



संपादकीय...

संपादक

दिपक मोरेश्वर नाईक

‘एकतर्फी न्याया’ला पाचर

नागपूरमध्ये झालेल्या दंगलीने अनेक प्रश्न उपस्थित केले आहेत. महाल भागातील या हिंसाचाराचा सूत्रधार फहीम खान असल्याचा पोलिसांचा प्राथमिक तपासातील दावा आहे. शहराच्या संजयबाग कॉलनीतील फहीम खानचे घर बेकायदा असल्याचा आरोप करीत नागपूर महापालिकेने त्याच्यावर बुलडोझर चालविला. लीजचे नूतनीकरण न करता; तसेच महापालिकेची परवानगी न घेता घराचे बांधकाम केल्याचा फहीमवर ठपका आहे. त्याचा साथीदार अब्दुल हफीज याच्याही घराचे पाडकाम झाले. या कारवाईला फहीमच्या आईने मुंबई उच्च न्यायालयाचा नागपूर खंडपीठात आव्हान दिले. सर्वोच्च न्यायालयाने अशा पाडकामासाठी मागील नोव्हेंबर महिन्यात काही नियम निश्चित केले आहेत. ही कारवाई या नियमानुसार झाली नसल्याचे अधोरेखित करीत, नागपूर खंडपीठाने या पाडापाडीला अंतरिम स्थगिती दिली. यातून खरा प्रश्न निर्माण झाला. याआधीचे एक प्रकरण सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातले. या जिल्ह्यातील एका कुटुंबावर चॅम्पियन्स ट्रॉफीतील भारत-पाकिस्तानमधील क्रिकेट सामन्यादरम्यान भारतविरोधी घोषणा दिल्याचा आरोप होता. या केवळ आरोपातून त्यांचे घर पोलिसांनी नियमभंग दाखवीत पाडल्याची याचिका किताबुल्ला हमिदुल्ला खान या व्यक्तीने दाखल केली. यावर न्यायालयाने उत्तर मागविले आहे. कोणत्याही अनधिकृत इमारतीच्या पाडकामापूर्वी मालक किंवा रहिवाशाला किमान पंधरा दिवसांची नोटीस देणे न्यायालयाच्या नियमावलीनुसार सक्तीचे आहे. संबंधित व्यक्तीला स्वतःचा बचाव करण्याची संधी देत, वैयक्तिक सुनावणीसाठी तारीख निश्चित केली जावी. नोटिशीनंतर जिल्हाधिकारी वा जिल्हा मॅजिस्ट्रेट यांना ई-मेलद्वारे सूचित करावे. अधिकाऱ्यांनी बुलडोझर चालवितांना पाडकामाचे चित्रीकरण करावे; तसेच निरीक्षण अहवालही नोंदवावा, अशा सूचना या निर्णयात आहेत. कारवाईनंतर आरोप होऊ नयेत, म्हणून अशा कारवाईतील पारदर्शकतेवर न्यायालयाने विशेष भर दिला आहे. कोणत्याही योग्य न्यायप्रक्रियेविना फक्त शिक्षेसाठी पाडकाम करणे अवैध ठरविले जाईल, या महत्त्वाच्या मुद्द्याचा न्यायालयीन नियमात समावेश आहे. राज्यकर्त्यांकडून घटनात्मक मर्यादांचे उल्लंघन होऊ नये, म्हणून ही काळजी घेतली जाणे अपेक्षित आहे; तरीही अनेक ठिकाणी लोकसंतापातून कायदा हाती घेण्याचे प्रकार होतात. राजकीय नेत्यावर टीका करणारे ‘स्टूडेंट्स कमिडियन’ कुणाल कामरा यांनी ज्या स्टुडिओमध्ये संबंधित चित्रीकरण केले होते, तो ‘हॅबिटेंट स्टुडिओ’ कार्यकर्त्यांच्या क्षोभाला बळी पडला. प्रशासकीय कार्यालयांकडून होणाऱ्या कारवायांपूर्वी नागरिकांचे संरक्षणहक्क जपणे अपेक्षित असते. मात्र, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेशात तर ‘बुलडोझर राज’च्या नावाने धमकावण्याचे प्रकार सर्रास सुरू असतात. पंजाबमधील शेतकऱ्यांनाही अशाच जाचाला सामोरे जावे लागले. सामान्यांना न्यायालयीन प्रक्रियेतून गेल्याखेरीज थेट आरोपी समजणे चुकीचे ठरते. प्रशासकीय व्यवस्थेने स्वतः सुनावणीशिवाय कायदा राबविणे हा अक्षम्य गुन्हा ठरतो. आरोपीचा गुन्हा सिद्ध होण्यासाठी पुरेसा कालावधी दिला गेला नाही, तर ‘झटपट न्याय’च्या मागणीच्या रेट्याखाली सामूहिक अपराध घडू शकतात. पारदर्शकता आणि न्यायदक्षता ही व्यवस्थेची मुख्य अंग आहेत. संशयिताचे रूपांतर आरोपीत होण्याच्या कालावधीलाच न्यायालयीन सुनावणीची चौकट म्हणतात. त्याचा अन्वेर, म्हणजे न्यायालयांना मिळालेला खो ठरतो. लोकप्रमादाला आळा घालणे, हे सजग लोकप्रतिनिधींचे काम आहे. समूहाला नियंत्रित करणे आणि त्याला कायद्याची जाणीव करून देणे, ही त्यापुढील संयत पायरी आहे. या विधिवत आराखड्यावर करवत चालविणे हा केवळ न्यायालयाचा अवमान ठरत नाही, तर सुबुद्ध समाजच्या दिशेने जाणारा मार्ग मुद्दाम अवरुद्ध करण्याचाही तो प्रयत्न ठरतो. बेकायदा पद्धतीने घर पाडले असल्यास त्याचा मोबदला द्यावा, असे न्यायालयाने स्पष्ट केले आहे. ‘झटपट न्याय’ हा राजकीय लोकसंतोषाचा विषय होऊ शकतो; सामाजिक समन्यायाचा नव्हे. दंगल आणि अनधिकृत बांधकामे हे तसे भिन्न विषय आहेत. कायद्याचा धाक नसला, तर त्याचा अनावश्यक गैरफायदा घेवला जातो. सामाजिक नियमावली नागरिकांनी पाळली, तर न्यायालयांच्या मध्यस्थीचा विषयच येणार नाही. कुठलाही अतिरेक वा चिथावणी समाजाला पोषक नाही. कायद्याचा धाक संपल्यागत अनैतिक बांधकामांना उतेजन देणे वाईट आहे आणि कायदा धाव्यावर बसवत प्रशासकीय यंत्रणांचा गैरवापर करणेही तितकेच आक्षेपार्ह. उन्नत होऊ पाहणाऱ्या नव्या पिढीला आपण संयम शिकविणार आहोत, की उथळपणा, याचा निर्णय समाजालाच घ्यायचा आहे. एकतर्फी न्यायाला न्यायालयाने मारलेली पाचर यापुढे कुणीही विसरू नये, हाच अलीकडील घटनांचा बोध आहे.

राज्यातील शाळांमध्ये आता सीबीएसई अभ्यासक्रम लागू करण्यात येणार आहे. सध्या एसएससी, सीबीएसई आणि आयसीएसई असे तीन अभ्यासक्रम महाराष्ट्रात सुरू आहेत. त्यातही लोकांची सर्वाधिक पसंती सीबीएसईला आहे. आता महायुती सरकारने सरकारी शाळांमध्ये सीबीएसई पॅटर्न लागू करण्याचा निर्णय घेतला आहे. अलीकडेचे ‘एक देश’चे वारे पाहता, हा निर्णय योग्य वाटतो. पण यामुळे शाळांची तसेच शिक्षकांची परवड थांबेल का? हाही प्रश्न उरतोच.

केद्रात पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या नेतृत्वाखालील राष्ट्रीय लोकशाही आघाडीचे सरकार आल्यापासून विविध योजना आणि उपक्रमांचे सुसूत्रीकरण करून त्यातील गैरप्रकारांना आळा घालण्यावर भर दिला. त्यात महत्त्वाचा आणि प्रलंबित निर्णय होता तो, संरक्षण दलातील ‘वन रँक वन पेंशन’ योजनेचा. या योजनेची अंमलबजावणी करून वर्षानुवर्षे चालत आलेली सेवानिवृत्ती वेतनातील तफावत केंद्र सरकारने दूर तर केलीच, पण त्याचबरोबर यामुळे निवृत्ती वेतनधारकांमध्ये असलेला असंतोषही बंधाय प्रमाणात कमी झाला. अर्थात, प्रत्येक निर्णय सर्वांचेच समाधान करतोच, असे नाही. त्यामुळे या निर्णयावरून थोडा वादही निर्माण झाला होता.

त्यापाठोपाठ मोदी सरकारने देशाच्या एकता आणि अखंडतेला अनुसरून तयार केलेली ‘एक देश, एक रेशनकार्ड’ ही संकल्पनादेखील लोकहिताचीच म्हणावी लागेल. रोजगार किंवा अन्य कारणांसाठी स्थलांतर करणाऱ्यांच्या दृष्टीने ही योजना खूपच हिताची आहे. एकाच रेशनकार्डवर देशभरात कुठल्याही रेशन दुकानातून धान्य आणि इतर सामग्री घेण्याची सुविधा येऊन न्यायिक नागरिकांना उपलब्ध झाली. महाराष्ट्र, आंध्र प्रदेश, तेलंगण आणि गुजरात या चार राज्यांत ऑगस्ट २०१९ मध्ये प्रायोगिक तत्वावर सुरू करण्यात आलेली ही योजना जून २०२२ मध्ये संपूर्ण देशात लागू करण्यात आली. रोजगार, नोकरी-व्यवसाय किंवा अन्य कारणांनी आपले



गाव सोडून इतर ठिकाणी वास्तव्य करणाऱ्यांना रेशनकार्डसाठी कागदांची जमवाजमव करणे, अर्ज सादर करणे, त्यानंतरची सरकारी प्रक्रिया (कामे झटपट होण्यासाठी द्यावी लागणारी ‘चिरीमिरी’) हे सर्व प्रकार यामुळे बंद झाले.

केद्रातील याच महाशक्तीचा उदो उदो करणाऱ्या राज्यातील महायुती सरकारने गेल्या कार्यकाळात ‘एक राज्य, एक गणवेश’ उपक्रमाची घोषणा केली. मात्र, हा उपक्रम केवळ शासकीय शाळांपुरताच मर्यादित होता. एकाच रंगाचा आणि दर्जाचा कपडा प्रत्येक विद्यार्थ्यांच्या अंगावर असेल तर, त्यातील गरीब-श्रीमंतांचे भेदभाव, न्युनगंड दूर होईल, हाच विचार महत्त्वाचा होता. पण त्याकडेच दुर्लक्ष केले जाते. अर्थात, इतर योजनांप्रमाणेच त्यातील त्रुटी म्हणा, गैरप्रकार म्हणा समोर आल्याच. पण राज्य सरकारने शिक्षण क्षेत्रापासून या सुसूत्रीकरणाची सुरुवात केली. आता महायुती सरकारच्या दुसऱ्या कार्यकाळात राज्य शिक्षण मंडळांच्या शाळांमध्ये सीबीएसई अभ्यासक्रम लागू करण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे.

राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरणानुसार राज्य मंडळांच्या तिसरी ते बारावीपर्यंतच्या विद्यार्थ्यांसाठी सीबीएसई अभ्यासक्रमाचा आराखडा लागू करण्याबाबत सुकाणी समितीने अनुकूलता दर्शविली आहे. त्यानुसार आता २०२५-२६ या शैक्षणिक वर्षापासून राज्य शिक्षण मंडळांच्या अंतर्गत येणाऱ्या शाळांमधील केवळ इयत्ता पहिलीसाठी सीबीएसई पॅटर्न लागू होणार आहे. पुढच्या वर्षी दोन टप्प्यांत दुसरी, तिसरी आणि चौथीसाठी हा पॅटर्न लागू करण्यात येणार असल्याची माहिती शालेय शिक्षणमंत्री दादा भुसे यांनी दिली आहे.

पूर्वी महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक आणि उच्च माध्यमिक

शिक्षण मंडळाचा देशात दबदबा होता. परदेशातही राज्य माध्यमिक आणि उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळाच्या प्रमाणपत्राला एक सन्मान होता. त्यावेळी प्रसिद्ध होणाऱ्या गुणवत्ता यादीत एक-एक मार्कांची चढाओढ होती. अर्थात, ही मार्कांची स्पर्धा नंतर निकोप राहिली नाही, ती टोकाची होऊ लागल्याने ही प्रथा बंद करण्याचा योग्य निर्णय मंडळाने घेतला. पण हळूहळू शिक्षण मंडळाच्या अभ्यासक्रमाच्या दर्जाला ओहोटी लागली. आता राज्यातीलच पालक मंडळी महाराष्ट्र मंडळाऐवजी आयसीएसई किंवा सीबीएसईला प्राधान्य देतात. विशेष म्हणजे, त्यात मराठी भाषेसाठी कंठशोष करणारी मंडळीदेखील आहेत. राज्यातील विद्यार्थ्यांची गुणवत्ता वाढावी, या हेतूने सीबीएसई पॅटर्न लागू करण्याचा निर्णय घेण्यात आल्याचे मंत्री दादा भुसे यांनी सांगून एक प्रकारे आपल्या शिक्षण मंडळाचा दर्जा घसरला आहे, हे मान्य केले आहे. अन्यथा शाळांच्या मंडळांच्या पॅटर्नचा राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरणात प्रामुख्याने विचार झाला असता, हे निश्चित!

राज्य शिक्षण मंडळाच्या तुलनेत सीबीएसईच्या अभ्यासक्रमाचा दर्जा उच्च तर आहेच. त्याशिवाय, शैक्षणिक शुल्कही गरीब कुटुंबांना न परवडणारे आहे. यावरही सरकारने कोणतीही शुल्कवाढ न करण्याचा निर्णय घेतल्याने या कुटुंबांना दिलासा मिळाला आहे. त्यातही सीबीएसईचा पूर्ण प्रभाव ठेवण्यात आलेला नाही, ही देखील जमेची बाजू म्हणावी लागेल. या नव्या अभ्यासक्रमात ७० टक्के सीबीएसई पॅटर्न आणि ३० टक्के राज्य शिक्षण मंडळाचा अभ्यासक्रम असेल. प्रामुख्याने, मराठी भाषा आणि इतिहास विषयाबाबत कोणतीही तडजोड केली जाणार नसल्याचे सरकारने स्पष्ट केले आहे. सीबीएसई

अभ्याक्रमातील इतिहास विषयात राज्य शिक्षण मंडळाच्या अखत्यारीतील ३० टक्क्यांमध्ये छत्रपती शिवाजी महाराज, छत्रपती संभाजी महाराज, तारा राणी आणि मराठा साम्राज्याचा इतिहास शिकवला जाणार आहे.

कोणत्याही स्तरावर महाराष्ट्र मागे पडणार नाहीत, या दृष्टीने हा निर्णय योग्य असला तरी, त्याची अंमलबजावणी कशा प्रकारे केली जाते, हे महत्त्वाचे आहे. शाळाबाह्य मुलांना शाळांच्या उंबरट्यापर्यंत कसे आणायचे? याकडे सरकारने लक्ष देण्याची गरज आहे. ऊसतोड कामगारांच्या मुलांच्या शिक्षणासाठी केवळ घोषणा न करता, प्रत्यक्षात त्यांच्यासाठी स्थानिक लोकप्रतिनिधींनी कार्य केले पाहिजे, असे काही नियम तयार करण्याची गरज आहे. मुलांचा शैक्षणिक दर्जा उंचावण्याचा सरकारचा प्रयत्न असला तरी राज्यभर खेडोपाडी पसलेल्या शाळांमधील विद्यार्थ्यांसाठी हे नाकापेक्षा मोती जड होऊ नये. विद्यार्थ्यांवर परीक्षेचा ताण नको, म्हणून आठवीपर्यंत परीक्षा रद्द करून मूलमापनाचा मार्ग स्वीकारला, पण शिक्षणातील मूल्यच हरवू लागले. त्यामुळे त्याचा फेरविचार करण्याची वेळ आली.

सीबीएसईच्या तुलनेत सरकारी शाळा नेमक्या कुठे आहेत? शिक्षकांचा स्तर कसा आहे? हे पाहणे गरजेचे आहे. याच दृष्टीने शिक्षकांना तसे प्रशिक्षण देण्याचेही सरकारने ठरविले असले तरी, शिक्षकांच्या अर्ध्या संख्याबळाचाही विचार करावा लागेल. त्या दृष्टीने डीएड आणि बीएड पदवीधारकांसाठी असलेल्या शिक्षक पात्रता परीक्षेचा स्तरही सुधारावा लागेल. नियुक्तीपूर्वीच सीबीएसई अभ्यासक्रम योग्य प्रकारे विद्यार्थ्यांना शिकवू शकणारे शिक्षक गरजेचे आहेतच.

शिवाय, शिक्षकांच्या पात्रतेचे

निकष पाहताना नियुक्तीनंतर त्यांना वेळच्या वेळी पगार मिळाला पाहिजे. बीड जिल्ह्यातील केळगाव येथील कायम विनाअनुदानित आश्रमशाळेतील धनंजय नागरगोत्रे या शिक्षकाने अलीकडेच आत्महत्या केल्याचे उघड झाले. १८ वर्षे पगार न मिळाल्याने त्याने हे टोकाचे पाऊल उचलल्याचे समोर आले आहे. शाळांना दिले जाणारे सरकारी अनुदान किंवा उभारल्या जाणाऱ्या निधीबद्दल राजकारण्यांना काहीतरी आक्षेप असल्याचेच वेळोवेळी निर्दशनास आले आहे. भाजपचे ज्येष्ठ नेते चंद्रकांत पाटील यांनी भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर, महात्मा जोतिबा फुले आणि कर्मवीर भाऊराव पाटील यांनी शाळा उभारताना लोकांकडे भीक मागितली होती, असे विधान केले होते. त्याआधी भाजपचे ज्येष्ठ नेते प्रकाश जावडेकर यांनीदेखील ‘मिठी उभारण्याऐवजी आर्थिक निधीसाठी शाळा कटोरा घेऊन सरकारकडे येतात, असे विधान केले होते.

शिक्षण संस्था आणि शिक्षकांची ही स्थिती असेल तर, शिक्षणात सुसुत्रता आणूनही प्रत्यक्षात विद्यार्थ्यांच्या शिक्षणावर त्याचा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष परिणाम होऊ शकतो. शिक्षण आणि आरोप यासाठी पुरेसा निधी उपलब्ध असणे आवश्यक आहे. राज्याची सध्याची आर्थिक स्थिती पाहता उपमुख्यमंत्री तथा अर्थमंत्री अजित पवार यांना आणखी आर्थिक शिस्त आणावी लागेल.

अभिषेक बच्चन अभिनीत ‘दसवी’ सिनेमात एका संवाद आहे, ‘परमेश्वर डोळे सर्वांनाच देतो, पण दृष्टी काही जणांकडेच असते. बुद्धी सर्वांना देतो, पण समज काही जणांनाच देतो. यासाठी शिक्षण गरजेचे आहे.’ हीच दृष्टी आणि समज सर्वांना एकसारखीच हवी. अन्यथा, राजकीय नेते मुगल सम्राट औरंगजेबाच्या थडग्याचे राजकारण करत राहतील आणि योग्य दृष्टी आणि समज नसलेले त्यात वाहवत जातील. दर्जेदार शिक्षणाने तयार झालेला प्रमत्त समाज त्यासाठीच महत्त्वाचा आहे.

युट्यूब पत्रकारिता आणि न्यायाधीशांना वाटणारी चिंता!

क्लिक बेट ष भाणे च आणखी एक आव्हान म्हणजे अकारण व्हिडीओ निर्मिती. आपल्या आजूबाजूला अनेक गोष्टी घडत असतात. त्या सगळ्या आपल्याला माहिती हव्यात, अशी काही गरज नाही. आपल्या आवडत्या विषयांबद्दल, व्यावसायिक क्षेत्राबद्दल आणि रोजच्या जगण्यावर परिणाम करणाऱ्या घडामोडींबद्दल माहिती मिळाली तरी पुरेसे असते. सोशल मीडियातील विविध व्यासपीठांवर आशय निर्मिती करणाऱ्यांची संख्या वेगसुमार वाढली आहे. जो उठतो तो दुसऱ्याला काहीतरी सांगत सुटतो ही स्थिती आहे. यातूनच अकारण व्हिडीओची निर्मिती सुरू होते आणि त्यातूनच चुकीची माहिती पुढे येते.

सर्वोच्च न्यायालयाचे न्यायाधीश न्या. भूषण गवई यांनी काही दिवसांपूर्वी एका गोष्टीबद्दल तीव्र चिंता व्यक्त केली. तसे तर सर्वोच्च न्यायालय त्यांच्या पुढे येणाऱ्या विविध खटल्यांच्या सुनावणीवेळी समाजांमध्ये, प्रशासकीय व्यवस्थेमध्ये जे काही सुरू आहे त्याबद्दल चिंता व्यक्त करीत असतेच, पण यावेळी विषय थोडा वेगळा आहे. देशातील उच्च आणि सर्वोच्च न्यायालयाच्या कामकाजातील पारदर्शकता वाढवण्याच्या हेतूने त्याचे युट्यूबवर थेट प्रक्षेपण करण्यास सुरुवात झाली, पण या थेट प्रक्षेपणामुळे नवाच प्रश्न उभा राहिला आणि त्यालाच वाचा फोडण्याचे काम न्या. गवई यांनी केले.

