शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालयाची साथ

अधिष्ठाता : स्तुत्य असा सामाजिक एकोप्याचा उपक्रम

डॉ. कानन येळीकर

महामॅरेथॉनने आरोग्यदायी जीवनाला चालना

लोकमत न्यूज नेटवर्क

औरंगाबाद : लोकमत समूहाने ऐतिहासिक औरंगाबाद शहरात गतवर्षीप्रमाणे यंदाही महामॅरेथॉन स्पर्धा आयोजित केली आहे. आरोग्यदायी जीवनाला चालना मिळण्याच्या दृष्टीने ही महामॅरेथॉन स्पर्धा महत्त्वपूर्ण ठरत आहे. या स्पर्धेत शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालय (घाटी) सहभागी होण्यासाठी उत्सुक आहे,असे अधिष्ठाता डॉ. कानन येळीकर म्हणाल्या. महामॅरेथॉननिमित्त डॉ. कानन येळीकर यांच्याशी केलेली ही बातचीत.

महामॅरेथॉन स्पर्धेचा शहराला काय फायदा होईल?

डॉ. येळीकर : महामॅरेथॉन स्पर्धेतून म्हणजेच धावण्यातून धावपटूंची शारीरिक हालचाल होते. धावण्याचे एक नव्हे अनेक फायदे आहेत. शारीरिक आणि मानसिक आरोग्य चांगले राहण्यासाठी धावणे महत्त्वपूर्ण ठरते. विशेष म्हणजे स्पर्धेनिमित्त खेळाडू, नागरिक एकत्र येतील. कोण विजयी होणार,याची उत्सुकता राहीलच. त्याबरोबर त्यांच्यात संवादाची देवाण-घेवाणही होईल. त्यामुळे एक सामाजिक उपक्रम म्हणूनही हा स्तुत्य उपक्रम आहे. नियमित सराव करून धावण्यास प्राधान्य दिले पाहिजे. नियमित धावण्याने हृदयावर चांगला परिणाम होतो. एक प्रकारे हृदय सक्षम होते. त्याबरोबर इतर अवयवदेखील सक्षम होण्यास मदत होते. नुसते आयुष्य नव्हे तर गुणवत्तापूर्ण आयुष्य वाढीला हातभार लागतो. आजच्या स्पर्धेच्या आणि धावपळीच्या युगात ताणतणाव वाढला आहे. त्यामुळे प्रत्येक व्यक्तीने आरोग्यदायी जीवन जगणे गरजेचे आहे. महामॅरेथॉन स्पर्धेतून त्यास चालना मिळेल.

सहभागी होणाऱ्या स्पर्धकांना काय सल्ला द्याल?

डॉ. येळीकर : स्पर्धेत विजय मिळवायचा आहे, बक्षीस पटकावयाचे आहे, केवळ या ईर्षेने खेळाडू आणि नागरिकांनी सहभागी होता कामा नये. त्याबरोबरच सर्व आजार हे वयोवृद्धांनाच असतात, असा समजही करता कामा नये. त्यामुळे स्पर्धेत सहभागी होताना प्रत्येकाने आपली शारीरिक क्षमता नक्कीच पाहिली पाहिजे.

ऐन स्पर्धेच्या वेळी धावताना एखादा त्रास होणार नाही, याची दक्षता घेतली पाहिजे. महामॅरेथॉन स्पर्धेच्या निमित्ताने स्वत:च्या आरोग्यप्रती जागृत होण्यासही प्रेरणा मिळणार आहे.

महामॅरेथॉन स्पर्धेत आपण सहभागी होणार आहात का?

डॉ. येळीकर : या महामॅरेथॉन स्पर्धेत शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालयातील (घाटी) डॉक्टर्स,कर्मचाऱ्यांनी सहभागी व्हावे, असे मी आवर्जून सांगेल.

स्पर्धेत मी स्वत:देखील उपस्थित राहणार आहे. शिवाय स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या स्पर्धकांच्या आरोग्यासाठी शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालय व रुग्णालयातर्फे (घाटी) कार्डियाक रुग्णवाहिका, डॉक्टर आणि नर्सिंग कर्मचाऱ्यांचे पथक देऊन मराठवाड्यातील या महामॅरेथॉन स्पर्धेत सहभाग नोंदविणार आहोत.

हैं तय्यार हम...

