सेवक वार्ता

एप्रिल -२०२४

वर्ष -५ अंक- ६

कार्यालय - वन ग्रंथालय, दुसरा मजला, वनभवन, भांबुर्डा वन विहार, गोखले नगर, पुणे - १६

नवी आव्हाने

सामाजिक वनीकरण विभागातील रोपवाटिकांचे आणि मग्रारोहयो वनीकरण कामांचे मुल्यांकन

पुणे,१९-०३-२०२४

सामाजिक वनीकरण विभागाकडून सेवक संघास, विश्वासाने, रोपवाटिकांचे आणि मग्रारोहयो वनीकरण कामांचे मुल्यांकन करणेबाबत विचारणा केली आहे. गत वर्षी रोपवाटीका कामांचे मुल्यांकन सामाजिक वनीकरण विभाग संचालनालयाने चंद्रपूर वन प्रबोधिनी कडून करून घेतले होते.यंदा त्यांनी हे काम करण्यास असमर्थता व्यक्त केली आहे. गतवर्षी वन प्रबोधिनीने हे काम सेवककडून करवून घेतले होते.आताही गतवर्षीच्याच मोबदला दराने यंदा काम करणे बाबत सेवकच्या मध्यवर्ती कार्यकारिणीची अनुमती विचाराधीन आहे.अशी अनुमती मिळविण्यासाठी, मुल्यांकन करावयाच्या रोपवाटिकांची जिल्हावार विगतवारी,रोपांची संख्या, मुल्यांकन कालावधी, यांचा तपशील देण्याबाबत संचालनालयास विनंती केली होती, की जेणे करून प्रस्ताव सादर करणेसोईचे होईल. तसेच कळविले की, लोकसभा निवडणुकीच्या कामात कर्मचारी व्यस्त असल्यास,जून मध्ये काम करणे योग्य राहील. यावेळी उन्हाची झळ कमी झालेली असते आणि वयाने ज्येष्ठ सेवक सदस्यांना काम करणे आरोग्य हिताचे व रोपवाटिकांचे मुल्यांकन करणे इष्ट ठरेल.

तथापि सामाजिक वनीकरण विभागाकडून सेवक संघास ५२ रोपवाटिकांचे मुल्यांकन करण्याचे कार्यारंभ दि. -२-२०२४ चे पत्रान्वये प्राप्त झाले आहेत. तथापि, समझोता अभिलेख लोकसभा निवडणुकीच्या आचार संहिता लागू झाल्याने कामास सुरुवात करणे शक्य झाले नाही.

त्या दृष्टीने श्री विठ्ठल पत्की, समन्वयक, सेवक यांनी जोमाने कामास सुरुवात केली आहे.

अभ्यासक्रम सुधारीत करून वाचन साहित्य निर्माण करणेचे काम... प्रगतीचा आढावा

चंद्रमाचे संचालक मे महिन्याचे पहिल्या आठवड्यात, पुण्यात सर्व सेवक साहित्य लेखक (गट क्रं.१,२,३ विषय), नियुक्त गट प्रमुख यांची बैठक आयोजित करणार आहेत. या बैठकीत प्रामुख्याने अभ्यासक्रम,निर्माण केलेले सुधारीत साहित्य यांचा आढावा,गट प्रमुखांचे सूचनांची पूर्ती इत्यादी विषयांवर चर्चा होईल.सबब,सर्व लेखकांनी आपल्या विषयांचे सादरीकरण करण्याची तयारी करावी.श्री.पी.के.कुलकर्णी अमेरीकेत आहेत, ते Online सहभागी होण्यासाठी प्रयत्न केले जातील. साहित्यात ,अभ्यासक्रमातील सर्व बाबी समाविष्ट आहेत किंवा नाही/ तपासणी करणा-या समितीने काही सूचना केल्या असतील,तर त्यांची पूर्तता/ साहित्य अंतिम करण्याची कारवाई यावर चर्चा होईल असा होरा आहे.

