



सैरभैर होण्यामागचे कारण काय?



निवडणूक आयोग सध्या काय करत आहे, असा प्रश्न रोज विचारला जात आहे. स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणुकांमध्ये रोज नवीन टिव्स्ट आणि अपडेट समोर येत आहेत. साधारण आठ वर्षांनंतर होत असलेल्या या निवडणुकांमध्ये मतदान होईपर्यंत कुठेही विघ्न आले नाही, असा एकही दिवस गेला नाही. निवडणूक आयोग कोणाच्या ताटाखालचे मांजर झाले आहे, हे वाक्यही आता त्यांच्यासाठी वापरून वापरून गुळगुळीत झाले. दुसरीकडे, १२ राज्यांमध्ये विशेष पुनर्निरीक्षण (एसआयआर) सुरू करून आयोगाने बीएलओंना (घरोघरी जाऊन चाचणी करणारे कर्मचारी) वेटीस धरले असल्याचा आरोप होत आहे. आयोगाच्या दबावामुळे आतापर्यंत २४ बीएलओंचा एक तर हृदयविकाराच्या धक्क्याने मृत्यू झाला आहे किंवा कामाच्या दबावामुळे त्यांनी आत्महत्या केली. निवडणूक आयोगाने या बीएलओंच्या मृत्यूबद्दल ना टिवट करत दुःख व्यक्त केले, ना त्यांना श्रद्धांजली वाहिली. मात्र कामातून ब्रेक घेऊन बीएलओ तणावमुक्तीसाठी डान्स करत असल्याचा व्हिडिओ आयोगाने टिवट केला आहे. निवडणूक आयोगाने व्हिडिओ टिवट केला म्हटल्याबरोबर तुम्हाला लागलीच आठवलं असेल की याच मुख्य निवडणूक आयुक्त ज्ञानेश कुमार यांनी म्हटले होते की, 'आम्ही आमच्या आया-बहिणींचे व्हिडिओ सार्वजनिक केले पाहिजे का?' मतदान करतानाचे व्हिडिओ देण्यास यांचा नकार होता, मात्र महिला आणि पुरुष बीएलओ नाचताना तणावमुक्त होतात, असं व्हिडिओ सार्वजनिक करून हे सांगत आहेत. त्यामुळे राज्य निवडणूक आयोग सैरसैर का झाला आहे, असा प्रश्न पडतो. महाराष्ट्रात तर राज्य निवडणूक आयोगाने नगर परिषद आणि नगरपंचायत निवडणुकीचा जो चिखल करून ठेवला आहे, तो मतदान सुरू असतानाही सावरता आलेला नाही. मतदान सुरू असताना कोटांनं निकालाची तारीख बदलली. निवडणूक आयोगाने केलेला चिखलच एक प्रकारे कोटांनं त्यांच्यावरच फेकला. सुरुवातीला २७ टक्के ओबीसी आरक्षणाचा घोळ निवडणूक आयोगाने घातला. त्यामुळे ही निवडणूकच रद्द होण्याची नामुष्की येणार होती. सर्वोच्च न्यायालयाने एवढ्या वर्षांपासून लांबलेल्या निवडणुका आता पुन्हा लांबणीवर टाकणे बरे नव्हे म्हणत आधी निवडणुका घ्या, आणि मग तुम्ही आरक्षणाच्या नावाने जो घोळ घातला आहे तो निस्तरा, असा सज्जड दमच दिला. या निवडणुका झाल्यानंतर जानेवारीमध्ये सर्वोच्च न्यायालय वाढलेले आरक्षण रद्द करणार आणि त्या ठिकाणी पुन्हा निवडणुका घ्याव्या लागणार आहेत. ३ डिसेंबरला जाहीर होणारा नगर परिषद, नगरपंचायतींचा निकाल आता २१ डिसेंबरपर्यंत पुढे गेला आहे. यावर सत्ताधारी आणि विरोधक दोघेही राज्य निवडणूक आयोगावर खवळले आहेत. 'यांची कुठली तरी सेटिंग राहिली असेल, म्हणून निकाल पुढे ढकलले', असे म्हणत सत्ताधारी पक्षाचे निलेश राणे यांनी सर्वसामान्य जनतेच्या मनातील प्रतिक्रिया व्यक्त केली. निलेश राणे यांनी या निवडणुकीत ज्या पद्धतीने निवडणूक अधिकारी, पोलीस आणि भारतीय जनता पक्षाचा बुरखा फाडला आहे, त्यासाठी त्यांचे कौतुकच केले पाहिजे. सत्ता प्रशासनाला कशी वाकवते हे राणेंनी स्टिंग ऑपरेशन करून उघड केले. मालवणमध्ये त्यांनी भाजपच्या पदाधिकाऱ्यांना २५ लाख रुपयांसोबत रंगेहात पकडून दिले तरीही त्यांच्यावर निवडणूक अधिकाऱ्यांनी कारवाई केली नाही, उलट पोलिसांनी निलेश राणेवरच गुन्हा दाखल केला. आज झालेल्या मतदानावेळीचे राज्यातील जे चित्र समोर आले त्यावरून आपण २१ व्या शतकात राहत आहोत की महाराष्ट्रातील प्रत्येक गावागावात चंबळचे डाकू राहतात, असा सवाल निर्माण होत आहे. राज्यातील एकही गाव आणि नगर परिषद, नगरपंचायत अशी राहिली नाही की तिथे हाणामारी झाली नाही. बांधांपासून बांधांपर्यंत सर्वत्र बोगस मतदारांचा सुळसुळाट दिसला. शिंदेंचे दोन आमदार तर स्वतःच निवडणूक आचारसंहितेच्या चिंधड्या उडवताना दिसले. आमदार बांगर हे थेट मतदान केंद्रात महिलेला कोणतं बटण दाबायचे याचे 'मार्गदर्शन' करताना दिसले. तिथे उपस्थित असलेल्या निवडणूक कर्मचाऱ्यांनी त्यांच्यावर तात्काळ कोणतीही कारवाई केली नाही. जेव्हा मुख्यमंत्री फडणवीसांनी याबद्दल नाराजी व्यक्त केली, त्यानंतर आयोग जागा झाला आणि कारवाईस सुरुवात केली. संजय गायकवाड यांच्या दिवट्याने लोकांच्या तावडीत सापडलेल्या बोगस मतदाराला पोलिसांकडून सोडवून पळवून लावल्याचे महाराष्ट्राने पाहिले. एकीकडे आयोगाने प्रचारासाठी एक दिवस वाढवून देण्याचा नवा पायंडा राज्य निवडणूक आयुक्त दिनेश वाघमारे यांनी घालून दिला. त्यामुळे गुलाबराव पाटलांनी म्हटल्याप्रमाणे रात्रभर लक्ष्मीदर्शनाचा योग सरकारमान्य करण्याचे काम आयोगाने केले. त्यासोबतच अचानक निवडणुकीच्या दोन दिवस आधी २४ नगर परिषदांच्या निवडणुका रद्द करून मोठा गोंधळ आयोगाने घातला. त्यांच्या या निर्णयावर मुख्यमंत्र्यांपासून विरोधी पक्षातील नेत्यांनीही संताप व्यक्त केला. निवडणूक आयोग स्वायत्त आहे, पण खरंच एवढा स्वायत्त आहे का, की तो निवडणुकांचा रद्द करू शकेल? या निर्णयामुळे जो गोंधळ निर्माण झाला त्याने संपूर्ण यंत्रणाच वेटीस धरली गेली आहे. एक काळ मुख्य निवडणूक आयुक्त टी. एन. शेणन यांचा होता, ज्यांनी निवडणुकीला शिस्त लावली. मात्र आता शेणन हे जणूकाही पन्नास वर्षांपूर्वी होऊन गेले की काय, असा कारभार केंद्रीय आणि राज्य निवडणूक आयोगाचा सुरू आहे. असा गोंधळ पुढील निवडणुकीत घालू नका, असे औरंगाबाद खंडपीठाला ठणकावून सांगावे लागले आहे. अजून महापालिका आणि जिल्हा परिषदांच्या निवडणुका बाकी आहेत, तेव्हा तरी हा भोंगळ कारभार चालू नये, एवढी अपेक्षा सामान्य मतदारांची आहे.

पक्षीय राजकारणात
निवडणुकीच्या माध्यमातून
जुनतेसमोर जात विकासाच्या
मुद्द्यांवर चर्चा करत आजवर
आपण काय केलं आणि पुढीच्या
पाच वर्षात आपण शहराच्या
विकासासाठी काय करणार
आहेत याचं नियोजन आणि
शहर विकासाचा आराखडा,
शहराचं भविष्यकालीन व्हिजन
जन्तेसमोर मांडणे आवश्यक
असेल. निश्चितपणे लोकही पाच
वर्षात कोणती कामे करणायत
आली, याचं मोजमापही करतील.
कोकणातील या निवडणुकीतही
कोणता पक्ष जिंकेल, कोणता पक्ष
हरणार यावर व्हिड्यो परिषदेचं
भवितव्य बिलकूल अवलंबून
नाही. याचं कारण शहरी आणि
ग्रामीण असा फरक असणारच.
शहरांचे प्रश्न वेगळे आहेत.
ग्रामीण भागाच्या समस्या वेगळ्या
आहेत. त्यामुळे प्रत्येक निवडणुका
या वेगवेगळ्या पातळीवरच
राहतात. मात्र, या निवडणुकीत
उबाठा शोधावी लागेल अशी
स्थिती आहे.