Aurangabad Maha Marathon 21km
A LOKMAT INITIATIVE
17 Dec 2017
Brought to you by SAFFRON LANDMARKS
Associate Sponsor riSO
Powered by DHOOT TRANSMISSION
#MahaMarathon /MahaMarathon

मी धावणार माझ्यासाठी

औरंगाबादमध्ये होणाऱ्या महामॅरेथॉनची सर्वत्र उत्सुकता लागलेली आहे. लोकमत समूहातर्फे या उपक्रमाचे चांगले आयोजन केले जात असल्याने अनेक जण या स्पर्धेमध्ये सहभागी होतात. धावण्यामुळे शरीराला नव्याने ऊर्जा प्राप्त होते. या स्पर्धेत अनेकांनी सहभागी व्हावे असे वाटते.

देवेंद्र कटके, उपजिल्हाधिकारी, सामान्य प्रशासन

हेडगेवार हॉस्पिटल ग्रुप... (डावीकडून) विष्णू गायकवाड, रवी कोल्हारकर (वरिष्ठ व्यवस्थापक एचआर), देवदत्त देशमुख, प्रल्हाद शेळके, दादाराव दांडगे, श्रीराम जहागीरदार (सीओओ), नमिता जोशी, वैभवी देशपांडे, प्रियंका घोरपडे.

ग्रुप बुकिंगसाठी त्वरा करा

महामॅरेथॉनमध्ये आपला सहभाग लवकरात लवकर निश्चित करावा. ही नोंदणी लोकमत भवन, रिगल लॉन, जालना रोड येथे सकाळी ११ ते सायं. ५ वाजेपर्यंत करता येईल. या स्पर्धेत शाळा, महाविद्यालये, कंपनीमधील कर्मचारी, रनर्स ग्रुपही एकत्रितरीत्या सहभाग घेऊ शकतात. या महामॅरेथॉनच्या नोंदणीत जास्तीत जास्त धावपटू, नागरिकांनी सहभाग नोंदवावा.

अधिक माहिती व ग्रुप बुकिंगसाठी ९९२१०३०७००, ०२४०-३०२१७०८ या क्रमांकावर संपर्क साधावा. या महामॅरेथॉनमध्ये नोंदणी ऑनलाइनही करता येईल. त्यासाठी धावपटूंनी www.mahamarathon.com या संकेतस्थळावर जावे.

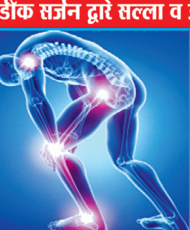
स्पर्धा
- Half Marathon - 21 Kms
- Power Run - 10 Kms
- Fun Run - 5 Kms
- Family Run - 3 Kms

हृदयनाथ मंगेशकर राजेश सरकटे

जनशांती सोहळ्यात मंगेशकर, सरकटे यांचे आज गायन

औरंगाबाद : वेरूळ येथील श्री संत जनार्दन स्वामी आश्रमामध्ये सद्गुरु जनार्दन स्वामी यांच्या २८ व्या पुण्यस्मरणानिमित्त आयोजित जनशांती सोहळ्यामध्ये भावगंधर्व पं. हृदयनाथ मंगेशकर व स्वरविहारचे निर्माते राजेश सरकटे यांचे मंगळवारी (दि.२८) सायंकाळी ७ वाजता वेरूळ येथील आश्रमाच्या प्रांगणामध्ये होणार आहे. या कार्यक्रमात पार्श्वगायिका सावनी रवींद्र, नितीन सरकटे व संगीता भावसार भक्तिगीते सादर करतील. मंगेशकर यांचा आश्रमातील पहिलाच कार्यक्रम होत असल्याचे जनशांती धर्म सोहळ्याचे अध्यक्ष राजेंद्र पवार यांनी केले आहे.

Govt Reg.No.7342
पेन केअर इंस्टीट्युट
ऑर्थोपेडीक सर्जन द्वारे सल्ला व उपचार



सांधेवात, गुडघेदुखी, मान, पाठ,कंबरदुखी माायग्रेन (डोकेदुखी), फ्रोझन शोल्डर (खांदेदुखी) सायटीका, स्लिप डिस्क, टाचदुखी, टेनिस ऐल्बो हातापायात मुंग्या येणे
अपना बाजार, बाफना ज्वेलर्स समोर, जालना रोड, औरंगाबाद.
9822899660, 9422713387, 9767442040
(कृपया अपॉईंटमेंट घेऊनच येणे) सोमवार ते शुक्रवार फक्त

महापौर : चीनहून परतले महापालिकेचे पथक

घनकचऱ्यावर प्रक्रिया; तांत्रिक अहवाल तयार

लोकमत न्यूज नेटवर्क

औरंगाबाद : शहरातील कचऱ्यावर प्रक्रिया करण्यासाठी विविध कंपन्या, खाजगी संस्था यांनी दिलेल्या प्रकल्प अहवालानुसार सर्व प्रस्तावांचा तांत्रिक अहवाल तयार करावा, असे आदेश सोमवारी महापौर नंदकुमार घोडेले यांनी प्रशासनाला दिले. यासंदर्भात लवकरच अंतिम निर्णय घ्यावा लागणार असल्याचे मतही त्यांनी व्यक्त केले.

