दैनिक
महावृत्त
E-Mail:dainikmhavratt@gmail.com
संपादक-अशोक हनवते.मो-9421094991,7264079990

Bharat Chandak
SATYA ELECTRICALS
POLYCAB Racold legrand HAVELLS INDOASIAN Finolex KOLORS USHA PHILIPS GreatWhite SIEMENS
Tapadia Market, Chain Sukh Road, Latur-413512
Ph :(O) 243678, 244458, 250776, (R) 242018
Email:satyaelectricals@rediffmail.com

लातूर वर्ष ४ थे अंक ५७ वा बुधवार दि.३१ जूलैं २०२४ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रू.

राज्यातील २० हजार तरुणांना मिळणार रोजगार!

मुंबई : मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या अध्यक्षतेखाली आज उद्योग विभागाच्या मंत्रीमंडळ उपसमितीची बैठक पार पडली. या बैठकीत गुंतवणुकीबाबत महत्त्वपूर्ण निर्णय घेण्यात आला आहे. उद्योग विभागाच्या मंत्रीमंडळ उपसमिती बैठकीत राज्यात ८१ हजार कोटी रुपये गुंतवणुकीच्या विशाल आणि अतिविशाल अशा सात प्रकल्पांना मंजुरी देण्यात आली. यामुळे राज्यात सुमारे २० हजार जणांना प्रत्यक्ष रोजगार निर्मिती होणार असल्याची माहिती सरकारकडून देण्यात आली आहे.

कोकणसह मराठवाडा, विदर्भ या भागात मोठ्या प्रमाणावर गुंतवणूक होणार असल्याचेही सरकारकडून सांगण्यात आले आहे. या उपसमितीच्या बैठकीला उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री अजित पवार, उद्योग मंत्री उदय सामंत, मुख्य सचिव सुजाता सौनिक यांच्यासह अन्य अधिकारी उपस्थित होते. दरम्यान, मुख्यमंत्र्यांच्या उपस्थितीत आज राज्य मंत्रिमंडळाचीही बैठक पार पडली. या बैठकीत विविध महत्त्वाचे निर्णय घेण्यात आले.

महत्त्वाचे निर्णय – विविध विभागांच्या वसतीगृहे, आश्रमशाळांमधील विद्यार्थ्यांच्या दरडोई अनुदानात भरीव वाढ. – महिलांच्या सक्षमीकरणासाठी जेंडर ट्रान्सफॉरमेटीव्ह मॅकॅनिझम उपक्रम राबविण्यास मान्यता. २६८५ कोटी प्रकल्पास मान्यता. आंतरराष्ट्रीय कृषी विकास निधीमार्फत कर्ज. – आदिवासी सहकारी सूत गिरण्यांना दीर्घ मुदतीचे कर्ज – नांदेड येथील श्री गुरुजी रुग्णालयास शासकीय भाग भांडवल – महाराष्ट्र कारागृह व सुधार सेवेसाठी अध्यादेश – जलविद्युत प्रकल्पांच्या नूतनीकरण व आधुनिकीकरणाचे शासन धोरण. – पूर्णमाय सहकारी सूतगिरणीला अर्थसहाय्य. – राज्यातील यंत्रमाग सहकारी संस्थांना आता राज्य शासनाकडून अर्थसहाय्य. – आदिम जमातीतील कुटुंबांसाठी आवास योजना – ठाणे पालिकेच्या विविध उपक्रमांसाठी शासकीय जमीन

मुंबई उच्च न्यायालयाने ‘पतंजली’ला ठोठावला ४ कोटी रुपयांचा दंड

मुंबई : योगगुरू बाबा रामदेव यांच्या पतंजली आयुर्वेदाला मुंबई उच्च न्यायालयाने ४ कोटी रुपयांचा दंड ठोठावला आहे. न्यायालयाच्या अंतरिम आदेशाचे उल्लंघन केल्याप्रकरणी पतंजलीला हा दंड ठोठावण्यात आला आहे. या अंतरिम आदेशात न्यायालयाने पतंजलीला कापूर उत्पादने न विकण्यास सांगितले होते. मुंबई उच्च न्यायालयाचे न्यायमूर्ती आर. आय. छागला यांच्या खंडपीठाने सांगितले की, पतंजलीने जाणूनबुजून न्यायालयाच्या आदेशाचे उल्लंघन केले आहे. न्यायालयाच्या आदेशाचे उल्लंघन करण्याचा पतंजलीचा हेतू होता यात शंका नाही, असे खंडपीठाने म्हटले आहे. गेल्या वर्षी उच्च न्यायालयाने अंतरिम आदेश देऊन पतंजलीला कापरापासून बनवलेल्या उत्पादनांची विक्री थांबवण्यास सांगितले होते. दरम्यान, मंगलम ऑरगॅनिक्स लिमिटेडने पतंजलीवर न्यायालयाच्या आदेशाचे उल्लंघन केल्याचा आरोप करणारी याचिका दाखल केली होती. सुनावणीदरम्यान पतंजलीने कोर्टाची बिनशर्त माफी मागितली. मात्र, पतंजली ही अत्यंत श्रीमंत कंपनी असून तिला मनमानी करू दिली जाऊ शकत नाही, असे न्यायालयाने म्हटले आहे. न्यायालयाने सांगितले की, आदेश जारी असतानाही पतंजली केवळ उत्पादनच विकत नाही तर त्याचे उत्पादनही करत आहे. उच्च न्यायालयाने पतंजलीला दोन आठवड्यांत चार कोटी रुपये जमा करण्याचे आदेश दिले आहेत. या महिन्याच्या सुरुवातीला न्यायालयाने पतंजलीला ५० लाख रुपये जमा करण्यास सांगितले होते. काय आहे संपूर्ण प्रकरण? ऑगस्ट २०२३ मध्ये, मुंबई उच्च न्यायालयाने पतंजलीला कापरापासून बनवलेल्या उत्पादनांची विक्री आणि जाहिरात करण्यावर बंदी घालण्याचा अंतरिम आदेश जारी केला होता. मंगलम ऑरगॅनिक्सच्या याचिकेवर हा आदेश देण्यात आला आहे. मात्र पतंजलीने या निर्णयाचे उल्लंघन केले.

काँग्रेसचे ज्येष्ठ नेते माजी मंत्री मधुकरराव चव्हाण यांनी घेतली माजी मंत्री आमदार अमित देशमुख यांची भेट विविध विषयावर केली चर्चा

लातूर / प्रतिनिधी : – काँग्रेसचे ज्येष्ठ नेते माजी मंत्री मधुकरराव चव्हाण यांनी राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण सांस्कृतिक कार्यमंत्री व लातूर जिल्ह्याचे माजी पालकमंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांची मंगळवार दि. ३० जुलै रोजी सकाळी बाभळगाव निवासस्थानी भेट घेऊन विविध विषयावर चर्चा केली.

यावेळी मुकुंददादा डोंगरे, प्रकाश चव्हाण, अशोक कदम, विलास सहकारी साखर कारखाण्याचे व्हा.चेअरमन रवींद्र काळे, दिलीप सोमवंशी, ऋषिकेश मगर, भालचंद्र मगर, ढवळे, रशीद बुलंगे, शिवाजी गायकवाड, बालाजी बंडगर आदी उपस्थित होते.

क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री संजय बनसोडे यांचा दौरा

लातूर :– राज्याच्या क्रीडा व युवक कल्याण, बंदरे विभागाचे मंत्री संजय बनसोडे हे बुधवार, ३१ जुलै २०२४ रोजी लातूर जिल्हा दौऱ्यावर येत आहेत. त्यांचा दौरा कार्यक्रम पुढीलप्रमाणे आहे. क्रीडा व युवक कल्याण मंत्री ना. बनसोडे यांचे ३१ जुलै रोजी सकाळी ६.३० वाजता लातूर येथे आगमन होईल व शकुंतला निवासस्थान येथे राखीव. सकाळी ९.३० वाजता लातूर येथून मोटारीने बिदर जिल्ह्यातील भालकीकडे प्रयाण करतील. सकाळी ११.३१ वाजता भालकी येथील सन्मुखअप्पा कल्याण मंडप येथे रामेश्वर प्रभूअप्पा निटूरे यांच्या मुलाच्या विवाह सोहळ्यास उपस्थित राहतील. दुपारी १२.१५ वाजता भालकी येथून जळकोटकडे प्रयाण करतील. दुपारी २ वाजता जळकोट येथील श्री गुरुदत्तमाध्यमिक उच्च माध्यमिक विद्यालय येथे आयोजित पूज्य कुमार स्वामी माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालयाचे मुख्याध्यापक तथा प्राचार्य चंद्रकांत मारुती कांबळे यांच्या सेवानिवृत्ती सोहळ्यास उपस्थित राहतील. दुपारी ४ वाजता जळकोट येथून मोटारीने उदगीरकडे प्रयाण करतील. ना. बनसोडे हे सायंकाळी ५ वाजता उदगीर तालुक्यातील नागलगाव येथील श्री बाबुराव पांचाळ यांच्या निवासस्थानी सांत्वनपर भेट देतील. सायंकाळी ६ वाजता उदगीर शहरातील सराफा लाईन रोडवरील शंकरअप्पा मठ येथे उदगीर विश्व हिंदू परिषदद्वारा आयोजित गुरु पूजन व धर्मरक्षा निधी उत्सव कार्यक्रमास उपस्थित राहतील. सायंकाळी ७ वाजता उदगीर तालुक्यातील हेर येथील श्री पद्माकर कांबळे यांच्या निवासस्थानी सांत्वनपर भेट देतील. त्यानंतर सोयीनुसार उदगीर येथून लातूरकडे प्रयाण करतील व शकुंतला निवासस्थान येथे राखीव.

पाकमध्ये दोन समुदाय भिडले; ५० जणांचा मृत्यू

इस्लामाबाद : पाकिस्तान सध्या दंगलीच्या आगीत होरपळत असून जमिनीच्या एका छोट्या तुकड्यासाठी दोन आदिवासी समुदायांमध्ये भीषण संघर्ष सुरू आहे. खैबर पख्तूनख्वा भागात झालेल्या दंगलीत आतापर्यंत ५० जणांचा मृत्यू, तर २०० हून अधिक लोक जखमी झाले आहेत. अनेकांची प्रकृती गंभीर असल्याने मृतांचा आकडा वाढू शकतो. या दंगलीत क्षेपणास्त्रे, मोर्टार, रॉकेट आणि स्वयंचलित तोफाही वापरल्या जात असल्याची माहिती समोर आली आहे.

