



Pimpalner Education Society's

**KARM. A. M. PATIL ARTS, COMMERCE AND  
KAL. ANNASAHEB N. K. PATIL SCIENCE SENIOR COLLEGE,  
PIMPALNER, TAL. SAKRI, DIST. DHULE.**

e-mail: [kamp\\_sr\\_college@yahoo.in](mailto:kamp_sr_college@yahoo.in)  
Phone: 02561-223010

Web: <http://www.kampsrcollege.org.in>  
Offg. Prin. K. D. Kadam

Outward No:

Date: / /202


**A Brief Report of**

**Online One Day Multidisciplinary International e-Conference on  
Life Style and Stress Management**

COVID-19 has created many problems and questions in front of the whole world. This has created stress in every person's life. An e-Conference on **Life Style and Stress Management** was organized on behalf of the IQAC of Pimpalner college to lead a stress-free and happy life by managing this stress properly. Six resource persons were guided the conference. The resource person said that, although a stress-free life is impossible, it is necessary to manage it to live a stress-free life. We have to live with stress with friendship. Stress and life are two sides of the same coin. So both are necessary. Resource person gave the some important tips to participants about How to reduce the stress? 92 participants had joined for this online conference.

YOUTUBE Link of e-Conference

<https://youtube.com/live/lqJQrO8C8pY?feature=share>

  
**Co-ordinator**  
**IQAC**  
Karm.A.M.P.Ar't's,Comm &  
Kal.Annasaheb N.K.Patil Science  
Sr.College,Pimpalner Tal.Sakri Dist.Dhule



  
**Principal**  
Karm.A.M.Patil Arts,Comm.& Science  
Sr.College,Pimpalner Tal.Sakri (Dhule,



Pimpalner Education Society's

**KARM. A. M. PATIL ARTS, COMMERCE AND  
KAI. ANNASAHEB N. K. PATIL SCIENCE SENIOR COLLEGE,  
PIMPALNER, TAL. SAKRI, DIST. DHULE.**

e-mail: [kamp\\_sr\\_college@yahoo.in](mailto:kamp_sr_college@yahoo.in)  
Phone: 02561-223010


Web: <http://www.kampsrcollege.org.in>  
Offg. Prin. K. D. Kadam

Outward No:

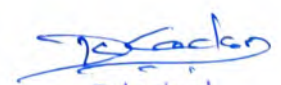
Date: / /202

**Resource persons and contact details**

Sr. No.	Resource person	Designation	Mobile No.
1	<b>Mr. Aivis Dombrovskis</b>	Senior Lecturer, Riga Stradins' University, London, UK	+447522062808
2	<b>Mr. Rupak M N Zaidi</b>	(President, IAPPD, South Asia Region) Bangladesh	+8801799985299
3	<b>Mr. Hitesh B. More</b>	(International Yoga Teacher) UMASS, Lowell Boston, USA	09423024968
4	<b>Prof. Dr. Sunita Raut</b>	Bharati Vidyapeeth (Deemed to be University) College of Engineering, Pune	+919850601240 9850601240 985-060-1240
5	<b>Dr. N. V. Deshmukh</b>	(Chairman, BOS in Psychology, Savitribai Phule Pune University, Pune)	9422945994 942-294-5994
6	<b>Dr. Manmath Gharote</b>	(Director, Lonavla Yoga Institute)	+919823339786

  
**Co-ordinator**  
IQAC  
Karm.A.M.Patil's,Comm &  
Kai Annasaheb N.K.Patil Science  
Sr.College,Pimpalner Tal.Sakri Dist.Dhule



  
**Principal**  
Karm.A.M.Patil Arts,Comm.& Science  
Sr.College,Pimpalner Tal.Sakri (Dhule)



Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon



*Affiliated*

Pimpalner Education Society's (NAAC Reaccredited 'B' Grade)

**Karm. A. M. Patil Arts, Commerce & Kai. Annasaheb N. K. Patil Science**

**Senior College Pimpalner, Tal. Sakri, Dist- Dhule, Maharashtra (India)**



*Internal Quality Assurance Cell (IQAC) Organizing*

**Online One Day Multidisciplinary International e-Conference on**

**Life Style and Stress Management**

**Date:**  
22 July 2021

**Day:**  
Thursday

**Time:**  
10.30 AM

**No Registration  
Fees**

**ZOOM Link to join e-Conference:**  
<https://us02web.zoom.us/j/87521618502?pwd=MWZwcXZwdnJlb1JRNUtodkNaS1JJUT09>

## INVITATION

Dear Sir /Madam,

The whole world is facing an unexpected crisis due to COVID-19 related Health issues, Lockdown, Unemployment, Job losses, Uncertainty. Managing stress and emotions in personal life is indeed need of the hour. This e-Conference aims to enable participants to recognize cause of stress, become aware of their emotions, and regulate the same.

