राष्ट्रीय मासिक

विश्वात्मक लोकस्वामी वार्ता

RNI No.MAHBIL/2019/79644

POSTAL REGD.NO. MCW 348/2024-26

Published on 10th of Every Month

Posted at Dharavi Post Office,Mumbai-400 017 on 15th of Every Month.

• www.vishwatmaklokswamivarta.com • वर्ष : ५ वे • अंक : ७ • मुंबई, मे २०२४ • पृष्ठ : १२ • मूल्य :₹३/- • संपादक : चंद्रशेखर लिंगय्या स्वामी

जनतेच्या भविष्याचे स्वप्न पूर्ण करण्याची ताकद नरेंद्र मोदी सरकारमध्येच

-केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी

‘६० वर्षांत जेवढी विकासकामे झाली नाहीत, तेवढ्या कितीतरी पटीने अधिक विकासकामे आम्ही केली’

मुंबई : यंदाची लोकसभा निवडणूक ही उमेदवारांचा नाही, तर ती देशातील जनतेच्या भविष्याचा आणि भवितव्याचा निर्णय करणारी आहे. जनतेच्या भविष्याचे स्वप्न पूर्ण करण्याची ताकद नरेंद्र मोदी सरकारमध्येच आहे. त्यासाठीच भाजप महायुतीला आशीर्वाद द्या. जनतेचे जीवनमान बदलल्याशिवाय आम्ही राहणार नाही, असे प्रतिपादन केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी यांनी येथे केले.

पान ५ वर

महाराष्ट्रात काँग्रेस १० ते १२ आणि राष्ट्रवादीला ८ ते ९ जागांवर विजय मिळणार?-शरद पवार

मुंबई : राज्यात सध्या परिवर्तन होताना दिसत आहे. पाच वर्षांपूर्वी झालेल्या लोकसभा निवडणुकीत काँग्रेसला १, राष्ट्रवादी काँग्रेसला ५ आणि छत्रपती संभाजीनगरमध्ये एमआयएमला एका जागेवर विजय मिळाला होता. पण यावेळेस मला वाटते की, काँग्रेसला किमान १० ते १२ जागांवर विजय मिळेल. आम्हाला ८ ते ९ जागांवर विजय मिळेल. गेल्या निवडणुकीच्या तुलनेत यंदाच्या चित्रात प्रचंड फरक आहे. भाजपने त्यांचा ४०० पारचा आकडाही खाली आणला आहे, असे शरद पवार यांनी म्हटले.

पान ५ वर

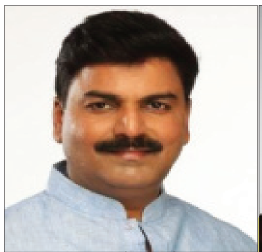
लाखो रुपयांचा भ्रष्टाचार,दादरच्या आयटी पार्कचे झाले गारमेंट मार्केट, आजपर्यंत कारवाई का केली नाही ?

भूषण गगराणी
मुंबई महापालिका आयुक्त

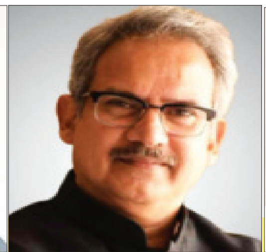
मुंबई : दादरमध्ये आयटी पार्कच्या नावाखाली मिळवलेल्या जागेचा वापर गारमेंट मार्केटसाठी केल्याने मुंबई महापालिकेने ४५० व्यापाऱ्यांना नोटीसा बजावल्या आहेत. त्यामुळे या व्यापाऱ्यांवर कारवाईची टांगती तलवार आहे. नोटीसा बजावण्यात आल्यानंतर महापालिका प्रशासनाने कोणतीही पावले उचलली नसल्याने प्रशासन आणि व्यापाऱ्यांचे काही साटेलोटे असण्याची शक्यता वर्तवण्यात येत आहे. दादर रेल्वे स्टेशनच्या बाजूला असलेल्या सेनापती बापट मार्गावरील ११ एकर जागा राज्य सरकारने आयटी पार्कसाठी आरक्षित केली आहे.

पान ५ वर

लोकसभा निवडणूक प्रचाराचा जोर वाढला



राहुल शेवाळे



अनिल देसाई

सुरेश भीमराव विद्यागर

मुंबई (प्रतिनिधी) : दक्षिण मध्य मुंबईचे महाविकास आघाडीचे उबाठा चे उमेदवार अनिल देसाई, शिवसेना भाजपा राष्ट्रवादी काँग्रेस पार्टी अजित पवार यांचे उमेदवार राहुल शेवाळे आणि बहुजन समाज पार्टीचे उमेदवार विद्यासागर सुरेश भीमराव विद्यागर या तिन्ही पक्षांच्या लोकसभा निवडणुकीचा

पान ५ वर

उत्तर मध्य मुंबईतून भाजपाचे उज्वल निकम तर महाविकास आघाडी काँग्रेसच्या वर्षा गायकवाड यांची जोरदार लढत

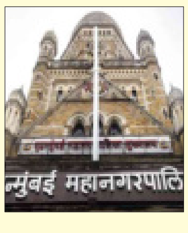
मुंबई : भाजपाने उत्तर मध्य मुंबई लोकसभा मतदारसंघातून प्रख्यात कायदेपंडित उज्वल निकम यांना उमेदवारी जाहीर केली आहे. याच जागेवर महाविकास आघाडीने वर्षा गायकवाड यांना उमेदवारी जाहीर केली आहे. त्यामुळे आता निकम विरुद्ध गायकवाड यांच्यामध्ये थेट लढत होणार आहे.

उत्तर मध्य मुंबई लोकसभा मतदारसंघात मुस्लिम व ख्रिश्चन मतदारांची संख्या पाच-सहा लाख असून त्यांचे मतदान शक्यतो भाजपाविरोधात जाते. विलेपार्ले, चांदिवली, कुर्ल्यातील काही भाग, कालिना, वांद्रे सरकारी कॉलनी आदी भागात मराठी, उत्तर भारतीय व अन्य मतदार आपल्याबरोबर राहतील, असे भाजपाला वाटत आहे. खासदार पूनम महाजन या २०१९ मध्ये एक लाख ३७ हजार मतांनी निवडून आल्या होत्या. पण महाजन यांच्या विरोधातील कार्यकर्त्यांच्या तक्रारी, मतदारांशी पुरेसा संपर्क नसणे, आदी बाबींमुळे भाजपाने त्यांना तिसऱ्यांदा उमेदवारी दिली नाही.मुंबई भाजपा अध्यक्ष आशिष शेलार यांना भाजपा नेत्यांनी निवडणूक लढविण्याचा आग्रह केला.

पान ५ वर

मागील अंकावरून.....

मुंबई महानगरपालिका ‘जी’ उत्तर विभाग यांच्या वसाहत विभागातील लेबरच बनला अधिकारी भाडे संकलक...?



मुंबई : कामगार बनला परीक्षा न देता महानगरपालिका वसाहत विभागात अधिकारी लेबर म्हणून नियुक्त झालेले कामगार कसे बनवू शकतात. भाडे संकलन याच्यामध्ये साठे लोटे काय, भाडे संकलक म्हणून नियुक्ती कशी, मुंबई महानगरपालिका आयुक्त किंवा सहायक पालिका आयुक्त या लेबर ला कोणत्या अधिकारात अधिकारी बनवला?

प्रत्येक भाडे संकलक ३ वर्षाने बदली होतो मात्र गेले नऊ वर्षापासून या भाडे संकलक कामगार म्हणून भरती झालेला लेबर एकाच ठिकाणी कोणाच्या आदेशाने काम करू शकतो.

लाखो रुपये कमवण्याच्या नादात बनावट कागदपत्राच्या आधारे फोटो पास देण्याचे काम सुरू केले आहे तर भाडे वसुली ही सुरू आहे मागील नऊ वर्षापासून पीपीएी चे पात्र पात्र यांच्या खोल्याही वितरित केल्याची माहिती अनेक कागदपत्र नसताना बनावट कागदपत्र तयार करण्यास सांगून स्वतःच्या सहीने आणि भ्रष्ट अधिकाऱ्यांच्या समतीने भ्रष्टाचाराचा महा महा खेळ आजही सुरू आहे.

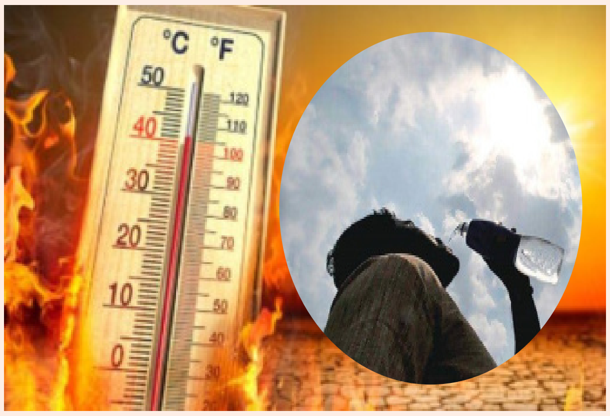
पान ५ वर

संपादकीय

प्लास्टिक हटवा-जीव जगवा

सध्या हवामानात होत असलेले बदल हे अपेक्षित आणि अचानक होत आहेत, याचा दुरगामी परिणाम वनस्पती आणि प्राणीमात्रावर होतो आहे. हवामानातील बदल म्हणजे तापमान आणि हवामानातील नैसर्गिक स्वरूपातील दीर्घकालीन बदल होय. १८०० च्या दशकापासून निसर्गाधील मानवी हस्तक्षेप वाढले आहेत, इतके की २०२३ मध्ये पृथ्वीवर सर्वात उष्ण वर्ष अनुभवले गेले. गेल्या दोन वर्षात अनेक अशा हवामानाच्या घटना पाहिल्या आहेत जसे की, उष्णतेच्या लाटा, हिमनदी सरोवरा- चा उद्रेक, ध्रुवीय बर्फाची चादर वितळणे, कमालीचे तापमान आणि असामान्य वादळ, जसे की दुबईचा ताजा महापूर, वाढत्या समुद्र पातळीमुळे आलेला पूर आणि आफ्रिकन प्रदेशातील दुष्काळ. २०२४ हे वर्षात देखील एक किंवा त्यापेक्षा जास्त अशा घटना होणार आहेत असे हवामान तज्ज्ञांचे मत आहे. याची अनेक कारणे आहेत ज्यामध्ये मानवी हस्तक्षेप हे प्रमुख कारण आहे. कोळसा, तेल आणि वायू यांसारख्या जीवाश्म इंधनांचे जाळणे जे सूर्य उष्णतेला आडविणारे वायू तयार करतात यामुळे हवामानातील बदल मोठ्या प्रमाणात होतो आहे. ते मानवी अस्तित्वासाठी एक आव्हानच आहे. मानवाकडून निर्माण होणारे प्लास्टिकचे प्रचंड प्रमाण वर्षाला ३५० दशलक्ष टन ही एक गंभीर समस्या बनली आहे, ज्यामुळे मानव, वनस्पती आणि प्राणी यांना गंभीर धोका निर्माण झाला आहे. प्लास्टिकचे जैवविघटन होत नाही, ते हळूहळू मायक्रोप्लास्टिकसमध्ये बदलते ज्यामुळे विषारी रसायने बाहेर पडतात जी शेवटी वातावरणात वनस्प- ती आणि प्राण्यांच्या ऊतीमध्ये रूपांतरित होतात. प्लास्टिकच्या पिशव्या, बाटल्या आणि मायक्रोबीड्स यांसारख्या पर्यावरणात टाकून दिलेल्या प्लास्टिकच्या वस्तू आणि कणुंळे वन्यजीव, नैसर्गिक अधिवास आणि मानवांना हानी होत आहे. पर्यावरणाबाबत जागरूक सरकारांव्यतिरिक्त संबंधित नागरिक आणि नागरी समाज प्लास्टिकच्या वापराला आळा घालण्यासाठी जागतिक मोहीम अत्यंत गरजेचे ठरले आहे. रॅली, मेळावे, परिसंवाद आणि प्रदर्शनांद्वारे जनजागृती करता येण्यासारखे आहे. काही स्वयंसेवी संघटनांनी यासंदर्भात जागृती मोहीम सुरू केली आहे. त्यामध्ये प्लास्टिक प्रदूषणापासून मुक्त व्हा; प्लास्टिक-मुक्त जीवनः कमी प्लास्टिक, अधिक जीवन; प्लास्टिकला नकार द्या, निसर्गाला आलिंगन द्या; प्लास्टिक नाही, समस्या नाही; प्लास्टिकला नाही म्हणा, स्वच्छ जगाला होय म्हणा, अशा प्रकारच्या घोषणांचा समावेश करण्यात आला आहे. नैसर्गिक संसाधनांचा वापर, प्रदूषण, कचरा आणि कर्बवायू उत्सर्जन कमी करून, आम्ही किंवा भावी पिढ्या त्यांचे जीवन अधिक सुखदायी करू शकतो. स्वच्छ आणि निरोगी जीवन जगणे हा प्रत्येकाच्या अधिकार आहे. या अस्वस्थ परिस्थितीमध्ये, प्लास्टिक प्रदूषणावर आंतरराष्ट्रीय कायदेशीर बंधनकारक साधन विकसित करण्यासाठी स्थापन केलेल्या संयुक्त राष्ट्राच्या पर्यावरण कार्यक्रमाच्या आंतर-सरकारी वाटाघाटी समितीने एप्रिलमध्ये कॅनडाची राजधानी ओटावा येथे चौथे सत्र घेतले. यानंतर नोव्हेंबरमधील पाचव्या सत्रात ही समिती अंतिम निर्णय करू शकेल आणि त्यासाठी आवश्यक असलेली कृती योजना ठरवेल. पण असे करताना संयुक्त राष्ट्र संघाच्या सर्व सदस्यांना, विशेषतः जीवाश्म इंधन उत्पादकांना, अत्यंत समस्याप्रधान आणि टाळता येण्याजोगे बनलेले प्लास्टिक वापर काढून टाकण्यासाठी एकत्र येऊन उपाययोजनांची अंलबजावणी करणे बंधनकारक वाटले पाहिजे. एकदाच वापरला जाणाऱ्या प्लास्टिक वस्तूंचा उपयोग आपण बंद करू शकतो जसे की प्लास्टिक कंटेनर, स्ट्रॉ, कॉफी स्टिरर, सॉफ्ट ड्रिंक आणि पाण्याच्या बाटल्या आणि खाद्यपदार्थ आणि फर्निचर पॅकेजिंग. जरी २०१८ मध्ये, भारताने एकेरी वापराच्या प्लास्टिकवर बंदी घातली आणि प्लास्टिक कचरा प्रक्रिया अनिवार्य केली. वास्तव याच्या अगदी उलट आहे. केंद्र, राज्ये, दोन्हीकडे इच्छाशक्तीचा अभाव आहे. सरकार या समस्येवर लक्ष केंद्रित करत असताना, आपण सर्वांनी प्लास्टिकचा वापर कमी करण्याच्या पद्धतीचा अवलंब केला पाहिजे कारण सरकार केवळ प्लास्टिक उत्पादनावर अंकुश ठेवू शकते आणि त्याचा वापर सक्षमपणे थांबू शकत नाही. ही आता सर्वांचीच जबाबदारी झाली आहे.

उन्हाळा आला, तब्बेत सांभाळा



उन्हाळा म्हणजे ग्रीष्म ऋतू. भारतामध्ये उन्हाळा हा ऋतू फेब्रुवारी ते मे या काळामधे सुरू होतो. या काळामधे वातावरणामध्ये उष्णता वाढलेली असते आणि त्यामुळे अंगाची लाही लाही होते. घराबाहेर पडणे मुश्कील होऊन जाते.

उन्हाळा म्हणजे ग्रीष्म ऋतू. भारतामध्ये उन्हाळा हा ऋतू फेब्रुवारी ते मे या काळामधे सुरू होतो. या काळामधे वातावरणामध्ये उष्णता वाढलेली असते आणि त्यामुळे अंगाची लाही लाही होते. घराबाहेर पडणे मुश्कील होऊन जाते. गुलाबी थंडीनंतर उन्हाळ्याचे प्रखर चटके अगदी नकोसे होतात. हा उन्हाळा येताना काही शारीरिक समस्याही बरोबर घेऊन येतो. जसे की हिट स्ट्रोक, डोकेदुखी, शरीरातील पाण्याची पातळी कमी होणे (डिहायड्रेशन), सनबर्न, घामोळे व इतर त्वचेच्या तक्रारी, घामामुळे पायांचे इन्फेक्शन इत्यादी. आपण आता बघूया की या शारीरिक तक्रारी झाल्यानंतर उपाय करण्यापेक्षा आपण आधीच काय काळजी घेऊ शकतो?

हिट स्ट्रोक – म्हणजे शरीराचे प्रमाणापेक्षा जास्त वाढलेले तापमान, जवळ - जवळ ४० अंश सेल्सियस. अतिप्रमाणात शरीराने उष्णता ग्रहण केल्यामुळे हा त्रास होतो. यामुळे मळमळ, उलटी, डोकेदुखी या तक्रारीसुद्धा सुरू होतात.

काळजी: हिट स्ट्रोक होऊ नये म्हणून बाहेर जाताना सैलसर, हलक्या वजनाची, पातळ आणि फिक्कट रंगाची किंवा पांढऱ्या रंगाचे कपडे परिधान करावेत. डोक्याला ऊन लागू नये म्हणून टोपी किंवा स्कार्फ, छत्री यांचा वापर करावा.

शरीराचे तापमान प्रमाणात राहावे यासाठी दिवसभर थोड्या थोड्या वेळाने पाणी किंवा इतर पातळ पदार्थ यांचे सेवन करत राहावे.

जे लोक बाहेर, उन्हामध्ये काम करतात त्यांनी पाणी पिण्याबरोबरच मधे- मधे सावलीच्या ठिकाणी जाऊन विश्रांती घ्यावी. सिझनल फळे, फळांचे ज्युस, कोथिंबीर - पुदिना ज्युस, कोरफड ज्युस यांचे सेवन केल्याने हिट स्ट्रोक होत नाही.

हिट स्ट्रोक झाला तर उपाय : ज्या व्यक्तीला हिट स्ट्रोक झाला असेल त्याला तत्काळ थंड ठिकाणी न्यावे, तसेच त्याला हवा घालावी, थंड पाण्याचा शिडकाव करावा किंवा पाण्याच्या टबमधे बसायला सांगावे.

