POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2023-2025

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

○संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

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

● वर्ष -०५ ● अंक-१४४ ● मुंबई, शुक्रवार, २६ डिसेंबर २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

मुंबई महापालिकेसाठी इच्छुकांची झुंबड

उमेदवारीसाठी मुंबईत मोठी स्पर्धा, दोन दिवसांतच...

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

आता महापालिका निवडणूका अवघ्या काही दिवसांवर येऊन ठेपल्या आहेत. दरम्यान अर्ज विक्रीच्या प्रक्रियेने जोर धरला आहे. आकडेवारी पाहता या निवडणूकीत इच्छुक उमेदवारांची मोठी गर्दी पाहायला मिळत आहे. मंगळवार, २३ डिसेंबर पासून उमेदवारी अर्ज विक्री आणि अर्ज सादर करण्याची प्रक्रिया सुरू झाली आहे. अर्ज विक्रीच्या पहिल्याच दिवशी मोठ्या प्रमाणावर गर्दी झाली होती. पहिल्या दिवशीच ४ हजार १६५ अर्जांची विक्री झाली. त्यानंतर दुसऱ्या दिवशी म्हणजे बुधवारी २ हजार ८४४ अर्जांची विक्री करण्यात आली. अशा प्रकारे दोन दिवसांतच अर्ज विक्रीचा आकडा ७ हजारांच्या पुढे गेला आहे.

२३ निवडणूक कार्यालयांतून अर्ज विक्री

मुंबईत उमेदवारी अर्ज विक्री आणि स्वीकृतीसाठी एकूण २३ निवडणूक निर्णय अधिकारी कार्यालये सुरू करण्यात आली आहेत. प्रत्येक वॉर्डमध्ये स्वतंत्र कक्ष उभारण्यात आले असून, जाती व प्रवर्गनिहाय अर्ज स्वीकृतीची योग्य व्यवस्था करण्यात आली आहे. त्यामुळे अर्ज घेण्यासाठी आणि माहिती मिळवण्यासाठी इच्छुक उमेदवारांच्या रांगा लागत असल्याचे चित्र अनेक ठिकाणी दिसत आहे.

पालिकेच्या अधिकाऱ्यांकडून अर्ज प्रक्रिया सुरळीत पार पडावी यासाठी विशेष नियोजन करण्यात आले आहे. उमेदवारांना २९ डिसेंबरपर्यंत उमेदवारी अर्ज दाखल करता येणार आहेत. त्यामुळे पुढील काही दिवसांत अर्ज सादर करण्यासाठी आणखी गर्दी वाढण्याची शक्यता वर्तवली जात आहे.

अर्ज सादरीकरण मात्र कमी

जरी अर्ज विक्री मोठ्या प्रमाणावर सुरू असली तरी अर्ज सादर करण्याचे प्रमाण अद्याप कमी आहे. अर्ज विक्री आणि स्वीकृती सुरू झालेल्या पहिल्या दिवशी एकाही उमेदवाराने अर्ज सादर केला नव्हता. दुसऱ्या दिवशी मात्र फक्त दोन अर्ज दाखल करण्यात आले. त्यामध्ये 'एन' विभाग (घाटकोपर) आणि 'के' विभाग (अंधेरी) येथून प्रत्येकी एका उमेदवाराने अर्ज सादर केला आहे.

नाताळनिमित्त अर्ज प्रक्रिया बंद

दरम्यान, २५ डिसेंबर रोजी नाताळ सणानिमित्त सार्वजनिक सुट्टी असल्यामुळे त्या दिवशी अर्ज विक्री आणि अर्ज स्वीकृतीची प्रक्रिया पूर्णपणे बंद राहणार आहे. त्यानंतर पुन्हा प्रक्रिया सुरू होणार असून, शेवटच्या दिवसांमध्ये अर्ज सादर करण्यासाठी मोठी गर्दी होण्याची शक्यता प्रशासनाने व्यक्त केली आहे. मुंबई महापालिका निवडणूक जसजशी जवळ येत आहे, तसतसा राजकीय वातावरणात चुरस आणि उत्साह वाढताना दिसत आहे.

मुंबई-अहमदाबाद बुलेट ट्रेन प्रकल्पाला स्थगिती

मुंबईतील बीकेसी स्टेशनचे काम तात्काळ थांबवण्याचे कोर्टाचे आदेश

■ मुंबई। प्रतिनिधी,

मोदी सरकाराचा ड्रीम प्रोजेक्ट असलेल्या भारतातील बहुप्रतिक्षित मुंबई-अहमदाबाद बुलेट ट्रेन प्रकल्पाला स्थगिती देण्यात आली आहे. वांद्रे-कुर्ला कॉम्प्लेक्समधील स्टेशनच्या बांधकामादरम्यान वायू प्रदूषण नियमांचे उल्लंघन झाल्यानंतर बीएमसीने ही कारवाई केली आहे. गंभीर दखल घेत, मुंबई महानगरपालिकेने हे काम तात्काळ थांबवण्याची नोटीस बजावली आहे. त्यानंतर, मुंबई-अहमदाबाद बुलेट ट्रेन प्रकल्पाचे काम थांबले आहे.

बीकेसीमध्ये सुरू असलेल्या बांधकामामुळे धूळ आणि प्रदूषण वाढल्याच्या तक्रारी आल्या होत्या. त्यानंतर, महानगरपालिकेच्या तपासणीत नियमांचे उल्लंघन झाल्याचे उघड झाले. पाणी शिंपडणे आणि पर्यावरणीय नियमांसारख्या आवश्यक धूळ नियंत्रण उपायांचे पालन न केल्यामुळे ही कारवाई करण्यात आली आहे. संस्थेला तात्काळ सुधारणा करण्याचे निर्देश देण्यात आले आहेत.

महानगरपालिकेने संबंधित एजन्सीला तात्काळ सुधारणा करण्याचे निर्देश दिले आहेत आणि या सुधारणा पूर्ण होईपर्यंत काम पुन्हा सुरू होणार नाही असा इशारा दिला आहे. नियमांचे पालन न केल्यास कठोर कारवाई केली जाईल असेही महानगरपालिकेने स्पष्ट केले आहे.

मुंबईतील वाढत्या प्रदूषणाच्या मुद्द्यावर मुंबई उच्च न्यायालय वैयक्तिकरित्या लक्ष ठेवून आहे. मुख्य न्यायाधीश चंद्रशेखर आणि न्यायमूर्ती गौतम अंखर म्हणाले, "आमचे प्रथमदर्शनी मत असे आहे की महानगरपालिका आयुक्त आणि एमपीसीबीचे सदस्य सचिव यांनी संबंधित एमसीजीएम आणि एमपीसीबी अधिकाऱ्यांच्या निष्क्रियतेचे वैयक्तिकरित्या स्पष्टीकरण द्यावे." खंडपीठाने असेही म्हटले आहे की ज्या ठिकाणी मार्गदर्शक तत्त्वांचे पालन केले जात नाही अशा ठिकाणी काम थांबवण्याच्या सूचना जारी केल्या पाहिजेत.

अधिकाऱ्यांनी मुंबई उच्च न्यायालयात काय सांगितले?

दक्षिण मुंबईतील फोर्ट, कफ परेड आणि कुलाबा भागात, चार बांधकाम आणि पुनर्विकास स्थळांवर बीएमसीच्या मार्गदर्शक तत्त्वांचे पालन न केल्याचे पॅनेलला आढळून आले. या समस्या किरकोळ त्रुटी नव्हत्या, तर मूलभूत धूळ नियंत्रण आणि साइट व्यवस्थापन उपायांमध्ये मूलभूत कमतरता होत्या, जरी सुधारात्मक कारवाईसाठी बराच वाव होता. अहवालात म्हटले आहे की चारपैकी तीन स्थळे बीएमसीच्या मार्गदर्शक तत्त्वांनुसार आवश्यक असलेल्या मूलभूत प्रदूषण नियंत्रण आणि सुरक्षा उपायांचे जवळजवळ पूर्णपणे पालन करत नव्हती. एका ठिकाणी - ओपल कन्स्ट्रक्शन्स - एक्यूआय मॉनिटर बसवण्यात आला होता परंतु तो बांधकाम सुरू असलेल्या २० मजली इमारतीच्या तळमजल्यावर होता. अहवालात म्हटले आहे की उर्वरित तीन ठिकाणी - कल्पतरू चेंबर्स, डीजी चेंबर्स आणि मॅजेस्टिक आमदार निवास - आवश्यक निकषांचे व्यापक आणि वारंवार उल्लंघन आढळून आले. बुलेट ट्रेन आणि मेट्रोसारख्या पायाभूत सुविधा प्रकल्पांमध्ये नियमांचे पालन न केल्याचेही पॅनेलला आढळून आले. मुंबई उच्च न्यायालयात प्रदूषण प्रकरणाची सुनावणी सुरू आहे. मुंबईत हवा गुणवत्ता निर्देशांक (अदक) मध्ये अलिकडेच झालेल्या वाढीनंतर, उच्च न्यायालयाने स्वतःहून जनहित याचिकेवर सुनावणी सुरू केली. अनुपालन वाढले. पॅनेलने असे नमूद केले की वॉटर स्प्रिंकलर, फॉगिंग आणि स्मॉग गनचा वापर मर्यादित, अनियमित किंवा कॉस्मेटिक आहे आणि तो प्रामुख्याने अशा क्षेत्रांपुरता मर्यादित असल्याचे दिसून येते जिथे अधिकारी स्पष्ट अधिकार क्षेत्राचा दावा करतात.

राज्यभरात घसरला तापमानाचा पारा

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबईसह राज्यात थंडीच्या कडाक्यात वाढ झाली आहे. उत्तर भारतातून येणाऱ्या थंड वाऱ्यांमुळे अनेक जिल्ह्यांमध्ये तापमान सामान्यपेक्षा खाली गेलं आहे. दाट धुकं आणि थंडीच्या लाटेमुळे जनजीवनावर परिणाम झाला आहे. २५ डिसेंबर रोजी महाराष्ट्रातील अनेक जिल्ह्यांमध्ये किमान तापमान १० अंश सेल्सिअसच्या खाली गेलं आहे. राज्यात गुलाबी थंडीचा मुक्काम वाढला असून हवामान खात्याने आणखी काही दिवस तापमानाचा पारा घसरलेला राहणार असल्याचा अंदाज वर्तवला आहे. अहिल्यानगरमध्ये सर्वात कमी ९.३ अंश सेल्सिअस तापमान नोंदवलं गेलं आहे. अहिल्यानगरमधील या किमान तापमानानंतर त्याखाली नाशिक, जळगाव, मालेगाव, बीड आणि पुणे या शहरांचा कमी तापमानात क्रमांक लागतो. मराठवाडा आणि विदर्भातील काही भागांमध्ये तापमान सरासरीपेक्षा खाली गेलं आहे. कोकणात तापमानाचा पारा सर्वसामान्य तापमानाहून किंचीत कमी झाला आहे. दरम्यान, काही दिवसांपूर्वी हवामान खात्याने मुंबईसह राज्यभरात तापमानाचा पारा वाढणार असल्याचा अंदाज वर्तवला होता.

मुंबई महापालिकेवर उच्च न्यायालयाचे गंभीर ताशेरे

वायुप्रदूषणाकडे जाणीवपूर्वक दुर्लक्ष

३,४९७ कामबंद नोटिसा

एका वर्षात ३४९७ कामबंद नोटिसा दिल्या असून, त्याप्रमाणे २१००हून अधिक ठिकाणी काम थांबवण्यात आले. नियमांचे पालन झाल्यानंतर १,५१८ नोटिसा मागे घेण्यात आल्या. उच्च न्यायालयाने नेमलेल्या समितीने तपासलेल्या ३६ ठिकाणांपैकी २५ शहरातील असून, आठ ठिकाणी कामबंद नोटिसा देण्यात आल्या आहेत, अशी माहिती आयुक्त गगराणी यांनी यावेळी न्यायालयात दिली.

बटन कॅमेरे, जीपीएस द्या

पालिका आयुक्त गगराणी यांनी पुढील वायुप्रदूषण रोखण्याबाबतचा १५ दिवसांचा कृती आराखडा सादर करताना, प्रत्येक वॉर्डस्तरीय पथकाकडून त्यांच्या परिसरात किमान दोन ठिकाणी आकस्मिक तपासणी केली जाईल, असे सांगितले. तेव्हा, या पथकांना बटन कॅमेरे व जीपीएस उपकरणे देऊन त्यांच्या कामावर लक्ष ठेवा, अशी सूचना खंडपीठाने केली.

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

मुंबईतील वायुप्रदूषणाकडे मुंबई महापालिकेने जाणीवपूर्व दुर्लक्ष केले आहे. या समस्येचे निराकरण करण्याच्या दृष्टीने महापालिका काहीही ठोस करताना दिसत नाही. एक हजार कोटी रुपयांहून अधिकच्या १२५ बांधकाम प्रकल्पांना मंजुरी कशी दिली? तुम्ही नियंत्रण गमावल्याचे दिसत आहे. परिस्थिती तुमच्या हाताबाहेर गेली आहे, अशा शब्दांत मुंबई उच्च न्यायालयाने बुधवारी महापालिकेवर ताशेरे ओढले.

दोन वर्षांपूर्वी मुंबई व मुंबई महानगर प्रदेशातील हवेची गुणवत्ता खालावल्याने नागरिकांच्या आरोग्याचा गंभीर प्रश्न निर्माण झाल्याचे लक्षात घेऊन स्वप्रेरणेने (सुओ मोटो) दाखल करून घेतलेल्या याचिकेच्या सुनावणीनंतर निश्चित झालेल्या उपायांची गांभीयार्ने अंमलबजावणीच होत नसल्याचे पाहून मुख्य न्यायमूर्ती श्री चंद्रशेखर व न्या. गौतम अंखड यांच्या खंडपीठाने मुंबईचे महापालिका आयुक्त भूषण गगराणी व एमपीसीबीचे सदस्य सचिव देवेंदर सिंह यांना पाचारण केले होते. तसेच ठोस उपाययोजना मांडण्याचे निर्देश दिले होते. यावेळी खंडपीठाने खरमरीत निरीक्षण नोंदवले.

या समस्येचे निराकरण करण्याची महापालिकेची इच्छाशक्तीच दिसत नाही. कारण काहीच ठोस होताना दिसत नाही आणि समस्येकडे जाणीवपूर्वक दुर्लक्ष केले जात आहे. कारण नियमभंगावर कारवाई करण्यासाठी भरपूर अधिकार असूनही महापालिकेने स्वतःच तयार केलेल्या २८ मार्गदर्शक सूचनांची काटेकोर अंमलबजावणी झालेली नाही. तसेच ती अंमलबजावणी करण्यासाठी ठोस यंत्रणाही दिसत नाही, असा ठपका न्यायालयाने ठेवला. बांधकाम व मोठ्या प्रकल्पांच्या ठिकाणी नियमित व ठराविक कालावधीनंतर तपासणी करा आणि प्रदूषण नियंत्रणाच्या नियमांचे पालन न केल्यास कारवाई होईल, अशी भीती प्रकल्प चालकांच्या मनात निर्माण होण्यासारखी कारवाई करा, असे निर्देश देऊन न्यायालयाने पुढील सुनावणी २० जानेवारी रोजी ठेवली.

गेल्या वर्षी परिस्थिती अधिक वाईट होती, असे म्हणणे महापालिकेतर्फे ज्येष्ठ वकील एस. यू. कामदार यांनी मांडले. तेव्हा, केवळ प्रदूषण कमी झाले, असे सांगणे म्हणजे महापालिका गांभीयार्ने काम करत आहे, असा अर्थ काढता येत नाही, असे निरीक्षण खंडपीठाने नोंदवले. ९४ वॉर्डस्तरीय पथके असताना मंगळवारी दुपारी २ वाजल्यापासून फक्त ३९ बांधकामस्थळांना भेटी का दिल्या गेल्या? ही पथके प्रत्यक्षात काम करत आहेत की नाहीत, यावरही अधिकाऱ्यांची देखरेख हवी. पण नियमांचे पालनच होताना दिसत नाही, असे ताशेरेही खंडपीठाने ओढले.

