

दैनिक आपला विदर्भ

apalavidarbhnews@gmail.com

मुख्य संपादक : देविदास खनपटे मो. 9767233034

■ बुलढाणा ■ वाशिम ■ यवतमाळ ■ अमरावती ■ वर्धा ■ नागपूर ■ गोंदिया ■ भंडारा ■ चंद्रपूर ■ गडचिरोली ■ छत्रपती संभाजीनगर ■ मुंबई

■ दैनिक ■ बुलढाणा ■ वर्ष 03 रे ■ अंक 166 ■ सोमवार, दि. 27 जानेवारी 2025 ■ पाने 4 ■ किंमत रु. 2 ■ RNI.NO.MAHMAR/2023/88006

जिल्हाची आता परिवर्तनाच्या दिशेने वाटचाल - पालकमंत्री ना. मकरंद पाटील

बुलढाणा जिल्हा भक्ती-शक्तीचा सुरेख संगम



बुलढाणा/प्रतिनिधी :

बुलढाणा जिल्हा हा भक्ती-शक्तीचा सुरेख संगम आहे. जिल्हातील कृषी, उद्योग, आरोग्य, शिक्षण, पर्यटन, पायाभूत सुविधा अशा विविध क्षेत्रातील विकासातुन जिल्हाची परिवर्तनाच्या दिशेने वाटचाल सुरु झाली आहे. या सर्वांगीण विकासाच्या वाटचालीत बुलढाणा जिल्हा आता थांबणार नाही, यासाठी मी प्रयत्न करणार असल्याचे



प्रतिपादन मदत व पुनर्वसन मंत्री तथा जिल्हाचे पालकमंत्री मकरंद पाटील यांनी आज केले.

देशाच्या ७६ व्या प्रजासत्ताक दिनानिमित्त पोलीस कवायत मैदानात पालकमंत्री ना. पाटील यांच्या हस्ते मुख्य शासकीय ध्वजारोहण करण्यात आले. याप्रसंगी संबोधित करताना ते बोलत होते. यावेळी आमदार संजय गायकवाड, मनोज कायंदे, जिल्हाधिकारी डॉ. किरण पाटील, पोलीस अधीक्षक विश्व पानसरे, मुख्य कार्यकारी अधिकारी गुलाबराव खरात, अपर जिल्हाधिकारी सदाशिव शेलार यांच्यासह प्रशासनातील अधिकारी, विभाग प्रमुख, स्वातंत्र सेनानी, वीरमाता, वीरपत्नी, ज्येष्ठ नागरिक, शाळा व महाविद्यालयातील विद्यार्थी आणि नागरिक

मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

पालकमंत्री ना. पाटील म्हणाले की, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे आणि उपमुख्यमंत्री अजितदादा पवार यांच्या नेतृत्वात आता बुलढाणा जिल्हाच्याही विकासासाठी नवीन गती मिळणार आहे. या पार्श्वभूमीवर मुख्यमंत्र्यांनी सुरुवातीच्या पहिल्या शंभर दिवसांचा आराखडा तयार केला असून त्यानुसार राज्य सरकार काम करणार आहे. यात बुलढाणाचे मोलाचे योगदान राहिल.

बुलढाणा हे विदर्भाचे प्रवेशद्वार, भक्ती-शक्तीचा सुरेख संगम, स्वराज्याचे आजोळ आणि आधुनिक संत विचारांचे माहेरघर आहे. शूर सरदार लखोजी जाधवराव यांच्या घरात स्वराज्य जननी

राजमाता जिजाऊ आई साहेबांचा जन्म सिंदखेडाराजा या ऐतिहासिक गावी झाला असून हे मातृतीर्थ आपल्यासाठी प्रेरणास्त्रोत आहे.

आपल्या देशाची कृषि प्रधान देश म्हणून जगभरात ओळख आहे. त्याचप्रमाणे आपला जिल्हाही कृषि प्रधान आहे. शेतकऱ्यांच्या परिश्रमांमुळे गेल्या हंगामात जिल्हाची सोयाबीनची उत्पादकता देशाच्या सरासरीपेक्षा अधिक राहिली आहे. बदलत्या वातावरणामुळे शेतीवर होणाऱ्या विपरीत परिणामावर मात करण्यासाठी शेतकऱ्यांनी पीक पद्धतीत बदल करण्याची गरज आहे. ही गरज ओळखून जिल्हात या चालू वर्षात १४ हजार हेक्टर क्षेत्रात संत्रा, मोसंबी, सीताफळ, केळी, पेरू, आंबा या फळपिकांची लागवड करण्यात आली आहे.

सॅन्ड्रिय शेतीचे क्षेत्रही वाढत असून ते आता आठ हजार हेक्टरपर्यंत पोहोचले आहे. आगामी काळात भाजीपाला, तेलबिया आणि बियाणे उत्पादन केंद्र विकसित करण्यावर भर दिला जात आहे. तसेच बियाणे उत्पादनात शेतकऱ्यांनी दिलेल्या योगदानामुळे सोयाबीन बियाण्यांच्या उत्पादनात जिल्हा अव्वल राहिल आहे.

यांच्या आर्थिक वर्षांच्या खरीप हंगामामध्ये सुमारे सात लाख पस्तीस हजारपेक्षा जास्त तर रब्बी हंगामामध्ये सव्या तीन लाखांपेक्षा जास्त हेक्टर क्षेत्रावर पेरणी झाली आहे. यावर्षी एक लाख बारा हजार हेक्टर क्षेत्रावर निमित्त सिंचन क्षमता निर्माण करण्याचे नियोजन आहे. सूक्ष्म सिंचन योजनेतर्गत पंचाहत्तर हजार हेक्टरपर्यंत सिंचन क्षेत्रामध्ये वाढ

झालेली आहे.

गतवर्षी खरीप हंगामावर अतिवृष्टीमुळे काही तालुक्यातील पिकांवर संकट आले. या नुकसानीचे तातडीने पंचनामे करण्यात आले. प्रधानमंत्री पीक विमा योजनेतर्गत सन २०२३-२४ मध्ये खरीप व रब्बी हंगामातील ४९७ कोटी रुपयांची नुकसान भरपाई मंजूर करण्यात आली आहे. अवेळी पाऊस अतिवृष्टी पुर, आणि दुष्काळ बाधित नऊ लाख शेतकऱ्यांना आतापर्यंत ८१५ कोटी रुपयांची नुकसान भरपाई मदत व पुनर्वसन विभागामार्फत देण्यात आलेली आहे. या मदतीपासून वंचित असलेल्या शेतकऱ्यांना तातडीने मदत मिळवून देण्यासाठी शासन पुरेपूर प्रयत्न करीत आहे.

>>> पान २

पालकमंत्री ना. मकरंद पाटील यांनी घेतले श्रीचे दर्शन

बुलढाणा/प्रतिनिधी : जिल्हाचे नवनियुक्त पालकमंत्री ना. मकरंद पाटील यांनी श्री संत गजानन महाराज यांचे दर्शन घेतले. भारतीय प्रजासत्ताक दिनानिमित्त पालकमंत्री जिल्हा दौऱ्यावर होते. बुलढाणा येथील मुख्य शासकीय ध्वजारोहणाचा कार्यक्रम त्यांच्या उपस्थितीत उत्साहात साजरा करण्यात आला. शासकीय ध्वजारोहण करून त्यांनी आज शेगांव येथील श्री संत गजानन महाराज संस्थान येथे देवून् भेट दर्शन घेतले. यावेळी त्यांच्यासमवेत आमदार मनोज कायंदे, माजी आमदार राणा दिलीप कुमार सानंदा, वसंतराव शिंदे, उपविभागीय अधिकारी डॉ रामेश्वर पुरी, शेगांवचे तहसिलदार दिपक बाजड, नगर परिषद मुख्याधिकारी जयश्री काटकर आदी उपस्थित होते.



जिल्हा नियोजनच्या ५८९ कोटी ४५ लाख रुपयांच्या प्रारूप आराखड्यास मंजूरी- माणिकराव कोकाटे

दैनिक आपला विदर्भ

नंदुरबार/प्रतिनिधी : जिल्हा वार्षिक योजना सन २०२५-२६ साठी जिल्हाच्या नियमित योजनांसाठी सुत्रानुसार १५२ कोटी, जिल्हा विकास आराखडा रुपये ४० कोटी व मुख्यमंत्री ग्राम सडक साठी ६ कोटी याप्रमाणे एकूण रुपये १९८ कोटी ४ लाख इतकी तात्पुरती कमाल वित्तीय मर्यादा देण्यात आली आहे. आदिवासी उपयोजने अंतर्गत रुपये ४१५ कोटी ४९ लाख इतकी नियतव्यय मर्यादा देण्यात आली आहे. तसेच अनुसूचित जाती उपयोजनेअंतर्गत रुपये १४ कोटी मर्यादा देण्यात आली आहे. अशी तीनही वार्षिक योजनांसाठी एकूण रुपये ५८९ कोटी ४५ लाख ०९ हजार जिल्हा वार्षिक योजनांच्या प्रारूप आराखड्यास पालकमंत्री अॅड माणिकराव कोकाटे यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या जिल्हा वार्षिक समितीच्या बैठकीत मान्यता देण्यात आली आहे. आज जिल्हा नियोजन भवन येथे जिल्हा नियोजन समितीच्या आढावा बैठकीचे आयोजन करण्यात आले होते.

या बैठकीस खासदार अॅड गोवाल पाडवी, माजी मंत्री तथा आमदार डॉ. विजयकुमार गावित, आमदार सर्वश्री आमशा पाडवी, शिरीष नाईक, राजेश पाडवी, जिल्हाधिकारी मित्ताली सेठी, जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी सावन कुमार, जिल्हा पोलीस अधीक्षक श्रवण दत्त एस.व विविध विभागाचे अधिकारी उपस्थित होते. यावेळी पालकमंत्री म्हणाले की, नंदुरबार जिल्हा हा कृषी प्रधान जिल्हा आहे. जिल्हा विकास आराखडा च्या माध्यमातून पिकांची उत्पादकता वाढवण्याच्या दृष्टीने सर्व प्रयत्न करण्याचे निर्देश जिल्हा



प्रशासनाला दिले आहेत. जिल्हातील शेतकऱ्यांच्या सुविधासाठी माती परीक्षण प्रयोगशाळा पुढील १० दिवसात कार्यान्वित होईल. आणि दरवर्षी २५ हजार शेतकऱ्यांचे मोफत माती परीक्षण करून दिले जाईल. मायक्रो इरिगेशनसाठी वाढवणे गरजेचे आहे. त्यासाठी नियोजनबद्ध आराखडा तयार करण्यात येईल. शेतकऱ्यांच्या शेतमालाला रास्त भाव देणेसाठी प्रयत्न करण्यात येतील. आरोग्य सुविधा शेटच्या घटकापर्यंत पोहोचवण्यासाठी दुर्गम भागात साकव तयार करण्याची मोहीम आपण घेत आहोत. आगामी काळात सर्व आरोग्य केंद्र हे पायाभूत सुविधायुक्त असतील, याची काळजी घेतली जाईल.

