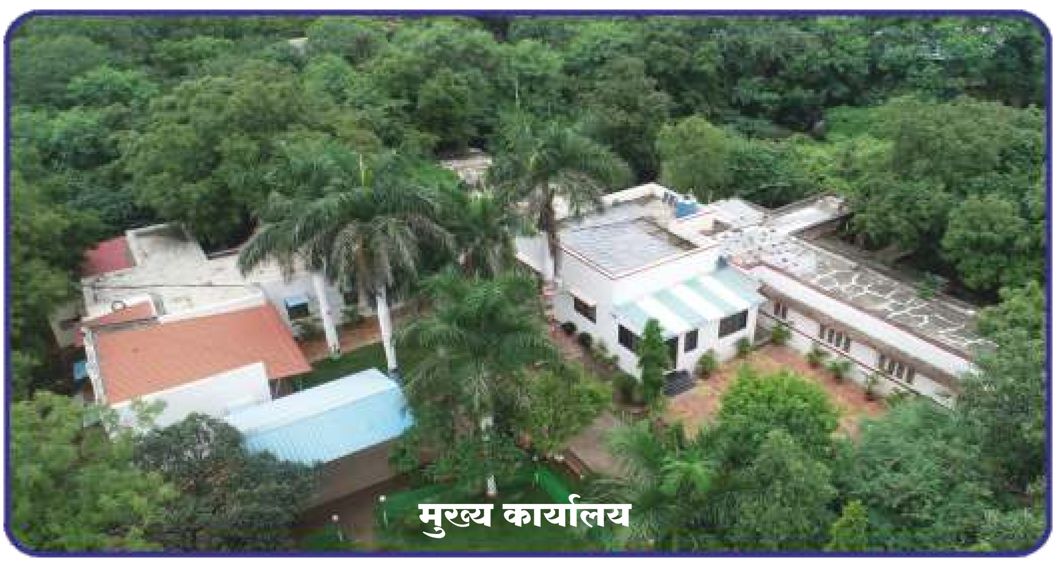
चक्रपाणी

२०२५

मुख्य कवायत मैदान क्रं. १

मैदान क्रं. २



मुख्य कार्यालय

✻ ड्रोणच्या साहाय्याने टिपलेले नानवीज पोलीस कॅम्पचे छायाचित्र ✻

चक्रपाणी २०२५

मुख्य संपादक व प्रकाशक	:	मा.श्री.नंदकुमार ठाकुर भा.पो.से.प्राचार्य तथा पोलीस अधिक्षकपोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज,दौंड

कार्यकारी संपादक	:	मा.श्री. रघुनाथ शिंदे उप-प्राचार्य,पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज,दौंड

विशेष सहाय्य	:	श्री.शैलेंद्र भुरण पोलीस निरीक्षक, पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज,दौंड

: पो.हवा.श्री.प्रशांत काळे,
: पो.हवा.श्री.मंगेश चव्हाण
: पो.हवा.श्री.निलेश थोरात

फोटोग्राफी	:	श्री.दिपक वराळे -(दिपक डिजीटल फोटोज्, नानवीज, दौंड) मो.९०११६२३००४ deepak_varale_83
अंतर्गत सजावट, मुद्रक	:	श्री.सुधिर टकले (साई फ्लेक्स,काष्टी 9028 910 930)

या स्मरणिकेतील लेखांशी किंवा विचारांशी संपादक अथवा पोलीस प्रशिक्षण केंद्र सहमत असेलच असे नाही.

आपण महाराष्ट्र पोलीस दलामध्ये चालक या पदावर जरी भरती झाला आहात तरी आपणास पोलीस अंमलदार या पदावर भरती होणारे अंमलदार यांचप्रमाणे मुलभूत आंतरवर्ग व बाह्यवर्ग प्रशिक्षण या सत्रामध्ये देण्यात आले आहे. आपण सर्व हे मुलभूत व वाहन चालक प्रशिक्षण पूर्ण करुन कायद्याची अंमलबजावणी व राज्यघटनेने नागरीकांना दिलेल्या मुलभूत हक्काचे रक्षण करणाऱ्या पोलीस दल या यंत्रणेचा एक भाग झाला आहात याबद्दल आम्ही आपणा सर्वांचे हार्दिक अभिनंदन करतो.

आपण सर्व चालक पोलीस अंमलदार आपल्या पदाप्रती एकनिष्ठ राहुन या पदाचे कर्तव्य आदर्शवत पार पाडाल त्याचबरोबर महाराष्ट्र पोलीस दलाचे "सद् रक्षणाय खल निग्रहणाय" या ब्रिदवाक्याप्रमाणे सज्जनांचे रक्षण व दुर्जनांचे दमन करण्याची जबाबदारी स्वीकारुन यापुढे आपण कठीण प्रसंगी नेहमी सत्याच्या बाजुने ठामपणे उभे राहुन निःपक्षपातीपणे कर्तव्य करा. राष्ट्रविरोधी शक्तींना आळा घालून राष्ट्राची एकता व अखंडीतता ठेवण्यासाठी आपण सदैव तयार असायला पाहिजे.

सध्याच्या युगामध्ये आपण कोणत्याही क्षेत्रात कमी पडू नये या दृष्टीकोनातून मुलभूत प्रशिक्षणामध्ये आधुनिक पध्दतीचा अवलंब करुन ई-लायबरीच्या माध्यमातून ई-बुक प्रणाली, ई-लर्निंग, संगणक प्रशिक्षण, सीसीटीएनएस, सायबर क्राईम याबरोबरच आपणा सर्वाचा संवेदनशिल व मृदु कौशल्य विकास होण्यासाठी भावनिक प्रज्ञावंत तसेच वाचन लेखन कौशल्य या अभ्यासक्रमाचा समावेश करण्यात आला. जनतेचा पोलीस खात्यावर अपार विश्वास असल्यामुळे ते त्यांच्या कोणत्याही संकटात पोलीसांना मदतीसाठी अवाहन करतात. आपण त्यांच्या तक्रारी संयमाने आदराने व सामंजसपणे ऐकूण घेऊन त्यांच्या समस्या सोडविण्यासाठी प्रयत्नशिल राहणे आवश्यक आहे. "चक्रपाणी" या पुस्तिकेकरिता पोलीस प्रशिक्षण केंद्रातील चालक पोलीस प्रशिणार्थी, पोलीस अधिकारी विधीनिर्देशक व पोलीस अंमलदार यांनी स्वेच्छेने उपयुक्त मार्मिक लेख, कविता तयार केल्या त्याबद्दल मी सर्वांचे अभिनंदन करतो.

महाराष्ट्र पोलीस दलाची प्रतिमा आपण करत असलेल्या कठोर परिश्रमावर व कर्तव्याशी एकनिष्ठ राहील्यामुळे उंचावणार आहे. आपण असेच कर्तव्यनिष्ठ राहून या दलास यशाच्या शिखरावर कायम रहाल अशी सदिच्छा व्यक्त करतो. सरते शेवटी आपणास उज्वल भविष्याच्या शुभेच्छा देतो तसेच आपले कर्तव्य आपण परिश्रमपुर्वक पार पाडाल अशी अपेक्षा व्यक्त करतो.

मा.श्री. कृष्ण प्रकाश भा.पो.से
अपर पोलीस महासंचालक, प्रशिक्षण
व खास पथके महाराष्ट्र राज्य, मुंबई.

मा.श्री. कृष्ण प्रकाश भा.पो.से
अपर पोलीस महासंचालक, प्रशिक्षण
व खास पथके महाराष्ट्र राज्य, मुंबई.

मा. विशेष पोलीस महानिरीक्षक प्रशिक्षण व खास पथके यांचे मनोगत...

प्रथमत: "चक्रपाणी" या पुस्तिकेकरिता प्रशिक्षणार्थी पोलीस अधिकारी व अंमलदार यांनी स्वच्छेने उपयुक्त मार्मिक लेख, कविता तयार केल्या त्याबद्दल त्यांचे अभिनंदन करतो.पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज दौंड येथे सन २०११ पासून पोलीस प्रशिक्षणार्थी यांनी घेतलेल्या प्रशिक्षणास उजाळा देण्याकरीता स्मरणिका तयार केली जाते. आजपर्यंत २३२१५ नवप्रविष्ठ पोलीस प्रशिक्षणार्थी यांनी राज्याच्या विविध घटकातून पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज दौंड येथे येऊन मुलभूत प्रशिक्षण घेतले असून ते महाराष्ट्राच्या विविध क्षेत्रामध्ये आपली कामगिरी उत्तमपणे बजावत आहेत. आपणही पोलीस दलामध्ये चालक या पदावर भरती झाला असला तरी, आपणास देण्यात आले मुलभूत आंतरवर्ग व बाह्यवर्ग प्रशिक्षण हे इतर अमंलदार यांच्या प्रमाणेच देण्यात आलेले आहे.हे खडतर प्रशिक्षण पूर्ण करुन, कायदयाची अमंलबजावणी व राज्यघटनेने नागरिकांना प्रदान केलेल्या मूलभूत हक्काचे रक्षण करणाऱ्या पोलिस दल या यंत्रणेचा एक भाग झाला आहात याबद्दल मी आपले सर्वांचे हार्दिक आभिनंदन करतो.

सध्याच्या संगणक युगामध्ये आपण मागे राहू नये, या दृष्टीकोनातून मुलभूत प्रशिक्षणात आधुनिक पद्धतीचा अवलंब करून ई-बुक, ई-लर्निंग, संगणक प्रशिक्षण, सीसीटीएनएस, सायबर क्राईम, पोलिस ई-लायब्ररी, व्हर्चुअल क्लासरुम या बरोबरच जनतेच्या समस्या संवेदनाशिलतेने सोडवण्यासाठी मृदु कौशल्य विकास, भावनिक प्रज्ञावंत यासारख्या विविध अभ्यासक्रमाचा समावेश करण्यात आला आहे. आपण प्राप्त केलेल्या या अमुल्य शिक्षणाचा समाजास योग्य न्याय देण्याकरिता उपयोग कराल, अशी मला खात्री आहे.

महाराष्ट्र पोलिसांची प्रतिमा आपण आपल्या कठोर परिश्रमाने व कर्तव्याशी एकनिष्ठ राहून यशाच्या शिखरावर कायम राखाल अशी मी अपेक्षा करतो आणि आपल्यामधून उद्याचे आदर्श व कर्तव्यनिष्ठ पोलीस घडावेत ही सदिच्छा व्यक्त करतो.

मा.श्री.प्रविण पडवळ भा.पो.से
विशेष पोलीस महानिरीक्षक प्रशिक्षण
व खास पथके
महाराष्ट्र राज्य, मुंबई

मा.प्राचार्य यांची प्रस्तावना

मा.श्री.नंदकुमार ठाकूर, भा.पो.से.
प्राचार्य तथा पोलीस अधीक्षक,
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंड

पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंडची निर्मिती सन १९९० मध्ये झाली असून प्रत्यक्षात प्रशिक्षण केंद्राचे कामकाज दिनांक १ मे १९९० पासून सुरु आले आहे. या प्रशिक्षण केंद्राची एकूण प्रशिक्षणार्थी क्षमता ६४० इतकी आहे. या प्रशिक्षण केंद्रातून अद्यापर्यंत एकूण २३२१५ नवप्रविष्ट पोलीस अंमलदार यांना प्रशिक्षित करण्यात आलेले आहे .