चीन येथील एक खाजगी कंपनी कचऱ्यावर कशा पद्धतीने प्रक्रिया करते हे पाहण्यासाठी मनपा अधिकारी व पदाधिकाऱ्यांचे एक शिष्टमंडळ मागील महिन्यात स्वखर्चाने गेले होते. शिष्टमंडळात उपमहापौर विजय औताडे, शिवसेना गटनेते मकरंद कुलकर्णी, कार्यकारी अभियंता डी.पी. कुलकर्णी, वॉर्ड अधिकारी भालचंद्र पैठणे यांचा समावेश होता. शिष्टमंडळाने आज एका पत्रकार परिषदेत सविस्तर माहिती दिली. चीनमधील चेनचाऊ या ठिकाणी १०० एमएलडी क्षमतेच्या वेस्ट वॉटर प्लांटची पाहणी करण्यात आली. त्यानंतर यंगसुई या ठिकाणी घनकचऱ्यावर प्रक्रिया करणाऱ्या १५ टन क्षमतेच्या प्रकल्पाची माहिती घेतली.

सुथांग या ठिकाणी ४५ टन क्षमतेच्या नव्याने उभारण्यात येत असलेल्या प्रकल्पाची पाहणी केली. नॅनिंग येथील २ जलशुद्धीकरण प्रकल्पाला भेट दिली. कंपनीने आधुनिक तंत्रज्ञानाने उभारलेल्या प्रकल्पाची कार्यक्षमता प्रभावीपणे असल्याचे व जलप्रक्रिया केलेले पाणी दुर्गंधीविरहित असल्याचे दिसून आले. कचऱ्याचा १५ टन क्षमतेचा प्रकल्प उभारण्यासाठी ६ ते ७ कोटींचा खर्च येतो, ओला व सुका कचरा वेगळा करून सुक्या कचऱ्यावर प्रक्रिया केली जाते.

औरंगाबादेत हा प्रकल्प राबवायचे ठरल्यास फक्त सुका कचरा जाळता येऊ शकतो. ओल्या कचऱ्याचा प्रश्न कायम राहणार आहे. शहरात ४० टक्के सुका, तर ६० टक्के ओला कचरा तयार होतो. शहरात नऊ ठिकाणी ही कचरा प्रक्रिया केंद्रे उभारल्यास मनपाला ६३ ते ६५ कोटींचा खर्च येईल. कचरा जाळल्यानंतर त्यापासून राख तयार होते.

ही राख रस्ते तयार करण्यासाठी उपयोगी पडू शकते, असेही शिष्टमंडळाने सांगितले. पत्रकार परिषदेला सभापती गजानन बारवाल, अतिरिक्त आयुक्त श्रीकृष्ण भालसिंग, उपायुक्त वसंत निकम, कार्यकारी अभियंता डी.पी. कुलकर्णी, हेमंत कोल्हे, विधि सल्लागार अपर्णा थेटे, आरोग्य अधिकारी संध्या टाकळीकर, प्रभारी मुख्य लेखाधिकारी नजीर दुर्राणी आदींची उपस्थिती होती.

अंतिम निर्णय लवकरच

कचऱ्यावर प्रक्रिया करण्यासाठी आठ ते दहा कंपन्यांनी प्रस्ताव दिले आहेत. आणखी काही कंपन्या सादरीकरण करणार आहेत. इंदोर शहराचीही पाहणी करण्यात येणार आहे. त्यानंतर मनपा सर्वसाधारण सभेत अंतिम निर्णय घेणार असल्याचे महापौर नंदकुमार घोडेले यांनी सांगितले. शहराची भौगोलिक परिस्थिती लक्षात घेऊन कोणता प्रकल्प योग्य राहील, यावर एकमत होणार आहे.

