वर्ष- १० अंक- ११ मुंबई, मंगळवार, ३० जानेवारी ते ५ फेब्रुवारी २०२४ पृष्ठ-४
ठाणे आवृत्ती
मराठी साप्ताहिक
R.N.I. No. MAHMAR/2014/60133
मूल्य २/- रुपये
POSTAL REGISTRATION
No.PLG/205/2022-2024
PG 2

# पोलीस बातमी पत्र

# POLICE BATMI PATRA

ठाणे जिल्ह्याच्या सर्वांगीण विकासासाठी लोकप्रतिनिधी व प्रशासन

● संपादक : दिपक मोरेश्वर नाईक

3 → पायाभूत स्तरासाठी 'प्राथमिक' अपेक्षा
दूध आणि ताक पिताना पाळलेत हे नियम तर पडणार नाही आजारी ← 4

www.policebatmipatra.in policebatmi police batmi patra policebatmipatra policebatmipatra@gmail.com

# मराठा आरक्षणावर राज ठाकरेंनी सांगितली 'खरी परिस्थिती'

## जरागेंचं अभिनंदन करत म्हणतात 'लोकसभा निवडणुकीआधी...'

**■मुंबई। प्रतिनिधी,**

मराठा आरक्षणासाठी लढणारे उपोषणकर्ते मनोज जरांगे पाटील यांच्या सर्व मागण्या मान्य करण्यात आल्या आहेत. स्वतः जरांगे यांनी यासंदभार्तील घोषणा करुन आंदोलन मागं घेतल्याचं जाहीर केलं. रात्री निर्णय झाल्यानंतर एकनाथ शिंदे यांनी आज सकाळी ज्यूस पाजून जरांगेंचं उपोषण सोडलं. मराठ्यांच्या मागण्या पूर्ण झाल्यानंतर राज्यात जल्लोषाचं वातावरण आहे. अशातच आता राजकीय वतुर्ळातून प्रतिक्रिया येण्यास सुरूवात झालीये. अशातच मनसे अध्यक्ष राज ठाकरयांनी या प्रकरणावर ट्विट करत प्रतिक्रिया दिलीये.

**राज ठाकरे काय म्हणाले?**

मनोज जरांगे पाटील यांचं अभिनंदन... सरकारने तुमच्या सगळ्या मागण्या मान्य केल्या. आता फक्त आरक्षण मिळायचं बाकी आहे. ते कधी मिळणार हे पण एकदा मुख्यमंत्र्यांना विचारा, म्हणजे आपल्या मराठा बांधवांना भगिनींना ही खरी परिस्थिती समजेल, असं राज ठाकरे यांनी म्हटलं आहे. लोकसभा निवडणुकीआधी पारदर्शकता येईल, अशी अपेक्षा देखील राज ठाकरे यांनी व्यक्त केली आहे.

**मुख्यमंत्री काय म्हणाले?**

मराठा समाजाच्या पाठिशी सरकार उभं असून, मराठा समाजाच्या आरक्षणाची अंमलबजावणी करणार असं आश्वासन शिंदेंनी दिलंय. आरक्षण मिळेपर्यंत ओबीसींच्या शैक्षणिक सवलती मराठ्यांना मिळणार आहेत. तसेच सगे सोयऱ्यांबाबत अध्यादेश काढण्यात आलाय. नोंदी मिळणाऱ्यांना प्रमाणपत्र दिले जातील अशी माहिती मुख्यमंत्र्यांनी दिली. आरक्षण देणार म्हणून शिंदेंनी शपथ घेतली होती. ती शपथ पूर्ण केल्याचंही मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी म्हटलंय.

**देवेंद्र फडणवीस म्हणतात...**

कनाथ शिंदे यांच्या नेतृत्वातील सरकारने या संदर्भात अतिशय सकारत्मकता दाखवली होती. आम्हाला आज आनंद आहे की, मुख्यमंत्र्यांच्या नेतृत्वात आज प्रश्न सुटलेला आहे. मी सुरुवातीपासून सांगत होतो की, जो काही मार्ग आहे तो कायदेशीर काढावा लागेल, संविधानाच्या आधारावर काढावा लागेल, म्हणून आपल्याला सरसकट करता येणार नाही. पण ज्यांच्याकडे नोंदी आहेत त्यांच्या रक्त नात्यातील लोकांना आपल्याला ते देता येईल, असं फडणवीसांनी म्हटलंय.

**आश्रय सामाजिक सांस्कृतिक शैक्षणिक ट्रस्टच्या सहयोगाने सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ, पुणे व मराठा विद्या प्रसारक समाजाचे गुरुवर्य मामासाहेबदांडेकर कला, भगवंत राव वाजे वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय सिन्नर, तालुका- सिन्नर, जिल्हा-नाशिक यांच्या संयुक्त विद्यमाने विशेष हिवाळी श्रम संस्कार शिबिर संपन्न**

धारणगावता. सिन्नर, जि. नाशिक येथे राष्ट्रीय सेवा योजनेचे विशेष हिवाळी श्रम संस्कार शिबिर संपन्न झाले. या कार्यक्रमासाठी आश्रय ट्रस्टचे संस्थापक अध्यक्ष श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांच्या सहकार्यानें दिनांक २२ जानेवारी २०२४ रोजी आश्रय ट्रस्टचे कार्यकारी सचिव -डॉ. प्रकाशपांगम, नाशिक यांनी 'तरुणांमधील वाढते रक्ताचे आजार' याविषयी तरुणांमध्ये जागृतीनिर्माण करण्यासाठी पावरपॉइंट प्रेझेंटेशनद्वारे राष्ट्रीय सेवा योजनेच्या स्वयंसेवकांशी हितगुज केले.

रक्ताच्या कॅन्सरचे विविध प्रकार, ॲनिमिया, थॅलेसेमिया याविषयी स्वयंसेवकांमध्ये जागृतीनिर्माण केली. मानवाच्या शरीराच्या पोषण मूलद्रव्यांच्या कमतरतेमुळे होणारे कॅन्सर व अनुवंशिक कॅन्सर यातील भेद स्पष्ट केला. तरुणांमधील आहाराच्या चुकीच्या पद्धती, बदलती जीवनशैली, मोबाईलचा वाढता वापर, शरीराच्या आकृति बंधाची गैरसमज व आरोग्याकडे दुर्लक्ष या घटकांवर डॉ. प्रकाश पांगम यांनी प्रकाश टाकला. आपल्या शरीरातील रक्तनिर्मिती, रक्तातील हिमोग्लोबिन, प्लेटलेट्स, पांढऱ्या व लाल पेशी त्यांचे जीवन मानया घटकांची शास्त्रीय माहिती दिली. आपल्या शरीरात रक्ताचे विविध प्रकारचे आजार, कॅन्सर कोणत्या कारणामुळे होतात व त्यासाठी आपण काय दक्षता घेतली पाहिजे? याविषयी स्वयंसेवकांना मार्गदर्शन केले. यासाठी आश्रय ट्रस्टचे कार्यकारी सचिव डॉ.प्रकाशपांगम यांचे आभार व्यक्त करण्यात आले.

# धार्मिक तेढ निर्माण केल्याप्रकरणी मुंबईत सहा गुन्हे दाखल

**■मुंबई। प्रतिनिधी,**

धार्मिक तेढ निर्माण केल्याप्रकरणी मुंबईत सोमवारी सहा गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत. वाकोला, गोवंडी, भोईवाडा, व्ही. पी. मार्ग, मालवणी व ओशिवरा पोलीस ठाण्यात याप्रकरणी गुन्हे दाखल करण्यात आले असून याप्रकरणी तिघांना अटक करण्यात आली. दरम्यान, शहरात कोणतीही गंभीर घटना घडलेली नसून बहुसंख्य ठिकाणी झेंडे लावण्यावरून वाद झाल्याचे अधिकाऱ्याने सांगितले.

सांताक्रुझ पूर्व येथे धार्मिक झेंड्याचा अपमान केल्याप्रकरणी वाकोला पोलिसांकडे तक्रार करण्यात आली होती. जमावाने स्वतः पकडून आरोपीला पोलीस ठाण्यात आणले.

त्यानुसार धार्मिक तेढ निर्माण केल्याप्रकरणी वाकोला पोलिसांनी २६ वर्षीय कपडे शिवण्याचा व्यवसाय करणाऱ्या तरूणाला अटक केली. सिगारेट पिताना हटकले असता आरोपीने तेथील झेंडे काढून फेकून देण्याची धमकी दिल्याचा आरोप आहे. गोवंडी येथे दुसऱ्या घटनेत व्हॉट्स ऍपवर धार्मिक भावना दुखावेल अशी पोस्ट केल्याप्रकरणी २३ वर्षीय तरूणाला अटक करण्यात आली. वसतिगृहात राहणाऱ्या २३ वर्षीय विद्यार्थ्यांने ही पोस्ट पाहिल्यानंतर गोवंडी पोलिसांकडे तक्रार केली होती. तिसऱ्या घटनेत धार्मिक झेंडे काढून धार्मिक भावना दुखावल्याप्रकरणी भोईवाडा पोलसांनी गुन्हा दाखल केला. याप्रकरणी ५५ वर्षीय व्यक्तीला अटक करण्यात आली. चौथ्या घटनेमध्ये मालवणी येथेही झेंडे काढल्याच्या आरोपाखाली गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

पाचव्या घटनेत अंधेरी येथे दुचाकी व मोटरगाड्यांना झेंडे लावून रॅली काढण्यात आली होती. त्यावेळी या रॅलीच्या मागे असलेल्या मोटरगाडीवर दगडफेक करण्यात आल्याची तक्रार ओशिवरा पोलिसांकडे करण्यात आली आहे.

आपण या रॅलीचा भाग नसल्याचा दावा तक्रारदाराने केला आहे. आपण या रॅलीमागून मोटरगाडी घेऊन जात होते. पण गाडीवर झेंडा असल्यामुळे दगडफेक करून मारहाण करण्यात आली. यावेळी आरोपींनी घोषणाबाजी केल्याचा आरोप तक्रारीत करण्यात आला आहे. याप्रकरणी २० जणांविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. सहाव्या घटनेत गिरगाव जवळील इस्लामपुरा परिसरात रॅलीदरम्यान दोन व्यक्तींनी धमकावल्याची घटना घडली. याप्रकरणी दोन अनोळखी व्यक्तींविरोधात व्ही. पी. रोड पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

# Investment Scheme/ Task संदर्भात दोन वेगळ्या प्रकरणातील फसवणूक झालेली रक्कम सुमारे १८७०२४/- पोलिसांनी केली परत

**■भाईंदर। प्रतिनिधी,**

Investment Scheme/ Task Fraud द्वारे ऑनलाईन फसवणूक झालेल्या दोन वेगवेगळ्या प्रकरणांमधील रक्कम रुपये १८७०२४/- परत करण्यात सायबर पोलीस ठाणेस यश. अधिकमाहीतीनुसारमिरा-भाईंदर,वसई-विरार पोलीस आयुक्तालयातील कार्यक्षेत्रातील भाईंदर पोलीस ठाणेहद्दीतील प्रियांका उपाध्याय यांना व्हॉट्सऍपद्वारे गुंतवणूक स्किम पाठवून त्यांना जास्त परतावा देण्याचे आमिष दाखूवन टेलीग्रामच्या ग्रुपमध्ये अशा प्रकारे परतावा खूप व्यक्तींना भेटल्याचे भासवून बिट कॉईनमध्ये गुंतवणुक करण्यास सांगुन ९००२४/- रु ची फसवणुक केली याबाबत सायबर पोलीस ठाणे येथे तक्रार दिली या तक्रारीबाबत तात्काळ दखल घेवून तक्रारदार यांचे झालेल्या व्यवहाराबाबत सायबर कक्षाने माहिती प्राप्त केली व तात्काळ पत्रव्यवहार करून व सातत्यपुर्ण पाठपुरावा करून नमूद फसवणूक रक्कम थांबविण्यात आली व माननीय महानगर दंडाधिकारी, ठाणे यांचे आदेशाने ९००२४/- फसवणूक रक्कम तक्रारदार यांचे मुळ खात्यावर परत मिळविण्यात आली. तसेच मिरा-भाईंदर,वसई-विरार पोलीस आयुक्तालयातील कार्यक्षेत्रातील विरार पोलीस ठाणेचे हद्दीतील प्रिंयका पंकज भोईर यांची विविध टास्कमध्ये गुंतवणूक करण्यास सांगून सुरवातीला काही रक्कम अदा करून विश्वास संपादन केला व त्यानंतर मोठ्या रक्कमेची गुंतवणूक केल्यास चांगला परतावा मिळेल याकरीता टेलीग्राम ऍपद्वारे टास्क पुर्ण करण्यास सांगुन १,५९,०००/- रु ची फसवणुक केली याबाबत सायबर पोलीस ठाणे येथे दिनांक ०८/०५/२०२३ रोजी तक्रार दाखल करण्यात आली होती.त्या अनुषंगाने नमूद तक्रारीबाबत सायबर कक्षाने तात्काळ दखल घेवून तक्रारदार यांचे झालेल्या व्यवहाराबाबत माहिती प्राप्त करुन तात्काळ पत्रव्यवहार करून व सातत्यपुर्ण पाठपुरावा करून नमूद फसवणूक रक्कम थांबविण्यात आली व माननीय महानगर दंडाधिकारी, ठाणे यांच्या आदेशाने ९७०००/- फसवणूक रक्कम तक्रारदार यांचे मुळ खात्यावर परत मिळविण्यात आली.

