

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-२६५ ● मुंबई, मंगळवार, २८ एप्रिल २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.



MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

1 मेपासून एसटीचे “आपली बस, आपली सेवा” अभियान एसटीकडून प्रवाशांसाठी सुधारित सेवा सुरु

■ बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक
राज्यातील एसटीप्रवास अधिक सुरक्षित, स्वच्छ आणि प्रवासी-केंद्रित करण्यासाठी महाराष्ट्र राज्य मार्ग परिवहन महामंडळाने “आपली बस, आपली सेवा” हे नवे अभियान सुरु करण्याचा निर्णय घेतला आहे. परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक यांनी याबाबत घोषणा करत, या उपक्रमातून प्रवाशांचा विश्वास पुन्हा मिळवण्याचा प्रयत्न असल्याचे स्पष्ट केले. एसटी बससेवा अधिक प्रभावी आणि प्रवाशांसाठी सोयीस्कर करण्याच्या उद्देशाने राज्य परिवहन विभागाने महत्वाचे पाऊल उचलले आहे. 1 मे 2026 पासून “आपली बस, आपली सेवा” हे अभियान राज्यभर राबवले जाणार असून, या माध्यमातून सेवेमध्ये शिस्त, स्वच्छता आणि मानवी दृष्टिकोणाला प्राधान्य दिले जाणार आहे. परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक यांनी सांगितले की, बसांची संख्या वाढत असली तरी प्रवाशांची संख्या आणि महसूल अपेक्षित प्रमाणात वाढत नाही. त्यामुळे प्रवाशांचा विश्वास परत मिळवण्यासाठी आणि सेवेत सुधारणा करण्यासाठी हा उपक्रम राबवण्यात येत आहे.

सेवेतून विश्वास निर्माण करण्यावर भर
या अभियानांतर्गत चालक आणि वाहक यांच्या वर्तनात सकारात्मक बदल घडवण्यावर भर दिला जाणार आहे. बस सुटण्यापूर्वी स्वच्छता, वेळेवर उपस्थिती, नीटनेटका गणवेश आणि शिस्तबद्ध वागणूक या गोष्टी अनिवार्य करण्यात येणार आहेत. तसेच चालकाने प्रवासाची माहिती देत प्रवाशांशी संवाद साधण्यावरही भर असेल.

प्रवाशांच्या सहभाग महत्वाचा
एसटी प्रशासनाने प्रवाशांनाही जबाबदारीची जाणीव देण्याचे आव्हान केले आहे. बस आणि स्थानक परिसर स्वच्छ ठेवणे, स्वतःच्या वस्तूंची काळजी घेणे आणि मोठे सामान योग्य ठिकाणी ठेवणे या बाबींचे पालन करण्यास सांगितले आहे. तसेच

स्मार्ट कार्ड आणि ऑनलाईन आरक्षणाचा वापर वाढवण्यावरही भर दिला जाणार आहे.

अडचणीच्या काळात पर्यायी व्यवस्था
प्रवासादरम्यान बस रद्द होणे किंवा अन्य अडथळे निर्माण झाल्यास प्रवाशांना तातडीने पर्यायी व्यवस्था उपलब्ध करून देण्याचे निर्देश देण्यात आले आहेत. स्थानकांची स्वच्छता आणि सुरक्षा राखण्याची जबाबदारीही अधिकाऱ्यांवर निश्चित करण्यात आली आहे.

तक्रारींवर जलद कार्यवाही

प्रवाशांच्या तक्रारी तत्काळ सोडवण्यासाठी स्वतंत्र यंत्रणा उभारली जाणार आहे. सेवेतील त्रुटी ओळखून त्यात सुधारणा करण्यासाठी नियमित आढावा घेतला जाणार आहे.

नव्या विश्वासाचा प्रवास सुरु
1 मेपासून सुरु होणारे हे अभियान केवळ सेवा सुधारणा नसून, एसटी आणि प्रवासी यांच्यातील नातेसंबंध अधिक दृढ करण्याचा प्रयत्न आहे. या उपक्रमामुळे एसटी प्रवास अधिक सुखद, सुरक्षित आणि समाधानकारक होईल, असा विश्वास प्रशासनाने व्यक्त केला आहे.



तर शिकलं पाहिजे. नाही तर बैठका घेऊन उपयोग नाही, अशी प्रताप सरनाईक म्हणाले.

माज्या भूमिकेशी सर्व सहमत
आज शिक्षाव्यवस्था प्रतिनिधी आले होते. त्यांना माझी भूमिका पटली आहे. माज्या भूमिकेशी सर्व सहमत आहे. शशांक राव स्वतः कर्नाटकात जाताना तेव्हा कानडी भाषेत बोलतात. त्यांचं त्यांच्या मातृभाषेवर प्रेम आहे हे चांगलं आहे. मी संजय निरुपम यांना म्हणाले, तुम्ही हिंदी सामनाचे संपादक होत. बाळासाहेब तुम्हाला मराठी सामनाचे संपादक करतील असं वाटलं म्हणून तुम्ही मराठी



मुंबई ते भोपाळ विमानाचे इमर्जन्सी लँडिंग, प्रवाशांचे प्राण थोडक्यात वाचले
मुंबई: विमान अपघाताच्या अनेक घटना या समोर येत आहेत. अहमदाबादची एक भयंकर मोठी विमान दुर्घटनेच्या आठवणी आजही ताच्या आहेत. मध्य प्रदेशची राजधानी भोपाळमधून अशाच एक अपघाताची बातमी समोर आली आहे. मुंबई ते भोपाळकडे जाणारे एअर इंडियाच्या विमानात तांत्रिक बिघाड झाला अन् १७५ प्रवाशांचे प्राण टांगणीला लागला. मुंबईतून भोपाळच्या दिशेने निघालेले एअर इंडिया अ९६३ विमानाचे भोपाळमध्ये इमर्जन्सी लँडिंग करण्यात आले. मुंबईकडून विमानाने उडणू घेताच काही वेळातच तांत्रिक बिघाड लक्षात आला. विमानात एकूण १७५ जण होते यात १६६ प्रवाशांचा समावेश होता. मुंबईतून फ्लायट अ९६३ ने उडणू केल्यानंतर तांत्रिक बिघाड झाल्याचे निदर्शनास आले. त्यानंतर तातडीने सूत्रे हलवून प्रोटोकॉल लागू करण्यात आला. प्रोटोकॉलनुसार ट्रॉफिक कंट्रोलशी संपर्क साधत लँडिंगची तयारी सुरु करण्यात आली. घटनेची माहिती मिळताच सुरक्षा यंत्रणा घटनास्थळी लवचिक दाखल झाल्या. एटीसी, शारूड स्टॉफ, सीआयएसएफ आणि अग्निशमन दलाचे जवान घटनास्थळी पोहोचले होते, सर्वांनी आपली कामे चोख बजावले, सर्व स्थिती सांभाळून घेतल्याने मोठा अपघात टळला आहे.

रिक्षाचालक मराठी सक्तीबाबत सरकारचा मोठा निर्णय

गेल्या काही दिवसांपासून मुंबईसह संपूर्ण राज्यात रिक्षा आणि टॅक्सी चालकांसाठी मराठी भाषा अनिवार्य करण्याच्या मुद्द्यावरून सुरु असलेल्या वादावर आता एक मोठी अपडेट समोर आली आहे. मंत्रालयातील परिवहन विभागाची महत्वाची बैठक नुकतीच पार पडली. या बैठकीमध्ये रिक्षाचालकांना मोठा दिलासा देणारा निर्णय घेण्यात आला असल्याची माहिती समोर येत आहे. परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक यांनी ऑटो रिक्षा चालकांना मराठी भाषा शिकण्यासाठी मुदत घ्यावी की नाही याचा उद्घाटन निर्णय घेऊ असे सांगितले आहे.

काय आहे निर्णय?
1 मे 2026 म्हणजेच महाराष्ट्र दिनापासून मुंबईतील ऑटो रिक्षा चालकांना मराठी भाषा अनिवार्य करण्याचा निर्णय लागू होणार होत. मात्र, आता समोर आलेल्या माहितीनुसार, 1 मेपासून ही सक्ती असेल

की नाही हे उद्या कळणार आहे. या निर्णयामुळे रिक्षाचालकांमध्ये असलेली भीती आणि अस्वस्थता काही अंशी कमी होण्याची शक्यता आहे. प्रशासनाने या निर्णयाची अंमलबजावणी तूर्तास पुढे ढकलल्याची तयारी केल्याची माहिती सुत्रांनी दिली आहे.

परमिट किंवा लायसन्स रद्द होणार नाही
मराठी भाषा येत नसल्यास रिक्षाचालकांचे परवाने (ट्रिबेअर) किंवा लायसन्स रद्द केले जातील, अशी सर्व सर्वत्र सुरु होती. मात्र, परिवहन विभागाच्या बैठकीत यावर स्पष्टता देण्यात आली आहे.

१५ ऑगस्टपर्यंत मुदतवाढ?
सुत्रांनी दिलेल्या माहितीनुसार, रिक्षाचालकांना मराठी भाषा शिकण्यासाठी आणि आवक्यक तयारी करण्यासाठी १५ ऑगस्टपर्यंत वेळ देण्यात आला आहे. म्हणजेच, १५

ऑगस्टपर्यंत कोणत्याही प्रकारची कटोर कारवाई केली जाणार नाही. हा निर्णय रिक्षाचालकांच्या संघटनांनी केलेल्या मागणीचा आणि संपाच्या इशारांच्या विचार करून घेण्यात आल्याचे बोलले जात आहे. मात्र, परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक यांनी याबाबत अधिकृत माहिती दिलेली नाही. त्यांनी याबाबतचा निर्णय उद्या घेण्यात येईल असे स्पष्ट सांगितले आहे.

प्रताप सरनाईक नेमके काय म्हणाले?
मराठी शिकणारच नाही असं चालणार नाही. मुजोरी चालणार नाही. मराठी शिकणार नाही. पण महाराष्ट्रात धंदा करणार हे चालणार नाही. तुम्हाला मराठी शिकावीच लागेल, असं सांगतानाच आम्हाला मराठी शिकण्यासाठी मुदत मागितली आहे. आम्ही मुदत घ्यावी की नाही याचा उद्घाटन निर्णय घेऊ. मुदत दिली

मराठी येत नसेल तर बॅग भरा आणि निघा, मनसे आक्रमक... परप्रांति्यांचे धाबे दणाणले

■डॉ.बिबली। प्रतिनिधी,
महाराष्ट्रामध्ये रिक्षाचालक, टॅक्सीचालकांना तसेच ओला आणि उबेर चालकांना मराठी बोलणं सक्तीचं करण्यात आलं आहे. येत्या 1 मे पासून मराठी भाषेचा वापर बंधनकारक करण्यात आला असून शिवसेना एकनाथ शिंदेच्या पक्षाचे नेते, परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक हे मराठी सक्तीच्या मुद्द्यावर आडून बसले आहेत. तर शिंदे गटाचेच माजी खासदार संजय निरुपम यांनी या निर्णयाला कडाडून विरोध केल्याने राज्यात वाद पेटला आहे. मराठी सक्तीच्या या मुद्द्यावरून मनसेनेही आक्रमक

मी मराठी बोलतो, मला मराठी समजते, माझ्या रिक्षात बसा
मराठी भाषेच्या मुद्द्यावरून कल्याण-डोंबिवलीत मनसे आणि परप्रांतीय रिक्षाचालक यांच्यातील वाद आता अधिक चिचल्याची शक्यता निर्माण झाली आहे. कल्याण ग्रामीणपंचायत आता डोंबिवली शहरातही मनसेने आपली ‘मराठी स्टिकर मोहीम’ तीव्र केली आहे. विशेष म्हणजे, या मोहिमेत आता मनसेचे आजू-माजी नगरसेवकही प्रत्यक्ष सहभागी झाले आहेत. डोंबिवली पश्चिमेतील रेवे स्टेशन परिसरात मनसेचे नगरसेवक संदेश पाटील आणि नगरसेविका रश्मिका संदेश पाटील यांनी कार्यकर्त्यांसह रस्त्यावर उतरून रिक्षांना स्टिकर्स लावले. ‘मी मराठी बोलतो, मला मराठी समजते, माझ्या रिक्षात बसा,’ अशा मजकुराचे हे स्टिकर्स रिक्षांच्या दर्शनी भागावर चिटकवण्यात आले आहेत. यावेळी ‘मराठी येत नसेल तर बॅग भरणू निघून जा,’ अशा घोषणा देत मनसे कार्यकर्त्यांनी परिसर दणाणून सोडला.

भूमिका घेतल्याचे दिसून आले आहे. मराठी भाषा आणि स्थानिक अस्मितेच्या मुद्द्यावर महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना पुन्हा एकदा आक्रमक झाली आहे. मराठी सक्तीच्या निर्णयाच्या विरोधात 4

रिक्षांवर झळकू लागले असून, मनसे कार्यकर्त्यांनंतर आता पार्श्वभूमीवर, मनसेचे नगरसेवक या मोहिमेसाठी रस्त्यावर उतरले आहेत. यामुळे परप्रांति्यांचं मात्र धावं दणाणलं आहे.

मराठी बोलण्याची लाज वाटते, अडचण असेल कर खुशाल गावी जावं..
मराठी सक्तीच्या निर्णयाच्या विरोधात, काही परप्रांतीय रिक्षा संघटनांनी येत्या 4 मे रोजी संप

पुकारण्याचा इशारा दिला आहे. मात्र यावर नगरसेवक संदेश पाटील यांनी कडक शब्दांत इशारा दिला आहे. ‘‘महाराष्ट्रात राहून मराठी भाषेला विरोध करणाऱ्यांचा संप आमही एकजुटीने हाणून पाडू. ज्यांना मराठी बोलण्याची लाज वाटते किंवा अडचण आहे, त्यांनी खुशाल गावी जावे. राज्य सरकारने या बेकायदेशीर संपावर कटोर कारवाई करावी, अन्यथा मनसे आपल्या शैलीत उत्तर देईल’’ अस त्यांनी सांगितलं आहे. त्यामुळे येत्या 4 तारखेला लागली. रविवारी सकाळी दोन्ही याकडे आता सर्वांचे लक्ष लागले आहे.

