

गुरुवार, दि. ८ डिसेंबर २०२२

## वाढ पोशाखावर

भारतीय संस्कृती परंपरा यासोबत भारतीयांचा पोशाख याबाबत नेहमीच चर्चा होत असते. फार पूर्वीपासून भारतीय स्त्री ही नऊवारी व साडी परिधान केलेली दाखविल्या जाई. असे म्हणतात की इंटरनेशनल फ्लायट मध्ये भारतीय स्त्रियांचा पोशाख सर्वमान्य झाला होता. मुस्लिम महिला म्हटली की बुरखा असायचा. भारतात राज्याराज्यात महिलांचे वस्त्र परिधान करण्याची पध्दत वेगवेगळी आहे. लुगडे ज्याप्रमाणे महाराष्ट्रीयन स्त्रीची ओळख होती त्याप्रमाणे पंजाबचा पंजाबी ड्रेस म्हणुन आजही प्रचलित आहे. पदराचे ठेवणी वरुनही राज्याच्या पोशाखाची ओळख होत असे.

श्रध्दा हिचे हत्या प्रकरणानंतर देशात पुन्हा पोशाख परिधान करण्यावरून चर्चा सुरु झाली. वॉटसअॅप वर आपण आपली संस्कृती विसरलो, पोशाख विसरलो कपाळावरील कुंकू गायब झाल्याने वेगळी ओळख राहिली नाही. याउलट अल्पसंख्यांक समाजाच्या महिलांसोबत पुरुषांनी आपली वेगळी ओळख कायम ठेवली आहे. महिलांनी ज्याप्रमाणे आपला बुरखा कायम ठेवला त्याप्रमाणे मुस्लिम बांधवांनी गोल टोपी कायम ठेवली औरंगजेब आपली टोपी स्वतःच्या हाताने विणत असे. आता काळ बदलला विशिष्ट पध्दतीच्या टोप्या आता सहजपणे बाजारत उपलब्ध होऊ लागल्या. जगभर मुस्लिम भगिनींची संख्या आहे पण पोशाखाबद्दल संघर्ष झालेला नाही.

पाकिस्तानची निर्मितीच मुळी धार्मिक विभाजनानुतन झाली. पाकिस्तानने आपली ओळख मुस्लिम राष्ट्र म्हणुन केली तर भारताने धर्म निरपेक्षचे सुत्र स्विकारले. पाकिस्तानचे दोन तुकडे झाले. पाकिस्तानचे विभाजन होऊन बांगलादेशची निर्मिती झाली. बेनझीर भुट्टो यांनी अनेक वर्षे पाकिस्तानचे पंतप्रधान म्हणुन जगभर प्रवास केला. तसेच बांगला देशाच्या पंतप्रधान महिला असूनही त्यांच्या पोशाखाबद्दल कधीच वाद निर्माण झाला नाही. वरिष्ठ पातळीवर असे कोणतेही वाद नसले तरी सर्वसामान्य जनतेमध्ये मार्गील कांही वर्षांपासून महिलांच्या पोशाखाबद्दल वाद निर्माण झाले. शाळा व महाविद्यालयात हिजाब घालावा की न घालावा याबाबत वाद निर्माण करण्यात आला. भिडे यांनी टिकली लावून ये असे म्हणताच त्यांच्या विरोधात उग्र आंदोलन करण्यात आले. लव्ह जिहाद सारखे प्रकार दिवसागणिक वाढत आहे. आपल्या संस्कृतीला मान्य नसलेली लय न करिता स्त्री पुरुषांनी एकत्र राहण्याची पध्दत स्विकारली जात आहे. त्यानुतन अनेक गैरप्रकार होत असल्याचे पुढे येतांना दिसतात. श्रध्दा या तरुणीचा निदर्शणे खुन करुन तिच्या शरीराचे अनेक तुकडे करण्यात आले व ते वेगवेगळ्या ठिकाणी फेकण्यात येऊन पुढा व नष्ट करण्याचा प्रकार झाला. श्रध्दा हत्याकांडानंतर ज्याप्रमाणे लिव्ह इन रिलेशनशिप या पध्दतीवर चर्चा सुरु झाली तर लव्ह जिहाद प्रकरणे वाढण्यामागे बदललेल्या पोशाखाची पध्दत व संस्काराचा अभाव असल्याचे कारण सांगण्यात आले अन् भारतीय पोशाखा बद्दल “जुने ते सोने” म्हणुन चर्चा सुरु झाली.

