



संपादकीय

या लोकांनी चुकूनही  
अननस खाऊ नये; जाणून घ्या अन्यथा  
फायद्याऐवजी नुकसान होईल



फळे आपल्या आरोग्यासाठी नेहमीच चांगली असतात. पण काहीजणांसाठी सगळीच फळे फायदेशीर असतात, त्यांना फायदा होण्याऐवजी नुकसान होऊ शकते. जसे की अननस. अननसाची चव अनेकांना आवडते. आजकाल वजन कमी करण्यासाठी अननस अनेकांना खायला आवडते. यासोबतच अननसात व्हिटॅमिन सी, मॅगनीज, ॲंटीऑक्सिडंट्स आणि पाचक एंजाइम असतात. त्यामुळे हे फळ रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवण्यास, पचनक्रियेत मदत करण्यास, जळजळ कमी करण्यास मदत करते. पण अननस प्रत्येकासाठी फायदेशीर असेलच असे नाही. खरं तर, अननसात असलेले ब्रोमेलेन, ऑर्गेनिक ॲसिड आणि नैसर्गिक साखर काही लोकांसाठी नुकसानकारक ठरू शकते. चला जाणून घेऊयात की कोणत्या लोकांनी अननस खाऊ नये. ॲलर्जी असलेले लोक अननसात ब्रोमेलेन हे एंजाइम असते जे प्रथिने तोडून पचनक्रियेत मदत करते. परंतु ब्रोमेलेन पचनक्रियेत आणि जळजळ कमी करण्यास मदत करत असले तरी, काही विशिष्ट लक्षणे असलेल्या लोकांना त्याची ॲलर्जी होण्याचा धोका असतो. अननसाचे हानिकारक परिणाम ज्या लोकांना पोटदुखी आणि उलट्या होण्याचा त्रास असतो. ज्या लोकांना आधीच अंगावर येणाऱ्या पिताचा त्रास होत असेल तसेच त्वचेवर पुरळ येत असतील तर त्यांनी अननस अजिबात खाऊ नये. कारण अननस खाल्ल्याने त्यांना तोंड आणि ओठांभोवती खाज सुटण्याची शक्यता असते. तसेच काहींना अननस खाल्ल्याने जीभेवर देखील पुरळ येतात. अशा लोकांनी अजिबात अननस खाऊ नये. दमा किंवा फूड ॲलर्जी असलेल्यांनी हे फळ खाणे टाळावे ज्या लोकांना दमा, ॲंटेपिक डर्मायटीस किंवा फूड ॲलर्जी आहे, जर अशा लोकांनी अननस खाल्ले तर त्यांना लगेच रिॲक्शन होऊ शकते मधुमेही रुग्णांनी खाऊ नये अननसात नैसर्गिक साखरेचे प्रमाण खूप जास्त असते. जर असे लोक अननस खाल्ले तर त्यांच्या रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढण्याचा धोका असतो. वजन वाढण्याचा आणि लठ्ठपणाचा धोका असतो. त्यामुळे मधुमेह असलेल्या लोकांनी अननस खाऊ नये. उच्च रक्तदाब जर अननस जास्त प्रमाणात खाल्ले तर रक्तदाब नियंत्रित करणे कठीण होते. काही लोक डोकेदुखी आणि चक्कर येण्याची तक्रार करतात. चेहऱ्यावर लालसरपणा येण्याची शक्यता असते. त्यामुळे उच्च रक्तदाब असलेल्यांनी देखील खाऊ नये. दातांच्या समस्या ज्या लोकांना दातांच्या समस्या आहेत त्यांनीही अननस खाऊ नये. ब्रोमेलेन एन्झाइम तोंडाच्या पोकळीला त्रास देऊ शकते. त्यामुळे हिरड्यांमध्ये सूज येते, दातांमध्ये अल्सर आणि संवेदनशीलता येते. घसा आणि जीभ सूज होते, हिरड्यांमध्ये वेदना होतात आणि जळजळ सुरू होते. ज्यांना पचनक्रिया खराब आहे ज्या लोकांना गॅस्ट्रिक, अल्सर, ॲसिड रिफ्लक्सची समस्या आहे, त्यांना अननस खाल्ल्याने पोटात अस्वस्थता, छातीत जळजळ, सूज, पोटाच्या आतील भागात वेदना होतात.त्यामुळे ज्यांना सतत अपचनाचा त्रास होत असतो त्यांनी अननस खाऊ नये.

ग्रामीण भागातील रस्त्यांचे सीमांकन , अतिक्रमण निर्मूलन व मोफत वाळू धोरण – विभागीय आयुक्त जितेंद्र पापळकर यांचे अधिकाऱ्यांना सविस्तर मार्गदर्शन



महाराष्ट्र शासनाने ग्रामीण भागातील रस्ते, हद्दीचे रस्ते, ग्रामिण गाडीरस्ते , पायमार्ग , शेतावर जाण्याचे पायमार्ग व गाडीरस्ते तसेच पंचायत क्षेत्र / पंचायत रस्त्यांचे अतिक्रमण हटवून त्यांचे सीमांकन निश्चित करण्यासाठी महत्त्वाचा निर्णय घेतला आहे . ग्रामीण रस्त्यांचे अचूक मोजमाप करून त्यांची नोंदणी , सीमांकन , क्रमांक व प्रकार निश्चित करून शासनाच्या नोंदीत दाखल करण्याचे आदेश महसूल व वन विभागाने जाहीर केले आहेत . गाव नकाश्यावर उपलब्ध असलेले रस्ते खालीलप्रमाणे प्रकारात विभागले गेले आहेत – १) ग्रामीण रस्ते – एका गावातून दुसऱ्या गावात जाणारे . २) हद्दीचे रस्ते – गाव ते गाव जोडणारे . ३) ग्रामीण गाडीरस्ते (पोटखराब ) – गाडीने जाण्यास योग्य . ४) पायमार्ग ( पोटखराब ) – गावातून दुसऱ्या गावात जाण्यासाठी . ५) शेतावर जाण्याचे पायमार्ग व गाडीरस्ते – शेतकरी शेतीकामासाठी वापरत असलेले मार्ग . हे सर्व रस्ते महाराष्ट्र जमीन महसूल संहिता , १९६६ च्या तरतुदीनुसार शासनाचे मालकीचे मानले जातात . ग्रामनकाशे

स्कॅनिंग करून डिजिटलायझेशन , भूमिसंदर्भाकन ( जिओ रेफरन्सिंग ) याद्वारे रस्त्यांचे अचूक सीमांकन केले जाणार आहे . रस्त्यांची रंढी , लांबी व स्थान निश्चित करून त्यावर सीमा खुणा उभारण्यात येतील . जिल्हाधिकारी यांच्या मार्गदर्शनाखाली ही प्रक्रिया राबवण्यात येईल . अतिक्रमण असलेल्या रस्त्यांची प्राथमिक यादी गावसभेत मांडली जाईल . तहसीलदार , ग्रामसेवक , पोलिस पाटील व ग्रामस्थांच्या सहभागाने प्रत्यक्ष पाहणी करून अहवाल तयार केला जाईल . ग्रामनकाशावर नसलेले पण प्रत्यक्ष वापरात असलेले मार्ग सुद्धा तपासून शासन नोंदीत दाखल करण्यात येतील . रस्ता अडविणारे अतिक्रमणदारांना नोटीस देऊन आवश्यक ती कारवाई केली जाईल . या कार्यवाहीसाठी जिल्हास्तरावर व तालुकास्तरावर समित्या स्थापन करण्यात आल्या आहेत . जिल्हास्तरीय समिती – जिल्हाधिकारी ( अध्यक्ष ) , मुख्य कार्यकारी अधिकारी , पोलीस अधीक्षक , जिल्हा अधीक्षक भूमी अभिलेख , निवासी उपजिल्हाधिकारी / उप जिल्हाधिकारी असतील

