






 संपादक  
दिपक मोरेश्वर नाईक

## भाषांबाबत लवचिक धोरण हवे

तब्बल एक दशकाच्या प्रतीक्षेनंतर मराठी भाषेला गेल्या वर्षी निवडणुकीआधी अभिजात भाषेचा दर्जा देण्यात आला. याचे सर्वांनी मनापासून स्वागत केले आहे. मात्र, त्यानंतर अवघ्या सात-आठ महिन्यांत राज्यात त्रिभाषा सूत्र लागू करण्यासाठी हिंदी भाषेची पहिलीपासून सक्ती करण्याचे जाहीर करण्यात आले. त्याला महाराष्ट्राच्या सर्व स्तरातून विरोध होत असल्याचे पाहिल्यानंतर राज्य सरकारने माघार घेतली आहे. शालेय शिक्षणमंत्री दादा भुसे यांना त्रिभाषा सूत्र कायम असले तरी हिंदी अनिवार्य नाही, असे जाहीर करावे लागले आहे. राज्यात दशकभरात हिंदीचे प्रस्थ चांगलेच वाढले आहे, हे डोळे उघडून पाहिले तर स्पष्ट दिसते. मुळात उत्तरेकडील राज्यांतून नोकरी, व्यवसायाच्या निमित्ताने लोक मोठ्या संख्येने महाराष्ट्रात येत आहेत. त्यामुळे हिंदीची नाही तर जाणीवपूर्वक मराठी भाषेच्या सक्तीची गरज होती. मराठी भाषा संबंधित संस्था आणि संघटना हिंदीसक्तीला विरोध करत आहेत, याचा सरकारने विचार करायला हवा. याचा अर्थ हिंदी भाषेला विरोध नाही पण, हिंदीच्या सक्तीला विरोध आहे, हे सरकारने ध्यानात घ्यायला हवे. हिंदीला विरोध आणि इंग्रजीचे गोडवे, हा देवेंद्र फडणवीस यांचा सवाल यामागे नेमकी हीच चलाखी आहे. दक्षिण भारतात म्हणजे तमिळनाडू, केरळ, आंध्र प्रदेश आणि कर्नाटकमध्ये हिंदीला विरोध आहे. कारण त्यांची लिपी पूर्णपणे वेगळी अशी मराठी आणि हिंदीची देवनागरी लिपी असल्यामुळे महाराष्ट्रात पाचवीपासून हिंदी विषय आहे. असे असताना आता इयत्ता पहिलीपासून हिंदी विषय असावा, ही गरज अचानक कशामुळे निर्माण झाली. ही गरज महाराष्ट्राची आहे की कुणा राजकीय पक्षाची ही दीर्घकालीन गरज आहे, हे स्पष्ट व्हायला हवे. मुळात हिंदीला पुढे आणण्यासाठी संपर्क सूत्र असे गोंडस नावे पुढे केले जात आहे. हिंदी ही भारताची राष्ट्रभाषा नाही, हे सर्वश्रुत आहे. आज देशातील स्थिती पाहिली तर बहुराज्य आणि बहुभाषा असलेला आपला देश आहे. भाषेप्रमाणे प्रांत आहेत. त्यामुळे महाराष्ट्रात मराठी, तामिळनाडूत तमिळ, प. बंगालमध्ये बंगाली, गुजरातमध्ये गुजराती, पंजाबमध्ये पंजाबी, ओडिशामधील ओडिया अशी प्रत्येक राज्याची भाषा आहे. यातही उत्तरेकडील भागात हिंदीभाषिक पट्टा मोठा आहे, हे नाकारून जमणार नाही. तरीही स्वातंत्र्य मिळून ७७ वर्षे झाली तरी भारतासारख्या १४० कोटी लोकसंख्या असलेल्या महाकाय देशाची एक राष्ट्रभाषा नाही किंवा त्यावर अजून एकमत झालेले नाही, हेही लक्षात घ्यावे लागेल. आज आपण हिंदीला आपली आणि इंग्रजीला परकी भाषा मानत असणार असू तर प्रत्येकाने आपापले पाल्य कोणत्या भाषेत शिक्षण घेत आहेत, हे प्रथम पाहणे गरजेचे आहे. बहुसंख्य भारतीय उच्च शिक्षणासाठी अमेरिका, ब्रिटन, ऑस्ट्रेलिया, कॅनडा अशा जगातील अनेक देशांत जातात. तेव्हा तिथे त्यांना भारतात शिकलेली इंग्रजी भाषा तारून नेते, हे विसरून जमणार नाही. त्यामुळे उगाचच हिंदीसक्तीच्या विरोधाचा समाचार घेताना ‘इंग्रजीचे गोडवे’ म्हणायची अजिबात गरज नाही. खरेतर मातृभाषेत शिक्षण घेणे हे सर्वांच्याच फायद्याचे आहे. याला शिक्षणतज्ञ आणि भाषातज्ञांनीही कायम पाठिंबा दिला आहे. आपल्या देशाची बहुभाषिक रचना पाहिल्यानंतर सर्व राज्यांमध्ये मातृभाषेत शिक्षण दिले तर विद्यार्थ्यांना शिक्षणाचे आकलन खूप चांगले होईल. याचाच भाग म्हणून अभियांत्रिकी शिक्षण मातृभाषेत देण्याचे सरकारने सुरू केले आहे. मात्र, दीर्घकाळाचा विचार केल्यास मातृभाषेत शिक्षण घेतलेले अभियंता इतर राज्यात काम करू शकतील का, हा मुद्दय प्रश्न आहे. कारण असे अभियंता महाराष्ट्रातून तामिळनाडूत, बंगालमधून गुजरातमध्ये किंवा केरळमधून उत्तर प्रदेशमध्ये गेल्यास त्यांना भाषेच्या अडचणीचा किती आणि कसा सामना करावा लागेल, याची कल्पना केली तरी पुरे होईल. तिथल्या स्थानिक भाषेचा त्यांना किती अडसर होणार, याचाही विचार व्हायला हवा. शिवाय या अभियंत्यांचे भारतीय भाषेत शिक्षण झाल्यामुळे ते परदेशात कसे काम करू शकतील, ही बाब दुर्लक्षित करण्यासारखी नाही. हीच बाब वैद्यकीय शिक्षण मातृभाषेतून घेण्याबाबतही आहे. यासाठी लगेच चीन, जर्मनी, फ्रान्स, जपान आदी काही देशांची उदाहरणे दिली जातील. मात्र, एक बाब आवर्जून लक्षात घ्यायला हवी की त्या देशांची एकच भाषा आहे तर भारतात जेवढी राज्ये, तेवढ्या भाषा आणि शेकडोंच्या संख्येत बोली भाषा आहेत. आपल्या राज्यातून इतर राज्यात आणि परदेशात जाणाऱ्या विद्यार्थ्यांचाही विचार करणे गरजेचे आहे. याशिवाय प्रत्येक राज्याची भाषिक अस्मिता आहेच. वाढती लोकसंख्या, वाढती बेरोजगारी, देशात उपलब्ध असलेल्या संधी हे सर्व लक्षात घेतले तर भाषांबाबत सर्व राज्यांचा अभ्यास करून धोरणात्मक विचार करायला हवा अन्यथा भविष्यात प्रत्येक राज्य हे स्वतंत्र संस्थानिकासारखे होतील. बहुराज्य, बहुभाषा आणि बहुधर्म ही भारताची खरीखुरी ओळख आणि ताकद आहे, तिलाच यातून तिलांजली मिळेल. म्हणूनच भाषेच्या लवचिक धोरणाच्या माध्यमातून देश सशक्त होण्याकडे लक्ष देण्याची गरज आहे.

## ‘आंतरभारती’ संकल्पनेची अंमलबजावणी हवी!

नवीन शैक्षणिक धोरणातील त्रिभाषा सूत्राच्या पार्श्वभूमीवर महाराष्ट्रात पहिलीपासून हिंदी सक्तीचा निर्णय सरकारला माघारी घ्यावा लागला. राज्यातील एकसंध विरोधामुळे हा निर्णय मागे घेण्यात आला. या साऱ्या गदारोळात, आज खरेतर आवश्यकता आहे साने गुरुजींच्या ‘आंतरभारती’ या संकल्पनेच्या अंमलबजावणीची! ज्यामुळे सर्व भाषांचा सन्मान राखत विद्यार्थ्यांना निवडीची मोकळीक मिळू शकेल.

पहिलीपासून हिंदी भाषा सक्तीचा निर्णय शासनाला अखेरीस मागे घ्यावा लागला! नवीन राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरणात, पहिल्या इयत्तेपासून त्रि-भाषा सूत्र लागू करण्याचे निर्देश येऊन आता काही वर्षे उलटली. राष्ट्रीय धोरणात फक्त त्रि-भाषा सूत्राचा उल्लेख आहे. मातृभाषा किंवा अमूक एकच भाषा हवी, अशी सक्ती नाही. अशा परिस्थितीत, राज्यात त्रि-भाषा सूत्र अमलात आणायचे झाल्यास काय धोरण ठरवावे, यावर व्यापक चर्चा, संबंधित अभ्यासक, शिक्षक, पालक यांच्यासोबत विचारविनिमय असे करत, सर्वांना सोबत घेत, सरकारला हे सूत्र आधीच ठरवता आले असते. लोकशाही व्यवस्थेत मुळात कोणताही निर्णय करताना, हेच अपेक्षितही आहे; मात्र सत्ताधऱ्यांना नेमके हेच नको असते. कारण नवी कोणतीही योजना आणायची म्हटल्यावर त्या योजनेसोबत कोणकोणते राजकीय डावपेच लढवता येतील, कोणाकोणाचे हिशोब सेटल करता येतील, याचा विचार जाणीवपूर्वक होतो आणि मग अनेकदा योजनेची मूळ उद्दिष्ट्ये आणि प्रत्यक्षात प्रस्तावित अंमलबजावणी यांचा दुरान्वयेही संबंध उरत नाही. हिंदी भाषा सक्तीचेही असेच झाले.

