू शकतो. त्यामुळे खजुराबरोबर थंड दूध पिणे काही लोकांमध्ये पचनक्रिया बिघडवू शकते. विशेषतः रिकाम्या पोटी जर तुम्ही सेवन केले तर

आई आणि बाळाच्या सुरक्षेसाठी प्री–एक्लेम्पसियाचे वेळीच निदान करणे आवश्यक, तज्ज्ञांचा सल्ला

प्री–एक्लेम्पसियाच्या प्रकरणांमध्ये दिवसेंदिवस वाढ होत असून प्रसूतीपूर्व काळजी घेणे आणि जीवनशैलीतील संबंधीत विकारांना तोंड देणे गरजेचे आहे, गर्भवती महिलांना गर्भधारणेच्या सुरुवातीला प्रतिबंधात्मक उपायांचा अवलंब करत नियमित तपासणी आणि प्रसूतीपूर्व काळजी घेण्याचे आवाहन तज्ज्ञांकडून केले जात आहे.

गर्भवती महिलांमध्ये प्री–एक्लेम्पसियाच्या प्रकरणांमध्ये वाढ होत आहे. यावर वेळीच उपचार न केल्यास, आई आणि बाळाच्या जीवाला धोका निर्माण होऊ शकतो. प्री–एक्लेम्पसिया हा गर्भधारणेशी संबंधित विकार आहे ज्याच उच्च रक्तदाबाची समस्या दिसून येते. गर्भधारणेच्या २० व्या आठवड्यानंतर हा विकसित होतो. लक्षात ठेवा, वेळीच निदान, रक्तदाबाचे वेळोवेळी निरीक्षण आणि उपचाराने ही स्थिती व्यवस्थापित करता येते, ही एक अधिक गंभीर आणि जीवघेणी गुंतागुंत आहे. प्री–एक्लेम्पसिया ही केवळ गर्भधारणेची गुंतागुंत नसून ज्या महिलांना प्री–एक्लेम्पसिया झाला आहे त्यांना भविष्यात उच्च रक्तदाब आणि स्ट्रोक सारख्या हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोगांचा धोका अधिक असतो नक्की काय घडते गर्भधारणेदरम्यान प्री–एक्लेम्पसियामध्ये उच्च रक्तदाब आणि अवयवांचे नुकसान होण्याची चिन्हे, बहुतेकदा मूत्रपिंडांवर याचा परिणाम होतो. हे सहसा गर्भधारणेच्या २० आठवड्यांनंतर होते आणि ते प्री–एक्लॅम्पसियामध्ये वाढू शकते, जिथे आकडी येणे तसेच आई आणि बाळ दोघांनाही गंभीर धोका निर्माण होतो. कशामुळे होतो त्रास उच्च रक्तदाबामुळे लघवीमध्ये प्रथिने, तीव्र डोकेदुखी, अंधुक दृष्टी किंवा ओटीपोटात वेदना यासारखी लक्षणे दिसून येतात. पहिल्यांदाच गर्भवती असणे, जुळे किंवा तिघे बाळ असणे, जास्त वजन असणे किंवा जुनाट उच्च रक्तदाबाची समस्या, मधुमेह किंवा मूत्रपिंडाचा आजार यासारख्या आधीच अस्तित्वात असलेल्या आजारांमुळे ही स्थिती उद्भवू शकते. प्री–एक्लेम्पसियाचा कौटुंबिक इतिहास देखील याचा धोका वाढवतो.

उपचार न केल्यास, प्री–एक्लेम्पसियामुळे अवयव निकामी होणे, अकाली प्रसूती यासारख्या अनेक गुंतागुंत होऊ शकतात. म्हणून, गर्भवती मातांनी नियमित प्रसूतीपूर्व तपासणी करणे, वैद्यकीय सल्ल्याचे पालन करणे गरजेचे आहे. सर्व गर्भधारणेपैकी सुमारे ५ ते ८ टक्के प्रसूतीवर याचा परिणाम होतो. सावधान! मुंबईमध्ये डेंग्यूनंतर चिकनगुनियाच्या रुग्ण संख्येत मोठी वाढ, शरीरात दिसून येतात ‘ही’ गंभीर लक्षणे ५% मृत्यूसाठी कारणीभूत प्री–एक्लेम्पसिया हा ५% माता मृत्युदरास जबाबदार आहे. तरुण वयोगटातील उच्च रक्तदाबाच्या वाढत्या समस्यांसह, वेळीच निदान अत्यंत महत्वाचे आहे. वेळीच उपचार न केल्यास, आई आणि बाळ दोघांवरही ते परिणाम करू शकते आणि सुपरइम्पोज्ड प्रेग्नन्सी–इंड्युस्ड हायपरटेन्शन मध्ये प्रगती करू शकते. या जोखमींबद्दल जागरूक राहून, डॉक्टर आणि गर्भवती माता वेळीच निदान आणि चांगले परिणाम मिळविण्यासाठी प्रयत्न करू शकतात, अशी प्रतिक्रिया डॉ. सुचेता पार्टे, प्रसूती आणि स्त्रीरोग तज्ज्ञ, मदरहुड हॉस्पीटल, लुल्लानगर यांनी व्यक्त केली.

