पारनेर दर्शन

वर्ष १ अंक ३१४, गुरुवार ५ सप्टेंबर २०२४ | संपादक : देविदास आबूज | कार्यकारी संपादक : विजय वाघमारे | RNI No.MAHMAR/2015/61493 | किंमत : ३ रुपये

योगेश मते यांच्याकडे पाणीपुरवठाची जबाबदारी कायम !

नगरपंचायतीच्या विषय समितीच्या निवडी जाहिर ■ जायदा शेख अर्थ, सुरेखा भालेकर महिला व बालकल्याण, प्रियंका औटी आरोग्य, निता ढुबे बांधकाम

पारनेर : प्रतिनिधी

पारनेर नगरपंचायतीच्या विषय समित्यांची गुरूवारी पिठासिन अधिकारी तथा श्रीगोंदे-पारनेर विभागाचे उपविभागीय अधिकारी श्रीकुमार चिंचकर यांच्या अध्यक्षतेखाली पार पडलेल्या बैठकीत बिनविरोध निवड करण्यात आली. पाणीपुरवठा व जल निस्सारण समितीची जबदारी नगरसेवक योगेश मते यांच्याकडे कायम ठेवण्यात आली असून उपनगराध्यक्षा जायदा शेख यांच्याकडे अर्थ व नियोजन समितीचे पदसिध्द सभापतीपद आहे. सुरेखा अर्जुन भालेकर महिला व बालकल्याण, प्रियंका सचिन औटी यांच्याकडे आरोग्य व स्वच्छता तर निता देवराम ढुबे यांच्याकडे बांधकाम समितीच्या सभापतीची जबाबदारी सोपविण्यात आली आहे.

चारही सभापतीपदांची मुदत संपल्यानंतर नव्या पदाधिकाऱ्यांच्या निवडीसाठी पिठासिन अधिकारी श्रीकुमार चिंचकर यांच्या अध्यक्षतेखाली नगरसेवकांच्या विशेष बैठकीचे आयोजन करण्यात आले होते. या बैठकीत विविध विषय समित्यांच्या एकमताने निवडी करण्यात आल्या. पिठासिन अधिकारी श्रीकुमार चिंचकर यांना मुख्याधिकारी विनय शिपाई तसेच कार्यालयीन अधिक्षक माधव गाजरे यांनी सहाय्य केले. यावेळी नगराध्यक्ष नितीन अडसुळ, उपनगराध्यक्षा जायदा शेख सर्व नगरसेवकांसह अर्जुन भालेकर, डॉ. बाळासाहेब कावरे, सचिन औटी, विजय भास्कर औटी, सुभाष शिंदे, देवराम ढुबे, कांतीलाल ठाणगे आदी उपस्थित होते. नव्या पदाधिकाऱ्यांचा प्रशासनाच्या वतीने सत्कार करून शुभेच्छा देण्यात आल्या.

■ पाणीपुरवठा समितीच्या सभापतीपदी फेरनिवड झाल्याबद्दल योगेश मते यांचा सत्कार करण्यात आला.

पाणीपुरवठा व जलनिस्सारण समिती

योगेश अशोक मते सभापती
भुषण उत्तम शेलार सदस्य
सुप्रिया सुभाष शिंदे सदस्य
युवराज कुंडलीक पठारे सदस्य
शालुबाई कांतीलाल ठाणगे सदस्य

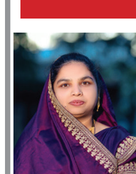
आरोग्य व स्वच्छता समिती

प्रियंका सचिन औटी सभापती
निता विजय औटी सदस्य
सुप्रिया सुभाष शिंदे सदस्य
विद्या अनिल गंधाडे सदस्य
युवराज कुंडलीक पठारे सदस्य

बांधकाम समिती

निता देवराम ढुबे सभापती
डॉ. विद्या बाळासाहेब कावरे सदस्य
हिमानी रामजी नगरे सदस्य
भुषण उत्तम शेलार सदस्य
नवनाथ उत्तम सोबले सदस्य

अर्थ व नियोजन समिती



जायदा राजू शेख पदसिध्द सभापती
भुषण उत्तम शेलार सदस्य
डॉ. विद्या बाळासाहेब कावरे सदस्य
सुप्रिया सुभाष शिंदे सदस्य
नवनाथ तुकाराम सोबले सदस्य

महिला व बालकल्याण समिती

सुरेखा अर्जुन भालेकर सभापती
सुप्रिया सुभाष शिंदे सदस्य
डॉ. विद्या बाळासाहेब कावरे सदस्य
निता देवराम ढुबे सदस्य
शालुबाई कांतीलाल ठाणगे सदस्य

चित्तथरारक कुस्तीचा थरार ! माऊली जमदाडे विजेता !

■ १ लाख ११ हजार रूपयांचे बक्षिस आणि चांदीच्या गदेचा मान ■ कान्हूरच्या हगाम्यात नेत्रदिपक कुस्त्यांची पर्वणी

कान्हूरपठार : प्रतिनिधी

भारत केसरी माऊली जमदाडे आणि पंजाब केसरी मनप्रितसिंग यांच्यात झालेल्या चित्तथराक कुस्तीचा थरार उपस्थित कुस्तीशौकीनांनी कान्हूरच्या हगाम्यात अनुभवला. या लढतीत माऊलीने मनप्रितसिंग याच्यावर मात करीत १ लाख ११ हजार रूपयांचे बक्षिस व मानाच्या चांदीच्या गदेचा किताब पटकाविला. पोळा व गौराई यात्रोत्सवानिमित्त आयोजित कान्हूरच्या हगाम्यात कुस्तीशोकीनांना नेत्रदिपक कुस्त्यांची मेजवानी मिळाली.

दुसऱ्या क्रमांकाची कुस्ती चंद्रभान ढुबे मित्रमंडळाच्या वतीने ७५ हजार रूपये इनामावर लावण्यात आली होती. पंढरपुरचा महाराष्ट्र चॅम्पीयन प्रणित भोसले व कोल्हापुरचा महाराष्ट्र चॅम्पीयन सागर चौगुले हे दोघे या लढतीमध्ये झुंजले. दोघेही मल्ल मातब्बर असल्याने ही लढत बरोबरीत सोडण्यात आली.

पारनेरचा ऋषी लांडे व नगरच्या तुषार अरूण यांच्यात तिस-या क्रमांकासाठी लढत रंगली. या लढतीसाठी पंचायत समितीचे माजी सभापती स्व. रावसाहेब अण्णा ढुबे यांच्या स्मरणार्थ सरपंच संध्या किरण ढुबे यांच्या वतीने ५१ हजार रूपयांचे इनाम ठेवण्यात आले होते. या लढतीमध्ये पारनेरच्या ऋषी लांडे याने तुषार अरूण याच्यावर मात करीत तालुक्याची शान राखली.

४१ हजार रूपयांचे इनाम असलेल्या चौथ्या क्रमांकाची लढत पुण्याचा किरण सातव व संभाजी रोकडे यांच्यात झाली. दोघांनीही डाव प्रतिडाव टाकत वर्चस्व मिळविण्याचा प्रयत्न केला. मात्र दोघेही तरबेज मल्ल असल्याचे ही लढत बरोबरीत सोडविण्यात आली. या लढतीसाठी कान्हूरपठारच्या फौजी प्रतिष्ठाणच्या वतीने ४१ हजार रूपयांचे इनाम देण्यात आले. पाचव्या क्रमांकाच्या लढतीसाठी युवा उद्योजक मंगेश चत्तर व दिनकर ढुबे यांनी

उर्वरीत पान ३ वर

■ बैल पोळा व गौराई यात्रोत्सवानिमित्त कान्हूरपठार येथे निकाली कुस्त्यांच्या आखाडयात माऊली जमदाडे व मनप्रित सिंग यांच्यातील अखेरची कुस्ती खा. नीलेश लंके यांच्या हस्ते लावण्यात आली.

लंके प्रतिष्ठाणचे योगदान

कान्हूरच्या हगाम्यात माउली जमदाडे आणि मनप्रितसिंग यांची अखेरची कुस्ती पार पडली. विजेत्या माऊलीस कान्हूरच्या नीलेश लंके प्रतिष्ठाणच्या वतीने १ लाख ११ हजार रूपयांचे बक्षिस देण्यात आले तर स्व. सदाशिव दौलतराव साळवे यांच्या स्मरणार्थ विजयानंद साळवे यांच्या वतीने चांदीची गदा भेट देण्यात आली.

स्मरणार्थ ढाल आणि कुस्त्याही

या आखाडयात सहभागी झालेल्या सर्व मल्लांना स्व. व्हि. बी.ढुबे सर यांच्या स्मरणार्थ ग्रामपंचायत सदस्य श्रीकांत ढुबे यांच्या वतीने मानाची ढाल भेट देण्यात आली. कान्हूरपठार पतसंस्थेचे कार्यकारी संचालक स्व. दिलीपराव ढुबे यांच्या स्मरणार्थ कान्हूरपठार परिवाराच्या वतीने ६१ हजार रूपये इनामाची कुस्ती लावण्यात आली. या आखाडयात इतर विविध दिवंगत व्यक्तींच्या स्मरणार्थ कुस्त्या लावण्यात आल्या.

तीन तासांत मैदान

दोन दिवस झालेल्या सततच्या पावसामुळे कुस्ती आखाडयाच्या नियोजित ठिकाणी पाणी साचून तयार करण्यात आलेले मैदान खराब झाले होते. त्यामुळे पै. सुरज नवले यांचया मार्गदर्शनाखाली यात्रा कमिटीच्या वतीने दुसऱ्या ठिकाणी अवघ्या तीन तासांत मैदान तयार करण्यात येउन आखाडा सुरू करण्यात आला.

नगर महानगरपालिकेडून शास्ती माफी जाहीर

खा. नीलेश लंके यांच्या पाठपुराव्याला यश

नगर : प्रतिनिधी

अहमदनगर महापालिका प्रशासनाकडून शहरातील मालमत्ता धारकांना शंभर टक्के शास्ती माफीची सवलत देण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. या माफीसाठी खासदार नीलेश लंके यांनी पाठपुरावा केला होता.

