पारनेर दर्शन

वर्ष १ अंक २५९, मंगळवार २ जुलै २०२४ ■ संपादक : देविदास आबूज ■ कार्यकारी संपादक : विजय वाघमारे RNI No.MAHMAR/2015/61493 किंमत : ३ रुपये

राजकारणात गडबड नसते, सस्पेन्स असतो!

■ खासदार नीलेश लंके यांची भूमिका ■ लोकमत सोशल मीडिया इन्फलुएन्स अवॉर्ड सोहळा ■ लोकमतचे संपादक संजय आवटे यांनी घेतली लंके यांची मुलाखत

पुणे : विशेष प्रतिनिधी

राजकारणात गडबड नसते तर सस्पेन्स असतो. हातातला मोबाईल या हातातून त्या हातात घ्यायचा असेल तरी मी विचार केलेला असतो. आपले पत्ते बरोबर पडत असतात. लोकांना वाटते गडबड, गोंधळ झाला, वर्षभराने त्याचा रिझल्ट दिसत असतो. मी एक खेळाडू आहे. मला चार वेळा कोणी खेटले ना त्याचा कार्यक्रम होत असतो असे सांगत नीलेश लंके यांनी महाराष्ट्राच्या राजकारणाविषयी बोलताना आपली भूमिका स्पष्ट केली.

लोकमत व मंत्रा प्रॉपर्टीजच्या वतीने खा. नीलेश लंके यांना लोकमत सोशल मीडिया इन्फलुएन्स अवॉर्ड खा. लंके यांना पुण्यात प्रदान करण्यात आला. यावेळी संजय आवटे यांनी खा. नीलेश लंके यांची मुलाखत घेतली. लंके म्हणाले, परिस्थितीनुरूप आपण बदलले पाहिजे. राज्यात आमदार म्हणून मी साडेचार वर्षे काम केले.

विधीमंडळात मी इंग्रजीचा चुकूनही उल्लेख केला नाही. ज्यावेळी आपण संसदेत जातो त्यावेळी तिथे जी परिस्थिती आहे, त्याप्रमाणे आपण बदलले पाहिजे. त्यामुळेच संसदेत पाहिले पाउल टाकल्यानंतर मी इंग्रजीमध्ये शपथ घेतली.

म्हणून मी लोकसभा लढविली

अजित पवारांकडून शरद पवारांकडे जाण्याचा निर्णय मला घ्यावा लागला. महाविकास आघाडीचे सरकार असताना शरद पवार, जयंत पाटील, अजितदादा पवार यांनी. राज्यात प्रत्येक पक्ष लोकसभेच्या उमेदवाराच्या शोधात होता. एक प्रबळ उमेदवार म्हणून मला निवडणूकीची तयारी करण्यास सांगण्यात आले होते. माझ्याकडून तसा शब्दही घेण्यात आला होता. मी शरद पवार यांना शब्द दिल्याने त्यांच्या गटात येऊन लोकसभेची निवडणूक लढविली.

कुछ पानेके लिए कुछ खोना पडता है !

राजकारण असो वा कुठलेही क्षेत्र असो कुछ पाने के लिए कुछ खोना पडता है, त्यामुळे मी आमदारकीचा राजीनामा दिला. राजकारणात आत्मविश्वास असेल, इच्छाशक्ती तर तोच माणूस काहीतरी बदल घडू शकतो. एक वर्षापूर्वीच मी सांगितले होते की नगर दक्षिण मतदारसंघात मीच खासदार असेल. निवडणूकीदरम्यानही मी माध्यमांना मीच खासदार होणार हेच सांगितले होते.

आत्मविश्वास, इच्छाशक्तीची देणगी

इंग्रजीत शपथ घेण्यापूर्वी काही तयारी केली होती का या प्रश्नावर बोलताना लंके म्हणाले, तयारी नाही मी अष्टपैलू खेळाडू आहे. राजकारणात कोणतीही निवडणूक सोपी नसते किंवा अवघडही नसते. मला परमेश्वराने आत्मविश्वासाची, इच्छाशक्तीची देणगी दिली आहे. विधानसभेपूर्वीही मी सांगितले होते की मी कमीत कमी ५० हजारांच्या मताधिक्क्याने विजयी होईल.

तिकडेही यंत्रणा सुरू राहिली पाहिजे ना !

या कार्यक्रमासाठी तुम्ही सहकुटूंब याल, राणी वाहिनींना घेऊन याल अशी अपेक्षा होती या प्रश्नावर बोलताना लंके म्हणाले, मी इकडे आल्यानंतर तिकडे मतदारसंघ मोकळा सोडून कसे चालेल ? तिकडेही यंत्रणा सुरू राहिली पाहिजे ना ? आज मतदारसंघात शंभर सव्वाशे कार्यक्रम होते. लग्न, दशक्रिया विधी, जागरण गोंधळ हे सर्वच पहावे लागते. केवळ विकास कामे करून चालत नाही तर लोकांच्या सुख, दुःखात सहभागी व्हावे लागते. आम्ही इथे सगळेच स्टेजवर येउन बसलो तर कसे जुळेल ?

राजकारण आणि मैत्री वेगळी

तुम्हाला शिवसेनेतून काढले, तुम्ही अजित पवारांना सोडले मात्र अजित पवार गट तसेच शिवसेनेचे अनेक आमदार तुमचे मित्र आहेत याचे रहस्य काय यावर बोलताना लंके म्हणाले, राजकारण आणि मैत्री वेगळी असते. मैत्री मध्ये राजकारण असू नये या मताचा मी आहे. ज्याला मैत्रीत राजकारण आणायचे असते ती मैत्री फार काळ टिकत नाही. राजकीय स्वार्थासाठी मी कधीही मैत्री करत नाही. पक्षाच्या व्यासपीठावरून एखाद्या मुद्यावर आम्ही जरूर टीका करू, मात्र व्यक्तीगत जीवनात अडीअडचणी आल्या तर मदतीला धाउन गेले पाहिजे. एकमेकांवर टीका करणारे बाळासाहेब ठाकरे व शरद पवार हे खास मित्र होते याची आठवणही लंके यांनी करून दिली.

मी विचलीत झालो नाही

माझी शिवसेनेतून हाकालपटटी झाली ते सामनामधून समजले. पेपर वाचला आणि पुढच्या कामाला सुरूवात केली. माझ्यावर दगडफेकीचा आरोप झाला. मात्र मी विचलीत झालो नाही. त्यानंतर पुढील कार्यक्रमांना मी उपस्थित राहण्यासाठी रवाना झालो.

मी कार्यकर्ता म्हणूनच वावरतो

सत्ता, खुर्ची स्वतःसाठी, मिरवण्यासाठी नाही तर लोकांसाठी आहे. त्यांना अडीअडचणीत मदत करण्यासाठी असते. त्यामुळे कधीही फोन आला तर मी त्या व्यक्तीला मदत करण्याची भूमिका घेतो. नेता, कार्यकर्ता अशी दरी निर्माण न करता मी कार्यकर्ता म्हणून समाजात वावरतो. कर्तव्यापासून मी दुर जात नाही.

म्हणून मला जनतेने डोक्यावर घेतलंय

समाजाच्या आनंदात आनंद, दुःखात दुःख माणणारा मी माणूस आहे. हे विश्वची माझे घर अशी माझी कुटूंबाची व्याख्या आहे. सगळा समाज आपला आहे. या समाजाला बरोबर घेऊन पुढे जायचे आहे. आपल्या समाजाच्या अडचणी महत्वाच्या आहेत. मी कोणताही सण, उत्सव साजरा करत नाही. दिवाळीत माझ्या मुलांच्या हातात फटाक्यांची लड पाहण्यापेक्षा गोरगरीब कुटूंबातील मुलांच्या हातात फटाक्याची लड दिली पाहिजे हे मी पाहतो. दिवाळीला मी गोड धोड खात नाही. अनेक कुटूंबामध्ये सणाच्या दिवशी गोड धोड होत नाही मग आपण का सण साजरे करायचे ? आपले वाढदिवस साजरे करण्यापेक्षा एखाद्या गरीबाच्या लग्नात मदत करणे महत्वाचे असते. हे जीवन मी जगतो म्हणून मला जनतेने डोक्यावर घेतले आहे.

जाती-पाती कोणी निर्माण केल्या ?

इतर ठिकाणी जातीच्या समीकरणावर निवडणूका झाल्या. नगर मतदारसंघात मात्र सर्व जाती धर्माचे लोक नीलेश लंके यांच्यासोबत होते. मी जातीभेद माणणारा माणूस नाही. माझ्या इतका मित्र परीवार महाराष्ट्रात कोणाकडे नसेल. माझ्या ९५ टक्के मित्रांच्या जाती मला माहीती नाहीत. जाती-पाती कोणी निर्माण केल्या ? स्वार्थासाठी, राजकारणासाठी जाती, पाती निर्माण केल्या आहेत. हजारो वर्षे मागे जा, त्यावेळी जातीभेद होता का ? तुमच्या मनात जातीभेद असेल तर तुम्ही समाजाला काय दिशा देणार ?

देशात ओळख झाली

राज्यात राहिले असते तर पुढच्या वेळी मंत्री झाले असते. मात्र तुम्ही संसदेत का गेलात या प्रश्नावर उत्तर देताना लंके म्हणाले, मी केंद्रात गेल्यानंतर माझी देशात ओळख झाली. संसदेमध्ये वर्षानुवर्षे प्रतिनिधीत्व करणारे खासदार माझी चौकशी करू लागले आहेत. देशाचे भविष्य घडविणारी संसद आहेत. तिथे गेलो हे माझे भाग्य आहे.

लाखो लोकांच्या हृदयावर राज्य केले

नीलेश लंके पराभूत होण्यासाठी निवडणूक लढवत नसतो. मी अपराजित योध्दा आहे. हीच निवडणूक काय कोणतीही निवडणूक असेल तर विजयी उमेदवारांमध्ये माझे नाव कधीही देउन टाकायचे. हा सोपा विषय आहे. फक्त म्हणायला असते हे फार मोठे, ते फार मोठे. नीलेश लंकेने लाखो लोकांच्या -हृदयावर राज्य केले. पैसे, संपत्ती नाही कमविले. जीवा भावाचे सहकारी तयार केले.

