

चटपटीत मसाला पाव

साहित्य- अमूल बटर अर्धी वाटी, दोन मध्यम कदि बारीक चिरून, दोन मध्यम टोमॅटो बारीक चिरून, दोन टेबलस्पून बारीक चिरलेली हिरवी मिरची, एक टेबलस्पून आलं-लसूण पेस्ट, पाव वाटी बारीक चिरलेली कोथिंबीर, दोन चमचे पाव भाजीचा मसाला, पावभाजीचे पाव, एक चमचा लाल मिरचीचे तिखट, एक चमचा लिंबाचा रस, चवीनुसार मीठ.

कृती- तव्यावर अमूल बटर घालून गरम करून घ्या व त्यात बारीक चिरलेला कांदा घालून तो मऊ होईपर्यंत परता. मग त्यात आलं-लसणाची पेस्ट घालून दोन मिनिटे परतून घ्या. नंतर पाव भाजीचा मसाला घालून पुन्हा दोन मिनिटे परता. आता त्यात बारीक चिरलेले टोमॅटो व लाल मिरचीचे तिखट घालून टोमॅटो मऊ होईपर्यंत परता. मग हिरव्या मिरच्यांचे बारीक चिरलेले तुकडे घालून ते कुरकुरीत होईपर्यंत परता आता पावाच्या दोन्ही बाजूला (बाहेरून आणि आतून) बटर लावून दोन्ही बाजू भाजून घ्या.

नंतर आतील बाजूला आपण तयार केलेला मसाला सगळीकडे पसरून लावा. मसाला लावलेला पाव तव्यावर ठेवून डावाने साखडा दाबत राहून हलका भाजून घ्या. याच पद्धतीने सगळे पाव मसाल्याचे तयार करून घ्या. गरम मसाला पाव पुढित्याच्या चटणी सोबत सर्व्ह करा.



चेहरा आरोग्याचा आरसा

आपली त्वचा हा आपल्या आरोग्याचा आरसा असतो. त्यातल्या त्यात चेहऱ्याची त्वचा आपले आरोग्य कसे आहे हे दर्शवीत असते. जुन्या काळातील आयुर्वेदासारख्या सगळ्या जुन्या उपचार पध्तींनी ही गोष्ट मान्य केलेली आहे. चीनमध्ये लोकप्रिय असलेल्या ऍक्स्युंपंकर किंवा ऍक्स्युप्रेशर अशा जुन्या उपचार पध्दतीत सुद्धा चेहरा बघून आरोग्याचे निदान केले जाते.

आयुर्वेदामध्ये जशी नाडी परीक्षा आहे. तेवढी ही चेहऱ्याची परीक्षा शास्त्रशुध्द आणि नेमकी नाही. परंतु आरोग्याच्या काही तक्रारींचा अंदाज चेहऱ्याच्या त्वचेवरून येतो असे अनेक अनुभवी डॉक्टर आणि वैद्यांचे म्हणणे आहे. आपल्या शरीरातल्या अवयवांमध्ये जे काही घडते त्याची प्रतिक्रिया चेहऱ्यावर उमटते आणि चेहऱ्यावरून जे दिसते त्याचाच विस्तार शरीरातल्या अवयवांमध्ये झालेला असतो असे चिनी लोक मानतात. आधुनिक काळातले त्वचारोग तज्ञ देखील त्वचेवरच्या विविध डागांवरून रुग्णाच्या कोणत्या अवयवात काय बदल झालेले आहेत हे

हेरता येते असे मान्य करत आहेत. काही डॉक्टरांनी तर चेहऱ्यावरचा कोणता बदल शरीरातल्या कोणत्या दोषाचा द्योतक आहे याचे काही ठोकताळे बसवलेले आहेत. तोंडामध्ये होणारे बदल किंवा दिसणारे दोष हे पोटातल्या विकाराचे द्योतक असतात. अपचन झालेल्या रुग्णाच्या तोंडाला दुर्गंध येतो. पोटातल्या काही विकारांचे प्रतिबिंब तोंड येथ्यात उमटत असते. मूत्रपिंड आणि मूत्राशय यात काही दोष असतील तर ते दोष हनुवटीवर उमटतात. त्याच बरोबर लिव्हरमध्ये काही दोष असेल तर

पापण्यामध्ये बदल होतात. काही लोकांना या गोष्टी मान्य नाहीत परंतु शेवटी हे ठोकताळे आहेत.



काही लोकांच्या चेहऱ्यावर मानेच्या मागे त्वचा झिंकट पडायला लागते तेव्हा काही विशिष्ट आजार बळावत असतात. काही लोकांच्या चेहऱ्यावरच्या काही बदलांतून अनेक डॉक्टरांना तो मधुमेहाला बळी पडण्याची शक्यता लक्षात येते. चेहऱ्यातले काही बदल विशेषतः कानाच्या मागेचे बदल हे रुग्ण ज्यादा अन्न प्राशन करत असल्याचे द्योतक असते असे काही डॉक्टरांच्या लक्षात आले आहे. सतत पैशाच्या मागे लागणारे लोक, दारू पिणारे लोक, रक्तदाब वाढलेले लोक चेहऱ्यावरून सरळ सरळ ओळखू येतात मात्र त्यासाठी अनुभवी नजर लागते.