देशात लोकसंख्येच्या प्रमाणात मतदारसंघ आणि लोकसभेच्या राज्यनिहाय जागा नक्की करण्याचे घोषित झालेले आहे. केंद्रातील सत्ताधऱ्यांच्या या डावपेचामुळे, आधीच उत्तरेतील राज्ये विरुद्ध दक्षिणेतील राज्ये असा संघर्ष सुरू झालेला आहे. यात भर म्हणजे नव्या शैक्षणिक धोरणातील त्रि-भाषा सूत्रात हिंदीची सक्ती चालणार नाही, असा पवित्रा दक्षिणेतील राज्यांनी घेतला आहे. त्यामुळे दक्षिण-उत्तर असा वाद अधिक टोकदार बनलेला आहे. या पार्श्वभूमीवर, दक्षिण आणि उत्तरेच्या मध्यावर असलेल्या महाराष्ट्र राज्याला खरे, तर अधिक विवेकी भूमिका घेण्यास वाव होता आणि आहे; मात्र इथे डबल इंजिन सरकारच्या नावाखाली स्वतंत्र विचार, राज्याचे हित-अहित असा विचार करून मग राज्याहिताचा निर्णय, असे करण्यापेक्षा, केंद्राची री ओढण्यात धन्यता मानणारे राज्यात सत्तेवर आहेत. त्यामुळेच यापूर्वी महाराष्ट्रातले वेदान्त फॉक्ससारखे प्रकल्प, काही केंद्र सरकारी कार्यालये राज्याबाहेर नेण्याच्या केंद्राच्या दट्ट्यासमोर, राज्य हिताच्या दृष्टीने ठाम उभे राहण्याऐवजी



त्यापुढे मान तुकवणारेच शासनात अधिक. यावेळी सर्व विरोधक एकाच सुरात ठाम राहिल्यामुळे ही माघार!

कधी-कधी तर राजापेक्षा त्याचा चेला अधिक आक्रमक अशी स्थिती. त्यामुळेच त्रि-भाषा सूत्रात कोणतीही भाषा निवडण्याचे स्वातंत्र्य असताना, एकदम हिंदीची सक्ती जाहीर करून उत्तरेतील राज्यांचा प्रभाव असणाऱ्या केंद्र सरकारातील नेत्यांना खुश करण्याचा प्रयत्न यात दिसतो. पुन्हा सतत वर्षांचे १२ महिने आणि ३६५ दिवस २४ तास इलेक्शन मोडमध्ये असणाऱ्या भारतीय जनता पक्षाने आपल्या छोट्या मोठ्या निर्णयाचा राजकीय लाभाशी सांधा जुळवण्याची खोड लावून घेतली आहे. लवकरच बिहार राज्याच्या निवडणुका आहेत. अनेक बिहारी नागरिक स्थलांतरित मजूर म्हणून अन्य राज्यात गेलेले आहेत. त्यात महाराष्ट्राचा वाटा लक्षणीय आहे. त्यामुळे इथली हिंदीची सक्ती तिकडे बिहारमध्ये मते मिळवण्यासाठी सत्ताधऱ्यांनी केला असण्याची दाट शक्यता आहे. अर्थात, हे राजकारण उघडपणे व्यक्त करण्यासारखे नसल्यामुळे, किंबहुना असा कुणी आरोप केला, तरी ते नाकारण्याचेच सोयीचे धोरण असल्यामुळे; प्रत्यक्षात या सक्तीचे समर्थन करताना शासन-प्रशासनातील धुरिणांनी तात्त्विक मांडणीचा आव आणला आहे. वास्तवात मात्र त्यांचे सर्व तर्क अत्यंत तकलादू होते. हिंदी भाषा महाराष्ट्रात कानावर पडणारी आहे. दूरदर्शनवर मुले हिंदी ऐकत असतात. सध्या पाचवीपासून हिंदी सक्तीची आहेच. मग पहिलीपासून सुरू करण्याबाबत इतका गदारोळ कशाला? हिंदी ही राष्ट्रभाषा आहे; ती देशात ६० टक्के भागात बोलली जाते, तिला कुठेही विरोध होता नये; आदी युक्तिवाद सत्ताधारी करत होते.

अशा परिस्थितीत, राज्यातील प्रत्येक गोष्ट विरोधी पक्षीयांनी आणि सत्ताधऱ्यांच्या अगदी विरोधात नसले तरी सत्तेतही थेट वाटेकरी नसलेल्या पक्षांनी पहिलीपासून हिंदी सक्तीच्या विरोधात दंड थोपाटले. बहुतेकांचा विरोध हिंदी भाषेला नसून त्या भाषेच्या सक्तीला आणि ती सक्ती अगदी पहिल्या इयत्तेपासून करण्याला आहे. आपल्या संविधानानुसार, भारताची कोणतीही अधिकृत राष्ट्रभाषा नाही. हिंदी, बंगाली, मराठी आदी २२ प्रादेशिक भाषांना शासकीय राजभाषेचा दर्जा दिलेला आहे. जे परप्रांतीय इथे आले आहेत त्यांच्यावर मराठीची सक्ती अधिक

आवश्यक आहे, अशी भूमिका घेऊन या आधीच्या महाविकास आघाडीच्या सरकारने अनिवार्य केलेली असताना, त्या धोरणाला हिंदी भाषा सक्तीने सुरुंग लागेल, अशाने मायमराठी भाषेचे नुकसान होईल, अशी साधार भीती विरोधकांनी व्यक्त केली आणि हिंदी भाषेला नाही, तर तिच्या सक्तीला उखडून टाकू, असे त्यांना गरजावे लागले.

या साऱ्या गदारोळात, आज खरेतर आवश्यकता आहे साने गुरुजींच्या ‘आंतरभारती’ या संकल्पनेच्या अंमलबजावणीची! समाजवादी विचारांचे दिवंगत स्वातंत्र्यसेनानी, लेखक, विचारवंत साने गुरुजी यांची आंतरभारतीची संकल्पना देशातील विविध प्रांतातील विविध भाषांमध्ये सामंजस्य निर्माण करणारी होती. विविध भाषा म्हणजे भारतामातेचे विविध अवयव आहेत वा भारतीय संस्कृतीची विविध रूपे आहेत, असे ते म्हणत. स्वातंत्र्यप्राप्तीनंतर भाषावार प्रांतरचना अंमलात आल्यावर त्या-त्या प्रांतातील कारभार त्या त्या भाषेत व्हावा, जेणेकरून प्रत्येकास आपली मातृभाषा वापरता यावी. यातून प्रत्येक भारतीय भाषेतील साहित्य, कला, संस्कृती आदी विषयक समृद्धी वाढून अस्मिता जागृत व्हावी, हे अपेक्षित होते. मात्र हे दृष्ट घडत असताना, प्रांतीय भावना अतिरेकी बनू नये, तिचे पर्यवसान भारताच्या एकात्मतेला बाधक ठरू नये, हे पाहणेही आवश्यक होते. त्यामुळेच भारतातील सर्व भाषेतर आणि असंख्य बोलीभाषा या भाषा भगिनी असून त्यांनी हातात हात घालून भारतीय संस्कृतीचा गोफ गुंफवित जावा, असे साने गुरुजींचे आंतरभारतीचे स्वप्न होते. देशभर सर्व शाळांमध्ये वा आंतरभारती केंद्रात सर्व भाषिक वा बहुभाषिक शिक्षक असावेत. विद्यार्थ्यांना हव्या त्या भाषा शिकण्याची जशी सोय हवी तशीच विविध भाषांमध्ये अधिक समन्वय, देवाणघेवाण, साहित्याचे विविध भाषांमध्ये भाषांतर याची स्वाभाविक सोय तिथे असावी. कोणत्याही भाषेच्या सक्तीपेक्षा विविध भाषा, त्यातील गणी, संगीत, कला कानावर पडण्याची पाहण्याची सोय असावी व त्यातून विद्यार्थ्याला आपल्या आवडीनुसार हवी ती भाषा शिकण्याची सोय असावी. नव्या शैक्षणिक धोरणातही हेच अनुस्यूत असावे. भाषावादाच्या सक्तीचे राजकारण करण्यापेक्षा, सर्वांनी मिळून आंतरभारतीची संकल्पना अंमलात आणणेच योग्य ठरेल.

**मत्स्य व्यवसायाला कृषीचा दर्जा दिल्यानंतर शेतकऱ्यांप्रमाणे कर्जमाफी, नुकसानभरपाई तसेच विम्याचे संरक्षण आदी लाभ जसेच्या तसे मिळणार असल्याने मच्छीमारांच्या विविध समस्या सुटतील आणि त्यांच्या व्यवसायाला नवीन उभारी मिळेल, असा आशावाद अनेकांकडून व्यक्त करण्यात येत आहे, परंतु खरे तर आपल्याकडे गेल्या अनेक वर्षांपासून शेतकऱ्यांना कर्जमाफी, नैसर्गिक संकटांच्या काळात नुकसानभरपाई तसेच पीकविम्याचे संरक्षण आदी लाभ दिले जात असूनही त्यांच्या समस्या सुटलेल्या नाहीत. मच्छीमारांची अवस्था शेतकऱ्यांप्रमाणे होऊ नये ही अपेक्षा.**

गेल्या अनेक वर्षांपासून विविध समस्यांचा सामना करणाऱ्या मत्स्य व्यवसायाला कृषीचा दर्जा देण्याचा महत्त्वपूर्ण निर्णय नुकताच राज्यातील सत्ताधारी महायुती सरकारने घेतला. नुकत्याच पार पडलेल्या राज्य मंत्रिमंडळच्या बैठकीत या निर्णयास मंजूरीही देण्यात आली असून या निर्णयामुळे राज्यातील लाखो मच्छीमारांना आता शेतकऱ्यांप्रमाणे विविध लाभ मिळणार आहेत. मत्स्य व्यवसायाला कृषीचा दर्जा देण्यात आल्याने मच्छीमारांना आता शेतकऱ्यांप्रमाणे कर्जमाफी, नैसर्गिक संकटामुळे होणारी नुकसानभरपाई, विमा संरक्षण आदी सर्व प्रकारचे लाभ मिळणार आहेत. यापूर्वी राज्यातील मच्छीमार या सर्व लाभांपासून वंचित होते, परंतु आता मत्स्य व्यवसायास कृषीचा दर्जा देण्यात आल्याने शेतकऱ्यांप्रमाणे हे सर्व लाभ मिळण्याचा मार्ग अखेर मोकळा झाला आहे. सरकारने लाखो मच्छीमारांच्या हितासाठीच हा निर्णय घेतला यात कोणतेही दुमत नाही, परंतु कृषीचा दर्जा दिल्यानंतर तरी गेल्या अनेक वर्षांपासून विविध समस्यांचा सामना करणाऱ्या मत्स्य व्यवसायाला अच्छे दिन येतील का, हे येणारा काळच ठरवेल.