एकीकडे भारतीय पोशाख जुन्या पोशाखाला “जुने ते सोने” म्हणुन चर्चेत आले असतांना इराणमध्ये मात्र हिजाब विरोधात महिला आक्रमक झाल्या आहेत. हिजाबच्या शक्तीचे विरोधात आंदोलन करित आहे. त्यांना देशभरातुन पाठींबा मिळत असुन कतारमध्ये फुटबॉल विश्वचषक स्पर्धेत इंग्लंड-इराण सामन्याचे वेळी इराणच्या फुटबॉल पट्टी राष्ट्रीय दरम्यान संघाचे चिन्ह न दिसण्यासाठी काळे जाकेट परिधान केले होते. इतकेच नव्हे तर इराणचे राष्ट्रीगताचा सन्मान उभे राहून करतांना राष्ट्रीगत न गाण्याचा निर्णय घेण्यात आला तर हिजाब विरोधी आंदोलनास समर्थन म्हणुन हंगामेल व कातायुन रिहायी या प्रख्यात अभिनेत्रींनी हिजाब उतरुन सोशल मिडीयावर फोटोशेअर केले. अखेर इराण सरकारला नमते घ्यावे लागले.

भारतीय महिलांचा विशेषतः तरुणींचा पूर्वीचा पोशाख सुस्था कवच, बिंदी अथवा कुंकू आपली वेगळी ओळख म्हणुन काळाची गरज झाल्याची चर्चा सुरु झाली आहे. ज्याप्रमाणे भाषण, उच्चार, विचार, स्वातंत्र्याचा अतिरेक झाला. त्यावर नियंत्रण हवे असे सर्वोच्च न्यायालयाने मत व्यक्त केल्याचे प्रसिध्द झाले होते. तसेच पोशाख परिधानाने स्वातंत्र्याचा गैर उपयोग तर होत नाही ना? यावर आता वाढत्या लव जिहाद प्रकरणानंतर चर्चा सुरु झाली आहे.

आयुुरारोग्य ऐश्वर्य  
लहान बालकांमध्ये रक्ताल्पता

वर्ष २७ वे

रक्ताल्पता मानवी जीवनाच्या पहिल्या १००० दिवसांत मुलांना मानसिकदृष्ट्या अगम बनविणारे सर्वांत मोठे लपलेले शत्रू आहे. एनिमिया म्हणजे रक्तातील लाल रक्तपेशी किंवा हिमोग्लोबिनची कमी होणे. ही अवस्था वय आणि लिंगानुसार बदलते. ही अवस्था जवळजवळ सर्व वयोगटातील लोकांमध्ये आढळते. उपलब्ध आकडे वारीनुसार, पाच वर्षांखालील प्रत्येक दुसरे मूल, ९ वर्षांखालील प्रत्येक चौथे मूल, पांगंडावस्थेतील प्रत्येक तिसरे किशोर, प्रौढावस्थेतील प्रत्येक दुसरी स्त्री आणि प्रत्येक चौथा पुरुष हे एनिमियाची ग्रस्त असल्याचे आढळून आले आहे.