सेवानिवृत्त वनकर्मचारी संघ, महाराष्ट्र ने प्रस्तावित केलेल्या विहित अभ्यासक्रमासोबत वाचन साहित्याची गुणवत्ता सुनिश्चित करण्यासाठी, महाराष्ट्र राज्याच्या वन विभागाच्या शिक्षण विभागातील खालील सदस्यांचा समावेश असलेली समिती स्थापन करणेत आली आहे. या समितीचे कार्य सेवानिवृत्त वनकर्मचारी संघटनेने (सेवक) तयार केलेल्या वाचन साहित्याचे पुर्नरावलोकन करणे, त्यातील मजकूर अंतिम करणे, आणि कोणत्याही आवश्यक बदलांसाठी आवश्यक शिफारसी प्रदान करणे इ.

विषय गट क्रमांक-1 सर्वसाधारण वनसंवर्धन शास्त्र, वृक्ष संवर्धन आणि त्याच्या समुपयोजन पद्धती. पुनरुत्पादन पद्धती, गवताळ क्षेत्र विकास/व्यवस्थापन, जैव विविधता व्यवस्थापन,

अधिकाऱ्याचे नांव व पदनाम

१) श्रीमती पियुषा जगताप, अपर संचालक (प्रशिक्षण)

२) श्री. अविनाश कुमार, अपर संचालक (प्रशासन)

३) श्रीमती मनिषा भिंगे,अपर संचालक (मुख्यालय) संचालक, चंद्रपूर वन प्रशासन, विकास व व्यवस्थापन प्रबोधिनी चंद्रपूर

विषय गट क्रमांक-२ : वन व्यवस्थापन, वनस्पती शास्त्र, वन उपयोगिता, वनमिती, वनसंरक्षण

अधिकाऱ्याचे नांव व पदनाम

१) डॉ. शैलेन्द्र जाधव, संचालक, कुंडल प्रबोधिनी (वने), कुंडल

२) श्री. अमोल थोरात, वि. व.अ.(संशोधन), अपर प्रधान मुख्य वनसंरक्षक, (संशोधन, शिक्षण व प्रशिक्षण), पुणे

३) श्रीमती तृप्ता निखाते, संचालक, वनप्रशिक्षण संस्था, जालना

गट क्रमांक-३ : मृद शास्त्र, मृद व जलसंवर्धन, वनसर्व्हेक्षण आणि GIS वनअभियांत्रिकी, कार्यालयीन कामकाज व लेखा

अधिकाऱ्याचे नांव व पदनाम

1) श्री. हेमन्त शेवाळे, संचालक, दा.चौ. वन प्रशिक्षण संस्था, पाल

2) श्रीमती मुक्ता टेकाडे, संचालक, वन प्रशिक्षण संस्था,चिखलदरा

3) श्री. प्रशांत कोराळे,अपर संचालक मु. व.सं. (शि.व प्र), पुणे

याकामाचे पारिश्रमिकापोटी ७५ टक्के शुल्क सेवक संघास प्राप्त झाले आहे.

वेधक वृत्त

प्रासंगिक...

सेवानिवृत्त वन कर्मचारी सेवक संघ महाराष्ट्र नागपूर वृत्त शाखा यांच्या दिनांक ३०-०३-२०२४ च्या सभेचे इतिवृत्त

सेवानिवृत्त वन कर्मचारी सेवक संघ महाराष्ट्र यांच्या अधिनस्त असलेल्या नागपूर वृतांतातील सभासदांची सभा दिनांक २९ मार्च २०२४ रोजी दुपारी १२.०० वाजता भंडारा येथे घेण्यात येईल असे सर्व सभासदांना कळविण्यात आले होते. काही अपरिहार्य कारणास्तव ही सभा होऊ न शकल्याने सदर सभा दिनांक ३०-०३-२०२४ ला सकाळी ११.०० वाजता भंडारा येथेच