आता डेस्कटॉपवरून करा व्हॉट्सएप व्हिडिओ आणि ऑडियो कॉल

व्हॉट्सएप कंपनी आपल्या यूजर्ससाठी नेहमीच नवीन फीचर्स आणते. आता कंपनी नवीन फीचर्स वर काम करीत आहे. व्हॉट्सएप यूजर्सला आता डेस्कटॉपवरून सुद्धा कॉल करता येणार आहेत. या कॉलमध्ये ऑडियो आणि व्हिडिओचा समावेश असेल.



आणला आहे. हा ऍप वेगाने लोड होते. तसेच सहज इंटरफेस सोबत येते. याच्या मदतीने व्हॉट्सएप आपल्या यूजर्सला जास्तीत जास्त ८ लोकांसोबत ग्रुप व्हिडिओ कॉल आणि ३२ लोकांसोबत ऑडियो कॉल करण्याची सुविधा देते.

मैक ओएस ला ही सुविधा मिळणार

समोर आलेल्या माहितीनुसार, फक्त विंडोजचा यात समावेश करण्यात आला आहे. परंतु, हे फीचर मॅकबॅकच्या यूजर्ससाठी उपलब्ध केले जाणार आहे. कारण, सध्या मॅक डेस्कटॉप व्हर्जन बीटा टेस्टिंग मध्ये आहे. नुकत्याच एका ब्लॉग पोस्टमध्ये मेटाने म्हटले की, विंडोजच्या इस्टेट मेसेजिंग ऍप व्हॉट्सएपला नवीन फीचर्स सोबत एक नवीन लूक मिळाले आहे. मेटाने म्हटले की, आम्ही विंडोजसाठी एक नवीन व्हॉट्सएप ऍप आणले जात आहे. जे वेगाने लोड होईल. या ऍप सोबत मोबाइल व्हर्जनच्या साखरे इंटरफेस सोबत येईल.

डेस्कटॉपवर व्हॉट्सएप कॉल कसा कराल ?

डेस्कटॉपवर व्हॉट्सएप ऍपच्या माध्यमातून व्हिडिओ किंवा ऑडियो कॉल करण्याची सुविधा अपडेट सोबत उपलब्ध आहे. या सुविधेचा लाभ घेण्यासाठी तुम्हाला डेस्कटॉप व्हॉट्सएप ऍपला अपडेट करावे लागणार आहे. अपडेट करण्यात आल्यानंतर तुम्हाला मोबाइल इंटरफेस प्रमाणे व्हिडिओ कॉल आणि ऑडियो कॉलचे आयकॉन दिसेल.

खेळानंतर स्नॅक्सचे सेवन मुलांसाठी घातक

अनेक मुले खेळून आल्यानंतर जास्त स्नॅक्स सेवन करतात, त्यांच्यात त्यामुळे अनावश्यक उष्मांक वाढतात. परिणामी त्यांना आवश्यक असलेला आरोग्यावरील परिणाम साध्य होतांना दिसत नाही, त्यानंतर मग आहारात बदल करण्याची वेळ येते, असे एका संशोधनात दिसून आले आहे. ‘अमेरिकन जर्नल ऑफ हेल्थ बिहॅवियर’ या नियतकालिकात म्हटले आहे की, मुलांमध्ये खेळत असताना प्रत्येक खेळतून १७० उष्मांक जाळले जातात. हे खरे असले तरी खेळानंतर मुले अंदाजे २१३ उष्मांक घेतात. शाळेत खेळानंतर मुले दमतात व त्या नादात ते जास्त स्नॅक्स सेवन करतात. तरुणांच्या क्रीडा स्पर्धा, वाढदिवस यात स्नॅक्स सेवन करण्याची संस्कृतीच अमेरिकेत रूढ आहे, असे ब्रिगहॅम यंग विद्यापीठाच्या प्रमुख संशोधक लोरी स्पुअन्स यांचे म्हणणे आहे. खेळून आल्यानंतर मुलांनी गोड पदार्थ सेवन केल्याने त्यांच्यात उष्मांक वाढतात. या संशोधनानुसार तिसरी-चौथीतील मुले फुटबॉल, प्लॅग फुटबॉल, बेसबॉल, सॉफ्टबॉल खेळतात. त्यांचे हे खेळ शारीरिक व्यायाम देणारे असले तरी नंतर ते उष्मांक वाढवणारे स्नॅक सेवन करतात त्यामुळे हवा तो परिणाम साध्य होत नाही. आईवडीलच या मुलांना ८० टक्के वेळा स्नॅक्स घेऊन देतात. ९० टक्के वेळा गोड शीतपेयेही घेऊन देतात, त्यामुळे त्यांच्या आरोग्यावर वाईट परिणाम होतो.

संशोधकांच्या मते खेळानंतरच्या स्नॅक्समधून २६ ग्रॅम साखर पोटात जाते. यात साखरयुक्त शीतपेये व इतर पेये मोठी घातक ठरतात. मुलांनी वयाच्या पाचव्या वर्षापासून साठ मिनिटे तरी खेळले पाहिजे. त्याबरोबर जर उष्मांक अतिरिक्त वाढत असतील तर ते घातक आहे त्यामुळे मुलांना



अशा पद्धतीने घरीच तयार करा फाऊंडेशन पावडर

सध्या लग्नसराईचा काळ सुरू आहे. आज कोणा मैत्रिणीचा साखरपुडा आहे तर उद्या मित्रांचं लग्न. घरातही कोणत्या ना कोणत्या नातेवाईकांचे लग्न असतेच. या सगळ्यात प्रत्येक वेळी पार्लरमध्ये जाऊन मेकअप करणं परवडणारं असतंच असं नाही.