'शहरात एक हजार कोटी रुपयांहून अधिक किंमतीचे एकूण १२५ प्रकल्प मंजूर आहेत', अशी माहिती आयुक्त गगराणी यांनी दिली. तेव्हा, 'इतक्या लहान शहराच्या दृष्टीने हे खूपच जास्त आहे. त्यामुळे परिस्थिती तुमच्या नियंत्रणाबाहेर गेली आहे आणि आता तुम्ही प्रदूषणावर नियंत्रण ठेवू शकत नाही, असे चित्र दिसत आहे', अशी नाराजी खंडपीठाने नोंदवली.

'आधीच्या आदेशांचे पालन होईपर्यंत महापालिकेने नवीन बांधकाम मंजुऱ्या देणे थांबवायला हवे', अशी मागणी 'वनशक्ती' संस्थेतर्फे ज्येष्ठ वकील जनक द्वारकादास यांनी केली. तेव्हा, 'शहरातील प्रदूषणाची स्थिती अशीच राहिली, तर नव्या बांधकाम मंजुऱ्या थांबवण्याचे आदेश द्यावे लागतील, अशी टिप्पणी खंडपीठाने केली. मात्र, नंतर ह्यातुम्हाला (महापालिका) योग्य व्यवस्थापन करता येत नसेल, तर दोन आठवडे तरी नवीन प्रकल्प थांबवा. नव्या मंजुऱ्या देण्यापूर्वी नियमांची अंमलबजावणी होत आहे की नाही, याची खातरजमा करा', असे खंडपीठाने महापालिकेला सुचवले.

सिडकोतील भ्रष्टाचाराची साखळी वाढली

अकरा वर्षांत २१ घटना उघड

■मुंबई। प्रतिनिधी,

सिडकोत लाचखोरीचे प्रमाण दिवसेंदिवस वाढत असल्याचे दिसत आहे. गेल्या ११ वर्षांत लाचलुचपत प्रतिबंधक विभागाने (एसीबी) सिडकोत २१ वेळा केलेल्या कारवाईत एकूण ११ अधिकारी-कर्मचाऱ्यांना जाळ्यात पकडले. त्यात सिडकोत प्रतिनियुक्तीवर आलेल्या ७ अधिकारी-कर्मचाऱ्यांचा समावेश आहे, तर उर्वरित ४ कर्मचारी सिडकोचे आहेत.

एसीबीने केलेल्या २१ पैकी ७ कारवाया यंदाच्या वर्षातीलच आहेत. लाचखोरीच्या वाढत्या प्रकारांमुळे सिडकोतील भ्रष्टाचाराची साखळी अधिकच उघडी पडत आहे. विशेष म्हणजे सिडकोतील हौसिंग सोसायटीसह निबंधक कार्यालय व भूमी अभिलेख कार्यालय (टीएलआर) या दोन विभागांमध्ये सर्वाधिक एसीबीच्या कारवाया झाल्याने या विभागातील कारभारावर गंभीर प्रश्नचिन्ह उपस्थित झाले आहे. त्यामुळे लाचखोरीला आळा घालण्यासाठी सिडकोच्या दक्षता विभागाने कंबर कसली आहे. चार दिवसांपूर्वीच सिडकोच्या 'नयना' विभागात एसीबीने मोठी कारवाई करत दोन जणांना ६ लाख रुपयांची लाच घेताना रंगेहाथ अटक केली. ह्यनयनाह्ण विभागातील टीएलआर विभागात टीपीएस स्कीमअंतर्गत शेतकऱ्यांच्या जमीन मोजणीची कामे केली जातात. मात्र या विभागातील अधिकारी व कर्मचारी सिडकोच्या अधिकृत कामांव्यतिरिक्त खाजगी लोकांची टीपीएस क्षेत्राबाहेरील कामे लपूनछपून करत असल्याचे एसीबीच्या कारवाईतून स्पष्ट झाले आहे.

मुख्य दक्षता अधिकारी सुरेश मेंगडे यांनी १९ नोव्हेंबर रोजीच 'नयना' विभागाला भेट देत लाचखोरी करणाऱ्यांवर कठोर कारवाईचा इशारा दिला होता. तरीही काही दिवसांतच एसीबीची मोठी कारवाई झाल्याने प्रशासनाच्या इशाऱ्यांकडे दुर्लक्ष होत असल्याचे स्पष्ट झाले आहे. भ्रष्टाचारमुक्त सिडकोसाठी केवळ पत्रव्यवहार नव्हे तर कठोर आणि सातत्यपूर्ण कारवाईची गरज असल्याचे स्पष्ट होत आहे.

भ्रष्टाचाऱ्यांना कठोर शासन झालेच पाहिजे

एसीबीकडून सातत्याने होणाऱ्या कारवायानंतरही कर्मचारी सुधारत नसल्याचे दिसत आहे. लाच घेणाऱ्या अधिकारी-कर्मचाऱ्यांवर कायद्याने कठोर शासन झालेच पाहिजे आणि अशा घटना घडू नयेत यासाठी अधिक दक्षता आवश्यक आहे, असे मुख्य दक्षता अधिकारी सुरेश मेंगडे यांनी स्पष्ट केले. लाचखोरी पासून अधिकारी-कर्मचाऱ्यांना परावृत्त करण्यासाठी व्यापक प्रमाणात जनजागृतीपर अभियान राबविण्याची गरज त्यांनी व्यक्त केली.

दक्षता विभागाकडून अनेकदा समज

२४ जून रोजी मुख्य दक्षता अधिकारी सुरेश मेंगडे यांनी सिडकोतील सर्व विभागांना लाचखोरी करू नये, असे पत्र पाठवले होते. त्यानंतर ११ सप्टेंबर रोजी सिडकोचे व्यवस्थापकीय संचालक विजय सिंघल यांनीही सर्व विभागांना लाचखोरी करणाऱ्यांविरोधात कठोर कारवाईच्या सूचना दिल्या होत्या. गेल्या काही महिन्यांत मुख्य दक्षता अधिकाऱ्यांनी १२० वेळा विविध विभागांना भेटी देत ४० ठिकाणी अचानक भेटी देऊन अधिकारी-कर्मचाऱ्यांना धारेवर धरले होते.

बँक खातं तुमचं, पण व्यवहार सायबर भामट्यांचे!

सांगलीत 'म्युल अकाऊंट'चे रॅकेट उद्ध्वस्त

■सांगली। प्रतिनिधी,

विविध व्यक्तींची बँक खाती सायबर फसवणुकीसाठी भाड्याने अथवा कमिशनवर घेऊन त्यामध्ये फसवणुकीचे पैसे जमा करून त्याचा वापर करणाऱ्या सांगलीतील एका तरुणाला पोलिसांनी अटक केली आहे. त्याच्याकडून गुन्ह्यात वापरलेली कार, सिमकार्ड, क्रेडिट व डेबिट कार्डे असा एकूण ११.०५ लाख रुपयांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला असल्याची माहिती पोलीस अधीक्षक संदीप घुगे यांनी दिली.

जैब जावेद शेख (वय २२, रा. मीरा हौसिंग सोसायटी, ओंकार अपार्टमेंट, फ्लॅट नं. ०६, टिंबर एरिया, सांगली) असे अटक करण्यात आलेल्या आरोपीचे नाव आहे. सायबर गुन्ह्यांना आळा घालण्यासाठी सायबर फसवणुकीसाठी उघडण्यात आलेल्या 'म्युल अकाऊंट्स'ची तपासणी करून अशी खाती कमिशन अथवा भाड्याने देणाऱ्या व्यक्ती व संघटित टोळ्यांवर कारवाई करण्याच्या सूचना पोलीस अधीक्षक संदीप घुगे आणि अपर पोलीस अधीक्षक कल्पना बारवकर यांनी सायबर पोलीस ठाण्याचे प्रभारी निरीक्षक संजय हारूगडे व सहायक निरीक्षक रुपाली बोबडे यांना दिल्या होत्या. त्यानुसार, शेख याने आपल्या साथीदारांच्या मदतीने सांगली व इतर ठिकाणी विविध बँकांमध्ये अनेक व्यक्तींची बँक खाती उघडून, त्यासाठी आवश्यक सिमकार्ड मिळवले आणि ही खाती ऑनलाइन सायबर फसवणुकीसाठी वापरत असल्याची माहिती पोलिसांना खबऱ्याद्वारे मिळाली. त्यानंतर शेखला ताब्यात घेऊन त्याच्याविरुद्ध विश्रामबाग पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. त्याच्याकडून गुन्ह्यात वापरलेली मारुती कार (एमएच १४ जीए ६९३२), ३४ डेबिट कार्डे, २७ सिमकार्ड, ६ मोबाईल फोन, १७ पासबुक, संगणकीय साहित्य तसेच विविध व्यक्तींच्या नावावर असलेल्या बँक खात्यांशी संबंधित कागदपत्रे जप्त करण्यात आली आहेत.

सायबर पोलीस ठाण्याचे प्रभारी निरीक्षक संजय हारूगडे व सहायक निरीक्षक रुपाली बोबडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली सतिश आलदर, करण परदेशी, रेखा कोळी, रुपाली पवार, सलमा इनामदार, विवेक साळुंखे, अजय पाटील, अभिजित पाटील, विजय पाटणकर, इम्रान महालकरी, दिपाली नेटके, शांतव्वा कोळी आणि गणेश नरळे यांच्या पथकाने ही कारवाई केली.

एकाच कुटूंबातील चौघांची सामूहिक आत्महत्या

२ मुलांनी रेल्वेखाली संपवलं आयुष्य, आई-वडील घरात मृतावस्थेत

■नांदेड। प्रतिनिधी,

नांदेड जिल्ह्यात एक हृदयद्रावक घटना घडली आहे. एका शेतकरी कुटुंबातील चार जणांच्या मृत्यूने परिसरात खळबळ माजली आहे. पोलिसांना संशय आहे की ही सामूहिक आत्महत्येची घटना आहे. गुरुवारी सकाळी घराच्या आत आई-वडिलांचे मृतदेह आणि जवळच्या रेल्वे रुळावर दोन्ही मुलांचे मृतदेह आढळून आल्यानंतर हा भयानक प्रकार समोर आला.

ही घटना मुदखेड तालुक्यातील जवळा मुरार गावात घडली. सकाळी ८ वाजण्याच्या सुमारास गावकरी घरात शिरले तेव्हा त्यांना ५१ वर्षीय रमेश सोनाजी लाखे आणि त्यांची ४५ वर्षीय पत्नी राधाबाई लाखे एका खाटेवर मृतावस्थेत पडलेले आढळले. त्यांचे मृतदेह एकत्र पडले होते. त्यांचा मृत्यू नेमका कसा झाला, हे अद्याप अस्पष्ट आहे. दुसरीकडे, त्यांची दोन तरुण मुलं - उमेश आणि गोविंद यांनी गावाजवळून जाणाऱ्या रेल्वेखाली उडी घेऊन आपले आयुष्य संपवले. एकाच वेळी कुटुंबातील चारही जणांनी जीवन संपवल्याने गावावर शोककळा पसरली आहे.

त्यानंतर, कुटुंबातील दोन मुले, २५ वर्षीय उमेश आणि २३ वर्षीय बजरंग यांचे मृतदेह रेल्वे रुळांवर आढळले. त्यांनी वेगाने येणाऱ्या ट्रेनसमोर

उडी मारून आत्महत्या केल्याचा पोलिसांचा अंदाज आहे.

कारण अद्याप गुलदस्त्यात -

एका कुटूंबातील सर्वांच्या या सामूहिक आत्महत्येचे नेमकं कारण अद्याप समोर आलेले नाही. घरची हलाखीची परिस्थिती की आणखी काही कौटुंबिक कारणामुळे त्यांनी हे टोकाचे पाऊल उचलले याचा तपास पोलीस करत आहेत. घटनेचा उलगडा करण्यासाठी फॉरेन्सिक टीमला पाचारण करण्यात आल्याची माहिती पोलिसांनी दिली आहे.

मृतदेहांच्या स्थितीवरून असे दिसून येते की हे एका रात्रीत घडले आहे. संपूर्ण कुटुंब लहान शेतकऱ्यांचे होते जे त्यांच्या जमिनीच्या छोट्या तुकड्यावर काम करून उदरनिर्वाह करत होते.

संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

निवडणुकीचे अपेक्षित निकाल

गेल्या अनेक वर्षांपासून रखडलेल्या नगरपालिका व नगरपंचायत निवडणुकांचा निकाल अपेक्षेप्रमाणेच लागला असून, विधानसभा निवडणुकीतील कल कायम ठेवत महायुतीने स्थानिक स्वराज्य संस्थांमध्येही घवघवीत यश मिळवले आहे.

