हिंदुस्थान दिनवेध

राशीभविष्य

- **मेष** : कार्यक्षेत्रात प्रगती साधता येईल. आर्थिक बाबतीत सुधारणा होईल. गृहसौख्य लाभणार आहे.
- **वृषभ** : ओळखीतून फायदा होईल. योजलेली कामं मनासारखी होतील. मित्रांचं सहकार्य लाभेल.
- **मिथुन** : स्थावर प्रश्न मार्गी लागतील. सत्संग घडेल. बोलण्यावर नियंत्रण ठेवावं. अडचणी कमी होतील.
- **कर्क** : मानसन्मानाचे योग आहेत. नोकरीत वरिष्ठांची मर्जी लाभेल. गुंतवणूक विचाराने करायला हवी.
- **सिंह** : अपेक्षित यश मिळाल्यामुळे मन प्रसन्न राहील. कौटुंबिक समस्या संपतील. अनावश्यक खर्च नको.
- **कन्या** : महत्त्वाची कामं पूर्ण करण्याचा प्रयत्न करा. थोरांचं मार्गदर्शन लाभदायक ठरेल. मन प्रसन्न होईल.
- **तूळ** : नोकरीत निराशा येईल. कोणाच्याही मदतीची अपेक्षा करु नका. अनावश्यक जबाबदारी घेऊ नका.
- **वृश्चिक** : शुभवार्ता समजल्याने दिवस आनंदात जाईल. कौटुंबिक समस्या सुटतील. प्रवास सुखकारक.
- **धनु** : योजलेली कामं मनोजोगी होतील. समाजात प्रतिष्ठा लाभेल. नोकरीत लाभदायक योग आहेत.
- **मकर** : शुभकार्यात अपेक्षित प्रगती होईल. आर्थिक कामं मनासारखी होतील. मुलांचे प्रश्न सुटतील.
- **कुंभ** : मित्र-नातलगांचं सहकार्य लाभेल. कर्तव्यकर्मास प्राधान्य द्यावं. कोणालाही जामीन राहू नका.
- **मीन** : शुभकार्यासाठी अनुकूलता राहील. आरोग्याकडे दुर्लक्ष करु नका. आर्थिक प्राप्ती वाढणार आहे.

सल्ला मोलाचा

अशी राखा स्वच्छता

✻ आपण दिवसातून बऱ्याच वेळा लाईटच्या बटनांना स्पर्श करतो. या ठिकाणी अनेकांचा स्पर्श होत असल्यामुळे अस्वच्छता खूप असते. या अस्वच्छ जागी अनेक घातक किटाणूंचा वास असतो. हे किटाणू रोग पसरवण्यास कारक ठरतात. म्हणूनच लाईटच्या बटणांची नियमित स्वच्छता व्हायला हवी.

✻ कचरा काढला तरी काही अन्नकण साचून राहिल्याने या डब्यातून दुर्गंधी येते. यासाठी कचऱ्याचा डबा आधी गरम पाण्याने धुवावा, साबण पावडर घालून स्वच्छ घासावा, सुकवावा. त्यानंतर त्यात कीटकनाशक पावडर टाकावी आणि प्लास्टीक ची पिशवी घालून डबा वापरास घ्यावा. ही स्वच्छतेची योग्य पद्धत आहे.

✻ अस्वच्छ टूथब्रश स्टँडमध्ये अनेक किटाणू जगत असतात. ब्रशला चिकटून ते पोटात जातात आणि आजाराचं कारण ठरतात. म्हणून या स्टँडची स्वच्छता नियमाने व्हावी. यासाठी सोड्याचा वापर करु शकता.

✻ घरातील विविध उपकरणांचे रिमोट आणि फोन इथेदेखील अस्वच्छतेचं राज्य असतं. त्यांची स्वच्छता गरजेची ठरते. ही स्वच्छता अँटिबॅक्टेरिअल वाईप्सच्या सहाय्याने करावी.

