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-०४ ● मुंबई, सोमवार, ४ ऑगस्ट २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

थॅलेसेमिया मुक्त महाराष्ट्रासाठी महत्त्वपूर्ण पाऊल

मुंबईत जनजागृती व रक्तपासणी शिबिर उत्साहात संपन्न

प्रतिनिधी, मराठी एकीकरण बातमीपत्र

थॅलेसेमिया मुक्त महाराष्ट्र अभियान अंतर्गत आश्रय सामाजिक-सांस्कृतिक-शैक्षणिक ट्रस्ट, भाईंदर आणि रोटरी क्लब ऑफ बॉम्बे नॉर्थ यांच्या संयुक्त विद्यमाने मुंबईतील शेठ लीलावती लालजी दयाल कॉलेज ऑफ कॉमर्स येथे भव्य जनजागृती व रक्ततपासणी शिबिराचे आयोजन करण्यात आले.

या उपक्रमाचे प्रमुख उद्दिष्ट होते - महाविद्यालयीन युवक-युवतींमध्ये थॅलेसेमिया या अनुवांशिक रक्तदोषाबाबत जागरूकता वाढवणे, आणि विवाहपूर्व रक्ततपासणीचे महत्त्व पटवून देणे.

या शिबिरात शेकडो विद्यार्थ्यांनी उत्स्फूर्त सहभाग घेतला आणि आपली रक्तनमुने तपासणीसाठी दिले.

कार्यक्रमाची सुरुवात थॅलेसेमियाविषयी माहितीपर सत्राने झाली. यात तज्ञ डॉक्टरांनी या आजाराचे स्वरूप, प्रसाराचे मार्ग, प्रतिबंधात्मक उपाय आणि विवाहपूर्व तपासणीची गरज याविषयी सखोल माहिती दिली. विद्यार्थ्यांनी विचारलेल्या प्रश्नांना तज्ञांनी सविस्तर उत्तरे देत भ्रम दूर केले.

आश्रय ट्रस्टचे संस्थापक डॉ. दीपक मोरेश्वर नाईक यांनी यावेळी सांगितले, 'थॅलेसेमिया मुक्त महाराष्ट्र हे आमचे स्वप्न आहे. यासाठी तरुण पिढीमध्ये जागरूकता निर्माण होणे फार आवश्यक आहे. शाळा, महाविद्यालयांमधूनच या चळवळीला गती मिळू शकते. या उपक्रमात विद्यार्थ्यांचा उत्स्फूर्त सहभाग अतिशय प्रेरणादायी आहे.'

कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेत शेठ लीलावती लालजी दयाल कॉलेज ऑफ कॉमर्सच्या संचालक प्रियांका पांचाळ, कौन्सिल सदस्य हनिफार डी क्रुझ, नम्रता भालेराव तसेच त्यांच्या समवेत असलेल्या शिक्षक व कर्मचारी वर्गांनी मोलाची भूमिका बजावली.

या उपक्रमासाठी रोटरी क्लब ऑफ बॉम्बे नॉर्थचे अध्यक्ष डॉ. कमल चोक्षी, सेक्रेटरी डॉ. गिरीश वालावलकर, तसेच डॉ. अनुराधा शहा यांचे विशेष योगदान लाभले.

कार्यक्रमाचे सुयोग्य नियोजन आणि समन्वय यामध्ये आश्रय ट्रस्टच्या ऑर्गनायझर सेक्रेटरी अलका कोठारी आणि मुंबई कमिटीच्या केतकी सरमळकर यांनी विशेष परिश्रम घेतले.

हा कार्यक्रम केवळ एक तपासणी शिबिर नसून, एक सामाजिक बांधिलकीचे प्रतीक ठरला. युवकांमध्ये या अनुवांशिक आजाराविषयी समज आणि सजगता निर्माण करणारा हा उपक्रम भविष्यातील थॅलेसेमिया निर्मूलन मोहिमेचा एक महत्त्वाचा टप्पा ठरू शकतो.

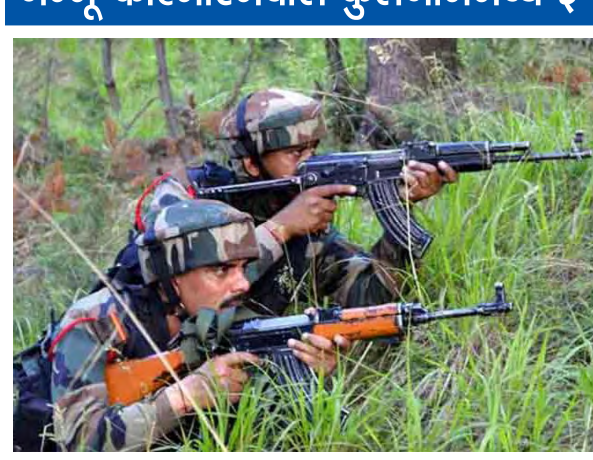
नितीन गडकरी यांच्या घराला बॉम्बने उडवण्याची धमकी आरोपी ताब्यात

■नागपूर। प्रतिनिधी,

केंद्रीय रस्ते वाहतूक मंत्री नितीन गडकरी यांच्या महाल येथील निमार्नाधीन निवासस्थान बॉम्बने उडवण्याची धमकी दिल्याने एकच खळबळ उडाली आहे. ही धमकी रविवार, ३ ऑगस्ट रोजी सकाळी ८:४६ वाजता देण्यात आली. धमकीच्या फोननंतर पोलिसांनी तत्काळ पावले उचलत आरोपीला ताब्यात घेतले आहे.

पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, उमेश विष्णु राऊत (राहणार तुलसीबाग रोड, महल, नागपूर) या संशयिताने गडकरींच्या घराला बॉम्बने उडवण्याचा फोन केला होता. तो मेडिकल चौकाजवळील एका देशी दारूच्या दुकानात काम करत होता. त्याने स्वतःच्या मोबाईलवरून कॉल करून १० मिनिटांत गडकरींचे घर उडवून देण्याची धमकी दिली होती. पोलिसांनी बीमा रुग्णालयाजवळून त्याला ताब्यात घेतले. धमकीच्या कॉलनंतर पोलिसांनी स्थानिक पोलिस ठाण्याला आणि बॉम्ब शोध पथकाला तत्काळ माहिती दिली. गडकरी यांच्या निवासस्थानी कसून तपासणी करण्यात आली, मात्र कोणताही स्फोटक पदार्थ आढळला नाही. त्यामुळे हा कॉल खोटा असल्याचे स्पष्ट झाले. केंद्रीय महामार्ग मंत्री नितीन गडकरी यांच्या जनसंपर्क कार्यालयात यापूर्वी अशाच प्रकारचे धमकीचे ईमेल आले होते. त्यानंतर कर्नाटकमधून एका उमेश काथा नामक कुख्यात आरोपीला अटक करण्यात आली होती. झोन १ चे पोलिस उपायुक्त ऋषिकेश रेड्डी यांनी सांगितले की ११२ इमर्जन्सी हेल्पलाइनवर कॉल आला होता. त्यात गडकरींच्या घरात बॉम्ब असल्याचे सांगितले गेले. लगेचच गडकरींच्या सुरक्षारक्षकांना आणि बॉम्ब शोध पथकाला सतर्क करण्यात आले. सध्या आरोपीची चौकशी सुरू असून, त्याने धमकी का दिली, यामागचा हेतू काय होता, हे शोधण्यासाठी पोलिस तपास करत आहेत.

जम्मू-काश्मीरमधील कुलगाममध्ये ३ दिवसांपासून चकमक सुरू, आतापर्यंत ३ दहशतवादी ठार; २ दहशतवाद्यांना घेराव



■कुलगाम । प्रतिनिधी,

जम्मू-काश्मीरमधील कुलगाममध्ये ३ दिवसांपासून लष्कराचे ऑपरेशन अखल सुरू आहे. याद्वारे एके-४७ रायफल, एके मॅगझिन आणि ग्रेनेडसह शस्त्रे आणि दारूगोळा जप्त करण्यात आले असून, आतापर्यंत ३ दहशतवादी ठार झाल्याचे वृत्त आहे. कुलगामच्या अखल भागात सुरक्षा दल आणि दहशतवाद्यांमध्ये गोळीबार सुरू आहे. वेढलेल्या जंगलात आणखी २-३ दहशतवादी दडून बसल्याचा अंदाज आहे. या ऑपरेशन अंतर्गत, जम्मू-काश्मीरमधील कुलगाममध्ये आणखी एक दहशतवादी ठार झाला आहे. ज्याचे नाव हरीस नजीर डार (टीआरएफ) असे असल्याचे म्हंटले जात आहे. त्यानुसार, आतापर्यंत एकूण ३ दहशतवादी ठार झाले आहेत. सूत्रांचे म्हणणे आहे की इथे ५ दहशतवाद्यांची टोळी होती, ज्यामधील २ दहशतवादी अजूनही जीवंत आहे. या भागात दहशतवादी असल्याची गुप्त माहिती मिळाल्यानंतर सुरक्षा दलांनी शुक्रवारी (१ ऑगस्ट २०२५) जंगलात घेराबंदी आणि शोध मोहीम सुरू केली होती. जंगलाच्या आडून लपलेल्या दहशतवाद्यांच्या एका गटाने सुरक्षा दलांवर गोळीबार केला, त्यानंतर चकमक सुरू झाली. सुरुवातीच्या गोळीबारानंतर शुक्रवारी रात्री ही कारवाई थांबवण्यात आली. शनिवारी पुन्हा सुरू झाली, ज्यामध्ये सुरक्षा दलांनी आतापर्यंत ३ दहशतवाद्यांना ठार मारले आहे. एके-४७ रायफल, ग्रेनेड आणि दारूगोळा जप्त या कारवाईदरम्यान एके-४७ रायफल, एके मॅगझिन आणि ग्रेनेडसह शस्त्रे आणि दारूगोळा जप्त करण्यात आला. भारतीय लष्कराच्या चिनार कॉर्प्सने एक्स वर तैनात केलेल्या माहितीनुसार सुरक्षा दलांनी आतापर्यंत एका दहशतवाद्याला ठार मारले आहे. ही कारवाई सुरूच आहे. एसओजी, जम्मू आणि काश्मीर पोलिस, सैन्य आणि सीआरपीएफ एकत्रितपणे ही कारवाई करत आहेत.

मुंबईकरांनो सावधान! शहरात 'या' ३ रोगांचा कहर

मलेरिया, डेंग्यू आणि चिकनगुनियाचे रुग्णसंख्या वाढल्याने महानगरपालिका सतर्क

■मुंबई । प्रतिनिधी,

शहरात गेली अनेक दिवसांपासून कोसळत असलेल्या मुसळधार पावसामुळे साथीच्या आजारांनी देखील डोकं वर काढलं आहे. दरवर्षीप्रमाणे यंदाही पावसाळ्यात मलेरिया, डेंग्यू आणि चिकनगुनियासारख्या साथीच्या आजाराचे रुग्ण झपाट्याने वाढत चालले आहेत. त्यामुळे मुंबई महानगरपालिकेचे आरोग्य विभाग सतर्क झाले आहेत. शिवाय, नागरिकांनी आरोग्याची विशेष काळजी घ्यावी, असा इशारा पालिकेकडून देण्यात आला आहे. पावसामुळे शहरात ठिकठिकाणी पाणी साचल्याने मच्छरवाढीस अनुकूल वातावरण तयार झाले आहे, हेच या साथीमागील मुख्य कारण मानले जात आहे.

मुंबई महानगरपालिकेने नागरिकांसाठी आरोग्यविषयक मार्गदर्शक सूचना जाहीर केल्या आहेत. यामध्ये घरात आणि आजूबाजूला साचलेलं पाणी हटवणं, मच्छरदाणीचा वापर, उकळलेलं पाणी पिणं, रस्त्यावरील अन्नपदार्थ टाळणं आणि ताप आल्यास तात्काळ वैद्यकीय सल्ला घेणं अशा बाबींचा समावेश आहे.

मागील वर्षाच्या तुलनेत यंदा साथीच्या आजाराचे प्रकरण दुप्पटीने वाढले

मुंबई महानगरपालिकेच्या आरोग्य अहवालानुसार, यावर्षी मलेरियाचे रुग्ण ४,१५१ पर्यंत पोहोचले आहेत, जे मागील वर्षी याच कालावधीत २,८५२ होते. डेंग्यूचे रुग्णदेखील ९६६ वरून १,१६० पर्यंत वाढले असून, फक्त जुलैच्या दुसऱ्या पंधरवड्यातच ४२६ नवीन रुग्ण आढळले आहेत. तर कनगुनियाचे प्रमाण देखील चिंताजनक पातळीवर पोहोचले आहे. गेल्या वर्षी फक्त ४६ रुग्ण होते, मात्र यावर्षी २६५ रुग्णांची नोंद झाली आहे. यातील ८६ रुग्ण फक्त मागील पंधरवड्यात आढळले आहेत.

