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

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

● वर्ष-०५ ● अंक-३२८ ● मुंबई, मंगळवार, ३० जून २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

नसरापूर अत्याचार प्रकरण

नराधम भीमराव कांबळेला अखेर फाशीची शिक्षा

पुणे सत्र न्यायालयाचा मोठा निर्णय

या खटल्याचा निकाल अवघ्या ५५ दिवसांत लागला असून, अत्याचार आणि हत्या प्रकरणातील राज्यातील सर्वात जलदगतीने निकाली निघालेल्या खटल्यांपैकी हा एक ठरला आहे.

पुराव्यांच्या आधारे ठरवले दोषी

२५ जून रोजी न्यायालयाने अनेक साक्षीदारांचे जबाब, न्यायवैद्यकीय अहवाल आणि पुराव्यांची तपासणी केल्यानंतर भीमराव कांबळे याला अपहरण, बलात्कार आणि हत्येप्रकरणी दोषी ठरवले होते. तसेच, न्यायालयाने आरोपीविरोधातील पुरावे सिद्ध झाल्याचे नमूद केले होते.

नसरापूर प्रकरणाचा घटनाक्रम

- १ मे २०२६ : नसरापूर गावात आजीच्या घराबाहेर खेळत असलेल्या साडेतीन वर्षांच्या चिमुरडीला फूस लावून नेण्यात आले. गोठ्यात नेऊन तिच्यावर लैंगिक अत्याचार करून हत्या करण्यात आली. सीसीटीव्ही फुटेजच्या आधारे गावकऱ्यांनी आरोपीची ओळख पटवून त्याला पोलिसांच्या ताब्यात दिले.
- २ ते ३ मे : घटनेनंतर परिसरात संतापाची लाट उसळली. नवले पुलाजवळ महामार्ग रोखण्यात आला. पोलिस बंदोबस्तात पीडितेवर अंत्यसंस्कार करण्यात आले. तपासासाठी विशेष तपास पथक स्थापन करण्यात आले.
- ४ ते १० मे : राजकीय नेत्यांनी पीडितेच्या कुटुंबीयांची भेट घेतली. तर पीडितेच्या वडिलांनी न्याय मिळेपर्यंत गोपनीयता राखण्याचे आवाहन केले. राज्य सरकारने जलद तपास आणि जलदगती न्यायालयात खटला चालवण्याचे आश्वासन दिले.
- १६ मे : पोलिसांनी न्यायवैद्यकीय आणि डीएनए पुराव्यांच्या आधारे अवघ्या १५ दिवसांत १,२०० पानी आरोपपत्र न्यायालयात दाखल केले.
- २८ मे : ढडउरड कायदा आणि भारतीय न्याय संहितेतील तरतुदींनुसार न्यायालयाने आरोप निश्चित करत बंद दालनात सुनावणी घेण्याचे आदेश दिले.
- २१ जून : ५५ साक्षीदारांची तपासणी पूर्ण झाल्यानंतर दोन्ही बाजूंचे अंतिम युक्तिवाद पूर्ण झाले. सरकारी पक्षाने आरोपीला फाशीची शिक्षा देण्याची मागणी केली.
- २५ जून : विशेष न्यायालयाने पुरावे सिद्ध झाल्याचे नमूद करत भीमराव कांबळे याला अपहरण, बलात्कार आणि हत्येप्रकरणी दोषी ठरवले.
- २९ जून : विशेष न्यायाधीश एस. आर. साळुंखे यांनी सोमवारी आरोपी भीमराव कांबळे याला फाशीची शिक्षा सुनावली. POCSO अंतर्गत अवघ्या ५५ दिवसांत निकाल लागल्याने हा खटला राज्यातील सर्वात जलदगतीने निकाली निघालेल्या प्रकरणांपैकी एक ठरला.

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

पुणे जिल्ह्यातील भोर तालुक्यातील नसरापूर येथे साडेतीन वर्षांच्या चिमुरडीवर अत्याचार करून तिची निर्घृण हत्या केल्याप्रकरणी आरोपी भीमराव कांबळे (वय ६५) याला विशेष न्यायालयाने सोमवारी (दि. २९) फाशीची शिक्षा सुनावली. पॉक्सो कायद्यांतर्गत चाललेल्या या खटल्याचा निकाल अवघ्या ५५ दिवसांत लागला असून, अत्याचार आणि हत्या प्रकरणातील राज्यातील सर्वात जलदगतीने निकाली निघालेल्या खटल्यांपैकी हा एक ठरला आहे.

२५ जूनला दोषी, आज शिक्षेची घोषणा

विशेष न्यायाधीश एस. आर. साळुंखे यांनी यापूर्वी २५ जून रोजी झालेल्या सुनावणीत भीमराव कांबळे याला दोषी ठरवले होते. त्यामुळे आरोपीला जन्मठेप की फाशी, याकडे सर्वांचे लक्ष लागले होते. सोमवारी न्यायालयाने त्याला फाशीची शिक्षा सुनावत खटल्यावर शिक्कामोर्तब केला.

वेगवान तपासामुळे विक्रमी निकाल

माहितीनुसार, या प्रकरणात पोलिसांनी जलद तपास करत न्यायवैद्यकीय आणि डीएनए पुराव्यांच्या आधारे



अवघ्या १५ दिवसांत १,२०० पानी आरोपपत्र न्यायालयात दाखल केले होते. त्यानंतर विशेष न्यायालयातील बंद दालनात सुनावणी झाली. त्यामुळे महाराष्ट्राच्या अलीकडील इतिहासातील सर्वात वेगाने निकाली निघालेल्या खटल्यांपैकी हा एक ठरला आहे.

सरकारी पक्षाने मागितली होती फाशी

'मिड डे' च्या वृत्तानुसार, विशेष सरकारी वकील अजय मिसर यांनी या गुन्ह्याचे क्रौर्य सर्वोच्च न्यायालयाने निश्चित केलेल्या 'दुर्मिळातील दुर्मिळ' या निकषात बसत असल्याचा युक्तिवाद करत आरोपीला फाशीची शिक्षा देण्याची मागणी केली होती. तर बचाव पक्षाने आरोपीचे वय आणि त्याने गुन्हा नाकारल्याचा मुद्दा मांडत सौम्य शिक्षेची मागणी केली होती.

अतिशय निगरगट्ट! फाशीची शिक्षा सुनावल्यानंतरही भीमराव कांबळे... न्यायाधीशांचं विधान ऐकल्यावर काय घडलं?

निकाल वाचून झाल्यानंतर न्यायाधीश साळुंखे यांनी आरोपी भीमराव कांबळेला उद्देशून म्हटले, ह्आता फासावर चढा.ह्न निकालाच्या वेळी आरोपी कांबळे पूर्णपणे शांत होता. त्याने कोणताही भावनिक प्रतिसाद दिला नाही आणि खाली मान घालून उभा राहिला.

पीडितेच्या कुटुंबीयांची प्रतिक्रिया :

निकाल ऐकताच पीडित बालिकेच्या आई-वडिलांचे अश्रू अनावर झाले. ते बराच वेळ कोर्टात रडत होते. मुलीला न्याय मिळावा म्हणून कुटुंबीय पहिल्या दिवसापासून सातत्याने प्रयत्न करत होते. राज्यभरात झालेल्या आंदोलनांमध्येही ते सक्रिय सहभागी होते. आज अखेर न्याय मिळाल्याने त्यांच्या भावना उचंबळून आल्या.

निकालाची वैशिष्ट्ये :

- न्यायालयाने १३७ पानांचे निकालपत्र दिले आहे.
- यात ह्यबचन सिंहह्न, ह्यअशरफ अलीह्न आणि ह्यवसंत धुपारे विरुद्ध महाराष्ट्र सरकारह्न आदी महत्त्वाच्या केसेसचा संदर्भ दिला आहे.
- कोटार्ने नसरापूर प्रकरणात लोकांमध्ये प्रचंड रोष असल्याचे नमूद केले.
- आरोपी समाजात वावरण्याच्या लायकीचा नाही, असे निरीक्षण न्यायालयाने नोंदवले.

"नसरापूर प्रकरणी अखेर फाशीची शिक्षा झाली. या निकालाने न्यायव्यवस्थेवरील विश्वास अधिक दृढ झाला आहे. न्यायालयाने दिलेल्या या निर्णयाचे स्वागत करतो. अशा नराधमांना समाजात राहण्याचा कोणताही अधिकार नाही."

-देवेंद्र फडणवीस, मुख्यमंत्री

"मी कोर्टाचं अभिनंदन करतो. अशा प्रकारच्या अमानवीय, अमानुष अशा कृत्याला आळा घालण्यासाठी, जरब बसवण्यासाठी फाशीचीच शिक्षा द्यावी यासाठी पोलिसांनी अशा प्रकारचा तपास केला होता. ज्या पोलिसांनी या केसच्या तपासात सहभाग घेतला ते एसपी असतील, डीजी असतील या सगळ्यांना धन्यवाद द्यायला पाहिजेत."

-सुनेत्रा पवार, उपमुख्यमंत्री

"आपल्या पुणे जिल्ह्यातील नसरापूर येथील अत्यंत संवेदनशील चिमुकलीच्या बलात्कार व हत्येच्या प्रकरणात न्यायालयाने दिलेला निर्णय हा न्यायव्यवस्थेवरील विश्वास अधिक दृढ करणारा आहे. अशा अमानुष कृत्यांना समाजात कोणतीही जागा नाही. प्रत्येक महिला व मुलीची सुरक्षितता ही शासनाची सर्वोच्च प्राथमिकता असून, अशा गुन्ह्यांविरोधात कठोर कारवाईचा निर्धार कायम राहील. न्याय मिळाला, पण अशी घटना पुन्हा घडू नये यासाठी समाज आणि प्रशासनाने एकत्रितपणे अधिक सजग राहण्याची गरज आहे.बलात्कार आणि हत्येसारख्या अमानुष गुन्ह्यांना कोणतीही माफी नाही. न्यायालयाने दिलेला निर्णय हा न्यायव्यवस्थेवरील विश्वास बळकट करणारा आहे. महिलांच्या सुरक्षिततेसाठी आपले सरकार कटिबद्ध असून, अशा नरधमीवृत्तीच्या गुन्हेगारांविरोधात कठोरात कठोर कारवाई सुरूच राहील."

-सुनेत्रा पवार, उपमुख्यमंत्री



तिथेश्च श्रियमाप्नोति वारादायुष्य वर्धनम्,
नक्षत्रात् हरते पापं योगात् रोग निवारणम्।
करणात् कार्यसिद्धिस्यात् एवं पंचांगमुत्तमम्।

भावार्थ :

तिथीच्या श्रवणाने लक्ष्मी प्राप्त होते।
वाराच्या श्रवणाने आयुष्य वाढते।
नक्षत्र श्रवणाने पापांचा क्षय होतो।
योग श्रवणाने रोगराई नाहीशी होते।
करणाच्या श्रवणाने इष्टकार्यसिद्धी होते व
ही पाचही अंगे श्रवण केल्याने गंगास्नान केल्याचे फळ प्राप्त होते.

काम न केल्यास थेट हत्या, माझ्यासमोरच एकाला संपवलं

बीडचा तरुण थायलंडच्या 'गोल्डन ट्रँगल'मध्ये अडकला, मित्राकडे केले धक्कादायक खुलासे



म्यानमार-थायलंड-लाओस सीमेवरील 'गोल्डन ट्रँगल' परिसरातील धक्कादायक प्रकाराने संपूर्ण देश हादरला आहे. भारतातील तब्बल 800 तरुण अडकल्याने सर्वांच्या नजरा या प्रकरणाकडे वळल्या आहेत. तर महाराष्ट्रातील २५ जण या प्रकरणात अडकले असून त्यांना ओलिस ठेवण्यात आलं आहे. 'गोल्डन ट्रँगल' परिसरात बेकायदेशीररित्या ऑनलाइन फसवणुकीचे कामे करून घेतली जात आहेत. काम न केल्यास थेट हत्या करत असल्याचा धक्कादायक खुलासा बीडच्या तरुणाने मित्राकडे फोनवर केला आहे.

बीडच्या तरुणाने सांगितलेल्या माहितीनंतर सर्वत्र खळबळ उडाली आहे.

बीडमधील एक तरुण देखील ४ जूनपासून तिथेच आहे. या तरुणाचं ॲनिमेशन झालं आहे. त्यामुळे तो ऑनलाईन नोकरी शोधत होता. बीडमधील तरुण हा ऑनलाइन जाहिरीतीच्या मागार्तून म्यानमारला पोहोचला. या धक्कादायक प्रकारानंतर त्याने बीडमधील एका मित्राशी संपर्क करून सर्व प्रसंग सांगितला. त्याच्यासोबत महाराष्ट्रासह इतर राज्यातील तरुण असल्याचं त्याने फोन कॉलमध्ये सांगितलं. तर काही जणांची हत्या देखील झाल्याची धक्कादायक बाब त्याने मित्राला सांगितली आहे. या प्रकरणात बीडच्या सायबर पोलिसांनी गुन्हा दाखल करून घेतला असून तपास देखील सुरू आहे.

बीडच्या तरुणाने मित्राकडे काय खुलासे केले?

म्यानमारमध्ये ओलिस ठेवलेल्या बीडच्या तरुणाने मित्राला सांगितलं की, आम्ही 500 ते 600 तरुण अडकलो आहोत. मी घरी बसलो होतो, व्हाट्सॲपवर एक मेसेज आला. त्यात मी ॲनिमेशन डिझायनर आहे. जाहिरातीत सोशल मीडिया हाताळण्याचे बँकॉकमध्ये काम असल्याचे सांगितले. त्यानंतर मी बँकॉकला पोहोचलो. इकडे आल्यानंतर मला घ्यायला एक गाडी आली'. 'कारमध्ये बसल्यानंतर एकाने माझ्या डोक्याला बंदूक लावली. त्यानंतर कागदपत्रे काढून घेण्यात आली. पुढे जंगल-झुडपातून बँकॉकमधून बेकायदेशीररित्या म्यानमारमध्ये आणलं. म्यानमारमध्ये ऑनलाइन फसवणुकीचे कामे करायला सांगत आहेत. काम केलं नाही तर मारहाण करतात. जेवण देत नाहीत. बिहारच्या तरुणाची हत्या देखील केली आहे. महाराष्ट्रातील 20-30 जण असतील. काम नाही केलं तर थेट हत्या केली जाते. आम्हाला १० मिनिटे मोबाइल दिला जातो. आम्हाला म्यानमारला बेकायदेशीररित्या आणलं गेलं आहे,' असे धक्कादायक खुलासे तरुणाने केले.

पीडित व्यक्तीच्या मित्राने काय सांगितलं?