न्यायालयातील कामकाजाचे छोटे छोटे व्हिडीओ तयार करून किंवा शॉर्ट्स प्रसिद्ध करून काहीतरी खळबळजनक माहिती युट्यूबवरील आशय निर्मिती करणाऱ्यांकडून प्रसारित केली जाते याबद्दल न्या. गवई

यांनी चिंता व्यक्त केली. हे छोटे व्हिडीओ बरेच वेळा मूळ खटल्यातील महत्त्वाच्या मुद्यापेक्षा त्यातील खळबळजनक माहितीवर अधिक जोर देतात. बरेच वेळा ते संदर्भित असतात आणि त्यातून चुकीची माहिती सामान्य लोकांपर्यंत नेली जाते. न्यायालयातील कामकाजावेळी न्यायाधीशांनी नोंदवलेल्या निरीक्षणांचाही अनेक वेळा चुकीचा अर्थ लावला जातो, असे न्या. गवई यांनी सांगितले. दुसरे म्हणजे न्यायालयातील कामकाजाचे थेट प्रक्षेपण करणाऱ्या युट्यूबवरील व्हिडीओंमधील आशय आपल्या मालकीचाच असल्यासारखे काही युट्यूबर्स त्याच आशयाचा बिनधास्तपणे पुनर्वापर करून बौद्धिक संपदा हक्काची (आयपीआर) पायमल्ली करतात याकडेही त्यांनी लक्ष वेधले.

सोशल मीडियाने जी काही आव्हाने समोरांपुढे उभी केली आहेत त्यापैकीच हे एक. माध्यम आपल्या हातात म्हणजे वाट्टेल ते करण्याची मुभा असा काही लोकांचा समज असतो. यापैकीच काहींमुळे नवी आव्हाने निर्माण होऊ लागतात. लोकांचे लक्ष वेधून घेणे हे सध्या सोशल मीडियातील विविध कंपन्यांचे प्रमुख लक्ष्य आहे, जे खरंतर खूप अवघड काम. कारण अनेक व्यवधानं प्रत्येक युजरच्या मागे असतात. त्यात त्याचे लक्ष आपल्याकडे वेधणे आणि ते खिळवून ठेवणे हे आव्हानात्मकच. याच आव्हानात्मक स्थितीला मिळालेले सोपे उत्तर म्हणजे दिशाभूल करणारी प्रत्येक युजरच्या मागे असतात. त्यात त्याचे लक्ष आपल्याकडे वेधणे आणि ते खिळवून ठेवणे हे आव्हानात्मकच. याच आव्हानात्मक स्थितीला मिळालेले सोपे उत्तर म्हणजे दिशाभूल करणारी प्रत्येक युजरच्या मागे असतात. त्यात त्याचे लक्ष आपल्याकडे वेधणे आणि ते खिळवून ठेवणे हे आव्हानात्मकच. याच आव्हानात्मक स्थितीला मिळालेले सोपे उत्तर म्हणजे दिशाभूल करणारी प्रत्येक युजरच्या मागे असतात. त्यात त्याचे लक्ष आपल्याकडे वेधणे आणि ते खिळवून ठेवणे हे आव्हानात्मकच.



तो पाहावा या उद्देशाने काहीही हा शब्दही अपुरा ठरेल अशी वाक्ये तयार केली जातात. सहज म्हणून जरी युट्यूबवर जाऊन बघितले तरी सहज लक्षात येईल. व्हिडीओंचे थंबनेल आणि त्याच्या आतील आशय याचा तोतोतत संबंध असणारे व्हिडीओ फार क्वचितच सापडतात. या सगळ्यामुळे युट्यूबच्या विश्वासाहर्तेबद्दलच प्रश्नचिन्ह उभे राहिल्यामुळे त्यांनी दोन महिन्यांपासून भारतात काही व्हिडीओवर कारवाई करायला सुरुवात केली. असे व्हिडीओ युट्यूबवरून थेटपणे काढले जात आहेत. अशी कारवाई सुरू झाली म्हणून क्लिकबेट थंबनेल करणारे व्हिडीओ कमी झाले, असे म्हणता येणार नाही. त्यांची निर्मिती त्याच पद्धतीने सुरू आहे. आपल्या आवडत्या विषयांबद्दल, व्यावसायिक क्षेत्राबद्दल आणि रोजच्या जगण्यावर परिणाम करणाऱ्या घडामोडींबद्दल माहिती मिळाली तरी पुरेसे असते. सोशल

मीडियातील विविध व्यासपीठांवर आशय निर्मिती करणाऱ्यांची संख्या वेगसुमार वाढली आहे. जो उठतो तो दुसऱ्याला काहीतरी सांगतो सुटतो ही स्थिती आहे. त्यात गैर काही नाही. कारण अभिव्यक्ती स्वातंत्र्य प्रत्येकालाच आहे, पण जेव्हा या आशयातून उत्पन्नाचा विषय येतो त्यावेळी याकडे बघण्याचा दृष्टिकोन बदलतो. सोशल मीडियातील व्हिडीओमधून उत्पन्न कमवायचे असले, तर मग व्ह्यूज हवेत, सबस्क्राइबर्स हवेत, वॉच टाईम हवा आणि हे सगळे हवे असेल तर लोकांचे लक्ष वेधून घेता आले पाहिजे. त्यातून मग आहे त्याच आशयामध्ये मीट, मसाला भरून तो वेगळ्याच पद्धतीने लोकांसमोर ठेवला जातो. लोकांना त्या मूळ आशयापेक्षा जास्त रस त्या मीट-मसाल्यामध्येच असतो. जर मीट-मसाला लावून आशय लोकांपुढे ठेवला, तर मग ते लगेच तो बघायला लागतात. आशय जसा आहे तसाच लोकांपुढे ठेवला, तर त्यामध्ये ते फारसे उत्सुक नसतात. या सगळ्यामुळे फुगवून मोठा केलेला आशय देणारी इंटरनेटवरील जागा म्हणजे ‘डिजिटल’ असे चित्र सध्या निर्माण होत आहे, जे अजिबात योग्य नाही. वेगवेगळे आशय

निर्माते आपापल्या पद्धतीने त्यामध्ये खतपाणी घालतात. या सगळ्याचा माध्यमांच्या विश्वासाहर्तेवरच परिणाम होईल याकडे लक्ष द्यायला कोणालाच वेळ नाही.

आणखी महत्त्वाचे आव्हान म्हणजे ज्या कंटेंट क्रिएटर्सचा उल्लेख न्या. गवई करीत आहेत त्यांच्याबद्दल खुद्द सरकारलाही सगळी माहिती आहे, असे म्हणता येणार नाही. कारण सध्यातरी युट्यूब चॅनेलवरून एखाद्याला पत्रकारिता करायची असेल, तर त्याला किंवा तिला नोंदणीचे कसलेही सरकारी बंधन नाही. आज मनात विचार आला अन् उद्या तो युट्यूब चॅनेलचा पत्रकार झाला अशी स्थिती आहे. वृत्तपत्र काढायचे असेल, उपग्रहावर आधारित वृत्तवाहिनी काढायची असेल, तर काही एक सरकारी प्रक्रियेतून जावे लागते. नोंदणी केल्यानंतरच त्या माध्यमातून पत्रकारिता करता येते, पण युट्यूब चॅनेल्स या सगळ्याला अपवाद आहेत. कोणीही उठून वाट्टेल त्या नावाने चॅनेल काढतो आणि त्यातून आपले अगाध ज्ञान जे खरंवर चुकीची माहिती असते, ते लोकांपर्यंत घेऊन जातो. काही युट्यूब चॅनेल्स याला नक्कीच अपवाद आहेत आणि ते पत्रकारितेची नीतीमूल्ये पाळून काम करीत आहेत, पण त्यांची संख्या हाताच्या बोटावर मोजण्याइतकीच आहे. त्यामुळे या संपूर्ण व्यवस्थेत त्यांच्याकडील उत्तम दर्जाच्या आशयालाही फटका बसत आहे. आजच्या काळात एका हातात बूम आणि दुसऱ्या हातात मोबाईल एवढे असले की झाले डिजिटल कंटेंट क्रिएटर किंवा डिजिटल पत्रकार. पूर्वनोंदणी बंधनकारक नसल्यामुळे याच युट्यूब चॅनेल्सबद्दल सरकार दरबारीही सविस्तर माहिती नाही

हे वास्तव आहे. ज्यांच्याबद्दल तुमच्याकडे नीट माहितीही नाही त्यांना रोखायचे कसे हेसुद्धा एक आव्हानच आहे. यापैकी अनेक युट्यूब चॅनेल्सचे लाखो सबस्क्राइबर्स आहेत आणि मिलियन्समध्ये व्ह्यूज आहेत. त्यामुळे ते समाजमानावर परिणाम करू शकतात हेसुद्धा समजून घेतले पाहिजे. न्या. गवई यांनी आपल्या भाषणात एकप्रकारे त्याबद्दलच चिंता व्यक्त केली. मत मांडण्याचे, भूमिका सांगण्याचे स्वातंत्र्य प्रत्येकाला आहे आणि असायलाच हवे, पण समाजमानावर व्यापक परिणाम करण्याची क्षमता असणाऱ्या माध्यमांनी एका चौकटीत राहूनच आपले काम केले पाहिजे. आतापर्यंत अनेक ज्येष्ठ पत्रकारांनी चौकटीत राहून भ्रष्ट व्यवस्था उलथवून टाकण्याचे काम केले आहे. मागे वळून बघितले की ते सहज दिसते. सोशल मीडिया आणि युट्यूब चॅनेल्स यांचा वापर वाढल्यापासून गुणवत्तापूर्ण आशयापेक्षा गुणवत्ता नसलेल्या आशय अर्थाचा अनर्थ करणाऱ्या थंबनेलसोबत किती छान पद्धतीने प्रसारित करू शकतो याला जास्त महत्त्व आले आणि तेच अत्यंत घातक आहे. आणखी थंबनेलमध्ये त्याबद्दल सांगत आहोत, त्याबद्दल संपूर्ण व्हिडीओमध्ये काहीही न दाखवणारे अनेक व्हिडीओज रोजच्या रोज लाखो व्ह्यूज मिळवतात. अगदी वाचकही त्याच व्हिडीओखाली या प्रकाराबद्दल नापसंती व्यक्त करतात. तरीही रोज नवे क्लिकबेट घेऊन काही आशय निमाते पुन्हा लोकांपुढे येतात. याबद्दलच न्या. गवई यांनी चिंता व्यक्त केली असावी. सर्वोच्च न्यायालयाने या सगळ्या प्रकारची स्वतःहून दखल घेऊन खटला वाचकही त्याच व्हिडीओखाली या प्रकाराला वेसण घातली जाऊ शकते हे निश्चित.

