वर्ष-०९ | अंक- ५१ | मुंबई, मंगळवार, ७ नोव्हेंबर ते १३ नोव्हेंबर २०२३ | 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

संपादक : दिपक मोरेश्वर नाईक

PG 2 हार्मोन्स नियंत्रणात ठेवण्यासाठी धण्याचे पाणी कसे प्यावे

3 → अलौकिक पराक्रमाचे स्मरण

मजुराच्या अवयवदानातून एकाला जीवदान; दोघांना मिळणार दृष्टी ← 4

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

भारत- पाक सीमेवर मंगळवारी घुमणार 'शिवरायांचा' जयघोष; मुख्यमंत्र्यांच्या हस्ते पुतळ्याचे अनावरण

मुंबई : काश्मीरच्या कुपवाडा जिल्ह्यातील भारत-पाकिस्तान सीमेजवळच्या 41 राष्ट्रीय रायफल (मराठा एलआय) येथे बसविण्यात आलेल्या छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या अश्वारूढ पुतळ्याचे लोकार्पण मंगळवारी (7 नोव्हेंबर) मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या हस्ते होणार आहे. यावेळी एकनाथ शिंदे जवानांसोबत दिवाळी फराळाचा आनंदही घेणार आहेत. 'आम्ही पुणेकर' या संस्थेच्या पुढाकाराने छत्रपती शिवाजी महाराजांचा पुतळा काश्मीरमधील कुपवाडा येथे बसविण्यासाठी येणार आहे. 20 ऑक्टोबर 2023 रोजी मुंबईतील राजभवन येथील समारंभात छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या या अश्वारुढ पुतळ्याचे ढोल ताशांच्या गजरात स्वागत करण्यात आले होते. तेथून राज्यपाल रमेश बैस, मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, सांस्कृतिक कार्यमंत्री सुधीर मुनगंटीवार यांनी हिरवा झेंडा दाखवून कुपवाडाकडे हा पुतळा मार्गस्थ करण्यात आला होता.

हे आहेत पुतळ्याचे वैशिष्ट्य

कुपवाडा येथील भारतीय सैन्याच्या छावणीत या पुतळ्याच्या स्थानाचे भूमिपूजन यंदाच्या पाडव्याच्या दिवशीच करण्यात आले. त्यासाठी शिवनेरी, तोरणा, राजगड, प्रतापगड आणि रायगड या पाच किल्ल्यांवरील माती आणि पाणी आणण्यात आली होती. हा पुतळा साडेदहा फूट उंचीचा असून जमिनीपासून जवळपास तितक्याच उंचीच्या आणि 7 बाय 3 या आकाराच्या चौथऱ्यावर उभारण्यात येणार आहे. याठिकाणी पुतळ्याच्या मागे उंच भगवा ध्वज लावण्यात आला आहे. पुतळ्याच्या समोरच्या दिशेने असलेल्या पर्वतरांगांच्या पलिकडे पाकिस्तान आहे. अश्वारूढ पुतळ्यावरील शिवाजी महाराजांचे मुख आणि तलवार पाकिस्तानच्या दिशेने असावे अशापद्धतीने पुतळा बसविण्यात आला आहे. त्यासाठी सुमारे 1 हजार 800 ट्रक माती टाकून भराव करण्यात आला. शिवाय याभागातील हवामान, भूस्खलन याबाबी पाहता पक्के बांधकाम करून पाया तयार करण्यात आला आहे.

2200 किलो मीटरचा केला प्रवास

महाराष्ट्रातून सुरू झालेला हा प्रवास सुमारे 2 हजार 200 किमी अंतर पार करीत एका आठवड्यात कुपवाडा येथे पोहोचला. रस्त्यातील महत्वाच्या शहरांमधील ऐतिहासिक स्थळांच्या ठिकाणी या पुतळ्याचे पूजन करतानाच स्वागतही करण्यात आले. मंगळवारी सकाळी दहाच्या सुमारास या पुतळ्याचे लोकार्पण एकनाथ शिंदे यांच्या हस्ते होणार असून यावेळी जम्मू -काश्मीरचे नायब राज्यपाल मनोज सिन्हा, महाराष्ट्राचे सांस्कृतिक कार्य मंत्री सुधीर मुनगंटीवार आदी मान्यवर प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित राहणार आहेत.

फक्त टोमणे, आरोप-प्रत्यारोपात वर्ष घालवले ; ग्रामपंचायत निकालावरून शिंदेंचा ठाकरेंवर वार

मुंबई : बाळासाहेबांच्या विचारांशी गद्दारी करणाऱ्यांना ग्रामपंचायत निवडणुकांमध्ये मतदारांनी धडा शिकवला असून, राज्याच्या सर्वांगीण विकासाचे निर्णय घेतल्यामुळेच जनतेने महायुती सरकारच्या बाजूने कौल दिला असल्याचे मत मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी व्यक्त केले. वर्षा या निवासस्थानी सोमवारी (6 नोव्हेंबर) प्रसिद्धी माध्यमांशी संवाद साधताना त्यांनी ही प्रतिक्रिया दिली. राज्यभरातील ग्रामपंचायत निवडणुकांच्या निकालात महायुती सरकारच्या बाजूने मतदारांनी आपला कौल दिला आहे. त्याबद्दल मी मतदारांचे त्यांनी आभार मानले. वर्षभरामध्ये आम्ही केलेली विकासाची कामे आणि सरकारकडून मिळणारे विविध लाभ लोकांपर्यंत पोहचवल्यामुळेच जनतेने महायुती सरकारला आपला कौल दिला असल्याचे मत त्यांनी यावेळी बोलताना व्यक्त केले. महाविकास आघाडीने थांबवलेली कामे आणि थांबवलेले प्रकल्पांना पुन्हा एकदा चालना देण्याचे काम राज्यातील महायुती सरकारने केले आहे. राज्याचा सर्वांगीण विकास करण्याचे धोरण आम्ही आखले आणि तशी भूमिका घेतली. म्हणून राज्यातील सर्वसामान्य माणूस अगदी शेतकऱ्यांपासून उद्योजकांपर्यंत, महिलांपासून तरुण वर्गापर्यंत, जेष्ठांपासून कामगारांपर्यंत सर्वांना न्याय देण्याचे काम आमच्या सरकारने केले. खऱ्या अथार्ने शासन आपल्या दारी घराघरात पोहचले असून, हेच आपल्या कृतीतून मतदारांनी दाखवून दिले आहे. आणि प्रेम व्यक्त केले आहे असे म्हणत मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी मतदारांचे आभार मानले. महाविकास आघाडीपेक्षा महायुतीचे सर्वाधिक सरपंच आज लागलेल्या ग्रामपंचायत निवडणूक निकलामध्ये महाविकास आघाडीपेक्षा कितीतरी पटीने जास्त सरपंच आणि सदस्य महायुतीचे निवडून आले आहेत. मी मुख्यमंत्री म्हणून आमचे उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस आणि उपमुख्यमंत्री अजित पवार आणि आमचे सर्व मंत्रिमंडळ यांनी आपापल्या परीने प्रत्येक भागामध्ये जनतेला लोकाभिमुख न्याय देण्याचे काम केले आहे. या यशामध्ये समाजाने सरकारला दिलेले पाठबळ आणि आशीर्वाद याचा वाटा मोठा असल्याचे मत यावेळी बोलताना व्यक्त केले. महायुती सरकार सत्तेमध्ये आल्यानंतर आमच्यावर दररोज टोमणे, आरोप-प्रत्यारोप करण्यात संपूर्ण वर्ष घालवले. विरोधकांनी आमच्या सरकारवर टीकाटिप्पणी आरोप केला नाही, असा एकही दिवस गेला नाही. ज्या लोकांनी मतदारांशी बेईमानी केली, बाळासाहेबांच्या विचारांशी गद्दारी केली, अशा लोकांना जनतेने नाकारले, त्यांना घरी बसवले आणि आमच्या महायुती सरकारला कौल दिला. घरी बसून राज्य चालवता येत नाही, हे लोकांनी आपल्या कौलाद्वारे दाखवून दिले. मतदारांचे आमच्यावर प्रेम आहे, आमच्यावर विश्वास आहे. म्हणून आमची जबाबदारी वाढली आहे, आम्ही आणखी काम करू, आम्ही महाराष्ट्रात आणखी उद्योगधंदे आणू, तरुणांना रोजगार आणू, त्यांच्या हाती काम देऊ. ही विकासाची घोडदौड पुढे अशीच सुरु ठेवू, कारण कामाचा वेग आम्ही वाढवला आहे. जनतेचा आमच्यावर विश्वास आहे आणि त्या विश्वासाच्या जोरावर येणाऱ्या प्रत्येक निवडणुकीत महायुतीला असेच यश मिळेल, किंबहुना यामध्ये वाढ होईल आणि येणाऱ्या लोकसभा निवडणुकांमध्ये 45 पेक्षा जास्त जागा आम्ही निवडून देऊ आणि मोदींचे हात बळकट करू असे मत त्यांनी यावेळी बोलताना व्यक्त केले.

मध्य रेल्वेच्या प्रवाशांचे हाल थांबेनात; रोज 70 लोकल फेऱ्या रद्द

मुंबई: मध्य रेल्वेच्या प्रवाशांसाठी लोकल विलंबानं असणं हे काही नवं नाही. एखादी लोकल वेळेत आली तर प्रवाशांना आश्चर्य वाटावं अशी स्थिती आहे. मध्य रेल्वे या कोणत्या ना कोणत्या कारणानं दिवसाआड तरी विलंबानं धावत असतात. कधी ओव्हरहेड वायर तुटली, कधी कोणता तांत्रिक बिघाड झाला, अशी एक ना अनेक कारणं सतत समोर येत असतात. अशाच स्थितीत रोज प्रवास करणाऱ्या प्रवाशांसाठी मात्र एक संतापजनक बातमी समोर येत आहे. मध्य रेल्वेच्या ढिसाळ कारभारामुळे प्रवाशांचे मात्र खूप हाल होत आहेत. मध्य रेल्वेच्या 70 लोकल तरी रोज रद्द केल्या जात आहेत. इतकचं नाही तर ज्या लोकल धावत आहेत त्या खूप विलंबाने धावत आहेत. त्यामुळे प्रवाशांना मात्र नाहक जीव मुठीत घेऊन प्रवास करावा लागत आहे.

मध्य रेल्वेवर 1 हजार 810 लोक फेऱ्या आहेत. मात्र ही आकडेवारी कागदोपत्री असून यातील 70 पेक्षा जास्त लोकल फेऱ्या दररोज रद्द होत असल्याची माहिती समोर आली आहे. ऑक्टोबर 2023 मध्ये 2 हजारापेक्षा जास्त लोकल रद्द तर 3 हजारांहून अधिक लोकल फेऱ्या उशिराने धावल्या. 1 हजारांपेक्षा जास्त फेऱ्या ब्लॉकमुळे तर उर्वरित फेऱ्या तांत्रिक बिघाड, खराब हवेमुळे रद्द झाल्या. रविवारी आणि सार्वजनिक सुट्टीच्या दिवशी 370 फेऱ्या रद्दच असतात. हे रविवारचे वेळापत्रक रद्द करून, आठवडाभर 1 हजार 810 फेऱ्या चालवण्याची मागणी प्रवासी संघटनांकडून करण्यात येत आहे. लोकलच्या विलंबामुळे प्रवाशांना दररोज मनस्तापाला सामोरे जावे लागले. लोकल विलंबामुळे सरासरी एक ते अडीच तासांचा लोकल प्रवास दोन ते साडेतीन तासांवर जातो. ठाणे-दिवा दरम्यान पाचवी-सहावी मार्गिका सुरू केल्यानंतर, प्रवाशांना वेळेत प्रवास मिळेल अशी अपेक्षा होती. मात्र, बहुतांश जलद लोकल पारसिक बोगद्यातून जात नसल्याने, प्रवासातील 9 ते 10 मिनिटे वाढली आहेत.

मध्य रेल्वेवर लोकल फेऱ्यांचा भार वाढला आहे. त्यामुळे एखाद्या ठिकाणी गोंधळ झाल्यानं संपूर्ण जाळं विस्कळित होतं. लोकल आणि लांब पल्ल्यांच्या गाड्यांना स्वतंत्र मार्ग असणं आवश्यक आहे. मात्र, जोपर्यंत प्रलंबित प्रकल्प पूर्ण होत नाही, तोपर्यंत लोकल वेळापत्रक विस्कळीतच राहील, असे मध्य रेल्वेच्या वरिष्ठ अधिकाऱ्यांचे म्हणण आहे.

अजित पवारांची 'दादा'गिरी'; ग्रामपंचायत निवडणुकीत शरद पवारांवर पडले भारी

बारामीत : लोकसभा आणि विधानसभा निवडणुकीपूर्वी सर्वांच्या नजरा ग्रामपंचायत निवडणुकीच्या निकालाकडे लागल्या आहेत. राज्यातील 2 हजार 359 ग्रामपंचायतींच्या निवडणुका आणि 130 रिक्त सरपंच पदांच्या पोटनिवडणुकीचे अंतिम निकाल येण्यास सुरूवात झाली आहे. आतापर्यंतच्या निकालात भाजपा स्थानिक पातळीवर सर्वात मोठा पक्ष म्हणून समोर येत आहे, तर राष्ट्रवादी काँग्रेसमधून बाहेर पडल्यावर अजित पवारांनीही चांगलीच मुसंडी मारली आहे. भाजपानंतर अजित पवार गट दुसऱ्या क्रमांकाचा मोठा पक्ष बनला आहे. ग्रामपंचायत निवडणुकीत अजित पवार गट राष्ट्रवादीचे सर्वसर्वा शरद पवार गटावर मात करताना दिसत आहे. शरद पवार कुटुंबाचा बालेकिल्ला असलेल्या बारामतीत अजित पवारांचे वर्चस्व आहे. बारामती तालुक्यात मतमोजणीच्या तीन फेऱ्या पूर्ण झाल्या असून एकूण 18 गावांचे निकाल समोर आले आहेत. राष्ट्रवादीच्या अजित पवार गटाने सर्व 18 गावे जिंकली आहेत. एक-ीकडे ग्रामपंचायत निवडणुकीच्या निकालात उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांचा गट आघाडीवर आहे. त्यामुळे अजित पवारांच्या समर्थकांमध्ये प्रचंड उत्साह दिसून येत आहे. दुसर-ीकडे कर्जत जामखेड मतदारसंघात शरद पवार गटाचे आमदार रोहित पवार यांना मोठा धक्का बसला आहे. कर्जत मतदारसंघाचा निकाल जाह-ीर झाला आहे. ज्यामध्ये कुंभेफळ आणि खेड गावात भाजपाचे सरपंच निवडून आले आहेत, तर करमणवाडीत रोहित पवार यांच्या समर्थकाचा विजय झाला आहे. ग्रामपंचायत निवडणुकीवर बोलताना भाजपा नेते प्रवीण दरेकर म्हणाले की, आतापर्यंत 468 ग्रामपंचायतींचा निकाल पुढे आला आहे. भाजपा हा (124) सर्वाधिक जागा जिंकणारा पक्ष म्हणून पुढे आला आहे. त्यानंतर महायुतीतील घटक अजित पवार गट, शिंदे गट हेही बरोबरीने मागे आहेत. महाविकास आघाडीच्या तिप्पट यश भाजपाला मिळाले आहे. जनतेला देवेंद्र फडणवीस, पंतप्रधान मोदींच्या नेतृत्वावर विश्वास आहे. विकास महायुतीच करू शकेल, भाजपा करू शकेल या उद्देशाने आम्हाला यश मिळते आहे. आता तर सुरुवात झाली आहे, सर्व निकाल लागल्यावर जवळपास 60 टक्के विजय हा भाजपा, महायुतीच्या बाजूने असेल, असा विश्वास प्रवीण दरेकर यांनी व्यक्त केला. दरम्यान, दुपारी 12 वाजेपर्यंत 2359 पैकी 782 ग्रामपंचायतींचे निकाल जा-हीर झाले आहेत. ज्यामध्ये महायुती (भाजप, शिवसेना आणि अजित गटाची युती) आतापर्यंत 474 तर, महाविकास आघाडीने 165 ग्रामपंचायतींवर विजय मिळवला आहे. त्यात भाजपा 217, अजित पवार गट 140, शिवसेना (शिंदे गट) 117, उद्धव ठाकरे गट 46, काँग्रेस 66 आणि शरद पवार गट 53 ग्रामपंचायतींवर विजयी झाले आहेत.