अशा प्रकारची फसवणूक टाळण्यासाठी घ्यावयाची काळजी...

- Online फसवणूकीसंदभार्तील कोणतेही एसएमएस, लिंकबाबत कोणत्याही प्रकारे सहभागी होवू नये.
- Investment/Task फसवणूकीसंदर्भात पुर्णतः खात्री करूनच ऑनलाईन व्यवहार करावे.
- आपले बँक खाते, जन्मदिनांक, OTP वा इतर वैयक्तीक माहीती देवू नये.
- अनोळखी लिंक, ॲप्लीकेशन डाऊनलोड करू नये.
- ऑनलाईन फसवणूक झाल्यास तात्काळ बँकेला संपर्क करावा.

मिरा-भाईंदर, वसई-विरार पोलीस आयुक्तालयातील नागरीकांना आवाहन करण्यात येते की, अशा प्रकारे फसवणूक करणे कायदयाने गुन्हा आहे. असा प्रकार आपल्यासोबत घडला असल्यास तात्काळ नजीकच्या पोलीस ठाणेस, सायबर गुन्हे कक्षास संपर्क साधावा. तसेच www.cybercrime.gov.in अथवा १९३० या हेल्पलाईनवर संपर्क साधून तक्रार द्यावी.

सदरची कामगिरी श्री.अविनाश अंबुरे, पोलीस उप आयुक्त (गुन्हे), श्री. मदन बल्लाळ, सहा. पोलीस आयुक्त (गुन्हे), मि.भा.व.वि.पोलीस आयुक्तालय यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोलीस निरीक्षक श्री. सुजितकुमार गुंजकर, सपोनि/स्वप्नील वाव्हळ, पोउपनिरी/ प्रसाद शेनोळकर, मपोहवा / माधूरी धिंडे, पोअं/ प्रविण आव्हाड, पोअं/ गणेश इलग, मपोअं/ सुवर्णा माळी, मपोअं/ पल्लवी निकम, मपोअं/अमिना पठाण पोअं/ कुणाल सावळे, पोअं./ प्रशांत बोरकर यांनी पार पाडली आहे.

सायबर पोलीस ठाणे व्हॉट्सअॅप हेल्पलाईन क्रमांक :- ९०० ४८८०१३५

सायबर पोलीस ठाणे ई-मेल आयडी :- cybercrime.mb-vv@mahapolice.gov.in

पोलीस बातमी पत्र
मुंबई
✪ मुंबई, मंगळवार, ३० जानेवारी ते ५ फेब्रुवारी २०२४


# ठाणे जिल्ह्याच्या सर्वांगीण विकासासाठी लोकप्रतिनिधी व प्रशासन मिळून एकजुटीने लोकाभिमुख काम करतील – शालेय शिक्षण मंत्री दिपक केसरकर

**■ठाणे। प्रतिनिधी,**

राज्य शासनाकडून व जिल्हा प्रशासनाकडून तसेच ठाणे जिल्ह्यातील सर्व शासकीय विभागांकडून नाविन्यपूर्ण उपक्रम, योजनांच्या माध्यमातून ठाणे जिल्ह्याचा सर्वांगीण विकास साधण्याचा प्रामाणिक प्रयत्न केला जाईल. यासाठी लोकप्रतिनिधी व प्रशासन मिळून एकजुटीने लोकाभिमुख काम करतील, असा विश्वास राज्याचे शालेय शिक्षण, मराठी भाषा मंत्री दिपक केसरकर यांनी आज येथे व्यक्त केला.

75 व्या भारतीय प्रजासत्ताक दिनाचा मुख्य शासकीय सोहळा साकेत पोलीस परेड मैदान, ठाणे येथे आयोजित करण्यात आला होता. यावेळी शालेय शिक्षण मंत्री दिपक केसरकर यांच्या हस्ते राष्ट्रीय ध्वज फडकविण्यात येवून त्यास सलामी देण्यात आली, त्यावेळी ते बोलत होते.

यावेळी ठाणे जिल्हाधिकारी अशोक शिनगारे, ठाणे महानगरपालिका आयुक्त अभिजित बांगर, ठाणे पोलीस आयुक्त आशुतोष डुंबरे, पोलीस सह आयुक्त दत्तात्रय कराळे, विशेष महानिरीक्षक प्रवीण पवार, जिल्हा पोलीस अधीक्षक विक्रम देशमाने, अपर पोलीस आयुक्त (पश्चिम प्रादेशिक विभाग) डॉ. महेश पाटील, अपर पोलीस आयुक्त (प्रशासन) संजय जाधव, अपर पोलीस आयुक्त (गुन्हे) पंजाबराव उगले, अपर जिल्हाधिकारी मनिषा जायभाये, ठाणे ग्रामीण पोलीसच्या अपर पोलीस अधीक्षक डॉ. दीपाली घाटे-घाडगे, अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी डॉ. रुपाली सातपुते, जिल्हा ग्रामीण विकास यंत्रणेच्या प्रकल्प संचालक छायादेवी शिसोदे, निवासी उपजिल्हाधिकारी सुदाम परदेशी, उपजिल्हाधिकारी (सर्वसाधारण) गोपीनाथ ठोंबरे,उपजिल्हाधिकारी विकास गजरे, रेवती गायकर, दिपक चव्हाण, उर्मिला पाटील, रोहित राजपूत, उप जिल्हा निवडणूक अधिकारी अर्चना कदम, पोलीस उपायुक्त श्री. गणेश गावडे, जिल्हा नियोजन अधिकारी वैभव कुलकर्णी, सार्वजनिक बांधकाम विभागाचे कार्यकारी अभियंता सुनिल चव्हाण, जिल्हा शल्यचिकित्सक डॉ. कैलास पवार, जिल्हा आरोग्य अधिकारी डॉ.गंगाधर परगे, समाज कल्याण सहायक आयुक्त समाधान इंगळे, उप मुख्य कार्यकारी अधिकारी अविनाश फडतरे, प्रमोद काळे, संजय बागूल, जलजीवन मिशनचे प्रकल्प संचालक पंडित राठोड, जिल्हा कौशल्य विकास सहायक आयुक्त संध्या साळुंखे, सहायक पोलीस आयुक्त प्रिया ढाकणे, तहसिलदार संजय भोसले, युवराज बांगर, रेवण लेंबे, नायब तहसिलदार दिनेश पैठणकर, जिल्हा प्रशासनातील इतर अधिकारी-कर्मचारी, नागरिक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. पोलीस दलाच्या पथकाने राष्ट्रीय ध्वजास मानवंदना दिली तसेच यावेळी राष्ट्रगीत व राज्यगीताची धून वाजविण्यात आली.

सुरुवातीलाच भारत देशाच्या सार्वभौमत्व आणि अखंडतेसाठी बलिदान दिलेल्या महान विभूतींच्या स्मृतीला अभिवादन करुन विविध क्षेत्रातील मान्यवर, नागरिक बंधू-भगिनी, अधिकारी-कर्मचारी तसेच पत्रकार बंधू-भगिनी व तमाम जिल्हावासियांना 75 व्या भारतीय प्रजासत्ताक दिनाच्या शुभेच्छा देवून शालेय शिक्षण मंत्री दिपक केसरकर म्हणाले की, विविध धर्म, भाषा, प्रांत, संस्कृती जोपासणाऱ्या भारतीयांचा जगातील सर्वात मोठी लोकशाही असणारा आपला भारत देश. भारतीय संविधानातील मूलतत्वे संविधानिक हक्क आणि कर्तव्य, स्वातंत्र्य भारताच्या नागरिकांना संस्कारित करणारी आहेत. आपण साजरा करीत असलेला प्रजासत्ताक दिन हा लोकशाहीचा उत्सव असून विविध प्रयत्नंमुळे आपली लोकशाही अधिकाधिक मजबूत होत आहे. सर्व मतदारांनी राष्ट्रीय कर्तव्य भावनेतून मतदानात सहभाग घेणे आवश्यक आहे. तसेच स्वतःबरोबर इतर सहकाऱ्यांनाही मतदानाच्या कर्तव्यासाठी प्रोत्साहित करणे आवश्यक आहे.

पंतप्रधान नरेंद्र मोदी, राज्याचे मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे आणि उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री अजितदादा पवार यांच्या कुशल नेतृत्वाखाली आपले राज्य विविध आघाड्यांवर मार्गक्रमण करीत आहे. समाजातील शेतकरी, कामगार, कष्टकरी, व्यापारी, व्यावसायिक, नोकरदार अशा विविध घटकांच्या विकासासाठी शासन कटीबद्ध आहे.

गेल्या 75 वर्षात आपला देश विविध क्षेत्रात प्रगतीशिल राहिला आहे आणि आता देशाचे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांच्या सक्षम नेतृत्वाखाली देशाची महासत्तेच्या दिशेने वाटचाल सुरू आहे. सन 2047 पर्यंत भारताला आत्मनिर्भर आणि विकसित राष्ट्र बनविण्याच्या संकल्पास कृतिशील सहकार्य करण्याचे प्रधानमंत्री महोदयांनी आवाहन केले आहे, असे सांगून ते पुढे म्हणाले, देशाला महासत्ता बनविण्याचे स्वप्न साकार करण्यासाठी महाराष्ट्राचेही योगदान असावे, यासाठी राज्याचे मुख्यमंत्री तथा ठाणे जिल्ह्याचे सुपुत्र एकनाथजी शिंदे, उपमुख्यमंत्री देवेंद्रजी फडणवीस व अजितदादा पवार यांच्या नेतृत्वाखाली राज्य शासन अहोरात्र काम करीत आहे.

नुकताच पद्मभूषण पुरस्कार जाहीर झालेले ज्येष्ठ स्वातंत्र्य सेनानी व सुप्रसिध्द दिग्दर्शक राजदत्त, उत्कृष्ट संसदपटू पुरस्कार मिळालेले खासदार डॉ.श्री.श्रीकांत शिंदे यांचे त्याचप्रमाणे क्रीडा, साहित्य, प्रशासन, उद्योग, सांस्कृतिक, शिक्षण, स्वच्छता, सामाजिक, कला अशा विविध क्षेत्रात उल्लेखनीय कामगिरी करुन आपल्या ठाणे जिल्ह्याचे आणि राज्याचे नाव उज्जवल करणाऱ्या सर्वांचे शिक्षणमंत्री श्री. केसरकर यांनी अभिनंदन केले व ते म्हणाले, दि.14 ते 28 जानेवारी 2024 या दरम्यान राज्यात मराठी भाषा संवर्धन पंधरवडा कार्यक्रम राबविण्यात येत आहे. मराठी भाषेच्या संवर्धनासाठी मराठी भाषेचा स्वाभिमान जपण्यासाठी तुम्ही-आम्ही सर्वांनी मिळून विशेष प्रयत्न करणे आवश्यक आहे.

ते म्हणाले, राज्य शासनाच्या गेल्या वर्षभराच्या काळात गरीब, वंचित, शेतकरी, युवा, महिला, बेरोजगार अशा सर्वच घटकांसाठी निर्णय घेतले आहेत. हे शासन लोकाभिमुख शासन असून समाजातील शेवटच्या घटकापर्यंत योजनांचा लाभ मिळावा, या दृष्टीने हे शासन सदैव प्रयत्नशील आहे. शासनाने गेल्या वर्षभरात सामान्य माणसाच्या विकासासाठी व हितासाठी अनेक महत्त्वाचे निर्णय घेतले. शासन आपल्या दारी सारख्या उपक्रमाच्या माध्यमातून लाखो गरजूंना शासनाच्या विविध योजनांचा थेट लाभ दिला. महाराष्ट्राला एक ट्रिलियन अर्थव्यवस्था करण्यासाठी राज्य शासनाने अनेक महत्त्वाचे निर्णय घेतले आहेत. त्यामुळेच दावोस येथील जागतिक परिषदेत विविध कंपन्यांसोबत करार करून राज्य शासनाने 1.37 लाख कोटींची गूंतवणूक महाराष्ट्रात आणली आहे. महाराष्ट्राच्या विकासाचा विचार करतानाच राज्याचे मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या कुशल मार्गदर्शनाखाली पालकमंत्र्यांच्या भूमिकेतून राज्याचे राज्य उत्पादन शुल्क मंत्री शंभूराज देसाई व ठाणे जिल्ह्यातील सर्व लोकप्रतिनिधींकडून ठाणे जिल्ह्याच्या सर्वांगीण विकासावर भर देण्यात येत आहे. जिल्ह्यातील पायाभूत सुविधा, रस्त्यांचा विकास, शेती क्षेत्राच्या प्रगतीसाठी नेहमीच पुढाकार घेण्यात येत आहे.