डॉ. सुचेता पार्टे पुढे सांगतात की, गर्भधारणेच्या २० व्या आठवड्यानंतर रक्तदाब मोजणे आणि मूत्र चाचण्यांद्वारे प्रथिन पातळी तपासून प्री–एक्लॅम्पसियाचे निदान केले जाते. प्री–एक्लॅम्पसिया आई आणि बाळ दोघांनाही प्रभावित करते. जर गर्भवती मातांमध्ये रक्तदाब नियंत्रणात आणले नाही तर ते आकुंचन, दुखापत, श्वासोच्छवास आणि मूत्रपिंड, यकृताचे नुकसान करु शकते किंवा त्यामुळे अवयव निकामी होऊ शकतो. बाळांमध्ये, यामुळे वाढ मंदावणे, गर्भाशयात मृत्यू किंवा अकाली प्रसूती होऊ शकते. नियमित तपासणी अत्यंत महत्त्वाची आहे आणि रुग्णांनी डोकेदुखी, मळमळ, उलट्या आणि ओटीपोटात उजव्या बाजूस दुखणे यासारख्या लक्षणांवर लक्ष ठेवले पाहिजे.

तज्ज्ञांचे मत डॉ. निशा घुमरे, प्रसूती आणि स्त्रीरोग तज्ज्ञ, अपोलो स्पेक्ट्रा पुणे सांगतात की, प्री–एक्लॅम्पसिया ही एक गंभीर आरोग्य स्थिती आहे जी गर्भधारणेदरम्यान, सहसा २० आठवड्यांनंतर होऊ शकते. यामुळे उच्च रक्तदाब होतो आणि यकृत आणि मूत्रपिंडासारख्या गर्भवती मातेच्या अवयवांवर परिणाम होऊ शकतो. वेळेवर उपचार न केल्यास, यामुळे आई आणि बाळ दोघांसाठीही गंभीर समस्या उद्भवू शकतात, जसे की अकाली प्रसूती, कमी वजनाचे बाळ किंवा जीवघेण्या समस्या उद्भवतात. म्हणूनच वेळीच निदान करणे खूप गरजेचे आहे.

नियमित तपासणी गरजेची गर्भधारणेदरम्यान नियमित तपासणी केल्याने डॉक्टरांना प्रीक्लेम्पसियाची सुरुवातीची लक्षणे आढळण्यास मदत होते. बऱ्याच महिलांना सुरुवातीला कोणतीही लक्षणे जाणवत नाहीत, म्हणून नियमित रक्तदाब आणि लघवीच्या चाचण्या या वेळीच निदानास मदत करतात. जर प्रीक्लेम्पसियाचे वेळेवर निदान झाले तर विश्रांती, औषधोपचार आणि देखरेख यासारख्या योग्य काळजीने ते व्यवस्थापित केले जाऊ शकते. काही प्रकरणांमध्ये, डॉक्टर सुरक्षिततेसाठी बाळाची वेळीच प्रसूती करण्याचा निर्णय घेऊ शकतात, परंतु चांगल्या उपचारांनी, आई आणि बाळ दोघेही बरे होऊ शकतात. गर्भवती महिलांनी हात किंवा चेहऱ्यास अचानक सूज येणे, डोकेदुखी, दृष्टीदोष किंवा जलद वजन वाढणे यासारख्या लक्षणांबद्दल जागरूक असले पाहिजे. या लक्षणांकडे दुर्लक्ष करू नये. वेळीच तपासंनी आणि योग्य काळजी घेतल्यास, आपण आई आणि बाळ दोघांनाही सुरक्षित आणि निरोगी ठेवू शकतो.

गुरुवार होईल खास! रात्रीच्या जेवणात घरी सोप्या पद्धतीमध्ये बनवा साबुदाणा केळीची खीर, नोट करा हटके रेसिपी

उपवासाच्या दिवशी प्रत्येक घरात साबुदाणे खाल्ले जातात. साबुदाण्याची खिचडी, साबुदाणा वडा किंवा साबुदाण्यांपासून बनवलेले इतरही पदार्थ नेहमीच खाल्ले जातात. पण आज आम्ही तुम्हाला साबुदाण्यांपासून खीर बनवण्याची सोपी रेसिपी सांगणार आहोत. बऱ्याच घरांमध्ये अजूनही अनेकांना जेवणाच्या ताटात काहींना काही गोड पदार्थ खाण्याची सवय असते. शिरा, खीर, मिठाई किंवा रबडी खाऊन कंटाळा आल्यानंतर काहींना काही नवीन पदार्थ खाण्याची सगळ्यांचं इच्छा होते. खीर हा पदार्थ सर्वच घरांमध्ये कायमच बनवला जातो. रव्याची, गव्हाची, शेवयांची इत्यादी अनेक प्रकारची खीर बनवली जाते. मात्र आज आम्ही तुम्हाला साबुदाणे केल्याची खीर बनवण्याची सोपी रेसिपी सांगणार आहोत. हा पदार्थ १० मिनिटांमध्ये लगेच तयार होतो. चला तर जाणून घेऊया साबुदाणा केळ्याची खीर बनवण्याची रेसिपी.