तर तालुकास्तरीय समितीत उपविभागीय अधिकारी (अध्यक्ष) , गटविकास अधिकारी , तहसीलदार ( सदस्य सचिव ) , तालुका भूमी अभिलेख अधिकारी व पोलिस निरीक्षक असतील . प्रत्येक रस्त्यास स्वतंत्र क्रमांक दिला जाणार असून , तो जिल्हा , तालुका , गाव व रस्ता क्रमांक अशा पद्धतीने दर्शविला जाईल . तसेच रस्त्यांच्या प्रकारानुसार विशेष संकेत चिन्ह (ऐ ते ई) देण्यात येईल . ऐ – डबल लाईन , बी – डबल डॉटिड लाईन , सी – सिंगल डॉटिड लाईन , डी – नकाशावर नमूद नसलेले पण वापरात असलेले रस्ते , ई – शिवरस्ते / पानंद रस्ते . या निर्णयामुळे ग्रामीण भागातील शेतकऱ्यांना शेतत जाण्यासाठी सुलभ मार्ग उपलब्ध होणार असून रस्त्यांवरील अतिक्रमण दूर होणार आहे . शासन नोंदीत रस्त्यांचे अचूक सीमांकन झाल्याने वाद , तंटे आणि कायदेशीर अडचणी टळतील . तसेच ग्रामपंचायतींना रस्ते दुरुस्ती , देखभाल व विकासकामांसाठी निश्चित मार्गदर्शक सूचना मिळतील . बुधवार दिनांक ३ सप्टेंबर

रोजी छत्रपती संभाजीनगर विभागाचे विभागीय आयुक्त जितेंद्र पापळकर यांनी वरील विषयाच्या अनुषंगाने शासनाचे मोफत वाळू धोरण , कृत्रिम वाळू निर्मिती प्लांट जास्तीत जास्त सुरू करणे , त्या अनुषंगाने वेळोवेळी महसूल मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी केलेल्या सूचनांच्या आधारे छत्रपती संभाजीनगर विभागातील सर्व जिल्हाधिकारी , निवासी उपजिल्हाधिकारी , सर्व उपविभागीय अधिकारी , सर्व अधीक्षक भूमी अभिलेख , तहसीलदार , सर्व मंडळाधिकारी , ग्राम महसूल अधिकारी यांची दूरभाष प्रणाली द्वारे बैठक घेतली . यात उपरोक्त शासन निर्णयाबद्दल सविस्तर माहिती देण्यात आली . घरकुल लाभार्थ्यांना मोफत वाळू उपलब्ध करून देणेबाबत कशाप्रकारे नियोजन करावे याबाबत मार्गदर्शन केले . या वेळी विभागीय आयुक्त जितेंद्र पापळकर यांनी स्पष्ट केले की ग्रामीण भागातील रस्त्यांचे सीमांकन व अतिक्रमण निर्मूलनासोबतच मोफत वाळू धोरण प्रभावीपणे अंमलबजावणीत आणणे ही प्रत्येक जिल्हाधिकाऱ्याची प्राथमिक

जबाबदारी आहे . तसेच नागरिकांना शासनाच्या योजनांचा लाभ वेळेवर मिळावा यासाठी प्रशासनाने तत्परतेने काम करावे , असे आवाहन त्यांनी केले . यावेळी उपायुक्त के . आर . परदेशी , तहसीलदार अरुण पावडे हे विभागीय आयुक्त कार्यालयात तर प्रत्येक जिल्हास्तरावर तालुकास्तरावर विविध अधिकारी व कर्मचारी या बैठकीस उपस्थित होते . बीड जिल्ह्यात जिल्हाधिकारी विवेक जॉन्सन , अपर जिल्हाधिकारी हरीश धार्मिक , अंबाजोगाईच्या अपर जिल्हाधिकारी अश्विनी जिरंगे यांच्या मार्गदर्शनाखाली जिल्ह्यात अनेक उपक्रम राबविण्यात येत आहेत . कृत्रिम वाळूसाठी प्रोत्साहन देण्यात येत आहे . बीडचे तहसीलदार चंद्रकांत शेळके अविरतपणे शेतकऱ्यांसाठी राबत आहेत . ऊन , वारा , पाऊस यांची तमा न बाळगता ते रस्ते खुले करून देण्यासाठी पुढाकार घेतात . शासनाच्या वरील निर्णयामुळे रस्त्यांना क्रमांक मिळाले आणि पक्के रस्ते झाल्यास , अतिक्रमण मुक्त झाल्यास सुजलाम सुफलाम भारत घडण्यास अडचण येणार नाही , हे मात्र निश्चित !

पोषण आहार आणि आरोग्य विषयक प्रशिक्षण अंगणवाडी मौजे निळा येथे संपन्न

नांदेड प्रतिनिधी : बालाजी सिरसाट नांदेड : पोषण आहार आणि आरोग्य या विषयावर एक दिवसीय प्रशिक्षण अंगणवाडी मौजे निळा येथे आयोजन करण्यात आले होते.नांदेड तालुक्यातील अंगणवाडी शिक्षिका व सेविका यांना प्रशिक्षण देण्यात आले. सदरील प्रशिक्षणाचे आयोजन कृ.वी.के चे वरिष्ठ शास्त्रज्ञ व प्रमुख डॉ.देवीकांत देशमुख यांच्या मार्गदर्शनाखाली करण्यात आले होते. प्रशिक्षणात एकूण २७ अंगणवाड्यांच्या एकूण

३५- ४० महिलांचा समावेश असून सौ.तुषेबाई (अंगणवाडी पर्यवेक्षक) यांची विशेष उपस्थिती लाभली.कृषि विज्ञान केंद्र, पोखर्णी च्या डॉ. अमिता क्षत्रिय (कृषि विस्तार तज्ञ) यांनी कार्यक्रमा चे सूत्रसंचालन व प्रास्तविक सादर केले, प्रास्तविका मध्ये त्यांनी सदर प्रशिक्षण का आवश्यक आहे, व पोषण व आहार विषयक विविध मोबाईल ॲप व प्रसार माध्यमा विषयी उपस्थित अंगणवाडी शिक्षिका व सेविका ना माहिती दिली, त्यानंतर कृ.वि.के

च्या सौ.अल्का पवळे पाटील (गृहविज्ञान तज्ञ) यांनी आपल्या मार्गदर्शनातून भारतीय वैद्यकीय संशोधन परिषद आणि राष्ट्रीय पोषण संस्था 2020 च्या मार्गदर्शक तत्वांच्या आधारावर

मूल्यावर्धित पाककलांचा आहारात उपयोग करून दैनंदिन आहाराची पूर्तता (आरडीए) च्या शिफारशीनुसार केलेल्या आहारातील तत्वाप्रमाणे करण्याचे सुचविले. आहारात सर्व अन्नघटकांचा समावेश करणे गरजेचे का आहे हे उदाहरणार्थ समजावून त्यांना मुले आणि महिलांच्या आहाराबद्दल करण्याचे आवाहन केले. अंगणवाडी व के.वि.के चे कर्मचारी श्री. राहुल राऊत व श्री.संतोष वाघमारे यांचे ही या कार्यक्रमासाठी विशेष सहकार्य लाभले.