म्यानमार-थायलंडमधील या धक्कादायक प्रकारावर बीडमधील पीडित व्यक्तीच्या मित्राने सांगितलं की, 'मी राजकारणात सक्रिय असल्याने मित्राने मला व्हॉट्सॲपवर मदतीसाठी मेसेज केला. त्यानंतर त्याने व्हाट्सॲप व्हॉइस कॉल करून तेथील संपूर्ण परिस्थितीची माहिती दिली आणि मदतीची मागणी केली. त्याला नोकरीचे आमिष दाखवून फसवणूक करून नेले, म्यानमार थायलंडच्या सीमाभागात बेकायदेशीरपणे नेले. ऑनलाइन फसवणुकीचे कामे करून घेतली जातात. काम न केल्याने बंदुकीचा धाक दाखवला जातो. तीन तरुणांची काम न केल्याने हत्या करण्यात आली, अशी त्याने मला फोनवरून माहिती दिली. यानंतर मी त्याच्या कुटुंबीयांना धीर देऊन पोलिसांत घेऊन गेलो. आता सायबर पोलिसात तक्रार दिली असून पोलीस अधीक्षकांनी परराष्ट्र मंत्रालयाशी पत्र व्यवहार केला आहे. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस आणि एकनाथ शिंदे यांच्याकडे आमची मागणी आहे की, सर्वांना सुखरूप आणण्यासाठी मदत करावी'.

नोकरीचं आमिष ८०० भारतीय ओलीस 'गोल्डन ट्रँगल'या जाळ्यात तरुण अडकले

थायलंड- म्यानमार सीमेवर ८०० भारतीय तरुणांना ओलीस ठेवण्यात आल्याचा धक्कादायक प्रकार उघडकीस आला. यामधील २५ तरुण बीडचे आहेत.

महाराष्ट्रातील 25 तरुणांना ओलीस ठेवलं

म्यानमार-थायलंड सीमेवर नेमकं काय घडलं

उच्च पगाराच्या नोकरीचे आमिष दाखवून महाराष्ट्रातील 25 तरुणांना म्यानमार-थायलंड सीमेवरील 'गोल्डन ट्रँगल' परिसरात ओलिस ठेवल्याचा धक्कादायक प्रकार समोर आला आहे. बीडमधील एका तरुणाच्या फोनमुळे या आंतरराष्ट्रीय मानवी तस्करी आणि सायबर फसवणूक रॅकेटचा पर्दाफाश झाला.



■बीड। प्रतिनिधी,

थायलंडमध्ये मोठ्या पगाराच्या नोकरीचं आमिष दाखवून महाराष्ट्रातील २५ तरुणांसह तब्बल ८०० भारतीयांना म्यानमार सीमेवर ओलीस ठेवल्याचा धक्कादायक प्रकार उघडकीस आला आहे. या तरुणांना बंदुकीच्या धाकावर १८-१८ तास सायबर फसवणुकीचं काम करण्यास भाग पाडलं जातं आहे. नकार दिल्यास त्यांना विजेचे शॉक आणि अमानुष मारहाण केली जात आहे. या आंतरराष्ट्रीय सायबर रॅकेटमधून तरुणांच्या सुटकेसाठी बीड पोलिसांनी थेट परराष्ट्र मंत्रालयाशी संपर्क साधला.

मिळालेल्या माहितीनुसार, चांगल्या पगाराच्या नोकरीचे आमिष दाखवून महाराष्ट्रातील २५ तरुणांना म्यानमार-थायलंड सीमेवरील कुख्यात 'गोल्डन ट्रँगल' परिसरात ओलिस ठेवल्याचा प्रकार समोर आला आहे. म्यानमार, थायलंड आणि लाओस या देशांच्या सीमा जिथे मिळतात त्या भागाला आंतरराष्ट्रीय स्तरावर 'गोल्डन ट्रँगल' म्हटले जाते. बीडमधील एका तरुणाच्या धक्कादायक फोनमुळे मानवी तस्करी आणि सायबर फसवणुकीच्या आंतरराष्ट्रीय रॅकेटचा पर्दाफाश झाला आहे.

पीडित तरुणांच्या माहितीनुसार, बंदुकीच्या धाकावर त्यांच्याकडून दिवसाचे १८ ते १९ तास ऑनलाइन फसवणुकीचे काम करून घेतले जात आहे. काम करण्यास नकार दिल्यास मारहाण, विजेचे शॉक आणि अमानुष छळ केला जात असल्याचे गंभीर आरोप त्यांनी केले आहेत. या प्रकरणी बीड सायबर पोलिसांनी गुन्हा दाखल करत तातडीने परराष्ट्र मंत्रालयाशी संपर्क साधला आहे. अडकलेल्या सर्व तरुणांच्या सुरक्षित सुटकेसाठी राज्य आणि केंद्र सरकारच्या पातळीवर युद्धपातळीवर प्रयत्न सुरू आहेत.

■बीड। प्रतिनिधी,

उच्च पगाराच्या नोकरीचे आमिष दाखवून महाराष्ट्रातील 25 तरुणांना म्यानमार-थायलंड सीमेवरील कुख्यात 'गोल्डन ट्रँगल' परिसरात ओलिस ठेवल्याचा धक्कादायक प्रकार समोर आला आहे. म्यानमार, थायलंड आणि लाओस या देशांच्या सीमा ज्या ठिकाणी एकत्र येतात, त्या परिसराला आंतरराष्ट्रीय स्तरावर 'गोल्डन ट्रँगल' म्हणून ओळखले जाते.

या प्रकरणाची माहिती बीडमधील एका तरुणाच्या धक्कादायक फोनमुळे समोर आली असून, या घटनेमुळे आंतरराष्ट्रीय मानवी तस्करी आणि सायबर फसवणुकीच्या रॅकेटचा पदार्फाश झाला आहे. नोकरीच्या नावाखाली परदेशात नेण्यात आलेल्या तरुणांना प्रत्यक्षात अमानुष छळाला सामोरे जावे लागत असल्याची धक्कादायक बाब उघड झाली आहे.

ऑनलाइन फसवणुकीचे काम करण्यास भाग पाडले

पीडित तरुणांनी दिलेल्या माहितीनुसार, त्यांना बंदुकीचा धाक दाखवत दिवसाला तब्बल 18 ते 19 तास ऑनलाइन फसवणुकीचे काम करण्यास भाग पाडले जात आहे. हे काम करण्यास नकार दिल्यास त्यांच्यावर मारहाण केली जाते, विजेचे शॉक दिले जातात आणि विविध प्रकारचा अमानुष छळ केला जात असल्याचे गंभीर आरोप त्यांनी केले आहेत. उच्च पगार आणि चांगल्या नोकरीच्या आश्वासनावर विश्वास ठेवून परदेशात गेलेल्या या तरुणांना आता ओलिस ठेवण्यात आल्याचा दावा करण्यात आला आहे.

महाराष्ट्रातील तब्बल 25 तरुण या जाळ्यात अडकल्याची माहिती

या संपूर्ण प्रकाराची माहिती बीडमधील एका तरुणाने केलेल्या धक्कादायक फोननंतर समोर आली. या फोनमुळे या प्रकरणामागील आंतरराष्ट्रीय मानवी तस्करी आणि सायबर फसवणुकीच्या जाळ्याचा उलगडा झाला. महाराष्ट्रातील तब्बल 25 तरुण या जाळ्यात अडकल्याची माहिती समोर आली असून, या घटनेमुळे त्यांच्या कुटुंबीयांमध्ये मोठी चिंता निर्माण झाली आहे. या तरुणांची सुरक्षित सुटका व्हावी, अशी मागणी त्यांच्या नातेवाईकांकडून केली जात आहे.

या प्रकरणी बीड सायबर पोलिसांनी गुन्हा दाखल केला असून, त्यांनी तातडीने परराष्ट्र मंत्रालयाशी संपर्क साधला आहे.

अडकलेल्या सर्व तरुणांची सुरक्षित सुटका करण्यासाठी राज्य आणि केंद्र सरकारच्या पातळीवर युद्धपातळीवर प्रयत्न सुरू असल्याची माहिती देण्यात आली आहे. संबंधित यंत्रणांकडून या प्रकरणाचा पुढील तपास सुरू असून, ओलिस ठेवण्यात आलेल्या महाराष्ट्रातील सर्व 25 तरुणांना सुरक्षितपणे मायदेशी परत आणण्यासाठी आवश्यक ती कार्यवाही केली जात आहे.

साई फाउंडेशनच्या "सेवा गौरव पुरस्कार २०२६"ने नागरी संरक्षण दलाचे बेलापूर विभागाचे डिव्हिजन वार्डन श्री. लक्ष्मीकांत पोपळे सन्मानित!



■ठाणे। प्रतिनिधी,

समाजसेवा, मानवता आणि राष्ट्रहितासाठी उल्लेखनीय कार्य करणाऱ्या व्यक्ती, समाजसेवक व परिवर्तनकर्त्यांचा गौरव करण्यासाठी साई फाउंडेशनतर्फे आयोजित करण्यात आलेल्या प्रतिष्ठित "सेवा गौरव पुरस्कार २०२६" तसेच संस्थेच्या चौथ्या वर्धापन दिन सोहळ्याचे आयोजन ठाणे महानगरपालिकेच्या पाचपाखाडी येथील कै. नरेंद्र बल्लाळ सभागृहात उत्साहात पार पडले.

या विशेष सोहळ्यात श्री. लक्ष्मीकांत पोपळे यांना सिव्हिल डिफेन्सच्या माध्यमातून समाजसेवा, आपत्ती व्यवस्थापन, आपत्कालीन परिस्थितीत नागरिकांना मदत तसेच विविध सामाजिक उपक्रमांमध्ये दिलेल्या उल्लेखनीय योगदानाबद्दल "सेवा गौरव पुरस्कार २०२६" प्रदान करून सन्मानित करण्यात आले.

समाजातील गरजू आणि संकटग्रस्त नागरिकांच्या मदतीसाठी सदैव तत्पर असलेल्या नागरी संरक्षण दलाच्या कायार्ची दखल घेत साई फाउंडेशनने हा सन्मान प्रदान केला. या पुरस्कारामुळे नागरी संरक्षण दलाच्या स्वयंसेवकांमध्ये अधिक उत्साह आणि प्रेरणा निर्माण झाली आहे.

पुरस्कार स्वीकारल्यानंतर आपल्या भावना व्यक्त करताना बेलापूर विभागाचे डिव्हिजन वार्डन श्री. लक्ष्मीकांत पोपळे म्हणाले, "सिव्हिल डिफेन्सच्या माध्यमातून समाजसेवेसाठी दिलेल्या योगदानाची दखल घेऊन साई फाउंडेशनने आम्हाला 'सेवा गौरव पुरस्कार २०२६' ने सन्मानित केले, याचा आम्हाला सार्थ अभिमान व कृतज्ञता वाटते. हा गौरव केवळ आमच्या संपूर्ण टीमच्या सामूहिक प्रयत्नांची पोचपावती नसून, ठाणे जिल्ह्यातच नव्हे तर जिथे-जिथे आपत्ती व गरज असेल तिथे निःस्वार्थ भावनेने धावून जाण्याच्या आमच्या वचनबद्धतेला मिळालेली थाप आहे.

"हा सन्मान आमची जबाबदारी अधिक वाढवणारा आहे. समाज, मानवता आणि राष्ट्रसेवेसाठी यापुढेही अधिक समर्पण, करुणा व शिस्तीने कार्य करण्याची प्रेरणा आम्हाला मिळाली आहे. साई फाउंडेशनच्या विश्वास, प्रोत्साहन आणि पाठिंब्याबद्दल आम्ही मनःपूर्वक आभारी आहोत."

यावेळी त्यांनी "सेवा, सुरक्षा, शिस्त - हेच आमचे ब्रीद!" असा संदेश देत "जय हिंद! जय महाराष्ट्र!" अशा घोषणेद्वारे आपल्या भावना व्यक्त केल्या. साई फाउंडेशन ही संस्था समाजातील विविध क्षेत्रांमध्ये निःस्वार्थपणे कार्य करणाऱ्या व्यक्ती व संस्थांचा गौरव करून त्यांच्या कायार्ला प्रोत्साहन देण्याचे कार्य सातत्याने करत आहे.

"Be a Reason for Someone's Smile" या प्रेरणादायी संदेशातून संस्था समाजात सेवा, करुणा आणि मानवतेची भावना वृद्धिंगत करण्यासाठी प्रयत्नशील आहे.

या सोहळ्यास विविध क्षेत्रांतील मान्यवर, समाजसेवक, स्वयंसेवी संस्था आणि नागरिक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. उपस्थितांनी पुरस्कारप्राप्त व्यक्तींच्या कायार्चे कौतुक करून त्यांच्या पुढील वाटचालीस शुभेच्छा दिल्या.

सेवा, सुरक्षा, शिस्त - हेच आमचे ब्रीद!

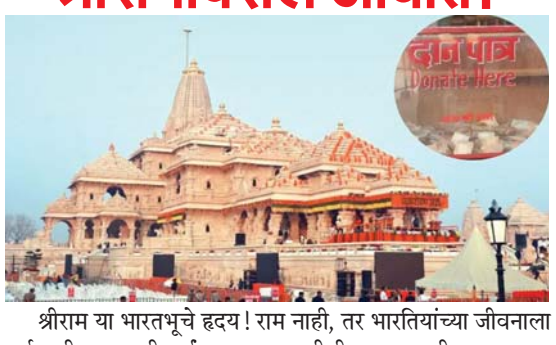
जय हिंद! जय महाराष्ट्र!



संपादकीय

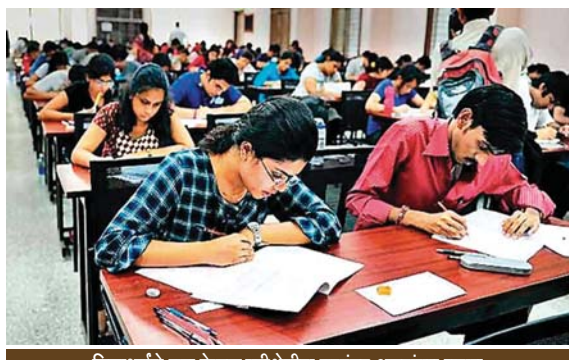
संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

श्रीरामावरील आघात!