## एनिमियाचे दुष्परिणाम

बाळाच्या मेंदूची वाढ प्रामुख्याने पहिल्या १००० दिवसांत म्हणजे गर्भावस्था व वयाच्या पहिल्या २ वर्षांत झपट्यानी होते. म्हणून गरोरपणात आईला रक्ताची कमतरता असल्यास त्याचे दुष्परिणाम बाळाच्या मेंदूवर होतात. एनिमियाग्रस्त मुलांपेक्षा सामान्य रक्ताचे प्रमाण असलेली मुले अधिक शैक्षणिक प्रगती दर्शवितात, त्यांना परीक्षेत जास्त गुण मिळतात, त्यांची गणितात उत्तम प्रगती जाणवते, त्यांची स्मरणशक्ती चांगली असते आणि त्यांची संवादक्षमता उत्तम असते. क्वचित केसेसमध्ये एनिमियाग्रस्त मुलांमध्ये ह्या समस्या कायम असू शकतात. याशिवाय मोठ्या मुलांमध्ये अॅनिमियाची इतर लक्षणे म्हणजे भूक न लागणे, खेळांमध्ये रस नसणे, रोगप्रतिकारशक्ती कमी होणे, वारंवार संसर्ग होणे इत्यादी आढळतात.

## एनिमिया कशांमुळे होते:

लहान बालकांमध्ये स्वच्छता आणि योग्य आहाराचे अभाव एनिमियाचे मुख्य कारण आहेत. वाढत्या वयात शारीरिक विकासांमुळे शरीरात लोहत्वाचा मागणी वाढते. लहान बालकांना ६ महिन्यांनंतर योग्य आणि संतुलित घरगुती आहार सुरू न करणे, जास्तीत जास्त गाय आणि म्हशींचे दूध दिल्यामुळे ते कुपोषित होतात आणि त्यांना रक्ताल्पता असल्याचे दिसून येते. बाटलीने दूध पाजल्यानी लहान बालकाला वारंवार संसर्ग होते आणि तो आजारी पडून रक्ताल्पताचे

शिकार होतो.

मोठ्या मुलांमध्ये संतुलित आहाराचे अभाव उदा पिझ्जा, बर्गर इत्यादी जंक फूडचे अतिसेवन आणि परिणामस्वरूप कुपोषण, पोटातील कुमी, स्वच्छतेचे अभाव इत्यादी अॅनिमियाची कारणे आहेत. एकीकडे निर्धन आणि ग्रामीण भागात माहितीचे अभाव आणि कुपोषणामुळे रक्ताच्या कमतरतेचे कारण आहेत तर दुसरीकडे शहरी, सुशिक्षित कुटुंबांत जंक फूड आणि डिजिटल मीडियाचे दुष्परिणाम म्हणून ते एनिमियाग्रस्त होतात.

उपाय : गरोरपणात आणि स्तनपानाच्या काळात आईला योग्य आहार देवून लोहत्व आणि फॉलिक

अॅसिडच्या गोळ्या द्याव्यात. हे अॅनिमियामुक्त भारत मोहिमेअंतर्गत विनामूल्य उपलब्ध आहेत. लहान बालकाला वयाच्या पहिल्या ६ महिन्यांत निव्वळ स्तनपान लाबायला हवं आणि नंतर त्याला घरगुती संतुलित आहार सुरू करावे. १ ते ५ वर्षे वयोगटातील मोठ्या मुलांना जास्त दूध देऊ नये. या मुलांना संतुलित आहाराबरोबर लोहत्व आणि फॉलिक अॅसिड घ्यावे. या सरकारी दवाखान्यांत निशुल्क उपलब्ध आहेत.

लहान बालकांच्या स्वच्छतेकडे पुरेशे लक्ष पुरवावे. त्यांना आवश्यक ते नुसार कुमीविकारांविरुद्ध औषधे घ्यावे.

गरज भासल्यास आपल्या डॉक्टरांचे सल्ला अवश्य घ्यावे जेणेकरून रक्त कमी होण्याची इतर कारणे तपासली जाऊ शकतात.

## डॉ ब्रजेन्द्रसिंह,

बालरोगतज्ञ, दिल्ली फोन: ७९८३१३८८४३

## प्रस्तुती: डॉ सतीश अग्रवाल

अग्रवाल बाल रुग्णालय, एम. डी., डी. सी. एच., डी. एन. बी., शीलांगन रोड, अमरावती

फोन नं.: ९३०९५२८०७५ / ७५८८७४९३६८

## केसांच्या समस्या व P.R.P. थेरपी

केस म्हटलं की स्त्री-पुरुष सर्वांमध्येच सौंदर्यातील एक महत्वाचा घटक आहे. आजच्या आधुनिक आणि धावपळीच्या जीवनामध्ये केस गळायला लागणे ही एक सर्वसामान्य व मोठी समस्या ठरत आहे. केस गळतीची समस्या ही लहानांपासून-मोठ्यांपर्यंत, स्त्रीयांपासून-पुरुषांपर्यंत सर्वांमध्ये दिसून येते.