सनबर्न : उन्हाळ्यात जर तुम्ही प्रखर उन्हामधे फिरत किंवा काम करत असाल तर सावध राहा. कारण या प्रखर उन्हामधे अल्ट्राव्हायलेट रेझ असतात. हे रेझ त्वचेवर अतिप्रमाणात पडले तर सनबर्न होऊ शकतो. म्हणजे काय तर त्वचेवर लालसर रंगाचे चट्टे येतात व या चट्ट्यामधे सूज आणि वेदना असतात. याकडे दुर्लक्ष करू नका. कारण त्वचेच्या कॅन्सरला सनबर्न कारणीभूत ठरू शकते. ताप, थंडी वाजून येणे, मळमळ, उलटी ही लक्षणे ही आढळून येतात.

उपाय : सनबर्न होऊ नये म्हणून प्रखर उन्हामधे जाण्याच्या १५ ते ३० मिनिट आधी चेहरा, हात, पाय, पाठ, गळा इ. ठिकाणी सनस्क्रीन लावावी त्यामुळे अल्ट्राव्हायलेट रेझचा दुष्परिणाम टाळता येतो. तसेच गॉगल, टोपी, स्कार्फ, सनकोट, छत्री यांचाही वापर करावा.

डिहायड्रेशन : म्हणजे उष्णतेमुळे शरीरातील पाणी लघवी व घामामार्फत जास्त प्रमाणात शरीराच्या बाहेर टाकले जाते आणि त्या प्रमाणात शरीरामध्ये घेतले जात नाही. शरीरातील पाण्याची पातळी कमी होते. त्यामुळे अतिप्रमाणात तहान लागते, डोके दुखते, उलटी होऊन मोठ्या प्रमाणात थकवा येतो.

उपाय – डिहायड्रेशन होऊ नये म्हणून दिवसभर थोड्या थोड्या वेळाने पाणी पीत राहा, तसेच सिझनल फळे, फळांचा ज्युस, ताक, मठ्ठा, नारळ पाणी घेत राहा.

हिट रॅश (घामोळे): उन्हाळ्यामध्ये उष्णतेमुळे शरीराला मोठ्या प्रमाणात घाम येतो. अतिप्रमाणात घाम आणि घामाच्या ग्रंथीचे ब्लॉकेज यामुळे हिट रॅश येते. या मधे त्वचेवर पुरळ येतात, वेदना होतात, खाज सुटते. यालाच घामोळे म्हणतात. लहान मुलांमधे याचे प्रमाण जास्त असू शकते कारण त्यांच्या घामाच्या ग्रंथी पूर्णपणे डेव्हलप झालेल्या नसतात.

उपाय– हिट रॅश होऊ नये म्हणून अतिप्रमाणात घाम येणाऱ्या फिजिकल अॅक्टिव्हिटीज टाळाव्यात किंवा अशा फिजिकल अॅक्टीव्हीटीज सकाळी लवकर किंवा संध्याकाळी कराव्यात. अतिप्रमाणात घाम येत असेल तर दिवसातून २-३ वेळा अंघोळ करावी. तसेच त्वचा कोरडी राहवी म्हणून टाल्कम पावडर लावावी व सैलसर, सुती कपडे परिधान करावेत.

फूट इन्फेक्शनः उन्हाळ्यामधे पायांना येणाऱ्या अतिप्रमाणात घामामुळे पायाच्या अंगठ्याला किंवा बोटांच्या बेचक्यामधे फूट फंगस, बॅक्टीरिया यांची वाढ होते आणि फूट इन्फेक्शन होते. आणि एका बोटांनंतर दुसऱ्याला, असे ते पसरतही जाते.

उपायः पायाला अतिप्रमाणात घाम येत असेल तर बंद शूज टाळावेत व चपलांचा वापर करावा. परंतु ज्यांना कम्पलसरी शूज वापरावे लागतात त्यांनी रोज स्वच्छ सॉक्स वापरावेत. शूज स्वच्छ ठेवण्यासाठी त्यांना रोज शूज सॅनिटायझर लावावे. आणि शक्य असल्यास थोड्या थोड्या वेळाने शूज काढून पाय मोकळ्या हवेमधे ठेवावेत.

उन्हाळ्यामध्ये काय खावे, काय खाऊ नये, काय खावेः पातळ पदार्थ आणि पाणी : दिवसभर थोड्या थोड्या वेळाने माठामधील पाणी पीत राहावे. फळांचे ज्युस, नारळ पाणी, ताक, मठ्ठा, पुदिना ज्युस, लिंबूसरबत, सोलकढी इ. चे सेवन करावे.

फळे : द्राक्ष, कलिंगड, संत्री, मोसंबी, डाळिंब, केळी, आंबा, पपई, कवठ, पेरू इ.सर्व सिजनल भाज्या, गाजर, काकडी, टॉमेटो, बीटरुट इ.

प्रत्येक भाजीमधे कांद्याचा भरपूर वापर करावा, कच्चा कांदा किंवा कांद्याचा ज्युस घ्यावा. कांदा थंड असल्याने तो शरीराचे तापमान व्यवस्थित ठेवण्यास मदत करतो.

जेवण करताना प्रत्येक वेळी दही जिरे टाकून किंवा ताक, कच्चे सलाड यांचा कम्पलसरी समावेश करावा.

काय खाऊ नयेः तिप्रमाणात नॉनव्हेज, अति प्रमाणात तिखट, तेलकट पदार्थ, बाहेरचे उघड्यावरचे पदार्थ टाळावेत. कारण उन्हाळ्यामधे हे पदार्थ पचायला जड जातात आणि त्यामुळे अॅसिडीटी होते.

कोल्ड ड्रिंक्स, सॉफ्ट ड्रिंक्स घेणे टाळावे.

कडक उन्हामधे आईस्क्रीम खाऊ नये. जर खायचे असेल तर ऊन कमी झाल्यावर संध्याकाळी खावे. परंतु शक्यतो टाळावे.

उन्हामधून सावलीमधे आल्या आल्या लगेच थंड पाणी पिऊ नये. थोडा वेळ बसावे आणि नंतर पाणी प्यावे. तसेच उन्हामधून घरी आल्यानंतर लगेच आंघोळ करू नये, शरीराचे तापमान नॉर्मल होऊ द्यावे व नंतर आंघोळ करावी.

फ्रिजमधील पाणी पूर्णपणे टाळावे, कारण ते शरीराला घातक आहे. फ्रिजऐवजी मातीच्या माठामधील पाणी प्यावे, त्यामुळे मातीमधील मिनरल्स ही शरीराला मिळतात. किंवा पाण्याच्या भांड्याला ओले कापड गुंडाळून ठेवावे.

उन्हाळ्यामधील आहार

आपल्या शरीररूपी गाडीला धावपट्टीवर पळवायची असेल तर उत्तम आहाररुपी पेट्रोल टाकावेच लागेल, होय ना! उन्हाळ्यात दिवस मोठा आणि रात्र छोटी असते. गर्मीमुळे आपण थकून, गळून जातो, उत्साह कमी होतो. त्यासाठी आहार योग्य घेतला तर कामामध्ये चपळाई नक्कीच येईल.

थोडक्यात

बेशिस्त रिक्षाचालकांवर वाहतूक पोलिसांची कारवाई

मुंबई : शहरातील बेशिस्त रिक्षाचालकांविरोधात वाहतूक पोलिसांनी कारवाईचा बडगा उगारला आहे. भाडे नाकारणे, विनागणवेश, जादा प्रवासी वाहतूक अशा प्रकारे मनमानी करणाऱ्या ५२ हजार बेशिस्त रिक्षाचालकांवर वाहतूक पोलिसांनी कारवाई केली. बरेच रिक्षा चालक नियमांचे पालन न करता बेशिस्तपणा करतात. अशा चालकांना वाहतूक पोलिसांनी आपल्या रडारवर आणले होते. त्यानुसार वाहतूक पोलिसांनी ८ ते २२ एप्रिल या कालावधीत बेशिस्त रिक्षाचालकांविरोधात धडक मोहीम राबवली. त्यानुसार भाडे नाकारणारे ३२६५८, विनागणवेश ५३६८, जादा वाहतूक प्रवासी करणे ८६५० व इतर कारवाई ५६१३ अशा तब्बल ५२ हजार १८९ इतक्या बेशिस्त रिक्षाचालकांविरोधात कारवाई करण्यात आली.

देवनार डंपिंग ग्राऊंड होणार कचरामुक्त

मुंबई : देवनार डंपिंग ग्राऊंड कचरामुक्त करण्यासाठी मुंबई महापालिका सरसावली असून जुन्या साठलेल्या कचऱ्याची शास्त्राेक्त पद्धतीने विल्हेवाट लावण्यासाठी पर्यावरणपूरक 'बायोमायनिंग' प्रकल्प राबवण्यात येणार आहे. त्यासाठी जुन्या साठलेल्या दोन कोटी कचऱ्याचे नमुने तपासणीसाठी प्रयोगशाळेत पाठवण्यात येणार आहेत. या प्रकल्पासाठी महापालिका तब्बल ९४ लाख ५१ हजार रुपये खर्च करणार आहे.

देवनार डंपिंग ग्राऊंडची क्षमता संपुष्टात आली असून सुमारे दोन कोटी मेट्रिक टन जुन्या साठलेल्या कचऱ्याचे डोंगर उभे राहिले आहेत. त्या पार्श्वभूमीवर युद्धपातळीवर देवनार डंपिंग ग्राऊंड कचरामुक्त करण्यासाठी पालिका प्रशासनाने पाऊल उचलले आहे. जुन्या साठलेल्या कचऱ्याची शास्त्राेक्त पद्धतीने विल्हेवाट लावण्यासाठी खोल खड्डे खोदण्यात येणार आहेत. त्यानंतर त्या कचऱ्यातून ओला, सुका, प्लॅस्टिक, घातक कचऱ्यासह रासायनिक घटकांचे नमुने घेऊन त्याची प्रयोगशाळेत तपासणी केली जाणार आहे. या प्रयोगामुळे साचलेला कचरा आणि जमिनीची स्थिती याची माहिती पालिकेला मिळणार आहे.

मध्य रेल्वेवर चार नवे टर्मिनस उभारण्यात येण्याची शक्यता

मुंबई : मध्य रेल्वेवर चार मेगा टर्मिनस उभारण्यात येणार आहेत. यासाठी मुंबई आणि परिसरात सहा ठिकाणांची चाचपणी सुरू झाली आहे. पनवेल, कल्याण, कळंबोली, डोंबिवली, ठाणे आणि परळ या ठिकाणी मेगा टर्मिनस उभारता येईल का, याचा विचार करण्यात येतोय.

मात्र सलग जागा मिळणं शक्य होत नाहीये. कारण या मेगा टर्मिनससाठी साडे सात एकर जागेची गरज आहे. कारण इथं ६ प्रवासी फलाट, ६ देखभाल मार्गिका, ६ पार्किंग मार्गिका आणि १० अन्य मार्गिका असणार आहे. या नव्या टर्मिनसवरून लांब पल्ल्याच्या ४० नव्या एक्स्प्रेस चालवण्याचा रेल्वेचा प्लॅन आहे.महत्त्वाचं म्हणजे राज्य सरकारनं तिसरी मुंबई उभारण्याचा निर्णय काही आठवड्यांपूर्वी जाहीर केला होता. पनवेल आणि कळंबोली ही ठिकाणं या तिसऱ्या मुंबईपासून खूप जवळ आहेत, आणि तिथं देखील हे मेगा टर्मिनस उभारलं जाण्याची शक्यता आहे.

अनिल देसाई यांचा उमेदवारी अर्ज भरतेवेळी शिवसेन उबाठा आदित्य ठाकरे- युवासेना, अरविंद सावंत, भाई जगताप, महाविकास आघडी पक्षाचे मान्यवर नेते उपस्थित होते.

राहुल शेवाळे शिवसेना, भाजपा उमेदवार, खासदार भाजपा मुंबई अध्यक्ष आशिष शेलार, शिक्षण मंत्री दीपक केसरकर आणि अन्य कार्यकर्त्यांसह उमेदवारी फॉर्म भरल्यानंतर प्रचार करताना.

नवी मुंबई महानगरपालिकेने जाहीर केली शहरातील अनधिकृत शाळांची यादी

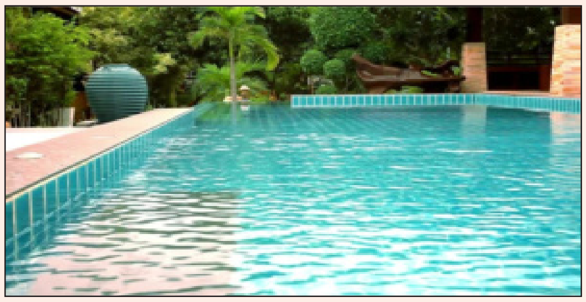
अनधिकृत म्हणून घोषित करण्यात आलेल्या पाच शाळा-
- अल मोमिना स्कूल, बेलापूर
- इकरा इंटरनॅशनल स्कूल, नेरुळ
- ऑर्किड इंटरनॅशनल स्कूल, सीवूड्स
- शालोम प्रायमरी स्कूल, तुर्भे
- इलिम इंग्लिश स्कूल. रबाळे या बेकायदा घोषित केलेल्या सर्व शाळा इंग्रजी माध्यमाच्या आहेत.

नवी मुंबई : नवी मुंबईमधील विद्यार्थी आणि पालकांसाठी एक महत्वाची बातमी समोर आली आहे. नवी मुंबईच्या आसपासच्या शाळांमध्ये आपल्या पाल्यासाठी प्रवेश घेणाऱ्या पालकांना नवी मुंबई महानगरपालिकेने सावध केले आहे. राज्याची कोणतीही मान्यता नसलेल्या अनधिकृत अशा पाच शाळा शहरात सुरू आहेत व अशा शाळांमध्ये आपल्या मुलासाठी प्रवेश घेणे टाळा असे पालिकेने सांगितले आहे. नवी मुंबई महानगरपालिकेने २०२४-२५ या शैक्षणिक वर्षासाठी शहरातील अनधिकृत शाळांची यादी जाहीर केली आहे.

नागरी संस्थेने या शाळांमध्ये प्रवेश घेऊ नये असे सांगितले आहे. तसेच या शाळांमध्ये आधीच शिकत असलेल्यांना सरकारी शाळांमध्ये प्रवेश घेण्यास सांगितले आहे. याबाबत एका अधिकाऱ्याने सांगितले, 'या शाळा योग्य प्रक्रियेचे पालन न करता कार्यरत आहेत. त्यांनी राज्याची किंवा महामंडळाची कोणतीही मान्यता घेतलेली नाही. शाळेने आपला व्यवसाय बंद करण्याचा निर्णय घेतला तरीही, येथे शिकणाऱ्यांचे भविष्य धोक्यात येईल.'

या शाळांना, शिक्षण हक्क कायद्यानुसार परवानग्या मिळवा किंवा दंडात्मक कारवाईसाठी तयार राहा, अशा सूचना देणाऱ्या नोटिसा बजावण्यात येणार असल्याचे महामंडळाने म्हटले आहे. दरम्यान याआधी डिसेंबर २०२३ मध्ये, शिक्षणमंत्री दीपक केसरकर यांनी लेखी उत्तरात माहिती दिली होती की, महाराष्ट्रात बेकायदेशीरपणे चालवल्या जाणाऱ्या ६६१ शाळांवर कारवाई सुरू करण्यात आली असून खासगी संस्थांना दंड ठोठावण्यात आला आहे. बृहन्मुंबई महानगरपालिकेच्या हद्दीत सुरू असलेल्या १८६ बेकायदेशीर शाळांची माहिती त्यांच्या विभागाकडे असल्याची पुष्टी केसरकर यांनी केली होती.

बीएमसीचे १० जलतरण तलाव प्रशिक्षणासाठी खुले होणार



मुंबई : उन्हाळ्याच्या सुट्टीत बृहन्मुंबई महानगरपालिकेच्या दहा जलतरण तलावांमध्ये जलतरण प्रशिक्षणासाठी २१ दिवसांचे प्रशिक्षण वर्ग सुरू करण्यात येणार आहेत. नोंदणी पूर्णपणे ऑनलाइन केली जाणार आहे. प्रशिक्षणाचे दुसरे सत्र २३ मे पासून सुरू होणार आहे.पोहणे हा देखील एक उत्तम व्यायाम प्रकार आहे. मुंबईकरांना खेळ आणि व्यायामाची संधी उपलब्ध करून देण्यासाठी महापालिकेचे १० जलतरण तलाव कार्यरत आहेत. पोहण्याची कला शिकू इच्छिणाऱ्या मुंबईकरांसाठी बीएमसीने या उन्हाळ्यात प्रशिक्षण वर्गाची संधी उपलब्ध करून दिली आहे.महापालिका आयुक्त तथा प्रशासक भूषण गगराणी आणि अतिरिक्त महापालिका आयुक्त अमित सैनी यांच्या मार्गदर्शनाखाली हे प्रशिक्षण वर्ग आयोजित केले जातात. या पोहण्याच्या प्रशिक्षणासाठी माफक शुल्क आकारण्यात आले आहे आणि १५ वर्षांपर्यंतची मुले, ६० वर्षांवरील नागरिक, अपंग व्यक्तींसाठी २,१०० रुपये आणि १६ ते ६० वर्षे वयोगटातील नागरिकांसाठी ३,१५० रुपये आकारले जातील. दररोज दुपारी १२:३० ते १:३०, दुपारी २:०० ते ३:०० आणि दुपारी ३:३० ते ४:३० या तीन सत्रात जलतरण प्रशिक्षण दिले जाईल.

या विशेष उन्हाळी अधिवेशनासाठी २४ एप्रिल रोजी सकाळी ११:०० वाजल्यापासून केवळ ऑनलाइन पद्धतीने सदस्य नोंदणी सुरू झाली. सदस्यत्वासाठी https:// swimmifgpool.mcgm.gov.in ही लिंक वापरा. सदस्य नोंदणीच्या चौकशीसाठी १८००१२२३३०६० या टोल फ्री क्रमांकावर संपर्क साधण्याचे आवाहन पालिका प्रशासनाकडून करण्यात येत आहे.

बृहन्मुंबई पोलीस आयुक्तालय अंतर्गत सर्व पोलीस ठाण्यांमध्ये दर शनिवारी तक्रार निवारण दिनाचे आयोजन

मुंबई : पोलीस आयुक्त, बृहन्मुंबई व विशेष पोलीस आयुक्त, बृहन्मुंबई यांच्या आदेशान्वये व पोलीस सह आयुक्त (का. व सु.), मुंबई यांच्या देखरेखीखाली बृहन्मुंबई पोलीस आयुक्तालय अंतर्गत सर्व पोलीस ठाण्यांमध्ये दर शनिवारी तक्रार निवारण दिनाचे आयोजन करण्यात येते. सर्व पोलीस ठाण्यांमध्ये महिला व जेष्ठ नागरीक यांच्याकरीता तक्रार निवारण दिनाचे आयोजन करण्यात आले येते.