नृत्य- नाट्य कलावंत श्रमिक संघटनेची स्थापना

लोकमत न्यूज नेटवर्क

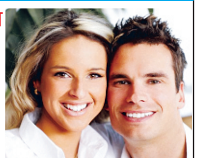
औरंगाबाद : शहरातील कलाकारांना हक्काचे व्यासपीठ मिळवून देण्यासाठी शहरात मराठवाडा नृत्य-नाट्य कलावंत श्रमिक संघटनेची शनिवार, दि. २५ नोव्हेंबर रोजी स्थापना करण्यात आली. हडको परिसरातील कम्युनिटी सेंटर येथे हा कार्यक्रम पार पडला.

याप्रसंगी प्रमुख पाहुणे म्हणून नाट्य व चित्रपट कलावंत सतीश परब, सतीश बोरा, कलाकार संजय बनसोडे, साकेत खोचे, प्रदीप हरेर यांची उपस्थिती होती. या संघटनेच्या माध्यमातून कलावंतांच्या अडचणी दूर करण्याचा प्रयत्न करण्यात येणार आहे, तसेच मुंबई-पुण्याहून शहरात शूटिंगसाठी येणाऱ्या टीममध्ये स्थानिक कलावंतांना स्थान मिळावे यासाठीही संघटनेचा प्रयत्न असेल, असे यावेळी स्पष्ट करण्यात आले.

जिल्हा अध्यक्ष- वैजीनाथ राठोड, उपाध्यक्ष- राहुल अंकुशे, सचिव- उमेश चाबूकस्वार, सहसचिव- संदीप साखरे, कोषाध्यक्ष- सचिन वाठोरे, सहकोषाध्यक्ष- विशाल भालेराव ही संघटनेची नवनियुक्त कार्यकारिणी असून, सल्लागार समितीमध्ये कृष्णा शरणागत, विशाल राठोड, विकास लाहोट, कुणाल भिसे, सुनील कोरके, विजय खरात, किरण वाणी, रोहित वाहूळ आदींचा समावेश आहे.

आता प्रथमच सेक्स समस्यांवर अत्याधुनिक विदेशात प्रचलित लेझर व व्हॅक्युम थेरेपी उपचार

विवाहापुर्वी व विवाहानंतर समस्यांसाठी एम.बी.बी.,एस.एम.डी. डॉक्टरांचा सल्ला
हस्तमैथुन, स्वप्नदोष, विर्यदोष, शिघ्रपतन, इंद्रीय शिथिलता, पुरुष वंधत्व
हायपोगोनॅडिझममुळे इंद्रीय समस्या, मधुमेहामुळे आलेली लैगिंक शिथीलता
ऑलीगोस्पर्मीया : शुक्रजंतुची संख्या कमी असणे. अॅझुस्पर्मीया: शुक्रजंतुची संख्या अजीबात नसणे.



आशाकिरण क्लिनीक
१९८५ पासुन
शास्त्रीयोक्त मार्गदर्शन केंद्र
३८, निराला बाजार, बाटा शोरुम समोर, औरंगाबाद. वेळ - स.११ ते ३ व सायं.७ ते ९ शनिवार रविवार बंद
कृपया अनावश्यक खर्चीक व फसव्या उपचारापासुन सावध मो. 7769856821 9767132521

९ व्या राज्यस्तरीय विज्ञान प्रदर्शनाचे 'देवगिरी'त आयोजन

लोकमत न्यूज नेटवर्क

औरंगाबाद : देवगिरी कनिष्ठ विज्ञान महाविद्यालयातर्फे ३० नोव्हेंबर रोजी एकदिवसीय ९ वे राज्यस्तरीय विज्ञान प्रदर्शन भरविण्यात येणार आहे. या प्रदर्शनातून उत्कृष्ट सादरीकरण करणाऱ्या उच्च माध्यमिक व कनिष्ठ विज्ञान महाविद्यालय संघासाठी बक्षिसे देणार असल्याचे स्थानिक नियामक मंडळ सदस्य पंडितराव हर्षे यांनी सांगितले.

