POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2026-2028

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

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-२९७ ● मुंबई, शनिवार, ३० मे २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

इबोलाच्या धोक्यामुळे मुंबई पालिका अलर्ट मोडवर

निवासी डॉक्टरांना मार्गदर्शक सूचना जारी



हात स्वच्छ धुवा, बायोमेडिकल कचरा व्यवस्थापनाचे पालन करा

निवासी डॉक्टरांना मानक संसर्ग नियंत्रण पद्धतींचे पालन करणे, योग्य हात स्वच्छता राखणे, सार्वत्रिक प्रतिबंधक उपायांचा अवलंब करणे, बायोमेडिकल कचरा व्यवस्थापन नियमांचे पालन करणे तसेच अनावश्यक घबराट टाळून व्यावसायिक तयारी ठेवण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे. सार्वजनिक आरोग्य सुरक्षेसाठी जागरूकता, तयारी आणि जबाबदार आरोग्य सेवा पद्धती या अत्यंत महत्त्वाच्या असल्याचे पालिकेच्या 'मार्ड' संघटनेने नमूद केले आहे.

■ बातमी /लेख,
प्रीती दिपक नाईक

आफ्रिकेतील काँगो आणि शेजारील युगांडा भागात इबोला विषाणुचा प्रसार झाला आहे. भारतात या विषाणुचा प्रसार झाला नसला तरी मुंबई महापालिकेच्या रुग्णालयातील निवासी डॉक्टरांसाठी मार्गदर्शक सूचना जारी करण्यात आल्या आहेत. हात स्वच्छ धुवावेत, बायोमेडिकल कचरा व्यवस्थापन नियमांचे पालन करावे, आदी सूचना जारी करण्यात आल्या आहेत. दरम्यान, मुंबई महापालिकेच्या नायर, केईएम, सायन व कूपर या चारही मेडिकल कॉलेजमध्येही मार्गदर्शक सूचनांचे पालन करण्याचे निर्देश देण्यात आले आहे.

जागतिक आरोग्य संघटनेने (डब्ल्यूएचओ) आफ्रिकेतील काही भागांमध्ये सुरू असलेल्या इबोला उद्रेकाला सार्वजनिक आरोग्य आणीबाणी घोषित केले आहे. या पार्श्वभूमीवर मुंबई महापालिकेच्या ह्यामार्डह्नतर्फे मुंबईतील सर्व पालिका रुग्णालयांतील निवासी डॉक्टरांसाठी मार्गदर्शक सूचना जारी करण्यात आल्या आहेत. सध्या हा उद्रेक इबोला विषाणूच्या बुंडीबुग्यो प्रकाराशी संबंधित असून त्याचा प्रसार प्रामुख्याने काँगो आणि शेजारील युगांडा या भागांपुरता मर्यादित आहे. भारतामध्ये सध्या कोणताही इबोलाचा उद्रेक किंवा समुदाय स्तरावरील प्रसार नोंदवलेला नाही. त्यामुळे घाबरण्याचे कोणतेही कारण नसल्याचे पालिकेच्या 'मार्ड' संघटनेने स्पष्ट केले आहे.

पालिका रुग्णालयातील 'मार्ड' संघटनेअंतर्गत कार्यरत निवासी डॉक्टरांनी नेहमीच कोविडसह विविध आरोग्य आपत्कालीन परिस्थितींमध्ये फ्रंटलाइन हेल्थकेअर वर्कर्स म्हणून समर्पण आणि अत्यंत जबाबदारीने काम केले आहे. त्याचप्रमाणे, भविष्यात आवश्यकतेनुसार रुग्णालय प्रशासन आणि सार्वजनिक आरोग्य यंत्रणांना प्रतिबंधात्मक तयारी, व संसर्ग नियंत्रण उपाययोजनांमध्ये सहकार्य करण्याचे आवाहन करण्यात आल्याचे मुंबई महापालिकेच्या निवासी संघटनेकडून सांगण्यात आले. इबोला हा प्रामुख्याने संक्रमित व्यक्तीच्या रक्त, शारीरिक स्त्राव, उलटी किंवा दूषित वस्तूंशी थेट संपर्कातून पसरतो. हा संसर्ग सामान्य परिस्थितीत हवेतून पसरत नाही तसेच कोविड-१९ इतका सहज संसर्गजन्य नाही, असेही या मार्गदर्शक सूचनेत नमूद करण्यात आले आहे.

दादरमध्ये गॅस पाइपलाइन फुटली

शिवाजी पार्क ते पोर्तुगीज चर्च मार्ग वाहतुकीसाठी बंद



नेमकी परिस्थिती काय? स्थानिक नगरसेवकाची प्रतिक्रिया

स्थानिक परिसरातील मनसे नगरसेवक यशवंत किल्लेदार यांनी या घटनेवर प्रतिक्रिया दिली. "घटनास्थळी अग्निशामक दलाचे जवान पोहोचले आहेत. पोलीस आणि वाहतूक पोलीस पोहोचले आहेत. वाहतूक दुसरीकडे वळवण्यात आली आहे. संबंधित परिसर सुरक्षेच्या कारणास्तव निर्मनुष्य केला आहे. महानगर गॅसची टीम घटनास्थळी दाखल होण्यास थोडा उशिर झालाय. ते आले की घटनास्थळी लाइन स्वीच करतील. तेवढ्यासाठी गोष्टी थांबल्या आहेत. सर्व काळजी घेण्यात येत आहे", अशी माहिती यशवंत किल्लेदार यांनी दिली. "आजूबाजूच्या रहिवाशांना सांगण्यात आलं आहे की, काळजी करण्याची परिस्थिती नाही. केवळ गॅस गळतीचा गंध परिसरात पसरला आहे", अशी प्रतिक्रिया यशवंत किल्लेदार यांनी दिली.

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबईच्या दादर येथून मोठी बातमी समोर येत आहे. दादरमध्ये महानगर गॅसची पाइपलाइन फुटली आहे. दादर पश्चिम येथील पोर्तुगीज चर्च परिसरात महानगर गॅसची पाईपलाईन फुटली आहे. यामुळे मोठ्या प्रमाणात गॅसची गळती होत आहे. घटनास्थळी अग्निशामक दल, पोलीस आणि महानगर गॅसची टेक्निकल टीम दाखल आहे. गॅसची गळती रोखण्यासाठी शर्थीचे प्रयत्न सुरु आहेत. मुंबई महापालिकेकडून रस्त्यालगत झाडाचा बुंदा जेसीबीने काढतानाचे काम सुरु असताना ही गॅस पाइपलाइन फुटल्याची प्राथमिक माहिती समोर येत आहे. या घटनेमुळे परिसरात भीतीचे वातावरण आहे. गॅस गळती रोखण्याचं प्रशासनापुढे मोठं चॅलेंज आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार, गेल्या पाऊण तासांपासून पाइपलाइन फुटली आहे. परिसरात संध्याकाळी 6 वाजून 5 मिनिटांनी पाइपलाइन फुटली. पाइपलाइन फुटल्यापासून मोठ्या प्रमाणात गॅस वाया जातोय. विशेष म्हणजे एखाद्या पाण्याची पाइपलाइन फुटल्यानंतर जशाप्रकारे पाण्याचे फवारे बघायला मिळतात अशाच प्रकारे ही गॅस गळती होताना दिसत आहे. यामुळे परिसरात भीतीचे वातावरण निर्माण झाले आहे.

घटनेची माहिती मिळताच महानगर गॅसचे कर्मचारी, पोलीस आणि अग्निशामक दल घटनास्थळी दाखल झाले आहेत. गॅस गळतीवर नियंत्रण मिळवण्याचे शथीर्ने प्रयत्न सुरु आहेत. सुरक्षेच्या कारणास्तव दादरमध्ये शिवाजी पार्क ते पोर्तुगीज चर्च मार्ग वाहतुकीसाठी बंद करण्यात आला आहे. संबंधित घटना ही गजबजलेल्या परिसरात घडली आहे. आजूबाजूच्या परिसरात इमारती आहेत. गोखले रोडवर ही घटना घडली आहे. अशा परिसरात मोठ्या प्रमाणावर नागरिकांची ये-जा असते. सध्या हा परिसर निर्मनुष्य करण्यात आल्याची माहिती आहे. प्रशासनाकडून सवोतीपरी काळजी घेतली जात आहे.

नीट पेपरफुटी प्रकरण

पाच निवृत्त प्राध्यापक सीबीआयच्या रडारवर



■पुणे। प्रतिनिधी,

देशभरात खळबळ उडवून देणाऱ्या नीट परीक्षा पेपरफुटी प्रकरणाचे धागेदोरे आता पुण्याच्या शैक्षणिक वतुर्ळापर्यंत पोहोचले आहेत. या प्रकरणातील अटकेत असलेला मुख्य आरोपी तेजस शाह याचे पुण्यातील अनेक नामांकित महाविद्यालयांतील प्राध्यापकांशी गेल्या अनेक वर्षांपासून जवळचे संबंध असल्याचे वास्तव सीबीआयच्या तपासात समोर आले आहे. या माहितीनंतर केंद्रीय अन्वेषण विभागाने (सीबीआय) आपला तपासाचा फास आवळला असून, पुण्यातील एका प्रतिष्ठित महाविद्यालयातील पाच निवृत्त प्राध्यापक सध्या सीबीआयच्या रडारवर आहेत. तपासादरम्यान मिळालेल्या माहितीनुसार, तेजस शाह हा केवळ प्राध्यापकांच्या संपर्कातच नव्हता, तर त्याने या माध्यमातून अनेक विद्यार्थ्यांना परीक्षेपूर्वीच प्रश्नपत्रिका आणि उत्तरे पुरवल्याची कबुलीवजा माहिती चौकशीत समोर आली आहे. शाह याचे शहरातील अनेक नामवंत कॉलेजच्या प्राध्यापकांशी दीर्घकाळापासून नीट पेपर संदर्भात लागेबांधे होते. विशेष म्हणजे, यामध्ये केवळ निवृत्त प्राध्यापकच नव्हे, तर पुण्यातील अनेक खासगी महाविद्यालयांतील विद्यमान प्राध्यापकांचाही समावेश असण्याची दाट शक्यता वर्तवण्यात येत आहे. तेजस शाहने पेपर फुटीच्या अनुषंगाने या प्राध्यापकांशी वारंवार संपर्क साधला होता, असेही तपासात निष्पन्न झाले आहे.



जनगणना करणाऱ्या महिला कर्मचाऱ्याला बेदम मारहाण...

१० जणांविरोधात गुन्हा दाखल, पुण्यात खळबळ

पुणे : पुणे शहरातून एक धक्कादायक घटना समोर आली आहे. जनगणनेचे काम करणाऱ्या महिला कर्मचाऱ्याला ५ ते १० जणांनी शिवीगाळ करत मारहाण केल्याचा प्रकार उघडकीस आला आहे. या घटनेमुळे पुण्यात खळबळ उडाली आहे. ही घटना पुण्यातील महर्षीनगर परिसरातील मीनाताई ठाकरे वसाहतीत घडली असून याप्रकरणी स्वर्गते पोलिस स्टेशन येथे गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, तक्रारदार महिला या पुणे महानगरपालिकेत कार्यरत आहेत. जनगणनेच्या कामासाठी ते त्या परिसरात गेल्या होत्या. २७ मे रोजी दुपारी तीन ते साडेचारच्या दरम्यान त्या घराघरांत माहिती गोळा करत होत्या. त्यवेळी आरोपींनी त्यांच्या कामात अडथळा निर्माण केल्या. तक्रारीनुसार, विकास मोरे, क्रांती मोरे, मुक्ता कसबे, अभिजीत मोरे यांच्यासह इतरांनी महिला कर्मचाऱ्याशी पहिला वाद घालत शिवीगाळ केली. दुसऱ्या दिवशी संबंधित कुटुंबाची समजूत काढण्यासाठी महिला कर्मचारी पुन्हा त्या भागात गेल्या होत्या. तेव्हा आरोपींनी त्यांच्या पाठीमागून येत दगडाने हल्ला केला आणि लाथाबुक्क्यांनी मारहाण केली. या प्रकरणी विकास मोरे, क्रांती मोरे, मुक्ता कसबे, लीलावती मोरे, अभिजीत मोरे आणि इतर अनोळखी महिला-पुरुषांविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

तुम्ही भेसळयुक्त दूध तर पीत नाही ना?

'याठिकाणी' २६६ लिटर भेसळयुक्त दूध नष्ट

■जळगाव। प्रतिनिधी,


भवरखेड येथे बनावट दूध निर्मितीवर कारवाई, २६६ लिटर भेसळयुक्त दूध नष्ट

अन्न व औषध प्रशासनाने भवरखेड येथील बनावट दूध निर्मितीवर कारवाई करत २६६ लिटर भेसळयुक्त दूध नष्ट केले आहे. जळगाव कार्यालयास प्राप्त झालेल्या माहितीच्या आधारे २७ मे २०२६ रोजी भवरखेड, ता. धरणगाव येथे बनावट दूध निर्मिती करणाऱ्या व्यक्तीवर कारवाई करण्यात आलीय.

याप्रकरणात सोमनाथ आनंदा माळी (वय ३०) यास खाद्य तेलाचा वापर करून बनावट दूध तयार करताना अन्न व औषध प्रशासनाच्या पथकाने रंगेहात पकडले आहे. तपासणीदरम्यान रिफाइन्ड पामोलीन तेलाचा वापर दुधातील वसा (फॅट) वाढविण्यासाठी करण्यात येत असल्याचे निष्पन्न झाले. याप्रकरणी धरणगाव पोलीस ठाण्यात गुन्हा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

६६ लिटर भेसळयुक्त दुधाचा साठा नष्ट

अन्न व औषध प्रशासनाच्या या कारवाईत दोन गाईच्या दुधाचे तसेच एक खाद्यतेलाचा नमुना विश्लेषणासाठी घेण्यात आला. तसेच उर्वरित अंदाजे २६६ लिटर भेसळयुक्त दुधाचा साठा पंच भवरखेडेचे पोलीस पाटील रेखा नंदकिशोर पाटील व ग्रामस्थांच्या उपस्थितीत नष्ट करण्यात आला. कारवाईदरम्यान आरोपी सोमनाथ आनंदा माळी याने लघुशंकेसाठी जात असल्याचे कारण देत घटनास्थळावरून पळ काढला. त्याच्याविरुद्ध धरणगाव पोलीस ठाण्यात गुन्हा क्रमांक २०७/२०२६ अन्वये २८ मे २०२६ रोजी गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

यापूर्वीही आरोपीवर कारवाई

विशेष म्हणजे, संबंधित आरोपीविरुद्ध यापूर्वीही दुधात भेसळ केल्याप्रकरणी पोलिस व अन्न व औषध प्रशासनाने संयुक्त कारवाई केली होती. त्या प्रकरणी धरणगाव पोलीस ठाण्यात प्रथम खबरी अहवाल दि. २९ जुलै २०२५ रोजी दाखल करण्यात आला होता. त्यामुळे संबंधित व्यक्ती वारंवार अशा प्रकारचे गुन्हे करत असल्याचे स्पष्ट झाले आहे.