सदर आयोजित तक्रार निवारण दिनाच्यावेळी पोलीस ठाण्यात दाखल दखलपात्र व अदखलपात्र गुन्हयातील फिर्यादी तसेच तक्रार अर्जामधील अर्जदार असे एकुण ११८२ तक्रारदार हजर होते. त्यापैकी ५३१ महिला तक्रारदार व १२४ जेष्ठ नागरीक हजर होते. पोलीस ठाण्याचे वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक व इतर अधिकारी यांच्याकडून त्यांच्या तक्रारीचे निरसन करण्यात आले. सदरवेळी विभागीय सहाय्यक पोलीस आयुक्त हे हजर होते. तसेच प्रादेशिक विभागांचे अपर पोलीस आयुक्त व परिमंडळीय पोलीस उप आयुक्त यांनी भेटी देवून मार्गदर्शन केले.

दक्षिण विभाग-आझाद मैदान पोलीस स्टेशन

केंद्र क्षेत्र-वरळी पोलीस स्टेशन

पूर्व विभाग-देवनार पोलीस स्टेशन

उत्तर विभाग - मालाड पोलीस स्टेशन

पश्चिम विभाग-साकीनाका पोलीस स्टेशन

यंदा शाळेच्या पहिल्याच दिवशी मिळणार बूट-मोजे

पुणे : राज्यातील जिल्हा परिषदेच्या शाळांमधील विद्यार्थ्यांसाठी आनंदाची बातमी आहे. यंदा पहिल्यांदाच त्यांना शाळेच्या पहिल्याच दिवशी बूट आणि मोजे मोफत मिळणार आहेत. त्यासाठी महाराष्ट्र प्राथमिक शिक्षण परिषदेचे राज्य प्रकल्प संचालक प्रदीपकुमार डांगे यांनी सर्व जिल्हा परिषदांचे प्राथमिकचे शिक्षणाधिकारी आणि काही महापालिकांच्या प्रशासन अधिकाऱ्यांना स्पष्ट निर्देश दिले आहेत. सन २०२३-२४ या शैक्षणिक वर्षापासून शासकीय तसेच, स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या शाळांमधील इ. १ ली ते ८ वी मध्ये शिक्षण घेत असणाऱ्या सर्व विद्यार्थ्यांना एक जोडी बूट व दोन जोडी पायमोजे याचा लाभ शालेय व्यवस्थापन समितीमार्फत देण्याची नवीन योजना शासनाने सुरू केली आहे.त्याअनुषंगाने दि. ६ जुलै २०२३ रोजी शासन निर्णय जाहीर करण्यात आला आहे. प्रस्तुत योजनेंतर्गत एक जोडी बूट व दोन जोडी पायमोजे याकरिता प्रति लाभार्थी १७० रुपये असा दर निश्चित करण्यात आला आहे. तसेच या योजनेंतर्गत विद्यार्थ्यांना देण्यात येणारे बूट एक समान दजार्चे असण्याकरिता शासनाने दि.१६ जानेवारी, २०२४ रोजीच्या परिपत्रकान्वये मार्गदर्शक सूचना जाहीर केल्या आहेत. या मार्गदर्शक सूचनांनुसार शैक्षणिक वर्ष सन २०२४-२५ मध्ये बूट व पायमोजे यांचा लाभ शाळेच्या पहिल्याच दिवशी विद्यार्थ्यांना मिळणे आवश्यक आहे.

त्यानुसार आवश्यक ती पुढील कार्यवाही विहित वेळेत पूर्ण होणे आवश्यक आहे. त्यासाठी शासन निर्णय ६ जुलै २०२३ व शासन परिपत्रक दि.१६ जानेवारी २०२४ नुसार शाळेच्या पहिल्याच दिवशी विद्यार्थ्यांना एक जोडी बूट व दोन जोडी पायमोजे यांचा लाभ देण्यासाठी शाळा व्यवस्थापन समितीमार्फत आवश्यक ती कार्यवाही होणे आवश्यक असल्याने शाळा व्यवस्थापन समितींना सूचना देण्यात याव्यात, असेदेखील डांगे यांनी स्पष्ट केले आहे.

मतदान केंद्रांवर महापालिका पुरविणार वैद्यकीय सुविधा

नाशिक : मे महिन्यातील कडक उन्हाचा मतदानावर परिणाम होण्याची शक्यता लक्षात घेत जिल्हाधिकाऱ्यांनी दिलेल्या सूचनांनुसार महापालिकेने २० मे रोजी शहरातील सर्व २०५ शाळांमधील मतदान केंद्रांवर तसेच ४ जून रोजी मतमोजणी केंद्राच्या ठिकाणी वैद्यकीय सुविधा पुरविण्याची तयारी सुरू केली आहे. यासाठी खासगी वैद्यकीय व्यावसायिकांची मदत घेतली जाणार आहे. यासंदर्भात वैद्यकीय अधीक्षक डॉ. तानाजी चव्हाण यांच्या अध्यक्षतेखाली बैठक पार पडली. यांनी यावेळी वैद्यकीय विभागाला आवश्यक ते खासगी डॉक्टर, स्टाफ, रुग्णवाहिका, व्हीलचेअर उपलब्ध करून देण्याचे आश्वासन दिले आहे. वैद्यकीय विभागाच्या आवाहनानंतर ६४ व्हीलचेअर उपलब्ध झाले आहेत. खासगी रुग्णालयांकडून २५ रुग्णवाहिका उपलब्ध करून देण्याचे आश्वासन देण्यात आले आहे.

घर-दुकान भाड्याने देणे-घेणे

मुंबई सायन,वडाळा, धारावी, माहीम, नवी मुंबई आदी परिसरातमध्ये नवीन-जुने घर, दुकान, गाळा, खोल्या भाडेतत्त्वावर घेण्यासंबंधी विकत घेणे, देण्या-घेण्यासाठी संपर्क :- 9892598330

राहुल शेवाळे यांच्या प्रचार रॅली वेळी धारावीतील शिवसेना, भाजपा, राष्ट्रवादी, आरपीआय रिपब्लिकन पार्टी ऑफ इंडिया चे उमेदवार,कार्यकर्ते तसेच महिला कार्यकर्ते मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

कोस्टल रोड-वांद्रे वरळी सी लिंक जोडणारा पहिला गर्डर लाँच

मुंबई : बृहन्मुंबई महानगरपालिका च्या महत्त्वाकांक्षी मुंबई कोस्टल रोड प्रकल्पाने वांद्रे वरळी सी लिंक मागाला जोडणारा पहिला गर्डर (बो आर्क स्ट्रिंग गर्डर) यशस्वीरित्या स्थापित केला आहे.गर्डर लॉन्चिंग यशस्वीरित्या समाप्त झाले.दुसरा गर्डर लवकरच बसवण्यात येणार आहे, त्यानंतर उर्वरित कामे पूर्ण होतील आणि मुंबई कोस्टल रोडचा पुढील टप्पा खुला केला जाईल.वरळी ते नरिमन पॉइंटपर्यंत पसरलेल्या गर्डरचे वजन २,००० मेट्रिक टन असून त्याची लांबी १३६ मीटर आणि रुंदी १८ ते २१ मीटर आहे. आणखी एक बीमही लवकरच उभारण्यात येणार आहे.BMC ने देशाच्या पायाभूत सुविधा प्रकल्पांमध्ये एक आदर्श प्रस्थापित करून, फिल-अँड-कट पद्धतींसारख्या नाविन्यपूर्ण तंत्रांचा वापर केला आहे.

मुंबई किनारी मार्गावरून वांद्रे-वरळी सागरी सेतूकडे जाणाऱ्या मार्गावर दुसरा गर्डर देखील बसवण्यात येणार आहे. हा दुसरी गर्डर अडीच हजार मेट्रीक टन वजनाचा आहे. तसेच १४३ मीटर लांब आणि २६ ते २९ मीटर रुंद आहे. हा गर्डर स्थापन केल्यानंतर मुंबई किनारी रस्ता आणि वांद्रे-वरळी सागरी सेतू पूर्णपणे जोडले जाणार आहेत.

पान नं १ वरुन

जनतेच्या भविष्याचे स्वप्न पूर्ण करण्याची ताकद नरेंद्र मोदी सरकारमध्येच -केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी

हातकणंगले लोकसभा मतदारसंघातील महायुतीचे उमेदवार धैर्यशील माने यांच्या प्रचारार्थ येथे हुतात्मा स्मारक मैदानावर आयोजित महाविजय सभेत ते बोलत होते. अध्यक्षस्थानी माजी आमदार सुरेश हाळवणकर होते. नितीन गडकरी म्हणाले, 'गेल्या साठ वर्षांत जेवढी विकासकामे झाली नाहीत तेवढ्या कितीतरी पटीने अधिक विकासकामे आम्ही या भागात केली आहेत. याचे श्रेय मोदी किंवा गडकरींना नाही, तर योग्य सरकारची निवड केली त्या जनतेला आहे. देशाला सुखी, संपन्न, समृद्ध, आत्मनिर्भर आणि अर्थ व्यवस्था बळकट करून देशाला महासत्ता बनविण्याचे स्वप्न आहे.'

महाराष्ट्रात काँग्रेस १० ते १२ आणि राष्ट्रवादीला ८ ते ९ जागांवर विजय मिळणार?-शरद पवार

देशाचा पंतप्रधान कितीवेळा महाराष्ट्रात येतोय. यापूर्वी आम्ही कोणत्याही पंतप्रधानाला इतक्या वेळा महाराष्ट्रात येताना पाहिले नव्हते. मोदींचा हा तिसरा-चौथा राऊंड आहे. यावरुन एक गोष्ट स्पष्ट आहे की, त्यांना विजयाबद्दल कॉन्फिडन्स नाही. त्यामुळे मोदींना पुन्हा पुन्हा राज्यात यावे लागत आहे, असेही शरद पवार यांनी सांगितले.जळगावमध्ये प्रसारमाध्यमांशी बोलत होते. यावेळी शरद पवार यांनी पंतप्रधान मोदी यांच्यावर जोरदार टीका केली. त्यांनी म्हटले की, मोदींबद्दल लोकांमध्ये असणारी आस्था कमी होताना दिसत आहे. त्यांनी अनेक गोष्टी सांगितल्या पण त्या कृतीत आल्या नाहीत. त्यांचा स्वभाव बेछुटपणे बोलण्याचा आहे.

उत्तर मध्य मुंबईतून भाजपाचे उज्वल निकम तर महाविकास आघाडी काँग्रेसच्या वर्षा गायकवाड यांची जोरदार लढत

पण त्यांना महाराष्ट्रातील राजकारणातच रहायचे असल्याने त्यांनी निवडणूक लढविण्यास नकार दिला. त्यामुळे अन्य नावांबरोबरच भाजपाने निकम यांच्याबाबतही विचार केला व त्यांना उमेदवारी देण्याचे निश्चित केले.

दरम्यान, १९९३ चा मुंबई बॉंबस्फोट खटला, मुंबईवरील अतिरेकी हल्ला यासह अनेक महत्वाच्या खटल्यांमध्ये अतिरेक्यांना फाशी किंवा जन्मठेपेची शिक्षा होण्यासाठी निकम यांनी राज्य सरकारची यशस्वीपणे बाजू मांडली. तर खैरलांजी, सोनई येथील दलितांवर अत्याचारांच्या घटनांमध्ये आरोपींना कठोर शासन घडविण्यासाठी निकम यांनी मोलाची कामगिरी बजावली. निकम यांचे सर्वपक्षीय नेत्यांशी चांगले संबंध असून त्याचा त्यांना उपयोग होईल.

मुंबई उत्तर-मध्य लोकसभा मतदारसंघातून काँग्रेसने वर्षा गायकवाड यांना उमेदवारी दिली

महाविकास आघाडी च्या जागावाटप करारानुसार, काँग्रेस यावेळी मुंबईतील लोकसभेच्या दोन जागांवर निवडणूक लढवणार आहे. दुसरी जागा काँग्रेसच्या खात्यात जाणारी मुंबई उत्तर आहे.

मुंबई उत्तर-मध्य लोकसभा मतदारसंघासाठी काँग्रेसने मुंबई अध्यक्षा वर्षा गायकवाड यांना पक्षाचे उमेदवार म्हणून घोषित केले. अखिल भारतीय काँग्रेस कमिटीने (AICC) एका निवेदनाद्वारे ही घोषणा केली.महाविकास आघाडी (MVA) च्या जागावाटप करारानुसार, काँग्रेस यावेळी मुंबईतील लोकसभेच्या दोन जागांवर निवडणूक लढवणार आहे. दुसरी जागा काँग्रेसच्या खात्यात जाणारी मुंबई उत्तर आहे

मुंबई महानगरपालिका 'जी' उत्तर विभाग यांच्या वसाहत विभागातील लेबरच बनला अधिकारी भाडे संकलक...?

फोटो पास ट्रान्सफर करायचा आहे? नवीन फोटो पास बनवायचा आहे? लाखो रुपयांचे वसाहत विभागाचे थकित भाडे असले तरी एकाच जागेवर पाच पाच फोटो पास दिल्याची चर्चा, एका खोलीचे दोन खोल्या करण्याचा आणि दोन वेगवेगळे फोटो पास बनवण्याचे आयडिया देणारा मास्टरमाइंड?

कोण या सर्वांची चौकशी करण्याची विश्वात्मक सामाजिक सेवा ट्रस्ट यांची महाराष्ट्र राज्याचे राज्यपाल रमेश बैस, महाराष्ट्र राज्याचे मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस उपमुख्यमंत्री अजित पवार मुंबई महानगरपालिका आयुक्त भूषण गगराणी यांच्याकडे केली आहे

पुढील अंकात नाव आणि फोटो सहित आज पर्यंत कोण कोणते काळे कारनामे केले आहेत याची माहिती?

लोकसभा निवडणूक प्रचाराचा जोर वाढला

प्रचाराला जोर वाढू लागला आहे कोणाचे भवितव्य येणारा काळ सांगेल त्याचा निर्णय सर्वसामान्य जनता मतदार ठरवणार आहेत तत्पूर्वी प्रचार जोर धरू लागला आहे . विद्यमान महा युती शिवसेना भाजपा राष्ट्रवादी काँग्रेस पार्टी आणि रिपब्लिकन पार्टी ऑफ इंडिया आठवले या गटाचे उमेदवार राहुल शेवाळे यांचा धुवाधार प्रचार सुरू झालेला आहे त्यांनी आपल्या सर्व विभागामध्ये सर्व युतीच्या कार्यकर्त्यांसोबत गल्लोगल्ली प्रचाराला सुरुवात केली आहे. त्यांना सर्वत्र भारी जनसमर्थन मिळत आहे. तर लोकांनी त्यांच्याकडे अनेक अशा व्यक्त केलेले आहेत धारावी पुनर्वसन प्रकल्प आदी अनेक मुद्दे त्यांच्यासमोर मांडले आहेत अनेकांना त्यांनी या प्रचाराच्या दरम्यान उत्तरे सुद्धा दिलेली आहेत. सर्वत्र जोमाने प्रचार कार्य सुरू आहे तर दुसरीकडे महाविकास आघाडी उद्धव बाळासाहेब ठाकरे यांचे उमेदवार अनिल देसाई हे सुद्धा गल्लोगल्ली प्रचार कार्य सुरू केले आहे.सदर प्राचार्य कार्याच्या दरम्यान काँग्रेसचे कार्यकर्ते आणि राष्ट्रवादी काँग्रेस पार्टी शरद पवार आणि इतर महाविकास आघाडी कार्यकर्ते पदाधिकारी प्रचार कार्यास लागलेले आहेत धारावी पुनर्वसन प्रकल्प पूर्ण व्हावा परंतु धारावीतील लोकांना दुसरीकडे स्थलांतर करण्यात येऊ नये हा मुद्दा धारावीतील सर्व जनतेने लक्षात घेऊन त्यांच्याकडेही एका आशेच्या नजरेने लोकं पाहत आहेत. त्यांचाही ठीक ठिकाणी प्रचार कार्य लोकसभेच्या कार्यक्षेत्रात असलेल्या सर्व जागा शिवसेना उद्धव बाळासाहेब ठाकरे यांचे आणि इतर पक्षीय सर्व कार्यकर्ते त्यांच्यासोबत प्रचार कामास लागलेले आहेत.

बहुजन समाज पार्टी चे प्रमुख नेते अध्यक्ष मायावती यांच्या पक्षाचे विद्यासागर सुरेश भिमराव विद्यागर यांचा ही प्रचाराची सुरुवात जोमाने सुरू झाली आहे. त्यांनी प्रमुख मुद्दे लक्षात घेऊन दक्षिण मध्य मुंबई च्या या लोकसभा उमेदवारी करिता अर्ज दाखल केला असून त्यांच्याही प्रचार सुरू आहे. सामाजिक कार्यात स्वतःला झोकून निस्वार्थपणे कार्य करणारा एक सामाजिक कार्यकर्ता म्हणून त्यांची ख्याती आहे त्यांचाही प्रचार मोठा धुमधडाक्यात सुरू असल्याची माहिती आहे. या मतदारसंघात येणारे मुख्य मुद्दे म्हणून त्यांनी डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर स्मारक लवकर तयार व्हावे धारावीचे पुनर्वसन पूर्ण व्हावे आणि धारावीतील कोणत्याही रहिवाशांचे स्थलांतर होऊ नये असे विविध मुद्दे घेऊन त्यांनी प्रचार कार्यास सुरुवात केलेली आहे त्यांनाही लोकांचे भारी जन समर्थन मिळत असल्याची माहिती मिळत आहे.

धारावीतील सामाजिक कार्यकर्ते पत्रकार ईश्वर ताथवडे यांनी राष्ट्रीय महास्वराज भूमी या पक्षाच्या नावे लोकसभा दक्षिण मध्य मुंबई मतदार संघातून अर्ज दाखल केलेला आहे त्यांचाही प्रचार सध्या सुरू असल्याची माहिती मिळत आहे.

लाखो रुपयांचा भ्रष्टाचार,दादरच्या आयटी पार्कचे झाले गारमेंट मार्केट,आजपर्यंत कारवाई का केली नाही ?