साहित्य:

- साबुदाणा
- केळी
- साखर
- वेलची पावडर
- बदाम
- तूप
- काजू
- जायफळ पावडर

कृती: साबुदाणा केळीची खीर बनवण्यासाठी सर्वप्रथम, केळीची साल काढून बारीक तुकडे करा. तसेच साबुदाणे स्वच्छ धुवून रात्रभर पाण्यात भिजत ठेवा आणि सकाळी त्यातील पाणी काढून घ्या.

कढईमध्ये तूप गरम करून बदाम, काजू घालून भाजून घ्या. भाजलेले सर्व ड्राय फ्रुटस प्लेटमध्ये काढून घ्या.

त्यानंतर गरम तुपात साबुदाणे टाकून काहीवेळा मिक्स करा आणि गरम दूध टाकून साबुदाणे शिजण्यासाठी ठेवा. पॅनमध्ये तेल तूप गरम करून त्यात तुकडे करून घेतलेली केळी भाजून घ्या.

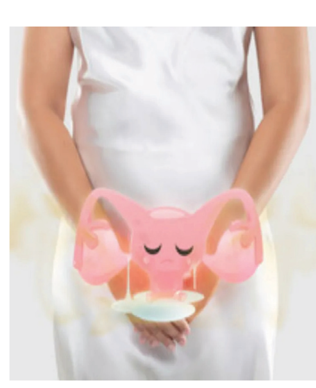
साबुदाणे शिजल्यानंतर त्यात तुमच्या आवडीनुसार साखर टाकून व्यवस्थित मिक्स करा. नंतर त्यात वेलची पावडर आणि जायफळ पावडर घालून सतत ढवळत राहा.

सगळ्यात शेवटी खीरीमध्ये भाजलेले काजू बदाम टाकून मिक्स करा. तयार आहे सोप्या पद्धतीमध्ये बनवलेली साबुदाणा केळीची खीर.

पावसाळ्यात होणारे कसे टाळाल? सोप्या टिप्सचा करा वापर

पावसाळ्यात वाढणारी आर्द्रता आणि ओलसरपणा योनीमार्गाच्या संसर्गास कारणीभूत ठरते. या दिवसांमध्ये सुरक्षित, स्वच्छ आणि आरामदायी कसे राहायचे याबाबत काही टिप्स या लेखाच्या माध्यमातून देण्यात आल्या आहेत. महिलांनो, या प्रतिबंधात्मक उपायांचे पालन करुन पावसाळ्यात निरोगी राहण्याची खात्री करा.

पावसाळ्यात उष्णतेपासून आराम मिळतो. परंतु त्यामुळे संसर्गाचा धोका देखील वाढतो. विशेषतः महिलावर्गास याचा धोका अधिक असतो. हे सर्वज्ञात आहे की या ऋतूत वाढलेली आर्द्रता, वातावरणातील बदल आणि वैयक्तिक स्वच्छतेचा अभाव यामुळे योनीमार्गाच्या संक्रमणाची समस्या उद्भवते. त्याचप्रमाणे ओले अंतर्वस्त्रे, घट्ट कपडे घालणे आणि ओल्या कपड्यांमध्ये बराच वेळ वावरणे यामुळे बॅक्टेरिया आणि बुरशीचे वाढ होऊन संसर्गाचा धोका वाढतो. पावसाळ्यात असलेल्या मर्यादित सूर्यप्रकाशामुळेही संसर्गाचा धोका वाढतो. डॉ. नितीन गुप्ते, स्त्रीरोगतज्ज्ञ, अपोलो स्पेक्ट्रा रूग्णालय पुणे यांनी याबाबात अधिक माहिती दिली आहे



योनीमार्गाच्या संसर्गाचे प्रकार यीस्ट इन्फेक्शन (कँडिडा ऑरिस): जास्त आर्द्रतेमुळे बुरशीच्या वाढीमुळे होत वजायनल बॅक्टेरीयल इन्फेक्शन : जेव्हा योनीमार्गातील बॅक्टेरियांचे नैसर्गिक संतुलन बिघडते तेव्हा हा संसर्ग उद्भवतो ट्रायकोमोनियासिस : लैंगिक संक्रमित संसर्ग आहे जो ‘ट्रायकोमोनास योनिनालिस’ या परजीवीमुळे होतो. मासिक पाळीदरम्यान किती वेळा महिलांनी करावी आंघोळ? तज्ज्ञांचं उत्तर या लक्षणांकडे करु नका दुर्लक्ष योनीमार्गाभोवती खाज सुटणे किंवा जळजळ होणे योनीमार्गातील असामान्य स्त्राव लघवी करताना किंवा संभोग करताना होणाऱ्या वेदना सतत लघवी करण्याची इच्छा होणे लालसरपणा किंवा सूज वेळीच उपचार न केल्यास होणारी गुंतागुंत जर वेळीच उपचार केले नाहीत तर, योनीमार्गाच्या संसर्गामुळे ओटीपोटात वेदना होऊ शकतात, मूत्रमार्गात संसर्ग पसरू शकतो, वारंवार संसर्ग होऊ शकतो आणि गंभीर प्रकरणांमध्ये प्रजननक्षमतेवर परिणाम होतो. गर्भवती महिलांना प्रगत संसर्ग झाल्यास मुदतपूर्व प्रसूतीसारख्या समस्यांना तोंड द्यावे लागू शकते. व्यवस्थापन आणि प्रतिबंधात्मक उपाय पावसात भिजल्यानंतर लगेच ओले कपडे बदला