‘रीलस्टार’ बाबूंना चाप

राज्य सरकारच्या सेवेतील अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांच्या समाजमाध्यमांच्या वापरास नियमांची चौकट आणण्याची मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांची घोषणा कालसुसंगत आहे.

सकृददर्शनी असे नियम ही अधिकारी-कर्मचाऱ्यांच्या व्यक्तिस्वातंत्र्यावर गदा वाटली, तरी गेल्या काही काळातील महाराष्ट्र व देशात घडलेले काही प्रसंग पाहता अशा नियमांची आवश्यकता सर्वांनाच पटेल. महाराष्ट्र नागरी सेवा (वर्तव्यक) नियमांची आखणी झाली, तेव्हा समाजमाध्यमे अस्तित्वात नव्हती. आता त्यांचा प्रभाव वाढल्याने समाजमाध्यमांतील वावरही रिस्तीच्या चौकटीत आणणे काळानुरूप योग्यच आहे. काही दिवसांपूर्वी राज्यातील काही पोलिस कर्मचारी रणवेशात नृत्य करत असल्याची गल ‘व्हायरल’ झाले होते, त्यावर गृह विभागानेही नाराजी व्यक्त केली. काही पोलिस अधिकाऱ्यांनी अशी दृश्ये समाजमाध्यमांवर टाकून ‘सिंचम’प्रमाणे आपली प्रतिमा निर्माण करण्याचाही प्रयत्न केला.

काही जणांनी तर प्रसिद्धीसाठी सल्लागारही पदवी बाळगल्याचे सांगितले जाते. खरे तर सरकारी सेवेत अशा कोणत्याही वैयक्तिक ‘हिरोगिरी’ला स्थान असता कामा नये. फडणवीस यांनी लालबहादूर शास्त्री राष्ट्रीय प्रशासन अकादमी, जम्मू-काश्मीर आणि गुजरात सरकारने असे नियम आखल्याचा संदर्भ दिला. या सर्व नियमांकडे नजर टाकली, तर सरकारी सेवेतील तटस्थता, व्यावसायिकता, विश्वासाहर्ता आणि गोपनीयता जपणे, ही सर्वांत प्राधान्याची बाब आहे. इतकेच नव्हे, तर अमेरिका, ब्रिटन, जर्मनी आणि ऑस्ट्रेलियासारख्या व्यक्तिस्वातंत्र्याला महत्त्व देणाऱ्या देशांमध्येही सरकारी



अधिकारी-कर्मचाऱ्यांच्या समाजमाध्यमांवरील वावरावर निबंध आहेत, हेही लक्षात घेतले पाहिजे. यामध्ये प्रामुख्याने सरकारी धोरणांवर टीका न करणे, राजकीय समर्थन किंवा विरोधाच्या ‘पोस्ट’ न करणे, सरकारी गुप्ते उघड न करणे आणि वैयक्तिक खात्यांवरही संवेदनशील वक्तव्ये न करणे अशा निबंधांचा समावेश आहे. दुसरीकडे ग्रामीण भागातील एखाद्या शिक्षकाने केलेले सर्जनशील व्हिडिओ, सरकारी योजनांचा कल्पक प्रचार आणि जनप्रबोधन अशीही उदाहरणे आहेत. अशा नियमांमुळे कर्मचाऱ्यांच्या व्यक्तिस्वातंत्र्याला धक्का बसू शकतो, तसेच एखाद्याच्या विरोधात या नियमांचा हत्यार म्हणूनही वापर होऊ शकतो. मात्र, आपण सरकारचे प्रतिनिधी आहोत; आपली मते किंवा वर्तन हे सरकारचे प्रतिनिधित्व करते, हे लक्षात घेऊन अधिकारी-कर्मचाऱ्यांनीही व्यावसायिकता, विश्वासाहर्ता आणि गोपनीयता जपणे, ही सर्वांत प्राधान्याची बाब आहे. इतकेच नव्हे, तर अमेरिका, ब्रिटन, जर्मनी आणि ऑस्ट्रेलियासारख्या व्यक्तिस्वातंत्र्याला महत्त्व देणाऱ्या देशांमध्येही सरकारी



छोले सॅलड

साहित्य : २०० ग्रॅम छोले (७-८ तास भिजवून उकडून घेतलेले), १ कांदा बारीक चिरलेला, २ चेरी टोमॅटो बारीक चिरलेले, वरून भुरभुरण्यासाठी पार्सली, २ चमचे ऑलिव्ह ऑइल, २ चमचे बारीक चिरलेली लसूण, १ चमचा चिली फ्लेक्स, २-३ चमचे लिंबाचा रस, मोठ, मिरपूड.

कृती : एका वाडग्यामध्ये लसूण, ऑलिव्ह ऑइल, मीठ मिरपूड, चिली फ्लेक्स आणि लिंबाचा रस एकत्र ढवळून घ्या. उकडलेल्या छोल्यांमध्ये ते मिसळा. आता यात कांदा, टोमॅटो घालून घ्या. नीट मिसळून थंड करायला ठेवा. वरून पार्सली भुरभुरा. छोले चाट आपण नेहमीच करतो पण हे आणखी थोडं वेगळ्या चवीचं सॅलड. यामध्ये छोल्याऐवजी राजमाही वापरता येईल. पॅन टॉस करून पास्ताही त्यात मिसळता येईल.

सर्वच तरुणींना आपली त्वचा सुंदर असावी, आपण छान दिसावे असे वाटत असते. मात्र सर्वांनाच ते जमत नाही, कारण आपण जो फेस पॅकचा वापर करतो तो तितकीच त्वचा गोरी करतो. तुमच्या शरीराचा प्रत्येक भाग छान दिसण्यासाठी आम्ही तुम्हाला देत आहोत काही खास टिप्स, त्या पुढीलप्रमाणे :

■ ज्या लोकांना कोणतीही अ‍ॅलर्जी असते अशा लोकांनी मध व दुधात स्नान करणे फायदेशीर असते. या स्नानामुळे त्वचेला अंतर्गत पोषण मिळते. ■ त्वच्या कोमल होण्यासाठी दूध

चेर्हयावरचे डाग, अ‍ॅक्ने, ब्लॅकहेड्सच्या समस्यांपासून सुटका मिळवण्यासाठी तुम्ही ब्युटीपालरमध्ये काही ट्रीटमेंट्स घेतल्या असतील. पण काही घरगुती उपायांनी अगदी सुरक्षितरित्या तुम्ही या समस्यांपासून सुटका मिळवू शकता. असाच एक उपाय म्हणजे 'धणे' ! **फायदेशीर उपाय** - धण्याचं (कोथिंबीरच्या बिया) पाणी आणि हळद एकत्र करून चेर्हयाला लावावे. यामधील अ‍ॅन्टीबॅक्टेरियल गुणधर्म त्वचेवर पिंपल्सची निर्मिती करणाऱ्या बॅक्टेरियांचा नाश करतात. कोथिंबीरमध्ये 86.3% मॉईश्चर असते. यामुळे त्वचा रिहायझ्ट होण्यास मदत होते. यामुळे चेर्हयावरील डाग कमी होण्यास मदत होते. हळद आणि कोथिंबीर या दोन्हीमध्ये अ‍ॅन्टीऑक्सिडंट्स आणि व्हिटामिनच्या मुबलक साठा असल्याने त्वचेचा पोत सुधारण्यासाठी मदत होते.



आणि मध एकत्र मिस्र करून स्नान केल्यास त्वच्या कोमल राहते. दुधामधील प्रोटीन आणि फॅटचे प्रमाण त्वचेला आतून एक्सफोलिएट करण्याचे काम करते. याव्यतिरिक्त दुधातील लॅक्टिक अ‍ॅसिड मृत पेशींना दूर करण्याचे काम करते. त्यामुळे त्वचेवरील

धणे-हळदीच्या मिश्रणाने दूर करा पिंपल, ब्लॅकहेड्सची समस्या!



साहित्य- ■ दोन चमचे धणे ■ चमचाभर हळद ■ ग्लासभर पाणी **कसे बनवाल मिश्रण** ■ ग्लासभर पाण्यात धण्याचे दाणे टाकून पाणी उकळा. पाण्याचा रंग बदलल्यानंतर गॅस बंद करा. मिश्रण थंड झाल्यानंतर पाणी गाळून घ्या. ■ या पाण्यात थोडी हळद मिसळून पेस्ट बनवा. मात्र अतिप्रमाणात हळद वापरू नका, अन्यथा चेहरा पिवळ्या होईल. ■ रात्री हे मिश्रण चेर्हयाला लावा आणि सकाळी चेहरा स्वच्छ धुवा. ■ सतत तीन-चार रात्री हा प्रयोग केल्यास तुमच्या चेर्हयावरील डाग, अ‍ॅक्ने कमी होण्यास मदत होईल.



असे बनवा लोणचे, तर वाढेल चव आणि रंगत...

केरीचे लोणचे, लिंबाचे लोणचे, मिरचीचे लोणचे, व्हेज लोणचे, अनेक प्रकाराचे लोणचे घरी अगदी आरामात तयार केले जातात. पण हेच लोणचे अधिक चविष्ट बनवण्यासाठी काही सोप्या टिप्स. याने लोणवाच्या रंगही आकर्षक दिसेल.

■ रंग आणि चव हे दोन्ही वाढवण्यासाठी लोणच्याचा तेलात गरम न करता मोहरीचे तेल घालायला हवं ■ गोड आंब्याच्या लोणच्यात साखर मिसळून गॅसवर शिजवावे. ■ चविष्ट लोणचे बनवण्यासाठी कुटलेली नळे तर अख्खी मोहरी वापरायला हवी.



स्मार्टफोनला कोणत्याही प्रकारचे नुकसान पोहचू नये आणि संरक्षणाचा अतिरिक्त स्तर देण्यासाठी युजर्स स्क्रीन गार्ड वापरतात. बाजारात अनेक प्रकारचे स्क्रीन गार्ड उपलब्ध आहेत. काही लोक त्यांना टेम्पर्ड ग्लास असेही म्हणतात. तुम्ही रस्त्याच्या कडेला असलेल्या विक्रेत्याकडून स्क्रीन गार्ड विकत घेतल्यास ते जवळपास १०० रुपयांमध्ये सुद्धा मिळेल. काहींना तर, तर ५० रुपयांतही मिळू शकतात. स्मार्टफोनच्या मॉडेलनुसार त्याची किंमत अनेक वेळा वाढते. दुसरीकडे, जर तुम्ही ऑनलाईन गेलात, तर तुम्हाला हे स्क्रीन गार्ड १०० रुपयांपासून ते १००० रुपयांपर्यंतच्या किमतीत मिळतात. स्क्रीन गार्डसाठी इतक्या किमती

फोनच्या स्क्रीनला संरक्षण देण्यासाठी तुम्ही देखील टेम्पर्ड ग्लास वापरत असाल. बऱ्याच प्रसंगी हे टेम्पर्ड ग्लासेस फक्त फोन स्क्रीनपासून वाचवू शकतात. पण, गार्ड डिस्प्ले क्रेक होण्यापासून वाचवू शकत नाहीत.