दिन विशेष

१३ मार्च

१९१० : पॅरिसहून लंडनला येताना स्वा.सावरकरांना अटक झाली.
१९६३ : नैपुण्य दाखवणाऱ्या खेळाडूला अर्जुन पुरस्कार देण्यास सुरूवात.
२०१३ : अर्जेंटिनाचे कार्डिनल जॉर्ज मारिओ बर्गोग्लियो यांची पोपपदी निवड.
२०१४ : दिल्लीतील सामूहिक बलात्कार प्रकरणातील चार आरोपींची मृत्युदंडाची शिक्षा उच्च न्यायालयाने कायम ठेवली.
२०१६ : राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाच्या गणवेशात खाकी हाफ पँटऐवजी तपकिरी रंगाची फुल पँट सामील.

महत्त्वपूर्ण काही...

अनोखं माऊसपॅड

जगात बरंच काही घडत असतं. नवनवी गॅझेट्स येत असतात. तंत्रज्ञानातल्या प्रगतीमुळे कामं सोपी होत असतात. याच धर्तीवर न्यूयॉर्कमधल्या एका कंपनीने बनवलेल्या अनोख्या माऊसपॅडचा विचार करावा लागेल. लेदर आणि लोकर यांचा वापर करून हे माऊसपॅड तयार करण्यात आलं आहे. सध्या ते चर्चेचा विषय ठरत आहे. या माऊसपॅडमध्ये वायरलेस चार्जर बसवण्यात आला आहे. त्यामुळे ते वापरायला अगदी सोपं आहे. हे पॅड घडी करून खिशात ठेवता येतं. लॅपटॉप किंवा डेस्कटॉपला कनेक्ट करता येतं.

गेल्या काही वर्षांत माऊसपॅडचं महत्त्व कमी झालं होतं. भविष्यात त्याचा वापर पूर्णपणे बंद होईल की काय अशी भीतीही व्यक्त होत होती. पण या नव्या तंत्रज्ञानामुळे माऊसपॅडची मागणी वाढण्याची शक्यता निर्माण झाली आहे. या माऊ सपॅडमध्ये यूएसबी ए पोर्ट बसवण्यात आला आहे. त्याचबरोबर हायस्पीड यूएसबी सी पोर्ट असणारं हे माऊसपॅडही आहे. या सगळ्या वैशिष्ट्यांमुळेच ते अनोखं ठरलं आहे.

जपा आरोग्य

मातृत्त्वाची आस

मातृत्वाची इच्छा पूर्ण होत नसणारी दांपत्यं अपत्यप्राप्तीचे विविध मार्ग अवलंबतात. या धर्तीवर गर्भाशयाबाहेर कृत्रिम गर्भधारणा घडवून आणण्याचं तंत्रज्ञान लोकप्रिय होत आहे. अशा प्रकारे कृत्रिम गर्भधारणा होऊन मूल सर्वप्रथम जन्माला आलं ते इंग्लंडमध्ये. १९७८ मध्ये इंग्लंड मध्ये एडवर्ड आणि स्टेप्टो यांनी कृत्रिम गर्भधारणेने मूल जन्मल्याची माहिती जगाला दिली. १९८६ पर्यंत जगात ११,००० मातांमध्ये या पद्धतीने गर्भधारणा झाली होती. हे प्रमाण दिवसेंदिवस वाढत आहे. अशा पद्धतीने जन्माला येणाऱ्या मुलांना टेस्ट ट्युब बेबी असं म्हटलं जातं. या पद्धतीत सर्वप्रथम स्त्रीच्या बिजांडातून बीज काढलं जातं. पतीच्या शुक्राणुबरोबर नियंत्रित प्रयोगशाळेतील परिस्थितीत त्या बीजाचा संयोग घडवून आणला जातो. नंतर फलन झालेलं हे अंड स्त्रीच्या गर्भाशयात सोडलं जातं. ते तेथे रुजतं व त्यानंतर नैसर्गिकरित्या गर्भाची वाढ होते. प्रसूतीही नेहमीप्रमाणे होते. मासिक पाळीच्या चक्रात बीजांडातून स्त्रीबीज बाहेर येतं. ते गर्भाशयाच्या दोन नलिकांद्वारे ओढून घेतलं जातं. नंतर या नलिकांमध्ये शुक्राणू आणि स्त्रीबीज यांचं मीलन होतं. या नलिका रोगग्रस्त वा खराब झालेल्या असतील तर स्त्रीला वंध्यत्व येतं. अशा प्रकारच्या वंध्यत्वात टेस्ट ट्युब बेबी या पद्धतीचा चांगला उपयोग होतो व मातृत्वसुखाला पारख्या होणाऱ्या महिला अपत्याला जन्म देऊ शकतात.