शहरातील नागरीकांच्या मागणीचा विचार करून खा. लंके यांनी महापालिका प्रशासनाकडे त्यासंदर्भात पाठपुरावा केला होता. लंके यांच्या मागणीनंतर महापालिका प्रशासनाने २८ सप्टेंबरपर्यंत थकबाकीदरांना मोठा दिलासा दिला आहे. या सवलतीचा लाभ १ ते २८ सप्टेंबर दरम्यान घेता येणार आहे. खा. नीलेश लंके यांनी आयुक्त

उर्वरीत पान ३ वर

महागणपती मंदिराला आकर्षक फुलांची सजावट !

चार दिवस मुक्तद्वार दर्शनास प्रारंभ पोलिसांच्या वतीने चोख बंदोबस्त

शिरुर : प्रतिनिधी

श्री क्षेत्र रांजणगाव गणपती देवस्थान ट्रस्टच्या वतीने भाद्रपद गणेशोत्सवानिमित्त महागणपती मंदिरावर आकर्षक फुलांची सजावट करण्यात आली आहे तसेच विविध धार्मिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले आहे.

आजपासून (ता. ४) चार दिवस मुक्तद्वार दर्शनाला सुरुवात झाली. गणेश भक्तांना थेट गाभाऱ्यात जाऊन श्रींच्या मूर्तीला स्पर्श करून दर्शनाची व जलाभिषेकाची पर्वणी मिळत आहे. भाद्रपद गणेशोत्सव पुढील मंगळवारपर्यंत (ता. १०) सुरू राहणार असून, या कालावधीत विविध कार्यक्रम व उपक्रमांचे आयोजन केले आहे.

मुक्तद्वार दर्शन यात्रा आज (बुधवारी) पहाटे तीन वाजल्यापासून सुरू झाली असून, गणेश भक्तांसाठी

उर्वरीत पान ३ वर

शेततळ्यात पडून सासरा सूनेचा दुर्दैवी मृत्यू

हिवरे कोर्ड्यातील हिंगणदऱ्यातील घटना

हिवरे कोरडा : प्रतिनिधी

पारनेर तालुक्यातील हिवरे कोरडा येथील हिंगणदरा वस्तीवर मेंढ्यांना पाणी पाजण्यासाठी शेततळ्यातून पाणी काढण्यासाठी गेलेल्या सूनचा पाय घसरून शेततळ्यात पडल्यामुळे सुनेलाला वाचवण्यासाठी सासर्यांने तात्काळ धाव घेतली मात्र त्यांनाही पोहता येत नसल्यामुळे सून सासऱ्यांचा दुर्दैवी मृत्यू झाल्याची घटना घडली आहे. त्यामुळे परिसरात हळहळ व्यक्त होत आहे.

याबाबत अधिक माहिती अशी मुरलीधर मारुती नवले वय वर्ष ७० व उज्वला आबा नवले (वय वर्ष ४०) राहणार हिवरे कोरडा तालुका पारनेर असे मृत्यू झालेल्या व्यक्तींची नावे आहे

उज्वला नवले या आपल्या शेततळ्यातील पाणी मेंढ्यांना पाजण्यासाठी

उर्वरीत पान ३ वर

नागेश्वरांच्या महापुजा व पालखी सोहळ्याला उत्साहात सुरुवात

बाल वारकरी,उंट,घोडे ठरले मुकुटच्या मिरवणुकीचे आकर्षण | शहरात भक्तीमय वातावरणात

पारनेर : प्रतिनिधी

पारनेरचे ग्रामदैवत व राज्यातील हजारो भाविकांचे श्रद्धास्थान असलेल्या श्रीनागेश्वरांचा महापुजा उत्सव व पालखी सोहळ्याला आज, बुधवारी (दि.४) उत्साहात सुरुवात झाली.महापुजेच्या पार्श्वभूमीवर शहरातून काढण्यात आलेल्या श्रीनागेश्वरांच्या मुकुटच्या मिरवणुकीत सहभागी

झालेले बाल वारकरी, सजवलेले उंट, घोडे मिरवणुकीचे आकर्षण ठरले. मिरवणुकीत सहभागी झालेल्या भाविकांनी भगव्या टोप्यांमुळे मिरवणूक मार्ग भगवेमय झाला होता.

टाळ, मृदूंगाच्या साथीने भक्तीगिते,भजने गात तब्बल तीन तास सुरू असलेल्या मिरवणुकीमुळे शहरात भक्तीमय वातावरण निर्माण झाले होते. दुपारी दीड वाजण्याच्या सुमारास मिरवणूक श्रीनागेश्वर मंदिराच्या प्रांगणात पोहचली.

उर्वरीत पान ३ वर

निरोगी आरोग्याचा कानमंत्र...

निरामय

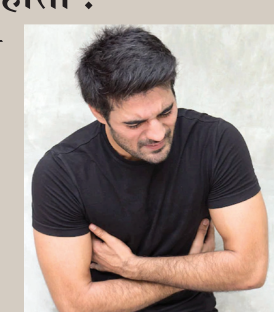
मिडगट व्हॉल्व्युलस हा काय आजार ?

मिडगॅट व्हॉल्व्युलस हा एक गंभीर आजार असून यामध्ये लहान किंवा मोठ्या आतड्याला पीळ बसतो. हा बसलेला पीळ कधी कधी इतका गंभीर असतो की या कारणास्तव बऱ्याच वेळा आपले आतडे पूर्णपणे ब्लॉक होते. हे सहसा आतड्यांमधील कोणत्याही प्रकारच्या कुरूपतेमुळे होते. उदाहरणार्थ, आतड्याच्या रचनेमध्ये कोणत्याही प्रकारच्या विकृती असल्यास, ते वाकू शकते.

- काय आहे वेगळी लक्षणे? : उपचार न केल्यास रक्ताभिसरण संकुचित होऊ शकते. प्रगत आजाराच्या शारीरिक तपासणीच्या निष्कर्षांमध्ये ओटीपोटाच्या भिंतीचा एरिथेमा आणि एडेमा तसेच आतड्यांसंबंधी इस्केमिया दर्शविणारी पेरिटोनिटिसची लक्षणांचा समावेश असतो.

- निदान कसे केले जाते? : मॅरोटेशन आणि व्हॉल्वुलसच्या निदान तंत्रामध्ये शारीरिक तपासणी आणि वैद्यकीय इतिहासाव्यतिरिक्त अनेक इमेजिंग परीक्षणांचा समावेश असू शकतो. (चाचण्या ज्या शरीराच्या आतील चित्रे दर्शवतात). या चाचण्यांचा उपयोग आतड्यांमधील अडथळा पाहण्यासाठी केला जातो.
- जीआय टेस्ट सिरीज : मिडगट व्हॉल्व्युलससह मॅरोटेशनसाठी शिफारस केलेली निदान चाचणी ही एक उच्च पातळीची जीआय मालिका आहे, जी शस्त्रक्रियेच्या उपचारात विलंब झाल्यास परिणाम बिघडत नाही तोपर्यंत करणे आवश्यक आहे.
- फ्लोरोस्कोपी : जेव्हा आजाराचा संशय येतो तेव्हा बालरोगविषयक गॅस्ट्रोइंटेस्टाइनल कॉन्ट्रास्ट स्कॅनची निवड केली जाते. ते केवळ व्हॉल्व्यूलस शोधू शकत नाही, परंतु उत्स्फूर्त घट झाल्यास अंतर्निहित मलरोटेशन देखील शोधू शकते. याकडे दुर्लक्ष करणे एखाद्याला नक्कीच त्रासदायक ठरू शकते. तुम्ही तुमचा जीवही यात गमावू शकता हे लक्षात घ्या.

मिडगॅट व्हॉल्व्युलस कशामुळे होतो ?



गर्भधारणेच्या १० ते १२ आठवड्यांच्या दरम्यान भ्रूणाच्या विकासातील विकृतीमुळे आतड्यांसंबंधी विकृती निर्माण होते. मूळ फरक म्हणजे आतड्याची एक असामान्य स्थिती आहे, ज्यामध्ये ओटीपोटाच्या उजव्या बाजूला लहान आतडे आणि अस्थिबंधन विस्कळीत झाल्यामुळे डाव्या बाजूला कोलन आणि सेकम असतात. मिडगट व्हॉल्वुलस हा जरी जन्माच्या पहिल्या काही आठवड्यांमध्ये वारंवार होत असला तरी तो कोणत्याही वयात उद्भवू शकतो. व्हॉल्व्हुलसचे प्रारंभिक चिन्ह सामान्यतः तीव्र पित्तजन्य उलट्या, पोटाच्या वरच्या भागाचा विस्तार, पोटदुखी, हेमोडायनामिक बिघडलेल्या बाळांना आतड्यांसंबंधी मलरोटेशन तसेच व्हॉल्वुलसवर शक्य तितक्या लवकर मूल्यांकन करणे आवश्यक आहे.

शिळ्या भातामुळे आरोग्य धोक्यात !

भारतीय जेवणात भात, चपाती हे पदार्थ अत्यंत कॉमन आहेत. याशिवाय जेवण पूर्ण होत नाही. मात्र अनेकदा हे पदार्थ उरतात आणि त्याचेही वेगवेगळे पदार्थ बनविण्यात येतात. त्यापैकीच एक आहे भात. शिळ्या भाताचे अनेक पदार्थ बनवले जातात.

कढी - भात, आमटी - भात, राजमा - भात अशी बेस्ट समीकरणं आपल्याला माहीत आहेत. मात्र उरलेला भात अनेकदा फ्रिजमध्ये ठेवला जातो आणि दुसऱ्या दिवशी गरम करून खाल्ला जातो. पण यामुळेच तुमच्या शरीराला जास्त नुकसान पोहचतंय हे तुमच्या लक्षात येत नाही. फ्रिजमधील भात गरम करून खाल्ल्याने पोटदुखी आणि फूड पॉईजनिंगच्या समस्यांना सामोरे जावे लागते. भात टिकविण्याची योग्य पद्धत कोणती याबाबत जाणून घेऊया...

