KAYASTH
Caters & Event Management
Rajendra Deochand Kayasth-9657572742 | 7350565657
Karanja Chowk,Shiv Shopping Complex,Buldana-443001

RNI NO-MAHMAR/2022/90217
दैनिक जनसंचलन
निडर निर्भिड
व्यापक जनचळवळीचा प्रहरी!
संपादक : जितेंद्र कायस्थ
Email- jansanchlan@gmail.com
Mob- 9822720784

आकर्षक व दर्जेदार स्कीमसह
युसीएन सिटी डिजिटल सेट-टॉप बॉक्स आपल्या घरी..
UCN

संपर्क :- 9129582958
पत्ता - शिव शॉपिंग कॉम्प्लेक्स बुलडाणा अर्बन मुख्यालय समोर बुलडाणा

वर्ष ३ रे अंक : १४८ वा शुक्रवार दि. १८ जुलै २०२५ पृष्ठ ८ किंमत ३ रुपये

विधानभवनातील राड्यानंतर राज ठाकरे संतापले- तुमच्या लोकांवर कारवाई करा, अन्यथा..

वृत्तसंस्था /मुंबई

राज्यातील महत्वाच्या प्रश्नांवर चर्चा घडणे अपेक्षित असणाऱ्या विधिमंडळाच्या परिसराला गुरुवारी अक्षरशः आखाड्याचे स्वरूप आले. गेल्या काही दिवसांपासून भारतीय जनता पक्षाचे आमदार गोपीचंद पडळकर आणि राष्ट्रवादी काँग्रेस शरदचंद्र पवार पक्षाचे आमदार यांच्यात सुरू असलेला वाद विकोपाला गेला. दोन्ही नेत्यांचे समर्थक एकमेकांच्या समोर उभे ठाकले आणि अगदी मारहाणीपर्यंत हे प्रकरण गेले. या राड्यानंतर आता मनसे अध्यक्ष यांनी सरकारला आपल्या लोकांवरही कारवाई करण्याचं आव्हान दिलं असून ही कारवाई होणार नसेल तर नंतर आम्हाला अक्कल शिकवायला जावू नका, असा इशारा दिला आहे. सरकारला माझं आव्हान आहे की जर थोडी जरी साधनशुचिता शिल्लक असेल तर तुमच्या स्वतःच्या लोकांवर पण कारवाई करून दाखवा. जर ती तुम्हाला करायची नसेल तर हरकत नाही, मग मात्र मुजोर मराठी द्वेष्ट्यांना माझे महाराष्ट्र सैनिक हात सोडून सरळ करतील तेव्हा आम्हाला अक्कल शिकवू नका, असं म्हणत राज ठाकरे यांनी सरकारला आव्हान दिलं आहे. विधानभवनातील राड्याबद्दल संताप व्यक्त करताना राज ठाकरे म्हणाले की, काल विधानभवन परिसरात सत्ताधारी पक्षाचे आमदार आणि विरोधी पक्षातील आमदार यांच्या कार्यकर्त्यांच्यात तुफान हाणामारी झाल्याची चित्रफीत पाहिली. ही चित्रफीत पाहून मला खरंच प्रश्न पडला, काय अवस्था झालीय आपल्या महाराष्ट्राची? सत्ता हे साधन असावं साध्य नाही याचा विसर पडल्यामुळे वाट्टेल त्या लोकांना पक्षात घ्यायचं, त्या लोकांचा वापर इतर पक्षातील ज्येष्ठ नेत्यांवर गलिच्छ शेरेबाजी करण्यासाठी करायचा आणि पुन्हा राजकीय साधनशुचितेच्या गोष्टी बोलायच्या हा भंपकपणा आता तरी महाराष्ट्राच्या जनतेच्या लक्षात आला असेल असं मी मानतो. मी तर मराठी जनतेलाच विचारेन, कोणाच्या हातात दिला आहेत महाराष्ट्र? असं म्हणत राज ठाकरे यांनी राज्यातील जनतेलाही सवाल विचारला आहे. मराठी भाषेसाठी, मराठी माणसाच्या अपमानासाठी माझ्या महाराष्ट्र सैनिकांनी हात उचलला तर त्याच्यावर, आमच्या पक्षावर तुटून पडणारे आता कुठे लपून बसलेत? जेव्हा मराठी भाषेला किंवा मराठी माणसाच्या गळ्याला कोणी नख लावायचा प्रयत्न केला तर माझा महाराष्ट्र सैनिक त्या व्यक्तीला दणका देतो, याचा मला अभिमान आहे कारण ते कृत्य हे व्यक्तिगत हेव्यादाव्यातून येत नाही तर ते माझ्या भाषेसाठी आणि माझ्या मराठी माणसासाठी असतं. माझ्या दिवंगत आमदाराने पण विधानभवनात एका मुजोर आमदाराला दणका दिला होता, तो व्यक्तिगत द्वेषातून नव्हता तर मराठीला कमी लेखायचा प्रयत्न केला होता म्हणून. पण यांचं काय? अशा शब्दांत राज ठाकरे यांनी प्रकरणी आपला राग व्यक्त केला आहे.

राज ठाकरे यांनी अधिवेशनाच्या उद्देशावर प्रश्नचिन्ह उपस्थित करत म्हटलंय की, ङ्खङ्खअचूक आकडेवारी जरी माझ्याकडे नसली तरी, एका जुन्या अंदाजानुसार अधिवेशनाच्या एका दिवसाचा खर्च हा किमान दीड ते दोन कोटी रुपये असतो. हे पैसे तुमच्या व्यक्तिगत शेरेबाजीसाठी वाया घालवायचे? महाराष्ट्रात इतके प्रश्न प्रलंबित आहेत, राज्याच्या तिजोरीत खडखडाट आहे, कंत्राटदारांची देणी रखडली आहेत, जिल्ह्यांना विकास निधी मिळत नाही, सत्ताधारी पक्षाचे आमदार आणि मंत्रीच प्रश्न विचारत आहेत की अधिवेशन ही औपचारिकता उरली आहे का? या सगळ्याकडे दुर्लक्ष व्हावं म्हणून माध्यमांना खाद्य पुरवण्यासाठी या उथळ गोष्टी घडू दिल्या जात आहेत? आज अशा लोकांना जर माफ केलं गेलं तर यापुढे हे प्रमाण मानून भविष्यात विधानभवनात आमदारांचे खून पडले तरी आश्चर्य वाटणार नाही, अशी भीती राज यांनी व्यक्त केली आहे.

अवैध सावकाराच्या घरी डीडिआरच्या पथकाचा छापा!

हाती लागला चेक, बॉण्ड, नोंद वही आणि बरेच काही अवैध सावकाराचे धाबे दणाणले!

जनसंचलन/बुलडाणा

मोताळा तालुक्यातील जयपुर येथील अवैध सावकाराच्या घरी सहकार विभागाच्या पथकाने पोलीस बंदोबस्तात छापा घातल्याने अवैध सावकाराचे धाबे दणाणले आहे. जिल्हाधिकारी किरण पाटील , पोलीस अधीक्षक निलेश तांबे , बुलढाणा यांच्या मार्गदर्शनाखाली तसेच जिल्हा उपनिबंधक सहकारी संस्था) महेंद्र चव्हाण यांच्या आदेशाने ही कारवाई करण्यात आली. जी. जे. आमले, सहायक निबंधक, सहकारी संस्था तालुका मोताळा यांच्या पथकाने आज १७ जुलै रोजी विभागास प्राप्त तक्रारीनुसार हा छापा घातला.या कारवाई मध्ये कोरे बॉण्ड, कोरे धनादेश, हिशोबाची गुप्त नोंद असलेली वही असा दस्तावेज आणि तब्बल पाच मोबाईल जप्त करण्यात आले. मोबाईल बद्दल समाधानकारक खुलासा करू न शकल्याने पाच मोबाईल सुद्धा जप्त करण्यात आले. यामुळे अवैध सावकारीचा काळा धंदा करणाऱ्यांसाह संपूर्ण मोताळा तालुक्यात एकच खळबळ उडाली आहे.

मोताळा तालुक्यातील जयपूर गावातील संदीप विनायक देशमुख यांच्या राहत्या घरी अवैध सावकारी अनुषंगाने धाड टाकण्यात आली. सदर धाड अवैध सावकारी व्यवहारांतर्गत जिल्हा निबंधक (सावकरी) तथा जिल्हा उपनिबंधक, सहकारी संस्था बुलढाणा यांच्याकडे दाखल केलेल्या तक्रारीच्या आधारे व महाराष्ट्र सावकारी नियमन अधिनियम २०१४ चे कलम १६ अंतर्गत ही कारवाई करण्यात आली.या कारवाई मध्ये घरातील झाडाझडतीमध्ये कोरे बॉण्ड, तसेच विविध प्रकारचे विविध बँकेचे, विविध व्यक्तींचे एकूण ६१ प्रकाराचे सही केलेले कोरे चेक आढळून आले. त्याप्रमाणे एक वही आढळून आली अवैध सावकारी संबंधाने नोंदी केलेली एक वही पथकाच्या हाती लागली. याशिवाय कारवाईत एकूण पाच प्रकारचे वेगवेगळ्या कंपनीचे मोबाईल आढळून आले. सदर मोबाईल अवैध घरी कोणत्या कारणाने ठेवले याचा खुलासा संदीप देशमुख करू शकले नाही. त्यामुळे सदर मोबाईल अधिक तपासाकरिता जप्त करण्यात आले. सहकारी विभागाच्या पथकाच्या अवैध सावकाराच्या झाडाझडतीमध्ये मिळालेले सर्व दस्तऐवज पुढील तपासा करिता जप्त करण्यात आले आहे. पथक प्रमुख जी. जे. आमले, सहाय्यक निबंधक, सहकारी संस्था तालुका मोताळा, पथक सहाय्यक यु. के. सुरडकर एस. के. घाटे, वाय एम घुसळकर, आर. ए. डहाके, एन एस सोनवणे, पी. व्ही. किकराळे यांचा पथकात समावेश होता. तसेच पंच म्हणून मोताळा तहसील कार्यालयातील मंडळ अधिकारी सदानंद

हिवाळे, आणि गोपाल सिंग राजपूत, महसूल अधिकारी, यांनी काम बजावले. जिल्हा पोलीस दलातील पोलीस जमादार मोहिनी हावरे, पोलीस जमादार रामप्रसाद डोळे आदीनी बंदोबस्त पुरवीला.