पंचांग

बुधवार, १३ मार्च २०२४
शोभननाम संवत्सर, शके १९४५,
फाल्गुन शु. ४, नक्षत्र : अश्विनी,
चंद्रराशी : मेष, योग : ऐंद्र,
सूर्योदय : ०६.४८, सूर्यास्त : १८.४७

फॉरवर्डस

प्रियतमेच्या लडिवाळ अदांनी घायाळ झालेला आशिक म्हणतो,
जुल्फों को उंगलियों से
किनारे किया ना कर
दिल मेरा आवारा है
इसे और बिगाडा ना कर

टेक्नो टॉक

भारताच्या युनिफाईड पेमेंट इंटरफेसचा परदेशात पण डंका वाजला आहे. दक्षिण-पूर्व आशियातील १० देशांमध्ये युपीआयचा वापर वाढला आहे. यामध्ये मलेशिया, थायलंड, जापान, सिंगापूर सारख्या देशांचा यामध्ये समावेश आहे. या देशांमध्ये गुगल पे वापरण्यासाठी खालील स्टेप्स वापरा. गुगल पे ॲप उघडा आणि क्यू आर कोड स्कॅन करा. इंटरनॅशनल मर्चेंटचे क्यूआर कोड स्कॅन करा. परदेशी चलनात पेमेंटची रक्कम नोंदवा. त्यानंतर तुमचे बँक खाते निवडा. त्याआधारे पेमेंट करता येईल. यू.पी.आय. इंटरनॅशनल एक्टिव्ह करण्यासाठी एक स्क्रीन दिसेल. यू.पी.आय. इंटरनॅशनल सक्रिय केल्यानंतर ही सेवा सुरु होईल.

करिअरवाटा

व्हॉईस ओव्हर आर्टिस्ट व्हायचंय?

दोस्तांनो, विविध प्रकारचे आवाज काढण्याचं कौशल्यं असेल तर मनोरंजनक्षेत्रात 'व्हॉईस ओव्हर आर्टिस्ट' म्हणून काम करू शकता. मनोरंजनक्षेत्राची व्याप्ती वाढत आहे. रुपेरी पडदा, टीव्हीसोबतच वेब वाहिन्यांवरच्या कार्यक्रमांसाठीही अशा कलाकारांची गरज लागते. हॉलिवूडपट हिंदीत डब होतात. दाक्षिणात्य चित्रपटही हिंदीत येतात. मराठीतले चित्रपट इतर भाषांमध्ये जातात. डबिंगचं क्षेत्र १५० कोटी रुपयांवर पोहोचलं आहे. मालिका, वेब सिरिजही विविध भाषांमध्ये डब केल्या जातात. त्यामुळे 'व्हॉईस ओव्हर आर्टिस्ट'ना अनेक संधी निर्माण झाल्या आहेत.

या क्षेत्राने अनेकांना लोकप्रियता मिळवून दिली. या क्षेत्रात भरपूर पैसाही आला आहे. व्हिडिओ, ऑडिओ बुक्स, पॉडकास्टिंग तसंच इतर माध्यमांमुळे व्हॉईस ओव्हर आर्टिस्टना भरपूर काम मिळू लागलं. या क्षेत्रात कामाची अजिबात कमतरता राहिलेली नाही. ऑनलाईन लर्निंग व्हिडिओजनाही आवाज द्यावा लागतो. ॲनिमेशनचं क्षेत्र तर व्हॉईस ओव्हर आर्टिस्टची वाट बघत असतं. जाहिराती, माहितीपट, लघुपट विविध भाषांमध्ये जातात. मल्टीमीडियातही आवाजाला महत्त्व आहे. व्हॉईस ओव्हर आर्टिस्टकडे अभिनयकौशल्य असावं लागतं. आवाजाच्या माध्यमातूनच त्याला आपल्या भावना पोहोचवायच्या असतात. त्यामुळे अभिनयाचं प्रशिक्षण घेता येईल. त्याच बरोबर आवाजाचा दर्जा सुधारण्यासाठीही प्रयत्न करता येतील.

