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-२९४ ● मुंबई, बुधवार, २७ मे २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA



सावंतवाडी रेल्वे स्टेशनचं नामांतर ते मंदिराला जमीन
मंत्रिमंडळ बैठकीत तडकाफडकी 4 मोठे निर्णय!

■मुंबई। प्रतिनिधी,

राज्य मंत्रिमंडळाची महत्त्वाची बैठक पार पडली. या बैठकीत मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या अध्यक्षतेखाली अनेक महत्त्वाचे निर्णय घेण्यात आले. यात सर्वात महत्त्वाचा निर्णय म्हणजे राज्य सरकारने कोकणातील सावंतवाडी रेल्वे स्थानकाचे नाव बदलले आहे. यासह डोंबिवलीतील सोनारपाड्यातील पिंपळेश्वर मंदिराला जमीन देण्याचाही निर्णय घेण्यात आला आहे. नागपूर व नवीन बाह्य वळण रस्त्यासाठी खरेदी करायच्या जमिनीसाठीच्या जमीन खरेदीला मुद्रांक शुल्क माफ करण्यात आले आले. या निर्णयांची आता लवकरात लवकर अंमलबजावणी केली जाणार आहे.

परिवहन विभागा अंतर्गत घेण्यात आलेला निर्णय : सावंतवाडी रेल्वे स्थानकाला कोकण रेल्वेचे शिल्पकार ज्येष्ठ नेते स्व. मधु दंडवते यांचे नाव देण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. सावंतवाडी रेल्वे स्थानकाचे नाव ह्यलोकमान्य मधु दंडवते रेल्वे टर्मिनसह्ण असे करण्यास मंत्रिमंडळाची मंजुरी मिळालेली आहे. कोकणातील जनतेची अनेक वर्षांची मागणी मार्गी. नामकरणाबाबतचा प्रस्ताव केंद्र शासनाकडे पाठविण्यात येणार आहे.

सामान्य प्रशासन विभाग : शासकीय कर्मचाऱ्यांच्या २०२६ मधील सर्वसाधारण बदल्यांना मुदतवाढ. त्यासाठी महाराष्ट्र शासकीय कर्मचाऱ्यांच्या बदल्यांचे नियमन आणि शासकीय कर्तव्ये पार पाडताना होर्णाया विलंबास प्रतिबंध अधिनियम २००५ मध्ये सुधारणेस मान्यता.

उद्योग विभाग : डोंबिवलीतील सोनारपाड्यातील पिंपळेश्वर मंदिराला जमीन देण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. डोंबिवली औद्योगिक क्षेत्रातील मौजे सागाव सोनारपाडा (ता. कल्याण, जि. ठाणे) येथील पिंपळेश्वर देवस्थान मंदिर ट्रस्टला ४ एकर २५ गुंठे जमीन मिळणार आहे. या जमिनीवरील मंदिर ट्रस्टचा वापर नियमित करण्यास व ही जमीन ट्रस्टला नाममात्र दरात देण्यास मान्यत देण्यात आलेली आहे.

महसूल व मुद्रांक शुल्क व नोंदणी विभाग : नवीन नागपूर व नवीन बाह्य वळण रस्त्यासाठी खरेदी करायच्या जमिनीसाठीचे मुद्रांक शुल्क माफ करण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. मौजे गोदणी आणि मौजे लाडगाव (रीठी) (ता. हिंगणा, जि. नागपूर) येथील खाजगी जमीन नवीन नागपूर व नवीन बाह्य वळण रस्ता प्रकल्पासाठी वाटाघाटीने थेट खरेदी करावी लागणार आहे. या व्यवहारावरील मुद्रांक शुल्क व नोंदणी शुल्क माफ करण्यास मान्यता देण्यात आली आहे.

मुंबईत गंभीर गुन्हेगारीत वाढ
गेल्या वर्षीच्या तुलनेत यंदा खुनाच्या गुन्ह्यांमध्येही मोठी वाढ

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

मुंबईत गेल्या तीन वर्षात खुनाच्या घटनांमध्ये झालेली घट २०२५ मध्ये उलटली असून, हत्यांच्या प्रकरणांमध्ये पुन्हा एकदा वाढ झाली आहे. नॅशनल क्राइम रेकॉर्ड्स ब्युरो म्हणजेच एनसीआरबी आणि मुंबई पोलिसांनी जाहीर केलेल्या अधिकृत आकडेवारीनुसार, शहरात २०२२ मध्ये १३५ आणि २०२३ मध्ये १२४ खुनाचे गुन्हे नोंदवले गेले होते.

२०२४ मध्ये हा आकडा १०७ पर्यंत खाली आला होता, परंतु २०२५ मध्ये यात अचानक वाढ होऊन तब्बल १२६ खुनाचे गुन्हे दाखल झाले आहेत. वैयक्तिक वैमनस्य, कौटुंबिक वाद आणि क्षुल्लक कारणांवरून होणारे हिंसक हल्ले या वाढीमागे मुख्य कारण असल्याचे समोर आले असून यामुळे शहरात चिंतेचे वातावरण आहे.

या गुन्हेगारीत महिला बळींचे प्रमाण लक्षणीय असून २०२४ मधील १०७ हत्यांपैकी २५ पीडित महिला होत्या. अपयशी प्रेमसंबंध, अनैतिक संबंध, कौटुंबिक भांडणे आणि आर्थिक विवंचनेतून या हत्या झाल्याचे तपासात उघड झाले आहे. चालू वर्षातही ३१ मार्चपर्यंत मुंबईत दोन महिलांसह ३९ खुनाचे गुन्हे नोंदवले गेले आहेत, जे गेल्या वर्षाच्या याच काळातील ३४ गुन्ह्यांपेक्षा पाचने जास्त आहेत. २०२४



च्या आकडेवारीनुसार कौटुंबिक आणि किरकोळ वादामुळे सर्वाधिक प्रत्येकी २३ हत्या झाल्या. पैशांच्या वादातून ७, तर अनैतिक संबंधातून ६ गुन्हे घडले. बळी पडलेल्यांमध्ये १८ ते ४० वर्षे वयोगटातील तरुण आणि काही बालकांचाही समावेश आहे.

मुंबई शहरात केवळ खूनच नव्हे, तर खुनाचा प्रयत्न करण्याच्या घटनांमध्येही सातत्याने वाढ होत असल्याचे आकडेवारीवरून स्पष्ट होते. मुंबईत २०२२ मध्ये खुनाचा प्रयत्न केल्याची २४४ प्रकरणे समोर आली होती, जी २०२३ मध्ये २९२ आणि २०२४ मध्ये ३०३ पर्यंत वाढली. २०२५ मध्ये हा आकडा ३२४ वर पोहोचला. यंदाच्या वर्षात ३१ मार्चपर्यंतच पोलिसांनी तब्बल १०० गुन्हे नोंदवले असून, गेल्या वर्षाच्या पहिल्या तिमाहीतील ६९ गुन्ह्यांच्या तुलनेत ही संख्या खूपच मोठी आहे. पोलिसांकडून या सर्व प्रकरणांचा कसून तपास सुरू आहे.

- **आर्थिक विवंचनेतूनही गुन्ह्यांमध्ये वाढ :** मुंबई शहरात वैयक्तिक वाद, संशय आणि आर्थिक विवंचनेतून होणाऱ्या हिंसक गुन्ह्यांच्या तीव्रतेत मोठी वाढ झाली आहे. माहीम येथे मद्यधुंद अवस्थेत असल्यावरून झालेल्या वादातून २० वर्षीय साहिल जावेद खान या तरुणाला ६ जणांच्या टोळीने बेदम मारहाण करून ठार केले, तर दुसऱ्या एका घटनेत डॉकयार्ड रोड परिसरात आर्थिक वादातून अंडरवर्ल्ड डॉन छोटा शकीलच्या कथित माजी साथीदाराच्या समीर आसिफ शेख या मुलावर अज्ञातांनी गोळीबार केला. या हल्ल्यात शेख गंभीर जखमी झाला आहे.
- **प्रेमसंबंधातूनही हत्येच्या घटना :** कौटुंबिक आणि प्रेमसंबंधांतील संशयातूनही हत्येच्या घटना समोर आल्या आहेत. मुलुंडमध्ये पत्नीसोबत अवैध संबंध असल्याच्या संशयावरून ४२ वर्षीय व्यक्तीने एकाची भोसकून हत्या केली, तर वडाळा येथे मूळ गावातील प्रेमसंबंधांच्या वादातून सुरक्षा रक्षकाने सहकाऱ्यावर लोखंडी गतीने हल्ला करून त्याला संपवले. शहरात किरकोळ कारणांवरून आणि तत्कालिक रागातून हत्या करण्याचे प्रमाणही वाढले आहे. मोबाईल चोरीच्या संशयावरून माहीममध्ये एका ३९ वर्षीय व्यक्तीला बांबूने मारहाण करून ठार मारण्यात आले, तर कुर्ला येथे रिक्षात बसण्याच्या जागेवरून झालेल्या वादात १७ वर्षांच्या मुलाने रिक्षाचालकाची भोसकून हत्या केली.
- **कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न गंभीर :** भांडुपमध्ये तीन अल्पवयीन शाळकरी मुलांनी आपल्याच १४ वर्षीय वर्गमित्राची हत्या करून त्याचा मृतदेह विहार तलावात फेकून दिल्याची धक्कादायक घटना उघडकीस आली आहे. याच परिसरात २५ जानेवारी २०२६ रोजी शंकरप्रसाद यादव ऊर्फ कल्ली या तरुणावर गजबजलेल्या रस्त्यावर अज्ञातांनी धारदार शस्त्राने २९ वार करून त्याची निर्घृण हत्या केली. या सर्व घटनांमुळे शहरातील कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न गंभीर बनला असून पोलीस तपास करत आहेत.

मुंबईत 101 ठिकाणी मराठी भाषा फलक नाही
महापालिकेकडून कारवाईचा इशारा



■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबईतील दुकाने, हॉटेल, कंपन्या आदी ठिकाणी आजही मराठी भाषेत नामफलक लावण्यात आलेले नाहीत. कुर्ला, सांताक्रूझ (पूर्व), वांद्रे (पूर्व) आणि चर्नी रोड, मरीन लाईन्स आदी 101 ठिकाणी मराठी भाषेत आणि मोठ्या अक्षरात नामफलक लावले नसल्याचे पालिका प्रशासनाच्या निदर्शनास आले आहे. यासंदर्भातील माहिती, उप महापौर संजय घाडी आणि मुंबई महापालिका विधी समिती अध्यक्षा दीक्षा कारकर यांनी दिली.

मुंबईतील दुकाने, हॉटेल्स, कंपन्या, आस्थापना आदी ठिकाणी मराठी भाषेत आणि ठळक मोठ्या अक्षरात नामफलक लिहिणे बंधकारकरक आहे. मात्र, आजही अनेक ठिकाणी त्यावर अंमलबजावणी झालेली नाही. त्यामुळे उप महापौर संजय घाडी आणि विधी समिती अध्यक्षा दीक्षा कारकर यांनी त्याची गंभीर दखल घेत प्रशासनाला चांगलेच फैलावर घेत जाब विचारला होता. तेव्हापासून संबंधित खात्याकडून विभागाविभागातून पाहणी करून आढावा घेण्यात येत आहे. त्याबाबत करण्यात आलेल्या कार्यवाहीची माहिती उप महापौर संजय घाडी आणि विधी समिती अध्यक्षा दीक्षा कारकर यांना देण्यात येते.

महापालिकेने विशेष सामूहिक धाडसत्रामध्ये मुख्यत्वे महत्त्वाचे रस्ते, मुख्य रस्ते येथील दर्शनी भागात असलेल्या आस्थापनांची पाहणी करून ज्या-ज्या आस्थापनांनी मराठी भाषेत नामफलक लावलेले नाहीत अश्या आस्थापना धारकाविरुद्ध महाराष्ट्र दुकाने व आस्थापना अधिनियमांतर्गत योग्य ती कारवाई करण्यात आलेली आहे. नुकतीच अनुक्रमे सी विभाग, एच/पूर्व आणि एल विभाग या ठिकाणी नामफलक मराठी भाषेत लावण्याबाबत कार्यवाही करण्यात आली.

मराठी भाषा फलकाबाबत आतापर्यंतची कार्यवाही

- एकूण भेटी दिलेल्या आस्थापना – 3,320
- नामफलक मराठी भाषेत लावण्यात न आलेल्या आस्थापनांची संख्या – 101
- नामफलक मराठी भाषेत लावण्यात आलेल्या आस्थापनांची संख्या – 3,219

हवामानात मोठा बदल
कोकण, मुंबईसह विदर्भातील 6 जिल्ह्यांना उष्णतेचा अलर्ट

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मे महिन्यात संपत आला आहे, पण उष्णता दिवसेंदिवस वाढत आहे. नवतपा काळ सुरु असल्याने हवामानात उकाडा अधिक वाढला आहे. त्यामुळे यापासून दिलासा कधी मिळणार याची प्रतीक्षेत नागरिक आहेत. अशातच पण काही ठिकाणी विजांच्या कडकडाटासह वादळी वाऱ्यासह पावसाची शक्यता हवामान विभागाने वर्तविली आहे. हवामान विभागाने अनेक भागांना अलर्ट जारी केला आहे. विदर्भात 6 जिल्ह्यांना उष्णतेचा अलर्ट तर 4 जिल्ह्यांना उष्णतेचा रेड अलर्ट आणि 2 जिल्ह्यांना उष्णतेचा ऑरेंज अलर्ट देण्यात आला आहे. त्यासोबत मुंबई आणि कोकणाताही उष्णतेचा अलर्ट हवामान विभागाने जारी केला आहे. तर पश्चिम महाराष्ट्र आणि मराठवाड्यातील एकूण 11 जिल्ह्यांना पावसाचा शक्यता असून त्यांना यलो अलर्ट देण्यात आला आहे. हवामान विभागाने विदर्भातील अमरावती, चंद्रपूर, गडचिरोली आणि वर्धा या जिल्ह्यांमध्ये उष्णतेचा रेड अलर्ट आज देण्यात आला आहे. तसंच नागपूर आणि अकोला जिल्ह्यांमध्ये उष्णतेचा ऑरेंज अलर्ट दिला गेला आहे. विदर्भातील इतर म्हणजे भंडारा, गोंदिया आणि यवतमाळ जिल्ह्यांमध्ये उष्णतेचा यलो अलर्ट आजही कायम आहे. विदर्भातील अनेक भागांमध्ये उष्ण आणि कोरडे हवामान कायम असणार आहे. तसंच मराठवाड्यातील बीड, लातूर आणि धाराशिव जिल्ह्यांमध्ये पावसाचा यलो अलर्ट असणार आहे. तर छत्रपती संभाजीनगर, जालना, परभणी आणि नांदेड जिल्ह्यांमध्ये कुठलाही अलर्ट देण्यात आलेला नाही. पण हलक्या स्वरूपाच्या सरी येणार आहेत. कोकण विभागातील पालघर, ठाणे आणि मुंबई या जिल्ह्यांमध्ये उष्णतेचा यलो अलर्ट आज असणार आहे. या भागांमध्ये तापमानात वाढ होणार असून उकाडा त्रासदायक असणार आहे. त्याचवेळी रायगड, रत्नागिरी आणि सिंधुदुर्ग जिल्ह्यांमध्ये हवामानात बदल पाहिला मिळणार आहे. काही भागांत हलका ते मध्यम स्वरूपाचा पाऊस पडण्याची शक्यता वर्तविण्यात येतो. पश्चिम महाराष्ट्रातील पुणे, कोल्हापूर, सांगली, सातारा आणि सोलापूर या जिल्ह्यांमध्ये पावसाचा यलो अलर्ट असणार आहे. या भागांमध्ये मेघगर्जनेसह पाऊस, विजांचा कडकडाट आणि काही ठिकाणी जोरदार वारे वाहण्याची शक्यता वर्तविण्यात आली आहे.