महाराष्ट्र पोलीस दलामध्ये चालक पोलीस अंमलदार या पदाकरीता स्वतंत्र भरती प्रक्रिया प्रथमच राबवण्यात आली सदर भरती प्रक्रियेमधून पोलीस दलात नव्याने सामील झालेल्या चालक पोलिस अमंलदार करीता या प्रशिक्षण केंद्रात प्रथमच प्रशिक्षण देण्याचा उपक्रम राबवण्यात आला, त्या अनुषंगाने प्रशिक्षण संचलनालयाने नव्याने मुलभूत प्रशिक्षणाचा आराखडा व अभ्यासक्रम नव्याने आखण्यात आला. सदर आराखड्यानुसार मुलभूत प्रशिक्षणाचा (आंतरवर्ग व बाह्यवर्ग) कालावधी हा सहा महिन्याचा ठरवुन प्रशिक्षण कार्यक्रमात व अभ्यासक्रमात अंशतः बदल करण्यात आले. आतरवर्ग अभ्यास क्रमामध्ये प्रामुख्याने १)भारताचा मोटार वाहन कायदा १९८८ व २)महाराष्ट्राचा मोटर वाहन कायदा १९८९ हे विषय नव्याने समाविष्ट करण्यात आले.

प्रात्यक्षिक प्रशिक्षणातंर्गत मोटर परीवहन विभागा कडून देण्यात येणारे ४५दिवसाचे तांत्रिक प्रशिक्षण व चालकाने वाहन हाताळताना व आपले कर्तव्य बजावताना कोणत्या गोष्टी कराव्यात व कोणत्या गोष्टी करू नयेत. (DO'S AND DON'TS) यांचे प्रशिक्षण याच प्रशिक्षण केंद्रात देण्याचे ठरविण्यात आले. प्रशिक्षण संचलनालयाने वरीलप्रमाणे घेतलेल्या निर्णयानुसार अभ्यासक्रमातील बदलाच्या अनुषंगाने अंतरवर्ग अभ्यासक्रमाच्या नव्याने पी.पी.टी. तयार करुन त्याच बरोबर तांत्रीक प्रशिक्षणाकरीता आवश्यक असणाऱ्या पायाभूत सुविधांची (रॅम्प, मोटार वाहन पत्राशेड इत्यादी) नव्याने उभारणी करण्यात आली.

सत्र क्रमांक ४७ मध्ये प्रशिक्षणाकरिता विविध पोलीस घटकांमधून एकूण ५०० नवप्रविष्ट चालक पोलीस अंमलदार यांनी प्रशिक्षण घेतले आहे. त्यांना सशक्त पोलीस दलाचा सक्षम संवेदनशील परंतु कायदा व सुव्यवस्था आणि निर्णयाक्षम खंबीरपोलीस जवान तयार करणे करिता विविध कायद्याचे ज्ञान,शारिरीक प्रशिक्षण, योगासने, प्राणायाम, ताण- तणाव व्यवस्थापन, माहिती अधिकार, मानव अधिकार तसेच जेष्ठ नागरिक,महिला व बालके यांचे विषयीच्या कायद्यातील तरतूदी बाबत मार्गदर्शन करण्यात आले आहे.

पोलीस प्रशिक्षण केंद्रात पोलिस जवानांना प्रशिक्षित करण्याकरीता मॉडेल पोलिस स्टेशन, ट्रॉफिक पार्क, आयडी पार्क, क्राईम सीन व न्यायवैद्यक प्रयोगशाळा या आधुनिक सुविधाचा वापर करण्यात आला आहे, त्याच बरोबर व्हर्चुअल क्लासरुम, ई-ॲकॅडमी, ॲम्बीस सिस्टिम, सी.सी.टी.एन.एस. यासारख्या तांत्रिक विषय आधुनिक तंत्रज्ञानाचा वापर करुन शिकवण्यात आले. आधुनिक युगात घडणाऱ्या संगणकीय गुन्हयाची व्याप्ती लक्षात घेऊन सायबर क्राईम, आर्थिक गुन्हे विषयक तज्ञांकडुन मार्गदर्शन व प्रशिक्षण देण्यात आले,त्याचबरोबर प्रशिक्षणार्थीनां स्वयंचलीत शस्त्राची हाताळणी, गोळीबार सराव, शस्त्रकवायत, जमाव विसर्जन इत्यादीचे प्रशिक्षण देण्यात आले आहे.

प्रशिक्षणार्थी यांच्या ज्ञानात भर पडावी त्याच बरोबर त्यांना त्यांच्या वैयक्तीक जीवनात योग्य मार्गदर्शन मिळावे, वैचारीक दृष्टीकोन बदलावा याकरीता शिवचरीत्र, ताण-तणाव व्यवस्थापन, आर्थिक नियोजन, वेळेचे महत्व व व्यवस्थापन यासारख्या महत्वाच्या विषयासंदर्भातील तज्ञाकडून मार्गदर्शन देण्यात आले. प्रशिक्षण कालावधी दरम्यान घेण्यात आलेल्या अंतर क्रिडा स्पर्धेमध्ये विविध क्रिडाप्रकार घेण्यात आले त्यामध्ये या सत्र क्रमांक

४७ मधील प्रशिक्षणार्थी यांनी भाग घेऊन पदक प्राप्त केली या सर्वांचे हार्दीक अभिनंदन करतो व त्यांना पूडील वाटचालीसाठी शुभेच्छा देतो. .

प्रशिक्षणा व्यतिरीक्त प्रशिक्षणार्थी यांचे अंगी असणारे कौशल्य गुणांचा विकास व्हावा. त्याच बरोबर त्यांचे इतर छंद जोपासले जावे व त्यातुन नवनिर्मिती घडावी. या बाबींचा विचार करुन अविष्कार क्लब, फोटोग्राफी क्लब, मनोरंजन क्लब यासारखे विविध उपक्रम राबवण्यात आले. रक्तदानाचे महत्व पाहता प्रशिक्षण केंद्रामध्ये शहिद दिनाचे औचित्य साधुन रक्तदान शिबीर आयोजीत करण्यात आले. सदर शिबीरात पोलिस अधिकारी, अंमलदार व प्रशिक्षणार्क्षी यांनी उत्स्फुर्तपणे मोठ्या संख्येने सहभाग नोंदवून ३१५ युनिट रक्त हे उपजिल्हा रुग्णालय दौंड पुणे यांना देण्यात आले.प्रशिक्षण केंद्रामध्ये वृक्ष लागवड, सुशोभिकरण केल्यामूळे, नियमित स्वच्छता ठेवल्यामुळे परिसर अतिशय निसर्गरम्य व देखणा दिसत आहे आपल्या प्रशिक्षण केंद्रामध्ये सेंद्रीय खत प्रकल्प, वृक्ष लागवड करण्याकरीता रोपांची नर्सरी, तसेच जलसंधारण्याचे महत्व व पाण्याची आवश्यकता विचारात घेऊन पूर्वी अस्तित्वात असलेल्या शेततळ्याचे खोलीकरण व पुनर्जीवन यासारखे विविध पर्यावरणपूरक कार्यक्रम हाती घेतलेले आहेत. निसर्ग संवर्धनाचे महत्व लक्षात घेऊन या वर्षी विविध प्रकारच्या वृक्षांची लागवड करुन त्यांचे संवर्धन केले जात आहे. प्रशिक्षण केंद्रातील प्रत्येक प्रशिक्षणार्थीस एका झाडाचे संगोपन व देखभाल करणेकरीता दत्तक देण्यात आले होते. या सर्व कामात प्रशिक्षणाथी याचे मोलाचे योगदान आहे. .

'चक्रपाणी' पुस्तिकेकरिता प्रशिक्षणार्थी पोलीस अधिकारी व अंमलदार यांनी स्वच्छेने उपयुक्त मार्मिक लेख, कविता तयार केल्या त्याबद्दल त्याचे अभिनंदन. पुस्तिका तयार करण्याकरिता पोलीस निरीक्षक/शैलेद्र भुरण व पोलीस हवालदार/निलेश थोरात यांनी त्यांचे दैनंदिन कामकाज साभाळून पुस्तिका तयार करणेसाठी माहिती संकलित करुन व्यवस्थित क्रमबध्द पध्दतीने मांडणी केली आहे.तसेच पो.हवा. पी एस काळे,पोहचा/मंगेश चव्हाण व पोहबा./रविंद्र मेरगळ यानी तांत्रीक स्वरुपाची मदत केली, दिपक वराळे यांनी उत्तम प्रकारे छायाचित्रण केले. तसेच प्रशिक्षणाथी रोल नं.९९ निलेश कांबळे व रोल नं.५०१/नितीन चव्हाण यांनी टंकलेखनाचे

४७ मधील प्रशिक्षणार्थी यांनी भाग घेऊन पदक प्राप्त केली या सर्वांचे हार्दीक अभिनंदन करतो व त्यांना पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा देतो. कामकाज पार पाडले. त्यांच्या या उत्कृष्ट कामाबद्दल सर्वांचे अभिनंदन, वरील अधिकारी व अंमलदार यांच्याकडून भविष्यात देखील असेच पोलीस दलाकरिता योगदान राहील अशी अपेक्षा बाळगतो व त्यासाठी त्यांना शुभेच्छा देतो. .

सरते शेवटी आपण या प्रशिक्षण केंद्रात मागील सहा महिन्याच्या कालावधीत घेतलेल्या खडतर प्रशिक्षण व ज्ञान यांचा उपयोग नागरीकाच्या हक्काचे व अधिकाराचे रक्षण करण्याकरिता व समाजात सुरक्षिततेची भावना निर्माण व जनतेला न्याय मिळवून देण्यास कराल अशी अपेक्षा बाळगतों व हे करण्याची शक्ती ईश्वर आपणास देवो ही प्रार्थना करतो सत्र क्र.४७ मध्ये मुलभूत व तांत्रिक वाहन चालक प्रशिक्षण यशस्वीरित्या पूर्ण केलेल्या सर्व नवप्रविष्ठ चालक पोलीस शिपाई यांना त्यांच्या भावी आयुष्यासाठी हार्दीक हार्दीक शुभेच्छा......!

मा.श्री.नंदकुमार ठाकूर, भा.पो.से.
प्राचार्य तथा पोलीस अधीक्षक
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंड

मा.उप-प्राचार्य यांची प्रस्तावना

पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज–दौंड हे महाराष्ट्रतील १० प्रशिक्षण केंद्रापैकी एक प्रशिक्षण केंद्र आहे. प्रशिक्षण केंद्रामध्ये प्रशिक्षण देणारे अंतरवर्ग अधिकारी, बाहयवर्ग अधिकारी व अंमलदार यांना अतिशय प्रतिकुल परिस्थितीमध्ये राहुन कर्तव्य करावे लागते. सदर प्रशिक्षण केंद्र हे दौंड शहरापासून १० किमी. अंतरावर वसलेले आहे. रस्त्यांची दुरावस्था, पाणी व वीज तसेच अधिकारी व अंमलदार यांना पुरेसे निवासस्थाने उपलब्ध नाहीत, अशा परिस्थितीतही मा.प्राचार्य श्री.नंदकुमार ठाकूर, भा.पो.से. यांचे मार्गदर्शनाखाली सर्व पोलीस अधिकारी व अंमलदार उत्कृष्ट कामकाज करीत आहेत.

