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-२३ ● मुंबई, रविवार, २४ ऑगस्ट २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

मतदार ओळखपत्र आधार कार्डशी लिंक होणार, बोगस मतदानाला आळा बसणार; दिल्लीत निर्णय

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

पॅन कार्ड आणि आधार कार्ड लिंकिंगनंतर आता निवडणूक आयोगाने मोठा निर्णय घेतला आहे. आता मतदानकार्ड हे आधार कार्डसोबत लिंक करण्यात येणार आहे. सर्वोच्च न्यायालयाचे निकाल आणि घटनेतील तरतुदीनुसार निवडणूक आयोगाने हा निर्णय घेतला आहे. आज दिल्लीत झालेल्या बैठकीत याबाबतचा निर्णय घेण्यात आला असून लवकरच यासंदर्भात तज्ज्ञांसोबत सल्लामसलत सुरूहोणार आहे. मतदार नोंदणी क्रमांकसोबत आधार क्रमांक लिंक करण्यात येणार आहे. याबाबत लवकरच तज्ज्ञांसोबत सल्लामसलत होईल. सर्वोच्च न्यायालयाचे निकाल आणि घटनेतील तरतुदीनुसार निर्णय घेतल्याची माहिती आयोगाने दिली आहे. आधार कार्ड फक्त ओळख प्रस्थापित करणारी व्यवस्था आहे, त्याचा संबंध नागरिकत्वाशी नाही. मतदानाचा अधिकार फक्त नागरिकांनाच आहे. एढक्ळ ला आधारशी जोडण्यासाठी निवडणूक आयोगाकडून कलम 326, आरपी कायदा, 1950 आणि संबंधित सर्वोच्च न्यायालयाच्या निकालांचा आधार घेऊन कारवाई करण्यात येणार आहे. दरम्यान, याबाबत युआयडीएआय आणि निवडणूक आयोगाच्या तज्ञांमध्ये तांत्रिक सल्लामसलत लवकरच सुरू होणार आहे.निवडणूक आयोगाने स्पष्ट केले आहे की, आधार कार्ड हे केवळ ओळख प्रस्थापित करणारे साधन आहे आणि त्याचा भारतीय नागरिकत्वाशी कोणताही संबंध नाही. त्यामुळे केवळ भारतीय नागरिकांनाच मतदानाचा अधिकार असेल. यासोबतच, नागरिकांची गोपनीयता आणि वैयक्तिक माहिती सुरक्षित ठेवण्यासाठी आवश्यक ती खबरदारी घेतली जाईल. आधार लिंकिंगच्या या निर्णयामुळे निवडणुकीची प्रक्रिया अधिक पारदर्शक होईल. बोगस मतदान रोखण्यास मदत होईल आणि प्रत्येक मतदाराची ओळख निश्चित करता येईल. मात्र, या प्रक्रियेत कोणत्याही मतदाराला अडचण येणार नाही, याची दक्षता घेणे आवश्यक आहे. आता नागरिक आणि राजकीय पक्ष या निर्णयावर कसा प्रतिसाद देतात, हे पाहणे महत्त्वाचे ठरेल.

का घेतला हा निर्णय?

सध्या अनेक ठिकाणी एकाच मतदाराची नावे वेगवेगळ्या ठिकाणी नोंद होण्याचे प्रकार समोर आले आहेत. तसेच, बोगस मतदार ओळखणे आणि बनावट मतदान रोखण्यासाठी सरकार आणि निवडणूक आयोगाकडून विविध उपाययोजना केल्या जात आहेत. आधार कार्ड लिंकिंगमुळे प्रत्येक मतदाराची ओळख निश्चित करता येईल आणि निवडणूक प्रक्रियेत पारदर्शकता आणता येईल.

निवडणूक आयोगाने नेमकं काय म्हटलं आहे?

भारतीय संविधानातील अनुच्छेद 326 नुसार मतदानाचा अधिकार फक्त भारतीय नागरिकांनाच दिला जाऊ शकतो. आधार कार्डच्या मदतीने एखाद्या व्यक्तीची ओळख समजू शकते. त्यामुळेच मतदान कार्ड आणि आधार क्रमांक लिंक केले जाणार आहेत. ही सर्व प्रक्रिया संविधानातील अनुच्छेद 326 नुसार तसेच लोकप्रतिनिधी कायदा 1950 च्या कलम 23(4), 23(5) व 23(6) आणि सर्वोच्च न्यायालयाने दिलेल्या निर्णयाच्या अधीन राहूनच केली जाईल. लवकरच वक्ळअकआणि भारतीय निवडणूक आयोगाच्या तांत्रिक तज्ज्ञांसोबत याबाबत सल्लामसलत केली जाईल.

अंमलबजावणी कधी आणि कशी?

या निर्णयाच्या अंमलबजावणीसाठी निवडणूक आयोग लवकरच तज्ञ आणि कायदेतज्ज्ञांसोबत चर्चा करणार आहे. केंद्र सरकारकडून यासाठी आवश्यक तांत्रिक सुधारणा करण्यात येतील. याबाबत लवकरच मार्गदर्शक तत्वे जाहीर केली जातील. मतदारांना त्यांचे आधार कार्ड लिंक करण्यासाठी एक निश्चित कालावधी दिला जाईल, तसेच, ऑनलाईन आणि ऑफलाईन पद्धतीने ही प्रक्रिया पार पडणार आहे.

मतदान प्रक्रियेत काय बदल होणार?

बोगस मतदानाला आळा झ आधार लिंकिंगमुळे नकली मतदार ओळखणे सोपे होईल.

एकाच मतदाराची अनेक ठिकाणी नोंद टाळली जाईल झ मतदार यादी अधिक स्वच्छ आणि विश्वासार्ह होईल.

मतदान प्रक्रियेत पारदर्शकता वाढण्यास मदत झ निवडणुका अधिक विश्वासार्ह आणि योग्य पद्धतीने पार पडतील.

कर्मचारी निलंबित होऊ शकतो, तर पंतप्रधान का नाही?

लोकसभेतील 'त्या' विधेयकांवरून पंतप्रधान मोदींचा विरोधकांवर हल्लाबोल

■मुंबई । प्रतिनिधी,

एनडीए सरकारने भ्रष्टाचाराविरुद्ध कायदा आणला आहे व पंतप्रधानही त्याच्या कक्षेत येणार आहेत. देशातील भ्रष्टाचाराविरुद्धची लढाई तार्किक निष्कर्षापर्यंत पोहोचवायची असेल, तर कोणालाही कारवाईपासून वाचवता कामा नये, असे मला स्पष्टपणे वाटते. आपण पाहिले की, काही काळापूर्वी तुरुंगातून फायलींवर स्वाक्षरी कशी केली जात होती आणि तुरुंगातून सरकारी आदेश कसे दिले जात होते. जर नेत्यांची अशी वृत्ती असेल तर आपण देशातील भ्रष्टाचाराशी कसे लढू शकतो?, असे म्हणत पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी विरोधकांवर हल्लाबोल केला.

गंभीर गुन्ह्यांच्या आरोपाखाली ३० दिवस तुरुंगात राहिल्यास पंतप्रधान मुख्यमंत्री आणि मंत्र्यांना त्यांच्या पदावरून काढून टाकणाऱ्या नवीन विधेयकावरही त्यांनी भाष्य केले. केंद्र सरकारने पावसाळी अधिवेशनादरम्यान लोकसभेत तीन महत्त्वाची विधेयके मांडली. गंभीर गुन्हेगारी आरोपांमध्ये अटक झाल्यास किंवा ताब्यात घेतल्यास पंतप्रधानांपासून ते राज्यांचे मुख्यमंत्री, मंत्री आणि जम्मू व काश्मीरसह केंद्रशासित प्रदेशांच्या मंत्र्यांना पदच्युत करण्याची तरतूद या विधयकात आहे. या विधेयकातील तरतुदींनुसार, जर एखादा मंत्री गंभीर गुन्ह्याच्या प्रकरणात सलग ३० दिवस तुरुंगात असेल, तर राष्ट्रपती किंवा पंतप्रधानांच्या सल्ल्यानुसार त्याला पदावरून काढून टाकता येणार आहे. या विधेयकावरून विरोधकांनी टीकेची झोड उठवली आहे. या विधेयकावरून विरोधकांनी सभागृहात गदारोळ केला होता. बिहारच्या गयाजी येथील सभेत बोलताना पंतप्रधानांनी विरोधकांवर टीका केली. 'तुरुंगवारी करणाऱ्या कारकुनाची खुर्ची जाते मग पंतप्रधानाची खुर्ची का जाऊ नये?, असे म्हणत इंडिया आघाडीने केलेल्या आरोपांना आता पंतप्रधान मोदी यांनी प्रत्युत्तर देत या कायद्यावर ठाम भूमिका व्यक्त केली.

भ्रष्टाचाराविरुद्ध एनडीएनेच आणला कायदा

जर एखाद्या सरकारी कर्मचाऱ्याला ५० तास तुरुंगवास झाला तर तो निलंबित होतो. मग तो ड्रायव्हर असो, लिपिक असो किंवा शिपाई असो. मात्र, मुख्यमंत्री, मंत्री किंवा अगदी पंतप्रधान तुरुंगातूनही सरकारमध्ये राहण्याचा आनंद घेऊ शकतात. मात्र आता एनडीए सरकारने भ्रष्टाचाराविरुद्ध कायदा आणला असून त्या कायद्याच्या कक्षेत पंतप्रधानही येतात, असे पंतप्रधान मोदी म्हणाले. हे विधेयक मांडल्यावर विरोधकांनी लोकसभेत गदारोळ निर्माण करत विधेयकावर चर्चा होऊ दिली नाही. अखेरीला लोकसभा सभागृहात कामकाज काही काळ स्थगित करावे लागले होते.

राजद-काँग्रेसने जनतेला लुटले

पंतप्रधान मोदींनी राजद आणि काँग्रेसवर जनतेचे पैसे लुटल्याचा आरोप केला. 'काँग्रेस असो वा राजद सरकार, त्यांना कधीच जनतेच्या पैशाचे मूल्य समजले नाही. त्यांच्यासाठी जनतेचा पैसा म्हणजे फक्त त्यांची तिजोरी भरणे आहे. म्हणूनच त्यांच्या सरकारच्या काळात वर्षानुवर्षे प्रकल्प पूर्ण झाले नाहीत. प्रकल्प जितका जास्त प्रलंबित, तितका जास्त पैसा त्यांना त्यातून मिळायचा. इतक्या वर्षांत आमच्या सरकारवर भ्रष्टाचाराचा एकही डाग लागलेला नाही. मात्र, स्वातंत्र्यानंतर ६०-६५ वर्षे सत्तेत असलेल्या काँग्रेस सरकारांकडे त्यांच्या भ्रष्टाचाराची मोठी यादी आहे. बिहारमधील प्रत्येक मुलाला राजदच्या भ्रष्टाचाराची माहिती आहे', अशी टीकाही पंतप्रधान मोदींनी केली.

मुंबईतील फुड ऑन व्हिल्सचे प्रस्तावित धोरण रद्द

महापालिका आयुक्तांच्या निर्णयामुळे उबाठा सेनेला धक्का

■मुंबई । प्रतिनिधी,

फिरत्या वाहनांवर खाद्यपदार्थ विक्री करता यावे, याकरता विक्रेत्यांसाठी फुड ऑन व्हित्तसच्या प्रस्तावाला तत्कालिन ठाकरे सरकारच्या सूचनेनुसार महापालिका आयुक्त इक्बालसिंह चहल यांनी धोरण बनवून याला मंजुरी दिली आहे. त्यानुसार मुंबईतील ५० ठिकाणी या फुड ट्रक उभे केले जाणार होते. मात्र, हे धोरणच रद्द केले जात असून महापालिका आयुक्त तथा प्रशासक डॉ. भूषण गगराणी यांच्या निदेर्शानुसार सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्यावतीने हे धोरणच आता कायमस्वरुपी रद्द करून गुंडाळण्यात आले आहे. महाविकास आघाडीच्या काळात तत्कालिन पालकमंत्री आदित्य ठाकरे यांच्या संकल्पनेतून फुड ऑन व्हिल्सचे धोरण बनवून मुंबईतील ५० ठिकाणी फुट ट्रक उभे करण्याचा निर्णय घेतला होता. तत्कालिन महापालिका आयुक्त इक्बालसिंह चहल यांच्या निदेर्शानुसार महापालिका सार्वजनिक आरोग्य विभागाने यासाठीचे धोरण बनवले होते. मुंबईतील फेरीवाल्यांचे योग्य त्या जागेत व्यवसायासाठी पुनर्वसन केले जावे यासाठी फेरीवाला धोरणाचा अद्याप पत्ता नसताना ठाकरे सरकारच्या निदेर्शानुसार तसेच त्यांचे मन राखण्यासाठी हे धोरण बनवून याची अंमलबजावणी करण्याचा निर्णय घेतल्याने जोरदार टीका झाली होती. तत्कालिन महापालिका आयुक्त चहल यांच्या मान्यतेनंतर महापालिकेने यासाठी सुधारीत घोरणही बनवले असून वाहनांवर विकणाऱ्या खाद्यपदार्थ विक्रेत्यांना संरक्षण देण्याचा प्रयत्न केला.