कर्मावर विश्वास ठेवला म्हणून इथपर्यंत आलो

राजकारणात मी फार वाईट काळ पाहिला. घराबाहेर पडायचे म्हटले तरी पेट्रोलसाठी पैसे नसायचे. मात्र मी माझा संघर्ष कधी कोणाला सांगितला नाही. मी संकटातून बाहेर पडेपर्यंत माझे संकट शेजारच्यालाही माहीती नसते. चांगले कर्म केले तर आयुष्यात चांगले होते. मी कष्ट केले, कर्मावर विश्वास ठेवला म्हणून मी इथपर्यंत पोहोचलो.

मी छत्रपतींचा आदर्श जपणारा कार्यकर्ता

राजकारणात मी छत्रपती शिवाजी महाराजांचा आदर्श जपणारा कार्यकर्ता आहे. शाळेत असताना शिवाजी महाराजांचा इतिहास पाठ असणारा मी विद्यार्थी आहे. छत्रपती शिवाजी महाराज यांचे जीवनचरित्र अभ्यासून तुम्ही त्याचे अनुकरण केले तर तुम्हाला आयुष्यात काही कमी पडणार नाही.

उपदेश नव्हे, कृती करतो

सरपंच असताना मी जसा होतो तसाच आज खासदार झालो तेंव्हा आहे. आता काय बदलणार ? एखाद्या कार्यक्रमला गेल्यानंतर खुर्च्या उचलण्याची, सप्ताहासाठी गेल्यानंतर पंगत वाढण्याची माझी तयारी असते. मी कधीही उपदेश करत नाही, कृती करतो.

निरोगी आरोग्याचा कानमंत्र...

निरामय

पायातून दिसतात हाय कोलेस्ट्रॉलचे संकेत!

हाय कोलेस्ट्रॉलची समस्या सध्या मोठ्या प्रमाणात वाढते आहे. याचे प्रमुख कारण अनहेल्दी लाईफस्टाईल होय. ज्यामध्ये हाय फॅट डाएट, चुकीची दिनचर्या, व्यायाम न करणे. धुम्रपान आणि खूप जास्त दारू पिणे या गोष्टींचा समावेश आहे. आता सध्या तुम्हाला तुमची ही लाइफस्टाइल मस्त वाटत असेल, तुम्हाला यात काही समस्या सुद्धा जाणवत नसेल पण जास्त काळ जर तुम्ही हीच लाइफस्टाइल फॉलो केली तर तुमच्या हृदयावर याचा खूप वाईट प्रभाव पडू शकतो.

बॅड कोलेस्ट्रॉल वाढण्याचे कारण

झोपेची कमतरता तुमच्या अनेक आरोग्य विषयक बाबींना प्रभावित करू शकते. ज्यामध्ये तुमचा कोलेस्ट्रॉलचा स्तर सुद्धा समाविष्ट आहे. एका अभ्यासात हे आढळून आले आहे की, हे पुरुष रात्रीचे 6 तासांपेक्षा कमी झोप घेतात त्यांच्यात LDL कोलेस्ट्रॉल अधिक जास्त असते. तर दुसरीकडे याच प्रमाणात झोप घेणाऱ्या स्त्रियांमध्ये मात्र LDL कमी होते.

एनसीबीआय (NCBI) कडून मिळालेल्या अहवालात असे समजले आहे की भारतात 25-30% शहरी आणि 15-20% ग्रामीण लोक हाय कोलेस्ट्रॉलच्या समस्येने पीडित आहेत. कोलेस्ट्रॉल वाढल्याने नक्की होते काय हा प्रश्न तुम्हाला सुद्धा पडला असेल ना? तर मंडळी कोलेस्ट्रॉल वाढल्याने कार्डियोवॅस्कुलर डिजीज होण्याचा धोका वाढतो. शिवाय कोरोनरी आर्टरी डिजीज, हार्ट स्ट्रोक, हार्ट अटॅकचा धोका सुद्धा बळावतो. हाय कोलेस्ट्रॉलची लक्षणे कधी एवढी सामान्य असतात की आपल्याला कळतच नाहीत आणि हळूहळू हाय कोलेस्ट्रॉलची समस्या शरीरावर कब्जा करते. जस जसा काळ लोटतो तस तसे तुमच्या धमन्यांमध्ये कोलेस्ट्रॉल जमा होऊ लागते आणि त्यामुळे ब्लॉकेजच्या कारणामुळे तुमच्या हृदयाला शरीराच्या बाकी अंगांपर्यंत रक्त पुरवठा करणे काहीसे कठीण होऊन बसते आणि त्यासाठी जास्त जोर लावावा लागतो. म्हणूनच हाय कोलेस्ट्रॉल वेळीच ओळखले पाहिजे. तुमच्या पायातील काही बदल तुम्हाला हाय कोलेस्ट्रॉलचे संकेत देऊ शकतात.

चालताना त्रास होणे

शरीरात कोलेस्ट्रॉलची लेव्हल हाय झाल्यास पेरिफेरल आर्टेरियल डिजीज होतो यामुळे पायांमध्ये खूप वेदना होऊ शकतात. खास करून जेव्हा तुम्ही चालता तेव्हा या वेदना सतावू लागतात. या वेदना कधी जास्त तर कधी कमी असतात. अचानक उभे राहणे आणि चालणे यामुळे या वेदना वाढतात. तुम्ही अशावेळी आपल्या पायाला काहीसा आराम दिला की या वेदना नाहीश्या होतात. पण पुन्हा चालायला लागले की पुन्हा या वेदना सुरु होतात. बऱ्याचदा एकाच पायात जास्त वेदना होतात.

पेरिफेरल आर्टेरियल डिजीजची लक्षणे

पेरिफेरल आर्टेरियल डिजीज म्हणजे काय हे तर आपण जाणून घेतले. चला तर आता जाणून घेऊया नक्की या आजाराची लक्षणे काय आहेत. तर पायांवरील केस गळायला सुरुवात होणे, पाय सुन्न पडणे किंवा कमजोर होणे, पायांना मुंग्या येणे, पायांवरील जखमा लवकर न भरणे, पायांचा रंग पिवळा किंवा निळा पडणे,पायांचे स्नायू आखडणे या सर्व लक्षणांचा पेरिफेरल आर्टेरियल डिजीजच्या लक्षणांत समावेश होतो. त्यामुळे ही लक्षणे दिसल्यास तत्काळ उपचार घ्या.

बॅड कोलेस्ट्रॉल करते नर्व्ह डॅमेज

कोलेस्ट्रॉल शरीरातील ब्लड शुगर लेव्हल वाढवण्याचे काम करते. तुमच्या कोलेस्ट्रॉलचा स्तर मधुमेह तांत्रिक क्षति मध्ये योगदान करू शकतो. अशावेळी तुमच्या पायांन संवेदना होत नाहीत. त्यामुळे पायांवर कोणतेही घाव दिसून येत नाहीत यामुळे पुढे जाऊन अल्सर विकसीत होऊ शकतो. जर ही परिस्थिती ओढवली तर साहजिक तुमचा त्रास वाढणार आणि उपचारांचा खर्च देखील वाढणार, त्यामुळे या गोष्टीची काळजी घ्या.

या आजारांमुळे वाढते बॅड कोलेस्ट्रॉल

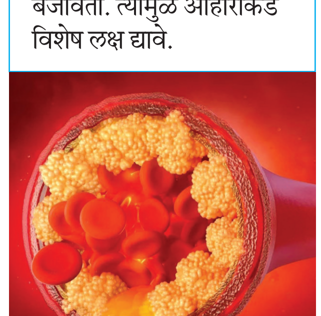
वाढलेल्या कोलेस्टेरॉलच्या पातळीला कारणीभूत ठरणाऱ्या मेडिकल कंडिशन्समध्ये दीर्घकालीन किडनी रोग, मधुमेह, एचआयव्ही/एड्स, हायपोथायरॉईडीझम आणि ल्युपस यांचा समावेश होतो. मुरुम, कर्करोग, उच्च रक्तदाब, अनियमित हृदयाचे ठोके आणि एखादा अवयव ट्रान्सप्लांट केल्यानंतर घेत असलेली काही औषधे यासारख्या इतर काही आरोग्य समस्यांमुळेही कोलेस्टेरॉलची पातळी वाढू शकते.

या एक्सरसाइजमुळे कमी होतं कोलेस्ट्रॉल

हाय कोलेस्ट्रॉल कमी करण्यासाठी एरोबिक हा सर्वोत्तम व्यायाम आहे. याशिवाय, वेगवान चालणे, ब्रिस्क वॉक किंवा जॉगिंग, सायकलिंग, पोहणे, योगासने देखील उच्च कोलेस्ट्रॉलची पातळी कमी करण्याचे काम करतात.

कोलेस्ट्रॉलची पातळी कशी कमी करावी ?

कोलेस्टेरॉलची पातळी कमी करण्यासाठी फळे, भाज्या आणि संपूर्ण धान्य असलेला हेल्दी आहाराची निवड करा. सर्व प्रकारचे प्रक्रिया केलेले आणि पॅकेज केलेले पदार्थ खाणे टाळा. सॉसेज, बिस्किटे आणि पनीर यांसारखे सॅच्युरेटेड फॅटचे प्रमाण जास्त असलेले पदार्थ खाणे टाळा किंवा कमी प्रमाणात खा. याशिवाय हेल्दी बॉडी आणि हेल्दी हृदयासाठी दररोज व्यायाम करणे देखील आवश्यक आहे. धूम्रपान सोडणे आणि कमी अल्कोहोल पिणे देखील आपल्या कोलेस्टेरॉलची पातळी सुधारण्यास मदत करू शकते. हाय कोलेस्ट्रॉलचे निदान झाल्यावर डॉक्टरांच्या सल्ल्याप्रमाणे दिवसाचे नियोजन करावे. वेळेवर झोपावे, वेळेवर उठावे, योगा करावा, शक्य तितका कमी ताण घ्यावा आणि आयुष्य आनंदाने जगण्याचा प्रयत्न करावा. या व्यतिरिक्त आहार सुद्धा हाय कोलेस्ट्रॉल पूर्ववत करण्यास महत्त्वाची भूमिका बजावतो. त्यामुळे आहाराकडे विशेष लक्ष द्यावे.



नाईट शिफ्ट आयुष्याला प्रभावीत करणारी!