आण्णाभाऊंचे साहित्य क्रांतीचा आवाज-डॉ.मिलिंद आव्हाड

बीड । प्रतिनिधी समाजातील वंचित, शोषित, पीडित घटकांना आपल्या साहित्यातून आवाज देणारे आणि त्यांच्या वेदना व वास्तव समाजापुढे मांडणारे आण्णाभाऊ साठे यांची साहित्य परंपरा आजही तितकीच जिवंत असल्याचे मत मानवी हक्क अभियानचे अध्यक्ष डॉ.मिलिंद आव्हाड यांनी व्यक्त केले.

माजलगाव तालुक्यातील छोटेवाडी येथे साहित्यसम्राट आण्णाभाऊ साठे गौरव

महोत्सव नुकताच मोठ्या उत्साहात पार पडला. कार्यक्रमाचे प्रमुख वक्ते मानवी

हक्क अभियानचे अध्यक्ष डॉ. मिलिंद आव्हाड बोलत होते.या महोत्सवाला विचारमंचावर समता परिषदेचे माजलगाव तालुका अध्यक्ष जगन खेत्री, पत्रकार सुनिल डोंगरे, बंडू लोखंडे, अशोक थोरात, माजी सरपंच प्रल्हाद दळवी, लहू मस्के, दत्तात्रय इंगळे, संदिप सोळंके, भागवत इंगळे, आदी मान्यवर उपस्थित होते.

निवडश्रेणी व वरिष्ठ वेतनश्रेणी सर्वांचा हक्क-बाळासाहेब शिरसाट

बीड । प्रतिनिधी शासकिय सेवेमध्ये शिक्षकांना तसेच कर्मचाऱ्यांना नोकरीतील ठराविक सेवा कालावधीनंतर विशिष्ट लाभ देण्याबाबत शासननिर्णय आहेत. शिक्षकांना सेवेत सलग १२ वर्ष पुर्ण झाल्यानंतर वरिष्ठवेतन श्रेणीचा लाभ देण्यात येतो, तसेच २४ वर्ष सलग सेवेनंतर निवडश्रेणीचा लाभ मिळतो . निवडश्रेणी व वरिष्ठ वेतनश्रेणी मिळणे सर्व शिक्षकांचा कायदेशीर हक्क असल्याचे प्रतिपादन कास्ट्राईब जनरल कर्मचारी संघाचे राज्य उपाध्यक्ष बाळासाहेब सिरसाट यांनी केले आहे. पात्रतेमध्ये पुढील टप्प्यावरील शिक्षणात वाढ करणे, गोपनीय अहवाल, सेवांतर्गत प्रशिक्षणे व इतर बरेच निकष असतात .

वास्तविकपणे पात्र शिक्षकांना दरवर्षी वरिष्ठ वेतन श्रेणीचा लाभ देणे तसेच पात्र २०% शिक्षकांना जेष्ठतेनुसार निकषांच्या आधारे . निवडश्रेणी मिळते . परंतू झारितले शुक्राचार्य हे शिक्षक बांधवांना मिळणाऱ्या लाभापासून वंचित ठेवण्याचे काम करतात . मग सुरु होते चिरिमिरी ची कहानी .यामध्ये कार्यालयीन बाबुबरोबरच त्यांच्या संपर्कात असणारे शिक्षकांचे कैवारी महाशय . संगणमताने शिक्षकांना आर्थिक विळखा घालण्याचे काम करतात . या सर्व चुकीच्या बाबींना, अनियमिततेला व अर्थकरणाला कास्ट्राईब जनरल कर्मचारी संघाने नेहमीच विरोध केलेला आहे . याचाच भाग म्हणून सदरिल विभागाचे लिपिक



श्री देशपांडे यांची तक्रार संघटनेने मा मुख्य कार्यकारी अधिकारी यांचेकड

े केलेली असून अनियमितता करणारे लिपिक देशपांडे यांचेवर प्रशासकीय शिस्तभंगाची कारवाई करण्या बाबत निवेदन दिलेले आहे . निवडश्रेणी व वरिष्ठ वेतनश्रेणीचा लाभ पात्र सर्वच शिक्षकांना मिळावेत यासाठी कास्ट्राईब चे प्रयत्न सतत सुरु आहेत. प्रशासनाकडे पाठपुराव सुरु असुन पात्र सर्वांना लाभ मिळेपर्यंत पाठपुरावा सुरु राहणार आहे . शिक्षकांच्या हितासाठी कास्ट्राईब सतत प्रयत्नशील असते हे सर्वश्रुत आहे . एक लढवय्यी संघटना असा कास्ट्राईबचा बाणा आहे . वरिष्ठ वेतनश्रेणी व . निवडश्रेणी चा टप्पा किमान दोन वर्षांपासून प्रलंबित होता, या मध्ये

अनियमितता झालेली असून अनेक शिक्षक बांधवावर अन्याय झालेला आहे त्यामुळे शिक्षकांचा प्रचंड रोष शिक्षण विभागावर आहे . कास्ट्राईब जनरल कर्मचारी संघाची बैठक मा . जतीन रहेमान मुख्य कार्यकारी अधिकारी यांचे सोबत संपन्न झाली असुन सदरिल बैठकीसाठी मा उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी काकडे साहेब, मा शिक्षणाधिकारी भगवान फुलारी हे उपस्थित होते . बैठकीमध्ये सन २०१८ पासुन २०२५ पर्यंत ज्या - ज्या वर्षांचे प्रस्ताव काढले नाहीत त्या सर्व प्रलंबित वर्षांचे एकत्रित टक्केवारी गृहीत धरून सप्टेंबर अखेरपर्यंत पात्र शिक्षकांना

सर्वांनाच निवडश्रेणी व वरिष्ठवेतन श्रेणीचा लाभ मिळावेत अशी मागणी बैठकीत करण्यात आली . नसता कास्ट्राईब आंदोलन करून वरिष्ठांकडे शासनस्तरावर दाद मागण्यांत येईल हा . इशारा संघटनेचे राज्य उपाध्यक्ष बाळासाहेब सिरसाट, भगीरथ मस्के, जिल्हा अध्यक्ष - भाऊसाहेब हंगे, जिल्हा सचिव - राहुल सुपेकर, उपाध्यक्ष - संजय दराडे यांनी बैठकीत दिला. अधिकारी निवडश्रेणी व वरिष्ठ वेतनश्रेणी लाभ देण्यासाठी अनुकूल असुन सकारात्मक आहेत. सप्टेंबर अखेरपर्यंत प्रस्ताव मंजूर होऊन आदेश निघतील असे शिक्षणाधिकारी यांनी सांगितले.