सन 2023-24 या वषासाठी एकूण 750 कोटींचा निधी मंजूर झाला आहे. गेल्या वर्षीपेक्षा 132 कोटी रुपयांनी हा निधी जास्त आहे, यंदाच्या वर्षी जिल्ह्यातील कामांची निकड, कामांची आवश्यकता आणि लोकप्रतिनिधींची मागणी याचा विचार करून रुपये 1 हजार 16 कोटींचा एकत्रित जिल्हा नियोजन आराखड्यास जिल्हा नियोजन समितीने संमती दिली आहे, असे सांगून ते पुढे म्हणाले, सर्वसामान्यांना परवडणारी घरे मिळावीत, या उद्देशाने बांधकाम व्यावसायिकांनी मोठ्या घरांबरोबरच परवडणाऱ्या घरांची निर्मितीही करावी, असे आवाहन मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी केले आहे. नुकताच मुख्यमंत्र्यांच्या हस्ते आशिया खंडातील सर्वात मोठ्या समूह विकास (क्लस्टर) योजनेच्या कामाचा शुभारंभ करण्यात आला. या क्लस्टर योजनेतून गरजूंना पहिल्या टप्प्यात 10 हजार घरे मिळणार असून एकूण 1 हजार 500 हेक्टर जागेवर टप्प्याटप्प्याने ही योजना राबविण्यात येणार आहे. देशभरातील शेवटच्या गरजू नागरिकाला शासनाच्या योजनांचा थेट लाभ मिळण्यासाठी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी यांच्या नेतृत्वाखाली विकसित भारत संकल्प यात्रा उपक्रम राबविण्यात आला. यामध्ये ठाणे जिल्हा परिषदेमार्फत ठाणे जिल्ह्यातील 431 ग्रामपंचायतीमधील तब्बल 1 लक्ष 60 हजार 158 लाभार्थ्यांना विविध शासकीय लाभ देण्यात आले.

स्वच्छता मोहिमेविषयी बोलताना श्री. केसरकर यांनी 'मुख्यमंत्र्यांचे बदलते ठाणे' या मोहिमेत ठाणे शहरात स्वच्छतेचे नवे पर्व सुरू झाले आहे. मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या संकल्पनेतील सर्वंकष स्वच्छता मोहिमेची (#Deep Cleaning Campaign) सुरूवात ठाण्यात 30 डिसेंबर 2023 पासून झाली आहे. ही मोहीम 24 फेब्रुवारी 2024 पर्यंत सुरू राहणार आहे, असे सांगून ते पुढे म्हणाले, सारथी प्रकल्प अंतर्गत ठाणे जिल्ह्यातील मराठा/कुणबी/ मराठा-कुणबी/कुणबी-मराठा प्रवगार्तील ग्रामीण भागातील 180 व शहरी भागातील 620 असे एकूण 800 उमेदवारांना मोफत कौशल्य प्रशिक्षण देण्यात येणार आहे. कौशल्य, रोजगार, उद्योजकता व नाविन्यता विभागाच्या वतीने 'कौशल्य केंद्र आपल्या दारी' या संकल्पनेतून 289 नामांकित उद्योजकांसमवेत केलेल्या सामंजस्य कराराच्या माध्यमातून 2 लाख 7 हजार रोजगार उपलब्ध होणार आहेत.

पोलीस दलाचे आधुनिकीकरण करणे व वाहतूक बळकटीकरण करणे, राज्यातील प्रत्येक पोलीस ठाणे अंतर्गत ₹आपले पोलीस₹ ही संकल्पना अंमलात आणणे तसेच जिल्हा पोलीस गस्त प्रभावीपणे राबविण्याच्या दृष्टीने मोटार वाहने खरेदी योजनेंतर्गत ठाणे ग्रामीण पोलीस दलाकरिता जिल्हा नियोजन समितीच्या माध्यमातून 1 कोटी 18 लाख 45 हजार रुपये इतक्या निधीमधून एस्कॉर्ट करिता एकूण 9 चारचाकी वाहने, ठाणे शहर पोलीस आयुक्त कार्यालयांतर्गत 6 कोटी 25 लक्ष 44 हजार रुपये इतक्या निधीतून 50 वाहने आणि नवी मुंबई पोलीस दलाकरिता रु.2 कोटी 3 लाख 29 हजार इतक्या निधीतून एकूण 17 वाहने खरेदी करण्यात आली आहेत. तर सन 2023 मध्ये पोलीस शिपाई पदाच्या 521 रिक्त जागांची भरतीही घेण्यात आली.

महापे येथील जेम्स ॲण्ड ज्वेलरी पार्क प्रकल्प हा प्रकल्प एक वर्षात कार्यान्वित करण्याच्या दृष्टीने कार्यवाही करण्यात आली असून या प्रकल्पामुळे नवीन गुंतवणूक होणार असून एकूण 1 लाख रोजगार निर्मिती होईल व दुप्पटीने निर्यात वाढणार आहे. आपल्या जिल्ह्यातील बेरोजगार युवक-युवतींसाठी ही मोठी संधी आहे, असे सांगून मुख्यमंत्री रोजगार निर्मिती कार्यक्रम योजनेंतर्गत गतिमानता पंधरवडा आणि विकसित भारत यात्रेच्या माध्यमातून 119 वरुन 1 हजार 528 अर्ज ऑनलाईन प्राप्त झाले व बँक मंजूरी प्रकरणे 28 वरुन 189 झाली, असेही ते म्हणाले.

श्री. केसरकर पुढे म्हणाले की, आंतरराष्ट्रीय पौष्टिक तृणधान्य वर्षानिमित्ताने जिल्हास्तरावर 15 कार्यशाळा व मेळावे घेण्यात आले. तसेच जिल्हा मिलेट महोत्सवाच्या माध्यमातून जिल्हयात 1 हजार 109 मिलेट जनजागृती कार्यक्रम घेण्यात आले आणि 69 हजार 155 शेतकरी, नागरिकांपर्यंत विविध माध्यमातून पौष्टिक तृणधान्याचे महत्व पटवून देण्यात आले. येणारे वर्ष हे निवडणूकांचे वर्ष असणार आहे. भारतरत्न डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर यांनी आपल्या देशाला संविधान दिले. लोकशाहीचे कटाक्षाने पालन करणारा देश अशी आपल्या भारत देशाची ओळख आहे. ठाणे जिल्हयात 23 जानेवारी 2024 रोजी अंतिम मतदार यादी प्रसिध्द करण्यात आली. ठाणे जिल्ह्यातील मतदार नोंदणीचे काम उत्कृष्ठ केल्याबद्दल मतदान नोंदणी अधिकारी व त्यांच्या सहकाऱ्यांना राज्यस्तरावर गौरविण्यात आले आहे. या जिल्ह्यात पुरुष-34 लाख 49 हजार 577, स्त्री-29 लाख 41 हजार 715 आणि इतर 1 हजार 228 असे एकूण 63 लाख 92 हजार 520 मतदार आहेत.

लोकशाही अधिक बळकट आणि विश्वासार्ह करण्यासाठी जास्तीत जास्त नागरिकांनी, युवा मतदारांनी मतदान करावे आणि आपल्या राष्ट्रीय कर्तव्याचे पालन करावे, असे आवाहन करुन श्री. केसरकर यांनी राज्य शासनाकडून व जिल्हा प्रशासनाकडून, ठाणे जिल्ह्यातील सर्व शासकीय विभागांकडून नाविन्यपूर्ण उपक्रम, योजनांच्या माध्यमातून ठाणे जिल्ह्याचा सर्वांगीण विकास साधण्याचा प्रामाणिक प्रयत्न नक्कीच केला जाईल, यासाठी आपण सर्व एकजुटीने लोकाभिमुख काम कराल, असा विश्वास व्यक्त केला. या सोहळ्याच्या निमित्ताने उल्लेखनीय सेवा बजावलेल्या पोलीस अधिकारी-कर्मचारी, जिल्हा क्रीडा पुरस्काराने सन्मानित मार्गदर्शक, खेळाडू, जिल्हा युवा पुरस्कार विजेता व्यक्ती, संस्था, महाराष्ट्र राज्य नाविन्यता पुरस्कार विजेते विद्यार्थी, नागरी संरक्षण दलातील उत्कृष्ठ सेवा बजावलेले अधिकारी, महात्मा ज्योतीराव फुले जनआरोग्य योजना व प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजनेमध्ये उत्कृष्ठ काम केलेली रुग्णालये या सर्वांना शालेय शिक्षण मंत्री दिपक केसरकर यांच्या हस्ते सन्मानचिन्ह व पुष्पगुच्छ देवून गौरविण्यात आले.

यावेळी या संचलनात राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. 11, पोलीस मुख्यालय ठाणे शहर (पुरुष), ठाणे ग्रामीण पोलीस, शहर परिमंडळ पोलीस व इतर शाखा, पोलीस मुख्यालय ठाणे शहर (महिला), शहर वाहतूक पोलीस, गृहरक्षक दल (पुरुष), अग्निशमन दल, ठाणे, महाराष्ट्र सागरी मंडळ, महाराष्ट्र उत्पादन शुल्क, ठाणे, ठाणे महानगरपालिकेचे महिला व पुरुष सुरक्षा पथक, गृहरक्षक दल (महिला), सरस्वती विद्यालय, राबोडी, या शाळेतील गाईड व स्काऊटचे पथक, स्टुडंट्स पोलीस कॅडेट्स, टेमघरपाडा, माध्यमिक विद्यालय महानगरपालिका, भिवंडी च्या मुले व मुलींचे पथक, बँड पथक, बीट मार्शल ताफा, जलद प्रतिसाद पथक यासह रॅपिड इंटरवेन्शन व्हेईकल, वरुण वॉटर कॅनन, अग्निशमन दल, जिल्हा सामान्य रुग्णालय, ठाणे 108 ऍम्ब्युलन्स ही वाहने सहभागी झाली होती.

या संचलनाचे नेतृत्व भिवंडी शहर वाहतूक शाखेचे सहायक पोलीस आयुक्त मंदार जवळे यांनी केले. तर त्यांना दुय्यम परेड कमांडर म्हणून ठाणे शहर पोलीस मुख्यालयातील राखीव पोलीस निरीक्षक राजेंद्र कत्तुल यांनी उत्कृष्ठ साथ दिली. कार्यक्रम संपल्यानंतर मंत्री महोदयांनी उपस्थित स्वातंत्र्यसैनिक, लोकप्रतिनिधी, वरिष्ठ प्रशासकीय अधिकाऱ्यांची सदिच्छा भेट घेतली.

# उल्हासनगर महानगरपालिका माहिती व जनसंपर्क विभाग

**■उल्हासनगर। प्रतिनिधी,**

दिनांक 26 जानेवारी, 2024 रोजी भारताचा 75 वा प्रजासत्ताक दिन उल्हासनगर महानगरपालिकेच्या प्रांगणात मोठया उत्साहाणे पार पडला.

मा. प्रशासक तथा आयुक्त श्री. अजीज शेख यांच्या हस्ते ध्वजारोहण करण्यात येऊन राष्ट्र ध्वजास मानवंदना देण्यात आली. यावेळी राष्ट्रगीतानंतर राज्यगीताचे वादन करण्यात आले.

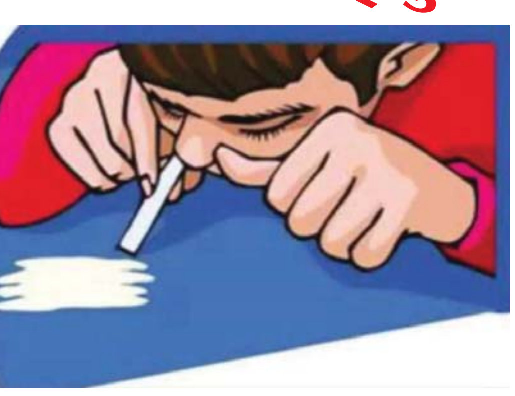
महापालिकेतीला काही कर्मचाऱ्यांनी देशभक्तीपर गीत गाऊन सदर समारंभात रंग भरला. तसेच विविध संस्कृतीक कार्यक्रम सादर करण्यात आले.