गेल्या काही वर्षांपासून प्रलंबित असलेल्या नगरपालिका आणि नगरपंचायतीच्या निवडणुकीचा निकाल हा अपेक्षेप्रमाणेच लागला. विधानसभा निवडणुकीतील कल स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकीतही कायम राहिला असून महायुतीने भरघोस यश मिळवित महाविकास आघाडीचा पुन्हा एकदा सुपडासाफ केला. महायुतीने विधानसभेप्रमाणेच नगरपालिका आणि नगरपंचायतीच्या निवडणुकीतही घवघवीत यश मिळवत आपली जादू कायम ठेवली आहे. शिवसेनेच्या छायेत वाढलेल्या भाजपने आता शिवसेनेलाही मागे टाकत आपणच महाराष्ट्राच्या राजकारणातील 'धुरंधर' असल्याचे दाखवून दिले आहे. एकेकाळी काँग्रेसचा बालेकिल्ला असलेला महाराष्ट्राचा ग्रामीण भाग आता भाजपचा बालेकिल्ला बनू लागल्याचे विधानसभा व ताज्या स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकीत दिसून आले आहे. तसेच महाराष्ट्राच्या शहरी भागात असलेले एकत्रित शिवसेनेचे वर्चस्वही आता भाजप मोडीत काढत असल्याचे चित्र आहे. विधानसभा निवडणुकीप्रमाणेच स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकीतही राज्यात भाजपच पहिल्या क्रमांकाचा पक्ष ठरला आहे. राज्यात भाजपचे १२९ उमेदवार नगराध्यक्षपदी विराजमान झाले. महायुतीचे घटकपक्ष असलेल्या शिवसेना शिंदे गटाचे ५८, तर राष्ट्रवादी काँग्रेस अजित पवार पक्षाचे ३७ नगराध्यक्ष विजयी झाले आहेत. राज्यातील २८८ नगरपालिकांच्या निवडणुकीत महायुतीचा वरचष्मा राहिला असून, त्यांनी तब्बल २१३ नगरपालिकांमध्ये थेट नगराध्यक्ष निवडून आणण्यात यश मिळवले आहे. दुसरीकडे महाविकास आघाडीला नगरपालिका निवडणुकीत अर्धशतकापर्यंतच मजल मारता आली आहे. लोकसभा निवडणुकीत दिसून आलेला महाविकास आघाडीचा करिष्मा राज्यात आता पूर्णतः ओसरला असल्याचे ताज्या निकालावरून स्पष्ट झाले आहे. महाविकास आघाडीतील काँग्रेसचे राज्याच्या ग्रामीण भागात दीर्घकाळ वर्चस्व होते. पण आता ग्रामीण भागातीलही काँग्रेसचे बालेकिल्ले ढासळू लागले आहेत. एकेकाळी सहकार क्षेत्राच्या माध्यमातून ग्रामीण भागात तळागाळात मजबूत पकड असलेली काँग्रेसला महायुतीने विशेषतः भाजपने चांगलाच धक्का दिला आहे. सहकार क्षेत्रातही भाजपने आपली पाळेमुळे रोवायला सुरुवात केल्याचे दिसून येत आहे. भाजपने एकत्रित शिवसेना व राष्ट्रवादी काँग्रेसमध्ये फूट पाडल्यानंतर या दोन्ही पक्षांचे सत्तेतील भागीदार बनलेले नेते एकनाथ शिंदे व अजित पवार यांनाही या निवडणुकीत बऱ्यापैकी यश मिळाले. मात्र, शिवसेना ठाकरे गट व राष्ट्रवादी शरद पवार गटाची विधानसभेपासून सुरू असलेली वाताहत अद्याप थांबली नसल्याचे दिसत आहे. ताज्या निकालामुळे या दोन्ही पक्षांमध्ये सुरू असलेली गळती आता अधिकच तीव्र होण्याची शक्यता आहे. जानेवारीत होऊ घातलेल्या महापालिका निवडणुकीत याचा मोठा फटका या पक्षांना बसण्याची शक्यता आहे. शरद पवार यांच्या राष्ट्रवादीचा बालेकिल्ला असलेल्या पश्चिम महाराष्ट्रातही या पक्षाला यावेळी फारसे यश मिळू शकले नाही. शरद पवार यांच्या राजकीय चाली दिवसेंदिवस निष्प्रभ होत असल्याचे सध्या चित्र आहे. भाजपच्या रणनीतीपुढे शरद पवार यांची राष्ट्रवादी व उद्धव ठाकरे यांची शिवसेना टिकाव धरू शकलेली नाही. स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणुकांना पूर्वी कुणी फारसे महत्त्व देत नसत. विविध राजकीय पक्षांचे स्थानिक नेतृत्व स्थानिक राजकीय गणितानुसार युती, आघाडी करून या निवडणुका लढवत असत. यावेळी प्रथमच निवडणुकांना महत्त्व प्राप्त झाल्याचे चित्र दिसून आले. आरक्षणाच्या मुद्द्यावरून राज्यातील स्थानिक स्वराज्य संस्था व पालिका निवडणुका रखडल्यामुळे यावेळी या निवडणुका सर्वच पक्षांनी गंभीरपणे घेत आपल्या ताकदीची चाचपणी केली. या निवडणुकीत महायुतीतील घटकपक्षांनी काही ठिकाणी युती तर काही ठिकाणी स्वबळावर निवडणूक लढवली होती. भाजपने विदर्भातील १०० नगरपालिकांपैकी ५८ ठिकाणी विजय मिळवला. एकेकाळी विदर्भ हा काँग्रेसचा बालेकिल्ला मानला जायचा, मात्र आता या बालेकिल्ल्याला तडे गेले असून काँग्रेसला केवळ २३ ठिकाणी यश मिळाले. विदर्भात शिंदेंच्या शिवसेनेने ८, अजितदादांच्या राष्ट्रवादीने ७ जागांवर विजय मिळवला, तर ठाकरेंच्या शिवसेनेला आणि शरद पवार यांच्या राष्ट्रवादीला विदर्भात भोपळाही फोडता आला नाही. मराठवाड्यातील ५२ नगरपालिकांपैकी भाजपने सर्वाधिक २५ जागा जिंकल्या. शिंदेंच्या शिवसेनेला ८, अजितदादांच्या राष्ट्रवादीला ६ ठिकाणी नगराध्यक्षपद मिळवता आले. दुसरीकडे 'मविआ'तील घटपक्ष असलेल्या काँग्रेसला केवळ ४, शिवसेना ठाकरे गटाला ४ व राष्ट्रवादी शरदचंद्र पवार पक्षाला केवळ २ ठिकाणी नगराध्यक्षपद मिळविण्यात यश आले. उत्तर महाराष्ट्रातील ४९ नगरपालिकांपैकी भाजपला सर्वाधिक १८ ठिकाणी आपले नगराध्यक्ष निवडून आणण्यात यश मिळाले. शिंदेंच्या शिवसेनेला ११, अजितदादांच्या राष्ट्रवादीला ७ ठिकाणी यश मिळाले, तर काँग्रेसचे ५, शिवसेना ठाकरे पक्षाचे २, राष्ट्रवादी शरदचंद्र पवार पक्षाचा १ नगराध्यक्ष निवडून आला. राष्ट्रवादीचा बालेकिल्ला असलेल्या पश्चिम महाराष्ट्रातील ६० नगरपालिकांपैकी सर्वाधिक १९ ठिकाणी भाजपचे नगराध्यक्ष निवडून आले. शिंदेंच्या शिवसेनेचे आणि अजितदादांच्या राष्ट्रवादीचे प्रत्येकी १४ नगराध्यक्ष विजयी झाले. काँग्रेसला केवळ ३, शिवसेना ठाकरे पक्षाला १, तर शरद पवारांच्या राष्ट्रवादीला ३ ठिकाणी नगराध्यक्षपद मिळवता आले. कोकणातील २७ नगरपालिकांपैकी सर्वाधिक १० ठिकाणी शिंदेंच्या शिवसेनेला यश मिळाले. त्याखालोखाल भाजपला ९, शिवसेना ठाकरे पक्षाला २, राष्ट्रवादीच्या दोन्ही गटांना प्रत्येकी १ नगराध्यक्ष निवडून आणता आला. राज्यातील २८८ थेट नगराध्यक्ष आणि सुमारे ६ हजार २०० हून अधिक नगरसेवकपदासाठी झालेल्या या निवडणुकीत महायुतीतील भाजपचे सर्वाधिक १२९ नगराध्यक्ष व ३,३२५ नगरसेवक निवडून आले. २०१७ च्या तुलनेत भाजपचे संख्याबळ यंदा जवळपास दुपटीने वाढले आहे. शिंदेंच्या शिवसेनेचे ६९५ नगरसेवक, तर राष्ट्रवादीचे ३११ नगरसेवक विजयी झाले आहेत. दुसरीकडे महाविकास आघाडीतील काँग्रेसचे १३०० हून अधिक तर शिवसेना ठाकरे पक्षाचे ३७८ नगरसेवक निवडून आले. शरद पवारांच्या राष्ट्रवादीचे १५३ नगरसेवक निवडून आले आहेत. स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणुकीचा राज्यभरातील कल पाहता भाजप राज्याच्या कानाकोपऱ्यात चांगलीच रुजली असल्याचे स्पष्ट झाले आहे. तसेच ठाकरे नावाचे वलय नसतानाही एकनाथ शिंदेंच्या शिवसेनेने आपले नाणे खणखणीत वाजवले आहे, तर शरद पवारांच्या सावलीतून बाहेर पडत अजित पवार यांनीही आपला सवतासुभा चांगलाच जमवला असल्याचे चित्र आहे. यापूर्वी शिवसेनेतून बाहेर पडलेले नेते छगन भुजबळ, नारायण राणे, गणेश नाईक, राज ठाकरे यांचा अपवाद वगळता अन्य नेते राजकारणातून बाहेर फेकले गेल्याचे चित्र होते. मात्र, एकनाथ शिंदे यांनी बंडानंतर मूळ पक्ष काबीज करीत ठाकरे नावाचे वलय नसतानाही चांगलेच यश मिळवल्याने 'ठाकरे' नावातील करिष्मा ओसरला का, असा प्रश्न आता सर्वांना पडला आहे. लोकसभेतील अपयशानंतर धडा घेत लाडक्या बहिणींना वश करण्याचा महायुतीचा फंडा विधानसभेत चांगलाच यशस्वी झाला. या योजनेमुळे 'मविआ'ची सुरू झालेली वाताहत संपण्याची शक्यता सध्या तरी दिसत नाही. त्यामुळे आर्थिक ओढाताण होत असतानाही 'लाडकी बहीण' योजना महायुतीने कशीबशी सुरूच ठेवली आहे. त्याचे रसरशीत फळ महायुतीला स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकीतही मिळाले आहे. त्यामुळे हा ट्रेंड महापालिका निवडणुकीतही कायम राहणार, हे नक्की.

किती वर्षे बेशिस्त, बेपर्वा, बेजबाबदारपणे वागणार!

आपण भारतीय किती अस्वच्छ आहोत, किती बेफिकीर आहोत, किती बेजबाबदार आहोत, नियमांचे आपल्याला किती वावडे आहे, याची प्रचिती वारंवार येते. आजही आपल्याला डाव्या बाजूने चाला, याचे फलक लावावे लागतात. आजही घर आणि परिसर स्वच्छ ठेवण्यासाठी पुरस्कार जाहीर करावे लागतात, रस्त्यावरील नियम पाळण्यासाठी वारंवार आवाहन करावे लागते, बसमध्ये चढताना, देवाच्या दर्शनासाठी रांगेतून पुढे जा, याची आठवण करून द्यावी लागते, हे सांगावे लागत असेल तर भारतीयांसाठी ही अत्यंत लाजीरवाणी बाब आहे. या मानसिकतेतून कधी बाहेर पडणार, याचे उत्तर मिळेल तो दिवस भारतीयांसाठी आधुनिक क्रांतीदिन असेल.

काही दिवसांपूर्वीची घटना आहे. स्टेशन रोडने जात असताना पुढे असणाऱ्या दोन कॉलेज युवकांनी काहीतरी खाऊन त्याचे पॅकिंग रस्त्यातच टाकले. त्या युवकांना याची जाणीव करून दिली. त्यावर कचरा टाकला यात विशेष काय, अशा अविर्भावात त्यांनी जणू काही चूक झालीच नाही, असे वर्तन केले. शिवाय आम्ही महापालिकेला कर भरतो ना, मग ते उचलतील असे उत्तर देत आणखी कचरा टाकून पुढे निघून गेले. ही मानसिकता आपल्याला पदोपदी जाणवते. आपल्याकडील कुठल्याही रस्त्यावरून फेरफटका मारला तरी रस्त्यावर खाद्यपदार्थांच्या पिशव्या, कागदांचे तुकडे, माती तसेच पान-गुटखा खाऊन मारलेल्या लाल सड्याच्या पिचकाऱ्या हमखास दिसतात. शिवाय रस्त्याच्या कडेला कचऱ्याचे ढिग असतात किंवा कचऱ्याच्या कुंड्या भरून गेलेले दृश्य दिसते. हे दृश्य मन अस्वस्थ करणारे असते.

वास्तविक स्वच्छता कर्मचाऱ्यांनी सकाळी साफसफाईचे काम केलेले असते. त्यानंतर त्यांना दुसऱ्या दिवशी काम द्यायला हवे या जाणिवेने आपण आपले काम करायला जणू मोकळे झालेले असतो. यात काहीच कसा बदल होत नाही, असा प्रश्न काही सजग नागरिकांना पडतो. दोन पिढ्या आधीचे आजी-आजोबा कचरा करत असतील, एक पिढी अगोदरचे आई-वडील कचऱ्याला हातभार लावत असतील तर आजची तरुण पिढी म्हणजेच झेन-जी काय करते, असा प्रश्न आहेच. तर ही पिढी आधीच्या पिढीचा वारसा चालवते, असे म्हटल्यास चुकीचे ठरणार नाही. कारण चॉकलेटचे रॅपर, आइसक्रीमचे कप, टिश्यू पेपर ही मंडळी अगदी सहज सार्वजनिक ठिकाणी फेकून देतात.

कोणतीही पिढी म्हणजे जनरेशन स्वच्छतेबाबत फार आग्रही आहे, असे आशादायी चित्र दिसत नाही. त्यामुळेच आपल्या आजूबाजूला कुठेही पाहिले तरी कचरा दिसतो, अस्वच्छ परिसर दिसतो. आपण रस्त्यावर कुठेही कचरा फेकतो, याबद्दल कुणालाही खंत वाटत नाही. मात्र, हीच मंडळी परदेशात किती स्वच्छता आहे, तिथे सर्वजण घर आणि परिसर स्वच्छ ठेवण्यासाठी किती काळजी घेतात, याचे आवर्जून कौतुक करत असतात. अस्वच्छता ही भारतीयांच्या पाचवीला पुजली आहे, असे म्हटल्यास चुकीचे ठरणार नाही. शाळा-कॉलेजमध्ये याबाबत शिकवले जाते मात्र, उत्तम आरोग्यासाठी सर्वात चांगली बाब असलेली ही बाब कुणीही गांभीर्याने घेत नाही.

स्वच्छता आरोग्यासाठी किती महत्त्वाची आहे, हे कळूनही त्याकडे दुर्लक्ष करणारे आपण भारतीय म्हणजे सर्वाधिक गलिच्छ म्हटले पाहिजेत. केवळ

आपले घर स्वच्छ करून कचरा घराबाहेर टाकला की झाले, असेच आपल्याला वाटते. पण हीच अस्वच्छता, घाण आपल्या आजारांना कारणीभूत ठरते, याकडे आपण किती दुर्लक्ष करतो याची जाणीव आपल्याला आजही होत नाही. अगदी बस किंवा ट्रेनमधून प्रवास करतानाही काही खाल्यानंतर पदार्थाची पिशवी, साले किंवा टाकण्याच्या गोष्टी सहज खिडकीबाहेर फेकल्या जातात. पान-गुटखा खाऊन अगदी सहजपणे खिडकीतून थुंकले जाते, किंवा आजूबाजूला प्रवासी बसलेले असूनही सर्वांदेखत तंबाखू मळून खाल्ला जातो. याचा शेजारच्या व्यक्तीला त्रास होत असेल, याचा जराही विचार केला जात नाही. बरं, यावर कुणी सांगण्याचा प्रयत्न केला तर, एवढाच त्रास होत असेल तर फर्स्टक्लासमधून प्रवास करा असे निर्लज्जपणे ऐकवले जाते. चुकीचे वागून दुसऱ्यालाच शहाणपण शिकवणाऱ्यांची आपल्याकडे कमी नाही, त्यातलाच हा प्रकार आहे.

आजही आपल्याकडे स्वच्छता अभियान मोहीम राबवावी लागते. केंद्र सरकार स्वच्छ शहरांसाठी देशपातळीवर स्पर्धा आयोजित करून त्यासाठी कोट्यवधी रुपयांचे पुरस्कार देते. महाराष्ट्रात तर आता हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे स्वच्छ सुंदर बस स्थानक अभियान राबवण्यात येत आहे. तब्बल ३ कोटी रुपयांची बक्षिसे या अभियानांतर्गत वाटण्यात येणार आहेत. खरं तर स्वच्छता असलीच पाहिजे. जर शहर, परिसर, वसाहत अस्वच्छ असेल तर त्यांना दंड आकारला पाहिजे. त्याऐवजी स्वच्छतेसाठी पुरस्कार जाहीर करावे लागत असतील तर भारतीय घाणेरडेच आहेत, अस्वच्छच आहेत यावर एकप्रकारे शिक्कामोर्तब झाले आहे. लाजिरवाणी बाब म्हणजे आपण अस्वच्छ आहोत, या घाणेरड्या मानसिकतेतून बाहेर पडायला भारतीय तयार नाहीत.

महाराष्ट्रात गुटखा बंदी असूनही पानटपऱ्यावर सर्रास गुटखा मिळतो, तो खाऊन गुटखाबहाद्दर सगळीकडे थुंकत असतात, पान खाऊन पिचकाऱ्या मारत असतात. सार्वजनिक ठिकाणी थुंकल्यास, धुम्रपान केल्यास दंड आकारला जातो. सगळेच घाण करत असतील तर दंड कुणाकुणाला आकारणार? परदेशातून आलेले पाहुणे आपल्याकडील अस्वच्छता पाहून, बेशिस्तपणा पाहून नाके मुरडतात. असे असले तरी, भारतीयांनी न सुधारण्याची शपथ घेतल्यामुळे त्यांचाही नाईलाज आहे. रांगेतून गेल्यास चेंगराचेंगरी होणार नाही, गोंधळ होणार नाही, कुणालाही त्रास होणार नाही हे सर्वांना ठावूक असूनही रांग लावणे म्हणजे कमीपणाचे लक्षण मानले जाते. त्यातून चेंगराचेंगरी होऊन नाहक अनेकांचे जीव जातात.