शेतकऱ्यांच्या कर्जमाफीसाठी सरकार हजारो कोटींचा खर्च करते. अवकाळी पाऊस, ओला दुष्काळ, कोरडा दुष्काळ, गारपीट, चक्रीवादळ आदी विविध प्रकारच्या नैसर्गिक संकटामुळे होणाऱ्या शेतीच्या नुकसानापोटी शेतकऱ्यांच्या मदतीसाठी कोट्यवधींचे पैसे सरकार जाहीर करते, परंतु त्यातूनही शेतकऱ्यांचे नुकसान काही भरून निघत नाही. शेतकऱ्यांना मात्र जेमतेम पैसेच नुकसानभरपाईपोटी मिळतात. झालेल्या नुकसानाच्या बदल्यात तुटपुंजी मदत मिळत असल्यानेच आर्थिक विवचना काही संपत नसल्याचे शेतकऱ्यांचे म्हणणे आहे. कर्जमाफीपासून विम्यापर्यंतच्या सर्व विविध

### मच्छीमारांची अवस्था शेतकऱ्यांप्रमाणे होऊ नये!



उपाययोजना केल्या तरी लाभ कमी आणि तोटा अधिक अशीच स्थिती वर्षांनुवर्षे होत आहे. कर्जबाजारी होऊन अनेक शेतकरी आर्थिक विवंचनेतूनच आत्महत्या करतात. शेतकऱ्यांसाठी एका रुपयात पीकविमा योजना आणण्यात आली, परंतु या पीकविमा योजनेत आर्थिक घोटाळा झाल्याचे अलीकडेच उघडकीस आले आहे. शेतकऱ्याऐवजी सत्ताधारी नेत्यांनीच त्याचा मल्टा लाटल्याचा आरोप होत आहे. उपमुख्यमंत्री अजित पवारांनी अलीकडेच पीकविमा योजनेत अनेकांनी आम्हाला चुना लावल्याचे विधान जाहीरपणे केले होते. बौड जिल्ह्यात पीकविमा योजनेत घोटाळा झाल्याचा आरोप सत्ताधारी भाजपचेच आमदार सुरेश यांनी भर विधानसभेत केल्यानंतर याबाबत चौकशी करण्याचे आदेश मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी अधिवेशनादरम्यान दिले होते. असे सर्व प्रकार पाहता खऱ्या लाभाशी शेतकऱ्यांना जो लाभ मिळणे अपेक्षित असते तो न मिळाल्याने त्यांच्या जीवनात आर्थिक संघर्ष हा कायम असतो. शेतकऱ्यांच्या मुलांची लग्न होत नाहीत. ज्यांची जमतात त्यांना कर्ज घेऊन लग्न करण्याशिवाय पर्याय नसतो. शेततीतून मिळणाऱ्या उत्पन्नापोटी कजाचं हप्तें फेडणे शक्य न झाल्यास जमीन गहाण ठेवावी लागते. ती सोडवणे शक्य होत नाही. अखेरीस कर्जबाजारीपणाला कंटाळून आत्महत्या करून शेतकरी आपले जीवन संपवतात. शेतकरी आत्महत्येची संख्या ही दरवर्षी हजारोंच्या घरात आहे. विविध उपाययोजना केल्यानंतरही ती थांबविण्यात सरकार अपयशी ठरले आहे. त्यामुळे ज्या उपाययोजनांमुळे कृषी व्यवसायातील प्रश्न सुटले नाहीत, तर मग मत्स्य व्यवसायाचे प्रश्न कितपंत सुटतील?

महाराष्ट्राला जवळपास ७२० किमी लांबीचा समुद्र किनारा लाभला असून राज्यातील मच्छीमारांची संख्या ही ४ लाख ८३ हजारांच्या घरात आहे. राज्यात पारंपरिक मासेमारी आणि शास्त्रोक्त मत्स्य पालनावर भर दिला जात आहे. आपल्याकडे कोळी बांधवांचा मासेमारी हा

पारंपरिक व्यवसाय आहे. कोळी बांधव हे गेल्या अनेक वर्षांपासून पारंपरिक आणि शास्त्रोक्त पद्धतीनेच मासेमारी व्यवसाय करतात, परंतु गेल्या काही वर्षांमध्ये पर्ससीन आणि एलईडीझॉर मासेमारी होऊ लागल्याने मत्स्य व्यवसाय संकटात सापडला आहे. पर्ससीन आणि एलईडी मासेमारी या समुद्रात १२ नॉटिकल मर्यादा क्षेत्रापलीकडे जाऊन मासेमारी करतात. त्यामुळे समुद्रातील माशांची संख्या दिवसेंदिवस कमी होत चालली आहे. खोल समुद्रात मासेमारीदरम्यान पारंपरिक मच्छीमारांच्या जाळ्यांमध्ये अगदी नवजात छोटें मासे अडकत नाही, परंतु पर्ससीन आणि एलईडीझॉर मासेमारी करणाऱ्यांची जाळी अतिसूक्ष्म असल्याने लहान मासेही यात अडकतात. लहान मासे हे मोठे होण्यापूर्वीच पकडले गेल्याने मत्स्य उत्पादन होत नाही. परिणामी माशांची संख्या कमी होत जाऊन मत्स्य दुष्काळ पडतो.

पावसाळा सुरू झाला की शासनाकडून मासेमारी बंदीचा कालावधी घोषित करण्यात येतो. या काळात पारंपरिक कोळी बांधव हे समुद्रात मासेमारी करणे टाळतात. मासेमारी बंदीच्या काळात कोळी बांधव आपल्या बोटी किर्नायावर बांधून ठेवतात. मासेमारी बंदीचा कालावधी संपला तरी जोपर्यंत नारळी पौर्णिमेचा सण येत नाही तोपर्यंत पारंपरिक कोळी बांधव मासेमारी करत नाहीत. कारण, हा काळ मत्स्य प्रजननाच्या दृष्टीने महत्त्वाचा असतो. या काळात मासेमारी झाल्यास माशांना प्रजनन करणे शक्य होत नाही. माशांचे प्रजननच न झाल्यास मत्स्य उत्पादन तरी कसे वाढणार, म्हणूनच या काळात पारंपरिक कोळी बांधव हे मासेमारी करण्यास टाळायचे. मात्र, गेल्या काही वर्षांत आपल्या राज्यात परराज्यातील मच्छीमारांची घुसखोरी मोठ्या प्रमाणात वाढली आहे.

परराज्यांतील मच्छीमार हे पारंपरिक पद्धतीने मासेमारी करत नाहीत. बहुतांश मच्छीमार हे पर्ससीन आणि एलईडीझॉर मासेमारी करतात. परराज्यांतील मच्छीमार हे शासकीय मासेमारी

बंदीचा कालावधी संपल्यानंतर तातडीने आपली मासेमारी सुरू करतात. आपल्याकडे शासकीय बंदीचा कालावधी हा सर्वसाधारणपणे १ जून ते ३१ जुलैपर्यंतचा असतो. हा कालावधी संपताच परराज्यातील मच्छीमार समुद्रात मासेमारी सुरू करतात. माशांच्या प्रजनन काळातच चुकीच्या पद्धतीने त्यांची मासेमारी सुरू होते आणि त्यांचे दुष्परिणाम हे पारंपरिक कोळी बांधव मच्छीमारांना भोगावे लागतात. त्यामुळे मासेमारी बंदीचा कालावधी हा ९० दिवसांचा करावा, अशी अनेक मच्छीमार संघटनांची मागणी गेल्या काही वर्षांपासून करण्यात येत आहे. कोळी बांधवांचा नारळी पौर्णिमेचा सण हा सर्वसाधारणपणे ऑगस्टमध्ये श्रावण महिन्याच्या काळात येतो. ३१ जुलै ते नारळी पौर्णिमेच्या काळात पारंपरिक कोळी बांधव परंपरेप्रमाणे मासेमारी करत नाहीत.

मत्स्य उत्पादनासाठी हे हितकारक नसल्याने पारंपरिक कोळी बांधव या काळात मासेमारी करत नसल्याचा फायदा परराज्यांतील मच्छीमार उचलतात आणि आपल्याकडील व्यवसाय धोक्यात आणतात. त्यामुळे या समस्यांवर आधी उपाययोजना कराव्यात, असे मच्छीमारांचे म्हणणे आहे. मत्स्य व्यवसायाला कृषीचा दर्जा दिल्याने शेतकऱ्यांप्रमाणे मिळणारे लाभ हे मच्छीमारांच्या हिताचेच आहेत, परंतु महाराष्ट्रातील मच्छीमारांची मूळ समस्या आहे, त्यावर आधी उपाययोजना करण्यात याव्यात अशी त्यांची मागणी आहे. कारण मूळ समस्यांवर जोपर्यंत उपाययोजना केल्या जात नाहीत तोपर्यंत मत्स्य व्यवसाय हा उभारी घेणे कठीण असल्याचे मच्छीमार संघटनांचे म्हणणे आहे.

उदाहरण घ्यायचेच झाल्यास सिल्व्हर पापलेटचे घेता येईल. सिल्व्हर पापलेटला राज्य माशाचा दर्जा देण्याचा निर्णय घेण्यात येऊन आपल्याकडे जवळपास दोन वर्षे झाली. सिल्व्हर पापलेट माशाची दिवसेंदिवस कमी होणारी संख्या लक्षात घेता या माशाच्या संवर्धनासाठी त्यास राज्य मासाचा दर्जा देण्यात आला, परंतु खर्च त्याचे संवर्धन होत आहे का, याचा विचार करण्याची आवश्यकता आहे. राज्य माशाचा दर्जा मिळाल्यानंतरही सिल्व्हर पापलेटच्या संख्येत काही अपेक्षित वाढ होत नसल्याची खंत मच्छीमार संघटनांकडून व्यक्त करण्यात येत आहे. सिल्व्हर पापलेटचे संवर्धन करायवयाचे झाल्यास मासेमारी बंदीचा कालावधी हा ९० दिवसांपर्यंत करण्यात यावा. या कालावधीत मासेमारी थांबविल्यास या माशाच्या प्रजननात वाढ होऊन आपसूकच त्याचे संवर्धन होण्यास मदत होईल, अशी आशा मच्छीमारांना आहे.