दांभिकतेचा विटाळ

संपादकीय लेख

नुकतीच ठाणे जिल्ह्यातील शहापूरमधील शाळेतील मुलींबाबत जी घटना घडली, ती फारच धक्कादायक होती. एकीकडे मुंबईलगतच्या ठाणे जिल्ह्यात ही घटना घडल्याचा धक्का आहेच; परंतु त्याहीपेक्षा जास्त, २०२५ या वर्षात इतक्या घातक मानसिकतेने मुलींच्या शरीराकडे पाहिले जातेय, हा मोठा धक्का. घडले काय होते, तर बाथरूममध्ये रक्ताचे डाग दिसले. इतक्या साध्या गोष्टीचे अवडंबर माजवत, शाळेतील मुलींचे कपडे उतरवत तपासणी करणे, म्हणजे एकतर तुमच्या मनात मासिक पाळीबद्दल किती टोकाची नकारात्मक भावना आहे, हे तर दर्शवतेच; तर दुसरीकडे शाळेतील मुलींचे कपडे उतरवत तपासणी करण्याचा अधिकार हा शाळेला कसा काय मिळाला? जी शाळा लेकरांसाठी एक सुरक्षित जागा असणे अपेक्षित आहे, ती शाळाच अशा प्रकारे आपल्या सत्तेचा चुकीचा वापर करून, लेकरांची शारीरिक सुरक्षितता पायदळी तुडवत, त्यांचे मानसिक खच्चीकरण करते, तेव्हा अशा शाळेबद्दल बोलावे तरी काय? ज्या मुलींसोबत ही घटना घडली, त्यांच्या मनावर किती दूरगामी परिणाम झाले असतील, याची कल्पना करणेही दु:खदायक आहे. आजकाल सर्रास बोलते जाते, की आता समाज पुढारला आहे, मासिक पाळीचा विटाळ वगैरे मानला जात नाही. आणखी एक घातक समजूत म्हणजे ङ्गही मागास मनोवृत्ती फक्त ग्रामीण भागात, ङ्गअडाणीफ लोकांत दिसून येते. शहरात असे काही आता शिल्लक नाही. त्यामुळे मासिक पाळीबद्दल जनजागृती खेड्यांत जाऊन करावी.फ अशा घातक समजुतीं कशा दूर कराव्यात, हे सर्वच सजग लोकांसमोर उभे राहिलेले मोठे प्रश्नचिन्ह आहे. कारण एखादी समस्या आहे म्हणून स्वीकारली तर त्यावर उपाययोजना करता येते. संवाद साधून सामाजिक बदलाच्या दिशेने प्रयत्न करता येतात. परंतु, जर समस्याच नाकारली तर साध्या संवादाच्या शक्यताच नष्ट होतात. उच्चशिक्षित लोकांमध्ये आणखी एक नवीन फंडा पहायला मिळतो. प्रत्येक गैरसमजाची कारणीमीमांसा केली आहे, असे भासवत, त्याचे विघातक पैलू सरळ नाकारायचे. उदाहरणार्थ पाळीच्या विटाळाबद्दल, ङ्गस्त्रीला आराम मिळावा म्हणून तिच्या आरोग्याच्या दृष्टीने तिला बाजूला बसवले जाते,फअसे म्हटले की सर्वांना ते कानाला गोड वाटून, आपोआप नकारात्मक बाजूकडे डोळेझाक केली जाते. परंतु, अर्थातच हे वास्तव नाही. पाळीचा विटाळ हा कुठल्याही थरापर्यंत पोहोचून, स्त्रीसाठी विविध प्रकारे धोकादायक ठरू शकतो, हे आपण शहापूरच्या प्रकरणात पाहिलेच. आदिवासी भागात ङ्गकुर्मा घरफ ही पद्धत आहे. पाळी आली की आदिवासी स्त्रीला घराजवळच्या झोपडीत राहायला पाठवायचे. जनावरांच्या गोठ्यापेक्षाही वाईट असणाऱ्या या झोपड्या. गडचिरोलीतील ङ्गस्पर्शफया सामाजिक संस्थेने २०११मध्ये २३३ कुर्मा घरांचे सर्वेक्षण केले तेव्हा लक्षात आले की स्त्रीला असे बाजूला केल्यामुळे, सर्पदंश, वन्य प्राण्यांचा हल्ला ते एखादा आजाराचे उपचार न मिळणे, असे प्रकार घडून २८ मुलींचा मृत्यू झाला होता. यात अर्थातच कुमारवयीन मुली, तरुणींचा समावेश होता. पुढे आणखी व्यवस्थित, सखोल सर्वेक्षण करत, या संस्थेने जिल्हा प्रशासनाकडे अहवाल सोपवला. कार्यवाही करायची मागणी केली. ङ्गस्पर्शफ ही संस्था आता आदिवासी स्त्रियांसोबत विविध प्रकारे काम करत आहे. तसेच ङ्गसमाजबंधफ या संस्थेमार्फतही मासिक पाळीबद्दलच्या जनजागृतीचा भाग म्हणून, कुर्मा घर या प्रथेबद्दल आदिवासी भागात संवाद साधला जात आहे. निदान अशा काही भागांत, काही चांगल्या संस्था काम करत आहेत म्हणून एक सकारात्मक बदल घडताना दिसतो. परंतु, आणखी अशा असंख्य मुली, स्त्रिया आहेत, ज्यांच्यापर्यंत काहीही माहिती, सुधारणा, योजना पोहचत नाहीत. त्यांच्यासाठी आपण काय करणार आहोत? आणि जो शहरी भाग, जिथे इंटरनेटपासून ङ्गस्विगीफपर्यंत सारे काही पोहोचले आहे, तिथेही शहापूरसारखे प्रसंग घडतात, तेव्हा दोष कोणाला द्यायचा? जोपर्यंत समाज म्हणून आपण या साऱ्या प्रकाराची जबाबदारी घेत नाही तोपर्यंत सर्वांगीण बदल घडून येण्याची शक्यता खूप धूसर आहे. लिंगभाव, लिंगभेद हे मुळातून समजून घेणे आणि आपल्या रोजच्या वागण्यात बदल घडवून आणणे निकडीचे बनले आहे. प्रश्न फक्त मासिक पाळीतील विटाळाचा आणि मासिक पाळीबद्दलच्या गैरसमजाचा नाही. तर स्त्रीच्या देहाकडे आपण स्वत: कसे पाहतो, आजूबाजूचा समाज स्त्रीकडे कसा पाहतो, वेगवेगळ्या व्यवस्था कशा पाहतात आणि भांडवलशाही व्यवस्था कशी पाहते, हे सारे विचारात घेणे गरजेचे आहे. ज्या शिक्षण व्यवस्थेने समाजाला शहाणे करून सोडले पाहिजे, उगवत्या पिढीला तिचे हक्क, अधिकार शिकवले पाहिजेत, तीच शिक्षणव्यवस्था सत्ताकेंद्र बनून, क्रूरपणे वागते आणि वयात येणाऱ्या मुलींचा किळसवाण्या पद्धतीने अपमान करते, तेव्हा तरी समाजाचे डोळे उघडायला हवेत. बाकी व्यवस्था, राजकारण, प्रशासन, आरोग्य, न्याय, रोजगार, खासगी संस्था इथेही आपल्याला याच क्रूरतेचे प्रतिबिंब उमटलेले दिसेल. बाईचे शरीर इतके सहज उपलब्ध असते, की त्याची वेगवेगळ्या प्रकारे पायमल्ली करायची आपल्याला सवय झाली आहे. मग कुठे बलात्कार होतात, किंवा कुठे गर्भवती बाई मरते, कोणी राजकारणी उलटसुलट टिप्पणी करतात, बायकांच्या, खरे तर आई बहिणींच्या शरीरावरून शिव्या दिल्या जातात तेव्हाही आपल्याला फारसे काही वाटत नाही. या ङ्गरोजच्या गोष्टीफ या सदरात हे सगळे मोडते आणि आपण वर्तमानपत्राची घडी करून बाजूला ठेवून देतो. आरोग्यव्यवस्था ही खरे तर स्त्रीसाठी सर्वांत सुरक्षित जागा हवी; पण आरोग्य व्यवस्थासुद्धा बाजारू मूल्यांशी हातमिळवणी करत, स्त्रीच्या शोषणात सहभागी होते. इथे ग्रामीण, शहरी, सरकारी, खासगी, सगळीच क्षेत्रे आली. मग ङ्गपीसीओडीफसारखा आजार असो किंवा मेनोपॉज. एकीकडे लाज, शरमेचा बागुलबुवा करत, माहिती देणे टाळायचे. तर दुसरीकडे भीती दाखवून, महागड्या गोळ्या, उपचार खपवायचे असा दुहेरी छळ स्त्रियांच्या आजाराबाबत दिसतो. यात फक्त डॉक्टरांना दोष देऊन उपयोग नाही, कारण डॉक्टरसुद्धा याच समाजातून आलेले असतात. जसा समाज असेल, तसेच सगळे व्यावसायिक निपजणार. त्यात सरकारसुद्धा खासगीकरणाला प्रोत्साहन देत, आर्थिक शोषणात आपला सहभाग नोंदवते. गावागावात पसरलेले ङ्गटेस्ट ट्यूब बेबी सेंटर्सफ ही तर आणखी भीतीदायक बाब आहे. प्रचंड आर्थिक गुंतवणूक असलेली ही सेंटर्स चालवायला, रुग्ण हवेत, म्हणून सरसकट वंध्यत्वाची भीती दाखवून, भावनिक आवाहने करून व्यवसाय सुरू आहेत. या सगळ्या समस्यांना एकच एक सरळ उत्तर नसून, त्यावर अनेक प्रकारे उत्तरे शोधायला हवीत. मासिक पाळीतील विटाळ या एकाच मुद्द्यावर चर्चा नको व्हायला. त्यात इतर गोष्टींवर बोलायला हवे. मग तो शैक्षणिक विटाळ असेल, अथवा राजकीय विटाळ, आर्थिक विटाळ, सांस्कृतिक, सामाजिक, वैचारिक, भावनिक, धार्मिक, अशा सर्वच लिंगभेदाबद्दल बोलले जायला हवे. पुण्यातील गर्भवती महिलेच्या मृत्यूपासून ते बीडमधील गर्भपिशवी काढल्या गेलेल्या ऊसतोडणी मजूर महिलांबद्दल, कोलकता, दिल्ली या शहरांतील निर्घृण बलात्कार हत्याकांडांपासून ते लहानशा खेड्यात जातीयतेतून केले जाणारे निर्घृण बलात्कार... अशा सर्वच मुद्द्यांवर, जात, धर्म, वर्ग, लिंग हा परस्परसंबंध समजून घेत, सारासार चर्चा घडून यायला हवी. अन्यथा समाजाच्या क्रूर दांभिकतेचे नवनवीन आविष्कार आपल्याला हताशपणे पाहत राहावे लागतील.

शहर पोलिसांची कौतुकास्पद कामगिरी: चोरीस गेलेले मोबाईल मूळ मालकांना परत!

जनसंचलन/बुलडाणा

बुलढाणा शहर स्टेशन मधील डीबी पथकाने चोरीस गेलेल्या मोबाईल फोनचा शोध घेऊन ते त्यांच्या मूळ मालकांना परत करण्याची प्रशंसनीय कामगिरी केली आहे. यामुळे नागरिकांमध्ये पोलिसांबद्दलचा विश्वास वाढला असून, शहरभर या कामगिरीचे कौतुक होत आहे. गेल्या काही महिन्यांपासून शहरात मोबाईल चोरीच्या घटनांमध्ये वाढ झाली होती, ज्यामुळे नागरिक त्रस्त होते. यावर बुलढाणा पोलिसांनी विशेष लक्ष केंद्रित करत, तांत्रिक माहिती आणि गुप्त बातमीदारांच्या मदतीने चोरीस गेलेल्या अनेक मोबाईल फोन्सचा शोध घेतला. आज १७ जुलै रोजी सकाळी ११ वाजता शहर पोलीस स्टेशनचे पोलीस निरीक्षक रवी राठोड यांच्या दालनात २६ मोबाईल फोन त्यांच्या मूळ मालकांना परत करण्यात आले. यावेळी, आपले हरवलेले मोबाईल परत मिळाल्याचा आनंद नागरिकांच्या चेहऱ्यावर स्पष्ट दिसत होता. अनेकांनी पोलिसांच्या या प्रयत्नांबद्दल कृतज्ञता व्यक्त केली.

