

संजय साबळे 8208137064 / 9921661173

विकी साबळे 8208068315

प्रिती नर्सरी अँड लॉन स्प्लायर्स

आमच्याकडे सर्व प्रकारचे शोभीवंत इन्डोअर आऊटडोअर प्लॅन्टस तसेच लॉन मिळेल

पुणे - सोलापुर रोड, काळभोर लॉन्सच्यापाठीमागे, कवडीगाव रोड, ता. हवेली, जि. पुणे.

संपादक - अशोक हनवते.मो - 9421094991, 7264079990

लातूर वर्ष ५ वे अंक २३ बुधवार दि.२३ जूलै २०२५ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रु.

राजकीय भूकंप! उपराष्ट्रपतींनी दिला तडकाफडकी राजीनामा

मनपा आयुक्त रमल्या शाळेत!

देशाच्या राजकारणात मोठी खळबळ उडवणारी घटना रविवारी घडली. देशाचे उपराष्ट्रपती जगदीप धनखड (Jagdeep Dhankhar Resign) यांनी अचानक आपल्या पदाचा राजीनामा दिला. ऑगस्ट २०२८ पर्यंत त्यांचा कार्यकाळ असतानाही त्यांनी २१ जुलै २०२५ रोजी राजीनामा सादर केला. त्यांनी आपल्या पत्रात प्रकृतीच्या कारणांचा उल्लेख केला असला, तरी हा राजीनामा काही प्रस्तावांमुळे सरकारची नाराजी वाढल्याचा परिणाम आहे, अशी जोरदार चर्चा राजकीय वर्तुळात सुरु आहे.

राजीनामानंतर विरोधकांनी आश्चर्य व्यक्त केलं असून अनेक नेत्यांनी सरकारवर थेट प्रश्नचिन्ह उपस्थित केलं आहे. धनखड यांच्या या निर्णयामागे केवळ वैयक्तिक कारणे आहेत की दुसरी काही राजकीय पार्श्वभूमी आहे?, असा प्रश्न अनेकांना पडला आहे.

हा राजीनामा दिल्ली उच्च न्यायालयाचे न्यायमूर्ती यशवंत वर्मा यांच्यावरील महाभियोग प्रस्तावाशी संबंधित असल्याची शक्यता वर्तवली जात आहे.



काही दिवसांपूर्वी न्यायमूर्ती वर्मा यांच्या सरकारी निवासस्थानावर छापा टाकण्यात आला होता, ज्यात कोट्यवधी रुपयांची रोख रक्कम जप्त करण्यात आली होती. त्यानंतर, त्यांच्या विरोधात महाभियोग प्रस्ताव लोकसभा आणि राज्यसभेत सादर करण्यात आला. या प्रकरणात २०८ खासदारांनी स्वाक्ष्या करून महाभियोगासाठी पाठिंबा दर्शवला आहे. विशेष म्हणजे, लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला आणि राज्यसभा

सभापती म्हणून उपराष्ट्रपती धनखड यांच्याकडे हे प्रस्ताव पोहोचवण्यात आले होते. धनखड यांनी राज्यसभेतील प्रस्ताव स्वीकारल्यामुळे सरकार नाराज झालं, आणि हीच बाब त्यांच्या राजीनाम्याचं कारण ठरत असल्याची जोरदार चर्चा आहे. भारतीय संविधानाच्या अनुच्छेद १२४, २१७ आणि २१८ अंतर्गत न्यायमूर्तीविरोधात महाभियोग प्रस्ताव सादर करण्याची प्रक्रिया स्पष्ट केली आहे. संबंधित प्रस्ताव स्वीकारल्यानंतर एक उच्चस्तरीय तपास समिती गठीत केली जाते आणि त्याआधारे न्यायिक कारवाई पुढे नेली जाते.

राज्यसभा सभापती या नात्याने धनखड यांच्याकडे पूर्ण अधिकार होते की त्यांनी प्रस्ताव स्वीकारण्याची नको, पण त्यांनी तो स्वीकारल्यामुळे घटनात्मक जबाबदारी पार पाडताना सरकारला अप्रिय निर्णय घ्यावा लागला, अशी चर्चा आहे. त्यामुळेच त्यांच्यावर दबाव आला आणि शेवटी त्यांनी राजीनामा दिला, असा राजकीय वर्तुळातील अंदाज आहे.



लातूर /प्रतिनिधी: मनपा आयुक्त श्रीमती मानसी तसेच मनपा शिक्षण अधिकारी श्रीमती श्वेता नागणे यांनी मंगळवारी (दि. २२) मनपा शाळेस भेट दिली. आयुक्त श्रीमती मानसी सुमारे अडीच तास त्यांनी विद्यार्थ्यांच्या गुणवत्तेची तपासणी केली. मनपाच्या राजमाता जिजाऊ शाळा क्रमांक ११ येथे आयुक्तांनी मंगळवारी भेट दिली. त्यांनी सर्व विद्यार्थ्यांची इंग्रजी व मराठी वाचन, लेखन, गणितीय क्रिया, पाठे, वाचन क्षमता पडताळणी केली. मनपा शाळेतील विद्यार्थ्यांची गुणवत्ता पाहून आयुक्तांनी समाधान व्यक्त केले. काही विद्यार्थ्यांच्या गुणवत्ते संदर्भात शिक्षकांना सूचनाही केल्या. शाळेची इमारत, वर्गातील सारंगोटी, शालेय पोषण आहार, डिजिटल साहित्य, गणवेश, पाठ्यपुस्तके वाटप, हजेरी,

विद्यार्थ्यांची उपस्थिती व स्वच्छतागृहांचीही आयुक्तांनी पाहणी करून समाधान व्यक्त केले. सुमारे अडीच तास आयुक्त श्रीमती मानसी शाळेत राहिल्या. विद्यार्थ्यांशी एकरूप होऊन त्यांनी त्यांची मते जाणून घेतली. विद्यार्थ्यांच्या अडीअडचणी समजावून घेतल्या. मंगळवारी इयत्ता दुसरीच्या वर्गातील विद्यार्थ्यांनी परिपाठ घेतला, त्यांनीच आयुक्त श्रीमती मानसी यांचे स्वागतही केले. आयुक्तांनी शाळेला भेट देऊन विद्यार्थ्यांसोबत बराच काळ व्यतीत केल्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या चेहऱ्यावर आनंद ओसंडून वाहत असल्याचे दिसून आले.

लोकनेते स्व. गोपीनाथरावजी मुंडे यांच्या पूर्णकृती पुतळ्याचे शनिवारी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या हस्ते अनावरण

अश्लीलता पसरवायला लाज वाटत नाही का? अनिल परबांची कदम पिता- पुत्रांवर टीका

लातूर :- लातूर जिल्हा परिषदेच्या मुख्य इमारतीच्या प्रांगणात लोकनेते स्वर्गीय गोपीनाथरावजी मुंडे साहेब यांच्या पूर्णकृती पुतळ्याचे अनावरण राज्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्रजी फडणवीस यांच्या शुभहस्ते व इतर अनेक महायुतीतील मान्यवरांच्या प्रमुख उपस्थितीत शनिवार दि २६ जुलै २०२५ रोजी करण्यात येणार असल्याची माहिती भाजपाचे नेते आ. श्री. रमेशआप्पा कराड यांनी दिली. महाराष्ट्राचे लोकनेते केंद्रीय ग्रामविकास माजीमंत्री स्वर्गीय गोपीनाथरावजी मुंडे साहेब यांचा पूर्णकृती पुतळा लातूर जिल्हा परिषदेच्या मुख्यालय इमारत परिसरात उभारण्यात आला असून शासकीय जागेत मुंडे साहेबांचा लातूर येथे बसवण्यात आलेला पुतळा कदाचित राज्यातील पहिलाच असेल अशी माहिती देऊन भाजपा नेते आ. रमेशआप्पा कराड म्हणाली की, भव्य दिव्य उभारण्यात आलेल्या या पूर्णकृती पुतळ्याचे अनावरण येत्या २६ जुलै २०२५ शनिवार रोजी सकाळी १० वाजता राज्याचे मुख्यमंत्री ना. देवेंद्रजी फडणवीस यांच्या शुभहस्ते होणार आहे. या अनावरण सोहळ्याच्या अध्यक्षस्थानी राज्याचे सार्वजनिक बांधकाम मंत्री तथा जिल्ह्याचे पालकमंत्री ना. शिवेंद्रसिंह राजे भोसले हे राहणार आहेत. तर याप्रसंगी राज्याचे ग्रामविकास मंत्री ना. जयकुमार गोरे, राज्याच्या पर्यावरण मंत्री ना. पंकजताई



मुंडे, सहकार मंत्री ना. बाबासाहेब पाटील, माजी कृषीमंत्री आ. धनंजयजी मुंडे, माजी युवक कल्याण व क्रिडामंत्री आ. संजय बनसोडे, माजी पालकमंत्री आ. संभाजीराव पाटील निलंगेकर, औषधाचे आमदार अभिमन्यू पवार, मराठवाडा शिक्षक मतदारसंघाचे आमदार विक्रम काळे राज्य कृषी मूल्य आयोगाचे अध्यक्ष पाशा पटेल, गोपीनाथराव मुंडे ऊस्तोड कामगार महामंडळाचे अध्यक्ष गोविंदअण्णा केंद्रे, भाजपा नेत्या अर्चनाताई पाटील चाकूरकर, शिवसेना संघर्षप्रमुख अँड बळवंतराव जाधव, भाजपाचे ग्रामीण जिल्हाध्यक्ष बसवराज पाटील, शहर जिल्हाध्यक्ष अजित पाटील कव्हेकर, शिवसेना जिल्हाप्रमुख सचिन दाणे, राष्ट्रवादी काँग्रेसचे जिल्हाध्यक्ष अफसर शेख, शहर जिल्हाध्यक्ष मकरंद सावे, रिपाई जिल्हाध्यक्ष बाबासाहेब कांबळे यांच्यासह महायुतीचे अनेक मान्यवर उपस्थित राहणार आहेत. लोकनेते स्वर्गीय गोपीनाथरावजी मुंडे साहेबांच्या पुतळा अनावरण कार्यक्रमास जिल्हाभरातील भाजपासह महायुतीतील सर्व लोकप्रतिनिधी, पदाधिकारी, कार्यकर्त्यांनी त्याचबरोबर मुंडे साहेबांवर प्रेम करणाऱ्या सर्व संबंधितांनी हजारोच्या संख्येने उपस्थित राहावे असेही आवाहन भाजपाचे नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांनी केले आहे.

म्हणून अनैतिक धंदा आहे म्हणून समाजविघातक कृती म्हणून हे अशा ठिकाणी छापा मारतात. त्याला हरकत नाही, हे चांगलं काम आहे. पण स्वतःच्या आईच्या नावाने जो डान्सबार चालतोय, त्यावर कोण कारवाई करणार ? असा सवाल अनिल परब यांनी उपस्थित केला. अनिल परब हे मंगळवारी मुंबईत आयोजित करण्यात आलेल्या पत्रकार परिषदेत बोलत होते. यावेळी त्यांनी मुंबई उपनगरातील कांदिवली परिसरात असणाऱ्या कदम कुटुंबीयांच्या 'सावली' या बारचा मुद्दा पुन्हा उचलून धरला. रामदास कदम यांनी, हा बार माझ्या पत्नीच्या नावे असल्याचे सांगितले होते. त्यामुळे या बारची मालकी कुणाकडे आहे, हे सांगण्याची आवश्यकता नाही. पोलीस स्टेशनच्या नाकाखाली खाली गृहसंरचनांच्या आईच्या नावाने डान्सबार चालतो. हे गृहसंरचनांनी नवी मुंबईपर्यंत डान्सबारवर रेड करायला जातात. का तर अश्लीलता पसरते

सगळे पोलीस रेकॉर्डमध्ये असल्याचे परब म्हणाले. जगबुडीचा गाळ कॉलेजमध्ये कसा ? रत्नागिरीचा जगबुडी नदीतील गाळ काढला जातोय. उपसण्यात येणारा गाळ हा वाळू मिश्रित आहे. यातून वाळू वेगळी केली जातेय. ही वाळू योगिता डेंटल कॉलेजच्या प्रांगणात पडली आहे. हे कॉलेज योगेश कदम यांच्या बहिणीचे असून नदीतील वाळू या कॉलेजजवळ कशी आली? ही वाळू येथे काय करतेय? या वाळूचे काय केले जात आहे ? असे सवाल अनिल परब यांनी उपस्थित केले. तसेच जिथे जिथे वाळू पडली त्याचे आम्ही जिओ टॅग लावून ड्रोन कॅमेरामार्फत शूट केले आहे. याचे फोटो, व्हिडीओ माझ्याकडे आहेत. हा विषय मुख्यमंत्र्यांसमोर मांडून पुराव्यांना पेनड्राईव्ह देखील देणार असल्याचे परब म्हणाले.



