



संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

डिपीडिपी नियमावली आली हो...



डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन नियमावली २०२५ मधील सर्वात महत्त्वाची तरतूद म्हणजे अल्पवयीन मुलांचा डेटा वापरण्याआधी त्यांच्या पालकांची संमती घेणे बंधनकारक असणार आहे. ही संमतीसुद्धा एका विशिष्ट पद्धतीने घेणे बंधनकारक करण्यात आले आहे. यासोबतच डेटावर प्रक्रिया करणाऱ्या कंपन्यांना जर कोणत्याही डेटाची चोरी झाल्याचे लक्षात आल्यास त्यांनी तातडीने त्याची माहिती संबंधित व्यक्तीला देणे बंधनकारक करण्यात आले आहे. डेटा चोरीला गेला हे समजते, पण त्यामध्ये आपलाही डेटा होता का हे बऱ्याच वेळा समजत नाही. नियमावलीतील या तरतुदीमुळे ते आता शक्य होईल.

बिहारमधील विधानसभा निवडणूक आणि त्याभोवती फिरणाऱ्या राजकारणात सगळे गुंतलेले असताना केंद्र सरकारने १३ नोव्हेंबर २०२५ रोजी एक महत्त्वाचा शासन निर्णय जारी केला. केंद्रीय इलेक्ट्रॉनिक्स आणि माहिती-तंत्रज्ञान मंत्रालयाने डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन कायद्यातील तरतुदींच्या अनुषंगाने नवी नियमावली देशात लागू केल्याचा हा आदेश आहे. डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन कायदा २०२३ मध्ये संसदेने मंजूर केला. त्यातील कलम ४० नुसार केंद्र सरकारला हा कायदा अंमलात आणण्यासाठी नियम तयार करण्याचा अधिकार देण्यात आला आहे. याच अधिकाराचा वापर करून कायद्याची अंमलबजावणी करण्यासाठी नियमावली तयार करण्यात आली आहे. त्याचा मसुदा आधीच लोकांच्या सूचनांसाठी जारी करण्यात आला होता. आता ही नियमावली देशात लागू करण्यात आली आहे. ही नियमावली देशातील प्रत्येक नागरिकासाठी महत्त्वाची आहे, त्याचे कारण डेटा या शब्दाभोवती सकाळी उठल्यापासून रात्री झोपेपर्यंत आपण सगळेच फिरत असतो. हातातील मोबाईल, मांडीवरील लॅपटॉप याचा वापर करून काम करताना किंवा विरंगुळा म्हणून सोशल मीडिया साईट्सवर वेळ घालवताना आपण सगळेच डेटाचाच वापर करत असतो. त्यासाठी ही डेटा प्रोटेक्शन नियमावली महत्त्वाची आहे. देशाचे नागरिक म्हणून आपल्याला काही अधिकार राज्यघटनेने दिले आहेत. राज्यघटनेतील याच मूलभूत अधिकारांचा सर्वोच्च न्यायालयाने वेळेवेळी अर्थ लावून त्याची कक्षा विस्तृत केली. राज्यघटनेतील कलम २१ मध्ये प्रत्येक नागरिकाला जगण्याचा, वैयक्तिक स्वातंत्र्याचा अधिकार दिला आहे. या कलमातील तरतुदींचा वापर करून सर्वोच्च न्यायालयाने के. एस. पुट्टस्वामी वि. केंद्र सरकार या खटल्यामध्ये गोपनीयतेचा अधिकार मूलभूत असल्याचा निकाल दिला. देशातील नागरिकांच्या वैयक्तिक किंवा खासगी आयुष्यात डोकावून पाहण्याचा कोणालाही अधिकार नाही. याचप्रमाणे नागरिकांच्या वैयक्तिक माहितीचा वापर करतानाही काही बंधने संबंधित कंपन्यांवर घातली गेली पाहिजेत. जर ही बंधने घातली गेली नाहीत, तर याच वैयक्तिक माहितीचा वापर करून अनेकांची फसवणूक केली जाऊ शकते आणि त्यातून पुढे मोठा अनर्थ होऊ शकतो. त्यासाठीच हा कायदा अत्यंत महत्त्वाचा आहे. तसेच डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन नियमावली २०२५ अत्यंत महत्त्वाची आहे. या लेखात पुढे जाण्यापूर्वी नियमावलीतील काही महत्त्वाच्या संज्ञा समजून घेतल्या पाहिजेत. नियमावलीतील डेटा प्रिन्सिपल या शब्दाचा अर्थ ज्या व्यक्तीच्या डेटाबद्दल बोलले जात आहे ती व्यक्ती. डेटा फिड्युशियरी म्हणजे एखादी व्यक्ती किंवा कंपनी जी डेटा प्रिन्सिपल यांचा डेटा वेगवेगळ्या कारणासाठी वापरते किंवा त्या डेटावर काम करते. यामध्ये सोशल मीडिया कंपन्यासुद्धा येतात. केंद्र सरकारने कायद्यातील तरतुदींतर्गत जी नियमावली तयार केली, त्यातील सर्वात महत्त्वाचा भाग म्हणजे आपण कोणाकोणाला आपल्या वैयक्तिक माहितीचा वापर करण्यासाठी परवानगी दिली, ते आता आपल्याला समजणार आहे. हेच काम करण्यासाठी कन्सेंट मॅनेजर असणार आहे. कन्सेंट मॅनेजरने डिजिटल प्लॅटफॉर्मच्या साह्याने नागरिकांना आपली वैयक्तिक माहिती कंपन्यांना पुरविण्याचा, न पुरविण्याचा आणि दिलेली परवानगी नाकारण्याचा अधिकार उपलब्ध करून द्यायचा आहे. डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन नियमावली २०२५मधील सर्वात महत्त्वाची तरतूद म्हणजे अल्पवयीन मुलांचा डेटा वापरण्याआधी त्याच्या पालकांची संमती घेणे बंधनकारक असणार आहे. ही संमती घेतानासुद्धा अट घालण्यात आली आहे. खातरजमा करताना गेण्याजोगी संमती असे नियमावलीत म्हटले आहे. अशीच संमती डेटा फिड्युशियरी कंपन्यांनी घेतली पाहिजे, असे हे बंधन आहे. हा मुद्दा विस्तृतपणे समजून घेतला पाहिजे. ‘अ’ ही अल्पवयीन मुलगी आहे. जर तिच्याशी संबंधित कोणताही डेटा कंपनीला वापरायचा असेल, तर ‘अ’चे जे पालक आहेत, त्यापैकी एकाची खातरजमा करण्यायोग्य संमती घेणे बंधनकारक असेल. ‘अ’ने सांगितले की ‘ब’ हे तिचे वडील आहेत, तर आधी ‘ब’ यांनी त्यांची ओळख सिद्ध केली पाहिजे, ते सज्जन आहेत, हे कागदोपत्री पुराव्यानुसार दाखवून दिले पाहिजे. मगच ते ‘अ’चे पालक म्हणून स्वतःची ओळख सिद्ध करू शकतात. पालकांच्या संमतीशिवाय कोणत्याही अल्पवयीन मुला-मुलींच्या डेटावर काम केल्यास तो या नियमावलीतील तरतुदींचा भंग असेल. या प्रकरणात डेटा फिड्युशियरी असे कंपन्यांना जबाबदार धरले जाऊ शकते. अधूनमधून आपण बातम्यांमधून वाचत असतो की इतक्या लोकांच्या डेटाची चोरी झाली. डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन नियमावली २०२५ च्या अंमलबजावणीमुळे आता डेटावर प्रक्रिया करणाऱ्या कंपन्यांना जर कोणत्याही डेटाची चोरी झाल्याचे लक्षात आल्यास त्यांनी तातडीने त्याची माहिती संबंधित व्यक्तीला देणे बंधनकारक करण्यात आले आहे. डेटा चोरीला गेला हे समजते, पण त्यामध्ये आपलाही डेटा होता का हे बऱ्याच वेळा समजत नाही. नियमावलीतील या तरतुदीमुळे ते आता शक्य होईल. यासोबतच या नियमावलीच्या अंमलबजावणीसाठी तयार करण्यात आलेल्या डेटा प्रोटेक्शन बोर्ड ऑफ इंडियालाही त्याची माहिती दिली पाहिजे. डेटावर प्रक्रिया करणाऱ्या कंपनीने केवळ जुजबी माहिती देऊन उपयोगी नाही, तर नक्की डेटा कधी चोरला गेला, त्याची वेळ काय होती, डेटा चोरी झाल्यामुळे संभाव्य काय नुकसान होऊ शकते, डेटाची चोरी होऊ नये, यासाठी काय खबरदारीच्या उपाययोजना करण्यात आल्या होत्या आणि काय करण्यात येतील, याबद्दलची माहितीही डेटा फिड्युशियरी कंपन्यांनी दिली पाहिजे. आपल्या देशात प्रक्रिया करण्यात आलेला डेटा परदेशात पाठविण्याची परवानगी डेटा फिड्युशियरी कंपन्यांना देण्यात आली आहे, पण या संदर्भात केंद्र सरकारने वेळेवेळी केलेले नियम त्यांच्यावर बंधनकारक राहतील, अशीही अट नियमावलीमध्ये घालण्यात आली आहे. या कंपन्या मनमजीने कोणाचाही डेटा परदेशात देऊ शकणार नाहीत. डेटा फिड्युशियरी कंपन्या या डेटा प्रोटेक्शन कायदा आणि त्यानुसार तयार करण्यात आलेली नियमावली यातील तरतुदींचे पालन करत आहेत, याचा निर्धारित कालावधीमध्ये त्यांनी आढावा घेतला पाहिजे, अशी जबाबदारीही त्यांच्यावर निश्चित करण्यात आली आहे. डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन नियमावली २०२५ मधील तरतुदींचे पालन याच्याशी संबंधित कंपन्यांकडून होते आहे, यावर लक्ष ठेवण्यासाठी डेटा प्रोटेक्शन बोर्ड ऑफ इंडियाची स्थापना करण्यात आली आहे. केंद्र सरकारमधील इलेक्ट्रॉनिक्स विभागाचे सचिव हे या बोडाचे पदसिद्ध अध्यक्ष असतील आणि या सदस्यांची निवड समितीच्या माध्यमातून केली जाईल. नियमावलीमधील आणखी महत्त्वाचा भाग म्हणजे ज्या कारणासाठी आपण परवानगी दिली आहे, केवळ आणि केवळ त्याच कारणासाठी आपली संबंधित माहिती वापरली गेली पाहिजे. माहिती घेतली एका कारणासाठी आणि वापरली जाते आहे दुसऱ्याच कारणासाठी असे होता कामा नये. या कंपन्यांनी सामान्य नागरिकांशी सोप्या भाषेत संवाद साधला पाहिजे, यावर नियमावलीत दिलेला भर महत्त्वाचा आहे. बऱ्याच वेळा तांत्रिक गोष्टी सामान्यांना समजत नाहीत आणि ते त्याच्याकडे दुर्लक्ष करतात, पण यामुळे भविष्यात त्यांचेच नुकसान होऊ शकते, हे त्यांच्या लक्षात येत नाही. डेटा प्रोटेक्शन हा सध्याचा गतिमान जीवनत महत्त्वाचा मुद्दा आहे. तरीही अनेकांचे याकडे दुर्लक्ष होते. रोजच्या कामाच्या गडबडीत आपण कोणाला काय देतोय, हे पटकन लक्षात येत नाही. आपल्या डेटाचा वापर करून अनेकांनी कोट्यवधी रुपयांचे बिझनेस उभे केले आहेत. त्यांच्या बिझनेस उभारण्याला कोणाचाही विरोध नसला, तरी या संपूर्ण प्रक्रियेत पारदर्शकपणा अजिबात नव्हता. डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन नियमावलीमुळे तो पारदर्शकपणा आला तरी ही नियमावली यशस्वी झाली, असे म्हणता येईल.

