POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2023-2025

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

उप संपादिका : सौ. प्रीती दिपक नाईक   कार्यकरी संपादक : श्री. विनोद दशरथ मेढे

● वर्ष -०५ ● अंक-०१ ● मुंबई, शुक्रवार, १ ऑगस्ट २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

'आयटी'तील 'लाख'मोलाची नोकरी धोक्यात...

■मुंबई । प्रतिनिधी,

माहिती तंत्रज्ञान क्षेत्रातील (आयटी) गलेलठ्ठ पगाराची नोकरी म्हणजे पुढील आयुष्य सुरक्षित, असा समज होता. या समजाला छेद देणाऱ्या गोष्टी आता घडू लागल्या आहेत. आयटी क्षेत्रात कर्मचारीकपातीचे वारे वाहू लागले असून, यातून ही नोकरी धोक्यात आली आहे.

आयटी क्षेत्राबद्दल सगळ्यांनाच एक प्रकारचे आकर्षण. त्यातही प्रामुख्याने या क्षेत्रातील कर्मचाऱ्यांना मिळणारे गलेलठ्ठ वेतन हा सर्वांसाठी कौतुकाचा विषय. त्यामुळे या क्षेत्रातील कर्मचाऱ्यांकडेही एका वेगळ्या आदरयुक्त नजरेने पाहिले जाते. वर्षानुवर्षे तयार झालेल्या या प्रतिमेला तडे जाऊ लागले आहेत. जागतिक पातळीवर घसरणीचे वारे असल्याने आयटी उद्योगावर त्याचा गंभीर परिणाम होत आहे.

देशातील आयटी कंपन्या या प्रामुख्याने युरोप आणि अमेरिकेतील बाजारपेठांवर अवलंबून आहेत. तेथील अर्थव्यवस्थांमध्ये होत असलेल्या घसरणीचा थेट फटका आयटी कंपन्यांना बसू लागला आहे. त्यामुळे कर्मचारीकपातीचे वारे सुरू झाले आहे. आयटी क्षेत्रातील तंत्रज्ञानाच्या बदलाचा वेग प्रचंड आहे. कृत्रिम प्रज्ञेसह (एआय) इतर नवतंत्रज्ञानामुळे आयटी कंपन्यांच्या कामकाजासह व्यवसायावर मोठा परिणाम होत आहे. त्यामुळे अनेक कर्मचारी अतिरिक्त ठरत आहेत. त्यातून त्यांना घरचा रस्ता दाखविला जात आहे. हिंजवडीतील राजीव गांधी इन्फोटेक पार्कमुळे पुण्याची ओळख आयटीनगरी अशी आहे. या आयटी पार्कमुळे पुणे केवळ देशाच्याच नव्हे, तर जगाच्या नकाशावर पोहोचले. त्यानंतर शहराच्या परिसरात इतर आयटी पार्क सुरू झाली. देशातील, तसेच जगभरातील मोठ्या आयटी कंपन्यांची कार्यालये पुण्यात आहेत. त्यामुळे जगभरातील घडामोडींचा परिणाम या कंपन्यांवर आणि त्यात काम करणाऱ्या कर्मचाऱ्यांवर होत आहे.देशातील आघाडीची आयटी कंपनी टीसीएसने जगभरात १२ हजार कर्मचारी कपात करण्याची तयारी केली आहे. त्याचा फटका पुण्यातील आयटी कर्मचाऱ्यांना बसणार आहे. ही केवळ सुरुवात असून, आगामी काळातील चित्र आणखी भयावह असेल, अशी शक्यता वर्तविली जात आहे.

एका मोठ्या आयटी कंपनीने पुण्यातील एका कर्मचाऱ्यावर नोकरी सोडण्यासाठी दबाव आणल्याची घटना नुकतीच उघडकीस आली. हा कर्मचारी १२ वर्षांपासून कंपनीत कार्यरत होता. त्याला अचानक नोकरी सोडण्यास सांगण्यात आले. अशाच प्रकारची अनेक उदाहरणे समोर येत आहेत. मात्र, याबाबत कामगार आयुक्त कार्यालयाकडे तक्रार करण्यास कर्मचारी पुढे येत नसल्याचे चित्र आहे. विशेष म्हणजे, आयटीतील कर्मचारी कामगारांच्या व्याख्येत बसत नाहीत. त्यांचे वरिष्ठ पद आणि वेतन या गोष्टी 'कामगार' या व्याख्येत बसत नाहीत. त्यामुळे शासकीय यंत्रणांचेही हात बांधलेले असतात. कामगार आयुक्तालयाकडे एखाद्या कर्मचाऱ्याने तक्रार केल्यानंतर कंपनीच्या व्यवस्थापनाशी संपर्क साधून चर्चा केली. त्यातून तोडगा काढण्याचा प्रयत्न केला जातो. मात्र, कामगार आयुक्तालयाला कायदेशीरदृष्ट्या कंपन्यांना याबाबत सक्ती करता येत नाही, असे या विभागातील अधिकाऱ्यांनी सांगितले.

पिळवणुकीचे प्रकार

पुण्यात मोठ्या आयटी कंपन्यांसोबत छोट्या आयटी कंपन्यांची संख्याही मोठी आहे. या छोट्या कंपन्यांतील कर्मचाऱ्यांना वेतन कमी दिले जाते. याचबरोबर त्यांच्याकडून अधिक काळ काम करवून घेतले जात असल्याच्या तक्रारीही वारंवार केल्या जातात. नुकत्याच काही महिला आयटी कर्मचाऱ्यांनी याबाबत तक्रार केली होती. एका छोट्या आयटी कंपनीतील सहा कर्मचाऱ्यांनी तडकाफडकी राजीनामा दिल्याची बाब फोरम फॉर आयटी एम्प्लॉइजने समोर आणली होती. या महिला कर्मचाऱ्यांना हीन वागणूक दिल्याची तक्रार महिला आयोगाकडेही करण्यात आली होती. त्यामुळे आयटी क्षेत्राची चमक वरून दिसत असताना आतून ते पोखरल्याचे दिसून येत आहे.

संन्यास घेऊन जगले, लोक वाईट नजरेने बघायचे, आज मी. निकाल ऐकताच साध्वी प्रज्ञासिंह यांना कोसळलं रडू

■मुंबई । प्रतिनिधी,

पूर्ण देशाच लक्ष लागून राहिलेल्या मालेगाव बॉम्ब स्फोट खटल्याचा निकाल लागला आहे. तब्बल १७ वर्षानंतर ठक्ष्य कोटार्ने हा निकाल दिला आहे. मालेगावच्या भिक्कू चौकात २९ सप्टेंबर २००८ ला बॉम्बस्फोट झाला होता.

या बॉमस्फोट प्रकरणात ६ निष्पाप नागरिकांचा मृत्यू झाला होता, १०० पेक्षा जास्त लोक यात जखमी झाले होते. आज न्यायाधीश एके लाहोटी यांच्या कोटार्ने निकाल दिला. यात साध्वी प्रज्ञा सिंह ठाकूर मुख्य आरोपी होत्या. आरोपी साध्वी प्रज्ञा सिंह ठाकूर यांच्यासह सात जणांना मृत्युदंडाची शिक्षा देण्याची मागणी एनआयएने न्यायालयाकडे केली होती. आज विशेष न्यायालयाने निकाल देताना १७ वर्षानंतर सर्व आरोपींची निर्दोष मुक्तता केली. त्यावर आता साध्वी प्रज्ञा यांनी प्रतिक्रिया दिली आहे.

'ज्यानी भगव्यावर अत्याचार केला त्यांना देव शिक्षा देईल.मी आता प्रसन्न आहे.मी आपले आभार मानते, धन्यवाद देते.निर्दोष सुटूनही सामाजिक जीवनात जे नुकसान झालेल आहे त्याच काय करायचं. राकेश धावडे यांच्या मुलाला शाळेत प्रवेश दिला जात नव्हता. राकेश धावडे यांच्या पत्नीने नाव बदललं तेंव्हा त्यांचा मुलाचा शाळेत प्रवेश झालाह्य असं त्या म्हणाल्या.

साध्वी प्रज्ञावर काय आरोप होता?

साध्वी प्रज्ञा सिंग ठाकूर यांच्यावर मालेगाव बॉम्बस्फोट प्रकरणाचा आरोप होता. या स्फोटासाठी वापरलेली मोटारसायकल त्यांच्या नावावर होती. बॉम्बस्फोटाच्या कटात त्यांचा सहभाग असल्याचा आरोप त्यांच्यावर होता. सध्या त्या जामीनावर बाहेर असून त्या भाजपच्या खासदार होत्या. साध्वी प्रज्ञा सिंह ठाकूरसह सात आरोपींची निर्दोष मुक्तता करण्यात आली आहे.

काय म्हणाल्या साध्वी प्रज्ञा ?

साध्वी प्रज्ञा म्हणाल्या की, 'मला जेंव्हा तपसयंत्रांनी बोलावल तेंव्हा मी सहकार्याच्या भावनेने आले होते.पण मला पोलीस कोठडीत ठेवेल अपमान केला मारहाण केली.' कोर्टासमोर बोलताना साध्वी प्रज्ञाना रडू कोसळल.पुढे त्या म्हणाल्या, 'माझा समाजात अपमान झाला. पूर्ण आयुष्य संन्यास घेऊन जगले पण मला लोक वाईट नजरेने बघायचे, अपमानित करायचे... माझ्यावरून भगव्या रंगला कलंकित केल गेल. १७ वर्षात मी पहिल्यांदा आनंदी झाले आहे. अपमानच आयुष्य मी १७ वर्षे जगत होते.भगवाला आतंकवाद बोलल आज भगव्याचा विजय झाला हिंदुत्वाचा विजय झाला.'

गेट वे ऑफ इंडियौपर्यंत धावणार मेट्रो! १४ पैकी १३ स्थानकं जमिनीखाली तर शेवटचं स्टेशन असणार...

■मुंबई । प्रतिनिधी,

मुंबईतील मुख्य पर्यटन आकर्षणांपैकी एक असलेल्या ह्यगेट वे ऑफ इंडियाह्लला भुयारी मेट्रोतून जाता येणार आहे. ह्यगेट वे ऑफ इंडियाह्लला मेट्रोनं पोहचण्याचं मुंबईकरांचे, पर्यटकांचे स्वप्न येत्या काही वर्षात पूर्ण होणार आहे. मुंबई मेट्रो रेल कॉर्पोरेशन लिमिटेडने (एमएमआरसी) आणिक आगार गेट वे ऑफ इंडियादरम्यान भुयारी मेट्रो ११ बांधण्याचा निर्णय घेतला आहे. यासाठीचा प्रस्ताव राज्य सरकारकडे पाठविण्यात आला असून या प्रस्तावाला मंजुरीची प्रतीक्षा आहे.एमएमआरसीच्या प्रस्तावानुसार, या १७.५१ किमी लांबीच्या मार्गिकेवर एकूण १४ मेट्रो स्थानकांचा समावेश असणार आहे. १४ पैकी १३ मेट्रो स्थानके भुयारी असणार असून एक स्थानक जमिनीवर असणार आहे. ही मार्गिका सेवेत दाखल झाल्यास यावरून सहा डब्यांच्या मेट्रो ताशी ८० किमी वेगाने धावेल. तर या मार्गिकेवरून २०३१ मध्ये दिवसाला पाच लाख ८० हजार प्रवासी प्रवास करतील, असा अंदाज एमएमआरसीने व्यक्त केला आहे. २०३१ पर्यंत दैनंदिन प्रवासी संख्या ११ लाख

किती लांबीचा आहे हा प्रकल्प?

राज्य सरकारची परवानगी मिळताच या प्रस्तावाला केंद्र सरकारची मंजुरी घेऊन भुयारी मेट्रो ११ च्या कामास सुरुवात करण्यात येणार आहे. ही भुयारी मेट्रो १७.५१ किमी लांबीची असणार असून या मेट्रो मार्गिकेमुळे शीव, वडाळा, शिवडी, भायखळा, भेंडी बाजारसारखे परिसर जोडले जाणार आहेत. त्यामुळे भविष्यात या भागातील वाहतूक कोंडीचा प्रश्न सुटण्यास मदत होईल, असा विश्वास व्यक्त होत आहे.

शेतकऱ्यांना एक वर्षाची कर्जमाफी देणार : मुख्यमंत्री फडणवीस

■मुंबई । प्रतिनिधी,

संकटात सापडलेल्या शेतकऱ्यांना कर्जमाफीची मागणी महाराष्ट्रातील एकटविलेल्या सर्व सामाजिक संघटनांनी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्याकडे केली आहे. यावर शेतकऱ्यांना एक वर्षाची संपूर्ण कर्जमाफी करण्यात येईल, असे आश्वासन मुख्यमंत्री फडणवीस यांनी यावेळी संघटनांच्या शिष्टमंडळाला दिले. तसेच पुढील दहा वर्षांत शेतकऱ्यांना सक्षम करणारे आर्थिक धोरण सरकारच्या वतीने राबविण्यात येणार असल्याचे त्यांनी यावेळी सांगितले. राज्यातील सर्व सामाजिक संघटनांनी बुधवारी (दि. ३०) मुख्यमंत्री फडणवीस यांच्याशी सह्याद्री अतिथीगृह येथे भेट घेत चर्चा केली. यावेळी जलसंपदामंत्री गिरीश महाजन, आमदार मंगेश चव्हाण, कामगार नेते अभिजित राणे यांसह छावा क्रांतिवीर सेनेच्या संस्थापक अध्यक्ष करण गायकर, अखिल भारतीय छावा संघटनेचे केंद्रीय कार्याध्यक्ष नानासाहेब जावळे, स्वाभिमानी संभाजी ब्रिगेडचे माधव देवसरकर, छावा मराठा संघटनेचे प्रदेशाध्यक्ष राजेश मोरे, अखिल भारतीय छावा संघटनेचे प्रदेशाध्यक्ष पंजाबराव काळे, छावा क्रांतिवीर सेनेचे युवक प्रदेश सरचिटणीस नवनाथ शिंदे, उद्योजक आघाडी प्रदेशाध्यक्ष

डॉ. किरण डोके, चंद्रशेखर विसे, सुनील कदम, अविनाश कदम, अमोल शिंदे, भारत पिंगळे, संकेत पिंगळे, दशरथ कपाटे, सुभाष कोल्हे आदी उपस्थित होते. संघटनांच्या शिष्टमंडळाने १० प्रमुख मागण्या व एक विशेष प्रस्ताव बैठकीत मांडला. ज्या प्रकरणांमध्ये सामाजिक कार्यकर्त्यांवर अन्याय झाला आहे. त्यातील दोषींवर कडक कारवाईची मागणी यावेळी शिष्टमंडळाने केली. त्यावर याबाबत संबंधित पोलिस अकाऱ्यांना स्पष्ट निर्देश दिले जातील, असे आश्वासन मुख्यमंत्री फडणवीस यांनी दिले. अण्णासाहेब पाटील आर्थिक विकास महामंडळासाठी ७०० कोटी रुपये आणि सारथी शिक्षण संस्थेला भरघोस निधी राज्य सरकारकडून तत्काळ वर्ग करण्यात आल्याची माहिती त्यांनी यावेळी दिली. स्व. अण्णासाहेब जावळे-पाटील यांच्या नावाने नवीन महामंडळ स्थापन करण्याची मागणीवर लवकरच सकारात्मक विचार करण्यात येणार असल्याचे फडणवीस यांनी सांगीतले.

