R.No.MAHMAR/25/A3029

दैनिक महावृत्त

E-Mail:dainikmhavratt@gmail.com

संपादक-अशोक हनवते.मो-9421094991,7264079990

लातूर वर्ष ५ वे अंक १०४ शनिवार दि.०१ नोव्हेंबर २०२५ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रू.

भटक्या कुत्र्यांचा मुद्दा पुन्हा आला चर्चेत.! सुप्रीम कोर्टाने चांगलेच ठणकावले

भटक्या कुत्र्यांच्या समस्येवर काय उपाययोजना केल्या याची माहिती देण्यास टाळाटाळ केल्याबद्दल सर्वोच्च न्यायालयाने आज राज्य सरकारे आणि केंद्र शासित प्रदेशांना चांगलेच फटकारले. तसेच ३ नोव्हेंबर रोजी होणाऱ्या सुनावणीदरम्यान प्रत्यक्ष हजर राहण्यापासून सूट देण्यास नकार देत सर्व राज्यांच्या मुख्य सचिवांनी व्यक्तिशः उपस्थित राहिलेच पाहिजे, असे न्यायालयाने ठणकावून सांगितले. या याचिकेवर न्या. विक्रम नाथ आणि न्या.संदीप मेहता यांच्या खंडपीठासमोर सुनावणी सुरू आहे. सर्वोच्च न्यायालयाने पश्चिम बंगाल आणि तेलंगणा वगळता सर्व राज्ये आणि केंद्रशासित प्रदेशांच्या मुख्य सचिवांना ३ नोव्हेंबर रोजी न्यायालयासमोर हजर राहण्याचे निर्देश दिले होते आणि न्यायालयाच्या २२ ऑगस्टच्या आदेशानंतरही अनुपालन शपथपत्रे का दाखल केली गेली नाहीत हे स्पष्ट केले होते. खंडपीठाने नमूद केले की, हे खूप दुर्दैवी आहे की येथे न्यायालय अशा समस्या सोडवण्याचा प्रयत्न करण्यात वेळ वाया घालवत आहे. ज्या गेल्या काही वर्षांपासून महापालिकांनी, राज्य सरकारांनी सोडवायला हव्या होत्या. मुख्य सचिवांना न्यायालयात प्रत्यक्ष यावे लागेल. मुख्य सचिवांना न्यायालयात हजर राहून राज्ये आणि केंद्रशासित प्रदेशांनी अनुपालन शपथपत्रे का दाखल केली नाहीत, हे स्पष्ट करावे लागेल. देशात सर्वच राज्यांमध्ये आणि केंद्रशासित प्रदेशांमध्ये भटक्या कुत्र्यांकडून माणसांवर आणि विशेषतः लहान मुलांवर होणाऱ्या हल्ल्याच्या घटनांमध्ये वाढ झाली आहे. याची स्वतःहून दखल घेत न्यायालयाने याचिका दाखल केली आहे. तुम्ही न्यायालयाच्या आदेशाचा अवमान करत आहात,अशा शब्दांत खंडपीठाने खडेबोल सुनावले. मात्र, अनेक राज्यांनी अद्याप न्यायालयात शपथपत्रावर ही माहिती दिलेली नाही. त्यामुळे संतप्त होत न्यायालयाने ३ नोव्हेंबर रोजी होणाऱ्या सुनावणीदरम्यान सर्व राज्यांच्या मुख्य सचिवांनी व्यक्तिशः उपस्थित राहिलेच पाहिजे,असे ठणकावून सांगितले.

शहरात पोलिस उपविभाग केज यांच्या वतीने लोहपुरुष सरदार वल्लभाई पटेल यांच्या १५० व्या जयंतीनिमित एकता दौड चे आयोजन

केज/प्रतिनिधी :- शहरात पोलिस उपविभाग केज यांच्या वतीने लोहपुरुष सरदार वल्लभाई पटेल यांच्या १५० व्या जयंतीनिमित एकता दौड चे आयोजन करण्यात आले होते. केज शहरात पोलिस अधिकारी कर्मचारी, पत्रकार बांधव, रोटरी क्लब, विविध सामाजिक संघटनेचे पदाधिकारी व सर्वज्ञ अकॅडमी चे विद्यार्थी आणि आवड एज्युकेशनचे विद्यार्थी यांच्यासह विविध क्षेत्रातील मान्यवर व नागरिक यांनी सहभाग नोंदला होता. तसेच वरील सर्व अधिकारी कर्मचारी यांच्या उपस्थितीत एकता दौड चे परेड संपन्न झाली. केज शहरातील जय भवानी चौक येथून एकता दौडला सुरुवात झाली व या दौडमध्ये पोलीस अधिकारी, कर्मचारी,शालेय विद्यार्थी व सामाजिक कार्यकर्ते, पत्रकार बांधव मोठ्या संख्येने उपस्थित राहून एकता दौड केज शहरातील छत्रपती शिवाजी महाराज चौकापर्यंत सर्व केज शहरातील सामाजिक राजकीय व शालेय विद्यार्थ्यांनी सहभाग घेऊन एकता दौडची शोभा वाढवली या कार्यक्रमाची सांगता केज पोलीस स्टेशन येथे करण्यात आली. यावेळी केज पोलीस ठाण्याच्या वतीने केळी व पाण्याचे वाटप करण्यात आले.

उदगीर येथे भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या पूर्णाकृती पुतळ्याचे अनावरण भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी समृद्ध लोकशाहीचा पाया रचला - सहकार मंत्री बाबासाहेब पाटील

लातूर :- भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी अंधारलेल्या समाजाला समतेचा दिवा देवून लोकशाहीच्या मार्गाने चालण्याची दिशा दाखवली. भारतीय संविधानाच्या माध्यमातून त्यांनी आपल्या समृद्ध लोकशाहीचा भक्कम पाया रचला. त्यामुळे आज प्रत्येक समाज घटकाला विकासाची समान संधी उपलब्ध झाली असल्याचे प्रतिपादन सहकार मंत्री बाबासाहेब पाटील यांनी केले. उदगीर येथील नांदेड ते बिदर मार्गालगत उभारण्यात आलेल्या भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचा पूर्णाकृती पुतळा व स्मारकाच्या लोकार्पण समारंभानिमित्त गुरुवारी सायंकाळी तालुका क्रीडा संकुल येथे उपस्थितांना मार्गदर्शन करताना सहकार मंत्री श्री. पाटील बोलत होते. सार्वजनिक बांधकाम राज्यमंत्री इंद्रनील नाईक, आमदार अमोल मिटकरी, आमदार संजय बनसोडे, आमदार प्रताप पाटील चिखलीकर, माजी खासदार प्रा. जोगेंद्र कवाडे, भदंत उपगुप्त महाथेरो, भंते पय्यानंद, भंते नागसेन बोधी, शिल्पा बनसोडे, माजी आमदार गोविंद केंद्रे, माजी नगराध्यक्ष राजेश्वर निट्टुरे, उषा कांबळे, माजी जिल्हा परिषद अध्यक्ष राहुल केंद्रे, माजी उपाध्यक्ष रामचंद्र तिरुके, उपजिल्हाधिकारी सुशांत शिंदे, तहसीलदार राम बोरगावकर, मुख्याधिकारी सोमानाथ जाधव, भरत चामले यांची यावेळी प्रमुख उपस्थिती होती. यावेळी विविध विकास कामांचे भूमिपूजन करण्यात आले. भारतीय संविधानाच्या निर्मितीसोबतच भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी शेती, सिंचन प्रकल्प, अर्थकारण, समाजकारण यासारख्या विविध क्षेत्राशी निगडीत विषयांवर आपले विचार मांडले केले. त्यांचे हे विचार आजही आपल्याला मार्गदर्शक ठरत आहेत. भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचा पूर्णाकृती पुतळा आणि स्मारकाचे उद्घाटन उदगीर येथे झाले असून त्यांनी दाखवलेल्या मार्गावर चालण्यासाठी हे स्मारक व पुतळा प्रेरणा देईल, असा विश्वास सहकार मंत्री श्री. पाटील यांनी व्यक्त केला. उदगीर शहरातील विश्वशांती बुद्धविहार परिसरातील सुशोभिकरण आणि रस्ते विकास कामांमुळे नागरिकांना चांगल्या सुविधा उपलब्ध होण्यास मदत होईल, असे ते म्हणाले. भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर हे केवळ नाव नाही, तर एक प्रेरणा आहे, एक चेतना आहे. त्यांचा पूर्णाकृती पुतळा उदगीर शहरात उभारण्यात आला असून हा पुतळा पुढील पिढीला संघर्षाची प्रेरणा देत राहील. भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी दाखविलेल्या मार्गावर चालण्याचा आपला सदैव प्रयत्न असून यामाध्यमातून समाजातील विविध घटकांच्या विकासासाठी काम करीत असल्याचे आमदार संजय बनसोडे यांनी सांगितले. विश्वशांती बुद्धविहार परिसरात नागरिक, मुलांसाठी चांगल्या सुविधा उपलब्ध करून देण्यासाठी बगीचा आणि किडो वंडर लँड व पार्क विकसित केले जाणार आहे, असे आमदार श्री. बनसोडे म्हणाले. या कार्यक्रमाच्या निमित्ताने राज्याचे उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांनी दिलेला संदेश आमदार अमोल मिटकरी यांनी यावेळी वाचून दाखविला. उदगीरच्या विकासासाठी निधी कमी पडू देणार नसल्याचे उपमुख्यमंत्र्यांनी आपल्या संदेशात नमूद केले, तसेच अतिवृष्टीने संकटात सापडलेल्या शेतकऱ्यांसाठी राज्य शासनामार्फत राबविण्यात येत असलेल्या उपाययोजनांची माहिती त्यांनी आपल्या संदेशात दिली. प्रा. जोगेंद्र कवाडे, रामचंद्र तिरुके यांनीही यावेळी आपले मनोगत व्यक्त केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन ज्योती अंबेकर यांनी केले. यावेळी गायक आदर्श शिंदे यांच्या भिमगितांचा कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला होता.

लातूर पोलिसांकडून एकता दौडचे भव्य आयोजन - जिल्ह्यात सर्व स्तरावर उत्स्फूर्त सहभाग.

लातूर :- सरदार वल्लभभाई पटेल यांच्या जयंतीनिमित्त राष्ट्रीय एकता दिवस साजरा करण्यासाठी लातूर जिल्हा पोलीस दलाच्यावतीने ३१ ऑक्टोबर २०२५ रोजी एकता दौड (ठीप षी णपळीं) चे आयोजन करण्यात आले.

मुख्य कार्यक्रम लातूर जिल्हा क्रीडा संकुलाच्या मैदानावर पार पडला. या कार्यक्रमात पोलीस अधिकारी, अंमलदार तसेच नागरिक, विद्यार्थी, विविध सामाजिक संस्था व स्वयंसेवी संघटनांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदवला.

कार्यक्रमाचे उद्घाटन जिल्हाधिकारी सौ. वर्षा ठाकूर-घुगे यांच्या हस्ते करण्यात आले. त्यांनी हिरवा झेंडा दाखवून एकता दौड चा शुभारंभ केला.

यावेळी पोलीस अधीक्षक अमोल तांबे,उपविभागीय पोलीस अधिकारी (लातूर शहर) समीरसिंह साळवे, जिल्हा क्रीडा अधिकारी महादेव कसगावडे, प्रभारी पोलीस उपअधीक्षक (गृह) दिलीप सागर, स्थानिक गुन्हे शाखेचे निरीक्षक सुधाकर बावकर तसेच लातूर जिल्ह्यातील सर्वच पोलीस ठाण्यांतील पोलीस अधिकारी, अमलदार, नागरिक, पोलीस भरतीपूर्व प्रशिक्षणार्थी मोठ्या संख्येने सहभागी झाले.

राष्ट्रीय एकता दिवसाचे औचित्य साधून लातूर जिल्ह्यातील प्रत्येक पोलीस ठाणे स्तरावरही एकता दौड चे आयोजन करण्यात आले. स्थानिक नागरिक, शालेय व महाविद्यालयीन विद्यार्थी, ग्रामपंचायत सदस्य, क्रीडा संघ आणि स्वयंसेवी संस्था यांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदवला. प्रत्येक ठिकाणी दौडीनंतर राष्ट्रीय एकतेचा संकल्प घेण्यात आला.