मा. नंदकुमार ठाकूर, भा.पो.से.सर यांनी पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज दौंड येथे प्राचार्य पदाचा कार्यभार स्विकारल्यानंतर पोलीस प्रशिक्षण केंद्रातील प्राचार्य कार्यालया समोर सुशोभिकरण, राजगड वसतिगृह, रायगड वसतिगृह, ज्ञानमंदिर व भिमागुरुकुल याठिकाणी सी.सी.टी.व्ही. कॅमेरा बसवुन प्रशिक्षण केंद्राचे आधुनिकीकरण करण्यात आले. तसेच या प्रशिक्षण केंद्रामध्ये नव्याने बहुउद्देशीय हॉल व अवजड वाहन दुरुस्तीसाठी नव्याने दोन रॅम्पची निर्मिती करण्यात आली आहे. कामकाजाचा सतत पाठपुरावा करुन आढळून आलेल्या त्रुटीच्या पुर्वतेसह कामकाजपुर्णत्वास नेले. सत्र क्र.४७ च्या प्रारंभास १८ घटकामधून आलेल्या ५०० प्रशिक्षणार्क्षी पोलीसांपैकी जे विविध कारणांनी बाह्यवर्ग प्रशिक्षणात कमकुवत आहेत हे मा. प्राचार्य यांच्या निदर्शनास आल्याबरोबर, परेडवर स्वतः हजर राहून प्रशिक्षणार्थी यांना मार्गदर्शन करुन त्यांचे मनोबल व धैर्य वाढवले, त्याचेत प्रशिक्षणाची आवड निर्माण केली. बहुतांश प्रशिक्षणार्थी हे ग्रामीण भागातील असल्याने त्यांना अष्टपैलू पोलीस घडविण्यासाठी विविध उपक्रमांसोबत विविध क्षेत्रातील तज्ञ मार्गदर्शकांची व्याख्याने आयोजित केली त्याच बरोबर सदरचे प्रशिक्षणार्थी हे प्रामुख्याने चालक या पदावर पोलीस दलात भरती झाले असल्याने यांना मा.प्राचार्य यांचे संकल्पनेतुन खुल्यामैदानावर प्रत्यक्ष अपघातजन्य परीस्थिती व घ्यावयाची काळजी या संदर्भातील प्रत्यक्ष प्रात्यक्षिकाद्वारे मार्गदर्शन करण्यात आले. प्रत्येक महिन्यात शिकवण्यात आलेल्या अभ्यास क्रमावर व देण्यात आलेल्या प्रशिक्षणावर आधारित प्रशिक्षणार्थीची अंतरवर्ग व बाह्यवर्ग विषयाच्या सराव परीक्षा घेतल्या. दररोज सायंकाळी अंतरवर्गात शिकविण्यात आलेल्या अभ्यासाची हजेरी नंतर उजळणी, प्रत्येक मिटींगमध्ये अंतरवर्ग अधिकारी व बाह्यवर्ग अधिकारी याचेकडुन प्रशिक्षणार्थीच्या प्रगतीबाबत आढावा घेऊन त्यांना अधिकाधिक दर्जेदार प्रशिक्षणासाठी मार्गदर्शन करुन प्रोत्साहीत केल्याने प्रशिक्षणार्थीमध्ये एक सक्षम पोलीस म्हणून आत्मविश्वास निर्माण झाला.

प्रशिक्षण केंद्र नानवीज येथे प्रशिक्षणार्थी यांना नियमित अभ्यासक्रमाबरोबर एक्सपोजर व्हिजीट, विविध विषयांवरील व्याख्याने, संगणकाचे ज्ञान, आर्थिक बचत, वेळेनुसार कामकाजाचे नियोजन इत्यादींचे ज्ञान दिले आहे. प्रशिक्षणार्थीना पोलीस स्टेशनचे प्रत्यक्ष कामकाजाची माहिती मिळावी म्हणून अद्ययावत मॉडेल पोलीस स्टेशन व दहशदवादी कारवाई दरम्यान वापरण्यात येणाऱ्या स्फोटकाबाबतचे प्रात्यक्षिक व माहिती मिळावी याकरिता आय.ई.डी. पार्कची निर्मिती करण्यात आलेली आहे. प्रशिक्षणाव्यतिरीक्त प्रशिक्षणार्क्षी याचे अंगी असणारे कौशल्य गुणाचा विकास व्हावा, त्याच बरोवर त्याचे इतर छंद जोपासले जावे व त्यातुन नवनिर्मिती घडावी या बाबीचा विचार करुन अविष्कार क्लब, फोटोग्राफी क्लब, मनोरंजन क्लब यासारखे विविध उपक्रम राबवण्यात आले.

प्रशिक्षणार्थी यांचे आरोग्य उत्तम राहवे याकरिता मा. प्राचार्य यानी भोजनालयातील व्यवस्था, परिपूर्ण आहाराबाबत स्वतःलक्ष देऊन वेळोवेळी मार्गदर्शन केल्याने प्रशिक्षणार्थीना अत्यंत वाजवी दरामध्ये सकस व परिपूर्ण आहार देण्याची जबाबदारी आम्ही यशस्वीपणे पूर्ण करु शकलो. यासोबत प्रशिक्षणाथीचे नियमितपणे संमेलन घेऊन त्यांचेशी सुसंवाद साधल्याने वेळेवर त्यांच्या अडीअडचणी सोडविल्या आहेत.

प्रशिक्षाणार्थी पोलीस अधिकारी व अंमलदार यांनी स्वच्छेने उपयुक्तः मार्मीक लेख, कविता तयार केल्याबददल त्यांचे अभिनंदन तसेच पुस्तिका तयार करण्याकरिता पोलीस निरीक्षक/शैलेंद्र भुरण व पो.हवालदार/निलेश थोरात यांनी त्यांचे दैनदिन कामकाज सांभाळून पुस्तिका तयार करणेसाठी माहिती संकलित करुन व्यवस्थित क्रमबध्द पध्दतीने मांडणी

रघुनाथ शिंदे

उप-प्राचार्य पोलीस प्रशिक्षण केंद्र
नानविज,दौंड

केली आहे. तसेच पो.हया./पी एस काळे,पोहवा/मंगेश चव्हाण व पोहवा/रविंद्र मेरगळ यांनी तांत्रीक स्वरुपाची मदत केली. दिपक वराळे यांनी उत्तम प्रकारे छायाचित्रण केले. तसेच प्रशिक्षणार्थी रोल नं.९९ निलेश कांबळे व रोल नं.५०१/ नितीन चव्हाण यांनी टंकलेखनाचे कामकाज पार पाडले. त्यांच्या या उत्कृष्ट कामाबद्दल सर्वांचे पुन्हा एकदा अभिनंदन सत्र क्र.४७ मधील पोलीस प्रशिक्षण यशस्वीरित्या पूर्ण केलेल्या सर्व नवप्रविष्ठ चालक पोलीस अंमलदार यांना त्यांच्या भावी आयुष्यासाठी हार्दीक शुभेच्छा......!

मा. श्री. रघुनाथ शिंदे
उप-प्राचार्य,
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज,दौंड.

मा. वैद्यकिय अधिकारी यांची प्रस्तावना

डॉ. नितीन मारुती खामकर
वैद्यकिय अधिकारी गट अ
पोलिस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज, दौंड. मो.9404695299

* मला निरोगी राहायचंय *

जागतिक आरोग्य संघटनेने 'स्वास्थ्य/निरोगी' म्हणजे फक्त रोगांचा किंवा अयोग्यतेचा अभाव नाही, तर शारीरिक, मानसिक, सामाजिक आणि आध्यात्मिक भल्याची एक संपूर्ण स्थिती आहे. म्हणजेच स्वास्थ्य केवळ शारीरिक निरोगीपणाच्या पलीकडे आहे. मानसिक आरोग्य, सामाजिक आणि आध्यात्मिक संबंध हे देखील व्यक्तीच्या स्वास्थ्याचा अविभाज्य भाग आहेत.

'प्रसन्न आत्मेंद्रिय मनः स्वस्थः इत्यभिधीयते।' आयुर्वेदशास्त्रानुसार शारीरिक स्वास्थ्याबरोबर आत्मा, इंद्रिय मन यांची (आंतरीक स्वास्थ्य) स्वास्थ्याकरीता प्रसन्नता असणे महत्वाचे आहे.

स्वास्थ्य प्राप्तीसाठी आहार- विहार, निद्रा, मानसिक स्वास्थ्य यांना विशेष महत्व आहे. सध्याच्या काळात बदललेली जीवनशैली, अनिष्ट आहार पद्धती, ताण-तणाव, व्यसनाधिनता, व्यायाम/ शारीरिक कष्टाचा अभाव तसेच अवेळी निद्रा यामुळे अनेक रोगांचे प्रमाण वाढलेले पहावयास मिळते. यात विशेषतः असंसर्गजन्य आजार मधुमेह, उच्च रक्तदाब, हृदयरोग, कर्करोग यांचे वाढते प्रमाण दिसून येते.

आधुनिक वैदयक शास्त्र तसेच आयुर्वेद शास्त्रानुसार योग्य संतुलीत विधियुक्त आहारसेवन खूप महत्वाचे आहे.

देहो ही आहार संभवः ।
अन्नं वृत्तीकराणाम् श्रेष्ठम् ।

आपल्या देहासाठी आहार महत्वाचा असून, दीर्घायुष्यासाठी आहार/अन्न हेच श्रेष्ठ सांगीतले आहे.

अन्न श्रेष्ठता -

न हि आहारसमं किंचीत औषधं समुपलभ्यते ।
इष्टवर्णगंधरसस्पर्श विधीविहित अन्नपानं प्राणीनां प्राणमाचक्षते ।

आयुर्वेद शास्त्रानुसार आपल्या आहारात सर्व रसांचा (Taste's) म्हणजेच (गोड, आंबट, खारट, तिखट, कडू आणि तुरट)समावेश असावा खाण्याचा क्रमदेखील पचण्यास जड, मधुररसाचे पदार्थ (sweet dish) सुरुवातीला असावेत. त्यामानाने चटणी, लोणचे, खारे पदार्थ अल्प प्रमाणात अथवा चवी पुरतेच असावेत. सध्या starter च्या नावाने तिखट, आंबट, खारट पदार्थ सुरुवातीलाच जास्त खाण्यात येतात ते चुकिचे आहे.Fast food,Junk food, डबाबंद अन्नपदार्थ,शीतपेये आरोग्यासाठी घातक आहेत. अन्यथा Fast food - Fast Death असा परिणाम ठरलेलाच. तसेच विनाकारण वारंवार पित शामक वेदनाशामक, प्रतिजैविके इ. प्रकारची औषधी सेवन करु नयेत त्यायोगे शरीरात अनेक व्याधी उत्पादक बदल होऊ शकतात.आहार जर निरोगी राहण्यासाठी महत्त्वाचा आहे तर त्याचे नियोजन देखील योग्यच असले पाहिजे.

आयुर्वेद शास्त्रानुसार आहारविधी पुढीलप्रमाणे अपेक्षित आहे-

१) उष्णं अश्नीयात्-आहार नेहमी ताजा व गरम सेवन करावा. आहारीय पदार्थ दुसऱ्यांदा गरम करुन खाऊ नयेत. शिळे अन्नपदार्थ तसेच शिळे झालेले गरम पाणी देखील सेवन करू नये.थंड पदार्थ, फ्रिज मधील पदार्थ टाळावेत. अग्निसंस्काराने शिजवलेली द्रव्य उत्तरोत्तर पचावयास हलकी होतात. परंतु यामध्ये थंड पदार्थ/कच्च्या स्वरूपातील आहारीय पदार्थ यांवर अग्निसंस्कार/प्रक्रिया नाही झाल्याने या सगळ्या गोष्टी पचायला जड असु शकतात. आपला पाचक अग्नी त्यावर योग्य प्रकारे पाचनक्रिया करू शकत नाही.त्यामुळे त्या अपक्व स्वरूपातच शरीराबाहेर टाकल्या जातात, म्हणून मलाचे प्रमाण वाढते आणि पोट साफ झाल्यासारखे वाटते. वारंवार असे थंड अन्नघटक सेवन झाल्यास पचनाच्या तक्रारी, गॅसेस, पोट फुगल्यासारखे वाटणे, भूक न लागणे, अशक्तपणा येणे यासारख्या तक्रारी वाढायला सुरुवात होते. काही कालावधीनंतर याचा परिणाम यकृतावरती देखील होतो.

२) स्निग्धं अश्नीयात्-आहार मर्यादित स्निग्ध असावा. त्यायोगे पचन कार्य चांगले होते.