उपाशी पोटी कोमट पाण्यात तूप मिक्स करून पिण्याचे फायदे वाचा



जर तुम्ही तुमचे आरोग्य सुधारण्याचा प्रयत्न करत असाल, तर तुमच्या सकाळच्या दिनचर्येत काही गोष्टींचा समावेश करून तुम्हाला असंख्य फायदे मिळू शकतात, यामध्ये सकाळी लवकर उठणे, फिरायला जाणे, स्टेविंग करणे, पाणी पिणे आणि सर्वात महत्वाचे म्हणजे रिकाम्या पोटी एक चमचा तूप घेणे समाविष्ट आहे. जरी अनेक लोकांना त्यांच्या कॉफीमध्ये तूप मिसळून पिणे आवडते, ज्याला बुलेट कॉफी देखील म्हणतात, परंतु जर तुम्ही रिकाम्या पोटी तूप घेतले तर तुम्हाला त्याचे अनेक आरोग्य फायदे मिळू शकतात, जसे की ते तुमच्या पोटाचे आरोग्य आणि रक्तातील साखरेची पातळी सुधारते. ते तुमचा मूड सुधारण्यास देखील मदत करते प्रसिद्ध पोषणतज्ञ दीपशिखा जैन यांनी त्यांच्या इंस्टाग्रामवरील व्हिडिओद्वारे सकाळी रिकाम्या पोटी तूप खाण्याचे तीन जबरदस्त फायदे लोकांना सांगितले आहेत. ते जाणून घेतल्यानंतर, तुम्हीही ते तुमच्या सकाळच्या दिनचर्येचा भाग बनवण्यास चुकणार नाही. चला जाणून घेऊया या फायद्यांबद्दल. मधुमेह असलेल्यांसाठीही रिकाम्या पोटी तूप खाणे फायदेशीर आहे. खरं तर, सकाळी तूप घेतल्याने तुमच्या रक्तातील साखरेची पातळी चांगली संतुलित होण्यास मदत होते . याशिवाय, ते उर्जेचा न्हास टाबेल आणि तुमचा मूड देखील सुधारेल जीवनसत्त्वे, निरोगी चरबी आणि ओमेगा-३ फॅटी ॲसिड सारख्या पोषक तत्वांनी समृद्ध असलेले तूप हे एकंदर आरोग्यासाठी एक सुपरफूड आहे. जर तुम्ही ते मर्यादित प्रमाणात तुमच्या आहारात समाविष्ट केले तर ते अनेक फायदे देऊ शकते. पोषणतज्ञ दीपशिखा जैन यांनी त्यांच्या पोस्टमध्ये म्हटले आहे की सकाळी रिकाम्या पोटी तूप घेणे तुमच्या आतड्याच्या आरोग्यासाठी तसेच एकूण आरोग्यासाठी खूप चांगले आहे. ही रेसिपी मधुमेहाच्या रुग्णांसाठी देखील उत्तम काम करते. आजच्या काळात, आतड्यांशी संबंधित समस्या खूप वाढत आहेत, ज्याचे एक सामान्य कारण म्हणजे खाण्याच्या चुकीच्या सवयी आणि ताणतणाव. अशा परिस्थितीत, जर तुम्ही सकाळी रिकाम्या पोटी तूप घेतले तर ते तुमच्या आतड्यांचे आरोग्य सुधारते. खरं तर, तुपामध्ये ब्युटीरिक ॲसिड असते जे तुमच्या आतड्यांना बरे करू शकते आणि ते अधिक संतुलित आणि निरोगी बनवण्यास मदत करते. याशिवाय, तूप एक नैसर्गिक दाहक-विरोधी एजंट म्हणून देखील काम करते. अशा परिस्थितीत, जर तुमच्या शरीरात जळजळ होत असेल, तर रिकाम्या पोटी तूप खाल्ल्याने ते कमी होण्यास मदत होऊ शकते. ते तुमच्या आतड्यांचे अस्तर मजबूत करेल आणि तुमच्या शरीरासाठी दाहक-विरोधी म्हणून काम करेल. आता तुम्हाला कळले असेल की रिकाम्या पोटी तूप खाणे तुमच्या आरोग्यासाठी किती फायदेशीर ठरू शकते, परंतु याचा अर्थ असा नाही की तुम्ही ते मोठ्या प्रमाणात सेवन करायला सुरुवात करा. तुमच्या आहारात नेहमी मर्यादित प्रमाणात तूप समाविष्ट करा. जर तुम्ही सकाळी रिकाम्या पोटी ते घेतले तर फक्त एक चमचा घ्या. याशिवाय, तुम्हाला दिवसभर तेलाचे सेवन संतुलित आहे याची खात्री करावी लागेल. याशिवाय, पोषणतज्ञांनी हे देखील सांगितले की कोणत्या प्रकारचे तूप आरोग्यासाठी फायदेशीर ठरेल. त्यांच्या मते, फक्त सेंद्रिय किंवा A2 तूप खा. सेंद्रिय तूप हे कोणत्याही रसायनांशिवाय, कृत्रिम रंगांशिवाय किंवा संरक्षकांशिवाय शुद्धतेने तयार केले जाते. दुसरीकडे, A2 तूप हे गार्डच्या दुधापासून बनवलेले एक प्रकारचे तूप आहे जे A2 बीटा-केसिन प्रथिने समृद्ध आहे. हे आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर मानले जाते.

# अर्धापूरचा अमोल सरोदे अर्थशास्त्र विषयात झाला ‘सेट’ परिक्षा उत्तीर्ण

अर्धापूर :- उध्दव सरोदे सावित्रीबाई फुले विद्यापीठ पुणे, महाराष्ट्र शासन व गोवा शासन प्राधिकृत व यु.जी.सी. नवी दिल्ली मान्यताप्राप्त नोडल एजन्सी आयोजित सहायक प्राध्यापक पदासाठी आयोजित राज्यस्तरीय पात्रता अर्थात ‘सेट’ (SET) परिक्षा दि. १५ जून रोजी पार पडली. तर निकाल दि. ३० ऑगस्ट रोजी प्रसिद्ध करण्यात आला. या परिक्षेत एकूण १०३६६ उमेदवार परिक्षेस बसले होते त्यापैकी ६०५० उमेदवार उत्तीर्ण झाले. त्यात डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर नगर अर्धापूर जि. नांदेड येथील अमोल उद्धवराव सरोदे यांनी कुठलाही खाजगी क्लास न लावता स्वतः अभ्यास, मेहनत, जिद्द, चिकाटीने अभ्यास करून हे यश संपादन केले. आपल्या यशाचे श्रेय त्याने वडील उद्धवराव सरोदे, आई जयशिला सरोदे, गुरुजण वर्ग, बहिण भावंडे यांना दिले आहे. अमोल सरोदे यांचे प्राथमिक शिक्षण जिल्हा परिषद कन्या शाळा अर्धापूर, माध्यमिक शिक्षण जिल्हा परिषद हायस्कूल अर्धापूर, बारावीचे यशवंत महाविद्यालय नांदेड येथून तर महाविद्यालयीन शिक्षण शंकरराव चव्हाण महाविद्यालय अर्धापूर येथून बी.ए. मध्ये पूर्ण केले. त्यांनी सामाजिक शास्त्रे संकुल, स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ नांदेड येथून ‘अर्थशास्त्र’ विषयात एम.ए. पदव्युत्तर पदवी पूर्ण केली. अमोल सरोदेंच्या यशाबद्दल सर्व स्तरातून



अभिनेंदन व कौतुक होत आहे. या यशाबद्दल श्री. शारदा भवन एज्युकेशन सोसायटीचे खजिनदार प्राचार्य डॉ. रावसाहेब शेंदारकर, युवा उद्योजक नरेंद्र दादा चव्हाण, माजी प्राचार्य आर.जी.जाधव, माजी प्राचार्य के.के. पाटील, डॉ. घनश्याम येळणे, प्रा. विलास चव्हाण, प्रा.रघुनाथ शेटे, प्रा. साईनाथ शेटोड, प्रा. जे.सी.पठाण, प्रा. एम.के.काझी, प्रा.पुंडलिक भोसले, ग्रंथपाल राजीव वाघमारे, प्रा.अविनाश कदम, प्रा. प्रमोद लोणारकर, प्रा. भागवत पस्तापुरे, प्रा. बाबासाहेब भुक्तारे, प्रा. दिनेश पाटील,प्रा.विकास कदम,प्रा. प्रविण रावते,सुभाषदादा काटकांबळे, आंबेडकरवादी मिशनचे प्रमुख दिपक कदम,अॅड. मंगेश वाघमारे, शिक्षिका माया भद्रे, अॅड. किशोरजी देशमुख भाजपा जिल्हाध्यक्ष नांदेड,धर्मराज देशमुख प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य, संजय देशमुख सभापती कृषी उत्पन्न बाजार समिती नांदेड,नगराध्यक्ष प्र. प्रविण देशमुख, माजी

