

कंबरदुखीपासून हे ४ योग आराम देतील

चक्रासन
चक्रासन केल्याने शरीराची मुद्रा चाका सारखी दिसू लागते. म्हणून हे नाव दिले आहे. कंबरच्या दुखण्यात हे आसन फायदेशीर आहे पण हे हळू-हळू करावं. हे लक्षात ठेवा की कंबरला ताण येऊ नये. या साठी सर्वप्रथम जमिनीवर झोपा, आता डोक्याच्या मागील बाजूस तळहाताला जमिनीवर ठेवून शरीराचे सर्व वजन हात आणि पायावर टाकून हळूहळूपणे शरीराला वर उचलण्याचा प्रयत्न करा.

बऱ्याच लोकांना कंबर दुखीचा त्रास होतो. थोडे देखील उठ बस करताना कंबरत वेदना होते आजकाल तर तरुणांमध्ये देखील हा त्रास उद्भवत आहे. बरेच लोक चिकित्सकांना दाखवतात, औषध देखील घेतात पण वेदना कमी होत नाही. अशा लोकांनी एकदा तरी योग करून बघावे. योग केल्याने त्यांना कंबर दुखीच्या वेदनेपासून शक्य तितक्या आराम मिळेल. चला तर मग जाणून घ्या की कोणते योगा केल्याने कंबरच्या वेदनेपासून आराम मिळतो.

ताडासन

कंबरदुखीपासून मुक्त होण्यासाठी ताडासन एक चांगले आसन असल्याचे सिद्ध आहे. दोन्ही हात डोक्याच्या वर धरून म्हणून देखील करतात कारण

हे करायला सहज आणि सोपं आहे. हे करण्यापूर्वी सर्वप्रथम सरळ उभे राहा. दोन्ही पायात खांद्याच्याप्रमाणे अंतर राखा. दोन्ही हात डोक्याच्या वर हाताचे बोटे एकमेकात फसवून जेवढे शक्य असेल स्वास धरून वरील बाजूस घेऊन खांद्यावरून ओढून खेचून घ्या आणि टाचा देखील उचला.

भुजंगासन

कंबर दुखीला लवकरात लवकर दूर करण्यासाठी भुजंगासन करायला सुरू करा. हे करण्यासाठी आपण सर्वप्रथम सरळ जमिनीवर पाठीवर झोपा. नंतर हळूच हाताला छातीच्या समान अंतरावर ठेवा. नंतर कंबरपासून नाभी पर्यंतच्या भागाला हळू-हळू स्वास भरून वर उचला. कंबरमध्ये होणाऱ्या ताणला अनुभव करून हळू-हळू स्वास सोडत खाली या.

पर्वतासन

हे एक चांगले आणि सोपे आसन आहे. हे करण्यासाठी आपण जमिनीवर पोटावर झोपा. आता हातापायाच्या साहाय्याने शरीराला उचलण्याचा प्रयत्न करा. असं केल्याने पर्वतासारखा आकार बनतो. प्रयत्न करा की गुडघे आणि कोपर वळवू नका. हे नियमाने 15 ते 20 सेकंद केल्याने चांगले परिणाम मिळतील.

वस्तूप्रमाणे इतरांच्या काही गोष्टी मुळीच वापरू नका

चप्पल-
समजा तुम्ही एखाद्या मंदीरात गेला आणि तिथे तुमच्या चपला चोरी झाल्या तर रागाने इतरांच्या चपला घालून घरी जावू नका. कारण इतरांच्या चपलांमधील निगेटिव्ह ऊर्जा तुमच्यासाठी नुकसानकारक ठरू शकते. असं म्हणतात की चपला चोरीला जाणं म्हणजे दारिद्र्य कमी होणं. त्यामुळे इतरांचे दारिद्र्य घरी घेऊन येवू नका.

रुमाल -

इतरांच्या वापरलेला रुमाल वापरल्यामुळे घरात क्लेश निर्माण होऊ शकतात. शिवाय वैज्ञानिकदृष्ट्या बघायला गेलं तर इतरांच्या रुमालामधील घाण अथवा बॅक्टेरियांमुळे तुम्हाला इन्फेक्शन होऊ शकतं. त्यामुळे इतरांचे वापरलेले रुमाल वापरणं धोक्याचं असू शकतं.

गादी अथवा बेड -

प्रत्येकाने आपल्या गादी अथवा बिछन्यामध्ये झोपणं हेच हितकारक असू शकतं. इतरांच्या बेडवर झोपण्यामुळे वास्तूदोष होऊ शकतो. इतरांच्या बेडवर झोपल्यामुळे तुमचे आरोग्य बिघडू शकते.

कपडे -

बऱ्याचजणांना इतरांचे वापरलेले कपडे घालण्याची सवय असते. भावदे अथवा मित्र-मैत्रीणींचे कपडे वापरण्यात काहीच चुकीचे नाही असे अनेकांना वाटते. अनेकजण वापरलेले कपडे इतरांना दान करतात. मात्र असे इतरांचे कपडे घालणं धोक्याचं ठरू शकतं. कारण असं केल्यामुळे त्यांच्यातील नकारात्मक ऊर्जा तुमच्यामध्ये येते.

पेन -

बऱ्याच लोकांना काहीतरी लिहावं लागतं तेव्हा पटकन इतरांचं पेन ते वापरतात मात्र काम

वास्तूशास्त्रानुसार इतरांच्या काही गोष्टी वापरू नयेत. कारण त्यांच्यामधील गूढदोषांमुळे त्या वस्तूंच्या माध्यमातून तुमचं नुकसान होऊ शकतं. यासाठी दुसऱ्यांनी वापरलेल्या या गोष्टी चुकूनही वापरू नका. यासाठीच अशा कोणत्या गोष्टी नुकसानकारक आहेत हे जरूर जाणून घ्या.

झाल्यावर ते पेन आपल्याच खिपात टाकून निघून जातात. एकतर असं वागणं हे मुळतच चुकीच आहे शिवाय याचे चुकीचे परिणाम तुम्हाला भोगावे लागू शकतात. कारण असे केल्यामुळे तुम्हाला आर्थिक नुकसान होण्याची शक्यता असते. यासाठी कोणाचेही पेन वापरू नका आणि कोणालाही तुमचे पेन वापरण्यास देऊ नका.

घड्याळ -

हातामध्ये वापरण्याचे घड्याळ देखील कधीच कोणी वापरलेले घेऊ नये कारण त्यामध्ये देखील वापरण्याऱ्या व्यक्तीची निगेटिव्ह ॲनर्जी असते. ज्यामुळे तुमचे अतोनात नुकसान होऊ शकतं. असं वापरलेलं घड्याळ वापरल्यामुळे तुम्हाला आर्थिक नुकसान आणि अपयशाचा सामना करावा लागू शकतो.

तुमचं लकी चार्म -

प्रत्येकाच्या आयुष्यात एक लकी चार्म असतो. एखादी अशी गोष्ट जी तुमच्यासाठी फारच लकी असते. ज्या गोष्टीमुळे तुम्हाला आनंद मिळते अशी गोष्ट कधीच इतरांना देऊ नका. कारण यामुळे देणाऱ्या आणि घेणाऱ्या दोघांचंही नुकसान होऊ शकतं.



या ३ लक्षणांवरून जाणा तुम्ही मिठाचे अधिक सेवन करता!

पदार्थात मीठ नसेल तर तो अगदी बेचव लागतो. त्यामुळे अन्नाचे मीठाचे आवश्यक ते प्रमाण असणे गरजेचे आहे. पण गरजेपेक्षा अधिक मीठ खाणे आरोग्यास हानीकारक ठरेल. काही लोकांना भाजी, सलाद, रायता यात वरून मीठ घालून खाण्याची सवय असते. इतकंच नाही तर काही लोक फळंना देखील मीठ लावून खातात. त्यामुळे चव तर वाढते पण मीठातील सोडिअमच्या अधिक प्रमाणामुळे आरोग्यावर वाईट परिणाम होतो. अधिक मीठ खाल्याने शरीरावर ही लक्षणे दिसू लागतात. पाहूया काय आहेत ती लक्षणे...

शरीराच्या वेगवेगळ्या भागांना सूज

रात्रीच्या वेळी गरजेपेक्षा अधिक मीठ खाल्यास शरीरावर अनेक परिणाम दिसू लागतात. शरीरातील वेगवेगळ्या भागात विनाकारक सूज जडू लागते. यास इडिमा असे म्हणतात.

अधिक तहान लागते

मीठाच्या अधिक सेवनामुळे तहान अधिक लागते. शरीरातील

सोडिअमचे प्रमाण वाढल्याने पाण्याची अधिक आवश्यकता भासू लागते. कारण सोडिअमचे वाढलेले प्रमाण शरीरातून बाहेर पडण्यासाठी शरीरात हे बदल होतात.

सुजलेले डोळे

सकाळी उठल्यावर तुमचे डोळे सुजलेले दिसत असतील तर हा तुम्ही अधिक मीठ घेत असल्याचा इशारा आहे. पण पफी आईजची समस्या विविध कारणांमुळेही उद्भवू शकते.