सोनं नाही आता मुंबई एअरपोर्टवरुन
'या' गोष्टीची होते सर्वाधिक तस्करी



■मुंबई। प्रतिनिधी,

गेल्या दोन वर्षामध्ये मुंबईतील छत्रपती शिवाजी महाराज आंतरराष्ट्रीय विमानतळावर सोन्याच्या तस्करीच्या घटनांमध्ये लक्षणीय घट झाली आहे. मात्र ही गोष्ट दिलासादायक असतानाच दुसरीकडे सोन्याऐवजी एका वेगळ्याच गोष्टीच्या तस्करीमध्ये मोठ्या प्रमाणात वाढ झाली असून सुरक्षा यंत्रणांसाठी तस्करी होणारी ही नवी गोष्टही डोकेदुखी ठरत आहे. मुंबई विमानतळावरील तस्करीच्या या बदलेल्या पॅटर्नबद्दल जाणून घेऊयात...

सोन्याऐवजी या गोष्टीला प्राधान्य

मुंबईतील छत्रपती शिवाजी महाराज आंतरराष्ट्रीय विमानतळावर आता सोन्याऐवजी अमली पदार्थाच्या तस्करीत मोठी वाढ झाल्याचे दिसून येत आहे. सोन्याच्या तस्करीत कमी फायदा असल्याने तस्करांनी आपला मोर्चा सोन्याकडून अंमली पदार्थाच्या तस्करीकडे वळवल्याचे दिसत आहे.

थक्क करणारी आकडेवारी

समोर आलेल्या आकडेवारीनुसार, 2023-24 मध्ये 1463 प्रकरणांमध्ये आंतरराष्ट्रीय बाजारातील 531 कोटी रुपये किंमत असलेलं तब्बल 999 किलो सोने जप्त करण्यात आले होते. त्यानंतर मात्र सोने तस्करीच्या या प्रकरणांमध्ये मोठी घट झाल्याचे दिसून आले. 2024-25 मध्ये 723 सोने तस्करी प्रकरणांमध्ये 501 किलो सोने जप्त करण्यात आले. या सोन्याची किंमत 329 कोटी रुपये होती. तर 2025-26 मध्ये सोने तस्करीच्या 139 प्रकरणांत केवळ 80 किलो सोने जप्त करण्यात आले असून त्याची किंमत 84 कोटी रुपये इतकी आहे. सोन्यावरील आयात शुल्कात कपात झाल्याने सोन्याच्या तस्करीत घट झाल्याचे विश्लेषण केले जात आहे. अमली पदार्थाच्या तस्करीत मात्र सातत्याने वाढ होताना दिसत आहे.

सर्वाधिक तस्करी कशाची होते?

अंमली पदार्थांच्या तस्करीत सर्वाधिक तस्करी ही गांजाची होत असल्याचे दिसून आले आहे. विशेषतः हायड्रोपोनिक गांजाची मोठ्या प्रमाणावर तस्करी होत असल्याचे समोर आले आहे. हा गांजा बँकॉक, हाँगकाँग, सिंगापूर, क्वालालंपूर आणि कोलंबो या मार्गाने मुंबईपर्यंत येतो, अशी माहिती महसूल सेवा विभागाच्या वरिष्ठ अधिकाऱ्यांनी दिली.

2022-23 मध्ये अंमली पदार्थांच्या 14 तस्करी प्रकरणांत 24 किलो अमली पदार्थ जप्त करण्यात आले होते. या अमली पदार्थांची किंमत 186 कोटी रुपये इतकी होती. 2025-26 मध्ये फेब्रुवारीपर्यंत 235 प्रकरणांत तब्बल 1395 किलो अमली पदार्थ जप्त करण्यात आले असून त्याची किंमत 1512 कोटी रुपये इतकी होती. सीमा शुल्क विभागाच्या एअर इंटेलिजन्स युनिटने स्वतंत्रपणे केलेल्या कारवाईत 2025-2026 मध्ये 235 प्रकरणांत एकूण 1396 किलो गांजा जप्त करण्यात आला आहे. याची किंमत 1500 कोटींहून अधिक आहे.

तस्करीचा पर्दाफाश करण्याची पद्धत काय?

एखाद्या प्रवाशाच्या हालचाली संशयास्पद वाटल्यात त्याची जागीच चौकशी, त्याचे आणि सामानाचे एक्स-रे स्कॅनिंग, सामानाची प्रत्यक्ष तपासणी, त्याची आक्षेपार्ह किंवा संशयास्पद वर्तवणूक, इलेक्ट्रॉनिक उपकरणे, बूट आणि विमानातील संबंधित प्रवाशाच्या जागेची-सीटची तपासणी याद्वारे अंमली किंवा सोने तस्करीचा पदार्फाश केला जातो. तसेच महसूल गुप्तचर संचलनालय आणि अंमली पदार्थ नियंत्रण ब्यूरोकडून मिळालेल्या गुप्त माहितीच्या आधारे अंमली तस्करांच्या ट्रॅपचा मागोवा घेतला जातो.

एसटीमध्ये डिझेल बचतीसाठी राज्यव्यापी मोहीम
डिझेल बचतीत उत्कृष्ट कामगिरी करणाऱ्या चालकांना देणार प्रोत्साहन

■मुंबई। प्रतिनिधी,

महाराष्ट्र राज्य मार्ग परिवहन महामंडळाच्या वाढत्या इंधन खर्चावर नियंत्रण मिळवण्यासाठी 'इंधन बचत... म्हणजेच इंधन निर्मिती' ही व्यापक संकल्पना प्रभावीपणे राबविण्यात येणार असल्याची माहिती परिवहन मंत्री तथा एसटी महामंडळाचे अध्यक्ष प्रताप सरनाईक यांनी दिली.

इराण, इस्त्राईल आणि अमेरिका यांच्यात सुरु असलेल्या युद्धजन्य परिस्थितीमुळे जगभरात इंधनाचा तुटवडा निर्माण झाला आहे. अशातच भारतात सुद्धा पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी इंधनाची बचत करण्याचा सल्ला दिला आहे. महाराष्ट्र राज्य मार्ग परिवहन महामंडळाच्या वाढत्या इंधन खर्चावर नियंत्रण मिळवण्यासाठी 'इंधन बचत... म्हणजेच इंधन निर्मिती' ही व्यापक संकल्पना प्रभावीपणे राबविण्यात येणार असल्याची माहिती परिवहन मंत्री तथा एसटी महामंडळाचे अध्यक्ष प्रताप सरनाईक यांनी दिली.

एसटी महामंडळाला सध्या दररोज सरासरी 10.87 लाख लिटर डिझेलची आवश्यकता भासत असून, इंधन खर्च कमी करणे ही काळाची गरज असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले. प्रताप सरनाईक म्हणाले की, एसटीच्या प्रत्येक आगाराने दररोज किमान 5 लिटर डिझेल बचतीचे उद्दिष्ट निश्चित केले, तरी संपूर्ण राज्यभरातून दररोज किमान 1000 लिटर डिझेलची बचत होऊ शकते. सध्याच्या डिझेल दरानुसार ही बचत दररोज जवळपास 1 लाख रुपयांपर्यंत जाऊ शकते. 'लहान बचतीतून मोठी आर्थिक नशिस्त निर्माण होते आणि हीच बचत भविष्यात एसटीसाठी मोठी ताकद ठरू शकते', असेही त्यांनी नमूद केले.

या पार्श्वभूमीवर सर्व विभाग नियंत्रक आणि आगार व्यवस्थापकांना तातडीने आगारनिहाय डिझेल बचतीची उद्दिष्टे निश्चित करण्याचे निर्देश देण्यात येणार आहेत. प्रत्येक





आगाराने आपल्या बसगाड्यांच्या इंधन वापराचे नियमित विश्लेषण करून बचतीसाठी आवश्यक उपाययोजना राबवाव्यात, असे आदेशही देण्यात येणार असल्याचे त्यांनी सांगितले. डिझेल बचतीमध्ये उल्लेखनीय कामगिरी करणाऱ्या चालकांचा विशेष सत्कार करण्यात येईल तसेच त्यांना प्रोत्साहनपर भत्ता देण्याची योजनाही सुरू करण्यात येणार आहे. 'एसटीचा चालक हा केवळ वाहन चालक नसून तो संस्थेच्या अर्थकारणाचा शिल्पकार आहे. जबाबदारीने आणि कौशल्याने वाहन चालवणारा चालक एसटीचे लाखो रुपये वाचवू शकतो', असे प्रताप सरनाईक यांनी म्हटले.

याशिवाय ज्या आगारांनी निश्चित उद्दिष्टांपेक्षा अधिक डिझेल बचत केली असेल, त्या आगारांना दरमहा विशेष पुरस्कार आणि आर्थिक प्रोत्साहन देण्यात येणार असल्याची माहिती त्यांनी दिली. यामुळे आगारांमध्ये सकारात्मक स्पर्धा निर्माण होऊन बचतीची चळवळ अधिक प्रभावी होईल, असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला. वाहन चालविण्याच्या चुकीच्या पद्धतीमुळे ज्या चालकांच्या बसचे के.पी.एल. (किलोमीटर प्रति लिटर) प्रमाण कमी येत असेल, अशा चालकांचे समुपदेशन करून त्यांना पुनर्प्रशिक्षण देण्यात येणार आहे. इंधन बचतीसाठी वेग नियंत्रण, योग्य गिअरचा वापर, अनावश्यक इंजिन सुरू ठेवणे टाळणे, ब्रेकिंग पद्धतीत सुधारणा यांसारख्या बाबींवर विशेष प्रशिक्षण दिले जाईल.

तसेच बसेसची दैनंदिन तांत्रिक तपासणी, वेळेवर दुरुस्ती आणि इंजिन कार्यक्षमतेची नियमित पाहणी यावर भर देण्याचे निर्देशही देण्यात आले आहेत. टायर प्रेशर, इंजिन ट्युनिंग, ऑईल गळती, ब्रेक प्रणाली यांसारख्या तांत्रिक बाबींमधील त्रुटीमुळेही इंधनाचा अपव्यय होतो. त्यामुळे कार्यशाळा स्तरावर अधिक जबाबदारीने काम करण्याची गरज असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

"एसटीची आर्थिक परिस्थिती सुधारण्यासाठी महसूल वाढविण्यासोबतच खर्च नियंत्रण हीदेखील तितकीच महत्त्वाची बाब आहे. इंधन बचत ही केवळ आर्थिक बाब नसून ती राष्ट्रीय संपत्तीच्या जतनाशी संबंधित जबाबदारी आहे. प्रत्येक अधिकारी, कर्मचारी आणि चालकाने ही मोहीम स्वतःची समजून राबवावी," असे आवाहन परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक यांनी केले.

मुंबईत दिवसाआड शाळा भरवण्याची मागणी
नेमकं कारण काय? कशामुळे घेतला जाऊ शकतो हा निर्णय?

■वसई। प्रतिनिधी,

मे महिना संपत आला असून जून महिन्याची सुरूवात होणार आहे. जून महिना म्हटलं की पालक आणि विद्यार्थ्यांची नवीन शालेय वर्षासाठीची लगबग सुरु होते. राज्यात 15 जूनपासून शाळा सुरु होतात. पण राज्यातील शाळेच्या टाइमिंग आणि दिवसांबद्दल मुंबईतील स्कूल बस ओनर्स असोसिएशनने राज्य सरकारकडे मोठी मागणी केली आहे. त्यांनी राज्य सरकारकडे प्रस्ताव ठेवला आहे की, नवीन शालेय वर्षात आठवड्यातील 3 दिवस शाळा ठेवावी. तर इतर 2 दिवस ऑनलाइन वर्ग भरवण्यात यावे. त्यांनी राज्य सरकारकडे मागणी केली आहे की, दिवसाआड शाळा भरवावी. एवढंच नाहीतर शाळेत सत्रही एकाच वेळी भरवण्यात यावे. कारण अनेक शाळांमध्ये वेगवेगळ्या सत्रात शाळा भरवण्यात येतात.



नेमकं कारण काय? कशामुळे घेतला जाऊ शकतो हा निर्णय?

अमेरिका आणि इराणमधील गेल्या अनेक महिन्यांपासून सुरु असलेल्या संघषार्ची झळ इतर देशांना बसतोय. इंधन टंचाई अनेक देशांवर स्मार्ट लॉकडाऊन लावण्याची वेळ आली आहे. त्यात भारतातही इंधन टंचाईचं सावट आहे. इंधन साठेबाजीदेखील होतेय. अशातच पंतप्रधान मोदींनी इंधन बचत करण्याचे आवाहन केलं आहे. त्यासाठी त्यांनी सार्वजनिक वाहतुकीवर भर देण्यासाठी सांगितंल. त्याच आता शाळा सुरु होणार आहे. अशात मोठ्या प्रमाणात स्कूल बस रस्त्यावर धावतात. या स्कूल बसला देखील इंधन टंचाईचा फटका बसतोय. दिवसेंदिवस पेट्रोल - डिझेलचे वाढते भावामुळे स्कूल बसवर भाडेवाढीची टांगती तलवार आहे. दुसरीकडे पालकांवरही महागाईमुळे बजेट बिघडलं आहे. त्यात स्कूलबसचे भाडेवाढ हा मोठा फटका बसू शकतो. त्यामुळे स्कूल बस ओनर्स असोसिएशनने राज्य सरकारकडे शाळा तीन दिवस भरवण्यासंदर्भात प्रस्ताव ठेवला आहे.

जर शाळा तीन दिवस आणि एकाच सत्रात शाळा भरवल्यामुळे इंधनाची बचत होईल आणि परिचालन खर्चही मर्यादित राहील असा दावा एसबीओए महाराष्ट्रचे अध्यक्ष अनिल गर्ग यांनी केलाय. सर्व शाळांनी मिळून एकच पिकअप आणि एकच ड्रॉप वेळ निश्चित केल्यानं बस फेऱ्यांची संख्या कमी होऊन इंधन वाचेल असं अनिल गर्ग यांनी सांगितलं आहे. त्यामुळे राज्य सरकारने या प्रस्ताव मान्य केल्यास मुंबईसह राज्यातही तीन दिवस शाळा भरू शकते.

शाळा 15 जून नाही तर 26 जूनपासून...

दुसरीकडे राज्याचे गृहराज्यमंत्री पंकज भोयर शाळा 15 जूनपासून नाही तर 26 जूनपासून सुरु करण्याचा निर्णय घेतला. हा निर्यण फक्त विदभार्तील शाळांसाठी आहे. विदर्भात उष्णतेची लाट आहे, त्यात हवामान खात्यानेही उष्णता वाढणार असल्याचे म्हटलं आहे. त्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या सुरक्षितेसाठी हा निर्णय घेण्यात आला आहे.



संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

'स्मार्ट' आणि अभेद्य भारत?

