

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण

बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

○संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

○उप संपादिका : .सौ. प्रीती दिपक नाईक ○कार्यकारी संपादक : श्री. विनोद दशरथ मेंढे

● वर्ष - ०५ ● अंक-१३७ ● मुंबई, शुक्रवार, १९ डिसेंबर २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

डीआरआयच्या मते, सोन्याची तस्करी करणारे सिंडिकेट एका संरक्षित नेटवर्कद्वारे काम करतात. परदेशात किंवा भारतात असलेले मास्टरमाईंड ऑपरेशन्ससाठी निधी देतात. तर आयोजक वाहकांची भरती करत असून वाहक लपवलेले सोने भारतात वाहकू करत आणि येथील स्थायिक हॅंडलर भारतातील नेटवर्कच्या प्रमुख सदस्यांना पुढील विक्रीसाठी सोने पाठवतात. कधीकधी दागिन्यांव्यतिरिक्त इतर स्वरूपात तस्करी केलेले सोने बेकायदेशीर सुविधारे २४-कार्टे वार स्वरूपात वितळवले जाते. जे दागिन्यांमध्ये रूपांतरित करून देशांतर्गत बाजारपेठेत एकत्रित विकले जाते.

सोने तस्करीसाठी मुंबई विमानतळ मुख्य केंद्र! सविस्तर जाणून घ्या, डीआरआयचा अहवाल काय सांगतो...

■ बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक

महसूल गुप्तचर संचालनालयाने आपल्या अहवालात म्हटले आहे की, २०२४-२५ मध्ये महाराष्ट्र, तामिळनाडू, गुजरात आणि पश्चिम बंगाल सारख्या हॉटस्पॉट ठिकाणी सोन्याची तस्करी मोठ्या प्रमाणात झाली आहे. २०२४-२५ मध्ये, डीआरआयने १,०७३ किलो सोने जप्त केले ज्याची बाजार किंमत अंदाजे ७८५ कोटी रुपये आहे, असे अहवालात म्हटले आहे. महत्त्वाचे म्हणजे जप्त केलेल्या सोन्याच्या प्रमाणात आणि आढळलेल्या प्रकारांच्या संख्येत मुंबई विमानतळ हे सोने तस्करीचे मुख्य केंद्र म्हणून अव्वल ठरल्याचे महसूल गुप्तचर संचालनालयाने आपल्या अहवालात म्हटले आहे. हवाई मार्ग, विशेषतः मध्य पूर्व आणि आग्नेय आशियातील मेट्रो आणि टियर-२ विमानतळांना जोडणारी विमाने, भारतात सोन्याची



तस्करी करण्याचे प्रमुख मार्ग आहेत. तस्करी महिला, कुटुंबे आणि अरलाइन्सच्या कर्मचाऱ्यांसह विविध प्रवाशांच्या प्रोफाइलचा वापर करून भारतात सोने तस्करी करतात. वाढत्या प्रमाणात, तस्करी विमानाच्या पोर्कळीत सोने लपवत आहेत जेणेकरून नंतर क्रू, प्रवासी किंवा विमानतळ कर्मचारी शोधू शकतील. कधीकधी, आंतरराष्ट्रीय प्रवासादरम्यान विमानात लपवलेले सोने विमानाच्या देशांतर्गत प्रवासादरम्यान प्रवाशांकडून परत मिळते. शिवाय, ट्रांझिट प्रवासी

शरीर लपवून सोन्याची तस्करी करतात आणि ते विमानतळ कर्मचाऱ्यांना देतात, असे अहवालात म्हटले आहे. मानवी शरीरात सोने लपवणे ही एक अधिक अत्याधुनिक आणि धोकादायक पद्धत आहे. सिंडिकेट मेणाच्या स्वरूपात सोन्याचे लहान कॅम्प्लमध्ये रूपांतर करतात, जे नंतर स्कॅनर आणि मॅन्युअल तपासणीद्वारे शोध टाळण्यासाठी शरीराच्या पोर्कळीत घातले जातात. हा ट्रेंड वाहकाच्या आरोग्याला धोका निर्माण करण्याच्या उच्च-जोखीम लपवण्याच्या तंत्रांकडे वाढत्या बदलाचे प्रतिबिंबित करते, असे अहवालात म्हटले आहे. तर २०२४-२५ मध्ये सोने तस्करी करणाऱ्या वाहकांच्या प्रोफाइलवरून असे दिसून आले की, पकडण्यात आलेल्या बहुतेक व्यक्ती पुरुष होत्या. तथापि, पकडण्यात आलेल्या व्यक्तींपैकी एक दशांश महिलांची उपस्थिती, महिलांच्या सहभागाच्या वाढत्या ट्रेंडला अधोरेखित करते.



■ मुंबई। प्रतिनिधी, राज्यात गुटखा बंदी असतानाही शाळा परिसर, महाविद्यालय परिसरांसह अनेक ठिकाणी गुटखा आढळून येतो. त्यामुळे गुटखा बंदी कायद्याची कडक अंमलबजावणी करण्यासाठी मकोका लागू करण्याचा निर्णय शासनाने घेतला आहे. या मकोका लावण्यासाठीच्या प्रस्तावात आवश्यक त्या दुरुस्त्या कायद्यात करण्यात येणार आहेत. त्यानंतर येत्या नवीन वर्षात

गुटखा उत्पादकांवर नवीन वर्षात मकोका लागणार अन्न व औषध प्रशासन मंत्री नरहरी झिरवाळ

गुटखा उत्पादकांवर मकोका लागणार असल्याची माहिती अन्न व औषध प्रशासन व विशेष सहाय्य मंत्री नरहरी झिरवाळ यांनी दिली. यापूर्वी गुटखा उत्पादक व विक्रेत्यांवर मकोका लावण्यासाठीचा प्रस्ताव विधि व न्याय विभागाकडे पाठवण्यात आला होता. मात्र कायद्यातील तरतुदीनुसार हळाम आणि हर्टव्ह या दोन्ही घटकांअभावी तो लागू होत नाही. त्यामुळे या कायद्यात बदल करण्यात येऊन गुटखा व्यवसाय करणाऱ्यांवरही मकोका लागू करता येईल, अशा आवश्यक दुरुस्त्या कायद्यात करण्यात येऊन हा कायदा अधिक कठोर करण्यात येईल, अशी माहिती मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी विधानसभेत दिली होती. त्यानुसार नामपूरचे हिवाळी अधिवेशन संपताच अन्न व औषध प्रशासन विभाग कामाला लागले आहे. गुटखा उत्पादकांपर्यंत पोहोचण्यासाठी विशेष धोरण आणणार, कायद्यातील त्रुटी दूर करण्यासाठी दुरुस्ती प्रस्ताव आणण्यात येणार असल्याचेही मंत्री नरहरी झिरवाळ म्हणाले. गुटखा बंदी कायदा कठोर करण्यासाठी व मकोका लावण्यासाठी त्यात आवश्यक ते बदल करून सुधारित प्रस्ताव विधि व न्याय विभागाकडे लवकरात लवकर पाठवण्याचे निर्देश मंत्री नरहरी झिरवाळ यांनी अधिकाऱ्यांना दिले.

मुंबईकरांनी घेतला मोकळा श्वास! हवेच्या गुणवत्तेत लक्षणीय सुधारणा... काय सांगतात अदकचे आकडे?

■ मुंबई। प्रतिनिधी, मुंबईतील हवेच्या गुणवत्तेत लक्षणीय सुधारणा झाली आहे. केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण मंडळाने उपलब्ध झालेल्या आकडेवारीनुसार, १ ते १६ डिसेंबर २०२४च्या तुलनेत यंदा याच कालावधीत हवेच्या गुणवत्तेत सुधारणा झाली आहे. गेल्या वर्षी १ ते १६ डिसेंबर कालावधीत हवा गुणवत्ता निदेशांक १६७ ते १५८ दरम्यान होता. यावर्षी याच कालावधीत हा निदेशांक १०५ ते ११३ असा सुधारित झालेला आहे. महापालिकेकडून हवेची गुणवत्ता सुधारण्यासाठी सातत्याने



केले जाणारे प्रयत्न यांचे सकारात्मक परिणाम केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण मंडळाने प्रसारित करण्यात आलेल्या हवा गुणवत्ता निदेशांकाच्या आकडेवारीमध्ये दिसून येत असल्याची माहिती अतिरिक्त महापालिका आयुक्त (पूर्व उपनगरे) डॉ. अविनाश ढाकणे यांनी दिली. हवा निदेशांक पाहण्याकरिता केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण मंडळाने प्रसारित करण्यात आलेली अधिकृत आकडेवारीची बघावी, यासाठी

दोन वर्षातील एकूण आय २०२४ व २०२५ या दोन वर्षांचा तुलनात्मक हवा गुणवत्ता निदेशांक (एकूण आय) (कॅसातील आकडेवारी २०२४ची) -

| |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| १ डिसेंबर-१०५ (१६७), २ डिसेंबर- १२६ (१७४), ३ डिसेंबर- १२८ (१२९), ४ डिसेंबर- १३८ (१३९), ५ डिसेंबर- १२४ (१५४), ६ डिसेंबर- ११६ (१४८), ७ डिसेंबर- ११३ (१२६), ८ डिसेंबर- १२० (१२५), ९ डिसेंबर- ११५ (११२), १० डिसेंबर- १०९ (१३४), ११ डिसेंबर- १०५ (१३९), १२ डिसेंबर- ११२ (१३७), १३ डिसेंबर- ११४ (१२८), १४ डिसेंबर- १११ (१३४), १५ डिसेंबर- १२२ (१५९), १६ डिसेंबर- ११३ (१५८). |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

या मंडळाच्या संकेतस्थळ व भ्रमणध्वनीवर उपलब्ध असणारे 'समीर' हे अधिकृत ॲप वापरवे, असेही आवाहन त्यांनी केले आहे. केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण मंडळाने प्राधिकृत केलेल्या अत्याधुनिक यंत्रसामग्रीद्वारे महापालिका क्षेत्रातील हवेची गुणवत्ता नियमित तपासली जाते. यासाठी उच्च गुणवत्तेची हवा गुणवत्ता मापन यंत्रणा वापरली जाते. ही आकडेवारी केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण मंडळाच्या <https://cpcb.nic.in> या संकेतस्थळावर आणि 'समीर' या भ्रमणध्वनी ॲपवर उपलब्ध करून देण्यात येत असते.

भाजपा-शिवसेनेचं ७७ जागांवरून अडलं! संयुक्त पत्रकार परिषद घेत केली मोठी घोषणा, 'आता ही युती....'