या जागेसाठी अतिरिक्त एफएसआयही देण्यात आला आहे. दादर पश्चिमेला भवानी शंकर रोड येथील काकासाहेब गाडगीळ मार्गाला जोडणाऱ्या गॅरेज गल्ली परिसरात भवानी भूमी प्लाझा, ओम अॅनेक्स, अटलांटिका प्लाझा आणि पलई कमर्शियल या चार इमारती उभारण्यात आल्या आहेत. आयटी पार्कच्या नावावर एफएसआयचा लाभ घेत बांधकाम केले. प्रत्यक्षात या इमारतीमध्ये गारमेंटचा व्यवसाय सुरू

करण्यात आला. आता कलम ३५१, ३५२, ३५२ अ आणि ३५४ अ या अंतर्गत महापालिका प्रशासनाने येथील गारमेंट व्यापाऱ्यांना नोटीसा बजावल्या आहेत. भवानी प्लाझा इमारतीतील १३० व्यापाऱ्यांना, ओम अॅनेक्स इमारतीतील ४० व्यापाऱ्यांना, ऑटोनिक प्लाझा इमारतीतील १४० व्यापाऱ्यांना आणि पलाई व्यापारी संकुलातील १४० व्यापाऱ्यांना नोटीस देण्यात आल्या आहेत. जुलै २०२३ मध्ये एकूण ४५० व्यापाऱ्यांना नोटीसा बजावण्यात आल्या. यातील अनेक व्यापाऱ्यांनी त्यांच्या गाळ्यांमध्ये बेकायदेशीर बांधकाम केलेअसून काहींनी बांधकामांमध्ये बदलही केले आहेत. नोटीसा बजावण्यात आल्यानंतर प्रशासनाने त्याचा कोणताही फॉलोअप घेतलेला नाही. दक्षिण मध्य मुंबई लोकसभा उमेदवार

राजेश राठोड
सहाय्यक अभियंता

आणि ठाकरे गटाचे नेते अनिल परब म्हणाले, हा एक मोठा गैरव्यवहार आहे. याची सखोल चौकशी करण्याची गरज आहे. गारमेंट व्यापाऱ्यांविरोधातच नव्हे तर महापालिकेच्या अधिकाऱ्यांवरही कारवाई करण्याची आवश्यकता आहे.

महापालिकेच्या जी उत्तर वार्ड येथील पूर्वीचे सहाय्यक पालिका आयुक्त आणि सध्याचे पालिका उपायुक्त परिमंडळ दोन प्रशांत सकपाळे सहायक अभियंता राजेश राठोड यांच्या कार्यक्षेत्रात ही जागा येते. सदर बाबत, संबंधितांना नोटीस बजावण्यात आल्या आहेत. त्यांना दंडही ठोठावण्यात आला आहे. असे सांगण्यात आलेले आहे याबाबत ठोर कारवाई करण्यासाठी आम्हाला अद्याप पुरेसे दस्तऐवज मिळालेले नाहीत. एकदा ही प्रक्रिया पूर्ण झाल्यावर योग्य कारवाई केली जाईल.

बजावलेल्या नोटिसा
भवानी प्लाझा - १३०
ओम अॅनेक्स- ४०
ऑटोनिक प्लाझा-१४०
पलाई व्यापारी संकूल-१४०
एकूण - ४५०
२०० पट दंड

* या चार इमारतींमधील गाळेधारकांना कागदपत्र सादर करण्याची नोटीस बजावली आहे. यातील सुमारे २०० पेक्षा

जास्त गाळेधारकांनी आपली कागदपत्रे सादर केली असून अजूनही २५० गाळेधारकांनी कागदपत्रे सादर केलेली नाहीत. त्यामुळे अशा गाळेधारकांवर मालमत्ता कराच्या २०० पट दंड वसूल करण्यात येणार आहे. त्याशिवाय गारमेंटचे व्यवसाय बंद केले जातील. असेही सांगण्यात आले होते मात्र गेल्या सहा महिन्यापासून सर्वस्वी जबाबदार असणाऱ्या राजेश राठोड सहाय्यक अभियंता संबंधित इंजिनियर आणि त्यांचे पाठीराखे अधिकारी आज पर्यंत कारवाई का केलेली नाही यासंदर्भात सहाय्यक अभियंता राजेश राठोड यांची भेट घेण्याचा प्रयत्न केला असता सदर कार्यालयात मिळून आले नाहीत लोकसभा निवडणुकीच्या कामात व्यस्त असल्याचे सांगण्यात आले तर सहाय्यक पालिका आयुक्त अजितकुमार आंबी यांच्याशी संपर्क साधला असता ते कार्यालयात लोकसभेच्या कार्यकामामुळे मिळून आलेले नाही या संबंधात पालिका उपायुक्त परिमंडळ २ प्रशांत सकपाळे यांची भेट घेण्याचा प्रयत्न केला असता ते सुद्धा जागेवर उपलब्ध नसल्याचे सांगण्यात आले. सदर बाबत एवढा मोठा भ्रष्टाचार या ठिकाणी असून या सर्वांची चौकशी करण्यात यावी संबंधित असलेले अधिकारी यांच्यावर गुन्हा दाखल करण्यात यावा आणि सदर चारी इमारतीवर कारवाई करण्याची मागणी अनेक सामाजिक कार्यकर्त्यांनी केलेली आहे. याबाबत विषयाची गंभीरता लक्षात घेऊन लवकरच एक निवेदन महाराष्ट्राचे राज्यपाल यांना देण्यात येणार असल्याचे स्थानिक परिसरातील रहिवाशांनी दिलेली आहे.

प्राणीजगत

अंडी देणारा सस्तन प्राणी

सस्तन प्राणी पिलांना जन्म देतात तर पक्षी, सरपटणारे प्राणी आणि कीटक अंडी घालतात. पण यालाही अपवाद आहे. ऑस्ट्रेलियात आढळणारा एक सस्तन प्राणी अंडी घालतो. प्लॅटिपस असं या बदकासारखी चोच असणाऱ्या प्राण्याचं नाव आहे. पाण्यात आणि जमिनीवर अशा दोन्ही ठिकाणी तो राहू शकतो. तो पाण्यात राहतो पण निवाऱ्याची सोय जमिनीवर करतो. पाण्यातल्या जलचरांना भक्ष्य बनवल्यानंतरही बाहेर आल्यानंतर ओढे आणि कालव्यांच्या किनाऱ्याजवळ अन्न शोधतो. शिंपले, गोगलगायी आणि छोटे मासे हे त्याचं अन्न आहे. प्लॅटिपस खूपच वेगळा आहे. इंग्लंडमध्ये या प्राण्यावर अधिक संशोधन करण्यात आलं. तेव्हा प्लॅटिपसला बघून शास्त्रज्ञांनाही धक्का बसला होता. एखाद्या प्राण्याला बदकाची चोच आणि पाय चिकटवले आहेत की काय, असाच त्यांचा समज

झाला. प्लॅटिपस हा उभयचर प्राणी आहे. उभयचर प्राणी पाणी आणि जमीन अशा दोन्ही ठिकाणी राहतात. प्लॅटिपसची चोच हुबेहूब बदकाच्या चोचीसारखी असते. डोकं, धड आणि शेपटीवर करड्या रंगाचे केस असतात. केसांच्या जाड थरामुळे पाण्यात गेल्यावर त्याचा बचाव होतो. शरीरावरच्या दाट केसांमुळेच खूप थंड पाण्यातही तो पोहू शकतो. शून्याच्या आसपास तापमान असणाऱ्या पाण्यातही तो सहज पोहतो. निवाऱ्यासाठी तो खड्डा खणतो. प्लॅटिपसच्या खांद्यांचे स्नायू खूपच बळकट असतात. यामुळे अगदी सहजपणे तो खड्डा खणू शकतो. एकंदरच चोच बदकासारखी आणि शरीर पालीसारखं असणारा हा प्राणी अनोखा म्हणायला हवा. ■

गेम टाईम

खेळाचं रंजक विश्व

छोट्यांनो, जगभरात बरेच खेळ खेळले जातात. फुटबॉल, हॉकी, टेनिस, रग्बी अशा खेळांची आपल्याला माहिती असते. काही खेळांची केवळ नावं ऐकलेली असतात. काही खेळ ठरावीक देश अथवा प्रांतांमध्ये खेळले जातात. त्यांच्याबद्दल आपण फारसं ऐकलेलं नसतं. अशाच दोन खेळांची ओळख करून घेऊ या.

फुटबॉल टेनिस:- फुटबॉल टेनिस हा एक खेळ आहे. याला 'फुटनेट' असंही म्हटलं जातं. १९२० मध्ये झेकोस्लोव्हाकियामध्ये या खेळाची सुरूवात झाली. मोकळ्या किंवा बंदिस्त दोन्ही प्रकारच्या मैदानात हा खेळ खेळता येतो. यात टेनिसप्रमाणेच मधोमध जाळी लावली जाते. जाळीच्या दोन्ही बाजूंना फुटनेटचे संघ उभे असतात. जाळी जमिनीलगत असते. एका संघात एक, दोन किंवा तीन खेळाडू असू शकतात. फुटबॉलच्या आकाराएवढ्या चेंडूच्या साह्याने हा खेळ खेळला जातो. यात चेंडू जाळीच्या दिशेला टोलवायचा असतो. खेळताना हातांचा वापर करता येत नाही. पाय किंवा शरीराच्या इतर भागाचा वापर करून चेंडू जाळीच्या दुसऱ्या बाजूला टोलवायचा असतो. विरूद्ध बाजूचा खेळाडू चेंडू पुन्हा समोरच्याकडे टोलवतो. नियमानुसार प्रत्येक संघाला गुण मिळत जातात. १९४० मध्ये या खेळाचे नियम तयार करण्यात आले. १९९४ मध्ये पहिली फुटनेट जागतिक अजिंक्यपद स्पर्धा आयोजित करण्यात आली होती. युरोप खंडातल्या देशांमध्ये हा खेळ लोकप्रिय आहे.

स्नो स्नेक:- अमेरिकेत स्नो स्नेक नावाचा खेळ खेळला जातो. या खेळाला बराच मोठा इतिहास आहे. उत्तर अमेरिकेत हा खेळ बराच लोकप्रिय आहे. या भागातल्या अनेक जमाती हा खेळ खेळतात. या खेळाला ५०० वर्षांचा इतिहास असल्याचं बोललं जातं. खेळातला स्नेक म्हणजे पॉलिश केलेला लाकडी दांडा असतो. या दांड्याच्या पुढच्या भागाचा आकार सापाच्या तोंडासारखा असतो. त्यामुळे त्याला स्नो स्नेक असं म्हटलं जातं. या खेळात लाकडी दांडा लांब फेकायचा असतो.

स्नो स्नेकमध्ये विविध फेऱ्या असतात. प्रत्येक फेरीत प्रत्येक संघाला चार संधी दिल्या जातात. लाकडी दांडा सर्वात लांब फेकणाऱ्या खेळाडूंच्या संघाला प्रत्येक फेरीच्या शेवटी दोन गुण दिले जातात तर दुसऱ्या क्रमांकावर असणाऱ्या संघाला एक गुण मिळतो.

ठरावीक गुण मिळून एखादा संघ जिंकेपर्यंत खेळ सुरू राहतो. बर्फात किंवा मोकळ्या मैदानात स्नो स्नेक खेळला जातो. ■

बनवा आकर्षक फ्लॉवरपॉट

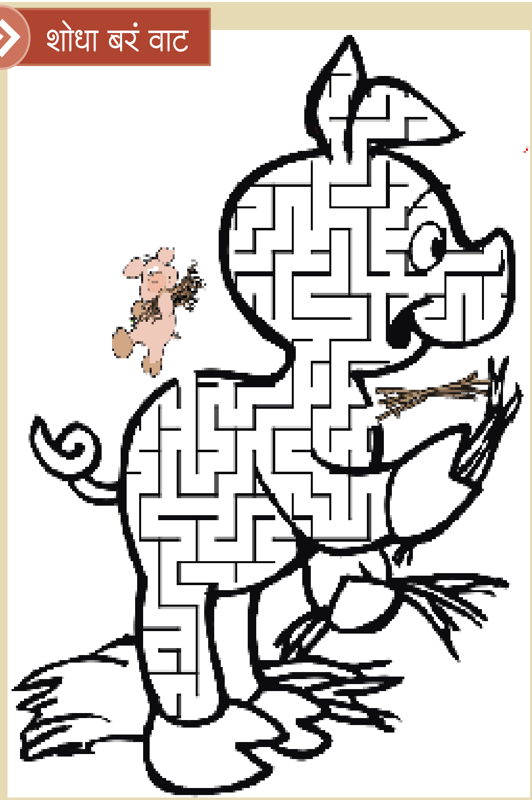
कलाकुसर

साहित्य : काचेची रिकामी बाटली, वाळू किंवा गोट्या, गम, पोस्टर कलर, ब्रश इत्यादी.

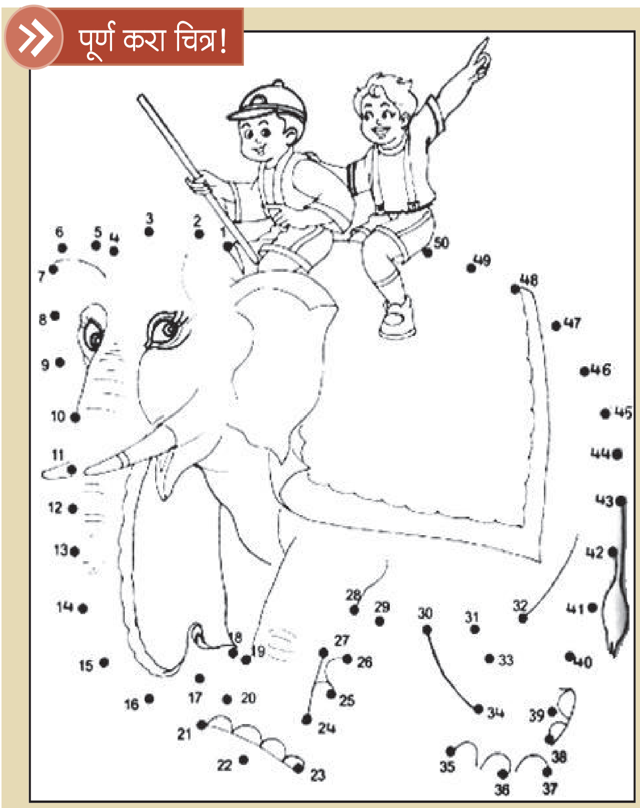
कृती: फ्लॉवरपॉटच्या डिझाइनचा विचार करा. त्यानुसार बाटलीवर गम लावून त्यावर गोट्या चिकटवा. तुमच्याकडे वाळू असेल तर तीही चिकटवता येईल. यानंतर बाटली उन्हात ठेवा. गम वाळल्यानंतर आकर्षक रंगांनी रंगवून घ्या. रंग वाळू द्या. बाटलीचा हा फ्लॉवरपॉट तयार झाला आहे. वाळूमुळे तो एखाद्या शिल्पकृतीसारखा दिसेल. आता या फ्लॉवरपॉटमध्ये फुलं ठेवा आणि घराची शोभा वाढवा. ■

चित्र रंगवा!

शोधा बरं वाट



पूर्ण करा चित्र!



डॉ. बाबासाहेब अंबेडकरजी की 14 अप्रैल 2024 की जयंती के अवसर पर धारावी डिवीजन में लड्डू बांटे गए। इस अवसर पर स्थानीय कार्यकर्ता,सामाजिक कार्यकर्ता, पत्रकार उपस्थित थे।

घर में जरुर रखना चाहिए 5 वस्तुएं, किस्मत का ताला खुल जाएगा

हिंदू पंचांग के अनुसार, साल का दूसरा महीना वैशाख होता है। इस महीने में जगत के पालनहार भगवान विष्णु और धन की देवी माता लक्ष्मी की पूजा-अर्चना की जाती है। ऐसा भी कहा जाता है कि यह माह भगवान विष्णु और मां लक्ष्मी को को प्रसन्न करने के लिए बेहद खास होता है। धार्मिक मान्यता है कि इस माह पूजा-अर्चना करने से व्यक्ति के सभी कष्ट और दुख दूर हो जाते हैं। इस बार वैशाख माह की शुरुआत 24 अप्रैल से हो चुकी है और इसका समापन अगले महीने 23 मई को होगा। माना जाता है कि इस माह में कुछ खास उपाय करने से सुख और समृद्धि की प्राप्ति होती है और व्यक्ति कुछ ही दिनों में मालामाल हो सकता है।

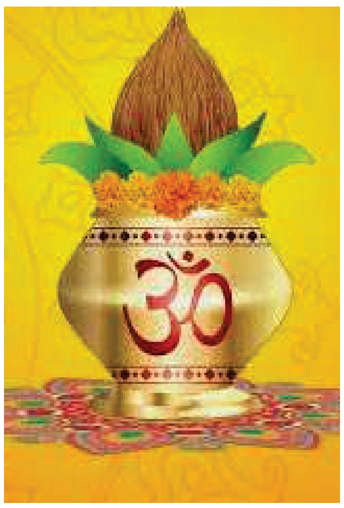
घर में रखी वस्तुओं का भी हमारे जीवन पर नकारात्मक और सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। यदि आपक नकारात्मक वस्तुओं की पहचान करके उन्हें घर से निकालकर हमारी बताई वस्तुएं रखें। घर के वास्तु दोष को दूर करने और सुंदरता बढ़ाने के लिए आप अपने घर में 5 वास्तुएं रख सकते हैं।

हाथी की मूर्ति

समुद्र मंथन के दौरान ऐरावत नाम का सफेद हाथी निकला था जिसे इंद्र ने अपने पास रख लिया था। घर में चांदी का हाथी रखने से जहां राहु एवं केतु के प्रकोप शांत होता है वहीं घर

में सुख, शांति एवं समृद्धि आती है। चांदी का नहीं तो तांबे या पीतल का रख सकते हैं। विष्णु तथा लक्ष्मी को हाथी प्रिय रहा है। शक्ति, समृद्धि और सत्ता के प्रतीक हाथी को भगवान गणेश का रूप माना जाता है। घर में ठोस चांदी का हाथी रखने से राहू शांत रहता है और घरन में सुख शांति के साथ धन समृद्धि बनी रहती है। हाथी कम से कम 4 से 5 इंच का होना चाहिए।

मंगल कलश



समुद्र मंथन के दौरान अंत में भगवान धन्वंतरि देव अमृत से भरा कलश लेकर निकले थे। देवता और असुरों के कारण कलश के अमृत की बूंदे जहां गिरी थी वहां कुंभ का आयोजन होता है। हिन्दू धर्म में तांबे या पीतल के कलश की घर के ईशान कोण में स्थापना करने से स्थाई रूप से धनलक्ष्मी का वास होता है और मंगल ही मंगल होता है। कलश को सुख और समृद्धि का प्रतीक माना जाता है। इसे ईशान कोण में अष्टदल कमल बनाकर स्थापित किया जाता है। इसमें जलभरकर उसमें तांबे का सिक्का डालकर फिर आम के पत्ते डालकर उसके मुख पर नारियल रखा जाता है। कलश पर रोली, स्वस्तिक का चिह्न बनाकर, उसके गले पर मौली (नाड़ा) बांधी जाती है।