या उपक्रमाचा मुख्य उद्देश राष्ट्रीय एकात्मता, सामाजिक ऐक्य आणि देशभक्तीचा संदेश सर्व स्तरांवर पोहोचवणे, देशातील सर्व घटकांमध्ये राष्ट्रीय एकात्मतेचा, सामाजिक सौहार्दाचा आणि भिन्नतेतून एकतेचा संदेश जनमानसात पोहोचवणे हा होता. सरदार वल्लभभाई पटेल यांनी स्वातंत्र्योत्तर काळात भारताचे एकत्रीकरण घडवून आणले - त्यांच्या स्मृतिप्रीत्यर्थ या एकता दौड चे आयोजन करण्यात आले.

पोलीस अधीक्षक अमोल तांबे यांनी यावेळी सांगितले की, सरदार वल्लभभाई पटेल यांनी भारताचे एकत्रीकरण करून राष्ट्रीय ऐक्याचा पाया घातला. त्यांच्या कार्याची प्रेरणा घेऊन समाजातील प्रत्येक घटकाने देशाच्या एकतेसाठी योगदान द्यावे, हीच खरी त्यांना आदरांजली आहे.

नागरिकांचा उत्स्फूर्त सहभाग. या दौडीत सहभागींकडून एक भारत श्रेष्ठ भारत, अखंड भारत - जय भारत या घोषणांनी संपूर्ण परिसर दुमदुमून गेला. लातूर शहरासह सर्व तालुका आणि ग्रामीण भागातही हा उपक्रम यशस्वीपणे पार पडला. कार्यक्रमाच्या अखेरीस जिल्हाधिकारी व पोलीस अधीक्षक यांनी सर्व सहभागींचे अभिनंदन करून राष्ट्रीय एकतेचा संकल्प घ्यायला लावला. लातूर पोलिसांच्या पुढाकाराने जिल्हा स्तरापासून प्रत्येक पोलीस ठाण्यापर्यंत राबविण्यात आलेल्या एकता दौड उपक्रमाद्वारे देशभक्ती, सामाजिक समरसता आणि राष्ट्रीय एकतेचा संदेश प्रभावीपणे देण्यात आला. लातूर जिल्हा पोलिसांचा हा उपक्रम सर्व स्तरातून कौतुकास पात्र ठरला आहे.

केंद्रीय सामाजिक न्याय राज्यमंत्री रामदास आठवले यांचा दौरा कार्यक्रम

लातूर :- केंद्रीय सामाजिक न्याय आणि सक्षमीकरण राज्यमंत्री रामदास आठवले हे शनिवार, ०१ नोव्हेंबर २०२५ रोजी लातूर जिल्हा दौऱ्यावर येत आहेत. त्यांचा दौरा कार्यक्रम पुढीलप्रमाणे आहे.

केंद्रीय सामाजिक न्याय आणि सक्षमीकरण राज्यमंत्री श्री. आठवले यांचे ०१ नोव्हेंबर रोजी दुपारी २.२० वाजता लातूर येथील शासकीय विश्रामगृह येथे आगमन होईल व राखीव. सायंकाळी ७ वाजता उदगीर येथील कौलखेड रोडवरील शिवम फंक्शन हॉल येथे आयोजित स्थानिक कार्यक्रमाला ते उपस्थित राहतील. त्यानंतर लातूर शासकीय विश्रामगृह येथे त्यांचे आगमन होईल व राखीव. रात्री १०.३० वाजता लातूर येथून मुंबईकडे प्रयाण करतील.

दैनिक महावृत्त पहा ऑनलाईन कोठेही mhavratt.com या वेबसाईटवर पाहता येणार

संपादकीय

'त्रिशूल' सरावाचा गर्भितार्थ

भारत-पाकिस्तान या शेजारी देशांमधील वैराचे केंद्रबिंदू गेल्या अनेक दशकांपासून जम्मू-काश्मीर आणि नियंत्रण रेषा (एलओसी) हेच राहिले आहेत. पाकिस्तानच्या आश्रयाने चालणार्या दहशतवादी कारवाया, काश्मीर खोर्यातील हिंसाचार आणि सीमाभागातील घुसखोरी या सार्यांनी या संघर्षाला एक पारंपरिक स्वरूप दिले. मात्र, या वैराच्या भूगोलात आता महत्त्वाचा बदल दिसू लागला आहे. भारतीय सैन्याच्या तिन्ही दलांचा संयुक्त युद्धसराव 'त्रिशूल' यावर्षी ३० ऑक्टोबर ते १० नोव्हेंबर या कालावधीत पश्चिम सीमाभागात सुरू झाला असून, त्याचे केंद्रबिंदू बनले आहे गुजरातमधील सर क्रिक हे ठिकाण. प्रत्यक्षात ही दलदलीने व्यापलेली खाडी आता नव्या भारत-पाकिस्तान संघर्षाचे संवेदनशील मैदान ठरते आहे.

या सरावासाठी राजस्थान-गुजरात सीमाभागात प्रचंड हवाई क्षेत्र बंद ठेवले आहे. पाकिस्ताननेही दक्षिण-मध्य भागातील हवाई क्षेत्रावर उड्डाणबंदी लागू केली आहे. हे निर्णय दोन्ही देशांच्या लष्करी हालचालींमध्ये वाढ झाल्याचे संकेत देतात. पाकिस्तानकडून मिसाईल चाचणी किंवा सराव सुरू असल्याची शक्यता व्यक्त केली जात आहे. हवाई बंदीने 'ऑपरेशन सिंदूर'नंतरच्या तणावाच्या आठवणी जाग्या केल्या आहेत. भारतीय लष्कराच्या म्हणण्यानुसार, हा सराव वार्षिक स्वरूपाचा असला, तरी यामागे काही सामरिक संदेश देण्याचा इरादा दिसत आहे. सरावासाठी सर क्रिकची निवड केल्याने पाकिस्तानी घुसखोरी अथवा समुद्रमार्गे होणार्या धोक्यांना आळा घालण्याचा हा प्रयत्न मानला जात आहे. गेल्या काही महिन्यांत पाकिस्तानकडून सर क्रिक परिसरात लष्करी पायाभूत सुविधा वाढविल्याची माहिती आहे. पाक नौदलप्रमुखांनी अलीकडेच या भागाचा दौरा करून सैन्याची तयारी तपासली होती. या प्रदेशात पाकिस्तानी लष्कर आणि नौदल यांचा वावर वाढलेला असून, भविष्यात लष्करीदृष्ट्या या प्रदेशातून हल्ले करणे सोपे जावे, यासाठीची तयारी असू शकते. याच पार्श्वभूमीवर भारताचे संरक्षणमंत्री राजनाथ सिंह यांनी पाकिस्तानला दिलेला कठोर इशारा लक्षवेधी ठरला. सर क्रिक परिसरात पाकिस्तानकडून कुठलीही आक्रमक कारवाई झाली, तर भारताचा प्रतिसाद असा असेल की, इतिहास आणि भूगोल दोन्ही बदलतील, असे त्यांनी म्हटले होते.

सर क्रिक ही गुजरातच्या कच्छच्या रण आणि पाकिस्तानच्या सिंध प्रांतादरम्यान असलेली सुमारे ९६ किलोमीटर लांबीची अरुंद खाडी आहे. बि-टिश काळात हिला 'बाणगंगा' असे स्थानिक नाव होते; परंतु नंतर बि-टिश अधिकार्याच्या नावावरून तिला सर क्रिक असे नाव देण्यात आले. वरकरणी निर्जन, साप-विंचू व स्थलांतरित पक्ष्यांचे निवासस्थान वाटणारा हा प्रदेश, प्रत्यक्षात भारत-पाकिस्तान सीमासंबंधातील अत्यंत संवेदनशील मुद्दा आहे. या भागातील वाद केवळ दलदलीच्या पट्ट्याबाबत नाही, तर जमिनीच्या सीमारेषेचा समुद्राशी मिळणारा बिंदू नेमका कुठे आहे, यावर आहे. कारण, या रेषेवरूनच दोन्ही देशांच्या एक्सक्लुझिव्ह इकॉनॉमिक झोन म्हणजेच विशेष आर्थिक क्षेत्रांची सीमा ठरते. ही मर्यादा सुमारे ३७० कि.मी.पर्यंत समुद्रात विस्तारते. त्यामुळे यावर मच्छीमार अधिकार, समुद्रतळातील तेल-गॅस संसाधने आणि आर्थिक सार्वभौमत्व यांचा प्रश्न उभा राहतो.

अभ्यासांनुसार, जर भारताचा 'मध्य प्रवाह' सिद्धांत मान्य झाला, तर पाकिस्तानला सुमारे २,२४६ चौ.कि.मी. आर्थिक क्षेत्र गमवावे लागू शकते. भारताचा दावा आहे की, १९१४ च्या एका ठरावाच्या दहाव्या परिच्छेदानुसार सर क्रिक ही नौसंचारक्षम खाडी असल्याने, मधल्या प्रवाहावरून सीमारेषा आखली पाहिजे; पण पाकिस्तानचा आग्रह आहे की, सीमारेषा खाडीच्या पूर्व किनार्यावर असल्याने पूर्ण खाडी त्यांच्या हद्दीत येते. याबाबत १९६९ पासून आजपर्यंत डझनभर चर्चा झाल्या; पण ठोस तोडगा निघाला नाही. १९९९ मध्ये तर भारतीय मिग-२१ विमानाने सर क्रिकवर पाकिस्तानी गुप्तचर विमान पाडले होते. २०१२ मधील अखेरच्या औपचारिक चर्चेनंतर, २०१५ मध्ये नव्याने संवाद सुरू करण्याचे ठरले होते. परंतु, २०१६ मधील पठाणकोट हल्ल्यानंतर तो संवाद पुन्हा थंडावला. स्वातंत्र्यानंतर सर क्रिकचा मुद्दा फारसा लक्षात घेतला गेला नाही.

काश्मीर आणि उत्तरेकडील सीमाभागातील संघर्षामुळे या समुद्री भागाचे सामरिक महत्त्व दुर्लक्षित राहिले. मात्र, गेल्या काही वर्षांत परिस्थिती बदलली आहे. भारतीय दक्षिण कमांडने सर क्रिक क्षेत्राला नवे रणनीतिक महत्त्व दिले आहे. 'ऑपरेशन सिंदूर'नंतर या भागातील गस्त वाढवली. समुद्रकिनार्याजवळ सापडणार्या पाकिस्तानी बोटींच्या घटनांत वाढ झाली आहे. यामुळे या भागातून दहशतवादी घुसखोरी करण्याचा पाकिस्तानचा प्रयत्न असल्याचा संशय आहे. कराचीला जाणारा एक मार्ग सर क्रिकमधून जातो, हा राजनाथ सिंह यांचा इशारा भारताची आक्रमक रणनीती आणि प्रतिसादक्षमता दाखवणारा आहे. या वक्तव्यानंतर अवघ्या एका महिन्यात सर क्रिकवर 'त्रिशूल' सराव सुरू होणे हा योगायोग नसून, स्पष्ट नियोजित धोरणाचे उदाहरण आहे. पाकिस्तानने सर क्रिक परिसरात नवीन टेहळणी चौक्या, साठवण सुविधा आणि दळणवळण केंद्रे उभारल्याचे उपग्रह चित्रांमधून दिसून आले. ही बाब भारताने गांभीर्याने घेतली असल्याचे 'त्रिशूल' सरावाद्वारे स्पष्ट होत आहे.

