योग्य व्यायामाने मेंदूच्या क्षमतेत वाढ

आरोग्य वार्ता

नवी दिल्ली : शरीराच्या इतर अवयवांप्रमाणे मेंदूला योग्य काळजी आणि व्यायामाची आवश्यकता असते. दिल्लीतील सीके बिर्ला हॉस्पिटलमधील सल्लागार डॉ. नरंदर सिंघला यांनी सांगितले की, जीवनशैलीतील बदल, नियमित व्यायाम आणि चांगल्या सवयींद्वारे मेंदूचे कार्य सुधारता येते. आठवड्यातून अनेक वेळा चालणे, सायकलिंग किंवा पोहणे यांसारखा व्यायाम किमान २०-३० मिनिटे केल्याने मेंदूची कार्यक्षमता वाढू शकते, असे डॉ. सिंघला म्हणाले. त्याचबरोबर वाचन, कोडी सोडवणे किंवा नवनवीन गोष्टी शिकणे यांसारख्या क्रिया मेंदूला आव्हान देतात आणि क्षमता निर्माण करण्यास मदत करतात, असेही ते म्हणाले.

मुंबई येथील ग्लेनीगल्स हॉस्पिटलमधील डॉ. पंकज अग्रवाल यांनी यासाठी काही उपाय सुचवले आहेत. त्यामध्ये प्रत्येकाने दररोज ७-८ तासांची झोप घेतली पाहिजे, जेणेकरून मेंदूला विश्रांती मिळेल. नियमित व्यायाम केल्याने मेंदूमध्ये रक्तप्रवाह वाढेल आणि स्मरणशक्ती सुधारेल. संतुलित आहार मेंदूच्या आरोग्यास आवश्यक पोषक तत्त्वे आणि अँटीऑक्सिडंट्स देतो. कोडी सोडवा, पुस्तके वाचा, मेंदूचे खेळ खेळा. नवीन भाषा, नृत्य किंवा फोटोग्राफी यांसारखे नवीन कौशल्य शिकण्याचा प्रयत्न करा. मित्रांशी मनमोकळ्या गप्पा मारा. सर्वांत महत्त्वाचे म्हणजे ताण कमी करण्यासाठी आणि मेंदूचे आरोग्य वाढवण्यासाठी दीर्घ श्वसन करत ध्यान करणे किंवा योगासने करणे आवश्यक आहे, असे डॉ. अग्रवाल यांनी सुचवले आहे.

ठेवींवर आकर्षक व्याजदर
सर्वसाधारण/संस्था ठेवीदार 7.60%* | ज्येष्ठ नागरिक 8.00%*
*अटी लागू (ROI p.a.)
मुदत : १३ महिने
कॉसमॉस को-ऑप. बँक लि. (मल्टिस्टेट शेड्यूल्ड बँक) जीवन करा समृद्ध
Toll Free No.: 1800 233 0234

डॉ. मानसी Tanvi HERBALS
फ्री चेकअप कॅम्प
डॉ. पुष्कराज धामणकर
आजच अपॉइंटमेंट बुक करा
थकवा? सर्दी ? मधुमेह ? टाच दुखी ?
लठ्ठपणा ? ॲसिडिटी ?
9833683021

गावात घर द्या, अन्यथा मुख्यालयी राहू द्या

शिक्षक संघटनांची मागणी

लोकसत्ता प्रतिनिधी

वर्धा : ग्रामीण भागात नियुक्ती झालेल्या शिक्षकांना गावात घर द्या, किंवा तोपर्यंत मुख्यालयी राहण्याची परवानगी द्या, अशी मागणी शिक्षक संघटनेने शालेय शिक्षण राज्यमंत्री डॉ. पंकज भोयर यांच्याकडे केली.

ग्रामीण भागात नियुक्त शिक्षकाने गावातच राहिले पाहिजे, असा शासन, गावकरी, पालक यांचा आग्रह असतो. या पार्श्वभूमीवर ही मागणी करण्यात आली. समितीने सोमवारी शालेय शिक्षण डॉ. पंकज भोयर यांच्याशी याबाबत चर्चा केली. संचमान्यता धोरणाच्या अनुषंगाने उच्च प्राथमिक शाळांमध्ये शिक्षकांची पदे कमी होणार असल्याच्या पार्श्वभूमीवर सकारात्मक निर्णय घेण्याबाबत योग्य ती पावली उचलली जातील, असे आश्वासन भोयर यांनी दिल्याचे शिक्षक नेते विजय कोंबे यांनी सांगितले.१५ मार्च २०२४ च्या शासन निर्णयामुळे २० किंवा २० पेक्षा कमी पटसंख्या असलेल्या उच्च प्राथमिकच्या इयत्तांना एकही शिक्षक मिळणार नाही, असा निर्णय शासनाने घेतला होता. महाराष्ट्र राज्य प्राथमिक शिक्षक समितीने १७ मार्चच्या राज्यव्यापी धरणे आंदोलनाची नोटीस दिल्यानंतर १० मार्च रोजी शासनाने एक शिक्षक देण्याचे पत्र काढले. मात्र विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक गुणवत्तेसाठी शासन निर्णय मारक असल्याने संच मान्यता शासन निर्णय तात्काळ रद्द करून जुन्या पद्धतीनेच शिक्षक देण्यात यावे अशी मागणी महाराष्ट्र राज्य प्राथमिक शिक्षक समितीच्या प्रतिनिधींनी यावेळी शालेय शिक्षण राज्य मंत्र्यांकडे केली.

त्याचप्रमाणे राज्यात शिक्षण सेवक पद तातडीने रद्द करण्यात यावे, पवित्र पोर्टलने मार्च, जुलै २०२४ मध्ये नियुक्त केलेल्या शिक्षण सेवकाचा कालावधी कमी करण्यासह मानधन वाढविण्यात यावे, राज्यात नियुक्त पदवीधर विषय शिक्षकांत भेदभाव न करता सर्वांना पदवीधर वेतनश्रेणी लागू करावी, अशा मागण्याही करण्यात आल्या.

