POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2026-2028
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 ○कार्यकरी संपादक : श्री. विनोद दशरथ मेढे

● वर्ष -०५ ● अंक-२२२ ● मुंबई, सोमवार, १६ मार्च २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

अधिकाऱ्यांनी जप्त केलेले गॅस सिलेंडर लोकांनी पळवले

गॅस टंचाईने वाद, घटनास्थळी पोलिसांना बोलावलं

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

आखाती देशात सुरू असलेल्या युद्धजन्य परिस्थितीची झळ भारतीय नागरिकांना आणि सर्वसामान्यांना बसत असल्याचे दिसून येते. गेल्या काही दिवसांपासून देशात, राज्यात व्यवसायिक गॅसचा तुटवडा जाणवत असून घरगुती गॅस सिलेंडरचे दरही 60 रुपयांनी वाढले आहेत. त्यातच, घरगुती गॅसचा बुकींग कालावधी 45 दिवसांवर नेल्याने नागरिकांनी गॅस एजन्सीबाहेर एकच गर्दी केली आहे. तर, व्यावसायिक गॅस सिलेंडर बंद केल्याने काळाबाजारही वाढला आहे. जिल्हा प्रशासनाच्या आदेशानंतर महसूल विभागाकडून कारवाई करण्यात येत आहे. मात्र, या कारवाईत ग्राहक आणि अधिकारी यांच्यातील संघर्ष चव्हाट्यावर आला आहे. अमरावती जिल्ह्यात असाच एक प्रकार उघडकीस आला असून अधिकाऱ्यांनी जप्त केलेले सिलेंडर ग्राहकांनी पळवल्याची घटना घडली आहे. अमरावतीच्या दयार्पूरात महसूल अधिकाऱ्यांच्या कारवाईवेळी चांगलाच गोंधळ उडाल्याचं पाहायला मिळालं. प्रशासनातील अधिकाऱ्यांनी जप्त केलेले गॅस सिलेंडर जमावाने पळवून नेल्याचा धक्कादायक प्रकार दयार्पुरात घडला आहे. अमरावतीत जिल्हाधिकारी यांच्या आदेशानुसार व्यावसायिक ठिकाणी घरगुती गॅस सिलेंडरचा वापर होत असल्याच्या तक्रारीवरून महसूल विभागाने धडक कारवाई मोहीम सुरू केली आहे. त्यानुसार, दयार्पूर शहरात विविध व्यावसायिकांकडून घरगुती गॅस सिलेंडर जप्त करण्यात आले. दरम्यान, दयार्पूरमधील अंजनगाव टी-पॉईंट परिसरातील काही हॉटेलमधून महसूल विभागाने घरगुती गॅस सिलेंडर जप्त केले. ही कारवाई सुरू असताना परिसरात मोठ्या प्रमाणात लोक जमा झाले. यावेळी, जमावाने अधिकाऱ्यांशी धक्काबुक्की करत पंचनामे फाडल्याची माहिती संबधित अधिकाऱ्यांनी दिली आहे. तसेच जप्त केलेले काही सिलेंडरही सरकारी वाहनातून काढून काहीजण ते घेऊन निघून गेल्याची घटना घडली. या प्रकारामुळे परिसरात काही काळ तणावाचे वातावरण निर्माण झाले.

केजमध्ये ग्राहकाकडून एजन्सीतील कर्मचाऱ्याला मारहाण

गॅस टंचाईमुळे वादाचे प्रसंग घडत असून बीडच्या केज शहरातील एका गॅस एजन्सीवर गॅस बुकिंग करण्यासाठी आलेल्या व्यक्तीने तेथील कर्मचाऱ्यांशी वाद घातला. त्यानंतर या वादाचे रूपांतर हाणामारीत झाले असून कर्मचाऱ्याला मारहाण देखील करण्यात आली. सध्या, अंबाजोगाई येथील स्वामी रामानंद तीर्थ रुग्णालयात त्याच्यावर उपचार करण्यात आले. दरम्यान, अद्याप या प्रकरणात केज पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आलेला नाही.

रस्त्यावरून जाताना सावधान!

तो दिसताचक्षणी हल्ला करतो, दोघे ठार... तळोजात पकडला रमण राघव

■मुंबई। प्रतिनिधी,

रमण राघव. 60 च्या दशकात अख्खी मुंबई हादरवून सोडणारा सिलियर किलर. रात्रीच्या अंधाराचा फायदा घेऊन रमण रस्त्यावर झोपलेल्यांवर हल्ला करायचा. त्यांना ठार मारायचा. अन् वाऱ्यासारखा गायब व्हायचा. त्याच्या या कृत्यामुळे मुंबई हादरून गेली होती. आजही रमण राघवचं नाव घेताच अंगावर काटा येतो. मुंबईपासून हाकेच्या अंतरावर असलेल्या नवी मुंबईतही रमण राघव सारख्या माथेफिरूला पोलिसांनी अटक केली आहे. या माथेफिरूने रस्त्यावरून जाणाऱ्या दोन वाटसरूंची हत्या केली. त्यामुळे सर्वच हादरून गेले आहेत. कृत्य का केलं याचं त्याने जे कारण दिलं त्याने सर्वांच्या पायाखालची जमीन सरकली आहे. तुहीन घोष असं या आरोपीचं नाव आहे. तो 33 वषार्चा आहे. रस्त्यावरून जाणाऱ्या दोन निष्पाप नागरिकांची हत्या करणाऱ्या तुहीन घोषला तळोजा पोलिसांनी अटक केली आहे. आरोपी तळोजा परिसरात सुरक्षा रक्षक म्हणून काम करत होता. काही दिवसांपासून त्याच्याकडे पैसे नसल्यामुळे तो खूपच निराश आणि संतप्त झाला होता. त्याच संतापाच्या भरातून आणि नैराश्यातून त्याने हे कृत्य केल्याचं उघड झालं आहे. पण त्याने केलेल्या कृत्याने नवी मुंबईकर पुरते हादरून गेले आहेत.

फक्त विचारणा केली अन्...

तुहीनने नैराशेतूनच सायकलवरुन जात असलेल्या राजू बासुमतारी (वय 29) याच्यावर लोखंडी पाईपने अचानक हल्ला केला. त्यामुळे राजू रक्तबंबाळ होऊन क्षणात सायकलवरुन कोसळला आणि तडफडतच त्याने प्राण सोडला. हा प्रकार पाहून मोटारसायकलवरुन जात असलेले साईनाथ पाटील यांनी त्याला हल्ला का करत आहे? अशी विचारणा करत त्याला थांबवण्याचा प्रयत्न केला. मात्र आरोपीने त्यांच्यावरही त्याच लोखंडी पाईपने जोराचा हल्ला केला. या हल्ल्यात साईनाथ पाटील गंभीर जखमी झाले. पाटील यांना तातडीने जवळच्या रुग्णालयात नेण्यात आले. पण रुग्णालयात जाण्यापूर्वीच त्यांचा मृत्यू झाला.

सीसीटीव्ही फुटेज आणि...

या घटनेची माहिती मिळताच तळोजा पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेऊन आरोपीला अटक केली. तसेच दोन्ही मृतदेह ताब्यात घेऊन पोस्टमार्टेमसाठी पाठवले. पोलिसांनी या घटनेचा पंचनामा केला आहे. तसेच परिसरातील सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यांचे फुटेज तसेच प्रत्यक्षदर्शींच्या माहितीद्वारे पोलिसांनी आरोपीची ओळख पटवली आणि त्याला अटक केली. चौकशीत आरोपीने गुन्ह्याची कबुली दिली. ‌‌माझ्याकडे पैसे नव्हते, त्यामुळे मी खूप रागात होतो आणि त्याच रागातून मी दोन निष्पाप लोकांची हत्या केली,‌‌ असे त्याने सांगितल्याचं तळोजाचे एसपी विक्रम कदम यांनी सांगितलं. या प्रकरणी गुन्हा नोंदवण्यात आला असून अधिक तपास सुरू आहे.

युद्धामुळे महागणार विमान प्रवास?

■नवी दिल्ली। प्रतिनिधी,

मध्य पूर्वेतील तणावाचे चटके आता विमान प्रवासालाही बसणार आहेत. इराण आणि अमेरिका-इस्रायल यांच्यात सुरू असलेल्या युद्धाचा परिणाम आता हवाई प्रवासावरही दिसू लागला आहे. देशातील सर्वात मोठी एअरलाइन कंपनी इंडिगोने १४ मार्चपासून देशांतर्गत आणि आंतरराष्ट्रीय विमान तिकिटांवर अतिरिक्त इंधन अधिभार (फ्यूल सरचार्ज) लागू करण्याची घोषणा केली आहे. या निर्णयानंतर विमानप्रवास करणाऱ्या प्रवाशांना आता तिकिटांसोबत ४२५ ते २३०० रुपयांपर्यंत अतिरिक्त शुल्क भरावे लागणार आहे.

कंपनीने दिलेल्या माहितीनुसार, हा नवीन नियम १४ मार्चच्या रात्री १२ वाजल्यापासून लागू होणार असून त्या वेळेनंतर केलेल्या सर्व नवीन बुकिंगवर हा इंधन अधिभार आकारला जाईल. मध्य पूर्वेतील वाढत्या भू-राजकीय तणावामुळे जेट इंधनाच्या किमतींमध्ये मोठी वाढ झाली आहे. त्यामुळे परिचालन खर्च वाढल्याने कंपनीला हा निर्णय घ्यावा लागल्याचे इंडिगोने स्पष्ट केले आहे.

कंपनीच्या मते, भारत आणि भारतीय उपखंडातील विमानप्रवासासाठी ४२५ रुपये इतका इंधन अधिभार आकारला जाईल. मध्य पूर्वेकडील उड्डाणांसाठी हा अधिभार ९०० रुपये असेल. तसेच दक्षिण-पूर्व आशिया, चीन, आफ्रिका आणि पश्चिम आशियातील उड्डाणांसाठी १८०० रुपये अतिरिक्त शुल्क आकारले जाईल. युरोपकडे जाणाऱ्या विमानप्रवासासाठी प्रवाशांना २३०० रुपये इतका इंधन अधिभार भरावा लागणार आहे. त्यामुळे आंतरराष्ट्रीय मार्गांवरील प्रवास अधिक महाग होण्याची शक्यता आहे.

एअरलाइन कंपन्यांच्या एकूण खर्चात एव्हिएशन टर्बाइन फ्यूल म्हणजेच जेट इंधनाचा मोठा वाटा असतो. इंडिगोच्या मते, एटीएफचा हिस्सा एअरलाइनच्या एकूण परिचालन खर्चाच्या सुमारे ४० टक्के असतो. मध्य पूर्वेतील वाढत्या तणावामुळे या इंधनाच्या किमतीत मोठी वाढ झाली आहे. इंटरनॅशनल एअर ट्रान्सपोर्ट असोसिएशनच्या जेट फ्यूल मॉनिटरनुसार या प्रदेशात इंधनाच्या किमती ८५ टक्क्यांपेक्षा जास्त वाढल्या आहेत.

कंपनीने असेही सांगितले की, इंधनाच्या वाढत्या किमतींचा संपूर्ण परिणाम थेट तिकिटांच्या भाड्यात जोडला असता तर विमानप्रवास आणखी महाग झाला असता. त्यामुळे प्रवाशांवरील आर्थिक भार काही प्रमाणात कमी ठेवण्यासाठी मर्यादित स्वरूपात इंधन अधिभार आकारण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे.

दरम्यान, इंडिगोच्या आधी एअर इंडिया आणि एअर इंडिया एक्सप्रेस यांनीही विमान तिकिटांवर इंधन अधिभार लागू करण्याची घोषणा केली होती. त्यामुळे वाढत्या इंधन दरांचा परिणाम आता भारतातील हवाई प्रवासावर स्पष्टपणे दिसू लागला आहे. आगामी काळात मध्य पूर्वेतील परिस्थिती कायम राहिली तर विमानप्रवासाचे दर आणखी वाढण्याची शक्यता तज्ज्ञांकडून व्यक्त केली जात आहे.

सकाळी 7 ते दुपारी साडेबारा शाळा

वाढत्या उष्णतेचा परिणाम म्हणून छत्रपती संभाजीनगर जिल्ह्यात शाळांच्या वेळेत बदल केला जाणार आहे. जिल्ह्यातील प्राथमिक आणि माध्यमिक शाळांच्या वेळेत बदल करण्यात आला आहे. हा बदल उद्या म्हणजेच सोमवारी, 16 मार्चपासून केला जाणार आहे. जिल्हातील 3080 शाळा सकाळी 7 ते दुपारी साडेबारादरम्यान भरवण्याचा निर्णय जिल्हा प्रशासनाने घेतला आहे. जिल्ह्यातील उन्हाचा पार 40 अंशांजवळ पोहोचला असून विद्यार्थ्यांच्या आरोग्याचा विचार करून जिल्हा परिषद प्रशासनाने शाळांचा वेळा बदलण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांना यामुळे मोठा दिलासा मिळणार आहे.

पालकांसाठी मोठी बातमी!

वाढत्या तापमानामुळे उद्यापासून शाळांच्या वेळांमध्ये बदल... पहा नवं वेळपत्रक

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

राज्यातील हवामानात मागील काही दिवसांपासून झपाट्याने बदल होत आहे. मागील आठवड्यामध्ये सोमवारी आणि मंगळवारी उत्तर कोकणासह विदर्भात काही ठिकाणी उष्णतेच्या लाटेची नोंद झाल्यानंतर बुधवारी काही ठिकाणी कमाल तापमानात घट नोंदण्यात आली. हवामान विभागाकडून आठवड्याच्या शेवटीही 'उष्णतेच्या लाटे'चा इशारा दिलेला तो ही खरा ठरला आहे. एकीकडे कडक ऊन असताना दुसरीकडे राज्यातील काही भागांना विजांचा कडकडाट आणि सोसाट्याच्या वाऱ्यासह पावसाचा इशारा देण्यात आला आहे. विदभार्तील कमाल तापमानात वाढ झाली असून काही ठिकाणी उष्णतेच्या लाटेची नोंद होत आहे. यामुळे नागरिकांना तीव्र उष्णतेचा सामना करावा लागत आहे. गेल्या आठवड्यात उत्तर कोकणातील डहाणू, मुंबई आणि ठाणे येथे तीव्र उष्णतेच्या लाटेची नोंद झाली. यामुळे मुंबईत अनेक वर्षांनी पारा 40 अंशावर पोहोचला. हवामानशास्त्रज्ञांच्या म्हणण्यानुसार, गुजरात आणि महाराष्ट्राच्या काही भागांवर प्रतिचक्रवात स्थिती निर्माण झाल्याने तापमानात लक्षणीय वाढ झाली. पुढील काही काळ हा ट्रेण्ड कायम राहणार असून जोरदार उष्मा जाणवणार आहे. याच पार्श्वभूमीवर राज्यातील अनेक जिल्ह्यांमध्ये शाळांच्या वेळा बदलण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. नेमक्या कोणत्या जिल्ह्यांमध्ये शाळांच्या वेळा बदलणार आहेत जाणून घेऊयात...