बिबट्यांच्या दहशतीने महाराष्ट्राचा अक्षरशः थरकाप उडाला आहे. ग्रामीण भागात संस्थाकाळनंतर उघड्यावर वावरणं, रस्त्यातून चालत वा दुचाकीवरून जाणं किंवा शेतात काम करणं अशक्य झालं आहे. कालच बिबट्याने चारचाकीवरही हल्ला केला. बिबट्यांचा सर्वत्र सुळसुळट झाला असून त्यांची पावलं आता ग्रामीण भागातून शहरातही पडू लागली आहेत. महाराष्ट्रातील ज्या शहरांचा विस्तार झाला आहे, त्या शहरांच्या कडेने जिथे अजूनही शेती केली जाते, अशा ठिकाणी राहणाऱ्यांच्या घरांच्या अंगणात बिबटे सर्रास आपल्या पंजांचे ठसे उमटवू लागले आहेत. कोकणात रानडुकरं, माकडं, तळकोकणात हत्तींनी उच्छाद मांडला आहे. मध्य महाराष्ट्रात मोरांनी शेतकऱ्यांच्या पेरण्याच गट्ट केल्याच्या तक्रारी आहेत. उत्तर, मध्य आणि दक्षिण महाराष्ट्रात बिबट्यांनी धुमाकूळ घातला आहे. बिबट्यांचा हा प्रश्न क्वचित मराठवाडा आणि विदर्भातही दिसतो. पण, सह्याद्रीच्या रंगेत त्याने जेवढं विक्राळ रूप धारण केलं आहे, तेवढं तिथे नाही. साधारण दहा वर्षांपासून पुणे आणि अहिल्यानगर जिल्ह्यात बिबट्यांचा मुक्त वावर सुरू झाला. हरिश्चंद्रगडापासून कळसुबाईच्या पायथ्यापर्यंतच्या पट्ट्यात हा वापर सर्वात आधी जाणवू लागला. बिबट्यांनी शिवनेरीच्या पायाशी आपला रहिवास केल्यानंतर वन विभागाने जुन्नरला बिबट्यांसाठी तात्पुरती छावणी स्थापन केली. पुणे, अहिल्यानगर जिल्ह्यात पकडलेले बिबटे तिथे बंदिस्त केले गेले. त्यांच्यासाठी तिथे निकषानुसार पिंजरे, खानपान आदींची व्यवस्थाही केली गेली. तिथे 'बिबट सफारी' करण्यापासून अनेक योजना जाहीर केल्या गेल्या. बिबट्यांची व्यवस्था म्हणजे 'वाघ बचाव मोहिमे'चा भाग असल्यासारखा अनेक रम्य कल्पना मांडल्या गेल्या. मानव आणि वन्यप्राण्यांच्या सहजीवनावबद्दल अनेक लेखही लिहिले गेले. हे लेखही मुख्यतः बिबट्यांची बाजू घेणारेच होते. पण, बिबट्यांचा उच्छाद दिवसेंदिवस वाढत गेल्याने बिबट्यांच्या बाजूने लिहिणाऱ्यांनी सध्या लेखण्या म्यान केलेल्या दिसतात. शेतकरी, ग्रामीण भागात राहणाऱ्यांचे हाल पाहिल्यानंतर आता कोणीच निसर्ग प्रबोधन करण्याच्या मनःस्थितीत नाही.

बिबट्यांच्या मानवी वस्तीतील वावराला माणूसच जबाबदार आहे, यात वाद नाही. पण, जे आज



बिबट्यांची दहशत

बिबट्यांचा त्रास सोसताहेत, ते त्याला जबाबदार नाहीत, हेही लक्षात घेतलं पाहिजे. चूक एकाची आणि शिक्षा भलत्यालाच असा हा प्रकार आहे. बिबट्यांची समस्या जटिल झाली आहे, ती मुख्यतः सह्याद्रीच्या पर्वतरांगांच्या पायथ्याशी. सह्याद्री सुस्थितीत राहिला, तरच महाराष्ट्राचं जीवन सुरक्षित राहील, असं तज्ञ गेली ५० वर्षं सांगताहेत. सुमारे ४० वर्षांपूर्वी त्यासाठी 'पश्चिम घाट बचाव मोहीम'ही आखली गेली होती. ज्येष्ठ पर्यावरण तज्ञ माधव गाडगीळ यांचा सह्याद्रीच्या जैवविविधतेला संरक्षित करण्यासंबंधीचा अहवालही आपल्या हाती होता. पण, गाडगीळ हे 'पर्यावरण अतिरेकी' असल्याची टीका करून त्यांचा तो अहवाल आपल्याकडून सोयीने बाजूला सारला गेला. सह्याद्रीचं जंगल, वनसंपदा 'विकासकामां'साठी खुली केली गेली. सह्याद्रीच्या निंबड अरण्यात, मोठमोठी यंत्रसामग्री आवाज करू लागली. खोदकामांनी त्यांनी सह्याद्रीची कूस रिकामी केली. तिथलं प्राणी जीवन याने आधी अस्वस्थ आणि मग अस्ताव्यस्त झालं. बिबट्या हिंरं असल्याने त्याची चर्चा होते. पण, हरणं, मुंगूस, मांजरांसारखे अनेक प्राणी आपला वनातला अधिवास सोडून नाईलाजाने डोंगर सोडून खाली आले. मानवी वस्तीत, गावालगतच्या शेतांत त्यांनी स्वतःसाठी आसरा निवडला. काही वर्षांपूर्वी झालेली माळीण किंवा इर्शाळवाडीची दुर्घटना अशाच कारणांनी झाल्या होत्या. वाढती लोकसंख्या, शहरी जीवनापासून दूर जाऊन जंगलात 'फार्म हाऊस' करण्याची होस, रिसॉर्ट, वॉटर पार्क यांसारखा वेगवेगळ्या कारणांने

मुंबईत पसरले धुळीचे साम्राज्य



वायू प्रदूषण रोखण्यासाठी मुंबई महानगरपालिकेने केलेल्या मार्गदर्शक तत्वांचे पालन विकासक, कंत्राटदारांकडून होत नाही. त्यामुळे मुंबईत धुळीचे साम्राज्य निर्माण होऊ लागले आहे. मुंबईत ठिकठिकाणी नियम धाब्यावर बसवून बांधकामे सुरू आहेत.

देशभरातील विविध शहरांमध्ये प्रदूषण वाढू लागले आहे. दिवाळीच्या कालावधीत तर मुंबई, दिल्ली, कोलकाता ही सर्वाधिक प्रदूषित शहरे बनतात. ऑक्टोबरपासून प्रदूषणाला सुरुवात होते. हवेची दिशा बदलली किंवा हवा स्थिर राहिली की प्रदूषणाचे प्रमाण वाढते. तसे दरवर्षी हिवाळ्यात सर्वत्र प्रदूषण वाढते. हवेची गुणवत्ता खालावल्याने नागरिकांच्या आरोग्याच्या समस्या निर्माण होतात. गेल्या दोन-तीन वर्षांचा विचार करता २०२५ च्या जानेवारीपासून मुंबईत प्रदूषणाचे प्रमाण वाढीस लागले आहे. याला कारणही तशीच आहेत. मुंबईत सुरू असलेली इमारतीची, रस्ते, पूल, मेट्रोची कामे सुरू आहेत. यामुळे मुंबईत धुळीचे साम्राज्य निर्माण झाले आहे.