३) मात्रावत अश्नीयात्-आहाराचा प्रकार, आपली स्वास्थ्य स्थिती, आहार पचवण्याची क्षमता याचा विचार करून योग्य मात्रेत आहार घ्यावा, तो अतिकमी अथवा तडस लागेपर्यंत घेवू नये. अन्यथा त्यामुळे पचनव्यवस्था बिघडते.

मात्रा ही अग्नेः प्रवर्तकाः ।

मात्रायुक्त (प्रमाणात घेतलेला) आहार पचनक्षमता उत्तम ठेवतो. आहारमात्रा पाचनक्षमतेवर (जाठराग्नीबलावर) अवलंबुन असते. जी आहारमात्रा सकाळी सेवन केल्यावर सायंकाळपर्यंत वा सायंकाळी सेवन केल्यानंतर सकाळ पर्यंत पचन/जीर्ण होते तो प्रमाणयुक्त आहार. पचन होत असताना कोणतीही अस्वस्थता जाणवत नाही. मलमूत्र, वात विसर्जनास त्रास होत नाही. सुखायु (उत्साह, बल, प्रसन्नता) वाढविते. अशी मात्रा योग्य मात्रा आहे. प्रत्येक व्यक्तीची पचनक्षमता वेगळी असते, त्यान्वये प्रत्येकाची आहारमात्रा वेगळी असते.

४) जीर्णे अश्नीयात्-अगोदर घेतलेला आहार पूर्ण जीर्ण /पाचन झाल्याची खात्री झाल्यावरच जेवावे. अजीर्ण /अपचन असताना तसेच भूक नसताना जेऊ नये. अजीर्णाशन हे अमुक एका रोगाचे कारण नाही ते सर्व रोगांचे कारण ठरू शकते म्हणून ते टाळावे. अनेक वेळा घड्याळात पाहून जेवले.
जाते किंवा पुन्हा वेळ मिळत नाही म्हणून जेवले जाते.पुन्हा जेवणाचे (खाण्याचे योग्य) पदार्थ मिळतील किंवा नाही या भीतीने आधीच घराबाहेर निघण्यापूर्वी अधिकचे खाऊन घेतले जाते.परिस्थितीने बाध्य केल्यामुळे या चुका होतात. असे अनिवार्य कारणासाठी खावयाचे झाल्यास लघु आणि कमी मात्रेत खावे. पुढचे भोजन मात्र अजीर्ण असताना भोजन करू नये.

५) वीर्य अविरुद्धम् अश्नीयात्-आहार वीर्य अविरुद्ध असावा. शरीर घटकांचे स्वास्थ्य बिघडवणाऱ्या घटकांना विरुद्ध म्हणतात. उदा. दूध आणि मासे एकत्र खाऊ नयेत. दिवसा झोपणे देखील शरीर अग्निरोधक आहे. त्यामुळे आपण दिवसा झोपू नये. उष्ण, शीत, रुक्ष, स्निग्ध, लघु, गुरु अशा विरुद्ध गुणधर्माची आणि विरुद्ध रसाची द्रव्ये एकत्र करून सेवन करणे याला आयुर्वेदात विरुद्ध आहार असे म्हणतात. अशा पदार्थांच्या नित्य सेवनाने शरीरात विषासारखी घातक द्रव्य तयार होतात. परिणामी त्वचा रोग, ऑटोइम्युन डिसऑर्डर्स सारखे कष्टसाध्य किंवा असाध्य विकार होऊ शकतात. म्हणून मांसाहारी पदार्थ दूध, फळे, भाज्या, लिंबू, पनीर, मध, नारळाचे दूध इत्यादी पदार्थ तसेच मिक्स व्हेज प्रकारच्या डिशेस एकत्र करून सेवन करू नयेत.

६) इष्टे देशे इष्टसर्वोपकरणम अश्नीयात्-आहार सेवन करताना ते स्थान स्वच्छ आणि मन प्रसन्न करणारे असावे.

७) न अति द्रुतम अश्नीयात्-अतिघाईने/जलदगतिने आहार घेऊ नये. त्यामुळे प्रसन्नमनाने भोजनाचा आस्वाद घेतला जात नाही.

८) न अतिविलम्बितम अश्नीयात्-अतिसावकाश खाऊ नये. टिव्ही पहात जेऊ नये.

९) अजल्पनं अहसन् भुञ्जीतन-हसता, न बडबड करता जेवावे

१०) आत्मानं अभिसमीक्ष्य भुञ्जीत- जी वस्तू / घटक मला तत्काल सेवनाने आणि सतत सेवनाने भविष्यात/ उत्तरकाळातही अनुपकारक ठरत नाही त्याचेच सेवन व्हावे. असे विधिवत नियम पाळुन केलेला आहार दीर्घायुष्य आणि आरोग्य देतो.

अन्नमयं मनः ।

म्हणजेच मनाचे स्वास्थदेखील अन्नावरच ठरत असते.

मानवी मानसिक स्वाथ्यावर विपरित परिणाम करणारे घटक-

१) अपेक्षांचे ओझे, वाढत्या गरजा आणि आर्थिक अडचणी.

२) कौटुंबिक कारणे यात सुसंवादाचा अभाव असतो.

३) आर्थिक नियोजनातील अडचणी.

४) वाढणारे वय आणि त्याबरोबर वाढणाया जाबदाऱ्या विशेषतः तरुण / युवकांमध्ये मानसिक स्वास्थ्यावर परिणाम करतात.

५) तरुणांमध्ये बऱ्याचदा प्रेमभंग यामुळे निर्माण झालेली मानसिक अस्थिरता.

६) आवडीप्रमाणे वातावरण न मिळणे इच्छा व अपेक्षा यांची पूर्तता न होणे ह्याबाबी मानसिक स्वास्थ्य बिघडण्यास कारणीभूत ठरतात. याचा अनिष्ट परिणाम म्हणून मानसिक रोग, व्यसनाधीनता, आत्महत्येचे प्रकार उद्भवू शकतात. अपयश हे यशाच्या विरुद्ध नाही ते त्याचा पाया आहे. खेळात, शाळेत आणि जीवनात, आपण मुलांना जिंकण्यासाठी तयार करण्यात इतका वेळ घालवतो की आपण त्यांना सर्वात जास्त आकार देणारे क्षण विसरतो जिथे ते करत नाहीत.यश चांगले वाटते, परंतु ते खूप कमी शिकवते. संघर्ष, निराशा, दबाव आणि अपयश हे असे वर्ग आहेत जिथे चारित्र्य घडते.खरोखर महत्त्वाचे म्हणजे तरुणांना गोष्टी त्यांच्या मनाप्रमाणे न झाल्यास कसे प्रतिसाद द्यायचे हे शिकवणे गरजेचे आहे जसे

- निराशेतून कसे श्वास घ्यायचे.
- भावना तीव्र उंचावल्यावर शांत कसे राहायचे.
- प्रतिक्रिया देण्याऐवजी चिंतन कसे करायचे.
- सबबी देण्याऐवजी उपाय कसे शोधायचे.
- आत्मविश्वास कमी असतानाही धैर्याने कसे वागायचे.

जेव्हा आपण परिपक्वता, लवचिकता आणि आत्मविश्वासाने अपयशाला तोंड देण्यास शिकतो, तेव्हा आपण निराशेसाठी, दबावासाठी प्रतिकार करण्यासाठी तयार होतो.

मानसिक स्वास्थ्य राखण्यासाठी अथवा सुधारण्यासाठी उपाय-

१) प्रभावी संभाषण कौशल्य वापरणे.(Let's talk / मनमोकळे बोलले पाहिजे.)

२) आदर व सन्मानपूर्वक व्यवहार केला पाहिजे.

३) नेहमी मैत्रीपूर्ण रहाणे, टीका न करणे यांचे पालन करावे.

'तूच आहेस तुझ्या जीवनाचा शिल्पकार'

या सद्गुरु वामनराव पै यांच्या उक्तीप्रमाणे मानसाने नेहमी सकारात्मक विचारांची सवय आपल्या मनाला लावून घ्यावी. अशी सवय लागली की मग संकटे आपल्यासाठी संधी ठरतात. सकारात्मक विचार करायला सुरुवात केली तर निदान नकारात्मक प्रसंगामुळे आपली होणारी चिडचिड आणि अनवस्थता तरी कमी होईल.

४) मानसिक स्वास्थ्य टिकविण्यासाठी-मानसिक स्वास्थ्य बिघडण्यासाठीच्या कारणांमध्ये तणाव, चिंता, आणि नैतिक दबाव या बाबी युवकांमध्ये असू शकतात. यासाठी, मानसिक स्वास्थ्यावर लक्ष देणे आवश्यक आहे. योग, ध्यान, आणि मेडिटेशन यांसारख्या साधनांनी मानसिक स्वास्थ्य टिकून राहते.त्यामध्ये मेडिटेशन खूप महत्त्वाचे आहे. त्यापैकी विपश्यना मधील तंत्र दैनंदिन 'आनापान अभ्यास' हा मानसिक स्वास्थ्य टिकविण्यासाठी आणि आनंदी उपयुक्त जीवन जगण्यासाठी एक सोपा व्यवहारिक मार्ग आहे.विपश्यना म्हणजे 'गोष्टी जशा आहेत तशा पाहणे' आत्मनिरीक्षणाद्वारे मानसिक शुद्धीकरणाची (श्वासावर लक्ष केंद्रित ठेवणे) तार्किक प्रक्रिया आहे.

५) शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्यासाठी पुरेशी झोप अत्यंत महत्त्वाची आहे.किमान ६ ते ७ तास झोप उत्तम आरोग्यासाठी आवश्यक आहे. अवेळी झोप जसे रात्री उशिरा झोपणे, दिवसा बराच वेळ झोपणे आरोग्यास हानिकारक आहे. योग्य निद्रेवरच मानवी स्वास्थ्य, सुख, बल, पोषण, वृष्यता, ज्ञान, जीवित इ. बाबी अवलंबून असतात.

७) कोणत्याही अहितकर बाबींचा त्याग करावा, कोणतेही अनिष्ट व्यसन टाळावे (व्यसन अनेक रोगांना कारणीभूत ठरते. व्यसनाने अनेक शारीरिक, मानसिक, आर्थिक सामाजिक समस्या उद्भवतात. युवकांनी तंबाखू, मद्यपान आणि ड्रग्सपासून दूर राहावे. या सर्व गोष्टी शारीरिक आणि मानसिक आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत हानिकारक असतात. स्वास्थरक्षणाचे द्दष्टीने इतर शास्त्रोक्त आचरण नियम थोडक्यात पुढीलप्रमाणे-

दिनचर्या क्रम- ब्रह्ममुहुर्तावर उठणे (दैनंदिन सूर्योदयापूर्वी

किमान एक ते अर्धा तास अंगोदर उठणे उत्तम आरोग्यासाठी महत्वाचे आहे.) प्रातः आलेले मलमुत्रादिवेग उदीरण करणे. दात घासणे (तिखट, कडू, तुरट रसात्मक औषधी वनस्पति द्रव्य वापर करावा गोड/केमिकल युक्त पेस्ट टाळाव्यात), अर्धशक्ती नियमित व्यायाम (शरीरास विशिष्ट ताण देणे, कपाळावर घाम येईपर्यंत व्यायाम करणे.)