श्रीराम या भारतभूचे हृदय ! राम नाही, तर भारतियांच्या जीवनाला अर्थ नाही. लक्षावधी वर्षांच्या या रामभक्तीची धारा आजही समाजमनात अव्याहत वहात आहे. आपल्या आराध्याच्या अयोध्येतील, म्हणजे साक्षात् श्रीरामजन्मभूमी मंदिरात दानाची चोरी झाली. या प्रकरणी उत्तरप्रदेश सरकारने स्थापन केलेल्या विशेष अन्वेषण पथकाने त्यांचा अहवाल सरकारला सादर केला. त्यानंतर त्वरित गुन्हा नोंदवून त्यात उल्लेखित ८ पैकी ७ जणांना अटक करण्यात आली. देवद्रव्याच्या चोरीच्या घटनेमुळे रामभक्त व्यथित आहेत. व्यथित या कारणासाठी नाहीत की, आपण गाळलेल्या घामातून कमवलेला पैसा देवाच्या चरणी अर्पण केल्यानंतर त्याची चोरी झाली, तर यासाठी की, ते भगवंताचे धन आहे. मी कमवलेले धन भगवंताच्या कृपेने मला लाभले आणि तेच मी त्याच्या चरणी अर्पण केले. त्याची चोरी होता कामा नये! केवढी ही उदात्त आध्यात्मिक विचारसरणी! भक्त-भगवंतातील या भक्तीच्या धाग्याला या अपहारातून तोडण्याचा प्रयत्न झाला आहे. स्कन्दपुराणानुसार मंदिरात चोरी करणे, म्हणजे देवद्रव्य चोरणे, हे अक्षम्य महापातक होय. मनुस्मृतीत उल्लेखित 'देवस्वं ब्राह्मणस्वं वा लोभेनोपहिनस्ति यः। स पापात्मा परे लोके गृध्रौच्छिष्टेन जीवति ।। (अध्याय ११ श्लोक २६)' या श्लोकानुसार जो पापी मनुष्य लोभामुळे देवतांची किंवा ब्राह्मणांची संपत्ती बळकावतो, तो परलोकात गिधाडांनी उष्टवलेले अन्न खातो. हे पाप मानवी आणि दैवी अशा दोन्ही कायद्यांनुसार कठोर दंडास पात्र ठरते. या दृष्टीने उत्तरप्रदेश सरकार पावले पुढे टाकत आहे. मंदिरातील चोरीच्या प्रकरणी त्याचे व्यवस्थापन पहाणाऱ्या 'श्रीरामजन्मभूमी तीर्थक्षेत्र न्यासा'चे महासचिव चंपत राय यांनी त्यांच्या पदाचे त्यागपत्र दिले. त्यांच्यावरही आरोप होत आहेत. मुळात राय यांनी या चोरीचे नैतिक दायित्व घेत हे पाऊल उचलले, हे लक्षात घ्या! किती राजकीय नेते, प्रशासकीय अधिकारी, आस्थापनांतील पदाधिकारी भ्रष्टाचाराचे आरोप झाल्यावर पदत्याग करतात? काँग्रेसी नेते अंतर्मुख होऊन याचा विचार करणार आहेत का? राय यांनी त्यांचे संपूर्ण आयुष्य श्रीरामजन्मभूमी आंदोलनासाठी निःस्वार्थ रूपाने दिल्याचे सांगत शूद्र स्वाथार्साठी ते असे कधी करणार नाहीत, अशा स्वरूपात विश्व हिंदु परिषदेने त्यांचे समर्थन केले. श्रीरामलल्लाची मूर्ती साकारणारे शिल्पकार अरुण योगीराज यांनीही चंपत राय हे सत्यनिष्ठता आणि प्रामाणिकपणा यांचे प्रतीक असल्याचे म्हटले. जिथे श्रीराम आणि श्रीकृष्ण यांना अग्नीपरीक्षा द्यावी लागली, तोच क्षण आज रामभक्तांसमोर उभा ठाकला आहे. धर्मावर आलेले हे संकट आहे. अशा वेळी हिंदूंनो, भगवंताची आराधना वाढवा आणि धर्मावर आलेले हे अरिष्ट दूर होण्यासाठी संघटित व्हा! हिंदुद्वेष्ट्यांना जणू हातात आयते कोलीत मिळाल्याप्रमाणे ते या चोरीप्रकरणी गरळओक करत फिरत आहेत. काँग्रेसने चंपत राय यांच्यावर कारवाई करण्यासह या प्रकरणाचे अन्वेषण सर्वोच्च न्यायालयाच्या देखरेखीखाली करण्याची मागणी केली आहे. गंमत पहा. २ दशकांआधी सर्वोच्च न्यायालयात प्रभु श्रीरामाला काल्पनिक पात्र संबोधणारे प्रतिज्ञापत्र सादर करणारी हीच काँग्रेस आज त्याच श्रीरामाच्या मंदिरातील अपहारासाठी न्यायालयाला लक्ष घालण्यास सांगते. मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ यांचे या प्रकरणातील कथन महत्त्वाचे आहे. ते म्हणाले, ''सर्व काही स्पष्ट होईल; पण रामभक्तांची परीक्षा घेऊ नका. त्यांच्या श्रद्धेशी खेळणे थांबवा. जर तथ्ये किंवा पुरावे नसतील, तर आरोप करणे थांबवा आणि जर पुरावे असतील, तर ते अन्वेषण पथकासमोर सादर करा.'' एकूण हा विषय जेवढा साधा दिसतो, तेवढा सरळ नसण्याची शक्यता अधिक आहे. पुढील वर्षी उत्तरप्रदेश विधानसभा निवडणुका आहेत. या राज्याची सूत्रे ज्याच्या हाती, तो लोकसभेवरही राज्य करतो, हा राजकीय इतिहास सर्वश्रुत आहे. त्यामुळे या चोरीमागे काही षड्यंत्र आहे का? याचा विचार अन् अन्वेषण करण्याची आवश्यकता आहे. गेल्या ९ वर्षांत योगी आदित्यनाथ यांच्या नेतृत्वाखाली उत्तरप्रदेशाने कायदा-सुव्यवस्थेत आमूलाग्र सुधारणा घडवून आणल्या. हिंदूंच्या मुळावर उठलेल्या समस्यांवर कायद्याच्या माध्यमातून न्याय देण्याचा त्यांचा प्रयत्न वाखाणण्याजोगा आणि अनुकरणीय राहिला. 'मंदिर वही बनाएंगे, पर तारीख नहीं बताएंगे', अशा प्रकारे भाजपवर टीका करणाऱ्यांची तोंडे बंद करण्यासाठी ऑगस्ट २०२० मध्ये श्रीराममंदिराचे भूमीपूजन अन् जानेवारी २०२४ मध्ये भव्य मंदिराचे उद्घाटन यांमध्ये आदित्यनाथ यांचा महत्त्वपूर्ण वाटा राहिला. उत्पादन, औद्योगिक गुंतवणूक, पर्यटन आदी आर्थिक घडामोडींतून राज्याची भरभराट होत आहे. आर्थिक सर्वेक्षणाच्या आकडेवारीनुसार गेल्या दशकभरात राज्याची अर्थव्यवस्था १३.३० लाख कोटी रुपयांवरून ३६ लाख कोटी रुपयांपर्यंत पोचली. ही जवळपास तिप्पट वाढ होण्याचे श्रेय साहजिकच मुख्यमंत्र्यांना जाते. तथापि या सगळ्यांपेक्षा अयोध्येतील श्रीराममंदिर हा जनभावनेचा सर्वांत संवेदनशील पैलू आहे. त्यामुळे या आघातातून त्यावर घाला घातला जात आहे का? अपहारामागे खरंच कुणा अदृश्य शक्तीचे हात आहेत का? येणाऱ्या दिवसांत मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ यांनाही नैतिक दायित्व स्वीकारायला लावून त्यागपत्र देण्यास भाग पाडले गेले, तर? एखाद्या राष्ट्राचा नाश करायचा असेल, तर तेथील राष्ट्रीय भावनेचा नाश आधी करावा लागतो. प्रभु श्रीराम हे या राष्ट्राचे हृदय ! त्यांच्या मंदिरावरील आघात हा कोणताही हिंदु सहन करणार नाही. त्यामुळे या अपहाराच्या आडून हिंदूंमध्ये अराजकाचे बीज पेरण्याचा हा दुष्प्रयत्न आहे का? असे नानाविध प्रश्न आपल्या ताटात आहेत. त्यांची उत्तरे काळाच्या पोटात दडली असली, तरी या आघाताला योग्य उत्तर देणे आम्हा रामभक्तांच्या हातात आहे, हे विसरता कामा नये. श्रीराममंदिरात झालेला हा अपहार भविष्यात पुन्हा होऊ नये, यासाठी मंदिराचे सरकारीकरण करण्याचे प्रयत्न चालू झाले आहेत. भारतीय राज्यघटनेतील कलम २५ आणि २६ यांचा दाखला देत हिंदूंच्या मंदिरांचे सरकारीकरण केले जाते. या दोन्ही कलमांचा अर्थ असा लावला जातो की, भलेही प्रत्येकाला धर्मपालन करण्याचा अधिकार आहे. तो अधिकार अबाधित राखत, म्हणजेच मंदिरातील पूजा, उपासना, प्रथा-परंपरा, उत्सव आदी धार्मिक-आध्यात्मिक परिमाणांचे पालन करण्याचे स्वातंत्र्य देतांना तेथील व्यवस्थापकीय, आर्थिक, राजकीय व्यवस्था धर्मनिरपेक्ष असल्याने त्यावर सरकार अधिकार गाजवू शकते. यातून 'मंदिर सरकारीकरण' नावाचे अपत्य जन्मास येते. श्रीराममंदिराच्या सरकारीकरणामागेही हाच तर्क आहे. दुसरीकडे राज्यघटनेतील कलम २९ आणि ३० मशिदी अन् चर्च यांना अल्पसंख्यांक संस्थात्मक स्वायत्ततेचे संरक्षण प्रदान करतात. थोडक्यात श्रीराममंदिरातील चोरीपेक्षा त्याचे सरकारीकरण हा अधिक मोठा आघात आहे अन् तो परतवून लावण्यासाठी आता याच राज्यघटनेत रामराज्याची नोंद होणे आवश्यक आहे, हे लक्षात घ्या!

मेहनतीशिवाय यश नाही



विद्यार्थ्यांचे यश केवळ परीक्षेतील गुणांवर अवलंबून नसून आत्मविश्वास, नियमित अभ्यास, योग्य नियोजन आणि सकारात्मक दृष्टिकोन यावरही तेवढेच अवलंबून असते. नवीन शैक्षणिक वर्षाच्या सुरुवातीपासूनच सातत्यपूर्ण मेहनत, पालक-शिक्षकांचे योग्य मार्गदर्शन आणि शिस्तबद्ध दिनचर्या अंगीकारल्यास प्रत्येक विद्यार्थी यशाचे शिखर गाठू शकतो.

उन्हाळी सुट्टीनंतर शाळा सुरू होऊन आजचा तेरावा दिवस आहे. विद्यार्थी यशस्वी होण्यासाठी त्यांच्या स्वतःच्या व्यक्तिमत्त्वाचा विकास होणे आवश्यक आहे. तरच तो विद्यार्थी जीवनात यशस्वी होऊ शकतो. त्यासाठी त्यांच्या मनात स्वतःचा आत्मविश्वास निर्माण झाला पाहिजे. तो आत्मविश्वास पालक आणि शिक्षकवर्गाने निर्माण करायला हवा. विद्यार्थ्यांच्या जीवनात पालक आणि शिक्षक अधिक जवळचे असतात. त्यामुळे त्यांची आवडनिवड व सवय त्यांना माहीत असते. बरेच विद्यार्थी परीक्षेपर्यंत बेसावध असतात. परीक्षा जवळ आली की, रात्रीचा दिवस करून अभ्यासाला लागतात. याचा परिणाम विद्यार्थ्यांचे मन विचलित होते. पुढे काय करावे त्यांनाच समजत नाही. त्यांच्या मनावरील दडपण वाढते. याचा परिणाम त्याला कमी गुण किंवा त्या परीक्षेत अपशय येऊ शकते. यासाठी मुलांनी विद्यार्थी म्हणून यशस्वी होण्यासाठी कठोर परिश्रम घेतले पाहिजेत. तसेच अभ्यासामध्ये नियमित सातत्य ठेवावे लागेल. कठोर परिश्रम आणि अभ्यासात सातत्य ठेवण्यासाठी अभ्यासक्रमाचे योग्य नियोजन करावे लागेल. त्यांनी या तीन गोष्टी पाळल्या, तर परीक्षेत उत्तम गुण मिळू शकतात.

आपण सहज परीक्षेत यश संपादन करू शकतो असे जरी विद्यार्थ्यांना वाटत असले तरी तितके ते सोपे नसते. मुळात त्याला शिकण्याची आवड पाहिजे. म्हणजे तो पुढे काहीतरी करू शकतो. खरे म्हणजे नवीन शैक्षणिक वर्षाची सुरुवात झाल्यावर पहिल्या सुरुवातीपासून विद्यार्थ्यांनी अभ्यासाला लागावे. शाळेमध्ये ज्या धड्याचे अध्ययन झालेले असेल त्याची घरी आल्यावर उजळणी करावी. त्या आधी पूर्ण धडा वाचावा म्हणजे आपण त्या धड्यात काय शिकणार आहोत याची कल्पना येते. त्यासाठी प्रथम विद्यार्थ्यांना अभ्यासाचे नियोजन करावे लागेल. त्याप्रमाणे रोज अभ्यास करावा म्हणजे अभ्यास करण्याची सवय लागते. तसेच विद्यार्थ्यांनी विषयांचे वेळापत्रक तयार करून अभ्यास करावा. यामुळे विद्यार्थ्यांच्या मनात ताणतणाव वाढत नाही. परीक्षेच्या वेळी अधिक उत्साहाने जातात.

आपण एक विद्यार्थी आहोत याची जाणीव त्यांना असायला हवी. शाळेची वेळ, घरातील इतर कामे आणि मोकळा वेळ गृहीत धरून विद्यार्थ्यांना वेळेचे नियोजन करावे लागेल. म्हणजे विषयांचे वेळापत्रक तयार करून दर दिवशी दिलेल्या वेळेनुसार अभ्यास करावा लागेल. या पद्धतीमुळे अभ्यासात सातत्य राहील. अभ्यास नियमितपणे केला जाईल. असे जरी असले तरी अवांतर वाचनसुद्धा अतिशय महत्त्वाचे असते. शाळेमध्ये शिक्षक अध्यापन करीत असताना लक्षपूर्वक ऐकावे. त्यातल्या काही आवश्यक मुद्द्यांचे टिपण करावे. काही शंका असल्यास बिनधास्तपणे अध्यापकांना विचाराव्यात. चुकीचे समजून घेऊ नये. यात आपलेच नुकसान आहे. म्हणजे अध्यापक वर्गात अध्ययन करीत असताना विद्यार्थ्यांनी लक्ष केंद्रित करावे. बऱ्याच वेळा धड्याखाली जे प्रश्न विचारलेले असतात तेच प्रश्न परीक्षेच्या वेळी विचारले जातात. तेव्हा त्या प्रश्नांची जी अचूक उत्तरे असतील त्याची नियमित उजळणी करणे गरजेचे असते. तसेच जे प्रश्न दिलेले असतील त्या उत्तरांची सुद्धा उजळणी व्हायला हवी. दुर्लक्ष केल्यास परीक्षेच्या वेळी जर तो प्रश्न विचारला गेल्यास अचूक उत्तर आपण लिहू शकत नाही. तेव्हा विषयाचे अध्ययन जरी झाले तरी प्रश्नांच्या उत्तरांची वेळच्यावेळी उजळणी करावी लागेल. म्हणजे परीक्षेला उत्तरे लिहिताना अडथळा येणार नाही. अधिक आत्मविश्वासाने परीक्षेची उत्तरपत्रिका सोडवू शकतो. हे सर्व नियमित अभ्यास आणि उजळणी केल्यामुळेच शक्य होऊ शकते.