देवदर्शनासाठी रांगेत उभे न राहता थेट वशिला लावून देवाचे दर्शन घेणे म्हणजे आपली किती वट आहे, हे दाखवण्याचा प्रकार आहे. आपल्यामुळे रांगेत उभे असलेल्या लोकांवर अन्याय होतो, त्यांना रांगेत ताटकळत उभे राहावे लागते, याची काहीच फिकीर यांना नसते. अशा वागण्याने देवाची कृपा होईल का? बसच्या रांगेत घुसणारेही कमी नाहीत. गंमत म्हणजे मुंबईत मेट्रोमध्ये रांगेत आणि शिस्तीत चढणारे तेच प्रवासी लोकलमध्ये मात्र, बेशिस्तीचे दर्शन घडवतात. वास्तविक रेल्वे स्टेशनवरही गाडीत रांगेत चढणे शक्य आहे, डाव्या बाजूने चढणे आणि डाव्या बाजूने उतरणे ही शिस्त पाळली तर लोकलचा प्रवास सुखकर होईल आणि एकाचवेळी डब्यात चढण्यासाठी होणारी गर्दी टळेल! पण ऐकणार कोण?

जे अस्वच्छेबाबत तीच बेपर्वा वाहनचालकांबाबत बोलता येईल. चालताना आणि वाहने चालवताना डाव्या बाजूने चालवणे, हा आपला नियम आहे. प्रत्यक्षात चालतानाही हा नियम पाळला जात नाही. वाहने कुठूनही कुठल्याही बाजूने येतात, हे आपल्याला सर्रास पाहायला मिळते. त्यामुळे तुम्ही नियमानुसार डाव्या बाजूने जात असाल तरी समोरून चुकीच्या बाजूने येऊन एखादे वाहन तुमच्यावर केव्हा धडकेल, हे सांगता येत नाही. तसेच गाव-शहरातील वस्तीतील वर्दळीच्या रस्त्यावर वाहनाचा वेग किती असावा, रुग्णालय-शैक्षणिक संस्थांजवळ गाडीचा वेग किती असावा, हॉर्न कधी वाजवावा आणि कधी वाजवू नये हे सर्व नियम वाहनचालक तोडून पुढे जाताना दिसतात.

मोठ्याने फट्-फट् आवाज करत दुचाकी चालवणे, एका दुचाकीवरून तीन-चार जणांनी प्रवास करणे, दुचाकी कशीही वाकडी-तिकडी चालवत रस्त्यावर दहशत माजवण्याचे प्रकार आपल्याकडे दिसतात. याचा इतरांना त्रास होतो, आपल्या चुकीमुळे दुसऱ्यांचे अपघात होतात, कुणाचे तरी आयुष्य उद्ध्वस्त होते याची यांना जाणीवही नसते. बरं हे सर्व करणारे गुन्हेगार नसतात किंवा वाईटही नसतात. मात्र, आपण चुकतोय, आपल्यामुळे इतरांना त्रास होतोय, आपल्या चुकीची किंमत दुसऱ्यांना चुकवावी लागत आहे, याची त्यांना अजिबात जाण नसते. गाडी उभी करताना पार्किंगची सुविधा आहे का, गाडी उभी करताना रस्त्यावरील इतर वाहनांना अडथळा होऊ नये याची काळजी घेणारे खूप कमी असतात.

एवढेच कशाला रस्त्यावर पादचार्यांसाठी झेब्रा क्रॉसिंग असतात. त्यावरून पादचार्यांनी रस्ता ओलांडायचा असतो. मात्र, वाहनचालक थेट झेब्रा क्रॉसिंगवर गाड्या उभ्या करतात. अनेकदा तर लाल सिग्नल असताना गाड्या उडवणारे लोक दिसतात. तुम्ही नियम तोडता मात्र, त्याचवेळी नियमाप्रमाणे पुढे जार्णाया वाहनाचा जीवघेणा अपघात झाला तर! याचा विचार होताना दिसत नाही. नियम तोडणे हे आपल्याकडे प्रतिष्ठेचे झाले आहे. आजही आपल्याला शिस्त शिकवावी लागते, स्वच्छतेचे धडे द्यावे लागतात, नियम वारंवार सांगावे लागतात, काय करू नये याचे फलक लावावे लागतात, तुमच्याबाबत दुर्घटना होऊ नये म्हणून कोणती काळजी घ्यावी, हे तुम्हालाच सांगावे लागत असेल तर यापेक्षा मोठा अक्षम्य सामाजिक गुन्हा असूच शकत नाही. म्हणूनच बेशिस्त, बेपर्वा आणि बेजबाबदार किती वर्षे राहणार, असा सवाल आपसूक उपस्थित होतो. आता याला भारतीयांनी समजूतदारपणे कृतीतून उत्तर द्यायचे की हा व्यक्ती स्वातंत्र्यावर घाला आहे, असे म्हणत हम नही सुधरेंगे म्हणत पुढे जायचे हा ज्याचा त्याचा प्रश्न आहे.

त्या भिक्षेकऱ्यांना पोसण्याचा भार भारतावर येऊ नय

पाकिस्तान हा आपल्या दशहतवादी आणि घातपाताच्या कारवायांसाठी कुप्रसिद्ध आहे. कारण जगभरातील घातपाती कारवाया करणारे अतिरेकी हे पाकिस्तानात आश्रय घेऊन आहेत. सध्या 'धुरंधर' चित्रपट सगळीकडे प्रदर्शित झालेला आहे, त्या माध्यमातून पाकिस्तानच्या आत काय चालले आहे याचा अंदाज येऊ शकतो. पाकिस्तानात प्रचंड महागाई वाढलेली असून अनेक लोक भुकेकंगाल झालेले आहेत, ते भीक मागण्यासाठी जगभरातील विविध देशांमध्ये जातात. पण त्या देशांना त्यांचा त्रास होऊ लागल्यामुळे त्यांना परत पाकिस्तानात पाठवण्यात येत आहे, हे मोठ्या संख्येचे बेकारांचे लोंढे बांगलादेशी घुसखोरांसारखे भारतात घुसू नयेत, ही अपेक्षा. कारण भारताच्या सुरक्षेसाठी ती गंभीर बाब असेल.

सौदी अरेबियाने ५६ हजार पाकिस्तानी भिकाऱ्यांना परत पाकिस्तानात पाठविले. यावरून पाकिस्तानची काय परिस्थिती असेल याचा अंदाज येऊ शकतो. सध्या पाकिस्तानची आतली स्थिती दाखवणारा 'धुरंधर' हा चित्रपट मोठ्या चर्चेचा विषय झालेला आहे. त्यामुळे पाकिस्तानच्या आतमध्ये काय चालले आहे, याचा अंदाज येऊ शकतो. पाकिस्तानला या परिस्थितीतून बाहेर कोण काढणार, असा प्रश्न आहे, पण पाकिस्तानला या परिस्थितीतून बाहेर पडायचे आहे का, हा खरा प्रश्न आहे. भारतद्वेष या मानसिकतेवर हा देश पोसलेला असल्यामुळे त्यांना त्यांच्या हिनदीन परिस्थितीतून बाहेर काढणे अवघड आहे. इथे फक्त सौदी अरेबियानेच पाकिस्तानी भिकार्यांना परत पाठविले असे नाही, पण जगभरातील विविध देशांनी अशा पाकिस्तानी भिकार्यांना परत पाठवले आहे. त्यात मोठ्या प्रमाणात मुस्लीम देशांचाही समावेश आहे. जगातील अनेक देशांतील नागरिक आपल्या कर्तृत्वाने देशाची प्रतिमा उजळवत असतात. पाकिस्तानी नागरिकांची ओळख मात्र आंतरराष्ट्रीय पातळीवर दहशतवादी किंवा भिकारी अशी होताना दिसत आहे. त्यामुळे पाकिस्तानी नागरिकांना हाकलून देण्यास अनेक देशांनी सुरुवात केली आहे.

विशेष म्हणजे अशा देशांमध्ये पाकिस्तानशी धार्मिक आणि सांस्कृतिक नाते सांगणाऱ्या मुस्लीम राष्ट्रांचा प्रामुख्याने समावेश आहे. त्यामुळे पाकिस्तानी लोक आपण मुस्लीम असल्याच्या डिंग्या मारत असले तरी मुस्लीम देशांमधूनच त्यांना हाकलून लावण्यात येत आहे. माणूस भिकारी होण्याची तीन कारणे आहेत, एक तर शिक्षण नसणे, अपंगत्व असणे आणि कामाचा आळस असणे. पाकिस्तानी लोक या कुठल्या सदरात बसतात, याचा विचार करावा लागेल.

भारताच्या स्वातंत्र्याला जितकी वर्षे झाली आहेत, तितकीच वर्षे पाकिस्तानच्या निर्मितीला आहेत. पण त्यापासून भारताने प्रगतीच्या नवनव्या क्षेत्रात भरारी घेतली. जगातील नावाजलेल्या बहुराष्ट्रीय कंपन्यांचे, बँकांचे सीईओ हे भारतीय लोक आहेत. अमेरिकेसारख्या जगातील महासत्ता असलेल्या देशाच्या राजकारणात सक्रिय सहभाग घेऊन निवडून आलेले अनेक भारतीय आहेत. त्याच वेळी दुसऱ्या बाजूला पाकिस्तानात आंतरराष्ट्रीय गुन्हेगार म्हणून ठपका असलेले गुन्हेगार आहेत. स्वतंत्र भारत हा हिंदूबहुल असल्यामुळे इथे मुस्लीम लोकांना न्याय मिळणार नाही, त्यांच्या हक्काची गळचेपी होईल, अशी भीती ज्या मुस्लीम लीगच्या नेत्यांना वाटत होती, त्यांनी पाकिस्तानची निर्मिती केली. त्यानंतर जो देश त्यांनी मिळवला, त्यात राहून त्यांनी आपली प्रगती करून घ्यायला हवी होती, पण त्यांनी प्रामुख्याने जोपासला तो भारताचा द्वेष. ते कायम भारताचा द्वेष करत राहिले. भारताच्या विरोधात सैनिकी आणि घातपाताच्या कारवाया करत राहिले. त्यातून त्यांना काहीही मिळाले नाही. फक्त हिंदूद्वेष इतकेच त्यांच्या जीवनाचे इप्सित आहे. त्यासाठी ते लढत आलेले आहेत. यातून आपण काय कमावले याचा विचार करायला ते तयार नाहीत. आता पाकिस्तानकडे गमावण्यासारखे काहीही नाही. कारण तो दुसऱ्याच्या मदतीवर जगणारा देश आहे, आता मुस्लीम देशांमधून इतक्या मोठ्या संख्येने पाकिस्तानी भिकाऱ्यांना हाकलून दिल्यामुळे जागतिक पातळीवर त्यांच्या इज्जतीचा पंचनामा झालेला आहे.

पाकिस्तान हा राजकीय नेते, लष्कर, मुल्ला-मौलवी, अतिरेकी संघटना, त्यात आता स्वतंत्र होण्यासाठी पेटलेला बलुचिस्तान असा विभागला गेला आहे. तिथे कुणाचा पायपोस कुणाला नाही, अशी स्थिती आहे. महागाई प्रचंड वाढली आहे. त्यात तिथले सामान्य लोक कसेबसे जीवन जगत आहेत. पायाभूत सुविधांचे वांदे आहेत. तिथे कशाचीच शाश्वती नाही. त्यामुळे ज्यांचे खाण्याचे हाल होत आहेत, असे लोक मिळेल त्या मार्गाने अन्य देशांचा आश्रय घेत आहेत. पण या वाढत्या गरीब पाकिस्तानी लोंढ्यांमुळे ते ज्या देशांमध्ये जातात, तेथील पायाभूत सुविधांवर ताण येऊन तिथली व्यवस्था विस्कळीत होत आहे. त्यामुळे ते देश यांना पुन्हा मायदेशी हाकलून देत आहेत. जागतिक स्तरावर होत असलेली आपली नामुष्की टाळण्यासाठी पाकिस्तान सरकारने यावर्षी ५१,००० नागरिकांच्या परदेश प्रवासावर बंदी घातली आहे. जरी पाकिस्तान सरकारने असे केले असले तरी हे भुकेकंगाल लोक कसाही मार्ग काढून आखाती देशांपर्यंत पोहोचणार. इतकेच काय डंकी रुटने अमेरिकेलाही जातील. मुद्दा असा आहे, या कंगाल पाकिस्तानी लोकांना मोठ्या संख्येने परत पाठवल्यावर ते जेव्हा पुन्हा पाकिस्तानात येतील, तेव्हा ते कुठे जाणार? पाकिस्तान भारताचा शेजारी देश असून आपल्या सीमा लागून आहेत. भारतात यायला नेपाळची सीमा खुली आहे. तिथून भारतात शिरण्यास फार निर्बंध नाहीत. बांगलादेशातील लोकही विविध मार्गाने भारतात घुसखोरी करत असतात. नेपाळी लोक मोठ्या संख्येने भारतात मेहनतीची कामे करत असतात.

जगभरातून हाकलून दिलेले हे पाकिस्तानी भिकारी उद्या या मार्गाने भारतात घुसले तर भारतासाठी मोठी पंचाईत होणार आहे. अगोदरच भारतात मोठ्या संख्येने बांगलादेशी घुसखोर आहेत, त्या सगळ्यांना बाहेर काढणे वाटते तितके सोपे नाही. रोहिंग्या मुसलमानांना म्यानमारमधून हाकलून दिल्यानंतर त्यांनी भारतात घुसखोरी केली. सध्या भारतात अनेक बांगलादेशी घुसखोर तर आहेत, पण त्याचसोबत रोहिंगे मुसलमानही आहेत. देशाच्या विविध भागात ते पसरलेले आहेत. त्यांना पकडून बाहेर काढणे फारच अवघड आहे, कारण त्यांना पुन्हा म्यानमार स्वीकारणार नाही. आपल्या देशाच्या धोरणढिलाईमुळे हे सगळे घुसखोर हळूहळू इथेच स्थिरस्थावर होतात. अलीकडेच पिंपरीमध्ये एका रोहिंग्याने घर बांधल्याचे उघडकीस आले होते. म्हणजे आपल्या गुप्तहेर यंत्रणा, सुरक्षा यंत्रणा किती जागरूक आहेत, याचा अंदाज येऊ शकतो. हे घुसखोर आधार कार्ड, रेशन कार्ड सहज मिळवतात. त्यांना आपल्याच देशातील भ्रष्ट लोक सहाय्य करत असतात.

भारतातील, बांगलादेशातील आणि पाकिस्तानातील लोक साधारण सारखेच दिसत असल्यामुळे तसेच ते हिंदी बोलत असल्यामुळे त्यांच्यातील फरक शोधणे बाहेरून अवघड जाते. त्यामुळे ते भारतात मिसळून जातात. उद्या जगभरातील विविध देशांमधून हाकलून देण्यात आलेले पाकिस्तानी भिकारी भारतात घुसले तर त्यांना बाहेर कसे काढायचे असा प्रश्न निर्माण होणार आहे. त्यात पुन्हा अशा गरीब लोकांचा प्रश्न येतो तेव्हा त्यांच्या मदतीला आंतरराष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग धावून येतो. युनेस्को त्यांची बाजू घेते, पण ही मंडळी इथे राहून जेव्हा पाकिस्तानातील त्यांच्या सूत्रधारांच्या आदेशावरून घातपात आणि बॉम्बस्फोट घडवतात, तेव्हा मानवाधिकार आयोग आणि युनेस्को गप्प असतात. ते जबाबदारी भारतावर सोडून देतात. जगभरातून हाकलून दिलेल्या या पाकिस्तानी गरीब नागरिकांना पुन्हा पाकिस्तानात आपल्यावर पोटापाण्यासाठी काय करायचे हा मोठा प्रश्न असणार आहे, किंवा पाकिस्तान सरकारकडून ज्यांना बाहेर जाण्यापासून रोखण्यात येणार आहे, त्यांचेही खाण्याचे हाल आहेत. त्यांना दोन पर्याय उरणार आहेत, ते म्हणजे जसे बांगलादेशातील लोक पोटापाण्यासाठी भारतात घुसले आहेत तसे घुसणे किंवा भारतविरोधी घातपाती कारवाया करण्यासाठी सीमेपलीकडील पाकिस्तानी हद्दीतील अतिरेकी प्रशिक्षण केंद्रात प्रशिक्षण घेणे आणि कसाबसारखी टोळी घेऊन भारतात येऊन आत्मघाती हल्ले करणे. त्यामुळे पाकिस्तान आणि बांगलादेशातील वाढती गरिबी आणि दारिद्र्य यामुळे भारतापुढील आव्हाने वाढत जाणार आहेत.

