







## संपादकीय...

संपादक

दिपक मोरेश्वर नाईक

# नव्या भारताचे शिल्पकार



**स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका केव्हा होणार असा प्रश्न जर कोणाला पडत असेल तर ह्रदयेवा आता तूच सांगू नको असं विचारण्याची वेळ आली आहे. सर्वोच्च न्यायालयाने निश्चून सांगितलेले असताना राज्य निवडणूक आयोगाकडून वारंवार वेळ वाढवून मागितला जात आहे. मंगळवारी राज्य निवडणूक आयोगाने राज्यातील मुंबई महानगरपालिकेसह सर्वच स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकांसाठी मुदतवाढ मागणारा अर्ज सर्वोच्च न्यायालयात सादर केला. आयोगाच्या अर्जावर सर्वोच्च न्यायालयाचे न्यायमूर्ती सूर्यकांत आणि न्यायमूर्ती जॉयमाला बागची यांनी तीव्र शब्दात नाराजी व्यक्त केली. मात्र तरीही, कोणत्याही स्थितीत ३१ जानेवारी २०२६ पूर्वी निवडणूक प्रक्रिया पूर्ण केली जावी, असे आदेश न्यायालयाने दिले. आता आयोगाला आणखी मुदत मिळणार नाही, अशी तंबीही न्यायालयाने दिली. मात्र निवडणूक आयोग जानेवारीच्या आधी आणखी काही कारण घेऊन सर्वोच्च न्यायालयात जाणार नाही आणि खरंच निर्धारित वेळेत निवडणूक घेईल, याची शाश्वती कोण देईल?**

महाराष्ट्रात स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणुका होऊन एक पंचवार्षिक पूर्ण होत आले आहे. या दरम्यानच्या काळात राज्यातील महापालिका, जिल्हा परिषदांचा कारभार प्रशासकांच्या हातात आहे. कित्येक वर्षांपासून महापालिकेत नगरसेवक नाहीत. जिल्हा परिषद, पंचायत समित्यांमध्ये सदस्य नाहीत, असा कोणालाही उत्तरदायित्व नसलेला कारभार राज्याच्या राजधानीपासून जिल्हा परिषद आणि पंचायत समित्यांमध्ये सुरू आहे. यामुळे जनतेला त्यांच्या रोजच्या जगण्याशी संबंधित अनेक प्रश्न कोणाकडे मांडायचे, याचे उत्तर मिळत नाही. स्थानिक स्वराज्य संस्थांना मिळणाऱ्या निधीचे नियोजन आणि उपयोगन कसे केले जात आहे, यावर स्थानिक पातळीवर कोणाचेही नियंत्रण नाही. महापालिकांमध्ये आयएएस अधिकारी आयुक्त आहेत, त्यांनाच प्रशासक करण्यात आले आहे. त्यांच्यापर्यंत पोहोचणे माजी नगरसेवकांना शक्य होत नसल्याची अनेकांची तक्रार आहे, तिथे सामान्य नागरिकांची काय परिस्थिती असणार? राज्यात मुख्यमंत्री आणि दोन उपमुख्यमंत्री असे तीन कारभारी राज्याचा गाडा हाकत आहेत. यातील शिंदे सेनेचे प्रमुख एकनाथ शिंदे आणि मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्यात अधूनमधून रसवे-फुगवे, धुसफूस सुरू असल्याच्या चर्चा सभोर येतात. मुख्यमंत्री फडणवीसांनी नुकताच राज्यातील ह्याडह वर्ग महानगरपालिकांमध्ये आता आयएएस दजाचें अधिकारी नेमण्याचा निर्णय घेतल्याची चर्चा आहे. त्यामुळे या महापालिकांवरही थेट मुख्यमंत्री कार्यालयातून नियंत्रण येणार अशी दबक्या आवाजात चर्चा सुरू झाली. अधिकारांच्या विकेंद्रीकरणासाठी देशामध्ये पंचायत राज धोरण आणले गेले. मात्र गेल्या काही काळापासून अधिकाऱ्यांचे केंद्रीकरण सुरू झाल्याची अनेक उदाहरणे पाहायला मिळतात. महापालिकांवर थेट राज्य सरकारचे नियंत्रण आले आहे. नगरविकास खाते एकनाथ शिंदे यांच्याकडे असले तरी त्यांच्या खात्यात मुख्यमंत्र्यांकडून होणाऱ्या लुडबुडीने ते अस्वस्थ असतात, अशी चर्चा वारंवार सुरू असते.

राज्यातील दोन जिल्ह्यांना अजूनही पालकमंत्री मिळालेला नाही, त्यावर मुख्यमंत्र्यांचे उत्तर असते की, त्यामुळे काही अडले आहे का? साधारण चार ते पाच वर्षांपासून स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणुका झालेल्या नाहीत, त्यामुळे सामान्य जनतेचे काही अडले आहे का, असाही उलट सवाल राज्यकर्त्यांनी विचारला तर नवल वाटायला नको. सर्वोच्च न्यायालय स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका घेण्यावर ठाम आहे. त्यांनी तसे स्पष्ट निर्देश आयोगाला दिले आहेत. मात्र राज्यातील एक दोन नाही तर जवळपास दोन डझन महापालिकांची निवडणूक आयोगाला घ्यायची आहे. त्यासाठी प्रभाग रचनेचे काम सुरू असल्याचा युक्तिवाद त्यांनी केला. जिल्हा परिषद आणि पंचायत समित्यांसाठी हे काम पूर्ण झाले आहे. राज्यात सर्व स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका एकत्रितपणे घेण्यासाठी आवश्यक इलेक्ट्रॉनिक व्होटिंग मशीन (ईव्हीएम) उपलब्ध होणेदेखील गरजेचे राहणार आहे. त्यासाठीही वेळ लागत असल्याची अडचण आयोगाने कोर्टात मांडली. दुसरी मोठी अडचण होणार आहे ती निवडणूक घेण्यासाठी शाळा, महाविद्यालयांची उपलब्धता.

जानेवारीपर्यंत निवडणूक प्रक्रिया पूर्ण करा, असे कोर्टाने म्हटले, म्हणजे निवडणूक फेब्रुवारी किंवा मार्चमध्येही होऊ शकते. तेव्हा राज्यात दहावी आणि बारावीच्या परीक्षा सुरू असतात. त्या काळात मतदानासाठी शाळा, महाविद्यालय आणि शिक्षकांच्या रुपाने मनुष्यबळ उपलब्ध होणार नाही, त्यामुळे ही मुदत वाढवून देण्यात यावी, अशी मागणी आयोग परत करणार नाही, याची काय शाश्वती. दुसरी महत्वाची अडचण, बिहार विधानसभा निवडणुकीची येण्याची शक्यता आहे. बिहार विधानसभा निवडणुकीची घोषणा अजून झालेली नाही. नितीशकुमार यांचा कार्यकाळ २२ नोव्हेंबर २०२५ रोजी संपणार आहे. त्याआधी निवडणूक होणे आवश्यक आहे. सप्टेंबर अर्धा संपला आहे तरी निवडणुकीची घोषणा झालेली नाही. बिहारची निवडणूक ऑक्टोबर, नोव्हेंबरमध्ये जाहीर झाली तर महाराष्ट्रातील स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणूक पुढे ढकलण्यासाठी आणखी एक कारण आयोगाला मिळण्याची शक्यता आहे. कारण त्यांनी आधीच स्पष्ट केले आहे की, एकाच वेळी संपूर्ण राज्यातील निवडणुकीसाठी ईव्हीएमची उपलब्धता होणे शक्य नाही. त्यामुळे कोर्टाने कितीही दरडावले तरी निवडणूक प्रक्रिया जानेवारीपर्यंत सुरू होईल का, याचे उत्तर ह्रदयेवा आता तूच सांगू नको म्हणण्याची वेळ आली आहे.



१७ सप्टेंबरहून संपूर्ण जगात भारताचं नाव मोठं करणारे आणि ज्यांना देशाचे नव्या शतकातील भाग्यविधाते म्हणू शकू असे जननायक पंतप्रधान आदरणीय नरेंद्र मोदी यांचा वाढदिवस. मी आपल्या वृत्तपत्राच्या माध्यमातून त्यांना खूप खूप शुभेच्छा देतो आणि त्यांना उत्तम आरोग्य लाभो आणि अनेक वर्षे त्यांच्याकडून आम्हाला देशसेवेची प्रेरणा मिळो, अशी परमेश्वरचरणी प्रार्थना करतो. त्यांनी गेल्या अकरा वर्षांपासून पंतप्रधान म्हणून केलेलं कार्य ही प्रत्येक भारतीयासाठी अभिमानाची बाब आहे. महाराष्ट्रासारख्या देशातल्या आघाडीच्या आणि प्रगत अशा राज्याचं नेतृत्व करण्याची संधी मला मिळाली. मी मुख्यमंत्रीपदाची आणि देवेंद्र फडणवीस यांनी उपमुख्यमंत्री म्हणून शपथ घेतली. हा सोहळा छोट्यासाच होता, पण नंतर मी पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्याशी लगेचच बोललो आणि त्यांचे आशीर्वाद घेतले. यावेळी त्यांचे शब्द अजून माझ्या कानात आहेत. आप एक ग्रासरूट नेता हो, मुझे विश्वास है, आप महाराष्ट्र जैसे राज्य को अपने अनुभवोंसे बहुत उंचाई तक ले जाओगे. मिलकर काम करो, अच्छ काम करो, कोई भी मदद चाहिए तो बोलिए. महाराष्ट्र की डेव्हलपमेंट के लिए सब करेंगे.. खरोखरच एखादा नेता करोडो लोकांच्या हृदयावर राज्य का करू शकतो याचं एकमेव उदाहरण म्हणून नरेंद्र मोदी यांच्याकडे बोट दाखवावे लागेल. मी एनडीए आघाडी पक्षातल्या शिवसेनेचा नेता. भारतीय जनता पार्टी एक बलाढ्य अशी राखीव पार्टी. आणि या पक्षाचे सर्वेसाथी आणि ज्यांनी देशात भारताचा गौरव वाढवला असे मोदी माझ्यासारख्या लहान कार्यकर्त्याला इतकी मोठी संधी देताहेत आणि मला ती पार पाटण्यासाठी साहस

