वर्ष- १२ | अंक- ०८ | मुंबई, मंगळवार,६ जानेवारी २०२६ ते १२ जानेवारी २०२६ | पृष्ठ-४

ठाणे आवृत्ती

मराठी साप्ताहिक

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

मूल्य २/- रुपये

POSTAL REGISTRATION No. PLG/205/2025- 2027

पोलीस बातमी पत्र

POLICE BATMI PATRA

संपादक : दिपक मोरेश्वर नाईक

PG|2

नारळयाच्या पाण्यात या गोष्टी मिसळून प्या. दुपट्ट फायदे होतील

3 → लोकांनीच मांडला का लोकशाहीचा बाजार?

तुला बघूनच घेतो... सोलापुरात जागा वाटप जाहीर ← 4

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

काशीमीरामध्ये बेकायदा वाळू माफियांना रोखताना नायब तहसीलदारांवर हल्ला



भाईंदर। काशीमीरा येथे अवैध गौण खनिज (वाळू) वाहतूक करणाऱ्या वाहनांवर कारवाई करण्यासाठी गेलेले नायब तहसीलदार आणि त्यांच्या पथकावर वाळू माफियांनी हल्ला केल्याची खळबळजनक घटना समोर आली आहे. सरकारी कामात अडथळा आणून नायब तहसीलदारांना धक्काबुक्की व मारहाण करत आरोपींनी वाळूचा हायवा पळवून नेला. याप्रकरणी काशिगाव पोलीस ठाण्यात ७ अनोळखी व्यक्तीं विरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

तक्रारीनुसार, मिरा-भाईंदर अप्पर तहसील कार्यालयाचे नायब तहसीलदार प्रथमेश भुर्के (३२) हे २४ डिसेंबर रोजी पहाटे २ च्या सुमारास त्यांच्या पथकासह मुंबई - अहमदाबाद हायवेवर हॉटेल फाउंटन जवळ गस्तीवर होते. यावेळी वाळूने भरलेला एक हायवा मुंबईच्या दिशेने येताना दिसला. नायब तहसीलदारांनी इशारा करूनही हायवा चालक थांबला नाही. पथकाने मोटारसायकलवरून पाठलाग करून काशीमीरा येथील हॉटेल पाली व्हिलेजसमोर हायवा अडवला. चालकाने गाडी थांबवल्यावर मोबाईलवरून मालकाला बोलावून घेतले. काही वेळातच दोन कारमधून ५ इसम घटनास्थळी दाखल झाले.

या व्यक्तींनी नायब तहसीलदार भुर्के व त्यांच्या सहकार्यांना शिवीगाळ करत धक्काबुक्की व मारहाण केली. या गोंधळाचा फायदा घेत हायवा चालक वाहन घेऊन दहिसरच्या दिशेने पळून गेला. त्यानंतर कारमधील पाचही आरोपी पळून गेले. या गंभीर प्रकारानंतर नायब तहसीलदार प्रथमेश भुर्के यांनी काशिगाव पोलीस ठाण्यात तक्रार दाखल केली आहे. पोलिसांनी ७ अनोळखी व्यक्तींविरुद्ध सरकारी कामात अडथळा, मारहाण आणि दमदाटी केल्याप्रकरणी गुन्हा दाखल केला आहे. या प्रकरणाचा पुढील तपास पोलीस उपनिरीक्षक अन्वर शेख हे करत आहेत. अप्पर तहसिलदार निलेश गौड यांनी याबाबत कारवाईचे आदेश दिले आहेत.

बोगस लिंकद्वारे शेअरमध्ये गुंतवणूक करण्यास प्रवृत्त केले... फसवणुकीप्रकरणी अज्ञात ठगाविरुद्ध गुन्हा

मुंबई। बोगस लिंकद्वारे शेअरमध्ये गुंतवणूक करण्यास प्रवृत्त करून एका विमा एजंट व्यक्तीची सुमारे एक कोटी रुपयांची अज्ञात सायबर ठगांनी फसवणूक केल्याचा प्रकार घाटकोपर परिसरात उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी फसवणुकीसह आयटी कलमांतर्गत गुन्हा नोंदवून पूर्व सायबर सेल पोलिसांनी या ठगांचा शोध सुरू केला आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार, ४८ वर्षांचे तक्रारदार विमा एजंट असून घाटकोपर परिसरात राहतात. सप्टेंबर महिन्यात ते त्यांच्या घरी होते. यावेळी त्यांच्या व्हॉट्सॲपवर शेअर ट्रेडिंगसंदर्भात एक लिंक आली होती. ही लिंक ओपन केल्यानंतर त्यांना व्हॉट्सॲप ग्रुपमध्ये ॲड करण्यात आले होते. त्यात रिशा चौप्रा आणि राधव गुप्ता हे ग्रुप ॲडमिन होते, तर ९३ सभासद व्हॉट्सॲप ग्रुपमध्ये सक्रिय असल्याचे विमा एजंटला दिसून आले. त्यानंतर रिशा चौप्रा आणि राधव गुप्ता या दोघांनी विमा एजंटला शेअरमध्ये गुंतवणूक करण्यास प्रवृत्त करून त्यांना या गुंतवणुकीवर चांगला परतावा देण्याचे आमिष दाखविले. त्यासाठी विमा एजंटला बोगस लिंक पाठवून सभासद केले. विमा एजंटने त्यांच्या वैयक्तिक माहितीसह बँक खात्याची माहिती अपलोड केल्यानंतर त्यांना गुंतवणूक करण्यास प्रवृत्त करण्यात आले होते. रिशा चौप्रा आणि राधव गुप्ता या दोघांच्या आमिषाला बळी पडून विमा एजंटने विविध शेअरमध्ये एक कोटी सात लाखांची गुंतवणूक केली होती. या गुंतवणुकीवर त्यांना प्रचंड फायदा झाला होता. त्यामुळे त्यांनी काही रक्कम त्यांच्या बँक खात्यात ट्रान्स्फर करण्याची विनंती केली. यावेळी ग्रुप ॲडमिनसह इतर आरोपींनी त्यांना मूळ रक्कमेसह प्रॉफिटची रक्कम परत करण्यासाठी ७३ लाख रुपये टॅक्ससहीत इतर चार्जेस म्हणून भरण्यास सांगितले. मात्र त्यांनी पैसे भरण्यास नकार दिला. तसेच हा प्रकार संशयास्पद वाटताच ते संबंधित कंपनीच्या लोअर परेल येथील कार्यालयात गेले. तिथे त्यांना ती कंपनी बोगस असल्याचे तसेच त्यांची ऑनलाइन फसवणुक झाल्याचे समजले. त्यानंतर विमा एजंटने पूर्व सायबर सेल पोलिसात संबंधित आरोपीविरुद्ध तक्रार केली.

या तक्रारीची शहानिशा केल्यानंतर अज्ञात सायबर ठगाविरुद्ध पोलिसांनी फसवणुकीसह आयटी कलमांतर्गत गुन्हा दाखल केला आहे. त्यांच्या सर्व व्यवहाराची सध्या सायबर पोलिसांकडून चौकशी सुरू आहे.



प्रचार कालावधीनंतर जाहिरातींवर बंदी
राज्य निवडणूक आयोगाचे स्पष्टीकरण



मुंबई। आगामी महापालिका निवडणुकांच्या पार्श्वभूमीवर, अधिकृत प्रचार कालावधी संपल्यानंतर इलेक्ट्रॉनिक, मुद्रित तसेच इतर सर्व माध्यमांमधील निवडणूकविषयक जाहिरातींवर पूर्ण बंदी राहील, अशी माहिती महाराष्ट्र राज्य निवडणूक आयोगाने बुधवारी दिली. राज्य निवडणूक आयुक्त दिनेश वाघमारे यांनी मान्यताप्राप्त राजकीय पक्षांच्या प्रतिनिधींच्या बैठकीत सांगितले की, निवडणूक प्रचार १३ जानेवारी रोजी सायंकाळी ५.३० वाजता संपेल. त्यानंतर कोणत्याही माध्यमातून निवडणूकविषयक जाहिराती प्रसिद्ध किंवा प्रसारित करता येणार नाहीत. मतदानाची वेळ सकाळी ७.३० ते सायंकाळी ५.३० अशी राहील. संबंधित कायद्याच्या तरतुदीनुसार मतदान संपण्याच्या ४८ तास आधी, म्हणजेच १३ जानेवारी रोजी सायंकाळी ५.३० वाजता प्रचार कालावधी संपतो. प्रचार कालावधी संपल्यानंतर मुद्रित माध्यमातील जाहिरातींसाठी पूर्वपरवानगी किंवा प्रमाणपत्र देण्याचा प्रश्नच उद्भवत नाही, असे राज्य निवडणूक आयोगाने प्रसिद्ध केलेल्या निवेदनात स्पष्ट करण्यात आले आहे.राज्यातील २९ महापालिकांसाठी मतदान १५ जानेवारी २०२६ रोजी होणार असून, १६ जानेवारीला मतमोजणी होणार आहे.

मार्गदर्शक आदेश :

राज्य निवडणूक आयोगाच्या ९ ऑक्टोबर २०२५ रोजीच्या 'Media Monitoring and Advertisement Certification Order for Election Purposes, 2025' या आदेशात सविस्तर मार्गदर्शक तत्त्वे नमूद करण्यात आली आहेत.

महत्त्वाचे नामनिर्देशन मुद्दे

राज्य निवडणूक आयोगाचे सचिव सुरेश काकणी यांनी बैठकीत सविस्तर सादरीकरण करताना काही बाबी स्पष्ट केल्या :

- उमेदवाराचे नाव संबंधित महापालिकेच्या मतदार यादीत असणे आवश्यक
- प्रस्तावक व अनुमोदक हे त्याच प्रभागातील असावेत
- पक्षीय व अपक्ष उमेदवारांना एक प्रस्तावक व एक अनुमोदक आवश्यक
- उमेदवार एकाहून अधिक प्रभागांतून नामनिर्देशन अर्ज दाखल करू शकतो
- निवडणूक फक्त एका जागेवरूनच लढवता येईल
- एका जागेसाठी कमाल चार नामनिर्देशन अर्ज दाखल करता येतील

महाराष्ट्रातील सर्वात पावरफुल नेत्याने दिली उमेदवारी
पुण्यातील मोठा गँगस्टर आणिआंदेकर टोळीचा म्होरक्या बंडू आंदेकर अपक्ष नाही तर या पक्षातून निवडणूक लढतोय



मुंबई। पुणे महापालिका निवडणुकीत चित्र विचित्र घडामोडी घडत आहेत. पुण्यात गँगस्टर जेलमधून निवडणुक लढणार आहेत. मोक्का लागलेल्या आंदेकर टोळीच्या ३ सदस्यांनी उमेदवारी अर्ज भरले आहेत. पोलिसांच्या कडक सुरक्षेत पुण्यातील आंदेकर टोळीचा म्होरक्या बंडू आंदेकरसह लक्ष्मी आंदेकर, सोनाली आंदेकर यांनी उमेदवारी अर्ज दाखल केले. अर्ज भरायला जाताना आदेंकर याने जोरदार घोषणाबाजी केली तसेच व्हिक्टरी साईन देखील दाखवला.

पुण्यात मोक्का लागलेली आंदेकर टोळीतले ३ सदस्य यावेळी पुणे मनपाच्या निवडणुकीत उतरले आहेत. उदयकांतची पत्नी लक्ष्मी आंदेकर आणि वनराजची पत्नी सोनाली आंदेकर या दोघींनी प्रभाग क्रमांक २३ मधून उमेदवारी अर्ज भरले. तर, टोळीचा म्होरक्या बंडू आंदेकर हा प्रभाग क्रमांक २२ मधून निवडणूक लढणार आहे. पुण्यातील आंदेकर टोळीचा म्होरक्या बंडू आंदेकर याला अजित पवारांच्या राष्ट्रवादीकडून उमेदवारी देण्यात आली आहे.