पहलगाम हल्ल्यानंतर जेव्हा पाकिस्तानी लोकांना देश सोडण्यास सांगितले तेव्हा किती तरी पाकिस्तानी लोक भारतात राहत असल्याचे उघड झाले. आपल्याला केवळ बांगलादेशी घुसखोर भारतात आहेत, असे वाटत होते. त्यामुळे पुढील काळात बेकार लोकांचे पुन्हा पाकिस्तानात आलेले या लोकांचे लोंढे विविध चोरट्या वाटांनी भारतात घुसले तर भारतातील पायाभूत सुविधांवर प्रचंड ताण येऊन त्या कोलमडून पडण्याची भीती आहे. मुंबई आणि परिसरातील डोंगरांवर पसरलेल्या झोपडपट्ट्यांची परिस्थिती पाहिल्यावर ते लक्षात येऊ शकेल. इतकेच काय पण पाकिस्तानातून आलेले हे घुसखोर भारताच्या सुरक्षेसाठीही मोठा धोका ठरणार आहेत. दिल्लीत काही दिवसांपूर्वी कारमध्ये बॉम्बस्फोट झाले त्यात इथल्याच हस्तकांचा वापर करण्यात आला होता. त्यावरून थेट पाकिस्तानातून आलेले घुसखोर हे किती घातक ठरू शकतात, याची कल्पना येईल. त्यामुळे यापुढे भारत सरकार आणि भारतीय जनता यांना कायम सजग रहावे लागणार आहे. मुस्लीग लीग आणि महमदअली जिना यांनी अट्टाहासाने मुस्लिमांचे भले करण्यासाठी भारताची फाळणी करून पाकिस्तानची निर्मिती केली, पण ती त्यांनी केलेली मोठी चूक होती. भारतासोबत राहण्यातच मुस्लिमांचे व्यापक हित आहे, असे डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर सांगत होते, हेदेखील जिनांनी ऐकले नाही. जिनांनी पाकिस्तानची निर्मिती करून मुसलमानांना भिकेला लावले. आता पुढील काळात त्या भिकार्यांना पोसण्याचा भार भारतावर येऊ नये, ही अपेक्षा.

सहजमुक्ती

एका गावात एक लाकूडतोड्या आपल्या गाढवाबरोबर राहायचा. एकदा लाकडे तोडता तोडता तो जंगलामध्ये खूप दूरवर गेला. परतताना त्याचा रस्ता चुकला. संध्याकाळी अंधार वाढू लागल्यामुळे आता काय करावे, अशा विचारत असतानाच, त्याला दूर झोपडीत दिव्याचा प्रकाश दिसला. तो त्या दिशेने गेला आणि एका साधूच्या पर्णकुटीत पोहोचला. त्याने साधूला प्रणाम करून रात्रीसाठी आश्रय देण्याची विनंती केली. त्या साधूने लाकूडतोड्याच्या राहण्याची व भोजनाचीही व्यवस्था केली. झोपण्यास निघण्यापूर्वी त्याने साधूला 'गाढवाला झाडाला बांधून ठेवण्यासाठी दोरी आहे का' असे विचारले व आपण रोज गाढवाला असेच बांधून ठेवतो, असे सांगितले. साधू म्हणाला, 'माझ्याकडे दोरी नाही. तू गाढवाला झाडापर्यंत घेऊन जा. खरोखरची दोरी असल्याप्रमाणे गाढवाला बांधण्याचे नाटक कर आणि झोपी जा.' लाकूडतोड्याने त्यानुसार केले. दुसऱ्या दिवशी सकाळी साधूला प्रणाम करून तो तिथून जाण्यासाठी निघाला. झाडाजवळ येऊन पाहतो, तर गाढव तसेच उभे होते. त्याने गाढवाला चलण्याचा इशारा केला; परंतु गाढव जागचे हलेना. त्याने अनेक प्रयत्न करूनही गाढवाला काहीही फरक पडला नाही. तो पुन्हा साधूकडे येऊन म्हणाला, 'साधूबाबा, गाढव जागचे हलतही नाही.' साधू त्याला म्हणाला, 'तू गाढवाला बांधलेली काल्पनिक दोरी सोडलीस काय? तसे केले नसेल, तर दोरी सोडल्याचे नाटक कर.' लाकूडतोड्याने तसे करताच, गाढव मार्गस्थ झाले. बंध मिथ्या आहे आणि बंधापासूनची निवृत्ती अर्थात मोक्ष देखील मिथ्याच आहे. जो बंधनात असतो, त्यालाच मुक्त केले जाते. आत्मा नित्यमुक्त आहे. बंध आणि मोक्ष हे दोन्हीही भ्रम आहेत, असे जो जाणतो, तोच पूर्ण ब्रह्मानंदाचा अनुभव घेतो. मग असा प्रश्न उरतो, की मोक्षदेखील भ्रम आहे, तर आपण त्यासाठी का प्रयत्न करतो? आपल्याला बंध हे सत्य वाटते, तर मोक्षसुद्धा तितकेच सत्य आहे.

तांदूळ पीठ वापरा आणि त्वचा बनवा अधिक उजळ

तांदूळ पीठ आपण नेहमीच वेगवेगळ्या पदार्थांमध्ये वापरत असतो. पण तांदळाच्या पिठाचा उपयोग आपले सौंदर्य अधिक निखारण्यासाठी होतो हे तुम्हाला माहीत आहे का? तांदूळ पीठ पदार्थामध्ये चुरचुरीतपणा वाढवते. तर सौंदर्यात उजळपणा अधिक आणण्यासाठी मदत करते. तुम्हाला हे माहीत नसेल तर या लेखातून आम्ही तुम्हाला सौंदर्यासाठी तांदूळ पीठाचा कसा वापर करायचा आणि तांदूळ पिठाने तुमचे सौंदर्य कसे अधिक उजळेल याबद्दल सांगणार आहोत. खरे तर प्रत्येक घरामध्ये तांदूळ हा हमखास असतोच. याच तांदूळाच्या पिठापासून अनेक फेसपॅक बनवून आपण आपल्या सौंदर्यासाठी याचा वापर करू शकतो. या फेसपॅकमुळे हमखास तुमच्या रंगामध्ये उजळपणा येतो. तुम्हाला स्वतःला याचा वापर केल्यानंतर अनुभव येईल. सतत बाहेर असल्याने तुमची त्वचा टॅन होत असेल तर तुम्ही नक्कीच आम्ही दिलेले हे तांदळाचे फेसपॅक ट्राय करायला हवेत. जाणून घेऊया कसे तयार करायचे आणि कसे वापरायचे हे तांदळाच्या पिठाचे फेसपॅक -

१. तांदूळ पीठ आणि गुलाबपाणी

एका भांड्यात २ टीस्पून तांदूळ पीठ घ्या आणि त्यामध्ये ४ चमचे गुलाबपाणी मिक्स करा. आता यामध्ये १ टीस्पून वितळवलेले तूप मिक्स करा. हे मिश्रण व्यवस्थित एकत्र करून घ्या. आता तयार झालेला हा फेसपॅक तुम्ही डाऊनस्ट्रोक करून तुमच्या चेहऱ्यावर नीट लावून घ्या. साधारण १५ मिनिट्स हा पॅक तसाच चेहऱ्यावर राहू द्या. नंतर कोमट पाण्याने चेहरा धुवा. या फेसपॅकमुळे तुमच्या चेहऱ्यावर जर कोरडेपणा येत असल्याची तुम्हाला समस्या असेल तर ती निघून जाते आणि तुमच्या त्वचेवरील नैसर्गिक उजळपणा वाढण्यास मदत मिळते.

२. टॉमेटो, दुधी आणि तांदूळ पीठ

एक टॉमेटो आणि दुधीची भाजी घ्या आणि दोन्ही मिक्सरमध्ये एकत्र करून त्याचा रस काढून घ्या. या रसामध्ये तुम्ही १ चमचा तांदूळ पीठ मिक्स करा. ही पेस्ट थोडी जाडसर बनवा. त्यानंतर चेहऱ्याला लावा आणि १५-२० मिनिट्स राहू द्या आणि मग चेहरा पाण्याने स्वच्छ करून घ्या. यामुळे तुमचा चेहरा अधिक उजळेल. चेहरा धुतल्यानंतर तुम्हाला हवे असल्यास, तुम्ही तांदळाचे पाणी टोनर म्हणूनही वापरू शकता. यामुळेदेखील तुमचा चेहरा अधिक चमकदार होण्यास आणि उजळण्यास फायदा मिळू शकतो.

३. तांदूळ पीठ आणि बदाम तेल

तुमच्या चेहऱ्यावर काळे डाग आणि डार्क सर्कल्स वाढण्याची समस्या तुम्हाला सतावत असेल तर तुम्हाला हा फेसपॅक अगदी योग्य आहे. हा फेसपॅक तयार करण्यासाठी २ चमचे तांदूळ पिठामध्ये तुम्ही १ चमचा गुलाबपाणी मिक्स करा, त्यात १ चमचा बदाम तेल मिक्स करा. हे नीट मिक्स झाल्यावर चेहऱ्यावर लावा आणि साधारण अर्धा तास ठेवून धुवा. आठवड्यातून किमान तीन वेळा याचा वापर करा आणि नेहमी आपला चेहरा यामुळे ताजातवाना तुम्ही ठेऊ शकता. एका आठवड्यातच तुम्हाला याचा चांगला परिणाम दिसून येईल.

४. तांदूळ पीठ आणि चंदन पावडर

एका भांड्यात १ चमचा तांदूळ पीठ, १ चमचा चंदन पावडर आणि १ चमचा दही मिक्स करून घ्या. हे फेसपॅक चेहऱ्यावर लावा आणि साधारण पंधरा मिनिट्सने चेहरा धुवा. हा फेसपॅक तुमच्या चेहऱ्यावरील अशुद्धता दूर करतो आणि चेहऱ्यावर आलेल्या पिंपल्सची समस्यादेखील दूर करण्यसाठी फायदेशीर ठरतो. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे हे अतिशय नैसर्गिक असून यामध्ये कोणत्याही प्रकारचे केमिकल्स नसल्यामुळे चेहऱ्याला कोणत्याही प्रकारचा त्रास होत नाही. नैसर्गिक पद्धतीने चेहऱ्यावरील उजळपणा वाढण्यासाठी याची मदत मिळते.

५. बटाटा आणि तांदूळ पीठ

१ चमचा तांदळाच्या पिठामध्ये उकडून मॅश केलेला बटाटा मिक्स करा. त्यामध्ये आता १ चमचा मध आणि १ चमचा गुलाबपाणी मिक्स करा. हे मिश्रण नीट मिक्स करून चेहऱ्यावर वरून खाली अशा पद्धतीने लावा. त्यानंतर चेहऱ्यावर व्यवस्थित स्क्रब करा आणि साधारण १० मिनिट्सने तुम्ही चेहरा साफ करून घ्या. बटाटा हा नैसर्गिकरित्या ब्लीच म्हणून काम करतो तर त्यातील मध हे सेल्स रिपेअर करण्याचं काम करतात. तांदळामुळे चेहऱ्यावर अधिक उजळपणा येतो.

आहारातून टाळा हृदयरोग

हृदयरोग आपल्यापासून दूर ठेवायचा असेल तर जीवनशैलीचा विचार करायला हवा. त्यामध्ये आहार हा महत्त्वाचा घटक आहे. योग्य आहारामुळे बरेच आजार आपल्यापासून दूर ठेवता येतात. हृदयरोगाचा धोका कमी करण्यासाठी पौष्टिक आहार हा अत्यंत महत्त्वाचा घटक आहे. चांगली जीवनशैली व आहार उच्च रक्तदाब, रक्तातील कोलेस्ट्रॉल चे वाढते प्रमाण, लठ्ठपणा यांसारखे आजार टाळण्यास मदत करू शकतात. हे सर्व घटक हृदयरोग होण्यासाठी कारणीभूत ठरतात. जगभरात व आपल्या देशातही वाढते शहरीकरण, आर्थिक प्रगती, कामामुळे व फिरण्यासाठी वाढलेला प्रवास, बाहेरचे खाणे ही सर्व वाढत्या आजारांची कारणे आहेत. जेवणाची खालावलेली गुणवत्ता, पोषकतत्वे नसलेले साखर व मीठ जास्त असलेले पदार्थ नेहमी खाणे, मैदा व मैद्याच्या पदार्थांचा जास्त प्रमाणात आहारात समावेश, बाजारातील पॅकेटबंद खाण्याच्या पदार्थांचा रोज वापर इत्यादी गोष्टी आजकाल सगळ्यांच्या जीवनशैलीचा भाग बनले आहे. या सर्व सवयींचा परिणाम आरोग्यावर होतो. यामुळे सर्व आजारांना निमंत्रण मिळते व त्यात हृदयरोग, लठ्ठपणा व मधुमेह हे प्रामुख्याने लक्षणीय प्रमाणात वाढले आहे. आताच्या पिढीच्या पालकांमध्ये खाण्याच्या चुकीच्या सवयी व जीवनशैलीतील इतरही अयोग्य सवयींमुळे येतात. परिणामी आजारांचे प्रमाण खूप वाढले आहे. आपल्या व मुलांच्या चांगल्या आरोग्याची जबाबदारी आपलीच आहे हे विसरून चालणार नाही, तर हृदयरोग दूर ठेवण्यासाठी किंवा ज्यांना आधीच उच्च रक्तदाब किंवा कोलेस्ट्रॉल जास्त असेल त्यांनी काय काळजी घ्यावी हे बघुया.

फळे व भाज्या : फळे व भाज्या या अन्नगटातून आपल्याला भरपूर व्हिटामीन व मिनरल्स मिळतात. या अन्नगटाचा खूप मोठा फायदा म्हणजे यातून भरपूर तंतूमय पदार्थ शरीराला मिळतात. ही पोषकतत्त्वे हृदयरोगाचा धोका टाळण्यासाठी महत्त्वाची आहेत. बरेचदा पेशंटची माहिती घेताना लक्षात येते की, रोज फळे, कच्चे सलॅड खाल्ले जात नाही. काही विशेष कारण नसते किंवा या गोष्टींची आवड नाही असेही नसते. फक्त लक्षपूर्वक नियोजन केले जात नाही. जर सगळ्यांनी रोज एक-दोन फळे खाल्ली व कच्च्या भाज्यांचे एक वाटी सॅलड शिजवलेल्या व्यतिरिक्त खाल्ले तर खूप फायदा होईल.

धान्ये : वेगवेगळी सर्व प्रकारची धान्ये जी आपल्याकडे मिळतात त्या सर्वांचा आहारात समावेश असावा. धान्यांचे पीठ बनवताना जाडसर दळावे, मैद्यासारखे बारीक पीठ वापरू नये. जेवढा पीठात कोंडा असेल तेवढे चांगले. आजकालचे काही नवीन पदार्थ करताना ब्रेड वापरला जातो. तोदेखील गव्हाचा किंवा मल्टीग्रेन वापरावा. नेहमी पास्ता खाणाऱ्यांनी मैद्याचा पास्ता न खाता गव्हाचा पास्ता खावा. रोज भात खाणाऱ्यांनी हातसडीचा तांदूळ किंवा ब्राऊन राईस घेणे चांगले. हे थोडे बदल धान्याचे पदार्थ निवडताना केले तर आरोग्य चांगले राहायला मदत होईल.

