

प्रिंट & कार्ड

तुमचा लोगो लगेच प्रिंट करा आणि पोहोचवा प्रत्येका पर्यंत!

MO - 8329291031

लातूर वर्ष ४ थे अंक १६७ वा रविवार दि.१५ डिसेंबर २०२४ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रु.

'एक देश एक निवडणूक' घटनादुरुस्तीत काय म्हटलय? विधानसभांचा कार्यकाल किती असणार?

नवी दिल्ली : देशात 'एक देश एक निवडणूक' लागू करण्यासाठी केंद्र सरकारच्या हालचाली सुरु आहेत. हे विधेयक लवकरच संसदेत मांडण्यात येणार असल्याची माहिती आहे. या विधेयकाला १२९ वे घटनादुरुस्ती विधेयक म्हटले जाईल. केंद्र सरकार अधिसूचना प्रसिद्ध करेल त्या दिवसापासून याची अंमलबजावणी सुरु होणार असल्याची माहिती आहे. पण त्यापूर्वी हे विधेयक संसदेने विशेष बहुमताने संमत करणे आवश्यक आहे. त्यानंतर त्याच्या अंमलबजावणीची तारीख केंद्र सरकार ठरवणार असल्याची माहिती आहे.

देशात 'एक देश एक निवडणूक' लागू करण्यासाठी राज्यघटनेतील कलम ८२ नंतर नवे कलम ८२-समाविष्ट केले जाणार आहे.

कलम ८२ - तील नवी तरतूद काय आहे ? लोकसभा सार्वत्रिक निवडणुकीनंतर राष्ट्रपती पहिल्यांदा या कलमाच्या तरतुदी अंमलात आणण्यासाठी लोकसभेची बैठक बोलावतील आणि त्यासाठीची अधिसूचना ज्यादिवशी प्रसिद्ध होईल त्या तारखेला 'नियुक्तीची तारीख' म्हटलं जाईल. नियुक्तीच्या तारखेनंतर ज्या विधानसभांचे कार्यकाल संपून निवडणुका होतील त्यांचा कार्यकाल लोकसभेच्या कार्यकाळासोबत संपुष्टात येईल (उदा. लोकसभेनंतर महाराष्ट्राची निवडणूक सहा महिन्यांनी झाली असली तरी पुढल्या लोकसभा निवडणुकीवेळी जेव्हा महाराष्ट्राच्या विधानसभेला साडेचार वर्षे



झाली असतील तेव्हा विधानसभेचा कार्यकाल संपुष्टात आला असे समजले जाईल).

निवडणूक आयोग एकाच वेळी लोकसभा आणि सर्व राज्यांच्या विधानसभांच्या निवडणुका घेईल. भारतीय संविधानाच्या भाग १५ मधील निवडणुकीविषयीच्या तरतुदी लोकसभा आणि राज्य विधानसभांना लागू राहतील.

एखाद्या राज्याची निवडणूक लोकसभेसोबत घेणे शक्य नाही असे जर निवडणूक आयोगाला वाटले तर संबंधित राज्याची निवडणूक नंतर घेण्यात यावी अशी शिफारस आयोग राष्ट्रपतींना

करू शकेल. अशा परिस्थितीत ज्या विधानसभेच्या निवडणुका लोकसभेसोबत घेणे शक्य झाले नसेल त्या राज्य विधानसभांचा कार्यकाल लोकसभेच्या कार्यकाळासोबतच संपेल. उदाहरण घ्यायचे झाल्यास आसाम राज्याची एक देश एक निवडणूकनुसार लोकसभेसोबत निवडणूक घेणे शक्य नाही अशी शिफारस जर निवडणूक आयोगाने केली तर आसामची निवडणूक नंतर घेतली जाईल पण आसामच्या विधानसभेचा कार्यकाल मात्र लोकसभेसोबतच संपेल. या कलमातील तरतुदीनुसार जेव्हा निवडणूक आयोग राज्यांच्या निवडणुका जाहीर करेल त्याचवेळी त्यांच्या विधानसभेचा कार्यकाल कधी संपणार हे सुद्धा निवडणूक आयोगच जाहीर करणार.

कलम ८३, १७२ मधील बदल लोकसभा किंवा विधानसभेचा कार्यकाल संपण्यापूर्वी

जर काही कारणास्तव लोकसभा विसर्जित झाली तर अशा परिस्थितीत लोकसभेचा पाच वर्षांपैकी उरलेला कालावधी 'पापुळीशिव कालावधी' म्हणून ओळखला जाईल.

पाच वर्षांचा कार्यकाल पूर्ण होण्यापूर्वी लोकसभा किंवा विधानसभा विसर्जित झाली तर नव्याने निवडून येणारी लोकसभा, विधानसभा उरलेल्या कार्यकाळासाठी असेल. म्हणजे २०२४ साली निवडून आलेली लोकसभा २०२६ साली काही कारणास्तव विसर्जित झाली तर त्यावेळी निवडून आलेली लोकसभा ही २०२४ नंतर

पाच वर्षे म्हणजे २०२९ पर्यंतच काम करेल. नंतर २०२९ साली लोकसभेचा कार्यकाल संपेल.

मध्यावधी लोकसभा, विधानसभा विसर्जित करायला लागून जेव्हा निवडणूक घेतल्या जातील त्याला 'मध्यावधी निवडणूक' म्हटले जाईल. तर संपूर्ण पाच कार्यकाल संपवून लोकसभेच्या निवडणुका जेव्हा होतील त्याला 'सार्वत्रिक निवडणूक' म्हटले जाईल.

घटनादुरुस्तीत खालील उद्दिष्ट आणि कारणमीमांसा नोंद करण्यात आली आहे,

- सततच्या निवडणुकांमुळे आचारसंहिता व त्याचा परिणाम प्रशासकीय कामकाजावर होतो.
- सतत होणाऱ्या निवडणुकांमुळे जनजीवन विस्कळीत होते.
- प्रशासकीय अधिकारी- कर्मचारी यांना त्यांचे मूळ काम सोडून सतत इलेक्शन ज्युटी करावी लागते.
- एकाच वेळी राज्य विधानसभा व लोकसभेची निवडणूक होईल, अशी स्थिती आणणे या घटनादुरुस्तीचे उद्दिष्ट आहे.

आधार कार्ड मोफत अपडेटला पुन्हा मुदतवाढ

नवी दिल्ली : आधार कार्ड जारी करणारी संस्था यूआयडीएआयनं मोठा निर्णय घेतला आहे. यामुळं देशभरातील आधार कार्ड धारकांना दिलासा मिळाला आहे. मोफत आधार कार्ड अपडेट करण्याची मुदत आज संपणार होती. १४ डिसेंबर २०२४ ही आधार कार्ड अपडेट करण्याची शेवटची तारीख होती. मात्र, यूआयडीएआयनं ही मुदत १४ जून २०२५ पर्यंत वाढवण्याचा निर्णय घेतला आहे. त्यामुळं पुन्हा एकदा सहा महिन्यांची मुदतवाढ मिळाली आहे.

आधार कार्ड अपडेट करण्यासाठी पहिल्यांदा १४ जून २०२४ ही अंतिम तारीख निश्चित करण्यात आली होती. मात्र, त्यानंतर ती मुदत तीन महिन्यांनी वाढवण्यात आली होती. १४ सप्टेंबर २०२४ पर्यंत मुदतवाढ देण्याचा निर्णय घेण्यात आला होता. त्यानंतर पुन्हा एकदा मुदतवाढ देत ती तारीख १४ डिसेंबर २०२४ पर्यंत आधार कार्ड मोफत अपडेट करण्याची एक संधी देण्यात आली होती. आता पुन्हा एकदा मुदतवाढ देण्यात आली असून सहा महिन्यांचा कालावधी देण्यात आला आहे.

यूआयडीएआयनं सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्म एक्स वर एक पोस्ट केली आहे. त्यानुसार लाखो आधार कार्ड धारकांच्या सोयीसाठी १४ जून २०२५ पर्यंत मोफत ऑनलाईन कागदपत्र अपलोड करण्याची सुविधा कायम ठेवत असल्याचं म्हटलं आहे. ही सुविधा केवळ १-रवहरी पोर्टलवर उपलब्ध असेल. यूआयडीएआय लोकांना त्यांच्या आधार कार्डमध्ये दुरुस्ती करण्यासाठी प्रोत्साहन देत आहे.

ज्या लोकांना त्यांच्या आधार कार्डवरील माहिती बदलायची आहे. त्यांच्याकडे आता १४ जून २०२५ पर्यंतचा वेळ आहे. त्यामुळं मोफत आधार कार्ड अपडेटसाठी आता सहा महिन्यांचा कालावधी मिळणार आहे.

ऑनलाईन आधार कार्ड अपडेटसाठी काय करणार ?

१. यूआयडीएआयच्या अधिकृत वेबसाईटवर आधार सेल्फ सर्विस पोर्टलला भेट द्या
२. तुमच्या मोबाइलवर पाठवण्यात आलेल्या आधार क्रमांक, कॅप्चा आणि ओटीपी नोंदवा
३. कागदपत्र अपडेट हा पर्याय निवडा, सध्याच्या माहितीचं परीक्षण करा

आ.रमेश कराड यांचा फकिरा ब्रिगेड या संघटनेच्या वतीने सत्कार

लातूर / प्रतिनिधी :- लातूर ग्रामीण विधानसभा मतदारसंघाचे आमदार मा.रमेश आप्पा कराड यांचा फकिरा ब्रिगेड या सामाजिक संघटनेच्या वतीने दिनांक १४ डिसेंबर २०२४ रोजी सत्कार करण्यात आला या सत्काराला उत्तर देताना रमेश आप्पा कराड म्हणाले की, माझा विजय हा सामान्य कार्यकर्त्यांचा विजय आहे. माझा विजय हा धनशक्ती विरुद्ध जनशक्तीचा विजय आहे. माझा विजय हा प्रस्तापिता विरुद्ध विस्थापिताचा विजय आहे. माझा विजय हा मी केलेल्या प्रामाणिक कामाचा विजय आहे. सत्तेत नसलो तरी मी गोरगरिबांसाठी चोवीस तास अखेलेबल आहे म्हणून माझी निवडणूक मतदारांनी आपली समजूत लढवली, काँग्रेस पक्षाला पासष्ट वर्षांत जे करता आले नाही ते महायुतीच्या सरकारने अडीच वर्षांत केले, सामान्य माणसाला घरकुल योजना, लाडकी बहिण योजना, पिक विमा, रस्ते, पाणी, वीज, मोफत शिक्षण या विविध योजना प्रभावीपणे राबविल्या त्यामुळे जनतेने मला निवडून दिले या निवडणुकीत मातंग समाज महाराष्ट्र महायुतीच्या पाठीशी उभा राहिला त्यामुळे राज्यात वेगळं चित्र पहायला मिळाले माझ्याही विजयात मातंग समाज



आणि फकिरा ब्रिगेड या संघटनेचे मोठे योगदान राहिले आहे या प्रसंगी संघटनेचे संस्थापक अध्यक्ष प्राचार्य डॉ. संजय शिंदे म्हणाले की, मातंग समाजाच्या विविध मागण्या महायुती सरकारने मंजूर करून समाजाला विकासाच्या मुख्य प्रवाहात आणण्यासाठी प्रयत्न केले हे करताना मा.आ.रमेश आप्पा कराड यांनी स्वतः लक्ष घालून समाजाच्या मागण्या मान्य करून घेण्यासाठी सहकार्य केले त्यामुळे आम्ही सर्व कार्यकर्ते रमेश आप्पा कराड यांच्या प्रचार कार्यात सक्रीय सहभागी झालो त्याचा परिणाम आपल्या सर्वांच्या