रेणापूर येथील भाजपाच्या रक्तदान शिबिरास उत्स्फूर्त प्रतिसाद; १०५ जणांनी केले रक्तदान

जेष्ठ नागरिक संघ केजच्या वतीने सुगम संगीतासह अन्य कार्यक्रमाचे आयोजन

लातूर :- महाराष्ट्राचे लोकाभिमुख मुख्यमंत्री माननीय ना. देवेंद्रजी फडणवीस साहेब यांच्या जन्मदिना निमित्ताने भारतीय जनता पार्टीच्या वतीने लातूर ग्रामीणचे आमदार श्री. रमेशआप्पा कराड यांच्या मार्गदर्शनाखाली आयोजित करण्यात आलेल्या रेणापूर येथील रक्तदान शिबिरास उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला असून तब्बल १०५ जणांनी रक्तदान करून भाजपाचे नेते देवाभाऊंना शुभेच्छा दिल्या. समाजसेवेचे वृत्त घेऊन भारतीय जनता पार्टी सातत्याने काम करत असते जनता भिमुख काम करणे हेच भाजपाचे ब्रीद वाक्य असून प्रदेशाध्यक्ष मा. रवींद्रजी चव्हाण यांनी राज्याचे लोकप्रिय मुख्यमंत्री माननीय देवेंद्रजी फडणवीस साहेब यांच्या २२ जुलै २०२५ जन्मदिनी रक्तदान हेच सर्वश्रेष्ठ दान असल्याने महारक्तदान करण्याचा संकल्प करून राज्यातील प्रत्येक मंडळात भाजपाच्या वतीने रक्तदान शिबिराचे आयोजन करण्याच्या सूचना केल्या होत्या. त्यानुसार लातूर ग्रामीणचे आमदार श्री. रमेशआप्पा कराड यांच्या नेतृत्वाखाली रेणापूर येथील पिंपळ फाटा परिसरात श्यामदादा आकनगिरे कॉम्प्लेक्स येथे भव्य रक्तदान शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. भाजपाच्या वतीने आयोजित करण्यात आलेल्या रेणापूर येथील रक्तदान शिबिराचा शुभारंभ भाजपा नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांच्या शुभहस्ते करण्यात आला या रक्तदान शिबिरात जवळपास १०५ जणांनी रक्तदान करून लाडके मुख्यमंत्री देवाभाऊ यांना जन्मदिनाच्या शुभेच्छा दिल्या. लातूर येथील यशवंतराव चव्हाण ग्रामीण रुग्णालयातील श्रीमती सरस्वती कराड ब्लाड बँकेचे डॉ. बी डी दिताळ, गोविंद गिराम, अर्जुन वाघचौरे, सुचिता भागवते, सुवर्णा घांगरे, कृष्णा मुंडे, बालाजी कराड आदींनी मेहनत घेतली. प्रारंभी रेणापूर शहर भाजपाच्या वतीने



आ. कराड यांचा यथोचित सत्कार करून स्वागत करण्यात आले. या रक्तदान शिबिर प्रसंगी भाजपा किसान मोर्चाचे प्रदेश उपाध्यक्ष विक्रमकाका शिंदे, आ. कराड मित्र मंडळाचे अध्यक्ष प्रदीप पाटील खंडापुरकर, ओबीसी मोर्चाचे प्रदेश उपाध्यक्ष भागवत सोट, पंचायत राज सेलचे जिल्हा संयोजक नवनाथ भोसले, मंडला अध्यक्ष महिंद्र गोडभरले, शरद दरेकर, रेणापूरचे माजी नगराध्यक्ष अभिषेक आकनगिरे, भाजपाचे अनिल भिसे, सतीश आंबेकर, ओमप्रकाश गोडभरले, दशरथ सरवदे, डॉ बाबासाहेब घुले, लक्ष्मण यादव, वसंत करमुंडे, सुकेश भंडारे, गणेश तूरुप, भागवत गीते, अच्युत कातळे, गणेश चव्हाण, महेश गाडे, भाऊसाहेब गुळबिले, विजय चव्हाण, रमेश कटके, रामराव मोरे, दत्ता सरवदे,

सुधाकर काळे, रमेश फुलारी, श्रीकृष्ण पवार, सुरेश बुड्डे, नानासाहेब कस्पटे, दीपक पवार, अनुसया फड, मनीषा मुंडे, अश्विनी बंन, कल्पना गुड्डे, उत्तम चव्हाण, जलील शेख, परमेश्वर आगलावे, श्रीमंत नागगोजे, शेख अजीम, रमेश खाडप, संजय डोंगरे, माधव घुले, प्रवीण कोतवाड, राम बडे, राजकुमार आलापुरे, महेश सुडे, दिनकर राठोड, राजेश काळे, रामा चव्हाण, अजय शेळके, संतोष राठोड, ओम चव्हाण, उज्वल कांबळे, सोपान सातपुते, समिर माने, दत्ता चवले, मनोज चक्रे, राज जाधव, ज्ञानोबा भिसे, शिवाजी सोमवंशी, वैजनाथ लहाने, आनिल येलगडे, गोविंद देशमुख, प्रवीण शिंदे, राजू मानमोडे, दिलीप आकनगिरे, लक्ष्मण खलंगरे, दिलीप चव्हाण, प्रल्हाद फुलारी, नंदू बंडे, रफिक शिकलकर, हनुमंत भालेराव, नरसिंग येलगड, अंतराम चव्हाण, प्रदीप राठोड, मारुफ अतार, प्रकाश जाधव, लखन आवळे, सुभाष राठोड, संतोष राठोड, सोपान सातपुते, समीर माने, संजय विरुळे, अंकुश मोटेगावकर, किशन शिरसागर, गणेश माळेगावकर, सुरज फुलारी, शेख इश्राद, शरद चक्रे, जगन्नाथ कातळे, प्रशांत बंडे, ज्ञानेश्वर आगलावे, सचिन शिरसाकर, रोहित खुमशे, अजय मरलापळे, अवेज कुरेशी, राम बरोडे, नरेश चपटे, नारायण शिंदे, विशाल गाडे, सोमनाथ सातपुते, अमोल जाधव, ऋषिकेश इंगळे, सचिन लोकरे, हुसेन पठाण, ज्ञानोबा गुडे, शफिक पठाण, इलाही शेख, दिगंबर एडके, गोविंद नरहरे, नरसिंह शेंदरकर, शैलेश बंडे, निखिल बंडे, शुभम वाघे, मयूर म्हेत्रे, गोठू क्षीरसागर, यशपाल आपसिंगेकर, निलेश्वर उरागुंडे, नरसिंह सुर्वसे, विजयकुमार भुरे, कल्याण भुरे, धोंडीराम खंदारे, समाधान चव्हाण यांच्यासह अनेकांची उपस्थिती होती.



केज/प्रतिनिधी केज येथील जेष्ठ नागरिक संघाची सभा केज शाखेचे अध्यक्ष श्री. राजेसाहेब देशमुख यांच्या अध्यक्षतेखाली कालिका मंदिर शुक्रवार पेठ केज येथे पार पडली. या सभेच्या वेळी आंबेजोगाई येथील प्राध्यापक प्रसाद कुलकर्णी यांच्या संगीत विद्यालयाच्या वतीने सुगम संगीताचा कार्यक्रम सादर करण्यात आला. यावेळी बीड जिल्हा समन्वयक माननीय श्री मामडगे जे .डी. आणि दक्षिण विभागाचे अध्यक्ष माननीय प्राचार्य थोरात सर यांनी उपस्थित सर्व ज्येष्ठाना जेष्ठ नागरी संघाचे महत्व आणि त्याचे फायदे समजून सांगितले. यावेळी ज्येष्ठ नागरिक संघ केज शाखेतील ज्यांचा वाढदिवस जुलाई मध्ये आहे अशांचा वाढदिवसही साजरा करण्यात आला. अध्यक्षीय समारोपानंतर कार्यक्रमाची सुरुची भोजनानंतर सांगता झाली. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन संघाचे सदस्य श्री हनुमंत घाडगे यांनी केले तर संघाचे सहसचिव श्री साखरे डी. एस. यांनी उपस्थितांचे आभार मानले.

संपादकीय

गरज सार्वजनिक जीवनातल्या शुचितेची!

‘आमदार माजले आहेत असे जनतेला वाटते’, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या या उद्गाराने पावसाळी अधिवेशनाचे सूप वाजले. लोकशाहीचे मंदिर असलेल्या विधिमंडळाच्या प्रांगणात राजकीय कार्यकर्ते एकमेकांना भिडावेत, जुने आरोप उगाळत एकमेकांवर टोमणे मारावेत, मग संताप अनावर झाला म्हणून हात धुऊन घ्यावेत, त्याच्या पोलिस तक्रारी व्हाव्यात, कार्यकर्त्याला सोडा म्हणून बडे नेते आक्रमक व्हावेत हा सगळा घटनाक्रम महाराष्ट्राची मान खाली घालणारा आहे.

महाराष्ट्राचे कर्णधारपद सांभाळणार्या मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या प्रतिमेशी विसंगत असलेले राडे विधिमंडळात घडताहेत. मुख्यमंत्र्यांनी यासंदर्भात कडक भूमिका घेत नल्यांना, आमदारांना आरसा दाखवला हे एकापरीने बरेच झाले. पण अशी वेळ का यावी यावर महाराष्ट्राने चिंतन करणे आवश्यक झाले आहे. तीन आठवड्यांच्या पावसाळी अधिवेशनात मुख्यमंत्री फडणवीस अत्यंत सक्रिय होते. प्रश्नोत्तरे, लक्षवेधी सूचना आणि चर्चा या कामकाजाच्या प्रत्येक बाबतीत ते लक्ष देत होते. प्रसंगी हस्तक्षेप करत उत्तरे देत होते. भाजप प्रदेशाध्यक्षपदावरून पायउतार झालेल्या चंद्रशेखर बावनकुळे यांची त्यांना साथ होती. महसूलमंत्री या पदाला न्याय देत बावनकुळे यांनी नवे आमदार खताळ यांच्यासारख्या तरुण आमदाराने पुढे आणलेले प्रश्न हाती घेत राज्यातील जमीन मालकीचे प्रश्न सोडवण्यात आघाडी घेतली होती.

बावनकुळे यांनी आपण जनतेचे प्रश्न सोडवणारे महत्त्वाचे नेते आहोत याची चुणूक या अधिवेशनात दाखवली. तुकडाबंदी कायदा हा लाखो नागरिकांना दिलासा देणारा आहे. महायुती सरकारने प्रतिष्ठेचा केलेला जनसुरक्षा विधेयक कायदा संयुक्त समितीच्या बैठकीत मान्य करवून त्यावर एकमत निर्माण करण्याची कठीण कामगिरीही बावनकुळे यांच्याच खात्यावर जमा झाली आहे. कोल्हापूर आणि पश्चिम महाराष्ट्राचे अश्रू ठरू शकतील असा अलमट्टी करार महाराष्ट्रावर अन्याय करणारा आहे. तो पुन्हा एकदा सर्वोच्च न्यायालयाच्या प्रांगणात न्याय मिळवण्यासाठी सादर केला जाणार आहे. सर्वपक्षीय आमदारांना विश्वासात घेऊन जलसंपदामंत्री डॉ. राधाकृष्ण विखे-पाटील यांनी हे साधले. नाशिकचा कुंभमेळा महाराष्ट्राला प्रयागराजच्या तोडीस तोड करायचा आहे. त्यासाठी गिरीश महाजन यांनी प्राधिकरण स्थापनेचे विधेयक मार्गी लावले. माधुरी मिसाळ आणि मेघना बोर्डेकर या महिला मंत्री अत्यंत चांगली उत्तरे अधिवेशन काळात देत होत्या. मंत्री कामगिरी सुधारण्यावर भर देतानाच अधिवेशन काळात भाजपचे नवे प्रदेशाध्यक्ष रवींद्र चव्हाण हे आमदारांच्या विभागवार बैठका घेत होते. मुख्यमंत्री फडणवीस या प्रत्येक बैठकीला जातीने हजर राहिले. प्रशासनामुळे कुठे कोणते प्रकल्प अडत आहेत, याची वास्तुपुस्त घेतली गेली. संघटनात्मक बांधणीकडे लक्ष पुरवले गेले. दुहेरी उद्देशाने या बैठका घेतल्या गेल्या.