मुंबईतील मरीन ड्राईव्हर पहाटे भीषण अपघात दुचाकीच्या धडकेत तिघांचा मृत्यू

■मुंबई। प्रतिनिधी,
मुंबईतील मरीन ड्राईव्हर परिसरात सोमवारी (दि. २७) पहाटे भीषण अपघात झाला. वेगाने येणाऱ्या दुचाकीने रस्ता ओलांडणाऱ्या एका वृद्धाला जोरदार धडक दिल्याने पादचारी वृद्धासह दुचाकीवरील दोघांचा मृत्यू झाला. या दुर्घटनेमुळे परिसरात काही काळ खळबळ उडाली.

पहाटे मरीन ड्राईव्हर अपघात
पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, हा अपघात सोमवारी पहाटे सुमारे ५.४० वाजता एम. एस. रोडवरील पारसी जिमखाना जंक्शन सिग्नलवर घडला. MH-01-EL-6366 क्रमांकाची KTM Duke दुचाकी भरधाव वेगात असल्याचे पार्थमिक तपासात समोर आले आहे. ही दुचाकी वेगात असताना रस्ता ओलांडणाऱ्या वृद्धाला जोरदार धडक बसली.

धडक इतकी भीषण होती की, वृद्ध पादचारी जागेवरच जोरात पडला. अपघातानंतर दुचाकीवरील तरुण आणि तरुणी गंभीर जखमी झाले. स्थानिकांच्या

मदतीने तिघांनाही तातडीने जी. टी. रुग्णालयात नेण्यात आले. मात्र, डॉक्टरांनी तपासणीनंतर तिघांनाही मृत घोषित केले.

अपघातानंतर KTM Duke दुचाकीचे मोठ्या प्रमाणात नुकसान झाले. घटनेनंतर दुचाकी रस्त्याच्या कडेला फेकली गेल्याचे प्रत्यक्षदर्शींनी सांगितले. घटनास्थळी आणखी दोन दुचाकी नुकसानग्रस्त अवस्थेत आढळल्याने अपघातानंतर त्या वाहनांनाही धक्का बसल्याची शक्यता पोलिसांकडून तपासली जात आहे.

वाहतुकीवर काही काळ परिणाम
या अपघातामुळे मरीन ड्राईव्हर परिसरातील वाहतुकीवर काही काळ परिणाम झाला. घटनेची माहिती मिळताच पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेत वाहतूक सुरळीत करण्याचे काम हाती घेतले.

या प्रकरणी मरीन ड्राईव्हर पोलिस ठाण्यात गुन्हा नोंदवण्यात आला असून पुढील तपास सुरु आहे. अतिवेग, सिग्नलचे उल्लंघन किंवा निष्काळजीपणे वाहन चालवणे यांपैकी नेमके कारण काय, याचा तपास पोलिस करत आहेत. मृतांची ओळख अद्याप अधिकृतरीत्या जाहीर करण्यात आलेली नाही.

भोंदूबाबा मनोहर भोसलेला 3 दिवसांची कोठडी सोलापूर

जिल्ह्यातील कुडवाडीत भोंदूगिरी आणि फसवणूक प्रकरणात मोठी कारवाई करण्यात आली आहे. ज्येष्ठ वयसयुक्त भरभरगाडीचे अमिष दाखवून एका तरुणाची आर्थिक फसवणूक केल्याप्रकरणी भोंदू मनोहर भोसले आणि त्याचा साथीदार विशाल बाघमारे यांना अटक करण्यात आली आहे. या प्रकरणात दोघांना न्यायालयात हजर करण्यात आले असता माझा दिवाणी आणि फौजदारी न्यायालयाने त्यांना 3 दिवसांची पोलिस कोठडी सुनावली. या कारवाईमुळे परिसरात मोठी खळबळ उडाली आहे. मनोहर भोसलेचा सोलापूरच्या करमाळा तालुक्यातील घाटी येथे 27 एकरात पसरलेला आलिखान आश्रम असल्याची माहिती समोर आली आहे. येथे दर अमावस्येला मोठ्या प्रमाणात लोकांची गर्दी होत असे. बाबाला भेटण्यासाठी 11 हजार रुपयांची फी घेतली जात असल्याची समोर आलं आहे. या प्रकरणामुळे परिसरात संतापाची लाट उरल्याची असून अशा भोंदूगिरीविरोधात कटोर कारवाई करण्याची मागणी नागरिकांकडून केली जात आहे. सध्या या प्रकरणाचा पुढील तपास सुरु आहे.

बिराणीनंतर कलिंगड खाल्लं अन् काही तासातच... मुंबईतील एकाच कुटुंबातील चौघांचा दुर्दैवी अंत

■सोलापूर। प्रतिनिधी,
दक्षिण मुंबईतील पायथुनी परिसरातून एक धक्कादायक घटना समोर आली आहे. एकाच कुटुंबातील चौघांचा संशयास्पद मृत्यू झाल्याने परिसरात खळबळ उडाली आहे. प्राथमिक माहितीनुसार, कलिंगड खाल्ल्यानंतर विषबाधा झाल्याचा संशय व्यक्त केला जात असून, मृत्यूमागचे नेमके कारण अद्याप स्पष्ट झालेले नाही. याप्रकरणी फॉरेंसिक अहवालाची प्रतीक्षा आहे.

जेवणांतर प्रकृती खालावली
प्राथमिक माहितीनुसार, पायथुनीतील घाटी गल्ली परिसरात राहणाऱ्या या कुटुंबाने शनिवारी

रात्री घरी एकत्र जेवण केले होते. काही वृत्तांनुसार, जेवणात बिराणी आणि त्यानंतर कलिंगड खाल्ले गेले होते. त्यानंतर काही तासांतच कुटुंबातील सदस्यांना उलट्या, चक्कर आणि पोटदुखीचा त्रास सुरु झाला. रात्री उशिरापर्यंत सर्वांची प्रकृती खालावत गेल्याचे सांगितले जात आहे.

घरगुती कार्यक्रमांनंतर घटना

जे. जे. रुग्णालयात मृत्यू
सर्वांना जे. जे. रुग्णालयात दाखल करण्यात आले. त्यापैकी एका मुलीला दाखल करण्यापूर्वीच मृत घोषित करण्यात आले, तर दुसऱ्या मुलीचा काही तासांनंतर मृत्यू झाला. त्यानंतर आई-वडिलांवाही मृत्यू झाल्याने प्रकरण अधिक गूढ बनले आहे.

शवविच्छेदन पूर्ण, अहवालाची प्रतीक्षा
घटनेची माहिती मिळताच आपत्कालीन सेवांनी मदतकार्य सुरु केले. मात्र डॉक्टरांना चौघांचे प्राण वाचवता आले नाहीत. सर्व मृतदेहांचे शवविच्छेदन करण्यात आले असून, मृत्यूचे नेमके कारण फॉरेंसिक अहवालानंतर स्पष्ट होईल.

स्थानिक वृत्तांनुसार, शनिवारी रात्री घरी कुटुंबीयांचा कार्यक्रम झाला होता. त्यानंतर कुटुंबातील सदस्यांची प्रकृती अचानक बिघडू लागली. रविवारी सकाळी दोन्ही मुली बेशुद्ध अवस्थेत आढळल्याने त्यांना तातडीने रुग्णालयात नेण्यात आले.

रविवारी प्रकृती गंभीर

दोन्ही मुलींना रुग्णालयात दाखल केल्यानंतर आई-वडिलांचीही प्रकृती झपाट्याने खालावली. शेजाऱ्यांनी तातडीने मदत करत सर्वांना रुग्णालयात दाखल केले. मात्र उपचारादरम्यान चौघांचाही मृत्यू झाला.

पोलिस तपास सुरु
या घटनेप्रकरणी मुंबई पोलिसांनी चौकशी सुरु केली आहे. अन्नातून विषबाधा, दूषित पदार्थांचे सेवन किंवा अन्य कोणते कारण यामागे आहे का, याचा तपास सध्या सुरु आहे. पोलिसांनी मृत्यूचे नेमके कारण समोर येईपर्यंत कोणताही निष्कर्ष काढण्यास टाळले आहे.

निफाडच्या भोंदूबाबाने आपला प्रपंच केला उद्ध्वस्त...

कुटुंबियांच्या अज्ञानाचा गैरफायदा घेतला
सर्वोत्तम बाबाने माझ्या पत्नीच्या अज्ञानाचा फायदा घेतला व दैवी शक्तीची भीती दाखवून माझा प्रपंच उद्ध्वस्त केला आहे. त्यामुळे त्याला शिक्षा द्यावी व मला न्याय मिळावा, अशी मागणी या व्यक्तीने केली आहे. बाबाने माझ्या कुटुंबियांच्या अज्ञानाचा गैरफायदा घेतल्याचा आरोपीची संबंधित तक्रारदाराने केला आहे.

■नाशिक। प्रतिनिधी,
‘दैवी शक्तीच्या आधारे तुझ्या पत्नीच्या अंगातील भुताटकी आणि तिला झालेली करणी दूर करतो’, असे सांगून निफाड तालुक्यातील महेशगिरी नामक अन्य एका भोंदू बाबाने आपला प्रपंच उद्ध्वस्त केल्याची तक्रार बेलापूर (जि. अहिल्यानगर) येथील एका व्यक्तीने निफाड पोलिसांत केली आहे.

तक्रारदाराने दिलेल्या माहितीनुसार, पत्नीला मानसिक आजाराचे पछाडले असल्याने आम्ही अनेक ठिकाणी उपचार करूनही ती बरी होत नव्हती. काही परिचितानी, दैवी शक्ती प्राप्त असलेल्या भोंदू बाबाकडे नेल्यास प्रकृतीत निश्चित फरक पडेल, असा सल्ला दिला. त्यानुसार, पत्नीला घेऊन बाबाकडे गेलो. त्याने, पत्नीला करणी झाली असून तिला काही दिवस आश्रमात ठेवावे लागेल, असा सल्ला दिला. पत्नीसोबत माझ्या पंधरा वर्षांच्या मुलीलाही बाबाने आश्रमात ठेवून घेतले. तथापि, गतवर्षी पत्नी आणि मुलीला आणण्याकरता गेलो असता बाबासोबत माझा वाद झाला. माझ्याकडे मंत्र आणि दैवी शक्ती आहे. तू इथून निघून गेला नाहीस तर तुझा खेळ खल्लास करून टाकेन, असा दम बाबाने भरला. मी माझ्या मुलीलाही घेवून निघालो असता बाबाने तिला नेण्यास हरकत घेतली. वाद टाळण्यासाठी मी मुलीला पुन्हा आश्रमात सोडले. बाबा विरोधात तक्रार दाखवण्यासाठी पोलिस ठाण्यात गेलो, मात्र, माझी तक्रार घेण्यात आली नाही.

फोन आला, फाईल डाउनलोड केली अन् मग जे घडलं... टाटा पॉवरच्या नावाखाली हायटेक दरोडा

■मुंबई। प्रतिनिधी,
गेल्या काही दिवसांपासून सायबर गुन्हात सातत्याने वाढ होत आहे. सायबर भामदऱ्यांनी आता सुशिक्षित आणि तांत्रिक ज्ञान असलेल्या नागरिकांना लक्ष करण्यास सुरुवात केली आहे. सांताक्रूझ येथील एका ७० वर्षीय निवृत्त आयटी व्यावसायिकाला टाटा पॉवरचे अधिकारी असल्याचे

भासवून तब्बल २.५ लाख रुपयांचा गंडा घातल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. याप्रकरणी वॉरिंथेथील सायबर पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

दरम्यान सायबर पोलिसांच्या मते सध्या डेटा चोरीच्या माध्यमातून लोकांची वैयक्तिक माहिती मिळवून अशा प्रकारचे गुन्हे केले जात आहेत. कोणतीही अधिकृत संस्था व्हॉट्सअप कॉलवर 1-डॉ करत नाही किंवा कोणतीही फाईल इन्स्टॉल करण्यास सांगत नाही. त्यामुळे नागरिकांनी सायबर्गिरी बाळगावी, असे आवानगी पोलिसांनी केले आहे.

नेमकी घटना काय?
तक्रारदाराने दिलेल्या तक्रारीनुसार, ३ एप्रिलला तक्रारदाराने आपल्या वीज कनेक्शनमधील नाव बदलण्यासाठी टाटा पॉवरकडे अर्ज केला होता. यानंतर ६ एप्रिलला त्यांना नाव बदलण्याची प्रक्रिया पूर्ण झाल्याचा अधिकृत संदेशही मिळाला. त्यावेळी १४ एप्रिलला एका अज्ञात व्यक्तीचा व्हॉट्सअप कॉल आला. समोरच्या व्यक्तीने आपण टाटा पॉवरमधून बोलत असल्याचे सांगितले. यानंतर नवीन नावाच्या अपडेटसाठी 1-डॉ उ प्रक्रिया पूर्ण करणे अनिवार्य असल्याचे सांगितले. फसवणूक करणाऱ्या व्यक्तीकडे तक्रारदाराचा ग्राहक क्रमांक आणि घराचा पत्ता अशी अत्यंत वैयक्तिक आणि अचूक माहिती होती. यामुळे तक्रारदाराला समोरची व्यक्ती खरं बोलत असल्याचे वाटले. त्यांनी कोणताही संशय घेतला नाही. यानंतर आरोपीने तक्रारदाराला एका व्हिडिओ बनावट अड्डे फाईल डाउनलोड करण्यास भाग पाडले. तक्रारदाराने ती फाईल इन्स्टॉल करताच, आरोपीने त्यांच्या फोनचा ताबा मिळवला. यानंतर आरोपीने केवळ बँक खात्यातील शिल्लक रक्कमच काढली नाही, तर तक्रारदाराच्या नावावर एक तात्काळ कर्ज देखील मंजूर करून घेतले. अशा प्रकारे एकूण २.५ लाख रुपये लंपास करण्यात आले. यानंतर पोलिस तपासात असे समोर आले आहे की, फसवणूकीच्या या रकमेचा मोठा हिस्सा आरोपीने स्वतःचे क्रेडिट कार्ड बिल भरण्यासाठी वापरला. सध्या पोलिस या आरोपीचा शोध घेत आहेत.



संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

मुंबईची वाटचाल दुबईच्या दिशेने!



