

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-२०२ ● मुंबई, सोमवार, २३ फेब्रुवारी २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.  MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

स्त्री बीज तस्करीचं जाळं देशभरात?

भयंकर वास्तव समोर येताच डॉक्टरही पोलिसांच्या रडारवर

■ बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक

देशात दर दिवशी काही नव्या आणि हादरवणाऱ्या प्रकरणांचा खुलासा होत असताना बदलापुरमधून एका खळबळजनक प्रकरणाचा खुलासा झाला. जिथं गोरगरीब महिलांना पैशांचं आमिष दाखवून त्यांच्या अंडाशयांची तस्करी केली जात असल्याचा भयंकर प्रकार नुकताच समोर आला आहे. याबाबत माहिती मिळताच बदलापूर पोलिसांनी दलालांच्या टोळीच्या मुसक्या आवळल्या. त्यात तीन महिलांचा समावेश आहे. त्यांच्या रॅकेटला आणखी कितती महिला बळी पडल्या आहेत याचा पोलिसांनी कसून शोध सुरू केला आणि धक्कादायक माहिती

समोर आली. **बदलापुरातील स्त्री बीज तस्करीचं कनेक्शन देशभरात ?**

अंडाशयाची तस्करी होणाऱ्या या प्रकरणात डॉक्टरांसह सुलक्षणा गाडेकर मुख्य आरोपी आयव्हीएफ सेंटरचाही सहभाग असल्यामुळे पोलिसांनी त्या दिशेनं तपास सुरू करत जाळ्यात कितती महिलांची फसवणूक करण्यात आली आहे या रोखानं चौकशी केली. ज्यामुळं या प्रकरणाची पाळंमुळं देशभरात पसरली असल्याचं सांगण्यात येत आहे.

डॉक्टरही तपास यंत्रणांच्या रडारवर

स्त्री बीज तस्करी प्रकरणात काही डॉक्टर आणि इतर काही एजंटसह आयव्हीएफ सेंटरसुद्धा अडकण्याची शक्यता आहे. या संपूर्ण प्रक्रियेसाठी ज्या आयव्हीएफ सेंटरची गरज भासत होती, त्या

सेंटरचा शोध घेतला जात आहे असून नेमकं कितती महिलांना तस्करी प्रकरणात गुंतवून त्यांची फसवणूक करून स्त्री बीज काढण्यात आलं आहेत, याचा पोलिस तपास करत आहेत.

अंडाशयाची देशभरात विक्री ?

गरजू महिलांना पैशांचं आमिष दाखवत स्त्री बीज काढून त्यांची देशभर विक्री होत असल्याचा संशय पोलिसांनी प्राथमिक तपासानंतर व्यक्त केला आहे. कर्नाटक, तामिळनाडू, आंध्र प्रदेश आणि केरळत या स्त्री बीजांची त्यांची तस्करी केली जात असल्याचा संशयावरून तपास पुढे जात असतानाच महिलांना या प्रकरणी १५ ते २० हजार रुपये देऊन त्यांच्या शरीरातील स्त्री बीज डॉक्टरांकडून काढून आयव्हीएफ सेंटरच्या माध्यमातून त्यांची विक्री केली जात असल्याची शक्यता वर्तवण्यात येत आहे.

भंडान्यात बाळ विक्रीचं आणखी एक प्रकरण

दरम्यान, इथं या तस्करी प्रकरणाची चर्चा सुरू असतानाच भंडान्यात बाळ विक्रीचं आणखी एक प्रकरण समोर आल्यानं पुन्हा खळबळ याजली आहे. गोंदियातील डॉक्टर नितेश वाजपेयी यांनी डिसेंबर २०२५ मध्ये भंडान्याच्या मोहदुर्ग येथील दाम्यालया सुमारे ४ लाख ७० हजार रुपयांत नवजात बाळ विकल्याची माहिती आहे. वरती पोलिस ताणण्याच्या हद्दीतील मोहागवा (देवी) येथून महिला व बाल विकास अधिकार्यांनी पोलिसांच्या मदतीने बाळ ताब्यात घेतले. यापूर्वी दोन आठवड्यांपूर्वी गोंदिया येथील नवजात बाळ विक्री प्रकरणातही त्यांचे नाव समोर आले होते. त्या प्रकरणात दोन दिवसां आधी आरोपी डॉक्टरला पोलिसांनी ताब्यातही घेतले होते. आज पुन्हा तसाच बाळ विक्री प्रकरण पुढे आल्याने या घटनेमुळे जिल्हात खळबळ उडाली आहे.



सातारा जिल्ह्यातील कराडमध्ये बांगलादेशींची घुसखोरी मुंबईत खोटे कागदपत्र बनवून राहत होते, चौघांना ठोकल्या बेड्या

■ सातारा। प्रतिनिधी,

सातारा जिल्ह्यातील कराडमध्ये बांगलादेशींनी घुसखोरी केल्याची माहिती उघडकीस आली आहे. मुलकी अधिकाऱ्यांनी घुसखोऱ्यांची कोणतीही माहिती न घेता भारत-बांगलादेश सीमेवरून कराडच्या मुंडे गावात प्रवेश केला. त्याच ठिकाणी ते गेली सहा महिन्यांपासून वास्तव्य करत होते. या प्रकरणी कराड शहर गुन्हे प्रकटीकरण शाखेच्या पथकाने अटक केली. या बांगलादेशी घुसखोरांना आश्रयासाठी मदत करणाऱ्या करण बापू कांबळे यालाही अटक केली. संबंधित प्रकरणात काही संशयितांना न्यायालयात हजर केले.

चौकशीतून आलं समोर

याचवरून आता कराड शहर गुन्हे प्रकटीकरण शाखेचे पोलीस

कराडमध्ये घुसखोरी केलेल्या बांगलादेशींची नावे

बांगलादेशी घुसखोरांची नावे आता समोर आलेली आहेत. बिलाल सलाल उद्दीन मुल्ला, आयेशा अदिल शेख आणि नसरिन अब्दुलसालाय मुल्ला अशी त्यांची नावे आहेत. देशात सध्या बांगलादेशी घुसखोरांमुळे गंदारोळ सुरू असताना कराडमध्ये कारवाई करण्यात आल्याचे वृत्त आहे. पोलिसांनी एका पत्रकाराच्या माहितीच्या आधारे माहिती मिळवली की, एका इमारतीत बांगलादेशी नागरिक वास्तव्यास आहेत.

उपनिरीक्षक निखील मगदूम यांनी तात्काळपणे कारवाईच्या सूचना दिल्या. ज्या इमारतीत बांगलादेशींना लपवण्यात आलं त्या इमारतीचं नाव 'सह्याद्री रेसिडेन्सी' असे आहे. याच इमारतीजवळ जाऊन चौकशी करण्यात आली होती. याचदरम्यान बिलाल मुल्लाकडे विचापूस केली असता, आणखी दोघेजण इथे राहत असल्याचे निष्पन्न झाले. तसेच याच लोकांनी मुंबईत वनावट पत्त्यांवर आधारकाई बनवून घेतल्याची कबुली देखील दिली.

मुंबई पोलिसांना मोठं यश, शहरातून हरवलेल्या १६१ मुलांचा शोध २०२५ पासून बेपत्ता झालेल्या २१८२ मुलांपैकी २१६५ मुलांचा पोलिसांनी सुरक्षितपणे शोध घेतला

■ मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबई शहरातून बेपत्ता झालेल्या मुलांबाबत सतत अनेक वृत्त समोर येतात. परंतु या बेपत्ता मुलांचा नंतर शोध लागतो का, हा आकडा दिवसेंदिवस वाढत का जातोय, असे अनेक प्रश्न नागरिकांसमोर आहेतच. अशातच मुंबई पोलिसांनी या मुलांचा शोध घेण्यासाठी कंबर कसलेली आहे. हरवलेल्या मुलांचा शोध घेण्याचं काम पोलिसांकडून प्राधान्यक्रमाने केलं जातंय. २०२५ मध्ये शहरातून बेपत्ता झालेल्या २१८२ मुलांपैकी २१६५ मुलांचा पोलिसांनी सुरक्षितपणे शोध घेतला आहे. या सर्व मुलांना त्यांच्या पालकांकडे सोपवण्यात आलं आहे. म्हणजेच

दादर, सीएसएमटी आणि मुंबई सेंट्रल या तीन महत्त्वाच्या ठिकाणी जिल्हा बाल संरक्षण कक्षांतर्गत रेव्हे

याइवळ हेल्प डेस्कसुद्धा कार्यरत आहेत. संकटात सापडलेल्या किंवा हरवलेल्या मुलांना तातडीने मदत मिळावी म्हणून हे डेस्क तैनात आहेत.

जवळजवळ १९ टक्के हरवलेली मुलं सुरक्षितपणे सापडली आहेत. २०२६ मध्येही पोलिसांनी हे काम धडाडीने सुरूच ठेवलं असून आतापर्यंत बेपत्ता झालेल्या ० ते ५ वयोगटातील सर्व सात मुलांना शोधून काढलं आहे. मुंबई पोलिसांचं हे मोठं यश मानलं जात आहे.



याविषयी सह पोलीस आयुक्त (कायदा आणि सुव्यवस्था) सत्यनारायण चौधरी म्हणाले, "कमी वयातील आणि अगदी लहान मुलांशी संबंधित प्रकरणांना अधिक प्राधान्य दिलं जात आहे. त्यामुळे आतापर्यंत या वयातील मुलांची रिकव्हरी ही शंभर टक्के आहे." २०२६ च्या सुरुवातीच्या महिन्यांतच जवळपास १७८ अल्पवयीन मुलं बेपत्ता झाल्याचं वृत्त होतं. मुंबई पोलिसांच्या त्वरित कारवाईनंतर त्यापैकी १६१ मुलं सापडली आहेत. तर १७ अल्पवयीन, ज्यामध्ये ८ मुलं आणि ९ मुलींचा समावेश आहे, ते अजूनही बेपत्ताच आहेत. बेपत्ता

झालेली ही सर्व मुलं १६ ते १८ वयोगटातील आहेत.

इतर अल्पवयीन मुलांचा शोध घेण्यासाठी संपूर्ण देशात स्पेशल टीम तैनात करण्यात आले आहेत. सध्या त्याचं स्थळ ट्रॅक करण्यासाठी आणि त्यांना पुन्हा त्यांच्या पालकांकडे सुरक्षितरित्या सोपवण्यासाठी तीन ते चार पथकं भारताच्या वेगवेगळ्या भागात कार्यरत आहेत. २०२५ मध्ये शोधलेल्या २६५ मुलांपैकी ५५ टक्के मुलं आणि ४५ टक्के मुली होत्या. काही अल्पवयीन मुलं घरचांशी भांडून पळून मुंबईत येतात. तर मुंबईतील रत्नेगाड्या आणि रेल्वे परिसरातील गंदीमुळे अनेक लहान मुलांची पालकांशी ताटाटूट होते आणि मुलं हरवतात.

ना पाणी, ना अन्न, किररं अंधार... ४ वर्षांचा चिमुकला शिक्षकांच्या निष्काळजीपणामुळे रात्रभर शाळेत

■ नागपूर। प्रतिनिधी,

नागपूर जिल्ह्यात धक्कादायक प्रकार घडला आहे. खेळता खेळता थकलेला ४ वर्षीय चिमुकला रात्रभर शाळेत कोंडला गेला. महिला कर्मचाऱ्यांनी शाळेची खोली न तपासात बंद केली, चिमुकला वर्गाच्या मागच्या बाजूने झोपला असल्याने ही बाब लक्षात आली नाही. संध्याकाळी ०५:३० वाजून गेल्यावरही चिमुकला परत न आल्याने पालकांनी खापरखेडा पोलीस स्टेशन मध्ये तक्रार नोंदविली. त्यानंतर पोलिसांनी तपास सुरू केला.



नेमकं काय घडलं ?
बुधवारी नागपूरमध्ये शाळेतील महिला कर्मचाऱ्यांच्या निष्काळजीपणामुळे धक्कादायक प्रकार घडला. खेळता खेळता थकलेला चार वर्षीय चिमुकला रात्रभर शाळेत कोंडला गेला. रात्रभर ना जेवन, ना पाणी, चारही बाजून काळोख अशा स्थितीत चार वर्षांचा हिमांशु रात्रभर शाळेत होता. तो न घाबरता शाळेत बसून राहिला. शाळेतील कर्मचाऱ्यांच्या निष्काळजी पणामुळे हे घडल्याचे कुटुंबियांनी सांगितले.

कुटुंबियांनी दिली प्रतिक्रिया

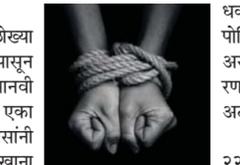
हिदुगारी हिमांशु खेळत होता, सायंकाळी सहापर्यंत तो खेळत होता. नंतर दिसतच नव्हता. आम्ही घाबरून गेलो. मग पोलीस तक्रार केली. पोलीसांनी आणि आम्ही रात्रभर शोधलं. आम्ही घाबरून गेलो होतो, रात्रभर बाहेर शोधत फिरलो. शेवटी दुसऱ्या दिवशी ११ वाजता तो शाळेत सापडला. तो सांगतो रात्रभर शाळेत पाणी आणि जेवण नव्हतं. पण रात्रभर रडला नाही. असे हिमांशुच्या आई-वडिलांनी सांगितले.

