दहा मिनिटांच्या व्यायामामुळे अनेक आजारांपासून सुटका

आरोग्य वार्ता

नवी दिल्ली : कोणत्याही वयात शारीरिक आणि मानसिकदृष्ट्या तंदुरुस्त राहणे महत्त्वाचे आहे. व्यायामामुळे आपली शारीरिकक्षमता तर वाढतेच शिवाय मानसिक आरोग्यही सुधारते. जेव्हा आपण नियमितपणे व्यायाम करतो तेव्हा आपले मन आणि शरीर दोन्ही सक्रिय राहतात. दररोज दहा मिनिटे व्यायाम जीवन निरोगी आणि रोगांपासून मुक्त ठेवण्यात महत्त्वाची भूमिका बजावू शकतो, असे अभ्यासात समोर आले आहे.

व्यस्त जीवनात शरीराकडे लक्ष द्यायला वेळ मिळत नाही आणि रोजच्या अनियमित दिनचर्येमुळे अनेक आजारांना सामोरे जावे लागते. रक्तदाब, लठ्ठपणा, शुगर यासारख्या समस्यांशी लहान मुले, तरुण आणि वृद्ध प्रत्येकजण झगडत आहे. या आजारांचा थेट संबंध अनियमित दैनंदिन दिनचर्येशी आहे, जो आपण काही मिनिटांच्या व्यायामाने कमी करू शकतो. सर्वात आधी व्यस्त वेळापत्रकातून स्वतःसाठी वेळ काढला पाहिजे, कारण ह्यआरोग्य हीच संपत्ती आहे. सक्रिय शरीर आणि सक्रिय मनासाठी तंदुरुस्त राहणे आपल्यासाठी खूप महत्त्वाचे आहे. त्यासाठी संतुलित आहार, नियमित दिनचर्या, व्यायाम आणि पुरेशी झोप या पहिल्या मागण्या आहेत.

दहा मिनिटांमध्ये तुम्ही योगासने, पुश-अप्स, सायकल क्रंच, पुढे आणि मागे वाकणे आणि स्क्वॅट्स, जे तुम्ही घरी देखील करू शकता. दहा मिनिटांच्या व्यायामातून मिळणारे फायदे लक्षात येतील. मात्र, प्रत्येकाची शारीरिकक्षमता वेगळी असते, त्यामुळे वय आणि शारीरिक स्थितीनुसार व्यायाम निवडा, असा सल्ला अभ्यासकांनी दिला आहे.

कॉस्मो उत्सव
नवीन ठेव योजना
सर्वसाधारण/संस्था 7.50%* | ज्येष्ठ नागरिक 8.00%*
मुदत : १५ महिने
दि कॉसमॉस को-ऑप. बँक लि.
(मल्टिस्टेट शेड्यूल्ड बँक)
Toll Free No.: 1800 233 0234

Tanvi तन्वी हर्बल क्लिनिक फ्री चेकअप
पनवेल 31 ऑगस्ट 989036615
वाशी 31 ऑगस्ट 9890366615
दादर 31 ऑगस्ट 9833683621
पुणे 1 सप्टेंबर - 9860238409
थकवा? घ्या 2 तन्वीशता टॅबलेट्स

पावसाचा पुन्हा जोर

३ ते ५ सप्टेंबर या कालावधीत सर्वदूर अंदाज

लोकसत्ता प्रतिनिधी

पुणे : बंगालच्या उपसागरात तयार झालेल्या कमी दाबाच्या क्षेत्राची तीव्रता वाढली आहे. त्यामुळे राज्यात बहुतांश भागात ३ ते ५ सप्टेंबर या कालावधीत पावसाचा जोर वाढणार आहे. हवामान विभागाने दिलेल्या माहितीनुसार, बंगालच्या उपसागरात ठळक कमी दाबाचे क्षेत्र तयार झाले आहे, त्याची वाटचाल मध्य भारताच्या दिशेने होण्याची शक्यता आहे. त्यामुळे ३ ते ५ सप्टेंबर हे तीन दिवस विदर्भ, मराठवाड्यात मेघगर्जना, विजांच्या कडकडाटासह पाऊस पडण्याचा अंदाज आहे.