त्याचप्रमाणे वर्धा जिल्ह्यातील प्राथमिक शाळंच्या इमारतींची दुरुस्ती, विद्यार्थ्यांसाठी बाकडे व आसनपट्ट्या पुरविणे, ज्येष्ठ विस्तार अधिकारी आणि केंद्रप्रमुख पदांवर पदोन्नती करण्याची मागणीही करण्यात आली. प्राथमिक विभागाच्या शिक्षणाधिकारी डॉ. नीतू गावंडे यांना तातडीने प्रश्नांची सोडवणूक करण्याबाबत अहवाल सादर करण्याच्या सूचना डॉ. पंकज भोयर यांनी यावेळी दिल्या. यावेळी महाराष्ट्र राज्य प्राथमिक शिक्षक समिती राज्याध्यक्ष विजय कोंबे, जिल्हा शिक्षक नेते रामदास खेकारे, जिल्हा शाखेचे अध्यक्ष अजय बोबडे, सरचिटणीस श्रीकांत अहेरराव, वर्धा तालुका शाखेचे अध्यक्ष राजेश महाबुधे, सेलू तालुका शाखेचे अध्यक्ष किशोर कामडी, जिल्हा कार्यालयीन चिटणीस प्रशांत निंभोरकर, ज्येष्ठ पदाधिकारी प्रदीप मसने, रवींद्र लवणे आधी उपस्थित होते.

शासकीय जमिनी वर्ग करा

प्रकल्प निधी उभारणीसाठी 'एमएमआरडीए', 'एमएसआरडीसी'ची मागणी

मंगल हनवते, लोकसत्ता

मुंबई : मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरण (एमएमआरडीए) आणि महाराष्ट्र राज्य रस्ते विकास महामंडळानेही (एमएसआरडीसी) आपल्या हद्दीतील शासकीय जमिनी आपल्याकडे वर्ग कराव्यात, अशी मागणी राज्य सरकारकडे केली आहे. नागपूर, पुणे, नाशिक आणि छत्रपती संभाजीनगर महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरणांना आर्थिकदृष्ट्या सक्षम करण्यासाठी अर्थात पायाभूत सुविधा प्रकल्पांसाठी निधीची उभारणी करण्याकरिता त्या त्या प्राधिकरणाच्या हद्दीतील शासकीय जमिनी प्राधिकरणांकडे वर्ग करण्याचा निर्णय राज्य सरकारने गेल्या आठवड्यात राज्य मंत्रिमंडळाच्या बैठकीत घेतला. या पार्श्वभूमीवर ही मागणी करण्यात आली आहे.

एमएमआरडीए मुंबई महानगर प्रदेशात मेट्रो, दुहेरी बोगदे, सागरी सेतूसह अनेक प्रकल्प राबवित आहे. या प्रकल्पांसाठी एमएमआरडीएने अडीच लाख कोटी रुपयांची उभारणी स्वनिधीद्वारे करायची आहे, तर एमएसआरडीसी राज्यभरात ४२१७ किमी लांबीच्या रस्त्यांचे जाळे विणत असून यासाठीही कोट्यवधींच्या निधीची आवश्यकता आहे. उत्पन्नाचा मोठा स्रोत नसल्याने एमएमआरडीए आणि एमएसआरडीसीने जमिनी वर्ग करण्याची मागणी केली आहे.

मागील काही वर्षांत एमएमआरडीएच्या प्रकल्पांची संख्या प्रचंड वाढली आहे. मात्र एमएमआरडीएच्या तिजोरीत खडखडाट आहे. मुंबई महानगरपालिकेकडील थकबाकीही एमएमआरडीएला मिळालेली नाही. या पार्श्वभूमीवर वर्षभरापूर्वी एमएमआरडीएने आपल्या हद्दीतील शासकीय जमिनी वर्ग कराव्यात आणि या जमिनीच्या विकासातून निधी उभारता येईल अशी संकल्पना सरकारसमोर मांडली होती. सरकारने यावर विचार केला, त्यानुसार ८ एप्रिल रोजी झालेल्या राज्य मंत्रिमंडळाच्या बैठकीत सरकारने एमएमआरडीए वगळून पुणे, नागपूर, नाशिक आणि छत्रपती संभाजी नगर महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरणांना त्यांच्या हद्दीतील जमिनी त्यांना वर्ग करण्याचा निर्णय घेतला. ही संकल्पना मांडणाऱ्या आणि सर्वाधिक निधीची गरज असलेल्या एमएमआरडीएला वगळण्यात आल्याने आश्चर्य व्यक्त होत आहे. दरम्यान, याविषयी राज्याचे अप्पर मुख्य सचिव असीम गुप्ता यांच्याशी संपर्क साधण्याचा प्रयत्न केला, मात्र त्यांच्याशी संपर्क होऊ शकला नाही.

'एमएमआरडीए'चा पाठपुरावा सुरू

सरकारी जमिनीवर अतिक्रमण होऊ न देता जमिनीचे संरक्षण करून त्यांच्या विकासातून निधी उभारल्यास त्याचा भार सरकारच्या तिजोरीवर पडणार नाही, असा मुद्दा उपस्थित करीत एमएमआरडीएने आपल्या हद्दीतील जमिनी वर्ग करण्यासाठी आग्रही असल्याची माहिती सूत्रांनी दिली. एमएमआरडीए यासाठी पाठपुरावा करीत असल्याचे समजते. सूत्रांनी दिलेल्या माहितीनुसार, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस आणि उपमुख्यमंत्री तथा नगरविकास मंत्री एकनाथ शिंदे यासाठी सकारात्मक आहेत. इतर प्राधिकरणाप्रमाणे एमएमआरडीएलाही जमिनी वर्ग करण्यासंबंधीचा निर्णय लागू करावा, अशी सूचना नगर विकास विभागाला देण्यात आली आहे. मात्र नगर विकास विभागाने याहष्टीने कोणतीही ठोस पावले उचलली नाहीत, असे सूत्रांनी सांगितले. त्यामुळे एमएमआरडीएची प्रतीक्षा लांबत आहे.

