वर्ष- १० | अंक- ४७ | मुंबई, मंगळवार, ८ ऑक्टोबर ते १४ ऑक्टोबर २०२४ | पृष्ठ-४

ठाणे आवृत्ती

मराठी साप्ताहिक

R.N.I. No. MAHMAR/2014/60133

मूल्य २/- रुपये

POSTAL REGISTRATION
No.PLG/205/2022-2024

पोलीस बातमी पत्र

POLICE BATMI PATRA

पोलीस बातमी पत्र

●संपादक : दिपक मोरेश्वर नाईक

PG 2 भोजनाचा गंध वाढवू शकतो लठ्ठपणा

3 → 'अभिजात'तेचे भोक!

३५ निर्णय, १७१ शासकीय आदेश! ← 4

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

तू अबला नाही,तर तू सबला आहेस,रडायचे नाही आता बये आता लढायचे:- ॲड.गोदावरी देवकाते

सिन्नर महाविद्यालयात आई कॉलेजच्या दारी कार्य शाळेत प्रतिपादन

सिन्नर:- अबला नाही,तर तू सबला आहेस,रडायचे नाही आता बये आता लढायचे असे प्रतिपादन ॲड.गोदावरी देवकाते यांनी मराठा विद्या प्रसारक समाज शिक्षण संस्थेच्या गुरुवर्य मामासाहेब दांडेकर कला, भगवंतराव वाजे वाणिज्य विज्ञान महाविद्यालय सिन्नर येथे आई कॉलेजच्या दारी या उपक्रमांतर्गत एकदिवशीय कार्यशाळेत आपले विचार मांडले. महाराष्ट्र गीताने कार्यक्रमाची सुरुवात झाली. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. दिपाली सूर्यवंशी यांनी केले.

महाविद्यालयातील राष्ट्रीय छात्रसेनेतील सहा विद्यार्थिनींची महाराष्ट्र पोलीस दलात निवड झाल्याबद्दल त्यांचा विशेष सत्कार यावेळी करण्यात आला.

महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. पी. व्ही. रसाळ मनोगतात शारदीय नवरात्रोत्सवाच्या काळात स्त्रीशक्तीचा जागर व जन- जागृती व्हावी, बेटी- बचाव बेटी- पढाव व स्त्रियांवरील अत्याचार थांबले पाहिजे. स्त्रियांची आभासी जगात ती जगत नसलेल्या भूमिका चित्रित केल्या जातात हे थांबले पाहिजे असे प्रतिपादन यावेळी केले व आपली भूमिका स्पष्ट केली.

गोदावरी देवकाते यांनी आपली संपूर्ण संघर्षमय व अंगावर काटा उभी राहणारी कहानी यावेळी कथन केली. आई पुरुष प्रवृत्तीची शिकार झाली व तिच्या जीवनाचे मातेरे झाले तिची कुटुंबात प्रचंड छळवणूक झाली परंतु तिने स्वतःही आत्महत्या केली नाही व स्वतःच्या मुलीला जगवले खऱ्या अथार्ने बेटी बचाव बेटी पढावची सुरुवात केली.जन्म नांदेड चा मुळगाव बुलढाणा परंतु जे काही वारकरी भेटले ते पांडुरंगाच्या रूपात भेटले व त्यांनी गोदा काठावर राहण्याचा सल्ला दिला म्हणून गोदावरी नाव पडले असे त्यांनी यावेळी सांगितले. सकाळ समूहाचे संपादक अभय सुपेकर यांनी आज आपल्या पाल्यांचे संगोपन करणे तारेवरची कसरत आहे. मुलांच्या विचारांशी जुळवून घेतले पाहिजे. मुलांना समजून घेतले पाहिजे त्यांच्यासाठी वेळ राखून ठेवला पाहिजे. मुलांची सोबती कोण याची संपूर्ण माहिती पालकांना पाहिजे. पालकांनी मुलांकडून आवास्तव अपेक्षा केल्या की ते तणावत जगतात व आत्महत्येसारखे चुकीचे निर्णय घेऊन बसतात. मुलांना त्यांचे निर्णय घेऊन द्यावेत असे यावेळी त्यांनी सांगितले.

यावेळी व्यासपीठावर मराठा विद्या प्रसारक समाज शिक्षण संस्थेचे संचालक माननीय श्री कृष्णाजी भगत, श्रीमती सीमंतिनी माणिकराव कोकाटे , विजयकुमार इंगळे, मीनाताई लांडगे, IQAC समन्वयक डॉ. चांगदेव गुरुळे, दरी गावच्या सरपंच सौ. अलकाताई गांगोडे, विमलताई आचारी, सुमनताई डमाळे. उप प्राचार्य प्रा. आर. व्ही. पवार.

श्रीमती सीमंतिनी माणिकराव कोकाटे यांनी मुलांना स्वावलंबी जगण्याची सवय लागली पाहिजे व स्वतःची ओळख मुलांनी निर्माण केली पाहिजे असे प्रतिपादन यावेळी त्यांनी केले. महाविद्यालयाच्या संगीतकाक्षास संगीत साहित्य त्यात मृदंग, विणा, पेटी व टाळ भेट दिली.

अध्यक्षीय मनोगतात श्रीकृष्णाची भगत यांनी आजची पिढी निरोगी, निकोप व संस्कारक्षम बनवण्यासाठी संवाद महत्त्वाचा आहे. आजची पिढी गतिशील आहे. त्यांना पालक व शिक्षकांनी योग्य वळण लावले तर राष्ट्र उभारणीत व विकासात मोठा हातभार लागेल अशी अपेक्षा यावेळी व्यक्त केली.

कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी प्रा. रामदास सोनवणे, प्रा. अर्चना पगार, प्रा. कैलास काळे,प्रा. जावेद शेख सुनील जाधव,.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डॉ. सोनाली पाटील व प्रा.श्रीमती कांचन शेटे यांनी तर आभार उपप्राचार्य प्रा. आर. व्ही. पवार यांनी मानले.

कार्यक्रमाच्या दुसऱ्या सत्रात परिस्थितीवर मात करून संघर्ष करून आपले स्वतःचे विश्व निर्माण करणाऱ्या व संघर्षशील स्त्रियांनी आपले अनुभव कथन केले. त्यात प्रामुख्याने राष्ट्रपती पुरस्कार विजेत्या दरी गावच्या सरपंच सौ अलकाताई गांगोडे यांनी स्वयंसहायता बचत गटाच्या माध्यमातून स्त्रियांना स्वयंरोजगार मिळवून दिल्याचे प्रतिपादन केले. श्रीमती पूजाताई सोनवणे यांनी शारीरिक व्यंगावर मात करून शिक्षण घेतले. व्यवसाय केला व अभिनय क्षेत्रातही आपली योगदान दिले. सुमनबाई डमाळे यांनी पतीच्या निधनानंतर मुलांची शिक्षण अविरत सुरू राहिले पाहिजे यासाठी छोटे हॉटेल सुरू केले व नंतर भेळीच्या व्यवसायात पदार्पण करून नावलौकिक प्राप्त केला व आजही मामीची भेळ म्हणून त्यांचा सगळीकडे नावलौकिक आहे. सौ. मीनाताई लांडगे नाशिक जिल्ह्यातील पहिली बस ड्रायव्हर होण्याचा बहुमान मिळविला त्यासाठी त्यांना संघर्ष करावा लागला.पतीचा विरोध असूनही कौटुंबिक जबाबदारी पार पाडून स्वतःच्या पायावर उभ्या राहिल्या व पुरुषांची मक्तेदारी असलेल्या ड्रायव्हर क्षेत्रात पदार्पण केले.

स्वावलंबी जीवन आपण कोणावर अवलंबून नाही तर कुटुंब व समाज आपल्यावर अवलंबून आहे उद्याच्या राष्ट्र उभारणीत व राष्ट्र घडणीत श्री शक्तीचे योगदान भरीव आहे व राहील असा विश्वास नारीशक्तीने यावेळी दिला.

स्त्री कणखर आहे घाबरत नाही. वाघाशी झुंज देऊ शकते अशी कहाणी विमालताई आचारी यांनी आपल्या स्व अनुभव यावेळी सांगितले.

तिसऱ्या सत्रात सांस्कृतिक विभागाच्या वतीने सांस्कृतिक कार्यक्रमांचे सादरीकरण केले. त्यात देवीचा जागर, बेटी बचाव बेटी पढाव, सामूहिक नृत्य, गोंधळ गीत, मूकनाट्य सादरीकरण यावेळी करण्यात आले.

पसायदानाने कार्यक्रमाची सांगता झाली.

मुलांचे अपहरण करून पळून जाणाऱ्या टोळीला अटक करण्यास कासा पोलीस ठाणे यांना यश

■कल्याण, प्रतिनिधी: महात्मा फुले पोलीस ठाणे जि. ठाणेच्या हद्दीतुन मुलांचे अपहरण करुन पळवून घेऊन जाणाऱ्या आरोपीनां जेरबंद करण्यास कासा पोलीस ठाणे यांना यश. सविस्तर माहिती अशी कि दि.०३/१०/२०२४ रोजी पासून सर्वत्र नवरात्रौत्सव हा अतिशय उत्साहात साजरा केला जात आहे. नवरात्रौत्सव सणादरम्यान विविध नवरात्रौत्सव मंडळे, हाउसिंग सोसायट्यांमध्ये आणि गावागावांमध्ये गरब्याचे आयोजन केले जाते. गरब्यादरम्यान कोणताही अनुचित प्रकार घडू नये याकरीता श्री. बाळासाहेब पाटील, पोलीस अधीक्षक, पालघर यांनी जिल्ह्यातील सर्व उपविभागीय पोलीस अधिकारी व पोलीस ठाणे प्रभारी अधिकारी यांना आपआपलय हद्दित प्रभावी गस्त करण्याच्या सुचना दिलेल्या होत्या.

त्या नुसार दिनांक ०४/१०/२०२४ रोजी २१:०० वा. कासा पोलीस ठाणेचे प्रभारी अधिकारी पोनि/श्री. अविनाश मांदळे, सोबत पोहवा मनोहर जाधव, चालक पोहवा जगदिश जाधव, पोशि/ ईस्त्राईल चाँद सय्यद असे पोलीस ठाण्यातील डायल ११२ वाहनामधुन पोलीस ठाणे हद्दीत नवरात्र/ गरबा बंदोबस्ताच्या अनुषंगाने रात्री गस्त करत असतांना चारोटी ब्रिजच्या खाली काही इसम व महिला आपसामध्ये वादविवाद करुन एकमेकांना मारहाण करत असल्याचे त्यांना दिसले म्हणुन सदरचे पथक वाहन थांबवुन भांडण सोडविण्यासाठी गेले. सदर भांडण करणाऱ्या महिला व पुरुषांजवळ दोन लहान मुल बसल्याचे दिसल्याने प्रथम भांडण सोडवुन मुलांना विश्वासात घेऊन विचारपुस केली असता त्यांनी भांडण करणारे महिला व पुरुषांनी त्यांना कल्याण येथुन पळवुन आणल्याचे सांगितले. मुलांच्या देहबोलीवरुन ते खरे बोलत असल्याची खात्री झाल्याने त्वरीत सदर इसमांना ताब्यात घेऊन त्यांना त्यांचे नांव पत्ता विचारता त्यांनी १) विनोद रामबापु गोसावी, वय २९ वर्ष, २) आकाश विजेश गोसावी, वय २८ वर्ष, ३) अंजली विजेश गोसावी, वय २८ वर्ष, ४) चंदा विजेश गोसावी, वय ५५ वर्ष, ५) जयश्री अशोक गोसावी वय २५ वर्ष, ६) राहुल रामअप्पा गोसावी, वय २७ वर्ष, सर्व रा. मेशाळ विजयनगर ता. मिरज जि. सांगली असल्याचे सांगितले. तसेच लहान मुलांना ताब्यात घेऊन त्यांना त्यांचे नाव पत्ता विचारता त्यांनी १) वय ८ वर्ष, २) वय ५ वर्ष, असे सांगितले. मुलांकडे केलेले चौकशीतून त्यांना कल्याण येथुन नमुद ताब्यात घेतलेले इसमांनी पळवुन आणले बाबत पुष्ठी मिळत असल्याने त्वरीत कल्याण महात्मा फुले पोलीस ठाणे जि. ठाणे येथे संपर्क केला असता तेथे नमूद मुलांचे अपहरण झालेबाबत गुन्हा नोंद असल्याची खात्री झाली.