या धोरणामध्ये पोलीस, महापालिका, अग्निशमन दल, वाहतूक पोलिसांसह विविध प्रकारच्या एनओसी आणण्याच्या अटी होत्या. त्यामुळे याला फारसा प्रतिसाद मिळाला नव्हता, असे महापालिका सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या अधिकाऱ्यांच्या म्हणणे आहे. महापालिका आयुक्त तथा प्रशासक डॉ भूषण गगराणी यांनी आरोग्य विभागाला मागील महिन्यात निर्देश देत रस्त्यावर खाद्यपदार्थ विक्री करण्यास परवानगी देणारे स्ट्रिट ऑन व्हिल हे धोरण रद्द करण्याच्या सूचना केल्या. त्यानुसार सार्वजनिक आरोग्य विभागाने हे धोरणच रद्द केल्याची माहिती मिळत आहे. आरोग्य विभागाच्या अधिकाऱ्यांच्या म्हणण्यानुसार या धोरणानुसार एकही खाद्यपदार्थ विक्रीच्या वाहनाला मंजुरी देण्यात आली नव्हती, परंतु याबाबतचे धोरण असल्याने हे घोरणच रद्दबातल करण्यात आल्याचे त्यांचे म्हणणे आहे.

मुंबई महापालिकेची प्रभाग रचना जाहीर

येत्या ०४ सप्टेंबरपर्यंत नागरिकांना नोंदवता येणार हरकती, सूचना

■मुंबई । प्रतिनिधी,

मुंबई महापालिकेच्या आगामी सार्वत्रिक निवडणुकीकरता बनवण्यात आलेल्या प्रभाग रचनेच्या आराखड्याला नगरविकास खाते आणि निवडणूक विभागाची मंजुरी मिळाल्यानंतर हे आराखडे जनतेसाठी प्रसिद्ध करण्यात आले आहेत. प्रारुप प्रभाग रचनेचे आराखडे जनतेला हरकती आणि सूचनांसाठी प्रसिध्द करण्यात आले असून जनतेला गुरुवार ०४ सप्टेंबरपर्यंत आपल्या हरकती व सूचना नोंदवण्याची संधी देण्यात आली आहे. या प्रभागांची रचना करताना सीमांमध्ये फारसा बदल न झाल्याने याबाबत हरकती आणि सूचना कमी येण्याची शक्यता वर्तवली जात आहे. त्यामुळे याबाबत नागरिकांच्या हरकतींसाठी गणेशोत्सवाच्या पार्श्वभूमीवर मुदतवाढ देण्याची मागणी अथवा ती मागणी मान्य होण्याची शक्यताही फार कमी असेल असे बोलले जाईल. सध्या राज्य निवडणूक आयोगाच्या निदेर्शानुसार प्रभाग रचनेचे अथार्त प्रभागांच्या भौगोलिक सीमा निश्चित करून त्याचा प्रारुप आराखडा मुंबई महापालिकेच्यावतीने बनवण्यात आला आहे. या सुधारित प्रभाग रचनेचा प्रारूप आराखडा बनवण्यात आल्यानंतर नगरविकास खाते आणि निवडणूक आयोगाला सादर करण्यात आल्यानंतर त्यांच्या मंजुरीनंतर महापालिकेने मुंबईच्या पुनर्रचना केलेल्या प्रभागांचे नकाशे प्रसिध्द करून येत्या २२ ऑगस्ट ते ०४ सप्टेंबर २०२५ दरम्यान जनता आणि पयार्याने राजकीय पक्षांच्या पदाधिकाऱ्यांकडून हरकती आणि सूचना नोंदवण्याचे आवाहन केले आहे. या हरकती व सूचना महापालिका आयुक्त यांच्याकडे निवडणूक कार्यालय अथवा संबधित प्रशासकीय कार्यालयातील करनिर्धारण व संकलन विभागात ०४ सप्टेंबर २०२५ पर्यंत दुपारी तीन वाजेपर्यंत नोंदवता येणार आहे.

महत्वाचे म्हणजे गणेशोत्सव २७ ऑगस्ट ते ०६ सप्टेंबर २०२५ पर्यंत असून याच कालावधीमध्ये म्हणजे २२ ऑगस्ट ते ०४ सप्टेंबर २०२५ या कालावधीमध्ये हरकती व सूचना मांडण्याची मुदत असल्याने राजकीय पक्षांना नेत्यांचे आणि माजी नगरसेवक तथा इच्छुक उमेदवारांचे लक्ष हे उत्सवा ऐवजी प्रभागांच्या रचनेवरच अधिक राहणार आहे.

मतदारयाद्यांमध्ये मोठा घोळ, त्याकडे बारीक लक्ष द्या; राज ठाकरेंच्या पदाधिकाऱ्यांना सूचना, पालिका निवडणुकीसाठी कानमंत्रही दिला

■पुणे । प्रतिनिधी,

एकीकडे राहुल गांधी यांनी निवडणूक आयोगावर मतचोरीचा आरोप केल्यानंतर त्याचं मुद्द्यावरून आता मनसेचे अध्यक्ष राज ठाकरे यांनी आक्रमक भूमिका घेतल्याचं दिसतंय. मतदारयाद्यांमध्ये मोठा घोळ झाला आहे, त्याकडे सर्वांनी लक्ष द्या असा कानमंत्र राज ठाकरेंनी पदाधिकाऱ्यांना दिल्याची माहिती सूत्रांनी दिली आहे. पुण्यामध्ये मनसेच्या पदाधिकाऱ्यांची त्यांनी बैठक घेतली. मनसेच्या पदाधिकाऱ्यांना राज ठाकरेंनी काही महत्त्वाच्या सूचना दिल्या आहेत. सर्वांनी आपल्या प्रभागांमध्ये जाऊन मतदारयांद्याबाबत जनजागृती करा, अशा सूचना त्यांनी दिल्याचं समजतंय. दरम्यान मतचोरीच्या आरोपांची चौकशी झाली पाहिजे, चौकशी झाली तर 10-12 वर्षांचा खेळ उघडा पडेल, असं वक्तव्यही राज ठाकरेंनी बैठकीत केलं आहे. मतदार याद्यांच्या घोळावर आणि निवडणूक आयोगाच्या कार्यपद्धतीवर काँग्रेससह सर्वच विरोधी पक्षांच्या नेत्यांनी आवाज उठवला आहे. त्यावर निवडणूक आयोगानेही स्पष्टीकरण दिलं आहे.

मनसे अध्यक्ष राज ठाकरेंना पुण्यातील वाहतूक कोंडीचा सामना करावा लागल्याचं दिसून आलं. राज ठाकरे पुणे दौऱ्यावर असताना, सोन्या मारूती चौकातील कार्यक्रम आटोपून फुलेवाड्यातील कार्यक्रमाला जात असताना त्यांचा ताफा वाहतूक कोंडीत अडकला. अखेर पोलिसांनी वाट मोकळी दिल्यानंतर राज ठाकरेंचा ताफा मार्गस्थ झाला. दुसरीकडे मतचोरीच्या आरोपांवर बोलताना देवेंद्र फडणवीसांनी राहुल गांधींसह विरोधकांवर निशाणा साधला. मतचोरीचे आरोप करणाऱ्यांचं डोकं चोरीला गेल्याची टीका मुख्यमंत्री फडणवीसांनी केली.

पालिका निवडणुकीच्या तयारीला लागा

राहुल गांधी यांनी मत चोरी संदर्भात जो आवाज उठवला आहे त्याबाबत सर्वांनी आपल्या प्रभागात लक्ष देऊन मतदार यादींबाबत जनजागृती करावे असं राज ठाकरेंनी पदाधिकाऱ्यांना सांगितलं. मतदारसंघामध्ये जाऊन प्रत्येकाने काम करावं, 40 माणसांमागे दोन ब्लॉक लेव्हल ऑफिसर नेमावेत असा सल्लाही राज ठाकरेंनी दिल्याची माहिती आहे. याबाबत कुणी कुचराई केली तर त्या प्रभागात मी निवडणूक लढवणार नाही असा इशाराही राज ठाकरेंनी दिला.

मतचोरीवरुन आरोप-प्रत्यारोप

मतचोरीच्या आरोपांवरून उद्धव ठाकरेंनी पुन्हा एकदा भाजपवर निशाणा साधला आहे. राहुल गांधींनी मतचोरी उघड करून भाजपचा बुरखा फाडल्याची टीका उद्धव ठाकरेंनी केली. प्रामाणिकपणे निवडणूक घेतली तर भाजप जिंकू शकत नाही, असंही उद्धव ठाकरे म्हणाले.

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

लोकशाहीचे आखाडे

सुमारे पाच आठवडे चाललेलं संसदेचं अधिवेशन परवा संस्थगित झालं. दिनदर्शिकेनुसार दिवस मोजले, तर ते साधारण पाच आठवडे होतात. पण, संसदेच्या काय किंवा विधिमंडळाच्या काय, कुठल्याच अधिवेशनाचा तो खरा कालावधी नसतो. प्रत्येक आठवड्यात अधिवेशनाला शनिवारी-रविवारी साप्ताहिक सुट्टी असतेच. शिवाय, अधिवेशनाच्या नियोजित कालावधी अंतर्गत येणाऱ्या नैमित्तिक सुट्ट्याही असतातच. त्यामुळे, 'अमुक एक आठवड्यांचं अधिवेशन'म्हटलं, तरी प्रत्यक्षात कामकाजाचे दिवसच मोजायचे असतात. त्यात पुन्हा सभागृहात वातावरण तापलं, की होणारी तात्पुरती, वारंवार किंवा दिवसभरासाठी तहकुबी असतेच. तोही काळ अधिवेशनाच्या नियोजित कालावधीतून वजा करावा लागतो. त्यामुळे, कोणतंही अधिवेशन किती कालावधीचं? याचं उत्तर नेहमी दिवसांच्या हिशेबातच दिलं जात असलं, तरी 'अधिवेशन, म्हणजे कामकाज नेमकं किती काळ चाललं!' याचं उत्तर हल्ली तासांच्या हिशेबातच द्यावं लागतं. त्याअर्थानं नुकत्याच संपलेल्या अधिवेशनात राज्यसभेचं कामकाज एकूण ४१ तास, तर लोकसभेचं केवळ ३७ तास चाललं. हे आकडे फारच कमी दिसतात म्हणून की काय, पण अधिवेशनाची गोळाबेरीज सांगताना दोन्ही सभागृहांच्या कामकाजाच्या कालावधीची बेरीज करून 'अधिवेशनाचं कामकाज ७८ तास चाललं' असं सांगितलं गेलं आहे. टक्केवारी पाहायला गेलो, तर नियोजित कामकाजापेक्षा लोकसभेत फक्त ३१ टक्के आणि राज्यसभेत ३९ टक्केच कामकाज होऊ शकलं आहे! अधिवेशनाचं कामकाज ठरवताना सरकारने जी विषयपत्रिका ठरवली होती, जी विधेयकं मांडण्याचं ठरवलं होतं, अन्य सरकारी कामकाज ठरवलं होतं, त्यातलं बहुशः झालं. पण, त्यात लोकप्रतिनिधींचा सहभाग किती होता? असा प्रश्न विचारला, तर त्याचं उत्तर मात्र अत्यंत निराशाजनक आहे. संसदेच्या अधिवेशनासाठी सरकारी तिजोरीतून; म्हणजेच जनतेच्या खिशातून दर मिनिटासाठी अडीच लाख रुपये खर्च केला जातो. हा खर्च किती प्रमाणात आणि कशासाठी वाया जातो आहे, हे पाहिलं की लोकशाहीच्या सर्वोच्च मंदिराला कशाचं रूप आलं आहे? असा प्रश्न आल्याशिवाय राहत नाही. अधिवेशनाचं कामकाज वेळेच्या दृष्टीने फारसं समाधानकारक झालं नसलं, तरी विषय आणि घडामोडी पाहता अधिवेशनाने सामान्य जनतेचं लक्ष खिळवून ठेवलं होतं, हे नक्की. 'ऑपरेशन सिंदूर'वरची चर्चा अधिवेशनाच्या अगदी सुरुवातीलाच ठेवून सरकारने बाजी मारली होतीच. या चर्चेला पंतप्रधान नरेंद्र मोदी स्वतः लोकसभेत उत्तर देणार हे निश्चित झाल्याने चर्चेचा परिणाम जनतेत सकारात्मकच जाणार हे सुनिश्चित होतं. झालंही तसंच. लोकसभेत ७३, तर राज्यसभेत ६५ सदस्यांनी उपस्थित केलेल्या मुद्द्यांना मोदी आणि राज्यसभेत अमित शहा यांनी इतकं समर्पक आणि प्रभावी उत्तर दिलं, की त्यामुळे विरोधकांना आपलं अस्तित्व दाखवण्यासाठी अन्य हत्यार उपसावं लागणार हे पहिल्या आठवड्यातच स्पष्ट झालं होतं. राहुल गांधी यांचा 'मतचोरी'चा मुद्दा सभागृह आणि सभागृहाबाहेर त्यामुळेच विरोधकांनी अखेरपर्यंत धरून ठेवला. बिहारची निवडणूक आता हातातोंडाशी आली आहे. हिंदी पट्ट्यातलं हे महत्त्वाचं राज्य त्यामुळे सध्या सत्ताधारी आणि विरोधकांची रणभूमी आहे. तिथल्या मतदार याद्यांचा मुद्दा घेऊन; त्याला महाराष्ट्रासह अन्य राज्यातील आरोपांची जुनीच फोडणी देऊन विरोधकांनी संपूर्ण अधिवेशनात हंगामा केला. त्याचं टोक अधिवेशनाच्या शेवटच्या दोन दिवसांत गाठलं गेलं. शाह लोकसभेत जेव्हां 'संविधान (१३०वी) दुरुस्ती विधेयक २०२५', 'संघराज्य शासन (दुरुस्ती) विधेयक २०२५' आणि 'जम्मू-काश्मीर पुनर्रचना (दुरुस्ती) विधेयक २०२५' ही तीन अत्यंत महत्त्वाची विधेयकं मांडत होते, तेव्हां विरोधी बाकांवरून त्यांच्या दिशेने विधेयकाच्या मसुद्यांचे फाडलेले कागद आणि बोळे भिरकावले जात होते! यातून विरोधकांच्या हाती काय लागलं? पूर्वनियोजनानुसार सरकारने ही तीनही विधेयक संयुक्त चिकित्सा समितीकडे पाठवण्याचा प्रस्ताव मांडला आणि गोंधळातच मंजूरही केला. म्हणजे, ज्यांनी या विधेयकावर संसदेत सहभाग नोंदवण्याचं टाळलं त्यांना आता संयुक्त चिकित्सा समितीत भाग घ्यावाच लागेल. त्यांचा सहभाग नोंदवून तिथून आलेलं विधेयक सभागृहात मंजूर केलं जाईल. तेव्हा विरोधकांकडे दुसरा कोणताही प्रत्यवाय नसेल!! उपराष्ट्रपती जगदीप धनखड यांचा अवचित राजीनामा ही या अधिवेशनातील सरकारच्या कौशल्याची आणखी एक घटना ठरली. धनखड यांनी राजीनामा दिला नाही; तो द्यावा लागला, हे आता जगजाहीर झालं आहे. पण, तो का द्यावा लागला? याविषयी अद्यापही कोणी ठोस सांगू शकत नाही. 'दिल्ली'तून जे सांगितलं जातं आहे, त्या शक्यताच आहेत. केंद्र सरकारचा किल्ला किती कडेकोट आहे, याचा अंदाज यावरून यावा! शेवटी, अधिवेशनाचं फलित काय? तर, सरकारने त्यांचं बहुतेक सगळं कामकाज रेटून नेलं. विरोधकांनी गोंधळ घालून त्यात अडथळा आणण्याचा खूप प्रयत्न केला; पण त्यांच्या आणि एकूणच सभागृहाच्या सहभागाशिवाय ते पूर्ण झालं. लोकप्रतिनिधींचा सहभाग नाही, म्हणजे प्रातिनिधिक लोकशाहीत जनतेचाच सहभाग नाही. अशा सहभागाविना चाललेली सभागृह ही सभागृह तरी कशी म्हणायची? ते आखाडेच ठरतात. घराघरांतून टीव्हीच्या पडद्यावर पाहण्यासाठी!!