महाराष्ट्रात नगर परिषद, नगरपंचायत निवडणूक अंतिम टप्प्यात आहेत. २ डिसेंबर २०२५ या दिवशी या स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकीतील मतदान होणार आहे. विधानसभा निवडणुकीलाही नुकतंच एक वर्ष पूर्ण झालं आहे. राज्यात भारतीय जनता पक्ष, शिवसेना शिंदेगट, राष्ट्रवादी काँग्रेस आणि शिंदे गटाचे मंत्री भरत गोगावले आणि राष्ट्रवादी अजित पवार गटाचे महाराष्ट्र प्रदेशाध्यक्ष सुनील तटकरे यांच्या तालकमती पदावरून कधी सुप्त, तर कधी उधळपणे दिसणारा संघर्ष या निवडणुकीतही दिसून येत आहे. २०२४ या वर्षी पार पडलेल्या विधानसभा निवडणुकीत महायुती म्हणून लढलेले पक्ष आमनेसामने उभे आहेत. रत्नागिरी जिल्ह्यात भारतीय जनता पक्ष आणि शिवसेना शिंदे गट यांच्यात युती झाली. गुहागर आणि देवूरख या दोन नगरपंचायतीचे नगराध्यक्षपद भाजपला देऊन शिवसेनेने भाजपची बोळवण केली. राज्याचे उद्योगमंत्री उदय सांमत यांनी धूर्तपणे रत्नागिरी भाजपशी युती करून निवडणुकीतील डोकेदुखी कमी करण्याचा प्रयत्न केला आहे. इतकच काय राजापूर नगराध्यक्षपदासाठी शिवसेनेला भाजपने आपल्या पक्षाचा कार्यकर्त्या कोलेकर यांना शिंदे गट सेनेत पाठवून निवडणुकीसाठी उभे केले आहे. चिपळूण नगर परिषदेत तर माजी नगराध्यक्ष आणि माजी आमदार रमेश कदम निवडणूक लढवत आहेत. चिपळूणमध्ये परंपरागत विरोधक असलेल्या उबाटाचे आमदार भास्कर जाधव यांनी त्यांना पाठिंबा दिला. यातही रत्नागिरी जिल्ह्यातील राजकारणात उबाटातील



कोकणात उबाठा हरवलीय!

निवडणुकीत तिकीट देऊन निवडणूक लढविण्यासाठी आप्रग्री असतात. हे चित्र महाराष्ट्रमधील सर्वचर पाहायला मिळत असते. कोकणामध्येही यापेक्षा वेगळे चित्र नाही. कोकणातही काही नगर परिवर्ामध्ये इच्छुकांची संख्या मोठी होती; परंतु काहीवेळा निवडून येण्याच्या शक्यतेवर निवडणूक उमेदवारी देण्याचा घाट घातला जातो.

यावेळी कोकणातील रायगड,
पालघर, रत्नागिरी, सिंधुदुर्ग
जिल्ह्यात निवडणुकीचे चित्र
फारच रंगदार पाहायला मिळते
आहे. रायगडमध्ये भाजप,
शिवसेना शिंदेगट आणि राष्ट्रवादी
काँग्रेस अजित पवार गट अशी
तिघांत रस्सीकड आहे. शिवसेना
शिंदे गटाचे मंत्री भरत गोवालने
आणि राष्ट्रवादी अजित पवार
गटाचे महाराष्ट्र प्रदेशाध्यक्ष
सुनील तटकरे यांच्यात पालकमंत्री
पदाकडून कधी सुप्त, तर कधी
उघडपणे दिसणारा संघर्ष या
निवडणुकीतही दिसून येत आहे.
२०२४ या वर्षी पार पडलेल्या
विधानसभा निवडणुकीत महायुती
म्हणून लढलेले पक्ष आमने-
सामने उभे आहेत. रत्नागिरी
जिल्ह्यात भारतीय जनता पक्ष आणि
शिवसेना शिंदे गट यांच्या युती
झाली. गुहागर आणि देवूरुख या
दोन नगरपंचायतीचे नगराध्यक्षपद
भाजपला देऊन शिवसेनेने
भाजपची बोटवण केली. राज्याचे
उद्योगमंत्री उदय सामंत यांनी

धूर्तपणे रत्नागिरीत भाजपशी युती
 करून निवडणुकीतील डोकेदुखी
 काही करण्याचा प्रयत्न केल्या
 आहे. इतकच काय राजापुढे
 नगराध्यक्षपदासाठी शिवसेनेला
 भाजपने आपल्या पक्षाचा
 कार्यकर्त्या कोलेकर यांना शिंदे
 सेनेत पाठवून निवडणुकीसाठी
 उभे केले आहे. चिपळूण नगर
 परिषदेत तर माजी नगराध्यक्ष
 आमदार माजी आमदार रमेश
 कदम निवडणूक लढवत आहेत.
 चिपळूणमध्ये परंपरागत विरोधक
 असलेल्या उबाठाचे आमदार
 भास्कर जाधव यांनी त्यांना पाठिंबा
 दिला. यातही रत्नागिरी जिल्ह्यातील
 राजकारणात उबाठातील

गटबाजीही या निवडणुकीच्या निमित्ताने उघड झाली आहे. पक्षप्रमुख उद्धव ठाकरे यांनी यासंदर्भात आ. भास्कर जाधव यांचे कान टोचल्याचेही ऐकायला मिळाले. रत्नागिरी-सिंधुदुर्गचे माजी खासदार विनायक राऊत आणि इतर अशी गटबाजी कोकणातील सर्वच जिल्ह्यांमध्ये आहे. तशी ती रत्नागिरीतही आहे. यामुळेच चिपळूणमध्ये माजी खासदार विनायक राऊत यांच्याविरोधात माध्यमांसमोरी उभाठाचे आ. भास्कर जाधव यांनी आपली नाराजी जाहीररूपेने बोलून दाखवली. माजी खासदार राऊत कसे गटबाजीचे राजकारण करत असत यावरही आ. भास्कर जाधव यांनी तीव्र नाराजी व्यक्त केली आहे. चिपळूणत राष्ट्रवादी अजित पवार गटाचे आमदार शेख नजिम यांनीही या निवडणुकीत स्वतंत्रपणे उतरण्याचा निर्णय घेतला. खेडमध्येही माजी मंत्री रामदास कदम आणि भाजपात नगरीय प्रवेश केलेले माजी नगराध्यक्ष वैभव खेडकर यांच्यातला संघर्ष कोकणाला नवा नाही; परंतु संयमी असलेल्या गुहजनय मंत्री योगेश कदम यांनीही वैभव खेडकर यांच्याशी जुळवून घेत युतीने निवडणूक लढवली जात आहे. रत्नागिरी नगर परिषदेत युती विरुद्ध उभाठा अशी लढत होत आहे. या निवडणुकीत राष्ट्रवादीचे बशीर मुतंझा यांचीच एन्टी महत्त्वाची मानल जाई.

रत्नागिरी जिल्ह्याच्या वेशीपर्यंत
भाजप-शिवसेनेची युती झाली ती
सिंधुदुर्गात होऊ शकली नाही.
भाजपचे रत्नागिरी-सिंधुदुर्गाचे
खासदार नारायण राणे हे
सिंधुदुर्गात युती व्हावी या माताचे
होते; परंतु सिंधुदुर्गात भाजप-
शिवसेना युती न होता स्वतंत्रपणे
निवडणुका लढविण्याचा निर्णय
घेतला गेला. भाजपकडून या
निवडणुकीची धुरा सिंधुदुर्गाचे
पालकमंत्री नितेश राणे सांभाळत
आहेत, तर शिवसेना शिंदे गटाची
धुरा माजी मंत्री आमदार दीपक
केसरकर व आमदार नितेश राणे
सांभाळत आहेत, तर भाजपचे
प्रदेशाध्यक्ष आमदार रवींद्र चव्हाण

यांचेही सिंधुदुर्गात तीन-चार दौरे झाले. सावंतवाडी नगर परिषदेचे राजघराण्याच्या सुनबाई श्रद्धारक्षक बोसले निवडणूक लढवणारे आहेत. राजघराण्यातील मध्यल्याराम अनेक वर्षांच्या कालावधीनंतर राजकारणात झालेल्या या एनटीनेही ही निवडणूक प्रतिष्ठेची झाली आहे. सावंतवाडी, मालवण, वेंगुर्ले या नगरपंचिकांच्या आणि कणकवली नगरपंचायतीच्या निवडणूक होत आहे. महाराष्ट्रात जेव्हा केव्हा निवडणुका होतात तेव्हा त्या निवडणुकांमध्ये चर्चेचे केंद्रस्थानी सिंधुदुर्गा राहिली आहे. यावेळीही चर्चा त्याच पद्धतीने होत आहे. याचे कारणही तसेच आहे. सिंधुदुर्गातील निवडणुकीत भाजपचे नेतृत्व करणारे मंत्री नितेश राणे आणि शिवसेना शिंदे गटाचे नेतृत्व करणाऱ्या आमदार निलेश राणे यांच्या पक्षाच्या निवडणुकीत यांचे धोरणानुसार पक्षाची भूमिका मांडत आहेत. राजकारणामध्ये कोणताही पक्ष आपली रेषा मोठी करण्याचा प्रयत्न करत असतो. तसाच प्रयत्न मंत्री नितेश राणे आणि आमदार निलेश राणे यांच्याकडून या निवडणुकीत होत आहे.

पक्षीय राजकारणात
निवडणुकीच्या माध्यमातून
जुनेतसमोर जात विकासाच्या
मुद्द्यावर चर्चा करत आजवर
आणण काय केलं आणि पुढील
पाच वर्षात आपण शहराच्या
विकासासाठी काय करणार
आहोत याचं नियोजन आणि शहरा
विकासका आराखडा, शहराचा
भविष्यकालीन व्हिजन जनतेसमोर
मांडणे आवश्यक असते.
शहराच्या विकासाच्या मांडणीवर
हरण भविष्यात कसं असेल हे
जनतेसमोर येईल. निश्चितपणे
लोकही ५ वर्षात कोणती कामे
करण्यात आली, याचं मोजमापही
करतील. कोकणातील
निवडणुकीतही कोणता पक्ष
जिंकेल कोणता पक्ष हरणार
यावर जिल्हा परिषदेचं भवितव्य
बिलकूल असंबलून नाही. याच
कारण शहरी आणि ग्रामीण
फरक असणारच. शहरांचे प्रश्न
वेगळे आहेत. ग्रामीण भागाच्या
समस्या वेगळ्या आहेत. त्यामुळे
प्रत्येक निवडणुका या वेगवेगळ्या
पातळीवरच्या राहतात. मात्र, या
निवडणुकीत उबाळा शोधावी
लागेल अशी स्थिती आहे. उद्धव
साहेब ठाकरे शिवसेना
महाविकास आघाडीत आहे.
परंतु महाविकास आघाडी
कोकणात आजही चाचपडत
आहे. कोकणातील थंडी गावब
झाली आहे. राजकीय वातावरणाने
मात्र कोकण पुन्हा एकदा ढवळू
निघाले आहे.

हे शक्य आहे का?

