



संपादकीय...

दीर्घकालिक उपायांची गरज!



मराठवाड्यातील अतिवृष्टीने निर्माण झालेल्या पूरस्थितीने जनजीवन विस्कळीत केले. नदी-नाल्यांनी तटबंदी ओलांडून गाव, शेत जलमय केली. तातडीच्या मक्तीबरोबरच दीर्घकालीन उपाय, स्थानिक आपत्ती आराखडे आणि शेतकऱ्यांसाठी न्याय्य नुकसानभरपाई अत्यावश्यक आहे.

मराठवाडा व परिसरात पावसाच्या अवकृपेमुळे हाहाकार उडाल्यानंतर आता दोन-तीन आठवडे उलटून गेले. कमी वेळात विक्रमी मुसळधार पाऊस पडल्याने गोदावरी, सिना, पूर्णा या मोट्या नद्यांसकट सर्व नद्यांना महापूर आले. मागील महिन्याच्या अखेरीस झालेल्या अनपेक्षित व अवकाळी अतिवृष्टीमुळे परंडा तालुक्यातील सीना नदी आणि तिच्या उपनद्या-बाणगंगा, खासापूर व इतर ओढ्यांतून पाणी तुडुंब वाहू लागले. केवळ तीन ते चार तासांच्या अवधीत १५० ते २०० मिलीमीटर पावसाची नोंद झाली. या पुरामुळे शेती, जनजीवन, वाहतूक, पूल, रस्ते आणि जनावरांचे मोठे नुकसान झाले. जायकवाडी धरण भरून वाहू लागल्याने पाण्याचा महाप्रचंड विसर्ग करण्यात आला. मराठवाड्यातील दुष्काळी जिल्ह्यांना अगदी जेमतेम पाणीपुरवठा करणाऱ्या या प्रकल्पातून धो-धो पाणी वाहू लागलं. कालवे, नद्या आपापल्या काठांच्या मर्यादा तोडून गावा-गावात, शेत-शिवारात घुसल्या. शेत, घरे पाण्याने भरून गेली, पिकं आडवी होऊन नासून गेली. घरादारात पाणी शिरून, सगळ्या सामानाची वाट लागली. लोक जीव वाचवत घर सोडून पळाले. अशा प्रकारचे अभूतपूर्व संकट कोसळल्यावर, संकटाचा सामना करावा लागणाऱ्या जनतेच्या हालअपेष्टांना पारावार राहात नाही. अनेक समाजसेवी संस्था-संघटना मदतकायसाठी पुढे सरसावतात. राज्य शासन व स्थानिक प्रशासन यंत्रणा आपल्यापरीने कामाला लागते. अशावेळी मदतकार्य, पुरामुळे झालेली कायमस्वरूपी पडझड, दलदल आदींची डागडुजी करण्यासाठी श्रम पंथके आणि आरोग्य सुविधा पुरवण्यासाठी सेवा पंथके ही तातडीची गरज असते. जनहितवादी शाश्वत विकास साधू पाहणाऱ्या आणि त्यासाठी संवाद, प्रबोधन, रचना आणि गरज पडल्यास सनदशीर अहिंसात्मक संघर्ष करण्यास तयार असणाऱ्या संघटना, आंदोलने, चळवळींच्या जनआंदोलनांचा राष्ट्रीय समन्वय (नॅशनल अलायन्स ऑफ पीपल्स मुव्हमेंट्स - एनएपीएम) हा मंच, वरील तातडीच्या कामाबरोबरच, पुरामुळे उद्भवलेल्या दीर्घकालिक स्वरूपाच्या मानसिक, आरोग्यविषयक, सामाजिक, आर्थिक आणि उपजीविका-निवारा-पुनर्वसन आदी समस्यांवरही काम करणे महत्त्वाचे मानतो. त्यामुळे या सर्व परिस्थितीचे परीक्षण करून, पूर पीडितांच्या मागण्या व प्रत्यक्ष स्थितीचा सविस्तर अहवाल तयार करून राज्य आणि केंद्र शासनाकडे ठोस पाठपुरावा करण्याचे एनएपीएमने ठरवले आहे. महापुराचे संकट दिसताना अस्मानी दिसत असले तरी ते मुळात मानव निर्मित आहे, याचे भान सर्वसामान्य जनतेत या निमित्ताने जागवणे व शासन यंत्रणेला याची आठवण करून देणे आवश्यक आहे. ही आपत्ती फक्त नैसर्गिक नव्हती; धरण व्यवस्थापनातील त्रुटी, पाणी सोडण्याच्या अनियमित पद्धती आणि नदी खोलीकरणाच्या अभावामुळे परिस्थिती अधिक भीषण बनली. क्लायमेट चेंजमुळे उद्भवणाऱ्या नैसर्गिक स्थितीच्या भीषण परिणामांना जबाबदार आपण ठरू नये एवढी दक्षता प्रत्येक देशाला, तिथल्या सरकारांना घ्यावीच लागणार आहे. दगफुटीसदृश अतिवृष्टी ही स्थिती आता नवी राहिलेली नाही. मराठवाड्यासारख्या ठिकाणी, जिथे 'पाणी पडू दे रे पावसाचे', अशी याचना करावी लागते, तिथे एकाच वेळी महिनाभराचा किंवा वर्षभराचाही पाऊस पडून जाणे, फेब्रुवारी महिन्यात गारपीट होणे हा निसर्गाचा इशारा जाणायला हवा आणि त्यानुसार जलनियोजन आणि स्थूलनियोजनही करायला हवं. आपत्ती कोसळल्या कोसळल्या एनएपीएमचे राज्यभरातील सहकारी कामाला लागले. निधी गोळा करून घ्यायला आवाहनाला नागरिकांचा भरघोस पाठिंबा मिळाला. एनएपीएमच्या राष्ट्रीय समन्वयक सुनीती सु. रं, युवराज जे. श्री., राज्य समन्वयक सुजय मोरे व अन्य सहकाऱ्यांची टीम मागील आठवड्यात सोलापूर व धाराशिव जिल्ह्यात सक्रिय होती. त्यावेळी समजलेली वास्तविकता आणि त्यातून काढलेली प्राथमिक अनुमाने पुढीलप्रमाणे आहेत. गावागावांमध्ये पत्रे उडून गेलेली घरे; दलदल झालेल्या जमिनी; घरांमधून, शाळांमधून अद्यापही साचून असलेला गाळ आणि दलदल, यामुळे साफसफाई करून घरे राहण्यासारखी करणं अवघड, अशी बऱ्याच ठिकाणी स्थिती आहे. दोन किलोमीटरवर असलेली नदी घरांना गिळून आणखी पलीकडे पोहोचते, ही स्थिती अभूतपूर्वच होती. सरकारी यंत्रणेकडून इशारा देण्यात आला होता आणि सुरक्षित स्थळी हलवण्यास सांगितले गेले होते, असे बहुतेक सर्व गावांमध्ये कळले. तुम्हाला हलवण्यासाठी सरकारने काही व्यवस्था केली होती का किंवा सरकारने सुरक्षित स्थळी नेले का, याचे उत्तर मात्र सर्वांनीच 'नाही' असे दिले. गावातल्याच ट्रॅक्टर वगैरेच्या मदतीने लोक थोड्या उंचावर जाऊन राहिले. अनेक गावांमध्ये घरांचे मोठे नुकसान झाले असून, शेतजमिनींवर जाड गाळ साचल्यामुळे शेतीची पुनर्रचना अत्यंत कठीण बनली आहे. पूरग्रस्त नागरिकांनी शासनाकडून झालेल्या अपुऱ्या मदतीबद्दल तसेच पुनर्वसनाच्या प्रश्नांबाबत तीव्र नाराजी व्यक्त केली. उन्हाळ्यातच स्थानिक धरण नियमानुसार वेळेपूर्वी भरून घेतले गेले, ज्यामुळे पावसाळ्यात अतिरिक्त पाणी साठवण्याची क्षमता शिल्लक राहिली नाही. अनेक चकल झालेल्या अतिवृष्टीमुळे धरणातून पाणी सोडावे लागले आणि परंडा येथील पुलासाठीचा पयार्थी रस्ता पुरात वाहून गेला. सोयाबीन, तूर, कांदा यासारख्या प्रमुख पिकांचा संपूर्ण नाश झाला. शेतमधली मातीही वाहून गेल्यामुळे खालचा दगड उघडा पडला आहे. तिथे शेती करणं आता तरी अशक्य आहे. तिथे पुन्हा गाळ आणून पसरला गेला तरच इथे पुन्हा शेती होऊ शकते आणि ती क्षमता व जबाबदारी फक्त सरकाराचीच आहे. शेतीच्या पुनर्बांधणीसाठी, त्यामध्ये माती आणून टाकण्यासाठी सरकारने केवळ काही रक्कम देणे पुरेसे नाही, तर युद्धपातळीवर यंत्रसामग्री लावून पुन्हा गाळ आणि मातीने शेतीयोग्य करणे हेच सरकारने करायला हवे. पंचनामे अद्याप पूर्ण न झाल्याने, शेतकऱ्यांना नुकसानभरपाईबाबत संभ्रम आहे. जनावरांचे गोठे, धान्य व घरगुती साहित्यही वाहून गेले. विमा हप्ते भरले असूनही शेतकऱ्यांना एक रुपयाही विमा परतावा मिळालेला नाही. शासन सरासरी दराने नुकसानभरपाई देत असल्याने, प्रत्यक्ष नुकसानाशी त्याचा ताळमेळ नाही. तातडीच्या उपाययोजनांबरोबरच सरकारने मध्यमकालीन उपाययोजना म्हणून (अंमलात आणायला हव्यात.) शेती विमा दावे तत्काळ निकाली काढणे, कर्मजाफी व बचत गटांचे हप्ते स्थगित करणे, पूरग्रस्त कुटुंबांसाठी तात्पुरते निवारा केंद्र, शाळा व आरोग्य शिबिरे सुरू करणे, जनावरांसाठी चारा व वैद्यकीय सेवा केंद्र स्थापन करावे. शेतीच गेली व शेतकरी स्वतःच पूर्ण नागवला गेला. रब्बीमध्ये सुद्धा पेरता येण्यासारखी स्थिती नाही, तर मग त्या शेतीवर अवलंबून असलेले शेतमजूर काय करणार? कुठला रोजगार मिळवणार? काय खाणार? शेती कसण्यायोग्य करणे ही तर सरकारची जबाबदारी आहेच, पण तोवर या रोजगार गमावलेल्या शेतमजुरांना आणि स्वयंरोजगारींना पर्यायी रोजगार देणे ही देखील आहे. शेतकऱ्यांच्या शेतांचे पंचनामे होत आहेत. त्यांना देऊ केलेली नुकसानभरपाई अक्षरशः क्रूर चेष्टा आहे. नुकसानभरपाईही एक रकमी नाही तर स्थिती पूर्ववत होईपर्यंत त्यांना जगण्यासाठीची तरतूद म्हणून मासिक स्वरूपात देणे आवश्यक आहे. सगळ्या बायकांना भेडसावणारी मोठी चिंता म्हणजे त्यांचे बचत गटाचे किंवा मायक्रो फायनान्समधून घेतलेल्या कजाचें हप्ते फेडण्याची. आधीच कुठलीही सॅव्हिंग नसलेल्या या वर्गाचा तोच एकमेव आधार असतो अडीअडचणीसाठी. आता हप्ते भरा, नाहीतर दंड लागेल असा तगादा आठ दिवसांतच सावकारांनी लावलेला आहे. दीर्घकालीन म्हणून सीनासारख्या नद्या व उपनद्यांचे खोलीकरण, काटबांध आणि जलनियंत्रण आराखडा तयार करणे, धरण नियंत्रण धोरणाचे पुनर्विलोकन करून साठवण क्षमता व जलसंग्रह नियम ठरविणे, स्थानिक लोकसहभाग व ग्रामस्तरीय आपत्ती समित्या स्थापन करणे व हवामान बदलाच्या पार्श्वभूमीवर पूरप्रवण क्षेत्रांसाठी स्थायी आपत्ती आराखडा तयार करणे यासाठी सरकारने त्वरित हालचाल सुरू करावी.