कापसासारख्या श्वास घेण्यायोग्य कापडापासून बनवलेले कपडे वापरा योनीमार्गाचे पाण्याने स्वच्छ धुवा, सुगंधित साबणाने किंवा रासायनिक उत्पादनांनी योनीमार्गाची स्वच्छता करणे टाळा. तज्ञांनी शिफारस केलेल्या उत्पादनांचाच वापर करा. विषारी पदार्थ बाहेर काढण्यासाठी आणि संसर्ग टाळण्यासाठी पुरेसे पाणी पिऊन हायड्रेटेड रहा घट्ट कपडे वापरणे टाळा आणि घाम येणे आणि ओलावा जमा होऊ नये म्हणून सैल, कोरडे आणि सुती कपड्यांची निवड करा. शौचालयाचा वापर केल्यानंतर स्वच्छतेचे पालन करा, जेणेकरून बॅक्टेरिया पसरणार नाही. मासिक पाळीच्या दरम्यान दर ४ ते ६ तासांनी सॅनिटरी पॅड बदला. महिलांनो, पावसाळ्यात संसर्गमुक्त राहण्यास या महत्त्वाच्या टिप्सचा वापर करा. जर तुम्हाला काही असामान्य लक्षणे आढळून आली तर वेळीच निदान आणि व्यवस्थापनासाठी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या. या पावसाळ्यात तुमच्या आरोग्याला प्राधान्य देण्यास विसरू नका

टीप – हा लेख केवळ सामान्य माहितीसाठी लिहिण्यात आला असून कोणत्याही प्रकारच्या उपचाराचा दावा यामध्ये करण्यात आलेला नाही. कोणताही उपाय करण्यापूर्वी आपल्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या आणि त्यांच्या सल्ल्यानुसारच योग्य बदलानुसार वापर करावा.

सामाजिक समतेसाठी शाहू महाराजांचे कृतिशील कार्य:आत्माराम गिरी

लातूर :– आपल्या देशात अनेक शतकांपासून विषमता वाढल्याने सामान्याचे जगणे अवघड झाले होते,त्यांना विकासाच्या वाटा बंद झाल्या होता,ही बाब लक्षात घेऊन लोकराजा राजर्षी शाहू महाराज यांनी आपल्या राज्यात कृतिशील कार्य केले असे प्रतिपादन माजी बँक अधिकारी आत्माराम गिरी यांनी येथे केले.

लातूर येथील सम्राट अशोक सार्वजनिक वाचनालया प्रांगणात गुरुवार,दि.२६ जून २०२५ रोजी लोकराज शाहू महाराज यांच्या जयंती निमित्त आयोजित अभिवादन कार्यक्रम प्रसंगी प्रमुख पाहुणे म्हणून ते गिरी बोलत होते. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षपदी सामाजिक कार्यकर्ते भानुदास बनसोडे हे होते..

पुढे बोलताना आत्माराम गिरी म्हणाले की, रयतेचे राजे छत्रपती शिवाजी राजे भोसले यांच्या नंतर समतावादी,पुरोगामी विचारांची खर्या अर्थाने राजर्षी शाहू महाराज यांनी कृतिमधून पाठराखण केली.बाबासाहेब आंबेडकरांना परदेशात शिक्षणासाठी आर्थिक मदत देवून देशाला एक महामानव देण्याचे काम त्यांनी केले. शाहू महाराजांनी दिलेल्या शिष्यवृत्तीची जाणीव ठेवून शिक्षण तर घेतलेच शिवाय भारतीय संविधानाच्या माध्यमातून या देशातल्या उपेक्षितांना शिक्षण घेता यावे म्हणून शिष्यवृत्तीची तरतुद केली.असे हे मानवी कल्याण जपणार्या राजांच्या विचारांचा आपल्या कृतीतून अंमल केल्यास त्यांना आदरांजली ठरेल.

अध्यक्षीय समारोपात भानुदास बनसोडे यांनी राजर्षी शाहू महाराज यांच्या सर्वंकष विचारांचा आढावा घेवून त्यांचे कार्य कायम स्मरणात राहील यासाठी सर्वांना प्रयत्न करावे असे आवाहन केले. प्रारंभी राजर्षी शाहू महाराज यांच्या प्रतिमेला माल्यार्पण करण्यात येवून सामूहिक अभिवादन करण्यात आले. त्यानंतर मान्यवरांचा सत्कार करण्यात आला.या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक व सूत्रसंचालन वाचनायाचे सचिव बाळकृष्ण होळीकर यांनी केले. दिपक भारती यांनी शेवटी आभार मानले.