### गणवेशाची ‘शिक्षा’ नको



डॉक्टर आणि वकिलांप्रमाणेच राज्यातील शिक्षकांनाही वेगळा पोशाख हवा, असे सांगून शिक्षकांना गणवेश लागू करण्याच्या दादा भुसे यांच्या अप्रत्यक्ष सूचनेवरून मतमतांचा गलबला सुरू झाला आहे. यापूर्वी शिक्षकांना गणवेशसक्ती लागू करण्याचे निर्णय साधारण जिल्हा परिषदांना मागे घ्यावे लागले होते; त्या पार्श्वभूमीवर सरकार सावध पावले उचलत असल्याचे दिसते. त्यामुळेच पूर्वीचे शिक्षणमंत्री दीपक केसरकर यांच्या ‘एक राज्य एक गणवेश’ यासारखी बारगळण्याच्याच पात्रतेची घोषणा अद्याप तरी कोणी केलेली नाही; परंतु असा निर्णय घेण्यापूर्वी सरकारने शिक्षकांसह संबंधित सर्व घटकांशी चर्चा आणि सर्वंकष विचार करणे महत्त्वाचे आहे. शिक्षकांना गणवेश किंवा विशिष्ट पोशाख हवा की नको, याबाबत बराच काळ चर्चा सुरू आहे. समान पेहेरावामुळे शिक्षकांमध्ये संघभावना निर्माण होते, तसेच शिक्षकांची वेगळी ओळख तयार होते आणि समानही मिळतो, असे समर्थन काही घटकांतून करण्यात येते; तर दुसरीकडे हा अनावश्यक खर्च असून शिक्षकांच्या स्वातंत्र्यावरही मर्यादा येतात, असे विरोधाचेही काही मुद्दे आहेत. राज्यात शिक्षकांना याआधीच वस्त्रसंहिता (ड्रेस कोड) लागू करण्यात आली आहे. त्यामध्ये जीन्स-टीशर्ट परिधान करू नयेत, भडक किंवा चित्रचित्रित नक्षीचे पोशाख वापरू नयेत, अशा सूचनांचा समावेश आहे. मात्र, मुंबईत महिल्लांना साडी नेसणे गैरसोयीचे ठरू शकते, तर ग्रामीण भागात धोतर नेसाणारीही अनेक शिक्षक आहेत. त्यामुळे सर्वांकडून एकाच पोशाखाची अपेक्षा करण्यापूर्वी सर्व व्यवहारिक अडचणींचे निराकरण करणे, ही सरकारची जबाबदारी आहे. सर्वसाधारणपणे शिक्षकांनी नोटनेटका पेहेराव करावा, ही अपेक्षा योग्यच आहे आणि बहुसंख्य शिक्षकांकडून त्याचे पालनही होतांना दिसते. सध्या अनेक खासगी शाळांमध्ये शिक्षकांनाही गणवेश लागू करण्यात आले आहेत. शिक्षक संघटनांच्या तीव्र विरोधामुळे राज्यव्यापी गणवेशाचे धोरण यापूर्वीही लांबणीवर पडल्याचे दिसून येते. त्यामुळे वस्त्रसंहिता लागू असताना या गणवेशाच्या धोरणाबाबत चर्चा जरूर करता येईल. मात्र, त्याची सक्ती अयोग्य ठरेल. शिक्षक आणि एकूण शिक्षण क्षेत्रापुढे विद्यार्थी व शिक्षकांची गुणवत्ता वाढविणे, शिक्षकांच्या माध्यमावरील शिक्षणतर कामांचा बोझ कमी करणे, शिक्षकांची भरती करून अपुऱ्या संख्येवर मार्ग काढणे आणि मूलभूत सोयीसुविधा उपलब्ध करून देणे, असे प्राधान्याचे अनेक विषय आहेत. ते आघांती ठेवून गणवेशसक्तीसारख्या धोरणांमधून नव्या वादांना निर्मत्रण मिळणार नाही, याची दक्षता घ्यावी. पोशाख हा आनंदाचा भाग ठरावा; शिक्षा ठरू नये, ही अपेक्षा गैर नाही.



## पावटा खिची



## साहित्य

: ओले पावटे, तांदूळ, ओला लसूण, हिरवी मिरची, आले, कोथिंबीर, कांदा, तूप, अख्खा गरम मसाला, गोडा मसाला, गुळ, हळद, मीठ.

**कृती :** ओले पावटे हळद मीठ घालून किंचित उकडून घ्यावेत. १ वाटी तांदूळ धुवून, निथळवून घ्यावा. ओला लसूण, हिरवी मिरची, आले, कोथिंबीर याचे वाटण करून घ्यावे. कांदा चिरून घ्यावा. तूप गरम करून त्यात अख्खे मसाले घालून, परतून मग त्यात कांदा घालावा. ते लालसर झाल्यावर त्यावर हिरवे वाटण घालून परतावे. तांदूळ आणि पावटे घालून पुन्हा परतून घ्यावे. गोडा मसाला, गुळ, मीठ घालून दोन वाट्या पाणी घालावे. बाजूने थोडे तूप सोडावे. कुकरमध्ये शिट्टी काढावी. पावटाभात तयार आहे.

# ॲलर्जी असणाऱ्या त्वचेसाठी मेकअप

त्वचा संवेदनशील असेल तर अनेक अडचणींना तोंड द्यावं लागतं. कोणतही मेकअप प्रॉडक्ट वापरण्यापूर्वी त्याचं त्वचेवर परीक्षण करणं गरजेचं ठरतं. ॲलर्जीमुळे अनेक मेकअप प्रॉडक्ट वापरणं अवघड होऊन बसतं. ॲलर्जिक त्वचेचा मेकअप कसा करावा याविषयी...



ॲलर्जिक त्वचा असणाऱ्या व्यक्तींनी मेकअपची सुरुवात क्लिंजिंग आणि मॉइश्चरायझिंगने करावी. त्यानंतर फाऊंडेशनचा अत्यंत पातळ थर लावून घ्यावा.

नंतर चीकबोन्सच्या थोडं खाली, नाकाच्या दोन्ही बाजूला आणि कपाळाच्या बाजूंना ब्रोंजर लावा. नाकाला अधिक उठाव येण्यासाठी काँटूर करावा.

ॲलर्जिक स्कीन असणाऱ्यांनी शक्यतो स्वतःचे मेकअप प्रॉडक्ट इतरांबरोबर शेअर करू नयेत.

मेकअप करा. ॲलर्जिक त्वचा असणाऱ्यांनी डोळ्यासाठी मेकअपची उत्पादनं खरेदी करताना सावधगिरी बाळगावी. टिशू आणि मेकअप ब्रशचा वापर टाळण्याचा जास्तीत जास्त प्रयत्न करावा. त्याऐवजी सुती रुमालाचा वापर करावा. ॲलर्जीमध्ये डोळ्याखालच्या त्वचेवर सर्वात जास्त परिणाम होतो. त्यामुळे रात्री झोपण्यापूर्वी अँडर आय क्रीम लावावं.

कोणत्याही उत्पादनाचा वापर करण्यापूर्वी ते तुमच्या त्वचेसाठी कितपत उपयोगी ठरेल याची माहिती घ्या. ॲलर्जिक स्कीन असणाऱ्यांनी शक्यतो स्वतःचे मेकअप प्रॉडक्ट इतरांबरोबर शेअर करू नयेत.

भात खाल्ल्याने वजन वाढते, पोट सुटते म्हणून तुम्हीही भात खाणे टाळता का? मग भातासंबंधित असलेले तुमचे समज-गैरसमज दूर करण्याची गरज आहे. सेलिब्रेटी न्यूट्रिशनस्ट ऋजुता दिवेकर सांगते आहे वरण-भात खाण्याचे महत्त्व आणि फायदे...

## ‘या’ फायद्यांसाठी आहारात भाताचा अवश्य समावेश करा!

**हृदयाचे आरोग्य जपण्यासाठी** वरण भात खाल्ल्याने तुमच्या हृदयाचे आरोग्य चांगले राहते. तर ब्लड शुगर नियंत्रित राहते. इतकंच नाही तर वरण भात पचायलाही हलका असतो. त्याचबरोबर रात्रीची झोपही नीट येण्यास मदत होते. तसंच भात खाल्ल्याने पोटातील आतडे मजबूत होतात आणि बद्धकोष्ठतेची समस्या दूर होण्यास मदत होते.

**विविध फायदे** भातात अमिनो अॅसिड भरपूर प्रमाणात असते. जे मेंदूच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर असते. याचा प्रभाव मसल्सवरही होतो. वर्कआऊट करत असाल तर भात खाणे लाभदायी आहे. कारण

भात खाल्ल्याने वर्कआऊटचे परिणाम लवकर दिसून येतात. भातात मेथिओनिन, व्हिटीमिन बी१ आणि रेजिस्टेंट स्टार्च असतात. मेथिओनिनमध्ये असलेल्या अमिनो अॅसिडमध्ये सल्फरचे प्रमाण अधिक असते. त्यामुळे त्वचेच्या अनेक समस्या दूर होण्यास मदत होते. त्याचबरोबर वाढत्या वयाचा परिणाम कमी करण्यासाठीही भात खाणे फायदेशीर ठरते.

**त्वचेसाठीही फायदेशीर** लिक्वरमधील विषद्रव्य (टॉक्सिन्स) बाहेर टाकण्यासाठी मदत होते. चेहऱ्यावर रेणूच्या सुरकुत्या, केस पांढरे होणे यावर उपाय म्हणूनही भात खाल्ला जातो. कॅन्सर सारख्या दुर्घट आजारवर देखील भात खाणे फायदेशीर ठरते.



## जीवनशैलीतील ‘या’ बदलांमुळे तुम्ही निरोगी दीर्घायुषी व्हाल!

रात्री झोपण्यापूर्वी अनेक जण सकाळी लवकर उठून व्यायाम करण्याचा विचार करतात. मात्र सकाळी लवकर उठणे शक्य होत नाही. आपल्या धकाधकीच्या आणि गुंतागुंतीच्या जीवनशैलीचा आपल्या आरोग्यावर वाईट परिणाम होत आहे. त्यामुळे या धावपळीतून स्वतःसाठी वेळ काढणे गरजेचे आहे. तर आपल्या जीवनशैलीत काही लहान सहान बदल केल्यास तुम्हाला निरोगी दीर्घायुष्य लाभेल. पाहूया काय आहेत ते बदल...

**शारीरिक हालचाली बंद करू नका :** वाढत्या वयानुसार अवयवांचे काम करणे काहीसे मंदावते. पण तुम्ही थांबू नका. हालचाल, काम करणे बंद करू नका. जिने चढा. चाला, फिरा. असा काहीना काहीतरी शारीरिक हालचाली चालू राहू द्या. त्यामुळे रक्तप्रवाह सुरळीत होईल.

**वजन नियंत्रित ठेवा :** सात्त्विक, संतुलित आहार घ्या. त्यामुळे वजन गरजेपेक्षा अधिक वाढणार नाही.

आहारात हिरव्या पालेभाज्या, फळे यांचा समावेश करा.