ही कारवाई अन्न व औषध प्रशासनाचे आयुक्त तुकाराम मुंढे, भा.प्र.से. तसेच सह आयुक्त (अन्न) एस. आर. करकाळे, नाशिक विभाग यांच्या मार्गदर्शनाखाली करण्यात आली. कारवाईत सहायक आयुक्त तथा पदनिर्देशित अधिकारी दीनानाथ शिंदे, अन्न सुरक्षा अधिकारी किशोर साळुंखे, शरद पवार व आकाश बोहाडे यांनी सहभाग घेतला. परिसरात कुठेही बनावट दूध अथवा अन्न भेसळीचे प्रकार आढळल्यास नागरिकांनी १८००२२२३६५ या टोल फ्री क्रमांकावर संपर्क साधून सहकार्य करावे, असे आवाहन अन्न व औषध प्रशासनातर्फे करण्यात आले आहे.

रस्ते अपघातातील जखमींसाठी 'एअर ॲम्ब्युलन्स' सेवा

परिवहन विभागाचा उच्चाधिकार समितीला प्रस्ताव

■मुंबई। प्रतिनिधी,

राज्यातील महामार्गांवर होणाऱ्या भीषण अपघातांमध्ये 'गोल्डन अवर' (अपघातानंतरचा पहिला तातडीचा तास) मध्ये रुग्णांना वेळेवर वैद्यकीय मदत मिळावी, यासाठी महाराष्ट्र सरकार आता 'एअर ॲम्ब्युलन्स' (हवाई रुग्णवाहिका) सेवा सुरू करण्याच्या हालचाली करत आहे. राज्याच्या परिवहन विभागाने या महत्त्वाकांक्षी प्रकल्पाचा प्रस्ताव उच्चाधिकार समितीसमोर सादर केला आहे.

महाराष्ट्र सरकारने दिलेल्या ताज्या आकडेवारीनुसार, जानेवारी ते एप्रिल २०२६ या चार महिन्यांत राज्यात १२,३८९ रस्ते अपघात



झाले आहेत. यामध्ये ५,२३३ जणांना प्राण गमवावे लागले आहेत. विशेषतः समृद्धी महामार्ग, मुंबई-पुणे एक्सप्रेस वे आणि कोकणातील महामार्गांवर अपघातांची संख्या मोठी असून दुर्गम भागात वेळेवर मदत न पोहोचल्यामुळे मृत्यूचे प्रमाण वाढले आहे.

सल्लागाराची नियुक्ती करणार

परिवहन विभागाने या प्रकल्पाचा सविस्तर प्रकल्प अहवाल (डीपीआर) तयार करण्यासाठी आणि व्यवहार्यता तपासण्यासाठी एका सल्लागाराची नियुक्ती करण्याचा प्रस्ताव ठेवला आहे. यासाठी २९ लाख रुपयांचा निधी प्रस्तावित आहे.

भाडेतत्त्वावर सेवा

हेलिकॉप्टर खरेदी करण्याऐवजी ती भाडेतत्त्वावर घेण्याचा सरकारचा मानस आहे. याचा खर्च राज्य आणि केंद्र सरकारच्या 'रस्ते सुरक्षा निधी'तून (रोड सेफ्टी फंड) केला जाणार आहे.

पीपीपी मॉडेल

ही संपूर्ण सेवा सार्वजनिक-खासगी भागीदारी (पीपीपी) तत्त्वावर चालवण्याचा विचार सध्या सुरू आहे.

"उच्चाधिकार समितीने या प्रस्तावावर आरोग्य विभागाकडून अधिक सविस्तर माहिती मागवली असून, पुढील आठवड्यात होणाऱ्या बैठकीत या विषयावर सविस्तर चर्चा होणार आहे. जर हा प्रकल्प मार्गी लागला, तर महाराष्ट्रातील अपघाती मृत्यूचे प्रमाण कमी करण्यासाठी एक मोठी आणि जीवनरक्षक यंत्रणा कार्यान्वित होऊ शकेल."
-प्रताप सरनाईक, परिवहनमंत्री

वसई-विरार शहर महानगरपालिका

प्रभाग समिती (ई) नालासोपारा (पश्चिम)

मुख्य कार्यालय विरार

दुरध्वनी क्र. १२२५० - २४०२१७९ / २४०२५६३

जावक क्र. :- व.वि.श.म./क.वि./४९२/२५-२६

दिनांक :- २९/०५/२०२६

जाहिर नोटीस

महाराष्ट्र मुंबई प्रांतिक महानगरपालिका अधिनियम १९४९ चे कलम ४६९ अन्वये जाहीर नोटीस खालील मालमत्तेच्या हस्तांतरण संबंधाने वसई विरार शहर महानगरपालिका प्रभाग समिती (ई) कार्यालय नालासोपारा येथे प्राप्त झालेल्या मालमत्ता धारकांच्या प्रकरणपरत्वे नोटीसीनुसार सदर हस्तांतरण संदर्भाने कोणत्याही हितसंबंधाने हरकत अगर आक्षेप असल्यास ही नोटीस प्रसिध्द झाल्यापासून ७ दिवसांच्या आत हितसंबंधाच्या व हरकतीच्या लेखी पुराव्यासह वसई विरार शहर महानगरपालिका प्रभाग समिती (ई) कार्यालय नालासोपारा येथे लेखी स्वरुपात हरकत नोंदवावी. अन्यथा करवसुलीच्या सोयीसाठी सदर हस्तांतरण करुन महानगरपालिका दप्तरी याबाबतची नोंद घेतली जाईल.

अ. क्र.	विभाग	मालमत्ता क्रमांक.	रिसीट नं	ज्याचे नावे मालमत्ता आहे त्याचे म्हणजे मालमत्ता विकणा-या किंवा करदात्याचे नाव	खरिददाराचे किंवा अभिहस्तांकन करदात्याचे नाव
१	नवाळे-३	NV०३/३३/१	२९३७३	बावतीस फ्रान्सिस परेरा	समीर बावतीस परेरा
२	नाळा-४	NA०४/२१/२	२९१८५	रामचंद्र हरि म्हात्रे	मयेर रामचंद्र म्हात्रे
३	वाघोली-१	WG०१/७७/९	२३२६९	योगेश गोरखनाथ कटांळे व इतर	शरद दामू अहिरे
४	निर्मळ-१	NR०१/५१६	७६९९	अभिजित सुर्यकांत घाग	निलेश देविदास मुडे
५	नाळा-४	NA०४/७५	२२९८१	मिना भगवान नाईक	हितेश भगवान नाईक
६	नाळा-२	NA०२/२८/३	२७५९५	रघुनाथ गोविंद चोरघे	चंद्रकला रघुनाथ चोरघे/तृप्ती हर्षल
७	नवाळे-३	NV०३/४०	२७५९३	रोजी सिल्वेस्टर परेरा	डॅनी सिल्वेस्टर परेरा
८	निर्मळ-१	NR०१/५७/५	२७५९१	गणपत धोंडू डोंगरे	कवलेश जमूना जैस्वाल
९	वाघोली-१	WG०१/११२६/२३	२७७२२	संतोष शंकर सुखोई	अदालत गुरुदत्त चौधरी
१०	सोपारा-१	NL३१/११०/१०८	२९५४६	ज्योती श्रीकांत घाग	दिवाकर दिनबंधु परिदा/रुपाशी दिवाकर परिदा
११	सोपारा-१	NL३१/९६/२९	२९५५४	मगनलाल फयाराम चौधरी चैनीदेवी	राकेश मगनाराम चौधरी
१२	सोपारा-१	NL३१/७१/१८	२९५३९	महेश अर्पा.	धनश्री संतोष मडव
१३	समेळ-१	NL०८/२८७/३९	२९३९५	नो सेल (मे. कर्मा कंन्स्ट्र.)	मारुती बाळु जाधव
१४	सोपारा-१	NL३१/९६/१६	२९४३८	जयसिंग डी राव व देविसिंग पी. राव	नन्हेलाल जयप्रकाश गुप्ता
१५	समेळ-१	NL०८/२५५/१५	२९६२२	विश्वनाथ धोंडू भोसले	सोहम दिपक शिंदे व ज्योती दिपक शिंदे
१६	आचोळे-१२	NL२१/९२/१७	२४६५३	मोतीलाल मेहीलाल यादव	निभा पवन कुमार गुप्ता
१७	आचोळे-१२	NL२१/१६१/८८	२९६५०	फैरयाज आलम	अब्दुल गानी
१८	आचोळे-१२	NL२१/२९७/८	-	सुभाषचंद्र खेदु प्रसाद जायस्वाल	शितल दिलीप रस्तोगी
१९	आचोळे-१२	NL२१/३२४/३५	२९६१०	मिता प्रजापती	आरती उत्तम गायकवाड
२०	आचोळे-१२	NL२१/२८४/२७	२९६५२	अंबिका प्रसाद मिश्रा	सय्यद आफ्रिन मोहम्मद हनीफ
२१	आचोळे-१४	NL२३/५३/४८	-	सरोजनी एस जैन	पांडुरंग दामोदर वझे

सही
(मेधा वर्तक)
सहायक आयुक्त
प्रभाग समिती (ई) नालासोपारा



संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

तपपूर्तीच्या उत्साहाला महागाईचे ग्रहण



नरेंद्र मोदी यांनी 26 मे 2014 रोजी पंतप्रधानपदाची शपथ घेतली. 2019 आणि 2024 लोकसभेत भाजपप्रणित एनडीए आघाडी विजयी झाली. सलग 12 वर्षांपासून देशात मोदी सरकार आहे. 12 वर्षांना आपल्याकडे साधारणपणे एक तप मानले जाते. या तपपूर्तीचा सोहळा उत्सवप्रिय भारतीय जनता पक्षाने राज्यात आणि देशात फार केला नाही. त्याला कारण ठरले ते पंतप्रधान मोदींचे काटकसरीचे आवाहन. पाच राज्यांच्या निवडणुकीनंतर नरेंद्र मोदींनी देशाची आर्थिक स्थिती बिकट असल्याचे न सांगता आखाती युद्धामुळे देशातील परिस्थिती वाईट असल्याचे सांगितले. पेट्रोल-डिझेलचा वापर कमी करा, सोने खरेदी, परदेश दौऱ्यांना कात्री लावा, खाद्य तेलाचाही वापर कमी करण्याचे आवाहन पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी देशवासीयांना केले आहे. त्यांच्या पंतप्रधानपदाची तपपूर्ती होत असताना देशाने स्वीकारलेल्या काटकसरीच्या धोरणामुळे या तपपूर्तीचा मोठा सोहळा होत नसला तरी छोटेखानी समारंभ होत आहेतच. मुंबईत पंतप्रधानांच्या 12 वर्षातील कार्यकाळाचा आढावा घेणारे पुस्तक भाजपतर्फे प्रकाशित करण्यात आले. यामध्ये नरेंद्र मोदी यांच्या कार्यकाळात भारताने कशी प्रगती केली याचे गोडवे गाण्यात आले. आखाती युद्धानंतर भारतीय अर्थव्यवस्था गरुडझेप घेणार असे स्वप्नरंजन स्वतः मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीसांनी केले. मात्र हे करत असताना ते सोयीस्करपणे राज्यात पेट्रोल-डिझेलची टंचाई असल्याचे विसरले. कांद्याने शेतकर्यांचा वांदा केला असून त्यांना रस्त्यावर आणले आहे. काजू-आंबा उत्पादक शेतकरी त्रस्त आहे. हे सर्व सांगण्यास मुख्यमंत्री फडणवीस आनंदाच्या भरात कदाचित विसरले असण्याची शक्यता आहे. मात्र गेल्या 12 वर्षात पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या धोरणांनी भारताला आर्थिक मंदी आणि महामारीच्या संकटातून बाहेर काढून जगातील पाचवी सर्वात मोठी अर्थव्यवस्था बनवले आहे. 'कल्याणकारी योजना' आणि 'मोठ्या पायाभूत सुधारणा' यांचा समतोल साधत भारताला 2047 पर्यंत 'विकसित भारत' बनवण्याच्या दिशेने ही एक महत्त्वपूर्ण वाटचाल असल्याचे त्यांनी आत्मविश्वासाने सांगितले. नरेंद्र मोदींच्या गेल्या 12 वर्षांच्या कार्यकाळाची तुलना ही साहजिकच त्यांच्या आधीचे पंतप्रधान डॉ. मनमोहन सिंग यांच्या 2004 ते 2014 या दहा वर्षांच्या कार्यकाळाशी होत असते. देशातील सध्याची परिस्थिती पाहिली तर ही तुलना करणे अधिक क्रमप्राप्त ठरते. आधीच्या 15 वर्षांमध्ये एक अर्थतज्ञ देशाचे पाच वर्षे अर्थमंत्री आणि 10 वर्षे पंतप्रधान होते. त्यांच्या कार्यकाळात देशामध्ये परकीय गुंतवणूक मोठ्या प्रमाणात आली. अर्थव्यवस्था खुली केल्यानंतर जगभरातील उद्योग भारतात आले. भारतीय तरुणांना देशात आणि परदेशातही रोजगाराची मोठी संधी निर्माण झाली. 2004 ते 2014 या काळात भारताचा सरासरी वार्षिक विकासदर (जीडीपी) सुमारे 7.7 टक्के राहिला. काही वर्षांत तर हा दर 9 टक्क्यांच्या पार गेला होता. सध्या भारताचा जीडीपी 5.5 ते 6 टक्के आहे. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी 2014 मध्ये पंतप्रधान झाल्यानंतर सर्वात पहिला परदेश दौरा भूतानचा केला होता. तर नुकतेच ते नॉर्वे, इटली या देशांचा दौरा करून आले. 12 वर्षांमध्ये मोदींनी जवळपास 80 देशांचा दौरा केला आहे. यामध्ये सर्वाधिक अमेरिकेचा दौरा त्यांनी केला. मात्र आज अमेरिकेचा डॉलर भारतीय रुपयाला वाकुल्या दाखवत आहे. रुपयाच्या तुलनेत डॉलर गेल्या 12 वर्षांमध्ये अधिक मजबूत झाला आहे. लवकरच 100 पार करण्याची शक्यता आहे. पेट्रोल, डिझेलच्या दरांनी विक्रमी उंची गाठली आहे. भारताचे परराष्ट्र धोरण काय हे विचारण्याची सोय नाहीच, मात्र तसे कोणी धाडस केलेच तर 'मेलोडी खाओ खुद जान जाओ' अशी सध्याची स्थिती आहे. पंतप्रधान नरेंद्र मोदींच्या 12 वर्षांच्या कार्यकाळात पायाभूत सुविधांवर मोठ्या प्रमाणात भर देण्यात आला. 'पीएम गतिशक्ती' मास्टर प्लॅनअंतर्गत देशभरात महामार्ग, मालवाहू कॉरिडॉर, नवीन विमानतळ आणि 'वंदे भारत'सारख्या अत्याधुनिक ट्रेन्सचे जाळे निर्माण करून लॉजिस्टिक्स खर्च कमी करण्याचा प्रयत्न केला गेला. मात्र या सुविधांचा फायदा सर्वसामान्य भारतीयांना किती झाला, हा संशोधनाचा विषय आहे. सध्या उन्हाळ्याच्या सुट्ट्या सुरू आहेत. मुंबईतून कोकणात जाण्यासाठी एकाही रेल्वेला आरक्षण मिळण्याची सोय नाही. मुंबई-गोवा महामार्ग पूर्ण होण्यासाठी विक्रमी काळ घेत आहे. मग ही गतिशक्ती आणि अत्याधुनिक ट्रेन्सचे जाळे नेमके कुठे आणि कोणासाठी आहे, असा प्रश्न सामान्य नागरिकांना पडत आहे. नरेंद्र मोदींच्या नेतृत्वात गेल्या 12 वर्षांमध्ये भारतीय जनता पक्षाने राजकीय यश मोठ्या प्रमाणात मिळवले. पहिले पंतप्रधान पंडित जवाहरलाल नेहरू यांच्यानंतर सर्वाधिक काळ पंतप्रधान राहणारे नरेंद्र मोदी हे दुसरे पंतप्रधानही ठरतील. मात्र कार्यकाळाचा आकडा वाढून देशाची स्थिती बदलत नाही. गेल्या 12 वर्षांच्या धोरणांचा परिपाक आज विविध वस्तूंवरील निबंर्धातून दिसत आहे. त्यामुळे पुढील तीन वर्षांमध्ये लोकानुनयाच्या घोषणांऐवजी सर्वसामान्यांच्या रोजीरोटी आणि रोजगाराचा प्रश्न सोडवणारी धोरणे सरकारने राबवण्याची गरज आहे. देशाची अर्थव्यवस्था अजून चांगल्या स्थितीत आहे, तोपर्यंत सरकारने एमएसएमई क्षेत्राला सक्षम करण्याची गरज आहे. त्यामुळे तरुणांना हमखास रोजगाराची हमी मिळेल. मध्यमवर्गाला महागाई, करातून सवलत मिळण्यासाठी कररचनेत सुधारणा केली पाहिजे. आरोग्य विम्याची कक्षा रुंदावली पाहिजे. देशाचा पाया ग्रामीण अर्थव्यवस्थेवर आहे. कृषी क्षेत्रात आमूलाग्र सुधारणा करून डिजिटल मंडी दलालांशिवाय थेट ग्राहकांपर्यंत सुविधा देणे गरजेचे आहे. स्वामिनाथन आयोगाची अंमलबजावणी केली तरी अनेक प्रश्न सुटतील. आपली एआयची गाडी सुटली असली तरी भविष्यातील तंत्रज्ञान तेच आहे, यासाठी विद्यार्थ्यांना डेटा सायन्स आणि तत्सम क्षेत्रासाठी प्रोत्साहन देण्याची गरज आहे. मेट्रो शहरांमध्ये वाढणाया गदीर्चे नियोजन हा आणखी एक आवश्यक मुद्दा ऐरणीवर घेतला पाहिजे. यामुळे शहरी गरीब आणि कनिष्ठ, मध्यमवर्ग यांच्यातील दरी कमी होण्यास मदत होईल. 5 ट्रिलियन डॉलरची अर्थव्यवस्था ही फक्त बोलून होणार नाही तर त्यासाठी सर्वसामान्यांना चांगल्या नोकऱ्या, मुलांचे उत्तम शिक्षण, स्वस्त आरोग्य सेवा दिल्या पाहिजेत. 'मोठ्या कॉर्पोरेट्स'कडून थेट सर्वसामान्य नागरिक आणि ग्रामीण भारताकडे विकासाची गंगा वळवण्याची हीच वेळ आहे.