मुंबई महापालिका हद्दीतील वायू प्रदूषण रोखण्यासाठी मुंबई महानगरपालिकेने मार्गदर्शक तत्त्वे जारी केली आहेत. त्यानुसार बांधकामाभोवती लोखंडी किंवा कापडांचे आच्छाद उभारणे, बांधकामाच्या ठिकाणी पाणी फवारणी करणे बंधनकारक आहे. यानंतरही अनेक बांधकामांच्या ठिकाणी महापालिकेच्या परिपत्रकाकडे दुर्लक्ष करण्यात येते. महापालिकेच्या परिपत्रकाची अंमलबजावणी होते की नाही याची तपासणी करण्यासाठी महापालिकेने विभाग स्तरावर पथके तयार केली आहेत. यानंतरही काही भागांमध्ये धुळीचे साम्राज्य पसरले आहे. धुळेची संख्या प्रदूषणाला कारणीभूत ठरत आहे. गतवर्षी नोव्हेंबर महिन्यातच मुंबईत वाढलेल्या वायू प्रदूषणावर उपाय म्हणून मुंबईतील रस्ते पाण्याने धुवून काढण्याची मोहीम हाती घेण्यात आली होती. महापालिका दिवसाला २६० कि.मी.चे रस्ते पाणी फवारणी करून धूत होती. अशीच वेळ मुंबईवर यंदाही येऊ नये, यासाठी महापालिका प्रशासन, प्रदूषण नियंत्रण मंडळाने ठोस पावले उचलण्याची गरज आहे. अन्यथा यंदाही धुळीच्या नावावर पुन्हा कंत्राटदारांचे भले करण्याचे उद्योग सुरू होऊ शकतात.

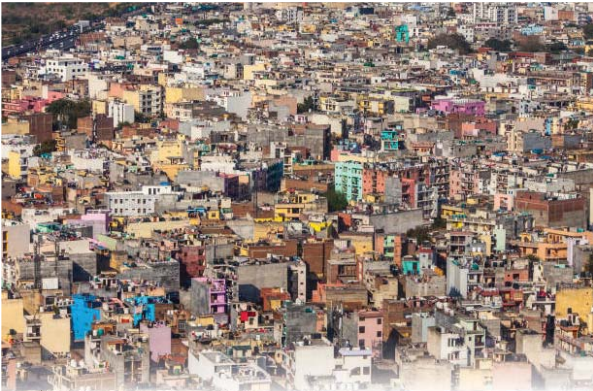
मुंबईत इमारतीचे अनेक कामे सुरू आहेत. या बांधकामाच्या ठिकाणी

महापालिकेने ठरवून दिलेल्या मार्गदर्शक तत्त्वांचे उल्लंघन होत असल्याने महापालिकेने जानेवारी ते ऑक्टोबर या कालावधीत तब्बल ३ हजार ४९७ बांधकामांना काम थांबविण्याची नोटीस दिली होती. विकासक, कंत्राटदारांनी मार्गदर्शक तत्त्वांचे पालन करण्याचे आश्वासन दिल्याने पुन्हा काही बांधकामे सुरू झाली, तर सुमारे दोन हजार बांधकामे अद्यापही थांबलेली आहेत. यानंतरही मुंबईतील वायू प्रदूषणाचे प्रमाण वाढीस लागले आहे, हे नाकारता येणार नाही.

मुंबई शहर आणि उपनगरात मेट्रो, रस्ते, पूल, इमारती अशी विविध बांधकामे सुरू आहेत. या बांधकामांच्या ठिकाणाहून वाहून नेण्यात येणारा राडारोडा हवेत उडतो.

वाहनांमधून वाहून नेण्यात येणाऱ्या मातीवर आच्छादन टाकणे बंधनकारक आहे. मात्र अनेक कंत्राटदार याकडे दुर्लक्ष करतात. यामुळे मुंबईतील अनेक रस्ते मातीने माखले आहेत. त्याचप्रमाणे मातीवर आच्छादन न टाकताच वाहने वेगाने धावत असल्याने वाहनांद्वारे धूळ हवेत पसरते. यामुळे हवेत धुळीचे प्रमाण वाढत आहे. यातच मुंबईतील वाहनांची वाढती संख्या प्रदूषणाला कारणीभूत ठरत आहे. गतवर्षी नोव्हेंबर महिन्यातच मुंबईत वाढलेल्या वायू प्रदूषणावर उपाय म्हणून मुंबईतील रस्ते पाण्याने धुवून काढण्याची मोहीम हाती घेण्यात आली होती. महापालिका दिवसाला २६० कि.मी.चे रस्ते पाणी फवारणी करून धूत होती. अशीच वेळ मुंबईवर यंदाही येऊ नये, यासाठी महापालिका प्रशासन, प्रदूषण नियंत्रण मंडळाने ठोस पावले उचलण्याची गरज आहे. अन्यथा यंदाही धुळीच्या नावावर पुन्हा कंत्राटदारांचे भले करण्याचे उद्योग सुरू होऊ शकतात.

मुंबईसह देशभरातील प्रदूषण पातळीत दरवर्षी मोठ्या प्रमाणात वाढ होत आहे. यामुळे हवा नागरिकांचे जीव घेईल



झोपडपट्ट्या, इतिहास आणि राजकारण

मुंबईतील झोपडपट्ट्या आणि विकास हा स्थानिक राजकारणातील एक महत्त्वाचा विषय आहे. जगभरात मुंबईची एक विशेष ओळख अनेक कारणांनी आहे. त्यातील एक कारण म्हणजे मुंबईत असलेल्या झोपडपट्ट्या. आशिया खंडातील सर्वात मोठी झोपडपट्टी म्हणून मुंबईतील धारावीचा उल्लेख केला जातो. पण, संपूर्ण मुंबई शहर आणि उपनगरांमध्ये अनेक झोपडपट्ट्या आहेत. मुंबई ही देशाची आर्थिक राजधानी म्हणून ओळखली जाते. बाहेर राज्यातील अनेक कुटुंब हे मुंबईत येतात आणि राहायला मिळेल तिथे जागा करतात, असे अनेकदा समोर आले आहे. नुकतेच मुंबई उच्च न्यायालयाने २०११ नंतर बांधण्यात आलेल्या बेकायदेशीर झोपडपट्ट्यांवर कारवाई करण्याचे आदेश दिले आणि पुन्हा एकदा मुंबईतील हा विषय चर्चेत आला. एकीकडे मुंबई उच्च न्यायालयाने मुंबईला आंतरराष्ट्रीय शहर म्हणून विकसित करायचे असेल तर सरकारने २०११ नंतर बांधलेल्या बेकायदेशीर झोपडपट्ट्यांवर कठोर कारवाई करणे आवश्यक असल्याचे म्हंटले आहे. तसेच, न्यूयॉर्क शहराचे महापौर भारतीय वंशाचे जोहरान मद्दानी यांनी निवडणुकीआधी घरांची भाडेवाढ गोठवणे, शहरात विनामूल्य बस प्रवास, ६ महिन्यांपासून ५ वर्षांपर्यंतच्या बालकांसाठी सार्विक्रम आणि मोफत बालसंगोपन उपक्रम तयार करणे तसेच स्वस्त धान्यासाठी आर्थिक परिसरात महापालिकेची पाच किराणा दुकान सुरू करणे अशी आश्वासने दिली होती. पण अशा आश्वासनांची पूर्ती केल्यास न्यू यॉर्कमध्ये विकासकांविरुद्धी वातावरण तयार होईल आणि मुंबईसारखी झोपडपट्टी निर्माण होईल, अशी भीती अब्बाजीश रिशल इस्टेट व्यावसायिक बॅरी आणि मुंबई महापालिका त्यांचे कर्तव्य बजावत आहे. मात्र अन्य प्राधिकरणांनीदेखील याबाबत गंभीर होणे ही काळजी गरज बनली आहे. कंत्राटदार, प्राधिकरणांनी नियमांची अंमलबजावणी योग्य रीतीने केल्यास मुंबईकरांना स्वच्छ हवा मिळेल. अन्यथा प्रदूषित हवा नागरिकांचे जीव घेईल

टक्के लोक झोपडपट्टीत राहात होते. तर, त्यानंतर २००१ मध्ये झालेल्या जनगणनेत मोठ्या प्रमाणात वाढ झाल्याचे पाहायला मिळाले. या आकडेवारीनुसार तब्बल ५५ टक्के लोक हे झोपडपट्टीत राहात होते. तसेच, २०११ च्या आकडेवारीमध्येही या संख्येत मोठ्या प्रमाणात फरक दिसल्याचे दिसून आले. यावेळी या आकडेवारीत घट झाली असून ती अंदाजे ४१ टक्क्यांवर आली. पण तरीही अणुच्या व्यवस्था, निच्चांकी राहणीमान यामुळे झोपडपट्ट्यांमधील लोकांच्या समस्या हा चर्चेचा विषय ठरला आहे.

झोपडपट्टी आणि

विकासकामांचा इतिहास

झोपडपट्टी आणि त्यांचा विकास हा प्रत्येक महाराष्ट्रातील सरकारसाठी मोठा विषय ठरला आहे. १९९६ मध्ये शिवसेना-भाजप युतीचे सरकार असताना झोपडपट्टी पुनर्वसन योजनेला सुरुवात झाली. मुंबईमध्ये पसरलेल्या झोडपडपट्ट्यांमधील रहिवाशांना मोफत घर देणारी योजना युती सरकारने सुरू केली. त्यावेळी मुंबईतील ४० लाख झोपडपट्टीवासीयांना मोफत घर देणारी योजना म्हणून तेव्हा सरकारने मोठा गाजावाजा केला. गेल्या १५ वर्षांमध्ये, किती झोपडपट्टीधारकांना मोफत घरे मिळाली? तसेच त्यांच्या जागेवर किती उतुंग टॉवर्स उभे राहिले? हा एक मोठा प्रश्नच ठरला आहे. मुंबईत केंद्र आणि राज्य सरकारच्या जमिनीवर तसेच खासगी जमिनींवरही झोपडपट्ट्या प्रचंड वेगाने वाढतच होत्या. झोपडपट्टीमुक्त मुंबई करण्यासाठी त्यांना मोफत घरे देण्याची योजना पुढे आली. त्यातून झोपडपट्टी पुनर्वसन योजना अमलता आली. १९८०च्या दशकात शंकराव चव्हाण हे मुख्यमंत्री, ए. आर. अंतुले हे गृहनिर्माणमंत्री आणि त्यामुळे आंतरराष्ट्रीय पातळीवर मुंबईच्या झोपडपट्ट्यांचा उल्लेख करण्यात आला.