मूग डाळ कचोरी



साहित्य- 1/2 वाटी उडीद मूग डाळ, 1/2 वाटी मोगर डाळ, 500 ग्रॅम मैदा, चिमूटभर हिंग, 2 चमचे भगराळ शेंप, 2 चमचे धणे पुड, 1 वाटी दही, 1/2 चमचे गरम मसाला, 1 चमचा तिखट, तेल तळण्यासाठी. **कृती-** दोन्ही डाळी 3 ते 4 तासापूर्वी भिजत घाला. काही डाळ तशीच ठेवून बाकीची डाळ वाटून घ्या. कढईत थोडंसं तेल टाकून बडी शेंप आणि हिंग घाला. भगराळ डाळ आणि अक्खी डाळ दोन्ही परतून घ्या. सर्व मसाले थंड करून घ्या. मैद्यात 1/2 चमचा मीठ मिसळून चाळून घ्या. दीड चमचा मोयन घाला आणि कणीक मळून घ्या लहान लहान गोळ्या बनवून हातावर गोळ्यांना पसरवून घ्या, कोपरे पातळ करून मध्ये मसाला भरून बंद करा. कचोऱ्या तयार करा. तेल तापवायला ठेवा. गरम कचोऱ्या मंद आचेवर सोनेरी रंग येई पर्यंत तळून घ्या. गरम कचोऱ्या दही किंवा हिरव्या चटणी सह सर्व्ह करा.

घरातच १० मिनिटातच करा इन्स्टंट पेडिक्योर, पाय स्वच्छ होतील

वापर करी करायचे आहे-

बऱ्याच लोकांना ही समस्या असते की त्यांचा चेहरा आणि कपडे तर चकचकीत असतात पण जेव्हा गोष्ट पायांची येते तेव्हा ते काळपट आणि डागांचे दिसतात. आपण नेहमी आपल्या चेहऱ्याकडे लक्ष देतो पण पायाकडे लक्ष देणं विसरतो त्यासाठी पेडिक्योरची गरज असते. परंतु महागडे पेडिक्योर करणे परवडत नाही. तसेच तासनतास पाण्यात पाय बुडवून ठेवणे आवडत देखील नाही. हे वेळेणे सुद्धा आहे. या साठी आपण घरातच इन्स्टंट पेडिक्योर करून आपल्या पायांना सुंदर बनवू शकतो.

या पेडिक्योर मध्ये पाय जास्तकाळ पाण्यात बुडवून देखील ठेवण्याची गरज नाही आणि हे त्यांच्या साठी उत्कृष्ट ठरणार आहे ज्यांच्या कडे वेळेचा अभाव आहे आणि जे स्वतःवर जास्त लक्ष देऊ शकत नाही. ह्याचा वापर केल्याने पायाचे टॅनिंग नाहीशी होते, यामुळे पायाचे डाग नाहीसे होतात आणि पाय उजळतात. हे आपण घरातील वस्तूंनीच करू शकता. या साठी महागडे उत्पादक देखील लागत नाही.

या साठी लागणारे साहित्य- खोबरेल तेल, नेलकटर, ट्यूबेस्ट, ट्यूब्रश, फायलर, उटणे साबण, तुरटीचे पाणी किंवा हळद, मसुरीच्या डाळीची पुड, मुलतानी माती, टोमॅटो चुरी, हळद, दही.

सर्वप्रथम पाय धुऊन नखे

नेलकटरच्या साहाय्याने कापून घ्या आणि शक्य असल्यास असे ठेवा की त्यांना इच्छेनुसार शेंप देऊ शकाल. हे खूप सोपे आहे आणि या साठी पाय भिजवून ठेवण्याची गरज नाही. हे खूप कमी वेळेत होणारे घरघुती पेडिक्योर आहे. नेलकटरच्या साहाय्याने नखाच्या बाजूस जमलेली घाण शक्य तितकी काढून टाका.

इच्छित असल्यास नेलकटरच्या साहाय्याने नखांचा आकार निश्चित करू शकता किंवा फायलरच्या साहाय्याने हे व्यवस्थित करू शकता.

या नंतर नारळचं तेल पायाला लावून मॉर्शिलर करा. ह्याच्या मदतीने पायाला पुरेसे पोषण द्याल. नारळचं



तेल अधिक प्रमाणात घ्या आणि चांगल्या प्रकारे मॉर्शिलर करा. या नंतर ट्यूबेस्ट (जेल बेस्ड नसावे) आणि जुन्या ब्रशच्या साहाय्याने आपल्या पायाच्या नखांना स्वच्छ करा. या मुळे आपले नखे पूर्णपणे स्वच्छ होतील आणि जी

घाण असेल ती निघून जाईल. शक्य असल्यास मिंट वाली ट्यूबेस्ट घ्या. हे नखांसाठी चांगले आहे. या मुळे नखाचा पिवळसरपणा देखील निघून जाईल. नंतर आपण स्किन व्हाईटनिंग साबण किंवा उक्रभ उटणे साबणाचा वापर करू शकतो आणि ते उपलब्ध नसेल तर आपण कोणत्याही उटणे किंवा तुरटीचे पाणी आणि बॉडी वॉशने पाय स्वच्छ करा. हे पायाला चांगल्या प्रकारे लावून लोफा ने पाय स्वच्छ करा आणि पाण्याने स्वच्छ करून घ्या.



पॅक

आपल्या पायाला अधिक चांगले बनवेल. या पॅक ला वाळू द्या किंवा 5 मिनिटातच काढून टाका. नंतर पायाला धुऊन घ्या आता आपले पेडिक्योर तयार आहे. या नंतर पायाला मॉइश्चरायझर लावा. पायाचे पेडिक्योर पूर्ण झाले. हे उपाय स्वतः अवलंबवा आणि पायाला स्वच्छ करा.

मसाले खराब होण्यापासून वाचविण्यासाठी हे उपाय करा

मसाले हे खरणाकघरातील एक महत्त्वाचे घटक आहे. त्याच्या शिवाय अन्नाला चव देखील नसते. चविट अन्नासाठी मसाल्याचे योग्य प्रमाण आणि वांगला वास असणे महत्त्वाचे आहे. पण बऱ्याच वेळा असे वधितले आहे की हे मसाले लवकर खराब होऊ लागतात त्यामध्ये कीड लागतात. जर आपल्या खरणाकघरात देखील अशी समस्या आहे तर या साठी आवश्यक आहे मसाल्यांच्या देखभाली साठी काही गोष्टींची काळजी घेण. विशेषतः हिवाळ्यात आणि पावसाळ्याच्या हवामानात मसाले खराब होण्यापासून वाचवणे गरजेचे आहे. चला तर मग जाणून घ्या की असे कोणते उपाय आहेत ज्यामुळे मसाले खराब होण्यापासून वाचू शकतात.



बायचा वेळा बायचा मसाले उजेड च्या ठिकाणी ठेवतात. त्यांना असे वाटते की उजेडात ठेवल्यावर मसाले खराब होणार नाही त्यांच्या मध्ये मॉइश्चर लागणार नाही, पण आपणास हे माहित नाही की मसाले जास्त उजेडात ठेवणे चांगले नाही. **लोक खाण्या-पिण्याच्या वस्तूंना प्रोजेमध्ये साठवून ठेवतात, जेणे करून त्यांना**

बऱ्याच काळ वापरण्यात घेता येईल. काही लोक मसाले प्रोजे मध्ये ठेवतात, जे योग्य नाही. मसाले प्रोजे मध्ये ठेवल्याने त्यांची चव खराब होते. आपली इच्छा असल्यास मसाले हवाबंद डब्यात ठेवून प्रोजेमध्ये ठेवू शकता. **● आवश्यक असल्यास मसाले गरज असेल तेव्हाच वाटून घ्या. जास्त प्रमाणात मसाले वाटू नये, कारण अकूचे आणि खडे मसाले लवकर खराब होत नाही. मसाले नेहमी पारदर्शक डब्यापेक्षा गडद रंगाच्या जात मध्ये ठेवा, ज्यामुळे लाईट कमी पडते. या शिवाय काचेच्या बरणीत देखील मसाले ठेवू शकता. त्यांना फक्त अंधारात ठेवा. **● मसाल्यांमध्ये मॉइश्चर आले असेल तर त्यांना उन्हात ठेवा. परंतु कधीही थेट सूर्यप्रकाशात ठेवू नये. एका ताटलीत मसाले ठेवा आणि एखाद्या कपड्याने झाकून ठेवा.****

किशोर वयात उंची वाढविण्यासाठी हे प्रभावी योगासन करा

पौर्णमास किंवा किशोरावस्था, जीवनातील ती अवस्था आहे जेव्हा माणसाचं शरीर तयार होते. अशा परिस्थितीत बरेच बदल येतात. जसे की उंची वाढणे, वजन कमी जास्त होणं, आवाजात बदल होणं इत्यादी. अशा वेळी योगा करणे महत्त्वाचे आहे. योगा केल्याने शारीरिक बदल योग्य प्रकारे होतो. बऱ्याच मुलांची उंची या पौर्णमास्येत वाढत नाही. ज्यामुळे त्यांचे पालक खूपच काळजीत असतात. बरेच लोक या साठी वेगवेगळे उपाय देखील करतात, पण खरंच का योगा केल्याने उंची चांगली वाढते. जाणून घ्या की कशा प्रकारे योगा केल्याने उंची वाढते. **1 पश्चिमोतानासन-** उंची वाढविण्यासाठी पश्चिमोतानासन म्हणून