विशेष म्हणजे प्रत्येक दिवशी सर्व विषयांची उजळणी करणे शक्य नसते. अशावेळी आपल्याला जो धडा कठीण वाटत असेल त्याचीच उजळणी करावी. म्हणजे पुढील धडा दुसऱ्या दिवशी घेता येतो. यासाठी आपले योग्य ध्येय असले पाहिजे. त्यामुळे विद्यार्थ्यांना पुरेशी झोप आणि सकस आहार दैनंदिन आहारात दिला पाहिजे. यामुळे विद्यार्थ्यांचे अभ्यासाकडे लक्ष केंद्रित होते. अन्यथा मन विचलित होऊ शकते. हा निसगार्चा नियम आहे. याची काळजी सर्व पालकांनी घेतली पाहिजे. विशेष म्हणजे विद्यार्थ्यांना अभ्यासासाठी स्वतंत्र जागा पाहिजे. खेळती हवा, शांत वातावरण आणि पुरेसा प्रकाश असावा. अभ्यास करताना मध्येच थोडी विश्रांती घ्यावी. अभ्यासामध्ये काही शंका असल्यास शिक्षकांना विचारून वेळच्या वेळी शंकांचे निरसन करावे. हल्लीची मुले व्यसनाच्या आहारी गेलेली पाहायला मिळतात. हे टाळण्यासाठी योग्य वयात मुलांना व्यसनापासून सतर्क करणे गरजेचे आहे. संदेश देणे बंधनकारक आहे. तसेच सध्या टीव्ही बाजूला होऊन मोबाईलचा अतिरिक्त वापर होत आहे. त्यामुळे बऱ्याच विद्यार्थ्यांचे अभ्यासाकडे दुर्लक्ष होताना दिसत आहे. तेव्हा योग्य कामासाठी विद्यार्थ्यांनी मोबाईलचा वापर करावा. अन्यथा मोबाईलला चार हात दूर ठेवावे. प्रत्येकाच्या जीवनात कधी यश, कधी अपयश आहे. मात्र अपयशाने खचून न जाता त्यावर मात करून पुढे गेले पाहिजे. विद्यार्थ्यांनी सुद्धा असेच करायला हवे. अपयशाने खचून न जाता आपला दृष्टिकोन सकारात्मक ठेवावा. यश आपलेच असते. यातूनच विद्यार्थी यशस्वी होत असतात.

सुधारणांची 'परीक्षा'

'एमपीएससी' च्या परीक्षाही विलंब आणि गैरप्रकारांवरून अनेकदा वादाच्या भोवऱ्यात सापडतात. त्या पार्श्वभूमीवर रेल्वे, जेईईसारख्या राष्ट्रीय पातळीवरील परीक्षा आणि केरळ-तेलंगण, बिहार आणि कर्नाटकासारख्या काही राज्यांच्या धर्तीवर हे बदल होत आहेत.



राज्य लोकसेवा आयोगाने (एमपीएससी) आपल्या परीक्षा पद्धतीत काही बदल करण्याबाबत घेतलेला निर्णय, या प्रक्रियेत सुधारणांसाठी महत्त्वपूर्ण ठरावा. विशेषतः भावी डॉक्टरांपासून ते भावी शिक्षकांपर्यंतच्या अनेक परीक्षांना पेपरफुटीसह अनेक अनियमिततांनी ग्रासलेले असताना हे पुढचे पाऊल ठरते. त्यामध्ये सर्व संवर्गाच्या पूर्वपरीक्षा या संगणकाधारित (सीबीटी) पद्धतीने घेण्यात येणार आहेत. त्याशिवाय परीक्षेनंतर २१ दिवसांत निकाल जाहीर करण्याचे नियोजन आणि एका वर्षात एकाहून अनेक संधी ही या सुधारणांची प्रमुख वैशिष्ट्ये. नुकताच 'नीट' पेपरफुटीमुळे गदारोळ माजला; त्यातच शिक्षकांसाठी घेतल्या जाणाऱ्या 'टीईटी'मध्येही पेपर फुटले.

पूर्वपरीक्षा संगणकाद्वारे घेतल्याने पेपरफुटीची शक्यता कमी होऊ शकते; त्याबरोबरच संगणकीय मूल्यमापन अचूक होऊन उत्तरपत्रिका तपासणीही वेगाने आणि पारदर्शकतेने होऊन निकाल वेळेत लावणे शक्य होईल. परीक्षेनंतर रखडणारे निकाल, हा टीकेचा विषय असल्याने आता २१ दिवसांत निकाल जाहीर करण्याचे नियोजन, हा सर्वांत महत्त्वाचा बदल आहे. त्याबरोबरच या प्रक्रियेतील सरळीकरणाबाबत (नॉर्मलायझेशन) 'आयआयटी' आणि राज्य सरकारच्या सांख्यिकी विभागाकडून सूत्र निश्चित होणार आहे.

सध्या काही लाख उमेदवार या परीक्षा देतात. त्यांच्यासाठी ठिकठिकाणी संगणकांची व्यवस्था, त्यात ऐन वेळी बिघाड होऊ नये, यासाठी तांत्रिक साह्य, ग्रामीण भागात अखंडित वीजपुरवठा आणि तांत्रिक ज्ञान असलेले मनुष्यबळ, ही खबरदारी मात्र घ्यावी लागेल. त्याशिवाय संगणकाद्वारेसुद्धा हॅकिंगसारखे गैरप्रकार रोखण्यासाठी कडेकोट सुरक्षा बाळगण्याची गरज आहे. त्याशिवाय अन्य राज्यांप्रमाणेच मुख्य परीक्षांमधून ऐच्छिक विषय वगळण्याचीही मागणी अनेक घटकांमधून करण्यात येत होती.

आता एका वर्षात एकाहून अनेकदा या परीक्षा घेण्यामुळे एकदा परीक्षा दिल्यानंतर पुढील संधीसाठी पुढच्या वर्षाची वाट पाहणे टळेल. एकंदरीत, या सुधारणा अचूकता, पारदर्शकता आणि कार्यक्षमतेच्या दृष्टीने आवश्यक असल्या, तरी आपल्या यंत्रणा हे शिवधनुष्य कसे पेलणार, हे महत्त्वाचे आहे.

नियोजनाशी काडीमोड

सत्ताधारी असोत की विरोधक; बहुतेकांना विधिमंडळाच्या आवारात फोटोसेशन किंवा परस्परांना गालिप्रदान करण्यातच जादा रस असल्यामुळे सभागृहांमध्ये यंदाही बहुधा त्या निमूटपणे मान्य होणार, असेच चित्र दिसते.

अर्थसंकल्पात लोकप्रिय योजनांचा पसारा मांडून झाल्यानंतर तीन महिन्यांतच त्यावर पुरवणी मागण्या'चे पांघरुण घालण्याच्या क्लृप्त्यांमधील 'सातत्य' राज्य सरकारने यंदाही कायम ठेवले. वर्षाच्या सुरुवातीला साडेसात लाख कोटी रुपयांचा अर्थसंकल्प सादर केल्यावर आता अर्थखात्याने मांडलेल्या तब्बल ९८ हजार कोटी रुपयांच्या पुरवणी मागण्या, हे अर्थसंकल्प अर्थहीन होऊ लागल्याचेच लक्षण म्हणावे लागेल. गेल्या काही वर्षांत या पुरवणी मागण्या आपलेच विक्रम मोडत आहेत. बहुमताच्या जोरावर त्या मान्य होणार, हे स्पष्ट आहे. मात्र, या सगळ्या सव्यापसव्यामध्ये 'नियोजन'नामक बाब कोठेही आढळत नाही. त्यामुळेच अर्थखात्याची जबाबदारी सांभाळणारे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी नियोजन खात्याच्या कारभारात गांभीर्याने लक्ष देण्याची वेळ आली आहे. अर्थसंकल्प हे राज्याच्या आर्थिक नियोजनाचे 'बायबल' मानले जाते; साहजिकच त्यात दाखवलेल्या दिशेनेच जमा-खर्चांची वाटचाल अपेक्षित आहे. मात्र, हल्ली अर्थसंकल्पाचे पावित्र्य हरवून गेले असून, काही महिन्यांतच त्याचे खरे दात पुरवणी मागण्यांच्या रूपाने समोर येत आहेत. खरे तर अनपेक्षित खर्च किंवा आपत्तीसारख्या प्रसंगांमध्ये पुरवणी मागण्या सादर करणे अपेक्षित आहे. परंतु मागण्यांच्या तपशीलात डोकावले, तर अपवाद वगळता त्यातील एकही खर्च 'अचानक' उद्भवल्याचे दिसत नाही. 'पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर शेतकरी कर्जमुक्ती योजने'साठी २० हजार कोटी रुपयांच्या मागण्यांचा मुद्दा बाजूला ठेवला, तरी उरलेल्या ७८ हजार कोटी रुपयांचे काय, हा प्रश्न उरतोच. त्यामध्ये अनिवार्य खर्च सुमारे १४ हजार कोटी रुपये, कार्यक्रमाअंतर्गत खर्चासाठी ६६ हजार कोटी रुपये, केंद्रीय योजनांमधील खचार्चा वाटा म्हणून १७ हजार कोटी रुपये, 'महावितरण'च्या कर्जफेडीसाठी आठ हजार कोटी रुपये आणि मुंबई मेट्रो , भुयारी मार्ग व पुणे रिंगरोड अशा मागण्यांचा समावेश आहे. अशा योजनांवर खर्च होणार, केंद्राच्या योजनांसाठी 'मॅचिंग ग्रांट' द्यावीच लागणार, हे अर्थसंकल्प मांडताना नियोजन विभागाला ठाऊक नव्हते का? विशेषतः नाशिकमधील सिंहस्थ कुंभमेळ्याची पर्वणी ही 'अचानक' उद्भवलेली नसून, त्या खर्चांसाठी अचानक तोंडमिळवणी करण्याची वेळ का यावी आणि 'अनिवार्य' म्हणवल्या जाणाऱ्या खर्चांचा नियोजन विभागाला अवचित साक्षात्कार कसा व्हावा, अशा प्रश्नांची उत्तरे जनतेला मिळालीच पाहिजेत. काही विकासकामांमध्ये भूसंपादनासारख्या अडचणी येतात, किंवा क्वचित खर्चातही वाढ होते, असे पूवार्नुभव आहेत. त्यामुळे त्याच्या तरतुदींमध्ये आधीच पैसे अडकवून ठेवणे अव्यवहार्य ठरते, हे मान्य; परंतु ही रक्कम एक लाख कोटी रुपयांपर्यंत जावी, हे समर्थनीय नाही. एखाद्या गरीब कुटुंबातल्या गृहिणीची महिन्याअखेरीला हातातोंडाशी गाठ यावी, तशी वेळ तज्ज्ञांची फौज हाताशी असलेल्या संपन्न महाराष्ट्रापुढे का येते, ही विचार करण्याजोगी बाब नक्कीच. 'आर्थिक शिस्त' हा प्रगतीचा पाया आहे, याचे विस्मरण होऊन चालणार नाही. आपत्तीमध्ये पूर्वीचे नियोजन बाजूला ठेवून तिजोरी खुली करावीच लागते; परंतु विकास साधण्यासाठी दीर्घकालीन नियोजनाला सोडचिठ्ठी देणे, हे आपल्याच पायावर कुऱ्हाड मारून घेतल्यासारखे होईल. पुरवणी मागण्यांचे प्रमाण अर्थसंकल्पाच्या पाच टक्क्यांच्या आत असावे, असे जाणकार सांगतात, पण हल्ली त्या मयार्देचे उल्लंघन, ही नित्याची बाब ठरली आहे. त्यामुळेच हा अतिरेक म्हणजे नियोजन कोलमडून पडण्याचे निदर्शक आहे, की त्यामागेही काही 'नियोजन' आहे, अशी शंका आल्यावाचून राहत नाही. गेल्या काही दशकांमध्ये राजकीय फायद्यासाठी लोकानुनय, हे सर्वच सरकारांचे व्यवच्छेदक लक्षण बनले असून, अर्थसंकल्प आणि निवडणुकीच्या जाहीरनाम्यांमधील सीमारेषा पुसट झाल्या आहेत. अर्थसंकल्पात लोकानुनयी उधळपट्टीच्या योजनांचा पाऊस पाडला जातो आणि दोन महिन्यांनी चोरपावलांनी मागण्यांच्या पुरवण्या सादर होतात; 'आता हे सगळे खर्च करण्याविना पर्याय नाही,' असा दबाव आणून ते मान्य करवून घेतले जातात. मग लोकप्रिय घोषणांसाठी एक आणि अनिवार्य खर्चासाठी दुसरा, असे सरळसरळ दोन अर्थसंकल्प मांडण्याचा 'क्रांतिकारी' पायंडा सुरू करण्यास काय हरकत आहे? तशीही अन्य राज्यांना 'दिशा' देण्याची आपली परंपरा आहेच की!