घेण्यात येईल असे सर्व सभासदांना पुन्हा कळविण्यात आले. सभेकरिता खालील विषय होते.
१. नवीन कार्यकारणी गठीत करणे.
२. बँकेत नवीन खाते उघडण्याबाबत चर्चा.
३. नवीन सभासद तयार करणे याबाबत चर्चा.
४.सामाजिक वनीकरण विभागाकडील प्रस्तावित रोपवाटिका मूल्यांकन कामासाठी चमू गठीत करणे.
५. माननीय अध्यक्षांचे परवानगीने वेळेवर येणारे इतर विषय.
त्याप्रमाणे सेवानिवृत्त वन कर्मचारी (सेवक) संघ महाराष्ट्र यांच्या अधिनस्त असलेल्या नागपूर वृत्तातील सभासदांची सभा दिनांक ३०-०३-२०२४ ला भंडारा येथे घेण्यात
आली. या सभेला खालील सदस्य उपस्थित होते.
१. श्री ए. एस. खुणे
२. श्री नरेशचंद्र कावळे
३. श्री जी.एस. खांडेकर
४. श्री के.ओ. सेमस्कर
५. श्री बी. व्ही. सेलूकर
६. श्री व्ही. व्ही. सहारे
७.श्री ज्ञानेश्वर वातुजी तिजारे व
८.श्री मनोहर महादेवजी पडोळे

सभेत खालील विषयांवर चर्चा झाली.
<u>विषय क्रमांक १:</u> नागपूर वृत्ताकरिता नवीन कार्यकारिणीची निवड करणे :सध्या अस्तित्वात असलेल्या कार्यकारिणीचा कार्यकाळ तीन वर्षापेक्षा अधिक झाला असल्याने नवीन कार्यकारिणी निवडण्याबाबत चर्चा करण्यात आली व खालील प्रमाणे नवीन कार्यकारिणी निवडण्यात आली.
१. श्री ए. एस. खुणे यांचे नाव अध्यक्ष पदासाठी श्री सेलूकर यांनी सूचित केले व त्यास श्री सहारे यांनी अनुमोदन दिले.
२. सचिव पदासाठी श्री कावळे यांचे नाव श्री खांडेकर यांनी सूचित केले. त्यास श्री. सेमसकर यांनी अनुमोदन दिले.
३. कोषाध्यक्ष पदासाठी श्री सहारे यांचे नाव श्री कावळे यांनी सूचित केले. त्यास श्री. सेलूकर यांनी अनुमोदन दिले.
४. उपाध्यक्ष पदासाठी श्री खांडेकर यांचे नाव श्री खुणे यांनी सूचित केले व त्यास श्री कावळे यांनी अनुमोदन दिले.
५ सहसचिव पदासाठी श्री सेलूकर यांचे नाव श्री सहारे यांनी सूचित केले व त्यास श्री खुणे यांनी अनुमोदन दिले.
याप्रमाणे नवीन कार्यकारिणीची निवड खालीलप्रमाणे एकमताने करण्यात आली.
१. श्री ए.एस. खूणे अध्यक्ष
२. श्री नरेशचंद्र कावळे सचिव
३. श्री व्ही. व्ही. सहारे कोषाध्यक्ष
४. श्री जी.एस.खांडेकर उपाध्यक्ष
५. श्री बि.व्ही.सेलूकर सहसचिव
<u>विषय क्रमांक २:</u> सेवक संघ नागपूर वृत्त शाखा यांचे भंडारा येथील राष्ट्रीयकृत किंवा सहकारी बँकांमध्ये बँकेमध्ये नवीन खाते उघडणे:
सध्या नागपूर वृत्त शाखेचे कोणतेही बँकेत खाते नाही. करिता भंडारा येथील राष्ट्रीयकृत किंवा सहकारी बँकेमध्ये नवीन खाते उघडण्याचे निश्चित करण्यात आले. बँकेच्या व्यवहारासाठी अध्यक्ष, सचिव व कोषाध्यक्ष या तिघांपैकी कोणत्याही दोघांची स्वाक्षरी आवश्यक राहील असाही निर्णय घेण्यात आला. त्याप्रमाणे अध्यक्ष, सचिव व कोषाध्यक्ष यांनी आवश्यक कार्यवाही करावी असे ठरविण्यात आले. सेवक संघाच्या मुख्य शाखेकडून काही कागदपत्रांची आवश्यकता असल्यास त्याप्रमाणे नागपूर वृत्त शाखेने सेवक संघाच्या मुख्य शाखेस कळवून आवश्यक कागदपत्रे प्राप्त करावी असा निर्णय घेण्यात आला.