सिकलसेल ही आदिवासी जनतेला भेडसावणारी मोठी आरोग्याची समस्या आहे. त्यासाठी सर्व नागरिकांचे सर्वेक्षण करून त्यांना हेल्थ कार्ड दिले

जाईल. प्रत्येक गरोदर माता व बालके यांचे आरोग्य तपासणीकडे विशेष लक्ष देण्यात येईल. जिल्हा परिषद शाळा व आश्रम शाळा येथे दर्जेदार शिक्षण व पायाभूत सुविधा पुरविणेसाठी जिल्हाधिकारी यांच्यामार्फत एक महिन्यात विशेष आराखडा करण्यात येईल. अनेक विभागात कर्मचाऱ्यांची अत्यंत तुटवडा जाणवत असून कॉन्ट्रॅक्ट बेसिक वर कर्मचारी भरती करण्या संदर्भात चर्चा करण्यात येईल. नंदुरबार जिल्हा रुग्णालयाच्या सिव्हिल सर्जन यांच्या विरोधात अनेक संघटनांनी आंदोलन पुकारले असून त्यासंदर्भात योग्य चौकशी करण्यात येईल अनेक संघटनांनी निवेदन दिले आहेत. चौकशी अंती सिव्हिल सर्जन दोषी आढळल्यास त्याच्यावर योग्य ती कारवाई करण्यात येईल असेही पालकमंत्री माणिकराव कोकाटे यांनी सांगितले आहे.

भाजपचे माजी आमदार आणि नरेंद्र पवार यांच्या संकल्पनेतून कल्याण मधील बारा नवरत्नांची दिनदर्शिका प्रकाशन

दैनिक आपला विदर्भ

कल्याण / प्रतिनिधी : भाजपचे माजी आमदार आणि पदाधिकारी नरेंद्र पवार यांच्या संकल्पनेतून कल्याण च्या इतिहासात मोलाचा वाटा उचलणाऱ्या १२ कल्याण रत्नांची माहिती दिनदर्शिकेच्या माध्यमातून सर्वसामान्य पर्यंत पोहोचवण्याचा उपक्रम हाती घेण्यात आलाय. मागील वर्षी देखील छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या बारा गुणांचे या तिनदरविक दिनदर्शिकांच्या माध्यमातून जनजागृती करण्यात आली होती याद्वारे वर्षी कल्याणच्या इतिहासात विविध क्षेत्रात आपल्या ठसा उमटवणाऱ्या १२ कल्याण रत्नांचा माहिती त्यांचा जीवन संघर्ष हा कल्याणकर मध्ये पोहोचवण्याचा प्रयत्न करण्यात आलाय यामध्ये क्रांतिकारक वासुदेव बळवंत फडके भारतातल्या पहिला महिला डॉक्टर आणि ते बाई जोशी यांच्यासह बारा जणांची माहिती या दिनदर्शिकेच्या माध्यमातून जनतेपर्यंत पोहोचवण्याचा प्रयत्न



करण्यात आला आहे.

केडीएमसीच्या पहिल्या महिला आयुक्त हिंदू राणीसाखर यांच्या हस्ते या दिनदर्शिकेचे प्रकाशन करण्यात आले गेल्या वर्षी १२ विशेष गुण घेऊन बारा महिन्याचे दिनदर्शिका तयार केली होती यावर्षी कल्याण शहरातील विविध क्षेत्रात काम करणाऱ्या बारा जणांची माहिती आजच्या पिढीला मिळावी डॉक्टर आनंद बाई जोशी या पहिला महिला डॉक्टर हे अनेकांना माहितच नाही यानिमित्ताने आमचा एक प्रयत्न आहे डॉक्टर आम्ही सगळे दर्शन ची माहिती कल्याण पासून सगळ्यांना व्हावी कल्याण मधल्या

अनेकांना माहित नाही वासुदेव बळवंत फडके आद्य क्रांतिकारक यांचा आजोळ कल्याणच्या याची माहिती आम्हाला माहित नाही लोको कापसे राज्यपाल खासदार असे अनेक पद भूषविले त्यांचे महत्त्व सगळ्यांसमोर यावी असे १२ कल्याण रत्नांची माहिती देणं गरजेच्या माध्यमातून लोकांपर्यंत पोहोचवण्याचा प्रयत्न केला या १२ जणांच्या परिवारातले कुटुंबातले कुटुंबातील लोकांसोबत कुटुंबातील लोकांचा स्तकार हे पहिला महिला आयुक्त डॉक्टर इंद्राणी जाकड यांच्या उपस्थितीमध्ये पार पडलं आणि त्यांच्या हस्ते या दिनदर्शिकेचे प्रकाशन झाले

केंद्रीय संचार मंत्री जोतिरादित्य सिंधिया यांनी घेतले श्री विठ्ठल रुक्मिणी मातेचे दर्शन

पंढरपूर/प्रतिनिधी : केंद्रीय संचार, पूर्वोत्तर क्षेत्र विकास मंत्री जोतिरादित्य सिंधिया यांनी आज श्री विठ्ठल-रुक्मिणी मातेचे सपत्नीक दर्शन घेतले यावेळी मंदिर समितीच्या वतीने मंदिर समितीचे सदस्य ज्ञानेश्वर महाराज जळगावकर यांच्या हस्ते केंद्रीय मंत्री जोतिरादित्य सिंधिया यांचा शाल व श्री विठ्ठल-रुक्मिणीची मूर्ती देवून् सत्कार करण्यात आला.याप्रसंगी उपविभागीय अधिकारी सचिन इथापे, उपविभागीय पोलिस अधीकारी डॉ. अर्जुन भोसले , तहसीलदार सचिन लंगुटे, पोलीस निरीक्षक विश्वजीत घोडके, पोस्टमास्तर जनरल पुणे रिजन रामचंद्र जायभाये,अधीक्षक डाक घर चंद्रकांत भोर यांच्यासह मान्यवर पदाधिकारी उपस्थित होते.



ई कचऱ्याविषयी जागरूकता हवी

संपूर्ण जगात जागतिक ई कचऱ्याची समस्या उग्ररूप धारण करत असून ई कचऱ्याची मात्रणे आणि ई कचऱ्याचा पुनर्वापर या बाबत जनजागृती करणे हा या दिवसा मागचा उद्देश आहे. २०१८ साली पहिल्यांदा जागतिक कचऱ्या दिवस साजरा करण्यात आला. पर्यावरण आणि मानवी आरोग्यासाठी धोकादायक असलेला ई कचऱ्या ही जगातील आज सर्वात मोठी समस्या बनली आहे. आपल्या रोजच्या जगण्यामध्ये इलेक्ट्रॉनिक आणि डिजिटल सेवांचा वापर जसा वाढत चालला आहे तसतसा इलेक्ट्रॉनिक वस्तूंचा डोंगरही वाढत चालला आहे. उपयुक्तता संपलेल्या आणि तांत्रिक बिघाडामुळे वापरण्यायोग्य नसलेल्या वस्तू फेकून दिल्या जातात आणि मग त्याचा ई कचऱ्या बनतो. फक्त महाराष्ट्राचा विचार केला तर महाराष्ट्रात दरवर्षी ५० हजार टन हून अधिक ई कचऱ्या जमा होतो तर देशात ५ लाख टन ई कचऱ्या वर्षाला तयार होतो. महाराष्ट्र खालोखाल आंध्र प्रदेश, तामिळनाडू, उत्तर प्रदेश आणि पश्चिम बंगाल या राज्यात सर्वाधिक ई कचऱ्या तयार होतो. आपल्या देशातच इतका ई कचऱ्या तयार होत असेल तर जगात किती ई कचऱ्या तयार होत असेल याचा विचार न केलेलाच बरा. ई कचऱ्याची समस्या इतकी गंभीरपणे आ वासून उभी असतानाही आपण ई कचऱ्या विषयी जागृत नाही. काहीना तर ई कचऱ्या म्हणजे काय हे देखील माहित नाही. ई कचऱ्या म्हणजे तुमच्या आमच्या घरातील निकामी झालेल्या किंवा वापरात नसलेल्या इलेक्ट्रॉनिक वस्तू ज्या सहजपणे आपण इतर कचऱ्यासोबत बाहेर फेकतो. या कचऱ्याचा निचरा देखील आपण इतर कचऱ्या प्रमाणेच करतो. घरगुती वापरातील टीव्ही, टेप, रेडिओ, टू इन वन, फ्रिज, मिक्सर, वॉशिंग मशीन, कुलर, एअर कंडिशनर, इलेक्ट्रॉनिक कुकर, मायक्रोवेव्ह, ओव्हन, हीटर, पंखे यासारख्या इलेक्ट्रॉनिक वस्तू निकामी झाल्या की त्याला ई कचऱ्या असे संबोधले जाते. यासोबतच महिती तंत्रज्ञान क्षेत्रातील उपकरणे जसे संगणक, लॅपटॉप, टॅब, फोन, मोबाईल, बॅटरी, सर्किट बोर्ड, हार्ड डिस्क, पेन ड्राईव्ह, सिडी, व्ही सिडी यांचा ई कचऱ्यात समावेश होतो. अशा प्रकारे निकामी झालेल्या इलेक्ट्रॉनिक वस्तूंना ई कचऱ्या असे म्हणतात. इलेक्ट्रॉनिक वस्तूमध्ये भरपूर प्रमाणात सजीवांना अपायकारक घटक असतात. हे अपायकारक घटक पर्यावरणातील हवा, मती आणि पाण्यात मिसळले की सभोतालची हवा, पाणी आणि माती दूषित होती. मोबाईलची किंवा कोणत्याही बॅटरीची निर्मिती शिसे वापरून केली जाते. हे शिसे पावसाच्या पाण्यात झिरपून हवेतील आर्द्रतेमध्ये मिसळून संबंधित हवा, पाणी आणि दूषित होते. अमेरिकेतील एका पर्यावरण संवर्धन संस्थेच्या म्हणण्यानुसार दरवर्षी ३० दशलक्ष संगणक निकामी झाले की फेकून दिले जातात. यापैकी वीस टक्क्यांहून कमी संगणकाचे पुनर्निर्माण केले जात नाही. युरोपमध्ये तर दरवर्षी सुमारे १०० दशलक्ष फोन फेकून दिले जातात. कालबाह्य ठरलेली, निकामी झालेली ही उपकरणे पर्यावरणातील जागा वेगाने व्यापत आहेत. निष्काळजीपणे फेकलेल्या काही उपकरणांमध्ये बोरोलियम, कॅडमियम, पारा आणि शिसे यासारखी घातक घटक असतात. या घटकांना वातावरणात संश्लिष्ट होण्यास अवकाश लागत असला तरी खूप जास्त प्रमाणात जेव्हा हे वातावरणात मिसळले जातात तेव्हा पर्यावरणाची मोठी हानी होते. एकूणच ई कचऱ्यामुळे पर्यावरणाची मोठी हानी होत आहे. हे लक्षात घेता ई कचऱ्याच्या समस्येवर वेळीच आणि गांभीर्याने विचार करण्याची नितांत गरज आहे. ई कचऱ्याची विल्हेवाट लावण्यासाठी विशिष्ट प्रक्रिया अवलंबणे आवश्यक आहे. त्याचा निचरा इतर कचऱ्यासोबत न करता त्याचा निचरा करण्यासाठी भिन्न प्रक्रिया राबवली पाहिजे. ई कचऱ्याचे नियोजन आणि विल्हेवाट लावण्याच्या प्रक्रियेत या कचऱ्याचे संकलन त्याचे रिसायकलिंग आणि त्याचे मॅन्युफॅक्चरिंग महत्वाचे आहे. त्यासाठी सार्वजनिक व खाजगी क्षेत्राने संयुक्त रूपात पायाभूत सुविधा उभारण्याचा लागतील. पर्यावरण मंत्रालयाने सादर केलेल्या ई कचऱ्या व्यवस्थापन नियम २०२२ च्या मसुद्यात ई कचऱ्या व्यवस्थापनामध्ये उत्पादक, पुनर्वापर संस्था आणि संघटना सर्वांची जबाबदारी निश्चित केली गेली आहे. ती जबाबदारी प्रत्येक घटकाने पार पाडल्यास काही प्रमाणात ही समस्या मिटेल.