विमानांची इंधनकोंडी



'युनायटेड एअरलाइन्स', 'लुफ्तान्सा' अशा जगभरातील कंपन्यांनीही याच परिस्थितीला तोंड द्यावे लागत आहे; मात्र कोरोनाच्या संकटातून सावरत असलेल्या भारतीय हवाई वाहतूक क्षेत्रापुढील अन्य अडचणींमुळे हे संकट अधिक गुंतागुंतीचे आहे.

हवाई वाहतुकीच्या इंधनाचे दर गगनाला भिडल्याने देशातील प्रमुख कंपन्यांची विमाने जमिनीवर आली आहेत. 'एअर इंडिया'ने आपल्या देशांतर्गत विमान उड्डाणांमध्ये २२ टक्के कपात केली आहे; तसेच 'इंडिगो'च्या उड्डाणांमध्येही पाच ते सात टक्के घट होण्याची शक्यता आहे.

देशातील हवाई वाहतुकीच्या क्षेत्रात ९० टक्के वाटा असलेल्या या कंपन्यांच्या उड्डाणांमध्ये घट झाल्याचे या उद्योगाप्रमाणेच अन्य अवलंबून क्षेत्रांवरही गंभीर परिणाम होणार, हे निश्चित. 'स्पाइसजेट' आणि 'अकासा'नेही हाच मार्ग अवलंबला आहे. प्रमुख कंपन्यांनी आंतरराष्ट्रीय उड्डाणेही कमी केलीत; त्यापाठोपाठ देशांतर्गत विमान वाहतूकही मंदावणार आहे. इराण-इस्रेरिका युद्धस्थिती आणि होर्मुझच्या सामुद्रधुनीतून तेलाची आवक आटल्याचे हे परिणाम. काही दिवसांपूर्वीच पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी परकीय चलन वाचवण्यासाठी सोनेखरेदी आणि अनावश्यक विमानप्रवास टाळण्याचे आवाहन केले होते. आता परिस्थितीनेच लाखो प्रवाशांवर ही वेळ आणली आहे. युद्धसमाप्ती किंवा इंधनपुरवठा सुरळित होण्याची चिन्हे नाहीत. त्यामुळे हे संकट किती गहिरे होणार, याचा तूर्त अंदाज येत नाही.

होर्मुझची सामुद्रधुनी ठप्प झाल्याने सुमारे ८० टक्के इंधन आयात करणाऱ्या भारतासारख्या देशांना इंधनटंचाईला तोंड द्यावे लागत आहे. एकीकडे ग्रामीण भागांत डिझेलअभावी जागेवर उभ्या असलेल्या शेतकऱ्यांच्या ट्रॅक्टरपासून विमान वाहतुकीपर्यंत हे संकट पोहोचले आहे. युद्ध सुरू झाल्यानंतर 'एटीएफ' च्या दरात जवळपास १३० टक्क्यांनी वाढ होऊन हे दर ८० हजार रुपयांवरून प्रति किलोलिटर एक लाख रुपयांच्या पुढे गेले आहेत. विमानांच्या परिचालनातील इंधनखर्चाचा सर्वसाधारण वाटा ४० टक्क्यांवरून ६० टक्क्यांवर पोहोचल्याने ही वाहतूक सुरू ठेवणे परवडणारे नाही; त्यामुळे या परिस्थितीत सरकारने हस्तक्षेप करावा, अशी मागणी 'फेडरेशन ऑफ इंडियन एअरलाइन्स' ने गेल्या महिन्यातच केली होती. त्यामध्ये केंद्राचे उत्पादन शुल्क आणि राज्य सरकारांच्या मूल्यवर्धित कराचा (व्हॅट) भार कमी करण्याची मागणी होती. केंद्राने स्थानिक उड्डाणांसाठी इंधन दरवाढीवर २५ टक्क्यांची मर्यादा घालण्यासाठी उपाययोजनाही केल्या होत्या. आता हवाई वाहतूक विभागाने विविध राज्यांना 'व्हॅट' कमी करण्याची विनंती केली असून, महाराष्ट्रासारख्या काही राज्यांनी त्याला सकारात्मक प्रतिसादही दिला आहे; मात्र इंधन दरवाढीच्या प्रमाणात तेवढे पुरेसे ठरलेले दिसत नाही.

युद्ध सुरू झाल्यानंतर विमान तिकिटांच्या दरात ४० ते ५० टक्क्यांनी वाढ झाल्याने प्रवासी हैराण झाले आहेत. त्यातच या दोन्ही कंपन्यांची मिळून दररोजची दोनशे ते तीनशे उड्डाणे आता कमी होणार आहेत. या उड्डाणांमध्ये घट झाल्याने उर्वरित विमानांवर त्याचा भार येणार आणि तिकीटदरांचीही उड्डाणे होणे अपरिहार्य आहे. आता रद्द झालेल्या उड्डाणांच्या तिकिटांचे पैसे परत करणे किंवा प्रवाशांची अन्य व्यवस्था या कंपन्या करतील; परंतु यामुळे लाखो प्रवाशांची होणारी गैरसोय टळू शकणार नाही.

'एअर इंडिया' चा तोटा २७ हजार कोटी रुपयांपर्यंत पोहोचला आहे. गेल्या काही काळात भूराजकीय समस्यांमुळे; तसेच पाकिस्तानातील हवाई बंदीमुळे या विमानांना लांबचे वळसे घ्यावे लागत असल्याने परिचालनाचा खर्चही वाढलेला आहे. त्यातच घसरत्या रुपयामुळे तेलाची आयात आणखी महाग ठरत असल्यामुळे विमान कंपन्या हैराण होणे साहजिक आहे. देशाच्या वाहतूक व्यवस्थेतला प्रमुख घटक असलेल्या या क्षेत्रापुढील अडचणी दूर करण्यासाठी केंद्र सरकारने पुढाकार घेणे गरजेचे आहे. त्याशिवाय पर्यटन, हॉटेल आणि कॅबसारखी अन्य अनेक क्षेत्रे हवाई वाहतुकीवर अवलंबून असून, त्यामधील लाखो रोजगारांवर या संकटाचे अर्थव्यवस्थेवरही प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष परिणाम होणार आहेत. त्यामुळेच इंधनावर केंद्र आणि राज्यांनी करसवलती देणे, तेलशुद्धीकरणातील नफ्यावर मयार्दा आणणे आवश्यक आहे. महाराष्ट्र, कर्नाटक, तेलंगण आणि पश्चिम बंगाल आदी राज्यांमध्ये 'व्हॅट'च्या दरात काही काळ कपात केल्यास त्या राज्यांच्या तिजोरीवर काय परिणाम होतात, याचा सर्वांगीण विचार करावा लागेल. मात्र, प्रामुख्याने तातडीच्या प्रवासासाठी वापर होणारी ही जीवनवाहिनी टिकवण्यासाठी उपाययोजना करण्यावाचून पर्याय नाही.

पाकिस्तानी नेत्यांना जनतेच्या बंडाची भीती!

पाकिस्तानची परिस्थिती दिवसेंदिवस बिकट होत चालली आहे. बेरोजगारी, महागाई वेगाने वाढत आहे. गरीबीमुळे मुस्लीम देश असलेल्या आखातात भीक मागायला गेलेल्या काही हजार पाकिस्तान्यांना तिथून हाकलून देण्यात आले. बेरोजगारीमुळे सामान्य माणसांचा संताप वाढत चालला आहे. जनतेला आता पुढची दिशाच दिसत नसल्यामुळे ती अनावर होत आहे. त्यामुळे याची परिणती जनतेने राजकीय नेते आणि लष्कराविरोधात केलेल्या बंडात होऊ शकते, त्यामुळेच नेत्यांनी काही हालचाली सुरू केल्या आहेत.

काश्मीरमधील पहलगाम येथे २६ भारतीय पर्यटकांचा पाकिस्तानी दहशतवाद्यांनी नरसंहार केल्यानंतर भारताने 'ऑपरेशन सिंदूर' मोहीम हाती घेऊन पाकिस्तानला जेरीस आणले. त्यांचे लष्करी हवाई तळ उद्ध्वस्त केले. शेवटी पाकिस्तानच्या लष्करी मुख्यालयाने युद्ध थांबविण्याची मागणी केल्यावर युद्ध थांबविण्यात आले. हे युद्ध मी थांबविले, असे अमेरिकेचे अध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प यांनी ट्विट करून सांगितले. त्यामुळे युद्ध नेमके कुणी थांबवले याविषयी चर्चा होत राहिली. भारताने पाकिस्तानला धडा शिकवला, पण त्याचसोबत 'ऑपरेशन सिंदूर' आम्ही थांबवलेले नाही, स्थगित केलेले आहे. त्यामुळे पाकिस्तानने पुन्हा अशी आगळीक केली तर ते युद्ध समजून पाकिस्तानवर हल्ला केला जाईल, असे भारताने स्पष्ट केले. तरीही त्यानंतर पाकिस्तानी दहशतवादी संघटनांनी स्वतः थेट भाग न घेता भारतातील त्यांच्या हस्तकांचा वापर करून दिल्लीत लाल किल्ल्याजवळ भीषण कारस्फोट घडवून आणला. त्यावेळी मोठ्या प्रमाणात शस्त्रसाठा जप्त करण्यात आला. विविध राज्यांमध्ये या दहशतवाद्यांना स्फोट घडवायचे होते, अशी माहिती पुढे आली होती.

काही झाले तरी भारताच्या कुरापती काढून येथील वातावरण तंग करून ठेवणे हाच पाकिस्तानचा हेतू राहिलेला आहे. त्यांना जागतिक पातळीवरून त्यांच्या मित्र देशांकडून मिळणारी बहुतांश मदत ते भारताच्या विरोधात वापरतात. पाकिस्तानच्या स्थापनेपासून त्यांनी जोपासलेला भारतद्वेष त्यांनी कायम धगधगत ठेवला आहे. हिंदुबहुल भारतात मुसलमान सुरक्षित राहणार नाहीत, त्यांच्या अधिकारांचे संरक्षण होणार नाही, अशी आवई उठवून मुस्लीम लीग आणि महमदअली जिना यांनी वेगळ्या पाकिस्तानची मागणी केली. तो प्रचंड हिंसाचार घडवून मिळवला. वेगळा पाकिस्तान मिळवल्यानंतर त्यांनी एक देश म्हणून आपली वाटचाल करायला हवी होती. आजूबाजूच्या देशांशी सहकार्याचे संबंध ठेवून विकासाचे विविध कार्यक्रम राबवायला हवे होते. पण तसे न करता फक्त भारतद्वेष आणि भारतात घातपाती कारवाया घडवून आणणे हाच त्यांचा एकमुखी कार्यक्रम राहिला आहे. भारताने पाकिस्तानवर कधीही युद्ध लादले नाही. पाकिस्ताननेच गेल्या 79 वर्षांत भारतावर छोटी-मोठी युद्धे लादली, पण त्यात त्यांचा पराभव झाला. आपण भारताशी थेट युद्ध लढू शकत नाही, हे लक्षात आल्यावर त्यांनी भारताविरोधात छुपे युद्ध सुरू केले. या छुप्या युद्धाचा पहिला फटका 80-90 च्या दशकात काश्मिरी पंडितांना बसला. पाकिस्तानने काश्मीरमधील मुसलमानांना चिथावणी देऊन तिथल्या हिंदूंवर अमानुष अत्याचार केला, हत्या केल्या. त्यांना आपली घरे सोडून तिथून पळायला भाग पाडले. आजही हे हिंदू पंडित स्वतंत्र भारतात आश्रय शोधत आहेत.