फायदेशीर आहे कारण ह्याच्या सरावामुळे शरीर ताणतो. हे करण्यासाठी पाय लांब करून बसावे. लक्षात ठेवा की पाय



एकमेकांना जुडलेले असावे. हाताला पायाच्या अंगठ्या कडे घेऊन जाऊन पुढे वाका. 15 ते 30 सेकंद हे करण्याचे प्रयत्न करा. हे निमित्तपणे करा आणि शक्य असल्यास डोकं गुडच्या पर्यंत वाकवा. असं केल्याने शरीर चांगल्या प्रकारे ताणले जाते. **2 हलासन-** उंची वाढविण्यासाठी हलासन देखील चांगले पर्याय आहे. हलासन करण्यासाठी कंबरवर झोपा आणि हाताला शरीराजवळ चिटकवून ठेवा. हळू-हळू पायवर उचला आणि 90 अंशाच्या कोणात आणा. स्वास सोडत पायांसह पाठ देखील वर उचला आणि पाय मागे नेत अंगठ्याला जमिनीला स्पर्श करण्याचा प्रयत्न करा. शक्य तेवढ्या वेळ याच आसनात राहा आणि नंतर सामान्य परिस्थितीत या आणि विश्रांती घ्या. **3 सर्वांगासन -** हे आसन केल्याने उंची

खूप झपाट्याने वाढते. या आसनाचे वैशिष्ट्ये आहे की हे केल्याने सर्वांगाच्या व्यायाम होतो. जेव्हा सर्व अवयव योग्य प्रकारे व्यायाम करतात तेव्हा उंची संतुलनासह वाढते. हे करण्यासाठी पाठीवर झोपा आणि पायाला 90 कोणाच्या अंशाने सरळ करा. आता शरीराला कंबरवर हाताचा आधार देऊन वर उचला. शरीराचे संतुलन झाल्यावर हात जमिनीवर ठेवा. **4 भुजंगासन -** पौर्णमासमध्ये तर भुजंगासन करावे. हे आसन करण्यासाठी सर्वप्रथम पोटावर पालथे पडून टाचा आणि पंजे मिळवा. लक्षात ठेवा की कोपरे कंबरला जुडलेले असावे आणि तळहात वर असावे. हाताला कोपऱ्यापासून वळवून हळू-हळू आणा आणि तळहात बांधांखाली ठेवा नाक जिमिनीवर स्पर्श करवून डोकं आकाशाकडे उचला. 15 ते 20 सेकंद असेच ठेवा.

मुमुमेहीसाठी

शेपूची भाजी अत्यंत फायदेशीर आहे. शेपूच्या भाजीच्यामुळे रक्तातील साखरेचं प्रमाण आटोक्यात ठेवण्यास मदत होते. शेपूची भाजी ही ओल्याच्या प्रजातीपैकी एक आहे. त्यामुळे मुमुमेहीसोबतच इतर काही आजारांनाही आटोक्यात ठेवण्यास मदत होते. **हाडांना बळकटी -** शेपूच्या भाजीमध्ये कल्शियम घटक मुबलक प्रमाणात असतात. त्यामुळे ऑस्टोपोरायसिसचा त्रास दूर ठेवण्यासाठी शेपू मदत करते. **गॅस कमी होतो -** वातावरणातील बदलांमुळे असेल किंवा चुकीच्या आहार

आजकाल तणावग्रस्त होत चाललेल्या जीवनशैलीमुळे लाईफस्टाईलशी निगडीत अनेक आजारांचा धोका बळावला आहे. यापैकी एक म्हणजे मुमुमेह. मुमुमेहाच्या रुग्णांना आहाराचं पथ्यपाणी सांभाळणं अत्यंत गरजेचं आहे. मुमुमेहावर पूर्णपणे मात करणं कठीण असले तरीही काही उपायांनी त्यावर नियंत्रण मिळवता येऊ शकते.

तोंडाचं आरोग्य जपतं -

शेपूच्या भाजीमुळे तोंडाचं आरोग्य जपण्यासाठीदेखील मदत होते. यामधील ऑर्गॅनिसिडेंट घटक हिरड्याचं आरोग्य जपते. सोबतच इन्फेक्शनचा धोका कमी करण्यासाठी मदत होते.

रोगप्रतिकारशक्ती सुधारते

शेपूच्या भाजीमुळे शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती सुधारण्यास मदत होते. शरीरात वाढणाऱ्या बॅक्टेरिया, व्हायरसचा धोका कमी होण्यास मदत होते.

यामुळे रोगप्रतिकारशक्ती सुधारण्यास

शेपूची भाजी मदत करते. शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढळणारे नैसर्गिक स्वरूपातील तेल रवसन संस्थेचं आरोग्य सुधारायला मदत करतात.

श्वसनाचा त्रास

शेपूच्या भाजीमध्ये आढ



बालविश्व हॅपी हार्ट्समध्ये मकर संक्रांतीचा अनोख्या पद्धतीने उत्साहात उत्सव
जळगाव । बालविश्व हॅपी हार्ट्स (पूर्व-प्राथमिक विभाग) येथे मकर संक्रांती हा सण अतिशय आनंदी व अनोख्या पद्धतीने साजरा करण्यात आला. चिमुकले विद्यार्थी पारंपरिक व रंगीबेरंगी पोशाखात सहभागी झाले होते, त्यामुळे शाळेच्या परिसरात सणाचा उत्साह आणि आनंदाचे वातावरण निर्माण झाले होते. लहान मुलांना समजेल अशा पद्धतीने या कार्यक्रमामाचे आयोजन करण्यात आले. पंतंगाशी संबंधित उपक्रम, कलात्मक कृती तसेच गोष्टींच्या माध्यमातून मकर संक्रांतीचे महत्व-नवीन सुरुवात, सकारात्मकता आणि आपुलकी-समजावून सांगण्यात आले. शिक्षकांनी सोप्या व रंजक भाषेत सणाचे महत्व सांगितल्यामुळे मुलांनी आनंदात शिकण्याचा अनुभव घेतला. या वेळी एकमेकांशी वाटून खाणे व गोड बोलण्याचा संदेश देण्यात आला. चिमुकल्यांनी तिळगुळाचा आनंद घेत तिळगुळ घशा, गोड गोड बोला हा सणाचा संदेश आत्मसात केला. मुलांच्या हास्याने व आकर्षक सजावटीने संपूर्ण परिसर आनंदमय झाला होता. हा कार्यक्रम पूर्व-प्राथमिक समन्वयक पल्लवी घारे व सर्व शिक्षकांच्या मार्गदर्शनाखाली यशस्वीपणे पार पडला. अशा उपक्रमांमुळे मुलांच्या सर्वांगीण विकासाला चालना मिळते व भारतीय संस्कृतीची ओळख लहानपणापासूनच होते.

जळगाव परिमंडलातील वीजग्राहकांना ६ कोटी रुपयांची सवलत

। जळगाव प्रतिनिधी।

महावितरणने ग्राहकांसाठी वीज विषयक सर्व सेवा डिजिटल पद्धतीने उपलब्ध करून दिलेल्या आहेत. या डिजिटल सेवांचा वापर वाढावा, यासाठी ग्राहकांना प्रोत्साहन दिले आहे. चालू आर्थिक वर्षात महावितरणच्या जळगाव परिमंडलातील वीजग्राहकांनी डिजिटल पर्याय अवलंबून व तत्पर वीजबिल भरणा करून जवळपास ६ कोटी रुपयांची सवलत प्राप्त केली आहे. महावितरणकडून ग्राहकांनी सात दिवसांच्या आत बिल भरल्यास बिल रकमेच्या (कर व शुल्क वगळून) जवळपास १ टक्का तत्पर बिल भरणा सवलत, डिजिटल पद्धतीने ऑनलाईन (नेट बँकिंग, क्रेडिट/डेबिट/कॅश कार्ड, मोबाईल वॉलेट/यूपीआय इ. वापरून) वीजबिल भरल्यास बिल रकमेच्या (कर व शुल्क वगळून) ०.२५ टक्के डिजिटल बिल भरणा सवलत व गो ग्रीन सेवेचा पर्याय स्वीकारून छापील बिलाऐवजी ई-मेलवर वीजबिल घेतल्यास दरमहा १० रुपये सवलत दिली जाते.