## AIMS OF e-CONFERENCE:

- To understand the nature of stress and its impact on health and behavior.
- To recognize the stressors & signs of stress in their own lives.
- To learn cognitive techniques to increase accurate appraisal of stressors.
- To think over possible remedies for reducing stress.

## THEMES:

- Reduce the Stress and Healings Modalities to Promote Health.
- Stress in Agriculture sectors. Stress in Defense & Police personnel.
- Stress in Company workers, Corporate sector. Stress in Higher Education.
- Stress in Medical & Paramedical services. Political & Social issues which causes stress.
- Stress management of social media about the COVID 19.
- Role of Yoga to reduce stress in covid-19 pandemic situation.

**ABOUT PIMPALNER:** Pimpalner is a town located in the western pocket of tribal region of Dhule District in Maharashtra. It is 75 kms away from Dhule and invested by hilly regions of Sahyadris. It is the land of spiritual heritage and the Great Philosopher *Tarkatirtha Laxman Shastri Joshi* who composed *Marathi Vishwakosh*. The World famous 108 ft Statue of Ahimsa of First Jain Tirthankara *Rishabhadev* in *Mangi-Tungi* is 25 Km and *Shabari Dham* is 40 Km away from Pimpalner. The border of Nashik District is 15 km away while the border of Gujarat State is 30 km away from Pimpalner.

**ABOUT COLLEGE:** Our NAAC reaccredited 2nd cycle '**B**' Grade awarded College is established in 1983 and is governed by Pimpalner Education Society. The College is affiliated to K. B. C. N. M. U. Jalgaon. We conduct undergraduate programmes for Arts, Commerce and Science and PG programmes of YCMOU, Nashik.



## INAUGURAL FUNCTION



### INAUGURAL SPEECH

**Hon'ble Prof. B. V. Pawar**

Pro Vice-Chancellor,  
(K. B. C. N. M. U., Jalgaon)



### INVITED SPEAKER

**Hon'ble Shri. D. R. Patil**

Member of Management Council,  
(K. B. C. N. M. U., Jalgaon)



### INVITED SPEAKER

**Hon'ble Dr. S. M. Deshpande**

Joint Director,  
(Higher Education Jalgaon Region, Jalgaon)



### OUR PATRON

**Hon'ble Shri. R. N. Shinde**

President,  
(Pimpalner Education Society)



### EX-CIVIL SURGAON

**Hon'ble Dr. G. N. Marathe**

Director,  
(Pimpalner Education Society)

## RESOURCE PERSONS



RESOURCE PERSON

**Mr. Aivis Dombrovskis**

Senior Lecturer, Riga Stradins'  
University, London, UK

Topic: Stress in the Private sector



RESOURCE PERSON

**Mr. Rupak M N Zaidi**

(President, IAPPD, South Asia Region)  
Bangladesh

Topic: Stress in Company workers  
and Corporate sector



RESOURCE PERSON

**Mr. Hitesh B. More**

(International Yoga Teacher)  
UMASS, Lowell Boston, USA

Topic: Yoga for Stress Management



RESOURCE PERSON

**Prof. Dr. Sunita Raut-Jadhav**

Bharati Vidyapeeth (Deemed to be  
University) College of Engineering, Pune

Topic: Stress in Higher Education  
and it's Management



RESOURCE PERSON

**Dr. N. V. Deshmukh**

(Chairman, BOS in Psychology, Savitribai  
Phule Pune University, Pune)

Topic: Stress in Higher Education



RESOURCE PERSON

**Dr. Manmath Gharote**

(Director, Lonavla Yoga Institute)

Topic: Role of Yoga to Reduce  
Stress in Covid-19 pandemic situation

## VALEDICTORY FUNCTION

VALEDICTORY SPEAKER

**Prin. Dr. A. P. Khairnar**

(J. K. Shah Adarsh Arts  
College, Nijampur)

PRESIDENTIAL SPEECH

**Prin. Dr. S. T. Sonawane**

(Karm. A. M. Patil Arts, Commerce &  
Kai. Annasaheb N. K. Patil Science  
Senior College, Pimpalner)