सदर बाबत महात्मा फुले पोलीस ठाणे जि. ठाणे यांना संपर्क साधुन आरोपी व अपहरीत मुले यांचेबाबत माहिती देवून आरोपी व अपहरीत मुले यांना त्यांच्या ताब्यात देण्यात आले आहे. सदरची कामगिरी श्री. बाळासाहेब पाटील, पोलीस अधीक्षक, पालघर, श्री. विनायक नरळे, अपर पोलीस अधीक्षक पालघर, श्री. गणपत पिंगळे, उप विभागीय पोलीस अधिकारी, जव्हार विभाग यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोलीस निरीक्षक श्री. अविनाश मांदळे, प्रभारी अधिकारी, कासा पोलीस ठाणे, पोहवा मनोहर शंकर जाधव, चालक पोहवा । जगदिश श्रीधर जाधव, पोशि/ ईस्त्राईल चाँद सय्यद सर्व नेमणुक कासा पोलीस ठाणे यांनी उत्कृष्टरित्या केलेली आहे.

दांडिया खेळताना तरुणाचा मृत्यू नवरात्रीच्या पहिल्याच दिवशी घडली दुर्दैवी घटना

गरब्यामध्ये हिंदू धर्मियांनाच प्रवेश मिळणार

विश्व हिंदू परिषदेकडून नवरात्री उत्सवासाठी अजब नियम काढण्यात आले आहेत... गरब्यामध्ये हिंदू धर्मियांनाच प्रवेश मिळणारेय... तसेच आधार कार्ड बघूनच, दांडिया खेळण्यासाठी नागरिकांना प्रवेश मिळेल... पारंपरिक पेहराव,कपाळावर टिळा, असे नियम दांडिया खेळण्यासाठी बंधणकारक असेल... राज्यभरात नवरात्री उत्सवामध्ये नियम पाळण्याचे, आवाहन विश्व हिंदू परिषदेनं केले आहेत.. त्यामुळे संभाजीनगर आयोजकांकडून ही नियमावली काढण्यात आलीय.

■जळगाव, प्रतिनिधी: सर्वत्र नवरात्री उत्सवाचा उत्साह पहायला मिळत आहे. अशात नवरात्रीच्या पहिल्याच दिवशी जळगावमध्ये दुर्दैवी घटना घडली आहे. दांडिया खेळताना तरुणाचा मृत्यू झाला आहे. या घटनेमुळे सर्वत्र शोककळा पसरली आहे.

जळगाव जिल्ह्यातील पाचोरा येथे अत्यंत दुर्दैवी घटना समोर आली आहे. गरबा खेळताना लखन वाधवाणी नावाच्या तरुणाचा हृदयविकाराच्या झटक्याने दुर्दैवी मृत्यू झाल्याची घटना घडली आहे. या घटनेने दांडिया प्रेमींमध्ये शोककळा पसरली असून सर्वत्र हळहळ व्यक्त होतं आहे.

नवरात्रोत्सवाच्या पहिल्याच दिवशी पाचोरा शहरातील दांडिया गरबा जल्लोष कार्यक्रमात सिंधी कॉलनी परिसरातील रहिवाशी असलेला लखन प्रेमलाल वाधवानी वय २६ वर्षे हा दांडिया खेळत असतानाच त्याची तब्येत बिघडली अन त्याला चक्कर आले. त्यानंतर त्याला तत्काळ जवळील खाजगी उपचारसाठी दाखल करण्यात आले. यावेळी डॉक्टरांनी त्याचा जीव वाचवण्यासाठी शथीर्चे प्रयत्न केले. मात्र, त्यांना यश मिळालं नाही. हृदय विकाराच्या झटक्याने त्याचा मृत्यू झाल्याची प्राथमिक माहिती समोर आली आहे..

लखन वाधवानी हा दांडिया प्रेमीमध्ये प्रसिद्ध होता. त्याच्या कुटुंबाची अत्यंत नाजूक परीस्थिती आहे. लखन हा एकुलता एक मुलगा होता आणि घरातील कर्ता होता. त्याच्या घरची परिस्थिती अत्यंत नाजूक असून तो चाळीसगाव येथील एका खासगी पेट्रोल पंपावर कामाला होता. त्याच्या जाण्याने कुटुंबावर शोककळा पसरली आहे.

मिरा भाईंदर वासियांच्या आक्रमक भूमिकेमुळे मिरा-भांईदर महानगरपालिकांनी घेतला कत्तलखाना निगडित प्रक्रिया रद्द करण्याचा निर्णय

■मिरा भाईंदर, प्रतिनिधी: महाराष्ट्र शासनाच्या गोवंश हत्याबाबतच्या कायट्यान्वये गोवंश हत्येस बंदीअसल्याने कत्तलखान्यात देखील त्यांची कत्तत करण्यात येत नाही, याबाबत समाजामध्येगैरसमज पसरला आहे. त्यामुळे गोमातेला राज्य मातेचा दर्जा देण्याच्या राज्य शासनाच्याधोरणावर उपहासात्मक टिपणी करण्यात येत असून शासनाच्या मुळ भूमिकेशी विसंगत बाबीं समाजामध्ये पसरत आहेत. त्यामुळे कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न निर्माण होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. मिरा भाईंदर महानगरपालिकेस शासनाने कत्तलखाना बांधण्यासाठी रु.50.00 कोटीचे अनुदान मंजूर केले आहे. कत्तलखाना बांधण्यासाठी आरक्षण प्रस्तावित आहे. तथापि, नजिकच्या काळातील

आदर्श आचारसंहितेचा अंमल आणि कत्तलखान्याचे आरक्षणास शासन मंजूरीच्या अधीन राहूननिविदा प्रक्रिया राबविण्यात आली होती. तथापि, सदर कत्तलखाना बांधणेबाबत मिरा भाईंदरमहानगरपालिका शहरातील लोकप्रतिनिधी व विविध संघटना / संस्था यांचेकडून आलेले निवेदन व लोकभावना विचारात घेता सदर आरक्षणाची मान्यता प्रलंबित असल्याने कत्तलखाना बांधणे कामाची निविदा रद्द करण्यात आत्री आहे.

एनआयए आणि एटीएसची मोठी कारवाई महाराष्ट्रातील तीन शहरे रडारवर

■मुंबई, प्रतिनिधी: महाराष्ट्रातून एक मोठी बातमी समोर येत आहे. राज्यात एनआयए आणि एटीएसने संयुक्त कारवाई केली आहे. छत्रपती संभाजीनगर, मालेगाव आणि जालन्यात ही कारवाई करण्यात आली असून काही तरुणांना ताब्यात घेण्यात आलं आहे. देशविघातक कृत्यात सहभाग असल्याच्या संशयातून ही कारवाई करण्यात आली आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार, जालना, मालेगाव आणि संभाजीनगर येथे पहाटे चार वाजल्यापासून एनआयए आणि एटीएसच्या पथकाने ही कारवाई सुरू केली आहे. तर किरपुडा भागातून मौलाना हाफिज याला ताब्यात घेण्यात आलं आहे. एटीएसचा काही तरुणांवर संशय होता. त्यादृष्टीने त्याच्यावर पाळत ठेवली जात होती. या तरुणांचा देशविघातक कृत्यांमध्ये सहभाग असल्याचा संशय एटीएसला होता. त्या पार्श्वभूमीवर ही कारवाई करण्यात आली आहे. एटीएसने काही तरुणांना ताब्यात घेतलं आहे मात्र, या कारवाईबाबत आणखी माहिती देण्यास एटीएसने टाळले आहे.दरम्यान, एनआयए आणि एटीएसकडून महाराष्ट्रासह आणखी पाच राज्यांत कारवाई सुरू केली आहे. जवळपास २२ ठिकाणी छापा टाकत कारवाई केली आहे. दरम्यान, एनआयए आणि एटीएसकडून महाराष्ट्रासह आणखी पाच राज्यांत कारवाई सुरू केली आहे. जवळपास २२ ठिकाणी छापा टाकत कारवाई केली आहे. ठक्अ ने उत्तर काश्मीरमधील बारामुल्ला जिल्ह्यात छापे टाकले आहेत. तर, काश्मीरमध्येही अन्य ठिकाणी धाड टाकण्यात आली आहे.

जालन्यातल्या गांधीनगर येथे एनआय अर्थात केंद्रीय दहशतवाद विरोध पथकानं कारवाई केली आहे. सकाळी चार वाजल्यापासून पथकानं ही कारवाई केली असून एकाला ताब्यात घेतल्याची प्राथमिक माहिती आहे. समद सौदागर असं या संशयित व्यक्तीचं नाव असून तो चामड्याचा व्यापारी असल्याचं कळतंय. सध्या परिसरात पोलिसांचे पथक तैनात असून पोलिसांची कारवाई सुरु आहे.

स्वयंपाक शिकताना लक्षात ठेवण्यासारख्या महत्त्वाच्या गोष्टी...

सध्या तरुण मुलींना स्वयंपाक शिकण्यासाठी पुरेसा वेळ नसतो. काही जणींना आवडही नसते. पण विवाहानंतर स्वयंपाक शिकावाच लागतो. अशा नवख्या मुलींनी स्वयंपाकाची सुरुवात करताना काही बाबी ध्यानात घ्याव्यात.

- स्वयंपाक करताना योग्य आकाराचं भांडं निवडणं गरजेचं आहे. पदार्थ योग्य प्रमाणात शिजण्यासाठी, परतण्यासाठी योग्य आकाराचं भांडं महत्त्वाचं ठरतं.
- सुरुवातीला थोड्या प्रमाणात अन्न शिजवावं. तिखट-मसाल्याचा अंदाज आल्यानंतर जास्त प्रमाणात अन्न शिजवायला हरकत नाही.
- पदार्थ बनवताना अधिक प्रमाणात पाण्याचा वापर टाळावा. कणीक भिजवणे, ग्रेव्ही तयार करणे, पातळ भाज्या करणे, रस्सा अथवा सांबार करतेवेळी पाणी जास्त झाल्यास पदार्थ बेचव बनतो.
- पदार्थ प्रमाणात शिजणंही गरजेचं आहे. शिवाय ठरावीक तापमान असणं गरजेचं आहे. मंद आचेवर शिजलेले पदार्थ रुचकर लागतात. भाज्या शिजवल्यानंतरचं पाणी स्टॉक म्हणून वापरावं.