- फ्राईड राईस सिंड्रोम : अनेकदा जेवल्यानंतर शिजलेला भात हा तासन्तास बाहेरच ठेवला जातो. मात्र रूम टेंपरेचरवर असा भात अधिक काळ राहिल्यास, त्यात बॅक्टेरिया निर्माण होऊन भात दूषित करण्याचे काम करतो. यालाच फ्राईड राईस सिंड्रोम असे म्हटले जाते.
- शिळ्या भातात बॅक्टेरिया : शिळ्या भातामध्ये सर्वात जास्त आढळणारा बॅक्टेरिया म्हणजे बॅसिलस सेरियस आहे. हा बॅक्टेरिया भात शिजवल्यानंतर बराच वेळ तसाच ठेवल्यास, अधिक प्रमाणात निर्माण होतो. त्यामुळे असा भात शरीरात गेल्यानंतर विष तयार व्हायला वेळ लागत नाही. यामुळेच पोटदुखी आणि फूड पॉईझनिंगसारख्या आजारांना बळी पडायला होतं.

- भात कसा करावा स्टोअर : भात शिजल्यानंतर त्वरीत तो वाढून टाकावा. तुम्हाला भात उरल्यानंतर स्टोअर करायचा असेल तर जास्त वेळ बाहेर राहू देऊ नका. तुम्ही एक तासाच्या आत फ्रिजमध्ये हा भात ठेवा. लक्षात ठेवा, हा भातदेखील तुम्ही एक दिवसापेक्षा अधिक काळ ठेऊ नका.
- शिळा भात किती वेळात खावा? : शिळा भात गरम करून सकाळी तुम्ही दुसऱ्या दिवशी खाऊ शकता. मात्र त्यानंतर दोन दिवसांचा शिळा भात खाऊ नये. यामुळे पोटदुखी होऊ शकते. इतकंच नाही तर यामुळे पोटात विष तयार होऊन तुम्हाला अधिक त्रास होऊ शकतो.

तिशीनंतर शरीर हळूहळू थकत जातं

महिलांनो, वेळीच सावध व्हा....

स्त्री असो की पुरुष, वयाच्या ३० वर्षांनंतर प्रत्येकाचे शरीर प्रतिसाद देऊ लागते. या वयानंतर शरीर हळूहळू थकू लागतं आणि वृद्धत्वाचा प्रभाव हळूहळू दिसू लागतो. एवढेच नाही तर या वयानंतर हृदयविकार, मधुमेह, कर्करोग, ऑस्टिओपोरोसिस, ॲनिमिया आणि थायरॉईड यांसारख्या गंभीर आजारांचा धोकाही वाढतो. हे वय विशेषतः महिलांसाठी एक महत्त्वाचा टप्पा आहे. कारण या काळात करिअर, कुटुंब, मुले आणि कौटुंबिक जबाबदाऱ्या या सर्वांची काळजी घ्यावी लागते. साहजिकच या सर्वांचा आरोग्यावर गंभीर परिणाम होतो. इतकं काम करायचं तर शरीरात प्राण असणं खूप गरजेचं आहे. वयाच्या ३० व्या वर्षी जर तुम्ही खाण्यापिण्याची काळजी घेतली नाही तर तुमचे शरीर वेळेआधी अशक्त आणि म्हातारे होऊ लागते. प्रथिने, जीवनसत्त्वे, फायबर, कॅल्शियम, मॅग्नेशियम आणि लोह यासारखे सर्व आवश्यक पोषक घटक चांगल्या आरोग्यासाठी आवश्यक आहेत.

कॅल्शियम हाडांना जीवदान देईल

३० वर्षांच्या स्त्रियांसाठी हाडांच्या समस्या सामान्य झाल्या आहेत. जसजसे तुमचे वय वाढते, तुमची इस्ट्रोजेन पातळी कमी होते, ज्यामुळे तुमची हाडे कमकुवत होतात. त्यामुळे यावेळी व्हिटॅमिन डीसोबत कॅल्शियमचे सेवन वाढवणे आवश्यक आहे. महिलांना दररोज सुमारे १००० मिलीग्राम कॅल्शियमची आवश्यकता असते. कॅल्शियमच्या चांगल्या स्त्रोतांमध्ये दूध, दही, चिया बिया, कॉटेज चीज, ब्रोकोली, बदाम, बोक चॉय इत्यादींचा समावेश होतो.

अँटिऑक्सिडेंट समृध्द अन्न

मुक्त रॅडिकल्स ऊतींचे वृद्धत्व वाढवण्याचे काम करतात आणि त्यांचा सामना करण्यासाठी आणि त्यांना काढून टाकण्यासाठी अँटिऑक्सिडंट-समृद्ध पदार्थांचे सेवन करणे आवश्यक आहे. यासाठी तुम्ही ग्रीन, ब्लॅक टी आणि कॉफी घेऊ शकता कारण त्यात अँटिऑक्सिडेंट असतात. याशिवाय तुम्ही तुमच्या आहारात काळ्या तांदळाचाही समावेश करू शकता.

या गोष्टी आहारात आवश्यक

- या वयानंतर बीपी वाढण्याचा धोका असतो, त्यामुळे पोटॅशियमयुक्त पदार्थ जसे की बटाटे, बीन्स आणि टोमॅटो भरपूर प्रमाणात खावेत.
- तुम्ही भरपूर प्रथिनेयुक्त पदार्थ खावेत, यासाठी भरपूर चीज, अंडी, चिकन, पीनट बटर आणि शेंगा खाव्यात.
- हृदय निरोगी ठेवण्यासाठी आणि हृदयरोग टाळण्यासाठी ओमेगा -3 फॅटी ॲसिड आवश्यक आहे, यासाठी तुम्ही मासे, अक्रोड, चिया बिया आणि भांगाच्या बियांचे सेवन करावे.
- या वयात तुम्ही अधिक वनस्पती आधारित अन्न खावे आणि भरपूर पाणी प्यावे.

अन्नातील फायबरचे प्रमाण

या वयात तुम्ही तुमच्या आहारातील फायबरचे प्रमाण वाढवावे. रक्तातील साखरेची पातळी नियंत्रित करण्यासाठी आणि चयापचय व्यवस्थापित करण्यासाठी फायबर आवश्यक आहे. या वयात वजन झपाट्याने वाढू लागते, त्यामुळे तुम्ही तुमच्या आहारात अधिकाधिक फायबरयुक्त फळे आणि भाज्यांचा समावेश करावा.

हार्मोन्स संतुलित करणारे पदार्थ

या वयात संप्रेरकांच्या कार्यामध्ये बदल सुरू होतात, ज्याची चांगल्या प्रकारे देखभाल करणे आवश्यक आहे. यासाठी तुम्ही तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने अश्वगंधा, तुळशी आणि माकडाच्या मुळाचे चूर्ण घेऊ शकता. हे हार्मोन्सची पातळी राखण्यास मदत करतात. याशिवाय ब्रोकोली, सफरचंद, सूर्यफुलाच्या बिया, ग्रीन टी, ब्लू बेरी आणि भोपळ्याच्या बिया यासारख्या गोष्टींचे सेवन वाढवावे.

लोहयुक्त पदार्थ

थकवा आणि अशक्तपणा ही अशक्तपणाची लक्षणे आहेत आणि या वयात महिलांमध्ये अशक्तपणा मोठ्या प्रमाणात दिसून येतो. अशक्तपणा टाळण्यासाठी आणि शरीरात रक्त तयार करण्यासाठी, तुम्ही बीन्स, वाटाणे, भोपळ्याच्या बिया, हिरव्या भाज्या, लाल मांस, कोंबडी आणि मनुका इत्यादी लोहयुक्त पदार्थांचे सेवन केले पाहिजे.

आयोडीन आणि फोलेट

जर तुम्ही वयाच्या ३० वर्षांनंतर बाळाची योजना करत असाल, तर तुम्ही गर्भधारणेची गुंतागुंत टाळण्यासाठी आणि गर्भधारणेदरम्यान तुमच्या आणि बाळाच्या सुरक्षिततेसाठी आयोडीन, लोह आणि फोलेटची पूर्ण काळजी घेतली पाहिजे. यासाठी तुम्ही भरपूर बीन्स, हिरव्या पालेभाज्या जसे पालक आणि लिंबूवर्गीय फळे इत्यादींचे सेवन करावे.

घर-काम-प्रवास... ५ टिप्स !

अनेकदा Working Women आपल्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष करत असते. अशावेळी लठ्ठपणा, डायबिटिस, सांधेदुखी, हाय बीपी सारख्या समस्यांना सामोरं जावं लागतं. हल्ली कुटुंबातील स्त्री-पुरूष दोघंही कामाला असतात. अशावेळी घरातील महिला प्रत्येकाची काळजी घेते मात्र स्वतःच्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष करते. Working Women ने स्वतःच्या आरोग्याची काळजीही तितकीच घेतली पाहिजे. घर-काम-प्रवास असा दिनक्रम असलेल्या महिलांनी ५ टिप्स नक्की फॉलो करा. यामुळे तुमचं आरोग्य सुदृढ राहण्यास मदत होते.

पुरुषांची महिलांना स्वयंपाकघरात मदत

कुटुंबातील स्त्री-पुरूष आज दोघंही कामाला जातात. अशावेळी कुटुंबातील संपूर्ण जबाबदारी दोघांची आहे. मग तो स्वयंपाक का असेना. ऑफिसमधून येऊन पुन्हा कुटुंबासाठी स्वयंपाक करताना महिलांची तारेवरची कसरत होते. अशावेळी त्या स्वतःच्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष देतात. अशावेळी महिलांना जोडीदाराची साथ असेल तर ते दोघंही स्वयंपाक करू शकतात आणि बाहेरचं खाणं टाळलं जाऊ शकतं.

अर्ध्या तासानंतर किमान ३ मिनिटांचा ब्रेक

ऑफिसमध्ये सतत एकाचजागी बसून महिलांचा लठ्ठपणा वाढतो. लठ्ठपणा हा अनेक आजारांना आमंत्रण देत असतं. अशावेळी त्या कामाच्या तासातही महिला आपलं आरोग्य राखू शकतात. जसे की, दर अर्ध्यातासानंतर किमान ३ मिनिटांचा ब्रेक. या ब्रेकमध्ये तुम्ही चालू शकता तसेच दोन्ही पायांवर नीट उभे राहू शकता. यामुळे रक्ताभिसरण व्यवस्थित होते.