# Organizing Committee

**Prof. Dr. B. C. More**  
(Chairman of e-Conference)

**Prof. Y. M. Nandre**  
(Organizing Secretary)

**Dr. W. B. Shirsath**  
(Convener)

**Prof. K. D. Kadam**  
(Member, Organizing Committee)

**Dr. P. P. Talware**  
(Member, Organizing Committee)

**Prof. C. N. Gharate**  
(Member, Organizing Committee)

**Prof. S. N. Torawane**  
(Member, Organizing Committee)

**Prin. Dr. S. T. Sonawane**  
(Chief Organizer)

**Dr. R. K. Petare**  
(Coordinator, IQAC)

**Dr. S. P. Khodake**  
(Coordinator)

**Dr. N. B. Sonawane**  
(Member, Organizing Committee)

**Prof. K. R. Raut**  
(Member, Organizing Committee)

**Dr. S. S. Maske**  
(Member, Organizing Committee)

**Prof. D. B. Jadhav**  
(Member, Organizing Committee)

## Contact:

Prof. Y. M. Nandre Mo. 9421536308  
Dr. W. B. Shirsath Mo. 9423900530

## Link for Registration

<https://forms.gle/tevAaNMS7psxSEgx5>

## Link to join Whatsapp group

<https://chat.whatsapp.com/Jhjqr0jcBKz8o1cvvmyLMv>



Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon *Affiliated*

Pimpalner Education Society's (NAAC Reaccredited 'B' Grade)



**Karm. A. M. Patil Arts, Commerce & Kai. Annasaheb N. K. Patil Science**

**Senior College Pimpalner, Tal. Sakri, Dist- Dhule, Maharashtra (India)**

Internal Quality Assurance Cell (IQAC) *Organizing*

**Online One Day Multidisciplinary International e-Conference on**

**Life Style and Stress Management**

**e-Conference Schedule, 22 July 2021**

### INAUGURATION SESSION

10.30 IST to 11.30 IST	Welcome	Dr. S. P. Khodake	2 min.
	Introductory Speech	Prof. B. C. More	3-5 min.
	Inaugural Speech	Hon'ble Prof. B. V. Pawar (Pro Vice-Chancellor, K. B. C. N. M. U., Jalgaon)	10-15 min.
	Invited Speech	Hon'ble Shri. D. R. Patil (M. C. Member, K. B. C. N. M. U., Jalgaon)	10-15 min.
	Invited Speech	Hon'ble Dr. S. M. Deshpande (Joint Director, Higher Education, Jalgaon)	10-15 min.
	Presidential Address	Hon'ble Shri. R. N. Shinde (President, Pimpalner Education Society)	5-10 min.
	Vote of Thanks	Prof. C. N. Gharate	2 min.

Next...

11.30 IST to 13.00 IST	Resource Person	<b>Mr. Rupak M N Zaidi,</b> (Bangladesh, President, IAPPD, South Asia Region) Topic: Stress in Company workers and Corporate sector	25-30 min.
	Resource Person	<b>Prof. Sunita Raut-Jadhav</b> Bharati Vidyapeeth (Deemed to be University) College of Engineering, Pune Topic: Stress in Higher Education and it's Management	25-30 min.
	Resource Person	<b>Dr. Manmath Gharote</b> (Director, Lonavla Yoga Institute) Topic: Role of Yoga to Reduce Stress in Covid-19 pandemic situation	25-30 min.

## Lunch Time

14.00 IST to 15.30 IST	Resource Person	<b>Dr. N. V. Deshmukh</b> (Savitribai Phule Pune University, Pune) Topic: Stress in Higher Education	25-30 min.
	Resource Person	<b>Mr. Aivis Dombrovskis</b> (Riga Stradins' University, London, UK) Topic: Stress in the Private sector	25-30 min.
	Resource Person	<b>Mr. Hitesh B. More</b> (International Yoga Teacher, UMASS, Lowell Boston, USA) Topic: Yoga for Stress Management	25-30 min.

15.30 IST to 16.00 IST	Valedictory Speaker	<b>Prin. Dr. A. P. Khairnar</b> (J. K. Shah Adarsh Arts College, Nijampur)	10-15 min.
	Presidential Speech	<b>Prin. Dr. S. T. Sonawane</b> (Karm. A. M. Patil & Kai. A. N. K. Patil Sr. College, Pimpalner)	05-10 min.
	Vote of Thanks	<b>Prof. C. N. Gharate</b>	03 min.

# तणावमुक्त जीवन जगण्याचा प्रयत्न करावा

ऑनलाइन चर्चासत्रात डॉ. झैदी यांचे प्रतिपादन

लोकमत न्यूज नेटवर्क  
पिंपळनेर : तणाव विरहीत जीवन अशक्य असले तरी तणावमुक्त जीवन जगण्यासाठी त्याचे व्यवस्थापन करणे गरजेचे असल्याचे प्रतिपादन दक्षिण आशियाई आंतरराष्ट्रीय व्यक्ती विकास संघटनेचे अध्यक्ष, बांगलादेशचे डॉ. रूपक झैदी यांनी केले.