प्रकरणाचे गांभीर्य लक्षात घेऊन पोलिसांनी ७ वेगवेगळे पथक नेमून रात्रभर मुलाचा शोध घेतला मात्र आढळून आला नाही. अखेरचा पर्याय म्हणून जेव्हा सकाळी शाळेची तपासणी केली तेव्हा मुलगा सुखरूप शाळेत आढळून आला. शाळेतील कर्मचाऱ्यांच्या दुर्लक्षामुळे घडली मोठी घटना, मात्र मुलगा सुखरूप आढळल्याने नातवाईकांसह पोलिसांचा जीव भांड्यात पडला. बुधवारी रात्री हा मुलगा शाळेत कोंडला गेला, दुसऱ्या दिवशी म्हणजेच काल सकाळी आढळून आला.

मानवी तस्करी करणाऱ्या आंतरराष्ट्रीय टोळीचा पर्दाफाश

■ पुणे। प्रतिनिधी,

बुधवार पेठ परिसरातील काळोखी गल्ल्यांमध्ये गेल्या दोन दशकांपासून पोलिसांच्या नजरेतून सुटत मानवी तस्करीचे जाळे विणणाऱ्या एका आंतरराष्ट्रीय टोळीचा पुणे पोलिसांनी पर्दाफाश केला आहे. फरारसंखाना पोलीस ठाणे आणि खडक पोलीस ठाणे यांच्या संयुक्त पथकाने राववलेल्या धडक कारवाईत तब्बल ११ बांगलादेशी महिलांची सुटका करण्यात आली आहे. या प्रकरणाचा मुख्य सूत्रधार बाबू भैर्या ऊर्फ पापा शेख असल्याचे तपासात समोर आले असून तो सध्या फरार आहे. हॉटेलमध्ये साधा कामगार म्हणून कामाला सुरुवात केलेल्या पापा शेखने गेल्या २० वर्षांत पुण्यात मानवी तस्करीचे मोठे जाळे उभे केल्याची



धक्कादायक माहिती समोर आली आहे. पोलिसांनी याप्रकरणी गुन्हे दाखल केले असून सुमित्री कांबळे, राजेश कलीमनी, रणजीत पात्रा आणि रूपा शेख यांना अटक करण्यात आली आहे. कारवाईदरम्यान पोलिसांनी एकूण २२ महिलांना ताब्यात घेतले होते. सखोल चौकशीत त्यापैकी ११ महिला या मूळच्या बांगलादेश येथील नागरिक असल्याचे निष्पन्न झाले. पापा शेखच्या तीन पत्नी या परिसरात महिलांवर देखरेख ठेवण्याचे काम करत असल्याचेही तपासात समोर आले आहे. या चक्रातून बाहेर पडण्याचा प्रयत्न करणाऱ्या महिलांना मारहाण करून दहशतीखाली ठेवले जात होते. त्यांच्या कमाईतील मोठा हिस्सा पापा शेख आणि त्याच्या टोळीमार्फत घेतला जात असल्याचेही उघड झाले आहे.

अकोल्यात रुग्णालयात जाऊन सोडवला बारावी बोर्डाचा पेपर

■ पुणे। प्रतिनिधी,

बारावी बोर्डाच्या परीक्षेदरम्यान विद्यार्थिनीची प्रकृती बिघडल्याने विद्यार्थिनीने रुग्णालयातच पेपर सोडवला. ही घटना अकोल्यातील मूर्तिजापूर तालुक्यातील एका परीक्षा केंद्रावरिल आहे. परीक्षा सुरू असताना एका विद्यार्थिनीची अचानकपणे प्रकृती बिघडली. प्रशासनाच्या तत्परतेनं विद्यार्थिनीला रुग्णालयात प्रश्नपत्रिका उपलब्ध करून परीक्षा पूर्ण करता आली. ही घटना २१ फेब्रुवारी रोजी घडल्याचे वृत्त आहे. घडलेल्या घटनेनुसार, हिरापूर येथील अंततःराव देशमुख ज्युनियर कॉलेजमध्ये शिक्षण घेणारी



विद्यार्थिनी श्रेया गुणवंतराव देशमुख ही परीक्षा केंद्रावर गणिताचा पेपर देण्यासाठी उपस्थित होती. सकाळी १०:५० वाजता तिची अचानकपणे प्रकृती बिघडल्याची आणि ती बेशुद्ध पडली, नंतर तिला चक्कर येऊ लागली. परिस्थिती बघता, कर्मचारी आणि तिच्या पालकांनी तातडीने तिला मूर्तिजापूर येथे महाराज रुग्णालयात दाखल केले होते.

पोटच्या २ लेकरांना २० हजाराला विकले, ५ दिवसांच्या मुलीची विक्री करताना आई सापडली

■ सांगली। प्रतिनिधी,

सांगली जिल्ह्यातील मिरज येथे आईने स्वतः पोटच्या दोन लेकरांची विक्री केल्याची धक्कादायक घटना घडली आहे. प्रत्येकी २० हजार रुपये प्रमाणे दोन लहान मुलांची विक्री दीड वर्षांपूर्वी करण्यात आली होती. तिसऱ्या पाच दिवसांच्या मुलीची विक्री करत असताना महिला बाल कल्याण समाज, सांगली जिल्हा यांच्या पथकाने करवाई

२० हजारांना विक्री

याप्रकरणी जिल्हा बाल संरक्षण अधिकारी रोहिणी महादेव वाघमारे यांनी तक्रार दिली आहे. याबाबत मनीषा जाधव (रा. सुभाषनगर), उमाजी रमेश लोढे, सुरेखा लोढे, दयशर लोढे, सचिन गोसावी (रा. माधवनगर) यांच्यावर गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. संशयित आरोपी मनीषा जाधव हिने दीड वर्षापूर्वी आपल्या पहिल्या बालकाला २० हजार रुपयाला कोल्हापूर चाळ, मिरज याठिकाणी विकले होते. त्यानंतर माधवनगर येथे आणखी एका बालकाला विकले.



करत मिरज शहर पोलिसांत गुन्हा दाखल केला आहे. मनीषा जाधव हिला मागील आठवड्यात मुलगी झाल्यानंतर तिची सुध्दा विकण्याचा प्रयत्न करत असताना सदरचा प्रकरण उघडकीस आला. सदरची तीनही बालके महिला बाल कल्याण समितीने ताब्यात घेतले

आहेत. त्यांना सध्या मिरजेतील पाठक अनाथ आश्रम याठिकाणी ठेवण्यात आले आहे. सदरची करवाई जिल्हा महिला बाल विकास अधिकारी वर्षा पाटील यांच्या मार्गदर्शनाखाली जिल्हा बाल संरक्षण अधिकारी रोहिणी वाघमारे, आयेशा दानवडे, शानुर दानवडे, आरती निडसोसे, यांच्या पथकाने केली. अधिक तपास पीएसआय विनायक मसाळे करत आहेत.



'हसू झालंय माझं.., जीव होता तो माझा...' सोलापुरातल्या पायलची काळजाचं पाणी करणारी सुसाईड नोट

■ सोलापूर। प्रतिनिधी,

"माझं हसू झालंय... माझं पालरं बंद केलं... जीव होता तो माझा... स्वप्न होतं गं..." एका २२ वर्षांच्या तरुण विवाहितेचे हे शेवटचे शब्द आता संपूर्ण सोलापूर जिल्ह्याला चटक लावून जात आहेत. सोलापूरच्या माळशिरस तालुक्यातील

नातेपुते परिसरात एका धक्कादायक घटनेने खळबळ उडाली आहे. स्वतःच्या पायावर उभे राहण्याचे स्वप्न पाहणाऱ्या पायल रणदिवे या विवाहितेने सासरच्या जाचाला कंटाळून आपली जीवनायत्रा संपवली.

त्यासाठी तिने रीतसर क्लासही लावला होता. मात्र, तिच्या या छोट्याशा स्वप्नाचा सासरच्या मंडळींनी गळ घेतल्याचा आरोप होत आहे. शनिवारी सायंकाळी पायलने राहत्या घरी टोकाचे पाऊल उचलत आत्महत्या केली.

अंगावर मारहाणीच्या खुणा
पायलच्या मृतदेहावर मारहाणीचे ब्रण आणि जखमांच्या खुणा आढळून आल्या आहेत, ज्यामुळे ही आत्महत्या नसून सासरच्यांनी केलेला छळ असल्याचा संताप माहेरच्या मंडळींनी व्यक्त केला

आहे. "पायलला सातत्याने शारीरिक आणि मानसिक त्रास दिला जात होता. तिचे स्वप्न हिरावून घेतले गेले आणि तिला मरण्यास प्रवृत्त केले," असा आरोप पायलच्या वडिलांनी पोलीस तक्रारीत केला आहे.

हातावर कोरल्या वेदना
पायलने आत्महत्येपूर्वी घिघी न लिहिता आपल्या हातावरच आपल्या वेदना लिहून ठेवल्या होत्या. तिने हातावर लिहिलेला मजकूर वाचून उपस्थितांच्या काळजाचे पाणी झाले. तिने लिहिले होते: 'हसू झालंय माझं, माझं पालरं बंद केलं... जीव होता तो माझा... स्वप्न होतं गं... आजवर शांत बसले पण आता नाही. चांगल्या आई-बापाची लेकरे आहे म्हणून निघूनही गेले नाही... माज्यामुळे त्रास झाला असेल तर २३५९८.१

परिसरात हळहळ
एकीकडे आपण 'लेक वाचवा, लेक शिकवा'च्या घोषणा देतो, मात्र दुसरीकडे एका शिंकलेल्या आणि स्वप्न पाहणाऱ्या तरुणीला हुंडा किंवा कौटुंबिक वादातून आपला जीव गमवावा लागतो, याबद्दल सोलापूर जिल्ह्यातून संताप व्यक्त होत आहे. पायलच्या मामांनी, गणेश कदम यांनी आपल्या भाचीला न्याय मिळवून देण्याची मागणी केली असून, दोषींना कठोर शासन व्हावे, अशी भावना व्यक्त केली आहे.



कसले पुरोगामीत्व? हा बाजारूपणा!