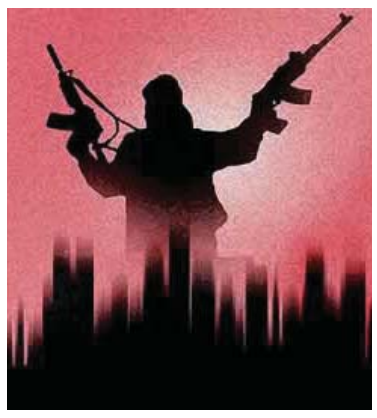
भारत आज किमान ५ कोटी बांगलादेशी घुसखोरांना सहन करत आहे. 'सीबीआय'चे माजी संचालक जोगिंदर सिंह यांनी ही आकडेवारी २० वर्षांपूर्वी जगासमोर ठेवली. हा आकडा महाभयावह आहे. त्यानंतर लक्षावधी रोहिंग्यांनाही भारताने आश्रय दिल्याने या समस्येने अधिक उग्र रूप धारण केले. यावर लगाम लावण्यासाठी केंद्रीय अर्थमंत्रालयाने नुकत्याच एका अतीमहत्त्वाकांक्षी सुरक्षा प्रकल्पाची घोषणा केली आहे. तो म्हणजे 'स्मार्ट बॉर्डर प्रोजेक्ट'! देशांतर्गत नक्षलवादी समस्येचा जवळपास नायनाट करून ऐतिहासिक कामगिरी बजावर्णाया सुरक्षायंत्रणांनी आता 'स्मार्टली' घुसखोरांना रोखण्याचे दायित्व स्वतःच्या खांद्यावर घेतले आहे. गृहमंत्री अमित शहा यांनी सीमा सुरक्षा दलाच्या ६० व्या स्थापनादिनी आयोजित वार्षिक कार्यक्रमाला संबोधित करतांना या प्रकल्पाची घोषणा केली. शहा यांनी यासंदर्भात व्यक्त केलेला उद्देश अत्यंत सूचक आहे. गृहमंत्री म्हणाले, ह्यह्यघुसखोरी रोखणे आणि त्या मार्गान्वये भारताच्या लोकसांख्यिकीय रचनेत 'कृत्रिम पालट' घडवून आणण्याच्या 'कटा'ला हाणून पाडणे, हा आमचा स्पष्ट उद्देश आहे.'' शहा यांच्या या वक्तव्यातून त्यांनी देशाच्या 'हिंदु ओळखी'ला सरकारी संरक्षण मिळवून देण्याचे सुतोवाच केले आहे. हिंदूबहुल भारताची सद्यःस्थिती अशी आहे की, येथील मुसलमानबहुल भागांमुळे आधीच भारताच्या अखंडत्वाला आव्हान निर्माण झाले आहे. त्यासह बाहेरील घुसखोरांचा विनासायास शिरकाव परिस्थिती आणखी बिघडवेल, यात शंका नाही. हे असेच चालू राहिले, तर काही दशकांत आपल्याला आणखी अनेक फाळण्यांना सामोरे जावे लागणार. भारताचे राष्ट्रीय सुरक्षा सल्लागार अजित डोवाल यांनी अनेकदा 'चौथ्या पिढीच्या युद्धा'विषयी भाष्य केले आहे. त्यांनी अशी चेतावणी दिली की, भारताचे शत्रू देशातील धार्मिक, वैचारिक, लोकसांख्यिकीय आदी अंतर्गत भेदांचा अपलाभ उठवून अंतर्गत अस्थिरता निर्माण करत आहेत. ही अखेरीस सार्वभौमत्वाला आव्हान देऊ शकते. ही शक्यता दृग्गोचर होण्याआधीच भारताने भगीरथ प्रयत्न चालू करायला हवेत. हा प्रकल्प या प्रयत्नांची नांदी ठरू शकते, अशी अपेक्षा करूया. वर्षभरात सरकार पाक आणि बांगलादेश यांच्या ६ सहस्र किलोमीटर लांब सीमांवर 'अभेद्य सुरक्षा जाळे' उभारणार आहे. बंगाल, आसाम आणि त्रिपुरा येथे भाजपची सत्ता असल्यामुळे या प्रकल्पाला जोरकसपणे पुढे रेटता येणे आता सहज शक्य होईल, यात दुमत नाही. बंगालच्या शुभेंदु अधिकारी यांच्या शासनाच्या साहाय्याने बांगलादेशाशी असलेल्या सीमेवरही आता कुंपण घालता येणार आहे. तथापि हे नुसते तारेचे कुंपण नसणार. ते स्मार्ट आणि त्यामुळे अभेद्यही असणार. तोच प्रकार पाकिस्तानशी असलेल्या भारताच्या सीमेविषयीही. शहा लवकरच राजस्थानपासून त्यांच्या बैठकांना आरंभ करतील. राज्यातील पाक सीमेला लागून असलेल्या ५ जिल्ह्यांचे पोलीस आयुक्त, जिल्हाधिकारी, गुप्तचर अधिकारी आदींशी गृहमंत्री २ दिवसांची उच्चस्तरीय बैठक घेणार आहेत. ही यंत्रणा 'स्मार्ट' यासाठी असणार; कारण यामध्ये लेझर कॅमेरे, एआय प्रणाली, तसेच ड्रोन यांद्वारे सीमांवर लक्ष ठेवता येईल. यामुळे डोंगरदर्या, नद्या-नाले, दलदलीसारखे क्षेत्र आदी दुर्गम आणि सैनिकांची नियुक्ती शक्य नसलेल्या क्षेत्रांत तंत्रज्ञान न दमता कार्य करील. आतंकवादी भारतीय सीमेत कोणत्याही पद्धतीने घुसताच सैनिकांना त्याची 'तांत्रिक चाहूल' लागेल आणि त्यांना अचूक प्रत्युत्तर देणे शक्य होईल. हा आशादायक प्रकल्प आपल्या ६ सहस्र कि.मी. सीमा सुरक्षित करून आगामी काळात भारतात घुसखोरांची भर घालणार नाही, असे मानायला त्यामुळे हरकत नाही. केंद्रशासनाच्या या व्यूहरचनात्मक प्रकल्पाची अपरिहार्यता लक्षात घेतली पाहिजे. घुसखोरांनी भारताच्या सार्वभौमत्वाला अनेक वेळा केवळ लोकसंख्याशास्त्रीय दृष्ट्याच नाही, तर संरक्षणात्मकदृष्ट्याही आव्हान दिले आहे. अनेक आतंकवाद्यांनी, मग ते पाकचे असोत कि बांगलादेशातील, त्यांनी घुसखोरांचे रूप धारण करून भारतात प्रवेश केला. पाकचे आतंकवादी बहुधा जम्मू-काश्मीर अथवा नेपाळमार्गे उत्तरप्रदेशात घुसल्याच्या घटना समोर आल्या आहेत; परंतु पाकचे अनेक आतंकवादी बांगलादेश सीमेतूनही भारतात घुसल्याची उदाहरणे आहेत. आतंकवादी भारत-बांगलादेशाच्या खुल्या सीमेतून अथवा नदीमार्गे भारतात घुसतात. सीमेला लागून असलेल्या मुसलमानबहुल जिल्ह्यांतून या आतंकवाद्यांना भारतात इतरत्र जाणे सहजसाध्य होते. वर्ष २००९ मध्ये महंमद अब्दुल नासिर हा पाकच्या हैद्राबादचा रहिवासी आणि 'हरकत-उल-जिहाद-अल-इस्लामी'चा प्रशिक्षित आतंकवादी बांगलादेशातून भारतात घुसला होता. भारतातील भाग्यनगर पोलिसांनी त्याला अटक केली. वर्ष २०११ मध्ये जैश-ए-महमंदचा आतंकवादी सज्जाद अहमद आणि त्याच्या सहकाऱ्यांना बांगलादेशातून आत घुसतांना मालदा-मुर्शिदाबाद क्षेत्रातून कह्यात घेतले होते. अशी अनेक उदाहरणे आहेत. आतंकवादी सुरक्षायंत्रणांच्या हाती आले नाहीत, अशीही अनेक उदाहरणे नक्की असणार. हा प्रकल्प निश्चितच फलदायी ठरेल, यात दुमत नसले, तरी भारतात घुसलेल्या घुसखोरांचे, आतंकवाद्यांचे काय, हा जटील प्रश्न आहेच. कोट्यवधी घुसखोरांना शोधून काढणे, ही गोष्ट कर्मकठीण आहे. 'विशेष सखोल पुनरावलोकना'ची प्रक्रिया या समस्येवर महत्त्वपूर्ण भूमिका बजावेल; परंतु अवैध ठरलेल्या घुसखोरांना कसे हाकलवून लावणार, याचे उत्तर तूर्तास भारताकडे नाही. 'राष्ट्रव्यापी 'डेमोग्राफी मिशन' नावाचा प्रकल्प आणून प्रत्येक घुसखोराला भारतातून हाकलवून लावू', असा संकेत गृहमंत्र्यांनी दिला असला, तरी कोट्यवधींना शोधणे, एवढेच नाही, तर त्यांच्या पाठीराख्या भारतियांवर कारवाई करणे, हे येड्यागबाळ्याचे काम नाही, हेही खरे. विषय एवढ्यावर संपत नाही. स्वतःचे घर सुरक्षित करणे हे प्राधान्याचे असते, हे मान्य; परंतु शेजारील घरात असलेल्या आपल्या कुटुंबियांचे काय? याकडेही कुटुंबप्रमुखाला तितक्याच प्राधान्याने पहावे लागते. बांगलादेशाचाच विचार करा. २ वर्षांतील बांगलादेशातील हिंदूंची दुरवस्था सर्वश्रुत आहे. 'ह्यमुन राईट्स कॉंग्रेस फॉर बांगलादेशी मायनॉरिटीज' या संघटनेने वर्ष २०२६ च्या ४ महिन्यांत बांगलादेशातील हिंदूंवरील आक्रमणांच्या घटनांचा अहवाल प्रसारित केला. नवीन सरकार स्थापन झाल्यानंतरही ६४ पैकी ६२ जिल्ह्यांत हिंदूंवर आक्रमणे झाल्याची यात आकडेवारी आहे. १०० हिंदूंच्या हत्या, २८ हिंदु महिलांवर बलात्कार, ९५ मंदिरांची तोडफोड आणि मूर्तीभंजन अशा तब्बल ५०५ घटनांचा लेखाजोखा यात आहे. भारताने स्वतःच्या सीमांना, स्वतःच्या नागरिकांना सुरक्षित करण्यासह अन्य देशांतील हिंदु बांधवांना सुरक्षित करण्यासाठीही 'स्मार्ट' प्रयत्न योजले पाहिजेत, ही घुसखोर रोखर्णाया मोहिमेच्या अनुषंगाने भारतातील हिंदूंची केंद्र सरकारसमोर आर्त प्रार्थना!

दहशतवाद ही आता वैश्विक समस्या

केवळ भारतच नव्हे, तर जगातील अनेक देश दहशतवादाच्या समस्येचा सामना करीत आहेत. डिजिटल युगात अफवा पसरवून किंवा जगाच्या कुठल्याही कोपऱ्यात बसून दहशतवादी कारवाया करता येऊ शकतात. त्यामुळे दहशतवादाचा मुकाबला एकटादुकटा देश करू शकत नाही.

दहशतवाद व त्या माध्यमातून घडवली जाणारी हिंसा ही भारताकरिता जुनी डोकेदुखी आहे. भारताचे माजी पंतप्रधान राजीव यांची २१ मे १९९१ रोजी तमिळनाडूमधील श्रीपेरंबुदूर येथे निवडणूक प्रचारसभेदरम्यान झालेल्या आत्मघाती बॉम्बस्फोटात हत्या करण्यात आली. या घटनेने संपूर्ण देश शोकसागरात बुडाला होता. त्या घटनेनंतर भारत सरकारने समाजात दहशतवाद आणि हिंसाचाराविषयी जनजागृती निर्माण करण्यासाठी २१ मे हा दिवस ह्यदहशतवाद व हिंसाचारविरोधी दिनह्ण म्हणून घोषित केला. ऐंशीच्या दशकापासून देशात दहशतवादाने डोके वर काढले. खलिस्तानवादी चळवळीने पंजाबमध्ये अनेक निरपराध व्यक्तींची हत्या केली. काश्मीरमध्ये वेगवेगळ्या दहशतवादी संघटनांच्या माध्यमातून हिंसाचार घडवण्याची पाकिस्तानची खोड जुनीच आहे. श्रीलंकेतील एलटीटीईने राजीव गांधी यांची हत्या केली, तर खालिस्तानवादी दहशतवादातून इंदिरा गांधी यांना आपण गमावले.

मानवजातीच्या इतिहासावर दृष्टिक्षेप टाकला असता संघर्ष, युद्धे आणि हिंसा यांचे अनेक संदर्भ आढळतात. प्राचीन काळात भूभाग विस्तारासाठी युद्धे केली जात होती. मध्ययुगात धर्माच्या नावाखाली रक्तपात झाला. आधुनिक युगात राष्ट्रवाद, आर्थिक विषमता, राजकीय स्वार्थ, धार्मिक कट्टरता आणि जातीयवादामुळे हिंसाचाराला खतपाणी मिळाले. विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाने जगाला प्रगतीच्या नव्या उंचीवर नेले असले, तरी मानवी मनातील द्वेष, सूडभावना आणि असहिष्णुता पूर्णपणे नाहीशी झालेली नाही. उलट आधुनिक तंत्रज्ञानामुळे दहशतवाद अधिक संघटित, आक्रमक आणि घातक बनला आहे. आज दहशतवादी संघटना इंटरनेट, सोशल मीडिया, आर्थिक नेटवर्क आणि अत्याधुनिक शस्त्रास्त्रांच्या मदतीने जगभरात भयाचे वातावरण निर्माण करत आहेत. त्यामुळे दहशतवाद हा केवळ एका देशापुरता मर्यादित प्रश्न राहिलेला नसून संपूर्ण मानवजातीसमोरील गंभीर आव्हान बनला आहे.



दहशतवाद म्हणजे राजकीय, धार्मिक, सामाजिक किंवा वैचारिक उद्दिष्ट्ये साध्य करण्यासाठी हिंसा, भीतीचा वापर करणे होय. दहशतवादी संघटना समाजामध्ये अस्थिरता निर्माण करण्यासाठी निरपराध नागरिकांना लक्ष्य करतात. बॉम्बस्फोट, आत्मघाती हल्ले, गोळीबार, अपहरण, रेल्वे किंवा विमानांवरील हल्ले, धार्मिक स्थळांवरील आक्रमणे आणि सायबर हल्ले अशा विविध मार्गांनी दहशतवादी कारवाया घडवून आणल्या जातात.

भारत हा विविध धर्म, भाषा, संस्कृती आणि परंपरांनी नटलेला देश आहे. विविधतेत एकता हे भारताचे वैशिष्ट्य मानले जाते. मात्र, काही विघातक शक्तींनी या विविधतेचा गैरफायदा घेऊन देशामध्ये अस्थिरता निर्माण करण्याचा प्रयत्न केला आहे. स्वातंत्र्यानंतर भारताने अनेक दहशतवादी घटनांचा सामना केला आहे. पंजाबमधील अतिरेकी चळवळी, जम्मू-काश्मीरमधील दहशतवाद, ईशान्य भारतातील फुटीरतावादी कारवाया, नक्षलवाद आणि महानगरांमधील बॉम्बस्फोट अशा अनेक घटनांनी देश हादरून गेला. १९९३ मधील मुंबई बॉम्बस्फोट, २००१ मधील भारतीय संसदेवरील हल्ला, २००८ मधील मुंबईवरील २६/११ चा दहशतवादी हल्ला आणि पुलवामा हल्ला अशा घटनांमध्ये शेकडो निरपराध नागरिक, सैनिक आणि पोलीस शहीद झाले. या घटनांमुळे समाजामध्ये भीती, असुरक्षितता आणि अविश्वासाचे वातावरण निर्माण झाले.

दहशतवादाची कारणे अनेक प्रकारची आहेत. गरिबी, बेरोजगारी, अशिक्षितता, सामाजिक अन्याय, धार्मिक कट्टरता, जातीय भेदभाव, राजकीय अस्थिरता आणि परकीय हस्तक्षेप ही दहशतवाद वाढण्याची प्रमुख कारणे मानली जातात. समाजातील काही युवक जेव्हा स्वतःला उपेक्षित समजू लागतात, तेव्हा त्यांच्या मनामध्ये असंतोष निर्माण होतो. काही अतिरेकी संघटना अशा युवकांना आपल्या जाळ्यात ओढतात. धर्म, राष्ट्रवाद किंवा स्वातंत्र्याच्या नावाखाली त्यांचे ब्रेनवॉश केले जाते. काही वेळा आर्थिक आमिष दाखवूनही युवकांना दहशतवादी कारवायांमध्ये सहभागी केले जाते. सोशल मीडिया आणि इंटरनेटच्या माध्यमातून अतिरेकी विचारसरणीचा प्रचार मोठ्या प्रमाणावर केला जातो. त्यामुळे युवकांमध्ये विवेकशीलता, वैज्ञानिक दृष्टिकोन आणि मानवतावादी मूल्ये विकसित करणे अत्यंत आवश्यक आहे.