<u>विषय क्रमांक ३ :</u> नवीन सभासद तयार करणे : श्री ज्ञानेश्वर वातुजी तिजारे व श्री मनोहर महादेवजी पडोळे या दोन सेवानिवृत्तांनी सेवक संघाचे आजीवन सदस्यत्व घेण्याची इच्छा प्रदर्शित केल्यामुळे त्यांचेकडून प्रत्येकी रुपये २०१०/- आजीवन सदस्य शुल्क घेऊन आजीवन सदस्य करून घेण्यात आले. महासेवक संघाच्या वेबसाइट त्यांची नावे अंतर्भूत करण्याबाबत पुढील कार्यवाही करण्यात येईल.
<u>विषय क्रमांक ४:</u> सामाजिक वनीकरण विभागाकडील प्रस्तावित रोपवाटिका मूल्यांकन कामासाठी चमू गठीत करणे: सामाजिक वनीकरण वृत्त नागपूर यांचेकडील मूल्यांकन करावयाच्या प्रस्तावित रोपवाटिकांची यादी सदस्यांना वाचून
दाखवण्यात आली. प्रस्तावित मूल्यांकन कामाचे वाटप श्री एस. एम. जगताप अध्यक्ष अमरावती वृत्त शाखा यांच्याकडे असल्याने सदर प्रस्तावित कामासाठी खालील सदस्यांची नावे श्री जगताप यांना कळविण्यात बाबत निर्णय घेण्यात आला.
१ श्री ए. एस. खुणे
२. श्री नरेशचंद्र कावळे
३. श्री जी.एस. खांडेकर
४. श्री के.ओ. सेमस्कर
५. श्री टी आर नंदेश्वर
६. श्री सहारे
७.श्री ज्ञानेश्वर तिजारे
८.श्री मनोहर पडोळे
<u>विषय क्रमांक ५:</u>.सेवानिवृत्त वन कर्मचारी सेवक संघ महाराष्ट्र नागपूर वृत्त शाखा यांचे कार्यालयाचा पत्ता:
सेवक संघ नागपूर वृत्त शाखा
द्वारा श्री शरदचंद्र कावळे
प्लॉट नंबर ९०, माधवनगर
खात रोड, भंडारा-441904
वरील विषया व्यतिरिक्त अधिकचे विषय चर्चेला न आल्याने आभार प्रदर्शन होऊन सभा संपल्याचे जाहीर करण्यात आले.

सदस्यांचे लेख....

वनौषधी उत्पादन - एक आव्हान

मनोहर अ. सैंदाणे
से.नि. विभागीय वन अधिकारी पुणे

मागील अंकावरुन...
काही निवडक औषधी वनस्पतीची माहिती वाचकांना देण्यात येत आहे.

२) गुंज / गुंजा (Abrus precatorius) - ही वनस्पती वेल वर्गीय आहे. याचे बी लाल रंगाचे असून त्यावर काळा ठिपका असतो. हे फळ विषारी आहे. शुध्द केलेले फळ वात, कफ, सांधेदुखी आणि लखवा साठी वापरतात. मज्जा संस्थावर सुध्दा परिणामकारक आहे. पाने तिनही दोषावर काम करतात. तोंडाचे अल्सरवरही गुणकारी असतात. सफेद गुंजपासून कामोत्तेजक औषध बनवतात. पानांपासून तयार केलेल्या चहामुळे श्वसनविकार, सर्दी, खोकला व ताप बरा होतो. पाने मधासोबत खाल्यास सूज कमी होते. केसांसाठी उपयुक्त आहे. स्वप्नभंगामध्ये पाल्याची गोळी तोंडात धरतात. मुत्र रोगामध्ये मुळ उपयोगी आहे. या वनस्पतीची लागवड बियापासून झाडाच्या शेजारी करतात. याचे वेलीला आधार भेटल्यावर वाढते. वर्षभर उत्पन्न येते. हिवाळयात पाने फुले येतात. सगळया प्रकारच्या जमिनीत याचे उत्पन्न येते.