केनरा बँक Canara Bank
(A GOVERNMENT OF INDIA UNDERTAKING)
SyndicateBank

मुर्तीजापुर (5818) शाखा

ताबा सूचना [कलम 13(4)](अचल मालमत्तेसाठी)

ज्याअर्थी, सेक्युरिटायझेशन आणि रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनैंशियल असेट्स ॲन्ड एन्फोर्समेंट ऑफ सिक्युरिटी इंन्टरेस्ट ऍक्ट 2002 च्या अंतर्गत खालील हस्ताक्षरकर्ता हे केनरा बँक अधिकृत अधिकारी आहे. तसेच सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एन्फोर्समेंट) रुल्स, 2002 (2002 चा कायदा 54) (या पुढे अधिनियम म्हणून संदर्भित) चे सेक्शन 13(12) च्या सोबतच वाचल्या जाणारे रुल 3 च्या अंतर्गत कर्जदार यांना डिमांड नोटीस खालील सही करणार केनरा बँकेच्या अधिकृत अधिका-याने नोटीस मध्ये नमुद केलेली रक्कम **रु. १८,६५,८८५.०६/- (रुपये अठरा लाख पासष्ट हजार आठशे पंच्याऐंशी आणि सहा पैसे फक्त), भविष्यातील व्याज आणि खर्चासह** परतफेड करण्याची **मांगणी नोटीस दि. 06.02.2025 ला कर्जदार श्री. सुरेश नारायणराव परंजळे (संयुक्त आणि प्रथम), श्री. अंकुश सुरेशराव परंजळे (संयुक्त आणि इतर) (यापुढे "कर्जदार" म्हणून संदर्भित)** यांना दिलेली होती व 60 दिवसांच्या आत वरील देय रक्कम परतफेड करण्याची ताकीद दिली होती.

कर्जदार हे उपरोक्त रकमेची परतफेड करण्यात अपयशी ठरल्याने कर्जदार व सर्वसामान्य जनतेला या व्दारे सुचना देण्यात येत आहे कि, अधिकृत अधिकारीने उपरोक्त कायद्याच्या कलम 13(4) सह वाचल्या जाणा-या रुल 8 आणि 9 अंतर्गत प्रदान केलेल्या अधिकाराचा वापर करुन खालील वर्णन केलेल्या अचल संपत्तीचा ताबा **दि. 21 एप्रिल 2025** ला घेतला आहे.

कर्जदार यांना विशेषतः आणि सर्व जनतेला सामान्यतः या सुचने/नोटीस व्दारे खालील संपत्ती बाबत कोणत्याही व्यवहार न करण्याची ताकीद देण्यात येत आहे. आणि या संपत्ती संदर्भात कोणतेही व्यवहार सदहु रक्कम **रु. १८,६५,८८५.०६/- (रुपये अठरा लाख पासष्ट हजार आठशे पंच्याऐंशी आणि सहा पैसे फक्त), आणि त्यावरील** व्याज **केनरा बँकेच्या** प्रभाराधीन राहील. कर्जदाराला सुचित करण्यात येते की कायद्याच्या कलम 13(8) च्या तरतुदीनुसार दिलेल्या वेळेच्या आत सुरक्षित मालमत्ता सोडविण्यासाठी लक्ष देण्याची विनंती करित आहे.

"अचल संपत्ती चे विवरण"

नझुल प्लॉट नं. 22 चा सर्व भाग आणि तुकडा, शिट नं. 20-डी क्षेत्रफळ 73.14 चौ. मी. आणि तेथील बांधकाम रा. पेठ मुर्तीजापुर येथे स्थित, ता. मुर्तीजापुर जि. अकोला 444107. चतुर्सिमा खालीलप्रमाणे: पुर्व - हुसैनी यांची बिल्डींग, पश्चिम - सरकारी जमिन, उत्तर - खेडकर यांची जमिन, दक्षिण - राजु वाकोडे यांची जमिन.

दिनांक : 21.04.2025
स्थान : मुर्तीजापुर (मजकुरात संदिग्धता असल्यास इंग्रजी मजकूर ग्राह्य मानावा.)

अधिकृत अधिकारी
केनरा बँक

भाजप आमदाराला ठाणेदाराकडून शिवीगाळ

प्राथमिक चौकशीचे आदेश

लोकसत्ता प्रतिनिधी

अकोला : केंद्रात व राज्यात भाजपची सत्ता असतानाही सत्ताधारी पक्षाचे मूर्तिजापूर येथील आमदार हरीश पिंपळे यांना बार्शीटाकळी पोलीस ठाण्याच्या ठाणेदाराने शिवीगाळ केल्याचा धक्कादायक प्रकार रविवारी रात्री घडला. या प्रकरणात आमदार पिंपळे यांनी थेट मुख्यमंत्री फडणवीस यांच्याकडे तक्रार देऊन ठाणेदाराचे निलंबन करण्याची मागणी केली आहे.

याप्रकरणी संबंधित ठाणेदाराचा पदभार काढून त्यांची पोलीस नियंत्रण कक्षात बदली करण्यात आली सोबतच सहा. पोलीस अधीक्षक अनमोल मित्तल यांना प्राथमिक चौकशीचे आदेश देण्यात आले. बार्शीटाकळी पोलीस ठाण्यांतर्गत गोवंशाच्या कत्तलीसाठी अवैध वाहतूक करण्यात येत असल्याचा संशय भाजप कार्यकर्ते हरीश वाघ यांना आला. त्यांनी याची माहिती बार्शीटाकळी पोलीस ठाण्याचे ठाणेदार प्रकाश तुनकलवार यांना दिली. पोलिसांनी ते वाहन सोडून दिले. वाघ यांनी ही माहिती पिंपळेंना दिली. पिंपळेंनी ठाणेदाराला भ्रमणध्वनीवरून विचारणा केल्यावर त्यांनी असभ्य भाषेत उत्तर दिले व सोबतच वाघ यांना भ्रमणध्वनीवर शिवीगाळ केल्याचा आरोप आहे. या प्रकाराची ध्वनिफीत समाजमाध्यमावर प्रसारित झाली. याप्रकरणी तुनकलवार यांची तत्काळ पोलीस नियंत्रण कक्षात बदली करण्यात आली. बार्शीटाकळी येथील तात्पुरता कार्यभार येथील दुय्यम अधिकारी दीपक वारे यांना देण्यात आल्याची माहिती आहे.