मीडिया रिपोर्टनुसार, पाच दिवसांपूर्वी जमिनीच्या वादावरुन दोन समुदयांमध्ये हाणामारी झाली होती. या हाणामारीचे रुपांतर दंगलीत झाले आणि पेवार, टांगी, बालिशखेल, खार काले, मकबाल, कुंज अलीझाई, पारा चमकनी आणि करमनसह अनेक भागात ही दंगल पसरली. या दरम्यान, दोन्ही बाजूने एकमेकांवर क्षेपणास्त्रे, मोर्टार, रॉकेट लॉन्चरसह अनेक शस्त्रांचा मारा करण्यात आला. २४ जुलैपासून सुरू झालेल्या संघर्षात आतापर्यंत ५० जणांनी जीव गमावला असून २०० हून अधिक जखमी आहेत. हिंसाचार का भडकला? पाकिस्तानातील या दंगलीमागे जमिनीचा तुकडा असल्याचे सांगितले जात आहे. गुलाब मिल्ली खेल आणि मिडगी कुल्ले, या आदिवासी समुदायांमध्ये ३० एकर जमिनीसाठी अनेक दशकांपासून वाद सुरू आहे. गुलाब मिली खेळ शिया समुदायाचा आहे, तर मिदागी कुल्ले खेल सुन्नींचा आहे. गेल्या वर्षी जुलैमध्येही याच जमिनीच्या तुकड्यावरून वाद झाला होता. त्यावेळी कुर्रममध्ये झालेल्या जातीय संघर्षात अर्धा डझनहून अधिक लोक मारले गेले. आता पुन्हा एकदा खैबर पख्तूनख्वा भागातील कुर्रम जिल्ह्यात असलेल्या जमिनीच्या तुकड्यासाठी दोन आदिवासी समुदायांमध्ये संघर्ष पेटला आहे. सध्या सर्व शाळा, महाविद्यालये बंद गेल्या काही दिवसांपासून हा संघर्ष पुन्हा पेटल्यामुळे सर्व शैक्षणिक संस्था आणि बाजारपेठा तात्काळ बंद ठेवण्यात आल्या असून मुख्य रस्त्यांवरील वाहतूकही दिवसभर बंद ठेवण्यात आली आहे.

डॉ.शिवाजी काळगे यांच्या खासदारकीला खंडपीठात आव्हान,पत्रकार परिषदेत माहिती

लातूर :– बोगस,बनावट कागदपत्राआधारे माला जंगम जात,आणि जातवैधता प्रमाणपत्र मिळवून,लातूर राखीव(अ.जा.) लोकसभा मतदार संघातील नवनिर्वाचित खासदार डॉ.शिवाजी काळगे यांच्या खासदारकीला मुंबई उच्च न्यायालयाच्या छ.संभाजी नगर खंडपीठात आव्हान देण्यात आले असून, या याचिका क्र.०६/२०२४ ची पुढील सुनावणी दि.६ ऑगस्ट २०२४ रोजी होणार असल्याची माहिती याचिकाकर्ते उमेदवार प्रा.विश्वनाथ आल्टे,दत्तू नरसिंगे, ननवरे,ऍड.प्रविण जोहारे आणि जागरुक नागरिक विठ्ठल भोसले यांनी आज दि.३० जुलै २०२४ रोजी पत्रकार परिषदेत दिली.

विस्ताराने माहिती देताना त्यांनी सांगितले की, डॉ.शिवाजी बंडाप्पा काळगे यांचे मुळगाव अंकुलगा राणी ,ता.निलंगा असून,सध्या ते लातूरच्या नेताजी नगरात वास्तव्यास आहेत. त्यांच्या निवासस्थानीच भव्य डोळ्याचा दवाखाना आहे. त्यांचा जिल्हा परिषद प्रशाला अंकुलगा (राणी) येथे शाळेतील ईयत्ता पाहिलीतील प्रवेश दि.१२ जून १९७४ रोजीचा असून,त्यांचा प्रवेश निर्गम उतार्यावर जातीचा उल्लेख हिंदु (जंगम माला) असा आहे. तसेच डॉ.शिवाजी काळगे यांची सख्खी बहिण लता बंडाप्पा काळगे यांचा ईयत्ता सातवीच्या शाळा सोडल्याच्या दाखल्या(टी.सी.)वर जातीचा उल्लेख स्पष्टपणे हिंदू (जंगम) असा आहे. तसेच त्यांची सख्खी चुलत बहिण निर्मला काशिनाथप्पा काळगे यांचा जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा, अंकुलगा (राणी) शाळेच्या जनरल रजिस्टरला जातीचा उल्लेख लिंगायत (जंगम) असा आहे. यावरुन डॉ.शिवाजी काळगे यांच्या व त्यांचे रक्ताचे नातेवाईक जसे बहिण व चुलत बहिण यांच्या जातीच्या उल्लेखामध्ये तफावत दिसून येते. तसेच गाव नमुना नं.१३ मध्ये अनु.क्र.११६ वर जातीचा रकाना नसताना डॉ.शिवाजी बंडाप्पा काळगे यांचे वडील बंडाप्पा मालिंगप्पा यांच्या नावासमोर माला जंगम असे नंतर वाढविल्याचे दिसून येते कारण बंडाप्पाचे ईतर भावांच्या नावासमोर जातीचा उल्लेख दिसून येत नाही. यावरुन हे सिध्द होते की, डॉ.शिवाजी बंडाप्पा काळगे यांनी माला जंगम जातीचे खोटे व बनावट जात प्रमाणपत्र काढले आहे. शैक्षणिक, नोकरी आणि राजकीय फायदा घेतला आहे.

डॉ.शिवाजी बंडाप्पा काळगे यांनी दि.१४ जुलै १९८६ रोजी तहसील कार्यालय निलंगा येथून माला जंगम या जातीचे प्रमाणपत्र काढले. त्यांनी ईयत्ता १२ वी (विज्ञान) उत्तीर्ण झाल्यानंतर सन १९८६ मध्ये जातपडताळणी समिती,पुणे यांच्याकडे जात पडताळणीकरिता प्रस्ताव दाखल केला होता. सदरील समितीने त्यांचा माला जंगम जातीचा प्रस्ताव अवैध ठरविला होता. त्यानंतर त्यांनी विभागीय आयुक्त,औरंगाबाद यांचेकडे अपिल क्र.१९८७ मध्ये दाखल केले होते. त्याचा निकाल डॉ.शिवाजी काळगे यांचे जात प्रमाणपत्र वैध असल्याचा निर्णय दिला होता.त्यानंतर काहीही कारण नसताना डॉ.शिवाजी काळगे यांनी स्वतः औरंगाबाद उच्च न्यायालयात याचिका दाखल केली होती. सदर याचिका उच्च न्यायालयाने सन २००१ मध्ये मंजूर के केली असून, सदर निर्णयामध्ये जात वैधतेला आव्हान देण्याचा मुद्दा खुला ठेवला अहो.त्यामुळे सदरील जात वैधता बाबतचा निर्णय हा कायमस्वरुपी नाही हे दिसून येते असे ते म्हणाले.

डॉ.शिवाजी बंडाप्पा काळगे यांनी शिरुर अनंतपाळ तहसीलदार यांच्याकडे नव्याने अर्ज करुन माला जंगम जातीचे प्रमाणपत्र दि.१३ मार्च २०१४ रोजी प्राप्त केले आहे. सन २०१६ साली डॉ.शिवाजी काळगे यांनी त्यांची मुलगी श्रेया शिवाजी काळगे हिचे जात वैधता प्रमाणपत्र पडताळणी करुन घेतले.त्यानंतर त्यांनी स्वतःची जात वैधता सन २०१९ मध्ये वयाच्या ४९ व्या वर्षी करुन घेतली. दरम्यानच्या डॉ. डॉ.शिवाजी काळगे यांनी वैद्यकीय शिक्षण घेतले तसेच वैद्यकीय अधिकारी म्हणून नेमणूक दि.१ सप्टेंबर २०१८ पासून दिली असताना त्याच कार्यालयामार्फत सेवेत रुजू होण्याच्या अगोदर म्हणजे दि.२३ ऑगस्ट २०१८ रोजीच जात वैधता पडताळणीचा संबंधित समितीकडे प्रस्ताव पाठविला आहे,जो बेकायदेशीर आहे,असा आरोप यावेळी करण्यात आला.

एकूणच डॉ.शिवाजी बंडाप्पा काळगे यांनी खोटे जात प्रमाणपत्र काढून त्याची जात वैधता बेकायदेशीररित्या करुन घेतली असून, अनुसूचीत जातीच्या वर्गाला मिळणारे सर्व लाभ घेतले आणि एका अनुसूचीत जातीच्या वर्गाच्या व्यक्तीचा हक्क हिरावून घेतला आहे, जो कायद्याने गुन्हा आहे.म्हणून आम्ही याचिकाकर्त्यांनी न्याय्य हक्कासाठी निवडणूक याचिका छत्रपती संभाजी नगर खंडपीठात दाखल केली आहे असे सांगून याचा निकाल लवकरात लवकर लागेल अशी अपेक्षा याचिकाकर्ते उमेदवार प्रा.विश्वनाथ आल्टे,दत्तू नरसिंगे, ननवरे,ऍड.प्रविण जोहारे आणि जागरुक नागरिक विठ्ठल भोसले यांनी यावेळी व्यक्त केली.

संपादकीय....

शहरांमधील जैवसमृद्धी

शहरातील जैवविविधता म्हणजे जैव-भौगोलिक आणि मानवनिर्मित घटक याचे मिश्रण. याचा फार मोठा परिणाम मानवावर होताना दिसतो. उद्योगाच्या निमित्ताने शहराकडे वळणाऱ्या माणसांच्या लोंढ्यांचा नकारात्मक परिणाम जैवविविधता आणि नैसर्गिक साधनसंपत्तीवर होतो. पर्यावरणाचा समतोल राखण्यासाठी आवश्यक असलेली जैवविविधता दुर्लक्षली जाते. राष्ट्रीय योजना आयोगाच्या एका अहवालानुसार, २०३०पर्यंत भारतातील ४० टक्के लोकसंख्या शहरात असेल आणि म्हणूनच शहरातील जैवविविधता कशी जोपासली जाईल, याचा विचार व्हायला हवा.

जैवविविधतेने नेहमीच अनेक प्रकारचे पर्यावरणीय फायदे (इकोसिस्टिम सर्व्हिसेस) होत असतात. शहरीकरणामुळे एखाद्या ठिकाणची निसर्गरम्यता बदलते, पर्यावरणाचे नुकसान होते, नैसर्गिक साधनसंपत्तीची मागणी वाढीस लागून प्रदूषण वाढीस लागते, जमिनीच्या उपयुक्ततेचा आकृतीबंध बदलतो आणि पाण्याची, मातीची, हवामानाची दशा आणि दिशा बदलताना दिसते . शहरातील जैवविविधता जोपासल्यास शहरातील सौंदर्य कायम राखण्यास, वाढवण्यास निश्चित मदत होते. आसमंताचा थोडासा हिरवागार भागसुद्धा मनाला शांतता देऊन जातो. त्यामुळे अनेक प्रकारच्या ताणतणावाने ग्रासलेला माणूस थोडावेळ तरी तणावमुक्त होण्याची शक्यता वाढते .