व्यायाम महत्त्व-दैनिक व्यायाम हे शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थ्यासाठी आवश्यक आहे. युवकांनी किमान ३० मिनिटे दैनंदिन व्यायाम करावा. यामुळे हृदयरोग, उच्च रक्तदाब, वजन नियंत्रण आणि हाडांच्या मजबुतीसाठी मदत होईल.तसेच, व्यायामामुळे मानसिक तणाव कमी होतो. अभ्यंग (अंगाला तेल लावणे/मसाज करणे) आवश्यक तेल शरीरात शोषले जाते. अंगाला सुगंधी उटणे लावणे (ीर्लीलळपस). सुखोष्ण पाण्याने स्नान करणे. पूजनीय आदर्शाचे पुजन/स्मरण करणे (मन स्वास्थ्यासाठी) मंगलाचरण. दिवसभरात किमान दोनवेळा आहार सेवन विधिवत करावा (सकाळचे जेवण १० ते २ वाजे पर्यंत, सायंकाळचे जेवण ७ ते ८ वाजे दरम्यान करावे.) रात्री दही तथा आंबट पदार्थांचे सेवन करू नये, आयुर्वेद शास्त्रानुसार ते निशिद्ध आहे. दिवसा दही खावयाचे झाल्यास आवळा, साखर अथवा मूग इ. सोबतच सेवन करावे. शरीरात जे पदार्थ अनावश्यक आहेत, ते शरीरात न ठेवता बाहेर टाकण्याची शरीराची नैसर्गिक प्रवृत्ती त्याला 'वेग 'असे आयुर्वेदाने संबोधले आहे. मलमूत्र या गोष्टी वेळीच शरीराबाहेर पडणे आवश्यक असते तसे न झाल्यास विविध रोगांची निर्मिती होते वात, मल, मूत्र, शिंका, तहान, भूक, झोप खोकला,श्रमाने येणारा दम, जांभई, अश्रू, ओकारी, शुक्र या गोष्टींची बाहेर जाण्याची प्रवृत्ती झाल्यास त्यांना कोणत्याही कारणाने अडवू नये तहान व भूक हे दोन घटक शरीराबाहेर पडणारे नसले तरी शरीराच्या त्या स्वाभाविक प्रवृत्ती असल्यानेत्यांचा यात समावेश केला आहे.असे धारण न करण्याचे १३ वेग सांगितले आहेत अन्यथा त्याना रोखल्याने त्यायोगे अनेक वातप्रकोपकजन्य रोग उद्भवू शकतात.

पाणी पिण्याबाबत नियम-

सकाळी झोपेतून उठल्यावर खूप जास्त पाणी पिण्याची आवश्यकता नाही. तहान असतानाच पाणी प्यावे, तेही मोजकेच गरजेपुरते प्यावे. तहान असतानादेखील अधिक प्रमाणात पाणी पिल्याने जाठराग्निवर/पाचन प्रक्रियेप्रक्रियेवर दुष्परिणाम होतो. पाण्याचा मात्रेतच आणि विधियुक्त वापर प्राणधारक आहे, म्हणून त्याला जीवन म्हणतात. फ्रीजमधील थंडपाणी कधीही पिऊ नये. शास्त्रानुसार कोमट पाणी नियमित पिण्यासाठी अत्यंत हितकारक आहे.

'अपचनावरी औषध उन पाणी, पचन झाल्यावरी पिणे बलप्रद । जेवताना पाणी होई अमृतासमान, जेवणानंतर लगेच विष ठरे ॥ झोपताना पिणे वाईट हो फार, त्याने होईल सर्दी रोग मस्तकाचे ।'

-नियमित व्यायाम, सदविचार, प्रसन्न राहण्या-वागण्याने, सूर्यप्रकाश इ. ने शरीरात Happy Hormones जसे की Serotonin, Dopamine, Endorphin, Oxytocin चांगल्या प्रमाणात स्त्रवतात. त्यांचे स्त्रवण शरीर-मानस आरोग्यासाठी खुप महत्वाचे आहे.

म्हणून स्वास्थ्य टिकविण्याच्या इच्छेने मनुष्याने सारा-सार/योग्य-अयोग्याचा विवेकबुद्धीने वापर करुन सार/योग्य ते स्विकारावे. म्हणजेच कोणत्याही बाबतीत हीनयोग, अतियोग (चुकीचे वर्तन) होणार नाही याची काळजी घ्यावी.

त्यामुळे आपणच आपल्या काही ज्ञात-अज्ञात चुका अुवा समजांमुळे आरोग्य व्याख्या बदलायची का? जसे की आयुष्य भर गोळ्या खाऊन जगायचे आणि सर्व रिपोर्ट नॉर्मल ठेवायचे म्हणजे आरोग्य का ?? म्हणूनच आपल्या सदविवेकाने "Health is a state of complete Physical, mental, Social & spiritual well being & not merely the absence of disease. अशी स्थिती आपल्या स्वास्थ्यासाठी आपणच स्वतः जपायची आहे.

डॉ नितीन मारुती खामकर
वैद्यकिय अधिकारी गट अ
पोलिस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज, दौंड.
मोबईल ९३२२५९५२९९

निमंत्रण पत्रिका

दीक्षांत संचलन

नंदकुमार ठाकूर, भा.पो.से.
प्राचार्य तथा पोलीस अधीक्षक,
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंड.

प्राचार्य तथा पोलीस अधीक्षक
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंड व
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज येथील सर्व अधिकारी आणि अंमलदार
सोमवार, दिनांक २२ डिसेंबर २०२५ रोजी सकाळी ०८.०० वाजता

नवप्रविष्ठ पोलीस प्रशिक्षणार्थी सत्र क्रमांक ४७
(चालक पोलीस अंमलदार)

दीक्षांत संचलन

समारंभास सहर्ष आमंत्रित करीत आहोत.

मुख्य अतिथी
मा. डॉ. श्री. सुहास वारके, भा.पो.से.
अपर पोलीस महासंचालक व
महानिरीक्षक, कारागृह व सुधारसेवा,
महाराष्ट्र राज्य, पुणे.

स्थळ :
मुख्य कवायत मैदान
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज दौंड

पोशाख :
पोलीस अधिकारी-रिव्हु ऑर्डर
नागरीक-राष्ट्रीय/समारंभीय

कृपया निमंत्रण पत्रिका सोबत आणावी व सकाळी ०७.३० वा. पर्यंत आसनस्थ व्हावे

वेळ	कार्यक्रम
सकाळी ०८.००	सन्माननीय अतिथींचे आगमन व मानवंदना
सकाळी ०८.०२	सन्माननीय अतिथी यांना परेड निरीक्षणासाठी आमंत्रित करुन परेडचे निरीक्षण
सकाळी ०८.०७	परेड कमांडर परेड सुरु करण्याची अनुमती घेतील.
सकाळी ०८.०८	ध्वज टोळीचे आगमन (सर्व उपस्थितांनी ध्वज टोळीच्या सन्मानार्थ राष्ट्रीय सॅल्युटचे वेळी उभे रहावे व गणवेशातील अधिकारी यांनी मानवंदना द्यावी)
सकाळी ०८.१०	प्राचार्य, पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज यांच्याकडुन प्रशिक्षणार्थी यांना शपथ
सकाळी ०८.१२	ध्वज टोळीचे निर्गमन (सर्व उपस्थितांनी ध्वज टोळीच्या सन्मानार्थ राष्ट्रीय सॅल्युटचे वेळी उभे रहावे व गणवेशातील अधिकारी यांनी मानवंदना द्यावी)
सकाळी ०८.१४	दीक्षांत संचलन परेड
सकाळी ०८.३४	अहवाल वाचन
सकाळी ०८.४०	बक्षिस वितरण
सकाळी ०८.४५	मा. मुख्य अतिथी यांचे संबोधन
सकाळी ०८.५०	सन्माननीय अतिथी यांना स्मृती चिन्ह प्रदान
सकाळी ०८.५२	निष्क्रमणकरीता परेड कमांडर अनुमती घेतील.
सकाळी ०८.५४	निष्क्रमण
सकाळी ०९.००	अल्पोपहार

आभार

शैलेंद्र भुरण
पोलीस निरीक्षक,
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र,नानवीज-दौंड,जि.पुणे.

श्री.नंदकुमार ठाकूर, भा.पो.से. प्रभारी प्राचार्य पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज दौंड यांनी माझ्यावर विश्वास दाखवून मदर पुस्तिका तयार करण्याची मला संधी दिली व वेळोवेळी मार्गदर्शन केले त्याबद्दल मी त्यांचे मनापासून आभार व्यक्त करतो...

सदर पुस्तिका बनविण्यासाठी मला पोलीस हवालदार/निलेश थोरात यांनी त्यांचे दैनंदिन कामकाज सांभाळून पुस्तिका तयार करणेसाठी माहिती संकलित करुन व्यवस्थित क्रमबध्द पध्दतीने मांडणी केली आहे. तसेच पोलीस हवालदार/प्रशांत काळे, पोलीस हवालदार/मंगेश चव्हाण, पोलीस हवालदार रविंद्र मेरगळ, पोलीस शिपाई/अर्चना टोनगे यांनी तांत्रीक स्वरुपाची मदत केली. दिपक वराळे व सुधिर टकले यांनी उत्तम प्रकारे छायाचित्रण केले. तसेच प्रशिक्षणाथी नितीन चव्हाण व निलेश कांबळे यांनी टंकलेखनाचे कामकाज पार पाडले. तसेच रा.पो.नि.सत्यवान माशाळकर, वैद्यकिय अधिकारी डॉ.नितीन खामकर या सर्वांनी वेळोवेळी आवश्यक ती मदत केली त्यामुळेच मी ही सुंदर कलाकृती तयार करु शकलो. तसेच मा.प्राचार्य श्री.नंदकुमार ठाकूर, तसेच मा. उप-प्राचार्य, श्री.रघुनाथ शिंदे पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंड यांनी या पुस्तिकेचा कच्चा मसुदा तपासून मोलाचे सहकार्य व मार्गदर्शन केले. मला लाभलेल्या ज्ञात-अज्ञात अधिकारी, अंमलदार व कर्मचारी यांचे मार्गदर्शन व सहकार्य यातून मी हे कार्य पूर्ण करु शकलो, त्याबद्दल त्यांच सुध्दा मनःपूर्वक आभार.......

शैलेंद्र भुरण
पोलीस निरीक्षक,
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र,नानवीज-दौंड,जि.पुणे.

पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंड

- **स्थापना :-** ०१ मे १९९०
- **प्रथम प्रशिक्षण सत्र -** १० सप्टेबर १९९० (२५३ प्रशिक्षणार्थी यांनी प्रशिक्षण घेतले)
- **पोलीस प्रशिक्षण केंद्राची एकूण क्षमता -** ६०० प्रशिक्षणार्थी, परंतू प्रशिक्षणासाठी अतीरिक्त प्रशिक्षणार्थी आल्याने प्रशिक्षणार्थी क्षमता ७०० पर्यंत वाढविण्यात आलेली आहे.
- **आजपर्यंत पार पडलेली प्रशिक्षण सत्रे -**

  १. मुलभुत प्रशिक्षण सत्रे - ४४

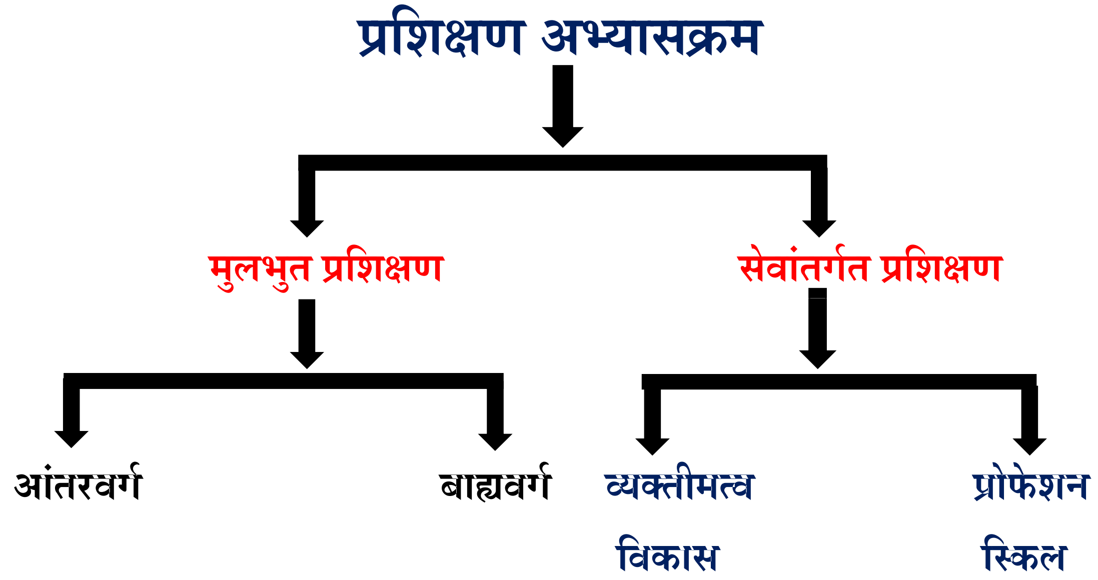
  २. सेवांतर्गत प्रशिक्षण अंमलदारांसाठी (PSU) - ६

  ३. होमागार्ड सत्रे - २

  ४.सद्यस्थितीत चालक पोलीस प्रशिक्षणार्थी यांचे सत्र क्रमाक ४५ दि. १९/०९/२०२४ पासून तसेच सत्र क्र.४६ दि.०९/१२/२०२४ पासून मुलभूत प्रशिक्षण सुरु आहे.
- **एकूण परीसर :-** ७५ एकर.
- **अंतर-**
- पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज ते दौंड शहर अंतर- ८ कि.मी.
- पुणे ते पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज- दौंड अंतर - ८० कि.मी.