सर्वाधिक तापमान नोंदवण्यात आलेला जिल्हा

मध्य महाराष्ट्रात सर्वाधिक तापमानाची जळगावमध्ये नोंद करण्यात आली आहे. जळगाव जिल्ह्याचा तापमान 41 अंशांवर पोहोचलेलं आहे. वाढत्या तापमानाच्या पार्श्वभूमीवर जळगाव जिल्हा प्रशासन अलर्ट मोडवर आहे. जळगाव जिल्ह्यात काही दिवसांपासून उन्हाच्या झळांमध्ये प्रचंड वाढ झाली आहे. वाढत्या तापमानामुळे सर्व शाळा सकाळच्या सत्रात भरवण्याचे आदेश प्रशासनाच्या वतीने देण्यात आले आहेत. कडाक्याच्या उन्हाच्या वेळी घराच्या बाहेर फिरणार टाळा, आवश्यक काम असेल तर संपूर्ण खबरदारी घेऊनच बाहेर पडा, भरपूर पाणी प्या असा सल्ला जिल्हा प्रशासनाने दिला आहे. वाढते तापमान तसेच उष्माघात या पार्श्वभूमीवर वैद्यकीय यंत्रणा देखील सज्ज ठेवण्यात आलेल्या आहे. नागरिकांनी उन्हाच्या बचावापासून खबरदारीचे उपाय करावेत , काळजी घ्यावी असे आवाहन जिल्हाधिकारी रोहन घुगे यांनी केले आहे.

कशा असणार शाळांच्या नव्या वेळा?

उन्हाळ्याची तीव्रता लक्षात घेऊन यवतमाळ जिल्हा परिषदेच्या सर्व शाळा 16 मार्चपासून सकाळ सत्रात भरविण्यात येणार आहे. जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी मंदार पत्की यांनी या संदर्भात निर्णय घेतला आहे. सध्या जिल्ह्यात तापमान वेगाने वाढत आहे. दुपारच्या कडक उन्हाचा सर्वाधिक फटका प्राथमिक शाळांतील लहान विद्यार्थ्यांना बसत आहे. दुपारच्या सत्रात शाळा भरत असल्याने विद्यार्थ्यांना उष्माघात, डोकेदुखी, अशक्तपणा, चक्कर येणे यांसारख्या त्रासांना सामोरे जावे लागण्याची भीती आहे. त्यामुळे उद्यापासून म्हणजेच 16 मार्चपासून सकाळी 7.20 ते 11.35 वाजेपर्यंत शाळा भरण्यात येणार आहे.

वाशिम जिल्ह्यात अनेक गैरप्रकार

आप्पास्वामी विद्यालय, शेंदूजार्ना आढाव केंद्र येथे दोन विद्यार्थी गैरप्रकार करताना आढळून आले. या प्रकरणी तीन कर्मचाऱ्यांना निलंबित करण्यात आले. वाघामायदेवी आदिवासी आश्रमशाळा, रुईगोस्ता केंद्र येथे १७ विद्यार्थी गैरप्रकार करताना आढळले. याप्रकरणी पाच कर्मचाऱ्यांना निलंबित करण्यात आले. श्री वसंतराव नाईक विद्यालय येथे एका विद्यार्थ्याकडे मोबाईल फोन आढळल्याने तीन कर्मचारी निलंबित करण्यात आले. श्री ज्ञानेश्वर विद्यालय, मांडवा केंद्र येथे २१ विद्यार्थी गैरप्रकार करताना आढळले असून सात कर्मचारी निलंबित करण्यात आले. बाबासाहेब धाबेकर कनिष्ठ महाविद्यालय, रिसोड येथे सहा विद्यार्थी गैरप्रकार करताना आढळून आले. याप्रकरणी तीन कर्मचारी निलंबित करण्यात आले. श्री शेषराव पाटील कनिष्ठ महाविद्यालय, लेहणी परीक्षा केंद्र येथे २५ विद्यार्थी सामूहिक कॉपी करत असल्याचे सीसीटीव्ही फुटेजवरून स्पष्ट झाले असून या प्रकरणी दोन कर्मचाऱ्यांना निलंबित करण्यात आले.

दहावी-बारावी परीक्षेत ‘मास कॉपी’चे प्राबल्य... १०३ कर्मचाऱ्यांवर गुन्हे... निलंबनाची कारवाई

■पुणे। प्रतिनिधी,

राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळातर्फे घेण्यात आलेल्या दहावी व बारावीच्या परीक्षांदरम्यान यंदा सीसीटीव्ही यंत्रणेच्या मदतीने सामूहिक कॉपीचे अनेक प्रकार उघडकीस आले आहेत. या प्रकरणी आतापर्यंत एकूण १०३ कर्मचाऱ्यांवर गुन्हे दाखल करून त्यांना निलंबित करण्यात आल्याची माहिती मंडळाने परिपत्रकाद्वारे दिली आहे. यंदाच्या दहावी-बारावी परीक्षांमध्ये मोठ्या प्रमाणात गैरप्रकार उघडकीस येत असून परीक्षा केंद्रांतील दोषी कर्मचाऱ्यांवर कठोर कारवाई केली जात आहे. संबंधित कर्मचाऱ्यांवर गुन्हे दाखल करून त्यांना सेवेतून निलंबित केले जात आहे.

बारावी परीक्षेत बीड जिल्ह्यातील चौसाळा येथील कला व विज्ञान कनिष्ठ महाविद्यालय (केंद्र क्रमांक २२४) येथे सामूहिक कॉपीचा प्रकार उघडकीस आला. १० फेब्रुवारी रोजी पहिल्याच पेपरदरम्यान घडलेल्या या प्रकारानंतर प्रशासनाने १७ कर्मचाऱ्यांवर गुन्हा दाखल करून त्यांना निलंबित केले. तसेच छत्रपती संभाजीनगर जिल्ह्यातील कन्नड तालुक्यातील जैतापूर येथील राष्ट्रीय उच्च माध्यमिक विद्यालय (केंद्र क्रमांक ००७९) येथेही 'मास कॉपी'चा प्रकार समोर आला. सीसीटीव्ही फुटेजमध्ये पर्यवेक्षक आणि केंद्र संचालक प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष मदत करत असल्याचे दिसून आल्याने २४ जणांविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला असून त्यापैकी २१ जणांना निलंबित करण्यात आले आहे.

जालना जिल्ह्यातील मंठा तालुक्यातील केंद्र क्रमांक ०४३९, ०४२३ आणि ०४२१ येथे इंग्रजीच्या पेपरदरम्यान विद्यार्थ्यांकडून कॉपी करताना आढळून आले. या प्रकरणी नियुक्त पाच पर्यवेक्षक शिक्षकांवर निलंबनाची कारवाई करण्यात आली आहे.

वाशिम जिल्ह्यातील जुमडा फाटा येथील श्री मैनागिरी महाराज कनिष्ठ महाविद्यालय (केंद्र क्रमांक ९०६) येथे १६ फेब्रुवारी रोजी भौतिकशास्त्राच्या परीक्षेत तब्बल ५८१ विद्यार्थ्यांनी सामूहिक कॉपी केल्याचे निदर्शनास आले.

प्रयोगशाळा परिचराकडे मोबाईल आढळल्याने तीन संस्थांतील सहा शाळांमधील २७ कर्मचाऱ्यांना निलंबित करण्यात आले.

तसेच बीड जिल्ह्यातील यशवंत विद्यालयाचे केंद्र संचालक तथा मुख्याध्यापक ए. एम. राऊत यांनाही निलंबित करण्यात आले आहे. गडचिरोली जिल्ह्यातील ब्रोमनवार विद्यालय व कनिष्ठ महाविद्यालय (केंद्र क्रमांक ६१५) येथे राज्यशास्त्र विषयाच्या पेपरमध्ये मायक्रोनोट आणि कृत्रिम बुद्धिमत्तेवरून काढलेले मुद्रित साहित्य वापरून सामूहिक कॉपीचा प्रकार आढळला. या प्रकरणी तीन शिक्षक व एका शिपायावर गुन्हा दाखल करून त्यांना निलंबित करण्यात आले आहे.

नांदेड जिल्ह्यातील मुखेड तालुक्यातील जिल्हा परिषद शाळेच्या परीक्षा केंद्रात डमी विद्यार्थी परीक्षा देत असल्याचे आढळून आले. या प्रकरणी केंद्रप्रमुख, पर्यवेक्षिका तसेच संबंधित विद्यार्थी आणि तोतया विद्यार्थी यांच्यावर गुन्हा दाखल करण्यात आला असून केंद्रप्रमुख व पर्यवेक्षिकेला निलंबित करण्यात आले आहे.

धाराशिव जिल्ह्यातील तुळजापूर तालुक्यातील सलगरा येथील जिल्हा परिषद हायस्कूल (केंद्र क्रमांक ३९३) येथे रसायनशास्त्राच्या पेपरदरम्यान नऊ विद्यार्थी गैरमार्ग करताना आढळले. त्यापैकी सहा विद्यार्थ्यांकडे मोबाईल सापडले. या प्रकरणी संबंधित संस्थेतील तीन शिक्षकांना निलंबित करण्यात आले असून जिल्हा परिषदेच्या आणखी तीन कर्मचाऱ्यांच्या निलंबनाचा प्रस्ताव पाठवण्यात आला आहे.

चेंबूरमध्ये एका अल्पवयीन मुलीवर सामूहिक बलात्कार

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबईत एक संतापजनक घटना समोर आली आहे. चेंबूरच्या टिळक नगर परिसरात एका अल्पवयीन मुलीवर सामूहिक बलात्कार झाल्याची धक्कादायक घटना घडली आहे. यापकरणी पोलिसांनी दोन नराधमांना अटक केली आहे. या घटनेमुळे मुंबईतील महिला आणि मुलींच्या सुरक्षितेचा प्रश्न पुन्हा एकदा ऐरणीवर आला आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार, पीडित मुलगी आणि दोन्ही आरोपी हे गोवंडी येथील शिवाजी नगर परिसरातील रहिवासी आहेत. कामाच्या बहाण्याने आरोपींनी या अल्पवयीन मुलीला टिळक नगर पोलीस ठाण्याच्या हद्दीत बोलावून घेतले होते. तिला निर्जन ठिकाणी असलेल्या झुडपात नेऊन तिच्यावर अत्याचार केल्याचा आरोप पीडितेने केला आहे. मुलीच्या जबाबाच्या आधारे पोलिसांनी तातडीने आफताब आणि अनिस नावाच्या दोन संशयितांना अटक केली आहे. पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, या दोघांविरुद्ध भारतीय न्याय संहिता आणि पोक्सो कायद्याच्या विविध कलमान्वये गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. अटक करण्यात आलेल्या दोन्ही आरोपींना सोमवारी न्यायालयात हजर केले जाणार असून, त्यांना पोलीस कोठडी मिळण्याची शक्यता आहे. या प्रकरणाचा अधिक तपास पोलीस करत आहेत.

प्रेयसीला भेटण्यासाठी बनावट भारतीय पासपोर्ट... बांगलादेशी व्यक्तीला मुंबई विमानतळावर अटक

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबई आंतरराष्ट्रीय विमानतळावरील इमिग्रेशन अधिकाऱ्यांनी बनावट भारतीय पासपोर्ट वापरून थायलंडला जाण्याचा प्रयत्न करणाऱ्या एका बांगलादेशी व्यक्तीला अटक केली. संशयित, 38 वर्षीय मार्डी लिटन, याने भारतात आपली ओळख लपवण्यासाठी आपले नाव बदलून लिटन दास असे ठेवले होते. तो बँकॉकमध्ये काम करणाऱ्या आपल्या बांगलादेशी प्रेयसीला भेटण्यासाठी जात होता परंतु विमानात चढण्यापूर्वीच त्याला विमानतळावर अटक करण्यात आली.

पोलिसांच्या माहितीनुसार, ही घटना 11 मार्च रोजी सकाळी 8 वाजता घडली. लिटन गोव्याहून मुंबईत आला होता आणि बँकॉकला जाण्यासाठी विमानतळावर होता. जेव्हा तो इमिग्रेशन काउंटरवर आला आणि त्याने त्याचा भारतीय पासपोर्ट सादर केला तेव्हा अधिकाऱ्यांना त्याच्या पासपोर्टवर ‘‘DRILS STATUSI’ असा इशारा दिसला. यावरून असे दिसून येते की पासपोर्ट रद्द करण्यात आला आहे, जप्त करण्यात आला आहे, हरवला आहे किंवा चोरीला जाऊ शकतो.

हा इशारा पाहून, कर्तव्यावर असलेले सहाय्यक इमिग्रेशन अधिकारी स्वामीनाथ दाते यांना संशय आला. त्याला लक्षात आले की पासपोर्ट पश्चिम बंगालमधील एका सीमावर्ती भागातून जारी करण्यात आला होता. संशयास्पद वाटल्याने लिटनला बाजूला नेण्यात आले आणि चौकशी करण्यात आली. चौकशीदरम्यान, लिटनला आता सत्य लपवता आले नाही आणि त्याने आपला गुन्हा कबूल केला. त्याने 2018 मध्ये बांगलादेशातून बेकायदेशीरपणे भारतात प्रवेश केल्याचे त्याने उघड केले. त्यानंतर तो पश्चिम बंगालच्या शांतीपूर भागात स्थायिक झाला, जिथे त्याने त्याचे नाव बदलून लिटन दास असे ठेवले.

लिटनने पोलिसांना सांगितले की 2022 मध्ये त्याने एका स्थानिक एजंटला अंदाजे 50,000 रुपये दिले होते. एजंटने बनावट भारतीय कागदपत्रे मिळवली आणि त्याच्यासाठी भारतीय पासपोर्ट मिळवला. पासपोर्ट मिळाल्यानंतर तो गोव्याला गेला, जिथे त्याने एका हॉटेलमध्ये वेटर म्हणून काम करण्यास सुरुवात केली. पोलीस अधिकाऱ्यांचे म्हणणे आहे की जेव्हा लिटन बँकॉकला जाण्यासाठी मुंबई विमानतळावर आला तेव्हा तपासणी दरम्यान त्याचा पासपोर्ट सिस्टममध्ये आधीच अवैध ठरला होता आणि त्याला प्रवास बंदी इशारा देण्यात आला होता. परिणामी, इमिग्रेशन अधिकाऱ्यांनी त्याला ताबडतोब ताब्यात घेतले. इमिग्रेशन अधिकारी स्वामीनाथ दाते यांच्या तक्रारीवरून, सहार पोलिसांनी गुन्हा दाखल केला आहे आणि लिटनला अटक केली आहे. बनावट कागदपत्रे मिळवून त्याचा भारतीय पासपोर्ट मिळवणाऱ्या एजंटचा पोलिस आता शोध घेत आहेत.

संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

एल.पी.जी. टंचाईचे वास्तव

सध्याच्या घडीला संपूर्ण जग ऊर्जा संकटाच्या उंबरठ्यावर उभे आहे. पश्चिम आशियातील भू-राजकीय स्थिती, विशेषतः इराण, इस्रायल आणि अमेरिका यांच्यातील वाढता सैन्य संघर्ष केवळ सीमेपुरता मर्यादित न रहाता जगाच्या प्रत्येक कोपऱ्यात पोचला आहे. भारतासाठी ही स्थिती संवेदनशील आहे; कारण आपल्या देशाची ऊर्जा सुरक्षा मोठ्या प्रमाणात आयातीवर अवलंबून आहे. पहिल्यांदाच 'स्ट्रेट ऑफ हॉर्मुझ' हा अत्यंत महत्त्वाचा सागरी मार्ग व्यावसायिक नौकांसाठी बंद झाला आहे. या मार्गावरून जगातील २० टक्के कच्चे तेल, २० टक्के नैसर्गिक वायू आणि २० टक्के एल्.पी.जी.चा पुरवठा होतो. कतारमधून भारताकडे येणारा एल्.एन्.जी. आणि एल्.पी.जी. यांचा मोठा साठा याच मार्गाने येतो. इराणने हा मार्ग अडवल्यामुळे आणि कतारने सुरक्षेच्या कारणास्तव त्याच्या नौका पाठवणे तात्पुरते स्थगित केल्यामुळे भारतात एल्.पी.जी.च्या पुरवठ्यात काही प्रमाणात ताण निर्माण झाला आहे. ५ मार्चच्या सुमारास गुजरातमध्ये 'गुजरात गॅस'ने औद्योगिक ग्राहकांसाठी गॅसचा पुरवठा मर्यादित केला. त्यानंतर हळूहळू ही चर्चा देशभर पसरली. भारतात साधारणपणे ३३ कोटींहून अधिक कुटुंबे एल्.पी.जी.वर अवलंबून आहेत. जेव्हा प्रसारमाध्यमांमध्ये किंवा सामाजिक माध्यमांवर गॅसअभावी उपाहारगृहे बंद होत असल्याच्या बातम्या येतात, तेव्हा सामान्य लोकांमध्ये भीती निर्माण होणे स्वाभाविक आहे. सामान्य नागरिकांमध्ये पसरत असलेली ही भीती किंवा अस्वस्थता न्यून करणे, हे सरकारपुढील सर्वांत मोठे आव्हान आहे. देशात एल.पी.जी.ची पूर्णपणे कमतरता नाही, तर उपलब्ध साठ्याचे न्याय्य वाटप करण्यासाठी काही प्रतिबंधात्मक उपाययोजना केल्या जात असल्याचे सरकारकडून स्पष्ट करण्यात आले आहे. त्यानुसार भारतातील तेलशुद्धीकरण आस्थापनांना घरगुती गॅसचे उत्पादन २५ ते २८ टक्क्यांनी वाढवण्याचा आदेश देण्यात आला आहे. अलीकडे भारताने अमेरिका, नॉर्वे, कॅनडा आणि रशिया यांसारख्या देशांकडून तेल मिळवणे चालू केले आहे; मात्र हे देश भौगोलिकदृष्ट्या भारतापासून पुष्कळ लांब असल्यामुळे तेथून मालवाहू नौका भारतात पोचण्यासाठी अधिक वेळ लागत आहे. या मधल्या काळातील पुरवठ्यातील कमतरता भरून काढणे, ही तारेवरची कसरत आहे. सामान्यतः संकटकाळात लोकांच्या मनात असुरक्षिततेची भावना निर्माण होते. लोकांना 'भविष्यात गॅस मिळणार नाही', अशी भीती वाटल्यास ते एकाच वेळी अधिक सिलिंडर घेऊन ठेवण्याचा प्रयत्न करतात. अशा परिस्थितीत वितरण व्यवस्थेवर अनावश्यक दबाव निर्माण होतो. त्यामुळे सरकारने व्यवस्थापनाच्या दृष्टीने काही नियम लागू केले आहेत. गॅसच्या तुटवड्यासंदर्भात निर्माण झालेल्या स्थितीतील सर्वांत घातक पैलू म्हणजे डिजिटल माध्यमांतून पसरणारा खोट्या बातम्यांचा वणवा! कृत्रिम बुद्धीमत्तेच्या तंत्रज्ञानाचा वापर करून बनवलेले युद्धाचे बनावट व्हिडिओ आणि उपग्रह छायाचित्रे लोकांमध्ये भीतीचे वातावरण निर्माण करत आहेत. सध्या सामाजिक माध्यमांत प्रसारित होत असलेले अनेक व्हिडिओ, छायाचित्रे आणि माहिती पूर्णपणे बनावट असल्याचे समोर येत आहे. इराणने अमेरिकेचे तळ नष्ट केल्याचे किंवा इस्रायलमध्ये प्रचंड विनाश झाल्याचे जे व्हिडिओ मोठ्या प्रमाणात प्रसारित होत आहेत, त्यांतील अनेक व्हिडिओ एआयद्वारे तंत्रज्ञानाचा वापर करून बनवलेले आहेत. बहरीनमधील अमेरिकी नौदल तळावर आक्रमण झाल्याचा दावा करणारे सॅटेलाईट छायाचित्रही प्रत्यक्षात गेल्या वर्षीचे होते. अशा अफवांमुळे जागतिक बाजारात तेलाच्या किमतीत विनाकारण वाढ होते आणि त्याचा परिणाम थेट भारतीय ग्राहकांच्या खिशांवर होतो. जेव्हा एखादा सामान्य माणूस 'गॅस संपणार' अशा अफवेवर विश्वास ठेवतो, तेव्हा तो आवश्यकतेपेक्षा अधिक साठा करण्याचा प्रयत्न करतो आणि त्यातूनच कृत्रिम टंचाई निर्माण होते. भारतातील बहुतांश नागरिकांना व्यावसायिक आणि घरगुती एल्.पी.जी. यांमधील तांत्रिक भेद ठाऊक नसतो. गॅसच्या तुटवड्याविषयी सामाजिक माध्यमांतून अनेक जण वेगवेगळ्या प्रकारची माहिती देतात. हातात माहितीचे साधन असल्याने कोणतीही माहिती काही सेकंदांतच मोठ्या प्रमाणात पसरते. त्यातच अशा परिस्थितीत विरोधी पक्षांना सरकार समोर प्रश्न उपस्थित करण्यासाठी आयते कोलीत मिळत असल्याने ते या संधीचा आणि माहितीच्या साधनाचा पुरेपूर वापर करून नागरिकांना गोंधळात टाकण्याचा प्रयत्न करतात. प्रत्यक्षात बाजारात गॅसचा किती साठा उपलब्ध आहे? याऐवजी साठा संपला, तर काय होईल? आणि त्या वेळी काय काय करावे लागेल? याविषयीची चर्चाच सामाजिक माध्यमांवर मोठ्या प्रमाणात होत असल्याचे पहायला मिळते. त्यामुळे सरकारने अशा प्रसंगी स्पष्ट आणि वेळेवर माहिती देणे आवश्यक असते. दुसरीकडे सामान्य नागरिकांनी, 'आपली शेगडी विझणार नाही' याची निश्चिती सरकार देत आहे; मात्र त्यासाठी वितरणातील शिस्त पाळणे अनिवार्य आहे. युद्धाच्या या काळात माहितीची पडताळणी करणे हे प्रत्येक नागरिकाचे राष्ट्रीय उत्तरदायित्व आहे. या संपूर्ण परिस्थितीत सरकार आणि नागरिक यांच्यातील पारदर्शकता आणि विश्वासार्हता महत्त्वाची ठरते. या संकटाचा सर्वाधिक फटका सेवा क्षेत्राला विशेषतः उपाहारगृहांना बसत आहे. त्यांची मोठी हानी होत आहे, हे निश्चित; परंतु ६ लाख कोटी रुपयांहून अधिक उलाढाल असलेले बनावट देयकांचे 'रॅकेट' या क्षेत्राची प्रतिमा मलिन करत आहे. एका बाजूला ऊर्जेची टंचाई आणि दुसरीकडे सेवा क्षेत्रातील आर्थिक पारदर्शकतेचा अभाव, अशा दुहेरी कचाट्यात हा उद्योग अडकला आहे. अशा परिस्थितीत घरगुती वापराच्या सिलिंडरचा व्यावसायिक वापर वाढतो. असा वापर हा केवळ कायद्याने गुन्हा नाही, तर तो देशाच्या ऊर्जा सुरक्षेशी केलेला खेळ आहे. या परिस्थितीने आपल्याला एक अत्यंत महत्त्वाचा धडा शिकवला आहे, तो म्हणजे आपण जोपर्यंत विदेशी इंधनावर अवलंबून राहू, तोपर्यंत आपली अर्थव्यवस्था आणि आपले स्वयंपाकघर जागतिक युद्धांच्या सावलीतच राहील. भारतासारख्या देशासाठी ही परिस्थिती मैलाचा दगड आहे. पेट्रोलियम उत्पादनांच्या आयातीसाठी आपण प्रतिवर्षी लाखो कोटी रुपये खर्च करतो. ही आयातच मुळात न्यून करणे हे दीर्घकालीन उद्दिष्ट असले पाहिजे. प्रत्येक नागरिकाने आपल्या दैनंदिन जीवनात ऊर्जेची काटकसर करण्याचा संकल्प केला पाहिजे. अनावश्यक इंधन वापर टाळणे, विजेची काटकसर करणे आणि अपारंपरिक ऊर्जा स्रोतांचा प्रसार करणे यातूनच आपण खऱ्या अर्थाने 'आत्मनिर्भर' होऊ शकतो. ऊर्जा संकट हे तात्पुरते असू शकते; पण त्यातून मिळणारे धडे कायमस्वरूपी असले पाहिजेत. काटकसर, सौर ऊर्जेचा वापर हा त्यावरील शाश्वत उपाय आहे. आजची ही अग्नीपरीक्षा भविष्यात देशाला ऊर्जेच्या क्षेत्रात स्वावलंबी होण्यासाठी प्रवृत्त करणारी ठरावी!

जिल्ह्याजिल्ह्यांत नशामुक्तीचा संकल्प

नशामुक्ती अभियान आपल्या भारत देशाच्या शतक महोत्सवी स्वातंत्र्याच्या वर्षापर्यंत विकसित भारत होण्यासाठी भारत सरकार प्रयत्नशील आहे. यासाठी देशातील सामाजिक परिस्थिती, पर्यावरणीय शाश्वतता, आर्थिक वाढ आणि सुशासन अशा विविध बाबींचा समावेश आहे. म्हणजे आपला देश एक विकसित राष्ट्र म्हणून ओळखला जाणार आहे; परंतु असे असले तरी त्या देशातील नागरिक नशामुक्त असले पाहिजेत तरच देश खऱ्या अर्थाने विकसित बनू शकतो. देशाच्या विकासासाठी नशामुक्ती होणे गरजेचे आहे. त्यासाठी देशात नशामुक्ती अभियानाच्या माध्यमातून प्रामाणिकपणे जनजागृती झाली पाहिजे. भारत सरकारच्या सामाजिक न्याय आणि सक्षमीकरण मंत्रालयाने १५ ऑगस्ट २०२० रोजी देशात नशामुक्ती भारत अभियान सुरू केले. प्रथम देशातील २७२ जिल्ह्यांत हे अभियान राबविण्याचे निश्चित करण्यात आले होते. सध्या ३७२ जिल्ह्यांमध्ये नशामुक्ती अभियान राबविले जात आहे. आपल्या देशात सन २०२१ मध्ये ७५२ जिल्ह्यांची नोंद करण्यात आली आहे. उत्तर प्रदेश राज्यात सर्वात ७५ जिल्हे असून सर्वात कमी गोवा राज्यात २ जिल्हे आहेत, तर आपल्या महाराष्ट्र राज्यात ३६ जिल्हे आहेत. तेव्हा देशाच्या विकासाच्या दृष्टिकोनातून प्रत्येक जिल्ह्यात नशामुक्ती अभियान राबविणे गरजेचे आहे.

नशामुक्ती अभियानाचा मुख्य उद्देश मादक द्रव्यांपासून मुक्त करणे, तरुणाईला जागृत करणे आणि नशा व्यक्तींचे पुनर्वसन करणे ही आहेत. म्हणजे नशामुक्ती अभियान निरोगी जीवन आणि आनंददायी समाज घडविण्यासाठी महत्त्वपूर्ण आहे. त्यासाठी देशातील तरुणाईमध्ये नशामुक्ती विषयी जनजागृती अतिशय महत्त्वाची आहे. काही ठिकाणी नशा करून गळफास घेतल्याची उदाहरणे आहेत. तसेच अपघात झालेले आहेत तरी सुद्धा आकस्मिक मृत्यूची नोंद केली जाते. बस डेपोच्या परिसरात, रेल्वे पटरी, पडीत इमारतीमध्ये, वस्ती नसलेल्या रस्त्याच्या बाजूच्या झुडपात, फुटपाथ, रेल्वे प्लॅटफॉर्मवर इत्यादी ठिकाणी नशा करणारी मुले व वृद्ध व्यक्ती पाहायला मिळतात. यासाठी देशातील प्रत्येक जिल्ह्यात नशामुक्तीसाठी जनजागृती झाली पाहिजे. त्यासाठी मादक द्रव्यांच्या सेवनामुळे होणारे वाईट परिणाम सुजाण नागरिकांना सांगावे लागतील. यामध्ये सामाजिक संस्था, शिक्षण संस्था, विविध स्वयंसेवी संस्था अशा संस्थांमार्फत जनजागृतीची मोहीम हाती घ्यावी. तसेच त्या आनुषंगाने विविध कार्यक्रम राबविण्यात यावेत. व्यसनाधीन झालेल्या नागरिकांचे सुद्धा योग्यप्रकारे समुपदेशन करून त्यांचे पुनर्वसन करण्यात यावेत. यातून निरोगी समाज कसा निर्माण करता येईल त्या दृष्टिकोनातून मादक द्रव्यांचे प्रमाण कमी कसे करता येईल, त्याप्रमाणे प्रयत्न करावा. यातून देशात निरोगी समाज निर्माण करता येईल. याचा चांगला परिणाम लोकांचे सरासरी आयुर्मान वाढण्याला मदत होणार आहे. याला कारण वैद्यकीय सेवा आणि पोषण आहार म्हणता येईल. याच्या जोडीला नशामुक्ती महत्त्वाची आहे. सध्या देशात मादक द्रव्यांचा विचार केल्यास यात तरुण पिढी जास्त आहारी गेलेली दिसत आहे. यामुळे विकसित भारत राष्ट्र कसे होणार? केवळ जनजागृती करून चालणार नाही, तर शासन पातळीवर कायदेशीर कारवाई होणे आवश्यक आहे. एकीकडे मादक द्रव्यांचे सेवन करण्यास प्रतिबंध करणे आणि दुसरीकडे शासन मान्य देशी दारूचे दुकान म्हणून मान्यता देणे. त्याला सुजाण नागरिकांनी विरोध केल्यास शासनाचा महसूल बुडतो अशी आरडाओरड सुरू केली जाते. मात्र यावरती कायदेशीरपणे प्रतिबंध होणे गरजेचे आहे. यासाठी सामूहिक जागृती, पथनाट्य व पोस्टर्स लावून जनजागृती केली जात आहे. काही ठिकाणी तरुण पिढी बरबाद होऊ नये म्हणून दुकाने बंद करण्याचा प्रयत्न सुद्धा झाला. दारूची दुकाने काही दिवस बंद करण्यात आली. मात्र काही दिवसांनी पुन्हा दारूची दुकाने सुरू करण्यात आली. मादक द्रव्यांच्या सेवनाने गंभीर आजार, मानसिकदृष्ट्या खचून जाणे, कर्जबाजारी, शारीरिक समस्या अशा अनेक समस्या निर्माण होत आहेत. ग्रामीण भागात अनेकांचे संसार उद्ध्वस्त होत चालले आहेत. काही ठिकाणी मुलांना वडिलांच्या मादक द्रव्यांच्या सेवनाने शाळा शिकण्याची इच्छा असून सुद्धा घरची आर्थिक परिस्थिती नसल्यामुळे अर्धवट शाळा सोडून तुटपुंज्या पगारावर बारा तास काम करण्याची वेळ आली आहे. त्यामुळे देशातील दारिद्र्य निर्मूलन होणार नाही. यात गरीब अधिक गरीब होत जाणार आणि श्रीमंत अधिक श्रीमंत होत जाणार आहे. जर भारत सरकारला देश विकसित करायचा असेल तर ही आर्थिक दरी कमी करावी लागणार आहे. ज्या गरिबांसाठी योजना आहेत त्या गरिबांपर्यंत पोहोचल्या पाहिजेत. तसेच त्यांना त्यांच्या मूलभूत हक्कांची जाणीव करून द्यायला हवी.

> भारत विकसित राष्ट्र बनविण्याच्या दिशेने वाटचाल करत असताना समाज नशामुक्त असणे अत्यावश्यक आहे. तरुण पिढीला व्यसनापासून दूर ठेवण्यासाठी आणि निरोगी समाज घडविण्यासाठी नशामुक्ती अभियान महत्त्वाची भूमिका बजावत आहे. जनजागृती, समुपदेशन आणि सामूहिक प्रयत्नांमधूनच व्यसनमुक्त भारताचे स्वप्न साकार होऊ शकते.