राज्यातील मोठी महानगरे अर्थात मुंबई, पुणे, नागपूरसारख्या शहरांना 'दुबई' करण्याची स्वप्ने राजकीय नेत्यांकडून अनेकदा दाखवली जातात, त्यासाठी जास्तीत जास्त झाडे तोडायलाच हवीत, त्याला पर्याय नाही. त्याशिवाय का आपल्याकडे दुबई आणि आखाती देशांसारखे रखरखीत वाळवंट होईल? महाराष्ट्राचे संपूर्ण रणरणते वाळवंट झाल्यावर आपण विकतचे पाणी घेऊन मुंबईसह राज्यातील अनेक शहरांची दुबई नक्कीच करू...मराठवाड्यातील युरीया मिसळून पांढऱ्याफटक झालेल्या जमिनींनी त्याची सुरुवात कधीचीच करून दिली आहे, त्यात आता शहरांनी मागे पडायला नको. शहरांची फुफ्फुसे समजली जाणारी नाल्यात रुपांतरीत झालेल्या मिठी नदीचे खोरे आपण अतिक्रमाणांनी कधीचेच संपवून टाकले आहे. मुंबईतली कांदळवने आणि खारफुटी मेट्रो, मोनो, इतर रेल्वे प्रकल्प, व्यापारी संकुलांनी आपण संपवून टाकलेली आहेच. आता आरेच्या हिरवळीतही आपला 'विकासचा' बुलडोजर चालवायला आपण मोकळे झालो आहोत. मुंबई ठाण्याची 'दुबई' करण्यासाठी संजय गांधी राष्ट्रीय उद्यान तसेच ठाण्यातील येऊचे जंगलक्षेत्र कमी करणे गरजेचे आहे. त्याशिवाय का आपल्याकडे दुबईसारखा पंचेचाळीशीपर्यंत पारा पोहणार आहे? दुबईतील तापमान आणि आपल्याकडील तापमान यात आता फारच कमी अंतर राहिले आहे. दुबईत घराघरात, सार्वजनिक ठिकाणी, बाजारात, रेल्वे स्टेशनात, प्रत्येक वाहनातही सर्वत्र वातानुकूलित यंत्रणा असतेच. त्याला या ठिकाणी उष्मावाढीसाठी असलेले भौगोलिक कारण आहे. नैसर्गिक वनक्षेत्र कमीच असल्याने दुबईसारख्या ठिकाणी उष्मा वाढतो, आपणही आपल्याकडील वनक्षेत्र बेचिराख करून कुत्रिम उष्मावाढीसाठी प्रयत्न करावेत, त्याशिवाय का मुंबईची दुबई आपणास करता येईल. दुबईसारख्या ठिकाणी एकवेळ दूध किंवा औषधे आपणास सहज उपलब्ध होतील. दुबईतील रस्त्यांवर फळांचे रस नागरिकांसाठी सहज उपलब्ध करून दिले जातात, परंतु पाणी कमालीचे दुर्मिळ असल्याने ते मेडिकल स्टोअरमधून घ्यावे लागते. खरंच आहे, त्यांच्याकडे वाढता उष्मा आणि निरगम, भौगोलिक घटकांमुळे पाऊस तुरळकच असतो, त्यामुळे पाणी दुर्मिळ असणारच...आपणही विकासाच्या नावाखाली वनक्षेत्रे, डोंगरांच्या अगदीच उधड्याबोडक्या करायला, त्यातून आपल्याकडील पाऊस प्रमाण अगदीच शून्यावर आणायला हवे, जेणेकरून आपणासही पाणी हा घटक 'दुर्मिळ' गटात टाकण्याची संधी मिळेल. हवाबंद पाण्याचे टीन, पाण्याच्या प्लास्टिकबंद वाटल्या महिन्याला खरेदी करून दुधासारखे पाण्याचे मासिक बिल भरण्याची आधुनिकतेची संधी आपण गमावता कामा नये. तलावक्षेत्राजवळील, मराठवाड्यातील गावे, विदर्भातील आदिवासींच्या वस्त्या सोडल्यास इतरांना विशेष करून शहरवासीयांनी स्वतःवर उधड्यायला मुबलक पाणी आपण उपलब्ध करून घेतले आहे. या पाण्याची उधळपट्टी थांबवून ते अगदीच दुर्मिळ करेपर्यंत आपण दम धरायला हवा, मग थंब थंब पाण्यासाठी हंडे घागरी घेऊन वणवण करणाऱ्या आदिवासींनाही आपल्याला प्लास्टिकबंद पाणी पोहचते करून आपल्यासारखेच आधुनिक करता येईल. त्यांनी तरी आता या आधुनिक काळात मागे का राहावे? त्यांच्याही गावापड्यांना, वाडी-वस्त्यांना दुबईत रुपांतरीत करण्याची 'इस्टमनकलरह्य स्वप्ने पाहण्याचे अधिकार आपण हिरावता कामा नयेत, ही सामाजिक समानता आपण साध्य करून घ्यायलाच हवी, त्यातूनच पाणी पिण्याच्या अधिकारातून मानवमुक्तीचा मार्ग दाखवणाऱ्या चवदार तळ्याचा संघर्ष पेटवणाऱ्या घटनाकारांनाही अधिवादन करण्याची आपणास संधी आहे. महाराष्ट्राच्या आखात आणि मुंबईची दुबई करण्यासाठी हिंदवी स्वराज्य संस्थापक छत्रपती शिवाजी महाराजांनी महाराष्ट्राच्या गडकिल्ल्यांवर मुबलक पाणीसाठी साकारून अमलात आणलेली नैसर्गिक जलनिती तातडीने संपवण्याची गरज आहे. पाण्याचे दुर्भिक्ष झाल्यावरच आपण 'विकतचे पाणी' घेण्यासाठी सक्षम होऊ, त्यासाठी उष्मा कमालीचा वाढायला हवा, अगदी आदिवासींच्या पालाच्या झोपडीतही 'एसी' बसवण्यासाठी आधी आपल्याला महाराष्ट्राचा रखरखीत वाळवंट करावाच लागेल, मग झोपड्या, पालांवरील वातानुकूलित यंत्रणेसाठी आपल्याला नव्याने अनुदान योजना, कर्जपुर्वक धोरण आखता येईल. राज्यातला पारा ४५ अंशापर्यंत जात असल्याने या उद्दिष्टापासून आता आपण काही पावलेच दूर आहोत, वाढता उष्माघात आणि त्यामुळे होणारे मृत्यू या अफवा बाजूला ठेवून उष्मावाढीच्या या दुष्काळी कार्यात आपण सहभागी व्हायलाच हवे. राज्यातील तापमानात सातत्याने होणारी वाढ याकडे दुबईच्या दिशेने वाटचाल या दृष्टीकोनातून आधुनिक संधी म्हणून आपण पाहायला हवे. त्यासाठी 'अल निनो' सारखा घटक आपल्याला मदत करेल. त्यासाठी त्या परमपित्या परमेश्वरापुढे आपण प्रार्थना करायला हवी. राज्यात उष्मावाढीचे चटक बसायला सुरुवात झाल्याने त्या परमेश्वरानेही आपल्याला या 'महान' कार्यात साधक देण्याचे ठरवले असल्याचे आता सिद्ध झाले आहेच. आपल्याकडेची नैसर्गिक, कृषी संपन्नता, जलसंपत्ती, वनसंपदा नष्ट केल्यानंतर आपणही आखाती देशाप्रमाणे समुद्राचे खारे पाणी गोडे करण्याच्या प्रयत्नात आहोत. त्यासाठी महागडी यंत्रणा उभारता येईल यासाठी गेली काही वर्षे वेगवान चाचणी सुरू आहे. तसेच परदेशातून पाणी आयात करता येईल का, याचाही अंदाज घेतला जात आहे. वाढता उष्मा आणि पाण्याचे दुर्भिक्ष ही त्याची पहिली पायरी आहे, ती आपण चढतच आहोत. त्याचे स्वागतच करायला हवे. कारण आपल्याला मुंबईची वेगाने दुबई करायची आहे, त्यासाठीच अगोदर तिचे वाळवंटकरण करण्याचा धडाका ठेवा.

सार्वजनिक स्वच्छतेचे भारतीयांना का असे वावडे?

मुळत स्वच्छता प्रत्येकानेच राखायला हवी. मात्र, यासाठी सरकारला जाहिरात करावी लागते. टिकटिकाणी होर्डिंज, बॅनर लावावे लागतात, प्रसार माध्यमांतून तसेच समाज माध्यमातून सतत स्वच्छतेचा जागर करावा लागतो. तरीही पालथ्या घड्यावर पाणीच असते. एक दिवस सफाई कामगार आले नाहीत तर रस्ते, गल्ली, चौक, मैदाने आदी सर्वत्र कचरा दिसू लागतो. आपण स्वच्छतेच्या सवयी न पाळल्यामुळे जागोजागी कचरा होतो, परिसर घाणेरडा दिसतो आणि तो स्वच्छ करण्यासाठी स्वच्छता मोहीम राबवावी लागते, यापेक्षा आपले दुर्दैव ते कोणते? स्वच्छ राहा, स्वच्छता राखा हे सांगवे लागते आणि त्यासाठी कोट्यवधी रुपये खर्च करावे लागत असतील तर आपण भारतीय काय योग्यतेचे आहोत, हे कळवे पाहिजे.

स्वच्छतेचे, नियमांचे आणि नियम तोडणाऱ्यांवर होणाऱ्या कारवाईचे आपण तोंड भरून कौतुक करतो. मात्र, भारतात परतल्यावर त्याच तोंडातून रस्त्यावर पान किंवा गुटखा खाऊन पिचकारी मारतो, तेव्हा ते कौतुक कुठे जाते? ज्या देशात स्वच्छता मोहीम राबवावी लागते, स्वच्छतेसाठी क्लोनीअप मार्शल ठेवावे लागतात, दरवर्षी हजारो रुपयांचा चुराडा करून नालेसफाई करावी लागते, यापेक्षा मोठे अपयश काय असू शकते? आता दीड-दोन महिन्यांनी पावसाला सुरुवात होईल. तरतुदी नालेसफाई करून घेण्याचा शिस्ता पडला आहे. नालेसफाई न झाल्यास नाले तसेच शहराची वाट लागेल, असे नैसर्गिक सांगितले जाते. नालेसफाईनंतरही फार काही वेगळे चित्र नसते. हे सर्व का होते, याचा कुणी विचार केला आहे का? मुळात नालेसफाईची वेळ का येते, त्यावर हजारो कोटी का खर्चावे लागतात, याचा कुणीही गांधीयाने विचार करत नाही.

आपण फार लांब जाण्याची गरज नाही. मुंबई, ठाणे, कल्याण-डोंबिवली, उल्हासनगर, भिवंडी, नवी मुंबई, मिरा भाईंदर, वसई-विरार आणि पन्वेल या ९ महापालिकांचा विचार केला तरी स्वच्छता आणि अस्वच्छता यांच्यातील फरक स्पष्ट होईल.



यंदा या ९ महापालिकांच्या हद्दीतील नालेसफाईवर तब्बल ४५० कोटींचा खर्च केला जात आहे. कारण येथील नाल्यांमध्ये खूप कचरा साठला आहे, प्लास्टिकच्या पिश्यांचे थर जमले आहेत, लोक घरातील घाण थेट नाल्यात टाकतात, बांधकाम करणारे डेब्रिस गुपचुप नाल्यात टाकतात. परिणामी नाले तुंबतात आणि पावसाळ्यापूर्वी त्यांची सफाई न केल्यास पावसाळ्यात नाले तुंबून घरात पाणी येण्याचा धोका वाढतो. म्हणजे नाले तुंबवणारे आपणच आणि नंतर त्यांची सफाई करण्यासाठी आपणच भरलेल्या कररूपी पैशाचा वापर केला जातो, याचे भानही आपल्याला नसते. म्हणजे स्वच्छतेबाबत कितीही जागरूकता निर्माण केली तरी अजिबात सुधारायचे नाही, असा जणू विडा उचलल्यासारखे सर्वजण वावराताना दिसतात. वास्तविक आपले घर आणि आपला परिसर स्वच्छ ठेवा, हे सांगायची अजिबात गरज पडता कामा नये, कचरा कायम कचराकुंडीतच टाकला पाहिजे याची जाणीव सर्वांना असायलाच हवी. पण आपल्याकडे सर्व उलटच आहे. म्हणजे स्वच्छ महापालिका, नगरपरिषद, ग्रामपंचायतींना स्वच्छतेचा पुरस्कार दिला जातो. त्यापेवजी ज्या महापालिका, नगर परिषद, ग्रामपंचायती अस्वच्छ आहेत, त्यांच्यावर दंडात्मक कारवाई का केली जात नाही, गाव-शहर स्वच्छ राहण्यासाठी तशा उपाययोजना का केल्या जात नाहीत, याचा विचार व्हायला हवा.

वर उल्लेख केलेल्या कुठल्याही महापालिका हद्दीत गेल्यास सार्वजनिक

शौचायलाचा शोध घ्यावा लागतो. सार्वजनिक शौचालय नसल्यास बाहेर असणारे लोक कुठल्यातरी कोपऱ्याचा आधार घेतात. त्या कोपऱ्यात खूप घाण झाली की त्यावर उपाय म्हणून तिथलेच लोक देवांचे फोटो किंवा टाईल्स तिथे लावतात म्हणजे तिथे कुणी कुठले विधी करू नये, थंको नये! मात्र, अशी वेळच येऊ नये, हे पाहणे महत्त्वाचे आहे. राज्यात गुटखा बंदी आहे. मात्र, डोळे उघडे ठेवल्यास जागोजागी पानाच्या टपऱ्यांवर गुटखा मिळतो आणि ते खाणारे जागोजागी थुंक्त असतात, हेही दिसते. मात्र, हे सरकारला दिसत नाही. गुटखा बंदी असूनही राज्यात गुटखा विक्रीसाठी येतोच कसा? काही दिवसांपूर्वी भिवंडी महापालिका हद्दीत गुटखा पकडला होता. पोलिसांनी तो नष्ट करण्यासाठी जमिनीत पुरला आणि गुटखेवाल्यांनी तो गुटखा पुन्हा बाहेर काढला. म्हणजे अशा पद्धतीने कारवाई होणार असेल तर याला काय म्हणायचे? मुळात ही कारवाई नव्हती तर गुटखेवाल्यांना त्यांचा माल परत देण्याची ती सोय होती, हे सर्वांच्या लक्षात आले होते.