न्यू मॉमसाठी खास ड्रेसिंग टिप्स!

डिलिव्हरीनंतर महिलांची बॉडी साइज वाढल्याने कपड्यांची साइज एम पासून एल होते. म्हणून स्त्रिया आपली बॉडी शेप बघून टेन्शनमध्ये येतात. अशा वेळी ड्रेसअप ते ॲसेसरिजकडे खास लक्ष ठेवायला पाहिजे. कुठल्या ही आऊटफिटमध्ये स्वतःला फिट करण्याची कल्पना करू नये जो तुम्ही प्रेग्नेंसीच्या आधी घालत होता. साइजची काळजी न करता व्यवस्थित फिटिंगचे कपडे घालायला पाहिजेत.

- टाइट फिट आणि बेल्ट असणारे ड्रेसेस टाळावेत.
- फ्लॅट फुटवेयर कधीपण आऊट ऑफ फॅशन झालेले नसतात म्हणून हिलचा वापर करणे टाळावे.
- तुम्ही थोडे मोठे व्ही नेकचे टॉप घालू शकता, जे पोटापासून सैल व हिप्समध्ये थोडे टाइट असतील. लेगिंग्ज एक चांगला ऑप्शन आहे.
- कपडे, ज्वेलरी, शूज या सर्व वस्तूंचा काही दिवसानंतर तुम्ही तुमच्या ओरिजनल शेपमध्ये आल्यावर वापर करू शकता, म्हणून त्यांना फेकायची घाई करू नका.
- जर तुम्ही एक वर्किंग वूमन असाल तर बिनधास्त ते घाला जे तुमच्या पर्सनॅलिटी आणि बॉडी शेपवर चांगले दिसेल.
- प्रॉपर डाएट आणि व्यायामाकडे आपले लक्ष केंद्रित करावे. जोपर्यंत बॉडी आपल्या आधीच्या शेपमध्ये येत नाही तोपर्यंत असे कपडे टाळावेत, ज्यात बॉडी शेप पूर्णपणे हायलाइट होत असेल. सध्याच्या काळात तुम्ही चांगले प्रिंटचे कपडेही पसंत करू शकता.

भोजनाचा गंध वाढवू शकतो लठ्ठपणा

अतिखादाडपणामुळे शरीराचे वजन वाढते, हे सगळ्यांनाच माहीत आहे, मात्र अन्न खाल्ल्यामुळेच वजन वाढते, असे नाही तर त्याचा सुगंधसुद्धा तुमच्या आरोग्यावर भारी ठरू शकतो. चांगल्या खाद्यपदार्थांचा दरवळही व्यक्तीची भूक वाढवतो. हा दरवळ लठ्ठपणाचे कारण बनू शकतो, असे अमेरिकेतील लॉस एंजिलिसमधील सेडर्स सिनाई मेडिक सेंटरच्या शास्त्रज्ञांनी सांगितले. या शास्त्रज्ञांनी उंदरांवर केलेल्या संशोधनातून हा निष्कर्ष काढला आहे. त्यांच्या म्हणण्यानुसार, समजा एखाद्या उंदराची हुंगण्याची क्षमता नष्ट केली तर जास्त भोजनही त्यांच्या लठ्ठपणासाठी कारण ठरत नाही.

दुसरीकडे ज्या उंदरांची हुंगण्याची क्षमता जास्त होते, त्यांचे वजन दुप्पट वेगाने वाढते. या संशोधनात असे दिसून आले की आपण जे खातो, त्याच्या सुंगधाचा आपल्या प्रकृतीवर मोठा परिणाम होतो. या सुगंधातूनच भोजनातून मिळणाऱ्या कॅलरीचा आपले शरीर कसा वापर करेल, हे ठरत असते. या संशोधनाचे प्रमुख सेलीन रोएरा यांनी सांगितले की समजा आण हुंगण्याची क्षमता बदलली तर भोजनातून मिळणाऱ्या ऊर्जेप्रति शरीराचे वर्तनही बदलते. संवेदना प्रणाली आपल्या चयापचय प्रक्रियेवर मोठा प्रभाव टाकते. वजन केवळ आपण किती कॅलरी घेतल्या यावर निर्भर नसते, तर शरीराने त्या कॅलरींचा कशाप्रकारे वापर केला यावरही अवलंबून असते. वजनवाढीसाठी कारणीभूत ठरणारीही संपूर्ण प्रक्रिया समजून घेऊन हुंगण्याच्या क्षमतेला प्रभावित न करता त्यावर नियंत्रण करता येऊ शकणारी औषधे बनवणे शक्य होईल, असे शास्त्रज्ञांनी सांगितले.

कोरड्या बदामापेक्षा भिजवलेले बदाम आरोग्यास लाभदायक

सुकामेवा प्रत्येकाच्या घरी नक्की असतोच. त्यातील बदाम आरोग्यास अत्यंत लाभदायक असतात. सुकामेवा तेलकट असल्यामुळे चरबी वाढते, असा अनेकांचा समज आहे, पण शेंगदाणे आणि काजू वगळता अन्य प्रकारचा सुकामेवा चरबी वाढवत नाही. बदामामध्ये अनेक प्रकारची प्रथिने असल्यामुळे बदाम शरीराला फार उपयुक्त आहे. बदाम हा स्मरणशक्ती वाढवण्यासाठी फायदेशीर

- भिजवलेल्या बदामाचे सेवन केल्याने गर्भातील शिशूच्या मस्तिष्क आणि न्यूरोलॉजिकल सिस्टिमला फायदा होतो. कारण यात फॉलिक ॲसिडची भरपूर मात्रा असते.
- बदामांच्या सेवनाने सर्दी आणि पडसे कमी होते. रात्री झोपताना भिजवलेले बदाम आणि गरम दूध घेतले तर सर्दी कमी होते.
- बदामातील ॲन्टीऑक्सिडंट घटक शरीरातील कोलेस्ट्रॉल कमी करण्यास मदत करतात. यामुळे हृदयावरील ताण कमी होण्यास मदत होते तसेच हृदयविकारापासूनही बचाव होतो.
- मधुमेह झालेल्या व्यक्तींनी बदाम खाल्ल्यास त्यांच्या शरीरातील साखरेचे प्रमाण नियंत्रणात राहते.
- केसांच्या आरोग्यासाठी देखील डॉक्टर्स रोज भिजवलेला बदाम खाण्याचा सल्ला देतात.
- गरोदर स्त्रियांनी नियमित भिजवलेले बदाम खाणे गर्भाच्या वाढीसाठीदेखील फार आरोग्यदायी आहे.

हृदयविकाराचा झटका आल्यास काय काळजी घ्याल

कामाचा वाढता ताण, दैनंदिन जीवनशैलीला मिळालेली असामान्य गती या साऱ्याचे थेट परिणाम आरोग्यावर होत आहेत. त्यातच सर्वाधिक भेडसावणारी समस्या म्हणजे हृदयविकार. तणाव, थकवा, नैराश्य इत्यादी समस्या सध्या आयुष्यातील एक भाग झाल्या आहेत. सध्याच्या युगात अल्कोहोल घेणे हे फॅशन मानले जाते. परंतु धूम्रपान आणि मद्यपानामुळे हृदयाला नुकसान पोहोचत असल्याचे समोर येत आहे. दररोज हजारो लोक हृदय विकाराच्या झटक्याने दगावतात. त्यामुळे हृदयाची काळजी घेणे अतिशय महत्त्वाचे आहे.

- हृदयविकाराचा झटका आल्यास रुग्णाला उलटी किंवा मळमळ आल्यासारखे वाटते. अशातच रुग्णाला एका बाजूने वळवून उलटी करण्यास लावा. असे केल्यास फुप्फुसांना नुकसान होणार नाही.
- रुग्णाच्या मानेच्या बाजूने हात ठेवून त्याचा पल्स रेट चेक करा. जर पल्स ६०-७० पेक्षा कमी आहे, तर समजून जा की रक्तदाब गतीने वाढत आहे आणि रुग्णाची तब्येत नाजूक आहे.
- पल्स रेट जर कमी-जास्त होत असेल तर रुग्णाला झोपवून त्याचे पाय वर उचला. त्यामुळे पायाचा रक्तप्रवाह हृदयाच्या बाजूने सुरू होईल आणि रुग्णाला आराम मिळेल.
- रुग्णाभोवती बसू नका. त्याच्या भोवतालची हवा खेळती राहूद्या, त्यामुळे

रक्तदाब नियमित राहण्यासाठी या गोष्टी आहारात असाव्यात

दगदगीच्या आणि नियमित येणाऱ्या ताणामुळे खूप लोक उच्च रक्तदाबाने ग्रस्त झाले आहेत. रक्तदाबाच्या रुग्णाला जेवणात मिठाचे प्रमाण कमी करण्यास सांगितले जाते. अनेक लोक रक्तदाबाच्या औषधांवर अवलंबून असतात. मीठ आणि औषधांव्यतिरिक्त तुम्ही तुमच्या आहारात

काही गोष्टी नियमित तुमच्या स्वयंपाकघरात येतात, पण तुम्ही त्यावर कधी लक्ष दिले नसते. तुम्ही त्याचे सेवन केले असेल, परंतु तुम्हाला त्याचे रक्तदाबावरचे फायदे माहीत नाहीत. खाण्याच्या या गोष्टींवर लक्ष देऊन तुम्ही रक्तदाब कमी करू शकता. खालील गोष्टींचा आहारात समावेश केल्यास रक्तदाब कमी करू शकता.

पालेभाज्या

पालेभाज्या रक्तदाब रुग्णांसाठी फायदेशीर आहेत. पोटॅशियमयुक्त असलेल्या या भाज्या शरीरातील सोडियम कमी करतात आणि रक्तदाब कंट्रोलमध्ये करण्यास मदत करतात. कोबी, पालक आणि अनेक प्रकारच्या हिरव्या भाज्या फायदेशीर आहेत.

सायरहित दूध

सायरहित दुधात अतिप्रमाणात कॅल्शियम आणि व्हिटॅमिन-डी असते. संशोधकांनुसार या दोन्ही गोष्टींमुळे १० टक्के रक्तदाब कमी होऊ शकतो.

बीटचा रस

रोज एक ग्लास बीटचा रस रक्तदाब कंट्रोल करण्यास मदत करतो. रिपोर्टनुसार त्यातले नायट्रेट नायट्रिक ऑक्साइडमध्ये बदलून रक्तवाहिन्यात पसरून देतात. त्यामुळे रक्तदाब नियमित होण्यास मदत होते.

डाळिंब

माहितीनुसार प्रत्येक दिवशी डाळिंबाचा एक ग्लास रस प्यायल्याने रक्तदाब लवकर कंट्रोल करू शकता.