टेम्पर्ड ग्लास असूनही का खराब होते मोबाइल स्क्रीन

का? असा प्रश्न तुम्हालाही पडत असेल.

स्क्रीन का तुटते ?

तुम्हाला फोनची स्क्रीन स्क्रीनपासून वाचवायची असेल, तर हे स्वस्त गार्ड हे काम अगदी सहज करू शकतात. परंतु, काही वेळा ते स्क्रीन तुटण्याचे कारणही बनते. डिस्प्लेवर जाड स्क्रीन गार्ड लावल्यानंतर स्क्रीन आणि कव्हरमधील अंतर संपते. यामुळे, तुमचा फोन पडताच, त्याचा परिणाम डिस्प्लेवर पडतो, जो स्क्रीन गार्ड नसेल तर, कमी होऊ शकते.

टेम्पर्ड ग्लास ऑनलाईन शोधल्यास तुम्हाला १०० रुपयांपासून ते २००० रुपयांपेक्षा अधिक किमतीचे गार्ड उपलब्ध असल्याचे दिसून येईल. महत्त्वाचे म्हणजे या टेम्पर्ड ग्लासची किंमत बाजाराच्या तुलनेत खूपच कमी आहे.

महागड्या स्क्रीन गार्डमध्ये काय खास आहे ?

बाजारात उपलब्ध असलेले स्वस्त टेम्पर्ड ग्लास किंवा स्क्रीन प्रोटेक्टर तुमच्या फोनच्या स्क्रीनला स्क्रीनपासून वाचवू शकतात. पण तुमचा फोन पडला तर हे गार्ड त्यांना सुरक्षित करू शकत नाहीत. स्मार्टफोनची स्क्रीन तुटली नाही तर नशीबच. दुसरीकडे २००० रुपये खर्चून येणारे स्क्रीन प्रोटेक्टर तुमच्या स्क्रीनचे संरक्षण करू शकतात. हे गार्ड तयार करताना उत्तम तंत्रज्ञानाचा वापर केला जातो. त्यांना अशा पद्धतीने बनवण्यात येते की, पडदा पडल्यावर स्क्रीनवर थेट दाब येत नाही. त्याचबरोबर यामध्ये वापरण्यात आलेली काच देखील सामान्यपेक्षा खूपच वेगळी असते आणि हेच त्यांची किंमत जास्त असण्याचे कारण असते.

अ‍ॅक्ने, ब्लॅकहेडचा त्रास दूर करण्यासाठी कसा कराल मुलतानी मातीचा वापर

त्वचेच्या समस्या कमी करण्यासाठी पूर्वीपासून मुलतानी मातीचा वापर केला जातो. या आयुर्वेदिक उपायामुळे अ‍ॅक्ने, कळवंडलेली त्वचा, सनटॅन कमी करण्यास मदत होते. मात्र आजकाल कॉस्मेटिक क्रीम्स आणि उपाचारांचा वापर अधिक केला जातो. मात्र त्याचा काही दुष्परिणाम त्वचेवर होऊ शकतो. म्हणूनच हा धोका टाळण्यासाठी मुलतानी माती हा सुरक्षित आणि नैसर्गिक उपाय वापरणे अधिक फायदेशीर आहे.



कशी ठरते मुलतानी माती फायदेशीर ?

■ मुलतानी मातीमध्ये मॅग्नेशियम क्लोराईडचे प्रमाण आढळते. यामुळे अ‍ॅक्नेचा त्रास कमी होण्यास मदत होते.

■ तेलकट त्वचेवर मुलतानी मातीचा वापर केल्यास अतिरिक्त तेल आणि त्वचेचा तेलकटपणा कमी होतो. तसेच पुन्हा पिंपल येण्याचे प्रमाण कमी होते.

■ चेहऱ्यावर मुलतानी मातीचा फेसपॅक लावल्याने त्वचेवरील मळ कमी होतो. तसेच तेल आणि मृतपेशींचा थर कमी होतो.

■ मुलतानी मातीमुळे त्वचेवर थंडावा निर्माण होतो. त्यामुळे डाग, लालसरपणा कमी होतो.

■ उन्हात फिरल्याने होणारे सनटॅन, फिंगरमेटेशनचा त्रास कमी होण्यास मदत होते.

■ व्हाईटहेड्स, ब्लॅकहेड्सचा त्रास कमी होण्यासाठी मुलतानी माती फायदेशीर ठरते.

■ चांगल्या आयुर्वेदिक भंडार / दुकानामधून घेतलेल्या मुलतानी मातीचा त्वचेवर मुळीच दुष्परिणाम होत नाही.

त्वचेच्या प्रकार ओळखून त्यानुसार कसे कराल मुलतानी मातीचे फेसपॅक

तेलकट त्वचेसाठी

तुमची त्वचा तेलकट असल्यास योग्य फेसवॉशची निवड करून चेहरा नियमित धुवा. तसेच मुलतानी मातीचा फेसपॅक बनवताना त्यामध्ये गुलाबपाणी आणि चिमूटभर हळद मिसळा. हा पॅक चेहऱ्यावर आणि मानेवर पातळ थराच्या उंचीचा लावा. हा नैसर्गिकरीत्या सुकू द्या. त्यानंतर पाण्याने स्वच्छ धुवा. हा पॅक लावल्यानंतर चेहऱ्याची फार हालचाल करू नका. बोलू नका.

सामान्य त्वचेसाठी

■ सामान्य त्वचेवर मुलतानी मातीचा वापर करताना मुलतानी मातीची पेस्ट गुलाबपाण्याऐवजी दुधात बनवावी. ■ अ‍ॅक्नेचा त्रास कमी करण्यासाठी मुलतानी मातीचा

वापर करत असल्यास मुलतानी मातीसोबत कडुलिंब, कापूर आणि गुलाबपाण्याचा वापर करा. हा पॅक चेहऱ्यावर आठवड्यातून एकदा लावावा. ■ पिंपल्सचे डाग, खुणा कमी करण्यासाठी मुलतानी माती वापरत असल्यास त्यामध्ये टोमॅटोचा रस मिसळा. सोबतच चंदन, हळदीचा या फेसपॅकमध्ये समावेश करू शकता. ■ चेहऱ्यावर काळे डाग असल्यास मुलतानी मातीमध्ये दही, पुदिन्याची पाने याची पेस्ट मिसळून तयार पॅक चेहऱ्यावर डाग असलेल्या जागी लावावा. अर्धा तासानंतर हा पॅक कोमट पाण्याने स्वच्छ धुवावा. ■ चेहऱ्यावरील त्वचेच्या समस्या कमी करण्यासाठी तुम्ही मुलतानी मातीसोबत काही इन्सिअल ऑईल मिसळू शकता.

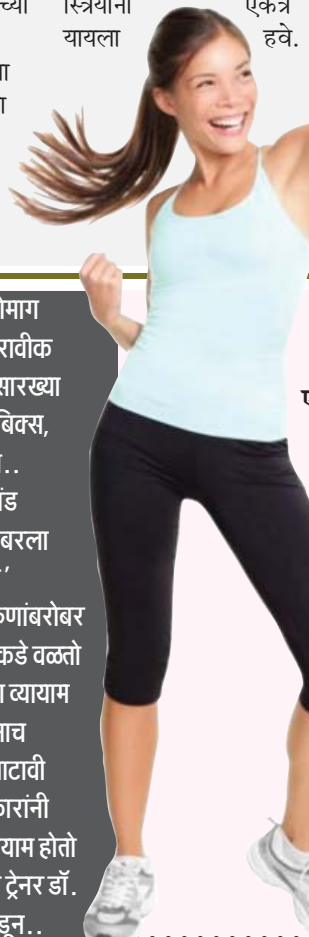


सर्व काही आरोग्यासाठी

स्त्रीचे आरोग्य

म्हणजे फक्त गर्भारपण व बाळंतपणाच्या वेळचे आरोग्य नव्हे. खरे म्हणजे त्या वेळचे आरोग्य जर सर्व दृष्टीने सुदृढ राखावयाचे असेल तर त्याची काळजी तिच्या जन्मापासूनच घेतली पाहिजे. सुदृढ स्त्रीच सुदृढ आणि कार्यक्षम माता होऊ शकते. म्हणूनच स्त्रीच्या आरोग्याची काळजी व त्यासाठी लागणाऱ्या सुविधा तिला जन्मापासून मिळाल्या पाहिजेत. आयुष्याच्या सर्व टप्प्यांत सुदृढ असलेली स्त्री स्वतः

तर स्वावलंबी बनेलच, पण समाजविकासाच्या कार्यालाही हातभार लावील. म्हणून सर्वांनी एकत्र येऊन स्त्रियांना स्वतंत्र, सुदृढ व संपूर्ण जीवन जगण्यास शिकवले पाहिजे. केवळ होण्याच्या अत्यायासाठी एकत्र न येता आपले आरोग्य उत्तम राहण्यासाठी सुद्धा स्त्रियांनी एकत्र यायला हवे.



झुंबा या प्रकारात एकामागोमाग एक गाणी लावून त्यावर ठरावीक पद्धतीने बसवलेल्या नृत्यासारख्या स्टेप्स केल्या जातात. एरोबिक्स, बॉलीवूड डान्स आणि झुंबा.. सध्या हे व्यायाम प्रकार प्रचंड लोकप्रिय आहेत. ३५ डिसेंबरला आणि नववर्षात छान 'फिट' दिसायचे 'लक्ष्य' ठेवून तरुणांबरोबर मध्यमवयीन वर्गही 'जिम' कडे वळतो आहे. मुळात नाचता नाचता व्यायाम होऊन जाणार ही संकल्पनाव आकर्षक आणि मजेशीर वाटावी अशी आहे. या व्यायाम प्रकारांनी शरीराला नेमका कसा व्यायाम होतो ते जाणून घेऊया एरोबिक्स ट्रेनर डॉ. पलक कुलकर्णी यांच्याकडून..