या कार्यक्रमाला एस.व्ही.वीर, प्रकाश गिराम, एस.एस.साळवे, मारुती तलवारे, विठ्ठल हासेगावकर, माधवराव बनसोडे, महादेव राऊत, ए.एम.पत्तागिरे, ए.बी.केंद्रे, पी.के.पत्रिके, ए.जी.बनसोडे, महावीर लाड आदिंची उपस्थिती होती.

वंचित बहुजन आघाडी लातूर शहराच्यावतीने आमदार संग्राम जगताप यांना निलंबित करा जिल्हाधिकारी लातूर यांना निवेदन

लातूर :– आमदार संग्राम जगताप यांनी मुस्लिम समुदायाचे भावना दुखत्मक स्टेटमेंट केल्यामुळे जगताप यांना निलंबित करण्यात यावे तसेच त्यांच्यावर कायदेशीर कारवाई करण्यात यावी तसेच मुस्लिम समुदायाच्या मतदानावरती निवडून येणाऱ्या संग्राम जगताप यांना लोकशाहीतील कोणतेही पदावरती राहण्याचा अधिकार नाही त्यांना त्यांचा आमदारकीचा राजीनामा तात्काळ घेण्यात यावा तसेच पक्षातून हकालपट्टी करण्यात यावी. लातूर जिल्ह्यातील वन विभाग येथील महाराष्ट्रा शासनाकडून वृक्षरोपण झालेल्या भ्रष्टाचाराची चौकशी करण्याबाबत लातूर शहरातील लाकडी मिल यांच्या दूषित वातावरणामुळे लातूर शहरातील पर्यावरण दिवसेंदिवस प्रदूषित होत असल्यामुळे या मालवाहतूक गाड्यांमुळे लातूर शहरात दिवसेंदिवस ट्राफिक होत आहे त्याचा सर्वसामान्य लोकांवरती त्रास होत आहे या सर्व मुद्द्यावरती कायदेशीर कारवाई तात्काळ करण्यात यावी अशी मागणी वंचित बहुजन आघाडीच्या वतीने करण्यात

आली. याप्रसंगी वंचित बहुजन आघाडी लातूर शहर महासचिव आकाश इंगळे. लातूर जिल्हा आयटी प्रमुख राहुल सोनवणे. उमर खान भाई. समीर पठाण. इत्यादी कार्यकर्त्यांनी जिल्हाधिकारी कार्यालय या ठिकाणी निवेदन देण्यात आले

तब्बल ६ वर्षांनंतर भारत–चीन व्यवहार सुरळीत ; राजनाथ सिंह यांनी डउज तून दिली आनंदाची बातमी, काय झाला निर्णय?

केंद्रीय संरक्षण मंत्री राजनाथ सिंह एससीओ सदस्य देशांच्या संरक्षण मंत्र्यांच्या बैठकीला उपस्थित राहण्यासाठी चीनच्या किंगदाओ शहरात दाखल झाले आहेत. त्यांनी चीनचे संरक्षण मंत्री ॲडमिरल डॉन जून यांची भेट घेतली. महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे या काळात एका विशेष निर्णयावर सहमती झाली. राजनाथ सिंह यांनी याभेटीविषयी बोलताना, सुमारे सहा वर्षांनी कैलास मानसरोवर यात्रा पुन्हा सुरू होईल. भारत आणि चीनमध्ये याबाबत सकारात्मक चर्चा झाली अशी माहिती दिली. पुढे संरक्षण मंत्री राजनाथ सिंह यांनीसोशल मीडियावरवर एक पोस्ट शेअर केली आहे. त्यांनी लिहिले आहे की, किंगदाओ याठिकाणी एससीओ संरक्षण मंत्र्यांच्या बैठकीदरम्यान चीनचे संरक्षण मंत्री ॲडमिरल डॉन जून यांच्याशी चर्चा झाली. द्विपक्षीय संबंधांशी संबंधित मुद्द्यांवर आम्ही रचनात्मक आणि दूरदर्शी विचारांची देवाणघेवाण केली. सुमारे सहा वर्षांच्या अंतरानंतर कैलास मानसरोवर यात्रा पुन्हा सुरू झाल्याबद्दल आनंद व्यक्त केला. राजनाथ सिंह यांची रशिया, बेलारूसच्या संरक्षण मंत्र्यांसोबत भेट संरक्षण मंत्री राजनाथ सिंह यांनी रशिया आणि बेलारूसच्या त्यांच्या समकक्षांशीही बैठका घेतल्या. या द्विपक्षीय बैठकांमध्ये या क्षेत्रातील आव्हाने आणि सुरक्षा धोके तसेच संरक्षण सहकार्यावर चर्चा झाली. राजनाथ सिंह यांनी सोशल मीडियावरील एका पोस्टमध्ये लिहिले आहे की, बेलारूसचे संरक्षण मंत्री लेफ्टनंट जनरल व्हिक्टर ख्रेनिन यांच्याशी किंगदाओ येथे चांगली चर्चा झाली. त्या अगोदर, राजनाथ सिंह यांनी रशियाचे संरक्षण मंत्री आंद्रेई बेलोसोव्ह यांची भेट घेतली आणि संरक्षण क्षेत्रात दोन्ही देशांमधील दीर्घकालीन आणि व्यापक सहकार्यावर चर्चा केली. दरम्यान, भारताचे संरक्षण क्षेत्रात रशियासोबत दीर्घकालीन आणि व्यापक सहकार्य आहे, जे दोन्ही देशांच्या संरक्षण मंत्र्यांच्या अध्यक्षतेखालील यंत्रणेद्वारे मार्गदर्शन केले जाते. चीनच्या सीमा तणाव संपवण्यासाठी सूचना

