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-७२ ● मुंबई, मंगळवार, १४ ऑक्टोबर २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

दहावी, बारावीची परीक्षा कधी... शिक्षण विभागाकडून तारखा जाहीर!

वेळापत्रक एवढ्या लवकर का जाहीर केले जाते?

दरवर्षी हजारो विद्यार्थी दहावी आणि बारावीच्या परीक्षेला बसतात. या परीक्षांच्या नियोजनाचे वर्ष कित्येक महिन्यांआधीच करावे लागते. तांत्रिक बाबींची अडचण भासू नये तसेच परीक्षा केंद्रांचे नियोजन, उत्तर पत्रीकांचे नियोजन अशा सर्वच गोष्टी शिक्षण विभागाला पाहाव्या लागतात. यासह विद्यार्थ्यांनाही परीक्षेच्या तारखेनुसार आपल्या अभ्यासाचे नियोजन करता यावे, विद्यार्थ्यांनी आपल्या अभ्यासाचे वेळापत्रक तयार करून त्यानुसार अभ्यासाला लागावे, यामुळेच इयत्ता दहावी आणि बारावीच्या परीक्षांचे वेळापत्रक जाहीर केले जाते.

■मुंबई। प्रतिनिधी,

महाराष्ट्रात दरवर्षी हजारो विद्यार्थी इयत्ता दहावी आणि बारावीची परीक्षा देतात. ही दोन्ही शैक्षणिक वर्षे विद्यार्थ्यांच्या भविष्याला कलाटणी देणारी असतात. त्यामुळेच या दोन्ही इयत्तांच्या परीक्षा कधी होणार? या परीक्षेचं वेळापत्रक काय असेल? याची उत्सुकता समस्त विद्यार्थ्यांना तसेच पालकांनाही असते. एकदा वेळापत्रक आणि परीक्षेच्या संभाव्य तारखा जाहीर झाल्या की विद्यार्थी अभ्यासाचे नियोजन चालू करतात. असे असतानाच आता शिक्षण विभागाने इयत्ता दहावी आणि बारावीच्या वार्षीक परीक्षेचे वेळापत्रक जाहीर झाले आहे.

परीक्षा नेमकी कधी होणार?

मिळालेल्या माहितीनुसार इयत्ता बारावीची परीक्षा १० फेब्रुवारी ते १८ मार्चदरम्यान होणार आहे.माहिती तंत्रज्ञान आणि सामान्यज्ञान या ऑनलाईन परीक्षाही याच काळात होतील. तर २० फेब्रुवारी ते १८ मार्च २०२६ या काळात इयत्ता दहावीची परीक्षा होणार आहे.

प्रात्यक्षिक परीक्षा, तोंडी परीक्षा कधी होणार?

इयत्ता बारावीची प्रात्यक्षिक परीक्षा २३ जानेवारी २०२६ ते ९ फेब्रुवारी २०२६ या कालावधीत होईल. तर इयत्ता दहावीच्या विद्यार्थ्यांची तोंडी परीक्षा २ फेब्रुवारी २०२६ रोजी सुरू होईल.

विद्यार्थ्यांनी अभ्यासाला लागण्याचे आवाहन

एकदा वेळापत्रक जाहीर झाल्यानंतर शिक्षकांनाही शालेय पातळीवर आपले नियोजन करता येते. अभ्यासक्रम कसा शिकवायचा? त्यासाठीची तयारी काय असायला हवी? विद्यार्थ्यांच्या सराव चाचण्या कशा आणि कधी घ्यायच्या? याचे शाळांना नियोजन करणे सोपे होते. त्यामुळेदेखील या सर्व बाबींचा विचार करूनच इयत्ता दहावी आणि बारावीच्या परीक्षांचे वेळापत्रक जाहीर केले जाते. आता विद्यार्थ्यांनी अभ्यासाला लागावे, असे आवाहन शिक्षण विभागाकडून करण्यात आले आहे.

खोकल्याचे औषध घेतल्याने मुलाचा मृत्यू

■यवतमाळ। प्रतिनिधी,

मध्य प्रदेशातील छिंदवाडा येथील खोकल्याचे औषध घोटाळा अद्याप शमलेला नाही, तर यवतमाळमधून आणखी एक खळबळजनक घटना समोर आली आहे. जिल्ह्यात खोकल्याचे औषध घेतल्याने एका मुलाचा मृत्यू झाला आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार यवतमाळ शहरातील एका खाजगी बाल रुग्णालयात खोकल्याचे औषध घेतल्याने एका ६ वर्षांच्या मुलाचा मृत्यू झाला. यामुळे प्रशासनात खळबळ उडाली आहे आणि एफडीएने रुग्णालयाच्या मेडिकल स्टोअरमधून औषधाचे नमुने घेऊन ते चाचणीसाठी पाठवले आहे.

हा मुलगा कळंब तालुक्यातील

पिंपळखुटी येथील रहिवासी होता. सर्दी आणि खोकल्याची तक्रार केल्यानंतर त्याला शहरातील दत्ता चौक संकुलातील रुग्णालयात उपचारासाठी आणण्यात आले होते. ४ आणि ६ ऑक्टोबर रोजी यवतमाळ शहरातील बालरोगतज्ञांनी त्याच्यावर उपचार केले. औषध घेतल्याने ७ ऑक्टोबर रोजी त्याचा मृत्यू झाला. त्याच्या पालकांनी त्याला श्वसनाचा त्रास होऊ लागल्याने त्याला पुन्हा एका खाजगी रुग्णालयात आणले.

परिस्थितीचा आढावा घेतल्यानंतर डॉक्टरांनी त्याला सरकारी रुग्णालयात हलवले. तथापि, प्रशासनाच्या म्हणण्यानुसार मुलाच्या मृत्यूनंतर शवविच्छेदन करण्यात आले. मध्य प्रदेशातील प्रकरणामुळे महाराष्ट्र सध्या कफ सिरपबाबत खबरदारी घेत आहे. त्यामुळे वैद्यकीय प्रशासनाने एफडीएला प्रश्नातील औषधाची चाचणी करण्यासाठी पत्र पाठवले आहे.

त्यानुसार, औषध प्रशासनाचे सहाय्यक आयुक्त मिलिंद कालेश्वरकर यांनी औषधाचे नमुने घेतले आहे आणि ते चाचणीसाठी पाठवले आहे. मृत मुलाचा व्हिसेरा देखील प्रयोगशाळेत पाठवण्यात आला आहे. या दोन्ही अहवाल आल्यानंतरच मृत्यूचे नेमके कारण स्पष्ट होईल.

मुंबईच्या डॉक्टरने दुर्मिळ सायनस आजारातून ७६ वर्षीय महिलेची दृष्टी वाचवली

वोक्हार्ट हॉस्पिटलमध्ये स्फेनॉईड सायनस म्युकोसिलमधून वाचवली डोळ्यांची दृष्टी

■बातमी/लेख, प्रीती दिपक नाईक

उत्कृष्ट वैद्यकीय कौशल्याचे प्रदर्शन करत, वोक्हार्ट हॉस्पिटल, मीरा रोड येथील डॉक्टरांनी ७६ वर्षीय महिलेला अंधत्वाच्या उंबरठ्यावरून परत आणले. सुरुवातीला स्ट्रोक किंवा मज्जातंतूचा पक्षाघात (नर्व्ह पाल्सी) वाटणारा हा आजार प्रत्यक्षात स्फेनॉईड सायनस म्युकोसिल (Sphenoid Sinus Mucocele) निघाला – जी एक अत्यंत दुर्मिळ स्थिती असून जगभरातील एकूण सायनस रोगांपैकी केवळ दोन टक्क्यांहून कमी प्रकरणांमध्ये आढळते.

रुग्ण जेव्हा रुग्णालयात दाखल झाली, तेव्हा तिच्या डाव्या डोळ्याची पापणी अचानक खाली झुकली होती आणि तिला डोक्यात जडपणा जाणवत होता. साधारणपणे ही लक्षणे न्यूरोलॉजिकल समस्येकडे निर्देश करतात, परंतु सखोल एमआरआय (MRI) आणि सीटी स्कॅनमध्ये (CT Scan) कपाळाच्या आत खोलवर असलेल्या स्फेनॉईड सायनसमध्ये श्लेष्मा (mucus) भरलेली एक गाठ (म्युकोसिल) तयार झाल्याचे उघड झाले. ही गाठ ऑप्टिक नसा (दृष्टीच्या नसा) आणि कॅव्हर्नस सायनस (Cavernous Sinus) वर दाब टाकत होती – जे दृष्टी आणि मेंदूच्या कायार्साठी अत्यंत महत्त्वपूर्ण घटक आहेत.

"जर स्फेनॉईड म्युकोसिलवर वेळेत उपचार केले नाही, तर यामुळे कायमस्वरूपी दृष्टीहीनता किंवा गंभीर मेंदूच्या गुंतागुंती होऊ शकतात," असे डॉ. चंद्रवीर सिंग, सल्लागार ओटोरहिनोलॅरिन्गोलॉजिस्ट, हेड अँड नेक ऑन्कोसर्जन, वोक्हार्ट हॉस्पिटल, मीरा रोड यांनी सांगितले, ज्यांनी या जटिल शस्त्रक्रियेचे नेतृत्व केले.

उपचारासाठी वोक्हार्ट हॉस्पिटल्सचे डॉ. चंद्रवीर सिंग आणि त्यांच्या टीमने मिनिमली इनवेसिव्ह एंडोस्कोपिक

ट्रान्स-नेझल शस्त्रक्रिया (Minimally Invasive E»»fdoscopic Trans-Nasal Surgery) केली. या तंत्रात सर्जन नाकाद्वारे आत जाऊन कोणतीही बाह्य चीर न देता म्युकोसिलमधील द्रव काढून टाकतात. यामुळे रुग्णाला कमी वेदना होतात, लवकर आराम मिळतो आणि धोका कमी असतो. शस्त्रक्रियेच्या केवळ २४ तासांनंतरच रुग्णाच्या डोळ्यातील ताकद परत येऊ लागली आणि तीन दिवसांनंतर त्यांना स्थिर अवस्थेत डिस्चार्ज देण्यात आला.

अशी प्रकरणे अत्यंत दुर्मिळ असतात कारण स्फेनॉईड सायनस कवटीच्या आत अतिशय संवेदनशील ठिकाणी स्थित असतो – जिथे ऑप्टिक नसा, कॅरोटीड रक्तवाहिन्या (Carotid Arteries) आणि कॅव्हर्नस सायनस जवळ असतात. अशा स्थितीत, साधी वाटणारी गाठ देखील जीवघेणी ठरू शकते. जगभरात कॅव्हर्नस सायनसवर दाब टाकणारी अशी मोजकीच प्रकरणे नोंदवली गेली आहेत.

या दुर्मिळ शस्त्रक्रियेवर आपले मत व्यक्त करताना वोक्हार्ट हॉस्पिटल्सचे डॉ. चंद्रवीर सिंग म्हणाले, "सायनसच्या समस्यांना अनेकदा किरकोळ समजून दुर्लक्ष केले जाते, परंतु जेव्हा म्युकोसिल स्फेनॉईड सायनसमध्ये तयार होतो, तेव्हा तो शांतपणे दृष्टी आणि मेंदू दोघांसाठीही धोका निर्माण करू शकतो. सतत डोकेदुखी, अचानक पापणी झुकणे किंवा विनाकारण न्यूरोलॉजिकल लक्षणे दिसल्यास त्वरित तपासणी करणे आवश्यक आहे. चांगली गोष्ट अशी आहे की आधुनिक एंडोस्कोपिक तंत्रज्ञानामुळे अशा प्रकरणांवर आज सुरक्षित आणि प्रभावीपणे उपचार करणे शक्य झाले आहे."

ही यशस्वी शस्त्रक्रिया आधुनिक वैद्यकीय कौशल्य आणि वेळेवर निदान यांच्या संयोजनाचे उत्कृष्ट उदाहरण आहे – जी दुर्मिळ आणि संभाव्यतः गंभीर परिस्थितीत झुंजणाऱ्या रुग्णांसाठी नवी आशा निर्माण करते.

Media RSVP
Pallabi-9007515289

१५ ऑक्टोबर पासून राज्यात वादळी पावसाचा अंदाज

शेतकऱ्यांनी काढणी केलेल्या पिकांना वादळी पाऊस आणि वाऱ्यापासून सुरक्षित ठेवावे

■बातमी/लेख, प्रीती दिपक नाईक

गेल्या काही दिवसांपासून राज्यातील हवामान पूर्णपणे कोरडे आहे आणि नैऋत्य मान्सूनने राज्यातून निरोप घेतला आहे. मात्र १५ ऑक्टोबर पासून राज्यातील हवामानात परत एकदा बदल अपेक्षित आहे. या तारखेपासून किमान १८ ऑक्टोबरपर्यंत विदर्भ, मराठवाडा आणि मध्य महाराष्ट्रात आभाळी हवामान आणि दुपार नंतरचा वादळी पाऊस अपेक्षित आहे.

सध्याच्या अंदाजानुसार वादळी पावसाची सर्वात अधिक शक्यता आणि प्रमाण हे विदर्भ आणि मराठवाड्यात असू शकतं, जिथे या दरम्यान अनेक भागांमध्ये आभाळी हवामान

अथवा वादळी पावसाची शक्यता राहील. तुलनेत खानदेश आणि मध्य महाराष्ट्रात विखुरलेल्या स्वरूपाचा वादळी पाऊस पडू शकतो.

शेतकऱ्यांनी हवामानाच्या या स्थितीनुसार नियोजन करावे आणि काढणी केलेल्या पिकांना वादळी पाऊस आणि वाऱ्यापासून सुरक्षित ठेवावे, असे आवाहन कृषी विभागाकडून करण्यात येत आहे.

लाडक्या बहिणींच्या ई-केवायसीउच्या अडचणी वाढल्या

■मुंबई। प्रतिनिधी,

नंदुरबार जिल्ह्यातील आदिवासी बहुल भागात नेटवर्कच्या कमतरतेमुळे लाडक्या बहिणींना ई केवायसी प्रक्रिया पूर्ण करण्यासाठी प्रयत्न करत आहे.धरणगाव तालुक्यातील खर्डे खुर्द गावात, महिला नेटवर्क सिग्नल मिळवण्यासाठी सुमारे अधार्तास टेकडीवर चढतात. भामणे ग्रुप ग्रामपंचायत आणि खर्डे खुर्दमधील ५०० हून अधिक लाभार्थी उन्हात वाट पाहत आहेत, त्यांना आशा आहे की झाडांना बांधलेले त्यांचे फोन नेटवर्क मिळवतील.