मुंबईकरांचा डबा बंद; डबेवाला चालला सुटीवर

मुंबई: मुंबईच्या चाकरमान्यांना वेळेवर डबा पोहोचवणारा मुंबईचा डबेवाला कामगार चार दिवसांच्या सुट्टीवर चालला आहे. दिवाळी सणानिमित्त दिनांक 13 नोव्हेंबर, सोमवारपासून दिनांक 16 नोव्हेंबर, गुरूवारपर्यंत चार दिवस सुट्टीवर चालला आहे. या चार दिवसांमध्ये दोन शासकीय सुट्या आहेत. ग्रामदैवत, कुलदैवताच्या यात्रेत सहभागी होण्यासाठी डबेवाले आपल्या मुळ गावी जाणार आहे. डबेवाला कामगार दिवाळी सणानिमित्त दिनांक 13 नोव्हेंबर, सोमवारपासून दिनांक 16 नोव्हेंबर, गुरूवारपर्यंत चार दिवस सुट्टीवर चालला आहे. या चार दिवसांमध्ये दोन शासकीय सुट्या आहेत. दिनांक 17 नोव्हेंबर, शुक्रवार रोजी डबेवाला कामगार आपल्या नेहमीच्या वेळी कामावर रूजू होणार आहे. मुंबईचा डबेवाला कामगार हा पुणे जिल्हयातील प्रामुख्याने खेड (राजगुरूनगर) मावळ, या तालुक्यांतून व काही अंशी मुळशी,आंबेगाव, जुन्नर, या तालुक्यांतून मुंबईत येतात. या तालुक्यांतील गावो गावच्या यात्रेचा हंगाम चालू झाला आहे. गेली दोन वर्ष करोनामुळे गावो गावच्या यात्रा बंद होत्या करोनाची बंधने मुक्त झाल्या नंतर ही पहीली यात्रा असल्यामुळे व गेली कित्येक वर्ष बैलगाडा शर्यत बंद होती पण सुप्रिम कोटार्ने काही अटी/शर्तीवर बैलगाडा शर्यतीस परवांनगी दिली असल्यामुळे या वर्षी पुन्हा बैलगाडा शर्यत चालू झाली आहे. यात्रेत सहभागी होण्यासाठी व बैलगाडा शर्यत पहाण्यासाठी डबेवाला कामगार उत्सुक आहे. यात्रेमध्ये सहभागी होण्यासाठी तसेच कुळाचाराचे सोपस्कार पार पाडण्यासाठी डबेवाला कामगार आपल्या गावाला जातात. त्यामुळे पाच दिवस त्यांची सेवा बंद राहणार आहे. या पाच दिवसाच्या सुट्टीच्या कालावधीत दोन शासकीय सुट्या येत आहेत व शनिवार रविवार येत आहे. त्या मुळे बहुतांश आस्थापना मधिल डबे बंद आहेत व परीक्षा कालावधी असल्या मुळे कॉन्हेंन्ट शाळेचे डबे बंदच आहेत, काही कार्यालयांना रजा आहे त्या मुळे डबेवाल्यांच्या सुट्टीचा ग्राहकांना जास्त त्रास होणार नाही. तरी ही काही ग्राहकांची गैरसोय होणार आहे त्या बद्दल डबेवाला कामगार दिलगीरी व्यक्त करीत आहे. तसेच या सुट्टीचा डबेवाला कामगार यांचा पगार ग्राहकाने कापू नये, असे आवाहन मुंबई डबेवाला असोशिएशन ने ग्राहकांना केले आहे. कोविड आला आणि लॉक डाऊन झाले. वर्क फ्रॅाम होम याचा मोठा परिणाम डबे पोहचवणे व्यवसायावर झाला. त्यामुळे व्यवसायाची घडी विस्कटली व्यवसाय कमी झाला. अनेक डबेवाल्यांनी रोजगाराच्या दुसऱ्या संधी शोधल्या. पण काही डबेवाले अपुरा रोजगार, कमी उत्पन्न असतानादेखील डबे पोहचवण्याचे काम चिकाटीने करत आहेत.

मुंबई विद्यापीठ अधिसभा निवडणूक: मनविसेचा कुलगुरूंना घेराव

मुंबई : मुंबई विद्यापीठाच्या नोंदणीकृत पदवीधर गटाची अधिसभा निवडणूक एप्रिलअखेरीस होणार असून पुन्हा नव्याने मतदार नोंदणी प्रक्रिया सुरू आहे. परंतु जुनी मतदारयादी ग्राह्य धरावी, प्रत्यक्ष अर्ज जमा करणे ऐच्छिक करावे, आधारकार्ड बंधनकारक करावे, तसेच ओटीपीची आवश्यकता नसावी आणि अर्जामध्ये बदल करण्याचा पर्याय उपलब्ध करून द्यावा, अशा मागण्यांसाठी विद्यार्थी संघटना आक्रमक झाल्या आहेत. या मागण्यांसाठी महाराष्ट्र नवनिर्माण विद्यार्थी सेनेच्या (मनविसे) कार्यकर्त्यांनी सोमवारी विद्यापीठाच्या परिसरात कुलगुरूंना घेराव घातला.अधिसभा निवडणूक प्रक्रियेतील विविध मुद्द्यासंदर्भात मनविसे चे अध्यक्ष अमित ठाकरे यांनी कुलगुरूंना पत्र पाठविले असून मनविसेच्या कार्यकर्त्यांनी विद्यापीठाच्या सांताक्रुझ येथील कलिना संकुलात कुलगुरू डॉ. रवींद्र कुलकर्णी यांची भेट घेतली. चर्चा सुरू असतानाच कार्यकर्त्यांनी कुलगुरूंना विदुषकाचा मुखवटा घालण्याचा प्रयत्न केला. त्यावेळी विद्यापीठाच्या सुरक्षारक्षकांनी पदाधिकाऱ्यांना अडवले.

दिवाळीत फक्त सात ते दहा काळात फटाके फोडायचे; दहा तारखेपर्यंत बांधकामाचे डेब्रिज वाहने थांबवा

मुंबई - मुंबईमध्ये हवेची प्रदूषणारच्या पातळी जनहित याचिकेवर सुनावणी करताना मुंबई उच्च न्यायालयाने कठोर आदेश पारित केले. दिवाळीमध्ये सायंकाळी सात ते दहा दरम्यानच फटाके फोडावे. आज (ता. 6)पासून दहा नोव्हेंबर पर्यंत बांधकामाचे डेब्रिज घेऊन जाणारे वाहन तात्पुरती थांबवावीत. मुंबई महानगरपालिकेच्या प्रत्येक वॉर्डच्या अतिरिक्त आयुक्तांना जबाबदार धरले जाईल. शुक्रवारी याबाबत केंद्र राज्य व सर्व प्राधिकरणाने प्रतिज्ञापत्र दाखल करावे. सहा नोव्हेंबर रोजी मुख्य न्यायाधीश डी के उपाध्याय न्यायाधीश गिरीश कुलकर्णी यांच्या खंडपीठाने हे आदेश दिले. याचिकाकर्ता अमर टिके यांची बाजू मांडणारे वकील विवेक बत्रा यांनी केंद्र , राज्य शासन आणि सर्व प्राधिकरण यांच्यावर आरोप केला.₹ की 3.7 ट्रिलियन अर्थव्यवस्थेचा नारा दिला जातो. परंतु मुंबईत विषारी वायूमुळे जनता मरायला टेकलेली आहे. त्यामुळे न्यायालयाने अत्यंत कडक कारवाईचे आदेश दिले पाहिजे. शासनाच्या वतीने बाजू मांडताना डॉ. बेंद्रे सराफ यांनी शासनाच्या वतीने ऑक्टोबरच्या शेवटच्या आठवड्यामध्येच विविध शासकीय बिगर शासकीय सर्व प्राधिकरणांना तसेच बांधकाम करणारा विकासकांना याबाबत नोटिसा दिल्या असल्याची माहिती दिली. महापालिका विभाग अधिकाऱ्यांना जबाबदार धरणार सर्व पक्षकारांची बाजू ऐकल्यानंतर उच्च न्यायालयाचे मुख्य न्यायाधीश डी के उपाध्याय न्यायाधीश गिरीश कुलकर्णी यांनी आदेश दिले .की राज्याच्या मुख्य सचिवांच्या देखरेखीखाली संबंधित विभागाचे प्रधान सचिव यांना जबाबदार धरले जाईल. त्यांनी प्रदूषण रोखण्यासाठी आदेशाचे पालन करावे. बांधकामाच्या संदर्भातले डेब्रिज 6 नोव्हेंबर ते 10 नोव्हेंबर 2003 तीन दिवस पूर्णपणे नियंत्रणात आणावे . दिवाळीच्या दरम्यान फक्त सायंकाळी सात ते दहा मध्येच फटाके फोडावे. प्रदूषण करणारे फटाके फोडू नयेत. मुंबई महानगरपालिकेच्या प्रत्येक वार्डच्या अतिरिक्त आयुक्तांना जबाबदार धरले जाईल. त्यांनी आपापल्या वार्डात आदेशाचे सक्तीने पालन करणे जरुरी आहे. तसेच निरी संस्थेचे प्रमुख व सार्वजनिक आरोग्य विभागाचे संचालक यांच्या दोन सदस्य समितीकडे शासन व प्राधिकरण यांनी दररोजच्या कामाचा अहवाल पाठवायचा आणि उपाययोजनाबाबत काही सूचना असतील त्या देखील पाठवू शकता असे न्यायालयाने आपल्या आदेशात नमूद केले.

हार्मोन्स नियंत्रणात ठेवण्यासाठी धण्याचे पाणी कसे प्यावे

थायरॉईड हा एक आजार आहे ज्यामध्ये शरीरात आयोडीनची कमतरता असल्याने थायरॉईड ग्रंथीला सूज येते. थायरॉईड नियंत्रणात न राहिल्यास अनेक आजारांचा धोका वाढू लागतो. थायरॉईड रोग पुरुषांपेक्षा स्त्रियांना जास्त प्रभावित करतो. आहारात सोया पावडर, सोया प्रोटीन आणि सोया कॅप्सूलचे जास्त सेवन केल्याने थायरॉईडचा त्रास होऊ शकतो. जेव्हा थायरॉईड ग्रंथी सक्रिय झाल्याने टी ३ व टी ४ हे हॉर्मोन्सशरीरातअधिकस्त्रवताततेव्हाशरीरसर्वचप्रक्रियांसाठी मागणी करू लागते याला हाइपरथायरायडिज्म असेही म्हणतात. थायरॉईड मुख्यतः आपल्या खराब जीवनशैलीचा परिणाम असला तरी काही घटनांमध्ये अनुवांशिक थायरॉईड झाल्याचे सुद्धा दिसून आले आहे. जर आपल्यालाही हा त्रास असेल तर आज आपण त्यावर सोपा घरगुती उपाय पाहणार आहोत.

थायरॉईडवर उपाय जाणून घेण्याआधी थायरॉईडची लक्षणे जाणून घेऊयात.

- वजनात अचानक वाढ होणे
- मांसपेशी कमकुवत होणे
- ताण व थकवा जाणवणे
- दृष्टी कमजोर होणे
- डोळे चुरचुरणे
- चिडचिड
- झोप न लागणे

धण्याच्या पाण्याने थायरॉईड कमी होऊ शकतो का?

थायरॉईडवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी अनेक औषधे बाजारात उपलब्ध आहेत पण त्यातील सर्वात गुणकारी व त्याहूनही सुरक्षित औषध तुम्हाला किचनमध्येच सापडेल. हे औषध म्हणजे धण्याचे पाणी. आयुर्वेदिक तज्ञ व योग गुरु श्री नित्यानंदम यांच्या माहितीनुसार थायरॉईडवर उपचारासाठी धण्याचे पाणी गुणकारी ठरू शकते. या पाण्यात विविध प्रकारचे अँटी ऑक्सिडंट्स असतात, ज्यामुळे औषधीय सत्व शरीराला लाभतात. धण्यामध्ये असणाऱ्या खनिज व व्हिटॅमिनमुळे सुद्धा थायरॉड वाढवणारे हार्मोन्स कमी होण्यास मदत होते.

धण्याच्या पाण्याचे सेवन कसे करावे?

जर आपल्याला थायरॉइडचा त्रास असेल तर दिवसातून निदान दोन वेळा तरी धण्याच्या पाण्याचे सेवन करावे. यासाठी धण्याची पावडर पाण्यात मिसळूनही आपण सेवन करू शकता. किंवा तुम्ही जेव्हा पाणी पिणार असाल त्याच्या काही वेळ आधी धण्याच्या बिया पाण्यात टाकून उकळून घ्या. धण्याच्या बिया काही वेळ पाण्यात भिऊन मग उकळल्यास अधिक फायदा होऊ शकतो.