देताहेत ही फार मोठी गोष्ट होती. मी मुख्यमंत्री होण्यापूर्वी माझा नरेंद्र मोदी यांच्यासारख्या उत्तुंग व्यक्तिमत्वाशी वैयक्तिकदृष्ट्या भेट होण्याचा काही प्रश्नच नव्हता. शिवसेनेच्या वरिष्ठ नेत्यांसमवेत मी त्यांना एखाद दुसऱ्या कार्यक्रमात भेटलो असेनही. पण गेल्या तीन वर्षांत या हिमालयासारख्या अभेद्य नेत्याशी महाराष्ट्रात आणि दिल्लीत भेटण्याची अनेकदा संधी मिळाली. मग ती कधी काही भिनिटांसाठी असेल किंवा काही तास, दिवसभरासाठी असेल. त्यांची प्रत्येक भेट ही माझ्यासाठी जणू परीस स्पर्शच असायचा. त्यांचं मार्मिक आणि सुस्पष्ट बोलणं आणि हलक्या फुलक्या कोपरखळ्या हे कुणी कधीही विसरू शकणार नाही. मोदींची जीवनकथा प्रेरणादायी आहे. हलाखीच्या परिस्थितीत जीवन जगतानासुद्धा राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाच्या संस्कारांची नाळ कायम ठेवत सर्वसामान्यांसाठी कार्य करणारा स्वयंसेवक आणि कालांतराने गुजरातसारख्या राज्याच्या मुख्यमंत्रीपदापर्यंत मारलेली मजल म्हणजे खरोखरच एक यशकथा आहे. आणि आता तर गेल्या अकरा वर्षांपासूनची पंतप्रधान म्हणून घोडदौड म्हणजे तर त्यांचे अत्युच्च शिखर आहे. मेहनत, प्रामाणिकपणा आणि राष्ट्रनिष्ठा यांचे मोदी हे जिवंत उदाहरण आहेत. ते यापूर्वी होऊन गेलेल्या काही नेत्यांसारखे सरंजामशाही किंवा सोन्याचा चमचा तोंडात घेऊन जन्माला आलेल्या नेत्यांसारखे नाहीत. त्यामुळेच ते राजकारणी वाटत नाहीत तर प्रत्येक सर्वसामान्य आणि गरीब माणसाला त्यांच्या रुपाने आपण पंतप्रधानपदावर बसलो आहोत असं वाटतं इतकं त्यांचं साधं व्यक्तिमत्व आणि देहबोली आहे. गेल्या दहा वर्षांतच भारतानं जगातील तिसरी अर्थव्यवस्था होण्यापर्यंत मजल मारली आहे

ही अजिबात साधीसुधी गोष्ट नाही. डिजिटल इंडिया, मेक इन इंडिया आणि आत्मनिर्भर भारत यांनी देशाला नवी ओळख दिली, पण सगळ्यात महत्वाचं म्हणजे प्रधानमंत्री जनधन योजनेसारख्या अभिनव योजनेचे हे यशसुद्धा आहे. कोणत्या पंतप्रधानाने हातात झाडू घेऊन साफसफाईला सुरुवात केली होती? स्वच्छ भारत हे विकसित भारताचे प्रतिबिंब आहे हे समजावून सांगून स्वच्छतेला सर्वोच्च प्राधान्य देण्याची त्यांची कुती अतिशय महत्वाची ठरली. ह्याआयुष्यात भारतातहूमुळे गरीबांना आरोग्याची हमी मिळाली. उच्चला योजनेतून मातांना धुसुक्त स्वयंपाकघर मिळाले. जी-२० अध्यक्षपदाच्या माध्यमातून भारताला एक मोठी संधी मिळाली. आपल्या देशांनं जगाला मार्गदर्शन केलं. एकीकडे अमेरिका, रशिया, फ्रान्स, जपान यांसारख्या देशांच्या नेत्यांसोबत मोदींनी भारताचं सामर्थ्य दाखवून दिलं. तर दुसरीकडे कोविडसारख्या जागतिक महामारीत लहान लहान देशांना प्रतिबंधात्मक लसीचा पुरवठा करून भारताचा सामाजिक आणि माणुसकीचा चेहरा जगाला दाखवला. ह्यामेक इन इंडियाने तर क्रांतीच केली. आता आपल्याला काही महत्वाच्या शस्त्रनिर्मितीमध्ये इतर देशांवर अवलंबून राहण्याची गरज उरली नाही. स्वदेशी शस्त्रास्त्र निर्मितीला चालना दिली. पहलगामसारख्या मानवतेला काळिमा फासणाऱ्या घटनेनंतर अतिशय धोरणीपणे, कूटनीती वापरून पाकिस्तानचा दहशतवादी चेहरा जगासमोर आणला तो मोदींनी. ह्याऔपरेजन सिंदूरहू हे तर आता आपल्या देशाचे धोरणच ठरले. कुठलीही दहशतवादी कारवाई आता देशाविरुद्धचे युद्धच समजले जाईल, असा कडक इशारा दिल्यानं दहशतवादी आणि त्यांना आश्रय देणाऱ्या सर्वांचेच धावे दणाणले आहेत. त्यापूर्वीही सर्जिकल स्ट्राईक आणि बालाकोट कारवाईमुळे प्रत्येक नागरिकात आत्मविश्वास जागा झाला आहे. जगातल्या अनेक लहान मोठ्या देशांना भेटी देऊन मोदींनी भारताचं त्यांच्याशी असलेलं नातं घट्ट केलं आहे. मित्र जोडले आहेत. इतके मित्र यापूर्वी कधी कुणी जोडले असतील असं वाटत नाही. आणि म्हणूनच मोदी कधी कोणत्या देशांमध्ये जात ते तेव्हा त्यांना

होती. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या नावाची जादू तिथं समजली. महाराष्ट्राला मोठ्या प्रमाणावर गुंतवणूक मिळून त्याचा फायदाही झाला. हिंदूहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे, गुरुवर्य आनंद दिघे हे तर माझे श्वासच आहेत. पण आजही एक सामान्य कार्यकर्ता म्हणून मी जेव्हा जनतेशी जोडतो, तेव्हा बाळासाहेबांप्रमाणे मोदींच्या कार्यपद्धतीतून मला प्रेरणा मिळते. देशासाठी प्रामाणिकपणे काम केल्यास लोक तुमचावर विश्वास ठेवतात हा त्यांचा संदेश मला आयुष्यभर मार्गदर्शन करीत राहील. खरं तर मोदी यांच्याविषयी लिहायचं ठरवलं तर शब्द अपुरे पडतील. अनेक गोष्टी सांगण्यासारख्या आहेत. विकासाच्या अनेक योजना सर्वसामान्यांपर्यंत पोहचल्या, महिलाकेंद्रित विकास होतोय, शासन आणि प्रशासनात तंत्रज्ञानाच्या उपयोगामुळे गती आली, पारदर्शकता वाढली. प्रशासनाचे उत्तरदायित्व वाढले. गरिबीचे प्रमाण कमी झाले आहे. बेरोजगारीही कमी झाली आहे. पूर्वीच्या राजवटीमध्ये भ्रष्टाचार, इन्स्पेक्टर राज होते. २०१४ च्या नंतर अशी हिंमत कोणी केली नाही. मोदी यांच्यावर कुठला डाग नाही तसेच गेल्या अकरा वर्षांत एकही घोटाळा झालेला नाही. आपल्या देशातले काही बालिश बुद्धीचे नेते मोदीद्वेषने इतके पछाडले आहेत की, बाहेर जाऊन देशाची बदनामी करतात.

पण त्यांनी मोदींवर बोलणं म्हणजे सूर्यावर थुंकण्यासारखं आहे. नरेंद्र मोदी हे पंतप्रधान होऊ नये म्हणून सर्व पक्ष एकत्र आले, मात्र शेवटी मोदी हाच एकमेव पर्याय आहे हे देशातल्या जनतेनं ओळखलं आहे. मोदी यांचं वक्तृत्व, भाषा शैली, संवाद साधण्याची कला आणि संवेदनशीलता याला तर तोंडच नाही. उगाच नाही जगभरात त्यांचे कोटयवधी चाहते आहेत. आता मोदींनी दिलेला ह्रासबका साथ, सबका विकासहू हा नारा म्हणजे मूलमंत्र झाला आहे. मोदींनी सगळ्या भारताला एक गती दिली आहे. शक्ती दिली आहे. ही केवळ वर्तमानापुरती नाही, ती येणाऱ्या पिढ्यांसाठीही प्रेरणादायी आहे. मी पुनःश्व एकदा पंतप्रधान आदरणीय नरेंद्र मोदी यांना वाढदिवसानिमित्त खूप खूप शुभेच्छा देतो.

## हम दो, हमारे दो नको, 'जेन झी' म्हणते 'हम दो, हमारे हम'

कधी काळी ह्रहम दो, हमारे दोह ही घोषणा भारताच्या कुटुंबसंस्थेचे प्रतीक मानली जात होती. दोन मुलं, पालकांची स्थिर नोकरी आणि सुरक्षित भविष्य हा आदर्श जीवनाचा आराखडा होता. मात्र आज परिस्थिती झपाट्याने बदलली आहे. वाढते शिक्षणखर्च, रोजगारातील अनिश्चितता, वेगाने प्रगत होणारे तंत्रज्ञान आणि जागतिक पातळीवरील स्पर्धा यामुळे आता कुटुंब रचनेचा नवा ट्रेंड दिसू लागला आहे आणि तो म्हणजे ह्रहम दो, हमारा एकहू किंवा ह्रहम दो, हमारे हमहू म्हणजे एकच अपत्य. कधी काळी अजिबात अपत्य न होऊ देणे किंवा आवश्यक असल्यास दत्तक घेणे हे जेन झी पिढीमध्ये स्थिरावू लागले आहे.