नुकत्याच जाहीर करण्यात आलेल्या ‘सेट’ (SET) परिक्षेत अर्थशास्त्र (Economics) विषयात अर्धापूरचा अमोल उद्धवराव सरोदे याने उत्तीर्ण होऊन घवघवीत यश मिळवले. भारतीय बौद्ध महासभेचे नांदेड जिल्हा संघटक तथा पत्रकार उध्दव सरोदे यांनी जिवनात संघर्ष करून विना नोकरीचे मुलामुलींना शिक्षण देऊन घडविले यात त्यांचा मोठा मुलगा अॅड. गौरव सरोदे बी.ए.,एल.एल.बी., एल.एल.एम. असून न्यायालयात अॅडव्हकेट आहे, दुसरा मुलगा वैभव सरोदे बी.सी.ए., एम.सी.एस. असून सीआयएसएफ जवान (केंद्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल) जमादार आहे, तिसरी मुलगी सौ. रमा प्रविण जाधव डी.एड असून महाराष्ट्र राज्य पोलीस कांन्स्टेबल आहे, सर्वात लहान अमोल सरोदे हा सेट परीक्षेत उत्तीर्ण झाला आहे.

नगराध्यक्ष छत्रपती कानोडे, नासेर खान पठाण, उपनगराध्यक्ष मुखेदरखान पठाण, माजी उपनगराध्यक्ष राजेश्वर शेटे, मुसविर खतिब, संचालक निळकंठराव मदन, तालुकाध्यक्ष बालाजी पाटील गव्हाणे,सुनिलराव वानखेडे काँग्रेस तालुकाध्यक्ष,जिल्हा उपाध्यक्ष नागोराव भांगे पाटील,शिवा संघटना जिल्हाध्यक्ष विलास कापसे, पंडितराव लंगडे,डॉ.विशाल लंगडे, व्यंकटी राउत,सोनाजी सरोदे,नामदेव सरोदे,आर.आर.देशमुख,दत्ता पाटील पांगरीकर, जिल्हाध्यक्ष विलास साबळे, योगेश हळदे शहराध्यक्ष, शेख मकसुद सचिव काँग्रेस कमिटी, महाराष्ट्र राज्य पत्रकार संघ मुंबई प्रदेश निवड समिती अध्यक्ष तथा संपादक दैनिक समीक्षा रुपेशजी पाडमुख, दै.दलितवाणीचे संपादक बालाजीराव पालीमकर,दिनेश पालीमकर,नांदेड जिल्हाध्यक्ष संग्राम मोरे, जिल्हाध्यक्ष लक्ष्मीकांत मुळे, ओमप्रकाश पत्रे,सुभाष लोणे,आझाद समाज पार्टीचे

प्रभाकरराव वाघमारे, जिल्हाध्यक्ष विनायकजी लोहकरे, गोविंद टेकाळे, फिरदोस हुसेनी, सखाराम क्षिरसागर,गुणवंत विरकर, शंकरराव ढगे,रामराव भालेराव,बली मोहम्मद खतीब,सिध्दार्थ लोखंडे, गंगाधर सोनटक्के,गंगाधर सुर्यवंशी, दै.नांदेड चौफरचे संपादक ओरफ खान पठाण,दै.सत्य मराठीचे संपादक अय्युब पठाण, संपादक अॅड.रमेश माने,छगन इंगळे,आनंद सिनगोर,शेख शकील,शिवहार घोडेकर,मनोज आंबेगावकर,इस्फान पठाण सर्व पत्रकार,प्रतिनिधी,संपादक,भारतीय बौद्ध महासभेचे सर्व पदाधिकारी, सिध्दार्थ जोंधळे, बळीराम कांबळे, अनिल कांबळे,पोलिस प्रविण जाधव,विक्रांत कांबळे,भिमानंद लघुळकर,सुशांत सरोदे यांच्यासह इतर सर्वांनी अमोल सरोदेचे अभिनेंदन करून त्यांना पुढील यशस्वी कार्यास शुभेच्छा दिल्या.

## दशरथ कुचेकर सह युवकांच्या पाठीशी उभा राहणार-आ.अमित गोरखे

महाराष्ट्र राज्य विधान परिषदेवर निवड झालेले आमदार अमित गोरखे यांचा बीड जिल्हा दौरा नुकताच संपन्न झाला. वडवणी शहरांमध्ये साहित्यरत्न लोकशाहीर अण्णाभाऊ साठे यांच्या १०५ व्या जयंतीनिमित्त अभिवादन करण्यासाठी आमदार अमित गोरखे खास करून उपस्थित होते. साहित्यरत्न लोकशाहीर अण्णाभाऊ साठे महामंडळाचे माजी अध्यक्ष तथा

विधानपरिषदेवरील आमदार अमित गोरखे यांच्या बीड जिल्हा दौऱ्यातील वडवणी मध्ये खास करून जयंती साठी त्यांनी कार्यकर्त्यांना वेळ दिला आणि लोकशाहीर अण्णाभाऊ साठे यांना अभिवादनही केले. यावेळी आमदार अमित गोरखे यांना काही प्रश्न विचारले असता त्यांनी सांगितले की सामाजिक क्षेत्रातील काम असेल, किंवा युवकांच्या बाबतीत काही प्रश्न

असतील त्यासाठी व दशरथ कुचेकर यांच्यासह बीड जिल्ह्यातील युवकांच्या पाठीशी खंबीरपणे उभा राहणार असे या निमित्ताने आमदार अमित गोरख यांनी सांगितले. त्याचबरोबर दशरथ कुचेकर यांच्या घरी सदिच्छा भेट देऊन इतरही कार्यकर्त्यांना भेटी दिल्या. आमदार अमित गोरखे म्हणाले की, बीड जिल्ह्यामध्ये येऊन फार आनंद झाला आहे कारण बीड जिल्हा हा नेहमीच चळवळीचा जिल्हा म्हणून महाराष्ट्रात

ओळखला जातो याच जिल्ह्यामध्ये खऱ्या अर्थाने चळवळीला ऊर्जा मिळते व कार्यकर्ते नेते पुढारी मोठ्या ताकतीने या ठिकाणी काम करतात याचा सार्थ अभिमान वाटतो. त्याचबरोबर ड सचिन आवचार, सचिन कसबे, पप्पू अवचार, दशरथ कुचेकर, पत्रकार सतीश मुजमुले यांच्यासह अनेक कार्यकर्त्यांना बळ देण्याचे काम येणाऱ्या काळामध्ये करणार असल्याचेही त्यांनी यावेळी सांगितले.