मेकअप रिमूव्ह न करता झोपत असाल तर वेळीच व्हा सावध

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

टिप : वरील सर्व उपाय घरगुती आहेत आणि केवळ माहिती म्हणून आम्ही हे वाचकांपर्यंत पोहोचवत आहोत. प्रत्येकाची त्वचा वेगळी असते त्यामुळे सर्वच उपाय सर्वांच्याच त्वचेसाठी फायदेशीर असतील असं नाही किंवा असा दावाही आम्ही करत नाही. त्यामुळे कोणताही उपाय करण्याआधी तज्ञांचा सल्ला घेणं फायदेशीर ठरेल.

सकाळचा नाश्ता टाळल्यास तुमच्या आरोग्यावर होऊ शकतात त्याचे असंख्य दुष्परिणाम...

निरोगी राहण्यासाठी सकाळचा नाश्ता हा महत्त्वाचा असतो. सकाळच्या नाश्त्याची प्रत्येकाला फार गरज असते. कारण यातूनच तुम्हाला संपूर्ण दिवसभर काम करण्याची ऊर्जा मिळते. त्यामुळे तुमचे शरीर दिवसभर ताजेतवाने राहते. सकाळच्या नाश्त्याला न्याहारी किंवा ब्रेकफास्टही म्हटले जाते. तज्ज्ञांच्या मते सकाळचा नाश्ता अधिक पौष्टिक असावा. यामुळे वजन नियंत्रित ठेवण्यासोबत शरीराला पर्याप्त प्रमाणात ऊर्जा मिळते. याव्यतिरिक्त, सकाळी लवकर न्याहारी केल्याने चयापचय संबंधित फायदे होतात. पण आता धकाधकीच्या जीवनशैलीत आपण आपल्या दैनंदिन गोष्टीकडे जीवनाकडे दुर्लक्ष करतो आणि त्याचे असंख्य दुष्परिणाम आपल्या आरोग्यावर होतात. आजच्या लेखात आपण सकाळचा नाश्ता टाळल्यास आपल्या आरोग्यावर त्याचे काय दुष्परिणाम होऊ शकतात आणि नाश्त्यामध्ये नेमके घटक असावेत? याविषयीची माहिती पाहणार आहोत.

- सकाळचा नाश्ता टाळल्याने वजन वाढू शकते. दिवसभरातील काम करण्यासाठी शरीराला ऊर्जेची गरज असते. त्यामुळे सकाळी प्रोटीनयुक्त पदार्थांचा नाश्ता करावा. ज्यामुळे शरीराला आवश्यक ऊर्जा मिळेल. पण कामाच्या गडबडीमध्ये किंवा वजन कमी करण्याच्या हेतूने नाश्ता टाळला जातो, याउलट नाश्ता टाळल्याने वजन वाढू शकते. कारण नाश्ता केला नाही तर सतत भूक लागते, त्यामुळे काही तरी खात राहिल्याने वजन वाढू शकते.
- सकाळी नाश्ता न केल्यास शरीरात ऊर्जेची कमतरता जाणवते. नाश्ता न केल्यास दिवसभर थकवा जाणवू शकतो तसेच ऊर्जेची कमतरता जाणवल्याने कोणत्याही कामात लक्ष केंद्रित करणे कठीण होते.
- नाश्ता न केल्यास शरीरात प्रोटीनची कमतरता निर्माण होऊन केराटीनची पातळी अनियंत्रित होते, ज्यामुळे केसांची वाढ थांबून केसगळती होऊ शकते.
- नाश्ता टाळल्यास डोकेदुखी, मायग्रेनचा त्रास होऊ शकतो. नाश्ता टाळल्यास रक्तातील साखरेचे प्रमाण अनियंत्रित होते, यावर नियंत्रण मिळवण्यासाठी काही हॉर्मोन रिलीज केले जातात. ज्यामुळे मायग्रेन, डोकेदुखीचा त्रास होऊ शकतो.

पायर्या चढताना तुम्हाला दम लागतो का? ५ पैकी एका गंभीर आजाराचा धोका

सधाच्या धावपळीच्या आणि व्यस्त जीवनात बहुतेक लोक त्यांच्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष करतात. दुसरीकडे, कोरोना महामारीमुळे अनेकांच्या जीवनशैलीत खूप बदल झाला आहे. वर्क फ्रॉम होम, व्यायामाचा अभाव यामुळे अनेक लोकांच्या आरोग्यावर खूप वाईट परिणाम होत आहे. सकस आहाराची कमतरता आणि दीर्घकाळ घरात राहिल्यामुळे लोक अशक्तही होऊ लागले आहेत.

पार्यया चढताना तुम्हाला दम लागतो का?

अनेकांना काही पाऊल चालल्यावर किंवा एखादं लहान काम करताना दम लागतो. काही जण शरीराची थोडी जास्त हालचाल झाल्यावर अस्वस्थ होतात आणि त्यांना श्वास घेण्यास त्रास होऊ लागतो. मात्र, याकडे दुर्लक्ष करु नका. हे, धोकादायक आजाराचे गंभीर लक्षण असू शकते. मानवाला जगण्यासाठी श्वासोच्छ्वास ही अत्यंत महत्त्वाची क्रिया आहे. म्हणूनच जेव्हा जेव्हा तुमच्या शरीरात एखादा धोकादायक आजार येतो तेव्हा सर्वप्रथम तुम्हाला त्रास होऊ लागतो.

'या' ५ पैकी एका गंभीर आजाराचा धोका

हेल्थ डायरेक्ट नुसार, फुफ्फुसाचे आजार, हृदयविकार, फुफ्फुसात किंवा हृदयामध्ये संसर्ग, पॅनीक अटॅक आणि फुफ्फुसाच्या रक्तवाहिनीत अडथळा यांमुळे श्वासोच्छ्वासाचा त्रास होऊ शकतो आणि तुम्ही पायऱ्या चढून किंवा वेगाने चालता तेव्हा श्वासोच्छ्वासाचा त्रास होऊ शकतो. त्यामुळे या पाच गंभीर आजारांचा धोका असल्याने यावर वेळीच उपाय करा.

याकडे दुर्लक्ष करण्याची चूक करू नका

अनेक लोक जिने चढण्याऐवजी लिफ्ट वापरण्यास प्राधान्य देतात, कारण दोन-चार पायऱ्या चढताच त्यांचा श्वास फुलायला लागतो. काही पाऊल चालल्यावर त्यांना दम लागतो आणि त्यांच्या हृदयाचे ठोकेही वाढतात. पायऱ्या चढताना धाप लागणे ही सामान्य गोष्ट आहे, पण जर एखाद्या व्यक्तीला असे जास्त वेळ होत असेल तर याकडे वेळीच लक्ष देण्याची गरज आहे. यावर घरगुती उपाय जाणून घ्या.

छातीत दुखत असेल तर ताबडतोब डॉक्टरांचा सल्ला घ्या

श्वासोच्छ्वास करण्यास त्रास होत असेल किंवा खोकला, छातीत दुखणे, छातीत गच्च वाटणे, वारंवार शिंका येणे, नाक बंद होणे आणि घसा खवखवणे यामुळे तुम्हाला अस्वस्थ वाटत असेल तर या लक्षणांकडे दुर्लक्ष करु नका, आणि वेळीच डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

बदलत्या ऋतूत काळजी घ्या

सध्या हवामान खूप वेगाने बदलत आहे. बदलत्या हवामानात श्वसनाचे आजार खूप धोकादायक ठरतात. अशा वेळी व्हायरस आणि बॅक्टेरियाचा धोका वाढतो. ज्यामुळे तुमच्या विंडपाइपमध्ये सूज येऊ लागते. त्यामुळे बदलत्या वातावरणात आरोग्याची विशेष काळजी घ्या.

धूम्रपान करू नका किंवा जंक फूड खाऊ नका

धूम्रपान, मद्यपान, जास्त जंक फूड खाल्ल्याने श्वासोच्छ्वाससंबंधित आजारांचा त्रास वाढू शकतो. अशा वेळी बाहेरचे अन्नपदार्थ खाणं टाळा. यामुळे हा गंभीर आजार होऊ शकतो.

फुफ्फुसांना डिटॉक्स करा, सकस आहार घ्या

बदलत्या वातावरणात फुफ्फुसांच्या संसगार्पासून बचाव करण्यासाठी तसेच डिटॉक्सिंग करा. यासाठी अँटिऑक्सिडंट्स युक्त योग्य आहार घेणं आवश्यक आहे. यामुळे हळद, टोमॅटो, लिंबूवर्गीय फळे, भोपळा, सफरचंद, बीटरूट यांचा आहारात समावेश करा.

आलं ठरेल रामबाण उपाय

जर तुम्हाला श्वासोच्छ्वाससंबंधित त्रास जाणवत असेल तर आलं हा रामबाण उपाय ठरेल. यामुळे फुफ्फुसांमधील संसर्ग कमी करण्यात मदत होईल. यासाठी आले, लिंबू आणि मधाचा बनवलेला हर्बल चहा रोज प्या. हा चहा फुफ्फुसातील नसांना आराम देण्यासोबतच डिटॉक्स होण्यास मदत करतो.

झोपेत चालणे नेमका काय प्रकार आहे, वाचा या आजाराची कारणे, लक्षणे आणि उपाय

झोप ही माणसाच्या प्रिय गोष्टींपैकी एक आहे आणि योग्य झोप घेणे चांगल्या आरोग्यासाठी तितकेच गरजेचेसुद्धा आहे. झोपेत असताना स्वप्न पडणे खूप स्वाभाविक गोष्ट आहे, पण तुम्ही झोपेत चालण्याविषयी कधी वाचले आहेत का? अनेकदा तुम्ही ऐकलं असेल की, एखाद्याला झोपेत चालण्याची सवय असते पण झोपेत चालणे नेमका काय प्रकार आहे, याविषयी काही तज्ञांनी सविस्तर माहिती दिली.

झोपेत चालणे म्हणजे काय?

ही एक सामान्य स्थिती आहे. जेव्हा व्यक्ती गाढ झोपेत असतो आणि डोळे मिटलेले असताना अंथरुणातून बाहेर पडतो आणि आजूबाजूच्या परिसरात फिरतो, याच स्थितीला झोपेत चालणे म्हणतात. चेन्नईच्या निश्रा इन्स्टिट्यूट ऑफ स्लीप सायन्सेस येथील क्रिटिकल केअर मेडिसीन आणि स्लीप मेडिसीनचे सल्लागार डॉ. एन. रामकृष्णन सांगतात, ''झोपेत चालणे एक 'पॅरासोम्निया'' आहे, अशा स्थितीत व्यक्ती झोपेत असताना बेडवरून उठतात आणि थेट चालायला लागतात.''

डॉ. रामकृष्णन पुढे सांगतात, ''झोपेत चालणाऱ्या व्यक्तीच्या चेहऱ्यावर कोणत्याही प्रकारचे हावभाव दिसत नाहीत आणि ते कोणत्याही गोष्टीवर प्रतिसाद देत नाही किंवा कुणाशीही बोलत नाही. झोपेत चालणाऱ्या व्यक्तीला उठवणे हे खूप अवघड असते आणि विशेष म्हणजे त्यांना याविषयी काहीही आठवत नाही.'' ''जरी यापासून व्यक्तीला कोणताही धोका नाही, तरी झोपेत चालणे हा खरं तर एक आजार आहे. तज्ज्ञांनुसार ही एक ''असामान्य स्थिती'' आहे, जेव्हा व्यक्ती गाढ झोपेत असतो. झोपेत चालणे हे सहसा झोपेच्या दोन तासानंतर घडू शकते, यालाच इंग्रजीमध्ये 'Non-REM parasomnia' सुद्धा म्हटले जाते'', असे डॉ. रामाकृष्णन सांगतात. तज्ञ सांगतात की, झोपेत चालणे हे वारंवार होत असेल तर ही एक गंभीर बाब असू शकते.

डॉ. गुप्ता सांगतात, झोपेत चालण्यासंबंधित काही आरोग्याच्या समस्या कारणीभूत असू शकतात त्या खालीलप्रमाणे-

- **झोपेची समस्या –** झोपेत चालण्यासंबंधी स्लीप एपनिया म्हणजेच झोपेत असताना श्वास घेणं थांबणं आणि पुन्हा सुरू होणं, पायांची हालचाल आणि खाण्याच्या समस्या इत्यादी कारणीभूत असू शकतात. झोपेच्य संबंधित गोष्टींची काळजी घेतल्यानंतर झोपेत चालण्याचा प्रकार कमी होऊ शकतो.
- **अपुरी झोप –** झोपेच्या कमतरतेमुळेही झोपेत चालण्याची शक्यता वाढू शकते. झोप कमी होण्याची कारणे ओळखणे आणि त्यावर त्वरित उपचार करणे गरजेचे आहे. यामुळे याचा सकारात्मक परिणाम झोपेत चालण्याच्या समस्येवर दिसून येईल.
- **मानसिक आरोग्याच्या समस्या –** मानसिक आरोग्याच्या समस्या या चिंता, दुःख किंवा तणावाशी संबंधित असू शकतात. झोपेत चालण्याचे हे लक्षण मानसिक आरोग्य तपासून कमी केले जाऊ शकते.
- **मेंदूसंदर्भात आजार –** झोपेत चालणे हे लक्षण काही प्रकरणांमध्ये मेंदूशी संबंधित आजारांमुळे दिसून येऊ शकते. आपली शंका दूर करण्यासाठी त्वरित डॉक्टरांशी संपर्क साधावा.

रोजच्या आहारातील पदार्थ ठरू शकतो टाईप-२ मधुमेहाचं कारण!