कामावर जाताना-येताना झालेले अपघातही सेवा काळातील मानले जातील

सर्वोच्च न्यायालयाचा महत्वाचा निर्णय

■नवी दिल्ली । प्रतिनिधी,

मंगळवारी एका महत्त्वाच्या निर्णयात, सर्वोच्च न्यायालयाने स्पष्ट केले की कर्मचारी भरपाई कायदा, १९२३ च्या कलम ३ मधील तरतुदी, नोकरी दरम्यान आणि कामामुळे होणारे अपघात, मध्ये निवासस्थान आणि कामाच्या ठिकाणी प्रवास करताना होणारे अपघात देखील समाविष्ट असतील. म्हणजेच, ड्युटीवर जाताना किंवा येताना होणारे अपघात देखील सेवेदरम्यान मानले जातील. न्यायाधीश मनोज मिश्रा आणि न्यायमूर्ती के.व्ही. विश्वनाथन यांच्या खंडपीठाने मान्य केले की आतापर्यंत या विषयावर खूप गोंधळ आणि अस्पष्टता होती. विशेषतः अशा प्रकरणांमध्ये जेव्हा कर्मचारी ड्युटीवर येताना किंवा जाताना अपघातांना बळी पडतात. खंडपीठाने म्हटले की तथ्यांवर आधारित वेगवेगळ्या निर्णयांमध्ये वेगवेगळ्या प्रकारे अर्थ लावण्यात आला आहे. कर्मचारी भरपाई कायद्याच्या कलम-३ मध्ये वापरल्या जाणाऱ्या नोकरीदरम्यान आणि नोकरीमुळे झालेल्या अपघात या वाक्यांशाचा अर्थ आम्ही अशा प्रकारे लावतो की जर अपघाताची परिस्थिती, वेळ, ठिकाण आणि रोजगार यांच्यात संबंध स्थापित झाला असेल तर त्यामध्ये कर्मचाऱ्याला त्याच्या निवासस्थानावरून कामाच्या ठिकाणी कामासाठी जाताना किंवा कामाच्या ठिकाणाहून त्याच्या निवासस्थानाकडे परतताना झालेल्या अपघाताचा समावेश असेल.

मुंबई उच्च न्यायालयाच्या डिसेंबर २०११ च्या आदेशाला आव्हान देणाऱ्या याचिकेच्या सुनावणीदरम्यान हा निर्णय देण्यात आला. उच्च न्यायालयाने कामगार भरपाई आयुक्तांचा आदेश रद्द केला होता. ज्यात आयुक्तांनी एका व्यक्तीच्या कुटुंबाला ३,२६,१४० रुपये भरपाई देण्याचा आदेश दिला होता. या व्यक्तीचा ड्युटीवर जाताना अपघातात मृत्यू झाला होता. सर्वोच्च न्यायालयाने आपल्या निर्णयात म्हटले आहे की मृत व्यक्ती साखर कारखान्यात चौकीदार म्हणून काम करत होता आणि २२ एप्रिल २००३ रोजी अपघाताच्या दिवशी त्याच्या ड्युटीचे तास पहाटे ३ ते सकाळी ११ पर्यंत होते. न्यायाधीशांनी सांगितले की ते त्यांच्या कामाच्या ठिकाणी जात होते आणि त्यांच्या कामाच्या ठिकाणापासून सुमारे पाच किलोमीटर अंतरावर झालेल्या अपघातात त्यांचा मृत्यू झाला हे निर्विवाद आहे.

अतिक्रमित जमिनींचा मिळणार मालकी हक्क, ३० लाख कुटुंबांना लाभ; चंद्रशेखर बावनकुळेंची माहिती

■मुंबई । प्रतिनिधी,

लोकमत न्यूज नेटवर्क, मुंबई : राज्यात ३१ डिसेंबर २०११ पूर्वी राज्य सरकारच्या जमिनींवर झालेली अतिक्रमणे नियमित करून त्याच व्यक्तींना जमिनीचे मालकी हक्काचे पट्टे देण्याची धडक मोहीम राबविली जाईल. त्याचा फायदा ३० लाख कुटुंबांना होईल, असे महसूल मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी बुधवारी जाहीर केले. सामाजिक उद्देशासाठी भाडेपट्ट्यावर दिलेल्या जमिनींबाबत अटी, शर्तींचा भंग झाल्याचे आढळल्यास त्या जमिनी सरकार परत येईल असेही ते म्हणाले. बावनकुळे यांनी पत्र परिषदेत सांगितले की, ३१ डिसेंबर २०११ पूर्वी अतिक्रमित झालेल्या सरकारी जमिनींची मालकी अतिक्रमितांना देण्याचा निर्णय २०१८ मध्येच घेण्यात आला होता.

महसूल सप्ताह १ ऑगस्टपासून राज्यात राबविला जाईल, त्यात या जमिनींच्या मालकीहक्काचे पट्टे दिले जातील. ५०० चौरस फुटापर्यंतच्या जमिनीची मालकी दिली जाईल, एका कुटुंबाने त्यापेक्षा अधिक जागेवर अतिक्रमण केलेले असेल तर अशांनी रेडीरेकनरनुसार येणारी उर्वरित जागेची रक्कम सरकारकडे जमा केल्यास त्याही जागेचा मालकीहक्क दिला जाईल. राज्य सरकारने अनेक संस्थांना सामाजिक उद्देशांसाठी भाडेपट्ट्याने जमिनी दिल्या पण त्यांचा वापर अन्य कारणांसाठी केला जात असल्याच्या

तक्रारी आहेत. या बाबत अहवाल मागवून एक महिन्यात योग्य ती कारवाई केली जाईल, असा इशाराही त्यांनी दिला.

बांगलादेशींची प्रमाणपत्रे १५ ऑगस्ट पर्यंत रद्द करणार प्रत्येक शेतरस्त्याचे वाद मिटवून येत्या पाच वर्षात प्रत्येक शेतानजीक १२ फुटांचे रस्ते बांधणार, प्रत्येक शेतासाठी पाणंद रस्ता बांधणार. उल्हासनगर वगळता ३५ शहरांमध्ये सुमारे पाच लाख विस्थापित सिंधी परिवार राहतात. या परिवारांना मालकीहक्क देण्याचा आदेश आजच निघाला. राज्यातील बांग्लादेशीयांची बोगस प्रमाणपत्रे रद्द करण्यासाठी टास्क फोर्स स्थापन करण्यात आले असून येत्या १५ ऑगस्टपर्यंत ही सर्व प्रमाणपत्रे रद्द करणार. सरकारच्या विविध योजनांचा लाभ मिळवून देण्यामध्ये उत्कृष्ट कार्य केलेल्या अधिकारी, कर्मचाऱ्यांचा तसेच उत्कृष्ट निवृत्त अधिकारी, कर्मचाऱ्यांचा १ ऑगस्ट रोजी सत्कार करणार.

सार्वजनिक गणेशोत्सव आरास स्पर्धेत सहभागी व्हावे

■ठाणे । प्रतिनिधी,

ठाणे महानगरपालिका क्षेत्रातील सार्वजनिक गणेशोत्सव मंडळांसाठी ठाणे महानगरपालिकेतर्फे दरवर्षीप्रमाणे यंदाही आरास स्पर्धा आयोजित करण्यात आली आहे. या स्पर्धेत सार्वजनिक गणेशोत्सव मंडळांनी मोठ्या प्रमाणावर सहभागी व्हावे असे, आवाहन ठाणे महापालिका आयुक्त सौरभ राव यांनी केले आहे. ठाणे महापालिकेतर्फे घेतल्या जार्णाया या स्पर्धेत देखावा-आरास, स्वच्छता आणि मूतीर्कार असे तीन विभाग आहेत. आरास गटातील विजेत्यांना स्पर्धकांना २५ हजार रुपयांचे पहिले, २० हजार रुपयांचे दुसरे तर, १५ हजार रुपयांचे तिसरे आणि १० हजार रुपयांचे उत्तेजनार्थ अशी रोख पारितोषिके, सन्मानचिन्ह आणि प्रशस्तीपत्र देण्यात येईल. तसेच, मूतीर्कार आणि स्वच्छता या गटातील विजेत्यांना प्रत्येक गटासाठी १० हजार रुपयांचे पहिले, ०७ हजार रुपयांचे दुसरे तर ०५ हजार रुपयांचे तिसरे रोख पारितोषिक, सन्मानचिन्ह व प्रशस्तीपत्र देण्यात येईल. सार्वजनिक गणेशोत्सव आरासस्पर्धेत सहभागी सर्व मंडळांना महापालिकेने निधारीत केलेल्या अटी व शर्ती लागू राहतील. या स्पर्धेत भाग घेऊ इच्छिर्णाया संस्थांना तसेच गणेशोत्सव मंडळांना, अजार्चा नमुना, माहिती व जनसंपर्क विभाग, महापालिका भवन, पहिला मजला, पाचपाखाडी, ठाणे (पश्चिम) येथे शुक्रवार दि. ०१ ऑगस्ट, २०२५ पासून सकाळी ११.०० ते १.३० व दुपारी २.३० ते ५.०० या वेळेत (सुट्टीचे दिवस वगळून) मिळू शकतील. अर्ज स्वीकारण्याची अंतिम तारीख गुरूवार १४ ऑगस्ट, २०२५ अशी आहे. या मुदतीनंतर आलेले अर्ज स्वीकारले जाणार नाहीत, अशी माहिती महापालिकेने दिली आहे.

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

मोदी विरुद्ध राहुल

सध्या सुरू असलेल्या संसदेच्या पावसाळी अधिवेशनामध्ये पाकिस्तानवर करण्यात आलेल्या 'ऑपरेशन सिंदूर'च्या निमित्ताने जी चर्चा करण्यात आली, त्यामुळे भारतीय राजकारणाच्या पटलावर पुन्हा एकदा 'नरेंद्र मोदी विरुद्ध राहुल गांधी' असे चित्र उमटले आहे.

पहलगाम येथे झालेल्या दहशतवादी हल्ल्यानंतर भारताने 'ऑपरेशन सिंदूर' अंतर्गत पाकिस्तानवर लष्करी कारवाई केली होती.त्याबद्दल विविध प्रकारचे प्रश्न निर्माण केले जात असल्याने त्या विषयावर संसदेत चर्चा व्हावी, अशी मागणी सातत्याने केली जात होती. सरकारने ती मागणी मान्य करून चर्चा घडवून आणली. अर्थात जे मुद्दे आतापर्यंत संसदेबाहेर मांडले जात होते तेच पुन्हा एकदा तीव्रतेने संसदेत मांडण्यात आले. पण त्यानिमित्ताने पुन्हा एकदा पंतप्रधान नरेंद्र मोदी आणि विरोधी लोकसभेतील विरोधी पक्षनेते राहुल गांधी यांच्यातील राजकीय स्पर्धा समोर आली.

ऑपरेशन सिंदूरअंतर्गत सरकारने पाकिस्तानवर जी कारवाई केली त्यामध्ये अनेक गोष्टींची लपवाछपवी केली जात असल्याची टीका यापूर्वीही अनेक वेळा काँग्रेसने केली होती. संसदेतील चर्चेमध्येसुद्धा राहुल गांधी यांच्यासह सर्वच विरोधी पक्षनेत्यांनी त्याच टीकेचा पुनरुच्चार केला. या मोहिमेमध्ये भारताची निश्चित किती हानी झाली आणि हा संघर्ष थांबवण्याचा दावा अमेरिकेचे अध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प करत आहेत, त्यात कितपत तथ्य आहे याबाबत खुलासा करण्याची मागणी राहुल गांधी यांनी जोरकसपणे केली होती.

पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी राहुल गांधी किंवा इतर विरोधी पक्षनेत्यांनी जे मुद्दे उपस्थित केले त्या प्रत्येक मुद्द्याला उत्तर देताना ऑपरेशन सिंदूर ही कशी यशस्वी मोहीम होती आणि अजूनही ऑपरेशन सिंदूर कसे सुरू आहे याची माहिती दिली. जगाच्या पाठीवरील कोणत्याही नेत्याच्या सांगण्यावरून किंवा त्याच्या मध्यस्थीमुळे भारत-पाकिस्तान यांच्यातील संघर्षाला पूर्णविराम मिळाला नाही, तर भारतीय हल्ल्याला घाबरून पाकिस्ताननेच हल्ले थांबवण्याची विनंती केल्यामुळे भारताने हा संघर्ष थांबवला असे अत्यंत स्पष्ट शब्दांत पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी या चर्चेला उत्तर देताना सांगितले.