बांसुरी और शंख

बांसुरी से जहां वास्तुदोष दूर होता है। वहीं, दरिद्रता दूर होकर धन-समृद्धि बढ़ती है। बांसुरी को घर की पूर्व, ईशान या उत्तर दिशा में रखना चाहिए। जिस घर में शंख होता है वहां लक्ष्मी का वास होता है। इसे घर में रखने से धन की कमी नहीं होती है।

हंस का जोड़ा

घर में अतिथि कक्ष में हंस के जोड़ों की मूर्ति स्थापित करें जिससे अपार धन समृद्धि की संभावनाएं बढ़ जाएगी और घर में हमेशा शांति बनी रहेगी। दो हंसों के जगह आप दो बत्तख या दो सारस के जोड़े की मूर्ति भी लगा सकते हैं। इससे दांपत्य जीवन में भी सामंजस्य बना रहता है।

कछुआ

धातु का कछुआ उन्नती के साथ ही धन-समृद्धि का योग बनता है। इसे रखने से आयु भी लंबी होने की मान्यता है। पूर्व और उत्तर दिशा कछुए की स्थापना हेतु सर्वोत्तम मानी गई है। ड्राइंग रूम में कछुआ रख सकते हैं किसी पात्र में जल भरकर। कछुआ धातु का होना चाहिए लकड़ी का नहीं।

होना चाहते हैं मालामाल, तो बैशाख माह में जरूर करें ये चमत्कारी उपाय

हिंदू पंचांग के अनुसार, साल का दूसरा महीना वैशाख होता है। इस महीने में जगत के पालनहार भगवान विष्णु और धन की देवी माता लक्ष्मी की पूजा-अर्चना की जाती है। ऐसा भी कहा जाता है कि यह माह भगवान विष्णु और मां लक्ष्मी को को प्रसन्न करने के लिए बेहद खास होता है। धार्मिक मान्यता है कि इस माह पूजा-अर्चना करने से व्यक्ति के सभी कष्ट और दुख दूर हो जाते हैं। इस बार वैशाख माह की शुरुआत 24 अप्रैल से हो चुकी है और इसका समापन अगले महीने 23 मई को होगा। माना जाता है कि इस माह में कुछ खास उपाय करने से सुख और समृद्धि की प्राप्ति होती है और व्यक्ति कुछ ही दिनों में मालामाल हो सकता है।

हिंदू पंचांग के अनुसार, साल का दूसरा महीना वैशाख होता है। इस महीने में जगत के पालनहार भगवान विष्णु और धन की देवी माता लक्ष्मी की पूजा-अर्चना की जाती है। ऐसा भी कहा जाता है कि यह माह भगवान विष्णु और मां लक्ष्मी को को प्रसन्न करने के लिए बेहद खास होता है। धार्मिक मान्यता है कि इस माह पूजा-अर्चना करने से व्यक्ति के सभी कष्ट और दुख दूर हो जाते हैं। इस बार वैशाख माह की शुरुआत 24 अप्रैल से हो चुकी है और इसका समापन अगले महीने 23 मई को होगा। माना जाता है कि इस माह में कुछ खास उपाय करने से सुख और समृद्धि की प्राप्ति होती है और व्यक्ति कुछ ही दिनों में मालामाल हो सकता है। आइए जानते हैं वैशाख माह में किए जाने वाले कुछ खास उपायों के बारे में।

शास्त्रों में वैशाख माह सभी अन्य महीनों में सर्वश्रेष्ठ माना गया है। इस महीने में भगवान विष्णु के परशुराम, नृसिंह, वराह, कूर्म और बुद्ध अवतार की पूजा की जाती है। इस माह में रोजाना 11 बार 'ॐ माधवाय नमः' मंत्र का जाप करें। ऐसा करने पर परिवार पर आने वाले सभी संकटों दूर होते हैं और घर में खुशहाली आती है।

वैशाख महीने के उपाय

हिंदू धर्म में दान करने का विशेष महत्व है। अगर आप पापों से छुटकारा पाना चाहते हैं, तो वैशाख माह में अपनी श्रद्धा अनुसार तिल, आम, सत्तू और कपड़ों का दान करें। ऐसा कहा जाता है कि इन चीजों का दान करने से पापों का नाश होता है।

वैशाख माह में पड़ने वाली अक्षय तृतीया के दिन सोना या फिर चांदी की कोई चीज खरीदें। धार्मिक मान्यता है कि इस शुभ दिन पर सोना या फिर चांदी खरीदने से घर में सुख और समृद्धि का वास होता है। साथ ही देवी-देवता भी प्रसन्न होते हैं। इस दिन विवाह, सगाई, गृह प्रवेश करने से उसमें सफलता मिलती है।

वैशाख माह में बहुत ही गर्मी होती है, तो ऐसे में गरीब लोगों को चप्पल, छाता का दान करें। इसके अलावा पशु-पक्षियों के लिए खाने के लिए चीजें और पानी जरूर रखें। ऐसा माना जाता है कि इस उपाय से जीवन में खुशियों का आगमन होता है।

इस माह में कांस्य के बर्तन में भोजन करने से और खाट पर सोने से व्यक्ति की सभी बीमारियां खत्म हो जाती हैं। वैशाख माह में गुड़ का दान करने से पितृ दोष से छुटकारा मिलता है और साथ ही आरोग्य का वरदान मिलता है।

वैशाख माह में पड़ने वाले सोमवार को भगवान शिव का विधिपूर्वक रुद्राभिषेक करें और उनकी प्रिय चीजों का भोग लगाएं। ऐसा करने से व्यक्ति को धन-धान्य की प्राप्ति होती है। साथ ही सारी मनोकामनाएं पूरी होती हैं।

शास्त्रों में वैशाख माह सभी अन्य महीनों में सर्वश्रेष्ठ माना गया है। इस महीने में भगवान विष्णु के परशुराम, नृसिंह, वराह, कूर्म और बुद्ध अवतार की पूजा की जाती है। इस माह में रोजाना 11 बार 'ॐ माधवाय नमः' मंत्र का जाप करें। ऐसा करने पर परिवार पर आने वाले सभी संकट दूर होते हैं और घर में खुशहाली आती है।

12 साल बाद मेष राशि में बना गजलक्ष्मी राजयोग योग

4 राशियों को मिलेगा गजब का लाभ

मेष में शुक्र और बृहस्पति की युति के चलते गज लक्ष्मी योग का निर्माण हुआ है। ज्योतिष मान्यता के अनुसार मंगल की राशि मेष राशि में यह योग करीब 12 साल बाद बना है। इसी के साथ ही इस राशि में सूर्य के विराजमान होने से शुक्रादित्य योग और गुरु आदित्य योग का निर्माण भी हुआ है। गजलक्ष्मी योग के चलते 4 राशियों को बहुत लाभ होने वाला है।

शुक्र ग्रह ने 25 अप्रैल 2024 को मेष राशि में गोचर था। मेष राशि में पहले से ही गुरु ग्रह विरामान हैं। मेष में शुक्र और बृहस्पति की युति के चलते गज लक्ष्मी योग का निर्माण हुआ है। ज्योतिष मान्यता के अनुसार मंगल की राशि मेष राशि में यह योग करीब 12 साल बाद बना है। इसी के साथ ही इस राशि में सूर्य के विराजमान होने से शुक्रादित्य योग और गुरु आदित्य योग का निर्माण भी हुआ है। गजलक्ष्मी योग के चलते 4 राशियों को बहुत लाभ होने वाला है।

गजलक्ष्मी राजयोग क्या है?

ऐश्वर्य और धन के कारक ग्रह शुक्र और भाग्य, सुख एवं ज्ञान के कारण बृहस्पति ग्रह जब केंद्र भाव यानी प्रथम, चतुर्थ, सप्तम या दशम भाव में विराजमान हो तो गजलक्ष्मी योग का निर्माण होता है।

1. मेष राशि : मेष राशि में ही यह योग बना है जिसके चलते नौकरीपेशा जातकों की के लिए यह बहुत फायदेमंद है। पदोन्नति या वेतनवृद्धि करीब करीब तय है। सुख और समृद्धि के योग बन रहे हैं। व्यापारियों को गजब का लाभ होगा। परिवार में खुशहाली रहेगी।

2. कर्क राशि : आपकी राशि के कर्म के 10वें भाव में इस राजयोग का निर्माण हो रहा है। इसे कार्यक्षेत्र में आपकी चौगुनी उन्नति होगी। आर्थिक स्थिति मजबूत होगी। आमदनी के नए सोर्स डेवलप होंगे। रुका हुआ धन भी प्राप्त होगा और परिवार में सुखद माहौल रहेगा।

3. सिंह राशि : आपकी राशि के नौवें भाव में बना यह योग भाग्य को बलवान बनाकर लाभ देगा। इस योग के कारण विशेष धन लाभ होगा। नौकरी या व्यापार में किसी भी प्रकार की बाधा दूर होगी। आर्थिक स्थित मजबूत होगी। पारिवारिक जीवन सुखद रहेगा।

4. कुंभ राशि : आपकी राशि के तीसरे यानी पराक्रम भाव में यह योग बना है। इससे भाग्य और भाई बहनों का साथ मिलेगा। सभी कार्यों में सफलता मिलेगी। घर-परिवार में सुख एवं शांति के माहौल के चलते धन-धान्य में वृद्धि होगी। सभी की सेहत में सुधार होगा।

कुंभ महापर्व में संतों के मुख से बहती है अमृत वाणी, जो भक्तों को दिखाती है सही राह

भारत में कुम्भ महापर्व का आयोजन इस देश के धर्म और संस्कृति का आधार है, जो इस बार 2025 में प्रयागराज में आयोजित होगा। साधु, संन्यासी अपने मोक्ष प्राप्ति को अपना लक्ष्य बनाकर, जीवन में सुख- शांति का अनुभव करते हैं। कुम्भ महापर्व के दौरान साधु, संतों, फकीरों, पुरोहितों, विचारकों आदि के मुखारविंद से दिव्यज्ञान की चर्चा से असंख्य श्रद्धालु लाभान्वित होते हैं जिससे उन्हें भौतिक लाभ के साथ अध्यात्मिक लाभ की प्राप्ति भी होती है। प्रयागराज की पावन धरती पर विगत वर्षों के कुम्भ महापर्वों में संत, महात्माओं के अनेक व्याख्यान मन को उर्जावान करते चले आ रहे हैं। ज्ञानीजनों से सुना है कि, एक बार अपनी विजय यात्रा के दौरान एक सम्राट को नदी तट के किनारे एक वृक्ष के नीचे एक साधु महाराज शांत प्रसन्नचित्त मुद्रा में बैठे दिखाई दिए। संन्यासी महात्मा के दिव्य तेज को देखकर सम्राट ने मन ही मन फैसला किया कि कुछ देर उनके सानिध्य में जाकर बैठा जाएं।

जब सम्राट साधु के पास पहुंचे तो साधु ने देखते ही एक ही सांस में कई

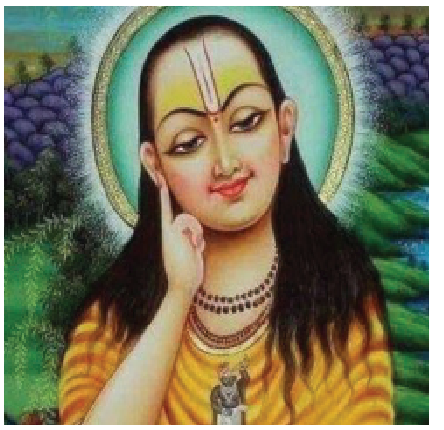
कुम्भ महापर्व के दौरान साधु, संतों, फकीरों, पुरोहितों, विचारकों आदि के मुखारविंद से दिव्यज्ञान की चर्चा से असंख्य श्रद्धालु लाभान्वित होते हैं जिससे उन्हें भौतिक लाभ के साथ अध्यात्मिक लाभ की प्राप्ति भी होती है।

अवधुत कैलास गिरी महाराज

प्रश्न उनसे पूछ डाले। साधु ने पूछा, 'आप कौन हैं? कहां से आए हैं? और आपका उद्देश्य और लक्ष्य क्या है?' प्रश्न के उत्तर में सम्राट ने बताया कि, 'मैं युद्ध के मार्ग पर प्रशस्त हूं तथा एक देश जीतने के बाद दूसरे देश को जीतने और विश्व विजय का लक्ष्य प्राप्त करने के लिए निकला हूं।' साधु ने पूछा कि, 'अगला देश जीतकर आप क्या करेंगे?' सम्राट ने बताया, 'फिर दूसरा देश जीतूंगा और इस तरह पूरे विश्व पर विजय प्राप्त कर लूंगा।' साधु ने मुस्कुरा कर कहा, 'मान लो राजन! तुमने सारी दुनिया जीत ही ली है, तो अब बताओ, पूरी दुनिया जीतने के बाद तुम आखिर क्या करोगे?' इस पर सम्राट ने कहा, 'उसके बाद में शांति से आराम करूंगा।'

इस पर साधु महाराज जोर से अट्टहास करके हंसे और बोले, 'अगर तुम्हारा अंतिम उद्देश्य पूरी दुनिया को जीतने के बाद केवल शांति से आराम करना है, तो आओ, यहां मेरे निकट बैठो और निश्चिन्त होकर आराम करो, जैसा मैं कर रहा हूं।' यह सुनकर सम्राट का मन परिवर्तित हो गया, उसे अपने जीवन की सही दिशा एवं मोक्ष का ज्ञान मिल चुका था।

अंतिम समय में आकाश में विलीन हुए थे श्री वल्लभाचार्य



भगवान के भक्ति मार्ग में चलने वाले प्राणी का जीवन तो सुगम होता ही है बल्कि उसका अंत समय भी सुख से बीतता है। मान्यता है कि भागवत आश्रित के प्राण शरीर से ऐसे छुटते हैं जैसे हाथी की गरदन से माला टूटकर गिर गयी। हाथी को माला का कोई फर्क ही नहीं पड़ता। वहीं भगवान से विमुख व्यक्ति के प्राण इस प्रकार निकलते हैं जैसे कांटों भरी झाड़ियों पर से सूती चुनरी को खिचना। वह बुरी तरह चीर जाती है।

भारत देश की भूमि से एक से बढ़कर एक संत हुए जिन्होंने साक्षात् भगवान को पाया। इसके अलावा अंत समय में वे भगवान में ही लीन हो गये या भगवान उन्हें स्वयं लेने आये। इस कड़ी में एक महान संत हुए श्री वल्लभाचार्य जी। इनके भगवत धाम जाने की एक कथा बहुत मशहूर है। यह अपने जीवन के अंतिम समय में काशी में निवास करते थे। एक दिन जीवन से जुड़े सब कार्य समाप्त कर ये हनुमानघाट पर गंगास्नान करने के लिए गए। जिस स्थान पर ये स्नान कर रहे थे वहां से एक उज्जववल ज्योति उठी और बहुत से व्यक्तियों के सामने श्रीवल्लभाचार्य ऊपर उठने लगे और धीरे-धीरे आकाश में गायब होकर भगवान के धाम को चले गये। संसार में बहुत से महानुभावों ने इन्हें अग्निदेव का अवतार माना है। सोमयज्ञ पूरा होने के उपलक्ष में पिता लक्ष्मणभट्ट जी ने काशी में ब्राह्मणभोजन कराने के उद्देश्य से पत्नी के साथ प्रस्थान किया। काशी पहुंचने के रास्ते में चम्पारण्य में श्री वल्लभजी का जन्म हो गया। श्रीवल्लभ जी जन्म से ही आकर्षण पैदा करने वाले बालक थे। उनकी बुद्धि और चेतना सबको हैरान कर देने वाली थी। उन्हें देखते ही लोग पहचान जाते की यह बालक के भेष में कोई दिव्य आत्मा है। उचित समय से इनके सभी संस्कार हुए। श्री वल्लभ जी ने काशी में श्रीमाधवेन्द्रपुरी से वेद-शास्त्र का पूर्ण अध्यन किया। बहुत तेज बुद्धि होने से यह महज 11 वर्ष की आयु इन्होंने पूरा अध्यन ग्रहण कर लिया।

राजा कृष्णदेव की सभा में शास्त्रार्थ- विद्या ग्रहण करने के बाद श्री वल्लभ जी काशी से वृन्दावन गये और वहां कुछ दिन रहने के बाद तीर्थाटन के लिए रवाना हो गए। इस दौरान ये विजयनगर के राजा कृष्णदेव की सभा में उपस्थित हुए जहां बड़े-बड़े विद्वानों को शास्त्रार्थ में हराया। यहीं पर इन्हें वैष्णवाचार्य की उपाधि प्राप्त हुयी। राजा ने श्री वल्लभाचार्य को सोने के सिंहसन पर बैठाकर सांगोपांग पूजन किया और बहुत सारा सोना दिया। श्री वल्लभाचार्य ने कुछ धन रखकर सब बांट दिया। श्रीवल्लभ जी विजयनगर से चलकर उज्जैन गये और वहां शिप्रा नदी के तटपर एक पीपलवृक्ष के नीचे निवास स्थान बनया जो आज उनकी बैठक के नाम से मशहूर है। उन्होंने वृन्दावन और गिरिराज में रहकर भगवान श्रीकृष्ण की प्रेम में डूबकर अराधना की। कई बार भगवान श्री कृष्ण ने इन्हें दर्शन दिया। इनकी अष्टयाम-सेवा बहुत ही सुंदर मानी गयी। भगवान श्रीकृष्ण ने इन्हें वात्सल्यभाव से उपासना करने का प्रचार करने की आज्ञा दी।

आचार्य के जीवन में बहुत सारी घटनाएं हुयी जिन्होंने सबको हैरान कर दिया। एक बार एक व्यक्ति शालिग्रामशिला और प्रतिमा की एक साथ पूजा कर रहा था। उसके मन में शालिग्राम उच्च और प्रतिमा निम्न थी। आचार्य के समझाने पर वह बिगड़ गया और शालिग्राम को प्रतिमा की छाती पर रखकर सुला दिया। सुबह उठने पर देखा की शालिग्राम चूर-चूर हो गया। उसे अपनी गलती का अहसास हुआ और आचार्य से क्षमा मांगी। वल्लभाचार्य जी ने उसपर कृपा की और शालिग्राम पहले के समान हो गया। इस दौरान उन्होंने बहुत सारे ग्रंथों की रचना की जिसमें से कई तो अभी तक अप्रकाशित हैं।