अनेकदा फाऊंडेशन, काजळ, लिपस्टिक आणि आयलालायन लावूनही मुली सुंदर दिसतात. पण तुम्हाला माहीत आहे का बाजारात मिळणारे फाऊंडेशन तुम्ही अगदी काही मिनिटांत घरच्या घरी करू शकता. तुम्ही हजारो रुपये महागड्या फाऊंडेशनसाठी खर्च करता का ? तुम्ही जे महागडे मेकअपचे साहित्य वापरता त्यामध्ये वापरल्या जाणाऱ्या गोष्टी या त्वचेसाठी हानीकारक असतात. पण हेच मेकअपचे साहित्य जर तुम्हाला घरी तयार करता आले तर ? चला तर मग घरच्या घरी फाऊंडेशन पावडर कसे तयार केले जाऊ शकते ते वाचू..

साहित्य :

- ऑलीव ऑईल
- जोजोबा ऑईल
- बदामाचे तेल
- चेहऱ्याला लावायची पावडर
- कोको पावडर

कृती :

चेहऱ्याला लावायच्या पावडरमध्ये कोको पावडर, ऑलीव ऑईल, जोजोबा ऑईल, बदामाचे तेल योग्य प्रमाणात टाका. हे मिश्रण जास्त जाड ही नको आणि जास्त पातळ ही नको. तयार झालेली पावडर बॉक्समध्ये टाकून सेट करा. १० मिनिटांत तयार आहे घरच्या घरी फाऊंडेशन पावडर.

ब्राऊन राईस खा आणि निरोगी राहा

तुम्हाला भात मनापासून आवडत असेल, पण वजन वाढेल या भीतीने तुम्ही तुमच्या आवडत्या अन्न पदार्थापासून लांब राहत असाल, तर आता तुम्हाला तुमचा मोह आवरण्याची जरासुद्धा गरज नाही. तुम्ही तुमच्या आहारामध्ये ब्राऊन राईस समाविष्ट करा आणि वजन वाढेल याची काळजी न करता भाताचे सेवन करा. ब्राऊन राईस म्हणजे नक्की काय, तर पॉलिश न केलेल्या, अन-रिफाइनड तांदळाला ब्राऊन राईस असे म्हटले जाते. तांदळाच्या दाण्याला सालीची दोन ते तीन आवरणे असतात. ब्राऊन राईस तयार करण्यासाठी तांदळावरील केवळ सर्वात बाहेरची, जाडसर असलेली साल काढली जाते. बाकीच्या पातळ साली तांदळावर तशाच ठेवल्या जातात, म्हणूनच हा तांदूळ दिसायला ‘ब्राऊन’, म्हणजेच भुरकट रंगाचा दिसतो. पांढरा तांदूळ तयार होताना त्यावरील सर्व सालीची आवरणे काढून टाकली जातात, त्यामुळे तो तांदूळ शुभ्र पांढरा दिसतो. पण पांढऱ्या तांदळांमध्ये केवळ स्टार्च असतो.

ब्राऊन राईस आणि पांढऱ्या तांदळांमध्ये कॅलरीज आणि कर्बोदकांचे प्रमाण जरी एकसमान असले, तरी पांढरा तांदूळ बनवण्याच्या प्रक्रियेमध्ये, त्यामध्ये असलेले बी२, बी१, बी६, ही जीवनसत्त्वे, मॅग्नेशियम, फॉस्फरस, लोह, फायबर आणि फॅटी ॲसिड्स ही पोषक तत्त्वे पूर्णतः नष्ट होऊन जातात. त्यामुळे पांढऱ्या तांदळापेक्षा ब्राऊन राईसचे सेवन आरोग्यास अधिक हितकारी असल्याचे आहारतज्ज्ञांचे म्हणणे आहे. ब्राऊन राईस मध्ये कर्बोदके, प्रथिने, फायबर, मॅग्नेशियम, थियामीन,



आरोग्यासाठी लिंबाचे फायदे

लिंबू हे फळ आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत उपयोगी आहेच, पण त्याशिवाय त्वचेच्या सौंदर्यासाठी देखील याचा वापर करण्याची पद्धत फार प्राचीन काळापासून अस्तित्वात आहे. लिंबाचा सुवास हा मन प्रफुल्लित करणारा आहे. किंबहुना मन उदास असताना लिंबाचा सुवास मनाला प्रसन्नता देणारा असल्याचे तज्ज्ञ म्हणतात. लिंबामध्ये जीवाणू प्रतिरोधक तत्त्वे आहेत. लिंबाचा रस हा केवळ त्वचेसाठी नाही, तर केसांच्या उत्तम आरोग्यासाठीही उपयुक्त आहे. लिंबाचा रस त्वचेवर लावल्याने त्यामुळे चेहऱ्यावरील काळे डाग, मुसम, पुटकुळ्या आणि इतर समस्या कमी होण्यास मदत होते. लिंबाच्या फोडी गुडघ्यांवर किंवा कोपरांवर चोळल्यास तेथील काळसरपणा आणि कोरडेपणा दूर होऊन तेथील त्वचा मुलायम होण्यास मदत होते. नखांवर आलेला पिवळेपणा हटवण्यासाठीही लिंबाचा रस उपयुक्त आहे. लिंबाचा रस संधिवात आणि पचनाशी निगडित समस्या दूर करण्याच्या उद्देशाने उपयुक्त आहे. तसेच जडशाने किडनीशी निगडित विकार असतील, त्यांच्यासाठी लिंबाच्या रसाचे पाण्यामध्ये मिसळून केले



