



# ग्लोबल महातेज

<https://epaper.globalmahatej.com/>

RNI. NO. MAHBIL /25/A0192

वर्ष १ ले

अंक : २३७

बुधवार, दि. २० मे २०२६

पाने : ४

अमळनेर

किंमत : ३ रुपये

Email - globalmahatej@gmail.com

**श्री. कैलासतात्या पाटील**  
सभापती : पाणीपुरवठा, न. पा.**डॉ. सौ. मनीषा लाडी**  
संचालक : अर्बन बँक**श्री. दिनेश पावले**  
पत्रकार / शिक्षक**श्री. गजानन पाटील**  
पत्रकार

## दिनविशेष

२० मे

- माजी केंद्रीय अर्थमंत्री डॉ. मनमोहन सिंग यांना ऑनिस्ट मॅन ऑफ द इयर हा पुरस्कार जाहीर.
- राष्ट्रकुल संसदीय संघटनेच्या आशिया विभागाच्या अध्यक्षपदी लोकसभेचे सभापती जी. एम. सी. बालयोगी यांची एकमताने निवड झाली.
- चित्रपट निर्माते आणि लेखक अण्णासाहेब देऊळगावकर यांना चित्रभूषण पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले.
- झारखंडच्या गिरवारीहक प्रेमलता अग्रवाल यांनी जगातील सर्वोच्च शिखर माउंट एव्हरेस्टवर चढाई करणारी वयोवृद्ध भारतीय महिला होण्याचा मिळविला मान.

## घड्याळ नेहमी डाव्याच हातात का घालतात ?

### ९९ टक्के लोकांना यामागील खरे कारण माहित नसेल

#### ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

घड्याळ नेहमी डाव्याच हातात का बांधले जाते? यामागे केवळ फॅशन नसून युद्धाचा रंजक इतिहास आणि विज्ञानाचे एक खास कारण दडलेले आहे, जे ९९ टक्के लोकांना माहित नाही.

सकाळी ऑफिसला निघताना असो किंवा एखाद्या समारंभाला जाताना, छान आवरून झाले की आपला हात आपोआप घड्याळाकडे वळतो. त्यानंतर अगदी क्षणाचाही विलंब न करता आपण ते डाव्या हाताच्या मनगटावर बांधतो. पण तुम्ही कधी विचार केला आहे का, की जगभरातील

कोट्यवधी लोक घड्याळासाठी डाव्या हातालाच का पसंती देतात? उजव्या हातात घड्याळ घातले तर काय बिघडेल? या साध्या वाटणाऱ्या कृतीमागे चक्र युद्धाचा इतिहास, मानवी स्वभाव आणि विज्ञानाचे एक लॉजिक आहे.

पूर्वीच्या काळी घड्याळ हे पुरुषांच्या कोटच्या खिशात असायचे, ज्याला 'पॉकेट वॉच' म्हटले जाई. स्त्रिया मात्र ते गळ्यात लॉकेटप्रमाणे किंवा मनगटावर दागिन्यासारखे वापरत. मात्र, विसाव्या शतकाच्या सुरुवातीला युद्धाच्या काळात सैनिकांना वेळेचे गणित अचूक ठेवणे गरजेचे होते. खिशातून घड्याळ

काढून वेळ पाहणे युद्धाच्या मैदानात धोक्याचे आणि गैरसोयीचे ठरू लागले. त्यामुळे सैनिकांनी घड्याळ हातावर बांधायला सुरुवात केली. बहुतांश सैनिक उजव्या हाताने शस्त्र चालवत असल्याने, त्यांनी घड्याळ डाव्या हातावर बांधणे पसंत केले जेणेकरून वेळ पाहताना शस्त्र सोडण्याची गरज पडू नये.

जगातील सुमारे ९० टक्के लोक उजव्या हाताने काम करणारे आहेत. आपण लिहिणे, जड वस्तू उचलणे किंवा तांत्रिक कामे करण्यासाठी उजव्या हाताचा वापर जास्त करतो. जर घड्याळ उजव्या हातात असेल, तर ते कामाच्या ओघात एखाद्या वस्तूवर

आदळण्याची, काच फुटण्याची किंवा स्क्रॅच पडण्याची शक्यता जास्त असते. याला टाळण्यासाठी हात तुलनेने कमी सक्रिय असतो. त्यामुळे महागड्या घड्याळाचे संरक्षण होते.

एनालॉग घड्याळांमध्ये वेळ बदलण्यासाठी किंवा चावी देण्यासाठी 'क्राऊन' नावाचे छोटे बटन असते. हे बटन घड्याळाच्या डायलवर उजव्या बाजूला असते. जेव्हा घड्याळ डाव्या हातात असते, तेव्हा उजव्या हाताच्या अंगठ्याने आणि तर्जनीने वेळ सेट करणे अत्यंत सोपे जाते.

जर घड्याळ उजव्या हातात घातले, तर हे बटन डाव्या बाजूला येईल आणि वेळ



लावताना अडचण निर्माण होईल. आजच्या डिजिटल आणि स्मार्टवॉचच्या युगात चावी देण्याची गरज उरलेली नाही. तरीही हार्टबीट्स मोजणारे सेन्सर किंवा इतर फीचर्स हे अशा प्रकारे डिझाइन केलेले असतात की ते डाव्या हातावर अधिक अचूकपणे काम करतात. तसेच, मोबाईलवर किंवा लॅपटॉपवर काम करताना उजवा हात माऊस किंवा पेनमध्ये व्यस्त असताना डाव्या हातावर एका नजरेत नोटिफिकेशन पाहणे सोपे पडते.

## सर्वसामान्यांच्या कामासाठी आता

### मंत्रालयात येण्याची गरज नाही

#### महसूलमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांचा मोठा निर्णय

#### ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : घरे व शेतीविषयक शर्तभंग नियमितकरणाचे महसूलमंत्र्यांकडे असणारे अधिकार आता जिल्हाधिकार्यांना सोपविण्याचा ऐतिहासिक निर्णय महसूलमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी घेतला. याबाबतचे राजपत्र नुकतेच जारी करण्यात आले. या निर्णयामुळे सर्वसामान्य नागरिकांसह शेतकऱ्यांना मोठा दिलासा मिळणार आहे. अनेकदा शर्तभंगाच्या अतिशय जुजबी प्रकरणात मंत्रालय गाढवे लागते. यासाठी वेळ, पैसा खर्च होतो. सर्वसामान्य जनतेला होणारा हा त्रास लक्षात घेऊन मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या सूचनेनुसार महसूलमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी दहा लाखांपर्यंत दंड असलेली शर्तभंगाची प्रकरणे जिल्हाधिकार्यांनी तसेच, वीस लाखांपर्यंत दंड असलेली प्रकरणे विभागीय आयुक्तांकडे निकाली काढण्यासाठी सोपविली आहेत. या

अधिकार्यांच्या कार्यक्षेत्राबाहेरील प्रकरणांचे निर्णय मंत्रालयस्तरावर घेतले जातील, असे प्रसिद्ध झालेल्या राजपत्रात नमूद आहे. राज्यभरात शर्तभंगाची प्रकरणे वाढत असल्याने अशा प्रकरणांच्या कायदेशीर निवड्यासाठी महाराष्ट्र जमीन महसूल संहितेमध्ये विधी व न्याय विभागाच्या निर्देशानुसार विधीमंडळाच्या गेल्या अधिवेशनात बदल करण्यात आले. त्यानंतर शुकुवारी याबाबतचे राजपत्र जारी करण्यात आले. ज्या नागरिकांचे व्यवहार तांत्रिक अडचणीमुळे अडकले होते, त्यांना आता दिलासा मिळणार आहे. हा निर्णय घेण्यापूर्वी जनतेशी चर्चा करण्यात आली. यासंदर्भातील निवेदने सरकारकडे आली आहेत. नागरिकांना छोट्या-छोट्या प्रकरणांसाठी मंत्रालयात येण्याची गरज भासू नये, हा यामागाचा उद्देश आहे.