भारताविरुद्ध पाकिस्तान सतत लढत राहिला. अचानक हल्ला करून जो काश्मीरचा भाग त्यांनी बळकावला तिथली स्थिती अतिशय दयनीय आहे. इतकेच नव्हे तर आज सगळ्याच पाकिस्तानातील परिस्थिती दयनीय आहे. पूर्वी पाकिस्तानच्या आतमध्ये काय चालले आहे, ते कळत नसे. त्यांचे सरकार-नियंत्रित प्रसारमाध्यम जे दाखवत असे तेवढेच दिसत असे. पण आता समाजमाध्यमे असल्यामुळे पाकिस्तानची स्थिती सध्या कशी हलाखीची आहे, तिथले सामान्य लोक काय म्हणत आहेत, ते थेट दिसत आहे. तिथला सामान्य माणूस पाकिस्तानी सरकार, मग ते कुठल्याही पक्षाचे असो, आणि लष्कर यांच्याविरोधात बोंब ठोकत आहे. पाकिस्तानी राज्यकर्ते आणि लष्करी अधिकारी भ्रष्टाचार करून विविध योजनांचे पैसे खात आहेत. त्यांची मुले परदेशात शिकत आहेत. पण पाकिस्तानमधील सामान्य माणसाला विविध भागांमध्ये पुरेसे पाणी मिळणेही मुश्कील झाले आहे. पाकिस्तान हा खरे तर एक देश नाही. तो विविध संघटनांच्या ताब्यातील एक प्रदेश आहे. कारण सरकार, लष्कर, मुल्ला-मौलवी, दहशतवादी संघटना यांच्यामध्ये या पाकिस्तान नामक प्रदेशाची ओढाताण होत आहे. प्रदेशाची म्हणण्यापेक्षा तिथल्या सामान्य लोकांची अक्षरशः पिळवणूक होत आहे. क्या इसीलिए बना था पाकिस्तान? असे म्हणत ते कपाळावर हात मारत आहेत. भारताची फाळणी करून वेगळा पाकिस्तान निर्माण केल्याचा आज त्यांना पश्चाताप होत आहे. पण सरकार आणि लष्करासमोर सामान्य जनतेचे काही चालत नाही. पाकिस्तान हा देश नव्हे तर तो अतिरेक्यांचा अड्डा आहे, त्या अतिरेक्यांचा अंमल तिथल्या गरीब-बिचाया लोकांवर सुरू असतो.

पाकिस्तानातील अस्थिर वातावरणामुळे तिथे कुठल्याही जागतिक दर्जाच्या कंपन्या गुंतवणूक करत नाहीत. त्यामुळे तिथे प्रचंड बेकारी वाढलेली आहे, महागाईही प्रचंड वाढलेली आहे. पाकिस्तानी लोक आखातातील काही देशांमध्ये जाऊन भीक मागत आहेत, पण त्यांना तिथूनही हाकलून देण्यात येत आहे. त्यामुळे पाकिस्तानातील सामान्य माणसाची अवस्था जाये तो जाये कहाँ, अशी झालेली आहे. 'गदर - 2' मध्ये सनी देवलचा जो एक डायलॉग आहे, यदि भारत जाने का मौका मिले तो आधा पाकिस्तान खाली हो जायेगा, हे आजच्या स्थितीत अगदी लागू पडणारे आहे. कारण तिथल्या जनतेसाठी सगळ्यात जवळचा देश भारत आहे. भारत हाच देश त्यांच्यासाठी सांस्कृतिक, भाषा, खाण्यापिण्याच्या पद्धती, राहणीमान याबाबतीत जवळचा आहे. पाकिस्तानी सरकार आणि लष्कराने चीनला कितीही आपला मित्र देश मानले तरी पाकिस्तानी जनतेला चीन कुठल्याच बाबतीत जवळचा वाटत नाही, हे वास्तव आहे. पाकिस्तानातील बलुचिस्तानमध्ये सरकारविरोधात प्रचंड असंतोष आहे. बलुच लिबरेशन आमीर्ला पाकिस्तानपासून बलुचिस्तान वेगळा करायचा आहे. त्यासाठी त्यांनी आक्रमक भूमिका घेतलेली आहे. त्यांनी पाकिस्तानी लष्कराच्या नाकी नऊ आणलेले आहेत.

काही दिवसांपूर्वी पाकिस्तानच्या परराष्ट्र मंत्र्यांनी त्यांच्या देशातील एका परिषदेत सांगितले होते की, आम्ही अनेक देशांकडे जातो, पण पाकिस्तानला कुणी कर्ज द्यायला तयार नाही. आम्हाला कुणी उभे करत नाही. पाकिस्तानमधील अनेक बुद्धिवादी आज समाजमाध्यमांवर आपली मते मांडताना दिसत आहेत. पाकिस्तानची निर्मिती होऊन 79 वर्षे झाल्यावर आता मागे वळून पाहताना या बुद्धिवाद्यांना असा प्रश्न पडत आहे की, पाकिस्तानची निर्मिती कुठल्या हेतूने झाली, कशासाठी झाली आणि त्या निर्मितीतून आपण काय साध्य केले? त्यातून त्यांना एकच उत्तर मिळते. पाकिस्तानच्या निर्मितीचा असा काही उद्देशच नव्हता, त्यामुळे या देशाला कुठलीही दिशा आणि ध्येय राहिलेले नाही. भारताविषयीचा राग आणि संताप हे काही एखाद्या देशाचे ध्येय असू शकत नाही. त्यामुळे पाकिस्तान हा एक फसलेला प्रयोग आहे. कारण हिंदुबहुल भारतात मुसलमानांचे भवितव्य सुरक्षित नाही, असे पाकिस्तान निर्मात्यांचे म्हणणे होते, तर आता भारतात मुसलमानांची संख्या पाकिस्तानातील मुसलमानांपेक्षा जास्त आहे. ते विविध क्षेत्रांत पुढे गेलेले आहेत. डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम तर देशाचे राष्ट्रपती होऊन गेले. ते तर भारताचे 'मिसाईल मॅन' होते. प्रत्येक भारतीयासाठी ते आदरणीय आहेत. असे किती गैर-मुसलमान पाकिस्तानात पुढे आलेले आहेत? तर बहुदा कुणीच दिसत नाहीत.

पाकिस्तानातून अनेक बिगर-मुसलमानांचा खात्मा करण्यात आला. जे मागे राहिले आहेत, त्यांना जीव मुठीत घेऊन जगावे लागत आहे. पाकिस्तानच्या निर्मितीमागे काही स्पष्ट हेतू नव्हता, कारण भारतातील सगळे मुसलमान काही पाकिस्तानात गेलेच नाहीत. पंजाब हा पाकिस्तानला लागून असल्यामुळे तिथून जाणार्यांची संख्या मोठी होती. पाकिस्तानच्या सरकारने त्यांच्या नागरिकांना शाळांच्या पातळीपासून पुस्तकांतून भारतद्वेष शिकवला, पण आता तेच नागरिक प्रसारमाध्यमे आणि समाजमाध्यमांतून भारतातील आजची स्थिती पाहत आहेत तेव्हा त्यांना वास्तव कळत आहे. आपल्या राजकीय नेत्यांनी आणि लष्कराने आपल्याला भ्रमात ठेवले. त्यामुळे ते वैफल्यग्रस्त झालेले आहेत. भारतात विविध ठिकाणी स्फोट घडवणारा पाकिस्तान आता स्वतःच जनक्षोभाच्या स्फोटकांवर उभा आहे, त्याचा कधीही विस्फोट होऊ शकतो. तो विस्फोट सरकार आणि लष्कराविरोधात पाकिस्तानातील सामान्य जनतेच्या उद्रेकाचा असेल. त्यामुळेच आता तिथल्या राजकीय नेत्यांनी सावध भूमिका घ्यायला सुरुवात केली आहे.

पाकिस्तानातील पंजाबच्या मुख्यमंत्री मरियम नवाझ शरीफ सरकारने लाहोरमधील रस्ते आणि चौकांना फाळणीपूर्वीची, ब्रिटिशकालीन आणि हिंदू-जैन-शीख नावे पुन्हा प्रस्थापित करण्याचा प्रस्ताव मंजूर केला आहे. पाकिस्तानातील राजकीय नेते आणि लष्कर यांनी पाकिस्तान हे एक इस्लामिक राष्ट्र आहे, अशी प्रतिमा जगात उभी केली. त्यामुळे पाकिस्तान हे फक्त मुस्लिमांसाठी आहे, असे चित्र उभे राहिले. मुस्लिमेतरांना इथे काही स्थान राहिले नाही, तसे त्यांनी दाखवूनही दिले. पण आता बदलत्या काळात पाकिस्तानला अशी इस्लामी कट्टरवादाची भूमिका घेऊन पुढे चालणे अवघड बनू लागले आहे, त्यामुळे इस्लामी नावे बाजूला करून मूळ नावे देण्याचा विचार पुढे येत आहे. त्यातून त्यांना इतर धर्मियांचा विश्वास संपादन करायचा आहे, असे संकेत मिळत असले तरी ते केवळ नामधारी असून चालणार नाही, तो विश्वास प्रत्यक्षात दिसायला हवा.

कांदा का रडवतो?



कांद्याचा वापर नेहमी राजकारणासाठी केला जातो. कांद्याचे भाव वाढले तर ग्राहकांचे हित पाहिले जाते, पण भाव गडगडतात तेव्हा मात्र शेतकऱ्यांना वाऱ्यावर सोडले जाते. हे टाळण्यासाठी दीर्घकालीन उपाय योजले पाहिजेत.

कांद्याचे भाव न्यूनतम पातळीवर गेल्यामुळे राज्यभर कांद्याला भाव मिळण्यासाठी आंदोलने सुरू आहेत. देशातील वार्षिक कांदा उत्पादन सुमारे ३०० ते ३२० लाख टन आहे. त्यापैकी महाराष्ट्रात ११० ते १३० लाख टन कांदा उत्पादन होते. लासलगाव ही आशियातील सर्वांत मोठी कांदा बाजारपेठ मानली जाते. नाशिक, अहिल्यानगर, पुणे, सोलापूर, जळगाव, धुळे आणि छत्रपती संभाजीनगर हे प्रमुख कांदा उत्पादक जिल्हे आहेत. स्वाभाविकरीत्या हे जिल्हे सध्याच्या आंदोलनाचे केंद्र बनले आहेत.

कांद्याचे राजकारण : संख्येने खूप अधिक असलेल्या ग्राहकांची मर्जी टिकावी यासाठी कांद्याचे भाव वाढले की सरकार तातडीने हस्तक्षेप करते. भाव पाडले जातात. शेतकऱ्यांना दोन पैसे मिळण्याची संधी नाकारत तत्परतेने निर्यातबंदी, निर्यात शुल्कात वाढ किंवा किमान निर्यातमूल्य यासारखी साधने वापरली जातात; मात्र कांद्याचे भाव पडतात तेव्हा शेतकऱ्यांना मदत करण्यासाठी सरकारच्या वतीने पुरेशी तत्परता दाखवली जात नाही. या वेळीही तेच झाले आहे.

अजब निर्णय : शेतकऱ्यांनी केलेल्या तीव्र आंदोलनामुळे राज्य सरकारने नाफेडद्वारे १२३५ रुपये प्रतिक्विंटल प्रमाणे कांदा खरेदी करण्याची घोषणा केली. मात्र सध्या कांद्याला १३००-१४०० रुपये भाव बाजारात मिळत असल्यामुळे ही घोषणा कुचकामी ठरली. आंदोलनांमुळे केंद्र सरकारने थोडी वाढ करून तो १५८० रुपये प्रतिक्विंटल केला, मात्र हा दर केवळ नाशिक जिल्ह्यातील शेतकऱ्यांसाठी असेल, असे नमूद केले. हा निर्णय अजब म्हणावा असा आहे. सरकार केवळ एका जिल्ह्यापुरता असा भाव कसा काय जाहीर करू शकते? नाशिक बाजार समितीत नगर किंवा पुण्याच्या शेतकऱ्यांनी आपला कांदा नेला तर त्याला हा भाव सरकार देणार की नाही, असे प्रश्न यामुळे उपस्थित झाले. मुळात सरकारने एखाद्या जिल्ह्याचा अशा प्रकारे उल्लेख करून उर्वरित जिल्ह्यांवर अन्याय करणे हे सर्वथा गैर आहे. शिवाय जो भाव जाहीर केला आहे तो आणि शेतकऱ्यांची मागणी यात मोठी तफावत आहे. कांद्याचा उत्पादन खर्चच १५०० ते १८०० रुपये प्रतिक्विंटल असताना सरकारने १५८० रुपये भाव जाहीर करणे अन्यायकारक आहे.

उपाय : आज शेतकऱ्यांना तत्काळ सहाय्य करण्याच्या दृष्टिकोनातून किमान १५०० रुपये प्रतिक्विंटल अनुदान जाहीर करणे; तसेच ३००० रुपये प्रतिक्विंटल प्रमाणे पुरेशा प्रमाणात नाफेडद्वारे कांद्याची सरकारी खरेदी करणे हे उपाय अवलंबले पाहिजेत. शिवाय योग्य निर्यात धोरण, नाफेड व बफर स्टॉकचा योग्य वापर, साठवण क्षमतेत वाढ, भाव स्थिरीकरण कोष यासारखे दीर्घकालीन उपाय केले पाहिजेत. शेतकऱ्यांनी आंदोलने केली की दीर्घकालीन उपायांबद्दल तात्पुरती चर्चा होते. किसान सभेने नाशिक ते मुंबई काढलेल्या लाँग मार्चमध्येही अशीच चर्चा झाली. समिती निर्माण करून दीर्घकालीन उपाय करण्याचे आश्वासन मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी दिले. याबाबत सातत्याने पाठपुरावा करण्यात आला; मात्र सरकारकडून नंतर प्रतिसाद मिळाला नाही.