तुम्हाला तयार झालेल्या अन्नपदार्थावर, आणखी थोड्या चवीसाठी मीठ भुरभुरवण्याची सवय आहे का? जर असेल तर सावध राहा. कारण या लहानश्या वाटणाऱ्या सवयीने तुम्ही टाईप-२ च्या मधुमेहाला स्वतःहून आमंत्रण देत आहात, असं अभ्यास आणि संशोधन सांगत आहे. केवळ साखरच नव्हे, तर मीठदेखील तुमच्या रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढवण्यास मदत करते. आपण जे मीठ खातो, त्यामध्ये शरीरासाठी आवश्यक असणारे सोडियम क्लोराईड हे खनिज असून, शरीरातील द्रवाचे, मसल्सचे आणि हृदयाचे कार्य संतुलित ठेवण्याचे काम करत असते. पण, यासोबतच जर मिठाचा अतिवापर केला, तर उच्च रक्तदाब आणि हृदयविकरासारख्या समस्या उद्भवू शकतात. आता नवीन माहितीनुसार मिठाच्या अति वापरामुळे टाईप-२ च्या मधुमेहाचा धोका उद्भवू शकतो, असे समोर आले आहे. एजिलस डायग्नॉस्टिक्सचे अध्यक्ष आणि मार्गदर्शक डॉक्टर अविनाश फडके, इंडियन एक्स्प्रेस डॉट कॉम सोबत बोलताना म्हणतात की, मिठाचा सतत वापर केल्यास शरीर अधिक प्रमाणात पाणी धरून ठेवतं, ज्याचा परिणाम मूत्रपिंड आणि हृदयावर होतो. हा त्रास मधुमेहींना होत असल्याने त्यांना मधुमेह नियंत्रणात ठेवणं अवघड होतं. असंच गुरुग्राममधील आर्टेमिस हॉस्पिटलमधील एंडोक्राइनोलीजीचे चीफ, डॉक्टर धीरज कपूर यांचंदेखील म्हणणं आहे. त्यांच्या म्हणण्यानुसार, सोडियमच्या अति सेवनाने, रेनिन-एंजिओटेन्सिन-अल्डोस्टेरॉन प्रणाली कार्यरत होते, ज्यामुळे जळजळ, ऑक्सिडेटिव्ह ताण यांसारख्या समस्या उद्भवतात, ज्यामुळे मधुमेहाचा धोकादेखील वाढतो. यासोबतच जेव्हा सोडियमचे जास्त प्रमाणात सेवन होते तेव्हा प्रक्रिया केलेले पदार्थ व कॅलरीजचे अतिसेवन या सर्व गोष्टी एकाच वेळी घडत असतात. त्यामुळे या सर्व पदार्थांचे सेवन एकत्रितपणे होत असल्याने जाडी वाढणे, स्थूलता येणे यांसारख्या समस्या निर्माण होऊन आपोआप मधुमेह होण्याचा धोका वाढत असतो , असंदेखील ते म्हणतात. अमेरिकेच्या मधुमेह असोसिएशननुसार ज्या व्यक्तींना मधुमेहाचा त्रास आहे, त्यांनी आहारात सोडियमचे प्रमाण कमी ठेवावे. दिवसाला २३०० मिलिग्रॅम, म्हणजेच एक लहान चमचा इतकेच मीठ आपल्या आहारात घ्यावेह्व, असं नोएडामधील फोर्टिस हॉस्पिटलचे एंडोक्राइनॉलॉजीचे सल्लागार, डॉक्टर राकेश कुमार प्रसाद सांगतात. त्याचसोबत मधुमेह असणाऱ्या व्यक्तींना मधुमेहासोबत जर उच्च रक्तदाब किंवा किडनीच्या समस्या असतील, तर मिठाचा वापर कमी करावा. टुलाने विद्यापीठाने केलेल्या आणि मायो क्लिनिकने प्रसिद्ध केलेल्या नवीन अभ्यासानुसार ते वरील गोष्टीशी सहमती दर्शवतात. या विषयाबद्दल समजण्यासाठी अकरा ते बारा वर्षांमध्ये, युके बायो बँकमध्ये चार लाखांहून अधिक तरुणांवर अभ्यास केल्यानंतर निकाल काहीसा असा समोर आला होता. ज्या व्यक्ती, कधीतरी गरज वाटल्यास आणि नेहमीच मीठ वरून टाकून खातात त्यांच्यामध्ये, ज्या व्यक्ती केव्हातरी किंवा कधीच वरून मीठ न लावता पदार्थ खाणाऱ्यांच्या तुलनेत टाईप-२ मधुमेह होण्याची शक्यता अनुक्रमे १३ टक्के, २० टक्के ३९ टक्के अशी आहे.

एखाद्याच्या मनात आत्महत्येचे विचार आहेत हे कसे ओळखाल?

जाणून घ्या ही काही लक्षणे आणि त्यावरील उपाय

आजकाल जगभरात आत्महत्येचे प्रमाण मोठ्या प्रमाणात वाढले आहे. प्रत्येक माणूस आज कोणत्या ना कोणत्या कारणाने हतबल झालेला आहे. अशा वेळी अनेकदा आत्महत्या करण्याचा विचार त्यांच्या मनात येतो आणि ही लोकं काहीतरी चुकीचे पाऊल उचलतात. जगभरात दरवर्षी आठ लाखांपेक्षा जास्त लोक आत्महत्या करतात तर त्यापेक्षा कितीतरी पटीने अधिक लोक आत्महत्येचा प्रयत्न करतात. आत्महत्या करण्याचा विचार येणं हे खरेतर शारिरीक, मानसिक आणि बौद्धिक आजाराचे लक्षण आहे. एखाद्या व्यक्तीच्या मनात जर सारखेच आत्महत्येचे विचार येत असतील तर त्याला र्४ूाँ’ ्ाीं३ङ्गल्ल२ म्हणले जाते. मात्र हे विचार येण्याची नेमकी कारणे काय आहेत आणि यावरील उपाय काय हे जाणून घेऊयात.

एखाद्याच्या मनात आत्महत्येचे विचार येत असल्याची लक्षण कोणती आहेत ?

- सतत मृत्यूचा विचार करणे. आपण कोणत्या पद्धतीने आत्महत्या करू शकतो याचा विचार करत राहणं.
- मित्र-मैत्रिणी , कुटुंब यांच्यापासून सतत वेगळ राहणं.
- अचानकच वागण्यात बदल होणे.
- मरण्याविषयी बोलणे, लिहिणे तसेच सारखा तोच विचार करणे.
- कायम अस्वस्थ वाटत राहणे
- इतरांवर चिडचिड करणे
- सततच्या चुकीच्या वागण्यामुळे दारू आणि ड्रगचे प्रमाण वाढते.
- ज्या गोष्टीत आनंद वाटत होता, आता त्या गोष्टीत रस नसणं.
- भविष्याबद्दल निगेटिव्ह कल्पना.
- छोट्या छोट्या गोष्टी मनाला लावून घेणे
- सर्वांमध्ये असूनही आपण त्यांच्यामध्ये नाही असे वाटणे

हे उपाय करा

- व्यायाम, योग, सकस जेवण
- नात्यांमध्ये सुसंवाद असावा
- एकमेकांच्या भावना समजावून घेण्याचा प्रयत्न करायला हवा
- किमान तीन-चार मित्र/मैत्रिणी असे असावेत, की ज्यांच्याजवळ मनातील भावना व्यक्त करता येतील
- आवडत्या व्यक्तीची भेट घ्यावी
- स्वतःला वेळ द्या, स्वतःशी बोला
- दिवसातून थोडा वेळ स्वतःसोबत घालवा
- आपण नक्की काय करतो, कसे वागतो, का वागतो, आपली ध्येय, स्वप्ने, आपली संगत यांचा विचार करा

आत्महत्येच्या विचारातून बाहेर येण्यासाठी सुसाइड हेल्पलाईनची मदत, समुपदेशन, सकारात्मक विचार आणि वैद्यकीय मदत हे मार्ग आहेत. तर गंभीर प्रकरणात इलेक्ट्रोकन्वल्सिव्ह थेरपी अत्यंत उपयुक्त आहे.

अलौकिक पराक्रमाचे स्मरण

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

पाकिस्तानच्या नेत्या बेनझीर भुट्टो यांनी पाकिस्तानी सैन्याविषयी जाहीरपणे कुजकट टोमणा मारत म्हटले होते ह्यहे सैन्य फक्त आपल्या देशबांधवांशीच लढू शकते.ह्ण या टोमण्याला पार्श्वभूमी होती, भारतीय सैन्याने १९८४मध्ये लष्करी महत्त्व असलेल्या सियाचिनचा सर्व प्रदेश भारतीय अंमलाखाली आणला त्याची. पुढे १९८७मध्ये भारताने येथील २२,००० फूट उंचीवर पाकिस्तानी लष्कराने उभारलेले ठाणे अभूतपूर्व पराक्रम करून काबीज केले, तेव्हाही भुट्टो यांनी हेच उद्गार परत काढले. लेफ्टनंट जनरल रमेश कुलकर्णी आणि अंजली कर्पे लिखित सियाचिन १९८७ या पुस्तकाच्या प्रस्तावनेत निवृत्त सरसेनापती जनरल व्ही. पी. मलिक यांनी बेनझीर यांच्या उद्गारांचा संदर्भ दिला आहे.

सियाचिन १९८७ आपल्याला गोष्ट सांगते, तरणाबांड सेकंड लेफ्टनंट राजीव पांडे आणि त्याच्या तीन सहकाऱ्यांची. त्या चौघांनी पाकिस्तानी कैद पोस्टची रेकी करण्यासाठी बलिदान दिले. त्यानंतर कैद पोस्ट काबीज झाले. पाकिस्तानचे निमार्ते कायदे आझम मोहम्मदअली जीना यांच्या नावे पाकिस्तानने या चौकीचे नाव कैद ठेवले होते. या चौकीवरून भारताच्या सोनम आणि कुमार या पोस्टना लक्ष्य करता येत होते. ही पोस्ट अतिशय उंच अशा बर्फाच्या भिंतीपलीकडे होती. ही बफार्ची भिंत चढून राजीव आणि त्याचे सहकारी अधिक माहिती मिळवण्यासाठी थोडे जवळ गेले आणि पाकिस्तानी जवानांच्या गोळीबाराला बळी पडले. त्यानंतर नायब सुभेदार बानासिंग आणि त्यांच्या सहकाऱ्यांनी अतुलनीय शौर्य गाजवून २२,००० फूट उंचीवरील कैद पोस्ट काबीज केली. त्यावेळी लेफ्टनंट राजीव पांडे यांची स्मृती जागवण्यासाठी या मोहिमेचे नाव ऑपरेशन राजीव ठेवले होते. सुभेदार बानासिंगच्या कामगिरीचा गौरव करण्यासाठी कैद पोस्ट चे नव्याने नाव ठेवण्यात आले होते बानाटॉप. पाकिस्तानी सैन्याने सप्टेंबर १९८७मध्ये मोठ्या संख्येने सोनम व कुमार ठाण्यांवर हल्ला केला. त्यांचा उद्देश बिलाफॉन्ड आणि त्यांनी मे महिन्यात गमावलेली कैद पोस्ट काबीज करण्याचा होता. मात्र भारतीय सैन्याने कडवट प्रतिकार करत हा हल्ला उधळून लावला. या मोहिमेचे नाव होते ऑपरेशन वज्रशक्ती .

लेफ्टनंट जनरल कुलकर्णी यांनी या सगळ्या घटनांची विस्तृत माहिती दिली आहे. कुलकर्णी यांनी ३७ वर्षांच्या कारकिर्दीत अनेक पदे भूषवली. सियाचिन क्षेत्रात १९८७मध्ये २८ इन्फन्ट्री डिव्हिजनचा पदभार त्यांनी २२ महिने सांभाळला. त्यावेळी ते मेजर जनरल होते. त्यांचे क्षेत्र होते पश्चिमेला झोझिला तसेच संपूर्ण सियाचिन ते काराकोरम पास. या अतिशीत प्रदेशातले तापमान दिवसा उणे १० अंश सेल्सिअस, तर रात्री उणे ६० अंश सेल्सिअस असते. या तापमानात जवानांना येथे तीन ते सहा महिने कर्तव्य बजावायचे असते. हिमदंश, हिमस्खलनानेही जवान जीव गमावतात. लेखकाने याचे विस्तृत वर्णन केले आहे.

या प्रदेशातला जवानांचा सहा महिन्यांचा कार्यकाळ थोडा कमी कष्टप्रद व्हावा, त्यांना चांगले बूट, मोजे, आईस गॉगल्स, स्टोव्ह, रॉकेल, युनिफॉर्म, शरीर तंदुरुस्त ठेवणारा आहार याची व्यवस्था त्यांनी केली. या सुधारणा घडविण्यात त्यांना संरक्षण खात्यातल्या नोकरशहांशी लढावे लागले. त्यावेळचे संरक्षण मंत्री शिवराज पाटील यांनी या तळांना भेट दिली, तेव्हा कुलकर्णींनी सैनिकांची दुरवस्था त्यांच्या निदर्शनास आणून दिली. त्यानंतर संरक्षण मंत्र्यांनी नोकरशहांना मदतीचे लेखी आदेश दिले. याशिवाय, एअर मार्शल एम. एम. सिंग, लेफ्टनंट जनरल अशोक हांडू, त्यावेळचे चीफ ऑफ आर्मी स्टाफ जनरल सुंदरजी यांची छोटी शब्दचित्रे, त्यांची स्वभाव वैशिष्ट्येही ते सांगतात.

१९८७मध्ये पाकिस्तानी फौजांचे आक्रमण म्हणजे अघोषित युद्धच होते. या युद्धात पाकिस्तानी स्पेशल सर्व्हिस ग्रुपची एक संपूर्ण कमांडो बटालियन नष्ट झाली. राष्ट्राच्या सार्वभौमतेला पाकिस्तानने दिलेले आव्हान २८ इन्फन्ट्री डिव्हिजनने परतवून लावले, हा सर्व इतिहास सामान्य नागरिकांपर्यंत पोहचवणे महत्त्वपूर्ण वाटल्याचे लेखकाने म्हटले आहे. तसेच, नेहमीच प्रश्न पडतात की सर्वंकष युद्धे नसते, तेव्हा सैन्यदले करतात तरी काय? याचे उत्तर हे पुस्तक देते. तर ज्येष्ठ गियारोहक हरीष कापाडिया यांनी करून दिलेला सियाचिनचा गियारोहकांच्या दृष्टीतून तसेच या बर्फाच्छादित भूभागाचे लष्करी महत्त्व कथन करणारा परिचय वाचकांची उत्सुकता वाढवतो.

अधिकस्य अधिकं मरणम..

आपल्या सकल राष्ट्रीय उत्पन्नातला एक-दीड टक्के वाटा आपण या अपघातांत व्यर्थ गमावतो, ही सर्व काही आकारात, शक्तीत मोजण्याची सवय लागलेल्या समाजाची परिणती..