पिंपळनेर महाविद्यालयाच्यावतीने आयोजित 'जीवन जगण्याची पद्धत व ताण-तणावाचे व्यवस्थापन' या विषयावरील आंतरराष्ट्रीय ऑनलाईन परिषदेत 'कॉरपोरेट व खाजगी क्षेत्रातील नोकरदारांवर येणारा ताण' या विषयांवर बोलत होते. अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे, उदघाटक प्रो. डॉ. बी. व्ही. पवार (जळगाव) तर प्रमुख अतिथी म्हणून डॉ. एस. एम. देशपां, आर. एन. शिंदे, डॉ. जी. एन. मराठे, प्राचार्य डॉ. ए. पी. खैरनार (निजामपूर) हे उपस्थित होते.

डॉ. झैदी पुढे म्हणाले की, आपल्याला तणावासोबत मैत्रीपूर्ण स्वरूपात जगावे लागेल. तणाव व जीवन ह्या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू आहेत. त्यामुळे दोन्हीही आवश्यक आहेत. वरिष्ठांकडून मिळणाऱ्या सकारात्मक अथवा नकारात्मक वागणुकीचा आपल्या जीवनावर परिणाम होऊन व्यक्तिमत्त्व घडत असते. आपल्या विचारांमध्ये, वागणुकीमध्ये बदल केले तरच जीवन तणाव मुक्त होईल असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला.

प्र- कुलगुरु प्रो. डॉ. बी. व्ही. पवार म्हणाले की, कोव्हिड-१९ ने अनेक समस्या व प्रश्न संपूर्ण जगासमोर निर्माण केले आहेत. त्यामुळे प्रत्येक व्यक्तीच्या जीवनात तणाव निर्माण झाला आहे या ताणतणावाचे योग्य व्यवस्थापन करून तणावमुक्त व आनंदी जीवन जगा. दिलीप पाटील, डॉ. देशपांडे यांनीही मनोगत व्यक्त केले.

Hello Dhule  
Page No. 3 Jul 28, 2021  
Powered by: erelego.com

## विद्यार्थ्यांने स्वतःच्या क्षमता ओळखून विद्याशाखा निवडावी : प्रा. डॉ. सुनीता राऊत

पिंपळनेर : अभियांत्रिकी आणि वैद्यकीय अभ्यासक्रम हे फुलतच खूप कठीण असतात. यामुळे विद्यार्थ्यांना खूप अभ्यास व मेहनत करावी लागते. काही केवळ अग्रगण्य पदवी पडते. यामुळे सामान्य वृद्धीमालेच्या विद्यार्थ्यांवर याचा खूप ताण येतो. म्हणून विद्यार्थ्यांने स्वतःच्या क्षमतांचा विचार करून विद्याशाखा निवडावी, असे प्रतिपादन पुणे येथील कॉलेज ऑफ इंजिनिअरिंगचा प्रा. डॉ. सुनीता राऊत-जाधव यांनी केले.

पिंपळनेर महाविद्यालयातर्फे 'जीवन जगण्याची पद्धत व ताण-तणावाचे व्यवस्थापन' या विषयावर आंतरराष्ट्रीय ऑनलाईन परिषद घेण्यात आली. यात उच्च शिक्षणामध्ये विद्यार्थ्यांवर येणारा ताण व त्याचे व्यवस्थापन या विषयावर प्रा. डॉ. सुनीता राऊत-जाधव यांनी मार्गदर्शन केले. अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ. एस.

टी. सोनवणे होते. कवचौडमविचे प्रकुलगुरु प्रा. डॉ. बी. व्ही. पवार यांनी उद्घाटन केले. यावेळी दिलीप रामू पाटील (सदस्य, व्यवस्थापन परिषद कवचौडमवि, जळगाव), प्रा. डॉ. एस. एम. देशपांडे (सहसंचालक उच्च शिक्षण विभाग), आर.

एन. शिंदे (अध्यक्ष, पि.ए.सो.), डॉ. जी. एन. मराठे (माजी सिव्हील सर्जन व संचालक, पि.ए.सो.), प्राचार्य डॉ. ए. पी. खैरनार (निजामपूर) उपस्थित होते. प्रा. डॉ. सुनीता राऊत म्हणाल्या, उच्च शिक्षणासाठी ग्रामीण भागातील विद्यार्थी लांबून पुणे व मुंबई या ठिकाणी येत असतात. हॉस्टेलमध्ये राहतात, घरापासून खूप लांब असल्यामुळे त्यांना थोड थोड स्वतंत्र्य मिळते. यामुळे प्रसंगी ते वेगळी मार्ग स्वीकारतात. यामुळे ताणतणाव निर्माण



होतात. तसेच या विद्यार्थ्यांकडून पालकांच्या खूप जास्त अपेक्षा असतात. काही विद्यार्थी ते पूर्ण करू शकत नाहीत. म्हणून मोठा तणाव विद्यार्थ्यांमध्ये निर्माण होतो. त्यांचे योग्य व्यवस्थापन करणे पाहिजे. त्यासाठी विद्यार्थ्यांनी एकाकी न राहता मित्रांबरोबर गप्पा करणे, थोडे फ्रिगवला जाणे, गिवांगेहण करणे असे केले तर तणाव कमी होऊ शकतो, असा आशावाद त्यांनी व्यक्त केला.