नशामुक्ती भारत अभियान राबविताना मादक द्रव्यांच्या सेवनाने जे दुष्परिणाम निर्माण होतात त्याची प्रत्येक जिल्ह्यात जनजागृती होणे गरजेचे आहे. तेव्हा तरुणाई नशेच्या आहारी न जाता ग्रंथालयात गेले पाहिजेत. चांगल्या लेखकांच्या पुस्तकांचे वाचन करायला हवे. दररोज वर्तमानपत्रे वाचल्याने आपल्या परिसरातील घडामोडी समजून चांगल्या मार्गाचा अवलंब करू शकतो. म्हणजे नकळत असा बदल घडत असतो. हे भविष्याच्या दृष्टीने चांगले आहे. तेव्हा देशात विकासाच्या दृष्टिकोनातून नशामुक्ती भारत अभियान देशातील प्रत्येक जिल्ह्यात राबविणे गरजेचे आहे.

'रील्स'ची नशा आपला घात करणार

एकेकाळी ज्ञान आणि मनोरंजनाचे उत्तम साधन ठरलेल्या रील्सच्या जागी आलेल्या हल्लीच्या रील्स या समाजाला लागलेली कीड ठरत आहेत. सामाजिक आणि वैयक्तिक स्तरावर याचे अत्यंत गंभीर परिणाम संभवतात.

आम्ही बाग, बसस्टँड, रेल्वे स्टेशन, वरिष्ठ नागरिक कट्टा, अशा सार्वजनिक ठिकाणी असता किंवा प्रवासात असता. त्यावेळी बाजूची व्यक्ती आपला स्मार्टफोन स्पीकर मोडवर मोठ्या आवाजात लावून व्हिडीओ पाहणे सुरू करते. ती काय बघते याच्याशी आपल्याला काही देणेघेणे नसते. परंतु अत्यंत कर्कश आवाजात वाजणारे संगीत किंवा संवाद, मधून मधून 'आयोडमा...', आँय... असा विचित्र आवाज, हास्यांचे चित्कार, 'अभी मजा आयेगा ना भिडू', 'रुको जरा, सब्र करो...' असे काहीबाही संवाद लागोपाठ आपली इच्छा नसताना ऐकावे लागतात. ती व्यक्ती मग्न होऊन एकामागोमाग एक व्हिडीओ लावत असते. सार्वजनिक ठिकाणी स्पीकर मोडवर आपला मोबाईल ठेवू नये या सध्या पण महत्त्वाच्या सिव्हिक सेन्सशी त्याला काहीही देणेघेणे नसते. ही किरकिर सर्वांचेच डोके फिरवणारी असते. परंतु, 'उगीचच कशाला भानगडीत पडायचे? आपणही हेच करतो की.'

असा विचार करून सगळे चुपचाप सहन करीत असतात. हे असह्य झाल्याने तुम्ही, हिंदीत किंवा मराठीत, आवाज कमी करण्याची विनंती त्या व्यक्तीस करता. 'कोण हा टिकोजीराव?' असा भाव चेहऱ्यावर आणून डोळे वटारून ती तुमच्याकडे पाहते. आपल्यामुळे दुसऱ्यांना त्रास होतोय याचा लवलेशही तिच्या चेहऱ्यावर नसतो. हे दृश्य थोड्याफार फरकाने देशात सर्वत्र दिसून येते. ती व्यक्ती स्मार्टफोनवर जे काही पाहते त्याला 'रील्स' म्हणतात.

स्मार्टफोनमध्ये इंटरनेट आल्यावर विश्वातील ज्ञानाचे, मनोरंजनाचे भांडार मानवाच्या तळहातावर आले. फेसबूक, व्हॉट्सॲप, इन्स्टाग्राम इत्यादी सामाजिक माध्यमांच्या आगमनाने लोकांचा एकमेकांशी संपर्क वाढला, त्यांचे वर्तुळ व्यापक झाले. त्याचबरोबर या दशकाच्या प्रारंभी अस्तित्वात आलेले १५ ते ९० सेकंदांचे, कमीत कमी वेळेत जास्तीत जास्त माहिती देणारे, मनोरंजन करणारे, एडिटिंगमधील कौशल्यास आणि सर्जनशीलतेस वाव देणारे हे रील्स प्रकरण थोड्याच अवधीत आबालवृद्धांमध्ये लोकप्रिय झाले. मानवाने केलेली ही अफाट प्रगती अभिमानास्पदच आहे. परंतु, त्यातील 'रील्स' प्रकरणाने जो हैदोस घातला आहे तो सामाजिक चिंतेचा विषय ठरत आहे.

जोपर्यंत ज्ञान, मनोरंजन होत होते, कोणालाही त्रास होत नव्हता, तोपर्यंत या रील्सवर आक्षेप घेण्याचे काही कारण नव्हते. परंतु आज हे रील्स ज्ञान, मनोरंजनाच्या पलीकडे गेले आहेत. एवढेच नाही तर त्याचे काही गंभीर परिणाम दिसू लागले आहेत. रील्सकर्ते आणि रील्सदर्शक यांना रील्सचे व्यसन जडू लागले आहे, अशी आज परिस्थिती आहे.

जेवण करताना, बागेत फिरताना, टीव्ही पाहताना, घरी कोणी आल्यास त्यांच्याशी बोलताना, टॉयलेटमध्ये, प्रवासात, या लोकांचे रील्सदर्शन चालू असते. आई-बाप आपल्या लहान मुलाला गुंतवून ठेवण्यासाठी किंवा गप्प बसवण्यासाठी मोबाईलवर रील्स लावून देतात. एखादा रील दोनचार सेकंदात आवडला नाही तर लगेच तो वर सरकवला जातो. रील्स पाहताना लोक व्यसनी माणसांसारखे तहान-भूक, काम-धाम विसरून जातात. म्हणून, हे असे का होत आहे, याकडे गांभीयार्ने पाहण्याची वेळ आली आहे. यावर पुढील मुद्दे विचारात घ्यावे लागतील.

- **पटकन व्हायरल आणि झटपट प्रसिद्धी :** प्रसिद्धीचा सोस अनेकांना असतो. आपले रील्स आगळेवेगळे असतील तर ते पटकन व्हायरल होऊन आपल्याला लगेच प्रसिद्धी मिळेल ही अपेक्षा रील्सकर्त्यांना असते. लाइक्स कमी मिळाल्यास कित्येक रील्सकर्ते अस्वस्थ, निराश होतात.
- **डोपामाइन निर्मित, अजून काही मिळवायची ओढ :** जेवढ्या अधिक लाइक्स, कॉमेंट्स, फॉलोअर्स तेवढा डोपामाइन या मेंदूतील प्रक्रियेद्वारा निर्मित आनंद अधिक आणि त्यातून अधिक रील्स निर्माण करण्यासाठी प्रेरणा मिळते. तसेच रील्सदर्शक रील्स पाहता पाहता त्यात गुंतून जातात आणि त्यांनाही असाच आनंद मिळतो. तो न मिळाल्यास अस्वस्थता येते.
- **झटपट पैसा :** रील्स पोस्ट केल्यावर 'मला फॉलो करा', 'रील्सना लाइक आणि शेअर करा', 'कॉमेंट करा' असा तगादा हे रील्सकर्ते त्यांच्या फॉलोअर्सच्या मागे लावतात. कारण, गेल्या काही काळापासून त्यांना लाइक्स, कॉमेंट्स किंवा फॉलोअर्सच्या संख्येच्या प्रमाणात पैसा मिळू लागला आहे. कमी कष्टात अधिकाधिक पैसा मिळवावा यासाठी रील्सकर्त्यांचा आटापिटा चालू असतो.
- **पॉपकॉर्न ब्रेन सिंड्रोम :** मानसशास्त्रज्ञ डेव्हिड लेव्ही आणि मायकेल डी मॉन्टमार्ट्रे यांनी ही संकल्पना मांडली आहे. ही मेंदूची एक अवस्था आहे. गरम तव्यावर पॉपकॉर्न तडतडतात त्याप्रमाणे सततच्या स्क्रीन वापरामुळे मेंदू स्थिर राहत नाही आणि त्याला काहीतरी नवीन, वेगवान आणि आकर्षक सतत हवं असतं. रील्सकर्ते आणि रील्सदर्शक सतत स्क्रीनसमोर असल्याने त्यांच्या मेंदूची अवस्था देखील अशीच होते. त्यातूनच ते पुन्हा पुन्हा रील्स बनवत राहतात/पाहत राहतात.
- **तीव्र स्पर्धा आणि रील्सकर्त्यांची विपुलता :** रील्सकर्ते लाखोंच्या संख्येने आहेत आणि त्यात वरचेवर भर पडत आहे. त्यामुळे रील्सचा धबधबाच कोसळतो आहे. त्यात आपण टिकून राहावे, आपल्या रील्सना अधिकाधिक लाइक्स, व्ह्यूज मिळावेत, अल्गोरिदममध्ये आपण दुर्लक्षिले जाऊ नये याचे दडपण येत असल्याने अगदी विक्षिप्त, अविश्वसनीय, अतिशयोक्त, खोट्या रील्स बनवल्या जातात.

रील्स बनवताना विवेकाचे भान न ठेवल्याने कित्येकांना मृत्यू येतो. गाडी चालवताना स्टंटबाजी करणे, अतिवेगाने गाडी चालवणे, डोंगराच्या अगदी कड्याच्या टोकावर जाणे, धावत्या ट्रेनसमोर उभे राहून रील बनवणे अशा अनेक कारणांमुळे कित्येकांना आपला जीव गमवावा लागला आहे. कुणाला जीवघेणी मारहाण करताना, कोणाचा छळ करताना चित्रण करून त्याचे रील्स बनवण्याची आणि ते व्हायरल करण्याची विकृती वाढत आहे. त्यातही मार खाणारे बळी पडत आहेतच. शिवाय समाज असंवेदनशील बनू लागला आहे.

सध्या फोफावलेल्या धार्मिक, जातीय, विद्वेषाच्या आगीत रील्स तेल ओतत आहेत. विशिष्ट धर्म, जातींच्या विरोधात खोट्यानाट्या आधारावर विखार, द्वेष व्यक्त करणाऱ्या, अफवा पसरवणाऱ्या रील्स केवळ काही मिनिटांत व्हायरल होतात. देवांबद्दल, महापुरुषांबद्दल निंदनीय रील्स व्हायरल होतात तेव्हा संबंधित समाज घटकांमध्ये तणाव निर्माण होऊन कायदा आणि सुव्यवस्था राबवणाऱ्या यंत्रणेवर ताण पडतो. अंधश्रद्धा पसरवणाऱ्या रील्स देखील अधूनमधून डोके काढत असतात. अशा रील्सना मिळणारा उदंड प्रतिसाद (व्ह्यूज, लाइक्स, फॉलोअर्स) खूपच धक्कादायक आहे.

एकेकाळी ज्ञान आणि मनोरंजनाचे उत्तम साधन ठरलेल्या रील्सच्या जागी आलेल्या हल्लीच्या रील्स या समाजाला लागलेली कीड ठरत आहेत. सामाजिक आणि वैयक्तिक स्तरावर याचे अत्यंत गंभीर परिणाम संभवतात. ते रोखण्यासाठी सरकारी उपायांसोबतच सामाजिक प्रबोधनाची नितांत गरज आहे. निदान तातडीचा उपाय म्हणून सार्वजनिक ठिकाणी स्पीकर मोडवर मोबाईल ऐकणे हा दंडनीय अपराध ठरवून त्याची अंमलबजावणी त्वरेने केली पाहिजे.

उपराजधानीत नवे विधान भवन

नागपूर येथे नवे विधान भवन उभारण्याच्या कामाला आता गती मिळणार असल्याचे संकेत मिळत आहेत. दरवर्षी होणाऱ्या विधिमंडळाच्या अधिवेशनासाठी सध्याचे विधान भवन अपुरे पडत असल्याची समस्या अनेक वर्षांपासून जाणवत आहे. त्यामुळे आधुनिक सुविधांनी सज्ज असे नवे विधान भवन उभे राहिल्यास विधिमंडळाच्या कामकाजाला गती मिळणार आहे.

महाराष्ट्राची उपराजधानी म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या नागपूर शहरात नवे विधान भवन बांधण्याचे काम २०२८ पर्यंत पूर्ण करावे, असे निर्देश मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी मंत्रिमंडळाच्या पायाभूत सुविधा समितीच्या बैठकीत दिले असल्याचे वृत्त आहे. नवे विधान भवन आता लवकरच पूर्ण होणार या वृत्ताने विदर्भातील विधिमंडळाशी संबंधित सर्वच लोक निश्चितच सुखावलेले आहेत.

नागपूरमध्ये ज्यावेळी महाराष्ट्राचे गठन झाले, त्यावेळी त्या आधीच्या काळात विदर्भातील नेते आणि पश्चिम महाराष्ट्रातील नेते यांच्यात झालेल्या नागपूर कराराचा आधार घेऊन वर्षातील एक अधिवेशन नागपुरात घ्यावे असे ठरवण्यात आले होते. त्यानुसार दरवर्षी एक अधिवेशन नागपुरात होत असते. नागपूर शहर किंवा आजचा विदर्भाचा भाग हा महाराष्ट्रात किंवा त्या आधीच्या बॉम्बे स्टेटमध्ये येण्यापूर्वी जुन्या मध्य प्रांताचा भाग होता. त्यावेळी मध्य प्रांत हा सेंट्रल प्रॉव्हिन्स ॲण्ड बेरार म्हणून ओळखला जात होता. नागपूर शहर ही या सी. पी. ॲण्ड बेरारची राजधानी होती. त्यामुळे इथे दरवर्षी विधिमंडळाची तिन्ही अधिवेशन होत असत. त्यामुळे त्या काळात नागपुरात विधान भवन होतेच. नागपूर हे राजधानीचे शहर असल्यामुळे इथे उच्च न्यायालय होते, तसेच रिझर्व बँक देखील होती. इतरही बऱ्याच सुविधा होत्या. १९५२ ते १९५४ या काळात राज्य पुनर्रचना आयोगाने आजचा विदर्भ भाग सेंट्रल प्रॉव्हिन्स ॲण्ड बेरारमधून वेगळा काढून वेगळे राज्य करावे असे सुचवले होते. मात्र त्यावेळी मुंबई आणि पश्चिम महाराष्ट्रातील नेते मराठीचे एकच राज्य असावे असा आग्रह धरून होते. त्यामुळे मराठी भाग असलेला विदर्भ हा महाराष्ट्राला जोडला गेला. त्याला विदर्भीय नेत्यांचा विरोध होता. विशेष म्हणजे त्यांना नागपूरचे राजकीय महत्त्व कमी होऊ द्यायचे नव्हते. म्हणून मग नागपूरला उपराजधानी मानावे आणि तिथे वर्षातील विधिमंडळाचे एक अधिवेशन घ्यावे असे ठरवण्यात आले होते. मग जुन्या मध्य प्रांतात जे विधान भवन होते तेच महाराष्ट्राचे विधान भवन म्हणून उपराजधानीत वापरले जाऊ लागले. मात्र जसाजसा व्याप वाढू लागला तसे हे विधान भवन अपुरे पडू लागले. इथे जुन्या विधान भवनात विधानसभेचे एकच सभागृह होते, तर पहिल्या मजल्यावर एका सभागृहात विधान परिषदेच्या बैठका होत असत. त्यावेळी जसा व्याप वाढू लागला तसे विधान भवन परिसरात नव्या नव्या सोयीचे प्रस्ताव पुढे येऊ लागले. मग बाजूलाच बराकी बांधल्या गेल्या. तिथे काही कार्यालय होऊ लागली. अर्थात वर्षातून एकदाच अधिवेशन होणार मग बांधकामावर खर्च का करायचा म्हणून चक्क शामियाने उभारून तिथे कार्यालय उभारली जाऊ लागली. आजही इथे तेच होत आहे. माझ्या आठवणीनुसार साधारणपणे १९८६-८७ मध्ये विधान भवनाची विस्तारित इमारत उभी केली गेली. मग तिथे विधानसभेचे सभागृह झाले तर आधी जे विधानसभेचे सभागृह होते तिथे विधान परिषदेचे सभागृह करण्यात आले. वरच्या मजल्यावरच्या सभागृहात समिती कक्ष बनवण्यात आला. तरीही जागा अपुरीच पडत होती. आजही ती जागा अपुरीच पडते आहे. नागपुरात जेव्हा विधिमंडळ अधिवेशन होते तेव्हा या इमारतीतून त्या इमारतीत जाण्यासाठी आणि नंतर बराकीमध्ये फिरताना सर्वसामान्य माणसाच्या पायाचे अक्षरशः तुकडे पडतात अशी अवस्था आहे. त्यामुळे प्रत्येकजण त्रासलेला असतो. विशेषतः पत्रकारांना बातम्या काढण्यासाठी इकडे तिकडे फिरावे लागते. त्यांचे फारच हाल होत असतात. पावसाळ्यात जर अधिवेशन असेल, तर लोकांच्या हालांना पारावर राहत नाही. २०१९ चे अधिवेशन जुलै महिन्यात झाले होते. त्यावेळी पावसातच सर्वांना फिरावे लागले होते. त्या तीन आठवड्यांच्या अधिवेशनात पाऊस सतत पडत होता आणि सर्वांचेच चांगलेच हाल झाले होते. त्यामुळेच देवेंद्र फडणवीस मुख्यमंत्री झाल्यावर त्यांनी नवीन विधान भवनाचा प्रस्ताव कार्यान्वित करण्याचे ठरवले. २०१९ मध्येच त्याच्या हालचालींना सुरुवात झाली. मात्र मधल्या काळात त्यांचे सरकार नसल्यामुळे आणि कोरोना काळामुळे हे काम रेंगाळले. मात्र आता फडणवीस पुन्हा त्या कामाला गती देत असल्याचे दिसून आले आहे.