भारताचे या भागातील प्रयत्न तीन पातळ्यांवर दिसतात. एक म्हणजे लष्करी तयारी आणि प्रतिकार क्षमता वाढविणे, दुसरे म्हणजे राजकीय संदेशाद्वारे प्रतिबंध निर्माण करणे आणि तिसरे म्हणजे सागरी सुरक्षेची कडी मजबूत करणे. हा भाग कच्छ किनारपट्टीवरील महत्त्वाच्या नौदल तळांजवळ, तसेच देशातील प्रमुख तेल शुद्धीकरण केंद्रांच्या जवळ आहे. पाकिस्तानने या केंद्रांवर हल्ल्यांची धमकीही दिली होती. त्यामुळे सर क्रिकचे संरक्षण म्हणजे भारताच्या ऊर्जा सुरक्षेचे संरक्षण आहे. गेल्या काही दशकांत भारताने उत्तरेकडील सीमारेषांवर घुसखोरी रोखण्यात यश मिळवले. त्यामुळेच पाकिस्तान आता पश्चिम समुद्री मार्गाकडे वळण्याची शक्यता आहे. या शक्यतेला प्रतिबंध घालण्यासाठी 'त्रिशूल'सारखा मोठा सराव भारताने आयोजित केलेला दिसतो. पाकिस्तानच्या अंतर्गत राजकीय संकटांनी आणि आर्थिक तणावांनी त्याच्या परराष्ट्र धोरणावर दबाव वाढवला आहे. अशा स्थितीत भारताविरुद्ध लहान-मोठी कारवाई करून लोकमत विचलित करण्याचा मोह त्याला होऊ शकतो. तथापि, 'त्रिशूल' सरावाद्वारे भारताने पाकिस्तानला स्पष्ट संदेश दिला आहे.

काश्मीरमध्ये नवे वादळ

जम्मू-काश्मीरच्या विधानसभेतील आम आदमी पक्षाचे एकमेव आमदार मेहराज मलिक यांना अटक झाल्यानंतर तेथे सुरुवातीला दोडा जिल्ह्यात आणि नंतर व्यापक स्वरूपात राज्याच्या अन्य भागातही जो मोठा जनआक्रोश उमटला, ते नवीन वादळ प्रशासनासाठी आव्हानात्मक ठरले आहे. मेहराज मलिक हे आम आदमी पक्षाचे गेल्या वर्षी निवडून आलेले त्या राज्याच्या विधानसभेतले एकमेव आमदार आहेत. ते एक फायर ब्रँड सामाजिक कार्यकर्ते म्हणून ओळखले जातात. त्यांना अटक करून जम्मू-काश्मीरमधील आम आदमी पक्षाची वाढ रोखण्याचा किंवा या संघटनेला दहशतीत घेण्याचा प्रशासनाचा राजकीय डाव असावा, पण त्यांच्या अटकेनंतर उमटलेली प्रतिक्रिया पाहता हा डाव बहुधा प्रशासनावरच उलटण्याची शक्यता दिसू लागली आहे.

त्यांना अटक झाल्यानंतर सुरुवातीला प्रथम दोडा जिल्ह्यात आंदोलन सुरू झाले, ते आंदोलन तेथेच शमेल असे वाटत असताना त्याची व्याप्ती हळूहळू वाढत गेली आणि त्यातून ही नवी परिस्थिती उद्भवली आहे. मेहराज मलिक यांच्यावरचे आरोप फार गंभीर नाहीत. सार्वजनिक शांततेचा भंग करणे, सरकारी कामात अडथळे आणणे, प्रशासनाच्या अधिकार्यांना उद्धट भाषा वापरणे, जनतेला चिथावणी देणे वगैरे कारणावरून त्यांच्यावर गुन्हे दाखल करण्यात आले आणि त्यांना थेट राज्याच्या सार्वजनिक सुरक्षा कायद्याअंतर्गत गजाआड करण्यात आले आहे. या कायद्याअंतर्गत अटक करण्यात आलेले ते पहिलेच आमदार आहेत. साधारणपणे देशद्रोही स्वरूपाचे किंवा दहशतवादी स्वरूपाचे गुन्हे करणार्यांच्या विरोधात त्या राज्यातील सार्वजनिक सुरक्षा कायदा वापरला जातो, पण जनतेच्या प्रश्नावर आवाज उठवणार्या एका छोट्या पक्षाच्या आमदारावर त्याला दहशतवादी समजून अशी जी थेट कारवाई केली गेली त्यातून हा जनक्षोभ उसळला आहे.

वास्तविक आम आदमी पक्षाची जम्मू-काश्मीरमधील ताकद अत्यंत मर्यादित किंवा नाममात्र अशीच आहे; परंतु त्या पक्षाच्या आमदाराला अटक झाल्यानंतर राज्यभरातून जी निदर्शने झाली ती मात्र अवाक् करणारी ठरली. तेथील सर्वच राजकीय पक्षाच्या कार्यकर्त्यांनी आणि नेत्यांनी मेहराज मलिक यांच्यावरील कारवाईचा निषेध केला आहे. जम्मू-काश्मीरमधील पीडीपी पक्षाच्या नेत्या महबूबा मुफ्ती याही आता मेहराज मलिक यांच्या बाजूने पुढे सरसावल्या आहेत. मलिक यांच्यावर करण्यात आलेली अटकेची कारवाई अघोरी स्वरूपाची असल्याचे लक्षात आल्यानंतर आम आदमी पक्षाचे राष्ट्रीय नेते अरविंद केजरीवाल यांनी हा विषय व्यापक स्वरूपात हाती घ्यायचा ठरवला आणि त्यानुसार त्यांनी दिल्लीतील आम आदमी पक्षाचे एक पथक खासदार संजय सिंह यांच्या नेतृत्वाखाली तिकडे पाठवले. पण पोलीस प्रशासनाने संजय सिंह यांना ते ज्या गेस्ट हाउसमध्ये उतरले होते तेथेच स्थानबद्ध करून ठेवले. त्यांना आंदोलकांना भेटू दिले गेले नाही किंवा त्यांचे अटकेतील आमदार मलिक यांचीही भेट त्यांना घेऊ दिली गेली नाही. जम्मू-काश्मीरमधील अन्य पक्षांचे नेतेही संजय सिंह यांना भेटायला जाऊ इच्छित होते, पण त्यांनाही अटकाव केला गेला. एवढेच नाही तर राज्यात सत्तेवर असलेल्या नॅशनल कॉन्फरन्स पक्षाचे प्रमुख व माजी मुख्यमंत्री डॉ. फारूक अब्दुल्ला हे संजय सिंह यांना भेटायला गेले असता त्यांनाही आत सोडले गेले नाही. संजय सिंह यांनी खुर्चीवर चढून फाटकातून डॉ. अब्दुल्ला यांच्याशी संवाद साधला. यावेळी अब्दुल्ला असे म्हणताना आढळले की, 'राज्यात हुकूमत जरी आमची असली तरी पोलीस मात्र त्यांचे म्हणजेच भाजपचे आहे आणि ते येथे मनमानी करीत आहेत.

आम्ही हतबल आहोत', असे हाताश उद्गार डॉ. अब्दुल्ला यांनी काढले. सोशल मीडियावरूनही मलिक यांच्या अटकेच्या विरोधात जोरदार आक्रोश प्रकट झाला आहे. दोडा जिल्ह्यातील पोलीस प्रमुख आणि आमदार मलिक यांच्यात जे वितुष्ट आले त्यातून मलिक यांच्यावर आकसाने ही कारवाई केली गेली अशी सोशल मीडियातील प्रतिक्रिया आहे. लोकांनी दोडा जिल्हा पोलीस प्रमुखांवर तेथे अत्यंत संतप्त भाषेत आरोपांचा भडिमार केलेला दिसला. एकूणच भारतीय जनता पक्ष प्रणित केंद्र सरकारने देशाच्या विविध भागातील आंदोलकांवर जे सत्र अवलंबले आहे त्यातून आंदोलन दडपले जाण्याऐवजी ते ठिकठिकाणी चिघळतानाच दिसत आहे. जनतेच्या या उग्र भावनांचा अनुभव खुद्द पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांना त्यांच्या नुकत्याच झालेल्या मणिपूर भेटीतही आला आहे. तेथेही मोदींच्या विरोधात मणिपूरमधील जनता मोठ्या प्रमाणावर रस्त्यावर उतरून आंदोलन करताना दिसली आहे. आसाममध्येही स्थानिक नागरिकांची आंदोलने सुरू आहेत. त्याला मिळणारा प्रतिसाद मोठा आहे. अस्वस्थ झालेले देशभरातील नागरिक छोट्या छोट्या कारणांवरूनही हजारोंच्या संख्येने रस्त्यावर उतरताना सध्या दिसत आहेत. या वाढत चाललेल्या असंतोषाची केंद्र सरकारने वेळीच दखल घेतलेली बरी. काश्मीरमध्ये अगदीच नाममात्र अस्तित्व असलेल्या एका राजकीय पक्षाच्या एकमेव आमदारावरील कारवाईने त्या राज्यातील संपूर्ण जनमानस ढवळून निघत असेल, तर त्याचीही हाक दिल्लीतील सरकारने गांभीर्याने घेण्याची गरज आहे.

चीनच्या लष्करी परेडचा इशारा

चीनने दुसर्या महायुद्धाच्या समाप्तीच्या ८०व्या वर्धापन दिनानिमित्त एक भव्य लष्करी परेड आयोजित करून जगाला आपली वाढती ताकद दाखवली. ही परेड केवळ लष्करी सामर्थ्याचे प्रदर्शन नव्हती, तर अमेरिका आणि तिच्या मित्र राष्ट्रांना एक स्पष्ट संदेश देण्याचा राजनैतिक प्रयत्न होता.

एक अत्यंत सुनियोजित प्रदर्शन आणि प्रभावशाली पाहुण्यांची यादी चीनने आपली ताकद दाखवण्यासाठी तयार केली होती. जिनपिंग यांनी चीनच्या इतिहासातील सर्वात मोठ्या लष्करी परेडचे नेतृत्व केले. ग्लोबल साउथ देशांच्या नेत्यांची एक मोठी परिषद चीनच्या तियानजिन शहरात नुकतीच पार पडली आणि त्यानंतर काही दिवसांतच हा कार्यक्रम झाल्याने जिनपिंग यांच्यासाठी हा आठवडा राजनैतिकदृष्ट्या महत्त्वाचा होता.