भारत-पाकिस्तान यांच्यातील संघर्ष थांबवण्यामध्ये डोनाल्ड ट्रम्प यांनी कोणतीही मध्यस्थी केली नाही हे स्पष्टपणे या सभागृहामध्ये नरेंद्र मोदी यांनी सांगावे, अशी मागणी राहुल गांधी यांनी केली होती. नरेंद्र मोदी यांनी ती मागणी मात्र पूर्ण केली नाही. त्यामुळे या विषयाला आता पूर्णविराम मिळेल का, हे पाहणे उत्सुकतेचे ठरणार असले, तरी ही चर्चा थांबणार नाही, असे संकेतही मिळत आहेत. कारण अजूनही मोदी सरकार ऑपरेशन सिंदूरबाबत अनेक गोष्टी लपवत असल्याबाबत टीका केली जात आहेत. ही चर्चा सुरू असण्याच्या कालावधीमध्येच पहलगाम हल्ल्याला जबाबदार असणाया तीन दहशतवाद्यांचा खात्मा करण्यात आल्याची बातमी आली होती. त्यानंतर काँग्रेसचे ज्येष्ठ नेते आणि माजी केंद्रीय गृहमंत्री पी. चिदंबरम यांनी हे मारले गेलेले दहशतवादी कशावरून पाकिस्तानमधून आले होते, असा सवाल केला. त्या निमित्तानेसुद्धा चर्चा करताना पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांना एक महत्त्वाचा मुद्दा मिळाला. विरोधी पक्षांच्या बाजूने जरी राहुल गांधी यांनी तीव्रपणे खिंड लढवली असली तरी सरकारच्या बाजूने पंतप्रधान नरेंद्र मोदी, गृहमंत्री अमित शहा आणि संरक्षणमंत्री राजनाथ सिंह यांनी ऑपरेशन सिंदूर हे किती मोठ्या प्रमाणात यशस्वी झाले याचे दाखले दिले. अर्थात, या निमित्ताने भारतीय लोकशाही पद्धतीचा महानपणसुद्धा समोर आला. संसदेच्या व्यासपीठावर सरकारवर अशा प्रकारे टीका करण्याचे स्वातंत्र्य विरोधी पक्षांना दिले जाते आणि प्रश्नचिन्ह उपस्थित करण्याचा अधिकारही विरोधकांना दिला जातो हेच या चर्चेवरून स्पष्ट झाले. दुसरी महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे पुन्हा एकदा भारतीय राजकारण नरेंद्र मोदी आणि राहुल गांधी या दोन केंद्राभोवतीच फिरत असल्याचे अधोरेखित झाले. सर्वसामान्य नागरिक जेव्हा टीव्हीच्या पडद्यावर अशा प्रकारच्या चर्चा पाहतात तेव्हा राहुल गांधी भाषण करत असताना त्यांचे सर्व मुद्दे त्यांना पटतात आणि या मुद्द्यांना उत्तरे देणाया नरेंद्र मोदी यांचेही मुद्दे सर्वसामान्य नागरिकांना पटतात. कारण शेवटी एखादा विषय कशाप्रकारे मांडण्यात येतो हे सर्वात जास्त महत्त्वाचे असते. म्हणूनच विरोधकांच्या मागणीप्रमाणे संसदेच्या पटलावर या विषयावर चर्चा झाली असली तरी हा विषय संपणार नाही. अजूनही विरोधी पक्षाच्या नेत्यांच्या मनात अनेक शंका आहेत आणि संसदेबाहेरसुद्धा या शंका प्रदर्शित करण्याचे काम केले जाईल. कारण अमेरिकेचे अध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प यांनी आजच अजून एकदा आपण भारत-पाकिस्तान यांच्या लष्करी संघर्षामध्ये मध्यस्थी केली होती असा उल्लेख केला आहे. त्यामुळे पुन्हा एकदा या वादाला तोंड फुटले आहे. सरकारने कितीही खुलासे केले तरी ते विरोधी पक्षांना पटणार नाहीत आणि विरोधी पक्षांना जे हवे आहे तशा प्रकारचे खुलासे सरकारकडून केले जाणार नाहीत हेच या चर्चेवरून सिद्ध झाले आहे. एखाद्या विषयातील तथ्य किंवा वास्तव समोर आणण्यापेक्षा टीकेला टीकेनेच उत्तर देण्याचा इतिहास आजपर्यंत संसदेतील चर्चेने जपला आहे आणि यावेळीसुद्धा तेच दिसून आले. राहुल गांधी आणि पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांची जोशपूर्ण भाषणे भारतीय नागरिकांना ऐकायला मिळाली. नरेंद्र मोदी विरुद्ध राहुल गांधी हा राजकीय संघर्ष लोकांना आवडू लागल्याने आता कोणत्या एखाद्या नवीन विषयावर संसदेमध्ये पुन्हा एकदा नरेंद्र मोदी विरुद्ध राहुल गांधी यांचा असा भाषणांचा सामना होईल याचीच वाट आता सर्वसामान्य नागरिक पाहणार आहेत.

ओझोनमुळे कोंडला महानगरांचा श्वास

उन्हाळ्यात प्रमुख महानगरांमध्ये जमिनीजवळील ओझोन प्रदूषण लक्षणीयरीत्या वाढले. गेल्या वर्षीच्या उन्हाळ्याच्या तुलनेत ही २९ टक्के वाढ आहे. मार्च ते मे २०२५ दरम्यान ३१ दिवसांसाठी ओझोनची पातळी मानकांपेक्षा जास्त होती. सेंटर फॉर सायन्स ॲण्ड एन्व्हायर्नमेंटच्या माहितीनुसार २०२५च्या उन्हाळी हंगामात प्रमुख महानगरांमध्ये जमिनीजवळील ओझोन प्रदूषण लक्षणीयरीत्या वाढले. कोलकाता, बंगळूरु, मुंबई, हैदराबाद आणि चेन्नईमध्ये सरासरी आठ तासांच्या कालावधीसाठी ओझोन पातळी मानकांपेक्षा जास्त दिवस अधिक नोंदवली गेली. एकाच वेळी अनेक प्रदूषकांच्या आव्हानामुळे लहान मुलांसह नागरिकांच्या आरोग्यावर परिणाम होत आहे.

'एअर क्वालिटी ट्रॅकर' उपक्रमांतर्गत 'सीएसई'च्या अर्बन लॅबने केलेल्या नवीनतम वायू गुणवत्ता विश्लेषणात आढळून आले, की प्राथमिक प्रदूषकांच्या विपरीत ओझोन थेट स्त्रोतातून उत्सर्जित होत नाही. वाहने, वीज प्रकल्प, कारखाने आणि इतर ज्वलनशील स्त्रोतांमधून उत्सर्जित होणारे नायट्रोजन ऑक्साईड (एनओएक्स), अस्थिर सेंद्रिय संयुगे आणि कार्बन मोनोऑक्साइड यांच्या सूर्यप्रकाशात होणाऱ्या प्रतिक्रियांमधून हा वायू तयार होतो. पृष्ठभागावरील ओझोन शहरी भागातच साचत नाही, तर ते लांब अंतरावर पसरू शकते आणि प्रादेशिक प्रदूषक बनू शकते. त्याचा कृषी उत्पादकतेवरही परिणाम होतो. त्यामुळे अन्नसुरक्षेला धोका निर्माण होतो. 'सीएसई'च्या स्वच्छ हवा कार्यक्रमाच्या कार्यकारी संचालक आणि प्रमुख अनुमिता रॉयचौधरी म्हणतात की, नियंत्रण ठेवले नाही, तर हे एक गंभीर सार्वजनिक आरोग्य संकट बनू शकते. कारण ओझोन हा एक अत्यंत प्रतिक्रियाशील वायू आहे आणि अल्पकालीन संपर्कातदेखील मानवासाठी हानिकारक असू शकतो. उत्तर भारतातील शहरांमध्ये उन्हाळ्याच्या तीव्र उष्णतेमुळे आणि तेजस्वी सूर्यप्रकाशामुळे ओझोनची पातळी वाढते; परंतु उष्ण हवामान असलेल्या शहरांमध्ये, इतर ऋतूंमध्ये हिवाळा आणि वसंत ऋतूमध्येही हा अतिरेक सातत्याने दिसून येतो. ओझोन नियंत्रणासाठी वाहने, उद्योग आणि सर्व प्रकारच्या ज्वलन स्त्रोतांद्वारे उत्सर्जित होणाऱ्या अनेक वायूंवर कठोर नियंत्रण आवश्यक आहे. 'सीएसई'च्या पुनरावलोकनात असेही आढळून आले की, पृष्ठभागावरील ओझोन श्वसनमार्गात जळजळ निर्माण करते. यातून संसर्ग होण्याची शक्यता वाढू शकते. त्यामुळे दमा, क्रॉनिक ब्राँकायटिस आणि एम्फिसीमासारखे श्वसन रोग होऊ शकतात. मुले, वृद्ध आणि अविकसित फुफ्फुसे असलेले लोक जास्त असुरक्षित असतात. ओझोनच्या संपर्कात आल्याने वारंवार दम्याचे झटके येतात. ओझोन हा अतिशय जलद प्रतिक्रिया देणारा वायू असल्याने मोजणीसाठी २४ तासांऐवजी आठ तासांची सरासरी मर्यादा निश्चित करण्यात आली आहे. पृष्ठभागावरील ओझोन प्रदूषण अत्यंत परिवर्तनशील आणि स्थानिक आहे आणि ते ठिकाणानुसार बदलते. ओझोननिर्मिती जटिल रासायनिक प्रक्रिया आणि प्रकाश-रासायनिक अभिक्रियांवर अवलंबून असते. त्यामुळे त्याची पातळी वेळ आणि स्थानानुसार बदलते. सूर्यप्रकाश, उष्ण हवामान आणि स्थिर वारे त्याच्या निर्मितीमध्ये भूमिका बजावतात. या अभ्यासात महानगरातील प्रत्येक स्थानकावर मानक ओलांडले गेलेल्या दिवसांचा मागोवा घेतला गेला. शहरातील एका स्थानकानेदेखील मानक ओलांडले, तर ते त्या शहरासाठी 'मानक उल्लंघन' मानले जाते. एकाच दिवशी अनेक स्थानके मानक ओलांडली, तर ते प्रदूषण किती मोठ्या प्रमाणात पसरले आहे आणि किती लोक प्रभावित होत आहेत हे सांगते. या अभ्यासात आंतरराष्ट्रीय मानकांनुसार 'यूएस ईपीए'ची पद्धत स्वीकारण्यात आली आहे. याअंतर्गत दिवसाच्या प्रत्येक आठ तासांच्या सरासरी ओझोनपातळीची गणना केली जाते आणि त्यापैकी सर्वोच्च मूल्य त्या दिवसाची ओझोन पातळी मानले जाते. 'यूएस ईपीए'नुसार शहर किंवा प्रदेशाचा 'एक्यूआय' त्या दिवशी सर्व स्थानकांवर नोंदवलेल्या सर्वोच्च मूल्याच्या आधारे निश्चित केला जातो. यंदाच्या उन्हाळ्यात १ मार्च ते ३१ मे दरम्यान मुंबईत ९२ पैकी ३२ दिवस ओझोनचे उल्लंघन नोंदवले गेले. गेल्या वर्षीच्या याच कालावधीच्या तुलनेत हे ४२ टक्के घट दर्शवते. २९ मार्च हा सर्वात वाईट दिवस ठरला. या दिवशी शहरातील ३१ पैकी ८ निरीक्षण केंद्रांनी ओझोनची पातळी प्रमाणापेक्षा जास्त नोंदवली. या कालावधीत मुंबईत चकाला येथे प्रादेशिक कमाल पृष्ठभागावरील ओझोन सांद्रता ९० मायक्रोग्राम प्रति घनमीटर इतकी होती. तिथे मार्च ते मे दरम्यान २९ दिवस ओझोन मानकांचे उल्लंघन झाले. पृष्ठभागावरील ओझोनचे वितरण सामान्यतः नायट्रोजन डायऑक्साइड (एनओ)सह उलट संबंध दर्शवते. विशेषतः जास्त रहदारी असलेल्या भागात नायट्रोजन ऑक्सिजनची पातळी जास्त असते, तिथे ओझोनची निर्मिती बहुतेकदा कमी असते. कारण ओझोन 'नायट्रिक ऑक्साईड'शी प्रतिक्रिया देतो आणि विरघळतो. शहराच्या वेगवेगळ्या भागात ओझोनची पातळी विविध घटकांमुळे बदलते; जसे की इतर प्रदूषकांचे परिणाम, हवामान आणि उत्सर्जन स्त्रोत. मे २०२५ ची तुलना मे २०२४ शी केल्यास पृष्ठभागावरील ओझोन सूर्यास्तानंतर जास्त काळ वातावरणात राहतो, असे आढळते. तथापि, २०२५ च्या उन्हाळ्यात सरासरी तासाला कमाल ओझोन सांद्रता मागील वर्षाच्या तुलनेत ३५ टक्के कमी होती. जी वातावरणातील रसायनशास्त्रात बदल किंवा ओझोन तयार करणाऱ्या पूर्वसूचक प्रदूषकांच्या उत्सर्जनात घट दर्शवते. दैनंदिन ट्रेंड दर्शवतात की, सकाळी आणि संध्याकाळी नायट्रोजन ऑक्सिजनची पातळी जास्त असते, तेव्हा ते ओझोनला निष्क्रिय करण्यास आणि विखुरण्यास मदत करते; परंतु नायट्रोजन ऑक्सिजनची पातळी तुलनेने कमी असते तेव्हा दुपारी किंवा कमी गर्दीच्या वेळेत ओझोनची पातळी वाढते. मुंबईत हिवाळ्यात (डिसेंबर ते फेब्रुवारी) पृष्ठभागावरील ओझोन पातळी जास्त असते. २०२४-२५ च्या हिवाळ्यात शहरात ८७ दिवसांसाठी ओझोन पातळी प्रमाणापेक्षा जास्त होती. गेल्या वर्षीच्या हिवाळ्याच्या तुलनेत त्यात दहा टक्क्यांनी वाढ झाली आहे. कोलकातामध्ये ९२ पैकी सुमारे २२ दिवस ओझोन पातळी प्रमाणापेक्षा जास्त होती. गेल्या वर्षीच्या उन्हाळ्याच्या तुलनेत हे ४५ टक्के घट दर्शवते. या उन्हाळ्यात सरासरी तासिक ओझोन कमाल पातळी देखील २२ टक्क्यांनी कमी झाली. हे एकूण सुधारणा दर्शवते. कोलकातामध्ये हिवाळ्यात (नोव्हेंबर ते फेब्रुवारी) पृष्ठभागावरील ओझोन सांद्रता सातत्याने जास्त नोंदवली गेली. ही प्रवृत्ती वातावरणीय परिस्थिती, तुलनेने उष्ण हवामान, प्रकाश रासायनिक अभिक्रिया आणि उत्सर्जन पातळीमुळे आहे. या वर्षी १ मार्च ते ३१ मे या कालावधीत ९२ पैकी ४५ दिवसांसाठी बंगळूरुमध्ये ओझोनची पातळी हवेच्या गुणवत्तेच्या मानकांपेक्षा जास्त होती. गेल्या वर्षीच्या उन्हाळ्याच्या तुलनेत ही २९ टक्के वाढ आहे. मार्च ते मे २०२५ दरम्यान ३१ दिवसांसाठी ओझोनची पातळी मानकांपेक्षा जास्त होती. हैदराबादमधील हवेच्या गुणवत्तेचे निरीक्षण केंद्रांनी या वर्षी १ मार्च ते ३१ मे दरम्यान सामान्य ओझोन पातळीपेक्षा २० दिवस जास्त नोंदवले. गेल्या वर्षीच्या तुलनेत ही ५५ टक्के घट आहे. बोलारम हे हैदराबादमधील सर्वात जास्त प्रभावित क्षेत्र आहे, जिथे मार्च ते मे दरम्यान १७ दिवस सामान्य ओझोन पातळीपेक्षा जास्त होते. १ मार्च ते ३१ मे या काळात चेन्नईमध्ये ९२ पैकी १५ दिवस ओझोनची पातळी मानकांपेक्षा जास्त नोंदवली गेली, असे शहराच्या हवा गुणवत्ता निरीक्षण केंद्रांच्या आकडेवारीवरून दिसून येते. २०२३ च्या उन्हाळ्यात तीन दिवस आणि २०२२ मध्ये १९ दिवस ओझोनचे उल्लंघन नोंदवले गेले. अलंदूर हे चेन्नईमधील सर्वात जास्त प्रभावित क्षेत्र आहे. मार्च ते मे दरम्यान येथे १५ दिवस मानकांपेक्षा जास्त पातळी नोंदवली गेली. शहरातील इतर स्थानकांवर कोणतेही उल्लंघन नोंदवले गेले नाहीत. सध्या भारतातील मोठी शहरे प्रदूषणाच्या झळा सोसत आहेत.