पौराणिक ग्रंथों के अनुसार एक बार श्रीकृष्ण ने वल्लभाचार्य जी से उनका पुत्र बनने की इच्छा प्रकट की जिसके कारण 28 वर्ष की आयु में इन्होंने विवाह किया। श्रीविट्ठल के रूप में खुद भगवान विट्ठल इन्हें पुत्र रूप में मिले। श्री चैतन्यमहाप्रभु के समय में ही श्री वल्लभाचार्य थे और इन दोनों की मुलाकात भी हुयी थी।

भगवान के परम भक्तों में शामिल श्रीवल्लभाचार्य का जीवन सदा ही लोगों के लिए भक्ति का स्त्रोत रहा। उनकी प्रेरणा से बहुत सारे लोग भागवत मार्ग में आये।

भगनवान श्री कृष्ण का श्रीनाथजी स्वरूप

पुष्टि मार्ग में भगवान कृष्ण के उस स्वरूप की आराधना की जाती है जिसमें उन्होंने बाएँ हाथ से गोवर्धन पर्वत उठा रखा है और उनका दायाँ हाथ कमर पर है। श्रीनाथ जी का बायाँ हाथ 1410 में गोवर्धन पर्वत पर प्रकट हुआ। उनका मुख तब प्रकट हुआ जब श्री वल्लभाचार्यजी का जन्म 1479 में हुआ। अर्थात् कमल के समान मुख का प्राकट्य हुआ। 1493 में श्रीवल्लभाचार्य को अर्धरात्रि में भगवान श्रीनाथ जी के दर्शन हुए। श्रीगोवर्धनीचरण धीर प्रभु श्रीनाथजी वल्लभ और वल्लभियों के सर्वस्व हैं। राजस्थान के मेवाड़ में श्रीनाथद्वारा में प्रभु विराजित हैं। नाथद्वारा तीर्थ वैष्णवों और संपूर्ण धर्मावलंबियों के लिए पूर्ण रुप से खुला हुआ है। साधू पांडे जो गोवर्धन पर्वत की तलहटी में रहते थे उनकी एक गाय थी। एक दिन गाय ने श्रीनाथ जी को दूध चढ़ाया। शाम को दुहने पर दूध न मिला तो दूसरे दिन साधू पांडे गाय के पीछे गया और पर्वत पर श्रीनाथजी के दर्शन पाकर धन्य हो गया।

दूसरी सुबह सब लोग पर्वत पर गए तो देखा कि वहाँ दैवीय बालक भाग रहा था। वल्लभाचार्य को उन्होंने आदेश दिया कि मुझे एक स्थल पर विराजित कर नित्य प्रति मेरी सेवा करो। तभी से श्रीनाथ जी की सेवा मानव दिनचर्या के अनुरूप की जाती है। इसलिए इनके मंगला, श्रृंगार, ग्वाल, राजभोग, उत्थापन, आरती, भोग, शयन के दर्शन होते हैं।

लोकसभा निवडणुकीत जय शिवसंग्रामचा भाजपला जाहीर पाठिंबा

मुंबई : लोकनेते स्व. विनायक मेटेंचे बंधू रामहरी मेटे यांनी जय शिवसंग्राम संघटनेचा लोकसभा निवडणुकीसाठी भाजपाला जाहीर पाठिंबा दिल्याचे जाहीर केले. नाशिक येथे भाजपा प्रदेशाध्यक्ष श्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांची भेट घेतली. मराठा समाजाला टिकणारे आरक्षण दिल्यामुळे रामहरी मेटे भाजपसोबत आले आहेत.

जय शिवसंग्रामने जारी केलेल्या जाहीर पाठिंबा पत्रामधून भाजपा महायुतीने मराठा समाजाला टिकणारे आरक्षणासह समाजहिताचे निर्णय घेतले असा उल्लेख केला असून स्व. विनायकराव मेटे यांनी अखेरपर्यंत युतीधर्म पाळत भाजपासोबत एकनिष्ठ राहिले. स्व.विनायकराव मेटे आणि मराठा भूषण अण्णासाहेब पाटील यांच्या विचाराने प्रेरित होऊन जय शिवसंग्राम संघटना कार्य पुढे चालवित आहे, असे नमूद करून बिनशर्त पाठिंबा देत असल्याचे जाहीर केले. प्रदेशाध्यक्ष बावनकुळे यांनी रामहरी मेटे यांच्यासह सर्व जय शिवसंग्राम पदाधिकाऱ्यांचे आभार व्यक्त करून त्यांचे महायुतीमध्ये स्वागत केले. पंतप्रधान श्री नरेंद्र मोदी तसेच महायुतीच्या विकासाच्या अजेंड्यावर जय शिवसंग्रामने विश्वास दाखविला असल्याचे श्री बावनकुळे म्हणाले.

भाजपा व जय शिवसंग्राम यांच्यातील समन्वयासाठी आमदार श्रीकांत भारतीय व अमित जाधव यांची नियुक्ती करण्यात आली आहे. जय शिवसंग्रामचे प्रदेशाध्यक्ष श्री. सुरेशराव शेट्ये पाटील, सरचिटणीस तथा मुख्य प्रवक्ते दीपक कदम, युवा नेते तथा संपर्क प्रमुख महाराष्ट्र प्रदेशआकाश जाधव , मुंबई प्रदेश अध्यक्ष श्री.शशिकांत गणपती शिरसेकर, चित्रपट विभाग कार्याध्यक्ष दिनेश सावंत यांच्यासह जय शिवसंग्रामचे प्रमुख पदाधिकारी उपस्थित होते.

कोकणदीप पेपर आणि प्रकाशन आयोजित कविसंमेलनात शिक्षण अधिकारी डॉ.जे.आर. केळुसकर यांच्या हस्ते उत्कृष्ट कवयित्री डॉ.उषा गुजराती यांचा सत्कार.

नागरिकांना संपर्क साधण्यासाठी निवडणूक निरीक्षकांचे भ्रमणध्वनी क्रमांक जाहीर

मुंबई उपनगर: लोकसभा सार्वत्रिक निवडणूक - २०२४ करीता मुंबई उपनगर जिल्हयातील चारही लोकसभा मतदार संघांसाठी भारत निवडणूक आयोगाने खर्च विषयक बाबींसाठी निवडणूक निरीक्षकांची नियुक्ती केली आहे. हे सर्व निरीक्षक जिल्ह्यात दाखल झाले असून त्यांनी आपापल्या लोकसभा मतदारसंघात खर्चविषयक बाबींचा आणि निवडणूक विषयक बाबींचा आढावा घेण्यास सुरुवात केली आहे. खर्चविषयक बाबीसंदर्भात नागरिकांना संपर्क साधण्यासाठी या निवडणूक निरीक्षकांचे संपर्क क्रमांक जाहीर करण्यात आले आहेत.

२६- मुंबई उत्तर मतदासंघासाठी दीपेंद्रकुमार आणि नेहा चौधरी निवडणूक निरीक्षक

२६- मुंबई उत्तर मतदासंघाकरीता भारतीय राजस्व सेवेचे अधिकारी दीपेंद्रकुमार आणि नेहा चौधरी यांची खर्च विभागाच्या निवडणूक निरीक्षक म्हणून भारत निवडणूक आयोगाने नियुक्ती केली आहे.

दीपेंद्रकुमार यांचा मोबाईल क्रमांक ८९२८५६७६८६ असा आहे. ते १६०- कांदिवली पूर्व, १६१ चारकोप आणि १६२ - मालाड पश्चिम या विधानसभा मतदासंघांचे खर्च निरीक्षक असतील. तर, श्रीमती चौधरी यांच्याकडे विधानसभा मतदारसंघ १५२ बोरिवली, १५३ दहिसर आणि १५४ मागाठाणे) साठी खर्च निरीक्षक असतील. श्रीमती चौधरी यांचा संपर्कासाठीचा मोबाईल क्रमांक ९३७२७९१०८२ असा आहे.

२७- मुंबई उत्तर पश्चिम मतदारसंघासाठी राजकुमार चंदन आणि किरण के. छत्रपती निवडणूक निरीक्षक

२७- मुंबई उत्तर पश्चिम मतदारसंघाकरीता निवडणूक आयोगाने भारतीय राजस्व सेवेतील अधिकारी राजकुमार चंदन आणि किरण के. छत्रपती यांची नियुक्ती केली आहे. नागरिकांसाठी खर्च निरीक्षकांनी त्यांचे संपर्क क्रमांक जाहीर केले आहेत.

त्यांचा संपर्क क्रमांक असा : श्री. राजकुमार चंदन (मोबाईल क्रमांक - 9321405417) यांच्याकडे विधानसभेचे मतदारसंघ १५८- जोगेश्वरी पूर्व, १५९- दिंडोशी, १६३- गोरेगाव, तर श्री. किरण के. छत्रपती (मोबाईल क्रमांक - 8928571922) यांच्याकडे विधानसभेचे मतदारसंघ १६४ - वसोर्वा, १६५-अंधेरी पश्चिम, १६६- अंधेरी पूर्वच्या खर्च निरीक्षणाशी संबंधित समस्यांबाबत तक्रारींसाठी संपर्क साधावा, असे आवाहन खर्च विभागाचे निवडणूक निरीक्षक श्री. चंदन, श्री. छत्रपती यांनी केले आहे.

२८- मुंबई उत्तर पूर्व मतदारसंघासाठी डॉ. सुनील यादव निवडणूक निरीक्षक

२८ - मुंबई उत्तर पूर्व मतदारसंघासाठी खर्चविषयक केंद्रीय निवडणूक निरीक्षक म्हणून भारतीय राजस्व सेवेचे अधिकारी डॉ. सुनील यांची नियुक्ती भारत निवडणूक आयोगाने केली आहे. खर्चविषयक बाबी आणि आचारसंहितेच्या अनुषंगाने तक्रारी असल्यास 8130122499 या क्रमांकावर संपर्क साधण्याचे आवाहन केंद्रीय निवडणूक निरीक्षक (खर्च) डॉ. यादव यांनी केले आहे.

आगामी लोकसभा निवडणुकीत जनता भाजपला पाडणार- कचरू यादव, अध्यक्ष मागासवर्गीय सेल

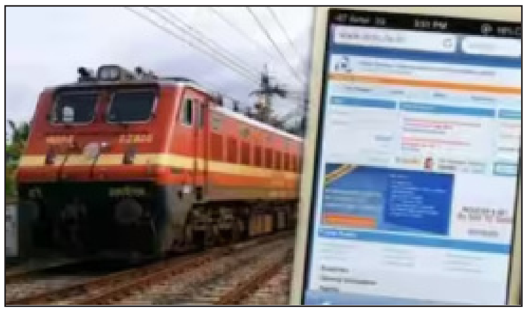
मुंबई (सुरेश गायकवाड)- वाढती महागाई, बेरोजगारी, शेतकऱ्यांच्या आत्महत्या, महिलांची असुरक्षितता, पत्रकारांची मुस्कटदाबी, कामगार आंदोलने, शिक्षणाचा बोजवारा, मोजक्या भांडवलदारांना हात आणि छोट्या उदयोग धंद्यांना पाठ, यांसह पर्यावरणाकडे दुर्लक्ष आदी मुद्द्यांकडे मोदी सरकारने देशाची पुरती वाट लावून त्याला कसे मागे आणून ठेवले असताना कॉंग्रेसच्या न्यायपत्रात जनतेसाठी काय-काय काम असतील याचा सर्व ताळेबंद ५० पानी पुस्तिकेत दिला असून त्या न्यायपत्राच्या प्रती पंतप्रधान मोदी यांच्या कार्यालयात पोस्टाने पाठवणार असल्याची माहिती देऊन आगामी लोकसभा निवडणुकीत जनताच भाजपला निवडणुकीत पाडल्या शिवाय राहणार नसल्याचे मागासवर्गीय सेलचे अध्यक्ष कचरू यादव यांनी सांगितले.

मुंबई विभागीय कार्यालया समोर मागासवर्गीय सेलचे कार्यकर्ते व पदाधिकारी यांनी मोदी सरकारने केलेल्या मनमानी कारभाराविरोधात निदर्शने करत ५० पानी न्यायपत्राच्या प्रती दाखवत राहुल गांधी संघर्ष करो हम तुम्हारे साथ है। कचरू यादव संघर्ष करो,हम तुम्हारे साथ है। अशा घोषणा देऊन परिसर दणाणून सोडला.

राज्य उत्पादन शुल्क विभागाकडून ९.२२ लाख किंमतीचा मद्य साठा जप्त

मुंबई : उत्पादन शुल्क विभागाच्या भरारी पथकाने सायन पूर्व येथील धीरज आयर्न अँड स्टील लि, ऑफिस नं. जी २१, लोकमान्य पान बाजार असोशिएशन, सोमय्या हॉस्पिटल रोड, पूर्व द्रुतगती मार्गाजवळ परदेशात निर्मित केलेल्या व गोव्यातून आयात करुन मुंबईत आणलेल्या विविध ब्रँन्डच्या विदेशी मद्याचा साठा छापा टाकीत जप्त केला आहे. हा मुद्देमाल एकूण ९ लाख २२ हजार 196 रुपए किंमतीचा दारूबंदी गुन्ह्यातील आहे.या गुन्ह्यापोटी संतोष ऋषी घरबिडी (वय ४२) या व्यक्तीस ताब्यात घेण्यात आले आहे. आरोपीविरुद्ध महाराष्ट्र दारूबंदी अधिनियम १९४९ चे कलम १६५ अन्वये गुन्हा नोंद करण्यात आला आहे. उत्पादन शुल्क विभागाने यापूर्वीदेखील परदेशातून, दिल्ली आणि गोवा, महाराष्ट्रात आयात केलेल्या विविध ब्रँन्डच्या विदेशी स्कॉच मद्याच्या सिलबंद बाटल्यांची मुंबई मध्ये विक्री करणाऱ्या इसमावर गुन्हे नोंद केलेले आहेत.

रेल्वे तिकीट बुकिंगच्या नियमात मोठा बदल



नवी दिल्ली - तुम्हीही तुमचे ट्रेनचे तिकीट बुक केले असेल तर तुमच्यासाठी एक मोठी बातमी आहे. दररोज लाखो लोक रेल्वेने प्रवास करतात. तुम्हीही ट्रेनचे तिकीट बुकिंग करणार असाल किंवा ट्रेनने प्रवास करण्याचा विचार करत असाल तर रेल्वेने तिकीट बुकिंगचे नियम बदलले आहेत. रेल्वेने तिकीट बुकिंगबाबत नवा नियम केला आहे, जाणून घ्या काय आहे नियम?

आज आम्ही तुम्हाला रेल्वेच्या अशा नियमांबद्दल सांगणार आहोत ज्यांच्या अंतर्गत तुम्ही तुमचे तिकिट कोणालाही ट्रान्सफर करू शकता. याचा अर्थ आता प्रवासी त्यांचे तिकिट त्यांच्या कुटुंबातील सदस्य जसे की आई-वडील, भावंड, मुलगा, मुलगी, पती-पत्नी यांना ट्रान्सफर करू शकतात.

रेल्वेच्या नवीन नियमांनुसार, तुम्ही तुमचे तिकिट फक्त तुमच्या कुटुंबातील सदस्य जसे की आई-वडील, भावंड, मुलगा, मुलगी किंवा पत्नी यांच्या नावावर ट्रान्सफर करू शकता. म्हणजे तुमचे जवळचे मित्र तुमच्या तिकिटावर प्रवास करू शकत नाहीत.

अशा प्रकारे तिकीट हस्तांतरण करावे लागेल

तिकीट ट्रान्सफर करण्यासाठी तुम्हाला आधी तिकिटाची प्रिंटआउट घ्यावी लागेल. तुम्हाला हे तुमच्या जवळच्या रेल्वे स्टेशनवर घेऊन जावे लागेल. ज्या व्यक्तीच्या नावावर तिकीट हस्तांतरित करायचे आहे त्या व्यक्तीचे आधार कार्ड सारखे काही आयडी पुरावे सोबत ठेवावे लागतील, ते सबमिट करून तुम्हाला तिकीट हस्तांतरित करण्यासाठी अर्ज करावा लागेल. रेल्वेच्या नियमांनुसार, तिकीट दुसऱ्याच्या नावावर ट्रान्सफर करण्यासाठी तुम्हाला २४ तास अगोदर अर्ज करावा लागेल. जर तुम्हाला लग्नाला हजेरी लावायची असेल तर ४८ तास अगोदर अर्ज करा. आम्ही तुम्हाला सांगतो की तुम्ही तुमचे तिकिट एकदाच ट्रान्सफर करू शकता आणि ते दुसऱ्याच्या नावाने वारंवार बदलू शकत नाही.

नागरिक सुविधा करिता

मुंबई महानगरपालिकेची संबंधित कामे फोटो पास, पाणी कनेक्शन, विज जोडणी, गुमास्ता हेल्थ सर्टिफिकेट तसेच पारिवारिक समस्या, कोर्ट, न्यायालय, पोलीस केस संदर्भात आधी बाबतीत मदतीकरिता समाजसेविका संपर्क :- 9892598330

गुरुवारी केळीच्या झाडाची पूजा करावी

आपल्या हिंदू धर्मात केळीच्या झाडाला अतिशय पवित्र मानले आहे. म्हणून केळीच्या झाडाची पूजा केली जाते. शुभ कार्यात देखील केळीच पानं आणि केळीच्या झाडाची पूजा करण्याचं विधान आहे. धर्म मान्यतेनुसार गुरुवारी केळीच्या झाडाची पूजा केली पाहिजे. असे म्हणतात की जो कोणी भक्त गुरुवारी केळीच्या झाडाची पूजा करतं त्याला भगवान श्रीविष्णूचा आशीर्वाद मिळतो. तसेच केळीच्या झाडाची पूजा केल्यानं घरात धन-संपत्ती येते.

अशी आख्यायिका आहे की केळीच्या झाडात खुद्द विष्णूजींचा वास असतो. गुरुवारी केळीच्या झाडाची पूजा करणाऱ्यावर ते प्रसन्न होतात आणि आपल्या भक्तांना सौख्य, भरभराट, शांती, आनंदाचा आशीर्वाद देतात. केळीच्या झाडाला शुभ आणि समृद्धीचे प्रतीक मानले जाते.