सदर समारंभास आमंत्रित मा. स्वातंत्र्यसैनानी यांना मा. आमदार श्री. कुमार आयलानी, मा. आयुक्त श्री. अजीज शेख, अतिरिक्त आयुक्त श्री. जमीर लेंगरेकर यांचे हस्ते पुष्पगुच्छ व ट्रॅ३फी देऊन सन्मान करण्यात आला. तसेच मा. आयुक्त श्री. अजीज शेख यांच्या वडिलांचे जेष्ठ नागरिक म्हणून मा. आमदार श्री. कुमार आयलानी यांचे हस्ते सन्मान करण्यात आला. सुरक्षा विभाग व अग्निशमन विभागामार्फत परेड काढण्यात आली.

सदर समारंभास मा. आमदार श्री. कुमार आयलानी, जेष्ठ माजी नगरसेवक श्री. प्रदीप रामचंदानी, शिवसेना कल्याण उपजिल्हा प्रमुख श्री. अरुण अशान व इतर जेष्ठ माजी नगरसेवक, सहाय्यक संचालक, खोब्रागडे, उप आयुक्त श्री. अशोक नाईकवाडे, श्रीम. प्रियंका राजपूत, डॉ. सुभाष जाधव, मुख्यलेखाधिकारी श्री. किरण भिलारे, मुख्य लेखा परीक्षक श्री. शरद देशमुख, महापालिका सचिव सौ. प्राजक्ता कुलकर्णी, जनसंपर्क अधिकारी, सौ. छाया डांगळे,मुख्य बाजार निरीक्षक श्री. विनोद केणे, सहा. सार्वजनिक आरोग्य अधिकारी श्री. मनिष हिवरे, अग्निशमन अधिकारी श्री. बाळासाहेब नेटके, सुरक्षा अधिकारी श्री. सचिन वानखेडे, उप मुख्य लेखाधिकारी श्रीम. नीलम कदम, सिस्टीम अनालिस्ट श्रीम. श्रद्धा बाविस्कर, NGO व मीडियाचे प्रतिनिधी व इतर अधिकारी / कर्मचारी तसेच नागरिक मोठया संख्येने उपस्थित होते.

# शाळकरी मुले नशेच्या विळख्यात, विद्यार्थ्यांच्या दप्तरांमध्ये नशेच्या गोळ्या अन् गुटख्याच्या पुड्या

**■ठाणे। प्रतिनिधी,**



शाळकरी मुले नशेच्या विळख्यात अडकत चालली आहेत. शाळेच्या आसपास असलेल्या पान टपऱ्यांमधून ई-सिगारेट, गुटखा, तंबाखूजन्य पदार्थांसह ड्रग्जची विक्री होत असून ड्रग्ज तस्करांचा शाळांच्या परिसरात वावर वाढला आहे. तस्कर मुलांना ड्रग्ज पुरवत असून अभ्यासू मुले ड्रग्जकडे वळू लागली आहेत. मुलांच्या दप्तरांमध्ये नशेच्या गोळ्या, गुटख्याच्या पुड्या, सिगारेट आढळत आहेत, असे ठाणे शहरातील विविध शाळांचे मुख्याध्यापक, शिक्षक, सामाजिक संस्थांच्या पदाधिकाऱ्यांनी थेट वरिष्ठ पोलिस अधिकाऱ्यांच्या निदर्शनास आणून दिले. शाळांमध्ये ये-जा करणाऱ्या मुलींची छेड काढली जात असल्याची गंभीर बाबही शिक्षकांनी पोलिस अधिकाऱ्यांसमोर अधोरेखित केली.

ड्रग्जच्या दुष्परिणामाबाबत जनजागृती आणि ड्रग्जविक्रीला प्रतिबंध करण्यासाठी बुधवारी ठाण्यातील महाजनवाडी येथील एका हॉलमध्ये ठाणे शहरातील शाळा, कॉलेजचे प्राचार्य, मुख्याध्यापक, क्लासचे संचालक आणि सामाजिक संस्थांच्या पदाधिकाऱ्यांचे चर्चासत्र आयोजित करण्यात आले होते. त्यावेळी पोलिस सहआयुक्त दत्तात्रय कराळे, अपर पोलिस आयुक्त डॉ. महेश पाटील आणि अन्य पोलिस अधिकारी उपस्थित होते. पानटपरीवर मिळणारी नशेची गोळी सेवन करून विद्यार्थी शाळेत येतात. शाळेतही ही मुले नशेत असतात. काही वेळेला या मुलांना जबरदस्तीने शाळेत बोलवण्याची वेळ येते, अशी परिस्थिती शिक्षकांनी मांडली. काही मुले वर्गात नशेच्या गोळ्या आणत असून त्या गोळ्या अन्य मुलांना देतात. परिणामी शाळकरी मुले ड्रग्जच्या विळख्यात सापडत आहेत, असेही सांगण्यात आले. काही अशी ठिकाणे आहेत की, तेथे गैरप्रकार चालत असून शाळेपासून काही अंतरावर असलेल्या पानटपऱ्यांमधून ई-सिगारेटची विक्री होते.

शाळकरी मुलांकडे ई-सिगारेट आढळून आल्या आहेत. त्यामुळे पानटपऱ्यांवर कारवाई करावी, अशी मागणी शिक्षकांनी केली. पानटपरीवर टुकार मुले उभी असतात. ही मुले शाळेत ये-जा करणाऱ्या मुलींची छेड काढत असल्याचे एका शाळेच्या मुख्याध्यापकाने सांगितले. शाळकरी मुले सिगारेट ओढत असून मुलांच्या दप्तरातही सिगारेट, गुटख्याच्या पुड्या असतात. असे प्रकार वाढत असल्याबाबत शिक्षकांनी चिंता व्यक्त केली. शाळांच्या आसपास असलेल्या पानटपऱ्यांमध्ये गुटखा अन्य प्रतिबंधित पदार्थ असतात. हे पदार्थ विद्यार्थ्यांकडे मिळत असून पाचवीच्या एका मुलाकडे सिगारेट सापडल्याचे यावेळी शिक्षकांनी सांगितले. शाळेच्या परिसरात काही तस्कर फिरत असतात. ते विद्यार्थ्यांना ड्रग्जची विक्री करत असल्याची तक्रारही यावेळी करण्यात आली. एमडीसह अन्य ड्रग्जची विक्री होत असून यावर प्रतिबंध घालावा, शाळांच्या परिसरात गस्त घालण्यासह टपऱ्यांवर कारवाई करावी, अशा मागण्या मुख्याध्यापक, शिक्षक, खासगी क्लास चालकांनी केल्या.

**कारवाई केली जाईल**

अशाच प्रकारचा उपक्रम दीड वषार्पूवीर्ही घेतला होता. त्यावेळी शाळा, कॉलेजचे शिक्षक, पदाधिकारी यांना बोलावले होते. तेव्हा आपण एक संकल्पना मांडली होती. प्रत्येक पोलिस ठाण्यात शाळा आणि पोलिस ठाणे यांच्यात समन्वय ठेवण्यासाठी एक महिला पोलिस अधिकाऱ्याची नियुक्ती केली होती. या अधिकाऱ्याला तुम्ही माहिती द्या. तसेच, नशेचा विळखा दूर करण्यासाठी सर्वांनी मिळून प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. तुम्ही आम्हाला सूचना, माहिती द्या. आम्ही नक्की कारवाई करू, अशी ग्वाही यावेळी पोलिस सहआयुक्त दत्तात्रय कराळे यांनी दिली.

# मृतदेह १२ तास शवविच्छेदनाच्या प्रतीक्षेत; तरुणाच्या हत्येनंतर रुग्णालय अन् पोलिसांत वाद

**■कल्याण। प्रतिनिधी,**

व्यवसायातील वादातून हातगाडी चालकाशी झालेल्या वादातून परेश शेलकर या २८ वर्षीय तरुणाने वाजीद सैय्यद या ४१ वर्षीय सहकाऱ्याची धारदार शस्त्राने वार करून हत्या केल्याची घटना मंगळवार २३ जानेवारीला मध्यरात्रीच्या सुमारास घडली. हत्येनंतर शवविच्छेदनासाठी मृतदेह रुग्णालयात धाडण्यात आला. त्यानंतर तब्बल १३ तास उलटूनही मृतदेहाची उत्तरीय तपासणी करण्यात आली नसल्याने नातेवाइकांनी संताप व्यक्त केला. यानंतर रुग्णालय प्रशासन आणि पोलिसांनी एकमेकांकडे बोट दाखवल्याने आरोप प्रत्यारोप रंगले. अखेर हा मृतदेह उत्तरीय तपासणीसाठी मुंबईतील जे. जे. रुग्णालयात धाडण्यात आला. याप्रकरणी आरोपीला अटक करण्यात आली आहे.

कल्याण पूर्वेकडील आडीवलीझढोकळी परिसरात रस्त्याच्या कडेला हातगाडीवर इडलीविक्रीचा व्यवसाय वाजीद आणि परेश करत होते. मात्र काम करण्यावरून दोघांमध्ये वाद झाला. यातून परेश याने वाजीदच्या डोक्यावर अवजड लोखंडी वस्तूचा प्रहार केल्याने वाजीदचा जागीच मृत्यू झाला. घटनेची माहिती मिळताच कोळसेवाडी पोलिसांनी धाव घेत चौकशी केली असता हा गुन्हा मानपाडा पोलिस ठाण्याच्या हद्दीत घडल्याचे सांगितले गेल्याने पोलिस ठाण्याच्या हद्दीचा वाद रंगला. मानपाडा पोलिसांनी आरोपी परेश याला अटक केली असली तरी मृतदेहांचा पंचनामा करण्यासाठी जवळपास १२ तासांचा कालावधी लागला. पंचनामा अहवाल प्राप्त झालेला नसल्याने रुग्णालयात आणण्यात आलेल्या मृतदेहाची उत्तरीय तपासणी रखडली होती. बुधवारी दुपारी १२ पर्यंत हा मृतदेह एका बंद खोलीत ठेवण्यात आल्याने नातेवाईक संतप्त झाले होते.

# पोलीस बातमी पत्र

महामुंबई

३

मुंबई, मंगळवार, ३० जानेवारी ते ५ फेब्रुवारी २०२४


## संपादकीय...

# सधन शेतकऱ्यांना कर हवा

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक


**भा**रतात जास्त जमीन असलेल्या तीन टक्के शेतकऱ्यांचे वार्षिक उत्पन्न १८ लाख रुपयांपेक्षा जास्त आहे. त्यामुळे, केंद्र सरकारने अशा शेतकऱ्यांना प्राप्तिकराच्या कक्षेत आणावे, असे प्रतिपादन रिझर्व्ह बँकेच्या चलनविषयक धोरण समितीच्या सदस्या आशिमा गोयल यांनी नुकतेच केले आहे. कमी दर व किमान सूट देण्यासह सधन शेतकऱ्यांसाठी असा प्राप्तिकर लागू केला जाऊ शकतो, असेही त्यांनी म्हटले आहे. आतापर्यंत पंचवार्षिक योजनांची ५० टक्क्यांहून अधिक रक्कम शेतीवर खर्च झाली. अर्थसंकल्पातूनही दरवर्षी शेतीवर काही लाख कोटी रुपये खर्च होतात. परंतु शेतीपासून सरकारला मिळणारे महसुली उत्पन्न एक टक्क्यापेक्षाही कमी आहे. त्यामुळे सरकारी खचार्चा लाभ घेणाऱ्या बड्या सधन शेतकऱ्यांच्या शेती उत्पन्नावर प्राप्तिकर हवा. त्यांना मोठ्या प्रमाणात झालेल्या फायद्याची काही प्रमाणात का होईना वसुली याने होईल. सरकारला हजारो कोटींचे उत्पन्न मिळेल व त्याचा उपयोग गरीब शेतकऱ्यांना मूलभूत सुविधा देण्यासाठी व पयार्याने देशाचा आर्थिक विकास होईल.