अर्थसंकल्पीय अधिवेशनापेक्षाही सत्ताधारी महायुतीने विशेषतः भाजपने तीन आठवडे चाललेल्या या अधिवेशनाचा सदुपयोग केला. मुंबईकरांना गारेगार लोकल प्रवासाचे आश्वासन देत खुश केले गेले. अधिवेशन कालावधीचे सोने करण्याचा चंग बांधला होता जणू! सत्ताधारी बाकांवरची आमदार संख्या अतिप्रचंड. त्यातच विरोधक तसे विस्कळीत. मविआतील विधानसभा निवडणुकीपूर्वीच्या मतभिन्नतेला उद्भव ठाकरे यांनी महामुलाखतीत अधोरेखित केले तशीच अधिवेशनातली गत. सत्ताधारी वरचढ. विधानसभेतल्या विरोधी पक्षनेतेपदाचा विषय प्रलंबित ठेवलेला आणि परिषदेतला मावळता विरोधी पक्षनेता आपल्याकडे येतोय की काय असा संभ-म निर्माण करण्यात यश मिळवलेले. खरे तर दहाही बोटें तुपात अशी सत्ताधार्यांची अवस्था होती. सरकारी तिजोरीत निधी नाही वगैरे गांभीर्याचे मुद्दे शिवदुर्गाना मिळालेला जागतिक वारशाचा दर्जा, राज्यातील गणेशोत्सवाला उपलब्ध करून दिलेला निधी अशा सांस्कृतिक महत्त्वाच्या विषयात झाकोळले जात होते. भाजपचा यात हातखंडा झालाय.ज्या विश्वासाने अधिवेशन हाताळले गेले ते खरेच लक्ष वेधणारे होते. मात्र शेवटच्या काही दिवसांत चित्र बदलले. विधिमंडळ प्रांगणातल्या मारामारीने मान खाली गेली. पण ती एकट्या भाजपची किंवा महायुतीची नव्हे तर समस्त राजकारण्यांची. खरे तर सत्ताधार्यांसाठी शेवटचे दोन दिवस कमालीचे वाईट ठरले. निष्प्रभ ठरलेल्या विरोधकांनी कामगिरी सुधारणा आवश्यक आहे

महान क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद.

भारताच्या स्वतंत्र संग्रामामध्ये अनेक ज्ञात/अज्ञात क्रांतिकारकांनी आपल्या प्राणांची आहुती दिली व आपले संपूर्ण जीवन देशासाठी समर्पित केले.यामध्ये प्रामुख्याने क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद यांचे नाव मोठ्या अभिमानाने आजही घेतले जाते.त्याचप्रमाणे अल्पवयात देशासाठी लढा उभारणारे महान क्रांतिकारक म्हणून चंद्रशेखर आझाद यांची ख्याती आहे.चंद्रशेखर आझाद यांचा जन्म २३ जुलै १९०६ ला मध्यप्रदेशातील झाबुआ(अलिंराजपूर)जिल्ह्यातील भावरा या गावी झाला.जन्मताच त्यांच्या हृदयात क्रांतिची जोत लखलखत होती.त्यांचे प्राथमिक शिक्षण भावरा या गावात झाले. परंतु आईच्या इच्छेनुसार ते वाराणसी येथील संस्कृत पाठशाळेत शिकत असताना सुद्धा त्यांच्यात क्रांतीची ज्वाला धकधकत होती.चंद्रशेखर आझाद यांचे बालपण भिळ जमातीच्या वस्तीत गेले त्यामुळे ते धनुष्य बाण उत्तम रीतीने चालवत म्हणजेच त्यांच्यात बालपणापासून लढवय्य व क्रांतिकारक वृत्ती होती. १३ एप्रिल १९१९ रोजी झालेल्या जालियनवाला बाग हत्याकांड घटनेचा चंद्रशेखर आझाद यांच्या मनावर चांगलाच परिणाम झाला.त्यानंतर चंद्रशेखर आझाद १९२० मध्ये महात्मा गांधी यांच्या नेतृत्वाखालील असहकार चळवळीचा एक भाग बनले आणि वयाच्या १५ व्या वर्षी त्यांना अटकही झाली.अशा परिस्थितीत ब्रिटन न्यायालयाने या छोट्याशा मुलाला १२ फटक्यांची अमानुष शिक्षा दिली. चंद्रशेखर आझाद यांचे मुळ नाव चंद्रशेखर सौताराम तिवारी होते.परंतु बालवयातील अमानुष शिक्षा पहाता ब्रिटिश न्यायालयात नाव नोंदविताना आपले आडनाव आझाद असल्याचे नोंदविले.तेव्हापासून संपूर्ण हिंदुस्थानात चंद्रशेखर आझाद नावाने ओळखले जाऊ लागले.फटक्यांनी आझादांच्या मनात क्षोभ वाढून तळपयाची आग मस्तकात गेली आणि त्याच क्षणी त्यांचा अहिंसेवरील विश्वास उडाला व क्रांतीची ज्वाला प्रगट झाली आणि क्रांतिकारक झाले.आझाद यांचा क्रांतीकारी हेतू पहाता १९२२ साली महात्मा गांधींनी आझाद यांना असहकार चळवळीतून काढून टाकले. त्याचे आझाद यांना खुप वाईट वाटले. अशा परिस्थितीत त्यांनी गुलामगिरीत असलेल्या भारताला स्वातंत्र्य करण्याची शपथ घेतली.पुढे त्यांची भेट हिंदुस्थान रिपब्लिकन



असोसिएशनचे संस्थापक राम प्रसाद बिस्मिल यांच्याशी झाली व क्रांतीची ज्योत आणखी प्रज्वलित झाली.क्रांतीची ज्वाला संपूर्ण भारतात पसरविण्याच्या दृष्टीने मातृभूमीच्या रक्षणार्थ अनेकांना आंदोलनात सहभागी होण्यास प्रेरित केले.इंग्रजांना आर्थिक दृष्ट्या कमजोर करण्याच्या हेतूने व क्रांतिकारकांची भिती इंग्रजामध्ये निर्माण व्हावी या उद्देशाने आझाद यांनी आपल्या बळावर काकोरी ट्रेन लुटली आणि व्हाइसरॉयच्या ट्रेनला उडविण्याचा देखील प्रयत्न केला.इंग्रजांच्या असेम्ब्लीत बॉम्ब फोडण्याच्या घटनेत चंद्रशेखर आझाद यांनी भगतसिंग यांना पुरेपूर मदत केली.चंद्रशेखर आझाद हे भगतसिंग यांचे मुख्य सल्लागार होते.भगतसिंग यांना अटक झाल्यानंतर त्यांना सोडविण्यासाठी देखील आझाद यांनी भरपूर प्रयत्न केलेत. अशा परिस्थितीत इंग्रजांना नेहमी प्रमाणे चकमा देतच होते. दिनांक २७ फेब्रुवारी १९३१ रोजी अलाहाबाद मधील अल्फ्रेड पार्क येथे राजगुरु हे जेलमध्ये असताना त्यांच्या आईला आर्थिक मदत व्हावी यासाठी ते एका क्रांतिकारक सहकाऱ्याला भेटण्यासाठी गेले असता, एका अज्ञात खबऱ्याने इंग्रजांना चंद्रशेखर आझाद असल्याची वार्ता दिली आणि मोठा घात झाला. इंग्रजांना वार्ता मिळताच मैदानाला वेढा घातला. अशा परिस्थितीत चंद्रशेखर आझाद व इंग्रज सैन्य यांच्यात मोठा गोळीबार झाला.अशावेळी आझाद यांनी तीन इंग्रजांना धाराशाही केले.आपल्या जवळच्या गोळ्या संपत आहे हे त्यांच्या लक्षात आले.अशा परिस्थितीत त्यांना इंग्रजांच्या हातून मरने पसंत नव्हते शेवटच्या गोळीने स्वतःला मारून घेतले आणि क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद देशांच्या स्वतंत्र लढ्यासाठी शहीद झाले.भारत

स्वतंत्र होण्यासाठी ज्यांनी कशाचीही पर्वा न करता आपल्या प्राणांची आहुती दिली अशांमध्ये आघाडीवर घेतले जाणारे नाव म्हणजे क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद. त्यामुळे भारतीय स्वातंत्र्य संग्रामात अनेक ज्ञात/अज्ञात क्रांतिकारकांनी आपल्या प्राणांची आहुती दिली व देश स्वतंत्र झाला.त्यामुळे त्यांच्या बलिदानाची पावती आजच्या राजकीय पुढाऱ्यांनी देणे गरजेचे आहे. देशातील राजकीय पुढाऱ्यांनी लक्षात ठेवले पाहिजे की देश स्वतंत्र करण्यासाठी क्रांतिकारकांनी घरदार सोडून, घरांवर तुळशीपत्र ठेवून,आपला परिवार सोडून आणि आपल्या जीवाची पर्वा न करता आपल्या प्राणांची आहुती दिली.त्यांची पुरता करण्याचे काम आज राजकीय

पुढाऱ्यांचे आहे.कारण देशातील जनता सुखी- समृद्धी आणि समाधानी रहावी म्हणून देश स्वातंत्र्यासाठी क्रांतिकारकांनी लढा उभारला होता.आता देश स्वतंत्र झाला आहे तरी देशात बेरोजगारी, भुक्कमी,महागडे शिक्षण, भ्रष्टाचार,रोजगार या सर्वांचा सामना गरीब व सर्वसामान्यांना करावा लागतो आहे.आज १४० करोड लोकसंख्येच्या देशात करोडोंची संपत्ती आहे यात दुमत नाही. परंतु मुठभर राजकीय पुढाऱ्यांनी (आजी-माजी आमदार - खासदार, मंत्री, लोकप्रतिनिधी) देशांच्या करोडोंच्या संपत्तीवर आपली पकड मजबूत ठेवली आहे यामुळे हा पैसा १४० कोटी जनतेपर्यंत पोहचत नाही.यामुळे आर्थिक उलाढाल खोळंबत आहे व यातुनच देशात अनेक नवीन-नवीन समस्या निर्माण होतांना दिसतात व याचा फटका सरळ सर्वसामान्य, शेतकरी व गरीब लोकांना भोगावा लागत आहे.त्यामुळे दिवसेंदिवस गरीब हा गरीब होत आहे तर श्रीमंत हा दिवसेंदिवस श्रीमंत होत आहे ही स्वतंत्र भारताची शोकांतिका म्हणावी लागेल. त्यामुळे राजकीय पुढाऱ्यांना माझी विनंती आहे की क्रांतिकारकांनी आपले बलिदान दिले,आपल्याला स्वातंत्र्य मिळवून दिले त्याचा फायदा शेतकरी,गरीब व सर्वसामान्यांना व्हावा या उद्देशाने कार्य केले पाहिजे. त्याचबरोबर राजकीय पुढाऱ्यांनी वाममार्गाने कमविलेली संपूर्ण संपत्ती सरकारी तिजोरीत जमा करून देशाच्या व सर्वसामान्यांच्या विकासासाठी हातभार लावला पाहिजे. तेव्हाच राजकीय पुढाऱ्यांकडून क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद यांना जयंतीनिमित्त खरी श्रद्धांजली ठरेल.त्याचप्रमाणे देशात वाढते प्रदूषण पहाता क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद यांच्या जयंतीचे औचित्य साधून मोठ्या प्रमाणात वृक्षारोपण व्हायला हवेत.यामुळे संपूर्ण देशात वातावरण प्रफुल्लित राहील व ऑक्सिजनची मात्रा वाढेल आणि मुख्यत्वेकरून या दिवशी केलेले वृक्षारोपण अंतत काळापर्यंत आपल्याला ग्यात राहिल व प्रत्येक झाडाच्या पानात, फुलात, फळात व मुळांमध्ये आपल्याला क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद यांची क्रांतीची ज्वाला धकधकतांना दिसेल. क्रांतिकारक चंद्रशेखर आझाद यांना कोटी-कोटी प्रणाम.जय हिंद!