शहरातील अशा हिरव्या बेटांत अनेक प्रकारचे जीव वास्तव्य करतात आणि त्यातील विविधता आपोआपच जोपासली जाते. हा हरित पट्टा प्रदूषण शोषून घेतो. माणसाला फुले, फळे, औषधे देतो, पक्ष्यांना आणि माणसांना विसावा देतो. यामुळे राखला जाणारा स्थानिक पर्यावरणाचा समतोल, पाण्याची पातळी, पक्षी निरीक्षण , पक्ष्यांची गाणी ऐकणे याचा माणसाच्या मनावर होणारा सकारात्मक परिणाम अशा अनेक गोष्टी जैवविविधता राखल्यामुळे साध्य होतात.

शहरातील जैवविविधतेचे व्यवस्थापन करताना फुले-फळांची झाडे लावणे, पक्ष्यांना घरटी बांधण्यासाठी नैसर्गिक अथवा कृत्रिम जागा, अन्न उपलब्ध करून देणे, शहरी भागात उरलेले नैसर्गिक अथवा कृत्रिम तलाव, पाण्याचे साठे, बागा, हिरवे मार्ग, पक्ष्यांना आणि फुलपाखरांना अन्न मिळवून देणाऱ्या वनस्पतींची मुबलकता, त्रासदायक असलेल्या प्रजातींचे व्यवस्थापन, मानव - वन्यप्राणी संबंधांची जाणीव आणि निसर्गाच्या अनुकूल असे स्थापत्य या गोष्टींची गरज दिसते.

बायडेन रिंगणाबाहेर...

अमेरिकेचे अध्यक्ष जो बायडेन यांनी २१ जुलै २०२४च्या दुपारी अध्यक्षपदाच्या निवडणुकीच्या रिंगणातून बाहेर पडण्याची घोषणा केली. सत्ताधारी आपणहून सत्ता सोडतो, असे सहसा होत नसते. कारण खूप मेहनत करून तो सत्तेत पोहोचलेला असतो. सत्ता हे एक व्यसन असल्याने सत्ता सोडणे आणखीनच कठीण असते. सत्तेचा लोभ नाही, म्हणून बायडेन यांनी सत्ता सोडली, असे नाही. आदल्या दिवसापर्यंत ते ठणकावून सांगत होते, की आपण निवडणूक लढवणार म्हणजे लढवणारच.

२७ जून २०२४ रोजी ट्रम्प यांच्यासोबत झालेल्या टीव्हीवरील जाहीर चर्चा कार्यक्रमात बायडेन अडखळले. काही सेकंद ते शब्द शोधत होते. अमेरिकेत आणि जगभर चर्चा उसळली. बायडेन यांचा मेंदू ठीक काम करत नाहीये. तो काहीसा मंद झालाय. बायडेन यांच्या बाजूचे लोक म्हणाले, की असे कधी कधी होते. तणावाखाली काम करत असताना अगदी तरुण माणसेही अडखळू शकतात. खरे म्हणजे तून दबाव येत होता. बराक ओबामा हे 'माघार घ्या', असे थेट म्हणाले नाहीत; पण 'तसा विचार करायला हरकत नाही'असे गुळमुळीत बोलले होते. बायडेन यांच्या खंद्या समर्थक असलेल्या नॅन्सी पेलोसी यांचा पाठिंबाही डळमळीत झाला होता. पक्षामधे कुजबूज होती; पण उघड बोलायला कोणी धजावत नव्हते.

बायडेन डेलावेअरमधे असताना ३८ खासदारांनी, बायडेन यांनी माघार घ्यावी, असे जाहीरपणे म्हटले होते. मात्र, बायडेन यांच्या टीमने त्याकडे दुर्लक्ष केले. काँग्रेसच्या २६८ सदस्यांतले फक्त ३८च तर विरोधात आहेत. बर्नी सँडर्स, क्लिंटन इत्यादी लोक पाठिंबा देत आहेत, म्हणजे आपली उमेदवारी योग्य आहे, असे बायडेन आणि त्यांची टीम मानत राहिली. आपणच निवडलेल्या माणसाला कसा विरोध करायचा, असे वाटल्याने पक्षातले लोक गप्प बसणे समजण्यासारखे आहे. पण बाहेरच्या लोकांनी का गप्प बसावे? गेले सहा एक महिने लोक म्हणत होते, की अमेरिकेत म्हातारशाही सुरू झालीय. दोन झाला. बायडेन उपाध्यक्ष असताना त्यांच्या घराच्या आसपासही हंटर ड्रग गोळा करत असे. सत्तेच्या गैरवापराचा आरोपही त्याच्यावर झाला. इतके होऊनही बायडेन डगमगले नाहीत. सातत्याने सिनेटवर निवडून येत राहिले. दोन वेळा अध्यक्षपदाची निवडणूक लढवली. यथावकाश उपाध्यक्ष झाले. असा हा लढणारा माणूस सध्याच्या संकटावर मात करेल, अशी त्यांच्या सहकाऱ्यांची अपेक्षा होती; खुद्द बायडेन यांनाही पक्का आत्मविश्वास होता. करोना झाल्याने बायडेन सोशल डिस्टन्सिंग पाळून प्रचार मोहिमेची कामे करीत होते. शुक्रवारी दुपारपर्यंत त्यांनी सहकाऱ्यांबरोबर चर्चा केली, कामे मार्गाला लावली. पत्रकार विचारत, की काय निर्णय झालाय? बायडेन म्हणत, मी ठाम आहे!

शनिवारी सकाळी बातम्या पोहोचल्या, की आणखी काही काँग्रेस सदस्य बायडेन यांना राजीनामा द्यायला सांगत आहेत. बायडेन कातावले होते. ते सोशल डिस्टन्सिंगमधे असल्याने त्यांचा मूड कोणाला कळत नव्हता. बहुदा ते पत्नीशी बोलत असावेत. शनिवारी दुपारी बायडेन

निवडणूक मोहीम सुरू झाली त्या आधीपासूनच बायडेन संथावले आहेत हे त्यांच्या जवळच्या लोकांच्या लक्षात आले होते. बायडेन यांनी उत्स्फूर्त बोलणे हुशारीने कमी केले, ते टेलिप्रॉम्पटरचा वापर जास्त करू लागले, त्यांनी पत्रकार परिषदाही कमी केल्या, पत्रकारांशी थेट बोलणेही कमी केले. १९८७च्या अध्यक्षपदाच्या निवडणुकीत अपयश आल्यानंतर त्यांना एका व्याधीने त्रास दिला होता. त्यांच्या मेंदूत रक्तवाहिन्यांवर फोड आला होता. प्रकरण अतिशय गंभीर झाले होते. ख्रिस्ती परंपरेनुसार शेवटचे 'कन्फेशन' घेण्यासाठी प्रिस्टलाही बोलावण्यात आले होते. बायडेन वाचले. नंतरही एकदा तो त्रास त्यांना झाला होता; पण औषधोपचारानंतर तो पुन्हा उद्भवला नाही.

काय असेल ते असो, पण २० जुलैच्या संध्याकाळपर्यंत पूर्ण निर्धाराने बायडेन निवडणुकीच्या मैदानात होते. खोकला फार त्रास देऊ लागल्याने बायडेन यांनी तपासणी केली तेव्हा १५ जुलैला कळले, की त्यांना करोनाची लागण झाली आहे. १७ जुलैला ते डेलावेअरमधल्या आपल्या गावी विश्रांतीसाठी रवाना झाले. चारेक दिवस विश्रांती झाल्यावर त्यांचा प्रचार दौरा सुरू होणार होता. लिंडन जॉन्सन यांच्या गावी जाऊन ते भाषण करणार होते. डेलावेअरमधे रोज बायडेन यांना वाहिन्यांचे फोन येत असत. 'तुम्ही काय करणार?' असा प्रश्न त्यांना विचारला जाई. कारण माघारीसाठी बायडेन यांच्यावर त्यांच्याच पक्षा- म्हातारे सत्तेसाठी भांडत आहेत. ट्रम्प यांच्यापेक्षा चारच वर्षांनी बायडेन जास्त म्हातारे. न्यूयॉर्क टाइम्स, वॉशिंग्टन पोस्ट या डेमॉक्रॅटिक पक्षाकडे कल असणाऱ्या, ट्रम्पविरोधी वृत्तपत्रांनीही बायडेन यांनी माघार घ्यावी, अशी जवळपास मोहीमच आरंभली. ट्रम्प हे बायडेन यांना फाडून खाणार, हरवणार असे सर्वांचे मत झाले होते. ट्रम्प यांचा पराभव व्हावा, असे वाटत असेल तर बायडेन यांनी माघार घ्यावी, असे या मोहिमेचे मत होते. बायडेन यांची कारकीर्द ठीक होती, त्यांनी घेतलेले काही निर्णय चांगलेही होते; पण सध्याचे जनमत बायडेन यांच्या बाजूने नाही, प्रस्थापितविरोधी आहे, असे अनेक पाहण्या सांगत होत्या.

मात्र, बायडेन आणि त्यांचे पाठीराखे ठाम होते. कारण बायडेन हा लढवय्या माणूस. घोर संकटांवर मात करत, प्रचंड अडथळे पार करत त्यांची ५० वर्षांची कारकीर्द उभी राहिली होती. १९७२मध्ये ते प्रथम सिनेटवर निवडून गेले, तेव्हा निक्सन यांची अभूतपूर्व अशी लाट होती. त्या लाटेतही बायडेन निवडून आले होते. सन १९७२मध्ये बायडेन यांच्या कारला अपघात झाला. त्यात त्यांची पत्नी आणि एक वर्षाची मुलगी मरण पावली. त्या जबरदस्त आघातातून सावरत बायडन उभे राहिले. राजकीय जीवन हाच त्यांचा विरंगुळा झाला असावा. नंतर त्यांचा मुलगा तरुणपणीच कॅन्सरने गेला. हंटर हा त्यांचा मुलगा व्यसनी यांनी आपले अगदी जवळचे सल्लागार स्टीव्ह रिशेट यांना फोन करून, 'तू आणि माइक डोनिलॉन असे दोघेही लगोलग माझ्या घरी पोहा-`चा', असे सांगितले. माइक डोनिलॉन हे बायडेन यांचे अगदी जवळचे सहकारी. बायडेन यांची भाषणे ते लिहायचे. असा माणूस अध्यक्षांशी एकरूप झालेला असतो. बायडेन यांनी सांगितल्यानुसार स्टीव्ह रिशेट आणि माइक डोनिलॉन डेलावेरमधे पोचले. तिघे एका खोलीत जाऊन बसले. रात्री उशिरापर्यंत ते एकत्र होते. तिघांनी मिळून एक दीर्घ पत्र पक्के केले. त्यात बायडेन यांनी आपली माघार जाहीर केली होती. पण या तिघांपलीकडे कोणालाही या निर्णयाची कल्पना नव्हती. आपला निर्णय पत्रकार परिषदेत किंवा वाहिन्यांवर जाहीर करायचा नाही असे बायडेन यांनी ठरवले होते. पत्रकार परिषदेत बोलताना शब्द इकडचे तिकडे होतात, आयत्या वेळी काही तरी वेगळेच बोलले जाते, असा विचार बायडेन यांनी केला. दुपारी दीड वाजता बायडेन यांनी आपले पत्र माध्यमांकडे पाठवले. लगोलग कमला हॅरिस यांना फोन करून निर्णय सांगितला आणि त्यांना आपला पाठिंबा आहे, असे जाहीर केले. व्हाइट हाऊसमधल्या कर्मचाऱ्यांना त्यानी बोलावून घेतले. झूम बैठक बोलावली. मंत्रिमंडळातले सहकारी आणि काँग्रेस सदस्यांशी ते बैठकीत बोलले.