मग बॉम्बस्फोट केले कोणी?

दहशतवाद्यांनी मुंबईची लाईफलाईन असलेल्या सात लोकल ट्रेनमध्ये प्रेशर कुकरच्या साह्याने बॉम्बस्फोट घडवून आणलेल्या घटनेवर अनेक वर्षे चाललेल्या खटल्याचा हायकोर्टात धक्कादायक निकाल लागला. ७/११ म्हणून हे प्रकरण खूप गाजले होते. या दहशतवादी हल्ल्याला १९ वर्षे आणि सत्र न्यायालयातील निकालाला दहा वर्षे झाल्यावर आता मुंबई उच्च न्यायालयाने १२ आरोपींची शिक्षा रद्द केली आहे. ११ जुलै २००६ रोजी झालेल्या भीषण हल्ल्यात १८९ लोकांचा मृत्यू झाला होता आणि ८२४ जण जखमी झाले होते. हा मुंबईवरील सर्वात मोठ्या दहशतवादी हल्ल्यांपैकी एक ठरला. दहशतवाद्यांनी या स्फोटासाठी नवी पद्धत वापरली होती. त्यांनी बॉम्ब ठेवण्यासाठी प्रेशर कुकर बॅगेत टाकून रेल्वे डब्यातील सामानाच्या रॅकवर ठेवले होते. डोक्याच्या उंचीवर स्फोट झाल्यामुळे प्राणहानी आणि गंभीर जखमींचे प्रमाण वाढले. पण या निकालानंतर अनेक प्रश्न अनुत्तरित राहिले आहेत. माटुंगा रोड, माहीम जंक्शन, वांद्रे, खार रोड, जोगेश्वरी, बोरिवली आणि भाईंदर या स्थानकांदरम्यान धावत्या लोकलमध्ये स्फोट झाले. विशेष म्हणजे यासाठी केवळ पश्चिम रेल्वेलाच लक्ष्य केले गेले. हल्लेखोरांनी मध्य वा हार्बर रेल्वेला लक्ष्य केले नाही. त्यामुळे हेतूंविषयी शंकाकुशंकांना उधाण आले होते. या स्फोटप्रकरणी २०१५ मध्ये एका विशेष सत्र न्यायालयाने पाचजणांना फाशीची शिक्षा सुनावली, तर इतर सातजणांना जन्मठेपेची शिक्षा सुनावली होती. तेरावा आरोपी अब्दुल वाहिद यांची सुटका केली होती. शिक्षा झालेल्या १२ पैकी एक आरोपी, कमाल अहमद मोहम्मद वकील अन्सारी याचा २०२१ मध्ये मृत्यू झाला होता. राज्य सरकारने ट्रायल कोटार्ने दिलेल्या फाशीच्या शिक्षेची पुष्टी करण्यासाठी २०१५ मध्येच उच्च न्यायालयात याचिका दाखल केली होती. यानंतर २०१९ ते २०२३ दरम्यान दोषींनी शिक्षेला आव्हान देत अपील दाखल केले. तथापि, मोठ्या प्रमाणात पुरावे आणि प्रकरणाची गुंतागुंत यामुळे हे अपील बराच काळ सुनावणीसाठी प्रलंबित राहिले. हा खटला वेगवेगळ्या खंडपीठांसमोर अनेक वेळा सूचीबद्ध करण्यात आला होता, परंतु नियमित सुनावणी होऊ शकली नाही. अखेर, एहतेशाम सिद्दिकी या दोषीने अपीलची जलद सुनावणी व्हावी यासाठी अर्ज दाखल केल्यानंतर, उच्च न्यायालयाने सुनावणी सुरू केली. या सुनावणीमध्ये सर्व आरोपींची निर्दोष मुक्तता करण्यात आली. आरोपींनी केलेल्या अपिलावर न्यायमूर्ती अनिल किलोर आणि न्यायमूर्ती श्याम चांडक यांच्या खंडपीठासमोर सुनावणी झाली होती. मुंबई उच्च न्यायालयाने या बारा जणांची निर्दोष मुक्तता करून शिक्षा रद्द ठरवली. पीडितांचे नातेवाईक आणि सरकारच्या दृष्टीने हा निकाल धक्कादायक आहे. 'या सर्वांवरचे आरोप सिद्ध करण्यात फियार्दी पक्षाला पूर्णतः अपयश आले आहे', असे खंडपीठाने म्हटले. तसेच या बारा जणांवर इतर कुठला खटला नसल्यास तातडीने मुक्तता करण्याचे आदेश दिले. सकृतदर्शनी ही बाब स्पष्ट होते की, मुंबईच्या सत्र न्यायालयाने दिलेला निकाल उच्च न्यायालयाने फिरवला. याचाच अर्थ असा की, सत्र न्यायालयाने शिक्षा देताना मान्य केलेले पुरावे मुंबईच्या उच्च न्यायालयाने ग्राह्य मानले नाहीत आणि सर्व आरोपींची निर्दोष मुक्तता केली. ज्येष्ठ कायदेतज्ज्ञ उज्ज्वल निकम यांनी यासंदर्भात बोलताना, यातील काही आरोपींना फाशीची शिक्षाही झाली होती. हे सगळेच आरोपी निर्दोष सुटल्यामुळे एक नागरिक म्हणून मला दुःख झाले आहे आणि ते प्रत्येकालाच झाले असणार आहे, यात शंका नाही. मुंबई उच्च न्यायालयाच्या निकालाचे मूल्यमापन करून सरकारने आता या प्रकरणात सर्वोच्च न्यायालयात जावे, असे मत मांडले. १९ वर्षांनंतर सगळे निर्दोष सुटत असतील, तर अनेक प्रश्न निर्माण होतात, अशी प्रतिक्रिया बॉम्बस्फोटात मृत्यू झालेल्यांच्या नातेवाइकांनी दिली आहे. त्याचबरोबर सर्वसामान्यांनाही काही प्रश्न पडले. हे सर्वजण निर्दोष आहेत, तर मग तपासात नेमके काय चुकले, या स्फोटांमागचे खरे सूत्रधार कोण आहेत, असा सवाल उपस्थित होत आहे. मार्च १९९३ मध्ये ज्या पद्धतीने मुंबईत साखळी बॉम्बस्फोट घडवण्यात आले, तशाच पद्धतीने आरडीएक्स वापरून २००६ मध्ये लोकलमध्ये बॉम्बस्फोट घडवण्यात आले. परिणामी, २०० ते २५० निरपराध प्रवासी या रेल्वे बॉम्बस्फोटात ठार झाले. त्या वेळेस टाडा कायदा अस्तित्वात नव्हता. त्यामुळे दहशतवाद प्रतिबंधक कायद्याखाली हा खटला चालवण्यात आला होता. तपास यंत्रणेने महाराष्ट्र संघटित गुन्हेगारी नियंत्रण कायदा आणि बेकायदेशीर क्रियाकलाप (प्रतिबंध) कायद्याअंतर्गत गुन्हा दाखल केला होता. नोव्हेंबर २००६ मध्ये आरोपपत्र दाखल करण्यात आले. त्यानंतर, २०१५ मध्ये ट्रायल कोटार्ने बारा आरोपींना दोषी ठरवले. यापैकी पाचजणांना फाशीची, तर सातजणांना जन्मठेपेची शिक्षा सुनावण्यात आली. त्यांची आता निर्दोष मुक्तता करण्यात आली आहे.

या कायद्याखाली सक्षम पोलीस अधिकाऱ्यांनी काही आरोपींचे कबुलीजबाबही घेतले होते. कायदा आणि न्यायदेवतेच्या दृष्टीनेही हा अत्यंत धक्कादायक निकाल आहे. याचा अर्थ असा की, ज्या पुराव्यांवर सत्र न्यायालयाने शिक्षा दिली, तो पुरावा मुंबईच्या उच्च न्यायालयाने अग्राह्य मानला. यातील काही आरोपींना फाशीची शिक्षाही झाली होती. मुंबई उच्च न्यायालयाने त्या सर्व दोषींचीही निर्दोष मुक्तता केली.

मुंबई उच्च न्यायालयाने दिलेल्या निर्णयामुळे राज्य सरकारला दणका बसला. उच्च न्यायालयाला जवळजवळ सर्वच सरकारी वकिलांचे युक्तिवाद अपूर्ण वाटले. तसेच दोषींविरोधात केवळ शंके पलीकडे कोणतेही सबळ पुरावे तपास यंत्रणा सादर करू शकली नाही, असे महत्त्वाचे निरीक्षण उच्च न्यायालयाने नोंदवले. कमाल अन्सारी, मोहम्मद फैसल, अतौर रहमान शेख, एहतेशाम कुतुबुद्दीन सिद्दिकी, नवीद हुसेन खान आणि आसिफ खान या सर्वांना बॉम्ब ठेवल्याबद्दल दोषी ठरवण्यात येऊन फाशीची शिक्षा सुनावण्यात आली होती. यातील कमाल अन्सारीचा कोरोनाची लागण झाल्यामुळे नागपूर कारागृहात मृत्यू झाला होता.

सरकारला आता या निकालाची पुन्हा एकदा चाचपणी करून सर्वोच्च न्यायालयात अपील लढावे लागेल. एकूणच तपासणी प्रक्रियेबाबत सरकारला अंतर्मुख होऊन विचार करावा लागेल. तसेच निर्दोष मुक्ततेविरुद्ध अपील आणि शिक्षेविरुद्ध अपील हे तातडीने चालवले गेले पाहिजे. काही खटल्यांमध्ये आरोपी सत्र न्यायालयात निर्दोष सुटतात, त्याविरोधात सरकार अपील करते. परंतु, त्याची सुनावणी बरेच वर्षे होत नाही. त्यानंतर तो निर्णय फिरल्यानंतर धक्का बसू शकतो. ज्या गुन्ह्यात आरोपींना शिक्षा झाली आहे, त्याचे अपील तातडीने लागले पाहिजे. परिणामतः सरकारला सर्वोच्च न्यायालयात दाखल केलेल्या अपिलाद्वारे मुंबई उच्च न्यायालयाच्या निकालाचे मूल्यमापन करावे लागेल, असे उज्ज्वल निकम यांनी सांगितले.

मुंबई रेल्वे बॉम्बस्फोट प्रकरणाच्या ताज्या निकालाची पुन्हा चाचपणी करून सरकारला सर्वोच्च न्यायालयात अपील दाखल करावे लागेल. निर्दोष मुक्ततेविरुद्ध आणि शिक्षेविरुद्धचे हे अपील तातडीने चालवले गेले पाहिजे. सत्र न्यायालयात निर्दोष सुटलेल्या आरोपींविरोधात केलेल्या अपिलाची सुनावणी बरेच वर्षे होत नाही. पुढे तो निर्णय फिरल्यानंतर धक्का बसू शकतो. म्हणूनच या निकालाचे काळजीपूर्वक मूल्यमापन करावे लागणार आहे.