टारविक पातळ असलेल्या प्लास्टिकच्या पिश्यांवर बंदी आहे. त्यामुळे महापालिकांचे अधिकारी कधीकधी दुकांनावर छापे टाकून प्लास्टिकच्या पिश्या पकडतात आणि दुकानदारांना दंड ठोठावतात. मात्र, सरकार ज्या पिश्यांवर बंदी आहे त्यांची निर्मिती करणाऱ्या फॅक्टऱ्या का बंद करत नाही? रोग मुळापासून नष्ट न करता आजार झाल्यावर थातुरमातूर उपाय करण्यावर भर दिला जात आहे. आपल्याकडील नद्यांना

गटाराचे स्वरूप प्राप्त झाले आहे. शहरातील, गावातील नाले नदीत सोडले जात आहेत, रासायनिक कंपन्यांकडून सोडण्यात येणारे सांडपाणी प्रक्रीयेशिवाय नाले किंवा नदीत सोडले जाते. त्यामुळे नदी-नाले प्रदूषित होत आहेत. म्हणजे एकीकडे स्वच्छ भारत मिशन राबवायचे आणि दुसरीकडे नद्यांमध्ये वेधडक रासायने सोडणाऱ्यांवर कोणताही कारवाई करायची नाही, यातून काय साध्य होणार आहे?

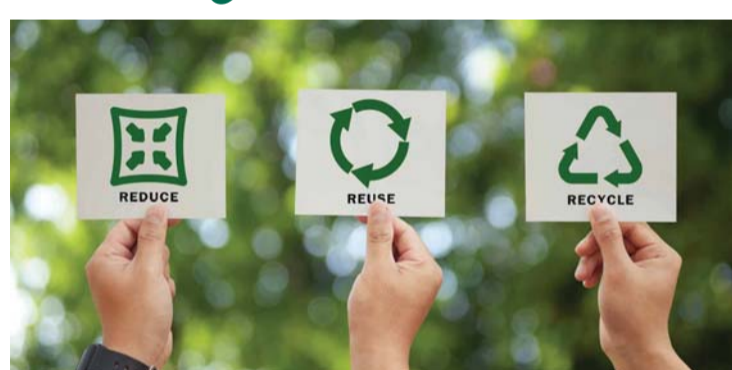
भारतीय स्वच्छतेचा आणखी एक दाखला घायचा तर स्वच्छ भारत मिशनचा घावा लागेल. यात स्वच्छ पाणी, शौचालय, कच्च्याची व्यवस्था आदींचा समावेश आहे. यंदा स्वच्छ भारत मिशनसाठी केंद्र सरकारने ९ हजार ६७२ कोटींची तरतूद केली आहे. यात ग्रामीण भागासाठी ७ हजार १९२ कोटी आणि शहरी भागासाठी २ हजार ४८० कोटींची तरतूद आहे. मुळात स्वच्छता हा जीवनाचा अविभाज्य भाग आहे, हे आपल्याला वारंवार का सांगवे लागत आहे, याचा कुणीच विचार करत नाही. प्रत्येकाने आपला घर, परिसर स्वच्छ ठेवावा, कचराकुंडीतच कचरा टाकला, रस्ता, मैदान किंवा कुठल्याही सार्वजनिक ठिकाण घाण केली नाही तर आपलाच पैसा वाचेल आणि त्याचा उपयोग आपले जीवनमान सुधारण्यासाठी, आरोग्याचा स्तर उंचावण्यासाठी होऊ शकतो. मात्र, घाण करणे माझा जन्मसिद्ध हक्क आहे, असे समजून वागणान्यांमध्ये सर्वांचेच नुकसान होत आहे. केवळ चांगल्या सवयी नसल्यामुळे किंवा तशा सवयी अंगिकारण्याची पात्रता नसल्याने केलेली घाण साफ करण्यासाठी देशात हजारो कोटी रुपयांचा चुराडा होत आहे. आपल्या अंगात प्रचंड अस्वच्छता भिनली आहे. भारत हा जगातील कदाचित एकमेव देश असेल जो स्वच्छतेची महती सांगतो आणि सर्व भारतीय आवजून अस्वच्छतेचा पुरस्कार करतात. विदेशात मात्र स्वच्छता हा जीवनाचा भाग आहे. भारतात तो जीवनाचा भाग कधी बनणार?

खतांमधून उत्सर्जनाला आळा



हवामानबदलाची भीषणता कमी करण्यासाठी विविध मानवी कृतींमधून होणारे कार्बन उत्सर्जन कमी करण्याचे प्रयत्न सुरू आहेत. नैसर्गिक तसेच रासायनिक खतांमधून होणारे उत्सर्जन करणे २०५० पर्यंत ८० टक्क्यांनी कमी करणे शक्य आहे, असे दिलासादायक निष्कर्ष ताच्या अभ्यासात समोर आले आहेत. हरितगृह वायूच्या एकूण उत्सर्जनात खतांचा वाटा जवळपास पाच टक्के असल्याचेही या अभ्यासात प्रथमच आढळले. त्यामुळे, खतांमुळे होणाऱ्या कार्बन उत्सर्जनाला आळा घातल्यास मोठा फरक पडू शकतो, हे अधोरेखित झाले आहे. केम्ब्रिज विद्यापीठातील शास्त्रज्ञांनी खतांच्या संपूर्ण जीवनचक्राच्या कार्बन फुटप्रिंटचे विश्लेषण केले. नायट्रोजन-आधारित खते ही हरितगृह वायूंच्या उत्सर्जनाचा मोठा स्रोत आहे, हे ज्ञात होतेच. मात्र, या अभ्यासात प्रथमच खतांची निर्मिती ते वापर या टप्प्यातील उत्सर्जनाचे अचूक मोजमाप करण्यात आले. त्यानुसार, खतांमधून होणारे एक तृतीयांश उत्सर्जन हे निर्मितीच्या प्रक्रियेत, तर दोन तृतीयांश उत्सर्जन खते शेतात घातल्यानंतर होते, असे नोंदवण्यात आले. या अहवालानुसार, खते दरवर्षाला २.६ गिगाटन कार्बन वातावरणात सोडतात. मात्र, हे प्रमाण कमी करताना जगभरातील लोकसंख्येच्या अन्नसुरक्षेशी तडजोड न करणे हा कळीचा मुद्दा असेल. आज जगभरातील ४८ टक्के लोकसंख्येचे पोट हे रासायनिक खतांवर उगवलेल्या अन्नावर भरते, हेही लक्षात घेणे आवश्यक आहे. त्यामुळेच पर्यावरणासाठी कमीत कमी हानिकारक असलेल्या खतांचा वापर आवश्यक आहे, याकडे शास्त्रज्ञ लक्ष वेधत आहेत. खतनिर्मितीमध्ये अमोनिया सिंथेसिस प्रक्रियेत सर्वाधिक उत्सर्जन होते. त्यामुळे, हीटिंग आणि हवाड्रॉजनि निर्मिती प्रक्रियांमधील उत्सर्जन रोखणे हा सर्वात प्रभावी उपाय ठरू शकतो. त्यामुळे, खतांच्या किंमती वाढून शेतीचा व्यवसाय अधिक आकर्षक होऊ शकतो. या कारणांमुळे खतांचा प्रभावी वापर करून त्यांची मात्रा कमी करणे हा एकमेव उपाय असल्याचे शास्त्रज्ञांनी अधोरेखित केले आहे.

नाही पृथ्वीला पर्याय, संवर्धन हाच उपाय



पृथ्वीला वाचवण्यासाठी आपण आजच योग्य पावले उचलली नाहीत, तर भविष्यातील पिढ्यांना मोठ्या संकटांना सामोरे जावे लागेल. त्यामुळे प्रत्येकाने पर्यावरणपूरक जीवनशैली स्वीकारून पृथ्वीचे संवर्धन करणे आवश्यक आहे. 'पृथ्वी वाचवा, भविष्य वाचवा' हा संदेश आपल्या कृतीतून साकार करणे हाच खरा पृथ्वी दिन साजरा करण्याचा मार्ग आहे. आजवर मानवाने निसर्गाने उपलब्ध करून दिलेल्या अस्सख संसाधनांचा भरपूर वापर केला आहे, पण त्या बदल्यात निसर्गाला आपण काय दिले? याबाबत विचार केला असता सांगण्यासारखे असं काहीच नाही.

नुकताच 'जागतिक पृथ्वी दिन' साजरा झाला. तो दरवर्षी २२ एप्रिल रोजी असतो. या दिवसाचा मुख्य उद्देश म्हणजे पृथ्वीचे संवर्धन, पर्यावरणाचे रक्षण आणि मानवाला निसर्गाशी सुसंगत जीवन जगण्याचे महत्त्व पटवून देणे हा आहे. वाढते प्रदूषण, जंगलतोड, हवामान बदल, पाण्याची कमतरता या सर्व समस्यांमुळे पृथ्वीचे संतुलन बिघडत चालले आहे. त्यामुळे पृथ्वी दिन हा केवळ एक दिवस नसून, तो प्रत्येकाने आपल्या जबाबदाऱ्या ओळखून पर्यावरणासाठी काम करण्याची आठवण करून देणारा दिवस आहे. पण या दिवसाची सुरुवात कशी झाली, यामागे एक प्रेरणादायी इतिहास दडलेला आहे.

१९६० च्या दशकात औद्योगिकीकरण वेगाने वाढत होते. कारखान्यांमधून निघणारा धूर, रसायने, नद्यांमध्ये सोडला जाणारा कचरा आणि वाढते वायु प्रदूषण यामुळे पर्यावरणाची मोठ्या प्रमाणावर हानी होत होती. त्या काळात पर्यावरणाबद्दल जागरूकता फारशी नव्हती. लोक आणि सरकार दोघेही विकासाच्या नावाखाली निसर्गाचा ह्यास करत होते. या पार्श्वभूमीवर अमेरिकेतील सिनेटर गेलॉर्ड नेल्सन यांनी पर्यावरण संरक्षणासाठी जनजागृती करण्याचा निर्णय घेतला. १९६९ मध्ये कॅलिफोर्नियातील सांता बार्बरा येथे मोठी तेलमळती झाली. या घटनेमुळे समुद्रातील जीवसृष्टीचे प्रचंड नुकसान झाले आणि पर्यावरणाच्या समस्यांकडे लोककांचे लक्ष वेधले गेले. ही घटना पृथ्वी दिनाच्या कल्पनेला चालना देणारी ठरली. या घटनेनंतर गेलॉर्ड नेल्सन यांनी महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांमध्ये पर्यावरणाविषयी जागरूकता निर्माण करण्यासाठी राष्ट्रीय पातळीवर आंदोलन उभारण्याचा विचार केला. त्यांनी २२ एप्रिल १९७० हा दिवस ह्यपृथ्वी दिन म्हणून साजरा करण्याचे ठरवले. या उपक्रमासाठी त्यांनी तरुण कार्यकर्ते डेनिस हेस यांची राष्ट्रीय समन्वयक म्हणून नियुक्ती केली. २२ एप्रिल १९७० रोजी पहिल्यांदाच पृथ्वी दिन साजरा करण्यात आला. या दिवशी अमेरिकेत सुमारे २ कोटी लोकांनी सहभाग घेतला. विद्यार्थी, शिक्षक, शेतकरी, कामगार सर्व स्तरातील लोक रस्त्यांवर उतरले

आणि पर्यावरण संरक्षणासाठी आवाज उठवला. हे इतिहासातील सर्वात मोठ्या जनआंदोलनांपैकी एक मानले जाते. या आंदोलनाचा परिणाम म्हणून अमेरिकेत पर्यावरण संरक्षणासाठी अनेक महत्त्वाचे कायदे करण्यात आले. तसेच युनायटेड स्टेट्स एन्व्हायनमेंटल प्रोटेक्शन एजन्सी (एडअ) या संस्थेची स्थापना करण्यात आली. यामुळे पर्यावरण संरक्षणाला अधिक वळ मिळाले. पुढे १९७० मध्ये पृथ्वी दिनाला आंतरराष्ट्रीय स्वरूप मिळाले. जगभरातील १४० हून अधिक देशांनी या उपक्रमात भाग घेतला. आज पृथ्वी दिन हा १९० पेक्षा जास्त देशांमध्ये साजरा केला जातो आणि लाखो लोक विविध उपक्रमांद्वारे पर्यावरण संरक्षणासाठी काम करतात. पृथ्वी ही मानवांसह सर्व सजीवांची जीवनदायिनी आहे. हवा, पाणी, अन्न, निवारा या लोकांचे लक्ष वेधले गेले. ही घटना पृथ्वी दिनाच्या कल्पनेला चालना देणारी ठरली. या घटनेनंतर गेलॉर्ड नेल्सन यांनी महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांमध्ये पर्यावरणाविषयी जागरूकता निर्माण करण्यासाठी राष्ट्रीय पातळीवर आंदोलन उभारण्याचा विचार केला. त्यांनी २२ एप्रिल १९७० हा दिवस ह्यपृथ्वी दिन म्हणून साजरा करण्याचे ठरवले. या उपक्रमासाठी त्यांनी तरुण कार्यकर्ते डेनिस हेस यांची राष्ट्रीय समन्वयक म्हणून नियुक्ती केली. २२ एप्रिल १९७० रोजी पहिल्यांदाच पृथ्वी दिन साजरा करण्यात आला. या दिवशी अमेरिकेत सुमारे २ कोटी लोकांनी सहभाग घेतला. विद्यार्थी, शिक्षक, शेतकरी, कामगार सर्व स्तरातील लोक रस्त्यांवर उतरले

धारण करून पृथ्वीला समुद्रातून वर काढले आणि तिचे रक्षण केले. या कृतीतून पृथ्वीचे महत्त्व आणि तिचे संरक्षण करण्याची गरज अधोरेखित होते. तसेच, वेदांमध्ये पृथ्वीला एक सजीव, पालनपोषण करणारी माता मानले गेले आहे. माता भूमि: पुत्रोऽहं पृथिव्या: या मंत्रात पृथ्वीला आई आणि मानवाला तिचा पुत्र म्हटले आहे. याचा अर्थ असा की, आपण पृथ्वीची काळजी घेणे ही आपली नैतिक जबाबदारी आहे. वैज्ञानिकांच्या मते, पृथ्वीची निर्मिती सुमारे ४.५४ अब्ज (बिलियन) वर्षांपूर्वी झाली. सौरमालेतील धूळ, वायू आणि खडकांच्या एकत्रीकरणामुळे पृथ्वी तयार झाली. सुरुवातीला पृथ्वी खूप गरम आणि द्रवरूप अवस्थेत होती. हळूहळू ती थंड होत गेली आणि तिच्यावर पाण्याचे साठे निर्माण झाले. याच प्रक्रियेतून जीवनाचा उदय झाला.