३) **निर्गुडी - (Vitex negundo)** ही वनस्पती लहान झुडुप वर्गीय आहे. याची पाने स्नायू विश्रांतीसाठी, सुज, संधिवात, डोकेदुखी, जळजळणे यावर उपयोगी आहेत. क्षयरोगात पंचागाचा रस दुधासोबत दिल्यास गुण येतो. तोंडात छाले आल्यास पानांना गरम पाण्यात उकळून गुळण्या करणे, अवयव लचकल्यास पानांनी शेकणे. ही वनस्पती कफ आणि वातावर उपयोगी आहे. पानाचा लगदा करुन कपाळावर लावल्यास डोकेदुखी थांबते. फळांची पावडर मधासोबत२-४ ग्राम खाल्यास फरक पडतो.१०-१२ पाने १ ग्लास पाण्यात उकळून अर्धा ग्लास पाणी राहिल्यावर सेवन केल्यास सांधेदुखी बरी होते. स्लीप डिस्कसाठी उपयुक्त. अवयव मुरगळल्यास पानाचा लेप करुन लावावा.

४) **सागर गोटा (Guilandina bonduc)** -- मध्यम आकाराचे वृक्षअसुन बियापासून लागवड करता येते. बांधावर लागवड करण्यास उपयुक्त आहे. या वनस्पतीचे फारच आयुर्वेदीक गुणकारी उपयोग आहे. हिवताप, मधुमेह, जंत, संधीवात वर तेल उपयोगी आहे. बियांचे चुर्ण घेतल्यावर सुज, महिलांची मासीक पाळीवर वेदना होत असेल तर आराम मिळतो. बिया घासुन जखमेवर लावल्यास गुणकारी आहे. वाताने पोट फुगल्यास बी भाजुन मगज काढून समभाग काळे मीठ टाकून दिल्यास उपयोग होतो.

५) **आपटा (Bauhinia racemosa)** मध्यम वर्गीय आकाराची वृक्ष वर्गीय. दसऱ्याच्या दिवशी आपटयाचे पाने सोने म्हणुन वाटतात. या दिवशी आपटयाच्या पानाला विशेष महत्व आहे. साल, पाने, बिया यांना औषधी महत्व आहे. पित्त, कफ व दाह यावर गुणकारी. खोडाच्या सालीचा लेप जखमा व सुज यावर लावतात. लघवीला जळजळ होणे, गलगंड, व्रण बरे करणे, हृदयाची सूज कमी करणे,पोटातील मुरडा कमी करणे, लहान मुलांचे कृमी कमी करणे इ. वर याचा उपयोग होतो. सदर वृक्षाची बियापासून लागवड होऊ शकते व आंतर पीठ घेता येते.

६) **डिकामली (Gardenia gummifera)** - हि वनस्पती ९ ते दिड मिटर पर्यंत वाढून जास्त जगणारी आहेत. वनस्पतीचे महत्वाचे औषधी मध्ये समावेश होतो. याचा डिंक फार महत्वाचा असतो. जंताचा त्रास असेल तर डिकामली दिली जाते. हितपाप व कापरे भरत असल्यास डिकामलीचे सेवन करावे फायदा होतो. लहान मुलुंना दात येतांना उलटया व जुलाबाचा त्रास होतो अश्यावर हे औषध फायदयाचे आहे. आतडयाच्या रोगात डिकामली दिल्यास वायु नाहीसा होतो. सदर वृक्ष मध्यम असून खोटाव्दारे, बियाव्दारे याचे कलमाव्दारे लागवड करता येते. याचे वनशेतीत आंतरपीक घेता येते.