भारतात लोकसंख्या वाढ नेहमीच जास्त असल्याचे चित्र होते. परंतु अलीकडील जनगणना आणि सर्वेक्षण वेगळे वास्तव सांगतात. २०२५ च्या आकडेवारीनुसार भारताचा जननदर (टोटल फर्टिलिटी रेट) १.९ पर्यंत खाली आला आहे, जो रिप्लेसमेंट रेट म्हणजे दोन मुलांसाठी आवश्यक असलेल्या २.१ या दरापेक्षा कमी आहे. याचा अर्थ असा की, भारतीय समाज आपोआप लहान कुटुंबाच्या (न्यूक्लीयर फॅमिली) दिशेने गेला आहे. ग्रामीण भागातील जननदरदेखील २.१ वर घसरला आहे आणि शहरी भागात तो आणखी कमी आहे. काही राज्यांमध्ये ही घसरण खूप वेगवान आहे. गुजरातमध्ये गेल्या दहा वर्षांत जन्मदर २.४ टक्क्यांनी कमी झाला आहे, तर नागपूरसारख्या शहरी भागात फक्त दोन वर्षांत ५.६ टक्क्यांनी घट झाली आहे. संयुक्त राष्ट्रांच्या पॉप्युलेशन फंडच्या अहवालातही भारताची लोकसंख्या आता हळूहळू स्थिर होईल आणि २०५० नंतर घटण्याची शक्यता आहे, असे स्पष्ट नमूद केले आहे.

जेन झी नवे विचार आणि नवे निर्णय जेन झी पिढी म्हणजे १९९७ ते २०१२ दरम्यान जन्मलेली तरुण पिढी. ही पिढी जगाकडे वास्तववादी नजरेने पाहते. शिक्षण घेऊन चांगली नोकरी मिळवणे हे आज फार कठीण झाले आहे. बेरोजगारी दर सतत वाढतो आहे, चांगल्या दर्जाच्या नोकऱ्या कमी होत

आहेत आणि मिळणाऱ्या नोकऱ्यांमध्ये पगार अपेक्षेपेक्षा खूपच कमी आहे. या परिस्थितीत जेन झी स्वतःला प्रश्न विचारते की, ह्यामी माझ्या मुलांना सुरक्षित भविष्य देऊ शकेन का? हू आणि उत्तर शोधताना ते बहुतेक वेळा एकच अपत्य असणे, अजिबात अपत्य न नसणे किंवा दत्तक घेणे याकडे झुकत आहे. त्यांच्यासाठी हा निर्णय केवळ वैयक्तिक नाही तर सामाजिक जबाबदारीचा भाग बनला आहे.

मिलेनियल पिढी, म्हणजे १९८१ ते १९९६ दरम्यान जन्मलेली पिढी, जिने पारंपरिक धाटणीने दोन अपत्याची कुटुंब संरचना स्वीकारली आहे. पण आज त्यांना त्याचा ताण जाणवत आहे. शिक्षणाचा खर्च दरवर्षी दहा ते बारा टक्क्यांनी वाढतो आहे. खासगी शाळांमध्ये शिक्षण परवडण्यासारखे उरलेले नाही. उच्च शिक्षणासाठी भारतात खाजगी विद्यापीठात पदवी मिळवण्यासाठी आठ ते १५ लाख रुपयांचा खर्च येतो, तर परदेशात जाण्याचा खर्च कोट्यवधी रुपयांपर्यंत पोहोचतो. पालकांच्या पगाराच्या तुलनेत हा खर्च प्रचंड आहे, त्यामुळे ते बचतीतून किंवा कर्जातून हा खर्च भागवतात. दुसरीकडे, मुलांना चांगल्या नोकऱ्या मिळत नसल्यामुळे पालकांच्या मनात त्यांच्या भविष्यासंबंधी असुरक्षितता निर्माण होते. भारतातील रोजगार क्षेत्र सध्या एका मोठ्या संक्रमणाच्या टप्प्यावर आहे.

कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि ऑटोमेशनमुळे अनेक पारंपरिक नोकऱ्या कमी होत आहेत. बीपीओ, उत्पादन क्षेत्र, लॉजिस्टिक्स, वैद्यकीय सेवा, अगदी कमीद्याच्या क्षेत्रासुद्धा मशीन मानवी कामाची जागा घेत आहेत. आंतरराष्ट्रीय अहवालांनुसार २०३० पर्यंत जगभरात ४०० ते ८०० दशलक्ष लोकांना नोकऱ्या गमावल्या लागतील आणि भारतात सुमारे ६० दशलक्ष कामगारांवर त्याचा थेट परिणाम होईल. मे २०२५ मधील आकडेवारी सांगते की भारताचा बेरोजगारी दर ५.६ टक्के झाला आहे, तर शहरी तरुणांमध्ये तो १८ टक्क्यांपर्यंत पोहोचला आहे. ही स्थिती स्पष्टपणे दाखवते की वाढती लोकसंख्या



आणि मर्यादित रोजगार यांच्यातील दरी सतत वाढत आहे. पूर्णवेळ नोकऱ्यांचे स्वरूप कमी होत असल्याने गिग इकॉनॉमीचा वेग वाढतो आहे. आज भारतात सुमारे १.२ कोटी गिग कामगार आहेत आणि २०३०पर्यंत ही संख्या २.३५ कोटींवर पोहोचेल, असे अंदाज वर्तवले गेले आहेत. ई-कॉमर्स, डिजिटलरी, राइड-हेलिंग, डिजिटल मार्केटिंग आणि आयटी प्रोजेक्ट्स या क्षेत्रात गिग संधी मोठ्या प्रमाणावर उपलब्ध आहेत. मात्र या रोजगार पद्धतीत स्थिर उत्पन्न, सामाजिक सुरक्षा, आरोग्य विमा यांचा अभाव आहे. कामगार सतत असुरक्षिततेत जगतात आणि दीर्घकालीन नियोजन करणे कठीण होते.

नोकऱ्या कमी झाल्यामुळे अनेक तरुण उद्योजकतेकडे वळत आहेत. परंतु बाजारपेठ आधीच भरलेली आहे. प्रत्येक क्षेत्रात प्रचंड स्पर्धा आहे आणि खऱ्या अर्थाने बदल घडवून आणणाऱ्या कल्पना फार कमी लोकांना सुचतात. त्यामुळे उद्योजकतेत टिकून राहणे आणि आर्थिक स्थैर्य मिळवणे फार अवघड ठरते.

४५ वर्षांपेक्षा जास्त वय असलेल्या लोकांसाठी ही परिस्थिती अधिक गंभीर आहे. २० ते २५ वर्षांचा अनुभव असूनही तंत्रज्ञानाच्या वेगाने ते मागे पडतात. कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि डिजिटल प्रणालींनी चालणाऱ्या कंपन्या तुलनेने तरुण आणि कमी पगार घेणाऱ्या कार्यकर्यांना प्राधान्य देतात. त्यामुळे या वयोगटातील लोकांना नोकरी गमावण्याचा धोका प्रचंड वाढतो. नवी

कौशल्ये शिकून पुन्हा नोकरी मिळवणे त्यांच्यासाठी सोपे नसते.

कौटुंबिक जीवन आणि मानसिक आरोग्य या सर्व बदलांचा थेट परिणाम मानसिक आरोग्यावर आणि कौटुंबिक जीवनावर होतो. पालक आपल्या मुलांच्या भविष्यासंबंधीच्या असुरक्षिततेमध्ये जगतात. शिक्षणाचा वाढता खर्च, कर्जाचा ताण, नोकरीतील अनिश्चितता आणि सामाजिक दबाव यामुळे कुटुंबीय नात्यांमध्ये तणाव वाढतो. मानसिक आरोग्याशी संबंधित समस्या, जसे की चिंता आणि नैराश्य, वाढत आहेत.

भविष्यासाठी दिशा या वास्तवाला सामोरे जाण्यासाठी काही ठोस पावले आवश्यक आहेत. सर्वप्रथम, कौशल्यविकासावर देणे अत्यावश्यक आहे. तंत्रज्ञान, संवादकौशल्य, सर्जनशीलता आणि नेतृत्व या कौशल्यांचा विकास झाल्यास तरुणांना रोजगाराच्या नव्या उल्लेख्य होऊ शकतात. त्याचबरोबर गिग इकॉनॉमीतील कामगारांना सामाजिक सुरक्षा, आरोग्य विमा आणि निवृत्ती योजनांचा समावेश करणे गरजेचे आहे. शिक्षणव्यवस्था अधिक परवडणारी आणि सर्वसमावेशक व्हावी यासाठी सरकारी अनुदान आणि डिजिटल शिक्षणाला चालना देणे आवश्यक आहे. लोकसंख्या संतुलन आता केवळ वैयक्तिक नाही तर सामाजिक आणि आर्थिक धोरणांच्या केंद्रस्थानी असले पाहिजे.



## निरोगी जीवनशैलीसाठी नियमित प्या बेलफळाचे सरबत

**भ**गवान शंकराला बेल प्रिय असल्यामुळे शंकराची पूजा करतांना बेलपत्र हमखास वाहिलं जातं. सोमवारी अथवा महाशिवरात्रीला शंकराच्या पिंडीवर एक हजार बिल्वपत्रांचा अभिषेक केला जातो. सहाजिकच सर्वांना बेलाची पाने आणि त्याचे महत्त्व माहीत असेलच. मात्र बेलाचे फळ आणि त्यापासून केले जाणारे सरबत तुमच्या आरोग्यासाठी अतिशय गुणकारी आहे हे तुम्हाला माहीत आहेत का? रोगप्रतिकारशक्ती वाढवण्यासाठी आणि उन्हाळ्यात शरीरात थंडावा निर्माण करण्यासाठी बेलफळाचे सरबत पिण्याचा सल्ला दिला जातो. बेलफळाचे सरबत पिण्याने बद्धकोष्ठता, अपचनाच्या समस्या कमी होतात. मधुमेहींसाठी तर बेलफळ वरदानच ठरते. यासाठी जाणून घ्या याचे आरोग्यदायी फायदे

**पचनशक्ती सुधारते**

बेलफळाच्या सरबतामुळे तुमची पचनशक्ती सुधारते. या रसामुळे पचनसंस्थेतील अडथळे दूर होतात ज्यामुळे पोेट स्वच्छ होते. सहाजिकच यामुळे अपचन, बद्धकोष्ठता, मुळव्याधी, पोटदुखी, गॅस होणे अशा समस्यांपासून तुमची सुटका होते.