'लाडक्यां'चा घोटाळा

राज्यात लोकप्रिय आणि गेमचेंजर ठरलेली 'लाडकी बहीण योजना' सध्या एनकेन कारणाने वादात आहे. ही सरकारी योजना केवळ महिलांसाठी असली तरी त्याचे लाभार्थी चक्क पुरुष असल्याचे उघड झाल्याने, 'आता काय बोलणार!' असा प्रश्न निर्माण झाला. लाडकी बहीण योजनेचे निकष डावलून लाभ घेणाऱ्या पुरुष लाभार्थी संख्या थोडीथोडकी नाही, तर सुमारे १४ हजारांपेक्षा अधिक आहे!, त्या जोडीला दोन हजारांपेक्षा अधिक सरकारी नोकरदार महिलांनी या योजनेतून दरमहा दीड हजार रुपये कमावले आहेत. राज्य सरकारच्या नोकरीत काम करणाऱ्या चतुर्थ श्रेणीतील कर्मचाऱ्यांचे वार्षिक उत्पन्न सरासरी चार लाख रुपयांपेक्षा अधिक आहे. या योजनेसाठी अडीच लाखांपेक्षा कमी उत्पन्नाची अट असतानाही, महिला सरकारी कर्मचाऱ्यांनी लाभ कसा घेतला? हा आता पडताळणीचा भाग झाला आहे. या सरकारी नोकरदार महिलांकडून पुन्हा पैसे घेणार? त्यांच्यावर कारवाई होणार का? हे प्रश्न अद्याप अनुत्तरीत आहेत. या योजनेचे आतापर्यंत ज्यांच्या बँक खात्यात पैसे जमा झाले, अशा एकूण २ कोटी ३४ लाख महिला लाभार्थी आहेत. योजनेच्या नावाखाली सरकारी पैशांचा गैरवापर झाल्याची अनेक प्रकरणे उघडकीस आली. त्याचे अनेक किस्से कानावर पडतात. राज्य सरकारने सर्व अर्जांची छाननी सुरू केल्यानंतर जून महिन्यांपर्यंत २६ लाख महिलांचा लाभ तात्पुरत्या स्वरूपात स्थगित करण्याचा निर्णय सरकारने घेतला. वार्षिक अडीच लाखांपेक्षा कमी उत्पन्न असलेल्या कुटुंबातील महिलांनाच यापुढे लाडकी बहीण योजनेचा लाभ मिळणार आहे, असे मंत्री अदिती तटकरे यांनीही स्पष्ट केले आहे. त्यासाठी राज्य सरकारने आयकर विभागाकडून माहिती मागवून अर्जांची छाननी सुरू केली आहे. चारचाकी वाहने असणाऱ्या महिलांच्या अर्जांची परिवहन विभागाची मदत घेत पडताळणी होत आहे. काही लाभार्थी एकापेक्षा जास्त योजनांचा लाभ घेत असल्याचे तर काही कुटुंबांमध्ये दोनपेक्षा जास्त लाभार्थी असल्याचे निदर्शनास आले आहे. अनेक महिला लाभार्थींबाबतीत असे आढळून आले आहे, की आधार कार्डावर नाव वेगळे तर बँकेत नाव वेगळे आहे, अशा अर्जांची पडताळणी सुरू आहे. दुसऱ्या बाजूला 'लाडकी बहीण योजनेच्या नावाने परराज्यातील टोळीकडून फसवणूक केली गेल्याचा प्रकारही समोर आला आहे. मुंबईतील जुहू पोलिसांनी एका दांपत्यासह ४ जणांवर नुकताच गुन्हा दाखल केला. गुजरातमधील एक मोठी टोळी नागरिकांच्या नावाने बनावट खाती उघडून त्यांच्या खात्यावरील योजनांचे पैसे लुबाडत असल्याचे तपासात उघड झाले. त्यांच्याकडून मोठ्या प्रमाणात विविध नागरिकांची बँक खाती आणि इतर साहित्यांची कागदपत्रे पोलिसांनी जप्त केली. लाडकी बहीण योजनेच्या नावाने सर्वसामान्य नागरिकांची बँक खाती तयार करून त्यांचा सायबर गुन्ह्यांसाठी वापर केला गेला. लाडकी बहीण योजना महिलांसाठी असली तरी, आरोपींनी तयार केलेली बहुतांश बँक खाती पुरुषांची असल्याची बाब उघड झाली आहे.

फिरायला जाण्याचा प्लॅन करताय?; मग हे वाचाच

सध्या ट्रॅव्हल ट्रेंड सुरू आहे. पावसाळा असल्याने अनेक जण व्हॅकेशन प्लॅन करत आहेत. एखाद्या निसर्गरम्य ठिकाणी जाऊन सुट्टीचा आनंद घेणे प्रत्येकालाच आवडते. यासाठी आपण काही प्रसिद्ध निसर्गरम्य ठिकाणे शोधत असतो. मात्र जर तुम्ही फिरायला जाण्याचा प्लॅन करत असाल तर तुम्हाला हे माहित असणे गरजेचे आहे की काही ठिकाणी जाण्यासाठी एक विशिष्ट प्रकारचा परवाना असणे आवश्यक असते. ती ठिकाणे कोणती आणि तो परवाना कसा मिळतो ते जाणून घेऊया. जर तुम्हाला भारतात काही ठिकाणी जायचे असेल तर त्यासाठी विशेष परवानगी असावी लागते. त्याला इनर लाइन परमिट असे म्हणतात. आदिवासींचे संरक्षण, अंतर्गत सुरक्षेचा प्रश्न सोडवणे अशा अनेक महत्त्वाच्या बाबी आहेत, ज्यासाठी भारतीयांनाही या ठिकाणांना भेट देण्यासाठी परवानगी घेणे आवश्यक आहे.

या ठिकाणी लागते परवानगी

भारतातील अरुणाचल प्रदेश, नागालँड, लदाख, अंदमान आणि निकोबार, लक्षद्वीप, उत्तराखंडच्या काही भागांत जाण्यासाठी परवानगी असणे गरजेचे आहे. दरवर्षी लाखो लोक लक्षद्वीपला भेट देतात, परंतु अनेकांना हे माहित नसते की तिथे जाण्यासाठी आधी परमिट घ्यावे लागते. अंदमान आणि निकोबार बेटांवरही तुम्हाला परमिटची आवश्यकता असेल. येथील काही आदिवासी संरक्षित क्षेत्रांमध्ये जसे की उत्तर सेंटिनेल बेट आणि बॅरेन बेटांमध्ये प्रवेश करण्यासाठी विशेष परमिट आवश्यक आहेत. लडाखच्या काही उंच आणि सीमावर्ती भागात देखील या प्रकारची परमिट आवश्यक आहे. चांगथांग, हानले, लोमा, मार्सिमिक ला आणि चुम्मूर, पँगोंग त्सो तलावाचे काही भाग आणि नुब्रा खोऱ्यातील काही भागांना भेट देण्यासाठी इनर लाइन परमिट आवश्यक आहे.

उत्तराखंडमध्ये असेही काही क्षेत्र आहेत जिथे जाण्यासाठी विशेष परमिट आवश्यक आहेत. यामध्ये ओम पर्वत, चमोलीचे तिमरसेन महादेव, भारत-चीन सीमेवर असलेले कुटी गाव, नेलांग खोरे आणि मिलम ग्लेशियर सारखे क्षेत्र समाविष्ट आहेत.

अशी मिळवा परवानगीः

तुम्हाला जर ही परवानगी मिळवायची असेल तर संबंधित राज्याच्या कार्यालयातून किंवा ऑनलाइन अर्ज करून मिळू शकते. आवश्यक कागदपत्रे आणि शुल्क भरून तुम्ही परवानगी मिळवू शकता. तसेच ही सुविधा आता काही विमानतळांवरही उपलब्ध आहे. यासाठी, तुम्हाला तुमचे ओळखपत्र दाखवावे लागेल.

काय आहे ७५ हार्ड चॅलेंज?

शारीरिक आणि मानसिक आरोग्याची काळजी घेणे ही सर्वात मूलभूत गरज आहे. पण बहुतेक लोक त्याकडे दुर्लक्ष करतात. लोकांना प्रेरित करण्यासाठी सोशल मीडियावर नवनवीन ट्रेंड सुरू होत असतात. त्यापैकी ७५ हार्ड चॅलेंज सध्या ट्रेंडमध्ये आहे. ७५ हार्ड फिटनेस चॅलेंजमध्ये काय करावे? हे एक शारीरिक आणि मानसिक फिटनेस आव्हान आहे जे तुमचे जीवन बदलू शकते. पण समस्या अशी आहे की, ९५% लोक ते पूर्ण करू शकत नाहीत. ज्यामध्ये तुम्हाला ७५ दिवस सतत ५ टास्क करावे लागतील. सप्लिमेंट्स बनवणाऱ्या अमेरिकन कंपनीच्या मालकाने हे आव्हान तयार केले होते.

हा आहे सगळ्यात कठीण नियम?

ते पूर्ण करू न शकण्यामागे या चॅलेंजचा (फिटनेस चॅलेंज) नियम आहे. हेल्थ चॅलेंज दरम्यान तुम्ही एका दिवसासाठी ५ पैकी १ टास्क करायला विसरलात तर तुम्हाला पुन्हा चॅलेंज सुरू करावे लागेल.

दररोज सेल्फी घेऊन १० पेज वाचा – या चॅलेंजची पहिली अट म्हणजे तुम्हाला पहिल्या दिवसापासून ते ७५ व्या दिवसापर्यंत दररोज सेल्फी घ्यावा लागेल. ज्यामुळे तुम्हाला शेवटी स्पष्ट परिणाम मिळेल. दुसरं काम हे आहे की, तुम्हाला कोणत्याही सेल्फ डेव्हलपमेंट पुस्तकाची १० पाने रोज वाचावी लागतील. लक्षात ठेवा की हे एक वास्तविक पुस्तक आहे आणि ऑडिओ बुक नाही.

दररोज ४ लीटर पाणी पिणे – या आव्हानातील हे सर्वात कठीण काम आहे. ज्यामध्ये तुम्हाला दररोज ४ लिटर पाणी प्यावे लागेल. डॉक्टर कायमच शरीराला हायड्रेट ठेवण्यासाठी पुरेसे पाणी पिण्याचा सल्ला देतात.

७५ दिवस डाएट प्लान फॉलो करणे – ७५ कठीण आव्हान पूर्ण करण्यासाठी, तुम्हाला निरोगी आहार योजना तयार करावी लागेल. ज्यामध्ये तुम्ही पोषणतज्ञ किंवा आहारतज्ञांची मदत घेऊ शकता. जो तुमची फिटनेस उद्दिष्टे लक्षात घेऊन आहार सल्ला देईल. हा आहार ७५ दिवस सतत पाळावा लागतो. महत्वाचं म्हणजे या ७५ दिवसांमध्ये अल्कोहोलचे सेवन आणि चिट डे नसेल.

४५ मिनिटे वर्कआऊट – ७५ हार्ड चॅलेंजच्या सुरुवातीपासून ते शेवटपर्यंत तुम्हाला दररोज ४५ मिनिटे वर्कआउट करावे लागेल. त्यापैकी एक व्यायाम घराबाहेर करणे आवश्यक आहे. तुम्हाला हा नियम रोज पाळावा लागेल.

तज्ञ काय सांगतात?

हेल्थलाइनच्या मते, हे आव्हान चांगले परिणाम देऊ शकते, परंतु आरोग्य तज्ञांच्या देखरेखीखाली हे करणे सुरक्षित असेल असे आरोग्य तज्ञांचे मत आहे. पण याकडे फक्त आव्हान म्हणून नव्हे तर जीवनशैली म्हणून पाहणे आवश्यक आहे.

तुम्ही देखील दिवसभर फोन पाहत असाल तर सतर्क राहण्याची वेळ आलीय...

आपले आरोग्य जसे आपण जगतो तसेच राहते. जर एखाद्या व्यक्तीने निरोगी जीवनशैलीचे पालन केले तर तो नेहमी सुदृढ आणि निरोगी राहू शकतो. म्हणूनच निरोगी राहण्यासाठी चांगले अन्न खाण्याचा, व्यायाम करण्याचा सल्ला दिला जातो. यासोबतच चांगल्या सवयी पाळा असेही सांगितले जाते. पण असे अनेक लोक आहेत जे काही वाईट सवयी सोडू शकत नाहीत आणि नंतर त्यांना त्याचे परिणाम भोगावे लागतात.

मोबाईल वापरताना काय काळजी घ्याल

- सर्वात महत्वाचं म्हणजे मोबाईल फक्त गरजेपुरताच वापरा
- उगागच वेळ जजात नाही म्हणून मोबाईल पाहणे टाळा
- मोबाईल पाहण्याची ठराविक वेळ ठरवा
- ग ा ड द अंधारात मोबाईल पाहू नका
- मोबाईल पाहताना डोळ्यांची उघड झाप करणे महत्वाचे
- सतत स्क्रिन पाहिल्यानंतर डोळे स्वच्छ धुवा
- स्क्रिनमधील लाईट डोळ्यांसाठी घातक असतो.
- अशावेळी मध्येमध्ये उटून नजरेला वेगळं काही तरी पाहण्याची सवय लावा
- सकाळी वॉकला जा. निसर्गातील रंग डोळ्यांना आराम देतात

गडद अंधारात वापरायची फोन

डॉक्टर सुधीर सांगतात की, मंजूची दृष्टी गेली होती. त्यांनी तिच्या आरोग्याची संपूर्ण माहिती घेतली असता. मंजू गेल्या अनेक वर्षांपासून तासनतास फोनवर असल्याचं डॉक्टरांना आढळून आले. मंजूला दिवसभर फोनवर वापरण्याची वाईट सवय लागली होती. ती दिवसभर फोनवर फीड स्क्रोल करायची. हे केवळ दिवसाच नाही तर रात्रीही घडले. मंजू रात्रीही अंधारात अगदी लाइट बंद करून फोन वापरायची. फोन वापरण्याच्या या सवयीमुळे मंजूला व्हिजन सिंड्रोमचा त्रास झाला. त्यामुळे तिला अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागले. धक्कादायक बाब म्हणजे यामुळे तिला आपले डोळे गमवावे लागले.

दीड वर्षे होती व्हिजन सिंड्रोमची समस्या

मंजूला अक्षरशः सतत फोन पाहण्याचं व्यसन जडलं होतं. यामुळे गेल्या दीड वर्षांपासून मंजूला व्हिजन सिंड्रोमसारख्या गंभीर आजाराचा सामना करावा लागला, असे डॉक्टर सुधीर सांगतात. त्यामुळे तिचे दोन्ही डोळे निकामी झाले. या काळात तिला अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागले. ज्यात प्रकाशाची चमक, गडद झिग जॅक लाईन्स आणि कोणत्याही गोष्टीवर लक्ष केंद्रित करण्यात अडचण यासह. एवढंच नव्हे तर कधी कधी तिला कोणतीही व्यक्ती किंवा वस्तू दिसत नव्हती. म्हणजे तिच्या डोळ्यांचा संपूर्ण प्रकाश निघून जायचा. अशा परिस्थितीत जेव्हा ती घाबरली तेव्हा तिने डॉक्टरांचा सल्ला घेतला. डॉक्टरांनी प्रकृती गंभीर असल्याचे सांगितले.