२६ मोबाईल किंमत पाच लाख वीस हजार रुपये मुद्देमाल शहर पोलिसांनी जप्त केला. विविध ठिकाणावरून हे मोबाईल जप्त करण्यात आले आहे. याप्रसंगी बोलताना उपविभागीय पोलीस अधिकारी सुधीर पाटील यांनी सांगितले की, ङ्गङ्घनागरिकांच्या सुरक्षिततेला आणि त्यांच्या मालमत्तेच्या संरक्षणाला आम्ही सर्वोच्च प्राधान्य देतो. चोरीला गेलेल्या वस्तू परत मिळवून देण्यासाठी आमचे पोलीस दल अथक प्रयत्न करत आहे. नागरिकांनीही आपल्या वस्तूंची

काळजी घ्यावी आणि कोणत्याही चोरीची घटना घडल्यास तात्काळ पोलिसांना कळवावे.बुलढाणा पोलिसांनी केलेल्या या कामगिरीमुळे, केवळ मोबाईल परत मिळाले नाहीत, तर नागरिकांमध्ये सुरक्षिततेची भावनाही वाढली आहे. सायबर गुन्हे आणि मोबाईल चोरीला आळा घालण्यासाठी पोलीस अधिक सक्रिय राहतील, असे आश्वासनही या वेळी देण्यात आले.

The Daily News Paper Jansanchalan printed by owner, publisher and editor Jitendra Devchand Kayastha at Sarvadnya Printers Buldhana and published at Dainik Jansanchalan Office Shivshopping Complex Buldhana. Dainik Janasanchalan printers, owners and editors do not necessarily agree with the opinions published in the issue Court. 9822720784.
(RNI NO-MAHMAR/2022/90217) Email- jansanchlan@gmail.com

दैनिक निडर निर्भिड जनसंचलन
व्यापक जनचळवळीचा प्रहरी!

मृताच्या एका दानातून मिळू शकते नऊ गरजूंना नवजीवन

दानाचे महत्त्व फार मोठे आहे. अन्नदान, वस्त्रदान वगैरे त्याचे प्रकार आहेत. बदलत्या काळात अवयवदानसुद्धा त्यात आले असून, त्याचे प्रमाण वाढण्याची गरज मात्र आहे. एखाद्या गरजू व्यक्तीला हवे ते देण्याचे समाधान फार मोठे असल्याची जाणीव सर्वांना असते. पण, सध्या देशात लाखो लोक अवयवदात्यांच्या प्रतीक्षेत आहेत. कोणाला हृदय, कोणाला यकृत, कोणाला मूत्रपिंड, तर कोणाला डोळ्यांची गरज आहे. एका मृत व्यक्तीच्या अवयवदानातून किमान नऊ जणांना नवजीवन मिळते हे लक्षात घेतले, तर अवयवदान किती मोलाचे आहे हे लक्षात येईल. संकेतस्थळावरील माहितीनुसार, सध्या देशभरात सुमारे १,०६,००० लोक अवयवदात्यांच्या प्रतीक्षेत असल्याचे दिसते.

अवयव मिळण्याच्या प्रतीक्षेत देशात दरवर्षी सुमारे पाच लाख लोक मरण पावतात. भारतात रस्ते अपघातांत दरवर्षी सुमारे दीड लाख लोक प्राण गमावतात आणि अशा घटनांत सर्वांत आधी मेंदूचे काम थांबते. अशा लोकांचे अवयव दान करता येत असले, तरी जेमतेम दोन ते तीन टक्के भाग्यवंतांनाच ते मिळतात.हे अवयव करता येतात दान...मृत व्यक्तीचे हृदय, फुफ्फुसे, यकृत, मूत्रपिंड, आतडी आणि स्वादुपिंड हे अवयव दान करता येतात. डोळ्यांच्या बाहुलीचा पारदर्शक पडदा हाडांतील नसा, मांसपेशी, स्नायूबंध, अस्थिबंधन, कूर्चा आणि हृदयाच्या झडपाही गरजू रुग्णाला उपयोगी पडतात. जिवंत व्यक्तीचे एक मूत्रपिंड आणि यकृताच्या काही भागाचेही दान करता येते. एका मूत्रपिंडावर दात्याला जगता येते आणि यकृताची वाढ होऊन ते पुन्हा पहिल्या आकारात येते. त्यामुळा दात्याला काही त्रास होत नाही.

अवयवदानाची प्रक्रिया : जिवंत व्यक्ती मूत्रपिंड किंवा यकृत देणार असेल, तर तिची आधी वैद्यकीय तपासणी केली जाते. मुख्य वैद्यकीय अधिकाऱ्यांनी हे अवयव प्रत्यारोपणासाठी योग्य असल्याचे सांगितल्यावरच पुढील प्रक्रिया सुरू होते. दात्याच्या शरीरातील हे अवयव शस्त्रक्रियेद्वारे काढून घेऊन त्यांचे प्रत्यारोपण करेपर्यंत ते रसायनांत सुरक्षित ठेवले जातात. अवयवदात्याला काही महिन्यांपर्यंत वैद्यकीय निरीक्षणाखाली ठेवले जाते. मृत व्यक्तीच्या मेंदूने काम करणे पूर्णपणे थांबविले असल्याची खात्री आधी करून घेतली जाते. याबाबतच्या अहवालात ब्रेन स्टेम डेडफ्ने सत्यापन केले असेल, तर मृताच्या नातलगांची परवानगी घेतली जाईल. तोपर्यंत मृताला व्हेंटिलेटवर ठेवतात. कोणत्या रुग्णाला कोणता अवयव हवा आहे याबाबत प्रतीक्षा यादी तपासली जाऊन रुग्णाला सूचना देऊन संबंधित रुग्णालयात आणले जाऊन अवयव प्रत्यारोपण केले जाते.नंतर मृताचे पार्थिव नातलगांकडे दिले जाते.

अंतिम अनुमती : ब्रेन डेडघोषित केल्यानंतर प्रत्यारोपण करण्याबाबतचा निर्णय पूर्णपणे मृताचे निकटवर्तीय आणि नातलगांचा असतो.संबंधित व्यक्तीने जिवंत असताना आपल्या मृत्यूनंतर आपले अवयवदान करावे, असे जाहीर केले असले, तरी नातलगांनी अनुमती देईपर्यंत अवयवदान करता येत नाही. मेडिको लीगलप्रकरणांत अवयवदानापूर्वी पोलिसांच्या एनओसीफ्ची गरज असते. अवयवदानापूर्वी मृत्यूनंतरच्या औपचारिकता पूर्ण करण्यासाठी शरीर फॉरेन्सिक तज्ज्ञांकडे पाठविले जाते्न डेडतरतूद : माणसाच्या मेंदूने प्रतिक्रिया देणे बंद करणे, मेंदूद्वारे संचलित होणाऱ्या सर्व क्रिया बंद होणे ही ब्रेन डेडची स्थिती असते. पण, व्हेंटिलेटरच्या माध्यमातून शरीरातील काही अवयव काही काळ जिवंत ठेवता येतात. पण, या स्थितीत पुन्हा जीवन मिळणे फार कठीण असते. त्यामुळे अवयव दानाच्या हेतूसाठी १९९४ मध्ये तयार करण्यात आलेल्या मानव अंग आणि ऊतक प्रत्यारोपण अधिनियमांतर्गत अवयवदान करणाऱ्या व्यक्तीचे ब्रेन डेडप्रमाणपत्र अनिवार्य असते. घरात किंवा अन्यत्र हृदयविकाराच्या झटयामुळे मरण पावलेली व्यक्ती अवयवदान करू शकत नाही. कारण, हृदयाचे काम थांबविल्यावर काही मिनिटांतच मृताच्या शरीरातील सर्व अवयव काम करणे बंद करतात आणि असे शरीर अवयवदानासाठी उपयोगी पडत नाही.रुग्णालयात मृत्यू झालेल्या आणि डॉटरांनी ब्रेन डेडप्रमाणित केले असेल, तर अशा व्यक्तीचे अवयव कृत्रिम माध्यमातून सक्रिय ठेवून त्यांचा उपयोग प्रत्यारोपणासाठी वापर करता येतो. कृत्रिमरीत्या सक्रिय ठेवलेले अवयव विशिष्ट कालावधीत वापरावे लागतात. त्यात मृत व्यक्तीचे हृदय आणि फुफ्फुसे चार ते सहा तासांच्या आत, यकृत सहा ते बारा तासांत, मूत्रपिंड ३० तासांत आणि स्वादुपिंड सहा तासांच्या आत वापरावे लागते.

अवयवदानाबद्दल मृताच्या नातलगांना काहीही पैसे दिले जात नाहीत, तसेच रुग्णाकडूनही काही पैसे घेतले जात नाहीत. अवयवदान करणे, अवयव काढून घेऊन पुन्हा शस्त्रक्रिया करण्याचा खर्च रुग्णालयेच करतात.

बसल्याजागी व्यायाम करून घ्या

बहुतेकजण व्यायाम करण्याचे ठरवतात; पण आळसापोटी रोज टाळत असतात. पण, आता असे करण्याचे कारण नाही. काही व्यायाम बसून सहजतेने करता येऊ शकतात.हे सोपेही आहेत व परिणामकारकही.

खांदे व मानदुखीपासून आराम : खुर्ची वा स्टुलावर आरामात बसा. दोन्ही तळहात खांद्यांवर ठेवा. या स्थितीत डावीकडे व उजवीकडे वळा.आता १ मिनीट सतत अशाप्रकारे डावीउजवीकडे वळत राहावे. नियमितपणे हा व्यायाम केल्यास खांदे व मानदुखीपासून आराम मिळतो. तसेच, ब्राउन फॅटसेल्सही सक्रिय होतात व कंबरेजवळील चरबीही कमी होते.

पोश्चर नेटका राहील : सरळ बसून पोटाखाली दोन्ही तळहात ठेवा. या स्थितीत राहात कंबरेतून प्रथम उजवीकडे व नंतर डावीकडे वळा. हा सतत १ मिनीट करीत राहा. नियमितपणे केल्यास कण्याच्या खालच्या भागात लवचिकपणा येतो व पोश्चरही नेटका राहतो.

कंबर राहील सुडौल : स्टूल वा बिनहाताच्या खुर्चीत बसावे. सरळ बसून कंबरेवर दोन्ही हात ठेवावेत. आता या स्थितीत राहत डावी-उजवीकडे वळायचे आहे. हे सतत १ मिनीट करा. नियमितपणे केल्यास कंबरेच्या आजूबाजूचे स्नायू, तर मजबूत होतीलच. शिवाय पोट व कंबरेची जादा चरबीही कमी होईल.लक्षात ठेवा की, हा करताना पाठीचा कणा एकदम ताठ ठेवायचा आहे. वाकून बसायचे नाही.

पोटाची चरबी कमी होईल : सरळ बसत आपल्या दोन्ही हातांची बोटे एकमेकांत अडकवा. आता कंबरेतून प्रथम उजवीकडे व नंतर डावीकडे वळा. वळताना हातही वळवायचे आहेत. व्यायाम सतत १ मिनीट करावा.नियमितपणे हा केल्यास पोटाजवळ साचलेली चरबी नष्ट होत असते. लक्षात ठेवा की झटयात न वळता सावकाश आरामात वळायचे आहे.

स्नायूंना मिळेल बळकटी : सरळ बसावे व दोन्ही तळहात डोयावर ठेवावेत. याच स्थितीत राहात कंबरेतून उजवीकडे व नंतर डावीकडे वळा.असे सतत ५० ते ६० सेकंद करा, या व्यायामाने बगलेतील स्नायू मजबूत होतात व खांद्याजवळील जादा चरबी कमी होते. या व्यायाम रोज १ ते २ मिनिटे करावा.

मुळ्याची पानं गुणकारी

मुळ्याच्या पानांमध्ये लोह खूप अधिक प्रमाणात असते.म्हणून त्यांचं सेवन खूप अधिक प्रमाणात करा. यामुळे शरीराची त्वचा मुलायम होते. मुळ्याच्या पानांचा रस पचनक्रियेमध्ये वृद्धी करतो. मुळ्याच्या मऊ पानांवर सैंधव मीठ लावून खाण्याने मुखदुर्गंधी दूर होते.