गुजरात किनारपट्टीपासून केरळ किनारपट्टीपर्यंत कमी दाबाचा पट्टा सक्रिय आहे. त्यामुळे अरबी समुद्रातून येणाऱ्या बाष्पयुक्त वाऱ्याचा वेग वाढून किनारपट्टीवर पावसाचा जोर वाढण्याचा अंदाज आहे. घाटमाथ्यावरही पुन्हा पाऊस जोर धरण्याची शक्यता आहे. मध्य महाराष्ट्र, उत्तर महाराष्ट्रात अधून - मधून पावसाच्या हलक्या सरींची शक्यता आहे.

दरम्यान, सौराष्ट्र, कच्छवर सक्रिय असलेले अति तीव्र कमी दाबाचे क्षेत्राने अरबी समुद्रात प्रवेश केला आहे. त्याचे चक्रीवादळात रुपांतर होऊन ते ओमानच्या दिशेने झेपावेल. या चक्रीवादळाच्या राज्यातील हवामानावर कोणताही परिणाम होणार नाही.

बंगालच्या उपसागरातील कमी दाबाच्या क्षेत्रामुळे मोसमी पाऊस पुन्हा सक्रिय झाला आहे. राज्यात सर्वदूर अधून - मधून हलक्या ते मध्यम सरी पडण्याचा अंदाज आहे. विदर्भ, मराठवाडा आणि किनारपट्टीवर पावसाचा जोर राहील.
- डॉ. एस. डी. सानप, शास्त्रज्ञ, हवामान विभाग

विनयभंगप्रकरणी शिक्षक अटकेत

लोकसत्ता प्रतिनिधी

ठाणे : भिवंडी महापालिकेच्या शाळेत इयत्ता सातवीमध्ये शिकणाऱ्या विद्यार्थिनीला मोबाईलमध्ये अश्लील चित्रफीत दाखवून तिचा विनयभंग करण्यात आल्याचा प्रकार उघडकीस आला आहे. याप्रकरणी ४० वर्षीय शिक्षकाला शांतीनगर पोलिसांनी अटक केली आहे.

पिडीत मुलगी शाळेत जाण्यास टाळाटाळ करू लागल्यानंतर तिच्या पालकांनी याबाबत मुलीकडे विचारणा केली. त्यानंतर हा प्रकार उघडकीस आला आहे. पिडीत मुलगी १२ वर्षीय असून ती भिवंडीमध्ये महापालिकेच्या शाळेत शिकते. मागील काही दिवसांपासून ती शाळेमध्ये जाण्यास टाळाटाळ करू लागली होती. तिच्या वडिलांनी याबाबत तिला विचारले असता, तिचे शिक्षक तिला मोबाईलमध्ये अश्लील चित्रीकरण दाखवित तिचा विनयभंग करत असल्याचे तिने सांगितले. यानंतर संबंधित शिक्षकाविरोधात पोक्सो कायद्यांतर्गत गुन्हा दाखल झाला असून पोलिसांनी शिक्षकाला अटक केली आहे.

पाच बँकांकडून शून्य पीककर्ज वाटप

दहा बँक व्यवस्थापकांवर गुन्हे

विशेष प्रतिनिधी लोकसत्ता

छत्रपती संभाजीनगर : धाराशिव जिल्ह्यात खरीप हंगामात पीककर्ज वाटप न करणाऱ्या बँकांच्या १० व्यवस्थापकांवर गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत. आणखी २५ शाखा व्यवस्थापकांवर कारवाईची शक्यता असल्याचे सांगण्यात येत आहे. पाच बँकांकडून शून्य टक्के कर्जवाटप करण्यात आल्याची गंभीर बाब समोर आल्यानंतर पालकमंत्री डॉ. तानाजी सावंत यांनी जिल्हा प्रशासनाला गुन्हे दाखल करण्याचे आदेश दिले होते.