योगर्ट आणि दही

केसीन प्रथिनधाग्यांच्या जाळ्याची वीण जेवढी घट्ट किंवा पाण्याचे प्रमाण कमी, तेवढे दही दाट! मातीच्या मडक्यांत दूध विरजल्यास मडके, थोडे पाणी शोषते आणि दही घट्ट बनते.

दुकानांत आपण रंगीबेरंगी कपांतील योगर्ट पाहतो. घरी दूध विरजून दही बनवतात. काही जण दुकानांतून दह्याचे कप आणतात. श्रम, वेळ वाचवणे, कामाच्या ठिकाणी कप नेणे त्यांना सोयीचे वाटते. योगर्टमध्ये आणि दह्यामध्ये नेमका फरक काय? दही लावण्यासाठी आपण कोमट दुधात थोडेसे दही, 'विरजण' घालतो. अर्धा लिटर दुधात अंदाजे अर्धा-चमचा दही घालून ढवळतो. हिवाळ्यात विरजलेले दूध उबेसाठी शेगडीजवळ ठेवतो. विरजणात दही बनवणाऱ्या जीवाणूंच्या (बॅक्टिरियांच्या) उदा. लॅक्टोबॅसिलायच्या वसाहती असतात. ते दुधातील लॅक्टोज साखररेणू फोडतात. लॅक्टोजमधून ग्लुकोज आणि गॅलॅक्टोज साखरेचे लहान रेणू मिळतात .लॅक्टोबॅसिलाय ऑक्सिजन नसतानाही ग्लुकोज रेणूंतून ऊर्जा मिळवतात. विनॉक्सिश्वसनात लॅक्टिक आम्ल तयार होते. आम्लामुळे दूध साकळते. त्यातील केसीन प्रथिनाच्या रेणूंचे एकमेकात गुंतलेल्या साखळ्यांचे जाळे बनते. त्यात दुधातले पाणी सामावते, दही लागते. केसीन

प्रथिनधाग्यांच्या जाळ्याची वीण जेवढी घट्ट किंवा पाण्याचे प्रमाण कमी, तेवढे दही दाट! मातीच्या मडक्यांत दूध विरजल्यास मडके, थोडे पाणी शोषते आणि दही घट्ट बनते.

योगर्ट हे व्यावसायिक डेअरीत बनवतात. दोनच जातींच्या 'लॅक्टोबॅसिलस बल्गॅरिकस' आणि 'स्ट्रेप्टोकॉकस थर्मोफिलस' जीवाणूंचे निवडक वाण विरजण्यासाठी वापरतात. विरजण एकजीव होईतो दूध ढवळतात. काटेकोरपणे, तापमान-नियंत्रित दालनांत योगर्ट बनते. घरगुती दहीनिर्मिती करणाऱ्यांकडे निवडक जीवाणूंच्या वसाहतींची जोपासना, तापमान-नियंत्रण इत्यादींची फारशी काळजी घेण्याची क्षमता, उपकरणे-साहित्य तसेच इच्छाही नसते.

सर्वसामान्य निरोगी माणसाना दह्याऐवजी योगर्ट खाण्याने कोणताही अतिरिक्त फायदा मिळत नाही. दही घरात बनवण्यास खर्च येत नाही. दूध पन्नास रुपये लिटर असेल, तर तेवढ्याच किंमतीत आपल्याला दही मिळते. बाहेरून आणल्यास तेवढेच दही पंच्याहत्तर रुपयांना आणि योगर्ट त्याहून जास्त, म्हणजे साडेतीनशे रुपयात मिळते. बाहेरचे दही, योगर्ट हे त्यातील संरक्षक (प्रिझर्व्हेटिव्ह), स्थिरके (स्टॅबिलायझर्स), मिश्रके (ॲडिटिव्ह) यांसह आपल्या खिशावर भार टाकून मिळतात! घरगुती दही, दुकानातले दही, की योगर्ट- निवड आपणच करायची आहे.

रोज अंघोळ न केल्याचा शरीरावर काय होईल परिणाम? डॉक्टर काय सांगतात? वाचाच

वैयक्तिक स्वच्छतेसाठी अंघोळ ही फार महत्त्वाची गोष्ट आहे. अनेक जण रोज सकाळी उठल्यानंतर दात घासून अंघोळ करतात. भारतात तरी याच पद्धतीचे लोक अनुसरण करतात. कारण– अंघोळीमुळे शरीराची स्वच्छता तर राखता येतेच; शिवाय ताजेतवाने झाल्यासारखे वाटते, दिवसभर काम करताना एक उत्साह येतो. पण तुम्ही कधी विचार केला आहे का की, रोज अंघोळ करण्याची सवय तुम्ही अचानक बंद केली, तर त्याचा काय परिणाम होईल? अनेकांना या विचारानेच किळस वाटली असेल.

शरीराच्या नैसर्गिक प्रक्रिया समजून घेण्यासाठी ही गोष्ट महत्त्वाची आहे; पण अनेकांना हा विचारच मुळात आवडला नसेल. नियमित अंघोळ न केल्यास शरीरात होणारे बदल आणि त्वचेवरील जटिल परिसंस्थेबद्दल अधिक जाणून घेता येऊ शकते. मानवी जीवशास्त्राच्या दृष्टीने हा महत्त्वपूर्ण अभ्यास असेल.

याच विषयावर बोअरिंग आणि लेडी कर्झन हॉस्पिटलच्या सहायक प्राध्यापिका डॉ. स्वेता श्रीधर यांनी दी इंडियन एक्स्प्रेसशी बोलताना सविस्तर माहिती दिली आहे. अंघोळ करण्याची सवय अचानक बंद केल्यास त्याचा शरीरावर कसा परिणाम होतो याविषयी त्यांनी सांगितले आहे. साफसफाईची दिनचर्या विसरल्यास होणाऱ्या आश्चर्यकारक बदलांबद्दलची माहिती त्यांनी दिली.

डॉ. श्रीधर यांच्या मते, मानवी त्वचा ही नैसर्गिक तेल, घाम व मृत त्वचेच्या पेशी यांनी भरलेली एक गतिशील परिसंस्था आहे. त्यामुळे नियमित अंघोळ केल्याने यात संतुलन राखण्यास मदत होते. परंतु, जेव्हा तुम्ही अचानक अंघोळीची सवय बंद करता तेव्हा हे टाकाऊ पदार्थ त्वचेवर जमा होतात.

तुम्ही रोज अंघोळ न केल्यास काय होईल?

तेल आणि घामामुळे समस्या : सेबम (त्वचेवरील तेल) आणि घामाचे जास्त उत्पादन त्वचेवरील छिद्रे बंद करू शकते. त्यामुळे मुरमे, ब्लॅकहेड्स आणि त्वचा तेलकट, चिकट होणे अशा समस्या वाढू शकतात.

मृत त्वचापेशींचा संचय : आपल्या त्वचेतील मृत त्वचापेशी हळूहळू निघून जात असतात. परंतु, नियमितपणे अंघोळ न केल्यास ही मृत त्वचा शरीरावर चिकटून राहील आणि त्यामुळे त्वचा निस्तेज, खडबडीत व फिकी दिसू शकते.

पीएच असंतुलन : त्वचेतील नैसर्गिक पीएच किंचित अम्लीय असते, जे हानिकारक जीवाणूंपासून संरक्षण करण्यास मदत करते. अंघोळ न केल्याने हे पीएच संतुलन बिघडू शकते; ज्यामुळे तुमची त्वचा संक्रमित होण्याची शक्यता अधिक असते.

खाज आणि जळजळ : घाम, घाण व मृत त्वचेच्या पेशी जमा झाल्यामुळे खाज सुटणे आणि जळजळ होऊ शकते. विशेषत: काखा आणि मांड्या यांसारख्या अवयवांना त्रास होऊ शकतो.

त्वचेच्या मायक्रोबायोमवर कोणता परिणाम होतो?

डॉ. श्रीधर म्हणाले की, मानवी त्वचा ही जीवाणू, बुरशी व विषाणूंसह सूक्ष्म जीवांच्या विविध समुदायांचे घर आहे. हे तुमच्या त्वचेचे मायक्रोबायोम आहेत आणि ते तुमच्या त्वचेचे रोगजनकांपासून संरक्षण करण्यात व तुम्हाला निरोगी ठेवण्यात महत्त्वाची भूमिका बजावतात,

नियमित अंघोळ केल्याने अतिरिक्त तेल, घाम आणि संभाव्य हानिकारक सूक्ष्म जंतू काढून त्वचेच्या मायक्रोबायोमचे नियमन करण्यास मदत होते. पण, जेव्हा तुम्ही अंघोळ करणे बंद करता तेव्हा त्वचेचे संतुलन बिघडू शकते आणि त्यामुळे त्वचेवर विषाणू, बुरशी, जीवाणूंचे प्रमाण वाढू शकते.

मायक्रोबायोम असंतुलित झाल्यास त्वचेच्या नैसर्गिकरीत्या संरक्षणात अडचणी येतात. त्यामुळे तुम्ही फॉलिक्युलायटिस (केसांच्या मुळांमध्ये जळजळ) किंवा इम्पेटिगो (त्वचेला होणारा एक संसर्गजन्य जीवाणू संसर्ग) यांसारख्या संसर्गांना बळी पडता.

डॉ. श्रीधर पुढे म्हणतात, एक्झिमा, सोरायसिस किंवा त्वचारोग यांसारख्या परिस्थिती असलेल्या व्यक्तींनी शारीरिक स्वच्छतेकडे दुर्लक्ष केल्यास जळजळ, खाज सुटणे आणि अस्वस्थता या समस्या वाढू शकतात.