केळी

केळी पोटॅशियम युक्त आहेत. पोटॅशियम रक्तदाब कमी करण्याचे काम करते. केळे दुधासोबत खाणे रक्तदाबाच्या रुग्णांसाठी फायदेशीर असतं.

रिकाम्यापोटी लसूण खाण्याचे फायदे

- हाय ब्लडप्रेशरचा तुम्हाला त्रास असेल तर त्यावर लसूण उत्तम. लसूण विविध हृदयासंबंधी आजारांवर गुणकारी आहे.
- पोटाच्या समस्या तसेच डायरियावर लसूण गुणकारी आहे. रिकाम्यापोटी लसूण खाल्ल्याने पोटाच्या समस्या दूर होतात.
- पचनशक्ती वाढवण्यासाठी तसेच भूक वाढवण्यासाठी लसणाचा वापर होतो.
- ट्युबरक्युलॉसिसची समस्या असल्यास सकाळी रिकाम्यापोटी लसूण खावी.
- लसूण ॲंटिबायोटिकचे काम करते.
- दातदुखीचा त्रास असेल लसणाचे सेवन फायदेशीर ठरते. दात दुखणे सुरू झाल्यास लसणाचा तुकडा गरम करून दुखत असलेल्या दाताखाली ठेवा.

पाय सुंदर बनवण्यासाठी काही टिप्स

काही लोकांची त्वचा खूप कोमल आणि मुलायम असते. मात्र याउलट काही लोकांची त्वचा खूप प्रयत्न केल्यावरही कोरडीच असते. पायाच्या कोरड्या त्वचेवरील उपचाराबाबत काही टिप्स अशा...

- तुमची त्वचा खूप जास्त कोरडी असेल आणि पायाच्या कोरड्या त्वचेमुळे तुम्हाला त्रास होत असेल तर त्याची काळजी घेणे आवश्यक आहे. कोरड्या त्वचेसाठी केवळ क्रीम पुरेसे नाही तर साफसफाईकडेही लक्ष देण्याची गरज असते. पायाची कोरडी त्वचा मुलायम करण्याआधी हे लक्षात घ्या की, तुम्ही कधीही पाय उघडे ठेवू नका, पायांत नेहमी बूट-चप्पल इत्यादी घाला. पायांची योग्यप्रकारे साफसफाई करा.
- वेळोवेळी पेडिक्युअर करत राहणे पायाच्या त्वचेला नरमपणा आणते. आंघोळ करताना पायांना व्हॅसलिन लावावे. शिवाय बाहेर जाताना पायांवर चांगल्या कॉलिटीचे क्रीम लावावे. ज्यामुळे पाय मुलायम राहतात.
- पायाचा कोरडेपणा थांबवण्यासाठी दररोज रात्री पाय चांगल्या प्रकारे धुऊन क्रीम लावून झोपावे. त्यामुळे पाय कोमल राहतील. पायांची त्वचा मुलायम होण्यासाठी आणि संक्रमण टाळण्यासाठी व्हिटॅमिन 'ई'युक्त जैतून तेल वापरावे. जैतून तेल अँटीआक्सिडंट्सने भरपूर असते, जे त्वचेला मृदू बनवते.
- व्हिटॅमिन आणि प्रोटिनयुक्त खाद्यपदार्थांचे सेवन करणे आवश्यक आहे. पायांच्या त्वचेसह पायांच्या नखांचीही देखभाल खूप आवश्यक आहे. अशात तुम्ही त्वचेचा नरमपणा कायम ठेवण्यासाठी किमान पंधरा दिवस पेडिक्युअर करा. पायांना जास्त गरम पाण्याने धुऊ नये. एवढे करूनही तुमची त्वचा कोरडीच राहिली तर तुम्ही स्किन स्पेशालिस्टकडून उपचार करावेत.
- पाय सांभाळणे, त्यांच्याकडे नियमित लक्ष देणे हे महत्त्वाचे आहे. पायाची नखे कापताना ती बोटांलगोलग न कापता थोडे अंतर ठेवून कापली पाहिजेत. त्वचा कोरडी होत असेल तर त्यावर त्वचा मुलायम करणारी औषधे किंवा तेल चोपडले पाहिजे. पायाला भोवरी असेल तर ती काढून घेतली पाहिजे.
- स्लीपर किंवा अर्धा अधिक पाय उघडे ठेवणाऱ्या चपला वापरण्याऐवजी बूट वापरण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. पायाच्या संवेदना कमी झाल्या तर नियमितपणे पाय तपासायला हवेत. पायाची खालची बाजू आपल्याला नीट दिसत नाही म्हणून प्रसंगी पायाखाली आरसा धरून बघितले पाहिजे. कुठे जखम आढळली तर ती गोष्ट त्वरित डॉक्टरांच्या नजरेस आणून दिली पाहिजे.

पांढऱ्या कोडवर उपचार होऊ शकतात

विटिलिगो म्हणजेच पांढरे कोड, हा त्वचेशी संबंधित विकार आहे, पांढरे डाग हे संसर्गजन्य नाहीत. म्हणजे पांढरे डाग एका व्यक्तीच्या स्पर्शाने दुसऱ्या व्यक्तीकडे पसरत नाहीत. तसेच आपल्या आहाराशी देखील काहीही संबंध नाही. हा एक ऑटो-इम्युनो डिसऑर्डर आहे, ज्यात शरीरातील रोग प्रतिरोधक क्षमता शरीरालाच त्रास देण्यास सुरुवात करते. यात त्वचेचा रंग बनवणारे सेल्स म्हणजेच Melanocyte कमी होतात किंवा काम करण्याचे बंद करतात, ज्यामुळे शरीरावर पांढरे डाग होतात. ही समस्या मोठ्या प्रमाणात ओठांजवळ आणि हातावर, हात-पाय-चेहरा, शरीराच्या वेगवेगळ्या जागेवर होतात. यामुळे लोक स्वतःला दुसऱ्यांपेक्षा वेगळे समजू लागतात. काही लोकांना वाटते की, यावर उपचार नाही, परंतु असे अजिबात नाही. याच्यावर उपचार होऊ शकतो, फक्त काही गोष्टींवर लक्ष ठेवावे लागते. महत्त्वाचे म्हणजे ज्या लोकांना पांढरे डाग आहेत, त्यांनी घट्ट कपडे आणि रबर केमिकल्सपासून लांब रहावे, असे न केल्यास पांढरे डाग वाढण्याची शक्यता असते.

मात्र पांढरे डाग त्वचेवर पडण्यास रबर केमिकल हे एकमेव कारण नाही. खूप लोकांना वाटते की पांढऱ्या डागावर उपचार होऊ शकत नाहीत. ही गंभीर समस्या नाही. परंतु याचा रुग्णाच्या जीवनावर प्रचंड प्रभाव पडतो आणि त्यामुळे त्यांचा तणाव वाढतो. यावर मॅक्स पेपेगनचे त्वचा चिकित्सक डॉ. मुकेश गिरधर म्हणाले की, चुकीचे समज आहेत, ज्यामुळे लोक डिप्रेशनमध्ये जातात. त्यात सगळ्यात मोठा चुकीचा समज म्हणजे आंबट वस्तू खाऊ नये, आणि मासे खाल्ल्यानंतर दूध पिऊ नये. अशी कारणं चुकीची आहेत. मुळात विटिलिगो आहाराशी संबंधित नाही. तो इम्युन सिंड्रोम आहे, ज्यामुळे पांढरे डाग होण्यास सुरुवात होते. लोकांना विटिलोग कसा होतो हे माहीत नाही. लोकसंख्येच्या एकूण दीड टक्के लोकांना पांढरे डाग होतात. पण घाबरण्याची गरज नाही, फक्त काही गोष्टींवर लक्ष ठेवणे गरजेचे आहे.

'पांढऱ्या कोड'वर उपचार

डॉ. गिरधर म्हणतात की, नेहमी डॉक्टरांनी सांगितल्याप्रमाणे औषध घ्या, कारण तसं न केल्यास, त्याचे दुष्परिणाम होतात. मात्र सांगितल्याप्रमाणे औषधं घेतल्यास फायदा होईल, यावर नॅरोबॅन्ड अल्ट्राव्हायोलेट पद्धतीने उपचार केला जाऊ शकतो आणि हा उपाय सगळ्यात प्रसिद्ध आहे. गर्भवती महिलेवरही याच पद्धतीने उपचार केला जातो. शस्त्रक्रियेत मिलेनोसाइट ट्रांसफरने सुद्धा उपचार करू शकतो.

घरात व्यायाम करा किंवा जिममध्ये, फायदा सारखाच

तुम्ही देखील त्या लोकांसारखेच आहात का...जे जिमची फी भरतात पण जिममध्ये जाण्यासाठी त्यांच्याकडे वेळ नसतो. असं असेल तर काळजी करण्याची गरज नाही. संशोधकांप्रमाणे घरी व्यायाम करणे जिममध्ये व्यायाम करण्याएवढेच फायदेशीर आहे. घरी व्यायाम केल्याने तुमचे पैसे आणि वेळ दोन्ही वाचू शकतात.

घरी केलेल्या व्यायामाचा फायदा

'द जर्नल ऑफ फिजीओलॉजी'मध्ये याचे फायदे सांगितले आहेत. या अभ्यासात दिसून आले की, हाय इंट्रेस्टींग इंटरव्हल ट्रेनिंग म्हणजेच HIIT प्रोग्रामचे प्रशिक्षण केले आणि त्यांचे लक्ष होम बेस्ड प्रोग्रामचा लठ्ठपणा झालेले व्यक्ती, ज्यांना हृदयरोगाचा धोका आहे, त्यांच्यावर काय होतो याकडे होते.

लठ्ठपणा असलेल्या ३२ लोकांना १२ आठवडे व्यायाम करण्यास सांगितले

'लिव्हरपूल जॉन मुर्स युनिव्हर्सिटी' आणि या अभ्यासाचे 'ऑथर सॅम स्कॉट' म्हणाले, होम बेस्ड HIIT प्रोग्राममध्ये व्यायामाचे प्रकार आणि पैसे वाचवत तर अशा व्यक्तीला ॲक्टिव्ह करतात, असलेले फक्त वेळ नाही

संशोधनात ३ वेगवेगळे गट केले. यात खालील निष्कर्ष निघाले आहेत

या ३२ लोकांना ३ वेगवेगळ्या गटांत विभागण्यात आले.

- **पहिला गट** - ज्या लोकांवर लॅब बेस्ड सायकलिंग HIIT प्रोग्राम दिला आहे
- **दुसरा गट** - ज्या लोकांनी यूके सरकारद्वारे सांगितलेले, १५० मिनिटांचा मॉजरेट इंटेंसिटी व्यायाम केला.
- **तिसरा गट** - ज्या लोकांनी होम बेस्ड HIIT प्रोग्रामचा सोपो बॉडी वेट एक्ससाईज केला अशा लोकांसाठी आहे, ज्यांना अधिक फिटनेसची गरज नाही आणि कोणत्या equipment शिवाय करता येईल.
- संशोधनांनी बघितले की HIIT प्रोग्राम लठ्ठपणाने त्रासलेल्या लोकांचा फिटनेस करण्यात तेवढाच यशस्वी आहे, जेवढे दुसरे प्रोग्राम आहेत.