डोळे शरीराचा महत्वाचा भाग

डोळे हा आपल्या शरीराचा एक महत्त्वाचा भाग आहे, त्यामुळे त्यांची योग्य काळजी घेणे ही आपली जबाबदारी आहे. मोबाईल फोन तासनतास वापरल्यानेही दृष्टी कमी होऊ शकते. याशिवाय दृष्टी सुरक्षित ठेवण्यासाठी लॅपटॉप, कॉम्प्युटर इत्यादींचा जास्त वापर टाळावा.

मोबाईलपासून दूर राहिल्याने झाला फायदा

डॉ. सुधीर सांगतात की, याआधी आम्ही त्यांना मंजूला दृष्टी परत आणण्यासाठी किंवा डोळे बरे करण्यासाठी कोणतेही औषध दिले नाही. उलट आम्ही तिला मोबाईलकडे अजिबातच पाहू नका असा सल्ला दिला. महिनाभर मोबाईल फोन अजिबात न वापरण्याचा सल्ला डॉक्टरांनी दिला होता. अगदी आवश्यक असेल तेव्हाच फोन वापरा. जवळपास महिनाभरानंतर मंजूचे डोळे पूर्णपणे बरे झाले, तिला सर्व काही स्पष्ट दिसत होते. त्याच वेळी, तिलाला एकाग्र करण्यातही कोणतीही अडचण आली नाही.

निरोगी हृदयासाठी या खास टिप्स अवलंबवा

योग्य खाण्याच्या सवयी आणि दिनचर्या या एकूण आरोग्याच्या गुरुकिल्ल्या आहेत. पण अनेकदा आपण ते खूप हलके घेतो. कधी कधी आपत्कालीन परिस्थितीत दिनचर्या बरोबर न मिळणे ही वेगळी बाब आहे. पण उद्यापर्यंत गोष्टी पुढे ढकलून तुमचे समाधान होत असेल, तर लक्षात ठेवा की यामुळे गंभीर समस्या निर्माण होऊ शकतात. हृदय हा एक अवयव आहे ज्याचे निरंतर, योग्य कार्य जीवन टिकवून ठेवण्यासाठी आवश्यक आहे. सध्या धकाधकीचे आयुष्य आणि चुकीच्या खानपान शैली मुळे आरोग्याच्या अनेक समस्या उदभवत आहे. या मध्ये हृदयविकाराचा त्रास मुख्य आहे. हृदय निरोगी असणे खूप महत्त्वाचे आहे. आपण हृदयाला निरोगी ठेवण्यासाठी काही गोष्टींचा अवलंब करावा. तुम्ही दिनचर्या आणि आहार आखावा जेणे करून तुम्हाला आरोग्याशी संबंधित कोणत्याही समस्या होणार नाही.

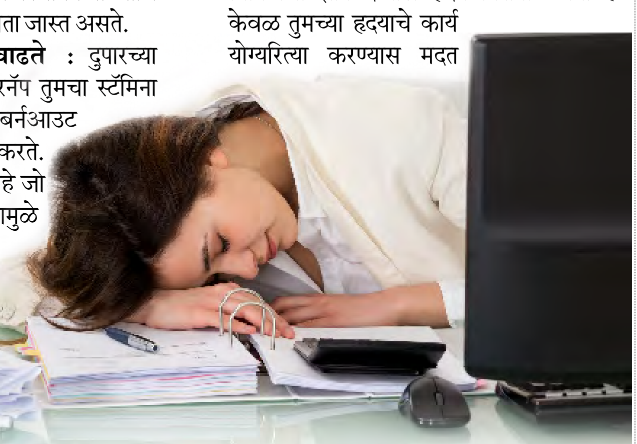
अशा प्रकारे तुमच्या हृदयाची काळजी घ्या

- **विश्रांती घ्या :** सर्वप्रथम, हृदयाच्या आरोग्याबद्दल ताण देणे थांबवा कारण याचा हृदयावर वाईट परिणाम होऊ शकतो. थोडा विराम घ्या आणि शांतपणे तुम्हाला कशावर काम करायचे आहे त्याबद्दल नोट्स बनवा आणि नंतर हळू हळू त्याची अंमलबजावणी सुरू करा.
- **कुटुंबातील आजारांचा कोणताही इतिहास :** कुटुंबातील एखाद्याला हृदयविकार असेल तर तुम्हालाही तो असेलच असे नाही, पण त्याची शक्यता नेहमीच असू शकते. म्हणूनच, जर उच्च रक्तदाब, उच्च साखर, कोलेस्टेरॉल इत्यादी तुमच्या कुटुंबातील एका पिढीकडून दुसऱ्या पिढीकडे जात असतील, तर तुम्ही लहानपणापासूनच तुमच्या दिनचर्येत आरोग्यदायी सवयींचा समावेश करणे महत्त्वाचे आहे. तसेच तुमची वैद्यकीय तपासणी वेळेवर करून घ्या. सर्वात चांगली गोष्ट म्हणजे आज जवळजवळ प्रत्येक हृदयविकारावर उपचार उपलब्ध आहेत आणि त्यानंतर माणूस आरामात सामान्य जीवन जगू शकतो. सतर्क राहिल्यास मनःशांतीने निरोगी जीवन जगू शकता. .
- **घोरण्यावर उपचार :** घोरणे किंवा स्लीप एपनियाकडे दुर्लक्ष करू नका. जर तुम्हाला सतत झोपेचा त्रास होत असेल आणि घोरणे ही तुमची सवय झाली असेल तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्या आणि त्यावर उपाय करा. स्लीप एपनियाच्या बाबतीत, तुमच्या वायुमार्गात अडथळा निर्माण होतो, ज्यामुळे श्वास घेण्यास अडथळा येतो. त्यामुळे रात्री झोपतानाही अनेकदा तुमचा श्वास थांबतो. यामुळे उच्च रक्तदाब, हृदयाची असामान्य लय आणि हृदय अपयश देखील होऊ शकते. तुमचे वजन जास्त असेल तर असे होण्याची दाट शक्यता असते.
- **वजन वाढण्यावर नियंत्रण :** वजन, साखर, बीपी आणि कोलेस्ट्रॉलवर काटेकोर नियंत्रण ठेवा. ही अशी गोष्ट आहे जी बऱ्याच लोकांना माहित असते पण ती अंमलात आणायला विसरतात. ज्याप्रमाणे तुम्हाला दररोज अन्न खाणे, आंघोळ करणे इत्यादी आठवते, त्याचप्रमाणे वर नमूद केलेल्या नियंत्रणांना तुमच्या जीवनाचा एक भाग बनवा. पांढऱ्या पदार्थांचे सेवन कमी करा म्हणजे मीठ, साखर आणि तांदूळ, अधिक फायबर आणि ओमेगा-३ फॅटी ॲसिड सारख्या चांगल्या चरबीचा आहारात समावेश करा. संपूर्ण धान्य, संपूर्ण फळे, हिरव्या भाज्या इत्यादींचे सेवन करा.
- **तणाव घेऊ नका :** तणावासारख्या परिस्थितींपासून शक्यतो दूर राहण्याचा प्रयत्न करा. हे तुमचे हृदय मोठ्या संकटात टाकू शकतात. यामध्ये ध्यान, संगीत इ. तुम्हाला मदत करू शकतात.
- **व्यायाम करा :** रोज किमान १५ मिनिटे व्यायाम आणि मोकळ्या ताज्या हवेत दीर्घ श्वास घेणे चमत्कारासारखे काम करेल. यामुळे सुरळीत रक्ताभिसरण तर होईलच, शिवाय मेंदूला सकारात्मक ऊर्जा मिळेल आणि ते व्यवस्थित काम करू शकतील.
- **मद्यपान किंवा सिगारेटचे सेवन करू नका :** दारू किंवा सिगारेट कधीही कोणत्याही समस्येवर उपाय असू शकत नाही. त्यांचा हृदयाच्या आरोग्यावरही खूप वाईट परिणाम होतो.

ऑफिस मध्ये पॉवर नॅप घेण्याचे ३ फायदे जाणून घ्या

ऑफिसमध्ये जेवल्यानंतर तुम्हीही काही सेकंद झोपता का? अनेक अभ्यासांनुसार, जेवणानंतर थकल्यासारखे वाटणे किंवा कामावर लक्ष केंद्रित करू शकत नाही. याला फूड कोमा असेही म्हणतात. खरं तर, एखाद्या व्यक्तीने खाल्ल्यानंतर लहान आतड्यात रक्त प्रवाह वाढतो. पचनाला चालना देण्यासाठी आतड्यांमध्ये रक्त पंप केले जात असल्याने, मेंदूला रक्तपुरवठा कमी होतो. स्वतःला ताजेतवाने ठेवण्यासाठी तज्ञ चहा किंवा कॉफी पिण्याऐवजी पॉवर डुलकी घेण्याचा सल्ला देतात. पॉवर नॅप घेणे हा तुमच्या शरीराला आणि मनाला विश्रांती देण्याचा उत्तम मार्ग आहे. अभ्यासानुसार, दुपारी एक झोप घेतल्याने स्मरणशक्ती, एकाग्रता आणि सर्जनशीलता वाढण्यास मदत होते. पॉवर नॅप किती वेळ घ्यावी आणि त्याचे फायदे जाणून घ्या.

- **२६ मिनिटांचा पॉवरनॅप कामगिरी वाढवतो :** एका अभ्यासानुसार, २६-मिनिटांचा कॅटनॅप ३३ टक्क्यांनी कार्यक्षमता वाढवू शकतो. असं केल्याने बर्न आउट कमी होते.
- **पॉवर नॅप म्हणजे काय :** बऱ्याच लोकांसाठी पॉवर नॅप म्हणजे झोपणे. पण ते तसे नाही. पॉवर नॅप हा झोपेचा पर्याय नाही. पॉवर नॅप घेणे हा एक छोटासा ब्रेक आहे, जो तुम्हाला पुन्हा उत्साही वाटण्यास मदत करतो. ऑफिस किंवा शाळेत एक छोटीशी झोप ही शिकण्याची क्षमता सुधारण्यासाठी पुरेशी आहे. इतकंच नाही तर दिवसभरात थोडी झोप घेतल्याने स्मरणशक्ती ५ पटीने वाढू शकते.
- **कामाच्या ठिकाणी झोप घेण्याचे फायदे :** एखाद्या व्यक्तीचा परफॉर्मन्स चांगला ठेवण्यासाठी पॉवर नॅप खूप महत्त्वाची असते. यामुळे व्यक्ती ताजेतवाने तर होतेच पण चुका होण्याची शक्यताही कमी होते.
- **मूड सुधारते :** दुपारी काही मिनिटांची पॉवर नॅप ही तुमचा खराब मूड पूर्णपणे सुधारू शकते. यामुळे तुम्हाला बरे वाटत नाही तर सतर्कता आणि एकाग्रता सुधारण्याचीही शक्यता जास्त असते.
- **तग धरण्याची क्षमता वाढते :** दुपारच्या जेवणानंतर एक लहान पॉवरनॅप तुमचा स्टॅमिना वाढवू शकते. हे कर्मचारी बर्नआउट कमी करण्यास देखील मदत करते. बर्नआउट हा एक सिंड्रोम आहे जो ऑफिसमध्ये गंभीर तणावामुळे उद्भवतो. कामाचा अतिरेक हे यामागचे एक प्रमुख कारण आहे.
- **हृदय निरोगी ठेवण्यासाठी स्मरणशक्ती वाढते :** दुपारी घेतलेली १५-३० मिनिटांची झोप देखील हृदय निरोगी ठेवते. हे केवळ तुमच्या हृदयाचे कार्य योग्यरित्या करण्यास मदत



रेसिपी

टोमॅटो राईस

'टोमॅटो राईस'साठी लागणारा साहीत्यः

- २ कप भात (शक्यतो बासमती)
- २ मोठे टोमॅटो, बारीक चिरून
- ३ ते ४ मोठ्या लसूण पाकळ्या, मध्यम तुकडे
- २ टेस्पून तेल किंवा तूप, २ चिमटी जिरे, १/८ टीस्पून हिंग, २ हिरव्या मिरच्या, ७-८ कढीपत्ता पाने
- चवीपुरते मीठ
- कोथिंबीर बारीक चिरून

'टोमॅटो राईस'ची कृतीः

- कढईत तूप गरम करून त्यात सर्वात आधी लसूण घालावी. मोठ्या आचेवर परतावे. लसणीच्या कडा गडद ब्राऊन झाल्या पाहिजेत आणि लसणीचा कच्चा वास जावून छान सुगंध आला पाहिजे.
- लसूण परतली गेली कि जिरे, हिंग, हिरवी मिरची आणी कढीपत्ता घालून थोडावेळ फ्राय करावे.
- चिरलेले टोमॅटो फोडणीस घालावे, बरोबर मीठही घालावे. झाकण ठेवून मोठ्या आचेवर परतावे. टोमॅटो पूर्ण मऊ होउन कडेने तेल सुटले पाहिजे.
- यात शिजलेला भात मोकळा करून घालावा आणि मिक्स करावे. टोमॅटोचा तयार मसाला सर्व भाताला व्यवस्थित लागला पाहिजे. झाकण ठेवून दोन-तीन मिनिटे मध्यम आचेवर वाफ काढावी.
- कोथिंबिरीने सजवून गरमच सर्व्ह करावे.

टीपः हिरव्या मिरच्यांऐवजी लाल सुक्या मिरच्यासुद्धा वापरू शकतो.

- लसूण व्यवस्थित परतली गेली पाहिजे (करपू देउ नये). जर लसूण कच्ची राहिली तर तेवढी चांगली चव भाताला येत नाही.
- ताजे, लाल, आणि पूर्ण पिकलेले टोमॅटो वापरावेत. त्यामुळे रंग आणि चव दोन्ही छान येते.
- आवडीप्रमाणे गरम मसाला घालू शकतो. चव छान लागते. पण गरम मसाल्याने टोमॅटोचा स्वाद नाहीसा होतो.