शेतकऱ्यांना कर्ज मिळत नसल्याच्या जिल्ह्यातील तक्रारी वाढल्या होत्या. पालकमंत्री डॉ. सावंत यांनी बँकांविरोधात आक्रमक भूमिका घेत गुन्हा नोंद करण्याचे आदेश दिले होते. त्यानुसार जिल्हाधिकारी डॉ. सचिन ओम्बासे यांनी पीककर्ज वाटपाची आकडेवारी घेऊन गुन्हा नोंद करण्याची कारवाई केली. सहायक निबंधक आशाबाई कांबळे यांच्या तक्रारीनुसार लोकसेवकाच्या आदेशाचे पालन न करण्याचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

शाखाधिकाऱ्यांवर कारवाई

धाराशिव शहरातील बंधन बँक, जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँक, आयडीएफसी बँक, इंडस इन, कोटक महिंद्रा बँक या पाच बँकांनी पीककर्ज वाटप केले नाही. इंडियन बँक १४.१६ टक्के, इको बँक १४.२३, स्टेट बँक ऑफ इंडिया नळदुर्ग १८.५५ टक्के व लोहारा शाखा १९.५५ आणि बँक ऑफ महाराष्ट्र कळंब १६.४९ टक्के या १० बँकाच्या शाखाधिकारी सागर चौगुले, रणजित शिंदे, संजय शिनगारे, दुर्गाप्रसाद जोशी, तारिक अहमद, अय्यप्पा पासवान, शाम शर्मा यांच्यावर गुन्हा नोंद करण्यात आला.

बदलापूर लैंगिक अत्याचार प्रकरण

आरोपी विकृत असल्याचा दोन्ही पत्नींचा जबाब

लोकसत्ता खास प्रतिनिधी

मुंबई : बदलापूर लैंगिक अत्याचार प्रकरणातील आरोपीविरोधात लवकरच आरोपपत्र दाखल करण्याचा निर्णय विशेष तपास पथकाने घेतला असून त्यादृष्टीने आरोपीविरोधात भक्कम पुरावे सादर करण्यासाठी त्याच्या चारित्र्याविषयीची माहिती गोळा करण्याचे काम सुरू आहे. त्याप्रकरणी आरोपीच्या पहिल्या पत्नीचा जबाब नोंदवण्यात आला असून आरोपी लैंगिकदृष्ट्या विकृत असल्याचे त्या म्हटले आहे.

विशेष तपास पथक आरोपी पूर्वी काम करत असलेले ठिकाण, त्याची दुसरी पत्नी व त्याच्या सोबत काम करणाऱ्यांकडून त्याच्याबाबत माहिती घेणार आहेत. दरम्यान, पोलीस व डॉक्टर यांच्यासमोर चौकशीदरम्यान आरोपीने गुन्हा केल्याचे मान्य केले.

आरोपीची तीन लग्न झाली असून सध्या तो तिसऱ्या पत्नीसोबत रहात होता. ती गर्भवती आहे. याशिवाय आरोपीची पहिली पत्नी पालघर येथील एका गावात राहते. तिची माहिती मिळवण्यात तपास पथकाला यश आले असून तिचा जबाब पोलिसांनी नोंदवला आहे. आरोपी लैंगिकदृष्ट्या विकृत असल्यामुळे पाच दिवसांतच तिने त्याला सोडले व परत त्याच्या घरी गेलीच नाही. दरम्यान, आरोपीने चौकशीदरम्यान त्याच्या गुन्ह्यांची कबुली दिली आहे.

तसेच वैद्यकीय तपासणीदरम्यानही डॉक्टरांनी लैंगिक अत्याचाराबाबत विचारलेल्या प्रश्नांमध्येही मुलींसोबत गैप्रकार केल्याचे मान्य केल्याचे एका अधिकाऱ्याने सांगितले. या सर्व माहितीच्या आधारे आरोपीच्या चारित्र्याबाबत अहवाल तयार करण्यात येणार आहे. तो आरोपीविरोधात भक्कम पुरावा ठरू शकेल.

बदलापूरमधील शाळेत काम करणाऱ्या साफसफाई कर्मचाऱ्याने १२ आणि १३ ऑगस्ट रोजी शाळेच्या स्वच्छतागृहात दोन बालिकांवर लैंगिक अत्याचार केल्याचा आरोप आहे. एका पीडित मुलीने तिच्या पालकांना ही घटना सांगितल्यानंतर हे प्रकरण उघड झाले. वैद्यकीय तपासणीत दोन्ही मुलींवर लैंगिक अत्याचार झाल्याचे निष्पन्न झाले. त्यामुळे १६ ऑगस्टला याप्रकरणी पहिला गुन्हा दाखल करण्यात आला आणि १७ ऑगस्टला आरोपीला अटक करण्यात आली.