समोर आहे. या कार्यक्रमासाठी विष्णू कसबे, अमोल कसबे, विकास लोडे, नितीन लोडे, नाना घोडके, किशोर कसबे, बाळासाहेब वाघमारे, बाळू पटनुरे, भानुदास कुडके, दिपक साठे, शरद धबडगे, गोविंद धबडगे, सूर्यकांत कदम संतोष पटनुरे, अंकुश कांबळे, नाना कांबळे, सुदर्शन शिंदे, माधव शिंदे गणेश दुदभारे, भालचंद्र शिंदे, सतीश शिंदे, दशरथ शिरसाट आदी कार्यकर्ते उपस्थित होते या कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन प्रा. राजेंद्र लोदोकर यांनी केले तर संजय विरुळे यांनी आभार मानले

बाळू डोंगरे संशयास्पद मृत्यु प्रकरणी माजी मंत्री आमदार अमित देशमुख यांनी पोलीस प्रशासनाने तातडीने तपास करून योग्य ती कायदेशीर कारवाई करण्याच्या सूचना दिल्या

लातूर / प्रतिनिधी :- लातूर शहरातील एक रुग्णालयातील कर्मचारी म्हणून कार्यरत असलेले बाळू डोंगरे यांचा संशयास्पद मृत्यु झाला. त्यांच्या नातेवाईकांनी बाळू डोंगरे यांचा मृतदेह पाहिला आणि त्यांच्या मनात शंकेची पाल चुकचुकली. कारण बाळू डोंगरे यांच्या शरीरावर अनेक ठिकाणी मारहाणीचे वळ दिसून येत होते. यामुळे नातेवाईकांनी गुन्हा दाखल होत नाही तोपर्यंत मृतदेह ताब्यात घेणार नाही, अशी भूमिका घेतली. सदरील प्रकरणात पोलीस तातडीने कारवाई करीत नसल्याने त्यांनी राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण सांस्कृतिक कार्यमंत्री व लातूर जिल्ह्याचे माजी पालकमंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांच्याशी संपर्क साधला. माजी मंत्री आमदार देशमुख यांनी पोलीस प्रशासनाने चालढकल न करता तातडीने तपास करून योग्य ती कायदेशीर कारवाई करण्याच्या सूचना दिल्या आणि डोंगरे कुटुंबीयांचे सांत्वन केले. मराठवाडासह लातूर येथील कायदासुव्यवस्था गेल्या काही



दिवसापासून बिघडत आहे. वेगवेगळ्या ठिकाणी अनेक दुर्दैवी घटना घडत आहेत. पण पोलीस प्रशासनाकडून कडक पाऊले उचलतांना दिसून येत नाहीत. गेल्या दिवसापासून लातूरमध्ये सुध्दा गंभीर घटना वाढल्या आहेत. अशातच लातूर शहरातील एक रुग्णालयातील कर्मचारी असलेले बाळू डोंगरे यांचा संशयास्पद मृत्यु झाला. पोलीसांनी वेळेवर कार्यवाही न केल्यामुळे नातेवाईकांनी बाळू डोंगरे यांचा मृतदेह गुन्हा दाखल होत नाही तोपर्यंत मृतदेह ताब्यात घेणार नाही, अशी भूमिका घेतली. डोंगरे कुटुंबीयांनी पोलीस कोणतीच कारवाई करीत नाही यासाठी राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण सांस्कृतिक कार्यमंत्री व लातूर जिल्ह्याचे माजी पालकमंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांच्याशी संपर्क साधला. परिस्थितीचे गाभीर्य ओळखून माजी मंत्री आमदार देशमुख यांनी पोलीस प्रशासनाने तातडीने तपास करून योग्य ती कायदेशीर कारवाई करण्याच्या सूचना दिल्या.

'ग्रीस्टॉक' योजनेतर्गत लातूर जिल्ह्यातील शेतकऱ्यांना मिळणार 'फार्मर आयडी'

लातूर, दि. १४ : राज्य शासनाच्या कृषि, पशुसंवर्धन, दुग्धव्यवसाय विकास व मत्स्यव्यवसाय विभागाच्या २४ ऑक्टोबर रोजीच्या शासन निर्णयानुसार लातूर जिल्ह्यात सोमवार, १६ डिसेंबर २०२४ पासून ग्रीस्टॉक योजना राबविण्यात येणार आहे. या योजनेतून शेतकऱ्यांना शेतकरी ओळख क्रमांक (फार्मर आयडी) देण्यात येणार आहेत. यासाठी प्रत्येक गावात कॅम्प आयोजित केले जाणार असून या कॅम्पमध्ये गावातील शेतकऱ्यांनी उपस्थित राहून आपला शेतकरी ओळख क्रमांक तयार करून घ्यावा, असे आवाहन जिल्हा प्रशासनाने केले आहे. 'ग्रीस्टॉक'मध्ये शेतकऱ्यांसाठी तीन पायाभूत माहिती संच तयार करण्यात येणार आहेत. शेतकऱ्यांचा व त्यांच्या शेतीचा आधार संलग्न माहिती संच, हंगामी पिकांचा माहिती संच आणि भू संदर्भिकृत भूभाग असणारे गाव नकाशे यांचा माहिती संच असा माहिती संचाचा यामध्ये समावेश आहे. असे आहेत 'ग्रीस्टॉक' योजनेचे अपेक्षित फायदे १. पीएम किसान योजनेतर्गत अनुदान प्राप्त करण्यासाठी आवश्यक

अटी पूर्ण करण्यामध्ये सुलभता येईल. २. पीएम किसान योजनेतर्गत पात्र सर्व लाभार्थी समाविष्ट करून घेण्यास सहाय्य मिळेल. ३. शेतकऱ्यांना पिकासाठी कर्ज मिळवण्यासाठी किसान क्रेडिट कार्ड आणि कृषि इन्फ्रास्ट्रक्चर फंड व शेतीच्या विकासासाठी इतर कर्ज उपलब्ध करून घेण्यात सुलभता येईल. ४. पीक विमा तसेच आपत्ती व्यवस्थापन अंतर्गत शेतकऱ्यांचे देय नुकसान भरपाईसाठी शेतकऱ्यांच्या पिकांचे सर्वेक्षण करण्यात सुलभता येईल. ५. किमान आधारभूत किंमतीवर खरेदीमध्ये शेतकऱ्यांची नोंदणी ऑनलाईन पध्दतीने होऊ शकेल. शासनाने ही योजना बीड जिल्ह्यामध्ये गतवर्षी प्रायोगिक तत्वावर राबविली होती. त्यामध्ये शेतकरी ओळख क्रमांक (फार्मर आयडी) प्राप्त झालेल्या शेतकऱ्यांना अवघ्या ४५ मिनिटात ऑनलाईन पीक कर्ज उपलब्ध करून देणे शक्य होत आहे.

संपादकीय....

लार्जर दॅन लाइफ

१४ डिसेंबर १९२४ रोजी राज कपूर यांचा जन्म झाला. यंदाचं वर्ष हे या शोमनच्या जन्मशताब्दीचं वर्ष आहे. त्यांनी आपल्या आयुष्याच्या घटनांवर अनेक पटकथा लिहिल्या आणि चित्रपटासारखे 'लार्जर दॅन लाइफ' आयुष्यदेखील जगले.

'शो'मॅन राज कपूर म्हणजे भारतीय सिनेसृष्टीला पडलेलं सोनेरी स्वप्न. निव्व्याशार डोळ्यांचा, विलक्षण प्रतिभा असणारा, दूरदृष्टी असणारा, संवेदनशील आणि अफाट अभिनयक्षमता, निर्मिती-दिग्दर्शनाचे कौशल्य असणारा जगावेगळा कलावंत. चित्रपटसृष्टीच्या इतिहासातील सर्वात महान आणि प्रभावशाली अभिनेते, चित्रपट निर्माते असणार्या राज कपूर यांनी आपल्या अभिनय कौशल्याने सर्व रसिक प्रेक्षकांना केवळ प्रभावितच केले नाही तर अंतर्मुखही केले आणि स्वप्नांच्या नव्या दुनियेची सङ्ग्रही घडवून आणली. सिनेसृष्टीला त्यांनी दिलेलं योगदान अमूल्य आहे.

अलीकडेच इफी २०२४ च्या निमित्ताने राज कपूर यांचा नातू रणबीर याने आपल्या मुलाखतीत लाडक्या दादूविषयी बोलताना अतिशय मार्मिक विवेचन केले. तो म्हणाला, 'राज कपूर यांचे चित्रपट सामाजिक समस्यांवर भाष्य करणारे होते तसेच सर्वसामान्यांच्या समस्यांचे निराकरण करणारेही!' 'आवारा'मध्ये जातीवादाचा मुद्दा मांडला गेला; तर 'श्री ४२०' मध्ये त्यांनी वंचितांच्या संघर्षावर लक्ष केंद्रित केले. 'राम तेरी गंगा मैली'मध्ये महिलेच्या व्यक्तिमत्त्वाच्या शुद्धतेचे आणि पवित्रतेचे दर्शन त्यांनी घडवले होते. ५० वर्षापूर्वी बनलेल्या चित्रपटांमध्येही, राज कपूर यांनी जे कथानक मांडले ते आजच्या पिढीलाही प्रेरित करणारे आहे तसेच वर्तमान समस्यांशी निगडित आहे.

रणबीरने व्यक्त केलेले मनोगत अतिशय समर्पक आहे. राज कपूर यांनी आपल्या शानदार कारकिर्दीत 'बरसात', 'श्री ४२०', 'संगम', 'आवारा' यांसारख्या एकाहून एक सरस चित्रपटांमधून बॉलीवूडपटांना खऱ्या अर्थाने सिनेमॅटिक चमक दिली. १९५१ मध्ये प्रदर्शित झालेल्या 'आवारा' या चित्रपटाने आंतरराष्ट्रीय स्तरावर प्रचंड लोकप्रियता मिळवली होती.

राज यांच्यावर चार्ली चॅपलिनचा विलक्षण प्रभाव होता. त्याच्याच पावलावर पाऊल टाकत अभिनयामध्ये चेहर्यावरील हावभाव किती महत्त्वाचे असतात आणि त्यांच्या आधारे किती सार्थपणाने भावना व्यक्त करता येतात याचा वस्तुपाठच जणू राज कपूर यांनी घालून दिला. 'मेरा नाम जोकर' सारख्या चित्रपटातील त्यांची भूमिका असेल किंवा 'आवारा'मधील त्यांचा अभिनय असेल; प्रत्येक प्रसंगातील उत्कटता त्यांनी तितक्याच ताकदीने आपल्या हावभावामुळे मांडत प्रेक्षकांची मने जिंकली. 'दोस्त दोस्त ना रहा' हे गाणं पाहताना त्या व्यक्तीरेखेच्या मनातले भाव, त्याला झालेलं प्रेमभागाचं दुःख, फसवलं गेल्याची भावना हे सारे मनपटलावरील तरंग त्यांनी अप्रतिमपणाने सादर केले.

त्यांनी १९३० च्या दशकात बालकलाकार म्हणून चित्रपटांमध्ये आपला प्रवास सुरू केला. पृथ्वीराज कपूर आणि रामसरणी देवी कपूर यांच्या सहा मुलांमध्ये राज हे सर्वात थोरले. १९३५ मध्ये आलेल्या 'इन्कलाब' या हिंदी चित्रपटात ते पहिल्यांदा दिसले. त्यावेळी त्यांचे वय अवघे दहा वर्षे होते. १९४९ मध्ये आलेल्या 'नीलकमल' मध्ये मधुबालासोबत मुख्य भूमिकेत झळकल्यानंतर त्यांना मोठा ब्रेक मिळाला. यानंतर म्हंबूब खानच्या 'अंदाज' चित्रपटांमध्ये दिलीपकुमार आणि नगिसासोबत काम केले. अभिनेता म्हणून हा त्यांचा पहिला चित्रपट. निर्माता, दिग्दर्शक आणि अभिनेता म्हणून त्यांना पहिले यश 'बरसात' या चित्रपटाने मिळाले.