आतापर्यंत शासनाचे कब्जेहक्काने किंवा भाडेपट्ट्याने दिलेल्या जमिनींच्या बाबतीत होणारे शर्तभंग नियमित करण्यासाठी कोणतीही स्पष्ट कायदेशीर तरतूद नव्हती. हे काम केवळ शासकीय परिपत्रकांच्या आधारे केले जात होते. मात्र, या प्रक्रियेला कायदेशीर आधार नसल्याने अनेक प्रकरणे न्यायप्रविष्ट होत होती किंवा प्रलंबित राहत होई ही उणीव आता दूर झाली अ - चंद्रशेखर बावनकुळे, महसूलमंत्री

## अमळनेर-धुळे रोडवरील

### रवी नगरमध्ये आगीची घटना

#### ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : अमळनेर-धुळे रोडवरील रवी नगर परिसरात दि.१८ रोजी दुपारी ४ वाजेच्या सुमारास रविंद्र बोरोसे यांच्या घराजवळ अचानक आग लागल्याने खळबळ उडाली. सुरवातीला येथील रहिवाशींनी पाणी मारून विझवण्यासाठी प्रयत्न केला. मात्र आग वाढतच होती. सुदैवाने नगरपालिकेच्या अग्निशमन दलाने वेळीच धाव घेऊन आगीवर नियंत्रण मिळवले, त्यामुळे मोठा अनर्थ टळला. मिळालेल्या माहितीनुसार, रवी नगर येथे रविंद्र बोरोसे यांच्या घराच्या शेजारील मोकळ्या भूखंडात दुपारी ४ वाजता अचानक आग भडकली. उन्हाळा व कोरडे हवामान असल्याने आग वेगाने पसरू लागली. नागरिकांनी प्रयत्न केले मात्र आग आटोक्यात येत नव्हती. तातडीने नगरपालिकेच्या अग्निशमन विभागाला कळवले.

घटनेचे गांभीर्य लक्षात घेऊन अमळनेर नगरपालिकेने तातडीने दोन अग्निशमन टँकर घटनास्थळी रवाना केले. फायरमन आकाश प्लॉटवरील झाडे-झुडपे यांनी प्रसंगावधान राखत अथक प्रयत्नांनी आगीवर नियंत्रण मिळवले. त्यांच्या तत्परतेमुळे आग रूपावली भागात पसरण्यापासून रोखली गेली व संभाव्य मोठी हानी टळली. सुदैवाने या घटनेत कोणतीही जीवितहानी झाली नाही. या घटनेनंतर रवी नगरमधील नागरिकांमध्ये चिंतेचे वातावरण आहे. स्थानिक रहिवाशांचे म्हणणे आहे की, रवी



नगर परिसरात अनेक भूखंड आणि मोकळे प्लॉट असून तेथे मोठ्या प्रमाणात झाडे-झुडपे व गवत वाढले आहे. उन्हाळ्यात हे झुडपे कोरडे होऊन आगीसाठी कारणीभूत ठरतात. आजची आग याच झुडपांमुळे भडकली. नगरपालिकेने या भूखंड आणि मोकळ्या प्लॉटवरील झाडे-झुडपे तातडीने काढावीत व परिसर स्वच्छ करावा, अशी जोरदार मागणी नागरिकांकडून होत आहे. वारंवार अशा घटना घडू नयेत यासाठी कायमस्वरूपी उपाययोजना करावी, अशीही अपेक्षा व्यक्त केली जात आहे. नगरपालिका प्रशासन याबाबत काय पावले उचलते याकडे परिसरातील नागरिकांचे लक्ष लागले आहे.

## नीट पेपरफुटी प्रकरणाचा अमळनेर पीटीए तर्फे तीव्र निषेध

#### ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : विद्यार्थ्यांच्या भविष्याशी घात करणाऱ्या नीट पेपरफुटी प्रकरणाच्या निषेधार्थ अमळनेर पीटीए तसेच शैक्षणिक संस्था प्रमुख यांच्या वतीने सोमवार, दि. १८ मे रोजी प्रांत कार्यालय परिसरात शांततामय पद्धतीने लोकशाही मार्गाने आंदोलन करण्यात आले. यावेळी अमळनेरचे



अमळनेर : पीटीएतर्फे प्रांताधिकारी मयूर भंगाले यांना निवेदन देताना पीटीएचे अध्यक्ष भैर्यासाहेब मगर, सुरेश्री वैद्य, सुधीर टाकणे आदी.

प्रांताधिकारी श्री. मयूर आले. कार्यक्रमाचे भंगाले यांना निवेदन देण्यात

## सर्वांगीण व्यक्तिमत्त्व विकासासाठी २० ते २९ मे दरम्यान 'बाल गोपाल बाल संस्कार शिबिर

#### ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : योग विद्या गुरुकुल, नाशिक यांच्या माध्यमातून अमळनेर येथे 'बाल गोपाल बाल संस्कार वर्ग शिबिर २०२६' चे आयोजन करण्यात आले आहे. "सर्वांगीण व्यक्तिमत्त्व विकासासाठी सुवर्णसंधी" या संकल्पनेवर आधारित हे शिबिर २० मे ते २९ मे दरम्यान दररोज सायंकाळी ५



ते ६.३० या वेळेत आयोजित करण्यात येणार आहे. बालकांचा शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक, भावनिक आणि आध्यात्मिक विकास

घडवून आत्मविश्वासपूर्ण, संस्कारी व सक्षम व्यक्तिमत्त्व निर्माण करणे हा शिबिराचा मुख्य उद्देश असल्याचे आयोजकांनी सांगितले. या शिबिरामध्ये योगाभ्यास, प्राणायाम, ध्यान साधना, बौद्धिक व शारीरिक खेळ, स्वावलंबन व नेतृत्व गुणांचा विकास, सांघिक भावना, सकारात्मक विचार, मंगलाचरण आणि योगनिद्रा यांचा समावेश

असणार आहे. तसेच पुणे येथील हेल्थ कोच योग शिक्षक सचिन डोंगरे यांचे प्रेरणादायी ऑनलाइन मार्गदर्शनही लाभणार आहे. शिबिरामुळे शारीरिक सुदृढता, मानसिक स्थैर्य, एकाग्रता, बौद्धिक विकास, भावनिक संतुलन, आध्यात्मिक प्रगती आणि आत्मविश्वास वाढण्यास मदत होणार असल्याचे

## निसर्गाचा संकेत भरपूर पाऊस

### आनंददायी असले, तरी शेतकऱ्यांसाठी काळजीचेच!

#### ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

मानवाचे निसर्गाशी नाते तुटत गेले असले, तरी झाडे, पशू आणि पक्षी यांना पावसाचे संकेत कळतात. ते जे सांगतात ते समजून घेणे गरजेचे आहे. पावसाचे ठोकताळ्याने वागणे निसर्ग संकेतानुसार अचूक असते. निसर्गातील पशू, पक्षी, सरपटणारे प्राणी आणि वनस्पती यांच्याकडून पावसाचे संकेत मिळतात. यंदाचे पावसाबाबत असणारे संकेत आनंददायी असले, तरी शेतकऱ्यांसाठी काळजीचे आहेत. भारतीय हवामान विभागाकडून यंदा देशात सरासरीच्या ९२ टक्के पाऊस

पडण्याची शक्यता वर्तविली आहे. स्कायमेट ही खासगी संस्थाही भारतातील पावसाचा अंदाज व्यक्त करते. स्कायमेटचा प्राथमिक अंदाज सांगतो, की २०२६ मध्ये सरासरीच्या ९४ टक्के म्हणजेच ८९ ते ९९ टक्के पाऊस पडण्याची शक्यता आहे. भारतातील पाऊस हा अल निनोच्या प्रभावाखाली असतो. यावर्षी अल निनो भारतातील पर्जन्यमानास अनुकूल नाही, असे देश-विदेशातील अनेक संस्थांचे मत आहे. हा अंदाज जून ते सप्टेंबर या चार महिन्यांकरिता सांगण्यात येतो. यावर्षी अल निनोच्या प्रभावामुळे भारतातील मान्सूनवर नकारात्मक