वृक्षतोडी प्रकरणी भाजपचे नाशिकमधील तीनही आमदार केवा इतर पदाधिकारी भूमिका काढत करताना दिसत नाहीत. मात्र मतदार नागरिकही तितकेच महत्त्वाचे असल्याची भावना जनतेतून व्यक्त होते. त्यामुळे कुंभमेळ्यामधील गिरीश महाजन यांचा अंतिम निर्णयच निर्णायक ठरेल, असे बोलले जाते. भारतात चार ठिकाणी, तर महाराष्ट्रात केवळ नाशिक, त्र्यंबकेश्वर येथे सिंहस्थ कुंभमेळ्या प्रतीत. कुंभमेळ्याच्या निमित्ताने मिळणाऱ्या निधीतून नाशिकच्या विकासाला मोठा हातभार लागतो, हे निर्विवाद आहे. दर १२ वर्षांनी होणाऱ्या कुंभमेळ्यात साधुग्रामसह अनेक प्रश्न उपस्थित होतात, यंदोही त्याला अपवाद नाही. साधुग्रामच्या जागेवर मोठ्या प्रमाणात वृक्षारोपण करणाऱ्या घेतलेली निर्णय अनाकलनीय ठरत असून, गेल्या काही दिवसांपासून वृक्षतोडीच्या नुदुद्यावर मोठा वादंग निर्माण झाला आहे. या पार्श्वभूमीवर प्रश्न आणि पर्यावरणप्रेमींनी एकत्रित असून योग्य तो तोडगा काढण्याची गरज निर्माण झाली आहे. सिंहस्थ कुंभमेळ्या अवघ्या दीड वर्षांवर आला असून तयारीची कामे जोरात सुरू झाली आहेत. प्रत्यक्षात ही कामे दोन वर्षांपूर्वीच सुरू व्हायला हवी होती. नाशिकनंतर होणाऱ्या उज्जैन कुंभमेळ्याची तयारीही मोठ्या प्रमाणावर सुरू असल्याची चर्चा आहे. सिंहस्थ कुंभमेळ्यात साधुझमतेसाठी साधुगुरुमधस्थे सुविधा उपलब्ध करून देण्यासाठी महापालिकेने ४४ एकरांवरील १८२५ वृक्ष तोडण्याची तयारी दर्शविली आहे. या निर्णयाला पर्यावरणप्रेमींकडून पुन्हावातीपासूनच तीव्र विरोध होत आहे. या ठिकाणी पर्यावरणप्रेमींसह काही राजकीय पक्षांनी आंदोलन करत निव्वयक्त केला आहे. वाढत्या पर्यावरणांन्तर कुंभमेळ्या मंत्री गिरीश महाजन यांनी मनपा आयुक्त व अधिकाऱ्यांसह तपोवनाचा दौरा करत पर्यावरणप्रेमींच्या भावना जाणून घेतल्या. यावेळी 'एक वृक्ष तोडल्यास दहा वृक्ष लावले जातील' असे त्यांनी स्पष्ट केलं. मात्र त्यावरही पर्यावरणप्रेमी समाधानी नव्हते. अलीकडेच मनपाकडे दाखल हरकतीवर नुनावणी घेण्यात आली. पुनरावणीदरम्यान पर्यावरणप्रेमी आक्रमक झाले आणि साधुग्राममधील एकही झाड तोडू 'पर्याज नाही' असा ठाम पवित्रा घेतला. तसेच या निर्णयाविरुद्ध पेट उच्च न्यायालयात याचिका दाखल करण्याची भूमिकाही त्यांनी घेतल्या केली. त्यामुळे ही पुनरावणी चांगलीच वादळी ठरली. महत्त्वाची पुनरावणी असताना आयुक्त मनीषा खत्री बक्षीस समारंभाला गेल्याने त्यांच्यावर टीकेची झोड उठली. कुठलाही अनुचित प्रहार होऊ नये म्हणून पोलीस आणि सुरक्षा दक्षकाचा बंदोबस्त ठेवण्यात आला होता. वृक्षतोड भूमिक्या आणि बांधकाम व्यावसायिकांच्या कायद्यासाठी होत असल्याचे पार्श्व आरोप करण्यात आले. साधुझमतेसाठी झाडे तोडली जात आहेत, तर त्यांच्या तरी जाबाबतची समंती आहे का, असा प्रश्नही उपस्थित झाला. आजवर झालेल्या कोणत्याही सिंहस्थ कुंभमेळ्यात झाडे तोडण्याची गरज ठरली आली नव्हती, मग यावेळी अठराशे झाडे तोडण्याची गरज कशासाठी- असा सवाल करण्यात आला. 'सामान्य नागरिकांनी झाडे तोडले, तर मनुष्यवधाचा गुहा दाखल होतो, मग येथे अठराशे झाडे तोडणे म्हणजे अठराशे खूनच,' अशी तीव्र टीका पर्यावरणप्रेमींनी केली. मागील कुंभमेळ्यात साधुग्राममधील अखाडा जागांवर लुप्त तयार झाल्याचा अनुभव, ३०० एकर जागा हपस झाल्याची चर्चा, कुंभसेच त्याचा तपास करणाऱ्या समागणी यावेळी करण्यात आली. पर्यावरणप्रेमींकडून पर्यावरण तुरुलनाबरोबरच विकासाच्या गरजांकडेही लक्ष दिले जाणे आवश्यक आहे. त्याचे आंदोलन योग्य असे तरी त्यातून मार्ग काढण्याची वेळ आली आहे. केवळ विरोधासाठी विरोध योग्य नाही. यापूर्वी नाशिकमध्ये रस्ते-समारतीसाठी झालेले वृक्षारोपण, औद्योगिक वसाहतींतील पर्यावरणपूरक बाबींवरही त्यांनी वेढे घेणे आवश्यक असल्याचे नागरिकांकडून मत व्यक्त होत आहे.

पनीर-पुदिना कटलेट

साहित्य : २५० ग्राम ताजं
पनीर, १/२ कप शिंगाड्याचे
पोट, २-३ हिरव्या मिरच्या, १/२
चमचा वाळवलेली पुदिन्याची
पूड, १/२ चमचा लिंबाचा रस,
बारीक चिरलेली कोथंबीर,
उपवासाचे मोठे चवीप्रमाणे.

कृती : पनीर कटलेट्स
करण्यासाठी सर्वप्रथम
पनीरला किसून घ्या.
हिरव्या मिरच्यांना बारीक
चिरून शिंगाड्याच्या
पिठात पनीर आणि मिरच्या
घाला. आता उरलेले साहित्य
वाळवलेली पुदिन्याची पूड,
लिंबाचा रस, मीठ, बारीक
चिरलेली कोथंबीर टाकून
त्याला मिस्र करून हवे त्या
आकाराचे कटलेट करा. तवा
गरम करून त्यावर थोडे तूप
किंवा शेंगदाण्याचे तेल टाकून
दोन्हीकडून कुरकुरीत खमंग
शॅलो फ्राय करून घ्या. तयार
कटलेट्सला दही किंवा हिरव्या
चटणीसोबत सर्व्ह
करा.



आपल्या स्वयंपाकघरातच आहेत सौंदर्यप्रसाधने

तुमच्या
केसांपासून ते पायांच्या
नखांपर्यंत सर्व गोष्टींची निगा राखण्यास
मदत करण्यासाठी विविध तऱ्हेची सौंदर्यप्रसाधने
बाजारामध्ये उपलब्ध आहेत. पण या सर्व प्रसाधनांमध्ये
अगदी कमी प्रमाणात का होईना, पण रसायने असतातच.
त्यामुळे क्वचितप्रसंगी या सौंदर्यप्रसाधनांमुळे अॅलर्जीदेखील
उद्भवू शकते. हा धोका टाळायचा असेल, तर घरी तयार
केलेली, नैसर्गिक पदार्थ असलेली प्रसाधने वापरणे कधीपण
अधिक सोयीसरकर आणि फायद्याचे असते. घरी प्रसाधने तयार
करण्यासाठी थोडाफार वेळ खर्ची घालावा लागत असला,
तरी त्यापासून आपल्या त्वचेला किंवा
केसांना मिळणारे फायदे पाहता, घरी
प्रसाधने तयार करण्यासाठी थोडा वेळ जरूर
द्यावा.

ऑलिव्ह ऑईल : नैसर्गिक
मेकअप रिमूव्हर म्हणून
ऑलिव्ह ऑईलचा वापर
करावा. मेकअपसाठी
वापरण्यात येणाऱ्या
सौंदर्यप्रसाधनांमध्ये
थोड्या प्रमाणात
अॅरिट्रॅजंट असते,
ज्यामुळे आपली
त्वचा कोरडी
पडू लागते.

मेकअप
उत्तरवण्याकरिता ऑलिव्ह
ऑईल वापरल्याने मेकअप संपूर्णपणे
साफ होतोच, पण त्याशिवाय त्वचेचा
कोरडेपणा दूर होऊन, त्वचेला आर्द्रता
मिळते.



टोमॅटो :
त्वचेची निगा
राखण्याकरिता
प्रत्येक वेळी ब्युटी
पार्लरकडे धाव न घेता,
घरच्या घरीच उत्तम फेस मास्क
तयार करावा. नितळ, सुंदर त्वचेकरिता
टोमॅटो अतिशय चांगला पर्याय आहे.
टोमॅटोमधील 'अ' जीवनसत्त्व त्वचेवरील
डाग हलके करण्यास सहाय्यक आहे.
तसेच यामध्ये मॅनेशियम भरपूर प्रमाणात
असल्याने त्वचेचा पोत सुधारून, त्वचा
चमकदार बनते. हा मास्क बनवण्याकरिता
एका टोमॅटोची पेस्ट चेहऱ्यावर लावून वीस
मिनिटे राहू द्यावी. त्यानंतर चेहरा थंड पाण्याने
धुवावा. या उपायाने त्वचा त्वरित उजळते.



नारळ : नारळाच्या दुधामध्ये 'ई' जीवनसत्त्व
व केसांना पोषक नैसर्गिक तेले मुबलक
मात्रेमध्ये असतात. अॅवोकाडोमध्ये केसांच्या
पोषणासाठी आवश्यक प्रथिने व केसांच्या
मुळांना पोषक तत्वे असतात. नारळाचे दुध
व अॅवोकाडो वापरून तयार केलेला मास्क
केसांसाठी वापरला असता, केस चमकदार
आणि मुलायम बनतात. हा मास्क तयार
करण्यासाठी अॅवोकाडो आणि नारळाचे दुध
एकत्र करून त्यांची पेस्ट तयार करावी. ही पेस्ट
केसांच्या मुळांपासून टोकांपर्यंत व्यवस्थित लावून घ्यावी.
अर्धा तास ही पेस्ट केसांवर राहू देऊन त्यानंतर केस धुवावेत.
या हेअर मास्कमुळे केसांच्या मुळांना ताकद मिळून, केसांची
वाढ चांगली होते.