नव्या विधान भवनाची चार मजली इमारत राहणार असून जवळजवळ ६३ हजार चौरस फुटांवर हे बांधकाम होणार आहे. इथे विधानसभा आणि विधान परिषद या दोन्हींची सभागृहे राहतील. तसेच एक मध्यवर्ती सभागृह म्हणजे सेंट्रल हॉल देखील राहणार आहे. त्यामुळे दोन्ही सभागृहांची एकत्रित बैठक घेणे नागपुरात शक्य होणार आहे. साधारणपणे नवीन वर्षात पहिले अधिवेशन जे होत असते त्यावेळी दोन्ही सभागृहांतील सदस्यांना राज्यपाल संबोधित करत असतात. नागपुरात अशी वेळ फक्त १९८० साली आली होती. त्यावेळी सदस्य संख्या कमी होती. त्यामुळे तत्कालीन सभागृहात हे अभिभाषण होऊ शकले होते. नंतर सदस्य संख्या वाढली आणि आजच्या परिस्थितीत जर नवीन वर्षातील पहिले अधिवेशन नागपूरला घ्यायचे झाले, तर राज्यपालांचे अभिभाषण कुठे होणार हाच प्रश्न शासकीय यंत्रणांसमोर येतो. आता नवीन विधान भवन पूर्ण झाल्यावर तो प्रश्न येणार नाही असे दिसते आहे. या इमारतीत ही तीन सभागृहे त्याशिवाय समिती कक्ष तसेच सर्व मंत्र्यांसाठी आणि सर्व पक्षांसाठी स्वतंत्र संसदीय कार्यालय समिती कक्ष, ग्रंथालय प्रशासन कक्ष या सर्वांची सोय असल्याची माहिती आहे. म्हणजे एकदा त्या इमारतीत शिरले की आज जसे इमारतीतून बराकीत पायी शिरावे लागते तसे फिरावे लागणार नाही. त्यामुळेच सर्व संबंधित या निर्णयाचे स्वागत करीत आहेत. ज्याप्रमाणे नवीन विधान भवन होत आहे त्याचप्रमाणे अधिवेशन काळात मंत्र्यांची कार्यालये एकत्रित असावी अशीही एक इमारत व्हावी, अशी अनेकांची मागणी आहे. कारण सध्या मंत्र्यांच्या निवासाची व्यवस्था रवी भवन आणि नागभवन येथे असलेल्या छोटेखानी बंगल्यांमध्ये केलेली असते. मुख्यमंत्र्यांचे निवासस्थान तिथून दोन किलोमीटरवर, तर मुख्यमंत्र्यांचे कार्यालय देखील बरेच दूर आहे. रवी भवन आणि नागभवनमध्ये प्रत्येक बंगल्याच्या बाजूला असलेल्या गॅरेजमध्येच मंत्र्यांचे कार्यालय थाटले जाते आणि समोर मग मंडप टाकून येणाऱ्या जाणाऱ्यांना बसवले जाते. शिवाय एका मंत्र्याकडून दुसऱ्या मंत्र्याकडे जायचे असेल तर बरेच पायी फिरावे लागते. त्यामुळे मंत्र्यांच्या कार्यालयांसाठी देखील एक नवीन स्वतंत्र इमारत व्हावी, अशी जनसामान्यांची अपेक्षा आहे. जुन्या मध्य प्रांतात अशी एक इमारत उभारली गेली होती. ती सेक्रेटरीएट म्हणून ओळखली जायची. आता तिथे विभागीय आयुक्त कार्यालयासह इतर शासकीय कार्यालय आहेत. त्यामुळे मंत्र्यांच्या कार्यालयांसाठी अशी इमारत फडणवीस आपल्याच कार्यकाळात प्रस्तावित करतील आणि काम सुरू करतील अशी सर्वांना अपेक्षा आहे.

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 अजागळासारख्या राहतात. परंतु, हा लेख केवळ त्या महिलांसाठी आहे ज्या पन्नाशीतही तिशीत असल्यासारख्या दिसू इच्छितात. हे काही सोपे उपाय अमलात आणून आपण या वयातही फिट आणि यंग दिसू शकता.

▮**खाद्यपदार्थांनी पोषण मिळवा, सप्लिमेंट्सने 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 प्रकाराचे 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 मास्कने 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 कारणं

तसे तर झोप न येण्याची अनेक कारणे असू शकतात पण दोन कारणं प्रामुख्यानं असू शकतात जसे की शरीराला थकवा न जाणवणं आणि काळजी किंवा सतत दिवसं रात्र विचार करणं. हीच दोन प्रमुख कारणे आहेत म्हणून त्यासाठी येथे दोन उपाय सांगत आहोत.

प्राणायाम

दररोज झोपण्यापूर्वी किमान ५ ते १० मिनिटे प्राणायाम करावा. आपण योगनिद्रेचा 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, पोट, मान, डोळे सर्व काही सैल झाले आहेत. आता स्वतःला सांगा की, मी योगनिद्रेचा सराव करत आहे.

आता आपल्या मनाला शरीराच्या वेगवेगळ्या भागांकडे हलवा आणि त्यांना सैल आणि तणावरहित असण्याची सूचना द्या. आपल्या मनाला उजव्या पायाच्या अंगठ्यावर घेऊन जा. पायाची सर्व बोटे किमान तळपाय, टाच, पोटऱ्या, गुडघा, मांडी, नितंब, कंबर, खांदा सैलसर होत आहे. अशा प्रकारे डावा पाय देखील सैल सोडा. श्वास घ्या आणि सोडा.

आता झोपल्या झोपल्या ५ वेळा पूर्ण श्वास घ्या आणि सोडा. पोट आणि छाती वर-खाली होणार. पोट वर-खाली होणार. हा सराव दररोज करावा. यामुळे मन थकून झोपून जाणार आणि कोणत्याही प्रकारचा विचार करणार नाही.

सूचना

▮दक्षिण दिशेला पाय करून झोपू नका.

▮तामसी जेवण करू नका. रात्री हलकेच जेवण करावं.

▮दिवसात किंवा दुपारी झोपण्याची सवय सोडून द्या.

▮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 टाळल्याने झोप कमी होते.

▮झोप बऱ्याच रोगांना स्वतःच ठीक करण्यास सक्षम असते.

▮झोपेच्या अभावामुळे डोळ्याभोवती गडद वर्तुळे बनतात, तसेच डोळ्याभोवती काळपटपणा येतो.

▮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.

ॲसिडिटीचा त्रास टाळता येईल का?

कामाच्या आणि जेवणाच्याही अनियमित वेळा, धावपळीचे दैनंदिन आयुष्य, बदलती जीवनशैली, जेवणाच्या अनियमित वेळा, जागरण, बदललेले आहाराचे स्वरूप यामुळे अपचन किंवा ॲसिडिटीचा त्रास होणे हा अनेकांच्या दिनक्रमाचाच भाग बनला आहे. आम्लपित्त किंवा हायपर ॲसिडिटी होऊन छातीत जळजळणं हा सध्याच्या धावपळीच्या जीवनात जवळजवळ प्रत्येकाला छळणारा विकार असतो. अनेकदा रुग्ण 'ॲसिडिटी होतेय' हीच तक्रार घेऊन डॉक्टरकडे येतात.

पण या तक्रारीत खास ॲसिडिटीचा त्रास आहे की दुसरे काही आहे हे डॉक्टरला शोधून काढावे लागते. आपल्या आजूबाजूच्या अनेकांना हा त्रास होत असतो. छातीतील जळजळ प्रत्येकाने कधी ना कधी तरी अनुभवलेली असतेच असते, तर काही व्यक्तींची ती कायम सोबती असते. आपल्या आजूबाजूला कुटुंबात, शेजारीपाजारी अनेक जण यामुळे त्रस्त असतात. कुणाला जळजळतं, तर कुणाला मळमळतं, कुणाचे यामुळे डोके दुखते तर कुणाचे पोट दुखत असते. कधी खूप ढेकर येतात किंवा तोंडामध्ये कडवटपणा येतो. जळजळ होण्याची अनेक कारणे आहेत. त्यातील प्रमुख कारण म्हणजे ॲसिडिटी किंवा आम्लपित्त. त्यामुळे ॲसिडिटी म्हणजे काय, हा त्रास कुणाला व का होतो, त्यावर इलाज काय, हा त्रास टाळता येईल का, याबद्दल आपण जाणून घेऊ.

ॲसिडिटी म्हणजे नेमके काय?

आपल्या पोटात म्हणजे जठरात एक पाचक रस तयार होत असतो. तो ॲसिडिक म्हणजे आम्लयुक्त असतो. आपण जेवलेल्या अन्नाच्या पचनासाठी या पाचक रसाची अत्यंत गरज असते, पण योग्य प्रमाणात. हाच पाचक रस जर जास्त प्रमाणात निर्माण झाला किंवा अवेळी (म्हणजे जेवणाच्या वेळेव्यतिरिक्त) तयार झाला तर आम्लपित्ताचा त्रास होतो. यालाच ॲसिडिटी असे म्हणतात.

'ॲसिडिटी' का होते?

■ पोटात जास्त प्रमाणात आणि अवेळी हा 'आम्लयुक्त पाचकरस' तयार होण्याची महत्त्वाची कारणे म्हणजे worry, hurry, curry. आयुष्य हल्ली वेगवान झाले आहे.

■ सकाळी न्याहरी करण्यासाठी वेळ नसतो. मग नुसताच चहा, कॉफी इ. पेये घेतली जातात. ज्यामुळे पोटातील ॲसिड किंवा आम्लपित्त वाढते व ॲसिडिटी जाणवू लागते.

■ धकाधकीच्या जीवनात प्रत्येक जण विविध मानसिक ताणाखाली वावरत आहे. अभ्यास, करिअर, कार्यालयातील कामाचा तणाव, कौटुंबिक ताणतणाव इत्यादी कारणांमुळे मज्जासंस्थेवर परिणाम होत असतो आणि त्यामुळे जठररसाची निर्मिती जास्त प्रमाणात होत राहते. ॲसिडिटीची सुरुवात होते.

■ भूक लागली की रस्त्यात उभे राहून वडापाव, पावभाजी, पिझ्झा, पाणीपुरी, दाबेली इत्यादी फास्टफूड खाण्याकडे कल वाढत आहे. यातून अमिबीयासिस किंवा जियारडिआसिस सारखे संसर्ग होतात आणि यामुळे देखील ॲसिडिटी (gastritis) चा त्रास होतो.

प्रमुख कारणे

▮रात्री भरपेट जेवून तत्काळ झोपणे.

▮रात्री खूप उशिरा झोपणे.

▮बदलीच्या नोकऱ्यांमुळे पुरेशी झोप न होणे. अपुऱ्या झोपेमुळेही ॲसिडिटी बळावते.

▮मद्यपान करणे.

▮अंगदुखी, सांधेदुखी, डोकेदुखी इत्यादी कारणांसाठी वेदनाशामक औषधे सातत्याने घेणे.

▮आहारात अतितेलकट, तिखट, जळजळीत मसाल्याचे पदार्थ घेतल्यानेही ॲसिडिटी वाढते.

▮अतिकडक उपवास किंवा उपवासाच्या पदार्थांच्या सेवनानेही ॲसिडिटीचा त्रास होतो.

▮शिळे अन्न खाल्ल्याने पोटातले आम्लपित्त वाढते आणि अपचन झाल्याने ढेकर येतात.

▮भुकेपेक्षा दोन घास कमी खावेत हा आयुर्वेदाने सांगितलेला मूलमंत्र लक्षात ठेवावा. भुकेपेक्षा अधिक खाल्ल्यानेही आम्लपित्त वाढते आणि आंबट ढेकर येतात.

लक्षणे

▮जळजळ, आम्लपित्त पोटाच्या वरच्या भागात किंवा छातीत जळजळ होणे ही ॲसिडिटीची मुख्य लक्षणे आहेत. काहीही तिखट किंवा तेलकट जास्त खाल्ल्यास जळजळ होते. जेव्हा जठरात किंवा आतड्यात व्रण (अल्सर) असतो, तेव्हा प्रभावी उपाययोजना करून जळजळ नाहीशी होते. जर व्रण नसेल तर त्याला वैद्यकीय भाषेत नॉन अल्सर डीस्पेप्सिया म्हणतात. म्हणजे लक्षणे तर अल्सरची आहेत, पण एण्डोस्कोपी केल्यास अल्सर नाही. अशा रुग्णांना वारंवार हा त्रास सतावतो.

▮काही वेळा जेवताना किंवा जेवणानंतर जठरातील आम्ल घशात येऊन, अन्ननलिकेत जखमा होतात.

▮जठरात विशिष्ट जंतूंचा संसर्ग झाल्यास ॲसिडिटी बळावते आणि अल्सर किंवा काही गाठीसुद्धा येण्याचा संभव असतो.

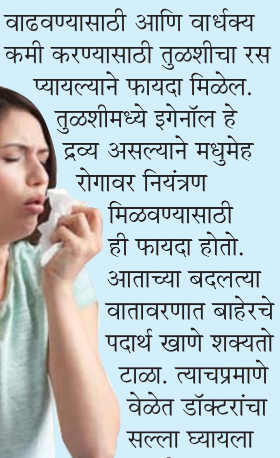
▮हृदयविकाराचा झटका, पित्ताशयातील खडे, पित्ताशयाची सूज, स्वादुपिंड दाह इत्यादी अनेक कारणे असण्याची शक्यता असते. या दुखण्याकडे वेळीच लक्ष न दिल्यास धोकादायक ठरू शकते.