नुसते महामार्ग उभारून चालत नाही. त्या महामार्गावरून वाहन चालवायचे कसे, याचे शिक्षण द्यावे लागते. नुसते मोबाइल फोन आणि मोफत डेटा देऊन भागत नाही. इतरांच्या हक्कांवर बाधा न येता हे नवे खेळणे वापरायचे कसे याचे धडे द्यावे लागतात. नुसती प्रखर दिव्यांची निर्मिती करून भागत नाही. इतरांच्या ह्यडोळ्यावर येणार नाहीह्ण अशा बेताने आपले दिवे पाजळायचे कसे हे दाखवून द्यावे लागते. अशी अनेक उदाहरणे नमूद करता येतील. ही अशी सभ्यतेची, नियमाधारित जगण्याची संस्कृती निर्माण करण्याकडे दुर्लक्ष केले की काय होते याचे जीवघेणे उदाहरण म्हणजे केंद्र सरकारच्याच वाहतूक मंत्रालयाने प्रसृत केलेला ताजा अहवाल. तो देशात गेल्या वर्षभरात झालेल्या अपघातांविषयी आहे. त्याबाबत ऊहापोह करण्याआधी काही मुद्दे लक्षात घेणे आवश्यक. यातील बहुसंख्य अपघात हे टाळता येण्याजोग्या वर्गातले आहेत. म्हणजे वाहन चालवणाऱ्यांची डोकी ताळ्यावर असती तर हे अपघात घडले नसते. त्यातही सर्वाधिक अपघात आहेत ते दुचाकींचे. ज्या देशात हेल्मेट ही दुचाकी चालवणाऱ्यापेक्षा वाहतूक पोलिसास टाळण्याची गरज बनते, त्या देशात अधिकाधिक दुचाकीस्वार रस्त्यांवर प्राण सोडत असतील तर त्यात आश्चर्य नाही. जगातील एकूण वाहनांतील दोन टक्के वाहनेही भारतीय रस्त्यांवर नाहीत. पण ही दोन टक्के वाहने जगातील साधारण ११ टक्के अपघात घडवतात या वास्तवाची लाज वाटून घेण्याइतपत शहाणपण आपल्याकडे अद्याप शिल्लक आहे का? याच्या उत्तरार्थ पुढील तपशील.

तो हादरवून टाकणारा आहे. अलीकडल्या काळातील कोणत्याही युद्धात मृत्युमुखी पडले नसतील इतके प्राण गेल्या वर्षांत आपल्या रस्त्यांवर गेले. ही संख्या किती असावी? तर एक लाख ६८ हजार ४९१, म्हणजे साधारण पावणेदोन लाख लोकांचे जीव या अपघातांमध्ये गेले. अपघातांची संख्या चार लाख ६० हजारांहून अधिक. या मृतांच्या बरोबरीने अपघातात जखमी झालेल्यांची संख्या आहे चार लाख ४३ हजार ३६६. त्याआधीच्या, म्हणजे २०२१ या, वर्षापेक्षा, गेल्या वर्षांत अपघातांची संख्या १२ टक्क्यांनी वाढली, या अपघातात प्राण गेलेल्यांचे प्रमाण ९.४ टक्क्यांनी वाढले आणि त्याआधीच्या वर्षापेक्षा १५.३ टक्के अधिक जायबंदी झाले. यातून आपल्या ह्यप्रगतीह्णचा वेग दिसतो. अधिक महामार्ग बांधले, अधिक रस्ते बांधले, अधिक वाहने विकली आणि त्या जोडीने अधिकांचे जीवही रस्त्याने घेतले. यातील अनुक्रमे ३५ आणि ३३ टक्के अपघात एक्स्प्रेस वे आणि राष्ट्रीय महामार्ग यांवर झाले. या दोन गोष्टींवर केंद्र सरकारने गेल्या वर्षांत दोन लाख ७० हजार कोटी रुपये इतकी विक्रमी तरतूद केली. म्हणजे २.७ लाख कोटी रुपयांत १.७ लाख इतके जीव गेले.

आपल्या अर्थव्यवस्थेच्या वाढीचा वेग काही वर्षे सहा टक्क्यांच्या आसपास कुथतमाथत रेंगाळतो. या इतक्या रडक्या, पिचक्या वेगाच्या जिवावर २०४७ सालपर्यंत विकसित देशांत स्थान मिळवले जाणार असे नागरिकांस सांगितले जाते आणि अर्थसाक्षरतेपासून मैलोगणती दूर नागरिक ही लोणकढी ते गोड मानून घेतात. ते ठीक. पण अर्थविकास दोन आकडी वेग नोंदवू शकत नसताना अपघातांतली वाढ मात्र १२ टक्क्यांनी वाढते, या कर्मास काय म्हणायचे? हा वेग आपल्या रस्ते उभारणीच्या वेगाशी स्पर्धा करून त्यासही मागे टाकेल इतका. या अपघातांबाबत धक्कादायक बाब अशी की यातल्या तब्बल ७१ टक्के अपघातांमागे एकच एक कारण आहे. ते म्हणजे वेग. वाहनाच्या वेगावर नियंत्रण ठेवता न आल्याने आणि यंत्रणांना अशा वाहनचालकांस न रोखता आल्याने लाखभरांनी जीव गमावला. याच्या बरोबरीने चुकीच्या दिशेने वाहन रेटणे हेदेखील अनेकांचे (९०९४) जीव जाण्यामागील कारण असल्याचे अहवालातून दिसते. मद्य पिऊन गाडी चालवण्यातून ४,२०१, गाडी चालवताना मोबाइलवर बोलण्यातून ३,३९५, वाहतूक सिग्नल न पाळण्यातून १,४६२ इतके जीव आपण एका वर्षांत गमावत असू तर कोणत्या तोंडाने विकसित देशांच्या गटात आपला समावेश व्हावा असे आपल्याला वाटते? या अपघात मृत्यूंतील आणखी लाजिरवाणी बाब म्हणजे गेल्या वर्षांत ७४,८९७ इतके जण आपण केवळ दुचाकी अपघातात गमावले. यातही त्याआधीच्या म्हणजे २०२१ च्या पेक्षा आठ टक्क्यांची वाढ आपण नोंदवली. गेल्याच्या गेल्या वर्षी ६९,३८५ जण दुचाकी अपघातात गेले. गेल्या वर्षी जवळपास ७५ हजार. या मृत्यूंची कारणेही तशीच. सुरक्षा नियम धाब्यावर बसवणे आणि दुसऱ्या दुचाकीस्वारावर आदळणे. या दुचाकीस्वारांस त्यांच्या बेजबाबदार वर्तनाची सजा मिळाली असे म्हणता येईल. पण यात जवळपास सव्वा लाखभर पादचारी जायबंदी झाले, त्यांचे काय? भारतातील रस्त्यांवर चालावे लागते हीच त्यांची चूक?

या विक्रमी अपघाती मरणसत्रांत आघाडीवर आहे आपली राजधानी. दिल्लीतील अपघातांत १,४६१ जणांनी प्राण गमावला. दक्षिणेतील बेंगळूरु यात दुसऱ्या क्रमांकावर आहे पण या दोघांतील फरक जवळपास निम्मा आहे. कर्नाटकाच्या राजधानीत रस्त्यांवर ७७२ जणांना मुक्ती मिळाली. एक बेंगळूरु वगळता या पहिल्या पाचांत सर्व शहरे उत्तरदेशी आहेत, हे ओघाने आलेच. स्वच्छ शहराचा बहुमान मिळवणारे इंदूरही त्यात आहे. त्याच वेळी या रस्त्यावरच्या अपघातांवर नियंत्रण मिळवून ते कमी करणाऱ्या शहरांत पहिल्या क्रमांकावर चेन्नई ही तमिळनाडूची राजधानी आहे, ही बाबही तशी बोलकीच. या द्रविडी राज्याने अपघातांत त्याआधीच्या वर्षांच्या तुलनेत तब्बल ४९ टक्क्यांनी कपात करून दाखवली. हे असे अपघात कमी करणाऱ्या शहरांत मुंबईदेखील आहे. देशाच्या आर्थिक राजधानीतील अपघात कपात मात्र चार टक्के इतकीच आहे.

हा अहवाल असहायता आणि उद्विग्नता निर्माण करतो. याचे साधे कारण असे की वर्षभरात भारतवर्षांत १.६८ लाख जणांचे जीव केवळ रस्ते अपघातात जात असतील तर हे प्रमाण सरासरी दररोज ४६१ अपघाती मृत्यू इतके अतिरेकी भयंकर भरते. याची आणखी चिरफाड केली तर दर तासाला आपल्याकडे सरासरी १९ जण केवळ रस्ते अपघातात प्राण गमावतात हे लक्षात येऊन अस्वस्थतेत वाढच होते. यातील किती जणांच्या कुटुंबीयांकडे विमा असेल? जायबंदी झालेल्या किती जणांच्या कुटुंबास पर्यायी उत्पन्नस्रोत असतील? उपचारांच्या खचार्चे काय? यातील बहुसंख्य अपघाती मृत्यू हे १६ ते ६० या वयोगटातील आहेत. म्हणजे हे उत्पादक वय. या वयोगटातील इतके अपघातात जात असतील तर ते देशाचे केवढे मोठे आर्थिक नुकसान ठरते. आपल्या सकल राष्ट्रीय उत्पन्नातला एक-दीड टक्के वाटा आपण या अपघातांत व्यर्थ गमावतो, ही बाब किती भीषण!

सर्व काही आकारात, शक्तीत मोजण्याची सवय लागलेल्या समाजाची ही परिणती आहे. अधिक वेग, अधिक आवाज, अधिक प्रकाश, अधिक ताकद अशा बिनडोकी मानसिकतेच्या उन्मादात जगणारे आपल्या आसपास इतके प्रचंड संख्येने असताना अधिकस्य अधिकं फलमप्रमाणे मरणही अधिकच असणार. या अधिकाच्या शापातून मुक्त होण्याची गरज वाटते का, हा यातील प्रश्न.

युद्धाच्या भडक्याचे आर्थिक चटके

इस्त्राईल आणि पॅलेस्टाईन यांच्यात सुरु असलेल्या संघषार्चे व्यापक परिणाम जागतिक स्तरावर दिसू लागले आहेत. हे परिणाम भूराजकीय, आर्थिक तसेच पुरवठा साखळीबाबतचे आहेत. आंतरराष्ट्रीय स्तरावर सोन्याच्या दराने जोरदार उसळी घेतली आहे. भारतीय अर्थव्यवस्था आणि भांडवलबाजार यांच्यावर हळूहळू परिणाम होताना दिसत आहेत. इस्त्राईल-हमास युद्धाचा थेट फटका हा भारत, पश्चिम आशिया आणि युरोप यांच्यातील प्रस्तावित आर्थिक कॉरिडॉरला बसू शकतो.परकी गुंतवणुकीचे आव्हान भारतासमोर आहे. भारतीय शेअर बाजारात झालेली घसरण, जागतिक चलनवाढ, उच्च व्याजदर आणि पॅलेस्टाईन-इस्त्राईल युद्ध यामुळे परकी गुंतवणूकदारांची चिंता वाढली आहे. भारतीय भांडवली बाजारातून अनेक मोठया कंपन्यांनी सप्टेंबर २०२३ मध्ये १४ हजार ४६७ कोटी रुपये काढल्यानंतर, पाच गुंतवणूकदारांनी पुन्हा एकदा ऑक्टोबर २०२३ मध्ये १८०० कोटी रुपये काढले आहेत. अमेरिकन बॉण्ड्स मात्र पाच टक्क्यांहून अधिक देत आहेत. अशा परिस्थितीत गुंतवणूकदार सुरक्षित साधनांत गुंतवणूक करीत आहेत. भांडवल बाजारात सक्रिय असणाऱ्या गुंतवणूकदारांना आता शेअर बाजारापेक्षा सोन्यामधील गुंतवणूक महत्त्वाची वाटू लागली आहे. याचा जगभरातील शेअर बाजारांना फटका बसला आहे. तेलाचे वाढते दरः आखाती देशांकडून जगभरातील खनिज तेलाच्या पुरवठ्यापैकी एक तृतीयांश पुरवठा केला जातो. गेल्या काही दिवसांत कच्च्या तेलाचा दर वाढला आहे. त्याचा परिणाम पेट्रोल आणि डिझेलच्या किमतींवर होईल. हे युद्ध लांबल्यास इराणसारख्या तेलउत्पादक देशाला याची झळ बसून जगासमोर तेलसंकट निर्माण होऊ शकते. चलनवाढः तेलाचा दर वाढत चालल्यामुळे जगभरात चलनवाढ होण्याचा धोका आहे. अमेरिका, भारत आणि चीन या खनिज तेलाच्या बड्या आयातदार देशांपुढे हा धोका निर्माण होऊ शकतो. तसे झाल्यास भारतीय चलन डॉलरच्या तुलनेत घसरण्याची चिन्हे दिसत आहेत. अधिकोषाद्वारे व्याजदर वाढः अनेक देशांच्या मध्यवर्ती बँकांकडून चलनवाढ आटोक्यात ठेवण्यासाठी व्याजदरात वाढ केली जाऊ शकेल. असे झाल्यास ग्राहकांच्या खिशाला कात्री लागू शकते. याचा फटका सर्वसामान्य ग्राहक वगार्ला सोसावा लागला, तर त्याचे दूरगामी परिणाम येणाऱ्या निवडणुकांवर दिसून येतील. भारत हा इस्त्राईलचा एकूण दहावा सर्वात मोठा व्यापार भागीदार आहे आणि चीन आणि हाँगकाँगनंतर इस्त्राईलचा आशियातील तिसरा सर्वात मोठा व्यापार भागीदार आहे. दोन देशांमधील द्विपक्षीय व्यापार अलीकडेच अनेक क्षेत्रांमध्ये होत आहे. औषधनिर्मिती, कृषी, आयटी, दूरसंचार आणि सुरक्षा यांचा त्यात समावेश आहे. प्रगतसिंचन आणि जलव्यवस्थापन तंत्रज्ञान भारताला इस्त्राईलकडून मिळते. जलसिंचन, ठिबकसिंचन, हायड्रोपोनिक्स आणि रोबोटिक शेती, यंत्रे, मोती, हिरे आणि रत्ने यांची आयात भारत इस्त्राईलमधून करतो. यामध्ये व्यत्यय येऊ शकेल. भारतातून इस्त्राईलला प्राधान्याने पेट्रोलियमउत्पादने निर्यात केली जातात. ही उत्पादने एकूण निर्यातीच्या १.८ टक्के आहेत. युद्धामुळे या उत्पादनांच्या पुरवठ्यावर परिणाम होईल. इस्त्राईल भारताकडून सुमारे साडेपाच ते सहा अब्ज डॉलरची शुद्ध पेट्रोलियमउत्पादने खरेदी करतो. २०२३च्या सहामाहीमध्ये, इस्त्राईलला भारताची एकूण निर्यात ८.४ अब्ज डॉलर होती. इराणसारख्या देशांमुळे भूराजकीय चिंता वाढू शकेल. संपूर्ण आखातात अशांत वातावरण तयार होऊ शकेल. यामुळे ओपेक राष्ट्र या अशांततेला बळी पडतील. ज्यामुळे त्याचे संपूर्ण जगावर दूरगामी परिणाम होतील. गुंतवणूकदारांनी अधिक सावध पावले टाकणे आवश्यक आहे. दीर्घकाळ गुंतवणूक करणाऱ्यांसाठी समभाग खरेदीची संधी चालून येणार आहे. युद्धाचे सावट गडद होत असल्याने सोन्याकडे जागतिक बाजाराचा ओढा वाढला आहे. या युद्धामुळे एकूणच भारताच्या आयात-निर्यातीवर परिणाम होणार असून, त्यामुळे हिऱ्यांच्या दागिन्यांच्या व्यवसायावर परिणाम होणार आहे. संघर्ष बराच काळ सुरू राहिल्यास टेक कंपन्या त्यांची ठिकाणे बदलू शकतात. इंटेल, मायक्रोसॉफ्ट आणि गुगलसह ५०० हून अधिक जागतिक कंपन्यांची इस्त्राईलमध्ये कार्यालये आहेत. इस्त्राईल आणि हमास यांच्यातील युद्धामुळे या कंपन्या आपले कामकाज इस्त्राईलमधून भारतात हलवू शकतात. जागतिक व्यापार परिसंस्थेशी सखोलपणे एकमेकांशी जोडलेले राष्ट्र म्हणून, भारताने परिस्थितीचे बारकाईने निरीक्षण केले पाहिजे आणि विकसित होत असलेल्या आर्थिक परिदृश्याशी सक्रियपणे जुळवून घेतले पाहिजे. देशाचे आर्थिक स्थैर्य आणि वाढ सुनिश्चित करण्यासाठी धोरणकर्ते, व्यावसायिक आणि नागरिक या बदलत्या गतिशीलतेला कशाप्रकारे प्रतिसाद देतात हे पाहावे लागेल.