याशिवाय, हॅपेटायटीस ए आणि ई या आजारांचं प्रमाण देखील वाढले आहे. जानेवारी ते जुलै २०२५ या कालावधीत हॅपेटायटीसचे ६१३ रुग्ण आढळले आहेत. लेप्टोस्पायरोसिस आणि गॅस्ट्रोएन्टेरिटिसचे प्रमाण काहीसे कमी झाले असले, तरी नागरिकांनी काळजी घेणे अत्यावश्यक आहे.

महानगरपालिकेकडून आरोग्यविषयक सूचना आणि 'आपली चिकित्सा योजना'

महानगरपालिकेने 'आपली चिकित्सा योजना' पुन्हा सुरू केली आहे. या योजनेअंतर्गत सामान्य रक्त तपासणी, लघवी तपासणी, ताप व संसर्गजन्य आजारांवरील चाचण्या कमी किमतीत उपलब्ध आहेत. तपासणीचे निकाल व्हॉट्सॲपवरही उपलब्ध होतील, अशी माहिती प्रशासनाने दिली आहे.

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

अविश्वासार्ह ट्रम्प

अमेरिकेचे अध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प ज्या पद्धतीने बोलतात त्याला दबावाच्या राजकारणाचा भाग मानले जात होते. दुर्सयांदा देशाची धुरा स्वीकारल्यानंतर त्यांनी कहर केला आहे. सकाळी एक, दुपारी एक आणि रात्री भलतेच अशी विधाने त्यांच्याकडून केली जात आहेत. त्यांनी विविध देशांवर आयात शुल्क लादण्याचा निर्णय एकतर्फी घेतला. कोणाला किती शुल्क आकारणार याचा तक्ता सादर करत पत्रकार परिषद घेतली. त्यानंतर त्यांनी स्वतःच शुल्क आकारणीच्या निर्णयाला मुदतवाढ दिली. ती मुदतही आज म्हणजे 1 ऑगस्ट रोजी संपली. अगोदर या सगळ्याकडे ट्रम्प यांच्या 'अमेरिका फर्स्ट' धोरणाकरता त्यांनी सुरू केलेल्या दबावाच्या राजकारणाचा भाग म्हणूनच पाहिले गेले. तथापि, 24 तासांत तीन वेळा कोलांटउड्या घेणारा हा माणूस केवळ दबावच नव्हे, तर अमेरिकेच्या जागतिक स्थानाचा, संपन्नतेचा आणि शक्तीचा अन्य देशांविरुद्ध शस्त्र म्हणून वापर करू पाहात आहे हे आता जवळजवळ स्पष्ट होत चालले आहे. अमेरिकेसाठी पूर्वी कोणी केले नव्हते असे आपण करून दाखवले हे सिद्ध करण्याची ट्रम्प यांना घाई झाली आहे. या सगळ्यांत ते आणि त्यांचे व्हाइट हाउस मान्य करो अथवा न करो ते जगाच्या दृष्टीने आज बेभरवशाचे आणि अत्यंत अविश्वासार्ह झाले आहेत. ट्रम्प महाशयांना नोबेल पुरस्काराचीही स्वप्ने पडतात. त्यांना हा पुरस्कार हवा आहे. त्यांनी स्वतःच हे बोलून दाखवले. सुरुवातीला जग हे ऐकून हबकले, ट्रम्प त्यांच्या सवयीनंतर काही तासांत भूमिका बदलू शकतील असे मानत जगाने दुर्लक्ष केले. केवळ पाकिस्तानचे तथाकथित फिल्ड मार्शल आसिम मुनीर यांनीच ट्रम्प यांच्या मागणीला जाहीर पाठिंबा दिला. ट्रम्प यांचे अमेरिकेतील प्रशासन त्यांच्या पुरस्काराच्या दावेदारीसाठी जोरात कामाला लागले आहे. ट्रम्प यांनी जगातील किमान सहा मोठे संघर्ष थांबवले असा दावा व्हाइट हाउस करते आहे.

आपल्या दाव्याच्या पुष्टीसाठी ते इस्त्रायल-इराण, रवांडा-काँगो, सर्बिया-कोसोवो, इजिप्त-इथिओपिया, थायलंड-कंबोडिया आणि भारत-पाकिस्तान संघषार्चा उल्लेख करत आहेत. यातील चार संघर्ष थांबवण्याचे श्रेय त्यांनी घ्यावे. मात्र थायलंड-कंबोडिया संघर्षात जे आजपर्यंत समोर आले आहे त्यात ट्रम्प यांचा संबंध नाही. अगोदर मलेशिया आणि नंतर चीन यांनी या दोन आशियाई देशांतील संघर्ष थांबवण्यात भूमिका बजावल्याचे एव्हाना स्पष्ट झाले. भारत आणि पाकिस्तान यांच्यातील युद्ध आपणच थांबवल्याचे ट्रम्प यांनी 29 वेळा म्हटले असल्याचे काँग्रेसचे नेते जयराम रमेश यांचे म्हणणे आहे. राहुल गांधी यांचेही तेच म्हणणे आहे. व्हाइट हाउसने मोजले नाही, मात्र भारतातील काँग्रेसच्या नेत्यांनी ते मोजले. भारत सरकारकडून संसदेत हे स्पष्टपणे नाकारण्यात आले आहे. परराष्ट्र मंत्र्यांच्या म्हणण्यानुसार, पहलगाम हल्ला झाला त्या दिवसापासून 16 जूनपर्यंत ट्रम्प यांची पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्याशी एकदाही फोनवर चर्चा झाली नाही. तरी भारतात अद्याप शंका घेतली जाते त्याचे कारण भारत-पाक संघषार्तील आजवरचा इतिहास. दोन्ही देशातील प्रत्येक संघर्ष प्रत्यक्ष आणि अप्रत्यक्षपणे अमेरिकेच्या दरबारातच पोहोचला आहे. असो. मात्र हा भारत पाक संघर्ष थांबवण्याचा मुद्दा ट्रम्प यांच्या बायोडेटात समाविष्ट होणार आहे व त्यामुळे आपल्याला नोबेल मिळू शकते अशी त्यांची आणि त्यांच्या प्रशासनाची धारणा असेल तर किमान ट्रम्प या संघषार्चे लाभार्थी ठरले असे मानायला हरकत नाही. वास्तविक जेव्हा जगात तुमचा एक महाशक्ती म्हणून वावर असतो तेव्हा एवढे उथळ प्रकार शोभत नाहीत. एकीकडे जगात व्यापारयुद्ध सुरू करायचे, दुसरीकडे नोबेलसाठी आपणच कसे शांतिदूत आहोत याचे तुणतुणे वाजवायचे हा प्रकार अमेरिकेच्या राष्ट्रप्रमुखाला शोभणारा नाही. असा आचरटपणा अलीकडच्या भूतकाळात अमेरिकेत कोणी केला असल्याचे वाचनात नाही. अध्यक्षपदाचा कार्यभार स्वीकारण्यापूर्वी ट्रम्प यांनी आणखी एक वल्गना केली होती. 24 तासांत रशिया-युक्रेन युद्ध संपवू, असे त्यांनी म्हटले होते. प्रत्यक्षात युक्रेनचे राष्ट्रपती त्यांच्या भेटीला आले तेव्हा त्यांचा ऑन कॅमेरा पाणउतारा करण्यातच ट्रम्प यांनी धन्यता मानली. रशियाला ते निषेधाचे खलिते पाठवत आहेत आणि अल्टीमेटमही देत आहेत ज्याला रशियाच्या अध्यक्षांनी केराची टोपलीच दाखवली आहे. आयात शुल्काचा किंवा ज्याला टॅरिफ म्हटले जाते आहे त्याचा वापरही त्यांनी अमेरिका हिताचे दाखले देत स्वतःचा अहंकार कुरवाळण्यासाठी केला आहे. तसे करून त्यांनी काही फायदा अमेरिकेचा करून दिला असला तरी त्यापेक्षा महत्त्वाचे म्हणजे अमेरिकेचा जो धाक होता, तो गमावला आहे. भारताशी चर्चा सुरू असताना आणि ऑगस्टच्या तिर्सया आठवड्यात व्यापार करारावर बोलणी करण्यासाठी अमेरिकेचे शिष्टमंडळ भारतात येणार असतानाही ट्रम्प यांनी भारतावर 25 टक्के शुल्क लावण्याचा आणि दंडही आकारण्याचा निर्णय जाहीर करून टाकला. दंड का? तर भारत रशियाकडून अधिक शस्त्रे आणि उपकरणे खरेदी करतो याचा ट्रम्प यांना राग आहे. भारताने रशियाकडून तेल खरेदी करून रशियाला पैसेच दिले असा त्यांचा आक्षेप आहे. भारत जे करतोय ती भारताची गरज आहे हे मान्य करायची त्यांची तयारी नाही. भारताने अमेरिकेकडून लढाऊ विमाने खरेदी करण्यास नकार दिला आहे असे आणखी एक कारण समोर आले आहे. इतरही बर्याच गोष्टी आहेत ज्या भारताने अमान्य केल्या आहेत वा करू पाहात आहे. भारतीय उद्योजक आणि शेतकरी यांचे हित जपण्याची नैतिक जबाबदारी भारत सरकारवर आहे. बेभरवशी ट्रम्प यांना फार धूप न घातलेलीच बरी.

फसव्या यशकथांचा सापळा

शेतकरी आत्महत्यांच्या बातम्या आल्या की सोशल मिडीयावर शेतीतील फसव्या यशकथांचा महापूर येतो. हा योगायोग नसतो. हे ठरवून केले जाते. वाढत्या शेतकरी आत्महत्यांचे गांभीर्य कमी करणे हा त्यामागचा मुख्य हेतू दिसतो.

शिवाय यांचं बघून नवे-नवे लोक (बकरे) अधिक पैसे कमाविण्याच्या लालसेपोटी शेतीत येऊन असे प्रयोग करतात आणि हमखास बुडतात. शेतीमध्ये असे नवे लोक आणून त्यांना देशोधडीला लावणे हा सुद्धा एक फायद्याचा धंदा आहे. यात शेतकरी बुडतो पण शेतीमालाची लूट करणारी साखळी मालामाल होते. शेतकरी आत्महत्यांच्या बातम्या आल्या की सोशल मिडीयावर शेतीतील यशकथांचा महापूर येतो. कोणीतरी आयटीची नोकरी सोडून शेती करू लागला आणि तो शेतीतून करोडोचं उत्पन्न काढतोय... कोणीतरी परदेशातील सुखवस्तू जीवन सोडून भारतात येतो. शेतीत नवा प्रयोग करतो आणि वषार्काठी करोडो रुपयांची कमाई करू लागतो... कोणी सेंद्रिय शेतीतून, कोणी भाजीपाल्यातून तर कोणी शेतीतील टाकाऊ पदार्थांपासून लाखो रुपये मिळवतो... अशा बातम्या आणि व्हिडिओ सगळीकडं दिसू लागतात. मी गेल्या वर्षभरापासून बारकाईने बघतोय. हे आपोआप घडत नाही. हे पद्धतशीरपणे कोणीतरी घडवतंय. एका बाजूला सातत्याने शेतकरी आत्महत्यांची संख्या वाढत असताना शेतीतील लाखो, करोडो रुपये कमाईच्या यशकथा कशा काय समाजमाध्यमावर दिसू लागतात?

मी मुद्दाम अशा कथा वाचतो, बघतो. तेव्हा त्यातील खोटारडेपणा सहजपणे लक्षात येतो. या फसवणूक कथा कोण समोर आणतंय? कशासाठी आणतंय? याचा बारकाईने विचार केला, तर हे करण्यामागे वाढत्या शेतकरी आत्महत्यांचे गांभीर्य कमी करणे हा मुख्य हेतू दिसतो. शिवाय यांचं बघून नवे-नवे लोक (बकरे) अधिक पैसे कमाविण्याच्या लालसेपोटी शेतीत येऊन असे प्रयोग करतात आणि हमखास बुडतात. शेतीमध्ये असे नवे लोक आणून त्यांना देशोधडीला लावणे हा सुद्धा एक फायद्याचा धंदा आहे. यात शेतकरी बुडतो पण शेतीमालाची लूट करणारी साखळी मालामाल होते. शिवाय हे सगळं बिनबोभाट चालू राहातं. कोणाचं तरी बघून, वाचून, ऐकून असे प्रयोग करणाऱ्याला मी याच्यामुळं बुडायलो असं सांगताही येत नाही. शेतीत कुठलाही नवा प्रयोग करणाऱ्याला लाखो रुपयांची गुंतवणूक करावी लागते. या गुंतवणुकीचे लाभधारक अनेक असतात. लुटारूंना शेतकऱ्यांच्या भल्याबुऱ्याशी काही देणंघेणं नसतं. शेतकऱ्यांच्या मढ्याच्या टाळूवरील लोणी खाणं आणि ही साखळी जगवणं हे सरकारचं अघोषित धोरण असल्याने अशा बोगस यशकथा हा त्यांचा अधिकृत सापळा आहे. या सापळ्यात अनेक नवे, भाबडे लोक अडकतात हा एक फायदा. दुसऱ्या बाजूला शेती व्यवसाय किती फायदेशीर आहे, हे मध्यमवर्गाच्या आणि कोणाचं तरी अनुकरण करणाऱ्या शेतकऱ्यांच्या मनावर ठसवता येतं.