मांडी घालून खाली बसा

रोज उभं राहून स्वयंपाक, प्रवास आणि त्यानंतर ऑफिसमध्ये बसून राहणे. यामुळे पायावर अतिशय ताण पडतो. अशावेळी वर्किंग वुमनला शक्य झाल्यास तिने ऑफिसमध्ये मांडी घालून खाली बसा. तसेच जेवतानाही मांडी घालून बसावे यामुळे जेवण व्यवस्थित होते आणि आहार शरीरासाठी फायदेशीर असते.

बॅगेत काय असायला पाहिजे...

वर्किंग वुमनच्या बॅगेत असंख्य गोष्टी असतात. यामध्ये चार गोष्टींचा आवर्जून समावेश करा. काजू, ज्यात आर्यन, कॅल्शियम, मॅग्नेशियम असते. तसेच सहज बॅगेत असल्यामुळे छोटीशी भूक भागवण्यास मदत होते. काजूचा स्किन चांगली राहण्यास मदत होते. मन चांगल, प्रसन्न राहतं. दही ताक हे पदार्थ देखील छोटीशी भूक भागवू शकतात. यामुळे वजन कमी करण्यासही मदत होते. तसेच उन्हाळ्यात शरीरात गारावा राहतो. दही-ताकाचे आरोग्यदायी देखील असंख्य फायदे आहेत.

कशी भागवाल छोटी भूक ?

- केळ : केळदेखील आरोग्यदायी फायदे आहेत. उपाशी न राहता छोटी भूक भागवण्यास केळ खाऊ शकतात. पचनापासून ते त्वचेपर्यंत सगळ्यासाठी गुणकारी. शरीरातील रक्तातील साखरेची पातळी नियंत्रित ठेवण्यास मदत होते.
- शेंगदाणे : गूळ हे ब्लड सर्क्युलेश कंट्रोल करून शरीराला हार्टच्या समस्येपासून वाचवणे, कॅल्शियम, व्हिटॅमिन A आणि प्रोटीन मसल्स टोंड करण्यास मदत करते.

विनाकारण हसत किंवा रडत असाल तर...

प्रोजेस्टेरॉनच्या कमतरतेची लक्षणे या हार्मोनच्या कमतरतेमुळे अनियमित मासिक पाळी, डोकेदुखी, मूड बदलणे, झोप न लागणे, वजन वाढणे, गर्भधारणा न होणे, गर्भपात, थकवा यासारख्या समस्या उद्भवू शकतात.

- *केळे : केळीमध्ये मॅग्नेशियम भरपूर असते, जे प्रोजेस्टेरॉन हार्मोन तयार करण्यास मदत करते. मॅग्नेशियम पिट्यूटरी ग्रंथीचे नियमन करण्यास देखील मदत करते, जे हार्मोनचे उत्पादन कंट्रोल करण्यासाठी महत्त्वपूर्ण असते.*
- *अक्रोड : अक्रोडमध्ये प्लांट स्टेरॉल्स असतात, जे स्त्रियांमध्ये प्रोजेस्टेरॉनच्या उत्पादनास प्रोत्साहन देऊ शकतात. अक्रोडमध्ये व्हिटॅमिन बी 6 देखील भरपूर असते आणि हे जीवनसत्व प्रोजेस्टेरॉनचे उत्पादन वाढवण्यास देखील मदत करते.*
- *भेंडी : भेंडीला ओकरा असेही म्हणतात. जे मॅग्नेशियम आणि झिंकचा समृद्ध स्त्रोत आहे. प्रोजेस्टेरॉन हार्मोन संतुलित करण्यासाठी हे दोन्ही पोषक घटक आवश्यक आहेत.*
- *भोपळ्याच्या बिया आणि बदाम : भोपळ्याच्या बियांमध्ये भरपूर झिंक असते, जे प्रोजेस्टेरॉनचे उत्पादन करण्यास मदत करते. त्याचवेळी, मॅग्नेशियम आणि व्हिटॅमिन ई बदामामध्ये आढळतात, हे दोन्ही पोषक प्रोजेस्टेरॉन हार्मोन वाढवतात.*

शॉर्ट न्यूज

अतिवृष्टीमुळे शेतकऱ्यांच्या पिकाचे नुकसान

शेवगाव : तालुक्यातील सर्वच मंडळांत गेल्या दोन दिवसांपासून पाऊस सुरू आहे. रविवारी (दि. १) सकाळी सुरू झालेला पाऊस दुसऱ्या दिवशी सोमवारीही (दि. २) धो-धो बरसला. या अतिवृष्टीमुळे पिकांचे अतोनात नुकसान झाले असल्याने शेतकरी हवालदिल झाले आहेत. सध्या नदी, ओढ्या-नाल्यातून पाणी खळखळून पाणी वाहू लागले आहे. अनेक ठिकाणी खरीप पिके पाण्यात गेली आहेत, या पावसाची चापडगाव मंडळात सर्वाधिक १०१. ३ मिमी तर बोधेगाव मंडळात ८३. ३ मिमी अशी अतिवृष्टीची नोंद झाली आहे.

ऊस उत्पादकांची दिवाळी गोड करणार

श्रीगोंदा : साखर कारखान्याचे सभासद व ऊस उत्पादकांची चालू वर्षीची दिवाळी गोड करणार असे आश्वासन सहकार महर्षी नागवडे कारखान्याचे अध्यक्ष राजेंद्र नागवडे यांनी आयोजित वार्षिक सभेत बोलताना दिले. सहकार महर्षी शिवाजीराव नारायणराव नागवडे सहकारी साखर कारखान्याची सन २०२३२४ या आर्थिक वर्षाची ५९ वी वार्षिक सर्वसाधारण सभा कारखाना कार्यस्थळावर कारखान्याचे अध्यक्ष राजेंद्र नागवडे यांच्या अध्यक्षतेखाली खेळीमेळीच्या वातावरणात पार पडली. सभेपुढे एक ते दहा विषय मंजुरीसाठी ठेवण्यात आले होते.

संगमनेर शेतकरी संघ राज्यात प्रथम

संगमनेर : शेतीसाठी आवश्यक बाबीचा पुरवठा व्हावा, या उद्देशाने सहकार महर्षी भाऊसाहेब थोरात यांनी स्थापन केलेल्या शेतकी संघाने काटकसर, पारदर्शकता गातून दमदार बाटचाल करत राज्यात प्रथम क्रमांक मिळवला असल्याचे गौरवोद्गार काढतानाच शेतक-यांनीही काळानुरूप बदल करत नवीन व्यवसाय सुरू करावे, असे आवाहन राष्ट्रीय वर्किंग कमिटीचे सदस्य तथा माजी महसूल मंत्री आमदार बाळासाहेब थोरात यांनी केले. संगमनेर शेतकी सहकारी संघाच्या ६५ व्या वार्षिक सर्वसाधारण सभेत ते बोलत होते.

त्रिमूर्तींच्या कुस्तीपटूंना २४ पदके

नेवासा : शालेय जिल्हास्तर कुस्ती स्पर्धेत त्रिमूर्ती पावन प्रतिष्ठान संचलित श्री. दा. ह. घाडगेपाटील विद्यालय व त्रिमूर्ती पब्लिक स्कूल येथील विद्यार्थ्यांनी १६ सुवर्ण, ३ रौप्य व ५ कांस्य पदकाची कमाई केली आहे. क्रीडा व युवक सेवा संचलनालय महाराष्ट्र राज्य पुणे अंतर्गत जिल्हा क्रीडा परिषद व क्रीडा कार्यालय तसेच शालेय कुस्ती स्पर्धा कर्जत येथे पार पडल्या. या स्पर्धेत श्री. दा. ह. घाडगे पाटील माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय तसेच त्रिमूर्ती पब्लिक स्कूल त्रिमूर्तीनगर येथील खेळाडूंनी या स्पर्धेत पदक प्राप्त केले.

जागावाटपाच्या समीकरणामुळे आऊटगोइंगशिवाय पर्याय नाही !

■ भाजपत २४ नेते अस्वस्थ ■ ४ ते ५ जण पक्ष सोडण्याच्या विचारात ■ प्रदेशाध्यक्ष चंद्रशेखर बावनकुळे यांची कबुली

मुंबई : प्रतिनिधी

भाजपमध्ये एक-दोन नव्हे तर किमान २४ नेते अस्वस्थ आहेत. त्यातील ४ ते ५ जण पक्ष सोडण्याच्या विचारात असल्याची कबुली भाजपचेच प्रदेशाध्यक्ष चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी दिली. महायुतीत जागावाटपाच्या बदललेल्या समीकरणांमुळे या नेत्यांपुढे आऊटगोइंगशिवाय पर्याय नाही, असा सूरही त्यांनी लावला.

लोकसभेला महाराष्ट्रासह देशभरात भाजपला तडाखा बसताच चित्र बदलले आहे. भाजपत प्रवेशासाठीची नेत्यांची रांग ओसरली आहे. एवढेच नव्हे तर काही वर्षांपूर्वी भाजपत आलेले नेते शरद पवार गट, उद्धवसेना किंवा काँग्रेसच्या संपर्कात आहेत. त्यातील अनेकांना विधानसभेची उमेदवारी मिळण्याची अपेक्षा होती. मात्र, महायुतीत शिंदेसेना, अजित पवार गटाला आपला मतदारसंघ सुटणार असे लक्षात आल्यामुळे ते अस्वस्थ झाले आहेत. काही जणांनी मविआची ताकद वाढल्याने भाजपला रामराम ठोकण्याची तयारी केली आहे. या संभाव्य आऊटगोइंगवर बावनकुळे यांनीच शिक्कामोर्तब केले.

एका वाहिनीला दिलेल्या मुलाखतीत ते म्हणाले की, आता भाजपत तब्बल २४ नेते अस्वस्थ असून, त्यापैकी चार-पाच जण पक्ष सोडण्याच्या विचारात आहेत. अजित पवार महायुतीत आल्याने ही स्थिती उद्भवली आहे. अजितदादांच्या उमेदवाराला टक्कर देतील असे हे नेते आहेत. पण जागावाटपात त्यांना भाजपकडून संधी मिळू शकत नाही.