योग्य निर्यात धोरण : कांद्याचे भाव पडण्यात केंद्र सरकारच्या आयात-निर्यात धोरणाचा मोठा वाटा आहे. महागाई नियंत्रणाच्या नावाखाली सरकारने वेळोवेळी कांदा निर्यातीवर बंदी, किमान निर्यात मूल्य आणि निर्यात शुल्क लादल्यामुळे आंतरराष्ट्रीय बाजारपेठेत भारतीय कांद्याची स्पर्धात्मकता कमी झाली आहे. ऑगस्ट २०२३ मध्ये केंद्राने कांद्यावर ४० टक्के निर्यात शुल्क लावले, त्यानंतर ऑक्टोबर २०२३मध्ये ८०० डॉलर प्रतिटन किमान निर्यातमूल्य निश्चित केले आणि डिसेंबर २०२३ पासून मार्च २०२४पर्यंत संपूर्ण निर्यातबंदी लागू केली. नंतर ही बंदी 'पुढील आदेशापर्यंत' वाढविण्यात आली. या धोरणांचा थेट परिणाम महाराष्ट्रातील शेतकऱ्यांवर झाला. निर्यात बंद झाल्यानंतर लासलगावसारख्या प्रमुख बाजारांमध्ये कांद्याचे घाऊक दर ४५०० रुपये प्रतिक्विंटलवरून १२०० रुपयांपर्यंत घसरले. भारताने २०२२-२३ मध्ये विक्रमी २५ लाख टन कांदा निर्यात केला होता; मात्र निबंर्धांमुळे नियार्तीत मोठी घट झाली. मे २०२४ मध्ये सरकारने बंदी उठवली तरी ५५० डॉलर प्रति टन किमान निर्यात मूल्य आणि ४० टक्के शुल्क कायम ठेवले. त्यामुळे निर्यात मर्यादितच राहिली. परिणामी, देशांतर्गत पुरवठा वाढून भाव कोसळले, दुसरीकडे पाकिस्तान, चीन, इजिप्त यांसारख्या देशांनी आंतरराष्ट्रीय बाजारपेठेतील भारताचा हिस्सा हस्तगत केला. सतत बदलणाऱ्या निर्यात धोरणामुळे भारतीय कांद्याची जागतिक बाजारपेठेतील विश्वासार्हता कमी झाली.

साठवण क्षमता : राज्यात २०१५-१६ मध्ये कांदा साठवण क्षमता सुमारे १५ लाख टन होती. सरकारने ती २० टक्क्यांनी वाढवण्याची घोषणा केली होती; मात्र महाराष्ट्रात दर वर्षी ११० ते १३० लाख टन कांदा उत्पादन होत असताना आधुनिक साठवण क्षमता त्याच्या तुलनेत खूपच कमी आहे. राज्यात सुमारे सात लाख कांदा चाळी असल्याचे सरकारने सांगितले होते आणि त्या ८.५ लाखांपर्यंत वाढवण्याचा निर्णय घेण्यात आला होता. तरीही

पावटा खिचडी



साहित्य : ओले पावटे, तांदूळ, ओला लसूण, हिरवी मिरची, आले, कोथिंबीर, कांदा, तूप, अख्खा गरम मसाला, गोडा मसाला, गुळ, हळद, मीठ.

कृती : ओले पावटे हळद मीठ घालून किंचित उकडून घ्यावेत. १ वाटी तांदूळ धुवून, निथळवून घ्यावा. ओला लसूण, हिरवी मिरची, आले, कोथिंबीर याचे वाटण करून घ्यावे. कांदा चिरून घ्यावा. तूप गरम करून त्यात अख्खे मसाले घालून, परतून मग त्यात कांदा घालावा. ते लालसर झाल्यावर त्यावर हिरवे वाटण घालून परतावे. तांदूळ आणि पावटे घालून पुन्हा परतून घ्यावे. गोडा मसाला, गुळ, मीठ घालून दोन वाट्या पाणी घालावे. बाजूने थोडे तूप सोडावे. कुकरमध्ये शिट्टी काढावी. पावटाभात तयार आहे.

ॲलर्जी असणाऱ्या त्वचेसाठी मेकअप

त्वचा संवेदनशील असेल तर अनेक अडचणींना तोंड द्यावं लागतं. कोणतंही मेकअप प्रॉडक्ट वापरण्यापूर्वी त्याचं त्वचेवर परीक्षण करणं गरजेचं ठरतं. ॲलर्जीमुळे अनेक मेकअप प्रॉडक्ट वापरणं अवघड होऊन बसतं. ॲलर्जिक त्वचेचा मेकअप कसा करावा याविषयी...



■ ॲलर्जिक त्वचा असणाऱ्या व्यक्तींनी मेकअपची सुरुवात क्लिंजिंग आणि मॉइश्चरायझिंगने करावी. त्यानंतर फाऊंडेशनचा अत्यंत पातळ थर लावून घ्यावा.

■ नंतर चीकबोन्सच्या थोडं खाली, नाकाच्या दोन्ही बाजूला आणि कपाळाच्या बाजूंना ब्रोंजर लावा. नाकाला अधिक उठाव येण्यासाठी काँट्यूर मेकअप करा.

■ ॲलर्जिक त्वचा असणाऱ्यांनी डोळ्यासाठी मेकअपची उत्पादनं खरेदी करताना सावधगिरी बाळगावी.

■ टिश्यू आणि मेकअप ब्रशचा वापर टाळण्याचा जास्तीत जास्त प्रयत्न करावा. त्याऐवजी सुती रुमालाचा वापर करावा.

■ ॲलर्जीमध्ये डोळ्याखालच्या त्वचेवर सर्वात जास्त परिणाम होतो. त्यामुळे रात्री झोपण्यापूर्वी अंडर आय क्रीम लावावं.

■ कोणत्याही उत्पादनाचा वापर करण्यापूर्वी ते तुमच्या त्वचेसाठी कितपत उपयोगी ठरेल याची माहिती घ्या.

■ ॲलर्जिक स्कीन असणाऱ्यांनी शक्यतो स्वतःचे मेकअप प्रॉडक्ट इतरांबरोबर शेअर करू नयेत.



भात खाल्ल्याने वजन वाढते, पोट सुटते म्हणून तुम्हीही भात खाणे टाळता का? मग भातासंबंधित असलेले तुमचे समज-गैरसमज दूर करण्याची गरज आहे. सेलिब्रेटी न्यूट्रिशनिस्ट ऋजुता दिवेकर सांगते आहे वरण-भात खाण्याचे महत्त्व आणि फायदे...

'या' फायद्यांसाठी आहारात भाताचा अवश्य समावेश करा!

हृदयाचे आरोग्य जपण्यासाठी

वरण भात खाल्ल्याने तुमच्या हृदयाचे आरोग्य चांगले राहते. तर ब्लड शुगर नियंत्रित राहते. इतकंच नाही तर वरण भात पचायलाही हलका असतो. त्याचबरोबर रात्रीची झोपही नीट येण्यास मदत होते. तसंच भात खाल्ल्याने पोटातील आतडे मजबूत होतात आणि बद्धकोष्ठतेची समस्या दूर होण्यास मदत होते.

विविध फायदे

भातात अमिनो ॲसिड भरपूर प्रमाणात असते. जे मेंदूच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर असते. याचा प्रभाव मसल्सवरही होतो. वर्कआऊट करत असाल तर भात खाणे लाभदायी आहे.कारण भात खाल्ल्याने वर्कआऊटचे परिणाम लवकर दिसून येतात. भातात मेथिओनिन, व्हिटॅमिन बी१ आणि रेजिस्टेंट स्टार्च असतात. मेथिओनिनमध्ये असलेल्या अमिनो ॲसिडमध्ये सल्फरचे प्रमाण अधिक असते. त्यामुळे त्वचेच्या अनेक समस्या दूर होण्यास मदत होते. त्याचबरोबर वाढत्या वयाचा परिणाम कमी करण्यासाठीही भात खाणे फायदेशीर ठरते.

त्वचेसाठीही फायदेशीर

लिव्हरमधील विषद्रव्य (टॉक्झिन्स) बाहेर टाकण्यासही मदत होते. चेहऱ्यावर येणाऱ्या सुरकुत्या, केस पांढरे होणे यावर उपाय म्हणूनही भात खाल्ला जातो. कॅन्सर सारख्या दुर्धर आजारावर देखील भात खाणे फायदेशीर ठरते.



जीवनशैलीतील 'या' बदलांमुळे तुम्ही निरोगी दीर्घायुषी व्हाल!

रात्री झोपण्यापूर्वी अनेक जण सकाळी लवकर उठून व्यायाम करण्याचा विचार करतात. मात्र सकाळी लवकर उठणे शक्य होत नाही. आपल्या धकाधकीच्या आणि गुंतागुंतीच्या जीवनशैलीचा आपल्या आरोग्यावर वाईट परिणाम होत आहे. त्यामुळे या धावपळीतून स्वत:साठी वेळ काढणे गरजेचे आहे. तर आपल्या जीवनशैलीत काही लहान सहान बदल केल्यास तुम्हाला निरोगी दीर्घायुष्य लाभेल. पाहुया काय आहेत ते बदल...

शारीरिक हालचाली बंद करू नका : वाढत्या वयानुसार अवयवांचे काम करणे काहीसे मंदावते. पण तुम्ही थांबू नका. हालचाल, काम करणे बंद करू नका. जिने चढा. चाला, फिरा. असा काहीना काहीतरी शारीरिक हालचाली चालू राहू द्या. त्यामुळे रक्तप्रवाह सुरळीत होईल.

वजन नियंत्रित ठेवा : सात्त्विक, संतुलित आहार घ्या. त्यामुळे वजन गरजेपेक्षा अधिक वाढणार नाही. आहारात हिरव्या पालेभाज्या, फळे यांचा समावेश करा. मांसाहारी पदार्थ तुम्हाला आवडत असतील तर जरूर खा. पण त्याचा अतिरेक टाळा. त्याचबरोबर दूध, अंडी अवश्य खा. त्यामुळे शरीराला प्रोटीन्स भरपूर प्रमाणात मिळतील. अशा संतुलित आहाराने शरीराचे वजन नियंत्रित राहील.

आनंदी रहा : घरी किंवा ऑफिसमध्ये नेहमी गंभीर राहणे गरजेचे नाही. तुम्ही कुटुंबातील सदस्यांसोबत, मित्रमंडळींसोबत हसत खेळत राहू शकता. त्यामुळे तुमचे शरीर-मन रिलॅक्स होईल. थकवा दूर होईल आणि तुम्ही प्रसन्न रहाल.

भावना शेअर करा : भावभावना, अनुभव शेअर केल्याने मन मोकळे होते. भावना, विचारांचे आदान प्रदान झाल्याने नवीन काही शिकायला मिळते.



अँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबर्स ब्लॉक करण्याची ही आहे सोपी पद्धत

अँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबर्स ब्लॉक करण्याची एक सोपी पद्धत पाहूया, ज्यामुळे तुमच्या फोनवर येणारे अनावश्यक आणि अनोळखी कॉल्स थांबवता येतात.

अनोळखी फोन नंबर अनेकदा डोकेदुखी ठरू शकतात. त्यामुळे जर तुम्हाला अँड्रॉइड फोनवर अनावश्यक आणि अनोळखी नंबर्स ब्लॉक करायचे असतील तर आम्ही तुम्हाला त्याची एक सोपी पद्धत सांगणार आहोत. गुगलच्या फोन ॲपवर बाय डिफॉल्ट एक पद्धत उपलब्ध आहे. परंतु इतर कंपन्यांची पद्धत वेगवेगळी आहे.

आम्ही तुम्हाला अँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबर्स ब्लॉक करण्याची पद्धत सांगणार आहोत, ज्याची सुरुवात गुगल फोन ॲपपासून करून जे गुगल पिक्सल वनप्लस आणि नोकियाच्या स्मार्टफोन्समध्ये आधीपासून इंस्टॉल करण्यात आलेलं असतं. तुम्ही हे गुगल प्ले स्टोअरवरून देखील तुमच्या अँड्रॉइड डिव्हाइसवर डाऊनलोड करू शकता. आम्ही या आर्टिकलमध्ये सॅमसंग आणि शाओमी फोनवरदेखील अनोळखी नंबर ब्लॉक करण्याची पद्धत सांगितली आहे.

गुगल फोन ॲपवर अनोळखी नंबर कसे ब्लॉक करायचे

- गुगल फोन ॲप असलेल्या अँड्रॉइड फोनवर अनोळखी नंबर ब्लॉक करण्यासाठी :
- फोन ॲप ओपन करा.
- डायलर सर्च बारच्या वरच्या बाजूला उजवीकडे थ्री डॉट बटन प्रेस करा.
- सेटिंग्सवर टॅप करा आणि ब्लॉक्ड नंबर वर जा.
- अननोन ऑप्शन टर्न ऑन करा.

लक्षात असू द्या अँड्रॉइडमध्ये अननोनचा अर्थ ते नंबर्स नव्हे जे तुमच्या फोनमध्ये सेव्ह केले गेले नाहीत. तर त्याचा अर्थ जे तुमच्या कॉलर आयडीमध्ये प्रायव्हेट किंवा अननोन म्हणून फ्लॅश होतात.



'ड' जीवनसत्त्व आणि कॅल्शियमचे सप्लिमेंट्स घेतल्याने फ्रॅक्चर्स टाळता येऊ शकतात का?

हाडांचे आरोग्य चांगले राहावे, याकरिता कॅल्शियमच्या सप्लिमेंट आपण घेतो, आणि आपण घेत असलेले कॅल्शियम शरीरामध्ये शोषले जावे याकरिता 'ड' जीवनसत्त्वाचे सप्लिमेंटदेखील आपण घेत असतो. ही दोन्ही तत्त्वे आपल्या शरीरातील हाडांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने जरी महत्त्वाची असली, तरी प्रसंगी एखाद्या लहानशा अपघातामुळे किंवा पडल्याने होणारी हाडांची फ्रॅक्चर्स या सप्लिमेंट्समुळे टाळता येऊ शकत नसल्याचे नुकत्याच प्रसिद्ध झालेल्या एका शोधनिबंधात म्हटले आहे. हा शोधनिबंध जर्नल ऑफ अमेरिकन मेडिकल असोसिएशनतर्फे प्रसिद्ध करण्यात आला आहे. ज्या व्यक्तींना ऑस्टियोपोरोसिस आहे, म्हणजेच ज्या व्यक्तींची हाडे ठिसूळ झालेली आहेत, त्यांची हाडे अगदी लहानशा अपघातानेदेखील फ्रॅक्चर होऊ शकतात. हाडांची झीज कमी व्हावी याकरिता अशा व्यक्तींना कॅल्शियम आणि 'ड' जीवनसावाची सप्लिमेंट दिली जातात. पण या सप्लिमेंटचा उपयोग फ्रॅक्चर होण्यासाठी कितपत होऊ शकतो याबद्दल शास्त्रज्ञांच्या मिश्र प्रतिक्रिया आहेत. या अनुषंगाने चीनमधील तिआनजिन हॉस्पिटलमधील शास्त्रज्ञांनी एक सर्वेक्षण केले. या सर्वेक्षणाअंतर्गत, पन्नास वर्षे वयापेक्षा जास्त वय असणाऱ्या वृद्ध व्यक्तींचे निरीक्षण करण्यात आले. या सर्व व्यक्ती 'ड' जीवनसत्त्व व कॅल्शियम सप्लिमेंट घेणाऱ्या होत्या. या व्यक्तींच्या चाचण्या करण्यात येऊन, त्याद्वारे हे निदान करण्यात आले की, 'ड' जीवनसत्त्व व कॅल्शियमच्या सप्लिमेंट घेऊनदेखील या व्यक्तींना एखाद्या इजेमुळे हाडे फ्रॅक्चर होण्याची शक्यता होती.