पुणे पालिकेच्या भवानी क्षेत्रीय कार्यालयासमोर कडेकोट पोलीस बंदोबस्त ठेवण्यात आला.पोलिस सुरक्षेत बंडू आंदेकर याला उमेदवारीसाठी अर्ज दाखल करण्यासाठी आणण्यात आले. पुण्यातील भवानी पेठ क्षेत्रीय कार्यालयात त्याने अर्ज दाखल केला. लक्ष्मी आंदेकर, सोनाली आंदेकरने आज पोलिस यंत्रणेसह पुण्यात दाखल झाल्या. या दोघीही आज आपला उमेदवारी अर्ज दाखल केला. सोनाली व लक्ष्मी या दोघींना कोल्हापूर जेलमधून पुण्यात आणण्यात आलं आहे. आयुष कॉमकर हत्या प्रकरणात बंडू आंदेकर सध्या न्यायालयीन कोठडीत आहे. न्यायालयाने बंडू आंदेकर आणि त्यांच्या कुटुंबील लक्ष्मी उदयकांत आंदेकर तसेच सोनाली वनराज आंदेकर यांना आगामी महापालिका निवडणुकीत उमेदवारी अर्ज दाखल करण्यास विशेष न्यायालयाने सशर्त परवानगी दिलीय. मात्र बंडू आंदेकर ला उमेदवारी अर्ज दाखल करताना मिरवणूक, भाषण, घोषणाबाजी करायला कोटार्ने मनाई केली. पोलीस बंदोबस्तात उमेदवारी अर्ज दाखल करण्याला परवानगी दिलेली आहे. घोषणाबाजी करायला मनाई असताना आंदेकरने जोरदार घोषणाबाजी केली. नेकी का काम आंदेकर का नाम... बघा बघा मला लोकशाहीत कसं अणलाय... आंदेकरांना मत म्हणजे विकास कामाला मत... बघा मला लोकशाहीत मला कसं आणलय... मी उमेदवार आहे दरोडेखोर नाही.. वनराज आंदेकर जिंदाबाद... अशा घोषमा दिल्या.



आरोग्य



नारळाच्या पाण्यात या गोष्टी मिसळून प्या, दुपट्ट फायदे होतील

नारळ पाणी स्वतःच आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहे. विशेषतः उन्हाळ्यात नारळ पाणी पिणे चांगले मानले जाते. नारळाचे पाणी पिणे त्वचेपासून ते ताकद आणि पचनापर्यंत सर्व गोष्टींसाठी चांगले आहे. पण, जर तुम्ही त्यात काही खास गोष्टी जोडल्या तर त्याचे फायदे दुप्पट होतात. या लेखात आपण नारळ पाण्यात मिसळून ते पिण्याचे काय फायदे आहेत हे जाणून घेऊ.

नारळाच्या पाण्यात लिंबाचा रस

नारळाच्या पाण्यात लिंबाचा रस मिसळून प्यायल्याने व्हिटॅमिन सीचे प्रमाण वाढते. हे मिश्रण रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत करते आणि शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर काढण्यास मदत करते. वजन कमी करण्यासाठी देखील हे उपयुक्त आहे.

नारळाच्या पाण्यात सब्जा बियाणे

सब्जाच्या बियांमध्ये फायबरचे प्रमाण जास्त असते, जे पचनसंस्था निरोगी ठेवण्यास मदत करते. नारळाच्या पाण्यात सब्जा बिया मिसळून प्यायल्याने पोट बराच वेळ भरलेले राहते आणि वजन नियंत्रणात राहण्यास मदत होते. हे मिश्रण शरीराला थंडावा देखील देते.

नारळाच्या पाण्यात बडीशेप

बडीशेपमध्ये अँटी-ऑक्सिडंट्स असतात, जे शरीराला मुक्त रॅडिकल्सपासून वाचवतात. नारळाच्या पाण्यात बडीशेप मिसळून प्यायल्याने पचनसंस्था निरोगी राहण्यास मदत होते आणि पोटाच्या समस्यांपासून आराम मिळतो. हे मिश्रण शरीराला थंडावा देखील देते.

नारळाच्या पाण्यात चिया बियाणे

चिया बियांमध्ये ओमेगा-३ फॅटी ॲसिड असते, जे हृदयाच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर असते. नारळाच्या पाण्यात चिया बिया मिसळून प्यायल्याने शरीराला ऊर्जा मिळते आणि थकवा दूर होतो. हे मिश्रण वजन कमी करण्यासाठी देखील उपयुक्त आहे.

डाळी भाज्यांमध्ये लिंबाचे काही थेंब पिळून खाल्ल्याने शरीराला कोणते फायदे होतात ते जाणून घ्या



लिंबू हे एक फळ आहे जे भारतीय घरांमध्ये भाज्यांसोबत नक्कीच आणले जाते. लिंबू घरांमध्ये लोणचे आणि चटणीच्या स्वरूपात वापरला जातो. नाही, लिंबाचा रस उष्णतेमध्ये आराम देतो. काही लोकांना लिंबू आवडत नाही, तर काहींना डाळी आणि भाज्यांमध्ये लिंबू पिळून खाणे आवडते. ते स्वतःच गुणांची खाण आहे. आज आम्ही तुम्हाला सांगतो की भाज्या आणि डाळींमध्ये काही थेंब लिंबू मिसळून खाणे आरोग्यासाठी कसे फायदेशीर आहे.

लिंबाचे पौष्टिक गुणधर्म:

लिंबू हे व्हिटॅमिन सी, फायबर, पोटॅशियम आणि इतर अनेक पोषक तत्वांचा समृद्ध स्रोत आहे. त्यात अँटीऑक्सिडंट्स देखील असतात जे शरीराला मुक्त रॅडिकल्सपासून संरक्षण करण्यास मदत करतात.

जेवणात लिंबू पिळण्याचे फायदे:

पचन सुधारते: लिंबू पचन सुधारण्यास मदत करते. हे पोटात आम्लाचे उत्पादन वाढवते, ज्यामुळे अन्न पचणे सोपे होते.

रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवते: लिंबू हे व्हिटॅमिन सीचा एक उत्कृष्ट स्रोत आहे, जे रोगप्रतिकारक शक्ती वाढविण्यास मदत करते. हे शरीराला संसर्गाशी लढण्याची क्षमता प्रदान करते.

वजन कमी करण्यास उपयुक्त: लिंबूमध्ये असलेले फायबर आणि पेक्टिन वजन कमी करण्यास मदत करतात. हे भूक नियंत्रित करते आणि पोट जास्त काळ भरलेले वाटते.

हृदयाच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर: लिंबू पोटॅशियमचा एक चांगला स्रोत आहे, जो रक्तदाब नियंत्रित करण्यास मदत करतो. हृदयाचे आरोग्य राखण्यात ते महत्त्वाची भूमिका बजावते.

त्वचेसाठी फायदेशीर: लिंबूमध्ये अँटीऑक्सिडंट्स असतात जे त्वचा निरोगी आणि चमकदार ठेवण्यास मदत करतात. हे त्वचेला मुक्त रॅडिकल्सपासून वाचवते आणि सुरकुत्या कमी करते.

किडनी स्टोन प्रतिबंधक: लिंबूमध्ये सायट्रिक ॲसिड असते, जे किडनी स्टोन तयार होण्यास प्रतिबंध करण्यास मदत करते.

शरीराला विषमुक्त करते: लिंबू शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर काढण्यास मदत करते. हे यकृत स्वच्छ करते आणि शरीर निरोगी ठेवते.

जेवणात लिंबू कसे वापरावे:

- डाळी आणि भाज्यांमध्ये लिंबू पिळून खा.
- सॅलडमध्ये लिंबाचा रस मिसळा आणि खा.
- लिंबू पाणी प्या.
- चिकन आणि माशांच्या पदार्थांमध्ये लिंबू वापरा.



उष्माघातामुळे हृदयविकाराचा झटका येऊ शकतो, काळजी कशी घ्यावी हे जाणून घ्या



उन्हाळा जसजसा येतो तसतसे उष्णतेच्या लाटेची तीव्रता देखील वाढते. उष्माघातामुळे शरीरात निर्जलीकरण होते, ज्यामुळे विविध आरोग्य समस्या उद्भवू शकतात. उष्माघातामुळे हृदयविकाराचा धोका वाढू शकतो, असे अलिकडच्या एका अभ्यासातून समोर आले आहे. म्हणूनच, उन्हाळ्यात उष्माघातापासून स्वतःचे संरक्षण करण्यासाठी आवश्यक ती खबरदारी घेणे खूप महत्वाचे आहे.

उष्माघातामुळे हृदयविकाराचा धोका कसा वाढतो?

उष्माघातामुळे शरीराचे तापमान वाढते, ज्यामुळे हृदयाला जास्त काम करावे लागते. यामुळे हृदयावर दबाव येतो आणि हृदयविकाराचा धोका वाढतो. याशिवाय, उष्माघातामुळे शरीरातील पाण्याचे प्रमाण कमी होते, ज्यामुळे रक्त जाड होते. रक्त जाड झाल्यामुळे हृदयाला रक्त पंप करण्यासाठी जास्त काम करावे लागते, ज्यामुळे हृदयविकाराचा धोका आणखी वाढतो.

उष्माघात टाळण्यासाठी काय करावे?

१. पुरेसे पाणी प्या: उन्हाळ्यात शरीराला हायड्रेट ठेवणे खूप महत्वाचे आहे. म्हणून, दिवसभरात किमान २-३ लिटर पाणी प्या.

२. थंड पदार्थ खा: थंड पदार्थ खाल्ल्याने शरीराचे तापमान कमी होण्यास मदत होते. म्हणून उन्हाळ्यात थंड दही, ताक, टरबूज, काकडी इत्यादींचे सेवन करा.

३. सैल आणि हलक्या रंगाचे कपडे घाला: सैल आणि हलक्या रंगाचे कपडे शरीर थंड ठेवण्यास मदत करतात. म्हणून, उन्हाळ्यात गडद रंगाचे कपडे घालणे टाळा.

४. उन्हात बाहेर जाणे टाळा: जर तुम्हाला उन्हात बाहेर जावे लागले तर छत्री किंवा टोपी वापरा. तसेच, सनस्क्रीन लावा.

५. एसी किंवा कूलर वापरा: जर तुमच्या घरात एसी किंवा कूलर असेल तर ते वापरा. यामुळे घराचे तापमान कमी होण्यास मदत होईल.

६. नारळ पाणी प्या: नारळ पाण्यात इलेक्ट्रोलाइट्स असतात, जे शरीराला हायड्रेट ठेवण्यास मदत करतात. म्हणून उन्हाळ्यात नारळपाणी नक्कीच प्या.

७. ओआरएस द्रावण प्या: जर तुम्हाला उष्माघाताची लक्षणे दिसली तर ताबडतोब ओआरएस द्रावण प्या. यामुळे शरीरातील पाणी आणि इलेक्ट्रोलाइट्सची कमतरता भरून निघण्यास मदत होईल.

८. डॉक्टरांशी संपर्क साधा: जर तुम्हाला उष्माघाताची गंभीर लक्षणे जाणवत असतील तर ताबडतोब डॉक्टरांशी संपर्क साधा.

हृदयाच्या आरोग्याची काळजी कशी घ्यावी?

१. नियमित व्यायाम करा: नियमित व्यायामामुळे हृदय निरोगी राहते. म्हणून, आठवड्यातून किमान ५ दिवस ३० मिनिटे व्यायाम करा.

२. निरोगी आहार घ्या: निरोगी आहार हृदय निरोगी ठेवण्यास मदत करतो. म्हणून, तुमच्या आहारात फळे, भाज्या, संपूर्ण धान्य आणि कमी चरबीयुक्त दुग्धजन्य पदार्थांचा समावेश करा.

३. धूम्रपान टाळा: धूम्रपान हृदयासाठी खूप हानिकारक आहे. म्हणून, धूम्रपान टाळा.

४. अल्कोहोलचे सेवन मर्यादित करा: अल्कोहोलचे जास्त सेवन हृदयासाठी हानिकारक आहे. म्हणून, तुमचे अल्कोहोल

५. ताणतणाव नियंत्रित करा: ताण हृदयासाठी हानिकारक आहे. म्हणून, ताण नियंत्रित करण्यासाठी योग, ध्यान किंवा इतर ताण व्यवस्थापन तंत्रांचा सराव करा.

६. डॉक्टरांकडून नियमितपणे स्वतःची तपासणी करून घ्या: जर तुम्हाला हृदयरोगाचे कोणतेही जोखीम घटक असतील तर नियमितपणे डॉक्टरांकडून स्वतःची तपासणी करून घ्या.