हा परिसर दोन राज्यांच्या सीमेवर आहे. मोबाईल नेटवर्क कनेक्शन कधी गुजरातमधून येतात तर कधी मध्य प्रदेशमधून. उलगुलन फाउंडेशन या स्वयंसेवी संस्थेचे सह-संस्थापक राकेश पावरा म्हणाले, "आम्ही येथे एक कॅम्प लावला आहे; हे एकमेव ठिकाण आहे जिथे मोबाईल डेटा उपलब्ध आहे. परंतु बहुतेक वेळा पडताळणी अयशस्वी होत आहे." राज्य सरकारने ई-केवायसी अनिवार्य करण्याच्या निर्णयामुळे दुर्गम भागातील लाभार्थ्यांना मोठ्या समस्या निर्माण होत आहेत. वेबसाइट हळूहळू लोड होतात, ओटीपी येण्यास बराच वेळ लागतो

आणि आधारशी संबंधित पडताळणी प्रक्रिया वारंवार कालबाह्य होतात. साइटवरील एका स्वयंसेवकाने सांगितले की १०० हून अधिक महिला प्रयत्न करतात, परंतु फक्त पाच किंवा दहा महिलाच ते पूर्ण करू शकतात.

उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांनी शुक्रवारी पुन्हा सांगितले की ई-केवायसीबाबत कोणतीही तडजोड केली जाणार नाही. त्यांनी पुण्यात पत्रकारांना सांगितले की फक्त सत्यापित लाभार्थ्यांनाच निधी मिळेल. ₹मला माहित आहे की अडचणी आहेत, परंतु पर्याय नाही. गरज पडल्यास अंतिम मुदत वाढवता येते, परंतु ती पूर्ण करणे अनिवार्य आहे. सध्याची अंतिम मुदत १५ नोव्हेंबर आहे," असे ते म्हणाले.

मंगळदोष, शरीर संबंधांसाठी बळजबरी आणि...

मुंबईतील हुंडाबळींच्या घटनांचा आकडा वाढला

■मुंबई। प्रतिनिधी,

गावखेड्यातच नाही तर मुंबईसारख्या प्रगत शहरातसुद्धा हुंडाबळीच्या घटनांचे आकडे थक्क करणारे आहेत. मुंबईसारख्या देशाच्या आर्थिक राजधानीतही अनेक घरांमध्ये हुंड्यासाठी महिलांचा वेगवेगळ्या प्रकारे छळ केला जातो. चारित्र्यावर संशय घेणे, शरीर संबंधांसाठी जबरदस्ती, मंगळदोष त्यामुळं होणारा छळ अशी एक ना अनेक कारणे सांगत मुंबईतील कैक विवाहितांचा छळ होत असून, यामागे अनेक कारणं असली तरीही मुख्य उद्देश फक्त हुंडाच असल्याचे मुंबईतील घटनांमधून समोर आले आहे.

मुंबईत चालू वर्षात हुंड्यासाठी छळाचे ३०० हून अधिक गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत. झोपड्यांमध्येच नाही तर उच्चभ्रू इमारतींमध्येही हुंड्यासाठी महिलांना छळले जात आहे, हे अनेक घटनांवरून दिसून आले आहे.

हुंडाबळी कायदा असला तरी गुन्ह्यावर आळा घालणे आजूनही शक्य झालेले नाही. १९६१ मध्ये हुंडा प्रतिबंधक कायदा अस्तित्वात आला. या कायद्यानुसार हुंडा म्हणजे लग्नात एका पक्षाकडून दुसऱ्या पक्षाला थेट अथवा अप्रत्यक्ष वस्तू, स्थावर, जंगम मालमत्ता देणे अगर देण्याचे कबूल करणे. पैसे, दागिने, करार, जमीन, सोनं कुठल्याही स्वरूपात देवाण-घेवाण. ४९८-ए अंतर्गत ७ वर्षांच्या आत कोणत्याही कारणासाठी विवाहित महिलेची आत्महत्या झाल्यास तो दखलपत्र गुन्हा ठरू शकतो.

हुंडाबळीच्या काही घटना आशा आहेत की ज्यात कैक नावं सहभागी आसतात असं अहनाल सांगतो आणि त्याचच एक उदाहरण म्हणजे पुण्यातील वैष्णवी हगवणेचे आत्महत्या प्रकरण.

वैष्णवी हगवणेने शुक्रवारी (१६ मे २०२५) राहत्या घरात गळफास घेतला. वैष्णवी यांचे वडील आनंद कस्पटे यांनी दिलेल्या फिर्यादीनुसार, वैष्णवीच्या लग्नात ५१ तोळे सोने, फॉर्च्यूनर गाडी, चांदीची भांडी देण्यात आली. त्यानंतर लग्नाच्या दुसऱ्या दिवसापासून शशांक व तिचे सासू-सासरे यांनी घरातील किरकोळ कामाच्या वादातून तिच्याबरोबर भांडण सुरू केले. तिच्या चारित्र्यावरून बोलणं वैष्णवीला सासऱ्याच्या लोकांनी शारीरिक व मानसिक त्रास देणं चालू केलं होतं. पती, सासू-सासरे, नणंद, दीर यांनी हुंड्यासाठी मानसिक छळ करून कुर वागणूक दिली. पोस्ट मार्टममध्ये वैष्णवीच्या अंगावर मारहाणीचे व्रण आढळले होते.

मुंबईतील गुन्ह्याची आकडेवारी खालीलप्रमाणे

२०२३ मध्ये हुंड्यासाठी केल्या जाणाऱ्या छळाचे एकूण ७६६ गुन्हे दाखल झाले, तर २०२४ मध्ये ही संख्या ४५८ होती. एवढेच नाही तर चालू वषीर्तील सासुरवाडीच्या जाचाला बळी गेल्या महिलांची संख्या ३१४ आहे. ही नोंद झालेल्या गुन्ह्याची आकडेवारी आहे, पण ज्या घटना नोदल्या गेल्याच नाही त्यांचं काय?

जरा सांभाळून, ट्रॅव्हल पॅकेजसाठी सावधगिरी आवश्यक... जाहिरातींना भुलू नका

■मुंबई। प्रतिनिधी,

या आठवड्यात दिवाळीच्या सुट्ट्या सुरू होत आहेत. मुलांना घेऊन बाहेर फिरायचा विचार करताय का? काहींनी तर आधीच बुकिंग केली असेल. पण आपले बुकिंग खरे आणि सुरक्षित आहे का, याची खात्री करणे गरजेचे आहे. मुंबईत समाजमाध्यमांवर आकर्षक जाहिराती देऊन तिकीट, रिसॉर्ट, व्हिला, हॉलिडे पॅकेजच्या नावाखाली फसवणुकीच्या घटना वाढल्या आहेत.

काळाचौकी येथील एका गारमेंट व्यावसायिकाने स्वतः आणि घरातील २० जणांसाठी थायलंडमध्ये फिरायचे ठरवले. यासाठी परिचयातील अमित कुमार आणि अभिसत्यम झा या दोन एजंटशी संपर्क साधला. त्यांनी एका व्यक्तीसाठी ५५ ते ५७ हजार रुपये खर्च

येईल असे सांगितले. नंतर सर्वांसाठी सवलत देऊन पॅकेजची एकूण किंमत नऊ लाख ८० हजार रुपये सांगितली, ज्यात विमानाचे तिकीट, फिरणे, खाणे आणि राहण्याचा समावेश होता. व्यावसायिकाने इतरत्र तपासले असता हे पॅकेज स्वस्त असल्याचे दिसले. तथापि, व्यावसायिकाने होकार देत १५ दिवस आधी संपूर्ण रक्कम पाठवली. थायलंड जाण्यास चार दिवस शिल्लक असताना अमित आणि झा यांच्याकडून कोणताही प्रतिसाद आला नाही. अखेरीस अमित यांनी कोणतेही बुकिंग केलेले न दिसल्याने व्यावसायिकाने पोलिसांत तक्रार नोंदवली.

मुलुंड येथील ७३ वर्षीय वृद्धाला कोलकाता येथील गुजरात समाज येथे फिरायचे होते. एका परिचयातील व्यक्तीने बुकिंगसाठी दिलेल्या क्रमांकावर संपर्क साधला. समोरील व्यक्तीने एपीके फाइल पाठवली आणि तपशील भरायला सांगितले. वृद्धाने फाइलवर क्लिक केल्यावर प्ले स्टोअरमधून गुजरात समाज नावाचे ॲप डाउनलोड झाले. त्यानंतर वृद्धाने आपला तपशील भरून ५०० रुपये आगाऊ रक्कम वळती केली. परंतु मोबाइल हँग झाल्यामुळे वृद्धाला संशय आला. संशय खरा ठरला आणि वृद्धाच्या बँक खात्यातून दहा लाख रुपये परस्पर वळते करण्यात आले.

यांचीही फसवणूक

- सांताक्रूझ : उदयपूर येथील एका हॉटेलचा कर्मचारी असल्याचे भासवून खोली बुकिंगसाठी व्यावसायिकाकडून ९० हजार रुपये घेतले.
- खार : इंस्टाग्रामवरील रिल्समधील व्हिला बुक करण्यासाठी ६० हजार रुपये भरले, मात्र बुकिंग झाले नाही.
- वांद्रे : अलिबाग येथे दहा व्यक्तींना दोन रात्री राहण्यासाठी सव्वा लाख रुपये दिले; प्रत्यक्षात ही फसवणूक ठरली.
- ताडदेव : संकेतस्थळावरून हॉटेल बुकिंग रद्द करण्याच्या बहाण्याने ६७हजार रुपये काढले.
- सांताक्रूझ : ग्राहकाकडून कर्मचाऱ्याने दीड लाख रुपये घेऊन हॉटेलच्या खात्यात जमा केलेच नाहीत.

सावधगिरी महत्त्वाची

- हॉलिडे पॅकेजच्या जाहिरातींची प्रथम शहानिशा करा.
- अधिकृत आणि विश्वासार्ह कंपनीकडूनच बुकिंग करा.
- टूर ऑपरेटरची निवड करण्यापूर्वी नोंदणी प्रमाणपत्र आणि विश्वासार्हता तपासा.
- बनावट एजंट सवलतींचा वर्षाव करून फसवणूक करतात.
- ऑनलाइन पेमेंट करण्यापूर्वी सुरक्षित ▸ वेबसाइट्स आणि ॲप्स वापरा.
- कोणत्याही बनावट लिंकवर क्लिक करू नका.
- खात्री पटल्याशिवाय पूर्ण रक्कम भरणे टाळा.
- फसवणूक झाल्यास त्वरित पोलिसांत तक्रार करा

खडकवासला एनडीएमध्ये १८ वर्षीय कॅडेटनं संपवलं आयुष्य

■मुंबई। प्रतिनिधी,

पुण्यातील खडकवासला इथं असणाऱ्या राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनी अर्थात एनडीएमध्ये धक्कादायक घटना घडली असून, अनेकांच्याच पायाखालजी जमीन सरकली आहे. देशसेवेसाठी सज्ज होऊ पाणाऱ्या आणि एनडीएमध्ये शैक्षणिक कारकिर्दीच्या प्रथम सत्रासाठी शिक्षण घेणाऱ्या १८ वर्षीय कॅडेटनं आत्महत्या करण्याचं टोकाचं पाऊल उचललं. एनडीएमध्ये राहत्या खोलीत लटकलेल्या अवस्थेत त्याचा मृतदेह आढळला. राष्ट्रीय संरक्षण प्रबोधिनीमध्ये शिक्षण घेणाऱ्या विद्याथ्यार्ने केली आत्महत्या केल्याचं वृत्त समोर येताच अनेकांच्या भुवया उंचावल्या आहेत. अंतरिक्ष कुमार सिंह असं या तरुणाचं नाव असून, त्याचं वय १८ वर्षे असल्याची माहिती समोर आली. हा तरूण मुळचा उत्तर प्रदेशमधील लखनऊ येथील रहिवासी असल्याची माहिती असून, त्याच्या आत्महत्येचं कारण मात्र अद्याप अस्पष्ट असल्याचं समजत आहे.

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

महाराष्ट्राला 'गुंडा'राष्ट्र बनवू नका!

कधी काळी राज्याच्या राजकारणात विकासाला महत्त्व होते. नेत्यांना प्रश्न आणि समस्यांची जाण होती, ते सोडविण्याची तळमळ होती. अशा नेत्यांच्या दूरदृष्टीमुळे राज्यात मोठ्या प्रमाणात जलसंधारणाची कामे झाली. उद्योगधंदे आले. महाराष्ट्राची चौफेर प्रगती झाली.