आणखी एक शस्त्र?

विरोधकांनी जोरदार मागणी केली, जनक्षोभ वाढला तरच नैतिकतेचा आव आणत राजीनाम्याचे पाऊल उचलले जाते. मोदी सरकारने १३०व्या घटनादुरुस्तीचे जे विधेयक आणले आहे, त्याकडे या पार्श्वभूमीतून पाहणे गरजेचे आहे. एखाद्या गंभीर गुन्ह्याच्या प्रकरणी अटक झाल्यास स्वतःहून आपले पद, मग ते पंतप्रधानपद असो, मुख्यमंत्रिपद असो की मंत्रिपद, सोडणे ही झाली नैतिकता; परंतु राजकारणात असे होईलच याची खात्री नाही. याला कारणे अनेक. एक तर गुन्हा सिद्ध होत नाही, तोपर्यंत आरोपींना निर्दोष मानण्याची तरतूद कायद्यात आहे. दुसरे म्हणजे कमालीच्या स्पर्धात्मक झालेल्या राजकारणात आपला सत्तामार्ग सोपा करण्यासाठी विरोधकांना अशा गुन्ह्यांत गोवले जाऊ शकते; त्यामुळे अशा प्रकरणांना राजकीय कुरघोडीचे स्वरूप येते आणि मग आपण स्वतःहून पायउतार का व्हावे, असा प्रश्न आरोपी उपस्थित करू शकतात. तिसरा मुद्दा आहे, तो आपल्या ताब्यातील तपास यंत्रणांद्वारे सत्ताधारी त्यांना नको असलेल्यांना एखाद्या गुन्ह्यांमध्ये अडकावण्याची. शेवटचा मुद्दा म्हणजे आपल्याकडील गुन्ह्यांच्या तपासाच्या गतीचा. अटक करण्यापासून न्यायालयात खटल्याचा निकाल लागण्यापर्यंतचा कालावधी कितीही काळ लांबू शकतो. तोपर्यंत आरोपी हा निव्वळ आरोपी असतो; गुन्हेगार नाही. अशा सर्व कारणांमुळे कोणत्याही मंत्र्यांवर गुन्हेगारीचा आरोप झाला, की तो सहजासहजी पायउतार होत नाही. कार्यपालिका आणि न्यायपालिका या लोकशाही दोन स्तंभांतील अधिकारांचा मुद्दाही या विधेयकामुळे ऐरणीवर आला आहे. कायदा करणे हे कार्यपालिकेचे म्हणजे सरकारचे काम; तर या कायद्यांनुसार एखादा आरोपी दोषी आहे किंवा कसे हे ठरविणे हे न्यायालयांचे काम. मात्र, या विधेयकामुळे न्यायालयाच्या अधिकारात सरकारचा अधिक्षेप होण्याची शक्यता आहे; कारण सत्तेतील व्यक्तीवर गुन्हेगारीचा आरोप झाला आणि त्यासाठी तीस दिवसांची कोठडी झाली, तर तिला पदावरून हटावे लागेल. संबंधित व्यक्ती दोषी आहे की निर्दोष, याचा न्यायालयात निवाडा न होताही तिला पद गमवावे लागेल. संबंधित व्यक्ती कोठडीतून बाहेर आल्यानंतर ती त्या पदावर परत जाऊ शकते, असे हे विधेयक म्हणत असले, तरी न्यायदानाच्या प्रक्रियेला होत असलेला विलंब पाहता तिला आधीच पद सोडण्याची शिक्षा भोगावी लागेल, असे दिसते. थोडक्यात, अशा प्रकरणात नैसर्गिक न्यायाचे तत्त्व नाकारले जाते. वास्तविक, गुन्हा सिद्ध झालेल्या लोकप्रतिनिधींच्या शिक्षेची वेगळी तरतूद असताना हे स्वतंत्र विधेयक आणण्याची गरजच नाही. तरीही ते आणले गेले आहे. त्यामुळे त्यामागे राजकारण नाहीच, असे म्हणता येत नाही. हे विधेयक सादर करताना विरोधकांनी त्याच्या प्रती फाडून केलेला गोंधळ स्वीकारार्ह नसला, तरी त्यांनी उपस्थित केलेले प्रश्न आणि आक्षेप महत्त्वाचे ठरतात. त्यामुळे या विधेयकाची छाननीसाठी संयुक्त संसदीय समितीकडे झालेली रवानगी योग्यच म्हणावी लागेल. राज्यघटनेच्या अनुषंगाने या विधेयकावर रास्त प्रश्न उपस्थित होत असतानाच, त्याच्या संभाव्य वापराबाबतही प्रश्न आहेत. विधेयकाचे कायद्यात रूपांतर झाल्यास त्याचा वापर ह्यस्वच्छह्न आणि ह्यनैतिकह्न कारणांसाठी होईल, हे खात्रीने सांगता येणार नाही. अंमलबजावणी संचालनालय (ईडी), केंद्रीय अन्वेषण विभाग (सीबीआय) यांसारख्या यंत्रणांद्वारे विरोधकांना लक्ष्य करण्याचे सरकारचे आजवरचे वर्तन पाहता नव्या घटनादुरुस्तीचा उपयोग याच पद्धतीने होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. विरोधकांची सरकारे असलेल्या राज्यांतील मंत्र्यांवर गंभीर आरोप करणे, त्यांच्या विरोधात केंद्रीय यंत्रणांकडून तपास करणे या गोष्टी काही नवीन नाहीत.

न्यायालयात कुत्रे जिंकले, सर्वसामान्य माणूस हरला

धार्मिक परंपरा अन भूतदयेच्या नावाखाली भटक्या प्राणीमात्रांना खाऊ-पिऊ घालण्याचा भावनिक मुद्दा सध्या देशात चांगलाच चर्चेत आहे. एकीकडे मुंबईतील जैन धर्मिय कबूतरांना दाणापाणी घालण्यासाठी इरेला पेटलेले असताना तिकडे राजधानी दिल्लीत भटक्या कुत्र्यांनी अक्षरशः थैमान घातले आहे. या सर्व गल्लीबोळातील भटक्या कुत्र्यांना पकडून जेरबंद करण्याचा अत्यंत महत्त्वाचा निकाल सर्वोच्च न्यायालयानं दिला होता. या निकालामुळं भटक्या कुत्र्यांच्या दहशतीनं त्रस्त सर्वसामान्य दिल्लीकरांना मोठा दिलासा मिळाला होता. परंतु न्यायालयाचा हा निकाल दिवसरात्र आपल्या मांडीवर कुत्री खेळवणाऱ्या उच्चभ्रू श्वानप्रेमींना पटला नव्हता.

भटक्या कुत्र्यांचा कळवळा येणाऱ्यांच्या आर्जवाची दखल खुद्द सरन्यायाधीशांना घ्यावी लागली. अखेर भटक्या कुत्र्यांच्या ज्वलंत विषयावर नव्याने विशेष खंडपीठ स्थापन करण्यात आले. या खंडपीठाने नुकताच आपला निकाल दिला. भटक्या कुत्र्यांची नसबंदी करून त्यांना पुन्हा आहे त्याच जागी सोडण्याचा खंडपीठाने दिलेला निकाल श्वानप्रेमींच्या आनंदात भर टाकणारा असला तरी, सर्वसामान्यांची पुरती निराशा करणारच आहे. विशेष म्हणजे हा निकाल सर्वच राज्यांना लागू असणार आहे.

हे प्रकरण दिल्लीतील भटक्या कुत्र्यांच्या संदर्भात असले, तरी त्याची व्याप्ती मोठी आहे. कारण देशातील सर्वच राज्यांमध्ये भटक्या कुत्र्यांची दहशत पसरलेली आहे. महापालिका, नगरपंचायती, जिल्हा परिषदा व इतर स्थानिक प्राधिकरणे भटक्या कुत्र्यांच्या संख्येला लगाम घालण्यात पुरती अपयशी ठरली आहेत. नव्वदच्या दशकांत स्थानिक प्राधिकरणांकडून भटक्या कुत्र्या-मांजरांना पकडून त्यांची नसबंदी केली जायची. त्यामुळे त्यांची संख्या आटोक्यात होती. परंतु मनेका गांधी यांना रोलमॉडेल मानत असलेले अनेक श्वानप्रेमी व त्यांच्या स्वयंसेवी संघटनांनी मागील काही वर्षांमध्ये भूतदयेच्या नावाखाली वेगवेगळ्या न्यायालयात खटले दाखल केले. मुक्या कुत्र्या-मांजरांना अनामुषपणे पकडून त्यांच्यावर स्थानिक प्राधिकरणांकडून अन्याय होत असल्याचे दावे या याचिकांमधून करण्यात आले. परिणामी राज्य सरकारच्या निधीवर सुरू असलेल्या या नसबंदीच्या प्रक्रियेत अडचणी निर्माण होत गेल्या, निर्बिजिकरण केंद्रांची संख्या घटत गेली व दुसरीकडे रस्त्यांवर कुत्र्या-मांजरांची संख्या वाढत गेली. कधीकाळी कोल्हा, लांडग्याच्या संकरातून नवा जन्म घेत मानवी वस्तीत स्थिरावरलेला, माणसानेच टाकलेल्या भाकरीवर वाढलेला कुत्रा रात्रीच्या अंधारात दात खाऊन माणसाच्या अंगावर धावून येऊ लागला आहे.