दोन पत्नींचाही जबाब नोंदवणार

आरोपीविरोधात मुदतीपूर्वी आरोपपत्र दाखल करण्यात येणार आहे. त्यासाठी आरोपीविरोधात भक्कम पुरावे गोळा करण्याचे काम सुरू आहे. आरोपी यापूर्वी कामाला असलेल्या गृहनिर्माण सोसायटीतही जाऊन तेथून त्याच्याबाबतची माहिती घेण्यात येणार आहे. तसेच आरोपीच्या इतर दोन पत्नींचाही जबाब नोंदवण्यात येणार आहे. आरोपीच्या मोबाइलचा सर्फींग डेटा तपासण्याचे काम सुरू आहे.

बाल हिंसाचार रोखण्यासाठी समिती

राज्यात पालक जनजागृती अभियान

लोकसत्ता प्रतिनिधी

पुणे : बदलापूर येथील घटनेनंतर खडबडून जागे झालेल्या राज्य शासनाने राज्यात बाल हिंसाचार रोखण्यासाठी समिती स्थापन केली आहे. या समितीचे कामकाज महिला व बालविकास विभागाचे आयुक्त यांच्या मार्गदर्शनाखाली चालणार आहे. या समितीच्या वतीने पालक जनजागृती अभियान राज्यात राबविण्यात येणार आहे.

बदलापूर येथे घडलेल्या घटनेनंतर महिला व बालविकास विभागाचे मंत्री, शिक्षणमंत्री यांच्या मार्गदर्शनाखाली संयुक्त कृती समिती स्थापन करण्यात आली आहे. या समितीच्या झालेल्या बैठकीत बालकांवर होत असलेला हिंसाचार, अत्याचाराला आळा घालण्यासाठी समिती स्थापन करण्याचा निर्णय घेण्यात आला. त्यानुसार बाल हिंसाचार रोखण्यासाठी समिती स्थापन करण्यात आली आहे. या समितीने बाल हिंसाचार आणि अत्याचार थांबविण्यासाठी शिफारशी कराव्यात, अशा सूचना देण्यात आल्या आहेत.

या समितीने नुकतीच शिक्षण आयुक्त, सामाजिक संस्था, महाराष्ट्र राज्य बाल हक्क आयोग, अतिरिक्त पोलीस महासंचालक महिला सुरक्षा विभाग यांच्याकडून बालकांवर होणारा अत्याचार, समाज कल्याण, बहुजन कल्याण, दिव्यांग कल्याण या विभागांच्या आयुक्तांकडून हिंसाचार कसा रोखता येईल, किंवा असे प्रकार होऊच नये यासाठी कोणती पद्धती अवलंबिता येईल, यावर चर्चा केली. त्यानुसार अभ्यास करून याचा अहवाल शासनाकडे सुपूर्त करण्यात येणार आहे. या अहवालानुसार शासनस्तरावरून राज्यातील प्रत्येक शाळा, अंगणवाडी, बालवाडी, वसतिगृहे आणि इतर सार्वजनिक ठिकाणी बालकांचा होणारा छळ याबाबत कायदेशीर उपाययोजना करण्यात येणार आहेत. याबाबत माहिती देताना महिला व बालविकास विभागाचे आयुक्त डॉ. प्रशांत नारनवरे म्हणाले, की बाल हिंसाचार, अत्याचार रोखण्यासाठी पालक, शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी, पोलीस, विधी अधिकारी, वसतिगृहाची व्यवस्था पाहणारी व्यक्ती, बालकांशी संबंधित विविध संस्था, कर्मचारी यांच्यात जनजागृती करण्यात येणार आहे. घटना घडण्यापेक्षा त्या होऊच नये यासाठी प्रयत्न करण्यात येणार आहे.

राज्यात ऑगस्टमध्ये डेंग्युमुळे १२ जणांचा मृत्यू

सर्वाधिक मृत्यू रायगड , नाशिकमध्ये

लोकसत्ता प्रतिनिधी

मुंबई : राज्यात ऑगस्टमध्ये डेंग्यूचे तीन हजार १७० रुग्ण सापडले असून, त्यापैकी १२ जणांचा मृत्यू झाला आहे. सर्वाधिक मृत्यू रायगड व नाशिकमध्ये झाले आहेत. त्यामुळे जानेवारीपासून आतापर्यंत डेंग्यूच्या मृतांची संख्या १५ वर पोहोचली आहे.