आजच्या वैज्ञानिक संशोधनानुसार, पृथ्वीचे वय अंदाजे ४.५४ अब्ज वर्षे आहे. हे वय रेडिओमेट्रिक डेटिंग या पद्धतीने निश्चित केले गेले आहे. पृथ्वीवरील सर्वात जुने खडक आणि उल्कापिंडांच्या अभ्यासातून हे निष्कर्ष काढले गेले आहेत. पृथ्वीचे आयुष्य हा एक गुंतागुंतीचा विषय आहे. पृथ्वी स्वतः नष्ट होणार नाही, पण तिच्यावर जीवण टिकून राहण्याची क्षमता मर्यादित आहे. वैज्ञानिकांच्या मते, सूर्य सुमारे ५ अब्ज वर्षांनंतर 'रेड जायंट' अवस्थेत जाईल. त्यावेळी सूर्याचा आकार प्रचंड वाढेल आणि पृथ्वीवरील तापमान खूप वाढेल, ज्यामुळे जीवन शक्य राहणार नाही. याशिवाय, हवामान बदल, नैसर्गिक

शाश्वत जीवनशैली टिकवायची असेल तर तीन फ संकल्पनेचा अवलंब करावा लागेल. संसाधने कमी वापरा (Reduce), पुन्हा वापरा (Reuse), पुनर्वापर करा (Recycle) हे तत्व मानवाने अंगीकारले तरच पृथ्वीवर सजीव सृष्टीचे जीवन अबाधित राहील. वैज्ञानिकांच्या मते, पृथ्वी वाचवणे अजूनही शक्य आहे, पण वेळ कमी आहे. आपण आज घेतलेले निर्णयच पृथ्वीचे भविष्य ठरवतील. पृथ्वी हे आपले एकमेव घर आहे, त्यामुळे तिचे संरक्षण करणे ही प्रत्येकाची जबाबदारी आहे. जागतिक पृथ्वी दिन हा आपल्याला आपल्या कर्तव्याची जाणीव करून देणारा दिवस आहे. हिंदू पौराणिक कथांमधून पृथ्वीला आई मानण्याची शिकवण मिळते, तर विज्ञान आपल्याला तिची निर्मिती आणि भविष्य समजावून सांगते. या दोन्ही दृष्टीकोनातून एकच संदेश मिळतो, पृथ्वीचे रक्षण करणे ही आपली जबाबदारी आहे.

जर आपण आजच योग्य पावले उचलली नाहीत, तर भविष्यातील पिढ्यांना मोठ्या संकटांना सामोरे जावे लागेल. त्यामुळे प्रत्येकाने पर्यावरणपूरक जीवनशैली स्वीकारून पृथ्वीचे संवर्धन करणे आवश्यक आहे. 'पृथ्वी वाचवा, भविष्य वाचवा' हा संदेश आपल्या कृतीतून साकार करणे हाच खरा पृथ्वी दिन साजरा करण्याचा मार्ग आहे. आजवर मानवाने निसर्गाने उपलब्ध करून दिलेल्या अस्सख संसाधनांचा पुरेपूर वापर केला आहे. पण त्याबदल्यात निसर्गाला काय दिले? याबाबत विचार केला असता सांगण्यासारखे असं काहीच नाही. मानवाने विज्ञानाच्या जोरावर अनेक अशक्य गोष्टी शक्य केल्या आहेत. परंतु अद्यापही निसर्गाच्या पुढे विज्ञानही गेले नाही. आज संशोधनात मानवाने कितीही शोध लावले तरी नैसर्गिकरित्या मिळालेले पाणी आणि संशोधनात आलेले नाही. तसेच अवकाश संशोधनात मानव कितीही पुढे गेला असला तरी त्याला पृथ्वीइतका समृद्ध ग्रह अजूनही सापडलेला नाही. त्यामुळे सजीवसृष्टी अबाधित ठेवायची असेल तर वसुंधरेच्या संवर्धनाशिवाय मानवाकडे कोणताच पर्याय नाही.

पोटाचा घेर कमी करायचा आहे का, मग नियमित खा 'हे' पदार्थ

गोड पदार्थ खाणं हा प्रत्येकाचा विक पॉईंट असतो. मात्र एखादं चॉकलेट अथवा मिठाई तुमच्या डाएट आणि फिटनेसमध्ये अचानक अडथळ आणते. म्हणूनच वजन आणि पोटात वाढू नये यासाठी अनेकजणी डाईट चॉकलेट खाणं परत करतात. ज्यामुळे चॉकलेट खाण्याचा आनंदही मिळतो आणि वजनही वाढत नाही. वजन नियंत्रणात ठेवण्यासाठी आहारत थोडेसे बदल करून तुम्ही तुमच्या वजनावर नियंत्रण ठेवू शकता. या उपायांनी तुमचं बेली फॅटही वाढत नाही.

बेली फॅट नियंत्रणात ठेवण्यासाठी आहारत हे पदार्थ असायलाच हवेत -

► **फायबरयुक्त पदार्थ खा** - दररोजच्या आहारात जास्तीत जास्त फायबरयुक्त पदार्थ खाणे तुमच्यासाठी नक्कीच फायदेशीर ठरू शकते. काकडी, गाजर यासारखे विविध प्रकारचे सलाद, निरनिराळ्या फायबरयुक्त भाज्यांचा समावेश करा. ज्यामुळे तुमचे पोटात स्वच्छ राहते आणि पोटावरची चरबी वाढत जाते.

► **रोज एक बनाना केळ खा** - असं म्हणतात की केळी खाण्यामुळे वजन वाढतं. मात्र केळ्यामुळे वजन भरपूर वाढतं हा एक समज आहे. जर तुम्ही केळी अती प्रमाणात खाल्ली तरच तुमचे वजन वाढते. खरंतर दररोज एक केळं खाणं आरोग्यासाठी नक्कीच चांगलं आहे. कारण केळ्यामध्ये पोटॅशियम, विटॅमिन ई, फायबर, कार्बोहायड्रेट आणि विटॅमिन सी असतं. जर तुम्ही कृष प्रकृतीचे असाल तर वजन वाढवण्यासाठी तुम्ही केळं खाण्यास काहीच हरकत नाही. शिवाय जर तुम्हाला तुमचे वजन कमी करायचे असेल तर दररोज एक केळं खाण्यास काहीच हरकत नाही. कारण त्यामुळे तुम्हाला सतत भुक लागणार नाही आणि खालेल्या अन्नाचे पचनही व्यवस्थित होईल.

► **अंडं खाणं प्रोटिन्स मिळवण्याचा उत्तम मार्ग** - अंड्यामध्ये भरपूर प्रोटिन्स, विटॅमिन, मिनरल्स, कॅल्शियम, लोह, फॉस्फरस असे शरीराला आवश्यक घटक असतात. पोटात कमी करण्यासाठी जर तुम्ही नियमित वॉर्कआऊट आणि डाएट करत असाल. तर तुमच्या शरीराच्या योग्य पोषणासाठी तुम्हाला नियमित अंडं खाण्याची नक्कीच गरज आहे.

► **भरपूर पाणी प्या** - माणसाच्या शरीरातील सर्व शारिरिक क्रिया सुरळीत सुरु राहण्यासाठी पुरेशा पाण्याची गरज असते. पाण्याची पातळी कमी झाली की शरीर डिहायड्रेट होऊ लागते. ज्यामुळे निरनिराळ्या आरोग्य

समस्या होण्याची शक्यता वाढते. शिवाय पाण्यामुळे तुमच्या शरीरातील टॉक्सिन्स बाहेर टाकले जातात. पाण्यामुळे तुमच्या शरीर स्वच्छ आणि आरोगी राहते. अपचनाच्या समस्या कमी होतात. म्हणूनच पोटा कमी करण्यासाठी नियमित मुलबल पाणी प्या.

► **मुठभर सुकामेवा खाण्याची स्वतःला सवय लावा** - काही संशोधनानुसार बदाम, मनुका, अंजीर सारख्या अनेक सुकामेवा मध्ये भरपूर प्रमाणात प्रोटिन्स आणि फायबर असतात. ज्यामुळे तुमच्या शरीरातील पचनक्रिया सुधारते. म्हणूनच दररोज मुठभर तरी सुकामेवा खाण्याची सवय लावा.

► **घराबाहेर जाताना एक सफरचंद नेहमी जवळ ठेवा** - बऱ्याचदा घराबाहेर गेल्यावर खाण्यापिण्याच्या वेळा न पाळता आल्यामुळे तुम्ही अयोग्य पदार्थ खाता. मात्र जर घराबाहेर जाताना तुम्ही जर तुमच्या बगैत एक सफरचंद ठेवलं तर तुमचं वजन नक्कीच नियंत्रणात राहील. कारण सफरचंदात भरपूर प्रमाणात फायबर आणि पोषक घटक असतात. म्हणूनच ते खाण्याने तुमचं पोटात नेहमी भरल्यासारखं राहील आणि चुकीचे पदार्थ कमी खाण्यामुळे वजन वाढणार नाही.

► **हिरव्या पालेभाज्या** - हिरव्या भाज्या आहारात असणं नेहमीच उत्तम असतं. कारण पालक, ब्रोकोली सारख्या भाज्यांमुळे तुम्हाला पुरेसे फायबर मिळतात ज्यामुळे तुमचे वजनही वाढत नाही. यासाठी बेली फॅट कमी करण्यासाठी हिरव्या पालेभाज्या जरूर खा.

► **ग्रीन टी** - ग्रीन-टीमुळे चयापचयाचे कार्य सुधारते आणि फॅट्स बर्न होतात.

ज्यामुळे सहाजिकच वजन आपोआप कमी होते. अनेक संशोधनानुसार व्यायामासोबत ग्रीन-टी घेतल्यास वजन कमी होण्यास मदत होते. सामान्यपणे पोटा कमी करण्यासाठी

ग्रीन-टी फारच फायदेशीर आहे. यासाठी स्लीम दिसण्यासाठी ग्रीन टी जरूर प्या.

► **मासे** - असं म्हणतात नॉनव्हेजमध्ये मासे शरीरासाठी उत्तम असतं. माशांमध्ये ओमेगा ३ फॅटी ॲसिड, विटॅमिन डी असतं. ज्यामुळे तुमच्या शरीराचे चांगले पोषण होते. म्हणून जर तुम्हाला पोटा कमी असावं असं वाटत असेल मासे जरूर खा.

► **ऑलिव्ह ऑईलचा स्वयंपाकात वापर करा** - जर तुम्हाला वजन कमी करायचं असेल तर तळलेले पदार्थ कमी खाण्याचा सल्ला दिला जातो. ऑलिव्ह ऑईलमध्ये फॅटचे प्रमाण कमी असते. ज्यामुळे मधुमेह आणि कोलेस्ट्रॉल नियंत्रित राहते.

बाप्पाला वाहण्यात येणाऱ्या 'दुर्वा' ना आहे खास आरोग्यदायी महत्त्व



त्वचाविकार दूर होतात

- आजकाल धुक, माती, प्रदूषण, वातावरणात होणारे बदल, आहाराबाबत असलेल्या चुकीच्या सवयी यामुळे तुमच्या त्वचेवर त्याचा विपरीत परिणाम होत असतो. जर तुम्हाला अंगावर पुरळ येत असेल, रॅशेस आले असतील आणि त्यामुळे त्वचेचा दाह होत असेल तर तुम्ही दुर्वाचा वापर करू शकता. कारण दुर्वांमध्ये अँटिसेप्टिक आणि दाह कमी करणारे गुणधर्म असतात. ज्यामुळे तुमचे हे त्वचा विकार यामुळे नक्कीच कमी होऊ शकतात.

बद्धकोष्ठतेवर परिणामकारक

- अनेकांना अपचनाच्या सवयीमुळे मलावरोधाचा त्रास होत असतो. ज्यामुळे दैनंदिन शौचविधी करणे त्यांना फारच कठीण जाते. शिवाय या समस्यांमुळे पोटात स्वच्छ होत नसल्यामुळे उत्तर अनेक आरोग्यसमस्या यातून निर्माण होत असतात. जर तुम्हाला यातून सुटका हवी असेल तर तुम्ही दुर्वाचा रस घेऊ शकता. या उपायामुळे अपचन, बद्धकोष्ठता, मुळव्याधीसारख्या समस्या कमी होऊ शकतात.

तोंड आल्यास करा हा उपाय

- अनेकांना उष्णतेमुळे तोंड येणं, तोंडात फोड अथवा अल्सर होण्याचा त्रास होत असतो. बऱ्याचदा यावर अनेक उपाययोजना करूनही काहीच परिणाम होत नाही. कारण हा त्रास वारंवार होतच राहतो. तोंड येणे अथवा तोंडातील अल्सरच्या समस्यांमुळे खालता अथवा पाणी पितांना खूप त्रास जाणवतो. बोलणे, तोंड स्वच्छ करणे, खाणे अशा गोष्टी करणं कठीण जातं. अशावेळी दुर्वा स्वच्छ धुवून रात्रभर एका भांड्यात पाणी घालून बुडवून ठेवाव्यात आणि सकाळी त्या पाण्याने चुकू भरावी. ज्यामुळे तुमचा त्रास नक्कीच कमी होऊ शकतो.

डोळेदुखी होते दूर - अनेकांना सतत डोळेदुखीचा त्रास जाणवत असतो. कामाचा ताण, सततची दगदग, खाण्यापिण्याच्या चुकीच्या

डाएटचा वजन कमी करण्यासाठी उपयोग होतो हे सिद्ध करण्यात आले आहे. साधारणतः १४ किलो वजन या कालावधीमध्ये कमी झाल्याचेही सांगण्यात आले आहे. हे अजूनही जास्त प्रमाणात प्रसिद्ध झालेले नाही. पण हे परिणामकारक असल्याचे सिद्ध करण्यात येत आहे. आपल्या रोजच्या आरोग्यात काही महत्त्वाचे बदल केले आणि योग्य निरोगी आहार घेतला तर याचा उत्कृष्ट परिणाम होऊन वजन कमी करण्यात तुम्हाला नक्कीच यश मिळेल.