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./९१६/२५-२६
दिनांक :- २९/०६/२०२६

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	निळेमोरे-४	NL२७/८२/२६	२९२६४	सखाराम सहदेव चव्हाण	दर्शना सखाराम चव्हाण
२	निळेमोरे-४	NL२७/५६/२२	२९४२०	राजीबेन बध्दा वाटवेसा/रमेश बध्दा वाटवेसा	रमेश बध्दा वाटवेसा
३	निळेमोरे-४	NL२७/३०/८	२९२२७	सुशिल आर केजरीवाल	गायत्री गणपत येरम व गणपत मधुकर येरम
४	निळेमोरे-४	NL२७/४२/१३	२९४३१	सेवन स्टार इंटरप्रायझेस	धनाजी अर्जून सावरतरकर
५	निळेमोरे-४	NL२७/४३/२७	२९५७४	विलास विठोबा पवार	सनित वसंत शिंदे
६	निळेमोरे-१	NL२४/६५/७	३२७०९	रूपा कंन्स्ट्र.	जयेश प्रभाकर शिंदे
७	निळेमोरे-१	NL२४/६५/८	३२७१०	रूपा कंन्स्ट्र.	जयेश प्रभाकर शिंदे
८	निळेमोरे-२	NL२५/६९/७०	३५४१५	शा वालेस प्रा. लि.	छगनलाल मोडाराम चौधरी
९	निळेमोरे-२	NL२५/४९/६	३४७८२	बबन सोना जगदाळे	सुरेश राजनाथ राजभर/छाया सुरेश सुरेश राजभर
१०	निळेमोरे-२	NL२५/७३/१३	३४७९३	जेठालाल गाला सोलंकी	सस्ती समंता व सुमन सस्ती समंता
११	निळेमोरे-३	NL२६/२३/३५	३५३९६	जी. ऐ. जाधव	संतोष गं. जाधव/निता गं. जाधव/समता गं. जाधव
१२	निळेमोरे-३	NL२६/९/२२८	३५५७७	पाटणकर बि. ॲण्ड पाटणक ब्रदर्स	हेलेन जोआन कॉर्नोलियो
१३	निळेमोरे-४	NL२७/१८/१७	३५७८८	संजय गजनान धोंडे	श्वेता संजय धोंडे
१४	निळेमोरे-४	NL२७/९२/१८	३५५९४	सहयोग बिल्डर्स	उमेशचंद्र आर शुक्ला/अंकीत नरेंद्र सिंह
१५	निळेमोरे-४	NL२७/३५/२४	-	रावजी हसराज आणि कं.	अजय अजितसिंह नेगाधी/मालती अजय नेगाधी
१६	निळेमोरे-२	NL२५/६६/१७	३५५९६	जसमीत लोपीस	रामबाबू लक्ष्मण चौधरी व पुनम रामबाबू चौधरी
१७	निळेमोरे-४	NL२७/३६/१९	३५४४३	निलेश सहदेव ठाकरे	संजय एकनाथ गुरव
१८	निळेमोरे-४	NL२७/८७/२०	३५५९९	नारायण साबन्ना येल्लनूर	सुंदरमा नारायण येल्लाणूर व सुरेन्द्र नारयण येल्लाणूर
१९	निळेमोरे-४	NL२७/९२/१९	३५५९२	उपेंन्द्र नरेन्द्र सिंह	अंकीत नरेन्द्र सिंह/मुकेश नरेन्द्र सिंह
२०	निळेमोरे-४	NL२७/८५/१३	३५५६९	दिशा बिल्डर्स	अरविंद कुमार सिंह
२१	निळेमोरे-४	NL२७/१०४/२	३५४५४	शांतीनाथ कंन्स्ट्र.	रामसिंह आय राणा

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

कच्च्या केळ्याचे वडे

साहित्य – चार कच्ची केळी, अर्धा चमचा मोहरी, चिमूटभर हिंग, आठ ते दहा कढीपत्ता पानं, पाव चमचा हळद, चार ते पाच हिरव्या मिरच्या, एक इंच आलं, मीठ, कोथिंबीर, एक कप बेसन, पाव चमचा हळद, अर्धा चमचा लाल मिरची पावडर, एक चिमूट खायचा सोडा, तेल.

कृती – प्रथम चार कच्ची केळी कुकरमध्ये तीन ते चार शिट्या काढून उकडून घ्या आणि नंतर त्याचं साल काढून, कुस्करून घ्या. एका कढईत तेल घालून मोहरी, हिंग, कढीपत्त्याची फोडणी करा. नंतर त्यात हळद, आले, मिरची खर्डा आणि कुस्करलेलं केळं घाला. आता त्यात मीठ घालून ते वाफवून घ्या. कोथिंबीर घाला आणि तयार भाजी थंड होऊ द्या. दुसऱ्या एका भांड्यात बेसन, मीठ, हळद, तिखट आणि सोडा घाला. थोडं पाणी घालून भज्यासारखं पीठ तयार करा. तयार भाजीची गोळे करा आणि पिठात घोळवून तेलात फ्राय करून घ्या. वडे झाले की हिरवी चटणी आणि टोमॅटो सॉस बरोबर सर्व्ह करा.



सुंदर त्वचेसाठी मुलतानी माती



मुलतानी मिट्टी किंवा मुलतानी माती भारतात शेकडो वर्षांपासून त्वचेच्या सौंदर्यासाठी आणि निरोगीपणासाठी वापरली जात आहे. जेव्हा कॉस्मेटिक्स बाजारात नव्हतीच, तेव्हापासून भारतीय महिला आपल्या त्वचेसाठी ही माती वापरत आल्या आहेत. बाजारातील महागडी आणि काहीवेळा त्वचेला अपाय होऊ शकणारी क्रीम्स किंवा पॅक वापरण्यापेक्षा ही माती निर्धकपणे त्वचेसाठी वापरता येते आणि महागड्या कॉस्मेटिक्सच्या तुलनेत ती स्वस्त असतेच; पण त्यापासून कोणताही अपाय होण्याचा धोका नसतो.

चेहऱ्यावरील सुरकुत्या, पुरळ, मुरमे, काळे डाग, ब्लॅक हेड, व्हाईट हेड, व्रण यांसारख्या अनेक कारणांसाठी ही माती अत्यंत सुरक्षित आणि उपयुक्त आहे. त्यामुळे ती वापरून त्वचेवर काय चमत्कार घडतो हे अनुभवण्यास काहीच हरकत नाही.

या मातीचे काही फायदे प्रथम समजून घेऊ. या मातीत मॅग्नेशियम क्लोराईड असते, ज्यामुळे पुटकुळ्या आणि त्वचेवरील डाग कमी होतात. त्वचा तेलकट असेल तर ही माती त्वचेतील अनावश्यक जादा तेल शोषून घेते आणि नवीन पिंपल्स येण्यास अटकाव करते. या मातीपासून बनविलेले फेसपॅक त्वचा स्वच्छ बनवितात तसेच धूळ, तेल व त्वचेवरील मृत पेशी हटवतात. त्वचेला लाली येत असेल, तर ती कमी करण्यासाठी आणि व्रण कमी करण्यासाठी तसेच त्वचेला शांत आणि सूदिंग इफेक्ट देण्यासाठीही ही माती अतिशय उपयुक्त ठरते. तसेच त्वचेवर पिगमेंटेशन होत नाही आणि त्वचा टॅन होण्यापासूनही सुटका होते.

या मातीपासून घरच्या घरीच फेसपॅक बनवून ते वापरता येतात. त्वचा तेलकट असेल तर मुलतानी माती, गुलाबपाणी आणि चिमूटभर हळद घालून त्याची पातळ पेस्ट करावी आणि चेहरा व मानेवर लावावी. डोळ्याभोवती लावू नये. हा पॅक वाळू द्यावा व नंतर पाण्याचे तोंड स्वच्छ धुवावे. पॅक लावल्यानंतर जास्त बोलू नये अथवा चेहऱ्याची जास्त हालचालही करू नये.



पिंपलचे डाग त्वचेवर असतील तर मातीत ताज्या टोमॅटोचा रस, चिमूटभर चंदन पावडर आणि चिमूटभर हळद घालून पेस्ट बनवावी आणि ती चेहऱ्यावर लावावी. डोळ्याखालची काळी वर्तुळे जाण्यासाठी माती, दही आणि पुदीन्याच्या पानाच्या पेस्टसह कालवावी आणि लावावी. हा पॅक अर्धा तास चेहऱ्यावर ठेवून नंतर कोमट पाण्याने तोंड धुवावे.

विशेष म्हणजे त्वचेला कोणताही विकार नसेल आणि त्वचा चांगलीच असेल तरी ती अधिक चांगली, मऊ तसेच चमकदार होण्यासाठी या मातीचा लेप थोड्याशा तेलासह चेहऱ्यावर लावावा.

ही माती ओळखायची कशी, असा एक प्रश्न येतो. मात्र, ती वास आणि रंगावरून सहज ओळखता येते. मातीचा रंग फिकट पिवळसर असतो, तर वास ताज्या चिखलासारखा असतो. या मातीपासून बनविलेले पॅक बाजारात मिळतात, मात्र शक्यतो मातीच विकत आणून वरीलप्रमाणे आवश्यकतेनुसार मिश्रण करून केलेले पॅक स्वस्त पडतात. तसेच त्यापासून अपाय होण्याची भीतीही राहत नाही.

नॉर्मल त्वचा असेल तर मातीत दूध आणि बदामाची थोडी पूड घालून पॅक करावा आणि चेहऱ्यावर लावावा. पुटकुळ्या येत असतील, तर त्या जाण्यासाठी या मातीत कडूनिंब आणि कापूर घालून गुलाबपाणी घालावे व ते मिश्रण त्वचेवर लावावे. हे मिश्रण आठवड्यातून एकदाच लावावे.

आपल्यासाठी योग्य डायट प्लान

दिवसभरात कामाच्या भानगडीत महिला आपल्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष करतात. अनेक लोक योग, व्यायाम किंवा वॉक करत असल्यातरी एवढं पुरेसे नाही. आपल्याला योग्य आहाराची गरज देखील आहे. आहार योग्य नसल्यास शरीरात पोषक तत्वांची कमी राहते, ज्यामुळे आजाराला आमंत्रण मिळतं. अशात वर्किंग वूमन असो वा हाऊस वाइफ परफेक्ट डायट आपल्याला एनर्जी प्रदान करेल.

ब्रेकफास्ट: सकाळी आठच्या सुमारास नाश्ता करावा. ब्रेकफास्टमध्ये सांजा, ऑम्लेट, कॉर्न फ्लेक्स, ओट्स, म्यूसली यातून आपल्या आवडीप्रमाणे पदार्थ निवडणे योग्य ठरेल.

मिड-मॉर्निंग: अकरा वाजताच्या सुमारास अंडं, फ्रेंच टोस्ट, अंडं-टोस्ट, व्हेज सूप, लहान सँडविच, धिरडं, मिनी व्हेज पराठा किंवा 1 वाटी फ्रूट चाट घेणे योग्य ठरेल.

लंच: दुपारी दीडच्या सुमारास वरण-भात, भाजी-पोळी, कोशिंबीर दही किंवा ताक घ्यावे.

नून स्नॅक्स: मिल्क शेक, मूठभर रोस्टेट चणे किंवा दाणे, मुरमुरे, स्प्राऊटेड धान्य घेता येईल.

डिनर: आठ वाजता रात्रीचे जेवण करत त्यात चिकन, मटण, पनीर, डाळ, भाज्या, सॅलड, दही किंवा ताक सामील करता येईल. पूर्ण डायटमध्ये सकाळी आणि रात्रीच्या जेवणात फुलके दोन आणि तेही मल्टीग्रेनने तयार केलेल्या असल्यास उत्तम. आपण भाज्या, डाळ आणि सॅलड भरपूर प्रमाणात खाऊ शकतात.



हे देखील लक्षात ठेवा

- आहारात पोषक तत्व जसे व्हिटॅमिन्स, झिंक, प्रोटीन, कॅल्शियम इतर सामील करावं. स्वत:ला हायड्रेड ठेवण्यासाठी दिवसात १० ग्लास पाणी पिण्याची सवय असावी. आहारात लिंबू पाणी, नारळ पाणी, ग्रीन टी, ज्यूस सामील करावे.
- मधे चहा-कॉफी घेण्याची सवय असल्यास त्याचे प्रमाण कमी असावे, तसेच त्यात साखरेचे प्रमाणदेखील कमी असावे.
- तसेच ब्रेकफास्ट सोडून कधीच एनर्जी फिल करू शकणार नाही म्हणून कितीही व्यस्त असला तरी नाश्ता करणे गरजेचे आहे.



कमी रक्तदाब नियंत्रणात आणण्यासाठी एक घरगुती साधा उपाय

कमी रक्तदाबाला 'हायपोटेन्शन' सुद्धा संबोधले जाते. जेव्हा रक्तदाबाचे मापन करणाऱ्या मशीनमध्ये ९०/६० एमएमएचजी किंवा त्यापेक्षाही कमी रक्ताचे निदान होते, त्यास 'हायपोटेन्शन' मानले जाते. अशा परिस्थितीत व्यक्तीच्या रक्तदाबाचे प्रमाण फार कमी झालेले असते. तेव्हा चक्कर येणे, थकवा जाणवणे, मळमळणे, श्वास घेण्यास अडथळे निर्माण होणे, त्वचा तेलकट होणे यांसारखी लक्षणे समोर येतात.

आल्याचे सेवन 'हायपोटेन्शन'साठी लाभदायक

- आल्याचे सेवन आरोग्यासाठी लाभदायक ठरते. आल्यामध्ये ॲण्टी इंफ्लेमेट्री, ॲण्टी बॅक्टेरियल, ॲण्टी ऑक्सिडेंटशिवाय आणखीही काही पोषक तत्त्व असतात.
- आल्यामधील या पोषक तत्त्वांमुळे सूज कमी करण्यास तसेच सर्दी-खोकला कमी करण्यास फायदेशीर ठरते.
- सकाळी उठल्यावर रिकाम्यापोटी आल्याचे पाणी प्यायल्याने रक्तदाब नियंत्रणात राहण्यास मदत होते.
- आल्याचे पाणी प्यायल्याने रोगप्रतिकार शक्तीही चांगली होती. पित्त झाल्यासही आल्याचे पाणी प्यायल्याने आराम मिळतो.

मिठाचे पाणी 'हायपोटेन्शन'साठी लाभदायक

- मिठाचे पाणी प्यायल्याने रक्तदाब नियंत्रणात राहण्यास मदत होते. पण मिठाचे प्रमाण नेमके किती असावे, यासाठी डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.
- मिठामध्ये सोडियमचे गुण असल्यामुळे रक्तदाब वाढण्यास मदत होते.
- एक ग्लास पाण्यात अर्धा चमचा मीठ एकत्र करून प्यायल्याने रक्तदाब नियंत्रणात राहण्यास मदत होते. पण मीठ शरीराला तेवढाच घातक पदार्थ आहे. म्हणून एकदा डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

उन्हातून आल्यावर काही लहान मुलांमध्ये नाकातून रक्तस्राव होतो. याला घोळणा फुटणे असे म्हणतात. यात नाकाच्या पुढच्या भागातल्या नाजूक रक्तवाहिन्या (केशवाहिन्यांचे जाळे) उष्णतेने फुगून फुटतात व रक्त येते. काही वेळा अतिरिक्त दाब किंवा रक्ताच्या कर्करोगात पण घोळणा फुटतो. म्हणून वारंवार असा त्रास होत असल्यास तज्ज्ञास दाखवावे.



लहान मुलांच्या नाकातून रक्तस्राव होत असेल तर 'हे' करा

प्रथमोपचार

रक्तस्राव सुरू असताना जास्त हालचाल न करता बसून राहावे. डोके पुढे झुकलेले ठेवावे. म्हणजे रक्त गिळले जाणार नाही. ॲड्रेनॅलिन स्प्रे उपलब्ध असल्यास नाकात एकदा फवारा मारावा. याने रक्तवाहिन्या आकसून रक्तस्राव थांबतो. वाटल्यास ५ मिनिटांनी परत एकदा मारावा. मात्र अतिरिक्त दाबाच्या रुग्णांना हा उपचार करू नये.

नाकाचा पुढचा भाग हाताच्या बोटाने २-५ मिनिटे दाबून धरावा. याने रक्तवाहिन्यांतून रक्त येणे बंद होते. नाकाला व गालांना थंडगार पाणी किंवा बर्फ लावल्याने रक्तवाहिन्या आकुंचन पावून रक्तस्राव थांबायला मदत होते. रक्तस्राव थांबल्यावर उशी घेऊन उताणे निजून राहावे.