रावेर पालिकेत भाजपला पुन्हा दे-धक्का सभापती पदावर विरोधी पक्षाचा झेंडा

रावेर । रावेर नगरपालिकेच्या विविध विषय समित्यांची निवडणूक विनविरोध झाली . भाजप व राष्ट्रवादी अजित पवार गटाचे संख्याबळ सम समान असल्यामुळे तसेच ईश्वरचिड्ठा कॉग्रेसची चिड्ठी निघाल्यामुळे पालिकेत विरोधी गटाने पाचही समित्यांवर निर्विवाद वर्चस्व मिळाल्यामुळे भारतीय जनता पक्षाने पाचही समित्यातून माघार घेतली यामुळे भाजपला पालिकेत पुन्हा दे धक्का लागला अमून विरोधी पक्षाचा झेंडा पालिकेच्या सभापती पदावर लागला आहे. आज सकाळी नगरपालिकेच्या सभागृहात विषय समित्यांच्या निवडीसाठी तथा प्रभारी तहसीलदार संजय तापडे व मुख्याधिकारी अविनाश गंगोडे यांचे उपस्थितीत नवनिर्वाचित सदस्यांची विशेष सभा झाली . प्रथम पिठासन अधिकाऱ्यांनी भारतीय जनता पक्ष व राष्ट्रवादी कॉग्रेस अजित पवार गट यांच्या संख्याबळाची टिप्पणी केली.दोन्ही पक्षांचे समसमान संख्यावर असल्यामुळे सत्ताधारी भाजप व उर्वरित राहिलेले कॉग्रेस यांच्या चिट्ठ्या करून रोशनी धनसिंग राठोड पाचोरा या विद्यार्थिनींच्या हातून ईश्वरचिड्ठी काढण्यात आली यावेळी सरचिट्ठी कॉग्रेसची निघाल्यामुळे तसेच या समितीत पाच सदस्य घेण्याचे ठरल्यामुळे दोन भाजप फक्त दोन तर राष्ट्रवादी अजित पवार गट कॉग्रेस मिळून संख्याबळ तीन झाल्यामुळे प्रत्येक समितीत विरोधी गटाचे वर्चस्व असल्यामुळे भारतीय जनता पक्षाने पाचही समितीतील सभापतींचे अर्ज मागे घेतले यामुळे राष्ट्रवादी कॉग्रेस अजित पवार कॉग्रेस व राष्ट्रवादी कॉग्रेस शरद पवार गटाचे या समित्यांवर पूर्णपणे वर्चस्व निर्माण झाले.

पारोळा शहरात पहिल्याच दिवशी आरोग्य सभापतींचा धडाका

सकाळीच कर्मचाऱ्यांची झाडाझडती

। पारोळा प्रतिनिधी ।

पारोळा नगरपरिषदेत सार्वजनिक आरोग्य व स्वच्छता समितीचे नवनि्युक्त सभापती डॉ. मंगेश तांबे यांनी पदभार स्वीकारताच पहिल्याच दिवशी कडक पावले उचलली. लोकनि्युक्त नगराध्यक्ष चंद्रकांत पाटील यांच्या मार्गदर्शनाखाली व सर्व नगरसेवकांच्या सहकार्याने आज सकाळी ६ वाजता आरोग्य विभागात सफाई कर्मचाऱ्यांची हजेरी घेऊन झाडाझडती करण्यात आली. वेळेत उपस्थित न राहणाऱ्या कर्मचाऱ्यांना अध्यक्षंच्या अनुमतीने कारणे दाखवा नोटिसा बजावण्यात आल्या. गेल्या तीन ते चार वर्षांपासून शहरात अपेक्षित स्वरूपाची सफासफाई न झाल्याने नागरिकांमध्ये अस्वच्छतेबाबत नाराजी होती. योग्य नियोजनाअभावी निर्माण झालेल्या या स्थितीवर मात करण्यासाठी नगराध्यक्ष व सर्व नगरसेवकांनी शहरवासोयांनी दिलेल्या विश्वासाला न्याय देण्याचा निर्धार व्यक्त केला आहे. त्याचाच भाग म्हणून पहिल्याच दिवशी स्वतः शहरात फिरून व्यापक स्वच्छता मोहीम सुरू करण्यात आली.



» या मोहिमेत तुंबलेल्या गटारी साफ करणे, श्री बालाजी मंदिर परिसरातील साचलेल्या घाणीवर तातडीची उपाययोजना, धरणावा रोडलगत दलित वस्ती स्मशानभूमी तसेच धरणावा रोडवरील नवीन स्मशानभूमीपर्यंत साचलेला कचरा उचलणे, रस्त्यांच्या दुर्गा वाढलेली काटेरी झुडूपे काढणे आणि ठिकठिकाणी असलेले कचऱ्याचे ढीग हटविण्याची कामे युद्धपातळीवर सुरू करण्यात आली आहेत.

भुसावळ्यातील इराणी टोळीकडून ४० लाखांच्या सोन्यासह १६ दुचाकी जप्त

कॉबिंग ऑपरेशन व ४० लाखांचे सोने जप्त ; अनेक गुन्हे उघड

। भुसावळ प्रतिनिधी।

जळगाव जिल्ह्यासह राज्यभरात चैन चोरोचे गुन्हे करणार्या भुसावळ्यातील इराणी टोळीचा भुसावळ्यातील बाजारपेठ पोलिसांसह जळगाव गुन्हे शाखेने पर्दाफाश केला आहे. मध्यप्रदेशात झालेल्या गुन्हात आरोपीला पकडण्यासाठी आलेल्या पोलिसांवर आरोपींनी हल्ला केल्यानंतर पोलिसांनी मुस्लीम कॉलनीत कॉम्बिंग केले. यावेळी १६ दुचाकी जप्त करण्यात आल्या तसेच ४० लाख २५ हजार रुपये किंमतीचे सोने, एक गावठी पिस्तूल, जिवंत काडतुसे जप्त करण्यात आल्याची माहिती जळगाव पोलीस अधिक्षक महेश्वर रेड्डी यांनी सोमवार, १९ जानेवारी रोजी पत्रकार परिषदेत देत पोलिसांच्या कारवाईचे कौतुक केले.

भुसावळ्यात पोलिसांवर झाला होता हल्ला

» १५ जानेवारी रोजी मध्यप्रदेशातील बडोद पोलीस ठाण्याचे पथक करारअली हुजूर अली या आरोपीला पकडण्यासाठी भुसावळ्यात आल्यानंतर जुलूमकार अली उर्फ श्री इराणी याच्या घराजवळ १५ ते २० महिला आणि पुरुषांच्या जमावाने पोलिसांना घेरले. जमावाने जिल्हाधिकाऱ्यांच्या जमाबंदी आदेशाचे उल्लंघन करत पोलिसांवर विटा आणि लाकडी दांडक्यांनी हल्ला केला. काही महिलांनी पोलिसांना पकडून त्यांचा चावा घेतला तर काहींनी तुमची नोकरी घालवू, अशी धमकी देऊन दहशत निर्माण केली. या हल्ल्यानंतर आरोपी पसार झाले होते. पोलीस अधीक्षक महेश्वर रेड्डी यांच्या आदेशानुसार स्थानिक गुन्हे शाखा आणि बाजारपेठ पोलिसांनी मुस्लीम कॉलनी परिसरात मोठी शोधमोहीम राबवली. घरझडती दरम्यान मरियम बी.जाफर अली जावरी आणि नाझिया टिटू शेंख यांच्या घरातून २८७.७ ग्रॅम वजनाच्या सोन्याच्या लगडी सापडल्या. चौकशीत दोघांनी धक्कादायक खुलासा केली की, या टोळीतील हसनअली ऊर्फ आसू, मजहर अब्बास जाफर इराणी, हसनैन अली जाफर अली इराणी, अब्बास ईबादत शेख इराणी, सादिक उर्फ आतंक, ईबादत अली उर्फ मुस्तफा अली आदींनी जळगाव जिल्हा, अमरावती आणि मध्यप्रदेशात महिलांच्या गळ्यातील सोन्याचे दागिने ओरबाडून आणले होते. या दोन महिला ते दागिने वितळवून सोन्याच्या लगडी तयार करत असत. संशयीत महिलांच्या घरातून २८७.७ ग्रॅम वजनाचे व ४० लाख २५ हजार रुपये किंमतीचे सोन्याची लगड जप्त करण्यात आली.



आरोपीकडून पिस्तूल व काडतूस जप्त

» कारवाईदरम्यान मजहर अब्बास जाफर इराणी याच्याकडून एक लोखंडी गावठी पिस्तूल आणि दोन जिवंत काडतुसे जप्त करण्यात आली.

चौरीच्या १६ दुचाकी जप्त

» कॉम्बिंगदरम्यान आरोपींच्या घराबाहेरून विविध पोलीस ठाण्यांच्या हद्दीतून चोरीला गेलेल्या १६ मोटारसायकलीही पोलिसांनी हस्तगत केल्या. या टोळीने आतापर्यंत जळगाव, चाळीसगाव, पाचोरा, चोपडा आणि अळमनूर येथील तब्बल १६ गुन्हांची कबुली दिली. **» ही कारवाई** जळगाव पोलीस अधीक्षक डॉ.महेश्वर रेड्डी अपर पोलीस अधीक्षक अशोक नखाते, उपविभागीय पोलीस अधिकारी केदार बारबोले यांच्या मार्गदर्शनाखाली जळगाव गुन्हे शाखेचे निरीक्षक राहुल गायकवाड, भुसावळ बाजारपेठ पोलीस निरीक्षक राहुल वाघ, गुन्हे शाखेचे उपनिरीक्षक शरद बागल, बाजारपेठ उपनिरीक्षक मंगेश जाधव, हवालदार विजय नेरकर, रमण सुरळकर, कांतीलाल केदारे, रवींद्र भावसार, अतुल पवार, नाईक सोपान पाटील, शिपाई प्रशांत सोनार, भूषण चौधरी, योगेश माळी, अमर अढाळे, हर्षल महाजन, महेंद्र पाटील, जीवन कापडे, जावेद शहा, सचिन चौधरी, सागर वंजारी, दिलीप कोल्हे, मोहंशीन शेख, सीमा चौधरी, प्रियंका भोसले, सीमा चिखलकर, गुन्हे शाखेच्या उपनिरीक्षक कल्याणी पाटील, ग्रेडेड उपनिरीक्षक रवी नरवाडे, हवालदार गोपाल न्हाळे, हवालदार उमाकांत पाटील, शिपाई प्रशांत परदेशी, राहुल वानखेडे आदींच्या पथकाचे केली.