गुजरात राज्यात 'विवाह नोंदणी कायदा २००६' मध्ये एक महत्त्वाचा पालट करण्याचा प्रस्ताव करण्यात आला आहे. याद्वारे 'रजिस्टर मॅरिज' (नोंदणी पद्धतीने विवाह) करताना त्याविषयी मुलीच्या पालकांना अवगत करणे अनिवार्य करण्यात येणार आहे. अर्थात याविषयी अद्याप कायदा व्हायचा आहे. या सुधारणेचे विधेयक गुजरात विधीमंडळामध्ये सादर होईल. तेथे संमत झाल्यास हे सुधारणा विधेयक अंतिम मान्यतेसाठी राज्यपालांकडे पाठवले जाईल. त्यांच्या मान्यतेनंतरच त्याचे कायदात रूपांतर होईल. विशेषतः लव्ह जिहादमध्ये युवतीची फसवणूक करून तिच्याशी विवाह केला जातो आणि त्यानंतर शारीरिक संबंध प्रस्थापित केले जातात. त्यानंतर जिहादाचे खरे स्वरूप लक्षात आले, तरी तोपर्यंत युवतीचे जीवन उद्ध्वस्त झालेले असते. अशा प्रकारांना रोखण्यासाठी हा कायदा मोठा आधार ठरेल; परंतु हा कायदा अस्तित्वात येण्यापूर्वीच त्याला विरोध होऊ लागला आहे. हा विरोध काँग्रेस, समाजवादी, पुरोगामी यांच्याकडून होत आहे, हे वेगळे सांगण्याची आवश्यकता नाही; कारण जे लोक लव्ह जिहादलाच नाकारतात, ती अशा प्रकारच्या कायद्याला तरी कशी स्वीकारणार? उलट 'हा कायदा राज्यघटनेतील व्यक्तीस्वातंत्र्याच्या अधिकारावर घाला कायदा', अशी ओरड या लोकांनी आतापासूनच चालू केली आहे. त्यामुळे भविष्यात हा कायदा अस्तित्वात आला, तरी या कायद्याला न्यायालयात आव्हान दिले जाणार, हे स्वाभाविकच आहे. येथे एक सूत्र विशेषत्वाने लक्षात घ्यायला हवे, ते म्हणजे 'या कायद्याद्वारे व्यक्तीस्वातंत्र्यावर घाला येईल', याची ज्यांना चिंता वाटे, त्यांना सहस्रो हिंदू युवती लव्ह जिहादमध्ये फसल्याची मात्र काळजी वाटत नाही. कायद्यानुसार १८ वर्षे वयाच्या मुलीला सज्जन मानले जाते; परंतु बलात्कार, हत्या, गुंडगिरी, चोरी करणारेही सज्जन असतात की. 'सज्जन याचा अर्थ योग्य-अयोग्य काय?' याचा सारासार विचार करण्याची पात्रता येणे' असा आहे; परंतु तसे होईलच, याची शाश्वती कायदा देतो का? कायदा ती देऊ शकत नाही; कारण त्याला मर्यादा आहेत. यापूर्वी मुलीचे लग्न करण्याच्या वयाची मर्यादा त्याहून अल्प होती; परंतु विवाह झाल्यावर येणारे मातृत्व लक्षात घेऊन वर्ष १९७८ पासून मुलीच्या विवाहाची मर्यादा १८ वर्षे करण्यात आली आहे. याचा अर्थ असा की, अनुभवातून कायदात पालट होणे, हे वस्तुस्थितीला अनुसरून आहे आणि हे पुरोगामीत्व आहे. देशाच्या स्वातंत्र्यानंतर विवाह ठरवताना मुलगी सज्जन असावी, यासाठी तिची वयोमर्यादा १८ वर्षे निश्चित केली आहे. 'ती स्वतःच्या आयुष्याचा सारासार विचार करील', असे गृहीत धरूनच पालकांच्या अनुमतीची अट ठेवलेली नाही. भारतीय विवाहपद्धतीमध्ये पालक मुलीचा विवाह करून देतात; परंतु मुलीला पालकांनी आणलेले स्थळ अयोग्य वाटत असेल, तर तिला उचित वाटण्याचा युक्त्याशी विवाह करण्यासाठी कायदा तिला अधिकार देतो. गुजरात शासन करत असलेला कायदा हा मुलींच्या अधिकारांना नाकारण्यासाठी नाही; परंतु जर मुलींचे वशीकरण करून, त्यांना प्रेमाच्या खोटी जाळ्यात फसवून विवाह करण्याचे प्रकार होत असतील, तर त्याचे काय? अशा प्रकारात मात्र नोंदणी विवाहपद्धत मुलीची फसवणूक करण्यासाठी एकप्रकारे संरक्षक म्हणून काम करते, ही वस्तुस्थिती आहे. जर मुलीचे पाऊल चुकीचे पडत असेल, तरी त्या दलदलीतून बाहेर काढण्यासाठी पालकांचे हात या कायद्याने बांधले जातात. अशा मुलांना त्यांच्या कर्मांचे फळ म्हणून वाच्यारव सोडून घ्यायचे का? त्यांच्या आयुष्याविषयी राज्यघटनेने विचार करूच नये का? त्या युवतींच्या आयुष्याची राखणीसाठी होण्यापेक्षा व्यक्तीस्वातंत्र्य मोठे आहे का? यावर जर विचार होत नसेल, तर हे कसले पुरोगामीत्व? केवळ न केवळ धर्मांधपणा पाठीशी घालण्यासाठी काँग्रेस, साम्यवादी, पुरोगामी हे लव्ह जिहादच्या सहस्रो घटना घडल्यानंतर आणि पुढे आल्यानंतरही त्याकडे दुर्लक्ष करत असतील, तर 'केवळ हिंदू धर्माला लक्ष्य करण्यासाठीच तुम्ही पुरोगामीत्व वापरत आहात', असाच याचा स्पष्ट अर्थ होतो. 'एकाला लक्ष्य करायचे आणि दुसऱ्याच्या दुष्कृत्यांकडे दुर्लक्ष करायचे', यालाच पुरोगामी म्हटले जात असेल, तर काँग्रेस, साम्यवादी ही त्यातीलच पिलावळ होय. तुम्ही जर खरोखरच पुरोगामी असा, तर ज्यांचे आयुष्य लव्ह जिहादमुळे उद्ध्वस्त झाले, अशा युवतींची संख्या काढा. समाजाला आव्हान करून अशा युवतींना पुढे घालायला सांगा. तुम्ही खरोखरच पुरोगामी असा, तर या प्रकाराची सत्यता पडताळणे, ही तुमची भूमिका असायला हवी, नव्हे का? परंतु सत्यता पडताळणे, तर दूरच असे प्रकार पुढे आल्यावरही ही मंडळी त्याकडे सोयीस्करपणे पूर्णतः दुर्लक्ष करतात. हे कसले पुरोगामीत्व? हा तर पुरोगामीत्वाचा बुरखा पांघरणाऱ्यांचा बाजारूपणा आहे. हिंदू धर्मावर कुरघोडी करणारे असते, तरच ते पुरोगामीत्व; मात्र मुसलमानांच्या धर्माध्वंसेवर उठले, तर ते राज्यघटनेला विरोध ठरते. गुजरातमध्ये होऊ घातलेल्या या कायद्यामध्ये हेच झाले आहे. लव्ह जिहादच्या अनेक घटनांमध्ये मुलींचे वशीकरण केले जाते, तिच्याशी शारीरिक संबंध प्रस्थापित करून आणि लग्नाचे आश्वासन देऊन भावनिक जाळ्यात अडकवले जाते. असे प्रकार घडल्यास सध्याचा विवाह नोंदणी कायदा, म्हणजे त्या मुलीसाठी गळफासाचा दोरखंड ठरतो. अशा प्रकारे कोणत्याही युवतीची फसवणूक होत असेल, तर त्या वेळी तिचे पालक किंवा नात्यातील कुणाला तरी तिच्या विवाहाची माहिती असेल, तर किमान तिच्या विवाहाच्या योग्य-अयोग्यतेची पडताळणी तरी होऊ शकते. काही काळेबेरे असेल, तर त्या मुलीचे आयुष्य उद्ध्वस्त होण्यापासून रोखण्याची एक संधी हातात रहाते. याचा अर्थ हा कायदा प्रेमविवाहाच्या विरोधात आहे, असा होत नाही. या कायद्याने वयाने सज्जन असलेल्या युवतीचा विवाह हक्क नाकारलेला नाही, तर चुकीचे प्रकार रोखण्यासाठी कायद्याचे संरक्षण होय. हा कायदा केवळ हिंदू युवतींसाठीच आहे, असे नाही. मुसलमान युवतींचीही अशी फसवणूक होत असेल, तर तिलाही या कायद्याद्वारे संरक्षण प्राप्त होईल. राज्यघटनेतून जेव्हा जनतेचे हित साधले जाते, तेव्हा खऱ्या अर्थाने त्याला अर्थ प्राप्त होतो. त्यामुळे गुजरात राज्याने उचललेले पाऊल अतिशय योग्य आहे. गुजरातप्रमाणे अन्य राज्यांनीही असा कायदा करण्याविषयी पावले उचलावीत. विशेषतः महाराष्ट्रात मागील काही वर्षांपासून लव्ह जिहादच्या घटना रोखण्यासाठी कायदा करण्याची मागणी सर्व स्तरांतून होत आहे. त्यामुळे महाराष्ट्रातही या कायद्याचा विचार प्राधान्याने करावा. आपले कायदा होणे, ही एका स्तरापर्यंतची उपाययोजना झाली. आपल्या मुली हिंदूद्वेष्यांच्या षड्यंत्रांत फसणे, हे हिंदूंचे अपयश आहे. मुलगी हातची गेल्यावर शोक करण्यापेक्षा आपले पात्य योग्य-अयोग्य समजण्यासाठी जाणकार होतील, असे त्यांना धर्मशिक्षण देणे, हाच यथायोग्य उपाय होय!

अजितदादांच्या अपघाती निधनाने सामान्य माणूस अजूनही बुचकळ्यात आहे. एखाद्या अनपेक्षित घटनेचा धक्का एवढा मोठा असतो, की घटना घडून गेल्यानंतरही बरेच दिवस ती घटना मनाला स्वीकारता येत नाही. सत्य कळत असतं, पण त्यावर विश्वास ठेवायला मन तयार नसतं. एका बाजूला अनपेक्षित, अविश्वसनीय घटना आणि त्यानंतर समाज माध्यमांवरून फिरत असलेल्या अजितदादांच्या अनेक चित्रफिती. त्यात भर आमदार रोहित पवार यांच्याकडून व्यक्त होत असलेल्या संशयाची. अपघात हे खरं तर अतांकिंकच असतं. त्यामुळे, तकांनी त्यात अनेक प्रश्न उपस्थित होतच असतात. काही सर्वसामान्यांच्या मनात असलेले प्रश्न, काही तज्ज्ञांचे प्रश्न, आपल्याकडे प्रत्येक व्यवस्थेत असलेल्या अव्यवस्था आणि नेमक्या त्याच दिवशी घडलेल्या काही अपघातात्मक त्रुटी या सगळ्यांची गोळाबेरीज रोहित यांच्या प्रश्न आणि संशयात असल्याने त्या अपघाताभोवतीचं गूढ वाढत चाललं आहे. रोहित यांच्या आरोपवजा प्रश्नांना सुरुवातीला राष्ट्रवादी काँग्रेसचे प्रदेशाध्यक्ष सुनील तटकरे आणि प्रवक्त आनंद परांजपे यांनी उत्तर दिली. पण, तरीही रोहित यांच्या प्रश्नांवर परिषदा थांबवता आणि त्यांच्या समर्थनार्थ अजितदादांचे धाकटे चिरंजीव जय पवारही आले, तेव्हा राज्याचे महसूल मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे आणि मंत्री राधाकृष्ण विखे-पाटील यांनी उत्तर घ्यायला सुरुवात केली. रोहित यांच्या नेमक्या प्रश्नांना खरे तर हवाई वाहतूक विभागाशी संबंधित यंत्रणांनी उत्तर घ्यायला हवं होतं किंवा निदान तज्ज्ञांचे अहवाल येईपर्यंत वाट बघण्याचे आवाहन तरी करायला हवं होतं. पण, विमान ज्या खासगी कंपनीचं होतं, त्या कंपनीने आपल्या बाजूने अजून तरी कोणतीच वस्तुस्थिती उघड न

संशयाचं धुकं



विमानाचा ब्लॅक बॉक्स आगीत जळल्याची माहिती आल्याने या प्रकरणाच्या चर्चेत आणखी वाढ झाली. तथ्य किती किंवा शक्यता किती याचा विचार न करता अशा चर्चेत मग प्रश्नांची भर पडत जाते. सध्या नेमकं हेच सुरु आहे. ते सहजपणे दुर्लक्ष करण्यासारखं नाही.

केल्याने आणि हवाई प्रवासी वाहतूक विभागाशी संबंधित नियंत्रक संस्थांनीही अजून तपासातील प्रगती अंधकृतीरित्या जनतेसमोर न ठेवल्याने रोहित यांच्या प्रश्नांची धार वाढत चालली आहे. सर्वसामान्य माणसालाही त्यामुळे काही प्रश्न पडू लागले आहेत. अजितदादांच्या अपघाती निधनानंतर त्याविषयी पहिली शंका व्यक्त केली, ती पश्चिम बंगालच्या मुख्यमंत्री ममता बॅनर्जी यांनी. ममता यांचा संशय सुरुवातीला राष्ट्रवादी काँग्रेसचे प्रदेशाध्यक्ष सुनील तटकरे आणि प्रवक्त आनंद परांजपे यांनी उत्तर दिली. पण, तरीही रोहित यांच्या प्रश्नांवर परिषदा थांबवता आणि त्यांच्या समर्थनार्थ अजितदादांचे धाकटे चिरंजीव जय पवारही आले, तेव्हा राज्याचे महसूल मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे आणि मंत्री राधाकृष्ण विखे-पाटील यांनी उत्तर घ्यायला सुरुवात केली. रोहित यांच्या नेमक्या प्रश्नांना खरे तर हवाई वाहतूक विभागाशी संबंधित यंत्रणांनी उत्तर घ्यायला हवं होतं किंवा निदान तज्ज्ञांचे अहवाल येईपर्यंत वाट बघण्याचे आवाहन तरी करायला हवं होतं. पण, विमान ज्या खासगी कंपनीचं होतं, त्या कंपनीने आपल्या बाजूने अजून तरी कोणतीच वस्तुस्थिती उघड न

या उपमुख्यमंत्री असताना, संपूर्ण पक्ष सत्ताधारी महायुतीत सहभागी असताना आणि फडणवीस यांच्यासोबत एकूण एक पक्षाचे मधुर संबंध असताना अचानक ही मागणी का व्हावी? रोहित यांना रोखण्यासाठी, पक्षातील खदखद थांबवण्यासाठी, की हितचिंतक मतदारांना दिलासा देण्यासाठी? फडणवीस यांचा दिल्ली दौरा ठरला होताच. त्यामुळे, त्यांनीही या शिष्टमंडळाला ह्यामाझी केंद्रीय गृहमंत्र्यांबरोबर भेट होणार आहे. आपली मागणी मी त्यांच्यापर्यंत नक्की पोहोचवतोह असं आश्वासन दिलं. पुढे काय? ते थोड्याच दिवसांत कळेल.

राष्ट्रवादी काँग्रेसची दोन शकलं झाल्यापासून या दोन्ही पक्षातले संबंध त्या पक्षांच्या सर्वोच्च नेत्यातील भावनिक संबंधांवर हेलकावे खात होते. दोन्ही पक्षांच्या एकत्रीकरणाचा विषयही त्याचाच भाग होता. आपल्याबरोबरच्या नेत्यांचं काहीही मत असलं, तरी पक्षाच्या अगदी खालच्या थरातील कार्यकर्त्यांच्या आणि मतदारांच्या मनात काय आहे, याची कल्पना अजितदादांना होती. १२ फेब्रुवारीचा मुहुर्त दोन्ही पक्षांचा नक्की केला होता. महानगरपालिकेच्या निवडणुकीतील प्रचारसभांत ते या एकत्रिकरणबद्दल उपस्थित जनसमुदायाला आश्वासित करत असत. त्याचे अनेक व्हिडीओ सध्या समाजमाध्यमांवर भरपूर फिरताहेत. राजकारणासाठी राजकीय सोय सर्वोपेक्षेक महत्त्वाची असते. ते साहजिकही आहे. राष्ट्रवादीचे दोन भाग झाले, ते या सोयीसाठी आणि आता त्या पक्षाचे विचार पक्षाचे एकत्रिकरणाच्या विचारापासून पक्षाला शक्य तितक्या लांब घेऊन जाऊ पाहताहेत, तेही त्यासाठीच. अपघातबद्दलच प्रश्न आणि त्याच्या चौकशीच्या मागण्या या सोयी - गैरसोयीचा भाग होऊ नयेत, एवढीच घराघरांतल्या सर्वसामान्य माणसासाठी अपेक्षा असेल.