खेळानंतर स्नॅक्सचे सेवन मुलांसाठी घातक

अनेक मुले खेळून आल्यानंतर जास्त स्नॅक्स सेवन करतात, त्यांच्यात त्यामुळे अनावश्यक उष्मांक वाढतात. परिणामी त्यांना आवश्यक असलेला आरोग्यावरील परिणाम साध्य होताना दिसत नाही, त्यानंतर मग आहारात बदल करण्याची वेळ येते, असे एका संशोधनात दिसून आले आहे. 'अमेरिकन जर्नल ऑफ हेल्थ बिहॅवियर' या नियतकालिकात म्हटले आहे की, मुलांमध्ये खेळत असताना प्रत्येक खेळातून १७० उष्मांक जाळले जातात. हे खरे असले तरी खेळानंतर मुले अंदाजे २१३ उष्मांक घेतात. शाळेत खेळानंतर मुले दमतात व त्या नादात ते जास्त स्नॅक्स सेवन करतात. तरुणांच्या क्रीडा स्पर्धा, वाढदिवस यात स्नॅक्स सेवन करण्याची संस्कृतीच अमेरिकेत रूढ आहे, असे ब्रिगहॅम यंग विद्यापीठाच्या प्रमुख संशोधक लोरी स्प्रुअन्स यांचे म्हणणे आहे. खेळून आल्यानंतर मुलांनी गोड पदार्थ सेवन केल्याने त्यांच्यात उष्मांक वाढतात. या संशोधनानुसार तिसरी-चौथीतील मुले फुटबॉल, फ्लॅग फुटबॉल, बेसबॉल, सॉफ्टबॉल खेळतात. त्यांचे हे खेळ शारीरिक व्यायाम देणारे असले तरी नंतर ते उष्मांक वाढवणारे स्नॅक सेवन करतात त्यामुळे हवा तो परिणाम साध्य होत नाही. आईवडीलच या मुलांना ८० टक्के वेळा स्नॅक्स घेऊन देतात. ९० टक्के वेळा गोड शीतपेयेही घेऊन देतात, त्यामुळे त्यांच्या आरोग्यावर वाईट परिणाम होतो.

संशोधकांच्या मते खेळानंतरच्या स्नॅक्समधून २६ ग्रॅम साखर पोटात जाते. यात साखरयुक्त शीतपेये व इतर पेये मोठी घातक ठरतात. मुलांनी वयाच्या पाचव्या वर्षांपासून साठ मिनिटे तरी खेळले पाहिजे. त्याबरोबर जर उष्मांक अतिरिक्त वाढत असतील तर ते घातक आहे त्यामुळे मुलांना



अशा पद्धतीने घरीच तयार करा फाऊंडेशन पावडर

सध्या लग्नसराईचा काळ सुरू आहे. आज कोणा मैत्रिणीचा साखरपुडा आहे तर उद्या मित्राचं लग्न. घरातही कोणत्या ना कोणत्या नातेवाईकाचे लग्न असतेच. या सगळ्यात प्रत्येक वेळी पार्लरमध्ये जाऊन मेकअप करणं परवडणारं असतंच असं नाही.



अनेकदा फाऊंडेशन, काजळ, लिपस्टिक आणि आयलायनर लावूनही मुली सुंदर दिसतात. पण तुम्हाला माहीत आहे का बाजारात मिळणारे फाऊंडेशन तुम्ही अगदी काही मिनिटांत घरच्या घरी करू शकता. तुम्ही हजारो रुपये महागड्या फाऊंडेशनसाठी खर्च करता का? तुम्ही जे महागडे मेकअपचे साहित्य वापरता त्यामध्ये वापरल्या जाणाऱ्या गोष्टी या त्वचेसाठी हानीकारक असतात. पण हेच मेकअपचे साहित्य जर तुम्हाला घरी तयार करता आले तर? चला तर मग घरच्या घरी फाऊंडेशन पावडर कसे तयार केले जाऊ शकते ते वाचू..



साहित्य :
- ऑलीव ऑईल
- जोजोबा ऑईल
- बदामाचे तेल
- चेहऱ्याला लावायची पावडर
- कोको पावडर

कृती :

चेहऱ्याला लावायच्या पावडरमध्ये कोको पावडर, ऑलीव ऑईल, जोजोबा ऑईल, बदामाचे तेल योग्य प्रमाणात टाका. हे मिश्रण जास्त जाड ही नको आणि जास्त पातळ ही नको. तयार झालेली पावडर बॉक्समध्ये टाकून सेट करा. १० मिनिटांत तयार आहे घरच्या घरी फाऊंडेशन पावडर.

ब्राऊन राईस खा आणि निरोगी राहा

तुम्हाला भात मनापासून आवडत असेल, पण वजन वाढेल या भीतीने तुम्ही तुमच्या आवडत्या अन्न पदार्थापासून लांब राहत असाल, तर आता तुम्हाला तुमचा मोह आवरण्याची जरासुद्धा गरज नाही. तुम्ही तुमच्या आहारामध्ये ब्राऊन राईस समाविष्ट करा आणि वजन वाढेल याची काळजी न करता भाताचे सेवन करा. ब्राऊन राईस म्हणजे नक्की काय, तर पॉलिश न केलेल्या, अन-रिफाइन्ड तांदळाला ब्राऊन राईस असे म्हटले जाते. तांदळाच्या दाण्याला सालीची दोन ते तीन आवरणे असतात. ब्राऊन राईस तयार करण्यासाठी तांदळावरील केवळ सर्वात बाहेरची, जाडसर असलेली साल काढली जाते. बाकीच्या पातळ साली तांदळावर तशाच ठेवल्या जातात, म्हणूनच हा तांदूळ दिसायला 'ब्राऊन', म्हणजेच भुरकट रंगाचा दिसतो. पांढरा तांदूळ तयार होताना त्यावरील सर्वच सालींची आवरणे काढून टाकली जातात, त्यामुळे तो तांदूळ शुभ्र पांढरा दिसतो. पण पांढऱ्या तांदळामध्ये केवळ स्टार्च असतो.

ब्राऊन राईस आणि पांढऱ्या तांदळामध्ये कॅलरीज आणि कर्बोदकांचे प्रमाण जरी एकसमान असले, तरी पांढरा तांदूळ बनवण्याच्या प्रक्रियेमध्ये, त्यामध्ये असलेले बी३, बी१, बी६, ही जीवनसत्त्वे, मॅग्नेशियम, फॉस्फरस, लोह, फायबर आणि फॅटी ॲसिड्स ही पोषक तत्त्वे पूर्णतः नष्ट होऊन जातात. त्यामुळे पांढऱ्या तांदळापेक्षा ब्राऊन राईसचे सेवन आरोग्यास अधिक हितकारी असल्याचे आहारतज्ज्ञांचे म्हणणे आहे. ब्राऊन राईस मध्ये कर्बोदके, प्रथिने, फायबर, मॅग्नेशियम, थियामीन, फॉस्फरस, पोटॅशियम इत्यादी महत्त्वपूर्ण पोषक तत्त्वे असून, याचे सेवन शरीराच्या आरोग्यासाठी अतिशय फायद्याचे आहे.

ब्राऊन राईसमध्ये फायबर मोठ्या प्रमाणावर असून, यामुळे रक्तामधील घातक कोलेस्टेरोलचे प्रमाण कमी होते. तसेच रक्तामधील शुगर नियंत्रित होते.

त्यामुळे मधुमेह असणाऱ्यांना याच्या सेवनाने विशेष फायदा मिळतो. फायबरचे प्रमाण यामध्ये जास्त असल्याने भूक शमते, तसेच अन्नाचे पचन व्यवस्थित होते. त्यामुळे बद्धकोष्ठ किंवा पचनाशी निगडित इतर समस्या दूर होतात.



फायबरमुळे कोलोन आणि पचनेन्द्रियाचे कार्य सुरळीत ठेवण्यास मदत होते व कोलेस्टेरोलचे प्रमाण नियंत्रित राहिल्याने हृदयाचे आरोग्यदेखील चांगले राहते.

ब्राऊन राईसमध्ये असलेल्या सेलेनियम आणि फेनोल्स या तत्त्वांमुळे कोलोन कॅन्सर होण्याचा धोका मोठ्या प्रमाणात कमी होतो. तसेच ही तत्त्वे थायरॉइड ग्रंथीचे कार्य नियंत्रित करण्यास सहाय्यक आहेत. यामध्ये असलेले मॅग्नेशियम हाडांच्या आरोग्यासाठी चांगले असून, त्यामुळे नर्व्हस सिस्टमही चांगली राहते. शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती वाढवण्यास देखील ही सर्व तत्त्वे सहाय्यक आहेत. यामध्ये असलेल्या फायबरमुळे पोट खूप काळ भरलेले राहते. त्यामुळे भूक लागणे कमी होऊन, वारंवार काही ना काही खात राहण्याचे प्रमाण कमी होते. परिणामी वजन घटण्यास मदत होते.

आरोग्यासाठी लिंबाचे फायदे

लिंबू हे फळ आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत उपयोगी आहेच, पण त्याशिवाय त्वचेच्या सौंदर्यासाठी देखील याचा वापर करण्याची पद्धत फार प्राचीन काळापासून अस्तित्वात आहे. लिंबाचा सुवास हा मन प्रफुल्लित करणारा आहे. किंबहुना मन उदास असताना लिंबाचा सुवास मनाला प्रसन्नता देणारा असल्याचे तज्ज्ञ म्हणतात. लिंबामध्ये जीवाणू प्रतिरोधक तत्त्वे आहेत. लिंबाचा रस हा केवळ त्वचेसाठी नाही, तर केसांच्या उत्तम आरोग्यासाठीही उपयुक्त आहे. लिंबाचा रस त्वचेवर लावल्याने त्यामुळे चेहऱ्यावरील काळे डाग, मुरुमे, पुटकुळ्या आणि इतर समस्या कमी होण्यास मदत होते. लिंबाच्या फोडी गुडघ्यांवर किंवा कोपरांवर चोळल्यास तेथील काळसरपणा आणि कोरडेपणा दूर होऊन तेथील त्वचा मुलायम होण्यास मदत होते. नखांवर आलेला पिवळेपणा हटवण्यासाठीही लिंबाचा रस उपयुक्त आहे. लिंबाचा रस संधिवात आणि पचनाशी निगडित समस्या दूर करण्याच्या उद्देशाने उपयुक्त आहे. तसेच ज्यांना किडनीशी निगडित विकार असतील, त्यांच्यासाठी लिंबाच्या रसाचे पाण्यामध्ये मिसळून केले गेलेले सेवन उपयुक्त ठरते. या रसाच्या नियमित सेवनाने मलेरिया आणि कॉलरासारख्या रोगांची प्रतिकारशक्ती शरीरामध्ये निर्माण होत असते. लिंबामध्ये 'क' जीवनसत्त्व मोठ्या प्रमाणावर असून, यामध्ये 'इ' आणि 'अ' जीवनसत्त्वे, तांबे, क्रोमियम आणि भरपूर प्रमाणात ॲंटी ऑक्सिडंट्स असतात. लिंबाच्या फोडी रात्री झोपताना झोपण्याच्या खोलीमध्ये ठेवल्याने खोलीतील हवा जंतुमुक्त होते, तसेच खोलीमध्ये लिंबाचा मन प्रसन्न करणारा सुवासही दरवळत राहतो. रात्री झोपण्यापूर्वी लिंबाच्या फोडी झोपण्याच्या खोलीमध्ये ठेवल्या गेल्यास सर्दी-पडसे किंवा एखादी ॲलर्जी लवकर बरी होण्यास मदत होते.



अनेक गुणांचा खजिना : काकडी

जगामध्ये सर्वप्रथम ज्या भाज्या पेरल्या आणि उगवल्या गेल्या त्यामध्ये काकडी या फळभाजीचा समावेश आहे. काकडीची पैदास भारतामध्ये सर्वात आधी उत्तर भारतामध्ये सुरू झाली. वर्तमान काळामध्ये संपूर्ण जगामध्ये मोठ्या प्रमाणावर उगवल्या जाणाऱ्या भाज्यांमध्ये टोमॅटो, कांदे आणि फुलकोबी पाठोपाठ काकडीची पैदास सर्वात जास्त होत असते. अनेक जीवनसत्त्वे आणि क्षार यांनी परिपूर्ण असलेली ही फळभाजी आजकालच्या काळामध्ये 'सुपर फूड'च्या श्रेणीपर्यंत येऊन ठेपली आहे.



काकडी

हा एक लो कॅलरी अन्नपदार्थ असून, शंभर ग्रॅम काकडीमध्ये केवळ पंधरा कॅलरीज आहेत. वजन कमी करण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी काकडीचा समावेश आपल्या आहारामध्ये अवश्य करायला हवा. यामध्ये अ, बी१, बी६, क ही जीवनसत्त्वे असून, काकडी पोटॅशियमचीदेखील उत्तम स्रोत आहे. शंभर ग्रॅम काकडीमध्ये सुमारे १४७ ग्रॅम पोटॅशियम असते, त्यामुळे याच्या सेवनाने रक्तदाब नियंत्रित होण्यास मदत मिळते. हृदयाच्या स्वास्थ्यासाठी देखील काकडीचे सेवन करणे चांगले.

काकडीमध्ये ९५ टक्के पाणी असल्याने याच्या सेवनाने शरीरामध्ये पाण्याची कमतरता होत नाही. तसेच यामुळे शरीराचे तापमान देखील नियंत्रित राहण्यास मदत होते. काकडीमध्ये अनेक रोगोपचारक गुण आहेत. यामध्ये असलेले पॉलीफेनोल्स अनेक तऱ्हेच्या कर्करोगांपासून शरीराचा बचाव करण्यास सक्षम आहेत. काकडीमध्ये पाणी आणि फायबर मोठ्या प्रमाणावर असल्यामुळे याच्या सेवनाने शरीरातील घातक पदार्थ बाहेर टाकले जाऊन शरीराची पचनक्रिया सुरळीत राहते. काकडीचा रस दररोज घेतल्याने गॅसेस, ॲसिडिटी, छातीत जळजळ अशा अपचनाशी निगडित तक्रारींना आळा बसतो. काकडी सिलीकाचे उत्तम स्रोत आहे. सिलीकामुळे शरीरातील कनेक्टिव्ह टिश्यू बळकट होतात. मधुमेहाच्या रुग्णांसाठी काकडीच्या रसाचे सेवन विशेष फायद्याचे आहे. काकडीमध्ये ॲंटी ऑक्सिडंट्स मोठ्या प्रमाणावर असून काकडी त्वचेकरिता देखील चांगली आहे. काकडीमधील ॲस्कॉर्बिक ॲसिड आणि 'क' जीवनसत्त्वामुळे शरीरामध्ये कोलाजेनचे निर्माण होऊन त्यामुळे त्वचा सुंदर 'ब' नितळ दिसू लागते. तसेच याच्या नियमित सेवनाने केसांचे आरोग्यदेखील चांगले राहते. काकडी विकत घेताना नेहमी गडद हिरव्या रंगाची काकडी निवडावी. सालांवर डाग असलेली, हाताला नरम लागणारी आणि जाडसर दिसणारी काकडी घेऊ नये. काकडी फ्रीजमध्ये स्टोअर करावी, मात्र कोणत्याही प्रकारची फळे काकडीजवळ ठेवू नयेत, अन्यथा काकड्या लवकर पिवळ्या पडतील व त्यांची गुणवत्तादेखील कमी होईल.