लेखक

रमेश कृष्णराव लांजेवार

(स्वतंत्र पत्रकार)

मो.नं.९९२९६९०७७९, नागपूर.

विधानसभा विरोधी पक्षनेत्याविना

महाराष्ट्रात विद्यमान विधानसभेत महाविकास आघाडीचे ४६ आमदार आहेत. त्यांनी विरोधी पक्षनेतेपदाची मागणी केली असूनही सरकार वेळकाढूणा का करीत आहे ?

राज्य विधिमंडळाचे पावसाळी अधिवेशन स्थगित झाले. गेल्या वर्षी निवडून आलेल्या विधानसभेचे तिसरे अधिवेशन पार पडले. सत्ताधारी महायुतीकडे या विधानसभेत प्रचंड बहुमत आहे. २८८ सदस्यांच्या विधानसभेत महायुतीकडे २३५ पेक्षा जास्त संख्याबळ असूनही विधानसभेला विरोधी पक्षनेता का नाही? विरोधी पक्षनेता निवडीचे अधिकार विधानसभा अध्यक्षांना असले तरी सरकार आपली भूमिका का बजावत नाही? विधानसभेत विरोधी पक्ष कमकुवत आहे हे वास्तव आहे पण मोठे बहुमत असलेल्या सरकारला कशाची भीती वाटत आहे ?

लोकसभेत एकूण संख्याबळाच्या दहा टक्के विरोधी पक्षाकडे खासदार निवडून आले असतील तर त्या पक्षाला विरोधी पक्षनेतेपद दिले जाते असा संकेत आहे. मात्र महाराष्ट्र विधानसभेत असा संख्याबळाचा कोणताही संकेत नाही. एवढेच नव्हे तर राज्यात काँग्रेसचा मुख्यमंत्री असताना व विरोधी पक्षाकडे दहा टक्केही संख्याबळ नसताना सभागृहात विरोधी पक्षनेतेपदाला मान्यता देण्यात आल्याची अनेक उदाहरणे आहेत. मग भाजपा सत्तेवर असताना विधानसभेला विरोधी पक्षनेतेपद का दिले जात नाही? विधानसभेला विरोधी पक्षनेता नाही ही संसदीय लोकशाहीची शोकांतिका आहे.

संसदीय लोकशाहीच्या रथाची सत्ताधारी व विरोधी पक्ष ही दोन चाके आहेत असे म्हटले जाते. सरकारवर अंकुश ठेवण्यासाठी विरोधी पक्षनेता सभागृहात असणे आवश्यक आहे. जनतेच्या प्रश्नांवर बुलंद आवाज उठविण्यासाठी, जनतेच्या समस्या व भावभावना सरकारपर्यंत प्रभावीपणे पोचविण्यासाठी विरोधी पक्षनेता महत्त्वाचा असतो. संसदेत विरोधी पक्षनेता हा शॅडो प्राइम मिनिस्टर तर विधिमंडळात विरोधीनेता हा शॅडो चीफ मिनिस्टर म्हणून ओळखला जातो. पण महाराष्ट्र विधानसभेला विरोधी पक्षनेता नाही. विरोधी पक्षाला कमी लेखण्याचा हा प्रकार संसदीय लोकशाहीला मुळीच भूषणावह नाही.

महाराष्ट्र विधिमंडळाच्या अधिवेशनात जनतेच्या प्रश्नांवर काय चर्चा झाली, जनतेला या अधिवेशनाने काय दिले याचा शोध घेतला तर फार मोठी निराशा पदरी पडते. अधिवेशन संपत असताना विधानभवनात भाजपा व राष्ट्रवादी काँग्रेस (शरद पवार) यांच्या कार्यकर्त्यांमधे जी तुंबळ मारामारी व शिवीगाळ झाली, त्याने देशभर महाराष्ट्राची नाचक्री झाली, 'महाराष्ट्राचा बिहार झालाय', अशी भावना जनतेत व्यक्त झाली. कुठे नेऊन ठेवलाय महाराष्ट्र? असे प्रश्न विचारले गेले.

मुंबईतील आमदार निवासातील उपहारगृह कर्मचार्याला राग अनावर झालेल्या शिवसेना आमदारांने कर्मचेवर टांचले व अंगावर बनिथन अशा वखानिशी ठोसे लगावल्याचे आम जनतेने टीव्हीच्या पडद्यावर बघितले. दुसऱ्या एका सत्ताधारी आमदाराच्या बॅग नोटांची पुडकी दिसत असल्याचे व्हिडिओ व्हायरल झाले. आपल्या कार्यकर्त्याला पोलीस पकडून घेऊन जातात म्हणून रस्त्यावर पोलिसांच्या गाडीसमोर आडवे पडलेल्या आमदाराला

पोलीस फरफटत नेऊन बाजूला करतात, हेसुद्धा याच अधिवेशन काळात घडले. संभाजी ब्रिगेडच्या प्रदेशाध्यक्षांवर अक्कलकोट येथे शाईफेकीची घटना याच काळात घडली. या सर्व घटना सुन्न करणार्या आहेत.

जनतेने आपला आवाज उठविण्यासाठी निवडून दिलेले लोकप्रतिनिधी कोणती भाषा वापरतात, एकमेकांवर आरोप व परस्पराना धमक्या देतात याचाही अनुभव आला. स्वतः मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस उद्दिग्ग होऊन म्हणाले, 'ही विधानसभा आमदारांच्या किंवा मंत्र्यांच्या मालकीची नाही तर १४ कोटी जनतेच्या मालकीची आहे. आमदार सत्तेचा गैरवापर करतात अशी जनतेत भावना आहे. सद्दनात बसलेल्या प्रत्येकाची प्रतिमा खराब झाली आे.' संसदीय



कामकाज पद्धतीला शिस्त लावण्याची जबाबदारी सत्ताधारी आणि विरोधी अशा दोन्ही बाजूंवर आहे. सत्ताधारी पक्षाकडे मुख्यमंत्री व दोन उपमुख्यमंत्री आहेत. अख्खे मंत्रिमंडळ, प्रशासन व पोलीस यंत्रणा आहे. मग विरोधी पक्षाला नेता देण्यास सरकार का काचकुच करते? विरोधी बाकांवर उबाठा सेनेचे २०, राष्ट्रवादी काँग्रेस (शरद पवार)चे १० आणि काँग्रेसचे १६ आमदार आहेत. हे तीनही पक्ष निवडणूकपूर्व आघाडी करून लढले. महाआघाडीचे मिळून ४६ आमदार विधानसभेत असताना सरकार विरोधी पक्षनेतेपद का देत नाही ?

देशाला स्वातंत्र्य मिळाल्यानंतर १९५२ मधे राज्यात विधानसभा निवडणूक झाली.तेव्हा मुंबई प्रांताचे मुख्यमंत्री मोरारजी देसाई होते व शेकापचे तुळशीदास जाधव विरोधीनेते होते. १९५७ मधे द्विभाषिक मुंबई प्रांताच्या निवडणुकीनंतर समाजवादी पक्षाचे एम पण जोशी विरोधी पक्षनेते होते. १ मे १९६० रोजी मुंबईसह महाराष्ट्राची स्थापना झाल्यानंतर आर. डी. भंडारे विरोधीनेते झाले. १९६२ मधे काँग्रेसचे २६४ पैकी २१५ जागांवर आमदार निवडून आले. सर्वात मोठा विरोधी पक्ष असलेल्या शेकापचे केवळ १६ आमदार होते, तरीही तत्कालीन मुख्यमंत्री यशवंतराव चव्हाण यांनी कृष्णराव धुळूप यांना विरोधी पक्षनेतेपद दिले होते. धुळूप हे दहा वर्षे तीन मुख्यमंत्र्यांच्या काळात विरोधीनेते होते. विरोधी पक्षाचे संख्याबळ किती आहे याचा विचार तेव्हा कोणी केला नव्हता. विरोधी पक्षाला आदरसन्मान दिला जात होता.

विरोधी पक्षनेतेपद दिले जात नसल्याने संसदीय कार्यपद्धतीची गळचेपी होते, अशी तक्रार विरोधी पक्षाने देशाचे सरन्यायाधीश

एखाद्या विषयावरून पेच निर्माण झाला तर संवाद साधण्यासाठी विरोधी पक्षनेता हाच सेतू म्हणून महत्त्वाची भूमिका बजावू शकतो. सरकारचा निषेध करण्यासाठी यापूर्वी अनेकदा विधिमंडळाचे कामकाज विरोधी पक्षाने बंद पाडले आहे, सभागृहात गोंधळ घातला आहे, अध्यक्षसमोरील राजदंड पळविण्याच्या घटना घडल्या आहेत, सद्दनातही धक्काबुक्कीचे प्रसंग झाले आहेत, फॉर्वरड ब्लॉकचे जांबुवंतराव धोटे यांनी सभागृहात अध्यक्षशांच्या दिशेने पेपरवेट फेकून मारल्याची घटना घडली होती व त्यानंतर त्यांचे सदस्यत्व निलंबित केले होते, सपाचे आमदार आबू आजमी यांनी मराठी शपथ न घेता उर्दूतून घेतली म्हणून त्यांच्या अंगावर मनसेचे आमदार धावले होते. गेल्या ६५ वर्षांत सव्यातीनशेहून अधिक आमदारांना गैरवर्तनाबद्दल निलंबित करण्याची शिक्षा याच सभागृहाने दिली आहे. त्यातल्या अनेकांनी नंतर माफी मागितल्यामुळे त्यांची सजा कमी करण्यात आली.

आजच्या सभागृहात उद्भवराव पाटील, दि. बा. पाटील, गणपतराव देशमुख, रामभाऊ म्हाळगी, एस. एम. जोशी, श्रीपाद अमृत डगरे, आचार्य प्र. के. अत्रे, राम नाईक, राम कापसे, केशवराव धोंडो, मृणाल गोरे, दत्ता पाटील असे दिग्गज विरोधी बाकांवर नाहीत. मनोहर जोशी, नारायण राणे, रामदास कदम यांनीही प्रभावी विरोधी पक्षनेते म्हणून आपला ठसा उमटवला होता. स्वतः देवेंद्र फडणवीस यांनी विरोधी पक्षनेता म्हणून काम करताना ठाकरे सरकारला मोठे हादरे दिले होते. पण आज त्यांच्याच नेतृत्वाखालील महायुती सरकारला गदगद हलविणारा विरोधी पक्षनेता कोणी नाही.

हे खास तेल वापरलं तर आतड्याचे विकार राहतील दूर, पोट राहिल नेहमी हलकं! जाणून घ्या कुठलं आहे ते.

आतड्यांच्या आरोग्यासाठी तीन सर्वोत्तम औषधी वनस्पतीबाबत धर्म्मिलेश वर माहिती सांगताना हार्वर्ड-प्रशिक्षित गॅस्ट्रोएन्टेरोलॉजिस्ट डॉ. सौरभ सेठी यांनी अन्न शिजविण्यासाठी 'सर्वोत्तम तेलांची यादी दिली आहे. त्यांच्या मते, सर्वोत्तम पर्यायांपैकी एक म्हणजे एतजज किंवा एक्स्ट्रा-व्हर्जिन ऑलिव्ह ऑइल. त्यातील मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट्सच्या समृद्ध घटकांमुळे त्याला ते एक उत्कृष्ट तेल म्हणतात, जे कोलेस्ट्रॉलची पातळी सुधारून, हृदयरोगाचा धोका कमी करण्यास मदत करते. या तेलाचा स्मोक पॉइंट तुलनेने कमी असतो, ज्यामुळे ते हलक्या ते मध्यम आचेवर स्वयंपाक करण्यासाठी योग्य ठरते.