१९७० मध्य आलेल्या 'मेरा नाम जोकर'ची निर्मिती, दिग्दर्शन आणि अभिनय या तिन्हीची जबाबदारी त्यांनी लीलया पेलली. हा चित्रपट पूर्ण होण्यासाठी सहा वर्षांहून अधिक काळ लागला. त्यांचा मुलगा ऋषी कपूर याने या चित्रपटात त्यांच्या पात्राची तरुणपणीची भूमिका साकारून बॉलीवूडमध्ये पदार्पण केले. आरके स्टुडिओचा 'मेरा नाम जोकर' २४४ मिनिटांचा होता. दोन इंटरव्हल्सचा हा पहिलाच चित्रपट होता. बॉक्स ऑफिसवर अयशस्वी ठरला असला तरी, नंतर तो भारतीय चित्रपटसृष्टीद्वारे निर्मित सर्वात प्रतिष्ठित चित्रपटांपैकी एक बनला. राज कपूर यांनी अनेक तंत्रज्ञांसोबत काम केल्यानंतर वयाच्या २४ व्या वर्षी १९४८ मध्ये आरके स्टुडिओची स्थापना केली.

राज कपूर यांचे खरे नाव रणबीर राज कपूर. केदार शर्मा दिग्दर्शित 'विषकन्या'च्या सेटवर क्लॅप-बॉय म्हणून त्यांनी करिअरची सुरुवात केली. आवारा हा तीन पिढ्यांना कास्ट करणारा पहिला चित्रपट होता. या चित्रपटात कपूरुंच्या तीन पिढ्या- दिवाण बशेश्वरनाथ (राज कपूरचे आजोबा), पृथ्वीराज कपूर आणि राज कपूर झळकले. पुढील काळात रणधीर कपूरने 'आज और कल'मध्ये हीच पुनरावृत्ती केली.

राज कपूर हे केवळ अभिनेता-दिग्दर्शक आणि निर्मातेच नव्हते तर त्या काळात सिनेमाच्या भविष्याचा वेध घेणारे महान कलावंत होते. राज कपूर यांच्याबद्दल असे म्हटले जाते की, हा अभिनेता कधीही बेडवर झोपला नाही. त्याला जमिनीवर झोपायला आवडायचं. हॉटेलमध्ये राहूनही ते जमिनीवर झोपायचे. यासाठी त्यांना एकदा हॉटेल व्यवस्थापकाने ताकीद दिली होती आणि तसे न करण्यास मनाई केली होती. ती न ऐकल्याबद्दल हॉटेल व्यवस्थापकाने दंडही ठोठावला आणि या सवयीमुळे ते पाच दिवस दंड भरत राहिले.

आणखी एक किस्सा सांगितला जातो. राज कपूर आणि त्यांची पत्नी कृष्णा हे दोघे दादा बिमल रॉय यांच्या 'दो बिधा जमीन'च्या प्रीमियममध्ये पोहोचले होते. चित्रपट सुरू झाला आणि राज प्रचंड अस्वस्थ झाले. त्यांच्या डोळ्यात अश्रू होते. चित्रपट संपल्यानंतर ते घरी परतताना पूर्ण शांत होते. घरी आल्यानंतरही त्यांची अस्वस्थता दूर झाली नाही. जेव्हा कृष्णा कपूरने कारण जाणून घेण्याचा प्रयत्न केला, तेव्हा राज अश्रुभरल्या डोळ्यांनी म्हणाले की, कृष्णा, मी कोणत्या प्रकारचे चित्रपट बनवत आहे? ज्यात फक्त नायिकेच्याभोवती नृत्य आहे. आपण काल पाहिला तो खरा सिनेमा! जो चित्रपट समाजाला नवी दिशा देतो, समाजाचे वास्तव मांडतो तो खरा चित्रपट. असे चित्रपट बनवल्याशिवाय मला शांती मिळणार नाही.

लाडकी बहीण योजना: संभ्रमांकित अफवा नि उर्वरित अर्जाची छाननी

महाराष्ट्र सरकारची मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजना सुपरहीट ठरली आहे. या योजनेचा फायदा महायुती सरकारला विधानसभा निवडणुकीत झाला असल्याचे बोलले जात आहे. लाडकी बहीण योजनेबाबत सध्या अनेक चर्चा सुरू झाल्या आहे. त्यामुळे लाडकी बहीण योजना बंद होणार का? योजनेचे निकष बदलणार का? असे अनेक प्रश्न महिलांच्या मनात निर्माण होत आहे. याबाबत स्वतः आदिती तटकरे यांनी माहिती दिल्याचं पुढे येत आहे.

लाडकी बहीण योजनेचे निकष बदलणार असल्याची चर्चा सुरू आहे. मात्र, या सर्व अफवा असल्याचे आदिती तटकरे यांनी म्हटले आहे. या योजनेसंदर्भात कोणत्याही लेखी पद्धतीच्या सूचना, कोणतेही आदेश, शासन निर्णय, निकष बदल विभागाने काढलेले नाहीत. आदिती तटकरे यांनी एक्सवर पोस्ट शेअर केली आहे की, लाडकी बहीण योजनेच्या निकषांमध्ये कोणताही बदल झालेला नाही. पुढे त्यांनी म्हटलं की, 'लाडकी बहीण योजनेबाबत रिस्स आणि सोशल मीडियाच्या माध्यमातून दिशाभूल करणारी माहिती प्रसारित होत आहे. मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजनेच्या निकषांमध्ये

कोणताही बदल झालेला नाही. एक महिला लोकप्रतिनिधी म्हणून त्या यावर लक्ष ठेवून आहे. तरी समाजमाध्यमातून होणा-या चुकीच्या माहितीला कोणीही बळी पडू नये. अशी त्यांनी विनंती केलेली आहे.

महिला व बाककल्याण विभागाने एक परिपत्रक जारी केले आहे की, मुख्यमंत्री लाडकी बहीण योजनेबाबत समाजमाध्यमांवर रिस्स आणि व्हिडिओद्वारे वेगळी माहिती प्रसारित करण्यात येत आहे. यामुळे लाभार्थी महिलांच्या मनात गैरसमज निर्माण होत आहे. त्यामुळे वेगवेगळ्या स्तरावरून कार्यालयाकडे विचारणा होत आहे. यामुळे आपणास सांगण्यात येते की, मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजनेच्या अटी आणि शर्तीमध्ये कोणताही बदल झालेला नाही. तसेच महिला व बालकल्याण विभागाने शासकीय यंत्रणांना सुचवलं की, त्यांनी लोकांमधील संभ्रम दूर करावा. चुकीच्या माहितीमुळे लोकांच्या मनात गैरसमज निर्माण होऊ नये, याकरता आपण अंगणवाडी सेविकांमार्फत या योजनेची सद्यस्थिती लाभार्थी महिला आणि जनतेच्या निदर्शनास आणून द्यावी. लाडकी बहीण योजनेतील १६ लाख अर्जांची छाननी

होणार असल्याची माहिती समोर येत आहे. आचारसंहितेच्या आधी १६ लाखांची छाननी बाकी होती. ती आता पूर्ण केली जाणार असल्याची माहिती आहे. या १६ लाख अर्जांपैकी पात्र अपात्र ठरवून लाभ दिला जाणार आहे. आतापर्यंत राज्यातील २ कोटी ३४ लाख लाभार्थ्यांना लाडकी बहीणी योजनेचा लाभ मिळाला आहे. यात १६ लाख अर्जांची छाननी झाल्यानंतर पुन्हा एकदा संख्या वाढणार आहे. निवडणूक काळात प्रशासन व्यस्त असल्याने या १६ लाख अर्जांची छाननी बाकी होती. त्यामुळे त्यांना लाभ मिळाला नव्हता. आता या सर्व अर्जांची छाननी करून या लाभार्थ्यांना लाभ दिला जाणार असल्याचं म्हटल्या जात आहे.

शब्दस्पर्शी-सुनील शिरपुरे

कमळवेळी,यवतमाळ

भ्रमणध्वनी-७०५७१८५४७९

संसदेतील समंजसपणा हरवला

लोकशाही शासनव्यवस्थेत चर्चा, वाद, मतमतांतरे वगैरेंना पर्याय नाही. मात्र, यासाठी संसदेतील 'सत्ताधारी' आणि 'विरोधक' या दोन्ही बाजूंकडून समंजसपणा दाखवला पाहिजे.

अनेक पाश्चात्य अभ्यासक दाखवून देतात की भारतात जरी लोकशाही रुजत असली, दर पाच वर्षांनी सार्वत्रिक निवडणुका होत असल्या तरी अजूनही भारतात 'लोकशाही संस्कृती' रुजलेली नाही. लोकशाही संस्कृती रुजल्याशिवाय खरी लोकशाही शासनव्यवस्था प्रत्यक्षात येत नाही. याचा ताजा पुरावा म्हणजे संसदेचे सध्या सुरू असलेले अधिवेशन आणि त्यात वारंवार येत असलेले अडथळे. मे २०२४ मध्ये अस्तित्वात आलेल्या या नव्या लोकसभेचे हे दुसरे अधिवेशन.

संसदेचे हिवाळी अधिवेशन ५ डिसेंबर रोजी सुरू झाले आणि हे अधिवेशन २५ डिसेंबरपर्यंत चालणार आहे. आताच्या कामकाजावर वरवर नजर फिरवली तर दिसून येते की पहिल्या दहा दिवसांत फक्त ६४ मिनिटांचे कामकाज झाले! अन्य वेळी गडबड, गोंधळ, आरोप-प्रत्यारोप आणि सभात्याग वगैरेंमुळे कामकाजाचा बहुमोल वेळ वाया गेला. भारतासारख्या गरीब देशाला संसदेचा असा वेळ जाऊ देणे परवडणारे नाही. लोकप्रतिनिधींनी या गोष्टीचे भान ठेवले पाहिजे की लोकसभा एका तासासाठी चालवण्यासाठी देशाच्या तिजोरीतून सुमारे दोन कोटी रुपये खर्च होतात, तर राज्यसभा

संघटनांवर बंदी घातली. यातून लोकशाहीप्रेमी जगाने घेतलेला धडा म्हणजे केवळ लोकशाही असून चालत नाही तर लोकशाही शासनव्यवस्थेने जनतेचे प्रश्न सोडवले पाहिजे, सामान्य माणसांचे राहणीमान उंचावले पाहिजे.

संसदेचा वाया जाणारा वेळ बघून भारतीय नागरिकांच्या जर मनात 'संसदीय लोकशाही' या शासन प्रणालीबद्दल अविश्वास व अनास्था निर्माण झाली तर याची जबाबदारी कोणाची? या प्रश्नाचा विचार करण्याची वेळ आली आहे. संसदीय शासनप्रणाली काय किंवा अमेरिकेसारखी अध्यक्षीय पद्धत काय, या दोन्ही लोकशाही शासनप्रणालीत 'परमताचा आदर' ही महत्त्वाची पूर्वअट आहे. यातही संसदीय पद्धतीत हा मुद्दा अतिशय महत्त्वाचा ठरतो. याचे कारण संसदेत सत्तारूढ पक्ष आणि विरोधी पक्ष अधिवेशनादरम्यान अक्षरशः एकमेकांसमोर बसलेले असतात. असा प्रकार अमेरिकन पद्धतीत नसतो. तेथे फ्रेंच राजकीय विचारवंत मॉंटेस्क्यू यांनी मांडलेल्या 'सत्तेचे विकेंद्रीकरण' या तत्त्वानुसार शासनपद्धत निर्माण करण्यात आली आहे. त्यामुळे अमेरिकेतील संसदेत सत्तारूढ पक्ष व विरोधी पक्ष एकमेकांसमोर बसलेले असतात पण तेथे सरकार (म्हणजे मंत्रिमंडळ) व विरोधी पक्ष एकमेकांसमोर कधीही येत नाही.