केसीई सोसायटीतर्फे भव्य भगवद्गीता पठण स्पर्धा संपन्न; ४०० हून अधिक विद्यार्थ्यांचा सहभाग

जळगाव । अण्णासाहेब बेंडाळे प्रतिष्ठान, केसीई सोसायटीचा शालेय विभाग, आणि व्ही.पी. होले शिक्षणशास्त्र व शारीरिक शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय यांच्या संयुक्त विद्यमाने आयोजित ‘भगवद्गीता पठण स्पर्धा’ मोठ्या उत्साहात पार पडली. कार्यक्रमाचे उद्घाटन पारंपारिक पद्धतीने यज्ञ पेटवून करण्यात आले. यावेळी शिक्षक प्रवीण महाजन यांनी अत्यंत सुश्राल्य आवाजात स्वागत गीत आणि ईशस्तवन सादर केले, ज्यामुळे वातावरणात चैतन्य निर्माण झाले.या स्पर्धेत जळगाव शहर आणि ग्रामीण भागातील शाळांनी उत्स्फूर्त प्रतिसाद दिला.शहरी शाळा १५ व ग्रामीण शाळा ९ एकूण सहभागी शाळा २४ एकूण विद्यार्थी संख्या ४०० पेक्षा जास्त विद्यार्थ्यांनी सहभाग नोंदवला. उद्घाटन सोहळ्याला प.पू.ह.भ.प. मयूर महाराज (बद्रीनाथ मंदिर) यांची प्रमुख उपस्थिती होती. आपल्या मार्गदर्शनात त्यांनी भगवद्गीता आणि भगवत धर्माचे महत्त्व विशद केले. गीतेचे पठण केवळ पाठांतरासाठी नसून ते जीवनात आचरणात आणण्यासाठी आहे, असे सांगत त्यांनी शिक्षण आणि अध्यात्म यांची सांगड कशी घालावी, यावर मोलाचे विचार मांडले.कार्यक्रमाचे अध्यक्षपद प्रवीणचंद्र जंगले यांनी भूषविले. कोषाध्यक्ष शशिकांत वडोदकर, प्रणिता झांबरे, सचिव प्राचार्य अशोक राणे आणि प्रा. मृणालिनी फडणवीस उपस्थित होते.स्पर्धेचा समारोप बक्षीय वितरण सोहळ्याने झाला. याप्रसंगी प्रमुख पाहुण्या म्हणून शैक्षणिक संचालक प्रा. मृणालिनी फडणवीस उपस्थित होत्या. त्यांच्या



हस्ते विजेत्या स्पर्धकांना गौरवण्यात आले. विद्यार्थ्यांच्या पाठांतरातील स्पष्टता आणि शुद्ध उच्चार बघून मान्यवरांनी त्यांचे कौतुक केले. या स्पर्धे च्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांमध्ये संस्कार आणि अध्यात्माची गोडी निर्माण करण्याचा यशस्वी प्रयत्न करण्यात आला.सूत्रसंचालन परगार पण यांनी तर आभार प्रणिता झांबरे यांनी केले. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी मोहन चौधरी ,महेंद्र नेमाडे,विपीन झोपे,व्ही.एस.गवडे ,संदेश कराडकर,विवेक मोरे,डी.ए.पाटील,व सी.बी.कोळी यांनी परिश्रम घेतले. विजयी विद्यार्थ्यांना रोख रक्कम सुनील बावस्कर यांनी तर स्पर्तिचिन्ह यांनी महेंद्र नेमाडे दिली.यावेळी विद्यार्थी पालक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

भुसावळ : हवालदार सुरज पाटील ‘कर्तबगार उत्कृष्ठ पोलीस’

रावेर । सराईत गुन्हेगारांना देशभरातील कानाकोपऱ्यातून अटक करण्यासह विविध गुन्हांचे प्रगटीकरण करणार्या भुसावळ पोलिस दलातील हवालदार सुरज पाटील यांचा रावेरच्या मौलाना अबुल कलाम आझाद वाचनालय व ग्रंथालयाच्या माध्यमातून समाजसेवक व सावित्रीबाई फुले फातिमा शेख पुरस्कार सोहळ्यात कर्तबगार उत्कृष्ठ पोलीस राज्य पुरस्काराने सन्मान करण्यात आला. जळगावच्या ईकरा एज्युकेशन संस्थेचे अध्यक्ष करीम सालार यांच्या अध्यक्षतेखाली कर्जोंद, ता.रावेर येथे झालेल्या पुरस्कार सोहळ्यात समाजातील उत्कृष्ठ कार्य करणाऱ्या समाजसेवींचा तसेच समाजिक क्षेत्रात उल्लेखनीय कार्य करणार्यांचा तसेच शिक्षण, क्रीडा, वैद्यकीय क्षेत्रात काम करणार्यांचा मान्यवरांच्या हस्ते सत्कार करण्यात आला. कार्यक्रमाचे उद्घाटन डॉ.संदीप पाटील यांच्या तांबे यांनी केले आहे. शहराच्या आरोग्य व स्वच्छतेसाठी प्रशासन आणि नागरिकांच्या संयुक्त प्रयत्नातून पारोळा स्वच्छ, सुंदर व आरोग्यदायी करण्याचा संकल्प यावेळी व्यक्त करण्यात आला.



अब्दुल यांनी केले. यावेळी जिल्हा परिषदेचे माजी शिक्षण सभापती सुरेश धनके, नगरसेवक पद्माकर महाजन, अॅड.एस.एस.सेय्यद, शेतकरी नेते दिलीप कांबळे, भाजपा ओबीसी मोर्चा जिल्हा सरचिटणीस वासुदेव नरवाडे, राजीव सवर्णे, सी.एस.पाटील, दीपक नगरे, गयासोद्दीन काझी, डी.डी.वाणी आदींची उपस्थिती होती.

रामेश्वर कॉलनीतील २३ वर्षीय तरुण इलेक्ट्रिशियनची आत्महत्या

जळगाव । शहरांमधील रामेश्वर कॉलनी परिसरात राहणाऱ्या एका २३ वर्षीय तरुणाने राहत्या घरी गळफास घेऊन आत्महत्या केल्याची धक्कादायक घटना मंगळवारी दुपारी सभोर आली आहे. हर्षल उत्तम माळी (वय २३) असे मृत तरुणाचे नाव असून, त्याच्या आत्महत्येने परिसरात हळहळ व्यक्त केली जात आहे. हर्षल माळी हा व्यवसायाने इलेक्ट्रिशियन होता. मंगळवारी, २० जानेवारी रोजी दुपारी १२ वाजेच्या सुमारास त्याने घरात कुणी नसताना गळफास घेतला. आरोजेन मौलाना अबुल कलाम विक्रीचा व्यवसाय करतात. दुपारी काम आटोपून वडील जेव्हा घरी

महाराष्ट्राच्या निरल वाडेकर हिला सुवर्ण, पश्चिम बंगालच्या आनया हतीत हिला रौप्य तर सीआयएससीईच्या तनीशाला कांस्य पदक मिळाले. आर्टिस्टिक सिंगल प्रकारात पश्चिम बंगालच्या आनया हतीत हिला सुवर्ण, सीआयएससीईच्या तनीशाला रौप्य तर महाराष्ट्राच्या आर्य सापते हिला कांस्य पदक मिळाले. आर्टिस्टिक पेअर प्रकारात महाराष्ट्राच्या निरल वाडेकर हिला सुवर्ण, मध्य प्रदेशातील पल्लवी हिला रौप्य तर सीबीएसई मंडळाची लेखिका चौधरी हिला कांस्य पदक मिळाले. रिदधिक पेअर प्रकारात महाराष्ट्राची लेखिका चौधरी हिला कांस्य पदक मिळाले.