शरीराचा गंध हा त्वचेवरील जीवाणूंच्या क्रियांचा नैसर्गिक परिणाम असला तरी अंघोळीमुळे घाम आणि दुर्गंधी निर्माण करणारे जीवाणू पळवून लावत त्यांची संख्या कमी करण्यास मदत होते. जेव्हा तुम्ही अचानक अंघोळ करणे बंद करता तेव्हा तुमच्या शरीराला अधिक वास येऊ लागतो.

तीव्र दुर्गंध : घाम, सेबम व जीवाणू यांच्या मिश्रणामुळे तीव्र गंध निर्माण होतो, जो अंघोळ न केल्यास कालांतराने तीव्र होतो.

सामाजिक प्रभाव : शरीराला सतत दुर्गंध येत राहिल्यास तुम्हाला इतर लोक नावे ठेवतात. अनेकदा नातेसंबंध आणि आत्मसन्मानाला ठेच पोहोचते.

शरीराच्या दुर्गंधीच्या पलीकडे : अस्वच्छतेमुळे त्वचेवर घाण जमा होऊ शकते; ज्यामुळे तुम्ही त्वचेचे संक्रमण आणि इतर आरोग्य समस्यांना बळी पडण्याची शक्यता असते.

त्वचा संक्रमण : जीवाणू आणि बुरशी यांची उबदार, ओलसर वातावरणात वाढ होते. नियमित अंघोळ न केल्यास, अ‍ॅथलीटना पाय किंवा यीस्ट संसर्गासारख्या त्वचेच्या संसर्गाचा धोका वाढतो.

त्वचारोग : खूप दिवस अंघोळ न केल्यास त्वचारोगाचा धोका वाढतो. त्याशिवय त्वचेवर मृत त्वचेच्या पेशींचा जाड थर तयार जमतो. हा थर कालांतराने खवल्यांसारखा दिसू लागतो. त्यावर काही वेळा उपचार करणे कठीण होऊन बसते.

सिस्टमिक इन्फेक्शन्स : काही प्रकरणांमध्ये त्वचेचे संक्रमण शरीराच्या इतर भागांमध्ये पसरू शकते; ज्यामुळे सिस्टमिक इन्फेक्शन्स होतात, ज्यांना वैद्यकीय उपचारांची आवश्यकता असते.

मानसिक आरोग्यावर दुष्परिणाम : अस्वच्छता मानसिक आरोग्यावर नकारात्मक परिणाम करू शकते; ज्यामुळे लाजिरवाणेपणा, शरम आणि सामाजिक अलगतेची भावना निर्माण होते.

गरीब लोकांच्या तुलनेत श्रीमंत लोकांना कॅन्सर होण्याचा धोका अधिक का? डॉक्टरांनी सांगितली कारणं.

सर्वसाधारणपणे असा समज असतो की, जे जास्त गरीब असतात त्यांच्यामध्ये आजाराचे प्रमाण जास्त असते आणि श्रीमंत लोकांमध्ये आजारी होण्याचं प्रमाण कमी असतं. पण काही कॅन्सरचे प्रकार श्रीमंत लोकांमध्येच जास्त आढळून येत असल्याची माहिती एका संशोधनातून समोर आली आहे.

यावेळी करण्यात आलेल्या अभ्यासामध्ये ३५ ते ८० या वयोगटातील २,८०,००० लोकांचा आरोग्य डेटा गोळा करण्यात आला आहे. त्यांच्या आर्थिक स्तरावरून त्यांना वेगवेगळ्या गटात ठेवण्यात आले होते. वय आणि लिंगानुसार लोकांमध्ये आजारात फरक असल्याचं संशोधनात आढळून आलं आहे, असं डॉक्टर हेगेनबीक म्हणाल्या.

गरीबांच्या तुलनेत श्रीमंतांना कॅन्सर होण्याचा धोका अधिक

फिनलंडमधील हेलसिंकी विद्यापीठाने नुकतेच या संदर्भात संशोधन केले आहे. लोकांची आर्थिक स्थिती आणि त्यांना होणारे आजार यांमधील सहसंबंध तपासण्यासाठी हा अभ्यास करण्यात आला होता. त्यामध्ये असं समोर आलंय की, जे लोक श्रीमंत असतात, त्यांना कॅन्सर होण्याची शक्यता जास्त असते. श्रीमंतांमध्ये ब्रेस्ट, प्रोस्टेट आणि इतर प्रकारच्या कॅन्सरचा धोका जास्त असतो, असं अभ्यासातून समोर आलंय. गरीब लोकांपेक्षा श्रीमंत लोकांना अनुवांशिकदृष्ट्या कर्करोगाचा धोका जास्त असल्याची माहिती संशोधनातून समोर आली आहे.

श्रीमंत लोकांना कॅन्सर होण्याचा धोका अधिक का?

सीके बिर्ला हॉस्पिटल, दिल्लीतील सर्जिकल ऑन्कोलॉजीचे संचालक डॉ. मनदीप सिंग मल्होत्रा यांनी दी इंडियन एक्स्प्रेसशी बोलताना स्पष्ट केले की, हा वाढलेला धोका श्रीमंत लोकांमध्ये जीवनशैलीच्या घटकांशी जोडला जाऊ शकतो. जसे की प्रक्रिया केलेल्या पदार्थांचे जास्त सेवन, अल्कोहोलचे वाढलेले सेवन आणि बैठी जीवनशैली यांमुळे हा धोका जास्त वाढतो. याव्यतिरिक्त अनेक अनुवांशिक घटकांमुळेही व्यक्तींना कर्करोग होण्याची शक्यता असते.

या अभ्यासात असेही अधोरेखित करण्यात आले आहे की, जे कमी श्रीमंत आहेत त्यांना नैराश्य, मद्यपान व फुप्फुसाच्या कर्करोगाबरोबरच मधुमेह व संधिवात यांसारख्या आजारांची अधिक शक्यता असते. डॉ. मल्होत्रा यांनी स्पष्ट केले की, या आर्थिक ताणामुळे तणाव आणि नैराश्य येऊ शकते; ज्यामुळे मानसिक आरोग्यावर परिणाम होऊ शकतो. त्याव्यतिरिक्त रोजगार आणि आर्थिक सुरक्षिततेचा अभाव निराशेची भावना वाढवू शकतो; ज्यामुळे नैराश्य आणि संबंधित परिस्थितींचा धोका वाढतो.

संधिवात हा अतिशय वेदनादायक आजार

संधिवात हा अतिशय वेदनादायक आजार आहे. या आजारात सांध्यांना सूज येते. काही वेळा संधिवाताचा त्रास इतका वाढतो की, सांधे निरुपयोगी होतात; ज्यामुळे शस्त्रक्रिया करण्याची वेळ येते. संधिवातात सांधेदुखी आणि सूज यांमुळे सांध्यचे खूप नुकसान होते. त्यावर लोक औषधांपासून शस्त्रक्रिया ते घरगुती उपाय करून पाहतात; पण त्याने तितकासा फरक जाणवत नाही. मात्र, अल्कलाईन डाएट म्हणजेच अल्कधर्मी आहाराच्या सेवनातून तुम्ही संधिवाताची वेदनांपासून काही प्रमाणात का होईना आराम मिळवू शकता, असे म्हटले जाते.

यात इन्स्टाग्रामवर एका कंटेंन्ट क्रिएटरने एक व्हिडीओ पोस्ट केला होता; ज्यात म्हटले आहे की, संधिवातावर अल्कधर्मी आहार घ्या. भरपूर क्षारीय पदार्थ खा, हळदीचे सेवन सुरू करा. या संदर्भात नवी दिल्लीतील इंद्रप्रस्थ अपोलो हॉस्पिटल्सचे ऑर्थोपेडिक्स आणि जॉइंट रिप्लेसमेंटचे वरिष्ठ सल्लागार डॉ. (प्रा.) राजू वैश्य म्हणाले की, अल्कधर्मी पदार्थांचे सेवन केल्याने शरीराची पीएच स्थिती संतुलित राखण्यास मदत होते. या सिद्धांतावर आधारित आहे. यामुळे विविध आरोग्य स्थिती रोखण्यास मदत होते. आहारात फळे, भाज्या, सुका मेवा, बिया आणि वनस्पती–आधारित प्रथिने खाण्यावर भर द्या. मांस, दुग्धजन्य पदार्थ, धान्ये आणि प्रक्रिया केलेले पदार्थ यांसारखे आम्लयुक्त पदार्थांचे मर्यादित सेवन करा.

डॉ. वैश्य यांनी दावा केला की, अल्कधर्मी आहार शरीरातील अतिरिक्त ॲसिड कमी करते आणि जळजळ कमी करण्यासह निरोगी राहण्यास मदत करते.

अल्कधर्मी आहार संधिवात बरे करू शकतो का?

डॉ. वैश्य सांगतात की, अल्कधर्मी आहार संधिवाताची लक्षणे बरे किंवा कमी करू शकतो. पण, या दाव्याचे समर्थन करण्यासाठी मर्यादित वैज्ञानिक पुरावे आहेत. काही समर्थकांनी असा युक्तिवाद केला की, अल्कधर्मी आहारामुळे जळजळ आणि सांधेदुखी कमी होऊ शकते, आहारातील आम्लाचा भार आणि संधिवात यांच्यातील संबंध वैज्ञानिकदृष्ट्या व्यवस्थितपणे स्थापित केले गेलेले नाहीत.

बहुतेक तज्ज्ञ असे सुचवतात की, केवळ अल्कधर्मी आहारामुळे संधिवाताची लक्षणे कमी करता येत नाहीत. त्यासाठी जीवनशैलीतील बदल, औषधे आणि थेरपीची गरज असते.

हृदय आणि रक्तवाहिन्यांसंबंधित आजारांपासून दूर राहायचेय? मग तज्ज्ञांनी सांगितलेल्या 'या' चार सवयी टाळा

डॉ. वैश्य यांनी अनेक नवीन उपचारपद्धतींची माहिती दिली; ज्या सांधेदुखीच्या उपचारांसाठी वापरल्या जातात. त्यात स्टेम सेल थेरपी, जीन थेरपी व बायोलॉजिकल ट्रीटमेंटचा वापर केला जातो.

स्टेम सेल थेरपीमध्ये सांध्यातील वेदना आणि जळजळ कमी करण्यासाठी स्टेम पेशी इंजेक्टचा वापर केला जातो. जीन थेरपीमध्येही जळजळ रोखली जाते.