मांसाहारी पदार्थ तुम्हाला आवडत असतील तर जरूर खा. पण त्याचा अतिरेक टाळा. त्याचबरोबर दूध, अंडी अवश्य खा. त्यामुळे शरीराला प्रोटीन्स भरपूर प्रमाणात मिळतील. अशा संतुलित आहाराने शरीराचे वजन नियंत्रित राहील.

**आनंदी रहा :** गरी किंवा ऑफिसमध्ये नेहमी घंभी राहणे गरजेचे नाही. तुम्ही कुटुंबातील सदस्यांसोबत, मित्रमंडळींसोबत हसत खेळत राहू शकता. त्यामुळे तुमचे शरीर-मन रिलेक्स होईल. थकवा दूर होईल आणि तुम्ही प्रसन्न राहाल.

**भावना शेअर करा :** भावभावना, अनुभव शेअर केल्याने मन मोकळे होते. भावना, विचारांचे आदान प्रदान झाल्याने नवीन काही शिकायला मिळते.



## ॲँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबरस ब्लॉक करण्याची ही आहे सोपी पद्धत

ॲँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबरस ब्लॉक करण्याची एक सोपी पद्धत पाहूया, ज्यामुळे तुमच्या फोनवर येणारे अनावश्यक आणि अनोळखी कॉल्स थांबवता येतात.

अनोळखी फोन नंबर अनेकदा डोकेदुखी ठरू शकतात. त्यामुळे जर तुम्हाला ॲँड्रॉइड फोनवर अनावश्यक आणि अनोळखी नंबरस ब्लॉक करायचे असतील तर आम्ही तुम्हाला त्याची एक सोपी पद्धत सांगणार आहोत. गुगलच्या फोन ॲपवर बाय डिफॉल्ट एक पद्धत उपलब्ध आहे. परंतु इतर कंपन्यांची पद्धत वेगवेगळी आहे.

आम्ही तुम्हाला ॲँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबरस ब्लॉक करण्याची पद्धत सांगणार आहोत, ज्याची सुरुवात गुगल फोन ॲपपासून करून जे गुगल प्लेक्स वनप्लस आणि नोकीयाच्या स्मार्टफोन्समध्ये आधीपासून इंस्टॉल करण्यात आलेलं असतं. तुम्ही हे गुगल प्ले स्टोरवरून देखील तुमच्या ॲँड्रॉइड डिवाइसवर डाऊनलोड करू शकता. आम्ही या आर्टिकलमध्ये संपर्क आणि शाओमी फोनवरदेखील अनोळखी नंबर ब्लॉक करण्याची पद्धत सांगितली आहे.

### गुगल फोन ॲपवर अनोळखी नंबर कसे ब्लॉक करायचे

■ गुगल फोन ॲप असलेल्या ॲँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबर ब्लॉक करण्यासाठी :  
■ फोन ॲप ओपन करा.  
■ डायलर सर्च बारच्या वरच्या बाजूला उजवीकडे थ्री डॉट बटन प्रेस करा.  
■ सेटिंग्जवर टॅप करा आणि ब्लॉकड नंबर वर जा.

■ अननोन ऑप्शन टर्न ऑन करा. लक्षात असू द्या ॲँड्रॉइडमध्ये अननोनचा अर्थ ते नंबर नव्हे जे तुमच्या फोनमध्ये सेव्ह केले गेले नाहीत. तर त्याचा अर्थ जे तुमच्या कॉलर आयडीमध्ये प्रायव्हेट किंवा अननोन म्हणून फ्लॅश होतात.



## ‘ड’ जीवनसत्त्व आणि कॅल्शियमचे सप्लिमेंट्स घेतल्याने फ्रॅक्चर्स टाळता येऊ शकतात का?

हाडांचे आरोग्य चांगले राहावे, याकरिता कॅल्शियमच्या सप्लिमेंट आपण घेतो, आणि आपण घेत असलेले कॅल्शियम शरीरामध्ये शोषले जावे याकरिता ‘ड’ जीवनसत्त्वाचे सप्लिमेंटदेखील आपण घेत असतो. ही दोन्ही दावे आपल्या शरीरातील हाडांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने जरी महत्त्वाची असली, तरी प्रसंगी एखाद्या लहानशा अपघातामुळे किंवा पडल्याने होणारी हाडांची फ्रॅक्चर्स या सप्लिमेंट्समुळे टाळता येऊ शकत नसल्याचे नुकत्याच प्रसिद्ध झालेल्या एका शोधनिबंधात

म्हटले आहे. हा शोधनिबंध जर्नल ऑफ अमेरिकन मेडिकल असोसिएशनतर्फे प्रसिद्ध करण्यात आला आहे. ज्या व्यक्तींना ऑस्टियोपोरोसिस आहे, म्हणजेच ज्या व्यक्तींची हाडे ठिसूळ झालेली आहेत, त्यांची हाडे अगदी लहानशा अपघातानेदेखील फ्रॅक्चर होऊ शकतात. हाडांची झीज कमी व्हावी याकरिता अशा व्यक्तींना कॅल्शियम आणि ‘ड’ जीवनसावाची सप्लिमेंट दिली जातात. पण या सप्लिमेंटचा उपयोग फ्रॅक्चर होण्यासाठी कितपत होऊ शकतो याबद्दल शास्त्रज्ञांच्या

मिश्र प्रतिक्रिया आहेत. या अनुषंगाने चीनमधील तिआनजिन हॉस्पिटलमधील शास्त्रज्ञांनी एक सर्वेक्षण केले. या सर्वेक्षणाअंतर्गत, पन्नास वर्षे वयापेक्षा जास्त वय असणाऱ्या वृद्ध व्यक्तींचे निरीक्षण करण्यात आले. या सर्व व्यक्ती ‘ड’ जीवनसत्त्व व कॅल्शियम सप्लिमेंट घेणाऱ्या होत्या. या व्यक्तींच्या चाचण्या करण्यात येऊन, त्याद्वारे हे निदान करण्यात आले की, ‘ड’ जीवनसत्त्व व कॅल्शियमच्या सप्लिमेंट घेऊनदेखील या व्यक्तींना एखाद्या इजेमुळे हाडे फ्रॅक्चर होण्याची शक्यता होती.

## अळशीचे सात आरोग्यदायी फायदे

पूर्वीपासूनच आहारात अळशीचा समावेश करण्याची आपली परंपरा आहे. अळशीत व्हिटीमिन बी १, प्रोटीन, मॅग्नेशियम, ओमेगा-३ फॅटी अॅसिड ही पोषकतत्त्वे मुबलक प्रमाणात असतात. त्यामुळे

आरोग्यास काय फायदा होतो जाणून घेऊया...

■ अळशीमध्ये ओमेगा फॅटी अॅसिड आणि फायबर्स भरपूर प्रमाणात असतात. त्यामुळे मधुमेह, कॅन्सर आणि हृदयविकाराचा धोका कमी होतो. ■ अळशीच्या सेवनाने ब्रेस्ट कॅन्सर आणि कोलोरेक्टल कॅन्सर होण्याची संभावना कमी होते. अळशीत ओमेगा-३ फॅटी अॅसिड मुबलक प्रमाणात असल्याने ट्युमर होण्यापासून आणि वाढण्यापासून संरक्षण होते.

■ अळशीच्या सेवनाने कोलेस्ट्रॉल नियंत्रित राहते. लावा स्टेट युनिव्हर्सिटीच्या न्यूट्रिशन डिपार्टमेंट रिसर्चनुसार असे सिद्ध झाले आहे की, शरीरातील कोलेस्ट्रॉलची मात्रा कमी करण्यासाठी अळशी उपयुक्त ठरते.

■ मासिक पाळीत होणाऱ्या त्रासावर अळशी फायदेशीर ठरते.

■ अळशीमुळे ब्लड शुगर नियंत्रित राहते. ■ अळशीमुळे वजन नियंत्रित राहण्यास मदत होते.

■ अळशीमुळे बद्धकोष्ठतेची समस्या दूर होते.

**कांदाचा रस :** कांदाच्या रसामध्ये सल्फर मोठ्या प्रमाणात असते. सल्फरमुळे कोलाजेन वाढून केसांची वाढ चांगली होण्यास मदत मिळते. हा उपाय करण्याकरता एक कांदा किसून तो पिळून घ्यावा. हा रस दहा मिनिटे केसांच्या मुळीशी लावून ठेवावा. त्यानंतर केस कोमट पाण्याने आणि शाम्पूने स्वच्छ धुवावेत. कांदाच्या रसाचा वास केसांमधून निघाला नाही, असे वाटत असल्यास पुन्हा एकदा हलका शाम्पू वापरावा.

कांदाच्या रसाप्रमाणेच बटाट्याचा रसही केसांसाठी चांगला आहे. बटाटा किसून घेऊन पिळून घ्यावा आणि तो रस केसांना लावावा. दहा मिनिटांनी केस धुऊन टाकावेत.

**नारळाचे दूध :** नारळाच्या दुधामध्ये लोह, पोटॅशियम आणि फॅट्सची मात्रा असते. या तीनही गोष्टी केसांसाठी अतिशय उत्तम आहेत. मात्र केसांना लावण्यासाठी ताजा नारळ खवून त्याचे दूध काढून घ्यावे. बाजारतून आणलेले तयार नारळचे दूध शक्यतो वापरू नये. नारळाच्या दुधामध्ये अर्ध्या लिंबाचा रस घालावा आणि तीन-चार थेंब लॅक्टोइडचे तेल घालावे. हे मिश्रण चार ते पाच तासांसाठी केसांना लावून ठेवावे. त्यानंतर कोमट पाण्याने आणि शाम्पूने केस धुवावेत.

**आवळा :** आवळा केसांकरिता अतिशय

## या घरगुती उपचारांनी केस बनवा चमकदार

फायदेशीर आहे. यामध्ये असलेले ‘क’ जीवनसत्त्व केसांच्या वर्षातील

प्रत्येक बदलत्या ऋतूमध्ये केसांची देखभाल करण्याची पद्धत देखील बदलावी लागते. उन्हाळी असो किंवा पावसाळ, प्रत्येक ऋतूमध्ये आपल्या केसांची निगा घ्यायला हवी. त्याकरिता आपण सर्वत्र जण आपापल्या परीने प्रयत्न करत असतो. कधी महागडे शाम्पू वापरून, तर कधी ब्युटी पार्लरमधील महागड्या हेअर स्प्राट्रीमेंट घेऊन, तर कधी परंपरेने चालत आलेले उपाय अमलात आणून, आपण आपल्या केसांची योग्य निगा राखण्याचा प्रयत्न करत असतो. पण आजकाल बदलते हवामान, प्रदूषण, केसांसाठी वापरली जाणारी रसायनयुक्त प्रसाधने वापरल्याने केस अकाली पांढरे होणे, गळणे इत्यादी तक्रारी उद्भवतात. या तक्रारी दूर करण्यासाठी आणि केस नेहमी सुंदर आणि चमकदार दिसण्यासाठी काही घरगुती उपाय करून बघता येतील.