झोपडपट्ट्यांची आकडेवारी किती ?

गेल्या ३ जनगणनेच्या आकडेवारीमधून एक धक्कादायक माहिती समोर आली आहे. १९९१ मध्ये झालेल्या जनगणनेनुसार मुंबईतील २५

लाख लोक झोपडपट्टीत राहत होते, असे निष्पन्न झाले. १९९६ मध्ये एसआरए योजना सुरू करण्याचा निर्णय झाला. तेव्हा मुंबईतील झोपडपट्टीवासीयांची संख्या ४० लाखांवर गेली होती.

व्हेज खिमा रोल

साहित्य: सोया ग्राउल्स- १ वाटी, कांदे- २, टोमॅटो- १, आलं-लसूण-हिरवी मिरची पेस्ट- दीड चमचा, कोथिंबीर चिरून- अर्धा वाटी, लाल तिखट- अर्धा चमचा, हळद- अर्धा चमचा, गरम मसाला- १ चमचा, तेल- २ चमचे, पुदिना चटणी- २ चमचे, चाट मसाला- १ चमचा,



मीड- चवीनुसार, पोळीसाठी- गव्हाचं पीठ- २ वाट्या, तेल- अर्धा चमचा.

कृती: सारणासाठी- सोया ग्राउल्स ४ वाट्या गरम पाण्यात १५ मिनिटे बुडवून ठेवा. कांदा,

टोमॅटो चिरून घ्या. सोया मधील जास्तीचं पाणी पिळून काढून टाका. पॅनमध्ये तेलावर निम्मा कांदा सोनेरी होईपर्यंत परतून घ्या. आलं, लसूण, हिरवी मिरची पेस्ट परतून घ्या. सोया ग्राउल्स घालून परता. हळद, लाल तिखट, गरम मसाला घाला, परता. टोमॅटो, मीठ घालून शिजेपर्यंत परता. गॅसवरून उतरवून कोथिंबीर घाला. पोळीसाठी कणिक भिजवून घ्या. १५ मिनिटांनी पोळी लाटून भाजून घ्या. गरम असतानाच व्हेज खिम्माचे मिश्रण, पोळीच्या मधोमध पसरा. चिरलेला कच्चा कांदा, पुदिना चटणी, चाट मसाला घाला. गुंडाळून रोल तयार करा.

नारळाचे तेल : त्वचेसाठी वरदान

नारळाचे तेल हे केवळ केसांसाठी नव्हे तर आपल्या त्वचेकरिता देखील वरदान आहे. याच्या वापराने त्वचेवर फ्री रेडिकल्सचे परिणाम नाहीसे होतात. खोबरेल तेलामध्ये अँटी ऑक्सिडंट्सचे प्रमाण जास्त असते.

कित्येक शतके आपण परंपरेने चालत आलेल्या अनेक घरगुती उपायांचा अवलंब करत आलो आहोत. पण जसजसा काळ बदलला, तसतसे हे उपाय देखील काहीसे बदलत गेले. आपल्या आसपासच्या वातावरणामध्ये सतत वाढती कमान असलेले प्रदूषण, आपली बदलती जीवनशैली, यांच्यामुळे आपले आरोग्य, त्वचा आणि केस यांच्यावर दुष्परिणाम दिसून येऊ लागले आहेत. त्यामुळे आपल्या आरोग्याच्या बदलत्या गरजांनुसार आपण

आपल्या केसांच्या, त्वचेच्या आरोग्याकरिता करत असलेल्या उपायांमध्ये देखील बदल करण्याची गरज आहे.



यासाठी बाजारामध्ये अनेक तऱ्हेची प्रॉडक्ट्स उपलब्ध आहेत. पण केवळ एका वस्तूने आपण आपली त्वचा, आणि केस यांची उत्तम काळजी घेऊ शकतो, ते म्हणजे नारळाचे किंवा खोबरेल तेल.

■ नारळाचे तेल हे केवळ केसांसाठी नव्हे तर आपल्या त्वचेकरिता देखील वरदान आहे. याच्या वापराने त्वचेवर फ्री

रेडिकल्सचे परिणाम नाहीसे होतात. ■ खोबरेल तेलामध्ये अँटी ऑक्सिडंट्सचे प्रमाण जास्त आहे. यामुळे त्वचेतील घातक द्रव्ये बाहेर पडण्यास मदत होते.

■ नारळाचे तेल उत्तम मॉईश्चरायझर आहे. सर्व प्रकारच्या त्वचेसाठी नारळाचे तेल गुणकारी आहे. याच्या नियमित वापराने त्वचेवरील सुरकुत्या नाहीशा होण्यास मदत होते.

■ नारळाच्या तेलाचे गुण आणखी वाढवण्याकरिता त्यामध्ये कापूर घालून हे तेल चेहऱ्याला लावावे व दहा मिनिटे चेहऱ्यावर राहू द्यावे. या कापूरमिश्रित तेलाचे त्वचेची निरनिराळी इन्फेक्शन्स दूर होण्यास मदत होते. हे मिश्रण बनवण्यासाठी शंभर ग्रॅम नारळाच्या तेलामध्ये एक कापराची वडी मिसळवी. त्वचेवरील भाजल्याचे वण, टाचावरील भेगा, त्वचेवर आलेले काळे डाग हटवण्यासाठी कापूर मिश्रित तेल वापरावे.



जाणून घ्या हे बदामाचे १० फायदे

■ सकाळी भिजवलेले बदाम खाल्ले तर त्यात औषधी गुणधर्म जास्त असतात. कोरड्या बदामपेक्षा पाण्यात

भिजवून खाल्लेले बदाम जास्त पौष्टिक असतात. ■ बदामांच्या सेवनाने सर्दी आणि पडसे कमी होते. रात्री झोपताना भिजवलेले बदाम आणि गरम दूध घेतले तर सर्दी कमी होते. ■ बदामाने काही काळ भूक भागवली जाते. ■ डाएटिंग करणारे लोक अधिक प्रमाणात बदाम खातात. डाएटिंग करणारे भूक लागल्यास इतर पदार्थापेक्षा १२ बदाम खातात. हे बारा बदाम एका ब्रेकफास्टचे काम करतात.

■ बदामामुळे पोषक द्रव्ये मिळतात आणि कॅल्शियमही वाढत नाहीत. ■ मधुमेह झालेल्या व्यक्तींनी बदाम खाल्ल्यास त्यांची शुगर लेव्हल नियंत्रणात राहते. ■ बदामाची साल कोरडी असल्याने सहसा लोक ती काढून टाकतात. पण ही साल शरीरातील रक्त पातळी वाढवण्यास मदत करते. म्हणून बदाम हे सालासकट खाल्ले पाहिजेत. ■ बदामामध्ये तांब्याचे प्रमाण जास्त असते, जे रक्त शुद्धीकरण करण्यास उपयुक्त ठरते. ■ बदामामुळे कोरड्या त्वचेचा स्निग्धपणा वाढण्यास मदत होते. ■ बदामाच्या सेवनाने केस गळण्याचे प्रमाणही कमी होते.

लहान मुलांमधील वाढता लठ्ठपणा ठरतोय नैराश्याचं कारण

संशोधनातले निष्कर्ष हे ग्लोबलमध्ये होणाऱ्या European Congress on Obesity मध्ये सादर करण्यात येतील. संशोधकांनी २००० ते २००२ या वर्षात यूकेमध्ये जन्मलेल्या १७ हजारांहून अधिक मुलांची माहिती गोळा करून त्यांचं विश्लेषण केलं. संशोधकांनी गोळा केलेल्या

होती. सातव्या वर्षापासून लठ्ठपणा आणि भावनिक समस्यांचा एकमेकांशी असलेला संबंध उघड व्हायला सुरुवात होते. त्यापूर्वी या दोन्हीमधला संबंध स्पष्टपणे दिसून येत नाही. आमच्या संशोधनातून लठ्ठपणा आणि भावनिक समस्यांचा संबंध स्पष्ट झाला, असं लिक्वॅरूल युनिव्हर्सिटीमधील मानसशास्त्राचे व्याख्याता डॉ. शार्लेट हार्टमन यांनी स्पष्ट केलं.

लठ्ठपणाच्या समस्येनं ग्रासलेल्या मुलांवर उपचार करणाऱ्यांसाठी ही नवीन माहिती उपयुक्त आहे. ‘बऱ्याचदा लोकांना असं वाटतं की कमी खाल्लं आणि अधिक व्यायाम केल्यावर काहीच त्रास होणार नाही. पण हे इतकं सोपं नाहीये.’ ‘वयाच्या सातव्या वर्षापासून ही मुलं लठ्ठपणा आणि मानसिक आजाराच्या दुष्टचक्रात अडकतात,’ असं डॉ. हार्टमन सांगतात. लहान मुलांमध्ये मोठ्या प्रमाणावर दिसून येणाऱ्या या समस्या सार्वजनिक आरोग्याच्या दृष्टीने चिंतेचा विषय आहे. कारण मोठेपणीही आरोग्यावर याचे दुष्परिणाम दिसून येतात.