■ मुंबई। प्रतिनिधी, मुंबई महापालिकेच्या १५० जागांवर भाजप आणि शिवसेनेचं एकमत झालंय. शिवसेना आणि भाजपन ही संयुक्त घोषणा केलीय. उर्वरित ७७ जागांपैकी कोण किती जागा लढवणार याचा फैसला लवकरच होणार असल्याची माहिती शिवसेना आणि भाजप नेत्यांनी दिलीय. मुंबई महानगरपालिका निवडणुकीसाठी भाजप-शिवसेनेची दादरच्या वसंत स्मृती कार्यालयात बैठक झाली. महायुतीच्या मुंबईतील जागावाटपातयें जिंकून येण्याच्या फॉर्म्युलावर भर देण्यात आला. विद्यमान जागा कुणाची यापेक्षा दीडशेहून अधिक जागांवर कोण निवडून येऊ शकतो यावर जागावाटपात चर्चा झाली. मुंबईत भाजप शिवसेनेच्या जागावाटपाच्या वाटाघाटी सुरु आहेत. या जागावाटपाच्या वाटाघाटीत महत्त्वाचा टप्पा पार पडल्याची



घोषणा महायुतीच्या नेत्यांनी केलीय. मुंबई महापालिकेच्या २२७ जागांपैकी तब्बल दीडशे जागांवर कोण लढणार आणि कोणती जागा कुणाला सोडणार यावर भाजप शिवसेनेचं एकमत झालंय. जागावाटपात जिंकून येणं हाच निकष ठेवण्यात आल्याचं महायुतीच्या नेत्यांनी सांगितलंय. दिडशे जागा सहज जिंकू असा विश्वासही युतीच्या नेत्यांनी व्यक्त केलाय. पण हे सांगताना सहमत झालेल्या दीडशे जागांपैकी कुणाच्या वाट्याला किती जागा सुटल्या हे मात्र कोणत्याही नेत्यांनी सांगण्याचं टाळलं.

७७ जागांवाबत शिवसेना भाजप आणि आरपीआयची बोलणी सुरु असून येत्या दोन दिवसांत या जागांची वाटप पूर्ण होईल असा विश्वास नेत्यांनी व्यक्त केला आहे. एवढंच नाही तर जागावाटपाचा तिढा कायम राहिल्यास फडणवीस आणि शिंदे या जागावाटपाचा तिढा सोडवतील असंही नेत्यांनी सांगितलं. जागावाटप करताना बंडखोरीचं कोणतंही टेशन नसल्याचाही निवाळी महायुतीच्या नेत्यांनी दिलाय. मुंबईच्या जागावाटपाचं कसं होणार अशी चिंता महायुतीच्या कार्यकर्त्यांना वाटत होती. पण निष्पक्षता जास्त जागांचं वाटप पहिल्या एका दिवसामध्येच झालंय. त्यामुळे उर्वरित ७७ जागांचे वाटप झालेल्या सुरवेत होईल असा आत्मविश्वास महायुतीच्या नेत्यांमधून व्यक्त केला जात आहे.

घटनाक्रम हादरवणारा... गावातीलच जमिनीवरील ताब्यावरून अनेक वर्षांपासून सुरु असलेल्या वादातून अकरा गावगुंडांच्या टोळीने जटवाडा रस्त्यावरील ओढरगावचे माजी सरपंच दादा सांडू पठाण यांची बुधवारी (१७/१२/२०२५ रोजी) क्रांती हत्या केली. एकीकडे पठाण यांच्या कुटुंबातील महिला हल्लेखोरांना हात जोडून वाद मिटवण्यासाठी विनवण्या करत होत्या. तेव्हा शेकड्या गंडगिरी भिनलेली क्रूर टोळी मात्र लाट्याकाट्यांचा मारा करत राहिली. लाथांनी पठाण यांच्यासह त्यांच्या दोन्ही मुलांनाही बेदम मारहाण करण्यात आली होती. या मारहाणीत पठाण यांचा मृत्यू झाला. सदर घटनेबाबत बुधवारी रात्री एका आरोपीला अटक करण्यात आली असून बाकी हल्लेखोर अद्याप पसार आहेत.

लाट्याकाट्या, रॉडच्या हल्ल्यात माजी सरपंचाचा मृत्यू, संतोष देशमुख यांच्याप्रमाणेच...

■ छत्रपती संभाजीनगर। प्रतिनिधी, मरसाजोगचे सरपंच संतोष देशमुख यांच्या हत्याप्रकरणाचा निकाल अद्यापही न्यायप्रविष्ट असताना महाराष्ट्रात आणखीन एक अशीच हादरवणारी घटना घडली आहे. जिथे माजी सरपंचाची अतिशय क्रूर हत्या करण्यात आली आहे. प्राथमिक माहितीनुसार जमिनीच्या ताब्यावरून कित्येक वर्षांपासून सुरु असणाऱ्या वादांमुळे पूर्व वैमनस्यातून ही हत्या करण्यात आल्याची माहिती समोर आली आहे. काय होता नेमका वाद? पठाण यांचे कुटुंब छत्रपती संभाजी नगर येथील मूळ ओढरगावचेच असून, घरासमोरच त्यांची शेतजमीन आहे. काही

अंतरावर शाळेजवळ त्यांची जमीन आहे. या जमिनीच्या शेजारून एक वाट जाते. सुरुवातीला आरोपींच्या टोळीने या लहान वाटेवरून वाद घालण्यास सुरुवात केली. कालांतराने पूर्ण जमिनीवरच दावा करण्यास सुरुवात केली. यातून अनेकदा वाद झाले. बुधवारी पठाण यांनी जमिनीचे सपाटीकरण करण्यासाठी जेसीबी बोलावला. तेव्हा रोषाच्या भावनेन दहा ते अकरा जणांच्या टोळीने पठाण यांच्यावर लाट्याकाट्या, रॉडने हल्ला केला. या भयंकर हल्ल्यात दादा पठाण यांचा मृत्यू ओढावला. दरम्यान या प्रकरणात पोलीस पुढील तपास करत असून आरोपींना ताब्यात घेत त्यांच्यावर कोणती कारवाई करतात हे

पहाणे महत्त्वाचे ठरेल. आणखी एक संतोष देशमुख? बीडच्या मरसाजोग गावचे सरपंच संतोष देशमुख यांची पवनचक्कीच्या वाटातून अपहरण करून निर्घृणपणे हत्या करण्यात आली होती. महाराष्ट्राला हादरवणान्या या अमानविय क्रूर हल्ल्या काही दिवसांपूर्वीच एक वर्ष पूर्ण झाला. परंतु अद्यापही देशमुख कुटुंबीयांना न्याय मिळालेला नाही. अशातच आता छत्रपती संभाजी नगरात घडलेल्या या घटनेमुळे संतोष देशमुख यांच्याप्रमाणे माजी सरपंच दादा सांडू पठाण यांना देखील वर्ष वर्ष न्याय मिळवण्याची वाट पाहावी लागणार का? असा प्रश्न उपस्थित होत आहे.

महाराष्ट्रातील जगप्रसिद्ध पर्यटनस्थळ असलेल्या महाबळेश्वरमध्ये १० पर्यटकांना अटक सातारा जिल्ह्यात पाचगणीमध्ये ड्रग्समाफियांचा जोरदार शिरकाव

■ सातारा। प्रतिनिधी, ड्रग्समाफियांनी सातारा जिल्ह्यात हातपाय पसरल्याचे जावळी तालुक्यातील सावळी (सावरी) गावातील कारवाईवरून उघड झाले आहे. १३ डिसेंबर रोजी मुंबई क्राइम ब्रांचने सावरी गावातील एका शेडवर कारवाई करत ११४ ते ११५ कोटी रुपयांचा एमडी ड्रग्स साठा, मशिनरी आणि मुद्देमाल जप्त केला. सातारा जिल्ह्याच्या इतिहासातील आतापर्यंतची सगळ्यात मोठी ड्रग्स कारवाई असल्याचे सांगितले जाते. या कारवाईच्या निमित्ताने उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांचे भाऊ प्रकाश संभाजी शिंदे यांच्यावर ठाकरे गटाच्या नेत्या सुषमा अंधारे यांनी आरोप केला होता. सातारा जिल्हा शिंदे यांनी आरोप फेटाळला आहे. मात्र, यानिमित्ताने काही प्रश्न अनुत्तरित राहिले आहेत. अशातच पर्यटननगरी ओळख असलेल्या पांचगणीमध्येही कोकन सह्य अंमली पदार्थ जप्त करून १० जणांना अटक केल्यामुळे सातारा जिल्ह्यात ड्रग्सची पाळेमुळे खोलवर रूजू लागल्याची भीती व्यक्त केली जात आहे. पाचगणीमध्ये ड्रग्स रॅकेट आढळून आल्यामुळे निसर्गाने समृद्ध सातारा जिल्ह्यावर संशयाच्या दृष्टीने पोलिसांची नजर पडली आहे. सातारा स्थानिक गुन्हे शाखा आणि पाचगणी पोलिसांनी संयुक्त कारवाई करत मुंबईतील १० आरोपींना या प्रकरणी अटक केली आहे. या कारवाईत पाच लाख रुपयांचे



या प्रकरणी पाचगणी पोलीस ठाण्यात एनडीपीएस अॅक्ट कलम ८(क), ३१(घ) अंतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पोलीस उपनिरीक्षक परितोष दातीर पुढील तपास करत आहेत. जावळी तालुक्यातील ११५ कोटीच्या एमडी ड्रग्स जप्त केल्यानंतर अद्याप तीन दिवसांत ही दुसरी मोठी कारवाई झाल्याने ड्रग्समाफियांचे रॅकेट हातपाय पसरत असल्याचे दिसून आले आहे. दरम्यान, पर्यटननगरी पाचगणी ड्रग्समुक्त ठेवण्यासाठी पोलिसांनी जहाल भूमिका स्वीकारली असून ड्रग्स विक्रेत्यांना जिल्हात अजिबात धारा दिला जाणार नाही, तसेच सर्वांवर कडक कारवाई करण्याचा इशारा देण्यात आला आहे. कोकन सह्य अंमली पदार्थ आणि ४२ लाख ८५ हजार रुपयांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला आहे. पाचगणी हे पर्यटनासाठी प्रसिद्ध असलेलं गाव आहे. निसर्गाने मुक्तहस्ताने हिरवाईचे दान टाकलेलं तसेच गार वातावरण, शांततेसाठी पाचगणी ओळखली जाते. मात्र, आता ड्रग्समाफियांची नजर या गावावरदेखील पडली आहे. सातारा जिल्हा पोलीस अधीक्षक तुषार दोशी आणि अपर पोलीस अधीक्षक डॉ. वैशाली कडुकर यांच्या आदेशानुसार अंमली पदार्थांरोधी मोहीम अधिक तीव्र करण्यात आली होती. त्याच पार्श्वभूमीवर पोलिसांनी संयुक्त कारवाई करत अंमली पदार्थांसह १० जणांना अटक केली आहे. १६ डिसेंबरला घाटजाई मंदिर परिसरात कोकन विक्रीसाठी काही संशयित येणार असल्याची खात्रीशीर माहिती पाचगणी पोलीस ठाण्याचे सहायक पोलीस निरीक्षक दिलीप पवार यांना मिळाली. त्यानंतर स्थानिक गुन्हे शाखेसोबत संयुक्त कारवाईचे नियोजन करण्यात आले. त्यानंतर मध्यरात्री १२ वाजून ५ मिनिटांनी पाचगणी येथील विस्टा ग्रॅन्ड सोसायटी, इस्टेला १-अ बंगला परिसरात पोलिसांनी सापळ रचण्यात आला. त्यानंतर पार्किंगमध्ये एमजी. हेक्टर या दोन वाहनांमधून १० संशयितांना ताब्यात घेण्यात आले. त्यांची