कोल्हापूर पोलिसांची मोठी कारवाई!

भाजपा नगरसेवकासह 9 जणांना अटक, 59 लाखांचा मुद्देमाल जप्त

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक



कोल्हापूर जिल्ह्यातील इचलकरंजी शहरात उघडकीस आलेल्या ऑनलाईन क्रिकेट बेटिंग प्रकरणात पोलिसांनी मोठी कारवाई करत भाजप नगरसेवकासह नऊ जणांना अटक केली आहे. अप्पर पोलीस अधीक्षक अण्णासाहेब जाधव यांच्या विशेष पथकाने ही धडक कारवाई केली असून या प्रकरणात आतापर्यंत 17 जणांविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. आरोपींकडून तब्बल 59 लाखांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला आहे

इचलकरंजी शहरात उघडकीस आलेल्या क्रिकेट बेटिंग आणि सट्टा प्रकरणात पोलिस तपासाला मोठे वळण मिळत आहे. मुख्य आरोपीच्या घरावर टाकलेल्या छाप्यात तब्बल 59 लाखांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला आहे. 104 संगणक, 3 अलिशान चारचाकी वाहने, 12 मोबाईल आणि रोख रकमेचा समावेश आहे. या प्रकरणात भाजप नगरसेवक नितेश पोवार यांच्यासह 9 जणांना पोलिसांनी ताब्यात घेतलं आहे. क्रिकेट बेटिंग आणि सट्टा प्रकरणाची पाळेमुळे अन्य राज्यात देखील पसरली असल्याचा पोलिसांचा संशय

कोल्हापूर जिल्ह्यातील इचलकरंजी शहरात क्रिकेट सामन्यांवर ऑनलाईन बेटिंग सुरू असल्याची माहिती पोलिसांना मिळाल्यानंतर अप्पर पोलीस अधीक्षक अण्णासाहेब जाधव यांच्या विशेष पथकाने सापळा रचत धाड टाकली. या कारवाईत ऑनलाईन सट्टा रॅकेट उघडकीस आले असून पोलिसांनी मोठ्या प्रमाणात इलेक्ट्रॉनिक साहित्य आणि रोख रक्कम जप्त केली आहे.

या प्रकरणात आमदार समर्थक आणि भाजप नगरसेवक नितेश उर्फ गोट्या पोवार यांच्यासह एकूण 9 जणांना अटक करण्यात आली आहे. पोलीस तपासात या रॅकेटचे इतर जिल्हे आणि राज्याबाहेरील कनेक्शन देखील समोर येण्याची शक्यता व्यक्त केली जात आहे. आरोपींकडून मोबाईल फोन, लॅपटॉप, ऑनलाईन व्यवहारांची माहिती आणि आर्थिक व्यवहारांची चौकशी सुरू आहे.

पोलिसांनी या प्रकरणात आतापर्यंत 17 जणांविरोधात गुन्हा दाखल केला असून बेटिंग रॅकेटमध्ये आणखी काही जणांचा सहभाग असल्याचा संशय व्यक्त केला जात आहे. कारवाईदरम्यान तीन अलिशान चारचाकी वाहने, मोबाईल फोन, लॅपटॉप आणि रोख रक्कम असा एकूण सुमारे 59 लाखांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला आहे

दरम्यान, सर्व आरोपींना न्यायालयात हजर करण्यात आले असता न्यायालयाने त्यांना चार दिवसांची पोलीस कोठडी सुनावली आहे. या काळात पोलिसांकडून ऑनलाईन व्यवहार, आर्थिक देवाणघेवाण आणि बेटिंग नेटवर्कची सखोल चौकशी केली जाणार आहे. या कारवाईमुळे इचलकरंजी शहरात मोठी खळबळ उडाली आहे. क्रिकेट बेटिंग आणि ऑनलाईन सट्ट्याच्या माध्यमातून मोठे आर्थिक व्यवहार होत असल्याचा संशय पोलिसांनी व्यक्त केला असून या तपासातून आणखी धक्कादायक माहिती समोर येण्याची शक्यता आहे. इचलकरंजीतील या कारवाईमुळे संपूर्ण जिल्ह्यात खळबळ उडाली आहे.

नाशिक कुंभमेळा कामांना मिळणार गती

कुंभमेळ्यासाठी ६,१६२ कोटींच्या कामांना मंजूरी

■नाशिक। प्रतिनिधी,



आगामी सिंहस्थ कुंभमेळ्याच्या पार्श्वभूमीवर नाशिकमधील पायाभूत सुविधांच्या विकासावर भर दिला जात आहे. कुंभमेळ्यात भाविकांची गैरसोय होऊ नये यासाठी कोट्यवधींच्या कामांचा धडाका नाशिक महापालिकेने लावला आहे. दरम्यान, कुंभमेळ्यासाठी ६,१६२ कोटींच्या कामांना मंजूरी देण्यात आली आहे. त्यामुळे विकास कामांना अधिक गती मिळेल.

'ही' कामे मार्गी लावली जाणार

कुंभमेळ्यासाठी मंजूर झालेल्या ६,१६२ कोटींच्या कामांमध्ये प्रामुख्याने घाट बांधणी, जोडरस्ते, रिंगरोड, जलशुद्धीकरण केंद्र, सीसीटीव्ही बसविणे, पूल बांधणी, पावसाळी गटाराची कामे, विद्युत वाहिन्या, ऑप्टिकल फायबर पाईप टाकणे, वाढीव पाणीपुरवठा आदी ६८ प्रकारची कामे मार्गी लावली जाणार आहेत.

कुंभमेळ्याच्या निमित्ताने नाशिकवरील पाणीपुरवठा, घनकचरा व्यवस्थापन, आरोग्य सुविधा, विद्युत पुरवठा, सुरक्षा व्यवस्था आदी पायाभूत सुविधांवर मोठ्या प्रमाणावर ताण येणार आहे. त्याकरिता नाशिक-त्र्यंबकेश्वर कुंभमेळा प्राधिकरणाकडून कुंभमेळ्याकरिता दोन टप्प्यांमध्ये ६८ पायाभूत सुविधा प्रकल्पांचे प्रस्ताव राज्य सरकारकडे पाठविण्यात आले होते.

यात वाहतुकीच्या नियोजनाकरिता रेल्वे, महामागार्ला जोडणारे रस्ते प्रामुख्याने बांधले जाणार आहेत. याशिवाय गोदावरीच्या घाटाकडे जाणाऱ्या रस्त्यांची दुरूस्ती केली जाणार आहे. कुंभमेळ्याच्या निमित्ताने नाशिकमध्ये येणाऱ्या वाहनांचे नियोजन करण्याकरिता अनेक ठिकाणी वाहनतळ उभारली जाणार आहेत. या वाहनतळांना प्रमुख ठिकाणांशी जोडणारे रस्ते विकसित केले जातील.

घाट बांधणी आणि दुरूस्तीकरिताही मोठ्या प्रमाणावर निधीची तरतूद करण्यात आली आहे. मुकणे धरणावरील पंपिंग स्टेशनची क्षमता वाढविण्याकरिता व जलशुद्धीकरणाकरिता सुमारे ४०० कोटींची तरतूद करण्यात आली आहे. तर सुरक्षेकरिता सर्वत्र बसविण्यात येणाऱ्या सीसीटीव्ही यंत्रणेकरिता सुमारे ३७२ कोटींची तरतूद करण्यात आली आहे.

ओझर विमानतळासाठी ५७२ कोटी

नाशिकमधील ओझर विमानतळ विकासाकरिता ५७२ कोटी खर्चण्यात येणार आहेत. तर त्र्यंबकेश्वर परिसरातील पाणीसाठे पूर्णपणे भरण्याकरिता आणि गोदावरी नदी कायमस्वरूपी प्रवाहित राहण्याकरिता गौतमी गोदावरी धरण ते त्र्यंबकेश्वर उपसा प्रणाली योजनेकरिता सुमारे ३२९ कोटींची तरतूद करण्यात आली आहे. बहुतांश कामे नाशिक महानगरपालिका, त्र्यंबकेश्वर नगरपालिका, जलसंपदा विभाग, सार्वजनिक बांधकाम विभाग, एमएसआयडीसीच्या माध्यमातून केली जाणार आहेत.

फुप्फुसात अडकलेला एलईडी बल्ब काढत ९ महिन्यांच्या बाळाचे वाचवले प्राण... पुण्यातील आर्मी इन्स्टिट्यूटमधील डॉक्टरांची कामगिरी

■पुणे। प्रतिनिधी,

पुण्यातील अकउळर रुग्णालयातील डॉक्टरांनी ९ महिन्यांच्या बाळाच्या फुप्फुसात अडकलेला एलईडी बल्ब यशस्वीरित्या बाहेर काढत त्याचे प्राण वाचवले. अत्यंत गुंतागुंतीची ब्रॉन्कोस्कोपी प्रक्रिया करत मोठा अनर्थ टाळण्यात डॉक्टरांना यश आलं.

पुण्यातील आर्मी इन्स्टिट्यूट ऑफ कार्डिओ-थोरेसिक सायन्सेस येथील डॉक्टरांनी अत्यंत गुंतागुंतीची ब्रॉन्कोस्कोपी प्रक्रिया करत ९ महिन्यांच्या बाळाचे प्राण वाचवले आहेत. बाळाच्या डाव्या फुप्फुसाच्या श्वसनमार्गात अडकलेला एलईडी बल्ब यशस्वीरित्या बाहेर काढण्यात डॉक्टरांना यश आलं.

एलईडी बल्ब गिळल्याने वाढला धोका

मिळालेल्या माहितीनुसार, बाळाने खेळताना चुकून छोटा एलईडी बल्ब गिळला होता. हा बल्ब श्वसनमागार्तून थेट फुप्फुसात जाऊन अडकला. विशेष म्हणजे, बल्बला जोडलेल्या वायरमुळे परिस्थिती अधिक धोकादायक बनली होती. या वायरमुळे अंतर्गत जखम, श्वसनमार्ग बंद होणे, संसर्ग आणि फुप्फुसाला गंभीर इजा होण्याचा धोका निर्माण झाला होता.

मोठी शस्त्रक्रिया टाळली

AICTS मधील डॉक्टरांनी तातडीने उपचार सुरू करत अत्यंत नाजूक ब्रॉन्कोस्कोपी प्रक्रिया केली. कोणतीही मोठी शस्त्रक्रिया न करता त्यांनी बल्ब सुरक्षितपणे बाहेर काढला. या यशस्वी प्रक्रियेमुळे बाळाचा श्वासोच्छ्वास पुन्हा सुरळीत झाला असून संभाव्य जीवघेणा धोका टळला.



लहान मुलांमध्ये अशा घटना का वाढतात?

वैद्यकीय तज्ज्ञांच्या मते, लहान वस्तू गिळणे किंवा श्वसनमार्गात अडकणे ही लहान मुलांमध्ये आढळणारी सर्वात सामान्य घरगुती आपत्कालीन परिस्थितींपैकी एक आहे. विशेषतः तीन वर्षाखालील मुलं वस्तू तोंडात घालून पाहण्याची सवय असल्याने अधिक धोक्यात असतात. नाणी, बॅटऱ्या, खेळण्यांचे छोटे भाग, मणी, पिन, मॅग्नेट आणि एलईडी बल्बसारख्या वस्तू सहजपणे अन्ननलिका किंवा श्वसनमार्गात अडकू शकतात.

उशीर झाल्यास जीवाला धोका

डॉक्टरांनी सांगितलं की, अशा घटनांमध्ये वेळेत उपचार न झाल्यास परिस्थिती जीवघेणी ठरू शकते. श्वसनमार्गात अडकलेली वस्तू ऑक्सिजनचा पुरवठा रोखू शकते. त्यामुळे श्वास घेण्यास त्रास, तीव्र खोकला, घरघर, संसर्ग किंवा श्वसनमार्ग कोसळण्याचाही धोका असतो.

काही प्रकरणांमध्ये उपचार उशिरा झाल्यास फुप्फुसांचं कायमस्वरूपी नुकसान होऊ शकतं किंवा मोठी शस्त्रक्रिया करावी लागू शकते.

रसायनयुक्त वस्तू अधिक धोकादायक

तज्ज्ञांच्या मते, रसायनयुक्त वस्तू, बॅटऱ्या, टोकदार किंवा गंज निर्माण करणाऱ्या वस्तू शरीराच्या आतील ऊतींना काही तासांत गंभीर इजा पोहोचवू शकतात.

या प्रकरणात एलईडी बल्बला उघड्या वायर असल्याने अंतर्गत जखम आणि विषारी परिणामांचा धोका अधिक वाढला होता.

निळ्या ड्रममधील मृतदेह कचऱ्यात

■मुंबई। प्रतिनिधी,

पंजाबच्या पटियालातून एक धक्कादायक प्रकार उघडकीस आला आहे. पटियालात निळ्या ड्रममध्ये तरुणीचा मृतदेह आढळून आला होता. या घटनेनं परिसर हादरून गेला आहे. या हत्येमुळे मेरठमधील सौरभ हत्याकांडासारखं प्रकरण नव्याने ताजं झालं आहे. दरम्यान, पटियालाच्या डीसीडब्ल्यू ब्रिजजवळ कचऱ्याच्या ढिगाऱ्यात फेकलेल्या निळ्या ड्रममध्ये तरुणीचा मृतदेह आढळून आला आहे. या घटनेनं परिसर पूरता हादरून गेला आहे.

नेहा नावचा हातावर टॅटू

संबंधित घटनेची माहिती मिळताच, पोलीस घटनास्थळी दाखल झाले आणि त्यांनी तपास सुरू केला. प्राथमिक माहितीनुसार, ती तरुणी पंजाबची नव्हतीच, तसेच नेहा नावचा टॅटू तिच्या हातावर आढळून आला होता. महिला ड्रेममध्ये बंद करून कचऱ्याच्या ढिगाऱ्यात फेकलेल्या स्वरुपात आढळून आला होता. पटियाला डिसीडब्ल्यू ओव्हरब्रिजजवळ एका निळ्या ड्रममध्ये एका अज्ञात तरुणीचा मृतदेह आढळल्याने परिसरात एकच खळबळ उडाली. तरुणीचा मृतदेह ड्रममध्ये कोंबून नंतर कचऱ्याच्या ढिगाऱ्यात फेकण्यात आला. माहिती मिळताच पोलिसांनी तात्काळपणे घटनास्थळी दाखल झाले. स्थानिक अर्बन इस्टेट तपास सुरू केला. संबंधित महिला एक पर्यटक असल्याचे दिसून येते. तिच्या हातावरील टॅटू आधारे पोलिसांनी मृत तरुणीची पटवण्याचा प्रयत्न केला. फ्लायओव्हरनजीक असलेल्या एका निळ्या ड्रममध्ये मृतदेह आढळल्याने परिसरात एकच खळबळ उडाली. पोलिसांच्या तपासादरम्यान मृत तरुणीच्या शरीरावर जखमांच्या खुणा आढळून आल्या होत्या. फॉरेन्सिक पथक घटनास्थळी दाखल झाले असून परिसरात तपासणी केली जात आहे. दरम्यान, पटियालाचे पोलीस अधिकारी एएसआय अमनदीप सिंग यांनी या घटनेची माहिती दिली. नंतर त्यांनी सांगितलं की, तरुणीचा मृतदेह हा ताब्यात घेऊन नंतर शवविच्छेदनासाठी पाठवण्यात आला. या प्रकरणात पोलीस तिच्या हातावरील टॅटूच्या आधारे तरुणीची ओळख पटवण्याचा प्रयत्न करण्यात आला.