बोधकथा

कधीही गैरवर्तन करू नका, अन्यथा नुकसान निश्चितच आहे

जेव्हा श्रीराम राजा होणार होते, तेव्हा अयोध्येतील सर्वजण खूप आनंदात होते. संपूर्ण शहर सजले होते. श्रीरामाची सर्व मुले महालात पोहोचली. सर्व मित्र श्रीरामांना म्हणतात, 'मित्रा, आता तू राजा होणार आहेस, आम्ही तुझे मित्र आहोत, त्यामुळे आतापासून आम्ही राजमित्र म्हणून ओळखले जाऊ.' श्रीराम त्या सर्व मित्रांशी अतिशय नम्रपणे बोलतात, त्यांना नमस्कार करतात, त्यांचे आभार मानतात. सर्व मित्र श्रीरामाच्या वागणुकीची स्तुती करत तिथून निघून जातात. सगळे मित्र चर्चा करत होते की इतका नम्र आणि इतका प्रेमळ दुसरा कोण असेल? तो राम आहे. प्रत्येक जन्मापर्यंत देवाने आम्हाला अयोध्येत जन्म द्यावा, असे काही लोक म्हणत होते. तेवढ्यात देवी सरस्वती तिथे पोहोचते आणि विचार करते की, मी अयोध्येतील एका दासीची बुद्धी फिरवली तर आत्ता काय दृश्य आहे ते पाहिलं. संपूर्ण शहर आनंदोत्सव करत होते, पण कैकेयी मात्र काळे कपडे घालून महालात बसली आहे. त्याच्या मनात मत्सराची भावना होती. मंथराने शिकवलेले शब्द त्यांच्या मनात घुमत होते. सरस्वतीजींना समजले की संपूर्ण अयोध्येत सकारात्मकता आणि आनंद आहे आणि कैकेयीच्या महालात फक्त नकारात्मकता आहे. देवी सरस्वतीला वाटले की कैकेयीचा पुत्र भरत आहे आणि भरतासारख्या संताच्या आईनेही गैरवर्तन केले तर जीवन नष्ट होते. अयोध्येतही असेच घडले. कैकेयीने राजा दशरथाकडे दोन वरदान मागितले आणि रामाचे राज्य चौदा वर्षांनी पुढे सरकले.

धडा : कधीही गैरवर्तन करू नका. चुकीच्या लोकांच्या मताचे पालन केल्याने आपली हुशारी संपते.

छत्रपती शिवरायांच्या पुतळ्याची विटंबना करणाऱ्या दारूड्या तरुणाला अटक, पुणे ग्रामीण पोलिसांची कारवाई

■ **बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक**

छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या पुतळ्याची विटंबना करणाऱ्या तरुणाला पुणे ग्रामीण पोलिसांनी अटक केली आहे. हा तरुण उसाच्या शेतात लपून बसला होता. ऊस खाऊन आणि घोड्यांना दिले जाणारे पाणी पिऊन तो ५ दिवस शेतात लपला होता. पोलिसांनी या तरुणाच्या मुसक्या आवळल्याची माहिती समोर आली आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार, पुण्यातील दौंड तालुक्यातील यवत पोलीस ठाण्याच्या हद्दीत नीलकंठेश्वर मंदिर आहे. या मंदिराच्या गाभाऱ्यात छत्रपती शिवाजी महाराज यांचा सिंहासनावर बसलेला एक प्लास्टर ऑफ पॅरिसचा पुतळा आहे. २७ जुलै रोजी सकाळी ७ च्या सुमारास एका अज्ञात व्यक्तीने मंदिराच्या गाभाऱ्यात प्रवेश करत शिवरायांच्या पुतळ्याचे नुकसान केले होते.

या घटनेची माहिती मिळताच यवत पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेतली. शिवरायांच्या पुतळ्याची विटंबना करणाऱ्या तरुणाला शोधण्यासाठी यवत पोलीस आणि स्थानिक गुन्हे शाखेचे एक पथक तयार करण्यात आले. तपास सुरु असताना आज (३१ जुलै) संबंधित तरुण यवतमधील एका ऊसाच्या शेतात लपल्याची माहिती पोलिसांना मिळाली. त्या ठिकाणी जाऊन पोलिसांच्या पथकाने आरोपीला ताब्यात घेतले.

दारूच्या नशेमध्ये त्याने छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या पुतळ्याची विटंबना केली होती. पोलिसांनी मुसक्या आवळल्यानंतर आरोपीने केलेल्या कृत्याची कबुली दिली. या प्रकरणाचा अधिकचा तपास सुरु असल्याचे यवत पोलिसांनी म्हटले आहे. या प्रकरणी यवत पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. या घटनेमुळे परिसरात मोठी खळबळ उडाली आहे.

शिंदेंच्या शिवसेनेसोबत युती करू नका...

भाजपमध्ये प्रवेश करताच पहिल्याच दिवशी बड्या नेत्याची मागणी; युतीत तणातणी वाढणार?

■ **मुंबई । प्रतिनिधी,**

काँग्रेसचे नेते आणि माजी आमदार कैलास गोरंट्याल यांनी आज भाजपमध्ये प्रवेश केला आहे. त्यामुळे जालन्यात काँग्रेसला मोठा धक्का बसला आहे. भाजपमध्ये प्रवेश केल्यानंतर पहिल्याच दिवशी गोरंट्याल यांनी मोठी मागणी केली आहे.

त्यामुळे शिवसेना भाजप युतीमध्ये मिठाचा खडा पडण्याची शक्यता आहे. भाजपमध्ये प्रवेश केल्यानंतर कैलास गोरंट्याल यांनी नेमकं काय म्हटलं ते सविस्तर जाणून घेऊयात.

भाजपमध्ये प्रवेश करण्याच्या निर्णयावर बोलताना कैलास गोरंट्याल म्हणाले की, पंतप्रधान मोदींनी ऑपरेशन सिंदूरमध्ये जी भूमिका घेतली त्याने मी प्रभावित झालो आणि मी भाजपमध्ये येण्याचा निर्णय घेतला. प्रणिती शिंदे यांना काय बोलायचंय ते बोलू द्या, पण मी माझ्या भूमिकेवर ठाम आहे, मोदींनी काम भारी केलंय.

अर्जुन खोतकरांना प्रत्युत्तर

शिवसेनेचे नेते अर्जुन खोतकर यांनी कैलास गोरंट्याल यांना गद्दार असं म्हटलं आहे. यावर बोलताना गोरंट्याल म्हणाले की, ह्यमाझ्यावर अर्जून खोतकरांनी आरोप केलेत, महापालिकेचा मुद्दा काढला, भ्रष्टाचारचा आरोप केला, असं काही नाही. अर्जून खोतकर यांनी विलासराव देशमुख असताना कांग्रेस मध्ये जाण्याचा प्रयत्न केला, नारायण राणेंसोबत गेला, मग खरा गद्दार कोण आहे?

गँगस्टरमध्येही नियम असतात की फॅमिलीवर जायचं नाही, पण हा माझ्या फॅमिलीवर गेला आत्ता मी यांच्या फॅमिलीवर जाणार. माझ्याकडे याच्या १० प्रकरणांच्या फाईल्स आहेत, त्यांची आई कासाबाईच्या नावाने फ्लॅट, हिरानंदानीला घर घेतलं, २२ वर्षाचं जावई आहे तो अंडर १९ खेळला. या माणसामागे दोनदा ईडी लावली.ह्व असं गोरंट्याल यांनी म्हटलं आहे.

पन्नास खोके एकदम ओके घोषणेवर स्पष्टीकरण

गोरंट्याल यांनी पन्नास खोके एकदम ओके अशी घोषणाबाजी केली होती. यावर बोलताना त्यांनी, ह्यमी एक शायर आहे. पन्नास खोके एकदम ओके तेव्हा बोललो होतो तेव्हा परिस्थिती वेगळी होती, आत्ता वेगळी आहे. गम के आंसुओं पर संभव कर चलनी पडता हैं ये दुनिया हैं, यहां चेहरा सजा कर चलनी पडता हैं, सियासत साजिशों की चाल हैं यहाँ हर चाल सें बच के चलनी पडता हैं असं स्पष्टीकरण दिलं आहे.

शिवसेनेसोबत युती नकोह्न

पुढे बोलताना गोरंट्याल म्हणाले की, ह्यापूर्वीही माझ्यावर आरोप करण्यात आले होते. देवेंद्र फडणवीस यांना सगळं माहीत आहे. खोतकरांना नगरपालिका कळत नाही. त्यांच्या शुभेच्छा नको मला, त्यांना सांगा शुभेच्छा परत घ्या. मनपात जालन्यात ४० जागा येतील, शिवसेनेसोबत युती करू देऊ नका अशी फडणवीस यांना गळघातलीये. जालन्यात भाजपचा महापौर बसवायचाय. शिवसेना सोडून सगळ्यांना सोबत नेणार असंही गोरंट्याल यांनी म्हटलं आहे.

फवारणीच्या वेळी करू नका हलगर्जीपणा बनू शकतो जीवघेणा; कृषी विभागाचा महत्त्वाचा सल्ला

■ **पालघर । प्रतिनिधी,**

षयुक्त कीटकनाशकांची फवारणी करताना शेतकऱ्यांनी दक्षता घेणे आवश्यक आहे. फवारणी करताना वाऱ्याच्या दिशेने करावी, शिवाय उपाशीपोटी फवारणी करू नये, अन्यथा विषबाधा होण्याची शक्यता आहे. खरीप हंगामात तणनाशक व कीटकनाशक फवारणी करताना योग्य काळजी न घेतल्यास विषबाधेचा धोका संभवतो. यापूर्वी अशा घटना घडल्या असून, फवारणीदरम्यान दक्षता घेण्याचे आवाहन कृषी विभागाने केले आहे. अनेक भागांत पिकांवर तणनाशक, कीटकनाशक फवारणी करण्याची धामधूम सुरू झाली आहे. कीटकनाशक फवारणी करताना योग्य ती काळजी न घेतल्यास विषबाधा होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही.

त्यामुळे कीटकनाशक फवारणी करताना प्रतिबंधात्मक उपाययोजना कराव्या, वाऱ्याच्या विरुद्ध दिशेने फवारणी करू नये, असा सल्ला कृषी विभागाने दिला आहे. तणनाशक फवारणीचा पंप कधीही कीटकनाशकाच्या फवारणीसाठी वापरू नये. कीटकनाशकाचा चुकूनही वास घेऊ नये. मिश्रण तयार करताना हातमोजे वापरावे व तोंडाला मास्क लावणे आवश्यक आहे. फवारणी करताना अंग झाकलेले असावे, पंपाचे कीटकनाशक अंगावर पडणार नाही. पाऊस येण्याआधी किंवा पावसानंतर लगेच फवारणी नोझल शरीरापासून दूर ठेवावे. फवारणीचे कपडे व वस्तू इतर कामासाठी वापरू नये, फवारणीच्या वेळी तंबाखू खाणे, धूम्रपान करणे टाळावे, फवारणीचे काम आठ तासांवर करू नये, फवारणी करतेवेळी अशक्तपणा व चक्कर येणे, त्वचेची जळजळ होणे, पाणी येणे, अंधूक दिसणे, तोंडातून लाळ येणे, तोंडाची आग होणे, असा त्रास असल्यास तत्काळ वैद्यकीय उपचार घ्यावेत. फवारणी करताना अशी घ्यावी काळजी कीटकनाशकांचे मिश्रण लाकडी काडीने मिसळा. फवारणीवेळी हातमोजे, बूट, मास्क, चष्मा वापरा. औषध अंगावर

उडाल्यास त्वरित धुवा. तार/टाचणीने नोझल स्वच्छ करा. फवारणीनंतर अंघोळ करा आणि कपडे धुवा.

फवारणी करताना काय करू नये?

उपाशीपोटी फवारणी नको. वाऱ्याच्या विरुद्ध फवारणी टाळा. धूम्रपान, अन्नपदार्थ वापर टाळा. रिकामे डबे पाण्यासाठी वापरू नका. विना जोड्याने फवारणी टाळा.

विषबाधा झाल्यास काय कराल?

तातडीने जवळच्या सरकारी दवाखान्यात जा. १०८ या टोल फ्री क्रमांकावर एम्ब्युलन्ससाठी संपर्क साधावा, रुग्णाला शक्य तितक्या लवकर वैद्यकीय मदत मिळवून द्यावी. खरीप हंगामात कीटकनाशक फवारणी करताना खबरदारी आवश्यक आहे. योग्य तंत्र, योग्य साहित्य आणि वैयक्तिक सुरक्षेची जाणीव ठेवावी, असे कृषी विभागाने सांगितले. उपाशीपोटी फवारणी करू नका, अन्यथा विषबाधेचा धोका असल्याचे कृषी विभागाने सांगितले.

लाल रंगाचा मार्क अत्यंत विषारी

लाल रंगांची खूण असल्यास - अत्यंत विषारी.

पिवळ्या रंगांची खूण असल्यास - मध्यम विषारी.

निळ्या रंगांची खूण असल्यास - कमी विषारी.

हिरव्या रंगांची खूण असल्यास- सौम्य विषारी.

‘आम्ही गुजरातला स्थलांतरित व्हायचे का?’ - वारंवार वीज पुरवठा खंडीत होत असल्यामुळे उद्योजक हैराण

■ **ठाणे । प्रतिनिधी,**

वारंवार वीज पुरवठा खंडीत होत असल्यामुळे उद्योजक वर्ग हैराण झाले असून ‘आम्ही गुजरातला स्थलांतरित व्हायचे का?’ असा प्रश्न काही उद्योजकांनी ठाण्यात बोलताना उपस्थित केला. ठाणे शहरात टीसाच्या माध्यमातून महावितरण अधिकारी आणि उद्योजकांची बैठक आयोजित करण्यात आली होती. यावेळी ठाणे, पनवेल, कल्याण, शहापुर येथील उद्योजकांनी महावितरण अधिकाऱ्यांसमोर आपल्या समस्या मांडल्या. यावेळी महावितरण अधिकाऱ्यांनी उद्योजकांच्या समस्या ऐकूण त्यावर येत्या दोन महिन्यात तोडगा काढण्यात येईल असे आश्वासन दिले.