ही इंडियन एक्स्प्रेसला माहिती देताना दिल्लीतल सी. के. बिरला हॉस्पिटलच्या गॅस्ट्रोएन्टेरोलॉजी विभागाचे सल्लागार डॉ. विकास जिंदाल यांनी याबाबत सहमती दर्शविली आणि सांगितले, ही शिफारस वैज्ञानिक पुराव्यांद्वारे सिद्ध झाली आहे.

एक्स्ट्रा व्हर्जिन ऑलिव्ह ऑइलमध्ये मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट्सचे प्रमाण जास्त असते, विशेषतः ओलिक अॅसिड आणि त्यात पॉलीफेनॉल असतात. त्यातील वनस्पती-आधारित ऑटॉक्सिडेंट्स आतड्यांमधील दाह आणि ऑक्सिडेटिव्ह ताण कमी करण्यास मदत करतात. ही संयुगे आतड्यांच्या अस्तरांचे संरक्षण करतात, आतड्यांतील फायदेशीर जीवाणूंच्या वाढीस प्रोत्साहन देतात आणि त्यामुळे आतड्यांशी संबंधित दाहक रोगां सारख्या दीर्घकालीन पचनविकारांचा धोका कमी करतात, असे डॉ. जिंदाल म्हणाले.

याशिवाय डॉ. जिंदाल म्हणाले की, मेडिटेरियन डाएट सह अनेक अन्वेषणांमधून सातत्याने असे दिसून आले आहे, ऑलिव्ह ऑइलचे नियमित सेवन पचनासंबंधीचे आरोग्य



सुधारते, गट पेरमेबिलिटी कमी होते, ज्याला लिकी गट असेही म्हणतात आणि सूक्ष्मजीवांची विविधता वाढते. अॅव्होकॅडो तेलचा 'स्मोक पॉइंट उच्च' असतो, तळणे किंवा एअर फ्राय यांसारख्या उच्च उष्णतेच्या स्वयंपाक पद्धतींसाठी आदर्श ठरते. अॅव्होकॅडो तेल हे त्याच्यातील उच्च मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट्स घटक आणि उच्च स्मोक पॉइंटसह कच्च्या आणि शिजवलेल्या दोन्ही पदार्थांसाठी योग्य आहे, जे आतड्यांसाठी समान फायदे देते, असे डॉ. जिंदाल सांगतात.

ओमेगा-३ फॅटी अॅसिडचे उच्च प्रमाण असलेले जवस तेल हा एक चांगला पर्याय आहे. ओमेगा-३ मध्ये हृदय सशक्त करणारे आणि दाहक-विरोधी गुणधर्म असतात. जर तुम्ही मासे खात नसाल, तर हा एक उत्तम पर्याय आहे, असे त्यांनी सांगितले.

जवसाच्या तेलात वनस्पती-आधारित ओमेगा-३

फॅटी अॅसिड जास्त प्रमाणात असते, जे दाहकता कमी करण्यासाठी आणि आतड्यांची नियमितता सुधारण्यासाठी ओळखले जाते. त्याबाबत डॉ. जिंदाल सहमत असले तरी ते म्हणाले, ते तेल गरम करू नये आणि ते कच्चे सेवन करणे चांगले.

जेव्हा ही तेले सहज उपलब्ध नसतात, तेव्हा खोबरेल तेल आणि तूप हे दोन सर्वोत्तम पर्याय आहेत. कारण- त्याच सॅच्युरेटेड फॅट्स असूनही, ते आरोग्यासाठी फायदे देतात, ऑटॉक्सिडेंट्स देतात आणि तुम्हाला तूप ठेवतात. पण, मध्यम प्रमाणातच त्याचे सेवन करा, असे डॉ. सेठी म्हणाले.

संतृप्त फॅट्स जास्त असले तरी डॉ. जिंदाल यांनी सहमती दर्शवली, ते उच्च तापमानात अधिक स्थिर असतात आणि मध्यम प्रमाणात पचनास मदत करू शकतात, विशेषतः तूप, ज्यामध्ये ब्यूटायरेट असते, एक शॉर्ट-चेन फॅटी अॅसिड, जे आतड्यांच्या पेशींना पोषण देते.

घरात उंदरांनी थैमान घातला आहे? मग 'हे' घरगुती उपाय केल्यास उंदीर जातील कायमचे घराच्या बाहेर

प्रत्येक घराच्या आजूबाजूला, घरात, इतर सगळीकडे उंदीर नेहमीच फिरत असतात. काही लहान मुलं उंदीर पाहिल्यानंतर खूप जास्त घाबरतात. घरात आलेले उंदीर बाहेर घालण्यासाठी सतत काहीना काही केले जाते. कधी बाजारात उपलब्ध असलेल्या गोब्या आणून घरात लावलेल्या जातात तर काही लोक घरात उंदीर पडकण्यासाठी पिंपरा लावतात. मात्र तरीसुद्धा घरातील उंदीर बाहेर पडून जात नाही. घरात उंदीर आल्यानंतर आरोग्यासंबंधित आणि त्वचेसंबंधित समस्या उद्भवण्याची शक्यता असते. हे उंदीर आरोग्यासंबंधित विविध आजारांचे कारण बनतात. घरातील अन्नपदार्थ, कडधान्य, कपडे किंवा घरातील इतर सामानाची पूर्णपणे वाट लावून टाकतात. घरात आलेले उंदीर सगळीकडे अस्वच्छता निर्माण करतात.

घरात कायमचे उंदीरांचा त्रास सहन करणे अतिशय कठीण होऊन जाते. उंदीर चावल्यानंतर योग्य वेळी लक्ष न दिल्यास आरोग्याला हानी पोहचण्याची शक्यता असते. म्हणूनच आज आम्ही तुम्हाला घरात आलेले कायमचे बाहेर काढून टाकण्यासाठी कोणते घरगुती उपाय करावे, याबद्दल सविस्तर माहिती सांगणार आहोत. हे उपाय केल्यास घरात आलेले उंदीर बाहेर पडून जातील आणि घर स्वच्छ होईल. उंदीर बाहेर काढून टाकण्यासाठी प्रभावी उपाय: पुढिन्याची पाने: पुढिन्याच्या पानांचा वापर जेवणातील पदार्थांमध्ये केला जातो. याशिवाय आरोग्य आणि त्वचेच्या सर्व समस्यांपासून आराम मिळवण्यासाठी पुढिन्याची पाने वापरली जातात. याशिवाय घरात आलेले उंदीर बाहेर घालण्यासाठी तुम्ही पुढिन्याची पाने वापरू शकता. पुढिन्याच्या तेलाचा उग्र वास उंदरांना सहन होत नाही.

यासाठी कापसाचा छोटासा तुकडा घेऊन त्यावर पुढिन्याचे तेल टाकून घरातील उंदरांच्या वाटेवर ठेवून घ्या. यामुळे घरात उंदीर येणार नाही. याशिवाय तुम्ही हे तेल घराच्या कोपऱ्यांमध्ये, उंदरांच्या येण्याच्या



मार्गावर आणि पॅन्टीमध्ये ठेवू शकता.

कांदा आणि लसूण:

जेवणातील सर्वच पदार्थ बनवताना कांदा आणि लसूणाचा वापर केला जातो. कांदा लसूणाशिवाय पदार्थांची चव चांगली लागत नाही. घरात आलेले उंदीर घालण्यासाठी उंदीर फिरतात त्या ठिकाणी कांदा किंवा लसूण कापून ठेवून घ्या. तसेच कांदा आणि लसूणचे तयार केलेले पाणी घराच्या कोपऱ्यात, दरवाजाच्या मागे शिंपडून ठेवा. यामुळे घरात उंदीर येणार नाहीत.

लाल तिखट: स्प्रे बॉटलमध्ये लाल तिखट आणि पाणी मिक्स करून मिश्रण तयार करा. तयार केलेले मिश्रण उंदीर ज्या ठिकाणाहून आतमध्ये येतात किंवा बाहेर जातात, त्याठिकाणी मारून ठेवा. यामुळे उंदीर घरात येणार नाहीत. लाल मिरची पावडरच्या वासाने घरात उंदीर येत नाही. याशिवाय कॉफी पावडरचा सुगंध उंदरांना आवडत नाही. त्यामुळे घराच्या आजूबाजूला तुम्ही कॉफी पावडर टाकून ठेवू शकता.

६५ वर्षीय नागार्जुननं सांगितलं त्याच्या फिटनेसचं रहस्य; 'ही' एक सवय ठेवेल तुम्हाला आयुष्यभर निरोगी, आहारतज्ज्ञांनीही दिला पुरावा

सिनेमातील अभिनेता असो किंवा मालिकाविश्वातील एखादा हिरो त्यांच्या ड्रेसिंग स्टायल, त्यांच्याकडे कोणत्या गाड्या आहेत, ते कोणते डाएट प्लॅन फॉलो करतात याकडे आपल्या सगळ्यांचे लक्ष असते. तर आज आपण दाक्षिणात्य चित्रपटसृष्टीचा सुपरस्टार म्हणून ओळखला जाणाऱ्या ६५ वर्षीय अकिनेनी नागार्जुनने सांगितलेल्या एका आरोग्यदायी टिपबद्दल जाणून घेणार आहोत.

याबाबत अभिनेता अकिनेनी नागार्जुन यांनी, लोकांना वाटत असेल की, मी जेवण टाळतो. मी दररोज नियमितपणे जेवतो. एवढेच नाही, तर संध्याकाळी ७ वाजेपर्यंत मी जेवतो आणि या जेवणात सॅलड, भात, चिकन, मासे यांचासुद्धा समावेश असतो. ही एक आयुष्यभर निरोगी राहण्याची जीवनशैली आहे. मी नियमितपणे व्यायामसुद्धा करतो. ३५ वर्षांहून अधिक काळ नागार्जुन असाच दिनक्रम फॉलो करीत आहे. २०२४ मध्ये 'आरआरआर'चे संगीतकार एम. एम. किरावानी यांच्याशी बोलताना नागार्जुन यांनी दिनक्रम उलगडला होता.

सेलिब्रिटींची हटके सवय नाही; तर विज्ञानाचा ठोस पुरावा नागार्जुन यांच्या या सवयीवरून शरीरासाठी याचा काय फायदा होतो ते समजून घेण्यासाठी इंडियन एक्स्प्रेसने तज्ज्ञांशी चर्चा केली. ठाणे येथील किम्स हॉस्पिटलच्या मुख्य आहारतज्ज्ञ गुलनाज शेख म्हणाल्या की, तुम्ही काय खाता हे महत्त्वाचे असले तरी तुम्ही कधी खाता हेदेखील तितकेच महत्त्वाचे आहे. नागार्जुनने संध्याकाळी ७ वाजेपर्यंत जेवणाचा दिलेला सल्ला म्हणजे ती केवळ सेलिब्रिटींची हटके सवय नाही; तर त्याला ठोस विज्ञानाचा पुरावादेखील आहे.

लवकर जेवल्याने तुमच्या शरीराला झोपण्यापूर्वी जेवण पचवण्यासाठी पुरेसा वेळ मिळतो. जेव्हा तुम्ही उशिरा जेवता तेव्हा तुमच्या शरीराला अनेक कामे करावी लागतात, जसे की, एकीकडे शरीर विश्रांती घेण्याचा प्रयत्न करते; तर दुसरीकडे अन्न पचवावे लागते. त्यामुळे आम्लता, पोटफुगी, झोपेचा त्रास आणि कालांतराने वजन वाढणे यांसारख्या समस्या उद्भवू शकतात, असे आहारतज्ज्ञ गुलनाज शेख म्हणाल्या आहेत.

लवकर जेवल्याने तुमच्या शरीराचा मेटाबॉलिझम म्हणजे चयापचय (अन्न पचवण्याची आणि त्याचे ऊर्जेत रूपांतर करण्याची प्रक्रिया)



देखील वाढते. शरीराची इन्सुलिन संवेदनशीलता किंवा शरीर दिवसाच्या सुरुवातीला साखर चांगल्या प्रकारे वापरते. पण, उशिरा जेवल्यास ही साखर रक्तात जास्त वेळ राहते, ज्यामुळे डायबेटीस किंवा डायबेटीसची शक्यता असलेल्या लोकांना होऊ शकणारा संभाव्य धोका वाढतो.