गडचिरोली जिल्हात नक्षलवाद्यांची स्मारके उद्ध्वस्त...

गडचिरोली जिल्हात केंद्रीय राखीव पोलीस दल आणि गडचिरोली जिल्हा पोलीस यांच्या संयुक्त कारवाईत ४४ माओवादी स्मारके उद्ध्वस्त करण्यात आलेली आहेत. यात ८०० जवानांनी भाग घेतला आणि ही कारवाई पार पाडली आहे. त्यामुळे आता या जिल्हातला नक्षलवाद शेवटचे आचके देतो आहे, असे म्हटल्यास चुकीचे ठरणार नाही. इथला नक्षलवाद समूळ संपला, तर तिथे विकाराची नवी पहाट होईल यात कोणती शंका नाही.

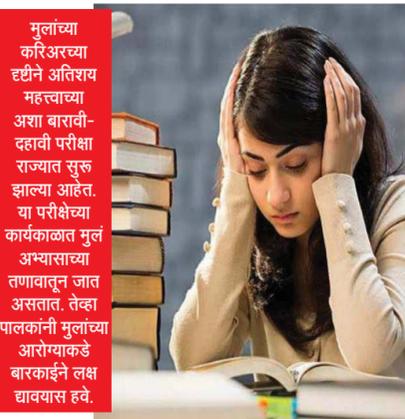


महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक आणि उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे यांच्या वतीने बारावीची परीक्षा १० फेब्रुवारी, तर दहावीची परीक्षा २० फेब्रुवारीपासून राज्यात सुरू झाली आहे. या परीक्षा पुणे, छत्रपती संभाजीनगर, नाशिक, लातूर, कोल्हापूर व कोकण अशा ९ विभागीय मंडळांच्या मदतीने घेत असतात. बारावीच्या परीक्षेत आतापर्यंत १०९ गैरप्रकार झाले असून कोकण विभागीय मंडळामध्ये एकही गैरप्रकार झालेला नाही. तेव्हा परीक्षा मंडळांचे अधिक दक्ष राहणे आवश्यक आहे. दोन्ही परीक्षा मुलांच्या करिअरच्या दृष्टीने अतिशय महत्त्वाच्या आहेत. पालकांनी मुलांच्या तणावाच्या लक्षणाकडे बारकाईने लक्ष घ्यायला हवे. म्हणजे त्यांना परीक्षाकाळात तणावमुक्त परीक्षा देता येईल. त्यासाठी पालकांनी परीक्षेच्या कार्यकाळात परीक्षा सुरू असताना मुलांची काळजी घेणे आवश्यक आहे.

परीक्षेचे वेळापत्रक जसजसे जवळ येते तसतसे मुलांचा तणाव वाढण्याला मदत होत असते. जी मुले नियमित अभ्यास करतात त्यांना कोणत्याही प्रकारचा तणाव जाणवत नाही. तेव्हा आई-वडिलांनी मुलांची केवळ परीक्षेपुरती काळजी न घेता नियमितपणे काळजी घेतली पाहिजे. बऱ्याच वेळा परीक्षा जवळ आली की मुलांची डोकेदुखी, पोटादुखी, अंगदुखी, झोप न येणे, मूल चिडचिडे होणे असे दिसून येते. अशा वेळी पालकांनी मुलांना विश्वासात घेऊन सकारात्मक दृष्टिकोन मुलांबरोबर ठेवावा. याच परिणाम म्हणून त्यांना प्रोत्साहन मिळून ती अधिक जोमाने अभ्यास करून तणावमुक्त होऊन परीक्षेला आनंदाने सामोरे जातील. पालकांनी आपली मुले परीक्षेत यशवंत होण्यासाठी परीक्षेच्या कालावधीत मुलांच्या मनात तणाव वाढणार नाही याची काळजी घ्यावी. तेव्हा मुलांच्या अभ्यासातील प्रगतीचा भूतकाळ कसा होता किंवा त्यांनी काय केले याची उजळणी न करता त्यांच्या भविष्याचा विचार करून त्यांच्याशी सुसंवाद साधावा. मुलांच्या परीक्षेविषयी त्यांच्या मनातील भीती दूर करावी. त्यांना आनंदित ठेवावे. पालकांनी अभ्यासासाठी जास्त सक्ती करू नये. मुलांनासुद्धा आपल्या परीने अभ्यास करू द्यावा. तेव्हा आपल्यावरती आता धाक नाही असे मुलांनी न समजता अभ्यासाकडे दुर्लक्ष करू नये. यात आपलेच नुकसान होणार आहे, याची मुलांनी दक्षता घ्यावी. यासाठी मुलांनी आज्ञाधारक राहिले पाहिजे.

महत्त्वाची बाब म्हणजे, आपले मूल परीक्षेच्या काळात पुरेसे जेवण करीत आहे का? असे अनेक प्रश्न विचारत बसण्यापेक्षा आता पुढील परीक्षा कोणत्या विषयाची आहे. क्षमता वाढण्यासाठी त्यांचे आरोग्य चांगले असावे लागते. परीक्षेला घरातून जाताना मुलांना आधार दिला पाहिजे. तसेच त्यांना धीर द्यावा म्हणजे मुले परीक्षेच्या काळात तणावमुक्त परीक्षा देऊ शकतात. तेव्हा मुले नये. तसेच त्यांना पुरेशी झोप घेण्यास सहकार्य करावे. मुलांना पुरेशी झोप मिळाल्यामुळे ते

मुलांना तणावमुक्त ठेवा



मुलांच्या करिअरच्या दृष्टीने अतिशय महत्त्वाच्या अशा बारावी-दहावी परीक्षा राज्यात सुरू झाल्या आहेत. या परीक्षा पुणे, मुंबई, अमरावती, नागपूर, छत्रपती संभाजीनगर, नाशिक, लातूर, कोल्हापूर व कोकण अशा ९ विभागीय मंडळांच्या मदतीने घेत असतात. बारावीच्या परीक्षेत आतापर्यंत १०९ गैरप्रकार झाले असून कोकण विभागीय मंडळामध्ये एकही गैरप्रकार झालेला नाही. तेव्हा परीक्षा मंडळांचे अधिक दक्ष राहणे आवश्यक आहे. दोन्ही परीक्षा मुलांच्या करिअरच्या दृष्टीने अतिशय महत्त्वाच्या आहेत. पालकांनी मुलांच्या तणावाच्या लक्षणाकडे बारकाईने लक्ष घ्यायला हवे. म्हणजे त्यांना परीक्षाकाळात तणावमुक्त परीक्षा देता येईल. त्यासाठी पालकांनी परीक्षेच्या कार्यकाळात परीक्षा सुरू असताना मुलांची काळजी घेणे आवश्यक आहे.

परीक्षेचे वेळापत्रक जसजसे जवळ येते तसतसे मुलांचा तणाव वाढण्याला मदत होत असते. जी मुले नियमित अभ्यास करतात त्यांना कोणत्याही प्रकारचा तणाव जाणवत नाही. तेव्हा आई-वडिलांनी मुलांची केवळ परीक्षेपुरती काळजी न घेता नियमितपणे काळजी घेतली पाहिजे. बऱ्याच वेळा परीक्षा जवळ आली की मुलांची डोकेदुखी, पोटादुखी, अंगदुखी, झोप न येणे, मूल चिडचिडे होणे असे दिसून येते. अशा वेळी पालकांनी मुलांना विश्वासात घेऊन सकारात्मक दृष्टिकोन मुलांबरोबर ठेवावा. याच परिणाम म्हणून त्यांना प्रोत्साहन मिळून ती अधिक जोमाने अभ्यास करून तणावमुक्त होऊन परीक्षेला आनंदाने सामोरे जातील. पालकांनी आपली मुले परीक्षेत यशवंत होण्यासाठी परीक्षेच्या कालावधीत मुलांच्या मनात तणाव वाढणार नाही याची

परीक्षेच्या काळात मुलांचा तणाव वाढल्यास मुलांनी त्याचा सामना कसा करावा याचा योग्य सल्ला घ्यावा. या काळात मुलांना अभ्यास करताना व्यत्यय येणार नाही याची पालकांनी काळजी घ्यावी. आरामात अभ्यास करेल अशा जागेत त्याला अभ्यास करण्यासाठी बसवावे. परीक्षा सुरू असल्याने आपल्या मुलांना प्रेरित करण्यासाठी प्रोत्साहित करावे. विद्यार्थी आणि परीक्षा यांचा कसा संबंध असतो. परीक्षा चांगल्या गुणांनी उत्तीर्ण झाल्यावर आपले ध्येय सहज पार करू शकतो याची आठवण मुलांना करून द्यावी. काही वेळा परीक्षा काळात मुलांना चिंताग्रस्त होणे साहजिकच आहे. मात्र सकारात्मक दृष्टिकोन मुलांनी ठेवायला पाहिजे. ही नैसर्गिक प्रतिक्रिया असून त्यावर सहज मात करता आली पाहिजे. यासाठी वर्षभरात झालेला अभ्यास दरदिवशी करणे आवश्यक आहे. अभ्यास झाला असेल तर त्याकडे दुर्लक्ष न करता अधूनमधून अभ्यासाचे वेळापत्रक तयार करून अभ्यास करावा. म्हणजे त्या अभ्यासक्रमाची उजळणी होऊन मुलांच्या मनात तणाव निर्माण होत नाही. यात अभ्यासात चुकारपणा मुलांनी करू नये. अभ्यासासाठी मुलांवर दबाव वाढवू नये तर मुलांच्या समस्या सुद्धा पालकांनी समजून घेणे गरजेचे असते. परीक्षा झाल्यावर पेपरमध्ये कठीण प्रश्न कोणते होते? किती लिहिलाय? पेपर पूर्ण लिहिलाय काय? असे अनेक प्रश्न विचारत बसण्यापेक्षा आता पुढील परीक्षा कोणत्या विषयाची आहे. क्षमता वाढण्यासाठी त्यांचे आरोग्य चांगले असावे लागते. परीक्षेला घरातून जाताना मुलांना आधार दिला पाहिजे. तसेच त्यांना धीर द्यावा म्हणजे मुले परीक्षेच्या काळात तणावमुक्त परीक्षा देऊ शकतात. तेव्हा मुले नये. तसेच त्यांना पुरेशी झोप घेण्यास सहकार्य करावे. मुलांना पुरेशी झोप मिळाल्यामुळे ते

वयाच्या पन्नाशीतही दिसा यंग आणि फिट

वयाला हरवणाऱ्या काही सोप्या उपायांमुळे आपण ५० वर्षांनंतरही फिट, यंग आणि निरोगी राहू शकता. वय वाढत असल्यामुळे काही त्रास उद्भवणे साहजिक आहे. काही पर्याय निवडून आपण आपला त्रास कमी करू शकता. जसे शॉपिंगसाठी इकडे-तिकडे भटकण्यापेक्षा ऑनलाइन शॉपिंग करा. या वयात सुंदर दिसण्याची आवडही कमी होत जाते, म्हणून अनेक महिला अजागळ्यासारख्या राहतात. परंतु, हा लेख केवळ त्या महिलांसाठी आहे ज्या पन्नाशीतही तिथीत असल्यासारख्या दिसू इच्छितात. हे काही सोपे उपाय अमलात आणून आपण या वयातही फिट आणि यंग दिसू शकता.



■ **खाद्यपदार्थांनी पोषण मिळवा, सल्टिमेंट्सने नव्हे :** ऑर्गेनिक फूड सेवन करा आणि प्रोसेस्ड फूड जसे ब्रेड, पास्ता आणि चीज खाणे टाळा.

■ **सूप :** भूक भागण्यासाठी सूप प्या. या वयात नियमित भाज्यांचे सूप तयार करून पिणे सर्वोत्तम आहे.

■ **रात्री हलके जेवा :** रात्री जेवण्याची मात्रा कमी ठेवा. रात्री जेवल्याबरोबर झोपणे टाळा. रात्री कोणत्याही प्रकारचे स्नॅक्स घेणे टाळा.

■ **त्वचेला उपयुक्त**

आहार घ्या : आपण जे काही खातो, त्याचा प्रभाव आपल्या शरीरावर होतो. म्हणून पोषक तत्त्वे आपल्याला निरोगी ठेवण्यात व सुंदरता वाढवण्यात मदत करतात.

■ **प्रदूषणापासून दूर राहा :** स्वतः प्रदूषणमुक्त राहण्याचा प्रयत्न करा. घरातून बाहेर निघताना नाक मार्स्कने झाकून घ्या. सकाळी शुद्ध हवेत फिरा.

■ **पायी फिरा :** दररोज अर्धा तास तरी पायी फिरा आणि सक्रिय राहा. एकाच जागी बसलात तर आपले पन्नाशीत फिट राहण्याचं स्वप्न पूर्ण होऊ शकत नाही.



झोप येत नसेल, तर हे करून बघा

योग
आणि योगासनात बरीच क्षमता आहे. योग करा म्हणजे आजार होणार नाही. आजार गंभीर नसला तरीही योग प्रभावी असू शकतो. आज आम्ही इथे सांगणार आहोत की, रात्री झोप येत नसल्यास केले जाणारे फक्त दोन उपाय; ज्यामुळे आपल्याला शांत झोप येईल.