अधिक चांगले आयुष्य जगता यावे म्हणून लोक नोकरी किंवा स्वतःचा व्यवसाय करतात. यामुळे केवळ स्वतःचीच नाही तर कुटुंबांची स्वप्ने देखील पूर्ण करता येतात. पण तुम्ही सुद्धा ही गोष्ट मान्य करालच की नोकरी असो की व्यवसाय तो आपल्या पोटापाण्यासाठी आणि जगण्यासाठी एक सकारात्मक स्त्रोत असला तरी त्याचे नकारात्मक परिणाम देखील आयुष्यावर मोठ्या प्रमाणावर दिसून येतात. खास करून नोकरीमध्ये एक अशी गोष्ट असते जी आयुष्यावर एक मोठा प्रभाव टाकू शकते. ती गोष्ट म्हणजे नाईट शिफ्ट होय.

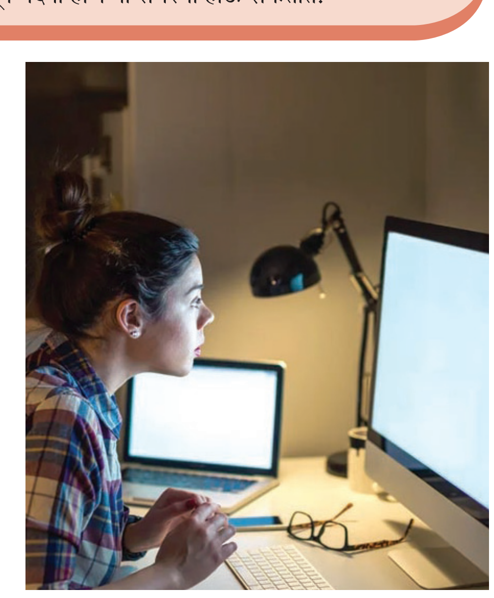
अनेक कंपन्या चोवीस तास सुरू असतात आणि अशावेळी तिथे अनेक जण नाईट शिफ्ट करत असतात. जसे की पोलिस दल, मीडिया, सुरक्षा रक्षक, डॉक्टर इत्यादी. पण तुम्हाला माहित आहे का रात्री जर झोप मिळाली नाही तर त्यामुळे अनेक गंभीर आजारांना आमंत्रण मिळू शकते. नॅशनल स्लीप फाउंडेशनच्या रिपोर्टनुसार, जर नाईट शिफ्ट किंवा कोणतीही दीर्घकाळाची शिफ्ट तुम्ही करत असाल जिथे तुम्हाला पुरेशी झोप मिळत नाही. तिथे झोपेच्या अभावामुळे मेटाबॉलिज्मशी निगडीत आजार, हृदयरोग, जठराचे आजार, लठ्ठपणा आणि काही प्रमाणात कॅन्सरचा धोका उद्भवू शकतो. डॉक्टर असे म्हणतात की, जर तुम्ही रात्री झोपत नसाल तर तुम्हाला अनेक गंभीर आणि जीवघेणे आजार होऊ शकतात. तुम्हाला जर नाईट शिफ्ट करावीच लागत असेल आणि तुमच्याकडे दुसरा कोणता पर्याय नसेल तर तुम्ही या धोक्यांना पूर्णपणे दूर करू शकत नाही. पण अशा काही गोष्टी आहेत ज्या करून तुम्ही यामुळे होणारे वाईट परिणाम कमी करू शकता.

इनफर्टिलिटीची समस्या

नाईट शिफ्ट मध्ये काम करणाऱ्या स्त्रियांना इनफर्टिलिटीची समस्या सतावू शकते कारण नाईट शिफ्ट मध्ये काम केल्याने प्रजनन तंत्रावर परिणाम होऊ शकतो. फ्लाइट अटेंडेंटवर केल्या गेलेल्या एका अभ्यासानुसार गरोदरपणाच्या काळात काम करणाऱ्या फ्लाइट अटेंडेंट मध्ये गर्भपाताची समस्या सामान्य स्त्रियांपेक्षा दुप्पट होती. ननाईट शिफ्ट मध्ये काम केल्याने प्रसूती वेळी कॉम्पलीकेशन्स येणे, प्रजनन समस्या निर्माण होणे, एंडोमेट्रियोसिस, मासिक पाळी वेळेत न येणे आणि मासिक पाळी वेळी खूप वेदना होणे या समस्या होऊ शकतात.

असा करा बचाव

आयुर्वेद तज्ञ सुचवतात की जर तुम्ही नाईट शिफ्ट करत असाल तर तुमची जीवनशैली आणि खाण्याच्या सवयी सुधारणे खूप महत्वाचे आहे. रात्री 8 च्या आधी हलके-फुलके जेवण खाण्याचा प्रयत्न करा. विशेषतः रात्रीच्या वेळी जास्त द्रव पदार्थ पिणे आवश्यक आहे. कारण झोप न मिळाल्यास शरीरात डिहायड्रेशन होते. लक्षात ठेवा रात्रीची शिफ्ट करून घरी गेल्यावर सरळ झोपू नका, आधी थोडा हलका नाश्ता करा, मग झोपा. असे केल्याने रात्रीच्या शिफ्टमुळे झोप न घेतल्याने होणारे दुष्परिणाम कमी करू शकता.



सकेर्डियन रिदम होते डिस्टर्ब

नाईट शिफ्ट मध्ये काम केल्याने शरीराची सकेर्डीयन रिधम किंवा ज्याला 24 तासांचे आंतरिक घड्याळ असे संबोधले जाते अर्थात स्लीप सायकल त्यावर परिणाम होतो आणि यामुळे झोपणे आणि उठणे हे जे चक्र असते ते बाधित होते. यामुळे मधुमेह, हृदय रोग आणि लठ्ठपणा यांसारख्या समस्या सतावू शकतात. एनआयएचमध्ये प्रकाशित एका अहवालानुसार, असे समजले की रात्रीच्या वेळी खाल्ल्याने, जसे की अनेक नाईट शिफ्टवाले काम करताना खातात तर त्यामुळे शरीराची साखर, ग्लोकोन आवशोषित करण्याची क्षमता कमी होत जाते.

मानसिक स्वास्थ बिघडते

नाईट शिफ्टमध्ये काम करणाऱ्या लोकांमध्ये सामान्य लोकांच्या तुलनेत मानसिक स्वास्थ बिघडल्याचे प्रमाण अधिक दिसून येते. त्यांच्यात या बद्दलची लक्षणे सुद्धा ठळकपणे दिसतात. नाईट शिफ्ट मध्ये काम केल्याने सरळ मस्तिष्कावरील रसायनावर परिणाम होतो. 2007 साली केल्या गेलेल्या एका अभ्यासात असे दिसून आले की दिवसा काम करणाऱ्या लोकांच्या तुलनेत रात्रीच्या वेळी काम करणाऱ्या लोकांमध्ये सेरोटोनिनचा स्तर खूप कमी होता. हे एक असे रसायन आहे जे मूड ठीक ठेवण्यास महत्त्वपूर्ण भूमिका बजावते.

हृदय रोगाचा धोका

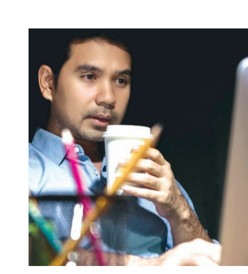
Webmd च्या अनुसार, नाईट शिफ्टमध्ये काम केल्याने हृदय रोगाचा धोका हा 40 टक्क्यांनी वाढतो. एका अभ्यासात असे दिसून आले आहे की नाईट शिफ्टमध्ये काम करणाऱ्या लोकांमध्ये दर पच वर्षांनी स्ट्रोकचा धोका 5 टक्क्याने वाढतो. परंतु 15 वर्षे सतत नाईट शिफ्ट करणाऱ्या लोकांमध्येच असा स्ट्रोकचा धोका दिसून आला आहे. त्यामुळे तुम्ही अधिकाधिक वर्षे फक्त नाईट शिफ्ट करत असला तर मात्र तुम्हाला तुमच्या आरोग्याची शक्य तितकी काळजी घेतली पाहिजे.

मेटाबॉलिक सिंड्रोमचा धोका

रात्रीच्या शिफ्टमध्ये काम करणाऱ्यांना मेटाबॉलिक सिंड्रोमचा धोका जास्त असतो. मेटाबॉलिक सिंड्रोम हे हाय ब्लड प्रेशर, हाय ब्लड शुगर, लठ्ठपणा आणि अनहेल्दी कोलेस्ट्रॉल पातळी यासारख्या आरोग्य समस्यांचे मिश्रण आहे. हे मधुमेह, हृदयविकाराचा झटका आणि हार्ट स्ट्रोकसाठी एक गंभीर जोखीम घटक आहे.

गंभीर गॅस्ट्रोइंटेस्टाइनल समस्या

रात्रीच्या शिफ्टमध्ये काम केल्याने पेप्टिक अल्सरचा धोका वाढतो. यामुळे सामान्य GI लक्षणांचा धोका वाढतो (जसे की मळमळ, जुलाब आणि बद्धकोष्ठता) आणि शक्यतो काही प्रकारचे कार्यात्मक आंत्र रोगचा धोका अधिक असतो.



कानांचे विकार वाढलेत... इअरफोन कारणीभूत!

अलीकडेच कानांचे विकार मोठ्या प्रमाणात वाढत असल्याचे दिसून आले आहे आणि त्याला मोठ्या प्रमाणात होत असलेला इअरफोनचा वापर कारणीभूत ठरतानाही दिसून येत आहे. कशाप्रकारे ही समस्या बहिरेपणाला आमंत्रण देत आहे, हे जाणून घेऊया...

ऐकण्याची क्षमता होते कमी

सध्या वर्क फ्रॉम होम, ऑनलाईन सुरू असलेल्या शाळा, घरबसल्या वेब सिरीज पाहणे, सतत फोन सुरू असणे आणि त्याकरिता तासन्तास इअरफोन्सचा वापर करण्याचे प्रमाण हल्ली वाढत चालले आहे. यामुळे डोके दुखी, कान दुखणे अशा समस्या पहायला मिळतात. यासाठी तज्ञांचा वेळीच सल्ला घेणे गरजेचे असून इअरफोनचा वापर कमी करणं गरजेचं आहे. इअरफोनच्या नियमित वापरामुळे ऐकण्याची क्षमता कमी होते. कानाचा पडदा वायब्रेट व्हायला लागतो. दूरचा आवाज ऐकण्यात त्रास होतो. यामुळे तुम्हाला बहिरेपणा देखील येऊ शकतो. तसेच कान दुखणे, डोकेदुखी, झोप न येणे अशा समस्या उद्भवतात.