महाराष्ट्राची ओळख ही सहिष्णुता, प्रगती आणि सामाजिक न्याय यांच्या संगमातून उभी राहिलेली आहे. महाराष्ट्र ही शिवछत्रपतींची, शाहू-फुले-आंबेडकरांच्या समतेच्या चळवळींची, ज्ञानोबा-तुकोबांच्या शिकवणीवर चालणारी पुरोगामी भूमी आहे. सहकार, शिक्षण, विज्ञान, उद्योग आणि समाजकारण अशा सर्वच क्षेत्रात महाराष्ट्राने देशाला नेहमीच दिशा दिली. परंतु आज या पावन भूमीवर गुंड, माफिया, दलालांनी उभे केलेले दहशतीचे सावट फोफावत आहे. रस्त्यावरून प्रवास करत असताना वाहनाला लवकर साइड दिली नाही म्हणून एक दुचाकीस्वाराला गोळ्या मारल्या जात असतील तर महाराष्ट्रात कायद्याचे राज्य आहे का? असा प्रश्न पडल्याशिवाय राहत नाही. शहरांपासून गावापर्यंत गल्लोगल्ली गुंड तयार झाले असून त्यांना राजकीय राजकीय संरक्षणही मिळत आहे. त्यामुळे उत्तरेतल्या राज्यांबाबत वापरली जाणारी ''गुंडराज'' ही संज्ञा महाराष्ट्रातील जनता दररोज अनुभवत आहे. सर्वांगीण सामाजिक आणि आर्थिक विकासाच्या भोवती फिरणारे महाराष्ट्राचे राजकारण हे गुंड आणि त्यांना पोसणाऱ्या नेत्यांभोवती फिरू लागले आहे हे आजच्या महाराष्ट्राचे कटू वास्तव आहे. कधी काळी राज्याच्या राजकारणात विकासाला महत्त्व होते. नेत्यांना प्रश्न आणि समस्यांची जाण होती, ते सोडविण्याची तळमळ होती. यशवंतराव चव्हाण, वसंतराव नाईक, शंकरराव चव्हाण, वसंतदादा पाटील, अशा नेत्यांच्या दूरदृष्टीमुळे राज्यात मोठ्या प्रमाणात जलसंधारणाची कामे झाली. कोयना, जायकवाडी, उजनीसारखी धरणे अस्तित्वात आली, शेतीची उत्पादकता वाढली. सहकारी साखर कारखाने, दूध संघ, सूतगिरण्यांमुळे शेतकऱ्यांना समृद्धी आली. शाळा, महाविद्यालये सुरू झाल्याने शेतकऱ्यांची मुले उच्चशिक्षण मिळवून डॉक्टर, इंजिनिअर, प्रशासकीय अधिकारी झाली. उद्योगधंदे आले. महाराष्ट्राची चौफेर प्रगती झाली. या महान नेत्यांनी सत्तेसाठी विचारांशी कधीही प्रतारणा केली नाही. गुंडांची मदत घेणे सोडा, गुंडांची सावलीही आपल्या जवळपास फिरकू दिली नाही. त्यांच्या राजकारणाला नैतिकतेचे अधिष्ठान असल्याने गुंड, माफियाही त्यांच्या जवळपास फिरकण्याचे धाडस करत नव्हते. पण आता परिस्थिती पूर्णपणे बदलली. मंत्र्यांच्या बंगल्यापासून ते मंत्रालयापर्यंत सगळीकडे गुंड, माफियांचा मुक्त संचार सुरू आहे. गुंड, दलाल आणि राजकीय कार्यकर्ते यांच्यातील सीमारेषा अंधुक झाली आहे. सत्तेची जवळीक साधून अनेक गुंड 'सामाजिक कार्यकर्ते' म्हणून राजकीय क्षेत्रात मिरवत आहेत. सत्ताधारीही त्यांच्या मदतीने आपले राजकीय डावपेच साधत आहेत. राजकीय पक्षांनी गुंड वाटून घेतले आहेत, अशी चर्चा आहे. देवेंद्र फडणवीसांच्या मुख्यमंत्रीपदाच्या पहिल्या कार्यकाळात 'वर्षा' बंगल्यावरील पुण्यातील कुख्यात बाबा बोडके याच्यासोबतचा फोटो राज्यभर चर्चेत होता. ज्याच्यावर खून, खुनाचा प्रयत्न खंडणी, धमकी, बेकायदा शस्त्र बाळगणे असे गंभीर गुन्हे दाखल आहेत असा व्यक्ती मुख्यमंत्र्यांच्या बंगल्यावर पोहोचतो आणि मुख्यमंत्री त्यांच्यासोबत फोटो काढतात, याचा अर्थ सत्ता आणि गुंडगिरी यांच्यातील सीमारेषा पुसली गेली आहे. लोकसभा निवडणुकीदरम्यान उपमुख्यमंत्री अजित पवारांचे सुपुत्र पार्थ पवार यांचा गजा मारणे या पुण्यातील कुख्यात गुंडासोबतचा फोटो व्हायरल झाला. एकनाथ शिंदे यांच्या पक्षाच्या एका नेत्याच्या गुंडगिरीला कंटाळून कल्याणचे भाजपचे माजी आमदार गणपत गायकवाड यांनी पोलीस स्टेशनमध्येच गोळीबार करून आपण गुंडापेक्षा कमी नाही हे दाखवून दिले. सध्या निलेश आणि सचिन घायवळ हे दोन भाऊ राज्यभरात चर्चेचा विषय ठरले आहेत. पुणे, अहिल्यानगर आणि आसपासच्या परिसरात घायवळचा मुक्त संचार आहे. सामान्य माणसाला सगळी कागदपत्रे असूनही पासपोर्ट लवकर मिळत नाही. पण खोट्या पत्त्यावर पासपोर्ट मिळवून हा घायवळ युरोप पर्यटन करत आहे. यावरून त्याची पोहोच कुठपर्यंत आहे, याचा अंदाज येऊ शकतो. पुण्याचे माजी पालकमंत्री चंद्रकांतदादा पाटील हेच घायवळचे पालक असल्याचे माजी आमदार रवींद्र धंगेकर यांनी सांगितले. विधान परिषद सभापती राम शिंदे, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्यासह बीडच्या गुंडगिरीबाबत रान उठवणारे भाजपचे आमदार सुरेश धसही घायवळच्या मांडीला मांडी लावून बसल्याची छायाचित्रे समोर आली. माजी मंत्री तानाजी सावंतांसाठी या निलेश घायवळने लोकांना दिलेल्या धमक्यांच्या ऑडिओ क्लीपही वृत्तवाहिन्यांनी चालवल्या. निलेश घायवळचा भाऊ एका व्हिडीओमध्ये आपण अजित पवारांच्या पक्षाचा कार्यकर्ता असल्याचे सांगत आहे. सत्ताधीशांशी एवढे जवळचे संबंध असल्यामुळेच गृहराज्यमंत्री योगेश कदमांनी पोलिसांचा रिपोर्ट डावलून सचिन घायवळला पिस्तुलचा परवाना दिला. या घायवळची दहशत एवढी की याच्याबाबत प्रश्न विचारताच केंद्रीय मंत्री मुरलीधर मोहोळ पत्रकार परिषद सोडून पळाले. राज्याची सास्कृंतिक राजधानी शिक्षणाचे माहेरघर अशी ओळख असलेल्या पुण्याची गेल्या काही वर्षांतील स्थिती पाहता पुण्याला आता गुन्हेगारांची राजधानीच म्हणावे लागले. अंदेकर-कोमकर टोळीयुद्धातले हत्यासत्र, कोयता गँग, गल्लोगल्लीचे दादा त्यांचे पालक राजकीय नेते हे पुण्यातले सध्याचे चित्र आहे. पुणे गुन्हेगारीच्या मगरमिठीत अडकले आहे. अजितदादा आणि चंद्रकांतदादा हे दोन दादा गेल्या अनेक वर्षांपासून पुण्याचे पालकमंत्री पद सांभाळत आहेत, पण ते गुन्हेगारीवर वचक बसवू शकले नाहीत. उच्च तंत्रशिक्षण खात्याच्या मंत्रिपदाची जबाबदारी सांभाळणाऱ्या चंद्रकांत पाटलांचा कोथरूड मतदारसंघ हा तर पुण्यातील गुन्हेगारीचे केंद्र झाला आहे. या गुंडांच्या टोळ्यांना त्यांचेच पाठबळ आणि संरक्षण असल्याची चर्चा राजकीय वतुर्ळात नाही तर त्यांच्या पक्षातही आहे. लोक मतं देतील अशी काही चांगली कामे केली नसल्याने गुंड पाळून निवडणुका जिंकण्याचा नवा पुणे पॅटर्न सुरू झाला आहे. उद्धव ठाकरेंच्या शिवसेनेचा नाशिकचा नेता सुधाकर बडगुजर याचे दाऊदचा हस्तक सलीम कुत्ताशी संबंध असल्यावरून भाजपने आरोपाची राळ उठवली होती. देवेंद्र फडणवीस यांनी विधानसभेत याबाबत तडाखेबंद शैलीत भाषण केले होते. त्याला भाजपने पावन करून घेतले. त्यापूर्वी प्रफुल्ल पटेल यांचे इक्बाल मिर्ची याच्याशी संबंध असल्याचे आरोप केले. त्यांनाही सन्मानाने सोबत घेतले. आरोप करायचे आणि त्याच लोकांना पावन करून आपल्यासोबत घ्यायचे ही भाजपची कार्यपद्धती आहे. नाशिक शहरात तीन वेगवेगळ्या खुनांच्या प्रकरणात भाजपच्या दोन माजी नगसेवकांना आणि एका पदाधिकाऱ्याला नुकतीच अटक करण्यात आली आहे. भाजप आमदार गोपीचंद पडळकरांच्या लोकांनी जितेंद्र आव्हाडांच्या कार्यकर्त्याला महाराष्ट्राच्या विधिमंडळात मारहाण केली. यावरून गुन्हेगारीचे लोण कुठपर्यंत पसरले आहे याचा अंदाज येतो. गुंडांना पोसणारे, त्यांच्यासोबत फोटो काढणारे, त्यांना संरक्षण देणारे राजकारणी महाराष्ट्राच्या अस्मितेला कलंक लावत आहेत. लोकशाहीत सत्ताधाऱ्यांची पहिली जबाबदारी भयमुक्त समाज निर्माण करणे आहे, पण भीती हीच सत्ता मिळवण्याचे शस्त्र बनली आहे. महाराष्ट्राने संत आणि समाजसुधारक निर्माण केले, पण आज त्याच महाराष्ट्रात गुंड आणि दलाल सत्तेचे आधारस्तंभ होत आहेत. ही स्थिती आपल्याला विचार करायला लावणारी आहे. सत्ता आणि गुंड यांचे नाते तोडले नाही, तर महाराष्ट्राची ओळखच बदलून जाईल. महाराष्ट्र गुंडाराष्ट्र व्हावे की विचारांचे आणि प्रगतीचे केंद्र राहावे, हा प्रश्न आता प्रत्येक सुजाण नागरिकाने स्वतःला विचारायची वेळ आली आहे.

कबुतरांआडून दंड थोपटण्याचे कारण काय?

ऑगस्टच्या दुसऱ्या आठवड्यात थंड झालेला कबुतरखान्याचा विषय दोन महिन्यांनी म्हणजे ऑक्टोबरच्या दुसऱ्या आठवड्यात पुन्हा तापला आहे. जैन मुनी आणि जैन समाजाने घेतलेली पत्रकार परिषद तसेच प्रार्थनासभा ही खरोखरच प्रार्थनासभा होती की चिथावणी सभा, असा प्रश्न उपस्थित होत आहे. मुंबई उच्च न्यायालयाच्या आदेशाने मुंबई महापालिकेने कबुतरखाने बंद केले. त्यामुळे जैन समाज इतका संतप्त झाला आहे की राजकीय पार्टीची घोषणा केली. एवढेच नाही तर कबुतर निर्णय घेईल कोण सत्तेवर येईल, अशी भाषा केलीच शिवाय एक-दोन मेल्याने काय होते, असा प्रश्न उपस्थित करून माणुसकीच्या धमार्चा विसर पडल्याचे दाखवून दिले.

पांढरं कबुतर म्हणजे शांततेचे प्रतीक. संदेशाची देवाण-घेवाण करण्यासाठीही कबुतरांचा उपयोग गेला जायचा. आता हा सर्व इतिहास झाला. असे असले तरी जैन धर्मियांमध्ये कबुतराचे विशेष स्थान आणि महत्त्व आहे. त्याला कुणीही विरोध करण्याचे कारण नाही. मात्र, त्यामुळेच मुंबईतील कबुतरखाने बंद करण्याची वेळ आली तसा जैन धर्मियांनी जोरदार विरोध करायला सुरुवात केली. यात त्यांचे म्हणणे होते की एवढी वर्षे कबुतरखाने सुरू असताना त्यांचा उपद्रव झाला नाही आणि आताच का उपद्रव होत आहे. त्यांचा त्रागा योग्य असला तरी मानवी आरोग्याचा प्रश्न आल्यामुळे मुंबई उच्च न्यायालयाने मुंबई महापालिकेला आदेश देत कबुतरखाने बंद करण्याचे तसेच कबुतरांचा दाणापाणी बंद करण्याचे आदेश दिले होते, याचा सर्वांना विसर पडला आहे. आणखी एक बाब म्हणजे कबुतरखान्यांना विरोध आताच होत नाही तर मोठ्या प्रमाणात विरोधाला सुरुवात ८-१० वर्षांपासून सुरू झाला होता. कबुतरखान्याचा त्यातही दादरमधील कबुतरखान्याबाबत जैन समाज फारच हळवा आणि तेवढाच आक्रमक झालेला आहे. कारण कबुतरखान्यावर घातलेली ताडपत्री तोडण्यासाठी कोटार्चा आदेश मोडून आंदोलन केले होते. शिवाय ताडपत्री तोडण्यासाठी सुर्यांचा वापर केला होता.

या घटनेनंतर कबुतरांची पिसे, विष्ठा आदींचा मानवी आरोग्यावर होणारा परिणाम अभ्यासण्यासाठी १३ ऑगस्ट २०२५ रोजी उच्च न्यायालयाच्या आदेशानुसार राज्य सरकारने तज्ज्ञांची समिती स्थापन केली. या संदर्भात नगर विकास विभागाने २२ ऑगस्ट रोजी शासन निर्णय काढला. या समितीचे अध्यक्ष सार्वजनिक आरोग्य सेवा, पुणे येथील संचालक विजय कांदेवाड आहेत तर नगररचना विभागाचे संचालक जितेंद्र भोपळे समितीचे सदस्य सचिव आहेत. शिवाय बॉम्बे नॅचरल हिस्ट्री सोसायटीचे संचालक किशोर रिठे, प्राध्यापक व विभागप्रमुख डॉ. प्रदीप देशमुख (कम्युनिटी मेडिसिन एम्स, नागपूर), पशुसंवर्धन आणि दुग्धव्यवसाय विभागाचे उपायुक्त डॉ. शिवाजी पवार, प्राणी कल्याण मंडळाचे सचिव एस. के. दत्ता, फुफ्फुस तज्ज्ञ सुजित रंजन, डॉ. अमिता आठवले, आयसीएमआर, रोगप्रतिकारशक्ती तज्ज्ञ, डॉ. मनीषा मडकईकर, पशुवैद्यकीय सार्वजनिक आरोग्य शास्त्र विभागाचे प्रा. डॉ. आर. जे. झेंडे, ग्रँट मेडिकल कॉलेज आणि जेजे रुग्णालयाच्या सूक्ष्मजीव शास्त्र विभागाच्या सहयोगी प्राध्यापक डॉ. शिल्पा पाटील, मुंबई महापालिकेच्या कार्यकारी आरोग्य अधिकारी दक्षा शहा यांचा सदस्य म्हणून या समितीत समावेश आहे. समिती नेमून दीड महिना झाला आहे. आता त्यांच्या अहवालाची सर्वांना प्रतीक्षा आहे.

मात्र, समितीच्या अहवालाची वाट न पाहता जैन मुनी आणि इतर जैन समाजबांधवांनी शनिवारी (११ ऑक्टोबर) वापरलेली भाषा ही अहिंसावादी जैन धमार्ला शोभणारी नव्हती. जैन मुनी कैवल्य रत्न महाराज यांनी तर परिसीमा पार केली. मी डॉक्टरांना पण मूर्ख मानतो असे म्हणत एक-दोन जण मेल्यानं काय होतं? असा थेट सवाल त्यांनी उपस्थित केला. एवढेच नाही तर दररोज सामान्य माणूस मरतो आणि त्याचा सरकार विचार करत नाही, असेही ते म्हणाले. जैन मुनी निलेशचंद्र विजय यांनी तर कबुतरांचा विषय राजकीय पटलावर नेला. त्यांनी थेट 'शांतीदूत जनकल्याण पार्टी'ची घोषणा केली आणि मुंबई महापालिकेच्या निवडणुकीत उतरणार आणि प्रत्येक वॉर्डात उमेदवार देण्याची घोषणा केली. ते एवढ्यावरच थांबले नाहीत तर ही फक्त जैन लोकांची पार्टी नसेल, तर राजस्थानमधील ३६ समुदाय, मारवाडी आणि गुजराती असतील त्यांना एकत्र करून उमेदवार देणार असल्याचे मुनी निलेशचंद्र विजय म्हणाले. वास्तविक कबुतरखान्याचा विषय निवडणुकीपर्यंत जात असेल तर कबुतरखाना हे निमित्त आहे, पडद्यामागे बरंच काही सुरू आहे, असे म्हणायला खूप संधी आहेत. कारण या प्रार्थनासभेनंतर पत्रकार परिषदेत कबुतर निर्णय घेईल कोण सत्तेवर येणार, असा इशारा देण्यात आला. त्यामुळे प्रार्थनासभा ही इशारा सभा होती का, असा प्रश्न उपस्थित होतो.