प्रोटीन : आहारात प्रोटीनचा योग्य प्रमाणात समावेश करणेदेखील हृदयाच्या आरोग्यासाठी चांगले आहे. डाळी, कडधान्ये, सुकामेवा, अंडी, मासे इत्यादी योग्य प्रमाणात घ्यावे. मटन किंवा मांसाहारी पदार्थातील लिवर किडनी असे भाग टाळावेत. आहारात सोयाबीनचाही उपयोग करता येईल. तसेच दूध व दुधाचे पदार्थ जसे दही किंवा पनीर तयार करताना साय काढून केल्यास उत्तम.

तेल–तूप : हृदयरोग म्हटल्यावर आपल्या सर्वांना माहिती आहे की, रक्तवाहिनीत चरबी साठून रक्त प्रवाहास अडथळा निर्माण झाल्यास हार्ट अटॅक येऊ शकतो. हा धोका टाळण्यासाठी योग्य प्रमाणातच आहारात तेल व तुपाचा समावेश करावा. प्रमाणाव्यतिरिक्त कुठले तेल वापरतो यानेदेखील फरक पडतो. आपल्या एकूण कॅलरीजच्या गरजेपैकी साधारणतः वीस टक्के स्निग्ध पदार्थातून म्हणजे तेल व तूपातून आल्या पाहिजेत. सामान्य तापमानात फ्रीजमध्ये न ठेवता जे तेल गोठते ते हृदयासाठी चांगले नाही जसे वनस्पती तूप किंवा बटर. वेगवेगळ्या तेलबियांमधील चांगले गुण आपल्याला मिळण्यासाठी वेगवेगळ्या तेलबियांचे तेल बदलून वापरले पाहिजे. जसे करडई, शेंगदाणा, सूर्यफुल, ऑलिव्ह या व्यतिरिक्त आहारात जवस, बदाम व अक्रोड घेतल्यास यातून मिळणारे तेल हृदयासाठी खूप फायदेशीर असते. ओमेगा - ३ फॅटी असिड असणारे हे तेल, आपल्या शरीरातले वाईट कोलेस्ट्रॉल कमी करून चांगले कोलेस्ट्रॉल वाढवते. मासे हे चांगल्या ओमेगा -३ तेलाचे उत्तम स्त्रोत आहे.

या गोष्टी लक्षात ठेवा

= बटरपेक्षा घरचे लोणी वापरा.

= बाजारातील पदार्थ घेताना त्याचे लेबल वाचा. जस त्यात ट्रान्स फॅट लिहिले असेल तर ते पदार्थ घेऊ नका.

= बेकरीचे पदार्थ जसे कुकीज, डोनटस्, खारी, बिस्किट इत्यादी टाळा.

= तळलेल्या पदार्थांपेक्षा उकडलेल्या, वाफवलेल्या किंवा भाजलेल्या पदार्थांना प्राधान्य द्या.

= रोज व्यायाम करा.

= ज्यांना हृदयरोग असेल त्यांनी डॉक्टर व आहारतज्ज्ञांकडून वैयक्तिक मार्गदर्शन घेऊन त्याप्रमाणे आहार व जीवनशैलीत बदल करावे.

आपल्या प्रत्येकालाच बाल्कनीमध्ये सुंदर झाडं असावी किंवा छानसं गार्डन असावं, असं वाटतं. पण आपल्या धावपळीच्या आयुष्यात आणि मुंबईच्या जागेच्या प्रश्नात गार्डन असणं तर स्वप्नवत आहे. असो, प्रत्येकाच्या फ्लॅटला आजकाल फ्रेंच विंडोज किंवा बाल्कनीज असतातच. त्यामुळे आपण त्यालाच छोट्याश्या बाल्कनी गार्डनमध्ये बदलू शकतो. या सुंदर बाल्कनी गार्डनमध्ये तुम्ही पावसाळ्याच्या दिवसात बसून मस्तपैकी चहाचा आस्वाद घेऊ शकता तर थंडीच्या दिवसात उन्हाचा शेक घेऊ शकता. खासकरून पावसाळ्याचं पाणी हे रोपांसाठी जीवनदानाचं काम करतं. पावसाळ्यात त्यांची वाढ नैसर्गिकरित्या होते. इतर महिन्यांपेक्षा जुलै महिन्यात होणाऱ्या पावसाला रोपांचा जास्त प्रतिसाद असतो. त्यामुळे आपण या काळात तुमच्या बाल्कनी गार्डनला नवा लुक नक्कीच देऊ शकतो. हे पाहायलाही फ्रेश वाटेल आणि घरात सकारात्मक एनर्जीही येईल. फक्त यासाठी पाण्याचा निचरा होण्यासाठी ड्रेनेज सिस्टम आणि रोपांच्या रचनेमध्ये तुम्हाला थोडेफार बदल करावे लागतील. बाल्कनी गार्डनसाठी फॉलो करा या टीप्स -

अशी करा झाडांची रचना आणि सजावट : तुमच्या घरात जर एखादं जुन लाकडाचं टेबल असेल तर ते बाल्कनी किंवा टेरेसमध्ये शिफ्ट करा आणि त्यावर कुंड्या ठेवा. यामुळे तुम्हाला झाडांना व्यवस्थित पाणी देता येईल आणि गार्डनला एक वेगळा लुकही मिळेल. तुम्ही तुमच्या घरातील गार्डनला व्यवस्थित जागा दिल्यास त्यात तुम्ही पॉन्ड, वॉटर फॉल, बर्ड फिडर लावूनही डेकोरेट करू शकता. तसंच इतरही डेकोरेटीव्ह गोष्टींनी तुमची बाग सजवू शकता. जसं हँगिंग कुंड्या, रंगीबेरंगी पेबल्स, डिझाईनर स्टोन्स, कृत्रिम गवत किंवा अगदी घरातील जुन्या काचेच्या बाटल्यांचा किंवा तांब्याचं घंगाळ यांचाही वापर करू शकता. नेहमीच्या कुंड्यासोबतच बाजारात तुम्हाला बेडूक, कासव यांच्या आकारातील कुंड्याही आजकाल मिळतात. ज्या दिसायला नेहमीच्या कुंड्यापेक्षा छान असतात. यामध्ये रोपं लावून तुम्ही त्याच्या बाजून आर्टिफिशियल झऱ्याची रचना करू शकता.

पावसाळयात घ्या रोपांची अशी काळजी : पावसाळ्याच्या दिवसात जास्त वेगाने वाढणारी रोपं लावा. रोपांची लागवड करताना ती एका रांगेत लावता येतील ते पाहा. ज्यामुळे तुमच्या बाल्कनी गार्डनला छान लुक मिळेल. ज्या रोपांना प्रकाशाची गरज असते त्यांची जागा बदला. म्हणजे त्यांना ऊन आणि सावली दोन्ही चांगलं मिळेल. पाऊस पडताच किडे, गांडूळ आणि इतर पावसाळी किटक मातीतून बाहेर पडतात. जर तुम्ही बाल्कनीमध्ये रोपांची लागवड करत असाल तर या गोष्टींचीही काळजी तुम्हाला घ्यावी लागेल. त्यामुळे शक्यतो रोपं एकाच ठिकाणी ठेऊ नका. त्यांच्यामध्ये थोडं अंतर ठेवा, ज्यामुळे त्यांची स्वच्छताही तुम्हाला नीट करता येईल. तुम्ही तुमच्या जुन्या कुंड्यानाही रेनबो, छत्री, जंगल आणि फनी रेन सीन थीममध्येही कलर करू शकता. तसंच आजकाला कुंड्यांना लावण्यासाठी अनेक प्रकारचे कागदही मिळतात. ज्याने तुम्ही जुन्या कुंड्यांचा मेकओव्हर करू शकता. तुमच्या गॅलरीच्या कलरला मॅचिंग किंवा अपोझिट रंगसंगती तुम्ही कुड्यांसाठी वापरू शकता. तसंच पावसाळ्याच्या दिवसात कुंड्यामध्ये किंवा बाल्कनीत पाणी साचून राहणार नाही, याचीही खास काळजी घ्या. नाहीतर त्यामुळे आजारांना आमंत्रण मिळू शकतं.

प्रमाणातील आहार शरीरासाठी पोषक

माणसाच्या शरीरात खास करून रक्तवाहिन्यांच्या भिंती आणि मेंदूमध्ये असंपृक्त (अनसॅच्युरेटेड) फॅट्स योग्य प्रमाणात असतील तर आरोग्य चांगले रहाते. तुपाबद्दलही थोडे जाणून घ्यायला हवे. कोणता पदार्थ किती खावा, तो आपल्या प्रकृतीला मानवतो की नाही, हे ठरण्याचे कोणतेही ठोकताळे नाहीत.

त्यामुळे शरीराची गरज लक्षात घेऊन स्वनियंत्रण ठेवून योग्य प्रमाणात पदार्थांचे सेवन करायला हवे. तूप हा प्रकार खास भारतीय आहे. जगात इतरत्र कुठेही तूप केले जात नाही. परदेशात क्लॅरिफाइड बटर नावाचा प्रकार असतो. जगभरात दुधातील स्निग्धांश वेगळा काढतात, तो दूध ढवळून. आपण ज्याला लोणी म्हणतो ते आणि बटर हेच मुळात वेगळे प्रकार आहेत.

आपल्याकडे दुधाला विरजण लावतात, त्याचे दही बनते. त्या दह्याचे ताक केले जाते. ताकातून लोणी वेगळे काढून त्या लोण्यापासून तूप तयार होते. तूप थंड होताना कणीदार आणि घट्ट होते. परदेशांत दुधातून साय (क्रीम) वेगळी काढतात व त्याचे बटर केले जाते. यात पाणी आणि स्निग्ध पदार्थ एकमेकांत मिसळून राहतात ते दुधातील प्रथिनांमुळे. ते तापवून त्यातील स्निग्धांश वेगळा काढतात ते क्लॅरिफाइड बटर. यात मुख्यतः दही होण्याची पायरी गाळलेली असते.

या क्लॅरिफाइड बटरमधे संपृक्त (सॅच्युरेटेड) फॅट्स असतात. त्यामुळे हृदयविकाराचा झटका येतो असे बऱ्याच चाचण्यांत दिसून आले आहे. इथे एक नमूद करायला हवे की या चाचण्या तुपावर केलेल्या नाहीत. तूप आणि क्लॅरिफाइड बटर यांची केवळ रासायनिक परीक्षा करून उपयोग नाही, तर त्यांची रुग्णांवर चाचणी व्हायला हवी. अशा चाचणीसाठी खरेतर तूप विकणाऱ्या कंपन्यांनी पुढाकार घ्यायला हवा.

किंवा अनेक आयुर्वेदिक औषधे जी तुपातून घ्यायला सांगतात अशा औषध कंपन्यांनी तरी या चाचण्या करायला हव्यात. तुपाचे अनेक फायदे आहेत परंतु ते विस्तृत चाचण्यांतून सिद्ध व्हायला हवेत.

हे सगळं वाचताना तुम्हाला वाटत असेल की, अगदी सुरुवातीस; खाण्यातील स्निग्ध पदार्थ किंवा कोलेस्टेरॉल आणि हृदयविकाराचा संबंध नाही अशा पोस्ट सोशल मीडियामध्ये वाचण्यास मिळतात त्यात कितपत तथ्य आहे या बद्दल काहीच माहिती दिलेली नाही. खाण्याचा आणि रक्तातील चरबीचा घनिष्ठ संबंध नाही हे सिद्ध झाले आहे. परंतु लक्षपूर्वक वाचा... मोठ्या प्रमाणावर चरबी निर्माण होणे शरीरासाठी अपायकारकच आहे. खाण्यातील स्निग्ध पदार्थ बाद केले तरी कोलेस्टेरॉल निर्माण होणे थांबत नाही. (कार्ब्जपासूनही शरीर कोलेस्टेरॉल तयार करू शकते). म्हणूनच 'ऑइल फ्री' खाऊनही काही फायदा नाही. 'ऑइल फ्री' फास्ट फूड खात राहिले तरी चरबी खूप वाढू शकते. आता सर्वात महत्त्वाचे... रक्तातील कोलेस्टेरॉल खूप वाढले तर हृदयविकाराचा झटका येतोच. त्याचा आणि कमी तेल सेवन करण्याचा संबंध नाही. तात्पर्य, कोणताही पदार्थ अतिप्रमाणात खाऊ नये. तसेच, सतत अमूक पदार्थ खाल्ल्याने वजन वाढेल ही भावना मनात ठेवू नये. प्रमाणात खाल्लेले पदार्थ शरीरासाठी पोषकच ठरतात.

वाईनबाबतच्या या गोष्टी तुम्हाला माहीत आहेत का

अगदी हार्ड नाही पण आरोग्यदायी आणि हमखास घेतले जाणारे ड्रींक म्हणजे वाईन किंवा एखाद्या घरी जाताना तुम्हाला गिफ्ट म्हणून वाईन न्यायची असल्यासही काही बेसिक गोष्टी माहीत हव्यातच. त्यामुळे वाईन घेताना त्याबाबतच्या पुढील गोष्टीही तुम्हाला माहीत असल्यास तुम्ही नवशिक्या वाटणार नाही. जसे स्वीट वाईन, क्रॉक्र्ड, बुके किंवा फिनिश या वाईनबाबतच्या काही खास टर्म्स आहेत. ज्यामुळे तुम्हाला वाईन निवडणे आणि घेणे दोन्हीही सोपे जाईल.

ड्राय वाईन : ही एक प्रकारे नैसर्गिक रूपातील वाईन असते. जी चवीला गोड असते, असे म्हटले जाते. अगदीच गोड नाही पण गोडसर असते. ज्यामुळे या वाईनला ड्राय वाईन असे म्हणतात.

स्वीट वाईन : या वाईनमध्ये जास्त प्रमाणात साखर असते. साधारणतः या वाईनला डेझर्ट वाईन किंवा पुडींग वाईन असे म्हटले जाते.

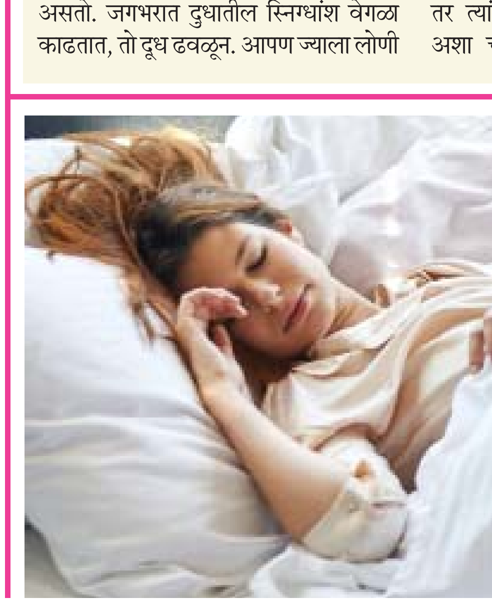
एसिडिक वाईन : ज्या घटकांनी ही वाईन तयार केली जाते, त्यामध्ये नैसर्गिकरित्या एसिड असते. तर काहीवेळा एसिड फर्मेंटेशन प्रक्रियेदरम्यान निर्माण होऊन वाईनमध्ये मिक्स होते. या वाईन्सची चव लिंबू किंवा व्हिनीगरसारखी असते.

टॅनिन्स : फिनॉलिक नावाच्या घटकामुळे वाईनला एक कटवट चव येते. तर दुसरीकडे टॅनिन, वाईनच्या कडवट चवीला कायम ठेवते. ही तीच चव आहे जी तुम्हाला चहामध्ये मिळते. टॅनिन हे एक नैसर्गिक प्रिजर्वेटिव्ह आहे. जे वाईनला बऱ्याच काळापर्यंत प्रिर्जव्ह ठेवण्याच्या प्रक्रियेत वापरले जाते.