संसदीय शासन पद्धतीत संसदेतील चर्चा, वादविवाद फार

लोकशाही कशी चालावी, याचे हे एक उत्तम उदाहरण आहे.

भारतासारख्या विकसनशील देशातील संसदेत अनेकदा टोकाचे वाद होणे स्वाभाविक आहे. मात्र, आज वाद होत नाहीत कारण वादविवाद होण्यासाठी संसदेचे कामकाज झाले पाहिजे. तेच होत नाही. भारतासारख्या खंडप्राय देशाचा अर्थसंकल्प कोणतीही चर्चा न होता संमत व्हावा यासारखे दुर्दैव नाही. सर्व मंत्रालयांच्या मिळून २६ लाख कोटी रुपयांच्या खर्चाचा चर्चेशिवाय गिळटिनच्या माध्यमातून मंजुरी देण्यात आली. गेले दोन दशकं भारतीय संसदेचे कामकाज प्रत्येक अधिवेशनानंतर कमी कमी होताना दिसते. २००५ मध्ये १६ टक्के वेळ वाया गेला होता तर २०१५ मध्ये ३० टक्के. २०१७ मध्ये ३४ टक्के तर २०१८ मध्ये ९४ टक्के वेळ वाया गेलेला आहे.

भारतीय लोकसभेचे कामकाज दरवर्षी किमान १०० दिवस व्हावे असे अपेक्षित आहे. एकेकाळी हे कामकाज १२७ दिवस झालेले दिसून येते. नंतर मात्र हे प्रमाण ३५ दिवसांवर आले आहे. पंडित नेहरूंनी अनेकांचे अनेक मतभेद होते. पण त्यांची लोकशाही शासनव्यवस्थेवर अडळ श्रद्धा होती. एवढेच नव्हे तर लोकशाही म्हणजे केवळ आकड्यांचा खेळ नसूनही निरंतर चालणारी प्रक्रिया आहे, ही भारतासारख्या नव्याने लोकशाही स्वीकारलेल्या देशात जाणीवपूर्वक रूजवावी लागेल; याचेसुद्धा त्यांना भान होते. त्यामुळे



चालवण्यासाठी दीड कोटी रुपये खर्च होतात.

जगात शासनव्यवस्थेच्या उपलब्ध असलेल्या अनेक पर्यायांपैकी एक पर्याय म्हणजे लोकशाही शासनव्यवस्था. मात्र जर ही व्यवस्था जनसामान्यांचे प्रश्न सोडवण्यास असमर्थ ठरत असेल तर जनता नाईलाजाने हुकूमशाहीकडे वळते, असा आधुनिक जगाचा इतिहास आहे. या संदर्भात नेहमी दिले जाणारे उदाहरण म्हणजे पहिल्या महायुद्धानंतर जर्मनीत अस्तित्वात आलेले 'वायमर रिपब्लिक'. जर्मनीतील वायमर नावाच्या गावात प्रजासत्ताक जर्मनीची राज्यघटना लिहिली गेली म्हणून याला 'वायमर रिपब्लिक' म्हणतात. हे १९१९ ते १९३३ दरम्यान जर्मनीत होते. या रिपब्लिकमध्ये एवढा गोंधळ झाला की जर्मन जनतेने हिटलरच्या नाझी पक्षाला १९३३ साली झालेल्या सार्वत्रिक निवडणुकांत ३३ टक्के मते दिली व सत्तेवर आणले. हिटलरने सत्ता हाती येताच सर्व विरोधी पक्षांवर, कामगार

महत्त्वाचे असतात. त्यातून सरकारला ते मांडत असलेल्या धोरणांतील त्रुटी लक्षात येऊ शकतात. त्यानुसार धोरणात योग्य ते फेरफार करता येतात. यासंदर्भात भाजपाचे उत्तर प्रदेशातील ज्येष्ठ नेते कल्याणसिंग व काँग्रेसच्या अध्यक्ष सोनिया गांधी यांच्यातील संवाद आठवतो. मनमोहनसिंग सरकारने ग्रामीण भागासाठी रोजगार हमी योजना (मनरेगा) मांडली. त्यावर चर्चा सुरू होती. या चर्चे दरम्यान ग्रामीण भागातील जनजीवन व लोकव्यवहाराची नीट माहिती असलेल्या कल्याणसिंग यांनी काही अत्यंत उपयुक्त सूचना मांडल्या. कल्याणसिंग यांचे भाषण संपल्यानंतर सत्तारूढ पक्षाच्या अध्यक्ष सोनिया गांधी उठून कल्याणसिंगांकडे गेल्या व त्यांनी चांगले भाषण केल्याबद्दल अभिनंदन केले. एवढेच नव्हे तर सोनिया गांधी यांनी कल्याणसिंगांना विनंती केली की या सर्व सूचना मला लिहून द्या. मी याचा अंतर्भाव या धोरणात करण्यास सांगते. संसदीय

नेहरू कितीही व्यस्त असले तरी जास्तीत जास्त वेळ संसदेत घालवत असत, जास्तीत जास्त वेळा संसदेत होत असलेल्या चर्चात भाग घेत असत. याकाळी तर नेहरूंच्या काँग्रेसकडे संसदेत ज्याला 'पाशवी बहुमत' म्हटले जाते तसे असायचे. तरीही नेहरू जास्तीत जास्त वेळ संसदेत घालवत असत आणि संसदीय परंपरांचा यथायोग्य मान राखत.

काही अभ्यासकांच्या मते संसदीय लोकशाही शासनव्यवस्था म्हणजे क्रिकेटच्या सामन्यासारखे असते. जेव्हा एक संघ फलंदाजी करत असतो तेव्हा दुसरा संघ गोलंदाजी व क्षेत्ररक्षण. नंतर क्षेत्ररक्षण करणारा संघ फलंदाजी करण्यासाठी येतो. दोन्ही संघांना खेळपट्टी खराब न करण्याचे पथ्य पाळावे लागते. आज तसे होताना दिसत नाही. यावर त्वरित उपाय शोधला पाहिजे. अन्यथा लोकांचा लोकशाहीवरचा विश्वास उडेल. हा सर्वात मोठा धोका आहे.

थंडीत काय खावे? मटण की चिकन, तज्झांनी केला खुलासा, काय ठरेल आरोग्यदायी

हिवाळ्याच्या काळात आपण आपल्या खाण्याच्या सवयींची विशेष काळजी घेतली पाहिजे आणि अन्न निवडताना खूप काळजी घेतली पाहिजे. कारण थंडी वाढली की हृदयाशी संबंधित समस्या वाढतात. म्हणूनच, हृदयाचे आरोग्य चांगले ठेवण्यासाठी, थंड हंगामात असे पदार्थ निवडा आणि खा जे तुमच्या हृदयासाठी तसेच तुमच्या पोटासाठी फायदेशीर आहेत.

हिवाळ्यात, बहुतेक लोकांना मसालेदार चिकन आणि मटण खायला आवडते. अशा परिस्थितीत या लेखाच्या माध्यमातून जाणून घ्या थंडीच्या वातावरणात आरोग्यासाठी चिकन किंवा मटण खाने जास्त फायदेशीर आहे का?

थंडीत चिकन खाण्याचे फायदे पोषणतज्ज्ञ डॉ. सुचरिता सेनगुप्ता यांच्या मते, चिकनमध्ये लीन प्रोटीन असते. हे कमी चर्बीयुक्त प्रथिन आहे. चिकनमध्ये व्हिटॅमिन बी ६, सेलेनियम आणि नियासिन यांसारख्या पोषक तत्वांचा समावेश आहे. थंडीच्या काळात मर्यादित प्रमाणात चिकन खाल्ल्याने रोगप्रतिकारशक्ती वाढते आणि त्याप्रमाणे हे आरोग्यासाठीही खूप चांगले आहे. हिवाळ्यात थंडी कमी करण्यासाठी हे विशेषतः उपयुक्त आहे. हिवाळ्यात चिकन सूप खाल्ल्याने किंवा प्यायल्याने खोकला, सर्दी आणि विषाणूजन्य तापापासून आराम मिळतो

थंडीत मटण खाण्याचे फायदे पोषणतज्ज्ञांनी नमूद केल्याप्रमाणे आपल्या आजूबाजूला अनेक मटणप्रेमी आहेत. हिवाळा असो किंवा उन्हाळा प्रत्येक ऋतूत लोकांना मटण खायला आवडते. वास्तविक, मटणामध्ये लोह, जिंक आणि व्हिटॅमिन बी १२ असते. पण मटणात फॅटचे प्रमाण खूप जास्त असते. त्यामुळे शरीराला

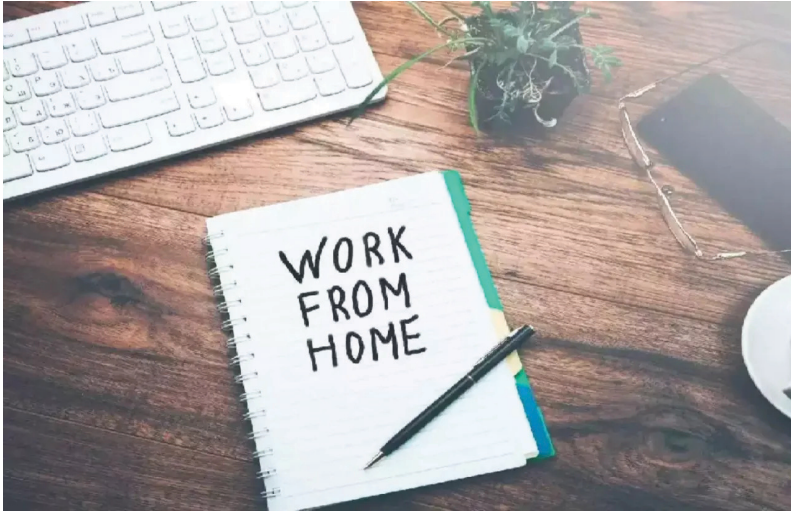


भरपूर ऊर्जा मिळते. हिवाळ्यात मटण खाल्ल्याने शरीरात उष्णता निर्माण होते. कारण मटणाचा स्वभाव उष्ण असतो. हे मर्यादित प्रमाणात खाने सुरक्षित मानले जाते, तथापि, जास्त प्रमाणात मटण खाल्ल्याने गॅसची समस्या उद्भवू शकते. आम्ही तुम्हाला सांगतो, मटण देखील पचायला खूप वेळ लागतो. ज्या लोकांना गॅस आणि बद्धकोष्ठतेची समस्या आहे त्यांना मटण खाण्याचा सल्ला दिला जात नाही.

वर्क फ्रॉम होम करताय? आरोग्याला असे ठेवा निरोगी; आजारांपासून राहाल दूर

जर तुम्ही म्हणत असाल काम ऑफिसमध्ये जाऊ करणे काय? आणि घरात बसून करणे काय? काम हे कामच असते. तर तुम्ही चुकताय, घरात बसून काम करणे आणि बाहेर जाऊन करणे यामध्ये मोठा फरक आहे. जर तुम्ही घरात बसून काम करण्याला प्राधान्य देत आहात. तर तुम्ही स्वतःला अनेक फायद्यांपासून स्वतःला दूर ठेवत आहात. आरोग्याला निरोगी ठेवण्यासाठी शरीराची हालचाल होणे महत्वाचे असते. बाहेर जाऊन काम करणे यामध्ये या हालचाली घरात बसून काम करण्याच्या तुलनेत जास्त होतात. पण कधी कधी बहुतेक लोक वर्क फ्रॉम होमचा फायदा घेतात. घरी बसून काम करण्याचे असल्याने बाहेर प्रवासाचा वेळ वाचतो. अनेक लोक या वेळेचा वापर आरोग्यावर लक्ष देण्यासाठी करतात.