आरोग्याकरिता अतिशय लाभकारी आहे. केसांना लावण्याकरिता आवळ्याचे तुकडे करून ते वाळवावेत, आणि त्याची पूड करावी. आवळ्याची तयार पूड बाजारातही उपलब्ध आहे, तिचाही वापर करता येईल. दोन लहान चमचे आवळ्याची पूड घेऊन त्यामध्ये दोन चमचे लिंबाचा रस घालावा. हे मिश्रण केसांना लावावे, व ते वाळेपर्यंत केसांवर राहू

द्यावे. त्यानंतर शाम्पू आणि कोमट पाणी वापरून केस धुवावेत.

**ॲपल सायडर व्हिनेगर :** ॲपल सायडर व्हिनेगरमुळे केसांचा PH स्तर नियंत्रित राहतो. जर केस लांब असतील, तर एक लिटर पाण्यामध्ये ७५ मिलीलिटर ॲपल सायडर व्हिनेगर घालावे आणि केस लहान असतील, तर एक कप कोमट पाण्यामध्ये १५ मिलीलिटर सायडर व्हिनेगर घालावे. शाम्पूने केस धुतल्यानंतर सगळ्यात शेवटी या पाण्याने केस धुवावेत. यामुळे केस चमकदार होतीलच, शिवाय केसांची लांबी वाढण्यासाठी मदत होईल.

**अंड्यातील पांढरा भाग :** अंड्यातील पांढरा भाग केसांसाठी लाभकारी असतो. यामध्ये प्रथिने, सल्फर, लोह, झिंक, सेलेनियम, आयोडीन आणि फॉस्फोरस असल्याने केसांच्या वाढीकरिता याचा चांगला उपयोग होतो. अंड्यातील पांढरा भाग एका भांड्यामध्ये काढून चांगला फेटून घ्यावा. यामध्ये एक लहान चमचा ऑलिव्ह ऑईल घालावे.

ऑलिव्ह ऑईलऐवजी ग्रेपसीड ऑईल किंवा लॅक्टोइड ऑईलही वापरता येईल. या मिश्रणामध्ये एक लहान चमचा मध घालून हे मिश्रण चांगले फेटून घ्यावे आणि आपल्या केसांना वीस मिनिटे लावून ठेवावे. त्यानंतर थंड पाण्याने व शाम्पूने केस धुवावेत. अंड्यातील पांढरा भाग केसांसाठीच नाही, तर त्वचेसाठी देखील अतिशय चांगला आहे.

**मेथी :** मेथीचे दाणे किंवा मेथ्या केसांचा नैसर्गिक रंग टिकवून ठेवण्यास मदत करतात. यामध्ये असलेली प्रथिने आणि निकोटिनिक अॅसिड केसांकरिता अतिशय फायदेशीर आहेत. मेथी दाणे केसांकरिता वापरण्यासाठी मेथी दाणे काही तास थोड्याशा पाण्यामध्ये भिजवून ठेवावेत. पाण्यामध्ये ठेवल्याने मेथी दाणे फुगतात. त्यानंतर हे मेथी दाणे मिकसरवर वाटू घेऊन त्याची पेस्ट बनवून घ्यावी. या पेस्टमध्ये थोडेसे खोबरेल तेल मिसळावे आणि हे मिश्रण केसांना अर्धा तास लावून ठेवावे. त्यानंतर केस शाम्पूने धुऊन टाकावेत. मेथी दाण्यांमुळे केसांचे आरोग्य आणि नैसर्गिक रंग टिकून राहण्यास मदत मिळते.

**ग्रीन टी :** आपले आरोग्य सांभाळण्याकरिता आपण ग्रीन टीचा वापर करत असतो. हा ग्रीन टी आपल्या एकंदर आरोग्याकरताच नव्हे, तर केसांकरताही चांगला आहे. ग्रीन टीमध्ये अँटी ऑक्सिडंट्स मुबलक मात्रेमध्ये असतात. यामुळे केस चमकदार तर होतीलच, शिवाय केसांचं मुळींना पोषण मिळून केस गळण्याचे प्रमाणही कमी होतं. ग्रीन टी केसांकरता वापरण्यासाठी ग्रीन टी कोमट करून केसांना तासभर लावून ठेवावे. त्यानंतर थंड पाण्याने केस धुऊन टाकावेत.



## बागेतले औषध गवती चहा

आले आणि गवती चहा घालून केलेला चहा अनेक छोट्या-मोठ्या तक्रारींवरचा रामबाण उपाय आहे. सर्दी, डोकेदुखी, अंगातली बारीक कणकण घालवण्यासाठी हा सर्वोत्तम उपाय म्हणावा लागेल. गवती चहाला पातीचा चहा असेदेखील म्हणतात. याला एक विशिष्ट सुगंध असतो. घाम येऊन तापाचा निचरा होण्यासाठी गवती चहा विशेष गुणकारी आहे. गवती चहा, सुट, मिर आणि दालचिनी यांचा अष्टमांश काढा घेतल्याने सर्दी-पडसे, थंडी वाजून ताप येणे आदी विकार नाहीसे होतात. तापात घाम येण्यासाठी गवती चहाचा वाफारा दिला जातो. हा वाफारा घेतल्यास ताप झटक्यात कमी होतो आणि अंगदुखी थांबते. गवती चहापासून तेलही काढतात. हे तेल संधिवात आणि वाताने अंग दुखण्यावर अत्यंत गुणकारी आहे. हे दुखणे असणाऱ्या व्यक्तींनी सकाळ-संध्याकाळ गवती चहाच्या तेलाचे मालीश केल्यास संधिवात बरा होतो, अंगदुखी थांबते. गवती चहा कॉलराचा प्रतिबंध करण्यासाठीदेखील वापरला जातो.



## प्रसन्न राहण्यासाठी करा ‘हे’ उपाय

अनेक जण दैनंदिन कामांमुळे थकून जातात. या थकव्यावर नेमका काय उपाय करावा हे न कळल्याने मग हा त्रास अंगावर काढला जातो. पण रोजची कामे करताना प्रसन्न राहणे शक्य आहे. त्यासाठी काही गोष्टीं नियमितता ठेवल्यास हे नक्कीच साध्य होऊ शकते. वजन कमी करणे, ताकद वाढवणे, शरीराची लवचिकता वाढवणे, त्वचा टवटवीत ठेवणे, त्याचबरोबर मन प्रसन्न ठेवणे व आरोग्याची काळजी घेणे ही काळजी गरज आहे. दिवसातील सर्वाधिक काळ घराबाहेर असल्याने

आपण ताजेतवाने राहण्यासाठी योग, प्राणायाम आणि ध्यान यांची नक्कीच मदत घेऊ शकतो. योग या गोष्टीकडे आजही फक्त व्यायाम प्रकार म्हणून पाहिले जाते. पण प्रत्यक्षात त्याही पलीकडे जात योग हा यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधी या आठ गोष्टींनी मिळून बनलेला आहे.

योगाभ्यासात ‘जीवनशैली कशी असावी’ हे समजावेले आहे. यामुळे व्यक्तीचा सर्वांगीण विकास होण्यास मदत होते. यामुळे मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य निरोगी राहण्यास

मदत होते. योगाचे विविध प्रकार, प्राणायाम, सात्त्विक आहार, ध्यान याने जीवन सुखकर होते. योगासनांमुळे जीवनाकडे पाहण्याचा सकारात्मक दृष्टिकोन तयार होतो. मन स्थिर होण्यास मदत होते. मनाची चंचलता, नकारात्मकता कमी होते. त्यामुळे २१ व्या शतकातील ताणतणावांना आणि स्पर्धेला सामोरे जाण्यासाठी याचा चांगला उपयोग होतो.

**योग :** योगासने योगाचा एक अष्टमांश भाग आहे. योग म्हणजे चित्त

वृत्तीचा निरोध करणे. वृत्ती म्हणजे काय? त्यावर नियंत्रण ठेवायचे म्हणजे याचा



अभ्यास करणे आवश्यक आहे. **प्राणायाम (श्वसननाचा व्यायाम) :** प्राण म्हणजे जीवन शक्ती, आयाम म्हणजे तिला नियंत्रित करणे, श्वाससाठी गती जर कमी केली तर आयुष्य तेवढे जास्त. ही श्वासाची गती जर कमी करायची असेल तर प्राणायाम करणे गरजेचे आहे. श्वास कसा घ्यावा, संथ श्वसन, दीर्घ श्वसन कसे करावे, कोणी व कधी करावे याला महत्त्व आहे. प्रत्येक व्यक्तीसाठी प्राणायाम वेगवेगळे असतात. आपले शरीर अन्न, पाणी याशिवाय काही काळ राहू शकते, पण प्राणवायूशिवाय नाही. जसे व्यायामाने शरीरावर सकारात्मक

बदल घडतात तसेच प्राणायामामुळे शरीर, मन आत्मा यामध्ये सकारात्मक बदल घडून ते बळकट होतात. **आहार :** आपण काय खातो, कसे व केव्हा खातो, याला जीवनशैलीमध्ये महत्त्व असायला हवे. कारण खाण्याचा शरीरावर तसेच मन व विचारांवर परिणाम होतो. जसे अन्न घेऊ तसे विचार घडत जातात. यामुळे आहारालासुद्धा तितकेच महत्त्व असायला हवे. आपण कुठल्या प्रदेशात राहतो, राज्य कोणते, तिथले हवामान कसे आहे, यावरून आपला आहार ठरतो. विज्ञानाची प्रगती माणसाला सुखी करण्यासाठी होत आहे. पण त्याच्या अयोग्य वापरामुळे मानव अधिक तणावपूर्वक आयुष्य जगत आहे. जग जास्त जवळ आले,

माणसातील संवाद वाढले, लोक एकमेकांशी जोडले गेले. जवळची माणसे लांब व लांबचे लोक जवळ आले. माणसांचे त्रास वाढले, कष्ट कमी झाले, पण माणूस असमाधानी होत गेला. मनावरील ताण वाढला व त्याचा परिणाम शरीरावर, वाढते वजन, गुडघेदुखी, डोकेदुखी, पाठदुखी अशा छोट्या त्रासापासून मधुमेह, उच्च रक्तदाब, कॅन्सर, त्वचेचे रोग, अल्सर, अॅसिडिटी असे अनेक विकार जडत जातात. म्हणजेच प्रत्येक व्यक्तीला ‘मन’ कारणीभूत असल्याचे दिसते. या सर्व त्रासासाठी आहार, विहार, व्यायाम, विचार यात बदल करणे आवश्यक असून योगाभ्यास हा या सगळ्यावरील उत्तम उपाय ठरू शकतो.