उष्माघाताची लक्षणे

- जास्त ताप
- डोकेदुखी
- चक्कर येणे
- उलट्या होणे
- अतिसार
- स्नायू पेटके
- बेशुद्धी

उष्माघात झाल्यास काय करावे?

त्या व्यक्तीला थंड ठिकाणी हलवा.

त्याचे कपडे सैल कर.

त्याच्या अंगावर थंड पाणी घाला किंवा त्याला कोल्ड कॉम्प्रेस लावा.

त्याला ओआरएस सोल्यूशन द्या.

जर तो बेशुद्ध पडला तर त्याला ताबडतोब डॉक्टरकडे घेऊन जा.

उष्माघातापासून स्वतःचे रक्षण करण्यासाठी काही घरगुती उपाय

१. आवळ्याचा रस: आवळ्याच्या रसात व्हिटॅमिन सी असते, जे शरीराला हायड्रेट ठेवण्यास मदत करते.

२. लिंबू पाणी: लिंबू पाण्यात व्हिटॅमिन सी आणि इलेक्ट्रोलाइट्स असतात, जे शरीराला हायड्रेट ठेवण्यास आणि इलेक्ट्रोलाइट्सची कमतरता भरून काढण्यास मदत करतात.

३. सत्तू शरबत: सत्तू शरबत शरीर थंड ठेवण्यास मदत करते.

४. खसखस

सिरप: खसखस

सिरप शरीराला थंड आणि हायड्रेट ठेवण्यास मदत करते.

५. पुदिन्याचे पाणी: पुदिन्याचे पाणी शरीर थंड ठेवण्यास आणि पचन सुधारण्यास मदत करते.

उष्माघात टाळण्यासाठी काही खबरदारी

उन्हात बाहेर जाण्यापूर्वी सनस्क्रीन लावा.

उन्हात बाहेर पडण्यापूर्वी छत्री किंवा टोपी वापरा.

उन्हात बाहेर पडल्यानंतर, थंड ठिकाणी आराम करा.

जर तुम्हाला उष्माघाताची लक्षणे दिसली तर ताबडतोब डॉक्टरांशी संपर्क साधा.

उष्माघात ही एक गंभीर समस्या आहे, ज्यामुळे हृदयविकाराचा धोका वाढू शकतो. त्यामुळे उन्हाळ्यात उष्माघात टाळण्यासाठी आवश्यक ती खबरदारी घेणे अत्यंत महत्वाचे आहे. तसेच, तुमच्या हृदयाच्या आरोग्याची काळजी घेण्यासाठी, नियमित व्यायाम करा, निरोगी आहार घ्या, धूम्रपान टाळा, मद्यपान मर्यादित करा, तणाव नियंत्रित करा आणि तुमच्या डॉक्टरांकडून नियमित तपासणी करा

पोटाच्या प्रत्येक समस्येपासून त्वरित आराम मिळवण्यासाठी हे आयुर्वेदिक उपाय करा



आपल्या शरीराच्या आणि मनाच्या एकूण आरोग्यासाठी पचनसंस्थेचे चांगले आरोग्य आवश्यक आहे. आयुर्वेदानुसार, आपल्या पचनसंस्थेची स्थिती आपले शरीर पोषक तत्वे कशी शोषून घेईल आणि रोगांशी लढण्याची क्षमता कशी ठरवते. जर पचनसंस्था कमकुवत असेल तर गॅस, बद्धकोष्ठता, आम्लपित्त यासारख्या समस्या उद्भवू शकतात. तुमची पचनशक्ती मजबूत करण्यास मदत करणारे काही प्रभावी आणि सोपे आयुर्वेदिक उपाय येथे आहेत.

१. जेवणाच्या वेळा नियमित ठेवा

आयुर्वेदात नियमिततेला खूप महत्त्व देण्यात आले आहे. जर खाण्याची वेळ निश्चित नसेल तर शरीराची पचनसंस्था असंतुलित होऊ शकते. नेहमी नाश्ता, दुपारचे जेवण आणि रात्रीचे जेवण एकाच वेळी करा. दुपारच्या जेवणाची वेळ सर्वात जड जेवणासाठी आदर्श आहे कारण यावेळी पचनशक्ती सर्वात मजबूत असते. रात्रीचे जेवण हलके असावे आणि झोपण्यापूर्वी २-३ तास आधी घ्यावे जेणेकरून पोटाला अन्न पचवण्यासाठी पुरेसा वेळ मिळेल.

२. हळूहळू खा

खूप लवकर अन्न खाल्ल्याने पचनसंस्थेवर ताण येतो. आयुर्वेदात ध्यान आणि शांतीने अन्न खाण्याचा सल्ला दिला आहे. प्रत्येक घास हळूहळू चावल्याने अन्न सहज पचते. जेवताना टीव्ही पाहणे किंवा मोबाईल वापरणे पचनसंस्थेसाठी हानिकारक असू शकते. यामुळे तुमचे लक्ष अन्नापासून विचलित होते आणि पचन प्रक्रिया योग्यरित्या होत नाही.

३. नैसर्गिक उपायांचा अवलंब करा

आयुर्वेदात, आले, जिरे, बडीशेप आणि हिंग यासारख्या औषधी वनस्पती पचन सुधारण्यासाठी अत्यंत उपयुक्त मानल्या जातात. जेवणापूर्वी आल्याचा एक छोटा तुकडा लिंबू आणि काळे मीठ घालून खाल्ल्याने पचन सुधारण्यास मदत होते. जेवणानंतर बडीशेप किंवा जिरे चावल्याने पोट हलके वाटते आणि ॲसिडिटीची समस्या दूर होते. गरम पाण्यात थोडीशी हिंग आणि जिरे घालून ते प्यायल्याने गॅस आणि अपचनापासून आराम मिळतो.

४. तळलेले अन्न खाऊ नका

आयुर्वेदात असे म्हटले आहे की रात्रीचे जेवण हलके असावे. तळलेले किंवा जड पदार्थ पचवण्यासाठी शरीराला जास्त मेहनत करावी लागते, ज्यामुळे गॅस आणि अपचन होऊ शकते. रात्री डाळ, खिचडी किंवा सूप सारखे हलके आणि सहज पचणारे अन्न खा. तसेच, झोपण्यापूर्वी हळद मिसळून दूध प्यायल्याने पचनक्रिया सुधारतेच, शिवाय चांगली झोप येण्यासही मदत होते.

५. कोमट पाणी प्या

आयुर्वेदानुसार, थंड पाणी पिल्याने पचनक्रिया मंदावते. दिवसभर कोमट किंवा सामान्य तापमानाचे पाणी पिल्याने पोट स्वच्छ राहते आणि शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर पडतात. सकाळी रिकाम्या पोटी एक ग्लास कोमट पाण्यात लिंबू आणि मध मिसळून प्यायल्याने पचनसंस्थेला नवीन ऊर्जा मिळते. जेवणानंतर लगेच पाणी पिणे टाळा, कारण ते पाचक एंजाइम कमकुवत करू शकते.

६. व्यायाम करा

आयुर्वेदात योग आणि प्राणायाम यांना विशेष महत्त्व आहे. पवनमुक्तासन, वज्रासन आणि भुजंगासन यांसारखी योगासनं पचनक्रिया सुधारण्यासाठी खूप फायदेशीर मानली जातात. शारीरिक हालचाली पचनसंस्था सक्रिय ठेवण्यास मदत करतात. जेवणानंतर ५-१० मिनिटे वज्रासनात बसल्याने पचनक्रिया सुधारते. सकाळी नियमितपणे प्राणायाम आणि हलका व्यायाम केल्याने पोट स्वच्छ राहतेच, शिवाय शरीराला ऊर्जावान देखील वाटते.

पोलीस बातमी पत्र

महामुंबई

३

मुंबई, मंगळवार,६ जानेवारी २०२६ ते १२ जानेवारी २०२६

संपादकीय

लोकांनीच मांडला का लोकशाहीचा बाजार?



संपादक दिपक मोरेश्वर नाईक



पैसे, आमिषे आणि दहशतीच्या जोरावर चाललेल्या निवडणुकांच्या वास्तवातून आजची लोकशाही किती खोलवर कुजली आहे, याचे अस्वस्थ करणारे चित्र सध्या दिसतंय. हे केवळ गॉसिप नसून लोकशाहीच्या मृत्यूची रोज लिहिली जाणारी नोंद आहे. अमूक ठिकाणी एका उमेदवाराने एका मताला पंधरा हजार रुपये दिले. त्याच्या विरोधी उमेदवाराने पंधरा हजार दिले. प्रवास खर्चाचे १००० रुपये ऑनलाइन पाठवले. नगरपालिकेच्या दोन तारखेच्या निवडणुकीत मतदान केल्यानंतर २० तारखेला दुबार मतदान करणाऱ्या मतदाराला ४५ हजार रुपये मिळाले. आता हीच व्यक्ती महापालिकेच्या निवडणुकीत मतदान करायला पुन्हा मुंबईला जाईल ते वेगळंच. कॉलनीतल्या बायका नटूनथटून संध्याकाळी कॉलनीच्या तोंडाशी येऊन उभ्या राहिलेल्या गाडीत बसत होत्या. ज्यावेळी त्यांनी स्वयंपाकपाण्याला लागायचं त्या वेळेला या कुठे निघाल्या असे विचारले असता उमेदवाराच्या गाडीतून या सगळ्या ढाब्यावर जेवायला निघाल्या होत्या. एमआयडीसीत युनिट चालवणारा मित्र म्हणाला, गेला महिनाभर निवडणुकीमुळे फॅक्टरी चालवणं अवघड झालं आहे. कारण शहरात दिवसाचे एका उमेदवाराकडे सहाशे आणि दुसऱ्या उमेदवाराकडे सहाशे असे बाराशे रुपये रोज मिळत आहेत. त्यामुळे महिना झाला कामगार कामालाच येत नाहीत. एका मोठ्या दारू दुकानदाराची बायको निवडून आली म्हणून ड्रम भरून दारू सेलिब्रेशनसाठी उपलब्ध करण्यात आली आहे. पुढे तोच नगराध्यक्ष झाला, उगाच पुढाऱ्याला मतदान करायचं आणि मग ठेकेदारांना, गुंडांना सोसायचं.

आज 'भवताल'मध्ये आपण अवतीभवती सुरू असलेल्या चर्चा, गॉसिप इथे रेकॉर्डवर का आणत आहोत? असा प्रश्न वाचकांना पडू शकतो. ही नुसती वाक्य नाहीयेत. या प्रत्येक वाक्यागणिक इथे लोकशाहीचा खात्मा होत आहे. ज्या देशातले लोक भ्रष्ट होऊ शकतात, असतात त्या देशांमध्ये निवडणूक नावाचा इव्हेंट पार पडतो आणि निवडून येणारे सगळे हे असेच गुंड, ठेकेदार, भ्रष्टाचारी. जिथे महिला राखीव झाल्या आहेत तिथे अशांच्या बायका असंच चित्र दिसणार आहे आणि मग निवडून येणारे हे गुंड, मोठे ठेकेदार अधिक भ्रष्टाचार करणार हे गृहीत आहे. आजच्या तारखेला हे कोणत्या पक्षाचे आहेत याच्याशी काहीच कुणाला देणंघेणं नाही. कारण पक्षांची वैचारिक दिवाळखोरी निघाली आहे. सर्व पक्ष एकच झालेले आहेत. जो जास्त पैसे खर्च करतो, जो जास्त खाऊ-पिऊ घालतो त्याला मत द्यायचं असा ट्रेंड आहे आणि हा ट्रेंड आणखीन लोकशाही संपवत आहे. कालच एका प्रकरणाच्या सुनावणीदरम्यान सर्वोच्च न्यायालय उद्विग्न होऊन असं म्हणालं की, उद्या लोक रस्त्यामध्ये पोलीस संरक्षणात बांधकाम करतील आणि कायद्यातली तांत्रिकता दाखवून रस्ता ताब्यात घेतील आणि असं झालं तर मला आश्चर्य वाटणार नाही. कधीतरी कायद्यातली तांत्रिकता न दाखवता कायदा पाळून या देशात बांधकाम होणार का? जे भ्रष्ट मार्गाने जाऊन मतदान करतात ते भ्रष्ट मार्ग अवलंबून निवडणुका जिंकतात. अशा देशात उद्या चुकून हुकूमशाही आली काय आणि लोकशाही राहिली काय याला काहीच अर्थ उरलेला नाही. तत्त्वशून्य आणि वैचारिकताशून्य पक्ष हे अशा प्रकारचे धंदापाणी करणाऱ्या लोकांचे खालपासून वरपर्यंतचे अड्डे झाले आहेत. निवडणुकांदरम्यान आपण लोकशाही म्हणून, लोक म्हणून जर असे भ्रष्ट वागणार असू तर पाच वर्षं ग्रामपंचायत, नगरपालिका, पंचायत समिती, जिल्हा परिषद, वेगवेगळ्या विकास सोसायटी, सहकारी बँका, विधानसभा, संसद या सर्वच ठिकाणी असे गुंड, भ्रष्टाचारी, तत्त्वशून्य, शिक्षणाचा मागमूस नसलेली मंडळी नेते म्हणून दिसतील. जगामध्ये चाललेल्या आर्थिक उलाढालींचा अभ्यास नसलेले, संविधानाशी काही देणंघेणं नसलेल्या मंडळींना धोरणं कशी बनतात? कायदा असतो कसा? बिल म्हणजे काय? त्यावरच्या चर्चेत काय आणि कसं बोलावं, तो पाळण्यासाठी, त्याप्रमाणे कामकाज होण्यासाठी कोणती भूमिका घ्यावी? याबाबतही गोंधळच असेल. देशाच्या सभागृहात हे पोहोचले तर देश पूर्ण रसातळाला जाईल? जातीचे तुष्टीकरण करायचं अशा वेळेला तर जात जास्तच उफाळून वर येते आणि भारतीय समाजामध्ये अजून मायक्रो लेव्हलवर जाऊन फूट पाडायची, भिंती उभ्या करायच्या आणि मतदान मिळवायचं. देशाच्या विविध सभागृहांमध्ये लोकप्रतिनिधी म्हणून जाऊन बसायचं आणि सर्व प्रकारे कायदे कोळून प्यायचे, धोरणांना धाब्यावर बसवायचं आणि सवंग पद्धतीने आपला धंदा-पाणी उरकायचा याला जर आपण यापुढे लोकशाही म्हणणार, तर खरी लोकशाही आता संपलेली आहे.