एरोबिक्स

सत्तरच्या दशकातच परदेशात एरोबिक्स लोकप्रिय होऊ लागले होते. त्यानंतर लोकांनी त्यांच्या व्यायामाच्या गरजेनुसार इतर प्रकार शोधून काढायला सुरुवात केली. 'झुंबा'ची सांगितली जाणारी जन्मकथाही मजेशीर आहे. ज्या व्यक्तीने हा झुंबा शोधला तेही एरोबिक्स ट्रेनर होते. एका दिवशी त्यांची एरोबिक्सची सीडी विसरली आणि लॅटिन प्रकारच्या डान्स सीडीवरून व्यायाम करून घेतले गेले आणि त्यातून झुंबा आला असं म्हटलं जातं. पण झुंबा असो की बॉलीवूड डान्स. सगळ्याचा

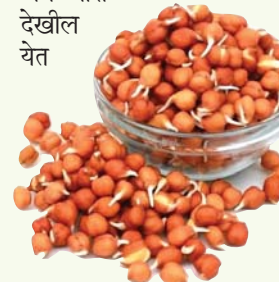
पाया एरोबिक्स हाच! एरोबिक्स म्हटलं म्हणजे तालबद्ध कवायत डोळ्यासमोर येते. पण उगीचच कशाही उड्या मारणे किंवा इकडे-तिकडे वळून व्यायाम करणे म्हणजे एरोबिक्स नव्हे. हा प्रकार खूप व्यवस्थित शोधून काढायला सुरुवात केली. 'झुंबा'ची सांगितली जाणारी जन्मकथाही मजेशीर आहे. ज्या व्यक्तीने हा झुंबा शोधला तेही एरोबिक्स ट्रेनर होते. एका दिवशी त्यांची एरोबिक्सची सीडी विसरली आणि लॅटिन प्रकारच्या डान्स सीडीवरून व्यायाम करून घेतले गेले आणि त्यातून झुंबा आला असं म्हटलं जातं. पण झुंबा असो की बॉलीवूड डान्स. सगळ्याचा

फ्लोअर एरोबिक्समध्ये सुरुवातीला 'वॉर्मअप' व्यायाम करावे लागतात. यातही नुसते कसेही हात-पाय हलवून चालत नाही. वॉर्मअपच्याही ठरलेल्या स्टेप्स

असतात. त्यालाच जोडून ३० ते ४० मिनिटे पोटावरील स्नायूंना (अ‍ॅब्ज) तसेच कमरेखालच्या व वरच्या शरीराला व्यायाम दिला जातो. एरोबिक्समध्येसुद्धा बॉलीवूड डान्सच्या काही स्टेप्स करता येतात. ते करताना लोकांना मजा येते. व्यायामाची क्षमता म्हणजे 'स्टॅमिना' कमी असणाऱ्यांना या प्रकाराने सुरुवात करता येईल. जे लोक खूप वर्षांपासून एरोबिक्स करत आहेत त्यांना मात्र बेंच एरोबिक्स हा प्रकार अधिक आवडतो असे दिसून येतं. यातही वॉर्मअप असतोच. पण प्रत्यक्ष व्यायाम 'बेंच'वर म्हणजे ठरावीक उंचीच्या मोड्यांवर साधारण ३० मिनिटांसाठी असतो. कमरेखालचे आणि वरचे शरीर व हृदय यांच्यासाठी हा चांगला व्यायाम आहे. यात बेंचच्या स्टेप्स चढणे व उतरण्यात पायांचाही खूप वापर होतो.

सकाळी रिकाम्या पोटी स्पाउटेड चणे खा आणि रोग टाळा

सकाळी : सकाळी रिकाम्या पोटी स्पाउटेड चणे खाने खूप फायदेशीर आहे, यामुळे शरीर स्वस्थ राहते आणि रोग जवळपास देखील येत



नाही. स्पाउटेड चणे संपूर्ण किंवा वाटून साखर आणि पाण्यासोबत खाल्ल्याने शरीरातील प्रोटीनचे प्रमाण कायम राहते. तसेच स्नायू देखील मजबूत होतात. कोणत्याही स्वरूपात स्पाउटेड चणे वापरणे फायदेशीर आहे. हे सलाड म्हणून देखील वापरले जातात. यामध्ये प्रोटीन, विटामिन आणि फायबरचे असलेले प्रमाण तणाव दूर करण्यास मदत करते.

स्पाउटेड चणे वापरण्याचे ८ फायदे

■ चण्यामध्ये फायबरची मात्रा जास्त राहते. भिजवून खाल्ल्याने पोट किंवा कब्जा संबंधी समस्या टाळता येते. ■ मूत्र समस्या असल्यास किंवा पुन्हा पुन्हा मूत्र येत असेल तर चणा अत्यंत फायदेशीर आहे. ■ रिकाम्या पोटी चणे खाण्याने शरीरात अतिरिक्त प्रमाणात ग्लूकोज बनत नाही. मधुमेह देखील नियंत्रणात राहतो. ■ मानसिक तणाव असलेल्या लोकांसाठी चणा खूप

फायदेशीर आहे. ■ सकाळी वाटलेल्या चण्यासोबत साखर किंवा पाणी मिसळून प्यायल्याने मानसिक तणाव दूर होतो. ■ कावीळ असलेल्या रुग्णांनी नियमितपणे चणे खावे. हे बरेच फायदेशीर असतात. ■ स्पाउटेड चणे हिरव्या मृगासोबत खाल्ल्याने खाण्याने प्रोटीनची मात्रा वाढते. ■ याच्या नियमित सेवनाने थकवा दूर होण्यास मदत मिळते.

झुंबा आणि बॉलीवूड डान्स

झुंबा या प्रकारात एकामागोमाग एक गाणी लावून त्यावर ठरावीक पद्धतीने बसवलेल्या नृत्यासारख्या स्टेप्स केल्या जातात. यातली संगीत व गाणी ठरलेली असतात. संगीत हेच झुंबाच्या आकर्षणाचे केंद्र आहे. संगीताच्या तालावर पाय आपसूक थिरकाला लागतात आणि नाचाचा हरूप येतो. ७-८ वर्षांपूर्वीपासून झुंबा आपल्याकडे आला आणि हळूहळू लोकप्रियही होऊ लागला. बॉलीवूड डान्समध्येही वॉर्मअप चुकत नाही. पुढची ३० ते ४० मिनिटे व्यायाम करावयाचा असल्याने तो गरजेचा असतो. यात रोज हिंदी चित्रपटातील वेगळे गाणे घेऊन त्यावर शरीराला व्यायाम होईल. अशा प्रकारे

नाचाच्या स्टेप्स बसवल्या जातात. यातला कोणताही नाच शिकणे व करणे अवघड नसते हे महत्त्वाचे. गटांने करायच्या व्यायामात अनेकांना नवे मित्र भेटतात हे देखील व्यायाम लोकप्रिय होण्यामागचे कारण असू शकेल. एकट्यानेच चालायला किंवा पळायला जाणे किंवा एकट्यानेच जिममध्ये जाऊन व्यायाम करणे अनेकांना कंटाळवणारे वाटते आणि थोड्या दिवसांनी 'जिम'चा उल्हाससुद्धा कमी होत जातो. याउलट संगीताच्या तालावर नाचण्याचा कंटाळ येत नाही, शिवाय बरोबरीच्या गटातले सगळेच नाचत असतात. त्यामुळे नव्याने आलेल्या व्यक्तींचा उत्साह टिकतो.

उद्धाटनापूर्वीच नवी मुंबई विमानतळाला दि. बा. पाटील यांचे नाव, नामकरणाची नस्ती अंतीम मंजूरीसाठी पंतप्रधान कार्यालयाकडे



या बैठकीत माजी उपमहापौर जगदीश गायकवाड, कृती समिती कोषाध्यक्ष डी. तांडेल, सरचिटणीस दीपक म्हात्रे, अनुल पाटील, गायक जगदीश पाटील, शरद म्हात्रे, दीपक पाटील आणि रायगड, पालघर, ठाणे, नवी मुंबई, कल्याण, डोंबिवली परिसरातील माजी नगरसेवक, कार्यकर्ते उपस्थित होते.

■**डोंबिवली** : उलवे येथील नवी मुंबई विमानतळाचे उद्घाटन होण्यापूर्वीच या विमानतळाला ज्येष्ठ शेतकरी नेते दिवंगत दि. बा. पाटील यांचे नाव दिले जाईल. यासंदर्भातच्या जोरदार हालचाली केंद्र शासन स्तरावर सुरू आहेत. नवी मुंबई विमानतळाला दि. बा. पाटील यांचे नाव देण्याची नस्ती पंतप्रधान कार्यालयाकडे अंतीम मंजूरीसाठी गेली आहे. त्यामुळे या विमानतळ नामकरणासंदर्भातची घोषणा लवकरच होण्याची शक्यता आहे, अशी माहिती माजी खासदार डॉ. संजीव गणेश नाईक यांनी शुक्रवारी डोंबिवलीत प्रगती महाविद्यालयातील सभागृहात आयोजित बैठकीत दिली.

नवी मुंबई विमानतळाला शेतकरी नेते दिवंगत दि. बा. पाटील यांचे नाव देण्याच्या विषयावरून स्थापन झालेल्या सर्व पक्षीय कृती समितीची बैठक शुक्रवारी येथे पार पडली. या बैठकीला कृती समितीचे ज्येष्ठ नेते

माजी मंत्री जगन्नाथ पाटील, माजी खासदार रामशेट ठाकुर, दशरथ पाटील, माजी मंत्री कपील पाटील, माजी खासदार डॉ. संजीव नाईक, आमदार राजेश मोरे, माजी आमदार सुभाष भोईर, काँग्रेसचे प्रदेश नेते संतोष केणे, संयोजक नितीन पाटील आणि कृती समितीचे कार्यकर्ते, पदाधिकारी उपस्थित होते.

नवी मुंबई विमानतळाला दि. बा. पाटील यांचे नाव दिल्याशिवाय स्वस्थ बसायचे नाही. यासंदर्भातच्या सर्व शासकीय कागदपत्रांी प्रक्रिया पूर्ण होण्यासाठी केंद्र, राज्य सरकारकडे पाठपुरावा सुरू ठेवायचा, असा निर्धार बैठकीत व्यक्त करण्यात आला. या बैठकीत डॉ. संजीव नाईक यांनी सांगितले, गेल्या आठवड्यात आम्ही दिल्ली येथे गेलो होतो. त्यावेळी आम्ही विमान वाहतूक मंत्र्यांची भेट घेतली. त्यांना नवी मुंबई विमानतळाला दि. बा. पाटील यांचे नाव देण्याचा विषय कुठपर्यंत

मंजूरीसाठी आला आहे अशी आठवण करून दिली. त्यावेळी केंद्रीय मंत्र्यांनी नवी मुंबई विमानतळाला दि. बा. पाटील यांचे नाव देण्याची नामकरणाची नस्ती अंतीम मंजूरीसाठी पंतप्रधान कार्यालयाकडे गेली आहे. यासंदर्भातच्या अंतीम मंजूरीच्या प्रक्रिया लवकरच पूर्ण होऊन यासंदर्भातची घोषणा केली जाईल, असे आश्वासन करण्यात आले आहे.