पुण्यात ड्रिंक अँड ड्राईव्ह!

कार थेट पुलावरून खाली पडली

■पुणे। प्रतिनिधी,



पुण्यातील मध्यवर्ती भागात असलेल्या डेक्कन परिसरात पुन्हा एकदा ड्रिंक अँड ड्राईव्हची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. भरधाव वेगात असलेली कार थेट गरवारे पुलाचे रेलिंग तोडून खाली कोसळल्याने परिसरात एकच खळबळ उडाली. या भीषण अपघातात सुदैवाने कोणतीही जीवितहानी झाली नसली, तरी पुण्यातील वाढत्या बेदरकार वाहनचालकांमुळे शहरातील रस्ते सुरक्षेचा प्रश्न पुन्हा ऐरणीवर आला आहे. या प्रकरणी पोलिसांनी १९ वर्षीय तरुणाविरोधात गुन्हा दाखल केला असून पुढील तपास सुरू आहे.

मिळालेल्या माहितीनुसार, ही घटना २५मे रोजी मध्यरात्रीनंतर साधारण १:३० वाजण्याच्या सुमारास छत्रपती संभाजी महाराजांच्या पुतळ्याजवळ घडली. आरोपी तरुण अथर्व अमित जैन हा जंगली महाराज रस्त्याने डेक्कन जिमखाना परिसरातून आपल्या कारने जात होता. रात्रीची वेळ असल्याने रस्त्यावर तुलनेने कमी वाहतूक होती. याचाच फायदा घेत आरोपीने भरधाव वेगात आणि अत्यंत बेदरकारपणे वाहन चालवले. डेक्कन जिमखाना येथील गरवारे पुलावरून गुडलक चौकाच्या दिशेने जात असताना चालकाचे वाहनावरील नियंत्रण अचानक सुटले. त्यानंतर कारने पुलाच्या रेलिंगला जोरदार धडक दिली. गाडीचा वेग इतका प्रचंड होता की, पुलाचे लोखंडी रेलिंग तोडून कार थेट खाली कोसळली. हा अपघात इतका भीषण होता की मोठा आवाज झाल्याने परिसरातील नागरिक आणि इतर वाहन चालक घटनास्थळी धावून आले.

अपघातानंतर परिसरात काही काळ भीतीचे वातावरण निर्माण झाले होते. पुलाखाली कोणतीही व्यक्ती किंवा वाहन नसल्याने मोठी दुर्घटना टळली. अन्यथा या अपघातात अनेकांचा जीव जाऊ शकला असता, अशी चर्चा घटनास्थळी उपस्थित नागरिकांमध्ये होती. विशेष म्हणजे अपघाताच्या वेळी आरोपी तरुण दारूच्या नशेत असल्याचे पोलिसांच्या प्राथमिक तपासात समोर आले आहे.

या प्रकरणी डेक्कन पोलीस ठाण्यात आरोपी अथर्व अमित जैन (वय १९) याच्याविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. पोलिसांनी घटनास्थळी तातडीने धाव घेत आरोपीला ताब्यात घेतले असून त्याला नोटीस बजावण्यात आली आहे. तसेच अपघातग्रस्त कार (क्रमांक एमएच 31 एफआर 5863) जप्त करण्याची प्रक्रिया सुरू करण्यात आली आहे. पोलिसांनी घटनास्थळाचा पंचनामा करून पुढील तपास सुरू केला आहे. दारूच्या नशेत वाहन चालवून स्वतःसह इतरांच्या जीवाला धोका निर्माण केल्याप्रकरणी आरोपीवर कठोर कायदेशीर कारवाई करण्यात येणार असल्याची माहिती पोलिसांकडून देण्यात आली आहे. पुण्यासारख्या वर्दळीच्या शहरात तरुणांकडून होणाऱ्या अशा बेदरकार वाहनचालकांमुळे नागरिकांमध्ये संतापाचे वातावरण निर्माण झाले आहे. पुण्यात वाढत्या ड्रिंक अँड ड्राईव्ह घटनांमुळे वाहतूक नियमांची अंमलबजावणी आणि रस्ते सुरक्षेचा मुद्दा पुन्हा चर्चेत आला आहे.

रात्री सगळे गाढ झोपले, सकाळी चिमुकलीच्या कपड्यांवर रक्ताचे डाग... कुणी केले अत्याचार?

■मुंबई। प्रतिनिधी,

एका 16 वर्षीय अल्पवयीन मुलाने शेजारी राहणाऱ्या सहा वर्षाच्या चिमुरडीला आपल्या घरी बोलावून तिच्यावर अत्याचार केल्याची घटना समोर आली आहे.

या नराधमाने चिमुरडीला इतकी भीती घातली की, तिने भीतीपोटी घरी परतल्यावर कोणालाही काहीच सांगितले नाही आणि ती झोपी गेली. सकाळी उठल्यावर जेव्हा तिच्या पालकांनी तिच्या कपड्यांवर रक्ताचे डाग पाहिले, तेव्हा त्यांना मोठा धक्का बसला. 25 मे रोजी सकाळी ही घटना उघडकीस आली.

'...तर मारुन टाकेन'

उत्तर प्रदेशातील फिरोजाबाद परिसरातील ही घटना आहे. सकाळी मुलीच्या कपड्यांवरील रक्त पाहून पालकांच्या मनात शंका आली. यानंतर जेव्हा तिच्या आईने प्रेमाने आणि विश्वासाने विचारपूस केली, तेव्हा पीडितीने रडत-रडत तिच्यासोबत घडलेला सर्व भयानक प्रकार सांगितला. आरोपीने रविवारी रात्री आठच्या सुमारास तिला घरात बोलावले होते आणि अत्याचार केल्यानंतर ह्याजर कोणाला काही सांगितले, तर जीवे मारून टाकेनह्ल, अशी धमकी दिली होती. यामुळे घाबरलेली पीडिता रात्रभर घरात शांत पडून होती.



आरोपीच्या आईने केली शिवीगाळ

मुलीकडून सगळा प्रकार समजल्यानंतर तिचे संतप्त पालक तक्रार घेऊन आरोपीच्या घरी गेले. मात्र, तिथे त्यांच्याशी योग्य संवाद साधण्याऐवजी आरोपीच्या आईने पीडितेच्या पालकांना शिवीगाळ करण्यास सुरुवात केली आणि वाद घातला. यानंतर कोणताही पर्याय न उरल्याने, पीडित बालिकेचे आई-वडील तिला सोबत घेऊन थेट पोलीस ठाण्यात पोहोचले आणि त्यांनी आरोपीविरुद्ध रीतसर गुन्हा दाखल केला.

आरोपी बालसुधारगृहात

पोलीस निरीक्षक अनुज कुमार यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, या घटनेची गांभीयार्ने दखल घेत पोलिसांनी तात्काळ गुन्हा दाखल केला आणि अल्पवयीन आरोपीला ताब्यात घेतले. कायदेशीर प्रक्रियेनंतर त्याला बाल गुन्हेगार न्यायालयात हजर करण्यात आले, जिथून न्यायालयाच्या आदेशानुसार त्याची रवानगी आग्रा येथील बालसुधारगृहात करण्यात आली आहे. या घटनेमुळे परिसरात तीव्र संताप व्यक्त होत आहे.

उच्चपदस्थ अधिकाऱ्याचे महिला सहकाऱ्यासोबत अश्लील चाळे

नाशिक येथे उच्चपदस्थ अधिकाऱ्याने महिला सहकाऱ्यासोबत अश्लील चाळे केल्याचा खळबळजनक प्रकार समोर आला आहे. एसटी महामंडळाच्या नाशिक विभागात हा संतापजनक प्रकार समोर आला असून, याप्रकरणी पंचवटी पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

नेमके प्रकरण काय?

एसटी महामंडळाच्या शिंगाडा तलाव, आगार क्र. १ (एन. डी. पटेलरोड) येथे सहायक वाहतूक अधीक्षक म्हणून विजय विश्वनाथ निकम (४५) हा कार्यरत आहे. पोलिसांच्या माहितीनुसार, ३६ वर्षीय विवाहित पीडित महिला बळी महाराज मंदिर चौफुली (पंचवटी) जवळील बायपास बुकिंग ऑफिस व भरारी पथकात कार्यरत आहे.

मला तू आवडतेस, एखाद्या दिवशी वेळ काढून माझ्या घरी ये

६ मे रोजी संध्याकाळी साडेसहा वाजेच्या सुमारास पीडिता तेथे कर्तव्य बजावत असताना संशयित विजय निकम तेथे आला. त्याने पीडितेचा पाठलाग करुन, 'तू गाडीत बस, एक चक्कर मारून येऊ, मला तुझ्याशी बोलायचे आहे. असे म्हटले.' पीडित महिलेने त्यास स्पष्ट नकार दिला. त्यानंतर निकम गाडीतून खाली उतरला आणि त्याने जबरदस्तीने महिलेला चॉकलेट देण्याचा प्रयत्न केला. महिलेने या गोष्टीस पुन्हा नकार दिला असता संशयित निकम याने तिचा उजवा हात पकडला. 'माझे तुज्यावर प्रेम आहे, मला तू आवडतेस, एखाद्या दिवशी वेळ काढून माज्या घरी ये' असे म्हणत त्याने अश्लील संवाद साधून प्रेमाची मागणी केली. या कृत्यामुळे महिलेच्या मनास लज्जा उत्पन्न झाली.

संशयित गैरहजर, पोलिसांकडून तपास

संशयिताकडून होणाऱ्या छळाला कंटाळून अखेर पीडित महिला कर्मचाऱ्याने पोलिसांत धाव घेतली. त्यानुसार पंचवटी पोलिस ठाण्यात गुन्हा नोंदवण्यात आला आहे. गुन्हा दाखल झाल्याचे समजताच संशयित विजय निकम हा कायदेशीर कारवाईच्या भीतीने पसार झाला आहे. तो आपल्या कार्यालयातही हजर झाला नसल्याचे तपासात समोर आले आहे. या प्रकरणाचा तपास उपनिरीक्षक कैलास जाधव करत आहेत. या प्रकारानंतर महिला सुरक्षेचा मुद्दा ऐरणीवर आला आहे.

पैशासाठी कायपण! नवऱ्याने आपल्या बायकोचेच दुसरे लग्न लावून दिले, पण...

■मुंबई। प्रतिनिधी,

झटपट पैसे मिळवण्यासाठी लोक काय करतील याचा नेम नाही. एका नवऱ्याने आपल्या बायकोचंच दुसरं लग्न लावून दिलं. लग्नानंतर नवरदेवावर हुंड्याच्या आणि घरगुती हिंसाचाराच्या खोट्या गुन्ह्यात अडकवायचे आणि पैसे लाटायचे अशी योजना त्याने आखली होती. मात्र सगळ्या गोष्टी आपल्या मनाप्रमाणे घडत नाहीतच. एक चूक झाली आणि सगळंच उघडकीस आलं. याप्रकरणातील मुख्य आरोपी अजय उर्फ सोनू चौहान आणि त्याची बायको राधा उर्फ दीक्षा हिला ताब्यात घेतले आहे. ही घटना मध्यप्रदेशातील आहे.

लग्नात खर्च केले 6 लाख रुपये

या नवरा-बायकोच्या कटाला बळी पडलेल्या व्यक्तीचं नाव आहे रतन शर्मा. ते जबलपूरमधील एका खासगी रुग्णालयात टीम लीडर पदावर कार्यरत आहेत. पीडित कुटुंबाला 15 एप्रिल रोजी सोनू तिवारी नावाच्या व्यक्तीने या मुलीचे स्थळ सुचवले होते. अजय चौहान याला आपल्या एका गरीब आणि अनाथ मानलेल्या बहिणीचे म्हणजेच राधा उर्फ दीक्षा मुद्गल हिचे लग्न करायचे आहे, असे त्यांना सांगण्यात आले. 20 एप्रिल रोजी मुलगी दाखवण्यात आली. ती कुटुंबियांना चांगलीच पसंत पडली. त्यामुळे लवकर लग्न आटपण्याच्या नादात त्यांनी 27 एप्रिल रोजी साखरपुडा केला आणि 7 मे रोजी विवाह सोहळा थाटामाटात पार पडला. या लग्नात पीडित रतन शर्मा यांनी जवळपास 6 लाख रुपये खर्च केले. एवढेच नव्हे तर, आरोपींनी ब्युटी पार्लर आणि इतर खर्चाच्या नावाखाली स्वतंत्रपणे 50 हजार रुपये देखील उकळले.

यामुळे प्रकरण उघडकीस

लग्नानंतर जेव्हा नवरी मुलगी राधा उर्फ दीक्षा तिच्या सासरी म्हणजेच रतन शर्मा यांच्या घरी राहू लागली, तेव्हा तिच्या संशयास्पद हालचालींमुळे कुटुंबीयांना संशय आला. ती लपून-छपून मोबाईलवर कोणाशीतरी बोलत असायची. एक दिवस जेव्हा तिचा मोबाईल तपासण्यात आला, तेव्हा तिच्या व्हॉट्सॲप चॅटमधून एक अत्यंत धक्कादायक खुलासा झाला. ज्या अजय चौहानला ती आपला भाऊ सांगत होती, तो प्रत्यक्षात तिचा नवरा असल्याचे चॅटमधून उघड झाले. या दोघांनी 2024 मध्ये आग्रा येथील एका आर्य समाज मंदिरात प्रेमविवाह केला होता आणि ते एकत्र राहत होते.

अजयचे दोन विवाह

पोलीस तपासात आणखी एक धक्कादायक माहिती समोर आली आहे. मुख्य आरोपी अजय चौहान याचे पहिले लग्न 2009 मध्येच झाले असून पहिल्या पत्नीपासून त्याला मुलेही आहेत. दीक्षा ही त्याची दुसरी पत्नी होती. अजयने आपल्या पहिल्या पत्नीला आणि मुलांचा खर्च भागवण्यासाठी आणि पैशांच्या हव्यासापोटी आपल्या या दुसऱ्या पत्नीचे लग्न रतन शर्मा यांच्याशी लावून दिले होते. झाशीरोड पोलीस ठाण्याचे प्रभारी शक्ती सिंह यादव यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, मुख्य आरोपी अजय चौहान याला अटक करण्यात आली असून त्याची कसून चौकशी सुरू आहे. पोलीस आता या टोळीत सामील असलेल्या सोनू तिवारीसह इतर आरोपींचा शोध घेत आहेत.

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