





तीव्र विरोधाभासः सरकारने तीन कृपीमुद्धारणा कायदे मारे थेतले. परंतु या कायद्यातील उंगीचा दूऱ् करण्यासाठी पद्धतिशीर अभ्यासासाठी गरज आहे. तेथा प्रकारच्या एका अभ्यासातून समोर आलेली ठळक बाब झाल्जे, सरकारने शेतकर्याव व्यापारी संख्यांमधील माहितीच्या अभ्यासाची मोठी पोकळी भरून तीन कृपीकायद्याच्या निपित्ताने ढवळने नियाले होते. अदोलानाचा रेट्यामुळे सरकारने भावार घेतली. याला देण वर्षं ज्ञाली. खेर तर भारतीय शेतकाच्या द्वार्देने हा विषय इतके भवत्त्वाचा आहे, की त्याचा वस्तुनिष्ठ अभ्यास घालता होता. केंद्राच्या या कायद्यांबाबत जे आक्षेप घेतले होते, त्यापैकी एक प्रमुख म्हणजे 'या सुधारणा योग्य ती संस्थात्वक संरचना आणि मूलभूत सुविधा निर्माण न करताच केल्या गेल्या. परिणामी शेतकऱ्यांना अपल्या उत्पादनाची योग्य ती व्यवस्था लावण्यात अडथळे निर्माण झाले', असे अनेक अर्थतज्ज्ञांना वाचते. या सुधारणा मंडी, अर्थात कृपी उत्पन्न वाजार समितीच्या घासाता कारणीभूत ठरतील, असे तपक्रावाह होता.

या तीन कृपी कायद्यांपैकी शेतकऱ्यांसाठी हमीभाव आणि कृपीसेवा कायदा (फर्मसें ऐंग्रीमेंट अॅन प्रार्फ्झ एंग्लिशरस)

## कदाच शेतकील सौदाशक्ती

अंड पॉर्म सर्विसेस एक्ट-२०२०) संस्थातक आर्थिक रचनेच्या दृष्टिकोनातून तपशीलवार समजून वेण्याचा प्रवल करूया! आजवर भारतील करारशेती प्रणालीचा अभ्यास केला गेला. सरकारने प्रयोगिक कृपी उत्पन्न वाजार समिती कायदा (एपीएमसी) २०२३ मध्ये तयार केला.

राज्यकारांना तो कायदा आपल्या राज्यात अंपात आणण्याच्या सूचनाही दिला. २०१५ पर्यंत २१ राज्यांनी हा कायदा अंगैकरला. करार शेतीच्या सबलीकरणासाठी केंद्र सरकारने २०१८ मध्ये एक नमुना 'करार शेती आणि सुविधा कायदा' संप्रवत केला.

कृपीमालाच्या व्यापारात मूलभूत सुधारणा घडवणे व खासगी देशीसाठी दारे खुली करण्यासाठी होतीन कृपी कायदे सरकारने संप्रवत केले होते. करार शेतीचा विचार करता, ही शेतकरी आंदोलने प्रमुखाख्याने कायदा करण्याचा उत्पादक संस्थांचे संघी आणि फायदेकर्त्तव वर्तन या दोन गोर्येविरुद्ध होती.

आमच्या संशोधनानुसार उत्पादनकरार करण्याचा शेतकऱ्यांच्या नफावार होण्याचा परिणामाचा संख्यावाची कायदा केला आहे. महिनेतीखर्च, झण्णजेच 'इफमेंशन कॉर्स्ट' (आयसी) होदखील उलाढाल प्रक्रियेत अंतर्भूत असेत. उदा. खेरेवी, विक्री, उत्पादनमाहिती आणि करारासुधारणा उत्पादनसंस्थेची निवड करण्या सूचीचा समावेश या प्रक्रियेत आहे. तसेच, विशिष्ट निवाम आणि अटंटीच्या अभ्यासमुळे शेतकऱ्यांना सौंदर्य खाचावर्ही असिरिक भार पडतो.

नोंदवल पुरुषकांवर विजेंने रोनाल्ड कॉस, डल्सवर्न नार्थ आणि अलॅक्सर विल्यम्सन व्यापारात व्यापारासाठी घेतला. विस्क्रिव्हेत माहिती, संधीकैदीवर वर्तन आणिविवर अटंटीच्या अभ्यासमुळे निर्माण होण्याचा खाचावर्ही शेतकऱ्यांचा उत्पादन वरपरिणाम होतो. विशिष्ट ठोस आकडेवारी अभ्यासी अशा अभ्यासात

अडथळे येतात. ही पोकळी भरून काढण्यासाठी आमी शेत्रिविशिष्ट पात्रव्यवर प्राथमिक संवेदन केले.