» पारितोषिक वितरण सोहळ्याच्या व्यासपीठावर अनुभूती स्कूलचे अध्यक्ष अतुल जैन, सीआयएससीईचे एक्झिकेटिव्ह तथा सचिव डॉ. जोसेफ इमॅनुअल, प्राचार्य देबासीस दास, सीआयएससीईचे सहसचिव अर्जित बासू, व्यवस्थापक अर्णव शां, मुख्य पंच डॉ. आरती पाल, एसजीएफआयचे मुख्य निरीक्षक रितू पाठक, जयदीप आर्य उपस्थित होते. यावेळी सीआयएससीईचे एक्झिकेटिव्ह तथा सचिव डॉ. जोसेफ इमॅनुअल यांनी उपस्थितांशी संवाद साधला. त्यांनी म्हटले की, शारीरीक आणि सांस्कृतिक दृष्टीने योग अत्यंत महत्त्वाचा ठरतो. केवळ धंधरा मिनिटे योग केल्याने आपण रोमपासून दूर राहू शकतो. शरीर, मन आणि आत्म्यासाठी आंतरीक समाधान तसेच आनंदासाठी योगा मोलाची भूमिका बजावतो. २१ जून हा आंतरराष्ट्रीय योगा दिवस साजरा होतो. कारण साऱ्या जगाला योगाचे महत्व पटलेले आहे. आपण सर्वांनी योगा आवश्य करावा, असा मोलाचा संदेश डॉ. इमॅनुअल यांनी दिला. रपधेच्या यशस्वीतेसाठी ज्यांनी परिश्रम घेतले ते स्वयंसेवक, रेफरी आणि परीक्षक यांचा सत्कार करण्यात आला. त्यात सरती मौर्य, चैताली मुखर्जी, सोनिका रॉय, विजय भागवत, डॉ.चैतन कुमार, डॉ.राजा, के. संतोष, के. गंगाधर, ओमप्रकाश, सिद्धार्थ किरॉस्कर, हिमांशू पाठक, श्रीमती मिश्रा तसेंच अनुभूती स्कूलचे सहकारी, जैन सुपर्ट्स अकॅडमीचे सहकारी यांचा समावेश होता.



नितडक

गणित प्रदर्शन
मुंबई : दैनंदिन जीवनात एक ना अनेक प्रकारे गणित वापरले जाते. त्याला कोणीही अपवाद नाही. त्या व्यतिरिक्तही गणितात बऱ्याच मनोरंजक गोष्टी असतात. त्या समजावून घेता याव्यात याकरिता मराठी विज्ञान परिषदेने गणित प्रदर्शन आयोजित केले आहे. २१ जानेवारी २०२६ (सकाळी ९.३० ते दुपारी ३) रोजी होणाऱ्या या विनामूल्य प्रदर्शनाचा लाभ अधिकाधिक विद्यार्थी, शिक्षक, पालक यांनी घ्यावा. हे संपूर्ण प्रदर्शन पाहण्याकरिता किमान एक ते दोड तासाचा अवधी लागेल. स्थळ : श्री उद्यान गणेश मंदिर, शिवाजी पार्क, दादर मुंबई-२८.

एचपीसीएलच्या अधिकाऱ्याला अटक

मुंबई : केंद्रीय अन्वेषण ब्युरोने (सीबीआय) चंद्रपूर येथील हिंदुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड (एचपीसीएल) मधील एका विक्री अधिकाऱ्याला तक्रारदाराकडून १ लाख रुपयांची लाच मागितल्याच्या आणि स्वोिकारल्याच्या आरोपावरून अटक केली असल्याची माहिती अधिकाऱ्यांनी सोमवारी दिली. सीबीआयने १६ जानेवारीला एचपीसीएलचे विक्री अधिकारी प्रतीक टागले याच्याविरोधात लेखी तक्रारीच्या आधारे गुन्हा नोंदवला होता. तक्रारीनुसार, तक्रारदाराच्या पत्नीच्या नावे असलेले एचपीसीएल रिटेल आऊटलेट (पेट्रोल पंप) ताब्यात देण्यासाठी आरोपाने २ लाख रुपयांची लाच मागितली होती. तक्रारदाराची पत्नी ही त्या आऊटलेटची मालक (प्रोप्रायटर) आहे.

मंत्र्यांच्या आश्वासनाची पूर्तता ९० दिवसांत होणार

मुंबई : विधिमंडळाचे कामकाज अधिक प्रभावीपणे व्हावे, मंत्र्यांनी सभागृहात दिलेल्या आश्वासनांची पूर्तता ९० दिवसांत करणे बंधनकारक करण्यात आले आहे तसेच प्रश्नांची उत्तरे ३० दिवसांत देणे अनिवार्य करण्यात आले आहे. राज्य सरकारने अंमलबजावणी करण्याबाबत शासकीय विभागांना सूचना जारी केली आहे. याबाबत सोमवारी जीआर जारी करण्यात आला आहे.

१९९८ सालापासून लागू असलेल्या जुन्या नियमांमध्ये बदल करून, आता मंत्रालयीन विभागांना संसदीय प्रश्नांची उत्तरे आणि आश्वासनांची पूर्तता करण्यासाठी कडक कालमर्यादा आखून देण्यात आली आहे.

शासन परिपत्रकानुसार, विधानमंडळ सचिवालयाकडून आलेल्या प्रत्येक संसदीय आयुधावर ऑनलाइन व ऑफलाईन पद्धतीने, विहीत नमुन्यात आणि उतरलेल्या मुदतीत



माहिती देणे आवश्यक राहील. प्रश्न स्वीकृतीबाबत मत नोंदवू नये, सभासदांविषयी आक्षेपाई भाषा टाळावी तसेच लक्षवेधी सूचनांवरील निवेदनांत अयोग्य अभिप्राय देऊ नयेत, असे स्पष्ट निर्देश देण्यात आले आहेत.

आश्वासनांवर सरकारची करडी नजर
मंत्र्यांनी सभागृहात दिलेली आश्वासने नव्वद दिवसांत पूर्ण करणे अनिवार्य करण्यात आले असून प्रत्येक विभागात सचिवांच्या अध्यक्षतेखाली आश्वासन व संसदीय आयुधे पूर्तता समिती स्थापन करण्याचे आदेश देण्यात आले आहेत. ही समिती दर १५ दिवसांनी प्रलंबित कामांचा आढावा घेईल. दोन वर्षांहून अधिक काळ प्रलंबित असलेली आश्वासने निकाली काढण्यासाठी विशेष मोहीम राबवण्याचे निर्देशही देण्यात आले आहेत.

सभागृहावर थेट देखरेख
अधिवेशन काळात विभागाशी संबंधित मुद्द्यांवर लक्ष देण्यासाठी विधानमंडळाच्या गॅलरीत व विभागात जबाबदार अधिकाऱ्यांची नियुक्ती करणे बंधनकारक करण्यात आले आहे, तसेच प्रत्येक विभागात सहसचिव/उपसचिव दर्जाचे अधिकारी समन्वय अधिकारी म्हणून नियुक्त करण्याचे आदेश देण्यात आले आहेत. विधानमंडळातील कामकाज अधिक पारदर्शक, वेळबद्ध आणि उत्तरदायी व्हावे, हा या परिपत्रकाचा मुख्य उद्देश आहे. आता विलंब, निष्काळजीपणा किंवा टाळाळा खपवून घेतली जाणार नसल्याचे संकेत या शासन परिपत्रकातून स्पष्ट झाले आहेत.

सरकारची मंत्रालयीन विभागांना सूचना जारी

सरकारने जारी केला जीआर

शून्य आकाराच्या पुलाचे काम पूर्ण

मेट्रो पूल गणितज्ज्ञ आर्यभट्ट यांना समर्पित

मुंबई : डी. एन. नगर ते मंडाळे या मेट्रो लाईन २-व वर शून्य पुलाला शून्य आकारातील कमानीचा आधार देण्यात आला असून याचे काम पूर्णत्वाला गेले आहे. हा ब्रिज वैशिष्ट्यपूर्ण ‘झिरो’ आकारात उभारण्यात आला आहे. हा ब्रिज जगाला शून्य ही संकल्पना देणाऱ्या महान गणितज्ज्ञ आर्यभट्ट यांना समर्पित आहे.

डी. एन. नगर ते मंडाळे हा मेट्रो २ व मार्ग सुमारे २३ किलोमीटर लांबीचा आहे. या मार्गावर २० स्थानके आहेत. पूर्व आणि पश्चिम द्रुतगती महामार्गांना ही मार्गिका जोडण्यात आली आहे. यामुळे पश्चिम आणि मध्य रेल्वे मार्गिकाही जोडल्या जाणार आहेत. वांद्रि-कुर्ला संकुलातील वाकोला नाल्यावर केबल स्टेज पद्धतीने शून्य पूल बांधण्यात आला आहे. या पुलाची एकूण लांबी १३० मीटर असून ८० मीटर लांबीचा मुख्य भाग व ४० मीटर उंच स्टील पायलन आहे. हा संपूर्ण पूल ज्या कमानीच्या आधाराने उभा आहे पश्चिम आणि मध्य रेल्वे मार्गिकाही जोडल्या जाणार आहेत. वांद्रि-कुर्ला संकुलातील वाकोला



मुंबई सेंट्रलमधून काँग्रेसच्या राजश्री भातणकर विजयी

मुंबई : मुंबई सेंट्रल आणि ग्रेट रोड विभाग वॉर्ड क्रमांक २१६ मधून राजश्री महेश भातणकर यांनी भारतीय जनता पक्षाच्या गौरी नरवणकर यांचा सुमारे ३५०० मतांनी पराभव केला. राजश्री या मुंबई सेंट्रल बीआयटी चाळमध्ये राहणाऱ्या काँग्रेसच्या निष्ठावंत कार्यकर्त्या आहेत. आमदार अमीन पटेल, माजी नगरसेवक नोशीर मेहता, अनाहिता मेहता यांच्या मार्गदर्शनाखाली आणि वॉर्ड क्रमांक २१६ मधील सर्व कार्यकर्त्यांना बरोबर घेऊन निवडणूक लढल्या. त्यांनी केलेली कामे, स्थानिक लोकांचा संपर्क व सर्व कार्यकर्त्यांनी केलेली मेहनत



याच्या जोरावर त्या निवडणूक जिंकल्या. त्यांच्या विजयामुळे बीआयटी चाळीमध्ये उत्साहाचे वातावरण आहे. १०० वर्षे पूर्ण झालेल्या बीआयटी चाळीमधल्या त्या प्रथम नगरसेविका आहेत.