मराठवाड्यात दुष्काळानंतर आता अतिवृष्टी व पुराचे संकट ओढवले असून, शेतकऱ्यांचे होत्याचे नव्हते झाले आहे. तुटपुंजी मदत आणि सत्ताधऱ्यांच्या बेताल वक्तव्यांमुळे शेतकऱ्यांचा रोष वाढतो आहे. नैसर्गिक आपत्तीसोबतच बेदरकार सत्ताकारण हेच आजचे खरे संकट बनले आहे. निसर्गाचे कालचक्र आणि सत्ताधऱ्यांचे ताळतंत्र, दोन्ही एकाच वेळी बिघडल्याचा अनुभव मराठवाड्यासह अध्याह्न अधिक महाराष्ट्र घेत आहे. कायम दुष्काळाचे चटके सोसणाऱ्या मराठवाड्यात यंदा अतिवृष्टी आणि पुराने थैमान घातले आहे. 'यंदा तरी चांगला पाऊस पडेवा', पीक वाळून जाऊ नये' या आशेने अभाळाकडे टक लावून पाहणाऱ्या शेतकऱ्यांच्या नाका-तोंडात आता पुराचे पाणी घुसले असून, त्यांचे होत्याचे नव्हते झाले आहे. उभ्या पिकांसोबत जमिनीतील मातीही खरवडून गेली आहे. दुध देणारी जनावरे पुरात वाहून गेली. घरांची पडझड झाली, अन्नधान्याची नासाडी आणि शिवार उजाड झाल्याने शेतकऱ्यांसमोर आता पुढे काय होणार? डोक्यावर छप्पर कसे उभे करायचे, उद्याचे अन्न कुठून आपायचे? असे गंभीर प्रश्न आ-वासून उभे आहेत. गेल्या पंधरा दिवसांत या विचंचनेतून अनेक शेतकऱ्यांनी गळफास घेऊन आत्महत्या केल्या आहेत. एवढी भीषण स्थिती असतानाही लोकांना मदत करण्याऐवजी सरकारमध्ये बसलेले नेते विरोधकांना 'तुम्ही काय केले?' असा उपहासपूर्ण प्रतिप्रश्न विचारत आहेत. नैसर्गिक आपत्तीपेक्षा सत्ताधऱ्यांची बेताल वक्तव्ये आणि बेफाम वागणे शेतकऱ्यांसाठी अधिक मोठे संकट बनले आहेत.

शेतकरी आत्महत्यांमध्येही अव्वल
नुकत्याच जाहीर झालेल्या नॅशनल क्राइम रेकॉर्ड ब्युरोच्या आकडेवारीतून देशात सर्वांत जास्त आत्महत्या महाराष्ट्रात होत असल्याचे भीषण वास्तव समोर आले आहे. देशात सर्वांत जास्त जीएसटी भरून देशाच्या आर्थिक प्रगतीत महत्त्वाचा वाटा



उचलणाऱ्या महाराष्ट्रात २०२३ या एका वर्षात सहा हजार ६६९ शेतकऱ्यांनी आत्महत्या केल्या आहेत. देशभरातील एकूण शेतकऱ्यांपैकी ३८.५ टक्के आत्महत्या एकट्या महाराष्ट्रात होतात. देशातील सर्वात प्रगत राज्य कृषी, सहकार, उद्योग, शिक्षण, तंत्रज्ञान अशा सर्वच क्षेत्रात आघाडीवर असणाऱ्या महाराष्ट्रासाठी ही लाजीरपाची बाब आहे. विधानसभेच्या पावसाळी अधिवेशनात राज्य सरकारने दिलेल्या आकडेवारीनुसार, राज्यात दररोज आठ शेतकरी आत्महत्या करतात. यंदाच्या अतिवृष्टी आणि पुरामुळे शेती आणि शेतकरी दोन्हीही उद्ध्वस्त झाले आहेत. महायुतीने विधानसभा निवडणुकीत दिलेले कर्मजाफीचे आश्वासन पूर्ण करून भरीव मदत दिली नाही, तर शेतकरी आत्महत्यांनी संख्या प्रचंड वाढण्याची भीती आहे.

अभूतपूर्व संकट
मराठवाडा, मध्य महाराष्ट्र, विदर्भात दरवर्षी जूनच्या मध्यापासून मोसमी पाऊस पडतो अनेकदा जूनच्या अखेरच्या आठवड्यापर्यंत पाऊस पडत नव्हता. पण यंदा १२ मे पासून मराठवाड्यात प्रचंड पावसाला सुरुवात झाली. जून महिना सुरू व्हायच्या आत मराठवाड्यातील अनेक लघु आणि मध्यम प्रकल्प भरले होते. पेरण्या झाल्यानंतर शेतकऱ्यांनी दुबणी कोळपणी केली. खेते घातली फवारण्या केल्या, पिके जोमात होती. पण जुलै महिन्याच्या मध्यानंतर पुन्हा पावसाची वक्रदृष्टी पडली, ऑगस्ट आणि सप्टेंबरच्या पावसाने तर शेतकऱ्यांचे कंबरडे पूर्णपणे

मोडले. शेताची तळी झाली आहेत आणि रस्त्यावरून नद्या वाहत आहेत, अशी दृश्ये मराठवाड्यात आणि बाजूच्या अहिल्यानगर, सोलापूर जिल्ह्यात दिसत होती. आपल्या डोळ्याने आपले वर्तमान व भविष्य उद्ध्वस्त उघड्या डोळ्याने पाहण्याची अत्यंत वाईट वेळ आणली. ऑगस्ट आणि सप्टेंबर या दोन्ही महिन्यांमध्ये शेतकऱ्यांच्या शेतात घरात दारात आणि डोळ्यांमध्ये फक्त पाणी होते. पण राजकत्यांना त्याच्या डोळ्यातले अश्रू आणि वेदना दिसत नव्हत्या.

पोकळ आश्वासने
सोशल मीडियाच्या माध्यमातून अतिवृष्टी आणि पूरग्रस्त भागाची विदारक दृश्ये जगासमोर आल्यानंतर माध्यमांनी या परिस्थितीची दखल घेतली. त्यानंतर लोकलाजेखातर मुख्यमंत्री आणि उपमुख्यमंत्र्यांनी नुकसानग्रस्त भागाचे दौरे केले. पण त्यातून पूरग्रस्त शेतकऱ्यांकाळा हाती कोरड्या आश्वासनांशिवाय काहीही लागलेले नाही. कॅबिनेटवर कॅबिनेट होत आहेत. लाडक्या उद्योगपती टेकदारांसाठी प्रकल्प आणि निधीची तरतूद केली जात आहे, पण शेतकऱ्यांच्या पदरी मात्र फक्त आश्वासने दिसत आहेत. लवकरच मदत देऊ एवढं एकच वाक्य मुख्यमंत्री आणि त्यांचे मंत्रिमंडळातील सहकारी वारंवार टीव्ही कॅमेऱ्यापुढे येऊन सांगत आहेत.