बावनकुळे म्हणाले की, भाजपने हर्षवर्धन पाटील यांना इंदापुरातील गेल्या वेळी तिकीट दिले, पण ते पराभूत झाले. आता महायुती नसती तर त्यांना पुन्हा उमेदवारी मिळाली असती. ज्यांच्यापुढे विधानसभा लढण्याशिवाय दुसरा कोणताही मार्गच नाही असे ४-५ लोक जातील. दुसरीकडे जाऊन निवडून येतो, असे वाटणाऱ्यांसाठी आमचे दरवाजे खुले आहेत. आम्ही कुणालाही थांबवणार नाही. तरीही तूर्तास त्यांची समजूत काढण्याचा प्रयत्न करत आहोत. केंद्र सरकारमध्ये काहींना सामावून घेऊ.अनेकांना लढण्याची घाई नाही. पक्ष सांगेल ती भूमिका त्यांची घेण्याची तयारी आहे.

वाचकांच्या लेखणीतून

भूदेव

ब्राम्हण, द्विज आणि भूदेव एकच. ब्रह्म जाणतो तो ब्राह्मण. मुलाचा उपनयन विधी झाला, त्याला ज्ञानाचा तिसरा डोळा (उपनयन) प्राप्त झाला म्हणजे तो द्विज म्हणजे दोनदा जन्म झालेला.
जगात देव आहे की नाही यावर मतभेद आहेत. पण देवाला जन्म देणाऱ्या मनुष्याला देव मानले पाहिजे. असे मी माझ्या एका लेखात लिहिले आहे. म्हणून तर ब्राह्मणाला भूतलावरील देव किंवा भूदेव म्हणत नसावेत?
मानव वन्य अवस्थेत असताना पशुपक्षांच्या शिकारी करून त्यांचे मांस भक्षण करीत असे. त्यावेळी हा मानव बळी तो कान पिळी या न्यायाने वागत असावा. तो क्रूर, खुनशी, निर्दयी असावा. अग्नी, शेती, लेखन, लिपी, वस्त्र विणणे आणि लेणे यांचा उपयोग शिकविणारा, वन्य मानवांचा समाज निर्माण करून त्यांना भूतदया, सहकार्य, श्रम शिकविणारा, त्यांना माणूसपण देणारा ब्राह्मण किंवा भूदेवच असला पाहिजे. या सर्व सामाजिक तत्त्वांना देव कल्पनेचा मुलामा दिला असावा तो या भूदेवानेच! समाजात समता असावी. वर्णभेद नसावा, श्रेष्ठ-कनिष्ठ भाव नसावा. हे आपण मानलेच पाहिजे. सांप्रतच्या समता तत्त्वासाठी झगडणाऱ्या सामाजिक तत्त्वांना भलेही भूदेवाची ही गोष्ट खटकणारी वाटो; पण हे ऐतिहासिक सत्य त्यांना मानावेच लागेल.

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

महायुती सरकारने महाराष्ट्र राज्याच्या अस्मितेला कलंक लावला; करण ससाणे यांचा आरोप

श्रीरामपूर : प्रतिनिधी

छत्रपती शिवाजी महाराज हे महाराष्ट्राची अस्मिता आहेत. मालवण येथील घटना अत्यंत दुर्दैवी असून राज्य सरकारने महाराष्ट्राच्या अस्मितेलाच कलंक लावला आहे, असा आरोप जिल्हा बँकेचे संचालक करण ससाणे यांनी केला.

श्रीरामपूर महाविकास आघाडी व स्व. जयंतराव ससाणे मित्र मंडळाच्या वतीने सरकार विरोधात जोडे मारो आंदोलन करण्यात आले. यावेळी ससाणे बोलत होते. यावेळी हेमंत ओगले, सभापती सुधीर नवले, सचिन बडधे, संजय फंड, अण्णासाहेब डावखर, विलास दाभाडे, मुजफ्फर शेख, रितेश रोटे, आशिष धनवटे, नीलेश नागले, प्रवीण नवले, निखिल पवार आदींसह मोठ्या संख्येने कार्यकर्ते उपस्थित होते.
आंदोलकांनी भर पावसात सरकार विरोधात घोषणाबाजी केली.
मालवणमधील घटनेचा तीव्र निषेध केला. छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या पुतळ्याच्या कामात मोठा भ्रष्टाचार झाला. त्यामुळे अवघ्या आठ महिन्यांत पुतळा कोसळला आहे. यासंबंधी देशाच्या पंतप्रधानांना माफी मागावी लागते, हे सरकारचे अपयश आहे. महायुती सरकारने राज्याला काळीमा फासण्याचा विडाच उचलला आहे. राज्यात प्रचंड भ्रष्टाचार बोकाळला असून कमिशन द्या आणि टेंडर घ्या, हे एकच धोरण राज्यात सुरू आहे. छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या नावाने राजकारण करून प्रत्येक निवडणुकीत मते मागणाऱ्या भाजप सरकारने त्यांच्या पुतळ्याच्या कामात भ्रष्टाचार केला. यातून शिवाजी महाराजांचा अवमान केल्याच्या भावना व्यक्त केल्या.

(पान १ वरून)

चित्तथरारक कुस्तीचा थरार ! माऊली जमदाडे विजेता !

२१ हजार रूपयांचे इनाम ठेवले होते. कोल्हापुरचा दिपक पवार व शिरूरचा शुभम पाचोरे हे या इनामासाठी लढले. शिरूरच्या शुभम पाचोरेने कोल्हापुरच्या दिपक पवारला अस्मान दाखवित २१ हजार रूपयांचे बक्षिस खिशात टाकले. आखाडयास खासदार नीलेश लंके, दीपक लंके, बाळासाहेब खिलारी, चंद्रभान ठुबे, राजेंद्र चौधरी, सरपंच संध्या ठुबे, राजश्री घावटे, शुभांगी गुमटकर, शिवाजी व्यवहारे, किरण ठुबे, प्रसाद नवले, शिवाजी शेळके, विजयानंद साळवे, कैलास लोंढे, कांतीलाल साळवे, बापू चत्तर, विशाल लोंढे, गोवर्धन ठुबे, बाबासाहेब घुमटकर, गणेश तांबे, धनंजय ठुबे, धनंजय व्यवहारे, बाबा गायखे, सुरज नवले, भागा नवले, भोमा ठुबे, बी एल ठुबे, नंदू सोनावळे, संजू सोनावळे, गोकुळ व्यवहारे, प्रशांत नवले, अप्पा सोनावळे, अंकुश सोनावळे, बंडू सोनावळे, किरण लोंढे, तुषार ठुबे, संपत ठुबे, सुभाष ठुबे, हरी व्यवहारे, गणेश गायखे, सुनील भालेकर, तुषार सोनावळे, अर्जुन चत्तर, रमेश सोनावळे यांच्यासह कुस्तीप्रेमी, ग्रामस्थ मोठया संख्येने उपस्थित होते.

नगर महानगरपालिकेडून शास्ती माफी जाहीर

यशवंत डांगे यांच्यासमवेत बैठक घेत शास्ती माफीची मागणी केली होती. या मागणीस पालिका प्रशासनाने मान्यता देत माफी जाहिर केली आहे.

थकबाकीदारांनी शंभर टक्के शास्ती माफीचा लाभ घेऊन दिलेल्या मुदतीत कर भरावा जेणेकरून मालमत्ता जप्तीची कारवाई टाळता येईल. शहरातील चारही प्रभागांमध्ये रोख स्वरूपात कर जमा करण्याची सोय करण्यात आली असून क्यु आर कोड आणि चेकद्वारेही कर स्विकारण्यात येणार असल्याचे सांगण्यात आले.

महागणपती मंदिराला आकर्षक फुलांची सजावट !

रविवारपर्यंत (ता. ८) मुक्तद्वार दर्शनाची पर्वणी असेल, अशी माहिती देवस्थान ट्रस्टच्या अध्यक्षा स्वाती पाचुंदकर यांनी दिली. मुक्तद्वार यात्रेच्या पहिल्या दिवशी श्रींच्या पालखीचे पूर्वद्वारातून प्रस्थान होणार असून, कर्डे (ता. शिरूर) येथील मांजराई (दोनलाई) मंदिराकडे पालखी प्रस्थान ठेवणार आहे. सकाळी दहा वाजता हा सोहळा सुरू होणार असून, पाचुंदकर आळीला पालखीचा मान आहे. दक्षिणद्वार यात्रेनिमीत्त गुरूवारी (ता. ५) निमगाव म्हाळुंगी (ता. शिरूर) येथील आसराई (शिरसाई) देवी मंदिरात पालखी जाणार असून, माळी आळीकडे पालखीचा मान आहे. यात्रेनिमित्त शुक्रवारी (ता. ६) गणेगावातील ओझराई देवी मंदिरात पालखी मिरवणूक जाणार असून, लांडे आळी पालखीचे मानकरी आहेत. गणेश चतुर्थीला शनिवारी (ता. ७) दुपारी एक ते पाच या वेळेत मुक्तद्वार दर्शनाची संधी मिळणार आहे.गणेशोत्सवानिमित्त महागणपती मंदिराच्या पुरातन लाकडी सभामंडपाला पॉलिश करण्यात आली आहे.

विविध फूलमाळांनी सभामंडप सजविण्यात आला आहे. संपूर्ण मंदिरावर विद्युत दिव्यांची रोषणाई करण्यात आली आहे. रांजणगाव एमआयडीसी पोलीस ठाण्याच्या वतीने मंदिर परिसरात पोलिसांचा चोख बंदोबस्त ठेवण्यात आला आहे.