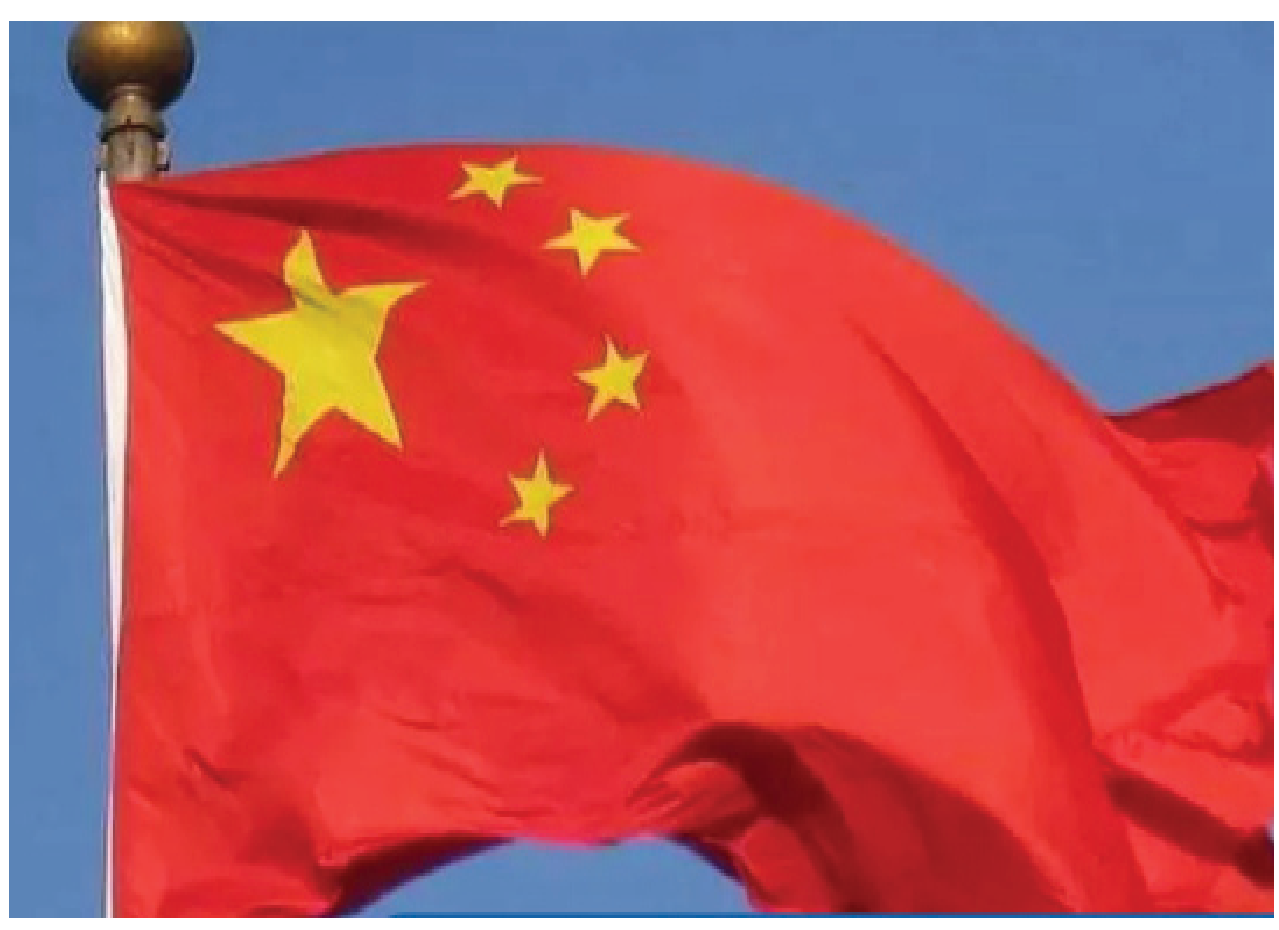
रशियन राष्ट्राध्यक्ष व्लादिमीर पुतीन आणि उत्तर कोरियाचे नेते किम जोंग उन यांची जिनपिंग यांच्यासोबतची उपस्थिती लक्षवेधी होती. हे तीन हुकूमशाही नेते एकत्र येऊन रेड कार्पेटवर चालतानाचे दृश्य पाश्चात्त्य राष्ट्रांसाठी एक थेट आव्हान होते. बेलारूस, इराण, इंडोनेशिया आणि म्यानमारसारख्या गैर-पश्चिमी राष्ट्रांचे नेतेही या कार्यक्रमात उपस्थित होते. अमेरिका, पश्चिम युरोप, जपान, भारत आणि दक्षिण कोरियाचे नेते या कार्यक्रमात उपस्थित नव्हते.

या परेडवर अमेरिकेचे अध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प यांनी लगेचच प्रतिक्रिया दिली. 'तुम्ही युनायटेड स्टेट्स ऑफ अमेरिकेविरुद्ध कट रचत असताना व्लादिमीर पुतीन आणि किम जोंग उन यांना माझ्याकडून हार्दिक शुभेच्छा द्या', असे ट्रम्प यांनी त्यांच्या 'ट्रुथ सोशल' अकाउंटवर पोस्ट केले.

या परेडचा मुख्य उद्देश अमेरिका आणि युरोपला थेट संदेश देणे हा होता. अमेरिका, युरोप आणि चीनच्या शेजारी राष्ट्रांनी चीनच्या राष्ट्रीय हितांना आव्हान देण्याचा विचार करू नये, असा होता. हा कार्यक्रम केवळ लष्करी परेड नसून एक राजनैतिक संदेश होता, ज्यात चीनने आपली सामरिक ताकद दाखवली.

७० मिनिटांच्या या परेडमध्ये चीनने अनेक अत्याधुनिक शस्त्रास्त्रे जगासमोर सादर केली.

यात रणगाडे, ड्रोन, लांब पल्ल्याची आणि अणुसक्षम क्षेपणास्त्रे, तसेच स्टील्थ विमानांचा समावेश होता. या प्रदर्शनाने पीपल्स लिबरेशन आर्मी (पीएलए)च्या शस्त्रास्त्र आणि तंत्रज्ञानातील प्रगती दर्शविली. विशेषतः चीनने प्रथमच आपली काही गोपनीय शस्त्रास्त्रे सार्वजनिक केली. ड्रोनविरोधी प्रणाली आणि हवाई पूर्व-चेतावणी विमानांवर वाढत असलेला भर हा एक महत्त्वाचा निष्कर्ष होता. हे बदल रशिया-युक्रेन युद्धाच्या धड्यांवरून आले आहेत, जिथे आपण ड्रोनचा मोठ्या प्रमाणावर वापर पाहिला.



ग१५-ऊढ विमान : चीनच्या नवीन, विमानवाहू जहाजावर आधारित इलेक्ट्रॉनिक युद्ध विमान दाखवण्यात आले. ही एक 'उडणार्या सपोर्ट सिस्टिम' आणि 'लढाऊ विमानांसाठी वशलू' (लक्ष विचलित करणारा) आहे. हे विमान लढाऊ विमानांना फिरत्या लक्ष्यांचा मागोवा घेण्यास आणि हल्ल्यांपासून दूर ठेवण्यास मदत करते.

पाणबुडीतून प्रक्षेपित होणारे आंतरखंडीय बॅलिस्टिक क्षेपणास्त्र : जगाने नवीन पाणबुडीतून प्रक्षेपित होणार्या आंतरखंडीय बॅलिस्टिक क्षेपणास्त्राची (खपींशीलेपींळपशपींरश्र इरश्रश्रळीींळल चळीीळश्रश - खउइच) नोंद घेतली. हे चीनच्या जमिनीवरून, हवेतून आणि समुद्रातून प्रक्षेपण करून अणुक्षेपणास्त्र प्रणालीची त्रिकूट तयार करण्याच्या प्रयत्नांमधील प्रगती दर्शवते. आपण चीनच्या क्षमतांना कमी लेखू नये- त्यांची लष्करी ताकद खूप आहे.

भारतासाठी सुरक्षा आव्हान : भारतासाठी चीनचा वाढता लष्करी खर्च आणि आधुनिकीकरण ही मोठी चिंता आहे. चीनचे शस्त्रागार भारताच्या शस्त्रागाराच्या तुलनेत जवळपास तिप्पट आहे. चीन आपल्या शेजारील राष्ट्रांना (उदा. पाकिस्तान) शस्त्रे पुरवून भारताभोवती एक सुरक्षा कडा तयार करण्याचा प्रयत्न करत आहे. त्यामुळे भारताला चीन आणि पाकिस्तान या दोन्ही देशांच्या संयुक्त धोक्याला तोंड देण्याची तयारी ठेवावी लागेल. चीनच्या या वाढत्या लष्करी ताकदीचा मुकाबला करण्यासाठी भारताला अनेक स्तरांवर उपाययोजना करणे आवश्यक आहे.

संरक्षण क्षमता वाढवणे : भारताने आपले संरक्षण बजेट वाढवून शस्त्रास्त्रांचे आधुनिकीकरण करणे आवश्यक आहे. विशेषतः जमिनीखालील युद्धाचे तंत्रज्ञान आणि अत्याधुनिक हवाई सुरक्षा प्रणाली (उदा. डॅग्-४०० सारख्या क्षेपणास्त्र प्रणाली) विकसित करणे महत्त्वाचे आहे.

स्वदेशी तंत्रज्ञानाला चालना : भारताला परदेशी शस्त्रास्त्रांवरील अवलंबित्व कमी करून संरक्षण उत्पादन क्षेत्रात आत्मनिर्भर व्हावे लागेल. 'आत्मनिर्भर भारत' योजनेअंतर्गत देशांतर्गत संशोधन आणि विकास आणि उत्पादन वाढवणे आवश्यक आहे.

आशियातील मित्र राष्ट्रांशी संबंध दृढ करणे : चीनच्या विस्तारवादी धोरणांना तोंड देण्यासाठी भारताने जपान, ऑस्ट्रेलिया, व्हिएतनाम, तैवान आणि अमेरिकेसारख्या देशांशी धोरणात्मक भागीदारी वाढवणे गरजेचे आहे. 'क्वाड'सारखे गट चीनच्या वाढत्या प्रभावाला एक मजबूत पर्याय देऊ शकतात. पायाभूत सुविधांचा विकास : प्रत्यक्ष नियंत्रण रेषेवर (एलएसी) भारताने रस्ते, बोगदे आणि हवाई तळ यांसारख्या पायाभूत सुविधांचा विकास करणे महत्त्वाचे आहे, जेणेकरून सैन्याची आणि शस्त्रास्त्रांची हालचाल जलद होईल.

सायबर आणि इलेक्ट्रॉनिक युद्ध क्षमता वाढवणे : चीनने सायबर आणि इलेक्ट्रॉनिक युद्ध युनिट्सचे प्रदर्शन केले आहे, ज्यामुळे या क्षेत्रातील त्यांच्या प्रगतीचा अंदाज येतो. भारताला या धोक्यांचा सामना करण्यासाठी आपली सायबर सुरक्षा आणि इलेक्ट्रॉनिक युद्ध क्षमता तातडीने वाढवावी लागेल.

चीनच्या भव्य सैन्य परेडला प्रत्युत्तर म्हणून भारताच्या डिफेन्स मिनिस्टरने पंधरा वर्षांचा शस्त्रांच्या आधुनिकीकरणाचा एक महत्त्वाचा व व्यापक प्लॅन मांडला आहे. हा प्लॅन फक्त भारताच्या सैन्यशक्तीला अद्ययावत करण्यापुरता मर्यादित नसून देशाची संरक्षणव्यवस्था, स्वावलंबन, तंत्रज्ञानातील प्रगती आणि जागतिक पातळीवरची सामर्थ्यस्थाने यांना बळकट करणारा आहे. या प्लॅनमध्ये थलसेनेचे, वायुदलाचे, नौदलाचे आधुनिकीकरण, सायबर व स्पेस डिफेन्स उद्योग व खासगी क्षेत्राची भूमिका शामिल आहे. डिफेन्स मिनिस्टरने मांडलेला पंधरा वर्षांचा शस्त्रांच्या आधुनिकीकरणाचा प्लॅन हा एक महत्त्वाकांक्षी दृष्टिकोन आहे. या योजनेच्या यशामुळे भारत केवळ प्रादेशिक नव्हे, तर जागतिक पातळीवर एक प्रमुख सुरक्षा-पॉवर म्हणून ओळखला जाईल. त्याचबरोबर चीन, पाकिस्तान यासारख्या शेजारी राष्ट्रांविरुद्ध अधिक सक्षम भूमिका घेता येईल.

डोळ्यांचं आरोग्य राखण्यासाठी ‘या’ कमतरतेवर त्वरित उपाय करा दृष्टी स्पष्टतेवर होतो गंभीर परिणाम

निरोगी आणि फिट शरीरासाठी जीवनसत्त्वे, खनिजे आणि विविध पोषक तत्वांची आवश्यकता असते. यामध्ये लोह हे एक महत्त्वाचे खनिज आहे, जे निरोगी रक्त राखण्यास मदत करते. लोह केवळ रक्त वाढवण्यासाठी आवश्यक नाही, तर ते डोळ्यांच्या आरोग्यासाठी देखील तितकेच महत्त्वाचे आहे. ते शरीरात हिमोग्लोबिन तयार करण्यास मदत करते. ते संपूर्ण शरीर आणि डोळ्यांना ऑक्सिजन पोहोचवते. डोळ्यांना पुरेसे ऑक्सिजन मिळाले नाही, तर दृष्टी अंधुक होणे, डोळ्यांना थकवा आणि कोरडेपणा यासारख्या समस्या सुरू होतात. तज्ज्ञांच्या मते, लोहाच्या कमतरतेमुळे मोतीबिंदू, मॅक्युलर डीजनरेशन आणि कोरड्या डोळ्यांचे आजार यासारख्या अनेक गंभीर समस्या निर्माण होऊ शकतात.