संविधानाच्या आड राहून लोकांना अडवण्यासाठी किंवा लोकांना भयभीत करण्यासाठी पोलिसांचा, प्रशासनाचा हवा तसा वापर करायचा. त्यांनाही आपल्या भ्रष्टाचारात सहभागी करून घ्यायचं आणि तथाकथित राजकारण करायचं आणि स्वतःला राजकारणी म्हणायचं. नागरिक आता नागरिक राहिलेले नसून ते ग्राहक झालेले आहेत. याचं भान नागरिकांना अजून आलेलं नसलं तरी त्यांना हाकणाऱ्या पक्षांना, कंपन्यांना आणि पुढाऱ्यांना खूप चांगलं हे माहीत झालं आहे. मुळातच भ्रष्ट असणारे असले लोक अतिशय प्रामाणिकपणे भ्रष्ट मार्गाने घेतलेल्या पैशाला जागून मतदान आपल्याला करतील याची इथल्या पक्षांना खात्री झालेली आहे आणि यातून यदाकदाचित आपला विरोधी उमेदवार निवडून आलाच तर त्यालाही पुन्हा पैसे देऊन विकत कसा घ्यायचा याचं तंत्र इथे देशाच्या सर्वोच्च पदावर बसलेल्या नेत्यांपासून सगळ्यांना अवगत झालं आहे आणि ते तंत्र वापरण्याला इथल्या लोकांचा किंवा न्यायालयांचाही विरोध दिसत नाही. असे आपले पक्ष निवडून आल्यानंतर पक्ष सोडून जाणारे नेते आणि पक्षांतर बंदीचा कायदा मोडणाऱ्या नेत्यांना त्यांचा संपूर्ण कार्यकाल होईपर्यंत तारीख वर तारीख देऊन सत्ताधाऱ्यांना खुश कसे करायचे याचे तंत्रज्ञान इथल्या न्यायासनाला आणि न्यायव्यवस्थेला, न्यायदानात मदत करणाऱ्या वकील यंत्रणेला अवगत झाले आहे. कसलेच भय किंवा कसलीच नैतिकता समाज व्यवस्थेमध्ये शिल्लक राहिलेली नाही. अशा एका नैतिक अधःपतन झालेल्या काळामध्ये आपण संविधान आणि संविधानिक मूल्य जपण्याच्या भूमिका घेण्याचा, चळवळ टिकवण्याचा लोकहिताचा प्रयत्न करतो आहोत. प्रचंड असे वादळ होत असताना हातात मिणमिणता दिवा घेऊन, तो विझू नये म्हणून आपल्याच हाताची ओंजळ करून तो पुढे घेऊन जाण्याचा प्रयत्न काही लढणारे कार्यकर्ते करतात तेव्हा इतिहास यांची तरी नोंद ठेवेल का? अशी काळजी वाटते. कारण धोरणांची नावे, गावांची नावे, कायद्याची नावे बदलणारे, आकडेवारीमध्ये फेरफार करणारे, कोणत्याही प्रकारचा विधीनिषेध न राहिलेले सत्ताधारी प्रशासन आणि त्यांना तारीख वर तारीख देऊन अप्रत्यक्षरीत्या पाठीशी घालणाऱ्या न्यायासनासमोर आपल्याला नतमस्तक व्हावे लागते आणि अशा वेळेला लढणारे आपण लोक आगतिक होतो. निराश होतो. स्त्रियांची सुरक्षा, पर्यावरणाचे रक्षण, तरुणांच्या हाताला काम, शेतकऱ्यांना हमीभाव, कामगारांच्या मानवी अधिकाराचे संरक्षण, महागाई हे आणि असे जगण्याचे मूलभूत प्रश्न सर्वसामान्य जनतेसमोर आवासून उभे असताना तात्पुरत्या मिळणाऱ्या निवडणुकीतील आमिषाला बळी पडून, आपण नागरिक आहोत याचा विसर पडलेल्या या पक्षांच्या ग्राहकांना खऱ्या अर्थाने जागे करण्याचे आणि लोकशाही वाचवण्याचे सगळ्यात मोठे आव्हान या देशासमोर उभे आहे. सगळीच मांडणी नव्याने करावी लागणार आहे आणि म्हणूनच खऱ्या संविधानाच्या संदर्भात वैचारिक स्पष्टता असणाऱ्या, लोकशाहीवर दृढविश्वास असणाऱ्या तरुण नेतृत्वाला कधी नव्हे ते आपले कार्यकर्तृत्व सिद्ध करण्याची संधी उपलब्ध झाली आहे. यातून धर्म-जातीपलीकडे जाऊन देश घडवण्यासाठी नेते म्हणून, तरुण म्हणून, युवक म्हणून, आपल्या लेकराबाळांची चिंता असणारी आई आणि बाई म्हणून आपण लढवय्ये बनणार का? हा खरा प्रश्न आहे आणि त्यासाठी वैयक्तिक आयुष्यात छोटे- छोटे निर्णय नैतिकतेचं भान ठेवून घेणे आणि स्वतःलाच नैतिक नेतृत्व म्हणून समाजासमोर सादर करणे गरजेचे आहे. कोणीतरी मसिहा येईल. तो बुद्ध, कृष्ण, ज्ञानदेव, तुकाराम, महात्मा गांधी किंवा बाबासाहेब आंबेडकर असेल आणि हे आपल्याला यातून वाचवतील अशा भ्रमात न राहता, आपण त्यांनी आखून दिलेल्या, त्यांनी जगलेल्या मार्गाने जाऊन हा देश, इथली लोकशाही, इथले समाजभान, इथलं पर्यावरण, इथला माणूस जगवण्याचा आणि टिकवण्याचा प्रयत्न करूया. काल एक नेते भाषण करत असताना म्हणाले की, आम्ही रात्री नऊ ते सकाळी नऊ भ्रष्टाचारी अधिकाऱ्याला 'झोपमोड आंदोलन' करून सतत फोन करून, भ्रष्टाचार का करत आहेत? त्यांची काय अडचण आहे, त्यांना काही त्रास आहे का?

वगैरे वगैरे विचारून भंडावून सोडायचं, असे आंदोलन उभारण्याचा प्रयत्न केला होता. शाळेत उशिरा येणाऱ्या शिक्षकाचे गावाच्या वेशीवर स्त्रियांनी आरती करून स्वागत करायचे, असेही आंदोलन उभारण्याचा प्रयत्न स्त्रियांनी केला होता. गटविकास अधिकाऱ्याच्या भ्रष्टाचाराच्या विरोधात पंचायत समितीच्या दारात भजन करायचा कार्यक्रम साताऱ्यात आम्ही केला होता. अलीकडे समाजमाध्यमांवर सतत सक्रिय असणारे लोक प्रत्यक्ष जमीनस्तरावर उतरून भाषणाला येत नाहीत आणि आंदोलनालाही येत नाहीत आणि चुकून आलेच तर येण्या-जाण्याचा प्रवास खर्च मागतात. दिवस बुडला म्हणून पैसे मागतात. त्यामुळे सुपारी आंदोलकांचाही सुळसुळाट झाला आहे. म्हणूनच पूर्वी म्हणायचे यथा राजा तथा प्रजा. पण आता म्हणावे लागते की ज्या लायकीचे लोक त्याच लायकीचे सरकार, प्रशासन आणि न्यायासन असणार आहे. हे लोकही आपल्या नैतिकता हरवलेल्या घरातूनच संस्कारित होऊन गेलेले लोक आहेत. त्यामुळे आपली घरं आधी नैतिकतेच्या आधारावर आणि वैचारिकतेवर कशी उभारली जातील यावर काम करावे लागणार आहे आणि म्हणून सगळ्यात मोठी जबाबदारी घरातील पालकांची आहे.