देशातल्या प्रत्येक शहरात, तालुक्यात, जिल्ह्यात, गल्लीबोळात मागच्या काही वर्षांमध्ये कुत्र्यांच्या झुंडीच्या झुंडी तयार झाल्यात. काही झुंडी कर्चयावर पोसल्यात तर, काही झुंडी श्वानप्रेमींनी टाकलेले दूध-भात, बिस्किटे आणि कोंबड्यांच्या कच्च्या मांसावर धष्टपुष्ट झाल्यात. या झुंडींना रस्त्यावरुन, गल्लीतून जार्णाया लहान उंचीच्या एकट्या मुलात आता भक्ष्य दिसू लागले आहे. लहान मुलांचा माग काढत त्यांच्यावर एकत्र येऊन जीवघेणा हल्ला करणे, लचके तोडण्यात आल्याचे अनेक व्हिडीओ तुम्ही-आम्ही बघितले असतील. ही सगळी दृश्ये, घडर्णाया घटना अत्यंत भयावह आहेत.

कुत्र्या-मांजराचे निर्बिजीकरण थांबल्याचा हा परिणाम आहे. सर्वोच्च न्यायालयाने आपल्या निकालात भटक्या कुत्र्यांच्या निर्बिजीकरणावर भर दिला आहे. हा अत्यंत चांगला निर्णय आहे, परंतु या कुत्र्यांना निर्बिजीकरणानंतर पुन्हा आहे त्याच ठिकाणी सोडण्याचा निर्णय धोकादायकच म्हणावा लागेल. शिवाय कुत्र्यांना रस्त्यावर अन्नपाणी घालण्यास न्यायालयाने मज्जाव केला असला, तरी त्यासाठी फिडींग झोन तयार करण्याचा मुद्दाही वादाचाच म्हणावा लागेल. रेबिज झालेले कुत्रे व आक्रमक कुत्र्यांना शेल्टर होममध्ये ठेवले जाईल. परंतु आक्रमक कुत्रे म्हणजे काय? याची व्याख्या न्यायालयाने स्पष्ट केलेली नाही. दिवसभर वाहनांखाली, इमारतीच्या सावलीत शेपूट पाठीमागे घालून निवांतपणे झोपलेले हे कुत्रे रात्रीच्या अंधारात दानवी रुप धारण करतात.

एरियातील एका एका भिडूला सोबतीला घेत या झुंडी कुठे वाहनांच्या मागे धावतात, तर कुठे लहानमोठ्यांच्या अंगावर धावून त्यांच्यावर हल्ला करतात, अगदी काहीच नाही तर वाहनांच्या सीट फाडण्याचे उद्योगही करतच असतात, यापैकी कुठल्या कुत्र्यांना पकडून स्थानिक प्राधिकरणे शेल्टर होममध्ये नेऊन टाकणार हे यामुळे स्पष्ट होत नाही. कारण तसे करायचे म्हटल्यास या श्रेणीत 90 ते 95 टक्क्यांपेक्षा जास्त भटके कुत्रे येतातच येतात. शिवाय रेबिज होऊन पिसाळलेल्या कुत्र्यांना शोधून काढत त्यांना पकडणे हेदेखील स्थानिक प्रशासनापुढे आव्हान असेल. असो. न्यायालयाने आपलाच निर्णय फिरवला आहे. सर्वोच्च न्यायालयाच्या निर्णयापुढे आता कुणीही जाऊ शकणार नाही, हेदेखील वास्तव आहे.

न्यायालयाच्या निर्णयानुसार आता राज्य सरकारांनी व स्थानिक प्राधिकरणांनी कुत्रे पकडून त्यांचे निर्बिजीकरण करण्याची मोहीम गांभीयानें हाती घेण्याची आत्यांतिक गरज आहे. निर्बिजीकरणाची केंद्र वाढवून, मनुष्यबळ पुरवण्यासाठी निधीची उपलब्धता होणेही गरजेचे आहे. या निर्बिजीकरणानंतर रस्त्यावरील भटक्या कुत्र्यांची संख्या आणि ते झुंडीने अंगावर धावून येण्याची मूळ समस्या काही एकाएकी कमी होणार नाही. निर्बिजीकरण मोहीम सुरू होऊन कुत्र्यांची संख्या नियंत्रणात येण्यासाठी काही वर्षांचा कालावधी जावा लागेल. तोपर्यंत रस्त्यावरुन रात्री पायी घरी चालत जार्णाया सर्वसामान्यांना कुत्र्यांच्या दहशतीमुळे जीव मुठीत घेऊन घर गाठावे लागणार आहे.

विद्यार्थ्यांनी मोबाइलचा अतिवापर टाळावा

मोबाइलच्या अतिवापरामुळे विद्यार्थ्यांच्या आरोग्यावर विपरीत परिणाम होत आहेत. ही त्यांच्या भविष्याच्या दृष्टिकोनातून धोक्याची घंटा आहे. आजचे विद्यार्थी हे उद्याचे सुजाण नागरिक आहेत. त्यामुळे त्यांनी मोबाइलचा अतिवापर टाळावा. आपल्याकडे अपेक्षेप्रमाणे मोबाइलच्या अतिवापरा संदभार्तील दुष्परिणामाबाबत जनजागृती होत नाही. ती होणे गरजेचे आहे. पल्या लोकशाहीप्रधान भारत देशाचा १५ ऑगस्ट २०२५ रोजी ७९ वा स्वातंत्र्य दिन मोठ्या उत्साहाने आणि विविध कार्यक्रमांनी साजरा झाला. म्हणजे आपल्या देशाला स्वातंत्र्य मिळून ७८ वर्षे पूर्ण झाली. मात्र मोबाइलचा विचार करता वैज्ञानिक युगात वावरणारे आजचे विद्यार्थीवर्ग मोबाइलचा अतिवापर करताना दिसत आहेत. मोबाइलच्या अतिवापरामुळे मुलांची विचार करण्याची शक्ती हळूहळू कमी होते. काही वेळा आपण काय करावे आणि काय नाही याची कल्पना मुलांना येत नाही. त्यात ते कधी कधी गोंधळून जातात. हे त्यांच्या भविष्याच्या दृष्टीने घातक आहे. तेव्हा देशाच्या ७९ व्या स्वातंत्र्य वषार्पासून मोबाइलचा अतिवापर करणार नाही यासाठी केवळ विद्यार्थीच नव्हे तर आपण सर्वजणांनी आज वचनबद्ध होऊया. मोबाइलच्या अतिवापरामुळे विद्यार्थ्यांच्या आरोग्यावर विपरीत परिणाम होत आहेत. ही त्यांच्या भविष्याच्या दृष्टिकोनातून धोक्याची घंटा आहे.

आजचे विद्यार्थी हे उद्याचे सुजाण नागरिक आहेत त्यामुळे त्यांनी मोबाइलचा अतिवापर टाळावा. मोबाइलचा वापर आवश्यक कामासाठीच करण्यात यावा. सध्या तरी विद्यार्थ्यांना मोबाइलचे व्यसन लागले आहे. कायम त्यांच्या हातात मोबाइल दिसतो, तो दूर ठेवणे आवश्यक आहे. याचा परिणाम त्यांच्या डोळ्यांना त्रास होणे, झोप न लागणे, मानसिक दडपण, मन चलबिचल होणे, थोरांचे ऐकायचे नाही, मनमानी कारभार, मान व पाठ दुखी अशा अनेक समस्या निर्माण होऊ लागल्या आहेत. काही मुले तर झोपेत सुद्धा हातात मोबाइल धरून झोपतात. त्यात काही उशीच्या खाली लपवून मोबाइल ठेवतात. डॉक्टर सांगतात, आपण झोपताना मोबाइल दूर ठेवावा, याचे काय? तेव्हा देशातील सुजाण नागरिकांनी विचार करून उद्यापासून म्हणण्यापेक्षा आजपासून मोबाइलला दूर ठेवून योग्य ती काळजी घेतली पाहिजे. आजच्या युगात मोबाइल ही मूलभूत गरज झाली असली तरी त्याचा अतिवापर टाळावा. तेव्हा यात इतरांना दोष देण्यापेक्षा आई-वडिलांची भूमिका महत्त्वाची असते. मात्र हल्ली काही मुले आई-वडिलांचे ऐकत नाहीत. तुम्हाला काय कळते? असा प्रती सवाल आपल्या आई-वडिलांना करतात. तेव्हा घरात भांडण नको म्हणून आई-वडील दुर्लक्ष करतात. अलीकडे तर मोबाइलचा विचार करता मोबाइलच्या अतिवापरामुळे मुलांची पुरेशी झोप होत नाही. म्हणजे कारण नसताना जागरण होते. हे जागरण आरोग्याला अपायकारक असते. याऐवजी एखादा खेळ खेळणे गरजेचे आहे. म्हणजे तेवढा ताण डोळ्यांवर येत नाही. म्हणूनच आवश्यक कामासाठी मोबाइलचा वापर करावा म्हणजे मोबाइलचा वापर कमी होईल किंवा मोबाइल वापरण्यावर मर्यादा येईल. ही आरोग्यासाठी चांगली बाब आहे. मी आवश्यक कामासाठी मोबाइलचा वापर करीन असे प्रत्येकांनी ठरविले पाहिजे.

तसेच मोबाइलवर जास्त न बोलता आवश्यक तेवढेच बोलेन असे ठरवावे. त्यासाठी प्रत्येकांनी वेळेचे नियोजन करणे गरजेचे आहे. केवळ मोबाइलवर वेळ घालविण्यापेक्षा आपल्या कुटुंबीयांसमवेत व मित्रांसोबत काही वेळ गप्पागोष्टीत घालवावा. तेवढे मन मोकळे होते. महत्त्वाची बाब म्हणजे, अशांसोबत मनमोकळेपणाने वेळ घालवावा, यातूनच खरी ऊर्जा मिळते. आजच्या तरुणाईला अशा गप्पागोष्टींची गरज आहे. तेव्हा मोबाइलच्या वापरावर स्वतःहून निर्बंध घातले पाहिजेत. उदाहरणार्थ सकाळी चहा, नाश्ता, जेवण करताना मोबाइलवर बोलू नये. तसेच झोपल्यावर मोबाइल आपल्यापासून दूर ठेवावा. केवळ मोबाइल एके मोबाइल नको तर आपल्याला मनोरंजनाकडे सुद्धा लक्ष द्यावे लागेल. मनोरंजनामुळे आपले मनोरंजन होत असते, त्याचप्रमाणे मन सुद्धा मोकळे झाल्याने कोणत्याही प्रकारचे दडपण येत नाही. तेवढा डोळ्यांना सुद्धा आराम मिळतो. एखाद्या विषयावर एकमेकांशी सुसंवाद साधावा म्हणजे तेवढीच आपल्या ज्ञानात भर पडत असते. त्यात अधिक आराम हवा असेल तर काही काळ मोबाइल बंद करून ठेवल्यास अधिक चांगले. मात्र कामात अडथळा येणार नाही याची काळजी घ्यावी. काही वेळा आपल्या कुटुंबाचा सल्ला घ्यायला काहीच हरकत नाही. त्याचे पालन करणे आपल्या हातात आहे. चांगल्या सल्ल्यामुळे आपले मानसिक आरोग्य सुधारण्यास मदत होते. कारण घरगुती सल्ला हा अनुभवातून व मोफत असतो, हे विसरता कामा नये. मोबाइलच्या अतिवापरामुळे विद्यार्थ्यांच्या आरोग्यावर दुष्परिणाम होऊ लागले आहेत. याचा सर्वात जास्त दुष्परिणाम डोळ्यांवर झालेला दिसून येत आहे. याचा परिणाम अतिवापर करणाऱ्या मोबाइलधारकांच्या शरीरावर होऊ लागला आहे.

ही त्यांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने चांगली गोष्ट नाही. तेव्हा मोबाइलच्या दुष्परिणामाविषयी जनजागृती होणे आवश्यक आहे. आपल्याकडे अपेक्षेप्रमाणे मोबाइलच्या अतिवापरा संदभार्तील दुष्परिणामाबाबत जनजागृती होत नाही. ती होणे गरजेचे आहे. यासाठी आरोग्य विभागाने व जागृत नागरिकांनी पुढे येऊन आवाज उठविला पाहिजे. ही विद्यार्थ्यांसाठी आजच्या काळाची गरज आहे. कारण भारत हा तरुणांचा देश आहे, असे आपल्या देशाचे माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी हे आपल्या भाषणात म्हणत असतात. तेव्हा देशातील तरुण तंदुरुस्त होण्यासाठी त्याला मोबाइलच्या अतिवापराच्या दृष्ट चक्रातून बाहेर काढावे लागेल. तसेच मुलांनी सुद्धा मोबाइलचे दुष्परिणाम लक्षात घेऊन सतर्क राहायला हवे. तेव्हा देशाच्या ७९ व्या स्वातंत्र्य वर्षांत सध्याच्या विद्यार्थ्यांना भविष्यात निरोगी जीवनशैली जगण्यासाठी आतापासून मोबाइलचा अतिवापर टाळण्यासाठी जागरूत करूया.