**रक्त शुद्ध होण्यास मदत होते –**

बेलफळाच्या सरबतामुळे रक्त शुद्ध होते. कारण यामुळे तुमच्या शरीरातील अतिरिक्त टॉक्सिन्स बाहेर टाकले जातात. ज्यामुळे यकृत आणि किडनीचे कार्य सुधारते. रक्त शुद्ध झाल्यामुळे चेहऱ्यावरील पिंपल्स, पुरळदेखील कमी होतात. यासाठीच त्वचा सुंदर आणि नितळ दृवी असेल तर बेलफळाचा रस पिणे गरजेचं आहे.

**मधुमेहींसाठी गुणकारी –**

मधुमेहींसाठी बेलफळाचा रस अथवा सरबत घेणे फारच

फायद्याचे आहे. कारण यामुळे मधुमेहींच्या इन्शुलीनच्या निर्मितीवर नियंत्रण राहण्यास मदत होते. ज्यामुळे रक्तातील साखरेचे प्रमाण अती प्रमाणात वाढत अथवा कमी होत नाही.

**श्वसनाच्या समस्या दूर होतात –**

बेलफळाच्या रसामुळे श्वसनाच्या समस्या कमी होतात. बेलफळाचे सरबत पिण्याने घसा खवखवणे, सर्दी, खोकल्यात आराम मिळतो. म्हणून श्वसनाचे आजार दूर करण्यासाठी बेलफळाचे सरबत अवश्य प्या.

**इन्स्टंट एनर्जी मिळते –**

उन्हाळ्यात सतत होणाऱ्या उष्णतेच्या त्रासामुळे तुम्हाला थकल्यासारखे आणि निरुत्साही वाटत असते. अशा वेळी जर तुम्ही बेलफळाचे सरबत प्यायला तर तुम्हाला इन्स्टंट ऊर्जा मिळू शकते. कारण एका शंबर मिलीग्रॅम बेल फळामध्ये १४० कॅलॅरिज असतात. बेलफळातील प्रोटिन्समुळेही तुम्हाला लगेच फ्रेश वाटू लागते.

**किडनी विकार दूर राहतात –**

किडनी विकार असलेल्या लोकांना बेलफळाचा रस घेण्याचा सल्ला देण्यात येतो. कारण बेलफळामुळे किडनीमधील

अशुद्धता बाहेर टाकण्यास मदत होते. टॉक्सिनचा निचरा व्यवस्थित न झाल्यामुळे किडनीच्या समस्या निर्माण होत असतात. म्हणूनच किडनीचे विकार रोखण्यासाठी नियमित बेलफळाचा रस घेण्यास विसरू नका.

**बेलफळाचे सरबत करण्याची सोपी पद्धत –**

साहित्य – दोन मध्यम आकाराची बेलफळे, पाणी, जिरे पावडर, चवीपुरते मीठ आणि चार चमचे साखर अथवा गुण ( मधुमेहींनी साखरेचा वापर करू नये )

**सरबत करण्याची पद्धत –**

बेलफळे स्वच्छ धुवून पुसून घ्या. बेलफळे कापून त्यातील गर काढून घ्या. भांड्यामध्ये हा गर काढून घ्या आणि त्या गरच्या दुपट पाणी त्यात मिसळ. गर आणि पाणी एकजीव करा. मिश्रण एकजीव झाल्यावर एका गाळणीच्या मदतीने ते गाळून घ्या. गाळताना गाळणीमध्ये पल्ब दाबून त्यातील सर्व रस भांड्यात निथळून घ्या. जर तुम्ही मधुमेही नसाल तर तुम्ही या सरबतामध्ये आवडीनुसार साखर अथवा गुळ मिसळू शकता. सरबत ग्लासात काढू घ्या. वरून चवीपुरते मीठ आणि जिरेपावडर टाक. सरबत ढकलून घ्या. उन्हाळ्यासाठी गरिेगार बेलफळाचे सरबत तयार आहे.

## अंथरुणात पडल्या-पडल्या लागेल गाढ झोप, फॉलो करा या टिप्स



**व**रेचदा आरोग्य, फिटनेस आणि ब्युटीशी निगडीत बऱ्याचश्या समस्या या अपूर्ण झोपेमुळे उद्भवतात. तुमच्या लाईफस्टाईलप्रमाणे याची कारणही वेगवेगळी असू शकतात. पण सकाळी जाग न येण्याची समस्याही बऱ्याच जणांना हमखास जाणवतेच. म्हणूनच या लेखात आम्ही तुम्हाला सांगणार आहोत काही खास टिप्स ज्यामुळे तुमची या समस्यापासून होईल सुटका.

**सर्वात आधी हे जाणून घ्या** : रात्रीच्या वेळी जेव्हा तुम्ही विचार करता की, आता झोपायला हवं आणि जेव्हा तुम्ही खरोखर झोपता या दोन्ही स्थितीमध्ये जो वेळ किंवा अंतर असतं त्याला म्हणतात लेटेन्सी.

**वेगवेगळा परिणाम** : एका नव्या संशोधनानुसार लेटेन्सीचा परिणाम प्रत्येक व्यक्तीवर वेगवेगळा होतो. हे त्या माणसाच्या शरीर, लाईफस्टाईल आणि ज्या वातावरणात तो राहतो त्याने प्रभावित होत असतं.

## ताकाने मिळवा डागविरहीत त्वचा आणि चमकदार केस

**उ**न्हाळ्याच्या दिवसात ताक हमखास प्यायलं जातं. हे आपल्याला शरीराला थंडावा तर देतंच. पण यासोबतच ताकाचे त्वचा आणि केसांसाठीही खूप फायदे आहेत. हो..ताक फक्त प्यायल्याने आरोग्याला उपयोगी ठरत असं नाहीतर डागविरहीत त्वचा आणि चमकदार केसांसाठीही तुम्ही ताकाचा वापर करू शकता. कसा ते जाणून घेण्यासाठी वाचा हा लेख.

**त्वचेसाठी कसा कराल ताकाचा वापर**

ताक हे मसूर डाळ, बेसन, गुलाबपाणी आणि मुलतानी माती, संत्र्याच्या सालाची पावडर अशा घटकांसोबत मिक्स करून कोणत्याही प्रकारच्या त्वचा प्रकाराला उपयुक्त ठरू शकतं. खासकरून संत्र्याच्या सालासोबत ताक मिसळून ते चेहऱ्यावरील डागांवर लावल्यास डाग नक्कीच दूर होतील. पर्माई किंवा टोर्मॅटोसोबत ताक मिक्स करून लावा आणि ते

सुकल्यावर धुवून टाका. चेहऱ्यावरील सनबर्न आणि सन डॅमेज कमी करण्याचा हा उत्तम उपाय आहे.

**केसांसाठी असा करा ताकाचा वापर**

ताकापासून तुम्ही केसांसाठी अनेक उपयुक्त हेअरमार्स्क आणि पॅक बनवू शकता. एक अंड घ्या आणि ते फेटून त्यात तीन ते चार चमचे ताक, दोन चमचे ऑलिव्ह ऑईल, एक मॅश केलेलं केळं आणि दोन चमचे मध घाला. हे सर्व चांगलं मिक्स करा आणि केसांवर कमीत कमी २० मिनिटं लावा. नंतर केस धुवून टाका. ताकात लिंबाचा रस मिक्स करून १५ मिनिटं मालीश करा आणि मग कोमट पाण्याने केस धुवून टाका. यामुळे केसांतील खाज आणि डँड्रफ दूर होईल.

डँड्रफसाठी तुम्ही व्हिनेगर आणि लिंबाच्या रसाची वापरही करू शकता. ताक हे तुम्हाला



घरच्याघरी येतं आणि त्वचेच्या आरोग्यासाठी अमोदी प्रभावी आणि सोपा उपाय आहे. ताकाच्या मदतीने तुम्ही घरीच फेस आणि हेअरमार्स्क बनवा आणि तुमच्या त्वचेला व केसांना भरपूर पोषण द्या.

## अवकॅडोचे आरोग्यदायी फायदे

**ज**र अवकॅडोच्या आरोग्यदायी फायद्यांबद्दल बोलायंच झाल्यास याचे अनेक फायदे आहेत. वर सांगितल्याप्रमाणे हे फळ पोषक तत्वांनी भरपूर असल्यामुळे हे सर्वोत्तम फळ म्हणूनही मानलं जातं. अवकॅडो कच्चं खाल्ल्यास जास्त फायदेशीर ठरतं. चला जाणून घेऊया या सुपरफूडचे आरोग्यदायी फायदे.

**पचन होतं सुलभ**

असं मानलं जातं की, अवकॅडो इस्टेस्टाईनचं कार्य सुखीत करतं आणि ज्यामुळे जेवण आरामात पचतं. यामधील फायबरचे घटक पचनक्रिया सुलभ करतात. हे दोन घटक जेवण पचनासाठी खूप महत्त्वपूर्ण ठरतात. कारण हे मल बनवण्यात मदत करतात आणि आतड्यातील भोजन पचनाचे कार्य जलद करतात. हे गॅस्ट्रिक आणि डायजेस्टीव्ह ज्यूस स्टीम्युलेट करतात ज्यामुळे शरीरातील पोषक तत्त्व आरामात शोषून घेतात. यामुळे याचं सेवन करणाऱ्या व्यक्तींना डायरिया आणि बद्धकोष्ठचा त्रास होत नाही आणि आरोग्य चांगलं राहतं.

**वजन घटेल जलद**

नियमित व्यायाम, पोषक आहारसोबतच

अवकॅडोचं सेवन केल्यास वजन आटोक्यात राहण्यास मदत होते. अवकॅडो हे फळ शरीराला पोषण मूल्य देतं आणि वजन नियंत्रणात राहण्यास मदत करतं. त्यामुळे जर तुम्हाला वजन कमी करायचं असल्यास तुमच्या डाएट प्लॅनमध्ये तुम्ही याचा समावेश जरूर करावा. **दातांसाठी उपयोगी**

जर तुम्हाला दातांच्या दुर्गंधीची समस्या असल्यास अवकॅडो नक्की खा. यामुळे तुमच्या दातांच्या दुर्गंधीचा त्रास नक्कीच दूर होईल. हा त्रास साधारणतः अपचन आणि पोटातील गडबड या कारणांमुळे होतो. पचनक्रिया योग्य असल्यास तोंडाची दुर्गंधी दूर होते आणि अवकॅडोमधील अँटीबॅक्टेरियल आणि अँटीऑक्सीडंट फ्लेनाईडमुळे तोंडातील बॅक्टेरियांचा नाश होतो. याशिवाय अवकॅडोमुळे तोंडाचा कॅन्सरही होत नाही.