मध आणि बदामाची पूड : हात कोरडे पडून रखरखीत होत
असल्यास त्यासाठी मास्क घरच्या घरी तयार करता येतो. एक
लहान चमचा मधात थोडा लिंबाचा रस घालावा. त्या मिश्रणामध्ये
एक मोठा चमचा बदामाची पूड व एक लहान चमचा अक्रोडची
पूड घालावी. अक्रोडची पूड नसल्यास एक चमचा सूर्यफुलाचे
तेल घालावे व हे मिश्रण हातांना चोळावे. पाच मिनिटांनी हात गार
पाण्याने स्वच्छ धुवून टाकावेत. या उपायाने हात मुलायम राहतील.



दोन मोठे चमचे
साखर घालून,
थोडासा लिंबाचा रस
घालावा आणि हे मिश्रण व्यवस्थित
एकत्र करावे. ही तयार झालेली
पेस्ट ओठांवर हळुवार गोलाकार
चोळावी. दहा मिनिटे ही पेस्ट ओठांवर
राहू देऊन, त्यानंतर पाण्याने धुवून
टाकावी. ओठ टॅविलने हळुवार कोरडे
करून हॅसलिन लावावे. या उपायाने
ओठ नेहमी मृदू राहतील.

शहाळे : आरोग्याचा खजिना



कोवळा

नारळ सर्वांनाच
आवडतो. पण तो
आरोग्यदायी घटकांचा खजिना
असतो हे अनेकांना माहीत
नसते. मोठे सॅलिबिटीज, चित्रपट
अभिनेते आणि अभिनेत्रींनाही
नारळाच्या पाण्याचे महत्त्व
कळते. अर्थात ते त्यांना कळते
आणि ते हॉटेलातल्या महागड्या
पेयांपेक्षाही शहाळे पिणे पसंत
करतात. सामान्य लोकांनी
त्यांचे अनुकरण म्हणून नाही
पण नारळाचे महत्त्व समजून
घेऊन त्याचा समावेश आपल्या
रोजच्या आहारात केला पाहिजे.
कोवळा नारळ हे निसर्गाने
आपल्याला दिलेले वरदान
आहे. २००६ साली करण्यात
आलेल्या एका पाहणीनंतर
शहाळ्याची वैशिष्ट्ये
जर्नल ऑफ मेडिसिनल
फूड या मासिकात
प्रकाशित करण्यात
आली होती.
त्यात शहाळ्याने
शरीरातील
कोलस्टेरॉल
कमी होते असे
म्हटले होते.



आपल्याला निसर्गाने नारळानून जे काही
अनमोल असे दिले आहे त्यात कोणीही कसलीही
भेसळ करू शकत नाही. हे त्याचे खास वैशिष्ट्य
आहे. नारळाचे पाणी नेहमीच फ्रेश असते. ते कधी
शिळे होत नाही. ते थंड असते. रक्तदाब नियंत्रणात

ठेवण्यास त्याचा उपयोग होतो. एकदा याबाबत
एक पाहणी करण्यात आली असता असे लक्षात आले
की, पाहणीत गुंतलेल्या रुग्णांपैकी ७१ टक्के रुग्णांचा
रक्तदाब कसलीही औषधे न देता केवळ शहाळ्याच्या
पाण्याने कमी झाला. शहाळ्यातल्या मॅग्नेशियममुळे
इन्सुलीन सेन्सिटिव्हिटी वाढते आणि मधुमेहाच्या रुग्णाला
दिलासा मिळतो. ब्लड शुगर लेव्हल कमी होते. नारळाच्या
पाण्यातले सोडियम आणि काही जीवनसत्त्वे ही ब्लड
शुगर कमी करण्यास मदत करीत असतात. हे पाणी फ्री
पार्टिकल्स आणि क्रिस्टल्स तयार करण्यास प्रतिबंध
करते त्यामुळे किडनी स्टोन तयार होण्याचे टळते. काही
कारणाने आणि अन्नात दोष निर्माण झाल्याने पचनशक्तीवर
काही विपरीत परिणाम झाला असेल तर नारळाचे पाणी
दिवसातून दोन वेळा प्यावे त्यामुळे पचनशक्ती ताळ्यावर
यायला मदत होते. कारण या पाण्यात तंतुमय पदार्थ मोठ्या
प्रमाणावर असतात. काही वेळा जुलाब

होतात आणि डीहायड्रेशन होते. अशा
वेळी नारळाचे पाणी प्यावे त्यामुळे
शरीरातले पाण्याचे प्रमाण वाढते
आणि डीहायड्रेशनमुळे आलेला
अशक्तपणा कमी होतो. या

पाण्याने चेहऱ्यावर तकाकी येते.
केसही चांगले होतात. जगात

गाजलेल्या काही टेनिसपटूंनी
आपल्या तंदुरुस्तीचे

रहस्य कोकोनट वॉटर
हेच असल्याचे
म्हटले होते. काही
मॅथॉनपटूंनीही
शहाळ्याला श्रेय
दिले होते.

मागील काही वर्षात भारतात ग्रीन
टीचे सेवन अधिक वाढले आहे. ग्रीन
टी आरोग्यासाठी चांगले आहे. यात
शंकाच नाही. ग्रीन टीमध्ये अनेक
प्रकारचे अँटीऑक्सिडंट्स असतात.
जे शरीरातील मेटाबॉलिज्म सुधारते,
कोलेस्ट्रॉल कमी करते. ग्रीन टी
जिक, मॅग्नीज आणि व्हिटामिन ए, बी,
सी ची मात्रादेखील असते.
मात्र हे सर्व फायदे
असले तरी ग्रीन टीच्या
अतिसेवनामुळे
आरोग्याला देखील
नुकसान पोहोचते.



‘ग्रीन टी’च्या अतिसेवनामुळे होऊ शकतात या समस्या

तोंडात फोडी येणे : ग्रीन टीमध्ये
टॅनिंस तत्त्व असते. जास्त ग्रीन टी
प्यायल्याने टॅनिंस त्वचा कोरडी
पडणे, तोंड कोरडे पडणे, पोत
दुखणे आणि तोंडात फोडी येणे
यासारख्या समस्या होतात.

ब्लड प्रेशर वाढते : अधिक
प्रमाणात ग्रीन टीचे सेवन
केल्याने ब्लड प्रेशरचा देखील
धोका निर्माण होतो. ग्रीन
टीमध्ये कॅफिन अधिक
मात्रेत असतात. याच्या
अधिक सेवनाने हृदयावर
दबाव पडतो व तुमचे

ब्लड प्रेशर वाढते.
अशक्तपणा होऊ शकतो : ग्रीन टीमध्ये
काही असे तत्त्व असतात, जे शरीरातील
आयरनला (लोह) शोषून घेण्यापासून रोखते.
त्यामुळे तुम्ही ग्रीन टीचे अधिक सेवन करत
असाल तर तुम्ही ज्या पदार्थांचे सेवन करता
त्यातील आयरन शरीराला मिळणार नाहीत.
अशा परिस्थितीत रेड ब्लड सेल्स कमी होतात
आणि अशक्तपणा येऊ शकतो.
मानसिक तणाव आणि चिंता वाढणे : ग्रीन
टी तणाव कमी करण्यासाठी फायदेशीर आहे.
मात्र अति सेवनामुळे याचा उलट परिणाम
होऊन मानसिक तणाव आणि चिंतादेखील
वाढते.

गुणांचा खजिना - घृतकुमारी (अॅलोवेरा/कोरफड)

अॅलोवेरा आपल्या घरामध्ये किंवा
ऑफिसमध्ये विनासायास लावता
येण्यासारखे असते. आजकाल अॅलोवेराचे
आरोग्याच्या दृष्टीने फायदे समोर यावयास
लागल्याने रस, जेल अशा अनेक प्रकारे
लोक अॅलोवेराचा उपयोग करताना दिसत
आहेत. दात घासल्यानंतरही दातांमध्ये
प्लाक किंवा किटाणू राहतातच. त्यामुळे
तोंडामधून क्वचित दुर्रुंधी येऊ लागते.
ही दुर्रुंधी येऊ नये यासाठी माऊथवॉश
उपयोगात आणला जातो. अॅलोवेराच्या
रसाचा वापरदेखील प्राकृतिक माऊथवॉश
म्हणून करता येतो. या रसामुळे तोंडातील
प्लाक आणि किटाणू दूर होऊन दातांचे
आरोग्य चांगले राहते. अॅलोवेराचा वापर

माऊथवॉश म्हणून केल्याने हिरड्याही
बळकट होतात. कित्येकदा जेवण जास्त
झाल्याने, जेवणाच्या वेळा गडबडल्याने
किंवा जास्त तिखट, मसालेदार पदार्थ
खाल्ल्याने छातीत जळजळ होत
असल्याची भावना होते किंवा
अॅसिडिटी होते. अशावेळी
अॅलोवेराच्या रसाच्या
सेवनाने फायदा होतो. यामुळे
छातीतील जळजळ दूर होऊन
अॅसिडिटीही कमी होते. तसेच
दररोज सकाळी रिकाम्या
पोटी अॅलोवेराचा रस
कोमट पाण्यातून
घेतल्यास पोट

साफ होण्यास मदत होते. केस गळत
असल्यास अॅलोवेराचा गर केसांना
लावल्याने फायदा होतो. तसेच चेहऱ्यावर
उष्णतेमुळे मुरुमे येत असल्यासही

अॅलोवेराच्या गराने फायदा होतो. या
गराने त्वचेचा रंग उजळण्यास

व पोत सुधारण्यास मदत होते.
त्याचमुळे पुष्कळांशी स्कीन

क्रीममध्ये अॅलोवेराच्या
गराचा अंश मिसळलेला

असतो. अॅलोवेराच्या गर्याचा
वापराने वयपरतले त्वचेचे

आलेल्या सुरकुत्याही कमी
होतात व त्वचा सुंदर
दिसू लागते.



अनेक वर्ष एकच मोबाइल फोन
वापरल्यामुळे तो स्लो होऊ शकतो.
असा स्मार्टफोन काही ट्रिक्सच्या
मदतीने फास्ट करता येतो. यात फॅक्ट्री
रीसेट, अँड्रॉइड अपडेट, फोन स्टोरेज
विलयन करणे, लाइट ऑप्सचा वापर
इत्यादी ऑप्शन आहेत.