७) **अश्वगंधा (Withania somnifera)** -- या वनस्पती पासून अनेक आजार बरे होतात. क्षयरोग, खोकला, खाज, व्रण रोगप्रतिकार शक्ती वाढविणेसाठी अश्वगंधा फायदयाचे आहे. अश्वगंधा कर्करोगापासून दुर ठेवते. पुरुषांमधील स्टेस्टेरॅन वाढवण्याचे काम अश्वगंधा करते. ज्यांना निद्रानाशाचा त्रास असेल अशांनी अश्वगंधाचे सेवन केलयास तणाव कमी होऊन झोप चांगली लागते. याचे सेवनाने पोटाचे आरोग्य चांगले राहते. डोकेदुखी अर्धशिक्षीवर अश्वगंधा उपयुक्त आहे. शरीर व हाडे मजबूती करीता देखील उपयोगी आहे. अश्वगंधाची पाने टाकुन चहा उकळुन केला जातो तो आरोग्यासाठी लाभदायक आहे.

७) **चंदन (Santalum album)** -- सॅण्डल वूड हे मध्यम वृक्ष वर्गात येत असून बहुगुणी वनस्पती परिचित ओ. सौंदर्य वाढवण्यासाठी याचा उपयोग होतो. चंदनाचे तेळ, साबण आपण वापरुन सौंदर्य वाढवु शकते. शरीरातील उष्णता व शरीरावर सुज आल्यास, शरीराची आग होत असल्यास चंदन भिजवून लावावे. हृदयासाठी चंदन उगाळून चिमूटभर खडीसाखर व थेंबभर मध घालुन चाटण दिल्यास फायदयाचे आहे. खरोजवर आराम मिळणेसाठी चंदन उपयोगी आहे. चंदनाचा टिळा लाऊन चिडचिडे पणा कमी होऊन डोके शांत होते. या वनस्पतीची लागवड बिया पासून करता येते. सुरवातीच्या काळात हे रोपटे परजीवी आहेत. लागवडीच्या वेळी चंदनाचे एक बी सोबत ९ बी होस्ट वनस्पतीचे लावतात. चंदन वृक्ष परीपक्व झाल्यावर शेतकरी खुप श्रीमंत होऊ शकतो. चंदन लाकडाचा बाजारभाव खुप महाग आहे. तोपर्यंत शेतात आंतरपीक घेऊ शकतात.

८) **शतावरी (Asparagus racemosus)** -- हि वनस्पती आयुर्वेदातील वरदान आहे. त्रिदोषासाठी उत्तम आहे. रसापासुन शुकापर्यंत सर्व थातुना बळ देणारी आहे. बुध्दीला तल्लखपणा व डोळ्यांना तेज देणारी आहे. याचे तेलास नारायणी तेल म्हणतात. हे वातावर चांगले आहे. हे तेल तज्ञाच्या सल्याने पोटात घेतल्यास अर्धांगवायू, संधिवात व महिलांचे आजार बरे होतात. पित्त प्रकोप, कुपचन, जुलाब यात शतावरी मधातुन देतात. वात रोगावर शतावरी, मध, दुध, पिंपळी बरोबर तर कफ रोगात शतावरीचा खंडपाक देतात.

शक्ती वाढवण्यासाठी शतावरीची दूधात पेज करुन खडीसाखर व जिऱ्यासोबत देतात. शरीरात वाढलेल्या पित्तामुळे छाती, घश्याची जळजळ, तोंड कोरडे पडणे, डोके दुखणे, आंबट कडू ढेकर वा उलटी होणे, नाभी भोवती पोट दुखणे या अवस्थामध्ये शतावरी अमृतासारखे काम करणे, लघवी अडत असेल तर दाह होत असेल तर शतावरीचा रस दुध व साखर घालुन देतात. मुतखडयावर शतावरीचा रस उपयुक्त आहे. स्त्रियांच प्रदर रोगावर शतावरीचे चुर्ण दुधात उकळूण देतात. शतावरीच्या मुळया वाटुन पिंपळी, मध दुधाबरोबर दिल्यास गर्भाशयाची पिडा कमी होते. स्त्रियांना शक्तीवर्धक आहे. स्तनपानच्या संबंधी मातांसाठी उत्तम वनस्पती आहे. त्यामुळे बाळांना दुध मिळते. शतावरी कल्पामुळे त्वचा चिरतरुण राहते. सतत पिंपल्स येत असल्यास शतावरी कल्पाची पेस्ट लावल्यास त्रास कमी होतो. त्वचा तजेलदार आणि चमकदार होण्यास मदत होते. शतावरी पावडर केसांना लावल्याने केस मजबूत होतात.