## अंधारवण पिंपरी येथे साहित्यसम्राट अण्णाभाऊ साठे यांची १०५ वी जयंती उत्साहात साजरी

बीड । प्रतिनिधी तालुक्यातील अंधारवण पिंपरी येथे साहित्यसम्राट अण्णाभाऊ साठे यांची १०५ वी जयंती मोठ्या उत्साहात साजरी करण्यात आली. विविध सांस्कृतिक व सामाजिक उपक्रमांच्या माध्यमातून अण्णाभाऊंच्या स्मृतींना उजाळा देण्यात आला. या कार्यक्रमात मान्यवर म्हणून अनिल चांदणे, प्रशांत वासनिक, प्रा. शरद वंजारे, भाऊराव प्रभाळे, पंकज चव्हाण, रमेश शिंदे, जालिंदर शिंदे, उमेश चांदणे व रणजीत इनकर आदींची प्रमुख उपस्थिती



होती. मान्यवरांनी आपल्या भाषणातून अण्णाभाऊंच्या साहित्यिक व सामाजिक कार्याचा गौरव करत, त्यांच्या विचारांचा समाजासाठी मार्गदर्शक ठरल्याचा उल्लेख

केला. जयंती निमित्त गावात विविध कार्यक्रमांचे आयोजन करण्यात आले. सकाळी प्रतिमा पूजन करून कार्यक्रमाची सुरुवात झाली. त्यानंतर समाजप्रबोधनपर व्याख्यान, गीते, कवितांचे सादरीकरण तसेच विद्यार्थ्यांसाठी स्पर्धा आयोजित करण्यात आल्या. गावातील महिला, युवक आणि ज्येष्ठ नागरिकांनी उत्स्फूर्त सहभाग नोंदवला. अण्णाभाऊ साठे यांच्या जयंतीच्या

यशस्वी आयोजनासाठी माजी सरपंच बबन वाघमारे, गौतम कांबळे, अशोक वाघमारे, आकाश वाघमारे यांच्यासह समाज बांधवांनी विशेष परिश्रम घेतले. त्यांच्या सहकार्यामुळे संपूर्ण कार्यक्रम शिस्तबद्ध व यशस्वीपणे पार पडला. कार्यक्रमाच्या शेवटी अण्णाभाऊ साठे यांच्या जयंतीनिमित्त काढण्यात आलेल्या मिरवणुकीला गावकऱ्यांचा मोठा प्रतिसाद मिळाला. गावात उत्साहाचे वातावरण निर्माण झाले होते.

## मराठवाडा मुक्तिसंग्राम दिनी बीडमध्ये धावणार रेल्वे बीड ते परळी रेल्वे मार्ग कामाला गती देऊन रेल्वे मार्ग पूर्ण करा -उपमुख्यमंत्री अजित पवार

मुंबई, दि. ३:- बीड शहर लवकरच रेल्वेच्या नकाशावर येणार असून म राठवाडा मुक्ती संग्राम दिनी बीड ते अहिल्यानगर रेल्वे गाडी सुरू करण्यात येणार आहे. यामुळे अनेक वर्षांपासूनचे बीड वासियांचे रेल्वेसेवेचे स्वप्न पूर्ण होणार आहे. येत्या १७ सप्टेंबर रोजी बीड ते अहिल्यानगर रेल्वे गाडीला हिरवा झेंडा दाखवून शुभारंभ करण्याचा निर्णय आज उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांच्या अध्यक्षतेखाली सहाद्री अतिथीगृह येथे झालेल्या बैठकीत घेण्यात आला. उर्वरित बीड ते परळी वैजनाथ या रेल्वे मार्गातील अडथळे दूर करून गतीने काम पूर्ण करण्याच्या सूचनाही उपमुख्यमंत्री श्री पवार यांनी दिल्या.

बैठकीला महापारोषण कंपनीचे म हाव्यवस्थापक संजीव कुमार, सार्वजनिक बांधकाम विभागाचे सचिव श्री दशपुते, वित्त विभागाच्या सचिव (वित्तीय सुधारणा) शैला ए, उपमुख्यमंत्र्यांचे सचिव डॉ राजेश देशमुख, सहसचिव (परिवहन) राजेंद्र होळकर, रेल्वेचे मुख्य विद्युत अभियंता विनीत कुमार, रेल्वेच्या पुणे विभागाचे अप्पर विभागीय व्यवस्थापक पद्मसिंह जाधव, मुख्य प्रवासी वाहतूक व्यवस्थापक मिलिंद हिरवे, मुख्य जनसंपर्क अधिकारी स्वप्नील नीला, मुख्य अभियंता प्रशांत भेगडे आदी उपस्थित होते. तसेच



दूरदृश्य प्रणालीद्वारे छत्रपती संभाजीनगर विभागीय आयुक्त जितेंद्र पापळकर, बीड जिल्हाधिकारी विवेक जॉन्सन, जिल्हा पोलिस अधीक्षक नवनीत काँवत यांनी

बैठकीत सहभाग घेतला. उपमुख्यमंत्री अजित पवार म्हणाले, बीड ते परळी वैजनाथ रेल्वे मार्गाच्या भूसंपादनाचे प्रलंबित प्रकरणे

बीड जिल्हा प्रशासनाने तातडीने निकाली काढून आवश्यक जमीन उपलब्ध करून द्यावी. या रेल्वे मार्गासाठी राज्य शासनाच्या हिस्साची रक्कम तातडीने अदा करण्यात यावी. अर्थसंकल्पात मंजूर १५० कोटी रुपये देण्यात यावे. उर्वरित १५० कोटी रुपयांची तरतूद करावी. रेल्वेने आतापर्यंत दिलेल्या निधीचे उपयोगिता प्रमाणपत्र देण्याची कार्यवाही करावी.

फलटण ते लोणंद या रेल्वे मार्गाचे काम करावे. बारामती रेल्वे स्थानकाच्या कामाला रेल्वेच्या वरिष्ठ अधिकाऱ्यांनी भेटी द्याव्या. तसेच कामाला गती देऊन

पुढील काळात सुसज्ज रेल्वे स्थानक प्रवाशांच्या सेवेसाठी उपलब्ध करून द्यावे, असे निर्देशही उपमुख्यमंत्री श्री पवार यांनी दिले. असा आहे अहिल्यानगर - बीड - परळी रेल्वे मार्ग रेल्वे मार्गाची एकूण लांबी २६१.२५ किलोमीटर, जमिनीचे एकूण भूसंपादन १८२२.१६८ हेक्टर, रेल्वे खालील एकूण पूल १३०, रेल्वे वरील पूल ६५, मोठ्या पुलांची संख्या ६५, छोटो पूल ३०२. द्वितीय प्रशासकीय मान्यतेनुसार प्रकल्पाची एकूण किंमत ४८०५.१७ कोटी, प्रकल्पाच्या समग्र णात ५०:५० टक्के हिस्सा नुसार केंद्र व राज्य शासनाचा प्रत्येकी हिस्सा २४०२.५९ कोटी.