उद्घाटन पर मनोगत व्यक्त करताना प्र- कुलगुरु प्रो. डॉ. बी. व्ही. पवार म्हणाले की, कोव्हिड-१९ ने अनेक समस्या व प्रश्न संपूर्ण जगासमोर निर्माण केले आहेत. त्यामुळे प्रत्येक व्यक्तीच्या जीवनात तणाव निर्माण झाला आहे या ताणतणावाचे योग्य व्यवस्थापन करून तणावमुक्त व आनंदी जीवन जगा असे आवाहन

त्यांनी केले. दिलीप पाटील (व्य. प. सदस्य) म्हणाले की, योग्याच्या माध्यमातून शारीरिक व मानसिक संतुलन स्थिर ठेवले जाते. जीवन हे सिरिअसली नव्हे तर सिसीअरली जगा. प्रा. डॉ. एस. एम. देशपांडे यांनीही आपले मनोगत व्यक्त केले. साधन व्यक्ती मि. रूफक एम. एन. झैदी (बांगलादेश) यांनी कॉरपोरेट व खाजगी क्षेत्रातील नोकरदारांवर येणारा ताण, प्रा. डॉ. मनमथ घरोटे (लोणावळ) यांनी कोविड-१९ च्या पश्चात परिस्थितीमध्ये योग्याच्या माध्यमातून तणावाचे व्यवस्थापन, प्रा. डॉ. आर. व्ही. देशमुख (मालगाव) यांनी उच्च शिक्षणातील ताण-तणाव, डॉ. एव्हीसी डॅन्ससकिस (लंडन, यु.के.) यांनी खासगी क्षेत्रातील ताण-तणाव, तसेच मि. हितेश मोरे (बोस्टन, अमेरिका) यांनी योग्याच्या माध्यमातून तणावमुक्ती या विविध विषयांवर मार्गदर्शन केले. समारोह प्रसंगी

प्राचार्य डॉ. ए. पी. खैरनार (निजामपूर) यांनी ही कॉन्फरन्स म्हणजे पिंपळनेर महाविद्यालयाच्या इतिहासात सुवर्ण अक्षरांनी नोंदली जाईल, असे गौरवोद्गार काढले. कार्यक्रमाचे अध्यक्ष प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे म्हणाले की, ही आंतरराष्ट्रीय परिषद म्हणजे महाविद्यालयातील विविध उपक्रमांमध्ये मैलाचा दगड टरेल असे प्रतिपादन केले. परिषदेचे प्रारंभिक प्रा. डॉ. वी. सी. मोरे (चेअरमन ऑफ कॉन्फरन्स) यांनी केले. सुत्रसंचालन प्रा. डॉ. संजय खोडके (समन्वयक) व प्रा. डॉ. राम पेटारे (आयस्क्यूसी, कोऑर्डिनेटर) यांनी केले. प्रमुख अतिथींचा तसेच साधन व्यक्ती यांचा परिचय प्रा. वा. एम. नाद्रे (ऑर्गनायझिंग सेक्रेटरी), प्रा. डॉ. डब्ल्यू. वी. शिरसाठ (कन्व्हेनर), प्रा. डॉ. एन. वी. सोनवणे यांनी करून दिला तर आभार प्रा. सी. एन. घट्टे यांनी मानले.

# विद्यार्थ्यांनी स्वतःच्या क्षमतांचा पुरेपूर विचार करूनच विद्याशाखा निवडावी

ऑनलाइन परिषदेत प्रा. डॉ. सुनीता राऊत-जाधव यांनी दिला सल्ला

प्रतिनिधी | सामोडे

अभियांत्रिकी आणि वैद्यकीय अभ्यासक्रम हे मुळातच खूप कठीण असतात.



त्यामुळे विद्यार्थ्यांना खूप अभ्यास व मेहनत करावी लागते.