लोहाच्या कमतरतेचा डोळ्यांवर कसा परिणाम नॅशनल इन्स्टिट्यूट ऑफ हेल्थच्या एका अभ्यासानुसार, लोहाच्या कमतरतेमुळे रेटिनल पेशींच्या ऊर्जा प्रक्रियेवर परिणाम होतो. यामुळे डोळ्याच्या पेशींची दुरूस्ती मंदावते आणि ऑक्सिडेटिव्ह ताण वाढतो. त्यामुळे हळूहळू रेटिनाचे नुकसान होते. या स्थितीमुळे मोतीबिंदू, काचबिंदू, मधुमेही रेटिनोपॅथी, रेटिनल डिटॅचमेंट आणि ॲनिमिक रेटिनोपॅथीसारखे डोळ्यांचे आजार उद्भवू शकतात.

डोळ्यांचा थकवा शरीरात लोहाचे प्रमाण कमी असल्याने शरीराला आणि डोळ्यांना ऑक्सिजनचा पुरवठा कमी होतो. यामुळे डोळ्यांना लक्ष केंद्रित करणे कठीण होते आणि दीर्घकाळ वाचन किंवा संगणकावर काम केल्यानंतर डोळे जड होणे, वेदनादायक किंवा अंधुक दृष्टी होऊ शकते.

कोरडे डोळे लोहाच्या कमतरतेमुळे डोळ्यांतील अश्रू निर्माण होतात, त्यामुळे डोळे कोरडे आणि डोळ्यांची जळजळ होते. यामुळे खाज सुटणे, लालसरपणा किंवा काजळी येऊ शकते. दीर्घकाळ डोळ्यांमध्ये कोरडेपणा राहिल्याने संसर्ग आणि जळजळ होण्याचा धोका वाढतो.

अंधुक दृष्टी शरीरात लोहाची कमतरता तीव्र असेल, तर डोळ्यांपर्यंत ऑक्सिजन आणि पोषक तत्वांचा अभाव असल्याने दृष्टी अंधुक होऊ शकते. या स्थितीमुळे कालांतराने कायमचे नुकसान होऊ शकते.

डोळ्यांच्या पांढऱ्या भागाचा रंग बदलणे डोळ्यांना आवरण देणारा कंन्जक्टिव्हा, फिकट किंवा पांढरा पडदा हे स्पष्टपणे अशक्तपणाचे लक्षण आहे. डोळ्यांपर्यंत पुरेसे लाल रक्तपेशी आणि ऑक्सिजन पोहोचत नसल्याचे हे दर्शवते.

वारंवार डोळ्यांचा संसर्ग लोह रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत करते. लोहाच्या कमतरतेमुळे शरीराची रोगप्रतिकारक शक्ती कमी होऊ शकते. त्यामुळे नेत्रश्लेष्मलाशोथ (गुलाबी डोळा) किंवा कॉर्नियल जळजळ यासारखे संक्रमण वारंवार होऊ शकते.

शरीरात साचलेली सर्दी होईल गायब! १० मिनिटांमध्ये घरी बनवा झणझणीत लसूण चटणी, नोट करून घ्या रेसिपी

झणझणीत तिखट पदार्थ खायला सगळ्यांचं खूप जास्त आवडतात. तिखट पदार्थ खाण्याची इच्छा झाल्यानंतर कोल्हापुरी ठेचा किंवा हिरव्या मिरचीची चटणी बनवून खाल्ली जाते. हे पदार्थ चवीला अतिशय झणझणीत असतात. तांदळाची भाकरी, चपाती, भात इत्यादी पदार्थांसोबत चटणी खाल्ली जाते. वातावरणात होणाऱ्या बदलांमुळे आरोग्य बिघडते. सर्दी, खोकला किंवा घशात वाढलेली खवखव कमी करण्यासाठी सूप प्यायले जाते. आलं आणि लसूणचा वापर करून बनवलेली सूप चवीला अतिशय सुंदर लागते. आज आम्ही तुम्हाला गुजरातच्या काठियावाड भागात बनवली जाणारी लसूण चटणी बनवण्याची सोपी रेसिपी सांगणार आहोत. लाल रंगाची चटणी गुजरातमध्ये फेमस आहे. लसूण चटणी भाकरी, पराठा किंवा साध्या जेवणासोबतसुद्धा अतिशय चविष्ट लागते. ही चटणी बनवताना दह्याचा वापर केला जातो. बंद हवेच्या डब्यात लसूण चटणी ४ ते ५ दिवस व्यवस्थित टिकून राहते. चला तर जाणून घेऊया लसूण चटणी बनवण्याची सोपी रेसिपी.

साहित्य: लसूण दही लाल तिखट जिरं मीठ पाणी कृती: लसूण चटणी बनवण्यासाठी सर्वप्रथम, लसूण पाकळ्या सोलून घ्या. त्यानंतर खलबत्यामध्ये लसूण पाकळ्या आणि जिरं बारीक कुटून घ्या. लसूणची पातळ पेस्ट तयार करा. त्यामध्ये अजिबात पाणी किंवा इतर कोणतेही पदार्थ घालू नये. कढईमध्ये तेल गरम करून त्यात लसणाची पेस्ट घालून व्यवस्थित लाल होईपर्यंत परतून घ्या. त्यानंतर त्यात चवीनुसार मीठ घाला. वाटीमध्ये लाल तिखट आणि थोडस पाणी घालून पेस्ट तयार करा. तयार केलेली पेस्ट लसूणच्या मिश्रणात टाकून मिक्स करा.

चटणीला तेल सुटल्यानंतर त्यात दोन चमचे दही घालून व्यवस्थित मिक्स करा. दह्यातील पाणी पूर्णपणे आटून गेल्याशिवाय गॅस बंद करू नये.

चटणी व्यवस्थित शिजल्यानंतर चटणीला तेल सुटेल. तयार आहे सोप्या पद्धतीमध्ये बनवलेली लसूण चटणी.

तुम्हालाही मासिक पाळीपूर्वी प्रचंड वेदना होतात? मग अभिनेत्रीप्रमाणे तुम्हीसुद्धा ‘हा’ चहा प्या; फायदे वाचून व्हाल थक्क

मासिक पाळीदरम्यान मुली असो की महिला प्रत्येकीला त्रास हा होतोच. काही जणांना पोट दुखणे, पाय दुखणे, सतत चिडचिड होणे, अशा सगळ्या समस्यांना सामोरे जावे लागतेच. मग यादरम्यान कित्येक जण मूड सुधारण्यासाठी चॉकलेट आणि काही वेदना कमी करण्यासाठी पोट, पाय शेकून घेतात. तर या वेदना थोड्या प्रमाणात का होईना कमी करण्यासाठी आम्ही तुमच्यासाठी खास उपाय घेऊन आलो आहोत.

अलीकडेच ४६ वर्षीय सोहा अली खान, जी सध्या पेरिमेनोपॉज (perimenopause)शी झुंजत आहे. त्याचबद्दल तिने अलीकडेच प्रीमेन्स्ट्रुअल सिंड्रोम (पीएमएस)च्या क्रॅम्प्सवर उपचार करण्यासाठी एक घरगुती उपाय शेअर केला आहे; जो अनेक महिलांसाठी कदाचित फायदेशीर ठरू शकतो. हा घरगुती उपाय म्हणजे पाळीपूर्व वेदना कमी करणारा चहा (पीएमएस क्रॅम्प रिलीफ टी).

साहित्य आणि कृती हा चहा बनवणे अगदी सोपं आहे. फक्त थोडे ताजे आले किसून घ्या आणि ते उकळत्या पाण्यात घाला, नंतर दालचिनी आणि नैसर्गिक गोडवा मिळवण्यासाठी थोडा मध त्यात घाला. मग तुमचा चहा तयार होतो, असे सोहा अली खानने इन्स्टाग्रामवर सांगितले आहे.

संजीव कुमार यांच्या कठीण काळात मित्रांनी सोडलेली साथ; निधनानंतर बोनी कपूर यांनी तीन लाख; दिग्गज अभिनेत्याबरोबर नेमकं काय घडलेलं?

माधुरी दीक्षित व डॉ. श्रीराम नेनेंच्या वयात अंतर किती? दोघांपैकी कोण आहे श्रीमंत? जाणून घ्या भावाच्या आत्महत्येबद्दल ऐकल्यानंतर गर्भपात होण्याची भीती वाटलेली, लोकप्रिय अभिनेत्रीचे वक्तव्य; म्हणाली

या चहामुळे पाळीच्या दिवसांत वेदना कमी होण्यास, मूड सुधारण्यास व शरीराची काळजी घेण्यास मदत होते. आले, दालचिनी व मध या तिन्हींमध्ये सूज कमी करणारे आणि दालचिनीमध्ये वेदना कमी करणारे गुणधर्म आहेत. तर, हा चहा खरेच फायदेशीर आहे का याबद्दल जाणून घेण्यास दी इंडियन एक्स्प्रेसने तज्ज्ञांशी चर्चा केली.

आहारतज्ज्ञ गरिमा गोयल यांनी सांगितले की, पाळी येण्यापूर्वीच्या क्रॅम्पपासून आराम मिळविण्यासाठी हर्बल चहा निवडणे ही एक पारंपरिक पद्धत म्हणून ओळखली जाते. विविध औषधी वनस्पतींचा वापर करून चहा बनवल्याने मासिक पाळीदरम्यानचा त्रास कमी होतो. काही चहामध्ये असे घटक असतात, जे हलके किंवा स्नायू शिथिल करणारे किंवा सूज कमी करणारे घटक म्हणून काम करतात. त्यामुळे जे मासिक पाळीपूर्वी किंवा मासिक पाळीच्या काळात गर्भाशयात दुखणे, पोट फुगणे, सूज कमी होणे व ताण कमी होण्यास मदत होते.

आल्याचा चहा ही एक बेस्ट निवड आहे. कारण– त्यात जिंजेरॉल असते; जे जळजळ रोखू शकते, पेटके कमी करण्यासही मदत करू शकते. त्याचबरोबर आले, दालचिनी आणि मधाचा चहा पाळीच्या क्रॅम्प्ससाठी एक नैसर्गिक, आरामदायी उपाय म्हणून काम करू शकतो. कारण – या पदार्थांमधील प्रत्येक घटकाचे वेगवेगळे फायदे आहेत.

आल्यामध्ये जिंजेरॉल नावाचा घटक असतो; ज्यामध्ये सूज कमी करणारे (anti-inflammatory) आणि स्नायूंचे आकुंचन थांबवणारे गुण असतात; त्यामुळे गर्भाशयाचे स्नायू सैल करून, वेदना कमी करण्यास मदत मिळते. तसेच आल्यामुळे पचन सुधारते, पाळीच्या आधी किंवा पाळी आल्यावर पोट फुगणे कमी होते. दालचिनीमुळे रक्ताभिसरण सुधारते आणि त्याचे सौम्य आरामदायक परिणाम स्नायूवर होतात, असे तज्ज्ञ म्हणाले आहेत.

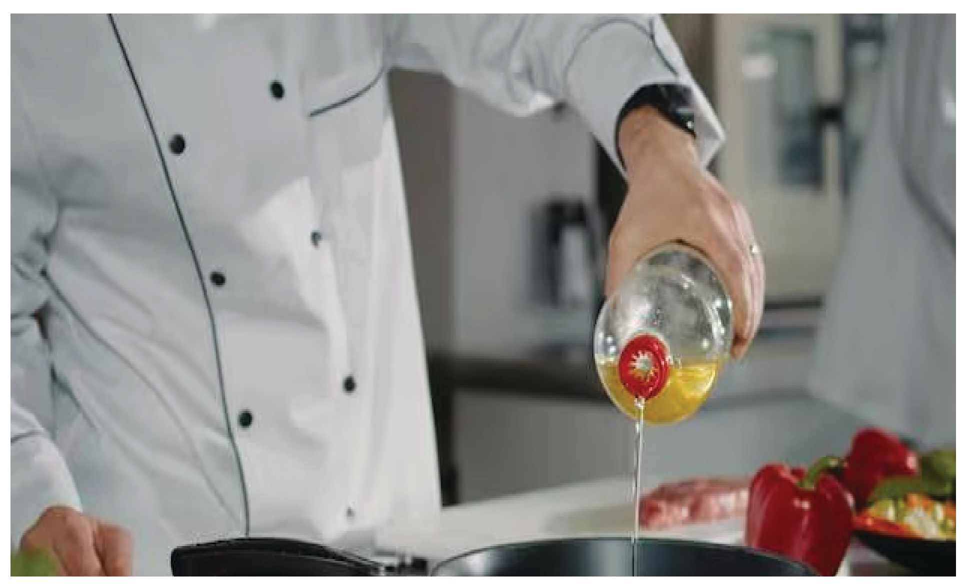
मध केवळ नैसर्गिक गोडवाच देत नाही, तर अँटीऑक्सिडंट्सदेखील प्रदान करतो आणि त्याचा शांत प्रभाव शरीरावर पडतो, जो मूड स्विंग्स व्यवस्थापित करण्यास आणि पीएमएसदरम्यान आराम प्रदान करण्यास मदत करू शकतो.