माहितीमध्ये मुलांची उंची आणि वजन यासोबतच त्यांना वयाच्या वेगवेगळ्या टप्प्यांवर भेडसावणाऱ्या भावनिक समस्यांची माहिती घेतली. वयाच्या तिसऱ्या, पाचव्या, सातव्या, अकराव्या आणि चौदाव्या वर्षी या मुलांचं वर्तन नेमकं कसं होतं, याची माहिती पालकांकडूनच घेण्यात आली

‘फार्मा सही दाम’ ॲप वापरा आणि स्वस्तात औषधे मिळवा

औषधांच्या वाढत्या बिलांचा तुम्हालाही त्रास होत असेल, तर तुमच्यासाठी ही बातमी दिलासा देणारी आहे. कारण केंद्र सरकारने नुकतेच ‘फार्मा सही दाम’ नावाचे ॲप लॉच केले आहे, ज्यामुळे ग्राहकांना ब्रँडेड औषधांप्रमाणे गुणकारी औषधे कमी दरात मिळण्यास मदत होणार आहे. हे ॲप नॅशनल फार्मास्युटिकल प्राइसिंग अथॉरिटीने विकसित केले असून ते ॲड्रॉइड आणि आयओएस दोन्ही वापरकर्ते वापरू शकतात. ग्राहकांना स्वस्तात समान दर्जाच्या ब्रँडेड औषधाना पर्याय उपलब्ध व्हावा, यासाठी हे ॲप सुरू करण्यात आले आहे. म्हणजेच ॲपच्या मदतीने

महागड्या औषधाना स्वस्त पर्याय मिळू शकतो.

‘फार्मा सही दाम’ हे एक असं ॲप, जे ग्राहकांना स्वस्तात समान दर्जाच्या ब्रँडेड औषधांचा पर्याय उपलब्ध करून देण्यासाठी सुरू करण्यात आले आहे. म्हणजेच ॲपच्या मदतीने महागड्या औषधाना स्वस्त पर्याय मिळू शकतो.

औषधाचे नाव टाईप करावे लागेल. मग ते तुम्हाला ब्रँडेड औषधांच्या स्वस्त पर्यायांची संपूर्ण यादी दाखवेल, जे तुम्ही कुठूनही खरेदी करू शकता. हे लक्षात ठेवा की, ही औषधे वेगवेगळ्या नावांनी उपलब्ध असू शकतात, परंतु औषधाची क्रिया सारखीच राहील.

या औषधांचे औषधी गुणधर्मही तेच राहतील आणि त्यांची क्रियाही तिच असेल. तर सोप्या भाषेत समजून घेण्याचा प्रयत्न केला तर उदाहरण म्हणून ‘ॲगॅमॅटिन’ हे भारतात सर्वाधिक विकल्या जाणाऱ्या औषधांपैकी एक आहे. या ब्रँडेड औषधाच्या सुमारे २०० रुपये पण या ॲपमध्ये १० गोळ्यांची किंमत आहे. तुम्हाला १० पर्याय सापडतील, जे त्यापेक्षा खूपच स्वस्त आहेत. या गोळ्या ८-१० रुपयांना विकत घेता येतील. त्याचप्रमाणे पॅन डीच्या १५ कॅप्सूलची किंमत १९९ रुपये आहे आणि त्याच फॉर्म्युल्यासह दुसऱ्या औषधाच्या १० कॅप्सूल केवळ २२ रुपयांना विकत घेता येतील.

केंद्र सरकारचा वाटा महत्वाचा

भारतातील औषधांची किंमत ही इतर वस्तूंप्रमाणे मागणी आणि पुरवठा यावर अवलंबून असते. मात्र, ३३ टक्क्यांहून अधिक औषधांच्या किमतींवर सरकारचे नियंत्रण आहे. म्हणजेच या येंणार नाहीत. नॅशनल फार्मास्युटिकल प्राइसिंग अथॉरिटी (NPPA) ने अत्यावश्यक औषधांची यादी तयार केली आहे आणि त्यांच्या किमतींवर नियंत्रण ठेवले आहे. ड्रग प्राइस कंट्रोल ऑर्डर (DPCO) अंतर्गत ३५५ औषधांच्या आणि त्यांच्या ८८२ फॉर्म्युलेशनच्या किमती भारतात निश्चित केल्या गेल्या आहेत.



औषधी दुधी भोपळा

दुधी भोपळा म्हटले म्हणजे अनेक जण नाके मुरडतात. मात्र तो किती गुणकारी आहे, याबद्दल तुम्हाला कदाचित माहीत नसावे. दुधी भोपळा औषधी भाजी असून त्यात लोह, कॉल्शियम, फॉस्फरस व अन्य खनिजे आहेत. तंतुमय, रेषादार तसेच जीवनसत्त्व ‘क’ असलेली ही फळभाजी दुर्लक्षित आहे. मात्र, आता हळूहळू त्याचे महत्त्व नागरिकांना पटत असल्याने ते खाण्याचे प्रमाण वाढले आहे.



■ हृदयविकाराच्या रुग्णांना दुधी भोपळ्याचा रस सकाळ-संध्याकाळ एक-एक वाटी दिल्यास रोंहिण्यांमधील कोलेस्ट्रॉल कमी होण्यास मदत होते.

■ दुधी भोपळ्याचा रस एक वाटी, लिंबाचा रस एक चमचा व एक चमचा मध एकत्र करून प्यावल्यास मूत्रविकार कमी होतात.

■ रोज सकाळी काही न खाण्याआधी अर्धा वाटी दुधी भोपळ्याचा रस व एक चमचा आल्याचा रस पाण्यात मिसळून घेतल्यास स्थूलपणा कमी होतो. ■ भोपळ्याच्या एक वाटी रसात एक चमचा मध व चिमुटभर जायफळ पूड मिसळून तयार झालेला लेप त्वचेवर लावल्याचा कांती उजळते.

■ एक चमचा आवळा चुर्ण भोपळ्याच्या रसात मिसळून रात्री कोमट पाण्यासह घेतल्याने झोप चांगली लागते. तसेच पोट साफ होते.

■ दुधी भोपळ्याचा एक वाटी रस एक चमचा ओवा, चिमुटभर काळे मीठ घालून गरम करून ते चाखल्याने पोटाचा फुगीरपणा कमी होतो.

■ दुधी भोपळ्याचा रस आटवून त्यात एक मिरे व पिंगळी वाटून त्यात एक चमचा मध मिसळून त्याचे चाटण लहान मुलांना दिल्यास छातीतील कफ दूर होतो.

फॅन्सी आणि वलासी फ्रिलचे ड्रेस !

लहानपणी तुम्ही फ्रिलचे फ्रॉक आणि स्कर्ट घालून टुमकत टुमकत चालत होता. तसेच फ्रिलदार फ्रॉक, स्कर्ट आणि शर्ट सध्या चलनामध्ये आले आहेत. फ्रिलचे फ्रॉक तर मुली कॉर्पोरेट सूटसोबत घालणे पसंत करतात. कारण

बोअरिंग दिसणारे फॉर्मल सूट फ्रिलच्या फ्रॉकमुळे नवीन लुकमध्ये दिसतात. फ्रिलच्या ड्रेसचे सर्वात मोठे वैशिष्ट्य म्हणजे हे फेमिनीन लूक देतात आणि तुम्ही याला पार्टी वेअर ते कॅज्युअल वेअरपर्यंत घालू शकता. या प्रकारचे रफल्ड ड्रेस तुम्ही बऱ्याच डिझाईनमध्ये तयार करू शकता. जसे रफल्ड रॅप ड्रेस, सिंगल लेअर रफल्ड ड्रेस, टीर्ड रफल्ड ड्रेस. रफल्ड ड्रेस

स्टायलिश लुक तर देतातच, त्याशिवाय तुमच्या बऱ्याच समस्यांचे निदान देखील करतात. जसे तुमची बस्ट लाइन स्मॉल असेल तर अशा ड्रेसची निवड करा ज्यात फ्रिल वरच्या बाजूस दिली असेल. आणि जर बस्ट लाइन हेवी असेल तर तुमच्यासाठी अशा प्रकारचे ड्रेस योग्य राहतील, ज्यात फ्रिल कर्टिकली स्ट्रेट लाइनमध्ये असेल. जर तुम्ही बाँडीच्या खालील भागाला हेवी लूक देण्याचा प्रयत्न करत असाल तर खालच्या बाजूला फ्रिल असलेले फ्रॉक परिधान करणे उपयुक्त ठरेल. सध्या बॉलीवूडच्या अभिनेत्री देखील फ्रिलने सजलेले फ्रॉक परिधान करतात. मागील काही सार्मारंभात दीपिका पदुकोण, अनुष्का शर्मा, प्रियंका चोप्रा, सोनाक्षी सिन्हा व प्रीती जिंटा फ्रिलच्या ड्रेसमध्ये आल्या होत्या.

फ्रिलच्या ड्रेसमध्ये तुम्हाला ज्वेलरीची चिंता करण्याची गरज नसते. हे फ्रॉक बिन हेवी ज्वेलरीचे पण चांगले लूक देतात. फ्रिलदार ड्रेसला तुम्ही बऱ्याच डिझाईन व मटेरियलमध्ये तयार करू शकता. हे हलके कपडे जसे जा-जॅट, शिफॉन, कॉटन आणि सॅटिनमध्ये जास्त चांगले लूक देतात. तर मग आता पुढच्या पार्टीत वेगळे दिसण्यासाठी एखादा फ्रिलचा ड्रेस स्वतःसाठी नक्कीच तयार करा.



■ स्टीम बाथ घेण्यापूर्वी शक्य तितके जास्त पाणी प्यावे म्हणजे डिहायड्रेशनचा त्रास होणार नाही. ■ नाक, तोंडावर कपडा बांधून स्वयंपाकघराची स्वच्छता केल्याने धुळीचे कण शरीरापर्यंत पोहोचत नाहीत. ■ कैरीच्या कच्च्या पांढऱ्या बिया, कडूलिंबाची पावडर यांचे मिश्रण

डायबेटिसच्या रुग्णांनी खाण्या-पिण्याबाबत विशेष पथ्य पाळणे त्यांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत महत्वाचे असते. शुगर कंट्रोलमध्ये ठेवण्यासाठी काही गोष्टी आवश्यक असतात. त्यासाठीच या टिप्स..