सध्या १४१ कोटी लोकसंख्या असलेल्या देशात प्राप्तिकर विवरणपत्र भरणाऱ्यांची संख्या ८ कोटीपेक्षा जास्त असली तरी प्रत्यक्ष प्राप्तिकर २.२५ कोटी नागरिकच भरतात. ५८ टक्के लोक शेतीवर अवलंबून आहेत. त्यांना प्राप्तिकर नाही. मोफत धान्य मिळणाऱ्या ८०.३५ कोटी जनतेची अन्नधान्य खरेदी करण्याची आर्थिक क्षमता नाही. त्यांच्या प्राप्तिकराचा प्रश्न उपस्थित होत नाही. त्यामुळे सरकारने सातत्याने विविध उपाय योजूनही प्राप्तिकराचा पाया व्यापक करण्याचा आणि जास्तीत जास्त व्यक्तींना प्राप्तिकराच्या जाळ्यात आणण्याचा हेतू साधलेला नाही. प्राप्तिकरदात्यांच्या संख्येत जी थोडी वाढ झाली, त्यातील एक कारण म्हणजे नऊ वर्षांत सरकारने प्राप्तिकरमुक्त उत्पन्नाच्या मयार्देत वाढ केलेली नाही. प्राप्तिकराचे उत्पन्न वाढावे म्हणून सरकार मध्यमवर्गीय तसेच नोकरदार प्राप्तिकरदात्यांच्या सवलती कमी करून उत्पन्न वाढविते. महागाई वाढलेली असतानाही सरकारने आर्थिक वर्ष २०१४- १५ मध्ये असलेल्या प्राप्तिकरमुक्त उत्पन्नाच्या मयार्देत वाढ न करता जुन्या करप्रणालीत ती २.५ लाख रुपयांवर गोठविली आहे. प्राप्तिकरदात्यांच्या ७० वजावटी काढून घेऊन वजावटसहित जुन्या करप्रणालीला पर्याय म्हणून सरकारने चार वर्षांपासून वजावट विरहित नवीन करप्रणाली लागू केली आहे. चालू आर्थिक वषार्पासून नवीन करप्रणाली हीच मूलभूत, प्रमुख करप्रणाली म्हणून घोषित करून जुनी करप्रणाली रद्द करण्याचे संकेत सरकारने दिले आहेत. सधन शेतकऱ्यांच्या शेती उत्पन्नावर प्राप्तिकर लागू केल्यास प्राप्तिकराचा पाया अधिक व्यापक होईल व मध्यमवर्गीय, नोकरदार करदात्यांवरील बोजा थोडा घटेल. तसेच करआकारणीत समतोल साधेल. त्द्यप्राप्तिकराचा पाया अधिक व्यापक करून त्याद्वारे जास्तीत जास्त व्यक्तींना प्राप्तिकराच्या जाळ्यात आणण्यासाठी शेती उत्पन्नावर प्राप्तिकर आकारणी करावी,त्न अशी सूचना नीति आयोगाचे सदस्य विवेक देवरॉय यांनी २५ एप्रिल २०१७ रोजी नीति आयोगाच्या बैठकीत केली होती. मोठ्या प्रमाणात करदाते हे शहरात आहेत. मात्र, दोन तृतीयांश कुटुंबे ही ग्रामीण भागात राहतात. ग्रामीण भागातील बहुतांश लोक प्राप्तिकर भरत नाहीत. त्यामुळे प्राप्तिकराबाबत शहरी व ग्रामीण भेद होऊ नये, असेही त्यांनी सांगितले होते.

शेती उत्पन्नावर प्राप्तिकर लावण्याची सरकारची योजना नाही, असे प्रतिपादन तेव्हाचे केंद्रीय अर्थमंत्री अरुण जेटली यांनी केले होते. राज्यघटनेत शेतीवर कर लावण्याचा अधिकार राज्य सरकारांना आहे; केंद्र सरकारला नाही, असे त्यांनी स्पष्ट केले होते. या खुलाशानंतर नीती आयोगाने निवेदन जारी करून शेती उत्पन्नावर प्राप्तिकर घेण्याची शिफारस आयोगाने केली नसून ती विवेक देवरॉय यांचे वैयक्तिक भूमिका आहे, असा खुलासा केला होता. असे जरी असले तरी नीती आयोगाने शेती उत्पन्नावर प्राप्तिकर आकारणी करण्यासंबंधीचा ह्यशेती उत्पन्नावर प्राप्तिकरह्न या स्वतंत्र परिच्छेदाचा समावेश अहवालात केला होता.

देशात करपात्र उत्पन्नापेक्षा जास्त उत्पन्न असताना प्राप्तिकर न भरणारे वेगवेगळ्या क्षेत्रातील कोट्यावधी लोक आहेत. ते या जाळ्यात आल्यास सर्वसामान्य जनतेवरील प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष कराचा बोजा कमी होईल. परंतु इच्छाशक्तीचा अभाव व राजकीय सोय यामुळे सरकार त्यांना प्राप्तिकराच्या जाळ्यात आणू इच्छित नाही. आज देशात बऱ्याच नेत्यांकडे शेकडो कोटींची संपत्ती आहे.

# पायाभूत स्तरासाठी 'प्राथमिक' अपेक्षा

**न**वीन राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरणात सुचवलेल्या आकृतिबंधातील पहिला पायाभूत स्तर तीन ते आठ वर्षे वयोगटातल्या मुलांच्या शिक्षणासाठी आहे. या स्तरातील पहिली आणि दुसरीच्या इयत्ता त्या त्या शाळांतच राहतील. प्रश्न आहे तो तीन वर्षांचे बालशिक्षण आणि पहिली व दुसरीचे वर्ग यांची सांधेजोड कशी करायची याचा. महाराष्ट्रात अंगणवाड्या, खासगी प्राथमिक शाळांना जोडून असलेले नर्सरी-केजीचे वर्ग, स्वतंत्रपणे चालणाऱ्या बालवाड्या आणि कोणतेही नियंत्रण नसलेले नर्सरी-केजीचे वर्ग असे बालवाड्यांचे प्रमुख प्रकार आहेत.

पहिलीत प्रवेश घेतलेल्या विद्यार्थ्यांपैकी सुमारे सुमारे ५१ टक्के मुले अंगणवाड्यांत, तर १७ टक्के मुले इतर पयार्यातून शिकलेली असतात. ३२ टक्के मुलांना कोणतेही पूर्वप्राथमिक शिक्षण मिळालेले नसते. अंगणवाड्या हा बालशिक्षणाचा सर्वात मोठा कार्यक्रम आहे. मात्र अपुऱ्या सुविधा, अंगणवाडी ताईंच्या कामाचे वेगळे प्रधान्यक्रम आणि शैक्षणिक अंगाकडे होणारे दुर्लक्ष यांमुळे अंगणवाड्यांत मिळणाऱ्या बालशिक्षणाचा दर्जा मुळीच समाधानकारक नसतो. हे लक्षात घेऊन १९८६च्याधोरणापासूनच अंगणवाड्या प्राथमिक शाळांच्या परिसरात असाव्यात, अशा सूचना सरकार वारंवार देत आले आहे.

परंतु आजही राज्यात एक लाख १० हजार ४४५ बालवाड्यांपैकी केवळ ४३ हजार अंगणवाड्याच प्राथमिक शाळांच्या परिसरात आहेत. प्राथमिक शाळांच्या परिसरातच असलेल्या अंगणवाड्यांचाही काही अपवाद वगळता प्राथमिक शाळांशी समन्वय असल्याचे दिसत नाही. जिथे चांगला समन्वय आहे, तिथे बालशिक्षण आणि प्राथमिक शिक्षण या दोन्हींचा दर्जा उत्कृष्ट असतो, असा अनुभव आहे. पण अपवाद नियमांची जागा घेऊ शकत नाहीत. अंगणवाड्या आणि प्राथमिक शाळा अनुक्रमे महिला व बालविकास विभाग आणि शालेय शिक्षण विभाग अशा दोन स्वतंत्र विभागांकडून चालवल्या जातात. त्यामुळे वरपासून खालपर्यंत सर्वच पातळ्यांवर समन्वयाचा अभाव जाणवतो. कागदावर आदेश काढून किंवा कायदा करून हा प्रश्न सुटणार नाही.

नवीन धोरणात इयत्ता पहिलीपूर्वी पाच ते सहा वर्षे वयाच्या मुलांसाठी प्राथमिक शाळांमध्ये बालवाटिका वर्ग सुरू करण्याचा मार्ग सुचवला आहे. मुले चार वर्षांची होईपर्यंत अंगणवाड्यांत जातात. त्यानंतर मात्र मोठ्या प्रमाणावर गळती होते. त्यामुळे पाच ते सहा वर्षे वयोगटातील मुलांच्या शिक्षणाची जबाबदारी शालेय शिक्षण विभागाकडे सोपवावी आणि त्याआधीच्या वयोगटातील मुलांच्या शिक्षणाची जबाबदारी योग्य आणि शक्य अशा उपाययोजनांसह अंगणवाड्यांकडेच राहू द्यावी, ही व्यवस्था योग्य वाटते. बहुतेक पाश्चात्त्य देशांत इयत्ता पहिलीच्या आधीचे एक वषार्चे पूर्वप्राथमिक शिक्षण हे प्राथमिक शिक्षणाचाच अविभाज्य भाग मानले जाते. पहिलीपासून सुरू होणाऱ्या प्राथमिक शाळांना ग्रेड स्कूल्स, तर पूर्वप्राथमिकच्या वगार्ला किंडरगार्टन किंवा झीरो ग्रेड म्हणतात. आपल्याकडेही फार पूर्वी प्राथमिक शाळांत पुलंच्या बिगरी ते मॅट्रिक मुळे मराठी लोकांना आजही माहीत असलेला पहिलीच्या आधीचा बिगर इयत्तेचा, बिगरीचा वर्ग असायचा. देशात ४५० केंद्रीय विद्यालयांत २०२४ पासून बालवाटिका सुरू होत आहेत. महाराष्ट्र सरकारने आदर्श शाळांमध्ये बालवाटिका सुरू करण्याबाबबत कार्यवाही सुरू असल्याचे केंद्र शासनाला सांगितले आहे. सर्वच सरकारी प्राथमिक शाळांमध्ये

अशा बालवाटिका तत्काळ सुरू कराव्यात.

पायाभूत स्तरावर 'निपुण भारत मिशन'ची अंमलबजावणी अपेक्षित होती. परंतु एकूणच अंमलबजावणीत कुठेही 'मिशन मोड'चे स्वरूप जाणवले नाही. समाजाचा सहभाग अभावानेच होता. 'निपुण भारत मिशन'ची लक्ष्ये शाळांमध्ये दर्शनी भागात लिहावीत, अशा सूचना असूनही ती कुठेही लिहिली असल्याचे दिसत नाही. एवढी साधी गोष्ट करून अजूनही 'मिशन मोड'ला सुरुवात करता येईल. पायाभूत स्तरावर रुजलेल्या चांगल्या सवयी मुलांना आयुष्यभर उपयोगी पडतात. वैयक्तिक आणि सार्वजनिक स्वच्छता ही त्यांपैकी सर्वात महत्त्वाची सवय. शाळेची इमारत सुरक्षित, स्वच्छ आणि सुंदर असलीच पाहिजे, पण शाळांच्या स्वच्छतागृहांकडे बहुतेक ठिकाणी दुर्लक्ष झाल्याचे दिसते. शाळांच्या स्वच्छतागृहांची स्वच्छता ही शाळेची गुणवत्ता आणि सुशासन यांची लिटमस टेस्ट असते. 'नई तालीम की शुरूआत सफाई से होती है.' असे महात्मा गांधी म्हणायचे. महात्मा गांधींच्या १५०व्या जयंती वषार्पासून भारत सरकारने अतिशय महत्त्वाचे असे 'स्वच्छ भारत अभियान' सुरू केले आहे. स्वच्छतेच्या संस्कारांची सुरुवात स्वच्छतागृहांच्या स्वच्छतेपासूनच करायला हवी.

# हायटेक युगाला उपयुक्त 'निओडायमियम'

**सौ**रऊर्जा, दळणवळण, अंतराळविज्ञान, वैद्यक, लष्करी सामग्री, माहिती-तंत्रज्ञान इत्यादी क्षेत्रे वेगाने पुढे जात आहेत. त्यामुळेच त्यासाठी लागणाऱ्या दुर्मिळ खनिजसाठ्याचे महत्त्व वाढले आहे. भारतीय संशोधकांनी पुढील काळात आवश्यक असणाऱ्या कच्च्या मालाची यादी केली असून त्यात 'निओडायमियम'चा उल्लेख आहे.

सध्याचा जमाना अत्याधुनिक उपकरणांचा आहे. उच्चदजार्ची यंत्रसामग्री तयार करण्यासाठी कच्चामाल दजेर्दार असायला पाहिजे. भारतीय संशोधकांनी पुढील दहा वर्षात आवश्यक असणाऱ्या कच्च्या मालाची यादी केली आहे. त्यात 'निओडायमियम' धातूचा उल्लेख आहे. मूलद्रव्यांच्या तक्त्यात दुर्मिळ मूलद्रव्यांच्या रांगेत ६० क्रमांकाच्या जागेवर निओडायमियमचे स्थान आहे.

ऑस्ट्रियाचे कार्ल ऊर फॉन वेल्शबाख १८८५ साली प्रॅसिओडायमियम हे मूलद्रव्य खनिजापासून विलग करताना त्यांना त्याच्या 'संगती'त एक वेगळेच मूलद्रव्य त्यांना आढळले. ते प्रॅसिओडायमियमचा एक जुळा भाऊ असल्यासारखे त्यांना वाटले. ग्रीकभाषेत निओ म्हणजे नवा आणि डिडमॉस म्हणजे जुळा. म्हणून त्यांनी नव्याने शोध लागलेल्या मूलद्रव्याला 'निओडायमियम' नाव ठेवले. निओडायमियम चकाकणारा धातू आहे.