सायबर फसवणुकीला चाप: एपीके फाईल डाऊनलोड प्रकरणात २,३०,००० रुपये यशस्वीपणे परत

■ मिरारोड। प्रतिनिधी, व्हाट्सअप व्दारे एपीके फाईल डाऊनलोड केल्याने फसवणुक झालेली रक्कम २,३०,०००/- रुपय तक्रारदाराला परत करण्यात सायबर पोलीस ठाण्यास यश आले अधिक माहितीनुसार मिरा-भाईदर, वसई-विवार पोलीस आयुक्तालयातील कार्यक्षेत्रातील मिरारोड पोलीस ठाणे कार्यक्षेत्रात राहणारे तक्रारदार श्री. मोहमद खान यांना अनोळखी इसमाने मित्र असल्याचे भासवून तात्काळ पैसे पाठविण्यास सांगितले. पैसे पाठविण्याकरीता तक्रारदार यांच्या मोबाईलवर व्हाट्सअप व्दारे एपीके फाईल पाठवून त्यावर क्लिक करण्यास सांगितले. तक्रारदार यांनी सदर लिंकवर क्लिक केल्यानंतर त्यांचे बँक खात्यामधून एकुण २,३०,०००/- रुपय कपात झाल्याबाबत मॅसेज प्राप्त झाला. तक्रारदार यांना फसवणुक झाल्याचे लक्षात आले. तक्रारदार यांनी सायबर पोलीस ठाणे येथे भेट देवून तक्रारी अर्ज दिल्याने सदरबाबत तात्काळ नोंद घेवून NCCRP Portal वर तक्रार नोंदविण्यात आली. तक्रारदार यांची ऑनलाईन NCCRP Portal वर तक्रार नोंदविल्याने फसवणुकीची रक्कम वांगवेगळ्या बँक खात्यांमध्ये वंगविण्यात आली. तसेच फसवणुकीच्या व्यवहाराचे अनुषंगाने अधिक तपास करून तक्रारदार यांची रक्कम वग झालेल्या ०६ बँक खात्यांची माहिती प्राप्त करून संशयित बँक खात्यांना वारंवार पत्रव्यवहार करून बँक खात्यात रक्कम थांबविण्याबाबत कारवाई करण्यात आली.सदरची रक्कम ०३ बँक खात्यांमधील रक्कम परत मिळविण्याकरीता मा. न्यायालयामध्ये अर्ज सादर करण्याबाबत तक्रारदार यांना सूचना देण्यात आल्या. तक्रारदार यांनी त्यांची फसवणुकीची रक्कम परत मिळविण्याकरीता



www.cybercrime.gov.in अथवा १९३०/१९४५ या हेल्पलाईनवर संपर्क साधून तक्रार यावी. साधावा. तसेच सदरची कामगिरी श्री. संदिप डोईफोडे, पोलीस उप आयुक्त (गुन्हे), श्री. मदन बल्लाळ, मि.भा.व.वि.पोलीस आयुक्तलय यांच्या मार्गदर्शनाखाली प्रभावी अधिकाारी सायबर पोलीस ठाणे पोलीस निरीक्षक प्रकाश सावंत यांचेसह सपोनि/स्वप्नील वाव्हळ, सपोनि/माणिकराव कतुरे, पोडनि/वैभव धनवडे, मपोहया/माथुरी पिडे, मपोहवा/अभिना पठाण, मपोअ/ सुवर्णा माळे, पोअ/ कुणाल सावळे, मपोअ/रनेश पुणे, पोअ/विलास खाटीक, पोअ/सावन शेवाळे, मसुब/राजेश भरकडे, मसुब/प्रविण सावंत सर्व नेम सायबर पोलीस ठाणे यांनी पार पाडली आहे. सायबर फसवणुक हेल्पलाईन क्रमांक १९३०/१९४५ सायबर फसवणुक हेल्पलाईन वेबसाईट www.cybercrime.gov.in



संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

केवळ औपचारिकता, शून्य फलश्रुती



विधिमंडळाचे अधिवेशन म्हणजे लोकशाहीचा कणा, जनतेच्या प्रश्नांवर सरकारला उत्तरदायी धरण्याचे सर्वोच्च व्यासपीठ. मात्र यंदाचे नागपूर हिवाळी अधिवेशन संपल्यानंतर सामान्य नागरिकांच्या हाती मात्र काहीही लागले नाही, ही कटू वस्तुस्थिती आहे.

नागपूर करारानुसार होणारे हिवाळी अधिवेशन विदर्भाच्या सामाजिक, आर्थिक आणि राजकीय अस्तित्वाचे प्रतीक आहे. शेतकरी आत्महत्या, सिंचन, शेतमालाचा भाव, आदिवासी विकास, बेरोजगारी आणि औद्योगिक मागासलेपण यांसारख्या प्रश्नांना प्राधान्य मिळणे अपेक्षित असते. मात्र यंदाच्या अधिवेशनात विदर्भासह राज्यातील हे मूलभूत प्रश्न मागेच पडले. विदर्भासाठी हिवाळी अधिवेशन फक्त प्रतिक्रमक ठरले. अधिवेशनात शेतकरी, महिला आणि तरुण या प्रमुख घटकांचे प्रश्न पूर्णपणे दुर्लक्षित राहिले. शेतकरी कर्जाच्या ओज्याखाली दबलाय, उत्पादनखर्च वाढला आहे, हमीभाव मिळत नाही, पीकविमा योजना कुचकामी आहे. कर्जमाफीच्या आश्वासनाचा अधिवेशनात उल्लेखही झाला नाही. महिलांसाठी 'लाडकी वहीण' योजनेच्या माध्यमातून दरमहा १२०० रुपये देण्याचे आश्वासन देऊन मते घेतली गेली होती, पण सत्ता मिळल्यानंतर या महिलांचा विसर पडला. अनेक महिलांचे आधीचे १५०० रुपयेही केवळ यासाठी नावाखाली थांबले, तर बागास लाभार्थी योजनेचा फायदा घेत असल्याचेही उघड झाले. रोख मदत हे खरे सक्षमीकरण नाही; महिलांना सुरक्षा, रोजगार, आरोग्य आणि शिक्षणाची हमी देणे हे खरे सक्षमीकरण असते. बेरोजगारीचा प्रश्नही तिककाच गंभीर आहे. सरकारी भरत्या रखडलेल्या आहेत, स्पर्धा परीक्षा वेळेवर होत नाहीत, निकाल लवकर लागत नाहीत, सरकारची कंत्राटीकरणावर जोर आहे. रोजगारनिर्मिती, औद्योगिक धोरण, स्थानिक रोजगार आणि कौशल्य विकास यांसारख्या मुद्द्यांवर सरकारकडे काही टोस नीती आहे असे दिसले नाही. शेतकरी, महिला आणि तरुणांच्या आशा अधिवेशनात धुळीस मिळाल्या; उरले फक्त आश्वासनांचा धूर आणि वास्तवाची राख. राज्यात महिला अत्याचाराच्या घटनांमध्ये वाढ प्रचंड मोठी वाढ झाली आहे. कायदे असूनही महिला सुरक्षित का नाहीत? हा मजबूत प्रश्न अधिवेशनात दुर्लक्षित राहिला. निर्भय फंडाचा वापर, फ्रान्स ट्रॅक न्यायालयांची संख्या, पोलिस यंत्रणेची जबाबदारी या मुद्द्यांवर सरकारकडे फक्त आकडेवारीशिवाय काही टोस नाही हे पुन्हा एकदा दिसून आले. डॉ. अप्पु मूडेंची आत्महत्या असे किंवा नाशिकच्या मालेगांवची अच्युता तीन वषाची अत्याचारग्रस्त चिमुट्टी यांच्याबद्दल सत्तेत बसलेल्या लोकांना संवेदना नाहीत हे अधिवेशनात स्पष्ट झाले. कायद्याचे राज्य उरले आहे का? असा प्रश्न पडायला इतक्या मोठ्या प्रमाणात गुन्हेगारी वाढली आहे. गुन्हेगारीचे अधिक संघटित आणि हिंसक रूप आपण पहात आहेत. खून, खंडणी, टोळीयुद्ध राखभर सुरु आहे. एकट्या पुणे शहरात शंभरहून अधिक गुन्हेगारी टोळ्या कार्यरत आहेत. पोलिसांवरील राजकीय दबाव, पोलिसांची स्वायत्तता, मनुष्यबळाची कमतरता आणि तपासातील त्रुटी यावर अधिवेशनात सखोल चर्चा होणे अपेक्षित होते; पण ती झाली नाही. ड्रग्सचे कारखाने आणि बोगस कॉलसेंटरचा सुळसुळट ही राज्यासाठी गंभीर बदनामीची बाब आहे. तरुण पिढी अमली पदार्थांच्या विळख्यात अडकत असताना आणि परदेशी नागरिकांची फसवणूक करणारी रॅकेट्स खुलेआम कार्यरत आहेत. यात सरकारी अधिका-यांचा सहभाग असताना कारवाई होत नाही, या बाबतही सरकार उदासीनच दिसले. मुख्यमंत्री समृद्धी महामार्ग, शक्तीपीठ महामार्ग आणि गडचिरोलीच्या तथाकथित विकासाची आकडेवारी सांगत असले, तरी वास्तव वेगळे आहे. समृद्धी महामार्गातून २० हजार कोटींच्या उत्पन्नाचे दावे करण्यात आले, पण प्रत्यक्षात केवळ सुमारे २ हजार कोटींचेच उत्पन्न झाले असून अपघातांत बळींची संख्या वाढत आहे. गडचिरोलीचा विकास स्थानिकांसाठी नसून खाणमालक आणि स्टील कंपन्यांसाठी सुरु आहे; आदिवासी, शेतकरी आणि युवक मात्र दुर्लक्षित आहेत. शक्तीपीठ महामार्गामुळे अल्पभूधारक शेतकरी भूमिहीन होणार आहेत. तरीही या सिमेंटच्या रस्त्यामुळे महाराष्ट्र दुष्काळमुक्त होईल, असे दावे केले जात आहेत. महामार्ग पाणी देत नाही, तो नदी नाही, याचे भानही सरकारला राहिले नाही. आकडे फुगवणे, वास्तव लपवणे आणि जनतेला मूर्ख समजणे हा सत्ताध्यांच्या नित्यक्रम झाला आहे. महाराष्ट्र म्हणजे काही प्रकल्प नव्हेत; तर ४८ कोटी जनता आहे याचे भान सत्ताध्यांनी ठेवले पाहिजे. या अधिवेशनात एक बाब सातत्याने ठळकपणे समोर आली ती म्हणजे मंत्री स्वतः बोलत नाहीत, तर अधिकाऱ्यांनी लिहून दिलेली भाषणे शब्दशः वाचतात. कागदावरची उतरे वाचणे ही प्रशासकीय औपचारिकता आहे. ज्यांना जमिनीवरचे वास्तव माहीत नाही, शेतकरी, कामगार, विद्यार्थी, महिला, आदिवासी यांच्या रोजच्या प्रश्नांची जाणीव नाही, ते मंत्री सभागृहात केवळ उतरे घ्यायची म्हणून लिहून दिलेले वाचतात. त्यांना समस्यांची जाण नाही, त्यामागील कारणे ठाऊक नाहीत आणि कोणत्या उपाययोजना कराव्यात याचे भानही दिसत नाही. लोकशाही व्यवस्थेत विधिमंडळ हे केवळ कायदे मंजूर करणारे नव्हे, तर सरकारवर अंकुश ठेवणारे व्यासपीठ आहे. विरोधकांनी प्रश्न विचारले, विषय मांडले, मात्र सरकारने विषय टाळून वेळ मारून नेली. सर्वसामान्य माणूस पुन्हा दुर्लक्षित राहिला. शेतकरी, कामगार, महिला, विद्यार्थी, बेरोजगार तरुण आणि मध्यमवर्ग कुणाच्याही प्रश्नांना प्राधान्य मिळाले नाही. महामार्ग, शिक्षण व आरोग्याचा वाढता खर्च, खासगीकरण या सगळ्यांचा थेट फटका जनतेला बसत असताना सरकार आणि समाज यांच्यातील दरी अधिकच वाढत असल्याचे या अधिवेशनातून स्पष्ट झाले. जनतेच्या प्रश्नांना उत्तर देणे, टीका स्वीकारणे आणि चुका दुरुस्त करणे हेच लोकशाहीचे खरे लक्षण आहे. नागपूरचे हिवाळी अधिवेशन संपले, पण जनतेचे प्रश्न तसेच आहेत, अपेक्षा अपूर्ण आहेत. अधिवेशन हे परंपरा जपण्याचे नव्हे, तर लोकांच्या प्रश्नांना न्याय देण्याचे व्यासपीठ असते. महाराष्ट्राला आज उत्तरदायी, संवेदनशील आणि पारदर्शक शासनाची गरज आहे; अन्यथा अधिवेशन हे परंपरा जपण्याचे नव्हे, तर लोकांच्या प्रश्नांना न्याय देण्याचे व्यासपीठ असते. महाराष्ट्राला आज उत्तरदायी, संवेदनशील आणि पारदर्शक शासनाची गरज आहे; अन्यथा अधिवेशन हे परंपरा जपण्याचे नव्हे, तर लोकांच्या प्रश्नांना न्याय देण्याचे व्यासपीठ असते. महाराष्ट्राला आज उत्तरदायी, संवेदनशील आणि पारदर्शक शासनाची गरज आहे; अन्यथा अधिवेशन हे परंपरा जपण्याचे नव्हे, तर लोकांच्या प्रश्नांना न्याय देण्याचे व्यासपीठ असते.