९) **कळलावी / अग्नीसिखा (Gloriosa superba)** - ही वनस्पती वेल प्रवर्गात येते. बाळंतिनीला प्रसुतीच्या वेळी कळ आणणेसाठी मुळाचा लेप ओटी पोटावर लावतात म्हणुन या वनस्पतीस स्थानीक कळ लावी म्हणुन संबोधतात. तसेच ही वनस्पती घरी आणली तर भांडणे होतात. असा समज आहे. ही वेल पाने सुकुन गेल्यावर कंद

सुकत अवस्थेत असतो. पाऊस आल्यावर वेळ उगवते याची लागवड बियापासून / कंदा पासून होते. याच्या पानाच्या रसाने उवा मरतात. याची फळे डिसेंबर, जोनवारी मध्ये मिळतात. ही वनस्पती दुर्मिळ
झाली आहे.

१०) पांढरा कुडा (Holarrhena antidysenterica) -- मध्यम उंचीचे वृक्ष आहे याचा उपयोग अतिसारावरील आजारावर आहे हे सर्वश्रुतच आहे. कुडा असलेले लघुगंगाधर चुर्ण अल्सरेटिव्ह कोलायटीस विकारावर सर्वश्रेष्ठ औषध आहे. लहान मुलांना होणारी सर्दी, बालदमा यावर कुडयाचा पानाचा रस, काळी मीरीच्या दोन दाण्याबरोबर दिला असता बालदमा होण्याची प्रवृत्ती कमी होते.

कुडा साल, खैर साल, करंज साल, नागरमोटा, पळससाळ एकत्र घेतल्यास जास्त वजन असलेल्या व्यक्तीच्या मधुमेहावर नियंत्रण ठेवता येते. वरचेवर होणारी टॉन्सीलची सुज, चिकट शोंबुड व तोंडाला येणारा
वास साठी कुडाच्या खोडाची / मुळाची साल व दारुहळद यांच्या काढ्याने बरी होते. झाडाचे सालापासुन औषध बनवतात ते जुलाब व आवसाठी वापरतात.

११) **) चारोळी** (**Buchnania lanzan**) -- चारोळीचे अनेक आरोग्य वर्धक गुणधर्म आहेत. चारोळीत कॅलरीज कमी प्रमाणात असतात. चारोळीत प्रोटीन्स आणि फायबर घटक मुबलक असतात.

यामध्ये व्हिटॅमीन सी, बी ९, बी २ आणि इतर घटक जसे जसे लोह, कॅल्शीयम फॉस्परस मुबलक प्रमाणात असतात व आरोग्याला फायदा होतो. शारिरीक कमजोरी दुर करते. रात्री चारोळी दुधात मिसळुन प्यालयाने सर्दी खोकल्याचा त्रास कमी होतो. पुरुषांमध्ये शुकाणूची कमतरता भरुन काढण्यासाठी चारोळी फायदेशीर आहे. तोंड वारंवार आल्याचे मानवत असल्यास त्यापासून सुटका मिळविणेसाठी ३ ते ४ दाणे चगळावेत. डोकेदुखी, डोकेडुखीतुन येणारी चक्कर टाळण्यासाठी चारोळीचे दाणे फायदेशीर आहे. रोपांची उगवण बियापासुन करता येते.

वरीलप्रमाणे वनोषधीची नावे व उपयोग थोडक्यात देण्यात आला आहे. याचा उपयोग व मात्रा तज्ञाकडून घेणे अपेक्षीत आहे. तरी वाचकांनी आवश्यक बोध घेऊन वनौषधीची सुयोग्य लागवड करुन अर्थाजन वाढवुन जोडधंदा सारखे उदयोग करावेत