नवा व्यवसाय, केंद्राची मदत

कोरोना व्हायरसमुळे देशात लॉकडाऊन करण्यात आल्याने अर्थव्यवस्था पुरती दावली आहे. कोरोनाशी लढतात अर्थव्यवस्थेला चालना द्यावी लागेल, असे पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी आपल्या भाषणात म्हटले होते. कोरोनाच्या संकटाला संधी म्हणून पाहायचे आहे. आतनिर्भर भारत या अभियानामुळे देशभरात नवीन ऊर्जा निर्माण झाली आहे. यासाठी त्यांनी २० लाख कोटी रुपयांचे विशेष आर्थिक पॅकेज जाहीर केले.

विशेष आर्थिक पॅकेजमध्ये ङ्खआतनिर्भर भारतफ योजना जाहीर करण्यात आली. ही योजना पाच खांबावर उभारली जाईल, असे म्हटले गेले. यातील पहिला खांब अर्थव्यवस्था, दुसरा खांब इन्फ्रास्ट्रक्चर, तिसरा खांब आपली व्यवस्था तीही तंत्रज्ञानावर आधारित, चौथा खांब लोकसंख्याशास्त्र आणि पाचवा खांब मागणी, चढ्चए क्षेत्राला कोणत्याही गॅरंटीशिवाय ३ लाख कोटी रु.चे कर्ज उपलब्ध होईल. समाजातील अनेक घटकांशी संवाद साधून हे आर्थिक पॅकेज तयार करण्यात आले आहे. या पॅकेजद्वारे देशातील विकास वाढवण्याची योजना आहे. त्यामुळे ङ्खआतनिर्भर भारतफ योजना म्हटले आहे.यामध्ये सूक्ष्, लघू आणि मध्य उद्योगांच्या व्याख्येत बदल करून त्यांच्या गुंतवणूक व वार्षिक उलाढालीची यंदा वाढविण्यात आली आहे. या व्याख्येनुसार सूक्ष् उद्योग १ कोटी रुपयांची गुंतवणूक व ५ कोटी रु.ची वार्षिक उलाढाल, लघू उद्योग १० कोटी रु. गुंतवणूक आणि ५० कोटी रु. उलाढाल, तर ध्य २० कोटी रु. गुंतवणूक, १०० कोटी रु.ची उलाढाल अशी व्याख्या करण्यात आली आहे. तसेच ५० हजार कोटी रुपयांचा एक विशेष निधीही जाहीर करण्यात आला आहे. याचा फ़ायदा त्या उद्योगांना होईल. जे चांगली कामगिरी करत आहेत, पण निधीअभावी त्यांना अडचणी येत आहेत, अशा उद्योगासाठी हा निधी वापरला जाईल.

सरकार यात १० हजार कोटी रु.ची गुंतवणूक करणार आहे. याशिवाय एमएसएमई क्षेत्राला प्रोत्साहन देण्यासाठी सरकारतर्फे केल्या जाणाऱ्या २०० कोटी रुपयांपर्यंतच्या खरेदीसाठी ग्लोबल टेंडर न काढण्याची घोषणा करण्यात आली. लघू आणि कुटिर उद्योगांसाठी सहा ोठ्या योजना, लघू आणि कुटिर उद्योगांसाठी कोणत्याही गॅरंटीशिवाय ३ लाख रुपयांचे कर्ज देण्यात येणार, ४५ लाख लघू उद्योगांना ३१ ऑक्टोबरपासून याचा फ़ायदा मिळणार, अशा प्रकारे ही माहिती देण्यात आली आहे. अशा प्रकारे ही आतनिर्भर भारत योजना केंद्राने जाहीर केली आहे.

सर्व व्यवसायामध्ये ई-प्रणालीचा वापर करावा लागेल. आपला व्यवसाय व्होकल ते लोकल आणि लोकल ते ग्लोबल होण्यासाठीचा हा कसोटीचा काळ असेल. र्केटध्ये तुमचा ाल खरेदी करण्यासाठी ग्राहकाच्या हातीही पैसा असणे आवश्यक असेल. आतनिर्भर योजनेतून नवीन उद्योग सुरू होतील. बेरोजगार व्यक्तींना काम मिळेल, पण कोणत्याही व्यवसायाचे साधे गणित आहे की, पहिली किमान दोन वर्षं तरी तुम्हाला व्यवसाय नो-प्रॉफ़िट, नो-लॉस या तत्त्वावर करावा लागतो.

कोरोनाच्या काळात आत्म निर्भर भारत योजना आणि तरुण उद्योजकांना संधी म्हणून पाहिले, तर नव्याने व्यवसाय सुरू करण्यासाठी ही चांगली संधी आहे. पण कोरोनाच्या काळात भारतातच नव्हे, तर आशिया पॅसेफ़िक देशात तरुण उद्योजकांना अनंत अडचणींचा सामना करावा लागत आहे.

आतनिर्भर भारत अभियानांतर्गत केंद्र सरकार व्यवसाय सुरू करणाऱ्यांना १० लाख रुपयांची मदत देत आहे. या मागील उद्देश आपल्याला आपल्या पायावर उभे करणे हा आहे. कोरोना साथीच्या रोगामुळे देशातील व्यापार क्षेत्राचा वेग मंदावला आहे. या काळात अनेक व्यवसाय रखडले आहेत, तर काहींना आपला व्यवसाय बंद करावा लागला. मात्र, आतनिर्भर भारत अभियानांतर्गत केंद्र सरकार व्यवसाय सुरू करणाऱ्यांना १० लाख रुपयांची मदत देत आहे. याम ागील उद्देश आपल्याला आपल्या पायावर उभे करणे हा आहे. कोरोना काळात बंद पडलेले व्यावसाय सुरू करण्यासाठी केंद्र सरकार पुन्हा लोकांना मदत करत आहे.

केंद्र सरकारच्या योजनेचा लाभ घ्या

आपल्याला स्वतःचा व्यवसाय सुरू करायचा असेल, तर केंद्र सरकार आत्मनिर्भर भारत अभिनायांतर्गत (ओींरपळीलहरी इहरीरीं अलहळूरप) आपल्याला मदत करेल. या अतर्गत आपण नवीन व्यवसाय सुरू करू शकता किंवा आपला जुना व्यवसाय पुन्हा सुरू करू शकता. दोन्ही प्रकारच्या व्यवसायासाठी केंद्र सरकारकडून मदत केली जात आहे.

पंतप्रधानमुद्रायोजनेंतर्गतकर्जउपलब्ध

केंद्र सरकारने पंतप्रधान मुद्रा योजना सुरू केली आहे. ही योजना अशा लोकांसाठी अधिक फ़ायदेशीर आहे, ज्यांच्याकडे कर्ज घेण्यासाठी बँकेने निश्चित केलेल्या अटी पूर्ण करण्याची क्षमता नसते. या योजनेंतर्गत देशातील कोणताही नागरिक ज्याच्याकडे कुटिर उद्योग किंवा कोणतीही भागीदारी कंपनी असेल तो कर्ज घेऊ शकतो.

तीन टप्प्यांत दिले जाईल कर्ज

पंतप्रधान ुद्रा योजनेंतर्गत तीन टप्प्यांत कर्ज दिले जाते. सरकारने याध्ये शिशू लोन, किशोर लोन आणि तरुण लोन अशी विभागणी केली आहे.

शिशू कर्ज योजना : या अंतर्गत दुकान उघडण्यासाठी ५०,००० रुपयांपर्यंत कर्ज घेतले जाऊ शकते.

किशोर कर्ज योजना : या योजनेंतर्गत ५०,००० रुपयांपासून ते ५ लाखांपर्यंत कर्ज घेतले जाऊ शकते.

तरुण कर्ज योजना : जर तुम्हाला लघू उद्योग स्थापित करायचा असेल, तर तुम्ही ५ लाख रुपयांपासून १० लाख रुपयांपर्यंत कर्ज घेऊ शकता.

कोणाला मिळ् शकते कर्ज

पंतप्रधान मुद्रा योजना लघू उद्योजक आणि व्यावसायिकांसाठी आहे. जर तुम्हाला एखादा मोठा व्यवसाय सुरू करायचा असेल, तर त्या अंतर्गत तुम्हाला कर्ज मिळ् शकत नाही. या योजनेंतर्गत लघुउद्योग असेंब्लिंग युनिट्स, सर्व्हिस सेक्टर, दुकानदार, फ़ळ / भाजी विक्रेते, ट्रक ऑपरेटर, फ़ूड सर्व्हिस युनिट्स, रिपेअर शॉप्स, मशीन ऑपरेटर, लघू उद्योग, कारागीर आणि फ़ूड प्रोसेसिंग युनिटसाठी कर्ज घेऊ शकता.

कोठे मिळते कर्ज?

पंतप्रधान ुद्रा योजनेंतर्गत सरकारी बँकांकडून कर्ज घेतले जाऊ शकते. ग्रामीण बँकांदेखील यासाठी कर्ज देत आहेत. सहकारी बँकांकडूनही कर्ज उपलब्ध करून देण्यात येत आहे. आरबीआयने अधिकृत केलेल्या २७ बँका या योजनेंतर्गत कर्ज देऊ शकतात. याध्ये खासगी क्षेत्रातील १७ बँका, ३१ ग्रामीण बँका, ४ सहकारी बँका, ३६ म ायक्रो-फ़ायनान्स बँका आणि २५ बिगर-बँकिंग क्षेत्रातील फ़ायनान्स कंपन्या आहेत.

टपटप टपटप टप्प टप्पाटप

अरुंधती, रंगात येऊन गात होती नि मुले टाळ्या वाजवून गात दाद देत होती. वर्गभर आनंद उधाणवारा झाला होता. निरीक्षक वर्गाबाहेर आडोशाला उभे राहून रंगले होते. हेडमास्तर येताच चेहरा गंभीर करून म्हणाले, काय चाललंय काय? हेडमास्तर बावरले. अस्सा गोंधळ घालतात बघा! कितीदा सांगितलं! गाऊ नका! गाऊ नका! पण ऐकायचं म्हणून नाव नाही. अहो, हेडमास्तर हे फार छान चाललंय. मी प्रसन्न आहे. निरीक्षक म्हणाले. हेडमास्तर गडबडले. असं का? मला आपलं वाटलं! कीः: काय? मी रागावलो? हो. हेडमास्तर धीर करून बोलले. शिक्षण ही आनंददायी अनुभवांची मालिका व्हावी, असं मला फ़ार वर्षांपासून वाटत आलंय. ते आज पूर्ण झालं. असं का? वा वा! चला आपण अरुंधतीचं कौतुक करूया. कोण? त्या टीचर? अरुंधती? फार छान! गाणी सुरेख म्हणते. आवाजात धुरता आहे. हेडमास्तर शब्द जुळवीत कौतुकले. दुक्कल वर्गात शिरली. हेडमास्तर नि निरीक्षक. अरू गोंधळली. सॉरी सर. पुन्हा नाई गाणार. हेडमास्तरांना म्हणाली. अहो, अरूबाई गाः गाः गा तुम्ही. निरीक्षकांना आवडले, म्हणजे अरू ङ्खविशेषफ शिक्षकच झाली. हेडम ास्तर मनात म्हणाले. काय चाललंय! वर्ग स्तब्ध झाला. समजदार! झाला. नस्ते, मोठे सर वर्ग अभिवादन करीत म्हणालाः.