बोगनविले हे जितके सुंदर, तितकेच ते फायदेशीर

नाव टोफूसारखे आहे, त्याला कागदी फूल असेही म्हणतात. ही वनस्पती फार कमी काळजी घेतल्याशिवाय बाग सुंदर आणि रंगीत करण्यात उत्कृष्ट आहे. वेगवेगळ्या देशांमध्ये ते वेगवेगळ्या नावांनी ओळखले जाते. मुळात, ही वनस्पती दक्षिण अमेरिकेतील देशांमध्ये आढळते. साधारणपणे, तिथले लोक ते बागेत आणि त्यांच्या घराच्या मुख्य प्रवेशद्वारावर लावतात. फिलबर्ट कॉमर्सन आणि लुई अँटोइन डी बोगनविले या दोन शास्त्रज्ञांनी याचा शोध लावला. या वनस्पतीचे नाव या शास्त्रज्ञांपैकी एकाच्या नावावरून ठेवण्यात आले.

बोगनविले आणि ही वनस्पती १७८९ मध्ये लोकांसमोर सादर करण्यात आली. ही एक लता वनस्पती आहे. या वनस्पतीच्या २० प्रजाती जगभरात आढळतात, त्यापैकी ३०० हून अधिक प्रकारच्या वनस्पती दिसू शकतात. ती कोणत्याही प्रकारच्या मातीत आणि हवामानात टिकते. यापैकी बहुतेक प्रजातींना तीक्ष्ण काटेरी फुले असतात. त्याला जवळजवळ वर्षभर फुले येतात. त्या सर्व एकत्र फुलतात, फुलांसोबतच संपूर्ण वनस्पती देखील हिरवी होते. बोगनविलेची फुले दिसायलाच सुंदर नसून त्यासाठी अनेक अॅलोपॅथिक आणि आयुर्वेदिक उपचारही निघाले आहेत. खोकला, दमा, आमांश, पोट किंवा फुफ्फुसांच्या समस्यांसाठी आयुर्वेदात या वनस्पतीचा वापर केला जातो.

आयआयटी कानपूरच्या तज्ज्ञांनी बोगनविलेच्या फुलापासून अशी कृत्रिम त्वचा तयार केली आहे, जी खोल जखमा भरण्यासाठी आणि खराब झालेली त्वचा लवकर दुरुस्त करण्यासाठी वापरली जाऊ शकते. त्याची खासियत अशी आहे की ती दुखापत किंवा जखम बरी होण्यासाठी लागणाऱ्या वेळेपेक्षा निम्म्या वेळेत बरी होईल. या संशोधनाचे पेटंट घेण्यात आले आहे. या संशोधनाचे सूत्र एका खाजगी कंपनीला दिले जाईल जिथे कृत्रिम त्वचा तयार केली जाईल. सूत्रांनी दिलेल्या माहितीनुसार, या वर्षाच्या अखेरीस कृत्रिम त्वचा तयार करण्याचे काम सुरू होईल.

हिरव्या केळीचे फायदे

केळी हे सर्वात स्वादिष्ट आणि पौष्टिक फळ मानले जाते. तुम्ही हे फळ अनेक प्रकारे खाऊ शकता, मग ते स्मूदीज असोत, फळांचे सॅलड असोत, चिप्स असोत किंवा अगदी हिरवी किंवा कच्ची केळी असोत. बहुतेक लोकांना थोडेसे कच्चे केळे खाणे आवडत नाही, कारण पिवळे केळे खाण्यास अधिक मजेदार असतात, परंतु तुम्हाला माहिती आहे का की हिरवी केळी खाण्याचे इतके फायदे आहेत की तुमचे आरोग्य बदलू शकते. बहुतेक लोकांना हे माहित नाही की हिरवी केळी ही ऊर्जा, जीवनसत्त्वे, खनिजे आणि साखरेचा स्त्रोत आहे, जी फायबरसारखे काम करते. याचा अर्थ असा की तुम्ही चांगले पचन, वजन व्यवस्थापन, चांगले हृदय आरोग्य आणि रक्तातील साखरेची पातळी नियंत्रित यासह अनेक फायदे घेऊ शकता.

हिरव्या केळ्यांना कच्चे केळे असेही म्हणतात, कारण ते पूर्णपणे पिकलेले नसताना आणि अजिबात कच्चे नसताना तोडले जातात. हिरव्या केळ्यांबद्दल खास गोष्ट म्हणजे ते खाल्ल्याने भूक कमी होते, कारण त्यात फायबर आणि प्रतिरोधक स्टार्चचे प्रमाण जास्त असते.

आतड्यांसाठी आरोग्यदायी

कच्चे केळे आतड्यातील बॅक्टेरिया निरोगी ठेवण्यास मदत करतात. त्यात प्रतिरोधक स्टार्च असतो, जो एक प्रकारचा कार्बोहायड्रेट असतो जो लहान आतड्यात पचनक्रियेला 'प्रतिकार' करतो आणि पचनसंस्थेतील आतड्यांना अनुकूल सूक्ष्मजंतूंच्या वाढीसाठी अन्न म्हणून काम करतो. ते पचनक्रियेसाठी महत्त्वाचे असलेल्या शॉर्ट-चेन फॅटी अॅसिड (एससीएफए) चे उत्पादन देखील वाढवू शकते.

हृदयाचे आरोग्य

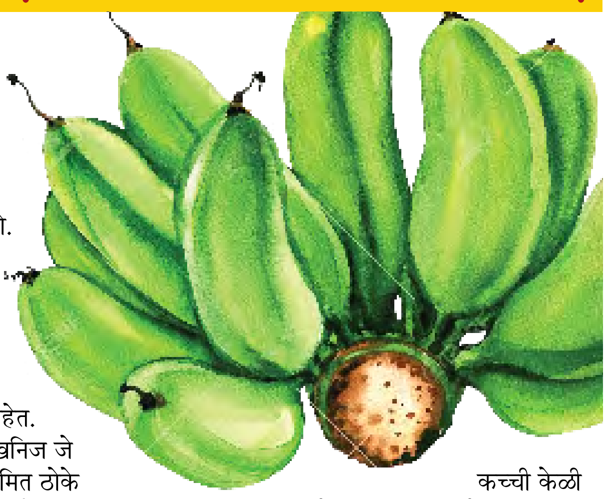
पिकलेल्या केळ्यांप्रमाणे, हिरवी केळी देखील हृदयाच्या आरोग्यासाठी खूप उपयुक्त आहेत. ते पोटॅशियमचा एक उत्कृष्ट स्त्रोत आहेत, एक खनिज जे स्नायूंना आकुंचन पावण्यास आणि हृदयाचे नियमित ठोके देण्यास मदत करते. ते रक्तदाब नियंत्रित करण्यास देखील मदत करते.

कोलेस्टेरॉल कमी करते

कच्च्या केळ्यांमधील उच्च फायबर सामग्री कोलेस्टेरॉलचे व्यवस्थापन करण्यास मदत करते, कारण कच्च्या केळ्यांमध्ये फायबर भरपूर असते, जे रक्तातील साखरेची पातळी देखील नियंत्रित ठेवते. याशिवाय, नियमितपणे सेवन केल्यास ते कोलेस्टेरॉलची पातळी नियंत्रित करण्यास मदत करू शकते.

भूक नियंत्रित करते

हिरवी केळी खाल्ल्यानंतर, तृप्ति किंवा पोटभरीची भावना येते, ज्यामुळे तुम्ही जास्त खात नाही.



कच्ची केळी मधुमेहात उपयुक्त आहेत

हिरव्या आणि पिकलेल्या केळ्यांमधील मुख्य फरक म्हणजे हिरव्या केळ्यांमधील कार्बोहायड्रेट्स प्रामुख्याने स्टार्चच्या स्वरूपात असतात. पिकण्याच्या प्रक्रियेत ते हळूहळू साखरेत बदलते, म्हणून बहुतेक लोक पिकलेले केळे खाणे पसंत करतात कारण ते गोड असतात. म्हणूनच, हिरवी केळी मधुमेहासाठी खूप फायदेशीर आहेत. तज्ञांचे म्हणणे आहे की हिरवी केळी मधुमेहाने ग्रस्त असलेल्या लोकांसाठी खूप फायदेशीर आहेत, कारण ती कमी ग्लायसेमिक इंडेक्स असलेल्या पदार्थांमध्ये येतात. तथापि, तरीही ती जास्त प्रमाणात खाऊ नयेत, विशेषतः जर तुम्हाला मधुमेह असेल तर.

काळी मिरी चहामुळे चरबी कमी होईल

वजन कमी करण्यासाठी काळी मिरी चहा का फायदेशीर आहे?

काळी मिरी किंवा काळी मिरी हा चयापचय वाढवणारा पदार्थ आहे. वजन कमी करण्यासाठी जलद चयापचय दर असणे आवश्यक आहे. म्हणून, काळी मिरी वजन कमी करण्यासाठी चांगली आहे. यासोबतच काळी मिरी पचनसंस्थेशी संबंधित समस्यांपासूनही आराम देते. त्यामुळे पोट फुगणे, बद्धकोष्ठता आणि गॅस सारख्या समस्या कमी होतात, ज्यामुळे पोटाचा आकार काही प्रमाणात वाढण्यास हातभार लागतो. इतकेच नाही तर काळी मिरी चरबी जाळण्याची प्रक्रिया देखील वेगवान करते. त्यामुळे वजन कमी करण्याचे चांगले परिणाम दिसून येतात.

काळी मिरीमध्ये आढळणारे पोषक घटक

औषधी गुणधर्मांव्यतिरिक्त, काळी मिरीमध्ये पाइपरिन नावाचा घटक असतो जो चांगल्या आरोग्यासाठी खूप महत्त्वाचा असतो. याशिवाय, त्यात लोह, मॅंगनीज, पोटॅशियम, जस्त, जीवनसत्त्वे अ, क आणि के, खनिजे, निरोगी फॅटी अॅसिड, मॅग्नेशियम, क्रोमियम सारखे घटक देखील असतात जे तुम्हाला निरोगी ठेवण्यास मदत करतात.

काळी मिरी चहा कसा बनवायचा?

१. यासाठी, सर्वप्रथम, एक कप पाण्यात १ चमचा काळी मिरी पावडर, १ चमचा चिरलेले आले घाला. मंद आचेवर ३-४ मिनिटे शिजवा.

२. चहा तयार झाल्यावर, १ कपमध्ये गाळून घ्या. नंतर चवीसाठी त्यात १ चमचा मध, १ चमचा लिंबाचा रस घाला. तुमचा निरोगी काळी मिरी चहा तयार आहे.

तुम्ही ते अशा प्रकारे पिऊ शकता का?

सकाळी चयापचय सर्वात जलद होते. अशा परिस्थितीत, कमी कॅलरी पेयांसह चयापचय वाढवून तुम्ही वजन कमी करू शकता. तुमच्या चहामध्ये फक्त १, १/२ चमचा ताजी काळी मिरी, आले, तुळस किंवा दालचिनी घाला. ते नियमितपणे सेवन केल्याने, तुम्हाला स्वतःला फरक दिसेल.

काळी मिरी आरोग्यासाठी का फायदेशीर आहे ते आम्ही तुम्हाला सांगतो?

काळी मिरी हे निरोगी खनिजे आणि अँटीऑक्सिडंट्सचे एक पॉवरहाऊस आहे जे जळजळ कमी करण्यास मदत करू शकते आणि सर्दी आणि फ्लूपासून आराम देखील देते.

जर तुम्हाला अपचनाचा त्रास होत असेल तर रात्री झोपण्यापूर्वी १ कप काळी मिरी चहा प्या.

दिवसातून १ कप काळी मिरीची चहा प्यायल्याने कोलेस्टेरॉलची पातळी नियंत्रित राहते, ज्यामुळे हृदयरोग, स्ट्रोक आणि हृदयविकाराचा धोका कमी होतो.

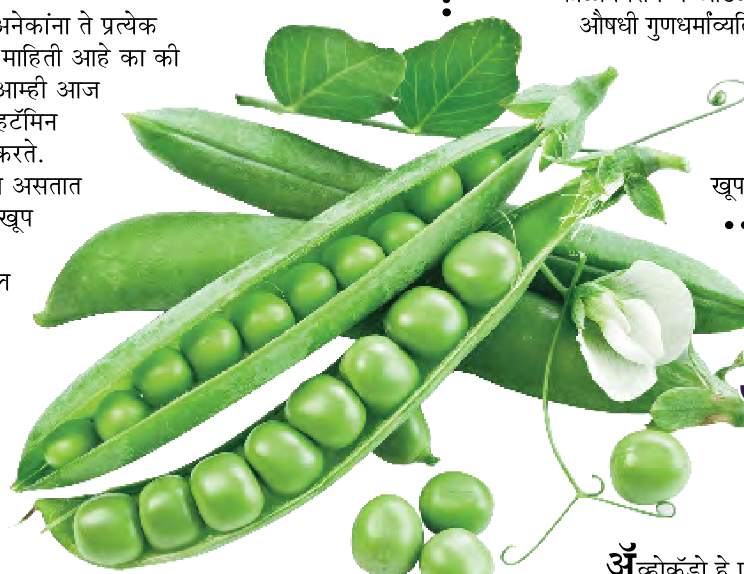
१ कप काळी मिरीची चहा डोकेदुखीवर वेदनाशामक म्हणून काम करते.