गोलो डाएटचे फायदे

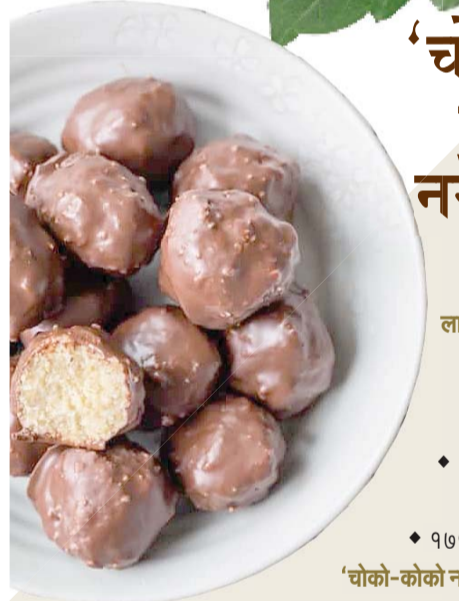
गोलो डाएट हे पोषक तत्वांवर आधारित आहे आणि साखरेवर नियंत्रण आणि वजन आटोक्यात आणण्यासाठी याचा फायदा होतो. तुमचं पोषक तत्वाच्या बाबतीत जर ज्ञान कमी असेल तर हे डाएट करणं तुम्हाला योग्य आहे. कारण यामध्ये तुम्हाला योग्य आणि संतुलित आहार खावा लागतो. तसंच १-२ भागांमध्ये कार्ब्स, प्रोटीन्स, फॅट्स आणि भाज्या या सगळ्याचा समावेश तुमच्या रोजच्या आहारत करणं गरजेचं आहे. ज्यामुळे तुमचं खाण्यावरही नियंत्रण येतं आणि तुमची भूक नियंत्रणात राहून तुम्ही खाल्लेलं ताजं अन्न हे तुमच्या शरीराला योग्य प्रमाणात लागतं. त्यामुळे तुमच्या शरीरामध्ये चरबी साठत नाही.

गोलो डाएटचा हा सर्वात मोठा फायदा आहे. भूक कमी झाल्याने वजनवर आपोआपच नियंत्रण येते. गोलो डाएटमध्ये भूकेवर योग्य प्रकारे नियंत्रण कसे ठेवायचे यावर भर देण्यात येतो. त्यामुळे त्याचे सेवन नक्की कसे करायचे हेदेखील आम्ही तुम्हाला या लेखातून सांगणार आहोत. आठवड्याभर तुम्ही हा डाएट प्लॅन करून फॉलो करायाचं आहे जेणेकरून तुमचे वजन वाढणार नाही आणि त्याशिवाय तुमचे मेटाबॉलिजमही व्यवस्थित राखले जाईल हे आम्ही तुम्हाला सांगत आहोत.

पदार्थांचा समावेश

गोलो डाएटमध्ये तुम्ही प्रोटीन, कार्ब्स आणि भाज्या यांचा अधिक समावेश करून घ्यायला हवा. तुम्ही पॅकेट फूड, साखर, अन्न्य प्रकारचे गोड पदार्थ, प्रोसेसड फूड या सगळ्याच्या आपल्या रोजच्या खाण्यातून समावेश काढून टाकायला हवा. नेहमीच्या जेवणात तुम्ही चिकन, मासे, डेअरी फूड, सादू का मेवा, अंडी, डाळ, हिरव्या भाज्या, फळं, बाजारात लवकर उपलब्ध होणाऱ्या भाज्या यासारख्या सगळ्या पदार्थांचा वापर करून घ्या. तसंच तुम्ही स्टार्टासाठी बटाटा, पालेभाज्या आणि प्रत्येक दिवशी किमान एक फळ याचा समावेश या गोलो डाएटमध्ये करून घेऊ शकता. यामुळे तुमची भूकही मिटेल आणि वजनही वाढणार नाही. तसंच सहसा ब्रेड आणि इतर बाहेरील तेलकट पदार्थ खाणं तुम्ही टाळा. घरातील जास्तीत जास्त ताजे पदार्थ खाण्यावर तुम्ही भर द्यायला हवा. त्यातही तुम्ही पौष्टिक पदार्थांवर अधिक भर देऊन गोड पदार्थ आणि तेलकट पदार्थ टाळण्याचा प्रयत्न करायला हवा.

जास्वंद फुलाचे आरोग्यदायी फायदे



‘चोको-कोको नगेट्स’

‘चोको-कोको नगेट्स’ साठी

लागणारा साहित्यः

- १/२ कप ओल्या नारळाचा चव
- ३ टेस्पून साखर
- २ टेस्पून दुध
- १७५ ग्राम चोकोलेट

‘चोको-कोको नगेट्स’ची कृतीः

मध्यम आकाराच्या नॉनस्टिक भांड्यात नारळ, साखर आणि दूध मिस्र करावे. मध्यम आचेवर शिजवावे. सतत ढवळावे. मिश्रण घट्टसर बनले की आच बंद करावी. मिश्रण एका प्लेटमध्ये काढून घ्यावे. थंड होवू द्यावे. त्याचे १ इंचाचे गोळे बनवावे. १५ मिनिट फ्रीजमध्ये ठेवावे. प्लास्टिकचा जाड कागद किंवा अलुमिनियम फॉईलचा तुकडा तयार ठेवावा. चॉकलेट बारीक फिरून घ्यावे. उबल बाँडलरमध्ये ठेवून वितळवून घ्यावे. त्यासाठी एका मोठ्या पातेल्यात पाणी गरम करत ठेवावे. त्याच्या आतील आकाराचे दुसरे एखादे भांडे किंवा वाडगे घ्यावे. त्यात चॉकलेट घालावे. हे भांडे अधांतरी ठेवून हातांनी किंवा पक्कडीने धरून ठेवावे. फक्त २ ते ३ इंच तळ पाण्यात बुडवावा. खालील पातेल्यातील पाणी अजिबात यात शिरू देऊ नये. चॉकलेट सतत ढवळा म्हणजे पाण्याच्या उष्णतेने हळूहळू चॉकलेट वितळेल. चॉकलेट वितळले की नारळाचे गोळे यात बुडवून बाहेर काढा. प्लास्टिकचा कागदावर ठेवा. थोडावेळ फ्रीजमध्ये सेट होण्यासाठी ठेवा. नंतर सर्व्हे करा. जर हवा थंड असेल तर फ्रीजमध्ये ठेवण्याची आवश्यकता नसते. पण उकाड्यात चॉकलेट वितळते. अशावेळी फ्रीजमध्ये ठेवावे. खाण्याच्या आधी २० मिनिट बाहेर काढावे.

गणपतीला प्रिय असलेले, अतिशय मोहक दिसणारे जास्वंदीचे फूल अनेक रंगांमध्ये बघायला मिळते. लाल, पांढरा, पिवळा, गुलाबी, अशा अनेक रंगांमध्ये हे फूल बघायला मिळते. या फुलाला हिबिस्कस रोजा सिनेन्सीस असे शास्त्रीय नाव आहे. पण हे फूल केवळ दिसायला सुंदर नाही, तर आरोग्यासाठी ही विशेष गुणकारी आहे. या फुलामध्ये अनेक प्रकारची पोषक तत्वे आहेत. या फुलामध्ये क जीवनसत्त्व, कॅल्शियम, फायबर, लोह, वासा ही पोषक द्रव्ये मुबलक मात्रेमध्ये असून, अनेक व्याधींच्या औषधोपचारासाठी या फुलाचा उपयोग केला जातो.

कोलेस्ट्रॉलची मात्रा नियंत्रित

- जास्वंदीच्या फुलांचा वापर करून बनविलेला काढा आपल्या शरीरातील कोलेस्ट्रॉलची मात्रा नियंत्रित ठेवण्यास लाभकारक आहे. यामध्ये असलेली पोषक द्रव्ये हृदयनलिकामध्ये प्लाकपासून तयार होणारा अवरोध रोखतात.

त्यामुळे आपल्या शरीरातील अतिरिक्त कोलेस्ट्रॉल कमी होण्यास मदत मिळते.

हृदयाची जलद गती संध होण्यास मदत - जास्वंदीची पाने उच्च रक्तदाब असणाऱ्यांसाठी गुणकारी आहेत. जास्वंदीची पाने पाण्यामध्ये घालून ते पाणी उकळून त्याचे सेवन केले असता, हृदयाची जलद गती संध होण्यास मदत होते.

शारीरिक थकवा दूर होतो - जास्वंदीची पाने पाण्यामध्ये घालून ते पाणी उकळून त्याचे सेवन केले असता, शारीरिक थकवा दूर होण्यास मदत होते.

लोहाची कमी दूर होते31 - रोज सकाळी एक लहान चमचा जास्वंदीचा रस दुधाबरोबर घ्यावा. या रसाच्या सेवनाने लोहाची कमी दूर होऊन शरीरामध्ये स्फूर्ती वाढते.

किडनी स्टोन - जास्वंदीच्या पानांचा काढा काही दिवस ओळीने घेतल्यास किडनी स्टोन विरघळण्यास सहाय्य मिळते.

श्वसनसंबंधी रोगांवर आराम - प्रदूषित हवेमुळे श्वसनसंबंधी रोगांचा त्रास होतो, किंवा ज्यांना दमा, थोड्या श्रमांनी धाप लागणे अशा तक्रारी असतात, त्यांनी जास्वंदीची फुले घालून उकळून तयार केलेला काढा साखर न घालता घ्यावा यामुळे आराम मिळतो.

गोलो डाएटमध्ये इन्सुलिन आणि रक्तप्रवाह व्यवस्थित राहून तुमची भूक, वजन आणि मेटाबॉलिजम व्यवस्थित राखण्यावर भर देण्यात येतो. सोप्या शब्दात सांगायचं झालं तर जेव्हा इन्सुलिन आपल्या शरीराला ऊर्जा देण्याचं



वाढते वजन, भूक आणि मेटाबॉलिजम नियंत्रणात आणण्यासाठी उपयुक्त आहे गोलो डाएट

काम करत नाही तेव्हा साखर आपल्या रक्तामध्ये तशीच राहाते आणि त्यामुळेच आपल्या शरीरामध्ये चरबी वाढू लागते आणि त्यामुळे वजनही वाढू लागतं. या गोलो डाएटमुळे रक्तामधील साखर आणि इन्सुलिनची पातळी योग्य राखण्याकडे अधिक लक्ष दिले जाते. यामुळे आपल्या शरीरामधील ऊर्जाचं योग्य उपयोग होतो. त्यामुळे त्याचा शरीरावर कोणताही वाईट परिणाम न होत, काही कालावधीनंतर तुम्हाला चांगला परिणामच दिसून येतो.

वजन कमी करण्यासाठी उपयोग होतो का?

योग्य रितीने हे गोलो डाएट तुम्ही फॉलो केले तर याचा नक्कीच वजन कमी करण्यासाठी उपयोग होतो. २६ आठवड्यांसाठी केलेल्या अभ्यासामध्ये गोलो

उन्हाळ्या, पावसाळ्या आणि हिवाळ्या या तिन्ही ऋतूंमध्येही त्वचेची विविध काळजी घ्यावी लागते. कारण हवामान बदलाचा आपल्या संपूर्ण आरोग्यावर परिणाम होतो. कपाळावर मुरुम येणे ही समस्या तशी सामान्य असली तरीही प्रचंड वेदनादायक आहे. मुरुमांमुळे आपलं सौंदर्य बिघडतं. त्वचा सुंदर असेल, तर आत्मविश्वास वाढतो. मात्र संवेदनशील त्वचा असेल, तर प्रचंड देखभाल घ्यावी लागते. मुरुमांच्या समस्यांनं हेराण असलेले काही जण सहजासहजी लोकांमध्ये मिसळत नाहीत. यामागील कारण केवळ मुरुम आणि त्यापासून निर्माण झालेले डाग, चेहऱ्यावर मुरुम येण्याच्या समस्यांमागील मुख्य कारण बऱ्याचदा अनुवांशिक असते. या त्रासाकडे दुर्लक्ष न करता योग्य पद्धतीनं त्वचेची काळजी घेणे आवश्यक आहे. कारण त्वचेचं सौंदर्य टिकवणं हे पूर्णतः आपल्या हातात असतं. खाण्यापिण्याच्या सवयी, सौंदर्यप्रसाधनं तुमच्या त्वचेला साजेशी असावीत. कपाळावरील मुरुमांपासून सुटका करून

घेण्यासाठी जाणून घेऊया उपाय.

कपाळावर मुरुम येण्यामागील कारणे

तुमच्या कपाळावर येणाऱ्या मुरुमांचा आकार तसंच त्यांचा रंग किती गडद लाल आहे, यानं काहीही फरक पडत नाही. कारण चेहऱ्यावर कुठेही मुरुम येणे ही बाब त्रासदायकच असते. सौंदर्य टिकवून ठेवण्यासाठी तुम्ही कोणते उपाय करत आहात, हे जास्त महत्त्वाचं आहे. धूक, माती, प्रदूषण आणि त्वचेची देखभाल योग्य पद्धतीनं न केल्यासही कपाळावर मुरुम येतात. पुरळ, मुरुम येण्याची याय्यतिरिक्तही बरीच कारणे आहेत. या समस्यांकडे अजिबात दुर्लक्ष करू नका.

चेहऱ्यावरील छिद्रे बंद होणे

आपल्या त्वचेमध्ये तैलाग्रंथी असतात. ज्याद्वारे चेहऱ्यावर नैसर्गिक स्वरूपातील तेल तयार होते, ज्यास सीबम असे म्हणतात. तैलाग्रंथीमुळे त्वचेला आर्द्रता मिळते आणि सोबतच त्वचेचं संरक्षणही होतं. पण सीबमचा स्त्राव गरजेपेक्षा अधिक वाढल्यास त्वचेवरील छिद्रे बंद होतात. ज्यामुळे



मुरुमांची समस्या उद्भवते. निरोगी त्वचेसाठी रोज अडीच ते तीन लीटर पाणी प्यायलाच हवे. शिवाय

श्रीतपेय पिणे टाळा. त्यापेवजी, पाणी, शहाळं, लिंबू पाणी, ताक पिण्यावर भर द्या.