स्वस्थ खा :
जर तुम्ही वर्क फ्रॉम होम करत आहात तर स्वस्थ खाण्यावर लक्ष द्या. आपला डाईट नीट ठेवा. जितकं निरोगी खाल तितकं स्वस्थ आणि निरोगी राहाव. आपल्या आहारात धान्य, दूध, फळे आणि भाज्या, बीन्स आणि अंड्यांचा समावेश करा. जास्त तेलकट आणि मसालेदार खाने टाळा.
हायड्रेट राहा :
जितके पाणी प्याल तितके शरीरासाठी चांगले असते. याने शरीराला ऊर्जा मिळते. त्वचेसाठी आणि केसांच्या आरोग्यासाठी तसेच शरीररच्या संपूर्ण आरोग्यासाठी पाण्याचे योग्य सेवन करणे आवश्यक आहे. जास्त पाणी पिण्याच्या हेतूने मर्यादितपेक्षा जास्त पाणी पिणे टाळा.
नियमित व्यायाम करा:
व्यायाम करणे फार गरजेचे आहे. जर तुम्ही घरी बसून काम करत आहात तर नियमित व्यायाम केलाच पाहिजे. याने शरीराची हालचाल तर



होतेच, त्याचबरोबर शरीराच्या प्रत्येक भागापर्यंत रक्तपूरवठा करण्यात मदत होते. तणावापासून लांब राहा :
एकाच जागी बसून राहिल्याने आणि त्याच त्याच गोष्टी सतत केल्याने, मानसिक स्थिती बदलू शकते. मानसिक तणाव जाणवू शकतो. जर तुम्ही वर्क फ्रॉम होम करत आहात तर हे निश्चित करा कि तुम्ही कामामध्ये लहान ब्रेक घेत आहात. काम झाले कि थोड्या वेळ बाहेर फेरफटका मारून या. आवडीचे खेळ खेळत चला. तसेच इतर आवडीच्या कामासाठीही वेळ द्या.
कंबर, गुडघे, सांधे जीव जाईस्तोवर ठणकतात? मग या पदार्थांचे सेवन सुरु करा, वयाच्या नव्वदीतही हाडं राहतील मजबूत
अशा अनेक गोष्टी आहेत. ज्या वर्क फ्रॉम होम करणाऱ्या व्यक्तींनी पाळल्या पाहिजे. एकंदरीत, स्वतःला निरोगी ठेवण्यासाठी या गोष्टी करणे महत्वाचे आहेत.

कंबर, गुडघे, सांधे जीव जाईस्तोवर ठणकतात? मग या पदार्थांचे सेवन सुरु करा, वयाच्या नव्वदीतही हाडं राहतील मजबूत

वय वाढू लागलं की आपोआपच आरोग्याच्या समस्या जाणवू लागतात. धाप लागणे, हाडं तिरूळ होणे आणि संपूर्ण अंग दुखू लागणे अशा अनेक समस्या वय वाढताच जाणवू लागतात. सध्याच्या जगात तर वय वाढणाऱ्यांचं नव्हे तर कमी वयात असणाऱ्या तरुणांनाही या समस्या उद्भवू लागतात. धाकधुकीचे जीवन, चुकीची जीवनशैली, ताणतणाव, चुकीचा आहार आणि व्यायामाच्या अभावामुळे या समस्या कमी वयातच उदभवू लागतात. अनेकदा हे दुखणे इतके जास्त असते की यामुळे आपला जीव जातोय की काय असे वाटू लागते. या असह्य वेदना बऱ्याचदा सहन करण्याच्या पलीकडे जातात. अनेकदा महामाडी औषध घेऊनही या वेदना कमी होत नाही.

तुम्हालाही कमी वयातच अशा समस्या उद्भवत असतील तर आम्ही तुम्हाला सांगतो की, काही सुपरफूड्सचा आहारात समावेश करून तुम्ही या समस्यांपासून मुक्तता मिळवू शकता. सुपरफूड्स म्हणजे असे काही खाद्यपदार्थ ज्यांच्या सेवनाने तुमची हाडे आणि सांधे मजबूत होऊ शकतात. सुपरफूड्समध्ये असे काही पोषणामुळे असतात जी हाडांना आणि सांध्यांना सदृढ ठेवण्यास मदत करत असतात. काही हेल्दी पदार्थांचा आपल्या आहारात समावेश करून तुम्ही नैसर्गिकरित्या तुमची हाडे मजबूत बनवू शकता.

दुधजन्य पदार्थ



दुधजन्य पदार्थ जसे की दुध, दही, ताक, आणि चीज यात कॅल्शियमचे भरपूर प्रमाण असते. कॅल्शियम हे हाडांना मजबूत करण्यासाठी आवश्यक असणारे एक पोषणामुळे आहे. तुम्ही तुमच्या रोजच्या आहारात दुधजन्य पदार्थांचा समावेश करून तुमची हाडे मजबूत बनवू शकता. लहानांपासून मोठ्यांपर्यंत सर्वांनाच याचे भरपूर फायदे होऊ शकतात. याचे सेवन सर्वासाठीच उपयुक्त ठरू शकते.



पालेभाज्यांचा आहारात समावेश पालक, मेथी, मोहरी, कोथिंबीर अशा पालेभाज्यांमध्ये कॅल्शियम, मॅग्नेशियम आणि व्हिटॅमिनचे मुबलक प्रमाण आढळून येते. हे घटक हाडांना मजबूत ठेवण्यास मदत करत असतात. हिरव्या पालेभाज्यांमध्ये असे काही अँटी-ऑक्सिडंट्स असतात जे हाडांना आणि सांध्यांना मजबूती देण्यास मदत करत असते. रोजच्या आहारात भाज्यांचे सेवन फार फायद्याचे ठरू शकते. यामुळे हाडांना पोषण मिळून सांधे मजबूत होण्यास मदत मिळते.
डाळी आणि कडधान्यांचे सेवन
डाळी आणि कडधान्य प्रथिनांचा उत्तम स्रोत आहे. यांच्या सेवनाने सांध्यांच्या आणि हाडांच्या टिशू मजबूत होतात. राजमा, मसूर, हरभरा, आणि उडीद डाळ यांचा नियमित आहारात समावेश केल्यास हाडे मजबूत करण्यासाठी उपयुक्त ठरतात. याशिवाय हे पदार्थ शरीरातील पेशींच्या पुनर्निर्मितीला मदत करतात.

साळीच्या धान्यांचा समावेश साळीचे धान्य जसे की, जव, बाजरी, रागी, आणि ओट्स हे कॅल्शियम आणि फायबरने समृद्ध असतात. रागीमध्ये विशेषतः कॅल्शियमचे प्रमाण अधिक असते जे हाडांना मजबूती देण्यास मदत करतात. साळीचे धान्य केवळ हाडे मजबूत करत नाही, तर ते पचनक्रिया सुधारून सांध्यांच्या वेदना कमी करण्यास देखील मदत करतात.

दिल्लीतील ताजमहाल कधी पाहिला आहे का? इथे एकेकाळी मुघल करायचे भोजन, मध्ये मिळते एंट्री

प्रवासापूर्वी आपण काही प्लॅन्स करतो, ज्यात आपल्याला एकाच ठिकाणे अनेक सुंदर गोष्टी पाहण्याची इच्छा असते. पण अशा सर्वच गोष्टी एकाच ठिकाणी मिळणे थोडे कठीण आहे. मात्र आम्ही तुम्हाला सांगतो की, दिल्लीत असे एक ठिकाण आहे जिथे तुम्ही अनेक सुनंदा गोष्टींचा अनुभव एकाच ठिकाणी मिळवू शकता. होय, दिल्लीत एक अशी जागा आहे जिथे तुम्हाला हे सर्व मिळू शकते.

आम्ही दिल्लीच्या मेहरौली येथे असलेल्या पुरातत्व उद्यानाबद्दल बोलत आहोत, जिथे प्रवेश पूर्णपणे विनामूल्य आहे आणि प्रेमात पडलेली जोडपी येथे सर्वात जास्त येतात. इतकेच नाही तर लोक या पार्कला दिल्लीचा ताजमहाल आणि दिल्लीचे सर्वोत्तम पिकनिक स्पॉट देखील म्हणतात. याला कपल्स पार्क असेही म्हणतात. जर तुम्हीही इथे जाण्याचा विचार करत असला तर त्याआधी या ठिकाणाबद्दल सविस्तर माहिती जाणून घ्या.

खूप सुंदर आहे ठिकाण हे उद्यान घनदाट जंगलाने वेढलेले आहे, त्यामुळे लोकांना ते अतिशय साहसी ठिकाण वाटते. संपूर्ण उद्यान २०० एकरमध्ये पसरलेले आहे आणि १०० हून अधिक स्मारके आहेत. राजपूत, मुघल आणि ब्रिटीश काळातील अवशेषही या उद्यानात पाहायला मिळतात आणि म्हणूनच हे ठिकाण लोकांसाठी अद्वितीय आहे.

दिल्लीचे ताजमहाल या उद्यानात जमाली कमालीची मशीद आहे, जमाली लोक कवी म्हणून ओळखतात. त्याच्या शेजारी कमली नावाची कोणाची तरी कबर आहे. या ठिकाणाला जमाली कमाली म्हणतात, लोक याला ताजमहालसारखे प्रेमाचे प्रतीक म्हणून ओळखतात. याशिवाय मेटकाफ बोट हाऊस, मेटकाफ गेस्ट हाऊस, रोझ गार्डन, कुली खानचा मकबरा आणि राजस की बाओली देखील येथे पाहता येईल.

एँडव्हेरने भरलेले आहे राजांच्या बावलीला लोक चक्रव्यूह म्हणतात, कारण इथे एका खोलीतून आत जाऊन दुसऱ्या खोलीतून बाहेर यावे लागते. असा चक्रव्यूह मानवासाठी



खरोखर एक साहस आहे. कुली खानचा मकबरा इथे दिल्लीची मकबरा आहे, याशिवाय उद्यानाच्या आत आणखी एक मकबरा आहे ज्यामध्ये फक्त चार कबरी ठेवण्यात आल्या आहेत. म्हणूनच याला लोक हॉन्टेड असेही मानतात.

इथे आहे अनोखे स्टोन कॅफे उद्यानाच्या आत तुम्हाला स्टोन कॅफे देखील आढळेल, जे काही महिन्यांपूर्वी सुरु झाले होते, जेथे ब्रिटीश मुघल आणि राजपूत काळात लोक बसून भोजन करायचे. त्या जागेचे रेस्टॉरंटमध्ये रूपांतर करण्यात आले आहे. हे एक गोल आकाराचे रेस्टॉरंट आहे, ज्यामध्ये सर्व बाजूंनी गोल आकाराच्या जागा आहेत. जेवणात तुम्हाला चायनीज, कॉन्टिनेंटल, देशी चहा आणि कॉफी मिळेल. रेस्टॉरंटमधील जेवण स्वस्त आहे, तर येथे बसताना दिसणारे अनोखे दृश्यही लोकांना आकर्षित करते. तथापि, रेस्टॉरंटमध्ये प्रवेश करण्यापूर्वी, तुम्हाला ५० रुपयांचे तिक्की खरेदी करावे लागेल आणि जेवणासाठी वेगळे पैसे घ्यावे लागतील.