महायुतीचे भविष्य अधांतरी



स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणुकांच्या पार्श्वभूमीवर महाराष्ट्राच्या राजकीय पटावर सध्या सर्वाधिक चैतन्य जिथे जाणवत आहे, ते म्हणजे भारतीय जनता पक्ष आणि एकनाथ शिंदे यांच्या शिवसेनेत. या दोन्ही पक्षांच्या दाराशी उमेदवारांच्या अक्षरशः रांगा लागल्या आहेत. त्याखालोखाल क्रमांक लागतो तो अजित पवारांच्या राष्ट्रवादी काँग्रेसचा. नुकत्याच झालेल्या नगरपरिषदांच्या निवडणुकांमध्ये या तिन्ही पक्षांना क्रमाने यश मिळाल्याने, आगामी निवडणुका हे पक्ष युतीत लढवणार की स्वतंत्रपणे, याकडे राजकीय वर्तुळाचे लक्ष लागले आहे. गेल्या दशकभरात भारतीय जनता पक्षाने हिंदुत्वाचा मुद्दा राजकारणाच्या केंद्रस्थानी आणत त्याचा पुरेपूर लाभ घेतला आहे. धमाभीवती मतदारांचे ध्रुवीकरण करणे ही कला भाजपने अत्यंत प्रभावीपणे आत्मसात केली. 'हिंदू धोक्यात आहे' हे जुने, पण परिणामकारक घोषवाक्य इतक्या खोलवर रुजवले गेले की त्यावर भाजपचा एक स्थिर आणि निष्ठावान मतदारवर्ग तयार झाला आहे. त्यामुळे भाजपचे कार्यकर्ते केवळ मत मागणारे प्रचारक न राहता, मतदारांचे धर्मरक्षक असल्याच्या भावनेने वावरतात. हा भावनिक खेळ इतर कोणत्याही पक्षाला अद्याप साधलेला नाही. याचबरोबर भाजपने संघटनशक्तीवर कमालीचे लक्ष केंद्रित केले. प्रभागापासून बूथपर्यंत पोहोचणारी मजबूत यंत्रणा उभी केली. त्यामुळे भाजपचा उमेदवार कधीच एकटा नसतो; त्याच्या पाठीशी संघटनेची शिस्तबद्ध आणि ताकदवान फौज असते. पैसा, प्रचाराची रसद, व्यवस्थेतील मदत या सगळ्या गोष्टी उमेदवाराला पक्षाकडून उपलब्ध करून दिल्या जातात. निवडणुकीदरम्यान अनावश्यक अडचणी निर्माण होऊ नयेत, याची खबरदारी पक्षाचे नेते स्वतः घेतात. नैतिकतेच्या कसोटीवर हे मुद्दे वादग्रस्त असले तरी, याच कारणामुळे भाजपची उमेदवारी ही 'सुरक्षित गुंतवणूक' असल्याची भावना इच्छुकांमध्ये दृढ झाली आहे. भाजपच्या सोबतीला एकनाथ शिंदे यांची शिवसेनाही दिवसेंदिवस अधिक बळकट होताना दिसते. शिंदे यांनी आपला दिलदार, गोंजारणारा स्वभाव जपला आहे. कार्यकर्त्यांशी आपुलकीने संवाद, विकासकामांची हमी आणि उमेदवारांसाठी सढळहस्ताने दिली जाणारी आर्थिक मदत या सगळ्यांमुळे शिंदेसेनेकडे ओढ वाढली आहे. आजच्या राजकारणात विचारधारेपेक्षा गणित आणि सोयीला अधिक महत्त्व आले आहे. ज्या पक्षाकडे सत्ता, पैसा आणि निवडून येण्याची खात्री आहे, तिकडेच उमेदवारांचा कल असतो. भाजप आणि शिंदेसेना ही तिन्ही सूत्रे पुरवतात, त्यामुळे या दोन्ही पक्षांकडे इच्छुकांचा ओघ स्वाभाविकच आहे. याच्या तुलनेत अजित पवारांच्या राष्ट्रवादी काँग्रेसची अवस्था 'नेते भरपूर, कार्यकर्ते मोजके' अशी झाली आहे. जिल्हा व प्रभाग पातळीवर निष्ठावान नेते असले तरी त्यातील बरेच जण संधीसाधू, वैयक्तिक गणिते जपणारे ठरत आहेत. घोषणा, बैठका आणि पत्रकार परिषदा भरपूर होतात; मात्र रणांगणात उतरायला लागणारी कार्यकर्त्यांची जिद्द आणि आत्मविश्वास दिसत नाही. अजित पवार मुख्यमंत्री झाल्यानंतर कार्यकर्त्यांना नवसंजीवनी मिळेल, अशी अपेक्षा होती. प्रत्यक्षात मात्र अनेक ठिकाणी संघटनात्मक हालचाली थंडावल्या. भाजप-शिवसेना जिथे बूथ कमिट्या उभारत आहेत, तिथे राष्ट्रवादीत केवळ फोटोसेशन आणि निवेदने सुरू आहेत. यात भर पडली आहे विचारसरणीतील विसंगतीची. स्वतःला व्यावहारिक राजकारणी म्हणवर्णाया अजित पवारांचा धर्मनिरपेक्षतेचा दावा घोषणांपुरताच उरला आहे. सत्तेच्या समीकरणांसाठी हिंदुत्ववादी भाजप आणि शिंदे गटाशी केलेली हातमिळवणी कार्यकर्त्यांच्या पायाखालची जमीन सरकवणारी ठरली. विरोधात असताना धर्मनिरपेक्षतेची लढाई आणि सत्तेत असताना त्याच विचारधारेशी तडजोड या दुहेरी भूमिकेमुळे कार्यकर्ते आणि मतदार दोघेही संभ्रमात सापडले आहेत. त्यातच शरद पवारांच्या राष्ट्रवादीसोबत संभाव्य युतीच्या चर्चांमुळे गोंधळ आणखी वाढला आहे. याचा थेट परिणाम इच्छुक उमेदवारांवर होत असून, सत्तेत असूनही राष्ट्रवादीकडे होणारा ओघ मर्यादित राहिला आहे. दरम्यान, भाजप आणि शिंदेसेनेत इच्छुकांची संख्या वाढल्याने दोन्ही पक्षांच्या बेटकुळ्या फुगल्या आहेत. भाजपने मुंबई वगळता इतरत्र 'एकला चलो रे'ची भूमिका घेतल्याने शिंदे गट काहीसा अडचणीत आला. संघटन आणि निवडणूक व्यवस्थापनात भाजप आघाडीवर असल्याने शिंदे गटाला अद्याप भाजपची गरज आहे. मात्र स्वबळाच्या घोषणांमुळे शिंदे गट अस्वस्थ झाला. ही अस्वस्थता नगरपरिषद निवडणुकात त्यांनी ताकदीने उतरून दूर केली. साम, दाम, दंड, भेद नीतीचा वापर करत काही ठिकाणी भाजपच्या दिग्गजांना पराभूत करून शिंदे गटाने आपली 'बार्गेनिंग पॉवर' वाढवली आहे. ऐन निवडणुकांच्या तोंडावर उबाठा शिवसेना आणि मनसे यांची युती जाहीर झाल्याने भाजपही सावध झाला आहे. शहरी मतदारांवर या युतीचा परिणाम होऊ शकतो, याची जाणीव भाजपला झाली आहे. त्यामुळे आतापर्यंत कमी लेखल्या गेलेल्या शिंदेसेनेला पुन्हा युतीसाठी जवळ करण्याचे प्रयत्न सुरू झाले आहेत. मात्र आता शिंदेंच्या शिवसेनेला भाजपवर पूर्वीसारखा विश्वास उरलेला नाही. परिणामी, दोन्ही पक्षांनी स्वतंत्र लढतीची तयारीही समांतरपणे सुरू ठेवली आहे. या साऱ्या घडामोडींमध्ये अजित पवारांची राष्ट्रवादी सर्वाधिक अडचणीत सापडलेली दिसते. सध्या तरी भाजप आणि शिवसेना राष्ट्रवादीला मनापासून सोबत घेण्यास उत्सुक नाहीत. मात्र काँग्रेसने जर उबाठा शिवसेना आणि मनसेला साथ दिली, तर राजकीय समीकरणे पुन्हा बदलू शकतात आणि राष्ट्रवादीला युतीत स्थान मिळू शकते. अन्यथा काँग्रेस-राष्ट्रवादी अशी वेगळी आघाडी उभी राहण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. सध्या या सगळ्या 'जर-तर'च्या चर्चा असल्या तरी, येत्या काही दिवसांतच महाराष्ट्राच्या स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकांचे अंतिम राजकीय चित्र स्पष्ट होईल.