कोणत्याही पक्षाचे सरकार असले, तरी भारत-रशिया संबंधांमध्ये सातत्य आहे. नरेंद्र मोदी यांच्या कार्यकाळात अमेरिकेशी संबंध अधिक मजबूत झाले असले, तरी रशियाशी बिघडले नाहीत. आता डोनाल्ड ट्रम्प यांच्यामुळे अमेरिकेशी भारताचे संबंध बिघडले असताना रशियाचे अध्यक्ष व्लादीमिर पुतिन यांनी भारताचा दौरा केला. या परिषदेत मोदी यांच्याबरोबर झालेल्या १९ करारांमधून मैत्रीचा नवा अध्याय लिहिला गेला.

पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्यासोबत वार्षिक शिखर परिषदेसाठी व्लादीमिर पुतिन भारतात येणे ही जागतिक राजकारणातील एक महत्त्वाची घडामोड आहे. त्याचे कारण अमेरिकेचे अध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प यांनी रशियाशी केलेल्या कड्या तेल खरेदीमुळे भारतावर अतिरिक्त शुल्क आकारले. ट्रम्प रशिया आणि भारताची कांडी करत असताना पुतिन यांनी भारतात येऊन कड्या तेलाचा पुरवठा अखंड सुरू ठेवण्याची हमी देणे तसेच पुतिन यांचे भारतात पोहोचण्याआधीच रशियाच्या संसदेने संरक्षण करारांवर सहा करणे या बाबी ट्रम्प यांच्या निर्बंधाला आपण जुमानत नाही, असा संदेश देण्यात आला. भारत-रशिया भागीदारी ही काही स्थिर, हिंससंबंधांवर आधारित संबंधांपैकी एक आहे. त्यात व्यापक भू-राजकीय परिदृश्यावर प्रभाव पाडण्याची क्षमता आहे. संरक्षण सहकार्य हा पुतिन यांच्या भेटीचा केंद्रबिंदू राहिला आहे, जो भारत-रशिया संबंधांचा दीर्घकालीन आणि मजबूत पाया आहे. विस्तारित श्रेणी, सुधारित अचूकता आणि हायपरसोनिक तंत्रज्ञानातील उद्योगांमधून सहकार्यांसह भारत-रशिया संरक्षण भागीदारी एका नवीन तार्किक युगात प्रवेश करत आहे. भारताला हवाई संरक्षण यंत्रणेचा विस्तार आणि लढाऊ विमान वाहतूक आणि पाणबुडी तंत्रज्ञानातील सखोल सहकार्यांशी लक्ष्य चर्चा या दीर्घकालीन धोरणात्मक भागीदारीपैकी वचनबद्धता दर्शवते. या सर्वोच्च पातळीवर संरक्षण संबंधांना मान्यता देऊन भारत आपली धोरणात्मक स्वायत्तता मजबूत करतो. अमेरिकेशी मजबूत संबंध निर्माण करत असताना आणि 'क्वाड'मध्ये सक्रियपणे सहभागी होत असताना भारताने कधीही कोणत्याही एका



मैत्रीचा नवा अध्याय

शक्तीला त्याचे धोरण ठरवू दिलेले नाही. हा बहुआयामी दृष्टिकोन एक स्पष्ट जागतिक संदेश देतो. भारताला वैचारिक गटांमध्ये अडकवले जाऊ शकत नाही. त्याऐवजी, तो आपल्या राष्ट्रीय सुरक्षा व्यवस्थेला बळकटी देणारी विविध संरक्षण भागीदारी राखेल. भारताचे सातत्यपूर्ण संरक्षण हित रशियाला आशियामध्ये धोरणात्मक प्रभाव राखण्यास मदत करते आणि चीनवर जास्त अवलंबून राहण्यापासून रोखते. त्यामुळे हळूहळू जागतिक शक्ती संतुलन बदलू शकते. तथापि, भारत-रशिया संबंधांचे खरे परिवर्तन व्यापार, शुल्क, ऊर्जा प्रवाह आणि उद्योग-मुख्य आर्थिक संरचनांच्या क्षेत्रात पाहायला मिळत आहे. गेल्या काही वर्षांमध्ये भारत-रशियामध्ये द्विपक्षीय व्यापार वाढला आहे. तो प्रामुख्याने रशियाकडून भारताच्या स्वस्त कच्चे तेल, खते, कोळसा आणि आवश्यक खनिजांच्या आयातीमुळे चालतो. रशियाने आशियामध्ये ऊर्जा निर्माते स्थाने बंदलायले भारताला केल्यात्मक किमतीत दीर्घकालीन ऊर्जापुरवठा सुरक्षित करण्याची एक अनोखी संधी मिळाली आहे. हे बदल केवळ आर्थिकच नाही, तर भू-राजकीय देखील आहे. पाश्चात्य देशांच्या नापसंतीला न जुमानता, रशियाकडून तेल खरेदी करून, भारताने आपले सार्वभौमत्व पुन्हा सिद्ध केले आणि महागाईप्रथम संकटापासून आपल्या अर्थव्यवस्थेचे रक्षण केले. तथापि, या व्यापार वाढीमुळे सतत असमतोल उघड झाला आहे. भारत रशियाला तुलनेने कमी निर्यात करतो. त्यामुळे रशियन बँकांमध्ये मोठ्या प्रमाणात रुपया अधिशेष जमा झाला आहे. पुतिन यांच्या भेटीत आता दोन्ही देशांमध्ये शंभर अब्ज डॉलरचा व्यापार करार करण्याचे उद्दिष्ट ठेवण्यात आले आहे. डॉलर मजबूत होत असताना भारत आणि रशियाचा व्यापार रुपया-रुबल किंवा स्थानिक चलन सेटलमेंटाचा वापर

डॉलर-आधारित प्रणालीवरील अवलंबित्व कमी करू शकतो, जी निर्बंधांप्रती असुरक्षित आहे. भारतीय औद्योगिकनिर्माण, यंत्रसामग्री, कृषी उत्पादने आणि आयटी सेवांसाठी बाजारपेठेतील प्रवेश वाढवणे व्यापार असंतुलन सुधारण्यास मदत करू शकते. व्यापक दृष्टिकोनातून पाहता हे बदल डॉलर-आधारित वित्तीय प्रणालीपासून दूर जाण्याचे संकेत देतात. भारत आणि रशिया नवीन आर्थिक मार्ग शोधत आहेत, जे व्यापक 'ब्रिक्स' आणि जागतिक दक्षिणेला पर्यायी पॅमेंट सिस्टीम तयार करण्यास प्रेरित करू शकतात. अशा यंत्रणा दोन्ही देशांच्या आर्थिक सार्वभौमत्वाला बळकटी देतील. त्यामुळे त्यांना पाश्चात्य-प्रेरित व्यापार राजकारणाला अधिक प्रभावीपणे सामोरे जाता येईल. सांस्कृतिक सहकार्य हे भारत-रशिया संबंधांच्या केंद्रस्थानी आहे. संरक्षण करार आणि ऊर्जा करारांप्रती, सिनेमा, साहित्य आणि संगीत त्यांच्या संबंधांचा पाया होता. एके काळी राज कपूरच्या चित्रपटांनी सोव्हिएट थिएटर भरली होती. टॉल्स्टॉय आणि दोस्तोव्हस्कीसारख्या रशियन अभिजात कलाकृतींनी भारतीय लेखकांवर खोलवर प्रभाव पाडला. हा सांस्कृतिक पूल आजही महोत्सव, शैक्षणिक देवाण-घेवाण, नाट्य सहयोग, भाषा कार्यक्रम आणि सांस्कृतिक प्रतिनिधी मंडळांद्वारे जिवंत आहे. पुतिन यांच्या भेटीमुळे डिजिटल प्लॅटफॉर्म, सह-निर्मित चित्रपट आणि संग्रहालय भागीदारींवर या सांस्कृतिक सहकार्याला आधुनिकीकरण करण्याची संधी मिळाली. भारत-रशिया सहकार्याचा एक नवीन आधार वेगाने वाढणारा आणि मानवी संसाधन देवाण-घेवाण. पुतिन यांची भेट केवळ औपचारिक नाही, तर दोन्ही देशांसाठी खोल धोरणात्मक महत्त्वाने भरलेली आहे. पाश्चात्य अलिप्ततेच्या प्रचंड ाना न जुमानता, रशियाचे जगभरत

मजबूत, सार्वभौम भागीदार आहेत. हे या भेटीतून उदरगण्याचा रशियाचा प्रयत्न होता. बहुधुवीय जगात दोन्ही देश आपली भूमिका पार पाडत असताना, होणारे सहकार्य केवळ त्यांचीच स्थिती मजबूत करणार नाही, तर जागतिक शक्ती गतिमानतेचे भविष्यदेखील आकार देईल. भारत आणि रशियामधील संबंध जवळजवळ आठ दशकांपासून आहेत आणि दोन्ही देशांनी नेहमीच सहकार्यासाठी दारे उघडी ठेवली आहेत. पुतिन यांचा दोन दिवसांचा भारत दौरा हा भारत-रशिया संबंध मजबूत करण्यासाठी एक नवीन टप्पा ठरला. तथापि, ज्या परिस्थितीत पुतिन यांनी या वेळी भारताला भेट दिली, भारताची भूमिका खुल्या मनाने समजून घेतली आणि सहकार्य मजबूत करण्यासाठी एकत्र काम करण्यास सहमती दर्शविली, ती महत्त्वाची आहे. अमेरिकेने दंडात्मक शुल्क आणि निर्बंधांच्या अलीकडच्या घोषणेमुळे एक जटिल आंतरराष्ट्रीय परिस्थिती निर्माण केली आहे. परिणामी, प्रभावित देशांना आता नवीन पर्याय शोधण्याचे आव्हान भेडसावत आहे.