मुळात जैन समाज कबुतरखान्यासंदर्भात पहिल्यापासून उगाचच आक्रमक होत आहे. न्यायालयाच्या आदेशानंतर मुंबई महापालिकेने दादर कबुतरखान्यावर ताडपत्री टाकली होती. कबुतरांना कुणीही दाणापाणी देऊ नये, म्हणून ताडपत्री टाकली होती. त्यानंतर जैन समाजातील महिला-पुरुषांनी प्रक्षोभक होत ६ ऑगस्ट रोजी दादर कबुतरखान्याजवळ आंदोलन केले होते. त्यावेळी जैन धर्मीय महिला पोलिसांवर अरेरावी करताना पाहायला दिसल्या. धक्कादायक बाब म्हणजे आंदोलनात सहभागी झालेल्या एका महिलेने ताडपत्री कापण्यासाठी सुऱ्यांचे वाटप केले होते. शिवाय काहीजण पोलिसांशी हुज्जत घालून त्यांच्या अंगावर धाऊन गेले होते. हे अहिंसावादी जैन समाजाकडून कधीच अपेक्षित नव्हते. आता तर निवडणुकीत सरकारला किंमत मोजावी लागेल, असाही इशारा दिला आहे. कबुतरांमुळे आजार होतो, याचा पुरावा आतापर्यंत समोर आलेला नाही असे म्हणत आताच हा प्रश्न उपस्थित झाल्याने याठिकाणी आजूबाजूला कोणाला तरी डेव्हलपमेंट करायची आहे. याची किंमत आगामी निवडणुकांमध्ये सरकारला मोजावी लागेल, असा इशारा जैन मुनींनी दिला आहे. तसेच कांद्यामुळे काँग्रेसचे सरकार गेले, कोंबडीमुळे शिवसेनेचे सरकार गेले आता कबुतरांमुळे कोणाचे सरकार जाईल याचा विचार करा, असेही सुनावले.

कबुतरखान्यावरून जैन समाज एवढा आक्रमक का होत आहे? विशेष म्हणजे सरकारने अभ्यास समिती नेमली आहे. त्यामुळे अहवाल मिळेपर्यंत तरी थांबायला हवे होते. मात्र, प्रार्थनासभा आयोजित करणार असल्याचे सांगण्यासाठी आयोजित केलेल्या पत्रकार परिषदेत तसेच प्रार्थनासभेनंतर वापरलेली आक्रमक भाषा म्हणजे निवडणुकीचा अजेंडा तर नाही ना, अशी शंका उपस्थित केली जात आहे. मुंबईतील बहुतांश जैन समाज उच्च उत्पन्न गटातील किंवा श्रीमंत गटातील आहे. जैन व्यापारी, बिल्डर मोठ्या प्रमाणात आहेत. त्यामुळे कबुतरखान्याच्या निमित्ताने 'शांतीदूत जनकल्याण पार्टी' स्थापन करत असल्याचे सांगून एक प्रकारे जैन धर्मियांची पार्टीची घोषणा केली आहे. हा तर कबुतराच्या आडून राजकारणाचा प्लान आहे. कबुतराला धार्मिक रंग देण्याचा जोरदार प्रयत्न झाला आहे. कबुतराची हत्या म्हणजे शंकराची हत्या झाल्यासारखे आहे, असाही युक्तीवाद यावेळी करण्यात आला. तसेच कबुतराचे महत्त्व पटवून देण्यासाठी रावणासमोर जटायू पक्षी आला होता, असेही उदाहरण देण्यात आले होते. हे कमी म्हणून की काय, धुळीमुळेही मृत्यू होतात म्हणून मुंबईतील बांधकामे बंद करणार का? कोंबड्यामुळे बर्ड ब्लू होतो म्हणून विक्री बंद करणार का? असा युक्तीवाद माजी नगरसेवक पूरण दोशी यांनी प्रार्थनासभेची माहिती देण्यासाठी आयोजित केलेल्या पत्रकार परिषदेत केला होता.

मुळात कबुतरखान्यांना विरोध माणसाला होणार्या आजारांमुळे होत आहे. कबुतर हा पक्षी आहे आणि तो त्याचे खाद्य मिळवू शकतो. त्यासाठी कबुतरखाने निर्माण करून त्यांना गहू-तांदुळ देण्याची खरंच गरज आहे का? त्याचवेळी कबुतरांच्या समर्थनासाठी गाय, कावळा यांना मध्ये आणण्याची मुळीच गरज नाही. हिंदू धर्मामध्ये पिंडाला कावळा शिवण्यासाठी कुणी कावळे पाळत नाही. किंवा कावळेखान्याची निर्मिती केलेली नाही. त्यामुळे आरोग्याचा प्रश्न तेवढ्याच शांततेने आणि सामंजस्याने सोडवण्याची गरज आहे. शिवाय होणारे आजार जैन धर्मियांव्यतिरिक्त लोकांनाच होतात असेही नाही. त्यामुळे कबुतरखान्यांना राजकीय किंवा धार्मिक रंग देण्यात कोणतेही शहाणपण नाही. तसा प्रयत्न होत असेल तर त्याला कबुतरांचा पुळका म्हणता येणार नाही तर राजकीय शक्ती दाखवण्यासाठी दंड थोपण्याचा दुर्दैवी प्रकार आहे. उद्या याच मार्गाने इतर लोक गेले तर मुंबईची बहुधर्मिय, बहुभाषिक म्हणजेच कॉस्मोपॉलिटन ही ओळख पुसली जाईल, शिवाय अशा पद्धतीने अराजकता वाढण्यासाठी केलेली ही बीजपेरणी ठरू शकेल.

शांतिदूतच ठरले वादाचे मूळ

कबुतरे, विशेषतः पांढरी कबुतरे ही नेहमी शांतिदूताचे प्रतीक म्हणून दाखवली गेली. त्याचप्रमाणे प्रेमिकांना एकमेकांचे संदेश पोहोचविण्याची नाजुक जबाबदारीही त्यांच्यावर दिली गेली. हे सर्व साहित्य आणि चित्रपटांपुरते ठीक होते. मात्र प्रत्यक्ष जगात प्रेमाऐवजी जंतू वाहून नेण्याची सवय आणि बेसुमार संख्या यामुळे ती रोगवाहकच ठरू लागली. मुंबईसारख्या शहरांमधील वर्षानुवर्षांचे कबुतरखाने रोगराईचे उगमस्थान ठरण्याचा धोका निर्माण झाला. इमारतींचे सज्जे, गच्च्या, रहिवाशांच्या घरांच्या खिडक्या-तावदाने, वातानुकूलन यंत्रांमधल्या मोकळ्या जागा, पत्रे यावरही कबुतरे बिऱ्हाडे थाटू लागली. कबुतरांची विष्ठा, त्यांचे त्रासदायक गुटरगू आणि पिसांमधून वाहून येणारे जंतू हे सर्व तापदायक ठरू लागले. श्वसनमार्गे फुफ्फुसाचा होणारा त्रास, पोटदुखी, पुरळ येणे, अतिसार, खोकला, दम लागणे अशा प्रकारच्या आरोग्याच्या तक्रारी लोकांकडून येऊ लागल्या. या सर्व पार्श्वभूमीवर मुंबईत कबुतरांना धान्याचे दाणे टाकण्याला मज्जाव करण्याची नितांत गरज होती. मात्र, आजकाल कोणताही प्रश्न राजकीय वादाची फोडणी मिळाल्याखेरीज सुटत नाही. या प्रश्नासही इतके राजकीय रंग प्राप्त होतील, असे कुणाला वाटले नसेल. विधिमंडळाच्या सभागृहात मंत्री व शिवसेना नेते उदय सामंत यांनी मुंबईतील ५० कबुतरखाने बंद करण्याची घोषणा केली. न्यायालयानेही कबुतरांना खाद्य देणाऱ्यांना महापालिका नियमानुसार दंड ठोठावण्याचे निर्देश दिले. त्यानुसार मुंबई महापालिकेने कारवाई सुरू केली. मात्र, आजकाल सरकारचा एकही निर्णय फेरविचार, समित्या याशिवाय पुढे जात नाही, तसेच याही बाबतीत झाले. या सर्वांवर कडी म्हणजे जैन समाजातील महिलांनी आक्रमक होत दादरच्या झाकलेल्या कबुतरखान्याचे आवरण हत्यारांनी टराटरा फाडले. त्यामुळे हा प्रश्न केवळ आरोग्यापुरता न उरता कायदा-सुव्यवस्था, सामाजिक तेढ, भाजप व शिवसेना, मुख्यमंत्री, मंगलप्रभात लोढा व शिवसैनिक अशा विविध पातळ्यांवर जाऊन पोहोचला. तूर्तास तरी मुंबई उच्च न्यायालयाने कबुतरांना खाद्य देण्यास बंदीच्या बाजूने कौल दिला असून तज्ज्ञ समिती स्थापन करण्याचे निर्देश दिले आहेत.

पुरोगामी महाराष्ट्रासमोरील आव्हान

देवदेवस्कीच्या संशयावरून सामाजिक बहिष्कार घालण्याचे प्रकार नवे नाहीत. महिलेला डाकीण ठरवून तिचा छळ करून गावातून हाकलून देण्याचे प्रकार, कुटुंबाला वाळीत टाकणे, सामाजिक प्रतिष्ठा घालवण्याचे प्रकार महाराष्ट्रात याआधीही घडले, घडत आहेत. जातीभेदातून कुटुंबाला वाळीत टाकण्याच्या घटना अनेकदा समोर येतात. श्रद्धा विश्वास उपासना या बाबी घटनेने दिलेल्या मूलभूत स्वातंत्र्याच्या कक्षेत असतील तर त्या धोकादायक नसतात. सामाजिक बहिष्काराचे अस्त्र जातीय हेळसांड तसेच एका पीडित कमकुवत घटकाच्या विरोधात चलाखीने केलेला सामाजिक कायदेभंग असतो. यात असहकार्य, उपेक्षा, अदखल ठरवण्याचे प्रकार होतात. या प्रकारात कोणताही कायदा थेटपणे मोडला जात नाही, त्यामुळे कायद्याच्या जाळ्यातून संबंधित आरोपींची सुटका सुकर होते. सामाजिक बहिष्कार हा समाजाच्या कमालीच्या असंवेदनशीलतेचे आणि राजकीय दबावाचे भयानक रूप आहे.

मृत मुलाच्या वडिलांनी कथित करणी केल्याच्या आरोपावरून अलिबाग तालुक्यातील रामराज भागातील खैरेवाडीत एका कुटुंबाला ग्रामस्थांनी वाळीत टाकले. या प्रकरणी सामाजिक बहिष्कार कायद्यानुसार रेवदांडा पोलीस ठाण्यात प्रकरण दाखल झाले आहे. यात ३३ जणांवर गुन्हा दाखल झाला असून ही संख्या मोठी असल्याने चिंताही मोठीच आहे. सामाजिक परिवर्तनाची मुहूर्तमेढ रोवणाऱ्या छत्रपती शिवाजी महाराज, महात्मा फुले, राजर्षी शाहू महाराज आणि महामानव डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या नावाने ओळखल्या जाणाऱ्या महाराष्ट्रात अंधश्रद्धेतून कुटुंबाला वाळीत टाकण्याचा प्रकार आजच्या अत्याधुनिक जगात घडत आहे, ही चिंतेची बाब असून आपला समाज नक्की कोणत्या दिशेला जात आहे, याचे आत्मचिंतन करण्याची ही वेळ आहे. समाजात अंधश्रद्धा वाढीस लागण्याची कारणे शोधताना आत्मवंचित समाज समुदाय, भीती, अविश्वासाने त्रासलेला समाज, व्यक्तीगत आत्मकेंद्रित झालेल्या समाज समुदायात आपण राहतो आहोत हे स्पष्ट व्हावे. नकारात्मकतेने ग्रासलेल्या समुह अंधश्रद्धेला पोषक असतो, त्याशिवाय धर्म आणि सांप्रदाय तसेच श्रद्धास्थानांविषयी चुकीच्या संकल्पनांच्या आहारी गेल्याने अंधश्रद्धेचे प्रकार वाढल्याचे स्पष्ट व्हावे.

करणी, जादूटोणा, पैशांचा पाऊस, नरबळी, डाकीण ठरवणे हे अंधश्रद्धेचे भयानक प्रकार समाजात रुढ आहेत. मिरची आणि अलीकडे काळी बाहुली लावलेले लिंबू ही अंधश्रद्धेची सुरुवात आहे. कुठलीतरी नकारात्मक शक्ती सभोवताली कार्यरत असून त्यापासून बचावासाठी भौतिक वस्तूंचा वापर करण्याचा हा समजच अंधश्रद्धा आहे. सकारात्मक विश्वास आणि आनंददायी श्रद्धा हा भक्तीची मूळ संकल्पना असताना अशा नकारात्मक बाबींना त्यात स्थान नाही. या नकारात्मक गोष्टी म्हणजेच अंधश्रद्धा असल्याचे समोर येते. अलिबाग तालुक्यातील ही दुसरी घटना असल्याने ही चिंता वाढली आहे. खैरेवाडी येथील एका कुटुंबात १५ वर्षीय मुलाचा दोन वर्षांपूर्वी आजाराने मृत्यू झाला. त्यानंतर एका मांत्रिकाच्या सांगण्यावरून या मुलाच्या मृत्यूला एकाने केलेली करणी कारण असल्याचा गैरसमज पसरवण्यात आला. त्यानंतर एका व्यक्तीवर करणीचा आरोप करून गावकर्यांनी समाजमंदिरात बैठक घेतली. या बैठकीत कुटुंबाला वाळीत टाकण्याचे ठरवण्यात आले, या बहिष्कारातून मुक्ततेसाठी संबंधितांनी काही रकमेची मागणी केल्याची नोंद पोलीस ठाण्यात करण्यात आली आहे. या सर्व घटनाक्रमातून काही गंभीर प्रश्न उपस्थित होतात. ज्या मुलाचा मृत्यू झाला त्याचा मृत्यू जर नैसर्गिक असेल तसेच आजारपणामुळे असेल तर त्याला वेळीच वैद्यकीय उपचार का मिळाले नाहीत? गावकर्यांच्या बैठकीचा उद्देश सामाजिक बहिष्काराचा होता तर पैशांची मागणी का करण्यात आली? या मुलाच्या मृत्यूचे नेमके कारण कोणते?