झोप न येण्याची कारणे
तसे तर झोप न येण्याची अनेक कारणे असू शकतात पण दोन कारणे प्रामुख्याने असू शकतात जसे की शरीराला थकवा न जाणवणे आणि काळजी किंवा सतत दिवस रात्र विचार करणे. हीच दोन प्रमुख कारणे आहेत म्हणून त्यासाठी येथे दोन उपाय सांगत आहोत.

प्राणायाम
दररोज झोपण्यापूर्वी किमान ५ ते १० मिनिटे प्राणायाम करावा. आपण योगनित्रेचा सरावदेखील करू शकता. यासाठी शवासनात झोपून शरीर, मन आणि मेंदूला सैल सोडा. डोक्यापासून पायापर्यंत आपल्या संपूर्ण शरीराला सैल सोडा. पूर्ण श्वास घेऊन सोडायचा आहे. आता असा विचार करा की, आपले हात, पाय, पोटा, मान, डोळे सर्व काही सैल झाले आहेत. आता स्वतःला सांगा की, मी योगनित्रेचा सराव करत आहे.

आपल्या मनाला उजव्या पायाच्या अंगठ्यावर घेऊन जा. पायाची सर्व बोटे किमान तळपाय, टाच, पोटाच्या, गुडघा, मांडी, नितंब, कंबर, खांदी सैलसर होत आहे. अशा प्रकारे डावा पाय देखील सैल सोडा. श्वास घ्या आणि सोडा. आता झोपण्याची झोपण्याची वेळा पूर्ण श्वास घ्या आणि सोडा. पोटा आणि छाती वर-खाली होणार. पोटा वर-खाली होणार. हा सराव दररोज करावा. यामुळे मन थकून झोपून जाणार आणि कोणत्याही प्रकारचा विचार करणार नाही.

आता आपल्या मनाला शरीराच्या वेगवेगळ्या भागांकडे हलवा आणि त्यांना सैल आणि तणावरहित असण्याची सूचना द्या.



सूचना
■ दक्षिण दिशेला पाय करून झोपू नका.
■ तामसी जेवण करू नका. रात्री हलकेच जेवण करावं.
■ दिवसात किंवा दुपारी झोपण्याची सवय सोडून घ्या.
■ कोणत्याही प्रकारची नशा करू नका.
■ झोपण्यापूर्वी आपली काळजी आणि विचारांना लांब ठेवून झोपा, कारण जेवढे महत्त्वाचे अन्न, पाणी आणि श्वास घेणे आहे, त्यापेक्षा अधिक महत्त्वाचे आहे झोप घेणे.
■ रात्री उशिरापर्यंत जागणे आणि सकाळी उशिरा उठणे सोडा.
■ झोपेची वेळ काळ्याने झोप कमी होते.
■ झोप बऱ्याच रोगांना स्वतःच टीक करण्यास सक्षम असते.
■ झोपेचा अभावामुळे डोक्याभोवती गडद वतुळे बनतात, तसेच डोक्याभोवती काळपटणा येते.
■ कमी झोपल्याने मेंदू थकलेला जाणवतो आणि वजनदेखील वाढते.

सूर्यनमस्कार
शरीराला थकवण्यासाठी झोपण्यापूर्वी १ तास व्यायाम करा किंवा फक्त १५ मिनिटांसाठी सूर्यनमस्कार करा. सूर्यनमस्कार १२ असतात. या सर्व १२ सूर्यनमस्काराची पुनरावृत्ती किमान १२ वेळा करा.

भरलेली सिमला मिरची

साहित्य - २ वाट्या मक्याचे दाणे, १/२ चमचा जिरे पूड, पाव चमचा ओवा, १ चमचा लसूण-हिरवी मिरची पेस्ट, २ लहान चमचे दही, फोडणीसाठी तेल, जिरे, मोहरी, तिखट, मीठ, हळद, हिंग, ५-६ लहान आकाराची सिमला मिरची. **कृती :** सर्वप्रथम मिरची भरलेल्या वांग्याप्रमाणे मधोमध कापून घ्या. बिया काढून घ्या. एका भांड्यात मक्याचे दाणे व मसाल्याचे सर्व साहित्य एकत्र करून तेलाचे मोहन घाला. मिरचीच्या बिया त्यातच घाला. थोडे दही घालून मिश्रण ओलसर करून घ्या. कढईत तेल, जिरे व मोहरी व हिंग घालून फोडणी करा व तेलावर मिरच्या पसरवा. मंद आचेवर मिरच्या लालसर होऊ द्या. बाजू उलटून घ्या. सर्व बाजूंनी मिरची लाल झाल्यावर गॅस बंद करा. झटपट भरलेली सिमला मिरची तयार होईल.



आपल्या दररोजच्या कॅलरीच्या प्रमाणाला लक्षात घेता पोळी किंवा भाकरीचे सेवन करावे. यामुळे आपल्या वाढत्या वजनाला कमी करण्यास मदत मिळेल. वजन कमी करण्यासाठी लोक आपल्या आहाराची काळजी घेतात. वास्तविक शरीरातील अतिरिक्त चर्बी कमी करण्यासाठी कार्बोहायड्रेट घेणे टाळावे लागते. कार्बोहायड्रेटमुळे वजन झपाट्याने वाढते. पण कार्बोहायड्रेट हे आवश्यक मायक्रोन्यूट्रिएंट आहे, ज्याला वगळून चालणार नाही.

वजन कमी करण्यासाठी दिवसाला किती पोळ्या खाय्यात?

जेणेकरून वजन वाढणार नाही. चला तर मग जाणून घ्या -

दिवसात किती पोळ्या किंवा भाकऱ्या खाय्यात ?
कार्बोहायड्रेट, प्रथिन आणि फॅट किंवा चर्बीला मायक्रोन्यूट्रिएंट म्हणतात. शरीरातील विविध कार्ये करण्यासाठी आपल्या शरीरास यांची गरज पडते. सर्वप्रथम आपल्याला हे ठरवावे लागणार की आपल्याला दररोज किती प्रमाणात कार्बोहायड्रेट घ्यायचे आहे. त्यानुसारच आपण दिवसाला पोळीचा किंवा भाकरीचा आहार ठरवावा. ६ इंचाच्या लहान

पोळीमध्ये ७१ कॅलरी आढळते. आपण दुपारच्या जेवणात ३०० कॅलरी घेतो, तर आपण दोन पोळ्या खाऊ शकतो. यापासून आपल्याला १४० कॅलरीज मिळतात आणि बाकीच्या कॅलरी आपल्याला सॅलड आणि भाज्यांपासून मिळते. लक्षात ठेवा की पोळीशिवाय आपण ज्या भाज्या आणि फळ घेत आहात त्यांच्यामध्ये देखील कार्बोहायड्रेट आढळते. म्हणून आपल्या कॅलरीच्या सेवन करण्यावरच हे अवलंबून आहे की आपल्याला दिवसाला किती पोळ्या खायला हव्या. दिवसातून चार पोळ्या खाणे वजन कमी करण्यासाठी चांगले मानले जाते.

करण्यासाठी प्रयत्नरत आहात, तर आपण गव्हाच्या पोळीव्यतिरिक्त ज्वारीची किंवा बाजरीची भाकरी देखील खाऊ शकता. या भाकऱ्या गव्हाच्या पोळीपेक्षा आरोग्यवर्धक असतात आणि यामध्ये कार्बोहायड्रेट कमी तर इतर पोषक घटक मुबलक प्रमाणात असतात.

हे लक्षात घ्या :
आहारत फक्त कार्बोहायड्रेटचे प्रमाण कमी केल्याने वजन कमी होत नाही. यासाठी आपल्याला इतर गोष्टी जशा की आपली जीवनशैली, झोपण्याची पद्धत आणि नियमितपणे व्यायामाची दिनचर्या या गोष्टी देखील आवश्यक आहेत. निरोगी आणि संतुलित आहारासह या गोष्टीकडे लक्ष द्यायला हवं.

गव्हामध्ये पौष्टिक घटक आढळतात :
पोळ्यांमध्ये फक्त कार्बोहायड्रेटच नव्हे तर इतर आवश्यक पोषक घटक देखील आढळतात. गहू हा प्रथिने, फॅट, फॉस्फरस, मॅग्नेशियम, फॉलेट आणि लोहाचा सर्वात चांगला

स्रोत आहे. पोळी किंवा चपाती खाल्ल्याने शरीरास सर्व पोषक घटक मिळतात.

पोळीचे इतर पर्याय :
जर आपण वजन कमी

करण्यासाठी प्रयत्नरत आहात, तर आपण गव्हाच्या पोळीव्यतिरिक्त ज्वारीची किंवा बाजरीची भाकरी देखील खाऊ शकता. या भाकऱ्या गव्हाच्या पोळीपेक्षा आरोग्यवर्धक असतात आणि यामध्ये कार्बोहायड्रेट कमी तर इतर पोषक घटक मुबलक प्रमाणात असतात.

हे लक्षात घ्या :
आहारत फक्त कार्बोहायड्रेटचे प्रमाण कमी केल्याने वजन कमी होत नाही. यासाठी आपल्याला इतर गोष्टी जशा की आपली जीवनशैली, झोपण्याची पद्धत आणि नियमितपणे व्यायामाची दिनचर्या या गोष्टी देखील आवश्यक आहेत. निरोगी आणि संतुलित आहारासह या गोष्टीकडे लक्ष द्यायला हवं.

किचन स्वच्छ ठेवण्यासाठी काही टीप्स

स्वच्छ केले जाऊ शकते. **नळ :** किचनमधील नळ चकचकीत करण्यासाठी त्यावर थोडीशी टूथपेस्ट लावा आणि गरम पाण्याने धुऊन टाका. **कचऱ्याचा डबा :** किचनमध्ये जिथे कचऱ्याचा डबा ठेवतो, ती जागा नियमितपणे फिनेल टाकून स्वच्छ करावी. कारण सर्वात जास्त घाण त्या जागेवर जमते. त्यामुळे बॅक्टेरिया पसरतात. किचनमध्ये नेहमी झाकण असलेले कचऱ्याचे डबे वापरा. **मिक्सर :** मिक्सर वापरताना तो वापरून झाल्यावर त्यावरील घाण साफ करून घ्या. टोबलमधून दुर्गंधी येत असल्यास एखाद्या कापडावर नीलगिरी तेलाचे काही थेंब टाकून त्याने पुसून घ्या. **फ्रीज :** फ्रीजचे दार उकडलेल्या बटाट्याच्या सालींनी

दररोज नोकरी किंवा व्यवसायामुळे आपल्याला आपल्या कामामधून वेळ मिळत नाही. अशा वेळी आपल्याला दररोज किचन साफ करणे जमत नाही. त्यामुळे ज्या गृहिणी कामामध्ये व्यस्त असतात, अशा गृहिणींसाठी काही खास टीप्स...

डायनिंग टेबल : डायनिंग टेबल हे दररोजच्या जेवणामुळे घाण झालेले असते. त्यामुळे डायनिंग टेबलला स्वच्छ करण्यासाठी नीलगिरीच्या तेलाचा वापर करू शकता. टोबलमधून दुर्गंधी येत असल्यास एखाद्या कापडावर नीलगिरी तेलाचे काही थेंब टाकून त्याने पुसून घ्या. **फ्रीज :** फ्रीजचे दार उकडलेल्या बटाट्याच्या सालींनी

स्वच्छ केले जाऊ शकते. **नळ :** किचनमधील नळ चकचकीत करण्यासाठी त्यावर थोडीशी टूथपेस्ट लावा आणि गरम पाण्याने धुऊन टाका. **कचऱ्याचा डबा :** किचनमध्ये जिथे कचऱ्याचा डबा ठेवतो, ती जागा नियमितपणे फिनेल टाकून स्वच्छ करावी. कारण सर्वात जास्त घाण त्या जागेवर जमते. त्यामुळे बॅक्टेरिया पसरतात. किचनमध्ये नेहमी झाकण असलेले कचऱ्याचे डबे वापरा. **मिक्सर :** मिक्सर वापरताना तो वापरून झाल्यावर त्यावरील घाण साफ करून घ्या. टोबलमधून दुर्गंधी येत असल्यास एखाद्या कापडावर नीलगिरी तेलाचे काही थेंब टाकून त्याने पुसून घ्या. **फ्रीज :** फ्रीजचे दार उकडलेल्या बटाट्याच्या सालींनी

उपाशीपोटी लसूण खाण्याचे फायदे

वास्तविक लसणांमध्ये अनेक प्रकारच्या पोषक घटकांचा समावेश आहे. यामध्ये कॅल्शियम ते तांबे, पोटॅशियम, फॉस्फरस, आयर्न आणि व्हिटॅमिन ई १ इत्यादींचा समावेश आहे. आपण लसणाचा वापर कोणत्याही प्रकारे करू शकतो. ते फायदेशीर आहेच; पण उपाशीपोटी खाल्ल्याने हे खूप फायदेशीर आहे. चला उपाशीपोटी याच्या सेवनाचे फायदे जाणून घेऊया.

समस्या आहे, त्यांनी दररोज उपाशीपोटी लसणाचे सेवन करावे, कारण यामध्ये रक्तदाब नियंत्रित करण्याचे गुणधर्म आढळतात. लसूण चावून खाल्ल्याने उच्च रक्तदाबात आराम मिळतो.