परिणाम होण्याची दाट शक्यता असल्याचे जगभरातील संस्थांचा अंदाज आहे. पॅसिफिक महासागरातील तापमान वाढीमुळे सरासरीपेक्षा कमी पाऊस पडेल असा अंदाज व्यक्त करण्यात येत आहे. अल निनोमुळे पावसाळ्यापूर्वी आणि पावसाळा सुरू झाल्यानंतरही तापमान मोठ्या प्रमाणात वाढू शकते. जून-जुलैमध्ये पाऊस असा-तसाच राहील; मात्र परतीचा पाऊस उशिराने सुरू होईल. देशातील काही भागांत दुष्काळही पडू शकतो. पावसाची वाट पाहत परणीला उशीर होऊ शकतो. तसेच मोठ्या प्रमाणात पावसाळ्यात येणाऱ्या खंडामुळे

पिके धोक्यात येऊ शकतात. महाराष्ट्र आणि मध्य भारतात सरासरीपेक्षा कमी पाऊस पडेल. पंजाब, हरियाणा आणि राजस्थानमध्येही पाऊस कमी पडेल. ईशान्य भारतात मात्र पाऊस सरासरीपेक्षा जास्त पडेल असे हवामानतज्ज्ञांचे मत आहे. मात्र, याबाबत सुपर अल निनो एवढा धोकादायक असणार काय, हा खरा प्रश्न आहे. इंडियन ओशन डायपोल सकारात्मक असेल, तर अल निनोचा प्रभाव कमी होतो; मात्र सध्या तरी हा घटक तटस्थ भूमिका दाखवत आहे; मात्र यासंदर्भातील निसर्ग संकेत

## अभीष्टचिंतन

### मा. श्री. कैलासतात्या पाटील

सभापती - पाणी पुरवठा, न. पा. अमळनेर

तुमच्या कीर्तीचा लख्ख उजेड द्यावा तुमचा आनंद गगनात न समावा असंच सुख समाधान तुमच्या पदरात पडत राहो तुमचा हा वाढदिवस जल्लोषात साजरा द्यावा

वाढदिवसाच्या हार्दिक शुभेच्छा :- शुभेच्छुक :-



## मित्रपरिवार व हितचिंतक, अमळनेर

## संपादकीय

## न्यायाधीशांची ताकद

केंद्र सरकारच्या अध्यादेशाने सर्वोच्च न्यायालयातील न्यायाधीशांची संख्या ३३ वरून ३७ पर्यंत वाढवली आहे, यावरून लवकरच सर्वोच्च न्यायालयातील न्यायाधीशांची संख्या वाढवण्याची सरकारची इच्छा दिसून येते. आता सरन्यायाधीशांसह सर्वोच्च न्यायालयातील न्यायाधीशांची एकूण संख्या ३८ होईल. यामुळे सर्वोच्च न्यायालयातील प्रलंबित खटल्यांचा अनुशेष कमी होण्यास आणि न्यायव्यवस्थेला गती मिळण्यास निःसंशयपणे मदत होईल. यामुळे सर्वोच्च न्यायालयात लोकांना जलद न्याय मिळण्यास मदत होईल अशी आशा आहे, परंतु प्रश्न असा आहे की उच्च न्यायालये आणि कनिष्ठ न्यायालयांमधील परिस्थिती कशी आणि कशा बदलेल? उच्च न्यायालये आणि कनिष्ठ न्यायालयांमधील प्रलंबित खटल्यांचा अनुशेष कमी करण्यासाठी आणि लोकांना वेळेवर न्याय मिळावा हे सुनिश्चित करण्यासाठी उपाययोजना करणे आवश्यक आहे. सर्वोच्च न्यायालयापासून ते जिल्हा स्तरापर्यंतच्या न्यायालयांमधील प्रलंबित खटल्यांची संख्या जवळपास पाच कोटीपर्यंत पोहोचली आहे, याकडे दुर्लक्ष करता येणार नाही. प्रलंबित खटल्यांचा अनुशेष कमी होत नाहीये, आणि लोकांना वेळेवर न्यायही मिळत नाहीये. परिस्थिती अशी आहे की साध्या खटल्यांचा निकाल लागायलाही वर्षे, कधीकधी दशके लागतात. हे लक्षात ठेवले पाहिजे की न्याय मिळण्यास होणारा विलंब हा एक प्रकारचा अन्यायच आहे.

सर्वोच्च न्यायालयातील प्रलंबित खटल्यांची संख्या प्रचंड आहे. न्यायाधीशांची संख्या वाढल्यास अधिक खंडपीठे स्थापन करता येतील, ज्यामुळे खटल्यांची सुनावणी वेगाने होईल. महत्त्वाच्या घटनात्मक आणि धोरणात्मक खटल्यांसाठी ५ किंवा त्याहून अधिक न्यायाधीशांचे 'घटनापीठ' स्थापन करावे लागते. पुरेशी संख्या असल्यास नियमित खटल्यांवर परिणाम न होता ही खंडपीठे अखंडपणे काम करू शकतील. सध्या प्रत्येक न्यायाधीशावर शेकडो खटल्यांचा भार आहे. संख्या वाढल्याने त्यांना प्रत्येक खटल्याचा सखोल अभ्यास करण्यासाठी अधिक वेळ मिळेल, ज्यामुळे न्यायदानाचा दर्जा आणखी सुधारेल. खटल्यांचे डिजिटायझेशन केल्याने कागदपत्रांचा वेळ वाचतो. कार्यदेशीर दस्तऐवजांचे वर्गीकरण आणि जुन्या निकालांचा संदर्भ शोधण्यासाठी एआयचा वापर प्रक्रियेला गती देऊ शकतो. केवळ न्यायाधीश वाढवून चालणार नाही, तर त्यांच्यासाठी नवीन न्यायालये, कर्मचारी आणि आवश्यक संसाधने वेळेत उपलब्ध करून देणे गरजेचे आहे. प्रत्येक वाद न्यायालयात जाणवोवशी मध्यस्थी आणि लवाद यांच्या माध्यमातून न्यायालयाबाहेरच सोडण्यावर भर दिला पाहिजे, जेणेकरून मुख्य न्यायालयांवरील ताण कमी होईल.

सर्वोच्च न्यायालय असो, उच्च न्यायालये असोत किंवा कनिष्ठ न्यायालये असोत, केवळ न्यायाधीशांची संख्या वाढवणे पुरेसे ठरणार नाही. जर वेळेवर न्याय द्यायचा असेल, तर प्रत्येक स्तरावरील न्यायपालिका पुरेशा पायाभूत सुविधांनी सुसज्ज असली पाहिजे. न्याय मिळण्यास होणाऱ्या विलंबाचे एक कारण केवळ न्यायाधीशांची कमतरता नसून, संसाधनांची कमतरता हे देखील आहे. सर्वोच्च न्यायालय वगळता इतर न्यायालयांमधील न्यायाधीशांची संख्या वाढवण्यावर गांधीयांचे विचार केला पाहिजे, कारण आपल्या देशात प्रति दशलक्ष लोकसंख्येमागे केवळ अंदाजे २२ न्यायाधीश कार्यरत आहेत. याउलट, विकसित देशांमध्ये प्रति दशलक्ष लोकसंख्येमागे न्यायाधीशांची संख्या १०० पेक्षा जास्त आहे. अनेक दशकांपूर्वी, विधी आयोगाने जलद न्याय सुनिश्चित करण्यासाठी प्रति दशलक्ष लोकसंख्येमागे किमान ५० न्यायाधीशांची नियुक्ती करण्याची गरज व्यक्त केली होती. ही आवश्यकता का पूर्ण होत नाही हे कोणालाच माहित नाही. वेळेवर न्याय सुनिश्चित करण्यासाठी, न्यायिक प्रक्रियेच्या पद्धती बदलणे देखील आवश्यक आहे. शिवाय, कार्यकारी शाखेने आपल्या लोकांविरुद्ध खटले दाखल करण्याची आपली प्रवृत्ती सोडून दिली पाहिजे. जर हे केले नाही, तर अधिवेशन तहकूब करण्याचे चक्र अव्याहतपणे सुरू राहील.