✻ विच्छेदन प्रक्रिया पूर्णपणे पाळली पाहिजे ✻ सीमेवरील तणाव कमी करण्यासाठी प्रयत्न केले पाहिजेत ✻ सीमेचे सीमांकन आणि सीमांकनाचे लक्ष्य साध्य करण्यासाठी सीमा वाद सोडवण्याची प्रक्रिया वेगवान करण्याची आवश्यकता आहे ✻ संबंध सुधारण्यासाठी आणि मतभेद सोडवण्यासाठी नवीन प्रक्रिया विकसित करण्यासाठी विद्यमान एसआर पातळी यंत्रणांचा वापर केला पाहिजे

समाज कल्याण निधी इतरत्र वळवल्याच्या निषेधार्थ (आरपीआय) दीपक (भाऊ) निकाळजे यांच्यावतीने कोकण विभाग आयुक्त यांना निवेदन

नवी मुंबई / के. एच. हनवते :– रिपब्लिकन पार्टी ऑफ इंडिया (अ) राष्ट्रीय अध्यक्ष : दीपक भाऊ निकाळजे यांच्या आदेशाने सामाजिक न्याय विभागाचा निधी लाडकी बहीण योजनांसाठी इतर विभागाला वळवून अनुसूचित जाती जमाती तथा मागासवर्गीय समाजावर अन्याय केल्याने सदर निधी पुन्हा सामाजिक न्याय विभागाला वर्ग करण्याबाबत मुख्यमंत्री कक्ष कोकण विभाग यांच्या मार्फत मुख्यमंत्री महाराष्ट्र राज्य यांना निवेदन अर्ज करण्याचे आदेश दिले होते मुख्यमंत्री महाराष्ट्र राज्य यांना कोकण आयुक्त यांच्या मार्फत अर्ज करण्यात आला असून रिपब्लिकन पार्टी ऑफ इंडिया (अ) नवी मुंबई जिल्हा कार्यकारिणी च्या वतीने सीएमओ ऑफिस, कोकण भवन येथे निवेदन देण्यात आले. यावेळी नवी मुंबई जिल्हाध्यक्ष : राजेंद्र (दादा) गायकवाड यांच्या नेतृत्वाखाली पक्षाचे पदाधिकारी उपस्थित होते ते पुढील प्रमाणे, नवी मुंबई जिल्हा प्रभारी प्रकाश पवार, महाराष्ट्र संघटक विनोद इंगळे, नवी मुंबई जिल्हा कार्याध्यक्ष योगेश गोरे, नवी मुंबई जिल्हा उपाध्यक्ष मिलिंद

राऊत, जिल्हा उपाध्यक्ष शिवराज रामपुरे, जिल्हा संपर्कप्रमुख प्रतीक यादव, जिल्हा संघटक सचिव सुदत्त खरात, संघटक सुनील जाधव सर, रबाले तालुका अध्यक्ष मेघनाथ कांबळे, घणसोली तालुका संघटक सचिन जाधव, कामगार जिल्हाध्यक्ष अमोल जावळे, महिला जिल्हा उपाध्यक्ष बेबीताई गायकवाड, भानुदास भोईर इत्यादी पदाधिकारी, कार्यकर्ते उपस्थित होते.

छत्रपती शाहूजी महाराज यांच्या जयंती दिनी वंचितच्या वतीने विद्यार्थ्यांना शालेय साहित्य पॅड वाटप

नवी मुंबई / के. एच. हनवते :– वंचित बहुजन आघाडी बेलापूर तालुका अध्यक्ष : सुनील भोले यांच्या वतीने प्रभाग क्रमांक ८० गांधीनगर (एमआयडीसी) येथील वंचितच्या कार्यालयात छत्रपती राजर्षी शाहू महाराज यांची जयंती मोठ्या उत्साहात साजरी करण्यात आली, त्यावेळी या कार्यक्रमास प्रमुख पाहुणे उद्योजक : आयु. निलेश बारवकर यांच्या शुभहस्ते शेकडो विद्यार्थ्यांना शालेय साहित्य पॅड वाटप केले, शुभेच्छापर बोलताना बारवकर म्हणाले की, महामानव डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांनी म्हटल्याप्रमाणे लोककल्याणकारी राजा छत्रपती शाहूजी महाराज यांची जयंती आगदी दिवाळीप्रमाणे साजरी करा आणि त्याप्रमाणे आज वंचित बहुजन आघाडी बेलापूर तालुक्याच्या वतीने मुलांना शालेय साहित्य वाटप करून व गोड पदार्थ वाटप करून जयंती मोठ्या उत्साहात साजरी केली त्याबद्दल

वंचितच्या सर्व पदाधिकारी व कार्यकर्त्यांचे मनःपूर्वक अभिनंदन करुन सर्वांना जयंती दिनाच्या हार्दिक शुभेच्छा दिल्या. या कार्यक्रमास बेलापूर तालुका महासचिव : गौतम चव्हाण, उपाध्यक्ष : कल्याणराव हनवते, उपाध्यक्ष : सुभाष बलखंडे, वंचितचे ज्ञानेश्वर जाधव, बाळासाहेब गायकवाड, बंडू बलखंडे, संजय घागरे, संविधान बलखंडे इत्यादी लहान थोर बालक व शेकडो कार्यकर्ते उपस्थित होते.