कच्चे वाटाणे आरोग्यासाठी फायदेशीर

आपल्या सर्वांना वाटाणे खायला आवडते. अनेकांना ते प्रत्येक भाज्यामध्ये घालून खायला आवडते. पण तुम्हाला माहिती आहे का की कच्चे वाटाणे खाण्याचे अनेक फायदे आहेत, जे आम्ही आज तुम्हाला सांगणार आहोत. हिरव्या वाटाण्यामध्ये व्हिटॅमिन यू जास्त प्रमाणात असते, जे तुमची हाडे मजबूत करते. वाटाण्यामध्ये वजन कमी करण्याचे गुणधर्म देखील असतात कारण त्यात कॅलरीज कमी असतात आणि चरबी खूप कमी असते.

वाटाणे रक्तातील कोलेस्टेरॉलची पातळी देखील संतुलित ठेवते. जर पोटाच्या कर्करोगाचा आजार असेल तर वाटाणे या आजारावर औषधासारखे काम करतात. गर्भवती महिलांसाठी देखील ते खूप फायदेशीर आहे. त्यात फॉलिक अॅसिड असते जे गरोदरपणात खूप फायदेशीर असते.

ते हृदयरोगाचा धोका देखील कमी करते. त्यात दाहक-विरोधी संयुगे आणि अँटी-ऑक्सिडंट्स देखील खूप जास्त प्रमाणात



सौंदर्याव्यतिरिक्त, अॅव्होकॅडो हे आरोग्यासाठी देखील एक वरदान आहे

अॅव्होकॅडो हे एक अत्यंत पौष्टिक फळ आहे. ते खनिजे आणि जीवनसत्त्वे समृद्ध आहे. त्यात प्रथिने तसेच चरबीचे प्रमाण जास्त असते. त्यात मोनोअनसॅच्युरेटेड फॅट असते जे निरोगी हृदय राखण्यासाठी महत्वाचे असते. अॅव्होकॅडो केवळ तुमच्या आरोग्यासाठीच नाही तर तुमच्या त्वचेसाठी देखील फायदेशीर आहे. त्यात असलेले पोषक घटक त्वचेचे आरोग्य सुधारण्यास मदत करतात. चला अॅव्होकॅडोचे फायदे जाणून घेऊया. हे फळ सुपरफूड म्हणून ओळखले जाते. त्यात अँटीऑक्सिडंट्स आणि जीवनसत्त्वे बी६, ए, ई आणि सी भरपूर प्रमाणात असतात. त्यात कॅल्शियम आणि पोटॅशियम भरपूर असते. ते केवळ बाह्य सौंदर्यासाठीच नाही तर अंतर्गत आरोग्यासाठी देखील फायदेशीर आहे. कोलेस्टेरॉल कमी करून हृदय निरोगी ठेवण्यास मदत करते. त्यात फायबर असते जे पोटासाठी फायदेशीर असते.

पोषक तत्वांनी समृद्ध

शरीराच्या चयापचय प्रक्रियांसाठी जीवनसत्त्वे महत्त्वाची असतात. ते आरोग्य राखण्यास मदत करते. अॅव्होकॅडोमध्ये असलेले अँटीऑक्सिडंट्स तुमचा शरीराचे मुक्त रॅडिकल्सपासून संरक्षण करतात. रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवण्यासाठी व्हिटॅमिन सी खूप चांगले आहे. ते तुम्हाला आजारी पडण्यापासून वाचवते. व्हिटॅमिन सी त्वचेच्या वृद्धत्वाच्या लक्षणांना देखील प्रतिबंधित करते.

अॅव्होकॅडोमध्ये आढळणारे व्हिटॅमिन बी त्वचेच्या नवीन पेशी तयार करण्यास मदत करते. व्हिटॅमिन ए आणि ई तुमची त्वचा तरुण आणि केस गुळगुळीत बनवते. अॅव्होकॅडो फेस पॅक त्वचेचा कोरडेपणा दूर करण्यास मदत करते. तुम्ही ते चमकदार त्वचेसाठी वापरू शकता.

अॅव्होकॅडो तेल

अॅव्होकॅडो तेल त्वचा आणि केस दोघांसाठीही खूप पौष्टिक आहे. ते हर्बल क्रीम, क्लींजर्स, शाम्पू, बॉडी बटर, बाथ ऑइल, फेस आणि हेअर पॅकमध्ये आढळते.

अॅव्होकॅडो खाल्ल्याने आणि तेल लावल्याने टाळूचे पोषण होते आणि केस मुळांपासून मजबूत होतात.

ते कसे वापरावे

अॅव्होकॅडो मॅश करा, त्यात थोडा लिंबाचा रस आणि थोडे मध घाला. ते केसांना हेअर पॅक म्हणून लावा. ते ३० मिनिटे तसेच राहू द्या. त्यानंतर धुवा. यामुळे तुमचे केस चमकदार आणि मऊ होण्यास मदत होईल.

जांभळ्या भाज्या आरोग्यदायी असतात

जांभळ्या रंगाचे पदार्थ केवळ दिसायला सुंदर आणि आकर्षक नसतात, तर आरोग्याच्या दृष्टीनेही ते शक्तिशाली असतात. हा रंग अँथोसायनिन्स नावाच्या अँटी-ऑक्सिडंट्सपासून येतो, जे एक प्रकारचे फायटोन्यूट्रिएंट्स आहेत. या रंगाचे पदार्थ पेशींचे नुकसान रोखतात, रोगांना शरीरापर्यंत पोहोचू देत नाहीत आणि वृद्धत्वविरोधी म्हणून काम करतात.

ब्लॅकबेरी

ब्लॅकबेरीमध्ये कॅलरीज खूप कमी असतात आणि व्हिटॅमिन सी भरपूर असते, तुम्ही दररोज एक वाटी ते खाऊ शकता. व्हिटॅमिन के आणि मॅंगेनिजमध्ये भरलेले, ब्लॅकबेरी संज्ञानात्मक आरोग्य आणि शरीराच्या बाह्य अवयवांचे रक्षण करते.

वांगी: वांगी व्यतिरिक्त, ते वांगी आणि औबर्गीन म्हणून देखील ओळखले जाते. वांगी पोटॅशियम, मॅग्नेशियम, कॅल्शियम, प्रथिने, लोह आणि जीवनसत्त्वे यांचा चांगला स्त्रोत आहे. १०० ग्रॅम वांगीमध्ये सुमारे २४ कॅलरीज असतात.

आलू बुखारा (प्लम)

आलू बुखारामध्ये खूप कमी कॅलरीज असतात, परंतु त्यात पुरेसे प्रमाणात जीवनसत्त्वे अ, क, के आणि पोटॅशियम आणि फायबर असते. प्रत्येक १५ ग्रॅम मनुकामध्ये सुमारे १०० ग्रॅम फायबर आढळते. हाडे मजबूत करण्याव्यतिरिक्त, ते रक्तातील साखरेची पातळी आणि टाइप-२ मधुमेह नियंत्रित करण्यास देखील उपयुक्त आहे.

जांभळा कोबी

या भाजीला रेड क्रॉट किंवा ब्लू क्रॉट असेही म्हणतात. जीवनसत्त्वे आणि फ्लेव्होनॉइड्सने समृद्ध असलेली ही भाजी शरीरातील जळजळ रोखते तसेच आतड्यांचे आरोग्य आणि संधिवात यासारख्या समस्यांपासून संरक्षण करते. याचा वापर सॅलड आणि सूपमध्ये केला जातो.

हळद कर्करोगावर प्रभावी उपचार ठरू शकते

हळदीमध्ये काय खास आहे? भारतीय आहाराचा अविभाज्य भाग असलेली हळद तिच्या अँटी-बायोटिक, अँटीसेप्टिक आणि पाचक गुणधर्मांसाठी ओळखली जाते. दिल्लीच्या बीएल कपूर मेमोरियल हॉस्पिटलने केलेल्या एका अभ्यासात असे आढळून आले आहे की हळदीमध्ये सुमारे २० रेणू असतात, जे अँटी-बायोटिक्ससारखे काम करतात. त्याच वेळी, हळदीच्या १४ रेणूंमध्ये कर्करोगविरोधी गुणधर्म असतात. त्याच्या १२ रेणूंमध्ये कर्करोगविरोधी गुणधर्म असतात. हळदीचा सर्वात महत्त्वाचा कर्करोगविरोधी रेणू कर्क्युमिनॉइड आहे.

हळद कर्करोगाच्या पेशींच्या वाढीस प्रतिबंध करते. हे हळदीच्या अँटी-एंजियोजेनिक गुणधर्मांमुळे होते. हळदी कर्करोगाच्या पेशींना नवीन रक्तवाहिन्या तयार होण्यापासून रोखते. इतकेच नाही तर कर्करोगाच्या पेशींच्या मायटोकॉन्ड्रियावर हल्ला करून, ते त्या पेशींचे पुनरुत्पादन चक्र विस्कळीत करते. हे नवीन कर्करोगाच्या पेशी तयार होण्यास प्रतिबंध करते. कर्क्युमिन कर्करोगाच्या तिन्ही टप्प्यात प्रभावी आहे. कर्क्युमिन कर्करोगाच्या पेशींच्या वाढीस जबाबदार असलेल्या टोपोइसोमेरेज नावाच्या एंजाइमला प्रभावीपणे कमी करते, ज्यामुळे कर्करोगाच्या पेशींची वाढ मोठ्या प्रमाणात कमी होते. कर्करोगाच्या पेशी काही काळानंतर केमोथेरपी आणि रेडिओथेरपीची सवय होतात, या उपचारांचा त्यांच्यावर फारसा परिणाम होत नाही.

पूर्ण फायदा मिळविण्यासाठी हळदीचे सेवन अशा प्रकारे करा

तुम्ही हळद कोमट पाण्यात किंवा दुधासोबत घालून घेऊ शकता. ती आपल्या भाज्या आणि डाळींमध्ये वापरली जाते. दररोज एक चतुर्थांश चमचा हळद घेतल्याने तुम्ही या प्राणघातक आजारापासून बराच काळ दूर राहू शकता.

आहारात फायबरचा समावेश करा

आजकाल, प्रत्येक तिसरा व्यक्ती वाढत्या वजनाने त्रस्त आहे. ही एक सामान्य समस्या आहे, ज्यावर मात करता येते. यासाठी, तुम्ही तुमच्या आहाराकडे आणि व्यायामाकडे विशेष लक्ष देणे महत्वाचे आहे. विशेषतः आहाराबाबत निष्काळजी राहू नका. तज्ञांच्या मते, आहारात फायबरयुक्त पदार्थांचे सेवन करून लठ्ठपणा नियंत्रित केला जाऊ शकतो.

पपईचे सेवन करा

त्यात भरपूर फायबर असते. त्याच्या सेवनाने लठ्ठपणा कमी करता येतो. तथापि, पपईचे नियमित आणि संतुलित प्रमाणात सेवन करावे. सकाळी लवकर रिकाम्या पोटी सेवन करणे चांगले.

तपकिरी तांदूळ खा

आपल्या सर्वांना माहित आहे की फायबरच्या सेवनाने तुम्हाला भूक लागत नाही. अशा परिस्थितीत, तपकिरी तांदूळ हा एक उत्तम पर्याय आहे. त्यात फायबर जास्त प्रमाणात आढळते. त्याचे सेवन केल्याने तुम्हाला भूक कमी लागेल. तर शरीराला सर्व पोषक तत्वे मिळतील.

ओटमील नक्कीच घाला

हे ओट्स बारीक करून बनवले जाते. ते लठ्ठपणा कमी करण्यास खूप उपयुक्त आहे. डॉक्टर नेहमीच लठ्ठ लोकांना ओटमील खाण्याचा सल्ला देतात. यामुळे शरीरातील चरबी जाळते. तर भूक कमी करण्यास देखील ते उपयुक्त आहे.

तंतुमय फळे आणि भाज्या खा

ब्लॅकबेरी, ब्लूबेरी, ब्रोकोली, क्रॅनबेरी, पेरू, सफरचंद इत्यादी फळे आणि भाज्या दररोज खा. त्यांच्या सेवनाने पचनसंस्था मजबूत होते आणि ती सुरळीतपणे काम करते. तंतुमय फळे आणि भाज्या विरघळणारे आणि अघुलनशील दोन्ही असतात. ही फळे आणि भाज्या पचायला बराच वेळ लागतो. यामुळे वारंवार भूक लागत नाही, ज्यामुळे लठ्ठपणापासून आराम मिळतो. यासोबतच, तुम्ही दररोज व्यायाम केला पाहिजे.