कारणे

- नाकाला जखम होणे
- कष्टाचं काम
- उच्च रक्तदाब
- उंचीवरच्या प्रदेशात जाणे
- नाक फार जोरानं शिंकरणे

नाकातून रक्त आल्यास काय करावे

- खाली बसावे
- थोडेसे पुढे झुकावे म्हणजे रक्त हे आपल्या घशात जाणार नाही
- थंड, ओला कपडा आपल्या नाकाखाली धरावा म्हणजे आपल्या नाकातील रक्तवाहिन्या आकुंचित होऊन रक्तस्राव थांबेल.
- रक्त हे एकाच नाकपुडीतून येत असेल तर, त्या नाकपुडीच्या वरच्या भागात घट्ट दाबून धरावे.
- दोन्ही नाकपुड्यांतून रक्त येत असेल तर, आपल्या नाकपुड्या किमान दहा मिनिटे दाबून धराव्यात.
- तरीही रक्तस्राव चालूच राहिल्यास, आणखी दहा मिनिटे दाब द्यावा.
- रक्तस्राव हा नाकाला थेट झालेल्या जखमेमुळं झाला असेल तर, केवळ हलकाच दाब द्यावा.
- जोरदार रक्तस्राव चालूच राहिल्यास किंवा नाकातून वारंवार चालू राहिल्यास, एखाद्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

आजमावून प्या जास्वंदीचा चहा

जास्वंदीच्या फुलाचे महत्त्व आपल्याकडे मोठे आहे. गणपती बाप्पाचे हे फूल आवडते आहेच, पण त्याशिवाय हे फूल उत्तम औषधी म्हणूनही वापरले जात असते. जास्वंदीची फुले आणि पाने खोबरेल तेलामध्ये कढवून हे तेल केसांना लावल्याने अकाली पांढरे झालेले केस पुनश्च काळे होतात, तसेच केसगळती थांबून केसांची चांगली वाढ होते. जास्वंदीची फुले वापरून बनवलेला चहा किंवा काढा देखील आरोग्याच्या दृष्टीने अतिशय उत्तम समजला जातो. जास्वंदीची फुले भारतामध्ये बहुतेक ठिकाणी सहज उपलब्ध असून, हा चहामध्ये अनेक पौष्टिक तत्त्वे असून, यामध्ये कॅफीनचे प्रमाण नगण्य असते. या चहाच्या सेवनामुळे उच्च रक्तदाब नियंत्रणात राहून कोलेस्टेरॉलचे प्रमाणही नियंत्रणात राहते. या चहाने शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती वाढत असून, चयापचय शक्तीदेखील सुधारते.

'हिबिस्कस टी' किंवा जास्वंदीचा चहा बनवण्यासाठी जास्वंदीच्या फुलांचा वापर केला जात असून, या चहाला फुलांप्रमाणेच लाल रंग येतो. या चहाची चव काहीशी आंबटसर असून, हा चहा गरम किंवा गार पिता येतो. या चहामध्ये ॲंटी ऑक्सिडंट्स आणि 'क' जीवनसत्त्व मोठ्या प्रमाणावर आहे. या चहामध्ये लोहाची मात्रा ही मुबलक असून कॅफीनचे प्रमाण अतिशय कमी असल्याने फिटनेस शौकिनांसाठी या चहाचे सेवन लाभदायक ठरते. यामध्ये पोर्टेशियम आणि 'अ' जीवनसत्त्वही आहे. या कारणास्तव या चहाचे सेवन दररोज करणे चांगले. अनेक देशांमध्ये आता या जास्वंदीचा चहा ग्रीन टीला पर्याय म्हणून सेवन केला जात आहे. हा चहा बनवण्यासाठी खास जास्वंदीच्या चहाच्या टी बॅग्ज बाजारामध्ये मिळतात, त्यांचा वापर केला जाऊ शकतो.



त्याशिवाय हा चहा घरी तयार करण्यासाठी दोन कप ताजी जास्वंदीची फुले किंवा अर्धा कप वाळवलेल्या जास्वंदीच्या फुलांची पावडर, आठ कप पाणी, पाव कप मध, तीन मोठे चमचे लिंबाचा रस इतक्या साहित्याची गरज आहे. जर चहा बनवण्यासाठी ताजी फुले वापरली जाणार असतील, तर या फुलांमधील तुरा काढून टाकावा.

त्यांतर ही फुले धुवून घेऊन आठ कप पाण्यामध्ये घालून हे पाणी उकळावे. पाण्याला उकळी आल्यानंतर गॅस बंद करून पाण्याच्या भांड्यावर झाकण ठेवावे. हे झाकण पंधरा मिनिटे राहू द्यावे. त्यानंतर या पाण्यामध्ये लिंबाचा रस आणि मध घालून चांगले मिसळावे आणि मग हा चहा गाळून घ्यावा. हा चहा गरम किंवा थंड करून पिण्यास द्यावा. या चहाचे सेवन गर्भवती महिला, कर्करोगाचे उपचार घेणारे रुग्ण, कमी रक्तदाब असणाऱ्या व्यक्तींनी कमी प्रमाणात करावे.

कम्फर्ट व्हर्सेस फॅशन, दोन्ही कसे मिळवाल?

'आरामदायीपणा सर्वात महत्त्वाचा' हे सर्वश्रुत आहे, परंतु जेव्हा स्त्रियांच्या फॅशनचा विषय येतो, तेव्हा एखादी गोष्ट निवडताना केवळ या एकाच गोष्टीचा विचार करून चालत नाही. गेल्या अनेक वर्षांपासून ॲथलेअरचा ट्रेंड वाढत असताना, स्त्रिया दोन्ही गोष्टी मिळवून देण्याची १०० टक्के शक्यता असल्याचे सिद्ध करत फॅशनविरुद्ध कम्फर्ट असे वादविवादाचे अनेक मार्ग शोधत आहेत. जेव्हा त्या आरामदायी हा शब्द ऐकतात तेव्हा, त्यामध्ये लेगिंग्ज आणि घाम नेहमीच प्रथम गोष्टी असतात, परंतु जेव्हा फॅशनचा विषय येतो, तेव्हा, फॅशनचे समर्थक नि:संशयपणे अधिक सर्जनशील होतात.



आपण २१ व्या शतकात वास्तव्य करत आहोत, जेथे स्त्रिया सतत समाजात मिसळत असतात, वैयक्तिक आणि व्यावसायिक जीवनशैली आहेत आणि ही वेळ आपण आपल्या कपड्यांसह अधिक आरामदायक आणि फॅशनेबल निवड करण्याची. चांगली बातमी अशी आहे की, अलीकडच्या काळात लाऊंजवेअर खूप वर्षांनी आले आहेत. केवळ त्यामध्ये भरपूर पर्याय म्हणून नाहीत तर ते सैल, आरामदायी असे कपडे खरोखरच ट्रेंडमध्ये आहेत. आता आपल्या मैत्रिणींसह दिवसातून जास्तीत जास्त वेळा बाहेर फिरायला जाऊ शकता, तुम्ही आरामदायी वाटू शकेल ते ही विशेष काही न बदलता. जर आपण त्यांना 'जॉगर्स' म्हटले तर, तुम्ही त्यांना धावपट्टीवर स्वेटपॅन्टस म्हणून देखील घालू शकता. आपण ड्रेसिंगच्या सुवर्णयुगात राहत आहोत - एका आळशी मुलाचे फॅशन स्वर्ग. म्हणून, व्हिस्कोस त्याच्या गुणधर्मांसह उच्च श्वासोच्छ्वास, संपूर्ण जैव-विकृती आणि पर्यावरण अनुकूल अशा श्रेणीतील पसंतीची निवड ठरली आहे. व्हिस्कोसपासून बनवलेल्या कपड्यांचे हे सॉफ्ट टेक्स्चर आहे, ज्यामुळे त्यांना सहजपणे पोशाख करणे सोपे होते आणि आपल्याला पाहिजे असलेल्या शैलीत वापरणे सोपे होते. फॅब्रिकची फ्लुएडीटी शरीरावर ड्रेप करण्यास अधिक मदत करते, त्यामुळे फॅब्रिक अंगावर चमकण्यास मदत होते. कपड्यांसह लेअरिंग अत्यंत सोपे आहे, कारण याचा पोत कपड्याचा गोळा होऊ देत नाही. हे कोणत्याही फॅशनिस्टांसाठी असणे आवश्यक आहे. उज्ज्वल रंग आणि पेस्टल्स रंग ट्रेन्डमध्ये आहेत, त्यामुळे फॅब्रिकची रंगीत होणारी क्षमता आकर्षक बनवते.

थकवा दूर करण्यासाठी वापरा ग्रीन टी फेसपॅक



चेहऱ्यावर चमक आणण्यासाठी घरगुती फेसपॅक सर्वोत्तम ठरतो. जेव्हा स्कीन थकलेली किंवा डल वाटत असेल तेव्हा तांदूळ आणि ग्रीन टीचा घरी तयार केलेला फेसपॅक स्किनला रिलॅक्स होण्यास मदत करेल. बघू कसा तयार करायचा हा पॅक...

- **सामग्री :** लिंबू, ग्रीन टी, २-३ थेंब पेपरमिंट किंवा टी ट्री तेल.
- **कृती :** एका वाडग्यात २ चमचे तांदळाचे पीठ घेऊन त्यात १/४ चमचा लिंबाचा रस मिसळा. त्यात ताजी ग्रीन टी मिसळा. क्रीमसारखं होईपर्यंत मिसळत राहा. आता या पॅकमध्ये ३ ते ४ थेंब पेपरमिंट किंवा टी ट्री तेलाचे मिसळा.
- **लावण्याचा विधी :** आपला चेहरा कोमट पाण्याने धुऊन घ्या. मग चेहरा आणि मानेवर पॅक लावा. २० मिनिटानंतर पॅक धुऊन टाका. चेहरा पुसून मॉइश्चरायझर लावा.

जिरे आरोग्यासाठी लाभदायक



जिरे एक मसल्यातील पदार्थ आहे. जेवणाला रुचकर चव आणण्यात जिऱ्याचा वाटा मोठा असतो. जिरे केवळ खाण्यासाठी मर्यादित नाही, तर आपल्याला आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहे. जिऱ्याचा उपयोग औषध म्हणून केला जात आहे. जिऱ्यामध्ये लोह, मॅग्नेशिअम, कॅल्शियम, फायबर, झिंक आदींची जास्त मात्रा असते. मेक्सिको, भारत, नार्थ अमेरिका या देशांत जिऱ्याचा जास्त वापर केला जातो. शरीरातील अनावश्यक चरबी बाहेर काढण्यास जिरे मदत करते. तसेच जिरेपूड खाल्ल्यानंतर एक तास काहीही खाऊ नका.

- दह्यात भाजलेल्या जिऱ्याचे चूर्ण घालून खाल्ल्यास डायरियावर आराम मिळतो.
- जिऱ्यात लिंबाचा रस आणि मीठ घाला. त्यामुळे उलटीसारखे वाटणे, मळमळणे यावर आराम मिळेल.
- जिऱ्यात थोडे व्हिनेगर घालून खाल्ल्यास उचकी बंद होते.
- जिऱ्यात गूळ घालून त्याच्या गोळ्या बनवा. त्या मलेरियावर लाभदायी ठरतात.
- एक चिमूटभर कच्चे जिरे खाल्ल्याने ॲसिडीटीपासून सुटका होते.
- मधुमेह नियंत्रित ठेवण्यासाठी एक छोटा चमचा जिरे दिवसातून दोनदा पाण्यासोबत घ्या. नक्कीच फायदा होईल.

आजकाल डेटा लीकच्या घटना वारंवार ऐकण्यात येत असतात. अनेक प्रकारे डेटा लीक होत आहे. कधी फेसबुकचा डेटा लीक होतो, तर कधी कोणत्यातरी शॉपिंग साइटचा. एवढेच नाही, तर तुमच्या स्मार्टफोनचा खासगी डेटा जसे की फोटो, व्हिडीओ किंवा कोणतीही गोपनीय फाइलही लीक होऊ शकते. याचा सर्वात मोठा दुष्परिणाम म्हणजे डेटा लीक झाल्यानंतर तुमची वैयक्तिक माहिती आणि ई-मेल आयडी, पासवर्ड, मोबाइल नंबर इत्यादी हॅकर्सपर्यंत पोहोचतात. नंतर हॅकर्स फोरमसारख्या डार्क वेबवर डेटा विकला जातो किंवा याच्या मदतीने वैयक्तिक ब्लॅकमेलही करता येते. तुम्हीही ॲंड्रॉइड स्मार्टफोन वापरत असाल तर तुमचा डेटा सुरक्षित ठेवण्यासाठी तुम्ही काही महत्त्वाच्या गोष्टींची काळजी घेतली पाहिजे, जेणेकरून भविष्यात तुम्हाला कोणतीही अप्रिय घटना टाळता येईल. चला जाणून घेऊया.

या कारणांमुळे लीक होतो फोनमधील डेटा, या चुका टाळाच



या कारणांमुळे डेटा लीक होतो

कोणत्या चुकांमुळे तुमचा वैयक्तिक डेटा लीक होतो हे माहीत असणे महत्त्वाचे आहे. अनेकदा असे दिसून येते की, आपण आपले कोणतेही वैयक्तिक फोटो, व्हिडीओ किंवा फाइल्स आणि पासवर्ड आपल्या मित्र आणि नातेवाईकांसोबत शेअर करतो. जर त्यांनी तुमचा डेटा आणखी एखाद्या व्यक्तीकडे हस्तांतरित केला, तर तुमचा डेटा लीक होऊ शकतो.

तसेच बऱ्याच वेळा आम्ही घाईघाईने किंवा लक्ष न देता प्रामाणिक स्त्रोतांकडून थर्ड पार्टी ॲप्स इन्स्टॉल करणे टाळावे. यामुळे ॲप्स स्पायवेअरने लोड केले जाऊ शकतात आणि तुमची वैयक्तिक माहिती हॅकर्सच्या समोर आणू शकतात.

डेटा लीक टाळण्यासाठी या पद्धती फॉलो करा

तुमच्या स्मार्टफोनला डेटा लीकपासून वाचवण्याचा सर्वात सोपा आणि महत्त्वाचा मार्ग म्हणजे तुमचा फोन लॉक ठेवणे. यासोबतच ॲपलॉकच्या मदतीने फोनमधील ॲप्स विशेषत: गॅलरी आणि फाइल मॅनेजर सुरक्षित ठेवा. ॲप फक्त गूगल प्ले स्टोरवरून इन्स्टॉल करा. तसेच ॲप स्थापित करण्यापूर्वी त्याचे रेटिंग आणि रिव्ह्यू नक्की वाचा.