# 4 ते 5 सप्टेंबर दरम्यान मोठं संकट, भारतीय हवामान विभागाचा अत्यंत मोठा इशारा

गेल्या आठवड्यात झालेल्या जोरदार पावसांनंतर काही भागांमध्ये पावसाने विश्रांती घेतली. मात्र, आता परत एकदा पावसाचा मोठा इशारा भारतीय हवामान विभागाने दिलाय. मुंबईसह उपनगरांमध्ये पावसाने विश्रांती घेतली होती. आता पुढचे तीन दिवस कोकण, विदर्भ, मध्य महाराष्ट्रात मुसळधार पावसाचा इशारा देण्यात आलाय. फक्त महाराष्ट्राच नाही तर देशभरात पावसाने धुमाकूळ घातल्याचे बघायला मिळत आहे. पश्चिम बंगालच्या खाडीत कमी दाबाचा पट्टा निर्माण झाल्याने देशभरात पाऊस कोसळतोय. देशातील अनेक भागात पूर आले असून नद्यांनी धोकादायक स्थिती ओलांडली आहे. हवामान तज्ज्ञांनी गणेशोत्सवाच्या शेवटच्या तीन दिवसांमध्ये मुंबई आणि उपनगरांमध्ये पावसाचा अंदाज वर्तवला आहे. यासोबतच काही भागांमध्ये मुसळधार पावसाचा अंदाज आहे. रत्नागिरी, सिंधुदुर्ग, रायगड, ठाणे, पालघर या जिल्ह्यांना मुळधार ते अतिमुसळधार पावसाचा इशारा हवामान विभागाने दिलाय. मात्र, आज मुंबईमध्ये हलक्या ते मध्य स्वरूपाच्या पावसाचा अंदाज वर्तवण्यात आलाय. उद्या मुंबईमध्ये मुसळधार पाऊसाची शक्यता आहे. उद्या आणि परवा राज्यासह देशात काही भागात

भागामध्ये जोरदार पाऊस होण्याची दाट शक्यता आहे. राज्यातील अनेक भागांमध्ये सततच्या पावसामुळे शेतीचे मोठे नुकसान झालंय. शेतकरी राजा चिंतेत आहे. राज्यातील धरणे ओव्हर फ्लो झाली आहेत. देशात पावसाचे संकट आहे. दिल्ली, हरियाणा, पंजाब या भागात मुसळधार पाऊस सुरू आहे. या पावसामुळे नागरिकांचे जनजीवन विस्कळीत झाल्याचे बघायला मिळतंय. जायकवाडी धरणातून दोन महिन्यात 25 टीएमसी विसर्ग, आतापर्यंत 3 वेळा पाणी सोडण्यात आले. धरण क्षेत्रात पाण्याची सातत्याने आवक असल्याने सद्यस्थितीला धरणाचा साठा 99%

वर गेलीये. पिण्याच्या पाण्यासह सिंचन आणि औद्योगिक वसाहतींची चिंता मिटली आहे. छत्रपती संभाजी नगर जिल्ह्यातल्या पैठण येथील जायकवाडी धरणातून गेल्या काही दिवसांपासून सातत्याने पाण्याची आवक सुरू आहे. त्यामुळे यावर्षीच्या पावसाळा संपण्यापूर्वीच शंभर टीएमसी क्षमता असलेल्या धरणातून तब्बल 25 टीएमसी पाणी गोदावरी नदीपात्रात सोडण्यात आले आहे. यावर्षी पावसाळ्यात तीन वेळा जायकवाडी धरणाचे दरवाजे उघडण्यात आले असून नांदेडमध्ये दोन वेळा गोदावरी नदीला पूर देखील आला होता.

## लोकशाही पत्रकार संघाने गणेश उत्सव निमित्त वाहतूकीचे नियम प्रचार प्रसार करावा - पो. नि. वाहतूक शाखा सुभाष सानप

बीड दि.२८(प्रतिनिधी)- गणेशोत्सव आनंदात आणि शांततेत साजरा करण्याची हिंदू संस्कृती आहे. त्या हिंदू संस्कृतीला अनुसरून लोकशाही पत्रकार संघाने नागरिकांना वाहारीकीचे नियमनाचे महत्त्व सांगून प्रचार व प्रसार करावे तसेच शांततेत गणेशोत्सव साजरा करण्याची संस्कृती जपली असल्याचे मत पो. नि. वाहतूक शाखा सुभाष सानप यांनी लोकशाही पत्रकार संघाच्या वतीने स्थापन झालेल्या गणरायाच्या आरतीच्या प्रसंगी पदाधिकाऱ्यांशी बोलताना म्हटले. यावेळी त्यांनी बीड शहरासह तालुक्यातील नागरिकांनी गणपती सण मोठ्या उत्साहात आणि आनंदात साजरा करावा असे आवाहन देखील नागरिकांना केले. लोकशाही पत्रकार संघाच्या वतीने धानोरा रोड परिसरात

धानोरा रोडचा राजा गणेश मंडळाच्या नावाने गणरायाची स्थापना करण्यात आली. गणरायाच्या स्थापनेच्या काल मंगळवारी पो. नि. वाहतूक शाखा सुभाष सानप, भाजपचे बीड जिल्हा अध्यक्ष देशमुख सर, उपाध्यक्ष नवनाथ आण्णा शिराळे, विजेंद्र भाऊ डुलगाच यांच्या हस्ते श्री ची आरती करण्यात आली. आरती नंतर पो. नि. वाहतूक शाखा सुभाष सानप उपस्थित नागरिकांनी मंडळाच्या पदाधिकाऱ्यांशी बोलत होते. यावेळी बोलताना पो. नि. वाहतूक शाखा सुभाष सानप म्हणाले की, सर्व सण आनंदात आणि शांततेत साजरा करण्याची हिंदू संस्कृती आहे. त्या हिंदू संस्कृतीला अनुसरून लोकशाही पत्रकार संघाने वाहतूकीचे नियम याची माहिती नागरिकांना देण्यासाठी प्रचार व प्रसार केला

नागरिकांनी सुरक्षितरित्या रहावे स्वतःचे आणि आपल्या शेजाऱ्यांची काळजी घ्यावी असे आवाहन यावेळी पो. नि. वाहतूक शाखा सुभाष सानप यांनी नागरिकांना केले. आरती नंतर पो. नि. वाहतूक शाखा सुभाष सानप, देशमुख, डुलगाच, डॉ. वणवे शारदा ताई डुलगाच आदी पाहुण्यांचा सत्कार लोकशाहीचे संस्थापक अध्यक्ष भागवत वैद्य व जिल्हा अध्यक्ष साहस अदोडे, पत्रकार नितेश उपाध्ये, आत्माराम वाव्हळ, शिवप्रसाद सिरसाट, अँड गिरी मॅडम, ज्योती तुसांबड, संजय देवा कुलकर्णी यांनी केला. यावेळी लोकशाही पत्रकार संघाचे मराठवाडा कार्याध्यक्ष आत्माराम वाव्हळ, साहस आदोडे, शिवप्रसाद सिरसाट, श्रीकांत कुलकर्णी, अविनाश कुलकर्णी, गणपती भाविक भक्तासाह



दि.02-09-2025 रोजी समाज सेविका रेखाताई सेडुते यांचा वाढ दिवस जिह्वाळा शहरी बेघर निवारा येथे बेघर निराधार वयोवृद्ध महिला व पुरुषांना अन्नदान करून साजरा करण्यात आला. यावेळी शेर-ए-हिंदू बहु उद्देशीय सेवाभावी संस्थेचे संस्थापक अध्यक्ष मा.शेख आमिर पाशा, उपाध्यक्ष मनोज बांगर, आशा ढोले मंडम सय्यद राजु भाई, सय्यद शफी, हाशमखाँ पठाण, सय्यद नईम, शेख नफीस, मोहन धुरन्दरे, शेख शाहनवाज, जिह्वाळाचे वैद्य सर, व्यवस्थापक राजु वच्नारे सर, काळजीवाहक छाया सरोदे मंडम व इतर सर्व उपस्थित होते.