या संदर्भात, भारत आणि रशियाने दोन्ही देशांमधील विद्यमान आर्थिक व्यापार भागीदारी मजबूत करण्यासाठी पंचवार्षिक योजनेवर सहमती दर्शवली. दोन्ही देशांमध्ये नेहमीच पारंपरिक मैत्री राहिली आहे, परस्पर आणि दीर्घकालीन हितसंबंधांवर आधारित संबंधांव्यतिरिक्त भारत-रशियामध्ये अनेक मुद्द्यांवर नूतनीकरण करार झाला. पुतिन यांच्याशी झालेल्या चर्चेनंतर संरक्षण, व्यापार, ऊर्जा आणि आर्थिक सहकार्य यांसारख्या प्रमुख क्षेत्रांमध्ये भागीदारी अधिक मजबूत करण्यावर भर देण्यात आला. त्यामुळे या दोन देशांमधील वार्षिक द्विपक्षीय व्यापार शंभर अब्ज अमेरिकन डॉलरपर्यंत पोहोचेल. नवोपक्रमासाठी लोकांची वाढती जागतिक गरज लक्षात घेता दोन करार झाले. त्यामुळे दोन्ही देशांमधील मानवी श्रमाची हालचाल नवीन शक्ती आणि संधीचे साधन बनेल. दोन्ही बाजूंनी सुरक्षा, अर्थव्यवस्था, व्यापार आणि संस्कृती या क्षेत्रात सहकार्याला प्राधान्य देण्याचा संकल्प केला आहे. भविष्यात नवीन भू-राजकीय परिस्थिती उद्भवू शकते; परंतु केवळ एक न्याय्य आणि बहुधुवीय जग नवीन जागतिक आव्हानांना तोंड देऊ शकेल. यामध्ये रशिया आणि भारत यांच्यातील सहकार्य महत्त्वाची भूमिका बजावू शकते.

सरकारी कर्मचाऱ्यांचा सरकारने विचार करावा

वांदे शासकीय वसाहतीतील रहिवाशांना कायमस्वरूपी घरे देण्याबाबत शासन कटिबद्ध असल्याचे सार्वजनिक बांधकाम मंत्री शिवेंद्रराजे भोसले यांनी विधानसभेतील लक्षवेधी सूचनेच्या उत्तरात स्पष्ट केले. या उत्तराचे स्वागत मात्र मागील पाच दशकांपासूनचे या प्रश्नाचे घोंगडे भिजत राहण्यामागील कारणांचा विचार आता तरी व्हायला हवा. मुंबई शोपपट्टीमुक्त करण्याविषयाची निर्णय सरकारने नुकताच दिला, याआधीही 'झोपु' किंवा इतर योजनेतून मुंबईतील शोपपट्टीधारकांना पक्की घरे बांधून देण्यात आली. असे असतानाही कालांतराने ही घरे इतरांना विकून ते विस्थापित झाल्याचेही स्पष्ट व्हावे, मुंबईतल्या शोपपट्टीत १९७२ चा दुष्काळात स्थलांतरित झालेला तसेच कोकण, मराठवाड्यातून पोटापाण्यासाठी मुंबईत दाखल झालेला मराठी माणूसही होता. गिरणी, माथाडी, चतुर्थश्रेणी कामगार मुख्यतः मराठी माणूस असल्याने तो मुंबईच्या वळचणीला झोपडे बांधून राहू लागला. त्याला हक्काचे घर देताना त्यासोबत प्रशासनातून मुंबईत दाखल झालेल्यांनाही मुंबईत हक्काची घरे मिळाली. मागील ३० ते ४० वर्षांतील या धोरणात्मक कालावधीत राज्य सरकारी कर्मचारी कायमच दुर्लक्षित राहिला. राज्यघटनेच्या अमलबजावणीनंतर राज्य सरकारी कर्मचाऱ्यांची निकड प्रशासनाला भासू लागल्यावर नागपूर, मराठवाड्यासह राज्यातील शिवेंद्रराजे भोसले लोकांसेवा आयोगामार्फत कर्मचाऱ्यांची निवड करण्यात आली. त्यावेळी नव्याने रुजू झालेल्या सरकारी कर्मचाऱ्यांच्या निवाससाठी वांदे पूर्व भागात राज्यातील सर्वात मोठी राज्य सरकारी कर्मचाऱ्यांसाठी वसाहत उभारण्यात आली. या वसाहतीमध्ये चतुर्थ श्रेणीपासून ते प्रथम श्रेणीपर्यंतच्या कर्मचारी अधिकाऱ्यांसाठी निवासस्थाने होती. आज ही वसाहत कालावधी संपल्याने पूर्णपणे जमिनदोस्त केली जात असून मुंबईतील सर्वात मोठ्या या भूखंडावर विविध प्रकल्प राबवण्याचे नियोजन आहे. ही जागा खाडीलगत असल्याने त्यावर भराव टाकून सरकारी वसाहत उभारण्यात आली होती. त्याआधी काळाचौकी किंवा तत्सम टिकाणच्या हॉसिंग बोर्डाच्या इमारतीमध्ये सरकारी कर्मचाऱ्यांची भाडेतत्वावर तात्पुरती सोय करण्यात आली. या टिकाणची निवासस्थाने एंशीच्या दशकात काही निकषांचा आधार



घेऊन राहणाऱ्यांच्या नावावर करण्यात आली होती. परंतु त्याआधीच येथील कर्मचारी झाल्या सरकारी वसाहतीत दाखल झाल्याने तो थोडक्यात मुंबईतील हक्काच्या घरापासून वंचित राहिला तो आजतागायत वंचितच आहे. आज किंवा उद्या येथील सरकारी वसाहतीमधील राहते घर मालकी हक्कात मिळेल किंवा मुंबईतच कर्मचाऱ्यांसाठी पर्यायी घरांची व्यवस्था सरकारकडून सहानुभूतीच्या तत्वानुसार केली जाईल, या आशेवर मुंबईतील सरकारी कर्मचारी सरकारी वसाहतीमध्ये पदमोड करून भाडे भरून जगत होता. मुंबई सोडायची म्हणजे दूर वसई, विरार किंवा कल्याण बदलापुरला राहायला जाण्याशिवाय त्याला पर्याय त्याला तेव्हाही नव्हता, मुंबईतील जमिनीचे दर गगन भेदून गेल्याने या टिकाण वसाहतीत राहणे झाला आहे. त्यामुळे सेवानिवृत्तीनंतरही कर्मचारी जादा भाडे भरून मुंबईत घर मिळेल या आशेवर सरकारी वसाहतीत राहत होता. मात्र या आशावादाचा लाभ मात्र सरकारला जादा भाडे मिळून होत राहिला. सरकारी वसाहतीच्या सभोवतालचा परिसर विकसित होत जाऊन त्या सर्वच भागातून लोकांसेवा आयोगामार्फत कर्मचाऱ्यांची निवड करण्यात आली. त्यावेळी नव्याने रुजू झालेल्या सरकारी कर्मचाऱ्यांच्या निवाससाठी वांदे पूर्व भागात राज्यातील सर्वात मोठी राज्य सरकारी कर्मचाऱ्यांसाठी वसाहत उभारण्यात आली. या वसाहतीमध्ये चतुर्थ श्रेणीपासून ते प्रथम श्रेणीपर्यंतच्या कर्मचारी अधिकाऱ्यांसाठी निवासस्थाने होती. आज ही वसाहत कालावधी संपल्याने पूर्णपणे जमिनदोस्त केली जात असून मुंबईतील सर्वात मोठ्या या भूखंडावर विविध प्रकल्प राबवण्याचे नियोजन आहे. ही जागा खाडीलगत असल्याने त्यावर भराव टाकून सरकारी वसाहत उभारण्यात आली होती. त्याआधी काळाचौकी किंवा तत्सम टिकाणच्या हॉसिंग बोर्डाच्या इमारतीमध्ये सरकारी कर्मचाऱ्यांची भाडेतत्वावर तात्पुरती सोय करण्यात आली. या टिकाणची निवासस्थाने एंशीच्या दशकात काही निकषांचा आधार

माफुआं हे तत्त्वज्ञान आहे.

कोणतेही तत्त्वज्ञान व्यवस्थेला लावून वास्तव समजून घेता येते. माफुआं जातवर्गीय उत्पादन संबंध व जातभांडवली पितृसत्ताक संस्कृती उलगडून दाखवते. जात्यंतक भांडवलदारी लोकशाही क्रांतीचा पर्याय देते.

'सत्ताधारी वर्ग सत्तेच्या समर्थनात जनतेची विचारसरणी व संस्कृती घडवतो.' या सूत्रावर आधारित लेख श्रृंखलेत गेली वर्षभर आपण चर्चा करत आहोत. यात प्राचीन, मध्ययुगीन, अवाचीन व वासाहितिक काळातील शिक्षण सिद्धांत व आंतरद्वंद समजून घेण्याचा प्रयत्न आपण केला. अंतोनियो ग्रांप्पी आणि पाओलो फ्रेरे यांनी मांडलेली वर्गीय समाजातील शिक्षण पद्धती व त्यातील आंतरद्वंद समजून घेतला. फुले-आंबेडकरांची पितृसत्ताकजाती समाजातील शिक्षण व्यवस्थेची चिकित्सा आणि शेतण्याच्या सार्वत्रिकरणाची भूमिका समजून घेतली. मध्यमवर्गीय गांधींच्या भूमिकेची चर्चाही आपण केली. शरद पाटलांनी मांडलेल्या बहुस्तरसत्ताक समाजचर्चेची चर्चा आपण करणार आहोत. भारतातील समाज रचना केवळ जातीय, वर्गीय किंवा पुरुषसत्ताक नाही, तर जातवर्गीय पुरुषसत्ताक आहे. बहुस्तरसत्ताक समाजचर्चा आहे. या समाजचर्चेतील शिक्षणाची वैशिष्ट्ये व स्वरूप समजून घ्यावे लागतील. जातवर्गपुरुषसत्ताक समाज व्यवस्था भारतात असल्याचे सिद्धांकन शरद पाटलांनी केले. मार्क्सवाद फुले-आंबेडकरवाद या तत्त्वज्ञानाची उभाणी केली. वर्गजातीस्त्रीदार्या अंताचा दृष्टिकोन मांडला. बहुप्रवाही ऐतिहासिक भौतिकवादातून समाजविकासाचा क्रम त्यांनी मांडला. स्त्रीसत्ताक समाज, मातुसत्ता, पितृसत्ताक वर्ण व्यवस्था (द्वैवर्ण, त्रैवर्ण, चतुर्वर्ण), पितृसत्ताक जाती व्यवस्था व जातवर्ग पितृसत्ताक