बदलत्या वातावरणातील आजार टाळण्यासाठी करा घरगुती उपाय

सतत बदलत्या हवामानामुळे साथीचे रोग पसरत आहेत. मुंबईत नेहमीप्रमाणे यंदाही पावसाळ्यात साथीचे रोग पसरण्यास सुरुवात झाली असून अनेक मुंबईकर यामुळे आजारी पडले आहेत. मुंबई महापालिकेच्या आणि खासगी रुग्णालयांमध्ये सध्या साथीच्या रोगांमुळे आजारी पडलेल्या रुग्णांची गर्दी दिसून येत आहे. त्यामुळे तुम्ही हे घरगुती उपाय नक्की करून पहा.

आले : सर्दी खोकल्यावरील गुणकारी औषध म्हणून प्रचलित आहे. आल्याचा रस व मध सम प्रमाणात बाटलीमध्ये साठवून दोन-दोन चमचे दोन वेळा घेतल्यास सर्दी, खोकला, पडसे आणि स्वरभंग बरे होतात. अजीर्ण झाल्यास आल्याच्या रसात लिंबाचा रस व मीठ घालून पाणी प्यावे. आले तोंडात ठेवताच लाळग्रंथी सक्रिय होतात.

तुळस : ताप आल्यावर तुळशीचा रस पायल्यानंतर ताप कमी होतो. मलेरिया आणि डेंग्यू झाल्यानंतरही तुळशीचा रस प्यायल्यावर आराम मिळतो. रोग प्रतिकारशक्ती वाढवण्यासाठी आणि वार्धक्य कमी करण्यासाठी तुळशीचा रस प्यायल्याने फायदा मिळेल. तुळशीमध्ये इगेनॉल हे द्रव्य असल्याने मधुमेह रोगावर नियंत्रण मिळवण्यासाठी ही फायदा होतो. आताच्या बदलत्या वातावरणात बाहेरचे पदार्थ खाणे शक्यतो टाळा. त्याचप्रमाणे वेळेत डॉक्टरांचा सल्ला घ्यायला मात्र विसरू नका.



चेहऱ्यावरून अकाली प्रौढत्वाच्या खुणा नाहीशा करण्यासाठी आजमावा हे उपाय

चाळिशी उलटून गेल्यानंतर चेहऱ्यावर दिसू लागणाऱ्या प्रौढत्वाच्या खुणा आजकालच्या काळामध्ये ऐन विशीमध्येच काहींच्या चेहऱ्यांवर दिसून येतात. अयोग्य, असंतुलित आहार, व्यायामाचा अभाव, तणावपूर्ण जीवनशैली, सौंदर्यप्रसाधनांचा सातत्याने वापर, सतत उन्हामध्ये त्वचेवर येणारे काळसर डाग, यामुळे ऐन पंचविशीतील तरुण-तरुणी चाळिशी पार केल्यासारखे दिसू लागतात. चेहऱ्यावर पिग्मेंटेशन दिसू लागते, बारीक सुरकुत्या पडू लागतात, त्वचा निस्तेज, कोरडी दिसायला लागून, ढिली पडून लटकूही लागते. या सर्व गोष्टींमुळे चेहरा अनाकर्षक दिसू लागतो. या सर्व समस्या टाळून चेहऱ्यावरून अकाली प्रौढत्वाच्या खुणा नाहीशा करण्यासाठी काही नैसर्गिक उपाय आजमावता येऊ शकतात.

अननस : चेहऱ्यावरील त्वचा ढिली पडून अनेक ठिकाणी लटकल्याप्रमाणे दिसू लागते. त्वचा पुन्हा 'firm' बनवण्यासाठी अननसाचा वापर हा चांगला पर्याय ठरतो. अननसाचा वापर करण्यासाठी अननसाची साले काढून टाकावीत. अननसाच्या गराचे बारीक तुकडे करून घेऊन हे तुकडे चेहऱ्यावरून हळुवार हाताने फिरवावेत, अथवा अननसाचा गर पिळून रस काढून घ्यावा आणि हा रस चेहऱ्यावर लावावा. हा रस काही वेळ चेहऱ्यावर राहू देऊन त्यानंतर थंड पाण्याने चेहरा स्वच्छ धुवावा. हा उपाय काही दिवस दररोज करावा.

अननसाचा रस नैसर्गिक 'astringent' असल्याने ढिली पडलेली त्वचा पुन्हा कसण्यास हा रस अतिशय उपयुक्त ठरतो. हा उपाय अवलंबायचा झाल्यास आपण वापरणार असलेले अननस ताजे आणि पिकलेले असल्याची खात्री करून घ्यावी. तसेच अननसाचा रस आधी मनगटाच्या आतील बाजूला लावून पाहावा आणि काही वेळ वाट पहावी. या रसामुळे कोणत्याही प्रकारची ॲलर्जी नसल्याची खात्री पटल्यानंतरच हा रस चेहऱ्यावर लावावा.

आहार : आपल्या आहारामध्ये सुका मेवा, तेलबिया, अंडी, मासे, डाळी, मटार, शेंगभाज्या, ताजी फळे, टोमॅटो, हिरव्या पालेभाज्या इत्यादी पोषक अन्नपदार्थांचा समावेश असेल याची काळजी घ्यावी. आपल्या आहारामध्ये तळलेले पदार्थ, प्रोसेस्ड अन्नपदार्थ, अल्कोहोल, कार्बोनेटेड किंवा कॅफिनेटेड पेये, साखरेचे प्रमाण जास्त असल्यास त्यामुळे त्वचेच्या नव्या पेशी तयार होण्यामध्ये अडचण येत असते. त्यामुळे अशा पदार्थांचे सेवन आपल्या आहारामध्ये अतिशय मर्यादित असावे.

कोरफड : चेहऱ्यावरील अकाली प्रौढत्वाच्या खुणा नाहीशा करण्यासाठी कोरफडीचा ताजा गर वापरावा. कोरफडीच्या ताज्या गरामध्ये गुलाबजल घालून पेस्ट तयार करावी. ही पेस्ट चेहऱ्यावर लावून हलक्या हाताने मालिश करावी. ही पेस्ट चेहऱ्यावर वीस मिनिटे राहू देऊन यानंतर थंड पाण्याने चेहरा धुवून टाकावा. कोरफडीचा गर आणि गुलाबजल मिसळून तयार केलेल्या पेस्टमुळे चेहऱ्यावरील सुरकुत्या नाहीशा होण्यास मदत होते. कोरफडीमुळे चेहऱ्यावरील टिश्यू रिपेअर होण्यास मदत होऊन त्वचा तजेलदार दिसू लागते. कोरफडीप्रमाणे टी ट्री ऑइल आणि ऑलिव्ह ऑइल यांचे मिश्रणही चेहऱ्यावरील सुरकुत्या कमी करून त्वचा तजेलदार बनण्यास सहाय्यक आहे.

टी ट्री – ऑलिव्ह ऑइल : एक लहान चमचा टी ट्री ऑइल, एक मोठा चमचा ऑलिव्ह ऑइलमध्ये मिसळून याने रात्री झोपण्यापूर्वी चेहऱ्यावर मालिश करावी. हे तेल रात्रभर चेहऱ्यावर राहू देऊन सकाळी चेहरा थंड पाण्याने धुवावा.

सात फायदे लसूण आणि मध एकत्र मिक्स करून खाण्याचे...

लसूण मसालेदार खाण्याचे स्वाद वाढवतो. तसेच याचे गुणकारी आणि आरोग्यदायी फायदे खूप आहेत. लसूण आणि मध एकत्र मिक्स केल्याने आरोग्याचा खूप मोठा खजिना तुमच्याकडे येतो. असे केल्याने सौंदर्यासंबंधी समस्या दूर होऊ शरीर डिटॉक्स करण्यासाठी खूप मदत करतो. तसेच इन्फेक्शनही संपवतो. अशात मध आणि लसूण खाल्ल्यास सात फायदे होतात.

हृदयाला निरोगी ठेवतो : लसूण आणि मध यांचे मिश्रण खायाने हृदयाकडे जाणाऱ्या धमण्यांमधील ब्लॉकेजेस निघून जातात. यामुळे ब्लड सर्क्युलेशन योग्य प्रकारे हृदयापर्यंत पोहोचते.

सर्दी आणि पडसं दूर करते : हे मिश्रण खाल्ल्याने सर्दी आणि पडशासह सायनसचा प्रॉब्लेम खूप कमी होतो. हे मिश्रण शरीरातील उष्णता वाढवते. आजारांना दूर ठेवते.

इम्युन सिस्टीमला मजबूत करते : लसूण आणि मधाच्या मिश्रणाने तुमची इम्युन सिस्टिम मजबूत होते. यामुळे तुम्ही प्रत्येक ऋतूमध्ये तंदुरुस्त राहू शकता.

डायरियापासून बचाव : कोणाला किंवा लहान मुलांना सतत डायरियाचा त्रास होत असेल तर त्यांना हे मिश्रण खाऊ घाला. त्यांची पचन संस्था दुरुस्त होईल. तसेच पोटातील इन्फेक्शन दूर होईल.

डिटॉक्स : हे एक नैसर्गिक डिटॉक्स मिश्रण आहे. हे खाल्ल्याने शरीरातील घाण आणि वेस्ट मटेरियल बाहेर पडते.

फंगल इन्फेक्शन : फंगल इन्फेशन, शरीराच्या कोणत्याही भागावर हल्ला करत असेल तर ॲण्टी बॅक्टेरियल गुणांचे हे मिश्रण त्या ठिकाणी लावल्यास बॅक्टेरिया दूर होतात. शरीर कमजोर होण्यापासून वाचते.

घशाच्या इन्फेक्शनमध्ये लाभदायक : हे मिश्रण घशातील संक्रमण दूर करते. यात ॲण्टी इन्फ्लेमेटरी गुण आहे. घशातील खरखर आणि सूज कमी करण्यास मदत करते.

साखरेच्या ऐवजी मिठाई बनवताना वापरा खजुराची पेस्ट

आपल्या दैनंदिन आहारामध्ये साखरेचा वापर होत असतो. चहा, कॉफी आणि मुख्य म्हणजे आपल्या आहारातील बहुतेक सर्वच गोड पदार्थांमध्ये साखरेचा वापर नियमित केला जात असतो. केवळ घरी तयार करण्यात आलेल्या पदार्थांतच नव्हे, तर ब्रेड, बिस्किटे, तयार सॉसेस, सँडविच स्प्रेड्स, पॅकेज्ड फळांचे रस, कोल्ड ड्रिंक्स यामध्येही साखरेचे प्रमाण जास्त असते.

रिफाइंड साखर अतिप्रमाणात खाल्ल्याने आरोग्याला धोका निर्माण होत असून, तरुण वयातच उच्च रक्तदाब, मधुमेह इत्यादी विकार उद्भवण्याचे प्रमाण वाढले आहे. आहारामध्ये साखर जास्त असल्याने चेहऱ्यावर अकाली सुरकुत्या येणे, वारंवार मुरुमे, पुटकुळ्या येणे इत्यादी लक्षणे दिसू लागतात. त्यामुळेच आहारतज्ज्ञ दैनंदिन आहारामधून साखरेचे प्रमाण कमी करून साखरेच्या ऐवजी नैसर्गिक स्वीटनर्स वापरण्याचा सल्ला देत असतात. नैसर्गिक स्वीटनर्समध्ये अनेक पर्याय उपलब्ध असून त्यामध्ये खजुराच्या पेस्टचा समावेश करता येऊ शकतो.

खजुराची विशेषतः अशी की, त्यामध्ये नैसर्गिक शुगर्ससोबत प्रथिने, फायबर, झिंक, मॅग्नेशियम इत्यादी क्षारही आहेत.

शंभर ग्राम खजुरामध्ये २८२ किलो कॅलरीज इतकी ऊर्जा असते. त्यामुळे खजुरापासून तयार केली गेलेली पेस्ट किंवा सिरप रिफाईन्ड साखरेच्या ऐवजी वापरले जाऊ शकते. खजुराची पेस्ट घरच्या घरी तयार करण्यासाठी केवळ खजूर आणि स्वच्छ पाणी, इतक्याच साहित्याची आवश्यकता आहे.

खजुराची पेस्ट बनवण्यासाठी ताजा पिकलेला खजूर पाण्यामध्ये भिजवून ठेवावा. खजूर भिजवण्याआधी त्याच्यातील बिया काढून टाकाव्यात. त्यानंतर गरम पाण्यामध्ये खजूर भिजवावा. हा खजूर रात्रभर पाण्यामध्ये भिजू द्यायचा आहे.

दुसऱ्या दिवशी सकाळी खजूर पाण्यातून काढून घेऊन मिक्सरवर बारीक वाटावा. खजूर भिजवून ठेवलेले पाणी टाकून न देता हे पाणी खजूर मिक्सरवर वाटत असताना घालावे. आवश्यक तितके पाणी घालून आपल्याला हवी तितकी घट्ट किंवा पातळ पेस्ट तयार करून घ्यावी. या पेस्टमध्ये किंचित मीठ, आवडत असल्यास मध किंवा दालचिनीची पूड मिसळता येईल. यामुळे या पेस्टला आगळीच चव येते. खजुराचे सिरप तयार करण्यासाठी खजूर पाण्यामध्ये उकळून घ्यावेत. त्यानंतर खजूर उकळलेले पाणी गाळून घेऊन खजुराचा गर वेगळा करावा. गाळलेले पाणी पुन्हा उकळत ठेवून पाकाप्रमाणे दिसेपर्यंत आटवावे. तयार झालेले सिरप थंड झाल्यावर बाटलीमध्ये भरून ठेवावे. खजुराच्या सिरपपेक्षा खजुराची पेस्ट अधिक चांगली, कारण या पेस्टमध्ये फायबर असते.

जिमला जाताय... तर लक्षात ठेवा

■ जिम सुरू करण्याआधी आणि जिमिंग झाल्यानंतर लगेच पाणी किंवा ज्यूस पिणे टाळा.

■ आपण किती कॅलरीज कमी करतोय किंवा घेतोय याचा हिशोब असू द्या.

■ वजन कमी करण्यासाठी किंवा फिटनेससाठी लहान-लहान लक्ष्य निर्धारित करा.

■ ट्रेनरचा सल्ला घेतल्याशिवाय दुसऱ्यांना पाहून कोणतीही नवीन मशीन ट्राय करू नका.

■ जिमसाठी योग्य तेच कपडे आणि जोडे निवडा.

■ जिममध्ये घाम पुसण्यासाठी नेहमी स्वच्छ नॅपकिन वापरा.

■ कोणतीही मशीन वापरण्यासाठी नीट प्रशिक्षण घ्या आणि क्षमतेहून अधिक वर्कआऊट टाळा.

■ एखाद्या व्यायामाने आपले अंग दुखत असेल किंवा स्नायू खेचले जात असतील तर लगेच तो व्यायाम बंद करा.

■ कोणत्याही कंपनीचे प्रोटीन शेक किंवा एनर्जी ड्रिंक सेवन करण्याआधी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

■ जर आपल्याला एखादे संक्रमण किंवा रोग असेल तर आधीच त्याची माहिती जिम ट्रेनरला द्या.