शेतकऱ्यांच्या शत्रूंचा कावा

हे यशकथावाले शेतकरी उच्चशिक्षित, निवृत्त सनदी अधिकारी, आयटीवाले, फॉरेन रिटर्न्ड असे असतात. साहजिकच बहुतेकांना वाटतं की, 'शेतीत यश मिळवण्यासाठी अशी बुद्धिमान माणसं गरजेची आहेत. अशाच माणसांची शेती फायद्याची होऊ शकते. जे शेती तोट्यात आहे असे म्हणतात, जे कर्जबाजारी होऊन आत्महत्या करतात; ते शेतकरी शेती करण्यासाठी लायक नाहीत,' असं बांडगुळांचं मत बनतं. 'तो शेतीत एवढं उत्पन्न काढतोय, तर तुम्ही कसं काय हे काढू शकत नाही? तुम्ही शास्त्रशुद्ध पद्धतीने शेती करीत नाही, कष्ट करीत नाहीत. म्हणजे तुम्ही लायक नाहीत,' असा निष्कर्ष ही मंडळी काढतात. शेती फायद्याची आहे हो; पण बहुतांश शेतकऱ्यांना ती करता येत नाही, हे मत एकदा समाजमनावर बिंबवलं, की शेतकरी आत्महत्यांबद्दलची सगळ्यांची संवेदना आपोआप बोथट होऊन जाते. शेतकरी आत्महत्यांकडे बघण्याचा समाजाचा दृष्टिकोन 'रोजचंच मढं, त्याला कोण रडं' असा होऊन जातो. अशी समाजभावना बनवण्यात शेतकऱ्यांचे शत्रू यशस्वी झाले आहेत.

मी ज्या आनंददायी शेतीचा पुरस्कार करतो, त्यात शेतीत मोठी कमाई होण्याची सुतराम शक्यता नाही. ती फक्त पोट भरू शकते. जगण्याचा आनंद देऊ शकते. ज्यांची आर्थिक स्थिती चांगली आहे आणि ज्यांची मातीशी नाळ जुळलेली आहे तेच लोक अशी शेती करू शकतात. ज्यांना कोरडवाहू शेतीतून पैसे कमावण्याची इच्छा आहे, त्यांनी शेतीत अजिबात येऊ नये, ही मांडणी मी वारंवार करतोय. अर्थात, केवळ स्वतःच्या आनंदासाठी शेती करणं बहुतांश शेतकऱ्यांना शक्य नाही. त्यांच्या समोरचे जीवनमरणाचे प्रश्न वेगळे आहेत. त्यांच्या सोडवणुकीसाठी त्यांना शेतीतून अधिक पैसे मिळवण्याची गरज आहे. असे शेतकरी अशा यशकथांचं अनुकरण करून हमखास बुडतात.

पाण्याची आस

अधिक उत्पन्न काढायचं तर शेती ओलिताखाली आणायला हवी. त्यासाठी शेतकरी विंधन विहिरीवर (बोअरवेल), विहिरीवर लाखो रुपये खर्च करतात. यातून पुरेसं पाणी मिळत नाही. पहिल्यांदा लागलेलं पाणी टिकत नाही आणि यामुळं कर्जबाजारी झालेला शेतकरी या कजार्तून कधीच बाहेर येत नाही. दहा कर्जबाजारी शेतकऱ्यांशी बोलाल तर त्यातले पाच शेतकरी हमखास असे भेटतील.

शेतकऱ्यांमध्ये एक खोड आहे. ते थोडसं यश मिळालं तरी ते तिखटमीठ लावून सांगतात. पण जबर अपयशही लपवण्याचा प्रयत्न करतात. अपयश सांगणं हे ते कमीपणा मानतात. याचा अनुभव मी वेळोवेळी घेत गेलोय. मी स्वतः शेतीत शाश्वत पाणी मिळविण्याच्या प्रयत्नात भरपूर बुडालोय. तीन वर्षांपूर्वी तीव्र उन्हाळ्यातही अर्धा इंची पाणी विहिरीत पडावं म्हणून मी चार विंधन विहीरी घेतल्या. एका विंधन विहिरीला अर्धा इंची पाणी लागलं. ते विहिरीत टाकण्यासाठी हजार फुटाची नवीन पाइपलाइन टाकली. फक्त चारच दिवस विहिरीत पाणी पडलं आणि बोअर बंद पडला. ती माझी, अर्धा इंची पाण्याची गोष्ट वाचून अनेकांच्या डोळ्यांत पाणी आलं. अनेकांनी तुमच्या शेतात पाण्याचं हमखास ठिकाण दाखवतो, असा विश्वास दाखवला. पण माझ्या लक्षात आलं होतं, की आमच्या शेतात विंधन विहीर यशस्वी होऊच शकत नाही. सगळी प्रतिकूल भौगोलिक परिस्थिती असल्याने ते शक्यच नव्हतं. म्हणून मी तो मोह टाळला आणि ४२ लाख लिटर क्षमतेचं शेततळं केलं. आज या तळ्यामुळं दुष्काळी वातावरणातही आमची छोटीशी फळबाग टिकून आहे. पण असे अनेक शेतकरी मी पाहतोय, की थोडेसे आगाऊ पैसे हातात आले, की ते हमखास विंधन विहीर घेतात आणि शेतीच्या नावाने बोटं मोडत बसतात. कोरडवाहू शेतीत फायदा होणं शक्य नाही, हे माहीत असताना अवाजवी गुंतवणूक करून जोखीम वाढवणं शहाणपणाचं नाही. उलट कमी खर्च हा फायदा वाढवतो. प्रत्येकाची जमीन, पाण्याची स्थिती, भौगोलिक परिस्थिती वेगळी असते. त्यामुळे एका शेतकऱ्याचा प्रयोग दुसरीकडं यशस्वी होऊ शकतोच असं नाही. हे माहीत असतानाही शेतकरी कोणाचं तरी अंधानुकरण करतात, तेव्हा ते त्यांच्या डोक्याचा वापर करीत नाहीत. इतरांचं सोडा माझ्यासारखा विचारी माणूस असे प्रयोग करून फसतो. अनेकदा आर्थिक फायद्यापेक्षा त्यात भावनिकताही असते. गेल्या दोन वर्षांत मी अशा दोन प्रयोगांत फसलो. शेतीबद्दल नकारात्मक मत तयार होऊ नये म्हणून मी आजवर त्यावर लिहिणं टाळलं होतं. पण आता ते सांगूनच टाकतो.

मत्स्यपालनाची अपयशकथा

पहिला प्रयोग शेततळं पूर्ण होऊन त्यात पाणी भरल्यानंतरचा आहे. तळ्यातील निळ्याशार पाण्याचे फोटो फेसबुकवर टाकले तेव्हा 'सर, मत्स्यपालन करा' अशा अनेक प्रतिक्रिया आल्या. त्यात हे करणं फायदेशीर आहे, असं सांगणाऱ्याचं प्रमाण मोठं होतं. खरं तर मत्स्यपालन फायदेशीर नसल्याची दोन-तीन उदाहरणं मी प्रत्यक्ष बघितली होती. पण तरीही हे करावं, अशी इच्छा कुठंतरी मनात तयार झाली होती. यू-ट्यूबवरील काही व्हिडिओ बघून ही इच्छा प्रबळ झाली. शेतीतला सहकारी नरेश शिंदे याला बोललो. तो अनुकूल होता. यातून चांगले पैसे मिळू शकतात, असं त्याचं मत होतं. मी विचार केला की, फायदा नाही तर नाही; किमान आपल्याला भरपूर मासे खायला मिळतील. निर्णय झाला की अंमलबजावणी मी वेगात करतो. तळ्याभोवती कुंपण तयार होतंच. अहिल्यानगरहून मत्स्य बीज, तळ्यात मध्ये पक्षी जाऊ नयेत म्हणून शंभर बाय शंभरची जाळी आणि खाद्य कारने घेऊन आलो. त्याचं बिल तेवीस-चोवीस हजार रुपये झालं असावं. मासे तळ्यात सोडण्याचे फोटो, व्हिडिओ केले. दररोज माशांना खाद्य टाकताना, त्या पिलांना बघणं हा दिनक्रम बनला. महिनाभरात मासे थोडे मोठे झाले. खाद्य टाकले, की सगळे मासे एकत्र येऊन मस्ती करायचे. ते बघून खूष व्हायचो. त्याचे व्हिडिओ सोशल मीडियावर टाकायचो. मध्येच अचानक शेततळ्यात बेडकांची संख्या अफाट वाढली. जाळ्या असतानाही, ही बेडकं आत कुठून आली, ते कळलं नाही. आठ महिन्यांपर्यंत हे असंच चालू होतं. दरमहा अहिल्यानगरवरून माशाचं खाद्य आणून टाकणं सुरू होतं. सोबत गिरणीचं पीठ, शेण टाकणंही सुरू होतं. पण माशांची वाढ अपेक्षेप्रमाणे होत नव्हती. तेरा हजार बीज सोडलं होतं. पण शंभर-दीडशेच मासे दिसत होते. खाद्य खाताना त्यांना बघणं हा आमचा आनंददायी कार्यक्रम सुरू होता. दहाव्या महिन्यात गावातील मासे पकडणाऱ्या इसमाला बोलावलं. तो ट्यूब आणि जाळे घेऊन पाण्यात उतरला. पाच तासांत दोन वेळा जाळे बदलून त्याला फक्त दोन-तीन किलो मासे सापडले. तो बोलला, की तळ्यात मासेच नाहीत. माझा दिवसाचा रोजगार बुडाला म्हणून तो कुरकूर करू लागला. त्यामुळे त्याला निम्मे मासे मागण्याची हिंमत झाली नाही. इथले १३ हजार मासे कुठं गेले? अचानकपणे तळ्यात आलेल्या बेडकांनी ती माशांची पिलं खाऊन टाकली, असा निष्कर्ष आम्ही चर्चेअंती काढला. मत्स्यपालनाच्या डायरीवरील खर्चाच्या नोंदीची बेरीज केली तेव्हा ती ६० हजार रुपये भरली. एवढे पैसे जाऊनही आमच्या तळ्यातील एकही मासा आम्हाला खायला मिळाला नाही. पण तळ्यातील मासे जवळून पाहायला मिळणं, हे ६० हजार रुपयांपेक्षा अधिक मोलाचं असल्याचं मानून मी याचं दुःख केलं नाही.

पत्ते पिसे, तो क्रीडामंत्री दिसे!