रुग्णांनी सेवन करू नये. ■ ज्या भाज्या जमिनीत येतात, उदा. बटाटे, रताळे, इत्यादी भाज्या खाणे टाळावे. ■ केळी, चिकू, आंबा, सीताफळ, द्राक्ष, पपई, पेरू, ऊस आदी फळे वर्ज्य करावीत. ■ काजू, मनुका, बदाम, भुईमुगाच्या शेंगा, अक्रोड आदी सुकामेवा

उपयोगी पडणाऱ्या ब्युटी टिप्स

केसांकरिता उपयोगी असते.

■ नेल ब्लिच तयार करताना सायट्रिक ऑईड किंवा हायड्रोजन पेरॉक्साईडचा वापर साधारणपणे केला जातो.

■ रात्री झोपताना लिंबाचा रस, गुलाब पाणी व ग्लिसरिन लावा. हात-पाय मऊ व चकचकीत होतात.

■ स्विमिंग करताना स्विमिंग कॅप वापरावी. कारण पूलच्या पाण्यात क्लोरिन जास्त असल्यामुळे केस खराब होतात. ■ केसांमध्ये हेअर डायरचा वापर कमीत कमी करावा. कारण, केस गळण्यास सुरुवात होते तसेच ते द्विभाजितही होतात. ■ नॅचरल मेकअपसाठी फाऊंडेशन टाळावा. ■ मांसाहार टाळावा. ■ भात, वरण, दूध, पनीर, दही, मासे आदी पदार्थ कमी प्रमाणात खावेत. ■ कच्च्या भाज्या उदा. मेथी, पालक, दुधी भोपळा, मुळा, कोथिंबीर, गोबी, चवळी, टोमॅटो, कांदा, कारले, कांदाची पात, कैरी, लिंबू पाणी आदी पदार्थ भरपूर प्रमाणात खावे

लावल्यानंतर दोन मिनिटांनंतर पावडर लावायला पाहिजे. त्याने फाऊंडेशनमुळे पडणारे चकले दिसणार नाही. ■ जरदोसी मेंदी सिल्व्हर किंवा गोलडन शेडमध्ये असते. मेंदीने हातांवर सिल्व्हर किंवा गोलडन रंगाने डिझाइन बनवण्यात येते. ■ चौपाटी किंवा एखाद्या डोंगरावर ट्रेकिंगला जाण्याचा प्लान करत असल तर आपल्या त्वचेची काळजी घ्यायला विसरू नका. ■ गुडघ्यापर्यंत मिडी किंवा मिनी स्कर्टसोबतसुद्धा लॉगिंगसचा वापर करता येतो. लॉग स्कर्टसोबत स्लॅक्स वापरू शकता.

शुगरवर कंट्रोल ठेवण्यासाठी हे टाळा...

■ साखरयुक्त पदार्थ, मध, सरबत, सिरप, कोल्ड ड्रिंक्स, गूळ, तूप, केक, पेस्ट्री, आईस्क्रीम, दारू, बीयर आदींचे डायबेटिसच्या रुग्णांनी सेवन करू नये. ■ ज्या भाज्या जमिनीत येतात, उदा. बटाटे, रताळे, इत्यादी भाज्या खाणे टाळावे. ■ केळी, चिकू, आंबा, सीताफळ, द्राक्ष, पपई, पेरू, ऊस आदी फळे वर्ज्य करावीत. ■ काजू, मनुका, बदाम, भुईमुगाच्या शेंगा, अक्रोड आदी सुकामेवा

बहुपयोगी स्ट्रॉबेरी

■ दिवसाला तीन ते चार स्ट्रॉबेरी खाल्ल्याने स्मरणशक्ती तसेच एकाग्रता वाढायला मदत होते. ■ स्ट्रॉबेरी हे पोटॅशियम आणि ‘क’ जीवनसत्त्वाने समृद्ध फळ आहे. हे दोन्ही घटक तुम्हाला उत्साही ठेवण्यास मदत करतात.

■ वाढत्या वयात त्वचेवर सुरकुत्या पडतात. पण स्ट्रॉबेरीमुळे या सुरकुत्यांचं प्रमाण कमी होतं. ■ स्ट्रॉबेरी खाल्ल्याने तुमची रोगप्रतिकारक क्षमता वाढते. ■ हार्मोन्सचं संतुलन तसंच हाडांच्या आरोग्यासाठी स्ट्रॉबेरीचा आहारता समावेश करायला हवा. ■ शरीरावर आलेली सूज स्ट्रॉबेरीच्या सेवनाने कमी होते. ■ कॅन्सरपासून बचाव करण्याची क्षमता स्ट्रॉबेरीत आहे. ■ केस आणि त्वचा या दोन्हीचं आरोग्य राखण्यासाठी स्ट्रॉबेरी महत्त्वाची भूमिका बजावते. म्हणूनच अनेक सौंदर्यप्रसाधनांमध्ये स्ट्रॉबेरीचा तत्त्वांचा वापर केला जातो. ■ स्ट्रॉबेरीतील काही गुणधर्मांमुळे सूर्याच्या अतिनील किरणांपासून केस आणि त्वचा यांचं रक्षण होऊ शकतं.



स्ट्रॉबेरी फारच आकर्षक दिसते, त्यामुळे पाहताक्षणीच खावीशी वाटते. ऑक्ट-गोड चवीचं हे फळ थंडीच्या दिवसात मिळतं. स्ट्रॉबेरीचा आकार लहान असला तरी आरोग्याच्या दृष्टीने ती फारच गुणकारी आहे. स्ट्रॉबेरी हे मेंदूचं खाद्य असल्याचं एका संशोधनातूनही समोर आले आहे. भरपूर अँटीऑक्सिडंट्स असल्याने स्ट्रॉबेरीच्या सेवनाने मेंदूची क्षमता वाढते. इतर अनेक रोगांवरही हे फळ उपयुक्त ठरतं. चला जाणून घेऊ स्ट्रॉबेरीचं आपल्या आहारातील महत्त्व...

१३ प्रभागांमध्ये समान आरक्षणाची हॅट्रीक सलग तिसऱ्या निवडणुकीतही आरक्षण राहिले सारखेच

या प्रभागांमध्ये सन २०१२, सन २०१७, सन २०२४ मधील आरक्षण कंसात आहे

- प्रभाग १४ : भाजपा -आसावरी पाटील(महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग १७ : भाजपा -बिना देशी (महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग २१ : भाजपा- सागरसिंह ठाकर (खुला, खुला, खुला)
- प्रभाग ३३ : उबाठा -गीता भंडारी (ओबीसी महिला, ओबीसी महिला, ओबीसी महिला)
- प्रभाग ३७ : भाजपा- प्रतिभा शिंदे (महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग ३९ : शिवसेना -विनया सावंत (महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग ६४ : उबाठा -राहिदा हारून खान (मृत)(महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग ८३ : काँग्रेस- विनिफ्रेड डिस्पोझा (महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग ९४ : उबाठा- प्रज्ञा भूतकर (महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग १५९ : उबाठा- कोमल जामसंडेकर (सर्वसाधारण, सर्वसाधारण, सर्वसाधारण)
- प्रभाग १७४ : भाजपा- कृष्णादेणी रेड्डी (महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग २०१ : शिवसेना- सुषिषा मोरे (महिला, महिला, महिला)
- प्रभाग २१२ : अभासे- गीता गवळी (महिला, महिला, महिला)

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

मुंबई महापालिका सार्वत्रिक निवडणूक २०२५करता प्रभाग आरक्षण सोडत जाहीर झाली. या प्रभाग आरक्षणात अनेकांचे प्रभाग गेले असून काहींना दुसऱ्या प्रभागांमध्ये धाव घेण्याची वेळ आली. परंतु २२७ प्रभागांमधील १३ प्रभागांमधील सलग तिसऱ्या निवडणुकीतही कायम राहीले आहे.त्यामुळे प्रभाग आरक्षण कायम राहिल्याने १३ प्रभागांमध्ये आरक्षण समानच राखले गेल्याने तेथील माजी नगरसेवकांना पुन्हा तिथेच लढण्याची संधी कायम आहे. मुंबई महापालिकेच्या सार्वत्रिक निवडणुकीकरता मागील आठवड्यात प्रभाग आरक्षण जाहीर करण्यात आले. प्रभाग आरक्षण नव्याने पडल्याने अनेकांना चिद्दयावरच आलेल्या आरक्षणावर नशीब आजमावे लागले आहे. मात्र, हे आरक्षण चक्राकार पध्दतीने येईल, त्यामुळे सन २००७, सन २०१२, सन २०१७वर आधारीत काढले जाणार असल्याने प्रत्येकाने अनुमान लावून प्रभाग बांधणीला सुरुवात केली होती. परंतु नव्याने प्रभाग आरक्षण सोडत काढल्याने अनेकांचे प्रभाग आरक्षण बदलेले गेले किंवा मनासारखे आरक्षण न पडल्याने एकतर घरी बसावे लागले किंवा त्यांना दुसऱ्या प्रभागांत शोध घेण्याची वेळ आली आहे. परंतु यातील १४ प्रभागांमध्ये सन २०१२ पासून आजमितीपर्यंत समानच आरक्षण पडल्याचे दिसून येत आहे. सलग तिन निवडणुकांमध्ये समान आरक्षण राहिलेल्या १३ प्रभागांमध्ये पाच भाजपाचे नगरसेवक आणि नगसेविका निवडून आलेले आहेत. तर उबाठाचे नगरसेवक निवडून आलेल्या ४ प्रभागांचा ,समावेश आहे, दोन प्रभाग शिवसेना, काँग्रेस एक आणि अभासे नगरसेवकांचा आहे.