ठाणेदारावर हक्कभंग

बार्शीटाकळीच्या ठाणेदाराने माझ्यासह कार्यकर्त्याला शिवीगाळ केली. याप्रकरणी हक्कभंग दाखल करणार आहे, असे आ. हरीश पिंपळे यांनी सांगितले.

कंगनाच्या 'मणिकर्णिका'विरोधात कारवाईचा इशारा

'इमर्जन्सी'च्या निर्मात्यांनी करारभंग केल्याचा लेखिका कुमी कपूरचा आरोप

लोकसत्ता प्रतिनिधी

मुंबई : 'इमर्जन्सी' चित्रपटाचे निर्माते मणिकर्णिका फिल्म्स आणि नेटफ्लिक्स वाहिनी यांनी आपल्याबरोबर केलेल्या कराराचा भंग केला आहे, असा आरोप करत ज्येष्ठ पत्रकार, लेखिका कुमी कपूर यांनी कायदेशीर कारवाईचा इशारा दिला आहे. सेन्सॉर प्रमाणपत्रासाठी न्यायालयीन लढाई, प्रदर्शनपूर्व उभे राहिलेले वाद या सगळ्यातून बाहेर पडून कंगना राणावत अभिनित, दिग्दर्शित 'इमर्जन्सी' हा चित्रपट अखेर या वर्षी जानेवारी महिन्यात प्रदर्शित झाला. नुकताच हा चित्रपट नेटफ्लिक्स या ओटीटी वाहिनीवरही प्रदर्शित झाला आहे. चित्रपटाला प्रेक्षकांचा पुरेसा प्रतिसाद मिळाला नसला, तरी या चित्रपटामागचे वादाचे शुक्लकाष्ठ अजूनही संपलेले नाही.

ज्येष्ठ पत्रकार आणि प्रसिद्ध लेखिका कुमी कपूर यांच्या 'द इमर्जन्सी' या पुस्तकातील एका प्रकरणाचा संदर्भ 'इमर्जन्सी' चित्रपटासाठी घेण्याच्या निमित्ताने पुस्तकाचे प्रकाशन हक्क मिळवण्यासाठी 'मणिकर्णिका फिल्म्स'ने त्यांच्याशी करार केला होता. या करारानुसार चित्रपटासाठी दिग्दर्शकाचे सर्जनशील स्वातंत्र्य मान्य असले, तरी वास्तवाशी तडजोड करणाऱ्या गोष्टी चित्रपटात असू नयेत, तसेच लेखिकेचे वा पुस्तकाचे नाव चित्रपटाच्या प्रसिद्धीसाठी किंवा अन्य कारणासाठी वापरले जाऊ नये, अशी अट करारात होती. मात्र, तरीही नेटफ्लिक्सने कुमी कपूर यांच्या 'द इमर्जन्सी' या पुस्तकावर आधारित हा उल्लेख वाहिनीवरून काढलेला नाही.

प्रकरण काय?

कुमी कपूर गेली ५० वर्षे पत्रकारिता क्षेत्रात कार्यरत आहेत. त्यांनी आणिबाणीच्या घटनेवर 'द इमर्जन्सी' हे पुस्तक लिहिले. पेंग्विन प्रकाशनने प्रकाशित केलेल्या या पुस्तकाचे नामांकित समीक्षक, पत्रकार आणि विचारवंतांनी कौतुक केले. २०२१ मध्ये 'मणिकर्णिका फिल्म्स'च्या अक्षत राणावत यांनी चित्रपटासाठी पुस्तकातील एकाच प्रकरणाचा संदर्भ घ्यायचा आहे, असे सांगत त्यांच्याशी संपर्क साधला. कुमी, पेंग्विन प्रकाशन आणि 'मणिकर्णिका फिल्म्स' तिघांमध्ये हा करार झाला. मात्र, दिग्दर्शकाने हवे तसे स्वातंत्र्य घेतले आहे, याचा अंदाज आल्यानंतर कुमी यांनी अक्षत यांच्याशी संपर्क साधला. हा चित्रपट आपल्या पुस्तकावर आधारित आहे, असा उल्लेख कटाक्षाने टाळावा, असे त्यांनी अक्षत यांना कळवले.

HeroHousing Finance

हीरो हाउसिंग फायनान्स लिमिटेड

संपर्काचा पत्ता: ए 6, तिसरा मजला, सेक्टर 4, नोएडा 201301
नोंद. कार्यालय: 09, कम्युनिटी सेंटर, बसंत लोक, वसंत विहार, नवी दिल्ली - 110057
फो.: 011 49267000, टोल फ्री क्र.: 1800 212 8800,
ईमेल: customer.care@herohfl.com
वेबसाईट: www.herohousingfinance.com | CIN: U65192DL2016PLC30148

मागणी सूचना

सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 ("नियम") मधील नियम 3 सह वाचण्यात येणाऱ्या सिक्युरीटायझेशन अँड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनॅन्शिअल ॲसेट्स अँड एनफोर्समेन्ट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट ॲक्ट, 2002 ("अधिनियम") मधील अनुच्छेद 13(2) अंतर्गत.