तुटपुंजी मदत
१७ मार्च २०२३ च्या शासन निर्णयानुसार एनडीआरएफच्या प्रचलित मदतीचे दरानुसार कोरडवाहू पिकांना प्रति हेक्टर ८,५०० रुपये, बागायती पिकांना

दिली तरच शेतकऱ्यांना थोडा आधार मिळेल, अन्यथा तो मोडून पडल्याशिवाय राहणार नाही. **वाचाळवीरांचा वळण रस्ता**
राज्यातील ३० जिल्हे आणि ३०० तालुक्यांत अतिवृष्टी आणि पुरामुळे प्रचंड नुकसान झाले आहे. राज्यातील १०० लाख हेक्टरवरील पिके उद्ध्वस्त झाली आहेत. नुकसानग्रस्त शेतकरी आत्महत्या करत आहेत. पण याची चर्चा कुठेही होऊ नये, याची दक्षता सत्ताधारी वाचाळवीर घेत आहेत. जिबेला हाड नसल्याने कोणी ही काहीही बडबडत आहे. कोणी कोणाच्या स्वर्गीय वडिलांबाबत काही बोलतो आहे. कोणी कोणाच्या बायका मोजत बसला आहे. कोणी मोहम्मद-महादेव वाद निर्माण करून दंगली पेटवण्याच्या तयारी करीत आहेत. आरक्षणावरून सुरू असलेला गोंधळ सुरूच असून, वेगवेगळ्या जातींचे पुढारी बेताल वक्तव्ये करून आगीत तेल ओतत आहेत. या आगीत आपले शेतकरी बांधव होरपळतायेत याचे भानही त्यांना राहिलेले नाही.

नैसर्गिक आपत्तीत सरकारने अद्याप शेतकऱ्यांना मदत जाहीर केली नाही, पण ऊस उत्पादक शेतकऱ्यांच्या बिलातून प्रति टन १५ रुपये कपात करण्याचा निर्णय घेतला आहे. यावरून या सरकारची हीन मानसिकता लक्षात येते. निवडणुकीत कर्मजाफीचे आश्वासन देऊन शेतकऱ्यांची मते घेतली. आता संकटकाळात त्यांना कर्जवसुलीच्या नोटिसा पाठवत आहे. लाडक्या बहिणींना दर महिना २१०० रुपये देऊ, असे आश्वासन देऊन त्यांची मते घेतली. आता केवायसीच्या नावाखाली त्यांना अपात्र करून १५०० रुपयेही दिले जात नाहीत. 'गरज सरो, वैद्य मरो' या उक्तीप्रमाणे सरकारचे काम सुरू आहे. पंजाब सरकारने शेतकऱ्यांना हेक्टर ५० हजार रुपयांची मदत दिली आहे. कर्नाटकातील काँग्रेस सरकारने एनडीआरएफच्या निकषांना दुष्प्रत मदत दिली आहे. राज्य सरकारने या राज्याकडून काही बोध घ्यावा, हीच माफक अपेक्षा आहे.

विद्यार्थ्यांमध्ये बाहेरून शाळा-कॉलेज करण्याचा ट्रेंड झपाट्याने वाढतो आहे. परीक्षा देऊन फक्त मार्क्स मिळवणे हेच उद्दिष्ट ठरत असून, व्यक्तिमत्त्व विकास, सामाजिकता, सांस्कृतिक सहभाग गमावत आहेत.

एक आत्मघातकी संस्कृती



जाऊ लागल्याने रेयुलर लेक्चर्स घेणाऱ्या कॉलेजेसमध्ये प्रवेश कमी झाले आणि अशा चांगल्या कॉलेजेसना देखील हा ट्रेंड स्वीकारावा लागला. शहरपेक्षा खेड्यांत हा ट्रेंड अधिक भयानक पद्धतीने पसरतो आहे. कुठल्या तरी लांबच्या कॉलेजमध्ये नाव नोंदवायचे आणि फक्त परीक्षेच्या वेळी जायचे- हेच आता विद्यार्थ्यांचे वास्तव झाले आहे. गावातील तरुण मंडळी दिवसभर स्मार्टफोनवर टाइमपास करताना दिसतात.

केवळ मार्क्स मिळवण्यासाठी आणि पुढच्या वर्गात प्रवेशासाठी परीक्षा द्यायची हा किती संकुचित दृष्टिकोन आहे! खरं तर कॉलेज हे तरुणांचे व्यक्तिमत्त्व घडवण्याचे व्यासपीठ आहे. तिथे त्यांना नेवे मैत्रिणी देण्यात, त्यांची सर्जनशीलता आणि अभिव्यक्ती विकसित होते. खेळ, सांस्कृतिक उपक्रम, चर्चासत्रे, आंदोलने, एनसीसी, एनएसएस यामध्ये सहभाग घेऊन व्यक्तिमत्त्वाला नेवे पेलू पडतात. गॅदरिंग, युथ फेस्टिवल्समुळे सांस्कृतिक अभिरुची वाढते. विविध जाती, धर्म, प्रांत आणि लिंगांच्या व्यक्तींशी मिसळल्याने सामाजिकता वाढते. पण बाहेरून कॉलेज करण्याच्या ट्रेंडमुळे हे सर्व अनुभव विद्यार्थी गमावत आहेत. त्यातून उथळ, कोशाल्यहीन, असामाजिक तरुण तयार होतो आहे. असा तरुण तकलादू मडक्यासारखा असतो, जो थोड्याशा दबावाने फुटतो. वैचारिक दारिद्र्य नसलेल्या अशा तरुणांचा विपर अराजक किंवा असामाजिक गोष्टींसाठी करणे सोपे होते. आता हा ट्रेंड केवळ ज्युनिअर आणि सीनियर कॉलेजपुरता नाही, तर शाळांमध्येही दिसून येतो आहे. खरं तर बाहेरून कॉलेजची

सुविधा अशा लोकांसाठी आहे, जे नोकरी-व्यवसाय करत असूनही शिकण्याची इच्छा बाळगतात किंवा ज्यांचे शिक्षण अर्धवट राहिले आहे. पण सध्या शाळा-कॉलेजच्या वयातली मुलंही बाहेरून शिक्षण घेताना दिसतात. शाळा-कॉलेजमध्ये जसा व्यक्तिमत्त्व विकास होतो, तसा प्रायव्हेट क्लासेसमध्ये होत नाही. पण पालकांना हे पटत नाही. ते केवळ स्पर्धा आणि समाजातील ट्रेंडच्या मागे धावतात. असे विद्यार्थी शिक्षण केवळ मार्क्स मिळवण्यासाठी घेतात. शिक्षणाची खरी गोडी त्यांना नसते. ते केवळ परीक्षा देऊन, जास्तीत जास्त मार्क मिळवून पुढच्या वर्गात जाण्याच्या भयानक रॅट रेसमध्ये पळतात. यात त्यांच्या भावविश्वाची चिरड होते.

या ट्रेंडमुळे विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यावर गंभीर परिणाम होतो आहे. बहुसंख्य विद्यार्थी स्मार्टफोनच्या व्यसनात अडकले आहेत. जास्त मार्क्सच्या दबावामुळे एन्डायटी वाढते आहे. कुटुंबाशी भावनिक नाते कमकुवत होत आहे, तसेच समाजात वावरताना देखील ते कमी पडत आहेत. बाहेरून शाळा-कॉलेज करण्याच्या या संस्कृतीमुळे विद्यार्थ्यांमध्ये भयंकर नकारात्मक बदल होत आहेत. याला पालकांची संकुचित भूमिका जबाबदार आहे.

शाळा-कॉलेज फक्त मार्क्स, डिग्री आणि नोकरीसाठी आहेत का? असा प्रश्न प्रत्येक पालकाने स्वतःला विचारायला हवा. या भयानक ट्रेंडमुळे अनेक चांगल्या शाळा आणि कॉलेजेस बंद होण्याचा धोका निर्माण झाला आहे. मी स्वतः चाहले व्यक्तिमत्त्व घडवण्यात माझ्या शाळा आणि कॉलेजचा सिंहाचा वाटा आहे. पालकांनी, तुमच्या मुलांना वर्षभर रेयुलर शाळा आणि कॉलेजमध्ये पाठवा. नाहीतर भविष्यात पश्चाताप करण्याची वेळ येणार हे निश्चित.

हे बेपर्वाईचे बळीच म्हणायचे



घातक रसायनांचे अधिक प्रमाण असलेल्या खोकल्याच्या औषधांच्या (कफ सिरप) सेवनामुळे मध्य प्रदेश आणि राजस्थानात बाराहून अधिक बालकांचा झालेला मृत्यू, म्हणजे औषध नियामक व्यवस्थेतील त्रुटी, औषध कंपन्या- यंत्रणांमधील साटेलोटे आणि कारवाईतील अक्षम्य विलंब यांनी घेतलेले बळी आहेत. आता या राज्यांमधील सरकारी यंत्रणा खडबडून जाग्या झाल्या आहेत; तसेच केंद्र सरकारनेही कफ सिरपच्या सेवनाबाबत मार्गदर्शक सूचना जारी केल्या आहेत. देशात गेल्या काही काळात 'जेनेरिक' औषधांचा वापर वाढत आहे; तसेच जगभरातही 'जेनेरिक' औषधांचा सर्वात मोठा पुरवठादार म्हणून भारताचा लौकिक वाढत आहे. अशा काळात या औषधांचा दर्जा पाबळणे, त्यासाठी कडक नियम आणि त्यांची प्रभावी अंमलबजावणी आणि भेसळ रोखण्याची यंत्रणा अधिकाधिक काटेकोर होणे आवश्यक आहे.

लहान मुलांमधील सदी-खोकल्यावर प्रत्येक वेळी कफ सिरप देण्याची गरज नसते; अनेकांची सदी आपोआप बरी होते, असे अनेक तज्ञांचे मत आहे. त्यामुळे पालकांनीही लगेच घाबरून न जाता स्वतःहून हलाज करणे किंवा डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय अशी कोणतीही औषधे मुलांना देणे टाळले पाहिजे.