मागील निवडणुकीप्रमाणे ५९ प्रभागांमध्ये समान आरक्षण

महापालिकेच्या सन २०१७च्या सार्वत्रिक निवडणुकीकरता जाहीर झालेल्या आरक्षणानुसारच आगामी निवडणुकीकरता आरक्षण पडले आहे. यामध्ये २२७ प्रभागांपैकी ५९ प्रभागांमध्ये मागील निवडणुकीप्रमाणेच आरक्षण पडले आहे. त्यामुळे ५९ प्रभागांमध्ये पुन्हा नगरसेवकांना लढण्याची संधी आहे. यामध्ये पुन्हा ओबीसी आरक्षण असलेल्या प्रभागांची संख्या ०५, महिला ओबीसी प्रभागांमधी संख्या ०७, सर्वसाधारण महिला प्रभागांची संख्या २६, सर्वसाधारण प्रभागांची संख्या २० आणि अनुसूचित जमाती प्रवर्ग प्रभागाची संख्या एक एवढी आहे. तर १६ ओबीसी प्रभाग या निवडणुकीत खुले झाले आहेत, तर ३० सर्वसाधारण म्हणजे खुले प्रभाग महिला आरक्षित झाले आहेत.

बिबट्या संकटाला तोंड देण्यासाठी महाराष्ट्र सरकारची भन्नाट आयडिया! आता बिबट्या गावात शिरताच...



■पुणे। प्रतिनिधी, महाराष्ट्रात बिबट्यांच्या वाढत्या हल्ल्यांचा प्रश्न पुन्हा एकदा ऐरणीवर आला आहे. पश्चिम व उत्तर महाराष्ट्रात बिबट्यांनी धुमकुळ घातला आहे. दर दोन दिवसांनी बिबट्या दिसल्याची किंवा बिबट्याने हल्ला केल्याची बातमी समोर येते. बिबट्यांच्या वाढत्या हल्ल्यांबाबत आता राज्य सरकारने गांभीर्याने विचार केला आहे. राज्यात वाढत चाललेल्या बिबट्यांच्या हल्ल्यासंदर्भात मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी बैठक बोलवली आहे. दुपारी १.३० वाजता मंत्रालयात बैठक होणार असून उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, वनमंत्री गणेश नाईक व महत्त्वाचे अधिकारी उपस्थित राहणार आहेत. बिबट्यांच्या वाढत्या हल्ल्यावर उपाय म्हणून बिबट्यांची संख्या नियंत्रणात आणण्यासाठी बिबट्यांच्या नसबंदीला केंद्रीय पर्यावरण, वन आणि हवामान बदल मंत्रालयाची मान्यता मिळाली आहे, असे राज्याचे वनमंत्री गणेश नाईक यांनी

सांगितले. तसंच, बिबट्यांच्या हालचालीवर लक्ष ठेवण्यासाठी चंद्रपूरच्या धर्तीवर पुणे, नाशिक, अहिल्यानगर येथे एआय यंत्रणा कार्यान्वित केली जाणार आहे. तसंच, सॅटेलाइट कॅमेरे बसवले जाणार आहेत. चंद्रपूरच्या धर्तीवर पुणे, नाशिक, अहिल्यानगर येथे एआय यंत्रणा कार्यान्वित केली जाणार आहे. तसेच, अत्याधुनिक सॅटेलाइट कॅमेरे बसवले जाणार आहेत. बिबट्या जवळ आल्यास गावांमध्ये सायरनद्वारे तातडीचा अलर्ट देण्यात येईल, असेही त्यांनी सांगितले. वनमंत्री नाईक यांनी पुणे, नाशिक व अहिल्यानगर येथील वनविभागांतील अधिकाऱ्यांसोबत आढावा बैठक घेतली. त्यानंतर त्यांनी ही माहिती दिली.

झोन सर्वेक्षण करून बिबट्यांची संख्येची नोंद दरम्यान, जिल्ह्यात मानव-बिबट संघर्ष दिवसेंदिवस वाढत असल्यामुळे बिबट्यांचे हल्ले रोखण्याच्या दृष्टीने कायमस्वरूपी उपाययोजना करण्यात येणार असून अतिसंवेदनशील भागात ह्युकृत्रिम बुद्धिमत्ताह (एआय) प्रणालीचा वापर करण्यात येणार आहे. तसेच झोन सर्वेक्षण करून बिबट्यांची संख्या नोंदविण्या येणार आहेत.



मुंबई महापालिका मुख्यालय २० ते २५ मिनिटे अंधारात

■मुंबई। प्रतिनिधी, मुंबई महापालिका मुख्यालयात तब्बल १५ ते २० मिनिटे बत्ती गुल झाली असून वीज पुरवठा खंडित झाल्याने मुख्यालय इमारतीतील विस्तारीत इमारतीतील प्रवेशद्वार क्रमांक सात येथील उदवाहनात (लिफ्ट) पाच ते सहा जण अडकले होते. लिफ्टचे चालक आणि महापालिका सुरक्षा अधिकारी व जवानांनी तातडीने चावीद्वारे लिफ्टचे दरवाजे उघडून सर्वांची सुटका केली. विशेष म्हणजे लिफ्टकरता स्वतंत्र वीजेचा पुरवठा करण्यासाठी इन्व्हर्टरच्या माध्यमातून बॅकअप सेवा असणे आवश्यक आहे. परंतु, सुमारे ७५ हजार कोटींचा अर्थसंकल्प असलेल्या महापालिकेला आपल्या

मुख्यालयातील इमारतीत लिफ्टकरता बॅकअप यंत्रणा बसवता येत नाही.त्यामुळे अशाप्रकारे लिफ्टमध्ये अडकून कुणाचा जीव गेल्यानंतर प्रशासन जागे होणार का असा सवाल उपस्थित होत आहे. मुंबई इमारत मुख्यालयाच्या विस्तारीत इमारतीत दुपारी ३ वाजून ५० मिनिटांनी वीज पुरवठा खंडित झाला. त्यानंतर हा पुरवठा ४ वाजून १२ मिनिटांनी सुरळीत झाला. मात्र, वीज पुरवठा खंडित झाल्याने लिफ्टमध्ये काही जण अडकले गेले. त्यामुळे सुरक्षा विभागाचे अधिकारी आणि जवानांनी लिफ्ट चालकांसह सर्व मजलवांघ जावून अडकलेल्यांचा शोध घेतला. त्यावेळी प्रवेशद्वार क्रमांक ७ येथील लिफ्टमध्ये तळ मजला

आणि पहिला मजला या दरम्यान लिफ्ट अडकली गेली होती. त्यामुळे सात ते आठ मिनिटांमध्ये लिफ्टचा दरवाजा उघडण्यात यश आले. यामध्ये चार ते पाच जण अडकले होते आणि त्यात ८५ वर्षीय ज्येष्ठ नागरिकाचाही समावेश होता. जे हयातीचा दाखला देण्यासाठी तथा त्याचा अर्ज घेण्यासाठी महापालिकेत आले होते. हे ज्येष्ठ नागरिक महापालिकेच्या माध्यमिक शाळेतील निवृत्त मुख्याध्यापक होते. त्यानंतर बाहेर काढल्यानंतर सर्व लिफ्टची तपासणी करून झाल्यानंतर सव्वा चार वाजात वीज पुरवठा सुरळीत झाला. महापालिका मुख्यालयातील विस्तारीत इमारतीच्या तळघरात असलेल्या वीज सबस्टेशनमध्ये शॉर्ट सर्कीट

आता वृक्षारोपण क्षेत्र 'नो डेव्हलपमेंट झोन' झाडांच्या सुरक्षेसाठी पहारेकऱ्यांची नजर... राज्य सरकारचा महत्त्वपूर्ण निर्णय



■मुंबई। प्रतिनिधी, पर्यावरण संवर्धनासाठी वृक्ष लागवड करणे, काळाची गरज बनली आहे. त्यामुळे झाडांची अधिकाधिक लागवड करावी. तसेच वृक्षारोपणानंतर वृक्षारोपण क्षेत्रांना संबंधित शहरी कायद्यानुसार शहरी हरित पट्टा किंवा ह्रानो डेव्हलपमेंट झोनह् म्हणून आरक्षित करावे. तसेच वृक्षारोपणानंतर झाडांच्या सुरक्षेसाठी त्याटिकाणी पहारेकऱ्यांची नियुक्ती करण्यात यावी, असे सक्त आदेश राज्य सरकारने संबंधित यंत्रणांना दिले आहेत. सर्वोच्च न्यायालयाने महाराष्ट्र वृक्षतोड (नियमन) कायदा १९६४ किंवा महाराष्ट्र (शहरी क्षेत्र) वृक्ष संरक्षण आणि संवर्धन कायदा १९७५ च्या अनुषंगाने दिलेल्या निर्देशानुसार, बृहन्मुंबई क्षेत्रातील सार्वजनिक प्रकल्पामधील वनेतर क्षेत्रात झालेल्या वृक्षतोडीच्या बदल्यात पर्यायी वृक्षारोपणाचे प्रभावी व्यवस्थापन व संरक्षण होण्यासाठी नियमावली जारी करण्यात आली आहे.

बृहन्मुंबई महानगरपालिका यांनी वृक्षतोडीच्या परवानगीसाठी दाखल याचिकेच्या अनुषंगाने सर्वोच्च न्यायालयाने २७ ऑक्टोबर २०२५ रोजी अंतरिम आदेश जारी केले आहेत. या आदेशामध्ये सर्वोच्च न्यायालयाने बृहन्मुंबई क्षेत्रातील सार्वजनिक प्रकल्पामधील वनेतर क्षेत्रात झालेल्या वृक्षतोडीच्या बदल्यात पर्यायी वृक्षारोपणाचे प्रभावी व्यवस्थापन व संरक्षण होण्यासाठी उपाययोजना निश्चित करण्याचे निर्देशित केले आहेत. त्यानुषंगाने सर्वोच्च न्यायालय शासनाकडून शपथपत्रही दाखल करण्यात आलेले आहे. यासाठी सोमवारी शासन निर्णय जारी करण्यात आला आहे.