दहशतवादाचा देशाच्या अर्थव्यवस्थेवरही गंभीर परिणाम होतो. एखाद्या मोठ्या हल्ल्यानंतर पर्यटन, उद्योग, व्यापार आणि गुंतवणूक यांवर विपरीत परिणाम होतो. सरकारला सुरक्षा व्यवस्थेसाठी प्रचंड खर्च करावा लागतो. विकासकामांसाठी वापरला जाणारा निधी सुरक्षेसाठी खर्च होतो. त्यामुळे देशाच्या आर्थिक प्रगतीचा वेग मंदावतो. दहशतवादी घटनांमुळे आंतरराष्ट्रीय स्तरावर देशाची प्रतिमा प्रभावित होऊ शकते. त्यामुळे दहशतवाद हा केवळ कायदा-सुव्यवस्थेचा प्रश्न नसून राष्ट्रीय विकासासाठीही मोठे आव्हान आहे. आजच्या डिजिटल युगात सायबर दहशतवाद हे नवे संकट बनले आहे. इंटरनेट आणि डिजिटल तंत्रज्ञानाचा वापर करून सरकारी यंत्रणा, बँकिंग व्यवस्था आणि संप्रेषण प्रणालीवर हल्ले केले जाऊ शकतात. सोशल मीडियाच्या माध्यमातून अफवा पसरवणे, धार्मिक तेढ निर्माण करणे आणि समाजात अस्थिरता निर्माण करणे हे प्रकार वाढले आहेत. काही वेळा खोटी माहिती आणि द्वेषपूर्ण संदेशांमुळे दंगली आणि हिंसाचार भडकतो. त्यामुळे डिजिटल माध्यमांचा जबाबदारीने वापर करणे अत्यंत आवश्यक आहे. नागरिकांनी कोणतीही माहिती तपासल्याशिवाय पुढे पाठवू नये. डिजिटल साक्षरता ही आजच्या काळाची गरज बनली आहे.

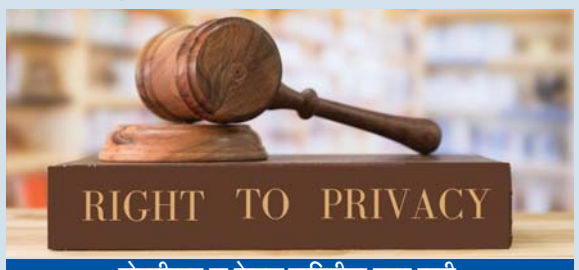
दहशतवाद आणि हिंसाचार रोखण्यासाठी शिक्षण अत्यंत प्रभावी माध्यम ठरू शकते. विद्यार्थ्यांमध्ये लहानपणापासूनच शांतता, सहिष्णुता, बंधुता आणि संविधानिक मूल्यांची जाणीव निर्माण केली पाहिजे. शिक्षणामुळे विवेकशीलता विकसित होते आणि युवक चुकीच्या प्रवृत्तींपासून दूर राहतात. महात्मा गांधीजींच्या मते हिंसा तात्पुरता विजय मिळवून देऊ शकते; परंतु दीर्घकालीन शांतता आणि मानवतेचे रक्षण केवळ अहिंसेतूनच शक्य आहे. आजच्या काळात गांधीजींचे विचार अधिक महत्त्वाचे वाटतात. हिंसेला हिंसेने उत्तर दिल्यास द्वेष वाढतो; परंतु संवाद, सहकार्य आणि समजूतदारपणातून समाजात सलोखा निर्माण होतो. कुटुंब व्यवस्थेची भूमिकाही अत्यंत महत्त्वपूर्ण आहे. मुलांमध्ये नैतिक मूल्ये, सहनशीलता, परस्पर आदर आणि सामाजिक जाणीव निर्माण करण्याचे कार्य कुटुंबातूनच सुरू होते.

माध्यमांची जबाबदारी देखील अत्यंत महत्त्वाची आहे. वृत्तपत्रे, दूरदर्शन, रेडिओ आणि सोशल मीडिया यांच्या माध्यमातून समाजात जागरूकता निर्माण करता येते. मात्र, काही वेळा सनसनाटी वृत्तांकनामुळे समाजात भीती आणि तणाव वाढतो. त्यामुळे माध्यमांनी जबाबदारीने आणि संवेदनशीलतेने बातम्या सादर करणे आवश्यक आहे. समाजात शांतता, बंधुभाव आणि राष्ट्रीय एकात्मतेचा संदेश पोहोचविणे ही माध्यमांची सामाजिक जबाबदारी आहे. भारत सरकार आणि विविध सुरक्षा यंत्रणा दहशतवाद रोखण्यासाठी सातत्याने प्रयत्न करत आहेत. सैन्यदल, पोलीस, गुप्तचर संस्था आणि राष्ट्रीय सुरक्षा यंत्रणा देशाच्या सुरक्षेसाठी दिवस-रात्र कार्यरत असतात. सीमावर्ती भागांमध्ये सुरक्षा मजबूत करण्यात आली आहे. दहशतवादी कारवायांवर नियंत्रण मिळवण्यासाठी कठोर कायदे करण्यात आले आहेत. आंतरराष्ट्रीय स्तरावरही विविध देश एकत्र येऊन दहशतवादाविरोधात सहकार्य करत आहेत. संयुक्त राष्ट्रसंघाने दहशतवादाला जागतिक शांततेसाठी गंभीर धोका मानले आहे.

धर्म हा मुळात प्रेम, करुणा आणि मानवतेचा संदेश देतो. कोणताही धर्म हिंसा शिकवत नाही. परंतु काही कट्टरवादी शक्ती धर्माचा चुकीचा अर्थ लावून लोकांना भडकवतात. त्यामुळे धार्मिक सहिष्णुता आणि परस्पर आदर वाढविणे अत्यंत आवश्यक आहे. विविध धर्मांचे लोक एकत्र येऊन शांतता आणि बंधुभावाचा संदेश देतील, तर समाज अधिक मजबूत होईल. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर लिखित भारतीय संविधानाने सर्व धर्मांना समान आदर दिला आहे. ह्यसर्वधर्मसमभावह्ण ही भारतीय संस्कृतीची परंपरा आहे. या मूल्यांचे जतन करणे ही प्रत्येक नागरिकाची जबाबदारी आहे.

महिलांची भूमिकाही शांतता प्रस्थापित करण्यात अत्यंत महत्त्वाची आहे. आई, शिक्षिका, समाजकार्यकर्त्या आणि नेतृत्वकर्त्या म्हणून महिला समाजात संवेदनशीलता आणि सहकार्याची भावना निर्माण करू शकतात. महिलांना शिक्षण, स्वावलंबन आणि निर्णयप्रक्रियेत समान सहभाग मिळाल्यास समाज अधिक स्थिर आणि प्रगत होतो.

माहिती व निर्णयस्वातंत्र्य



गोपनीयता हा केवळ माहितीचा प्रश्न नाही; तो आपल्या निर्णयस्वातंत्र्याचाही प्रश्न आहे. त्यासाठी कायद्याइतकीच आपली सजगता महत्त्वाची ठरते.

आपले नाव, जन्मतारीख, पत्ता, मोबाइल क्रमांक, आपले बँक तपशील अशी वैयक्तिक माहिती आपण अनेक ठिकाणी देत असतो. माहिती दिल्यानंतरच्या काही काळातच आपल्याला अनोळखी क्रमांकांवरून दूरध्वनी येऊ लागतात, संदेश येतात आणि आपल्या सवयी, आवडीनिवडींनुसार जाहिरातीही दिसू लागतात. हा निव्वळ योगायोग नसतो. दिलेली माहिती कुठेतरी साठवली जाते आणि तिचा वापरही केला जातो. मग प्रश्न उभा राहतो, आपली माहिती कशी वापरली जाते, यावर आपले काही नियंत्रण आहे का? या प्रश्नाचे उत्तर 'गोपनीयतेचा अधिकार' या संकल्पनेत दडलेले आहे. गोपनीयतेचा अधिकार म्हणजे माहिती दडवणे नव्हे. एखाद्या वेळी माहिती देणे अपरिहार्य असते; पण ती कशी, कुणासाठी आणि कोणत्या मर्यादेत वापरली जाईल, यावर व्यक्तीचे नियंत्रण असणे, हाच या अधिकाराचा केंद्रबिंदू आहे. त्यामुळे हा अधिकार नक्की काय आहे, त्याअंतर्गत आपल्याला आपल्याच माहितीवर नियंत्रण मिळते का, या बाबी समजून घेणे आवश्यक आहे.

सुरुवातीला नाकारलेला अधिकार

गोपनीयतेचा स्वतंत्र मूलभूत अधिकार राज्यघटनेत अंतर्भूत नसल्याचा स्पष्ट निवाळा सर्वोच्च न्यायालयाने सन १९५४मध्ये एम. पी. शर्मा आणि १९६२मध्ये खडकसिंग प्रकरणात दिला होता. मात्र, पुढील काळात न्यायालयाचा दृष्टिकोन हळूहळू बदलत गेला. व्यक्तीच्या खासगी आयुष्यातील हस्तक्षेपाबाबत न्यायालयाने काही प्रकरणात चिंता व्यक्त केली. मात्र गोपनीयतेच्या अधिकाराला 'मूलभूत अधिकार' म्हणून स्पष्ट मान्यता दिली नव्हती. पुढे आधार योजनेविरुद्ध दाखल झालेल्या याचिकेच्या निमित्ताने हा प्रश्न ऐरणीवर आला आणि त्यातूनच या अधिकाराला मान्यता मिळण्याचा मार्ग मोकळा झाला.

मूलभूत अधिकार म्हणून मान्यता

आधार योजनेअंतर्गत नागरिकांच्या बोटांचे ठसे, आयरिस स्कॅन यासारखी बायोमेट्रिक माहिती मोठ्या प्रमाणावर जमा केली जाऊ लागली. ती माहिती रेशन, बँक खाते, मोबाइल सिम अशा विविध सेवांशी जोडली जाऊ लागली. या माहितीची सुरक्षा व नियंत्रण यांविषयी अनेक प्रश्न निर्माण झाले. ही योजना गोपनीयतेच्या अधिकाराचा भंग करते म्हणून तिला आव्हान देणारी याचिका माजी न्यायमूर्ती के. एस. पुट्टस्वामी यांनी सर्वोच्च न्यायालयात दाखल केली. सर्वप्रथम गोपनीयतेचा अधिकार हा मूलभूत अधिकार आहे का, हे ठरवणे आवश्यक असल्याने प्रकरण नऊ न्यायमूर्तींच्या घटनापीठाकडे वर्ग करण्यात आले. घटनापीठाने २०१७ साली ऐतिहासिक निकाल दिला व 'गोपनीयतेचा अधिकार' हा राज्यघटनेच्या अनुच्छेद २१ अंतर्गत मूलभूत अधिकार असल्याचे जाहीर केले. शरीराशी संबंधित गोपनीयता म्हणजे बायोमेट्रिक किंवा वैद्यकीय माहिती; माहितीशी संबंधित गोपनीयता म्हणजे मोबाइल क्रमांक, बँक तपशील किंवा पत्ता; आणि वैयक्तिक निर्णयाशी संबंधित गोपनीयता म्हणजे धर्म, लग्न किंवा जीवनशैली, असे गोपनीयतेच्या अधिकाराचे तीन पैलू आहेत. या अधिकारावरील कोणताही हस्तक्षेप कायद्याआधारेच, वैध उद्देशासाठी आणि गरजेपुरताच असावा, असेही न्यायालयाने स्पष्ट केले. दरम्यानच्या काळात आधार योजनेसाठी संसदेने २०१६मध्ये कायदा केल्याने त्याची वैधता तपासण्यासाठी प्रकरण पाच सदस्यीय घटनापीठाकडे वर्ग करण्यात आले.

'आधार'ची वैधता

पाच सदस्यीय घटनापीठातील बहुमताच्या निकालाने आधार कायदा अंशतः वैध ठरविला. सरकारी कल्याणकारी योजनांसाठी, आयकर विवरणपत्रासाठी आधारची अनिवार्यताही वैध ठरवली. पॅन-आधार जोडणीलाही मान्यता दिली. मात्र खासगी कंपन्यांना आधार प्रमाणीकरण करण्याची परवानगी देणारी तसेच इतर काही तरतुदी रद्द केल्या. बँक खाते उघडणे, मोबाइल सिम घेणे यासारख्या बाबींसाठी आधार अनिवार्य करता येणार नसल्याचेही स्पष्ट करण्यात आले. सक्षम विदा (डेटा) संरक्षण कायदा लागू करण्याची आवश्यकताही न्यायालयाने अधोरेखित केली. न्यायमूर्ती धनंजय चंद्रचूड यांनी अल्पमतातील निकालात असे मत मांडले की, व्यक्तीची सर्व माहिती एका क्रमांकावर एकत्रित केल्यास तिचा एक 'डिजिटल आलेख' तयार होतो आणि पुरेशा संरक्षण उपाययोजना नसल्यामुळे संपूर्ण आधार योजनाच घटनाबाह्य ठरते.

मग ऐच्छिक असलेल्या ठिकाणीसुद्धा अजूनही आधारकार्डच ओळख म्हणून का मागितले जाते? संसदेने २०१९मध्ये आधार कायद्यात दुरुस्ती करून बँका व दूरसंचार कंपन्यांना ग्राहकांची संमती घेऊन आधार आधारित ई-केवायसी करण्याची परवानगी दिली. म्हणजेच बँक खाते उघडणे किंवा सिम घेणे यासाठी आधारच अनिवार्य आहे, असे नाही. ते ऐच्छिक आहे. पयार्यी ओळखपत्र चालते आणि आधार नसल्याने सेवा नाकारता येत नाही. मात्र, ई-केवायसीमुळे काही मिनिटांत ओळख पडताळणी होत असल्याने तोच 'सर्वांत सोपा पर्याय' म्हणून पुढे केला जातो आणि आपणही तोच स्वीकारतो. शिवाय बँक खाते पॅनशी जोडलेले असते आणि पॅन-आधार जोडणी अनिवार्य असल्याने अप्रत्यक्षपणे बँकेतही आधार जोडला जातो. त्यामुळे निवडीचा अधिकार व्यक्तीकडे असला तरी नेहमीच्या व्यवहारांतील सोय पाहता तो कागदावरच राहतो.

सर्वोच्च न्यायालयाच्या निर्णयानंतर डिजिटल वैयक्तिक विदा संरक्षण कायदा, २०२३ मंजूर करण्यात आला. आपली माहिती कोणाकडे जाते हे जाणून घेण्याचा, चुकीची असल्यास दुरुस्त करण्याचा, उद्देश संपल्यावर हटवण्याचा आणि दिलेली संमती मागे घेण्याचा अधिकार या कायद्याने दिला. संमती देणे जितके सोपे, तितकेच ती मागे घेणेही सोपे असायला हवे, अशी त्यात तरतूद आहे. मुलांबाबत विशेष काळजी घेतली असून अठरा वर्षाखालील मुलांची माहिती वापरण्यापूर्वी पालकांची संमती अनिवार्य आहे आणि त्यांना लक्ष्य करणाऱ्या जाहिरातींवर बंदी आहे. माहिती ज्या उद्देशासाठी दिली, त्याच कारणासाठी वापरण्याचे बंधनही आहे. कायद्याच्या उल्लंघनास कमाल २५० कोटी रुपयांपर्यंत दंड होऊ शकतो. तक्रारीसाठी आधी संबंधित कंपनी, मग विदा संरक्षण मंडळ आणि अखेर 'टीडीसॅट' न्यायाधिकरण अशी यंत्रणा आहे. या कायद्याच्या अंमलबजावणीचे नियम नोव्हेंबर २०२५मध्ये अधिसूचित झाले. मात्र, नागरिकांच्या तक्रारींची दखल घेणे व त्याआधारे प्रत्यक्ष कार्यवाही मे २०२७ पासून सुरू होणे अपेक्षित आहे.

सजगतेचीही गरज

कायद्याने आता गोपनीयतेचा अधिकार बहाल केला आहे; पण व्यवहारात आपण कधी सोयीसाठी, कधी नाइलाजाने माहिती देत राहतो. एखादी वस्तू खरेदी करताना दिलेला मोबाइल क्रमांक पुढे भलत्याच कंपन्यांच्या फोन व संदेशांसाठी वापरला जातो, आणि आपल्या सवयींनुसार जाहिरातीही समोर येऊ लागतात. म्हणजे आपल्या माहितीवरूनच आपल्यासमोरचे पर्याय ठरवले जातात. आपल्याला वाटते की निर्णय आपला आहे, पण तो अनेकदा आपल्याच माहितीवर आधारित असतो. त्यामुळे गोपनीयता हा केवळ माहितीचा प्रश्न नाही; तो आपल्या निर्णयस्वातंत्र्याचाही प्रश्न आहे. त्यासाठी कायद्याइतकीच आपली सजगता महत्त्वाची ठरते. कोणती माहिती द्यायची, कशासाठी द्यायची आणि ती देणे खरोखर आवश्यक आहे का? हे प्रत्येक वेळी स्वतःला विचारायला हवे. शेवटी आपल्या माहितीवर आपले नियंत्रण राहिले, तरच आपले स्वातंत्र्यही खऱ्या अर्थाने आपल्या हातात राहील.