डेंग्यूचे सर्वाधिक रुग्ण मुंबईमध्ये सापडले असले तरी मुंबईमध्ये डेग्यूंने एकही मृत्यू झालेला नाही. गतवर्षीच्या तुलनेत जानेवारी ते ऑगस्ट या कालावधीत डेंग्यूच्या रुग्णांमध्ये वाढ होण्याबरोबरच मृतांच्या संख्येतही वाढ झाली आहे. २०२३ मध्ये ऑगस्टपर्यंत पाच जणांचा मृत्यू झाला होता.

राज्य सरकार डेंग्यू प्रतिबंधासाठी सर्वतोपरीने प्रयत्न करीत असले तरी त्याला फारसे यश आलेले नाही. राज्यामध्ये आतापर्यंत डेंग्यूचे ८ हजार ३१५ रुग्ण सापडले आहेत. राज्यात जानेवारी - जुलैदरम्यान डेंग्यूचे ४ हजार ९६५ रुग्ण सापडले होते. ऑगस्टमध्ये डेंग्यूच्या रुग्णांच्या संख्येत मोठ्या प्रमाणात वाढ झाली. ऑगस्टमध्ये डेंग्यूचे ३ हजार १७० रुग्ण सापडले आहेत. जानेवारी - जुलै या सहा महिन्यांच्या तुलनेत ऑगस्टमध्ये सर्वाधिक रुग्ण सापडले आहेत. तसेच राज्यात जुलैपर्यंत डेंग्यूमुळे तिघांचा मृत्यू झाला होता. ऑगस्टमध्ये डेंग्युमुळे तब्बल १२ जणांचा मृत्यू झाला असून २०२४ मध्ये आतापर्यंत डेंग्यूमुळे मृत्यू झालेल्यांची संख्या १५ वर पोहोचली आहे.

रायगडमध्ये डेंग्यूमुळे सर्वाधिक मृत्यू (४) झाले आहेत. त्याखालोखाल नाशिकमध्ये तिघांचा, तर ठाण्यामध्ये दोघांचा डेंग्युमुळे मृत्यू झाला आहे. तसेच कोल्हापूर, पालघर, नागपूर, गडचिरोली, वर्धा, छत्रपती संभाजी नगरमध्ये प्रत्येकी एका रुग्णाचा मृत्यू झाला आहे. राज्यात डेंग्यूचे सर्वाधिक ९४४ रुग्ण मुंबईमध्ये सापडले आहेत. त्याखालोखाल कोल्हापूर २५२, नाशिक ३४४, पालघर ८५, रायगड ६७ डेंग्यूचे रुग्ण सापडले आहेत. दरम्यान गतवर्षी जानेवारी - ऑगस्टदरम्यान राज्यामध्ये ५ हजार ८६५ डेंग्यूचे रुग्ण सापडले होते. तर पाच जणांचा मृत्यू झाला होता.

हिवतापाचे ४,३६१ रुग्ण

राज्यात डेंग्यूप्रमाणेच हिवतापाच्या रुग्णांच्या संख्येतही वाढ झाली आहे. राज्यामध्ये जानेवारीपासून आतापर्यंत हिवतापाचे ११ हजार ८०८ रुग्ण सापडले आहेत. जानेवारी ते जुलैदरम्यान हिवतापाचे ७ हजार ४७४ रुग्ण सापडले होते. ऑगस्टमध्ये या रुग्णांच्या संख्येत लक्षणीय वाढ झाली असून, तब्बल ४ हजार ३६१ रुग्ण सापडले आहेत. ऑगस्टमध्ये हिवतापाच्या एका रुग्णाचा मृत्यू झाला आहे. तसेच ऑगस्टमध्ये चिकनगुनियाचे ७९६ रुग्ण सापडले आहेत.