सावधान! झोपेत घोरत आहात, तर हे जरूर वाचा

दिवसभराच्या कामानंतर रात्री गाढ झोप लागते. अनेकदा धकाधकीच्या आयुष्यात थकवा आल्यामुळे कधी झोप लागते याचा अंदाजही येत नाही. झोपेत काहींना घोरण्याची सवय असते. पण सावधान! काही वेळा घोरणे आरोग्यास हानीकारक ठरू शकते. झोपेत घोरण्याच्या या सवयींमुळे अनेक शारीरिक व्याधी उद्भवू शकतात. निद्राश्वसनरोग म्हणजेच 'स्लीप ॲनिया' वेळीच ओळखायला हवा. त्यामुळे या या घोरण्याच्या विकाराकडे वेळीच लक्ष द्यायला हवे. कारण, त्यामुळे निर्माण होणारे आजार हे आयुष्य व्यापणारे, शारीरिक समस्यांना आमंत्रण देणारे असतात. त्यामुळे उच्च रक्तदाब, हृदयविकार, श्वसनरोग, पक्षाघात अशा अनेक व्याधी होऊ शकतात.

घोरण्याची लक्षणे

- घोरण्यामुळे श्वास रोखला जातो
- दचकून जाग येते, पुन्हा वेगाने श्वास सुरू होतो, या क्रियेत श्वसनमार्गावर भार येतो
- झोपेतून उठल्यानंतर चिडचीड, अस्वस्थता, डोकेदुखी सुरू होणे
- एकाग्रता कमी होणे, सतत लक्ष विचलित होणे
- झोपेतून वारंवार लघवीसाठी जाण्याची इच्छा होणे
- झोपेत खूप घाम येणे
- सतत वाईट स्वप्ने पडणे

का उद्भवतो हा विकार?

- अनियंत्रित वाढलेले वजन
- आनुवंशिकता
- महिलांपेक्षा पुरुषांमध्ये हे प्रमाण अधिक दिसते.
- साठी उलटून गेल्यानंतर निद्राश्वसनरोग होण्याची शक्यता अधिक असते
- पुरुषांमध्ये १७ इंचाहून अधिक तर स्त्रियांमध्ये १६ इंचाहून अधिक लठ्ठ असणारी मान

संपादकीय

‘अभिजात’तेचे भोक !

संपादक दिपक मोरेश्वर नाईक

मराठी भाषा अधिकृतरीत्या अभिजात झाल्यामुळे आपल्या सांस्कृतिक आयुष्यात फरक पडणार आहे का आणि कोणता? त्या फरकात आपले योगदान काय?

जातिवंत अभिजाततेच्या बळावर शेकडो वर्षांची वैभवशाली भाषिक परंपरा निर्माण करणाऱ्या मायमराठीला अखेर ती अभिजात असल्याची मान्यता दिल्याबद्दल केंद्र सरकारचे आभार मानायचे तर पुढील महिन्यात होऊ घातलेली विधानसभा निवडणूक नजरेआड करता येत नाही. अर्थात कोणत्या का निमित्ताने होईना, गेली अनेक वर्षे सुरू असलेले अनेकांचे अथक प्रयत्न मार्गी लागले आणि तमीळ, संस्कृत, कन्नड, मल्याळम् आणि उडिया यांच्याप्रमाणेच मराठीही आता अधिकृतपणे अभिजात भारतीय भाषा झाली, याबद्दल समस्त मराठी जनांचे अभिनंदन. आता हा दर्जा मिळाल्यानंतर केंद्र सरकारकडून दरवर्षी १०० कोटी रुपयांपर्यंतचा निधी अपेक्षित असून त्यामधून राज्य सरकारने मराठी भाषेच्या विकासासाठी काम करणे अपेक्षित आहे. तसे असेल तर एखाद्या भाषेचा पसारा किती मोठा असतो, हे वेगळे सांगायला नको. त्या भाषेचा इतिहास, तिची लिपी, तिचे व्याकरण, त्या भाषेत निर्माण झालेले विविध प्रकारचे साहित्य, म्हणी, वाक्प्रचार, अलंकार, साहित्यिक, विविध बोलींमधून प्रकट होणारी भाषेची लडिवाळ आणि जिवंत रूपे, इतर भारतीय भाषांमध्ये अभावानेच असलेले मराठीमधले कोशवाङ्मय, भाषाभिमानामुळे निर्माण होणारे वेगवेगळे भाषिक वाद हे सगळे लेणे लेवून मराठी भाषेचा प्रवाह अभिजात नसतानाही गेली कित्येक शतके अखंड वाहतो आहे. कैक राजवटी आल्या आणि गेल्या. समाज बदलला, जगणे बदलले, त्याप्रमाणे मराठीही बदलत गेली. अनेक बदल आत्मसात करत, काळानुरूप नको ते टाकून देत तिने सातत्याने नवे रूपडे धारण केले. आठव्या शतकातील कुवलयमाला ग्रंथातील मराठी माणसाचे वर्णन करणारी दिण्णले गहिल्ले उल्लविरे तत्थ मरहट्टे मराठी असो, की १०३८-३९ शक म्हणजे १११६-१७ सालची श्रवणबेळगोळ येथील गोमटेश्वराच्या पायथ्याशी असलेल्या शिलालेखातील श्री चावुण्ड राजें करवियलें श्री गंगराजे सुत्ताले करवियले हा उल्लेख असो किंवा बाराव्या शतकातील महानुभाव पंथाचे संस्थापक चक्रधर स्वामींचे शिष्य असलेल्या नागदेवाचार्य यांचा तुमचे अस्मात कस्मात मी नेणेची गा मज श्रीचक्रधरे निरूपिलि मऱ्हाटी तियेची पुसा असा मराठी भाषेचा खणखणीत पुरस्कार असो तिथून पुढे ज्ञानोबा- तुकारामासह सर्व संतांनी मराठी भाषेला दिलेली वळणे, फारसी, अरबी शब्दही मऱ्हाटीत सामील करून लिहिल्या गेलेल्या बखरी, पोवाडे, लावण्या, विविध प्रकारचे लोकवाङ्मय, अव्वल इंग्रजी काळातले इंग्रजी वळणाचे मराठी आणि मग केशवसुतांनी फुंकलेली तुतारी तिथून पुढे वाघिणीचे दूध प्यायलेल्या पण स्वजाणीव असलेल्या मराठी भाषेचा बदलत गेलेला आविष्कार, असा हा प्रवास आहे.

भाषा म्हणून ती अभिजात होती आणि अभिजात आहेच; पण आपले हे अभिजातत्व ती यापुढच्या काळात टिकवू शकणार का आणि कसे हा प्रश्न आहे. आणि या प्रश्नाला भाषा नव्हे तर आपण भाषकच जबाबदार ठरतो. एखाद्या भाषेला अभिजात हा दर्जा देणे हा उपक्रम २००४ साली केंद्रातली सत्ता मिळाल्यावर संयुक्त पुरोगामी आघाडी सरकारने सुरू केला. आमच्या भाषेलाही हा दर्जा हवा, ही मराठी माणसाची तेव्हापासूनची मागणी जवळपास तब्बल २० वर्षांनी पूर्ण झाली. त्यामुळे एका अथार्ने सरकार यंत्रणेने आपली जबाबदारी पार पाडली. आता मुद्दा : आपली भाषा अधिकृतपणे अभिजात असावी, असा आपला आग्रह असेल आणि ती तशाच पद्धतीने टिकून राहायला हवी असेल तर त्यासाठी खरोखरच आपण काय करणार? आपली भाषिक अस्मिता सोडा, पण निदान जाणीव तरी खरोखरच टोकदार आहे? मराठी भाषा अधिकृतरीत्या अभिजात झाल्यामुळे तुमच्या-आमच्या सांस्कृतिक आयुष्यात फरक पडणार आहे का आणि कोणता? त्या फरकामध्ये आपले काही योगदान असणार आहे का? माणसाच्या आयुष्यात भाषा त्याच्या घरापासून सुरू होते आणि शाळेत ती जोपासली, जोजावली जाते. आता मराठी अभिजात भाषा झाली म्हणून यापुढच्या काळात किती पालक आपल्या पाल्यास इंग्रजी माध्यमाच्या शाळेत घालण्याचा विचार बदलून मराठी माध्यमाच्या शाळेत घालतील?

अभिजात झाल्याचा आनंद साजरा करणाऱ्यांमुळे दादर येथील बंद मराठी शाळा सुरू होईल? मराठी माध्यमाच्या शाळा हव्या यासाठी मराठी भाषेच्या भूमीतच सुबुद्ध नागरिकांना, पालकांना चळवळ चालवावी लागते यापेक्षा भाषेचे दुर्दैव ते काय? आमच्या बबड्या/बबडीला जरार्ही मराठी येत नाही असे म्हणणारे निर्बुद्ध आता कमी होतील? मराठी चित्रपट मॉलमधे अधिक काळ आता राहतील? मराठी नाटक-सिनेमांना आता अनुदानाची भीक मागावी लागणार नाही? मराठी माणसाच्या घरात पुस्तकाचे फडताळ आता असेल? अमुक तमुक कॅरॅक्टर प्ले करताना मला जे सॅटिसफॅक्शन मिळालं ही भुक्कड मराठी कलाकारांची अतिभुक्कड मराठी आता सुधारेल? दुकानांच्या पाट्या कोणत्याही आंदोलनाशिवाय आता मराठीत असतील? मराठी जाहिरातींतून होणारी मराठीची विटंबना आता टळेल? म्हणजे शेव्ह जाऊन पुन्हा दाढीचे खुंट उगवतील? अजागळ मराठी माणूस यापुढे भुट्टा खायला न जाता सरळ मक्याचे कणीस खाईल? भाषा ही प्रसंगानुरूप बदलायची बाब आहे, हे मराठीजनांस कळेल? म्हणजे दहीहंडीला जातो त्या कपड्यात विवाह सोहळ्याला जायचे नसते; तशी नाक्यावरची मराठी, महाविद्यालयीन दोस्तांतली मराठी आणि लिखित मराठी हे सर्व वेगवेगळे असायला हवे, हे आता अभिजात दजार्मुळे सहज उमगू लागेल? काय ओल्तो जाऊन काय म्हणतोस येईल? दोन सजीव भेटतात आणि निर्जीव वस्तू सापडते/ आढळते/ मिळते हे मराठी जनांस यापुढे कळेल? रात्री बाहेर जाताना भीती वाटल्यास बरोबर कोणास घेणे म्हणजे सोबत. पण विवाह/चर्चा होते ती कोणाशी किंवा कोणाबरोबर, हे यापुढे मराठी जनांस कळेल? आपल्या लाडक्यांना बोलू लागण्याच्या वयात ट्विंकल ट्विंकल लिटल स्टार शिकवताना गाई पाण्यावर काय म्हणुनि आल्या , अशीही एखादी कविता आपण शिकवावी असे वाटणारे आई-बाप या भूमीत आता निपजतील? मुख्य म्हणजे प्रमाण/ ग्रांथिक भाषा आणि जात यांचा एकमेकांशी काहीही संबंध नाही- नसायलाच हवा, याची जाणीव या अभिजात दजार्नंतर तरी या राज्यातील राजकारण्यांस होईल?