हे राज्यस्तरीय विज्ञान प्रदर्शन उच्च माध्यमिक व कनिष्ठ विज्ञान महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांसाठी आयोजित केले आहे. यात एका महाविद्यालयातून २ ते ३ विद्यार्थ्यांचे दोन संघ सहभागी होऊ शकतात. या प्रदर्शनासाठी उपयोजित जीवशास्त्र व मानवी कल्याण, पर्यावरणीय प्रदूषण, मानवी संरचना, माहिती व संदेशवहन यंत्रणा, ऊर्जेचे स्रोत, दैनंदिन जीवनातील विज्ञान व तंत्रज्ञान आणि तंत्रज्ञानाचा वापर, असे विषय ठेवण्यात आले आहेत. या स्पर्धेसाठी प्रथम पारितोषिक पाच हजार रुपये रोख, स्मृतिचिन्ह व प्रमाणपत्र, दुसरे पारितोषिक तीन हजार रुपये, तिसरे दोन हजार, चौथे दीड हजार रुपये व स्मृतिचिन्ह, प्रमाणपत्र आणि उत्तेजनार्थ एक हजार रुपयांचे पारितोषिक देण्यात येणार आहे, असे आवाहन पंडितराव हर्षे प्राचार्य डॉ. शिवाजीराव थोरे, उपप्राचार्य डॉ. रजनीकांत गरुड, समन्वयक प्रा. अरुण काटे, प्रा. मनीषा जाधव, डॉ. बाळासाहेब शिंदे आदींनी कळविले आहे.

नृत्याविष्कार... सलंघई पूजनानंतर नृत्याविष्कार सादर करताना नृत्यांगना व्ही. सौम्यश्री यांच्या शिष्या.

सलंघई पूजन आणि नृत्याविष्कार

लोकमत न्यूज नेटवर्क

औरंगाबाद : शास्त्रीय नृत्य प्रशिक्षणादरम्यान सलंघई पूजनाला अत्यंत महत्त्व असते. या पूजेमध्ये गुरु आपल्या शिष्यांच्या पायात घुंगरु बांधतात आणि तेथूनच शिष्याच्या नृत्यशिक्षणाला खऱ्या अर्थाने सुरुवात होते, असे मानले जाते. देवमुद्रा संस्थेतर्फे नुकतेच सलंगई पूजेचे आयोजन करण्यात आले होते.

भानुदास चव्हाण सभागृहात पार पडलेल्या या कार्यक्रमात प्रमुख पाहुण्या म्हणून उपजिल्हाधिकारी अंजली धानोरकर यांची उपस्थिती होती. नृत्यांगना व्ही. सौम्यश्री यांनी घुंगरांची पूजा केली आणि तांदळावर उभ्या असणाऱ्या त्यांच्या शिष्यांच्या पायात घुंगरू बांधले. यानंतर या शिष्यांनी नटराजाला वंदन करून प्राथमिक 'अडाऊ' नृत्य सादर केले. पुष्पांजली या नृत्यप्रकाराने कार्यक्रमाची सुरुवात झाली. यानंतर शिष्यांनी भरतनाट्यम नृत्य प्रकारातील गणपती कौलम, रंगांजली, अलरिपू, मल्हारी, शिवस्तुती, देवी-स्तुती, जतिस्वरम, भो शंभो ही पारंपरिक नृत्य तालबद्धतेत सादर केली.

सर्वात शेवटी सादर झालेला तिल्लाना हा नृत्यप्रकार रसिकांची विशेष दाद मिळवून गेला. मनाली सुधाळकर, सेजल खाडे, सिद्धी खाडे, आरुषी शिंदे, राधिका कुलकर्णी या शिष्यांचे एकल व समूह असे दोन्ही नृत्यप्रकार पाहायला मिळाले. इशिता कुलकर्णी, अनुश्री काकणे यांनी संचालन केले. रजनी शिंदे यांनी आभार मानले.

बारा माता मंदिरात कार्यक्रमांचे आयोजन

लोकमत न्यूज नेटवर्क

औरंगाबाद : खंडेलवाल दिगंबर जैन पंचायत पार्श्वनाथ मंदिर राजाबाजारअंतर्गत कर्णपुरा येथील १००८ सर्वोतोभद्र पार्श्वनाथ भगवान तथा कुलदेवी बारा माता मंदिराच्या सातव्या वर्धापन दिनानिमित्त गुरुवार, दि. ३० रोजी विविध धार्मिक कार्यक्रम होणार आहेत.

स. ७.३० वा. सर्वोतोभद्र पार्श्वनाथ भगवंतांचा पंचामृत अभिषेक, १२ मातांचा साजशृंगार या विधींनी कार्यक्रमास सुरुवात होईल. सायंकाळी ७ वा. प्रज्ञायोगी ग्रुपद्वारे महाआरतीचे आयोजन करण्यात आले आहे. यानंतर णमोकार भक्ती मंडळाची भक्तिसंध्या होईल.