2

पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, नानवीज-दौंड



चालक पोलीस प्रशिक्षणार्थी आंतरवर्ग अभ्यासक्रम

पेपर क्रमांक	विषय	तासिका
१	प्रमुख फौजदारी कायदे भाग-अ व भाग-ब (बेअर ॲक्टसह)	१६५
२	केंद्र व राज्याचे फौजदारी लघु कायदे (बेअर ॲक्टसह)	८४
३	गुन्हे नियंत्रण व पोलीस कार्यपध्दती	९४
४	कायदा व सुव्यवस्था	१००
५	पोलीस संघटन व प्रशासन	१०५
६	पोलीस कामकाजातील विज्ञान व तंत्रज्ञान	७०
७	मोटार वाहन कायदा	६०
८	महाराष्ट्र मोटार वाहन नियम १९८९	२४
९	भावनिक प्रज्ञावंत	३०
१०	ड्रायव्हिंग थेअरी (A)	२७
११	ट्राफीक एज्युकेशन (B)	४९
१२	व्हेईकल मेकॅनिझम ॲण्ड रिपेअर व्हेईकल मेंटेनन्स (C)	२४

IG Sir Visit

MT DIG SIR Visit

प्रशासकीस व्यवस्था :

पोलीस प्रशिक्षण केंद्राचा कारभार पाहण्यासाठी पोलीस अधीक्षक दर्जाचे त्यांना सहाय्यक म्हणून पोलीस उपअधीक्षक दर्जाचे अभ्यासक्रमासाठी पोलीस अधिकारी विधीनिदेशक बाह्य वर्ग अभ्यासक्रम शिकवण्यासाठी सशस्त्र पोलीस अधिकारी व कवायत निदेशक तसेच प्रशासकीय कामकाजासाठी मंत्रालयीन अधिकारी,कर्मचारी,भोजनालयासाठी स्वयंपाकी व मदतनीस तसेचसाफसफाई कर्मचारी कार्यरत आहेत.

प्राचार्य व प्रशासकीय कार्यालय परिसर

प्रशिक्षण केंद्रातील सुविधा :

१) वसतिगृह : प्रशिक्षणार्थींना वास्तव्यासाठी रायगड आणि राजगड अशी दोन वसतीगृहे आहेत त्यामध्ये एकूण ७०० प्रशिक्षणार्थींना राहण्याची सुविधा आहे प्रशिक्षणार्थींना सोलर वॉटर हिटरद्वारे २४ तास गरम पाणी उपलब्ध करून दिले जाते.

राजगड वसतीगृह

रायगड वसतीगृह

Gest Lecture

हार्ट फुलनेस

Ups @ Nps Gest Lecture

CCTNS Lecture

भोजनालय (शिवनेरी मेस

- भोजनालय क्षमता - एकावेळी ३५० प्रशिक्षणार्थी बसविले जातात.
- उपलब्ध डायनिंग टेबल - ४७

भोजनालय व्यवस्थापन

Form C
Government of Maharashtra
Food And Drug Administration
Food Safety and Standards Authority of India
License under FSS Act, 2006

Page 1 of 6

- भोजनालयामध्ये पेस्ट कंट्रोल व फुड लायसेन्स वेळोवेळी काढून घेतली जातात.

संवाद दरबार हॉल व प्रेरणा बहुउद्देशिय हॉल

दरबार हॉल

प्रेरणा बहुउद्देशिय हॉल

प्रशिक्षणार्थीसाठी शिबीरे, तज्ञ व्याख्याते यांची व्याख्याने, सांस्कृतिक कार्यक्रम तसेच विविध शासकीय समारंभ इत्यादी कार्यक्रमांसाठी या दोन्ही सभागृहाचा वापर केला जातो.

भिमागुरुकुल - सेमिनार हॉल

- प्रशिक्षण केंद्रामधील भिमागुरुकुल येथील सेमीनार हॉलमध्ये साप्ताहिक मिटींग तसेच विविध कार्यशाळा आयोजित केल्या जातात . सदर हॉलची क्षमता १२० आसनांची आहे.

विविध वस्तु भांडार

प्रशिक्षणार्थींना दैनंदिन गरजेच्या वस्तू प्रशिक्षण केंद्रातील वस्तु भांडारमध्ये माफक दरात उपलब्ध करुन दिल्या जातात.

शासकीय निवासस्थाने

पोलीस अंमलदार, चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी यांचे कुटुंबीयांसाठी असणारी ५० शासकीय निवासस्थाने

रुग्णालय

➢ प्रशिक्षण केंद्रातील दवाखान्यामध्ये पोलीस अधिकारी, अंमलदार, मंत्रालयीन कर्मचारी व वर्ग-४ कर्मचारी तसेच प्रशिक्षण घेणारे प्रशिक्षणार्थी यांच्यावर प्राथमीक उपचार केले जातात.

विश्रांती गृह

गेस्ट लेक्चर व विविध प्रशासकीय कामासाठी येणारे इतर घटकातील पोलीस अंमलदार अधिकारी यांचेसाठी तयार करण्यात आलेले विश्रांती गृह.

प्रशासकीय इमारतीसाठी सोलर लाईटची व्यवस्था

सोलर लाईट मुळे महिन्याला साधरणत: ६५,०००/- रुपये पर्यंतची विज बचत होऊ लागली.

कंपोस्ट खत प्रकल्प

पोलीस प्रशिक्षण केंद्रातील प्रशिक्षणार्थींची मेस तसेच पोलीस कर्मचारी वसाहत येथील स्वयंपाक, घरातील ओला सेंद्रीय कचरा आणि परीसरातील झाडे यांचा पालापाचोळा या सर्वांपासून प्रशिक्षण केंद्राकरीता कंपोस्ट खत बनविले जाते.

जलशुध्दीकरण केंद्र

रायगड वसतीगृह येथील RO प्रकल्प

एका तासाला १००० लिटर फिल्टर पाणी

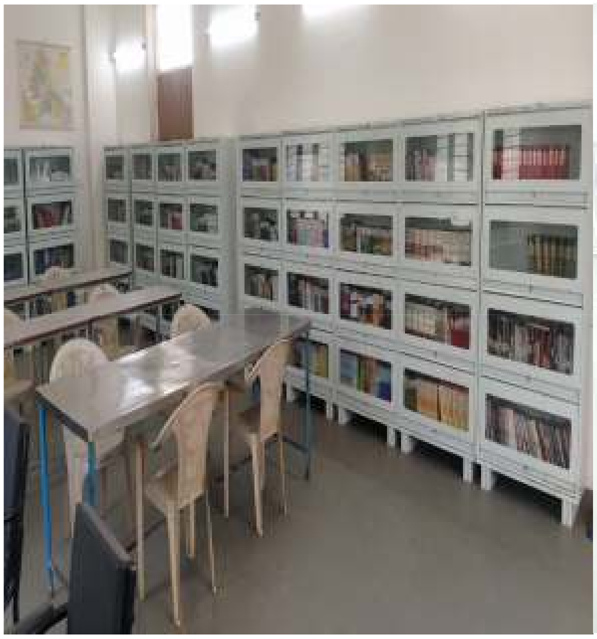
क्षमताव पाणी वाटपासाठी १५० पाण्याचे जार आहेत.

विहीरीवरील RO प्रकल्प

दिवसाला २ लक्ष पाणी फिल्टर क्षमता

किंमत-४,१८,०००/-(चार लक्ष अठरा हजार)

ग्रंथालय



➢ प्रशिक्षण केंद्रामधील रायगड वसतीगृहामध्ये वाचनालयामध्ये एकूण २४६७ पुस्तके उपलब्ध आहेत.

नर्सरी व जलाशय

कल्पतरु नर्सरी

रेन वॉटर हार्वेस्टींग प्रकल्प (जलाशय)

➢ प्रशिक्षण केंद्रामधील शोभीवंत फुलझाडांची निर्मीती करण्यासाठी नर्सरी व पाण्याची निकड भागविण्यासाठी शेततळे निर्माण करण्यात आले.

आंतरवर्ग क्लासरुम - २ इमारती

१. भिमागुरुकुल - १. वर्ग खोल्या -१२
(प्रत्येकी - ६० प्रशिक्षणार्थी) - ७२०
२. सेमीनार हॉल -०१
(१२० प्रशिक्षणार्थी)
३. स्टाफ रुम - ०२
४. प्राचार्य व उपप्राचार्य कक्ष - ०२

२. ज्ञानमंदिर - १. वर्ग खोल्या -०५
(प्रत्येकी - ५० प्रशिक्षणार्थी) - २२५
२. संगणक कक्ष- ०१
३. सर्व्हर रुम- ०१
४.स्टोअर रुम - ०१

प्रेरणा स्थळे :

संविधान चौक

अशोक स्तंभ

फोटो क्लब, घटनास्थळ, फॉरेन्सीक लॅब

आंतरवर्गामध्ये फॉरेन्सीक, घटनास्थळ पंचनामा यांचे प्रात्याक्षिक दाखविण्यासाठी प्रभावी वापर केला जातो

मॉडेल पोलीस स्टेशन

प्रशिक्षणार्थी यांना पोलीस स्टेशनमधील सर्व माहिती तसेच विविध आस्थापना याविषयी माहिती देण्याकरीता प्रशिक्षण केंद्रामध्ये मॉडेल पोलीस स्टेशनची उभारणी करण्यात आली आहे.

सी.सी.टी.एन.एस. / ॲम्बिस प्रोजेक्ट लॅब

संगणक कक्षामध्ये सध्या चालु स्थितीत एकूण २२ संगणक आहेत.

AMBIS - Automated Multimodal Biometric Identi□ication Sy□tem या प्रणाली□ारे अंगुली मुद्र प्रशिक्षण आणि बोटांचे ठसे, डोळे, चेहरा यांच्या प्रतिमा स्वयंचलित पध्दतीने घेण्याचे प्रशिक्षण दिले जाते.

ट्राफिक एज्युकेशन पार्क

नवप्रविष्ठ चालक पोलीस शिपाई यांना वाहतुकीचे नियम व वाहतुकीसंबंधी विषयाचे प्रशिक्षणा करीता ट्राफिक एज्युकेशन पार्क तयार करण्यात आले आहे.

मोटार परिवहन विभाग : पोलीस प्रशिक्षण केंद्रामध्ये वापरण्यात येणाऱ्या वाहनांच्या देखभालीसाठी स्वतंत्र मोटर परिवहन विभाग असून त्यामध्ये गाड्यांचे पार्किंगची सुविधा करण्यात आलेली आहे.