खासगी पूर्व-प्राथमिक शाळांसाठी अधिनियम आणणार : दादा भुसे

नोंदणीचे तीन वर्षांनी नूतनीकरण

खासगी बालवाटिकांची नोंदणी, नियमन आणि गुणवत्तेची खात्री करण्यासाठी स्वतंत्र अधिनियम करण्याचा प्रस्ताव तयार करण्यात आला असून त्यासाठी महिला व बाल विकास विभागाचा अभिप्राय घेण्यात आला आहे. हा प्रस्ताव सध्या विधि व न्याय विभागाकडे अंतिम प्रक्रियेत आहे. नोंदणीचे दर तीन वर्षांनी नूतनीकरण करणेही आवश्यक राहील तसेच शिक्षकांची पात्रता, वीस विद्यार्थ्यांमागे एक शिक्षक हे प्रमाण, बालकेंद्रित अभ्यासक्रम, खेळणी व शैक्षणिक साहित्याची उपलब्धता आणि सुरक्षित व बालस्नेही पायाभूत सुविधा याबाबतही नियम निश्चित करण्यात येणार आहेत. बालकांच्या सुरक्षिततेच्या दृष्टीने वर्गखोल्यांचे आकारमान, स्वच्छतागृहांची व्यवस्था, वाहतूक व्यवस्थेचे नियम तसेच शुल्कासंबंधी तरतुदींचाही समावेश या अधिनियमात करण्यात येणार आहे.

■ **बातमी /लेख,प्रीती दिपक नाईक**

राज्यातील तीन ते सहा वर्षे वयोगटातील बालकांना दजेर्दार व सुरक्षित पूर्व-प्राथमिक शिक्षण उपलब्ध व्हावे, यासाठी खासगी पूर्व-प्राथमिक शाळांची पोर्टलवर अनिवार्य नोंदणी, नियमन व गुणवत्ता सुनिश्चित करण्याच्या उद्देशाने अधिनियम आणण्याची प्रक्रिया सुरू आहे, अशी माहिती शालेय शिक्षण मंत्री दादा भुसे यांनी विधानसभेत दिली.

राज्यातील खासगी पूर्व-प्राथमिक शाळांची नोंदणी पोर्टलवर अनिवार्य करण्याबाबत सदस्य मनीषा चौधरी यांनी प्रश्न उपस्थित केला. या चर्चेत सदस्य विक्रम पाचपुते, प्रवीण दटके, योगेश सागर आणि अभिमन्यू पवार यांनी सहभाग घेतला.

दादा भुसे म्हणाले की, पूर्व-प्राथमिक शिक्षण देणाऱ्या सर्व खासगी केंद्रांची माहिती राज्य, जिल्हा प्रशासन आणि पालकांना एकत्रित स्वरूपात उपलब्ध व्हावी, या उद्देशाने प्री-स्कूल रजिस्ट्रेशन पोर्टलवर नोंदणी करणे २४ एप्रिल २०२५ च्या शासन परिपत्रकाद्वारे बंधनकारक करण्यात आले आहे. या पोर्टलवर शाळेचे स्थान, वर्गखोल्यांची संख्या, व्यवस्थापन, विद्यार्थ्यांची संख्या, पायाभूत सुविधा, शाळेची इमारत, क्रीडांगण, स्वच्छतागृह, पिण्याच्या पाण्याची व्यवस्था, सीसीटीव्ही तसेच शिक्षक, कर्मचारी याबाबतची माहिती देणे अपेक्षित आहे. आतापर्यंत १२ हजार ७३३ खासगी पूर्व-प्राथमिक शिक्षण देणाऱ्या केंद्रांची नोंदणी झाली असून उर्वरित संस्थांनाही नोंदणीचे आवाहन करण्यात आले आहे.

...तर तीन किलोमीटरचे अंतर ग्राह्य धरणार

आरटीईअंतर्गत शाळेचे अंतर मर्यादित ठेवण्याचा विचार असल्याचे भुसे यांनी सांगितले. शिक्षण हक्क कायदा (आरटीई) अंतर्गत शाळा विद्यार्थ्यांच्या निवासस्थानापासून एक किलोमीटरच्या परिसरात असाव्यात, असे प्रस्तावित होते. तथापि ज्या ठिकाणी अशा शाळा उपलब्ध नसतील, तेथे तीन किलोमीटरपर्यंतचे अंतर ग्राह्य धरण्याचा विचार शासन करत असल्याचे त्यांनी सांगितले.

मुंबई विद्यापीठाला उच्च न्यायालयाचा दणका

६४ हंगामी कर्मचाऱ्यांना दिलासा पुनर्नियुक्तीचा दिला आदेश

■ **मुंबई। प्रतिनिधी,**

मुंबई विद्यापीठातून २०१७ मध्ये कामावरून कमी केलेल्या ६४ हंगामी कर्मचाऱ्यांना उच्च न्यायालयाने मोठा दिलासा दिला आहे. याचिकाकर्त्या कर्मचाऱ्यांची पुनर्नियुक्ती करण्याचा औद्योगिक न्यायालयाचा निर्णय न्यायमूर्ती संदीप मारणे यांच्या एकलपीठाने कायम ठेवला. मात्र, औद्योगिक न्यायालयाने दिलेल्या थकबाकीच्या आणि वेतनाच्या आदेशात उच्च न्यायालयाने बदल केले. कर्मचाऱ्यांना देण्यासाठी पुरेसे काम नसल्याचे म्हणणे विद्यापीठाने मांडले होते. न्यायालयाने ते अमान्य केले. मुंबई विद्यापीठात शिपाई, कनिष्ठ टंकलेखक, सफाई कामगार आणि डेटा एन्ट्री ऑपरेटर अशा विविध पदांवर ६४ कर्मचारी अनेक वर्षांपासून हंगामी स्वरूपात कार्यरत होते. ३० जून २०१७ रोजी एका परिपत्रकाद्वारे विद्यापीठाने त्या सर्वांना कामावरून कमी केले होते. त्या निर्णयाविरोधात कर्मचाऱ्यांनी औद्योगिक न्यायालयात धाव घेतली होती. नोव्हेंबर औद्योगिक २०२३ मध्ये न्यायालयाने कर्मचाऱ्यांच्या बाजूने निकाल दिला आणि त्यांना कामावर घेण्याचे व कायमस्वरूपी कर्मचाऱ्यांइतके वेतन देण्याचे आदेश मुंबई विद्यापीठाला दिले होते.

वनजमिनीच्या तांत्रिक पेचात अडकली आदिवासींची घरे

■ **वसई। प्रतिनिधी,**

राज्यातील बेघर आदिवासी, विशेषतः आदिम कातकरी समाजाच्या गावठाण आणि घरकुल निर्मितीतील कायदेशीर अडथळे दूर करण्यासाठी महाराष्ट्र शासनाने सर्वोच्च न्यायालयात तातडीने 'हस्तक्षेप याचिका' दाखल करावी, अशी ठाम मागणी श्रमजीवी संघटनेने केली आहे. मंत्रालयात आदिवासी विकास मंत्री अशोक उईके यांच्या अध्यक्षतेखाली पार पडलेल्या महत्त्वपूर्ण बैठकीत हा मुद्दा उपस्थित करण्यात आला.

महाराष्ट्र शासनाने २ फेब्रुवारी २०२४ रोजी आदिवासींना गावठाण निर्मितीसाठी जागा उपलब्ध करून देण्याचा निर्णय घेतला होता. मात्र, सर्वोच्च न्यायालयाच्या एका आदेशानुसार (रिट याचिका क्र. ११६४/२०२३), पयार्यी जमीन उपलब्ध करून दिल्याशिवाय वनजमिनीचे रूपांतर करता येत नाही. या तांत्रिक कारणामुळे वनविभाग गावठाण निर्मितीच्या अंमलबजावणीत आडकाठी आणत आहे. परिणामी, हजारो आदिवासी कुटुंबे हक्काच्या घरापासून वंचित आहेत.

'आदिवासी क्षेत्र विकास आढावा समिती'चे अध्यक्ष (मंत्री दर्जा) विवेक पंडित यांनी गुगल मीटद्वारे बैठकीत सहभागी होत ही मागणी लावून धरली. "आदिवासींच्या मूलभूत गरजांसाठी (घरे, गावठाण, पाणी) पयार्यी जमिनीच्या कठोर अटीत शिथिलता मिळवण्यासाठी सरकारने सर्वोच्च न्यायालयात बाजू मांडावी," असे त्यांनी स्पष्ट केले. राज्याची बाजू भक्कमपणे मांडण्यासाठी सॉलिसिटर जनरल किंवा ॲडव्होकेट जनरल यांची नियुक्ती करण्याची मागणीही बैठकीत करण्यात आली.

वन्यजीव संरक्षित क्षेत्रातील पाड्यांना पिण्याचे पाणी आणि घरकुले मिळावीत यासाठी केंद्राशी आणि वन्यजीव मंडळाशी समन्वय साधून विशेष सवलत मिळवण्यावर भर देण्यात आला. मंत्री अशोक उईके यांनी या प्रश्नाचे गांभीर्य ओळखून, वनविभाग आणि महसूल विभागाशी समन्वय साधून तातडीने कायदेशीर मार्ग काढण्याचे आश्वासन दिले आहे. या बैठकीत श्रमजीवी संघटनेचे सरचिटणीस विजय जाधव व बाळाराम भोईर, ठाणे जिल्हा अध्यक्ष अशोक सापटे, पालघर जिल्हा अध्यक्ष सुरेश रेंजड, शहापूर तालुका सचिव प्रकाश खोडका, शहापूर तालुका अध्यक्ष मालू हुमणे, शहापूर तालुका उपाध्यक्ष राजेंद्र म्हसकर, संघटक सचिव (प्रशिक्षण) सीता घाटाळ, ठाणे जिल्हा महिला प्रमुख जया पारधी, पालघर जिल्हा महिला प्रमुख रेखा पऱ्हाड यांच्यासह संघटनेचे पदाधिकारी उपस्थित होते.

श्रमजीवी संघटनेच्या या पाठपुराव्यामुळे शहापूरसह राज्यातील हजारो कातकरी कुटुंबांच्या हक्काच्या घराचा प्रश्न सुटण्याची आशा निर्माण झाली आहे.

घरातून उचलून नेत अत्याचार केला आणि पीडित महिलेला गावच्या चावडीवर बांधलं

यूपी, बिहार नाही तर महाराष्ट्रात घडलेय भयानक घटना

■ **मुंबई। प्रतिनिधी,**

बीडमध्ये राज्याला हादरवून टाकणारी घटना घडली आहे. घरातून उचलून नेत महिलेवर अत्याचार करण्यात आला आहे. अत्याचार करून महिलेला चावडीवर बांधलं. बीडच्या घटनेनं महाराष्ट्राची मान शरमेनं खाली गेली आहे. या घटनेमुळे महाराष्ट्रात खळबळ उडाली आहे.

बीड तालुक्यातील एका गावामध्ये धक्कादायक प्रकार समोर आला आहे. घरात झोपलेल्या विवाहितेला उचलून गावाबाहेर नेत तिच्यावर अत्याचार करण्यात आला. यानंतर तिला गावामध्ये आणून गावच्या चावडीवर खांबाला बांधून ठेवले गेले हा प्रकार सकाळी समोर आल्यानंतर गावकऱ्यांनी या विवाहितेची सुटका केली. या प्रकरणात पिंपळनेर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

पोलिसांनी तातडीने कारवाई करत आरोपी वैभव पटेकर याला अटक केली आहे. आरोपीला न्यायालयात हजर केले असता न्यायालयाने 17 मार्चपर्यंत पोलीस कोठडी सुनावली आहे. दरम्यान या प्रकरणात पिंपळनेर पोलिसांसह पिंक पथकाकडून तपास केला जातोय. परंतु या घटनेनंतर परिसरात एकच खळबळ उडाली आहे.

पत्नीवर होत असलेल्या अत्याचाराची तक्रार दाखल करायला गेलेल्या पतीला मारहाण

एका 22 वर्षीय विवाहितेवर वारंवार अत्याचार केल्याप्रकरणी तक्रार देण्यासाठी गेलेल्या पीडितेच्या पतीला सहायक उपनिरीक्षकाने कानशिलात मारल्याचा आरोप करण्यात आला आहे. या मारहाणीनंतर पीडितेचा पती ठाण्यातच बेशुद्ध पडल्याचा व्हिडिओ व्हायरल झाला आहे. शनिवारी पीडिता आणि तिचे पती पुंडलिकनगर ठाण्यात तक्रार देण्यास गेले. तेथे राठोड नामक कर्मचाऱ्याला पीडिता आपबिती सांगत असताना पोलिस आणि पीडितेच्या पतीमध्ये शाब्दिक चकमक उडाली. आरोपानुसार, हिंगे नामक पोलिसाने पीडितेच्या पतीच्या कानशिलात लगावली. जोराचा फटका बसल्याने तो जमिनीवर कोसळला. त्यानंतर पोलिसांच्या वाहनातूनच त्याला तातडीने घाटी रुग्णालयात दाखल केले. या घटनेचा एक व्हिडिओ व्हायरल झाला आहे. तर पोलीसांनी सर्व आरोप फेटाळून लावले आहे. तर, पीडिताने पोलीस ठाण्यातील सीसीटीव्ही तपासणीची मागणी केली आहे.

धामणगाव गढी परिसरात चक्क अस्वलाचा मुक्त संचार सीसीटीव्हीत कैद... ग्रामस्थांमध्ये भीतीचे वातावरण

■ **अमरावती। प्रतिनिधी,**

अमरावती जिल्ह्यातील धामणगाव गढी परिसरात अस्वलाचा मुक्त संचार आढळून आल्याने ग्रामस्थांमध्ये भीतीचे वातावरण निर्माण झाले आहे. पहाटेच्या सुमारास गावातील मुख्य रस्त्यावर एक अस्वल फिरताना दिसले. हा संपूर्ण प्रकार परिसरातील सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यात कैद झाला असून त्याचा व्हिडिओ सध्या ग्रामस्थांमध्ये चचेर्चा विषय ठरला आहे. गावातील रस्त्यांवर आणि वस्ती जवळ अस्वल दिसल्याने नागरिकांमध्ये दहशतीचे वातावरण पसरले आहे. विशेषतः रात्री आणि पहाटेच्या वेळी घराबाहेर पडताना ग्रामस्थांमध्ये भीतीचे वातावरण निर्माण झाले असून पालकांनी लहान मुलांना एकटे बाहेर न जाण्याच्या सूचना दिल्या आहेत.धामणगाव गढी परिसर जंगलालगत असल्याने वन्य प्राणी अधूनमधून गावाच्या हद्दीत येत असल्याचे ग्रामस्थांनी सांगितले. मात्र यावेळी अस्वल थेट गावातील रस्त्यावर फिरताना दिसल्यामुळे नागरिकांनी तातडीने वनविभागाने लक्ष देण्याची मागणी केली आहे. स्थानिक नागरिकांनी वनविभागाने त्वरित पथक पाठवून अस्वलाला सुरक्षितपणे पकडून पुन्हा जंगलात सोडावे, तसेच गाव परिसरात नियमित गस्त वाढवून नागरिकांच्या सुरक्षेची काळजी घ्यावी, अशी मागणी केली आहे. दरम्यान, सीसीटीव्हीमध्ये कैद झालेल्या या घटनेनंतर ग्रामस्थांनी सतर्कता बाळगण्यास सुरुवात केली असून वनविभागाकडून पुढील कारवाईकडे सर्वांचे लक्ष लागले आहे.

लग्नानंतर वर्षाच्या आत नवऱ्याचा मृत्यू

वहिनीचा दिराकडे 'त्या' गोष्टीसाठी हट्ट, पण...