कानात जीवाणूंची वाढ

सततच्या वापराने जीवाणूंची वाढ होऊन कानात मळ साठू शकतो. इअरफोनमधून निघणारे चुंबकीय तरंग मेंदूला नुकसान पोहोचवून त्यावर वाईट परिणाम करू शकतात. हेडफोन वापरण्याने कानाच्या बाहेरील भागात त्वचेचा संसर्ग होतो. कानाच्या त्वचेला रॅश येणे, त्वचेला फोड येणे, कानात बुरशी होणे, तयार झालेला मळ बाहेर न पडणे अशी लक्षणे दिसू लागतात. कानाच्या आतील भागात आवाज प्रदूषणामुळे बहिरेपणा वाढण्याचा धोका आहे.

दुसऱ्याचे हेडफोन्स वापरू नका

दुसऱ्या व्यक्तीने वापरलेले हेडफोन्स स्वच्छ करून मगच त्याचा वापर करा. जेणेकरून कानाचा संसर्ग पसरणार नाही. इअरफोन्सचा वापर कानांसोबत हृदयालाही नुकसानदायी होऊ शकते. मोठ्या आवाजात गाणी ऐकल्यामुळे हृदयविकाराचा झटका किंवा स्ट्रोक येण्याची शक्यता वाढू शकते. यावर एकमेव उपाय म्हणजे इअरफोनचा वापर कामाशिवाय करणे टाळणे किंवा कमी करावा.

मोठ्या आवाजात गाणी ऐकल्याने त्रास

इअरफोन कानात घालून मोठ्या आवजात गाणी एकल्याने मानसिक ताण वाढू शकतो. इअरफोनच्या अतिवापरामुळे कानाच्या पडद्याला हानी पोहोचते. अधिक वेळ इअरफोनच्या वापराने कानातील पेशी मृत होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. या दुष्परिणामांच्या पार्श्वभूमीवर पालकांनी आपल्या मुलांना इअरफोन वापरापासून परावृत्त करणं गरजेचं आहे.

कानाच्या विकाराचा धोका

मोठ्यांनीही कानाच्या विकाराचा धोका समजून घेत इअरफोनचा वापर करणे आवश्यक आहे. जास्त वेळ इअरफोनचा वापर केल्यास कानात हवा जाण्याच मार्ग राहत नाही आणि त्यामुळे कानात संसर्ग होऊन त्याचा परिणाम श्रवणशक्तीवर होऊ शकतो.

शॉर्ट न्यूज

रांजणगावच्या सरपंचपदी संध्या देशमुख

पारनेर : तालुक्यातील, सुपा जिल्हा परिषद गटातील रांजणगाव मशिद हे गाव मोठ्या लोकसंख्येचे गाव असुन अतिसंवेदनशिल गावामध्ये समावेश आहे. राहुल शिंदे पाटील यांच्या मार्गदर्शनाखाली बिनविरोध निवड प्रक्रिया होऊन संध्याताई महेश देशमुख यांची सरपंचपदी, तर शिवाजी वसंत शिंदे यांची उपसरपंचपदी निवड करण्यात आली. त्यांच्या निवडीने गावात आनंदोत्सव साजरा करण्यात आला. त्यांच्या निवडीचे स्वागत सेवा सोसायटीचे चेअरमन, व्हाईस चेअरमन, ग्रामपंचायत सदस्य, राहुल पाटील शिंदे मित्र मंडळ, सावतामाळी मित्रमडळ याच्या वतीने स्वागत करण्यात आले.

राहाता बाजार समितीत सोयाबीनला ४४०० रुपये भाव

राहाता : बाजार समितीत सोयाबीनला सरासरी ४४०० रुपये भाव मिळाला. सोयाबीनची २ क्विंटलची आवक झाली. सोयाबीनला सरासरी ४४०० रुपये. गव्हाला कमीत कमी २४९१ रुपये, जास्तीत जास्त २८०० रुपये तर सरासरी २६५० रुपये. ज्वारीला किमान १८५० रुपये, जास्तीत जास्त २०३० रुपये, तर सरासरी १९५० रुपये भाव मिळाला. हरभरा (डंकी) सरासरी ५३०० रुपये भाव मिळाला. बाजरी कमीत कमी २२०० रुपये, जास्तीत जास्त २२४० रुपये, तर सरासरी २२२० रुपये. मकाला सरासरी २३०० रुपये भाव मिळाला.

खेमनर यांना जीवन गौरव पुरस्कार प्रदान

राहुरी : जय मल्हार शैक्षणिक बहुउद्देशीय सामाजिक संस्था व यशवंत सेना महाराष्ट्र राज्य यांच्या संयुक्त विद्यमाने राज्यस्तरीय जीवन गौरव पुरस्काराचे आयोजन करण्यात आले होते. या कार्यक्रमामध्ये राहुरी तालुक्यातील गोटुंबे आखाडा येथिल रहिवासी व पत्रकार रमेश खेमनर यांना राज्यस्तरीय अहिल्यादेवी होळकर जीवन गौरव - २०२४ पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले. पत्रकार रमेश खेमनर यांच्या सामाजिक व पत्रकारिता क्षेत्रातील उल्लेखनिय कार्याबद्दल हा पुरस्कार प्रदान करण्यात आला आहे. या पुरस्कारा बद्दल खेमनर यांचे अभिनंदन होत आहे.

वंचितच्या प्रवक्तेपदी उत्कर्षा रुपवते

अकोले : वंचित बहुजन आघाडीच्या प्रवक्तेपदी पक्षाच्या युवा नेत्या उत्कर्षा रुपवते यांची नियुक्ती करण्यात आली आहे. वंचित बहुजन आघाडीचे प्रमुख प्रकाश आंबेडकर यांनी शनिवारी सहा प्रवक्त्यांची नियुक्ती केली. त्यामध्ये उत्कर्षा रूपवते यांचा समावेश आहे. या नियुक्तीबद्दल बोलताना उत्कर्षा रूपवते म्हणाल्या, प्रकाश आंबेडकर आणि पक्षाच्या प्रदेशाध्यक्षा रेखाताई ठाकूर यांनी जो विश्वास माझ्यावर दाखवला त्याबद्दल मी त्यांची ऋणी आहे. पक्षाने माझ्यावर दाखवलेला विश्वास सार्थ ठरवेल, असे त्यांनी सांगितले.

बैलगाडीत वाळू भरताना एकास पकडले

संगमनेर : शहरातील बागवान मळ्याजवळ लोखंडी बैलगाडीत अवैधरीत्या वाळू भरताना एकास संगमनेर शहर पोलिसांनी शनिवारी (ता. २९) पहाटे साडेपाच वाजता पकडले. त्याच्याकडून लोखंडी बैलगाडी व वाळू असा १५ हजार ८०० रुपयांचा मुद्देमाल ताब्यात घेऊन गुन्हा दाखल केला आहे. पथकाने पहाटे साडेपाच वाजता घटनास्थळी जाऊन लोखंडी बैलगाडीत वाळू भरताना गणेश गोफणे (वय ३८, रा. भीमनगर, संगमनेर) यास पकडले.

नगर जिल्ह्यात खरिपाच्या ७२ टक्के पेरण्या पूर्ण

सर्वाधिक पेरणी शेवगाव तालुक्यात

नगर : प्रतिनिधी

जिल्ह्यात यंदा सुरूवातीलाच समाधानकारक पाऊस झाला. परिणामी आजमितीला नगर जिल्ह्यात ७२.७२ टक्के म्हणजेच सरासरी क्षेत्राच्या ४ लाख २१ हजार हेक्टरवर खरीप हंगामातील पेरण्या पूर्ण झाल्या आहेत. यामुळे बळीराजाच्या चेहर्यावर समाधान आहे. यंदा जिल्ह्यात खरीप हंगामातील पेरण्या लवकर आटोपणार असून १५ जुलैपर्यंत सर्वसाधारणपणे हंगामातील पेरण्याचा कालावधी आहे, असे कृषी विभागाकडून सांगण्यात आले.

जिल्ह्यात सर्वाधिक पेरणी

शेवगाव तालुक्यात १०४ टक्के आहे. जामखेड तालुक्यात ९५ टक्के, तर कर्जत तालुक्यात ९१ टक्के पेरण्या झालेल्या आहेत. नेवासे तालुक्यात कपाशी लागवडीचे क्षेत्र वाढत असून याठिकाणी ८८ टक्के पेरण्या झालेल्या आहेत. दुसरीकडे अकोले तालुक्यात पावसाचे प्रमाण कमी असून पेरणी देखील २९.९९ टक्के, राहाता ३३.८८ टक्के, कोपरगाव ४९.२९ टक्के आणि संगमनेर तालुक्यात ५२.६२ टक्के पेरण्या झालेला आहे.

पाथर्डी परिसरात रस्ता लूट करणारे चार आरोपी जेरबंद

स्थानिक गुन्हे शाखेची कामगिरी

नगर : प्रतिनिधी

पाथर्डी परिसरात रस्ता लूट करणाऱ्या चार आरोपींना स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने जेरबंद केले. अक्षय अशोक डमाळे (वय २०, रा. शिरसाठवाडी, ता. पाथर्डी), रोहित रमेश कराळे (वय २२), अभिषेक सीताराम पवार (वय १९, दोघे रा. धामणगाव, ता. पाथर्डी) व एक विधीसंघर्षीत बालक यांचा जेरबंद आरोपींत समावेश आहे.