**लिव्हरसाठी वरदान**

शरीरातील एक महत्त्वपूर्ण भाग म्हणजे लिव्हर. अवकॅडो लिव्हर डॅमेज होण्यापासून वाचवतं. यामध्ये आढळणारे ऑर्गेनिक घटक लिव्हरला निरोगी आणि बळकट बनवतात. साधारणतः हेपटाईटीस सीमुळे लिव्हर डॅमेज होतं. एका रिसर्चनुसार, अवकॅडोमध्ये अनेक प्रकारच्या आजारांपासून लिव्हरचं संरक्षण करण्याची क्षमता आहे.

**डोळ्यांसाठी आवश्यक**

डोळे निरोगी ठेवण्यातही अवकॅडो सेवनाचा लाभ होतो. यामधील ल्युटीन आणि जियाजॅन्थिन नावाचे कॅरोटीनॉईड घटकांमुळे

वादल्या वयासोबत उद्भवणाऱ्या मोतीबिंदू आणि इतर डोळ्यांच्या समस्यांपासून बचाव होतो.

**आर्थराईटीसवर गुणकारी**

अवकॅडोमधील अँटी इन्फ्लेम्ट्री गुणांमुळे आर्थराईटीसच्या आजारांमध्येही याचा खूप उपयोग होतो. याशिवाय यामध्ये फाइटोकेमिकल, प्लॅनॅनॉईड, कॅरोटीनॉईड, फाईटोस्टीरॉल, फॅटी अल्कोहॉल आणि ओमेगा-३ फॅटी एसिड आढळतं. जे पावांचे सांधे आणि स्नायूंची सूज कमी करतं आणि आर्थराईटीसपासून बचाव करतं. जगभरात लोक आर्थराईटीसपासून बचावासाठी अवकॅडोचं सेवन करतात आणि निरोगी राहतात.

**हृदय ठेवा निरोगी**

अवकॅडो हृदय निरोगी ठेवण्यासाठी खूप उपयोगी आहे. अवकॅडोमध्ये बीटा-सिटोस्टीरॉल आढळतं जे कॉलेस्ट्रॉलचं प्रमाण कमी करून हृदयाला रोगांपासून दूर ठेवतं. एका रिसर्चनुसार, नियमितपणे अवकॅडो खाल्ल्याने एचडीएल कॉलेस्ट्रॉलचे अँटीएथेरोजेनिक गुण वाढतात. जे हृदयाला एथेरोक्लेरोसिसपासून दूर ठेवतात. याच्या सेवनाने हॉर्ट अर्टक आणि स्ट्रोकचा धोकाही कमी होतो.

वेदनाशामक अवकॅडो सांधेदुखीवर अवकॅडो एखाद्या जडीबुटीसारखं काम करतं. याच्या सेवनाने हळूहळू सांधेदुखीचा त्रास कमी होत जातो.

**व्ढशुगरवरही गुणकारी**

अवकॅडोमध्ये अशी तत्त्व आहेत जी शुगर लेव्हल कंट्रोलमध्ये ठेवतात. त्यामुळे याचं सेवन केल्यास मधुमेह असणाऱ्या व्यक्तींना फारच लाभ होतो आणि शुगरही कंट्रोलमध्ये राहते. रक्तशुद्धीकारक अवकॅडो आश्चर्यकारक बाब म्हणजे अवकॅडो रक्त शुद्धीकरण करतं. ज्यामुळे कॅरोटीनॉईड अनेक रोगांपासून स्वाभाविकपणे मुक्तता होते.

## सहस्ररश्मी बदल कृतज्ञताभाव

**सू**र्य आपल्याला केवळ प्रकाशच देतो असे नाही, तर आपण आहोत त्याला बऱ्याच अंशी सूर्य कारणीभूत आहे. म्हणूनच या सहस्ररश्मीबद्दल कृतज्ञताभाव त्याची पूजा करून व्यक्त केला पाहिजे. त्यासाठी रोज सूर्योदयापूर्वी स्नानादी कार्ये आटोपली पाहिजेत. सूर्योदय झाल्यानंतर त्या भास्कराच्या समोर नतमस्तक होऊन डोळे मिटून त्याची प्रार्थना करा. जे तत्व सूर्यात आहे, ते माझ्यातही आहे, असे म्हणून डोळे उघडा. त्यानंतर खालील मंत्र म्हणा.

ॐ मित्राय नमः । - ॐ रवये नमः । ॐ सूर्याय नमः । - ॐ भानवे नमः । ॐ खगाय नमः । - ॐ

आदित्याय नमः । - ॐ हरिष्यगर्भाय नमः । - ॐ मरिचये नमः । ॐ आदित्याय नमः । - ॐ सवित्रे नमः । ॐ अर्काय नमः । - ॐ भास्कराय नमः । ॐ श्री सवितु सूर्यनारायणाय नमः ।

अशा प्रकारे सूर्याची पूजा- अर्चना केल्याने बरेच लाभ होतात. त्याच्या कोवळ्या प्रकाशाच्या माध्यमातून डी जीवनसत्व आपल्याला मिळते.



शिवाय त्याच्या पराक्रमी रूपाकडे पाहून आपल्यात चेतना संचारते. रोज सकाळी तांब्याच्या लोटीमध्ये शुद्ध पाणी घ्या. त्यानंतर सूर्याच्या समोर उभे राहून दोन्ही हातांनी लोट्याला उंच उचलून सूर्याला अर्घ्य अर्पण करा. म्हणजे त्यातील पाणी काली सोडून द्या. अर्घ्याच्या पाण्यात लाल फुले, अक्षता, कुंकू हेही टाकावे. अर्घ्य वाहताना खालील मंत्र म्हणून संकल्प सोडावा.

एहि सूर्य! सहस्रांशो! तेजो राशे! जगत्पते! अनुकम्प्यं भं भक्त्या गुहाणार्घ्यं दिवाकर भावार्थ- हे सहस्रांशो, हे ते जो राशे, हे जगत्पते, माझ्यावर कृपा करा. मी श्रद्धापूर्वक अर्पण केलेले हे अर्घ्य स्वीकारा. त्याचप्रमाणे खालील मंत्रांमध्येही सूर्याला आवाहन केले आहे. या मंत्रांमध्येही दिव्य शक्ती आहे.

ॐ आरोग्य प्रदायकाय सूर्याय नमः । ॐ ह्रीं ह्रीं सूर्याय नमः । ॐ आदित्याय नमः । ॐ ऋणि सूर्याय नमः ।

अशा प्रकारे सूर्य नमस्कार व सूर्योपसनेद्वारे शरीराला निरोगी, सुखी व समृद्ध बनविता येते. त्यासाठी सूर्योपासना जरूरीची आहे.

## पित्तामुळे उठणाऱ्या चट्ट्यांवर घरच्या घरीच मिळवा आराम

**श**रीरावर पित्ताचे चट्टे उमटणे किंवा शरीरावर गांघ उमटण्याचा त्रास आपल्यापैकी कितीतरी लोकांना झाला असेल. हे चट्टे उमटले की, त्वचेवर विलक्षण खाज उठायला सुरुवात होते. ही खाज इतकी तीव्र असते की, शरीरावर त्यामुळे जखमा ही होऊ शकतात. पित्तामध्ये तुमच्याही संपूर्ण अंगावर चट्टे उठून आग आग होत असेल तर तुम्हाला झालेला हा त्रास कमी करण्यासाठी काही सोपे घरगुती उपाय आहेत. हे उपाय केल्याने तुम्हाला नक्कीच पित्तावेळी हाणारा त्रास आटोक्यात आणता येईल.

आता पित्ताचे चट्टे नेमके कसे असतात हे अनेकांना माहीत नसेल तर पित्ताचे चट्टे लाल असतात. असे चट्टे शरीरातील टॉक्सिक वाढले की येतात. काहींना जर सतत अपचनाचा त्रास असेल तर त्यांना हा त्रास हमखास होतो. या काळात चामडी जाड जाड असल्यासारखी वाटते. सतत खाजवावेसे वाटते. **पित्तावर गुणकारी इलाज, देतील इटपट आराम**

तुमच्या घरीच तुम्ही या पित्तावर सोपे उपाय करू शकता. तुमच्या किचनमध्ये उपलब्ध असलेल्या काही गोष्टींच त्यावरील उत्तम इलाज आहेत. जाणून घेऊया या गोष्टी नेमक्या कोणत्या



**कोकम किंवा आमसुल**

: आपल्या प्रत्येकाकडे अगदी हमखास किचनमध्ये असणारी गोष्ट म्हणजे कोकम किंवा आमसुल. जर तुम्हाला पित्ताचा त्रास झाला असेल आणि तुमच्याकडे छान ओली कोकम असतील तर ती थेट तुम्ही तुमच्या चट्ट्यांवर लावू शकता. शरीरावर आलेली खाज शमवण्यासाठी कोकम हा उत्तम इलाज आहे. आता जर तुम्हाला कोकम त्वचेवर चोळायची नसेल तर तुम्ही कोकमाचा रस घेऊ शकता. कोकमाच्या रसात, भाजलेली जीरा पूड आणि साखर घालून त्याचे सेवन करा तुम्हाला आराम मिळेल.