हृदयाचा धोका कमी होतो -
लसूण हृदयरोगाच्या धोक्याला कमी करतं. जर हृदयाच्या रोगापासून वाचायचे असल्यास दररोज सकाळी लसणाचे सेवन करावे. मधासहदेखील लसणाचा सेवन करू शकतो. यामुळे रक्ताभिसरण योग्य राहते.

पोटाशी निगडित त्रासापासून सुटका -
दररोज उपाशीपोटी लसणाचे सेवन केल्यास पोटाशी निगडित त्रास जसे की बद्धकोष्ठता आणि गॅसपासून आराम मिळू शकतो. यामुळे पाचक प्रणालीदेखील चांगली राहिली. जे लोक अॅसिडिटीच्या त्रासामुळे त्रस्त झाले आहेत, त्यांना भाजके लसूण खाण्याचा सल्ला दिला जातो.

उच्च रक्तदाब असल्यास फायदेशीर -
ज्या लोकांना उच्च रक्तदाबाची

बद्धकोष्ठता आणि गॅसच्या त्रासापासून मुक्ती मिळवण्यासाठी लसूण एक चमत्कारी औषध ठरेल. आयुर्वेदात लसूण हे चमत्कारिक गुणधर्म असलेले औषध म्हणून वर्णिले आहे, याचे बरेच फायदे आहेत. हे फक्त जेवण्याची चवच वाढवत नाही, तर शरीरास निरोगी ठेवण्यासदेखील मदत करते. याच कारणामुळे बऱ्याच घरगुती उपचारांमध्ये लसणाचा वापर केला जातो.

उच्च रक्तदाब नियंत्रणासाठी सोप्या टीप्स

संशोधनात असे आढळून आले आहे की, दहामधून सात तरुणांना ब्लडप्रेसर जास्त असल्यामुळे हार्ट अ‍ॅटॅक किंवा स्ट्रोक येण्याची शक्यता जास्त असते. झोप कमी होणे, स्ट्रेस, डिप्रेसन, जास्त मीठ असलेले फास्ट फूड आणि डेस्क जॉब ही याची मुख्य कारणे आहेत. म्हणून...

■ **आठवड्यातून ३-४ दिवस कमीत कमी २० मिनिटे जाॅगिंग करावी.** जाॅगिंग केल्याने ऑक्सिजन घेण्याच्या प्रक्रियेत सुधारणा होते आणि ब्लडप्रेसर नियंत्रित राहते.

■ **रोज कमीत कमी ३० मिनिटांचे ब्रिस्क वॉक करावे.**
■ **एरोबिक केल्याने हाय ब्लडप्रेसर कमी होते.**
■ **तणावरहित राहण्यासाठी प्राणायाम, कपालभाती करावे.**

चमकदार त्वचेसाठी हे स्क्रब वापरून बघा

साखर आणि लिंबू - एक चमचा साखर घेऊन त्यामध्ये अर्धा चमचा लिंबाचा रस मिसळा. आता हळुवार हाताने याला आपल्या चेहऱ्यावर लावा आणि काही वेळ स्क्रब करून आपला चेहरा स्वच्छ धुवा.

तांदळाच्या पिटाचे स्क्रब - तांदळाचे पीठ आणि दही सम प्रमाणात मिसळून घ्या. आता हे चेहऱ्यावर लावून हळुवार हाताने मालिश करा आणि काही वेळ तसेच ठेवून नंतर स्वच्छ पाण्याने धुऊन घ्या.

बेकिंग सोडा स्क्रब - घरच्या घरी आपला चेहरा उजळवायचा असल्यास २ मोठे चमचे बेकिंग सोडा, १ लहान चमचा दालचिनी पूड, अर्धा लिंबाचा रस आणि मध मिसळा. या पेस्टला आपल्या त्वचेवर ५ मिनिटे लावा. लक्षात ठेवा की या पेस्टचा वापर आठवड्यातून दोन वेळापेक्षा जास्त करू नये.

संत्र्याच्या सालीचे स्क्रब - संत्र्याची साल आपल्या त्वचेला तजेल्पणा आणण्यासाठी उपयुक्त आहे. यासाठी आपल्याला संत्र्याच्या सालीला वाळवून वाटून भुकटी करायची आहे. या भुकटीमध्ये थोडेसे कच्चे दूध मिसळून आपण चेहऱ्यावर लावू शकता. संत्र्याच्या सालाची भुकटी किंवा पावडर चांगले स्क्रब म्हणून काम करतं.

पेरूची पानेदेखील उपयुक्त असतात, नक्की वाचा याचे फायदे

पेरू औषधी गुणधर्माने समृद्ध आहे. याच्या सेवनाने बरेच आरोग्यदायी फायदे मिळतात. उलट्या रोखण्यासाठी पेरू फायदेशीर आहे तसेच हृदयरोगापासूनदेखील बचाव होतो. तसे तर हे भारतात मिळणारे एक साधे फळ आहे, ज्याचे प्राचीन संस्कृत नाव अमृत किंवा अमृत फळ आहे. वाराणसीमध्ये याला लोक अमृत नावानेच संबोधित करतात. पेरूप्रमाणेच त्याची पानेदेखील खूप उपयुक्त असतात. यामध्ये अँटी ऑक्सिडन्ट, अँटी बॅक्टेरियल आणि अँटी इन्फ्लेमेटरी गुणधर्म असतात, जे आपले अनेक आजारांपासून संरक्षण करतात. चला जाणून घेऊया पेरूच्या पानाचे फायदे.

पेरूची पाने पाण्यात टाकून प्यायल्याने हे मधुमेहासाठी फायदेशीर मानले जाते. वास्तविक हे रक्तातील साखरेचे प्रमाण नियंत्रित करतं. याशिवाय हे शरीरातील जटिल स्टार्च साखरेमध्ये बदलण्यापासून रोखते, ज्यामुळे वजन कमी करण्यास मदत होते.

दातदुखी, हिरड्यांची सूज कमी करतं : पेरूच्या पानाचे पाणी दात दुखणे, हिरड्यांची सूज आणि तोंड येण्यापासून आराम देण्याचे काम करते. यासाठी पाने उकळवून त्या पाण्याने गुळगुळा करा. असे केल्यास आपल्याला आराम मिळेल.

पेरूची पाने पाण्यात टाकून प्यायल्याने हे मधुमेहासाठी फायदेशीर मानले जाते. वास्तविक हे रक्तातील साखरेचे प्रमाण नियंत्रित करतं. याशिवाय हे शरीरातील जटिल स्टार्च साखरेमध्ये बदलण्यापासून रोखते, ज्यामुळे वजन कमी करण्यास मदत होते.

फोन चार्ज करण्यासाठी एक नियम नक्कीच पाळो

केला पाहिजे, जो '४०-८० चार्जिंग रूल' नावाने ओळखला जातो. या नियमानुसार, फोन ४० टक्क्यांपेक्षा कमी चार्ज होईलतोंवर वाट पाहू नये आणि ८० टक्क्यांपेक्षा जास्त चार्ज देखील करू नये.

फोन चार्ज करण्याचा '४०-८०' नियम माहीत आहे का? कधीच खराब होणार नाही बॅटरी

देखील चार्ज करू नये. तज्ज्ञांच्या मते, ४०-८० चार्जिंग रूल, ही बॅटरी दीर्घकाळ टिकवण्याची एक चांगली पद्धत आहे. हा नियम असा आहे की फोनची बॅटरी कधीही ४० टक्क्यांच्या खाली उतरू देऊ नये तसेच चार्जिंग करताना कधी फोन फुल चार्ज करू नये तर चार्जिंग ८० टक्क्यांपर्यंत ठेवावी.

'डिस्चार्ज-चार्ज सायकल'ची संख्या ठरलेली असते. जेव्हा आपण आपला फोन शून्य टक्क्यांपासून १०० टक्क्यांपर्यंत चार्ज करतो, तेव्हा फोन बॅटरीचा एक डिस्चार्ज-चार्ज सायकल पूर्ण होते. जितके जास्त डिस्चार्ज-चार्ज सायकल आपण आपल्या फोनच्या बॅटरीचे पूर्ण करतो, तेवढ्या लवकरच ती खराब होते. त्यामुळे ४०-८० चार्जिंग रूलचा वापर करून, आपण आपल्या फोनची बॅटरी लाइफ वाढवू शकतो.

अॅपलने दिले वेगळे उत्तर
अॅपल डिस्कशन प्लॅटफॉर्मवर बॅटरी हेल्थबद्दल अनेक प्रश्न विचारण्यात आले होते. अॅपलने या प्रश्नाचे उत्तर देताना फोन ८० टक्क्यांपर्यंत चार्ज ठेवावा, असा सल्ला दिला आहे. त्यामुळे बॅटरी हेल्थ चांगली राहते. अॅपलनुसार, वारंवार चार्ज केल्यावर तिची लाइफ वेगाने ढासळू लागते. तसेच फोन २० टक्क्यांपेक्षा खाली चार्ज गेल्यावरच चार्ज केला पाहिजे. विशेष म्हणजे नव्या आयफोनमध्ये कंपनीने एक नवीन फीचर लॉच केले आहे, ज्याचे नाव ऑप्टिमाइज चार्जिंग मोड, ज्यात आयफोन ८० टक्के चार्ज झाल्यावर फोन ऑटोमॅटिक बंद करतो. त्यामुळे आयफोनची बॅटरी हेल्थ चांगली राहते.

रोजची घाई नको म्हणून सॅलड करताना किंवा भाजीची तयारी करताना कांदा आधीपासून कापून ठेवण्याची सवय आरोग्यासाठी धोकादायक ठरू शकते. खूप आधीपासून कापून ठेवलेला कांदा खाणे अत्यंत नुकसान करणारे ठरू शकते. तसेच कांदा कापून फ्रीजमध्ये कधीच ठेवू नये.

रोजची घाई नको म्हणून सॅलड करताना किंवा भाजीची तयारी करताना कांदा आधीपासून कापून ठेवण्याची सवय आरोग्यासाठी धोकादायक ठरू शकते. खूप आधीपासून कापून ठेवलेला कांदा खाणे अत्यंत नुकसान करणारे ठरू शकते. तसेच कांदा कापून फ्रीजमध्ये कधीच ठेवू नये.

देवल्याने त्यामधील घटक नष्ट होतात. आपण सोयीसाठी कांदा सोलून जरी फ्रीजमध्ये ठेवत असाल तरी ते नुकसानकारक आहे. सोललेला कांदा आरोग्यासाठी धोकादायक ठरू शकतो, कारण कांद्याची साले काढल्यानंतर त्याला बॅक्टेरियाचा संसर्ग होण्याची शक्यता अधिक वाढते. यामुळे कांदा ऑक्सिडाईज होतो. कांदा कापल्यावर किंवा साले काढल्यावर त्यामधील सेल्स तुटून फ्लुइड्स रिलीज होतात. यातील न्यूट्रोपेन्सची क्षमता देखील बॅक्टेरियामुळे कमी होते. कोणत्याही वातावरणात कांदा सोलून किंवा चिरून ठेवल्यास त्यातून पाणी वाहायला सुरुवात होते. त्यामुळे यावर बॅक्टेरिया वाढतात. अशात कांदा खाणे आरोग्यासाठी अत्यंत नुकसानकारक ठरू शकते. चिरलेला कांदा बॅक्टेरियासाठी चुंबकासारखे काम करतो. अत्यंत गरज भासल्यास आपण कापलेला कांदा पेपर टॉवेलमध्ये गुंडाळून ठेवू शकता. किंवा फ्रीजमध्ये ठेवण्याची गरज भासलीच तर सीलबंद डब्यामध्ये भरून ठेवा. गरज असेल तेव्हाच कांदा कापून आहारात वापरावा.

राज्यात 'लव्ह जिहाद व अवैध धर्मांतर विरोधी' कायदा तात्काळ करण्याच्या मागणीला जोर



■ बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक
गेल्या दोन वर्षांपासून संपूर्ण महाराष्ट्रात 'लव्ह जिहाद' आणि 'अवैध धर्मांतर' या गंभीर समस्यांविरुद्ध कायदा करण्यासाठी हिंदुत्वनिष्ठ संघटनांनी जनआक्रोश मोर्चे काढले. त्यावेळी सरकारने या विषयाचे गांभीर्य ओळखून 'लव्ह जिहाद' विरोधात कठोर कायदा करण्याचे आश्वासन दिले होते. मात्र आजही दुर्दैवाने या घटना थांबलेल्या नाहीत, उलट त्यांची तीव्रता आणि क्रूरता वाढतच चालली आहे. आता सरकारने दिलेले आश्वासन पूर्ण

करण्याची वेळ आली आहे. उत्तर प्रदेश आणि उत्तराखंड राज्यांप्रमाणे गुहेगाराला जन्मटप शिक्षा देणारा कठोर आणि अजामीनपात्र स्वरूपाचा 'लव्ह जिहाद' व अवैध धर्मांतर विरोधी कायदा' येत्या अधिवेशनात तात्काळ संमत करावा अशी मागणी हिंदू जनजागृती समितीने राज्यशासनाकडे केली आहे.

या दृष्टीने समितीने मुख्यमंत्री, गृहमंत्री यांच्याकडे राज्यभरातील विविध जिल्ह्यातील एकूण ७५ हून अधिक ठिकाणी स्थानिक जिल्हा आणि तालुका प्रशासन तसेच स्थानिक लोकप्रतिनिधींमार्फत निवेदन दिली.