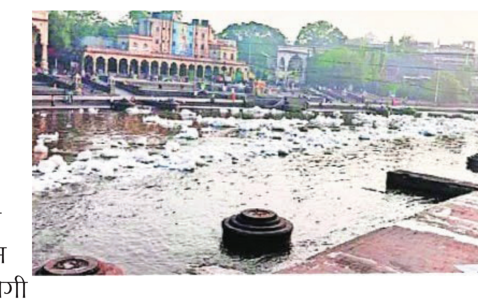
१४ जून रोजी ज्ञानदेव सूर्यवंशी हे सफरचंद टॅम्पोमध्ये घेऊन मिरजगाव वरून पाथर्डीला निघाले होते. त्यांचा टॅम्पो माणिकदौंडी घाट (ता. पाथर्डी) येथे आला असता दुचाकींवरून आलेल्या चार जणांनी त्यांच्या टॅम्पोवर दगडफेक केली. तसेच टॅम्पोला दुचाकी आडवी लावली. सूर्यवंशी यांच्या मित्राला चाकूचा धाक दाखवून २२ हजार रुपये रोख व दोन मोबाईल बळजबरीने नेले. या संदर्भात सूर्यवंशी यांनी पाथर्डी पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली. यावरून पोलिसांनी जबरी चोरीचा गुन्हा दाखल करून घेतला.

जिल्हा पोलीस अधीक्षक राकेश ओला यांनी या प्रकरणाचा समांतर तपास स्थानिक गुन्हे शाखेकडे सोपविला होता. त्यानुसार स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने तांत्रिक पुरावे गोळा करण्यास सुरूवात केली. त्यावेळी पथकाला माहिती मिळाली की, ही चोरी अक्षय डमाळे व त्याच्या साथीदारांनी केली आहे. ते सध्या पाथर्डी ते धामणगाव देवी रस्त्यावरील वनदेव डोंगरामध्ये रस्त्याच्या कडेला बसलेले आहेत. त्यानुसार पथकाने छापा टाकला असता चार आरोपी जेरबंद करण्यात आले तर सुधीर रावसाहेब कराळे हा आरोपी पसार झाला. त्याचा शोध पथक घेत आहे. पथकाने जेरबंद आरोपींकडून पाच मोबाईल व एक दुचाकी असा एक लाख ३५ हजार रुपयांचा मुद्देमाल हस्तगत केला. पथकाने जेरबंद आरोपींना पुढील तपासासाठी पाथर्डी पोलिसांच्या ताब्यात दिले आहे.

वाचकांच्या लेखणीतून

हीच एक आशा!

इंद्रायणी नदी प्रदूषण मुक्त करण्यासाठी समन्वय समिती असावी, असे ज्ञानेश्वर महाराज पालखी सोहळा प्रमुख योगी निरंजननाथ यांचे वक्तव्य वाचनात आले. पंढरपूरच्या आषाढी वारीसाठी होणारा संत ज्ञानेश्वर महाराज पालखी सोहळा तोंडावर येऊन ठेपला आहे. इंद्रायणी नदीच्या पात्रात रसायनमिश्रित पाण्याचा तवंग जमा झालेला आहे. त्यामुळे येथील ग्रामस्थांच्या, भक्त भाविकांच्या (आणि पशुपक्ष्यांच्याही) आरोग्याला धोका पोहोचत आहे. तशात नदीपात्रात जलपर्णी वनस्पती वाढल्यामुळे इंद्रायणीचा श्वास गुदमरला आहे. अशी खंत योगी निरंजननाथ यांनी व्यक्त केली आहे. आळंदी ग्रामस्थ, देवस्थान आणि नदी प्रदूषण मुक्तीसाठी काम करणाऱ्या सामाजिक संघटनांनी एक समिती स्थापन करावी. परिस्थितीचा दर तीन महिन्यांनी आढावा घेतला जावा, असेही त्यांनी मत व्यक्त केले आहे.



अजितदादा पवार पूर्वी महाविकास आघाडीत उपमुख्यमंत्री असताना त्यांच्याकडेही या बाबतीत तक्रार करण्यात आली होती. त्यांनी प्रशासकीय अधिकाऱ्यांना तसे आदेशही दिले होते. पारनेर दर्शन दैनिकात (जून २०२३) इंद्रायणी नदीला काळ्या पाण्याची शिक्षा? या मथळ्याचा माझा एक लेखसुध्दा प्रकाशित झाला होता. परंतु काहीच मार्ग निघाला नाही. आजही विद्यमान सरकारात अजितदादा उपमुख्यमंत्रीच आहेत. इंद्रायणीच्या प्रदूषणाची समस्याही तशीच टिकून आहे. ते काहीही असले तरी इंद्रायणीच्या समस्येचे निराकरण होणे महत्त्वाचे आणि तातडीचे आहे.

ऐ नाख़ुदा सफ़ीने का अब कोई ग़म न कर।
हम फ़र्ज़ कर चुके हैं कि साहिल न रहा।।

अदम साहेब म्हणतात, हे नाविका, आता होडी बुडण्याचे दु:ख करू नकोस. आता किनाराच राहिला नाही हे आम्हाला कळून चुकले आहे! असे म्हणण्याची आळंदीकरांवर वेळ येऊ नये, हीच एक आशा!

नाना ढवळे
८२८६९१३२२३
निघोज, ता. पारनेर,
जि. अहमदनगर.

दिलीप सातपुतेंना हटवले, जाधव शिवसेना शहरप्रमुख

नगर : प्रतिनिधी

आगामी विधानसभा निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर नगर शहर शिवसेनेत (शिंदे गट) मोठा बदल करण्यात आला आहे. शहर शिवसेना प्रमुख दिलीप सातपुते यांना नगर शहर प्रमुख पदावरून हटविण्यात आले असून मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या आदेशानुसार नगर शहराच्या शहर प्रमुखपदी सचिन जाधव यांची शिवसेनेचे सचिव भाऊसाहेब चौधरी यांनी नियुक्ती केली आहे.

एकनाथ शिंदे यांच्या नेतृत्वाखाली आमदारांनी उद्धव ठाकरे यांची साथ सोडून भाजपाशी हातमिळवणी केली. त्यानंतर पक्ष व चिन्ह शिंदे गटाला मिळाले. त्यानंतर दिलीप सातपुते यांची नगर शहरप्रमुख म्हणून नियुक्ती करण्यात आली होती. आता आगामी विधानसभा निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर शहर संघटनेत फेरबदल करण्यात आले असून संपर्क प्रमुख पदाची धुरा सांभाळणारे सचिन जाधव यांच्यावर नगर शहरप्रमुख म्हणून जबाबदारी सोपवण्यात आली आहे.

एक वर्षासाठी ही नियुक्ती करण्यात आल्याचे आदेशात म्हटले आहे. दरम्यान, शहरात संघटना बांधणीसाठी प्रयत्न करणार आहे. तसेच, नगर शहर हा शिवसेनेचा बालेकिल्ला असल्याने नगरची जागा शिवसेनेला मिळावी, यासाठी पक्षाकडे आग्रह धरणार असल्याचे जाधव यांनी सांगितले.

पंकजा मुंडे विधानपरिषदेवर भाजपाकडून ५ जणांना उमेदवारी जाहीर

मुंबई : प्रतिनिधी

भारतीय जनता पक्षाने विधानपरिषदेसाठी ५ जणांची यादी जाहीर केली आहे. माजी मंत्री पंकजा मुंडे यांचा यांना भाजपाने उमेदवारी दिली आहे. पंकजा मुंडेंसह परिणय फुके, अमित बोरखे, योगेश टिळेकर आणि सदाभाऊ खोत यांना भाजपाने उमेदवारी दिली आहे.

माजी मंत्री पंकजा मुंडे यांचा गेल्या विधानसभा निवडणुकीत पराभव झाला होता. त्यानंतर सातत्याने त्यांचे राजकीय पूनर्वसन करण्यात या अशी मागणी पंकजा समर्थकांकडून करण्यात येत होती. यावर्षी झालेल्या बीड लोकसभा निवडणुकीत पंकजा यांना उमेदवारी देण्यात आली होती. अत्यंत अटीतटीच्या या निवडणुकीत पंकजा यांचा राष्ट्रवादी काँग्रेस शरदचंद्र पवार गटाच्या बजरंग सोनवणे यांनी पराभव केला होता.

शिवसेनेला धक्का

येत्या १२ जुलै रोजी विधानपरिषदेसाठी मतदान आणि मतमोजणी पार पडणार आहे. विधानसभा संख्येनुसार भाजपा पाचा जागा लढवू इच्छितो. तर एकनाथ शिंदे शिवसेना आणि एनसीपी अजित पवार प्रत्येकी दोन जागा, असे गणित आहे. पण, शिवसेनेने भाजपाच्या कोट्यातील एक जागा मागितली होती. मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी दिल्ली भाजपा नेत्या सोबत संवाद करून भाजपा कोट्यातून एक जागा मिळावी अशी अपेक्षा व्यक्त केल्याची माहिती सूत्रांनी दिली होती. पण, भाजपाने शिवसेनेला धक्का देत पाच उमेदवारांची नावे जाहीर केली आहेत.

निवडणुकांमुळे त्यांना लाडकी बहीण-भाऊ आठवतात

उशिरा का होईना सरकारला जाग आली ■ सुप्रिया सुळेंचा अजितदादांना टोला

पुणे : प्रतिनिधी

निवडणुका आल्यामुळे सध्या त्यांना लाडकी बहीण-भाऊ हे सगळे आठवू लागले आहेत असा टोला राष्ट्रवादीच्या शरद पवार गटाच्या खासदार सुप्रिया सुळे यांनी उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांना लगावला आहे. सुप्रिया सुळे यांनी सदानंद सुळे यांच्यासह रविवारी तुकाराम महाराजांच्या पालखीचे दर्शन घेतले. यावेळी त्यांनी प्रसार माध्यमांशी संवाद साधला आहे.

मंगलमय वातावरणामध्ये पालखीचे पुण्यात आगमन होत आहे. संपूर्ण महाराष्ट्रामध्ये पाऊस पडू दे आणि अडचणीत आलेला बळीराजाला न्याय मिळू दे असे साकडं विठुरायाला घातल्याचे सुप्रिया सुळे यांनी सांगितले.