आपल्या लाडक्या देशात काही गोष्टी अशा असतात ज्या विज्ञानाच्या नव्हे, पण विचित्रपणाच्या... नाटक, रहस्य, खलनायक, विनोद आणि थोडं डोकं फिरवणारं अशा सगळ्या चवींनी भरलेल्या असतात. यात नव्याने भर पडली ती माणिकराव कोकाटे यांच्या रूपाने. रमीच्या डावात ते पकडले गेले आणि लगेच क्रीडामंत्री झाले! यावरून स्पष्ट झाले की, महाराष्ट्रात गेम खेळला की गेम बदलतो. यातून सरकारने जणू सांगितले, जो खेळत असतो, तोच योद्धा असतो. मग तो खेळ भले घराघरातल्या माणसांनी टाळलेला असो, कायद्याच्या धोक्यात येणारा असो किंवा त्याच्या आड काचेच्या ग्लासातून झळकणारा ह्यसामान्य शौकह्न असो. आता अनेकांना गहन प्रश्न पडला आहे की, माणिकराव कोकाटे यांनी त्यांच्या युवावस्थेत असा कोणता खेळ खेळला होता, जो बघून सरकारने आज त्यांच्या हातात क्रीडा व युवक कल्याण मंत्रालय दिले? खरेच कुतूहलाचे आहे. कारण ना कोणती मैदानी खेळातील कामगिरी, ना कुठलाही विद्यार्थीदशेतील क्रीडा नेतृत्वाचा दाखला. मग हे खाते त्यांच्या पदरात नेमके कसे पडले? आता तुम्ही म्हणाल, एखाद्या व्यक्तीने जीवनात एकही वाक्य लिहिले नसले तरी त्याला साहित्य अकादमीचा पुरस्कार देण्यासारखं हे आहे. पण तुमचा हा तर्क चुकतोय. खरं तर कोकाटे यांना युवा अवस्थेपासूनच डाव कसा लावायचा, कुठल्या जोकर्सना जवळ ठेवायचं, कोणाला ड्रॉप करायचं आणि योग्य क्षणी कोणता पत्ता शो करायचा याचे योग्य ते प्रशिक्षण मिळालेले होते. त्यामुळे त्यांना हे मंत्रीपद यापूर्वी कधीच मिळायला हवे होते. त्यांच्या करिअरचा मागोवा घेतला तर लक्षात येते, की ते राजकारणात बराच काळ खेळत होते. पण तो सत्तेच्या संगीत खुचीर्चा खेळ होता. त्यासाठी ते कधी काँग्रेसमध्ये, कधी भाजपमध्ये, कधी शिवसेनेत तर कधी शरद पवारांच्या राष्ट्रवादीतदेखील होते. अगदीच या पक्षांमध्ये राहूनही मंत्रीपद मिळत नाही, म्हटल्यावर त्यांनी लोकसभा निवडणुकीत अपक्ष म्हणूनही स्वतःला आजमावून बघितले. इतके सारे पक्ष बदलल्यानंतर ते आता अजित पवारांच्या राष्ट्रवादीत स्थिरावले आणि सगळेच खेळ करत ते आता क्रीडा मंत्रीपदापर्यंत पोहोचले. राजकारणाच्या खेळात इतके मोठे योगदान देर्णाया एखाद्या नेत्याला जर क्रीडामंत्रीपद बहाल केले तर इतरांना पोटदुखी का व्हावी? खरंच, कोकाटे साहेबांच्या खेळण्याच्या कौशल्याला सलाम! मैदानाविना खेळून मंत्रालय मिळवण्याच्या या उंच उडीच्या खेळाला कदाचित इतिहासात राजकीय रमीचा बादशहा म्हणून नोंदविले जाईल. त्यातून समाजाचा प्रगल्भ वर्ग अचंबित होऊ शकतो. शाळांमधील खेळांचे शिक्षक, जे वषार्नुवर्षे विद्यार्थ्यांमध्ये मैदानी कौशल्य विकसित करण्यासाठी झगडत आले, त्यांना प्रश्न पडू शकतो की, ह्यआम्ही रमी खेळायला शिकवलं असतं तर विद्यार्थी मंत्री झाले असते का? असो, आता कोकाटे साहेबांनी रमी मध्ये विशेष प्राविण्य मिळवले, म्हणून थेट क्रीडामंत्री झाले! उद्या कोणी दारू पिताना पकडला, तर त्याला उत्पादन शुल्क मंत्री बनवले गेल्यास नवल वाटू नये. कोणी मटका लावताना पकडला गेला, तर त्याला अर्थखाते दिले जाईल. कारण मटकाही रिस्क मॅनेजमेंट चाच भाग आहे! यापुढे जर कोणी दिवसभर फेसबुकवर फ्रेंड रिक्वेस्ट पाठवत असेल, तर त्याला थेट सामाजिक न्यायमंत्री करावे! कारण समाजाशी इतका व्यापक संवाद कोण साधतो? तीनपत्ती खेळर्णायांना थेट मंत्रिमंडळातील धोरण नियोजन विभाग द्यायला हवा. संजय गायकवाडांसारख्या भल्या माणसाने कॅन्टीनमध्ये डावीकडून हुक मारला.. उजवीकडून अपर कट दिला तर बिघडलं कुठे? खरं तर ही थेट ऑलिम्पिकच्या लेव्हलची कामगिरी झाली! त्यांना बॉक्सिंग महासंघ, स्पोर्ट्स अथॉरिटी आणि गरज पडलीच तर शारीरिक शिक्षण अभ्यास मंडळाचे अध्यक्षपदही बहाल करता येईल. राजकीय निकषांच्या या स्पर्धेतून गृहराज्यमंत्री योगेश कदमांना कसे वगळता येईल? कायद्याची पर्वा न करता, पोलीस खाते, प्रशासन आणि सर्वोच्च न्यायालयाची छाती मोडून जर डान्स बार सुरू ठेवायचं धैर्य कोणीतरी दाखवत असेल, तर त्याला अशा धाडसी खात्याच्या मंत्रीपदावर ठेवणं सरकारचं परम कर्तव्यच आहे. हा निव्वळ योगायोग कसा म्हणावा? संसदेच्या पवित्र सभागृहात विरोधक जेव्हा तमाशा हा शब्द उच्चारतात, तेव्हा पंतप्रधानांसह त्यांच्या पक्षातील नेते, प्रवक्ते, समर्थक यांना अपार वेदना होतात.

अपयशी ठरलेले पालक

आलकांना असलेला तीव्र ताण आणि मानसिक आरोग्याच्या समस्या अशा वागणुकीसाठी कारणीभूत ठरतात. पालक अनेकदा तीव्र ताण, नैराश्य, चिंता किंवा इतर मानसिक आरोग्य समस्यांनी ग्रासलेले असतात. आर्थिक समस्या, नातेसंबंधातील संघर्ष, कौटुंबिक कलह किंवा कामाचा ताण यामुळे ते मानसिकदृष्ट्या अस्थिर होतात आणि अशा परिस्थितीत योग्य निर्णय घेण्याची क्षमता गमावतात. अशा स्थितीत, मुलांच्या लहान चुकाही त्यांना असह्य वाटू शकतात आणि त्यातून ते हिंसक होतात. पालकत्वाचा ताण, सततच्या जबाबदाऱ्या, मुलांची काळजी घेणे, मुलांच्या गरजा पूर्ण करणे, आर्थिक भार आणि सामाजिक अपेक्षा यामुळे पालकांना प्रचंड ताण येऊ शकतो, ज्यामुळे ते 'बर्नआऊट' होतात. अशा परिस्थितीत ते चिडचिडे होतात आणि त्यांच्या भावनांवर नियंत्रण ठेवू शकत नाहीत. आपलं मूल मागे पडणार नाही ना, ते योग्य वळणावर, वाटेवर राहील ना, त्याच्या कोणत्याही कृत्यामुळे आपली बदनामी होणार नाही ना? आपलीच मुलं आपल्याला समाजात मान खाली घालायला लावतील का? आपण त्यांच्यावर केलेल्या शैक्षणिक खचार्चं ते सार्थक करतील का? अशा सततच्या नकारात्मक विचारांमुळे पालक त्रस्त असतात. राग आणि निराशा या बाबी पालकांना सतत अस्वस्थ करतात. पालकांना स्वतःच्या आयुष्यातील अपयश, निराशा किंवा अपेक्षेप्रमाणे गोष्टी न घडल्यामुळे प्रचंड राग येऊ शकतो. हा राग अनेकदा मुलांवर काढला जातो. कारण मुले त्यांच्या नियंत्रणाखाली असतात आणि स्वतःचा बचाव करू शकत नाहीत. मुलांना सतत धाकात, दाबावात, शिस्तीत ठेवणं म्हणजेच पालकत्व अशी धारणा अनेकांची असते. अनेक पालकांना त्यांच्या लहानपणी जे काही व्हायचं होतं, करायचं होतं, मिळवायचं होतं ते परिस्थितीअभावी करता आलेलं नसतं. असे पालक मुलांना त्यांच्या आवडीच्या क्षेत्रात टाकण्यापेक्षा स्वतःच्या आवडीच्या क्षेत्रात जायला जबरदस्ती करतात आणि त्यात अपेक्षा पण खूप ठेवतात. मुलांना जर लादलं गेलेलं करिअर यशस्वीरीत्या पार नाही पाडता आले तर त्यांना दोष देणे योग्य नाही. स्वतःवरील अवास्तव अपेक्षा आणि सामाजिक दबाव या कारणास्तव पालक आपली विचारसरणी सांभाळू शकत नाहीत. समाजात 'आदर्श पालक' असण्याचा दबाव प्रचंड असतो. जर मुलांनी अपेक्षेनुसार कामगिरी केली नाही किंवा त्यांच्याकडून चुका झाल्या तर पालकांना स्वतःची निराशा वाटते आणि ते स्वतःला अपयशी समजतात. आपणच कुठेतरी मुलांना घडवण्यात कमी पडलो, आपल्या संस्कारात कमतरता राहिली, आपल्याला योग्य आदर्श मुलं तयार करता आली नाहीत यातून ते कधीकधी टोकाची भूमिका घेतात. कोणतंही मूल आणि कोणताही पालक शंभर टक्के योग्य किंवा आदर्श कधीच नसतो हे समजणे गरजेचे आहे. पालकांचा बालपणीचा अनुभव सगळ्यात महत्त्वाचा असतो. काही पालकांनी स्वतः बालपणी शारीरिक किंवा मानसिक अत्याचार अनुभवले असतील. यामुळे त्यांना आक्रमकतेचे किंवा हिंसाचाराचे वर्तन सामान्य वाटू शकते आणि ते आपल्या मुलांशीही त्याच पद्धतीने वागू शकतात. काही घरात जुन्या वळणानुसार पालकांना त्यांच्या आई-वडिलांनी मारहाण करणे, कठोर शिक्षा देणे, उपाशी ठेवणे, कोंडून ठेवणे, घराबाहेर काढणे, त्याच्याशी दीर्घ काळ अबोला धरणे, शिवीगाळ करणे, चटके देणे, बांधून ठेवणे असे प्रकार केलेले असतात. अशा वातावरणात मोठी झालेली पालक मंडळी या गोष्टीला खूप गांभीर्याने घेत नाहीत आणि आताच्या पिढीतील मुलांना पण क्रूरतेने वागवणे म्हणजे शिस्त लावणे असेच समजतात. आम्ही कसं सगळं सहन केलं तसंच आमच्या मुलांनी पण करावे अशा चुकीच्या अपेक्षा मुलांकडून ठेवणे म्हणजे मूर्खपणा आहे. मद्यपान आणि अमली पदार्थांचे सेवन करण्याची सवय जर पालकांना असेल तर त्यांची हिंसक प्रवृत्ती अजून उफाळून येते. मद्यपान किंवा अमली पदार्थांच्या प्रभावाखाली व्यक्तीच्या विचारशक्तीवर आणि निर्णयक्षमतेवर परिणाम होतो. यामुळे पालक अनियंत्रित होऊन मुलांना इजा पोहोचवू शकतात. भावनात्मक संबंधांचा अभाव हा पण महत्त्वाचा मुद्दा असून, काही पालकांचा आपल्या मुलांशी भावनिक संबंध चांगला नसतो. यामुळे त्यांना मुलांबद्दल सहानुभूती वाटत नाही आणि ते त्यांच्यावर सहजपणे राग काढू शकतात. अनेकदा मुलगा हवा होता पण मुलगी झाली, दोन्ही मुलंच झाली किंवा तिन्ही मुलीचं झाल्या या तुलनात्मक वातावरणामुळे लहानपणापासून असे पालक मुलांशी व्यवस्थित संवाद, नातं, आपलेपणा निर्माण करू शकलेले नसतात. मूल जन्माला घातलं, कर्तव्य केली, त्याच्या जबाबदाऱ्या पार पाडतोय इतकंच औपचारिक नातं अशा पालकांमध्ये आणि मुलांमध्ये पाहायला मिळते. आपल्याच मुलांमध्ये पालक भेदभाव करतात, दुय्यम वागणूक देतात, कोणावर जास्त प्रेम तर कोणाचा तिरस्कार करतात. समाजातील वाढती हिंसा आणि असंवेदनशीलता यामुळे निर्दयी होत चाललेले मन आणि मृत होत चाललेल्या भावना सुद्धा हिंसक प्रवृत्तीला कारणीभूत असतात. समाजात एकूणच हिंसा आणि असंवेदनशीलता वाढत असल्याने, लोकांना जीवनाचे मूल्य कमी वाटू लागले आहे. यामुळे गुन्हेगारी प्रवृत्ती वाढीस लागते आणि त्याचे परिणाम कौटुंबिक स्तरावरही दिसू लागले आहेत. एखाद्याचा जीव घेणं हाच रागावरील तोडगा आहे इतक्या सहजासहजी लोक खून करतात. अशा गंभीर समस्यांवर आपण काय उपाययोजना करू शकतो अशा घटनांवर नियंत्रण मिळवण्यासाठी आणि अशा घटना रोखण्यासाठी काही उपाययोजना महत्त्वाच्या आहेत यावर देखील आपण बोलणे आवश्यक आहे. मानसिक आरोग्य सेवा आणि समुपदेशनाचे महत्त्व लक्षात घेऊन, पालकांसाठी मानसिक आरोग्य तपासणी आणि समुपदेशन सेवा सहज उपलब्ध असाव्यात. विशेषतः नवीन पालकांसाठी आणि ज्यांना पालकत्वाचा ताण जाणवत आहे, त्यांच्यासाठी समुपदेशन अनिवार्य करावे. शाळांना, क्लासेसमध्ये, महाविद्यालयांना असे समुपदेशन सत्र आयोजित करणे बंधनकारक असावे.

रिकाम्या पोटी लहान मुलांना खायला देऊ नका या गोष्टी

पालक म्हणून आपले लक्ष्यच असते मुलांचं आरोग्य आणि पोषण योग्य ठेवणं. पण कधी कधी चुकून निरुपयोगी किंवा हानिकारक दृष्ट्या रिकाम्या पोटी दिलेल्या अन्नपदार्थांमध्ये गडबड होते. काही पदार्थ शरीरात ॲसिडिटी, गॅस, बद्धकोष्ठता किंवा एलर्जी निर्माण करतात. पुढे हेच सवय झाली की लहान वयातच पचन विकार निर्माण होऊ शकतात. म्हणूनच, जाणून घेऊया 5 अत्यंत सामान्य पण धोकादायक पदार्थ, जे तुम्ही कधीच रिकाम्या पोटी आपल्या पाल्याला देऊ नका.