वैवाहिक जीवनातील अडथळे दूर होतात-

जर आपल्या कुंडलीत गुरुची स्थिती खराब असल्यास आणि आपल्या वैवाहिक जीवनात अडथळे येत असल्यास आपण एखाद्या ज्योतिषाला विचारून बृहस्पती देवाचे उपवास करावे आणि केळीच्या झाडाची पूजा करावी. असे केल्यानं आपल्या कुंडलीत असलेले गुरु ग्रह बळकट होतील, आणि लग्नातील अडथळे दूर होतील.

केळीच्या झाडा खाली दिवा लावा-

श्री विष्णू पिवळे कपडे घालतात. म्हणून त्यांना पीताम्बरधारी देखील म्हणतात. गुरुवारी पिवळे कपडे घालून केळीच्या झाडा खाली दिवा लावावा. असे केल्यानं श्री विष्णूंची कृपादृष्टी मिळते.

गुरुवारी हे करू नये –

गुरुवारी केस धुऊ नये, किंवा साबणाचा आणि शॅम्पूचा वापर करू नये. गुरुवारी दररोजची स्वच्छता करण्याव्यतिरिक्त कोणतीही स्वच्छता करू नये. गुरुवारी एखाद्या काळ्या गायीला पिवळे लाडू खाऊ घालावे असे केल्यानं आपले अडकलेले पैसे मिळतात. आणि मालमत्तेच्या वादातून देखील सुटका होते.

पूजेच्या वेळी हे ३ संकेत दिसल्यास समजा देवाने ती स्वीकारली आहे

असे म्हणतात की पूजा केल्याने माणसाचे मन आणि हृदय दोन्ही शांत राहतात परंतु अनेक वेळा माणसाला प्रश्न पडतो की देवाने त्याची पूजा स्वीकारली की नाही. हे जाणून घेण्यासाठी देव पूजेदरम्यान भक्तांना काही संकेत देतात, जेणेकरून या गोष्टीचा अंदाज घेता येऊ शकतो. जाणून घ्या कोणती आहेत ती चिन्हे...

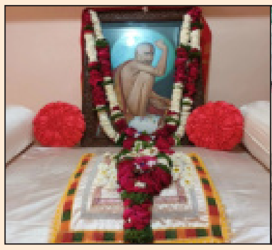
ज्योत वर येणे- पूजा करत असताना दिव्याची ज्योत अचानक वर वर येत असेल तर समजून घ्या की देवाने तुमची प्रार्थना आणि उपासना स्वीकारली आहे. तुज्या उपासनेने सर्व देवी-देवता प्रसन्न होत आहे.

अश्रू येणे- जर एखादी व्यक्ती पूजा करत असेल आणि पूजेच्या वेळी त्याच्या डोळ्यात अश्रू आले तर समजावे की देवाने तुमची पूजा स्वीकारली आहे. तसेच लवकरच घरात सुखाचे आगमन होणार आहे.

पाहुण्यांचे आगमन- जर एखादी व्यक्ती घरी पूजा करत असेल आणि त्याच वेळी घरात पाहुणे आले तर ते तुमच्या पूजेने देव प्रसन्न झाल्याचे लक्षण आहे. यासोबतच पूजा करताना व्यक्तीने देवासमोर जी काही प्रार्थना केली असेल ती नक्कीच पूर्ण होते.

शेगाव गजानन महाराज मंदिर परिसरातील दर्शनीय स्थळे

श्रींच्या वास्तव्याने पुनीत झालेली शेगांवातील त्या स्थळांबद्दल जाणून घेऊया ज्यांचा उल्लेख पोथीमध्ये आढळून येतो-



श्री प्रगटस्थळ-माघ वद्य सप्तमी, शके १८०० अर्थात २३ फेब्रुवारी १८७८ या दिवशी शेगांववासियांना श्री गजानन महाराजांचे प्रथम दर्शन घडले. गजानन महाराज प्रगट झालेले स्थळ ते या भव्य वटवृक्षाखाली. ज्या स्थळी श्रींचे प्रथम दर्शन झाले ती मोटे हवेलीची जागा श्री मोटे यांनी संस्थेत विलीन केली. या ठिकाणी उभारलेली वास्तु प्रगटस्थळ म्हणून ओळखली जाते. श्रींच्या या प्रगटस्थळी श्री गजानन महाराज संस्थानद्वारा प्रगटस्थळ वास्तू उभारण्यात आली आहे. येथील मेघडंबरीमध्ये श्रींच्या पादुका स्थापित आहेत. येथे श्रींच्या प्रगट होण्याच्या प्रसंगाचे शिल्पही साकारण्यात आले आहे. याच जागी संस्थानव्दारा उभारण्यात आलेले बहुउद्देशीय सभागृह लोकोपयोगी तसेच मंगलकायार्साठी वापरण्यात येते.

श्री बंकट सदन – संत श्री गजानन महाराजांचे परमभक्त बंकटलाल यांना श्रींचे प्रथम दर्शन घडले होते. श्रींचे वास्तव्य लाभलेले हे बंकट सदनाचा पुण्यठेवा संस्थानद्वारा नूतीनकरण करुन जतन करण्यात आला आहे. या ठिकाणी श्रींनी असंख्य अवतार लीला केल्यात. श्रींचे वास्तव्य लाभलेले हे 'बंकट सदन' पुढे बंकटलालजींच्या वंशजांनी संस्थानचे हाती सुपुर्द केले. येथे श्रींची गादी व पादुका तसेच बंकटलाल यांचा आसनस्थ पुतळा व त्यांचे व्यवसायातील वस्तुंचा साहित्याची प्रतीकृती पहावयास मिळते. या ठिकाणचे पावित्र्य जोपासले जावे या उद्देशाने संस्थानने या जागेवर एक तीन मजली स्मृतीभवन बांधले असून त्यास बंकट सदन असे नाव देण्यात आले आहे. या ठिकाणी श्रींच्या पादुका व फोटो पलंगावर विराजित आहेत. प्रतिदिन सकाळ-सायंकाळ पूजा आरती केली जाते. या ठिकाणी श्रींनी चिलीम विस्तवाशिवाय प्रज्वलीत केली होती. मरणोन्मुख जानराव देशमुख यांना श्रींचे चरणतीर्थ पाजून आजारातून बरे केले. तसेच येथेच काशिक्षेत्रातून आलेल्या गोसाव्याने आणलेल्या प्रसादपुडीचा स्विकार करुन त्याची इच्छा पूर्ण केली. हे लीला प्रसंग या पुण्य भूमीत घडून आले.

श्री हरिहर मंदिर – महाराजांनी मोटे यांच्या महादेवाच्या मंदिरात वास्तव्य केले होते. श्रींचा जुना मठ म्हणून ओळखले जाणारे हे ठिकाण श्री मोटेंनी संस्थेत विलीन केले. संस्थानने जुन्या शिवालयाचा जिर्णोध्दार करून त्या ठिकाणी उत्कृष्ठ कलाकुसरीचे संगमरवरी मंदिर बांधले असून येथे श्री विष्णुमूर्तीची प्राणप्रतिष्ठा करण्यात आली. हे ठिकाण हरिहर मंदिर म्हणुन नावारूपास आले असून श्री शिवजी व श्री विष्णूंचे एकत्र असलेले हे भारतातील एकमेव मंदिर असावे असे ज्ञात माहितीनुसार अंदाज आहे. या मंदिरात श्री गजानन महाराजांचे बराच काळ वास्तव्य होते. येथे श्रींनी सुकलालची द्वाड गाय तसेच गोविंदबुवांच्या उनाड घोड्याला शांत केले. याच शिवमंदिराच्या सभामंडपात झालेल्या एका कीर्तन प्रसंगी गोविंदबुवा टाकळीकर यांना श्री गजानन महाराजांनी हंसगीतेचा उत्तरार्ध सांगितला, तो ऐकून गोविंदबुवांनी महाराजांची महती शेगांवकरांना ऐकवली.

श्री मारुती मंदिर (सितलामाता मंदिर) – हे मंदिरी अत्यंत पुरातन असून येथे बराच काळ श्रींचे वास्तव्य होते. श्री सितलामाता मंदिर ट्रस्ट हे सुध्दा संस्थानमध्ये विलीन झाले असून श्रींच्या वास्तव्याने पुनीत झालेल्या या मंदिराचा संस्थानने जिर्णोध्दार करून या वास्तूमध्ये श्रींची गादी व पादुकांची स्थापना करण्यात आली आहे. याच मंदिरात पाटील बंधू यांना श्रींच्या योगसामर्थ्याचा अनुभव आल्यावर ते श्रींना शरणागत आले.

रांजणगावाचा महागणपती

महागणपती (रांजणगाव) हे पुणे जिल्ह्यातील गणपतीचे देऊळ आहे. हे देऊळ अष्टविनायकांपैकी एक आहे. अष्टविनायकातील चौथा गणपती म्हणून रांजणगावचा महागणपती ओळखला जातो.

मंदिर-रांजणगावचे श्री महागणपतीचे मंदिर पूर्वाभिमुख असून, मुख्य रस्त्यावर उजवीकडे आहे. दक्षिणायन आणि उत्तरायण यांचा मध्य काळात सूर्याचे किरण मूर्तीवर पडतील, अशी मंदिराची वैशिष्ट्यपूर्ण बांधणी केली आहे. मूळ मूर्तीला 'महोत्कट' असे नाव असून, तिला दहा सोंडा व वीस हात आहेत, असे म्हणतात, परंतु ती तळघरात ठेवलेली आहेत. येथील पूजेकरिता ठेवलेल्या मूर्तीच्या बाजूला ऋद्धी-सिद्धी आहेत. हा गणपती नवसाला अगदी हमखास पावतो, अशी भाविकांची श्रद्धा आहे.

सभामंडपातून आत गेल्यावर गाभाऱ्यात गणेशाची डाव्या सोंडेची आसन घातलेली रेखीव मूर्ती आहे. मूर्तीचे कपाळ रुंद असून दोन्ही बाजूंना ऋद्धी-सिद्धी आहेत. या मूर्तीच्या खालच्या बाजूला तळघर आहे. तळघरात महागणपतीची अजून एक लहान मूर्ती आहे. ही गणपतीची मूळ मूर्ती असून, तिला दहा सोंडा व वीस हात आहेत, असे सांगतात. पौराणिक कथा-आराधनेद्वारे गणपतीला प्रसन्न करवून भगवान शंकराशिवाय इतर कोणी आपला वध करू शकणार नाही, असा वर त्रिपुरासुराने मिळवला. या वरामुळे त्रिपुरासूर उन्मत्त झाला. सर्व देवांना त्याने पराभूत केले. सर्व देव हिमालयात दडून बसले. त्रिपुरासूर मोठ्या ऐटीत इंद्राच्या आसनावर जाऊन बसला व त्याने आपली वक्रदृष्टी शंकराकडे वळवली. त्याच्याकडे जाऊन त्याने कैलास पर्वताची मागणी केली. त्रिपुरासुराचे दोन सेनापती भीमकाय व वज्रदंत यांनी भूलोकी सर्वांना त्रास देण्यास प्रारंभ केला. तेव्हा एका ब्राह्मणाचे रूप घेऊन शंकर त्रिपुरासुराकडे आले व मला चौसष्ट कला येतात, त्या दाखवण्यासाठी आलो आहे, असे सांगितले. त्रिपुरासुराने तुझी कला आवडली तर तू जे मागशील ते देईन असे सांगितले. ब्राह्मणाने तीन विमाने करून दिली व त्याला सांगितले, 'यातून तू कुठेही जाऊ शकशील, मात्र शंकराने बाण मारल्यास तुझा नाश होईल. त्रिपुरासुराने आनंदाने त्या ब्राह्मणाला दहा गावे बक्षीस दिली. नंतर त्रिपुरासुर व शंकर यांच्यात तुंबळ युद्ध झाले. शंकराने 'प्रणम्य शिरसा देवम्ह' या श्लोकाचे स्मरण करून, एका बाणात त्रिपुरासुराचा वध केला. कार्तिक शुद्ध पौर्णिमेला ही घटना घडली म्हणून या दिवसाला 'त्रिपुरी पौर्णिमा' म्हणतात. शंकराने गणेशाचे जेथे स्मरण केले ते मणिपूर गाव होय. तिथे शंकराने गजाननाची स्थापना केली. आज तेच गाव रांजणगाव म्हणून ओळखले जाते.

अध्यात्माचा खरा अर्थ ठाऊक आहे का?

आत्म्याला शुद्धता देणे, त्याची शुद्धता अनुभवणे, त्याच्या सभोवतीची परिस्थिती स्वच्छ पवित्र व पुनीत करणे म्हणजे अध्यात्मशास्त्र चोखाळणे होय. असे हे दिव्य शास्त्र आहे. ही जीवन विद्या, आध्यात्मिक विद्या मनुष्याला आवश्यक आहे. या ज्ञानाच्या आधारे मनुष्य आपल्या जीवनात निश्चितच सुखी होऊ शकतो. ही वस्तुस्थिती आहे. यावर जर विचार करायला लागलात तर खोलवर जाणे आवश्यक असल्याचा प्रतिभास व्हायला वेळ लागणार नाही.

अध्यात्म आपल्याला ईश्वराबद्दलचे ज्ञान कोणाकडे आणि कोणत्यावेळी कशा पद्धतीने वागणे, अधिक चांगल्या पद्धतीने वागणे हे काटेकोरपणे अनुभवायला सांगते. अर्थात हा सुद्धा एकप्रकारचा अभ्यास मानला जातो? त्याला शास्त्र हे नाव दिले गेले आहे. या आध्यात्मिक शास्त्राचा अभ्यास करता करता मनुष्य स्वतःच्या आत्म्याकडे केंद्रित होतो. आत्म्यामध्ये विलीन होतो. त्याच्याशी तद्रूप होतो.

तणाव दूर करण्यासाठी करा 'हे' उपाय

आजकाल प्रत्येकजण वाढत्या तणावामुळे त्रस्त आहेत. ऑफिसमध्ये काम आणि बिझनेस दरम्यान लोकांना छोट्या-छोट्या गोष्टींचा ताण येऊ लागतो, पण तुम्हाला माहीत आहे का की, जर तुम्ही तुमच्या दैनंदिन आयुष्यात टेन्शनमध्ये राहत असाल तर तुमच्या काही सवयी बदला आणि काही नवीन चांगल्या सवयी लावा. ज्यामुळे तुम्हाला तणाव कमी होण्यास मदत होईल. तणावमुक्त आयुष्य जगण्यासाठी हे उपाय करा.

१. तणावाचे वर्चस्व होऊ देऊ नका

आजकाल तणाव हा जीवनशैलीचा एक भाग बनला आहे. प्रत्येकजण वेगवेगळ्या प्रकारच्या तणावाचा सामना करत आहे. अशा स्थितीत तुम्ही तणावाखाली एकटे आहात असा विचार करू नका हे महत्त्वाचे आहे. दुसरे म्हणजे, लक्षात ठेवा की तुम्ही तणावाबद्दल जितका कमी विचार कराल तितके चांगले आहे. यासाठी स्वत:ला व्यस्त ठेवणे देखील आवश्यक आहे. जितका मोकळा वेळ असेल तितके नकारात्मक विचार तुमच्या मनात येतात. शक्य असल्यास स्वत:ला काही कामात गुंतवून ठेवा.

२. तुमच्या आवडीची कामे करा

व्यस्त जीवनशैलीत कधी कधी छंद पूर्ण करायला वेळ मिळत नाही. पण, जर तुम्ही तणावात राहत असाल तर तुमच्या आवडीच्या कामासाठी थोडा वेळ नक्कीच द्या. यामुळे मनाला आराम मिळतो आणि मन काम करत असताना फील गुड फॅक्टर येतो.

३. गोंधळ करू नका

आयुष्यातील काही ताणतणाव कमी करायचा असेल, तर घर आणि मन दोन्हीमध्ये गोंधळ होऊ देऊ नका. मनात येणारे निरुपयोगी विचार स्वच्छ करण्यासाठी तार्किक पद्धतीने म्हणजेच प्रॅक्टीकल विचार करा. भावना मध्ये येऊ देऊ नका. मन जितके स्वच्छ राहील तितके सोपे होईल. हा दृष्टिकोन घरात ठेवा, कोणत्याही कामाशिवाय घरात जास्त सामान जमा होऊ देऊ नका. घर स्वच्छ ठेवल्याने चांगली भावनाही येते आणि कामाचा ताण वानाही, त्यामुळे तणाव कमी होतो.

४. तणाव टाळण्यासाठी योग करा

ध्यान करणे खूप फायदेशीर आहे, तर नित्यक्रमात योग किंवा ध्यानासाठी थोडा वेळ नक्कीच कातुम्हाला आवडत असल्यास, तुम्ही आध्यात्मिक पुस्तके वाचू शकता किंवा व्हिडिओ पाहू शकता. या प्रकारच्या क्रियाकलापाने मनाला शांती मिळते आणि मन शांत होते.

तीव्र उन्हामुळे चक्कर येते, करा हे उपाय

उकाडा वाढल्यामुळे बऱ्याच जणांना वेगवेगळ्या प्रकारच्या समस्यांना सामोरे जावे लागते. काही जणांना या दिवसांत उन्हात चालल्यामुळे चक्कर येते, व्यायाम केल्यामुळे घाम आल्यानेही चक्कर येण्याचा त्रास होऊ शकतो, असे

झाल्यास काळजी करू नका, कारण या समस्येतून बाहेर येण्यासाठी काही प्रभावी उपायही आहेत.

- साधारणपणे उन्हाळ्यात ज्यांना खूप घाम येतो त्यांना चक्कर येण्याची समस्या दिसून येते. अशा लोकांना कडक उन्हात बाहेर पडतानाही डोके जड होण्याची समस्या जाणवते. घामामुळे शरीरातून मीठ आणि आर्द्रता निघून जाते. यामुळे या दिवसांत जास्तीत जास्त पाणी प्यावे. याशिवाय लिंबू पाणी, इलेक्ट्रॉल, नारळ पाणी यांचा समावेश रोजच्या डाएटमध्ये जास्त प्रमाणात करावा.

- अति उष्णता, कमी रक्तदाबामुळेही उन्हाळ्यात चक्कर येऊ शकते. असा त्रास होत असेल तुमचा रक्तदाब तपासून पाहा. जेव्हा रक्तदाब कमी होतो तेव्हा एक ग्लास साखर आणि मिठाचे द्रावण प्या. यासाठी तीन चमचे साखर आणि एक चतुर्थांश चमचे मीठ एक ग्लास पाण्यात मिसळा आणि प्या.

- उन्हाळ्यात उष्माघातामुळे चक्कर येण्याचा त्रासही होऊ शकतो. चक्कर येण्यासोबतच डोकेदुखी, भूक न लागणे, घाम येणे, अशक्तपणा जाणवणे अशा समस्या असतील तर ही उष्माघाताची लक्षणे असू शकतात. अशा वेळी त्वरित डॉक्टरांशी संपर्क साधा.