रेशीम शेतीच्या प्रचार-प्रसारासाठी ९ जानेवारी ते ९ फेब्रुवारी २०२५ या कालावधीत लातूर जिल्ह्यात महारेशीम अभियान राबविले जात आहे. यानिमित्त कमी पाण्यात आणि कमी कालावधीत अधिक उत्पन्न देणाऱ्या रेशीम शेतीची आणि त्यासाठी शेतकऱ्यांना मिळणाऱ्या शासकीय अनुदानाची माहिती देणारा लेख...

सध्या शेतीमधून तीच-तीच पिके सातत्याने घेतली जात असल्याने जमिनीचा पोत ढासळतो आहे. त्यामुळे पिकांवर रोगांचा प्रादुर्भाव वाढल्याने रासायनिक खते, औषधांचा वापर मोठ्या प्रमाणावर होत आहे. परिणामी उत्पादन खर्चात वाढ झाली आहे. यासोबतच लहरी हवामानाचा फटकाही शेतीला बसत आहे. वाढलेला उत्पादन खर्च आणि लहरी हवामानामुळे होणारे नुकसान अशा दुहेरी समस्यांला सामोरे जाणाऱ्या शेतकऱ्यांसाठी रेशीम शेती हा नवा पर्याय पुढे येत आहे. लातूर जिल्ह्यात मांजरा खोऱ्यातील माती आणि भौगोलिक हवामान रेशीम शेतीला अनुकूल असल्यामुळे इथे रेशीम शेती शेतकऱ्यांसाठी फायदेशीर ठरत आहे.

कमी पाण्यामध्ये आणि कमी कालावधीमध्ये चांगले उत्पन्न मिळत असल्याने लातूर जिल्ह्यात रेशीम शेतीकडे शेतकऱ्यांचा कल वाढत आहे. सद्यस्थितीत जिल्ह्यात ६२७ शेतकरी रेशीम शेती करीत असून जवळपास ६४२ एकर क्षेत्रावर तुतीची लागवड झाली आहे. एक एकर जमिनीमध्ये एका वर्षात जवळपास दोन ते अडीच लाख रुपये उत्पन्न शेतकरी घेत

आहेत. जिल्ह्यातील जास्तीत जास्त शेतकऱ्यांपर्यंत रेशीम शेतीची माहिती पोहोचविण्यासाठी रेशीम विभागामार्फत ९ जानेवारी ते ९ फेब्रुवारी २०२५ या कालावधीत महारेशीम अभियान सुरु करण्यात आले आहे. या अभियानात कालावधीत नाव नोंदणी करणाऱ्या शेतकऱ्यांना रेशीम लागवडीसाठी अनुदान दिले जाणार आहे.

एकदा तुती लागवड केल्यानंतर पुढील १२ ते १५ वर्षे ही झाडे टिकतात. कमीत कमी रासायनिक खतांचा वापर, इतर पिकांच्या तुलनेत कमी पाणी लागत असल्याने उत्पादन खर्चात बचत होते. तसेच घरातील प्रत्येक व्यक्तीला घराचर रोजगार उपलब्ध होवून मजुरीचा प्रश्न मिटतो. यासोबत पर्यावरणप्रकृत व्यवसाय म्हणून रेशीम शेतीकडे पहिले जाते. रेशीम शेतीद्वारे शेतकऱ्यांचे जीवनमान उंचाविण्याच्या उद्देशाने सन २०१६-१७ पासून रेशीम शेतीचा समावेश महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार हमी (मनरेगा)मध्ये करण्यात आला आहे. यासोबतच सिल्क समग्र-२ योजनेतूनही रेशीम शेतीला अनुदान दिले जात आहे. अतिशय कमी भांडवलाने आणि कमीत-कमी पाणी, कमी कालावधीत रेशीम शेतीमधून अधिक उत्पन्न घेणे शक्य होत आहे.

ऊस पिकला लागणाऱ्या पाण्याच्या केवळ तीस ते पस्तीस टक्के पाण्यामध्ये रेशीम शेती होवू शकते, असा दावा रेशीम उत्पादक शेतकरी करतात. रेशीम शेतीतून एका एकरात अडीच लाखांपर्यंत उत्पन्न शक्य रेशीम शेतीमध्ये योग्य नियोजनाने

प्रत्येक ३ महिन्याला एक याप्रमाणे एका वर्षात ४ पिके घेता येतात. एका एकरामधील तुतीचा पाला रेशीम कीटकाच्या २०० अंडीपुजासाठी वापरला जातो. यापासून सरासरी १३० ते १४० किलोग्रॅम रेशीम कोषाचे उत्पादन मिळू शकते. एका किलो कोषाला सरासरी ४५० रुपये दर मिळत असून शेतकऱ्याला एका पिकात ५८ हजार ते ६३ हजार रुपयेचे उत्पन्न मिळते. एका वर्षात ४ पिके घेतल्यास जवळपास अडीच लाख रुपये उत्पन्न एका एकरात मिळते, असे लातूरचे रेशीम विकास अधिकारी एस. बी. वराट यांनी सांगितले. तसेच जास्तीत जास्त शेतकऱ्यांनी रेशीम शेती करण्याचे आवाहन केले.

अल्पभूधारक शेतकऱ्यांना मनरेगामधून अनुदान

अल्पभूधारक शेतकऱ्यांना महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार हमी (मनरेगा) योजनेतून रेशीम शेतीसाठी तीन वर्षात टप्प्या-टप्प्याने ४ लाख १८ हजार ८१५ रुपये अनुदान दिले जाते. यामध्ये तुती लागवडीसाठी २ लाख ३४ हजार ५५४ रुपये, कीटक संगोपन गृह बांधकामासाठी १ लाख ८४ हजार २६१ रुपये अनुदानाचा समावेश आहे.

बहुभूधारक शेतकऱ्यांसाठी सिल्क समग्र-२ योजना

बहुभूधारक शेतकऱ्यांना रेशीम लागवडीसाठी अनुदान देण्यासाठी सिल्क समग्र-२ योजना सुरु करण्यात आली आहे. या अंतर्गत अनुसूचित जाती, अनुसूचित जमाती प्रवर्गातील

शेतकऱ्यांना तुती लागवड, कीटक संगोपन गृह बांधकाम, कीटक संगोपन साहित्य, सिंचन आदी बाबींसाठी एकत्रित स्वरूपात ४ लाख ४५ हजार ५०० रुपये अनुदान दिले जाते. तसेच सर्वसाधारण प्रवर्गातील शेतकऱ्यांना याच बाबींसाठी ३ लाख ३१ हजार २५० रुपये अनुदान दिले जाते.

तुती रोपवाटिका आणि चांकी रेअरिंग सेंटर उभारण्यासाठीही अनुदान रेशीम शेती करणाऱ्या शेतकऱ्यांना तुती रोपांचा पुरवठा करण्यासाठी तुती रोपवाटिका उभारण्यासाठीही सिल्क समग्र- २ योजनेतून अनुदान दिले जाते. यासोबतच बाल्यवस्थेतील कीटक निर्मितीकरिता चांकी रेअरिंग सेंटर उभारण्यासाठीही अनुदान दिले जाते. दीड लाख रुपये पर्यंत खर्च असलेल्या रोपवाटिकेच्या उभारण्यासाठी अनुसूचित जाती, अनुसूचित जमाती प्रवर्गातील व्यक्तींना ९० टक्केपर्यंत म्हणजेच १ लाख ३५ हजार रुपयेपर्यंत आणि सर्वसाधारण प्रवर्गातील व्यक्तीला ७५ टक्के म्हणजेच १ लाख १२ हजार ५०० रुपयेपर्यंत अनुदान दिले जाते.

चांकी रेअरिंग सेंटर उभारण्यासाठी १३ लाख रुपयेपर्यंत खर्च अपेक्षित असून यासाठी अनुसूचित जाती प्रवर्गातील व्यक्तीला ९० टक्केपर्यंत म्हणजेच ११ लाख ७० हजार रुपये आणि सर्वसाधारण प्रवर्गातील व्यक्तींना ७५ टक्केपर्यंत म्हणजेच ९ लाख ७५ हजार रुपये अनुदान दिले जाते.

शासकीय अनुदानासाठी आवश्यक कागदपत्रे रेशीम शेतीसाठी मनरेगा किंवा

सिल्क समग्र-२ योजनेचा लाभ घेण्यासाठी शेतकऱ्यांकडे सातबारा उतारा, आठ अ (होल्डींग), पाणी प्रमाणपत्र, टोच नकाशा, बँक पासबुक, आधार कार्ड, जांब कार्ड (मनरेगा योजनेतून लाभ घेण्यासाठी), ग्रामपंचायत ठराव (मनरेगा योजनेतून लाभ घेण्यासाठी) इत्यादी कागदपत्रे अर्जासोबत जोडणे आवश्यक आहे.