मूलद्रव्यांच्या आवर्त सारणीमध्ये प्रॅसिओडायमियम आणि निओडायमियम यांना दुर्मिळ मूलद्रव्यांच्या (रेअर अर्थ्सच्या) रांगेत जागा मिळाली. तथापि अणुक्रमांक ५७ ते ७१ या रांगेतील सर्वच मूलद्रव्ये दुर्मिळ नाहीत, पण दुर्लभ आहेत. याचे कारण त्यांचे रासायनिक आणि भौतिक गुणधर्म एकमेकांशी इतके जुळतात, की त्यांना शुद्ध करणे अवघड आणि वेळखाऊ असते.

ते धातू आणि त्यांचे क्षार हे वेगवेगळ्या विद्रावकात कमी-अधिक विरघळतात म्हणून शुद्धीकरण जमू शकते. निओडायमियमचा उपयोग काचा जांभळट, लालसर रंगांच्या करण्यासाठी केला जायचा. वेल्डिंग करताना संरक्षक गॉगलच्या काचांमध्ये निओडायनियम वापरले जाते.

या विशिष्ट काचा खगोलशास्त्रज्ञ वापरतात, त्या स्पेक्ट्रोफोटोमीटरमध्ये वापरल्या ताऱ्यांचे संशोधन अधिक चांगल्या प्रकारे करता येते. या धातूच्या क्षारांचा उपयोग एनॅमल्डची भांडी रंगीत करण्यासाठी देखील करतात. गॅस लायटरचा स्पार्क ज्या मिश्रधातूंचा उडतो, त्यात निओडायमियम असते.

शक्तिशाली चुंबक

आधुनिक जगामध्ये सौरऊर्जा, दळणवळण, संपर्क साधने,अंतराळ विज्ञान, वैद्यकशास्त्र, लष्करी सामग्री, माहिती तंत्रज्ञान अशा विषयांचं महत्त्व वाढलेय. त्यासाठीच्या गुंतागुंतीच्या यंत्रणांमध्ये छोट्या पण शक्तिशाली चुंबकांचे महत्व अनन्यसाधारण आहे. निओडायमियम, लोह आणि बोरॉन यांच्या मिश्रणातून नेहमीच्या चुंबकापेक्षा वीस पट शक्तिशाली आणि टिकाऊ चुंबक तयार होतात.

प्रयोगशाळेमध्ये शक्तिशाली चुंबक वापरताना अपघात होऊ शकतात. दोन चुंबकांमध्ये योग्य अंतर नसेल ते अत्यंत जोरात एकमेकांवर आपटून अपघात होतो. या चुंबकांच्या जवळ ऑडिओ/व्हिडीओ कॅसेट, क्रेडिट कार्ड किंवा हातातील मेकॅनिकल घड्याळ नेल्यास ते सहजपणे बिघडते. ज्यांच्या हृदयात पेसमेकर बसवला आहे त्यांनी या चुंबकाच्या जवळपास जाऊ नये.

माहिती तंत्रज्ञानाच्या हार्डडिस्क ड्राइव्हमध्ये निओडायमियमचे चुंबक वापरल्यास संगणकातील किमान जागेत मोठ्या प्रमाणात मेमरी/ (डेटा) साठवता येतो. दूरचित्रवाणीच्या उपकरणांमध्ये, सॉफ्टवेअरमध्ये, छोट्या-मोठ्या ध्वनिक्षेपक आणि ऑन-ऑफ स्विचमध्ये विशिष्ट ताकदीचे चुंबक लागतात. वैद्यकशास्त्रात रोगनिदान आणि रोगनिवारण करणाऱ्या उपकरणांमध्ये निओडायमियम वर्गीय चुंबक वापरतात. दंतवैद्याच्या उपकरणात आणि मॅग्नेटिक रेझोनन्स ईमेजींग (एमआरआय)च्या उपकरणात निओडायमियमचे चुंबकच लागतात. यामुळे शरीराच्या आतील इंद्रियांचे चित्रीकरण रेखीव आणि अचूक मिळते. अनेक प्रकारच्या ज्वेलरीमध्ये निओडायमियमचे चुंबक वापरता येतात.

उदाहरणार्थ डूल (इयर रिंग) घालण्यासाठी कानांच्या पाळीला छिद्र पाडावे लागते. पण ज्यांच्या कानाच्या पाळीला छिद्र नाही अशा महिला निओडायमियमचे छोटे शक्तिशाली चुंबक वापरून डूलचा वापर करू शकतात! त्यांना फिरकीची गरज नाही!

बॅटरीवर पळणाऱ्या अत्याधुनिक मोटार-कार मध्ये सुमारे एक किलोग्रॅम निओडायमियमचा उपयोग केलेला असतो. त्याचे चुंबक १५० ते २०० अंश सेल्सिअस तापमानाला कार्यक्षमतेने काम करतात. बॅटरीच्या मोटारीत वापरण्यासाठी हा धातू हलका असल्याने योग्य ठरतो. कारण त्याची घनता प्रति घनसेंटिमीटर ७ ग्रॅम आहे. हे चुंबक मायक्रोवेव्ह ओव्हन, स्मार्टफोन, संगणक आदी उपकरणांमध्ये वापरतात. हा धातू क्रेन्स, मॅग्नेटिक ब्रेक्समध्येही ल उपयोगी पडतो.

जगामध्ये प्रदूषणविरहित अक्षय-विकासाच्या तत्वांचा पुरस्कार केला जातो. त्यासाठी निओडायमियमसारखे अन्य दुर्मिळ धातू कामी येत आहेत. पवनऊर्जा निर्मिती करताना एरोजनरेटर मध्ये निओडायमियमचे बळकट चुंबक वापरले जातात. यामुळे वीज वाया जाण्याचे प्रमाण कमीत कमी होऊन यंत्रणेची कार्यक्षमता वाढते. दुर्मिळ मूलद्रव्यासाठीच आवश्यक असणारे खनिज साठे भारतामध्ये काही ठिकाणी आहेत.

पण ते कोस्टल रेग्युलेशन झोन, आणि खारफुटीच्या जंगल क्षेत्रात येतात. जगात जेवढे खनिज साठे आहेत, त्याच्या सहा खनिजे भारतात आहेत. या खनिजाच्या बाबतीत आपल्या देशाचा जगात पाचवा क्रमांक आहे. भारतातील ब्लॅक स्टोन मिनरल (बीएसएम) मध्ये निओडायमियम आणि प्रॅसिओडायमियमचे प्रमाण सुमारे ०. ००१ ते ०. ०१२ टक्के एवढे; म्हणजे बरे आहे. ते आपण ९९.९ टक्के शुद्ध करू शकतो.

तथापि त्यात थोडे युरेनियम/थोरियमचे किरणोत्सर्जन असल्यामुळे उत्पादन करताना जास्त वेळ लागून उत्पादन खर्चिक पडते. नॅशनल जिओफिजिकल रिसर्च इन्स्टिट्यूटला आंध्र प्रदेशातील अनंतपूर जिल्ह्यामध्ये काही खनिजे सापडली आहेत. केरळच्या किनाऱ्यावरील मोनाझाइट वाळूत, तामिळनाडू, ओडिशा, महाराष्ट्र आणि गुजरातच्या किनारी काही खनिजे आहेत. झारखंड मध्ये थोडी दुर्मिळ खनिजे आहेत. विशाखापट्टनम्‍ येथे दुर्मिळ मूलद्रव्यांची निर्मिती करण्यासाठी जपानच्या कंपनीबरोबर संधान साधले आहे.

दुर्मिळ मूलद्रव्यांच्या बाबतीत चीन ९७% उत्पादन करून आघाडीवर आहे. ते बहुतांशी निर्यात होते. चीनमध्ये पर्यावरण विषयक नियम शिथिलक्षम असल्यामुळे दुर्मिळ मूलद्रव्यांच्या क्षेत्रात त्यांनी मक्तेदारी मिळवली आहे. यानंतर ऑस्ट्रेलिया, ब्राझील आणि रशिया यांचा क्रमांक लागतो. खनिजद्रव्यापासून दुर्मिळ मूलद्रव्ये पर्यावरण अनुकूल पद्धतीने विलग करण्यासाठी संशोधन करणं जरुरीचे आहे. आपल्या देशात दुर्मिळ आणि दुर्लभ मूलद्रव्ये सुलभपणे मिळवता आली तर आपल्याला चीन किंवा अन्य कोणत्याही देशावर अवलंबून राहावे लागणार नाही. काही खासगी कंपन्यांनी यासाठी प्रयत्न करीत आहेत, ही बाब दिलासा देणारी आहे.


**बांधकाम विभाग,**
**जिल्हा परिषद ठाणे,**
**निविदा सुचना क्रं.५९ सन २०२३-२०२४**

अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद ठाणे हे ई-निविदा व्दारे सर्व लेखाशिषार्खाली बांधकाम विभाग, जिल्हा परिषद ठाणे कडील कामांच्या Online निविदा मागवित आहोत.

१. विस्तृत माहिती http://mahatenders.gov.inया संकेत स्थळावर उपलब्ध आहे.

२. सदर ई निविदा Online Download/Upload खालिल वेळापत्रकाप्रमाणे करण्यात येईल.

| निविदा सुचना क्रंमाक | ई निविदा Online Download/ Online Upload करण्याचा दिनांक | निविदा उघडण्याचा दिनांक (शक्य असल्यास) | एकुण कामे |
|---|---|---|---|
| ५९ | दि.२३/०१/२०२४ ते दि.३०/०१/२०२४ | दि.३१/०१/२०२४ | ०१ |

३. सदरहु ई-निविदाबाबत या पुढील सर्व शुध्दीपत्रक तसेच फेरनिविदा अथवा इतर माहिती http://mahatenders.gov.in या संकेत स्थळावर प्रसिध्द करण्यात येईल.

सही/-
कार्यकारी अभियंता
बांधकाम विभाग
जिल्हा परिषद ठाणे

सही/-
अतिरिक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी
जिल्हा परिषद ठाणे

जाक्रं./ठाजिप/बांवि/निविदा-४/वशि-५९
बांधकाम विभाग जि.प.ठाणे
दिनांक.२३/०१/२०२४

# जाणून घ्या स्तनपान देणाऱ्या नवमातांनी कोणती फळे खावी

बाळंतपणानंतर प्रत्येक आईसाठी बाळाचं संगोपन हेच प्रथम प्राधान्य असतं. स्तनपान हे बाळाच्या योग्य वाढ आणि विकासाठी अतिशय महत्त्वाचं आहे. आईच्या दूधातून बाळाचं पोषण आणि विकास योग्य पद्धतीने होते. म्हणूनच बाळाला कमीत कमी सहा महिने स्तनपान देण्याचा सल्ला प्रत्येक नवमातेला दिला जातो. एवढंच नाही तर स्तनपान देणाऱ्या मातेचा आहारदेखील बाळासाठी पोषक असाच असावा. आहारात नेहमीच फळांना एक महत्त्वाचं स्थान देण्यात आलेलं आहे. कारण फळांमधील पोषकतत्वं प्रत्येकासाठी महत्त्वाची असतात. यासाठी जाणून घ्या स्तनपान देणाऱ्या मातेने कोणती फळे खावीत आणि कोणती फळे खाऊ नयेत.

**स्तनपान देणाऱ्या मातेने कोणती फळे खावी** – स्तनपानाच्या काळात मातेच्या स्तनात पुरेसं दूध निर्माण होणं गरजेचं असतं. यासाठी स्तनपान देणाऱ्या मातेच्या आहारात ही फळं असायलाच हवी.

**पपई** – पपई हे एक सुपरफ्रूट आहे. कारण यामध्ये अनेक पोषकतत्वं दडलेली आहेत. फायबर्स आणि मिनरल्स भरपूर असल्यामुळे पपई खाणं सर्वांच्याच फायद्याचं आहे. मात्र स्तनपान देणाऱ्या मातेने कच्चा पपई खाल्यास तिला चांगला फायदा होऊ शकतो. कारण कच्च्या पपईमध्ये भरपूर असतं. ज्यामुळे नवमातेच्या स्तनांमध्ये भरपूर दुधाची निर्मिती होते. यासाठी स्तनपान देणाऱ्या महिलांनी कच्चा पपई स्मूदी अथवा सॅलेडच्या स्वरूपात जरूर खावा.