हिवाळा या ऋतूमध्ये बाकी ऋतूपेक्षा केस गळतीची समस्या जास्त प्रमाणात दिसून येते.

केस वाढीचे चक्र हे तीन प्रक्रियेत होते.

(१) **अॅनाजन**- या प्रक्रियेमध्ये केसांची वाढ होते. याचा कालावधी साधारणतः २ ते ६ वर्षे इतका असतो.

(२) **कॅटाजन**- या प्रक्रियेमध्ये केसांची वाढ थांबते. ही प्रक्रिया साधारणतः २ ते ४ आठवडे चालते.

(३) **टेलोजन** या प्रक्रियेमध्ये केस गळणे सुरू होते. ही प्रक्रिया साधारणतः २ ते ४ महिने चालते. केसांच्या गळतीनंतर केसांच्या वाढीचे चक्र नियमितपणे सुरू होते. आपल्या डोक्यावर साधारणतः १ लाख च्या जवळपास केस असतात. त्यापैकी ९० % ते ९५ % केस हे केस वाढीच्या -anagen प्रक्रियेत असतात. तर ५ % ते १० % केस हे गळतीच्या टेलोजन प्रक्रियेत असतात. त्यामुळे ५० ते १५० केस सामान्यपणे दरोज गळतात.

केस महिन्याला १/२ ते १ इंच म्हणजे वर्षाला ६ ते १२ इंच वाढते. समस्या तेव्हा निर्माण होते जेव्हा केस गळतीच्या प्रक्रियेनंतर केस वाढीची प्रक्रिया नव्याने सुरू होत नाही किंवा केस वाढीच्या चक्राचा कालावधी कमी होते. त्याचा परिणाम म्हणजे केस खूप जास्त गळत आहे असे लक्षात येते.

पुरुषांमध्ये हळूहळू टाकल पडत असल्याचे दिसते तर स्त्रियांमध्ये वेणीची जाडी कमी होते असे लक्षात येते.

केस गळतीचे प्रकार

(१) **टाल पडणे** - यामध्ये अनुवांशिकतेनुसार किंवा वयानुसार केस कमी होतात. जेवढ्या कमी वयात तुम्ही याचे निदान करून उपचार सुरू करात तेवढे तुमचे नैसर्गिक केस टिकून राहण्यास मदत होते.

(२) **Telogen Effluvium** म्हणजे शारीरिक आजारांनंतर तसेच मानसिक तणावानंतर गळणारे केस.

(३) **उंदरी लागणे**- डोक्यावरील किंवा अंगावरील केस जावून चुट्टे तयार होतात.

(४) हेअर स्टायलिंग प्रक्रियेनंतर गळणारे केस. उदा. हेअर कलरिंग

Hair Highlighting, Hair straightening, Hair smoothening



etc. केसांची वाढ ही खालील गोष्टींवर अवलंबून असते.

उदा. केसांचा प्रकार जसे-सरळ केस, कुरळे केस, इ.

वाढते वय, आहार, आजारपण, अनुवांशिकता, हॉर्मोन्स, मानसिक तणाव, व्यसन, हवामानातील बदल.

**आहार**- केसांच्या वाढीसाठी व निरोगी आरोग्यासाठी आपल्या रोजच्या आहारत प्रथिने, जीवनसत्त्वे, खनिजे, लोह, ओमेगा, कार्बोडके इत्यादी घटक महत्वाचे आहे.

वरील सर्व घटकांची पूर्तता करण्याकरीता आहारमध्ये सर्व प्रकारच्या

हित्या पालेभाज्या, धान्य व कडधान्ये, डाळी, रसाळ व मौसमी फळे, सॅण्दाणे व सुकामेवा, तीळ व जवस, दुधजन्य पदार्थ, अंडी, मासे इत्यादींचा समावेश असणे गरजेचे आहे.