राज्य सरकारकडून नुकताच अर्थसंकल्प सादर करण्यात आला. यामध्ये लाडकी बहीण योजनेची घोषणा करण्यात आली. यावर सुप्रिया सुळे यांनी खोचक भाष्य केले आहे. निवडणुका आल्यामुळे सध्या त्यांना लाडकी बहीण-भाऊ हे सगळे आठवू लागले आहेत. उशीरा का होईना सरकारला जाग आली. मात्र, या योजनेमध्ये खूप सार्या त्रुटी राहिल्या आहेत. त्याचा अभ्यास आम्ही करत आहोत. परत याबाबतची भूमिका आम्ही स्पष्ट करू. जुमलांचा पाऊस हा बजेटमधून अपेक्षितच होता. त्यामुळे वेगळं काही या बजेटबाबत वाटत नाही, असे सुप्रिया सुळे यांनी स्पष्ट केले.

बीडमधील परळीमध्ये सरपंचाची हत्या करण्यात आली. यावरून सुप्रिया सुळे यांनी उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्यावर निशाणा साधला आहे. त्या म्हणाल्या, एक ते सव्वा वर्षापासून मी गृहमंत्रालयाच्या कारभारावर बोलत आहे. पोलिसांवर माझं प्रचंड प्रेम आदर आणि विश्वास आहे. मात्र, गृहमंत्रालयाचा अतिशय भोंगळ कारभार सुरू आहे. हे अत्यंत दुर्दैवी आहे. राज्यातील क्राइम रेट वाढला असून त्यावर गृह मंत्रालयाचे नियंत्रण राहिले नाही. त्यामुळे सबंध महाराष्ट्रभर कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न निर्माण झाला आहे, असे सुप्रिया सुळे म्हणाल्या.

सुरभि हॉस्पिटल, अहमदनगर येथील
स्त्रीरोग तज्ज्ञ आपल्या परिसरामध्ये
प्रत्येक बुधवारी भाळवणी येथे वेळ 10 ते दुपारी 2

डॉ. सुलभा पवार
एम.बी.बी.एस. (बी.जे. पुणे), डि.जी.ओ. (मुंबई)
स्त्री आरोग्य तज्ज्ञ

● प्रसूती विभाग
- प्रसूती पूर्व तपासणी
- संपूर्ण प्रसूती उपचार
- अति जोखमेचे बाळंतपण (High Risk Pregnancy)

● गर्भपिशवीचे आजार
- अंगावरून पांढरे किंवा लाल जाणे
- गर्भपिशवी मध्ये असणाऱ्या गाठी
- गर्भपिशवीच्या मुखांचे आजार

● Infertility वंधत्व उपचार
- वारंवार होणारे गर्भपात,
- लग्नानंतर अनेक वर्ष गर्भधारणा न होणे,
- पहिल्या गर्भधारणेनंतर दुसऱ्या गर्भधारणेला अडचण येणे,
- टेस्ट ट्यूब बेबी (IVF) किंवा IUI उपचार

● स्तनांचे आजार आणि उपचार
● PCOS आणि मासिक पाळीच्या समस्या
● सरकारमान्य गर्भपात आणि कुटुंब नियोजन शस्त्रक्रिया

सर्व शस्त्रक्रिया ॲडव्हान्स लॅप्रोस्कोपी सर्जरीद्वारे
(म्हणजेच बिन टाक्याच्या आणि दुर्बिणीच्या)

पत्ता: डॉ. मते यांचे नित्यसेवा हॉस्पिटल, भाळवणी, ता. पारनेर
नाव नोंदणीसाठी संपर्क: 9545257575, 7030939211

जय नेताजी मल्टीपर्पज एज्युकेशन ट्रस्ट, संचलीत
नोंदणी क्र. महा. ३९६/२२
न्यु सह्याद्री अकॅडमी
स्वप्न तुमचे मार्गदर्शन आमचे
मुला-मुलींसाठी राहण्याची व जेवणाची उत्तम व्यवस्था
एकदा या बघा खात्री करा व मगच प्रवेश घ्या...!
आर्मी / पोलीस भरती व सरळ सेवा परीक्षेतील भरघोस यशा नंतर MPSC च्या क्षेत्रात दमदार पदार्पण
MPSC FOUNDATION COURSE
PSI | STI | ASO | TAX ASST |
MPSC लिपीक
NEW BATCH STARTING
ADMISSION OPEN
निवासी/अनिवासीची सोय
स्वतंत्र मुलींची बॅच

मेजर भगवान नांगरे सर

आमची वैशिष्ट्ये
- १ डिसेंबर पासुन नवीन बॅचला सुरुवात
- एकदम डिजीटल पद्धतीने लेक्चर हॉल
- प्रत्येक विषयाला अनुभवी शिक्षक
- मुलींसाठी व मुलांसाठी स्वतंत्र होस्टेल व मेस सुविधा
- अत्याधुनिक व सुसज्य अशी अभ्यासिका
- PSI या पदासाठी स्वतंत्रपणे ग्राऊंडची व्यवस्था
- पहिले ५ दिवस फ्रि डेमो लेक्चर

ॲडमिशन ओपन

9850046500 | 9834935396 | 9822821095
आमचा पत्ता : स्टारलाईट कंपनी समोर, बडोदा बँक शेजारी, बजाजनगर, छत्रपती संभाजीनगर

पिंपरीच्या पाललोटची नागालॅण्डच्या पाहुण्यांना भुरळ!

लोकसहभागातून उभे राहिलेले काम पाहून पाहुणे थक्क

निघोज : संदीप इधाटे

पिंपरीजलसेनमधील ग्रामस्थांनी लोकसहभागातून उभ्या केलेल्या पाणलोट क्षेत्र विकासाची नागालॅण्डमधील पाहुण्यांना भुरळ पडली असून ग्रामस्थांनी एकत्र येत केलेले हे काम पाहून पाहुणे थक्क झाले.

पर्जन्यछायेखाली असलेल्या पारनेर तालुक्यातील पिंपरीजलसेन या गावातील ग्रामस्थांनी जिल्हा बँक तसेच जी. एस.महानगर बँकेच्या संचालिका गीतांजली शेळके यांच्या नेतृत्वाखाली एकत्र येत डोंगर माथ्यावर पडणारे वाहून जाणारे पाणी अडविण्याचे पथदर्शी काम उभे केले आहे. ग्रामस्थांनी एकत्र येत केलेले श्रमदान, त्यातून उभ्या राहिलेल्या कामातून ग्रामस्थांची असामान्य ताकद पहावयास मिळाल्याचे नमुद करून हिच उर्जा सोबत घेऊन असेच काम नागालॅण्डमध्ये उभे करण्याची खूणगाठ या पाहुण्यांनी पिंपरीजलसेनहून परतताना बांधली.

नागालॅण्ड सरकारच्या जमीन आणि संसाधन पाणलोट क्षेत्र विकास विभागाच्या शिष्टमंडळाने पिंपरीजसेनला भेट देत विविध ठिकाणच्या पाणलोट क्षेत्र विकासाची पाहणी करून माहीती घेतली. ग्रामस्थांच्या वतीने पारंपारीक फेटे बांधून पाहुण्यांचे स्वागत करण्यात आले. या शिष्टमंडळाने पिंपरीजलसेनमधील प्राथमिक व माध्यमिक शाळांना भेटी देऊन विद्यार्थ्यांशी संवाद साधला. यावेळी गावातील ग्रामपंचायात सदस्य, तंटामुक्ती समितीचे पदाधिकारी, पाणी फाउंडेशनचे पदाधिकारी उपस्थित होते. शिष्टमंडळामध्ये सनी किनोन, गुंभाई लोटा, अममो नगलू, तेजा, सिमोन, किकोंग, अल्बन व विक्रम फाटक यांचा समावेश होता.

गावाचा अभिमान

पाणलोट क्षेत्र विकास झाल्यामुळे आमच्या गावाने शेतीमध्ये चांगली प्रगती साधली आहे. डोंगर माथ्यावर पडणारे पावसाचे पाणी आम्ही वेगवेगळया मार्गाने अडविल्याने शेती तसेच पिण्याच्या पाण्याचा प्रश्न मार्गी लागला आहे. शेतीपुरक उद्योग असलेल्या दुग्धव्यवसायची भरभराट होउन पशुधनामध्ये कमालीची वाढ झाली आहे. राळेगणसिध्दी, हिवरेबाजारमध्ये पाणलोट क्षेत्र विकासाचे भरीव काम झाले आहे. या दोन गावांपाठोपाठ पिंपरीजलसेनचे काम पाहण्यासाठी राज्यातील, परराज्यातील शिष्टमंडळे गावास भेट देतात, या कामातून पेरणा घेउन जातात ही आम्हा सर्व ग्रामस्थांसाठी अभिमानाची गोष्ट आहे.

गीतांजली शेळके
संचालक, जिल्हा बँक, जीएस महानगर बँक

पाणलोट क्षेत्राचा शिष्टमंडळाकडून अभ्यास

पाणी फाउंडेशनच्या वतीने घेण्यात आलेल्या वॉटर कप स्पर्धेमध्ये पिंपरीजलसेन गावाने सहभाग नोंदवून पाणलोट क्षेत्र विकासाची भरीव कामे केली आहेत. या कामांचा या शिष्टमंडळाने अभ्यास केला. सलग समतलचर, नाला बंडिंग, सीसीटी, माती बंधारे, गॅबीयन बंधारे, विहीर पुनर्भरण यासह मियावाकी जंगल ही कामे राबविण्यात आली आहेत.

पिंपरीच्या भेंडीला परदेशात मागणी !

गटशेती स्पर्धेतील तालुका स्तरीय विजेत्या रोकडोबा शेतकरी गटाला या शिष्टमंडळाने भेट दिली. या गटातील शेतकऱ्यांनी भेंडी या पिकाचे विषमुक्त उत्पादन केले. या भेंडीचे उत्पादन परदेशात विकले गेले. या गटाच्या गटशेतीविषयी शिष्टमंडळाने माहिती घेत कौतुकही केले.

कॉमनवेल्थ स्कॉलरशिपसाठी म्हस्केवाडीच्या अक्षदाची निवड

■ स्कॉलरशिप मिळविणारी अक्षदा भारतातातील पाहिली विद्यार्थीनी ■ खा. नीलेश लंके यांच्याकडून कौतुक

चोंभूत : प्रतिनिधी

तालुक्यातील म्हस्केवाडी येथील अक्षदा सत्यवान म्हस्के हीची कॉमनवेल्थ स्प्लिट-साईट स्कॉलरशिपसाठी निवड झाली असून इंग्लंड येथील युनिव्हर्सिटी ऑफ सेंट्रल लँकेशायर येथे ती तिच्या पुढील सत्राचा अभ्यास तसेच संशोधन करणार आहे. अक्षदा हिने मिळविलेल्या या स्कॉलशिपबद्दल खासदार नीलेश लंके यांनी तिचे कौतुक केले आहे.