शस्त्रागार : पोलीस प्रशिक्षण केंद्रामध्ये प्रशिक्षणासाठी लागणारे व कर्तव्याकरीता लागणारी शस्त्रे सु व्यवस्थित ठेवण्यासाठी तसेच शस्त्रांची देखभाल करण्यासाठी स्वतंत्र शस्त्रागार उपलब्ध आहे.

मोटार परिवहन विभाग

शस्त्रागार

अग्निरोधक यंत्रे : पोलीस प्रशिक्षण केंद्रामध्ये आगीच्या प्रसंगाला तोंड देण्यासाठी ठिकठिकाणी अग्निरोधक यंत्रे ठेवण्यात आलेली आहेत

नियंत्रण कक्ष : पोलीस प्रशिक्षण केंद्रातील सर्व बाबींची नोंद घेण्यासाठी व अत्यावश्यक सेवेसाठी नियंत्रण कक्ष उपलब्ध आहे

अग्निरोधक यंत्रे

नियंत्रण कक्ष

Camp Visit

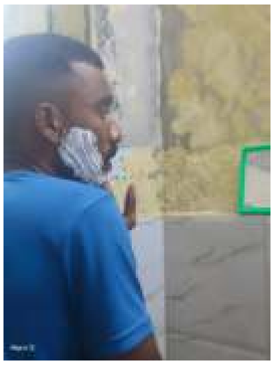
गणेश उत्सव

गणेश उत्सव

स्कॉड नं.०१

स्कॉड नं.०२

पक्का इरादा



स्कॉड नं.०३

स्कॉड नं.०४

स्कॉड नं.०५

स्कॉड नं.०६

स्कॉड नं.०७

181
196
197
198
199
200
202
203
205
206
208
209
210
182
183
186
187
188
189

स्कॉड नं.०८

स्कॉड नं.०९

261
262
263
264
265
266
267
268
269
270
244
245
247

ज्ञानमंदीर

स्कॉड नं.१०

SQUAD NO 10
WORKING MASTI

स्कॉड नं.११

324
312
305
321
327

324
320
312
305
321
327
323
325

स्कॉड नं.१२

प्रेरणा मंदिर

स्कॉड नं.१३

POLICE

दान पेटी

चक्रपाणी
२०२५

स्कॉड नं. १४

408
407
398
416
415
414
413
403
401
410
402
409
406

स्कॉड नं.१५

स्कॉड नं.१६

461
475
457
453

472

स्कॉड नं.१७

स्कॉड नं.१
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड पुणे

स्कॉड नं.२
दौंड पुणे

स्कॉड नं.३
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड पुणे

स्कॉड नं.४

स्कॉड नं.५

स्कॉड नं.६

स्कॉड नं.७
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.८
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.९
दौंड

स्कॉड नं.१०
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.११
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.१२
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.१३
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.१४
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.१५
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

स्कॉड नं.१६
पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे
स्थापना

स्कॉड नं.१७
दौंड
पुणे
स्थापना

पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे
स्थापना

पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

पोलीस प्रशिक्षण केंद्र नानवीज
दौंड
पुणे

पोलीस भरती

पोलीस होण्याचे स्वप्न तू उतरव आता सत्यात ।
संधी पुन्हा पुन्हा येत नसते येणाऱ्या पोलीस खात्यात ।।
सोळाशे मीटर रिंगणात तू अगदी जीव तोडून धाव ।
मेरिट लिस्ट मध्ये येऊ दे दणक्यात तुझं नाव ।।
जिद्द मनात ठेवून असा फेक गोळा ।
आई-वडिलांनी जे स्वप्न दाखवले डोळा ।।
रात्र रात्र जागून तू कर पक्की लेखी ।
अंगावर चढलीच पाहिजे रे रुबाबात यंदा खाकी ।।
तुझ्या मेहनतीचा इथे कस लागू दे सगळा ।
इतिहास घडवून दाखव असा जगा वेगळा ।।

प्रशिक्षणार्थी पो.शि./नितीन साहेबराव चव्हाण
स्कॉड नं-१७ रोल नं-५०१
भरती जिल्हा-मुंबई शहर

हे दिवस सुद्धा जातील

हे दिवस सुद्धा जातील तू धीर सोडू नको अपयश
पदरी पडलं म्हणून हार मानू नको.
मार्ग खडतर असेल तू माघार घेऊ नको ध्येय नक्की
गाठशील फक्त अशा सोडू नको.
कुणी साथ देत नसेल तू खचून जाऊ नको.
वाटा सापडत नाहीत म्हणून थांबून राहू नको.
संपले सगळं असं वाटेल तू टोकाचे निर्णय घेऊ नको
ध्येय नक्की गाठशील फक्त आशा सोडू नको.

पो.हवा/एम.डी.चव्हाण,प्रशिक्षक

ट्रेनिंगच महत्व

नानवीजच पोलीस प्रशिक्षण असत खास,
कारण वेळ येताच पोलीस बनेल सामान्यांचा श्वास.
रिकुट ला रोज मारावे लागतात ग्राऊंड वर राऊंड,
त्याला झोपेतही ऐकू येतो एक दोन तीनचा साऊंड.
ट्रेंनिंग सेंटरचा सर्व स्टाक धडपडतो,
तेव्हा कुठे एक पोलीस हिरा घडतो.

कधी त्याच्या आयुष्यात येतील असेही क्षण,
त्याता बाजुला ठेवाव्या लागतील स्वतःच्या ईच्छा
स्वतःच मन. वाईट प्रवृत्तीच्या राक्षसांनी जरी केला
सामान्यांचा घात, भविष्यात हाच रिक्रुट बनेल
त्यांचा मदतीचा हात.

-RPC सुमित बाळु गोसावी
Squad No-07, che. N-194
(भरती :- मुंबई शहर)

जीवन जगता आलं पाहिजे

मरता केंव्हाही येतं पण जगता आलं पाहिजे
सुख भोगता केंव्हाही येतं
पण दुःख पचवता आलं पाहिजे
रंग सावळा म्हणून काय झालं
कर्तृत्व उजाळता आलं पाहिजे
रंग गोरा असला म्हणून काय झालं
मनावरील काजळी काढता आली पाहिजे
यशानं माणूस उंच जातो
पाय जमिनीवर ठेवता आलं पाहिजे
मिळालेल्या यशात समाधान मानून
आनंदी जीवन जगता आलं पाहिजे
पाप काय कसही करता येतं
पण पुण्य करता आलं पाहिजे
ताठ काय कोणीही राहतं
पण जरा झुकून वागता आलं पाहिजे
ठेच जीवनात लागतेच
सहन करता आली पाहिजे
मलमपट्टी करुन तिला
पुन्हा चालता आलं पाहिजे
शहाण्याचं सोंग घेऊन
वेडं होता आलं पाहिजे
कशाला बळी न पडता
आनंदी जगता आलं पाहिजे
जगण्याच्या लढाईत उणीव कायम भासेल
ती उणीव भरता आली पाहिजे
हास्य आणि अश्रूचा मिलाप करुन
फक्त समाधानी राहता आलं पाहिजे
आयुष्य खूप सुंदर आहे भरभरुन जगता आलं पाहिजे

प्रशिक्षणार्थी
पो.शि./निलेश धनाजी कांबळे
स्कॉड नं- ०४ रोल नं- ९९
भरती जिल्हा - मुंबई शहर

कठोर संघर्षात हसला

ताणतणावात धावतो इथे जगायचे तर प्रत्येकालाच
आहे कोण कसे थांबे कोणासाठी प्रत्येकाचा आपला
प्रवास ठरला आहे...

काय आणले होते सोबत एक दिवस आत्माही सोडुन
जाणार तुझं माझं म्हणता म्हणता कधी तरी मन
मात्र दुखवणार...

क्षणाचे सोबती आपण काळ नाही ओ कोणाला
कळला जगायचे आता हसता खेळता आयुष्यात
एक आला एक गेला...

हसता खेळता बालपण गेले गेली थोडीसी जवाणी
कधी तरी आवडणार हे जीवन पण झाली आता
अर्धि कहानी...

हसता खेळता जीवन जगावे जीवन होईल साकार
रडून मागे हटून कधीही मिळणार नाही या जीवनाला
आकार सुख दुःखाचे सारे आपण सोबती प्रत्येकजन
रडला हसला माणुसाकिने वागावे सर्वांशी...

विजेता तोच ठरला
जो कठोर संघर्षात हसला, जो कठोर संघर्षात हसला ...

प्रशिक्षणार्थी
पो.शि./प्रतिक शरद सुर्यवंशी
स्कॉड नं- ११ रोल नं- ३१२
भरती जिल्हा-मुंबई शहर

वडील

वडील म्हणजे...
परमेश्वराकडुन मिळालेल,
जीवनाची गोडी वाढविणार,
स्वप्न साकारण्यात मदत करणार,
असं, एक अनमोल गिफ्ट...

वडील म्हणजे...
अनेकदा कठोर,
भूमिकेवर ठाम,
सक्षमतेची साथ,
अस हळवं व्यक्तिमत्व...

वडील म्हणजे...
आयुष्याचा श्वास,
ध्येय सिध्दीसाठी आधार,
नावापाठची ओळख, जीवनाचं सर्वस्व,
असं जीवन घडवणार पितृत्व...

प्रशिक्षणार्थी पो.शि./पियुष वसंत मोरे
स्कॉड नं-०४
रोल नं-९७
भरती जिल्हा-मुंबई शहर

जाहली मी भावनिक

हल्ली मी कुणाशी भांडत नाही,
दु:ख माझे कुणापुढे मांडत नाही,
झाल्या वेदना अनावर,
तरी मनावर मी घेत नाही,

चुकला कोणी कितीही,
दोष मी त्याला देत नाही,
सोडावा लागेल स्वाभिमान,
इतकेही मी झुकत नाही,

जोडावे लागतील हात कोणापाशी,
इतकेही मी कधी चुकत नाही,
ओळखता येतो गणिमीकावा मलाही,
पण निशाना मी कधी साधत नाही,

भावनाशी जुळली नाळ माझी,
स्वप्नांचे इमले मी बाधीत नाही.

प्रशिक्षणार्थी पो.शि./निलेश किशोर सेलूकर
स्कॉड नं-०३
रोल नं-८८
भरती जिल्हा-मुंबई शहर

माझा संघर्ष

गरीब घरातला मुलगा म्हणून जन्माला आलो....
आई बापाच्या कष्टाकडे बगुन जगायला शिकलो...
मनामध्ये जिद्ध होती... आईच्या कष्टाची जाणीव होती...
पोलीस बनायचं स्वप्न सत्यात उतरावायचं होत....
बोलेल्या प्रत्येक शब्दना आता उत्तर देयचं होत....
ऐक नाही दोन नाही अवघ्या पाच वर्षाची घाथा आता ह्या ओळीत मांडची...
माझ्या प्रत्येक संकटात साथ देणाऱ्या व्यक्तीची व्यथा यात मडायची.....
स्वप्न होते, जिद्द होती, पूर्ण करायचा हट्ट होता.......
येणाऱ्या प्रत्येक संकटाला समोर जाण्याची ताकद होते.....
दोन वेळा अपयश आल्यानंतर खचून जाणारा मीच होतो.....
एवढं सगळं होउन्ही मैदान गाजवणारा मीच होतो....
रात्र रात्र जागून लेखी पक्की केली....
अंगावरती खाकी घेण्यासाठी डोळ्यांची मात्र रात्र केली...
आईच्या शब्दानंतर तिच्याही शब्दात ताकत दिसू लागली आलेल्या अपयशाला सामोरे जाण्याचे नवीन स्फूर्ती मिळू लागली.....
आईसारखी साथ देणारी व्यक्ती
आयुष्यात आली आता यशस्वी होण्याची मात्र आस वाढू लागली....
अपयशावर बोलणाऱ्या लोकांपेक्षा...
साथ देणारे हात महत्वाचे वाटू लागले.....
ऐक लक्षात ठेवलं कोणाच्याही अपेक्षांना तडा जाऊ द्यायचा नाही....
ह्या वर्षी मात्र गुलाल पडल्याशिवाय राहू द्यायचं नाही.....
जीवनाचे एक रान करेल, खेळ एका शर्तीवर आहे....
जबाबदारी, स्वप्न, भरारी एका भरतीवर आहे.....
शेवटी आला तो दिवस...
पोलीस खात्यामध्ये येणंच स्वप्न केल पूर.....
आता सुरुवात झाली यशाची.....
मात करेल आता बघितलेला
सगळ्या वाईट दिवसांची....