१२) रिठा (Sapindus mukorossi) -- रिठा सुध्दा शिकेकाई प्रमाणे केस धुण्यासाठी साबण, शॅम्पु मध्ये उपयुक्त आहे. त्वचा रोगात साबणापेक्षा रिठाच्या पाण्याचे धुणे चांगले असते. रिठयात स्निग्धता असुन दाह व शूल्याचा नाश करतो. मस्तकशुल्य, अर्धशिशि अश्या मस्तक रोगात रिठयाच्या पाल्याच्या रसात मिरी उगळुन तो नाकात टाकतात. रिठयाची लागवड बियापासुन करता येते. बिया *तव्यावर भाजुन चुर्ण करावे. तेवढयाच प्रमाणात तुरटी मिळविल्यास त्याच्याने दात घासल्यास हिरडयाचे व दाताचे विकार दूर होतात. रिठयाचे मगज व गुळ एकत्रकरुन गोळ्या बनवाव्यात. ५ -- ५ मिनिटांनी गोळ्या दिल्यास विंचु किंवा विषारी किटकाचे विष उतरते. विनेगार सोबत मगज वाटुन लेप किटक चावलेल्या ठिकाणी लावावा विष उतरते.*

१३) आवळा (Emblica officinalis) - हिवाळ्यात येणारे बहुउपयोगी फळ आहे. जीवनसत्व 'क' चे भांडार आहे. मुखवास व 'पाचनसाठी आवळकंठी खातात. आवळा तेल केसवर्धक आहे. शक्तीवर्धक त्रिफळा चुर्ण मध्ये आवळा महत्वाचा घटक आहे. पचनासाठी व अँसिडीटी साठी उपयोगी आहे. आवळा वृक्षाचे बियापासुन लागवड करतात, आंतरपीक घेता येते.

... *क्रमशः पुढील अंकात...*

पक्षांसाठी पाणपोई

आजीवन सदस्य

१. श्री. माणिक सदाशिव भोसले भा.व.से. सेनि. आवश्यक ते शुल्क भरून आजीवन सदस्यत्व स्वीकारले आहे. त्यांचे अभिनंदन आणि सेवक परिवारात हार्दिक स्वागत

निधन वार्ता

१. कल्याणराव आनंदराव काटे, सेवा निवृत्त वन संरक्षक, यांचे ४ एप्रिल रोजी सकाळी ७ वाजता बारामतीजवळील काटेवाडी येथील त्यांच्या निवासस्थानी निधन झाले. ते भारतीय वन महाविद्यालयाच्या १९६३-६५ च्या तुकडीचे होते. पुणे विद्यापीठाचे प्रतिनिधित्व करणारे ते उत्कृष्ट व्हॉली बॉलपटू होते. वनखात्यात ते कडक शिस्तीसाठी ओळखले जात.सेवक संघ सदस्यांतर्फे भावपूर्ण श्रद्धांजली. ईश्वर त्यांचे आत्म्यास सदगती देवो, ही प्रार्थना.

२. सेवक संघ, धुळे शाखेचे आजीवन सदस्य केवलसिंग मुक्त्यारसिंग शिसोदे सेवा निवृत्त वन यांचे बुधवार दिनांक ३ एप्रिल २०२४ रोजी सकाळी ७.४५ वा. चाळीसगाव येथे दुःखद निधन झाले. ते आप्पासाहेब या नावाने परिचित होते. त्यांचा अंत्यविधी बुधवार दिनांक ३ एप्रिल रोजी दुपारी ४.०० वा. चाळीसगाव येथील राजपूत /देशमुख स्मशानभूमी येथे झाला. त्यावेळी ,धुळे शाखा सदस्यांनी हजर राहून श्रध्दांजली वाहिली.

३. शांताराम नामदेव महाजन, रेंजर बाबा अकुलखेडा ह.मु. हरेश्वर कॉलनी चोपडा यांचे वयाच्या ७७व्या वर्षी हृदविकाराच्या झटक्याने आज दि.०२ एप्रिल २०२४ रोजी सकाळी ०९:०० वा दुःखद निधन झाले, सेवक संघ सदस्यांतर्फे भावपूर्ण श्रद्धांजली. ईश्वर त्यांचे आत्म्यास सदगती देवो, ही प्रार्थना.

केवळ खाजगी वितरणासाठी

प्रकाशक - सेवक संघ, महाराष्ट्र, पुणे

संपादन - एस. के. गवळी