धशरी एपवशी २०२४: वर्षभरात टॉप सर्चमध्ये राहिली भारतातील ही ५ ठिकाणे, तुम्ही भेट दिली की नाही?

मेहरौली पुरातत्व उद्यानात कसे जायचे मेट्रोद्वारे: दिल्ली मेट्रोच्या यलो लाइनने प्रवास करा आणि कुतुबमिनार मेट्रो स्टेशनवर उतरा मेट्रो स्टेशनमधून बाहेर पडल्यानंतर, मेहरौली पुरातत्व उद्यान सुमारे १-२ किलोमीटर अंतरावर आहे.

१०१५ वर्ष वैद्यकीय क्षेत्रासाठी महत्वाचं; बाबा वेंगाची भविष्यवाणी, 'या' भयंकर आजारावर मात करणे होणार सोपे

बाबा वेंगाची भविष्यवाणी कधी कधी धोक्याचे संकेत देतात तर कधी कधी हृदयाला दिलासा देतात. दशवर्षी नव्या वर्षाच्या सुरुवातीला बाबा वेंगा हे नाव प्रचलित असतं. बाबा वेंगा हे नाव इतके प्रसिद्ध झाले आहे कि लोकं वर्षाच्या सुरुवातीला दिवाळिका बघण्यापेक्षा बाबा वेंगाच्या भविष्यवाण्यांची पाने पाहण्यास सुरुवात करतात. कारण, बाबा वेंगाच्या मुखातून निघालेल्या अनेक भविष्यवाण्या खऱ्या ठरल्या आहेत. गेल्या अनेक वर्षांपासून बाबा वेंगाने केलेले दावे सत्यात उतरले आहेत. त्यामुळे बाबा वेंगाच्या भविष्यवाण्यांनी लोकांमध्ये आस तर जागी केलीच आहे तशी भीतीही निर्माण केली आहे. बाबा वेंगाने त्यांच्या भविष्यवाणीत चांगल्या तसेच वाईट गोष्टीही नमूद केल्या आहेत.

२०२४ वर्ष आता उत्तरार्धात आहेत. अगदी काहीच दिवसांनी हे वर्ष समाप्तीस येणार आहे. या भविष्यवाण्यांमध्ये काही चांगल्या गोष्टी आहेत तर काही वाईट गोष्टी आहेत. चांगली गोष्ट म्हणजे येते वर्ष वैद्यकीय क्षेत्रासाठी फार महत्वाचे ठरणार आहे. कर्करोगासारख्या भयंकर आजारावर मात करणाऱ्या वॅक्सीनसाठी संशोधन सुरु आहेत. २०२५ मध्ये हे संशोधन पूर्णत्वास येणार आहेत. कॅन्सरसारख्या जीवघेण्या आजारावर या वर्षी वॅक्सीन मिळणार असल्याची भविष्यवाणी बाबा वेंग यांनी केली आहे.

महत्वाची गोष्ट अशी आहे कि स्वतः वैद्यनिकांनी या गोष्टीला संमती दिली आहे कि ते कॅन्सरसाठी औषध शोधण्यास प्रयत्नशील आहेत. कॅन्सरच्या औषधांवर रिसर्च सुरु आहे. लवकरच, कर्करोगाने त्रासलेल्या रुग्णांना दिलासादायक बातमी मिळण्याची शक्यता आहे. तसेच, बाबा वेंगाच्या २०२५ साठीच्या भविष्यवाण्यांमध्ये पूर्व आणि पश्चिम यांच्यातील विनाशकारी युद्धाचा उल्लेख आहे, ज्यामुळे युरोपवर गंभीर परिणाम होऊ

शकतात. त्यांनी २०२५ मध्ये पश्चिमवर्षीय संघर्ष साधला जाईल, असेही भाकीत केले आहे, ज्यामुळे मानवजातीच्या भविष्यात मोठे बदल होऊ शकतात.



बाबा वेंगाच्या काही भविष्यवाण्या सत्यात उतरल्या आहेत, जसे की ९/११ हल्ले आणि २००४ चा हिंद महासागरातील त्सुनामी. तथापि, त्यांच्या अनेक भविष्यवाण्यांची सत्यता आणि स्रोतांबद्दल शंका उपस्थित केली जाते. त्यांच्या काही भविष्यवाण्या अप्रमाणित किंवा अलीकडील काळात तयार केल्या गेल्या असल्याचे दिसते. त्यामुळे, बाबा वेंगाच्या भविष्यवाण्यांना पूर्णपणे सत्य मानण्यापूर्वी सावधानता बाळगणे आवश्यक आहे. त्यांच्या काही भाकितांमध्ये सत्यता असू शकते, परंतु त्यांची सर्व भविष्यवाण्या अचूक आहेत, असे मानणे योग्य नाही.

चहा बनवताना मिक्स करा किचनमधील ५ पदार्थ, अमृतापेक्षाही लागेल चविष्ट विसराल नॉर्मल

हळूहळू थंडीला आता सुरुवात झाली आहे. थंड हवामान खाद्यप्रेमींसाठी वरदानापेक्षा कमी नसले तरी, ज्यांना वारंवार थंडीचा त्रास होतो त्यांच्यासाठी ते धोकादायकदेखील आहे. चवदार मसाला चहा पिऊन तुम्ही केवळ विषाणूजन्य, सर्दी किंवा अॅलर्जीमुळे होणाऱ्या समस्यांनाच अलविदा म्हणू शकत नाही तर कामानंतरच्या थकव्यालाही अलविदा करू शकता. अर्थात आम्ही मसाला चहाबद्दल बोलत आहोत. लवंग, तमालपत्र, तुळशीची पाने, ओवा, काळी मिरी आणि आलं चहामध्ये मिक्स करणे खूप फायदेशीर आहे. आयुर्वेदानुसार या मसाल्यांचा वापर करून बनवलेला चहा हिवाळ्यासाठी रामबाण उपाय ठरू शकतो. हा चहा केवळ चविष्ट नाही तर शरीराच्या आत होणारे संक्रमण हाणून पाडण्यासाठी आणि शरीरातील प्रतिकारशक्ती वाढविण्यासाठीही उपयुक्त ठरतो. कसा बनवावा घरीच मसाला चहा, जाणून घ्या रेसिपी आणि मसाला चहाचे आरोग्यासाठी काय फायदे होतात त्याबाबत माहिती मसाला चहाची रेसिपी

साखर आणि चहाची पाने उकळत्या पाण्यात मिक्स करा आणि त्यात आलं, काळी मिरी, ओवा, तमालपत्र आणि लवंग एकत्र मिक्स करून जास्त वेळ उकळू द्या. त्यातील घटक व्यवस्थित पाण्यात मिसळतात. तुम्हाला हवे असल्यास, तुम्ही तुमच्या आवडीनुसार या मसाल्यांचा वापर करून ब्लॅक टी किंवा दुधाचा चहा बनवू शकता. या मसाला चहामुळे तुमच्या शरीरातील प्रतिकारशक्ती हमखास वाढण्यास मदत मिळते. जाणून घेऊया या मसाल्यांचे फायदे नक्की काय आहेत आणि याचा शरीराला कसा फायदा मिळतो मसाल्यांचे फायदे तमालपत्राचा चहा पिण्याचे अनेक फायदे आहेत. तमालपत्रात व्हिटॅमिन सी, व्हिटॅमिन बी ६, लोह, कॅल्शियम आणि मॅग्नेशियम असते.

शिक्षणाशिवाय मा-याच्या जागा काबीज करता येणार नाहीत. तसेच अधिकाराचे किल्ले ताब्यात असले तर भय बाळगण्याचे कारण नाही. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर

७९ वी वैचारीक प्रबोधनात्मक साप्ताहिक कार्यशाळा संपन्न.

छत्रपती संभाजी नगर (प्रतिनिधी) : फुले शाहू आंबेडकराईट स्टडी सर्कल व दि ऑल इंडिया नाग असोसिएशन (आईना) च्या संयुक्त विद्यमाने ८ डिसेंबर २०२४ ला संस्थेचे जनसंपर्क कार्यालय साकेतनगर येथे ७९ वी वैचारीक प्रबोधनात्मक साप्ताहिक कार्यशाळा संपन्न झाली.

या कार्यशाळेला उद्घाटनपर मार्गदर्शन करताना फुले आंबेडकर स्टडी सर्कलचे प्रचारक अरविंद खैरनार म्हणाले की, समाजातील काही जणांची परिस्थिती बदलली असली तरी बहुतांश सामान्यांची स्थिती वाईटच आहे. सामाजिक क्रांतीसाठी फुले आंबेडकरांचे मार्गदर्शन प्रेरणादायी आहे. रामजी बाबा जिथे नोकरीला होते तिथेच फुल्यांनी त्या काळात दोन दिवसीय वैचारीक प्रबोधनात्मक प्रशिक्षण शिबिर घेतल्याचा इतिहास उपलब्ध आहे. ज्यामुळे रामजी बाबा मार्फत भीमरावांना जोतिबा फुले कळाल्याने त्यांनी फुल्यांना गुरू मानले आहे.

याप्रसंगी टी. एन. थोरात म्हणाले की, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांनी ज्ञान हेच आपले भांडवल असून शिक्षणाशिवाय तरणोपाय नाही असे स्पष्ट केले आहे. उद्योजक मिलिंद बागूल म्हणाले की, कुठलाही निधी इतरत्र न वळविता ज्या कांभारासाठी जमा केला त्याच कार्यासाठी वापरला पाहिजे. प्रतीक पंचशील म्हणाले की, संस्था चालविण्याची जबाबदारी ज्यांच्यावर असते,

तिथे होणारी निवड म्हणजे मा-याच्या जागा असून त्यामुळे समाजाचा विकास करण्याची संधी मिळते. आपण सुट, बुट, टॉय, कोटात राहण्यासाठी एखाद्या कार्यशाळेचे आयोजन केले पाहिजे. अतिशय बस्ते म्हणाले की, आदर्श महापुरुषांचा शैक्षणिक वारसा जपला पाहिजे. आपले केंद्रसंयुक्त वर्तन असावे. महादेव डांबरे म्हणाले की, शिक्षण हे वाधिणीचे दुध असले तरी आपणास ताकिक शिक्षण मिळत नसल्याने ते तकलादू ठरत आहे. पुणे करारान्वये हक्क अधिकार गमवावे लागल्याने आपले प्रतिनिधी निष्क्रिय ठरत आहेत. राहूल मेश्राम म्हणाले की, शिक्षण हे वाधिणीचे दुध असले तरी ते सहजासहजी उपलब्ध होत नाही.

प्रमुख वक्ते ईजिनिअर किशोर पाटील म्हणाले की, आपण फुले आंबेडकरांसारखे तात्विक शिक्षण घेतले पाहिजे. आपल्या समाजातील प्रत्येक खेडेच नव्हे तर प्रत्येक घर सुद्धा एक दक्षिण आफ्रिका आहे. बुद्ध धम्मात तर्कहीन विचाराला धारा नसल्याने भक्तांना किंमत नाही. करिता शिक्षणात तडजोड न करता गुरुरायला लावणारे शिक्षण घेतले पाहिजे.