असे अनेक लोक आहेत जे
एक मोबाइल कमीत कमी ३-४
वर्ष वापरतात. विशेषतः मीडिल
क्लास कुटुंबात युजर एकच
स्मार्टफोन अनेक वर्ष वापरतात.
परंतु स्मार्टफोन जुना झाल्यावर
त्याची परफॉर्मन्सदेखील स्लो
होऊ लागतो. त्यामुळे रोज फोन
वापरताना समस्या येऊ लागतात.
ही समस्या सोडवण्यासाठी आम्ही
काही ट्रिक्स सांगितल्या आहेत
ज्यामुळे जुन्या फोनचा स्पीड वाढू
शकतो.

फॅक्ट्री रीसेटमुळे अनेक
समस्या सोडवता येतात. फॅक्ट्री
रीसेट तुमच्या स्मार्टफोनला पुन्हा
फास्ट, स्मूद व नव्यासारखा

जुन्या मोबाइल फोनचा स्पीड कसा वाढवायचा? जाणून घ्या सोप्या ट्रिक्स

बनवण्याची चांगली पद्धत आहे.
स्मार्टफोन रीसेट करण्यापूर्वी
तुमच्या मोबाइल फोनच्या डेटा
बॅकअप घेणं आवश्यक आहे.
तुम्ही मोबाइलमधील सर्व ऑप्स,
फोटो, व्हिडीओ तसेच अन्य
फाईल्स देखील तुमच्या डाटा
बॅकअपमध्ये घेऊ शकता.
फोन बॅकअप स्मार्टफोनमधील
मायक्रोएसडी कार्ड किंवा
गुगलमध्ये स्टोर केला जाऊ
शकतो, त्यामुळे फोन फॅक्ट्री रीसेट
झाल्यानंतर पुन्हा रिकव्हर करता
येईल.

अँड्रॉइड अपडेट
अँड्रॉइड स्मार्टफोन्स
गुगलद्वारे बनवण्यात येणाऱ्या
अँड्रॉइड ओएसवर चालतात.
ही कंपनी दरवर्षी आपल्या
अँड्रॉइड ऑपरेटिंग सिस्टमचं
नवीन वर्जन घेऊन येते ज्यात
अनेक नवीन अपडेट असतात.
विशेष म्हणजे अँड्रॉइड ओएसचा
नवीन अपडेट फक्त नवीन
फोनर्स घेऊन येत नाही तर त्यात
अनेक बग्स काढले जातात.
वेगवेगळ्या ऑप्स, वेबसाइट्स,
गेम्स, ऑनलाइन अॅक्टिव्हिटी

तसेच इंटरनेट अॅक्सेसमुळे तुमच्या
स्मार्टफोनमध्ये अनेक प्रकारचे
बग्स देखील येतात त्यामुळे
फोनच्या प्रोसेसिंगवर एक्स्ट्रा लोड
येतो. हे बग्स फक्त प्रोसेसिंग स्लो
करत नाहीत तर अनेक ऑप्सवर
देखील प्रभाव टाकतात. अँड्रॉइड
अपडेट्समध्ये डेव्हलपर हे बग्स
काढून टाकण्याचे कोड टाकतात.
त्यामुळे तुमचा स्मार्टफोन कायम
नवीन अँड्रॉइड वर्जनवर अपडेट
करावा.

फोन स्टोरेज
फोनची स्टोरेज भरल्यामुळे

डिक्वाइसच्या प्रोसेसिंगवर
प्रभाव पडतो आणि तो स्लो
होतो. Support.google
नुसार जर तुमच्या स्मार्टफोनची
स्टोरेज ९० टक्क्यांपर्यंत फुल
होते तेव्हा फोनमध्ये प्रॉब्लम
येण्यास सुरुवात होऊ शकते.
अशावेळी तुमच्या फोन स्टोरेज
वर लक्ष ठेवावं आणि अनावश्यक
फोटोज व व्हिडीओज डिलीट
करावे. अत्यावश्यक मीडिया
फाईल्सचा इतरत्र बॅकअप घेऊन
मोबाइलमधून काढून टाकाव्यात.
लाइट अँड्रॉइड अॅप्सचा वापर

लाइट अँड्रॉइड अॅप्स जुन्या
मोबाइल फोन्ससाठी उपयुक्त ठरू
शकतात. हे अॅप्स फोनमध्ये कमी
स्टोरेज वापरतात तसेच जास्त
इंटरनेट देखील वापरत नाहीत.
असे अॅप्स वापरल्यावर फोनच्या
प्रोसेसर व बॅटरीवर देखील
जास्त लोड येत नाही. विशेष
म्हणजे लाइट अँड्रॉइड अॅप्स
फुल वर्जनच्या फास्ट असतात.
हे लाइट अँड्रॉइड अॅप्स कमी रॅम
व जुन्या प्रोसेसरवर देखील स्मूद
तसेच लॅगफ्री चालतात. उदा.
जीमेल गो, गुगल गो, यूट्यूब गो
आणि मॅप्स गो तसेच फेसबुक
लाइट, मॅसेंजर लाइट, इंस्टाग्राम
लाइट इत्यादी.

‘या’ समस्यांना टाळायचं असेल तर साखरेला ठेवा दूर!

आपल्या रोजच्या आहारात कमी अधिक
प्रमाणात साखरेचं प्रमाण चांगलंय असतं. काही वेळा
प्रत्यक्षरीत्या तर काही वेळा अप्रत्यक्षरीत्या साखर
आपल्या शरीरात जात असते. साखर शरीरासाठी
आवश्यक घटक आहे. मात्र या साखरेचं प्रमाण
नियंत्रणात ठेवण्याचीही
तितकीच गरज आहे.
कोणत्याही
गोष्टीचा अतिरेक
हा घातक ठरू
शकतो. त्याप्रमाणेच
साखरेचीही आहे. शरीरात
साखरेचं प्रमाण अधिक असेल
तर अनेक आजारांना सामोरे जावं
लागतं. त्यामुळे आहारात साखरेचं प्रमाण नियंत्रणात
असण्याची गरज आहे. शरीरात साखरेचं प्रमाण



ओठ
काळसर पडण्यामागे
अनेक कारणे असू शकतात.
असंतुलित आहार, पिमेंटेशन, खूप वेळ
उन्हामध्ये वावरणे, हलक्या प्रतीची प्रसाधने,
विशेषतः
हलक्या प्रतीची
लिपस्टिक वापरणे,
अशा किती तरी
कारणांमुळे ओठ
काळसर पडू शकतात.
पण काही साध्या
उपायांचा अवलंब केल्यास
ओठांचा रंग पुन्हा

मध : रात्री झोपण्यापूर्वी थोड्या मधाने
ओठांवर हलक्या हाताने मसाज करावा. हे
मध रात्रभर ओठांवर तसेच राहू द्यावे. मधाना
वापर आपल्या आहारामध्येही नियमित करावा.
मधात अँटी ऑक्सिडंट्स व मॅग्नेशियम हा क्षार
भरपूर प्रमाणात असल्यामुळे ओठांना मृदुता
प्राप्त होऊन, त्यांचा काळसरपणा
दूर करण्यास मध उपयुक्त आहे.
त्याचप्रमाणे टोमॅटोही ओठांचा
काळसरपणा दूर करण्यासाठी
उत्तम आहेत. यामध्ये असलेले
सेलेनियम सूर्याच्या प्रखर
उन्हापासून ओठांचे रक्षण
करते. टोमॅटोचा वापर
आपल्या आहारामध्ये तर
करावाच, शिवाय उन्हामधून
फिरून आल्यानंतर त्वरित
टोमॅटोची पेस्ट ओठांवर लावावी.
असे केल्याने,
उन्हामुळे ओठांवर
आलेला
काळसरपणा
दूर होतो.



ग्रीन टी
आपण दिवसभरात
अनेकदा वहा किंवा कॉफी घेत असतो.
पावसाळ्यात किंवा थंडीच्या मोसमात तर वहा
किंवा कॉफी पिण्याचे प्रमाण अजूनच वाढते. पण वहा
किंवा कॉफीच्या अतिसेवनाने देखील ओठ काळसर
दिसू शकतात. त्यामुळे दिवसातून अनेकदा वहा किंवा
कॉफी घेण्यापेक्षा, ग्रीन टीच्या सेवनाचे प्रमाण वाढवा. ग्रीन
टीमध्ये असलेले पॉलिफेनॉल्स शरीरातील फ्री रॅडिकल्स
कमी करून, उन्हामुळे किंवा चहा - कॉफीच्या अतिसेवनाने
काळसर पडलेले ओठ पुन्हा पूर्ववत करण्यास मदत करतात.
ग्रीन टी च्या टी-बॅग्स थोड्याशा पाण्याने ओलसर
करून घेऊन, त्याने ओठांवर हलक्या हाताने मसाज
केल्यासही ओठांचा काळसरपणा दूर होण्यास
मदत मिळते, तसेच ओठ मऊ
राहतात.

नारळ : आपल्या आहारात
नारळाचा समावेश अवश्य
करा. हे आपल्याला
निरनिराळ्या प्रकारे
करता येईल.
नारळाचे पाणी
प्या, त्याचे ताजे
खोबरे भाज्यांवर
किंवा गरमागरम
पोहे, उप्पा, खिचडीवर
खा किंवा कुठल्याही भाजीच्या ग्रेव्हमध्ये
नारळाचे दूध वापरा. नारळाचे तेलही
स्वयंपाकांमध्ये वापरता येऊ शकेल. नारळाच्या
सेवनाने त्वचा नितळ राहते. नारळाचे तेल दररोज
ओठांना लावल्यास ओठ गुलाबी व मऊ राहतील.



अक्रोड : आपल्या शरीरामधील
अॅसिड्स व तीव्र अल्कलीमुळे ओठ काळसर
पडू शकतात. गरम पाण्यामधून लिंबाचा
रस घेतल्याने शरीरामधून ही अॅसिड्स व
अल्कली बाहेर टाकण्यास मदत मिळते. लिंबू
हे अत्यंत प्रभावी ब्लीच आहे. थोडीशी साखर
एका लिंबाच्या लहान फोडीवर घालून त्याने
ओठ चोळल्यास ओठांचा काळसरपणा दूर
होतो. त्याचप्रमाणे अॅलो वॅरा किंवा कोरफड,
ओठांचा काळसरपणा दूर करण्यास उपयुक्त
आहे. ओठे व्हेराच्या रसाचा समावेश आपल्या
आहारात करावा आणि त्याच्या गराने ओठांवर
नियमित मसाज करावा. या उपायाने ओठांचा
काळसरपणा दूर होऊन ओठ पुनश्च
गुलाबी व मृदू होतील.