ADITYA BIRLA CAPITAL PROTECTING INVESTING FINANCING ADVISING
आदित्य बिर्ला फायनान्स लिमिटेड
नोंदणीकृत कार्यालय : इंडियन रेयॉन कंपाऊंड, वेरावल, गुजरात - ३६२२६६
कॉर्पोरेट कार्यालय : आर-टेक पार्क, १० वा मजला, निरलॉन कॉम्प्लेक्स, वेस्टर्न एक्सप्रेसवे लगत, गोरेगाव (पू.), मुंबई-४०००६३.
"परिशिष्ट - IV-ए" [सिक्युरिटी इंटरेस्ट एन्फोर्समेंट रुल्स, २००२च्या रुल ८ (६) व रुल ९(१) च्या तरतुदी पाहा]
स्थावर मालमत्तेच्या विक्रीकरिता विक्री सूचना
सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एन्फोर्समेंट) रुल्स, २००२च्या रुल ८ (६) व रुल ९(१) च्या तरतुदींसह वाचलेल्या सिक्युरिटायझेशन अँड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनान्शियल ॲसेट्स अँड एन्फोर्समेंट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट ॲक्ट, २००२ (२००२ चा ५४) अंतर्गत स्थावर मत्तेच्या विक्रीकरिता ई-लिलाव विक्री सूचना.
याद्वारा आम जनतेस आणि विशेषकरून ऋणको, सह-ऋणको व गहाणकारांना सूचना देण्यात येते की, सुरक्षित धनकोकडे गहाण असलेल्या याखाली वर्णिलेल्या स्थावर मालमत्तेचा प्रत्यक्ष ताबा "आदित्य बिर्ला फायनान्स लिमिटेड" च्या प्राधिकृत अधिकारींनी घेतला आहे आणि सदर गहाणवट मालमत्तेची विक्री ऋणको / सह-ऋणको व गहाणकार म्हणजेच **वार्सी ट्रेडर्स (मालकीची असलेली) वासीम जावेद खान व महिनकौसर वासीम खान** यांच्याकडील सुरक्षित धनकोंच्या देय वसुलीच्या तारखेपर्यंत रकमेवरील पुढील व्याज व अन्य खर्च आणि **१७.०५.२०२३ रोजीप्रमाणे देणी व देय असलेल्या रु. २,९१,२२,२८१.३८ (रुपये दोन कोटी एक्याण्णव लाख बावीस हजार दोनशे एक्याऐंशी व पैसे अडतीस फक्त) या रकमेच्या वसुलीकरिता** ०८.१०.२०२४ रोजी **"जसे आहे जेथे आहे", "जसे आहे जे काही आहे" व "जे काही आहे तेथे आहे"** या तत्त्वावर ई-लिलावाद्वारा करण्यात येणार आहे.
स्थावर मालमत्तेची (ज्याचे वर्णन याखाली देण्यात आले आहे) राखीव किंमत रु. २,७१,९१,७५०/- (रुपये दोन कोटी एकाहत्तर लाख एक्याण्णव हजार सातशे पन्नास फक्त) आहे आणि इसारा रक्कम ठेव रु. २७,१९,१७५/- (रुपये सत्तावीस लाख एकोणीस हजार एकशे पंच्याहत्तर फक्त) आहे.
स्थावर मालमत्तेचे वर्णन
कमर्शियल ऑफिस नं. एस-३, ऑफिस नं. एस-४ व टेरेस, स्टार झोन बिल्डिंग "ई"च्या बी-विंग बिल्डिंगमधील दुसरा मजला, सर्व्हे नं. १७सी/५+६, सी.टी.एस. नं. ४२०७ व ४२०८, सी.टी.एस. नं. ४२०९ ते ४२१६, सर्व्हे नं. १७ए/२, सर्व्हे नं. १७बी व सर्व्हे नं. १७सी/४, व्हिलेज देवलाली, ता. नाशिक, नाशिक रोड, नाशिक-४२२१०१.
विक्रीच्या सविस्तर शर्ती व अटींकरिता, कृपया सुरक्षित धनकोच्या वेबसाइटवर म्हणजेच https://mortgagefinance.adityabirlacapital.com/Pages/Individual/Properties-for-Auction-under-SARFAESI-Act.aspx किंवा https://sarfaesi.auctiontiger.net यावर तरतूद केलेली लिंक पाहावी.
स्थळ : नाशिक | प्राधिकृत अधिकारी
दिनांक : ३१.०८.२०२४ | (आदित्य बिर्ला फायनान्स लिमिटेड)