## अमळनेर पीटीए तर्फे तीव्र निषेध

पान १ वरून

सूत्रसंचालन अमळनेर पीटीएचे अध्यक्ष श्री. भैर्यासाहेब मगर यांनी केले. शिक्षण क्षेत्रातील अभ्यासू व्यक्तिसत्त्व मा. श्री. संदीप घोरपडे यांनी प्रमुख मार्गदर्शन करताना विद्यार्थ्यांच्या मेहनतीशी व भविष्याशी होणारी तडजोड असह असल्याचे सांगत दोषींवर कठोर कारवाईची मागणी केली. पीटीए तर्फे सौ. सुश्री वैद्य व श्री. सुधीर टाकणे यांनी मनोगत व्यक्त केले. नीट अन्यायग्रस्त विद्यार्थी लावण्या सातपुते व अजिंक्य पाटील यांनी आपल्या भावना व्यक्त करत विद्यार्थ्यांवरील मानसिक ताण आणि अन्याय अधोरेखित केला. यावेळी "विद्यार्थ्यांच्या भविष्याशी तडजोड नाही", "पेपरफुटी करणाऱ्यांवर कठोर कारवाई झालीच पाहिजे" अशा घोषणा देत शांततामय पद्धतीने निषेध व्यक्त करण्यात आला. सदर आंदोलनात श्री. किरण माळी, श्री. राकेश बडगुजर, सौ. सुरेशी वैद्य, श्री. ज्ञानेश्वर मराठे, श्री. नागराज माळी, श्री. हर्षल बडगुजर, श्री. स्वर्णदीप राजपूत, श्री. संदीप महाजन, श्री. सुधीर टाकणे, श्री. ज्ञानेश्वर साळुंके, श्री. अविनाश कोळी, श्री. सुनील पाटील आदी पीटीए क्लस संचालक उपस्थित होते. ▲

## न्यू व्हिजन स्कूल, अमळनेर येथे योगशिबीर उत्साहात

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

शशिकांत पाटील यांच्या शुभहस्ते करण्यात आले होते. या योग शिबिराला मुळजी जेटा महाविद्यालय, जळगाव येथील सोहम डिपार्टमेंट ऑफ योग अँड नॅचरोपॅथी या विभागाचे संचालक, योग प्राध्यापक, डॉ. देवानंद सोनार व प्राध्यापिका सौ. ज्योती वाघ यांची विशेष उपस्थिती होती.

सदर योग शिबिराच्या लाभ अमळनेर शहरातील विविध परिसरातील महिला

## बकरी ईदच्या तयारीसाठी रेड्याचे नाव ठेवले 'ट्रम्प'



ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

'बेंजामिन नेतन्याहू'

नावाचा दुसरा रेडा सुमारे ७५० किलो वजनाचा असून तो आक्रमक स्वभावाचा आहे. ढाक्याजवळील फार्ममध्ये या

## केशरचना अन् चेहराही सेम टू सेम, सेल्फीसाठी उसळली गर्दी

रेड्यांना पाहण्यासाठी लोकांची मोठी गर्दी होत असून सोशल मीडियावर त्यांचे व्हिडिओ व्हायरल झाले आहेत.

बांगलादेशात बकरी ईदच्या तयारीची सध्या जोरदार लगबग सुरू आहे. याच दरम्यान, या भागातील दोन रेडे सोशल मीडियावर चर्चेचा मुख्य विषय बनले आहेत. या रेड्यांची स्वभाव आणि त्यांचा शारीरिक आकार आणि रूप ही वैशिष्ट्ये खास ठरली आहेत. लोक या दोघांची तुलना जगातील दोन प्रमुख नेत्यांशी करत आहेत; परिणामी, या रेड्यांना अमेरिकेचे राष्ट्राध्यक्ष डॉनाल्ड ट्रम्प आणि इस्रायलचे पंतप्रधान बेंजामिन नेतन्याहू यांची नावे देण्यात आली आहेत.

या रेड्यांना ढाक्याजवळील एका फार्ममध्ये ठेवण्यात आले आहे, जेथे त्यांची

एक झलक पाहण्यासाठी लोकांची मोठी गर्दी जमली आहे. लोक या रेड्यांसोबत फोटो आणि सेल्फी काढत आहेत, आणि या रेड्यांचे व्हिडिओ व फोटो सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्मवर खूप व्हायरल होत आहेत.

बांगलादेशातील प्रसारमाध्यमांच्या वृत्तानुसार 'डोनाल्ड ट्रम्प' असे नाव असलेल्या रेड्याचे वजन अंदाजे ७०० किलो आहे. त्याची कातडी फिकट रंगाची असून अंगावर सोनेरी केस आहेत. याच शारीरिक वैशिष्ट्यांमुळे लोकांनी त्याची तुलना अमेरिकेचे राष्ट्राध्यक्ष डॉनाल्ड ट्रम्प यांच्याशी केली आहे. अनेक निरीक्षकांनी गमतीने असे निरीक्षण नोंदवले आहे की, जरी हा प्राणी शारीरिकदृष्ट्या ट्रम्प यांच्यासारखा दिसत असला, तरी त्याचा मूळ स्वभाव मात्र अत्यंत शांत आणि सौम्य आहे. वृत्तानुसार रेड्यांच्या मालकाच्या

धाकट्या भावाने त्याला हे नाव दिले आहे. त्याने स्पष्ट केले, की 'अल्बिनो' (पांढऱ्या रंगाच्या) रेड्यांचा स्वभाव साधारणपणे शांत असतो. पण जर त्यांना मुद्दामहून चिथावले तर ते आक्रमक होतात तसेच, या विशिष्ट रेड्यांची विक्री यापूर्वीच करण्यात आली असल्याचेही वृत्त आहे. 'बेंजामिन नेतन्याहू' असे नाव असलेला दुसरा रेडाही सोशल मीडियावर खूप व्हायरल होत आहे. या रेड्यांचे ७५० किलो आहे आणि ती त्याच्या अत्यंत आक्रमक स्वभावासाठी ओळखला जातो. तो वारंवार मोठ्याने हंबरतो आणि लोकांच्या अंगावर धावून जाण्याचा त्याचा स्वभाव आहे. परिणामी, हे रेडे सोशल मीडियावर सध्या प्रचंड गाजत असून चर्चेचा विषय बनले आहेत. ▲

## जॉर्ज वॉशिंग्टन विद्यापीठातून

## हर्ष अग्रवालने मिळवली पदवी

## मास्टर ऑफ सायन्स पदवी उत्कृष्ट गुणांसह संपादन

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : येथील हर्ष गोविंद अग्रवाल याने अमेरिकेतील प्रतिष्ठित जॉर्ज वॉशिंग्टन विद्यापीठ, वॉशिंग्टन डी.सी. येथून सायबर सिक्युरिटी इन कॉम्प्युटर सायन्स या विषयात मास्टर ऑफ सायन्स पदवी उत्कृष्ट गुणांसह संपादन केली आहे. त्याने ४ पैकी ३.९ जीपीए मिळवत ही पदवी यशास्वीरित्या पूर्ण केली असून, त्याच्या या यशामुळे अमळनेरच्या शैक्षणिक क्षेत्रात अभिमानाची भावना व्यक्त होत आहे.