अनेक गुणांचा खजिना : काकडी

शरीरामध्ये पाण्याची कमतरता होत नाही. तसेच यामुळे शरीराचे तापमान देखील नियंत्रित राहण्यास मदत होते. काकडीमध्ये अनेक रोगोपचारक गुण आहेत. यामध्ये असलेले पॉलीफेनोल्स अनेक तन्हेच्या कर्करोगांपासून शरीराचा बचाव करण्यास सक्षम आहेत. काकडीमध्ये पाणी आणि फायबर मोठ्या प्रमाणावर असल्यामुळे याच्या सेवनाने शरीरातील घातक पदार्थ बाहेर टाकले जाऊन शरीराची पचनक्रिया सुरळीत राहते. काकडीचा रस दररोज घेतल्याने गॅसेस, ॲसिडिटी, छातीत जळजळ अशा अपचनाशी निगडित तक्रारींना आळा बसतो. काकडी सिलीकाचे उत्तम स्रोत आहे. सिलीकाचे शरीरातील कनेक्टिव्ह टिश्यू बळकट होताना मधुमेहाच्या रुग्णासाठी काकडीच्या

पोटॅशियमचीदेखील उत्तम स्रोत आहे. शंभर ग्रॅम काकडीमध्ये सुमारे १४७ ग्रॅम पोटॅशियम असते, त्यामुळे याच्या सेवनाने रक्तदाब नियंत्रित होण्यास मदत मिळते. हृदयाच्या स्वास्थ्यासाठी देखील काकडीचे सेवन करणे चांगले. काकडीमध्ये ९५ टक्के पाणी असल्याने याच्या सेवनाने



बदलापुरात सायंकाळी अतिक्रमण विरोधी कारवाई बाजारपेठ, पनवेल मार्गावरील अतिक्रमण हटवले

■**बदलापूर** : फेब्रुवारी महिन्याच्या पहिल्या आठवड्यात बदलापूर शहर पदपथ मोकळे करण्यासाठी कुळगाव बदलापूर नगरपालिकेचे मुख्याधिकारी मारुती गायकवाड यांनी धडक कारवाई केली होती. त्यानंतर फेब्रुवारीच्या शेवटच्या आठवड्यात सायंकाळनंतर शहराच्या प्रमुख वर्दळीच्या रस्त्यांना मोकळे करण्यासाठी सोमवारी कारवाई करण्यात आली. अचानक झालेल्या या कारवाईमुळे वर्दळीचे रस्ते मोकळे झाले. अनेक टपऱ्या, पदपथावरील दुकाने, हातगाड्या यावेळी हटवण्यात आल्या. नागरिकांकडून या कारवाईचे स्वागत केले जाते आहे.



भाजी मंडईत गर्दी

रस्त्यावर, पदपथावर बसणारे विक्रेते, अधिकृत फेरिवाले आणि हातगाड्या कारवाईमुळे सोमवारी सायंकाळी स्थानक परिसरातून पळले. त्यामुळे नागरिकांनी स्थानक परिसरात असलेल्या अधिकृत भाजी मंडईत गर्दी केली होती. त्यामुळे विक्रेत्यांमध्ये समाधानाचे वातावरण होते. तर नागरिकही या कारवाईचे स्वागत करताना दिसत होते.

बदलापूर शहरात गेल्या काही महिन्यात महत्वाचे पदपथ, चौक, रस्ते आणि मोकळ्या जागा फेरिवाले, अतिक्रमणांनी गिळंकृत केले होते. पदपथही व्यापले गेल्याने पादचाऱ्यांना रस्त्याने चालावे लागत होते. परिणामी वाहतूक कोंडी आणि अनेक समस्या उद्भवत होत्या. त्यामुळे पदपथ आणि रस्ते मोकळे करावे, चौकातील अतिक्रमणे हटवावी अशी मागणी होत होती. फेब्रुवारी महिन्याच्या पहिल्या आठवड्यात जवळपास चार दिवस कुळगाव बदलापूर नगरपालिका प्रशासनाने शहरात अतिक्रमण हटाव मोहिम राबवली. मुख्याधिकारी मारुती गायकवाड यांनी केलेल्या या धडक कारवाईचे शहरातून कौतुक झाले. चार दिवस चाललेल्या या कारवाईत शहरातील महत्वाचे वर्दळीचे भाग, चौक यांच्यासह अंतर्गत रस्ते आणि पदपथ मोकळे झाले होते. त्यामुळे पदपथांनी मोकळ

केली जाईल, असे जाहीर केले होते. त्यानुसार सोमवारी सायंकाळनंतर शहराच्या पश्चिम भागातील बाजारपेठ, खाऊ गल्ली परिसरात धडक कारवाई करण्यात आली. यावेळी मुख्याधिकारी गायकवाड स्वतः हजर होते. यावेळी अनेक दुकाने, हातगाड्या आणि टपऱ्यांवर तोडक कारवाई करण्यात आली. पूर्वेतील प्रस्तावित पनवेल मार्गावरही कारवाई करण्यात आल्याची माहिती मारुती गायकवाड यांनी दिली आहे.