**पुदिना** : शीत पित्तावर पुदिनाही खूप छान काम करतो. पुदिन्याच्या रसाचे सेवन केले तरी चालू शकते. किंवा काही

पुदिन्याची पाने घेऊन ती छान उकळवून घ्या. उकळवताना त्यामध्ये साखर घाला त्याचा छान काढा तयार होतो. अशा पद्धतीने तुम्हाला पुदिन्याचा काढा बनवून त्याचे सेवन करायचे असते. दिवसातून किमान दोन ते तीनवेळा तरी तुम्हाला याचे सेवन करावे लागते त्यामुळे तुम्हाल छान आराम मिळतो. आता जर तुम्हाला पुदिन्याचा हा काढा प्यायचा नसेल तर तुम्ही पुदिन्याच्या पानांचा नुसता रस काढून जरी अंगाला लावला तरी तुम्हाला आराम मिळतो.

**हळद** : जर तुम्हाला सतत पित्त उठण्याचा त्रास होत असेल तर तुमच्यासाठी हळद अत्यंत गुणकारी आहे. एका ग्लासात दूध किंवा पाणी घेऊन त्यात हळद घालावी आणि हे हळदीचे पाणी किंवा दूध प्यावे तुम्हाला नक्कीच

आराम मिळेल.

**बडीशेप आणि जीर** :

शीत पित्तावर बडीशेप आणि जीरही खूप गुणकारी आहे. जर तुम्हाला पित्ताचा त्रास असेल तर तुम्ही दररोज याचे सेवन करायला हवे. रात्री साधारण अर्धा चमचा बडीशेप आणि जीर पावडर (प्रत्येकी) भिजत घाला. सकाळी या पाण्यामध्ये चवीनुसार खडीसाखर घालून हे पाणी उपाशीपोटी प्या तुम्हाला नक्कीच आराम मिळेल.

**आवळा रस** : शीत पित्तावर आवळा रस ही अत्यंत गुणकारी आहे. तुम्हाला असा त्रास सतत होत असेल तर तुम्ही रोज आवळ्याच्या रसाचे सेवन करा तुम्हाला नक्कीच बरे वाटेल. आता असे काही सोपे इलाज करून तुम्ही पित्तामुळे उठणाऱ्या चट्ट्यांचा त्रास कमी करू शकता.

## घाम येतोय?

कार्बोनिक रसायने असतात, ज्याचा आरोग्यावर प्रतिकूल परिणाम होतो. घाम शरीरातील ही रसायने काढून टाकतो त्यामुळे आरोग्याची जोखिम कमी होईल. घाम आल्याने त्वचेची रोमछिद्रे खुली होतात. शरीरातील घाण, जीवाणू बाहेर पडतात. त्यामुळे घाम आल्याने चेहरा स्वच्छ राहण्यास मदत होते. घाम आल्याने रक्ताभिसरण चांगले होते त्यामुळे आंतरिक चमक मिळते. घाम आल्याने त्वचा मऊ होते. ती नैसर्गिकरित्याच चमकदारही दिसते.

घाम आल्याने त्वचेची रोमछिद्रे खुली होतात. डोक्याच्या त्वचेला जेव्हा घाम येतो तेव्हाही हीच प्रक्रिया होते त्यामुळे केस वाढतात. पण खूप जास्त घाम आल्यास मात्र केस शंभूने धुवावे अन्यथा डोक्याच्या त्वचेला खाजही येऊ शकते. व्यायाम करताना घाम आल्यामुळे मन प्रफुल्लित उत्साही होते. कारण जास्त व्यायाम केल्यास अधिक एंडोर्फिन निर्माण होते. एंडोर्फिन हे आनंदाचे हार्मोन आहे. त्यामुळे आनंदाची भावना वाढीस लागते तसेच चांगली झोपही येते.

## हृदयाच्या आरोग्यासाठी लसूण हा रामबाण उपाय आहे

**त**ज्ज्ञांच्या मते, हृदयाच्या आरोग्यासाठी लसणाचे सेवन सर्वोत्तम पर्याय आहे. याच्या सेवनाने कोलेस्ट्रॉल नियंत्रित राहते. हे एलडीएलचे ऑक्सिडेशन प्रतिबंधित करते. अनेक अभ्यासात असे आढळून आले आहे की लसणात अनेक औषधी गुणधर्म आहेत जे हृदय निरोगी ठेवण्यास मदत करतात आणि हृदयाच्या गंभीर आजारांचा धोका कमी करतात. रक्तदाब कमी करण्यासाठी देखील लसूण हे एक महत्त्वाचे औषध असू शकते.

**लसूण यकृत कसे निरोगी ठेवते?**

लसणात सल्फर कंपाऊंड असते जे यकृतमधील एंजाइम सक्रिय करते. याचे सेवन केल्याने शरीरातील टॉक्सिन बाहेर टाकण्यास

मदत होते. त्यात सेलेनियम देखील असते जे यकृताला नुकसान होण्यापासून वाचवते.

**लसूण किडनी निरोगी ठेवते –** लसणातही किडनी निरोगी ठेवणारे गुणधर्म असतात. आरोग्य तज्ज्ञांच्या मते, लसणात ऑलिसिन आढळते, ज्यामुळे किडनी निरोगी राहते आणि अनेक आजारांपासून बचाव होतो. किडनी निरोगी ठेवण्यासाठी रोज सकाळी रिकाम्या पोटी लसणाच्या पाकळ्या खाव्यात.

**पचनक्रिया सुधारते –** लसूण रोज खाल्ल्याने पचनक्रिया सुधारते. लसणाच्या सेवनाने आतड्याची जळजळ कमी होते. याचे सेवन केल्याने गॅस आणि अपचनापासून आराम मिळतो.



## मतदार याद्यांमध्ये घोळ नको, विरोधी पक्षांची अपेक्षा; महापालिका निवडणुकीसाठी राजकीय पक्ष सज्ज

■ **बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक**

गेली तीन वर्षे मुंबई महापालिकेत प्रशासक काम करीत असून, लवकरच लोकप्रतिनिधींचा आवाज घुमण्याची शक्यता निर्माण झाली आहे. सर्वोच्च न्यायालयाने ३१ जानेवारी २०२६ पर्यंत स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका घेण्याचे आदेश दिल्यानंतर प्रमुख राजकीय पक्ष निवडणुकीला सज्ज झाले आहेत. मात्र, मतदार याद्यांचा घोळ होऊ नये, अशी अपेक्षा विरोधी पक्षांकडून व्यक्त केली जात आहे.

महापालिकेत लोकनिवृत्त नगरसेवक नसल्याने सर्व निर्णय एकतर्फी होत असल्याचा आरोप मुंबई काँग्रेस अध्यक्षा वर्षा गायकवाड यांनी केला. निवडणुकीसाठी आम्ही सज्ज



आहोत. मात्र, मतदार याद्यांमध्ये घोळ होऊ नये आणि सरकारी यंत्रणेचा गैरवापर होणार नाही, अशी आमची अपेक्षा आहे. पारदर्शक आणि लोकशाही मार्गाने निवडणूक झाली तर मुंबईकर योग्य निर्णय घेतील आणि आपले खरे प्रतिनिधी निवडून देतील, असा विश्वास गायकवाड यांनी व्यक्त केला. खेडू, वाहतूककोंडी, पुलांचे अपूर्ण काम, नालेसफाईतील त्रुटी,

प्रदूषण यासारख्या प्रश्नांकडे प्रशासन दुर्लक्ष करीत असल्याची टीका गायकवाड यांनी केली. मुंबईकरांचे प्रश्न सोडवणारे लोकप्रतिनिधी आवश्यक आहेत, असे मत त्यांनी व्यक्त केले. प्रभागातील प्रमुख पदाधिकारी आणि माजी नगरसेवकांना मतदार याद्यांबाबत सतर्क राहण्याच्या सूचना दिल्या आहेत आणि निवडणूक प्रक्रियेवरही लक्ष

राहील, असे उद्धवसेनेचे प्रवक्ते सचिन अहिर यांनी सांगितले.

राज्य सरकारची महापालिका निवडणूक घेण्याची अजूनही मानसिकता दिसत नाही. महायुतीला निवडणुकीबाबत चिंता असल्याने कदाचित त्यांच्याकडून पुन्हा निवडणूक पुढे ढकलण्याचे प्रयत्न होऊ शकतात, अशी शक्यता अहिर यांनी वर्तविली. मतदार याद्यांमध्ये घोळ होऊ नये, अशी अपेक्षा व्यक्त करतानाच, सर्वोच्च न्यायालयाच्या आदेशाची अंमलबजावणी करून राज्यातील सरका आणि निवडणूक आयोगाने निवडणुका घ्याव्यात आणि जनतेवर उपकार करावेत, असा खोचक टोला मनसेचे मुंबई अध्यक्ष संदीप देशपांडे यांनी लगावला.

## मुंबई को उडा देंगे... अंधेरीतील हॉटेलला धमकीचा दूरध्वनी

■ **मुंबई। प्रतिनिधी:**

अंधेरी पूर्व येथील एका हॉटेलला बुधवारी पहाटेच्या सुमारास ह्ममुंबई को उडा देंगेह अशी धमकी देण्यात आली. मुंबई पोलिसांच्या मुख्य नियंत्रण कक्षाला याबाबतची माहिती मिळाल्यानंतर सर्व यंत्रणांना सतर्क करण्यात आले. याप्रकरणी दूरध्वनी करणाऱ्या व्यक्तीच्या मोबाइल क्रमांकावरून पोलीस अधिक तपास करीत आहेत.

अंधेरीतील आरिका हॉटेलचे उप सुरक्षा अधिकारी अपूर्व पारेख यांनी घडलेल्या प्रकाराची माहिती पोलिसांना दिली. पारेख यांनी दिलेल्या माहितीनुसार हॉटेलच्या लँडलाईनवर अज्ञात व्यक्तीने दूरध्वनी करून हिंदीतून मुंबई को उडा देंगेह अशी धमकी दिली. दूरध्वनीवरून बोलणाऱ्या व्यक्तीने हॉटेलमध्येही बॉम्ब असल्याचा दावा केला. मुख्य



नियंत्रण कक्षाने तात्काळ घटनेची माहिती सहाय पोलिसांना दिली. त्यानुसार स्थानिक पोलिसांसह बॉम्ब शोधक व नाशक पथक हॉटेलच्या तपासणीसाठी पाठवण्यात आले. गुन्हे शाखा व इतर अधिकाऱ्यांनाही याबाबतची माहिती देण्यात आली. घटनेचे गांभीर्य लक्षात घेऊन पोलिसांनी तात्काळ कार्यप्रणालीनुसार कारवाई करून वरिष्ठांना माहिती दिली.