**केळी** – केळ्यात भरपूर फायबर्स असल्यामुळे ते पचनासाठी अतिशय उपयुक्त फळ आहे. बऱ्याचदा बाळंतपणानंतर महिलांना बद्धकोष्ठतेचा त्रास जाणवतो मात्र केळं खाण्यामुळे तुमची ही समस्या कमी होऊ शकते. शिवाय केळ्यामधील पोटॅशियम आणि इतर पोषक घटकांमुळे स्तनांमध्ये दुधाच्या निर्मितीला चालना मिळते. म्हणून केळ्याचा तुमच्या आहारात जरूर समावेश करा.

**अंजीर** – अंजीरमध्ये मॅग्नेशियम, कॅल्शियम, लोह, पोटॅशियम असे अनेक पोषक घटक असतात. शिवाय अंजीर हे फायबर्स भरपूर असल्यामुळे पचनासाठी उपयुक्त असं फळ आहे. अंजीरमधील व्हिटॅमिन्स के आणि बी ६ मुळे नवमातेचं चांगलं पोषण होऊ शकतं. ज्यामुळे तिच्या अंगावरील दुधात वाढ होते.

**चिकू** – चिकूमध्ये इतर फळांपेक्षा सर्वात जास्त कॅलरिज असतात. ज्यामुळे ते स्तनपान करणाऱ्या महिलांसाठी उत्तम फळ आहे. बाळंतपण आणि स्तनपान यामुळे तुमच्या शरीराची झालेली झीज चिकू खाण्यामुळे भरून निघू शकते. म्हणूनच हेल्दी राहण्यासाठी बाळंतपणानंतर महिलांनी चिकूचा आहारात समावेश करणं फार गरजेचं आहे.

**ॲवोकॅडो** – ॲवोकॅडो हे सर्वात जास्त पोषक घटक असलेलं एक फळ आहे. भारतीय नसलं तरी आजकाल भारतातील सर्व बाजारपेठेत ते सहज उपलब्ध आहे. जर तुम्ही नवमाता असाल तर तुमच्या बाळाच्या पोषणासाठी तुम्ही ॲवोकॅडो खाणं गरजेचं आहे. ॲवोकॅडोमध्ये भरपूर पोटॅशियम असल्यामुळे तुमचे पोषण चांगलं होतं. शिवाय यामुळे तुमच्या बाळाच्या केसांची वाढ, दृष्टी आणि हृदयाचा विकास चांगला होतो. याचप्रमाणे नवमातांनी काही फळे चुकूनही काही दिवस खाऊ नयेत. ही फळं पोषक असली तरी स्तनपानाच्या काळात ती तुमच्या आहारासाठी योग्य नाहीत. तेव्हा लिंबू, चेरीज, किवी, स्टॉबेरीजसारखी फळं या काळात खाणंच योग्य राहील.

# दूध आणि ताक पिताना पाळलेत हे नियम तर पडणार नाही आजारी

आहाराचा आणि आरोग्याचा अगदी घनिष्ठ संबध असतो. आयुवेर्दानुसार निरोगी राहण्यासाठी आहारावर योग्य नियंत्रण असायला हवं. तुम्ही जे आणि जेव्हा खाता त्याचा परिणाम तुमच्या आरोग्यावर होत असतो. जर आजारपण टाळायचं असेल तर काही गोष्टी योग्य वेळीच खाणं गरजेचं आहे. याचे कारण आपलं शरीर पंचतत्वापासुन तयार झालेलं आहे.

जेव्हा तुम्ही एखादा पदार्थ चुकीच्या वेळी खाता तेव्हा त्याचा तुमच्या आरोग्यावर विपरित परिणाम होतो. जसं की, शरीराच्या योग्य पोषणासाठी आहारात दूध, दही अथवा ताक या पदार्थांचा समावेश असणं फार गरजेचं आहे. मात्र हे पदार्थ कोणत्या वेळी खावेत आणि कोणत्या वेळी खाऊ नयेत हे जर माहीत नसेल तर नुकसान होऊ शकतं.

यासाठी जाणून घ्या दूध आणि ताक कधी प्यावं आणि कधी पिऊ नये.

**दूध पिण्याची योग्य वेळ कोणती**

आयुर्वेदामध्ये दूध हे संपूर्ण आहार म्हणून ओळखलं जातं. कारण दूधात व्हिटॅमिन्स, कॅल्शियम, लोह, प्रोटीन्स भरपूरप्रमाणात असतात. दुधात अनेक पोषक घटक असल्यामुळे तान्हा बाळापासून ते अगदी वयोवृद्ध व्यक्तींच्या आहारात दूध असणं गरजेचं आहे. खरंतर दूध तुम्ही दिवसभरात अगदी कधीही पिऊ शकता. सकाळी नाश्ता करण्यापूर्वी एक ग्लास दूध पिल्यास तुम्हाला दिवसभर उत्साही वाटतं. रात्री झोपण्यापूर्वी हळदीचे दूध घेतल्यास थकवा कमी जाणवतो आणि शांत झोप लागते. दुपारी भुक लागल्यास तुम्ही दूध पिऊ शकता. मात्र जेवताना कधीच दूध पिऊ नये कारण इतर खाद्यपदार्थांसोबत दूध पिण्याने तुम्हाला अपचनाचा त्रास होऊ शकतो. यासाठी कोणताही आहार घेण्यापूर्वी दोन तास आधी अथवा जेवणानंतर दोन तासांनी तुम्ही दूध घेऊ शकता.

**दही, ताक, ताकाची कढी कधी प्यावी**

आयुर्वेद शास्त्र सांगते की दही नेहमी सुर्यास्त होण्याआधीच खावे म्हणजेच सुर्यास्ताआधी तुम्ही दिवसभरात कधीही दही खाऊ शकता. सकाळी नाश्ता करताना दह्याचा वापर केलेले पदार्थ अथवा दही खाणे नेहमीच फायदेशीर ठरू शकते. शिवाय दुपारी दही खाण्याने तुम्हाला फ्रेश आणि उत्साही वाटू शकते. मात्र रिकाम्या पोटी दही कधीच खाऊ नका कारण त्यामुळे तुम्हाला रक्तदाबाचा त्रास जाणवू शकतो. त्याचप्रमाणे रात्री सुर्यास्तानंतर दही कधीही खाऊ नका.

काही जणांना रात्रीच्या जेवणात दही खाण्याची सवय असते ती फार चुकीची सवय असते म्हणूनच ती वेळीच सोडा. कारण रात्रीचे दही खाण्यामुळे तुम्ही आजारी पडू शकता. दही हा थंड पदार्थ असल्यामुळे तुम्हाला त्यामुळे सर्दी, खोकला अथवा फुफ्फुसांचे विकार होऊ शकतात. रात्री दही खाण्यामुळे तुम्हाला सांधेदुखीचा त्रास देखील होऊ शकतो. थंडीच्या दिवसांमध्ये दही खाण्यामुळे थकवा, अती झोप, आळस या आरोग्य समस्या जाणवतात. याचप्रमाणे दही कधीच गरम करून खाऊ नका. कारण असे दही शरीरासाठी बाधक असते. ताक हा भारतीय आहारातील एक महत्त्वाचा घटक आहे. दही घुसळून त्यात भरपूर पाणी टाकून ताक केले जाते. ज्यामुळे ताक हा पचनास अतिशय हलका पदार्थ आहे. दोन जेवणाच्या मधल्या वेळेत ताक पिण्यामुळे तुम्हाला उत्साही आणि तरतरीत वाटते. जेवणासोबत ताक पिण्यामुळे तुम्ही खाल्लेले अन्न व्यवस्थित पचते. दिवसभरात तुम्ही कधीही ताक पिऊ शकता. मात्र थंडीच्या दिवसात आणि थंड प्रदेशात सुर्योदयानंतर दह्याप्रमाणेच ताकाचे सेवन करू नये. रात्रीच्या वेळी ताकाला फोडणी देऊन अथवा त्याची कढी करून ते पिण्यास काहीच हरकत नाही. सकाळी रिकाम्या पोटी ताक पिल्यास तुमच्या पोटाच्या समस्या कमी होण्यास मदत होऊ शकते.

त्यामुळे यापुढे दूध, दही, ताक, ताकाची कढी पिताना या गोष्टी जरूर लक्षात ठेवा.

# रेसिपी

## व्हेजिटेबल स्प्रिंग रोल्स

**साहीत्य:**

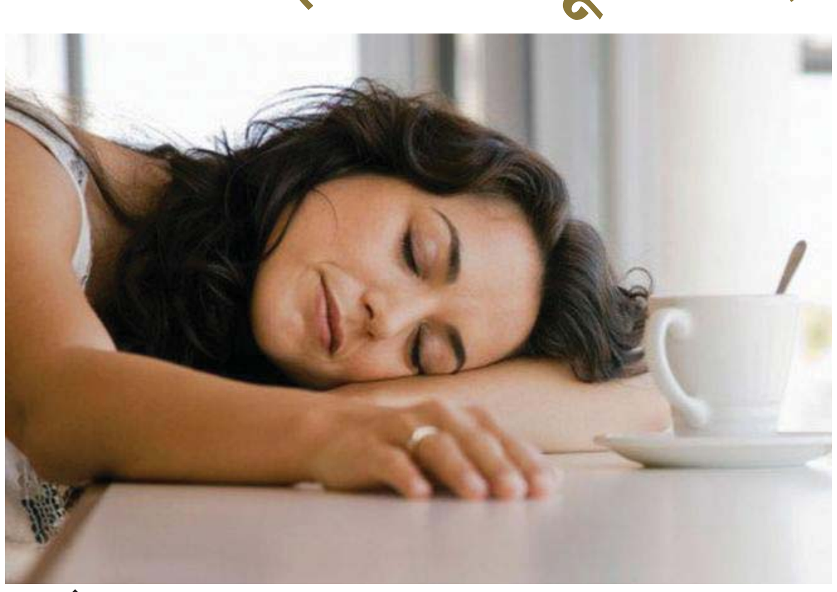
- २० स्प्रिंग रोल शीट्स
- ३/४ कप कोबीचे पातळ काप
- १/२ कप गाजराचे पातळ काप
- १/४ कप पातीकांद्याचे पातळ काप
- १/२ कप फरसबी, पातळ तिरके काप
- १ मध्यम भोपळी मिरची, पातळ उभे काप
- १/२ कप शिजलेल्या नुडल्स
- २ टीस्पून लसूण, बारीक चिरून
- १ टीस्पून आले, बारीक चिरून
- २ टीस्पून सोया सॉस
- १ टेस्पून तेल
- १/४ ते १/२ टिस्पून अजिनोमोटो
- १/४ टीस्पून मिरपूड
- २ कप तेल स्प्रिंगरोल तळण्यासाठी
- चवीपुरते मीठ

**कृती :**

- कढईत १ टेस्पून तेल गरम करावे. त्यात आलेलसूण परतावे. फरसबी, पाती कांदा, गाजर, आणि भोपळी मिरची घालून साधारण ३० सेकंद मोठ्या आचेवर परतावे. सोय सॉस घालावा आणि मिक्स करावे.
- नंतर मीठ, मिरपूड आणि कोबी घालून ३० सेकंद ढवळावे. आच बंद करून नूडल्स घालून मिक्स करावे. सारण एका बोलमध्ये काढून ठेवावे.
- एक स्प्रिंगरोल शीट घेउन त्याच्या एका कडेला १ चमचा सारण ठेवावे. २ वेळा रोल करून डावी आणि उजवी बाजू आत फोल्ड करावी. पुढे रोल करत न्यावी. शेवटी पाण्याने किंवा मैदा+पाण्याच्या पेस्टने कड चिकटवून टाकावे.
- अशाप्रकारे सर्व स्प्रिंग रोल बनवावे. तेल गरम करून मध्यम आचेवर रोल तळावेत.
- स्प्रिंग रोल्स गरमच चिली सॉस बरोबर सर्व्ह करावे.

**टीप :** स्प्रिंग रोल्स शीट विकतही मिळतात. यामुळे वेळ वाचेल. तसेच विकतच्या शीट्समुळे स्प्रिंग रोल्स जास्त कुरकुरीत होतात.

# झोपण्यापूर्वी अशी घ्या केसांची काळजी



लांब आणि चमकदार केसांसाठी त्यांची व्यवस्थित काळजी घेणं गरजेचं आहे. जर तुमचे केस ऑईली, ड्राय ,कलर केलेले अथवा फ्रिझी असतील तर तुम्हाला केसांची विशेष निगा राखावी लागते कारण असे केस लवकर खराब होतात. केसांवर नियमित तेल लावणे, हेअर मास्क, हेअर सिरम वापरणे, वेळच्या वेळी हेअर स्पा करणे, वारंवार कर्लर अथवा स्टेटनर न वापरणे अशा अनेक गोष्टींचा हेअर केअरमध्ये समावेश होतो. मात्र या सर्व गोष्टींप्रमाणेच तुम्ही दररोज केसांची काळजी कशी घेता हेदेखील फार महत्त्वाचे ठरते. साधं आणि सोपं उदाहरण घ्यायचं झाल्यास तुम्ही रात्री झोपण्यापूर्वी केसांची कशी काळजी घेता यावर तुमच्या केसांचे आरोग्य अवलंबून आहे. दररोज रात्री झोपताना काही गोष्टींबाबत दक्षता घेत तुम्ही तुमच्या केसांची निगा राखू शकता. यासाठी जाणून घ्या रात्री झोपण्यापूर्वी केसांची कशी काळजी घ्याल.