वाढत्या वयात ही ७ फळं ठरतात अत्यंत विषारी होऊ शकतात डायबिटीज, युरिक ॲसिड व संधिवात आजार, रिसर्चमध्ये खुलासा

निरोगी राहण्यासाठी आपण चांगलं अन्न खातो, फळं खातो, वेळेवर झोपतो. पण तरीही थकवा, पायांची कमजोरी, गुडघ्यांचा कडकपणा किंवा पायच्या चढताना लागणारी धाप या तक्रारी अनेकांना भेडसावतात. हे केवळ वयानुसार होणारे बदल आहेत असं आपण समजतो. पण खरं कारण बरंच वेगळं असतं. आपल्या ताटात असणाऱ्या काही गोष्टी वय जसजसं वाढतं तसं हळूहळू विषासारखं काम करू लागतात. विशेषतः काही फळं जी तरुण वयात आरोग्यासाठी अमृतासमान असतात, तीच वृद्धापकाळात शरीरावर विपरीत परिणाम करू शकतात. ICMR आणि NIN च्या अहवालानुसार, शरीरात वयानुसार इन्सुलिनची संवेदनशीलता कमी होते, रक्ताभिसरण मंदावते आणि चयापचयीची पूर्वीसारखं वेगानं चालत नाही. अशा वेळी जास्त गोड, जास्त आम्लयुक्त किंवा फ्रुक्टोज भरलेली फळं सांध्यांची जळजळ वाढवतात, पाय कमकुवत करतात आणि कधी कधी युरिक ॲसिडही धोकादायक पातळीपर्यंत वाढवतात. त्यामुळे काही फळं टाळणं आणि त्यांच्या ऐवजी जाणून घेऊया, कोणती फळं वृद्धापकाळात न खाणांच योग्य आहे...



हलकी, संतुलित पर्याय घेणं गरजेचं ठरतं. चला तर जाणून घेऊया,

► **अननस** : अननसामध्ये ब्रोमेलीन नावाचं एन्झाइम असतं, जे तरुणांसाठी दाहविरोधी मानलं जातं. पण वयानुसार त्याचं दुष्परिणाम दिसून येतात. अननसातील जास्त आम्लता आणि साखर गुडघे, घोटें आणि कंबरेंत सूज निर्माण करू शकतात. संधिवात असलेल्या व्यक्तींमध्ये वेदना वाढतात आणि रक्त पातळ करणारी औषधं घेत असाल तर अननसामुळे अतिरिक्त धोका संभवतो. म्हणूनच हे फळ वृद्धांनी क्वचित खावं, तेही मर्यादित, आणि दैनंदिन आहारातून टाळावं.

► **केळी** : केळं ऊर्जादायी फळ म्हणून ओळखलं जातं, पण वृद्धांसाठी ते नेहमीच उपयुक्त ठरतं असं नाही. त्यातील जास्त कार्बोहायड्रेट्स आणि साखर शरीरात पाणी टिकवून ठेवतात. त्यामुळे पाय सुजतात, जड होतात आणि चालताना थकवा जाणवतो. रक्तातील साखर वाढवण्याचा धोका तर आहेच, पण उच्च रक्तदाब किंवा हृदयविकार असलेल्या लोकांसाठी तर हे अधिक धोकादायक ठरू शकतं. वयानुसार पचनशक्ती मंदावते, त्यामुळे केळं मर्यादितच खावं किंवा

टाळणं योग्य ठरतं.

► **संत्री** : संत्री हे व्हिटॅमिन सी ने समृद्ध असते जे व्हिटॅमिन बी 12 शरीरात शोषण्यासाठी खूप मदत करते. पण संत्र्यामधील सायट्रिक ॲसिड म्हाता-या लोकांच्या सांध्याचे नुकसान करू शकते. गुडघ्यांमध्ये कडकपणा, कंबरामध्ये वेदना आणि बसल्यानंतर उभे राहण्यास त्रास अशा समस्या निर्माण करू शकते.

► **द्राक्षे** : द्राक्षे गोडसर, हलकी आणि सहज खाता येणारी फळं आहेत. पण त्यात असलेलं जास्त फ्रुक्टोज शरीरात युरिक ॲसिडमध्ये रूपांतरित होतं. एनआयएचच्या अहवालात असे म्हटले आहे की, युरिक ॲसिड हळूहळू सांध्यांमध्ये जमा होतं आणि संधिवाताची वेदना वाढवू लागतं. द्राक्षं एकावेळी जास्त प्रमाणात खाल्ली जात असल्याने रक्तातील साखर आणि युरिक ॲसिड अचानक वाढतात. यामुळे सांधेदुखी, सूज आणि चालताना वेदना यांसारख्या समस्या वृद्धांमध्ये लवकर जाणवतात.

► **कलिंगड** : कलिंगडामध्ये पाणी भरपूर असलं तरी त्याचा ग्लायसेमिक इंडेक्स जास्त आहे. हार्वर्ड हेल्थच्या अहवालानुसार, कलिंगड हे रक्तातील

साखरेची पातळी अचानक व खूप वेगानं वाढवतं. मधुमेह असलेल्या वृद्धांसाठी कलिंगड पाय सुजण्याचं, थकवा येण्याचं आणि जडपणा वाढण्याचं मोठं कारण ठरू शकतं. शरीराला गोडपणाची इच्छा झाल्यास कलिंगडाऐवजी कमी गोड फळं निवडणं आरोग्यासाठी चांगलं ठरतं.

► **हिरवे साफरचंद** : हार्वर्ड मेडिकल स्कूल म्हणते की, हिरव्या साफरचंदामध्ये मॅलिक ॲसिड असते जे नसा आणि सांध्यांचे नुकसान करते. हार्वर्ड मेडिकल स्कूल मते, वृद्धत्वामुळे नसांमधील ॲसिड कमी होते. यामुळे पायांमध्ये कडकपणा, मांडयांमध्ये वेदना किंवा सूज वाढते आणि पायांतील ताकद कमी होणं यासारख्या समस्या उद्भवू शकतात.

► **आंबा** : आंबा सर्वांचाच आवडता फळांचा राजा असला तरी वृद्धापकाळात तो शरीरासाठी धोकादायक ठरतो. यात भरपूर फ्रुक्टोज आणि ग्लुकोज असतं. हे घटक शरीरात दाहकता वाढवतात, सांधेदुखी निर्माण करतात आणि सूज वाढवतात. मधुमेही व संधिवात असलेल्या रुग्णांसाठी आंबा अक्षरशः गोड विषासारखा आहे. तरुण वयात हे फळ ऊर्जा देतं, पण वय वाढल्यावर त्याचे परिणाम उलट होतात.

यंदाच्या दिवाळीत टाकाऊ वस्तूंपासून बनवा टिकाऊ डेकोरेशन



दिवाळी आता अवघ्या १५ दिवसांवर येऊन ठेपली आहे. अशातच प्रत्येकांच्या घरी दिवाळीची जयंत तयारी सुरू झाली असेल. यंदाच्या दिवाळीला बाजारातील सजावटीचे सामान वापरण्यापेक्षा घरच्या घरी टाकाऊ वस्तूंपासून तुम्ही आकर्षक असे डेकोरेशनच्या वस्तू बनवू शकता. अगदी घरी उपलब्ध असणारे वर्तमानपत्र, कार्डबोर्ड, काचेच्या बाटल्या वापरून या वस्तू तयार होतात.

► **कागदी कंदील** : बाजारात मिळणारे आकाशदिवे हे महाग असतात. मग त्यापेक्षा घरी क्राफ्ट पेपर, वर्तमानपत्रे, मासिके वापरून तुम्ही वेगवेगळ्या प्रकारचे आकाशदिवे तयार करू शकता. या आकाशदिव्यांना पेंट करून बालकनीत किंवा टेरेसवर लावू शकता.

► **काचेच्या बाटल्यांचे दिवे** : कोलिट्रूक किंवा सांसच्या रिकाम्या बाटल्या अनेकदा घरात असतात. त्या फेकून देण्याऐवजी तुम्ही जार लाईट तयार करू शकता. म्हणजेच या बाटल्या पेंट करून नंतर त्यात सोलार लिटिंग लाईट्स ठेवावे. बाटलीवर पारंपरिक ओम किंवा स्वस्तिकची चिन्हही काढू शकता. हे दिवे खिडक्या, टेबल किंवा बागेत ठेवावे.

► **वृत्तपत्राचे तोरण** : घराचे दार सजावल्याशिवाय दिवाळीची सजावट अपूर्ण असते. दारासाठी तुम्ही न्यूज पेपरचे तोरण बनवू शकता. पाने, फुले, दिवे अशा विविध आकारात पेपर कापून रंग द्या. यानंतर एखादी आकर्षक लेस वापरून हे तोरण जोडू शकता. हे तोरण तुम्ही तुमच्या दारावर लावल्यास अनोखा लूक येईल.

► **पुठ्याची रांगोळी** : घरी अनेकदा मोठ्या प्रमाणात पुठुा असतो. त्याचा वापर तुम्ही यंदाच्या दिवाळीला करू शकता. पुठ्याला विविध आकारात कापून रंग द्या. हे पुठ्याचे आकार जमिनीवर ठेवा आणि त्यावर तांदूळ किंवा डाळ ठेवा, ज्यामुळे ते हवेने उडणार नाही. यामुळे तुमची रांगोळी आणखी आकर्षक दिसेल.

दिवाळीची खरेदी करताना वापरा या टिप्स, खिशाला बसणार नाही कात्री

दिवाळीचा सण दिव्यांचा, आनंदाचा, प्रकाशाचा.. दरवर्षी दिवाळीची आतुरतेने वाट पाहिली जाते. दिवाळी जवळ आली की सर्व बाजारपेठा उजळून निघतात. खरेदी करण्यासाठी ग्राहकांची झुंबड उडते. सणानिमित्त घर सजावटीच्या वस्तू, कपडे, भेटवस्तू अशी

बरीच खरेदी केली जाते. अनेक ऑफर्स देखील असतात. या आकर्षक ऑफर्समुळे अनेकजण आवश्यकतेपेक्षा जास्त खरेदी करतात आणि त्यांच्या खिशाला कात्री बसते. यंदाही दिवाळीनिमित्त खरेदी करण्यासाठी बाजारपेठेत गर्दी होत आहेत, ऑनलाइन देखील शॉपिंग सुरू झाली आहे. अशा परिस्थितीत जास्तीचा खर्च टाळण्यासाठी प्लान करून शॉपिंग करणे आवश्यक आहे.