कोणते पदार्थ टाळले पाहिजेत?

1) दूध

रिकाम्या पोटी अँटिबायोटिक्स आणि प्रोटीनयुक्त दूध मुलांना पियायला दिल्याने गॅस, पोट फुगणे, आणि बद्धकोष्ठता होऊ शकते. हलक्या अन्नासहच दूध देणे शरीरासाठी अधिक योग्य ठरेल.

2) मल्टीविटामिन गोळ्या

मल्टीविटामिन गोळ्या अन्नाशिवाय घेतल्यास शरीरात शोषण कमी होते. विटामिन सी आणि इतर घटकांमुळे पोटात जलन, विरोधी प्रतिक्रिया होऊ शकतात.

3) सुका मेवा

काजू बदाम पिस्ता खाली पोटी खायला दिल्यास पचनास कठीण जाते. त्यामुळे जर ते भिजवून खायला दिलेत तर पचायला सोपे जाईल.

४) बिस्किटे

बिस्किटांमध्ये आधीच प्रक्रिया केलेली असल्याने, रिकाम्या पोटी दिल्यास पचन मंदावते व बद्धकोष्ठात वाढ होऊ शकते. रोजच्या डाएटमध्ये अतिरिक्त कॅलरीज मिळू शकतात. आणि मैद्याचे प्रमाण जास्त असते त्यामुळे लहान मुलांना खायला देणं शक्यतो टाळले तर अधिक उत्तम.

काही महत्वाच्या टिप्स

-कोणत्याही गोष्टी नव्याने सुरू करत असल्यास रिकाम्या पोटीच नाही तर कमी प्रमाणात वापरा.

- ऍलर्जी होत असलेल्या पदार्थांची नोंद किंवा पचन समस्या असल्यास डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

-लहान मुलांच्या पोषणासाठी, सकाळी थोडं फळ, ओट्स द्या मैद्याचे पदार्थ टाळा.

पालक म्हणून आपल्या काळजीची सुरुवातच योग्य आहारापासून होते. हे हलके पण प्रभावी नियम तुमच्या मुलांचं आरोग्य सुरक्षित ठेवून आपली पालकत्वाची जबाबदारी परिपूर्ण करू शकतात.

मुलांना चहा देणे योग्य आहे का?

घरात सकाळच्या गरम चहाशिवाय दिवसाची सुरुवात होत नाही. अनेक पालकांना मुलांसोबत चहा पिण्याची सवय असते. अनेकवेळा आपण मुलांनाही आपल्या सवयीप्रमाणे एक कप चहा देतो, त्यासोबत बिस्किटं, खारी किंवा नाश्ता देतो. पण बालवयातील मुलांना चहा पाजणं खरंच योग्य आहे का? यावर तज्ज्ञ डॉक्टरांकडून मोठा इशारा देण्यात आला आहे.

चहा दिल्यास मुलांचं अन्नाकडून लक्ष हटतं अनेक बालरोगतज्ज्ञांनी यासंदर्भात सावधगिरीचा सल्ला दिला आहे. ते म्हणतात की, लहान मुलांना चहा पाजल्यास त्यांची भूक कमी होते. एखादं मूल जर10-12 किलो वजनाचं असेल आणि त्याला एक कप चहा दिला, तर त्यानंतर त्याचं जेवणाकडं लक्ष राहत नाही. मुलं मग फक्त खारी, बिस्किटे अशा पोट न भरणाऱ्या गोष्टी खातात आणि डाळ, भात, भाजी यांचं सेवन टाळतात.

पोषणात कमतरता आणि आजारपणाची शक्यता चहा पिऊन खऱ्या अथार्ने पोषक आहार न घेतल्यामुळे बाळाच्या शरीरात आवश्यक तत्वांची कमतरता होते. परिणामी वजन वाढत नाही, शरीर अशक्त राहतं आणि रोगप्रतिकारक शक्ती कमी होते. अशा मुलांना वारंवार सर्दी, खोकला, ताप यांसारखे आजार होतात.

डॉक्टरांचं मत आहे की मुलांना कॅफिनयुक्त पेय देणं टाळावं, कारण त्याचा परिणाम झोपेवर, पचनावर आणि संपूर्ण विकासावर होतो.

चहा देणं म्हणजे व्यसन लावण्यासारखं?

बालवयात चहाची सवय लागणं हे एकप्रकारचं व्यसन असल्याचंही तज्ज्ञ सांगतात. मोठ्यांप्रमाणेच मुलांनाही चहा पिण्याची सवय लागल्यास ती पुढे कायम राहते आणि त्यातून आरोग्याचे धोके वाढतात. चहामध्ये पोषक काहीच नसतं. याउलट ते बाळाच्या पचनसंस्थेला त्रासदायक ठरू शकतं. त्यामुळे मुलांना सकाळी किंवा संध्याकाळी ताजं फळ, दूध, सुके मेवे किंवा पौष्टिक नाश्ता देणं जास्त फायदेशीर ठरतो.

रात्रीच जास्त का रडतात लहान

लहान मुले देवाची घरची फुले असं म्हटलं जातं. लहान मुलं कोणाला आवडत नाही. न्युबॉर्न असेल तर विषयचं नाही. घरात एखाद बाळ असेल तर घरात त्याच्या हसण्याचा-रडण्याचा सतत आवाज असतो. बाळामुळे घर अगदी हसतं खेळतं वाटतं. बाळ हसताना खूप छान दिसतं पण, रडणारा बाळ... रडणारा बाळाला शांत करणे आई- बाबांची मोठी कसरत असते. रडण ही एक सामान्य गोष्ट आहे , ज्या माध्यमातून बाळ आपल्याला काहीतरी होत आहे काही हवं आहे हे सांगत असतं. पण, कधी कधी बाळ अचानक रात्रीचं जास्तचं रडू लागतं. बाळाच्या रडण्याची कारण विविध असू शकतात, जी समजणं पालकांना कठीण जाऊ शकते. आजच्या लेखात आपण जाणून घेऊयात अशी काही सामान्य कारणे

गॅसची समस्या - लहान बाळ रात्रीच्या वेळी जास्त रडत असेल तर त्याला गॅसची समस्या झाली असे समजावे. कधी कधी दूध पाजताना पोटात हवा जाते. ज्यामुळे पोटात गॅस निर्माण होतो. म्हणून दूध पाजल्यावर त्याला ढेकर येण्याची वाट पाहावी. ढेकर यावर उपाय येत नसेल तर बाळाच्या पाठीवर हळूहळू चोळावे, यामुळे गॅस तयार होत नाही.

ओले डायपर - ओल्या डायपर, खाज किंवा रॅशेसमुळे बाळ अस्वस्थ होते आणि रात्री उठून रडू लागते. त्यामुळे बाळ जास्त रडत असेल तर पहिले बाळाचे डायपर ओले झाले आहे का नाही ते चेक करावे. तसेच बाळासाठी उत्तम दर्जाचे डायपर, नॅपकिन वापरावेत, जे ओले होऊन बाळाची झोपमोड होणार नाही.

भूकेमुळे - नवजात बाळाचं पोट लवकर रिकामं होतं. त्यामुळे त्यांना प्रत्येकी 2 ते 3 तासांवी दूध देणे गरजेचे असते. कधीकधी बाळाला भूक लागल्यामुळेही बाळ रात्रीचं रडू लागते.

दातांच्या समस्येमुळे - दातांच्या समस्येमुळे बाळ रात्री जास्त रडते. अशावेळी तुम्ही बाळाच्या हिरड्यांची मालिश होणे अत्यंत आवश्यक आहे. हिरड्यांच्या मालिशसाठी हातात थंड केलेली खेळणी द्यावीत. कारण लहान मुले सतत जे मिळेल ते तोंडाने चावण्याचा प्रयत्न करतात.

टीनएजर मुलं धड बोलत नसतील तर पालकांनी मानावा पेरेंटिंग कोचचा हा सल्ला!

मुलं मोठी व्हायला लागली की पालकांपासून आपोआपच दुरावतात. त्यांचं स्वतःचं स्वतंत्र जग निर्माण होऊ लागलेलं असतं. त्यांच्या शरीरात आणि मनातही फार बदल घडत असतात. आणि या बदलांच्या अनुषंगाने मुलांच्या वागण्यातही नकळतपणे बदल होऊ लागतात. त्याचवेळी पालकांना मुलांचं वागणं उद्धटपणा वाटतो. या टप्प्यावर मुलांचं विशेषतः आईशी असलेलं बॉन्डिंग घसरणीला लागतं. रागाच्या भरात आई अनेकदा मुलांच्या मनाला लागेल असं बोलून जाते. आणि त्यामुळे मुलांच्या मनावर खोलवर परिणाम होतो. पेरेंटिंग कोच रिद्धी देवरिया यांनी मार्गदर्शन केलं आहे. आईच्या नकळत झालेल्या कोणत्या चुकीमुळे पालक आणि मुलांमध्ये दुरावा निर्माण होतो हे रिद्धी यांनी समजावून सांगितलं आहे.

स्वशोधात मग्न मुलं

पालकत्व प्रशिक्षक म्हणतात की जर किशोरवयीन मुले तुमचे ऐकत नसतील आणि आईला असे वाटत असेल की मुले तिचा अनादर करत आहेत, तर तसे नाही. पालकत्व प्रशिक्षक म्हणतात की मुले तुमचा अनादर करत नाहीत किंवा भांडू इच्छित नाहीत, तर ते स्वतःचा आवाज शोधत आहेत किंवा स्वतःला समजून घेण्याचा प्रयत्न करत आहेत. किशोरावस्था ही अशी वेळ असते जेव्हा मुले अनेक प्रकारच्या जैविक बदलांमधून जात असतात.

संवाद साधण्याची गरज

मुलांना घरी प्रेम मिळाले नाही तर ते ते बाहेर शोधू लागतात. अशा परिस्थितीत, आईने मुलांशी संवाद साधण्याची गरज आहे, बंध निर्माण करण्यावर लक्ष केंद्रित करणे महत्वाचे आहे. किशोरवयीन मुलांना स्वातंत्र्य, गोपनीयता, उत्साह आणि नियंत्रण आवश्यक आहे. जर त्यांना घरी या गोष्टी मिळाल्या नाहीत तर त्या बाहेर या गोष्टी शोधू लागतात. अशा परिस्थितीत, काही गोष्टी लक्षात ठेवून आई किशोरवयीन मुलांशी व्यवहार करू शकतात आणि नातेसंबंध सुधारू शकतात.

ऐकून

पालकत्व प्रशिक्षक म्हणतात की मातांनी त्यांच्या मुलांमध्ये व्यत्यय न आणता त्यांचे ऐकणे शिकले पाहिजे. जेव्हा त्यांना दोषी वाटणार नाही, तेव्हा त्या स्वतःला चांगल्या प्रकारे व्यक्त करू शकतील. यामुळे त्यांना सर्वकाही चांगले आणि वेगळ्या पद्धतीने करण्यास मदत होईल.

संयम राखा

आईनेही संयम राखला पाहिजे. किशोरवयीन मुलांसोबत आईने शांत राहावे. हे थोडे कठीण असू शकते पण एक आई म्हणून, तुमच्या उर्जेचा मुलावर शब्दांपेक्षा जास्त परिणाम होईल.आईने मुलाला व्याख्यान देणार नाही याची काळजी घेतली पाहिजे. किशोरवयीन मुलासोबत हे चालणार नाही. जर आई सतत किशोरवयीन मुलाला व्याख्यान देत राहिली तर मुलाला असे वाटेल की तो जे काही बोलेल त्याचा आईकडून अनादर होईल.

एकांत मिळू द्या

मुलाला एकांत देणे खूप महत्वाचे आहे. जर मुलाला घरी एकांत मिळाला नाही तर तो घरी वेळ घालवू इच्छित नाही. म्हणूनच घरी मुलांना जागा आणि एकांतता देणे महत्वाचे आहे. मुलासोबत १० मिनिटांचे प्रेमाचे नाते हे तासन्तास होणाऱ्या भांडणापेक्षा चांगले असते. म्हणूनच मुलाशी शुद्ध नाते निर्माण करण्यावर लक्ष केंद्रित करा. आईने मुलाशी प्रेमाने बोलणे आणि त्याला समजून घेणे, त्याला जागा आणि गोपनीयता देणे हे नाते सुधारू शकते.

बाळाच्या सगळ्या पौष्टिक गरजा भागवतं ते फक्त आईचं दूध

बाळासाठी त्याच्या आईचे दूध अमृत मानले जाते. आईच्या दुधात बाळाच्या विकासाच्या आणि पौष्टिक गरजा पूर्ण करणारे सर्व गुण असतात. म्हणूनच जन्मानंतर ६ महिने नवजात बाळाला फक्त स्तनपानावर अवलंबून ठेवण्याचा सल्ला दिला जातो. आईच्या दुधात असलेले अँटीबायोटिक्स बाळाची प्रतिकारशक्ती मजबूत करतात आणि पोटाशी संबंधित समस्यांचा धोका देखील कमी करतात. एवढेच नाही तर स्तनपानाद्वारे आई आणि बाळामध्ये भावनिक बंध देखील निर्माण होतो. राष्ट्रीय कुटुंब आरोग्य सर्वेक्षणानुसार, भारतात स्तनपानाच्या दरात सातत्याने घट होत आहे. गेल्या ६ महिन्यांत केवळ ४१.६ टक्के बालकांना स्तनपानाद्वारे पोषण मिळू शकले आहे. पाहू या आई आणि बाळाला स्तनपानाने होणारे फायदे.