नीट पीजीच्या आयोजनाबाबत चिंता

मुंबई : वैद्यकीय क्षेत्राने नॅशनल बोर्ड ऑफ एड्वांमिनेशनन्स इन मेडिकल सायन्सेस (एनबोईएमएस) यांच्यावर नीट पीजी २०२५ च्या आयोजनाबाबत तीव्र नागरी व्यक्त केली आहे. शून्य टक्केवारी (झिरो पर्संटाइज) आणि अगदी नकारात्मक गुण-काही प्रकारणांत उणे ४० गुणांपर्यंत मिळवलेल्या उमेदवारांनाही (पीजी) समुपदेशनासाठी पात्र ठरवण्याच्या निर्णयानंतर हा वाद उफाळून आला आहे. रॅसिडेंट डॉक्टरसं असोसिएशनस फेडरेशन (एफओआरडीए) ने यावर तीव्र शब्दांत निवेदन जारी करत, ही परिस्थिती संपूर्ण व्यवस्थेतील गंभीर संकट असल्याचे म्हटले आहे.

अधिवेशन काळात गिरणी कामगार करणार आंदोलन

मुंबई : गिरणी कामगार आणि त्यांच्या वारसांना मुंबईत घरे मिळविण्यासाठी सर्व श्रमिक संघटना पुन्हा आक्रमक झाली आहे. कामगारांच्या घरासाठी अधिवेशन काळात आंदोलन करण्याचा इशारा संघटनेने सोमवारी गिरणी कामगारांच्या मेळाव्यात जाहीर केला आहे.

सर्व श्रमिक संघटनेने गिरणी कामगार व वारसदारांचा मेळावा दादरमधील सुरेंद्र गावस्कर सभागृहात आयोजित केला होता. मेळाव्याला संघटनेचे काँ. उदय भट, काँ. विजय कुलकर्णी, काँ. दत्तात्रय अत्याळकर, काँ. दत्तात्रय ताकवणे, काँ. संतोष मोरे, काँ.



विठ्ठल मोरे, काँ. अनंत मालप यांची भाषणे झाली. गिरणी कामगारांचे नेते काँ. डी. एस कुलकर्णी यांचा स्मृतिदिन व डॉ. दत्ता सामंत यांचे स्मरण करून या मेळाव्यात १८ जानेवारी १९८२ च्या कामगारांचा शौर्यशाली लढा गिरणी कामगार आजही लढत असल्याची आठवण करणारी भाषणे झाली. २९ डिसेंबर २०२५ रोजी सरकारने १५ मार्च २०२४ च्या जीआरमधील १७ वा

वैश्य ग्लोबल चॅरिटेबल ट्रस्टचा यशोत्सव उत्साहात देश-विदेशातून ७००हून अधिक उद्योजकांची उपस्थिती

मुंबई : स्थापना झाल्यापासून अवघ्या दोन वर्षांत ७,०००हून अधिक व्यापाऱ्यांना एका व्यासपीठावर आणत, ६०० सभासद जोडत ‘वैश्य ग्लोबल चॅरिटेबल ट्रस्ट’चा द्वितीय वर्धापन दिन नुकताच परळ येथील राष्ट्रीय मिल मजदूर सेवा संघ येथे मोठ्या उत्साहात पार पडला. वर्धापन दिनानिमित्त आयोजित ‘यशोत्सव २०२६’ या कार्यक्रमाला राज्यासह देश-विदेशातून ७००हून अधिक उद्योजकांनी उपस्थिती लावली होती.



अवघ्या दोन वर्षांच्या कालावधीत ट्रस्टशी ७,०००हून अधिक व्यापारी जोडले गेले असून ५६ कोटी रुपयांहून अधिक परस्पर व्यापार नोंदवला गेला, तर संस्थेचे ६०० पेक्षा जास्त सक्रिय सभासद आहेत. मुंबई व मुंबईबाहेर मिळून ट्रस्टचे एकूण सात विभाग कार्यरत असून त्यात महिला विभाग, यंग एंटरप्रेनर विभाग आणि ब्युरो केंद्र विभाग यांचा समावेश आहे. या विभागांच्या माध्यमातून आतापर्यंत ५००हून अधिक व्यावसायिक मीटिंग्स घेण्यात आल्या आहेत.

ज्येष्ठ व्यावसायिकांना ‘उद्योग श्री’ पुरस्कार देऊन गौरवण्यात आले. या कार्यक्रमाला नुकत्याच झालेल्या नगरपरिषद आणि नगरपंचायतीच्या निवडणुकांमध्ये वैश्य समाजातून विविध भागात नगराध्यक्ष निवडून आले. या नवनिर्वाचित नगराध्यक्षांपैकी संदेश पारकर (कणकवली) सुनील काणेकर (चंदगड), सोरामार्गधे (वाडा), रश्मी कोठावळे (मलकापूर) यांची

विशेष उपस्थिती या कार्यक्रमाला लाभली. “एकच ध्यास वैश्य समाजाचा विकास” या वैश्य ग्लोबल चॅरिटेबल ट्रस्टच्या सामूहिक गीताने कार्यक्रमाची सांगता झाली.

वैश्य समाजाच्या पारंपरिक व्यापारी ओळखीला नवे बळ देत व्यवसाय, उद्योजकता आणि सामाजिक बांधिलकी यासाठी ‘वैश्य ग्लोबल चॅरिटेबल ट्रस्ट’ची स्थापना दोन वर्षांपूर्वी झाली.

मुंबईत हजारो विद्यार्थ्यांनी दिली धार्मिक परीक्षा

श्री जैन धार्मिक शिक्षण संघाचा देशव्यापी उपक्रम
मुंबई : श्री जैन धार्मिक शिक्षण संघाच्यावतीने आयोजित वार्षिक धार्मिक परीक्षेत यंदा मुंबईतील जैन पाठशाळांमधील २७,०००हून अधिक विद्यार्थ्यांनी उत्कृष्ट सहभाग नोंदवला. विशेष म्हणजे प्रथमच ही परीक्षा संपूर्ण भारतात एकाच दिवशी आणि एकाच वेळेस घेण्यात आली. इयत्ता १ ते ३६ पर्यंतच्या विद्यार्थ्यांसाठी ही परीक्षा १००हून अधिक परीक्षा केंद्रांवर पार पडली. जैन धार्मिक शिक्षण संघाच्या इतिहासातील हा एक अभिमानास्पद व ऐतिहासिक टप्पा ठरला आहे.

यावेळी संघाचे उपाध्यक्ष संजयभाई जीवनलाल शहा, महिला विभागाच्या उपाध्यक्ष अल्पाबेन संजयभाई शहा, खजिनदार अशोक नरसिंह चारला तसेच जवाहरलाल मोतीलाल शहा यांच्या हस्ते दीपप्रज्वलन करून कार्यक्रमाची सुरुवात करण्यात आली.

जैन मूल्ये जपणार
पाठशाळा हीच जैन शासनाची आत्मा आहे. पाठशाळेत घडलेली मुले पुढे पंडित, समर्पित श्रावक-श्राविका, महिला शिक्षिका, विश्वस्त, स्वयंसेवक तसेच जैन मूल्यांचे रक्षण करणारे बनतात आणि त्यामुळे जैन शासन अधिक बळकट होते. जैन आगम व शास्त्रे म्हणजे श्रुत ज्ञान असून ते पाठशाळांमधूनच प्राप्त होते, असे पदाधिकाऱ्यांनी यावेळी सांगितले.

६५९ पाठशाळा, १४०० पेक्षा जास्त शिक्षक
आजच्या डिजिटल युगात मुलांना पाठशाळांशी जोडणे हे एक मोठे आव्हान बनले आहे. या पार्श्वभूमीवर संघाने जैन डिजिटल पाठशाळा हा उपक्रम सुरू केला असून ५ ते १४ वयोगटातील मुलांना आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या माध्यमातून धार्मिक शिक्षण दिले जात आहे. सध्या सध्याच्या मार्गदर्शनाखाली मुंबईत ६५५हून अधिक पाठशाळांमध्ये १,४००पेक्षा जास्त शिक्षक कार्यरत असून, ७५,०००हून अधिक मुलांना नियमित धार्मिक शिक्षण दिले जात आहे.