जॉर्ज वॉशिंग्टन विद्यापीठ हे अमेरिकेतील नामांकित विद्यापीठांपैकी एक मानले जाते. अशा प्रतिष्ठित विद्यापीठातून उच्च शिक्षण घेत हर्षने आपल्या जिद्द, मेहनत आणि चिकाटीच्या बळावर हे उल्लेखनीय यश मिळवले आहे. परदेशात राहून शिक्षण पूर्ण करताना अनेक आव्हानांना सामोरे जावे लागते. मात्र, सातत्यपूर्ण अभ्यास आणि आत्मविश्वासाच्या जोरावर त्याने शैक्षणिक यशाची उंची गाठली. हर्ष हा अमळनेर कृषी



उत्पन्न बाजार समितीचे व्यापारी तसेच मोहन कृषी उद्योगचे संचालक गोविंद अग्रवाल यांचा चिरंजीव आहे. मुलाच्या या यशामुळे अग्रवाल परिवारात आनंदाचे वातावरण असून, अमळनेर शहरातूनही त्याच्यावर अभिर्नंदनाचा वर्षाव होत आहे. सायबर सिक्युरिटीसारख्या आधुनिक आणि महत्त्वपूर्ण क्षेत्रात उच्च शिक्षण घेतल्याने भविष्यात हर्ष आंतरराष्ट्रीय स्तरावर मोठी कामगिरी करेल, असा विश्वास व्यक्त केला जात आहे. त्याच्या उज्वल भविष्यासाठी विविध क्षेत्रातील मान्यवर, मित्रपरिवार आणि नातेवाईकांकडून शुभेच्छांचा वर्षाव होत आहे. ▲

## प्रवासी आणि टिसी मधील वादाला पूर्णविराम!

## रेल्वेने शोधला जालीम उपाय

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

भारतीय रेल्वे आता तिकीट चेकिंग सिस्टीमला संपूर्ण हायटेक बनवण्याची तयारी करत आहे. लवकरच ट्रेनमध्ये तिकीट तपासणी करणारे टीटीई म्हणजे ट्रेन्डलिंग तिकीट एक्झामिनेर बॉडी कॅमेरे घालून ड्युटी करताना दिसणार आहे. या नव्या सिस्टीममुळे प्रवासी आणि टीटीई अशा दोन्हींची सुखी वाढेल असे यामागे रेल्वे प्रशासनाचे म्हणणे आहे. तसेच वादविवाद आणि खोट्या तक्रारी यांच्यावरही रोख लागणार आहे.

रेल्वेच्या नव्या मोहिमे अंतर्गत तिकीट तपासणी करताना सर्व एक्स्ट्रीमिटी कॅमेऱ्यात रेकॉर्ड केली जाणार आहे. त्यामुळे ट्रेनमध्ये होणारे वाद आणि विवाद तसेच इतर वाईट वागणूक याला संपूर्ण व्हिडीओ

पुरावा म्हणून उपयोगी पडणार आहे. रेल्वेद्वारे टीटीईला दिले जाणारे बॉडी कॅमेरे छोटे आणि आधुनिक फिचर्सने सुसज्ज होतील. या कॅमेऱ्यात एचडी व्हिडीओ रेकॉर्डिंग, नाईट व्हिजन आणि ऑडिओ रिकॉर्डिंग सारखी सुविधा मिळेल. सर्वात खास बाब म्हणजे कॅमेऱ्यात सुमारे २० तासांपर्यंतचा बॅटरी बॅकअप मिळेल. ज्यामुळे लांबपल्ल्याच्या ट्रेनमध्येही रेकॉर्डिंग जारी राहू शकते. याशिवाय या कॅमेऱ्याला टेम्प प्रूफ बनवले आहे. त्यामुळे या रेकॉर्डिंगशी छेडछाड करणे शक्य होणार नाही. रेल्वेने सध्या या नव्या व्यवस्थेला पायलट प्रोजेक्ट म्हणून काही डिव्हिजनमध्ये सुरू केले जाणार आहे. यात मुंबई, वॉल्टेअर आणि रायपूर डिव्हिजनचा समावेश आहे. या क्षेत्रातील टीटीई व बॉडी

## अमळनेरात लायन्स क्लबतर्फे

## २४ रोजी मोफत हाडांचे

## आरोग्य तपासणी शिबिर

## रोबोटिक सर्जरी, तज्ज्ञ डॉ. संदीप पाटील यांचे मिळणार मार्गदर्शन

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : लायन्स क्लब अमळनेर यांच्यामार्फत रविवार दि. २४ मे २०२६ रोजी मोफत हाडे व सांधे तपासणी शिबिराचे आयोजन करण्यात आले आहे. सकाळी ८:०० ते दुपारी १२:०० या वेळेत प्राजक्ता क्लिनिक, सेंट्रल बँकेजवळ, नर्मदा वाडी शेजारी, न्यू प्लॉट, अमळनेर येथे हे शिबिर होणार आहे.

तज्ज्ञांचे मार्गदर्शन व तपासणी शिबिरात बाल व प्रौढांसाठी आर्थ्रोस्कोपी क्रीडा शल्यचिकित्सक, तसेच पारंपरिक व रोबोटिक आर्थ्रोस्कोपी शल्यचिकित्सक डॉ. संदीप सुरेश पाटील (अंमळगावकर) यांचे मार्गदर्शन लाभणार आहे. MBBS, DNB (अस्थिरोम), अस्थिरोम डिप्लोमा, ECFMG प्रमाणित (MD-USA) असलेले डॉ. पाटील आहेत.

शिबिरामध्ये सांधे प्रत्यारोपण (खुब्याचे प्रत्यारोपण), गुडघे प्रत्यारोपण, खांद्या प्रत्यारोपण, दुर्बिणीद्वारे शस्त्रक्रिया व कंबरदुखी या आजारांबाबत तज्ज्ञ मार्गदर्शन व तपासणी केली जाणार आहे. शिबिरात तज्ज्ञ डॉक्टरांचे मार्गदर्शन, मोफत तपासणी, आधुनिक तंत्रज्ञानाची माहिती, शस्त्रक्रियेविषयी सल्ला चर्चा, रोबोटिक तंत्रज्ञानाची माहिती मिळणार आहे.

तरी सर्व गरजू रुग्णांनी या सुवर्णसंधीचा लाभ घ्यावा, असे आवाहन लायन्स क्लब अध्यक्ष ला. डॉ. संदीप जोशी, सचिव ला. महेंद्र पाटील, कोषाध्यक्ष ला. नितीन बिंकरकर व प्रोजेक्ट चेअरमन ला. शेखर धनगर, ला. डॉ. धीरज कोकाटे, ला. राजेश कुंदमानी यांनी केले आहे. संपर्क-डॉ. संदीप पाटील ९१३६९९९९९९, डॉ. मिल्हिंद नवसरीकर ९४२२२२ ३७३८० यांचेशी करावा. ▲

## निसर्गाचा संकेत भरपूर पाऊस

पान १ वरून

अल निनोचा प्रभाव पाहिजे तसा असणार नाही असे सांगत आहेतहवामान खाते वातावरणातील परिस्थितीचे निरीक्षण करून गणितीय मॉडेलनुसार अंदाज व्यक्त करतात. ही मॉडेल तर्कावर आधारित अंदाज व्यक्त करतात. मॉडेलच्या काही मर्यादा असतात. त्यामुळे अपवादाने अंदाज अचूक ठरत नाही. त्याचे उत्तम उदाहरण २०२३चा पाऊस. २०२३ मध्ये हवामान खात्यानुसार संपूर्ण महाराष्ट्रामध्ये चांगला पाऊ पडणार होता. हवामान खात्याच्या अंदाजानुसार मान्सून अंदमान निकोबार, केरळ, गोवा आणि मुंबईपर्यंत अगदी नियोजित वेळेत आलाय; मात्र अरबी समुद्रात अचानक आलेल्या बिपरजॉय वादळामुळे महाराष्ट्रात न पसरता पाऊ उत्तर भारताकडे सरकला. उत्तर भारतात महापुराची परिस्थिती उद्भवली. महाराष्ट्र मात्र अवर्षणसदृश परिस्थितीत अडकला. त्यावर्षी २५ जूनच्या याच बहाव पुरवणीत 'पावसाचे निसर्ग संकेत' या लेखातून पाऊस महाराष्ट्रात उशिरा आणि अल्प प्रमाणात येणार असल्याचे प्रसिद्ध झाले होते. जागतिक तापमानवाढीच्या परिणामात पावसाचे वागणे समजून घेणे कठीण होत असताना एकूण पाऊस कसा असेल, याबद्दल निसर्गाचे संकेत अचूक असतात.