■ **बीड। प्रतिनिधी,**

दिराने आपल्या विधवा वहिनीचा क्रूरपणे खून केल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. या घटनेने संपूर्ण गया जिल्हा हादरून गेला आहे. समुद्री कुमारी (वय 20) असं हत्या करण्यात आलेल्या तरुणीचे नाव आहे. दिराने आपल्या साथीदारांच्या मदतीने हत्या केली. विशेष म्हणजे, हत्येनंतर पुरावा नष्ट करण्यासाठी मृतदेह प्लास्टिकमध्ये गुंडाळून जंगलातील एका नाल्यात फेकून देण्यात आला होता. पोलिसांनी या प्रकरणाचा छडा लावत मुख्य आरोपी दीर आदित्य भारती याला बेड्या ठोकल्या आहेत, तर त्याचे इतर साथीदार अद्याप फरार आहेत. येथील इमामगंज पोलीस ठाण्याच्या हद्दीत नात्याला काळिमा फासणारी एक अत्यंत धक्कादायक घटना समोर आली आहे.

लग्नानंतर काही महिन्यातच पतीचे निधन आणि दिराचा क्रूर कट

मिळालेल्या माहितीनुसार, समुद्री कुमारीचा विवाह 2024 मध्ये परमिला भारती यांच्याशी झाला होता. मात्र, संसाराची गाठ बांधल्यानंतर अवघ्या काही महिन्यांतच पतीचा विजेचा धक्का लागून मृत्यू झाला. पतीच्या निधनानंतर खचलेली समुद्री आपल्या आईकडे माहेरी राहत होती. 3 मार्च रोजी तिचा दीर आदित्य याने तिला फोन करून राणीगंज येथे भेटीसाठी बोलावले. पतीच्या घरच्या माणसाने बोलावल्यामुळे ती विश्वासाने घराबाहेर पडली, मात्र त्यानंतर ती परतलीच नाही. कुटुंबीयांनी आठवडाभर तिचा सर्वत्र शोध घेतला, परंतु काहीच पत्ता न लागल्याने अखेर 9 मार्च रोजी तिच्या आईने इमामगंज पोलीस ठाण्यात बेपत्ता झाल्याची तक्रार नोंदवली. पोलिसांनी तपास सुरू केला असता, मंगळवारी सासरच्या घराच्या जवळच असलेल्या झिलमिलवा जंगलातील एका नाल्यात समुद्रीचा कुजलेल्या अवस्थेत मृतदेह सापडला. आरोपीने मृतदेह लवकर कुजावा यासाठी त्यावर मीठही टाकले होते.

लग्नाचा हट्ट जिवावर बेतला, आरोपींकडून गुन्ह्याची कबुली

पोलिसांनी संशयावरून दीर आदित्य भारती याला ताब्यात घेऊन खाक्या दाखवताच त्याने या भयानक कृत्याची कबुली दिली. आदित्यने पोलिसांना सांगितले की, त्याची वहिनी गेल्या महिन्याभरापासून त्याच्यावर लग्नासाठी दबाव टाकत होती. या त्रासाला कंटाळून त्याने तिचा काटा काढण्याचे ठरवले. होळीच्या दिवशी त्याने तिला बहाण्याने बोलावून घेतले आणि आपल्या दोन साथीदारांच्या मदतीने जंगलात नेऊन तिचा गळा दाबून खून केला. गुन्हा केल्यानंतर आपण पकडले जाऊ नये म्हणून तो कामाच्या शोधात असल्याचे सांगून मोहनिया येथे निघून गेला होता. पोलिसांनी मृतदेह शवविच्छेदनासाठी मगध मेडिकल कॉलेजमध्ये पाठवला असून, या गुन्ह्यातील इतर आरोपींना पकडण्यासाठी छापेमारी सुरू केली आहे.

नात्यातील विश्वास आणि माणुसकीला हरताळ फासणाऱ्या या घटनेमुळे परिसरात तीव्र संताप व्यक्त केला जात आहे. पतीच्या मृत्यूनंतर सासरच्यांनी आधार देण्याऐवजी तिचे आयुष्यच संपवून टाकल्याने समुद्रीच्या माहेरच्या कुटुंबावर दुःखाचा डोंगर कोसळला आहे. पोलीस आता या प्रकरणातील तांत्रिक पुरावे गोळा करत असून, आरोपींना कठोर शिक्षा व्हावी यासाठी तपास जलद गतीने सुरू आहे. एका तरुणाने केवळ लग्नाचा दबाव टाळण्यासाठी स्वतःच्या वहिनीचा जीव घेतल्याने समाजातील विकृत मानसिकतेवर पुन्हा एकदा प्रश्नचिन्ह उपस्थित झाले आहे.

'मला चार वर्ष बायको बनवून ठेवलं अन्...'

पोलीसासोबत चार वर्ष लिव्ह-इन मध्ये राहणाऱ्या तरुणीने आयुष्य संपवलं

■ **गडचिरोली। प्रतिनिधी,**

पोलीस कॉन्स्टेबलने लग्नाचे आमिष दाखवून गेल्या चार वर्षांपासून शारीरिक आणि मानसिक छळ केल्याचा गंभीर आरोप करत एका तरुणीने आत्महत्या केलीये.. प्रेमाच्या नावाखाली झालेल्या या फसवणुकीमुळे खचलेल्या तरुणीने अखेर टोकाचे पाऊल उचलले. ही घटना उघडकीस आल्यानंतर पोलीस प्रशासनावर टीकेची झोड उठली असून, कायद्याचे रक्षकच जेव्हा भक्षक बनतात, तेव्हा न्यायाची अपेक्षा कोणाकडून करायची, असा संतप्त सवाल नागरिक उपस्थित करत आहेत. उत्तर प्रदेशातील आग्र्या शहरातून ही धक्कादायक घटना समोर आली आहे. परंतु मृत्यूला कवेत घेण्यापूर्वी तिने समाजमाध्यमांवर एक व्हिडिओ प्रसारित केला, ज्याने संपूर्ण पोलीस दल हादरून गेले आहे.

पोलीस कॉन्स्टेबलकडून चार वर्ष लैंगिक शोषण

तपासातून समोर आलेल्या माहितीनुसार, मृत तरुणी आग्र्यात तैनात असलेला पोलीस कॉन्स्टेबल जेबी गौतम याच्यासोबत लिव्ह-इन रिलेशनशिपमध्ये राहत होती. जेबी गौतम हा ताजगंज पोलीस ठाण्यातच कार्यरत होता. पीडितेने मृत्यूपूर्वी चित्रीत केलेल्या व्हिडिओमध्ये आपल्या व्यथा मांडताना सांगितले की, आरोपीने तिला पत्नीप्रमाणे चार वर्षे सोबत ठेवले होते. जेव्हा तिने लग्नासाठी तगादा लावला, तेव्हा त्याने कुटुंबाचे कारण पुढे करून नकार देण्यास सुरुवात केली. आरोपी तिला केवळ लग्नाचे आश्वासन देऊन शारीरिक संबंधांसाठी वापरत होता आणि नंतर तिच्यापासून दुरावू लागला. व्हिडिओमध्ये ती आर्त स्वरात विचारताना दिसते की, "तो स्वतः पोलीसवाला आहे म्हणून त्याच्यावर कोणतीही कारवाई होणार नाही का?" या एका वाक्यातून तिने व्यवस्थेबद्दल असलेला अविश्वास आणि तिला सहन करावा लागलेला मानसिक त्रास स्पष्टपणे जगासमोर मांडला आहे.

आरोपी कॉन्स्टेबलला अटक आणि कारवाई

व्हिडिओ व्हायरल झाल्यानंतर आणि पीडित कुटुंबाने तक्रार दिल्यानंतर पोलीस विभागात वेगाने हालचाली झाल्या. डीसीपी सिटी अली अब्बास यांनी या प्रकरणाचे गांभीर्य ओळखून आरोपी कॉन्स्टेबल जेबी गौतम याला तात्काळ निलंबित करण्याचे आदेश दिले. पोलिसांनी गुन्हा दाखल करून तपास चक्रावली आणि आरोपीला अटक करून न्यायालयात हजर केले, तिथून त्याची रवानगी तुरुंगात करण्यात आली आहे. पीडितेच्या मृतदेहाचे शवविच्छेदन करून तो नातेवाईकांच्या स्वाधीन करण्यात आला आहे. पोलीस आता त्या व्हिडिओला महत्त्वाचा पुरावा मानून तांत्रिक तपास करत आहेत. प्रशासनाने आश्वासन दिले आहे की, आरोपी पोलीस दलातील असला तरी त्याला कोणीही पाठीशी घालणार नाही आणि कायद्यानुसार कठोर शिक्षा केली जाईल. मात्र, या घटनेने पोलीस दलाची प्रतिमा मलिन झाली असून एका निष्पाप तरुणीला आपला जीव गमवावा लागला आहे.

मृत्यूपूर्वीर्चा व्हिडिओ आणि न्यायासाठी केलेली आर्त हाक

तरुणीने आपल्या व्हिडिओमध्ये केवळ जेबी गौतमवरच नव्हे, तर त्याच्या कुटुंबावरही गंभीर आरोप केले आहेत. तिने सांगितले की, आरोपीचा भाऊ देखील अशाच प्रकारे एका मुलीची फसवणूक करत आहे. ₹मी जिवंत असताना मला न्याय मिळाला नाही, पण मेल्यावर तरी मला न्याय मिळावा,₹ असे म्हणत तिने आपल्या मृत्यूला जेबी गौतम आणि त्याचे कुटुंब जबाबदार असल्याचे स्पष्ट केले. हा व्हिडिओ सोशल मीडियावर तुफान व्हायरल झालाय आणि लोकांमध्ये संताप निर्माण झाला. पोलीस कर्मचाऱ्यानेच एका महिलेचा विश्वासघात करून तिला आत्महत्येसारख्या टोकाच्या निर्णयापर्यंत नेल्याने आग्र्यात खळबळ उडाली आहे. या व्हिडिओमुळे पोलिसांना या प्रकरणाची तातडीने दखल घेणे भाग पडले, अन्यथा हे प्रकरण नेहमीप्रमाणे दडपले जाण्याची भीती पीडितेने व्यक्त केली होती.

सासू, सून आणि 'तो' असं काही समोर आलं की...

■ **मुंबई। प्रतिनिधी,**

जर वासनेने माणसाच्या मनावर नियंत्रण मिळवले तर माणूस कोणत्या थराला जाईल सांगता येत नाही. या वासनेमुळे माणसाला नातीगोती, आपुलकी असं काहीच दिसत नाही. एका सुनेने देखील वासनेच्या आहारी जाऊन आपल्या सासूची हत्या केली आहे. सासूने आपल्या सुनेला शेजाऱ्यासोबत आक्षेपार्ह अवस्थेत बघितले. यामुळे आपले अनैतिक संबंध बाहेर येण्याच्या भीतीने सुनेनं आपल्या सासूचा प्रियकराच्या मदतीने शेवट केला. उत्तर प्रदेशातील मथुरा

जिल्ह्यातील ही घटना आहे. मात्र या हत्येचा उलगडा कसा झाली याची कहाणी थरारक आहे. ही कहाणी नेमकी काय आहे, जाणून घेऊया.

हॉर्ट ॲटॅकमुळे मृत्यू झाल्याचा बनाव

हा गुन्हा केल्यानंतर सुनेने अतिशय चलाखीने घरच्यांना माहिती दिली की, सासूचा मृत्यू हार्ट ॲटॅकमुळे झाला आहे. घरात पुरुष मंडळी नसल्याने आणि सुनेच्या बोलण्यावर विश्वास ठेवून नातेवाईकांनी अनवरी बेगम यांचा मृतदेह घाईघाईने स्मशानभूमीत दफन केला. मात्र, काही दिवसांनंतर पती अन्वर घरी परतल्यावर त्यांना शेजाऱ्यांकडून काही संशयास्पद गोष्टी समजल्या. पत्नीचा मृत्यू नैसर्गिक नसून तिची हत्या झाली असावी, असा संशय अन्वर यांना आला. त्यांनी तात्काळ जिल्हाधिकाऱ्यांकडे धाव घेऊन न्यायाची मागणी केली आणि मृतदेहाच्या पोस्ट मार्टमची मागणी केली.

सासूने सुनेला आक्षेपार्ह अवस्थेत बघितले

मिळालेल्या माहितीनुसार, हिना असं सुनेचं नाव आहे. मृत सासू अन्वरी बेगम यांचा मुलगा अमीर आणि पती अन्वर हे कामाच्या निमित्ताने घराबाहेर राहत असत. 2 मार्च रोजी रात्री उशिरा हिनाचा शेजारी राहणारा प्रियकर आदिल तिला भेटण्यासाठी घरी आला होता. याच दरम्यान सासू अनवरी बेगम यांनी त्या दोघांना आक्षेपार्ह अवस्थेत रंगेहात पकडले. आपण पकडले गेलो आहोत आणि आता समाजात बदनामी होईल, या भीतीने हिना आणि आदिलने संतापून अनवरी बेगम यांच्या तोंडावर उशी ठेवून त्यांचा श्वास गुदमरवून खून केला.

वहिनीने धरला ठेका, दिरालाही आला चेव...

पण जोशमध्ये येऊन केलं भलतंच... मग काय झाली पोलिसांची एंट्री

घटनेची पुनरावृत्ती

यापूर्वीही जबलपूर जिल्ह्यात व्हायरल झालेल्या व्हिडिओत दोन तरुण डान्स करणाऱ्या महिलेसोबत हातात बंदुक घेऊन नाचताना दिसत आहेत. हा व्हिडिओ 5 आणि 6 मे रोजी मध्यरात्री झालेल्या एका लग्न समारंभाचा होता. लग्न समारंभात बाहेरून महिला नर्तकांना बोलावण्यात आले होते. तेव्हा दोन तरुण हे स्टेजवर पोहोचल्यानंतर महिलांसोबत हातात बंदूक घेऊन नाचू लागले होते. दोन्ही तरुणांनी नर्तक महिलांसोबत गैरवर्तन करू लागले होते. ही संपूर्ण प्रकरण मोबाइलमध्ये रेकॉर्ड करण्यात आले. त्यानंतर हा व्हिडिओ सोशल मीडियावर व्हायरल होत आहे.

■ **बीड। प्रतिनिधी,**

एका लग्नात दिराने आपल्या वहिनीसोबत डान्स केला. या नाचकामाचा व्हिडिओ सध्या सोशल मीडियावर व्हायरल होत आहे. हे सर्व पाहताच पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेत दिराला अटक केली आहे. ही घटना मध्यप्रदेशातील छतरपूर येथील आहे. एका लग्न समारंभातील दीर आपल्या वहिनीसोबत नाचत होता. वहिनीनेही त्याच्यासोबत चांगलाच ठेका धरला होता. त्याचवेळी दिराने पिस्तूल काढलं आणि ते हातात घेऊन हलवू लागला होता. दिराने केलेलं हे कृत्य कॅमेऱ्यात कैद झालं आहे. काही वेळानंतर संबंधित व्हिडिओ सोशल मीडियावर प्रचंड व्हायरल झाला. पोलिसांच्या हाती व्हिडिओ आल्यानंतर त्यांनी ताबडतोब कारवाई केली. तेव्हाच पोलिसांनी दीराच्या मुसक्या आवळल्या आहेत. व्हिडिओ पाहिल्यानंतर कळतं की, चंद्रपाल यादव उर्फ चंदू आपल्या वहिनीसोबत एका लग्नाचा मनमुरादपणे आनंद घेत आहेत. त्यानंतरच त्या संबंधित दिराला अटक करण्यात आली आहे.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मंदिराजवळ, 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 - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021 @gmail.com

Printed , Published and Owned by **Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik**. Printed at **SOMANI PRINTING PRESS**, OFFICE - Gala No. 4, Near N.K. Industrial Estate, Near Pravasi IndustrialEstate, Gate No.2, Goregaon (E), Mumbai 400 063, Maharashtra, Published at Room No. 103, Kunal Kutir, B Building , Navghar Road, Near Hanuman Mandir, Bhayander (East) Dist - Thane, PinCode 401 105, Maharashtra. Editor : Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik, Mo.7400001474, Email Id : marathiekikaran2021@gmail.com