लढा मराठीचा व मराठी शाळा टिकवण्याचा

मराठी शाळांबाबत सकारात्मक विचार करणाऱ्यांनी आपल्या मुलांना, नातवंडांना मराठी शाळांमध्ये शिकवण्याचा आग्रह धरा. जर का आंदोलने उभी राहिली तर मराठी शाळांची जी सध्या पाडकामे सुरू आहेत ती थांबवली जाऊ शकतात. तसेच त्या ठिकाणी शाळेऐवजी इतर काही उद्योग सुरू करण्याचा मानस असेल, तर तो रोखला जाऊ शकतो. कारण या नव्याने उभारलेल्या इमारतीत मराठी शाळाच सुरू राहतील याबाबत कोणती खात्री सध्या देता येत नाही. त्यासाठी त्या शाळेत मुले शिकणे आवश्यक आहे. मराठी शाळांच्या इमारतींच्या जागी पुनर्बांधणीनंतर फक्त शाळा एके शाळाच भरावी यासाठी सर्वांनी आज पालिका प्रशासनावर जोर दिला पाहिजे किंवा तसा एक जनरेटाच उभा राहिला पाहिजे. मुंबईत व राज्यभरात बंद पडत चाललेल्या मराठी शाळांबाबत नुकत्याच मुंबई महापालिकेवर काढलेल्या एका मोचार्मुळे सर्वांचेच लक्ष वेधले. आज परिस्थिती अशी आहे, की आज कोणालाही मराठी शाळेत घालणे संयुक्तिक वाटत नाही. आज सर्वांना आपली मुले इंग्रजी शाळेत शिकून देश परदेशात जावी असेच वाटते. त्यासाठी इंग्रजी भाषा येणे खूप महत्त्वाचे वाटते. त्यामुळे पालकांच्या अपुऱ्या राहिलेल्या इच्छा ते आपल्या मुलांवर लादतात व बालवयातच मुलांना इंग्रजी भाषेचे डोक्यावर ओझे घेऊन आपल्या शालेय जीवनाची सुरुवात करावी लागते. यात बरेच मुद्दे आहेत मात्र जर एखाद्या पालकाला मराठी शाळेत घालायचं असेल तर, त्यांच्याकडे काही पर्याय आहेत का? कारण आज राज्यभरात अथवा मुंबईत मराठी शाळा एकामागोमाग एक बंद पडत चाललेल्या आहेत. त्यात प्रत्येक भागातील मराठी शाळा या ठरवून बंद तर पाडल्या जात नाहीत ना, असा प्रश्न सध्या उपस्थित होत आहे. मुंबईतही सर्वच चांगल्या मराठी शाळा होत्या व आहेत मात्र त्याचे हळूहळू रूपांतर आता इंग्रजी शाळेत होत चालले आहे. त्यामुळे इतर नाही तरी निदान मुंबई महानगरपालिकेच्या शाळा तरी टिकाव्यात अशी भाबडी आशा सर्वांनाच आहे. मात्र आता मुंबई महापालिका आपल्या काही शाळांचे हळूहळू रूपांतर इंग्रजी शाळेत करत आहेत. आज याच मराठी शाळा बंद विरोधात सर्व मराठीजणांनी एकत्र येण्याची गरज व्यक्त केली आहे. यासाठी थेट मुंबई महानगरपालिकेवरच मोर्चा काढण्याचा निर्णय मराठी शाळाबाबतच्या परिषदेदरम्यान मराठी अभ्यास केंद्राचे अध्यक्ष डॉ. दीपक पवार यांनी घेतला. मात्र या मोर्चातून त्यांच्या हाती सध्या तरी काही लागले नाही. कारण सध्या सुरू असलेली आचारसंहिता त्यांच्या आड आली. त्यामुळे पालिका आयुक्तांकडूनही त्यांना ठोस असे आश्वासन मिळाले नाही, मात्र तरीही ही मराठी शाळा वाचवण्यासाठी धडपड आपल्याला कृतिशील कार्यक्रमासोबतच आंदोलनातूनही येणाऱ्या काळात करावीच लागणार आहे. कारण हा विषयच आता मोठा चिंतनशील होत चालला आहे. मराठी शाळा व मराठी भाषा वाचवण्यासाठी आंदोलने होतच राहतील पण त्याचबरोबर कृतिशील कार्यक्रम होणे ही गरजेचे आहे. त्यासाठी मराठी शाळांबाबत सकारात्मक विचार करणाऱ्यांनी आपल्या मुलांना, नातवंडांना मराठी शाळांमध्ये शिकवण्याचा आग्रह धरला पाहिजे. जर का आंदोलने उभी राहिली, तर मराठी शाळांचे जी सध्या पाडकामे सुरू आहेत ती थांबवली जाऊ शकतात. तसेच त्या ठिकाणी शाळेऐवजी इतर काही उद्योग सुरू करण्याचा मानस असेल तर तो रोखला जाऊ शकतो. कारण या नव्याने उभारलेल्या इमारतीत मराठी शाळाच सुरू राहतील याबाबत कोणती खात्री सध्या देता येत नाही त्यासाठी त्या शाळेत मुले शिकणे आवश्यक आहे. मराठी शाळांच्या इमारतींच्या जागी पुनर्बांधणी नंतर फक्त शाळा एके शाळाच भरावी यासाठी सर्वांनी आज पालिका प्रशासनावर जोर दिला पाहिजे किंवा तसा एक जनरेटाच उभा राहिला पाहिजे. मुंबई महानगरपालिकेच्या प्राथमिक व माध्यमिक शाळांची एकूण संख्या साधारण पाच-सहा वर्षांपूर्वी १ हजार १४६ होती. मात्र आज ती संख्या १ हजार ११८ झाली आहे. म्हणजेच मागील पाच वर्षांत २८ शाळा कमी झाल्या. त्यात सर्वाधिक १७ शाळा मराठी माध्यमाच्या आहेत, तर हिंदी, उर्दू शाळांमध्ये प्रत्येकी सहा शाळा कमी झाल्या. सद्यस्थितीत हिंदी माध्यमाच्या २१६, उर्दू माध्यमाच्या १८६ शाळेत विद्यार्थी शिकत आहेत. मात्र त्याच दरम्यान विद्यार्थी कमी होत असतानाही इंग्रजी माध्यमाच्या शाळेत मात्र सहा ते सात शाळांची वाढ झाली आहे. २०१४-१५ साली मुंबई महानगरपालिका मराठी माध्यमांच्या ३६८ शाळा चालवत होती. तर आता ही संख्या २५४ इतकी झाली आहे. विविध कारणांमुळे मुंबई महानगरपालिकेच्या शाळा बंद पडण्याचे सत्र सुरू असून गेल्या तीन वर्षांत सर्वाधिक १७ मराठी शाळा बंद पडल्या आहेत. काही शाळेच्या इमारती अतिधोकादायक असल्याचे पालिकेने घोषित केले आहे. त्यात शाळेचे तोडकाम करण्यात येत आहे. त्यामुळे तोडलेले शाळेच्या इमारतीची पुनर्बांधणी करण्याऐवजी ती शाळा तोडण्याचा घाट पालिकेने सुरू केल्याचा आरोपही आता संघटनांकडून व्यक्त करण्यात येत आहे. मराठी शाळा आणि अंगणवाड्या टिकल्या नाही, तर मातृभाषेतील शिक्षण धोक्यात येणार आहे. मराठी शाळा वाचवण्यासाठी केवळ घोषणाबाजी आणि भावनिक आंदोलन पुरेसे नाही. मराठीच्या भवितव्यासाठी खऱ्या अर्थाने कृतिशील कार्यक्रम राबवावाच लागेल आणि त्याची सुरुवात प्रत्येकाने आपल्या घरापासून केली पाहिजे. मराठी शाळांचे बंद होणे, इमारती पाडणे, खासगीकरण आणि माध्यमांवर ठोस चर्चा आता झालीच पाहिजे. ठरवून बंद पाडलेल्या, पाडल्या जाणाऱ्या शाळा यावर गंभीर्याने विचार करण्याची वेळ आली आहे. शिक्षणतज्ञ शिक्षक सामाजिक कार्यकर्ते पालक आणि विविध संघटनांचे प्रतिनिधी यासाठी एकत्र येणे गरजेचे आहे. मराठीचा कळवळा दाखवणाऱ्या अनेक राजकीय नेत्यांची मुले इंग्रजी माध्यमांच्या शाळेत शिकतात. मराठी शाळांच्या इमारती धोकादायक ठरवल्या जाऊन त्याचे इंग्रजी शाळांच्या इमारतीत रूपांतर होऊन काही महिन्यातच चकचकीत स्वरूपात उभे राहतात हे ठरवून तर निर्माण केले जात नाही असे प्रश्न यानिमित्ताने पडत आहे. मराठी शाळांचे भूखंड स्वस्त दरात देऊन बिल्डरांना देण्याचा आणि त्या जागांवर मॉल टॉवर उभारण्याचा प्रकार आज सर्वत्र राज्यभर सुरू आहे. इंग्रजी मराठी अशी तुलना करून मराठी भाषेला दुय्यम ठरवून इंग्रजी न येणाऱ्यांनाच मराठी आवडते या मानसिकतेतूनच आले आहे. आज प्रशासनातील काही अधिकारी राजकारण्यांना हाताशी धरून हे सर्व उद्योग करत आहे. मराठी भाषेतून शिकणे आणि शिक्षण हा सामाजिक नव्हे तर प्रत्येक मुलाचा मूलभूत हक्क आहे. आज राज्यातील प्रत्येक विभागात मराठी शाळांची विदारक स्थिती झाली आहे. विद्यार्थ्यांचे हाल आणि बिल्डर व प्रशासन यांचे साटेलोटे यातूनच आज मराठी व मराठी शाळेची ही दुर्दशा झाल्याचे दिसून येत आहे. त्याला पाल्य तरी बिचारी काय करणार. आज बाजारात स्पर्धा एवढी वाढली आहे, की प्रत्येक पाल्याला आपला मुलगा इंग्लिश मीडियममध्ये जाऊन तो फडफड इंग्लिश बोलावा असे वाटते. त्यात आता अगदी तळागाळातील वर्गालाही आपला मुलगा खूप शिकावा असे वाटते मात्र त्याला इंग्लिश माध्यमांशिवाय पर्याय नाही असे चित्र निर्माण केले जाते. मात्र मराठी माध्यमात शिकूनही मोठमोठ्या पदावर विराजमान झालेल्या अनेक व्यक्तींची उदाहरणे आपल्यासमोर आहेत. गरज आहे ती फक्त मराठी माध्यमात शिकूनही इंग्रजी दमदार शिकण्याची. त्यासाठी शिकवणाऱ्यांची संख्या वाढली पाहिजे. शाळेतही दर्जेदार इंग्रजी शिक्षण मिळाले पाहिजे. मात्र खरी बोंब तिथेच आहे.आज इंग्रजी शिकवणारे शिक्षक पाहिले, की धडकी भरते. विद्यार्थ्यांना लहानपणापासूनच एखाद्या विषयाची गोडी लागली की पुढेही त्यांना ती सोपी जाते. मात्र आपल्याकडे लहानपणापासूनच इंग्रजी इतकी किचकट करून ठेवली जाते, की विद्यार्थ्यांना त्याची आवड लागत नाही. आता गरज आहे ती इंग्रजी सोपी करण्याची. त्यासाठी पाल्यांनी आता उगीचच बाऊ करण्यापेक्षा आपल्या मुलांना मराठी माध्यमातून शिकवण्यास भर दिल्यास मराठी शाळा टिकण्यास नक्कीच मदत होईल. पोरक्या मराठी शाळा... डॉ. वीणा सानेकर, मायभाषा शिक्षणाने आपल्या मुलांना अतिशय 'हुश्शार' केले हे तर खरेच! अलीकडे बहुतेक मुले इंग्रजी शाळेत जातात. हे जग स्पर्धांचे जग असल्यामुळे मुले वेगवेगळ्या स्पर्धांमध्ये उत्साहाने भागही घेतात. मात्र निरीक्षण असे की, बहुसंख्य मुले इंग्रजी भाषेतील स्पर्धांमध्ये उत्साहाने भाग घेतात. मराठी स्पर्धांमध्ये मात्र मग ती वक्तृत्व असो, वादविवाद की कथाकथन मुले पाठ फिरवतात. किंबहुना मराठी घरातली मुलेही आज मराठीत सलग पाच वाक्ये मराठीत बोलू शकत नाहीत. या मुलांना मराठीत बोलण्याची सवयच राहिली नाही, हा एक मुद्दा, मराठीत बोलणे हे त्यांना कमीपणाचे वाटते हा दुसरा मुद्दा. मायभाषेची गोडी लहानपणापासून लावली तर ती लागते, पण पालक मुलांसाठी इंग्रजी माध्यमाची निवड करत असल्याने मुले आपल्या भाषेपासून हळूहळू दुरावत जातात. घरातले मराठी बोलणे देखील कमी - कमी होत जाते. मराठी वाचन तर कोसो दूर राहिले. शाळेतून महाविद्यालयात गेल्यावर, त्यांच्याच भाषेत सांगायचे तर आपली भाषा त्यांना ग्लॅमरस वाटत नाही. थोडक्यात मुलांना मराठीपासून तोडण्याचा गुन्हा पालकच करतात. इंग्रजी शाळांमध्ये घालून मग तिथल्या अभ्यासक्रमाशी जुळवून घेण्यासाठी मुलांना महागड्या क्लासेस मध्ये घालणे, हे चक्र सुरु राहते. या चक्रात मुले भरडत राहतात आणि त्याची मुलांना सवय लागते. अमुक केले नसते तर अमुक झाले नसते असे आपण अनेकदा म्हणतो. मग एखाद्या गोष्टीच्या पश्चात्तापाने मनाला रुखरुख लागून राहते. एका चुकीच्या गोष्टीसाठी मात्र आपल्या समाजाच्या सार्वत्रिक पश्चातापाची गरज आहे आणि ती चूक म्हणजे आपल्या समाजाने मराठी शाळांमुलांच्या शिक्षणासाठी केलेली माध्यम निवड; परंतु आपण मुलांसाठी केलेली इंग्रजी माध्यमाची निवड ही आपल्या एकूण समाजाला आपली चूकच वाटत नसेल तर पश्चात्ताप ही दूरचीच गोष्ट राहिली. मराठी शाळांच्या आजच्या दुरवस्थेला शासन जितके जबाबदार आहे तितकाच मराठी समाजही जबाबदार आहे. मराठी शाळा जगवणे आणि वाढवणे ही आपल्या समाजाचे कर्तव्य आणि जबाबदारी आहे असे आपल्या समाजाला कधी वाटलेच नाही. मराठी शाळांची पडझड थांबवण्याचा संघटित प्रयत्न कधी केला गेलाच नाही. मराठी अभ्यास केंद्रा चे कार्यकर्ते गेली जवळपास वीसेक वर्षे मराठी शाळांचा प्रश्न कळवळून मांडत आहेत. आता मराठी शाळांचे भूखंड हडपण्याच्या हालचाली वाढत चालल्या आहेत.

पोलीस बातमी पत्र

पोलीस बातमी पत्र

संमिश्र

४

मुंबई, मंगळवार,६ जानेवारी २०२६ ते १२ जानेवारी २०२६

तुला बघूनच घेतो... सोलापुरात जागा वाटप जाहीर करताच महाविकास आघाडीच्या नेत्यांची एकमेकांना दमबाजी

जागा कमी मिळाल्याने मनसे आणि ठाकरे गट प्रचंड नाराज



मनसे ठाकरे गटाच्या नेत्यांमध्ये वाद

सोलापूर मध्ये भाजपला रोखण्यासाठी विरोधकांनी महाविकास आघाडीची घोषणा केली आहे. त्यानंतर जागावाटपही जाहीर झाले आहे. यानंतर शिवसेना ठाकरे गट आणि मनसे नेत्यांमध्ये वाद झाल्याचे समोर आले आहे. मनसेचे जिल्हाध्यक्ष विनायक महिंद्रकर आणि ठाकरे गटाच्या जिल्हा प्रमुख यांच्यात तू तू - मैं मैं झाली. त्यामुळे एकीकडे ठाकरे बंधू एकत्र आल्याचे पहायला मिळत असताना स्थानिक स्तरावर मतभेद असल्याचे समोर आले आहे.

मुंबई। राज्यातील २९ महानगरपालिकांच्या निवडणुकीची घोषणा झाल्यानंतर आता राजकीय पक्षांची जोरात तयारी सुरू आहे. सोलापूर महानगरपालिकेसाठी १५ जानेवारीला मतदान होणार असून १६ तारखेला निकाल जाहीर होणार आहे. सोलापूर महानगर पालिकेच्या निवडणुकीसाठी महाविकास आघाडीची घोषणा झाली आहे. भाजपच्या विरोधात लढण्यासाठी विरोधक एकवटलेले आहेत. शनिवार सोलापूर महानगर पालिकेच्या निवडणुकीसाठी जागावाटप जाहीर झाले आहे. काँग्रेस ४५, शिवसेना ३०, राष्ट्रवादी शरद पवार गट २०, माकप ७ जागांवर निवडणूक लढणार आहे. मात्र आता या जागावाटपानंतर महाविकास आघाडीच्या नेत्यांमध्ये वाद झाल्याचे समोर आले आहे. सोलापूरात नेमकं काय घडलं ते जाणून घेऊयात.

शिवसैनिक नाराज

त्याचबरोबर महाविकास आघाडीच्या जागावाटराच काँग्रेसच्या वाट्याला ठाकरे गटापेक्षा जास्त जागा आल्याने शिवसैनिक आक्रमक झाल्याचे समोर आले आहे. ठाकरे गटाचे उत्तर विधानसभा शहर प्रमुख महेश धाराशिवकर यांनी शहरप्रमुख अजय दासरी यांना याबाबत जाब विचारला. आघाडीची पत्रकार परिषद सुरु होण्याआधी आणि पत्रकार परिषद संपल्यानंतर देखील शिवसैनिकांनी अजय दासरी कमी जागाबाबत विचारणा केली.

शाब्दिक बाचाबाची...