शेततळ्यात पडून सासरा सूनेचा दुर्दैवी मृत्यू

शेततळ्यावर पाणी काढताना त्यांचा पाय घसरून तळ्यात पडल्याने त्यांना तात्काळ वाचवण्यासाठी त्यांच्या सासर्यांनी तात्काळ धाव घेतली मात्र सासरे वयोवृद्ध असल्यामुळे प्राण वाचवण्यासाठी अपयशी ठरले या घटनेमध्ये सासू व सासऱ्यांचा पाण्यात बुडून दुर्दैवी मृत्यू झाला आहे ही घटना मंगळवारी सायंकाळी सहा वाजण्याच्या सुमारास घडली. यानंतर घटनेची माहिती तात्काळ पारनेर पोलिसांना कळविण्यात आली मुरलीधर नवले व उज्वला नवले यांचा ग्रामस्थांच्या मदतीने मृतदेह बाहेर काढून पारनेर येथील ग्रामीण रुग्णालयात दाखल केले. यावेळी डॉक्टरांनी त्याला मृत घोषित केले.याप्रकरणी पोलिसांनी आकस्मिक मृत्यूची नोंद केली असून अधिक तपास पोलीस उपनिरीक्षक मानसिंग शेलार, पोलीस नाईक सतीश बर्डे हे करीत आहेत.

नागेश्वरांच्या महापुजा व पालखी सोहळ्याला उत्साहात सुरुवात

त्यानंतर श्रीनागेश्वरांना मुकुट परिधान करण्यात आला.त्यावेळी मंदिरातील श्रीनागेश्वरांच्या स्वयंभू पिंडीला चौदा ब्राम्हणांच्या हस्ते,वेदमंत्राच्या जयघोषात सकाळी साडेनऊ वाजल्यापासून सुरू असलेल्या महारूद्राभिषेकाची सांगता झाली. त्यानंतर महाआरतीने मुकुटच्या मिरवणुकीची सांगता झाली.महापुजेचे यजमान पुजारी कुटुंबाच्या वतीने महाप्रसादाचे आयोजन करण्यात आले होते.

यावेळी जिल्हा परिषदेच्या बांधकाम समितीचे माजी सभापती काशिनाथ दाते,दिपकअण्णा लंके, नगराध्यक्ष नितीन आडसूळ,नगर पंचायतीचे मुख्याधिकारी विनय शिपाई,निवृत्त पोलीस उपायुक्त राम पठारे,विश्वस्त मंडळाचे अध्यक्ष संजय वाघमारे,विश्वस्त शिरीष शेटीया,दिलीप दाते,विजय डोळ,नंदकुमार देशमुख, नगरसेवक अशोक चेडे,योगेश मते, देवराम ठुबे,भूषण शेलार,प्रकाश घोडके, दत्तात्रेय औटी, उद्योजक राजेंद्र औटी आदी उपस्थित होते.

दरम्यान आज सकाळी साडेआठ वाजता यावर्षीचे महापुजेचे यजमान राजेंद्र पुजारी व कुटुंबाच्या हस्ते संकल्प सोडून महारूद्र अभिषेकाला सुरूवात झाली. परंपरेप्रमाणे महापुजेच्या एक दिवस आधी (दि.३) श्रीनागेश्वरांचा चांदीचा मुकुट उजळण्यासाठी विधिवत येथील जुन्या पिढीतील सराफ पद्माकरकाका घोडके यांच्याकडे सुपूर्द करण्यात आला होता.आज घोडके यांच्या निवासस्थानी महापुजेचे यजमान पुजारी कुटुंबाने मुकुटाची पूजा केली.तेथून मुकुट पुजारी यांच्या कान्हूर पठार रस्त्यावरील निवासस्थानी नेण्यात आला.तेथे नागेश्वर प्रासादिक भजनी मंडळ, भैरवनाथ भजनी मंडळासह पंचक्रोशीतून आलेल्या भजनी मंडळांची भजने झाल्यानंतर पुजारी यांच्या निवासस्थानापासून मुकुटच्या मिरवणुकीला सुरुवात झाली.
दरवर्षी श्रावण महिन्याच्या पहिल्या दिवसापासून श्रीनागेश्वरांच्या स्वयंभू पिंडीला दररोज शेकडो भाविकांच्या वतीने लघुरूद्राभिषेक करण्यात येतो.चौदा ब्राह्मण वेदमंत्राच्या जयघोषात अभिषेक करतात.शेकडो वर्षांपासून सुरू असलेल्या या परंपरेला डॉ.रामचंद्र महाराज पारनेरकर यांनी सुरूवात केली.
अॅड.विष्णूमहाराज पारनेरकर व गुणेशदादा पारनेरकर यांच्या पाठबळावर लघुरुद्र अभिषेकची परंपरा अखंडपणे सुरू आहे.लघुरूद्राभिषेकाची सांगता दरवर्षी महारूद्राभिषेकाने होते.त्यानिमीत्ताने महापुजा उत्सव व पालखी सोहळ्याचे आयोजन करण्यात येते.संपूर्ण भारतात श्रीक्षेत्र काशी येथील विश्वनाथ मंदिरात व पारनेर येथील श्रीनागेश्वर मंदिरात संपूर्ण श्रावण महिन्यात लघुरुद्र अभिषेकची परंपरा सुरू असल्याचे श्रीनागेश्वर देवस्थानाच्या विश्वस्तांनी सांगितले.लघुरूद्र अभिषेकाचे व्यवस्थापन मंदिराचे गुरव योगेश वाघ सांभाळतात.
आज, बुधवारी रात्री नऊ वाजता श्रीनागेश्वरांच्या पालखी सोहळा ग्रामप्रदिक्षणेसाठी मंदिराच्या प्रांगणातून प्रस्थान ठेवणार आहे.उद्या , गुरूवारी दुपारी १ वाजेच्या सुमारास पालखी सोहळ्याचे पुन्हा मंदिरात आगमन होईल.तेथे महाआरती झाल्यावर महापुजा उत्सव व पालखी सोहळ्याची सांगता होईल.

जयश्री थोरात यांनी निवडणूक लढवावी - खा.प्रणिती शिंदे

संगमनेर : प्रतिनिधी

जयश्री थोरात यांनी निवडणूक लढवावी, असे वक्तव्य खासदार प्रणिती शिंदे यांनी केल्याने राजकीय वर्तुळात जोरदार चर्चा रंगली आहे. संगमनेर येथे काँग्रेस नेते बाळासाहेब थोरात यांच्या नेतृत्वात इंदिरा महोत्सव घेण्यात आला, यावेळी प्रणिती शिंदे बोलत होत्या. त्यामुळे थोरातांचीही लेक विधानसभेच्या मैदानात येणार असल्याच्या चर्चा रंगल्या आहेत.

बाळासाहेब थोरात यांच्या शब्दापुढे मी जाऊ शकत नाही. संगमनेरला आल्यावर घरी आल्यासारखं वाटतं. सोलापूर माझं गाव असलं तरी संगमनेर माझ्यासाठी घरच आहे. मी आमदार, खासदार झाले, मात्र महिलांसाठी एवढा मोठा कार्यक्रम मी सुद्धा करू शकले नाही. गृहिणी खूप हुशार आहेत. मात्र, त्यांच्या उत्पादनांना मार्केट आता उभे राहिले आहे. महिलांना स्वावलंबी बनविण्यासाठी हा उपक्रम राबविण्यात येत आहे. महिला एकत्रित आल्या तर शक्तीपीठ निर्माण होतं, असे त्यांनी म्हटले.

प्रवास करताना आम्हालाच खासदार असून सुरक्षित वाटत नाही तर सामान्य महिलांचे काय? महिलांवर आत्याचार झाले तर मातृभूमीच्या डोळ्यात देखील अश्रू येतात. महिला म्हणून जन्माला येणं हीच मोठी जबाबदारी आहे. सोनिया गांधींनी आपल्याला आरक्षण दिले. मात्र ५० टक्क्यांसाठी आपण भांडतो. त्यांच्यामुळे आज आमच्यासारख्या महिला पुढे आल्या, असे म्हणत पुढची निवडणूक जयश्री थोरात यांनी लढावी, अशी मागणीच प्रणिती शिंदे यांनी यावेळी केली.

ठेवीदारांचे भाग्य उजाळण्या अगोरदच भाग्यलक्ष्मीला टाळे!

■ भाग्यलक्ष्मी मल्टीस्टेटची टाकळी ढोकेश्वर शाखा बंद ■ अनेक ठेवीदारांच्या ठेवी अडकल्या ■ संचालक मंडळावर कारवाई करण्याची मागणी

टाकळी ढोकेश्वर : प्रतिनिधी

ठेवींवर जास्त व्याजाचे अमिष दाखवून ठेवीदारांकडून कोटयावधी रूपये जमा केल्यानंतर गेल्या महिनाभरापासून भाग्यलक्ष्मी मल्टीस्टेट पतसंस्थेच्या टाकळी ढोकेश्वर शाखेकडून ठेवीदारांना ठेवींचे पैसे परत देण्यास टाळाटाळ करण्यात येत असतानाच या शाखेला गेल्या दहा दिवसांपासून टाळे ठोकण्यात आल्याने ठेवीदारांचा जीव टांगणीला लागला आहे.

गेल्या दहा दिवसांपासून टाकळी ढोकेश्वर शाखेचा शाखा व्यवस्थापक तसेच कर्मचाऱ्यांनी शाखा बंद करून मोबाईल बंद करीत पोबारा केला आहे. अलिकडेच सुरू झालेल्या या शाखेकडून ठेवींवर अधिकचे व्याज देण्याचे आमीष दाखवून कोटयावधी रूपयांच्या ठेवी संकलीत केल्या होत्या.

नगर येथे मुख्य कार्यालय असलेल्या भाग्यलक्ष्मी मल्टीस्टेटच्या जिल्हयात १८ शाखा असल्याची माहीती आहे. दैनिक ठेव, मुदत ठेव, दाम दुप्पट ठेव आदी विविध योजनांच्या मध्यमातून टाकळी ढोकेश्वर परिसरातील ठेवीदारांनी संस्थेमध्ये ठेवी ठेवल्या होत्या. ठेवीदारांच्या एकूण ठेवींची रक्कम पुढे आली नसली तरी ती कोटयावधी रूपयांमध्ये असण्याची शक्यता वर्तविण्यात येत आहे.