► सर्वात आधी तुम्हाला काय खरेदी करायचे आहे त्याची यादी घरीच बनवा आणि मगच बाजारात खरेदीसाठी निघा. ज्यामुळे अनावश्यक वस्तूंची खरेदी टाळता येईल.

► तुमचे दिवाळीचे बजेट किती आहे हे

नक्की तपासा.

► दिवाळीच्या महिन्यात इतर खर्च कोणते आहेत त्याची देखील यादी बनवा. लाईट बिल, गॅस, किराणा या दर महिन्याला लागणान्या गोष्टी आहेत. त्यामुळे यांचा खर्च आणि खरेदी यात ताळमेळ साधा.

► खरेदीसाठी क्रेडिट कार्ड वापरणार असाल तर विचारपूर्वक वापरावे. घाईघाई करू नये, यामुळे खिशाला चांगलीच कात्री बसू शकते.

► हल्ली बऱ्याच मोठमोठ्या शॉप्समध्ये ईएमआयचा पर्याय उपलब्ध असतो. तुम्ही हा पर्याय निवडू शकता. यामुळे एकदाच मोठा खर्च टाळता येईल.

► दिवाळीत अनेक ऑफर्स दिल्या जातात. त्यामुळे खरेदी

करण्यापूर्वी कुठे सवलती मिळत आहेत हे तपासून घ्यावे.

► दुकानदार अनेकदा कमी किंमती सांगून ग्राहकांना वस्तू खरेदी करण्यास प्रवृत्त करतात. अशा फसवणुकीतून वाचण्यासाठी हुशारीने खरेदी करा आणि अनावश्यक वस्तू खरेदी करणे टाळा.

► कोणतीही वस्तू मोठ्या प्रमाणात खरेदी करायची असेल तर ती ऑनलाइन खरेदी करण्याऐवजी स्थानिक बाजारातून खरेदी करावी. यामुळे हातावर पोट असणाऱ्यांना पैशांची मदत होईल.

► ऑनलाइन वस्तू खरेदी करताना विविध वेबसाइट्सवरील किमतीची तुलना करावी. जिथे तुम्हाला योग्य दरात मिळेल तिथून खरेदी करावे.

वेणी बांधणे ओल्ड फॅशन वाटते?

फायदे वाचून रोजच बांधाल



वेणी बांधताना लक्षात ठेवा या गोष्टी :

- वेणी ओढून किंवा खूप घट्ट बांधू नये. यामुळे केसांच्या मुळांना आणि टाळूला नुकसान होऊ शकते.
- तेल लावून वेणी बांधल्याने केस मजबूत होतात आणि कोरडे पडत नाहीत.
- वेणी बांधल्यावर रबर बँडऐवजी मऊ कापडी रबबर वापरावा, यामुळे केस तुटत नाहीत.

शाळेत असताना तुम्ही केसांची वेणी बांधलीच असेल. कारण शाळेत वेणी बांधणे बंधनकारक असायचं. शाळेतल्या या नियमाचा जरी राग येत असला तरी तो नियम कसा बरोबर होता हे आता लक्षात येत आहेत, कारण केसांच्या दिवसाला वाढणाऱ्या दीर्घभर समस्या आता डोकेदुखी ठरत आहेत. लहान असताना आई सारखी वेणी बांधायला सांगायची आणि आपण ते टाळायचो का तर ते ओल्ड फॅशन.. पण, आईचे ते म्हणणे खरे होते हे आता गळत्या केसांकडे पाहिल्यावर लक्षात येते. केसांची वेणी बांधणे हे केसांच्या आरोग्यासाठी उत्तम असते. वेणी बांधल्याने केसांचा गुंता होत नाही, तुटणे कमी होते आणि प्रदुषणाचा केसांवर वाईट परिणाम होत नाही.

याव्यतिरिक्त केसांच्या मुळांवर ताण देखील येत नाही. यामुळे केसांची वाढ होण्यास मदत मिळते. यासाठीच मोकळ्या केसाऐवजी वेणी बांधावी, असे सांगितले जाते. जाणून घेऊयात वेणी बांधण्याचे फायदे

- **वेणी बांधण्याचे फायदे**
- केसांची वेणी बांधल्याने तुटण्याचे आणि गळण्याचे प्रमाण कमी होते. कारण केस एकत्र बांधलेले राहतात.
- नियमित वेणी बांधल्याने केसांचे टोक दुर्भंगण्याचे प्रमाण कमी होते.
- वेणीमुळे केस ऊन, धूळ, माती आणि वारा यांच्या संपर्कात येत नाही, ज्यामुळे केसांचे नुकसान होत नाही.
- वेणी बांधल्यावर केस एकत्र बांधले जातात. ज्यामुळे केस एकमेकांत गुंता नाहीत आणि घर्षणामुळे तुटत नाहीत.
- वेणी बांधल्याने केसांचे तुटणे आणि गुंतागुंत कमी झाल्याने केसांची लांबी टिकवून ठेवण्यास मदत मिळते.
- साथी वेणी बांधल्याने केसांना सुंदर आणि आकर्षक लूक मिळतो.

व्हिटॅमिन डी बदल आश्चर्यचकित करणारे फॅक्ट, वाचाल तर थक्क व्हाल!

शरीर निरोगी राहण्यासाठी विविध व्हिटॅमिन्स आणि मिनरल्स आवश्यक असतात. व्हिटॅमिन्समध्ये विविध व्हिटॅमिन्सचा समावेश असतो, व्हिटॅमिन ई पासून ते व्हिटॅमिन बी १२ पर्यंत प्रत्येक व्हिटॅमिन शरीरात वेगवेगळी भूमिका निभावतो. यात 'व्हिटॅमिन डी' शरीरासाठी अधिक आवश्यक सांगितले जाते. व्हिटॅमिन डी ला 'सनशायन व्हिटॅमिन' असेही म्हणतात. व्हिटॅमिन डी हाडांसाठी उपयुक्त असतेच याशिवाय अनेक गोष्टींसाठी व्हिटॅमिन डी गरजेचे आहे. आज आपण एम्स, हार्वर्ड युनिव्हर्सिटीच्या डॉक्टरांनी व्हिटॅमिन डी बदल आश्चर्यचकित करणारे सांगितलेले फॅक्ट पाहूयात

- व्हिटॅमिन डी हे केवळ एक व्हिटॅमिन नाही तर शरीरासाठी एक हार्मोन आहे. तज्ञांच्या मते, व्हिटॅमिन डी २०० पेक्षा जास्त जीन्स नियंत्रित करतो आणि शरीरासाठी आवश्यक असणाऱ्या कामांसाठी कार्य करतो.
- खाण्याच्या खूप कमी पदार्थांपासून व्हिटॅमिन डी मिळते. असे सांगितले जाते की, सॅलमन, दुग्ध, अंडी, मशरूम या पदार्थात व्हिटॅमिन डी चे प्रमाण जास्त असते. पण, तज्ञांच्या मते या पदार्थांच्या तुलनेत तुम्ही केवळ १५ मिनिटे उन्हात बसल्याने

तुमची स्क्रीन जास्त व्हिटॅमिन डी मिळवते.

- शरीरात कितीही व्हिटॅमिन डी असले तरी त्याचे निदान केल्यास ते कमीच दिसते. अशा परिस्थितीत, तुम्ही याचे प्रमाण थकवा, वारंवार आजारी पडण्याच्या समस्येवरून ओळखू शकता.
- अनेकजण व्हिटॅमिन डी च्या सप्लीमेंट्स घेतात. पण, या सप्लीमेंट्स जास्त घेणे

महागात पडू शकते. विशेष करून किडनी खराब होऊ शकते. त्यामुळे तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने व्हिटॅमिन डी सप्लीमेंट्स घ्याव्यात.

► व्हिटॅमिन डी मिळवण्यासाठी सूर्यप्रकाश घेणे हा उत्तम पर्याय आहे. तुम्ही जर अर्धो तास सूर्यप्रकाश घेवलात तर १०००-२००० आययू व्हिटॅमिन डी मिळवू शकता.

► लहान मुलांनी सप्लीमेंट्सद्वारे व्हिटॅमिन

व्हिटॅमिन बी १२ची कमतरता दूर करणारे पदार्थ

व्हिटॅमिन बी १२ आरोग्यासाठी महत्वाचे असते. यामुळे गंभीर आजारांपासून लांब राहण्यास मदत होते. शरीर निरोगी राहण्यासाठी इतर पोषक घटकांसोबत शरीरात व्हिटॅमिन बी १२ योग्य प्रमाणात असणे गरजेचे आहे. शरीरात जर या व्हिटॅमिनची कमतरता असेल तर अनेक व्याधी उद्भवतात. हळूहळू शरीर आतून पोकळ होण्यास सुरुवात होते. हाडे कमकुवत होतात, अशक्तपणा, थकवा, मेंदूशी संबंधित तक्रारी सुरू होतात. त्यामुळे आज आपण व्हिटॅमिन बी १२ च्या कमतरतेची लक्षणे आणि त्यासाठी काय खावे हे जाणून

घेऊयात

- **कमतरतेची लक्षणे :**
- थकवा
- अशक्तपणा
- शरीरात रक्ताची कमतरता
- डोकेदुखी
- भूक न लागणे
- त्वचेमध्ये फिकटपणा
- तोंडात फोड येणे
- तणाव

► **पुढील पदार्थ खावेत :**

- रेड मीट आणि चिकन हे व्हिटॅमिन बी १२ चे उत्तम स्रोत आहेत. यांचा आहारत समावेश करावा.
- सॅलमन, ट्यूना आणि मॅकेरलसारखे फॅटी मासे व्हिटॅमिन बी १२ ची कमतरता दूर करण्यासाठी उत्तम पर्याय आहेत.
- दूध आणि दही यांसारख्या दुग्धजन्य

डी देणे चुकीचे आहे. मुलांच्या शरीरात आहारातून आणि सूर्यप्रकाशाच्यामाध्य मातून व्हिटॅमिन डी वाढवावे.