प्रशिक्षणार्थी पो.शि./बाळासो बापूराव कारंडे
स्कॉड नं.५, चेस्ट क्र.-१४१
मुळ घटक-मुंबई शहर

माझे बाबा

आठवतात बाबा मला प्रत्येक क्षणाला कारण गैरहजर असतात ते प्रत्येक सणाला.....।।१।।

उणीव आसते मला शाळेत जाताना बाबांनीही यावे कधी टाटा करायला.....।।२।।

भितीही वाटते कधी रात्रीच्या अंधारात जवळ जाऊनि त्याच्या शिरावे कुशीत.....।।३।।

स्वप्नामध्ये बाबा तुम्ही रोजच येतात फिरायला मला दूर दूर नेतात......।।४।।

डोळे उघडुनी पाहिले तर तुम्ही नसतात फिरल्याचा आनंद स्वप्नातच राहून जातात..... ।।५।।

याना बाबा लवकर घरी सर्व कामे आरपोनी जग पहायचे आहे तुमच्या खांद्यावर बसूनी.....।।६।।

अभिमान आहे मला तुम्ही जाता देश सेवेला पण कुठेतरी कमी आसते तुमची परिवाराला.....।।७।।

प्रपोशि/महेंद्र नारायण देवघरे
स्कॉड नं-१४
रोल नं-४११
भरती जिल्हा-मुंबई शहर

नव्या पर्वाची सुरुवात

खांद्यावरती बिल्ला नवा, मनात नवे तेज,
जुना काळ सरला आता, नवी हीच सेज.
नवीन दमाचे रक्त, नवीन ही उमेद,
पोलीस दलात आज, नव्या पर्वाचा भेद.

सुरुवात
मावळली ती रात्र, प्रभात झाली आज,
नव्या दिशेची चाहूल, नवा समाज.
जुने कायदे बदलले, नवी यंत्रणा आली,
जनतेच्या रक्षणास्तव, नवीन हाक घाली.
वर्दी तीच खरी, पण संकल्प झाला खास,
तंत्रज्ञानाची साथ, संपेल अविश्वासाचा वास.
डिजिटल क्रांती आज, हाताशी आली,
गुन्हेगारीच्या मुळावर, घाव घालण्यासाठी.

संकल्प
गुन्हेगारांवर वचक, कायद्याचा आधार,
गरीब असो वा श्रीमंत, न्याय सर्वांना समान.
माणुसकीचा हात, संकटात देणार,
जनतेच्या मनात विश्वास, पुन्हा रुजणार.
शांतता आणि सुव्यवस्था, हेच ब्रीदवाक्य,
सत्य आणि निष्ठेचे, हेच खरे महाकाव्य.
प्रत्येक तक्रारीचे, गांभीर्य असेल खास,
लोकशाहीच्या मूल्यांचा, नको कधीही ह्रास.

पर्व
शारीरिक शक्तीसोबत, बुद्धीची धार हवी,
कठीण परिस्थितीत, संयमाची चाल नवी.
प्रशिक्षणाचे ते कष्ट, सार्थ आज झाले,
नव्या भारताचे पोलीस, कर्तव्याला निघाले.
नवीन आशा, नवीन ऊर्जा, नवी ही लढाई,
नव्या पर्वाची सुरुवात, जय हिंद। भारतभूमी आई।

पो. हवा.
मंगेश चव्हाण सर

नानवीजच्या शिबिरात

(दौंड पोलीस प्रशिक्षण केंद्र, रिक्रूट्ससाठी)

नानवीजची भूमी, जिथे गर्जतो महाराष्ट्र;
दौंडचे हे केंद्र, जिथे साकारते राष्ट्र.
खाकी वर्दीचे स्वप्न, मनी घेऊन आले;
देशसेवेचे व्रत, इथे त्यांनी घेतले.
पहाटेचा तो सायरन, देतो नवी हाक;
उठून उभे राहणे, नको क्षणाची झाक.
पी.टी.च्या मैदानावर, घाम गाळती सारे,
सशक्त बनवण्यासाठी, कष्ट किती अपारे!
बंदुकीची निशाणी, अचूक साधायची;
नियमांची शिस्त, हृदयी रुजवायची.
कवायतीचे पाऊल, पडते एकसमान;
एकजुटीची शक्ती, हाच त्यांचा मान.
शिक्षक आणि अधिकारी, कठोर त्यांचे बोल;
घडवतात ते हिरे, अनमोल हा मोल.
कायद्याची महती, नीतीचे ते धडे;
अन्यायाविरुद्ध लढायला, सज्ज होती रांगडे.
जेवण, अभ्यास, आराम, सर्वकाही वेळेवर;
पोलिसांचे जीवन, घडते याच शिळेवर.
दूर घर, दूर संसार, मनात एकच ध्यास;
देशाची सुरक्षा, हाच खरा विश्वास.
परीक्षा संपेल, होईल परेड मोठी;
सज्ज होतील जाण्यास, गावोगावीची ओटी.
नानवीजच्या शिबिरात, जे घेतले शिक्षण;
तेच त्यांचे बळ, तेच त्यांचे रक्षण.
आज रिक्रूट आहात, उद्या व्हाल जवान;
महाराष्ट्राची शान, राखाल देशाचा मान!

-पो.हवा.प्रशांत काळे सर

फर्स्ट दरबार

शालेय विद्यार्थी भेट

क्राईमसिन

Sardar Valbhbhai patel & Endira gandhi Jaynti

Jaynti

Walmiki Jaynti

Gandhi Jaynti

Pandit Neharu Jayanti

Annabhau Sathe Jayanti

Pandit Dindayal Upadhyay Jayanti

Birsamunda Jayanti

Yeshvantrav chavhan Jyanti

Dili oline Lecture

Geast Lecture

Date Doctor

स्पोर्टस्

१५ ऑगस्ट

QRO
QUALITY RESEARCH ORGANIZATION

Certificate of Registration

This is to certify that

POLICE TRAINING CENTRE - NANVEEJ, DAUND
TAL. DAUND, DIST. PUNE - 413801 MAHARASHTRA (INDIA)

has been independently assessed by QRO
and is compliant with the requirement of:

ISO 9001:2015
Quality Management System

For the following scope of activities:

IMPARTING BASIC TRAINING INCLUDING PHYSICAL TRAINING WITH HANDLING OF ARMS TO THE POLICE CONSTABLES ALSO MOTOR TRANSPORT TRAINING, PROFESSIONAL SKILLS UPGRADITION AND IN-SERVICE TRAINING COURSES FOR THE POLICE OFFICERS REGARDING CRIME PREVENTION & DETECTION, CRIME INVESTIGATION, HANDLING LAW & ORDER SITUATION AS PRESCRIBED BY THE TRAINING DIRECTORATE, MAHARASHTRA STATE POLICE.

Date of Certification: 12th August 2023
1st Surveillance Audit Due: 11th August 2024
2nd Surveillance Audit Due: 11th August 2025
Certificate Expiry: 11th August 2026

Certificate Number: 305023081217Q

QRO EGAC IAF

Head of Certification

Validity of this certificate is subject to annual surveillance audits to be done successfully on or before 365 days from date of the audit. (In case surveillance audit is not allowed to be conducted, this certificate shall be suspended / withdrawn)
The Validity of this certificate can be verified at www.qrocert.org
This certificate of registration remains the property of QRO Certification LLP, and shall be returned immediately upon request.

India Office : QRO Certification LLP
142, IInd Floor, Avtar Enclave, Near Paschim Vihar West Metro Station, Delhi-110063, (INDIA)

SMART
ISO 9001:2015
POLICE

SMART Policing
Strict and Sensitive
Modern and Mobile
Alert and Accountable
Reliable and Responsive
Techno-savvy and Trained Police Force

This certificate is awarded to

POLICE TRAINING CENTRE - NANVEEJ
TAL. DAUND,
DIST. PUNE - 413 801.

For superior achievement and excellence in ISO certified SMART Police with Grade "A++"

ISO 9001:2015 Certificate No. 305023081217Q

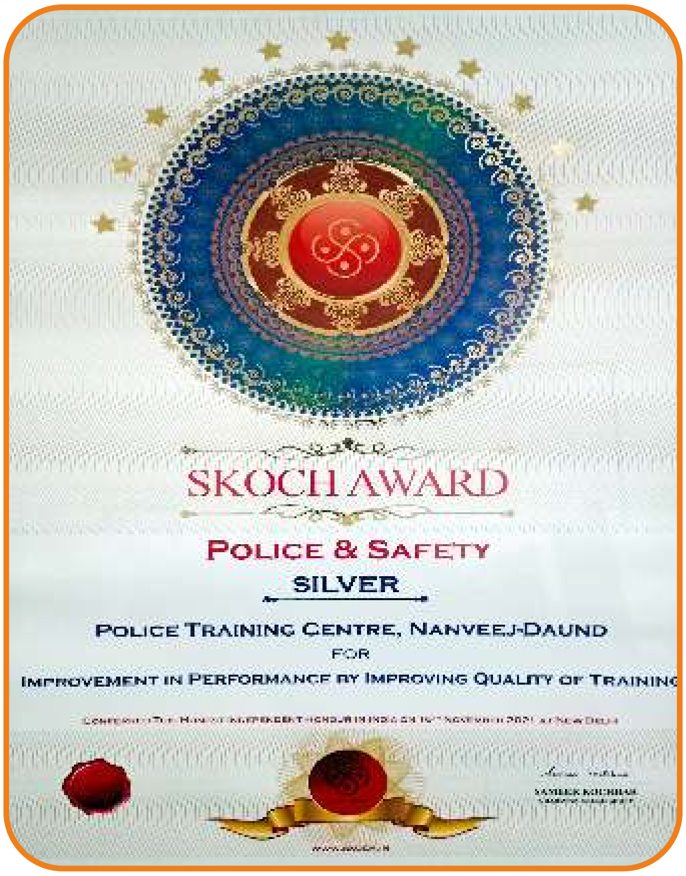
Date of Validity 11th August 2026.

For SOAR

Authorised Signatory

"SOAR" 7, Tushar, Chinchwad, Pune-411033, Maharashtra (India).
email id:-soarmanagement@gmail.com
This certificate remains the property of SOAR

✻ राष्ट्रीय व आंतरराष्ट्रीय स्तरावर आपल्या पी.टी.सी. चे दैदिप्यमान यश ✻


SKOCH AWARD

POLICE & SAFETY

SILVER

POLICE TRAINING CENTRE, NANVEEJ-DAUND

FOR

IMPROVEMENT IN PERFORMANCE BY IMPROVING QUALITY OF TRAINING

SAMEER KOCHHAR

SKOCH GROUP

SEMI-FINALIST

SKOCH ORDER OF MERIT

This is to certify that

Improvement in Performance by Improving Quality of Training

Police Training Centre, Nanveej-Daund

has qualified the Semi-Finals of SKOCH Award 2021

SAMEER KOCHHAR, CHAIRMAN, SKOCH GROUP