टाकळी ढोकेश्वर परिसरातील ठेवीदार पोलीस अधीक्षकांची भेट घेऊन संचालक मंडळाविरोधात गुन्हा दाखल करून कारवाईची मागणी करणार असल्याचे सांगण्यात आले. दरम्यान ठेवीदार संतोष अडसुळ यांनी पारनेरच्या सहाय्यक निबंधक कार्यालयात निवेदन देउन भाग्यलक्ष्मी पतसंस्थेविरोधात तक्रार दाखल केली आहे. जास्त व्याजाचे आमीष दाखवून ठेवी संकलीत करण्यात आल्या. त्या परत देण्यास टाळाटाळ करण्यात येत असून गेल्या दहा दिवसांपासून टाकळी ढोकेश्वर येथील शाखाही बंद असल्याचे त्यात नमुद करण्यात आले आहे.

वृक्षारोपण करीत दिव्यांकडून पर्यावरणाचे महत्व अधोरेखीत

शहाजापुर येथे दिव्यांग ट्रस्टचा स्नेहमेळावा विविध प्रलंबित प्रश्नांवर विचारमंथन

■ शहाजापुर येथे वृक्षारोपण करून दिव्यांग बांधवांचा स्नेहमेळावा पार पडला.

शहजापुर : प्रतिनिधी

जिल्हयातील विविध तालुक्यातील दिव्यांग बांधवांनी शहंजापुर येथील डोंगरावर एकत्र येत वृक्षारोपन करीत पर्यावरणाचे महत्व अधोरेखीत केले. यानिमित्ताने दिव्यांग ट्रस्टचा स्नेहमेळावा संपन्न होउन त्यात विविध प्रलंबित प्रश्नांवर विचारमंथन करण्यात आले.

राज्य सरकारकडून दिव्यांग मंत्रालयाची स्थापना होऊनही अनेक दिव्यांग बांधव शासनाच्या विविध योजनांपासून वंचित आहेत. खा. नीलेश लंके यांच्या मार्गदर्शनाखाली अपंग कल्याणकारी प्रतिष्ठाण व आधार दिव्यांग ट्रस्ट यांच्या संयुक्त विद्यामाने आजवर अनेक दिव्यांग बांधवांना शासकीय मदत मिळवून देण्यात आली असल्याचे प्रतिष्ठाणचे अध्यक्ष सुनील करंजुले यांनी यावेळी बोलताना सांगितले. या स्नेहमेळाव्यात उपस्थित दिव्यांगांच्या अडचणी समजून घेण्यात उेन त्या प्रतिष्ठाणमार्फत दुर करण्याची ग्वाही त्यांनी दिली.

यावेळी गौतम आढाव, राजेंद्र भुजबळ, मनोज कुदांडे, हरिश्चंद्र खामकर, सतिश वऱ्हाडे, नितीन खरमाळे, राहुल गुगळे, रत्नाकर ठाणगे, तुकाराम शेलार, सोमा आकुटे, भरत पळसकर, योगेश दळवी, विजय देशमुख, राहुल चोभे, अविनाश ढवळे, ॲड. उज्वला घोडके, शितल गुंदेचा, मनिषा हिवाळे, वंदना फुलसौंदर, सुनीता साळवी, सुमन बाबर, सुनीता वाळेकर, संदीप उंडे, राजू पवार, महादेव गाडे, सचिन गाडे, जनाबाई दोरगे यांच्यासह दिव्यांग बांधव उपस्थित होते.

खा. लंके यांच्याप्रती कृतज्ञता

या स्नेहमेळाव्यात खा. नीलेश लंके यांच्या वाढदिवसापर्यंत नीलेश लंके अपंग कल्याणकारी प्रतिष्ठाण १ हजार मुलांना महिला बालकल्याण योजनेतून अर्थसाहाय्य करण्याचा निर्धार करण्यात आला. खा. नीलेश लंके यांना दिव्यांगांसाठी मिळणाऱ्या निधी ऐवढा खर्च ते स्वतःच्या पगारातून दिव्यांगासाठी खर्च करणार असल्याबद्दल दिव्यांगांच्या वतीने खा. लंके यांच्या प्रती कृतज्ञता व्यक्त करण्यात आली.

सुनील करंजुले
अध्यक्ष, नीलेश लंके अपंग कल्याणकारी प्रतिष्ठाण

सुप्यात पैठणीच्या खेळाची धमाल!

महीलांची लक्षणीय उपस्थिती | विश्वनाथ कोरडे यांचे आयोजन

■ विश्वनाथ कोरडे यांच्या वाढदिवसानिमित्त सुपा येथे आयोजित कार्यक्रमात महिलांनी सहभाग नोंदवत पैठण्या जिंकण्याचा मान मिळविला. छाया : शरद रसाळ

सुपा : प्रतिनिधी

भाजपाच्या राज्य कार्यकारणीचे सदस्य विश्वनाथ कोरडे यांच्या वाढदिवसानिमित्त सुप्यातील विठ्ठल रूख्मिणी मंगल कार्यालयात आयोजित करण्यात आलेल्या खेळ रंगला पैठणीच्या कार्यक्रमात महिला भगिनींची धमाल पहावयास मिळाली. या कार्यक्रमास महिलांची उपस्थिती लक्षणीय ठरली.

या कार्यक्रमात मोठया संख्येने उपस्थित राहिलेल्या महिलांनी या खेळात सहभाग नोंदवत पैठणी जिंकण्याचा मान मिळविला. सायंकाळी सात वाजता सुरू झालेला हा कार्यक्रम उत्तरोत्तर रंगत गेला. रात्री उशिरापर्यंत तो सुरू होता. पुण्याचे प्रसिध्द निवेदक तथा सिने अभिनेते आकाश फल्ले यांनी या कार्यक्रमाचे सादरीकरण केले. सागर मैड मित्र परीवाराने या कार्यक्रमाचे नेटके नियोजन केले. नगर-पुणे महामार्ग ओलांडण्यासाठी उशिरापर्यंत मैड मित्र परीवाराने नियोजन केले. पोलीस निरीक्षक अरूण आव्हाड यांच्या मार्गदर्शनाखाली सुपा पोलीसांनी यावेळी चोख बंदोबस्त ठेवला होता.

यावेळी भाजपाचे जिल्हाध्यक्ष दिलीप भालसिंग, तालुकाध्यक्ष राहुल शिंदे, सागर मैड, अश्विनी थोरात, प्रियंका शिंदे, सोनाली सालके यांनी यावेळी उपस्थितांशी संवाद साधताना कोरडे यांना वाढदिवसानिमित्त शुभेच्छाही दिल्या. यावेळी पुजा कोरडे, मोनाली पठारे, निशा मैड, पुनम मैड, मंगल मगर, दत्तात्रेय पवार, सुनील पवार, महेश वाघ, संदीप पवार, मधुकर पठारे, तुषार पवार, काशिनाथ नवले, गणेश भालसिंग, कामिनी चौधरी, अनिता पवार, सुमन रोकडे, मीना येणारे, डी जे गायकवाड, बाळासाहेब पवार आदी उपस्थित होते.

डॉ. तुकाराम थोपटे उपप्राचार्य

रसायनशास्त्र विभागप्रमुखपदाचीही जबाबदारी

पारनेर : प्रतिनिधी

पारनेर येथील न्यू आर्टस, कॉमर्स अॅण्ड सायन्स कॉलेजच्या रसायनशास्त्र विभागाचे प्राचार्य डॉ. तुकाराम थोपटे यांची महाविद्यालयाच्या रसायनशास्त्र विभागप्रमुखपदी व महाविद्यालयाच्या उपप्राचार्यपदी नुकतीच निवड झाली.

डॉ. थोपटे हे या आजवर महाविद्यालयाच्या अंतर्गत गुणवत्ता सिध्दता कक्षाच्या समन्वयकपदाची धुरा सांभाळत होते. त्यांच्या निवडीबद्दल अहमदनगर जिल्हा मराठा विद्या प्रसारक समाज संस्थेचे अध्यक्ष रामचंद्र दरे, उपाध्यक्ष डॉ. विवेक भापकर, सचिव ॲड. विश्वासराव आठरे, सहसचिव जयंत वाघ, खजिनदार ॲड. दिपलक्ष्मी म्हस्के, महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. लक्ष्मणराव मतकर, महाविद्यालयातील सर्व प्राध्यापक, प्रशासकीय सेवकांनी अभिनंदन केले.

निघोजची अगरबत्ती बाजारपेठेत ठसा उमटवेल

खा. नीलेश लंके यांच्याकडून सोसायटीचे कौतुक

निघोज : प्रतिनिधी

निघोज विविध कार्यकारी सेवा सहकारी संस्थेच्या वतीने विविध ६४ प्रकारच्या सुगंधी अगरबत्तीचे उत्पादन सुरू केले असून निघोज सोसायटीच्या अगरबत्तींची उत्पादने बाजारपेठेत ठसा उमटवितील असा विश्वास खासदार नीलेश लंके यांनी व्यक्त केला.

निघोज सोसायटीने उत्पादीत केलेल्या अगरबत्तीच्या विक्रीचा शुभारंभ खा. लंके यांच्या हस्ते करण्यात आला, त्यावेळी ते बोलत होते. सहाय्यक निबंधक गणेश औटी हे कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी होते.

यावेळी बोलताना लंके म्हणाले, संस्थेचे अध्यक्ष सुनील वराळ, उपाध्यक्ष शांताराम लाळगे तसेच त्यांच्या सहकाऱ्यांनी बाबासाहेब कवाद निघोज नागरी सहकारी पतसंस्थेचे चेअरमन वसंत कवाद यांच्या मार्गदर्शनाखाली शेतकरी हिताचे विविध उपक्रम राबविले आहेत. संस्थेचे व त्या अनुषंगाने संस्थेच्या सभासदांचे हित कसे जोपासले जाईल, आर्थिक समृध्दी कशी होईल याचीही काळजी घेण्यात येत असल्याचे खा. लंके यांनी यावेळी आवर्जुन सांगितले.

सहाय्यक निबंधक गणेश औटी यांनीही संस्थेच्या कारभाराचे कौतुक केले. शासनाच्या विविध योजनांचा लाभ घेऊन संस्थेने इतरांपुढे आदर्श ठेवला असल्याचे ते म्हणाले. संस्थेचे चेअरमन सुनील वराळ यांनी सुगंधी अगरबत्तीबाबत माहिती दिली. सचिव रामदास भोसले यांनी सुत्रसंचलन केले तर उपाध्यक्ष शांताराम लाळगे यांनी आभार मानले.