बहुस्तरसत्ताक समाजातील शिक्षण प्रश्न

व्यवस्था असा समाज विकासाचा क्रम असल्याचे त्यांनी मांडले. बहुसंस्थात्मक शासन आणि शोषणाची व्यवस्था कार्यरत असून या संस्था एकात्मपणे शोषण आणि शासनाची व्यवस्था टिकवून देतात. उच्च जातीय, भांडवलदार व जमीनदार यांचे हितसंबंध एकच आहेत. यांचे शिक्षण करताना ते म्हणतात, 'भारतीय भांडवलदार वर्ग मुख्यतः हिंदू बनि्या जातींमधून विकसित झाला, तर त्याचा राष्ट्रवादी बुद्धिजीवी ब्राह्मण जात प्राचीन, मध्ययुगीन, अवाचीन व वासाहितिक काळातील शिक्षण सिद्धांत व आंतरद्वंद समजून घेण्याचा प्रयत्न आपण केला. अंतोनियो ग्रांप्पी आणि पाओलो फ्रेरे यांनी मांडलेली वर्गीय समाजातील शिक्षण पद्धती व त्यातील आंतरद्वंद समजून घेतला. फुले-आंबेडकरांची पितृसत्ताकजाती समाजातील शिक्षण व्यवस्थेची चिकित्सा आणि शेतण्याच्या सार्वत्रिकरणाची भूमिका समजून घेतली. मध्यमवर्गीय गांधींच्या भूमिकेची चर्चाही आपण केली. शरद पाटलांनी मांडलेल्या बहुस्तरसत्ताक समाजचर्चेची चर्चा आपण करणार आहोत. भारतातील समाज रचना केवळ जातीय, वर्गीय किंवा पुरुषसत्ताक नाही, तर जातवर्गीय पुरुषसत्ताक आहे. बहुस्तरसत्ताक समाजचर्चा आहे. या समाजचर्चेतील शिक्षणाची वैशिष्ट्ये व स्वरूप समजून घ्यावे लागतील. जातवर्गपुरुषसत्ताक समाज व्यवस्था भारतात असल्याचे सिद्धांकन शरद पाटलांनी केले. मार्क्सवाद फुले-आंबेडकरवाद या तत्त्वज्ञानाची उभाणी केली. वर्गजातीस्त्रीदार्या अंताचा दृष्टिकोन मांडला. बहुप्रवाही ऐतिहासिक भौतिकवादातून समाजविकासाचा क्रम त्यांनी मांडला. स्त्रीसत्ताक समाज, मातुसत्ता, पितृसत्ताक वर्ण व्यवस्था (द्वैवर्ण, त्रैवर्ण, चतुर्वर्ण), पितृसत्ताक जाती व्यवस्था व जातवर्ग पितृसत्ताक

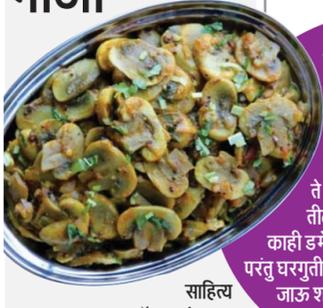


टवून काही सुधारणा घडवल्या. २) ७० टक्क्यांच्या आसपास जाती उत्पादन संबंध कायम टवून जातीव्यवस्था टिकवली गेली. इथला भांडवलदार वर्ग जाती चौकटीतून आला असल्यामुळे जाती वर्चस्वातून भांडवली हितसंबंध टिकवणे त्यांना अपरिहार्य झाले. जाती अमालकी संबंध जाती व्यवस्थेशी वर्ग टिकून राहणार, हे जातवर्गीय जैविक व एकात्म संबंध आज अस्तित्वात आले आहेत.

उंबरठा ओलांडला, परंतु पुरुषसत्ताक नेणीव कायम राहिली. वडाच्या झाडाभोवतीच्या फेऱ्या, गळ्यातील मॉन्गसूत्र, कपाळावरील कुंकू, (आता टिकली) हाताच्या बागळ्या, पायातील जोडवे व चूल-मूलची जाणीव कायम राहिली आहे. धार्मिक सण आणि कर्मकांडातून जाती संस्कृतीची जाणीव-नेणीव घट्ट केली जाते. संस्कृतीचा हा पोत केवळ स्त्रियांपुरता मर्यादित आहे असे समजणे चूक होईल. संस्कृती समाजाचा जगण्याचा भाग बनते. ती सगळ्यांची बनते. चांगले-वाईट, योग्य-अयोग्य, नीती-अनीती संस्कृतीच्या माध्यमातून व्यक्ती उदरगत असतो. ब्राह्मणी संस्कृतीने व्यक्ती व समाजाला जाती व्यवस्था समर्थक दृष्टी दिली व भांडवली नीतिमूल्यांशी हातमिळवणी घडवली. जातभांडवली उत्पादन संबंधातून होणारे शोषण दडवण्यासाठी संस्कृतीचा वापर सत्ताधारी करत आलेले आहेत. समाजातील आर्थिक स्त्रीकरणाला कारणमीमांसा न करता, नशिबाचे भोग म्हणून आर्थिक स्त्रीकरणाचा विचार केला जातो. गरिबीरेषेखालील, गरीब, निम्न वर्गीय, मध्यम वर्गीय, उच्चमध्यम वर्गीय आणि उच्च वर्गीय अशी बहुस्तर आर्थिक, सामाजिक रचना अस्तित्वात आली आहे. जातवर्गीय उत्पादन संबंध व वितरण रचनेतून व्यवहारात शोषणाची जाणीव जनतेला होते, परंतु त्याची कारणमीमांसा होत नाही. वर्गीय समाजात शोषित वर्गाला शोषक वर्गाचा जातीयता येत नाही. तो उच्च जातीचे प्रतिरूप बनण्याचे स्वप्न पाहतो. ते कधीच साकार होत नाही. तो आपल्या दुःखाचे उत्तर मोक्ष प्राप्तीत शोधतो. अशी धारणा जाती संस्कृतीने घडवली. भांडवली उत्पादन पद्धती आणि पाश्चात्य संस्कृतीच्या अंधानुकरणातून स्त्रियांनी

ब्राह्मणी शिक्षणाचे प्रतिबिंब व बहुपदरी शिक्षण व्यवस्था समजून घेण्यासाठी, जातवर्गपितृसत्ता समाज रचनेतील भौतिक आणि सांस्कृतिक अंगे विस्ताराने समजून घेणे गरजेचे होते. जाती व्यवस्थेची शिक्षणबंदीची भूमिका आणि भांडवली व्यवस्थेची जुजबी शिक्षण देण्याची भूमिका या दोन्हीची संमिश्र भूमिका शिक्षणात कार्यरत आली. जातवर्गपितृसत्ताक जातीयता व जातीय विरोधतः ग्रामीण भागाची शिक्षणबंदीची भूमिका घेतली गेली आहे. भारत सरकारचा अहवाल नुकताच प्रसिद्ध झाला आहे. हा अहवाल शिक्षण बंदीचा पुरावा आहे. भारतात ८ लाख ४९ हजार ९९१ मुले शाळाबाह्य (शाळा बंद झाल्यामुळे शिक्षणातून बाहेर फेकले गेले) आहेत. त्यातील ३ लाख ७८ हजार ८७७ मुली आहेत. महाराष्ट्रातील १५ हजार ३५७ किशोरवीण मुली शिक्षण प्रवाहातून बाहेर फेकल्या गेल्या आहेत. महाराष्ट्रातील एकूण ३० हजार ७५४ विद्यार्थी शाळाबाह्य असल्याचे हा अहवाल सांगतो. राष्ट्रीय शिक्षण धोरणात घेतलेल्या शिक्षण बंदीच्या भूमिकेचे हे प्रतिबिंब आहे. हा अहवाल म्हणतो, शाळाबंदीचा सर्वाधिक परिणाम किशोरवयीन मुलींवर झाला आहे. शाळाबाह्यतेचा प्रश्न साडेआठ लाख विद्यार्थ्यांपुरता मर्यादित नाही, तर गावची शाळा बंद झाल्यामुळे गावात शाळाबंदीचे पुनरुत्पादन घडणार आहे. पिढ्यान्पिढ्या शिक्षणबंदी घडवण्याची ही रचना आहे. किशोरवयीन मुली शाळाबंदीमुळे लानाच्या बेडीत व मुले कौटुंबिक सामंती, अर्थसामंती उत्पादनात ढकलले जातील. सामंती, अर्थसामंती उत्पादन आणि बालविवाह ही जाती व्यवस्थेची लक्षणे आहेत. शाळाबंदीतून जाती व्यवस्थेचे पुनरुत्पादन आणि बळकटीकरण बळी जाईल. शाळाबंदीची सांस्कृतिक बाजू व भांडवली हितसंबंधाची चर्चा यापुढे आपण करणार आहोत.

मशरूमसची भाजी



साहित्य

मशरूम - २०० ग्रॅम, कांदा - १ मध्यम आकाराचा, तिखट - १ चमचा, हळद - १/२ चमचा, मीठ - चवीनुसार, जिरे - १ छोटा चमचा, तेल - फोडणीसाठी, आले-लसूण पेस्ट - १ छोटा चमचा, थोडी कोथिंबीर.

पाककृती : कांदा, कोथिंबीर बारीक चिरून घ्या. मशरूम उभे पातळ कापून घ्या. फोडणीसाठी तेल गरम करून जिरे, आले-लसूण पेस्ट, कांदा घालून परतून घ्या. कांदा थोडा शिजल्यावर मशरूम घालून परतून घ्या. नंतर हळद आणि तिखट घाला. झाकण ठेवून २ मि. शिजू द्या. या वेळी मशरूमना पाणी सुटेल, मग मीठ व कोथिंबीर घालून, गॅस मध्यम आचेवर ठेवून हे पाणी आटेपर्यंत शिजू द्या.

चेहऱ्यावरील तीळ हटवण्याचे आठ घरगुती उपाय

चेहऱ्यावरचा एखादा तीळ ब्यूटीमार्क असू शकतो. परंतु, चेहऱ्यावर अधिक तीळ असल्यास किंवा त्याची जागा चुकीची असल्यास ते खटकतात. शरीरावरील तीळ काढून टाकण्यासाठी काही हर्बोटोलॉजिकल ट्रीटमेंट आहेत, परंतु घरगुती उपायांनीदेखील तीळ हटवले जाऊ शकतात. हे तुम्हाला टाऊक आहे का?



■ **कोथिंबीरच्या काही पानांची पेस्ट करा.** ही पेस्ट काही दिवस तुम्हाला नको असलेल्या तिळावर नियमित लावा.

■ **एंड्रले तेलाला** मॉलिशमुळेदेखील तिळापासून सुटका मिळू शकते. हळूहळू तीळ कमी होण्यास सुरुवात होईल.