खेचाखेची

कौतुक

जगातले दोनचं लोक तुम्हाला हँडसम समजत असतात. एक म्हणजे तुमची आई आणि दुसरा कपडे विकणारा दुकानदार.

.
.
.

हा शर्ट लई उठून दिसतोय तुमच्या अंगावर... हे आईनंतर केवळ तोच म्हणतो. मग भले त्या साहेबाचं तोंड म्हशीच्या रेडकासारखं का असेना!

वेगळं काही

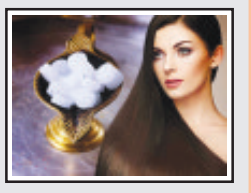
सर्वात मोठा केक

केरळमध्ये जगातला सर्वात मोठा केक तयार करण्यात आला आहे. या केकची लांबी ६.५ किलोमीटर इतकी आहे. जवळपास १५०० शेफ आणि बेकर्सनी खपून हा केक तयार केला आहे. व्हॅनिला फ्लेवरच्या या केकचं वजन २७ हजार किलोग्रॅम होतं. जवळपास चार इंच जाडीचा हा केक केरळमधल्या लोकांचं आकर्षण ठरला. काही हजार टेबलं जोडून हा केक तयार करण्यात आला. हा केक बनायला चार तास लागले. गिनिज बुकच्या प्रतिनिधींनी या केकची लांबी मोजली. त्यामुळे आता या केकची नोंद 'गिनिज बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्डस'मध्ये होऊ शकते.

सौंदर्यसाधना

कापराद्वारे सौंदर्यवृध्दी

सौंदर्यसाधनेसाठी रसायनयुक्त प्रसाधनांचा वापर करणाऱ्यांची संख्या खूप मोठी आहे. मात्र याचे दुष्परिणामही भोगावे लागतात. ते टाळण्यासाठी सौंदर्यवृद्धीस कारक ठरणाऱ्या काही घटकांची माहितीही घ्यायला हवी. या प्रयत्नात कापरातील गुणधर्म जाणून घ्यायला हवेत. कापूर हा सुगंधी घटक आहे. त्यात अनेक प्रकारची अँटीऑक्सिडंट तत्त्व असतात. त्यामुळे त्वचेसंबंधी तक्रारी दूर करण्यासही कापराचा वापर गुणकारी सिद्ध होतो. ✻ उन्हाळ्यात घामोळ्यांचा त्रास होतो. तो टाळण्यासाठी कापराची वडी पाण्यात भिजत घालावी आणि विरघळल्यावर प्रभावित जागाया पाण्याने धुवावी. यामुळे घामोळं नाहीसं होतं शिवाय खाज कमी होते. ✻ कापूर पाण्यात विरघळवून जखम धुतल्यास भाजल्याचे, खरचटल्याचे व्रण रहात नाहीत. जुने डाग घालवण्यासाठीही हे पाणी उपयुक्त ठरतं. ✻ उन्हाळ्यात मुरूमांची समस्या दूर करण्यासाठी रात्री झोपताना मुरूमांवर कापराचं तेल लावावं. सकाळी कोमट पाण्याने चेहरा धुवा. ✻ उन्हाळ्यात चेहऱ्यावर रॅशेस येतात. यावर कापूरमिश्रित लेप उपयुक्त ठरतं. चंदन पावडर आणि कापराचा लेप लावल्यास थंडावा मिळतो.



सुडोकू - २०८९

	९			५				६
५	७		२	९			१	३
					३			
	८		५		२			७
	१						३	
३			८		७		९	
			७					
९	३			२	५		६	४
४				६			७	

टीप -

✻ या चौकटीमध्ये सर्व रिकाम्या घरांमध्ये १ ते ९ पैकी अंक वापरून चौकट पूर्ण करायची आहे. यामध्ये प्रत्येक आडव्या ओळीत, उभ्या ओळीत व ३ ह्र ३ लहान चौकटीमध्ये १ ते ९ पैकी प्रत्येक अंक एकदा आणि एकदाच आला पाहिजे.