एक समिती स्थापन करावी. सदर समितीमध्ये संबंधित कार्यक्षेत्रातील सहाय्यक वनसंरक्षक (प्रादेशिक), महाराष्ट्र वृक्षतोड (नियमन) कायदा १९६४ किंवा महाराष्ट्र (शहरी क्षेत्र) वृक्ष संरक्षण आणि संवर्धन कायदा १९७५ अंतर्गत असलेला संबंधित क्षेत्रचा वृक्ष अधिकारी आणि वृक्षारोपणात तज्ज्ञ असलेल्या मान्यताप्राप्त आणि सुप्रसिद्ध स्थानिक गैर-सरकारी संस्थेचा प्रतिनिधी हे सदस्य राहतील. तसेच प्रकल्प यंत्रणेचा प्रतिनिधी हा सदस्य सचिव असणार आहे.

८ फूट उंच कायमस्वरूपी कुंपण घालणे! अशा सर्व वृक्षारोपणाचे चराई, अतिक्रमण आणि इतर कारणांमुळे होणारे नुकसान टाळण्यासाठी, संरक्षण व देखभाल करण्यासाठी वृक्षारोपण क्षेत्रासभोवताली किमान ८ फूट उंचीचे कायमस्वरूपी कुंपण घालण्यात यावे व त्यावर सीसीटीव्ही कॅमेरे आणि ट्रि गार्ड लावण्यात यावेत.

जमीन मालकाची पूर्वपरवानगी बंधनकारक! मुंबई शहराच्या हद्दीत मोकळ्या जागेची तीव्र टंचाई लक्षात घेता, मुंबई महानगर प्रदेशामध्ये (एमएमआर) उपलब्ध असलेल्या सुयोग्य जमिनींवर बृहन्मुंबई महानगर पालिका आणि इतर सरकारी सार्वजनिक पायाभूत सुविधा प्रकल्पांसाठी पर्यायी वृक्षारोपणाचा विचार करावा व अशी पर्यायी वृक्षारोपणाची जमीन, मालकाच्या पूर्व परवानगीने प्रकल्प यंत्रणेने

शोधून संबंधित प्राधिकरणास उपलब्ध करून द्यावी. **सात वर्षे झाडे जगतील, याची काळजी घेणे** स्थानिक हवामान आणि मातीची अनुकूलता लक्षात घेऊन, किमान १२ फूट उंचीच्या स्थानिक प्रजातीच्या रोपांची लागवड करावी आणि महाराष्ट्र (शहरी क्षेत्र) वृक्ष संरक्षण आणि संवर्धन कायदा १९७५ च्या कलम ८ (५अ) नुसार वृक्ष प्राधिकरण किंवा वृक्ष अधिकारी यांनी अशी पर्यायी वृक्षारोपणाची झाडे किमान सात वर्षांपर्यंत जगतील याची दक्षता घ्यावी. या कालावधीदरम्यान जेवढी झाडे जगणार नाहीत, तेवढी नवीन झाडे लावून त्याची देखभाल करावी.

माती, वृक्ष लागवडीसाठी लँड बँक तयार करा! स्थानिक नागरी संस्थांनी त्यांच्या अधिपत्याखालील क्षेत्रामध्ये पर्यायी वृक्षारोपणासाठी आवश्यक गुणवत्ता असलेल्या मातीची आणि लागवडीसाठी सुयोग्य असलेल्या अशा क्षेत्राची ह्यलँड बँकेह्ह तयार करून त्याची देखभाल करावी. त्यामध्ये मनोरंजन स्थळे, महत्त्वाचे नैसर्गिक जैविकक्षेत्र (वेगळ्या हवामानासह भौगोलिक क्षेत्रे, फुलांच्या आणि प्रण्यांच्या प्रजाती जसे की विस्तीर्ण गवताळ प्रदेश) यांचा समावेश असावा. सदर ह्यलँड बँकेह्हची व्याप्ती ही स्थानिक नागरी संस्थांच्या कार्यक्षेत्रातील तोडावयाच्या वृक्षांच्या बदल्यात वृक्षारोपण करणे बंधनकारक आहे.

पीएसआयकडून बलात्कार लव्ह, सेक्स अन् धोकाचा धक्कादायक प्रकार

■संभाजीनगर। प्रतिनिधी, छत्रपती संभाजीनगरमध्ये अतिशय धक्कादायक प्रकार घडला आहे. स्पर्धा परीक्षेची तयारी करताना एका तरुणीवर प्रशिक्षणीर्थ उपनिरीक्षकाने ढकन ने लैंगिक अत्याचार केला आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार, पीडित तरुणी गर्भवती राहिल्यानंतर आरोपी ढकन ने तिचे खासगी फोटो व्हायरल करण्याची धमकी दिली. आरोपी पीएसआय एवढ्यावर थांबला नाही तर त्याने जबरदस्तीने तरुणीचा गर्भपात केला. मुलीने आरोपीच्या वडिलांना ही बाब सांगितल्यानंतर तुला जे

करायचे ते कर असं म्हणत धमकावले. याप्रकरणी पीडित तरुणीच्या फियादींवरून क्रांती चौक पोलीस ठाण्यात पीएसआयवर बलात्कारासह अ‍ॅट्रॉसिटी अ‍ॅक्टनुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. पीएसआय आरोपी भागवत ज्ञानोबा मुलगीर असं नाव आहे. २६ वर्षीय पीडित तरुणीने या विरोधात तक्रार केली आहे. एवढंच नव्हे तर हे दोघेही परभणी जिल्ह्यातली असून शहरात स्पर्धा परीक्षेची तयारी करत होते. एकाच जिल्ह्याचे असताना दोघांमध्ये ओळख निर्माण झाली. काही दिवसांत या ओळखीचं रुपांतर प्रेमात झालं. आरोपी पीडित तरुणीला एमएच २० कॅफेत घेऊन गेला. तिथे शरीर संबंध ठेवले.

अर्थे कपडे घालून ये, मी तुझ्यासोबत... प्रोफेसर सासऱ्याची सूनूेकडे भयंकर मागणी, नवऱ्याला कळताच...

■मुंबई। प्रतिनिधी, अत्यंत धक्कादायक प्रकरण समोर आले आहे. एका निवृत्त ऊटरढ यांच्या मुलीचा विवाह एका सुक्षित कुटुंबात झाला होता. तिचा पती डॉक्टर, सासरे प्रोफेसर आहेत. मात्र सासऱ्या कुटुंबाकडून मिळालेल्या वागणुकीमुळे तिने पोलिसात तक्रार दाखल केली आहे. सासऱ्याने तिच्याकडे शरीर सुखाची मागणी केली होती. एकदा तर सर्व मयार्दा ओलांडत त्यांनी अर्थे कपडे घालून ये, मी तुज्यासोबत झोपते असे म्हटले होते. तसेच डॉक्टर पतीचा देखील तिच्या वडिलांच्या संपत्तीवर डोळ्य असल्याचे म्हटले आहे.

नेमकं प्रकरण काय ? ही घटना कर्नाटकातील नेलमंगला येथे घडली आहे. निवृत्त ऊटरढ यांची मुलगी अनीताने पती डॉक्टर

गोवर्धन आणि सासरे प्रोफेसर नगराजु यांच्यावर हुंडा छळ, अश्लिल टिप्पण्या आणि शारीरिक छळ असे गंभीर आरोप लावले आहेत. अनीताचे लग्न २ नोव्हेंबर २०२३ रोजी झाले होते. तिच्या वडिलांनी लग्नात सुमारे २५ लाख रुपये, सोने, चांदी आणि इतर खर्च केले होते. मात्र अनीताचा आरोप आहे की लग्नाला अवघे १५ दिवस झाल्यानंतर तिच्या पतीने माहेरच्या मालमत्तेची आणि भाड्याच्या उत्पन्नातील हिस्सा मागायला सुरुवात केली. पतीचा कथित दबाव होता की तिने वडिलांच्या मालमत्तेतून पैसे आणवावेत जेणेकरून तो नोकरी सोडून नर्सिंग होम सुरू करू शकेल. तसेच अनीताने सासऱ्यांनी केलेल्या अश्लील मागण्यांचा देखील खुलासा केला आहे.

काय होती सासऱ्याची मागणी ? अनीताने सर्वात गंभीर आरोप सासऱ्यावर केले

आहेत. एफआयआर नुसार, प्रोफेसर नगराजु केवळ अश्लील टिप्पण्या करत नव्हते तर शारीरिकदृष्ट्याही तिला त्रास देत होते. अनीताने आपल्या तक्रारीत सासऱ्यावर अश्लील टिप्पण्या केल्याचे आरोप केले आहेत. अनीताने सांगितले की सासरे तिच्यावर चुकीच्या टिप्पण्या करायचे. उदाहरणार्थ, 'लग्नाला इतके महिने झाले, गुड न्यूज का नाही?', 'माझा मुलगा तुझ्यासोबत संबंध ठेवतो की नाही?' नाही तर मीच येतो.' याशिवाय अनीताने सांगितले की सासऱ्याने तिला असेही म्हटले, 'मॉडर्न मुलींसारखे अर्थे कपडे घालून माझ्यासमोर ये.'

‘घराची गोष्ट आहे, अ‍ॅडजस्ट कर’ अनीताचे म्हणणे आहे की जेव्हा तिने याचा विरोध केला तेव्हा पती आणि सासूने उलट तिलाच समजावले की ‘घरातली गोष्ट आहे. त्यामुळे तुच

थोडे अ‍ॅडजस्ट कर.’ सतत होणाऱ्या मानसिक, आर्थिक आणि शारीरिक कंटाळून अनीताने नो लॉम् गला! पोलिसांशी र्सां पा क र्सां घाला! पोलिसांनी पती, सासरा आणि सासूच्या विरोधात हुंडा छळासह विविध कलमांखाली गुन्हा दाखल केला आहे. प्रकरणाची चौकशी सुरू आहे.



हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची राहिल, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेत्र्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहिल.) भ्रमणध्वनी - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021@gmail.com