केसांची निगा राखण्यासाठी खालील गोष्टी पाळा.

\* केसांची स्वच्छता राखण्यासाठी केस नियमितपणे (आठवड्यातून दोनदा) स्वच्छ धुवावे.

\* केस नेहमी फक्त थंड किंवा कोमट पाण्याने धुवावे. केस धुण्याकरिता कधीही गरम पाणी वापरू नये.

\* केस नैसर्गिकरित्या कोरडे होवू द्यावेत. नियमितपणे हेअर ड्रायरचा वापर करू नये.

\* गरजेचे असल्यास हेअर ड्रायर कमी ऊर्जेवर व केसांपासून दूर अंतरावर ठेवून केस कोरडे करावेत.

\* ओल्या केसांमध्ये कंगवा करू नये. तसेच केस टॉवेलने घासून पुसू नये. खूप ताणून व ओढून केस बांधू नये.

\* केस दर २ ते ३ महिन्याने कापत राहावे. त्यामुळे केसांना फाटे होत नाही.

\* बाहेर जातांना किंवा उन्हात जातांना सुर्यकिरणंपासून बचाव करण्याकरीता कॅम, स्कार्फ व छत्रीचा वापर करावा.

\* स्विमिंगपुलमध्ये उतरण्यापूर्वी स्विमिंग

कॅप घालावी.

\* नियमितपणे सकस व योग्य आहार घ्यावा.

\* तणावमुक्त राहण्याचा प्रयत्न करावा. त्याकरीता नियमितपणे व्यायाम व चिंतन करावा.

\* केसांवर कुठलेही कॉस्मेटिक थेरपी करताना त्वचारोग तज्ञांचा सल्ला घ्यावा.

\* हिवाळ्यामध्ये तरी केसांवर निरोग्यासाठी Styling Therapy करण्यापूर्वी ह्या सर्व प्रक्रियांमधुन होणारा उष्णता आणि रसायने यांचा मारा सहन करण्यासाठी तुमचे केस संरक्षण आहे की नाही हे आधी त्वचारोगतज्ञांना भेटून जाणून घ्यावे.

\* केसांवरील समस्यांसाठी योग्य तो औषधोपचार व P.R.P. थेरपी त्वचारोगतज्ञांच्या सल्ल्याने करून घ्यावी.

## P.R.P. थेरपी

P.R.P. म्हणजे Platelet rich Plasma.

Platelets हे रक्तातील एक घटक असुन शरीरातील निरोगी पेशींना वाढविण्यासाठी उपयोगी आहे.

P.R.P. Injection सर्व प्रकारच्या केसांच्या समस्यांवर फारच उपयुक्त आहे.

P.R.P. Injection मुळे केसांच्या मुळाची पकड मजबूत होवून केस गळती कमी होते.

**Method**

(1) **P.R.P. Injection** बनावण्याकरिता शरीरातील १० ते २० मिलि. रक्त काढण्यात येते.

(2) **Centrifuge** मशीन मध्ये रक्तातील (लाल पेशी) व Plasma वेगळा करण्यात येतो.

(३) या Plasma मधे Platelets तसेच इतर growth factor present असतात.

Platelets हे नैसर्गिक तसेच स्वतःच्या रक्तातील असल्यामुळे कुठल्याही Infec-tion किंवा Reaction ची भीती नसते.

## Protocol

(1) P.R.P. चे Sessions महिन्यातून एकदा असे ४ ते ६ महिने नियमित केल्याने त्याचा योग्य तो फायदा दिसून येतो.

दर ६ महिन्यांनी Maintenance Therapy आवश्यकतेनुसार करू शकता.

जाहिरातींवर विश्वास ठेवण्यापूर्वी जरा विचार करा. जाहिरातीतील उत्पादने वापरूनच जर झाले असते, तर सर्वांचेच नसते का झाले केस काळेभोर आणि लांबसडक?

## डॉ. ज्योत्सना देशमुख किटुकले

मो.नं. ८४२१५०६७७७

सहज सुचलं  
म्हणून....