काही वेळा अपयश पदरी पडते. त्यामुळे सामान्य बुद्धिमत्तेच्या विद्यार्थांवर याचा खूप ताण येतो. म्हणून विद्यार्थ्यांनी स्वतःच्या क्षमतांचा विचार करून विद्याशाखा निवडावी, असा सल्ला पुणे येथील इंजिनिअरिंग कॉलेजच्या प्रा. डॉ. सुनीता राऊत-जाधव यांनी दिला.

त्या पिंपळनेर महाविद्यालयाच्या वतीने आयोजित 'जीवन जगण्याची पद्धत व ताण-तणावाचे व्यवस्थापन' या विषयावरील आंतरराष्ट्रीय ऑनलाइन परिषदेत 'उच्च शिक्षणामध्ये विद्यार्थ्यांवर येणारा ताण व त्याचे व्यवस्थापन' या विषयावर मार्गदर्शन करताना बोलत होत्या. अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ.एस. टी.सोनवणे होते. उद्घाटक प्र-कुलगुरु डॉ.बी.व्ही.पवार होते. प्रमुख अतिथी म्हणून दिलीप रामू पाटील, डॉ.एस. एम.देशपांडे, आर.एन.शिंदे, डॉ. जी.एन.मराठे, डॉ.ए.पी.खैरनार उपस्थित होते. समारोपाप्रसंगी प्राचार्य डॉ.ए.पी. खैरनार यांनी ही कॉन्फरन्स

म्हणजे पिंपळनेर महाविद्यालयाच्या इतिहासात सुवर्ण अक्षरांनी नोंदली जाईल, असे गौरवोद्गार काढले. कार्यक्रमाचे अध्यक्ष प्राचार्य डॉ. एस. टी. सोनवणे म्हणाले की, ही आंतरराष्ट्रीय परिषद म्हणजे महाविद्यालयातील विविध उपक्रमांमध्ये मैलाचा दगड ठरेल, असे प्रतिपादन केले. प्रास्ताविक प्रा. डॉ. बी. सी. मोरे यांनी केले. सूत्रसंचलन प्रा. डॉ. संजय खोडके व प्रा. डॉ. राम पेटारे यांनी केले. प्रमुख अतिथींचा तसेच साधन व्यक्ती यांचा परिचय प्रा. वाय. एम. नांदे, प्रा. डॉ. डब्ल्यू. बी. शिरसाठ, प्रा. डॉ. एन. बी. सोनवणे यांनी करून दिला. प्रा. सी. एन. घरटे यांनी आभार मानले.

**ना रंगेहात पकडले**  
हेप्टर येथे सुध्दा एलसीबी  
२६ रोजी दुपारी ४.५०  
मध्ये किशोर दुधा पाटील  
। आडोश्याला काही जण  
राई केली. यावेळी गुलाब  
कोळी या घार जणांना  
सार झाला आहे. यावेळी  
रोकड आणि जुगाराचे  
र सपकाळे यांनी दिलेल्या  
त गुन्हा दाखल करण्यात

**कोटींची**

र  
मगूहाच्या कामकाजात  
र्व प्रशांची उत्तरं दिली  
ओम बिलां विरोधकांना

5 सुरु असताना कृषीमंत्री  
। पुरस्चितीवर निवेदन  
ण स्थिती निर्माण झालीय.  
तारो नागरिकांना सुरक्षित  
असं तोमर म्हणाले.  
3 नुकसान झाले आहे.  
ला एक सखोल अहवाल  
ची.या पार्श्वभूमीवर केंद्रीय  
त जाहीर केली आहे,असं  
ी विमा योजनेतील १.१  
। आहे. राज्यच्या अपती  
अतिरिक्त भरपाई दिली  
इह तोमर यांनी दिलं. केंद्र  
तेकच्यांचे आंदोलन सुरु  
कांनी ही माहिती दिली.



**राज्यपालांचे पुस्तक  
पुरात वाहून गेले की  
काय ?**

(पान १ बरून) काय हे पाहावे  
लागेल,अशा शब्दांत खासदार  
राऊत यांनी राज्यपाल कोश्यारी  
यांच्यावर हल्लाबोल केला आहे.  
संजय राऊत प्रसारमाध्यमांच्या  
प्रतिनिधींशी संवाद साधत होते.  
यावेळी त्यांनी राज्यपालांच्या  
कोकण दौऱ्यावर जोरदार  
टीकासत्र सोडले. राज्यपाल  
भगतसिंह कोश्यारी हे नेहमीच  
राज्यघटनेचे पुस्तक घाळून काम  
करत असतात. मात्र, त्यांचे  
राज्यघटनेचे पुस्तक या पुरात  
वाहून गेले की काय हे पाहावे  
लागेल, असे राऊत म्हणाले.  
राज्यपाल भगतसिंह कोश्यारी  
यांना जास्त कळते असे भी  
मानतो, असे सांगताना राष्ट्रवादी  
काँग्रेसचे राष्ट्रीय अध्यक्ष शरद  
पवार म्हणाले त्या प्रमाणे  
निलंबित आमदारांना घेऊन  
राज्यपाल दौऱ्यावर गेलेले  
आहेत. आता ते नळीच  
जास्तीत जास्त मदत आणतील  
असेच आम्ही मानतो, असे  
राऊत म्हणाले.