उत्पादनं त्वचेला सूट होतील याची माहिती जाणून घ्या. कारण त्यांना तुमच्या त्वचेचा पोत माहीत असतो. ब्युटी प्रोडक्टचा वापर करून पाहण्यापूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे. अन्यथा त्वचेचं नुकसान होऊ शकतं.

कपाळावर मुरुम येऊ नये, यासाठी उपाय

- चेहरा स्वच्छ धुणे आवश्यक आहे. आठवड्यातून दोन वेळा चेहऱ्यावर क्लींझर लावून त्वचा एक्सफोलिएट करा.
- केस तेलकट होण्यापूर्वीच शॅम्पूनं धुवावेत
- एखादे ब्युटी प्रोडक्ट वापरल्यानंतर चेहऱ्यावर जळजळ होत असल्यास ते प्रोडक्ट कधीच वापरू नये.
- रात्री कमीत कमी सात ते आठ तासांची झोप घ्या
- उन्हामध्ये फिरणं टाळा
- नियमित व्यायाम, योगासने करा
- उन्हातून आल्यावर चेहरा गार पाण्यानं धुवा.
- मद्यपान आणि धूमपान करू नका.
- पौष्टिक आहाराचं सेवन करा.

मुंबईतील १६४ अनधिकृत शाळा नोटीस देवूनही सुरुच... संस्थाचालकांवर कारवाई करा

■ **बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक**
मुंबईतील अनधिकृत शाळा १६४ शाळा या केवळ गोवर्धनी, देवनार, मानखुर्द या एम पूर्व

विभागातील आहे. त्यामुळे झोपडपट्ट्यांमध्ये तब्बल मजला आणि एक मजल्यांच्या या शाळा असून महापालिकेची कोणतीही मान्यता न घेता या शाळा सुरु आहेत. पण त्यांना नोटीस देवूनही या शाळा सुरु असल्याने महापालिकेने यांच्या संस्थाचालकांवर कारवाई करावी आणि या शाळांमधील मुलांना महापालिकेच्या शाळांमध्ये सामावून घेण्याची प्रक्रिया पार पाडली जावी, असे निर्देश शिक्षण समिती अध्यक्ष राजेशी शिवडकर यांनी दिले.

मुंबई शहर आणि उपनगरात या १६४ अनधिकृत शाळा आहेत. त्यापैकी सर्वाधिक ६५ अनधिकृत शाळा या देवनार परिसरात, तसेच आणखीन ६५ अनधिकृत शाळा या मानखुर्द परिसरात आहेत. त्याचप्रमाणे, मालाड परिसरात

२५ अनधिकृत शाळा, कादिवली परिसरात १२, कुर्ला परिसरात १२ आणि वडाळा, धारवी परिसरात ११ शाळा या अनधिकृत आहेत. अशी माहिती देत भाजप नगरसेवक नील सोमया यांनी, अनधिकृत शाळा उभारून विद्यार्थ्यांचे शैक्षणिक नुकसान करण्याच्या, त्यांचे भविष्य धोक्यात आणण्याच्या संस्था चालकांविरुधात फौजदारी कारवाई करावी, अशी मागणी हरकतीच्या मुद्द्याद्वारे केली.

यातील काही शाळा या झोपडपट्टीत तब्बलमजला अधिक दोन, तीन, चार मजली अनधिकृत शाळा आहेत. काही शाळा या म्हाडा, सरकारी, खारफुटीच्या जागेवरही उभारण्यात आलेल्या आहेत. या शाळा चालविणाऱ्या संस्थाही अधिकृत नाहीत. या शाळांचे फायर ऑडिटही करण्यात आलेले नाही, अशी धक्कादायक माहिती नील सोमया यांनी यावेळी उघडकीस आणली. तसेच आणखीन कहर म्हणजे महापालिकेने या अनधिकृत

शाळांना नोटीस बजावल्या असूनही शाळा बिनबोभाट सुरुच असल्याचे सांगत नील सोमया यांनी आश्चर्य व्यक्त केले. तसेच, या शाळांनी विद्यार्थ्यांना दिलेली प्रमाणपत्र देखील ग्राह्य धरू शकत नाही. त्यामुळे या शाळांमध्ये शिक्षण घेणाऱ्या विद्यार्थ्यांचे भविष्य धोक्यात येणार आहे. तसेच, काही ठिकाणी भूमाफिया अनधिकृत शाळा उभारून त्यामध्ये विद्यार्थ्यांना प्रवेश देऊन नंतर शाळा अनधिकृत ठरल्यावर त्यावर कारवाईचा बडगा उगारला जाणार असल्याचे समजताच ते लोक विद्यार्थ्यांना पुढे करीत ब्लॅकमेलिंग करतात, असा आरोपही नील सोमया यांनी यावेळी केला. तसेच, नील सोमया यांनी सदर अनधिकृत शाळांवर कारवाई करण्याची मागणी केली.

यावर प्रमोद सावंत यांनी याला समर्थन देत या शाळा सुरु करतानाच कोणत्याही प्रकारचे नियम पाळले जात नाही. त्यामध्ये फायर ऑडिटही होत नाही. या दाट वस्तीमध्ये

असल्याने भविष्यात होणाऱ्या दुर्घटना टाळता येऊ शकेल, असे सांगत अशाप्रकारे शाळांना नोटीस बजावण्यात आल्याचे त्यांनी सांगितले. तर स्वप्ना म्हात्रे यांनी या संस्थांना पाठिशी घालण्याचे काम करतो असे सांगत त्यांनी केलेली चूक सरळ करण्यासाठी आपण प्रयत्न करतो, असे प्रकार पुन्हा वाढतील. यामध्ये मुलांचे नुकसान होत आहे. याला जाव कोण विचारणार असा सवाल केला.

त्यावर त्यावर, शिक्षण विभागाच्या उपायुक्त प्राची जांभेकर यांनी, या अनधिकृत शाळांमध्ये पाचवीच्या पुढील वर्गांना मान्यता आहे, पहिली ते चौथीच्या वर्गांना मान्यता नाही. त्यामुळे आवश्यक कागदपत्रांची पूर्तता करून कायदेशीर मान्यता घेण्यासाठी शासनाकडे यांचा पाठविण्यात आले आहे. तसेच, महापालिका सतत अनधिकृत शाळांची माहिती प्रसिद्धीमाध्यमांमध्ये देऊन पालकांमध्ये जनजागृती केली करण्यासाठी याची जाहिरात

दिली होती. सध्या १६४ पैकी ४८ शाळांचे प्रकरण मान्यतेसाठी शासनाकडे पाठविण्यात आले आहे. शासनाने त्यास हिरवा कंदील दर्शवला तर ठीक अन्यथा त्या शाळांवर कारवाई करण्यापूर्वी त्या शाळांमधील विद्यार्थ्यांची काळजी महापालिकेकडून घेण्यात येणार आहे. यापूर्वी अशा अनधिकृत शाळांमधील मुलांना महापालिकेच्या शाळांमध्ये घेण्याचा प्रयत्न केला होता, याला तत्कालिन शिक्षण मंत्र्यांनी स्थगिती दिली होती. त्यातील काही शाळांमधील मुलांना महापालिकेच्या शाळांमध्ये घेण्यात आले होते. त्यामुळे शासनाने सकारात्मक अभिप्राय न दिल्याचे घेण्याचा प्रयत्न केला होता, याला तत्कालिन शिक्षण मंत्र्यांनी स्थगिती दिली होती. त्यातील काही शाळांमधील मुलांना महापालिकेच्या शाळांमध्ये घेण्यात आले होते. त्यामुळे शासनाने सकारात्मक अभिप्राय न दिल्याचे घेण्याचा प्रयत्न केला होता, याला तत्कालिन शिक्षण मंत्र्यांनी स्थगिती दिली होती. त्यातील काही शाळांमधील मुलांना महापालिकेच्या शाळांमध्ये घेण्याचा प्रयत्न केला जाईल. परंतु एम पूर्व विभागांमध्ये सध्याचा महापालिका शाळांमधील पटसंख्या अधिक आहे, तिथेही शाळा वाढवण्याचा विचार केला जात असल्याचेही त्यांनी सांगितले.

पालघरमध्ये आरटीई प्रवेशाच्या पहिल्या टप्प्यात 66 टक्के जागा भरल्या

■ **पालघर। प्रतिनिधी,**

शिक्षण हक्क (आरटीई) कायदांतर्गत सुरु असलेल्या प्रवेश प्रक्रियेला पालघर जिल्ह्यात येणारदार प्रतिसाद मिळवत असून पहिल्या टप्प्यातच 66 टक्के जागा भरल्या गेल्या आहेत. कागदपत्रांच्या पूर्ततेसाठी पालकांना येणाऱ्या अडचणी लक्षात घेऊन शासनाने प्रवेश प्रक्रियेला 30 एप्रिल 2026 पर्यंत मुदतवाढ दिल्याने उर्वरित विद्यार्थ्यांच्या प्रवेशाला गती मिळणार आहे.

जिल्ह्यातील 268 शाळांमध्ये एकूण 5685 रिक्त जागांसाठी आरटीई अंतर्गत

प्रवेश प्रक्रिया राबवली जात आहे. पहिल्या लॉटरीमध्ये निवड झालेल्या 3183 विद्यार्थ्यांपैकी 22 एप्रिलपर्यंत 2102 विद्यार्थ्यांनी प्रवेश निश्चित केला आहे. तसेच, पहिल्या यादीत नाव न आलेल्या 2206 विद्यार्थ्यांची प्रतीक्षा यादी पुढील महिन्यात जाहीर करण्यात येणार आहे. 30 एप्रिलनंतर पहिल्या यादीतील प्रवेश प्रक्रिया बंद करून उर्वरित रिक्त जागांसाठी प्रतीक्षा यादी जाहीर केली जाईल.

सुरुवातीला 10 ते 20 एप्रिल या कालावधीत ही प्रक्रिया पूर्ण होणे अपेक्षित होते. मात्र, कागदपत्रांची पूर्तता

करण्यास लागणारा वेळ आणि तांत्रिक अडचणी यामुळे अनेक पालकांना अडचणीचा सामना करावा लागत होता. ही बाब लक्षात घेऊन शासनाने 21 एप्रिल ते 30 एप्रिलपर्यंत मुदतवाढ दिली आहे.

ज्या पालकांच्या पाल्यांची नावे निवड यादीत आली आहेत, त्यांनी तातडीने तालुकास्तरीय पडताळणी समितीकडे जाऊन कागदपत्रांची तपासणी करून घ्यावी, असे आवाहन जिल्हा परिषद प्रशासनाने केले आहे.



तालुकानिहाय प्रवेश स्थिती पुढीलप्रमाणे आहे:
 ▶ वसई - 2177 पैकी 1403 प्रवेश (सर्वाधिक),
 ▶ पालघर - 617 पैकी 445 प्रवेश,
 ▶ उहाणू - 174 पैकी 111 प्रवेश,
 ▶ वाडा - 108 पैकी 62 प्रवेश,
 ▶ तलासरी - 48 पैकी 32 प्रवेश,
 ▶ ज्वार - 31 पैकी 28 प्रवेश,
 ▶ धिकमगड - 28 पैकी 21 प्रवेश

अतिधोकादायक शाळेत शिकतात महापालिकेची मुले

■ **ठाणे। प्रतिनिधी,**

मालाड पश्चिममधील नेमाणी शालेय इमारत ही धोकादायक झाली असून या शाळेतील स्लॅब काही दिवसांपूर्वी शिक्काच्या अंगावर पडले होते. त्यामुळे भविष्यात या शाळेत अन्य कुठली दुर्घटना घडली जावी अशी प्रशासनाची इच्छा आहे का असा संतप्त सवाल करत भाजप नगरसेविका योगिता कोळी यांनी ही शाळा बंद करून या शाळेतील मुलांना नव्याने बांधण्यात आलेल्या लिबर्टी गार्डन येथील

शालेय इमारतींमध्ये स्थलांतरित करावे अशी मागणी शिक्षण समितीच्या बैठकीत हरकतीच्या मुद्द्याद्वारे केली. मुंबई महापालिकेच्या शिक्षण समितीच्या बैठकी मालाड मधील भाजप नगरसेविका योगिता कोळी यांनी हरकतीच्या मुद्द्याद्वारे मालाड पश्चिम एस व्ही रोडवरील धोकादायक शाळेतील मुलांना नेमाणी शालेय इमारतीचावत सांभोतीचो आणि पर्यायाने शाळेचा

प्रशासनाचे लक्ष वेधून घेतले. या हरकतीच्या मुद्द्यावर बोलतांना योगिता कोळी यांनी नेमाणी शालेय इमारत धोकादायक बनली आहे, अनेक ठिकाणी भंगा पडलेल्या आहेत. एवढेच काय काही दिवसांपूर्वी वर्गात शिकवत असलेल्या शिक्षकाच्या अंगावर स्लॅबचा काही भाग कोसळला, सुदैवाने शिक्षक वाचले. पण या घटनेनंतर मुलांमध्ये आणि पुरव्याने पालकांमध्ये प्रचंड भीतीचे वातावरण पसरले आहे. या शाळेचा कोणताही भाग केव्हाही कोसळू शकतो. ही इमारत धोकादायक असून सन २०२७ पासून आपण दुरुस्तीसाठी प्रयत्न करत होते, परंतु याची दुरुस्तीही न झाल्यामुळे ही वास्तू आता अतिधोकादायक बनली आहे. त्यामुळे ही शालेय इमारत तोडून नव्याने बांधण्याची मागणी कोळी यांनी केली आहे.