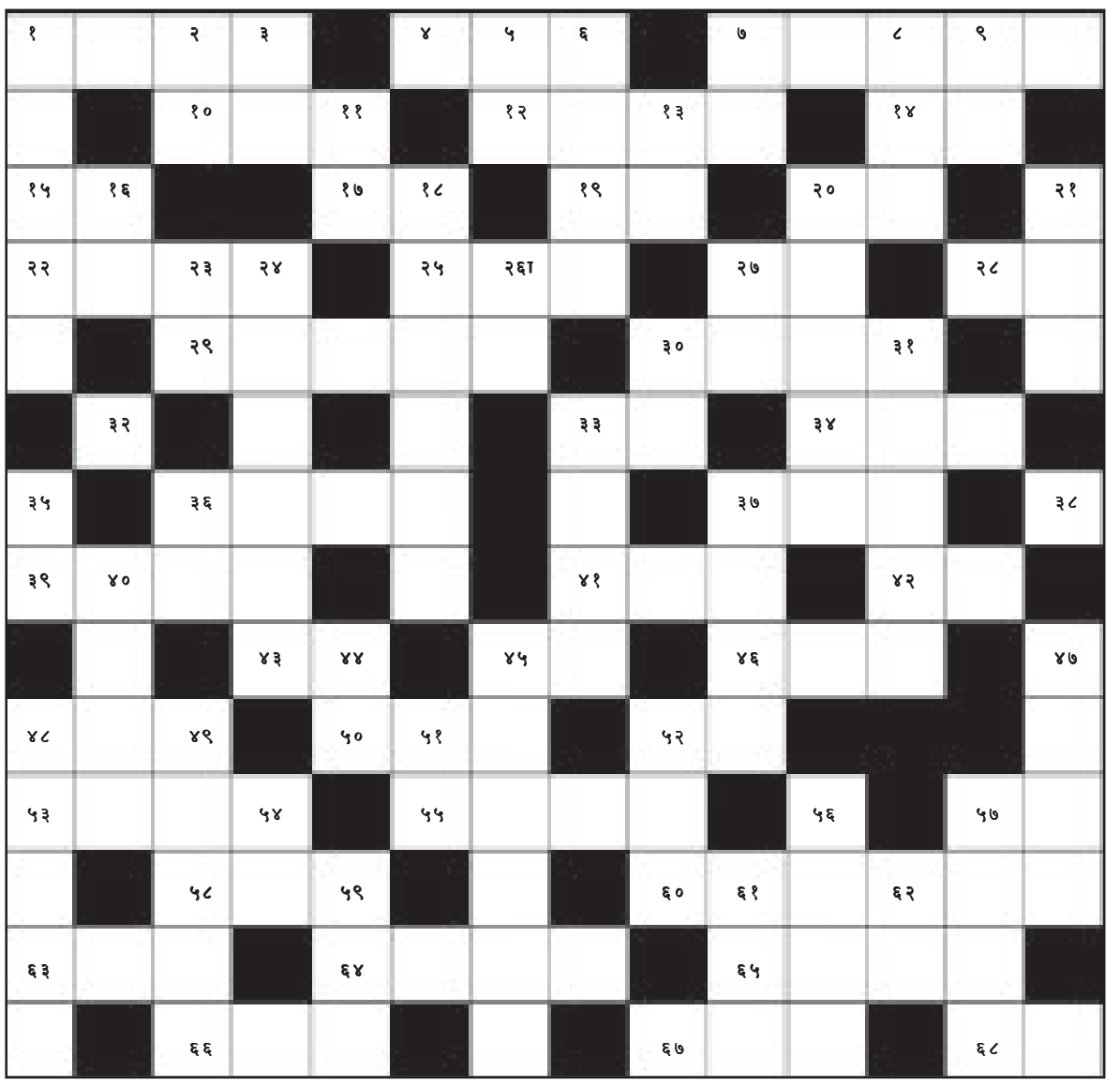
✻ आधी छापून दिलेले अंक बदलता येणार नाहीत.

✻ अशा तऱ्हेने पूर्ण झालेले उत्तर नेहमी एकच असते. पर्यायी उत्तरे असू शकत नाहीत.