बहिष्काराच्या निर्णयाविरोधात या गावबैठकीत कोणीच आवाज का उठवला नाही, गावातील शिक्षित आणि समजुतदार मंडळींनी यात दखल का घेतली नाही? करणीसारखा प्रकार आजच्या विज्ञान तंत्रज्ञान आणि शिक्षणाच्या काळात होऊ शकतो का? एवढे समजण्याचीही जर गावसमुहाची बुद्धी नसेल तर आधुनिकतेच्या कोणत्या महाराष्ट्रात आपण राहत आहोत? आपल्या प्रगत महाराष्ट्राने पुरोगामीपणा मिरवण्यात खरंच अर्थ आहे का? तपास आणि सरकारी यंत्रणा एवढा प्रकार होऊनही शांत कशा होत्या? आदी अनेक प्रश्न या घटनेनंतर उपस्थित झाले आहेत. सामाजिक बहिष्कार टाकला गेलेल्या कुटुंबाने संबंधित रक्कम देण्याची तयारी दाखवून ती दिली असती तर या कुटुंबाला वाळीत टाकले गेले नसते, त्यातून पुढे याविषयी गुन्हाही दाखल झाला नसता, परंतु एखादी व्यक्ती दुर्सया व्यक्तीवर, कुटुंबावर किंबहुना गावावरही करणी करू शकते, हा विचारही त्यातून छुप्या पद्धतीने पोसला गेला असता, हेही स्पष्ट व्हावे. संबंधित कुटुंबाने बहिष्कार टाळण्यासाठी मागितलेली रक्कम देण्यास नकार दिल्याने हे प्रकरण समोर आले, याचाच अर्थ अशी कित्येक प्रकरणे महाराष्ट्रात घडत असावीत, मात्र ती कायदेशीर पटलावर आली नसावीत, अशी शंका घेण्यास वाव आहे. एवढ्यावरच हे प्रकरण थांबले नाही, तर संबंधित कुटुंबाशी संपर्क ठेवल्यास तसेच या कुटुंबाला सार्वजनिक कार्यक्रमात सहभागी करून घेणाऱ्यांना, त्यांच्याशी बोलणार्यांना ग्रामस्थांच्या बैठकीत दंडाची तरतूद करण्यात आली. हा सामूहिक गुन्हा करण्याचे धारिष्ट्य कायद्याच्या राज्यात या अशा गावातील घटकसमुहांना कसे मिळाले? या प्रश्नाचे उत्तर मिळायला हवे. आपल्या गावात, समाज, जातसमुहात असे समांतर कायदे चालवणारे आणि समुहांवर नियंत्रण ठेवणारे समाज घटक हे बरेचदा आर्थिक, सामाजिकदृष्ट्या कमालीचे मागास असल्याचे समोर येते. येथील बहिष्कार मोडण्याचे कायदे इतके कठोर, भयानक आहेत की त्याच्या विचारानेही अंगाचा थरकाप उडावा, जोपर्यंत असे समाज घटकसमूह मुख्य प्रवाहात येत नाहीत, तोपर्यंत महाराष्ट्राला सामाजिक परिवर्तनाची लढाई लढावी लागणार आहे.

सांधेदुखीचा त्रास दूर करण्यासाठी करा सोपा उपाय

सांधेदुखीमुळे तुम्हाला जीवन जगणं अक्षरशः असह्य होऊ शकतं. कारण या दुखण्याचे तुमच्या संपूर्ण जीवनशैलीवर परिणाम होतात. साधं उठणं आणि बसणं या दोन क्रियाही व्यवस्थित करता येत नाहीत. सहाजिकच सांधेदुखी हे जगातील सर्वात मोठं दुखणं आहे असं तुम्हाला वाटू लागतं. बऱ्याचदा वैद्यकीय उपचार आणि औषधांचाही यावर काहीच परिणाम होत नाही. मात्र दररोजच्या या दुखण्यावर तुम्ही घरातील काही गोष्टी वापरून तुम्ही उपचार करू शकता.

घरगुती उपचारांनी तुमची सांधेदुखी पूर्ण बरी नाही झाली तरी काही काळ तुम्हाला त्यापासून आराम नक्कीच मिळू शकतो. या घरगुती उपचारांचा तुमच्या आरोग्यावर कोणताच दुष्परिणाम होत नाही.

दुखण्याच्या मुळावरच करा उपाय –

आयुर्वेदानुसार आपल्या घरातच अशा अनेक नैसर्गिक गोष्टी असतात ज्यांचा वापर आपण दुखणे कमी करण्यासाठी करू शकतो. कोणत्याही दुखण्याचं मुख्य कारण असतं ते म्हणजे दुखऱ्या भागाच्या आत होणारा दाह. जर तुम्ही हा दाह कमी करू शकला तर तुमचे दुखणे हळूहळू कमी होते. वैद्यकीय उपचारांनीदेखील हा दाहच कमी करण्याचा प्रयत्न केला जातो. सांधेदुखीवर केलेल्या उपचारांमुळे सांध्यांमधील दाह कमी झाल्यामुळे जखडलेले सांधे मोकळे होतात आणि तुम्हाला तुमची दैनंदिन कामे करणं सोपं जातं. आहारात फळं, ताज्या भाज्या आणि भरपूर पाणी याचा समावेश करून तुम्ही नैसर्गिक पद्धतीने शरीरातील उष्णता अथवा दाह नियंत्रणात आणू शकता. पण तेवढंच पुरेसं नाही कारण तुम्हाला यातून लवकर आराम मिळायला हवा. काही स्वयंपाकातील काही नैसर्गिक घटक शरीराचा दाह कमी करण्यासाठी फायदेशीर ठरू शकतात. नैसर्गिक घटकांपासून तयार तेलाने मसाज केल्यास तुमच्या दुखऱ्या भागातील उष्णता कमी होऊ शकते. यासाठीच आम्ही तुम्हाला हा मसाज कसा करायचा आणि त्यासाठी कोणते पदार्थ वापरायचे ते शअर करत आहोत.

मसाज ऑईलसाठी लागणारे साहित्य –

एक कप पाणी, वीस चमचे ऑलिव्ह ऑईल, दहा चमचे जाडे मीठ

कसे तयार कराल मसाज ऑईल –

सर्व साहित्य एकत्र मिक्स करा आणि मीठ पूर्ण विरघळेपर्यंत ढवळत राहा. मीठ विरघळल्यावर ते मिश्रण एका स्प्रे बॉटलमध्ये भरून साठवून ठेवा. ज्यामुळे मसाज करताना तुम्ही याचा वापर करू शकता.

मसाज कसा करावा –

प्रत्येकवेळी वापर करण्यापूर्वी स्प्रे बॉटल चांगली ढवळून घ्या. दुखऱ्या भागावर हे मिश्रण स्प्रे करा. काही मिनीटे हलक्या हाताने त्यावर मसाज करा. फार रगडून मसाज करू नका. दिवसभरात तुम्ही फक्त पंधरा मिनीटे हा मसाज करू शकता. चांगल्या परिणामासाठी मसाज करण्यापूर्वी गरम पाण्याच्या पिशवीने तो भाग शेकवा. ज्यामुळे त्या भागावरील त्वचेतील रोमछिद्रे मोकळी होतील आणि ते मिश्रण त्वचेमध्ये चांगले मुरेल. अशा पद्धतीने दररोज हा उपाय करून तुम्ही तुमची सांधेदुखी कमी करू शकता. ऑलिव्ह ऑईलमध्ये अँटिऑक्सिडंट असतात. ज्यामुळे तुमच्या सांधेदुखीतून तुम्हाला आराम मिळू शकतो. शिवाय मीठ हे निर्जंतूक असते त्यात सोडीयम, पोटॅशियम, मॅग्नेशियम, लोह, झिंक, तांबे, कॅल्शियम असे अनेक खनिज पदार्थ असतात. ज्यामुळे दुखऱ्या भागावरील दाह नक्कीच कमी होऊ शकतो. मात्र लक्षात ठेवा हा फक्त एक नैसर्गिक उपाय आहे.

बेड टी घेण्याची सवय आहे का?

सकाळी उठल्याबरोबर काही लोकांना बेड टी घेण्याची सवय असते. एवढेच नाही तर तो बेड टी पिण्यापूर्वी ब्रशही करत नाही. अशा लोकांचा असा विश्वास आहे की बेड टी प्यायल्यानंतरच त्यांची सकाळ चांगली सुरू होते. आणि तो दिवसभर उत्साही राहील. मात्र, बेड टीची सवय लागल्यामुळे स्नायू आणि डोकेदुखीसारख्या समस्या निर्माण होऊ शकतात. पण आज आम्ही तुम्हाला सांगणार आहोत की ब्रश न करता चहा पिणे दातांसाठी चांगले आहे का? त्याचा पोटावर काय परिणाम होतो हे सांगणार आहोत.

८-९ तासांच्या झोपेनंतर आपण सकाळी उठतो तेव्हा आपल्या तोंडात अनेक प्रकारचे बॅक्टेरिया जमा होतात. अशा परिस्थितीत जर तुम्ही ब्रश न करता चहा प्यायला तर त्रास होतो. त्यामुळे ॲसिडची पातळी वाढते. यामुळे हिरड्या आणि दातांना खूप नुकसान होते. एवढेच नाही तर तोंडात कॅव्हिटी निर्माण होण्याचा धोकाही वाढतो आणि हिरड्यांशी संबंधित अनेक समस्या तुमच्या मागे लागतात. त्यामुळे बेड टी करण्यापूर्वी दात घासण्यास विसरू नका. रिकाम्या पोटी चहा पिणे आरोग्यासाठी धोकादायक मानले जाते. असे केल्याने तुम्हाला आरोग्याच्या अनेक समस्या उद्भवू शकतात. चला जाणून घेऊया ब्रश न करता चहा पिण्याची सवय आरोग्यासाठी का हानिकारक आहे?

सकाळी उठल्याबरोबर ब्रश ना करता चहा प्यायल्याने ॲसिडिटीचा त्रास होऊ शकतो. जर तुम्ही दररोज असा चहा प्यायला तर ते तुमच्या पोटातील ॲसिडची पातळी वाढवू शकते, ज्याचा तुमच्या आरोग्यावर वाईट परिणाम होतो. ब्रश न करता चहा प्यायल्यानेही दात खराब होतात. ब्रश न करता चहा प्यायल्यानेही डिहायड्रेशन होऊ शकते, ही एक मोठी समस्या आहे. यामुळेच प्रत्येकाने सकाळी उठल्याबरोबर दात घासल्याशिवाय चहा पिणे टाळावे.

सकाळी चहा पिण्याची योग्य पद्धत कोणती?

जर तुम्हाला सकाळी उठल्यावर लगेच चहा पिण्याची सवय असेल तर या सवयीत थोडा बदल करा. चहा पिण्याऐवजी, अंथरुणातून उठल्याबरोबर भरपूर पाणी प्या. रिकाम्या पोटी पाणी पिणे आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहे. चहा पिण्यापूर्वी पाणी प्यायल्याने चहाचा शरीरावरील प्रभाव कमी होतो. पाणी प्यायल्यानंतर १५ ते २० मिनिटांनी चहा प्यायल्याने होणारा ॲसिडिक प्रभाव तुमच्या शरीराला हानी पोहोचवत नाही. हे देखील लक्षात ठेवा की चहा पिताना किंवा चहा प्यायल्यानंतर लगेचच, आपण पाण्याचे सेवन अजिबात करू नये. चहा प्यायल्यानंतर २०-२५ मिनिटांनीच पाणी पिणे चांगले. चहा पिण्याआधी १५-२० मिनिटे पाणी प्यायल्यास बरे होईल.

उत्तम आरोग्यासाठी खास उपाय

सध्याच्या धावपळीत स्वतःकडे लक्ष दायायला आपल्याला वेळ नसतो. मात्र, असे असले तरी देखील आपल्याला आपले आरोग्यही सांभाळणेही तेवढेच महत्त्वाचे असते. त्यामुळे उत्तम आरोग्यासाठी काही खास उपाय केल्यास तुमचे आरोग्य चांगले राहण्यास मदत होते.

आहार – दैनंदिन जेवणात स्निग्ध पदार्थ, खनिज या घटकतत्त्वांनी युक्त सकस आणि संतुलित ताजा आहार व्यक्तीला मिळाल्यास आरोग्य चांगले राहते. तुमचा आहार जेवढा चांगला तेवढे तुमचे आरोग्य उत्तम राहिल.

स्वच्छता – जेवण बनवताना स्वच्छतेला अधिक महत्त्व द्यावे. स्वच्छतेमुळे आरोग्याला पोषक स्थिती निर्माण होते. कारण अस्वच्छतेमधून मलेरिया, गॅस्ट्रो यासारखे हानिकारक रोग उद्भवतात. वैयक्तिक आणि सार्वजनिक पातळीवर स्वच्छतेची विशेष काळजी घेतली पाहिजे.

मनोरंजन – मनोरंजनातून व्यक्तीला आनंद मिळतो. मानसिक स्वास्थ्य लाभते. सुखी जीवनासाठी नेहमी आनंदी राहणे महत्त्वाचे आहे. मानसिक आरोग्य चांगले राहण्यासाठी मनोरंजनाच्या गोष्टी करा.

व्यायाम – नियमित व्यायाम हा चांगल्या आरोग्याचा दुसरा मंत्र आहे. व्यायाम केल्याने आरोग्याचा दर्जा वाढतो. नियमित व्यायाम केल्याने तुमची रोगप्रतिकारशक्ती वाढते आणि तुमचे आरोग्यही उत्तम राहते.

विश्रांती – आरोग्यासोबत विश्रांती देखील तितकीच महत्त्वाची असते. आरोग्य आणि विश्रांती या दोघांचा सहसंबंध आहे. योग्य वेळी विश्रांती घेतल्याने तुम्ही उत्साही राहता. नियमित झोप ही तेवढीच महत्त्वाची आहे. शरीर जेव्हा थकते त्या वेळी योग्य विश्रांती घ्या.

रात्री गाढ झोप मिळत नाही?

काही जणांचा वेळ रात्री उशिरापर्यंत मोबाइलवर जात असल्यानं त्यांची झोप पूर्ण होत नाही. तर काहींना तणावामुळे झोप येत नाही. पुरेशा प्रमाणात झोप न मिळाल्यास कित्येक गंभीर आजारांना आयते निमंत्रण मिळते. आजारांची लागण होऊ नये, यासाठी योग्य प्रमाणात झोप घेणे गरजेचं आहे. रात्री अंथरूणात गेल्यानंतर बऱ्याचदा झोप येत नसल्यानं तुम्ही वारंवार कुस बदलत राहा. या समस्येतून सुटका मिळवायची असल्यास एक खास पेय झोपण्यापूर्वी प्यायल्यास तुम्हाला झोप येण्यास मदत मिळेल. हे पेय झोपताना १५ मिनिटांपूर्वी प्यावे. यानंतर काही वेळानं तुम्हाला नक्कीच झोप येईल.

खास पेयाचं नाव काय आहे?