थर्ड पार्टी ॲप्स वापरणे टाळा. बऱ्याच वेळा या ॲप्समध्ये स्पायवेअर आणि मालवेअर असतात, जे तुमचा फोन स्कॅन करत राहतात आणि तुमची वैयक्तिक माहिती हॅकर्सपर्यंत पोहोचवण्यासाठी बॅकग्राऊंडमध्ये काम करतात. फोनमध्ये फक्त आवश्यक ॲप इन्स्टॉल करण्याचा प्रयत्न करा आणि जेव्हा शंका असेल तेव्हा लगेच ॲप काढून टाका. फोनवरील कोणत्याही अज्ञात लिंकवर क्लिक करू नका. हॅकर्स किंवा स्कॅमर अनेकदा ई-मेल किंवा एसएमएसद्वारे मालवेअरने भरलेल्या लिंक्स पाठवतात. लिंक क्लिक करताच तुमच्या फोनची हेरगिरी सुरू होते.

...म्हणून फैयाजला आपल्याच मुस्लिम समाजातील 30 हजार लोकांना ठार मारायचं होतं!

मुंबईतील मोहरम मिरवणूक विषारी गोळ्यावाटपाचं खरं कारण समोर

मोहरमच्या निमित्ताने शुक्रवारी भायखळा, डोंगरी परिसरात जुलूस काढण्यात आला होता. यामध्ये कॅप्सुल भरून वाटणाऱ्या फैयाज प्रेमजी याला ताब्यात घेण्यात आले होते. मात्र त्याने हा विषप्रयोग करण्याचं का ठरवलं? त्याला पोलिसांनी कसं पकडलं? जाणून घ्या सविस्तरपणे...

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

मोहरमच्या मिरवणुकीत मुंबईमध्ये एकूण 30 हजार भाविकांना ठार मारण्याचा कट फैयाज प्रेमजीने का रचला होता याचं खरं कारण समोर आलं आहे. मुंबई पोलिसांनी सुरु केलेल्या तपासादरम्यान ही माहिती मिळाली आहे. तसेच गोळ्या वाटप करताना फैयाज प्रेमजी कसा पोलिसांच्या जाळ्यात अडकला याचा तपशीलही समोर आला आहे.

कशासाठी केला विषप्रयोग?

फैयाज प्रेमजीच्या वैवाहिक आणि कौटुंबिक जीवनात उलथापालथ झाल्याने त्याचे मानसिक संतुलन बिघडले असल्याचे पोलीस तपासात समोर आले आहे. आपल्या या परिस्थितीला आपलाच समाज जबाबदार असल्याच्या धारणेतून मुस्लिम धमार्तील विशिष्ट समाजाबद्दल निर्माण झालेला द्वेष हेच विषप्रयोगाचे कारण ठरल्याचे तपासातून पुढे आल्याचे पोलिसांनी म्हटले आहे. तसेच गोळ्या वाटप करताना फैयाज प्रेमजी कसा पोलिसांच्या जाळ्यात अडकला याचा तपशीलही समोर आला आहे.

स्वत:च्याच समाजाचा एवढा द्वेष का?

पोलिस कोठडीत असलेल्या फैयाज प्रेमजीच्या चौकशीत त्याच्या वैवाहिक आणि कौटुंबिक अस्थिरतेविषयी माहिती मिळाली आहे. चार वर्षापूर्वी त्याचा विवाह झाला, मात्र पत्नी सोडून गेली. भाऊ, वहिनी, कुटुंबीय प्रेमाने वागवत नसल्याने तो मानसिक दडपणाखाली होता. वेगवेगळ्या प्रकारची औषधे आणि गोळ्या याचे तो सेवन करायचा. ही सर्व परिस्थिती आपल्या समाजामुळेच झाल्याची भावना फैयाज याच्या मनात होती. पत्नी सोडून जाण्यास, कौटुंबिक अस्थिरतेला समाजच कारणीभूत असल्याचे त्याला वाटायचे. याचाच सूड उगवण्यासाठी तो संधीची वाट पाहत होता. मोहरमला गर्दी उसळत असल्याने याचवेळी विषप्रयोग करण्याचे त्याने ठरविल्याचे आत्तापर्यंतच्या तपासातून समोर आले आहे.

14 हजार 900 कॅप्सुल जप्त

मोहरमच्या निमित्ताने शुक्रवारी भायखळा, डोंगरी परिसरात जुलूस काढण्यात आला होता. यामध्ये कॅप्सुल भरून वाटणाऱ्या फैयाज प्रेमजी याला ताब्यात घेण्यात आले होते. उंदीर मारण्यासाठी वापरण्यात येणाऱ्या विषाची पावडर भरलेल्या 14 हजार 900 कॅप्सुल त्याच्याकडून जप्त करण्यात आल्या. 50 किलो झिंक फॉस्फाइड आणि सुमारे 30 हजार रिकाम्या कॅप्सुलची त्याने खरेदी केल्याचे समोर आले.

दहशतवादाशी संबंध नाही

आपल्याच समाजाबद्दल द्वेष असला तरी फैयाज धर्मांध, कट्टरपंथीय नाही. तो कोणत्याही दहशतवादी संघटनांच्या संपर्कात नसल्याचे तपासात आढळले आहे. त्याने इराक आणि इराण वारी केल्याने अजूनही कोणतीही शक्यता नाकारता येत नाही. त्यामुळे शहानिशा करण्यासाठी सर्व बाजूने तपास सुरू असल्याचे पोलिसांनी सांगितले. त्याचा मोबाइल तपासणीसाठी फॉरेन्सिक लॅबकडे पाठविण्यात आला असून, गेल्या काही दिवसांत इंटरनेटद्वारे केलेल्या हालचाली, संपर्क याची माहिती जाणून घेतली जात आहे.

सतर्कतेमुळे अनर्थ टळला

फैयाज याने दिलेली कॅप्सुल खाल्ल्याने सलमान यांची प्रकृती ढासळली. घरी पोहोचलेल्या सलमान यांनी तब्येत खालावत असल्याने डोंगरी येथील रुग्णालयात जाण्याचे ठरविले. त्यानुसार त्यांनी कॅबमधून डोंगरी गाठली आणि इमामवाडा परिसरातील शिया समाजातील नेत्यांना याबाबत कळविले. त्यानंतर या नेत्यांनी जुलूसमध्ये अनेकांना कॅप्सुलबद्दल कळविले. त्यामुळे अनेकांनी फैयाज याने दिलेली कॅप्सुल खाल्ली नाही. सलमान यांनी कळविलेच नसते, तर अनेकांना जीवघेणा त्रास झाला असता.

पोलिसांच्या हाती कसा लागला?

मोहरम जुलूसमध्ये सहभागी झालेल्या व्यक्तींपैकी पहिल्या टप्प्यात किमान 15 हजार जणांची तरी हत्या करण्याच्या दृष्टीने फैयाज प्रेमजीने सुरुवातीला 15 हजार गोळ्या तयार केल्याची माहिती समोर येत आहे. मात्र, त्यांचे वाटप होण्यापूर्वीच त्याच्यावर पोलिसांची नजर पडल्याने तो फक्त 15 ते 20 गोळ्यांचे वाटप करू शकला. आता अन्य रुग्णालयात या गोळ्यांच्या सेवनामुळे कोणाची प्रकृती बिघडली आहे का, याचा तपास सुरू आहे. फैयाज हा गोळ्यांचा निम्मा साठा घेऊनच मिरवणुकीत आला होता. त्याने काही जणांना गोळ्या वाटल्या असतानाच बंदोबस्तावर असलेल्या पोलिसांनी त्याला वेळीच हटकले. प्रत्येक पाकिटात 3 गोळ्या भरून वाटप करत होता. अंदाजे 15 ते 20 गोळ्यांचे वाटप झाले असताना पोलिसांनी त्याला ताब्यात घेतले. त्याच्याकडील साठा जप्त करत पोलिसांनी तत्काळ नागरिकांनाही या गोळ्यांचे सेवन करू नये, अशा सूचना दिल्या. पोलिसांनी त्याचे तपशील घेऊन त्याला सोडताच तो लॉजवर गेला. पोलिसांच्या नजरेत आल्याने त्याला पुढील साठा बाहेर काढण्याची हिंमत केली नाही. पहाटेच्या सुमारास रुग्णालयाकडून गोळ्यांमुळे सलमान सय्यदची प्रकृती बिघडल्याची माहिती पोलिसांना मिळताच तपासाला दिशा मिळाली. फैयाजचा घातपाताचा कट उघड झाला. सुरुवातीला किमान 15 हजार जणांना हानी पोहोचविण्याच्या हेतूने त्याने 15 हजार गोळ्या तयार केल्याचे पोलिसांना सांगितल्याचे समजते.



मुंबईत तब्बल 30 हजार लोकांना मारण्याचा कट, मोहरमच्या गर्दीत वाटत होता विषारी कॅप्सूल...

अटकेतील आरोपीचं इराण कनेक्शन

मुंबईतून मोठी आणि धक्कादायक बातमी समोर आली आहे. मुंबईतील रे रोड भागात एका संशयित व्यक्तीला पोलिसांनी अटक केली आहे. 26 जून रोजी मोहरमच्या दिवशी भयानक कट पोलिसांनी उधळून लावला आहे. रे रोड भागातील रेहमताबाद कब्रस्तानजवळील अशुरा मिरवणुकीत एक व्यक्ती विषारी कॅप्सूल वाटत असल्याचा आढळला. पोलिसांच्या सतर्कतेमुळे त्याला अटक करण्यात आली. त्यानंतर त्याने कबूल केलं की, तो तब्बल 30 हजार लोकांचा संपवण्याचा प्लान करुन आला होता.

वेदनाशामक गोळ्यांच्या नावाखाली झिंक फॉस्फाईड मिसळलेल्या कॅप्सूल वाटून मोहरमच्या मिरवणुकीदरम्यान मोठ्या प्रमाणावर जीवितहानी घडवून आणण्याचा एक भीषण कट सुरक्षा यंत्रणांनी उधळून लावला आहे.

अंदाजे 14,000 उंदीर मारण्याच्या गोळ्या जप्त करण्यात आल्या आहेत. मिळालेल्या माहितीनुसार , संशयित केवळ चार जणांनाच या गोळ्या वाटू शकला .

अटकेतील आरोपीचं नाव फैयाज प्रेमजी असून त्याचे साथीदार फरार झाले आहे. पोलीस त्यांच्या शोध घेत आहेत. पोलीस उपायुक्त जयंत मीना सांगितलं की, काल रात्री भायखळा पोलीस स्टेशनच्या हद्दीत मोहरमची मिरवणूक सुरू होती. त्या दरम्यान मुंबई पोलिसांना एक संशयित व्यक्ती तिथे मिळाला, जो की कॅप्सूल तिथे वाटप करत होता. पोलिसांनी त्याची चौकशी केली, असता त्याने सांगितलं की तो वेदना शामक कॅप्सूल वाटप करतोय. परंतु तिथे कुठली परवानगी ना घेता तो अशा प्रकारची कॅप्सूल वाटप करत होता, म्हणून मुंबई पोलिसांनी त्याच्याकडून सगळा साठा जप्त केला.

भिवंडीत नाल्यातील कचरा काढताना कामगारांची कसरत

■भिवंडी। प्रतिनिधी,

भिवंडी शहरातील नालेसफाई नेहमीच वादग्रस्त राहिली आहे. कोट्यवधी रुपये खर्च करूनही व्यवस्थित नालेसफाई न झाल्याने प्रत्येक पावसाळ्यात सखल भागात पाणी साचण्याचे प्रकार समोर येत असतात. प्रशासकीय राजवटीनंतर नगरसेवक निवडून आले आणि नागरिकांच्या अपेक्षा वाढलेल्या आहेत. अशातच यावेळी नालेसफाईवर 2 कोटी 44 लाख रुपये खर्चून यंदाची नालेसफाई ही मे महिन्याच्या दुर्सया पंधरवड्यात सुरू झाली. दरम्यान पाऊस लांबल्याने या कालावधीत नालेसफाई होणे गरजेची होती. परंतु या वाढीव काळातही नालेसफाई पूर्ण झालेली नसल्याचे चित्र मंगळवारी 23 जून रोजी झालेल्या पावसात दिसून आले आहे. अशा परिस्थितीमध्ये नाल्यातील कचरा आणि गाळ काढण्याची तसदी न घेता तो पुढे ढकलून देण्यात नालेसफाई करणारे कामगार धन्यता मानत असल्याचा एक व्हिडिओ नुकताच भिवंडी शहरात समाज माध्यमांवर व्हायरल झाला आहे. व्हायरल व्हिडिओनुसार शहरातील वंजारपट्टी नाका परिसरातील आमपाडा परिसरातील हा नाला असून या नाल्यामध्ये मोठ्या प्रमाणात गाळ आणि कचरा अडकून पडलेला आहे. असे असताना हा गाळ आणि कचरा बाहेर काढणे गरजेचे आहे. परंतु त्या ठिकाणी नालेसफाई कामगार हा कचरा जोर लावून पुढे ढकलत असल्याचे दिसून येत आहे.त्यामुळे यावषीर्ही मान्सूनच्या प्रारंभीच सखल भागांमध्ये पाणी साचण्यास सुरुवात झाल्याने भिवंडी पुन्हा पाण्याखाली जाणार असल्याचे चित्र दिसून येत असल्याने नागरिकांमधून संताप व्यक्त होत असून नालेसफाईचा दावा फोल ठरल्याचे चित्र आहे. तर महापौरांनी नालेसफाई ठेकेदारांना नालेसफाईचे काम व्यवस्थित न झाल्यास बिलाचे वेतन कामाप्रमाणेच अदा केले जाईल असे स्पष्ट केले होते. त्याप्रमाणे महापौर कशाप्रकारे कार्यवाही करतात हे पाहणे महत्वाचे ठरणार आहे.

विठूनामाच्या गजरात दुमदुमली त्र्यंबकनगरी... संत निवृत्तीनाथ महाराजांच्या पालखीचे पंढरपूरकडे प्रस्थान

■नाशिक। प्रतिनिधी,

त्र्यंबकेश्वर नगरी आज अक्षरशः विठूनामाच्या गजराने दुमदुमून गेली. ''पुंडलिक वरदे हरी विठ्ठल... श्री ज्ञानदेव तुकाराम... निवृत्तीनाथ महाराज की जय...'' अशा अखंड जयघोषात, टाळ-मृदंगाच्या निनादात आणि हजारो वारकऱ्यांच्या उपस्थितीत च्या पालखीचे पंढरपूरच्या दिशेने भक्तिमय वातावरणात प्रस्थान झाले. राज्यभरातून आलेल्या भाविकांमुळे संपूर्ण त्र्यंबकनगरी भक्तीच्या महासागरात न्हाऊन निघाल्याचे चित्र पाहायला मिळाले.

आषाढी एकादशीच्या वारीसाठी निघालेली संत निवृत्तीनाथ महाराजांची पालखी हा त्र्यंबकेश्वरमधील अत्यंत महत्त्वाचा धार्मिक सोहळा मानला जातो. पहाटेपासूनच मंदिर परिसरात वारकऱ्यांची मोठी गर्दी झाली होती. हातात भगवे पताके, ओठांवर विठ्ठलनाम आणि टाळ-मृदंगाच्या तालावर नाचणारे वारकरी यामुळे संपूर्ण परिसर भक्तिरसात रंगून गेला होता.