- व्हिटॅमिन डी हाडांच्या आरोग्यासाठी आवश्यक आहे हे आपल्याला माहिती आहे. पण, तज्ज्ञांनी दिलेल्या माहितीनुसार एक गोष्ट समोर आली आहे की, व्हिटॅमिन डी फक्त हाडांच्या आरोग्यासाठी उपयुक्त नाही तर रन्ायच्या वाढीसाठी फायदेशीर आहे.

पदार्थांसह पनीर,अंडी हे सुद्धा व्हिटॅमिन बी 12 चे सहज उपलब्ध होणारे स्रोत आहे.

- अनेक तुणधान्ये व्हिटॅमिन बी १२ ने समृद्ध असतात. त्यामुळे यांचा आहारत समावेश करू शकता.
- उडदाची डाळ व्हिटॅमिन बी १२ ने परिपूर्ण असते. याव्यतिरिक्त उडदाच्या डाळीमध्ये आयर्न, व्हिटॅमिन्स सुद्धा असतात.
- मूग डाळमध्ये व्हिटॅमिन बी १२ व्यतिरिक्त अनेक पोषक घटक असतात. ज्याने शरीराला विविध प्रकारे फायदा होतो.
- व्हिटॅमिन बी १२ ची कमतरता भरून काढण्यासाठी तुम्ही चणा डाळ खायला हवी.
- मसूर डाळीचे सेवन करणे फायद्याचे ठरेल. यात व्हिटॅमिन सी, व्हिटॅमिन बी १२, फोलिक ॲसिड, कॉल्शियम, झिंक असे पोषक घटक आढळतात.
- व्हिटॅमिन बी १२ साठी डाळीव्यतिरिक्त दुग्धजन्य पदार्थ, मशरूम, पालक आदींचे सेवन करणे फायद्याचे ठरेल.

आजच्या आधुनिक जीवनशैलीत महिला घर, करिअर आणि सामाजिक जबाबदाऱ्या अशा सर्व गोष्टी एकत्र सांभाळत आहेत. परंतु या व्यस्त आयुष्याचा एक परिणाम त्यांच्या आरोग्यावर दिसून येतो आहे आणि तो म्हणजे धूम्रपानाची वाढती सवय. एके काळ होता जेव्हा धूम्रपान हे फक्त पुरुषांशी जोडले जात असे, पण आता परिस्थिती पूर्णपणे बदलली आहे. अलीकडील आकडेवारीनुसार, पुण्यातील सुमारे २० टक्के महिला धूम्रपान करतात, आणि हा आकडा चिंताजनक आहे.

► **मानसिक ताण आणि स्पर्धेचं ओझं** : कॉर्पोरेट क्षेत्रात काम करणाऱ्या महिलांवर जबाबदाऱ्यांचं आणि वेळेचं प्रचंड दडपण असतं. दिवसाला लांब कामाचे तास, घरगुती जबाबदाऱ्या, झोपेचा अभाव आणि सततच्या स्पर्धेमुळे महिलांमध्ये

धूम्रपान करण्यात पुरुषांपेक्षा महिला कर्मचारी पुढे

मानसिक ताण वाढतो. या ताणातून थोडासा आराम मिळवण्यासाठी अनेक तरुणी धूम्रपानाकडे वळत आहेत. त्यांच्या मते, सिगारेटचा एक झुरका म्हणजे ह्रब्रेकह्ह किंवा ह्रिरिलॅक्सेशनह्हाचा क्षण. परंतु हाच क्षण आरोग्यासाठी दीर्घकालीन हानीकारक ठरतो आहे.

► **आयटी क्षेत्रातील महिलांमध्ये धूम्रपानाचं प्रमाण अधिक** : ‘आयटी हब’ म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या पुणे आणि बेंगळुरूसारख्या शहरांमध्ये या सवयीचं प्रमाण सर्वाधिक दिसत आहे. रात्रीच्या शिफ्ट्स, सातत्याने ऑनलाइन राहण्याची गरज, ताणतणावाचं कामाचे वातावरण आणि वैयक्तिक आयुष्यातील असमतेला या गोष्टींमुळे आयटी क्षेत्रातील महिलांमध्ये धूम्रपान वाढतं आहे.

► **आरोग्यावर गंभीर परिणाम** : महिलांच्या शरीरावर धूम्रपानाचा परिणाम पुरुषांपेक्षा अधिक घातक ठरतो. सिगारेटमधील निकोटिन आणि इतर रसायनांमुळे फुफ्फुस, हृदय आणि प्रजनन प्रणालीवर परिणाम होतो. धूम्रपानामुळे इस्ट्रोजेनचे प्रमाण घटते, अंडाशयांवर दुष्परिणाम होतो आणि प्रजनन क्षमतेत घट येते. दीर्घकाळ धूम्रपान करणाऱ्या महिलांना कर्करोग, हृदयविकार आणि श्वसनाचे आजार होण्याचा धोका अधिक असतो.

► **हानो स्मोकिंगह्हाचा अवलंब गरजेचा** : कंपन्यांनी कर्मचाऱ्यांच्या आरोग्यासाठी ‘धूम्रपानमुक्त कार्यालय’ धोरण लागू करणे आवश्यक आहे. ऑफिसमध्ये ध्यानधारणा, योग, मानसिक आरोग्यविषयक सत्रे आयोजित केल्यास कर्मचाऱ्यांचा ताण कमी होऊ शकतो. तसेच, कामाच्या वेळेत लहान विश्रांती आणि आरोग्यप्रूक उपक्रम राबवल्यास धूम्रपानाच्या सवयीपासून कर्मचारी दूर राहू शकतात.

प्रत्येक देशामध्ये वेगवेगळी स्थानिक भाषा असते. स्थानिक भाषा म्हणजे विशिष्ट समुदाय किंवा प्रदेशात दैनंदिन संवादासाठी वापरली जाणारी मूळ भाषा किंवा बोली. जसे भारतात प्रत्येक राज्यांप्रमाणे हिंदी, तेलगू, मराठी, तामिळ, कन्नड अशा स्थानिक भाषा बोलल्या जातात. तसेच परदेशात फ्रेंच, जपानी, जर्मन अशा प्रकारच्या भाषा बोलल्या जातात. पण एखादी भाषा ही न शिकता बोलता येत नाही. तुम्हाला ऐकून आश्चर्य वाटेल की एक असा आजार आहे, ज्याने प्रस्त रुग्णांची भाषा अचानक बदलते. जगभरात असे अनेक आजार आहेत ज्याची लक्षणे फार विचित्र असतात. तसेच या आजाराचे योग्य निदान करणेही कठीण जाते. त्यापैकीच एक फॉरेन ॲक्सॅट सिंड्रोम हा आजार आहे.



असा दुर्मिळ आजार ज्यात बदलते रुग्णांची भाषा

फॉरेन ॲक्सॅट सिंड्रोम या आजाराला ॲक्सॅट चेंज सिंड्रोम असेही म्हंटले जाते. या आजाराने प्रस्त रुग्ण अचानकच वेगळ्या अक्सॅटमध्ये भाषा बोलायला लागतात. तर कधी कधी अशीही परिस्थिती येते जेव्हा रुग्ण दुसरीच भाषा बोलायला लागतो जी त्याने कधीही शिकलेली नसेल.खरं तर, वेगवेगळ्या देशात उच्चार हे

वेगळ्या पद्धतीने केले जातात. उदा, अमेरिकन लोकांचे इंग्लिश अक्सॅट वेगळे असते, तर भारतातील लोकांचे इंग्लिश अक्सॅट वेगळे असते. त्यामुळे या दोन्ही देशातील लोकांना एकमेकांचे उच्चार शिकायला खूप वेळ लागतो. पण फॉरेन ॲक्सॅट सिंड्रोमचे रुग्ण सहजच एखाद्या वेगळ्या अक्सॅटमध्ये बोलू लागतात.

शासन निर्णयानंतरही बदलापूरकर शास्ती माफीपासून वंचित... सॉफ्टवेअर डेटा उपलब्ध नसल्याने अंमलबजावणी रखडली

■ बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक

नागरिकांना थकीत मालमत्ता कर भरता यावा, यासाठी राज्य शासनाने चार महिन्यांपूर्वी अभय योजना लागू करण्याचा महत्त्वपूर्ण शासन निर्णय जारी केला आहे. मात्र, केवळ मालमत्ता कर व शास्तीबाबतचा सॉफ्टवेअरमधील डेटा उपलब्ध होत नसल्याने या शासन निर्णयाची अंमलबजावणी करण्यात कुळगाव-बदलापूर नगरपरिषद प्रशासन अपयशी ठरले आहे. त्यामुळे बदलापुर्गातील हजारो मालमत्ताधारक शास्ती माफीच्या फायद्यापासून वंचित आहेत. त्याचबरोबर नगरपरिषदेचेही कोट्यवधी रुपयांचे उत्पन्न रखडले आहे. या निर्णयानुसार ५० टक्क्यांपर्यंत शास्ती माफ करण्याचे अधिकार जिल्हाधिकाऱ्यांना तर १०० टक्क्यांपर्यंत शास्ती माफीचा अधिकार राज्य शासनाला आहे. कुळगाव-बदलापूर नगरपरिषद हद्दीत मालमत्ता कराची मागणी ८९ कोटी असून, शास्तीची रक्कमही ५८ कोटी रुपये आहे. त्यामुळे या निर्णयानंतर नगरपरिषदेच्या तिजोरीत मोठ्या प्रमाणात महसूल जमा होणे अपेक्षित होते.