भाषेचा लहेजा सांस्कृतिक पार्श्वभूमीनुसार बदलणे ठीक, पण भिन्न सांस्कृतिक पार्श्वभूमी आहे म्हणून आफ्रिकी इंग्रजी आणि युरोपीय इंग्रजी यांचे व्याकरण बदलत नाही, हे मराठीबाबतही व्हायला हवे असे काही आपल्या धोरणकर्त्यांना उमगेल? या प्रश्नांची उत्तरे ज्याची त्यांनी शोधायची. एरवी मराठीला अभिजात दर्जा मिळाल्याच्या आनंद आणि अभिमान यात सहभागी आहेच. पण या आनंदापलीकडे, केंद्राकडून १०० कोटी रुपये मिळतील यापलीकडे आपण भाषेविषयी खरे जागरूक होणार की नाही, हा प्रश्न. अन्यथा ह्यकाप गेले, भोके राहिलीह्न या म्हणीप्रमाणे मराठी भाषा हातून निसटायची, आणि ह्यअभिजातह्न दजार्चे भोक तेवढे मागे राहायचे. तसे होऊ नये, यासाठी हे प्रश्न

ऐतिहासिक वास्तूंना संरक्षण

राज्यातील प्राचीन व ऐतिहासिक वास्तूंचे नुकसान केल्यास आता दोन वर्षांच्या तुरुंगवासाची तसेच एक लाख रुपयांपर्यंतच्या दंडाची तरतूद करण्यास आज झालेल्या मंत्रिमंडळ बैठकीत मान्यता देण्यात आली. अशा वास्तूंना हानी पोहचवून त्यांचे पावित्र्य भंग करणाऱ्यांना आळा घालण्यासाठी ही तरतूद करण्यात येत आहे. सध्या, महाराष्ट्र प्राचीन स्मारके व पुराणवास्तुशास्त्रविषयक स्थळे व अवशेष नियम १९६० (१९६१चा महाराष्ट्र अधिनियम क्र.१२) मधील तरतुदींनुसार तीन महिन्यांपर्यंत तुरुंगवास किंवा पाच हजार रुपयांपर्यंत दंड किंवा दोन्ही शिक्षेची तरतूद आहे. १९६० सालापासून या दंडात वाढ झालेली नाही. केंद्र शासनाच्या १९५८च्या अधिनियमातील सुधारणांशी सुसंगत अशा तरतुदी करणे आवश्यक असल्याने हा वाढीव शिक्षेचा प्रस्ताव मान्य करण्यात आला.

३५ निर्णय, १७१ शासकीय आदेश!
मंत्रिमंडळाच्या बैठकीत निर्णयांचा पुन्हा धडाका

मुंबई : आधी निर्णय, लगेच शासन निर्णय निर्गमित, मग प्रस्ताव मान्यतेचे सोपस्कार अशा महायुती सरकारच्या गतिमान राज्य कारभाराच्या अनोख्या धोरणाची सध्या मंत्रालयात चांगलीच चर्चा रंगलेली आहे. सोमवारी तब्बल ५६ निर्णयांचा धडाका लावणाऱ्या सरकारने शुक्रवारच्या मंत्रिमंडळ बैठकीत ३५ निर्णय आणि तब्बल १७१ शासन निर्णय काढताना समाजाच्या विविध घटकांतील मतदार राजाला खूश करण्याचा प्रयत्न केला.

कोणत्याही परिस्थितीत विधानसभा पुन्हा जिंकायचीच या इराद्याने महायुती सरकारने गेल्या काही दिवसांपासून समाजातील सर्व घटकांना खूश करण्याचा धडाका लावला आहे. विविध जाती-धर्मीयांसाठी कल्याणकारी महामंडळे, राज्यभरातील औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थांना त्या त्या विभागातील नेत्यांची नावे, विविध समाज घटकांना सवलती, जमिनी देणाऱ्या निर्णयांची मालिकाच सरकारने सुरू केली आहे.

यातील अनेक निर्णयांची मंत्र्यांना मंत्रिमंडळ बैठकीच कल्पना दिली जाते. विशेष म्हणजे मंत्रिमंडळात येणाऱ्या प्रस्तावांची माहिती बैठकीपूर्वी मंत्र्यांना पाठविली जाते. त्यानंतर बैठकीत प्रस्तावावर साधकबाधक चर्चा होऊन त्याला मंत्रिमंडळ मान्यता देते. मात्र विद्यमान सरकारमध्ये अनेकदा आधी निर्णय, मग शासन निर्णय आणि शेवटी वित्त, नियोजन, विधि व न्याय अशा सबंधित विभागांच्या मान्यतेसाठी प्रस्ताव अशी अनोखी पद्धती सध्या सुरू झाल्याची माहिती सूत्रांनी दिली. आजच्या मंत्रिमंडळ

इतर निर्णय अकृषिक कर हद्दपार

- अकृषिक कर कायमचा हद्दपार करण्याचा महत्त्वपूर्ण निर्णय शुक्रवारी महायुती सरकारने घेतला. मात्र त्याबदल्यात एक वेळचा रूपांतरित कर कसा आणि किती घ्यायचा याबाबत मंत्रिमंडळात एकमत होऊ न शकल्याने हा निर्णय मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे आणि महसूलमंत्री राधाकृष्ण विखे पाटील यांच्यावर सोपविण्यात आला आहे.
- राज्यात गेल्या कित्येक वर्षांपासून अकृषिक कराची वसुली सुरू आहे. या कराचा सर्वाधिक फटका शहरी भागातील गृहनिर्माण संस्था, उद्योगांना बसत असून हा कर रद्द करण्याची मागणी सर्वपक्षीयांकडून होत होती. त्याची दखल घेत उपाययोजना सूचविण्यासाठी सरकारने जून २०२२ मध्ये महसूल विभागाचे तत्कालीन अप्पर मुख्य सचिव नितीन करीर यांच्या अध्यक्षेखाली समिती गठीत केली होती.
- समितीने अकृषिक कर कालबाह्य असून तो रद्द करण्याची शिफारस केली होती. राज्याचे होणारे महसुली नुकसान भरुन काढण्यासाठी एक वेळचा रुपांतरीत कर बाजारमूल्याच्या एक टक्का घेण्याची शिफारसही केली होती. शुक्रवारी मंत्रिमंडळ बैठकीत समितीच्या शिफारसी मान्य करण्यात आल्या. या निर्णयाचा प्रत्यक्ष लाभ देण्यासाठी कायद्यात सुधारणा करावी लागणार असून सरकारचा कालावधी पाहता ही सुधारणा अशक्य आहे.

शाळेच्या विश्वस्तांना दुसऱ्या गुन्ह्यात देखील जामीन मंजूर

उल्हासनगर : कल्याण सत्र न्यायालयाने बदलापूरमधील लैंगिक अत्याचार प्रकरणात अटकेत असलेल्या दोन शाळेच्या विश्वस्तांना दुसऱ्या गुन्ह्यात देखील जामीन मंजूर केला आहे. शाळेतील लैंगिक अत्याचारांच्या घटनेबाबत पोलिसांना माहिती न देण्याचा आरोप त्यांच्या विरोधात होता, जो जामीनपात्र गुन्हा असल्याचे न्यायालयाने स्पष्ट केले. या निर्णयामुळे आरोपींना दिलासा मिळाला आहे, मात्र सीसीटीव्ही फुटेजमधील छेडछाडीच्या वादावर न्यायालयात चांगलीच चचार्ही रंगली होती.

अतिरिक्त जिल्हा न्यायाधीश पी. पी. मुळे यांनी आरोपी शाळेचे विश्वस्त उदय कोतवाल (६०) आणि तुषार आपटे (५७) यांना प्रत्येकी २५ हजाराच्या जामिनावर मुक्त करण्याचा आदेश दिला आहे. न्यायालयाने तपासणी दरम्यान असे नमूद केले की, आरोपींवर लावण्यात आलेला गुन्हा जामीनपात्र आहे. सरकारी वकील अश्विनी भामरे पाटील यांनी दावा केला होता की, सीसीटीव्ही फुटेजमध्ये छेडछाड झाल्यामुळे पोलिसांना घटनेच्या दिवशीचे रेकॉर्डिंग मिळू शकले नाही.

यावर बचाव पक्षाच्या वकिलांनी सांगितले की, शाळेच्या नूतनीकरणामुळे आणि प्राचार्यांचे कार्यालय ग्राउंड फ्लोअरवरून पहिल्या मजल्यावर हलवले गेल्यामुळे १९ जुलैपासून सीसीटीव्ही कॅमेरे बंद होते, आणि ही बाब कोणाच्याही लक्षात आलेली नव्हती. मुंबई उच्च न्यायालयाने या प्रकरणात सरकारच्या निष्क्रीयतेवर तीव्र टिप्पणी केल्यानंतर, उल्हासनगर परिमंडळ ४ चे पोलीस पथक, विशेष तपास पथक (SIT) आणि उल्हासनगर गुन्हे शाखेच्या सहकार्याने विश्वस्त

धारावीतील धार्मिक स्थळांचा प्रश्न समितीच्या कोर्टात
माजी मुख्य न्यायाधीशांच्या अध्यक्षतेखाली समिती स्थापन

मुंबई : धारावी पुनर्विकासात अडथळा ठरणाऱ्या धार्मिक स्थळांचा प्रश्न मार्गी लावण्यासाठी माजी मुख्य न्यायाधीशांच्या अध्यक्षतेखाली समिती स्थापन करण्यात आली आहे. धारावी पुनर्विकास प्रकल्पात जवळपास १ हजारांहून अधिक विविध धमार्ची धार्मिक स्थळे असल्याचा अंदाज आहे. त्यामुळे सध्या अस्तित्वात असलेल्या समितीपुढे धार्मिक स्थळांबाबत निर्णय घेण्याबाबत मोठ्या प्रमाणात अडचणीत येत होत्या. अखेर माजी मुख्य न्यायाधीशांच्या अध्यक्षतेखाली समिती स्थापन करण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. धारावी पुनर्विकास प्रकल्पामधील अनधिकृत धार्मिक स्थळे निष्कासित करणे, स्थलांतरित करणे किंवा नियमित करणे, यासाठी माजी मुख्य न्यायाधीश, अलाहाबाद उच्च न्यायालय यांच्या अध्यक्षतेखाली सात जणांची समिती स्थापन करण्यात आली आहे.

अशी आहे नवी समिती

अध्यक्ष - दिलीप बी. भोसले, माजी मुख्य न्यायाधीश, अलाहाबाद उच्च न्यायालय; जी.एम. अकबर अली, माजी अतिरिक्त मुख्य न्यायाधीश, मद्रास उच्च न्यायालय; मुख्य कार्यकारी अधिकारी तथा विशेष कार्य अधिकारी, मुंबई; सह सचिव / उप सचिव, नगर विकास विभाग, मंत्रालय, मुंबई; सह सचिव / उप सचिव, विधी व न्याय विभाग, मंत्रालय; सह पोलीस आयुक्त (कायदा व सुव्यवस्था); उपजिल्हाधिकारी व सक्षम प्राधिकारी, मुंबई (सर्व सदस्य).