औषधनिर्मिती शास्त्र या विषयात देशातील सर्वात मोठी संस्था म्हणून ओळख असलेल्या उत्तरप्रदेशातील रायबरेली येथील नॅशनल इन्टिट्यूट ऑफ फार्मास्युटिकल एज्युकेशन अ‍ॅन्ड रिसर्च येथे अक्षदा ही पीएचडी करत आहे. पीएचडीचा अभ्यास सुरू असतानाच तिला ही मानाची स्कॉलरशिप मंजुर झाली आहे.

अक्षदा हिच्या या अभ्यासक्रमासाठीच्या शिष्यवृत्तीचा खर्च इंग्लंड सरकारच्या वतीने करण्यात येणार असून भारत सरकारच्या रायबरेली येथील संस्थेतून अशा प्रकारे निवड होणारी ती भरतातील पहिली विद्यार्थीनी ठरली आहे. भारत सरकारच्या रसायने आणि खते मंत्रालयाच्या वतीने अक्षदा हिला शिष्यवृत्ती देऊन यापूर्वी गौरविण्यात आलेले आहे.

अक्षदा हिचे वडील सत्यवान म्हस्के व आई सुरेखा म्हस्के हे दोघेही जुन्नर जिल्हा पुणे येथे प्राथमिक शिक्षक म्हणून कार्यरत आहेत. ती किसन सखाराम म्हस्के यांची नात, विघ्नहर देवस्थान ट्रस्टचे संचालक रामदास म्हस्के यांची पुतणी आहे. विघ्नहर देवस्थान ट्रस्टचे अध्यक्ष भाऊसाहेब गोरडे, गोविंद साबळे, सरपंच किरण पानमंद, शिवाजी म्हस्के, सुदाम म्हस्के, संदीप म्हस्के, रामदास म्हस्के, माधवशेठ गोरडे, नकुल म्हस्के, संजय गोरडे, नवनाथ म्हस्के, विलास म्हस्के, आदिनाथ म्हस्के, सावळेराम खडके, महेश खणकर, सुनील पानमंद यांनी अक्षदा हिचे अभिनंदन केले.

अभिमानाची व आनंदाची बाब

अक्षदा म्हस्के हिला इंग्लंडमधील कॉमनवेल्थ स्प्लिट साईट स्कॉलरशिप जाहिर झाली असून ही आम्हा सर्वांसाठी अतिशय अभिमानाची व आनंदाची बाब आहे. अक्षदाच्या यशबद्दल तिचे हार्दिक अभिनंदन व पुढील वाटचालीसाठी खुप खुप शुभेच्छा.

नीलेश लंके
खासदार

रेशनकार्डच्या अडवणूकीबाबत मनसे आक्रमक; तिव्र आंदोलन छेडण्याचा इशारा

सुपा : प्रतिनिधी

तालुक्यातील नागरीकांना नवे रेशनकार्ड देताना तसेच रेशनकार्ड संदर्भातील विविध कामांमध्ये पुरवठा विभाग तसेच सेतू चालकांकडून अडवणूक होत असून त्यासाठी मोठया रकमा उकळल्या जात असल्याचा आरोप महाराष्ट्र नवनिर्माण सेनेच्या वतीने करण्यात आला असून त्या विरोधात तिव्र आंदोलन छेडण्याचा इशारा मनसे नेते अविनाश पवार यांनी दिला आहे.

यासंदर्भात पवार यांनी नायब तहसिलदार गणेश आढारी यांना निवेदन सादर केले असून नागरीकांच्या होत असलेल्या लुटीकडे प्रशासनाचे लक्ष वेधले आहे. रेशनकार्डमध्ये नवे नाव समाविष्ट करणे, दुरूस्ती करणे, विभक्त कुटूंबासाठी नवे रेशनकार्ड देणे यासाठी पुरवठा विभागाकडून सामन्यांना नागविले जात असल्याचा पवार यांचा आरोप आहे.

रेशनकार्डच्या तक्रारीवर अधिकारी दाद देत नाहीत तर सेतू कार्यालयांकडून अव्वाच्या सव्वा रक्कम आकारण्यात येते. पुरवठा विभागात कागदपत्रे सादर करण्यात आली असता अधिकारी उडवाउडवीची उत्तरे देतात. रेशनकार्डसाठी एजंटांच्या माध्यमातून मोठया रकमा वसुल करण्यात येत असल्याचेही या निवेदनात नमुद करण्यात आले आहे.

सेतू चालकांनी दर्शनी भागात नागरीकांची सनद मोठया अक्षरात लावणे बंधनकारक असतानाही ती लावली जात नाही. अशा सेतू चालकांचे परवाने रदद करण्याची मागणी पवार यांनी केली आहे. विविध योजनांचा लाभ घेण्यासाठी रेशनकार्डची आवष्यकता असतानाही रेशनकार्ड अभावी अनेक लाभार्थी योजनांपासून वंचित राहत आहेत. तहसिल कार्यालयात रेशनकार्डसाठी स्वतंत्र यंत्रणा उभी करून प्रलंबित प्रकरणांचा निपटारा करण्याची मागणीही पवारांनी केली आहे. नायब तहसिलदारांना निवेदन सादर करताना अविनाश पवार यांच्यासह सहकार सेना जिल्हाध्यक्ष नितीन म्हस्के, सुपा शहराध्यक्ष अक्षय सुर्यवंशी उपस्थित होते.

बहुगुण संपन्न विद्यार्थी घडविण्यासाठी कौशल्याधिष्ठीत अभ्यासक्रम

■ प्राचार्य डॉ. लक्ष्मणराव मतकर यांचे प्रतिपादन ■ पारनेर महाविद्यालयात स्कुल कनेक्ट कार्यशाळा

पारनेर : प्रतिनिधी

विद्यार्थी हा बहुगुण संपन्न व्हावा, त्याच्या अंगी विविध कौशल्ये यावीत यासाठी कौशल्याधिष्ठीत अभ्यासक्रम तयार करण्यात आल्याचे पारनेर महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. लक्ष्मणराव मतकर यांनी सांगितले.

पारनेर महाविद्यालयात सन २०२४-२५ या वर्षात उच्च शिक्षणासाठी प्रविष्ट झालेल्या विद्यार्थ्यांसाठी सावीत्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ आणि न्यु आर्टस, कॉमर्स अ‍ॅण्ड सायन्स कॉलेज यांच्या संयुक्त विद्यामाने राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२०, स्कुल कनेक्ट एन ई पी कनेक्ट कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले होते. डॉ. मंगेश वाघमारे हे प्रमुख व्याख्याते म्हणून यावेळी उपस्थित होते. या वेळी कार्यशाळेचे अध्यक्ष प्राचार्य डॉ. लक्ष्मणराव मतकर यांनी विद्यार्थ्यांशी संवाद साधला.

यावेळी बोलताना डॉ. मतकर म्हणाले, नव्या शैक्षणिक धोरणामध्ये शिक्षण घेताना आपल्याला अधिकाधिक कौशल्याधिष्ठित शिक्षणावर भर द्यावा लागणार आहे. विद्यार्थी बहुगुण संपन्न व्हावा, त्याच्याकडे विविध कौशल्ये यावीत या दृष्टीकोनातून विद्यापीठाने विविध विषयांचे अभ्यासक्रम नव्याने तयार केलेले आहेत. हे अभ्यासक्रम यशस्वीरित्या राबविण्यावर विद्यापीठाचा विशेष भर असणार असल्याचे डॉ. मतकर यांनी सांगितले.

राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण विभागाचे समन्वयक प्रा. नितीन निपुंगे यांनी प्रास्ताविक केले. डॉ. हरेश शेळके यांनी सुत्रसंचलन तर डॉ. दिपक सोनटक्के यांनी आभार मानले. कार्यशाळेत उपप्राचार्य डॉ. अनिल आठरे, अंतर्गत गुणवत्ता हमी कक्षाचे समन्वयक डॉ. तुकाराम थोपटे, विद्यार्थी विकास अधिकारी डॉ. रविंद्र देशमुख यांच्यासह इतर प्राध्यापक, विद्यार्थी, पालक यांनी सहभाग नोंदविला.

उज्वल पिढीसाठी मार्गदर्शक

राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण हे निश्चित उद्याच्या काळात एक उज्वल पिढी घडविण्यासाठी निश्चित मार्गदर्शक ठरेल. विद्यार्थांनी विविध विषयांचा अभ्यास करत आपले ध्येय निश्चित करावे.

डॉ. लक्ष्मणराव मतकर
प्राचार्य, पारनेर महाविद्यालय

डॉ. मंगेश वाघमारे यांचे उद्बोधन

कार्यशाळेचे प्रमुख व्याख्याते डॉ. मंगेश वाघमारे यांनी राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरणाचा उद्देश विद्यार्थ्यांपुढे मांडला. या धोरणाची अंमलबजावणी करताना विद्यार्थ्यांनी या नवीन शैक्षणिक पध्दतीमध्ये कशा पध्दतीने शिक्षण घ्यावे ? विद्यापीठाकडून त्यांना कशा पध्दतीची शिक्षण प्रणाली देण्यात आलेली आहे ? यासबंधी त्यांनी विद्यार्थ्यांचे उद्बोधन केले.

सुर्यभान नरवडे यांचे निधन

भाळवणी : प्रतिनिधी

टाकळी खातगाव येथील जुन्या पिढीतील सेवाभावी व्यक्ती सुर्यभान नरवडे यांचे हृदयविकाराच्या तीव्र झटक्याने निधन झाले. त्यांच्या पश्चात दोन मुले व एक मुलगी असा परिवार आहे.

गावातील विविध शैक्षणिक, सामाजिक व आध्यात्मिक क्षेत्रात त्यांचे मोठे योगदान होते.

ते टाकळी खातगाव येथील हनुमान विद्यालयाचे प्राचार्य सुभाष नरवडे यांचे चुलते व मा. सरपंच सुनील नरवडे यांचे वडील होत. त्यांच्यावर टाकळी खातगाव येथील अमरधाममध्ये अंत्यसंस्कार करण्यात आले. यावेळी मोठा जनसमुदाय उपस्थित होता.