पचनाच्या दृष्टीने संध्याकाळी ७ वाजेपर्यंत जेवल्याने शरीराला योग्यरीत्या कार्य करण्यास मदत होते. मग त्यामुळे शरीर व्यवस्थितपणे अन्न पचवू शकते. कारण- त्यानंतर शरीर हळूहळू विश्रांतीच्या स्थितीत जाण्यास सुरुवात करते. त्यामुळे तुम्हाला हलके वाटते, ऊर्जेची पातळी कायम राहते आणि दुसऱ्या दिवशी लक्ष केंद्रित करण्यास मदत होते.

संध्याकाळी लवकर जेवणे आपल्या नैसर्गिक सर्कॅडियनशी सुसंगत आहे. रात्री शरीर अन्न पचवण्यासाठी नसून, दुरुस्ती व विश्रांतीसाठी काम करते. म्हणूनच रात्री झोपण्याआधी लवकर जेवून शरीराला अन्न पचवायला थोडा वेळ दिला पाहिजे. तर, शरीराला त्याचे मूळ काम व्यवस्थित करता येईल. पण, याचा अर्थ असा होत नाही की, प्रत्येकाने ७ वाजताच जेवले पाहिजे. पण, झोपण्याच्या किमान दोन ते तीन तास आधी जेवणे ही एक चांगली सवय आहे, असे आहारतज्ज्ञ गुलनाज शेख म्हणाल्या आहेत.

चॉकलेट प्रेमींसाठी खास! घरीच सोप्या पद्धतीने बनवा थंडगार आणि गोडसर

चॉकलेट हा एक असा पदार्थ आहे जो सर्वांनाच खायला फार आवडतो. चॉकलेटपासून अनेक पदार्थ बनवले जातात पण यातील सर्वात खास आणि सर्वांच्या आवडीचा पदार्थ म्हणजे चॉकलेट आईस्क्रीम! आपण लहानपणापासून हा पदार्थ खात आलो आहोत. ही थंडगार स्वीटडिश लहानांपासून मोठ्यांपर्यंत सर्वांनाच खायला फार आवडते अशात आज आम्ही तुमच्यासाठी याची एक सोपी रेसिपी घेऊन आलो आहोत.

चॉकलेट प्रेमींना चॉकलेट आईस्क्रीम आवडत नाही असं होतच नाही! थंड, गोडसर आणि चॉकलेटी चव असलेलं हे आईस्क्रीम लहानांपासून मोठ्यांपर्यंत सगळ्यांच्या मनात घर करतं. बाजारातून आपण्यापेक्षा घरीच बनवलेलं चॉकलेट आईस्क्रीम अधिक आरोग्यदायी आणि चविष्ट असतं. कोणत्याही सण-समारंभात किंवा उन्हाळ्यातील खास वेळी ही रेसिपी नक्कीच जादू निर्माण करते.चला तर मग जाणून घेऊया यासाठी लागणारे साहित्य आणि कृती.

साहित्यः
फुल फॅट दूध - २ कप
साखर - १/२ कप
कोको पावडर - १/४ कप
कॉर्नफ्लोअर - २ टेबलस्पून
डार्क चॉकलेट - १०० ग्रॅम (चिरलेली)
व्हॅनिला इसेन्स - १ टीस्पून
फ्रेश क्रीम - १/२ कप



कृती: चॉकलेट आईस्क्रीम बनवण्यासाठी सर्वप्रथम एका पातेल्यात १.५ कप दूध गरम करत ठेवा. बाकीचे अर्धा कप दूध एका भांड्यात ठेवा.

उरलेल्या अर्धा कप दूधात कोको पावडर आणि कॉर्नफ्लोअर मिसळून गाठी राहणार नाहीत याची काळजी घेत मिक्स करा.

गरम होत असलेल्या दूधात हळूहळू हे कोको-कॉर्नफ्लोअरचं मिश्रण घालून सतत ढवळा.

त्यात साखर आणि चिरलेलं डार्क चॉकलेट घालून मिक्स करत राहा. मिश्रण घट्ट होईपर्यंत मध्यम आचेवर शिजवा.

गॅस बंद करून थोडं थंड झाल्यावर त्यात

व्हॅनिला इसेन्स आणि फ्रेश क्रीम घालून मिक्स करा.

हे मिश्रण पूर्ण थंड झाल्यावर डब्यात ओतून झाकण लावून फ्रीजरमध्ये ६-८ तास ठेवून घ्या.

अधिक क्रीमी टेक्सचरसाठी एकदा सेट झाल्यावर हे आईस्क्रीम बाहेर काढून ब्लेंड करा आणि पुन्हा फ्रीजरमध्ये ठेवा.

हवे असल्यास तुम्ही त्यात चॉकलेट चिप्स, ड्राय फ्रूट्स किंवा ओरोओ बिस्किट्सही मिसळू शकता.

चॉकलेटची स्ट्रॉंग चव देण्यासाठी डार्क कोको पावडर वापरू शकता.

समोसा-जलेबी विरुद्ध पिझ्झा-बर्गर! कोणत्या पदार्थांमध्ये आहेत जास्त फॅट आणि साखर? जाणून घ्या सविस्तर

पावसाळ्यासह इतर सर्वच ऋतूंमध्ये जिलेबी, भजी, गरमागरम सामोसे इत्यादी पदार्थ अतिशय आवडीने खाल्ले जातात. पावसाची मजा गरमागरम सामोसा किंवा भजी झाल्याशिवाय पूर्ण झाल्यासारखी वाटत नाही. मात्र मागील काही दिवसांपासून सोशल मीडियावर सामोसा आणि जिलेबीची मोठी चर्चा रंगली आहे. याशिवाय यामुळे अनेकांची मन दुखावली आहेत. भारतामध्ये लड्डुपणा मोठ्या वेगाने वाढत आहे. आरोग्य मंत्रालयाने एप्स नागपूरसह सर्व केंद्रीय संस्थांना 'तेल आणि साखर मंडळ' स्थापन करण्याचे आदेश दिले आहेत. ज्यामुळे सतत जिलेबी किंवा सामोसे खाल्ल्यामुळे शरीराचे नेमके किती नुकसान होईल, याची जाणीव लोकांना होईल. सरकारने घेतलेल्या या निर्णयामुळे सामोसे आणि जिलेबी खाणाऱ्यांच्या मनात अनेक प्रश्न निर्माण झाले आहेत. म्हणूनच आज आम्ही तुम्हाला सामोसे आणि जिलेबी बनवण्यासाठी किती वेळ लागतो? कोणत्या पदार्थांमध्ये जास्त फॅट आणि साखर असते? याबद्दल सविस्तर माहिती सांगणार आहोत.

भारत सरकारने जाहीर केलेल्या अहवालात सांगितले आहे की, सामोसे, जलेबी, पकोडे, वडा पाव आणि चहा बिस्किटे इत्यादी भारतासह जगभरात लोकप्रिय असलेले पदार्थ सिगारेटप्रमाणेच आरोग्यासाठी अतिशय घातक आहेत. तसेच सरकारकडून देण्यात

आलेल्या इश्यामध्ये हे पदार्थ बनवण्यासाठी कोणते घटक वापरले जातात? किती साखर, तेल आणि ट्रान्स फॅट, याविषयी सुद्धा माहिती दिली आहे.

सरकारने टोकाचे पाऊल का उचलेले? मागील वर्षभरात भारतात लड्डुपणा, मधुमेह, उच्च रक्तदाब आणि हृदयरोगाचा धोका झपाट्याने वाढू लागला आहे. लॅन्सेट जर्नलच्या अंदाजानुसार, २०५० पर्यंत ४४ कोटी भारतीयाना लड्डुपणाच्या समस्यांचा सामना करावा लागू शकतो. लड्डुपणाची समस्या वाढू लागल्यामुळे अनेकांच्या जीवाला धोका निर्माण होण्याची शक्यता असते.

सरकारने स्पष्ट केल्यानुसार, सामोसा, जलेबी, भजी, लाडू हे पारंपरिक भारतीय पदार्थ आहेत. त्यामुळे या पदार्थांवर कोणतीही बंदी घातली जाणार नाही. पण ग्राहकांना तुम्ही ज्या पदार्थांचे सेवन करता, ते किती निरोगी आहे आणि किती अस्वास्थ्यकर आहे इत्यादी सर्व बाबी माहित असणे आवश्यक आहे. सरकारने घेतलेल्या या निर्णयामुळे सर्वच लोक निरोगी अन्नपदार्थांकडे वळतील. त्यामुळे लोकांचा दृष्टिकोन बदलेल.

सामोसा आणि जलेबीवर करण्यात आलेल्या टीकेनंतर, पिझ्झा आणि बर्गर देखील खूप ट्रेंडिंगमध्ये



आहे. बरेच लोक म्हणतात की जर सामोसा आणि जलेबी आरोग्यासाठी धोकादायक आहेत, तर पिझ्झा आणि बर्गर किती आरोग्यदायी आहेत? सरकारच्या या पावलांनंतर बाजारात सामोसा-जलेबी विरुद्ध पिझ्झा-बर्गर यांच्यात युद्ध सुरू झाले आहे. त्यामुळे आज आम्ही तुम्हाला कोणते पदार्थ आरोग्यासाठी चांगले आहेत, याबद्दल सांगणार आहोत.

सामोसा: १०० ग्रॅम किंवा एका सामोशामध्ये २६१ कॅलरीज असतात. एकूण चरबी - १७ ग्रॅम सॅच्युरेटेड फॅट - ७.१ ग्रॅम ट्रान्स फॅट - ०.६ ग्रॅम पॉलीअनसॅच्युरेटेड फॅट - ४.८ ग्रॅम मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट - ४.२ ग्रॅम

जलेबी: १०० ग्रॅम किंवा २ जिलेबीमध्ये ३०० कॅलरीज असतात. एकूण चरबी - ७ ग्रॅम सॅच्युरेटेड फॅट - ४.२ ग्रॅम ट्रान्स फॅट - ० पॉलीअनसॅच्युरेटेड फॅट - ०.४ ग्रॅम मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट - २ ग्रॅम कोलेस्टेरॉल - १७ मिग्रॅ पिझ्झा: १०० ग्रॅम किंवा पिझ्झाच्या १ स्लाईसमध्ये २८५ कॅलरीज असतात. एकूण चरबी - १० ग्रॅम सॅच्युरेटेड फॅट - ४.८ ग्रॅम ट्रान्स फॅट - ०.३ ग्रॅम पॉलीअनसॅच्युरेटेड फॅट - १.८ ग्रॅम मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट - २.८ ग्रॅम कोलेस्टेरॉल - १८ मिग्रॅ बर्गर: एका बर्गरमध्ये म्हणजेच १०० ग्रॅममध्ये २२६ कॅलरीज असतात. एकूण चरबी - १२ ग्रॅम सॅच्युरेटेड फॅट - ४ ग्रॅम पॉलीअनसॅच्युरेटेड फॅट - ३.१ ग्रॅम मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट - ४.७ ग्रॅम कोलेस्टेरॉल - ३३ मिग्रॅ सोडियम - ३४२ मिग्रॅ

पिकलेलं केळ खायला आवडत नाही? मग १० मिनिटांमध्ये झटपट बनवा केळीचे खमंग आप्पे, नोट करा रेसिपी

रोजच्या आहारात नियमित फळांचे सेवन करणे आवश्यक आहे. सकाळच्या नाश्यात किंवा इतर वेळी भूक लागल्यानंतर फळांचे सेवन केल्यास शरीराला अनेक फायदे होतात. बऱ्याचदा घरात केळी आणून ठेवली जातात. केळी खाल्यामुळे शरीराची पचनक्रिया सुधारते. तसेच काहीना दूधात केळी टाकून खायला खूप जास्त आवडतात. पण पिकलेली केळी खाल्ली जात नाही. पिकलेल्या केळ्यांची चव खूप जास्त गोड लागते. त्यामुळे लहान मुलांपासून अगदी मोठ्यांपर्यंत सगळेच पिकलेली केळी खाण्यास नकार देतात. म्हणूनच आज आम्ही तुम्हाला पिकलेल्या केळीपासून चाविष्ट आप्पे बनवण्याची सोपी रेसिपी सांगणार आहोत. नेहमीच तिखट आप्पे खाऊन कंटाळा आल्यानंतर तुम्ही खमंग गोड आप्पे बनवू शकता. चला तर जाणून घेऊया केळीची आप्पे बनवण्याची सोपी रेसिपी.