निडो होम फायनान्स लिमिटेड
(पूर्वीची एडेलवाइस हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड म्हणून ज्ञात असलेली)
नोंदणीकृत कार्यालय स्थित : टॉवर ३, ५वा मजला, विंग 'बी', कोहिनूर सिटी मॉल, कोहिनूर सिटी, किरोल रोड, कुर्ला (प), मुंबई-४०० ०७०. प्रादेशिक कार्यालय : ऑफिस नं. ४०७-४१०, चौथा मजला, काकडे बीझ आयकॉन, सीटीएस २६८७बी, गणेशखिंड रोड, भाम्बुर्डे, शिवाजीनगर, पुणे-४११ ०१६, महाराष्ट्र.
सरफेसी ॲक्ट, २००२ च्या रुल ८(१) अंतर्गत ताबा सूचना
ज्याअर्थी **निडो होम फायनान्स लिमिटेडचे (पूर्वीची एडेलवाइस हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड म्हणून ज्ञात असलेली)** प्राधिकृत अधिकारी असलेल्या निम्नस्वाक्षरीकारांनी सिक्युरिटायझेशन अँण्ड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनान्शियल ॲसेट्स अँण्ड एन्फोर्समेंट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट (सेकंड) ऑर्डिनन्स (२००२चा आदेश ३) आणि सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एन्फोर्समेन्ट) रुल्स २००२च्या रुल ३ यासह वाचलेल्या सेक्शन १३(१२) अंतर्गत प्रदान केलेल्या अधिकारांच्या अंमलबजावणीत उक्त सूचनेच्या स्वीकृतीच्या तारखेपासून ६० दिवसांच्या आत प्रदानाच्या प्रत्यक्ष तारखेपर्यंत सर्व किंमत, आकार व खर्च यासह उक्त सूचनांमध्ये नमूद केलेल्या रकमेची परतफेड करण्याकरिता संबंधित ऋणकोंवर फर्माविणारी, याखाली सविस्तरपणे दिल्यानुसार ऋणकोंना मागणी सूचना निर्गमित केल्या आहेत. उक्त ऋणको/ सह-ऋणको रकमेची परतफेड करण्यास असमर्थ ठरले आहेत, ऋणको/ सह-ऋणको आणि आम जनतेस याद्वारा सूचना देण्यात येते की, निम्नस्वाक्षरीकारांनी नमूद केलेल्या तारखांदिवशी उक्त रल्सच्या रुल ८ यासह वाचलेल्या उक्त ॲक्टच्या सेक्शन १३(४) अंतर्गत त्यांना प्रदान केलेल्या अधिकारांच्या अंमलबजावणीत याखाली वर्णिलेल्या मालमत्तेचा सांकेतिक ताबा घेतला आहे. विशेषकरून ऋणको आणि आम जनतेस याद्वारा सावध करण्यात येते की, त्यांनी मालमत्तेशी कोणताही व्यवहार करू नये आणि मालमत्तेशी केलेला कोणताही व्यवहार संबंधित तारखांपासून पुढील व्याज, किंमत व आकार यासह त्यात विनिर्दिष्ट रकमेकरिता निडो होम फायनान्स लिमिटेडच्या (पूर्वीची एडेलवाइस हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड म्हणून ज्ञात असलेली) आकाराच्या विषयाधीन असणार आहे.
ऋणको, सह-ऋणको व हमीदार, प्रतिभूती, थकीत देणी, मागणी सूचना इ. तपशील सेक्शन १३(२) अंतर्गत पाठविला आहे आणि त्याखालील दावा केलेली रक्कम व ताब्याची तारीख याखाली दिल्यानुसार आहे :
१. ऋणको, सह-ऋणको, हमीदाराचे नाव व पत्ता / कर्ज खाते क्र. व कर्ज रक्कम :
दिगंबर राजेंद्र चावंके (ऋणको) व जयश्री राजेंद्र चावंके (सह-ऋणको), दोघांचा पत्ता : फ्लॅट नं. २८, ४था मजला, 'ओम रेसिडेन्सी अपार्टमेन्ट', फ्लॅट नं. १+२+६+७, सर्व्हे नं. ५७७/१, स्वामी विवेकानंद नगर, मखमलाबाद, नाशिक सिटी, नाशिक-४२२ ००३. **येथेसुद्धा :** फ्लॅट नं. ९, चावंके टॉवर्स, मखमलाबाद रोड, नाशिक म्युनिसिपल कॉर्पोरेशनजवळ, पंचवटी, नाशिक-४२२ ००३ व शॉप नं. ३, चावंके टॉवर्स, मखमलाबाद रोड, नाशिक म्युनिसिपल कॉर्पोरेशनजवळ, पंचवटी, नाशिक-४२२ ००३.
कर्ज खाते क्र. : एलएनएसकेएसबीआय००००००९४३४४ कर्ज करारनामा तारीख : ३१.१०.२०२२
कर्ज रक्कम : रु. १६,१५,०००/- (रुपये सोळा लाख पंधरा हजार फक्त) **मागणी सूचना तारीख :** ११.०६.२०२४
देय रक्कम : रु. १६,४६,१५९.८५/- (रुपये सोळा लाख शेहेचाळीस हजार एकशे एकोणसाठ व पैसे पंच्याऐंशी फक्त)
ताबा तारीख : ३०.०८.२०२४
मालमत्तेची अनुसूची : पुढील मालमत्तेचे सर्व खंड व तुकडे : फ्लॅट नं. २८, बिल्ट-अप एरिया मोजमापाचा ५८.१० चौ.मी., ४था मजला, 'ओम रेसिडेन्सी अपार्टमेन्ट', फ्लॅट नं. १+२+६+७, सर्व्हे नं. ५७७/१ (पार्ट), स्वामी विवेकानंद नगर, मखमलाबाद, पंचवटी, नाशिक सिटी, नाशिक-४२२ ०१० आणि नाशिक म्युनिसिपल कॉर्पोरेशनच्या मर्यादित, नाशिक-४२२ ००३.
स्थळ : नाशिक | स्वाक्षरी/- प्राधिकृत अधिकारी
तारीख : ३१.०८.२०२४ | निडो होम फायनान्स लिमिटेडकरिता (पूर्वीची एडेलवाइस हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड म्हणून ज्ञात असलेली)