नमस्ते. अरुंधती ॅ, तुमचा आवाज पद्मश्री दर्जाचा आहे. थँक्यू सर. अरू ोठ्या नम्रपणे म्हणाली. बाई गाण्याच्या कोविद आहेत, ोठे सर. बाई खूप छान गातात! स्तुतिसुमनांचा वर्षाव होऊ लागला. बरं हेडमास्तर गर झाले. वर्ग चिडीचूप! अहो, रागवू नका हेडमास्तर, दॅट डज हाऊ टीचिंग शुड बी! टाळ्या! मॉनिटरने आज्ञा केली. टाळ्या! कोरसचा गज्जर झाला. ही कविता कशी वाटली? जन्मात नाही विसरणार! पाऊस पडला मनभर. एक बोलकी प्रतिक्रिया आली. निरीक्षक, पण खूश आहेत अरूबाईवर. निरीक्षक मोकळेपणाने म्हणाले.

हेडास्तर उजळपणे म्हणालेः, माझंही अगदी तेच मत आहे. गा बघू. अरूॅम नी शिकवलेलं गाणं! देश हा देव असे माझा! मॉनिटरने सुरुवात केली. वर्गाने सुरेल साथ दिली. निरीक्षक खूश! ९वीच्या मुलांनो, अरूबाई ब्राव्हो!

क्लास कंट्रोलचा जरा प्रॉब्लेम आहे. हेडास्तर मिठाचा खडा टाकीत म्हणाले. सर्वात मोठा कोण? देश, भारत. जोरात कोरस. क्लास कंट्रोल इज अ प्रॉब्ले.

हेडास्तर म्हणाले, जवळजवळ कुरकुरलेच! पण निरीक्षकांनी त्याकडे बिलकूल लक्ष दिले नाही. अरुंधतीला शाळेच्या बुकात ङ्खउत्कृष्टफ असा विशेष शेराही दिला. ङ्खदेशभक्त र्निाण करणारी शिक्षिका!फ कौतुक झाले. लेखी शेरा. आता अरूला कसे काढणार? इंटरनॅशनलचे ध्येय होतेः मुले ङ्खग्लोबलफ करणे. पालकांचा जोर वाढला होता. त्यांना आपली मुले यू. एस. ला पाठवायची होती. अरूला ङ्खगावठीफ म्हणून काढा! असाही रेटा होता.

हेडमास्तर मनाशी म्हणाले, ङ्खनिरीक्षक जाऊ देत.फ: ङ्खमग आपलेच राज्य.फ पण, अरूचे शोधनिबंध लक लागून किंवा कस लागून पेपरात गाजले, वाजले. जे देशासाठी करता येईल, ते ते करा. परदेशात शिका; पण ती कला भारतात आणून, भारताचे ङ्खनावफ मोठे करा.फ़ साक्षात पंतप्रधानांकडून शाबासकी. वा! वाहवा! तोंड दाबून ्बुक्क्यांचा मार. राज्यपुरस्कार चक्कः! क्या कमाल! है ना? अरुंधतीचा सरकारी पुरस्कार भरपूर गाजला,

दैनिक जनसंचलन निडर निर्भिड
व्यापक जनचळवळीचा प्रहरी!

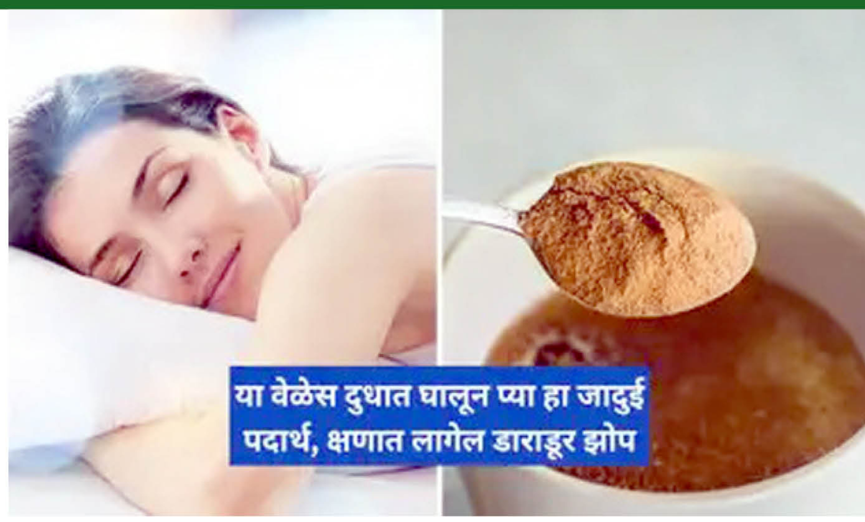
रात्री गाढ, शांत झोप येत नाही? सकाळी खूप लो फिल होतं?

या वेळी दुधात घालून प्या हा पदार्थ, पडताक्षणी घोरू लागाल....

रात्री उशिरापर्यंत जागं राहणं, झोपेत सतत खडबडून जागं होणं, झोपेतून घाबरून उठणं आणि सकाळी उठल्यावर अंगात ठणकणं या सगळ्या झोपेच्या समस्या आजच्या धकाधकीच्या जीवनशैलीत सामान्य झाल्या आहेत. झोपेची कमतरता केवळ थकवा वाढवते असं नाही, तर मानसिक अस्वस्थता, चिडचिड, वजन वाढ, आणि हृदयविकाराचंही कारण ठरते. औषधं घेणं ही अंतिम पायरी असली, तरी नैसर्गिक उपाय वापरून झोपेचा दर्जा सुधारता येतो. यामध्ये दूधात जायफळ मिसळून पिणं हा एक पारंपरिक, पण अत्यंत प्रभावी उपाय आहे. योग्य प्रकारे आणि योग्य वेळेस घेतल्यास, हे मिश्रण मेंदूला शांत करतं, झोपेची चक्रे सुधारतं आणि शरीराला संपूर्ण विश्रांती देतं. चला जाणून घेऊया दूधात जायफळ मिसळून प्यायल्याचे फायदे.

जायफळातील माय्रेस्टिसिन घटकामुळे मेंदू शांत राहतो

जायफळामध्ये नैसर्गिक माय्रेस्टिसिन नावाचा संयुग असतो, जो मेंदूतील सेरोटोनिन आणि मेलाटोनिन नावाचे झोप नियंत्रक हार्मोन्स सक्रिय करतो. त्यामुळे हे दूध प्याल्यानंतर मन शांत होतं आणि गाढ झोप लागते.



दूधातील ट्रिप्टोफॅन व जायफळ चांगेल कॉम्बिनेशन

दुधामध्ये ट्रिप्टोफॅन नावाचं अमिनो ॲसिड असतं, जे देखील सेरोटोनिनच्या निर्मितीमध्ये मदत करतं. जेव्हा या ट्रिप्टोफॅनसोबत जायफळाचे गुणधर्म मिसळतात, तेव्हा शरीर पूर्णपणे रिलॅक्स होतं, झोप येणं अधिक सुलभ होतं.

कोणतीही झोपेची औषधं घेण्याची गरज नाही

झोपेसाठी अनेक जण औषधं घेतात, पण त्यांचे दुष्परिणाम होण्याची शक्यता असते. मात्र जायफळ आणि दूध हे शंभर टक्के नैसर्गिक उपाय असून त्याचा कोणताही वाईट परिणाम होत नाही. यामुळे ही सवय दीर्घकाळ ठेवली तरी चालते.

स्नायूंना विश्रांती

जायफळाचं सेवन केल्यानंतर शरीरातील स्नायूंना विश्रांती मिळते. दुधातील कॅल्शियम सुद्धा मसल रिलॅक्सेशनसाठी महत्त्वाचं असतं. त्यामुळे झोपताना शरीर सैल होतं आणि झोप अधिक जास्त लागते.

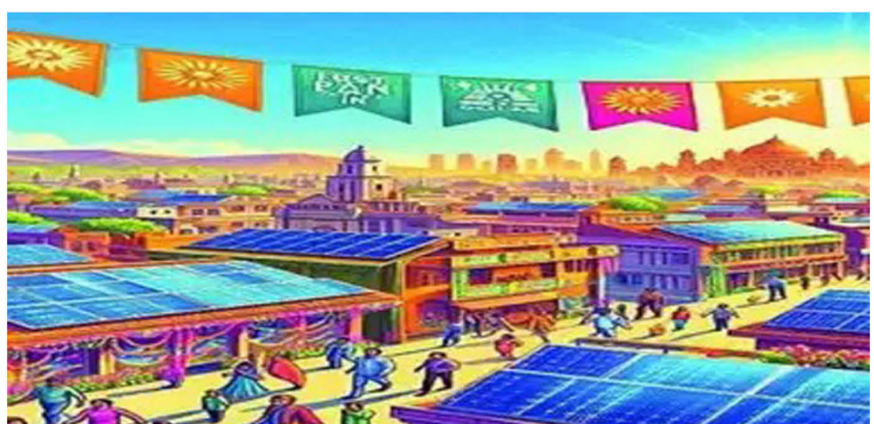
कधी आणि कसं घ्यावं हे दूध?

रात्री झोपण्यापूर्वी ३० मिनिटांपूर्वी एक कप कोमट दूध घ्या आणि त्यात अर्धा चमचा जायफळ पूड मिसळा. साखर घालू नका, पण हवं असल्यास थोडसं मध घालू शकता. रोजच्या सवयींनंतर तुम्हाला झोपेचा दर्जा आणि शरीराच्या ऊर्जेमध्ये लक्षणीय फरक जाणवेल.

रात्रीची शांत झोप हा मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याचा पाया आहे. जर तुम्हाला झोपेची समस्या भासत असेल, तर जायफळ मिश्रित दूध हा एक उत्तम, घरगुती आणि सोपा उपाय ठरू शकतो. केवळ सातत्य आणि योग्य वेळेत सेवन केल्यास तुम्ही औषधांशिवाय गाढ झोपेचा अनुभव घेऊ शकता.

सौरऊर्जा निर्मितीत बाजी; नागपूर शहरातील २६ हजार घरांच्या छतावर लागले पॅनल...

नागपूर : राज्यात आतापर्यंत १ लाख ७९ हजार ७५३ घरांवर सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्प बसविण्यात आले, त्यामध्ये ६५१.४२ मेगावॅटची क्षमता निर्माण झाली आहे. यात नागपूर जिल्ह्याने सर्वाधिक २६ हजार ५८८ घरांवर सौरऊर्जानिर्मिती प्रकल्प बसवून आघाडी मिळविली आहे. त्याखालोखाल जळगाव (१३ हजार ३२८ घरे), पुणे (१२ हजार ७७५ घरे), छत्रपती संभाजीनगर (११ हजार ४४२ घरे), नाशिक (१० हजार ८७० घरे), अमरावती (९ हजार ९१८ घरे), कोल्हापूर (८ हजार ०१७घरे), धुळे (५ हजार ७७३ घरे), सोलापूर (५ हजार ४४१ घरे), अहिल्यानगर (५ हजार १९७ घरे), वर्धा (४ हजार ८७१ घरे) हे जिल्हे योजनेचा लाभ घेण्यात आघाडीवर आहेत. राज्यातील एकूण सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्पांपैकी नागपूर जिल्ह्यातील सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्पांची आकडेवारी तब्बल १४.७९ टक्के तर त्यामधून निर्माण होणाऱ्या सौरनिर्मितीची क्षमता १६.४२ टक्के आहे.घरगुती ग्राहकांना तीन युनिटपर्यंत मोफत वीज मिळावी आणि अतिरिक्त वीज विकून उत्पन्न मिळावे, यासाठी सुरू केलेल्या प्रधानमंत्री सूर्यघर योजनेत नागपूर जिल्ह्याने २६ हजार घरे आणि १०५ मेगावॅट वीजनिर्मितीचा टप्पा ओलांडला आहे.छतावरच्या सौरऊर्जा प्रकल्पात घराच्या गरजेपेक्षा अधिक वीज निर्माण झाल्याने वीजबिल शून्य होते. गरजेपेक्षा जास्त निर्माण झालेली वीज महावितरणला विकून उत्पन्नही मिळते. प्रधानमंत्री सूर्यघर मोफत वीज योजनेत घराच्या छतावर सौरऊर्जा प्रकल्प बसवून वीजनिर्मिती केली जाते. त्यासाठी केंद्र सरकारकडून सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्पाच्या क्षमतेनुसार एक किलोवॅटला ३० हजार रुपये, दोन किलोवॅटला ६० हजार रुपये आणि तीन किलोवॅटच्या प्रकल्पासाठी ७८ हजार रुपये अनुदान मिळते. जास्तीत जास्त अनुदान ७८ हजार रुपये थेट अनुदान मिळते. महावितरणतर्फे ग्राहकांना नेट मिटर मोफत दिला जातो. गेल्यावर्षी १३ फेब्रुवारीपासून ही योजना सुरू झाली. जिल्ह्यात १६ एप्रिलपर्यंत या योजनेत २६ हजार ५८८ घरांवर सौरऊर्जा प्रकल्प बसवण्यात आले आहे. याची क्षमता १०५.४५ मेगावॅट इतकी आहे. विशेष म्हणजे जिल्ह्यात एकाच दिवशी म्हणजे तब्बल २१२ घरांवर सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्प बसवलेयोजनेचा लाभ घेण्यासाठी ग्राहकांना https:// pmsuryaghar. gov. in या वेबसाइटवर नोंदणी करावी लागते. घरगुती वीज ग्राहकांना छतावर सौर ऊर्जानिर्मिती प्रकल्प