ठाणे शहरातील वागळे इस्टेट परिसर हा औद्योगिक क्षेत्र म्हणून ओळखला जातो. याठिकाणी लघु आणि मध्यम उद्योगांसह मोठ्याप्रमाणात आयटी पार्क देखील आहेत. गेले काही वर्षांपासून याभागात वारंवार वीज पुरवठा खंडीत होत असल्याची माहिती समोर येत आहे. यामुळे उद्योजक समुहामध्ये प्रचंड नाराजी पसरली असून त्यांच्या मधून महावितरणाच्या कारभारावर संताप व्यक्त केला जात आहे. ठाणे शहरातील औद्योगिक वसाहतींमधील उद्योजकांच्या समस्या तसेच वागळे इस्टेट, एमआयडीसी भागात वारंवार होणाऱ्या वीज खंडिततेच्या समस्यांवर उपाययोजना करण्यासाठी ठाणे स्मॉल स्केल इंडस्ट्रीज असोसिएशन (ळरस्क्ष) येथे महावितरण अधिकारी आणि उद्योजक यांची बैठक आयोजित करण्यात आली होती. या बैठकीत भांडूप अर्बन झोनचे मुख्य अभियंता संजय पाटील यांनी उद्योजकांशी संवाद साधला. या औद्योगिक क्षेत्रात वीज पुरवठेच्या तुलनेने वीजेची मागणी आणि भार वाढला आहे. त्यामुळे या भागात वारंवार वीज पुरवठा खंडीत होत आहे.

याचा फटका उद्योजकांना बसत असून ते हैराण झाले असल्याची खंत यावेळी अध्यक्ष संदीप पारीख यांनी व्यक्त केली. ठाणे शहरासह, कल्याण, शहापूर, पनवेल, खालापूर, कळंबोली अशा विविध भागातील ५० ते ६० उद्योजक या बैठकीला उपस्थित होते. यावेळी काही उद्योजकांनी वारंवार होत असलेल्या वीज खंडीतमुळे त्यांना भेडसावणाऱ्या समस्यांचा पाढा वाचून दाखवला. यात, १ एप्रिल ते २९ जुलै या चार महिन्यांच्या कालावधीत ११६ तास वीज पुरवठा खंडीत झाला होता. या कालावधीत सर्वच उद्योजकांचे मोठे नुकसान झाले असल्याची माहिती समोर आली आहेत.

या आहेत समस्या...

वीज पुरवठा खंडीत झाल्यानंतर महावितरण विभागाला संपर्क साधला तर, त्यांच्याकडून अनेकदा कर्मचारी उपलब्ध नाही किंवा काम करण्यासाठी हातमौजे नाही अशा प्रकारची उत्तरे दिली जातात. औद्योगिक कंपन्यांची संख्या लक्षात घेता, वीज पुरवठ्यावर भार वाढत आहेत. यामुळे अनेकदा वीज वाहिन्या जळण्याचे प्रकार घडतात. तसेच महावितरण विभागाकडे पुरेसे मनुष्यबळ नाही. तर, महावितरणाकडून केले जात असलेल्या शटडाऊनचे संदेश वेळेत उद्योजकांना मिळत नाही, अशा विविध समस्या उद्योजकांनी या बैठकीत मांडल्या.

आता, मेट्रो स्थानकावर थुंकणे पडणार महागात, नागपूर मेट्रोची मोहीम!

■ **नागपूर । प्रतिनिधी,** :

स्वच्छतेचे मानके राखण्यासाठी आणि सार्वजनिक आरोग्याचे रक्षण करण्यासाठी, नागपूर मेट्रोने त्यांच्या परिसरात थुंकणे आणि तंबाखू सेवनाविरुद्ध मोहीम तीव्र केली आहे. या मोहिमेचा एक भाग म्हणून, खर्रा, गुटखा आणि पान मसाला यांसारखे तंबाखूजन्य पदार्थ चावल्याबद्दल २२५ प्रवाशांना दंड ठोठावण्यात आला, ज्यामुळे एकूण १.१२ लाख रुपयांचा दंड वसूल करण्यात आला.

तंबाखूच्या थुंकीने सार्वजनिक मालमत्तेचे नुकसान होते, संसर्ग देखील पसरतो!

या समस्येचा सामना करण्यासाठी, महामेट्रोने त्यांच्या केंद्रीय देखरेख प्रणालीचा वापर करून यादृच्छिक शारीरिक तपासणी वाढवली आहे आणि दक्षता वाढवली आहे. सुरक्षा कर्मचाऱ्यांना गुन्हेगारांना ओळखण्यासाठी आणि जागेवर दंड देण्यासाठी विशेष प्रशिक्षण देण्यात आले आहे. ह्यआम्ही प्रवाशांना देत असलेल्या अनुभवाचा एक महत्त्वाचा भाग म्हणजे स्वच्छता. तंबाखूच्या थुंकीने केवळ सार्वजनिक मालमत्तेचे नुकसान होत नाही, तर संसर्ग देखील पसरतो, विशेषतः बंदिस्त वाहतुकीच्या जागांमध्ये, असे मेट्रोच्या एका वरिष्ठ अधिकाऱ्याने सांगितले.

तोंडाच्या कर्करोगाचा आणि इतर संसगार्चा धोका!

अंमलबजावणीसोबतच, मेट्रोने तिच्या नेटवर्कमध्ये सतत जागरूकता मोहिमा राबवल्या आहेत. पोस्टर्स, पत्रके आणि डिजिटल सामग्री प्रवाशांना थुंकणे आणि तंबाखूच्या वापराशी संबंधित आरोग्य धोक्यांबद्दल, विशेषतः तोंडाच्या कर्करोगाचा आणि इतर संसगार्चा धोका याबद्दल चेतावणी देतात.

उल्लंघन केल्यास, कायदेशीर कारवाईसह कठोर दंड आकारला जाईल!

मेट्रोमधील प्रवाशांची संख्या सातत्याने वाढत असताना, अधिकारी प्रवाशांना अधिक नागरी जाणीव दाखवण्याचे आवाहन करत आहेत. अधिकाऱ्यांनी इशारा दिला आहे की, सतत उल्लंघन केल्यास कायदेशीर कारवाईसह कठोर दंड आकारला जाईल. नागपुरातील आधुनिक वाहतूक व्यवस्थेची प्रतिष्ठा आणि स्वच्छता राखण्यासाठी नागरिकांना सक्रिय भागीदार होण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे.

दूषित पाण्यामुळे जनतेचे आरोग्य धोक्यात

■ **ठाणे । प्रतिनिधी,**

डोंबिवली पश्चिमेतील गृहनिर्माण सोसायट्यांना दूषित व पिवळसर रंगाचा पाणीपुरवठा होत असून, यामुळे नागरिक त्रासले आहेत. पिवळसर रंगाचे, फेसाळलेले पाणी घरातील नळाला येत असून, वारंवार पालिकेकडे तक्रार करूनही त्याची दखल घेतली जात नव्हती. सोमवारी पुन्हा दूषित पाणीपुरवठा झाल्याने नागरिकांनी पालिकेकडे तक्रार केली आहे. दूषित पाण्यामुळे नागरिकांना बाहेरून टँकर मागवावा लागत आहे. सोसायटीच्या टाक्याही वारंवार साफ करून घ्याव्या लागत आहेत. यामुळे नागरिक कमालीचे त्रासले असून, यावर कायमस्वरूपी तोडगा काढण्याची मागणी होत आहे. डोंबिवली पश्चिमेला नागरिकांना दूषित पाण्याचा पुरवठा होत आहे. सोमवारी पुन्हा दूषित पाणी घराघरांत आले आहे. पिवळसर किंवा फेसाळलेले पाणी नळाला येत असल्याने त्याचा वापर कसा करावा, असा प्रश्न नागरिकांना पडला आहे. यामुळे सोसायट्यांना जास्तीचे पैसे देऊन बाहेरून टँकर मागवावा लागत आहे. जुलै महिन्यात सलग तिसऱ्यांदा दूषित पाणीपुरवठ्याची घटना घडली आहे. येथील शारदा सोसायटीमधील नागरिकांनी या प्रकरणी पालिकेकडे लेखी तक्रार केली आहे.

जिल्हाधिकारी डॉ. इंदु राणी जाखड यांच्या संकल्पनेतून जिल्ह्यामध्ये ‘शाळा तिथे दाखला’ हि महत्वाकांक्षी मोहीम राबविण्यात येणार’

राज्यात महसूल विभागामार्फत 1 ते 7 ऑगस्ट या कालावधीत ‘महसूल सप्ताहाचे आयोजन’

■ **पालघर । प्रतिनिधी,**

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणविस व महसूल मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांच्या संकल्पनेतून महसूल विभागाकडून जनतेसाठी देण्यात येणाऱ्या सेवा व विभागामार्फत राबविणेत येणाऱ्या विविध योजना विषयी राज्यातील नागरीकांना माहिती प्राप्त होऊन त्याचा योग्य लाभ घेता यावा तसेच शासनाच्या विविध योजना यशस्वीपणे राबविणाऱ्या व महसूल प्रशासनात उत्कृष्टपणे काम करणाऱ्या कर्मचारी अधिकाऱ्यांच्या पाठीवर शाबासकीची थाप मिळावी यासाठी राज्यात महसूल विभागामार्फत १ ते ७ ऑगस्ट २०२५ या कालावधीत महसूल सप्ताह २०२५ साजरा करण्यात येत आहे. तसेच १ ऑगस्ट हा महसूल दिन म्हणून साजरा करण्यात येत आहे.

महसूल सप्ताह अंतर्गत ७ दिवसात प्रत्येक दिवशी जनतेच्या हिताचे विविध कार्यक्रम घेणेत येत आहेत.

कार्यक्रमाचे स्वरुप पुढीलप्रमाणे

१ ऑगस्ट महसूल दिन साजरा करणे व महसूल सप्ताह शुभारंभ महसूल संवगार्तील कार्यरत/सेवानिवृत्त अधिकारी /कर्मचारी संवाद उत्कृष्ट अधिकारी/कर्मचारी पुरस्कार वितरण व मान्यवरांच्या हस्ते लाभार्थ्यांना विविध प्रमाणपत्र वितरण समारंभ

२ ऑगस्ट शासकीय जागेवर सन २००१ पूर्वीपासून रहिवासी प्रयोजनार्थ अतिक्रमण असलेल्या कुटूंबापैकी अतिक्रमण नियमानुकूल करण्यास पात्र असलेल्या कुटूंबाना सदर अतिक्रमित जागांचे पटटे वाटप करणेबाबत कार्यक्रम

३ ऑगस्ट पाणंद/शिवारस्त्यांची मोजणी करुन त्यांच्या दुतर्फा झाडे लावणे

४ ऑगस्ट छत्रपती शिवाजी महाराज महाराजस्व अभियान प्रत्येक मंडळनिहाय राबविणे

५ ऑगस्ट विशेष सहाय्य योजनेतील डीबीटी न झालेल्या लाभार्थ्यांना घरभेटी करुन डीबीटी करुन अनुदानाचे वाटप करणे

६ ऑगस्ट शासकीय जमिनींवरील अतिक्रमणे निष्कासित करणे व त्या अतिक्रमणमुक्त करणे तसेच शर्तभंग झालेल्या जमिनींबाबत शासन धोरणानुसार (नियमानुकूल करणे/सरकारजमा करणे) निर्णय घेणे

७ ऑगस्ट M-SAND धोरणाची अंमलबजावणी करणे व नवीन मानक कार्यप्रणालीप्रमाणे (SOP प्रमाणे) धोरण पूर्णत्वास नेणे आणि महसूल सप्ताह सांगता समारंभ

या कार्यक्रमाअंतर्गत २०११ च्या पूर्वीपासून शासकीय जमिनीवर असलेली अतिक्रमणे नियमानुकूल करणे, पाणंद/शिवरस्त्यांची मोजणी करुन दुतर्फा वृक्षलागवड करणे, विशेष सहाय्य योजनेतील लाभार्थ्यांचे आधार कार्ड व केवायसी न झाल्यामुळे अप्राप्त अनुदान घरभेटी करुन वाटप करणे, तसेच छत्रपती शिवाजी महाराज महाराजस्व अभियाना अंतर्गत मंडळ निहाय अभियांन राबविण्यात येत असून प्रलंबित असलेले वारस नोंद व इतर फेरफार करण्यात येणार आहेत, पालघर जिल्हायामध्ये महसूल सप्ताह अंतर्गत पालघर जिल्हयाच्या जिल्हाधिकारी डॉ. इंदु राणी जाखड यांच्या संकल्पनेतून महत्वाकांक्षी अश्या शाळा तिथे दाखला या मोहीमे अंतर्गत शालेय विद्यार्थ्यांना आवश्यक असलेले विविध दाखले शालेय स्तरावर वितरीत करण्याचे नियोजन असून याअंतर्गत एकूण ७१ हजार विद्यार्थ्यांना दाखले वितरीत करण्यात येणार आहेत . तसेच महसूल सप्ताहांच्या शुभारंभाच्या दिवशी म्हणजेच १ऑगस्ट रोजी ५९ लाभार्थींना वनपटटयाचे वाटप करण्यात येणार आहे.

या सप्ताह अंतर्गत विविध कार्यक्रमांची मोहीम यशस्वी व्हावी म्हणून कोकण विभागाचे विभागीय आयुक्त विजय सुर्यवंशी यांनी दूरदृष्य प्रणाली द्वारे मार्गदर्शन केले. तसेच पालघर च्या जिल्हाधिकारी डॉ. इंदु राणी जाखड यांनी सर्व उपजिल्हाधिकारी, उपविभागीय अधिकारी, तहसिलदार व सर्व अधिकारी/कर्मचारी यांची बैठक घेऊन योग्य ते नियोजन करुन महसूल सप्ताह मोहीम यशस्वी राबविणेसाठी मार्गदर्शन केले. सदर बैठकीला अपर जिल्हाधिकारी भाऊसाहेब फटांगरे, निवासी उपजिल्हाधिकारी सुभाष बागडे, उपजिल्हाधिकारी महेश सागर, उपजिल्हाधिकारी रणजीत देसाई सर्व उपविभागीय अधिकारी व तहसिलदार उपस्थित होते.

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 ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबधीत 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