**झोपण्यापूर्वी फॉलो करा या हेअर केअर टिप्स**

**रात्री झोपण्यापूर्वी केस धुवू नका**

केस जेव्हा ओले असतात तेव्हा ते तुटण्याची शक्यता अधिक असते. यासाठी शक्य असल्यास रात्री झोपण्यापूर्वी केस कधीच धुवू नका. मात्र जर तुम्हाला दुसऱ्या दिवशी लवकर घराबाहेर जायचे असेल तर केस आदल्या दिवशी रात्री धुवावेच लागतात. असं करावं लागल्यास केस धुतल्यावर ते व्यवस्थित कोरडे केल्याशिवाय झोपू नका. मात्र केस कोरडे करण्यासाठी ड्रायरचा वापर करू नका. त्याऐवजी अंघोळ केल्यावर केसांवर टॉवेल गुंडाळून ठेवा ज्यामुळे केसांमधील पाणी टॉवेल शोषून घेईल आणि तुमचे केस लवकर कोरडे होऊ शकतील.

**केस घट्ट बांधून झोपू नका**

काही जणींना केस मोकळे सोडून तर काही जणींना केस घट्ट बांधून झोपायची सवय असते. जर तुम्हाला केस मोकळे ठेवायची सवय असेल तर झोपेत केस अंगाखाली येवून तुटू शकतात. शिवाय केस घट्ट बांधून ठेवले तरी येणाऱ्या ताणामुळे केसांचे नुकसान होऊ शकते. यासाठी रात्री झोपण्यापूर्वी अगदी सैलसर पोनीटेल अथवा वेणी घालून मगच झोपा. ज्यामुळे तुमच्या केसांचे नुकसान होणार नाही.

**झोपण्यापूर्वी केस विंचरा**

सकाळी उठल्यावर कॉलेज अथवा ऑफिसला जाण्याची घाई सर्वांना असते. मात्र बऱ्याचदा या घाईत लांब केसांचा गुंता सोडवणे कठीण जाते. केसांचा गुंता सकाळी सोडवण्यासाठी वेळ मिळत नसेल तर हा उपाय जरूर करा. रात्री झोपण्यापूर्वी केस विंचरून गुंता सोडवून घ्या. केसांची सैलसर वेणी अथवा पोनी टेल बांधून झोपी जा. सकाळी उठल्यावर तुमच्या केसांमधील गुंता नक्कीच कमी झालेला असेल.

**हेअर बॅन्ड निवडताना काळजी घ्या**

केस व्यवस्थित बांधले जावेत यासाठी अनेकींना केस घट्ट इलॅस्टिक बॅन्डने पोनीटेल बांधायची सवय असते. मात्र अशा इलेस्टिक बॅन्डमुळे तुमचे केस लवकर तुटू शकतात. यासाठीच बाजारात अनेक सॉफ्ट मटेरिअलपासून तयार केलेले बॅन्ड मिळतात. सॉफ्ट बॅन्डमुळे तुमच्या केसांचं नुकसान कमी होऊ शकतं. हे सॉफ्ट बॅन्ड सॅटिन, सिल्क, कॉटन अथवा मायक्रोफायबर पासून तयार केलेले असतात. मात्र हा बॅन्ड फार घट्ट बांधू नका रात्री झोपताना अशा बॅन्डने केस सैलसर बांधूनच झोपा.

**झोपण्यापूर्वी केसांवर तेल अथवा सिरम लावा**

तेलामुळे केसांचे संरक्षण आणि पोषण होत असते. यासाठीच केसांना वेळच्यावेळी तेल अथवा सिरम लावणं फार गरजेचं असतं. दिवसभर कामानिमित्त घराबाहेर असल्यामुळे तुम्ही केसांना तेल लावणं टाळता. मात्र रात्री झोपताना केसांना तेल लावण्यास काहीच हरकत नसते. ज्यामुळे तुमच्या केसांचे आरोग्य चांगले राहू शकते. यासाठी रात्री झोपण्यापूर्वी केसांना नाराळाचे तेल, ऑलिव्ह ऑईल, बदामाचे तेल अथवा जास्मिन तेल लावा आणि बोटांनी केसांना मसाज करून केस बांधून ठेवा.

**सॅटिनची बेडशीट आणि पिलो कव्हर वापरा**

सॅटिनची बेडशीट आणि सॅटिनचे पिलो कव्हर हे तुमच्या बेडरूमला एक छान आणि रॉयल लुक देतात. मात्र त्याचसोबत अशा बेडशीट आणि पिलो कव्हर तुमच्या केसांच्या आरोग्यासाठीदेखील उत्तम असतात. कारण सॅटिनमुळे तुमच्या केसांमधील नैसर्गिक ओलावा आणि आर्द्रता शोषून घेत नाही. ज्यामुळे तुम्ही केसांवर लावलेलं तेल, सिरम निघून जात नाही. तेल आणि सिरम तुमच्या केसांचं संरक्षण करतं. शिवाय कॉटनपेक्षा सॅटिनचा स्पर्श अगदी मऊ आणि मुलायम असतो. ज्यामुळे तुमचे केस तुटण्याची शक्यता फारच कमी असते.

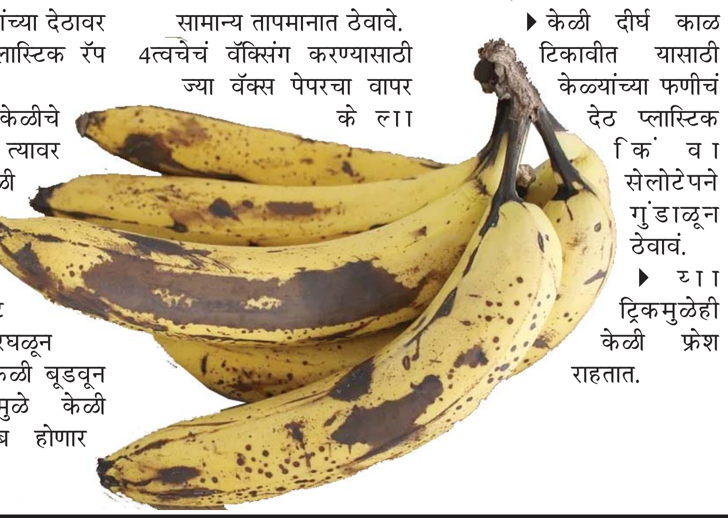
# घरातील केळी खराब होतात का ? वापरा या टिप्स

केळी हे असे फळ आहे जे दीर्घकाळ टिकू शकत नाही. फळे चांगली राहण्यासाठी ती फ्रीजमध्ये ठेवतो. केळी खाल्ल्याने शरीरातील ऊर्जा वाढते तसेच केळीच्या प्युरीमुळे अप्रतिम त्वचा आणि सुंदर केस मिळण्यास मदत होते. तसेच केसांना रेशमी आणि चमकदार करण्यासाठी केळींची विषेश मदत होते. मात्र केळी फ्रीजमध्ये ठेवता येत नाहीत. अशात ती बाहेर ठेवल्यास काळी पडून खराब होतात. केळी लवकर खराब होऊ नये यासाठी 'या' टिप्स नक्की फॉलो करुन पाहा...

- कोणतीही फळे किंवा वस्तू फ्रीजला ठेवली तर ती जास्त दिवस टिकतात.
- सर्वसामान्यपणे खाण्या-पिण्याच्या गोष्टी फ्रेश ठेवण्यासाठी रेफ्रिजरेटरचा वापर केला जातो.
- पण केळं हे फळ याला अपवाद आहे.
- केळी कधीही फ्रीजमध्ये ठेवू नयेत. केळी फ्रीजमध्ये ठेवल्यास लवकर खराब होण्याची शक्यता असते.
- केळी खरेदी करून आणल्यावर त्यांच्या देठावर पेपर किंवा प्लास्टिक रॅप करावे.
- बाजारात केळीचे हँगर मिळते. त्यावर टांगल्याने केळी बराच काळ टिकतात.
- व्हिटॅमिन सी ची टॅबलेट पाण्यात विरघळून त्या पाण्यात केळी बूडवून ठेवावी. त्यामुळे केळी लवकर खराब होणार नाहीत.
- केळी कधीही फ्रिजमध्ये ठेवू नये. केळी नेहमी सामान्य तापमानातच ठेवावी.
- केळी वॅक्स पेपरने झाकून ठेवावी.
- पाण्यात सोडा घालून त्यात थोड्यावेळ भिजवून ठेवावे. नंतर ती केळी खोलीतल्या सामान्य तापमानात ठेवावे.

4त्वचेचं वॅक्सिंग करण्यासाठी ज्या वॅक्स पेपरचा वापर केला जातो.

- या पेपरचा वापर तुम्ही केळी फ्रेश ठेवण्यासाठीही करू शकता.
- वॅक्स पेपरमध्ये केळी गुंडाळून झाकून ठेवली, तर ती लवकर खराब होत नाहीत.
- केळी दीर्घ काळ टिकावीत यासाठी केळयांच्या फणीचं देठ प्लास्टिक किंवा सेलोटेपने गुंडाळून ठेवावं.
- या ट्रिकमुळेही केळी फ्रेश राहतात.



# उकळूनच दूध का वापरावे...?

दुधाचे पाकीट घरी आल्यावर सर्वप्रथम आपण ते उकळतो. हे का केले जाते किंवा असे करणे का आवश्यक आहे याचा विचार तुम्ही कधी केला आहे का? दूध उकळल्यानंतर त्याचे पौष्टिक मूल्यही बदलते आणि उकडलेल्या दुधातील खनिजे आणि जीवनसत्त्वे नष्ट होतात असे म्हणतात. कच्चे दूध आणि पाश्चराइज्ड दूध यामध्येही फरक आहे. हा फरक काय आहे आणि दूध उकळणे का आवश्यक आहे, चला जाणून घेऊया.

**दूध उकळणे का आवश्यक आहे ?**

- नॅशनल सेंटर फॉर बायोटेक्नॉलॉजी इन्फॉर्मेशनच्या अभ्यासानुसार गायीचे दूध ९५ डिग्री सेल्सिअस तापमानात उकळले पाहिजे.
- हानिकारक जंतूना मारण्यासाठी दूध हे ७१.७ डिग्री सेल्सियस इतके म्हणजेच उच्च तापमानात १५ सेकंदांसाठी गरम केले जाते
- अशा प्रकारे, सुरक्षेच्या कारणास्तव तुम्हाला दूध उकळण्याची गरज नाही, जोपर्यंत ते कच्चे, अनपाश्चराइज्ड दूध नाही.
- तसेच महत्वाचे म्हणजे दूध गरम केल्यानंतर ते पिण्याचा सर्वात मोठा फायदा म्हणजे दुधात असलेले हानिकारक जंतू नष्ट होतात.
- या प्रक्रियेला पाश्चरायझेशन म्हणतात. याशिवाय गरम दूध प्यायल्याने शरीराला अधिक ऊर्जा मिळते.

**दूध उकळून प्यायला नंतर हे होतात बदल**

- कच्चे दूध जीवाणू नष्ट करते, तसेच दुधात असलेले मट्ठा प्रोटीनची पातळी देखील लक्षणीयरीत्या कमी करते.

4दुधात सुमारे ८०% प्रथिने कॅसिनपासून असतात.

- उकळत्या गरम दुधात केसीन बऱ्यापैकी स्थिर राहते.
- दुधातील प्राथमिक कार्बोहायड्रेट लैक्टोज आहे आणि ते उष्णतेसाठी संवेदनशील आहे.
- जेव्हा तुम्ही दूध उकळता तेव्हा काही लैक्टोज अपचनीय साखरेमध्ये बदलतात ज्याला लैक्टुलोज असे म्हणतात.

हे साप्ताहिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक - दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमानी प्रिंटिंग प्रेस, गाला नं. १, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीय इस्टेटच्या बाजूला, गेट नं. 2, गोरेगांव (पूर्व), मुंबई - ४०० ०६३ येथे छापून 2, गजाराम को. ऑ.हौ.सो. चंदनवाडी, नवघर रोड, शनी मंदिर जवळ, भाईंदर (पूर्व), ठाणे - 401 105 येथे प्रकाशित केले. (सर्व वाद ठाणे न्यायालयाच्या कक्षेत). संपर्क:-9594418181 / 8424989898