राजधानी दिल्ली : दिल्लीचा श्वास घुसमटला !

प्रदूषणामुळे दिल्लीतील शाळा बंद करायची वेळ दरवर्षी साधारणपणे जानेवारीमध्ये येते, असा अनुभव आहे. यावेळी मात्र दिल्लीच्या प्रदूषणाने महिनाभर आधीच रौद्र रूप दाखवले आहे. मागचा आठवडा दिल्लीतील वायू गुणवत्ता निदेर्शांक ५०० ते ९९० पर्यंत आहे. ही आरोग्यासाठी अतिधोकादायक श्रेणी असते. प्रदूषण आटोक्यात आणता येत नसेल तर विस्फोटके टाकून सर्वांना मारून टाका , अशा कठोर शब्दांत सर्वोच्च न्यायालयाने दिल्लीतील प्रदूषणाबाबत सरकारला सुनावले होते. त्याचे पुढे काय झाले? निव्वळ सत्तेसाठी हपापलेले राज्यकर्ते सर्वसामान्य लोकांना वेठीस धरतात आणि त्यांच्या आरोग्याचा खेळ मांडतात, तेव्हा कोणालाच संताप कसा येत नाही? दिल्लीतील प्रदूषणामुळे इथल्या शाळा बंद करायची वेळ आली आहे. प्रदूषणामुळे दिल्लीतील लोकांचे आयुष्य दहा वर्षांनी कमी होत असल्याचे ताजे अहवाल आहेत. मोकळा श्वास घेण्यासाठीचे धोरण कायम नस्तीबंदच राहिले. केंद्र आणि राज्य सरकारमधील आपसातील पराकोटीच्या द्वेषामुळे दिल्लीचे गॅस चेंबर झाले आहे. इथल्या सव्वादोन कोटी लोकांना दररोज विषारी हवा घ्यावी लागते. त्यातले असंख्य लोक मृत्यूच्या दाढेत जातील. जीवघेण्या प्रदूषणाविरोधात आज जनआंदोलन उभारले गेले नाही, तर उद्याच्या पिढ्यांना त्याची किंमत मोजावी लागेल. दिल्लीतील प्रदूषणावर गंभीर मंथनाचा हा काळ आहे. दरवर्षी नोव्हेंबर ते जानेवारीपर्यंत चालणाऱ्या प्रदूषणाच्या तिमाही परीक्षेला संगळ्यांनाच सामोरे जावे लागते. जागतिक आरोग्य संघटनेने दिल्लीत गर्भपात, तणाव व मानसिक आजारपणात वाढ झाल्याचे नोंदवले आहे. याआधी प्रदूषणामुळे दिल्लीतील शाळा बंद करायची वेळ डिसेंबर, जानेवारीमध्ये यायची. यावेळी महिनाभर आधीच दिल्लीच्या प्रदूषणाने रौद्र रूप दाखवले आहे. मागचा आठवडा दिल्लीतील वायू गुणवत्ता निदेर्शांक ५०० ते ९९०पर्यंत आहे. ही आरोग्यासाठी अतिधोकादायक श्रेणी आहे. दिल्लीला घेरलेल्या हरयाणा, पंजाब, राजस्थान, उत्तरप्रदेश या राज्यात धानाची पराळी जाळल्यामुळे हे प्रदूषण वाढत असल्याचे निष्कर्ष आहेत. या राज्यांमध्ये भाजप, कॉंग्रेस आणि आम आदमी पाटीर्चे सरकार आहे. प्रदूषणावर तोडगा काढण्यापेक्षा आपसातील कट-कारस्थानात त्यांचा वेळ निघून जातो. त्यात केंद्राच्या निष्क्रियतेची भर पडली आहे. पंजाब आणि हरयाणा या राज्यात पराळी जाळण्यात येतात. त्याचे प्रमाण प्रचंड वाढले आहे. प्रश्न शेतकऱ्यांचा असल्याने त्यातही मतांचे राजकारण आडवे येते. दाखवण्यापुरते गुन्हे नोंदविले जातात. पुढे काहीच होत नाही. याच आठवड्यात दिवाळी आहे. दिल्लीत फटाके फोडायला आणि विकायला बंदी आहे. परंतु केजरीवाल सरकार हिंदूंच्याच आनंदोत्सवावर विरजण घालतात, म्हणून पुन्हा जोरात फटाके उडविले जातात. धर्म आडवा आणणाऱ्या राजकारण्यांना सर्वसामान्य जनतेने आडवे करायची ही वेळ आहे. या आठवड्यात जे अहवाल आलेत, त्यात हवेतील प्रदूषण हे किमान ३० सिगारेटच्या धुरापेक्षा अधिक आहे. लहान मुलांपासून वृद्धांपर्यंत कोणीही यातून सुटू शकत नाही. धुरक्यामुळे दिवसाही कमी दृश्यमानतेचा सामना दिल्लीकरांना करावा लागतो आहे. २.५ मायक्रोमीटरपेक्षा कमी व्यासाचे प्रदूषक कण फुफ्फुसात आणि रक्तप्रवाहात प्रवेश करतात, त्यामुळे सर्वात गंभीर परिणाम फुफ्फुस आणि हृदयावर होतात. दिल्लीतील हजारो

लोक खोकला आणि श्वसननलिकेच्या आजाराने ग्रस्त आहेत. दिल्ली प्रदूषणमुक्त करण्यासाठी मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल यांनी कनॉट प्लेसमध्ये अमेरिकेचे संशोधन असलेला देशातील पहिला स्मॉग टॉवर लावला. त्यालाही आता दोन वर्षे झाली. हा टॉवर बंद आहे. बंद पडण्याचा संबंध राज्य सरकारचे अधिकार नायब राज्यपालांकडे असल्याशी जोडण्यात येत आहे. या स्मॉग टॉवरची उंची जमिनीपासून २४.२ मीटर आहे. स्मॉग टॉवरचे क्षेत्रफळ ७८४.५ चौरस मीटर आहे. आरसीसी आणि स्टील स्ट्रक्चरच्या बनलेल्या या टॉवरला ४० पंखे आहेत. ९६० आरपीएम पंख्याची गती असेल. फॅनचा आउटलेट वेग १६.१ मीटर प्रतिसेकंद आहे. फिल्टरची संख्या पाच हजार आहे. ईएसएसची क्षमता १२५० केव्हीए आहे. २५ क्यूबिक मीटर प्रतिसेकंद हवेचा प्रवाही दर असलेला हा पहिलाच प्रयत्न होणार होता. एक किलोमीटरच्या परिघातील हवा खेचण्याची आणि खाली बसवलेल्या पंख्यांमधून एक हजार घनमीटर प्रतिसेकंद शुद्ध हवा बाहेर फेकण्याची क्षमता आहे. आयआयटी दिल्ली आणि आयआयटी मुंबईचे तज्ज्ञ या डेटाचे विश्लेषण करणार होते. हा प्रयोग प्रभावी ठरला, तर असे ह्यस्मॉग टॉवरह्ण संपूर्ण दिल्लीत बसवण्याची योजना होती. या एकाच टॉवरसाठी दिल्ली सरकारने २३.६३ कोटी रुपये खर्च केले. परंतु केवळ दोन कोटी रुपये न भरल्याने हा टॉवर बंद आहे. स्मॉग टॉवर सुरू करण्यात केंद्र सरकारचा अडसर असल्याचा आरोप दिल्लीचे पर्यावरण मंत्री गोपाल राय करीत आहे. या दोघांच्याही राजकारणाचा सूड दिल्लीकरांवर उगवल्या जातो, हे दृष्टीआड करायचे का? संसदेच्या हिवाळी अधिवेशनाला देशभरातील खासदार दिल्लीत असतात. त्या सगळ्यांनाच प्रदूषणाचा सामना करावा लागतो. तेव्हा खासदारांना त्यांच्या कर्तव्याची जाणीव होते. मग प्रदूषणावर सरकारला हमखास प्रश्न विचारला जातो. सरकारकडे यादी तयारच आहे. दिल्लीचे नाव कायम पहिल्या क्रमांकावर असते. सोबत देशातील सव्वाशे शहरांची नावे दिली जातात. त्यात उत्तरप्रदेशमध्ये १६, पश्चिम बंगालमध्ये सात, उत्तराखंड तीन, मध्यप्रदेश सहा, पंजाब नऊ, गुजरात तीन, आंध्र प्रदेशातील १३ शहरांची नावे हमखास असतातच. महाराष्ट्रात विषारी शहरांच्या यादीत चंद्रपूर, पुणे, अकोला, अमरावती, औरंगाबाद, जळगाव, जालना, कोल्हापूर, लातुर, मुंबई, नवी मुंबई, नाशिक, नागपूर, सांगली, सोलापूर, ठाणे, उल्हासनगर आदींचा समावेश असतो. राष्ट्रीय स्वच्छ वायु कार्यक्रमह्ण ही राष्ट्रीय स्तरावरील रणनीती आहे, जी केंद्रीय पर्यावरण, वन आणि हवामान बदल मंत्रालयाने २०१९ मध्ये सुरू केली. नॅशनल क्लीन एअर प्रोग्राम ने देशभरातील १३२ देखभाल न करणारी शहरे ओळखली आहेत. परंतु इथे कोणत्याही सुधारणा झाल्या नाहीत. केंद्रीय परिवहन मंत्री नितीन गडकरी हे प्रदूषणाविषयी अत्यंत संवेदनशील आहेत. त्यांनी वाहनांना प्रदूषण नियंत्रण प्रमाणपत्र (पीयूसी) नसल्यास १० हजार रुपये दंड, सहा महिने तुरुंगवास अशा कठोर तरतुदी समाविष्ट केल्या आहेत. हे आदेश आल्यानंतर गडकरींच्या दिल्लीतील खासगी वाहनाचे पीयूसी प्रमाणपत्र एकाच दिवशी पुणे, नागपूर आणि चंद्रपूर येथून काढण्यात आले. त्यामुळे गडकरींचा हा कार्यक्रम प्रदूषण कमी करण्याचा की वाहनचालकांवर दंड ठोठावून खिसे कापण्याचा होता, अशी टीका झाली. सर्वोच्च न्यायालयाचा संताप! दिल्लीत वाहनांच्या प्रदूषणाचीही भर पडते. राजाश्रयाने उद्योगाचे अशुद्ध पाणी थेट यमुनेमध्ये सोडले जाते. याआधी सर्वोच्च न्यायालयाने प्रदूषणावर नियंत्रण मिळविण्यात अपयशी ठरल्याबद्दल दिल्लीसह पंजाब, हरियाणा आणि उत्तर प्रदेश सरकारला नागरिकांची नुकसान भरपाई करण्याची तंबी दिली. सर्वसामान्य नागरिकांच्या आयुष्याशी असा खेळ तुम्ही कसा काय करू शकता? हे अंतर्गत युद्धापेक्षाही भयंकर नाही का, असा संतप्त सवाल करून, त्यापेक्षा विस्फोटके टाकून सर्वांना मारून टाका , या शब्दांत सर्वोच्च न्यायालयाने पंजाब व हरियाणा सरकारला फटकारले होते. प्रदूषणाचा विळखा भारतालाच आहे असे नाही. अन्य देशांपुढेही हा विषय आहे. परंतु त्यांच्याकडे कालबद्ध कृतिकार्यक्रम असतो. पॅरिसमध्ये आठवड्याच्या शेवटी खासगी कार चालविण्यास बंदी घालण्यात आली होती. ऑड-इव्हन चा प्रयोग करण्यात आला. सार्वजनिक वाहतूक मोफत करण्यात आली. नेदरलँडमध्ये पेट्रोल आणि डिझेलच्या कार विकण्यावर बंदी घातली गेली. २०२५ पर्यंत इलेक्ट्रिक हायड्रोजनच्या गाड्या चालवण्याचा फतवा आहे. जर्मनीमध्ये फ्रिबर्ग शहरात अत्यंत स्वस्त सार्वजनिक वाहतूक उपलब्ध करून देण्यात आली आहे. कोपेनहेगमध्ये कारपेक्षा सायकलला अधिक महत्त्व दिले गेले. भारतात आणि विशेषतः दिल्लीत हे का होऊ शकत नाही? दिल्लीत माणसांची गर्दी झाली आहे. नोकरीसाठी दिल्लीत येणाऱ्यांनी गांभीयार्ने विचार करण्याची गरज आहे.