वेदना आणि कडकपणा कमी करण्यासाठी शारीरिक क्रिया करा (–श्रज्ञरश्रळपश त्रेड्ढी ठशर्वीलश –ींहीळींळी झरळप)

संधिवाताच्या वेदना आणि कडकपणा कमी करण्यासाठी शारीरिक क्रिया करा. त्यात चालणे, पोहणे व सायकल चालवणे यांसारख्या व्यायामप्रकारांचा समावेश आहे. त्यामुळे सांध्यांवर जास्त ताण न येता, सांध्याची लवचिकता आणि ताकद टिकवून ठेवण्यास मदत मिळू शकते. नियमित स्ट्रेचिंग आणि रेंज–ऑफ–मोशन व्यायामाचा यात समावेश केल्यानेही गतिशीलता सुधारण्यास मदत होऊ शकते.

आपले शरीर कोणत्या उपचारपद्धतींना साथ देते हे ओळखा. तसेच शरीर सक्रिय ठेवणे, सांध्यांवर ताण येत असेल किंवा वेदना कमी करण्यासाठी योग्य व्यायाम करा, असेही डॉ. वैश्य म्हणाले.

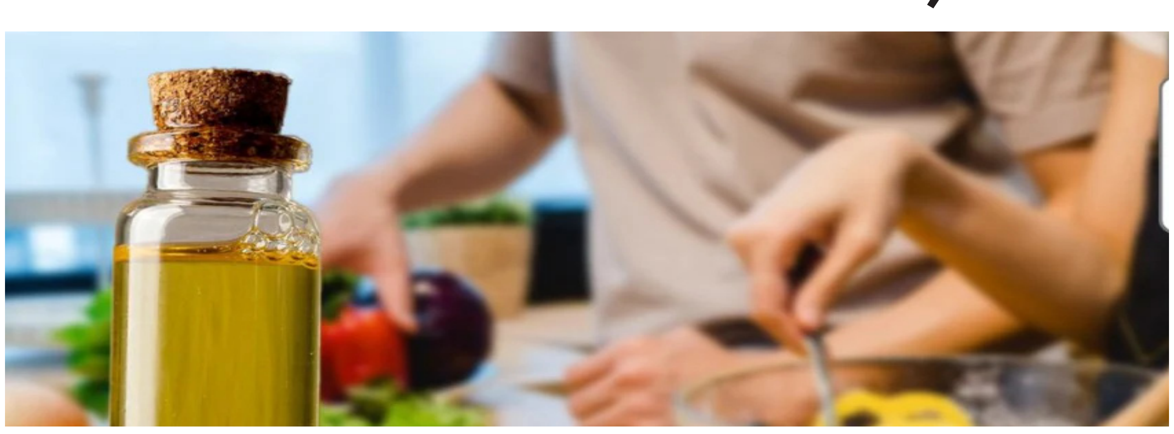
डॉ. वैश्य म्हणाले की, सांधेदुखीच्या उपचारांबद्दल काही सामान्य गैरसमज आहेत; जसे की, सांधेदुखी हा वृद्धत्वामुळे होणारा आजार आहे. त्यामुळे सांध्यांचे आणखी नुकसान टाळण्यासाठी व्यायाम टाळला पाहिजे आणि केवळ आहारातील बदल संधिवात बरे करू शकतात.

हे समजून घेणे महत्त्वाचे आहे की, संधिवात ही एक जटिल आरोग्य स्थिती आहे. त्यावर प्रभावी व्यवस्थापनासाठी औषधे, शारीरिक उपचार, जीवनशैलीतील बदल आणि काही वेळा शस्त्रक्रियेची गरज भासू शकते, असेही डॉ. वैश्य यांनी स्पष्ट केले.

नुकतेच ज्याचे सांधेदुखीचे निदान झाले अशा एका रुग्णाविषयी डॉ. वैश्य म्हणाले की, स्वतःची आरोग्य स्थिती पाहून, मग त्यावरील उपचार पर्यायांबद्दल आरोग्यतज्ज्ञांचा सल्ला घेतला पाहिजे.

विविध उपचार आणि थेरपी वापरण्यासाठी तयार राहा. कारण योग्य उपचारांसाठी वेळ लागू शकतो, असेही डॉ. वैश्य यांनी स्पष्ट केले.

उपवासात स्वयंपाकासाठी कोणते तेल वापरावे? तज्ज्ञ काय सांगतात, जाणून घ्या



आषाढ महिन्यात सण–वारांना सुरुवात होते आणि मग ओघानेच उपवासही सुरू होतात. आषाढी एकादशीपासून सुरू होणारे उपवास श्रावण महिना, गौरी–गणपती, नवरात्र असे करीत पुढील काही महिने चालतात. या काळात पावसाळा असल्याने जठराग्नी मंद झालेला असतो. त्यामुळे शरीराला आराम देण्यासाठी या उपवासांचे नियोजन असते, असे म्हटले जाते. श्रावणात अनेक जण सोमवार पाळतात आणि उपवास करतात. उपवासाचे शरीराला फायदे होतात, असे म्हटले जाते. उपवासाचे पदार्थ बनविण्यासाठी तुम्ही कोणते तेल वापरता ते खूप महत्त्वाचे आहे. उपवासात शरीरात अनेक बदल होत असल्यामुळे यावेळी पदार्थ सर्व प्रकारच्या तेलात शिजवून खाऊ शकत नाही. जाणून घ्या, यावेळी कोणते कुकिंग ऑइल शरीरासाठी चांगले असते. व्रतादरम्यान स्वयंपाकासाठी कोणते तेल निवडावे याविषयी सल्लागार व आहारतज्ज्ञ कनिक्का मल्होत्रा यांनी या विषयावर दी इंडियन एक्स्प्रेसला माहिती दिली आहे. त्यासंबंधी सविस्तर माहिती जाणून घेऊ.

आहारतज्ज्ञ कनिक्का मल्होत्रा सांगतात, उपवासादरम्यान स्वयंपाकासाठी तेल निवडताना शुद्धता आणि मूळ याला प्राधान्य द्या. सुरक्षित स्वयंपाकासाठी, विशेषत: उच्च तापमान पद्धतींसाठी तेलाचा विचार करा. सामान्यतः मोनो अनसॅच्युरेटेड व पॉलीअनसॅच्युरेटेड फॅट्स यांनी समृद्ध तेल हे आरोग्यदायी पर्याय आहेत. चव आणि पौष्टिक या बाबी प्राधान्यानं लक्षात घेऊन, आधारित शुद्ध आणि अपरिष्कृत तेल संतुलित करा. सामान्य पर्यायांमध्ये शेंगदाणा तेल, तूप व मोहरीचे तेल यांचा समावेश होतो; परंतु त्यांची उपयुक्तता विशिष्ट व्रत मार्गदर्शक तत्त्वांवर अवलंबून असते. तेल नेहमी जपून वापरा आणि आहाराच्या आवश्यकतांचे पालन करण्यासाठी लेबले तपासा. मल्होत्रा यांच्या मते, व्रतादरम्यान तेलाची निवड अनेकदा सांस्कृतिक, धार्मिक व प्रादेशिक घटकांवर अवलंबून असते. शेंगदाणा तेलाचा मोठ्या प्रमाणात वापर केला जातो. अन्नाची चव न वाढविता, अत्यावश्यक फॅटी सिडस् प्रदान करणारा हा एक संतुलित पर्याय मानला जातो.

हिंदू धर्मात गाईला मातृत्व आणि पोषणाचे प्रतीक म्हणून पवित्र प्राणी मानले जाते. गाईच्या दुधापासून तूप बनवले जाते म्हणून त्याकडे पवित्र पदार्थ म्हणून पाहिलं जातं. तूप हे आवश्यक फॅटी सिडस् आणि चरबी विरघळणाऱ्या जीवनसत्त्वांनी समृद्ध आहे. जे पौष्टिक अन्न म्हणून समजण्यास योगदान देते. तथापि, त्याची उच्च संतृप्त चरबी सामग्री काहींसाठी चिंतेची बाब असू शकते.

कोणते तेल टाळावे?

परिष्कृत तेल : या प्रकारातील तेलावर खूप प्रक्रिया केलेली असते आणि त्यात अनेकदा डिटिव्ह्ज असतात; जी व्रताच्या शुद्धतेशी जुळणारी नसतात.

भाजीपाला तेल : हे तेल अनेक प्रकारच्या बियांपासून बनविले जाते. या तेलांवर बऱ्याचदा जोरदार प्रक्रिया केली जाते आणि त्यात अस्वास्थ्यकर ट्रान्स फॅट्स असतात, ते सामान्यतः शुद्ध किंवा सात्त्विक मानले जात नाही.

स्वयं प्रकाशित व्हा ही बुध्दाची शिकवण - भिक्खु पय्यानंद थेरो

लातूर :- तथागत भगवान बुद्धानी समस्त मानवी जीवनाला उद्देशून मानव कल्याणकारी शिकवण दिली आहे. भगवान बुध्द यांनी मानवाच्या कल्याणासाठीच सर्व स्तरावरील उपदेश दिले आहेत. मनुष्य व त्याचे मन जीवनातील मुख्य अंग आहेत. मनुष्याचे मन अत्यंत प्रगल्भ, वैचारिक, बौद्धिक स्तरावर विवेकी असणे गरजेचे आहे. मनुष्याचे ज्ञान हे परावलंबी न होता ते स्वकर्तुत्वाने स्वावलंबी असणे महत्त्वाचे आहे. त्यामुळे मनुष्याने स्वकर्तुत्वाने ज्ञान मिळवले पाहिजे. या करिता भगवान बुद्ध यांनी अत्त: दीप भव अर्थात स्वयंप्रकाशित व्हा असा मौलिक उपदेश त्यांनी समस्त समाजाला दिला असे प्रतिपादन पू. भिक्खु पय्यानंद थेरो यांनी केले. दररविवार, चलो बुद्ध विहार अभियानांतर्गत कुशिनारा बुद्ध विहार, म्हाडा कॉलनी, बाभळगाव रोड, लातूर येथे सामूहिक बुद्ध वंदनेचे आयोजन करण्यात आलेले होते. प्रारंभी सर्व उपस्थित उपासक उपासिका यांच्या हस्ते तथागत भगवान बुद्ध व बोधिसत्व डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांची पुष्पाने, धुपाने, दिपाने पूजा झाली. त्यानंतर त्रिसरण पंचशील ग्रहण करून सामूहिक बुद्ध वंदना करण्यात आली. यावेळी बावीस प्रतिज्ञा, भारतीय संविधानाचे प्रास्ताविकेचे सामूहिक वाचन देखील करण्यात आले. पुढे बोलताना भिक्खु पय्यानंद थेरो म्हणाले कि, मनुष्याने इतरांच्या बाबतीमध्ये आपले ज्ञान न व्यक्त करता केवळ आत्मज्ञान करून घेण्यासाठी पुढाकार घेतला पाहिजे. आत्मज्ञान हे मनुष्याच्या सर्वांगीण प्रगतीसाठी उपयुक्त आहे. स्वचिंतनाने मनुष्य योग्य-अयोग्य, सत्य-असत्य, चांगले-वाईट, ज्ञान-अज्ञान, लाभ-हानी अशा सर्वच गोष्टींची जाणीव करू शकतो. त्यामुळे मनुष्याने आत्मज्ञान व आत्मभान या दोन्ही गोष्टीची सिद्धता करणे महत्त्वाचे आहे, असेही ते धम्मदेसनेत म्हणाले.