बुके : बुके म्हणजे जुन्या वाईनचा वास होय. आपल्याला बरेचदा पाहायला मिळते की, लोके जुन्या आणि वर्षानुवर्ष साठवलेल्या वाईनना जास्त पसंती देतात. तर अशाप्रकारच्या वाईनची क्वालिटी चेक करताना प्रमाण ठरते ते म्हणजे बुके. वाईनमध्ये फळ, मसाले आणि अनेक प्रकारचे सुंगध असू शकतात. खरंतर द्राक्षांच्या व्हरायटीपासून ते त्याच्या स्थितीनुसार आणि ठिकाणानुसार यावरील गोष्टी ठरत असतात.

क्रॉक्र्ड : जी वाईन खराब होते तिला क्रॉक्र्ड वाईन असे म्हटले जाते.

फिनिश : फिनिश हा एक प्रकारचा फ्लेव्हर आहे, जो वाईन प्यायल्यानंतर तुमच्या तोंडात घोळत असतो. साधारणतः याला वाईन प्यायल्यावरची आफ्टर टेस्ट असे म्हटले जाते.



शांत झोपेसाठी घरगुती उपाय

निरोगी स्वास्थ्यासाठी संतुलित आहार, नियमित व्यायाम आवश्यक आहे. पण त्याचबरोबर पुरेशी झोप घेणे देखील गरजेचे आहे. आजकाल शांत झोप मिळणे दुर्मिळ झाले आहे. लांबलेल्या कामाच्या वेळा, ताण, तणाव यामुळे नीट झोप लागत नाही. आपल्यापैकी अनेकांनी याचा अनुभव घेतला असेल. झोप न लागण्याची अनेक कारणे असतील पण त्यामुळे आरोग्यावर परिणाम होवून त्याचा समस्या उद्भवू लागतात. अपुऱ्या झोपेमुळे कामावर देखील परिणाम होतो. अधिक चांगले काम करण्यासाठी शांत झोपेची गरज असते. कारण त्यामुळेच मन शांत, प्रसन्न राहतं व शरीराला ऊर्जा प्राप्त होते. म्हणून शांत झोप येण्यासाठी हा घरगुती उपाय खूपच फायदेशीर ठरतो. हा उपाय अतिशय सोपा आहे. खसखस गोल्डन ब्राऊन होईपर्यंत तव्यावर थोडी भाजून घ्या. त्यानंतर खसखस ग्राईंड करून घ्या. मग कोमट दुधात जायफळ आणि खसखस पावडर घाला. नीट मिक्स करून दूध प्या. त्यामुळे तुम्हाला नक्कीच शांत झोप लागण्यास मदत होईल.

फोन काढून घेतले, रोज रात्री खोलीत डांबलं अन् मारहाण केली

१० मजुरांसोबत अमानुष घडलं, 'वेठबिगारी'ने महाराष्ट्र हादरला!

■ बातमी /लेख,
प्रीती दिपक नाईक

आपण २१ व्या शतकात वावरत असलो तरी आजही वेठबिगार किंवा बंधबिगार मजुरीसारखी अमानुष प्रथा सुरू असल्याचे एक धक्कादायक वास्तव समोर आले आहे. ठाणे जिल्ह्यातील अंबरनाथ पश्चिम येथील 'मे. शक्ती फूड इंडस्ट्रीज' या कंपनीत ही संतापजनक घटना उघडकीस आली आहे.

विशेष म्हणजे, सध्या संपूर्ण प्रशासन विधानसभा निवडणुकीच्या कामात व्यस्त असतानाही, जिल्हा प्रशासनाने दाखवलेल्या तत्परतेमुळे या शोषणाच्या विळख्यातून १० परप्रांतीय कामगारांची सुखरूप सुटका करण्यात आली आहे.

नेमका प्रकार काय?

उत्तर प्रदेशातील भदोही आणि जौनपूर जिल्ह्यातील १० कामगारांना निक्की उर्फ कृष्णा कुमार अग्रहारी आणि नितीन तिवारी या दोन ठेकेदारांनी अंबरनाथमध्ये कामासाठी आणले होते. त्यांना महिन्याला १८ ते २० हजार रुपये पगार, राहण्याची आणि जेवणाची उत्तम सोय देण्याचे आमिष दाखवण्यात आले होते. मात्र, प्रत्यक्षात परिस्थिती अत्यंत भयानक होती.

या कामगारांना एका लहान खोलीत कोंबून ठेवले जात असे. दिवसभर अतिशय कष्टाचे काम करवून घेऊनही त्यांना पुरेसे जेवण दिले जात नव्हते. पगार देणे तर दूरच, उलट त्यांना मारहाण केली जात होती. बाहेर कोणाशी संपर्क साधू नये म्हणून त्यांचे मोबाईल फोन जप्त करण्यात आले होते आणि रात्री त्यांना ज्या खोलीत ठेवले जायचे, त्या खोलीला बाहेरून कुलूप लावले जात असे.

रात्रभर चालली कारवाई

निवासी उपजिल्हाधिकारी डॉ. संदीप माने यांच्या मार्गदर्शनाखाली तहसीलदार अमित पुरी, कामगार विभागाचे अधिकारी आणि अंबरनाथ पोलिसांच्या संयुक्त पथकाने संबंधित कंपनीवर छापा टाकला. रात्री उशिरापर्यंत चाललेल्या या कारवाईनंतर १० कामगारांची सुटका करण्यात आली. याप्रकरणी अंबरनाथ पोलीस ठाण्यात ठेकेदारांवर 'बंधबिगार उच्चाटन अधिनियम' आणि 'भारतीय न्याय संहिते'अंतर्गत मानवी तस्करीचे गंभीर गुन्हे दाखल करण्यात आले असून दोघांना अटक करण्यात आली आहे.

सुटका करण्यात आलेल्या मजुरांना 'बंधबिगार मुक्तता प्रमाणपत्र' देऊन सन्मानाने त्यांच्या मूळ गावी पाठवण्यात आले आहे.

एका कामगाराच्या धाडसामुळे फुटली वाचा

या नरकयातनेतून १७ डिसेंबर रोजी कमलेश फुन्नन बनवासी या कामगाराने कशीबशी स्वतःची सुटका करून घेतली. त्याने थेट ठाणे जिल्हा विधी सेवा प्राधिकरण गाठले आणि आपल्यावर व इतर सहकाऱ्यांवर होत असलेल्या अत्याचाराची माहिती दिली. या प्रकरणाचे गांभीर्य ओळखून जिल्हा विधी सेवा प्राधिकरणाचे सचिव, न्यायमूर्ती रवींद्र पाजणकर यांनी तातडीने जिल्हाधिकारी डॉ. श्रीकृष्ण पांचाळ यांना याची कल्पना दिली. जिल्हाधिकारी डॉ. पांचाळ यांनीही निवडणुकीच्या कामाचा ताण बाजूला सारत तात्काळ कारवाईचे आदेश दिले.

विरार-अलिबाग प्रकल्पाला येणार गती

■मुंबई। प्रतिनिधी,

विरार-अलिबाग बहुउद्देशीय मार्गिकेच्या प्रकल्पाला आता गती येणार आहे. या प्रकल्पाचे भूसंपादन आर्थिक अडचणींमुळे रखडले होते, मात्र आता भूसंपादनाचा मार्ग मोकळा झाला आहे.

राज्य सरकारने भूसंपादनासाठीच्या २२ हजार ५०० कोटी रुपयांच्या कर्जासाठी हमी दिल्यानंतर महाराष्ट्र राज्य रस्ते विकास महामंडळाला (एमएसआरडीसी) हुडकोकडून २२ हजार ५०० कोटी रूपयांचे कर्ज उपलब्ध झाले आहे. आर्थिक अडचण दूर झाल्याने आता महिन्याभरात भूसंपादनाच्या कामास सुरुवात केली जाणार असून तीन महिन्यात ७० टक्के भूसंपादन पूर्ण करण्याचे नियोजन एमएसआरडीसीचे आहे.

विरार ते अलिबाग प्रवास अतिजलद करण्यासाठी विरार-अलिबाग बहुउद्देशीय मार्गिका बांधण्यात येणार आहे. मात्र अद्याप या प्रकल्पाच्या प्रत्यक्ष कामाला सुरुवात झालेली नाही. आर्थिक कारणांमुळेच या प्रकल्पाचे भूसंपादन रखडले होते.

आता मात्र नवीन वर्षात या प्रकल्पाच्या प्रत्यक्ष कामास सुरुवात करण्याचे नियोजन एमएसआरडीसीचे आहे. त्यानुसार एमएसआरडीसीने १२९ किमीच्या विरार-अलिबाग बहुउद्देशीय मार्गिकेतील नवघर ते बलवली अशा ९८ किमीच्या मार्गिकेच्या बांधकामासाठी बांधा-वापरा-हस्तांतरीत करा तत्वानुसार निविदा काढण्यास मान्यता देण्याचा प्रस्ताव राज्य सरकारकडे पाठवला आहे.

या प्रस्तावास मान्यता मिळाल्यानंतर तात्काळ निविदा प्रक्रिया राबवली जाणार आहे. आता या प्रकल्पातील भूसंपादनाचा मार्गही मोकळा झाला आहे. पहिल्या टप्प्यातील भूसंपादनासाठी हुडकोकडून कर्ज घेण्यासाठी राज्य सरकारने हमी दिल्यानंतर आता हुडकोकडून २२ हजार ५०० कोटींचे कर्ज मिळाले आहे. कर्ज मिळाल्याने आता महिन्याभरात भूसंपादनाच्या प्रक्रियेस सुरुवात केली जाणार आहे.

राज्यात ११ महिन्यांत १४ हजार मृत्यू

गेल्या वर्षीच्या तुलनेत अपघाती मृत्यूचे प्रमाण कमी, 'या' जिल्ह्यांमध्ये झाली घट

■मुंबई। प्रतिनिधी,

राज्यात रस्ता सुरक्षेसाठी परिवहन विभागामार्फत सातत्याने राबवण्यात येणाऱ्या विविध उपाययोजनांचा सकारात्मक परिणाम दिसून आला आहे. नोव्हेंबर २०२५ पर्यंतच्या आकडेवारीनुसार राज्यातील रस्ता अपघातांमधील मृत्युदरात घट झाली आहे. जानेवारी ते नोव्हेंबर २०२५ या कालावधीत राज्यात एकूण ३३,००२ अपघात झाले असून त्यामध्ये १४ हजार ६६ अपघाती मृत्यू झाले आहेत. मागील वर्षीच्या तुलनेत मृत्यूचे प्रमाण ०.८३ टक्क्यांनी घटले आहे.

अपघातांची संख्या वाढली, पण मृत्यूचे प्रमाण घटले

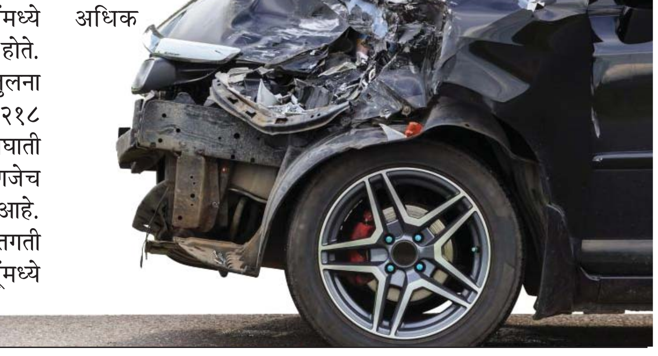
मागील वर्षी याच कालावधीत ३२ हजार ७८४ अपघातांमध्ये १४ हजार १८५ मृत्यू झाले होते. अपघातांची या वर्षासीबत तुलना केल्यास अपघातांची संख्या २१८ ने वाढली असली तरी अपघाती मृत्यूंची संख्या ११९ ने म्हणजेच ०.८३ टक्क्यांनी घटली आहे. दरम्यान, मुंबईझ्रपुणे द्रुतगती मार्गावरही अपघाती मृत्यूंमध्ये मोठी घट नोंदवण्यात आली आहे. जानेवारी ते नोव्हेंबर २०२४ या कालावधीत या मार्गावर ८२ अपघाती मृत्यू झाले होते तर २०२५ मध्ये ही संख्या ६१ वर आली आहे म्हणजेच २१ मृत्यूंमध्ये २६ टक्के घट झाली आहे तसेच अपघातांची संख्या ६६ वरून ५४ इतकी कमी झाली असून त्यामध्ये १८ टक्के घट नोंदवण्यात आली आहे.

५० टक्क्यांनी अपघात कमी करणार

राज्यातील रस्ता अपघातांची संख्या २०३० सालापर्यंत ५० टक्क्यांनी कमी करण्याचे उद्दिष्ट परिवहन विभागाने निश्चित केले असून त्यासाठी भविष्यात रस्ता सुरक्षा उपाययोजना अधिक प्रभावीपणे राबविण्यात येणार आहेत. याचबरोबर, राज्यातील सर्व वाहनचालक व पादचारी नागरिकांनी वाहतुकीचे नियम काटेकोरपणे पाळावेत, असे आवाहनही परिवहन विभागामार्फत करण्यात आले आहे.

'या' जिल्ह्यांमध्ये झाली घट

रस्ता सुरक्षा उपायांमुळे काही जिल्ह्यांमध्ये मृत्यूंच्या संख्येत विशेष घट दिसून आली आहे. नागपूर शहरात २१ टक्के, पालघरमध्ये २० टक्के, अमरावतीत १७ टक्के, पुण्यात १५ टक्के, धुळ्यात १४ टक्के तर छत्रपती संभाजीनगरमध्ये १२ टक्क्यांनी अपघाती मृत्यू कमी झाले आहेत.



वाढदिवशी चिमुकली स्वतःलाच घेऊ लागली चावा,५ वर्षीय निशाचा करुण अंत

■दिवा। प्रतिनिधी,

दिवा येथे घराबाहेर खेळताना कुत्रा चावलेल्या पाच वर्षांच्या बालिकेची महिनाभर सुरू राहिलेली मृत्यूशी झुंज अखेर संपली. निशा शिंदे (वय ५ वर्षे) या बालिकेचा रविवारी उपचारादरम्यान मृत्यू झाला. घटनेनं परिसरात हळहळ व्यक्त होत आहे.

काय घडलं नेमकं?

दिवा पूर्वेकडील बेडेकर नगर दिवा-आगासन रोड परिसरातील घरासमोर निशा शिंदे ही १७ नोव्हेंबर रोजी खेळत होती. खेळता-खेळता ती कठड्यावर बसली असताना पिसाळलेल्या कुत्र्याने तिच्या खांद्याचा चावा घेतला. चिमुकलीला रक्तबंबाळ अवस्थेत पालकांनी तातडीने कल्याण-डोंबिवली महापालिकेच्या शास्त्रीनगर रुग्णालयात दाखल करण्यात आले. डॉक्टरांनी तिला रेबीजचे इंजेक्शन दिले. तिच्या इंजेक्शनचा चौथा डोस १७ डिसेंबर रोजी देण्यासाठी तिला रुग्णालयात नेण्यात आले.

या घटनेच्या पार्श्वभूमीवर प्रतिक्रिया देताना ॲड. रोहिदास मुंडे - शिवसेना उद्धव बाळासाहेब ठाकरे, कल्याण ग्रामीण विधानसभा प्रमुख यांनी सांगितले की, या प्रकरणाची सखोल, निष्पक्ष व पारदर्शक चौकशी होणे अत्यावश्यक आहे, जेणेकरून वस्तुस्थिती समोर येईल.