■ **मध आणि सूर्यफूलाच्या बीयांच्या तेलालाचे मिश्रण करा.** या मिश्रणाचा तीळावर पाच मिनिट मसाज करा. यामुळे त्वचा तजेलावर होईल सोबतच तिळ कमी होण्यास मदत होईल.

■ **कपपर अननसाचा रस आणि पाव कप सैंधव मीठ एकत्र करा.** या मिश्रणाचे स्क्रब केल्यास चेहऱ्यावरील तीळ कमी होण्यास मदत होईल.

■ **लसणाची पेस्ट रात्री झोपण्यापूर्वी तिळावर लावा.** त्यावर बॅण्डेज लावा. सकाळी उठल्यावर त्वचा कोमट पाण्याने स्वच्छ धुवा. हा प्रयोग नियमित केल्यास तिळाचा त्रास कमी होण्यास मदत होईल.

■ **काही आल्याचे तुकडे ठेवून तिळाच्या जागी लावा.** त्यावर कपडा बांधून झोपा.

■ **किट्टीमिन सीची एक गोळी बारीक कुटा.** रात्री ही पेस्ट तिळावर लावून, त्यावर बॅण्डेज लावून झोपा.

■ **क्विनेगरचा वापर करूनदेखील तीळ हटवला जाऊ शकतो.** सुरुवातीला चेहरा गरम पाण्याने धुवा. कापसाच्या बोळ्याने क्विनेगर तिळावर लावा. १० मिनिटांनंतर चेहरा गरम पाण्याने स्वच्छ धुवावा.



मधुमेह आणि फळे

मधुमेह हा आजार असलेल्या व्यक्तींनी आहाराबाबत सजग राहणे आवश्यक असते. फळांचे सेवन करताना काळजी घेतली पाहिजे, अन्यथा या फळांच्या सेवनाने रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढू शकते. बऱ्याच जणांचा असा गैरसमज असतो की फळांमध्ये नैसर्गिक साखर असल्याने रक्तातील साखर वाढत नाही. फळे सेवन केलेली चालतात, असे मानून मधुमेहाचे रुग्ण फळांचे सेवन करतात. पण फळांमध्ये असलेली नैसर्गिक साखर हानीकारक ठरू शकते.

चेरी : चेरीमध्ये खूप जास्त साखर असते, त्यामुळेच आईस्क्रीम आदी गोष्टी तयार करण्यासाठी चेरीचा वापर केला जातो. एका चेरीमध्ये सुमारे ८ ग्रॅम साखर असते, त्यामुळे चेरीचे सेवन करताना काळजी घेतली पाहिजे आणि विशिष्ट प्रमाणातच चेरीचे सेवन केले पाहिजे. चेरीच्या सेवनाने रक्तातील शर्करेची पातळी वाढू शकते.

आंबा : आंबा हा वर्षातून एकदाच मिळणाऱ्या फळांपैकी एक आहे आणि बहुतेकांना आंबा खूप आवडतो. परंतु त्यातही नैसर्गिक साखरेचे प्रमाण अधिक असते. त्यामुळे मधुमेहाच्या रुग्णांनी आंब्याचे सेवन करणे शक्यतो टाळले पाहिजे. सर्वसाधारणपणे एका आंब्यामध्ये ४५ ग्रॅम इतकी नैसर्गिक साखर असते.

द्राक्षे : रक्तातील साखरेची पातळी योग्य राखायची असेल, तर द्राक्षांचे सेवन करणे टाळावे. कारण द्राक्षेही गोड असतात. एक

कप द्राक्षांतून शरीरात २३ ग्रॅम साखर जाऊ शकते.

लिची : हे फळही जास्त साखरेचे प्रमाण असलेल्या फळांपैकी एक आहे. त्यामुळे रक्तातील साखर वाढू शकते. एक कप लिची फळांमध्ये २९ ग्रॅम एवढी नैसर्गिक साखर असते.

डाळिंब : डाळिंब रक्तातील ऑक्सिजनचे प्रमाण वाढवते, परंतु त्यातही साखरेचे प्रमाण अधिक असल्याने त्याचे सेवन केल्यास मधुमेही रुग्णांमध्ये रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढू शकते. एका साधारण आकाराच्या डाळिंबामध्ये ३९ ग्रॅमपर्यंत साखर असते. मधुमेही रुग्णांनी डाळिंबाचे सेवन टाळले पाहिजे.

मधुमेही रुग्णांनी वरील फळे टाळावी तसेच कोणतेही इतर फळ सेवन करताना विशिष्ट प्रमाणातच सेवन करावे, जेणेकरून रक्तशर्करेचे प्रमाण योग्य राहील. मधुमेही रुग्णांना रक्तातील साखर कमी होऊ द्यायची नसते, तशीच ती वाढूनही उपयोग नाही, त्यामुळे ठरावीक वेळेला आहार सेवन करतानाही तो योग्य प्रमाणात सेवन केला पाहिजे.

हॉट्सअप स्टेट्समध्ये शेअर करा एचडी फोटो आणि व्हिडीओ! आल नवीन फीचर

हॉट्सअपने एचडी फोटो आणि व्हिडीओ शेअरिंगचा अपडेट दिला आहे. आता हॉट्सअप फोटो आणि व्हिडीओ स्टेट्समध्ये देखील क्वालिटी न बिघडवता शेअर करता येईल. हे फीचर अॅंड्रॉइड बीटा वर्जन २.२३.२६.३ मध्ये उपलब्ध आहे.

हॉट्सअपने अलीकडेच हाय डेफिनिशन म्हणजे एचडी क्वालिटीमध्ये फोटो आणि व्हिडीओ शेअरिंगचा अपडेट दिला होता. त्यानंतर आता हॉट्सअप एक नवीन अपडेटमधून एचडी फोटो व्हिडीओ स्टेट्स अपडेट करण्याचा आंशान देत आहे. म्हणजे तुम्ही एचडी फॉर्मेटमध्ये फोटो आणि व्हिडीओ आपल्या हॉट्सअप स्टेट्सवर शेअर करू

शकाल. सध्या स्टेट्समध्ये फोटो आणि व्हिडीओ शेअर केल्यावर त्यांची क्वालिटी खराब होणार नाही.

बीटा टेस्टर्ससाठी लाइव्ह झालेला फीचर

नवीन एचडी फोटो आणि व्हिडीओ शेअरिंग फीचर अॅंड्रॉइड बीटा वर्जन २.२३.२६.३ साठी सादर करण्यात आले आहे. यात जेव्हा तुम्ही हॉट्सअप स्टेट्स शेअर कराल, तेव्हा तुम्हाला एचडी आयकॉन मिळेल, ज्याच्या मदतीने एचडी फोटो आणि व्हिडीओ स्टेट्स शेअर करता येतील. हॉट्सअपच्या एचडी स्टेट्सची सुविधा बीटा वर्जनमध्ये उपलब्ध आहे. सध्या याचा वापर बीटा टेस्टर करू शकतात. परंतु लवकरच हे फीचर सामान्य युजर्ससाठी उपलब्ध होईल, अशी अपेक्षा आहे.

कसं वापरायचं एचडी फोटो-व्हिडीओ शेअरिंग फीचर

■ सर्वप्रथम तुम्हाला हॉट्सअपचं बीटा वर्जन डाऊनलोड करावं लागेल. गुगल प्ले स्टोरवरून हॉट्सअपचं बीटा वर्जन डाऊनलोड करता येतं.

■ यासाठी प्ले स्टोरवर हॉट्सअप पेज स्कॅन करा. त्यानंतर बीटा टेस्टर सेक्शनमध्ये जा.

■ पुढे जॉईन ऑप्शनवर क्लिक करा.

नोट - जर तुम्ही बीटा टेस्टर नसाल तर सध्या तुम्हाला एचडी फोटो आणि व्हिडीओ स्टेट्स शेअरिंग ऑप्शनसाठी थोडी वाट पाहावी लागेल. जेव्हा हे फीचर लाइव्ह होईल, तेव्हा तुमच्या हॉट्सअपमध्ये उपलब्ध होईल.

यासाठी सिग्नल हॉट्सअप अपडेट करावं लागेल, म्हणजे तेव्हा बीटा टेस्टर बनवावी गरज नसेल.

खाज येत असले तर त्यावर उपाय म्हणून अर्धा कप दलिया पाण्याच्या टबात टाकून त्याने स्नान करावे.

■ **खाखरीज** एका वाटीत २ चमचे बेकिंग सोडा घ्यावा आणि त्यात पुरेसे पाणी मिसळावे. ही पेस्ट करून खाज येणाऱ्या जागी लावावी तसेच तिथे पित्त उठले आहे त्यावरही लावावे.



अनशापोटी करा गुळाचे सेवन

अनशापोटी गुळ खाल्ल्यास ४ फायदे होतात. आपल्यापैकी बहुतेक लोक रात्री जेवल्यानंतर गुळ खातात. त्यामुळे जेवण पचण्यास मदत होते. अनशापोटी गुळ खाल्ल्यावर कोमट पाणी प्यायल्यास त्याचे आरोग्यासाठी अनेक फायदे असतात.

रक्तदाब नियंत्रणात राहातो : रक्तदाब नियंत्रणासाठी गुळ प्रभावी ठरतो. गुळामध्ये भरपूर प्रमाणात कॅल्शियम आणि फॉस्फरस आढळते. हे हाडांच्या मजबुतीसाठी आवश्यक आहेत. गुळबरोबर आले सेवन केल्यास सांधेदुखीपासून मुक्ती मिळते.

रक्त साफ होते : सकाळी अनशापोटी गुळ खाऊन कोमट पाणी प्यायल्यास रक्त स्वच्छ होते. त्यामुळे नवीन रक्त तयार होते. हृदयरोग होण्याचा धोका दूर ठेवण्यासाठी गुळच्या सेवनाचा फायदा होतो.

शरीराला मिळते ताकद : गुळच्या नियमित सेवनाने शरीर ताकदवान होते. दिवसभराचा थकवा दूर होण्यासाठी मदत होते. शरीरात ऊर्जा पातळी कायम राहाते आणि ती कमी होत नाही.

पचनसंस्था मजबूत होते : ज्या लोकांना आहार सहजपणे पचवण्यात अडचणी येतात त्यांनी गुळ आणि गरम पाणी सेवन करावे. या व्यक्तींसाठी ते औषधासारखे कामकरते. त्याचबरोबर बद्धकोष्ठता, पोटात वायू होणे, अॅसिडिटीसारख्या समस्यांपासून सुटका होण्यास मदत होते.

घरात लग्नकार्य असलं की कामाची नुसती लगवग सुरु असते. धावपळ, धांदल असा सगळा माहोल असतो. मात्र अशा वातावरणातही एक आनंद, उत्साह असतो. लग्न म्हणजे दोन जिवांचं नव्हे तर दोन कुटुंबांचं मीलन असतं. त्यामुळे हा दिवस घरातल्या प्रत्येकासाठी खास असतो. त्याच वधू-वरांचा थाट तर काही औरच असतो. प्रत्येकाचं लक्ष या दोघांकडेच वेधलेलं असतं. लग्नात आलेल्या पाहण्यांच्या नजरा, कॅमेरा हे जणू वधू-वरांकडेच केंद्रित झालेले असतात. त्यामुळे लग्नात सुंदर दिसण्यावर या दोघांचाही भर असतो. त्याच वधू असेल तर विचारायलाच नको. अगदी साड्यापासून मेकअपपर्यंत प्रत्येक गीष्ट खास असण्यावर तिचा भर असतो. मेकअपमुळे सौंदर्यात भर पडतेच. मात्र बऱ्याच वेळा उत्तम प्रतीत्या मेकअपचं सामान वापरूनही तो मेकअप नीट सेट होत नाही किंवा ऐनवेळी तो खराब दिसून लागतो. हे असं का होतं यामागे बरीच कारणे आहेत. यामध्ये आपल्या बदललेल्या जीवनशैलीचादेखील समावेश आहे.