त्यामुळे या पदार्थांचा एकत्रित चहा पेटके कमी करण्यास, पचन सुधारण्यास आणि आरामाची भावना प्रदान करण्यास मदत करू शकतात. जरी ते मासिक पाळीच्या वेदनांसाठी वैद्यकीय उपचारांची जागा घेऊ शकत नसले तरीही. पण, मासिक पाळीदरम्यान स्वतःची काळजी घेण्यासाठी एक सौम्य उपचार असू शकतो.

पण, हा चहा पिणाऱ्यांनी एक गोष्ट लक्षात ठेवली पाहिजे की, काही औषधी वनस्पती आरोग्यासाठी सुरक्षित नसतात. तसेच या चहाचे सेवन करण्याबरोबर पुरेशी विश्रांती घेणे, शरीरात पाण्याचे प्रमाण टिकवणे, गरम पाण्याने पोट शेकून घेणे आणि संतुलित आहार घेणेसुद्धा महत्त्वाचे आहे.

स्वयंपाकासाठी उत्तम तेल कोणते? तळण्यासाठी कोणते तेल योग्य? काय सांगतात तज्ज्ञ?

सणासुदीच्या काळात तेलकट पदार्थ थोड्या जास्त प्रमाणातच खाल्ले जातात. याचा एकूणच आरोग्यावर विपरीत परिणाम होऊ शकतो. करंजी, चकली, शंकरपाळी, चिवडा असा दिवाळीचा फराळ तसंच घरोघरी बणणारं चमचमीत जेवण यामध्ये पुऱ्या, कचोऱ्या हे सर्व जास्त प्रमाणात खाल्लं जातं. अनेक जण स्वयंपाकासाठी मोहरीचं किंवा रिफाइंड तेल वापरतात. असं असताना हे आरोग्यासाठी हानिकारक मानलं जातं असं तज्ज्ञांचं मत आहे. आरोग्य तज्ज्ञांनी सांगितल्याप्रमाणे, काही तेलांचा तुमच्या आरोग्यावर विपरीत परिणाम होत नाही. या तेलांमध्ये शिजवलेले, तळलेले अन्न खाल्ल्याने तुमचे हृदय आणि मन दोन्ही निरोगी राहील. तसंच वजन वाढण्यासही प्रतिबंध होईल. स्वयंपाकासाठी नेमके कोणत्या प्रकारचे तेल वापरावे याबाबत तज्ज्ञांनी काही माहिती दिली आहे.



प्रसिद्ध अमेरिन गॅस्ट्रोएन्टोरोलॉजिस्ट डॉ. सौरभ सेठी यांनी सांगितले की, जर तुम्ही योग्य स्वयंपाक तेल निवडले तर तेलकट अन्न तुमचे कधीही नुकसान करणार नाही. उलट त्याने तुमचे आरोग्य सुधारेल आणि तुम्हाला तंदुरूस्त ठेवेल.

नारळ तेल संजीव कुमार यांच्या कठीण काळात मित्रांनी सोडलेली साथ; निधनानंतर बोनी कपूर यांनी तीन लाख; दिग्गज अभिनेत्याबरोबर नेमकं काय घडलेलं? माधुरी दीक्षित व डॉ. श्रीराम नेनेंच्या वयात अंतर किती? दोघांपैकी कोण आहे श्रीमंत? जाणून घ्या

तब्बल ८०० वर्षानंतर दिवाळीत ५ ‘महाराजयोग’ निर्माण होणार, ‘या’ चार राशी रातोरात होणार धनवान; पैसा, प्रेम अन् प्रतिष्ठाही कमावणार

आपण वर्षानुवर्षे नारळाचे तेल वापरत आहोत. मात्र, तुम्ही कधी ते स्वयंपाकासाठी वापरले आहे का? या तेलात शिजवलेले अन्न लवकर खराब होत नाही किंवा जळतही नाही. ते कमी तेलकटदेखील मानले जाते. नारळाचे तेल शरीराला ऊर्जा प्रदान करते.

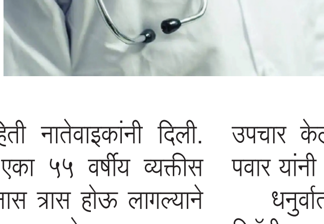
शेंगदाणा तेल तुम्ही स्वयंपाकासाठी शेंगदाण्याचे तेलदेखील वापरू शकता. शेंगदाण्याच्या तेलात आरोग्यासाठी उपयुक्त असे अनेक पोषक घटक असतात. शिवाय त्यात शिजवलेले अन्न खराब होत नाही.

तूप भारतीय स्वयंपाकघरांमध्ये अनेक वर्षांपासून तूप वापरले जाते. असं असताना तूप महाग असलं तरी ते घरच्या घरीही तयार करता येतं. महाग असल्याने अनेक जण तेल किंवा रिफाइंड तेलचा वापर करतात. तुम्ही तूप वापरून देखील स्वयंपाक करू शकता. त्याचा धूराचा बिंदू ४५० डिग्री आहे, त्यामुळे ते तळण्यासाठी योग्य मानले जाते.

एवोकॅडो तेल ॲवोकॅडो तेल हे तळण्यासाठी उत्तम मानले जाते. ॲवोकॅडो तेलाला चांगला सुगंध असतो आणि त्यात शिजवलेले पदार्थ मऊ राहतात. त्याचा धूर बिंदू खूप जास्त असतो. तो ५२० डिग्री असल्याने तुम्ही अगदी उच्च तापमानावर पदार्थ तळू शकता.

पायाला झालेल्या साध्या जखमेकडे दुर्लक्ष भोवले अन् ४० दिवस रुग्णालयात काढावे लागले

पुणे : महाविद्यालयीन विद्यार्थ्याच्या पायाला जखम झाल्यानंतर ५ ते ६ दिवसांनी त्याला अचानक अपस्माराचे झटके येऊ लागले. याच वेळी ज्येष्ठाला अपस्माराचे झटके येण्यासह श्वसनास त्रास होऊ लागला. या दोघांनाही ससून सर्वोपचार रुग्णालयात दाखल करण्यात आले. त्यांना धनुर्वाताचे निदान झाल्यानंतर डॉक्टरांनी केलेल्या ४० दिवसांच्या उपचारानंतर दोघेही बरे होऊन अखेर घरी परतले आहेत. कात्रज येथील महाविद्यालयात शिक्षण घेत असलेल्या १६ वर्षीय मुलाला अपस्माराचे झटके, तोंड उघडता न येणे असा त्रास होऊ लागला. तो २८ ऑगस्टला ससून सर्वोपचार रुग्णालयात औषधवैद्यकशास्त्र विभागात दाखल झाला. या मुलास ५ ते ६ दिवसांआधी पायास जखम झाल्याची माहिती नातेवाइकांनी दिली. त्याच दिवशी शिक्रापूरमधील एका ५५ वर्षीय व्यक्तीस अपस्माराच्या झटक्यांसह श्वसनास त्रास होऊ लागल्याने ससून रुग्णालयात दाखल करण्यात आले.



दोन्ही रुग्णांची लक्षणे ही धनुर्वाताच्या आजाराची होती. दोन्ही रुग्ण अत्यवस्थ होते आणि दोघांनाही श्वसनाच्या गंभीर तक्रारी होत्या. दोन्ही रुग्णांना तत्काळ अतिदक्षता विभागात दाखल करून व्हेंटिलेटरवर ठेवण्यात आले. त्यांच्या आवश्यक तपासण्या, रक्तचाचण्या, तसेच औषधोपचार करण्यात आले. योग्य औषधोपचार, प्रतिजैविके आणि पोषण दिल्याने त्यांनी उपचारांना प्रतिसाद देऊन दोघेही हळूहळू बरे होऊ लागले. सुमारे ४० दिवसांच्या रुग्णालयीन उपचारानंतर ते बरे होऊन स्वतःच्या पायावर रुग्णालयातून घरी गेले.

संजीव कुमार यांच्या कठीण काळात मित्रांनी सोडलेली साथ; निधनानंतर बोनी कपूर यांनी तीन लाख; दिग्गज अभिनेत्याबरोबर नेमकं काय घडलेलं? माधुरी दीक्षित व डॉ. श्रीराम नेनेंच्या वयात अंतर किती? दोघांपैकी कोण आहे श्रीमंत? जाणून घ्या भावाच्या आत्महत्येबद्दल ऐकल्यानंतर गर्भपात होण्याची भीती वाटलेली, लोकप्रिय अभिनेत्रीचे वक्तव्य; म्हणाली

गेल्या वर्षभरात औषधवैद्यकशास्त्र विभागाने धनुर्वाताच्या ३ रुग्णांवर यशस्वीरीत्या उपचार केले आहेत. या रुग्णांवर औषधवैद्यकशास्त्र विभागप्रमुख डॉ. एच. बी. प्रसाद व पथकप्रमुख डॉ. हर्षल भितकर, सहयोगी प्राध्यापक यांच्या नेतृत्वाखाली सहयोगी प्राध्यापक डॉ. अभिषेक अगिवाल आणि निवासी डॉक्टर डॉ. साई भार्गव, डॉ. सुहास शिंदे, डॉ. प्रदीप पाटोळे, डॉ. अक्षय राठोड यांनी उपचार केले. परिचारिका भारती नलावडे आणि रेखा पवार यांनी उपचारात महत्त्वाची भूमिका बजावली.

धनुर्वाताची लस घेणे गरजेचे धनुर्वात हा क्लॉस्ट्रिडियम टिटॅनी या जीवाणूमुळे होणारा आजार आहे. तो माती किंवा धूळ लागलेल्या जखमेतून शरीरात प्रवेश करतो. या जीवाणूने तयार होणाऱ्या विषामुळे मज्जासंस्थेवर परिणाम होतो व शरीरात अपस्माराचे झटके, तोंड उघडता न येणे, श्वास घेण्यास त्रास आदी लक्षणे दिसून येतात. योग्य वेळी उपचार न झाल्यास हा आजार जीवघेणा ठरू शकतो. धनुर्वाताची लस घेतल्यास या जीवघेण्या आजाराला प्रतिबंध करता येतो. जखम झाल्यानंतर त्याची स्वच्छता आणि त्वरित धनुर्वाताची लस घेणे आवश्यक आहे, अशी माहिती सहयोगी प्राध्यापक डॉ. हर्षल भितकर यांनी दिली.

हलवाईसारखी रुचकर मिठाई, नोट करून घ्या रेसिपी

दिवाळीच्या दिवसांमध्ये घरात फराळातील पदार्थ, मिठाई इत्यादी अनेक गोष्टी बनवल्या जातात. पण बऱ्याचदा कामाच्या धावपळीमुळे काहींना दिवाळीचा फराळ बनवण्यासाठी जास्त वेळ मिळत नाही. दिवाळीच्या फराळातील पदार्थ बनवण्यासाठी जास्त वेळ लागतो. योग्य प्रमाण, भाजणी इत्यादी गोष्टी व्यवस्थितन न झाल्यास पदार्थ पूर्णपणे खराब होऊन जाते. फराळातील पदार्थ विकत आणले जातात. पण मिठाई विकत आणण्यापूर्वी मनात अनेक शंका निर्माण होतात. कारण सणावाराच्या दिवसांमध्ये बाजारातील मिठाईच्या पदार्थांमध्ये मोठी भेसळ केली जाते. भेसळ युक्त पदार्थांचे सेवन केल्यामुळे शरीराला हानी पोहचते. म्हणूनच आज आम्ही तुम्हाला गॅसचा वापर न करता हलवाईसारखी रुचकर मिठाई बनवण्याची सोपी रेसिपी सांगणार आहोत. हा पदार्थ घरातील लहान मुलांसह मोठ्यांना खूप जास्त आवडेल. चला तर जाणून घेऊया रेसिपी.