स्तनपानाबाबत जागरूक

स्तनपानाच्या या घटत्या दराची कारणे जागरूकतेचा अभाव, इन्फंट फॉम्युर्ला मार्केटिंग, स्तनपान देणाऱ्या मातांना आधार आणि पायाभूत सुविधांचा अभाव, सांस्कृतिक श्रद्धा आणि आधुनिक जीवनशैलीचे दबाव असू शकतात असे सर्वेक्षणातून सूचित होते. महिलांना स्तनपानाबाबत अजूनही जागरूक राहण्याची गरज आहे, जेणेकरून माता पूर्ण माहिती आणि आत्मविश्वासाने याबद्दल योग्य निर्णय घेऊ शकतील.

आई आणि बाळामध्ये घट्ट बंध

प्रत्येक आईला आपले मूल सर्व प्रकारच्या आजारांपासून दूर राहावे असे वाटते, त्यामुळे बाळाला स्तनपान करणे अत्यंत आवश्यक आहे. याशिवाय स्तनपानामुळे आई आणि बाळामध्ये घट्ट बंध निर्माण होण्यास मदत होते. अनेक माता बाळाच्या जन्मानंतर अनेक महिने बाळाला स्तनपान देण्यास प्राधान्य देतात.

रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत

स्तनपानाचा सर्वात मोठा फायदा म्हणजे बाळांना स्तनपानातून सर्वोत्तम पोषण मिळते. आईचे दूध हे बाळांच्या पौष्टिक गरजांनुसार तयार केले जाते, ज्यामध्ये प्रथिने, चरबी, कार्बोहायड्रेट्स आणि आवश्यक जीवनसत्त्वे आणि खनिजे संतुलित प्रमाणात असतात. आईचे दूध बाळांना अँटीबॉडीज देऊन त्यांची रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत करते, ज्यामुळे त्यांच्या शरीराला भविष्यात संसर्ग आणि आजारांशी लढण्याची शक्ती मिळते.

बुद्ध्यांक सुधारतो

स्तनपानामुळे बाळांमध्ये ॲलर्जी, दमा आणि एक्झिमा होण्याचा धोका कमी होतो आणि त्यांची श्वसनसंस्था मजबूत होते. स्तनपानामुळे मुलांचा संज्ञानात्मक विकास सुधारतो, ज्यामुळे त्यांचा बुद्ध्यांक स्कोअर चांगला होतो. आईचे दूध पचायला सोपे असते, त्यामुळे मुलांना बद्धकोष्ठता आणि अतिसार सारख्या समस्या येत नाहीत.

लठ्ठपणा, मधुमेह आणि हृदयरोगाचा धोका कमी

स्तनपानाचे फायदे केवळ त्यांच्या बालपणापुरते मर्यादित नाहीत तर ते वयानुसार लठ्ठपणा, मधुमेह आणि हृदयरोगाचा धोका देखील कमी करते, ज्यामुळे त्यांच्या दीर्घकालीन आरोग्यावर सकारात्मक परिणाम होतो. स्तनपानामुळे आई आणि बाळामध्ये एक मजबूत भावनिक बंध निर्माण होतो.

प्रेग्नन्सीमध्ये घट्ट जीन्स घालणं धोक्याचं का आहे

गरोदरपणाची बातमी मिळाली की गर्भवती स्त्रीचं आयुष्य ३६० अंशात बदलून जातं. तिला शेकडो सल्ले दिले जातात. त्यातले उगाचच असतात तर काहींत अर्थ असतो. पण गरोदरपणात ऐकावं ते फक्त डॉक्टरांचं. आहार, विहार आणि विचार... सगळ्या बाबतीत डॉक्टर सांगतील ते निमूटपणे ऐकावं. कारण निष्काळजीपणे हातून नकळत घडलेली एखादी चूकही मोठ्या धोक्याला आमंत्रण देऊ शकते. आज पाहू या गरोदरपणात घट्ट कपडे का वापरू नयेत याविषयी डॉ. निकिता सोबती यांनी इन्स्टाग्रामवर एक व्हिडिओ शेअर केला आहे. आपण पाहू या त्या काय सल्ला देतात.

डॉक्टर काय सांगतात

घट्ट जीन्समुळे पोट, कंबर आणि मांड्यांवर दबाव येतो, ज्यामुळे रक्ताभिसरणात अडथळा येऊ शकतो. यामुळे महिलेच्या पायांना सूज, सुन्नपणा किंवा मुंग्या येणे होऊ शकते. बराच काळ रक्तप्रवाह खराब राहिल्यास गर्भाशयातील बाळाच्या विकासावरही परिणाम होऊ शकतो.

ॲसिड रिफ्लक्स किंवा बद्धकोष्ठता

घट्ट कपडे घालल्याने पोट आणि आतड्यांवर दबाव येतो, ज्यामुळे महिलेला अपचन, गॅस, ॲसिड रिफ्लक्स किंवा बद्धकोष्ठता होऊ शकते. गर्भधारणेदरम्यान पचनसंस्था आधीच संवेदनशील असते आणि घट्ट जीन्समुळे परिस्थिती आणखी बिकट होऊ शकते.

पोटावर अनावश्यक दबाव

घट्ट जीन्समुळे महिलेच्या गर्भाशयावर आणि वाढत्या पोटावर अनावश्यक दबाव पडतो, ज्यामुळे गर्भवती महिलेला अस्वस्थता, वेदना किंवा जडपणा येऊ शकतो. हा दबाव बाळाच्या स्थितीवर देखील परिणाम करू शकतो आणि प्रसूतीच्या गुंतागुंतीचा धोका वाढवू शकतो.

त्वचेवर घर्षण आणि घाम

गर्भधारणेदरम्यान, महिलेची त्वचा अधिक संवेदनशील होते. घट्ट जीन्स घातल्याने त्वचेवर घर्षण आणि घाम साचू शकतो, ज्यामुळे महिलेमध्ये खाज सुटणे, लालसरपणा किंवा बुरशीजन्य संसर्ग (जसे की यीस्ट संसर्ग) होण्याचा धोका वाढू शकतो.

संसगार्चा धोका

घट्ट जीन्स घालण्यामुळे गरोदरपणात मूत्राशयावर दबाव येऊ शकतो, ज्यामुळे वारंवार लघवी होण्याचा किंवा मूत्रमार्गाच्या संसगार्चा (वळक) धोका वाढू शकतो.

मुलांचं वाढतं वजन पालकांच्या हातात?

आजच्या काळात लहान वयात स्थूलता ही एक गंभीर आरोग्य समस्या बनत चालली आहे. पूर्वी मध्यमवयीन किंवा वयस्क व्यक्तींमध्ये दिसणाऱ्या लठ्ठपणाचं प्रमाण आता लहानग्यांमध्ये झपाट्याने वाढत आहे. आणि या वाढीमागे केवळ मुलांची चूक नसून, त्याला तितक्याच प्रमाणात जबाबदार असतात त्यांच्या घरातले पालक.

ह्यओन्ली मानिनीह्णला दिलेल्या मुलाखतीत आहारतज्ज्ञ डॉ. प्रणिता अशोक यांनी स्पष्टपणे सांगितलं की, ह्यमुलांना काय खायचं ते ते ठरवत नाहीत, ते आपण पालक ठरवतो. मग त्यांचं आरोग्य बिघडलं, तर जबाबदारीसुद्धा आपलीच असते.' त्या पुढे म्हणाल्या, ह्यपालकांनी त्यांच्या घरात टेबलवर जे ठेवायचं, त्याकडे विशेष लक्ष द्यायला हवं. जर तुम्ही टेबलावर बिस्किटं, चिप्स, मॅगी, शॉर्टकट पाकिटं ठेवत असाल, तर मुलं तेच पाहून, तेच खाणार. त्यांना माहिती नसतं की काय आरोग्यदायक आहे आणि काय नाही. ते फक्त पॅक पाहतात, चव पाहतात आणि लगेच हात लावतात.'

पालकांनी काय करावं?

1) डॉ. प्रणिता यांचा सल्ला

2) टेबलवर फळांची टोपली असू द्या.

3) मखाने भाजून ठेवा, जे पॉपकॉर्नपेक्षा जास्त पौष्टिक आहेत.

4) घरी बनवलेला मुरमुर्याचा चिवडा, पातळ पोह्यांचा चिवडा, तिखट-गोड भडंग ठेवा.

5) फरसाण आणि तळलेले पदार्थ टाळावेत.

6) मुलांबरोबर हेच पदार्थ खावेत, म्हणजे त्यांच्यातही तेच सवयीने येईल.

'पॅरेंटिंग फक्त प्रेमाने होत नाही, शिस्तही गरजेची असते,' असंही त्या म्हणाल्या. मुलांच्या आहाराच्या सवयी लहानपणापासून घडतात. त्यामुळे जर सुरुवातीपासून पालक सजग राहिले, तर मुलांचं आरोग्य टिकून राहतं.

मुलांचं आरोग्य त्यांच्या रोजच्या खाण्यावर अवलंबून असतं आणि त्यांच्या रोजच्या खाण्यावर नियंत्रण ठेवणारी पहिली आणि मुख्य व्यक्ती असते आईवडील.

त्यामुळे मुलांचं वजन वाढण्याआधीच पालकांनी स्वतःचा आहार तपासावा, त्यांच्यासोबत आरोग्यदायी खाणं सुरू करावं आणि टेबलवरून पॅकेट फूड हटवावं. कारण आरोग्यदायी सवयी लावणं हीच खरी गुंतवणूक आहे.

आजारी मुलं जेवायचा कंटाळा करतात ?

प्रौढाच्या तुलनेत लहान मुलांची रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत असते. शरीराची रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत असल्याने व्हायरल इन्फेक्शनमुळे ते लवकर आजारी पडतात. आता तर पावसाचे दिवस सुरू असल्याने डेंग्यु-मलेरियासारखे अनेक आजार डोके वर काढतात. त्यामुळे या दिवसात कमकुवत रोगप्रतिकारक शक्ती असलेली लहान मुले विविध व्हायरल इन्फेक्शन्सला लवकर बळी पडतात. अशावेळी अनेकदा औषधांच्या परिणामामुळे किंवा शरीरात असलेल्या जंतूमुळे अन्न खावेसे वाटत नाही. कित्येकजणांना जेवताना जिभेला चव नसल्याने उलटीसारखे वाटते. दुसरीकडे मुलांच्या शरीरात पौष्टिक पदार्थ जाणे देखील गरजेचे असते. अशावेळी पालकांना मुलांना समजावताना नाकीनऊ येतात. जर तुमचेही मूल खायला नाही म्हणत असेल तर जाणून घेऊयात यावरील सोप्या टिप्स

टिप्स झ्र

मुलं आजारी पडल्यावर त्यांना पचायला सोपे आणि हलके पदार्थ द्यावेत.

लहान मुलांना सकस आहार द्यावा.

मुलांना फळे, भाज्या, कडधान्ये खायला द्यावीत. यामध्ये व्हिटॅमिन सी आणि इतर आवश्यक पोषकतत्वे असतात, जी रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवतात.

पचायला जड पदार्थ देऊ नयेत. यामुळे लहान मुलांची तब्येत आणखीनच बिघडू शकते.

जर मुलं आजारी असूनही खायला मागत असेल तर आवर्जून द्या. यामुळे त्याची भूक भागली जात नाही.

मुलांना ज्यूस देऊन हायड्रेट ठेवता येईल.

मुलाला अन्न गिळताना त्रास होत असेल तर त्याला मॅश केलेले अन्न द्यावे.

आजारातून लवकर बरे होण्यासाठी मुलाला खाण्यासाठी प्रोत्साहित करा.

दोन जेवणामध्ये खिचडी, ज्यूस, सूप किंवा ओट्स सारखे द्रव द्यावे. या पदार्थांनी मुलांना ऊर्जा मिळेल.

सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे मुलांना जबरदस्ती खायला देऊ नये.

महिलांच्या डब्यांतही रोखली जातेय वाट, बदलापूर, डोंबिवली, दिवा, कल्याण स्थानकांत सर्वाधिक त्रास

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक :

लोकल रेल्वेचे दरवाजे अडवून उभे राहणाऱ्या पुरुष प्रवाशांनंतर आता महिला डब्यांमध्येही असे प्रकार जोमाने सुरू झाले आहेत. बदलापूर, कर्जत लोकलमध्ये बेशिस्त महिला प्रवाशांकडून महिला डब्यांचे दरवाजे अडवण्यात येत आहेत. त्यामुळे दरवाजे अडवणाऱ्या महिला प्रवाशांविरोधात सर्वसामान्य महिला प्रवाशांमधून प्रचंड रोष व्यक्त होत आहे.