बसविता यावा, यासाठी बँकांकडून माफत व्याजदरात कर्ज उपलब्ध केले जात आहे. तसेच कर्जाची प्रक्रियाही सुलभ करण्यात आली आहे. या योजनेचा लाभ घेण्यास ग्रामीण ग्राहकांना प्रोत्साहन देणाऱ्या ग्रामपंचायतींना प्रोत्साहन निधीही देण्यात येणार आहे.राज्यात आतापर्यंत १ लाख ७९ हजार ७५३ घरांवर सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्प बसविण्यात आले, त्यामध्ये ६५१.४२ मेगावॅटची क्षमता निर्माण झाली आहे. यात नागपूर जिल्ह्याने सर्वाधिक २६ हजार ५८८ घरांवर सौरऊर्जानिर्मिती प्रकल्प बसवून आघाडी मिळविली आहे. त्याखालोखाल जळगाव (१३ हजार ३२८ घरे), पुणे (१२ हजार ७७५ घरे), छत्रपती संभाजीनगर (११ हजार ४४२ घरे), नाशिक (१० हजार ८७० घरे), अमरावती (९ हजार ९१८ घरे), कोल्हापूर (८ हजार ०१७घरे), धुळे (५ हजार ७७३ घरे), सोलापूर (५ हजार ४४१ घरे), अहिल्यानगर (५ हजार १९७ घरे), वर्धा (४ हजार ८७१ घरे) हे जिल्हे योजनेचा लाभ घेण्यात आघाडीवर आहेत. राज्यातील एकूण सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्पांपैकी नागपूर जिल्ह्यातील सौरऊर्जा निर्मिती प्रकल्पांची आकडेवारी तब्बल १४.७९ टक्के तर त्यामधून निर्माण होणाऱ्या सौरनिर्मितीची क्षमता १६.४२ टक्के आहे.

दैनिक जनसंचलन निडर निर्भिड
व्यापक जनचळवळीचा प्रहरी!

शाहरुखचा मंत्र पाळला आणि नागपूरची ही कन्या मुंबईच्या मायानगरीत चमकली...

ज्येष्ठ अभिनेत्री रीमा लागू यांच्यासोबत आपल्यासारख्या नवख्या अभिनेत्रीला उत्कृष्ट अभिनेत्री म्हणून नामांकन मिळालंय, ही गोष्ट श्वेतासाठी एखादा पुरस्कार मिळण्यापेक्षाही लाखमोलाची होती. त्या बातमीचं कात्रण तिनं जपून ठेवलं. मोठ्या आनंदानं ती त्या पुरस्कार वितरण सोहळ्याला गेली. ज्यांना नामांकनं मिळाली, त्यांची बसायची वेगळी व्यवस्था होती. त्यामुळे श्वेता भारावली होती. ज्या कलाकारांना आपण मालिका, सिनेमांमध्ये बघतो, त्यांच्या रांगेत ती बसली होती. पुरस्कार मिळो न मिळो, किमान इथवर आपण पोहोचलोय, ही भावनाच खूप सुखावणारी ठरली. ...आणि पुरस्काराच्या मानकरी आहेत... या घोषणेपेक्षा या पुरस्कारासाठी नामांकनं आहेत... या वाक्यात आपलंही नाव समाविष्ट आहे, हीच तिच्यासाठी मोठी मिळकत होती. तेव्हा तर पुरस्कार मिळाला नाही. मात्र, नंतर श्वेतानं स्वत:ला असं काही सिद्ध केलं की नागपूरची ही कन्या मुंबईच्या मायानगरीत चांगलीच चमकली.

श्वेता पेंडसे. पूर्वाश्रमीची श्वेता पुराणिक. नाटक, मालिका आणि चित्रपटक्षेत्रात तिनं जे केलं ते अव्वल दर्जाचंच. अ परफेक्ट मर्डर, ३८ कृष्णविला या तिच्या नाटकांनी कमाल केलीय. मालिकांतून ती घरोघरी पोहोचली. त्यात अस्सं सासर सुरेख बाईमधील तिनं साकारलेली विभा ही भूमिका रसिकांच्या मनात घर करून गेली. तिनं लिहिलेला राष्ट्रीय पुरस्कारप्राप्त बार्डो या चित्रपटानं तिला वेगळीच ओळख मिळवून दिली. जेही करायचं ते उत्कृष्ट, असं तत्त्व पाळणाऱ्या श्वेताचं काम अन् तिचा प्रवास प्रेरणादायी तेवढाच रंजक आहे.श्वेताच्या रक्तातच नाटक आहे. वडील आनंद, आई अलका पुराणिक दोघेही स्वत: नाट्यकर्मी. आजी बालकमंदिर चालवायची. त्यात ती बालकांसाठी नाटुकले बसवायची. मोठं कुटुंब असलेल्या या घरातील वातावरण नाटकासोबतच शैक्षणिकही. काका वगैरे अर्ध्याहून अधिक सदस्य हे लेक्चरर. नाटक आणि शैक्षणिक असे दोन्ही संस्कार श्वेतावर घडत गेले. वडील आनंद पुराणिक यांचा खामगावला प्रिंटिंग प्रेसचा व्यवसाय होता. सोबतच स्वत:ची नाट्यमाला ही नाट्यसंस्थाही होती. त्याअंतर्गत त्यांनी भरपूर नाटके केली. व्यवसाय प्रिंटिंगचा असला तरी त्यातून येणारी मिळकत नाटकांवर अधिक खर्च व्हायची. लग्नानंतर मात्र कुटुंबाच्या गरजा अधिक मोठ्या ठरू लागल्या. म्हणून आनंद यांनी नाटक सोडलं अन् ते नागपुरात स्थायिक झाले. श्वेतामध्ये हे गुण उतरले असले, तरी तिच्या बाबांनी नाटकाचा नही घरात येऊ दिला नव्हता. श्वेताची आवड ते ओळखून होते. मात्र, आधी तिनं दहावी-बारावी करावं, नंतर काय ती आवड जोपासावी, असं त्यांना वाटायचं. तरी नाटक मुळातून जाणार थोडीच? श्वेता ही काका, प्रिंटिंगच्या कामाने घरी येणारे गिऱ्हाईक यांच्या नकला करायची. उच्चाराच्या बाबतीत बाबा कडक होते. श्वेताकडून ते श्लोक पाठ करून घेत. वयाच्या आठव्या वर्षीच ती मंत्रपुष्पांजली अस्खलित म्हणायची. याचाच तिला पुढे चांगला फायदा झाला. शाळांच्या सांस्कृतिक कार्यक्रमांत, नाटकांत ती पुढं असायची. असं करता करता ती नागपूरच्या नाट्यसृष्टीत वावरू लागली. एकदा प्रभाकर पणशीकरांचं तो मी नव्हेच हे नाटक आलं होतं. त्यात श्वेता यांच्या काकू मृणाल काम करीत होत्या. या नाटकातील एक कलावंत वेळेवर आजारी पडली. अशावेळी काकूंनी श्वेताचं नाव सुचवलं. त्या छोट्या भूमिकेसाठी श्वेता उभी झाली. साक्षात पणशीकरांसोबत काम करायला मिळणं, हे ती नशीब समजत होती. या नाटकाच्या तीन प्रयोगांत तिनं काम केलं. यादरम्यान विंगेत वावरून ती नाटकाचे तंत्र समजून घेऊ लागली. नंतर सायन्समध्ये पदवीचं शिक्षण सुरू झालं. यादरम्यान कथकमध्येही ती निष्णात झाली. ज्येष्ठ रंगकर्मी विनोद इंदूरकर यांनी तिला प्रोत्साहन दिलं. मग सुरू झाला राज्य नाट्यस्पर्धेचा प्रवास. स्टेजक्राफ्टमध्ये विकाश खुराणा यांच्यासोबत तिनं काम केलं. इंग्रजी, संस्कृत नाटकेही केली. राज्य नाट्यस्पर्धेत संहिता नवी असली की त्याचे वेगळे गुण असतात. म्हणून श्वेतानं माझिया मना हे पहिलं नाटक लिहिलं. या नाटकाला तब्बल २६ राज्य पुरस्कार मिळाले. तिथून मायानगरी मुंबई खुणावू लागली.२०१३ला श्वेता मुंबईत दाखल झाली. इकडे अपार संघर्ष अटळ होता. तोवर काय करायचं, म्हणून लेक्चररशिप सुरू केली. शिवाय, रसायनशास्त्रात पीएचडी सुरू होती. संघर्षादरम्यान जयोस्तुते, अस्सं सासर सुरेख बाई, कुंकू टिकली अन् टॅटू अशा मालिका मिळाल्या. अस्सं सासर...मुळे तर ती कमालीची लोकप्रिय झाली. याचदरम्यान नागपूरच्या पराग लुले यांनी श्वेतानं लिहिलेलं माझिया मना नाटक प्रख्यात दिग्दर्शक विजय केंकरे यांना वाचायला दिलं. ते वाचून केंकरे यांनी श्वेताला भेटायला बोलवलं. श्वेताला सुखद धक्काच बसला. केंकरेंनी तिचं कौतुक केलं, नाटकाची ऑफर दिली. मात्र, मालिका सुरू असल्यानं ते शक्य झालं नाही. त्याचदरम्यान चंद्रलेखा नाट्यसंस्थेला ५० वर्षे पूर्ण झाल्यानिमित्त त्यांनी एक उपक्रम आखला. त्यासाठी श्वेताला गाठलं. तिनं आईचं पत्र हरवलं हे तिचं पहिलं व्यावसायिक नाटक लिहिलं.

या नाटकाचे काही मर्यादित प्रयोग झाले. मात्र, ते गाजले. तत्पूर्वी मुंबईत तो अलबेला हे पहिलं व्यावसायिक नाटक तिनं केलं. याच नाटकासाठी तिला रीमा लागू यांच्यासोबत नामांकन मिळालं होतं. नंतर ती नीरज शिरवईकर लिखित, विजय केंकरे दिग्दर्शित अ परफेक्ट मर्डरमध्ये सामील झाली. बदामराजा, बुक माय शो या बड्या कंपन्यांची निर्मिती असल्यानं या नाटकाचा आवाका आणि ग्लॅमर मोठं होतं. सतीश राजवाडे, पुष्कर श्रोत्री, प्रिया मराठे, सुबोध पांडे, श्रीकांत प्रभाकर, अनिकेत विश्वासराव अशी मोठी स्टारकास्ट सोबतीला होती. या नाटकानं तिला चांगली ओळख दिली. मग तिनं मागं वळून पाहिलंच नाही.