तसेच हॉटेल परिसरात सुरक्षा वाढवण्यात आली. संबंधित

कामाला लागते. खूप प्रयत्न केल्यानंतर धमकी अथवा संदेश पाठवणाऱ्या व्यक्तीला अटकही होते. अशा प्रकरणांसाठी विशेष कायदा नाही. परिणामी, अशा प्रकरणांमध्ये आरोपीला लवकर जामीन मिळतो. त्यामुळे याप्रकरणासाठी कठोर कायदा करण्याची आवश्यकता असल्याचे एका अधिकाऱ्याने सांगितले. पोलिसांना सुरक्षा, बंदोबस्त, तपास कामासह अशा अफवांनाही नेहमी सामोरे जावे लागते. विशेष म्हणजे नियंत्रण कक्षाच्या क्रमांकावर अनेक मिसकॉलही येत असतात. ते नेमके कोणाकडून आले, हे पडताळण्यासाठी त्यांवर पुन्हा दूरध्वनी केल्यावरही अजब उत्तरे येऊन येतात. अनेक जण दूरध्वनी सुरू आहेत का, याची खात्री करण्यासाठी दूरध्वनी करतात.

## ऑनलाइन अर्ज करा, १२ हजारांची शिष्यवृत्ती मिळवा !

■ **मुंबई। प्रतिनिधी:**

इयत्ता आठवीत शिकणाऱ्या आर्थिकदृष्ट्या दुर्बल घटकातील गुणवंत विद्यार्थ्यांना केंद्र सरकारच्या योजनेतून वार्षिक १२ हजार रुपये शिष्यवृत्ती दिली जाते. त्याकरिता राज्य परीक्षा परिषदेकडून यंदा २१ डिसेंबरला संपूर्ण राज्यात परीक्षा होणार आहे. इयत्ता नववी ते बारावीपर्यंतच्या शिक्षणासाठी त्यांना प्रोत्साहन देणे, हे या योजनेचे उद्दिष्ट आहे. शिष्यवृत्तीसाठी १२ सप्टेंबरपासून अर्ज प्रक्रिया सुरू झाली असून, त्याकरिता राष्ट्रीय शिष्यवृत्ती (एनएमएमएस) पोर्टलवर ऑनलाइन अर्ज करावा लागतो. शिष्यवृत्तीचा लाभ मिळवण्यासाठी विद्यार्थ्यांनी इयत्ता सातवीमध्ये किमान ५५ टक्के (तर अनुसूचित जाती-जमातीसाठी ५० टक्के) गुण मिळवलेले असावेत. तसेच पालकांचे वार्षिक उत्पन्न रुपये तीन लाख ३५ हजार रुपयांपेक्षा जास्त

नसावे, अशी अट आहे. त्याकरिता तहसीलदारांचा उत्पन्नाचा दाखला जोडणे अनिवार्य आहे. विद्यार्थ्यांना मानसिक क्षमता, शैक्षणिक अभियोग्यता चाचणी उत्तीर्ण असणे आवश्यक आहे. दरम्यान, विनाअनुदानित शाळांतील, केंद्रीय विद्यालयातील, जवाहर नवोदय विद्यालयातील, वसतिगृहाच्या सवलतीचा लाभ घेणारे तसेच सैनिकी शाळांतील विद्यार्थी ही परीक्षा देऊ शकतात. मात्र, ते शिष्यवृत्तीसाठी अपात्र आहेत. परीक्षेत उत्तीर्ण होणाऱ्या विद्यार्थ्यांना दरमहा एक हजार रुपये, अशी बारा महिन्यांकरिता शिष्यवृत्ती दिली जाते.

राज्यातील कोणतीही सरकारी, सरकारमात्य खासगी अनुदानित शाळा, स्थानिक स्वराज्य संस्थेतील आठवीतील विद्यार्थी. तीन लाख ५० हजार रुपयांपेक्षा कमी उत्पन्न असलेल्या पालकांची मुले.

## मुक्ततेविरोधात अपिलास प्रत्येकासाठी दार उघडे नाही; मालेगाव बॉम्बस्फोट : हायकोर्टाचे निरीक्षण

■ **मुंबई। प्रतिनिधी:**

मालेगाव २००८ बॉम्बस्फोट प्रकरणात निर्दोष सुटकेविरुद्ध अपील दाखल करण्यासाठी प्रत्येकासाठी दार खुले नाही, असे मुंबई उच्च न्यायालयाने मंगळवारी म्हटले. अपील केलेल्या पीडितांच्या कुटुंबियांनी खटल्यात साक्ष नोंदविली का? अशी विचारणाही केली.

बॉम्बस्फोटात ज्या सहा जणांचा मृत्यू झाला त्यांच्या कुटुंबीयांनी उच्च न्यायालयात भाजप माजी खासदार प्रज्ञासिंग ठाकूर, कर्नल प्रसाद पुरोहित यांच्यासह ७ जणांना निर्दोष सोडण्याचा एनआयए न्यायालयाच्या निर्णयाला उच्च न्यायालयात आव्हान दिले. या अपिलावरील सुनावणी मुख्य न्या. चंद्रशेखर



व न्या. गौतम अंखड यांच्या खंडपीठापुढे होती. कुटुंबातील सदस्यांनी विशेष न्यायालयात साक्ष नोंदविली का, असा प्रश्न खंडपीठाने केला. अपीलकर्त्यांच्या वकिलांनी सांगितले की, पहिले अपीलकर्ता निसार अहमद यांनी त्यांचा मुलगा या बॉम्बस्फोटात गमावला; परंतु ते या खटल्यात साक्षीदार नव्हते. याबाबत बुधवारी तपशील सादर करू. मुलाचा या स्फोटात मृत्यू झाला

आहे, तर त्यांनी या खटल्यात साक्षीदार असायला हवे होते, असे न्यायालयाने म्हटले. अपिलात काय म्हटले? नाशिक जिल्ह्यातील मालेगाव येथे २९ सप्टेंबर २००८ रोजी बॉम्बस्फोट झाला. या बॉम्बस्फोटात सहा जणांचा मृत्यू झाला आणि १०० हून अधिक लोक जखमी झाले. हा अशा खटल्यात ट्रायल कोर्टाने बघ्याची किंवा पोस्टमनची भूमिका घेऊ

नये. जेव्हा सरकारी वकील तथ्य उलगडण्यात अयशस्वी ठरतात, त्यावेळी ट्रायल कोर्ट साक्षीदारांना प्रश्न विचारू शकते किंवा समस बजावू शकते, असे अपिलात म्हटले आहे.

दोषपूर्ण तपास किंवा तपासातील त्रुटी याबाबी आरोपींना निर्दोष सोडण्याचे कारण असू शकत नाही. बॉम्बस्फोटाचा कट गुप्ततेत रचण्यात आल्याने त्याचा थेट पुरावा असू शकत नाही, असे अपिलात म्हटले आहे. सात आरोपींना निर्दोष सोडण्याचा विशेष न्यायालयाने ३१ जुलै रोजी दिलेला आदेश चुकीचा आहे आणि कायद्याच्या दृष्टीने अयोग्य आहे. त्यामुळे तो रद्द करण्यात यावा, अशी मागणी पीडितांच्या कुटुंबीयांनी केली.

## अभियांत्रिकीचे यंदा विक्रमी १ लाख ६६ हजार प्रवेश; कॉम्प्युटर, आयटी, एआयच्या ८८ टक्के जागा भरल्या

■ **मुंबई। प्रतिनिधी:**

राज्यात यंदा ईंजिनअरिंग अभ्यासक्रमाने प्रवेशाचा नवा विक्रम केला असून तब्बल १ लाख ६६ हजार विद्यार्थ्यांचे प्रवेश झाले आहेत. आतापर्यंतही हे सर्वाधिक प्रवेश आहेत. यात सर्वाधिक प्रवेश कॉम्प्युटर शाखेच्या संबंधित अभ्यासक्रमांना झाले असून कॉम्प्युटर, आयटी आणि आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स या तीन अभ्यासक्रमांच्या एकत्रित १ लाख ५ हजार जागांपैकी ९२,३७२ जागा विद्यार्थ्यांनी प्रवेश घेतले आहेत. प्रवेशाचे हे प्रमाण जवळपास ८८ टक्के एवढे आहे. राज्य सामाईक प्रवेश परीक्षा कक्षाने दिलेल्या आकडेवारीवरून ही बाब समोर आली आहे.

यंदा ईंजिनअरिंगसाठी तब्बल २,२५,१६६ विद्यार्थ्यांनी नोंदणी केली होती. त्यात चार कॅंप फेायांमध्ये १,३०,८३५ विद्यार्थ्यांनी, तर संस्थात्मक स्तरावर २३,०४६ विद्यार्थ्यांनी प्रवेश घेतले. तसेच व्यवस्थापन कोट्यातून १२,८६५ विद्यार्थ्यांनी प्रवेश घेतले.

यंदा राज्यात ईंजिनअरिंग अभ्यासक्रमाच्या २,०२,८८३ जागा उपलब्ध होत्या. त्यापैकी १,६६,७४६ जागांवर विद्यार्थ्यांनी प्रवेश घेतले आहेत. दरम्यान, सर्वाधिक प्रवेश कॉम्प्युटर, सिव्हिल, मेकॅनिकल ईंजिनअरिंग, इलेक्ट्रॉनिक्स अँड टेलिकम्युनिकेशन, आयटी, एआय, इलेक्ट्रिकल ईंजिनअरिंग



विषयात झाले असून नामांकित कलेजामध्ये प्रवेशासाठी चुरस असल्याचे चित्र होते. यंदा जवळपास ८२ टक्के जागा भरल्याने कलेजांनाही दिलासा मिळाला आहे.