लातूर जिल्ह्यातही होतेय रेशीम धागा निर्मिती

लातूर जिल्ह्यात रेशीम कोषापासून रेशीम धागा निर्मिती करणारे दोन उद्योग सुरु झाले आहेत. लातूर तालुक्यातील नांदगाव येथे कौशल्य सिल्क उद्योग येथे एका सेमी-ऑटोमॅटिक रिलिंग मशीनची उभारणी केली आहे. तसेच औजे आरखेडा येथे श्री. तापडिया यांनी दोन ऑटोमॅटिक रिलिंग मशीनच्या माध्यमातून रेशीम सिल्क उद्योग सुरु केला आहे. या दोन्ही रिलिंग केंद्रातून रेशीम धागा निर्मिती सुरु झाली आहे. तसेच आणखी एक रेशीम धागा निर्मिती उद्योगही सुरु होत आहे. राज्यात जालाना, बीड, पूर्णा, बारामती येथील कृषि उत्पन्न बाजार समितीमध्ये रेशीम कोष खरेदीची सुविधा उपलब्ध करून देण्यात आली आहे. यासोबतच व्यापारीही थेट शेतकऱ्यांशी संपर्क करून शेतकऱ्यांच्या शेतात येवून कोष खरेदी करतात.

तानाजी घोलप, प्र. जिल्हा माहिती अधिकारी, लातूर

पान १ वरून...

जिल्ह्याची आता परिवर्तनाच्या दिशेने वाटचाल - पालकमंत्री ना. मकरंद पाटील

शासनाने शेतकऱ्यांसाठी शेतमाल तारण योजना व ई-नाम योजना सुरु केली आहे. या योजनेअंतर्गत जिल्ह्यातील सात कृषी उत्पन्न बाजार समित्यांमध्ये शेतकऱ्यांना ई-लिवाव पद्धतीने आपला शेतमाल विक्री करण्याची सुविधा उपलब्ध झाली असून आतापर्यंत सुमारे ३० हजार शेतकऱ्यांनी नोंदणी केली आहे. वर्षाअखेर जवळजवळ पस्तीस लाख क्विंटल शेतमालाची विक्री झाली आहे. यातून सुमारे १३०० कोटी रुपयांहून अधिक रकमेची उलाढाल झाली असून शेतकऱ्यांना आपल्या शेतमालाला योग्य भाव मिळण्यास मदत झाली आहे, ही मोठी उपलब्धी आहे. त्यामुळे शेतकऱ्यांनी हमीभाव व बाजारभावासाठी नजीकच्या कृषी उत्पन्न बाजार समितीमध्ये ई-नाम प्रणालीवर नोंदणी करून जास्त भाव देणाऱ्या व्यापाऱ्याकडेच शेतमाल विक्री करावी, असे आवाहन पालकमंत्री ना. पाटील यांनी यावेळी केले.

शेतकऱ्यांचे उत्पन्न वाढविण्याच्या दृष्टीने पशुसंवर्धन आणि दुग्धव्यवसायाचा विस्तार हा जिल्ह्यातील ग्रामीण अर्थव्यवस्थेसाठी महत्त्वाचा घटक आहे. यावर्षी एक लाख सत्तेचाळीस हजार लिटर दूध उत्पादन झाले आहे. याबरोबरच मत्स्यबीज उत्पादन वाढविण्यावर देखील भर दिला जात आहे आणि शेतकऱ्यांची औद्योगिक क्षमता वाढविण्याच्या दृष्टीने जिल्ह्यात ३ हजार २१५ शेतकरी उत्पादक संस्था तर २०२ शेतकरी उत्पादक कंपन्या स्थापन झाल्या आहेत, अशी माहिती त्यांनी यावेळी दिली.

जिल्ह्यात जिगाव, राहेरा, आलेवाडी हे प्रमुख सिंचन प्रकल्प होत आहेत. जिगाव प्रकल्पातून सव्वा लाख हेक्टर क्षेत्रापैकी माहे जून २०२५ पर्यंत दहा हजार हेक्टर, राहेरा लघु सिंचन प्रकल्पातून मार्च २०२५ पर्यंत ४६५ हेक्टर तर आलेवाडी लघु सिंचन प्रकल्पातून जून २०२५पर्यंत ७५० हेक्टर क्षेत्र सिंचनाखाली येणार आहे. जिगाव, राहेरा, आलेवाडी या तीनही सिंचन प्रकल्पाचा तीनशे गावांना लाभ होणार आहे. जिल्ह्यात एकूण ३५ हजार ३११ कोटी रुपयांचे सिंचन प्रकल्प प्रगतीपथावर आहेत. या सिंचन प्रकल्पातून एक लाख बारा हजार हेक्टर क्षेत्र सिंचनाखाली येणार आहे.

जिल्ह्याच्या विकासासाठी महत्त्वाचा मानला जाणारा १३९ दशलक्ष घनमीटर साठवण क्षमतेचा वैनगंगा-नळगंगा नदी जोड प्रकल्प ८८ हजार ५७५ कोटी रुपये खर्चाचा असून, यामध्ये ३८६ मीटर लांबीच्या कालव्याचे बांधकाम प्रस्तावित आहे. यात नळगंगा, कोलोरी आणि शेळोडी हे तीन प्रकल्प प्रस्तावित केले आहेत.

या प्रकल्पांमुळे बुलढाण्यातील सुमारे ३८ हजार हेक्टर क्षेत्र सिंचनाखाली येणार आहे. हा प्रकल्प जिल्ह्याच्या जलसंधारण आणि कृषी विकासात मोठी भूमिका बजावेल, अशी अपेक्षा पालकमंत्री यांनी व्यक्त केली.

जिल्ह्यातील जिगाव, वैनगंगा-नळगंगा नदी जोड प्रकल्प, सिंदखेडराजा विकास आराखडा, ऐतिहासिक लोणार सरोवर विकास आराखडातील कामे, जिल्ह्यातील रस्ते विकास इत्यादी प्रकल्पांना पुढील काळात गती देऊन पूर्ण करण्याचा माझा मानस आहे. याशिवाय शिक्षण, आरोग्य, कृषी क्षेत्रात भरवी कामगिरी करण्यासाठी मोठा वाव असून या क्षेत्रांचा विकास करण्यात कोणत्याही प्रकारचा हात आखडता न घेता प्राधान्य देण्यासाठी प्रयत्नशील राहणार असल्याचेही त्यांनी यावेळी सांगितले.

मुख्यमंत्री बळीराजा कोल्हात वीज योजनेंतर्गत जिल्ह्यात आतापर्यंत एक लाख पासष्ट हजार शेतकऱ्यांनी या योजनेचा लाभ घेतला आहे. मुख्यमंत्री सौर कृषी वाहिनी योजनेंतर्गत जिल्ह्यात दोन हजार एकरात ९१ उपकेंद्रांद्वारे ४०१ मेगावॅट वीज निर्मितीचे उद्दिष्ट आहे. यापैकी सध्या आणि बोरी येथे दोन सौर प्रकल्प कार्यान्वित करण्यात आले असून उर्वरित ६७ प्रकल्प प्रगतीपथावर आहेत. या प्रकल्पांतून शेतकऱ्यांना दिवसा वीज पुरवठ्याची सुविधा उपलब्ध केली जात आहे.

मुख्यमंत्री रोजगार निर्मिती कार्यक्रम, प्रधानमंत्री रोजगार निर्मिती कार्यक्रम, प्रधानमंत्री अन्न प्रक्रिया आणि मुद्रा योजना या सारख्या योजनांद्वारे जिल्ह्यात नवउद्योजकांना प्रोत्साहन देण्यासाठी अल्प दराने कर्ज सवलत देवून त्यांच्या प्रकल्पांना मंजुरी देण्यात आली आहे. या योजनांच्या माध्यमातून मोठ्या प्रमाणात रोजगार निर्मिती होत आहे. जिल्ह्यातील औद्योगिक क्षेत्राच्या विस्ताराच्या दृष्टीने मोलाळा येथे नविन एमआयडीसी प्रस्तावित करण्यात आली असून खासागाव आणि देऊळगाव राजा येथील औद्योगिक क्षेत्राचे विस्तारीकरण प्रस्तावित आहे. याद्वारे स्थानिक युवकांना नोकऱ्या व रोजगाराच्या संधी उपलब्ध करून देण्यासाठी प्रयत्न राहणार आहे. समृद्धी महामार्गांतर्गत सिंदखेडराजा तालुक्यातील सावरगाव माळ, निमखेड व गोळेगाव आणि मेहकर तालुक्यात साब्रा-काब्रा या दोन नवीन टाऊनशिप प्रस्तावित आहेत. हा प्रकल्प बुलढाणा जिल्ह्याच्या औद्योगिक व आर्थिक विकासाला चालना देईल, असा विश्वास पालकमंत्री यांनी व्यक्त केला.

जिल्ह्यात अकोला-खंडवा हा २३ किलोमीटर लांबीचा रेल्वे मार्ग आणि जालना- खासागाव हा

१६२ किलोमीटर लांबीचा रेल्वे प्रकल्प बांधणीचे काम लवकरच सुरु होणार आहे. प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना आणि महात्मा जोतीराव फुले जन आरोग्य योजना या एकत्रित आयुष्मान भारत योजनेंतर्गत आतापर्यंत जिल्ह्यात सव्वा सात लाखपेक्षा अधिक आयुष्मान कार्ड वितरित करण्यात आले असून ९० हजार रुग्णांनी योजनेचा लाभ घेतला आहे.

तसेच बुलढाणा येथे नवीन शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालयाच्या इमारतीकरिता ४०३ कोटी रुपये निधी मंजूर करण्यात आला असून सध्या त्याचे बांधकाम प्रगतीपथावर आहे. तसेच जळगाव जवळपास २३३ कोटी रुपयांचा प्रस्ताव सादर करण्यात आला आहे. तसेच ज्ञानगंगा, अंबावर्षा अभयारण्य, मियावाकी, इकोटुरीझम, ग्री टुरीझमला देखील प्रोत्साहन दिले जात आहे. या उपक्रमातून जिल्ह्यात पर्यटन विकास आणि रोजगाराच्या मोठ्या संधी निर्माण होणार आहे. यासह जंगल संसाधने आणि वन्य परिसरात राहणाऱ्या ग्रामस्थांचा प्रामुख्याने विचार करून या भागातील आदिवासी बांधवांना मदत करण्यास आगामी काळात प्राधान्य दिले जाईल.

शहरी व ग्रामीण भागातील वंचित व गरजू लोकांना हक्काचे घर मिळावे यासाठी जिल्ह्यात शहरी आवास, रमाई आवास, पुण्यश्र्लोक अहिल्यादेवी होळकर धनगर आवास, मोदी आवास, प्रधानमंत्री आवास इत्यादी विविध आवास योजना राबविण्यात येत आहे. जिल्ह्यात चालू वर्षात एकूण १७ हजार ५५ घरकुलांकरिता २६७ कोटी रुपयांचा निधी उपलब्ध करून देण्यात येणार आहे.