पी हळद आणि हो बरी

मराठीत एक म्हण आहे. पी हळद
अन् हो गोरी. या म्हणीचा अर्थ काही
वेगळा आहे. कोणत्याही उपायाचा
परिणाम पटकन होत नसतो. हळद
प्यायल्यावर लगेच कोणी गोरी होत
नसते असे या म्हणीतून सुचवायचे
आहे, पण प्रत्यक्षात मात्र हळद ही
काही बाबतीत चटकन आणि बराच
गुण देणारी आहे. असे
काही प्रयोगातही दिसून
आले आहे. काही लोकांनी
हळद मिसळलेले पाणी
दररोज सकाळी प्राशन करून
त्याचे फायदे
नोंदवले आहेत
तर काहींनी
हळदीचा चहा
किती गुणकारी
असतो याचा अनुभव
घेतला आहे. दररोज सकाळी
साधारण ग्लासभर पाणी घ्यावे. ते
गरम करावे आणि कोमट झाल्यावर
त्यात अर्धा चमचा हळद मिसळावी.
हे पाणी थंड झाल्यावर प्यावे त्याचे
अनेक फायदे होतात.

हळद ही जंतुनाशक असते.
त्यामुळे ती अनेक रोगांचा सामना
करण्यास उपयोगी पडते. काही
वेळा ती काही रेडिएशनसोबतही
प्रतिकार करण्यास फायदेशीर
उरली आहे. सध्या आपण मोबाईल
फोन फार वापरतो आणि त्याच्या
रेडिएशनसचा आपल्यावर काही
परिणाम होण्याची शक्यता असते.
आपल्याला कोणत्या ना कोणत्या
स्वरूपात हळद वापरायला मिळाली
तर अशा परिणामांपासून आपण दूर

राहू शकतो. हळद पाण्यात मिसळून
प्यावी किंवा आहारात तिचा समावेश
अवश्य होईल याची दक्षता घ्यावी.
आपल्या समाजात दुध आणि हळद
पिण्याची पद्धत आहे. त्यामुळे
दूध घेतातच. ते घेतल्यावर
दुसरे कसलेही औषध
घेण्याची गरज नाही असे
मानतात.

काही लोक हळदीचा
चहा तयार करतात. तो
तयार करण्याची
पद्धत आहे. कपभर
पाण्यात चमचाभर

हळद टाकून हे मिश्रण
उकळव. नंतर त्याला खाली उतरवून
त्यात थोडा मध टाका. त्याशिवाय
त्यात थोडे लिंबू पिळा किंवा त्यात
संत्र्याचा रस मिसळा. त्यामुळे या
मिश्रणाला चांगली चव येईल.
असा हा चहा प्याल्याने वजन कमी
होण्यास मदत होते. संधिवाताचा
त्रास कमी होतो. शिवाय यात काही
मिनरल्स रोगप्रतिकारक आणि
कर्करोगास प्रतिबंध करणारे आहेत.
जगाच्या काही भागात हळदीचा असा
चहा फार लोकप्रिय आहे. कारण
त्यामुळे मधुमेहाचा उपद्रव कमी होतो.
हळद हे अगदी सहजगत्या उपलब्ध
होणारे औषध आहे. त्याचा वापरही
आपण करीत असतो, पण त्याचे
अनेक फायदे आपल्याला माहीतही
नसतात.



राज्यात त्रिस्तरीय समग्र कर्करोग उपचार सेवा होणार उपलब्ध

राज्यात त्रिस्तरीय समग्र कर्करोग उपचार सेवा (छाएल 1हू, छाएल 2हू, छाएल 3हू) रूग्णालये
राज्यात त्रिस्तरीय समग्र कर्करोग उपचार सेवा उपलब्ध होणार आहेत. छाएल 1हू मध्ये टाटा स्मारक रूग्णालय ही कर्करोगाकरिता शिखर संस्था म्हणून काम करणार आहे. छाएल 2हू या स्तरावरील कायमस्वरूपी संपूर्ण कर्करोग शिक्षण व सेवा असेल. यामध्ये छत्रपती संभाजीनगर, चंद्रपूर, नागपूर, मुंबई (जे.जे.), कोल्हापूर, पुणे (बैरामजी जिजीभाय शासकीय महाविद्यालय), नांदेड येथील सात शासकीय महाविद्यालयांशी संलग्नित रूग्णालये, नाशिक व अमरावती येथील सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्या अखत्यारीतील दोन संदर्भ सेवा रूग्णालयांचा यामध्ये समावेश आहे. अशी 9 केंद्रे छाएल 2हू मध्ये समाविष्ट आहेत. छाएल 3हू यास्तरामध्ये कर्करोग निदान आणि डे झ केअर रेडिओथेरेपी व किमोथेरेपी युनिटस यामध्ये कार्यरत असणार आहेत. अंबाजोगाई (बीड), यवतमाळ, मुंबई (कामा व आल्ब्लेस रूग्णालय), सातारा, बारामती, जळगाव व रत्नागिरी येथील शासकीय महाविद्यालयांशी संलग्नित 7 रूग्णालये, ठाणे जिल्हा रूग्णालय संलग्नित व शिर्डी संस्थानचे रूग्णालय अशी एकूण 9 केंद्रे छाएल 3हू म्हणून कार्यरत होतील. छाएल 2हू स्तरामध्ये व छाएल 3हू स्तरामध्ये एकूण 18 रूग्णालये कार्यरत असतील. छाएल 3हू स्तरावरील कर्करोग रूग्णालयांचे बांधकाम शासनामार्फत होऊन ही रूग्णालये सार्वजनिक खासगी भागीदारी तत्वावर उभारण्यात येतील मात्र, या रूग्णालयावर शासनाचे सर्व नियंत्रण असेल.

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

कर्करोगाचे वाढते प्रमाण व कर्करोग उपचाराचे गांभीर्य विचारात घेता राज्यातील जनतेस सर्वसमावेशक कर्करोग सेवा राज्य शासनाकडून उपलब्ध करून देण्यात येणार आहेत. केंद्र सरकारच्या आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्रालयाने दिलेल्या सूचनेनुसार 'आसाम कॅन्सर केअर मॉडेलच्या' धर्तीवर राज्यात त्रिस्तरीय समग्र कर्करोग उपचार सेवा 'एल १', 'एल २', 'एल ३' उपलब्ध होणार आहेत. एल १ या स्तरामध्ये 'टाटा' स्मारक रूग्णालय ही कर्करोगाकरिता शिखर संस्था म्हणून काम करणार आहे. 'एल २', 'एल ३' या स्तरावर असणाऱ्या या रूग्णालयात कर्करोगासंबंधित प्रशिक्षण, मनुष्यबळ निर्माण करणे तसेच या आजाराविषयी संशोधन कार्यात प्रगती करण्यात येणार आहे. वैद्यकीय शिक्षण व औषधी द्रव्य विभागांने याबाबत धोरण निश्चित केले आहे. जिल्हास्तरावर सुरू होणाऱ्या उपचारांमुळे अनेक कर्करोगग्रस्त रुग्ण व त्यांच्या नातेवाईकांचा वेळ वाचणार असून स्थानिक जिल्ह्यातच आरोग्य सुविधा उपलब्ध होणार असल्याने या रूग्णांना मोठा दिलासा मिळणार आहे.

मुख्यमंत्री यांच्या अध्यक्षतेखाली 'महाकेअर फाउंडेशन' ची स्थापना

'एल २' व 'एल ३' स्तरावरील आरोग्य संस्थांना आवश्यकतेनुसार मनुष्यबळ उपलब्ध करून



देणे, संस्थांचे व्यवस्थापन करणे, 'पीपीपी' धोरण राबविणे तसेच इतर अनुषंगिक बाबी पार पाडणे इ. बाबींकरिता मुख्यमंत्री यांच्या अध्यक्षतेखाली कंपनी कायदा, २०१३ मधील सेक्शन - ८ अंतर्गत 'महाराष्ट्र कॅन्सर केअर, रिसर्च अँड एज्युकेशन फाउंडेशन' महाकेअर फाउंडेशन ही कंपनी स्थापन करण्यात येणार आहे. आवश्यकतेनुसार संबंधित जिल्ह्यांच्या पालकमंत्र्यांना निमंत्रित सदस्य म्हणून समाविष्ट करण्यात येईल. त्रिस्तरीय कर्करोग सेवा देणाऱ्या या संस्थांच्या योग्य समन्वयासाठी रिंगल क्लारुड कमांड आणि कंट्रोल असेल. 'एल २' स्तर रूग्णालयांमध्ये कर्करोगासंबंधी पदव्युत्तर व अतिविशेषोपचार शिक्षण 'एमडी', 'एसएस', 'डीएम', 'एमसीएच', 'डीएनबी' फेलोशिप उपलब्ध करून देण्यास मान्यता देण्यात येत आहे. रुग्णसंख्या व शैक्षणिक बाबी यांसाठी भविष्यातील मागणी विचारात घेता 'एल २' स्तरावरील संस्थांचे

रूपांतर 'एल १' संस्थेत करणे तसेच भविष्यात या संस्थांच्या संख्येत वाढ देखील करण्यात येणार आहे.

महाकेअर फाऊंडेशनला विविध माध्यमातून होणार उपलब्ध निधी

'महाकेअर फाऊंडेशन' ला दैनंदिन भागभांडवल म्हणून सुरुवातीला १०० कोटी रुपए इतका निधी 'कॉर्पस फंड' म्हणून राज्य शासनामार्फत महात्मा ज्योतिराव फुले जन आरोग्य योजना व आयुष्यमान भारत - प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजनेतर्गत दुधर आजारासाठी उभारण्यात येणाऱ्या २० टक्के राखीव निधीतून उपलब्ध करून देण्यात येईल.

तसेच महात्मा फुले जन आरोग्य योजनेतर्गत कर्करोग रूग्णालयास प्राप्त होणाऱ्या शुल्कापैकी २० टक्के शुल्क 'महाकेअर फाऊंडेशन' ला देण्यात येईल. या फाऊंडेशनला क्लिनिकल ट्रायल्समधून निधीची उभारणी करता येईल, आशियाई विकास बँक, जपान इंटरनॅशनल को - ऑपरेशन एजन्सी, जागतिक बँक तसेच आंतरराष्ट्रीय नाणेनिधी अशा आंतरराष्ट्रीय संस्थांमार्फत तसेच देणग्या, अनुदाने, 'सीएसआर' अंतर्गत देखील निधी शासनाच्या मान्यतेने मिळवता येवू शकेल. आवश्यकता भासल्यास जपान इंटरनॅशनल को - ऑपरेशन एजन्सी, आशियाई विकास बँकेमार्फत राज्य शासनास प्राप्त कजातून विहित प्रक्रियेद्वारे निधी उपलब्ध करून घेता येईल.