ही तपशीलवार माहिती हमहायुएलबीव्हा या संगणकीय प्रणालीमध्ये संपूर्णपणे नोंदविण्यात आलेली आहे. या संगणकीय प्रणालीकरिता देखभाल व तांत्रिक सहाय्यासह कार्यान्वित करण्यासाठी शासनाने ह्यडनेवेव्हळ या कंपनीची नेमणूक केली आहे. मात्र, तीन वेळी स्मरणपत्रे



देऊनही सदर कंपनीकडून माहिती उपलब्ध करून दिली जात नसल्याने कुळगाव-बदलापूर नगरपरिषदेतील मालमत्ता कर शास्ती माफीची अंमलबजावणी रखडली आहे. येत्या काही महिन्यांत २९ कोटी रुपयांचा मालमत्ता कर भरणा होणे अपेक्षित आहे. शास्ती माफी झाल्यास हा भरणा लवकरात लवकर होऊन नागरिकांना दिलासा मिळण्यास तसेच पालिकेचे उत्पन्न वाढण्यास मदत होणार आहे.

अभय योजना असूनही अंमलबजावणी नाही

थकीत मालमत्ता कर भरणा करणे नागरिकांना शक्य व्हावे, यासाठी अभय योजना लागू करण्याची मागणी नागरिक आणि लोकप्रतिनिधींकडून सातत्याने होत होती. त्याची दखल घेऊन राज्य शासनाने १९ मे रोजी

नागरिकांना मालमत्ताकरात शास्ती माफ करण्यासाठी अभय योजना लागू करण्याचा निर्णय घेतला.

शासननिर्णय होऊनही त्याची अमलबजावणी न होणे हा करदात्या नागरिकांवर अन्याय आहे. त्यामुळे शहरातील सर्व राजकीय पक्ष, सामाजिक संघटनांनी व नागरिकांनी एकत्र येऊन याविरोधात आवाज उठवला पाहिजे.

तांत्रिक माहितीअभावी प्रस्ताव रखडले

अभय योजनेतर्गत शास्ती माफीचे प्रस्ताव जिल्हाधिकारी कार्यालयाकडे सादर करण्यासाठी नगर परिषद हद्दीतील मालमत्तांची १९ मे पर्यंतची प्रलंबित शास्तीची घटकानुसार आवश्यक माहिती (विशेषतः वॉर्डनिहाय, मालमत्ता क्रमांकनिहाय कर आदी तपशील) तांत्रिक स्वरूपात एक्सेल फॉर्मॅटमध्ये उपलब्ध होणे आवश्यक आहे.

३५ कोटीची करवसुली

यंदाच्या कुळगाव-बदलापूर नगर परिषदेत १ एप्रिलपासून आतापर्यंत नागरिकांनी सुमारे ३५ कोटी रुपयांचा मालमत्ता कर भरणा केला आहे. त्यामध्ये १० कोटी रुपयांची शास्ती होती. जर शास्ती माफीची अंमलबजावणी झाली असती, तर ५ कोटी रुपयांची शास्ती माफ झाली असती. परंतु त्यांना या फायद्यापासून वंचित रहावे लागले आहे.

८ ऑक्टोबरला नवी मुंबई विमानतळाचे उद्घाटन निमित्त वाहतुकीत मोठे बदल, जाणून घ्या सविस्तर

■नवी मुंबई। प्रतिनिधी,

बहुप्रतिक्षित अशा नवी मुंबई विमानतळाचा उद्घाटन सोहळा बुधवारी (ता. ८ ऑक्टोबर) होणार आहे. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या हस्ते या विमानतळाचे उद्घाटन होणार असून अन्य महत्त्वाचे व्यक्ती सुद्धा या सोहळ्याला उपस्थित राहणार आहेत. नवी मुंबई पंतप्रधान मोदी येणार असल्याने या शहरातील वाहतुकीत मोठे बदल करण्यात आले आहेत. सुरक्षेच्या दृष्टीने नवी मुंबई वाहतूक पोलिसांनी अवजड वाहनांना प्रवेशबंदी लागू केली आहे. ८ ऑक्टोबरला सकाळी ६ ते रात्री १० या वेळेत ही बंदी लागू



बहुप्रतिक्षित अशा नवी मुंबई विमानतळाचा उद्घाटन सोहळा बुधवारी (ता. ८ ऑक्टोबर) होणार आहे. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या हस्ते या विमानतळाचे उद्घाटन होणार असून यामुळे नवी मुंबईतील वाहतुकीत काही बदल करण्यात आले आहेत. बुधवारी सकाळी ६ ते रात्री १० वाजेपर्यंत सर्व प्रकारच्या अवजड मालवाहू वाहनांना बंदी घालण्यात आली आहे.

असेल. वाहतूक पोलीस उपायुक्त यांनी यासंबंधीची अधिसूचना जारी केली आहे. पंतप्रधानांच्या ताफ्याच्या वाहतुकीदरम्यान कोणतीही वाहतूक कोंडी होऊ नये, याकरिता हा निर्णय घेण्यात आला आहे. नवी मुंबई पोलीस आयुक्तालयाच्या हद्दीतील

रस्त्यांवर बुधवारी सकाळी ६ ते रात्री १० वाजेपर्यंत सर्व प्रकारच्या अवजड मालवाहू वाहनांना प्रवेश करण्यास, रस्त्यावर थांबण्यास किंवा पार्क करण्यास संपूर्णपणे मनाई करण्यात आली आहे. या बंदीतून अत्यावश्यक सेवा पुरवणाऱ्या काही वाहनांना सूट

देण्यात आली आहे, जेणेकरून नागरिकांची गैरसोय होऊ नये. यामध्ये रुग्णवाहिका पोलीस वाहने, अग्निशमन दलाची वाहने, सरकारी वाहने, प्रवाशांची वाहतूक करणाऱ्या बसेस आणि अत्यावश्यक वस्तूंची वाहतूक करणाऱ्या गाड्या यांचा समावेश

आहे. या नियमांचे काटेकोर पालन व्हावे, यासाठी वाहतूक विभागाने मोठी तयारी केली आहे. तर, वाशी आणि ऐरोली येथील टोल नाक्यांवर अवजड वाहनांना नवी मुंबईत प्रवेश करण्यापासून रोखले जाणार आहे. विमानतळाच्या उद्घाटन समारंभासाठी खासगी बसेसमधून येणाऱ्यांसाठी कार्यक्रमस्थळी स्वतंत्र पार्किंगची व्यवस्था करण्यात आली आहे. समारंभानंतर खासगी बसेस त्यांच्या गंतव्यस्थानाकडे परत जाताना कोणताही अडथळा येऊ नये, यासाठी वाहतूक पोलिसांकडून विशेष व्यवस्था करण्यात आली आहे.

■ठाणे। प्रतिनिधी,

मुंबई महापालिकेच्या पिसे, पांजरपूर येथील विद्युत केंद्रात वीज मीटर्स अद्यावतीकरणाचे काम हाती घेण्यात येत आहे. त्यामुळे मुंबई महानगरपालिकेने पाणी पुरवठ्यात १० टक्के कपात करण्याचा निर्णय घेतला आहे. ही कपात लागू झाल्याने मुंबई महापालिकेकडून मिळणाऱ्या पाण्याचा पुरवठा होणाऱ्या ठाणे शहरातील काही भागात मंगळवार ७ ऑक्टोबर ते गुरुवार ९ ऑक्टोबर २०२५ या काळात १० टक्के पाणी कपात लागू होणार आहे.

ठाणे शहरात १० टक्के पाणी कपात

ठाणे महापालिका क्षेत्रात विविध स्रोतांमधून पाणीपुरवठा करण्यात येतो. त्यापैकी, ८५ एमएलडी पाणी हे मुंबई महापालिकेच्या स्रोतातून ठाण्याला मिळते. या पाणी साठ्यातून महानगरपालिका हद्दीतील नौपाडा, पाचपाखाडी, हाजुरी, लुईसवाडी, रघुनाथ नगर, नामदेव वाडी, साईनाथ नगर, रामचंद्र नगर १. किसन नगर नं १, किसन नगर नं २, शिवाजी नगर, पडवळ नगर, जनता झोपडपट्टी, शिवशक्ती नगर, करवालो

नगर, अंबिका नगर, ज्ञानेश्वर नगर, जय भवानी नगर, काजुवाडी, जिजामाता नगर, बाळकुम पाडा नं १, लक्ष्मी नगर, आंबेडकर नगर, मानपाडा (नळपाडा), कोपरी धोबीघाट, गावदेवी (लुईसवाडी) जलकुंभ, टेकडी बंगला जलकुंभ, भटवाडी, इंदिरानगर, आनंद नगर, गांधी नगर, कोपरी कन्हैया नगर या परिसरात पाणी पुरवठा केला जातो.

■पुणे। प्रतिनिधी,

येत्या गुरुवारी, ९ ऑक्टोबरला शहराच्या बऱ्याच भागांतील पाणीपुरवठा बंद राहणार आहे, तर शुक्रवारी १० ऑक्टोबरला सकाळी उशिरा व कमी दाबाने पाणीपुरवठा होणार आहे.

पाणीपुरवठा बंद असणारा

भाग पर्वती 'एमएलआर' टाकी परिसर : गुरुवार पेठ, बुधवार पेठ, कासेवाडी, क्वार्टर गेट परिसर, गंज पेठ, भवानी पेठ, नाना पेठ, लोहियानगर, सोमवार पेठ, अरुण वैद्य स्टेटियम परिसर,

■कल्याण। प्रतिनिधी:

कल्याण शहरातून गुंडगिरीचा एक धक्कादायक आणि लज्जास्पद प्रकार समोर आला आहे. जिथे एका सराईत गुंडाने चक्क दाल वडा न मिळाल्याच्या क्षुल्लक कारणावरून हॉटेल मालकाला मारहाण करत त्याला हात जोडून पाया पडायला लावल्याची घटना समोर आली आहे. कल्याण पूर्वेतील ही घटना घडली. यातील आरोपी दिनेश लंके हा काही दिवसांपूर्वीच जांमिनावर सुटून बाहेर आला आहे. त्याच्या या कृत्यामुळे परिसरात दहशतीचे वातावरण पसरले आहे.