साहित्य: केळी गूळ रवा वेलची पावडर तूप पाणी काजू बदाम बकिंग सोडा

कृती: केळीची आप्पे बनवण्यासाठी सर्वप्रथम, पिकलेलं केळ मोठ्या भांड्यात घेऊन व्यवस्थित मॅश करा. त्यानंतर त्यात वाटीभर रवा घालून मिक्स करा.त्यानंतर त्यात मैदा, किसलेलं गूळ आणि वेलची पावडर घालून व्यवस्थित मिक्स करा. नंतर त्यात बारीक तुकडे करून घेतलेले काजू, बदाम घालून मिक्स करा.सर्व साहित्य व्यवस्थित मिक्स करून घ्या. त्यानंतर त्यात आवश्यकतेनुसार पाणी घालून मिक्स करा. तयार केलेले मिश्रण काहीवेळ बाजूला झाकून ठेवा.

आप्पे बनवण्यासाठी आप्पे पात्र गरम करण्यासाठी ठेवा. तयार करून घेतलेल्या पिठात बकिंग सोडा घालून मिक्स करा. ज्यामुळे पीठ व्यवस्थित फुलेल.

आप्पे पात्र गरम झाल्यानंतर त्यात तूप टाकून वरून तयार केलेले पीठ टाकून दोन्ही बाजूने आप्पे व्यवस्थित भाजून घ्या. तयार आहे सोप्या पद्धतीमध्ये बनवलेले केळीची आप्पे. हा पदार्थ घरातील सगळ्यांचे खूप जास्त आवडेल.

सार्वजनिक बांधकाम उपविभाग, कार्यालयासमोर तीन शेतकऱ्यांचे आमरण उपोषण संबंधित कर्मचारी यांनी उपोषणकर्त्यांना कारवाई करण्याची दिली धमकी

दिनांक २२ जुलै २०२५ रोजी सकाळी १०-३० वाजण्याच्या सुमारास सार्वजनिक बांधकाम उपविभाग केज या कार्यालयाच्या प्रांगणात प्रशासन आमच्या मागणीची दखल घेत नसल्यामुळे आम्ही आमरण उपोषणास बसण्यासाठी आलो असता आम्हाला संबंधित कार्यालयाच्या अधिकारी व कर्मचारी म्हणले की, तुम्ही या ठिकाणी उपोषणाला बसू नका तुम्ही जर या ठिकाणी उपोषणाला बसला तर आम्ही तुमच्यावर ३५३ चा गुन्हा दाखल करू अशा स्वरूपाची धमकी दिली. त्यानंतर आम्ही केज पोलीस ठाणे येथे गेलो आणि झालेला प्रकार हा आम्ही पोलिसांना सांगितला त्यानंतर पोलीस कर्मचारी उपोषण स्थळी आले व संबंधित कार्यालयाच्या अधिकारी व कर्मचारी यांना सांगितले की, संबंधित शेतकऱ्यांना या ठिकाणी उपोषणाला बसू द्या त्यानंतर आम्हाला आंदोलनास बसता आले.

अमर गायकवाड

आमच्या प्रतिनिधींनी सार्वजनिक बांधकाम उपविभागाचे उपअभियंता मळेकर साहेब यांच्या मो.नं.९८२३०९३०७८ या दूरध्वनी क्रमांकावर संपर्क साधण्याचा प्रयत्न केला असता त्यांचा सदर दूरध्वनी क्रमांक हा संपर्क क्षेत्राच्या बाहेर असल्याचे सांगत होते.

सार्वजनिक बांधकाम उपविभागाचे कनिष्ठ अभियंता सचिन कांबळे यांच्या मो. नं.९७६६९४४२७० या दूरध्वनी क्रमांकावर आमच्या प्रतिनिधींनी संपर्क केला असता कनिष्ठ अभियंता सचिन कांबळे यांनी आमच्या प्रतिनिधींचा फोन घेतला नाही त्यामुळे त्यांचा संपर्क होऊ शकला नाही.



आहे. आमची सदर रस्त्याच्या दुतर्फा जवळपास ८० फूट जमीन जाणार आहे. आपल्या देशामध्ये सध्या जमीन अधिग्रहणासाठी भूमी संपादन, पुनर्वसन करताना उचित भरपाई मिळण्याचा आणि पारदर्शकतेचा हक्क अधिनियम २०१३ अस्तित्वात आहे. या कायद्याला धाब्यावर बसून बेकायदेशीर प्रमाणे आमच्या जमिनीवर रुंदीकरण करून आमच्या जमिनी बळकावत आहेत. वरील विषयी आपल्या कार्यालयास आम्ही वारंवार अर्ज

केज/प्रतिनिधी केज येथील सार्वजनिक बांधकाम उपविभागीय कार्यालयासमोर तीन शेतकऱ्यांचे आमरण उपोषण चालू असून सदर कार्यालयासमोर शेतकरी आमरण उपोषणास बसले असता संबंधित कार्यालयाच्या कर्मचारी यांनी उपोषणकर्त्यांना कारवाई करण्याची धमकी दिली आहे असा आरोप माध्यमांशी बोलताना उपोषणकर्ते अमर गायकवाड यांनी केला आहे. याबाबतची सविस्तर माहिती अशी की, केज तालुक्यातील सुकळी ते गोटेगाव येथील बेकायदेशीर रस्त्याचे अधिग्रहण न करताच रुंदीकरण हे सार्वजनिक बांधकाम उपविभाग केज हे करत आहेत म्हणून अमर गायकवाड रा.सुकळी, शाहू गायकवाड रा.सुकळी, अजित रांजणकर रा. युसुफ वडगाव हे शेतकरी दिनांक २२ जुलै २०२५ रोजी पासून आमरण उपोषणास बसले आहेत. वरील तीनही शेतकरी सदर कार्यालयाच्या परिसरात आमरण उपोषणास बसण्याकरिता

आले असता संबंधित कार्यालयाच्या अधिकारी व कर्मचारी यांनी शेतकऱ्यांना कार्यालयाच्या परिसरात उपोषणास बसण्यापासून रोखले जर कार्यालयाच्या परिसरात तुम्ही आमरण उपोषणास बसला तर तुमच्या विरुद्ध ३५३ चा गुन्हा दाखल करू अशी धमकी दिली आहे असा आरोप माध्यमांशी बोलताना अमर गायकवाड यांनी केला आहे. संबंधित कार्यालयाच्या अधिकारी व कर्मचारी यांनी शेतकऱ्यांना आमरण उपोषणास बसण्यासाठी रोखले असता संबंधित शेतकरी यांनी केज पोलीस ठाणे येथे जाऊन पोलीस कर्मचाऱ्यांशी संपर्क साधला असता पोलीस कर्मचाऱ्यांनी तात्काळ संबंधित कार्यालयाचे अधिकारी यांना सांगून सदर कार्यालयाच्या परिसरात शेतकऱ्यांना आमरण उपोषणास बसण्यासाठी केज पोलीस यांनी मदत केली आहे असे माध्यमांशी बोलताना शेतकऱ्यांनी सांगितले. दिनांक १५ जुलै २०२५ रोजी त्या उप अभियंता सार्वजनिक बांधकाम

उपविभाग केज

जिल्हा अधिकारी बीड, पोलीस अधीक्षक बीड, उपविभागीय दंडाधिकारी आंबेजोगाई, कार्यकारी अभियंता सार्वजनिक बांधकाम विभाग आंबेजोगाई, तहसीलदार केज, पोलीस निरीक्षक पोलीस ठाणे केज, पोलीस निरीक्षक पोलीस ठाणे युसुफ वडगाव यांना लेखी निवेदन वरील नमूद शेतकऱ्यांनी दिले होते. लेखी दिलेल्या निवेदनात शेतकऱ्यांनी म्हटले की, केज तालुक्यातील सुकळी ते गोटेगाव येथील बेकायदेशीर वीस फूट रस्त्याच्या मावेजासाठी मा. उच्च न्यायालय खंडपीठ संभाजी नगर येथे सुनावणी सुरू आहे. तरी या प्रकरणाचा निकाल लागण्याआधीच १०० फूट रस्त्याचे बेकायदेशीर मावेजा न देताच रुंदीकरण करण्यात येत आहे. यासाठी आपण आमच्या जमिनीतील झाडांची कत्तल करणे व आमच्या जमिनी अधिग्रहण न करता बळकावण्याचा प्रयत्न सुरू

व निवेदन देऊन रस्ता रोको केलेले आहेत. तरी आपल्याकडून वरील विषयी कोणतीच कायदेशीर कारवाई होताना दिसत नाही. आपल्या कार्यालयास दिनांक ३ जुलै २०२५ रोजी अर्ज देऊन सुकळी गावठाण मधून जाणारा सार्वजनिक बांधकाम उपविभाग, केज यांच्या ताब्यात असलेल्या रस्त्याच्या दोन्ही बाजूस असलेले अतिक्रमण काढून त्या स्वतःच्या जागेतून रस्ता करावा. सदर जमिनीचा मावेजा न देताच रस्त्याचे रुंदीकरण होत आहे म्हणून आम्ही दिनांक २२ जुलै २०२५ रोजी सार्वजनिक बांधकाम उपविभागीय येथे बेमुदत आमरण उपोषणास बसत आहोत यामध्ये काही अनुसूचित प्रकार घडल्या सर्व जबाबदारी आपले कार्यालय व जिल्हा प्रशासन बीड यांची राहिल असे अमर गायकवाड, शाहू गायकवाड, अजित रांजणकर यांनी दिलेल्या निवेदनात म्हटले होते.

जवळबन येथे ग्रामविकास

समितीतर्फे गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार

केज/प्रतिनिधी केज तालुक्यातील जवळबन येथील ग्रामविकास समिती संस्थेतर्फे गावातील ६६ गुणवंत विद्यार्थ्यांचा शैक्षणिक उपयोगी साहित्य देऊन गुणगौरव करण्यात आला. गावातील ज्या विद्यार्थ्यांनी डॉक्टर, इंजिनियर तसेच शासकीय सेवांमध्ये नियुक्ती झाले आहेत अशा विद्यार्थ्यांचा शाल श्रीफळ व पुष्पगुच्छ देऊन सत्कार करण्यात आला. गावातील काही विद्यार्थी परदेशात शिक्षण घेत आहेत. त्यापैकी इटली येथे पीएच डी प्राप्त डॉ.सुधीर भाकरे तसेच फिजिओथेरपी पदवी प्राप्त डॉक्टर कुलकर्णी यांचा सत्कार मान्यवरांच्या हस्ते करण्यात आला. या कार्यक्रमाचे अध्यक्ष सरपंच पती प्रमोद करपे, प्रमुख उपस्थिती सामाजिक कार्यकर्ते हनुमंत भोसले, प्रा.बळवंते, जगदीश करपे संस्थेचे कार्यवाह श्री कुलकर्णी उपस्थित होते.



तसेच शैक्षणिक प्रगतीसाठी गेल्या १८ वर्षांपासून संस्थेतर्फे गुणवंतांचा सत्कार सोहळा या कार्यक्रमाचे आयोजन केले जाते.या

जि. प.शाळेचे मुख्याध्यापक, माऊली विद्यालयाचे मुख्याध्यापक, सेवा सोसायटीचे चेअरमन नितीन भाकरे इत्यादी मान्यवर उपस्थित होते मुलांकडून अवाजवी गुणवत्तेची अपेक्षा न ठेवता मुलांना त्यांच्या आवडीनुसार शिक्षण घेऊ द्यावे असे मत कार्यक्रमाचे प्रमुख अतिथी हनुमंत भोसले यांनी व्यक्त केले विद्यार्थी मार्कवंत होण्यापेक्षा गुणवंत व्हावा असे मत प्रा. बळवंते यांनी आपल्या मनोगतातून व्यक्त केले. मुलांमध्ये शिक्षणाविषयी आवड निर्माण होण्यासाठी

कार्यक्रमाच्या निमित्ताने प्रास्ताविकातून प्रताप भाकरे यांनी संस्थेच्या सामाजिक आणि शैक्षणिक कार्याचा इतिहास सांगितला. दोन्ही शाळेतील शैक्षणिक कामकाजाबाबत ग्रामस्थांच्या वतीने समाधान व्यक्त करण्यात आले. कार्यक्रमाचे आभार डॉ.तानाजी जाधव यांनी केले. कार्यक्रमास नागरिक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

जाती धर्माच्या भिंती तोडण्यासाठी

'अंनिस' चे महत्वाचे पाऊल!