मिरा-भाईंदर शहरातील मुख्य मार्गावर फुटपाथ आणि पादचारी मार्गावर चालणे कठीण



■मिरारोड। प्रतिनिधी,
मिरा-भाईंदर शहरातील मुख्य मार्गावर रस्त्याच्या दोन्ही बाजूंना मोठ्या प्रमाणात अनधिकृत पार्किंग, अतिक्रमण पाहायला मिळत आहे. यामुळे फुटपाथवरून आणि पादचारी मार्गावर चालणे कठीण झाले आहे. स्थानिक पोलीस, पालिका प्रशासन व वाहतूक विभाग याकडे दुर्लक्ष करत असल्याचे दिसून येत आहे. मिरा-भाईंदर शहरातील वाढत्या अनधिकृत पार्किंग आणि अतिक्रमणामुळे काही ठिकाणी निम्मा रस्त्याच गायब झाला आहे. तर अनेक ठिकाणी दुकान मालक, गरिज वाले, फेरीवाले, यांनी रस्त्यावर वाहने पार्क करून कब्जा केला आहे. शहराच्या मुख्य रस्त्याच्या दोन्ही बाजूला पादचर्यांना वाट काढणे कठीण झाले आहे. त्यामुळे मुख्य

रस्त्यावरून चालत असताना फिरकोळ अपघात घडत आहेत. काशिमीरा, सिल्वर पार्क, एस. के.स्टोन, मॅकडॉनल्ड्स सकल, दीपक हॉस्पिटल, गोल्डन नेस्ट या ठिकाणी रस्त्यावरील अतिक्रमण व अनधिकृत पार्किंगचे प्रमाण जास्त आहे.

बेघरांचा पुन्हा कब्जा
मुख्य रस्त्याच्या कडेला व उड्डाणपुलाखाली बेघरांची संख्या देखील वाढली आहे. नुकतीच एस.के.स्टोन परिसरात पालिका प्रशासनाकडून कारवाई करण्यात आली. मात्र दुसऱ्या दिवसापासून बेघर पुन्हा बस्थान मांडून बसले आहेत. त्यामुळे प्रशासनाची कारवाई फक्त दिखावा का. ? अशी टीका नागरिकांकडून होत आहे. फुटपाथ, पादचारी मार्गावरील फेरीवाले, अतिक्रमण व अनधिकृत पार्किंग करणाऱ्यांवर पालिका, स्थानिक पोलीस व वाहतूक विभागाकडून संयुक्त कारवाईची मागणी नागरिक करत आहेत.

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांच्या महापरिनिर्वाण दिनासाठी राज्य सज्ज मुख्यमंत्री फडणवीसांकडून कामकाजाचा आढावा

■मुंबई। प्रतिनिधी,

भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या महापरिनिर्वाण दिनानिमित्त ६ डिसेंबरला मुंबईतील चैत्यभूमी येथे लाखो अनुयायी त्यांना अभिवादन करण्यासाठी येत असतात. याच पार्श्वभूमीवर, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी तयारीचा संपूर्ण आढावा मंगळवारी (दि. २) घेतला. सहा्यी राज्य अतिथीगृहात झालेल्या या उच्चस्तरीय बैठकीला महाराष्ट्राच्या डीजीपी रश्मी शुक्ला यांच्यासह विविध विभागांचे वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित होते. महापरिनिर्वाण दिनी मोठ्या प्रमाणावर होणाऱ्या गदींचे व्यवस्थापन, वाहतूक नियंत्रण, सुरक्षा, सुविधा आणि अन्य आवश्यक गोष्टींवर या बैठकीत भर देण्यात आला.

सोयी-सुविधांचा सविस्तर आढावा

चैत्यभूमी परिसरात योग्य मंडप व्यवस्था, पिण्याच्या

आंबेडकरांनी समाजाला जागरूक केले - मुख्यमंत्री फडणवीस

"डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी समाजाला ज्ञान दिले आणि जागरूक केले. या जागरूकतेला अधिक बळकट करण्याचा तसेच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचे विचार पुढे नेण्याचा प्रयत्न महापरिनिर्वाण दिनाच्या निमित्ताने आपण सर्वजण करूया", असे आवाहन बैठकीत मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी केले.

पाण्याची सोय, तसेच इतर आवश्यक सुविधा उपलब्ध करून द्याव्यात. दादर व आसपासच्या परिसरात वाहतूक पोलीस यंत्रणांनी रहदारीचे योग्य नियोजन आणि नियंत्रण करावे. अनुयायांना मार्गदर्शन मिळावे यासाठी जागोजागी सूचनाफलक लावावेत. तसेच, नागरिकांना सुलभ प्रवासासाठी बेस्टतर्फे अतिरिक्त बससेवा उपलब्ध ठेवावी, अशा सूचना या बैठकीत मुख्यमंत्र्यांनी दिल्या.



अनुयायांची व्यवस्था, सुरक्षेची व्यवस्था, आरोग्य व्यवस्था, पिण्याच्या पाण्याची व्यवस्था, बस सेवा, भोजन व्यवस्था, चैत्यभूमी परिसरात वॉटरपूफ मंडप, स्वच्छतागृहे, वाहतूक व्यवस्थेचे नियोजन, पुष्पवृष्टी, सीसीटीव्ही कॅमेरे आणि इतर सर्व सोयीसुविधा यांचा सविस्तर आढावा घेण्यात आला.

अनुयायांची सुरक्षा महत्वाची

चैत्यभूमीवर येणाऱ्या लाखो अनुयायांच्या पार्श्वभूमीवर

प्रशासनाने विविध तयारींचा व्यापक आढावा घेतला. यामध्ये सीसीटीव्ही देखरेख, पोलीस बंदोबस्त, वाहतूक योजना, वॉटरपूफ तंबू, अन्नछावण्या, आरोग्य सुविधा आणि २४७७ नियंत्रण कक्ष यांचा समावेश आहे. लाखोंची गर्दी अपेक्षित असल्याने अनुयायांची सुरक्षा ही प्रशासनासाठी प्राधान्याची बाब असल्याचे अधिकाऱ्यांनी स्पष्ट केले.

पोस्टरचे अनावरण आणि

माहिती पुस्तिकेचे प्रकाशन

भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या महापरिनिर्वाण दिनानिमित्त तयार करण्यात आलेल्या पोस्टरचे अनावरण तसेच माहिती पुस्तिकेचे प्रकाशन मुख्यमंत्री फडणवीस यांच्या हस्ते यावेळी करण्यात आले. तसेच इंदु मिल परिसरात प्रस्तावित डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या स्मारकाबाबत आलेल्या सूचनांचा आढावा घेण्यासाठी एक समन्वय समिती काम पाहणार असल्याची माहिती त्यांनी दिली.

आंबेडकरांच्या विचारांचा

प्रसार करण्याचं एक निमित्त
मुख्यमंत्री फडणवीस यांनी आवाहन केले की, "मुंबईत होणाऱ्या या सर्वात मोठ्या वार्षिक कार्यक्रमाच्या पार्श्वभूमीवर नागरिकांनी डॉ. आंबेडकर यांच्या विचारांचा प्रसार करण्यासाठी आणि सामाजिक ऐक्य वृद्धिंगत उपयोग करावा."

कमी पट संख्या असलेल्या शाळा धोक्यात

■भिवंडी। प्रतिनिधी,

राज्य शासनाने निश्चित केलेले संच मान्यतेचे नवीन निकष राज्य शिक्षण विभागाकडून कायम ठेवले जात होते. त्यातच १४ नोव्हेंबर २०२५ म्हणजेच बालदिनाच्या दिवशी उच्च न्यायालयाने दिलेल्या निर्णयामुळे खेडोपाड्यांतील हजारो विद्यार्थी शिक्षणापासून वंचित राहणार असल्याचा धोका निर्माण झाला आहे.

यामुळे राज्यातील कमी पट संख्या असलेल्या शाळांचे अस्तित्व धोक्यात आले आहे. गोरगरीबांची मोठे शाळाबाह्य होण्याची भीती शिक्षण संघटनेने व्यक्त केली आहे. राज्यातील लाखो शाळांचे संच मान्यतेचे नवीन निकष जरी आरटीई कायदानुसार असले तरी ते दुर्गम भागांतील विद्यार्थ्यांना शिक्षणापासून वंचित ठेवणारे आहेत. त्यामुळे आरटीई कायद्यात सुधारणा करावी व गोरगरीब विद्यार्थ्यांना आपल्या नजीकच्या शाळेत शिकता यावे यासाठी शासनाने पुढाकार घ्यावा, अशी मागणी शिक्षण संघटनांनी राज्य शासनाकडे केली आहे. शिक्षण संचालकांनी उच्च न्यायालयाच्या निर्णयाचा हवाला देत २० नोव्हेंबर रोजी पत्र काढून अतिरिक्त शिक्षकांचे समायोजन ५ डिसेंबरपर्यंत जिल्हास्तरावर व १९ ते २२ डिसेंबर या कालावधीत विभागस्तरावर पूर्ण करण्याचे निर्देश क्षेत्रीय अधिकाऱ्यांना दिले आहेत. त्यामुळे राज्यभर शिक्षक समायोजनाचा गोंधळ उडून विद्यार्थ्यांमध्ये भीतीचे वातावरण निर्माण झाले असल्याचे शिक्षण संघटनांचे मत आहे.

१५ मार्च २०२४ रोजी शासन आदेश काढून



"माध्यमिक व उच्च माध्यमिक परीक्षांना तोंडावर शासनाने चालवलेली शाळा बंद करण्याची तत्परता राखायला शिक्षणाच्या दृष्टीने मागे घेऊन जाणारी ठरणाऱ आहे. तसे होऊ नये यासाठी मुख्यमंत्री, शिक्षण मंत्री, शिक्षण आयुक्त, संचालकांना पत्राद्वारे विनंती केली आहे."