'डर्टी लेमन ड्रिंक' असं या पेयाचं नाव आहे. बऱ्याच जणांनी या पेयाचं नाव ऐकलेही असेल. हे पेय प्यायल्यानंतर झोप येण्यास मदत होते, याबाबतची माहिती खूपच लोकांना आहे. या ड्रिंकमध्ये लिंबूच्या रसाचा अधिक वापर केला जातो. संशोधनानुसार, लिंबूच्या रसाचं सेवन केल्यास चांगली झोपही येते आणि सोबतच ताणतणाव कमी होण्यासही मदत मिळते. या पेयामध्ये लिंबूव्यतिरिक्त अन्य साम्रगीचाही वापर केला जातो. ज्यामुळे अंथरूणात पडल्या-पडल्या आपल्याला झोप येते.

'डर्टी लेमन ड्रिंक'मध्ये वापरली जाते 'ही' सामग्री?

'डर्टी लेमन ड्रिंक'मध्ये लिंबू रसाव्यतिरिक्त अन्य सामग्रीचाही वापर केला जातो. या ड्रिंकमध्ये पाणी, ताज्या हळदीची पेस्ट, गुलाब पाणी, कॅमोमाईलचं फुलाचा वापर केला जातो. या साम्रगीचं मिश्रण करून हे ड्रिंक तयार केलं जातं. या पेयामुळे मानसिक शांतता मिळण्यास मदत होते आणि तुम्हाला झोप देखील येते.

'डर्टी लेमन ड्रिंक'ची रेसिपी

सामग्री : फिल्टर्ड पाणी, दोन लिंबू, ताज्या हळदीची पेस्ट, गुलाब पाणी, कॅमोमाईल फूल

ड्रिंक तयार करण्याची पद्धत : सर्वात आधी एका ग्लासमध्ये फिल्टर्ड पाणी घ्या. त्यामध्ये दोन चमचे लिंबूचा रस मिक्स करा. यानंतर गुलाब पाण्याचे पाच ते सहा थेंब मिक्स करा. हळदीची पेस्ट संपूर्ण मिश्रणात चांगल्या पद्धतीनं एकजीव करा. आता या मिश्रणामध्ये पाच मिनिटांसाठी कॅमोमाईलचं फूल ठेवून द्यावं. त्यानंतर ड्रिंक दुसऱ्या ग्लासमध्ये गाळून घ्या, ही झाली डर्टी लेमन ड्रिंकची रेसिपी.

डर्टी लेमन ड्रिंक : झोपेसाठी कसं ठरतं फायदेशीर

'डर्टी लेमन ड्रिंक' तयारी करण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या सामग्रीमध्ये कित्येक औषधी गुणधर्म आहेत. ही औषधी गुणधर्म आपल्या आरोग्याला अतिशय फायदेशीर ठरतात. लिंबूमध्ये शरीर डिटॉक्स करण्यासह मनाला शांतताही देण्याचेही गुणधर्म आहेत. ज्यामुळे आपल्याला झोप येण्यास मदत होते. झोप येण्यासाठी आपल्या मेंदूतील पेशी सक्रिय करण्याचं काम गुलाब पाणी करते. हळदीतील गुणधर्मांमुळे शरीर तणावमुक्त होते. झोपेसाठी कॅमोमाईलचं फूल अतिशय उपयुक्त मानलं जातं. या सर्व सामग्रीचा वापर करून 'डर्टी लेमन ड्रिंक' तयार केलं जातं. या ड्रिंकमुळे झोपेशी संबंधित सर्व समस्या दूर होऊन चांगली झोप येण्यास मदत मिळू शकते.

आहारातील कडधान्य आरोग्यासाठी उत्तम

बऱ्याचदा आहारात कडधान्य ही वापरली जातात. परंतु, लहान मुले असो किंवा मोठी माणसे असो. अनेकदा कडधान्याचे सेवन करण्यास टाळाटाळ करतात. त्यामुळे कडधान्यामध्ये असलेली जीवनसत्व आणि पोषकतत्वे मिळत नाही आणि त्याचा परिणाम मानवाच्या स्वास्थावर होताना दिसतो. मात्र, ही कडधान्य का खावी? त्याच्यात असे कोणते गुणधर्म आहेत? ज्यामुळे तुमचे आरोग्य उत्तम राहण्यास मदत होते. चला तर जाणून घेऊया कडधान्याचे आरोग्यदायी फायदे

हरभरे

हरभरे आणि हरभऱ्याची डाळ मानवी आरोग्यासह सौंदर्यास देखील उत्तम आहे. यात कार्बोहायड्रेट, प्रोटीन, कॅल्शियम, लोहयुक्त खनिज आणि व्हिटॅमिन्स भरपूर प्रमाणात असतात. रक्तदाब, खोकला आणि कावीळ या आजारावर लाभदायी असून हरभऱ्याच्या डाळीचे पीठ केस आणि त्वचेच्या सौंदर्यावर गुणकारी असते. यामुळे त्वचा उजळण्यास मदत होते.

उडीद

उडदाची डाळ शरीरास थंड असते. उडदाच्या डाळीत कार्बोहायड्रेट, व्हिटॅमिन्स, कॅल्शियम व प्रोटीन भरपूर प्रमाणात आढळतात. मुळव्याध, दमा, पक्षाघात आदी आजार असलेल्यांनी त्यांच्या आहारात उडीद डाळीचा जास्त वापर केला पाहिजे. या आरोग्यास फायदा होतो.

मूग

शिजवलेले किंवा भिजवलेल्या मुगामध्ये भरपूर प्रमाणात पोषकतत्त्वे असून ते मानवास आरोग्यवर्धिनी असतात. कोंब आलेल्या मुगामध्ये कॅल्शियम, लोहयुक्त खनिज, प्रोटीन, कार्बोहायड्रेट व व्हिटॅमिन्स यांच्या मात्रा दुपटीने वाढतात. ताप आणि खोकला झालेल्या व्यक्तीसाठी ते लाभदायी असतात.

तूरडाळ

तूरडाळीत खनिज, कार्बोहायड्रेट, लोहयुक्त खनिज, कॅल्शियम यांचे योग्य प्रमाण असते. तसेच तूर डाळ ही पचण्यास उत्तम असते. त्यामुळे लहान बालकांना तूरडाळीचे पाणी पिण्यास देतात. तसेच आजारी व्यक्तीस तुरीच्या डाळीची खिचडी खाण्यास देतात. मात्र, दमा आणि वाताचे आजार असणाऱ्या व्यक्तींना तूरडाळीपासून त्रास होतो.

मसूर

मसूरच्या डाळीचा उपयोग रक्तशुद्धी तसेच रक्तवाढीसाठी होतो. जुलाब, खोकला आणि अपचन यावर मसूरची डाळ लाभदायी असते. तसेच मसूरच्या डाळीचे पीठ चेहऱ्याला लावल्याने चेहरा उजळतो.

अननसाच्या सेवनाने खरंच कोलेस्ट्रॉल वाढतंय?

शरीर निरोगी आणि तंदुरुस्त ठेवण्यासाठी ज्यूसचं सेवन करणे खूप फायदेशीर मानले जाते. ज्यूस केवळ शरीराला ऊर्जा देण्याचं काम करत नाही तर त्यामध्ये असलेले पोषक तत्व शरीराला अनेक आजारांपासून वाचवतात.

बहुतेक लोकांना मोसंबी आणि डाळिंबाचा रस पिणं पसंत करतात. पण हा रस जास्त गोड असल्याने मधुमेह आणि कोलेस्ट्रॉलची पातळी वाढू शकते. कोलेस्ट्रॉलची पातळी कमी करण्यासाठी किंवा नियंत्रित करण्यासाठी अननसाचा रस अधिक फायदेशीर ठरू शकतं. अननसात 'अ' आणि 'क' जीवनसत्त्वं भरपूर प्रमाणात असतात. हे कोलेस्ट्रॉल कमी करण्यास मदत करतात. अननस हे लिंबूवर्गीय फळ असून ते चरबी कमी करण्यास देखील मदत करतं. चला जाणून घेऊया अननसामुळे कोलेस्ट्रॉलची पातळी कशी कमी होते.

कोलेस्ट्रॉलची पातळी कमी होते

उच्च कोलेस्टेरॉलमुळे रक्तवाहिन्यांमध्ये चरबी जमा होऊ लागते. यामुळे हृदयविकाराचा झटका, स्ट्रोक, मधुमेह आणि उच्च रक्तदाब होऊ शकतो. लिंबूवर्गीय फळं कोलेस्ट्रॉल कमी करण्यास मदत करतात. ज्यामध्ये अननस हा उत्तम पर्याय मानला जाऊ शकतो. अननसामध्ये व्हिटॅमिन 'ए' आणि 'सी' मोठ्या प्रमाणात आढळतं. ते कोलेस्ट्रॉल कमी करण्यात खूप मदत करतात. अननसात भरपूर जीवनसत्त्वं, फायबर आणि प्रोटीन घटक असतात. याच्या सेवनाने रक्तातील कोलेस्टेरॉल कमी होऊ शकतं.

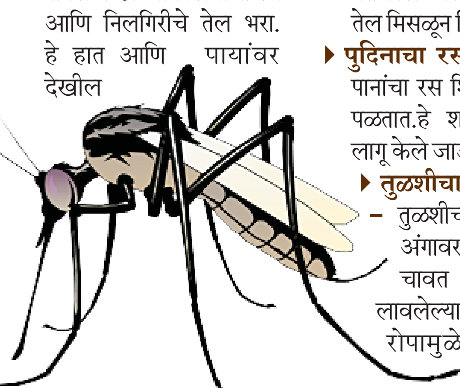
बंद धमन्या उघडण्यासाठी फायदेशीर

एका अहवालानुसार, अननसमध्ये आढळणारे ब्रोमेलेन रक्तातील चरबी कमी करून बंद झालेल्या धमन्या उघडण्याचंही काम करतं. उच्च कोलेस्टेरॉलमुळे स्लो ब्लड सकुर्लेशन देखील सुधारतं.

डासांना घालवण्यासाठी हे घरगुती उपाय अवलंबवा

वातावरण तापले की घरांमध्ये डासांची संख्या वाढू लागते. अशा स्थितीत बाजारात मिळणारी रसायने, फवारणी, रिफिलही काम करत नाहीत. तुम्हालाही त्रास होत असेल तर हे उपाय करून तुम्ही डासांपासून सुटका मिळवू शकता.चला तर मग जाणून घेऊ या.

- **कापूर –** खोलीत कापूर जाळून 10 मिनिटांसाठी खिडक्या आणि दरवाजे बंद करा. सर्व डास पळून जातील.
- **लसूण –** लसणाचा तीव्र वास डासांना दूर ठेवतो. लसणाचा रस अंगावर लावावा किंवा घरात फवारणी करा डास घरातून बाहेर पळतील.
- **लॅव्हेंडर–** हे केवळ सुगंधीच नाही तर डासांना दूर करण्याचा एक उत्तम मार्ग आहे. या फुलाचा सुगंध गुणकारी असून त्यामुळे डास पळून जातात. हा घरगुती उपाय वापरण्यासाठी, नैसर्गिक फ्रेशनर म्हणून खोलीत लैव्हेंडर तेल शिंपडा.
- **ओवा आणि मोहरीचे तेल –** मोहरीच्या तेलात ओव्याची पूड मिसळा आणि त्यात पुठ्ठ्याचे तुकडे भिजवा आणि खोलीत उंचीवर ठेवा. डास जवळही येणार नाहीत.
- **लिंबू आणि निलगिरी तेल–** जेव्हा डासांपासून बचाव करणाऱ्या रिफिलमधील द्रव संपेल तेव्हा त्यात लिंबाचा रस आणि निलगिरीचे तेल भरा. हे हात आणि पायांवर देखील लागू केले जाऊ शकते.
- **कडुलिंबाचे तेल –** डासांच्या त्रासापासून मुक्त होण्यासाठी हात आणि पायांना कडुलिंबाचे तेल लावा किंवा खोबरेल तेलात कडुनिंबाचे तेल मिसळून दिवा लावा.
- **पुदिनाचा रस –** पुदिन्याच्या पानांचा रस शिंपडल्याने डास पळतात.हे शरीरावर देखील लागू केले जाऊ शकते.
- **तुळशीचा रस लावा –** तुळशीच्या पानांचा रस अंगावर लावल्याने डास चावत नाहीत. घरात लावलेल्या तुळशीच्या रोपामुळे डास दूर राहतात.



तंदरुस्त राहण्यासाठी करा फळांचे सेवन

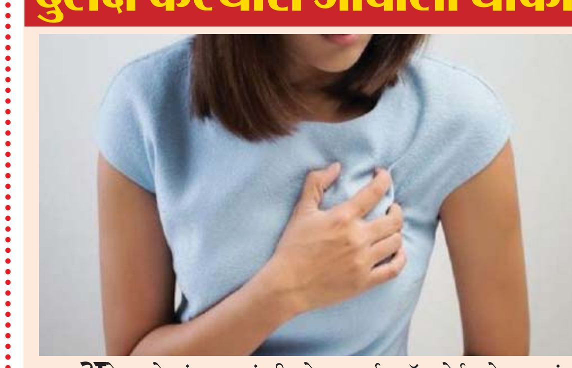
बऱ्याचदा आजारी पडल्यावर अनेक जण फळांचे सेवन करतात. मात्र, केवळ आजारी पडल्यावरच फळांचे सेवन न करता. दररोज फळांचे सेवन करणे आरोग्यासाठी फार फायदेशीर आहे. फळांमध्ये इतके विविध प्रकारचे गुणधर्म आहेत की निरोगी राहायचे असेल तर फळांचे सेवन नियमितपणे केले पाहिजे. आहारात विविध प्रकारच्या फळांच्या समावेशाला अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. फळांमध्ये ९० ते ९५ टक्के शुद्ध पाणी असते. त्याने रक्ताचे शुद्धीकरण होते. शरीराची अंतर्गत स्वच्छता करण्याचे महत्त्वपूर्ण कार्य फळातील पाणी करू शकते. त्यामुळे फळांचे दररोज सेवन करावे. त्याचा अधिक चांगला फायदा होतो.

- **संत्रे–** या फळात मुबलक प्रमाणात 'क' जीवनसत्व असते हे रेशदार फळ असते. याचा गर, रस, साले या सर्वांचा उपयोग सौंदर्य-वर्धनासाठी होतो. याची ताजी साल नेहमी हात, पाय, चेहरा, यावर जरा चुरडून चोळावी. त्यांना 'क' जीवनसत्व मिळते. रोज एक संत्रे खाल्ल्याने दिवसभरात शरीराला लागणारे व्हिटामिन सी मिळते. यामुळे रोगप्रतिकारक क्षमता वाढते.
- **केळी–** बाजारात बाराही महिने उपलब्ध असणारे फळ म्हणजे केळी. स्वस्त आणि मस्त असे हे फळ व्हिटॅमिनने भरलेले आहे. या फळामध्ये अनेक गुणधर्म आहेत. व्हिटॅमिनने भरलेली केळी, अँटी-ऑक्सीडेंटसचा नॅचरल सोर्स आहे.