तसेच मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजनेंतर्गत जिल्ह्यातील सुमारे साडेसाह लाख महिलांना दरमहा पंधराशे रुपयांची मदत देण्यात आली आहे. जिल्ह्याचा सर्वांगीण विकास साधताना सामाजिक स्तरही उंचावण्यासाठी समाज कल्याण विभागामार्फत मागासवर्गीय विद्यार्थ्यांसाठी वसतिगृह, निवासी शाळा, आश्रमशाळा, स्वाधार योजना, भारत सरकार मॅट्रिकोतर शिष्यवृत्ती योजना, मुर्लीवर्षा विवाहासाठी कन्यादान योजना

इत्यादी विविध योजना शासनाकडून राबविण्यात येत आहे. यामुळे समाजातील मागे पडलेल्या वंचित घटकाला विकासाच्या मुख्य प्रवाहात सामिल करून घेण्याचा प्रयत्न करण्यात येत आहे.

भारतीय संविधान हे जगातील सर्वोत्तम संविधान आहे. या संविधानामुळे राष्ट्र निर्माणासाठी हातभार लागला आहे. प्रत्येक नागरिकाने सकारात्मक विचारातून प्रगतीकडे वाटचाल करण्याचा संकल्प करावा. येत्या काळात आपण सर्व जण चिकाटीने देशाला प्रगतीपथावर नेऊ, असे आवाहन पालकमंत्री ना. मकरंद पाटील यांनी यावेळी केले.

प्रजासत्ताक दिनानिमित्त विविध क्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य केलेल्या अधिकारी, कर्मचारी व सकारात्मक विचारातून प्रगतीकडे वाटचाल करण्याचा संकल्प करावा. येत्या काळात आपण सर्व जण चिकाटीने देशाला प्रगतीपथावर नेऊ, असे आवाहन पालकमंत्री ना. मकरंद पाटील यांनी यावेळी केले.

प्रजासत्ताक दिनानिमित्त विविध क्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य केलेल्या अधिकारी, कर्मचारी व सकारात्मक विचारातून प्रगतीकडे वाटचाल करण्याचा संकल्प करावा. येत्या काळात आपण सर्व जण चिकाटीने देशाला प्रगतीपथावर नेऊ, असे आवाहन पालकमंत्री ना. मकरंद पाटील यांनी यावेळी केले.

मुलांना शिस्त लावायची असेल तर त्यांच्याशी

वयानुसार वागावे, चाणक्य नीति काय सांगते?



आचार्य चाणक्य सांगतात की, सद्गुणी व्यक्तिमत्व घडवण्यासाठी शिक्षणासोबतच चांगले संस्कार असणे अत्यंत आवश्यक आहे. मूल्यांशिवाय शिक्षणाला महत्त्व नाही. लहानपणापासूनच मुलावर चांगले संस्कार होतात. मुलांवर चांगले संस्कार करण्यात पालकांची भूमिका सर्वात महत्त्वाची असते. त्यामुळे मुलांशी कोणत्याही प्रकारे वागताना पालकांनी विशेष काळजी घेणे आवश्यक आहे. चाणक्य नीतिमध्ये मूलांशी संबंधित महत्त्वाच्या गोष्टी सामायिक केल्या आहेत. या गोष्टी लक्षात ठेवल्या तर मुलांना योग्य पद्धतीने सम जावून सांगता येईल आणि त्यांना चांगले धडे देता येतील.

पांच वर्ष लौ लालिये, दस लौ तान्रडन देइ, सुतहीं सोलह बरस में, मित्र सरसि गनि लेइ चाणक्य नीतिमधील या दोह्याद्वारे पालकांनी आपल्या मुलांशी कोणत्या वयात कसे वागले पाहिजे हे स्पष्ट केले आहे. पाच वर्षांपर्यंत मुलाचे खूप लाड करावेत, कारण या वयात मूल निष्पाप असते, असे या दोह्यात म्हटले आहे. त्याला योग्य-अयोग्य याचे भान नसते. या वयात केलेल्या चुका जाणूनबुजून होत नाहीत.

जेव्हा मूल पाच वर्षाचे असते चाणक्य नीति म्हणते की जेव्हा मूल पाच वर्षाचे होते, तेव्हा त्याला चूक केल्याबद्दल फटकारले जाऊ शकते कारण तेव्हापासून त्याला गोष्टी समजू लागतात, म्हणून आवश्यक असल्यास मुलाची काळजी घेण्याबरोबरच त्याला फटकारले पाहिजे.

१० ते १५ वर्षांपर्यंतच्या बालकांशी व्यवहार चाणक्य नीति सांगतात की, जेव्हा मूल १० ते १५ वर्षाचे असते तेव्हा त्याच्यासोबत काही कडकपणा केला जाऊ शकतो कारण या वयात मुले हट्टी होऊ लागतात. लहान मूल चुकीचे वागले आणि हट्टी असेल तर त्याला थोडे कठोरपणे वागवले जाऊ शकते, परंतु पालकांनी मुलांशी वागताना आपली भाषा अतिशय सन्माननीय आणि संयमी ठेवावी.

वयाच्या १६ व्या वर्षी मुलाशी कसे वागावे चाणक्य नीति सांगतात की मूल १६ वर्षाचे झाल्यावर त्याला मारणे किंवा शिष्या देण्याऐवजी त्याला मित्रासारखे वागवले पाहिजे कारण या वयात मुलांमध्ये अनेक बदल घडू लागतात. हे वय खूप नाजूक आहे. या वयात मुलाला मित्राप्रमाणे समजावून सांगून त्याच्या चुकीची जाणीव करून दिली पाहिजे.

रोज रताळे खाण्याचे किती

फायदे.. त्वचेला अजिबात

सुरकुत्या पडत नाहीत

सहसा काही लोक वेगवेगळ्या खाद्यपदार्थांची पौष्टिक मूल्ये गुगल करतात. त्यांना केळीची साले, दही, ब्लूबेरी यासारख्या गोष्टींबद्दल माहिती असते, परंतु रताळ्यातील पोषक तत्वांबद्दल त्यांना कमी माहिती असते, ज्याला गोड बीट देखील म्हणतात. याबाबत थेट आहारतज्ज्ञ आणि पोषणतज्ञांना विचार आणि याला तुमच्या रोजच्या आहाराचा भाग बनवा, याचे अनेक फायदे आहेत.

हे आहेत ते खाण्याचे फायदे
१. पाचन समस्या कमी करते : एका रताळ्यामध्ये १५ टक्के फायबर असते, असे प्रसिद्ध आहारतज्ज्ञ नतालियो रिझो म्हणतात. हे आपल्या आतड्याच्या आरोग्यासाठी आवश्यक आहे असे म्हटले जाते. ते खाल्ल्याने अन्न सहज पचते आणि बद्धकोष्ठतेची समस्या दूर होते.

२. रक्तातील साखरेची स्थिरता : गोड बटाटा हा एक जटिल स्टार्च असल्यामुळे, साध्या स्टार्चच्या तुलनेत ते पचण्यास अधिक वेळ लागतो, असे रॅरिझोना स्टेट युनिव्हर्सिटीच्या सहयोगी प्राध्यापक, आहारतज्ञ जेसिका लेहमन यांनी सांगितले. हे खाल्ल्याने आपल्या रक्तातील कोलेस्टेरॉलची पातळी वाढत नाही. याशिवाय मानसिक आणि ऊर्जा पातळी स्थिर ठेवण्यास मदत होते.

३. जळजळ कमी करते : या रताळ्यामध्ये दाहक-विरोधी पदार्थ आढळतात. कारण त्यातील अँटीऑक्सिडंट्स, व्हिटॅमिन-सी, कॅरोटीनोइड आपल्या शरीरातील सूज कमी करतात. हे जुनाट आजार आणि काही प्रकारच्या कर्करोगाच्या पेशींपासून देखील संरक्षण करते.

४. बूस्टर म्हणून कार्य करते : रताळ्यामुळे दृष्टी सुधारते. शिवाय, रोगप्रतिकारक शक्ती सुधारते आणि हाडे मजबूत होतात. याचे नियमित सेवन त्वचेसाठी चांगले असते. सुरकुत्या प्रतिबंधित करते.

५. मानसिक आरोग्य सुधारते : रताळे मानसिक आरोग्यासाठी चांगले असतात. यामध्ये व्हिटॅमिन-६ भरपूर प्रमाणात असते. हे सेरोटोनिनचे संचरण करण्यासाठी वापरले जाते, एक न्युरोट्रांसमीटर जो मूड नियंत्रित करण्यास मदत करतो. परंतु यापैकी जास्त प्रमाणात खाण्यात कोणतीही मोठी समस्या नाही. पण.. ज्यांना मधुमेहाचा त्रास आहे त्यांनी स्टार्चमुळे काळजी घ्यावी. यामध्ये ऑक्सलेटचे प्रमाण जास्त असते, त्यामुळे किडनी स्टोन असलेल्या लोकांनी ते कमी खावे. आणि ते किती घ्यायचे याचा प्रश्न येतो तेव्हा तज्ञ म्हणतात की दररोज रताळे खाणे आरोग्यदायी आहे.

वजन कमी करण्यासाठी डाळ-भात परफेक्ट आहार; फायदे वाचून आताच खायला लागाल

भारतीयांचे सगळ्यात आवडता पदार्थ म्हणजे डाळ-भात. आजारी असल्यावर किंवा जेवण बनवायचा कंटाळा आला की डाळ-भात आणि सोबतीला लोणचे इतक्या जेवणानेही पोट तृप्त होते. पण तुम्हाला माहितीये का डाळ-भात हे हेल्दी फूड आहे. ज्यांना वेट लॉस करायचे आहे त्यांच्यासाठी हेल्दी फूड आहे. कारण जे वेट लॉसचा प्रयत्न करत आहेत. त्यांच्या डाएटमध्ये डाळ-भाताचा समावेश नसतो. कारण लोक म्हणतात की, भात खाल्ल्याने वजन वाढते. मात्र हे खरं नाही. स्टीम राइस योग्य मात्रेत खाल्ल्यास वजन कधीच वाढत नाही.

डाळ-भात खाणे आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहे. डाळीत असलेले अँटी ऑक्सिडेंट आणि प्रोटीन असतात. भातात असलेले फायबर तुमचे

वजन कमी करण्यास मदत करतात. वजन कमी करण्यासाठी डाळ-भात का खावा आणि त्याचे फायदे काय, जाणून घेऊया सविस्तर.

प्रोटीन आणि कार्ब्सचे योग्य संतुलन डाळीचे सेवन हे शाकाहारी लोकांसाठी प्रोटीनचा चांगला स्रोत आहे. सर्व प्रकारच्या डाळींमध्ये प्रोटीन असते. मात्र हाय प्रोटीनसाठी तुम्ही तूर, मूग किंवा चणा डाळीचा आहारात समावेश करू शकतात. प्रथिने मांसपेशींच्या निर्माणासाठी आणि टिशूला रिपेअर करण्यास मदत करते. त्याचबरोबर स्टीम राइसमधूनही योग्य प्रमाणात कार्ब्स मिळतात.