सायंकाळी कारवाई केल्याने अचानक फेरिवाल्यांची तारांबळ उडाली. अनेकांनी आपले साहित्य हटवले. मात्र अनेक साहित्य कारवाईत आले. या कारवाईमुळे सायंकाळनंतर बाजारपेठ परिसर मोकळ वाटत होता. ही कारवाई यापुढेही सुरूच राहील अशी माहिती गायकवाड यांनी दिली आहे.

एमए शिक्षण घेणाऱ्यांची अतिरिक्त वेतनवाढ बंद, ठाणे महापालिकेचा निर्णय

■**ठाणे** : राज्यात मराठी भाषा धोरण लागू झाल्यानंतर सरकारी कार्यालयांमध्ये मराठीत बोलणे अनिवार्य करण्यात आले असतानाच, दुसरीकडे कला पदव्युत्तर पदवी (एमए-मराठी) शिक्षण घेणाऱ्या अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांची अतिरिक्त वेतनवाढ बंद करण्याचा निर्णय ठाणे महापालिकेने घेतला आहे. यासंबंधीचे परिपत्रक पालिका प्रशासनाने काढले असून यामुळे एमएचे शिक्षण घेत असलेल्या अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांचा हिरमोड झाला आहे. सातवा वेतन आयोगात शिक्षणावर आधारित अतिरिक्त वेतनवाढ देय असण्याबाबत शासन निर्देश प्राप्त झालेले नसल्याचे सांगत हा निर्णय घेतला आहे.

राज्यात मराठी भाषा धोरण लागू झाल्यानंतर सरकारी कार्यालयात मराठी अनिवार्य करण्यात आले आहे. यानुसार सरकारी, निमसरकारी, स्थानिक स्वराज्य संस्था, महामंडळे तसेच सरकारचे अनुदान घेणाऱ्या कार्यालयातील कर्मचाऱ्यांना आणि तिथे येणाऱ्यांना मराठीतच बोलणे बंधनकारक करण्यात आले आहे. याची अंमलबजावणी न झाल्यास संबंधित अधिकारी,



परिपत्रकात काय म्हटले आहे

ठाणे महापालिकेत सातवा वेतन आयोग लागू झाला आहे. सातव्या वेतन आयोगामध्ये शिक्षणावर आधारित अतिरिक्त वेतनवाढी देय असण्याबाबत शासन निर्देश अद्याप प्राप्त झालेले नाही. यामुळे डीएमजीएफएम, एलएसजीडी, एलजीएस, एमए(मराठी) आणि तत्सम अभ्यासक्रमासाठी दिली जाणारी अतिरिक्त वेतनवाढीबाबत प्रशासनाने अंतिम निर्णय स्वतः घेणे आवश्यक असल्याचे निरीक्षण मुख्य लेखा परिक्षकांनी नोंदविले आहेत. त्या अनुषंगाने पडताळणी करून यापुढे अशा प्रकारचे शिक्षण घेणाऱ्यांना अतिरिक्त वेतनवाढ देता येणार नाही, असे पालिकेने परिपत्रकात म्हटले आहे.

कर्मचाऱ्यांवर शिस्तभंगाची कारवाई करण्यात येणार आहे. मराठीच्या अनिवार्यतेबाबतचा शासन निर्णय नियोजन विभागाकडून काढण्यात आलेला आहे. एकीकडे मराठी भाषेच्या प्रचार आणि प्रसारासाठी राज्य शासनाकडून अशाप्रकारचे निर्णय घेतले जात असतानाच, दुसरीकडे कला पदव्युत्तर पदवी (एमए-मराठी) शिक्षण घेणाऱ्या अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांची अतिरिक्त वेतनवाढ बंद करण्याचा निर्णय ठाणे महापालिकेने घेतला आहे.

मराठी भाषेचा जास्तीत जास्त वापर व्हावा आणि या भाषेचा प्रचार व प्रसार व्हावा यासाठी ठाणे महापालिकेचे तत्कालीन सभागृह नेते आणि विद्यमान खासदार नरेश

म्हस्के यांनी सर्वसाधारण सभेत कला पदव्युत्तर पदवी (एमए-मराठी) शिक्षण घेणाऱ्या अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांची अतिरिक्त वेतनवाढ देण्याचा ठराव मांडला होता. त्यास सर्वसाधारण सभेने त्यावेळेस मंजुरी दिली होती. यामुळे कला पदव्युत्तर पदवी (एमए-मराठी) शिक्षण घेणाऱ्या अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांना प्रोत्साहन मिळाले होते. दरम्यान, ठाणे महापालिका प्रशासनाने नुकतेच एक परिपत्रक काढले असून त्यात डीएमजीएफएम, एलएसजीडी, एलजीएस, एमए(मराठी) आणि तत्सम अभ्यासक्रम पूर्ण करणाऱ्या अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांना अतिरिक्त वेतनवाढ देता येणार नसल्याचे म्हटले आहे.