आता नाटक करायचंय! शालिनी तुफान गाजल्यानंतर माधवी निमकरची इच्छा; म्हणाली- पुन्हा खलनायिकेची भूमिका...

मुंबई: पात्र खलनायकी असलं तरी, प्रेक्षकांच्या स्मरणात राहतं, हे त्या कलाकाराचं श्रेय असतं. असंच एक पात्र म्हणजे शालिनी आणि ते तितक्याच ताकदीनं प्रेक्षकांपर्यंत पोहोचवणारी अभिनेत्री म्हणजे माधवी निमकर. सुख म्हणजे नक्की काय असतं! ही मालिका संपून काही महिने झाले आहेत. आता नाटक करण्याची इच्छा असल्याचं तिनं मुंटाला सांगितलं. नाटक केल्यामुळे माझ्यात आत्मविश्वास निर्माण झाला. त्यामुळेच मी आजवर पुढचा अभिनयप्रवास करू शकले. आता मला विविध विषयांच्या कलाकृतींमध्ये काम कायचंय. पण त्यातही नाटक करण्याची तीव्र इच्छा आहे. रंगभूमी म्हणजे कलाकारांसाठी शाळा असते. कलाकारानं नाटकातली सहजता अनुभवली नसेल, तर कलाकार म्हणून काहीतरी सुटल्यासारखं वाटतं. रंगमंच तुम्हाला एका अवकाशातून सरळ जमिनीवर प्रेक्षकांसमोर आणून उभा करतो. तिथे तुम्ही प्रेक्षकांसमोर स्वत:ला जिंकून घेण्यासाठी येत असता. म्हणून नाटक महत्त्वाचं आहेमालिका या माध्यमातून तुम्ही रोज प्रेक्षकांसमोर येता. अशा वेळी आपली भूमिका कोणतीही असली, तरी आपलं काम चोख असावं. नकारात्मक भूमिका करत असताना त्या भूमिकेशी एकरूप व्हावं लागतं. खलनायकी भूमिका असली, तरी प्रेक्षकांना आपलं काम आवडतंय, ही बाब समाधान देणारी आहे.

यापुढेही पुन्हा एकदा नकारात्मक भूमिकेसाठी विचारणा झाली तर, त्यात वेगळं काय आहे, हे बघून मी ती स्वीकारेन, खलनायिका म्हणून मला एक ओळख मिळाली आहे. ती ओळख मला काम देत असेल, ऊर्जा देत असेल, तर ते मला महत्त्वाचं वाटतंमी आठवड्यातून पाच दिवस योग करते आणि दोन दिवस जिम. खाण्याच्या बाबतीत फार बंधनं नसतात. घरचं जेवण, समतोल आहाराचं सेवन आवश्यक आहे. मालिका आणि कुटुंब यांचा समतोल साधणं महत्त्वाचं आहे. कितीही काम असलं तरी दिवसाचा शेवट घरच्यांसोबतच व्हायला हवा. त्यांच्यासोबतचे छोटे-छोटे क्षणच आयुष्याचा खरा आनंद देतात. यामुळे तुमचं मानसिक स्वास्थ्यही उत्तम राहतं.

हुमणी अळीमुळे सोयाबीन पिकाच्या झालेल्या नुकसानीचे पंचनामे करून भरपाई द्या शेतकरी नेते रविकांत तुपकर यांची मुख्यमंत्र्यांकडे मागणी

जनसंचलन/बुलढाणा

पावसाच्या हुलकावणीमुळे पिके धोक्यात असतानाच आता सोयाबीन या पिकावर हुमणी अळीचा प्रादुर्भाव प्रचंड मोठ्या प्रमाणात आढळून आला आहे. सोयाबीन हे जिल्ह्याचे प्रमुख पीक असून याच पिकावर हुमणे अळीने आक्रमण केले आहे. अनेक गावातील शेतकऱ्यांची सोयाबीन या अळीमुळे धोक्यात आले असून शेतकरी हवालदिल झाला आहे. उगवून आलेले सोयाबीन पिक संकटात सापडले आहे त्यामुळे अनेकांवर दुबार पेरणीची वेळ आली आहे. सरकारने नुसकानीचे तात्काळ पंचनामे करून शेतकऱ्यांना नुकसान भरपाईसह दुबार पेरणीसाठी मदत करावी, अशी मागणी शेतकरी नेते रविकांत तुपकर यांनी राज्याचे मुख्यमंत्री नामदार देवेंद्र फडणवीस यांच्याकडे एका निवेदनाद्वारे केली आहे. बुलढाणा जिल्ह्यात सोयाबीनचा पेरा सर्वाधिक असून सोयाबीन हेच प्रमुख पीक आहे. शेतकऱ्यांचे नगदी पीक म्हणून या पिकाकडे पाहिले जाते परंतु हुमणी अळीच्या आक्रमणामुळे सध्या सोयाबीन पीक धोक्यात आले आहे. अनेक गावातील शेतकऱ्यांच्या शेतांमध्ये या अळीचा प्रादुर्भाव मोठ्या प्रमाणात दिसून येत आहे. हुमणी कीड हि बहुभक्षी असून तिच्या प्रादुर्भावामुळे झाडांची पाने पिवळी पडत आहे.तर काही शेतात मोठ्या प्रमाणात झाडे सुकताना दिसत आहे. झाडे उपटून तपसल्यास त्यांची मुळे कुरतडलेली दिसतात. तसेच झाडाच्या मुळांजवळ २-३ इंच खोलीवर अळ्या आढळून येत असल्याने प्रादुर्भाव मोठ्या प्रमाणावर असल्याने शेतकरी आर्थिक संकटात सापडला आहे. महागड्या औषधांची फवारणी करूनही या किडीचा प्रादुर्भाव आटोक्यात येत नसल्याचे दिसून येत आहे. शेतकर्यांनी अगोदरच विविध बँकांचे कर्ज घेऊन पेरणी केली आहे.त्यात उशिरा आलेला पाऊस, दुबार पेरणीचे संकट आणि आता पिकांवर विविध रोगासह हुमणी अळीचा प्रादुर्भाव यामुळे शेतकऱ्याचे सोयाबीन पिक पूर्णपुणे उध्वस्त होण्याच्या मार्गावर असल्याने शेतकरी संकटात सापडले आहे. शेतकऱ्याचा यावर्षीचा खरीप हंगाम वाया जाण्याची शक्यता निर्माण झाल्याने शेतकरी मोठ्या प्रमाणात अडचणीत सापडला आहे. त्यामुळे कृषी विभागामार्फत पंचनामे करून शेतकऱ्यांना नुकसान भरपाई द्यावी तसेच दुबार पेरणीसाठी आर्थिक मदत करावी अशी मागणी क्रांतिकारी शेतकरी संघटने चे संस्थापक अध्यक्ष तथा शेतकरी नेते रविकांत तुपकर यांनी मुख्यमंत्री नामदार देवेंद्र फडणवीस यांच्याकडे केली आहे. शेतकरी आसमानी आणि सुलतानी संकटांमध्ये पिसला जात असताना अशा परिस्थितीत शेतकऱ्यांना मदत देऊन आधार देण्याची नितांत गरज आहे. त्यामुळे मुख्यमंत्र्यांनी शेतकऱ्यांबाबत सहानुभूती दाखवून त्यांना तातडीने मदत करावी अशी आग्रही मागणी शेतकरी नेते रविकांत तुपकर यांनी केली आहे

राजगड जंगलात सापडला पुरलेला मृतदेह; पोलिसांचा तपास सुरु

जनसंचलन/ डोणगाव

राजगड शिवारातील जंगल परिसरात पुरलेल्या अवस्थेत आढळून आलेल्या एका मृतदेहामुळे संपूर्ण परिसरात खळबळ उडाली आहे. १७ जुलै रोजी ही घटना उघडकीस आली असून, सुरुवातीला डोणगाव पोलिसांनी पाहणी केली. मात्र, घटनास्थळ हे अकोला जिल्ह्यातील चान्नी पोलिस ठाण्याच्या हद्दीत येत असल्याचे निष्पन्न झाले. त्यामुळे पुढील तपास चान्नी पोलिस ठाण्याच्या अधिपत्याखाली पार पडणार आहे. डोणगावपासून जवळ असलेल्या राजगड शिवारातील उंबरवाडी बिट भागात काही युवक गुरे चारत असताना त्यांना फॉरेन्सिक तज्ज्ञ, वैद्यकीय पथक घटनास्थळी जाण्याची शक्यता सुत्रानी केली व्यक्त एका खड्यात मातीखाली मानवाच्या शरीराचा काही भाग बाहेर आलेला दिसून आला. पावसामुळे माती खचल्याने हा मृतदेह दिसून आला असावा, असा प्राथमिक अंदाज आहे. ही माहिती ग्रामस्थांनी पोलिस पाटील प्रेमचंद जाधव यांच्याद्वारे ठाणेदार अमरनाथ नागरे यांना दिली. त्यांनी घटनास्थळी भेट दिली. पाहणीअंती या भागाची भौगोलिक मर्यादा अकोला जिल्ह्यात येणारी असल्याने, चान्नी पोलिस ठाण्याशी संपर्क साधून संपूर्ण तपासकार्य त्यांच्याकडे वर्ग करण्यात आले आहे

आपल्या पाल्याच्या शिक्षणासाठी आजच बचत सुरु करा व त्याचे भविष्य सुरक्षित करा

बचत करा रु. ५०० प्रती माह पासून..

गुंतवणूक रक्कम		५००	१०००	१५००	२०००	३०००	५०००
अ.क्र.	गुंतवणूक कालावधी महिने	पाल्याच्या वयाच्या १८ वर्षानंतर मिळणारी रक्कम					
१	१५६	१०३४१८	२०६८३६	३१०२५४	४१३६७२	६२०५०७	१०३४१७९
२	१४४	९५५४४	१९१०८८	२८६६३३	३८२१७७	५७३२६५	९५५४४२
३	१३२	८८२६९	१७६५३८	२६४८०६	३५३०७५	५२९६१३	८८२६८८
४	१२०	८१५४४	१६३०८७	२४४६३१	३२६१७५	४८९२६२	८१५४३६
५	१०८	७५३३६	१५०६७१	२२६००७	३०१३४२	४५२०१३	७५३३५५
६	९६	६५५९६	१३९१९३	२०८७८९	२७८३८६	४१७५७९	६९५९६५

ठेवींवरील आकर्षक व्याजदर

अ.क्र.	मुदती ठेवीचे विवरण		लागू व्याजदर	पतसंस्था व इतर संस्था
१	१५ दिवस ते ९० दिवस		६.००%	६.००%
२	९१ दिवस ते १८० दिवस (वैयक्तीक ठेवी करिता)		६.५०%	५.००%
३	१८१ दिवस ते १३ महिने		६.००%	६.००%
४	१४ महिन्याच्या वर २४ महिन्यापर्यंत (वैयक्तीक ठेवी करिता)		७.००%	६.००%
५	आवर्त ठेव योजना २४ महिन्याकरिता रू. १५ लाखाचे वर (वैयक्तीक ठेवी करिता)		७.००%	६.००%
६	मासिक ठेव		७.००%	-
७	बचत ठेव	अ) रू. ३ लाखांपर्यंत	३.००%	-
		ब) रू. ३ लाखांचे वर	४.५०%	-

ज्येष्ठ नागरिक, सैनिक, सैनिकांच्या विधवा पत्नी, दिव्यांग यांना ठेवींच्या व्याजदरावर १/२ टक्का जास्त व्याजदर लागू राहील.