कामगार मृत्यू प्रकरणात जगन मोहन रेड्डींना मोठा दिलासा ; सुनावणी दरम्यान न्यायालयाने केला कुंभमेळ्याचा उल्लेख

आंध्र प्रदेशचे माजी मुख्यमंत्री जगन मोहन रेड्डी यांच्या रॅलीदरम्यान एका कामगाराचा मृत्यू झाला. उच्च न्यायालयाने या प्रकरणी रेड्डी यांना अंतरिम दिलासा दिला आहे. सुनावणीदरम्यान, आंध्र प्रदेश उच्च न्यायालयाने उत्तर प्रदेशातील कुंभमेळ्याच्या घटनेचा हवाला दिला. न्यायालयाने म्हटले की, सर्व खबरदारी असूनही, कुंभमेळ्यात एक अपघात झाला. १८ जून रोजी जगन रेड्डी यांच्या ताफ्यातील एका कारने ५३ वर्षीय सी सिंगय्या यांना

चिरडले. या अपघातानंतर त्या व्यक्तीचा मृत्यू झाला. पोलिसांनी या प्रकरणाची चौकशी केली तेव्हा असे आढळून आले की ती कार जगन रेड्डी यांची आहे. यानंतर, पोलिसांनी कार जप्त केली आणि वायएसआरसीपी प्रमुख आणि इतर पक्ष सदस्यांविरुद्ध एफआयआर दाखल करण्यात आला. या घटनेचा व्हिडिओ सोशल मीडियावरही व्हायरल झाला. जगन रेड्डी यांनी उच्च न्यायालयात याचिका दाखल केलीगरसरप जगन रेड्डी यांच्या या प्रकरणाची आंध्र प्रदेश उच्च न्यायालयात सुनावणी झाली, त्याठिकाणी न्यायालयाने त्यांना अंतरिम दिलासा दिला आहे. जगन रेड्डी यांच्या वतीने या प्रकरणाविरुद्ध उच्च न्यायालयात रद्द करण्याची याचिका दाखल करण्यात आली.

उच्चपदस्थ अधिकाऱ्यांबरोबरच माणूस बना –संजय दोरवे

रेणापूर / प्रतिनिधी:– दिवंगत दासू शिंदे यांच्या स्मृतिदिनानिमित्त जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा बिटरगाव ता.रेणापूर जि.लातूर येथे शालेय साहित्याचे वाटप व गुणवंत विद्यार्थ्यांना रोख पारितोषिक देऊन सत्कार करण्यात आला.या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळेच्या मुख्याध्यापिका सौ. कल्पना कटके ह्या होत्या प्रमुख पाहुणे म्हणून जिल्हा परिषदचे माजी समाजकल्याण सभापती श्री. संजय दोरवे, नारायण कांबळे,प्रा. राजेंद्र लोदगेकर, श्री आप्पासाहेब पाटील,शिरीष दिवेकर, संतोष पटनुरे, अंकुश कांबळे हे होते.

या प्रसंगी संजय दोरवे म्हणाले की, आई वडीलांच्या कष्टाची जाणीव ठेवून आपण ज्या शाळेत गमभन गिरवले त्या शाळेतला विद्यार्थी पुढे आला पाहिजे म्हणून प्राचार्य डॉ.संजय शिंदे आणि त्यांचा परिवार गेल्या नवू वर्षांपासून या शाळेला आर्थिक मदत करतात, इथे शिकणाऱ्या विद्यार्थ्यांना शालेय साहित्य, ग्रंथाचे मोफत वाटप करतात एवढेच नाही तर इयत्ता सातवी आणि दहावीच्या वर्गात जे प्रथम आणि द्वितीय क्रमांकाचे गुण मिळवितात अशा विद्यार्थ्यांना रोख पारितोषिक देऊन त्यांचा सत्कार करून या शाळेतला विद्यार्थी उच्च पदावर गेला पाहिजे असे त्यांना वाटते