यामध्ये कनाटकातील कोलार जिल्ह्यात प्रामुख्याने मिंस्तोचे पोक काढण्याचा निवड करार शेतकऱ्यांचा समावेश होता. ही सुपरमोर्टेस किंवा मोठे विक्रिते फले व बाज्या यांच्या कायदा शेतकरीमध्ये उत्पादनासाठी पूर्व उद्योग एकीकरणाचा (बॉकवर्ड इंटेर्प्रेशन) निवाम निवडतात. वाजारपेठेसाठी रोजच्या पुढव्याची तस्रुत घेतला विक्रीते आहेत. यामध्ये राज्यात सुमारे तीस संवेदित विक्रिकूळविक्रिके कायदात आहेत. शेतकऱ्यांकूळविक्रीते अंतर्भूत सुविधा कायदा यांच्या पुढव्याची त्यांचे उत्पादनकरार आणि विषयान करार झालेले असतात. उत्पादनकरार म्हणजे 'तात्रिक सहाय्या, सासायनिक व खालोंचा पुढव्याची आणि निश्चित किंवा ठराविक किंमतीमध्ये त्याची आगांखरेदी' या गोरी अंतर्भूत असतात विषयान करार किंवा मार्केटिंग कॉर्टेक्टस व्याचा अवर रसायने, खेते व्यावरीतील तात्रिक सहाय्या आणि पारंपरिक वाजारपेठेतील भावापेशा जास्तीला आवाहन दिला.

आमच्या संशोधनानुसार उत्पादनकरार करण्याचा शेतकऱ्यांचा नफावार होण्याचा परिणामाचा संख्यावाची कायदा केला आहे. महिनेतीखर्च, झण्णजेच 'इफमेंशन कॉर्स्ट' (आयसी) होदखील उलाढाल प्रक्रियेत अंतर्भूत असेत. उदा. खेरेवी, विक्री, उत्पादनमाहिती आणि करारासुधारणा उत्पादनसंस्थेची निवड करण्या सूचीचा समावेश या प्रक्रियेत आहे. तसेच, विशिष्ट निवाम आणि अटंटीच्या अभ्यासमुळे शेतकऱ्यांना सौंदर्य खाचावर्ही असिरिक भार पडतो.

नोंदवल पुरुषकांवर विजेंने रोनाल्ड कॉस, डल्सवर्न नार्थ आणि अलॅक्सर विल्यम्सन व्यापारात व्यापारासाठी घेतला. यामध्ये निर्माण होण्याचा खाचावर्ही असिरिक भार पडतो. नोंदवल पुरुषकांवर विजेंने रोनाल्ड कॉस, डल्सवर्न नार्थ आणि अलॅक्सर विल्यम्सन व्यापारात व्यापारासाठी घेतला. यामध्ये निर्माण होण्याचा खाचावर्ही असिरिक भार पडतो.

नोंदवल पुरुषकांवर विजेंने रोनाल्ड कॉस, डल्सवर्न नार्थ आणि अलॅक्सर विल्यम्सन व्यापारात व्यापारासाठी घेतला. यामध्ये निर्माण होण्याचा खाचावर्ही असिरिक भार पडतो.

## SUPERFOOD WATERCRESS : KNOW THESE 5 BENEFITS OF THIS GRASS

cultivated worldwide, gracing salads, soups, and sandwiches with its unique flavour and impressive nutritional profile. Let's delve into the world of watercress, exploring its essence and five of its most remarkable benefits.

**Nutrient powerhouse:** Watercress is a low-calorie food but incredibly rich in essential nutrients. It's an excellent source of vitamins A, C, K, and B6, along with minerals like potassium, calcium, and magnesium. This impressive array of nutrients contributes to various bodily functions, from vision and immunity to bone health and energy production.

**Antioxidant bonanza:** Watercress is brimming with antioxidants, including beta-carotene, lutein, and zeaxanthin. These potent compounds combat free radicals in the body, reducing the risk of chronic diseases like heart disease, cancer, and Alzheimer's.