■**मुंबई** : महाराष्ट्राच्या राजकारणातील आजपर्यंतचा सर्वात पावरफुल पक्ष प्रवेश होणार आहे. महाराष्ट्रातील ५ बडे नेते एकाचवेळी एकाच पक्षात प्रवेश करणार आहेत. अजित पवारांच्या पक्षात हा पक्षप्रवेश होणार आहे. यामुळे जयंत पाटील आणि गोपीचंद पडळकरांना बसणार चेकमेट होणार आहे.

सांगली जिल्ह्यातलं राजकारण आता बदलणार आहे. जिल्ह्यातील पाच दिग्गज नेत्यांनी आपला पक्ष सोडून राष्ट्रवादी अजित पवारांचे घड्याळ बांधले आहे. यामध्ये चार माजी आमदारांसह एक जिल्हा परिषदेच्या माजी सभापतींसह अनेकांचा समावेश आहे.

यामध्ये जतचे माजी आमदार विलासराव जगताप, कवठेमहांकाळचे माजी आमदार अजितराव घोरपडे, शिराळ्याचे माजी आमदार शिवाजीराव

नाईक, आटपाडीचे राजेंद्र देशमुख यांच्यासह जतचे माजी सभापती तमनगौडा रवी पाटील यांचा समावेश आहे.

विलासराव जगताप यांनी भाजपाला रामराम करत लोकसभा आणि विधानसभा निवडणूक भाजपा विरोधात काम केलं,तर माजी मंत्री अजित घोरपडे यांनी विधानसभेला अजित पवार गटाच्या संजयकाका पाटलांना साथ दिली,तर शिराळ्याचे राष्ट्रवादी शरद पवार गटाचे माजी मंत्री शिवाजीराव नाईक पक्षासोबत राहिले होते,तर आटपाडीचे नेते माजी आमदार राजेंद्रअण्णा देशमुख यांनी शरद पवार गटात दाखल होऊन अपक्ष म्हणून बंडखोरी करत निवडणूक लढवली होती. तर भाजपातून बंडखोरी करत तमनगौडा रवीपाटील यांनी भाजपाचे उमेदवार गोपीचंद पडळकर यांच्या विरोधात निवडणूक लढवली

## ठाणे-भिवंडी-कल्याण मेट्रो ५ ठरणार प्रगतीचा महामार्ग

“भिवंडी-वसई मार्गाला जोडणारा माणकोली-अंजूरफाटा-चिंचोटीनाका या महामार्गावर मोठ्या प्रमाणावर वाहतूक असते. त्यातच येथील रेल्वे ट्रॅक खाली अरुंद रस्ता असल्याने नेहमी अंजूरफाटा येथील दोन वळणावरील चौकात प्रचंड वाहतूक कोंडी असते. अशा स्थितीत येथे तंत्रज्ञानाच्या मार्गदर्शनाने गडर टाकण्याचे मोठे काम झाले. त्यासाठी या मार्गावर लोखंडी मनोरा उभा केला आहे.त्यावर अजूनही काम सुरू असून हे काम ३० एप्रिल पर्यंत पूर्ण होईल,अशी माहिती तंत्रज्ञानींनी अम्हास दिली आहे. हे काम झाल्यानंतर येथील वाहतूक पूर्ववत होईल.”

–**महेश पाटील, वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक, नारपोली उप वाहतूक पोलीस विभाग**

मेट्रो ५ ठाणे-भिवंडी-कल्याण या मार्गावर भिवंडीतील कल्याण रोड येथे झालेल्या नागरिकांच्या विरोधामुळे मागील काही वर्षांपासून मेट्रोचे काम संश्र्गतीने सुरू होते. मात्र राज्यचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी मागील महिन्यात भिवंडी-

कल्याण मार्गावर भुयारी मार्गाला मंजुरी देत आर्थिक तरतूद केल्याने मेट्रो ५ च्या कामाने पुन्हा वेग धरला आहे. त्याच अनुषंगाने मागील काही दिवसांपासून अंजूरफाटा येथील या मुख्य वाहनांच्या वर्दळीच्या ठिकाणी आणि त्यामुळे होणाऱ्या



वाहतूक कोंडीच्या दोन चौकाच्या ठिकाणी रेल्वे प्रशासन आणि वाहतूक पोलिसांच्या सहकार्याने मोठे कामगिरी पार पडली. येथील वाहतूक चार दिवस रात्रीच्या वेळी बंद करण्यात आली आणि अंजूरफाटा येथे रेल्वे ट्रॅक आणि महामार्ग यांच्या दोन बाजूला उभे

रेल्वेच्या वसई-दिवा मार्गावर बसवण्यात आला आहे. यासाठी रेल्वे प्रशासन आणि वाहतूक पोलिसांनी यासाठी योजना आखून चार दिवस रात्रीच्या वेळी रेल्वे गाड्यांचे नियोजन केले. तसेच नेहमीची वाहतूक दुसऱ्या बाजूने वळविली आणि गडर टाकण्याा तंत्रज्ञान,कामगार यांना सहकार्य केले. त्यानंतर हे गडर मेट्रो पिलर पी ३२८ आणि पी ३२९ दरम्यान बसवले आ-हे. ही मेट्रो लाईन मेट्रो लाईन-४ (वडाळा ते कासारवडवली) आणि प्रस्तावित मेट्रो लाईन-१२ (कल्याण ते तळोजा) शी जोडली जाणार आहे.

## मिरा -भाईदरमध्ये टोरेसनंतर नवीन घोटाळा समोर



“या फसव्या गुंतवणूक योजनेला बळी पडलेल्या नागरिकांनी पोलीस ठाण्यात येऊन तक्रार द्यावी. इतर परिसरातील नागरिकांचा देखील फसवणूक झाली आहे. असल्याचे सांगितले जात आहे. त्या नागरिकांनी स्थानिक पोलीस ठाण्यात जाऊन तक्रार दाखल करावी. अशा कोणत्याही फसव्या गुंतवणूक योजनेत गुंतवणूक करण्यापुढी खबरदारी घ्यावी, तसेच या गुन्हातील मुख्य आरोपीला फरार असून त्याचा तपास सुरू आहे, लवकरच त्यालाही बेड्या ठोकण्यात येतील.”

–**राजेंद्र कांबळे, वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक, काशिमिरा पोलीस ठाणे**

येा आम्हाला बळी पडून शेक डो नागरिकांनी गुंतवणूक केली आहे. या गुंतवणुकीत भाडे मिळाले नाही व मुद्दलही मिळाली नाही. कंपनीने त्यांची आर्थिक फसवणूक केली आहे. भवानी मोटर्स नामक कंपनीचे वसई पुर्वेला डोम्स कॉम्प्लेक्समध्ये कार्यालय आहे. या कंपनीने नवी मुंबईतील जवाहरलाल नेहरू पोर्ट ट्रस्ट (जेएनपीटी) येथे होणारी मालवाहतूक आणि कर्मचाऱ्यांची ने-आण करण्यासाठी वाहन पुरवण्याचे कंत्राट मिळाले असल्याचे गुंतवणूकदारांना सांगितले होते. या कंपनीत वाहने भाड्याने लावल्यास त्याबद्दल्यात दर महिन्याला भाडे देण्यात येईल, असे आम्हि दाखवले होते.

असल्याचे सांगितले. तसेच ज्यांचे कर्ज त्यांच्या नावावर होत नाही. त्यांना कंपनीच्या नावे कर्ज घेवून गाडी घेतली जाईल असे सांगितले. त्याबद्दल्यात गुंतवणूकदारांना दर महिन्याला ५० ते ६० हजार भाडे देण्याचे आश्वासन देण्यात आले. वाहने भाड्याने लावण्यासाठी काही एजेंट नेमले असल्याचे सांगितले जाते. मिरा- भाईदरमधील अनेक नागरिकांनी त्या कंपनीला नवीन वाहने विकत घेवून दिली. त्या बदल्यात गुंतवणूकदारांना सुरुवातीला काही महिने वेळेवर भाडे दिले. गुंतवणूकदारांना गेल्या महिन्यापासून कजाचां हद्दा, भाडे मिळाले नाही. गुंतवणूकदारांनी भाड्याची

मागणी केली असता त्यांना लवकरच भाडे देण्यात येईल असे सांगण्यात आले. भाडे मिळत नसल्याने गुंतवणूकदारांना माहिती घेतली असता कंपनीला देण्यात आलेली वाहने जेएनपीटी येथे न वापरता ती वाहने मुंबईतील एका पाकींगमध्ये उभी असल्याचे दिसून आले. अनेक गुंतवणूकदारांनी स्वतःच्या नावे कर्ज घेवून वाहन विकत घेतले होते. तर ज्यांचे त्यांच्या नावावर बँक कर्ज देत नाही, अशा अनेक गुंतवणूकदाराकडून भवानी कंपनीच्या नावे कर्ज मंजूर करत, वाहन खरेदीसाठी बुकिंग रक्कम घेण्यात आली. बुकिंग घेतल्यानंतर वाहन खरेदी करण्यात आलेच नाही. गुंतवणूकदारांनी

स्वतःचे नावे कर्ज घेवून वाहन खरेदी करून कंपनीला दिले होते. तीच वाहने बुकिंग घेणाऱ्या गुंतवणूकदारांना दाखवली जात होती. ते वाहन खरेदी करून कंपनीत भाड्याने लावल्याचे दाखवले जात होते. वाहन खरेदी न करता बुकिंग घेवून आपली आर्थिक फसवणूक केली असल्याचे तक्रादारांना आढळून आले आहे.फसवणूक झाल्याचे लक्षात येताच शेकडो नागरिकांनी काशिमिरा पोलीस ठाण्यात शनिवारी तक्रार दाखल केली होती. त्यावरून कंपनीच्या दिव्याता, रोहन म्हात्रे, दक्षता मयेकर, प्रवीण तेतंग, वैशाली धुरी, नीलेश शिंदे, बाबू आक्काड या सात जणांना पोलीसांनी ताब्यात घेतले आहे. कंपनीचा प्रमुख राजू जोशी हा फरार आहे. यांच्यावर फसवणूक व इतर कलमांतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. काशीमीरा पोलीस ठाण्यात जवळपास १०० पेक्षा जास्त गुंतवणूकदारांनी तक्रार दिली आहे. यामध्ये आणखी मोठ्या प्रमाणात गुंतवणुकदार असल्याने हा आकडा वाढणार आहे.