नेमकं काय घडलं?



घोरपडे पेठ, पर्वती दर्शन, मुकुंदनगर.

पर्वती 'एचएलआर' टाकी परिसर : सहकारनगर, पद्मावती, मुकुंदनगर, महर्षीनगर, गंगाधाम, चिंतामणीनगर भाग-१ व २, लेक टाउन, शिवतेजनगर, अप्पर इंदिरानगर, लोअर इंदिरानगर, शेळकेवस्ती महेश सोसायटी, बिबवेवाडी गावठाण, प्रेमनगर, आंबेडकरनगर डायस प्लॉट, होले मळा, सॅलिस्बरी पार्क,

पुणेकरांनो, पाणी भरून ठेवा! शहरात गुरुवारी पाणी बंद, कोणत्या भागांना फटका?

गिरीधरभवन चौक, ठाकरे वसाहत, पर्वती गावठाण, भाग्योदयनगर, शिवनेरीनगर, मिठानगर, कुमार पृथ्वी, कोंढवा खुर्द, साईबाबा नगर.

एलएलआर परिसर

: शहरातील सर्व पेठा, दत्तवाडी परिसर, राजेंद्रनगर, लोकमान्यनगर, डेक्कन परिसर, शिवाजीनगर परिसर, स्वारागेट परिसर

लष्कर ते खराडी पॅपिंग

भाग : खराडी गावठाण, आपले घर, तुळजाभवानीनगर, ईऑन परिसर, चौधरी वस्ती, सातव वस्ती, थिटे वस्ती, तुळारामनगर, यशवंतनगर, चंदननगर, सुनीतानगर, धर्मनगर, सोमनाथनगर, धनलक्ष्मी सोसायटी, गणेशनगर, आनंद पार्क, राजश्री कॉलनी,

मतेनगर महावीरनगर, माळवाडी, मुनुस्वार सोसायटी.

लष्कर जलकेंद्र भाग

रामटेकडी इंडस्ट्रियल एरिया, सय्यदनगर, हेवन पार्क, गोसावी वस्ती शंकर मठ, वैदुवाडी, रामनगर, आनंदनगर, हडपसर गावठाण, सातववाडी, गोंधळनगर, ससाणेनगर, काळेपडळ, मुंदवा, माळवाडी, सोलापूर रस्ता (डावी बाजू), केशवनगर, मांजरी बुद्रुक, शेवाळेवाडी, बी. टी. कवडे रस्ता, भीमनगर, बालाजीनगर, विकासनगर, कोरेगाव पार्क, साडेसतरानळी, महंमदवाडी रस्त्याच्या उजवीकडील संपूर्ण भाग, हांडेवाडी रस्ता, फुरसुंगी उरळी देवाची, भेकराईनगर (टेंकरझरे पाणीपुरवठा बंद), हाय सर्व्हिस, बेकर हिल, रेसकोर्स, ठाकरसी टाकी, कॅम्प, ससून रुग्णालय.

चतुः श्रृंगी टाकी परिसर : औंध, बोपोडी, भोईटे वस्ती, पुणे

विद्यापीठ, परिसर, चिखलवाडी, खडकी, आनंद पार्क, सानेवाडी, आंबेडकर वसाहत, संकल्प पार्क, सकाळनगर, चव्हाणनगर, अभिमानश्री सोसायटी, नॅशनल, सिंध सोसायटी, औंध गाव परिसर.

नवीन व जुने होळकर जलकेंद्र पॅपिंग भाग : मुळा रोड, खडकी-हॅमेट संपूर्ण परिसर, एमईएस, हाय एक्स्प्लोझिव्ह फॅक्टरी, हरिगंगा सोसायटी.

पाषाण पॅपिंग व सूस गोल टाकी परिसर

: गणराज चौक, पॅनकार्ड रोड, वीरभद्रनगरचा काही भाग, समर्थ कॉलनी. **जुने वारजे जलकेंद्र भाग** : रामनगर, अहिर गाव, माळवाडी, सहयोगनगर, गोकुळनगर, विक्रमनगर, ज्ञानेश सोसायटी, यशोदीप चौक, मामासाहेब मोहोळ शाळा परिसर, अमर भारत सोसायटी, गणपती माथा परिसर, एनडीए रस्त्याचा काही भाग, पॉप्युलर कॉलनी.

भिवंडीतील खोणी ग्रामपंचायतीत एक कोटीचा गैरव्यवहार

■भिवंडी। प्रतिनिधी:

भिवंडी तालुक्यातील खोणी ग्रामपंचायतीत तब्बल एक कोटी रुपयांहून अधिक निधीचा गैरव्यवहार उघडकीस आल्याने ग्रामपंचायत वतुळांत एकच खळबळ उडाली आहे. या गंभीर आर्थिक अपहार प्रकरणात गुंतलेल्या तत्कालीन ग्रामविकास अधिकारी राम जगन्नाथ म्हस्के यांना अखेर सेवेतून बडफर्फ करण्यात आले आहे. ठाणे जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी रोहन घुगे यांनी म्हस्के यांच्यावर फौजदारी कारवाई आणि रकमेची वसुली करण्याचे आदेश दिले आहेत. जानेवारी २०१६ ते जुलै २०१७ या कालावधीत खोणी ग्रामपंचायतीमध्ये म्हस्के यांनी ग्रामनिधी आणि १४ व्या वित्त आयोगाच्या निधीचा अपहार, निविदा प्रक्रियेत अनियमितता, खोटे धनादेश काढणे, काही ठराविक ठेकेदारांना मजोतीत कामे देणे, तसेच ठेकेदाराच्या नावाने धनादेश न देता रोखीने रक्कम काढणे असे गंभीर गैरप्रकार केल्याचा आरोप आहे. या संदर्भात ग्रामपंचायत सदस्य शाहनवाज इमियाज कुरेशी यांनी ठाणे जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी यांच्याकडे सविस्तर तक्रारी अर्ज दाखल केला होता. या तक्रारीच्या अनुषंगाने जिल्हा



परिषदेने चौकशीचे आदेश दिले होते. चौकशीच्या प्रक्रियेदरम्यान म्हस्के यांनी गैरहजर राहणे, दफ्तर न सादर करणे, चौकशी अधिकाऱ्यांना सहकार्य न करणे असे प्रकार केले. यामुळे त्यांनी जाणीवपूर्वक बेजबाबदारपणा आणि गैरवर्तणूक केल्याचे सिद्ध झाले. कल्याण पंचायत समितीच्या गटविकास अधिकाऱ्यांनी सादर केलेल्या प्राथमिक चौकशी अहवालात म्हस्के यांचा दोष स्पष्टपणे नमूद करण्यात आला. यानंतर ठाणे विधी लेखा कार्यालय आणि कोकण विभागाचे सहाय्यक आयुक्त (चौकशी) यांनी स्वतंत्र लेखापरीक्षण करून अहवाल सादर केला. या अहवालानुसार म्हस्के यांच्यावरील सर्व आरोप सिद्ध झाल्याचे नमूद केले आहे. स्थानिक निधी लेखा परिक्षणानुसार, १४ वा वित्त आयोग निधी १६ लाख ७८ हजार ४४५ रुपये आणि ग्रामनिधी १० लाख ५५ हजार ३०२ रुपये असो मिळून एकूण १ कोटी ४० लाख ३९ हजार ७३८ रुपये इतक्या निधीचा अपहार झाल्याचे स्पष्ट झाले. या संपूर्ण रकमेबाबत

म्हस्के यांना जबाबदार धरण्यात आले आहे.

मुख्य कार्यकारी अधिकारी रोहन घुगे यांनी या प्रकरणात कठोर निर्णय घेत भिवंडी पंचायत समितीचे गटविकास अधिकारी गोविंद खामकर यांना रक्कम वसूल करण्याचे, जपतीची प्रक्रिया राबविण्याचे आणि फौजदारी कारवाई सुरू करण्याचे आदेश दिले आहेत. तसेच म्हस्के यांच्या विरोधात पुढील कायदेशीर पावले उचलण्यासाठी आवश्यक ती कागदपत्रे तयार करण्याचे निर्देशही दिले गेले आहेत. या प्रकरणात झालेल्या बडतर्फीच्या निर्णयामुळे संपूर्ण भिवंडी तालुक्यातील पंचायत वंत्रणेत खळबळ उडाली आहे. अनेक ग्रामपंचायतीतील अधिकारी आणि कर्मचारी वर्गात यामुळे जबाबदारीची जाणीव आणि दक्षतेचा इशारा निर्माण झाला आहे. नागरिकांच्या करातून मिळणारा निधी पारदर्शकपणे वापरला जावा आणि ग्रामविकासाच्या कामात पारदर्शकता राहावी, यासाठी ही कारवाई आदर्श ठरणारी असल्याचे मत स्थानिक ग्रामस्थांनी व्यक्त केले आहे. ठाणे जिल्हा परिषदेने या प्रकरणातील निधी वसुली बाबतची कार्यवाही लवकर पूर्ण करून अहवाल सादर करण्याचे आदेश दिले आहेत.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटिंग 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 ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची राहिल, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेत्राच्या अधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या / लेख / जाहिराती यांची जबाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी यांच्यावर राहिल.) भ्रमणध्वनी - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021@gmail.com

Printed & Published and Owned by **Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik**. Printed at **SOMANI PRINTING PRESS, OFFICE** - Gala No. 4, Near N.K. Industrial Estate, Near Pravasi Industrial Estate, 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