लोकलच्या या द्वाररोख्यांवर कारवाई करण्यासह त्यांच्या मानसिकतेमध्ये बदल करण्यासाठी जनजागृतीची गरज रेल्वे प्रवाशांमधून व्यक्त होत आहे.

लोकलमधील गर्दीचा त्रास टाळण्यासाठी अनेक प्रवासी दरवाजावर उभे राहून प्रवास करतात. आपले स्थानक आल्यास गर्दीच्या रेट्यातून सहजपणे बाहेर पडणे, हा उद्देशही दरवाजावर उभ्या राहणाऱ्या प्रवाशांचा असतो. बहुतेकांची कामावर जाण्यासाठी आणि घरी परतण्यासाठी एक विशिष्ट लोकल ठरलेली असते. लोकलमधील खिडकीजवळची आसने, दरवाजालगतची आसने आणि दरवाजावर उभे राहण्याच्या जागाही अनेकांच्या निश्चित असतात. मात्र काही जण प्रवास करताना आपल्याला पुरेशी जागा मिळावी, यासाठी लोकलमध्ये प्रवेश करणाऱ्यांच्या मार्गात अडथळे निर्माण करतात.

सकाळच्या वेळेत पश्चिम रेल्वेवर विरार, डहाणू रोड, बोरिवलीवरून चर्चगेटकडे जाणाऱ्या आणि मध्य रेल्वेवर कर्जत, कसाऱ्यावरून सीएसएमटीकडे जाणाऱ्या लोकलमधील पुरुषांच्या डब्यात या दार अडवणाऱ्यांचा त्रास कायम असताना आता महिला डब्यातही हा प्रकार सुरू झाला आहे. 'विशेषतः बदलापूर, डोंबिवली, कल्याण, दिवा स्थानकातून प्रवास करणाऱ्या प्रवाशांना यामुळे डब्यात प्रवेश करताना धक्काबुक्की करावी लागते. परिणामी, डब्यात प्रवेश केल्यावर नव्या वादाला तोंड फुटते,' अशी प्रतिक्रिया डोंबिवलीतील महिला प्रवासी रोहिणी देशपांडे यांनी दिली.

महिला डब्यात सकाळच्या वेळेत कर्जत, कसाऱ्यावरून सुटणाऱ्या लोकलमध्ये अंबरनाथ, बदलापूर, डोंबिवली, दिवा स्थानकांत या महिला दार अडवून उभे असतात. परतीच्या प्रवासात कुर्ला, घाटकोपर, मुलुंड, भांडुप स्थानकांत प्रवाशांची वाट अडवली जाते. 'डब्यांतील वाट अडवल्याने महिलांवर दरवाजात लटकत प्रवास करण्याची वेळ येते. गर्दीचा रेटा, प्रवाशांमधील भांडणे, पकड निसटणे यांमुळे प्रवासी धावत्या लोकलमधून खाली पडतात. त्यामुळे अशा महिलांवर रेल्वे प्रशासनाकडून कारवाई होणे गरजेचे आहेच, शिवाय महिला प्रवाशांनी स्वयंशिस्तीचे पालन केल्यास अशा घटनांवर पूर्ण आळा घालणे शक्य होणार आहे, असे उपनगरीय रेल्वे प्रवासी महासंघाच्या अध्यक्षा लता अरगडे यांनी सांगितले.

महामुंबईत स्वस्त आणि जलद प्रवासासाठी मुंबई लोकल हा एकमेव पर्याय आहे. शहरातील सुमारे ७० टक्क्यांहून अधिक सार्वजनिक वाहतूक लोकलच्या माध्यमातून पूर्ण होते. शहरे विस्तारित होत गेली तरी पयार्यी वाहतूक व्यवस्थेचा पर्याय नसल्याने लोकलमध्ये गर्दी वाढत आहे. सकाळी आणि सायंकाळी गर्दीच्या वेळेत लोकल डब्यांत प्रचंड गर्दी असते. यामुळे रेल्वे प्रशासनाने लोकलचे दार अडवणाऱ्यांविरोधात सातत्यपूर्ण मोहीम राबवून कारवाई केल्यानंतरच महिला प्रवाशांच्या अडचणी कमी होणार असल्याची प्रतिक्रिया उमटत आहे.

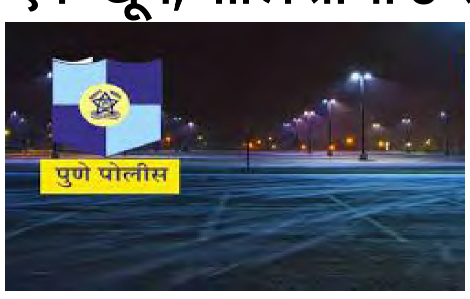
इंडिगो विमानात सहप्रवाशाने कानशिलात लगावली

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबईहून कोलकात्याला जाणाऱ्या इंडिगो एअरलाईन्स विमानात एका प्रवाशाने गोंधळ घातला. पॅनिक अटॅक आलेल्या सहप्रवाशाला त्याने कानशिलात लगावली. तर पॅनिक अटॅक आलेली व्यक्ती होसैन अहमद मजुमदार बेपत्ता झाल्याने खळबळ उडाली आहे. विमान मुंबई विमानतळाच्या धावपट्टीवर असताना होसैन अहमद मजुमदार नामक प्रवाशाला पॅनिक अटॅक आला. तो रडू लागला आणि विमानातून खाली उतरु देण्याची विनंती करु लागला. यावेळी आरोपीने त्याला कानशिलात लगावली. यामुळे विमानात खळबळ उडाली. इतर प्रवासी, विमान कर्मचारीही आरोपी प्रवाशाला जाब विचारु लागले. सोशल मीडियावर या घटनेचे व्हिडिओ व्हायरल झाले आहेत. त्यानंतर होसैनला विमानातील प्रवासी-कर्मचारी अशा सर्वांनीच मदत केली. त्याला शांत करत आपल्या सीटवर बसवलं. दरम्यान, कोलकात्याा पोहोचल्यानंतर होसैन बेपत्ता झाल्याचे समोर आले आहे. मूळ आसामच्या कचर जिल्ह्यातील रहिवासी असलेला, मात्र सध्या मुंबईतील एका जिममध्ये काम करत असलेला होसैन गायब झाल्यानंतर सोशल मीडियावर तीव्र प्रतिक्रिया उमटल्या आहेत.

होसैन आपल्या गावी कचर जिल्ह्यातील काटीगोराह येथे परत येत होता. विमानात पॅनिक अटॅक आल्यानंतर सहप्रवाशाने त्याला थोबाडीत दिली. या घटनेनंतर होसैन कोलकाताहून सिल्चरला जाणाऱ्या कनेक्टिंग फ्लाइटने जाणार होता, पण तो पोहोचलाच नाही.

महिलेला फसवत शरीर संबंध, २०२३ला एक खून, पोलिसांचा 3 रात्र पार्किंगमध्ये सापळा



■पुणे। प्रतिनिधी,

गेल्या दोन वर्षांपासून पोलिसांना गुंगारा देणाऱ्या खून आणि बलात्काराच्या गुन्ह्यातील आरोपीला बंडगार्डन पोलिसांनी शुक्रवारी अटक केली. हा आरोपी पुण्यात आल्याची माहिती मिळाल्यानंतर बंडगार्डन पोलिसांच्या तपास पथकाने दोनशेहून अधिक सीसीटीव्ही तपासून त्याचा माग काढला. त्यानंतर तीन रात्र जागरण करून वीसहून अधिक सोसायट्यांचे पार्किंग तपासून आरोपीची गाडी शोधली आणि सापळा लावून त्याला पहाटेच्या वेळेस अटक केली. विशाल लक्ष्मण भोले (वय ३२, रा. ताडीवाला रोड) असे अटक केलेल्या आरोपीचे नाव आहे. पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, महिलेची फसवणूक करून तिच्याशी जबरदस्तीने शरीरसंबंध ठेवल्याच्या आरोपावरून भोलेवर २०१७मध्ये गुन्हा दाखल आहे. त्याने लग्न झाले नसल्याचे सांगून महिलेला फसवले होते. तिला जबरदस्तीने दोन वेळा गर्भपात करायला भाग पाडले. याबाबत बंडगार्डन पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल आहे. शिवाजीनगर पोलिस ठाण्याच्या हद्दीत मंगला थिएटरसमोर २०२३मध्ये झालेल्या खूनप्रकरणातही भोले हा मुख्य संशयित आरोपी आहे. गुन्हा घडल्यानंतर तो फरारी झाला होता. तेव्हापासून पोलिस त्याचा शोध घेत होते. पोलिसांनी दोन वर्षांपासून विविध ठिकाणी शोधमोहीम राबवली होती. मात्र, तो सापडला नव्हता. उपायुक्त मिलिंद मोहिते आणि बंडगार्डन पोलिसांच्या तपास पथकाने वरिष्ठ निरीक्षक रवींद्र गायकवाड यांच्या मार्गदर्शनाखाली तपास पथकाने आरोपीला शुक्रवारी पहाटे अटक केली. उपनिरीक्षक स्वप्नील लोहार, पोलिस अंमलदार ज्ञानेश्वर बडे, मनोज भोकरे, मनीष संकपाळ, प्रदीप शितोळे, सारस साळवी, प्रकाश आव्हाड, महेश जाधव यांनी ही कामगिरी केली.

'माझ्या गर्लफ्रेंडपासून लांब रहा' प्रेमप्रकरणाला भयानक वळण, विशीतल्या तरुणांकडून गंभीर गुन्हा घडला

■बुलढाणा। प्रतिनिधी,

शहरात 1 ऑगस्ट रोजी प्रेम प्रकरण असल्याच्या संशयावरून सनी जाधव याचा खून करून आरोपी फरार झाले होते. त्यामुळे संपूर्ण गृहविभाग हे तातडीने ॲक्शन मोडवर आले होते. याप्रकरणी अवघ्या काही तासांतच पोलिसांनी चार आरोपींच्या मुसक्या आवळल्या आहेत. आरोपींना काल (2 ऑगस्ट) रोजी न्यायालयात हजर केले असता. न्यायालयाने त्यांना चार दिवसांची पोलीस कोठडी सुनावली आहे.

पोलीस तपासानुसार प्रेम प्रकरणातून सनी सुरेश जाधव या 19 वर्षे युवकाचा खून झाल्याची माहिती समोर आली आहे. एकाच मुलीवर दोघांच्या प्रेम प्रकरणातून सदर प्रकार घडल्याचे तपासात निष्पन्न झाले आहे. 1 ऑगस्टच्या सायंकाळी पाच वाजताच्या सुमारास शहरातील ड्रीम कॉस्मेटिक दुकानाच्या बाजूला एका इमारतीच्या ठिकाणी, सनी जाधववर देवराज माळी सह इतर चार ते पाच जणांनी चाकूने हल्ला चढवला. त्याचा निर्घृणपणे खून केला. या खून प्रकरणात देवराज संतोष माळी (राहणार भीलवाडा) याच्यासह इतर आरोपींना शहर पोलिसांनी काही तासांतच अटक केली.

न्यायालयाने चारही आरोपींना 5 ऑगस्टपर्यंत पोलिस कोठडी सुनावली आहे. सनी जाधव खून प्रकरणात फक्त चार आरोपी नसून मारहाण करणाऱ्यांमध्ये आणखी नावे समाविष्ट होण्याची व आरोपींची संख्या वाढण्याची शक्यता आहे. शनिवारी 2 ऑगस्ट रोजी दुपारी तीन वाजताच्या सुमारास सनी जाधव याच्यावर शोकाकुल वातावरणात अंत्यसंस्कार करण्यात आले.

ही कारवाई पोलिस अधीक्षक नीलेश तांबे, अपर पोलिस अधीक्षक अमोल गायकवाड, उपविभागीय पोलिस अधिकारी सुधीर पाटील यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोनि. रवी राठोड, सपोनि भरत चापाईतकर, प्रताप भोस, जयसिंग राजपूत, डी. बी. प्रमुख पोउपनि रवी मोरे, हेड कॉन्सटेबल संदीप कायंदे, संतोष वाघ, मपोकॉ. सुनीता खंडारे, पोकॉ. युवराज शिंदे, मनोज सोनुने, विशाल बनकर, दीपक चव्हाण, तांत्रिक विश्लेषक हेड कॉन्सटेबल राजू आडवे, पोका कैलास ठोंबरे, ऋषिकेश खंडेराव, हेड कॉन्सटेबल पंजाबराव साखरे, सुनील जाधव यांनी सहभाग घेतला होता.