मिरा रोड येथे धार्मिक कार्यक्रमावरून गोंधळ
धर्मांतर होत असल्याचा संशय

भाईंदर : मिरा रोड येथे एका धार्मिक कार्यक्रमात मोठा गोंधळ झाल्याची घटना समोर आली आहे. या कार्यक्रमा दरम्यान धर्मांतर केले जात असल्याचा आरोप बजरंग दलाकडून करण्यात येत आहे. या कार्यक्रमा दरम्यान झालेल्या गोंधळामुळे पोलिसांनी जवळपास चाळीस जणांना ताब्यात घेतले होते. मिरा रोड येथील एस.के.स्टोन परिसरात असलेल्या सेंटर पार्क सभागृहात शनिवारी एका धार्मिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. यात ख्रिस्ती धर्मात काही जणांचे धर्मांतर करण्यात येणार असल्याची माहिती बजरंग दल संघटनेला मिळाली होती.त्यामुळे सकाळीच काही कार्यकर्त्यांनी कार्यक्रमस्थळी जाऊन गोंधळ घातला.काही वेळातच मिरारोड येथे पोलीस दाखल झाले.मात्र पोलिसांना देखील कार्यक्रमात प्रवेश नाकारण्यात आला. त्यामुळे पोलीस उपायुक्त प्रकाश गायकवाड यांनी फौजफाटा पाठवून जवळपास ४१ जणांना दुपारी साडेतीनच्या सुमारास ताब्यात घेतले.त्यानंतर संध्याकाळी सहा वाजेपर्यंत चौकशी केल्यानंतर त्यांना सोडण्यात आले. तर याबाबत सखोल तपास करण्यात येत असल्याची माहिती गायकवाड यांनी दिली आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार एका बेंगलोर मध्ये

धर्मांतर होत नसल्याचे संस्थेचे स्पष्टीकरण

मिरा रोड येथे होत असलेल्या या धार्मिक कार्यक्रमाचे आयोजन 'यहोवा' या संस्थेने केले होते.तीन दिवसीय संमेलनात राज्य भरातील मराठी भाषिक नागरिकांना सहभाग घेतला होता.मात्र यात कोणतेही धर्मांतर करण्याचा प्रकार नसल्याची प्रतिक्रिया संस्थेचे प्रवक्ता मुकेश गायकवाड यांनी दिली आहे.

महिलेवर सामूहिक बलात्कार

मुंबई : छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस (सीएसएमटी) स्थानकाजवळील पदपथावर दोघांनी आपल्यावर अत्याचार केल्याची तक्रार एका २९ वर्षीय महिलेने केली आहे. याप्रकरणी माता रमाबाई आंबेडकर (एमआरए) मार्ग पोलिसांनी दोन अनोळखी व्यक्तीविरोधात बलात्काराचा गुन्हा दाखल केला आहे. सीएसएमटी रेल्वे पोलिसांनी याप्रकरणी गुन्हा दाखल करून तो एमआरए पोलिसांकडे वर्ग केला आहे. ही घटना २२ सप्टेंबर रोजी घडल्याची तक्रार पीडित महिलेने केली आहे. दोन आरोपीनी पीडित महिलेला उचलून बस आगाराच्या शेजारी असलेल्या टॅक्सी थांब्याजवळील पदपथावर नेले आणि तेथे तिचे तोंड दाबून तिच्यावर अत्याचार केल्याचा आरोप तक्रारीत करण्यात आला आहे. आरोपींनी २२ सप्टेंबरला मध्यरात्री पीडित महिलेवर आळीपाळीने अत्याचार केला. आरोपींनी महिलेचे तोंड दाबल्यामुळे तिला आरडाओरडा करता आला नाही, असे तिने तक्रारीत म्हटले आंहे. याप्रकरणी एमआरए मार्ग पोलीस परिसरातील सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यातील चित्रणाच्या मदतीने तपास करीत आहेत. दरम्यान, पीडित महिला ही दादर येथील एका एनजीओमध्ये राहत होती. या महिलेची चौकशी करण्यासाठी पोलीस दादर येथे गेले असता सदर महिला तिथे नसल्याचे आढळून आले. पोलीस या महिलेसह आरोपींचाही शोध घेत आहेत.

अस्वच्छ किनाऱ्यांवरून पालिकेची कानउघाडणी... समुद्रातील 'प्लास्टिक' सागरी जीवांवर नाही, तर मानवांवरही दुष्परिणाम

मुंबई : समुद्रात किंवा समुद्रकिनारी टाकण्यात येणाऱ्या प्लास्टिकमुळे केवळ सागरी जीवांचेच, नाही तर मानवांचेही नुकसान होत आहे, असे नमूद करून मुंबईतील समुद्रकिनाऱ्यांवरील कचऱ्याच्या प्रदूषणाबाबत उच्च न्यायालयाने शुक्रवारी चिंता व्यक्त केली. तसेच, या प्रदूषणाची दखल घेऊन या प्रकरणी स्वतःहून जनहित याचिका दाखल करण्याचे स्पष्ट केले. समुद्रात वाहून जाणारे अथवा टाकण्यात येणाऱ्या प्लास्टिकचे सुक्ष्म कण माशांच्या पोटात आढळत असल्याची बाब अधोरेखित करणाऱ्या एका बातमीचा दाखला देऊन न्यायालयाने समुद्रकिनाऱ्यावरील कचऱ्याच्या प्रदूषणाची दखल घेतली. मुंबईस्थित केंद्रीय मत्स्य संशोधन संस्थेने (आयसीएआर) याबाबत केलेल्या अभ्यासाच्या आधारे ही बातमी प्रसिद्ध करण्यात आली होती. या अभ्यासात समुद्रातील आणि समुद्रकिनाऱ्यावरील कचऱ्याच्या प्रदूषणाबाबत अत्यंत गंभीर निरीक्षणे नोंदवण्यात आली असून ती खूपच भयाण असल्याचे मुख्य न्यायमूर्ती देवेंद्र कुमार उपाध्याय आणि न्यायमूर्ती मिलिंद साठ्ये यांच्या खंडपीठाने म्हटले. संस्थेच्या अहवालानुसार, माशांच्या आतड्यात प्लास्टिकचे सूक्ष्म कण आढळतात. हे मासे नागरिक खातात. त्यामुळे, प्लास्टिकचा केवळ सागरी जीवांवरच नाही, तर मानवावरही दुष्परिणाम होत असल्याचे मुख्य न्यायमूर्तींनी नमूद केले व त्याबाबत चिंता व्यक्त केली. अचानक येणाऱ्या पुरामुळे समुद्रातील कचऱ्याच्या दुष्परिणामांचा अभ्यास करणाऱ्या आणखी एका अहवालाचाही संबंधित वृत्तात दाखला देण्यात आल्याकडे खंडपीठाने यावेळी लक्ष वेधले. या अभ्यासानुसार, प्लास्टिकमुळे पुराचे पाणी पुन्हा समुद्रात जाण्यास अडथळा निर्माण होतो. ऐन पावसाळ्यात पुराच्या पाण्याचा निचरा होत नाही. परिणामी, मुंबईतील जनजीवन विस्कळीत होते. त्यामुळे, या समस्येकडे गांभीर्याने पाहणे आवश्यक असल्याचे न्यायालयाने म्हटले. मुंबई चहुबाजूने समुद्राने वेढलेली आहे. त्यामुळे, किनारपट्टीजवळ राहणाऱ्यांचे मोठ्या प्रमाणावर नुकसान होऊ शकते, अशी भीती व्यक्त करताना असे झाल्यास नरिमन पॉईंटचे काय होईल हे सांगणे कठीण असल्याचेही न्यायालयाने म्हटले. तसेच, समुद्रकिनाऱ्यावरील कचऱ्याच्या प्रदूषणाचा केवळ सागरी जीवांवरच नाही, तर मानवालाही धोका असल्याचा पुनरूच्चार न्यायालयाने केला. त्याचप्रमाणे, या समस्येवर तोडगा काढण्याच्या दृष्टीने राज्य प्रदूषण नियंत्रण मंडळ, केंद्रीय पर्यावरण, वन आणि हवामान बदल मंत्रालय आणि केंद्रीय मत्स्य संशोधन संस्थेने याबाबत माहिती देण्याचे आदेश न्यायालयाने दिले. त्यावर, या प्रकरणी सर्वतोपरी सहकार्य करण्याचे आश्वासन राज्याचे महाधिवक्ता बिरेंद्र सराफ यांनी न्यायालयाला दिले.

अशा बंदीचा उपयोग काय ?

पातळ प्लॅस्टिकच्या पिशव्या आणि वस्तू वापरण्यावर बंदी आहे. असे असतानाही हा कचरा या ना त्या मार्गाने समुद्रात फेकला जात असल्याबाबत न्यायालयाने खंत व्यक्त केली. पातळ प्लास्टिकच्या वापरावर बंदी आहे, पण ती कुचकामी असल्याचे न्यायालयाने सुनावले. समुद्रात जे फेकले जाते ते पुन्हा समुद्रकिनारी येऊन जमा होते. मुंबईतील समुद्रकिनाऱ्यांवर हे चित्र अनेकदा दिसत असल्याच्या महाधिवक्त्यांच्या वक्तव्याशीही मुख्य न्यायमूर्तींनी सहमती दर्शवली.

प्रशांत महासागरातील कचऱ्याचे प्रमाण धक्कादायक

प्रशांत महासागराच्या मध्यभागी असलेल्या एका क्षेत्राला 'ग्रेट पॅसिफिक गार्बेज पॅच' म्हटले जाते. हे क्षेत्र १.६ दशलक्ष चौरस किलोमीटर एवढे असून ते अंदाजे फ्रान्सच्या क्षेत्रफळाएवढे आहे. तसेच, त्यात मोठ्या प्रमाणात कचऱ्याचे साम्राज्य असून अथांग पसरलेल्या समुद्राने आपल्या पोटात समावलेल्या कचऱ्याचे प्रमाण ऐकून आपल्याला धक्का बसल्याचे मुख्य न्यायमूर्तींनी म्हटले.

मैत्रिणीचे 'ते' छायाचित्र मोबाईलमधून डिलीट केले नाही म्हणून बांधकाम व्यवसायिकाची हत्या

ठाणे : मैत्रिणीचे काही खासगी छायाचित्र मोबाईलमधून डिलीट केले नाही म्हणून ठाण्यातील स्वयंम परांजपे याची मयुरेश धुमाळ या तरूणाने कोयत्याने वार करून हत्या करण्यात आल्याचा प्रकार उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी पोलिसांनी मयुरेश धुमाळ (२४) आणि त्याच्या मैत्रिणीला ताब्यात घेतले आहे. दोघांविरोधात गुन्हा दाखल करण्याची प्रक्रिया कोपरी पोलीस ठाण्यात सुरू आहे. स्वयंम हा बांधकाम व्यवसायिक असल्याची प्राथमिक माहिती समोर येत आहे. स्वयंम परांजपे कोपरी येथील अष्टविनायक चौक परिसरातील एका गृहसंकुलात वास्तव्यास आहे. एप्रिल महिन्यात एका लग्नसमारंभामध्ये त्याची ओळख २० वर्षीय मुलीसोबत झाली होती. त्याने तरुणीला त्याच्या कारमधून फिरायला नेतो असे सांगून घरी नेले. तिथे तिला गुंगीचे पदार्थ पाण्यामध्ये दिले. त्यानंतर स्वयंम याने तिचे काही छायाचित्र काढले. त्यानंतर तो तिला ब्लॅकमेल करून भेटण्यासाठी बोलावत असे. याबाबतची माहिती तिने मयुरेश याला दिली होती. शुक्रवारी सकाळी स्वयंम याला भेटण्यासाठी मयुरेश, संबंधित तरूणी गेले. त्यांनी स्वयंम याला छायाचित्र मोबाईलमधून डिलीट करण्याची विनंती केली. त्यावेळी मयुरेश आणि स्वयंम यांच्यामध्ये वाद झाला. या वादातून मयुरेश याने स्वयंम याच्या डोक्यात कोयत्याने वार केले. या हल्ल्यात त्याचा मृत्यू झाला. मयुरेश आणि त्याच्या मैत्रिणीला पोलिसांनी ताब्यात घेतले असून त्यांच्याविरोधात कारवाई सुरू असल्याची माहिती पोलिसांनी दिली.