पोषक तत्वे
१ कप तांदळात ३७ टक्के मॅंगनीज, १७ टक्के सेलेनियम मिळते. त्याचबरोबर, ४ मोठे

चमचे डाळीतून १२ टक्के मॅंगनीज, टक्के आयर्न आणि २० टक्के फोलेट मिळते. डाळ आणि भात या दोघांमध्ये बी कॉम्प्लेक्स व्हिटॅमिनचा एक चांगला स्रोत आहे.

प च न 1 स हलके डाळ आणि भात या दोघांमध्ये फायबरचे प्रमाण योग्य असते. त्यामुळे दोन्हीचे मिश्रण करून खाल्ल्यास बद्धकोष्ठची

समस्या दूर होते. त्याचबरोबर डाळीला फोडणी देणाऱ्या जिन्नसात हिंग आणि जीरे हे म

टांबॉलिज्म वाढवणारे गुण आहेत. प्रोटीनचा चांगला स्रोत डाळीत अनेक आवश्यक अमिनो अॅसिड असतात. जे फक्त जेवणातूनच प्राप्त करू शकतात. डाळ-भात हे संपूर्ण भोजन आहे. ज्यातून अधिक प्रमाणात अमिनो अॅसिड प्राप्त होते.

क्रेव्हिंग कंट्रोल करते फायबर आणि प्रोटीनने युक्त असल्यामुळे डाळ-भात खाल्ल्याने दीर्घकाळापर्यंत पोट भरल्यासारखे वाटते. त्यामुळे एक्स्ट्रा कॅलरी जेवणातून जात नाहीत.



चाणक्य नीतीनुसार, धन-पैशाबाबत या ५ गोष्टी ठेवा ध्यानात



प्रत्येक माणसाच्या जीवनात पैशाला अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. आपल्या इच्छा आणि गरजा पैशाने पूर्ण होतात. पैशाबाबत चाणक्य नीतिमध्ये म्हटले आहे की, पैसा हा माणसाचा खरा मित्र असतो, त्यामुळे पैशाची नेहमी बचत केली पाहिजे. जेव्हा तुमची स्वतःची माणसं तुम्हाला सोडून जातात, तेव्हा तुम्ही साठवलेले पैसे उपयोगी पडतात. आयुष्यात कधीही पैशाची चिंता करू नये असे तुम्हाला वाटत असेल तर आचार्य चाणक्य यांचे हे शब्द नेहमी लक्षात ठेवा.

आचार्य चाणक्य यांनी त्यांच्या आयुष्यातील अनुभवांच्या आधारे जे काही सांगितले आहे, त्या आजच्या तरुण पिढीने समजून घेतल्या पाहिजेत कारण त्या गोष्टी आजच्या वातावरणातही खऱ्या ठरतात. आचार्य केवळ विलक्षण बुद्धिमानच धनी नव्हते तर ते अनेक विषयांचे जाणकार होते. आजच्या पिढीसाठी ते मॅनेजमेंट गुरुपेक्षा कमी नाहीत. आचार्य यांनी जीवनाच्या जवळपास सर्वच पैलूंवर आपले विचार मांडले आहेत.

१. चाणक्य नीतीनुसार, पैसा नेहमी विवेकाने खर्च केला पाहिजे. पैशाची उधळपट्टी तुम्हाला जास्त काळ सोबत ठेवत नाही. फालतू खर्च करण्यापेक्षा संपत्ती जमा करण्याकडे लक्ष द्यावे. जेव्हा आवश्यक असेल तेव्हाच ते वापरावे.

२. जर तुम्हाला जीवनात अमाप पैसा कमवायचा असेल तर तुम्हाला तुमच्या ध्येयावर लक्ष केंद्रित करावे लागेल. ध्येय साध्य करणे हे संपत्तीचे साधन बनते. यासाठी तुम्हाला योग्य रणनीती आणि रूपरेषा तयार करावी लागेल.

३. चाणक्य नीतीनुसार, जिथे रोजगाराची साधने असतील तिथेच यशाची शक्यता असते. मनुष्याने नेहमी अशा ठिकाणी राहावे जेथे रोजगाराची साधने असतील. तुमच्या यशात अडथळा ठरणाऱ्या अशा परिस्थिती किंवा लोकांचा तुम्ही त्याग केला पाहिजे. या गोष्टी लक्षात ठेवल्यास पैशाची चिंता कधीच होणार नाही.

४. चाणक्य नीतीनुसार व्यक्तीने नेहमी प्रामाणिकपणे पैसा कमवावा. चुकीच्या मार्गाने पैसे कमवल्यास ते जास्त काळ टिकत नाही. असे लोक एक ना एक दिवस नक्कीच अडचणीत येतात आणि चुकीच्या पद्धतीने कमवलेला पैसा पाण्यासारखा वाहून जातो. प्रामाणिकपणा आणि परिश्रमातून कमवलेला पैसा माणसाला नेहमीच उपयोगी पडतो.

५. तुमचे पैसे नेहमी तुमच्या ताब्यात असावेत. जो पैसा इतरांच्या ताब्यात राहतो तो कधीच योग्य वेळी उपयोगी पडत नाही. अशा परिस्थितीत पश्चात्ताप करण्याशिवाय दुसरा पर्याय उरत नाही.

या ५ गोष्टींमुळे स्मार्ट होईल व्यक्तिमत्व, या टिप्स पडतील उपयोगी

व्यक्तिमत्व विकास ही आयुष्यभर चालणारी प्रक्रिया आहे, ज्यामध्ये स्वतःची वाढ आणि सुधारणेच्या अनेक पैलूंचा समावेश होतो. व्यक्तिमत्व विकासामध्ये तुमची खासियत तसेच तुमची कौशल्ये आणि वृत्ती यासारख्या गोष्टींचा समावेश होतो. ते आपल्या चरित्रामध्ये आणि वागण्यात महत्त्वाची भूमिका बजावतात. आपले व्यक्तिमत्व प्रभावीपणे सुधारण्यासाठी, आपण त्या गोष्टी समजून घेणे आवश्यक आहे, जे आपले व्यक्तिमत्व सुधारण्यासाठी कार्य करतात.

स्वतःची जाणीव
सेल्फ अवेअरनेस म्हणजे आत्म-जागरूकता ही व्यक्तिमत्व विकासाची पायाभरणी आहे. यात एखाद्या व्यक्तीची ताकद, कमकुवतपणा, मूल्ये, श्रद्धा, भावना आणि वागण्याचे नमुने समजून घेणे समाविष्ट आहे. आत्म-जागरूकतेनेच माणूस स्वतःबद्दल जाणून

घेऊ शकतो. त्यामुळे त्याच्या वागण्यातही सकारात्मक बदल होतो.

भावनात्मक बुद्धिमत्ता
भावनात्मक बुद्धिमत्तेला भावनात्मक बुद्धिमत्ता असेही म्हणतात. याचा अर्थ भावना ओळखण्याची, समजून घेण्याची आणि व्यवस्थापित करण्याची क्षमता असणे, तसेच इतरांबद्दल सहानुभूती असणे. भावनात्मक बुद्धिमत्ता वाद सोडवण्यास मदत करते. भावनात्मक बुद्धिमत्ता विकसित केल्याने भावनांवर नियंत्रण ठेवण्यात आणि सहानुभूती वाढण्यास मदत होते.

संवाद सुधारणे
वैयक्तिक आणि व्यावसायिक यशासाठी प्रभावी संवाद खूप महत्त्वाचा आहे. यामध्ये सक्रिय ऐकणे, कल्पना स्पष्टपणे व्यक्त करणे आणि गैर-मौखिक संकेत समजून घेणे समाविष्ट आहे. संवाद कौशल्य सुधारून व्यक्ती

त्यांचे विचार, गरजा आणि भावना प्रभावीपणे व्यक्त करू शकतात. यामुळे संबंध सुधारतात आणि इतरांवर सकारात्मक प्रभाव पडतो.

आत्मविश्वास
व्यक्तिमत्व वाढवण्यासाठी आत्मविश्वास असणे खूप गरजेचे आहे. आत्मविश्वासाने माणसाला अशक्य गोष्टीही शक्य वाटतात. याच्या मदतीने तुम्ही जोखीम घेणे, तसेच आव्हानाला चांगल्या पद्धतीने सामोरे जाण्यास शिकाल. आत्मविश्वास विकसित करणे म्हणजे आपली ताकद ओळखणे.

मानसिकतेत वाढ
व्यक्तिमत्व विकासामध्ये मानसिकतेत वाढ होणे अत्यंत आवश्यक आहे. वाढीच्या दृष्टीकोनात सतत शिकणे, आव्हाने स्वीकारणे आणि संधी शोधणे यांचा समावेश होतो. यामुळे तुमच्या ज्ञानाची व्याप्ती वाढते, त्यामुळे तुमच्या व्यक्तिमत्त्वातही सकारात्मक बदल होतात.

फेस मसाजमुळे चेहऱ्याला मिळतात अनेक जबरदस्त फायदे

चेहरा तरुण आणि चमकदार ठेवण्यासाठी तुम्ही फेस मसाज देखील करू शकता. चेहऱ्याच्या मसाजमुळे रक्ताभिसरण सुधारते. यामुळे तुम्हाला आराम वाटतो. यामुळे तुमची त्वचा गुळगुळीत होते. चेहऱ्याचा मसाज करण्यासाठी अनेक लोक सलूनमध्येही जातात. त्वचेला मसाज केल्याने अनेक फायदे होतात. तज्ज्ञांच्या मते, आठवड्यातून एकदा चेहऱ्याचा मसाज करावा.

यामुळे तुमच्या चेहऱ्यावर थकवा दिसत नाही. चेहरा खूप फ्रेश आणि ग्लोइंग दिसतो. चला जाणून घेऊया फेस मसाजचे काय आहेत फायदे

रक्ताभिसरण
फेस मसाजमुळे त्वचेतील



रक्ताभिसरण सुधारते. त्वचेला मसाज केल्याने चेहऱ्यावर नैसर्गिक चमक येते. यामुळे तुमची त्वचा पूर्वीपेक्षा अधिक तरुण दिसते.

तणाव कमी होतो
फेस मसाज केल्याने तुमच्या चेहऱ्याच्या स्नायूंना आराम मिळतो. मसाज केल्याने चेहऱ्यावरचा तणाव नाहीसा होतो. तुमचा चेहरा तरुण आणि सुंदर दिसतो. यामुळे तुमची त्वचा सैल किंवा लटकलेली दिसत नाही.

सुरकुत्या आणि बारीक रेषा
जेव्हा तुम्ही तुमच्या चेहऱ्याला मॉइश्चरायझरने मसाज करता, तेव्हा ते त्वचेची लवचिकता सुधारते. यामुळे बारीक रेषा आणि सुरकुत्या

दूर होण्यास मदत होते. हे कोलेजन उत्पादनात देखील मदत करू शकते. त्यामुळे तुमचा रंग सुधारतो.