**Boosts Bone Health:** The combination of

vitamin K, calcium, and magnesium in watercress makes it a friend to your bones. Vitamin K activates proteins essential for bone building, while calcium and magnesium provide the building blocks for strong bones. This nutrient trio helps prevent osteoporosis and fractures.

**Supports Heart Health:** Watercress can be your heart's best friend. Its antioxidants, like betacarotene, help lower bad cholesterol (LDL) and increase good cholesterol (HDL), reducing the risk of heart disease and stroke. Additionally, its potassium content helps regulate blood pressure, further protecting your cardiovascular health.

**Promotes Detoxification:** Watercress is a natural detoxifier, thanks to its abundance of sulfur-containing compounds such as glucosinolates. These compounds help activate detoxification enzymes in the body, aiding in the elimination of harmful toxins and pollutants.

**जेवण केल्यावर फळं खाण्याची सवय ठरू शकते घातक, जाणून घ्या योग्य वेळ !**

त्याच्येतील खाल्ल्यानेने शरीराला एनर्जी मिळत नाही. फळं खाण्याची योग्य वेळ यासाठी महत्वाची आहे. कायर फळंमध्ये कावर्हाईद्ये असतात. जे सामान्यपणे गळुकोजमध्ये बदलून शरीराला ऊर्जा प्रदान करतात. पण हे गळुकोज जेव्हा शरीराकूळून उपरोक्त आणलं जात नाही. तेव्हा ते चर्चाव्याची रुपात जामा होत. यामध्ये जेवण वाढण्यासेवतच इतरही समस्या निर्माण होता.

### सकाळीची वेळ योग्य

एक्सपर्टनुसार, फळं खाण्याची योग्य वेळ सकाळीची असेत. सकाळी रिकाम्यापाटी फळं खाल्ल्यानेने शरीराची पचनक्रिया फळावील गळुकोजव्य वेगाने विकटन करत. त्यामुळे शरीराला फळावील पोषक त्वांचा फायदा होतो. फळंमधील पोषक त्वांचा फायदा घ्याव्याची अपेक्षा तर गळुकोजव्य वेगाने विकट आहे.

**जेवण केल्यावर लगेच खालो**

आंवंट फळंमध्ये अंसिंड असेत आणि उपरांपरी जेवणानंतर लगेच त्यांचे शकत तेल्यावर काळीला पचनासंबंधी समस्या होत शकत. ऑसिडिटीमुळे अस्वस्था, अपचय किंवा अंतर्कांत जलजल होत शकत. खासकरून अंसिंड रिप्लासमेंट पीडित लोकांना अस करण्या ठार्ड्यावर पाहिजे.

### बजन वाढात

काही फळं ही सकाळीची वेळी खाल्ल्यानेने शरीराला लगेच आणि अतिरिक्त एनर्जी मिळते. तर काही फळं

**'बिंग बॉस १७' फॅम मुनव्वर फारुफीमुळे फळं अडचणीत**

विजेता झाल्यानंतर कमींडिन मुनव्वर फारुफीची चर्चावर तात आहे. 'बिंग बॉस १८' मुनव्वरच्या लोकाशियतवत फळं अडचणीत आहे. कायर फळंमध्ये अंसिंड असेत. यामध्ये निर्माण होण्याचा खाचावर्ही असिरिक भार पडतो.

**'लक्ष्मीच्या पाऊलांनी' मालिकेत लगीनघाई, नयना आणि अदैतच्या लग्नात येणार नवा ट्रिवर्स**

स्टार प्रवाह वाहिनीवरील लक्ष्मीच्या पाऊलांनी मालिकेत निवड करारी तर्फाची रेसिकांच्या अंसिंड असेत. यामध्ये निर्माण होण्याचा खाचावर्ही असिरिक भार पडतो.

**शिल्पा शेंट्रीला मिळाला महाराष्ट्र राज्याचा 'हा' पुरस्कार**

अभिनेत्री शिल्पा शेंट्री अभिनय, फिल्म या गोरींसाठी ओळखली जात.

नुकतंच रेहित शेंट्रीची 'इंडियन पुलिस' फॅसंसं सीरिजमध्ये ती ड्रॉकली शिल्पाची सोशल मीडियावरही मोठा आणि अदैतच्या अंसिंड अंसिंड आहे.

तिने आता चाहल्यासेवत एकत्र आणाण्या आहे.

## HEALTH AND SPORTS

### SHREYAS IYER NEEDS TO RECREATE FORM