घराजवळ विजेचा धोकादायक खांब, विद्युत कंपनीच्या हलगर्जीपणाने शेतकऱ्याचा करुण अंत

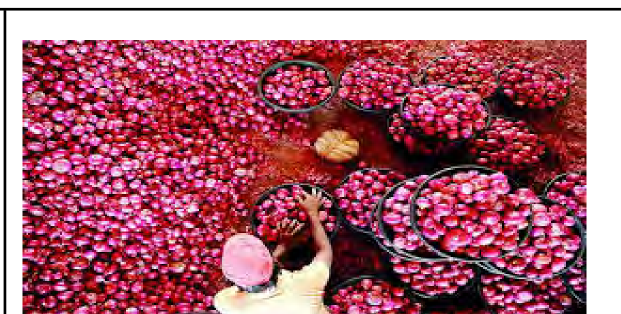
■बुलढाणा। प्रतिनिधी,

विद्युत कंपनीने केलेला हलगर्जीपणा एकाच्या जीवावर बेतला आहे. घरासमोर अवघ्या एक फूट अंतरावर असलेल्या खराब विद्युत खांबामुळे शेतकऱ्याच्या मृत्यू झाल्याची घटना समोर आली आहे. याप्रकरणी वीज कंपनीविरुद्ध पोलीस स्टेशनमध्ये तक्रार दाखल करण्यात आली आहे.

बुलढाणा जिल्ह्यातील सोनाळा वानखेडे येथे घरासमोर फक्त एक फूट अंतरावर धोकादायक खांब होता. त्या धोकादायक विजेच्या खांबाच्या धक्क्याने एका ६० वर्षे वृद्ध शेतकऱ्याचा दुदैर्वी मृत्यू झाला. राजेंद्र नरसिंगराव देशमुख असं मृत शेतकऱ्याचं नाव आहे. विद्युत कंपनीच्या हलगर्जीपणामुळे शेतकऱ्याच्या मृत्यूने संपूर्ण कुटुंबावर दुःखाचा डोंगर कोसळला आहे. शेतकऱ्याच्या जाण्याने देशमुख कुटुंब उघड्यावर आलं आहे. त्यांच्या मागे आई-वडील, पत्नी आणि दोन मुली असं कुटुंब आहे. वीज कंपनीचे खामगाव कार्यकारी अभियंता, संग्रामपूर उपकार्यकारी अभियंता, सहाय्यक अभियंता वरवट बकाल वानखेडे गावचा विद्युत वायरमन यांच्यावर सदोष मनुष्यवधाचा गुन्हा दाखल करावा अशी लेखी तक्रार तामगाव संग्रामपूर पोलीस स्टेशनमध्ये मृत शेतकऱ्याचे भाऊ विनोद देशमुख यांनी केली आहे. शेतकरी राहत असलेल्या वानखेड गावात विद्युत खांबावर असलेल्या वीज प्रवाहित तारेचं व्यवस्थापन अतिशय निष्काळजी पद्धतीने करण्यात आलं आहे. त्यामुळेच शेतकऱ्याचा बळी गेल्याचा आरोप केला जात आहे.

रस्त्यावर असलेल्या विद्युत खांबावर अनेक वीज जोडण्या अवास्तवपणे करण्यात आल्या आहेत. संबंधित घटनास्थळी विद्युत खांब तळाला गंजून अक्षरश तुटण्याच्या स्थितीत आहे. असं असूनही वीज वितरण कंपनीच्या संबंधित अधिकाऱ्यांनी नागरिकांच्या तक्रारीवर कोणतीही कारवाई केली नाही.

कांदा पुन्हा रडवणार ?



■नाशिक। प्रतिनिधी,

देशात कांद्याच्या वाढत्या उत्पादनामुळे शेतकरी आणि व्यार्पायांसमोर निर्माण होर्णाया आर्थिक संकटाच्या पार्श्वभूमीवर, नाशिकचे खासदार राजाभाऊ वाजे यांनी केंद्रीय कृषीमंत्री शिवराज सिंह चौहान आणि वाणिज्य मंत्री पियुष गोयल यांना दोन स्वतंत्र पत्रे लिहून कांद्याच्या नियार्तीसाठी तातडीच्या धोरणात्मक उपाययोजना राबवण्याची मागणी केली आहे.

खासदार वाजे यांनी सरकारकडे प्रमुख दोन मागण्या मांडल्या आहेत. पहिली, निर्यात केलेल्या कांद्यावर सध्या लागू असलेला निर्यात केलेल्या उत्पादनांवरील कर व शुल्क सवलत योजना दर वाढवून ५% पर्यंत करावा. आणि दुसरी, निर्यातदारांना प्रोत्साहन मिळावे यासाठी कांद्याच्या नियार्तीसाठी मालवाहतुकीवर ७% पर्यंत अनुदान द्यावे. अशी मागणी करण्यात आली. यंदा देशात चांगल्या मान्सूनमुळे कांद्याचे उत्पादन भरघोस होणार असून, विशेषतः दक्षिण भारतात ऑगस्टपासून नवीन कांद्याची लक्षणीय आवक सुरू होईल. यामुळे देशांतर्गत बाजारात कांद्याचा अतिरिक्त पुरवठा होऊन किंमतीत मोठी घसरण होण्याची शक्यता आहे. याचा थेट फटका शेतर्कयांना आणि व्यार्पायांना बसेल असेही त्यांनी आपल्या पत्रात नमूद केले आहे.

निर्यातकेलेल्याउत्पादनांवरील कर व शुल्क सवलत १.९९% आहे, जो जागतिक बाजारात चीन व पाकिस्तानसारख्या स्पर्धक देशांच्या तुलनेत अत्यल्प आहे. या देशांकडून अत्यल्प दराने कांद्याची निर्यात होत असल्यामुळे भारतीय निर्यातदार स्पर्धेत टिकू शकत नाहीत. वाजे यांनी वाहनभाड्याचा मुद्दाही ठळकपणे मांडला. त्यांच्या म्हणण्यानुसार, देशांतर्गत व समुद्रमागार्ने होर्णाया वाहतुकीचा खर्च हा लघु व मध्यम निर्यातदारांसाठी मुख्य अडथळा आहे. त्यामुळे वाहतूक अनुदान दिल्यास त्यांना अधिक संधी निर्माण होतील आणि भारतीय कांद्याला नवे परकीय बाजार मिळू शकतील असही त्यांनी पत्रात नमूद केले आहे.

कांद्याचा दर कोसळायला सुरवात झाली आहे, अजून २ ते ३ आठवड्यात देशभरात होऊ घातलेले वाढीव उत्पादन लक्षात घेता कांदा शेतर्कयांना बाजारात नेणे सुद्धा परवडणार नाही इतके दर खाली येण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. यामुळे संकट उभे राहण्याआधीच उपयोजना करण्यासाठी केंद्र सरकारकडे पाठपुरावा सुरू आहे. कोणत्याही परिस्थितीत शेतकरी अडचणीत येऊ नये हेच माझे उद्दिष्ट आहे. सरकार कडून भरपूर अपेक्षा आहेत, त्यांनी अपेक्षा भंग करू नये हीच आशा आहे.

महाराष्ट्र हादरला, धाराशिवमध्ये एचआयव्ही बाधित अल्पवयीन मुलीवर अत्याचार

■धाराशिव । प्रतिनिधी,

धाराशिव जिल्ह्यातुन एक गंभीर घटना समोर आली आहे. एका अल्पवयीन एचआयव्हीबाधित मुलीवर बलात्कार केल्याची धक्कादायक आणि माणुसकीला काळीमा फासणारी घटना समोर आली आहे. तसेच बलात्कारानंतर गर्भवती राहिलेल्या मुलीचा गर्भपात देखील करण्यात आला आहे. या किळस येणाऱ्या प्रकारामुळे संपूर्ण महाराष्ट्र हादरला आहे.

धाराशिव जिल्ह्यातील औसा तालुक्यात एक एचआयव्ही बाधित संगोपन संस्था आहे. या संस्थेत एचआयव्ही बाधित रुग्णांचे संगोपन केले जाते. याच संस्थेत एका अल्पवयीन एचआयव्हीबाधित मुलीवर अत्याचार करण्यात आला आहे. तसेच सदर प्रकाराचे पुरावे नष्ट करण्यासाठी बलात्कारनंतर मुलीचा गर्भपातदेखील केला गेला आहे. मात्र या गर्भपातामुळे सदर धक्कादायक प्रकरण समोर आले आहे. पीडित मुलीवर सध्या रुग्णालयात उपचार सुरू असून पीडित मुलीच्या तक्रारीवरून ढोकी पोलीसात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. मात्र अद्याप या प्रकरणात कोणालाही अटक करण्यात आलेली नाही.

नेमकं प्रकरण काय?

धाराशिव जिल्ह्यात औसा तालुक्यातील एका नामवंत एचआयव्हीबाधित संगोपन संस्थेतील घटना घडली आहे. पीडित मुलीच्या तक्रारीवरून ढोकी पोलीसात गुन्हा दाखल केला गेला आहे. पीडित मुलीने आणखी काही मुलींवर अत्याचार झाला असल्याची तक्रारीत माहीती दिली आहे. ढोकी पोलिसातील गुन्हा औसा पोलिसांमध्ये वर्ग करण्याची प्रक्रिया सुरू केली असून अद्याप या प्रकरणात कोणालाही अटक नाही. औसा तालुक्यातील या नामवंत एचआयव्हीबाधित संगोपन संस्थेला अनेक पुरस्कार मिळालेले आहेत. त्यामुळे या घटनेने शिक्षण क्षेत्रात मोठी खळबळ उडाली आहे.

संभाजीनगरमध्ये शुल्लक कारणावरून मारहाण

कोचिंग क्लासेसमध्ये झालेल्या दोन मुलीच्या भांडणावरुन एका मुलीच्या आई वडिलांनी काही लोकांच्या मदतीने दुसऱ्या मुलीच्या आईवडिलांना घरात घुसून अमानुष मारहाण केल्याची घटना छत्रपती संभाजीनगरमध्ये घडली आहे. मारहाण करणाऱ्या आरोपी आई वडिलांनी दुसऱ्या महिलेला पायावर नाक घासायला लावून माफी मागायला लावल्याचा प्रकार देखील घडला आहे. ही घटना छत्रपती संभाजीनगर शहरातील सर्वेश्वरनगरमधील आहे. या घटनेतील आरोपी संदीप लंके त्याची पत्नी आणि दोन अनोळखी व्यक्तींवर गुन्हा दाखल झाला आहे. मारहाण झालेल्या संदीप श्रीधर शिंदे रा. सर्वेश्वरनगर, सातारा यांनी ही फिर्याद दिली आहे. शुल्लक कारणावरून झालेल्या या वादात फियार्दी शिंदे यांच्या पत्नीला जबर मारहाण करण्यात आली आहे.

लातूरमध्ये बेकरीत काम करणाऱ्या तरूणाने संपवल जीवन, शेवटच्या चिठ्ठीने प्रकरणाचा उलगडा

■लातूर। प्रतिनिधी,

लातूरमधील एका बेकरीमध्ये काम करणाऱ्या 25 वर्षीय तरुणाने बारा नंबर पाटील परिसरात एका शेतात लिंबाच्या झाडाला गळफास घेत आत्महत्या केल्याची घटना समोर आली आहे. आत्महत्या पूर्वी लिहिलेली चिठ्ठी पोलिसांच्या हाती लागली असून याबाबत एमआयडीसी ठाण्यात सहा जणांवर गुन्हा दाखल केला आहे. चौथा आरोपी अल्पवयीन आहे. तिघांना शनिवारी न्यायालयात हजर केलं असून एक दिवसाची पोलीस कोठडी सुनावली.

नांदेड जिल्ह्यातील देवापुर येथील रहिवासी असलेला तरुण प्रकाश गाडीवान हा लातूर आतील एमआयडीसी पोलीस ठाण्याच्या हद्दीत एका बेकरीत मागील सहा महिन्यांपासून काम करत होता. दरम्यान त्याला सारिका अशोक आईवळे, सीमा सातलिंग वाघमारे, दशरथ तुपारे आणि एक अल्पवयीन मुलगा इतर दोघा अनोळखींनी मोबाईलच्या कारणावरून मारहाण केली. याच मारहाणीतून त्याने लातूर बार्शी मार्गावरील बारा नंबर पाटील परिसरात एका शेतातील

लिंबाच्या झाडाला गळफास घेतल्याचे शुक्रवारी समोर आले शेतकऱ्यांनी याची माहिती एमआयडीसी पोलिसांना दिली. यावेळी त्याच्या खिशात आत्महत्या करण्यापूर्वी लिहिलेली चिठ्ठी आढळून आली त्याची सहा जणांनी मारहाण केल्याचे मयत प्रकाश गाडीवान यांनी म्हटले आहे. याबाबत मयताचा भाऊ याच्या फियार्दीनुसार सारिका आईवळे सीमा वाघमारे दशरथ तुपारे व एका अल्पवयीन मुलगा आणि इतर दोन अनोळखी अशा सहा जणांविरोधात गुन्हा दाखल केला आहे. यातील चौघांना शुक्रवारी पोलिसांनी ताब्यात घेतले आहे. अधिक तपास एमआयडीसी पोलीस ठाण्यात येईल पोलीस उपनिरीक्षक एस एम मोरे पोलीस निरीक्षक चौरे करत आहेत.

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 - ७४०००01४७४. 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