वाढदिवसानंतर तब्येत खालावली

३ डिसेंबरला निशाचा वाढदिवस साजरा करण्यात आला, तेव्हा तिची प्रकृती स्थिर होती. मात्र, १६ डिसेंबरला उपचाराचे शेवटचं इंजेक्शन दिल्यानंतर तिची प्रकृती अचानक बिघडली. तिच्यात रेबीजचे लक्षणं दिसू लागले. ती स्वतःच्याच शरीराचे चावे घेऊ लागल्याने डॉक्टरांनी तिला तातडीने कस्तुरबा रुग्णालयात पाठवले. चार दिवस निशावर रुग्णालयात उपचार सुरू होते. मात्र, दिवसागणिक तिची प्रकती आणखीनच खालावत गेली. चिमुकलीची अशी अवस्था बघून कुटुंबियावर दुःखाचा डोंगरच कोसळला. आणि २१ डिसेंबर रोजी निशाचा करूण अंत झाला. तिच्या मृत्यूमुळे दिवा परिसरात हळहळ व्यक्त होत आहे. वेळेत उपचार न मिळाल्याने आपल्या भाचीचा मृत्यू झाल्याचा आरोप निशाचा मामा समाधान कदम याने केला आहे.

नफ्याचे आमिष ५० लाखांना गंडा

■नाशिक। प्रतिनिधी,

बंद पडलेले हॉटेल सुरू करून अजून एका व्यवसायाच्या माध्यमातून चांगला नफा मिळवून देतो, असे आश्वासन देत एका युवकाने तरुणासह त्याच्या कुटुंबियांची ५० लाख रुपयांची फसवणूक केल्याचे समोर आले आहे. याप्रकरणी संशयित आरोपीसह त्याच्या पत्नीविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. निखिल कैलास गुजराथी (रा.हिरण्यमय सोसायटी, शिखरेवाडी) यांनी उपनगर पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली. त्यानुसार संशयित वेदांशू पाटील, तिलोत्तमा पाटील, करिश्मा पाटील (रा.उंटवाडी) यांच्यावर फसवणुकीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. पोलिसांच्या माहितीनुसार, फिर्यादी गुजराथी यांची संशयित आरोपी वेदांशू रवींद्र पाटील याच्यासोबत ओळख झाली होती, तेव्हा गुजराथी व पाटील यांच्यामध्ये हॉटेल व्यवसायाबाबत बोलणे झाले. महिरावणी येथे एकाची जमीन असून, ही जमीन आपण कराराने घेऊन त्यावर हॉटेल व्यवसाय सुरू करू, असा प्रस्ताव संशयिताने दिला. दीड महिन्यात हॉटेल बंद पडले. त्याबाबत फियार्दी गुजराथी यांनी संशयित आरोपी वेदांशू पाटील याला एवढा खर्च करूनही नुकसान झाल्याबाबत विचारणा केली. तेव्हा आरोपी पाटील याने यातून बाहेर पडण्यासाठी अर्बन एअर ओपन ड्राइव्ह इन थिएटर, तसेच बंद पडलेले हॉटेल सुरू करण्याची कल्पना सुचवून पैसे उकळले.

शिक्षक भरती घोटाळ्यात सर्वात मोठी कारवाई

माजी शिक्षणाधिकारी काटोलकरांना अटक

■नागपूर। प्रतिनिधी,

राज्यातील शिक्षक भरती घोटाळ्यात मोठा मासा गळाला लागला आहे. नागपूरच्या एका माजी शिक्षणाधिकाऱ्याला अटक करण्यात आली आहे. नागपूर जिल्हा परिषदचे माजी शिक्षणाधिकारी रवींद्र काटोलकर याला विशेष तपास पथकाने (एसआयटी) अटक केली आहे. शालार्थ ऑनलाइन वेतन प्रणालीचा गैरवापर करुन शालार्थ आयडीचे बनावट ड्राफ्ट क्रियेट करुन त्याद्वारे बोगस शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी यांचे वेतन अदा करुन शासनाची आर्थिक फलसवणूक केल्याचा त्यांच्यावर आरोप आहे. एसआयटीच्या सायबर सेलने ही कारवाई केली आहे. त्यांच्यावर तब्बल १२ कोटींहून अधिक रकमेची फसवणूक केल्याचा आरोप ठेवण्यात आला आहे.

नागपूर विभागाच्या शिक्षण उपसंचालक कार्यालयाकडून आलेल्या तक्रारीनंतर राज्यातील बोगस शिक्षक भरती आणि वेतन उचलण्याचे प्रकरण उघडकीस आले. या तक्रारीच्या आधारे सायबर पोलिस ठाण्यात कलम ३१९(२), ३१८(४), ३३८, ३३६(३), ३४०(१), ३४०(२) अशा फसवणुकीच्या विविध कलमांखाली गुन्हा दाखल करण्यात आला. त्याची चौकशी विशेष तपास पथक करत आहे. या प्रकरणातील ही २६वी अटक आहे.

काय आहे घोटाळा?

शालार्थ ऑनलाइन प्रणालीचा बेकायदेशीरपणे वापर करून बनावट शालार्थ आयडी आणि ड्राफ्ट तयार करण्यात आले होते. बनावट शिक्षक आणि शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांच्या नावाने या बनावट आयडीद्वारे वेतन आणि इतर देणी काढण्यात आली, ज्यामुळे सरकारचे मोठे आर्थिक नुकसान करण्यात आले.

या गुन्ह्याचा तपास पोलीस आयुक्त डॉ. रविंद्र सिंघल, सह पोलीस आयुक्त नवीनचंद्र रेड्डी यांच्यासह विशेष तपास पथक (एसआयटी) प्रमुख नित्यानंद झा यांच्याकडून सुरु आहे.

आतापर्यंत १६ जणांना अटक

या घोटाळ्यात आतापर्यंत एकूण २६ आरोपींना अटक करण्यात आली आहे. यामध्ये शिक्षण उपसंचालक, शिक्षण अधिकारी, लिपिक, शाळेचे मुख्याध्यापक, शाळा संचालक आणि शिक्षक यांचा समावेश आहे. सर्व आरोपींविरुद्ध प्रथम श्रेणी न्यायदंडाधिकारी न्यायालय क्रमांक १० मध्ये आरोपपत्र दाखल करण्यात आले आहे.

काटोलकरने जमवली १२ कोटींची माया

आज अटक करण्यात आलेला आरोपी रवींद्र शंकरराव काटोलकर याला मंगळवारी अटक करून कोर्टात हजर करण्यात आले. त्यानंतर त्याला २५ डिसेंबरपर्यंत पोलीस कोठडी सुनावण्यात आली आहे. २४ डिसेंबर २०२१ ते २० मार्च २०२२ दरम्यान नागपूर जिल्हा परिषदेत शिक्षणाधिकारी (प्राथमिक) पदावर असताना, शिक्षक आणि शिक्षकेतर कर्मचाऱ्यांचे शालार्थ आयडी बनावट असल्याचे माहित असून सुद्धा स्वतःच्या आर्थिक फायद्यासाठी त्यांचे वेतन काढून शासनाची अंदाजे 12 कोटी रुपयांची फसवणूक केल्याचा आरोप आहे.

महापालिका कर्मचाऱ्यास मारहाण

■नाशिक। प्रतिनिधी,

थकीत पाणीपट्टीची रक्कम तातडीने भरण्यास सांगितल्याच्या रागातून महापालिका कर्मचाऱ्याला धक्काबुक्की करत बेदम मारहाण करणाऱ्यास जिल्हा व सत्र न्यायाधीश आर. एन. पांढरे यांनी शुक्रवारी (दि.१८) आरोपीस एक वर्ष साध्या कारवासाची शिक्षा सुनावली. अक्षय ज्ञानेश्वर देसाई (वय २६, रा. सातपूर) असे शिक्षा झालेल्या आरोपीचे नाव आहे. फिर्यादी प्रदीप बाबू खोडे (४२,रा. सातपूर) हे महापालिका सातपूर विभागीय कार्यालयात कनिष्ठ लिपिक पदावर कर्तव्यावर होते. त्यांनी २०२१ मध्ये देसाई यास थकीत पाणीबिलाची रक्कम लवकर भरण्यास सांगितले. त्याचा राग मनात धरून आरोपी देसाई याने खोडे यांना शिवीगाळ करत धक्काबुक्की करुन खाली पाडून मारहाण केली. याप्रकरणी खोडे यांनी दिलेल्या तक्रारीवरुन सातपूर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला होता. तत्कालीन उपनिरीक्षक शाम जाधव यांनी तपास करत सबळ पुरावे गोळा करुन दोषारोपपत्र जिल्हा न्यायालयात सादर केले. अतिरिक्त सरकारी अभियोक्ता भानुप्रिया पेठकर यांनी सरकारपक्षाकडून युक्तिवाद केला. यानुसार न्यायालयाने दोन्ही बाजूंचा युक्तीवाद ऐकून घेत देसाई यास दोषी धरले.

भाईदरमध्ये वयोवृद्ध महिलेला लुटले

भाईदर :

भाईदर पूर्वेच्या गोडदेव परिसरात दोन भामट्यांनी एका ७३ वर्षीय वृद्धेचा विश्वास संपादन करून त्यांना लुटल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. घडलेल्या या घटनेत सोन्याचे दागिने, मोबाईल आणि रोख रक्कम असा एकूण १ लाख १९ हजार रुपयांचा ऐवज चोरीला गेला आहे. याप्रकरणी दोन भामट्यां विरोधात नवघर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार, फियार्दी बिसंबारी तुलसिराम सिलोनि (वय ७३) या सकाळी ११ वाजेच्या सुमारास गोडदेव गावातून आपल्या मुलीकडून गोडदेव नाका येथील घरी परतत होत्या. त्या सिताविहार इमारतीजवळ आल्या असता, दोन अनोळखी इसमांनी त्यांना गाठले. या दोन्ही भामट्यांनी गोड बोलून बिसंबारी यांचा विश्वास संपादन केला. त्यानंतर मोठ्या हुशारीने आणि हातचलाखीने त्यांच्याकडील सोन्याचे दागिने व इतर वस्तू काढून घेतल्या. ही फसवणूक झाल्याचे लक्षात आल्यानंतर फियार्दी यांनी पोलीस ठाण्यात धाव घेतली. चोरट्यांनी वृद्धेकडून ७५ हजार रुपये किंमतीच्या सोन्याच्या बांगड्या, ४० हजार रुपये किंमतीची सोन्याची चैन, ३००० हजार रुपये किंमतीचा मोबाईल व १ हजार रुपये रोख रक्कम असा १ लाख १९ हजार रुपये किंमतीचा मुद्देमाल लंपास केला आहे.

राज्यात सिकलसेल आजाराचे १२ हजारांहून अधिक रुग्ण

२१ जिल्ह्यातील रहिवाशांची होणार तपासणी

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांच्या सूचनेनुसार आणि सार्वजनिक आरोग्य व कुटुंब कल्याणमंत्री प्रकाश आबिटकर आणि राज्यमंत्री मेघना साकोरे बोर्डिकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली ही मोहीम राबवण्यात येणार आहे.

असा होतो सिकलसेल आजार

सिकलसेल आजार हा अनुवंशिक असून आई-वडिलांपासून अपत्यांना होतो. सिकलसेल रक्त पेशीशी संबंधित आजार आहे. सामान्य रक्तपेशी या वतुर्ळाकार व लवचिक असतात तर सिकलसेल रक्तपेशी या विळ्याच्या आकाराच्या व ताठर असतात. सशक्त लाल रक्त पेशी रक्त वाहिन्यांतून सरळ निघून जातात. परंतु, सिकलसेल आजाराच्या रक्तपेशी वाहिन्यांना चिकटून राहतात. त्यामुळे अडथळा निर्माण होऊन त्या भागातील रक्तपुरवठा खंडित होतो. त्याला ह्यसिकलसेल क्रायसिसह्न म्हणतात. यामुळे असह्य वेदना होतात. अशी इजा वारंवार झाल्यामुळे अवयवाला जबरदस्त इजा होऊन तो अवयव निकामी होतात. आजार अधिक गंभीर झाल्यास मृत्यू होऊ शकतो.

■मुंबई। प्रतिनिधी,

सिकलसेल रक्त पेशीशी संबंधित आजार आहे. सिकलसेल आजाराच्या रक्तपेशी वाहिन्यांना चिकटून राहतात. त्यामुळे अडथळा निर्माण होऊन त्या भागातील रक्तपुरवठा खंडित होतो.

राज्यात २०१९ ते ३१ ऑक्टोबर २०२५ पर्यंत या सहा वर्षांत १ कोटी ५ लाख ८६ हजार ७३३ नागरिकांची आरोग्य तपासणी करण्यात आली. या तपासणीत १२ हजार ४२० रुग्णांमध्ये सिकलसेल आजाराचे निदान झाले असून १ लाख २४ हजार २७५ रुग्ण सिकलसेल आजाराचे वाहक असल्याचे निष्पन्न झाले आहे.

सिकलसेल आजाराचा प्रादुर्भाव रोखण्यासाठी वेळीच रुग्णांचा शोध घेत उपचारासाठी १५ ते ३१ जानेवारी २०२६ या पंधरवड्यात विशेष तपासणी मोहीम राबवण्यात येणार आहे. या मोहिमेत २१ जिल्ह्यांतील नागरिकांची तपासणी करण्यात येणार आहे, अशी माहिती सार्वजनिक आरोग्य विभागाने दिली.

सार्वजनिक आरोग्य विभागाच्यावतीने राज्यात १५ जानेवारी या कालावधीत सिकलसेल अभियानाची पूर्व तयारी करण्यात येणार आहे. त्यानंतर १५ ते ३१ जानेवारी २०२६ या कालावधीत "सिकलसेल" तपासणी विशेष पंधरवडा राबवण्यात येणार आहे. या तपासणी मोहिमेदरम्यान सिकलसेल आजाराचे प्रमाण अधिक असलेल्या २१ जिल्ह्यांमध्ये एकही रहिवासी तपासणीपासून वंचित राहू नये, यासाठी सर्व यंत्रणांनी प्रभावी नियोजन करावे. सिकलसेल आजाराचे लवकर निदान, रुग्णांना योग्य उपचार व संदर्भसेवा उपलब्ध करून देणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे.

सिकलसेलग्रस्त रुग्णांना अर्थसहाय्य व इतर लाभ

सिकलसेलग्रस्त रुग्णांना (एसएस पॅटर्न) संजय गांधी निराधार योजनेंतर्गत २,५०० रुपये आर्थिक सहाय्य मिळते. दहावी आणि बारावीमध्ये शिकणाऱ्या सिकलसेलग्रस्त विद्यार्थ्यांना परीक्षेत २० मिनिटे अधिक अवधी दिला जातो. बस प्रवास सवलत दिली जाते.

आजाराच्या प्रतिबंधासाठी हे करा!

सिकलसेल हा आजार अनुवांशिक असल्यामुळे माता-पित्याकडून अपत्यांना हा आजार होतो. विवाहापूर्वी सिकलसेल तपासणी करूनच विवाह करावा, लाल (एसएस) आणि पिवळे (एएस) कार्ड असलेल्यांनी आपापसात विवाह टाळावा, सिकलसेलग्रस्त किंवा वाहक रुग्णांनी निरोगी व्यक्तीशी विवाह करावा, सिकलसेलग्रस्त मातांनी गर्भधारणेनंतर आठ आठवड्याच्या आत गर्भजल तपासणी करून घ्यावी.

सिकलसेलची लक्षणे

रक्तातील हिमोग्लोबिनचे प्रमाण कमी होणे, हाता-पायावर सूज येणे, भूक मंदावणे, सांधे दुखणे, असह्य वेदना होणे, लवकर थकवा येणे, चेहरा निस्तेज दिसणे. सिकलसेल आजारावर उपचार काय? फॉलिक ॲसिडच्या गोळ्या निदमित घेणे, सोडामिंटच्या गोळ्यांचे सेवन महत्त्वाचे असते, भरपूर पाणी पिणे, वेदनाशामक गोळ्या, नियमित तपासणी व सल्ला घेणे, गरज भासल्यास रक्त संक्रमण करणे, समतोल आहार घ्यावा, बोनमॅरो ट्रान्सप्लांटेशन करून हा आजार पूर्णतः बरा होऊ शकतो.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहील.) भ्रमणध्वनी - ७४०००० १४७४. 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