ठाणे जिल्हा क्षयरोग अधिकाऱ्याचा कर्मचाऱ्यांना मानसिक त्रास कर्मचाऱ्यांकडून उपसंचालकांकडे तक्रारी, तक्रारीनंतरही कारवाई नाही

■**ठाणे** : ठाणे जिल्हा क्षयरोग विभागात नव्याने रुजू झालेल्या अधिकारी कडून कर्मचाऱ्यांना मानसिक त्रास तसेच वैयक्तिक कामे करून घेतली जात असल्याचा आरोप काही कर्मचाऱ्यांकडून करण्यात आला आहे. यासंदर्भात, कर्मचाऱ्यांनी आरोग्य विभागाच्या उपसंचालकांकडे पत्राद्वारे तक्रार केली. परंतु, अद्याप यावर कोणतीही कारवाई झाली नसल्याने कर्मचाऱ्यांनी आंदोलनाचा इशारा दिला आहे.

ठाणे जिल्हा सामान्य रुग्णालयात जिल्हा क्षयरोग विभाग आहे. या विभागाचे जिल्हा क्षयरोग अधिकारी डॉ. आशा मुंजाळ आहेत. या आपल्या पदाचा गैर वापर करून कर्मचाऱ्यांना मानसिक त्रास देत असल्याचा आरोप काही कर्मचाऱ्यांकडून करण्यात आला आहे. डॉ. आशा मुंजाळ यांनी कार्यभार स्विकारल्यापासून विभागातील

कामाच्या स्वरूपात बदल झाले आहेत. त्या कर्मचाऱ्यांवर ताण टाकतात. तसेच कर्मचाऱ्यांना कार्यालयातील कामाव्यतिरिक्त वैयक्तिक स्वरूपाची कामे सांगितले जात असल्याची तक्रारी काही कर्मचाऱ्यांनी केली आहे. अनेकांना कार्यालयीन कामकाजाच्या वेळेनंतरही थांबण्यास भाग पाडले जाते, तसेच सुद्धी घेताना दबाव टाकला जात आहे. शिवाय या कार्यालयातील वर्ग ४ च्या कर्मचाऱ्यांना त्यांच्या घरातीलही साफसफाई करण्यास सांगितले जाते, असे एका कर्मचाऱ्याने सांगितले. कर्मचाऱ्यांना होत असलेला

हा त्रास वरिष्ठ अधिकाऱ्यांपर्यंत पोहोचवा यासाठी कर्मचाऱ्यांनी पत्राद्वारे वरिष्ठ अधिकारी, आरोग्य विभागाचे उपसंचालक यांच्याकडे तक्रार केली आहे. परंतु, तक्रार करून महिना उलटला असतानाही यावर कोणतिही कारवाई झाली नसल्यामुळे कर्मचाऱ्यांमध्ये भितीचे वातावरण पसरले आहे. तक्रार करूनही कोणतिही कारवाई झाली नसल्यामुळे राज्य सरकारी गट ८ चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी मध्यवर्ती महासंघाच्या वतीने या विभागातील कर्मचाऱ्यांनी आंदोलनाचा इशारा दिला आहे.

“कर्मचाऱ्यांनी ज्या तक्रारी केल्या आहेत. असा कोणताही प्रकार घडलेला नाही. मी कोणत्याही कर्मचाऱ्याला चुकीची वागणूक दिलेली नाही. तसेच या संदर्भात माझे म्हणणे लेखी स्वरूपात जिल्हा परिषदेचे मुख्यकार्यकारी अधिकारी आणि आरोग्य विभागाचे उपसंचालक यांच्याकडे सादर केले आहे. मी आजारी असतानाही तब्येत सांभाळत कार्यालयीन कामकाज हाताळत आहे. तरी, सुद्धा मला जाणीवपूर्वक त्रास देता मानसिक दबावाखाली आणण्याचा प्रयत्न कार्यालयीन कर्मचारी करताना दिसत आहेत.”

-**डॉ. आशा मुंजाळ, जिल्हा आरोग्य**

अपंग आणि मूक मुलीच्या आजारपणाला घरचे वैतागले हत्येला सीसीटीव्हीमुळे फुटली वाचा, आजी आणि आई विरोधात गुन्हा दाखल



सीसीटीव्हीमध्ये काय दिसले

मुलीचा मृत्यू झाल्यानंतर मुलीची आईने एक मोटार नोंद केली होती. मोटार घराबाहेर आल्यानंतर तिथींनी तिचा मृतदेह बाहेर काढून मोटारीत भरला. आजी आणि आई देखील मोटारीत बसले. ते वाई येथे पोहचल्यानंतर एका स्मशानभूमीत मुलीच्या मृतदेहावर अंत्यसंस्कार करण्यात आले. तीन ते चार दिवस उलटूनही एका मुलीची हत्या झाल्याबाबत कोणतीही माहिती नव्हती. परंतु सीसीटीव्ही चित्रिकरण प्रसारित झाल्यानंतर हा हत्येचा प्रकार समोर आला आहे.