यावेळी ठाकरे गटाचे महेश धाराशिवकर आणि अजय दासरी यांच्यात शाब्दिक बचाबाची झाली असून एकमेकांना बघून घेण्याची भाषा या दोन्ही नेत्यांनी केली आहे. त्यामुळे सोलापूरात महाविकास आघाडीची घोषणा झाली असली तर पक्षांतर्गत वाद चव्हाट्यावर आल्याचे पाहायला मिळाले आहे. याचा फटका आगामी निवडणुकीत बसण्याची शक्यता आहे. महाविकास आघाडीतील जागावाटपाबाबत बोलताना ठाकरे गटाचे नेते अजय दासरी म्हणाले की, सोलापूर महापालिकेसाठी महाविकास आघाडी झाली आहे. आम्ही भाजप विरोधात आणि विकासासाठी एकत्र आलो आहे. भाजपला हरवण्यासाठी सर्व पक्षांनी त्याग केला आहे. ४ पक्ष मिळून १०२ जागा लढवतोय. मनसेही सोबत असणार आहे. काँग्रेस ४५, शिवसेना ३०, राष्ट्रवादी शरद पवार गट २०, माकप ७ असा फॉर्म्युला ठरला आहे.

फुकटात लोकल प्रवासासाठी चॅट जीपीटी वापरलं

बनावट रेल्वे पास बनवला अन् डाव फसला... मुंबईत २२ वर्षीय तरुणावर गुन्हा दाखल



मुंबई। आजकाल अकच्या वाढलेल्या सर्रास वापरामुळे फसवणुकीचेही अनेक प्रकार उघडकीस येताना दिसतायत. त्यातलाच एक प्रकार मुंबईच्या उरटळ रेल्वे स्थानकावरून समोर आला आहे. छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनलवर चॅटजीपीटीचा वापर करून बनावट रेल्वे पास तयार करून लोकल ट्रेनने प्रवास केल्याप्रकरणी २२ वर्षीय तरुणाविरुद्ध रेल्वे पोलिसांनी गुन्हा दाखल केला आहे. आदिल अन्सार खान असे आरोपीचे नाव असून, त्याने मुंब्रा ते उरटळ दरम्यान प्रवासासाठी एक महिन्याचा बनावट पास तयार केल्याचे समोर आले आहे.

नेमका प्रकार काय ?

२५ डिसेंबर रोजी दुपारी सुमारे १२ .४५ वाजता भायखळा रेल्वे स्थानकावर नियमित तिकीट तपासणीदरम्यान हा प्रकार उघडकीस आला. तिकीट तपासनीस कुणाल सावरडेकर हे प्लॅटफॉर्म क्रमांक १ वरील मुख्य गेटजवळ तिकीट तपासणी करत असताना त्यांनी आदिल खानकडे तिकीट दाखवण्यास सांगितले. आदिलने आपल्या आयफोन १३ प्रोवर रेल्वे पास दाखवला; मात्र तो अधिकृत यूटीएस मोबाइल ॲपवर नसून केवळ छायाचित्र स्वरूपात असल्याने संशय निर्माण झाला. त्यानंतर त्याला पुढील तपासणीसाठी तिकीट तपासणी कार्यालयात नेण्यात आले. वरिष्ठ रेल्वे अधिकाऱ्यांनी तपासणीनंतर हा पास अधिकृत निकषांनुसार नसून बनावट असल्याचे स्पष्ट केले. तपासात असे निष्पन्न झाले की, खानने एका मित्राच्या मार्गदर्शनाखाली चॅटजीपीटीचा वापर करून हा बनावट पास तयार केला होता. या पासवर २४ नोव्हेंबर ते २५ डिसेंबर या कालावधीसाठी मुंब्रा ते उरटळ प्रवासाची वैधता दाखवण्यात आली होती .

आतिहुशारी महागात पडली... तरुणावर गुन्हा दाखल

हे प्रकरण उघडकीस आल्यानंतर सावरडेकर यांनी तक्रार दाखल केली. त्यानुसार सीएसएमटी रेल्वे पोलिसांनी खानविरुद्ध भारतीय न्याय संहितेच्या कलम ३१८(२) (फसवणूक), ३३६(३) (बनावट कागदपत्रे तयार करणे) आणि ३४०(२) (बनावट इलेक्ट्रॉनिक नोंदींचा वापर) तसेच माहिती तंत्रज्ञान कायद्यातील संबंधित तरतुदींन्वये गुन्हा नोंदवला आहे.रेल्वे पोलिसांच्या माहितीनुसार, बनावट पासवर अधिकृत सील व माहितीचा समावेश करून तो खरा असल्याचा आभास निर्माण करण्यात आला होता. मात्र, तांत्रिक तपासणीमध्ये हा पास अधिकृत रेल्वे प्रणालीशी संबंधित नसल्याचं निष्पन्न झालं. या प्रकरणी आरोपीविरोधात फसवणूक व बनावट कागदपत्रे वापरल्याचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. अकचा गैरवापर करत घडणाऱ्या घटना आजकाल वारंवार समोर येऊ लागल्या आहेत. अशा गैरप्रकारांवर कठोर कारवाई केली जाईल, असा इशारा रेल्वे पोलिसांनी दिला आहे.

५ रुपयांत मनसोक्त जेवणाची थाळी

अटल कॅन्टीनची देशभरात चर्चा



योजनेचा कसा मिळणार फायदा?

अटल कॅन्टीनमुळे गरीबांना सन्मानाने जेवण मिळेल आणि उपासमारी कमी होईल.हे कॅन्टीन दिल्लीचा आत्मा बनेल, असे मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता यांनी सांगितले. लोकांच्या प्रतिक्रियेनुसार आणखी कॅन्टीन वाढवल्या जातील. अटलजींच्या नावाने ही योजना त्यांच्या सुशासन आणि गरीबकल्याणाच्या वारशाला साजेशी असल्याचे सरकारकडून सांगण्यात आलंय.

मुंबई। उद्धव ठाकरे मुख्यमंत्री असताना सुरु झालेल्या या योजनेत अवघ्या १० रुपयांच्या शिवभोजन थाळीत नागरिकांना पोटभर अन्न मिळतं. महाराष्ट्रात गरीब आणि गरजू नागरिकांसाठी सुरू असलेल्या शिवभोजन थाळीमध्ये २ चपात्या, १ वाटी भाजी, १ वाटी वरण आणि १ मूग भात असा सकस आहार मिळतो. ही योजना दुपारी १२ ते २ या वेळेत कार्यान्वित असते. ज्यामध्ये सरकार उर्वरित अनुदानापोटी रक्कम देत असते. कोरोना काळात या याजनेचा लाभ महाराष्ट्रातील लाखो नागरिकांना झाला. दरम्यान अशाच एका योजनेची चर्चा देशभरात सुरु आहे. जिथे अवघ्या ५ रुपयांमध्ये थाळी मिळतेय. कोणती आहे ही योजना? सविस्तर जाणून घेऊया. दिल्ली सरकारने माजी पंतप्रधान भारतरत्न अटल बिहारी वाजपेयी यांच्या जन्मशताब्दी नंतरच्या १०१ व्या जयंतीनिमित्त एक योजना सुरु केलीय. याअंतर्गत राजधानी दिल्लीच १०० अटल कॅन्टीन सुरू करण्यात येत आहेत. या कॅन्टीनचा मुख्य हेतू गरीब, मजुरांना आणि कमी उत्पन्न असलेल्या कुटुंबांना स्वस्तात पौष्टिक जेवण उपलब्ध करून देणे हा आहे. यामुळे कोणालाही उपाशी झोपावे लागणार नाही, अशी सरकारची भावना आहे. ही योजना अटलजींच्या 'गरिबी ही फक्त पैशांची कमतरता नव्हे, तर संधीची कमतरता आहे', या विचाराने प्रेरित असल्याचे सांगण्यात येत आहे.

कॅन्टीनची संख्या

अटल बिहारी वाजपेयी यांच्या जयंतीच्या निमित्ताने २५ डिसेंबर रोजी ४५ कॅन्टीनचे उद्घाटन करण्यात आले. यानंतर उरलेली ५५ कँटीन लवकरच सुरू होणार आहेत. दिल्लीतील नरेला, बवाना, शालिमार बाग, राजौरी गार्डन, ग्रेटर कैलाश यांसारख्या ठिकाणी या कॅन्टीन उघडल्या आहेत. एकूण १०० कॅन्टीनमधून दररोज हजारो लोकांना फायदा होणार असल्याची माहिती देण्यात आलीय.

जेवणाची वेळ कधी ?

या कॅन्टीन सकाळी ११ ते दुपारी ४ आणि सायंकाळी साडेसहा ते साडेनऊ या वेळेत सुरू असतील. प्रत्येक कॅन्टीनमध्ये दररोज सुमारे ५०० ते १००० लोकांना जेवण मिळू शकणार आहे. एकूण योजना पूर्ण झाल्यावर दररोज एक लाखाहून अधिक जेवण वाटले जाणार आहे. ज्यामुळे दिल्लीत भुकेची समस्या कमी होण्यास मदत होईल, असा विश्वास व्यक्त करण्यात येतोय.

५ रुपयांत काय मिळणार ?

अटल कॅन्टीन अंतर्गत फक्त ५ रुपयांमध्ये एक भरपेट थाळी मिळते. यात दोन चपात्या, मिक्स भाजी (सुक्या स्वरूपात), डाळ, भात आणि लोणचे यांचा समावेश आहे. जेवण साधे पण पौष्टिक असते, जे मजुरांना आणि गरीबांना ऊर्जा देणारी ठरणार असल्याचे सांगण्यात आलंय. सरकारकडून अनुदान दिले जात असल्याने ५ रुपये ही किंमत ठेवणं शक्य झालंय.

पारदर्शकता कशी राखणार ?

कॅन्टीनमध्ये स्वच्छता आणि गुणवत्ता राखण्यासाठी सीसीटीव्ही कॅमेरे बसवण्यात आले आहेत. याअंतर्गत टोकन आणि बायोमेट्रिक पद्धतीने जेवण वाटप केले जाणार आहे. ज्यामुळे गैरव्यवहार टाळण्यास मदत होणार आहे. आधुनिक स्वयंपाकघर, एलपीजी आणि आरओ पाणी यांचीदेखील सोय करण्यात आली आहे. दिल्लीच्या निवडणूक जाहीरनाम्यात यासंदर्भात आश्वासन देण्यात आले होते.

सरकारी अधिकारी, कर्मचाऱ्यांना सदनिकांचे वाटप ऑनलाइनच

स्वीकार-नकारासाठी ५ दिवसांचा अवधी, शासन निर्णय जारी

मुंबई। सरकारी अधिकारी व कर्मचारी यांना मुंबईतील सरकारी निवासस्थानांचे वाटप आता ऑनलाइन पद्धतीने करण्यात येणार आहे. सदनिका उपलब्ध झाल्याची माहिती अर्जदाराला प्राप्त होताच सदनिकेचा स्वीकार अथवा नको असल्यास पाच दिवसांत कळवणे बंधनकारक करण्यात आले आहे. याबाबत शासन निर्णय नुकताच जारी करण्यात आला आहे.

सामान्य प्रशासन विभागाच्या अखत्यारीतील मुंबईतील शासकीय निवासस्थानांच्या वाटपाचे सुधारीत धोरण निश्चित करण्यात आले आहे. शासकीय



अधिकारी व कर्मचारी यांनी सदनिकेसाठी ऑनलाइन प्रणालीद्वारे अर्ज भरायचे आहेत. त्यानुसार त्यांची नावे प्रतीक्षा यादीवर घेण्यात येतात तसेच प्रतीक्षा यादीनुसार सदनिका उपलब्ध झालेल्या अर्जदाराला शासकीय निवासस्थानाचे वाटप करण्यात येते.

ज्या अर्जदारांनी पोर्टलवर नोंदणी केली आहे आणि ज्यांना अद्याप मुंबईमध्ये कोणतीही सदनिका वाटप झालेली नाही, अशा अर्जदारांना रिक्त सदनिकेसाठी अर्ज करण्यासाठी एसएमएस पाठवण्यात येणार आहे, असे शासन निर्णयात नमूद केले आहे.

अशी असणार ऑनलाइन पद्धत

पोर्टल सुरू झाल्यापूर्वी ज्या अर्जदारांनी सदनिका वाटपासाठी लेखी स्वरुपात अर्ज सादर केले आहेत, अशा अर्जदारांनीसुद्धा पोर्टलवर नोंदणी करणे आवश्यक राहील. त्यांची वेटिंग लिस्ट सेनिऑरिटी कायम राहणार आहे. प्राधान्यक्रम भरण्यासाठी रिक्त असलेल्या सदनिकांची माहिती पोर्टलवर उपलब्ध करून देण्यात येणार आहे.