त्वचेचा पोत सुधारणे
फेशियल मसाजमुळे तुमच्या त्वचेचा पोत सुधारतो. यामुळे तुमचा रंग अधिक उजळ होतो. यामुळे मसाज केल्याने त्वचेला चमक येते. यामुळे त्वचाही एक्सफोलिएट होते. त्यामुळे त्वचा स्वच्छ दिसते.

आराम मिळतो
दररोज मसाज केल्याने त्वचेला आराम मिळतो. यामुळे तुम्हाला खूप आरामदायी वाटते. यामुळे तुमच्या चेहऱ्यावर नैसर्गिक चमक येते. यासाठी नियमित चेहऱ्याचा मसाज करणे खूप गरजेचे आहे.

कधी प्यावे थंड आणि कधी प्यावे गरम दूध, तुम्हाला माहिती आहे का?

जाणून घ्या योग्य पद्धत

‘दुध.. दुध.. दुध.. पियो ग्लासभर’ ही अमोलची जाहिरात आजही टीव्हीवर दाखविण्यात येते. दूध हा एक जीवनावश्यक घटक आहे. लहान मुलांपासून वृद्धापर्यंत सगळ्यांच्या आरोग्यासाठी दूध गरजेचे आहे. दूध पिण्याचे अनेक फायदे आहेत, पण ते योग्य पद्धतीने पिणं गरजेचे आहे. अनेकांना दूध प्यायल्यानंतर पोट फुगलेलं वाटतं, गॅसचा त्रास होतो. मग तुम्ही दूध पिताना चूक करत आहात का ?

अनेकांची सकाळ तर अनेकांची रात्र ही दूध घेतल्याशिवाय होतं नाही. काही लोकांना थंड दूध प्यायला आवडतं तर काही लोकांना गरम दूध लागतं. पण गरम किंवा थंड दूध कधी प्यावे? दुधाचे कसं सेवन केल्यास जास्त फायदा होईल.

दूध पिण्याची योग्य पद्धत

बहुतांश लोकांना हे माहिती आहे की, पाणी कायम बसून प्यावी. तुम्हाला हे माहिती आहे का की दूध पिण्याचीही पण एक पद्धत आहे ते. तुम्हाला जे जाणून आश्चर्य वाटेल की, दूध हे कायम उभ राहून प्यावे. दुधामुळे शरीराला थंडावा, वात आणि पित्त दोष कमी करण्यास मदत होते, असं आयुर्वेदात सांगण्यात आलं आहे. दूध हे पचनास जड असतं त्यामुळे दूध कायम उभ राहून प्यावे. तर संध्याकाळच्या जेवणानंतर दोन तासांनी आणि झोपण्यापूर्वी दोन तासांनी कोमट दूध पिण्याचा सल्ला आयुर्वेदात देण्यात आला आहे.

उभं राहून दूध पिण्याचे फायदे

उभं राहून दूध प्यायल्याने गुडघ्यांचा त्रास कमी होतो. त्याशिवाय स्नायू बळकट होतात. कर्करोगाचा धोका कमी होतो, असं तज्ज्ञ सांगतात. हृदयविकार (हृशरीं वळीशरीश) आणि उच्च रक्तदाबापासूनही (हळसह लश्रव शिंशींश) तुम्ही दूर राहता. सगळ्यात महत्त्वाचं म्हणजे उभं राहून दूध प्यायल्यास तुमच्या डोळ्यांना आणि त्वचेला फायदा मिळतो.

थंड आणि गरम दूध कधी प्यावे? (हें चळश्रज्ञ जी उेश्रव चळश्रज्ञ)

तज्ज्ञ आणि आयुर्वेदानुसार थंड दूध सकाळी आणि गरम दूध रात्री प्यावे. आता पण थंड दुधाचे आणि गरम दुधाचे फायदे जाणून घेऊयात.

गरम दूध पिण्याचे फायदे
निदानाश ही समस्या असेल तर रात्री झोपण्यापूर्वीच गरम दूध प्यावे.

गरम दूध पचण्यास हलके असते. त्यामुळे गरम दूध घेतल्याने पचनक्रिया सुधारते. शरीरावर येणारी सूज आणि अतिसार या समस्या दूर राहते.

गरम दूध प्यायलामुळे शरीराचं आर्द्रतेपासून संरक्षण होतं.

थंडीच्या दिवसात चहा किंवा कॉफीचे सेवन गरम दूध फायद्याचं असतं.

गरम दुधामध्ये काही नैसर्गिक पदार्थ (पॅर्रीरश्र ळपसीशवळशपीं) मिक्स करून प्यायल्यास तुम्हाला अनेक फायदे दिसून येतात.

गरम दुधामध्ये लॅक्टियम नावाच्या प्रोटीन असतो, ज्यामुळे रक्तदाब नियंत्रणात राहण्यास मदत होते.

विविध वृत्त...

जिल्हाधिकारी कार्यालयात प्रजासत्ताक दिना उत्साहात साजरा



दैनिक आपला विदर्भ

बुलडाणा/प्रतिनिधी : भारताच्या ७६ वा प्रजासत्ताक दिनानिमित्त जिल्हाधिकारी कार्यालय येथे ध्वजारोहण समारंभ साजरा करण्यात आला. यावेळी जिल्हाधिकारी डॉ. किरण पाटील यांच्या हस्ते ध्वजारोहण करून मानवंदना देण्यात आली.

यावेळी अपर जिल्हाधिकारी सदाशिव शेळार, उपजिल्हाधिकारी डॉ. जयश्री ठाकरे, राजेंद्र पोळ, समाधान गायकवाड, अजिंक्य गोडगे, उपविभागीय अधिकारी शरद पाटील तसेच विविध विभागाचे विभाग प्रमुख, अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित होते.

यावेळी संविधान उद्देशिकेचे वाचन करण्यात आले. तसेच तंबाखू विरोधी, बालविवाह व भूण हत्या प्रतिबंधक शपथ घेण्यात आली. त्यानंतर प्रजासत्ताक दिनानिमित्त विविध क्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य केलेल्या अधिकारी, कर्मचारी व खेळाडूंना जिल्हाधिकारी डॉ. पाटील यांच्या हस्ते मानचिन्ह, प्रशस्तीपत्र देऊन गौरविण्यात आले. यामध्ये जिल्हाधिकारी कार्यालय, जिल्हा अधीक्षक कृषि अधिकारी कार्यालय, जिल्हा क्रीडा कार्यालयातील खेळाडू, छायाचित्रकार आणि हर घर सविधान उपक्रमातील अधिकारी व कर्मचारी यांचा गौरव करण्यात आला.

प्रजासत्ताक दिनी प्रशासकीय इमारतीमध्ये ध्वजारोहण येथील प्रशासकीय इमारतीमधील विविध विभागाच्यावतीने प्रजासत्ताक समारंभ आयोजित करण्यात आला होता. विभागीय अधिकारी विपुल राठोड यांच्या हस्ते ध्वजारोहण करण्यात आले. यावेळी उत्पादन शुल्क अधीक्षक डॉ. पराग नवलकर, अन्न व औषध प्रशासन विभागाचे सहायक आयुक्त प्रमोद पाटील, गजानन घोरके, कौशल्य विकास, रोजगार व उद्योजकता मार्गदर्शन केंद्राचे सहायक आयुक्त गणेश बिटोडे, जिल्हा माहिती अधिकारी पवन राठोड आदी उपस्थित होते.

खालापूर तालुक्यातील त्रस्त शेतकऱ्यांचे प्रजासत्ताकदिनी आमरण उपोषण



दैनिक आपला विदर्भ

रायगड/प्रतिनिधी : रायगड जिल्ह्यातील खालापूर तालुक्यातील ग्रुप ग्रामपंचायत चौक आणि तुपगाव हद्दीतील काही ठिकाणी सांडपाणी हे नैसर्गिक नाल्यात तर स्थानिक शेतकरी यांच्या शेतात तर काही नागरी वस्तीत दुषीत गटाराचे पाणी सोडल्याने काही शेतकरी यांच्या जमिनी या नापिकी झाल्या आहेत. वारंवार ग्रामपंचायतीला कळवून सुद्धा आजपर्यंत संबंधित ग्रामपंचायत व संबंधित यंत्रणा दखल घेत नसल्याने चौक आणि तुपगाव ग्रामपंचायत हद्दीतील त्रस्त शेतकरी व ग्रामस्थांनी प्रजासत्ताक दिनी खालापूर तहसील कार्यालयाच्या परिसरात आमरण उपोषण सुरु केले आहे.

समाज सेवक कै. दिगांबररावजी देवडे यांच्या अर्धाकूर्ती पुतळ्याचे खा अशोक चव्हाण यांच्या हस्ते अनावरण

दैनिक आपला विदर्भ

नांदेड/प्रतिनिधी : नांदेड जिल्ह्यातील थोर समाजसेवक कै. दिगांबररावजी देवडे लहानकर यांच्या अर्धाकूर्ती पुतळ्याचे अनावरण आज लहान ता अर्धापुर जिल्हा नांदेड येथे माजी मुख्यमंत्री खा अशोक चव्हाण यांच्या हस्ते करण्यात आले यावेळी भोकर विधानसभाच्या आ श्रीजा चव्हाण, नांदेड कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे सभापती संजय लहानकर, नांदेड वाघाळा महानगरपालिकेचे माजी सभापती किशोर स्वामी आदीची उपस्थिती होती

माध्यमिक विद्यालय बेलगाव येथे प्रजासत्ताक दिनानिमित्त सांस्कृतिक कार्यक्रम उत्साहात

दैनिक आपला विदर्भ

■ गजानन जाधव

बेलगाव : महादजी दर्याजी पाटील माध्यमिक विद्यालय बेलगाव येथे २६ जानेवारी २०२५ रोज रविवारला प्रजासत्ताक दिनानिमित्त सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले सर्वप्रथम ध्वजारोहणाचा कार्यक्रम संपन्न झाला.

यामध्ये उद्घाटक माजी सरपंच भागवत राव वानखेडे हे होते तर ध्वजारोहण संस्थाध्यक्ष एडवोकेट सुरेशराव वानखेडे साहेब यांनी केली तसेच सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे फीट कापून उद्घाटक एडवोकेट सुरेश वानखेडे साहेब यांनी केली यामध्ये गावातील बहुसंख्य नागरिक तसेच विद्यार्थी विद्यार्थिनींची उपस्थिती होती आलेल्या सर्व मान्यवरांचे विद्यालयाचे मुख्याध्यापक आदरणीय श्री दीपक कुटे सर यांनी स्वागत केले सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन विद्यालयातील ज्येष्ठ शिक्षक श्री पी बी कावरखे सर यांनी केले यामध्ये वर्ग पाच ते दहा च्या सर्व विद्यार्थ्यांनी वेगवेगळ्या प्रकारचे



शैक्षणिक सामाजिक धार्मिक अंधश्रद्धा निर्मूलन व्यसनमुक्ती शेतकरी गीत संविधान गीत बंजारा गीत साक्षरता गीत अशा विविध प्रकारच्या गीतांच्या माध्यमातून प्रबोधन करण्याचा प्रयत्न केला यामध्ये गावातील नागरिकांनी तसेच संस्था अध्यक्ष ऍड सुरेशराव वानखेडे साहेब यांनी विद्यार्थ्यांच्या उत्साह वाढवण्यासाठी भरभरून बक्षीसांचा वर्षाव करून विद्यार्थ्यांचा उत्साह वाढविला.