रायगड, रत्नागिरी, सिंधुदुर्ग, नाशिक, छ. संभाजीनगर, पुणे, सातारा, सांगली, सोलापूर, बीड, धारशिव, बुलढाणा, अकोला, यवतमाळ, अमरावती, वाशिम, चंद्रपूर, नागपूर आदी जिल्ह्यांमध्ये मोठ्या संख्येने महिला व हिंदुत्वनिष्ठानी एकत्रित येत निवेदनाच्या मार्फत वरील मागण्या केल्या आहेत.

राष्ट्रीय गुन्हे नोंदणी विभागाच्या अहवालांनुसार महाराष्ट्रातून बेपत्ता असलेल्या १,७८,००० हून अधिक महिला आणि मुलींचा शोध घेण्यासाठी 'विशेष मोहीम' राबवावी आणि त्यातील 'लव्ह जिहाद'ची प्रकरणे वेगळी नोंद

करावीत. 'लव्ह जिहाद'चे प्रकार अजूनही सर्रास घडत आहेत. याची गंभीरता पाहता प्रत्येक जिल्ह्यात पोलीस उपअधीक्षक दर्जाच्या अधिकाऱ्यांच्या नेतृत्वाखाली 'लव्ह जिहाद विरोधी विशेष पथक' स्थापन करून 'लव्ह जिहाद'च्या प्रकरणांचा निकाल ६ महिन्यांच्या आत लागावा, यासाठी जलदगती न्यायालये स्थापन करावीत. याविषयी विदेशातून येणारा निधी, जिहादी नेटवर्क आणि तस्करीचा सखोल तपास करून मदत करणाऱ्यांवर कठोर कारवाई करावी. तसेच धर्मांतर किंवा आंतरधर्मीय विवाह करण्यापूर्वी किमान ६० दिवस आधी

जिल्हाधिकाऱ्यांकडे अर्ज करणे आणि पोलीस चौकशी होणे बंधनकारक करावे या मागण्याही समितीने दिलेल्या निवेदनात केल्या आहेत. महाराष्ट्र राज्यही उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड, मध्य प्रदेश, गुजरात आणि हिमाचल प्रदेश या राज्यांच्या धर्तीवर लव्ह जिहाद विरोधी कायदे लागू करेल. महाराष्ट्र हे छत्रपती शिवाजी महाराजांचे राज्य आहे, जिथे परस्त्रीला मातेसमान मानले जाते. या अधिवेशनात ऐतिहासिक निर्णय घेऊन महाराष्ट्राला 'लव्ह जिहाद मुक्त' आणि 'धर्मांतर मुक्त' करावे, हीच आमची अपेक्षा आहे!

'माझी वसुंधरा अभियान ५.०' ठाणे महापालिकेने पटकालित तिसरा क्रमांक



■ ठाणे। प्रतिनिधी,
राज्य शासनाच्या पर्यावरण व वातावरण बदल विभागामार्फत राबविण्यात आलेल्या 'माझी वसुंधरा अभियान ५.०' (कालावधी १ एप्रिल २०२४ ते ३१ मार्च २०२५) अंतर्गत अमृत गटात १० लाखपेक्षा जास्त लोकसंख्या गटांमध्ये ठाणे महानगरपालिकेला तिसरा क्रमांक प्राप्त झाला आहे.

या कालावधीत ठाणे महापालिकेने पर्यावरण संवर्धनासाठी विविध नाविन्यपूर्ण उपक्रम राबविले. भूमी घटकांतर्गत ८१,७३४ झाडांची लागवड, ९९ नवीन हरित क्षेत्रांची निर्मिती, ७२९ हेरिटेज कुवांची नोंद व सर्वेक्षण, तसेच कचरा व्यवस्थापन व प्लास्टिक बंदी मोहिम प्रभावीपणे राबविण्यात आली. जैववैद्यकीय, ई-कचरा व C&D कचऱ्याचे मोठ्या प्रमाणात संकलन व पुनर्चक्रण करण्यात आले. चावू घटकांतर्गत हवेच्या गुणवत्तेचे पाच ठिकाणी नियमित

निरीक्षण, हरित फटाक्यांबाबत जनजागृती, बांधकामांवरील प्रदूषण नियंत्रण उपाययोजना तसेच Heat Resilience व Flood Action Plan तयार करण्यात आला. जल संवर्धनांतर्गत रेन वॉटर हार्वेस्टिंग, मलजल प्रक्रिया प्रकल्पांची कार्यक्षमता, विहिरींचे पुनरुज्जीवन आणि तलाव संवर्धनासाठी विविध उपाययोजना करण्यात आल्या.

अग्नी घटकांतर्गत एलईडी पथदिवे, ई-बस सेवा, ईव्ही चार्जिंग स्टेशन, सोलार रूफटॉप आणि सोलार वॉटर हिटर यांसारख्या ऊर्जा बचत उपक्रमांची अंमलबजावणी करण्यात आली. आकाश घटकांतर्गत नागरिकांनी मोठ्या प्रमाणावर ई-प्रतिज्ञा घेतल्या असून शेकडो जनजागृती कार्यक्रम राबविण्यात आले. या सर्व उपक्रमांच्या आधारे ठाणे महानगरपालिकेने पर्यावरण संरक्षणात उल्लेखनीय कामगिरी करत राज्यस्तरीय स्पर्धेत तिसरा क्रमांक पटकालित आहे.

मुख्यमंत्र्यांकडून कापूस खरेदी योजनेला मुदतवाढ खुल्या बाजारात दर कोसळण्याची भीती



■ अकोला। प्रतिनिधी,
शेतकऱ्यांच्या प्रश्नांना सातत्याने पाठपुरावा करणाऱ्या आमदार रणधीर सावरकर यांनी केंद्र आणि राज्य सरकारकडे कापूस खरेदी योजनेस मुदतवाढ देण्याची मागणी केली होती. त्यांच्या या मागणीची दखल राज्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी घेतली असून, केंद्रीय वस्त्रोद्योग मंत्री गिरीराज सिंह यांच्याकडे कापूस हंगाम २०२५-२६ च्या खरेदीस एप्रिल २०२६ अखेर पर्यंत मुदतवाढ

देण्याची मागणी केली आहे. अकोला जिल्हा व राज्यातील २४ जिल्ह्यांमध्ये ३५ लाख कापूस उत्पादक शेतकरी आहेत. विशेषतः पश्चिम विदर्भात कापूस वेचणी एप्रिल-मे महिन्यांत सुरू होते, परंतु यावर्षी कापसाची विक्री अथुरी राहिल्याने शेतकऱ्यांना आर्थिक त्रास होण्याची भीती होती. सीसीआयने कापूस खरेदीसाठी अंतिम मुदत २७ फेब्रुवारी २०२६ निश्चित केली होती, मात्र लांबलेला वेचणी हंगाम लक्षात घेता मुदतवाढ

करणे आवश्यक ठरले. आमदार सावरकरांनी शेतकऱ्यांच्या भावनांचा विचार करून मुख्यमंत्री फडणवीस यांच्याकडे तातडीने पाठपुरावा केला. त्यानंतर मुख्यमंत्र्यांनी केंद्र सरकारकडे थेट मागणी केली आणि सीसीआयला एप्रिल २०२६ अखेरपर्यंत खरेदी प्रक्रिया चालू ठेवण्याचे सुचविले. शेतकऱ्यांकडून अद्याप कापसाची विक्री पूर्ण न झाल्याने आणि खुल्या बाजारात दर कोसळण्याची भीती लक्षात घेऊन ही पावले घेतली गेली आहेत.

करणे आवश्यक ठरले. आमदार सावरकरांनी शेतकऱ्यांच्या भावनांचा विचार करून मुख्यमंत्री फडणवीस यांच्याकडे तातडीने पाठपुरावा केला. त्यानंतर मुख्यमंत्र्यांनी केंद्र सरकारकडे थेट मागणी केली आणि सीसीआयला एप्रिल २०२६ अखेरपर्यंत खरेदी प्रक्रिया चालू ठेवण्याचे सुचविले. शेतकऱ्यांकडून अद्याप कापसाची विक्री पूर्ण न झाल्याने आणि खुल्या बाजारात दर कोसळण्याची भीती लक्षात घेऊन ही पावले घेतली गेली आहेत.

वर्दीतले व्हिडीओ पोस्ट करण्यास बंदी... मुंबई पोलीसांचा मोठा निर्णय

परिपत्रकात नेमक काय?
विशेष शाखेचे डीपीओ व्हाट्सअप कांवेळे यांनी जारी केलेल्या परिपत्रकात स्पष्ट म्हटले आहे की, अशा व्हिडीओमध्ये अनेकदा अनवधानाने कार्यालय परिसर, शासकीय वाहने, उपकरणे किंवा इयुटीसी संबंधित माहिती दिसून येते. यामुळे गोपनीय माहिती उघड होण्याचा आणि सुरक्षा धोका वाढण्याचा संभाव्य धोका आहे. परिपत्रकात पुढे असे नमूद केले आहे की, ह्यामुळे पोलीस दलातील काही अधिकारी/कर्मचारी वर्दीत असताना सोशल मीडियावर रीलस, मिनि-व्हिडीओ किंवा इतर व्हिडीओ तयार करून पोस्ट करत असल्याचे लक्षात आले आहे. यामुळे असे कोणतेही व्हिडीओ अपलोड करू नयेत, असे कठोर निर्देश देण्यात आले आहेत.

■ मुंबई। प्रतिनिधी,
मुंबई पोलीस दलाने एक महत्त्वाचा आणि कडक निर्णय घेतला आहे. शहरातील सुमारे ५१ हजार पोलीस कर्मचाऱ्यांना वर्दीत (युनिफॉर्ममध्ये) असताना रीलस, मिनि-व्हिडीओ किंवा इतर कोणत्याही प्रकारचे सोशल मीडिया व्हिडीओ तयार करून पोस्ट करण्यास तात्काळ बंदी घालण्यात आली आहे. मुंबई पोलीसांनी घेतलेला हा मोठा निर्णय आहे. सोशल मीडियावर पोलीसांच्या वर्दीतल्या व्हिडीओंचा ट्रेंड दिवसेंदिवस वाढत चालला आहे. 'खाकी स्वॅग' म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या या व्हिडीओमध्ये पोलीस कर्मचारी डान्स, फिटनेस, इयुटी दरम्यानचे क्षण किंवा मजेशीर कंटेंट शेअर

करतात. मात्र, यामुळे गोपनीयता आणि ऑपरेशनल सुरक्षेला धोका निर्माण होण्याची शक्यता व्यक्त झाल्याने हे पाऊल उचलण्यात आले आहे. **नियमांचे उल्लंघन करणाऱ्यांवर...** नियमांचे उल्लंघन करणाऱ्यांवर कडक शिस्तभंगाची कारवाई करण्याचा इशारा देण्यात आला आहे. तसेच, मुंबई पोलीसांची सोशल मीडिया लॅब आता ऑनलाईन प्लॅटफॉर्मवर सक्रियपणे नजर ठेवणार आहे आणि कोणत्याही उल्लंघनाची तक्रार नोंदवून संबंधित कारवाई करणार आहे. हा निर्णय २० फेब्रुवारी २०२६ रोजी जारी करण्यात आला असून, तो तात्काळ लागू झाला आहे.

■ धाराशिव। प्रतिनिधी,
धाराशिव जिल्ह्यातील रत्नापूर पाटीजवळ सोलापूर-धुळे राष्ट्रीय महामार्गावर रविवारी पहाटे साडेपाच ते सहा वाजता भीषण अपघात झाला. या अपघातात चार दिवसांपूर्वीच साखरपुडा झालेल्या वधू वरांचा जागीच मृत्यू झाला. या घटनेने वारी तालुक्यात शोककळा पसरली आहे. मृत्यू झालेल्या वधू वरांची ओळख पटली आहे.

विवाहापूर्वी वधू आणि वरावर काळाचा घाला
अक्षय रामभाऊ शिनगारे (वय २५) आणि नवरी मुलगी अक्षया सुनील चव्हाण (वय २३) अशी मृत्यू झालेल्या वधू-वरांची नावे आहेत. गेल्या रविवारी

महणजेच १५ फेब्रुवारी रोजी मांजरसुंढा येथील कऱ्हेया मंगल कार्यालयात त्यांचा साखरपुडा पार पडला होता. विवाहाची तयारी सुरु असतानाच काळाचे नावे घातला आणि कुटुंबावर दुःखाचा डोंगर कोसळला आहे.

धोकादायक वळणावर भीषण अपघात
रत्नापूर पाटीजवळील धोकादायक वळणावर चालकाचे वाहनावरील नियंत्रण सुटल्याने भारधाव कार थेट येडशी टोल नाका येथील कमानावर

अपघात कसा झाला?
घडलेल्या घटनेनुसार, अक्षय चव्हाण हिची लातूर येथे महापुरुषाणाची परीक्षा असल्याने ती रविवारी पहाटे वारी येथून Nexon (क्र. एमएच २५ बीएच ५०६४) ही कार घेऊन निघाली होती. कारमध्ये अक्षय रामभाऊ शिनगारे आणि चालक अक्षय यादव सिरसट (वय २२) हे दोघे होते.

संबंधित घटनेची माहिती मिळताच परिसरातील नागरिक पोलीस आणि महामार्ग सुरक्षा पथक तातडीने घटनास्थळी दाखल झाले. जखमी झालेल्या चालकाला १०८ रुग्णावाहिकेद्वारे उपचारासाठी रुग्णालयात दाखल करण्यात आले होते. पोलीसांनी घटनास्थळी पंचनामा करून मृतदेह येरमाळा येथील प्राथमिक आरोग्य केंद्रात उतरवी तपासणीसाठी पाठवला.