5 लाख पर्यंतच्या ठेवींना DICGC चे संरक्षण कवच प्राप्त आहे

पुन्हा एकदा... सुकन्या लक्षाधीश ठेव योजना

गुंतवणूकीचा कालावधी मुलीच्या वयाच्या १० वर्षापर्यंत

आजच जवळच्या शाखेशी संपर्क करा

ग्राहकांच्या आग्रहाला मान देऊन बँक पुन्हा सुरू करीत आहे

सुकन्या लक्षाधीश ठेव योजना

जन्मापासून ते वय वर्ष १० पर्यंतच्या मुलींच्या भावी आयुष्यासाठी एकदाच या योजनेत गुंतवणूक करा व मुलीच्या २१ व्या वर्षी लक्षाधीश व्हा.

वय	गुंतवणूक रक्कम	मिळणारी रक्कम
जन्माच्या वेळी	१७०००	१०३६०९
१ वर्ष	१८०००	१००६५७
२ वर्ष	१९५००	१०००५२
३ वर्ष	२१५००	१०१२१७
४ वर्ष	२३५००	१०१५०९
५ वर्ष	२५५००	१०१०६४
६ वर्ष	२७५००	१००००३
७ वर्ष	३००००	१०००९७
८ वर्ष	३३०००	१०१०२७
९ वर्ष	३६०००	१०११२२
१० वर्ष	३९०००	१००५१५

दि चिखली अर्बन को-ऑप. बँक लि. चिखली

मुख्यालय : डॉ. शामाप्रसाद मुखर्जी मार्ग, छत्रपती शिवाजी महाराज चौक, चिखली, जि. बुलडाणा

फोन : ०७२६४-२४२०३९, २४२९७९, २४२०३८ टोल फ्रि नंबर : १८००-३१३-२३२४

पत्रकारीतेचा धर्म आम्ही निभावणार

सिटी न्यूज टीव्ही & सोशल चॅनल

वेब साईड & पोर्टल चॅनल

वृत्त पेपर हार्ड कॉपी सह - ई पेपर

कुठली ही बातमी निशुल्क

***

दैनिक निडर निर्भीड जनसंचलन

काही तक्रार असल्यास संपर्क

शिव शॉपिंग कॉम्प्लेक्स, कारंजा चौक बुलडाणा मो.9822720784,9373359040 पिन 443001

लम्पीने बुजाळाताहेत जनावरे संसर्गजन्य आजाराला लावावी लागणार वेसण!

१५ रक्तजल नमूने प्रयोगशाळेत पाठविले, ३१ हजार जनावरांचे लसीकरण!

जनसंचलन/बुलढाणा

गत २०२२ -२३ या वर्षात गाय वर्ग जनावरांमध्ये होणारा लम्पी स्किन या संसर्गजन्य आजाराचा मोठ्या प्रमाणात प्रादुर्भाव झाला होता. यंदाही लम्पी आजाराने काही भागात जनावरे दगावल्याचा पशुपालकांचा आरोप असून सदर जनावरांचे १५ नमुने प्रयोगशाळेत पाठविण्यात आल्याची माहिती पशुसंवर्धन विभागाने दिली आहे.दरम्यान लम्पी आजाराला वेसण घालण्यासाठी पशुसंवर्धन विभागामार्फत मान्सूनपूर्व लसीकरण मोहीम गावोगावी राबविण्यात आली आहे. बुलढाणा जिल्ह्यात गेल्या २ वर्षा पूर्वी जनावरांमध्ये लम्पीचा प्रादुर्भाव झाल्याने, शेतकऱ्यांचे मोठ्या प्रमाणात आर्थिक नुकसान झाले होते. आता लम्पीची धास्ती पशुपालकांना सतावत असून दुधाचे दर घसरले असताना खाद्याचे वाढते दर आणि त्यातच पशुधनावर आजारांचे संकट यामुळे शेतकरी चिंतेत सापडला आहे. काही ठिकाणी जनावरे मृत्युमुखी पडली आहेत. त्यामुळे जनावरांच्या संगोपनात अडथळे निर्माण होत असून, पशुसंवर्धन विभागाकडून सतत जनजागृती केली जात आहे. लम्पी हा संसर्गजन्य आजार असून उपचारानंतर बरा होतो. त्यामुळे घाबरून न जाता वेळीच योग्य उपचार करून पशुधनाचे संरक्षण करणे गरजेचे आहे.सध्या पावसाळा सुरू असून गुरांच्या गोठ्यात गोचीड, गोमाशाचे निर्मुलन करून गोठा स्वच्छ ठेवणे आवश्यक असल्याचे व उपाय योजना राबविण्यात बाबत १२९ पशुवैद्यकीय संस्थेमार्फत सर्व ग्रामपंचायत सचिव यांना कळविण्यात आले आहे. ३६०८१५ गायवर्ग (गाय,बैल, वासरे नर व मादी) असे पशुधन आहे. त्यापैकी आज पर्यंत १२९ पशुवैद्यकीय संस्थे अंतर्गत १३३७ गावांमध्ये वाटप केलेल्या ३१६५०० लसमात्रा उपलब्ध करण्यात आल्या. त्यापैकी ३१०००० जनावरांना लम्पी सदृश्य आजार होऊ नये म्हणून लसीकरण करण्यात आले आहे.

एकूण १५ नमुने तपासणीसाठी प्रयोगशाळेत पाठविण्यात आले आहे.रिपोर्ट आल्यानंतरच जनावरांचा मृत्यू लम्पी आजाराने झाला की इतर कोणत्या आजाराने हे स्पष्ट होईल.

पुन्हा बजरंगदल आले गाईचे जीव वाचवीण्या करिता समोर विहिरीत पडलेल्या गाईचे प्राण वाचवले

जनसंचलन/बुलढाणा

१७ जुलै रोजी दुपारी ५ वाजता सुमारास मलकापूर तालुक्यातील ग्रामीण भागातील घीर्णी परिसर भाग मध्ये नव्वद फूट असलेल्या विहिरीत मोकाट गो वंश पडून जखमी झाल्याची माहिती गोवंश प्रेमी विहिरीच्या जात असताना लक्षात आले आणि त्यांनी तेथून मलकापूर बजरंग दलाच्या पदाधिकारी यांना फोन द्वारे सूचित केले बातमी मिळताच बजरंगी यांनी घटनास्थळी धाव घेतली तसेच अथक परिश्रमा नंतर विहिरीत पडलेला गाईला बाहेर काढून प्राण वाचवले. अधिक माहिती अशी की नंदी ९० फूट खोल असणाऱ्या विहिरीत दुपारी ५ वाजे पडलेली होते व ती बाहेर काढण्या करिता अनेक उपाय फसले. पण विना हायड्रोलिक व विना विहिरीत उतरून ते शक्य नव्हते घटनास्थळी शेकडो युवक जमाव एकत्रित झाले यातील. मंगेश सोनाने , कैलास घट्टे यांनी गोवश जीव समोर स्वतःच्या जीवाची पर्वा न करता दोन हायड्रोलिक वर दोर बांधून ९० फूट खोल विहिरीत उतरले.अथक परिश्रम घेत गाईला सुखरूप बाहेर काढले बजरंगी यांनी प्रथम उपचार करिता पशु वैद्यकीय अधिकारी

भोळे यांनी घटना स्थळी पोहोचून प्रथमोपचार करून गोवंश याला विद्यासागर गोरक्षण संस्थान बेलाड येथे पाठवण्यात आले यावेळी स्थानिक नागरिकांनीही मदतीला भावून आले सर्वांनी विहिरीत उतरणाऱ्या मंगेश सोनाने ,कैलास घट्टे यांच्या हिंमतीचे कौतुक केले

या प्रसंगा नंतर बजरंग दल मलकापूर प्रखंड संयोजक दीपक कपले असे प्रकरण नगर पालिका , ग्राम पंचायत समिती जबाबदार असल्याचा सांगितले. बजरंग दल द्वारे अनेक वेळा निवेदने देऊनही मोकाट जनावराच्या होणाऱ्या दुर्घटना सातत्याने सुरूच आहे यामुळे गोवंश तसेच मनुष्याच्या जीवन हानीचे प्रश्न सातत्याने निर्माण होत आहे नगरपालिकेच्या दुर्लक्षामुळे अशा घटनां मध्ये दिवसेंदिवस वाढ होत आहे, तसेच गौ पालकानीही आपली गुरे मोकाट न सोडता त्याची योग्य ती दखल घ्यावी अशी विनंतीकेली आहे. सद्या मोकाट गुरे रात्री चोरिला जाऊन गाईंचे कत्तलीचे प्रमाण वाढलेले दिसून येत आहे. गो तस्करी ही वाढली आहे . गोपाला यांनी आपली जनावरे आपल्या घरी बांधावी त्यांना मोकाट न सोडावे याने जनावराचा जीव सुद्धा जाऊ शकतो म्हणून आज रोजी झालेल्या घटने द्वारे बोध घेऊन सर्व गौ पालक व नगर पालिका प्रशासन यांनी आपली जबाबदारी पार पाडावी अशी बजरंग दल चे अध्यक्ष दीपक कपले यांनी आव्हान केले आहे.

सागाच्या बल्ल्या तोडून शेती बॉर्डरवर ठोकल्या!

जनसंचलन/ बुलढाणा

पळसखेड नागो बीट, कक्ष क्रमांक ३३८ मधून सागाच्या बल्ल्या तोडून आणून त्या शेतीच्या बॉर्डर वरती ठोकून फेन्सिंग करणाऱ्या एका इसमावर आज १६ जुलै रोजी वनगुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. दत्तपुर शिवारांमधील गट ५५ मध्ये शेतकरी आकाश प्रमोद जाधव वय २३ वर्ष रा. डोंगर खंडाळा याने पळसखेड नागो बीट, कक्ष क्रमांक ३३८ मधून सागाच्या बल्ल्या तोडून आणून शेतीच्या बॉर्डर वरती ठोकून फ ेन्सिंग केली असल्याची गुप्त तक्रार प्राप्त झाली होती. या गुप्त माहितीच्या आधारे अभिजीत ठाकरे वनपरिक्षेत्र अधिकारी बुलढाणा (प्रा.) यांच्या मार्गदर्शनाखाली प्रदीप मुंढे वनपाल अतिरिक्त कार्यभार पाडळी वर्तुळ, श्रीमती मीरा बोरकर वनरक्षक पळसखेड नागो, विक्रम राऊत वनरक्षक गिरडा २, वनमजूर रवींद्र तायडे, वनमजूर दीपक सोनूने, वनमजूर अरुण पंडित या वन कर्मचाऱ्यांनी प्रत्यक्ष घटनास्थळी जाऊन पाहणी केली. सदर ठिकाणी शेतकऱ्याच्या शेती बॉर्डरला लागलेल्या सागाच्या एकूण २६,२५० रुपये किमतीच्या १०५ बल्ल्या आढळून आल्या. हा मुद्देमाल जप्त करून लाकूड आगार बुलढाणा या ठिकाणी सुपूर्द करण्यात आला आहे.सदर आरोपीवर वन गुन्हा नोंदविण्यात आला

दैनिक निडर निर्भिड जनसंचलन व्यापक जनचळवळीचा प्रहरी!
आपल्या परिसरातील घडणाऱ्या घटना व बातम्या ९८२२७२०७८४ किंवा ९१२९५८२९५८ या व्हाट्सअप्प नंबर वर पाठवून आम्हाला सहकार्य करावे

दैनिक निडर निर्भिड जनसंचलन व्यापक जनचळवळीचा प्रहरी!
===== बातम्या तसेच जाहिरातीसाठी संपर्क =====
संपादक - जितेंद्र कायस्थ ९८२२७२०७८४ ऑफिस :- ९१२९५८२९५८