या मुलांचे वसतीगृह चालण्यासाठी महापालिकेच्या नियोजन विभागाच्यावतीने इच्छुक संस्थांकडून अर्ज मागवण्यात आले होते. यामध्ये चार संस्थानी भाग घेतला होता आणि त्यामध्ये जैन इंटरनॅशनल ऑर्गनायझेशन या संस्थेची निवड करण्यात आली आहे. या संस्थेकडे विद्यार्थ्यांनी वसतीगृह चालवण्याचा ११ वर्षांचा अधिकार आहे. या संस्थेच्यावतीने बेड, गाढा, उशी, बेडशीट, चादर इत्यादी पुरवण्यात येणार आहे. याशिवाय जेवणाची सुविधा, विद्यार्थ्यांना पुरवण्यात येणाऱ्या चांगल्या पोष्टिक जेवणाची काळजी घेतली जाणार आहे. या वसतीगृहातील मुलींना रोज सकाळचा नाराना, दुपारचे जेवण, व रात्रीचे जेवण यासाठी आवश्यक असलेले शुल्क संस्थेमार्फत आकारले जाणार आहे. वीज बिल, स्वच्छता संस्थेच्यावतीने केला जाईल आणि मालमत्ता कर महापालिकेच्यावतीने भरला जाणार आहे. सध्या या संस्थेची प्रथम १० वेळ महिन्यांकरता नेमणूक करण्यात आली असून पुढील ११ महिन्यांकरता २० वेळ मुदतवाढ दिली जाणार आहे.

पालिकेच्यावतीने विद्यार्थ्यांसाठी गोरेगाव नंतर आता कादिवलीत वसतीगृह

■ **मुंबई। प्रतिनिधी,**

मुंबई महापालिकेच्यावतीने गोरेगाव येथे नोकरदार महिलांसाठी वसतीगृह सुरु करण्यात आल्यानंतर आता कादिवली आकुर्ली गाव येथे विद्यार्थ्यांसाठी वसतीगृह बांधण्यात आले आहे. तब्बल अधिक पाच मजल्यांच्या या इमारतीत १८ वर्षांवरील विद्यार्थ्यांसाठी राहण्याची व्यवस्था करण्यात येणार आहे. या प्रस्तावाला महापालिकेच्या सुधार समितीच्या

बैठकीत मंजुरी देण्यात आली आहे. या वसतिगृहाची देखभाल आणि व्यवस्थापन राखण्यासाठी जैन इंटरनॅशनल ऑर्गनायझेशन या संस्थेची नेमणूक करण्यात येणार आहे. कादिवली पूर्व येथील आकुर्ली गाव येथे १६४२ चौरस मीटर क्षेत्रफळाच्या जागेवर तब्बल अधिक पाच मजल्याचे बांधकाम पूर्ण करण्यात आले असून ही इमारत महापालिकेच्या नियोजन विभागाच्या ताब्यात आल्याने आता याठिकाणी

विद्यार्थ्यांसाठी वसतीगृह सुरु करण्याचा निर्णय घेता आहे. या वसतिगृहात १८ वर्षांवरील विद्यार्थ्यांना प्रवेश दिला जाणार असून त्यांच्या निवाससाठी ४५ खोल्यांची रचना केली आहे. त्यामध्ये एकूण १३५ बेडची व्यवस्था करण्यात आली आहे.



'तूर डाळ'च्या नावाखाली टरबूज बिया १३९ कोटींचा तस्करांचा माल जप्त, डीआरअयची मोठी कारवाई



■ **उरण। प्रतिनिधी,**

महसूल गुप्तचर संचालनालयाच्या मुंबई पथकाने न्हावा शेवा बंदरात मोठी कारवाई करत तब्बल १३९ कोटी किमतीचा प्रतिबंधित कृषी माल जप्त केला आहे. 'तूर डाळ' आयात केल्याचे भासवून टांझानिया, सुदान आणि कॅनडातून टरबूज बिया व हिरच्या वाटाण्याची अवैध आयात करणाऱ्या रॅकेटचा पदाफास करण्यात आला असून, या प्रकरणी मुख्य आयातदाराला अटक करण्यात आली आहे.

विश्र्वासार्थी माहितीच्या आधारे डीआरआयने सापळा रचत १३९ कंटेनर्सची तपासणी केली. कागदपत्रांमध्ये 'तूर डाळ' (पिजन पीज) अशी नोंद असली तरी प्रत्यक्ष तपासणीत वेगळेच वास्तव समोर आले. तपासात टांझानिया व सुदानमधून आलेल्या सुमारे २,७१० मेट्रिक टन टरबूज बिया आणि कॅनडामधून आयात केलेला ३,१९९ मेट्रिक टन हिरवा वाटाणा आढळून आला.

या संपूर्ण मालाची किंमत सुमारे १३९ रु. कोटी असून, आयात निबंध टाळण्यासाठी जाणूनबुजून चुकीची माहिती देण्यात आल्याचे स्पष्ट झाले आहे. नियमांनुसार, जून २०२४ नंतर टरबूज व खरबुज बियांच्या आयातीवर बंदी आहे. तसेच हिरच्या वाटाण्याच्या आयातीसाठी प्रति किलो २०० रु. किमान आयात किंमत निश्चित करण्यात आली असून, त्याची आयात केवळ कोलकाता बंदरातूनच करण्याची अट आहे.

या प्रकरणात संबंधित आयातदार कंपनीच्या मालकाला १९ एप्रिल रोजी अटक करण्यात आली असून, देशाच्या आर्थिक हितांचे रक्षण करणे आणि देशांतर्गत उत्पादकांना न्याय्य स्पर्धा मिळवून देण्यासाठी आम्ही कटिबद्ध आहोत. आयात नियमांचे उल्लंघन करणाऱ्यांविरुधात कारवाई अधिक तीव्र करण्यात येईल, असे डीआरआय अधिकाऱ्यांनी सांगितले.

केईएम रुग्णालयात रुग्णांचा आत्महत्तेचा प्रयत्न... सार्वजनिक आरोग्य समिती अध्यक्षानी घटनास्थळी केली पाहणी

■ **मुंबई। प्रतिनिधी,**

महानगरपालिकेच्या के.ई.एम. हॉस्पिटल येथे शुक्रवारी सकाळी घटनेत घटनेत 27 वर्षीय एका रुग्णाने आत्महत्तेचा प्रयत्न केला असून त्यामध्ये त्याचा दुदैवी मृत्यू झाला आहे. या घटनेच्या दुर्दैवी घटनेच्या पार्श्वभूमीवर सार्वजनिक आरोग्य समिती अध्यक्ष हरिष भादिवेंगे यांनी तात्काळ रुग्णालयाला भेट देऊन सविस्तर पाहणी केली. सुरक्षेच्या दृष्टीकोनातून तात्काळ काही महत्त्वाचे निर्णय घेण्यात आले

असून, या प्रकरणात जे कोणी दोषी आढळतील किंवा ज्यांनी आपल्या कर्तव्यात कसूर केली असेल, त्यांच्यावर तातडीने कडक कारवाई करण्यात येणार असल्याचे स्पष्ट निर्देश देण्यात आले.

सार्वजनिक आरोग्य समिती अध्यक्ष हरिष भादिवेंगे यांनी केईएम रुग्णालयात भेट देऊन त्या दुर्घटना स्थळाची पाहणी केली. यावेळी त्यांनी रुग्णालय प्रशासनास कठोर शब्दांत जाव विचारला. रुग्ण आत्महत्तेचा प्रयत्न करणारा परिस्थितीत कसा गेला? सुरक्षा व्यवस्थेत कुठे त्रुटी



राहिल्या?, तसेच रुग्णाच्या कुटुंबीयांवर याचा काय परिणाम झाला अशी प्रश्नांची

सरबती करत प्रशासनाच्या कार्यपद्धतीवर नाराजी व्यक्त केली.

या पाहणीवेळी संबंधित रुग्णालय अधिष्ठाता डॉक्टर संगीता रावत, डॉक्टर, नर्सिंग स्टाफ व प्रशासनातील अधिकारी उपस्थित होते. सर्व संबंधितांसोबत सविस्तर चर्चा करून भविष्यात अशा घटना टाळण्यासाठी आवश्यक उपाययोजनांबाबत निर्देश देण्यात आले. तसेच, संबंधित पोलीस स्टेशनमध्ये दाखल झालेल्या गुन्हाच्या पोलीसांना निष्पक्ष तपास

करणे लवकरात लवकर अहवाल सादर करण्याचे निर्देश देण्यात आले आहेत. या घटनेशी संबंधित सीसीटीव्ही फुटेजही तात्काळ मागवण्यात आले असून त्याचा तपासात उपयोग केला जाणार आहे. मुंबई महानगरपालिका प्रशासन रुग्णांच्या सुरक्षेबाबत पूर्णपणे कटिबद्ध असून भविष्यात अशा घटना होऊ नयेत यासाठी आवश्यक त्या सर्व उपाययोजना काटेकोरपणे राबवण्यात येतील, असे सार्वजनिक आरोग्य समिती अध्यक्ष हरिष भादिवेंगे यांनी स्पष्ट केले

22 ची ती, 30 चा तो, मध्यरात्री 12 ची वेळ, 35 वार अन्...



■ **रत्नागिरी। प्रतिनिधी,**

पुण्यातील राहुल कांबळे आणि सायली भिसे प्रकरण सध्या राज्यभरामध्ये चर्चेत आहे. खरं तर या दोघांचं प्रेमप्रकरण होतं आणि दोघांनी परस्पर संमतीने लग्न केलं. मात्र लग्न केल्यानंतर त्यांच्या प्रेमकथेला ग्रहण लागलं आणि आजच्या घडीला ती जखमांनी विव्छळत असून तो तुरुंगात आहे. या दोघांच्या लग्नाचे व्हिडीओ सोशल मीडियावर तुफान व्हायरल झाले होते. मात्र सोशल मीडियावर प्रसिद्धी मिळाल्यानंतर या दोघांमध्ये असं काय घडलं की आज त्यांच्याकडे कमनशिबी म्हणून पाहिलं जातंय ते जाणून घेऊयात...

सात फेरे घेतले आणि सात दिवसामध्ये... पुण्यातील ऑंध रोड परिसरातील हा सारा घटनाक्रम असून सध्या या दोघांचं लग्न आणि त्यामधून घडलेला प्रसंग हा माणुसूनीला काळिमा फारगारी क्रूर घटनाक्रम म्हणून चर्चेत आहे. 22 वर्षीय सायली भिसेने 12 वर्ष ज्येष्ठ व्यक्तीवर जीवापाड प्रेम केलं त्यानेच तिला दगा दिला. ज्याच्यावर विश्वास ठेवून सायलीने आयुष्यभराची साथ निभावण्याचे वचन देत सात फेरे घेतले त्याच पतीने लग्नानंतर आणखी सात दिवसात तिचे आयुष्य उद्ध्वस्त करण्याचा प्रयत्न केला. 12 वर्षापासूनच प्रेमप्रकरण...

आंबेडकर जयंती कार्यक्रमावरून येताना रात्री 12 वाजता हल्ला
तेव्हापासूनच वैवाहिक वादामुळे सायली आणि राहुल दोघे वेगळे राहत होते. सायलीने जेव्हा या त्रासाला कंटाळून घटस्फोटाची मागणी केली, तेव्हा राहुलचा अहंकार दुखाळला गेला. घटस्फोटाचा खटला न्यायालयात सुरु होता. राहुल घटस्फोटाच्या कागदपत्रांवर सही करायला तयार नव्हता. सायलीने घटस्फोट मागितल्याचा राग मनात ठेवून तिला धडा शिकवण्याचा इरादा मनात ठेवून त्याने तिच्यावर हल्ला केला. सायली आपल्या मैत्रिणींसोबत ऑंध रोडवरील आंबेडकर जयंती कार्यक्रमाला गेली होती. कार्यक्रम संपल्यानंतर रात्री सुमारे 12 वाजता घरी परतत असताना राहुलने तिला गाढलं. त्याने प्रथम तिला बेदम मारहाण केली. घटस्फोट मागितल्याचा राग सायलीला मारहाण करून व्यक्त केल्यानंतर बेडने सायलीच्या कपाळ, गाल, खांदा, पाठ, ओटाखाली असे तब्बल 35 वार केले. या हल्ल्यात सायली गंभीर जखमी झाली. तिने खडकी पोलीस स्टेशनमध्ये फिर्दाव दाखल केली. सायलीने केलेल्या तक्रारीच्या आधारे पोलीसांनी राहुल कांबळेला अटक केली आहे.

दारूच्या नशेत मारहाण
सायली जेथे व्यक्तीच्या प्रेमात पडली तो कुख्यात गुंड राहुल कांबळे आहे. 30 वर्षीय राहुल कांबळे आणि सायली भिसे यांचे 12 वर्षांपासून प्रेमसंबंध होते. या प्रदीर्घ काळानंतर दोघांनी मोठ्या आशेने प्रेमविवाह केला. मात्र, लग्नानंतर काही दिवसांमध्ये राहुलचे खरे रूप आढळू लागले. सायली सध्या सरकारी रुग्णालयात उपचार घेत आहे. तिची प्रकृती चिंताजनक असली तरी त्यात सुधारणा होत आहे. राहुलविरुद्ध खडकी पोलीस स्टेशनमध्ये गुन्हा दाखल झाला आहे आणि तपास सुरु आहे. सध्या राहुल पोलीसांच्या ताब्यात आहे.

सहलीला नेण्याचे आमिष दाखवून पावणेदोन लाख लुटले

■ **भाईंदर। प्रतिनिधी,**

सोशल मीडियाच्या माध्यमातून स्वस्त ट्रॅडल पॅकेजचे आमिष दाखवून पर्यटकांची फसवणूक करणाऱ्या टोळ्या सक्रिय झाल्या आहेत. थायलंड सहलीचे बनावट विमान तिकीट आणि पॅकेज देऊन मिरारोड येथील एका ५६ वर्षीय व्यावसायिकाची १ लाख ८६ हजार रुपयांची फसवणूक केल्याचा प्रकार उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी काशिमीरा पोलीस ठाण्यात हरियाणामधील एकावर गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.



मिरारोडच्या शांतीपाक परिसरात राहणारे तक्रारदार शशिकांत साळुंखे (वय ५६) हे व्यवसायाने व्यावसायिक आहेत. त्यांनी नेचर नेक्सस नेव्हिगेटर या पेजवर फिारयाकराणासाठी संपर्क साधला होता. १३ ऑगस्ट २०२५ ते २२ ऑक्टोबर २०२५ या कालावधीत पेजचा मॅनेजर जसमीत सिंग याने साळुंखे यांच्याशी संपर्क साधून त्यांना मुंबई ते थायलंड असे संपूर्ण ट्रॅव्हल पॅकेज देण्याचे ठरवले. आरोपी जसमीत सिंग याने

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटिंग 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, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, 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.) 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 Industrial Estate, 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 400 105, Maharashtra. Editor : Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik, Mo.7400001474, Email Id : marathiekikaran2021@gmail.com