कार्यशाळेचा अध्यक्षीय समारोप करताना फुले शाहू आंबेडकराईट स्टडी सर्कलचे संचालक बी. बी. मेश्राम म्हणाले की, आता नौक-यांचा जमाना संपत आल्याने बदलत्या



काळानुसार व्यवसायाकडे वळतांना विधायिका, कार्यपालिका, न्यायपालिका व मेडिया सह सर्व क्षेत्रातील मा-याच्या जागा हस्तगत केल्या पाहिजेत. करिता डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांनी ९ डिसेंबर १९४५ ला मनमाड येथे वस्तीगृहाच्या कोनशिला प्रसंगी अस्पृश्य विद्यार्थ्यांसमोर मार्गदर्शन करताना शिक्षणाशिवाय

मा-याच्या जागा काबीज करता येणार नाही हे स्पष्ट केले होते. तसेच अधिकाराचे किल्ले ताब्यात असले तर भय बाळगण्याचे कारण नाही याची जाणीव करून दिली होती. ज्यामुळे पुढील काळात अस्पृश्य समाजाने मा-याच्या जागा हस्तगत करण्याचा प्रयत्न केला आहे. त्याची व्याप्ती वाढविण्याची आवश्यकता आहे. करिता विद्यार्थ्यांनी डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांप्रमाणे १८-१८ तास अभ्यास करून समस्यांवर उपाय योजना शोधल्या पाहिजेत. करिता गरीब, असहाय, होतकरू, गरजू विद्यार्थ्यांसाठी १८-१८ तास अभ्यास करण्याची सोय उपलब्ध करून घ्यायचा प्रयत्न सुरू आहे. तरी गरजवंत विद्यार्थ्यांनी संपर्क करावा जेणेकरून डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांच्या अपेक्षेप्रमाणे मा-याच्या जागा हस्तगत करणारे सक्षम विद्यार्थ्यांची निर्मिती होऊ शकेल. उच्च राहणी, उच्च विचार याप्रमाणे सुट, बुट, टॉय, कोटात राहण्यासाठी स्वतंत्र कार्यशाळेची वाट पाहण्यापेक्षा आपण त्याची सुरुवात केली पाहिजे.

या कार्यशाळेचे प्रास्ताविक व सुत्रसंचालन महादेव डांबरे यांनी केले. या कार्यशाळेला बी. बी. मेश्राम, अरविंद खैरनार, राहूल मेश्राम, प्रतीक पंचशील, उद्योजक मिलिंद बागूल, अतिशय बस्ते, ईजिनिअर किशोर पाटील, टी. एन. थोरात इत्यादी प्रतिनिधी उपस्थित होते.

आयकॉन हॉस्पिटलचे डॉ. घुगे यांच्यावर खुनाचा गुन्हा

लातूर : प्रतिनिधी येथील आयकॉन हॉस्पिटलचे सर्व सर्वां तथा प्रसिद्ध किडनी रोग तज्ञ व तेवढेच वादग्रस्त व यापूर्वी एका मजुराचे अपहरण करून डांबून मारहाण केल्याचा गुन्हा नोंद असलेले डॉ. प्रमोद घुगे व त्याच्या एका नातेवाईकांनी हॉस्पिटलचा सुपरवायझर बाळू भारत डोंगरे यास हॉस्पिटलच्याच एका खोलीत कोडवून रॉडने जबर मारहाण करून खून केल्या प्रकरणी लातूरच्या शिवाजीनगर पोलिसांत खुनाचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

बाळू भारत डोंगरे रा. इंडिया नगर, लातूर हा डॉ. प्रमोद घुगे यांच्या आयकॉन हॉस्पिटल येथे सुपरवायझर म्हणून कार्यरत होता. त्याने डॉ. घुगे यांना पैसे मागितले तेव्हा दि. ११ डिसेंबर रोजी रात्री डॉ. प्रमोद घुगे व त्याचा नातेवाईक अनिकेत मुंडे यांनी बाळू डोंगरे यास एका खोलीत डांबून मिळेल त्या साधनाने बेदम मारहाण केली. एवढेच नव्हे तर त्यास फरशीवर आपटू-आपटू मारले, तिथेच त्याच्यावर उपचार करण्याचे नाटक करण्यात आले. डॉ. प्रमोद घुगे यांनी स्वतःच शिवाजीनगर पोलिसांकडे एमएलसी पाठविली. त्यानुसार पोलिसांनी प्रेत ताब्यात घेऊन विवाहसराव देशमुख शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालयात रुग्णालयात शवविच्छेदनासाठी पाठविले. दरम्यान मयताच्या नातेवाईकांनी



बाळूचा खून झाल्याचा आरोप केला. शवविच्छेदन अहवालातदेखील मयताच्या अंगावर वेगवेगळ्या ठिकाणी अनेक जखमा असल्याचे अनुमान काढल्यानंतर नातेवाईकांनी एकच आरडाओरडा केला.

शुक्र वारीह्याकाळपासूनच मयताचे नातेवाईक, मित्र यांनी डॉ. प्रमोद घुगे यांना अटक केल्याशिवाय त्यास आमच्या हवाली केल्याशिवाय प्रेत ताब्यात घेणार नाही, असा पत्रिवा घेतला. नातेवाईक मित्र परिवारांनी शासकीय रुग्णालयात गर्दी केली होती. तिथे मोठ्या प्रमाणात जमाव एकत्र येऊन तो आक्रमक झाला. दरम्यान घटनेचे गांभीर्य लक्षात घेऊन शिवाजीनगर पोलिसांनी मयत बाळू डोंगरे याची आई प्रेमला डोंगरे यांच्या फियादीवरून डॉ. प्रमोद घुगे व अनिकेत मुंडे अशा दोघांवर खुनाचा गुन्हा दाखल केला आहे.

मयताच्या नातेवाईकांनी शुक्रवारी गुन्हा दाखल झाल्यानंतर दुपारी उशिरा प्रेत ताब्यात घेतले असून लातूरचे शहर पोलीस उपअधीक्षक रणजीत सावंत, शिवाजीनगर पोलीस ठाण्याचे प्रभारी पोलीस निरीक्षक दिलीप सागर यांनी घटनास्थळ रुग्णालयास भेट दिली. सद्या या गुन्हाचा तपास पोलीस निरीक्षक दिलीप सागर हे करित आहेत.

शरद जोशी आणि गोपीनाथ मुंडे यांच्या स्मृती प्रित्यर्थ राष्ट्रीय शेती पुरस्कार देणार - पाशा पटेल

लातूर(प्रतिनिधी) महाराष्ट्राच्या आजपर्यंतच्या वाटचालीत ज्यांचा उल्लेख सुवर्ण अक्षराने केला जाईल ते स्व.शरद जोशी आणि स्व.गोपीनाथराव मुंडे यांच्या कार्याचे स्मरण पुढच्या पिढीला अखंड राहावे तसेच या दोन नावांचा अभिमान संपुर्ण देशाला वाटावा यासाठी शेती क्षेत्राला पुरक असे काम करण्याची व्यक्ती आणि संस्थांना या दोन महान व्यक्तींच्या नावाने राष्ट्रीय स्तरावरचा पुरस्कार देण्याची घोषणा फिनिक्स फाऊंडेशनचे अध्यक्ष तथा राज्य कृषी मन्त्र्य आयोगाचे अध्यक्ष पाशा पटेल यांनी केली. लोदगा जि.लातूर या ठिकाणी जोशी आणि मुंडे यांच्या अभिवादन सभेत ते बोलत होते.

या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी प्रा.डॉ.शेषराव मोहिते हे होते. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक करताना पाशा पटेल यांनी शरद जोशी आणि गोपीनाथराव मुंडे यांच्या अनेक आठवणींना उजाळा दिला. माझ्या बोटाला धरून आणि मला मानसपुत्र मानून शरद जोशी यांनी शेतकरी संघटनेमध्ये काम करण्याची संधी दिली. या संघटनेत मला शेतीचे प्रश्न आणि शेतीचे अर्थकारण मला समजले. शेती बरोबरच देशाच्या इतरही सामाजिक प्रश्नांची जाणिव मला शरद जोशी यांच्यामुळे झाली. माझ्यातला कार्यकर्ता घडवण्याची खरी प्रयोगशाळा ही शरद जोशी हेच होते.नंतरच्या काळात काही विशिष्ट परिस्थितीमध्ये मला भाजपमध्ये प्रवेश करावा लागला. भाजपमध्ये जाण्याचा सल्ला शरद जोशींनीच दिला होता. त्यांनीच मला गोपीनाथराव मुंडे यांच्याकडे एका अर्थाने दत्तक दिले. मुंडे साहेबांची भेट घेवून मी जेव्हा भाजप प्रवेशा विषयी बोललो तेव्हा त्यांना विनंती केली होती की, माझ्या छातीवर असलेला शेतकरी संघटनेचे बिल्ला कायम ठेवून मला आपण भाजपमध्ये घ्यावे. मुंडे साहेब आणि प्रमोद महाजन यांनी शेतकरी संघटनेची माझी ओळख कायम ठेवून मला पक्षात प्रवेश दिला. नंतर

मला विधान परिषदेवर घेवून माझा जो सन्मान केला तो मी कधीच विसरू शकणार नाही. लोदगा येथे फिनिक्स फाऊंडेशनची स्थापना करून आज जे काही विश्व निर्माण झाले आहे त्याचा पाया रचण्याचे काम मुंडे साहेबांनीच केले. अशा या दोन महात्म्यामुळे केवळ मीच नाही तर असे अनेक पाशा पटेल उभे राहिले. त्यांचे स्मरण कायम राहावे म्हणून पुढील वर्षीपासून या दोघांच्याही नावाचा राष्ट्रीय पुरस्कार फिनिक्स फाऊंडेशनतर्फे सुरू केला जाणार आहे. शेती क्षेत्राला पुरक काम करणारे, शेतीचे अर्थशास्त्र सुधारण्यासाठी योगदान देणारे आणि प्रत्यक्ष शेतीत काम करणारी व्यक्ती आणि संस्था यांना या पुरस्काराने सन्मानित करण्यात येईल असे पाशा पटेल यांनी जाहिर केले. या कार्यक्रमात महाराष्ट्र राज्य पत्रकार संघाचे प्रदेशाध्यक्ष वसंत मुंडे,शेतकरी संघटनेचे जेष्ठ नेते दिनेश शर्मा, दै.दिव्य लोकप्रभाचे संपादक संतोष मानूरकर यांनी आपले विचार मांडले. श्री.दिनेश शर्मा म्हणाले की, शासनाची शिक्षण व्यवस्था आणि सामाजिक शिक्षण या मध्ये खुप मोठे अंतर आहे. शासनाचे शिक्षण घेतल्याने जे ज्ञान प्राप्त होत नाही ते सामाजिक शिक्षणातून प्राप्त होते. अनेकदा कमी शिकलेल्या माणसाने जगांमध्ये खुप मोठी क्रांती घडवून आणलेली आहे. आणि जास्त शिकलेल्या लोकांनी समाज बिघडवण्याचे काम केलेले आहे. पाशा पटेल ही अशी व्यक्ती आहे ज्यांनी समाजात राहून स्वयंम अध्ययन करत आज जागतिक स्तरावरच्या सर्व विषयांचे ज्ञान प्राप्त केले आहे. त्यांच्या हातून जे कार्य उभे राहात आहे ते कधीही सरकारी यंत्रणे मार्फत उभे राहू शकले नसते. अशा व्यक्ती आणि संस्थांना समाजाने बळ दिले पाहिजे. देशातील कायदे, आर्थिक असमतोल, चुकीचे शैक्षणिक धोरण आणि आरक्षणामुळे होत असलेली बरबादी अशा अनेक विषयांवर दिनेश शर्मा यांनी परखड विचार