सुडोकू - २०८८ चे उत्तर

९	४	६	२	३	५	८	१	७
१	७	२	८	४	९	५	६	३
५	३	८	१	६	७	९	२	४
७	६	५	३	१	८	२	४	९
२	९	१	५	७	४	६	३	८
३	८	४	६	९	२	१	७	५
८	२	३	४	५	१	७	९	६
४	१	७	९	८	६	३	५	२
६	५	९	७	२	३	४	८	१

शब्दकोडे क्रमांक २०८९



आडवे शब्द :-

१) सिनेमाला मराठी शब्द
४) एकूणएक,सर्व
७)वेळ घालविणे
१०)भेग,चीर
१२) भूतकाळ
१४)सातू
१५) शेंडेभोवती ठेवलेले केसाचे वर्तुळ, वेढा
१७) कशा प्रकारचा
१९) सत्ता
२०) डांबर (इं.).
२२)सिंह
२५) वाईट
२७) कावळा
२८) किंमत
२९) हां जी हां जी करणे, विनंती करणे
३०)जैन साधू
३२) स्वत:बद्दलचा शब्द
३३) फिकीर
३४) मीठाची चव
३६)उत्सवाचे दिवस
३७) पाचक, सरकविणारे
३८)गोमाता
३९) वंदनाचा एक शब्द
४१) उपयोग
४२) पद्धत
४३) फायदा
४५) पावसाची झड
४६)चावट
४८) दहावी रास
५०) मागणारा
५२) अंत:करण
५४) मऊपणा,सौम्यपणा
५५) भात शिजतानाचा आवाज
५७)अभिनय
५८) नाश करणारा
६०) कारखान्याचा मालक
६३) वर्तुळ
६४) वाईट काम
६५) चिखलाची जमीन
६६) वाळवी
६७) लोखंड घासण्याचे हत्यार
६८)बूड.

उभे शब्द :-

१) बडबड्या,बोलण्याची आवड असणारा
२)अर्धी ओंजळ
३) गाडीचे छत
५) शोध,तपास
६)हेतू,कारण (हिं.).
७)आजच्या आधीचा दिवस
८)उपस्थित
९)ध्वनी,आवाज
११)रोखलेली नजर
१३)लबाडीचा हेतू
१६)अरण्य
१८)मतलबी गोड बोलणे
२०)एक क्षार
२१)आयुष्य,पाणी
२३)कौसल्याचा पुत्र
२४)आपले राष्ट्रगीत
२६)राजाची पत्नी
२७)तुकडा, फळाची फोड
३०)माफ
३१) नवाकोरा
३३) समशेर
३५)पारद
३६)सरळ लांब वासा
३७)उंट हाकणारा
४०)भ्रमर
४४) अत्तराचा बोळा
४५)सरसकट
४७)घरोघर
४८)दुस-याच्या मनातील विचार ओळखणारा
४९)रमापती
५१)खंदक,हाळ
५२) जुगाराचा एक प्रकार
५४)परमेश्वर
५६)निर्भेळ,शुद्ध,स्पष्ट
५७)न्यायालय
५९)मकबरा
६१) दात
६२)मोठी नदी

(उत्तर उद्याच्या अंकात)

कालच्या शब्दकोड्याचे उत्तर

प	ळ	पु	टा		भा	क		दे		ह	क	ना	क	
ळ		स	क	ल		मा	न	व	ता		न		था	
स	क	ट		व	का	ल	त		ब	र	क	त		
	ण		भा	क		कि		पा	ड	स		पा	स	
म	ख	र		र	क	मा	ला		तो		का	स	रा	
न	र	मा	ई		मा	न		बा	ब	ती	त		ई	
क			श्व	स	न		म	ग		र		र	त	
व	न	च	र		दा	भ	ण		म	क	रं	द		
डा		रा		न	र		का	ल		मा	ज		का	
	अ	च	र	ट		क	ढी		ब	न	क	र		
स	म	र		रा	गी		ला	य	क			क्ष	मा	
दा	र		गा	ज		ना	क		वा	स		क	ल	
चा		भा	भा		प	द	र	प	स	र	णे		म	
र	ड	त	रा	ऊ	त		णे			की		गु	त्ता	