स्ट्रॉबेरी- स्ट्रॉबेरी हे फळ सर्वांच आवडते असे नाही. मात्र, व्हिटॅमिन सी, सिलीकॉनिक ॲसिड आणि अँटी-ऑक्सीडेंट असल्यामुळे स्ट्रॉबेरी ॲक्सफोलिटिंग फायद्यासाठी सुध्दा ओळखली जाते. यासोबतच चेहऱ्यावरील पिंपल्स नष्ट करण्यासाठी फायदेशीर आहे.

- **डाळिंब–** बऱ्याचदा डाळिंब हे फळ आजारी व्यक्तीला दिले जाते. मात्र, हे फळ दररोज खाल्ल्याने अधिक फायदा होतो. ताप आला असेल तर डाळिंब खावे, तापामुळे शरीरामध्ये वाढलेली उष्णता त्यामुळे कमी होते. डाळिंब हे रक्तवर्धक आणि शक्तिवर्धक आहे, ज्यांना रक्ताची कमतरता म्हणजे ॲनिमिया आहे. त्यांनी रोज एक डाळिंब खावे. तसेच अपचन, पोटात गॅस होणे, शौचास साफ न होणे या तक्रारींवर डाळिंब फायदेशीर ठरते.
- **सफरचंद–** दररोज एक तरी सफरचंद खावे. यात पोटॅशियम, ग्लूकोज, फॉस्फरस, लोह, ईथर इ. उपयुक्त द्रव्ये असतात. याच्या सालातही खूप महत्वपूर्ण क्षार असतात. त्यामुळे हे अमृताप्रमाणेच मानावे. याखेरीज यात 'ब' आणि 'क' जीवनसत्वेही असतात. ज्याचा आरोग्यास अधिक चांगला फायदा होतो.

सायलेन्ट हार्ट अटॅकची लक्षणे, दुर्लक्ष केल्यास जीवाला धोका!



अनेक लोकांना वाटतं की, जेव्हा हार्ट अटॅक येईल तेव्हा त्यांच्या छातीत जोरात वेदना होतील आणि त्यांना कळेल की, त्यांना हार्ट अटॅक आलाय. पण अनेकदा हार्ट अटॅक कोणत्याही लक्षणांशिवायही अचानक येत असतो. याला सायलेन्ट हार्ट अटॅक म्हटलं जातं. याआधी तुमच्यात काही लक्षणे दिसतात, ज्यांवर वेळीच लक्ष देऊन उपचार घेतले पाहिजेत.

छातीत प्रेशर

जर तुमच्या छातीत ब्लॉकेज असतील तर तुम्हाला छातीत दबावाची जाणीव होईल. अशात छातीत वेदना आणि प्रेशरही जाणवू शकतं. जर अशी काही लक्षणे दिसत असतील तर तुमच्यासाठी चिंतेची बाब आहे.

हात आणि खांदेदुखी

छातीत कळ येणे आणि खांदा-हाताकडे वेदना हळूहळू वाढत जाणे हार्ट अटॅकचं लक्षण आहे. अशात अनेकदा असंही होतं की, छातीत काही वेदना होत नाहीत. पण खांदे किंवा हातांमध्ये वेदना होते.

अचानक कमजोरी

जर तुम्हाला अचानक चक्कर येत असेल किंवा तुम्हाला नीट उभंही राहता येत नाही अशी कमजोरी वाटत असेल, तर वेळीच आजूबाजूच्या लोकांना याची कल्पना द्या आणि डॉक्टरांना बोलवण्यास सांगा.

जबड्यामध्ये वेदना

नेहमीच जबड्यामध्ये किंवा घशात थंडी आणि सेंन्सिटीव्हिटीमुळे वेदना होतात. पण जर छातीत्या मधोमध वेदना होत असेल आणि हा त्रास हळूहळू जबड्याकडे सरकत असेल तर हे हार्ट अटॅकचं लक्षण असू शकतं.

पाय आणि तळपायावर सूज

जर तुमच्या पायांवर सूज असेल तर याचा अर्थ होतो की, हार्ट योग्यप्रकारे ब्लड पंप करू शकत नाहीये. हार्ट फेलिअरच्या आधी किडनी कमजोर होऊ लागते. ज्यामुळे पायांवर सूज येते. या लक्षणाकडे दुर्लक्ष करून अजिबात चालणार नाही. वेळीच डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

राज्यात आता जालिंदरनगर व वाबळेवाडी शैक्षणिक पॅटर्न
शालेय शिक्षण मंत्री दादा भुसे यांचे प्रतिपादन

शिक्षक व शाळा व्यवस्थापन समितीची ह्यडाटा बँकह्व!

राज्यात विविध आदर्श, प्रतिभावंत, उपक्रमशील शिक्षक असून ते समर्पित भावनेने ज्ञानदानाचे काम करीत असतात, त्यांनी वाबळेवाडी आणि जालिंदरनगर या उपक्रमशील शाळेचे अनुकरण करावे. राज्य शासनाच्या वतीने अशा समर्पित भावनेने काम करणारे शिक्षक आणि शाळा व्यवस्थापन समिती यांची ह्यडाटा बँकह्व तयार करण्याचे काम सुरू आहे. वारे यांनी राज्यातील या शिक्षकांना मार्गदर्शन करण्याचे काम करावे. राज्याच्या शैक्षणिक क्षेत्रात अपेक्षित काम करूया, असे आवाहन भुसे यांनी केले.

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा जालिंदरनगर (कनेरसर, ता. खेड) आणि वाबळेवाडी (ता. शिरूर) शाळेत राबविण्यात येणारे नावीन्यपूर्ण उपक्रम, गुणवत्तापूर्ण, दर्जेदार, तंत्रज्ञानयुक्त शिक्षण, लोकसहभागातून शाळांचा विकास याची दखल राज्य शासनाने घेतली आहे. या गोष्टी शिक्षण क्षेत्रात आमूलाग्र बदल घडविणाऱ्या आहेत, त्यामुळे या शैक्षणिक पॅटर्नची राज्यभरामध्ये अंमलबजावणी करण्यात येईल, असे प्रतिपादन राज्याचे शिक्षण मंत्री दादा भुसे यांनी केले.

खेड तालुक्यातील जालिंदरनगर येथील जिल्हा परिषद शाळा ही 'टी ४' जागतिक संस्थेने केलेल्या 'वर्ल्ड बेस्ट स्कूल कॉम्पिटिशन' स्पर्धेमध्ये जगभरातील समुदायाने पसंती क्रमानुसार केलेल्या मतदानानुसार सर्वाधिक मते मिळवून 'कम्युनिटी चॉइस अ‍ॅवॉर्ड' या मानाच्या विभागात सर्वोत्कृष्ट ठरली आहे. या पार्श्वभूमीवर आयोजित ग्रामस्थांसोबतच्या संवाद कार्यक्रमात ते बोलत होते.

यावेळी भुसे यांनी जालिंदरनगर शाळेतील शिक्षक दत्तात्रय वारे यांच्यासह मुख्याध्यापक, शिक्षक, व्यवस्थापन समिती, विद्यार्थी व ग्रामस्थांना शुभेच्छा देत अभिनंदन केले. त्यापूर्वी त्यांनी वाबळेवाडी येथील शाळेला भेट दिली.

कार्यक्रमाला आमदार बाबा काळे, राज्याचे शालेय शिक्षण आयुक्त सचिंद्र प्रताप सिंह, महाराष्ट्र राज्य शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषदेचे संचालक राहुल रेखावार, जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी गजानन पाटील उपस्थित होते.

आधुनिक शिक्षण

जालिंदरनगर येथील शाळेत एआय टूल्सच्या माध्यमातून रोबोटिक्स, कोडिंग, सिम्युलेशन अशा विषयावर कृत्रिम बुद्धिमत्तेचे आधुनिक शिक्षण मिळणार आहे. ही लॅब सिमुसॉफ्ट टेक्नॉलॉजीद्वारे उभारण्यात आली आहे.

जाहिरातबाजीसाठी 'ई-लिलाव'
राज्याच्या सरकारी महसुलात होणार वाढ

■मुंबई। प्रतिनिधी,

राज्य शासनाच्या जागांवर होर्डिंग, बॅनर्स लावण्यासाठी विशिष्ट अटी व शर्तींवर परवानगी दिली जाते. मात्र आता शासकीय जागेवर होर्डिंग, बॅनर्स लावण्यासाठी 'ई-लिलाव' प्रक्रिया राबवण्यात येणार आहे. राज्य सरकारच्या महसूल विभागाने हा निर्णय घेतला असून यामुळे राज्य सरकारच्या महसुलात वाढ होईल आणि जाहिरात व्यावसायिकांना एक समान संधी मिळेल, असा विश्वास महसूल विभागातील अधिकाऱ्याने व्यक्त केला.

एमएमआरडीए, एमएसआरडीसी, म्हाडा अशी विविध प्राधिकरणे राज्य सरकारच्या अखत्यारीत येतात. शासकीय जागेवर मोठ्या प्रमाणात जाहिरातबाजी केली जाते. मात्र जाहिरातबाजी करण्यासाठी ठोस अशी नियमावली नव्हती. अखेर आता 'ई-लिलाव' प्रक्रिया राबविण्यात येणार आहे. या नवीन नियमांनुसार, सरकारी जागांवर जाहिरात फलक निश्चित करण्याची जबाबदारी जिल्हाधिकाऱ्यांची असेल. प्रत्येक जिल्हाधिकारी त्यांच्या हद्दीतील योग्य जागा निश्चित करून त्याचे क्षेत्रफळ, आकारमान आणि इतर तपशील ऑनलाइन जाहीर करतील. त्यानंतर जाहिरात फलक लावण्यासाठी इच्छुक कंपन्या किंवा व्यक्तींना या ई-लिलावात सहभागी होता येईल. या नवीन धोरणामुळे शासनाला मोठ्या प्रमाणात महसूल मिळेल अशी अपेक्षा आहे. या निर्णयाची अंमलबजावणी सुनिश्चित करण्यासाठी जिल्हाधिकाऱ्यांच्या अध्यक्षतेखाली जिल्हा स्तरावर एक समितीही स्थापन करण्यात येणार आहे, ज्यात उपजिल्हाधिकारी, उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी (जिल्हा परिषद), मुख्याधिकारी (नगरपरिषद/नगरपालिका), पोलीस अधीक्षक (गृह) आणि माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय यांचे जिल्हास्तरावरील प्रतिनिधी यांचा समावेश असेल.

जाहिरात फलकासाठी महानगरपालिका अ वर्ग नगरपालिका क्षेत्र वगळता अन्यथा आवश्यक जागेच्या प्रचलित बाजार मूल्याप्रमाणे येणाऱ्या मूल्यांकनाच्या उपलब्ध एमसीएलआर दलाच्या तीन पट एवढी राहील. तसेच महानगरपालिका अ वर्ग नगरपालिका क्षेत्र राष्ट्रीय किंवा राज्य महामार्ग लगतचे क्षेत्र याकरिता किमान अधिकाराची रक्कम जागेच्या प्रचलित बाजार मूल्याप्रमाणे येणाऱ्या मूल्यांकनाच्या उपलब्ध मार्जिन कॉस्ट (एमसीएलआर) दराच्या ५ पट एवढी राहील.

एसटी कर्मचाऱ्यांची दिवाळी यंदा गोड
बोनससह वेतनातील फरकाची रक्कमही मिळणार

■मुंबई। प्रतिनिधी,

एसटीच्या सुमारे ८५ हजार कर्मचारी व अधिकाऱ्यांना दिवाळी भेट म्हणून ६ हजार रुपये बोनस अनुदान देण्याचा तसेच वेतन वाढीचा फरक वेतनासोबत देण्यासाठी महामंडळाला दरमहा ६५ कोटी रुपये देण्याचा आणि पात्र कर्मचाऱ्यांना दिवाळी अग्रीम म्हणून १२ हजार ५०० रुपये देण्याचा निर्णय उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी आज येथे जाहिर केला.

एसटीच्या सर्व कर्मचारी संघटनांची आणि कृती समितीची बैठक सह्याद्री अतिथीगृह येथे झाली. त्यावेळी उपमुख्यमंत्री श्री. शिंदे बोलत होते. या बैठकीस परिवहन मंत्री तथा एसटी महामंडळाचे अध्यक्ष प्रताप सरनाईक, उपमुख्यमंत्र्यांचे प्रधान

सचिव नविन सोना, वित्त विभागाचे अप्पर मुख्य सचिव ओमप्रकाश गुप्ता, परिवहन विभागाचे अप्पर मुख्य सचिव संजय सेठी, एस. टी महामंडळाचे उपाध्यक्ष व व्यवस्थापकीय संचालक डॉ. माधव कुसेकर, सहसचिव राजेंद्र होळकर, विविध संघटनांचे प्रतिनिधी उपस्थित होते.

यावेळी उपमुख्यमंत्री शिंदे म्हणाले, राज्यात अतिवृष्टीमुळे बिकट परिस्थिती निर्माण झाली आहे. सरकार शेतकरी बांधवांच्या पाठीशी भक्कमपणे उभे राहिले आहे. एसटी कर्मचाऱ्यांची दिवाळी देखील गोड झाली पाहिजे म्हणून शासनाने आज हा निर्णय घेतला आहे. त्याचबरोबर एसटीला आर्थिकदृष्ट्या समृद्ध करणे गरजेचे आहे. एस टी महामंडळाचे उत्पन्न वाढण्यासाठी विविध उपाययोजना करण्यात येत आहेत. त्यासाठी खासगी शासकीय सहभागी तत्वावर (पब्लिक प्रायव्हेट पार्टनरशिप) एस टी महामंडळाच्या जागांचा विकास करण्यात येणार असल्याचे त्यांनी सांगितले.

सर्व कर्मचारी व अधिकाऱ्यांना दिवाळी भेट म्हणून ६ हजार रुपये देण्यासाठी शासनाने सुमारे ५१ कोटी रुपये अनुदान देण्याचे मान्य केले आहे. तसेच सन २०२०-२४ दरम्यानच्या वेतन वाढतील फरकाची रक्कम कर्मचाऱ्यांना दरमहा वेतना सोबत देण्यात येणार असून यासाठी शासनाने ६५ कोटी रुपयांची तरतूद केली आहे. याबरोबरच जे पात्र कर्मचारी सण अग्रीम घेण्यास इच्छुक आहेत त्यांना देखील पूर्वीप्रमाणे १२ हजार ५०० रुपये देण्यात येणार आहेत त्यासाठी शासनाकडे ५४ कोटी रुपयांची मागणी एसटी महामंडळाने केली आहे, असे सरनाईक यांनी सांगितले.