यावेळी बाबासाहेब कवाद निघोज नागरी सहकारी पतसंस्थेचे चेअरमन वसंत कवाद, सोसायटीचे अध्यक्ष सुनील वराळ पाटील, उपाध्यक्ष शांताराम लाळगे, सचिव रामदास भोसले, मा. उपाध्यक्ष तथा संचालक वसंत ढवण, दत्तात्रेय लंके, रामदास रसाळ, शिवाजीराव लंके, संतोष लामखडे, शांताराम कवाद, हिराभाउ सोनवणे, अंकुश लोखंडे, असिम हवालदार, किसनर वरखडे, मंदा अशोक ढवळे, मनिषा नाना वराळ यांच्यासह ग्रामस्थ, सोसायटीचे सभासद मोठया संख्येने उपस्थित होते.

डॉ. चंदू पोतंगले यांना पीएचडी

पोतंगले रसायनशास्त्र विभागाचे प्राध्यापक

पारनेर : प्रतिनिधी

पारनेर शहरातील न्यू आर्टस, कॉमर्स अॅण्ड सायन्स कॉलेजच्या रसायनशास्त्र विभागात सहाय्यक प्राध्यापक म्हणून कार्यरत असलेले प्रा. डॉ. चंदू निवृत्ती पातंगले यांना रसायनशास्त्र या विषयांतर्गत सिंथेसिस कॅरेक्टररिझेशन अॅण्ड इन्वेस्टीगेशन ऑफ स्ट्रक्चरल ऑप्टिकल मॅग्नेटिक अॅण्ड इलेक्ट्रिक प्रॉपर्टीज ऑफ निकेल अल्कलाईन अर्थमेंटल फेराइडस या विषयात नुकतीच पी एच डी प्रदान करण्यात आली.

डॉ. पोतंगले यांनी आपला शोध निबंध सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठाच्या रसायनशास्त्र विभागाचे विभाग प्रमुख प्रा. डॉ. सतीश परदेशी यांच्या मार्गदर्शनाखाली सादर केला. या प्रबंधासबंधी विद्यापीठाने निरीक्षणे तपासून डॉ. चंदू पोतंगले यांना सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठाच्या विज्ञान व तंज्ञनान विद्याशाखांतर्गत रसायनशास्त्र विभागासाठी पी एच डी पदवी बहाल केली.

शिक्षण क्षेत्रातील सर्वोच्च मानली जाणारी पी एच डी पदवी रसायनशास्त्र विषयात प्राप्त केल्याबददल डॉ. चंदू पोतंगले यांचे अहमदनगर जिल्हा मराठा विद्या प्रसारक समाज संस्थेचे अध्यक्ष रामचंद्र दरे, उपाध्यक्ष डॉ. विवेक भापकर, सचिव अॅड. विश्वासराव आठरे पाटील, सहसचिव जयंत वाघ, खजिनदार अॅड. दीपलक्ष्मी म्हसे, यांच्यासह संस्थेचे सर्व विश्वस्त तसेच गव्हर्निंग कौन्सिलचे सर्व सदस्य, महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. लक्ष्मणराव मतकर, उप्रपाचार्य डॉ. तुकाराम थोपटे, महाविद्यालयाचे सर्व प्राध्यापक, प्राध्यापकेतर कर्मचारी यांनी डॉ. चंदू पोतंगले यांचे अभिनंदन करून पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा दिल्या.

शाडूच्या मातीतून चिमुकल्यांनी साकारले गणपतीबाप्पा !

पळवे येथील भैरवनाथ विद्यालयात कार्यशाळा

■ तालुक्यातील पळवे येथील भैरवनाथ विद्यालयात पर्यावरणपुरक गणपती बनवा कार्यशाळा संपन्न झाली. छाया : शरद रसाळ

सुपा : प्रतिनिधी

पर्यावरणाला पुरक शाडूच्या मातीपासून पळवे खुर्द येथील श्री भैरवनाथ विद्यालयातील चिमुकल्यानंतर सुबक गणपतीबाप्पा साकारले. कला शिक्षक कानिफनाथ गायकवाड यांच्या मार्गदर्शनाखाली १२५ विद्यार्थ्यांनी या कार्यशाळेत सहभाग नोंदविला. आमच्या हाताने तयार केलेल्या गणपतीची आम्ही आमच्या घरी प्रतिष्ठापणा करणार असल्याचे पालक विनायक पवार यांनी सांगितले.

चिमुकल्यांच्या हाताच्या बोटांनी गणरायाची विविध रूपे साकरताना त्यांचे माती कामातील कौशल्य विकसीत होते. अशा विविध कलात्मक कार्यशाळेतून विद्यार्थ्यांचा कौशल्यात्मक विकास होत असल्याच्या प्रतिक्रिया या कार्यशाळेस भेट देणाऱ्या पालकांकडून व्यक्त करण्यात आल्या.

विद्यार्थ्यांना माती भिजविण्यापासून समुहाने या कामात सहभाग घेतला. आम्ही विद्यालयातील विद्यार्थ्यांनी कला शिक्षकांच्या मार्गदर्शनाखाली तयार केलेल्या बाप्पांची आमच्या घरी प्रतिष्ठापणा करणार आहेत. असा निर्धार विद्यार्थ्यांनी केला. मुख्याध्यापिका वैशाली शेळके यांनीही सर्व विद्यार्थ्यांनी पर्यावरणपुरक गणपतीच्या मुर्तीची आपल्या घरी प्रतिष्ठापणा करावी असे आवाहन केले. या कार्यशाळेत साकारलेल्या प्रथम तीन गणेश मुर्ती तयार करणाऱ्या विद्यार्थ्यांना संस्थेच्या वतीने रोख पारितोषीक देण्यात येणार असल्याचे मुख्याध्यापिका वैशाली शेळके यांनी सांगितले.

विद्यार्थ्यांच्या कलागुणांना वाव

विद्यार्थ्यांच्या कला गुणांना या कलात्मक उपक्रमातून वाव मिळत असून त्यांना आनंददायी शिक्षण, कौशल्य प्राप्त होते. पुढे जाउन विद्यार्थ्यांना अशा कार्यशाळेच्या माध्यमातून व्यवसायाच्या मोठया संधी उपलब्ध होऊ शकतात. त्यामुळे विद्यार्थ्यांनी शालेय स्तरावरील अशा कलात्मक उपक्रमांमध्ये मुक्त सहभाग नोंदविला पाहिजे.

कानिफनाथ गायकवाड
कला शिक्षक

आम्हाला आनंद वाटला

मातीपासून गणपती मुर्ती तयार करताना आम्हा विद्यार्थ्यांना आनंद वाटला. आमच्या हातून गणरायाचे रूपडे साकारताना आत्मिक आनंद वाटला. नव निर्मिती करता आल्याने आमचा आत्मविश्वास दुणावला आहे.

समृध्दी जगताप, आदीती जगताप
विद्यार्थीनी

जागतिक पातळीवर टाकळीच्या सुरज इघेची छाप !

जागतिक पातळीवरील स्पर्धेत भारताचे प्रतिनिधीत्व

टाकळी ढोकेश्वर : प्रतिनिधी

चेन्नई येथील प्रतिष्ठीत आयटीची ग्रॅंड चोला येथे ३ ते ५ जुलै दरम्यान आयोजित करण्यात आलेल्या एवायडीए अवॉर्डस स्पर्धेच्या आंतरराष्ट्रीय पातळीवरील अंतिम समारंभात टाकळी ढोकेश्वर येथील सुरज बाळासाहेब इघे याने भारताचे प्रतिनिधीत्व करताना आपली छाप पाडली.

आंतरराष्ट्रीय पातळीवरील या समारंभारत १७ देशांमधील आर्किटेक्ट क्षेत्रातील राष्ट्रीय विजेते एकत्र आले होते. या प्रतिष्ठीत समारंभात मुंबईतील अकॅडमी ऑफ आर्किटेक्टचर एवायडीए इंडिया इडीशनचे गोल्ड मेडलीस्ट आर्किटेक्ट सुरज इघे याने सहभाग नोंदविला. त्याने दि युनिव्हर्सल स्कुल हे थिसीस प्रोजेक्ट यशस्वीरित्या प्रदर्शीत केला. त्याला प्रा. यागनिक बधिजा व प्रा. नेहा पांचाल यांचे मार्गदर्शन लाभले.

आपल्या कामगिरीविषयी बोलताना सुरज याने सांगितले की, कौशल्याची देवाण घेवाण तसेच तरूण डिझायनरांना एकक व्यासपीठ उपलब्ध करून देणे हे या अवॉर्डचे उददीष्ट आहे. युवा डिझायनर पुरस्कारामधील सहभाग हा समृध्द करणारा प्रवास आहे. माझ्या कौशल्याला आकार देणे आणि सहकारी क्रिएटिव्हशी संवाद साधणे जे मला डिझाईन आणि नाविन्यपूर्वतेच्या सिमांना पुढे जाण्यासाठी प्रेरणा देतात. व्यासपीठाद्वारे माझ्यासारख्या तरूण डिझाईनर्सना उज्वल, अधिक शास्वत भविष्याची कल्पना करण्यासाठी सक्षम बनविण्याच्या निप्पॉन पेंटच्या दृढ व वचनबध्दतेची मी प्रशंसा करतो. वैयक्तिक वाढीसाठी आणि आमच्या क्षमता ओळखून विकासित करण्यासाठी व्यासपीठ प्रदान करते. संपूर्ण स्पर्धेदरम्यान माझी भुमिका ही निर्मितीच्या पलीकडे आहे. असे मला जाणवल्याचे सुरज याने सांगितले.

सुरज इघे याचे वडील बाळासाहेब पारनेर महाविद्यालयात कार्यरत असून सुरजच्या यशाबद्दल त्यांनी आनंद व्यक्त केला. जिल्हा मराठा विद्या प्रसारक समाज संस्थेचे विश्वस्त सिताराम खिलारी यांनी सुरजच्या यशाबद्दल आनंद व्यक्त करीत त्याने टाकळी ढोकेश्वरच्या शिरपेचात मानाचा तुरा रोवल्याची प्रतिक्रीया दिली.

'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