तिची आई गुरुवारापासून अचानक गायब झाली होते. त्यामुळे तिचे नातेवाईक तिच्या वडील आणि आजीकडे चौकशी करत होते.

परंतु मुलीला उपचारासाठी वाई येथे नेण्यात आल्याचे तिच्या कुटुंबाकडून सांगितले जात होते. दरम्यान, रविवारी त्यांच्या नातेवाईकांच्या मोबाईल

क्रमांकावर एक सीसीटीव्ही चित्रिकरण प्राप्त झाले. त्यामध्ये आजी, मुलीची आई आणि मुलीच्या आईची मैत्रिण एका पांढऱ्या कपड्यामध्ये मृतदेह नेत

एका दिवसात तीन ठिकाणी मीटरला आग लागल्याच्या घटना



■**ठाणे** : ठाणे महापालिका क्षेत्रात एकाच दिवसात तीन ठिकाणी मीटरला आग लागल्याच्या घटना घडल्या आहेत. तापमान वाढल्यामुळे विजेच्या उपकरणांवर होणारा ताण वाढला असून, त्याचा परिणाम अशा घटनांवर होत असल्याचे दिसून येत आहे. त्यामुळे अशा घटना टाळण्यासाठी वेळच्या वेळी देखभाल आणि विजेची उपकरणे दुरुस्त करणे गरजेचे असल्याचे महावितरणाच्यावतीने सांगण्यात आले आहे. ठाणे महापालिका क्षेत्रामध्ये ठाणे ते दिवा या शहरांचा समावेश होतो. या क्षेत्रात लागणाऱ्या आगींवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी ठाणे महापालिकेचे आठ अग्निशमन केंद्रे आणि ९८ अग्निशमक वाहने कार्यरत आहेत. असे असले तरी शहरात विविध कारणांमुळे आग लागण्याच्या घटना समोर येत असतात. गेल्या काही वर्षांमध्ये ठाण्यात मोठमोठ्या गृहसंकुलांचा, हॉटेल्सचा आणि विझनेस हम्सचा विकास झाल्यामुळे वीजेचा वापर वाढला आहे. त्यात गेल्या काही दिवसांपासून ठाण्याचे तापमान हे वाढल्याचे दिसून येत आहे. तापमान वाढल्याने घरातील पंखे, एसी, कुलर आणि विद्युत उपकरणांचा वापर अधिक होत आहे, ज्यामुळे मीटरला आग लागण्याच्या घटनांमध्ये वाढ झाली आहे.

मुंबई-पुणे टॅक्सी स्टॅंडला वडाळा येथील रहिवाशांचा विरोध आरटीओला भूमिका स्पष्ट करण्याचे उच्च न्यायालयाचे आदेश



वडाळा (पश्चिम) सिटीझन्स फोरमने याचिकेद्वारे ८ ऑगस्टचा संयुक्त सर्वेक्षण अहवाल आणि मुंबई-पुणे टॅक्सी मालक संघटनेला जागा देण्याचा प्रादेशिक परितहन कार्यालयाचा (आरटीओ) २ सप्टेंबरचा आदेश रद्द करण्याची मागणीही केली आहे. मुंबई - पुणे टॅक्सी स्टॅण्डसाठी जागा उपलब्ध करण्याचा निर्णय घेण्यापूर्वी कोणतीही सार्वजनिक सर्वेक्षण करण्यात आले नाही किंवा रहिवाशांचे मत जाणून घेण्याचा प्रयत्न केला गेला नाही. प्रस्तावित जागेचा परिसर हा प्रामुख्याने निवासी आणि शैक्षणिक क्षेत्र आहे. या परिसरात मुलींचे वसतिगृहदेखील आहे. त्यामुळे या परिसरात टॅक्सी स्टॅण्ड बांधण्यात आल्यास त्याचा येथील रहिवाशांच्या दैनंदिन जीवनावर, पर्यावरणावर आणि महिलांच्या सुरक्षिततेवर मोठ्या प्रमाणात परिणाम होईल, असा दवाही याचिकेत करण्यात आला आहे.

■**मुंबई** : माटुंगा (पूर्व) येथील इन्स्टिट्यूट ऑफ केमिकल टेक्नॉलॉजीच्या (आयसीटी) मागील रस्त्यावर तिसरा मुंबई-पुणे टॅक्सी स्टॅंड बांधण्यात येणार आहे. मात्र, या प्रस्तावाला वडाळा (पश्चिम) येथील रहिवाशांचा विरोध असून जागेच्या पुनर्विचाराच्या मागणीसाठी त्यांनी उच्च न्यायालयात धाव घेतली आहे. न्यायालयानेही रहिवाशांच्या याचिकेची दखल घेऊन राज्य परिवहन अधिकाऱ्यांना त्यावर भूमिका स्पष्ट करण्याचे आदेश दिले आहेत.

हे टॅक्सी स्टॅण्ड २४ तास सुरू राहून त्यामुळे परिसरात वाहतूक कोंडीची समस्या वाढेल, परिसरातील शांतता, वनस्पती आणि प्राण्यांवरही परिणाम होईल. तसेच, रहिवाशांना सार्वजनिक जागा वापरण्यापासून वंचित ठेवले जाईल. महिलांच्या सुरक्षिततेलाही धोका

निर्माण होईल, असे याचिकाकर्त्यांनी म्हटले आहे. या स्टॅण्डसाठी जवळच्या ब्रेस्ट बस आगारासारख्या पयऱ्या ठिकाणांचा शोध घेण्यात आणि त्यांचा विचार करण्यास प्रतिवादी अपयशी ठरले आहेत.