गणपतीला गावी जाण्यासाठी कोकणवासीयांचा एसटीला प्रचंड प्रतिसाद

■ **बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक**

येत्या २७ ऑगस्ट रोजी गणरायाचे आगमन होत असून गणपतीच्या स्वागतासाठी मुंबई, ठाणे व पालघर विभागातून कोकणात मूळगावी जाणाऱ्या कोकणवासीयांनी एसटी प्रवासाला पसंती दर्शवली आहे. त्यामुळे एसटीच्या ४,४७९ बस गट आरक्षणासह एकूण ५,१०३ जादा बस आतापर्यंत भरल्या आहेत.

मुंबईतील कोणवासियांचा अत्यंत जिव्हाळ्याच्या असलेल्या गणपती उत्सवासाठी एसटी महामंडळाने यावर्षी २३ ऑगस्ट ते ७ सप्टेंबर दरम्यान ५,२०० जादा एसटी बस सोडण्याचा निर्णय घेतला. व्यक्तिगत आरक्षणाबरोबरच गट आरक्षणामध्ये अमृत ज्येष्ठ नागरिक योजनेंतर्गत ७५ वर्षांवरील प्रवाशांना १०० टक्के, ज्येष्ठ नागरिकांना व महिलांना ५० टक्के तिकिट दरात सवलत दिली आहे. २३ ऑगस्टपासून मुंबई, ठाणे, पालघर या विभागांतील प्रमुख बस स्थानकातून या जादा बस सोडण्यात येणार आहेत.

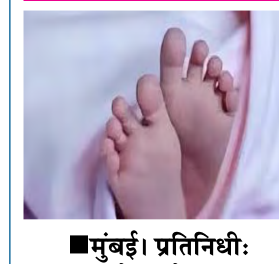
कोकणवासियांचा प्रवास होणार सुखरूप

गणपती, मुंबईचे कोकणवासीय आणि एसटी यांचे एक अतूट नाते आहे. मुंबईतून कोकणात थेट मूळगावी अगदी वाडी-वस्तीपर्यंत फक्त एसटीच कोकणवासीयांना सुखरूप पोहोचवते. त्यामुळे दरवर्षी गणपती उत्सवासाठी कोकणात जाणाऱ्या मुंबईकर कोकणवासीयांच्या सेवेसाठी एसटी धावत असते, अशी प्रतिक्रिया परिवहन मंत्री तथा एसटी महामंडळाचे अध्यक्ष प्रताप सरनाईक यांनी दिली.

प्रवास सुकर होण्यासाठी विविध उपाययोजना

गणेश भक्तांचा प्रवास सुखकर व्हावा यासाठी २३ ऑगस्ट ते ७ सप्टेंबर या काळात एसटीची वाहतूक सुरळीत होण्यासाठी बस स्थानक व बस थांब्यावर एसटीच्या वरिष्ठ अधिकाऱ्यांच्या देखरेखीखाली कर्मचारी अहोरात्र कार्यरत राहणार आहेत. तसेच कोकणातील महामार्गावर ठिकठिकाणी वाहन दुरुस्ती पथक देखील तैनात करण्यात येणार आहेत. त्याचबरोबर प्रवाशांना नैसर्गिक विधीसाठी तात्पुरत्या स्वरूपाची प्रसाधानगृहे उभारण्यात येणार आहेत, अशी माहिती मंत्री सरनाईक यांनी दिली.

पाण्याच्या बादलीत पडून चार वर्षांच्या मुलीचा मृत्यू



■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

पाण्याने भरलेल्या बादलीत पडून ४ वर्षाच्या चिमुकल्या मुलीचा मृत्यू झाला. आकृती यादव असे मुलीचे नाव आहे.मालाड पूर्व येथील राजीव गांधी नगर परिसरातील चाळीत यादव दाम्पत्य राहतात. हे दोघेही मजुरी करून कुटुंबाचा उदरनिर्वाह करतात. त्यांना ३ मुले आहेत. त्यापैकी आकृती यादव (४) ही सर्वात लहान मुलगी होती. त्यांच्या चाळीत पहाटे पाणी येते. त्यामुळे यादव दाम्पत्य सकाळी उठून पाणी भरून ठेवतात. मंगळवारी त्यांनी नेहमीप्रमाणे बादल्या, टब व ड्रम भरून ठेवले होते.

त्यानंतर आकृती झोपेतून उठली व खेळता खेळता पाण्याने भरलेल्या बादलीकडे गेली. अचानक तोल जाऊन ती बादलीत पडली. काही वेळाने हा प्रकार यादव दाम्पत्याच्या लक्षात आला. आकृतीला बाहेर काढून जवळच्या रुग्णालयात दाखल करण्यात आले. मात्र डॉक्टरांनी तपासून तिला मृत घोषित केले. या प्रकरणी दिंडोशी पोलिसांनी अपमृत्यूची नोंद केली आहे.

एमआयडीसीला उच्च न्यायालयाचा दिलासा, निर्णयात हस्तक्षेपास नकार

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

महाराष्ट्र औद्योगिक विकास महामंडळाने (एमआयडीसी) केलेल्या जमीन वाटपाच्या निर्णयात हस्तक्षेप करण्यास उच्च न्यायालयाने नकार दिला आहे, निर्णय प्रामाणिकपणे आणि सार्वजनिक हेतूने घेण्यात आला असेल तर सार्वजनिक जाहिरात किंवा व्यापक प्रसिद्धी न देणे हे अशा वाटपांना अवैध ठरवण्यासाठी पुरेसा आधार नाही, असेही न्यायालयाने स्पष्ट केले. भ्रष्टचार निर्मूलन संघटनेने वकील उदय वारूंजीकर यांच्यामार्फत दाखल केलेल्या जनहित याचिकेवर निर्णय देताना मुख्य न्यायमूर्ती आलोक आराधे आणि न्यायमूर्ती संदीप मारणे यांच्या

खंडपीठाने उपरोक्त बाब स्पष्ट केली. एमआयडीसीच्या भूखंडांचे आमदार आणि मंत्र्यांशी संबंधित व्यक्तींना योग्य प्रक्रिया न करता आणि सवलतीच्या दरात वाटप करण्यात आल्याचा दावा याचिकेत करण्यात आला होता. सर्व पात्र व्यक्तींना संधी दिल्याशिवाय सार्वजनिक भूखंडांचे वाटप करता येत नाही आणि एमआयडीसीने सार्वजनिक सूचना काढून अर्ज मागवणे अनिवार्य आहे. तथापि, राजकारणी आणि त्यांच्या सहकाऱ्यांच्या खासगी विनंत्या स्वीकारून भूखंडांचे वाटप करण्यात आले. परिणामी, भूखंड वापरण्याच्या हक्कांपासून अनेकजण वंचित राहिले, असा आरोपही याचिकेत करण्यात आला होता. दुसरीकडे, हे वाटप एमआयडीसीच्या संबंधित कायद्यानुसार करण्यात आले होते. या कायद्यातील तरतुदीनुसार, सार्वजनिक लिलावाद्वारे किंवा थेट अर्जांद्वारे वाटप करण्याची परवानगी आहे, असा दावा एमआयडीसीच्या वतीने करण्यात आला होता. या तरतुदीनुसार, औद्योगिक क्षेत्राचा पाच टक्के हा भाग शाळा आणि महाविद्यालयांसारख्या सुविधांसाठी राखीव ठेवणे अनिवार्य आहे. त्यानुसार, संबंधित भूखंडांचे वाटप हे विहित पाच टक्के राखीव कोट्यातून सार्वजनिक सुविधांसाठी केले जाते, असा दावाही एमआयडीसीतर्फे केला गेला. तसेच, २००४ च्या मंडळाच्या ठरावात शैक्षणिक संस्थांसाठी औद्योगिक दराच्या ५० टक्के सवलतीचे दर निश्चित करण्यात आले होते, असेही एमआयडीसीतर्फे न्यायालयाला सांगितले गेले.

'तीन वर्षे मुदतवाढ देण्याचा महारेराला अधिकार नाही'; अपीलेट प्राधिकरणाचा दणका

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

पनवेल येथील गृहप्रकल्पाला सरसकट तीन वर्षे मुदतवाढ देण्याचा महाराष्ट्र स्थावर संपदा प्राधिकरणाचा (महारेरा) निर्णय अपीलेट प्राधिकरणाने रद्द केला असून सदनिकाधारकाला भरलेल्या रकमेवर संबंधित काळासह आतापर्यंत व्याज देण्याचे आदेश दिले आहेत. विक्री करारनाम्यातील अटी व शर्ती बदलून तीन वर्षे मुदतवाढ देण्याचा महारेराला अधिकार नाही, असा निर्णय देत अपीलेट प्राधिकरणाने महारेराला दणका दिला आहे. क्लॅन टॉवर या १७०० सदनिकांच्या गृहप्रकल्पाला मे २०१३ मध्ये सुरुवात झाली. नीतीन व नेहा वालावलकर यांनी या गृहप्रकल्पात सदनिका आरक्षित करुन सदनिकेच्या रकमेपोटी ३५ लाख रुपयांपैकी ३२ लाख ११ हजार ७७९ अदा केले होते. या प्रकल्पाची ताबा तारिख ३१ डिसेंबर २०१७ होती. त्यानंतर ताब्याची नवी तारिख ३० मार्च २०२३ अशी देण्यात आली. तोपर्यंतही ताबा न मिळाल्याने तसेच भरलेल्या रकमेवर व्याज मिळावे, यासाठी वालावलकर यांनी ॲड. गॉडफ्रे पिमेंटा यांच्यामार्फत महारेरात अर्ज केला. याबाबत सुनावणीच्या वेळी या प्रकल्पाला स्थानिक प्राधिकरणांमुळे विलंब झाल्याचा दावा विकासक सुप्रीम कन्स्ट्रक्शन अँड डेव्हलपर्स यांनी केला. या विलंबाची घरखरेदीदारालाही कल्पना होती. त्यामुळे भरलेल्या रकमेवर व्याज देण्याचा प्रश्नच निर्माण होत नाही, असा युक्तिवाद विकासकाच्या वतीने करण्यात आला. विलंबाच्या कारणांमुळे आपल्याला तीन वर्षे मुदतवाढ मंजूर करावी, अशी विनंतीही केली. घरखरेदीदारासोबत महाराष्ट्र ओनरशिप ऑफ फ्लॅट कायद्यानुसार (मोफा) विक्री करारनामा झाल्याने रेरा कायद्यातील तरतुदी लागू होत नाही, असाही युक्तिवाद करण्यात आला.

गोरेगाव स्थानकात महिला तिकिट तपासनीसावर हल्ला

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

गोरेगाव स्थानकात एका महिला तिकिट तपासनीसावर महिला प्रवाशाने हल्ला केला. बोरिवली रेल्वे पोलिसांनी आरोपी महिला प्रवाशाविरोधात गुन्हा दाखल केला आहे. अंधेरी (पूर्व) परिसरात वास्तव्यास असलेल्या तक्रारदार गीता पांडोरिया (५२) तिकीट तपासनीस आहेत. त्यांनी तिकीट तपासणीच्या कामासाठी त्यांनी बुधवार २० ऑगस्ट रोजी अंधेरीहून बोरिवलीला जाणारी धीमी लोकल पकडली.

अंधेरी स्थानकातून लोकल निघाल्यानंतर त्यांनी डब्यातील प्रवाशांचे तिकिट तपासण्यास सुरुवात केली. गीता पांडोरिया यांनी दुपारी ३.३० च्या सुमारास प्रवासी सोनी चौहान (२६) यांना तिकीट दाखवण्यास सांगितले. मात्र चौहानकडे तिकीट नव्हते. तिने दंड भरायलाही नकार दिला आणि हुज्जत घालायला सुरवात केली. त्यामुळे पांडोरिया यांनी तिला गोरेगाव स्थानकात उतरवून तिकीट तपासनीसांच्या कार्यालयात नेले. गोरेगाव स्थानकातील तिकिट तपासनीसांच्या कार्यालयात पोहोचल्यावरही सोनी वाद घालत शिवीगाळ करीत होती. यावेळी तिने गीता पंडेरिया यांना धमकीही दिली. उभयतांमध्ये वाद सुरू असताना अचानक तिने पांडोरिया यांच्यावर हल्ला केला. यात पांडोरिया यांच्या डाव्या हाताच्या मधल्या बोटाला दुखापत झाली. सोनी चौहानने गोंधळ घालून सरकारी कार्यालयात अडथळा आणला. यावेळी अन्य कर्मचाऱ्यांनी मध्यस्थी करून चौहावर नियंत्रण मिळवले.