सुधीर धांगस, राज्याध्यक्ष, शिक्षण क्रांती संघटना, महाराष्ट्र

आरटीई कायद्याचा आधार घेत शासनाने इयत्ता १ ली ते १२ वीपर्यंतच्या वर्गासाठी संच मान्यतेचे नवीन निकष निश्चित केले. या निकषांमुळे राज्यातील अनेक शाळा शिक्षकांविना बंद पडणार. त्यामुळे दुर्गम भागांतील विद्यार्थ्यांना शिक्षणात अडचणी येऊन गोरगरीबांची मुले शिक्षण प्रवाहाबाहेर फेकली जातील, अशी भीती शिक्षण संघटनांकडून व्यक्त केली जात आहे. तसेच या संच मान्यतेमुळे रत्न गिरी जिल्ह्यातील १६५ शाळा बंद पडून १९९२ विद्यार्थ्यांना घरापासून दूर शिक्षणासाठी जावे लागणार आहे. त्यामुळे राज्यातील अशा अनेक शाळा बंद पडतील, असे शिक्षण क्रांती संघटनेने राज्य शासनाला दिलेल्या निवेदनात म्हटले आहे.

डिजिटल गुन्ह्यांमध्ये झपाट्याने वाढ

सेक्सटॉर्शन आणि सायबर बुलिंगमधून मुंबईकरांची १२७ कोटींची लूट

■ठाणे। प्रतिनिधी,

सेक्सटॉर्शन आणि सायबर बुलिंगमुळे मुंबईकरांना १२७ कोटी रुपयांना तोंडाबले असल्याचा आकडा पोलीस तपासातून पुढे आला आहे. सेक्सटॉर्शनपेक्षा तिप्पट लोक सायबर बुलिंगला बळी पडत आहेत. सेक्सटॉर्शनसारख्याच सायबर बुलिंगसारख्या डिजिटल गुन्ह्यांमध्ये झपाट्याने वाढ झाली आहे. सन २०२२ ते ऑगस्ट २०२५ या कालावधीत मुंबईत सेक्सटॉर्शनचे १९३ गुन्हे तर सायबर बुलिंगचे ६०३ गुन्हे नोंदवले गेले. या डिजिटल गुन्ह्यांमध्ये लोकांना १२७.६ कोटी रुपये उकळले गेले आहेत.

राज्य सायबर विभागाच्या अहवालांनुसार, इंटरनेट ऑक्सेस आणि जागरूकतेच्या अभावामुळे सेक्सटॉर्शन आणि सायबर बुलिंगसारखे व्हट्युअल गुन्हे वाढत आहेत. सेक्सटॉर्शनमध्ये, गुन्हेगार चॅट किंवा व्हॉट्सअॅप व्हिडीओ



कॉल दरम्यान मॉर्फ केलेले, आक्षेपार्ह प्रतिमा दाखवून लोकांना ब्लॅकमेल करतात. जेणेकरून त्यांच्याकडून पैसे उकळता येतील. दरम्यान, सायबर बुलिंगमध्ये, गुन्हेगार सोशल मीडियावर लोकांना लक्ष्य करतात आणि त्यांची खरी ओळख लपवतात. पवई येथील एका तरुण मॅनेजरने "क्वेक ब्याक डी" या डेटिंग ऑपवर दिल्या नावाच्या महिलाेशी मैत्री केली. दिव्याने २० हजार रुपये आकारल्यानंतर, पीडितेचा खासगी व्हिडीओ तिच्या भावाला, मित्रांना आणि तिच्या संपर्क यादीतील सदस्यांना पाठवला. त्यानंतर तिने

व्हिडीओ सोशल मीडियावर पोस्ट न करण्याचे आश्वासन देऊन मॅनेजरकडून दोन लाख रुपये उकळले. दरम्यान, मालाडमधील एका विद्यार्थिनीला सहा महिने सायबर बुलिंगचा सामना करावा लागला. जेव्हा पोलीसांनी आफतावला मीरा रोड येथून अटक केली तेव्हा त्यांना आढळले की पीडित मुलगी कॉलेजमध्ये त्याच्याकडे दुर्लक्ष करत होती. म्हणूनच तो तिला फेसबुक आणि इंस्टाग्रामवर त्रास देत होता.

मुंबईत जानेवारी २०२४ ते मार्च २०२५ या १५ महिन्यांत सायबर गुन्ह्यांमुळे १,१२७ कोटी रुपयांचे नुकसान झाले, असे पोलिसांच्या आकडेवारीतून दिसून येते. यापैकी ८५% नुकसान (सुमारे ९६४ कोटी रुपये) सायबर फसवणुकीमुळे झाले, ज्यात शेअर ट्रेडिंग फसवणूक, डिजिटल अटक, क्रिप्टोकॉन्सी घोटाळे आणि भविष्य निर्वाह निधी घोटाळांचा समावेश आहे.

संभाजीनगरात चोरीसाठी अल्पवयीनचा वापर



■छत्रपती संभाजीनगरे। प्रतिनिधी,

मुख्य बसस्थानकात गदीचा फायदा घेत दागिने, पॅकेट चोरीच्या घटना घडत आहेत. आता यासाठी चोरटे अल्पवयीन मुला-मुलींचा वापर करत असल्याची धक्कादायक घटना सोमवारी (दि.१) समोर आली आहे. अधिकारी आणि सुरक्षारक्षकांनी सतर्कता बाळगत एक मोबाईल चोरटा आणि दोन अल्पवयीन मुलींना पोलिसांच्या स्वाधीन केले.

बसस्थानकात गदीचा फायदा घेत प्रवासी हेरणारे अनेक जण येथे फिरत असतात. सुरक्षारक्षक आणि अधिकाऱ्यांच्या सतर्कतेमुळे अनेक चोरट्यांना रंगेहाथ पकडून क्रांती चौक पोलिसांच्या ताब्यात दिले आहे. वारंवार त्यांचे नाव पोलिसांत जात असल्याने या चोरट्यांनी आता अल्पवयीन मुला-मुलींना यात सहभागी

करून घेतल्याची माहिती सोमवारी ताब्यात घेतलेल्या दोन अल्पवयीन मुलींमुळे समोर आली आहे. सोमवारी सकाळी एक मोबाईल चोरटा आणि दोन अल्पवयीन मुली सुरक्षारक्षक आणि अधिकाऱ्यांनी ताब्यात घेतले. त्याची तपासणी केली असता, त्या मुलींकडे ब्लेड आढळून आल्या. चोरट्यांनी हा नवा फंडा काढल्याने यांचा म्होरक्या कोण आहे हे शोधून काढणे म्हत्वाचे आहे. अन्यथा बसस्थानकांवर येणाऱ्या दिवसांत चोऱ्यांचे प्रमाण वाढण्याची भीती प्रवाशांकडून व्यक्त करण्यात येत आहे.

बसस्थानकात गदीचा फायदा घेत प्रवासी हेरणारे अनेक जण येथे फिरत असतात. सुरक्षारक्षक आणि अधिकाऱ्यांच्या सतर्कतेमुळे अनेक चोरट्यांना रंगेहाथ पकडून क्रांती चौक पोलिसांच्या ताब्यात दिले आहे. वारंवार त्यांचे नाव पोलिसांत जात असल्याने या चोरट्यांनी आता अल्पवयीन मुला-मुलींना यात सहभागी

विकासकाकडून १०० कोटींचा घोटाळा?



■ठाणे। प्रतिनिधी,

भिवंडीजवळील खारबाव येथे सुरू असलेल्या इमारत बांधकामामध्ये घरे आणि गाळे विकत घेण्यासाठी सुमारे तीन हजार नागरिकांनी संबंधित विकासकाकडे ८० टक्क्यांहून अधिक रक्कम दिली. गेल्या १५ वर्षांत विकासक घरे देण्यात असमर्थ ठरला असून तब्बल १०० कोटींचा घोटाळा उघडकीस आला आहे. आज या कुटुंबांने आमदार संजय केळकर यांची भेट घेत त्यांना याप्रकरणी मदत करण्यासाठी साकडे घातले. खोपट येथील भाजप कार्यालयात आयोजित 'जनसेवकाचा जनसंवाद' या कार्यक्रमात सदर कुटुंबांने आ.केळकर यांना निवेदन दिले. आ. केळकर यांनी पाठपुरावा करण्याचे आश्वासन दिले आहे. न्याय मिळत नाही तोपर्यंत सदर कुटुंबाच्या पाठीशी ठाम उभा राहणार असल्याचे आश्वासन दिले आहे.

सन २०११ ते २०१७ या काळात बिल्डर श्री महावीर पटवा आणि कन्स्ट्रक्शन कंपनीमार्फत भिवंडीजवळील खारबाव आणि पायेगाव येथे इमारत बांधकाम सुरू होते. कमी दरात घरे आणि दुकानाचे गाळे देण्याचे आमिष

विकासकाने दाखवल्याने काही जणांनी गुंतवणुक करत ८० टक्के रक्कम जमा केली. मात्र त्यांना घरे मिळाली नाहीत. दरम्यान विकासकाने बनावट शासकीय कागदपत्रे करून बांधकाम केल्याचे स्पष्ट झाल्याने २०१५ साली जिल्हाधिकारी कार्यालयाकडून या बांधकामावर कारवाई करण्यात आली. आर्थिक गुन्हे शाखेच्या माहितीनुसार, या प्रकल्पात सुमारे ३ हजार नागरिकांनी १०० कोटींहून अधिक रकमेची फसवणूक झाल्याचे नागरिकांनी सांगितले.

सदर विकासकावर गुन्हे दाखल करून त्याची मालमत्ता ताब्यात घेण्यात आली असली तरी फसवणूक झालेल्या कुटुंबांना त्यांचे पैसे परत मिळाले नसल्याने लोक हवालदिल झाले आहेत. आ. केळकर म्हणाले कि, "या प्रकरणात फसवणूक झालेल्या तक्रारदारांना अद्याप सरकारी वकील देण्यात आलेला नाही.

विकासकाची मालमत्ता विकून त्यातून नागरिकांचे पैसे लवकर मिळावेत यासाठी मी प्रयत्न करणार आहे." यावेळी माजी उपमहापौर अशोक भोईर, परिवहन सदस्य विकास पाटील, ठाणे जिल्हा हाउसिंग फेडरेशनचे अध्यक्ष सीताराम राणे, मंत्री नगरसेवक भरत चव्हाण, महेश कदम, अॅड. अक्केश कदम आदी उपस्थित होते.

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, गोरगाव (पूर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र), येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पूर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायदानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहिल, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी यांच्यावर राहिल.) भ्रमणध्वनी - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021@gmail.com

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