यावर्षीचे निसर्ग संकेत एप्रिलपासून मिळू लागले. यावर्षी मागील वर्षीच्या तुलनेत पाऊस उशिरा येईल, तरीही तो जून महिन्यात सुरू होईल, असे निसर्ग संकेत सूचवतात. या निसर्ग संकेतांचा वैज्ञानिक पद्धतीने अभ्यास झालेला नाही. त्यामुळे कोणतीही आकडेवारी उपलब्ध नाही; मात्र पावसाच्या टोकलाळ्याने वागणे निसर्ग संकेतानुसार अचूक असते. निसर्गातील पशू, पक्षी, सरपटणारे प्राणी आणि वनस्पती यांच्याकडून पावसाचे संकेत मिळतात. यावर्षी पावसाबाबत असणारे संकेत आनंददायी असले तरी, शेतकऱ्यांसाठी काळजीचे आहेत. यावर्षी बहावा झाडाचे फुलणे मार्चपासून सुरू झाले; मात्र सुरुवातीला फुलणारी झाडे मनसोक्त फुलली नव्हती. पुढे मात्र त्याचे फुलणे त्याच्या लौकिकास साजेसे होते. पिवळ्याधमक पाकळ्यांमध्ये हिरवा कोवळा शेंगांचा दांडा घेऊन दिवसा जागोजागी लावलेले निसर्गाचे हे शुंभर अधिकच खुललेले होते. बहावाचे असे सुरुवातीला दबकत फुलणे आणि पुढे मनसोक्त फुलणे सुरुवातीच्या म्हणजे जूनमध्ये पाऊस कमी असाणार आणि पुढे जोरदार पडणार असल्याचे संकेत देतात. यावर्षी बहावाच्या फुलण्याइतकाच भरपूर पाऊस पडणार असल्याचे संकेत आहेत.

धामण आणि पांढरफळी ही इतर दोन झाडे आपल्या फुलण्यातून पावसाबाबत आपले संकेत देतात. धामणीची झाडे पाऊस लवकर येणार की उशिरा एवढेच सांगतात. अर्थात, ती भरपूर फुलांनी सजली तर पाऊस चांगला पडतो, असे बुजुर्ग सांगतात. धामणीच्या फुलांना आणि फळांना खाणारी तोंडे जास्त असल्याने कळ्या, फुले यांचे सूक्ष्म निरीक्षण केल्यास पाऊस कसा असेल याचा अंदाज येतो. झाड कधी फुलते, यावरून पाऊस कधी येणार, हे सांगता येते. यावर्षी धामणही एप्रिलच्या शेवटी फुलू लागली. पाऊस जूनच्या शेवटी येणार असल्याचे सूचवते.

पांढरफळीची झाडे बहावाच्या मार्गाने जातात. पांढरफळीच्या फुलांकडे सहज लक्ष जाण्याचे कारण नसते. लहान फुलांचा रंगही पांढर असतो. फुलांना फार सुगंधही नसतो; मात्र या फुलांवर येणारे कीटक आणि मधमाश्या इतका दंगा करतात, की सहज त्यांच्याकडे लक्ष जाते. यावर्षी पांढरफळीची झाडे एप्रिलपासून फुलू लागली. यावर्षी आलेला झाडांचा बहाव हा नजर लागण्याइतका जोरात आला आहे. बहर सर्व झुडुपांना एकाचवेळी आलेला आहे. टप्प्याटप्प्याने झाडे फुलली; मात्र बहर जोरात आलेला होता आणि आहे. या झुडुपातील काहीची फळे आता पक्क झाली आहेत. म्हणजेच पाऊस भरपूर पडेल. आठ दिवसांचा पाऊस दोन दिवसांत पडेल आणि पुढे उघडीपसुद्धा मिळेल. कमी दिवसांत जास्त पाऊस असे यावर्षीचे वैशिष्ट्य असेल. या काळात पिकाची काळजी घेणे शेतकऱ्यांसमोरील मोठे आव्हान असणार आहे. सुरुवातीस फुललेली चिंचेची झाडे आणि नंतर फुललेली झाडे यांचे फुलणे वेगवेगळे आहेत. त्यातूनही सुरुवातीच्या काळात कमी पाऊस दिसतो. बिबा, खैर आणि शमीच्या झाडांना कमी फुले आली आहेत. यांचे कमी फुलणे जास्त पावसाचे संकेत देतात. आंब्याला मोठ्या प्रमाणात मोहोर आला, तरी आंब्याचे प्रमाण नेहमीपेक्षा कमी आहे. पाऊस जास्त, असेच आंब्यालाही सांगायचे आहे.

पश्यांमध्ये पावसाचे अचूक अंदाज सांगणारे काक महाशय वेळीच सावध झाले आहेत. त्यांनी आपले घरटे जाड फांद्यांच्या बेचक्यात बांधली आहेत. खालच्या बाजूस जाड फांद्यांच्या बेचक्यातील घरटी जास्त पावसाचे संकेत देतात. ▲

## सर्वांगीण व्यक्तिमत्त्व विकासासाठी २० ते २९

## मे दरम्यान बाल गोपाल बाल संस्कार शिबिर

पान १ वरून

आयोजकांनी नमूद केले आहे. ७ ते १४ वर्षे वयोगटातील शारीरिक व मानसिकदृष्ट्या सक्षम मुलांसाठी प्रवेश खुला असून हे उपचार शिबिर नसल्याने व्याधीग्रस्त मुलांना प्रवेश दिला जाणार नाही. हे शिबिर साने गुरुजी शिक्षक यानसंस्था हॉल, शेतकी संघ जिर्मिणच्या मागे, क्रांती नगर, धुळे रोड, अमळनेर येथे होणार आहे. नोंदणीसाठी योग शिक्षका ज्योती पाटील (८५५९९५९१६७), तिलोत्तमा पाटील (९४२३३६७९११), लीना पाटील (९४२२२२९२२२२) आणि मनीषा पाटील (९४२३३९७६१४४) यांच्याशी संपर्क साधण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे. मर्यादित प्रवेश असल्याने पालकांनी लवकर नोंदणी करावी, असेही आयोजकांनी म्हटले आहे. ▲



## पालकांनो सावधान!

# लहान मुलांसाठी 'रील्स' ठरते मेंदूचे 'जंक फूड'

## स्मार्टफोनचा विळखा होतोय घट्ट!

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

२०२० या वर्षी संपूर्ण जगाला कोरोना महामारीच्या महासंकटात ढकलले. पुढील दोन-तीन वर्षे या विषाणूने समस्त मानवजातीला वेढीस धरले. कोरोनाचा हल्ला केवळ मानवी शरीरावरच नव्हता, तर जगण्याचे सगळे सूत्रच बदलून टाकणारा ठरला. जग 'लॉकडाऊन' झाल्यामुळे बदिस्त घरात कोंडलेल्या प्रत्येकासाठी 'स्मार्टफोन' हाच एकमेव आधार बनला. या संपूर्ण परिस्थितीचा सर्वाधिक आणि गंभीर फटका बसला

तो लहान मुलांना; कारण त्यांची हसती-खेळती शाळा सुटली आणि मित्रांसोबतचा संवादही केवळ मोबाईल स्क्रीनपुरता मर्यादित राहिला. हळूहळू कोरोनाचाविळखा तर संपला, पण लहान मुलांना 'स्मार्टफोनचा नवा विळखा' बसला. प्रत्येक गोष्ट मोबाईलवरच पाहण्याचा एक घातक ट्रेंड सुरू झाला. मुलांमध्ये 'रील्स' पाहणे हे एका नवीन 'जंक फूड' सारखेच झाले आहे. रील्सच्या अतिवापरामुळे लहान मुलांच्या एकाग्रतेवर आणि स्मरणशक्तीवर कमालीचा विपरीत परिणाम होत असल्याचे अनेक

संशोधनांमध्ये स्पष्ट झाले आहे.