ज्याअर्थी, निम्नस्वाक्षरीकार हे **हीरो हाउसिंग फायनान्स लिमिटेड (एचएचएफएल)** चे प्राधिकृत अधिकारी असून त्यांनी सदर अधिनियमांतर्गत आणि सदर नियमांमधील नियम 3 सह वाचण्यात येणाऱ्या अनुच्छेद 13(12) अंतर्गत बहाल करण्यात आलेल्या अधिकारांचा वापर करीत सदर अधिनियमातील अनुच्छेद 13(2) अंतर्गत खाली नमूद दिनांकास तपशीलवार मागणी सूचना पाठविल्या ज्यांत खाली नमूद करण्यात आलेल्या कर्जदार/सह-कर्जदार/जामीनदार **(स्वतंत्रपणे किंवा एकत्रितपणे "बाध्यताधारी" असा उल्लेख करण्यात येईल)**/कायदेशीर वारस/कायदेशीर प्रतिनिधी यांना खाली दिलेल्या तपशिलानुसार संबंधित सूचनांच्या दिनांकापासून **60 दिवसांचे आत** संबंधित मागणी सूचनांमध्ये नमूद करण्यात आलेल्या रकमांचा भरणा करण्याचे आवाहन करण्यात आले होते. सदर सूचनांच्या प्रती नोंदणीकृत पोचदेय टपालाने पाठविण्यात आलेल्या असून त्या निम्नस्वाक्षरीकारांकडे उपलब्ध आहेत आणि सदर बाध्यताधारी/कायदेशीर वारस/कायदेशीर प्रतिनिधींची इच्छा असल्यास ते कोणत्याही कामकाजाच्या दिवशी कार्यालयीन वेळेत निम्नस्वाक्षरीकारांकडून संबंधित प्रत प्राप्त करू शकतात.

वरील संदर्भात सदर बाध्यताधारी/कायदेशीर वारस/कायदेशीर प्रतिनिधींना पुन्हा एकदा सूचित करण्यात येते की त्यांनी खाली त्यांच्या नावापुढे दर्शविलेल्या रकमांचा सदर बाध्यताधाऱ्यांनी तयार केलेल्या कर्ज करार व इतर दस्तावेजांसह वाचण्यात येणाऱ्या खाली स्तंभ (ड) मध्ये नमूद संबंधित दिनांकांपासून भरणा आणि/किंवा वसुलीच्या दिनांकापर्यंतच्या पुढील व्याजासह संबंधित सूचनेच्या दिनांकापासून 60 दिवसांचे आत एचएचएफएल कडे भरणा करावा. कर्जाच्या परतफेडीच्या हमीदाखल साठी अनामत म्हणून सदर बाध्यताधाऱ्यांनी खालील प्रतिभूत मत्ता एचएचएफएल कडे तारण म्हणून ठेवलेल्या आहेत:

कर्ज खाते क्र.	बाध्यताधारी/कायदेशीर वारस/कायदेशीर प्रतिनिधींचे नाव	खालील दिनांकांना एकूण थकबाकी रक्कम*	मागणी सूचनेचा दिनांक	एनपीए दिनांक
HHFNAGHOU22000023641, HHF-NAGLAP22000025125	नरेश तानाजी उमरेडकर, ज्ञानेश्वर तानाजी उमरेडकर, कांताबाई तानबा उमरेडकर, तानबा महादेवराव उमरेडकर, ओम साई मोबाईल शॉप	08.04.2025 रोजी रु. 21,62,460/	09-04-2025	06-04-2025

अनामत मत्ता/अचल मालमत्ता/तारण मालमत्तांचे वर्णन: प्लॉट क्र. 08, ग्र.प. घर क्र. 748, जुना ख.क्र. 48/2, नवीन ख.क्र. 18, क्षेत्रफळ सुमारे उत्तर ते दक्षिण 40 चौरस फुट, पूर्व ते पश्चिम 13.33 चौ.फू., एकूण क्षेत्रफळ 533 चौ.फू., मौजा चिचोळी (खु.), वॉर्ड क्र. 02, सोनार गल्ली, एलआयसी ऑफिसच्या समोर, **खापरखेडा, ग्रामपंचायत चिचोली, तह. सावनेर, जिल्हा नागपूर, नागपूर महानगर पालिकेच्या हद्दीत, महाराष्ट्र. चतु:सीमा: पूर्वेस** गजानन उमरेडकर यांची मालमत्ता, **पश्चिमेस** नारायण गोरे यांची मालमत्ता, **उत्तरेस** मोकळी जमीन, **दक्षिणेस** - 10 फुट रस्ता.

*भरण्याच्या व/किंवा वसुलीच्या दिनांकापर्यंतच्या वर नमूद दिनांकाच्या मागणी सूचनेत दिलेल्या दराने पुढील व्याज, अतिरिक्त व्याज, आनुषंगिक खर्च, शुल्क, अधिभार इ. सह. सदर बाध्यताधारी वर दिल्यानुसार टीसीएचएफएल कडे भरणा करण्यात असमर्थ ठरल्यास एचएचएफएल द्वारे सदर अधिनियमाच्या अनुच्छेद 13(4) अंतर्गत प्रतिभूत मत्ता/अचल मालमत्तांविरुद्ध कारवाई सुरु करण्यात येईल व त्यासाठी होणाऱ्या खर्च व परिणामांसाठी सर्वस्वी सदर बाध्यताधारी/वारसदार/कायदेशीर प्रतिनिधी जबाबदार असतील.

सदर अधिनियमांतर्गत सदर बाध्यताधारी/कायदेशीर वारस/कायदेशीर प्रतिनिधींना एचएचएफएलच्या लेखी पूर्व-परवानगीशिवाय विक्री, भाडेपट्टी किंवा अन्य कोणत्याही प्रकारे वर नमूद प्रतिभूत मत्ता/अचल मालमत्तेचे हस्तांतरण करण्यास प्रतिबंध करण्यात येत आहे. सदर अधिनियमातील किंवा त्याअंतर्गत तयार करण्यात आलेल्या नियमांमधील तरतुदींचे उल्लंघन करणाऱ्या किंवा उल्लंघन करण्यास चिथावणाऱ्या व्यक्तीस सदर अधिनियमांतर्गत तरतूद केल्याप्रमाणे तुरुंगवास व/किंवा दंड होऊ शकतो.

दिनांक: 22-04-2025
स्थान: नागपूर

स्वा/- प्राधिकृत अधिकारी
हीरो हाउसिंग फायनान्स लिमिटेड करिता

OMKARA ASSETS RECONSTRUCTION Pvt. Ltd.