**युवकांनी ध्येय निश्चित करित असतांना स्वतःमधील  
उणिवा आणि बलस्थाने ओळखा: मि.हितेश मोरे**

पिंपळनेर (हरिष जगताप):  
युवकांनी आपले ध्येय निश्चित  
करित असतांना स्वतःमधील  
उणिवा आणि बलस्थाने  
ओळखा असे प्रतिपादन हितेश  
मोरे (अमेरिका) यांनी केले. ते  
पिंपळनेर महाविद्यालयाच्या  
वतीने आयोजित जीवन  
जगण्याची पद्धत व ताण-  
तणावाचे व्यवस्थापन या  
विषयावरील आंतरराष्ट्रीय  
ऑनलाईन परिषदेत योगाच्या  
माध्यमातून ताण-तणाव मुक्ती  
या विषयांवर मार्गदर्शन करतांना  
बोलत होते. याप्रसंगी  
अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ.एस.  
टी.सोनवणे,उद्यघटक प्रो.डॉ.बी.  
व्ही.पवार (प्र- कुलगुरु,  
कबचांउमवि,जळगाव) तर  
प्रमुख अतिथी म्हणून प्रो.डॉ.  
एस.एम.देशपांडे (सहसंचालक  
उच्च शिक्षण विभाग),श्री.  
आर.एन.शिंदे(अध्यक्ष,पिं.ए.सो.)  
डॉ.जी. एन.मराठे (माजी  
सिव्हील सर्जन व संचालक,  
पिंएसो), प्राचार्य डॉ.ए.पी.  
खैरनार (निजामपूर) हे



उपस्थित होते.  
ते पुढे म्हणाले की,उच्च  
शिक्षण घेत असतांना युवकांनी  
इतरांशी तुलना करू नये. कारण  
निसर्गतः प्रत्येक व्यक्ती भिन्न  
आहे. कधी अपयश आले तर  
खचून जाऊ नका. येणारा ताण  
घालवण्यासाठी योगा हा उत्तम  
पर्याय आहे. भारतीय ऋषि-मुनी  
तसेच रामायण-महाभारत या  
ग्रंथांनी भारतीयाना समृद्ध केले  
आहे.त्या प्राचीन परंपरा  
जोपासत आधुनिक तंत्रज्ञानाचा  
स्वीकार करा असे आवाहन  
त्यांनी केले.  
उद्घाटन पर मनोगत  
व्यक्त करतांना प्र- कुलगुरु प्रो.  
डॉ.बी.व्ही.पवार म्हणाले