### लहान मुलांवर रील्सचा नेमका कसा परिणाम होतो?

निओनेटोलॉजिस्ट डॉ. अविजीत प्रकाश यादव यांच्या मते, मोठ्या प्रमाणावर रील्स पाहिल्यामुळे आपल्या मेंदूला अत्यंत छोट्या-छोट्या तुकड्यांमध्ये माहिती घेण्याची सवय जडत आहे. यामुळे आपल्याला थांबून, विचार करून गोष्टी सखोलपणे समजून घेण्यासाठी वेळच मिळत नाही. या सवयीचा थेट आणि वाईट परिणाम आपल्या एकाग्रतेवर,



स्मरणशक्तीवर आणि ज्या कामांमध्ये संयम किंवा सतत विचार करण्याची गरज असते, अशा गोष्टींवर होत आहे.

### रील्सचा सर्वाधिक धोका मुलांना कसा?

खरं तर ही समस्या सर्वच वयोगटातील लोकांमध्ये दिसून येत आहे, परंतु लहान मुलांना

पाहतात, तेव्हा स्क्रीनवरील प्रत्येक स्वाइपसोबत त्यांच्या मेंदूला 'डोपामाइन' नावाच्या रसायनाचा झटपट डोस मिळतो. हे रसायन आनंद आणि सवय निर्माण करण्याशी संबंधित आहे. हळूहळू मेंदूला या वेगवान मनोरंजनाची चटक लागते. परिणामी, अभ्यास करणे, पुस्तके वाचणे किंवा सामान्य गप्पा मारणे यांसारख्या दैनंदिन गोष्टी त्यांना कंटाळवाण्या आणि निरस वाटू लागतात.

### शॉर्ट-फॉर्म कंटेंट म्हणजे मेंदूसाठी 'जंक फूड'

शॉर्ट-फॉर्म कंटेंटची तुलना मेंदूसाठी असणाऱ्या 'जंक फूड' शी केली जाते. कारण जंक फूड खाताना त्या क्षणाला खूप छान वाटतं, पण त्याचा अतिवापर मेंदूच्या संथ आणि अधिक

अर्थपूर्ण गोष्टी सहन करण्याच्या क्षमतेला हळूहळू कमी करून टाकतो.

### पालकांनी कोणत्या गोष्टींकडे दुर्लक्ष करू नये?

मोबाईल स्मार्टफोनमुळे मुलांच्या वर्तनामध्ये बदल होतो. पालकांनी खालील बदलांकडे दुर्लक्ष करू नये. मूल फोनशिवाय अस्वस्थ होत असेल. गृहपाठ करण्यासाठी एका जागेवर बसू शकत नसेल, वारंवार गोष्टी विसरत असेल. बाहेर खेळण्यात आणि लोकांमध्ये मिसळण्यात त्याची आवड संपली असेल. हे सर्व अनहेल्दी स्क्रीन टाइम किंवा इंटरनेटच्या व्यसनाचे संकेत असू शकतात.

गॅजेट्स हिरावून घेण्याऐवजी

### साधा योग्य समन्वय

या समन्वयेवर उपाय म्हणजे मुलांवर पूर्णपणे स्क्रीन बंदी घालणे हा नाही, योग्य संतुलन निर्माण करणे हा आहे. मुलांच्या निरोगी मानसिक विकासासाठी आणि भावनिक स्वास्थ्यासाठी त्यांनी कधीकधी शांत बसणे किंवा 'बोर' होणेही गरजेचे आहे. त्यांना पुस्तके वाचण्यासाठी, मैदानी खेळ खेळण्यासाठी, नवीन छंद जोपासण्यासाठी, पुरेशी झोप घेण्यासाठी आणि कोणत्याही अडथळ्याविना विचार करण्यासाठी पुरेसा वेळ मिळाला पाहिजे; कारण हे सर्व अनुभव त्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी अत्यंत आवश्यक आहेत.

## एसी कितती तासांनी बंद करावा?

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

उन्हाळ्यात वाढत्या तापमानामुळे घराघरात एसीचा वापर मोठ्या प्रमाणात वाढतो. अनेकदा लोक थंड हवेसाठी एसी दिवस-रात्र सुरू ठेवतात. परंतु एसी सतत सुरू ठेवल्याने मशीनवर ताण पडतो आणि बिघाड होऊ शकतो. म्हणूनच एसी नक्की कितती वेळ चालवावा आणि त्याला कधी विश्रांती द्यावी, हे जाणून घेणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे.

एसी दीर्घकाळ टिकण्यासाठी आणि विजेचे बिल मर्यादित ठेवण्यासाठी त्याचा योग्य वापर करणे गरजेचे आहे. सलग अनेक तास एसी चालवल्याने कॉम्प्रेसर गरम होतो आणि अपघात होण्याची शक्यता असते. सुरक्षिततेसाठी ठराविक तासांनंतर एसी बंद करून त्याला आराम देणे का आवश्यक आहे, याची सविस्तर माहिती आपण घेणार आहोत.

उन्हाळ्याच्या हंगामात लोक एसी सतत चालू ठेवतात जेणेकरून खोली थंड राहील आणि गरम वाटू नये. परंतु अशा काही चुका आहेत ज्या आपण जाणूनबुजून किंवा नकळत करतो, ज्यामुळे एसीमध्ये आग देखील येऊ शकते. काही लोक थोडा वेळ घराबाहेर जात असले तरी ते एअर कंडिशनर बंद करत नाहीत की परत आल्यास खोली थंड होईल. ही चूक खूप जड असू शकते, म्हणून सतत एसी चालवल्यानंतर कितती तास एसी विश्रांती घ्यावी (बंद करावी) हे जाणून घेणे महत्त्वाचे आहे.

जर एसी कोणत्याही कारणाशिवाय तासांतास चालू राहिला तर तो आपल्यासाठी धोकादायक ठरू शकतो. तुम्ही एकले असले की उपकरण कोणतेही असो, दीर्घ काळासाठी वापरले तर ते जास्त गरम होऊ लागते, काहीसे असेच एअर इंडिशनरचे आहे.



### फक्त इतका वेळ एसी चालवायचा

- क्रोमाच्या अधिकृत वेबसाइटवर दिलेल्या माहितीनुसार एअर कंडिशनर चालवल्यानंतर तो कधी - बंद केला पाहिजे, हे खोलीच्या आकारावर आणि आपला एसी कितती टन आहे यावर अवलंबून असते. समजा तुमची खोली लहान आहे आणि तुम्ही १ टन एसी बसवला आहे, तर एसी ८ ते १० तास सतत चालू ठेवता येईल. दुसरीकडे जर खोली मोठी असेल आणि तुम्ही १.५ किंवा २ टन एसी लावले असेल तर तुम्ही १२ तास आरामात एसीचा वापर करू शकता. पण यानंतर तुम्हाला एसीला विश्रांती (बंद) द्यावी लागेल. - जर एसी आणखी जास्त काळ सतत चालू राहिला तर एसी ओव्हरहीटिंग सुरू होईल, म्हणून योग्य वेळी एसी बंद करणे आवश्यक आहे जेणेकरून एसीला थंड होण्यास वेळ मिळेल आणि ओव्हरहीटिंगची समस्या उद्भवणार नाही. जर ओव्हरहीटिंगची समस्या असेल तर कॉम्प्रेसर फ्रूटू शकतो, आग लागू शकते आणि आपल्याला दुखापत देखील होऊ शकते. कोणतीही मोठी घटना होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही, यासाठी आधीच काळजी घेतलेली कधीही योग्य.