कंपनीत आर्थिक घोटाळा करणाऱ्या मॅनेजरला अटक... ५ वर्षात ५.१९ कोटींचा अपहार

मुंबई : कंपनीत आर्थिक घोटाळा करुन पळून गेलेल्या सागर बळीराम भोजने या व्यवस्थापकाला वनराई पोलिसांनी अटक केली. त्याच्यावर पाच वर्षांत कंपनीच्या पाच कोटी एकोणीस लाख रुपयांचा अपहार केल्याचा आरोप असून याच गुन्ह्यांत त्याला बोरिवलीतील स्थानिक न्यायालयाने पोलीस कोठडी सुनावली होती.

या प्रकरणातील तक्रारदार नवी मुंबईतील रहिवासी असून ते गोरेगाव येथील एका खासगी कंपनीत कायदेशीर सल्लागार म्हणून काम करतात. ही कंपनी अनेकांना गृहकर्ज देते. सागर हा कंपनीत अकाऊंट विभागात मॅनेजर म्हणून काम करत होता. २८ नोव्हेंबर २०१८ ते १३ नोव्हेंबर २०२३ या कालावधीत कंपनीच्या बँक खात्यातून सागर अ‍ॅण्ड सागर असोसिएट्स आणि ओम असोसिएट्स या बोगस कंपन्यांच्या बँक खात्यात ५ कोटी ४२ लाख रुपये ट्रान्स्फर झाले होते. गेल्या वर्षी त्यांच्या कंपनीला आयकर विभागाची एक नोटीस आली होती. त्यात या कंपनीच्या व्यवहाराची माहिती विचारण्यात आली होती.

प्राथमिक तपासात या कंपन्यांशी तक्रारदार कंपनीशी काहीही संबंध नव्हता. तरीही त्यांच्या बँक खात्यात ही रक्कम ट्रान्स्फर झाली होती. त्यामुळे वरिष्ठांच्या आदेशावरून या संपूर्ण प्रकरणाची विभागीय चौकशी सुरू करण्यात आली होती. या चौकशीत सागर भोजने यानेच या कंपनीच्या नावाने बँकेत बोगस खाती उघडले होते. त्याने त्याच्या अधिकाराचा गैरफायदा घेऊन या दोन्ही कंपन्यांच्या खात्यात ही रक्कम ट्रान्स्फर केली होती. तपासात ही माहिती उघडकीस येताच त्याला कामावरुन काढून टाकण्यात आले.

यावेळी सागरने फसवणूक झालेली रक्कम कंपनीला परत करण्याचे आश्वासन दिले होते. त्यानंतर त्याने कंपनीत २३ लाख रुपये जमा केले. मात्र उर्वरित 5 कोटी 19 लाखांचा अपहार करत कंपनीची फसवणूक केली होती. या घटनेनंतर तक्रारदारांनी वनराई पोलीस ठाण्यात सागरविरुद्ध तक्रार केली होती.

याप्रकरणी अपहारासह फसवणुकीचा गुन्हा दाखल होताच पळून गेलेल्या सागरचा पोलिसांनी शोध सुरू केला होता. ही शोधमोहीम सुरू असताना सहा महिन्यांपासून फरार सागरला पोलिसांनी अटक केली. याच गुन्ह्यांत तो सध्या पोलीस कोठडीत असून त्याची पोलिसांकडून चौकशी सुरू आहे.

परदेशी नागरिकांना गंडा घालणाऱ्या कॉल सेंटरवर छापा... ३६ जणांना अटक

मुंबई : विविध कारणे सांगून विदेशी नागरिकांची फसवणूक करणार्या तीन कॉल सेंटरवर गुन्हे शाखेच्या अधिकार्यांनी छापा टाकून कारवाई केली. या तिन्ही कॉल सेंटरमधून पोलिसांनी ३६ आरोपींना अटक करत त्यांना शुक्रवारी दुपारी किल्ला न्यायालयात हजर केले होते. यावेळी न्यायालयाने आरोपींना पोलीस कोठडी सुनावली आहे. जोगेश्वरी परिसरात बोगस कॉल सेंटर असून, त्याद्वारे परदेशी नागरिकांची फसवणूक होत असल्याची माहिती युनिट दहाच्या अधिकार्यांना मिळाली होती. या माहितीनंतर प्रभारी पोलीस निरीक्षक दीपक सावंत यांच्या पथकाने तिथे छापा टाकला होता. यावेळी पोलिसांनी दोन्ही कॉल सेंटरमधून बाराजणांना अटक केली.

इंटरनेटद्वारे परदेशी नागरिकांना फोन करत प्रतिबंधित औषधांच्या विक्रीचे आमिष दाखविले जात होते. त्यासाठी त्यांच्याकडून पैसे घेऊन त्यांची फसवणूक करण्याचा धंदा सुरू होता. या कारवाईत पोलिसांनी बारा संगणकासह लॅपटॉप, हार्डडिस्क, मोबाईल, हेडफोन आदी मुद्देमाल जप्त केला आहे. दोन वर्षांपासून दोन्ही कॉल सेंटर सुरू असल्याचे तपासात उघडकीस आले आहे.

तर दुर्सया कारवाईत युनिट बाराच्या अधिकार्यांनी कर्जाच्या आमिषाने फसवणूक करणार्या एका टोळीचा पदार्फाश केला. गोरेगाव येथील आरे कॉलनीतील या कॉल सेंटरमध्ये नागरिकांना कजार्चे आमिष दाखविले जात होते. विविध कारणासाठी पैसे घेऊन या नागरिकांची फसवणूक केली जात होती. याबाबत काही तक्रारी मिळताच या पथकाने तिथे कारवाई केली होती. या कारवाईत पोलिसांनी 24 आरोपींना अटक केली. त्यात कॉल सेंटरच्या मालकासह टिम लिडर, अकाऊंटंटसह इतरांचा समावेश आहे. या तिन्ही कॉल सेंटरचा पदार्फाश झाल्यानंतर संबंधित आरोपीविरुद्ध ओशिवरा आणि आरे पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला.

कर्जापोटी दिलेल्या अडीच कोटींचा अपहार... दोघांविरुद्ध गुन्हा दाखल

मुंबई : कर्जापोटी दिलेल्या अडीच कोटींचा अपहार करत एका व्यावसायिकाची फसवणूक केल्याचा प्रकार सांताक्रुज परिसरात उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी सांताक्रुज पोलिसांनी दोघांविरुद्ध अपहारासह फसवणुकीचा गुन्हा नोंदवून तपास सुरू केला आहे. मनिष इंद्रप्रकाश त्रेहान आणि सतवंतसिंग देसराजसिंग मग्गू अशी या दोघांची नावे असून त्यांची लवकरच पोलिसांकडून चौकशी होणार आहे.

या प्रकरणातील तक्रारदार व्यावसायिक असून त्यांची सांताक्रुज येथे एक खासगी कंपनी आहे. ही कंपनीत गुंतवणूक क्षेत्रात कार्यरत असून त्यांनी अनेकांना कर्जाने पैसे दिले आहेत. दोन वर्षापूर्वी त्यांची मनिष त्रेहान आणि सतवंतसिंग यांच्याशी ओळख झाली होती. या ओळखीत मनिषने त्याची जाहिरात एडिटिंग कंपनी असून या कंपनीत तो त्याच्या पत्नीसोबत पार्टनर आहे तर सतवंतसिंग हा अ‍ॅमेझॉन प्राईममध्ये वरिष्ठ अधिकारी असल्याचे सांगितले होते. या दोघांनी एका चित्रपटाचे काम हाती घेतले आहे. त्यामुळे व्यवसायासह चित्रपटासाठी त्यांना कजार्ची गरज असल्याचे सांगून त्यांच्याकडे एक वर्षासाठी अडीच कोटी रुपयांची मागणी केली होती. मनिषची शिफारस त्यांच्याच परिचित मित्राने केली होती. त्यामुळे त्यांच्यावर विश्वास ठेवून त्यांनी 1 ऑक्टोबर 2022 ते 1 ऑक्टोबर 2023 या कालावधीत या दोघांनाही अडीच कोटी कजार्ने दिले होते. मात्र एक वर्ष उलटूनही त्यांनी व्याजासहित पैसे परत केले नव्हते. त्यांनी दिलेले धनादेश बँकेतून न वटता परत आले होते. विचारणा केल्यानंतर त्यांनी त्यांना प्रतिसाद दिला नाही. या दोघांनी नंतर त्यांचा मोबाईल क्रमांक ब्लॉक केला होता. फसवणुकीचा हा प्रकार लक्षात येताच त्यांनी सांताक्रुज पोलिसांत तक्रार केली होती. या तक्रारीनंतर पोलिसांनी मनीष आणि सतवंतसिंग या दोघांविरुद्ध अपहारासह फसवणुकीचा गुन्हा दाखल केला आहे.

हे साप्ताहिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक झ्र श्री. डॉ. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय झ्र गाळा नं. ४, एन.के.इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र), येथे छापून २, राजाराम सी.एच.एस. लिमिटेड, बंदरवाडी, नवघर रोड, भाईंदर (पुर्व), जिल्हा ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिध्द केले. संपादक झ्र श्री. डॉ. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमान पत्रात प्रसिध्द होणा-या बातम्या/लेख/जाहिराती यांची जवाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक आणि जाहिरात प्रतिनिधी यांच्यावर राहील.) भ्रमणध्वनी ८४२४९८९८९८ . Email ID : policebatmipatra@gmail.com

Printed, Published and owned by Mr.Dr. Deepak MoreshwarNaik Printed at SOMANI PRINTING PRESS, OFFICE – UNIT NO. 4, N.K.INDUSTRIAL ESTATE, NEAR PRAVASI INDUSTRIAL ESTATE, GATE NO. 2, GOREGAON (E), MUMBAI 400063, MAHARASHTRA, Published At – 2, RajaramChs. Ltd., Bunderwadi, Navghar Road, Bhayander(E), Dist – Thane, Pincode 401105, Maharashtra. Editor – Mr. Dr. Deepak MoreshwarNaik. Mo.8424989898, Email ID: policebatmipatra@gmail.com