साहित्य:
डेसिकेटेड कोकोनट मिल्क पावडर
पिठीसाखर
तूप दूध
खाण्याचा गुलाबी रंग

कृती:
मिठाई बनवण्यासाठी सर्वप्रथम, मोठ्या ताटात डेसिकेटेड कोकोनट, मिल्क पावडर आणि पिठीसाखर एकत्र करून व्यवस्थित मिक्स करून घ्या.

त्यानंतर त्यात तूप घालून हाताने व्यवस्थित मिक्स करा. संपूर्ण सारणाचा गोळा झाल्यानंतर त्यात दूध घालून पुन्हा एकदा व्यवस्थित मिक्स करून घ्या.

तयार केलेल्या सारणाचे एकसमान दोन भाग करून घ्या. एका वाटीमधील मिश्रणात खाण्याचा गुलाबी रंग टाकून मिक्स करा.

मिठाच्या आतील सारण बनवण्यासाठी बारीक चिरलेले ड्राय फ्रूट्स, डेसिकेटेड कोकोनट आणि वेलची पावडर घालून व्यवस्थित मिक्स करून घ्या.

प्लास्टिक शीटला तूप लावून घ्या. त्यानंतर गुलाबी रंगाचा गोळा हाताने एकसमान सगळीकडे पसरवून घ्या.

त्यानंतर तयार केलेले ड्रायफ्रूटचे सारण त्यावर लावून हळूहळू घट्टरोल बनवून घ्या. त्यानंतर फ्रिजमध्ये ३ तास सेट होण्यासाठी ठेवा. तयार केलेल्या मिश्रणाचा व्यवस्थित रोल झाल्यानंतर प्लॅस्टिक हळूहळूवार हाताने काढून सुरीच्या सल्ल्याने तुकडे करा. वरून चांदीचा वर्क लावून मिठाई खाण्यासाठी सर्व्ह करा. तयार आहे सोप्या पद्धतीमध्ये बनवलेली रुचकर मिठाई.

डॉ. कीर्ती कुरणे यांनी (एम ए, पीएचडी) पदवी प्राप्त केल्याबद्दल जाहीर सत्कार

व त्यांचे छोटे सुपुत्र : क्रितेश सुहास कुरणे या बालकाचा ५ वा वाढदिवस, नालंदा बुद्ध विहार सीबीडी बेलापूर येथे उत्साहात साजरा

नवी मुंबई / के. एच. हनवते :– सीबीडी बेलापूर गाव, सेक्टर २० येथील रहिवाशी असून, हल्ली मुक्काम कोल्हापूर (विवाहित) डॉ. कीर्ती सुहास कुरणे यांनी (एम ए, पीएचडी, युजीसी नेट, सेट) या परीक्षेत घवघवीत यश संपादन करून पदवी प्राप्त केल्याबद्दल सर्व समाजातून त्यांचे हार्दिक अभिनंदन होत आहे, नुकतेच नालंदा बुद्ध विहार सेक्टर २० च्या अध्यक्षा : आयु. शीलाताई तायडे यांची सुकन्या तसेच वंचित बहुजन आघाडी (मा. उपाध्यक्ष) बेलापूर तालुका आणि नवी मुंबई कामगार नेते आयु. हेमंत दिवेकर यांनी नालंदा बुद्ध विहार सीबीडी बेलापूर गाव, सेक्टर २० येथे डॉ. कीर्ती कुरणे यांचा जाहीर सत्कार आणि त्यांचे छोटे सुपुत्र : क्रितेश कुरणे या बालकाचा ५ वा वाढदिवस कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते, सदर कार्यक्रमात सर्वप्रथम आपले आदर्श तथागत भगवान गौतम बुद्ध, बोधिसत्व प.पु. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या प्रतिमेचे पूजन व विधिवत बुद्ध वंदना बौद्धाचार्य : कल्याणराव हनवते यांनी घेऊन कार्यक्रमाची सुरुवात केली व शुभेच्छा पर बोलताना हनवते म्हणाले की, आयु.

डॉ. कीर्ती कुरणे या विवाहित असून कोल्हापूर या ठिकाणी आपला घरपंच, संसार व आपल्या मुलांचा सांभाळ करून डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांनी म्हटल्याप्रमाणे शिका, संघटित, व्हा आणि संघर्ष करा..! शिक्षण हे वाघिणीचे दूध आहे आणि जो कोणी प्राशन करील तो एक ना एक दिवस गुरगुरळल्याशिवाय राहणार नाही..! या ध्येयाने प्रेरित होऊन आयु. डॉ. कीर्ती कुरणे ताईने (एम.ए, पीएचडी च–,झक्ऊ इंग्रजी या विषयात ३ ऑक्टोबर २०२५ ला, आणि यापूर्वीच यूजीसी नेट णत्र्ऊ छएढ, सेट डएढ२०१७) या परीक्षेत त्यांनी घवघवीत यश संपादन केल्याबद्दल त्यांचे करावे तेवढे कौतुक कमीच आहे. त्यांनी आशाच प्रकारे पुढील कार्यात व शैक्षणिक क्षेत्रात उंच भरारी घेऊन समाजसेवा व देश हिताचे कार्य त्यांनी करावे हीच आजच्या प्रसंगी आपल्या सर्वांच्या वतीने ताईंसाहेब यांना मंगलमय हार्दिक शुभेच्छा दिल्या, आज या शानदार नालंदा बुद्ध विहारात आयु. डॉ. कीर्ती कुरणे यांचा जाहीर सत्कार व त्यांचा छोटा सुपुत्र : क्रितेश सुहास कुरणे या बालकाचा ५ वा वाढदिवस अतिशय उत्साहात आणि थाटामाटात साजरा करण्यात आला. त्यावेळी विभागातील बौध्द उपासक, उपासिका व लहान थोर, बालक बालिका यांनी कार्यक्रमस्थळी उपस्थित राहून कार्यक्रमाची शोभा वाढवली, सरतेशेवटी धम्मपालन, सरणतय गाथा घेऊन कार्यक्रम संपन्न केला, उपस्थित बांधवांनी मनसोक्त स्नेह भोजनाचा आनंद घेऊन कार्यक्रम संपन्न केला.

डॉ. कीर्ती कुरणे यांनी इंग्रजी विषयात (M-, PHD) पदवी प्राप्त केल्याबद्दल न्यू कॉलेज, कोल्हापूर येथे जाहीर सत्कार

कोल्हापूर प्रतिनिधी :– न्यू कॉलेज, कोल्हापूर येथील इंग्रजी विभागातील सहाय्यक प्राध्यापिका श्रीमती डॉ. कीर्ती सुहास कुरणे यांनी डॉ. एन. व्ही. नलवडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली Violence in the Selected Novels of Richard Flanagan (विवोलेन्स इन द सेलेक्टेड नोवेल्स ऑफ रिचर्ड फ्लानग्न) या ऑस्ट्रेलियन कादंबरीकाराच्या लिखाणावर संशोधन करून शिवाजी विद्यापीठाची पीएच.डी. ही पदवी संपादन केली. त्याबाबतचा सविस्तर शोध प्रबंध त्यांनी विद्यापीठाला सादर केला होता

तसेच शिवाजी विद्यापीठ कोल्हापूर येथे तज्ञ परीक्षकांच्या उपस्थितीत ०३ ऑक्टोबर २०२५ रोजी त्यांनी शोध प्रबंधाचे मौखिक सादरीकरण केले. यासाठी त्यांना न्यू कॉलेजचे, प्राचार्य डॉ. व्ही.एम. पाटील सर आणि उपप्राचार्य तसेच इंग्रजी विभाग प्रमुख डॉ. आर. डी. ढमकले सर, डॉ अरुंधती पवार मॅडम यांचे सहकार्य लाभले. आणि या सर्वांनी माझा न्यू कॉलेज, कोल्हापूर येथे माझा येथोच्छीत जाहीर सत्कार करुन माझा सन्मान केला त्याबद्दल डॉ. कीर्ती कुरणे यांनी सर्वांचे मनःपूर्वक जाहीर आभार मानले.

केज येथे सोमवारी तात्काळ (इमर्जेन्सी) रक्तदान शिबिराचे आयोजन

केज/प्रतिनिधी येथील रोटरी क्लब ऑफ केज च्या वतीने येत्या सोमवार दि.३ नोव्हेंबर रोजी तातडीचे रक्तदान शिबिर आयोजित केले आहे.

सध्या अंबेजोगाई येथील शासकीय रक्तपेढी मध्ये रक्ताचा तुटवडा निर्माण झाला आहे.अनेक रुग्णांना तात्काळ रक्तपुरवठ्याची गरज आहे. केज शहर व परिसरातील बहुतांश रुग्ण हे अंबेजोगाई शासकीय रुग्णालयात उपचार घेतात, म्हणून रोटरी क्लब ऑफ केजच्या वतीने सोमवार दि.३ नोव्हेंबर २०२५ रोजी सकाळी ११–०० वाजता हनुमान मंदिर (वकीलवाडी) केज येथे तातडीचे रक्तदान शिबिर आयोजन करण्यात आले आहे. केज रोटरीच्या वतीने सर्व समाजप्रेमी युवक, युवती व नागरिकांनी या रक्तदान शिबिरात सहभागी होऊन रक्तदान करावे व इतरांनाही यासाठी प्रेरित करावे असे आवाहन केले आहे.रक्तदान–जीवनदा न! रक्तदान – सर्वश्रेष्ठ दान !!असल्याचेही आयोजकांनी म्हटले आहे. रक्तदातेच समाजाचे खरे दाते व खरा आधार आहात...! संपर्कासाठी रो सत्यवान राऊत अध्यक्ष९६२४६१४०००, रो प्रवीण देशपांडे सचिव ९४२००३१५५५, रो जितेंद्र देवधारे,प्रोजेक्ट चेअरमन रो अनिकेत पाटील, प्रोजेक्ट को– चेअरमन रो हनुमंत भोसले संस्थापक अध्यक्ष९४२३७३३८८८ यांच्याशी संपर्क साधावा असे आवाहन करण्यात आले आहे.

शिवसेना आणि राष्ट्रवादी पक्षासंदर्भात मंत्री चंद्रकांत पाटील यांचं मोठं विधान; म्हणाले

सांगली : महाराष्ट्राच्या राजकारणात गेल्या काही वर्षांत पक्षफुटी, चिन्हवाटप आणि पक्षमालकीचे वाद चव्हाट्यावर आले आहेत. २०१९ च्या विधानसभा निवडणुकीनंतर उद्धव ठाकरे यांनी भाजपशी युती तोडून काँग्रेस आणि राष्ट्रवादीसोबत महाविकासआघाडी सरकार स्थापन केले. मात्र अडीच वर्षांतच एकनाथ शिंदे यांनी ४० हून अधिक आमदारांसह बंडखोरी करत गुवाहाटी गाठली आणि राज्यात सत्तापालट घडवला. 'खरी शिवसेना आमचीच' असा दावा करत शिंदे गटाने हिंदुत्वासोबत गद्दारीचा ठपका उद्धव ठाकरे यांच्यावर ठेवला. हा वाद आता न्यायप्रविष्ट असून निवडणूक आयोगाने धनुष्यबाण चिन्ह एकनाथ शिंदे गटाला दिले आहे.

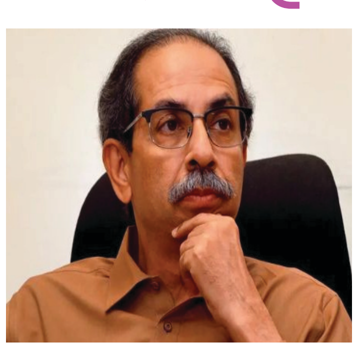
त्याचप्रमाणे राष्ट्रवादी काँग्रेसमध्येही फूट पडली असून घड्याळ चिन्ह अजित पवार गटाला मिळाले आहे. या पार्श्वभूमीवर भाजपचे ज्येष्ठ नेते आणि राज्याचे उच्च व तंत्रशिक्षण मंत्री चंद्रकांत पाटील यांनी पक्षमालकी आणि नेतृत्वाच्या मुद्द्यावर मोठे विधान केले आहे. सांगली जिल्ह्यातील तासगाव येथे भाजपच्या नवीन पक्षकार्यालयाच्या उद्घाटनप्रसंगी आणि कार्यकर्ता मेळाव्यात ते बोलत होते.