गोष्ट झुरळांच्या आत्मसन्मानाची

कोणे एके काळची ही गोष्ट. एका विद्वानाच्या घरातील पुस्तकांच्या कपाटातले ग्रंथ कुरतडता कुरतडता एक तरुण झुरळ अचानक थांबले. 'जे काही कुरतडायचे आहे ते नीट वाचून कुरतडावे' असे संस्कार झुरळीने त्याच्यावर केले होते. त्याच घरातील एका लाकडी कपाटाच्या फटीत त्या झुरळाचे घर होते.

झुरळीला - म्हणजे त्याच्या आईला एकाच वेळी १६ पिल्ले झाली, त्या सगळ्यांना झुरळीने त्याच्या त्याच्या बौद्धिक कुवतीनुसार जगण्याचा मंत्र दिला होता आणि त्यांच्यात भांडणे होऊ नयेत, म्हणून खाण्याच्या वेगवेगळ्या सवयी लावल्या होत्या. एकाला स्वच्छतेची अजिबात आवड नव्हती, त्याला तिने कचऱ्यातून खाद्य कसे शोधायचे ते शिकवले. एकाला अगदी लहान असल्यापासून फटीतून बाहेर पडून उत्सुकतेने जगात काय चालले आहे, ते पाहण्याची सवय होती. त्याला झुरळीने वृत्तपत्रे कुरतडून जगण्याचा सल्ला दिला. एक पिल्लू सतत 'मी बाहेर जातो... मी बाहेर जातो' असा धोशा लावायचे, त्याला ती एक दिवस रेल्वे स्थानकात घेऊन गेली आणि लोकल गाड्या, ट्रेन्सची ओळख करून दिली. रोज नवे स्थानक, रोज नव्या प्रवाशांच्या टिफिन्समधील स्वादिष्ट जेवण यामुळे ते आनंदाने कधी वातानुकूलित, तर कधी साध्या डब्यातील आसनांच्या फटींमध्ये राहू लागले. एका पिल्लाला सतत याचा निरोप त्याला, त्याचा निरोप याला देण्याचे व्यसन होते. झुरळी आई एक दिवस त्याला घेऊन पोष्टात गेली. तिथे निरोपाची असंख्य पत्रे पाहून पिल्लू आनंदाने उड्या मारू लागले, झुरळीने त्याला एका टपाल तिकिटामागील गोंद चाखायला दिला, त्याला तो एवढा आवडला, की पत्रे कुरतडून तिकिटांच्या मागील गोंद खाणे हेच त्याचे जीवितकार्य झाले. एक पिल्लू सतत गंभीर चेहरा करून चिंतन करायचे. जगात आपल्या किती जाती आहेत, आपले शास्त्रीय नाव काय आहे, असे प्रश्न विचारून तो झुरळीला भंडावून सोडायचा. झुरळी एक दिवस त्या पिलांच्या जन्मदात्याला म्हणाली, 'याचे काय करावे तेच कळत नाही.' झुरळ म्हणाले, 'तुला पिल्ले हवी होती ती मी दिली, त्यांचे काय करायचे ते तूच बघ, मी आता दुसरी झुरळी शोधतो.' झुरळी घरभर फिरली, तिला पुस्तकांचे कपाट दिसले तेव्हा तिला आनंद झाला. सतत प्रश्न विचारणाऱ्या पिल्लाला तिने ते कपाट दाखवले आणि म्हणाली, 'तुझ्याकडे जेवढे प्रश्नही नसतील तेवढी उत्तरे या कपाटातील पुस्तकांत आहेत. आता मनसोक्त पुस्तके कुरतड, मात्र नीट वाचून कुरतडत जा.' तर अगदी सुरुवातीला ग्रंथ कुरतडता कुरतडता अचानक थांबले ते झुरळ हेच. ते थांबले कारण कुरतडण्यापूर्वी पुस्तकाचे पान वाचता वाचता त्याला एका ठिकाणी झुरळांचा उल्लेख आढळला. त्याने ते वाक्य पुन्हा पुन्हा वाचले ह्यएखादे झुरळ झटकून टाकावे तसा त्याने मनातला विचार झटकून टाकला...ह्ण वाक्य वाचल्यावर त्याला मनस्वी दुःख झाले. 'झुरळ ही काय झटकायची चीज आहे? एवढे क्षुल्लक आहोत की काय आपण?' त्याने तेवढे पान सोडून इतर पाने कुरतडायला घेतली आणि पोट भरल्यावर कागदाचे पचन होऊन विसर्जनाची वेळ आली तेव्हा पुन्हा त्या पावावर येऊन तपकीरी रंगाचे बारीक दाणे शरीरातून कागदावर सोडून 'एखादे झुरळ झटकून टाकावे तसा त्याने मनातला विचार झटकून टाकला...' हे वाक्य अंडरलाइन करून ठेवले. झुरळाच्या मनाला ते वाक्य फार लागले, कार





तेल खेचणे एक आयुर्वेदिक ओरल थैरेपी

तेल खेचण हा ओरल क्लिनिंगचा एक आयुर्वेदिक प्रकार आहे. अगदी प्राचीन काळापासून ही पद्धत दात आणि तोंडाचा आतील भाग स्वच्छ करण्यासाठी ही पद्धत वापरली जाते. ज्यामध्ये तोंडात खाद्यतेल घेऊन त्याने चुळ भरली जाते. ज्यामुळे दातातील अस्वच्छता आणि जीवजंतू कमी होण्यास मदत होते. तेल खेचण मुळे केवळ तुमचे दात स्वच्छ होतात असं नाही तर हे टेकनिक तुमच्या आरोग्यासाठीदेखील अतिशय उत्तम असते. कारण नियमित ऑईल पुलिंग केल्यामुळे तुमचं वजनदेखील कमी होऊ शकतं. कसं ते जाणून घेण्यासाठी ही माहिती जरूर वाचा.

तेल खेचण कसं करावं -

तेल खेचण ऑईल पुलिंग ही एक प्राचीन ओरल थेरेपी आहे. आयुर्वेदिक तज्ज्ञांच्या सल्लानुसार ऑईल थेरपी केल्यास तुम्हाला त्याचे चांगले फायदे मिळू शकतात. यासाठी सकाळी उठल्यावर अथवा रात्री झोपताना दात स्वच्छ करा. ब्रश केल्यानंतर एक मोठा चमचा खाद्यतेल तुमच्या तोंडात घ्या. यासाठी तुम्ही नारळाचे तेल अथवा ऑलिव्ह ऑईल वापरल्यास चांगला फायदा होतो. जीभेच्या मदतीने ते तुमच्या संपूर्ण तोंडाच्या पोकळीत फिरवा. ज्यामुळे तोंडातील घाण आणि जीवजंतू त्या तेलाला चिकटतील. नंतर दहा ते पंधरा मिनीटे खळखळून चुळ भरा ज्यामुळे तेल पाण्याप्रमाणे पातळ होईल. दहा ते पंधरा मिनीटांनी ते तोंडातून बाहेर टाकून द्या. तेल थुंकल्यावर पाण्याने चुळ भरा आणि त्यावर एक ग्लास पाणी प्या. सुरुवातीला ही प्रक्रिया करणं थोडसं कठीण जाईल मात्र सराव केल्यामुळे तुम्हाला ऑईल पुलिंग नक्की जमू लागेल. ऑईल पुलिंग करताना सुरूवातीच्या काळात तेल पोटात जाण्याची शक्यता दाट असते. मात्र असं झाल्यास काळजी करू नका कारण खाद्यतेल असल्यामुळे त्याचा चुकीचा परिणाम नक्कीच होत नाही. मात्र शक्य असल्यास ते न गिळता फक्त चुळ भरण्याचा प्रयत्न करा. बऱ्याचदा सकाळी अथवा संध्याकाळी व्यायामानंतर आईल पुलिंग करण्याचा सल्ला दिला जातो. शिवाय सकाळी ऑईल पुलिंग करण्यापूर्वी नैसर्गिक विधी उरकून घ्यावेत. ज्यामुळे ऑईल पुलिंगचा फायदा चांगला मिळू शकतो. ऑईल पुलिंग नियमित केल्यामुळे हळूहळू तुमच्या आरोग्यावर त्याचे सुपरिणाम दिसून येतात.

तेल खेचणचा आरोग्यावर होणारा फायदा

नारळाच्या तेलामध्ये अथवा ऑलिव्ह ऑईलमध्ये ॲंटिऑक्सिडंट गुणधर्म भरपूर असतात ते तेलावाटे तुमच्या तोंडामध्ये जातात.तेल खेचण मुळे तुमच्या तोंडाची संपूर्ण स्वच्छता राखली जाते. शिवाय तोंडाचा आतील भाग निरोगीदेखील होतो. ऑईल पुलिंगमुळे तोंडामधील जीवजंतू तेलावाटे बाहेर टाकले जातात. शिवाय यामुळे दात किडणे, तोंडाला दुर्गंध येणे, हिरड्यांचे विकार कमी करण्यास मदत होते. दात आणि हिरड्या मजबूत आणि स्वच्छ होतात. तोंडातून चांगला सुंगध येतो. ज्यामुळे चारचौघात बोलण्याचा संकोच वाटत नाही. कफ, सर्दी, खोकला, घशाचे विकार कमी होतात. दृष्टीदोष कमी होतात. तोंडाला चव नसल्यास हा उपाय केल्यामुळे चांगला फायदा होतो.

तोंडाच्या आरोग्याचा तुमच्या पचनसंस्थेशी संबध येत असल्यामुळे हा उपाय करून तुम्ही तुमच्या अपचनाच्या समस्या कमी करू शकता. ज्यामुळे शरीर शुद्ध आणि डिटॉक्स होण्यास मदत होते. जीभ, तोंड, दात यांचा संबंध तुमचे पोट, पचनक्रिया आणि संपूर्ण शरीरावर होत असल्यामुळे तुमचे आरोग्य सुधारते. वजन कमी करायचे असल्यास हा उपाय केल्यामुळे तुम्हाला फायदा होऊ शकतो. कारण पचनक्रिया सुधारल्यामुळे तुमचे वजन नियंत्रित राहते. ऑईल पुलिंग केल्यामुळे तुमचे शरीर आणि मन आनंदी आणि उत्साहित राहण्यास मदत होते. ज्याचा परिणाम तुमच्या संपूर्ण आरोग्यावर नक्कीच होतो.

तरूण दिसायचंय?; चिंचेचा फेसमास्क ट्राय करा

चिंच म्हटलं की, लगेच जिभेवर आंबट-गोड चव रेंगाळते. चवीला चटपटीत असणारी चिंच पदाथार्ची चव वाढविण्यासाठीच नाही तर आरोग्यासाठीही फायदेशीर ठरते. काही लोक चिंचेच्या आंबट चवीमुळे चिंच खाणं टाळतात. पण तुम्ही एकाद्या पदार्थामध्ये एकत्र करून याचे फायदे घेऊ शकता. काही लोकांना चिंच खायला इतकं आवडतं की, ते कधी कधी चिंच कच्चीच खातात. काही लोकांना चिंचेच्या गोळ्या आवडतात, तर काही लोकांना चिंचेची चटणी आवडते. पण तुम्हाला माहीत आहे का? चिंच आरोग्यासोबत सौंदर्य वाढविण्यासाठीही फायदेशीर ठरते.

चिंचेचे सौंदयार्साठीचे फायदे : चिंचेमध्ये ॲन्टी-ऑक्सिडंटव्यतिरिक्त व्हिटॅमिन सी आणि ए असतं. जे स्किनला फ्री-रॅडिकल्सपासून वाचवण्याचं काम करतात.

चिंच स्किनसाठी परफेक्ट ब्लीचचं काम करते आणि स्किन टोन इव्हन ठेवण्यासाठी मदत करते.

चिंचेमध्ये अल्फा हाइड्रोक्सिल ॲसिड्स असतात. जे स्किनवरील धूळ, माती, प्रदूषण दूर करतं.

चिंचेमधील गुणधर्म प्रत्येक प्रकारचे डाग आणि सुरकुत्या हटवण्यासाठी मदत करतात. त्यामुळे त्वचेचं तारूण्य जपण्यासाठी मदत होते.

चिंचेचा फेस मास्कही फायदेशीर : चिंचेमध्ये असणाऱ्या गुणधर्मांचा आरोग्यासोबतच सौंदयार्साठीही फायदा होतो. त्यासाठी दही, चंदन किंवा मुलतनी मातीसोबत एकत्र करून लावू शकता. जर तुम्हाला त्वचेचं तारूण्य टिकवयचं असेल तर तुम्ही चिंच रवा किंवा मुलतानी मातीसोबत एकत्र करून लावू शकता.

असा तयार करा फेस मास्क : चिंचेचा गर काढून त्यामध्ये मुलतानी माती एकत्र करा. त्यानंतर त्यामध्ये थोडं दूध आणि गुलाब पाणी एकत्र करून व्यवस्थित एकत्र करा. आता तयार फेस पॅक संपूर्ण चेहऱ्यावर लावा. परंतु लक्षात ठेवा हा पॅक डोळ्यांवर लावू नका. अर्धा तासासाठी असचं ठेवा आणि त्यानंतर थंड पाण्याने तोंड स्वच्छ धुवून घ्या. ही प्रोसेस आठवड्यातून दोन वेळा करा.



पदार्थ रुचकर होण्यासाठी खास किचन टीप्स



स्वयंपाक करताना अनेकदा गृहिणींना पदार्थ रुचकर होण्यासाठी काय करावे हे कळत नाही. मात्र पदार्थ रुचकर होण्यासाठी या खास किचन टीप्स तुम्हाला नक्कीच फायद्याच्या ठरण्यास मदत होईल. जाणून घेऊया अशा खास किचन टीप्स.

- वाळलेल्या मिरचीच्या बिया , उन्हाळ्यात पापड करताना वापराव्यात. यामुळे पापडाला एक वेगळीच चव येते.
- वरणाला वेगळी चव येण्यासाठी वाळलेल्या मिरचीच्या बिया मोहरीसोबत फोडणीत वापराव्यात. यामुळे वरणाला एक वेगळी चव येते आणि वरण खमंग होते.
- ढोकळ्यासाठी डाळ तांदूळ भिजवताना त्यात पाव वाटी सोयाबिन भिजत घाला. यामुळे ढोकळा मऊ होण्यास मदत होते.
- दहीवड्यासाठी उडीद डाळीबरोबर सोयाबीन भिजत घाला आणि वाटून घ्या. यामुळे वडा मऊ आणि नरम होतो.
- फोडणी देताना तेल तापल्यावर प्रथम मेथीचे दाणे घालावेत आणि थोडे गुलाबी झाल्यावर इतर पदार्थ घालावेत, यामुळे छान खमंग येण्यास मदत होते.
- खीर बनवत असल्यास तांदूळ शिजल्यावर त्यात चिमूटभर मीठ टाकावे, असे केल्याने साखर कमी लागेल आणि खीर चवदार बनते.
- लवकर दही येण्यासाठी विरजन लावताना १ चमचा कॉर्न फ्लावर दुधात मिसळून दूधाचे विरजण लावावे. यामुळे दही लवकर तयार

डेंग्यू, मलेरिया, चिकन गुनियावर परिणामकारक ठरतात 'हे' पदार्थ



डेंग्यू, मलेरिया, चिकन गुनिया यासारख्या आजारांची सध्या साथ पसरली आहे. हवामानात बदल होत असल्याने आरोग्याची काळजी घेणं गरजेचं आहे. कोणते पदार्थ आरोग्यासाठी फायदेशीर असतात हे जाणून घ्या.

संत्र - संत्र्यामध्ये व्हिटॅमिन सी, ॲन्टीऑक्सीडेंट, फायबरचे प्रमाण हे अधिक असते. त्यामुळे संत्र आरोग्यासाठी फायदेशीर आहे.

पपई - पपई त्वचेसाठी अत्यंत लाभदायक असते. पपईचं दररोज सेवन केल्याने चेहऱ्यावर सुरकुत्या, फाइन लाइन्स, पिंपल्स यांसारख्या समस्या दूर होतात. तसेच प्लेटलेट वाढवण्यासाठी पपई खाणं आवश्यक आहे.