की,कोव्हिड-१९ ने अनेक  
समस्या व प्रश्न संपूर्ण जगासमोर  
निर्माण केले आहेत. त्यामुळे  
प्रत्येक व्यक्तीच्या जीवनात  
तणाव निर्माण झाला आहे या  
ताणतणावाचे योग्य व्यवस्थापन  
करण तणावमुक्त व आनंदी  
जीवन जगा असे आवाहन  
त्यांनी केले. श्री.दिलीप पाटील  
(व्य. प. सदस्य) म्हणाले  
की,योगाच्या माध्यमातून  
शारीरिक व मानसिक संतुलन  
स्थिर ठेवले जाते. जीवन हे  
सिरीअसली नट्टे तर  
सिंसीअरली जगा. सकारात्मक  
विचार करा. पुरेशी झोप व  
संतुलित आहार घ्या अशा  
छोट्या -छोट्या टिप्स त्यांनी  
दिल्यात. प्रा.डॉ.एस. एम.  
देशपांडे यांनीही आपले मनोगत  
व्यक्त केले.  
साधन व्यक्ती मि.रूपक  
एम.एन.झैदी (बांगलादेश) यांनी  
कॉंपोरेट व खाजगी क्षेत्रातील  
नोकरीदारांवर येणारा ताण  
,प्रा.डॉ.सुनिता राऊत-जाधव  
(पुणे) यांनी उच्च शिक्षणामध्ये  
विद्यार्थ्यांवर येणारा ताण व  
त्याचे व्यवस्थापन,प्रा.डॉ.मनमध  
घरोटे (लोणावळा) यांनी  
कोविड-१९ च्या भयावह  
परिस्थितीमध्ये योगाच्या  
माध्यमातून तणावाचे  
व्यवस्थापन, प्रा. डॉ.आर. व्ही.  
देशमुख (मालेगाव) यांनी उच्च  
शिक्षणातील ताण-तणाव,तसेच  
डॉ.एव्हीस डॉब्रासकिन्स (लंडन,  
यु.के.) यांनी खासगी क्षेत्रातील  
ताण-तणाव,या विविध  
विषयांवर मार्गदर्शन केले.  
समारोप प्रसंगी प्राचार्य डॉ.  
ए.पी.खैरनार (निजामपूर) यांनी  
ही कॉन्फरन्स म्हणजे पिंपळनेर  
महाविद्यालयाच्या इतिहासात  
सुवर्ण अक्षरांनी नोंदली जाईल  
असे गौरवोद्गार काढले.  
कार्यक्रमाचे अध्यक्ष प्राचार्य  
डॉ.एस.टी.सोनवणे म्हणाले  
की,ही आंतरराष्ट्रीय परिषद  
म्हणजे महाविद्यालयातील  
विविध उपक्रमांमध्ये मैलाचा  
दगड ठरेल असे प्रतिपादन केले.  
परिषदेचे प्रास्ताविक प्रा.डॉ.  
बी.सी.मोरे (चेअरमन ऑफ  
कॉन्फरन्स) यांनी केले.  
सुत्रसंघलन प्रा.डॉ.संजय खोडके  
(समन्वयक) व प्रा.डॉ.राम पेटारे  
(आमक्यूएसी, कोऑर्डिनेटर)  
यांनी केले. प्रमुख अतिथींचा  
तसेच साधन व्यक्ती यांचा  
परिचय प्रा.बाय. एम.नांदे  
(ऑर्गनायझिंग सेक्रेटरी), प्रा.डॉ.  
डब्ल्यु.बी.शिरसाठ (कन्व्हेनर),  
प्रा.डॉ.एन.बी.सोनवणे यांनी  
करण दिला तर आभार प्रा.सी.  
एन.घरटे यांनी मानलेत.

**प्रकल्प अधिकारी तृप्ती घोडमीसे यांचे  
आदिवासी बचाव अभियानाकडून स्वागत**



**श्री स्वामी समर्थ गड्डू  
अकुर फुड आयुर्वेदिक**  
१५ दिवस १००% डिलीवरी  
श्री.बाबाजी शंकर नागड  
9070415855 / 9561705832 / 8421691022

सर्व मंत्र १००% / १००% / १००% जी

**आधार व्यवहन मुक्ती अॅन्ड डायबेटीस(मधुमेह) मुक्ती**  
एक विश्वासाय मत जावरदस्त रेसल्ट

आपला आपल्या भावात व्यवहन सोडा आरुघ्य बचावा  
डायबेटीस व व्यवहन घालून गुणवत्ता Diabet

उपपेशीय वर आयुर्वेदिक औषधी सिंथीस वने व  
व्यवहन वरिष्ठ वर उपपेशीय १५ दिवसात १००% रिडल्ट

व्यवहनगुती :  
१.००% व्यवन-मुक्ती बचाव सिंथावे  
औषधी वरिष्ठ कोणासाठी वापरेट  
इकड वरिष्ठ १५ दिवसात १००% रिडल्ट

आपल्या सेवेसाठी शंभर डॉक्टरांची टिम  
आयुर्वेदिक क्षेत्रात उपलब्ध आहे

आमची तुलना इतरांच्या नियतीशी नहू गुणवत्तेची वना  
हरिषने वने दिली जाईल. जीवन जगवत आहे

पिंपळनेर(हरिष जगताप) :  
एकात्मिक आदिवासी विकास  
प्रकल्प कार्यालय घुळे येथील  
नवनिवृत्त प्रकल्प अधिकारी  
तृप्ती घोडमीसे मॅडम यांचे स्वागत  
व सरकार करतांना..साक्षी  
तालुक्यातील आदिवासी बचाव  
अभियान महापण्डे राज्य शाखा  
साक्षी ये तालुक्याचे प्रमुख गणेश  
गावित,तालुका अध्यक्ष रमेश  
दादा सूर्यवंशी व रावसाहेब उदय  
सूर्यवंशी आणि साक्षी  
तालुक्यातील आश्रम शाळा  
मध्ये स्थानिक युवक व युवती  
यांना प्राधान्य देण्यात यावे  
तसेच वसतिगृह बांधण्यात यावेत  
असलेल्या ना शासनाकडून  
जागा उपलब्ध करून आदिवासी  
वसतिगृह बांधण्यात यावेत.  
अशी मागणी संघटने कडून  
करण्यात आली