ई-मेल, एसएमएसने अर्जदाराला माहिती

अर्जदाराने आपल्या पात्रतेनुसार https://ggms.maharashtra.gov.in या पोर्टलवर किमान १ व कमाल १० प्राधान्यक्रम सादर करणे आवश्यक आहे. प्राधान्यक्रम भरण्यासाठी प्रत्येक महिन्यात २० दिवसांचा काही ठराविक कालावधी देण्यात येईल. त्या महिन्याच्या कालावधीच्या अंतिम दिनांकानंतर, सामान्य प्रशासन विभाग अर्जदाराने भरलेली माहिती बरोबर असल्याची खात्री करण्यात येईल. प्रस्तावित सदनिका वाटपाची माहिती रटर/प्रें' द्वारे अर्जदाराला कळवली जाणार आहे. ज्या अर्जदारांनी प्रस्तावित सदनिका वाटप स्वीकारले आहे, त्यांचे प्रकरण सक्षम प्राधिकरणाकडे मंजुरीसाठी पाठविण्यात येईल.

अखेर नवी मुंबई विमानतळावरून विमानोड्डाणास प्रारंभ

नवी मुंबई। अखेर गेल्या अनेक वर्षांची प्रतीक्षा संपून पहिल्या विमानाने गुरुवारी 'टेक ऑफ' केल्यानंतर नवी मुंबई आंतरराष्ट्रीय विमानतळावरून विमानोड्डाणास सुरुवात झाली. या विमानतळावरून विमान सेवा सुरू झाल्याने नवी मुंबईकरांनी आनंद व्यक्त केला आहे.

या विमानतळाला केंद्र आणि राज्य शासनाने लोकनेते दि. बा. पाटील यांचे नाव अद्याप न दिल्याने गावोगावी निषेधही नोंदवला. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या हस्ते ८ ऑक्टोबर रोजी नवी मुंबई विमानतळाचे उद्घाटन झाले आहे. तेव्हापासून विविध चाचण्या आणि इतर सोपस्कार होऊन २५ डिसेंबर रोजी सकाळी ८.४० वाजता नवी मुंबईतून पहिल्या विमानाने हैदराबादच्या



दिशेने उड्डाण केले. तत्पूर्वी नवी मुंबई

विमानतळावर इंडिगो एअरलाइन्सचे बंगळुरू येथून आलेले पहिले विमान सकाळी ८ वाजता लॅण्ड झाले. बंगळुरूहून आलेल्या इंडिगो विमानाचे धावपट्टीवर आगमन झाल्यावर पाण्याचे फवारे उडवून वॉटर जेट (पाण्याच्या तोफांची) सलामी देऊन स्वागत करण्यात आले. त्यानंतर इंडिगोचे हेच विमान सकाळी ८.४० वाजता हैदराबादच्या दिशेने झेपावले. या विमानोड्डाणचा ऐतिहासिक क्षण आपल्या कॅमेऱ्यात आणि मोबाईलमध्ये बंदिस्त करण्यासाठी हजारो नागरिकांची पनवेल आणि उलवे परिसरात गर्दी दिसली.

पहिल्या दिवशी नवी मुंबई ते गोवा (मोपा), कोची, बंगळुरू, हैदराबाद, दिल्ली, अहमदाबादसाठी इंडिगो, अकासा एअर, एअर इंडिया एक्स्प्रेस, स्टार एअर या कंपन्यांनी विमानसेवा दिली. प्रारंभीच्या टप्प्यात नवी मुंबई विमानतळ सकाळी ८ ते रात्री ८ या १२ तासांच्या कालावधीत कार्यरत राहणार आहे. दररोज २३ नियोजित उड्डाणे सुरू राहतील. यानंतर फेब्रुवारी २०२६ पासून विमानतळ २४ तास सुरू ठेवण्यात येणार आहे. त्यानंतर आंतरराष्ट्रीय उड्डाणांनाही सुरुवात होणार आहे.

दुचाकी-कार अपघातानंतर भीषण आग



विरार। सातीवली पुलावर शुक्रवारी सायंकाळी कार आणि दुचाकी यांच्यात झालेल्या अपघातानंतर दोन्ही वाहनांना भीषण आग लागल्याची घटना घडली आहे. वसई फाटा उपअग्निशमन केंद्राच्या पथकाने वेळेवर घटनास्थळी दाखल होत आग आटोक्यात आणल्याने पुढील धोका टळला.या अपघातात सुदैवाने जीवितहानी झाली नाही. सायंकाळी सुमारे ६.०५ वाजण्याच्या सुमारास हा अपघात घडला. अपघातानंतर कार आणि दुचाकीला अचानक आग लागली. आग इतकी तीव्र होती की काही वेळातच दोन्ही वाहने पूर्णपणे जळून खाक झाली आहेत. या घटनेची माहिती मिळताच वसई-विरार शहर महानगरपालिकेचे अग्निशमन वाहन तात्काळ घटनास्थळी दाखल झाले होते. तब्बल एक तासाच्या प्रयत्नानंतर आग युनियंत्रण मिळवण्यात अग्निशमन विभागाला यश आले. अग्निशमन दलाचे नेतृत्व पोलीस हवालदार रमेश रामचंद्र अमलदार यांनी केले. या कारवाईत वा.चा. द्वारकानाथ पाटील, अ.वि. राकेश सावंत, अ.वि. कल्पेश पाटील आणि अ.वि. दर्शन पाटील सहभागी होते. तसेच पोलीस कर्मचारी रमेश अमलदार, कमलाकर आणि सानप यांनी घटनास्थळी बंदोबस्त ठेवून वाहने ताब्यात घेतली. पोलिसांनी अपघाताची नोंद करून पुढील तपास सुरू केला आहे.

डिजिटल डिटॉक्ससाठी काय कराल?

- सांगली गावाबाहेर राहणारे लोक देखील डिजिटल डिटॉक्स करू शकतात. त्यांना काही नियम तयार करावे लागतील आणि त्यांचे पालन करावे लागेल.
- मोबाईल फोन आणि गॅझेट्सपासून दूर राहण्यासाठी तुम्हाला एक वेळ निश्चित करावी लागेल.
- दररोज, त्या काळात तुम्हाला टीव्ही, गॅझेट्स किंवा लॅपटॉपपासून दूर राहावे लागेल.
- सुरुवातीला, दिवसातून ३० - ६० मिनिटं तुमच्या स्मार्टफोनपासून दूर राहा.
- झोपण्यापूर्वी ३० मिनिटे तुमचा स्मार्टफोन बंद करा.
- स्मार्टफोनवर येणाऱ्या नोटिफिकेशन्सवर नियंत्रण ठेवा.
- घरात फोन-मुक्त क्षेत्र तयार करा. सोशल मीडियाचा वापर मर्यादित करा.
- लोक टेलिव्हिजन आणि इतर माध्यमे देखील टाळतात.

महाराष्ट्रातील या गावात रोज ७ वाजता वाजतो सायरन...

मोबाईलला हात लावण्यासही बंदी... २ तास ग्रामस्थ करतात तरी काय?

लातूर। मोबाईल आता काळाची गरज झाली आहे. कोणतंच काम मोबाईल शिवाय पूर्ण होणं आता शक्य नाही. एकंदरीतच काय तर, मोबाईल व्यक्तीच्या आयुष्यात फार महत्त्वाचा घटक झाला आहे. मोबाईलमुळे जग जवळ आलं आहे असं आपण म्हणतो... पण याचे तोटे देखील आता जाणवू लागले आहे. लोकांचा स्क्रिन टाईम वाढल्यामुळे त्याचा परिणाम आरोग्यावर आणि नात्यावर देखील होताना दिसत आहे. याला पर्याय काय? असा प्रश्न तुम्हाला देखील पडला असेल... तर महाराष्ट्रात असं एक गाव आहे, जिथे रोज संध्याकाळी सात वाजता सायरन वाजतो आणि त्यानंतर पुढचे २.३० तास कोणात



स्क्रिनवर वेळ घालवायचा नाही... असा नियमच आहे. महाराष्ट्रातील हे गाव दुसरं तिसरं कोणतं नसून सांगली आहे. सायबर दोस्त आय४सीद्वारे वरील पोस्टनुसार, गावकरी दिवसातून अंदाजे २:३० तास डिजिटल डिटॉक्स पाळतात.

सायबर दोस्त आय४सीने एक्स प्लॅटफॉर्मवर पोस्ट केलं आहे की, महाराष्ट्रातील सांगली गावात दररोज संध्याकाळी ७ वाजता सायरन वाजतो. त्यानंतर, अडीच तासांचा डिटॉक्स प्रत्येक गावकऱ्याला पाळावा लागतो... डिजिटल डिटॉक्ससाठी प्रत्येकाने त्यांच्या स्मार्टफोन आणि गॅझेट्सपासून दूर राहणं आवश्यक आहे.

या काळात गावकरी एकमेकांशी संवाद साधतात. तंत्रज्ञानाला आपल्या जीवनावर नियंत्रण मिळवू द्यायचं नाही... हेच यातून सिद्ध होत आहे.

सांगली गावातील रहिवासी या काळात टेलिव्हिजन पाहणे देखील टाळतात. त्यानंतर, ते कुटुंब, परिसर आणि इतर सामाजिक उपक्रमांवर लक्ष केंद्रित करतात. संपूर्ण गाव डिजिटल डिटॉक्सचे नियम पाळतात... असं देखील समोर आलं आहे.

बनावट धनादेश प्रकरणातील आरोपींना पुन्हा पोलीस कोठडी

पालघर। सार्वजनिक बांधकाम विभाग, जव्हार कार्यालयातील बनावट धनादेश प्रकरणात अटक करण्यात आलेल्या आरोपींना पुन्हा पोलीस कोठडी मंजूर करण्यात आली आहे. या प्रकरणात शासनाची मोठ्या प्रमाणात आर्थिक फसवणूक करण्याचा प्रयत्न झाल्याचा आरोप आहे.उच्च न्यायालयाच्या आदेशानुसार आरोपींना जव्हार येथील प्रथमवर्ग न्यायदंडाधिकारी न्यायालयात हजर करण्यात आले असता, न्यायालयाने २९ डिसेंबर २०२५ पर्यंत त्यांची पोलीस कोठडी मंजूर केली आहे. या प्रकरणाचा पुढील तपास पोलीस निरीक्षक शिरीष पवार (आर्थिक गुन्हे शाखा, पालघर) करत आहेत.

२८ नोव्हेंबर २०२५ रोजी सार्वजनिक बांधकाम विभाग, जव्हार येथील धनादेशावर लेखा अधिकारी व कार्यकारी अभियंता यांच्या बनावट सह्या करून रुपये एकशे अकरा कोटी त्र्येसष्ट लाख एकतीस हजार आठशे दहा रुपये इतक्या रकमेचा धनादेश ओवी कन्स्ट्रक्शन यांना देण्यासाठी तयार करण्यात आला होता. सदर धनादेश आरोपी यज्ञेश दिनकर अंभिरे याने स्टेट बँक ऑफ इंडिया, शाखा जव्हार येथे वटविण्यास सादर केला. मात्र तो वटला नाही. त्यानंतर ओवी कन्स्ट्रक्शनचे मालक निलेश रमेश पडवळे यांनी तो धनादेश वटविण्याचा प्रयत्न केल्याचे उघडकीस आले.

हा धनादेश सार्वजनिक बांधकाम विभागाकडून वितरीतच झाला नसल्याचे निदर्शनास आल्यानंतर कार्यकारी अभियंता नितीन भोये यांनी तक्रार दाखल केली. त्यावरून जव्हार पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला. या प्रकरणात आरोपी निलेश रमेश पडवळे व यज्ञेश दिनकर अंभिरे यांना २९ नोव्हेंबर २०२५ रोजी अटक करून सहा दिवसांची पोलीस कोठडी देण्यात आली होती. त्यानंतर ते न्यायालयीन कोठडीत व जामिनावर मुक्त झाले.

हे साप्ताहिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक झ श्री. डॉ. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय झ गाळा नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र), वेथे छापून २, राजाराम सी.एच.एस. लिमिटेड, बंदरवाडी, नवघर रोड, भाईंदर (पुर्व), जिल्हा ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिध्द केले. संपादक झ श्री. डॉ. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमान पत्रात प्रसिध्द होणाऱ्या 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 Moreshwar Naik. Mo.8424989898, Email ID: policebatmipatra@gmail.com