खिचडी - खिचडीमध्ये फायबर आणि पोषक तत्त्व असल्याने आजारापासून लढण्याची ताकद मिळते. यामुळे पचन शक्ती चांगली राहते.

आलं - आलं खाल्ल्यास इम्युनिटी सिस्टम मजबूत होते. आल्यामध्ये ॲन्टी-इंफ्लेमेटरी आणि ॲन्टी बॅक्टीरियल गुण असतात त्यामुळे रोगप्रतिकारक क्षमता वाढण्यास मदत होते.

हर्बल टी - ग्रीन टी किंवा हर्बल टी घेणं आरोग्यासाठी हितकारक आहे.

नारळ पाणी - नारळ पाणी प्यायल्याने शरीराला ऊर्जा मिळते. रोग प्रतिकारक शक्ती वाढते तसेच आजारांना लांब ठेवण्यास मदत होते. थायरॉइड हार्मोन्सला संतुलित ठेवण्याचे काम नारळ पाणी करते.

व्हेजिटेबल ज्यूस - गाजर, काकडी आणि अन्य भाज्यांचा रस हा शरिरासाठी फायदेशीर असतो. भाज्यांमध्ये व्हिटॅमिनचे प्रमाण अधिक असल्याने त्याचं सेवन करणं महत्त्वाचं आहे.

आहारातील 'हे' बदल करतील मदत

महिलांना अनेकदा मूड स्विंग्सचा सामना करावा लागतो. मूड स्विंग्स होण्याला मूड डिसऑर्डर असेही म्हटलं जातं. अनेकदा चिडचिड किंवा तणाव, लहान-सहान गोष्टींवर रडणं, ऑफिस किंवा घरातील गोष्टींचं टेन्शन घेणं पहायला गेलं तर ही लक्षण साधारण समजली जातात. परंतु या लक्षणांनी जर गंभीर रूप धारण केलं तर मात्र पीडित व्यक्ती डिप्रेशनमध्ये जाण्याची शक्यता असते. महिलांना ही समस्या त्यांच्या शरीरात होणाऱ्या हार्मोनल चेंजेसमुळे होते. जर तुमच्यासोबचतही अशा गोष्टी होत असतील आणि त्यामुळे सतत तुमचा मूड चेंज होत असेल तर, तुम्हाला तुमच्या आहाराकडे विशेष लक्षं देण्याची गरज आहे. काह दिवसांपूर्वी करण्यात आलेल्या एका संशोधनातून असं सिद्ध झालं की, मूड स्विंग्स किंवा तणाव योग्य आहार न घेतल्यानेही होतो. अशातच डाएटमध्ये बदल करा आणि मूड स्विंग्सच्या समस्येपासून सुटका करा.

ओमेगा ३ चा उत्तम स्त्रोत अंडी

अंड्यामध्ये मुबलक प्रमाणात ओमेगा-३ फॅटी ॲसिड, भरपूर प्रोटीन आणि व्हिटॅमिन्स असतात. तणाव किंवा डिप्रेशनने त्रस्त असणाऱ्या लोकांसाठी अंडी अत्यंत फायदेशीर ठरतात.

मूडसाठी उत्तम ठरतो नारळ

मिडिअम चैन फॅटी ॲसिड नावाचं तत्व फक्त नारळामध्ये आढळून येतं. जे मेंदूचं आरोग्य राखण्यासोबतच मूडसाठीही फायदेशीर ठरतं. नर्वस सिस्टमसाठी उत्तम ठरतात केळी केळी म्हणजे, पोटॅशिअम आणि मॅग्नेशिअमचा उत्तम स्त्रोत. नर्वस सिस्टिमसाठी केळी अत्यंत फायदेशीर ठरतात. यांमध्ये असलेले काबोर्हायड्रेट्स बराच वेळ मूड ठिक ठेवण्यासाठी फायदेशीर ठरतात.

सेरोटोनिन नियंत्रणात ठेवतं अक्रोड

अक्रोडमध्ये ओमेगा-3 फॅटी ॲसिड, प्रोटीन आणि मॅग्नेशिअम मुबलक प्रमाणात असतं. अक्रोड मेंदूमधील सेरोटोनिनचं प्रमाण नियंत्रणात ठेवण्यासाठी मदत करतात. यामुळे फक्त मूड चांगला होत नाही तर, तुम्हाला शांत झोप मिळण्यासाठीही मदत होते.

तणाव कमी करतं लिंबू

व्हिटॅमिन सी चा उत्तम स्त्रोत असणारं लिंबू तणाव कमी करण्यासाठी फायदेशीर ठरतं. याचसोबत जर तुम्ही लिंबाचा आहारात समावेश केला तर आरोग्याच्या आणि त्वचेच्या अनेक समस्या दूर करण्यासाठी मदत होते.



पुरातन काळापासून ऑलिव्ह ऑईलला लिक्वीड गोल्ड म्हणून संबोधल जाते. तुमच्या दैनंदिन जीवनात याचा समावेश करा आणि यातील गुणांचा वापराने तुमचे सौंदर्य वाढवा. एका सव्हेर्नुसार जी लोकं रोजच्या जेवणात ऑलिव्ह ऑईलचं सेवन करतात त्यांना ब्रेस्ट कॅन्सर होण्याची शक्यता कमी असते. ओल्युअरपेन, या ऑलिव्ह ऑईलमध्ये आढळणाऱ्या नैसर्गिक घटकांमध्ये ब्रेस्ट कॅन्सरपासून रक्षण करण्याची क्षमता असते. .डायबेटीसपासून रक्षण तुमच्या रोजच्या डाएटमध्ये ऑलिव्ह ऑईलचा समावेश केल्यास तुमची ब्लड शुगर लेव्हल नियंत्रणात राहते. ऑलिव्ह ऑईल हे फॅट्सविरोधी असल्याने भविष्यात तुमचं डायबेटीसही नियंत्रणात राहण्यास मदत होते. अल्झायमरपासून रक्षण एका अमेरिक संशोधनानुसार, एक्स्ट्रा व्हर्जिन ऑईलच्या उंदरावरील केलेल्या परीक्षणात त्याची बुद्धी वाढल्याचं आढळलं. त्यामुळे या थिअरीनुसार अल्झायमरच्या रुग्णांनी ऑलिव्ह ऑईलचं सेवन केल्यास त्यांचे या रोगापासून रक्षण होईल. हाडं बळकट करते ऑस्टीओकॅल्सीन हा ऑलिव्ह ऑईलमध्ये आढळणारा घटक हाडं बळकट करतो. त्यामुळे जी लोकं नियमितपणे ऑलिव्ह ऑईलचं सेवन करतात त्यांना ऑस्टिओपोरॉसिस होण्याचा धोका नसतो. वजन कमी करतं ऑलिव्ह ऑईल हे एक सुपर फूड आहे, जे तुमच्या शरीराला आवश्यक असं हेल्दी फॅट देतं. एका संशोधनानुसार, जर तुम्ही रोज ऑलिव्ह ऑईलचं सेवन केल्यास तुमचं वजन कमी होण्यास मदत होते आणि आरोग्यही चांगलं राहतं. डिप्रेशन होईल दूर ऑलिव्ह ऑईल तुमच्या मेंदूतील सेरोटोनिनची पातळी वाढवतं, हे रसायन तुमच्या मूडवर परिणाम करतं.

त्यामुळे ऑलिव्ह ऑईलचं नियमित सेवन केल्यास तुमचं एकूणच मानसिक आणि शारिरीक आरोग्य चांगलं राहण्यास मदत होते. कॉलेस्ट्रॉल कमी होतं ऑलिव्ह ऑईलमध्ये ७५३०८०% एवढ्या प्रमाणात मोनोसॅच्युरेटेड फॅट आढळतं जे तुमचं चांगलं कॉलेस्ट्रॉल आणि एचडीएल राहण्यास मदत करतं. त्यामुळे भविष्यातील हृदयविकाराचा धोका टळतो. बद्धकोष्ठता रोधक ऑलिव्ह ऑईलमध्ये आढळणाऱ्या मोनोसॅच्युरेटेड फॅट्स आणि व्हिटॅमीन ई, क, लोह आणि ओमेगा- ३, ६ फॅटी ॲसिड्स आणि ॲंटीऑक्सिडंट्समुळे तुमचं पचन चांगलं होतं. जर तुम्हाला बद्धकोष्ठता असल्यास दिवसातून दोनदा एक चमचा एक्स्ट्रा व्हर्जिन ऑलिव्ह ऑईल रिकाम्या पोटी घेतल्यास बद्धकोष्ठतेची समस्या दूर होईल. पण या तेलाचं सेवन करण्याआधी तुम्ही चार तास काहीही खाल्लेलं नसावं, याची काळजी घ्या. ऑलिव्ह ऑईलमधील मोनोसॅच्युरेटेड फॅट्समुळे यात फॅटी ॲसिड ओमेगा - ३ असतं. ओमेगा-३ मुळे तुमचं ब्लड प्रेशर कमी होतं, ज्यामुळे तुमचं हृदय हेल्दी ठेवतं. ज्याला एत्रझ्र म्हणतात, कारण हे शरीरात तयार होत नाही. त्यामुळे अन्नामार्फतच घ्यावं लागतं.

चण्याची उसळ



साहीत्य : ◆१ टिस्पून लाल तिखट ◆१ टिस्पून गोडा मसाला ◆१ टिस्पून चिंचेचा कोळ ◆२ टिस्पून किसलेला गूळ ◆२ टिस्पून चमचे तेल ◆२ टेस्पून कोथिंबीर ◆चवीपुरते मीठ ◆१/२ कप काळे चणे ◆२-३ टेस्पून ओला खवलेला नारळ ◆३-४ कढीपत्ता पाने

◆फोडणीसाठी◆ ◆१/४ टेस्पून मोहोरी ◆१/४ टेस्पून जीरे ◆१/४ टेस्पून हिंग ◆१/२ टेस्पून हळद

कृती : ◆चणे रात्रभर पाण्यात भिजत ठेवावे. सकाळी भिजलेले चणे निवडून घ्यावे. जर त्यात कडक राहिलेले चणे असतील तर ते काढून टाकावे. ◆छोट्या कूकरमध्ये तेल गरम करावे. त्यात मोहोरी, जीरे, हिंग, हळद, १ चमचा लाल तिखट, कढीपत्ता घालून फोडणी करावी. त्यात ओला खवलेला नारळ घालावा. नारळ परतला कि त्यात भिजवलेले चणे घालावे व ३-४ मिनीटे मध्यम आचेवर परतावे. ◆कूकरमध्ये त्यात १ पेला पाणी घालावे. त्यात गोडा मसाला, चिंचेचा कोळ, किसलेला गूळ आणि मीठ घालावे. ◆कूकरला झाकण लावून ४-५ शिट्ट्या कराव्यात. वाफ मुरल्यावरच कूकर उघडावा. चिरलेली कोथिंबीर घालावी.

टीप : ◆ जर छोटा कूकर उपलब्ध नसेल तर नेहमीच्या कूकरमध्ये अगोदर चणे शिजवून घ्यावे. आणि नंतर ते चणे कढईत वरील पद्धतीने फोडणीस घालावे.

मेकअप रिमूव्ह न करता झोपत असाल तर वेळीच सावध व्हा, अन्यथा...



एखादी पार्टी किंवा फंक्शनमधून उशीरा घरी आल्यानंतर थकल्यामुळे मेकअप रिमूव्ह न करता निघून जातात. अनेकदा जेव्हा तुम्ही हेव्ही मेकअप करत नाही. तेव्हाही मेकअप हटवणं गरजेचं वाटत नाही. पण तुम्हाला माहीत आहे का? असं केल्यामुळे तुम्ही स्वतःच तुमच्या स्किनला नुकसान पोहोचवत आहात. मेकअप तसाच ठेवून झोपण तुम्हाला महागात पडू शकतं. दिवसभर आपली स्किन प्रोटेक्शन मोडमध्ये असते. दिवसभरात स्किन सेल्स प्रदूषण आणि घातक यूव्ही किरणांशी लढत असतात. पण रात्री जेव्हा तुम्ही आराम करत असता. तेव्हा स्किन रिपेअर मोडमध्ये असते. अशातच जर तुमच्या चेहऱ्यावर मेकअप असेल तर स्किनसाठी घातक ठरू शकतं. तुम्हाला हे माहीत असेलच की, हेल्दी स्किनसाठी स्किन पोर्स ओपन राहणं गरजेचं असतं. पोर्समध्ये जर धूळ-माती जमा झाली तर ती स्क्रब करून स्वच्छ करणं गरजेचं असतं. रात्रभर मेकअप तसाच ठेवून झोपलं तर त्यामुळे स्किन पोर्स ब्लॉक होतात. मेकअप आपल्या स्किनमध्ये मॉयश्चर शोषून घेतात आणि त्यामुळे स्किन ड्राय होते. मेकअप हटवल्यामुळे आपल्या स्किनला ताजी हवा मिळते आणि स्किन रिफ्रेश्ड राहते. संपूर्ण दिवसाचं प्रदूषण आपल्या स्किनवर चिकटतं. जर तुम्ही हे तसचं ठेवून झोपत असाल तर चेन रिॲक्शनसोबत स्किनला नुकसान पोहचू शकतं.

आजकाल मेंदूचे आजार व अस्वस्थता

सामाजिक बांधिलकी : अन्न, पाणी, वस्त्र आणि निवारा या मूलभूत गरजा मानवाच्या आहेत, पण? त्याचप्रमाणे मेंदूची अधोगती रोखण्यासाठी सामाजिक बांधिलकी महत्त्वाची आहे. सामाजिक बांधिलकीला धोका निर्माण झाल्यावर किंवा त्याला धक्का लागल्याने होणारे परिस्थितीतील बदल तसेच सामाजिक अनुभव याच्या आधारे तुमची मानसिक जडणघडण होत असते. ग्लोबल कौन्सिल ऑन ब्रेन हेल्थच्या अहवालानुसार मित्रपरिवार, कुटुंब आणि सामाजिक कार्यामधील सहभाग यामुळे आपला मेंदू निरोगी राहतो. याचसाठी क्लब, क्लास किंवा सामाजिक संस्था/संघटनांशी जोडले जाणे गरजेचे आहे, जेणेकरून नव्या ओळखी होऊ शकतील. आपल्याला आनंदी ठेवणारे नातेसंबंध तसेच कार्यावर लक्ष केंद्रित करणे आवश्यक आहे. तुमचे नातेसंबंध तुटले असतील, तर त्याच व्यक्तीशी किंवा नव्या व्यक्तीशी ते नव्याने तयार करण्यासाठी प्रयत्न करा.सामाजिक नेटवर्क जर मजबूत असेल, तर सहकार्यांचे हात जास्त मिळतात, तणाव कमी होतो, नैराश्यावर मात करता येते आणि बौद्धिक उत्तेजना वाढते. जो समाज जीवनात जेवढा व्यस्त असतो, त्याची बौद्धिक हानी कमी होते, असे पाहणीत आढळले आहे. जे लोक मनापासून सतत क्रियाशील असतात आणि इतरांशी संवाद साधून असतात, त्यांचे आयुष्य आनंदी आणि स्वास्थ्यपूर्ण असते.



शारीरिक व्यायाम: शारीरिक व्यायामामुळे तुमचे आयुर्मान वाढते, तुमचा चांगला मूड राहतो, तुमची झोप व्यवस्थित होते आणि वजनही घटवते, हृदयविकाराचा धोका कमी करते तसेच तुमची हाडे आणि मेंदू निरोगी ठेवते. तुमचा मेंदू हा शरीरातील सकयूंप्रमाणेच असतो, एकतर त्याचा वापर करा किंवा तो गमवा. धावणे, जॉगिंग, पोहणे किंवा सायकलिंग हे नियमित केल्यावर नव्या मेंदू पेशींची वाढ होण्यास चालना मिळते तसेच अस्तित्वात असलेल्या पेशी सुरक्षित राहतात. दिवसातून किमान २० मिनिटे व्यायाम केला, तर बुद्धी तल्लख होण्यास मदत होते.