तसेच गावातील बहुसंख्य नागरिकांनी विद्यार्थ्यांना बक्षीस देऊन त्यांच्यावर कौतुकाचा वर्षाव केला सदर कार्यक्रमासाठी गावातील प्रतिष्ठित नागरिक केशवराव जी वानखेडे माजी मुख्याध्यापक नारायणराव वानखेडे पोलीस पाटील रामराव वानखेडे माजी सरपंच भागवतराव वानखेडे माजी सरपंच ज्ञानेश्र्वर वानखेडे माऊली प्रकाशराव बाजड संचालक गजानन जाधव आपला विदर्भ वार्ताहर मनीष वानखेडे सुशील



वानखेडे तसेच गावातील बहुसंख्य नागरिकांची उपस्थिती होती. कार्यक्रमाच्या सुशोभीकरणासाठी सुंदर रांगोळी कलाशिक्षक रहाटे सर यांनी काढली तसेच गावातील प्रभात फेरीसाठी आकर्षक बॅनर तयार केले ती सर्वांची लक्ष वेधून घेत होते व कौतुक करत होतेकार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन वर्ग १० च्या विद्यार्थ्यांनी ज्ञानेश्वरी लहाने व पल्लवी देशमुख यांनी केले तर आभार एन टी गीते सर यांनी

मानले कार्यक्रमांमध्ये कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी विद्यालयातील ज्येष्ठ शिक्षक कावरखे सर वानखेडे सर गीते सर मेटांगळे सर जायभाये सर गायकवाड सर बागुल सर खुशालराव मेटांगळे सर साखरे सर पुनम वानखेडे मॅडम शिक्षकेतर कर्मचारी विजय दाभाडे गजानन देशमुख मधुकर कांबळे सह विद्यार्थी विद्यार्थिनींनी तसेच बहुसंख्य नागरिकांनी परिश्रम घेतले.

डोंबिवलीत १३ मजली इमारतीच्या दुसऱ्या मजल्यावरून दोन वर्षीय चिमुर्डा पडला घटना सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यात कैद

दैनिक आपला विदर्भ

डोंबिवली/प्रतिनिधी

डोंबिवलीतील देवीचापाडा परिसरात शनिवारी घडलेली घटना थरारक ठरली. १३ मजली इमारतीच्या दुसऱ्या मजल्यावरून खाली पडणाऱ्या दोन वर्षीय चिमुर्ड्याचा जीव भावेश म्हात्रे या तरुणाने धाडसाने वाचवला. चिमुर्ड्याचा जीव वाचवण्यासाठी जीवाची पर्वा न करता भावेशने केलेल्या प्रयत्नाची घटना सोसायटीच्या सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यात कैद झाली असून, या धाडसाचे सर्वत्र कौतुक होत आहे. शनिवार, २५ जानेवारी रोजी दुपारी १ वाजून ४९ मिनिटांनी, डोंबिवलीतील अनुराज हाइस टॉवरमध्ये एक हृदयस्पर्शी प्रसंग घडला.

गावदेवी मंदिराजवळील देवीचापाडा येथील १३ मजली इमारतीतून दुसऱ्या मजल्यावरून एका दोन वर्षीय चिमुर्ड्याचा तोल गेल्याने तो खाली पडू लागला. त्याचवेळी इमारतीतून बाहेर पडत असलेल्या भावेश एकनाथ म्हात्रे या तरुणाने चिमुर्ड्याला खाली पडताना पाहिले. प्रसंगावधान राखत त्यांनी लगेच धाव घेतली.



जीवाची पर्वा न करता झेप घेत चिमुर्ड्याला पकडण्याचा प्रयत्न केला. चिमुर्ड्याचा पूर्णपणे आधार न मिळाल्याने तो त्याच्या हातातून सरकत पायावर पडला, परंतु मोठी दुर्घटना टळली आणि त्याचा जीव वाचला. ही संपूर्ण घटना सोसायटीच्या सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यात कैद झाली आहे. भावेश म्हात्रे यांच्या

स्थानिकांकडून कौतुक होत आहे. त्यांची तत्परता आणि संवेदनशीलता यामुळे एका लहान बाळाचा जीव वाचला आहे. भावेश म्हात्रे हा आता डोंबिवलीतील लोकांसाठी प्रेरणादायी ठरले आहेत. त्यांच्या या कृतीमुळे देव तारी त्याला कोण मारी ही म्हण पुन्हा एकदा खरी ठरली आहे.

समाज सेवक कै. दिगांबररावजी देवडे यांच्या अर्धाकूर्ती पुतळ्याचे खा अशोक चव्हाण यांच्या हस्ते अनावरण



प्रधानमंत्री दिव्याशा केंद्राचं २७ जानेवारीला केंद्रीय राज्यमंत्री प्रतापराव जाधव यांच्या हस्ते होणार लोकार्पण

दैनिक आपला विदर्भ

बुलडाणा/प्रतिनिधी : दिव्यांग तसेच राष्ट्रीय वयोश्री योजनेतर्गत नागरिकांना गरजेनुसार आवश्यक असलेले साहित्य मोफत उपलब्ध करून देण्याच्या दृष्टिकोनातून केंद्र सरकारच्यावतीने प्रधानमंत्री दिव्याशा केंद्र बुलडाणा येथे सुरु करण्यात येत आहे. या केंद्राचे लोकार्पण २७ जानेवारीला केंद्रीय राज्यमंत्री प्रतापराव जाधव यांच्या हस्ते होणार असून मुंबई, नागपूर नंतर राज्यातील तिसरा केंद्र बुलडाणा जिल्ह्यात सुरु होत आहे.

केंद्र सरकारच्यावतीने दिव्यांग बांधवांसाठी विविध योजना राबविण्यात येतात. या योजनेअंतर्गत दिव्यांगाना आवश्यक असलेले उपकरणे, साहित्य मोफत सहज आणि कमी वेळेत उपलब्ध व्हावेत या दृष्टिकोनातून केंद्र सरकारच्या सामाजिक न्याय आणि अधिकारिता मंत्रालयाच्यावतीने प्रधानमंत्री दिव्याशा केंद्र सुरु करण्यात आली आहे.

देशात आतापर्यंत ६७ केंद्र कार्यान्वित

करण्यात आली आहेत. महाराष्ट्र राज्यामध्ये मुंबई, नागपूर नंतर आता बुलडाणा शहरामध्ये प्रधानमंत्री दिव्याशा केंद्र सुरु होत आहे. २७ जानेवारीला दुपारी १२ वाजता केंद्रीय आयुष, आरोग्य व कुटुंब कल्याण राज्यमंत्री प्रतापराव जाधव यांच्या हस्ते या केंद्राचा शुभारंभ व लोकार्पण सोहळा बुलडाणा शहरातील धाड रोड स्थित असलेल्या अपंग निवासी शाळा आणि पुनर्वसन केंद्र येथे होणार आहे. प्रधानमंत्री दिव्याशा केंद्राच्या माध्यमातून दिव्यांग बांधवांना अत्यावश्यक असलेले साहित्य मोफत देण्यात येते. तसेच राष्ट्रीय योजनेअंतर्गत दारिद्र्य रेषेखालील वयोवृद्ध नागरिकांना

त्यांच्या आवश्यकतेनुसार दिव्याशा केंद्र भारतीय कृत्रिम अंग निर्माण निगम अर्थात (एलिम्को) त्यांच्या साह्याने बुलडाणा शहरात सुरु करण्यात आले आहे. या केंद्रातून मिळणाऱ्या साहित्याचा लाभ गरजू दिव्यांग आणि वयोवृद्ध नागरिकांनी घ्यावा असे आवाहन बुलडाणा जिल्हा प्रशासन आणि दिव्यांग कल्याण व पुनर्वसन संस्थेच्या वतीने करण्यात आले आहे.

जिल्हा परिषद प्राथमिक उच्च मराठी शाळा बेलगाव येथे प्रजासत्ताक दिनानिमित्त सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन



दैनिक आपला विदर्भ

■ गजानन जाधव

बेलगाव : बेलगाव येथे २६ जानेवारी रोज रविवारला प्रजासत्ताक दिनानिमित्त सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले सर्वप्रथम ध्वजारोहणाचा कार्यक्रम संपन्न झाला

यामध्ये ध्वजारोहण दिनकर मैद यांनी केली तसेच यामध्ये गावातील बहुसंख्य नागरिक तसेच विद्यार्थी विद्यार्थिनींची उपस्थिती होती आलेल्या सर्व मान्यवरांचे मुख्याध्यापक खवाल सर यांनी स्वागत केले सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन शिक्षक पिंपरकर सर व अंभोरे मॅडम यांनी केले यामध्ये

वर्ग पहिला दुसरा तिसरा चौथा पाच सहावा सातवा च्या सर्व व तसेच उर्दू शाळेच्या विद्यार्थ्यांनीही स्कूल चले हम या गाण्यावर संदेश दिला सांस्कृतिक कार्यक्रम पार पाडला विद्यार्थ्यांनी वेगवेगळ्या प्रकारचे शैक्षणिक सामाजिक धार्मिक अंधश्रद्धा निर्मूलन व्यसनमुक्ती शेतकरी गीत संविधान गीत साक्षरता

गीत अशा विविध प्रकारच्या गीतांच्या माध्यमातून प्रबोधन करण्याचा प्रयत्न केला यामध्ये गावातील नागरिकांनी यांनी विद्यार्थ्यांच्या उत्साह वाढवण्यासाठी भरभरून बक्षीसांचा वर्षाव करून विद्यार्थ्यांचा उत्साह वाढविला तसेच गावातील बहुसंख्य नागरिकांनी विद्यार्थ्यांना बक्षीस

देऊन त्यांच्यावर कौतुकाचा वर्षाव केला सदर कार्यक्रमासाठी गावातील सरपंच उपसरपंच ग्रामपंचायत सदस्य गावातील प्रतिष्ठित नागरिक शिक्षक शिक्षिका अंगणवाडी सेविका मदतनीस पत्रकार बंधू व गावातील लहान-मोठे थोर मान्यवर नागरिक तसेच गावातील बहुसंख्य नागरिकांची उपस्थिती होती