घर खरेदी फसवणूकप्रकरणी पाच जणांना अटक

मेघा कुचिक / मुंबई
मालाड पोलिसांनी एका घरखरेदी फसवणूक प्रकरणाचा पर्दाफाश केला असून आरोपींनी घर खरेदी-विक्रीच्या वेबसाइटवर बनावट मालमत्ता विक्रीच्या जाहिराती टाकून अनेक लोकांची लाखो रुपयांची फसवणूक केल्याचा आरोप आहे. पोलिसांनी सहा जणांना अटक केली असून एक आरोपी अद्याप फरार आहे. पोलिसांनी सांगितले की, सर्व आरोपी या आधीही अशाच प्रकारच्या गुन्द्यांमध्ये सहभागी होते आणि त्यांच्याविरोधात दहिसर व काशिगाव पोलीस ठाण्यांत गुन्हे दाखल आहेत.

फियाईटी नवल राजपूत (३१), मालाड पूर्व येथे राहणारे भू-मोजणीकार (लॅंड सर्व्हेअर) एका मालमत्ता खरेदीच्या वेबसाइटवर घर शोधत होते. याच दरम्यान आरोपी अमित ठाकूरने त्यांच्याशी संपर्क साधून विक्रीसाठी प्लॅट असल्याचे सांगितले. ठाकूरचे साथीदार रोहित यादव व दीपक शाह यांनी मालाडच्या जांकेरीया रोडवरील शुभाश्री ऑर्केडमधील प्लॅट दाखवला होता.

इतिहासाचे नाते नवीन पिढीबरोबर जोडणारा उपक्रम दादरमध्ये मोफत मोडी लिपी प्रशिक्षण शिबिर सुरू

मुंबई : मराठी संस्कृतीचा अभिमान मानल्या जाणाऱ्या आणि ऐतिहासिक वारशाची साक्ष देणाऱ्या मोडी लिपीच्या संवर्धन व पुनरुज्जीवनासाठी श्री शिवाजी ज्ञानपीठ इंटरनॅशनल आणि शिक्स्वराज्य प्रबोधिनी प्रतिष्ठान यांच्या वतीने आयोजित मोफत मोडी लिपी शिकवणी वर्गांची १८ जानेवारीला उत्साहपूर्ण वातावरणात सुरुवात झाली. मोडी लिपीचा प्रसार व्हावा आणि तिचे महत्त्व नव्या पिढीपर्यंत पोहोचवे, या उद्देशाने हा उपक्रम राबवण्यात येत आहे.

हे प्रशिक्षण शिबिर एकूण १० रविवार चालणार असून दर रविवारी संध्याकाळी ५ ते ७ या वेळेत वर्ग घेतले जाणार आहेत. शिबिराच्या पहिल्याच दिवशी मोडी लिपीप्रेमी, इतिहास अभ्यासक तसेच प्रशिक्षणाधी उपस्थित होते. हे वर्ग डॉक्टर गायकवाड ‘स इन्स्टिट्यूट’, दादर, मुंबई येथे आयोजित करण्यात आले आहेत. या वर्गाचे प्रत्यक्ष मार्गदर्शन वनिता साळुंखे या करत आहेत.



वारसा जपणार
शिबिरामध्ये मोडीची मूलभूत ओळख, अक्षररचना व लेखनपद्धती, प्राथमिक वाचन-लेखन यावर विशेष भर देण्यात येत आहे. मोडी लिपी शिकणे म्हणजे आपल्या तेजशाली इतिहासातील बखरी, दस्तऐवज व शिलालेखांशी शेट नाते जोडण्याची दुर्मिळ आणि अमूल्य संधी आहे. हा वारसा पुढील पिढ्यांपर्यंत पोहोचवण्यासाठी अशा उपक्रमांची आवश्यकता असल्याचे मत मान्यवरांनी व्यक्त केले.

शिबिराच्या सुरुवातीला प्रबोधिनाध्यक्ष (शिव स्वराज्य प्रबोधिनी प्रतिष्ठान संस्था अध्यक्ष) आणि रुपेश पवार (मोडी लिपी आणि इतिहास अभ्यासक) यांची उपस्थिती लाभली.

युनिसेफ इंडिया, युवा देणार (YuWaah) तरुणांना व्यासपीठ

‘मुंबई क्लायमेट वीक’मध्ये विविध उपक्रमांचे आयोजन

मुंबई : मुंबई क्लायमेट वीक २०२६ साठी युनिसेफ युवासोबत काम करणार असून हा कार्यक्रम १७ ते १९ फेब्रुवारी दरम्यान मुंबईत आयोजित करण्यात आला आहे. युनिसेफ इंडिया, आयोजक प्रोजेक्ट मुंबई आणि युवा यांच्या सहकार्याने, जानेवारी महिन्यापासून युवा विविध उपक्रमांचे नेतृत्व करणार आहे. त्यामध्ये मुले आणि तरुणांना हवामानविषयक कृती व धोरण चर्चांमध्ये सहभागाची संधी उपलब्ध होणार आहे.

मुंबई क्लायमेट वीक हे हवामान बदलांवर नागरिकांच्या नेतृत्वाद्वारे उपाययोजना राबवणारे देशातील पहिले ‘शहर व्यासपीठ’ आहे. जागतिक दक्षिणेकडील देशांमध्ये जागतिक हवामान बदलाच्या पार्श्वभूमीवर, स्थानिक पातळीवरील कामांना प्राधान्य देणे



आणि स्थानिक लोकांचा सहभाग वाढवणे हा याचा उद्देश आहे. हवामान संकट हे बालहक्कांवरील संकट असून त्यासाठी युनिसेफ इंडिया, युवा आणि प्रोजेक्ट मुंबई हे

‘युथ ग्रीन इनोव्हेशन चॅलेंज’ला पाठिंबा
युवा नेतृत्वाखालील हवामान उपायाना पुढे नेण्यासाठी, युनिसेफ युवा ‘युथ ग्रीन इनोव्हेशन चॅलेंज’ला पाठिंबा देत आहे. हा १६ ते २४ वयोगटातील तरुणांसाठी राष्ट्रीय स्तरावरील व्यासपीठ असून मुंबई क्लायमेट वीक२०२६ चा भाग आहे. अन्न प्रणाली, शहरी शाश्वतता आणि ऊर्जा संक्रमण या तीन विषयांवरील युवा नव उपक्रमांना या चॅलेंजमध्ये आमंत्रित करण्यात आले आहे. निवड झालेल्या नव उपक्रमांतल्या मुंबई क्लायमेट वीकमध्ये त्यांच्या उपायांचे सादरीकरण करण्याची, तज्ज्ञ व धोरणकर्त्यांशी संवाद साधण्याची आणि विस्तार व दीर्घकालीन पाठबळाच्या संधी शोधण्याची संधी मिळणार आहे.

एकत्र येऊन संपूर्ण आठवडाभर हवामान संवाद व प्रत्यक्ष कृतीत बालक व तरुणांचे अनुभव, दृष्टिकोन आणि उपाय मांडतील. ‘कॅम्पस क्लायमेट रोल शो’

मुंबई क्लायमेट वीकनिमित्ताने, युनिसेफ युवा, ९ ते १६ फेब्रुवारी २०२६ दरम्यान मुंबईतील निवडक महाविद्यालयांमध्ये ‘कॅम्पस क्लायमेट रोल शो’ आयोजित

करणार आहे. या रोलशोमध्ये ‘मिशन लाईफ’ अंतर्गत आणि इको क्लव्हाच्या विशेष अभियान ५.० अंतर्गत तयार केलेले ई-कचराविषयक विशेष इन्स्टॉलेशन प्रदर्शित करण्यात येणार आहे. हा उपक्रम शालेय शिक्षण व साक्षरता विभाग, शिक्षण मंत्रालय यांच्या नेतृत्वाखाली, पर्यावरण, वन व हवामान बदल मंत्रालयाच्या सहकार्याने राबवण्यात आला आहे. यातून हवामान कृतीतील सहभाग वाढवणे आणि व्यापक धोरणात्मक आणि नागरी चर्चांशी कॅम्पस पातळीवरील उपक्रम जोडणे, हा या रोल शोचा उद्देश आहे.

संवादातून कल्पनांना कृतीत रूपांतर करणे मुंबई क्लायमेट वीकचा उद्देश. कॅम्पस रोलशो आणि युथ वीन इनोव्हेशन चॅलेंज या उपक्रमांतून प्रत्यक्षात उतरतो. हे उपक्रम महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांपर्यंत नेऊन. आढी तुरुण हवामान समर्थकांचे जाळे उभारत आहेत. जे फेब्रुवारीनंतरही आपल्या मार्गांमध्ये कार्यरत राहतील.

- शिबिर जोशी, प्रोजेक्ट मुंबईचे संस्थापक, मुख्य कार्यकारी अधिकारी

समाजात बदल घडवणारे प्रभावी घटक म्हणजे मुले आणि तरुण. हवामान उपायांच्या केंद्रस्थानी बालकांना ठेवून आम्ही सरकारबरोबर त्यांच्या हक्कांमध्ये तसेच स्वच्छ आणि सुरक्षित भविष्यात गुंतवणूक करतो. मुंबई क्लायमेट वीक तरुणांना ई-कचरासारख्या आव्हानांवर व्यवहार्य उपाय पुढे ढकलण्यासाठी व्यासपीठ देते. आजचे तरुण हवामान संकटाचा मुकाबला कसा करू शकतात, हे यातुळे स्पष्ट होते।

- सिधिया नॅकॅंजी, युनिसेफ इंडिया, प्रतिनिधी