## मनोज जरांगे पाटील यांच्या आरोग्याची सरकारने काळजी घ्या- खा. सोनवणे

बीड । प्रतिनिधी मराठा समाजासाठी गेली अनेक वर्षे सातत्याने आंदोलनाच्या माध्यमातून न्याय मिळवून देण्यासाठी अहोरात्र लढा देणारे मराठा आरक्षण आंदोलनाचे नेते मनोज जरांगे पाटील यांचे आरोग्य आणि जीवित सुरक्षित ठेवण्याची जबाबदारी ही राज्य सरकारची आहे. राज्य सरकारने मागण्यावर आवश्यक उपाययोजना कराव्यात, अशा मागणीचे पत्र बीडचे खा. बजरंग सोनवणे यांनी राज्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांना पाठवले आहे. खा. सोनवणे यांनी पत्रात म्हटले आहे, मनोज दादा जरांगे हे

गेली दोन वर्षे अहिंसक आंदोलनाच्या माध्यमातून मराठा समाजाच्या हक्काचा लढा लढत आहेत. सरकारशी संवाद साधत असतानाही त्यांच्या दि.२९ गस्ट पासून सुरु असलेल्या व दीर्घकाळ चाललेल्या प्राणोत्तिक उपोषण आंदोलनामुळे त्यांचे आरोग्यास व जीवितास धोका निर्माण होत आहे. या पार्श्वभूमीवर सरकारने त्यांना आवश्यक ती सुरक्षा, वैद्यकीय मदत आणि संरक्षण देणे अत्यावश्यक आहे. मराठा समाजाच्या आरक्षणाबाबत सरकारने ठोस निर्णय घ्यावा. मागील अनेक आंदोलनांत मनोज यांनी उपोषण, जलत्याग अशा

कठोर मार्गांचा अवलंब केला. सध्या मुंबई येथे चालू असलेल्या या आंदोलनात त्यांचे आरोग्य गंभीरपणे बिघडले असून त्यांच्या सुरक्षिततेकडे सरकारने विशेष लक्ष दिले पाहिजे. एखादी अप्रिय घटना घडल्यास त्याची संपूर्ण जबाबदारी राज्य शासनावर राहील. खा. सोनवणे यांनी मराठा समाजातील तरुणांनी कायद्याच्या मर्यादित राहून शांततेत लढा पुढे नेण्याचे आवाहन केले आहे. मनोज दादा हे समाजाचे नेतृत्व करीत आहेत. त्यांच्यावर येणारा कोणताही धोका हा मराठा समाजाच्या भावनांशी

निगडित आहे. त्यामुळे राज्य सरकारने संवेदनशीलतेने हा प्रश्न हाताळावा आणि मनोज दादांच्या जीविताच्या सुरक्षेसाठी तात्काळ ठोस पावले उचलावीत, फ असे ते म्हणाले. दरम्यान, मनोज दादा जरांगे यांच्या नेतृत्वाखालील आरक्षण चळवळीला राज्यभरातून अभूतपूर्व पाठिंबा मिळत आहे. या पार्श्वभूमीवर त्यांच्या जीविताचे रक्षण करण्यासाठी राज्य सरकारने ठोस उपाययोजना करणे ही काळाची गरज असल्याचे खा. सोनवणे यांनी दिलेल्या पत्रात म्हटले आहे.

## मोदी सरकारची सणासुदीच्या काळात मोठी भेट, जीएसटीत बदल केल्याने या वस्तू होणार स्वस्त

अर्थमंत्री निर्मला सितारमण यांच्या अध्यक्षतेखाली बुधवारी जीएसटी काउंसिलची 56वी बैठक पार पडली. या बैठकीत महत्वाचे निर्णय घेण्यात आले आहेत. जीएसटीतील 12 आणि 28 टक्के हे स्लॅब काढून टाकले आहेत. त्याचा सकारात्मक परिणाम दिसून येणार आहे. त्यामुळे अनेक वस्तू स्वस्त होणार आहेत. आता फक्त 5 आणि 18 टक्के जीएसटी स्लॅब असणार आहे. त्यामुळे सर्व वस्तू या दोन स्लॅबच्या आतच बसणार आहे. म्हणजेच 28 टक्के जीएसटी असलेली वस्तू 18 टक्क्यांपर्यंत येणार आहे. त्यामुळे त्याचा फायदा थेट ग्राहकांना होणार आहे. दुसरीकडे लक्झरी आणि आरोग्याला हानिकारक असलेल्या वस्तूसाठी एक वेगळा स्लॅब तयार केला आहे. हा 40 टक्के असणार आहे. युएचटी दूध, पनीर, पिझ्झा ब्रेड, रोटी, पराठा आता शून्य जीएसटी स्लॅबमध्ये असतील. त्यामुळे सर्व सामान नागरिकांना दिलासा मिळणार आहे. नव्या बदलाची अमलबजावणी 22 सप्टेंबर 2025 पासून लागू होणार आहे. अर्थमंत्री निर्मला सितारमण यांनी ही माहिती दिली आहे. एसी, वॉशिंग मशीन, 38 इंचापेक्षा मोठे टीव्ही, लहान कार इत्यादींवर आता 18 टक्के जीएसटी आकारला जाईल, तर पूर्वी त्यावर 28 टक्के जीएसटी आकारला जात होता. पान मसाला, सिगारेट, गुटखा आणि इतर तंबाखूजन्य पदार्थ, विडी यांना विशेष श्रेणीत ठेवण्यात आले असून 40 टक्के जीएसटी असणार आहे.. फ्लेवर्ड

कार्बोनेटेड पेये देखील या स्लॅबमध्ये ठेवण्यात आली आहेत. अर्थमंत्री निर्मला सितारमण यांनी सांगितले की, पंतप्रधान मोदींनी स्वातंत्र्यदिनाच्या भाषणात याबाबतचा सूतोवाच केला होता. पंतप्रधान ज्या सुधारणांबद्दल बोलले होते त्या दिशेने आम्ही काम केले आहे. सर्व राज्यांच्या अर्थमंत्र्यांनी दर सुसूत्रीकरणात सहकार्य केले आणि आम्ही हा निर्णय एकमताने घेतला आहे. काय स्वस्त होणार आरोग्य उपकरणे आणि 33 औषधांवर जीएसटी आकारला जाणार नाही. चप्पा आणि दृष्टीशी संबंधित उपकरणांवरही 5 टक्के जीएसटी असेल. सुक्या मेव्यांवरील म्हणजेच काजू, बदाम, पिस्ता, खजूर, मिश्र काजू, नारळ पाणी,

पेय, पास्ता, नूडल्स, कॉर्नफ्लेक्स, फ्रूटेड राईस, ब्रिस्किटे, केक, पेस्ट्री, नमकीन, भुजिया, इत्यादींवरील जीएसटी दर 12 टक्क्यांवरून वरून 5 टक्क्यांपर्यंत कमी करण्यात आला आहे. संगमरवरी, चामडे,



शेतकरी आणि त्यांच्या उत्पादनांवर आकारण्यात येणारा 12 टक्के जीएसटी देखील 5 टक्के करण्यात आला आहे. आरोग्य विमा आणि जीवन विमा पॉलिसींवरील जीएसटीमध्येही मोठी सवलत देण्यात आली आहे. शूज आणि कपड्यांवरही मोठी सवलत देण्यात आली आहे. आता त्यावर 12 टक्क्यांऐवजी फक्त 5 टक्के जीएसटी आकारला जाईल. काय महाग होणार लक्झरी वस्तू, कार आणि बाईक अधिक महाग होतील. कारण नव्या स्लॅबमध्ये यांना विशेष स्लॅब देण्यात आला आहे. तंबाखू, जर्दी, पान मसाला, फ्लेवर, फ्रूट ड्रिंक आणि इतर पॅकेज्ड पेये महाग होतील. 350 सीसी पेक्षा जास्त इंजिन असलेल्या बाईक महाग होतील.