'या' चुका टाळल्या तर लग्नात वधूचा मेकअप होणार नाही खराब!

हेअर कलर : बदलत्या काळानुसार रोज नवनवी ट्रेंड बाजारात येत असतात. सध्या तरुणांमध्ये हेअर कलर करण्याची क्रेझ दिसून येत आहे. त्यामुळे बऱ्याच तरुणी वेगवेगळ्या रंगांनी केस कलर करत असतात. पण काही वेळेस उत्सुक होऊन केलेला हेअर कलर त्यांचा चेहऱ्याला शोभून दिसत नाही. त्यामुळे लग्नासाठीचा लुक खराब होऊ शकतो. हेअर कलर व्यवस्थित सेटल होण्यासाठी १० ते १५ दिवस लागतात. त्यामुळे लग्नाच्या ४ ते ५ दिवस आधी हेअर कलर केल्यास जो

लुक आपल्याला अपेक्षित आहे तो मिळणार नाही. म्हणूनच लग्नापूर्वी जर केस कलर करायचे असतील तर निदान महिनाभर आधी कलर करावेत.

हेअरकट : हेअर कलरप्रमाणे हेअरकट देखील लग्नाच्या ४-५ दिवस आधी करू नये. कधी कधी हेअरकट आपल्याला हवा तसा होतं नाही किंवा तो ब्रायडल लुकला साजेसा नसतो. त्यामुळे लग्नात हेअरकट लावता नसताना अडचणी येऊ शकतात. त्यामुळे महिनाभर आधी हेअरकट केल्यास ते चांगले ठरते.

लग्नापूर्वी सुंदर दिसण्यासाठी केलेले उपाय : लग्नात सुंदर दिसावं ही प्रत्येक तरुणीची इच्छा असते. त्यामुळे बऱ्याच वेळा मुली फेशियल, ब्लीच, क्लीनअप असे नानाविध प्रकार करतात. पण लग्नाच्या ४-५ दिवसआधी ब्यूटी ट्रीटमेंट करणं नुकसानदायक ठरत. कारण काही मुलींची स्कीन सेन्सिटिव्ह असते, काहींची ड्राय तर काहींची ऑईल असते. त्यामुळे अशा त्वचेसाठी वेगवेगळ्या ब्यूटी

ट्रीटमेंट असतात. मात्र काही वेळा योग्य प्रोडक्ट किंवा क्रीम न वापरल्यामुळे त्याचा परिणाम चेहऱ्यावर होऊ शकतो. चेहऱ्यावर लाल पूरळ किंवा पुटकुळ्या येऊ शकतात.

अतिरिक्त व्यायाम : लग्नात बारीक दिसावं याकडे मुलींचा जास्त कल असतो. त्यामुळे मुली बऱ्याचदा लग्नापूर्वी डापट, व्यायाम करतात. तसंच लग्नाच्या १०-१२ दिवस आधी हाई वर्कआउट करतात. परंतु यामुळे त्या थकतात आणि सोबतच चेहराही अगदी फिका पडतो.

फास्ट फूड खाणे : लग्नात मेकअपमुळे तर आपलं सौंदर्य वाढतंच मात्र त्याचप्रमाणे चेहऱ्यावर तजेला असणंही गरजेचं आहे. या काळात फास्ट फूड खाणं कमी करावं आणि पौष्टिक पदार्थ खाण्यावर भर द्यावा. फास्ट फूड खाल्यामुळे बऱ्याचदा चेहऱ्यावर पिंपल्स येण्याची शक्यता असते. त्यामुळे शक्यतो फास्ट फूड टाळावे.

घसादुखीवर 'हे' झटपट घरगुती उपाय नक्की येतील कामी

ऋतू बदलले की शरीराच्या अनेक समस्या उद्भवतात. तसेच थंडीत अंगदुखी, पाठदुखीसोबत घसा खवखवणे, घसा दुखणे असे आजार देखील उद्भवतात. अशा वेळी आपल्याला कधी कधी गिळताना, बोलताना घशाला त्रास होतो. यालाच Throat infection असेही म्हणतात. साधारणतः सर्दी, खोकला याप्रमाणे हा घशाला होणारा त्रास हे देखील व्हायरल इन्फेक्शन आहे. हे इन्फेक्शन काही दिवसांत आपोआप कमी होते. यामुळे याचाच काही इलाज करू नये असेही नाही. त्या समस्येकडे लक्ष न दिल्यास घशाला सूज येणे, टॉन्सिल्स लाल होणे, त्यावर पांढरे चट्टे येणे यांसारखे गंभीर आजार होऊ शकतात. अशा वेळी मग यावर त्वरित काय उपाय करता येईल अशा प्रश्न अनेकदा पडतो. म्हणूनच यावर झटपट घरगुती उपाय कोणते करता येईल ते पाहूया..

१. घशाला सूज उतरवण्यासाठी गरम पाणी पिण्याचे व हळद मिळाल्या पाण्याच्या गुळण्या करता येतील.

२. घसा दुखत असल्यास तोंडात आल्याचा तुकडा ठेवल्यास थोडा आराम मिळतो.

३. आलं, टोमॅटो आणि मधवा रस एकत्र करून घेतल्याने घसादुखीपासून आराम मिळतो.

४. मध आणि कांदा टाकून उकळलेलं पाणी गाळून ते थोड्या-थोड्या वेळाने प्यावे.

५. पाण्यात बडीशेप टाकून ते पाणी उकळून घ्यावं आणि त्यानंतर त्यात मध टाकून हे पाणी थोड्या थोड्या वेळाने प्यावे. याने घशाला आराम मिळेल.

याप्रमाणेच लिंबाचा रस आणि मध टाकलेले गरम पाणी घ्यायल्यानेही घशाला आराम मिळतो. लवंग वधळ्यांनीही घसादुखी कमी होते. थंडीत तुम्हाला जर तुम्हाला घसादुखीचा त्रास उद्भवत असले तर हे उपाय नक्कीच मदत करतील.

नाशत्यामध्ये ब्रेड, कॉर्नफ्लेक्स खाणे शरीरासाठी हानीकारक

सकाळच्या नाशत्यामध्ये अधिक जणांना ब्रेड, कॉर्नफ्लेक्स आणि अनेक तळलेले पदार्थ खाण्याची सवय असते. मात्र हे पदार्थ फुफ्फुसांच्या कॅन्सरला कारणीभूत ठरत असल्याचे नव्या संशोधनात समोर आले. व्हाईट ब्रेड, कॉर्नफ्लेक्स असे ग्लायसेमिक इंडेक्सयुक्त पदार्थ खाल्ल्याने फुफ्फुसांच्या कॅन्सर वाढण्याची शक्यता असते. संशोधनादरम्यान ज्यांना हा आजार झाला होता अशा एक हजार ९०५ जणांना समाविष्ट केले होते. त्याचबरोबर दोन हजार ४१३ स्वस्थ

व्यक्तींचेही निरीक्षण करण्यात आले. यादरम्यान त्यांच्या आहाराच्या सवयी जाणून घेतल्या. शोधकर्त्यांचे म्हणणे आहे की तंबाखू तसेच धूम्रपान न करणाऱ्या लोकांमध्येही फुफ्फुसांच्या कॅन्सरची लक्षणे आढळली. ज्यावरून त्यांच्या आहाराच्या सवयी या कॅन्सरसाठी कारणीभूत असल्याची शक्यता आहे.

शरीरात युरिक अॅसिडचे प्रमाण वाढले असेल तर या नॅचरल ड्रिंक्सने बाँडीला करा डिटॉक्स

नारळपाणी

युरिक अॅसिडच्या स्तराला नियंत्रित करण्याचा सर्वात उत्तम उपाय पाणी आहे. पाण्याशिवाय नारळपाणी देखील युरिक अॅसिडला नियंत्रित करतो. हे युरिक अॅसिडला पातळ करून किडनीला उत्तेजित करतात ज्यामुळे शरीरातून युरिक अॅसिड मूत्राच्या माध्यमाने बाहेर निघून जाते.

मोसंबी आणि पुदिना

या ड्रिंक्समध्ये पर्याप्त मात्रेत किट्टीमिन असतात, जे युरिक अॅसिडच्या स्तराला कमी करण्यास मदत करतात. याचे सेवन करण्यासाठी मोसंबीचे साल काढून त्याच्या बारीक बारीक फोडी

करून त्यात लिंबाचा रस आणि पुदिनाचे पान घालावे व या मिश्रणाला मिक्सरमधून फिरवून त्याचा ज्यूस काढावा व त्याचे सेवन करावे.

ब्लॅक चेरी आणि चेरी

ब्लॅक चेरी आणि चेरीचा ज्यूस युरिक अॅसिडमुळे होणारे संधिवात किंवा किडनी स्टोनच्या समस्यांसाठी योग्य आहे. ब्लॅक चेरी युरिक अॅसिडच्या सीरम स्तराला कमी करून संधिवात आणि किडनीहून क्रिस्टल दूर करण्यास मदत करते. यात अँटीऑक्सिडेंट आणि अँटी इन्फ्लेमेटरी गुणदेखील असतात, जे युरिक अॅसिडला कमी करण्यास मदत करतात.

खिऱ्याचे सूप

खिऱ्याचे सूप शरीराला हायड्रेट ठेवण्यासोबत युरिक अॅसिडच्या स्तराला कमी करतो. याचे सेवन करण्यासाठी एका भांड्यात

शरीरात युरिक अॅसिडचे प्रमाण वाढले असेल तर या नॅचरल ड्रिंक्सने बाँडीला करा डिटॉक्स

खिऱ्याचा ज्यूस, पाव कप योगर्ट, पुदिनाचे पान आणि लिंबाचा रस घालून मिक्सरमधून फिरवून घ्या आणि थोड्या वेळाने गार झाल्यावर त्याचे सेवन करा.

सेबचा सिरका

सेबचा सिरका शरीरातून युरिक अॅसिडला दूर करण्यास मदत करतो. अँटीऑक्सिडेंट आणि एंटीइन्फ्लेमेटरी गुणामुळे हे शरीरात शारीर अॅसिड संतुलन बनवून ठेवतो. हा सिरका रक्ताच्या पीएच वॉल्यूमला वाढवून युरिक अॅसिडला कमी करण्यास मदत करतो.

अननसाचा ज्यूस

या ज्यूसमध्ये किट्टीमिन सी सोबत इतर अँटीऑक्सिडेंट असतात जे युरिक अॅसिडच्या स्तराला कमी करून शरीरातून बाहेर काढण्यात मदत करतात. याचे सेवन केल्याने शरीराला दुसरे इतर फायदेदेखील मिळतात.