ग्रामपंचायत निवडणूक निकालाची रणधुमाळी; सर्वच राजकीय पक्षांचा 'नंबर वन'चा दावा

मुंबई : ग्रामपंचायत निवडणूक राजकीय पक्षांच्या निवडणूक चिन्हावर लढवली जात नसतानाही भाजपसह काँग्रेस, राष्ट्रवादी काँग्रेस (अजित पवार गट) आणि मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या नेतृत्वाखालील शिवसेनेने आपल्याच पक्षाला निवडणुकीत घवघवीत यश मिळाल्याचा दावा सोमवारी (6 नोव्हेंबर) केला. काँग्रेसने एकूण 721 ग्रामपंचायती जिंकल्याचा आणि महाविकास आघाडीने एकूण 1 हजार 312 ग्रामपंचायतीत विजय मिळवत राज्यात आघाडी घेतल्याचा दावा केला आहे. तर भाजपने आतापर्यंत हा सर्वाधिक जागा जिंकल्याचे सांगत अनेक ग्रामपंचायत निवडणुकीत पक्ष पुढे असल्याचे भाजपने सांगितले. अजित पवार यांच्या गटाने पुणे जिल्ह्यासह पश्चिम महाराष्ट्रात ग्रामपंचायत निवडणुकीत दमदार यश मिळाल्याचा दावा केला आहे. या दाव्या प्रतिदाव्यांमुळे राजकीय कार्यकर्त्यांमध्ये कमालीचा गोंधळ आहे. राज्यातील 2 हजार 359 ग्रामपंचायतींच्या 2 हजार 950 जागांसाठी रविवारी (5 नोव्हेंबर) निवडणूक पार पडली. या निवडणुकीची मतमोजणी सोमवारी होऊन निकाल जाहीर झाले. मतमोजणीला सुरुवात होताच सर्वप्रथम भाजपने यशाचे दावे केले. दुपारी बारा वाजेपर्यंत जाहीर झालेल्या निकालावरून 210 ग्रामपंचायती जिंकत भाजपच नंबर एकचा पक्ष ठरला आहे, असे पक्षाचे मुख्य प्रवक्ते केशव उपाध्ये म्हणाले. महायुती सरकारच्या विकास कार्यावर मतदार समाधानी असून मतदारांनी सरकारवर विश्वास दाखवत 723 पैकी तब्बल 441 ठिकाणी महायुतीला विजय मिळवून दिला आहे, असा दावा त्यांनी केला. त्याचवेळी हाती आलेल्या 723 जागांच्या निकालांमध्ये भाजपला 210 जागी, अजित पवार गटाला 121 जागांवर तर शिंदे गटाला 110 जागांवर विजय प्राप्त झाला आहे. तर दुसरीकडे महाविकास आघाडीतील शरद पवार गटाला 65 ठिकाणी, काँग्रेसला 51 ठिकाणी तर उद्धव टाकरे गटाला जेमतेम 34 ठिकाणी यश मिळाल्याचे उपाध्ये यांनी सांगितले.

काँग्रेसचे प्रदेशाध्यक्ष नाना पटोले यांनी आज पत्रकार परिषद घेऊन यशाचा दावा केला. काँग्रेसने आतापर्यंत 589 ग्रामपंचायतीवर विजयी झेंडा फडकवला आहे. तर 132 ग्रामपंचायतीत काँग्रेस विचारांच्या स्थानिक आघाडीने विजय मिळवत एकूण 721 ग्रामपंचायती जिंकल्या आहेत. महाविकास आघाडीने एकूण 1 हजार 312 ग्रामपंचायतीत विजय मिळवत राज्यात आघाडी घेतली आहे. भाजपने केलेले दावे साफ खोटे असून हिम्मत असेल तर भाजपने स्थानिक स्वराज्य संस्थेच्या निवडणुका घ्याव्यात, असे आव्हान पटोले यांनी यावेळी दिले.

ग्रामपंचायत निवडणुका चिन्हावर लढल्या जात नाहीत. त्यांनी दिलेले आकडे हे खोटे आहेत. त्यांनी ग्रामपंचातींच्या नावासह यादी जाहीर करावी मग कळेल जनतेने कोणाच्या बाजूने निकाल दिला आहे. ग्रामपंचायत निवडणुकीतही राज्यातील जनतेने भाजपला त्यांची जागा दाखवून दिलेली आहे. पण ह्यखोटे बोल पण रेटून बोलह्ण अशा पद्धतीने ते विजयाचा खोटा दावा करत आहेत. नागपूर जिल्ह्यात भाजपचा सुपडासाफ झाला आहे, असा दावा नाना पटोले यांनी केला. तर आम्ही घेतलेल्या निर्णयावर प्रश्नचिन्ह निर्माण केले गेले होते. मात्र ग्रामपंचायत निवडणूक निकालावरून उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांनी घेतलेल्या निर्णयाला जनतेनेच योग्य ठरवले आहे, अशा शब्दात राष्ट्रवादी काँग्रेसचे प्रदेशाध्यक्ष खासदार सुनील तटकरे यांनी ग्रामपंचायत निवडणुकीत आपल्या पक्षाला यश मिळाल्याचा दावा केला.

भाजपा नंबर वन, मविआपेक्षा जास्त जागा जिंकल्या!

मुंबई : राज्यातील 2 हजार 359 ग्रामपंचायत निवडणुकांचे निकाल आज, सोमवारी जाहीर झाले. महायुतीने 1372 जागा जिंकल्या असून महाविकास आघाडीला 638 ठिकाणी विजय मिळाला आहे. यात भाजपाने क्रमांक एकचा पक्ष ठरला असून त्याने महाविकास आघाडीपेक्षा जास्त जागा जिंकल्या आहेत. ह्यपंचायत टू पार्लमेंटह्ण केवळ आणि केवळ आणि चप्पा-चप्पा भाजपा आहे, अशी प्रतिक्रिया भाजपाचे ज्येष्ठ नेते आणि राज्याचे उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी दिली आहे. राज्यातील 2 हजार 359 ग्रामपंचायतींच्या 2 हजार 950 जागांसाठी रविवारी (5 नोव्हेंबर) मतदान पार पडले. मतदानावेळी कुठे उत्साह तर कुठे निरुत्साह दिसला. राज्यात अंदाजे 74 टक्के मतदान झाले. राष्ट्रवादी काँग्रेसमध्ये उभी फूट पडल्यानंतर राज्यातील राजकारणात मोठी उलथापालथ झाली. त्यानंतरची ही पहिलीच निवडणूक आहे. शिवाय, आता लोकसभा निवडणुकांचे वेधही सर्व पक्षांना लागले आहेत. त्यामुळे या निवडणुकीकडे सर्वांचेच लक्ष होते. सोमवारी सायंकाळी उशिरापर्यंत सर्वच ग्रामपंचायत निवडणुकांचे निकाल हाती आले. त्यानुसार महायुतीने 1372 जागा जिंकून आपला वरचष्मा कायम ठेवला आहे. त्यात भाजपाला सर्वाधिक 717 जागा, राष्ट्रवादी काँग्रेसमधील अजित पवार गटाला 382 तर, मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या शिवसेनेला 273 ठिकाणी विजय मिळाला आहे. दुसरीकडे, महाविकास आघाडीकडे 638 जागा मिळविता आल्या. त्यात काँग्रेसला 293, राष्ट्रवादी काँग्रेस 205 आणि शिवसेना उद्धव बाळासाहेब ठाकरे पक्षाला 140 ग्रामपंचायती मिळाल्या. याशिवाय, इतरांना 349 जागा मिळाल्या. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या नेतृत्वात आणि भाजपाध्यक्ष जे. पी. नड्डा यांच्या मार्गदर्शनात भाजपाची संपूर्ण देशात यशस्वी घौडदौड सुरू आहे. ह्यपंचायत टू पार्लमेंटह्ण केवळ आणि केवळ आणि चप्पा-चप्पा भाजपा आहे. राज्यातील महायुती सरकारच्या कामगिरीला सुद्धा हा राज्यातील जनतेने दिलेला सुस्पष्ट कौल आहे, अशी प्रतिक्रिया उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी दिली आहे. राज्यातील जनतेवर त्यांच्या सरकारच्या काळात अतोनात सूड उगविर्णाया महाविकास आघाडीच्या तिन्ही पक्षांची बेरीज केली तरी त्याच्यापेक्षा जास्त यश एकट्या भाजपाला मिळाले आहे. या विजयासाठी अहोरात्र परिश्रम करणार्या भाजपाच्या सर्व कार्यकर्त्यांचे मी अतिशय मनापासून अभिनंदन करतो, असेही त्यांनी म्हटले आहे.

किरकोळ वादातून एकाची हत्या

ठाणे : कळवा येथील महात्मा फुले नगर भागात रविवारी रात्री किरकोळ वादातून एका तरूणाची दोन अल्पवयीन मुलांनी हत्या केल्याचा प्रकार समोर आला आहे. आकाश निकाळजे (२३) असे मृताचे नाव असून याप्रकरणी कळवा पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. महात्मा फुले नगर परिसरात आकाश निकाळजे राहतो. नवरात्रौत्सवात त्याचे याच परिसरातील एका १६ वर्षीय मुलासोबत वाद झाले होते. रविवारी रात्री याच कारणावरून पुन्हा दोघांमध्ये वाद झाले. त्यानंतर त्या अल्पवयीन मुलाने त्याच्या एका १७ वर्षीय मित्राला त्याठिकाणी बोलावले. त्याचा मित्र हातात चाकू घेऊन आला. त्याने आकाश याच्यावर चाकू हल्ला केला. यात आकाश याचा मृत्यू झाला. याप्रकरणी कळवा पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पोलिसांनी दोन्ही अल्पवयीन मुलांना ताब्यात घेतले आहे.

मजुराच्या अवयवदानातून एकाला जीवदान; दोघांना मिळणार दृष्टी

नागपूर - जुना बगडगंज येथे घराचे बांधकाम करत असताना दुसऱ्या माळ्यावरून कोसळल्याने मजुराच्या मेंदूपेशी मृत झाल्या. त्यांच्या कुटुंबीयांच्या परवानगीनंतर एका ६४ वर्षीय ज्येष्ठ नागरिकात यकृताचे प्रत्यारोपण करीत जीवनदान देण्यात आले. तर नेत्रगोलांमुळे दोघांच्या अंधारल्या जीवनात प्रकाशपेरणी शक्य होणार आहे. राकेश बारसागडे असे मेंदूपेशी मृत झाल्यानंतर अनंताच्या प्रवासाला निघालेल्या मजुराचे नाव आहे. राकेश हे हातमजुरीची कामे करीत होते. दोन दिवसांपूर्वी बांधकाम करीत असताना अचानक त्यांचा तोल गेला आणि ते दुसऱ्या माळ्यावरून खाली कोसळले. त्यांच्या डोक्याला गंभीर दुखापत झाली. नातेवाईकांनी लगेच शासकीय वैद्यकीय महाविद्यालयमधील ट्रॉमा केअर सेंटर येथे त्यांना दाखल केले. सर्व उपचार केल्यानंतर त्यांना मेंदूमध्ये तीव्र रक्तस्राव झाल्याचे निदान झाले. डॉक्टरांच्या टीमने त्यांना मेंदू मृत घोषित केले. त्यानंतर ट्रॉमाच्या टीमने अवयवदानासाठी कुटुंबाचे समुपदेशन केले. कुटुंबीयांनी अवयवदानास संमती दिली. त्यामध्ये त्यांचे यकृत आणि कोर्निया दान करण्यास कुटुंबीयांनी परवानगी दिली. ही माहिती विभागीय प्रत्यारोपण समन्वय केंद्राला कळविल्यानंतर यादी तपासण्यात आली. न्यू इरा रुग्णालयात एक ६४ वर्षीय ज्येष्ठ व्यक्ती यकृताच्या प्रतिक्षेत असल्याचे निदर्शनास आले. त्यामुळे त्यांच्यावर यकृताचे प्रत्यारोपण करण्यात आले. वैद्यकीय दृष्ट्या त्यांचे दोन्ही मूत्रपिंड अवयव प्रत्यारोपणात तंदुरुस्त नसल्याने त्याचे प्रत्योरोपण होऊ शकले नाही. मेडिकलमधील भूलतज्ज्ञ डॉ. सोमा चाम, अधिष्ठाता डॉ. राज गजभिये, मेडिकलचे अधिक्षक डॉ. अविनाश गावंडे, विभागीय अवयव प्रत्यारोपण समितीचे डॉ.

पुण्यात आत्महत्यांचे प्रमाण वाढले; तरुणाने विहिरीत उडी घेऊन संपवले जीवन

पुणे : पुण्यात एका तरुणाने आत्महत्या केली आहे. पुण्यातील बाणेर येथील कळमकर चौक जवळील विहिरीत तरुणाने उडी मारून आत्महत्या केली आहे. या तरुणांचे नाव स्वप्निल राऊत असे आहे. स्वप्निल राऊत यांच्या आत्महत्यामागे घरगुती वाद किंवा मानिसक आजाराची शक्यता पोलिसांनी व्यक्त केली आहे. स्वप्निल राऊत यांने शुक्रवारी (3 नोव्हेंबर) रात्री साडेबाराच्या सुमारास विहिरीत उडी मारून

आत्महत्या केली होती. तरुण हा बुलढाणा जिल्ह्याचा राहणार असून शुक्रवारी रात्रीचे जेवण केल्यानंतर तरुणाने घरातील सर्वजण झोपले. यानंतर तरुणाने विहिरीत उडी मारून आत्महत्या केली. ज्या विहिरीत तरुणाने आत्महत्या केली. त्या विहिरीच्या जवळील असलेले सीसीटीव्ही फुटेज पाहिल्यानंतर कळाले की, त्या तरुणाने स्वतः उडी मारून आत्महत्या केल्याचे स्पष्ट दिसते, अशी माहिती मिळाली आहे. तरुण हा हिंजवडीमधील एका लहान कंपनीत कामाला होता. या कंपनीत तरुणाला मानसिक त्रास होत होता. तसेच तरुणाला व्यसनाच्या सेवनामुळे घरात भांडणे होत होती. यामुळेच तरुणाने आत्महत्या केल्याची शक्यता पोलिसांनी व्यक्त केली आहे. पुण्यात आत्महत्येच्या प्रमाणात वाढ

तसेच गेल्या दिवसांपूर्वी पुण्याच्या कोथरुड एआयटी कॉलेजमध्ये शिकणाऱ्या बीबीएच्या तरुणाने आत्महत्या केली होती. विद्यार्थ्याने गळफास घेऊन आत्महत्या केल्याची घटना घडली होती. यामुळे काही दिवसांपासून पुणे शहरात आत्महत्येच्या प्रमाणात वाढ झालेली दिसून येते. यात तरुणांच्या आत्महत्यांचे प्रमाण वाढले आहे.