चार दिवसांपूर्वी साखरपुड्यात आनंद साजरी करणाऱ्या दोन्ही कुटुंबावर दुःखाचा डोंगर कोसळल्याने तालुक्यात हळहळ व्यक्त केली. दरम्यान या भीषण अपघाताचे नेमकं कारण समोर आले नाही.

माजलगावच्या लॉजमध्ये 'त्या' खोलीत दुर्गंधी पसरली होती, दरवाजा उघडताच मृतदेह आढळला

■ बीड। प्रतिनिधी,
बीड शहरातील माजलगावात एक धक्कादायक प्रकार उघडकीस आला आहे. शहरातील व्यंकटेश लॉजमध्ये एक संशयास्पद मृतदेह आढळून आल्याचे वृत्त आहे. हा खून आहे की आत्महत्या याचा तपास सुरु आहे. हा प्रकार २० फेब्रुवारी रोजी उघडकीस आला, ज्या ठिकाणी मृतदेह आढळून आला ती खोली क्रमांक.



२०५ होती. खोली बुक करणाऱ्याचे नाव कृष्णा डाके (राहणार ता. माजलगाव, जि. बीड) असे होते. याने १५ फेब्रुवारी रोजी

लॉजच्या खोलीतून दुर्गंधी, दरवाजा उघडताच मृतदेह
संबंधित खोलीतून दुर्गंधी येऊ लागल्याने लॉज व्यवस्थापनाने तपास केला. २० फेब्रुवारी रोजी खोलीचा दरवाजा हा आतून बंद होता. दरवाजा उघडताच पाहणी केली असता, कृष्णा डाके यांचा मृतदेह रुममध्ये आढळून आला होता. प्राथमिक तपासातून माहिती समोर आली की, गेली तीन ते चार दिवसांपासून मृतदेह खोलीतच असल्याचे आढळून आला होता.

खोली बुक केली होती. **आत्महत्या की हत्या?** संबंधित घटनेची माहिती मिळताच

माजलगाव शहर पोलीसांनी घटनास्थळी धाव घेतली, त्यानंतर पंचनामा सुरु केला. या प्रकरणाचा पुढील तपास पोलीस करत आहेत. प्राथमिक तपासातून आत्महत्येने मृत्यू झाल्याचा सांगण्यात येत आहे, तरीही याबाबत नेमकं कारण समोर आलं नाही. मृतदेहाचे शवविच्छेदन करण्यात आले असून येणाऱ्या अहवालातून मृत्यूचे खरं कारण समोर येईल. या घटनेने परिसरात एकच खळबळ उडाली आहे.

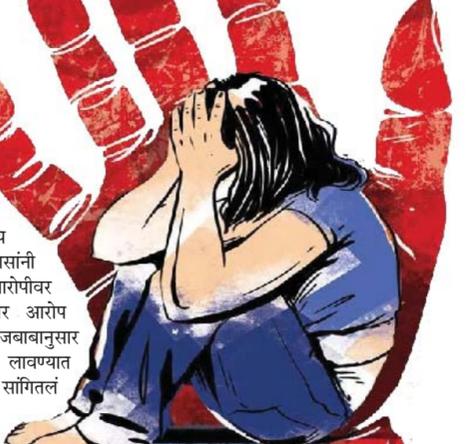
आईच्या मित्राकडून १३ वर्षीय मुलीवर लैंगिक अत्याचार शाळेत सोडतो असं सांगून केला विश्वासघात!

■ पुणे। प्रतिनिधी,
पुण्यात पुन्हा एकदा लैंगिक अत्याचाराचा प्रकार समोर आला आहे. 'मी तुला शाळेत सोडतो, असं सांगून एका ३२ वर्षीय विधवा आईच्या २९ वर्षीय मित्राने तिच्या १३ वर्षीय मुलीवर भर रस्त्यात गाडी थांबवून तिच्यावर लैंगिक अत्याचार केल्याचा धक्कादायक प्रकार समोर आला आहे. याप्रकरणी वारजे पोलीस स्टेशनमध्ये आईने तक्रार दाखल केली असून वारजे पोलीसांनी तात्काळ आरोपीला अटक केली. ज्ञानेश्वर रायरीकर असं या २९ वर्षीय आरोपीचं नाव आहे. मुलगी शाळेत पोहोचली की नाही याची माहिती घेत असताना ती शाळेत सात वाजताच्या ऐदजी साडेसात वाजता पोहोचली होती. त्यानंतर मुलगी घरी आल्यावर आईने अर्धा तास का उशीर झाला याची माहिती मुलीला विचारली

आईच्या ज्ञानेश्वरवर विश्वास होता, त्यानंच केलं नराधमी कृत्य
पीडित मुलीची आई विधवा असून, ती आणि ज्ञानेश्वर मागील अनेक वर्षांपासून एकमेकांचे मित्र आहेत. त्यामुळे दोघांमध्ये चांगली ओळख होती. आईचा ज्ञानेश्वरवर विश्वास होता आणि त्यामुळे मुलीला त्याच्यासोबत फिरण्यासाठी परवानगी दिली होती. त्यामुळे मुलीने शाळेत सोडण्यासाठी ज्ञानेश्वर याला बोलवलं आणि त्याने देखील मी शाळेत सोडतो म्हणून सांगून तिला डीपी रोडवर घेऊन गेला. मात्र शाळेत न सोडताच गाडी डीपी रस्त्यावर थांबवली आणि तिच्यावर लैंगिक अत्याचार केला.

आणि त्या मुलीने घाबरत उत्तर दिली. यावरून तिच्या आईच्या संशय वाढला आणि आईने थेट पोलीसात तक्रार दाखल केली. आईच्या तक्रारीवरून पोलीसांनी पॉक्सो अंतर्गत गुन्हा दाखल केलाय आणि ज्ञानेश्वर रायरीकर याला अटक देखील केली आहे.

पोलीसांमध्ये जेव्हा या प्रकरणी तक्रार दाखल करण्यात आली, तेव्हा घटनेचं गांभीर्य पाहता तातडीनं त्यांनी तपास सुरू केला आणि आरोपीला अटक केली. ज्यानंतर या संपूर्ण भागामध्ये नागरिकांमधून संताप व्यक्त करण्यात आला. त्यातही ओळखीच्या व्यक्तींकडून होणाऱ्या अत्याचारांची प्रकरणे पाहता पालकांच्या मनात आता वेगळीच भीती घर करताना दिसत आहे.



सासूला मारण्यासाठी सुनेनं पाण्यात मिसळलं विष, पण नवऱ्याचाच गेला बळी...

■ पंढरपूर। प्रतिनिधी,
पंढरपूर तालुक्यातून अनैतिक संबंधांचे एक असं प्रकरण समोर आलं आहे, जे वाचून तुमचाही थरकाप उडेल. वृत्तानुसार, अनैतिक संबंधात अडथळ ठरणाऱ्या सासूला सुनेनं विषाचा प्रयोग केला, पण नियतीच्या मनात काहीतरी वेगळंच होतं. महिलेने रचलेल्या या कटातून तिची सासू तर वाचली पण ज्या नवऱ्यासोबत आरोपी महिलेने सात फेरे घेतले, त्या पतीचाच या विषप्रयोगामुळे करण अंत झाल्याची माहिती समोर आली आहे. नेमकं प्रकरण

काय? सविस्तर जाणून घ्या. **सासूच्या हत्येचं प्लॅनिंग...** पंढरपूर तालुक्यातील उंबरगाव येथील रहिवासी असलेल्या एका महिलेचे तिच्या गावातीलच एका तरुणासोबत प्रेमसंबंध होते. मात्र, महिलेची सासू तिच्या अनैतिक संबंधात अडथळ ठरत होती. कारण, सासूला आपल्या सुनेच्या विवाहबाह्य संबंधाची कुणकुण लागली आणि या कारणावरून घरात दररोज वाद सुरू झाले. अनैतिक संबंधातील हा अडथळ कायमचा दूर करण्यासाठी सुनेने तिच्या

प्रियकराच्या मदतीने एक भयानक कट रचला. तिने आपल्या सासूला विष देऊन मारून टाकण्याची योजना आखली. याप्रकरणी पंढरपूर ग्रामीण पोलीसांनी महिलेविरुद्ध गुन्हा दाखल केला आणि आरोपी सुनेला वेड्या ठोकल्या. दरम्यान, या प्रकरणात महिलेच्या प्रियकराचा नेमका सहभाग किती? आणि हा कट कसा आखला गेला? याचापोलीस तपास करत आहेत. संबंधित घटनेने संपूर्ण सोलापूर जिल्ह्यात एकच खळबळ उडाल्याचं पाहायला मिळतंय.

सासूसाठी परेलेल्या विषामुळे पतीचाच गेला जीव
उरल्याप्रमाणे, आपल्या प्रियकराने दिलेली विषाची बाटली त्या महिलेने सासूच्या पिण्याच्या काळशीत रिकामी केली. रात्री सासूने ते पाणी पिण्यासाठी घेतलं, पण ते तोंडात टाकताच तिला पाण्याची चव कडू लागली आणि तिने ती तांब्या बाजूला ठेवला. मात्र, त्याच वेळी आरोपी महिलेच्या पती समाधान जेवण करत होता आणि दुर्दैवाने त्याने तिचे असलेलं विषारी पाणी प्यायलं. ते पाणी प्यायल्यानंतर, काही वेळातच समाधानची प्रकृती खालावली आणि त्याला उलट्या होऊ लागल्या. त्यानंतर, त्याला तातडीने खाजगी रुग्णालयात नेण्यात आलं, पण तिथे उपचारादरम्यान तिचा मृत्यू झाला. महिलेने सासूसाठी परेलेल्या विषाने स्वतःच्याच कुंकवाचा बळी घेतला.

१५ वर्षीय मुलीचं अपहरण अन् लैंगिक अत्याचार! ५ दिवस जंगलात ठेवलं... 'लव्ह जिहाद'चा आरोप

'लव्ह जिहाद' असल्याचा आरोप
दरम्यान, भाजप युवा मोर्चाचे जिल्हाध्यक्ष अक्षय कर्डिले यांनी या प्रकरणात 'लव्ह जिहाद' असल्याचा आरोप करत कठोर कारवाईची मागणी केली होती. गावकऱ्यांनी देखील गाव बंद ठेवून लव जिहादचा आरोप केला होता. सध्या, पोलीसांनी प्रकरणाचा सर्व बाजूंनी तपास सुरू केला असून या प्रकरणात आणखी काही धागेपेरे आहेत का, याची चौकशी सुरू असल्याची माहिती पोलीसांनी दिली.

■ अहिल्यानगर। प्रतिनिधी,
अहिल्यानगर जिल्ह्यात घडलेल्या लैंगिक अत्याचाराच्या घटनेमुळे परिसरात संतापाची लाट उसळल्याचं पाहायला मिळतंय. राहुरीतून १५ वर्षीय अल्पवयीन मुलीचं अपहरण करून तिला तब्बल पाच दिवस जंगलात ठेवून तिच्यावर लैंगिक अत्याचार केल्याचा गंभीर आरोप समोर आला आहे. या प्रकरणात आता 'लव्ह जिहाद'चा अंमल जोडला जात असून राजकीय वातावरणही तापलं आहे. या प्रकरणात, राहुरी पोलीसांनी मोठी कारवाई करत नाशिकइसुरत रोडलगत रामशेज किल्ला परिसरातील जंगलातून मुलीची सुटका केल्याची माहिती आहे. प्रकरणातील मुख्य आरोपीसह तिघांना अटक करण्यात आली असल्याचं सांगितलं

जात आहे. **पोलीसांचा तपास**
घटनेतील १५ वर्षीय पीडिता १३ फेब्रुवारी रोजी कॉलेजला जात असल्याचं सांगून घराबाहेर पडली होती. मात्र, त्यानंतर ती घरी परतलीच नाही. मुलीच्या कुटुंबियांना तिची चिंता वाटू लागली आणि त्यामुळे तिच्या पालकांनी तात्काळ राहुरी पोलीस स्टेशनमध्ये तक्रार दाखल केली. तक्रार मिळताच, अधिकाऱ्यांच्या मार्गदर्शनाखाली तांत्रिक विशेषण, मोबाईल लोकेशन ट्रॅकिंग आणि गोपनीय माहितीच्या आधारे पोलीसांनी तपासाची सूत्रं वेगाने हलवली. अखेर, पोलीसांच्या तपासानंतर जंगल परिसरातून मुलीची सुटका करण्यात यश मिळालं.

आरोपीविरुद्ध गुन्हा दाखल
मुकार हैदर पठाण (वय १८ वर्षे) कौसर हैदर पठाण (वय २२ वर्षे) आकाश शरद संसारे (वय १९ वर्षे) अशी मुख्य आरोपींची ओळख समोर आली असून पोलीसांनी त्यांना अटक केल्याची माहिती आहे. आरोपीवर अपहरण आणि लैंगिक अत्याचाराचे गंभीर आरोप लावण्यात आले आहेत. तसेच, पीडितेच्या जबाबानुसार पॉक्सो आणि लैंगिक अत्याचाराची कलमे लावण्यात आली असून पुढील तपास सुरू असल्याचं सांगितलं जात आहे.

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