नवी मुंबई विमानतळाला दि. बा. पाटील यांचे नाव देण्याच्या सर्व पक्षीय कृती समितीच्या आपल्या ऐतिहासिक लढ्याला यश आले आहे. या यशाचे आपण सर्व साक्षीदार असणार आहोत. या विमानतळाचे उद्घाटन होण्यापूर्वीच दि. बा. पाटील यांचे नाव नवी मुंबई विमानतळाला दिले गेले असेल, असा विश्वास बैठकीत व्यक्त करण्यात आला. या बैठकीत या लढ्यात समर्पित भावाने सहभागी झालेल्या कार्यकर्ते, पदाधिकाऱ्यांचा लढवय्ये म्हणून सन्मान करण्यात आला.

येऊरमधील उद्धाटनाआधीच बेकायदा हॉटेल भुईसपाट महापालिकेने केली पोलिस बंदोबस्तात कारवाई



येत असून तिथे पाट्या केल्या जात आहेत. यामुळे शांतता क्षेत्र असलेल्या येऊर भागात रात्रीच्या वेळेत ध्वनी प्रदुषण होत असून त्याचा त्रास येथील वन्यजीव प्राण्यांवर होत आहे. रात्रीचा धांगडधिंगा थांबवा, अशी मागणी येथील स्थानिक रहिवाशांसह पर्यावरण प्रेमींकडून सातत्याने केली जाते. असे असतानाच, या जंगलात यापुर्वी गोल्डन स्वान केंद्री या नावाचे हॉटेल

होते. या हॉटेल ठिकाणी ४० . ५० चौरस फुटाचे क्षेत्रफळत बांधकाम करण्यात आले होते. त्यामध्ये टर्फ, हॉटेल आणि इतर बांधकामे करण्यात आली होती. याठिकाणी गोल्डन स्वान केंद्री या हॉटेल नावात बदल करून लेवल अप नावाचे हॉटेल सुरू करण्यात येणार होते. त्याचा शुभारंभ शनिवारी होणार होता.

दरम्यान, या बांधकामाबाबत तक्रारी येताच

पालिकेने याठिकाणी जाऊन पाहणी केली होती. त्यावेळी पालिकेच्या पथकाने बांधकाम परवानगीची कागदपत्रे दाखविण्यास सांगितले होते. मात्र, संबंधितांनी कोणतीही कागदपत्रे सादर केली नव्हती. यामुळे पालिकेने कागदपत्रे पुन्हा सादर करण्याची संधी देऊनही संबंधितांनी कोणतीही कागदपत्रे सादर केली नव्हती. तसेच या बांधकामासाठी पालिकेकडून कोणतीही परवानगी देण्यात आली नसल्याची माहिती शहर विकास विभागाने अतिक्रमण विभागाला कळविले होते. त्यानुसार पालिकेच्या पथकाने शनिवारी पोलिस बंदोबस्तात हातोडा मारला. ही कारवाई आयुक्त सौरभ राव यांच्या निदेशानुसार, उपायुक्त (अतिक्रमण) शंकर पाटोळे, उपायुक्त (मुख्यालय) जी. जी. गोदेपुरे यांच्या पथकाने केली. अंदाजे ४० . ५० चौरस फुटाचे लोखंडी अँगल्सच्या सहाय्याने केलेले अनधिकृत शेडचे बांधकाम काढण्यात आले.

कल्याण-डोंबिवली पालिका हद्दीत आठ अनधिकृत प्राथमिक शाळा टिटवाळ्यात सर्वाधिक अनधिकृत शाळांची संख्या

■**कल्याण** : कल्याण डोंबिवली पालिका हद्दीत शासनाच्या परवानगीविना एकूण आठ प्राथमिक शाळा सुरू आहेत. कल्याण डोंबिवली पालिकेने अशा आठ प्राथमिक शाळांची यादी जाहीर केली आहे.

या आठ अनधिकृत शाळांमध्ये पालकांनी आपल्या मुलांचे प्रवेश घेऊ नयेत, असे आवाहन कल्याण डोंबिवली पालिका शिक्षण विभागाचे उपायुक्त संजय जाधव यांनी केले आहे. मागील वर्षी पालिका हद्दीत एकूण पाच अनधिकृत शाळा आढळून आल्या होत्या. दरवर्षी अशा शाळांवर शासन आदेशानुसार पालिकेकडून दंडात्मक कारवाई केली जाते. एप्रिल, मे महिन्यात अनेक पालक आपली घरी बदलतात, नोकरी, व्यवसायाच्या निमित्ताने शहर बदलतात. असे पालक शाळेची माहिती न काढता त्या शाळेत प्रवेश घेतात. अशी प्रवेश घेतलेली शाळा शासन मान्यतेविना शाळा सुरू करतात. त्यानंतर ते शाळा मान्यतेसाठी प्रयत्न करतात, असे शासनाच्या निदर्शनास आले आहे.



मान्यतेने सुरू नसल्याचे नंतर निदर्शनास येते. त्यामुळे अनेक विद्यार्थी, पालकांचे नुकसान होते. यासाठी पालिकेने मार्च महिन्यात अशा आठ शाळांची यादी प्रसिध्द करून पालकांना जागृत करण्याचा प्रयत्न केला आहे. सर्वाधिक अनधिकृत प्राथमिक शाळा टिटवाळा परिसरात असल्याचे पालिका शिक्षण विभागाच्या निदर्शनास आले आहे. शिक्षण विभागाचा अनुभव असलेले काही जाणकार मंडळी शासनस्तरावर शाळा सुरू करण्याची परवानगी मिळाली नाही की आपल्या भागात शासन मान्यतेविना शाळा सुरू करतात, असे शासनाच्या निदर्शनास आले आहे.

अनधिकृत शाळांची माहिती

एल. बी. एस. इंग्लिश स्कूल, बल्याणी, टिटवाळा (इंग्रजी माध्यम), सनराईज स्कूल, बल्याणी, टिटवाळा (इंग्रजी माध्यम), संकल्प इंग्लिश स्कूल, बल्याणी, टिटवाळा (इंग्रजी माध्यम), पोलारिस कॉन्व्हेंट स्कूल, बल्याणी, टिटवाळा (इंग्रजी माध्यम), डी. बी. एस. इंग्लिश स्कूल, आंबिवली पश्चिम (इंग्रजी माध्यम), ऑक्फर्ड इंग्लिश स्कूल, आंबिवली पश्चिम (इंग्रजी माध्यम), बुद्धिस्ट इंटरनॅशनल स्कूल, महाराष्ट्रनगर, डोंबिवली पश्चिम.(इंग्रजी माध्यम).

हरविलेले आणि चोरीला गेलेले मोबाईल, दुचाकी, दागिने परत मिळाल्याने नागरिक भावनिक

■**ठाणे** : शहापूर मोबाईल, दुचाकी किंवा दागिने या सारख्या वस्तू प्रवासात गहाळ होतात किंवा चोरीला जातात. या वस्तू पुन्हा मिळविणे कठीण जाते. असे असले तरी नागरिक पोलीस ठाण्यामध्ये फक्त आशेच्या आधारावर तक्रार दाखल करत असतो. परंतु स्वयं वस्तू पुन्हा जसाच्या तशा स्वरूपात मिळाली तर? आश्चर्याचा धक्का कोणालाही बसेल. ठाणे जिल्ह्यातील ग्रामीण भागात हरविवेल्या चार कोटी रुपयांचा मुद्देमाल पोलीसांनी नागरिकांना पुन्हा दिला आहे. यामध्ये सोने-चांदीचे दागिने,

रोकड, दुचाकी, मोबाईल यांसारख्या वस्तूंचा सामावेश आहे. तर ठाणे शहरातील नौपाडा पोलीसांनी २०२२ ते २०२५ पर्यंत चोरीला गेलेले १०८ मोबाईल तक्रारदारांना परत मिळवून दिले आहेत. वस्तू परत मिळताच, अनेकजण भावनिक झाले होते.

एखादी वस्तू खरेदी करताना व्यक्ती पैसे जोडून ती खरेदी करतात. परंतु चोरट्यांकडून ही वस्तू चोरी केली जाते किंवा हरविते. त्यानंतर सर्वच अडचणी सामना त्या व्यक्तीला सहन करावा लागतो. वस्तू गहाळ किंवा चोरीला गेल्यास व्यक्तीला मानसिक ताण देखील सहन

करावा लागतो. पोलीस ठाण्यात तक्रार दिल्यानंतरही वस्तूचा शोध लागेल की नाही हा प्रश्न उभा असतो. परंतु ठाणे ग्रामीण पोलीसांनी विशेष कोशल्या वापरून विविध चोरीची प्रकरणे उघडकीस आणून तब्बल चार कोटींचा मुद्देमाल जप्त केला. हा मुद्देमाल कोकण परिक्षेत्राचे विशेष पोलीस महानिरीक्षक संजय दराडे यांच्या हस्ते मूळ मालकांना परत करण्यात आला. शहापुरचे उपविभागीय पोलीस अधिकारी कार्यालयात हा हस्तांतरण सोहळा पार पडला.

ठाणे ग्रामीण पोलीसांनी विविध तपास पथके तयार करून

सीसीटीव्ही, तांत्रिक माहिती, गुप्त बातमीदार यांच्या आधारे मुदतीत तपास करून सदचे गुन्हे उघडकीस आणले आहेत. त्या गुन्हातील प्रत्यक्ष सहभाग असणाऱ्या आरोपींना अटक करून त्यांच्याकडून एकुण चार कोटी सहा लाख ९२ हजार ८३९ रुपये किंमतीचे सोने, चांदी, रंग रक्कम, मोबाईल, दुचाकी यांसह अनेक मौल्यवान वस्तूंचा मुद्देमाल जप्त केला. यात ठाणे ग्रामीणचे पोलीस अधीक्षक डॉ. डी.एस.स्वामी, अपर पोलीस अधीक्षक भारत तांगडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली शहापुरचे उपविभागीय पोलीस अधिकारी

मिलींद शिंदे, गणेशपुरीचे उपविभागीय पोलीस अधिकारी राहुल झालटे, मुरबाडचे उपविभागीय पोलीस अधिकारी जगदीश शिंदे यांसह अन्य पोलीस अधिकारी व कर्मचारी यांनी ही उल्लेखनीय कामगिरी बजावली होती.

तर ठाणे शहर पोलीस ठाण्याच्या हद्दीतील नौपाडा पोलीस ठाण्याच्या क्षेत्रात २०२२ ते २०२५ या कालावधीत गहाळ झालेले १०८ मोबाईल वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक अभय महाजन यांच्या हस्ते मूळ मालकांना परत देण्यात आले. मोबाईल मिळताच अनेकांनी समाधान व्यक्त केले.