यावेळी सुनीता कसादे, बबीता कांबळे, शिलाताई ससाने, करुणा ताई कांबळे, सुरेखा कांबळे, शकुंतला बटनपुरकर, सरिता हरणे, कस्तुराबाई सुर्यवंशी, सत्यकला मोरे, नैना कांबळे, कांचन कांबळे, आम्रपाली सुर्यवंशी, कविता भालेराव, मनिषा वाघमारे, पंचशीला बनसोडे, अंजली सोनकांबळे, निर्मला थोटे, कांता काकडे, शामल कांबळे, सुमन उडानशिव, सरिता बनसोडे, दिलिप हरणे, उत्तम कसादे, विजय कांबळे, गौतम गायकवाड, सुर्यकांत कालेकर, राजाराम बटनपुरकर, प्राचार्य प्रशांत भोपणीकर, भानुदास कांबळे, राहुल सुर्यवंशी, संजय भालेराव, अर्जुन वाघमारे, ज्योतीराम लामतुरे, करन ओव्हाळ, सुधाकर कांबळे, अशोक कांबळे, चंद्रसेन भडके, अनिरुद्ध बनसोडे, ई. सह मोठ्या संख्येने बौद्धउपासक उपासिकांची उपस्थिती होती. यावेळी प्राचार्य डॉ. दुष्यंत कटारे यांनी कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन मिलिंद धावारे यांनी केले तर आभार दयानंद बटनपुरकर यांनी मानले.

कार्यक्रमाच्या यशस्वीतीसाठी महाविहार धम्म सेवक ग्रुपच्या सर्व सदस्यांनी प्रयत्न केले.

मालमत्ताकरामध्ये देण्यात आलेल्या १० टक्के सूटचा शेवटचा दिवस

लातूर/प्रतिनिधी :- लातूर शहर महानगरपालिका हद्दीतील क्षेत्रीय कार्यालय ए,बी,सी,डी,कार्यक्षेत्रातील मालमत्ताधारकास चालू अर्थिक वर्षातील मालमत्तात करामध्ये (सामान्य करामध्ये) १ जुलै २०२४ ते ३१ जुलै २०२४ पर्यत १० टक्के सवलत देण्यात आली होती.त्या नुसार शहरातील सर्व मालमत्तारधारकांना कळविण्यात येते की, मालमत्ता करामध्ये देण्यात आलेला १० टक्के सूटचा ३१ जुलै २०२४ रोजी शेवटचा दिवस असल्याने या योजनेचा सर्व मालमत्ताधारकांनी लाभ घेवुन आपल्याकडील देय मालमत्ता कराचा व उपकराचा भरणा करून महानगरपालिकेमार्फत देण्यात आलेल्या मालमत्ताकर सूट सवलतीचा लाभ घेवुन महानगरपालिकेस सहकार्य करावे.

साहित्य सम्राट आण्णाभाऊ साठे जयंती उत्सव निमित्त गुरुवार दि.०१. ऑगस्ट रोजी लातुर शहरातील वाहतूक मार्गात बदल...

लातूर/प्रतिनिधी :- प्रतीवर्षाप्रमाणे साहित्य सम्राट आण्णाभाऊ साठे जयंती उत्सव निमित्त लातुर शहरात दिनांक ०१/०८/२०२४ रोजी जयंती उत्सव मोठया प्रमाणात साजरा होणार असून विविध जयंती समिती व संघटनेतर्फे वाजत गाजत मिरवणुका काढतसाहित्य सम्राट आण्णाभाऊ साठे चौक,लातूर येथे मोठ्या संख्येने जनसमुदाय येतो व साहित्य सम्राट आण्णाभाऊ साठे यांचे पुतळयास मानवंदनेच्या वेळी रस्त्यावर दुतर्फा गर्दी होते. त्यामुळे जनतेच्या सोईच्या व सुरक्षिततेच्या दृष्टीने लातूर शहरातील खालील मार्गावर वाहतुक बंद करणे व वाहतुक वळविणे आवश्यक आहे.

साहित्य सम्राट आण्णाभाऊ साठे जयंती निमित्ताने दिनांक ०१/०८/२०२४ रोजी मिरवणुका या पी.व्ही.आर चौक ते एक नंबर कॉर्नर, पाण्याची टाकी(संविधान चौक), दयानंद गेट, छत्रपती शिवाजी महाराज चौक, अशोक हॉटेल,महात्मा गांधी चौक,गंजगोलाईमार्गे साहीत्य सम्राट अण्णाभाऊ साठे चौक व जुना रेणापूर नाका मार्गे छत्रपती शिवाजी महाराज चौक, अशोक हॉटेल,महात्मा गांधी चौक,गंजगोलाईमार्गे साहीत्य सम्राट अण्णाभाऊ साठे चौक व तसेच गरुड चौक ते गाव भागातील मिरवणुका विवेकानंद चौक,डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर चौक,शाहू चौक मार्गे साहीत्य सम्राट अण्णाभाऊ साठे चौक येथे येणार आहेत. त्यामुळे दिनांक ०१/०८/२०२४ रोजी दुपारी १३.०० ते रात्री २३.०० वाजे पर्यंत सदरचे रोड हे सर्व प्रकारच्या वाहनांना (मोटार सायकल, थ्री व्हीलर, एस.टी.बसेस, ट्रक, टॅम्पो, टॅक्सी, ट्रॅव्हल्स, मिनीडोअर इ.) वाहतुकीसाठी बंद करण्यात यावेत. तरी जनतेने खालील पर्यायी मार्गाचा अवलंब करावा.

१) पी.व्ही.आर चौकातुन शिवाजी चौक व शहरात येणारे एस.टी.बसेस पी.व्ही.आर.चौकातुन रिंगरोडने नवीन रेणापुर नाका मार्गे जुना रेणापुर नाका येथिल बसस्टॅन्डचा वापर करतील.बाकी सर्व वाहने रेणापूर नाकाकडे किंवा खाडगाव टी पॉईंट मार्गे वाडा हॉटेल किंवा खाडगाव टी पॉईंट, साई धाम, आशियाना बंगला, जुना औसा रोड याचा वापर करतील.

२) औसा रोडने शहरात येणाया एस.टी.बसेस या छत्रपती शिवाजी महाराज चौक येथील बसडेपोचा वापर करतील. तसेच चार चाकी,तीन चाकी व दोन चाकी वाहने जुना औसा रोडवरुन आशियाना बंगला, साई धाम मार्गे खाडगाव टी पॉईंट किंवा नाईक चौक मार्गे सुतमील रोड या मार्गाचा वापर करतील.

३) अंबाजोगाई रोडने लातूर शहरात येणाया एस.टी.बसेस जुना रेणापुर नाका येथिल बसस्थानकाचाच वापर करतील.अंबाजोगाई रोडने येणारी चार चाकी, तीन चाकी व दोन चाकी वाहने ही सिध्देश्वर मंदिराकडील रोड मार्गे गरुड चौकाकडे किंवा गाव भागात जातील व तसेच जुना रेणापुर नाका येथून बालाजी मंदीर या मार्गाचा वापर करतील.

४) नांदेड रोडने शहरात येणाया एस.टी.बसेस या गरुड चौक .सिद्धेश्वर चौक,नविन रेणापुर नाका मार्गे जुना रेणापुर नाका येथिल बसस्थानकाचा वापर करतील. नांदेड रोडने येणारे ट्रक, चार चाकी, तीन चाकी व दोन चाकी वाहने ही सिध्देश्वर मंदिराकडील रोड मार्गे नविन रेणापूर नाका, रेल्वे स्टेशन मार्गे पीव्हिआर चौक या मार्गाचा वापर करतील किंवा गरुड चौक, बाभळगाव नाका, बश्वेवश्वर चौक मार्गे राजीव गांधी चौक या मार्गाचा वापर करतील.

५) तसेच शहरातील वाहतुकीसाठी जनतेस १) राजस्थान विद्यालय ते पॅरलल रोडने बेद्रे कॉम्पलेक्सच्या पाठीमागून औसा रोड, आशियाना बंगला - खाडगाव रोड ते रिंगरोडचा २) गांधी चौक ते बस्वेश्वर महाविद्यालय - रमा चित्रपटगृह - खोरी गल्ली - शिवनेरी लॉज अशा मार्गाचाच अवलंब करावा. जुना रेणापुर नाका बसस्थानक येथे येणा-या व जाणा-या सर्व बसेस परत त्याच मार्गे रिंग रोडने जातील.

तरी सर्व नागरिकांनी दि. ०१/०८/२०२४ रोजी सकाळी दुपारी १३.०० ते रात्री २३.०० वाजेपर्यंत वाहतुकीसाठी बंद असलेल्या मार्गावर वाहनांचा वापर टाळावा व पर्यायी मार्गाचा वापर करुन प्रशासनास सहकार्य करावे.

हरियाणा उच्च न्यायालयाने केल्या ७५ न्यायाधीशांच्या बदल्या

चंदीगड : हरियाणात मोठ्या प्रमाणावर न्यायाधीशांच्या बदल्या करण्यात आल्या आहेत. पंजाब आणि हरियाणा उच्च न्यायालयाने ७५ न्यायाधीशांच्या बदल्या केल्या आहेत. याबाबतचा आदेशही आज जारी करण्यात आला आहे. न्यायमुर्ती प्रतीक जैन यांना पलवलहून पानिपतला, तर मनेका सिंगला रेवाडीहून पलवलला पाठवण्यात आले आहे. तर जतीन गुजराल यांना गुरुग्रामहून नारनौलला पाठवण्यात आले आहे.

दरम्यान, न्यायाधीश दवेंदर यांना तोशाम येथून कुरुक्षेत्रला पाठवण्यात आले आहे. पवन कुमारला हातीनहून भिवानीला पाठवण्यात आले आहे. जितेंद्र सिंह यांना लोहारू येथून फरिदाबादला पाठवण्यात आले आहे. संतोष बगोटिया यांना रतिया येथून फतेहाबादला पाठवण्यात आले आहे. न्यायाधीश यचना यांना फतेहाबादहून पानिपतला पाठवण्यात आले आहे. सुनील कुमारला सिवानी येथून चंदीगडला पाठवण्यात आले आहे. तर मिता कोहलीला पलवलहून भिवानीला पाठवण्यात आले आहे. याशिवाय विक्रमजीत सिंह यांना कुरुक्षेत्रहून गुरुग्रामला पाठवण्यात आले आहे. तर कीर्ती वशिष्ठ यांना बिलासपूरहून जगाधीला पाठवण्यात आले आहे.