ठेकेदारावर कारवाई करण्याचे आयुक्तांचे आदेश

भाईंदर :- शहरात गेल्या काही महिन्यांपासून रस्त्याचे सिमेंट काँक्रीटीकरण करण्यात येत आहे. रस्त्याचे सिमेंट काँक्रीटीकरण करण्यासाठी ठेकेदाराची नियुक्ती करण्यात आली आहे. या ठेकेदाराकडून शहरातील अनेक रस्त्यांचे काम हे निकृष्ट दर्जाचे केल्याचे आयुक्तांनी केलेल्या पाहणी दौऱ्यात उघडकीस आले आहे. या पाहणी वेळी आयुक्तांनी ज्या ठिकाणी रस्त्याचे काम निकृष्ट दर्जाचे केले आहे ,त्या ठिकाणी तो रस्ता पुन्हा फोडून नवीन बनवण्यात यावा तसेच या ठेकेदारावर व त्याला जबाबदार असणार्या अभियंत्यावर कारवाई करण्याचे आयुक्तांचे आदेश दिले आहेत. शहरात सुरु असलेल्या विकास कामांची आयुक्त संजय काटकर यांनी स्थळ पाहणी केली. या पाहणी दरम्यान मिरागाव येथील अमर पॅलेस जवळील काँक्रीट रस्ता, मिरारोड (पूर्व) पूनम गार्डन मधील काँक्रीट रस्ता तसेच मीरारोड (पूर्व) जांगीड ते प्लेझंट पार्कपर्यंत काँक्रीट रस्ता तयार करण्यात आलेल्या ठिकाणी काँक्रीटचा काही भाग खराब झाल्याचे आढळून आले. तसेच काही ठिकाणी कामाची लाईन लेव्हल कामाचा दर्जा व्यवस्थित केला नसल्याने ठेकेदार व महापालिकेचे संबंधित अभियंता यांना नोटीसा बजावून खुलासा घेण्यात आला. हा खुलासा समाधानकारक नसल्याने कंत्राटदारांना कामाचा दर्जा व्यवस्थित नसलेल्या ठिकाणी केलेले काँक्रीट काढून घेऊन नव्याने काँक्रीट पॅनल करण्याचे आदेश देण्यात आले आहेत. त्यानुसार ठेकेदाराकडून काँक्रीट काढून घेऊन पुन्हा काम करुन देण्याची प्रकिया सुरु करण्यात आली आहे.

आरक्षणासाठी एपीएमसी बंद! माथाडींवर शिस्तभंगाच्या कारवाईचे परिपत्रक

नवी मुंबई : मराठा आरक्षण आणि मनोज जरांगे पाटील यांच्या आंदोलनाला माथाडी कामगारांनी पाठिंबा दर्शवत एपीएमसी मार्केट बंद (टं१ँ अल्ल'ड्रि'ल्ल ‚ल्ल अस्त्रे) पुकारला होता.कोणत्याही प्रकारची पुर्व परवानगी न घेता बंद पुकारुन असनदशीर मार्गाने व्यवस्थापनाला वेठीस धरल्याचा ठपका ठेवत किराणा बाजार आणि दुकाने मंडळ अर्थात ग्रोसरी बोर्डाने माथाडी कामगारांवर शिस्तभंगाची कडक कारवाई करण्यात येईल,अशा आशयाचा इशारा देणारे परिपत्रक काढले आहे.त्यामुळे माथाडी कामगार व संघटनांमध्ये नाराजी पसरली आहे. विशेष म्हणजे शुक्रवार (२७ ऑक्टोबर) रोजी माथाडींनी संप पुकारला होता. त्यानंतर ३१ ऑक्टोबरला परिपत्रक काढले आहे. याबाबत महाराष्ट्र राज्य माथाडी ट्रान्सपोर्ट आणि जनरल कामगार युनियनचे सरचिटणीस आ.नरेंद्र पाटील यांनी माथाडी कामगारांवर कारवाई करुन दाखवावीच, असे खुले आवाहन दिले आहे. माथाडींच्या समस्यांकरीता माथाडींच्या प्रश्नी डोळेझाक करणार्या बोर्डा विरोधात लवकरच आंदोलन करणार असल्याचे आ.पाटील म्हणाले. ग्रोसरी बोर्डाने पाठविलेल्या माथाडी अधिनियम व मंडळ योजनेतील कायदेशीर तरतुदीनुसार मंडळातील नोंदीत माथाडी कामगारांना मंडळाच्या तरतुदींचे पालन करणे योजनेच्या खंड-२९ अन्वये बंधनकारक आहे. त्याचप्रमाणे सर्व नोंदीत कामगारांनी कामाच्या ठिकाणी शिस्त व नियमांचे पालन करुन औद्योगिक शांतता प्रस्थापित राहील याची खबरदारी घेणे बंधनकारक आहे. नोंदीत कामगारांनी अथवा त्यांच्या प्रातिनिधीक संघटनांनी कामगारांचे प्रश्न, समस्या व अडचणीं विषयीव्यवस्थापनावर दबाव तंत्राचा वापर न करता सनदशीर मार्गाने सोडवणुक करणे आवश्यक होते. मात्र नुकतेच माथाडी कामगारांनी मराठा समाज आरक्षणासाठी एक दिवस बाजार बंद ठेऊन आंदोलन केल्याने व्यापारी, वाहतूकदार आणि बाजार समितीचीही हानी झाले. या बंदमुळे, अत्यावश्यक सेवा देर्णाया आस्थापनाच्या दैनंदिन व्यवहारावर विपरीत परिणाम असून आतापर्यंत विविध आस्थापनांकडून केंद्रआणि राज्य शासनाच्या निदर्शनास आणून देण्यात आल्या आहेत. या सर्व बाबींची मंडळाकडून गंभीर नोंद घेत.

खार - गोरेगाव सहावी रेल्वे लाईनचे काम पूर्ण ; ११२ किमीच्या वेगाने चाचणी पूर्ण !

मुंबई - खार ते गोरेगाव दरम्यानच्या सहाव्या रेल्वे मार्गाचे काम ५ नोव्हेंबर २०२३ रोजी पूर्ण झाले. या अतिरिक्त लाईनमुळे उपनगरी विभागाची लाईन क्षमता वाढून गर्दी कमी होण्यास मदत होईल. तसेच अधिक लोकल चालविण्यास मदत होउन गाड्यांचा वक्तशीरपणा सुधारेल. या मार्गाची ११२ किमीच्या वेगाने यशस्वी तांत्रिक चाचणी झाली. उपनगरीय लोकल गती आणि क्षमता वाढविण्यासाठी रेल्वे प्रवाशांकडून लांबपल्या मेल -एक्सप्रेस गाड्यासाठी स्वतंत्र मार्गिका उभारण्यात येत आहे. पश्चिम रेल्वेवर पाचव्या आणि सहाव्या मार्गिकेचे काम सुरू केले आहे. खार ते गोरेगाव दरम्यान ८.८ किमीच्या मार्गिका उभारण्याचे काम पश्चिम रेल्वेने हाती घेतले आहे. या कामासाठी पश्चिम रेल्वेने २९ दिवसच्या ब्लॉक घेतला आहे. या ब्लॉकमुळे २७ ऑक्टोबर ते ५ नोव्हेंबरपर्यत ब्लॉक घेण्यात आला होता. या ब्लॉक दरम्यान ६ स्थानकांवर नॉन-इंटरलॉकिंगचे काम पूर्ण करण्यात आले.तसेच सध्याच्या पाचव्या मार्गिकेवर आणि दोन्ही जलद मार्गिकेवर १२ टर्नआउट्स आणि तीन ट्रॅप पॉइंट टाकले. नवीन सहाव्या मार्गिकेवर ८ टर्नआउट्स घातले. सध्याच्या नऊ टर्नआउट्स मधून तीन ट्रॅप पॉइंट्स काढले. वांद्रे टर्मिनस यार्डला पाचव्या आणि सहाव्या मार्गिकेसाठी स्वतंत्र कनेक्टिव्हिटी प्रदान करण्यात आली. या मार्गाकरिता अडथळे निर्माण करणार्या रेल्वेच्या सध्याच्या इमारती पाडून त्याऐवजी नवीन बांधकामे करण्यात आली. यामध्ये १९२ फ्लॅट्सचे नवीन रेल्वे क्वार्टर्स, सहा नवीन इलेक्ट्रॉनिक इंटरलॉकिंग (एक) इमारती, दोन नवीन ट्रॅक्शन सब स्टेशन (ळरर) इमारती, तीन बुकिंग ऑफिसचा समावेश आहे. सुमारे ६०७ प्रकल्पग्रस्त नागरिकाचे (पीएपी) पुनर्वसन करण्यात आले. तसेच, जवळपास एक हजार झाडांचे स्थलांतर आणि पुनर्रोपण करण्यात

न्यायालयाचे दरवाजे नव्या वर्षात उघडणार

भाईंदर :- मिरा -भाईंदर शहरात गेल्या १० वर्षांपासून न्यायालयाचे काम सुरू आहे. शासनाच्या सार्वजनिक बांधकाम विभागाकडून काम पूर्ण करण्यास काही ना काही अडचणी येत होत्या. त्यामुळे काम पूर्ण होत नव्हते. आता न्यायालयाच्या इमारतीचे काम पूर्ण झाले आहे. ही इमारत काही दिवसांत न्याय विधी विभागाकडे देण्यात येणार आहे. त्यानंतर पाठपुरावा करून दोन महिन्यात कामे पूर्ण करण्यात येणार असून न्यायाधीशांची नियुक्ती, न्यायालयासाठी लागणारे कर्मचारी यांची नियुक्ती करण्यासाठी प्रयत्न करून जानेवारीमध्ये म्हणचे येत्या नव्या प्रत्यक्षात न्यायालयाचे दरवाजे नागरिकांसाठी उघडण्यात येणार असल्याची माहिती स्थानिक आमदार प्रताप सरनाईक यांनी

दिली आहे.

मिरा -भाईंदर शहरातील नागरिकांना न्यायालयीन कामकाजासाठी ठाणे येथे जावे लागत होते. त्यामुळे शहरातील नागरिकांनी मिरा -भाईंदरमध्ये न्यायालय सुरू करण्याची मागणी केली होती. त्यानुसार येथे न्यायालयीन इमारत व न्यायिक अधिकार्यांचे निवासस्थान बांधकाम मौजे घोडबंदर सर्वे क्र. २३३ या जागेत क्षेत्रफळ ४३५३.३७ चौरस मीटर या जागेत २०१४ पासून सुरू करण्यात आले आहे. न्यायालयाच्या बांधकाम सुरू झाल्यानंतर निधी अभावी काम काही वर्षे बंद होते. त्यानंतर निधी उपलब्ध झाल्यानंतर पुन्हा काम सुरू करण्यात आले आहे. गेल्या दहा वर्षांपासून हे काम सुरू आहे. आता काम पूर्ण झाले आहे. महापालिकेकडून बांधकामाचा भोगवटा दाखल, अग्निशमन ना हरकत दाखला, वृक्षप्राधिकरण विभागाची परवानगी या आठवड्यात मिळणार आहे.

लवकरच न्याय विधी विभागाच्या ताब्यात देणार

या इमारतीचे काम पूर्ण झाले असून लवकरच न्याय विधी विभागाच्या ताब्यात देणार आहेत. तसेच न्यायाधीशांच्या निवासस्थानाचे काम येत्या मार्च महिन्यापर्यंत पूर्ण करून दिले जाईल, असे सार्वजनिक बांधकाम विभागाच्या अधिकार्यांनी सांगितले. न्यायाविभागाने इमारत ताब्यात घेतल्यानंतर त्यांच्याकडून सर्व प्रक्रिया पूर्ण केल्यानंतर न्यायालय सुरू करण्यात येणार आहे. यापूर्वी अनेक वेळा न्यायालय सुरू करण्यासाठी तारखा देण्यात आल्या होत्या. परंतु न्यायालय सुरू झाले नाही. आताही तारीख देण्यात आली आहे. त्यामुळे प्रत्यक्षात न्यायालय सुरू होते की पुन्हा पुढची तारीख मिळणार हे येत्या काळात दिसून येईल, असे शहरातील नागरिकांकडून सांगण्यात आले.

आर्थिक गुन्हे शाखेकडून 59,000 कोटी रुपयांची चौकशी सुरू, फक्त 4% आरोपी दोषी, 93 फरार

मुंबई - आरटीआय अंतर्गत मिळालेल्या माहितीवरून स्पष्टपणे दिसून येते की मुंबई पोलिसांची आर्थिक गुन्हे शाखा पांढरपेशा गुन्हेगारांच्या फसवणुकीमुळे कष्टाने कमावलेली बचत किंवा मालमत्ता गमावलेल्या हजारो नागरिकांना न्याय देण्यास असमर्थ आहे.1 जानेवारी 2018 पासून जुलै 2023 पर्यंत मुंबई पोलीसांच्या आर्थिक गुन्हे शाखेने 594 नवीन प्रकरणे नोंदवली आहेत आणि त्याच वेळी फक्त 264 प्रकरणात आरोपपत्रे, समरी आणि क्लोजर रिपोर्ट्स दाखल करण्यात आले आहेत, म्हणजे निम्मी प्रकरणे तपासाधीन आहेत. नोंदवलेल्या 594 प्रकरणांमध्ये तपासाधीन एकूण अंदाजे रक्कम तब्बल 59,057 कोटी रुपये आहे जी खूप गंभीर बाब आहे .दुर्दैवाने, या प्रकरणांतील पीडितांना न्याय मिळवून देण्याचे किंवा गुन्हेगारांना दोषी ठरविण्याच्या बाबतीत आर्थिक गुन्हे शाखेने आपले काम करण्यात सपशेल अपयशी ठरले आहे. 1 जानेवारी 2018 ते जुलै 2023 या कालावधीत तब्बल 319 आरोपींची निर्दोष मुक्तता करण्यात आली, तर केवळ 14 आरोपींना न्यायालयाने दोषी ठरवले आहे. निर्दोष सुटलेल्या एकूण आरोपींपैकी फक्त 4% आरोपिना शिक्षा झाली आहे. निराशाजनक कामगिरी पाहता आर्थिकच्या कार्यप्रणाली वर नक्कीच गंभीर प्रश्न उपस्थित होत आहेत. जेव्हा पीडितांना पैसे परत करण्याच्या सर्वात महत्वाच्या भागाचा प्रश्न येतो तेव्हा आर्थिक गुन्हे शाखेने आतापर्यंत फक्त 37,24,81,214 रुपये परत केले आहेत जे तपासाधीन 59000 कोटींपैकी नाही.या माहितीतील सर्वात गंभीर भाग म्हणजे फरार असलेल्या 93 आरोपीं अद्याप फरार आहे.

हे साप्ताहिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक - दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमानी प्रिंटिंग प्रेस, गाला नं. 4, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीय इस्टेटच्या बाजूला, गेट नं. 2, गोरेगांव (पूर्व), मुंबई - 400 063 येथे छापून 2, राजाराम को. ऑ.हौ.सो. बंदरवाडी, नवघर रोड, शनी मंदिरा जवळ, भाईंदर (पूर्व), ठाणे - 401 105 येथे प्रकाशित केले. (सर्व वाद ठाणे न्यायालयाच्या कक्षेत).संपर्क:-9594418181 / 8424989898