कल्याणमध्ये मित्रांच्या धुळवडीतील क्रूर थट्टेमुळे तरुणाचा मृत्यू

■**कल्याण** : धुळवडीच्या सणाच्या दिवशी टिटवाळ्यात एक भयावह घटना घडली. वरप गावातील महाराजा लॉनमध्ये काम करणाऱ्या सत्यप्रकाश उपध्याय या तरुणावर त्याच्याच तीन मित्रांनी अमानुष अत्याचार केला. उच्च दाबाच्या पाईपमधून जबरदस्तीने दुधद्वारात पाणी मारल्याने सत्यप्रकाश गंभीर जखमी झाला. तातडीने त्याला रुग्णालयात ह लावण्यात आले, मात्र उपचार सुरू असातानाचा त्याचा दुर्दैव

मृत्यू झाला.

सत्यप्रकाश उपाध्याय आणि आरोपी मनीष चैतामानी, कृष्णा सिंह आणि सौरव चंदा हे चौघेही महाराजा लॉनमध्ये काम करणारे होते. सुरुवातीला मजेत सुरू झालेला हा खेळ नंतर अमानुष स्वरूपाचा झाला. मित्र म्णवणाऱ्या तिघांनी सत्यप्रकाशावर जबरदस्ती केली आणि उच्च दाबाच्या पाण्याचा मार केला. पाण्याचा प्रेशर इतका तीव्र होता की त्याच्या

आतड्यांना गंभीर दुखापत झाली. या घटनेमुळे संपूर्ण परिसरात संतापाची लाट उसळली आहे. सत्यप्रकाशचा मृत्यू हा क्रूर वागणुकीचा परिणाम असल्याचे स्पष्ट होताच टिटवाळा पोलीसांनी तातडीने कारवाई करत मनीष चैतामानी, कृष्णा सिंह आणि सौरव चंदा या तिघांना अटक केली. शवविच्छेदन अहवालात पाण्याच्या तीव्र दाबामुळे आतड्यांना गंभीर इजा झाल्याने मृत्यू झाल्याचे नमूद करण्यात आले आहे. पोलीसांनी आरोपींना न्यायालयात हजर केले असता त्यांना चार दिवसांची पोलीस कोठडी सुनावण्यात आली आहे.



ठाणे भ्रमंती पडली महागात

■**ठाणे** : होळी सणानिमित्ताने ह्युके.ळ्हून ठाण्यात मित्राच्या घरी आलेल्या एका तरुणीचे रोलेक्स कंपनीचे मनगटी घड्याळ चोरट्यांनी कारमधून चोरी केल्याचा प्रकार उघडकीस आला आहे. तरुणी मित्रासोबत ठाण्यात फेरफटका मारण्यासाठी गेली असताना हा प्रकार घडला आहे. या प्रकरणी नौपाडा पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. आठ लाख रुपये किमतीचे हे घड्याळ होते.

ह्युके.ळ्ह य देशात २५ वर्षीय मुलगी राहत असून ती कलाकार आहे. ती जन्मापासूनच तेथे कुटुंबासोबत वास्तव्यास आहे. तसेच तिला महागड्या वस्तू खरेदीची सवय आहे. तिच्याकडे आठ लाख ४० हजार रुपये किमतीचे रोलेक्स कंपनीचे मनगटी घड्याळ होते. होळी सणानिमित्ताने ती १४ मार्चला तिच्या ठाण्यातील एका मित्राकडे आली होती. २० मार्चला ती

मित्रासोबत कारने ठाणे शहरात फिरण्यासाठी निघाली होती. ते नितीन कंपनी येथील सेवा रस्ता परिसरात आले. त्यांनी तेथे पायी फेरफटका मारण्याचा निर्णय घेतला. त्यामुळे तरुणीने मनगटातील आठ लाख ४० हजार रुपये किमतीचे घड्याळ तिच्या परसंमध्ये काढून ठेवले. त्यानंतर ती परस कारमध्येच ठेवली. दोघेही कारमधून उतरून पायी जात होते. १५ मिनीटे फेरफटका मारून आल्यानंतर ते कारजवळ परतले. त्यावेळी त्यांच्या कारच्या खिडकीची काच फुटलेली दिसली. तसेच कारच्या मागच्या आसनावर ठेवलेली परस देखील गायब होती. त्यांनी परिसरात चोरट्याचा शोध घेतला. परंतु कोणीही चोरटा आढळला नाही. २२ मार्चला त्यांनी याप्रकरणी नौपाडा पोलीस ठाण्यात धाव घेऊन तक्रार दाखल केली. या तक्रारीच्या आधारे नौपाडा पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल झाला आहे.

डोंबिवलीत २७ गावांमधील सात जणांची ७३ लाखांची फसवणूक

■**डोंबिवली** : ऑनलाईन माध्यमातून कूट चलनातून समभाग गुंतवणूक केली तर आपणास झटपट अधिकचा परतावा मिळेल असे आमिष दाखवून चार भामट्यांनी डोंबिवली जवळील पलावा, २७ गावातील नांदिवली, निळजे, आडवली, देसलेपाडा, दिवा परिसरातील एकूण सात जणांची एकूण ७३ लाखाहून अधिक रुपयांची फसवणूक केली आहे. एका नोकरदाराची एकट्याची ४७ लाखाची या गुंतवणूक प्रकरणात फसवणूक झाली आहे.

गेल्या पंधरा दिवसांच्या कालावधीत हा फसवणुकीचा प्रकार घडला आहे. गेल्या महिन्यात पलावा भागात राहत असलेल्या रिलायन्स कंपनीत नोकरीला असलेल्या नोकरदाराला घरी असताना समभाग गुंतवणुकीविषयी एक जाहिरात समाज माध्यमातून पाहण्यास मिळाली. त्या जाहिरातीला ऑनलाईन माध्यमातून प्रतिसाद देताच त्याला आपण कूट चलनातून समभाग गुंतवणुकीसाठी इच्छुक आहात का, असे प्रश्न करून, आपणास गुंतवणुकीसाठी सर्व सहकार्य मिळेल, असे आश्वासन देण्यात आले.

या नोकरदारप्रमाणे इतर गुंतवणूकदारांना चार भामट्यांनी विविध प्रकारच्या जुळण्या पाठवून, या गुंतवणूकदारांची व्यक्तिगत, बँक व्यवहारांची माहिती मागवून घेऊन त्यांना टप्प्याने ऑनलाईन माध्यमातून भामट्यांनी दिलेल्या बँक खात्यावर रक्कम वळती करण्यास लावली. अल्प कालावधीत अधिकचा परतावा मिळत असल्याने तक्रारदार नोकरदाराने ४७ लाख ४७ हजार रुपए कूट चलन समभागासाठी गुंतवले. या रकमेवर त्यांना ऑनलाईन माध्यमातून एक कोटीहून अधिकचा परतावा दिसू लागला. हा परतावा काढून घेण्यासाठी नोकरदाराने प्रयत्न केले. त्यांना सेवा छाननी शुल्क म्हणून १६ लाखाहून अधिकची रक्कम भरणा करण्यास भामट्यांनी



सांगितली.

ही रक्कम भरणा केल्यानंतरही ऑनलाईन माध्यमातून पैसे परत मिळत नव्हते. नोकरदाराने पुन्हा ग्राहक सेवा कक्षाला संपर्क केला. तेव्हा त्यांना कार्मिक सेवा शुल्कासाठी २० लाखाहून अधिकची रक्कम भरण्यास सांगण्यात आले. हा प्रकार पाहून आपण फसलो असल्याची जाणीव नोकरदाराला झाली. त्यांनी सायबर गुन्हे कक्षाकडे त्यानंतर मानपाडा पोलीस ठाण्यात तक्रार केली. पोलीस ठाण्यात अशाप्रकारची तक्रार करण्यासाठी इतर सहा गुंतवणूकदार आल्याचे त्यांना समजले. या गुंतवणूकदारांनी ९५ हजार ते ३ लाखापर्यंतची गुंतवणूक कूटचलन समभाग गुंतवली होती. या सहा गुंतवणूकदारांची एकूण सुमारे २५ लाखाहून अधिक रुपयांची फसवणूक झाली आहे. अशी एकूण ७३ लाखाहून अधिकची फसवणूक भामट्यांनी डोंबिवली जवळील नांदिवली, पलावा, आडवली, निळजे, देसलेपाडा, दिवा, भोपर भागातील नागरिकांची केली आहे. मानपाडा पोलीसांनी माहिती तंत्रज्ञान कायद्याने गुन्हा दाखल करून तपास सुरू केला आहे.

आभासी चलनाच्या नावाखाली ८२ लाख रुपयांची फसवणूक

■**ठाणे** : आभासी चलनाच्या (क्रिप्टो) गुंतवणुकीत जास्त नफा मिळवून देतो असे सांगून घोडबंदर भागात राहणाऱ्या एका व्यक्तीची ८२ लाख रुपयांची फसवणूक करण्यात आल्याचा प्रकार उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी कासारवडवली पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

घोडबंदर भागात फसवणूक झालेले ४२ वर्षीय नोकरदार राहतात. सुमारे तीन महिन्यांपूर्वी त्यांच्या फसबुक खाल्याच्या माध्यमातून एका महिलेसोबत त्यांची ओळख झाली होती. त्या महिलेने नोकरदाराकडून त्यांची क्रॉस्टीप क्रमांक मागितला. तिने त्यांना आभासी चलनात गुंतवणूक करण्यास सांगितले. तसेच याबाबतची माहिती एक व्यक्ती देणार असून त्याचा तिने मोबाईल क्रमांक त्या नोकरदाराला पाठविला.

नोकरदाराने त्या व्यक्तीला संपर्क साधला असता, त्यावेळी त्याने नोकरदाराला एक व्हॉट्सॲप लिंक पाठविली. या लिंकद्वारे त्यांना आभासी चलनात पैसे गुंतविण्यास सांगितले. त्यानुसार, नोकरदाराने टप्पा-टप्प्याने ८२ लाख रुपये त्यामध्ये गुंतविले. त्यानंतर त्यांना या गुंतवणूकीवर मोठा नफा दाखविण्यात आला. गुंतवणूकीची रक्कम त्यांना काढता येत नव्हती. ही गुंतवणूकीची रक्कम काढण्यासाठी त्या व्यक्तीने नोकरदाराकडून शुल्काची मागणी केल्यास सुरुवात केली. आपली फसवणूक होत असल्याचा संशय आल्याने नोकरदाराने याप्रकरणी सायबर पोलिसांकडे ऑनलाईन तक्रार दाखल केली होती. या तक्रारीच्या आधारे, कासारवडवली पोलीस ठाण्यात फसवणूकीचा गुन्हा दाखल झाला 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 (पुर्व) मुंबई 400063 (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १03, कुणाल कुटीर बी विल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेत्र्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहील.) 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 IndustrialEstate, 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