चंद्रकांत पाटील म्हणाले, महाराष्ट्रातील पक्षांची यादी पाहिली तर राष्ट्रवादी हा शरद पवारांचा पक्ष आहे, शिवसेना उद्धव ठाकरेंचा पक्ष आहे आणि मनसे राज ठाकरेंचा पक्ष आहे. पण भाजप हा कार्यकर्त्यांचा पक्ष आहे. हा पक्ष विचारावर चालतो. या पक्षात अनेक नेते येऊन गेले, पक्ष मोठा केला आणि पक्ष चालत राहिला. त्यांच्या या विधानाने भाजप हा वैयक्तिक नेतृत्वाऐवजी सामूहिक विचार आणि कार्यकर्त्यांच्या बळावर उभा असलेला पक्ष असल्याचे अधोरेखित केले आहे. अन्य पक्षांमध्ये नेतेच पक्षाचे मालक असतात, तर भाजपमध्ये विचार आणि कार्यकर्ते हे खरे केंद्रबिंदू असल्याचा संदेश त्यांनी दिला. सांगलीसारख्या महत्त्वाच्या जिल्ह्यातील कार्यकर्ता मेळाव्यात केलेल्या या वक्तव्याने भाजपची संघटनात्मक ताकद

आणि विचारधारेवर आधारित पक्षकारभार यावर प्रकाश टाकला आहे. महाराष्ट्रात सध्या शिवसेना आणि राष्ट्रवादीच्या दोन गटांमधील चिन्ह आणि पक्षनावाच्या लढाईला न्यायालयात आणि निवडणूक आयोगात तीव्रता आली आहे. अशा वेळी चंद्रकांत पाटील यांच्या विधानाने भाजपला इतर पक्षांपेक्षा वेगळे आणि स्थिर असल्याचे चित्र उभे केले आहे. येत्या काळात होणाऱ्या स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका आणि भावी राजकीय समीकरणांमध्ये हे विधान महत्त्वपूर्ण ठरू शकते.

भाजपचा उद्धव ठाकरेंना मोठा धक्का ! 'या' बड्या नेत्यासह १३ माजी नगरसेवकांचा पक्षात होणार प्रवेश

राज्यात आगामी काही दिवसांत स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका होणार असल्याने राजकीय घडामोडींना वेग आला आहे. या पार्श्वभूमीवर पक्षांतराच्या प्रक्रियेला मोठा वेग प्राप्त झाला आहे. गेल्या विधानसभा निवडणुकीच्या निकालानंतर महायुतीमध्ये दिग्गज नेत्यांचे इनकमिंग सुरू झाले होते आणि ते आजही थांबलेले नाही. महाविकास आघाडीतील अनेक प्रमुख नेते आणि पदाधिकाऱ्यांनी महायुतीत प्रवेश केला आहे. यात भाजप आणि शिवसेना शिंदे गटात मोठ्या प्रमाणात पक्षप्रवेश झाले आहेत. या प्रक्रियेचा सर्वाधिक फटका शिवसेना ठाकरे गटाला बसला असून, ठाकरे गटातील अनेक नेत्यांनी उद्धव ठाकरे यांची साथ सोडून शिंदे गट किंवा भाजपमध्ये प्रवेश केल्याचे दिसून येते. आता ऐन महापालिका निवडणुकीच्या तोंडावर शिवसेना ठाकरे गटाला पुन्हा एकदा मोठा धक्का बसला आहे. जळगावमध्ये ठाकरे गटाला खिंडार पडले असून, जळगाव महापालिकेतील ठाकरे गटाच्या १३ माजी नगरसेवकांनी भाजपमध्ये प्रवेश करण्याचा निर्णय घेतला आहे. माजी महापौर आणि ठाकरे गटाचे प्रमुख नेते नितीन लड्ढा यांच्यासह हे १३ माजी नगरसेवक आज भाजपमध्ये सामील होणार आहेत. जळगावातील भाजप जिल्हा कार्यालयात मंत्री गिरीश महाजन यांच्या उपस्थितीत दुपारी चार वाजता हा प्रवेश सोहळा पार पडणार आहे.



महापालिका निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर ठाकरे गटासाठी हा मोठा धक्का मानला जात आहे. गेल्या अनेक दिवसांपासून ठाकरे गटाचे नगरसेवक भाजपमध्ये जाणार असल्याच्या चर्चा रंगत होत्या. मात्र, प्रवेशासाठी योग्य मुहूर्त मिळत नसल्याने ही प्रक्रिया रखडली होती, असे सांगितले जात होते. अखेर आज हा मुहूर्त सापडला असून, दुपारी चार वाजता भाजप कार्यालयात हे माजी नगरसेवक अधिकृतपणे भाजपच्या झेंड्याखाली येतील. दुसरीकडे, भाजपने आपल्या मित्रपक्षांनाही काही ठिकाणी धक्के दिले आहेत. महापालिका निवडणुकीपूर्वी शिवसेना शिंदे गट आणि राष्ट्रवादी अजित पवार गटातील काही नेत्यांनी भाजपमध्ये प्रवेश केला आहे. यावरून शिवसेनेचे खासदार आणि नेते नरेश मस्के यांनी तीव्र नाराजी व्यक्त केली होती. एकूणच, स्थानिक निवडणुकांच्या पार्श्वभूमीवर महायुती मजबूत होत असताना महाविकास आघाडीला सातत्याने पक्षांतराचे फटके बसत आहेत.

भयंकर अपघात ! कार शिकताना ब्रेकऐवजी एक्सीलेटर दाबला, एकाच कुटुंबातील चौघांचा मृत्यू

यवतमाळ : जिल्ह्यातील वणी–घुग्गुस मार्गावर जन्नत सेलिब्रेशन हॉलजवळ एक हृदयद्रावक अपघात घडला. कार आणि ट्रकची जोरदार धडक झाली. या अपघातात एकाच कुटुंबातील चार जणांचा जागीच मृत्यू झाला आहे. मुलीला कार चालवण्याचे प्रशिक्षण देताना हो घटना घडल्याची प्राथमिक माहिती मिळत आहे.

वणीतील लालपुलिया परिसरातील रहिवासी रियाज शेख (वय ५४) हे ट्रक दुरुस्तीचे व्यावसायिक होते आणि स्वतःचे गॅरेज चालवत होते. ते आपल्या मुलीला कार शिकवण्यासाठी घुग्गुस मार्गावर घेऊन गेले होते. कार चालवताना मुलीचे नियंत्रण सुटले आणि ब्रेकऐवजी एक्सीलेटर दाबल्याने कार दुभाजकावरून उसळून महामार्गाच्या उलट्या दिशेने गेली. समोरून येणाऱ्या ट्रकला जोरदार धडक बसली, या अपघातात कारचा पुढचा भाग पूर्णपणे चक्काचूर झाला.

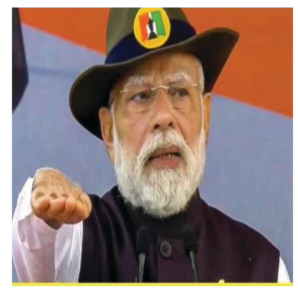
या अपघातात कारमधील तीन मुलींचा जागीच मृत्यू झाला, तर रियाज यांचा रुग्णालयात उपचारादरम्यान निधन झाले. मृतांमध्ये रियाज यांच्या भावाच्या मुलीचाही समावेश आहे. मायरा शेख (वय १७), अनिबा (वय ११), झोया (वय १३) आणि रियाज शेख (वय ५४) अशी मृत्यू झालेल्यांची नवे आहेत. या घटनेमुळे वणी शहरात शोककळा पसरली असून परिसरात हळहळ व्यक्त होत आहे. अपघातानंतर काही काळ वाहतूक कोंडी झाली. पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेऊन तपास सुरू केला आहे.

पंतप्रधान मोदींनी सरदार पटेल यांना वाहिली श्रद्धांजली ; जनतेसोबत घेतली एकतेची शपथ

आज भारताचे लोहपुरुष म्हणून ओळखले जाणारे सरदार वल्लभभाई पटेल यांची १५० वी जयंती आहे. हा विशेष दिवस 'राष्ट्रीय एकता दिन' म्हणून साजरा केला जातो. या प्रसंगी पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी एकतेची प्रतिज्ञा घेतली. सरदार पटेल यांच्या जयंतीनिमित्त, पंतप्रधान मोदींनी सोशल मीडियावर पोस्ट केली आहे.

पंतप्रधानांनी आपल्या पोस्टमध्ये, भारत सरदार वल्लभभाई पटेल यांना त्यांच्या १५० व्या जयंतीनिमित्त श्रद्धांजली अर्पण करतो. ते भारताच्या एकीकरणामागील प्रेरक शक्ती होते, अशा प्रकारे त्यांनी आपल्या राष्ट्राचे भवितव्य त्याच्या सुरुवातीच्या काळात घडवले. राष्ट्रीय अखंडता, सुशासन आणि सार्वजनिक सेवेसाठी त्यांची अढळ वचनबद्धता पिढ्यांना प्रेरणा देत राहील. एकसंध, मजबूत आणि स्वावलंबी भारताचे त्यांचे स्वप्न कायम ठेवण्याचा आमचा सामूहिक संकल्प आम्ही पुन्हा एकदा पुन्हा व्यक्त करतो.

पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी आज गुजरातमधील स्टॅच्यू ऑफ युनिटी येथे भारताचे पहिले गृहमंत्री सरदार वल्लभभाई पटेल यांना त्यांच्या १५० व्या जयंतीनिमित्त पुष्पांजली वाहिली. २०१४ मध्ये मोदी पहिल्यांदा पंतप्रधान झाल्यापासून, दरवर्षी ३१ ऑक्टोबर रोजी पटेल यांची जयंती राष्ट्रीय एकता दिन म्हणून साजरी केली जाते. सकाळी मोदींनी गुजरातमधील नर्मदा जिल्ह्यातील एकता नगरजवळील पटेल यांच्या १८२ मीटर उंच पुतळ्याला भेट दिली आणि भारताच्या लोहपुरुषाला फुले अर्पण करून आदरांजली वाहिली. त्यानंतर ते जवळच्या ठिकाणी गेले, जिथे त्यांनी उपस्थित लोकांना



एकतेची प्रतिज्ञा दिली. राष्ट्रीय एकता दिन समारंभ या वर्षीच्या राष्ट्रीय एकता दिन समारंभात सांस्कृतिक महोत्सव आणि पोलिस आणि निमलष्करी दलांचा राष्ट्रीय एकता दिन परेडचा समावेश होता. जयंती समारंभाचे मुख्य आकर्षण म्हणजे राष्ट्रीय एकता दिन परेड, ज्यामध्ये सीमा सुरक्षा दल (BSF) आणि केंद्रीय राखीव पोलीस दल (SRPF) आणि विविध राज्य पोलीस दलांच्या तुकड्यांचा समावेश आहे. यावर्षी, हा कार्यक्रम आणखी खास आहे कारण प्रजासत्ताक दिन परेडच्या धर्तीवर राष्ट्रीय एकता दिन परेड आयोजित केली जात आहे.

हे पत्र मालक, प्रकाशक, संपादक अशोक नामदेवराव हनवते यांचे करीता मुद्रक घोणे नरसिंह पांडूरंग यांनी मॅजिक पब्लीकेशन, शॉप नं.१०, मनपा शॉपींग कॉम्पलेक्स, गांधी चौक, लातूर–४१३५१२ येथे छापून कार्यालय द्रोपत माय निवास खडक हनुमान मंदिर मिलिंद नगर लातूर ता. जि. लातूर ४१३५१२ येथे प्रकाशित केले.