ओमकारा ॲसेटस् रिकन्स्ट्रक्शन प्रायव्हेट लिमिटेड

CIN: U67100TZ2014PTC020363
कॉर्पोरेट कार्यालय: कोहिनूर स्क्वेअर, सत्तेचाळीसावा मजला, एन.सी.केळकर मार्ग, आर.जी.गडकरी चौक, दादर (पश्चिम), मुंबई - 400028 **ईमेल:** s.banerjee@omkaraarc.com **टेलि.:** 022-26544000
(इंडिया रिसर्जन्स एआरसी ट्रस्ट VI चे ट्रस्टी म्हणून काम पाहणारे)

[जोडपत्र - IV-A] [नियम 8(6) ची तरतूद पाहावी]

अचल मालमत्तेच्या विक्रीसाठी ई-लिलावासाठी जाहीर सूचना

सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 8(6) च्या तरतुदींसह वाचण्यात येणाऱ्या सिक्युरिटायझेशन अँड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनॅन्शिअल ॲसेट्स अँड एनफोर्समेन्ट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट ॲक्ट, 2002 ("सर्फेसी अधिनियम") अंतर्गत अचल मत्तांच्या विक्रीसाठी ई-लिलाव विक्री सूचना.

याद्वारे कर्जदार व जामीनदार आणि आम जनतेस सूचित करण्यात येते की सर्फेसी अधिनियम आणि सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 अंतर्गत सुरक्षित धनको सिटी युनियन बँक यांचेकडे तारण / भारग्रस्त असलेल्या खालील वर्णनाच्या अचल मालमत्तेसाठी अनुच्छेद 13(2) अंतर्गत दि. 22.01.2020 रोजी एक मागणी सूचना जारी करण्यात आली ज्यात कर्जदार / गहाणकार / जामीनदार / कॉर्पोरेट जामीनदार, म्हणजे (1) **वासुदेव इंडस्ट्रीज (कर्जदार),** स.क्र. 65/1 व 65/2, टी एस क्र. 161/23, मौजा सिंदी (रेल्वे), तहसील सेलू, जिल्हा - वर्धा, महाराष्ट्र, पिन - 442105 (2) **वासुदेव पाटोदिया (कर्जदार/जामीनदार/गहाणकार),** सदनिका क्र. ए-302, विंग ए, तिसरा मजला, अनुसया कॉम्प्लेक्स, डॉक्टर्स कॉलनी, वर्धा रोड, नागपूर - 440015, (3) **रेखादेवी (कर्जदार/जामीनदार / गहाणकार),** सदनिका क्र. ए-302, विंग ए, तिसरा मजला, अनुसया कॉम्प्लेक्स, डॉक्टर्स कॉलनी, वर्धा रोड, नागपूर - 440015, (4) **दीपक पाटोदिया (कर्जदार/जामीनदार / गहाणकार),** सदनिका क्र. ए-302, विंग ए, तिसरा मजला, अनुसया कॉम्प्लेक्स, डॉक्टर्स कॉलनी, वर्धा रोड, नागपूर - 440015, (5) **श्याम पाटोदिया (कर्जदार/जामीनदार / गहाणकार),** सदनिका क्र. ए-302, विंग ए, तिसरा मजला, अनुसया कॉम्प्लेक्स, डॉक्टर्स कॉलनी, वर्धा रोड, नागपूर - 440015, यांना **दि. 22.01.2020 नुसार एकूण थकबाकी रक्कम रु. 2,98,66,414/- (रुपये दोन कोटी अठ्ठ्याण्णव लक्ष सहासष्ट हजार चारशे चौदा फक्त)** अधिक त्यावरील व्याजाच्या सदर सूचनेच्या दिनांकापासून 60 दिवसांचे आत भरणा करण्याचे आवाहन करण्यात आले होते. कर्जदार / गहाणकार / जामीनदार / कॉर्पोरेट जामीनदारांनी सदर मागणी सूचनेनुसार संपूर्ण थकबाकी रकमेचा 60 दिवसांचे आत भरणा न केल्याने सिटी युनियन बँकेच्या प्राधिकृत अधिकाऱ्यांनी सर्फेसी अधिनियमातील अनुच्छेद 13(4) आणि सिक्युरिटी (इंटरेस्ट) एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 अंतर्गत सूचना जारी केली आणि दि. 05.08.2024 रोजी खाली नमूद अनामत मालमत्तेचा ताबा घेतला.

त्याशिवाय, पूर्वीच्या सिटी युनियन बँकेने वासुदेव इंडस्ट्रीज चे कर्ज दि. 03.05.2023 रोजी इंडिया रिसर्जन्स एआरसी प्रायव्हेट लिमिटेड (IRAPL) यांना अभिहस्तांकित केले आणि इंडिया रिसर्जन्स एआरसी प्रायव्हेट लिमिटेड यांनी दिनांक 16.08.2024 रोजीच्या अनामत पावती खरेदी करारान्वये इंडिया रिसर्जन्स एआरसी ट्रस्ट VI चे ट्रस्टी म्हणून काम पाहणाऱ्या OARPL यांचे नावे सर्व हक्क, मालकी हक्क, दायित्वे व बाध्यता हस्तांतरित केल्या. इंडिया रिसर्जन्स एआरसी ट्रस्ट VI चे ट्रस्टी म्हणून काम पाहणाऱ्या OARPL यांनी आता अभिहस्तांकनकर्त्यांची जागा घेतलेली असून त्यांना थकबाकीची वसुली करण्याचा आणि अनामतीवर कारवाई करण्याचा हक्क आहे.