वाचनक्षेत्र हे एक अथांग सागरासारखे अफलातून क्षेत्र आहे. ह्या वाचनातून आपल्याला कितीतरी विविध क्षेत्रातील माहिती मिळते, कधी ज्ञानात भर पडते, तर कधी भावनेला वाट मिळते, कधी खळखळून हसावं वाटत तर कधी छान गंभीर विचारांच्या डोहात डुबायला मिळते. कधी कधी वाचल्यावर जाणवतं की हे खरंच छान लिहीलंय किंवा अरेच्चा आपल्याच मनातील शब्द तंतोतंत कागदावर उतरलेयं जणू.

हे वाचन करतांना काही गोष्टी आधी माहीत असलेल्या परंतु वेगळ्या शब्दांत मांडलेल्या असतात तर काहींच्या बाबतीत आपण संपूर्ण अनभिज्ञ होते हे जाणवतं. असेच काही शब्द वाचनात येतात, हे शब्द फक्त आपण ऐकलेले असतात परंतु ह्याची माहिती म्हणाल तर शुन्य. मग कुतूहल जागं होतं आणि माहिती शोध मोहीम सुरू होते. काल असाच 'सार्क संघटना' हा शब्द वाचनात आला.

कुठल्याही संघटना तयार होतांना त्या काहीतरी भरीव कामगिरी, चांगले उद्दिष्ट साध्य करण्यासाठी बनवितात. अशीच एक संघटना म्हणजे सार्क संघटना, जिच्या निर्मितीची तारीख होती ८ डिसेंबर १९८५.

दक्षिण आशियाई प्रादेशिक सहकार संघटना (South -sian -ssociation for Regional Cooperation) असे त्या संपूर्ण संघटनेचे नाव. त्या नावाचं संक्षिप्त रूप म्हणजे सार्क (SARC); ही दक्षिण आशिया खंडातील ८ देशांची एक आर्थिक व राजकीय सहयोग संघटना आहे. अमेरिका व चीन खालोखाल सार्क सदस्य राष्ट्रांची एकत्रित अर्थव्यवस्था जगात तिसऱ्या क्रमांकावर असून जगातील लोकसंख्येच्या २१ टक्के लोक सार्क क्षेत्रामध्ये राहतात. भारत हा सार्कमधील सर्वांत बलाढ्य देश आहे हे उल्लेखनीय. ६ जानेवारी २००६ रोजी सार्क सदस्य राष्ट्रांनी प्रादेशिक व्यापाराला चालना देण्यासाठी दक्षिण आशियाई मुक्त व्यापार कराराची निर्मिती केली.

सार्क संघटनेची कल्पना १९५० मध्ये मूळ धरू लागली. १९७० च्या सुमारास भारत, बांगलादेश, भूतान, मालदिव, पाकिस्तान, नेपाळ श्रीलंका आणि अफगाणिस्तान या देशांना एकत्रितपणे व्यापार व सहकार करण्याच्या दृष्टीने एका संस्थेची आवश्यकता भासल्याने ह्याची संकल्पना अस्तित्वात येण्याच्या दृष्टीने जोर धरू लागली. दक्षिण आशियामध्ये आर्थिक व सामाजिक प्रगती करण्याच्या उद्देशाने तसेच सांस्कृतिक विकास व विकसनशील देशांबरोबर सहकार्य करण्यासाठी सार्क संघटना एकत्रित ऊभी राहिली.

लोकसंख्या, संसाधने, लष्करी सामर्थ, आर्थिक आणि तंत्रज्ञानात्मक विकास, भौगोलिक स्थान या सर्व बाबींचा ऊहापोह आणि उपाययोजना ह्याबद्दल ही संघटना कार्य करते. सांस्कृतिक, सामाजिक, आर्थिक क्षेत्रांत परस्परांच्या सहकार्याची अपेक्षा ह्यामध्ये व्यक्त करण्यात आली. तसेच महिलांचे प्रश्न व त्यांच्या शिक्षावृत्त्या, अभ्यासवृत्त्या, आर्थिक सहकार्य, महिला आणि मुले यांच्या भविष्याच्या तसेच दहशतवाद व स्त्रियांचे लैंगिक शोषण यांच्याबद्दल ठोस तजवीज ह्यामध्ये केल्या जाते.