या प्रकरणी तिकीट तपासनीस गीता पंडारिया यांच्या तक्रारीवरून बोरिवली रेल्वे पोलिसांनी चौहानविरुद्ध भारतीय न्याय संहितेच्या कलम १३२ (शासकीय सेवकाला कर्तव्यापासून अडथळा आणणे), ११५ (२) (जखम करणे), ३५२ (जाणीवपूर्वक अपमान करून भांडण करणे) आणि ३५१ (गुन्हेगारी धमकी) अंतर्गत गुन्हा दाखल केला आहे. गुन्हा दाखल करून पोलिसांनी चौहानला नोटीस बजावली. याप्रकरणी पुढील कारवाई सुरू आहे.

६१ कोटींच्या सायबर गुन्ह्यांचा पदार्फाश; १२ जण जेरबंद

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

मुंबई पोलिसांच्या गुन्हे शाखेला मिळालेल्या गुप्त माहितीच्या आधारे पोलिसांनी देशभरातील ६० कोटी ८२ लाख रुपयांच्या सायबर

गुन्ह्यांचा पदार्फाश करण्यात यश मिळवले. या प्रकरणी १२ जणांना अटक करण्यात आली आहे. मुंबईतील गुन्हे शाखेच्या कक्ष-२ च्या अधिकाऱ्यांनी कांदिवली येथील डी. जी. सर्च कन्सलटन्सी आणि प्रिरीत लॉजिस्टीक लि. या कंपन्यांवर छापेमारी केली. या दरम्यान २ लॅपटॉप, १ प्रिंटर, २५ मोबाईल फोन, वेगवेगळ्या बँकांचे २५ पासबुक, ३० चेकबुक, ४६ एटीएम कार्ड, स्वाईप मशीन्स, वेगवेगळ्या मोबाईल कंपन्यांचे १०४ सीमकार्ड आदी मुद्देमाल जप्त केला. छापेमारी दरम्यान वैभव पाटील, सुनीलकुमार पासवान, अमनकुमार गौतम, खुशबू सुंदरजुळा, रितेश बांदेकर यांना घटनास्थळी अटक केली.

टोळीने चालू खाते व बचत खात्याचे तपशील सात ते आठ हजारात विकत घेऊन त्या खात्यातील पैसे लंपास करत असल्याचे प्राथमिक तपासात आढळून आले. या कार्यपद्धतीद्वारे या टोळीने ९४३ बँक खात्यांचा वापर केला. तर १८१ बँक खात्यातून मोठ्या प्रमाणावर पैसे लंपास केले होते. या प्रकरणी मुंबईत एकूण १४ गुन्हे दाखल झाले होते.

गणेशोत्सवात फुलांचा तुटवडा ! प्रति किलो १६० ते २०० रुपये दर अपेक्षित

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

राज्यात मागील काही दिवस कोसळलेल्या मुसळधार पावसाचा फुलांच्या शेतीवर मोठ्या प्रमाणावर परिणाम झाला आहे. त्यामुळे दादर, नवी मुंबईसह ठाणे येथील प्रमुख फुलबाजारांत फुलांची आवक कमी झाली आहे. आवक कमी झाल्यामुळे बाजारपेठांमध्ये फुलांचा तुटवडा निर्माण झाला आहे. दरम्यान, मागील दोन दिवस दादर फुलबाजारात झेंडूची आवक अगदीच कमी झाली आहे. ऐन गणेशोत्सवाच्या तोंडावर फुलांची आवक घडल्यामुळे बाजारपेठांमध्ये चिंतेचा सूर दिसत आहे.

याआधी साधारण प्रति किलो ८० ते १०० रुपये दराने फुलांची विक्री होत होती. मात्र, पावसामुळे शेतकऱ्यांचे मोठे नुकसान झाले आहे. शेतांमध्ये पाणी साचल्याने झेंडू, मोगरा, गुलाब, चाफा यांसारख्या फुलांच्या उत्पादनावर परिणाम झाला आहे. परिणामी, गणेशोत्सवाच्या काळात फुलांची मागणी वाढणार असली तरी आवक मात्र कमी राहील, असा अंदाज फुल विक्रेत्यांनी व्यक्त केला आहे. त्यामुळे गणपतीत साधारण झेंडूचा प्रति किलो १६० ते २०० रुपयांपर्यंत जाण्याची शक्यता आहे. दरम्यान, गणपतीत आरास आणि सजावटीसाठी मोठ्या प्रमाणात फुलांचा वापर होतो. घरगुती गणपतीसोबतच सार्वजनिक गणेशोत्सव मंडळांच्या सजावटीसाठी झेंडू आणि इतर फुलांना मोठी मागणी असते. त्यामुळे भाव आणखी वाढण्याची शक्यता असून ग्राहकांना फुलांसाठी अधिक रक्कम खर्च करावी लागणार आहे, असा अंदाज व्यापाऱ्यांनी व्यक्त केला आहे. याचबरोबर दरवर्षी गणेशोत्सवाच्या आधी शेतकऱ्यांकडून बाजारात मोठ्या प्रमाणात फुलांची आवक होत असते.

मुंबई रेल्वे पोलिसांची हद्द आता कोकणापर्यंत

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

कोकण रेल्वेवरील स्थानकांची जबाबदारी रेल्वे पोलिसांवर सोपवण्यात आली आहे. त्यामुळे कोकण रेल्वेवरील प्रवाशांच्या सुरक्षेत भर पडणार आहे. येत्या काही दिवसांत कोकण रेल्वेच्या रत्नागिरी रेल्वे स्थानकात रत्नागिरी रेल्वे पोलीस ठाण्याचे उद्घाटन करण्यात येणार आहे. या रेल्वे पोलीस ठाण्यात सध्या तीन ते चार पोलीस अधिकारी आणि ६० पोलीस कर्मचारी असतील. मध्य आणि पश्चिम रेल्वेच्या प्रवाशांच्या सुरक्षेची, प्रवाशांच्या मालाची आणि रेल्वेच्या मालमत्तेची सुरक्षा करण्याची जबाबदारी रेल्वे सुरक्षा दलाकडे (आरपीएफ) आहे. तसेच, रेल्वे स्थानके, रेल्वे परिसर, उपनगरीय मार्गावरील गुन्ह्यांचा तपास, गुन्ह्यांची उकल करण्याची जबाबदारी रेल्वे पोलिसांकडे आहे. मध्य रेल्वेवरील सीएसएमटी ते पनवेल, कसारा, खोपोली आणि पश्चिम रेल्वेवरील चर्चगेट ते डहाणू रोडपर्यंतची हद्द ही मुंबई लोहमार्ग पोलीस आयुक्तालयाकडे आहे. तर, रोह्यानंतर कोकणातील रेल्वे स्थानकावरील प्रवाशांची, रेल्वे परिसराच्या सुरक्षेची जबाबदारी रेल्वे सुरक्षा दल आणि स्थानिक पोलीस ठाण्याची आहे, परंतु गेल्या काही वर्षांत कोकण रेल्वे मार्गावरून प्रवास करणाऱ्या प्रवाशांची संख्या प्रचंड वाढली आहे. मोबाइल चोरी, सोनसाखळी खेचणे, मारामारी, खून अशा घटना वाढल्याने या ठिकाणी रेल्वे पोलीस ठाण्याची उभारणी करणे अत्यावश्यक होते.

मद्यपी मुलाकडून वृद्ध आई-वडिलांना मारहाण; कारवाई न करणाऱ्या डोंबिवली पोलिसांवर कारवाई होणार

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

वृद्ध आईवडिलांना मद्यपी मुलाकडून निर्दयीपणे मारहाण केल्याप्रकरणी कारवाई करण्यात अपयशी ठरलेल्या डोंबिवली पोलिसांवर उच्च न्यायालयाने पुन्हा एकदा ताशेरे ओढले. तसेच, वृद्ध दाम्पत्याच्या मुलीने वारंवार तक्रार करून आणि मारहाणीचे पुरावे देऊनही त्याकडे दुर्लक्ष करणाऱ्या डोंबिवली पोलीस ठाण्याचे सहाय्यक पोलीस निरीक्षक (एपीआय) प्रवीण रामचंद्र घुटुगडे आणि धनंजय चव्हाण यांच्याविरुद्ध शिस्तभंगाची कारवाई सुरू करण्याचे आदेश ठाणे पोलीस आयुक्तांना दिले.

पोलिसांकडून काहीच कारवाई केली न गेल्याने वृद्ध दाम्पत्याच्या मोठ्या मुलीने उच्च न्यायालयात धाव घेऊन याचिका केली होती. या याचिकेची दखल घेऊन न्यायालयाने डोंबिवली पोलिसांच्या असंवेदनशील कृतीबाबत संताप व्यक्त केला होता. अत्याचार असह्य झाल्यानंतर आपण कुटुंबाच्या घरात सीसीटीव्ही कॅमेरे बसवले होते. या सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यात कैद झालेल्या चित्रिकरणात, तिचा मद्यपी भाऊ वृद्ध पालकांना रक्तबंबाळ होईपर्यंत मारहाण करत असल्याचे दिसून आले. याचिकाकर्तीने हे चित्रीकरण सादर करूनही पोलिसांनी या प्रकरणी तक्रार नोंदवून गुन्हा दाखल केला नाही, अशा शब्दांत न्यायालयाने पोलिसांना मागील सुनावणीच्या वेळी फटकारले होते. तसेच, घुटुगडे यांच्याकडे शपथपत्रावर स्पष्टीकरण मागितले होते.

न्यायमूर्ती रवींद्र घुगे आणि आणि न्यायमूर्ती गौतम अंखड यांच्या खंडपीठापुढे या प्रकरणी सुनावणी झाली. त्यावेळी, पोलिसांनी या प्रकरणी दाखवलेल्या असंवेदनशीलतेवर संताप व्यक्त केला. पोलिसांची कृती धक्कादायक असल्याचे ताशेरेही न्यायालयाने ओढले. तसेच, घुटुगडे आणि चव्हाण या दोन अधिकाऱ्यांविरुद्ध शिस्तभंगाची कारवाई सुरू करण्याचे आदेश ठाणे पोलीस आयुक्तांना दिले. दरम्यान, याचिकाकर्तीने १६ जून २०२५ रोजी डोंबिवली पोलिसांकडे धाव घेतली. घुटुगडे यांनी तिची लेखी तक्रार स्वीकारण्यास नकार दिल्याचा आरोप होता, तेव्हा तिने आपली तक्रार टपालाने पाठवली, तथापि या प्रकरणी कोणताही गुन्हा नोंदवण्यात आला नाही. त्याऐवजी, घुटुगडे यांनी अदखलपात्र तक्रार नोंदवून घेतली.

अकरावीच्या प्रवेशापासून १ लाख ९३ हजार विद्यार्थी प्रवेशापासून वंचित

■ **मुंबई। प्रतिनिधीः**

अकरावी ऑनलाइन प्रवेश प्रक्रियेच्या ओपन टू ऑल विशेष फेरी अंतर्गत प्रवेशाची संधी मिळालेल्या ८५ हजार १०१ विद्यार्थ्यांपैकी ७८ हजार ६५७ विद्यार्थ्यांनी प्रवेश घेतले. त्यामुळे राज्यभरामध्ये प्रवेश घेतलेल्या विद्यार्थ्यांची संख्या १२ लाख ७८ हजार ४४ इतकी झाली आहे, मात्र नोंदणी केलेल्या विद्यार्थ्यांपैकी १ लाख ९३ हजार ७०३ विद्यार्थी अद्यापही प्रवेशापासून वंचित आहेत. या विद्यार्थ्यांच्या प्रवेशासाठी आता अखेरची प्रवेश फेरी २६ ते ३० ऑगस्टदरम्यान राबविण्यात येणार आहे. अंतिम फेरीचे वेळापत्रक https://mahafyjcadmissions.in या संकेतस्थळावर जाहीर करण्यात आले आहे. अकरावी प्रवेश प्रक्रियेच्या नियमित चार फेऱ्या त्यानंतर ओपन टू ऑल फेरी अंतर्गत दोन फेऱ्या राबविण्यात आल्या. अकरावी प्रवेशासाठी नोंदणी केलेल्या १४ लाख ७१ हजार ७४७ विद्यार्थ्यांपैकी १२ लाख ७८ हजार ४४ विद्यार्थ्यांनी या फेऱ्यांमधून प्रवेश घेतले आहेत. यामध्ये मुंबई विभागातून सर्वाधिक २ लाख ८५ हजार ४०० विद्यार्थांनी प्रवेश घेतले. त्याखालोखाल पुणे विभागातून २ लाख २५ हजार ४६१, छत्रपती संभाजी नगर विभागातून १ लाख ५८ हजार १८९, नाशिक विभागातून १ लाख ४२ हजार ६८८, नागपूर विभागातून १ लाख ३२ हजार २४१, कोल्हापूर विभागातून १ लाख २९ हजार ४८६, अमरावती विभागातून १ लाख २४ हजार ७६७ आणि लातूर विभागातून ७९ हजार ४५४ विद्यार्थ्यांनी प्रवेश घेतले आहेत. ओपन टू ऑल फेरीच्या विशेष फेरीमध्ये ७८ हजार ६५७ विद्यार्थ्यांनी प्रवेश घेतला आहे.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई 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 आधीन 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