सतत फोनवर असता, आरोग्यावर होतात दुष्परिणाम

जर तुम्ही फोनवर तासन्तास समाजमाध्यमांवर रेंगाळत असाल. नियोजित कामांना विलंब करत असाल, आपली झोप बाजूला ठेवून, थेट व्यक्तिगत संवाद, सामाजिक वावर बाजूला ठेवून 'स्क्रोल' करत असाल, तर तुम्ही 'डूमस्क्रोलिंग'ला (विनाकारण फोन पाहत राहण्याची सवय) बळी पडले आहात, असे तज्ज्ञांचे मत आहे. तुमचा वेळ आणि निद्रेवरही मात करणारी अशी ही सवय आहे.

या सवयीमुळे मानसिक आरोग्यावर दुष्परिणाम होतो. चिंताग्रस्तता निर्माण होऊन ती वाढत जाते. ताण, नैराश्य, अस्वस्थतेतही भर पडते. जर वेळीच ही सवय रोखली नाही तर मेंदूच्या आरोग्यावर परिणाम होण्याचा मोठा धोका असतो. त्याने शारीरिक व्याधीही जडतात, असे तज्ज्ञ सांगतात.

सतत मोबाइलमध्ये पाहात राहिल्याने 'सर्व्हायकल स्पाँडिलिसिस'सारखे मानेचे विकार होतात. 'सर्फिंग' करताना एका जागी खूप वेळ एकाच स्थितीत बसल्याने मणक्यांचे विकार किंवा संधिवात होण्याचा धोका वाढतो. तसेच हाताचा पंजा व हात बधिर करणारा 'कार्पल टनेल सिन्ड्रोम', स्थूलत्व, दृष्टिविकार असे विविध विकार या सवयीने मागे लागण्याचा धोका असतो. दोन वर्षांत असे विकार वाढल्याची आकडेवारी एका पाहणीत दिसली.

रेडिओलहरींच्या सतत संपर्कात राहिल्याने मेंदूत गाठ होण्याचा धोकाही वाढला आहे. 'यूट्यूब व्हिडीओ', 'रील्स'च्या चित्रफिती, स्टोरी, न्यूज, सेलिब्रिटी चित्रफिती आदींच्या मोहमयी, अंतहीन कृष्णविवरात तुम्ही अडकला आहात, याची तुम्हाला जाणीव झाली असल्यास, या सवयीविषयी आपण अधिक सजग होण्याची गरज निर्माण झाली आहे. त्याचा दीर्घकालीन मानसिक आणि मेंदूच्या आरोग्यावर दुष्परिणाम होण्याचा धोका आहे. आपला फोन पाहण्याची विशिष्ट वेळ ठरवून घ्या. दैनंदिन व्यायामानंतर, कामादरम्यान घेतलेल्या 'ब्रेक'मध्ये किंवा तुमच्या सोयीची एखादी वेळ निवडा. त्या वेळेव्यतिरिक्त तुमचा फोन पाहण्याचा मोह टाळा. सकाळी उठल्यानंतरचा वेळ ध्यानधारणा, प्रार्थना, व्यायामासाठी द्या. रात्रीपासून सकाळपर्यंत फोनपासून लांब राहणे सर्वार्थाने हितावह आहे. आपल्या फोनपासून 'डिसकनेक्ट' होऊन निसर्गाशी 'कनेक्ट' व्हा, त्यामुळे तुम्ही ताजेतवाने व्हाल, असे वैद्यकीय तज्ज्ञ सांगतात ■■■

सावधान! थंड पाणी पिताय?

उन्हाळ्यात वाढलेल्या तापमानामुळे कितीही पाणी प्यायले तरीही ते पुरेसं ठरतं नाही. कितीही पाणी प्यायलं तरी तहान भागत नाही. सारखी तहान लागते. यामुळे लोक थंड पाणी किंवा कोल्ड्रिंक्स अधिक प्रमाणात पिताना दिसतात. पण तुम्हाला माहित आहे का की थंड पाणी तुमची तहान भागवत असले तरी ते तुमच्यासाठी किती हानिकारक ठरू शकतं. आम्ही तुम्हाला अशाच काही सांगणार आहोत की थंड पाणी किंवा शीतपेय प्यायल्याने आरोग्यावर कोणते वाईट परिणाम होतील. जाणून घ्या.

फ्रीजमध्ये ठेवलेले पाणी कृत्रिम पद्धतीने थंड केलं जातं. याचा तुमच्या शरीरावर वाईट परिणाम होऊ शकतो. जास्त थंड पाणी तुमचं शरीर सहन करू शकत नाही आणि हे आरोग्यासाठी घातक ठरते.

लठ्ठपणा वाढतो

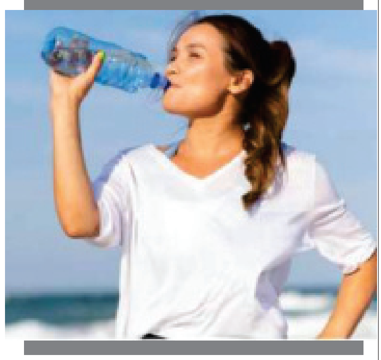
थंड पाणी तुमच्या शरीरात साठलेली चरबी आणखी घट्ट करते. यामुळेच वजन कमी करण्यात अडचण येते. नेहमी थंड पाणी प्यायल्याने लठ्ठपणा वाढतो. त्यामुळे वजन कमी करताना कोमट पाणी पिण्याचा सल्ला दिला जातो.

बद्धकोष्ठतेची (अपचन) तक्रार

थंड पाणी प्यायल्याने आपली आतडे आकुंचन पावतात, त्यामुळे आतडे पचनाचे काम योग्य प्रकारे करू शकत नाहीत. जर आतडे त्यांचे काम सुरळीतपणे करत नसतील तर अशावेळी बद्धकोष्ठतेच्या तक्रारी उद्भवतात.

घसा दुखणे

थंड पाणी प्यायल्याने घसा खवखवतो



किंवा खोकला येतो. म्हणून कमकुवत प्रतिकारशक्ती असलेल्या लोकांना थंड पाणी पिण्याचा सल्ला दिला जात नाही.

डोकेदुखी समस्या जाणवते

अधिक थंड पाणी प्यायल्याने मेंदू गोठू शकतो. थंड पाणी मणक्याच्या संवेदनशील नसांना थंड करतो, ज्यामुळे मेंदूवर परिणाम होतो आणि डोकेदुखी होते.

पाणी पिताना काय काळजी घ्यावी?

उन्हाळ्यात गरम, कोमट किंवा थंड पाणी पिण्याऐवजी सामान्य तापमानात असलेले पाणी प्या. यामुळे तुमची तहानही भागेल आणि कोणतीही हानी होणार नाही.

मुंबईत बी.इ.एस.टी.ची प्रीपेड मीटर बसवण्याची योजना रद्द करण्याची मागणी

-प्रणाली राऊत आम आदमी पार्टी-कार्यकारी सदस्य मुंबई

मुंबई (प्रतिनिधी)– मुंबई शहरामधे (सायन - माहीम ते कुलाबा) बी.इ.एस.टीउपक्रमाच्या माध्यमातून वीज पुरवठा करण्यात येत असून मोठ्या प्रमाणात मुंबईतील रहिवासी सदर वीज पुरवठा विभागाचे ग्राहक आहेत.

सध्या मुंबई शहरामध्ये बीइएसटी बेस्ट चे जुने वीज पुरवठा मीटर बदलुन नवे खाजगी कंपनीचे प्रीपेड मीटर बसवले जात. असल्याने, स्थानिकांचा मोठ्या प्रमाणात सदर योजनेला विरोध सुरू आहे.

बेस्ट उपक्रमाचे जुने मीटर चांगल्या स्थितीत असताना व बिलिंग पध्दत दीर्घकाळ चांगल्या पध्दतीने चालू असताना, अशा प्रकारे नवीन प्रीपेड मीटर बसवण्याची अयोग्य योजना कोणत्या कारणासाठी शासन घेऊन येत आहे?

सदर प्रीपेड मीटर बसवल्याने नागरिकांचे मोठ्या प्रमाणात आर्थिक नुकसान होणार असून त्याच्या बदल्यात खाजगी कंपनीचा (अदानी) फायदा होणार असल्याचे चित्र दिसून येत आहे.

सदर योजनेला आमचा प्रखर विरोध आहे आमची वीज बिल आकारणी जुन्या पद्धतीने चालू राहावी, नवीन प्रीपेड मीटर बसवू नये. गरीब व मध्यमवर्गीयांना पूर्वीच्या पद्धतीत दिलासा आहे. हवा, पाणी व अन्नाप्रमाणे आज वीज जीवनावश्यक बाब बनली आहे. रिचार्ज संपल्यावर मोबाईलप्रमाणे वीज कापली जाणार आहे, यामुळे अनेक गंभीर समस्या निर्माण होतील.

म्हणून मुंबई शहरातील बी.इ.एस.टी च्या उपक्रमाच्या माध्यमातून वीज पुरवठा करण्यासंदर्भात सदर नवीन प्रीपेड मीटर बसवण्याची योजना पूर्णपणे रद्द करण्यात यावी, अशी मागणी आम आदमी पार्टी च्या मुंबई कार्यकारिणी सदस्या प्रणाली गिरीश राऊत यांनी बेस्ट विभागाचे महाव्यवस्थापक यांच्याकडे लेखी पत्र देऊन केलेली आहे.

निवडणुकीमुळे मुंबई विद्यापीठाने परीक्षा पुढे ढकलल्या

मुंबई : लोकसभा निवडणुकीच्या पाचव्या टप्प्यामध्ये म्हणजेच २० मे रोजी मुंबईसहीत महाराष्ट्रातील एकूण १३ मतदारसंघांमध्ये मतदान पार पडणार आहे. याच पार्श्वभूमीवर मुंबई विद्यापीठाने परीक्षा पुढे ढकलण्याचा महत्त्वपूर्ण निर्णय घेतला आहे. मुंबई विद्यापीठाकडून उन्हाळी सत्रामध्ये शैक्षणिक वर्ष २०२३-२४ अंतर्गत होणाऱ्या काही परीक्षा पुढे ढकलण्यात आल्या आहेत. ६, ७ आणि १३ मे रोजी होणाऱ्या सर्व परीक्षा पुढे ढकलल्या आहेत. यासंदभार्तील माहिती विद्यापीठानेच दिली आहे. या परिपत्रकानुसार ६ मे रोजी होणाऱ्या सर्व परीक्षा आता १८ मे रोजी होणार आहेत. तर ७ मे रोजी होणाऱ्या सर्व परीक्षा २५ मे रोजी गेण्यात येणार आहेत. तसेच १३ मे रोजी ज्या परीक्षा घेण्यात येणार होत्या त्या आता थेट ८ जून रोजी घेतल्या जातील असं विद्यापीठाने म्हटलं आहे. विद्यापीठाने दिलेल्या माहितीनुसार, परीक्षांच्या केवळ तारखांमध्ये बदल करण्यात आला आहे. मात्र परीक्षेची वेळ आणि केंद्र यामध्ये कोणताही बदल करण्यात आलेला नाही, याची विद्यार्थ्यांनी नोंद घ्यावी असं मुंबई विद्यापीठाच्या परीक्षा व मूल्यमापन मंडळाने म्हटलं आहे.

चारधाम यात्रेला जाणाऱ्या भाविकांसाठी उत्तराखंड सरकारने जारी केल्या नव्या गाईडलाईन्स

उत्तराखंड : तुम्ही चारधाम यात्रेला जाण्याची तयारी करत असाल आणि व्हीव्हीआयपी दर्शन घेण्याची तुमची इच्छा असेल तर तुमच्यासाठी महत्त्वाची बातमी आहे. उत्तराखंड सरकारने भाविकांसाठी नव्या गाईडलाईन्स जारी केल्या आहे. येत्या १० मेपासून चारधाम यात्रेला सुरूवात होत आहे. भाविकांमध्ये मोठा उत्साह दिसत आहे. अशात उत्तराखंड सरकारने अतिविशिष्ट व्यक्ती अर्थात व्हीव्हीआयपी दर्शन घेणाऱ्या भाविकांना २५ मेपर्यंत चारधाम यात्रेला न येण्याची विनंती केली आहे. आम भाविकांना दर्शनासाठी कोणत्याही प्रकारची समस्या निर्माण होऊ नये, यासाठी सरकारने हा निर्णय घेतला आहे. यंदा भाविकांच्या संख्येत आणखी वाढ होण्याची शक्यता आहे. त्यामुळे व्हीव्हीआयपी दर्शन घेणाऱ्या भाविकांनी १० ते २५ मे या काळात चारधाम यात्रेला येऊ नये, अशी विनंती करण्यात आली आहे.

कधी सुरू होत आहे चारधाम यात्रा? गंगोत्री, यमुनोत्री, केदारनाथ आणि बद्रीनाथ हे चार धाम समजले जातात. चारधाम यात्रा येत्या १० मेपासून सुरू होत आहे. गंगोत्री, यमुनोत्री आणि केदारनाथचे दर्शनद्वार अक्षय तृतीयेला म्हणजेच १० मे रोजी तर बद्रीनाथ येथील दर्शनद्वार १२ मे रोजी उघडतील. चारधाम यात्रा सुरू होणार असल्याने देशभरातील भाविकांमध्ये मोठा उत्साह पाहायला मिळत आहे.चारधाम वेब पोर्टल, मोबाईल ॲप आणि व्हॉटसॲपच्या माध्यमातून आतापर्यंत १७.८८ लाख भाविकांनी नोंदणी केली आहे.

फसवणुकीपासून सावधान!

चारधाम यात्रेला येणाऱ्या भाविकांनी फसवणुकीपासून सावध राहावे, असे आवाहन गडवालचे आयुक्त विनय शंकर पांडे यांनी केले आहे. भाविकांसाठी चोख व्यवस्था करण्यात आली आहे. राज्याचे मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी हे देखील आढावा घेत आहेत. हेलीकॉप्टर सेवा घेताना फसवणूक होण्याच्या घटना रोखण्यासाठी आयआरसीटीसीच्या अधिकृत वेबसाइटवरून तिकीट बुकिंगची व्यवस्था करण्यात आली आहे. केदारनाथ यात्रा मार्गावर २० ठिकाणी वाहन पार्किंगची व्यवस्था करण्यात आली आहे.

'एस' साउथ महानगरपालिकेने तोडक कारवाई केलेल्या बेकायदेशीर दुकाने मांडणाऱ्या नारळ दुकान आणि पानपट्टीवर पुन्हा कारवाईची मागणी

मुंबई : मुंबई महानगरपालिका 'एफ' साउथ वार्ड यांच्या हद्दीतील पटेल हाऊस बिल्डिंग बाहेरील पुटपात वर, इ.मोजेस रोड केईएम हॉस्पिटल गेट नंबर २ समोरील असणाऱ्या दोन अनाधिकृत दुकानांवरती कारवाई करण्यात आली तरी देखील पुन्हा तिथे दुकाने थाटण्यात आल्यामुळे त्यांच्यावर कारवायाची मागणी करण्यात आली आहे.

मुंबई परळ येथील सामाजिक कार्यकर्ते मुकेश मेहता यांनी केलेल्या मुंबई महानगरपालिके कडे केलेल्या तक्रारीच्या आधारावर सदर परिसरातील बेकायदेशीर रित्या दुकान मांडणाऱ्या नारळ दुकान आणि पानपट्टीवर मुंबई महानगरपालिकेच्या 'एफ' साउथ विभागाने कारवाई केली असता काही दिवसानंतर पुन्हा सदर ठिकाणी बेकायदेशीर विद्या पुन्हा दुकान मांडण्यात आलेले आहे. सदर जागा मोकळी करून मुंबई महानगरपालिकेच्या ताब्यात घ्यावी आणि सदर अनाधिकृत बांधकाम करणाऱ्या दुकान चालक मालक यांच्यावर कायदेशीर कारवाई करण्यात यावी अशी मागणी सामाजिक कार्यकर्ते मुकेश मेहता यांनी पालिका आयुक्त यांच्याकडे केली आहे.

धन्यवाद !
www.vishwatmaklokswamivarta.com

मासिक 'विश्वात्मक लोक स्वामी वार्ता' दैनिक वेब पोर्टल 'विश्वात्मक लोकस्वामी वार्ता' २ लाख लोकांपर्यंत पोहोचल्या बद्दल सर्व जाहिरात प्रतिनिधी, वार्ताहर आणि राज्यातील सर्व नागरिकांचे विशेष करून आमच्या प्रतिनिधीचे आभार पुन्हा एकदा आपण आपल्या जाहिराती आम्हाला देऊन पुरस्कृत करावे ही विनंती.

'विश्वात्मक लोकस्वामी वार्ता वेब पोर्टल आणि मासिक पत्रिका'

हे मासिक पत्र मुद्रक, प्रकाशक चंद्रशेखर लिंगय्य स्वामी द्वारा विश्वात्मक सामाजिक सेवा ट्रस्ट के लिए सोमानी प्रिंटिंग प्रेस, युनिट नं.४, ग्राउंड फ्लोर, एन.के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, आरे रोड, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेट के पास,गेट नं.२, गोरेगांव (पूर्व),मुंबई-४०००६३ से मुद्रित कराकर एवं रुम नं.३, महात्मा गांधी चाल,९० फिट रोड, धारावी पोलीस स्टेशन के सामने, धारावी, मुंबई- ४०००१७ से प्रकाशित किया. संपादक : चंद्रशेखर लिंगय्या स्वामी (+91 9870687192),व्हॉट्सॲप नंबर- +91 7303557477 (RNI No.:MAHBIL/2019/79644)
मुख्य कार्यालय : गाळा क्रमांक १५, पहिला माळा,महानगरपालिका रिटेल मार्केट, वसंतराव नाईक मार्ग, ओम शिव साई हाउसिंग सोसायटी, ओमकार स्क्वेअरच्या बाजूला सायन (पूर्व) मुंबई ४०००२२.
नवी मुंबई संपर्क कार्यालय: डॉ. रीना अग्रवाल मानद संपादक - शॉप क्र.१, ट्रायटन मेडोज, सेक्टर-८, प्लॉट क्र.१४, सीसर्स आणि नॉइज सलून जवळ, सानपाडा,नवी मुंबई.
उप संपादक : गीताताई स्वामी ○ Email- vishwatmaklokswamivarta@gmail.com ○ (प्रकाशित बातम्या/लेखांशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. सर्व वाद मुंबई न्यायकक्षेत)