तेव्हा आपण उच्चपदस्थ अधिकारी होण्या बरोबरच आधी माणूस बनले पाहिजे असे आवाहन केले.या कार्यक्रमात शिरीष दिवेकर यांना राजर्षी शाहू महाराज पुरस्कार मिळाल्याबद्दल व संजय विरूळे यांना शासनाचा अण्णाभाऊ साठे समाज भूषण पुरस्कार मिळाल्याबद्दल डॉ . संजय शिंदे यांनी शॉल, ग्रंथ भेट देऊन सत्कार केला .या प्रसंगी नारायण कांबळे यांनीही आपले मनोगत व्यक्त केले ते म्हणाले की, डॉ.संजय शिंदे हे विद्यार्थी दशेपासूनच आक्रमक भूमिका घेणारे , गरीबांच्या न्यायासाठी रस्त्यावर येणारे कार्यकर्ते, नेते आहेत, महाविद्यालयात नौकरी लागल्यानंतर इतर लोकासारखं भौतिक सुखात रममाण न ज्या समाजात आपला जन्म झाला, ज्या शाळेत आपण शिकलो त्या आईवडीलाचे, त्या शाळेचे ऋण फेडण्यासाठी दरवर्षी अशा प्रकारचे उपक्रम राबवितात.यावेळी डॉ.संजय शिंदे यांनीही आपले मनोगत व्यक्त केले अध्यक्षीय समारोप करताना कल्पना कटके म्हणाल्या की, संजय शिंदे सरांच्या रूपाने महाभारतातील संजय आणि कर्ण दोन्हीही पहायला मिळाले त्यांनी गेल्या आठ वर्षांपासून शाळेत जे मागितलं ते दिले आहे त्यामुळे ही शाळा बोलकी दिसत आहे. कार्यक्रमासाठी नरसिंह घोडके,अंकुश कांबळे, संतोष पटनुरे, ऋषिकेश भडंगे, गहिनीनाथ मस्के, शिवाजी विद्यालयाचे मुख्याध्यापक सूर्यकांत चव्हाण, श्री दीपक श्रीसागर, श्रीमती केदाबाई वणीस मॅडम , श्रीमती शोभा कांबळे मॅडम, श्री माणिक पवार, श्री मनोज कुमार पांचाळ, श्री साईनाथ तोटावाड इ.उपस्थित होते कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन श्री प्रमोद कटके यांनी केले तर आभार मनोजकुमार पांचाळ यांनी मानले

.म्हणून मोर्चाची तारीख बदलली! राज ठाकरेंचा मला फोन आला; संजय राऊतांनी सांगितली इनसाईड स्टोरी

राज्यात सरकारने घेतलेल्या हिंदी भाषेच्या सक्तीवरून मोठा विरोध करण्यात येत आहे. शिवसेना आणि मनसे या दोन्ही पक्षाने या निर्णयाविरोधात आवाज उठवला आहे. त्रिभाषा सूत्राविरोधात ठाकरे बंधू मैदानात उतरले आहेत. मनसे प्रमुख राज ठाकरे यांनी ५ जुलै, तर शिवसेना उद्धव बाळासाहेब ठाकरे पक्षाचा ७ जुलैला मोर्चा निघणार असल्याची घोषणा ठाकरे बंधूंनी केली होती. अशातच आता एक मोठी बातमी समोर आली आहे. उबाठाचे नेते संजय राऊत यांनी महाराष्ट्रातील शाळांत हिंदी सक्ती विरोधात एकच आणि एकत्र मोर्चा निघेल अशी मोठी घोषणा केली आहे. म्हणजेच ५ जुलैला एकच मोर्चा निघणार असून ठाकरे बंधू एकत्र येणार आहेत. याबाबतची घोषणा उबाठाचे नेते संजय राऊत यांनी २७ जून रोजी केली आहे.

राज्याच्या राजकारणात ठाकरे बंधू कधी एकत्र येणार याची चर्चा होत होती. दोन्हीकडून हालचाली सुरु होत्या. मात्र, स्पष्टपणे बोलण्यास कोणीही तयार नव्हते, अशातच मायमराठीच्या अस्मितेसाठी ठाकरे बंधू ५ जुलैच्या मोर्चात एकत्र

येणार आहेत. याबाबत स्वतः संजय राऊत यांनी माहिती दिली आहे. काल २६ जूनला मला राज ठाकरेंचा फोन आला होता. मराठी भाषेसाठी दोन मोर्चे निघणे योग्य नाही. एकच मोर्चा निघायला हवा, असे राज ठाकरे म्हणाले असल्याचे राऊत यांनी सांगितले. म्हणून मोर्चाची तारीख बदलली राज ठाकरे यांचा फोन आल्याचे संजय राऊत यांनी उद्धव ठाकरे यांना सांगितले. तर त्यावर उद्धव ठाकरे यांनी मराठी ऐक्य दिसले पाहिजे, असे म्हणाले असल्याचे संजय राऊत यांनी सांगितले. ६ तारखेला मनसे पुरस्कृत मोर्चा होता. मी परत राज ठाकरे यांना फोन करून सांगितलं की, आषाढी एकदशी आहे.

PRINTED BY MAHESH MOTIRAM RATHOD, OWNED, PUBLISHED & EDITED BY ASHOK NAMDEVRAO HANWATE, PRINTED AT MAYUR PRINTERS, PLOT No. B-28, MIDC, NEAR BUS STAND 03, LATUR, Tq. & DIST. LATUR - 413512 (M.S.) PULISHED AT : KHADAK HANUMAN, MILIND NAGAR, LATUR TQ. & DIST. LATUR - 413512 (M.S.) EDITOR : ASHOK NAMDEVRAO HANWATE