मांडले. पत्रकार संघाचे प्रदेशाध्यक्ष वसंतराव मुंडे यांनी आपल्या भाषणात सांगितले की, गोपीनाथराव मुंडे आणि शरद जोशी यांनी समाजातील कमकुवत व्यक्तींना लढण्याचा आत्मविश्वास दिला. व्यवस्थे विरुद्ध संघर्ष करण्याचे आत्मिक बळ दिले. जोशी यांनी कधीही सत्तेचा मार्ग स्विकारला नाही. आणि मुंडे सत्तेत गेले तरी त्यांनी वधिंतांची साथ सोडली नाही. अशा दोन व्यक्तींचा परिसस्पर्श झाल्यामुळेच पाशा पटेल यांच्या हातून आज अभुतपुर्व असे काम उभे राहात आहे. यशाच्या शिखराकडे जात असताना मुंडे यांच्यामुळे आपण घडलो त्यांची पाशाभाईंनी जाणिव ठेवली हे अधिक महत्त्वाचे असल्याचे ते म्हणाले. संपादक संतोष मानूरकर यांनी पाशा पटेल यांचे बीड जिल्ह्याच्या सामाजिक आणि राजकीय क्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य असल्याचे सांगितले. आज संपुर्ण देशात बाबु मॅन अशी ओळख त्यांनी स्वकर्तृत्वातून निर्माण केली. मुंडे साहेबांनी आपल्या जीवनात अनेकांना मदतीचा हात दिला. परंतु त्याची जाणिव ठेवणारे फार कमी लोक दिसतात त्यामध्ये पाशा पटेल असल्याचे ते म्हणाले. फिनिक्स फाऊंडेशनच्या माध्यमातून स्व.मुंडे यांचे नाव पुढच्या पिढीला दिपस्तंभाप्रमाणे मार्गदर्शक राहिल असेही ते म्हणाले. कार्यक्रमाचा अध्यक्षीय समारोप करताना प्रा.डॉ.शेषराव मोहिते यांनी पाशा पटेल यांच्या कार्याचा गौरवपूर्ण उल्लेख करताना शरद जोशी आणि गोपीनाथराव मुंडे या दोन व्यक्तींमुळे अज पाशा पटेल आपल्या जीवनात यशस्वी होवू शकले. शेतकरी संघटनेचे असे फार कमी लोक आहेत जे आजही बदलत्या परिस्थितीत आपले अस्तित्वाचा परिघ वाढवत आहेत. आमच्या त्यांना कायम शुभेच्छा असतील. या कार्यक्रमाचे उत्कृष्ट नियोजन फिनिक्स फाऊंडेशनचे सचिव परवेज पटेल यांनी केले.

२६ ते २९ डिसेंबर रोजी लातूरला सर्वात मोठ्या प्रॉपर्टी एक्सपोचे आयोज

एकाच छताखाली डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्कच्या मैदानावर १०० पेक्षा अधिक स्टॉल्स उपलब्ध

लातूर :- लातूर शहरातील सर्व बांधकाम व्यावसायिकांनी २०२२ मध्ये डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्कच्या मैदानावर 'लातूर प्रॉपर्टी एक्सपो'चा प्रयोग केला. या उपक्रमाला लातूरकरांनी भरभरून प्रतिसाद दिला. या एक्सपोच्या माध्यमातून मोठ्या प्रमाणात उलाढाल झाली. तर दहा हजार नागरिकांना या एक्सपोला भेट देऊन एक्सपोच्या माध्यमातून बांधकाम व्यावसायिकांनी एक चळवळ उभी केली. या वर्षी दि. २६ ते २९ डिसेंबर रोजी डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्कच्या मैदानावर एकाच छताखाली जवळपास १०० स्टॉल्स उपलब्ध करण्यात येणार असून, बांधकामासाठी लागणारे साहित्याचे स्टॉल्सही उपलब्ध राहणार आहेत. सध्या लोक चळवळ म्हणून उभे राहत असलेले सौरऊर्जाच्या स्टॉल्सचीही माहिती या एक्सपोच्या माध्यमातून लातूरकरांना उपलब्ध होईल, अशी माहिती लातूर क्रेडाईचे अध्यक्ष जगदीश कुलकर्णी व सचिव संतोष हते यांनी दिली. लातूर शहरातील सर्व बांधकाम व्यावसायिकांनी

लातूरकरांना परवडतील अशा दरात घरे उपलब्ध करून देण्याचा मानस व्यक्त केला आहे. यापूर्वीच्या एक्सपोला लातूरकरांनी भरभरून प्रतिसाद दिला. आता होणाऱ्या या एक्सपोमधूनही लातूरकरांना व्यावसायिक व ग्राहकांशी थेट संपर्क होणार आहे. मुंबई, पुण्याच्या धर्तीवर लातूरलाही चांगल्या दर्जाचे प्लॅट, रो-हाऊस, बंगलो मिळत असून, शहरात वेगवेगळ्या ठिकाणी सुरू असलेल्या साईट्सच्या कामांची माहिती एक्सपोच्या माध्यमातून एकाच ठिकाणी पहायला मिळणार आहे. ग्राहकांना बांधकाम व्यावसायिकांनी केलेल्या कामांची मूल्यमापन, सोयी, मिनिटीजची माहिती उपलब्ध होणार असून, काही बांधकाम व्यावसायिक आकर्षक अशा स्कीमही एक्सपोच्या माध्यमातून ग्राहकांपर्यंत पोहोचविण्याचा प्रयत्न करणार आहेत. प्रत्येक सर्वसामान्य माणसाचे आपले लातूर शहरात एखादे घर असावे, अशी इच्छा असते. परंतु ते आपल्या बजेटमध्ये अथवा परवडतील अशा दरात उपलब्ध होतील ? अथवा त्या साईट्सची माहिती सर्वसामान्यांना नसते.

शहरात बांधकाम व्यावसायिकांकडून मोठ्या प्रमाणावर वेगवेगळ्या ठिकाणी बांधकामे चालू आहेत. अनेक बांधकाम व्यावसायिकांनी आपल्या उपक्रमासाठी ग्राहकांना आकर्षित करण्यासाठी अनेक वेगवेगळ्या स्कीम जाहीर केल्या आहेत. आपल्या आवडीनुसार आपल्या घराची बुकिंग व त्याची माहिती याबाबतची सविस्तर माहिती या एक्सपोच्या माध्यमातून मिळणार आहे. जवळपास मागील दोन महिन्यांपासून एमसीएम मॅबर, ओबी कमिटी व क्रेडाईचे पदाधिकारी हा एक्सपो यशस्वी करण्यासाठी प्रयत्नशील असून, या वर्षीच्या एक्सपोचे प्रोजेक्ट चेअरमन म्हणून उदय पाटील यांची सर्वानुमते निवड करण्यात आली. लातूरला ग्राहकांना चांगले व दर्जेदार घरे कशी उपलब्ध होतील व त्याचे व्यासपीठ देता यावे, यासाठी प्रयत्नशील आहेत. लातूर शहरातील तथा परिसरातील नागरिकांनी या सुवर्णसंधीचा लाभ घ्यावा, असे आवाहन क्रेडाईचे अध्यक्ष जगदीश कुलकर्णी व सचिव संतोष हते यांनी केले आहे.

माऊलीत प्रकल्प व विज्ञान प्रदर्शन

लातूर, दि.१४ - आंबेजोगाई रोडवरील माऊली शिक्षण प्रसारक मंडळ लातूर द्वारा संचालित माऊली बालक मंदिर माऊली विद्यार्थी विकास केंद्र व माऊली इंटरनॅशनल मॉडेल स्कूल येथे दोन दिवशीय प्रकल्प व विज्ञान प्रदर्शन आयोजित करण्यात आले.

या प्रकल्प प्रदर्शनाचे उद्घाटन ज्येष्ठ कवी व साहित्यिक मा. श्री रमेश जी चिल्ले यांच्या शुभहस्ते संपन्न झाले. मान्यवरांनी विद्यालयातील चिमुकल्यांसाठी अनेक बालकविता सादर केल्या, व सर्व उपस्थितांना मोलाचे मार्गदर्शन दिले... व उत्कृष्ट प्रकल्प बनवल्याबद्दल सर्व माऊली टीमचे कौतुक केले. या कार्यक्रमाचे प्रमुख पाहुणे मा. श्री दिगंबर डि. गवारे यांनी विद्यार्थ्यांना शिवछत्रपती महाराजांचे पेंटिंग प्रात्यक्षिक स्वरूपात करून दाखवले व संस्था सचिव श्री आरडले सर यांना त्यांचे व्यक्तिचित्र आठवण भेट म्हणून दिली. या प्रकल्प प्रदर्शनाचे मुख्य आकर्षण साडेतीन शक्तीपीठ देखावा हे असून प्रकल्प प्रदर्शनात विविध उत्कृष्ट प्रकल्प, विज्ञान प्रयोग व समाज प्रबोधनात्मक रांगोळीचाही समावेश आहे. या कार्यक्रमाच्या उद्घाटन प्रसंगी पालक बंधू, भगिनी



विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. हे प्रकल्प प्रदर्शन १५ डिसेंबर २०२४ सायंकाळी १० ते सायंकाळी सहा वाजेपर्यंत सर्वाना पाहण्यासाठी खुले असणार आहे. या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक संस्था सचिव श्री गंगाधर आरडले सर यांनी केले तर सूत्रसंचालन व आभार कला शिक्षिका भाग्यश्री उबाळे यांनी मानले. या कार्यक्रमाचे संस्थेचे कोषाध्यक्ष श्री. तानाजी बेवनाळे पाटील, विद्यालयाच्या प्राचार्या सौ. कविता आरडले मॅडम, उपप्राचार्या काळे मॅडम, जीवनदीप प्रकाशनचे अनिल सूर्यवंशी, व सुनील सूर्यवंशी सर उपस्थित होते. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी संपूर्ण माऊली शिक्षक वृंद, कर्मचारी कॅम्पटन नी पथक परिश्रम घेतले.

'पुण्याचा अर्जेडा आधीपासूनच तयार, आता आम्ही गती देऊ' देवेंद्र फडणवीस यांचं मोठं विधानं

पुणे : वाचन चळवळीला सक्षम करण्यासाठी आणि पुण्याला नवी ओळख देण्यासाठी फर्ग्युसन महाविद्यालयाच्या मैदानावर होणाऱ्या पुणे पुस्तक महोत्सवाचे उद्घाटन राज्याचे लोकप्रिय मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या हस्ते आज शनिवारी (दि १४) झाले.यावेळी माध्यमांशी बोलतांना त्यांनी अनेक मुद्द्यांवर भाष्य केलं. माध्यमांशी बोलतांना देवेंद्र फडणवीस म्हणाले, 'पुणे ही आपली सांस्कृतिक राजधानी आहे आणि या सांस्कृतिक राजधानीमध्ये अतिशय महत्त्वाचा कार्यक्रम याठिकाणी वाचन संस्कृतीला चालना देण्याकरता होतो आहे. मागील

वर्षी देखील या कार्यक्रमाला मी आलो होतो. पुणेकरांनी या पुस्तकांच्या प्रदर्शनाला जो प्रचंड प्रतिसाद दिला होता. तो खरोखर थक्क करणारा होता. आणि म्हणूनच यावेळेस निमंत्रण मिळाल्यानंतर मी निर्णय घेतला की, या कार्यक्रमाला आलं पाहिजे. मला असे वाटतं की सांस्कृतिक राजधानीत अशा प्रकारच्या कार्यक्रमांनी सुरुवात होतेय ही खरोखर माझ्यासाठी अतिशय आनंदाची गोष्ट आहे.'

आहे. आता त्या अर्जेडाला गती देणं हे महत्त्वाचं आहे. ती गती आम्ही येत्या काळात देऊ.' फडणवीस यांना दादरच्या हनुमान मंदिराचा मुद्द्यांवरून प्रश्न विचारला असता ते म्हणाले, 'माननीय न्यायालयाने मागच्या काळामध्ये निर्णय देऊन मंदिरांच्या कॅटेगरी केलेल्या आहेत आणि जुनी मंदिरं जी आहेत ती त्या कॅटेगरीप्रमाणे नियमित करता येतात त्यामुळे रेल्वे प्रशासनाशी चर्चा करून त्याठिकाणी आम्ही निश्चितपणे मार्ग काढू.' असेही ते म्हणाले.