सुनंदाताई सुरेश खाडे यांचे निधन

निघोज : प्रतिनिधी

पारनेर तालुक्यातील निघोज येथील सुनंदाताई सुरेश खाडे यांचे वयाच्या ७२ व्या वर्षी अल्पशा आजाराने निधन झाले. धार्मिक कार्यात त्यांचा सहभाग होता.त्यांच्या पश्चात पती,दोन मुले , दोन मुली ,नाती, जावई असा परिवार आहे.

नारळ विक्रेते सुरेश खाडे यांच्या पत्नी तसेच लाँड्रीचे मालक गणेश खाडे, पारनेर तालुका पत्रकार संघाचे निघोज शहराध्यक्ष योगेश खाडे, वैशाली तेली, मनिषा खाडे यांच्या त्या आई होत. तसेच अंबरनाथ येथील चंद्रकांत विठ्ठल तेली यांच्या त्या सासू होत. त्यांच्या निधनाने हळहळ व्यक्त होत आहे. शनिवार दि.२९ रोजी निघोज येथील स्मशानभूमीत त्यांच्यावर अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

पारनेर पब्लिकच्या सुरज बोरूडेची नवोदयसाठी निवड

वर्गमित्रांसमवेत विद्यालयात सत्कार

पारनेर : प्रतिनिधी

पारनेर शहरातील पारनेर पब्लिक स्कुलचा विद्यार्थी सुरज मच्छिंद्र बोरूडे याची केंद्रीय जवाहर नवोदय विद्यालयात इयत्ता नववीच्या वर्गासाठी निवड झाली असून त्याच्या वर्ग मित्रांसमवेत पारनेर पब्लिक स्कुलमध्ये त्याचा सत्कार करण्यात आला.

नवोदय विद्यालय समितीमार्फत घेण्यात आलेल्या प्रवेश परीक्षेत सुरज बोरूडे हा उत्तीर्ण झाल्यानंतर त्याचा सोमवारी सत्कार करण्यात आला.

सुरज याने ज्युनिअर के जी ते आठवीपर्यंत पारनेर पब्लिक स्कुलमध्ये शिक्षण घेतलेले आहे. त्याने शालेय पातळीवर झालेल्या विविध स्पर्धांसह हेगडेवार शिष्यवृत्ती परीक्षेतही यश संपादन केलेले आहे. यावेळी बोलताना सुरज याने सांगितले की, चौथीपासूनच वेगवेगळया स्पर्धा परीक्षांच्या संदर्भात विद्यालयाचे प्राचार्य गिताराम म्हस्के यांनी मार्गदर्शन केले. प्रत्येक इयत्तेत शिकताना त्या त्या शिक्षकांनी स्पर्धा परिक्षेसाठी असलेल्या विषयासंदर्भात बहुमोल मार्गदर्शन केले. या मार्गदर्शनामुळेच मी नवोदय विद्यालयाच्या प्रवेशासाठी पात्र ठरलो आहे. प्राचार्य गिताराम म्हस्के तसेच विविध वर्गाच्या शिक्षकांनी केलेल्या मार्गदर्शनाबद्दल सुरज याने कृतज्ञता व्यक्त केली.

सुरजचे वर्गमित्र, विद्यालयातील विद्यार्थी, शिक्षक, प्राचार्य गिताराम म्हस्के यांच्यासमवेत त्याचा सत्कार करण्यात आला. यावेळी संस्थेच्या अध्यक्षा सविता म्हस्के, विद्यार्थी, शिक्षक तसेच शिक्षकेतर कर्मचारी उपस्थित होते. यावेळी सुरजला उपस्थितांनी पुढील शिक्षणासाठी शुभेच्छा दिल्या.

वडझिऱ्याची सोनिया गाडगे कॉम्प्युटर डिप्लोमामधे द्वितीय

प्रथम सेमिस्टरला ९० तर द्वितीयला ८९ टक्के मार्क

निघोज : प्रतिनिधी

पारनेर तालुक्यातील वडझिरे येथील सोनिया गाडगे कॉम्प्युटर डिप्लोमामधे द्वितीय क्रमांकाने उत्तीर्ण झाली असून तीचे सर्वत्र अभिनंदन व कौतुक होत आहे. महाराष्ट्र राज्य पत्रकार संघाचे अहमदनगर जिल्हाध्यक्ष दत्ता गाडगे यांची ती कन्या आहे.

कु.सोनिया दत्तात्रय गाडगे हिने कॉम्प्युटर डिप्लोमा इंजिनियरींगच्या द्वितीय वर्षामधे द्वितीय क्रमांक मिळविला. सोनियाला प्रथम सेमीस्टरला ९० टक्के तर द्वितीय सेमीस्टरला ८९ टक्के मार्क्स मिळाले आहेत.सोनिया सध्या समर्थ पॉलीटेक्निक बेल्हे येथे डिप्लोमाच्या शेवटच्या वर्षाला आहे.

बालपणापासुनच सोनिया हि खुप मेहनती आहे.तिचे प्राथमिक शिक्षण जिल्हा परीषद शाळेमधे झाले असुन,माध्यमिक शिक्षण सुंदराबाई गहीनाजी लंके विद्यालय वडझिरे येथे झाले. सुरवाती पासुनच तिने अभ्यासावर लक्ष केंद्रित करत दरवर्षी चांगले मार्क्स मिळवत आपली यशस्वी घोडदौड सुरु ठेवली.कॉम्प्युटर इंजिनियरींगमधे डिग्री करण्याची इच्छा असल्याचे सोनियाने सांगीतले आहे.आई शर्मिला या शिक्षीका व वडील दत्ता गाडगे हे पत्रकार असल्याने लहानपणापासुनच तिला अभ्यासाचे बाळकडु मिळाले.

सोनियाच्या या यशाबद्दल तिचे पारनेर,जुन्नर,पुणे व मुंबई परिसरामधुन अभिनंदन होत आहे.तिच्या यशाबद्दल खासदार नीलेश लंके,अभिनेते खासदार डॉ.अमोल कोल्हे,आमदार अतुल बेनके,श्री .विघ्नहर सहकारी साखर कारखान्याचे चेअरमन सत्यशील शेरकर,अहमदनगर जिल्हा परीषदेचे बांधकाम व कृषी समितीचे माजी सभापती काशिनाथ दाते ,शिवसेना तालुकाप्रमुख (उबाठा) डॉ.श्रीकांत पठारे,आपली माती आपली माणसं या सामाजिक संस्थेचे अध्यक्ष तथा राष्ट्रवादीचे युवा नेतृत्व रुपेश ढवण, पारनेर तालुका पत्रकार संघाचे कार्याध्यक्ष दत्ताजी उनवणे, ज्येष्ठ मार्गदर्शक मुकुंदराव निघोजकर आदींनी अभिनंदन करत भावी वाटचालीस शुभेच्छा दिल्या.

वराळ फार्मसी कॉलेजचा निकाल शंभर टक्के

विराज वराळ यांची माहिती

निघोज : प्रतिनिधी

निघोज येथील सहकार महर्षी किसनराव वराळ पाटील महाविद्यालयाचा डी.फार्मसी अभ्यासक्रमाच्या प्रथम व द्वितीय सत्राचा निकाल शंभर टक्के लागल्याची माहिती महाविद्यालयाचे सचिव विराज वराळ यांनी दिली.

महाविद्यालयाच्या गुणवंत विद्यार्थ्यांचे सर्वत्र कौतुक करण्यात येत असून त्यांच्या या यशबद्दल त्यांचे अभिनंदन करण्यात येत आहे. संदीप पाटील जनसेवा फाउंडेशनचे तालुकाध्यक्ष सचिन वराळ, जिल्हा परिषदेच्या मा. सदस्या पुष्पाताई वराळ, सरपंच चित्राताई वराळ, उपसपंच ज्ञानेश्वर वरखडे, सहकार महर्षी किसनराव वराळ पाटील महाविद्यालयाचे संस्थापक अध्यक्ष रंगनाथ वराळ, सचिव विराज वराळ, उपाध्यक्ष निळकंठ सोनवणे, खजिनदार डॉ. गेणूजी शिंदे, प्राचार्य डॉ. कुलदीप वैद्य, उपप्राचार्य डॉ. शिफा शिकलगर, संस्थेचे संचालक मंडळ, डी फार्मसी, बी. फार्मसी अभ्यासक्रमाचे प्राध्यापक, कर्मचारी यांनी अभिनंदन केले.

हे आहेत गुणवंत

प्रथम वर्ष डी फार्मसी : आकांक्षा जयवंत बोचरे ८४.८० प्रथम, निकिती रमेश भाकरे ८१.३० द्रिवतीय, सारथी बाळू ढवळे ८०.८० तृतीय, काजल संतोष मोरे ८०.८० तृतीय. द्रिवतीय वर्षे डी फार्मसी : प्रीती अरूण मावळे ८३.३६ प्रथम, प्रतिक्षा प्रदिप हारदे ८२ द्रिवतीय, ऋतुजा बारकू कोळपे ८२ द्रिवतीय, ऋतुजा प्रकाश आहिरे ८१.८२ तृतीय, विशाखा विकास जाधव ८१.८२ तृतीय.

'पारनेर दर्शन' हे पत्रक मुद्रक,प्रकाशक व मालक देविदास रामभाऊ आबूज यांनी ओंकार ऑफसेट, कॉलेज रोड, पारनेर ४१४३०२ अहमदनगर (महाराष्ट्र) येथे छापून 'पारनेर दर्शन' कार्यालय, कॉलेज रोड,पारनेर ४१४३०२,जि.अहमदनगर (महाराष्ट्र) येथून प्रसिद्ध केले. संपादक : देविदास रामभाऊ आबूज मोबा.९४२१४७८२८३ ई- मेल : deviabuj@gmail.com
'PARNER DARSHAN' Printer,Publisher And Ower By DEVIDAS RAMBHAU ABUJ Printed At OMKAR OFSSET Collage Road,PARNER-414302 Dist-Ahmednagar (M.S)
Editor-DEVIDAS RAMBHAU ABUJ ▪ Mob : 9421478283 ▪ Email : deviabuj@gmail.com