- महाराष्ट्रातील पहिले आंतरजातीय आंतरधर्मीय वधू वर सूचक केंद्र सुरू

सध्या राज्यात आणि देशभरात जाती जाती आणि धर्मा धर्माच्या मध्ये मोठ्या प्रमाणात विद्वेष निर्माण केला जात आहे. त्यामुळे जाती आणि धर्माच्या पलीकडे जाऊन जोडीदार निवडण्याची इच्छा असलेल्या लोकांच्यासाठी असे जोडीदार शोधणे अत्यंत अवघड झाले आहे. या पार्श्वभूमीवर जाती जातीमधल्या भिंती तोडण्यासाठी कृती कार्यक्रम म्हणून महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीच्या वतीने राज्यस्तरीय आंतरजातीय आंतरधर्मीय वधू वर सूचक केंद्र सुरू केले आहे. या केंद्रामध्ये आंतरजातीय आंतरधर्मीय विवाह स्वच्छेने करणाऱ्या वधू वरानी आणि पालकांनी आपली नाव नोंदणी करावी असे आवाहन या केंद्राचे राज्य समन्वयक शंकर कणसे आणि डॉ. ज्ञानदेव सरवदे यांनी केले आहे. डॉ.नरेंद्र दाभोलकर हे 'जात ही एक मोठी अंधश्रद्धा आहे' असे म्हणत असत. तसेच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर ही 'आंतरजातीय विवाह मोठ्या प्रमाणात झाले तर जाती निर्मूलन लवकर होईल' असे मानत. त्यानुसार गेली अनेक वर्षे अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती आंतरजातीय, आंतरधर्मीय विवाह लावते. आजअखेर असे शक्य झाले अंनिस मार्फत राज्यभर लावण्यात आले आहेत. अशा विवाह करणाऱ्या मुला मुलींना महाराष्ट्रातील पहिले सुरक्षित निवारा केंद्र, रहिमपूर (सेफ हाऊस) सातारा येथे चालू केले आहे. आंतरजातीय आंतरधर्मीय विवाहांना पाठबळ देण्यासाठी राज्य आणि केंद्र सरकार ही विविध योजना राबवते. अंनिसच्या या केंद्रामध्ये वधू-वरानी किंवा पालकांनी नोंदणी केल्यानंतर त्यांना सुयोग्य स्थळ सुचवले जाते. वधू-वराने



अधिक माहितीसाठी संपर्क -
शंकर कणसे, राज्य समन्वयक +91 99223 55435
डा. ज्ञानदेव सरवदे, +91 95271 72475
फोन करवाणी क्र. - सारंगळी 600 ते 900

आपली माहिती पाठवल्यानंतर त्यांनी जोडीदाराची निवड विचारपूर्वक केली आहे ना याची पडताळणी केली जाते. सत्यशोधकी तसेच विशेष विवाह नोंदणी कायदा याच्या अंतर्गत विवाह करावा असा सल्ला दिला जातो. नाव नोंदणीची सेवा ही विनामूल्य दिली जाते. आज समाजामध्ये प्रत्येक जातीची वेगवेगळी वधू वर सूचक केंद्र आहेत, परंतु जात धर्म न मानणाऱ्या पालकांना किंवा वधू-वराना जर आंतरजातीय आंतरधर्मीय विवाह स्वच्छेने करायचा असेल तर त्यांना असे केंद्र कुठेही नाही. त्यामुळे महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीने ही सोय महाराष्ट्रात पहिल्यांदाच उपलब्ध करून दिली आहे. आंतरजातीय, आंतरधर्मीय तसेच विधवा-विधु विवाह करू इच्छिणाऱ्यांनी आपली माहिती या केंद्राचे समन्वयक शंकर कणसे (मु. पो. पिंपरी, ता. कोरेगाव, जि. सातारा संपर्क ९९२२३ ५५४३५) आणि डॉ.ज्ञानदेव सरवदे, बारामती (संपर्क ९५२७७२९४७५) यांना पाठवावी किंवा आपल्या गावातील अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीच्या कार्यकर्त्यांशी संपर्क साधावा असे आवाहन महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीचे राज्य कार्यकारी सदस्य डॉ. हमीद दाभोलकर, राहुल थोरात, दिन्दिनी जाधव, प्रा. प्रवीण देशमुख, मिलिंद देशमुख, सम्राट हटकर, रामभाऊ डोंगरे, मुक्ता दाभोलकर, डॉ.अशोक कदम, राजीव देशपांडे, प्रकाश घादगिणे, मुंजाजी कांबळे, विनोद वायंगणकर, फारूख गवडी, अण्णा कडलासकर, कमलाकर जमदंडे यांनी केले आहे.

भारतीय बौद्ध महासभा केज शहर शाखा अध्यक्षपदी जयपाल मस्के यांची निवड

केज/प्रतिनिधी भारतीय बौद्ध महासभा केज शहर शाखा अध्यक्षपदी आयु. जयपाल मस्के यांच्या निवडीसह केज शहर शाखेच्या पदाधिकाऱ्यांची निवड जिल्हा कार्यकारिणीच्या मार्गदर्शनाखाली संपन्न झाली आहे. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर स्थापित भारतीय बौद्ध महासभेच्या माध्यमातून धम्म प्रसाराचे अविरत कार्य पूर्ण भारतात सुनियोजित पद्धतीने सुरू आहे. संस्थेच्या कार्य प्रणालीनुसार दर दोन वर्षांनी शहर कार्यकारिणीची निवड होत असते

भारतीय बौद्ध महासभा जिल्हा शाखा बीड पूर्व अंतर्गत भारतीय बौद्ध महासभा शहर शाखा केजचा कार्यकाळ संपलेला होता. कार्यकाळ संपलेल्या केज शहर शाखा कार्यकारिणी निवडी बाबत महाराष्ट्र राज्य शाखेच्या आदेशान्वये व संस्थेच्या नियमानुसार नवीन शहर कार्यकारिणी निवड करण्यासाठी केज शहरातील वेळून बुद्ध विहार भीमनगर येथे जिल्हाध्यक्ष ड. बी. बी. धन्वे यांच्या अध्यक्षतेखाली बैठकीचे आयोजन करण्यात आले होते. सर्वप्रथम उपस्थित मान्यवरांच्या हस्ते तथागत



भगवान गौतम बुद्ध, महामानव डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या प्रतिमेला पुष्पहार अर्पण करून वंदन करण्यात आले. त्रिशरण पंचशील घेण्यात आले. मान्यवरांच्या स्वागतानंतर शहर शाखेचा मागील दोन वर्षांचा जमा खात व कार्य अहवाल आयु. डॉ. प्रभाकर ठोके यांनी वाचून दाखवला. उपस्थित जिल्हा पदाधिकाऱ्यांनी यावर समाधान व्यक्त केले व सर्व शहर कार्यकारिणीचे कौतुक केले. यानंतर जिल्हाध्यक्ष आयु. बी.बी. धन्वे यांनी जुनी कार्यकारिणी बरखास्त करून नवीन पदाधिकाऱ्यांची निवड केली यामध्ये मागील शाखेमध्ये कार्यरत

असणारे सरचिटणीस आयु. जयपाल मस्के यांचा कामाचा अनुभव लक्षात घेऊन यांना नव्याने शहराचे अध्यक्ष पद देण्यात आले तर सरचिटणीस शिवकुमार मस्के, कोषाध्यक्षपदी चंद्रकांत मस्के व संस्कार उपाध्यक्षपदी महेंद्र मस्के यांची निवड करण्यात आली. सदरील बैठकीस जिल्हाध्यक्ष आयु. बी. बी. धन्वे, कोषाध्यक्ष आयु. प्रा. एस. बी. शिंदे, संस्कार उपाध्यक्ष आयु. एस. बी. मोरे, पर्यटन उपाध्यक्ष आयु. एस. एस. सोनवणे, हिशोब तपासणीस आयु. एम. वाय. काळे, पर्यटन सचिव आयु. के. व्ही. साळवे, संस्कार सचिव आयु. शामराव वाघमारे, आयु. अरुण पटेकर, उपस्थित होते. तसेच तालुका शाखेचे तालुकाध्यक्ष आयु. बालासाहेब जोगदंड, सरचिटणीस आयु. रंजित घाडगे, कोषाध्यक्ष आयु. बळीराम सोनवणे महिला शहर शाखेच्या शहराध्यक्ष आयु. सुनीता कांबळे व इतर बौद्ध उपासक उपासिका, बालक-बालिका यांची उपस्थिती होती. या निवडीसाठी नव नियुक्त पदाधिकाऱ्यांचे सर्व स्तरातून अभिनंदन होत आहे.

केज येथे कला क्रीडा विश्व समितीच्या वतीने मोहम्मद रफी गीत गायन स्पर्धेचे आयोजन

केज/प्रतिनिधी दिनांक ३१ जुलै रोजी केज येथे राष्ट्रीय पुरोगामी पत्रकार संघ संलग्न कला क्रीडा विश्व समितीच्या वतीने भव्य आणि दिव्य मोहम्मद रफी गीत गायन स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आलेले आहे अनेक वर्षांनंतर केज येथे स्पर्धा आयोजित करण्यात आलेले आहेत केज शहरातील सांस्कृतिक चळवळ ही बऱ्याच वर्षांपासून बंद पडलेली होती परंतु कला क्रीडा विश्व समितीच्या वतीने संगीत क्षेत्राचा वारसा पुढे चालवण्याचा काम करत आहे या कार्याला केज शहरातून नव्हे तर मराठवाड्यातून चांगला प्रतिसाद मिळत आहे व कला क्रीडा विश्व समितीच्या सर्व पदाधिकाऱ्यांचे केज शहरातील नागरिकांतून कौतुक ही होत आहे ही स्पर्धा दुपारी २ वाजता मुकाई फंक्शन हॉल येथे होणार आहेत तेव्हा या स्पर्धेसाठी जास्तीत जास्त स्पर्धकांनी भाग घ्यावा असे आवाहन राष्ट्रीय पुरोगामी पत्रकार संघ संलग्न कला क्रीडा विश्व समिती केज च्या वतीने करण्यात येत आहे या स्पर्धेसाठी संगीत क्षेत्रातील तज्ञ असे परीक्षक नेमले गेलेले आहेत परीक्षकांचा जो निर्णय असेल तो अंतिम निर्णय



राहील या स्पर्धेमध्ये स्त्री आणि पुरुष असे दोन गट केलेले आहेत यामध्ये पुरुष गटा साठी मोहम्मद रफी यांचे गीत स्पर्धेमध्ये स्वीकारले जातील तर महिलांमध्ये खुल्या स्पर्धा होतील यामध्ये लता मंगेशकर आशा भोसले किंवा इतर कुठल्याही गायिकेचे गाणे या स्पर्धेमध्ये गाऊ शकतात प्रथम द्वितीय तृतीय आणि उत्तेजनार्थ असे स्पर्धक निवडले जातील यामध्ये पुरुष आणि महिला यांच्याकरिता समान बक्षीस ठेवले आहेत प्रथम रत्न रत्न बक्षीस ५००१, द्वितीय ३००१, तृतीय २००१ व उत्तेजनार्थ १००१ सन्मानचिन्ह व प्रमाणपत्र देऊन सन्मानित करण्यात येणार आहे संपर्क करिता ९८६०४४४७९८, ८६९८५६६९४, या नंबर वरती संपर्क करावा व जास्तीत जास्त स्पर्धकांनी भाग घ्यावा असे आवाहन आयोजकांच्या वतीने करण्यात आले आहे.