खरंच अशा अनेक संघटना विविध कार्य करीत असतात पण आपल्याला त्याबद्दल फारच कमी माहिती असते हे ही खरे.

## कल्याणी केळकर बापट

बडनेरा, अमरावती मो. ९६०४९४७२५६



## आधार

(वृत्त: मंजुघोषा)

दु:ख जेव्हा काळजाला फार होते ही गझल तेव्हा मला आधार होते

विडुला येऊ कसा मी दर्शनाला बंद माझ्या पूर्वजांना दार होते

दुश्मनाची बांधली त्यांनी समाधी ते शिवाजी आमचे दिलदार होते

मारली होती मिठी मी आपल्यांना मात्र त्यांचे पाठमोरे वार होते

धावले नाही ते कधीही संकटाला फक्त नावाला मला शेजार होते

टाकते उलथून मित्रा तख्त जुलमी लेखणी जेव्हा तुझी तलवार होते

त्यागले वैभव सुखाचे गौतमाने मार्ग सत्याचे कळाले चार होते

देव असतो रे भुकेला भावनेचा देणगीचे मंदिरी व्यापार होते

लेक नाही सून नाही शेवटाला अंतकाळी फक्त काठी यार होते

## सोपान ज्ञानोबा डोके

रामपुरी बू. ता. मानवत जि. परभणी मो. ९५१८७०७३४४

## चारोळी

## \*नागपु(णे)री मिसळ\*

## जी एस २० नियोजन बैठक

आंतरराष्ट्रीय प्रतिमेपेक्षा महत्वाच्या स्थानिक कुरबुरी। कशी कर्ताली हे सांगा त्यांच्या विचारांशी बरोबरी।।

## रवि चोपडे

\*नागपु(णे)री\*, मो. ९०२८५४४४६९

## न्यू हायस्कूल मेन शाळेचे क्रीडा स्पर्धेतील यश

अमरावती (प्रतिनिधी) जिल्हा क्रीडा अधिकारी कार्यालय व जिल्हा क्रीडा परिषद, म.न.पा. क्रीडा कार्यालय यांच्या संयुक्त विद्यमाने जिल्हास्तरीय म.न.पा. क्षेत्रातील शालेय विद्यार्थ्यांसाठी विविध क्रीडा स्पर्धांचे १४, १७, व १८ वर्ष वयोगटातील आयोजन होत असते. गेल्या दोन वर्षांपासून हे आयोजन झाले नव्हते या वर्षी उशिरा का होईना पण या स्पर्धेचे आयोजन होत आहे. नुकत्याच झालेल्या

कॅम्प या स्पर्धेत न्यू हायस्कूल मेन या शाळेचे वर्ग ८ मधून शेख साजिद व आदर्श गायकवाड या दोन्ही विद्यार्थी जिल्हास्तरावर यश संपादन केले आहे. त्याचप्रमाणे श्री. शिवाजी शारीरिक शिक्षण महाविद्यालय येथे झालेल्या मैदानी स्पर्धेत अनिकेत नॅर्द खडसे या विद्यार्थी १०० मीटर धावणे या क्रीडा प्रकारात द्वितीय क्रमांक पटकावला आहे. किक बॉक्सिंग या क्रीडा प्रकारात भूषण श्रीवास वर्ग ९ या या विद्यार्थी

जिल्हास्तरावर यश संपादन केले आहे. आता या सर्व विद्यार्थ्यांची निवड विभागस्तरावर होणाऱ्या विभागीय क्रीडा स्पर्धेमध्ये झाली आहे. त्यांचा या यशाबद्दल नूतन विदर्भ शिक्षण मंडळ या पालक संस्थेने व शाळेने एका विशेष कार्यक्रमात त्या सर्वांचे अभिनंदन करून कौतुक केले व भविष्याकरिता शुभेच्छा दिल्या हे सर्व विद्यार्थी आपल्या यशाचे श्रेय आई-वडील, शिक्षक व प्रशिक्षकांना देतात.