आता, त्यामुळे इंडिया रिसर्जन्स एआरसी ट्रस्ट VI चे ट्रस्टी म्हणून काम पाहणारे OARPL हे थकबाकीच्या वसुलीसाठी खाली नमूद अनामत मालमत्तांची विक्री करू इच्छितात. संबंधित कर्जदार व सह-कर्जदार यांचेकडून सुरक्षित धनको म्हणून OARPL यांना घेणे असलेल्या खाली संबंधित स्तंभात दर्शविलेल्या रकमेच्या वसुलीसाठी या मालमत्तांची विक्री सर्फेसी अधिनियमातील अनुच्छेद 13(2) व (4) च्या तरतुदींतर्गत **"जशी आहे जेथे आहे", "जशी आहे जे काही आहे" आणि "तेथे जे काही आहे"** तत्त्वावर करण्यात येईल. आरक्षित किंमत व बयाणा रक्कम आणि ज्ञात बोज्यांच्या तपशिलासह अचल मालमत्तांचे वर्णन खालीलप्रमाणे आहे:

मालमत्तेचे वर्णन: खसरा क्र. 5/4, मौजा गावसी मानापूर, प.ह.क्र. 42, वर्धा रोड, सहारा सिटी समोर, अष्टविनायक इस्टेट-III, गांव गावसी, जिल्हा नागपूर - 440035 आणि **चतु:सीमा: उत्तरेस**- प्लॉट क्र. 27, **दक्षिणेस** - प्लॉट क्र. आर18, **पूर्वेस**- प्लॉट क्र. आर30 आर31 आर32, **पश्चिमेस**-रस्ता.

आरक्षित किंमत	रु. 10,00,000/-	**बयाणा रक्कम**	रु. 1,00,000/-

ई-लिलाव दिनांक व वेळ: 27 मे 2025 रोजी स. 11 ते दु. 2 वाजेपर्यंत

पाहणी दिनांक: 10-04-2025

किमान बोली वृद्धी रक्कम: रु. 10,000/-

सहभागासाठी बोली पत्र / केवायसी दस्तावेज / बयाणा रकमेचा पुरावा सादर करण्याचा शेवटचा दिनांक व वेळ: 26-05-2025

हा लिलाव OERPL द्वारे ऑनलाईन राबविण्यात येईल. बयाणा रकमेसह (मूळ डीडी / पे ऑर्डर किंवा एनईएफटी / आरटीजीएस च्या माध्यमातून भरणा) बोली (ऑनलाईन तसेच छापील प्रत) सादर करण्याचा शेवटचा दिनांक आहे **26-05-2025 रोजी सायं. 5.00 वाजेपर्यंत.** विक्रीच्या अटी व शर्तींच्या तपशीलासाठी कृपया **http://omkaraarc.com/auction.php** आणि / किंवा **https://www.bankeauctions.com/** येथे दिलेली लिंक पाहावी. ज्या इच्छुक बोलीदारांनी बयाणा रक्कम जमा केलेली आहे आणि लॉगीन आयडी व पासवर्ड तयार करणे, डेटा अपलोड करणे, बोली सादर करणे, ई-बोली प्रक्रियेचे पशिक्षण इ. साठी मदत हवी आहे त्यांनी ई-लिलाव सेवा पुरवठादार **"मे. सी1 इंडिया प्रा.लि.", टेली. हेल्पलाईन: +91-7291981124 / 25/ 26, हेल्पलाईन ई-मेल आयडी: support@bankeauctions.com, श्री भाविक पंड्या, मोबाईल: 88666 82937 ईमेल: maharashtra@c1india.com** येथे संपर्क साधावा आणि मालमत्तेशी संबंधित चौकशीसाठी **प्राधिकृत अधिकारी, श्री शुभोदीप बॅनर्जी (मो: 7558392736) मेल: s.banerjee@omkaraarc.com** यांचेशी संपर्क साधावा. इच्छुक बोलीदारांनी नादारी व दिवाळखोरी संहिता, 2016 मधील अनुच्छेद 29ए चे पालन करावे आणि त्या अंतर्गत शपथपत्र सादर करावे. तपशीलवार माहितीसाठी कृपया अटी व शर्ती पाहाव्यात.

सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 9(1) सह वाचण्यात येणाऱ्या नियम 8(6) अंतर्गत विक्रीसाठी वैधानिक सूचना

ही सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 8(6) आणि सिक्युरिटायझेशन अँड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनॅन्शिअल ॲसेट्स अँड एनफोर्समेन्ट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट ॲक्ट, 2002 अंतर्गत वरील कर्ज खात्याच्या कर्जदार / जामीनदार यांना 15 (पंधरा) दिवसांची त्यांना वर नमूद दिनांक व वेळी जाहीर लिलावाच्या माध्यमातून विक्री राबविण्यात येणार असल्याची माहिती देणारी सूचनादेखील असून त्यांना सूचित करण्यात येते की त्यांची इच्छा असल्यास ते खर्च व शुल्कांसह वर नमूद थकबाकीचा भरणा करून मत्ता सोडवून घेऊ शकतात. भरण्यात कसूर केल्यास मालमत्तेची प्राधिकृत अधिकारी / सुरक्षित धनकोच्या संमतीने सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 8(5) मध्ये विहित करण्यात आलेल्या कोणत्याही पद्धतीने विक्री करण्यात येईल.

स्वा/-,
प्राधिकृत अधिकारी,
ओमकारा असेट रिकन्स्ट्रक्शन प्रा. लि.
(इंडिया रिसर्जन्स एआरसी ट्रस्ट VI चे ट्रस्टी म्हणून काम पाहणारे)

दिनांक: 22.04.2025
स्थान: मुंबई

महानिर्मिती

ई-निविदा सूचना

वायू विद्युत केंद्र, उरण येथे खालील कामांच्या पुरवठा / कामांसाठी अनुभवी व प्रतिष्ठित उत्पादक / पुरवठादार / कंत्राटदारांकडून ई-निविदा मागवल्या जात आहेत.