## उन्हाळ्यात कोकम सरबत पिताय?

### तर मग हे नक्की वाचा

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

शरीर थंड ठेवण्यास मदत कोकम सरबत शरीरातील उष्णता कमी करून नैसर्गिकरित्या थंडावा देते, त्यामुळे उन्हाळ्यात डिहायड्रेशनपासून संरक्षण मिळते. **पचन सुधारते** कोकममध्ये नैसर्गिक आम्ल असते, जे पचनक्रिया सुधारते आणि अपचन, गॅसची समस्या कमी करते. **उष्णतेचा त्रास कमी**

उन्हाळ्यात होणारी आंगदाह, चक्कर येणे किंवा थकवा कमी करण्यास कोकम सरबत मदत करते. **शरीर हायड्रेट ठेवते** कोकम सरबत पाण्याची पातळी टिकवून ठेवते, त्यामुळे शरीरातील पाणी कमी होत नाही. **अँटीऑक्सिडंट्सचा स्रोत** यामध्ये अँटीऑक्सिडंट्स असल्यामुळे शरीरातील विषारी

घटक कमी होतात आणि प्रतिकारशक्ती वाढते. **जास्त साखर असल्यास तोटा** बाजारात मिळणाऱ्या कोकम सरबतात साखर जास्त असते, ज्यामुळे वजन वाढू शकते. **मधुमेह रुग्णांसाठी** जास्त गोडसर कोकम सरबत रक्तातील साखर वाढवू शकते, त्यामुळे डायबेटिस रुग्णांनी काळजी घ्यावी.



शांत - चांगल्या झोपेसाठी चांगला पलंग नव्हे तर चांगली गादी आवश्यक आहे. सर्वोत्तम क्वालिटीच्या गादी साठी



एकमेव ४५ वर्षांचा समृद्ध अनुभव असलेले शोरूम सीमा हॅण्डलूम हॉउस पारोला रोड, धुळे

## कौन हैं शरण कांबले? २० लाख की नौकरी छोड़ बने आयपीएस सब्जी बेचने से लेकर एसपी तक का सफर किया तय

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

महाराष्ट्र के सोलापुर के साधारण परिवार से निकलकर आयपीएस अधिकारी बने शरण कांबले गोपीनाथ आज युवाओं के लिए बड़ी प्रेरणा हैं। आर्थिक तंगी के कारण उन्हें बचपन में सब्जी बेचनी पड़ी, जबकि उनके पिता मजदूरी करते थे। कठिन हालातों के बावजूद उन्होंने पढ़ाई जारी रखी और वालचंद कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग से बीटेक किया। २० लाख रुपये सालाना पैकेज वाली नौकरी छोड़कर उन्होंने यूपीएससी की तैयारी की और लगातार तीन बार परीक्षा पास कर अपनी प्रतिभा साबित की। वर्तमान में वे डीग में एसपी के पद पर कार्यरत हैं और अपनी ईमानदार पुलिसिंग के लिए चर्चित हैं।

शरण कांबले ने अपनी शुरुआती शिक्षा बेहद कठिन परिस्थितियों में पूरी की। आर्थिक तंगी के बावजूद उन्होंने पढ़ाई में हमेशा उत्कृष्ट प्रदर्शन किया और आगे चलकर वालचंद कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग से बीटेक की डिग्री हासिल की। उनकी प्रतिभा के चलते उन्हें एक प्रतिष्ठित कंपनी से करीब २० लाख रुपये

### सक्सेस स्टोरी

सालाना का पैकेज भी मिला, लेकिन उन्होंने यह आकर्षक नौकरी ठुकरा दी। शरण का लक्ष्य सिर्फ यूपीएससी परीक्षा पास कर देश सेवा करना था। उन्होंने पूरी लगन और मेहनत के साथ तैयारी जारी रखी और आखिरकार भारतीय पुलिस सेवा में चयनित होकर अपने सपने को साकार कर दिखाया।

डीग में अपने कार्यकाल के दौरान आयपीएस शरण कांबले ने कई महत्वपूर्ण अभियान शुरू किए हैं। साइबर अपराधों पर रोक लगाने के लिए उन्होंने ऑपरेशन एंटीवायरस चलाया, जबकि अवैध खनन के खिलाफ ऑपरेशन पृथ्वी के तहत सख्त कार्रवाई की गई। इसके साथ ही नशे के कारोबार और तस्करी पर लगाम लगाने के लिए विशेष अभियान भी शुरू किए गए। इन अभियानों के जरिए अपराधियों पर कड़ा शिकंजा कसने में सफलता मिली है। उनके प्रयासों



का असर क्षेत्र में साफ दिखाई दे रहा है। कानून व्यवस्था मजबूत हुई है और लोगों में सुरक्षा व पुलिस के प्रति भरोसा पहले से अधिक बढ़ा है। अगर उनकी निजी जिंदगी की बात करें, तो आयपीएस शरण कांबले बेहद सरल और जमीन से जुड़े व्यक्ति माने जाते हैं। उन्हें क्रिकेट खेलना और साइकिलिंग करना काफी पसंद है। व्यस्त प्रशासनिक जिम्मेदारियों के बावजूद वे अपने इन शौकों के लिए समय जरूर निकालते हैं। उनका मानना है कि संतुलित जीवन और अनुशासन सफलता के लिए बेहद जरूरी हैं। संघर्ष से सफलता तक का उनका

सफर आज लाखों युवाओं के लिए प्रेरणा बन चुका है। आर्थिक तंगी, मेहनत और लगातार संघर्ष के बावजूद उन्होंने अपने सपनों को पूरा किया। उनकी कहानी हर उस युवा को आगे बढ़ने का हौसला देती है, जो मुश्किल हालातों से जूझ रहा है। वर्तमान में शरण कांबले गोपीनाथ डीग में पुलिस अधीक्षक एसपी के पद पर कार्यरत हैं और अपनी कार्यशैली से लोगों के बीच खास पहचान बना चुके हैं। उनकी ईमानदार, सख्त और संवेदनशील पुलिसिंग के चलते डीग सहित आसपास के क्षेत्रों में कानून व्यवस्था मजबूत हुई है। अपराध नियंत्रण और जनसुनवाई

को लेकर उनके प्रयासों की आम जनता खुलकर सराहना कर रही है। वे लगातार जनता से संवाद बनाए रखते हैं और समस्याओं के त्वरित समाधान पर जोर देते हैं। युवाओं के बीच भी वे एक आइडल बन चुके हैं। उनका संघर्ष और सफलता की कहानी आज कई लोगों को आगे बढ़ने की प्रेरणा दे रही है।

कड़ी मेहनत, अनुशासन और निरंतर प्रयासों के दम पर शरण कांबले ने यूपीएससी जैसी कठिन परीक्षा को एक नहीं, बल्कि लगातार तीन बार पास कर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। यह उपलब्धि अपने आप में बेहद दुर्लभ और प्रेरणादायक मानी जाती है। उन्होंने असफलताओं से कभी हार नहीं मानी, बल्कि हर चुनौती को सीख में बदलकर खुद को और बेहतर बनाया। मजबूत इरादों और लगातार मेहनत के कारण सफलता आखिरकार उनके कदम चूमती रही। उनका सफर यह साबित करता है कि धैर्य, आत्मविश्वास और समर्पण के साथ किसी भी कठिन लक्ष्य को हासिल किया जा सकता है।

एस के ज्वेलर्स  
गोल्ड | डायमंड | सिल्वर

॥ श्री हनुमंत कृपा ॥

# एसके ज्वेलर्स

शाखा नं. 2

## नवीन जागेत

916 दागिन्यांना मजुरी

# 4%

पासून

नगरपरिषद जवळ शॉपिंग कॉम्प्लेक्स स्टेशन रोड अमळनेर