पौष्टिक अन्न : पौष्टिक आणि संतुलित आहार मेंदूला चालना देतो. धान्य, हिरव्या भाज्या आणि पालेभाज्या, ऑलिव्ह, मासे आणि ड्रायफ्रूट्स यांचा आहारात समावेश केल्यास, मेंदू निरोगी राहतो आणि अल्झायमरसारख्या आजाराचा धोकाही कमी होतो. ताजे अन्न शिजवा आणि खा, चविष्ट अन्नावर भर द्या, तसेच मित्रपरिवार आणि कुटुंबाबरोबर जेवणाचा आनंद घ्या. मेंदूसाठी योग्य अशा अमेगा-साठी मासे खाणे खूप फायदेशीर आहे. मासे खात नसाल, तर अक्रोड तसेच अळशी, अंबाडी, जवस किंवा सोयाबिन्सचा वापर करता येईल. पालक, ब्रोकोली यांसारख्या हिरव्या पालेभाज्या यांच्याबरोबरच फळांचा आहारात समावेश करावा. ब्लूबेरी, रास्पबेरी, ब्लॅकबेरी तसेच डार्क चॉकलेट आणि हळद, दालचिनी आणि आले यांसारखे मसाले तसेच औषधी वनस्पती यांच्यात चांगल्या प्रमाणात ॲंटिऑक्सिडन्ट्स असते. ज्यामुळे मेंदूला चांगल्या प्रकारे रक्तपुरवठा होतो. अक्रोड हे हृदयाच्या स्वास्थ्यासाठी जेवढे उपयुक्त आहे, तेवढेच मेंदूसाठीही महत्त्वाचे आहे. याच्यामुळे आकलनशक्ती वाढते, तर धान्य स्मृती चांगली ठेवण्यास मदत करतात.

निद्रा आणि आराम : आपण झोपतो तेव्हा देखील मेंदूचे कार्य सुरूच असते. पुरेशा झोपेमुळे तुम्ही निरोगी आणि तंदुरुस्त राहता. प्रौढांना रोज रात्री ते तासांची झोप गरजेची आहे. झोपेमुळे तुम्हाला तजेलदारपणा मिळतो. तुमचा मूड चांगला राहतो आणि तुमची रोगप्रतिकार प्रणाली मजबूत बनते. झोपण्यापूर्वी तुम्ही रिलॅक्स व्हा. काही जण पुस्तक वाचतात, काही संगीत ऐकतात, तर काही जण गरम पाण्याने आंघोळ करतात.

मेंदूची क्षमता वाढवा : आपल्या मेंदूची खास क्षमता असते. ज्याद्वारे आपला मेंदू काही बदलांनुसार अनुरूप होऊन त्याचा स्वीकार करतो आणि नुकसान टाळतो. जी लोकं कायम शिकत असतात, नवनवीन कृती करत असतात आणि नवनवीन कौशल्य किंवा छंद जोपासत असतात, ते एकप्रकारे मेंदूची खास क्षमता वृद्धिंगत करीत असतात. नवे छंद जोपासा, नवी भाषा शिका, नवे संगीत, वाद्य शिका किंवा फोटोग्राफीमध्ये आनंद घ्या. याद्वारे मेंदूची क्षमता वाढण्यास मदत होते. कला ही तुमच्या मेंदूला पोषक असून, तुमचे मानसिक स्वास्थ्य राखते. खेळा, शब्दकोडे सोडवा, बुद्धिबळ किंवा स्मृती वाढविणारे खेळ खेळा.

देशातील पहिला 'पाण्याचा सातबारा' महाराष्ट्रात...

प्रायोगिक तत्त्वावर योजना राबवण्याची महसूल विभागाची तयारी



पाण्याचे तीन टप्प्यांत ऑडिट केले जाणार

या महत्त्वपूर्ण प्रकल्पासाठी ॲक्वेरियमचे प्रमुख डॉ. सुब्रह्मण्यम कंसूर, जलअभ्यासक डॉ. अविनाश कदम आणि उदय नायर यांनी एकत्रितपणे ह्यवॉटर अकाऊंटिंग फ्रेमवर्कह्ल आणि ह्यवॉटर बॅलन्सशीटह्लची अद्ययावत संकल्पना विकसित केली आहे. या अंतर्गत पाण्याचे तीन टप्प्यांत ऑडिट केले जाणार असून, त्याचे दरवर्षी वर्गीकरण केले जाईल. या प्रणालीमुळे ग्रामपंचायत किंवा पाणलोट क्षेत्रातील पाण्याचा साठा, आवक, जावक आणि शिल्लक पाणी याचा पारदर्शक ताळेबंद ठेवता येईल.

"या योजनेचा सर्वात मोठा फायदा म्हणजे केवळ पाण्याचे मोजमाप होणार नाही, तर पाण्याचे संवर्धन करणाऱ्यांना 'ॲक्वाक्रेडिट्स'च्या माध्यमातून प्रोत्साहन दिले जाईल. यामुळे ग्रामीण भागात पाण्याचा वापर अधिक जबाबदारीने आणि पारदर्शकपणे होईल, व भविष्यात एक मोठी 'वॉटर इकॉनॉमी' उभी राहण्यास मदत मिळेल. महाराष्ट्र राज्य हा प्रयोग राबविणारे देशातील पहिले राज्य ठरणार आहे."
चंद्रशेखर बावनकुळे, महसूल मंत्री

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

पाण्याचा बेसुमार वापर टाळण्यासह जल व्यवस्थापन करण्यासाठी आता जमिनीच्या सातबाराच्या धर्तीवर 'पाण्याचा सातबारा' देशात प्रथम महाराष्ट्रात विकसित करण्याचे नियोजन सुरू आहे. महसूल मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी महसूल, पाणीपुरवठा व स्वच्छता, ग्रामविकास विभागाच्या सचिवांसोबत सोमवारी मंत्रालयातील बैठकीत याबाबतचे भक्कम पाऊल टाकण्यात आले. जलव्यवस्थापन करणाऱ्या 'ॲक्वेरियम' या संस्थेने यासाठी 'वॉटर ऑडिट' आणि 'बॅलन्सशीट'ची संकल्पना मांडली असून, ही अभिनव योजना राज्यात सुरुवातीला प्रायोगिक तत्त्वावर राबविण्यात येणार आहे. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या सूचनेवरून ही बैठक आयोजित करण्यात आल्याचे बावनकुळे यांनी सांगितले. सध्या सर्वत्र जमिनीच्या नोंदीसाठी 'सातबारा' उतारा अस्तित्वात आहे, मात्र पाण्यासाठी अशी कोणतीही नोंद प्रणाली नाही. पाण्याला जागतिक स्तरावर जो मान आणि दर्जा मिळायला हवा, तो सध्या मिळत नाही. एकदा पाण्याचे ऑडिट झाले की, त्याचा वापर कसा करायचा याबाबत काळजी घेतली जाते. जोपर्यंत पाण्याचा वापर रेकॉर्ड केला जात नाही, तोपर्यंत त्यावर नियंत्रण राहणार नाही आणि लोकांची पाण्याचा वापर करण्याबाबतची जबाबदारीही निश्चित होणार नाही. याच उद्देशाने 'ब्लू ग्रीन अर्बन डेव्हलपमेंट'च्या धर्तीवर हे महत्त्वाचे पाऊल उचलण्यात येत आहे.

जोगेश्वरी-विक्रोळी लिंक रोड

'मिसिंग लिंक' प्रकल्पात अडथळा ठरणाऱ्या बांधकामांवर हातोडा

■मुंबई। प्रतिनिधी,

जोगेश्वरी-विक्रोळी जोड मार्ग (जेव्हीएलआर) ते नवीन जोड मार्ग (पहिला टप्पा) या प्रस्तावित 'मिसिंग लिंक' प्रकल्पात अडथळा निर्माण करणाऱ्या ओशिवरा परिसरातील ८७ बांधकामांचे मुंबई महानगरपालिकेच्या 'के पश्चिम' विभागाकडून मंगळवारी निष्कासन करण्यात आले. उपायुक्त (परिमंडळ-४) भाग्यश्री कापसे यांच्या मार्गदर्शनात, सहाय्यक आयुक्त (के पश्चिम विभाग) चक्रपाणी अल्ले यांच्या नेतृत्वात ही कारवाई करण्यात आली.

बृहन्मुंबई महानगरपालिकेकडून जोगेश्वरी-विक्रोळी जोड मार्ग (जेव्हीएलआर) ते नवीन जोड मार्ग (पहिला टप्पा) या प्रस्तावित 'मिसिंग लिंक'साठी कामकाज सुरू आहे. या प्रकल्पाचा टप्पा-१ आणि २ पूर्ण झाल्यानंतर बेहराम



बाग परिसरातील उत्तर-दक्षिण वाहतुकीच्या बाबतीत लक्षणीय सुधारणा होण्याची अपेक्षा आहे. तसेच, वीरा देसाई विस्तारित मार्ग त्याचप्रमाणे बेहराम बाग मार्गावरील वाहतूककोंडी कमी होण्यास मदत होईल.

२९ पात्र, ५८ अपात्र बांधकामे पाडली

या मार्गाच्या बांधकामात ओशिवरा परिसरातील बांधकामांमुळे अडथळा निर्माण झाला होता. त्यामुळे, सदर ८७ बांधकामांवर मंगळवारी निष्कासनाची कारवाई करण्यात आली. यामध्ये ८६ निवासी आणि एका व्यावसायिक बांधकामांचा समावेश आहे. यापैकी २९ पात्र बांधकामे असून ५८ अपात्र बांधकामे आहेत.

'के पश्चिम' प्रशासकीय विभागांतर्गत कार्यरत परिरक्षण, अतिक्रमण निर्मूलन व अनुज्ञापन, विभागातील अधिकारी आणि कर्मचारी यांनी ही कारवाई केली. २ पोकलेन, ३ जेसीबी आणि अन्य वाहनेही या कारवाईत कार्यरत होती. ओशिवरा पोलीस ठाण्याकडून यावेळी पुरेसा बंदोबस्त तैनात होता.

45 हजारांची लाच स्वीकारताना ग्राम महसूल अधिकारी एसीबीच्या जाळ्यात



■विरार। प्रतिनिधी,

पालघर लाचलुचपत प्रतिबंधक विभाग यांनी पेल्हार ग्रामपंचायतच्या ग्राम महसूल अधिकारी उज्वला प्रवीण पाटील यांना 45 हजार रुपयांची लाच स्वीकारताना रंगेहात अटक केली आहे. सोमवार (25 मे) रोजी ही कारवाई करण्यात आली असून, या घटनेमुळे महसूल विभागात मोठी खळबळ उडाली आहे.

लाचलुचपत प्रतिबंधक विभागाने दिलेल्या माहितीनुसार, तक्रारदाराने केलेल्या रूम बांधकामाचा पंचनामा न करण्यासाठी उज्वला पाटील यांनी 45 हजार रुपयांची मागणी केली होती. तसेच मौजे बिलालपाडा येथील सर्व्हे क्रमांक 13/03 या जमिनीवर करण्यात आलेल्या माती भरणीच्या पंचनाम्यासंदर्भात 1 लाख 50 हजार रुपयांची मागणी करण्यात आली होती. अशा प्रकारे एकूण 1 लाख 95 हजार रुपयांची लाच मागण्यात आल्याचे तपासात निष्पन्न झाले आहे.

तक्रारदाराने याबाबत एसीबीकडे तक्रार दाखल केल्यानंतर विभागाने पडताळणी करून सापळा रचला. त्यानुसार, लाचेच्या रकमेचा पहिला हप्ता स्वीकारताना एसीबीच्या पथकाने उज्वला प्रवीण पाटील यांना रंगेहात पकडले. या प्रकरणी पेल्हार पोलीस ठाणे येथे भ्रष्टाचार प्रतिबंधक कायदा 1988 (सुधारित अधिनियम 2018) कलम 7 अन्वये गुन्हा दाखल करण्याची प्रक्रिया सुरू आहे.

वसई-विरार शहर परिसरातील ग्रामपंचायती तसेच तलाठी कार्यालयांमध्ये या कारवाईची जोरदार चर्चा सुरू असून, एसीबीच्या धडक कारवाईमुळे महसूल विभागातील अनेक अधिकाऱ्यांचे धाबे दणाणले आहेत.

निवासी इमारतीमधील 'ड्रग्ज फॅक्टरी'चा पर्दाफाश

50.74 कोटींच्या एमडीसह तिघांना अटक



■मुंबई। प्रतिनिधी,

आग्रीपाडा परिसरातील एका निवासी इमारतीच्या फ्लॅटमध्ये सुरू केलेल्या एमडी ड्रग्ज बनणाऱ्या प्रयोगशाळेचा कांदिवली युनिटच्या अंमली पदार्थ विरोधी पथकाने पदार्फाश केला आहे. याप्रकरणी एका महिलेसह तिघांना पोलिसांनी अटक केली. मोहम्मद शोएफ शौकतअली मंसुरी, सुफीयान सलीम मंसुरी आणि मामूनी सुनिल सरकार अशी या तिघांची नावे आहेत.

अटकेनंतर या तिघांनाही किल्ला न्यायालयाने पोलीस कोठडी सुनावली आहे. या कारवाईत पोलिसांनी 50 कोटी 74 लाख रुपयांचा एमडी ड्रग्ज, ड्रग्ज बनविण्यासाठी लागणारे साहित्य, एक देशी बनावटीचे पिस्तूल 19 जिवंत काडतुसे असा मुद्देमाल जप्त केला आहे. या प्रयोगशाळेत एमडी ड्रग्ज बनविले जात असल्याचे उघडकीस आले आहे.

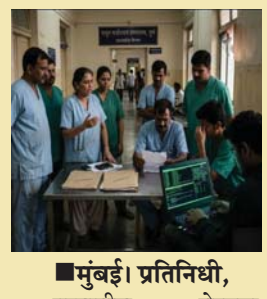
आग्रीपाडा परिसरात मामूनी नावाच्या महिलेने तिच्या सहकाऱ्यासह स्वतःच्या घरात एमडी ड्रग्जची फॅक्टरी सुरू केल्याची माहिती कांदिवली युनिटच्या अधिकार्यांना मिळाली होती. या माहितीनंतर वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक शशिकांत जगदाळे यांच्या नेतृत्वाखालील पथकाने आग्रीपाडा येथील घासगल्ली, यास्मिन टॉवरच्या दहाव्या मजल्यावरील फ्लॅट क्रमांक 1004 मध्ये छापा टाकला. यावेळी तिथे असलेल्या मामूनीसह मोहम्मद शोएफ आणि सुफीयान या तिघांना पोलिसांनी ताब्यात घेतले. घटनास्थळी पोलिसांना एका प्रयोगशाळेच्या माध्यमातून मोठ्या प्रमाणात एमडी ड्रग्ज बनविले जात असल्याचे दिसून आले. पोलिसांनी फ्लॅटमधून 14 किलो 493 ग्रॅम वजनाचे एमडी ड्रग्ज आणि त्यासाठी लागणारे साहित्य, कच्चा माल, उपकरणे असा 50 कोटी 74 लाख 3 हजार 100 रुपयांचा मुद्देमाल जप्त केला.

या मुद्देमालासह पोलिसांना घटनास्थळी एक देशी बनावटीचे पिस्तूल आणि 19 जिवंत काडतुसे सापडली. यातील मोहम्मद शोएफ आणि सुफीयान हे दोघेही मांडवी, तर मामूनी ही मूळची कोलकाताची रहिवाशी असल्याचे तपासात समोर आले. आरोपी मामूनी ही सध्या यास्मिन टॉवरमध्ये राहत होती आणि तिने या इमारतीमधील फ्लॅट 50 हजार रुपयांने भाड्यावर घेतला होता. याच फ्लॅटमध्ये तिने एमडी ड्रग्ज बनविण्याची प्रयोगशाळा सुरू केली होती.

या कामात तिला मोहम्मद शोएफ आणि सुफीयान मदत करत होते. गेल्या तीन महिन्यांपासून ते तिघेही एमडी ड्रग्ज बनवत होते. या तिघांविरुद्ध पोलिसांनी एनडीपीएससह आर्म्स ॲक्ट कायदा कलमांतर्गत कारवाई केली आहे. याच गुन्ह्यांत अटक केल्यानंतर या तिघांनाही आज (26 मे) दुपारी किल्ला न्यायालयात हजर करण्यात आले होते. यावेळी न्यायालयाने तिघांनाही पोलीस कोठडी सुनावली आहे. या तिघांची सध्या पोलिसांकडून कसून चौकशी सुरू आहे. त्यामुळे चौकशीतून अनेक धक्कादायक खुलासे होण्याची शक्यता वर्तविण्यात येत आहे.