यंदा पालखीची मुख्य पूजा राज्याचे जलसंपदा मंत्री गिरीश महाजन आणि मनसे नेते अमित ठाकरे यांच्या हस्ते करण्यात आली. यावेळी अनेक मान्यवर, स्थानिक लोकप्रतिनिधी, प्रशासनातील अधिकारी आणि हजारो भाविक उपस्थित होते. पालखी प्रस्थानापूर्वी पारंपरिक विधी, आरती आणि पूजन सोहळा मोठ्या भक्तिभावाने पार पडला.

यंदा सिंहस्थ कुंभमेळ्याच्या विविध विकासकामांमुळे त्र्यंबकेश्वर शहरातील पालखीच्या पारंपरिक मार्गात बदल करण्यात आला. निवृत्तीनाथ महाराज मंदिरातून निघालेली पालखी हनुमान मंदिर, चौकी माथा, सुंदराबाई मठ मार्गे कदम मार्गाकडे आणण्यात आली. मार्ग बदलला असला तरी भक्तांचा उत्साह आणि वारकऱ्यांचा जल्लोष मात्र तसाच कायम असल्याचे चित्र दिसून आले.



यानंतर भगवती चौकात पालखीचा रथ थांबविण्यात आला आणि परंपरेनुसार पालखी पायी तीर्थराज कुशावर्त येथे नेण्यात आली. येथे नगराध्यक्ष त्रिवेणी तुंगार, मुख्याधिकारी गोविंद जाधव आणि नगरपरिषद पदाधिकाऱ्यांनी पालखीचे पारंपरिक स्वागत केले. त्यानंतर संतांच्या पादुका आणि मूर्तीला पवित्र स्नान घालून अभिषेक करण्यात आला. या धार्मिक विधीचे दर्शन घेण्यासाठी भाविकांनी मोठी गर्दी केली होती.

कुशावर्तातील पूजनानंतर पालखीने पंढरपूरच्या दिशेने पुढील प्रवासाला सुरुवात केली. "ज्ञानोबा-तुकाराम", "विठ्ठल विठ्ठल" आणि "निवृत्तीनाथ महाराज की जय" अशा अखंड घोषणांनी त्र्यंबकेश्वर परिसर दुमदुमून गेला. भगवे ध्वज, दिंड्यांची शिस्त, पारंपरिक वेशभूषेतील वारकरी आणि भक्तीने भारावलेले वातावरण यामुळे हा सोहळा प्रत्येकासाठी अविस्मरणीय ठरला.

दरवर्षीप्रमाणे यंदाही संत निवृत्तीनाथ महाराजांच्या पालखी सोहळ्याने त्र्यंबकेश्वर नगरी भक्तीमय झाली. मार्गात बदल असला तरी परंपरा, श्रद्धा आणि वारकऱ्यांचा उत्साह यामध्ये कोणतीही कमी दिसली नाही. हजारो भाविकांच्या जयघोषात आता ही पालखी आषाढी एकादशीच्या पावन सोहळ्यासाठी पंढरपूरच्या दिशेने मार्गस्थ झाली आहे.

नवऱ्याने बायकोला अश्लील व्हिडिओ दाखवले, नंतर अनैसर्गिक कृत्य केलं अन्...

कबड्डी प्रशिक्षकाचा अल्पवयीन मुलीवर लैंगिक अत्याचार, सरावाला बोलवायचा अन्...

■मुंबई। प्रतिनिधी,

एका कबड्डी प्रशिक्षकाने अल्पवयीन कबड्डीपटूचा लैंगिक छळ केल्याचा धक्कादायक प्रकार समोर आला आहे. याप्रकरणी त्या प्रशिक्षकावर पॉक्सो कायद्यांतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. पीडित मुलीने दिलेल्या तक्रारीच्या आधारे महिला पोलिसांनी राजू नावाच्या या प्रशिक्षकाविरुद्ध गुन्हा नोंदवला आहे. सध्या हा आरोपी फरार असून, त्याचा शोध घेण्यासाठी आणि त्याला अटक करण्यासाठी पोलिसांचे एक विशेष पथक तयार करण्यात आले आहे. तमिळनाडूची राजधानी चेन्नईमधील हे प्रकरण आहे.

सराव सत्रादरम्यान लैंगिक छळ

तक्रारीनुसार, सराव सत्रादरम्यान या अल्पवयीन मुलीला वारंवार लैंगिक छळाला सामोरे जावे लागत होते. आरोपी प्रशिक्षकाने तिला धमकावले आणि स्वतःला सहकार्य करण्यासाठी तिच्यावर जबरदस्ती केल्याचा आरोपही पीडितेने केला आहे. क्रीडा क्षेत्रात प्रशिक्षक आणि प्रशिक्षणार्थी यांच्यातील लैंगिक शोषणाची या महिन्यातील ही दुसरी धक्कादायक घटना समोर आली आहे.

महाराष्ट्रातही छळाचे प्रकरण

यापूर्वी, याच महिन्यात महाराष्ट्रात एका 17 वर्षीय मुलीने फुटबॉल प्रशिक्षकावर क्रीडा क्षेत्रात करिअर घडवण्याचे आमिष दाखवून गेल्या तीन वर्षांत वारंवार बलात्कार केल्याचा आरोप केला होता. या तक्रारीनंतर पोलिसांनी तात्काळ कारवाई करत अभिजित मंडल या 36 वर्षीय फुटबॉल प्रशिक्षकाला अटक केली होती. आरोपी मंडल हा वसईचा रहिवासी असून तो त्या भागात एक खाजगी फुटबॉल प्रशिक्षण केंद्र चालवत होता.

तीन वर्ष लैंगिक अत्याचार

पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, पीडित मुलगी 2023 मध्ये प्रशिक्षणासाठी मंडलकडे गेली होती. सुरुवातीला तिचा विश्वास संपादन करून मंडलने पुढील तीन वर्षांत तिच्यावर वारंवार लैंगिक अत्याचार केले. इतकेच नव्हे तर, पीडितेने त्याच्यापासून दूर राहण्याचा प्रयत्न केला तेव्हा त्याने अत्याचाराचे व्हिडिओ आणि फोटो काढून तिला धमकावण्यास सुरुवात केली होती, असेही तपासात समोर आले आहे.



एका पीडित महिलेसोबत तिच्या सासरच्या घरी भयंकर छळण्यात आल्याचा आरोप आहे. तिचा नवरा अश्लील व्हिडिओ दाखवायचा, नंतर अनैसर्गिक कृत्य करायचा, असे गंभीर आरोपी पीडितेनं केले. पीडितेनं महिला पोलीस ठाण्यात नवरा, सासू आणि दीराच्या विरोधात तक्रार दाखल केली.

■मुंबई। प्रतिनिधी,

एका पीडित महिलेसोबत तिच्या सासरच्या घरी भयंकर छळल्याचा आरोप आहे. तिचा नवरा अश्लील व्हिडिओ दाखवायचा, नंतर अनैसर्गिक कृत्य करायचा, असे पीडितेनं गंभीर आरोप केले. पीडितेनं महिला पोलीस ठाण्यात नवरा, सासू आणि दीराच्या विरोधात तक्रार दाखल केली. ही संपूर्ण घटना गुजरातच्या शहिबाग परिसरात घडली आहे. हा धक्कादायक प्रकार उघडकीस आल्यानंतर पोलीस देखील हादरून गेले.

नवऱ्याने बायकोला अश्लील व्हिडिओ दाखवून लैंगिक शोषण केलं

पीडितेनं तिच्या तक्रारीच्या आधारे सांगण्यात आले की, तिच्या पतीने तिला अश्लील व्हिडिओ दाखवून पाहण्यास भाग पाडले, नंतर विकृत पद्धतीने लैंगिक संबंध ठेवण्यास भाग पाडले. एवढंच नव्हे तर गरोदरपणात तिला लाथा मारण्यात आल्या, नंतर गर्भपात करण्यास दबाव टाकण्यात आल्याचा आरोप आहे. अशातच पीडितेच्या सासरच्या मंडळींना तिची शारीरिक आणि मानसिक छळ केला होता, तिला जीवे मारण्याची धमकी देखील दिली. याला कंटाळून पीडिता अहमदाबादच्या महिला पोलीस ठाण्यात गेली, नंतर तिने आपला अनुभव सांगितला. तिच्या तक्रारीच्या आधारे पोलिसांनी गुन्हा दाखल केला. या प्रकरणी पोलिसांनी तपास सुरू केला.

सासरच्या मंडळींकडून पीडितेचा छळ

तक्रारीच्या, त्या महिलेचा विवाह हा 2011 मध्ये झाला, परंतु लग्नानंतर 15 दिवसानंतर तिच्या सासरच्या मंडळींना तिला वाईट वागणूक देण्यास सुरूवात केली. लग्न झाल्यानंतर नवऱ्याचा आधीच विवाह झाल्याचं कांड समोर आलं, त्याला एक मुल देखील होतं, हिच गोष्ट तिच्यापासून लपवली जात होती. विवाहानंतर तिची सासू आणि दील तिला हुंड्यावरून टोचून बोलू लागले. गरोदर असूनही, तिला पुरेशी विश्रांती नाकारली गेली णि तिच्याकडून जड घरकाम करून घेतले.

पीडित महिला माहेरी पाच महिने राहून आल्यानंतर तिच्यावर लैंगिक संबंध ठेवण्यास पुन्हा दबाव टाकला, अश्लील व्हिडिओ दाखवले. नंतर नवऱ्याने मुलींना दुसऱ्या घरी पाठवून नवरा वेगळा राहू लागला. नंतर पत्नीला गंभीर धमक्या देण्यात आल्या होत्या. तिच्या विरोधात तक्रार दाखल केल्यास जीवे मारण्याची धमकी देखील दिली. अशातच पीडितेनं महिला पोलीस ठाण्यात तक्रार दाखल केली.

पीडितेला गोळ्या दिल्या

त्यांच्या मुलीचा जन्मानंतरही तिच्या नवऱ्याने महिलेचा छळ केला. तो अनेकदा रात्री उशिरा घरी यायचा, नंतर संमतीशिवाय तिच्यावर जबरदस्ती करायचा. पत्नी आजारी असल्यास तिला कमोत्तेजक औषध दिली जायची. नंतर तिच्याशी लैंगिक संबंध ठेवयाचा, तिने नकार दिल्यास तिला बेदम मारहाण करायचा. काहीच दिवसांनंतर पत्नी गरोदर राहिली होती, तेव्हा पतीने तिचा गर्भपात केला. तिने नकार दिल्यानंतर घटस्फोटाची धमकी देखील दिली. या सर्वच त्रासाला कंटाळून पत्नी माहेरी गेली, पण नवरा तिथे आला आणि तिला जबरदस्तीने सासरच्या घरी परतला. तिची सासू आणि दीरही तिला सतत टोचून बोलायचा. आमच्या मुलाला तू आवडत नाहीस, समाजामुळे आम्ही तुला ठेवलं आहे. तूच आमचे घर उद्ध्वस्त केले आहे, घटस्फोट देऊन निघून जा. दरम्यान, पत्नीने नवनाला बोलताना एका परदेशातील तरुणीशी व्हिडिओ कॉलवर बोलताना पकडले. महिलांचे अश्लील व्हिडिओ दाखवून त्यांच्यासोबत लैंगिक संबंध ठेवण्यास भाग पाडले जाते. तिसऱ्या मुलीच्या जन्मानंतरही त्याच्या सासरच्या लोकांना याबाबत काहीही वाटले नाही. जेव्हा पत्नी आपल्या सासूला या घटनेबाबत सांगत असताना, ती संतापली आणि पीडितेला घरातून हकलून लावलं.

गेस्ट हाऊसमध्ये एक महिला आणि 6 पुरूष, 'नको तसलं' रॅकेट अन्..

पोलिसांनी छापेमारी करत सेक्स रॅकेट भांडाफोड केला. या प्रकरणाची सूचना दिल्यानंतर, तक्रार नोंदवून घेतली. पोलिसांच्या छापेमारीत एक महिला आणि सहा पुरूष आढळून आले होते, त्यांना कस्टडीत टाकण्यात आले. घटनास्थळावरून काही साहित्य देखील जप्त केले होते. पोलिसांनी गेस्ट हाऊसच्या खोल्यांना सील केले.



■पुणे। प्रतिनिधी,

बिहारच्या सहरसामध्ये पोलिसांनी छापेमारी करत सेक्स रॅकेट भांडाफोड केला. या प्रकरणाची सूचना दिल्यानंतर, तक्रार नोंदवून घेतली. पोलिसांच्या छापेमारीत एक महिला आणि सहा पुरूष आढळून आले होते, त्यांना कस्टडीत टाकण्यात आले. घटनास्थळावरून काही साहित्य देखील जप्त केले होते. पोलिसांनी गेस्ट हाऊसच्या खोल्यांना सील केले.

गेस्ट हाऊसमध्ये पोलिसांच्या छापेमारील एक महिला आणि 6 पुरूष..

दरम्यान, मंगळवारी संबंधित पोलीस ठाणे क्षेत्रात रिफ्यूज वसाहतीच्या गेस्ट हाऊसमध्ये पोलिसांनी तक्रारीच्या आधारे छापा टाकला होता. याचदरम्यान पोलिसांनी एक महिला आणि 6 पुरूषांना ताब्यात घेतले. गेस्ट हाऊसच्या खोलीतून पोलिसांनी अपत्तीनजक सामान जप्त केले.

गेस्ट हाऊसमध्ये बऱ्याच दिवसांपासून देह व्यापार

एसडीपीओ आलोक कुमार, हेडक्वार्टर डीएसपी कमलेश्वरी प्रसाद सिंह आणि एसटीएफ पोलिसांनी छापा टाकत प्रकरणाचा तपास केला. आरोप असा की, गेस्ट हाऊसमध्ये बऱ्याच दिवसांपासून देह व्यापार सुरू होता. गेस्ट हाऊस संचालक सकाळी 9 वाजता सायंकाळी 5 वाजेपर्यंत तरुणींसह महिलांना बोलवाचा. क्लायंटकडून मोठी रक्कम देखील घेतली जायची.

या प्रकरणात एसडीपीओ आलोक कुमार यांनी सांगितलं की, पोलीस ठाणे अध्यक्ष रिफ्यूजी वसाहतीत एका दुकानात अनैतिक देहव्यापार सुरू होता. सूचना मिळाल्यानंतर ठाणे अध्यक्ष पोलीस पथकासोबत घटनास्थळी दाखल झाले. पोलीस पथकाने घटनास्थळावरून वस्तू जप्त केल्या. या प्रकरणात गुन्हा दाखल करून गेस्ट हाऊसचे संचालक विरोधात कारवाईची मागणी केली.

एसडीपीओने सांगितलं की, छापेमारी दरम्यान, एक महिला आणि 6 पुरूषांना गेस्ट हाऊसमधून ताब्यात घेण्यात आलं. तसेच इतर खोल्यांना सील करण्यात आले.

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