कोणत्याही सारासार विचाराशिवाय शांतता क्षेत्रात आशा स्टॅंडला परवानगी देण्याच्या प्रतिकूल परिणामांबाबत आयसीटी आणि परिसरातील इतर सर्व संस्थांनी नाराजी व्यक्त केल्याचा दवाही याचिकाकर्त्यांनी याचिकेत केला आहे. न्यायमूर्ती रेवती मोहिते-डॅरे आणि न्यायमूर्ती नीला गोखले यांच्या खंडपीठापुढे रहिवाशांच्या याचिकेवर नुकतीच सुनावणी झाली. त्यावेळी, न्यायालयाने राज्य सरकारसह मुंबई - पुणे टॅक्सी मालक संघटनेला याचिकेवर उत्तर दाखल करण्याचे आदेश दिले.

येऊरमध्ये इंजेक्शन देऊन बैल चोरीचा प्रयत्न

■**ठाणे** : येथील येऊर गावातील एका शेतकऱ्याच्या दोन बैलांना काही जणांनी इंजेक्शन देऊन चोरून नेण्याचा प्रयत्न केल्याचा प्रकार उघडकीस आला आहे. ग्रामस्थांच्या सतर्कतेमुळे बैल चोरीचा प्रयत्न फसला असून यापैकी एकाला ग्रामस्थांनी पकडून पोलिसांच्या स्वाधीन केले. यानंतर वर्तकनगर पोलिसांनी गुन्हा दाखल करून एकूण चार जणांना अटक केली आहे. ठाणे येथील येऊर गावातील पाटोणपाडा परिसरात विलास रघुनाथ बरफ (३६) हे कुटुंबासमवेत राहतात. या गावात त्यांची त्यांची वडिलोपार्जित शेतजमिन आहे. ते आणि त्यांचे वडील असे दोघे शेती करतात आणि त्यातून मिळणाऱ्या उत्पन्नातून त्यांचा उदरनिर्वाह चालतो. तसेच त्यांकडे पाच बैल, चार गाई आहेत. शेतीचे कामकाज करण्यासाठी ते बैलांचा वापर करतात. दररोज सकाळी आठ वाजता ते सर्व जनावरांना चारा चारण्यासाठी येऊरच्या जंगलात सोडतात. सायंकाळी ७.३० वाजता ते सर्व जनावरे चरून स्वतःहून गोठ्यात परत येतात. परंतु २६ फेब्रुवारीला त्यांनी नेहमी प्रमाणे जनावरे

चरण्यासाठी जंगलात सोडली असता, दोन बैल सायंकाळी गोठ्यात परत आले नाहीत. त्यामुळे त्यांनी सर्वत्र शोध घेतला. परंतु त्यांना बैल आढळले नाहीत. त्यानंतर ते घरी परतले. २७ फेब्रुवारी रोजी पहाटे ३.३० वाजता ते घरी झोपलेले असताना त्यांना त्यांचे शेजारी राहणारे रमेश वळवी यांचा फोन आला.त्यांनी त्यांना पाटोणा पाडा, बस थांब्याकडे जाणाऱ्या पुलाजवळ येण्यास सांगितले. त्यावेळी त्यांनी काय झाले अशी विचारणा केली असता, दोन्ही बैलांना काही लोकांनी इंजेक्शन देवून वेथुद्ध करून चोरी करून घेवून जात होते. त्यापैकी एकाला ग्रामस्थानी पकडले असून उर्वरित लोक पळून गेल्याचे वळवी यांनी सांगितले. त्यानंतर ते त्याठिकाणी गेले आणि यानंतर वर्तकनगर पोलिस ठाण्यात जाऊन याबाबत तक्रार दिली. तसेच ग्रामस्थांनी पकडलेल्या एकाला पोलिसांच्या ताब्यात दिले. याप्रकरणी वर्तकनगर पोलिसांनी गुन्हा दाखल करून चार जणांना अटक केली आहे. या वृत्तास वर्तकनगर पोलिस ठाण्याचे वरिष्ठ पोलिस निरीक्षक राजकुमार वाघचौरे यांनी दिला आहे.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पूर्व) मुंबई 400063 (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १03, कुणाल कुटीर बी विल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मंदिराजवळ, भाईंदर (पूर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची राहिल, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जबाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी यांच्यावर राहिल.)
भ्रमणध्वनी - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021@gmail.com

Printed , Published and Owned by **Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik**. Printed at **SOMANI PRINTING PRESS, OFFICE - Gala No. 4, Near N.K. Industrial Estate, Near Pravasi Industrial Estate, Gate No.2, Goregaon (E), Mumbai 400 063, Maharashtra**, Published at Room No. 103, Kunal Kutir, B Building , Navghar Road, Near Hanuman Mandir, Bhayander (East) Dist - Thane, PinCode 401 105, Maharashtra. Editor : **Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik, Mo.7400001474, Email Id : marathiekikaran2021@gmail.com**