गेल्या काही वर्षांतील प्रवेश वर्ष जागा प्रवेश २०२५-२६ २,०२,८८३ १,६६,७४६

अभ्यासक्रमासाठी ६२,१९५ मुलींनी प्रवेश घेतला आहे, तर १,०४,५५० मुलांनी प्रवेश घेतला. मुलांच्या संख्येच्या तुलनेत हे प्रमाण ३७.३० टक्के आहे. त्याचवेळी गेल्यावर्षी ५२,७५१ मुलींनी, तर ९६,३२६ मुलांनी प्रवेश घेतला होता. गेल्यावर्षी मुलींचे प्रमाण ३५.३८ टक्के होते. शाखानिहाय उपलब्ध जागा आणि प्रवेशित विद्यार्थ्यांची संख्या शाखा वर्ष २०२४-२५ वर्ष २०२५-२६ शाखा उपलब्ध जागा प्रवेश उपलब्ध जागा प्रवेश कॉम्प्युटर (सायन्स, ईंजिनअरिंग, एमएल आदी) ५९५९४ ५४१०९ ६०८८७ ६०,२५१

## मेट्रो २ अ आणि ७, दैनंदिन प्रवासी संख्या ३ लाख ४० हजारपार...



■ **मुंबई। प्रतिनिधी:**

मागील काही महिन्यांपासून ह्रदहिसर झ अंधेरी पश्चिम मेट्रो २ अह आणि ह्रदहिसर झ गुंदवली मेट्रो ७ह मागिकेवरील प्रवासी संख्येत सातत्याने वाढ होत आहे. काही दिवसांपूर्वीच दैनंदिन प्रवासी संख्येने ३ लाखांचा टप्पा पार केल्यानंतर आता ४६ सप्टेंबर रोजी या दोन्ही मार्गांवरून ३ लाख ४० हजार ५७१ प्रवाशांनी प्रवास केला आहे. ही आतापर्यंतचा या मार्गांवरील सर्वाधिक दैनंदिन प्रवासी संख्या आहे. ह्रदहिसर २ह आणि ह्रदहिसर ७ह मार्गिका दोन टप्प्यात वाहतूक सेवेत दाखल झाल्या आहेत. या मार्गिका २०२२ मध्ये सेवेत

दाखल झाल्यापासून २०२४ पर्यंत प्रवाशांकडून त्यांना म्हणावा तसा प्रतिसाद मिळत नव्हता. त्यामुळे मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरणाने (एमएमआरडीए) प्रवासी संख्या वाढविण्यासाठी काही प्रयत्न केले आणि त्यातून वर्षभरापासून प्रवासी संख्येत सातत्याने वाढ होताना दिसत आहे. मार्गिका वाहतूक सेवेत दाखल झाल्यानंतर काही महिने या मार्गांवरून प्रतिदिन केवळ ३० हजार प्रवासी प्रवास करीत होते. पण त्यानंतर मात्र प्रवाशांची संख्या वाढत गेली. त्यामुळेच आजचडीला प्रतिदिन सुमारे तीन लाख प्रवासी ह्रदहिसर २ अह आणि ह्रदहिसर ७ह मार्गांवरून प्रवास करीत आहेत. तर एक-दोन वेळा दैनंदिन प्रवासी संख्येने तीन लाखांचा टप्पा ओलांडला होता. ८ ऑगस्ट २०२४ रोजी २ लाख ६९ हजार २३० अशी विक्रमी दैनंदिन प्रवासी संख्या नोंदवली गेली होती. ७ ऑक्टोबर २०२४ रोजी २ लाख ९२ हजार ५७५, १८ जून २०२५ रोजी २ लाख ९४ हजार ६८१, २४ जून २०२५ रोजी २ लाख ९७ हजार ६०० इतकी विक्रमी प्रवासी संख्या नोंदविण्यात आली होती.

## भाड्याची सरकारी घरे पाच वर्षांनंतर मालकीची ?

■ **मुंबई। प्रतिनिधी:**

परवडणाऱ्या घरांचे प्रकल्प राबविण्याबरोबरच तात्पुरत्या स्वरुपाच्या गृहनिर्माणासाठी राज्यात मोठ्या प्रमाणात भाडेतत्त्वावरील घरे निर्माण करण्यास राज्य शासनाने गृहनिर्माण धोरणात प्रोत्साहन दिले आहे. या पार्श्वभूमीवर महाराष्ट्र गृहनिर्माण व क्षेत्रविकास प्राधिकरणाने प्रस्ताव तयार केला असून ही भाड्याची घरे विकण्याचाही प्रस्ताव शासनाला सादर केला आहे.

राज्य शासनाने अलीकडे जाहीर केलेल्या गृहनिर्माण धोरणात नोकरी करणाऱ्या महिला, औद्योगिक कामगार, विद्यार्थी



तसेच वरिष्ठ नागरिकांसाठी भाड्याच्या घरांच्या प्रकल्पाला प्रोत्साहन देण्यात आले आहे. या घरांचा लाभ घेणाऱ्या नागरिकांना ही घरे पाच वर्षांनंतर मालकी हक्काने देण्याचा प्रस्ताव म्हाडाने पाठवला आहे. ही घरे मालकी हक्काने मिळणार असतील तर अधिकाधिक रहिवाशी या

योजनेचा लाभ घेतील, असा विश्वास म्हाडाचे उपाध्यक्ष व मुख्य कार्यकारी अधिकारी संजीव जैस्वाल यांनी व्यक्त केला. याबाबत मुख्यमंत्र्यांसमोर झालेल्या सादरीकरणात चर्चा झाली आणि शासन त्यास अनुकूल असल्याचे जैस्वाल यांनी सांगितले. धारावी पुनर्विकास

प्रकल्पात अपात्र झोपडीवासीयांना पहिल्यांदाच भाड्याने घरे वितरीत केली जाणार आहेत. ही घरे या रहिवाशांना विकतही घेता येणार आहेत. त्याबाबत राज्य शासनाकडून धोरण तयार केले जात आहेत. या अंतर्गत प्रभावी अंमलबजावणीसाठी विशेष प्रयोजन कंपनी स्थापन करणे, सनियंत्रणासाठी मालमत्ता व्यवस्थापन कंपनीची नियुक्ती, भाडेतत्त्वावरील घरांचे बांधकाम खर्च आणि भाड्याचे निर्धारण आदींबाबत प्रणाली याचा समावेश आहे. याच धर्तीवर भाडेतत्त्वावरील गृहनिर्माण प्रकल्पात तयार होणारी भाड्याची घरे पाच वर्षांत मालकी हक्काने

देण्याचा प्रस्ताव म्हाडाने पाठविला आहे. नियोजन प्राधिकरणांनी बांधलेली व खासगी विकासकांना बांधलेली भाडेतत्त्वावरील घरे मालकी हक्काने देण्यासाठी एक फॉर्म्युला तयार करण्यात आला आहे. यानुसार भाडेतत्त्वावरील घरांची बांधकाम किंमत तसेच रेडी रेकनरनुसार येणारी किंमत या अनुषंगाने कमीत कमी किंमत या घरांसाठी निश्चित करावी, असे प्रस्तावात नमूद आहे.

- भाडेतत्त्वावरील घरांच्या प्रकल्पात गुंतवणूक करणाऱ्या विकासकांना करामध्ये सवलत देण्याबरोबरच जलद मंजुरीची प्रक्रिया राबविली जाणार आहे. याशिवाय या प्रकल्पासाठी

अर्थसहाय्य देण्याबरोबरच विनियमात शिथिलताही आणली जाणार आहे. रोजगार केंद्र वा शैक्षणिक संस्थांजवळ अशी क्षेत्रे विकास आराखड्यात निश्चित करण्यात येणार आहे. भूसंपादन खर्च कमी करण्यासाठी वापरात नसलेल्या शासकीय भूखंडाचा उपयोगही या प्रकल्पासाठी केला जाणार आहे. भाडेकरूंना अनामत वा इतर अर्थसहाय्य कमी व्याज दरात उपलब्ध करून दिले जाणार आहे. भाडेकरूंच्या हिताचे संरक्षण व्हावे तसेच भाडेतत्त्वावर द्यावयाच्या मालमत्तेची देखभाल आणि दुरुस्ती करण्यासाठीही स्वतंत्र यंत्रणा निर्माण केली जाणार आहे.

## रेसकोर्सवरील थीम पार्कवर पुन्हा 'इव्हेंट'; काम सुरू होईपर्यंत कार्यक्रमांसाठी देणार भाड्याने

■ **मुंबई। प्रतिनिधी:**

महालक्ष्मी येथील रेसकोर्सच्या १२० एकरच्या जागेवर थीमपार्क उभारण्यासाठी ही जागा मुंबई महापालिकेने ताब्यात घेतल्यानंतर ती सध्या मोकळी आहे. तर, थीमपार्क उभारण्यासाठी प्रक्रिया पूर्ण होईपर्यंत ही जागा कार्यक्रमांसाठी (इव्हेंट) देण्याचा निर्णय पालिकेने घेतला आहे. यासाठी दिवसाला १२ लाख १५ हजार रुपये शुल्क घेतले जात आहे. आतापर्यंत मोठ्या व्यावसायिक कंपन्यांचे या जागेवर इव्हेंट झाले आहेत. पावसाळ्यात बंद ठेवण्यात आलेले हे इव्हेंट आता पावसानंतर नोव्हेंबरमध्ये पुन्हा सुरू केले जाणार आहे. त्यानुसार तीन इव्हेंट बुकही झाले आहेत. एका इव्हेंटसाठी ८० लाख रुपये आकारले जाणार आहे.

महालक्ष्मी येथील रेसकोर्सवरील १२० एकर जागा वेस्टर्न इंडिया टर्फ क्लबकडून जून २०२४ ला पालिकेच्या ताब्यात आल्यानंतर या जागेवर सेंट्रल पार्क उभारण्याचा मार्ग मोकळा झाला आहे. याबाबत आराखडा व इतर प्रक्रिया सुरू आहे. तयार केल्या जाणाऱ्या आराखड्यामध्ये रेसकोर्सची १२० एकर आणि कोस्टल रोडची सुमारे १८० एकर जागा मिळून एकूण ३०० एकर जागा उपलब्ध असेल. ताब्यात आलेल्या १२० जागेवर थीम पार्क उभारले जाणार 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 (पूर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र), येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पूर्व), जि. ठाणे ४०२१०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या / लेख / जाहिराती यांची जबाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी यांच्यावर 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