शहरामधील वसाहतीचा कचरा उचलण्याचा ठेका पालिकेने ठेकेदाराला दिला आहे. मात्र विरार पूर्वेकडील ठेकेदाराकडून वसाहतीमधील कचरा हा दर दोन ते तीन दिवसाने उचलला जातो. तर वसई- विरारमध्ये झपाट्याने वाढलेले नागरिकरण व लोकसंख्या यातून सद्यस्थितीत दिवसाकाठी ६५० ते ७०० टन इतका कचरा निघत असतो. मात्र पालिकेच्या कचरा उचलण्याच्या गाड्या दररोज येत नसल्यामुळे वसाहतीमधील कर्चयाचे ठीग हे डब्यात साचू लागले आहेत. यामुळे साचलेल्या कर्चयाचा दुर्गंधी युक्त घाणेरडा वास नागरिकांना सहन करावा लागत असल्यामुळे नागरिक हैराण झाले आहेत. तर कचरा विस्कटण्यासाठी भटक्या कुत्र्यांची बौलड होत असल्यामुळे वसाहतीमधील कचरा अस्वास्थ्यस्थ होत असल्यामुळे अधिक दुर्गंधीमध्ये भर पडत

“अनेक दिवसांपासून पालिकेचा कचरा उचलण्याची गाडी ही दोन ते तीन दिवसांनी येते. गाडी जर दररोज आली नाही, तर कचरा टाकणारा कुठे ? कर्चयाचे डबे भरले जातात. साचलेल्या कर्चयाचा घाणेरडा वास येतो. यामुळे रोगाराई वाढण्याची भीती आहे.”

–**विलास लोडंडे ,स्थानिक नागरिक, विरार**

### ११ वर्षांच्या चिमुकलीवर लैंगिक अत्याचार... घरात कोणी नसल्याचं पाहून आरोपीने केला अत्याचार

■**बारामती** : बारामती तालुक्यातील मुर्ती येथे अत्यंत धक्कादायक घटना घडली आहे. येथील एका ११ वर्षांच्या चिमुकलीवर अत्याचार करण्यात आला आ-हे. सदर घटनेची माहिती मिळताच वरीष्ट अधिकारी, समाजसेवकांनी घटनास्थळी धाव घेतली आहे.

**आदिवासी लोकांवर अन्यायाच्या घटना वाढल्या**  
घटनेच्या ठिकाणी पंचनामा करताना बारामतीचे उपविभागीय दंडाधिकारी वैभव नारवडकर, बारामतीचे उपविभागीय पोलीस अधिक्षक डॉ. सुदर्शन राठोड व आदिवासी समाजसेवक नामदेव भोसले, सर्व तपासी अधिकारी आणि पिढीत कुटुंबातील सदस्यांबरोबर

#### नेमकं घडलं काय?

घरात कुणीही नसल्याचं फायदा घेऊन एका ११ वर्षांच्या चिमुर्डीवर अत्याचार केल्याची घटना बारामती तालुक्यातील मुर्ती येथे घडली आहे. या प्रकरणी वडगाव निंबाळकर पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून आरोपीला पोलीसांनी अटक केली आहे. अण्णा किशन गोफणे (या. मोळकाव्हाडी, ता. बारामती) असे या प्रकरणी अटक केलेल्या आरोपीचे नाव आहे. याबाबत पोलिसांकडून मिळलेली माहिती अशी की, मंगळवारी दुपारी १ वाजण्याच्या सुमारास पिंडीत मुलगी ही घरात एकटी होती. त्यावेळी आरोपी अण्णा गोफणे याने जबरदस्तीने घरात प्रवेश करत या चिमुर्डीवर अत्याचार केला. ही घटना समजल्यानंतर संबंधित पीडितेच्या कुटुंबीयांनी वडगाव निंबाळकर पोलिस ठाण्यात धाव घेतली.

स्थानिक प्रमस्त उपस्थित होते. सदर घटनेमुळे पुणे जिल्हा हादरला असून पुणे जिल्हामध्ये आदिवासी लोकांवर अन्यायाच्या घटना वाढत आहेत. हे आदिवासी लोक पोटाची खळगी भरण्यासाठी वन-वन भटकंती करतात आणि हे पिडीत लोक शासकीय सोयीसुविधांपासून वंचित राहतात. अधिकाऱ्यांच्या मनमानी कारभारामुळे

आदिवासी लोकाकांची उपामार होत आहे, असे मत नामदेव भोसले यांनी व्यक्त केले आहे. या प्रकरणापधील आरोपीला फाशीची शिक्षा देण्याची मागणी केली जात आहे.

#### वेगवेगळ्या कलमांखाली गुन्हा दाखल

या प्रकरणी वडगाव निंबाळकर पोलिसांनी अण्णा गोफणेवर भारतीय

न्यायसंहिता कलम ६५ (२), ३३२ (अ), बाल लैंगिक अत्याचार प्रतिकबंधक कायदा कलम ४ (२), ६, अनुसूचित जाती जमाती कायदा कलम ३(१) नुसार गुन्हा दाखल करत त्याला अटक केली आहे. याबाबत अधिक तपास उपविभागीय पोलीस अधिकारी सुदर्शन राठोड हे करित आहेत.



### वसईत अपहरण आणि लैंगिक अत्याचारप्रकरणी तरुण अटकेत

■**वसई** : विरार येथून १५ वर्षांच्या मुलीचे अपहरण करून तिच्यावर लैंगिक अत्याचार करण्यात आल्याचा प्रकर उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी मालवणी पोलीसांनी अपहरण, बलात्कार आणि बालकांचे लैंगिक अत्याचारापासून संरक्षण (पोक्सो) कायद्याअंतर्गत गुन्हा दाखल करून २० वर्षीय तरुणाला अटक केली. आपण तुझ्या वडिलांना ओळखत असून त्यांच्याकडे जायचे आ-हे, असे सांगून आरोपी पीडित मुलीला मालाड येथे घेऊन गेला, असा आरोप आहे. याप्रकरणी मालवणी पोलीस अधिक तपास करीत आहेत. तक्रारीनुसार, पीडित मुलगी शिक्षण घेत असून ती शनिवारी घराजवळीत दुकानात जात होती. त्यावेळी आरोपी पीडित मुलीला भेटला होता. आपण तुज्या वडिलांना ओळखत असून त्यांच्याकडे घेऊन जातो, असे त्याने पीडित मुलीला सांगितले. त्यानंतर आरोपीने पीडित मुलीला मालवणी येथील घरी आणले आणि तिच्यावर अत्याचार केला. पीडित मुलीला वेदना

होऊ लागताच त्याने तिला घरी सोडतो, असे आश्वासन दिले आणि दुचाकीवरून तो तिला जंगलाला घेऊन गेला.तेथे निर्जनस्थळी आरोपीने पुन्हा मुलीवर अत्याचार केला.

या प्रकरणानंतर आरोपीने पीडित मुलीला धमकावण्यास सुरुवात केली. घडलेला प्रकार कोणालाही सांगू नको, असेही त्याने तिला धमकावले. तसेच घडलेल्या प्रकाराचे मोबाइलने चित्रीकरण केले आहे. त्यामुळे घडलेल्या प्रकाराची वाचतात केल्यास समाज माध्यमांवर व्हीडीओ अपलोड करण्याची आणि कुटुंबियांना ठार मारण्याची धमकी त्याने दिली. पीडित मुलीने याप्रकरणी मालवणी पोलीसांकडे तक्रार केली. त्यानुसार पोलिसांनी अपहरण, बलात्कार व पोक्सो कायद्याअंतर्गत गुन्हा दाखल करून रविवारी आरोपीला अटक केली. आरोपीसोबत आपली ओळख नसल्याचा दावा पीडित मुलीने केला आहे. आरोपीने वडिलांचा मित्र असून वडिलांकडे सोडण्याचे आश्वासन देऊन आपल्याला मालाड परिसरात आणल्याचे तिने तक्रारीत म्हटले आहे. याप्रकरणी पोलीस अधिक तपास करीत आहेत.

### स्वीमिंग पूलमध्ये बुडून ११ वर्षीय चिमुकल्याचा मृत्यू

डोंगर कोसळला. मु्था यांच्या वडिलांच्या मते, स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्सच्या स्वीमिंग पूलमध्ये बुडून ११ वर्षीय ग्रंथ हसमुख मु्था या चिमुकल्याचा आज सकाळी मृत्यू झाला. तर याठिकाणी नियमानुसार त्याठिकाणी एकूडहा मोठा स्विमिंग पूल असतानाही त्याठिकाणी लाईफगार्ड ठेवलेला नव्हता यामुळेच त्या ठेकेदारांवर मनुष्यवधाचा गुन्हा दाखल करण्याची मागणी केली जात आहे. तसेच महापालिकेने तात्काळ सदरील ठेका रद्द करावा, अशीही मागणी केली जात आहे. त्या लहान चिमुर्ड्याच्या मृत्यूची बातमी समजताच त्यांच्या कुटुंबावर दुःखाचा

त्यावेळी स्विमिंग पूल जवळ लक्ष देण्यासाठी त्या संस्थेकडून सुरक्षा रक्षक किंवा लाईफगार्ड ठेवणे गरजेचे आहे. जेणे करून अशा दुर्घटनांना आव्ह बसेल. परंतु सर्व नियम धाव्यावर बसवून परस्पर पोहोण्यासाठी देत असतात. मात्र त्याठिकाणी लाईफगार्ड ठेवत नसतात. यामुळे या प्रकरणात पोलिसांनी कसून तपास करून स्पोर्ट कॉम्प्लेक्स काला आणि ठेकेदारांवर देखील गुन्हा दाखल केला पाहिजे. भविष्यात अश्या घटना घडू नये म्हणून पोलीस आणि पालिका प्रशासनासह जिल्हाधिकाऱ्यांनी लक्ष देणे सुद्धा तितकेच गरजेचे 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 राहिल, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेश्च्या 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 Pravas 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