पुणे सरकारी रुग्णालयाची प्रणाली हॅक, 9 कर्मचाऱ्यांना काढले तर पगारही रोखला

2 वर्षांनंतर रहस्य उघड



■मुंबई। प्रतिनिधी,

पुण्यातील येरवडा प्रादेशिक मनोरुग्णालयात ऑनलाइन प्रणालीमध्ये फेरफार केल्याचे एक धक्कादायक प्रकरण उघडकीस आले. एका असंतुष्ट कर्मचाऱ्याने आपला मोबाईल फोन आणि रुग्णालयाच्या वाय-फाय नेटवर्कचा वापर करून अंतर्गत ऑनलाइन प्रणालीमध्ये प्रवेश केला. आरोपीने प्रणालीमध्ये बदल करून 9 सहकाऱ्यांना ज्यामध्ये लिपिक आणि परिचारिकांचा समावेश होता, त्यांना नोकरीवरून काढून टाकले असल्याचे दाखवले. यामुळे या कर्मचाऱ्यांना 3 महिन्यांचा पगार मिळू शकला नव्हता. ही संपूर्ण घटना फेब्रुवारी 2024 मध्ये घडली. कर्मचाऱ्यांचे पगार रोखण्यात आल्यानंतर सुमारे तीन महिन्यांनी हे प्रकरण उघडकीस आले. त्यानंतर रुग्णालय प्रशासनाने मुंबईतील राज्य सरकारच्या कोषागार अधिकाऱ्यांशी संपर्क साधला. तेव्हा त्यांना त्यांना समजले की, ऑनलाइन प्रणालीमध्ये या कर्मचाऱ्यांना नोकरीवरून काढून टाकल्याचे दाखवले जात होते, ज्यामुळे त्यांचा पगार दिला जात नव्हता. रुग्णालयाच्या कार्यालय अधीक्षकांनी विश्रांतवाडी पोलीस ठाण्यात तक्रार दाखल केली. विश्रांतवाडी पोलीस ठाण्याचे वरिष्ठ निरीक्षक युवराज हांडे आणि पुणे सायबर पोलिसांच्या वरिष्ठ निरीक्षक स्वप्नाली शिंदे यांनी प्रसारमाध्यमांना सांगितले की, ही बाब तांत्रिक तपासामध्ये समोर आली. रुग्णालयातूनच डेटामध्ये फेरफार करण्यात आल्याचे या तपासात समोर आले. तथापि, तांत्रिक आणि प्रक्रियात्मक समस्यांमुळे संशयिताला अचूकपणे ओळखण्यासाठी जवळपास दोन वर्षे लागली. सध्या, विश्रांतवाडी पोलीस सखोल तपास करत आहेत. राज्य आरोग्य विभागाच्या अखत्यारीतील येरवडा प्रादेशिक मानसिक रुग्णालय ही महाराष्ट्रातील सर्वात जुन्या आणि मोठ्या शासकीय मानसिक आरोग्य संस्थांपैकी एक असून, येथे उपचार, पुनर्वसन आणि न्यायवैद्यक मानसोपचार सेवा पुरवल्या जातात.

व्याज फेडले तरीही पीडित व्यक्तीला 18 ॲप्सवरून पुन्हा कर्ज घेण्यास पाडले भाग

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबई गुन्हे शाखेने ऑनलाइन कर्ज देणाऱ्या ॲप्सद्वारे लोकांना धमकावून आणि भीती दाखवून पैसे उकळणाऱ्या एका मोठ्या टोळीचा पदार्फाश केला आहे. या प्रकरणी पोलिसांनी सहा आरोपींना अटक केली आहे. पोलीस उपायुक्त राजतिलक रोशन यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, न्यायालयाने सर्व आरोपींना 30 मेपर्यंत पोलीस कोठडी सुनावली आहे. गुन्हे शाखा आता या संपूर्ण टोळीचा सूत्रधार (मास्टरमाइंड) असलेल्या व्यक्तीचा सक्रियपणे शोध घेत आहे. पीडित व्यक्तीने तक्रार दाखल केल्यानंतर हे प्रकरण उघडकीस आले.

पोलिसांना तक्रारीनुसार, पीडित व्यक्तीने गेल्या वर्षी 25 मे रोजी एका ऑनलाइन कर्ज देणाऱ्या ॲपवरून 22,050 रुपयांचे कर्ज घेतले होते. कर्ज घेण्याच्या वेळी आरोपींनी पीडित व्यक्तीला एक 'एपीके' फाईल डाऊनलोड करण्यास भाग पाडले होते. या फाईलच्या माध्यमातून आरोपींनी पीडित व्यक्तीच्या मोबाइल फोनचा संपूर्ण ॲक्सेस मिळवला आणि त्याच्याकडील सर्व डेटाचा ताबा घेतला.

दरम्यान, पीडित व्यक्तीने व्याजासह संपूर्ण रक्कम परत केली, मात्र तरीही आरोपींनी पीडित व्यक्तीचा छळ करणे थांबवले नाही. आरोपींनी पीडित व्यक्तीला, त्याच्या नातेवाईकांना आणि त्याच्या कामाच्या ठिकाणी



सतत फोन करण्यास सुरुवात केली.

धक्कादायक बाब म्हणजे आरोपींनी पीडित व्यक्तीला धमकी दिली की, जर त्याला या सततच्या फोन कॉल्सपासून सुटका हवी असेल आणि आपल्या कुटुंबाची सुरक्षा सुनिश्चित करायची असेल, तर पीडित व्यक्तीला आरोपींनी सुचवलेल्या इतर ऑनलाइन कर्ज देणाऱ्या ॲप्सवरून पुन्हा नवीन कर्जे घ्यावे लागेल आणि त्यावरील व्याजही फेडावे लागेल. भीती, दबाव आणि समाजात होणाऱ्या बदनामीच्या धास्तीने ग्रासलेल्या पीडित व्यक्तीने अखेर 18 वेगवेगळ्या ऑनलाइन कर्ज देणाऱ्या ॲप्सवरून एकूण 7,05,570 रुपयांचे कर्ज घेण्यास भाग पडले. पीडित व्यक्तीने ही रक्कमही व्याजासह परत केली. मात्र तरीही धमक्यांचे फोन आणि मेसेज येणे थांबले नाहीत. आरोपींनी पीडित व्यक्तीला सांगितले की, जर त्याला या संपूर्ण जाचामधून कायमची सुटका हवी असेल, तर त्याला आणखी पैसे द्यावे लागतील.

आरोपींनी पीडित व्यक्तीच्या नातेवाईकांना, मित्रांना आणि त्याच्या कामाच्या ठिकाणी असलेल्या अधिकाऱ्यांना सतत फोन आणि मेसेज पाठवून त्याची प्रतिष्ठा धुळीस मिळवण्याचा प्रयत्न केला. सततचा मानसिक छळ आणि बदनामीमुळे हवालदिल झालेल्या पीडित व्यक्तीने अखेर पोलिसांकडे धाव घेतली. तक्रार प्राप्त होताच गुन्हे शाखेने तपास सुरू केला आणि 25 मे रोजी पीडित व्यक्तीकडून खंडणीची रक्कम स्वीकारण्यासाठी आलेल्या सहा आरोपींना पकडण्यासाठी सापळा रचला. या टोळीने अशाच प्रकारे इतरही अनेक व्यक्तींना लक्ष्य केले असून, त्यांच्याकडूनही मोठ्या प्रमाणात खंडणी उकळली असल्याचा संशय गुन्हे शाखेला आहे.

बनावट वैद्यकीय विमा पॉलिसीद्वारे वृद्ध दाम्पत्याची लाखोंची फसवणूक

महिला एजंटविरोधात गुन्हा दाखल

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मलाबार हिल परिसरात राहणाऱ्या एका वृद्ध दाम्पत्याची वैद्यकीय विम्याच्या बहाण्याने लाखो रुपयांची फसवणूक झाल्याचे एक प्रकरण समोर आले आहे. एका महिला विमा एजंटने दाम्पत्याकडून नियमितपणे विम्याचे हप्ते स्वीकारले, मात्र त्याबदल्यात त्यांना बनावट वैद्यकीय विमा पॉलिसीची कागदपत्रे दिली, असा आरोप करण्यात आला आहे. या वृद्ध महिलेला वैद्यकीय उपचारांसाठी रुग्णालयात दाखल करण्यात आले, तेव्हा ही फसवणूक उघडकीस आली. 73 वर्षीय नागेंद्र शर्मा यांनी मलबार हिल पोलीस ठाण्यात याप्रकरणी तक्रार दाखल केली आहे.

समोर आलेल्या माहितीनुसार, नागेंद्र शर्मा हे त्यांची पत्नी अलका शर्मा आणि मुलगा आदित्य यांच्यासह मलबार हिल परिसरात राहतात. आपल्या तक्रारीत त्यांनी नमूद केले आहे की, 2021 मध्ये त्यांनी ह्यकेअर हेल्थ इन्शुरन्सह्ल कंपनीची वैद्यकीय पॉलिसी शुमैला अन्सारी नावाच्या एजंटमार्फत खरेदी केली होती. तेव्हापासून, त्यांनी दरवर्षी नियमितपणे विम्याचे हप्ते भरले. तसेच आरोपी एजंटने पॉलिसीच्या प्रत्येक हफ्त्यावेळी त्यांना पावत्या आणि कागदपत्रे पुरवली होती. त्यामुळे या व्यवहारात काहीतरी गडबड असू शकते, अशी शंका त्यांना कधीच आली नाही. मात्र या वर्षी 5 मार्च रोजी ही फसवणूक उघडकीस आली.

नागेंद्र शर्मा यांनी सांगितले की, माजी पत्नी अलका शर्मा हिला मणक्याच्या उपचारांसाठी ह्यसैफी रुग्णालयातह्ल दाखल करण्यात आले होते. कॅशलेस उपचारांची सुविधा मिळवण्यासाठी आम्ही रुग्णालयाच्या विमा विभागाशी संपर्क साधला, मात्र विमा कंपनीच्या रेकॉर्ड्समध्ये या विशिष्ट पॉलिसीबाबत कोणतीही माहिती उपलब्ध नसल्याचे आम्हाला सांगण्यात आले. तसेच, कुटुंबाकडे असलेली पॉलिसीची कागदपत्रे पूर्णपणे बनावट असल्याचेही रुग्णालयाने स्पष्ट केले. त्यानंतर, आम्ही आरोपी एजंट शुमैला अन्सारी हिच्याशी संपर्क साधला. ईद साजरी करण्यासाठी आपण दुबईला गेलो असून लवकरच परत येऊ, असा दावा तिने केला. तसेच पॉलिसीची कागदपत्रे खरी आहेत, असे आश्वासन देत तिने आम्हाला रुग्णालयाचे बिल सध्या भरून टाका. विम्याची रक्कम नंतर परत केली जाईल, असा सल्ला दिला. शुमैला अन्सारी हिच्या आश्वासनांवर विश्वास ठेवून आम्ही रुग्णालयात सुमारे 2.5 लाख रुपये जमा केले. मात्र त्यानंतर शुमैला अन्सारी हिने आमचे फोन कॉल्स आणि मेसेजेसना प्रतिसाद देणे पूर्णपणे बंद केले. त्यामुळे आम्ही विमा कंपनीकडे आमच्या विम्याबाबत पुन्हा नव्याने चौकशी सुरू केली. मात्र विमा कंपनीने आम्हाला स्पष्टपणे सांगितले की, आमच्या नावाने कोणतीही पॉलिसी कधीही जारी करण्यात आलेली नव्हती आणि एजंटने दिलेली सर्व कागदपत्रे पूर्णपणे बनावट होती.

पोलिसांच्या माहितीनुसार, या फसवणुकीत कुटुंबाचे विम्याचे हप्ते म्हणून सुमारे 1.16 लाख रुपयांचे नुकसान झाले, तर रुग्णालयाचा एकूण खर्च सुमारे 2.9 लाख रुपये इतका झाला आहे. त्यामुळे याप्रकरणी मलबार हिल पोलिसांनी आरोपी महिला एजंट शुमैला अन्सारी हिच्याविरुद्ध 'भारतीय न्याय संहिता, 2023' च्या कलम 316 (विश्वासघात), 318 (फसवणूक) आणि 336 (बनावटगिरी) अंतर्गत गुन्हा दाखल केला आहे. तसेच पोलिसांनी कोणतीही विमा पॉलिसी खरेदी करण्यापूर्वी किंवा तिचे नूतनीकरण करण्यापूर्वी संबंधित विमा कंपनीच्या अधिकृत संकेतस्थळावर किंवा पोर्टलवर त्या पॉलिसीचे तपशील तपासून पाहण्याचे आवाहन पोलिसांनी जनतेला केले आहे.

विवाह सोहळ्यात फटाक्यांचा भीषण स्फोट

क्षणात झालं होत्याचं नव्हतं



■बीड। प्रतिनिधी,

बीड शहरात एका शाही विवाह सोहळ्या दरम्यान फटाक्यांचा जमिनीवर भीषण स्फोट झाल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. या दुदैर्वी अपघातात तब्बल पाच फोटोग्राफर गंभीररित्या जखमी झाले आहेत. लग्नकार्यात मोठ्या प्रमाणात सुरू असलेल्या फटाक्यांच्या अतिषबाजीदरम्यान एक दारूगोळा थेट फोटोग्राफरच्या अंगावर येऊन पडला आणि त्याचा मोठा स्फोट झाला. हा संपूर्ण थरार कॅमेऱ्यात आणि ड्रोन व्हिडिओमध्ये कैद झाला असून, याचे अत्यंत धक्कादायक व्हिडिओ आता समोर आले आहेत.

तीन दिवसानंतर होणार होता विवाह, मात्र...

या भीषण अपघातात जखमी झालेल्यांमध्ये अभिषेक कदम नावाच्या एका तरुण फोटोग्राफरचा समावेश आहे. या स्फोटात अभिषेकचा चेहरा, डोळे आणि शरीर गंभीररित्या भाजले आहे. अत्यंत वेदनादायक बाब म्हणजे, या घटनेच्या अवघ्या तीन दिवसांवर अभिषेकचा स्वतःचा विवाह सोहळा येऊन ठेपला होता. मात्र, या अनपेक्षित अपघातामुळे आनंदाच्या वातावरणावर विरजण पडले आणि अत्यंत हलाखीच्या परिस्थितीत चेहऱ्याला पट्ट्या बांधून अभिषेकचा विवाह लावण्याची दुर्दैवी वेळ त्याच्या कुटुंबावर आली.

घटनेचे भयानक व्हिडिओ समोर

या संपूर्ण गंभीर घटनाक्रमानंतर जखमी फोटोग्राफरच्या कुटुंबाने प्रशासनाकडे धाव घेतली आहे. पीडित कुटुंबाने बीडचे जिल्हाधिकारी विवेक जॉन्सन यांची प्रत्यक्ष भेट घेऊन त्यांना एक मागणीचे निवेदन सुपूर्द केले. या अपघातानंतरच ही संपूर्ण घटना आणि त्यावेळचे भयावह व्हिडिओ उघडकीस आले आहेत. निष्पाप फोटोग्राफर्सच्या आयुष्याशी खेळणाऱ्यांवर कडक कारवाई व्हावी, अशी मागणी आता जोर धरत आहे.

कुटुंबीयांची जिल्हाधिकाऱ्यांकडे मागणी

संबंधित लग्न सोहळ्याचे आयोजक, इव्हेंट मॅनेजर आणि फायर वर्क्स चालक यांच्या हलगर्जीपणामुळेच हा अपघात घडला आहे. या सर्वांवर तात्काळ आणि कठोर कायदेशीर कारवाई करण्यात यावी, जेणेकरून भविष्यात अशा निष्काळजीपणामुळे कोणाचेही आयुष्य उद्ध्वस्त होणार नाही, अशी मागणी जखमी फोटोग्राफरच्या कुटुंबीयांनी जिल्हाधिकाऱ्यांकडे दिलेल्या निवेदनातून केली 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 मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहील.) भ्रमणध्वनी - 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