३१ जुलै रोजी संदेश भूमी धुळे येथे संदेश मेळावा निमित्त फुले, शाहू डॉ बाबासाहेब आंबेडकर यांचा विचारांचा प्रचार करणारे सप्तखंजीरी वादक सत्यपाल महाराज यांचा प्रबोधनाचा कार्यक्रम

धुळे :- भारतीय घटनेचे शिल्पकार,बोधिसत्व,भारतरत्न डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर हे दि. ३१ जुलै १९३७ रोजी शिरपूर तालुक्यातील वाघाडी या गावांमध्ये बैलपोळ्याच्या केसच्या संदर्भामध्ये मा.जिल्हा न्यायदंडाधिकारी यांच्या कोर्टासमोर अपीलावर कामकाज करण्याकरता आले असता त्यांची तात्कालीन आंबेडकरी चळवळीचे नेते यांनी विश्रांती करिता ट्रॅव्हलर्स बंगलो अर्थात संदेश भूमी धुळे या ठिकाणी थांबून कार्यकर्त्यांनाशी संवाद साधला होता डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या वास्तव्य लाभल्यामुळे संदेशभूमी बाबासाहेबांच्या पदस्पर्शाने पावन झालेली आहे या दिवसाचे औचित्य साधून संदेश भूमी संरक्षण आणि संवर्धन कृती समिती धुळे प्रत्येक वर्षाला ३१ जुलै रोजी सायंकाळी ५ वाजता संदेश मेळाव्याचे आयोजन करत असते सदर मेळाव्यामध्ये विविध प्रकारचे प्रबोधनात्मक कार्यक्रम होत असतात म्हणून या वर्षी समाजातील अनिष्ट रूढी परंपरा,अज्ञान, व्यसनाधीनता, अंधश्रद्धा या पासून सुटका व डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर यांनी दिलेल्या बौद्ध धम्माचे आचरण करण्यासाठी सप्तखंजीरी वादक राष्ट्रीय प्रबोधनकार आयु.सत्यपाल महाराज यांचा भव्य किर्तनाचा कार्यक्रम दि.३१ जुलै २०२४ रोजी सकाळी ९ वाजता धम्म ध्वजारोहण ९:१५ सामुदायिक बुद्ध वंदना १० वा. महार बटालियन च्या माजी सैनिकांची मानवंदना ११ वा.सर्व पक्षीय अभिवादन सायंकाळी ५ वा सप्तखंजीरी वादक सत्यपाल महाराज यांचे आंबेडकरी विचार धारेवर प्रबोधन संदेश भूमी धुळे येथे आयोजित करण्यात आला आहे तरी समाजातील सर्व घटकांनी सदर कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी तन,मन,धनाने सहकार्य करावे असे आवाहन आनंद सैंदाणे अध्यक्ष: संदेश भूमी संरक्षण आणि संवर्धन कृती समिती धुळे. यांनी केले आहे.फोन पे,गुगल पे साठी मोबाईल नंबर.९३२५०३१३०७ या नंबर वर पैसे पाठवल्या नंतर स्क्रीन सॉट पाठवणे. ही नम्र विनंती.

उरण हत्याकांड यशश्री शिंदे या तरुणीची जातीयद्वेष प्रेम प्रकरणातून निर्घृणहत्या

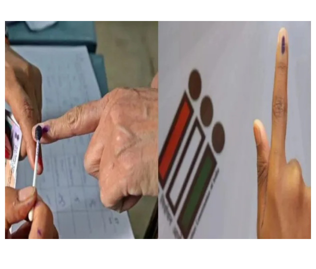
रिपब्लिकन सरसेनानी आनंदराज आंबेडकर यांनी पीडित कुटुंबीयांची घेतली भेट व (डिसिपी) विवेक पानसरे यांना धारेवर धरत तात्काळ गुन्हेगारांना अटक करावी व गुण्हेगाराला फाशीची शिक्षा झाली पाहीजे अशी मागणी केली. असता सदर आरूपीवर गुन्हा कलम ३०१/३०२ /व १२० बी, व किडण्यापिंग गुन्हा नोंद केलेली व्यक्ती नवी मुंबई पोलीसांनी कर्नाटक मधून दाऊद शेख याला आटक केली.

नवी मुंबई / के. एच हनवते :- उरण येथील हत्याकांड हे मागील पाच वर्षांपुर्वी प्रेम प्रकरणातून घडल्याने २२ वर्षीय कु. यशश्री शिंदे या तरुणीची निर्घृण हत्या करून तिचा मृतदेह उरण रेल्वे स्टेशनच्या जवळपास फेकण्यात आला होता. सदर तरुणी गुरुवार, दिनांक : २५ जुलै २०२४ रोजी नेहमी प्रमाणे कामावर गेली, परंतु पुन्हा घरी परतलीच नाही. घरच्यांनी शोधाशोध करीत तात्काळ पोलीस स्टेशन मध्ये मिसिंग तक्रार नोंदवली. परंतु सवयी प्रमाणे पोलिसांनी प्रकरण गांभीर्याने न घेता मुलगी संज्ञान असून परतण्याची ४८ तास वाट पहावी असा सल्ला पीडित् कुटुंबियांना दिल्याचे समजले. त्यानंतर २ दिवसांनी शनिवारी सदर मुलीचा मृतदेह उरण स्टेशनजवळ मिळाला. यामध्ये सरळ-सरळ उरण पोलिसांचा हलगर्जीपणा आढळून येतो आहे. कु. यशश्री शिंदेची निर्घृण हत्या करणाऱ्या क्रूरनराधमाला फाशीची शिक्षा तर व्हावीच शिवाय आपल्या कर्तव्यात कसूर करणाऱ्या पोलीस अधिकऱ्यांचे देखील निलंबन व्हावे अशी रिपब्लिकन सेनेची मागणी आहे. याप्रसंगी उपस्थित रिपब्लिकन सरसेनानी

: आनंदराज आंबेडकर व नवी मुंबई जिल्हाध्यक्ष : वीरेंद्र लगाडे सह सौ. रेखाताई इंगळे महिला अध्यक्ष, सौ. दीपाताई बम, महिला कार्याध्यक्ष, सौ. संगीता चौधरी, सुनील बोढारे विभाग अध्यक्ष, प्रभावती हिंगोले सहसचिव व इतर बऱ्याच महिला व पुरुष कार्यकर्ते मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

निवडणुकीत एकूण मतांपेक्षा अधिक मते मोजली?

नवी दिल्ली : लोकसभा निवडणुकीच्या निकालाबाबत असोसिएशन फॉर डेमोक्रेटिक रिफॉर्म्स(एडीआर)ने केलेल्या दाव्याने निवडणूक प्रक्रियेवर प्रश्नचिन्ह उभे राहिले आहेत. ५३८ लोकसभा मतदारसंघात झालेले मतदान आणि मोजणी केलेले मतदान यात बरेच अंतर आहे. अलीकडच्या लोकसभा निवडणुकीत ३६२ लोकसभा मतदारसंघात एकूण ५ लाख ५४ हजार ५९८ मते



कमी मोजली गेली. तर १७६ मतदारसंघ असे आहेत जिथे एकूण मतदानापैकी ३५ हजार मते अधिक मोजली गेली. या रिपोर्टवर अद्याप निवडणूक आयोगाकडून कुठलीही प्रतिक्रिया आली नाही. एडीआरचे संस्थापक जगदीप छोकर यांनी एका पत्रकार परिषदेला संबोधित केले. त्यात त्यांनी सांगितले की, अंतिम मतदानाची आकडेवारी जारी करण्यात विलंब, विविध मतदार संघ आणि मतदान केंद्रावर झालेल्या मतदानाचे आकडे उपलब्ध न होणे, निवडणुकीचा निकाल अंतिम मतांच्या डेटावर घोषित केले होते का यासारखे अनेक प्रश्न अनुत्तरीत आहे.

कपिलचा खून राजकीय पदाधिका-यांच्या सांगण्यावरून?

वाळूज महानगर : रांजणगाव येथील कपिल सुदाम पिंगळे या तरुणाच्या खूनप्रकरणी धक्कादायक खुलासे समोर येत असून या प्रकरणाला राजकीय किनार असल्याचे उघडकीस आले आहे. रांजणगावच्या 'त्या' फरार राजकीय पदाधिका-यांविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आल्याने आरोपींची संख्या ६ झाली आहे. हॉटेल-लॉजिंग व्यावसायिक कपिल सुदाम पिंगळे (३१, रा. रांजणगाव) याचा गुरुवारी मध्यरात्री जयेश ऊर्फ यश संजय फत्तेलष्कर (२४, रा. बेगमपुरा) याने आपल्या तीन साथीदारांच्या मदतीने खून केला. पोलिसांनी यश व त्याचे साथीदार भरत पंडुरे, विकास जाधव व सागर मुळे या चौघांना जालना येथे पकडले होते. कपिलने यशला ठार मारण्यासाठी अज्ञात व्यक्तीकडून 'सुपारी' घेतल्याचा संशय असल्याने यशने कपिलचा खून केल्याची कबुली पोलिसांना दिली होती. कपिलचा खून करण्यासाठी यशने जालना येथील अमर ऊर्फ अतुल गणेश पवार याच्याकडून ५० हजारांत गावठी कट्टा विकत घेतला होता. एमआयडीसी वाळूज पोलिसांनी अमरच्याही मुसक्या बांधल्या होत्या. या ५ आरोपींना २९ जुलैपर्यंत पोलिस कोठडी सुनावण्यात आली होती. कोठडीत आरोपींनी रांजणगावातील एका राजकीय पदाधिका-याने कपिलचा खून करण्याचा कट रचल्याची कबुली दिली. खुनानंतर पसार झालेल्या त्या पदाधिका-

याविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आल्याचे गुन्हे शाखेचे सहायक आयुक्त धनंजय पाटील यांनी सांगितले.

वाढीव कोठडी; अॅट्रॉसिटीचा गुन्हा ५ आरोपींची पोलिस कोठडीची मुदत संपल्याने त्यांना सोमवारी न्यायालयात हजर करण्यात आले होते. न्यायालयाने या ५ आरोपींना वाढीव ३ दिवसांची पोलिस कोठडी सुनावली असून आरोपींविरुद्ध अॅट्रॉसिटीचाही गुन्हा दाखल करण्यात आला असल्याचे सहायक पोलिस आयुक्त धनंजय पाटील यांनी सांगितले.

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