२७ गावांतील सक्तीची कर वसुली व जप्ती तात्काळ थांबवावी
सर्व पक्षीय हक्क सरंक्षण संघर्ष समितीने केडीएमसी आयुक्तांना दिले निवेदन

■कल्याण। प्रतिनिधी,

२७ गावांमध्ये कल्याण डोंबिवली महानगरपालिके मार्फत होत असलेली नियमबाह्य व बेकायदेशीर सक्तीची कर वसुली व जप्ती तात्काळ थांबविण्याची मागणी सर्व पक्षीय हक्क सरंक्षण संघर्ष समितीने केडीएमसी आयुक्तांकडे केली आहे. याबाबत समितीने आयुक्तांची भेट घेऊन निवेदन दिले असून या मागणीबाबत आयुक्तांनी सकारात्मकता दर्शवली आहे. यावेळी समितीचे उपाध्यक्ष सुमित वझे, सत्यवान म्हात्रे, दत्ता वझे, मधुकर माळी, संदीप पालकरी, राहुल जाधव आदी पदाधिकारी उपस्थित होते.

सर्व पक्षीय हक्क संरक्षण संघर्ष समिती (रजि.) ही गेली ४२ वर्षे २७ गावातील जनतेच्या न्याय हक्काकरीता लढा देत आलेली आहे व आता ही एकमेव संघर्ष समिती खासदार सुरेश म्हात्रे यांच्या नेतृत्वामध्ये हे कार्य अगदी ताकदीने व कायद्याला अनुसरून पार पाडत आहे. जसे नियमित कर भरणे हे एका दक्ष नागरिकाचे कर्तव्य आहे तसेच

ज्याकरिता ही कर आकारणी होत असते त्या सर्व सुविधा अखंडित पणे पुरविणे ही महानगरपालिकेची जबाबदारी असते. व या महानगरपालिकेच्या सोई सुविधा या २७ गावांमध्ये पुरविण्याच्या कर्तव्यात केडीएमसीने महाराष्ट्र महानगरपालिका अधिनियम १९४९ अन्वये कसूर केले असल्याचे पुराव्यानिशी प्रकरणे हे समिती पर्यंत जनतेमार्फत आलेली आहे.

त्यामुळे असे असताना केडीएमसीने सुरू केलेली सक्तीची कर वसुली व जप्ती ही पूर्णतः बेकायदेशीर आहे. ही नियमबाह्य वसुली व जप्ती करून २७ गावातील लोकांकडून खंडणी वसूल करण्यासारखी आहे. याचा समितीच्या वतीने निषेध व्यक्त करण्यात आला. २७ गावातील लोकांना कल्याण डोंबिवली महानगरपालिकेमध्ये राहायचे नाही व तसे प्रयत्न न्यायालय व शासन दरबारी संघर्ष समिती करत आहे. कर वसुली करिता जोवर नियमान्वये सुविधा या २७ गावातील जनतेला मिळत नाही तोवर ही जीजिया कर वसुली व जप्ती तात्काळ थांबवावी अन्यथा यापुढे याचे परिणाम हे गंभीर होतील असा इशारा समितीच्या वतीने आयुक्तांना देण्यात आला.

तसेच यामुळे २७ गावातील जनतेला जो मानसिक त्रास होईल किंवा काही जीवितहानी घडल्यास त्यास पूर्णतः पालिका जवाबदार असेल असे आयुक्तांना निवेदन देण्यात आले असून आयुक्तांनी याबाबत सकारात्मकता दर्शवली असल्याची माहिती समितीच्या वतीने देण्यात आली.

करणीच्या संशयातून अख्खं कुटुंब टाकलं वाळीत, बहिष्काराचे नियम पाहून बसेल धक्का

■रायगड। प्रतिनिधी,

रायगड, अमुलकुमार जैनः रायगड जिल्ह्यातून सामाजिक बहिष्काराचा आणखी एक धक्कादायक प्रकार समोर आला असून, अलिबाग तालुक्यातील रामराज परिसरातील खैरवाडी येथे एका कुटुंबाला करणीच्या संशयावरून वाळीत टाकल्याचा प्रकार घडला आहे. या प्रकरणी रेवदंडा पोलिस ठाण्यात तब्बल ३३ जणांविरोधात सामाजिक बहिष्कार प्रतिबंध अधिनियम २०१६ अंतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. विशेष म्हणजे, ही अलिबाग तालुक्यातील या वर्षातील दुसरी घटना आहे.

घटनेची पार्श्वभूमी काय?

खैरवाडी येथील धर्मा दामू गडखळ यांचा १५ वर्षीय मुलगा कुणाल धर्मा गडखळ याचा २०२१ साली आजाराने मृत्यू झाला होता. यानंतर पाठवाडी येथील भगत (मांत्रिक) लहु गडखळ व मधु गहाळ यांच्या सांगण्यावरून, कुणालच्या मृत्यूला करणी कारणीभूत असल्याचा गैरसमज गावात पसरवला गेला.

करणीचा आरोप करत बहिष्कार

त्यातून तुकाराम देवजी दरोडा (वय ३९, सध्या रा. धळ वायशेत) यांच्यावर करणीचा आरोप करत, १६ जानेवारी २०२१ रोजी गावातील समाजमंदिरात

गावकऱ्यांनी बैठक घेऊन त्यांच्याकडून ६०,००० रुपयांची मागणी केली. त्यांनी ती नाकारल्याने गावकऱ्यांनी त्यांना व त्यांच्या कुटुंबास वाळीत टाकण्याचा निर्णय घेतला.

बहिष्काराचे धक्कादायक नियम

गावकऱ्यांनी गावपंच व ग्रामस्थांच्या माध्यमातून खालील निर्णय जाहीर केला की तुकाराम दरोडा यांच्याशी संबंध ठेवणाऱ्याला ५००० रु. दंड, त्यांच्याशी बोलणाऱ्याला पकडून देणाऱ्यास १००० रु. बक्षीस. याशिवाय मंदिर, समाजमंदिर, लग्न- मयत यांसारख्या सामाजिक ठिकाणी बंदी, सामूहिक कार्यक्रम, रुढी-परंपरेपासून वंचित ठेवण्याचा फतवा काढण्यात आला.

कुटुंबाला नाहक त्रास

या प्रकारामुळे तुकाराम दरोडा व त्यांच्या कुटुंबावर नाहक त्रास सहन करण्याची वेळ आली. त्यांच्यावर मानसिक व सामाजिक अत्याचार झाले. यानंतर त्यांनी पोलिसांत धाव घेत सदर प्रकरणी तक्रार दाखल केली.

रेवदंडा पोलिसांत गुन्हा दाखल

रेवदंडा पोलिस ठाणे येथे गु.रजि. क्र. १४०/२०२५ अंतर्गत सामाजिक बहिष्कार प्रतिबंध कायदा २०१६ व भारतीय दंड संहितेच्या विविध कलमान्वये गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. या प्रकरणात जयेश विठ्ठल ढेबे, रामा पारधी, गजानन देवजी पारधी, धर्मा गडखळ, प्रकाश हंबीर, प्रदीप हंबीर, कल्पना गडखळ, गौरी लोभी यांच्यासह एकूण ३३ जणांविरोधात गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे.

वर्षातले दुसरे प्रकरण

हे प्रकरण अलिबाग तालुक्यातील या वर्षातील दुसरे सामाजिक बहिष्काराचे प्रकरण आहे. यावरून गावपातळीवर अंधश्रद्धा, करणीचे आरोप व सामाजिक बहिष्काराचे प्रकार अजूनही सुरू असल्याचे दिसून येते. सामाजिक बहिष्कारासारख्या घटनांवर सरकारने कठोर कायदे लागू करूनही, अंधश्रद्धा व गावकीचा दबाव यामुळे अनेक निरपराध नागरिक छळाचा सामना करत आहेत. या प्रकरणातून प्रशासनाकडून आणखी सजगता आणि प्रभावी अंमलबजावणीची गरज निर्माण झाली आहे.

दिवाळीपूर्वी ठाणे पोलिसांनची मोठी कारवाई
विना परवाना फटाका विक्रेत्या विरुद्ध गुन्हा दाखल

■ठाणे। प्रतिनिधी,

दिवाळीपूर्वी ठाणे जिल्ह्यातील उल्हासनगरमधील पोलिसांनी परवानगी शिवाय फटाके साठवून विक्री केल्याबद्दल एका व्यावसायिका विरुद्ध गुन्हा दाखल केला आहे. पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, दिवाळीपूर्वी राबविण्यात येणाऱ्या तपासणी मोहिमे अंतर्गत ही कारवाई करण्यात आली. अधिकाऱ्यांनी सांगितले की, ८ आणि ९ ऑक्टोबरच्या मध्यरात्री विठ्ठलवाडी पोलिस ठाण्याच्या पथकाने उल्हासनगर परिसरात छापा टाकला.

छाप्यादरम्यान, व्यापाऱ्याच्या दुकानातून विविध ब्रँडच्या फटाक्यांचा मोठा साठा जप्त

करण्यात आला, ज्याची अंदाजे किंमत ₹. २०९,४५० होती. तपास पथकाने व्यापाऱ्याकडे फटाके साठवण्यासाठी आणि विक्रीसाठी वैध परवाना किंवा परवाना मागितला, परंतु तो तो सादर करू शकला नाही. त्यानंतर पोलिसांनी संपूर्ण साठा जप्त केला आणि व्यापाऱ्याविरुद्ध गुन्हा दाखल केला.

फटाके विक्रेत्याविरुद्ध स्फोटक कायद्याच्या संबंधित कलमांखाली कारवाई करण्यात आली. पोलिसांनी सांगितले की अद्याप कोणालाही अटक करण्यात आली नाही आणि तपास सुरू आहे

या कारवाईमुळे परिसरातील दुकानदार आणि नागरिकांमध्ये दक्षता वाढली आहे. दिवाळी दरम्यान कोणतेही अपघात किंवा अनुचित घटना घडू नयेत म्हणून जिल्हाभर अशा तपासणी नियमितपणे केल्या जात असल्याचे अधिकाऱ्यांचे म्हणणे आहे. पोलिसांनी लोकांना सुरक्षा नियमांचे पालन करण्याचा आणि दिवाळीदरम्यान फक्त कायदेशीर फटाके वापरण्याचा सल्ला दिला.

नालासोपारा येथे लाखोंचे मेफेड्रोन जप्त
२ नायजेरियन नागरिकांसह ३ जणांना पोलिसांनी केले अटक

■वसई। प्रतिनिधी,

नालासोपारा पोलिसांनी ४६ लाख रुपयांचे मेफेड्रोन जप्त केले आणि तीन आरोपींना अटक केली, ज्यात दोन नायजेरियन नागरिक आणि एका स्थानिक नागरिकाचा समावेश आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार दोन वेगवेगळ्या प्रकरणांमध्ये, नालासोपारा पोलिसांनी मोठ्या प्रमाणात बंदी घातलेले ड्रग्ज मेफेड्रोन (एमडी) जप्त केले आणि दोन नायजेरियन नागरिकांसह तीन आरोपींना अटक केली. जप्त केलेल्या

ड्रग्जची एकूण अंदाजे बाजार किंमत ४६ लाख रुपयांपेक्षा जास्त असल्याचा अंदाज आहे.

पहिली कारवाई ११ ऑक्टोबर २०२५ रोजी दुपारी झाली. नालासोपारा पश्चिमेतील मंदिराजवळील फोर्थ रोडवर गस्त घालत असताना, पोलिसांनी दोन संशयितांना थांबवले. त्यांची झडती घेतली असता, त्यांच्याकडून १६.४९ ग्रॅम मेफेड्रोन, ३५०,६०० रुपये रोख आणि दोन मोबाईल फोन जप्त केले.तर दुसरी कारवाई संध्याकाळी नालासोपारा पूर्वेकडील प्रगती नगर येथे झाली. नार्कोटिक्स कंट्रोल सेल २ च्या पथकाने ४४ वर्षीय नायजेरियन नागरिकाला अटक केली आणि २१४ ग्रॅम मेफेड्रोन जप्त केले, ज्याची बाजार किंमत अंदाजे ४.२८ दशलक्ष आहे. त्याच्याविरुद्ध एनडीपीएस कायद्यांतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

कपडे बदलत असताना घरात घुसून अल्पवयीन मुलीवर अतिप्रसंग
साताराच्या सासपडे गावात नकार दिल्यानं डोक्यात दळणाचं जातं घालून संपवलं

■सातारा। प्रतिनिधी,

राज्यात दिवसेंदिवस गुन्हेगारीचं प्रमाण वाढत चाललं आहे. हत्या, अत्याचार आणि हाणामारी अशा अनेक प्रकारच्या गुन्ह्यांचं अक्षरशः वावटळ उठलं आहे. याचदरम्यान, सातारा जिल्ह्यात एक धक्कादायक घटना समोर आली आहे. सासपडे गावात एका १३ वर्षीय अल्पवयीन मुलीची एका तरुणाने डोक्यात दळणाचं दगडी जातं घालून निर्घृण हत्या केली आहे. या घटनेनं नागरिकांच्यात संतापाची भावना उसळली आहे. या प्रकरणात मुलीच्या हत्येप्रकरणी तिच्याच घरालगत राहणाऱ्या तरुणाला संशयित आरोपी म्हणून पोलिसांनी मुसक्या आवळल्या आहेत. या हल्ल्यानंतर गावात तणावाची परिस्थिती निर्माण झाली. संशयित आरोपीचं नाव राहुल यादव (वय ३५) असं आहे.

घटनेनंतर पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेतली

आणि काही तासानंतर संशयित आरोपी राहुल यादवच्या मुसक्या आवळल्या. या घटनेनं स्थानिकांच्या मनात संतापाची लाट उसळली आहे. स्थानिकांनी नराधमाच्या घरावर दगडफेक करत पत्रे उचकटले. यामुळे सासपडे गावातीला वातावरण चिघळल्याचं दिसून येत आहे. या प्रकरणात राहुल यादवने पोलिसांकडे कबुली जबाब देताना शाळकरी मुलीची हत्या केल्याचं कबुल केलं.

नेमकी घटना काय?

मृत १३ वर्षीय शाळकरी मुलगी शाळेतून आल्यानंतर तिने कुटुंबियांकडून चावी घेतली आणि ती घरात गेली. त्यानंतर ती कपडे बदलत असताना तेव्हा राहुलने घरात कोणीही नसल्याचं पाहून तो घरात शिरला. त्याने तिच्यावर अतिप्रसंग करण्याचा प्रयत्न केला. तिने राहुलला विरोध दर्शवला. त्यानंतर तिच्या डोक्यात जात्यानं हल्ला केल्याची माहिती राहुलने पोलिसांना दिली आहे.

याचप्रकरणी आता पोलिसांचं एक पथक राहुल यादवची झाडाझडती घेत आहेत. दुसरं पोलिसांचं पथक हे त्याचा मोबाईल स्कॅन करत तांत्रिक माहिती घेत असताना राहुल यादवच्या मोबाईलमधून धक्कादायक माहिती समोर आली. मोबाईलच्या इंटरनेट हिस्टरी चेक केली तेव्हा त्याला अश्लील व्हिडिओ बघण्याचा नाद असल्याचं समोर आलं.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहील.) भ्रमणध्वनी - ७४०००१४७४. 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