ई-निविदा	वर्णन	अंदाजित खर्च/ ई.एम.डी. (रु.)	विक्री कालावधी	भरण्याची अंतिम तारीख (११:०० तासांपर्यंत)
ई-निविदा ३००००५६४८१	वायू विद्युत केंद्र, उरण येथील पॉवर हाऊस आणि कॉलनी परिसरात जेव्हा आवश्यक असेल तेव्हा स्ट्रक्चरल स्टील आणि इतर संबंधित कामांच्या विविध देखभालीसाठी काम कंत्राट पद्धतीने करणेबाबत.	३४.५२ लक्ष ३८,०२९/-	२२.०४.२०२५ ते २८.०४.२०२५	२९.०४.२०२५
ई-निविदा ३००००५६५२८	वायू विद्युत केंद्र, उरण येथे गॅस टर्बाइन एअर इनटेक सिस्टमशी संबंधित काम करणेबाबत.	०४.०१ लक्ष ७,५११/-	२२.०४.२०२५ ते ०६.०५.२०२५	०७.०५.२०२५
ई-निविदा ३००००५६५४४	वायू विद्युत केंद्र, उरण येथील केबल गॅलरीजमध्ये सुधारणा आणि अपग्रेडेशन, डिल्यूज व्हॉल्व्ह ऑटोमेशन सिस्टम आणि ईएसटी-३ (एडवर्ड सिस्टम टेक्नॉलॉजी) फायर अलार्म सिस्टमसाठी संबंधित सुटे भागांचा पुरवठा करणेबाबत.	५३.६७ लक्ष ५७,१७५/-	२२.०४.२०२५ ते ११.०५.२०२५	१२.०५.२०२५
ई-निविदा ३००००५६८४५	वायू विद्युत केंद्र, उरण येथील गॅस टर्बाइन युनिट-७ चे मोठ्यादुरुस्तीद्वारे पुनर्संचयित करण्याचे काम करणेबाबत.	१९३.०५ लक्ष १९६,५५०/-	२२.०४.२०२५ ते २७.०४.२०२५	२८.०४.२०२५

सर्व निविदांसाठी निविदा किंमत रु.११८०/- निविदा खर्च आणि ई.एम.डी. केवळ ऑनलाइन भरणे. आमच्या वेबसाइटवर दिनांक २२.०४.२०२५ पासून विक्रीसाठी निविदा उपलब्ध आहेत किंवा अधिक तपशीलासाठी कृपया आमच्या वेबसाइटवर भेट द्या https://eprocurement.mahagenco.in संपर्क तपशील: - EE (P&C) - 91-9167007841 विक्रेत्यांना विनंती कि ई-निविदेसाठी फर्म नोंदणी करून घ्यावी. कृपया आमच्या वेबसाइटवर लॉग इन करा https://eprocurement.mahagenco.in

Sd/-
Chief Engineer, GTPS Uran

लोकसत्ता क्लासिफाइडस् सगळ्यांकरिता सर्वकाही

शैक्षणिक विशेष

शैक्षणिक विशेष

सुवर्णसंधी! 1 वर्षात BA व्हा. 10वी/12वी पास-नापासना प्रवेश. सरकारमान्य समकक्ष पदवी. - डॉ. कानडे, बावधन, पुणे (11 ते 5) 9890344036/ 9890976469
0090374605-2

इतर जाहिराती

नावात बदल

Abjijit vyawahare R/o: Lohiya ward, railtoly, Gondia. Change my name as Abhijeet Wyawahare S/o: Madhukar Wyawahare
0130051201-1

यात्रा विशेष

यात्रासहल

दोस्तीटूर *चारधामयात्रा *नेपाळ *भूतान *सिमला-मनाली *नैनिताल *काश्मीर *अमरनाथयात्रा *लेह-लडाख *नर्मदापरिक्रमा *कुरवपुर-पिठापुरम, श्रीदत्तपरिक्रमा *राजस्थान *केरळ *कोस्टलकर्नाटका. 9594880123/ 9702251584
0070915287-18

यात्रा विशेष

यात्रासहल

☛ श्रीरामकृष्ण : सुप्रसिद्ध सिक्कीम- दार्जिलिंग- भूतानसह// आयोध्या- नेपाळ- जनकपूर- वाराणसी प्रत्येक आठवड्याला// चारधाम- त्रियुगी नारायणसह- २३.०५.२०२५// ०३.०६.२०२५// काश्मीर- वैष्णोदेवी- पेहलगामसह- १६.०५.२०२५// ०१.०६.२०२५// लेह- लडाख- १५.०५.२०२५// २४.०७.२०२५// नैनिताल- जिमकॉर्बेट पार्क मुनसियारी- २४.०४.२०२५ // २९.०५.२०२५// अमरनाथ यात्रा- अमृतसरसह- ३०.०६.२०२५// कोकणातील श्रीरामकृष्ण आनंदवन महाभारत कथा- २३.०४.२०२५. बापट- 9137001395/ 9820023106.
0070945299-10

महत्त्वपूर्ण निवेदन

वृत्तपत्रामध्ये प्रसिद्ध होणाऱ्या जाहिरातींचा मजकूर (ॲडव्हर्टाइजिंग कॉपी) स्वीकारण्यापूर्वी काळजी घेतली जात असली तरी त्याच्या आशयाची (कंटेन्ट) पडताळणी करणे शक्य होत नाही. तरी, आपल्या वृत्तपत्रांमध्ये अथवा प्रकाशनांमध्ये प्रसिद्ध होणाऱ्या जाहिरातींतील जाहिरातदार कंपन्या, सहयोगी संस्था अथवा व्यक्तींबरोबर व्यवहार केल्यामुळे कोणत्याही स्वरूपाचे नुकसान वा हानी झाल्यास त्यासाठी अथवा संबंधित जाहिरातीतील आशयासाठी द इंडियन एक्स्प्रेस (प्रा.) लिमिटेडला जबाबदार ठरविता येणार नाही. त्यामुळे वाचकांना आम्ही असा सल्ला देतो की, जाहिरातदारांना कोणतीही रक्कम प्रेषित करण्यापूर्वी अथवा त्यांच्याबरोबर कोणत्याही स्वरूपाचे संमतिपत्र कार्यान्वित करण्यापूर्वी अथवा एखाद्या जाहिरातीवर आधारित कोणतीही कृती करण्यापूर्वी त्यांनी आवश्यक ती चौकशी करण्याची खबरदारी घ्यावी.