JAIPUR DEVELOPMENT AUTHORITY
Indira Circle, Jawahar Lal Nehru Marg, Jaipur-302004
No : JDA/EE&TA to Dir.Engg.-I/2024-25/D-60 Dated : 30.08.2024
NOTICE INVITING BID
NIB No. : EE & TA to Dir.Engg.-I/13/2024-25
Bids are invited from interested bidders for following works :-

S. No.	UBN No.	Cost of Work (Lacs)	Nature of Work	Last Date
1.	JDA2425WSOB00254	207.92	Plantation	19.09.2024
2.	JDA2425WLOB00259	2785.87	Construction of Nallah & Drain	04.10.2024

Other particulars of the respective bid may be visited on Procurement Portal website www.sppp.rajasthan.gov.in, www.eproc.rajasthan.gov.in and www.jda.rajasthan.gov.in.
Raj.Samwad/C/24/4502
Executive Engineer & TA to Dir.Engg-I

ॲक्सिस बँक लिमिटेड (CIN : L65110GJ1993PLC020769)
नोंदणीकृत कार्यालय : "त्रिशूल", तिसरा मजला, समर्थेश्वर टेंपलसमोर, लॉ गार्डनजवळ, एल्लिस ब्रीज, अहमदाबाद-३८०००६.
स्ट्रक्चर्ड ॲसेट्स ग्रुप, अहमदाबाद शाखा, अहमदाबाद :
स्ट्रक्चर्ड ॲसेट्स ग्रुप, अहमदाबाद मुख्य शाखा, त्रिशूल, ४था मजला, लॉ गार्डनजवळ, समर्थेश्वर टेंपलजवळ, एल्लिस ब्रीज, अहमदाबाद-३८०००६.
ईमेल आयडी : jitendra.popat@axisbank.com; nilay.sharan@axisbank.com
सिल्लोड : ॲक्सिस बँक लिमिटेड, तळमजला, बायपास रोड, सुर्यकिरण, सिल्लोड, शिवाजीनगर, औरंगाबाद-४३११११२, महाराष्ट्र.
स्थावर मालमत्तेच्या विक्रीकरिता विक्री सूचना
परिशिष्ट IV-ए [सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एन्फोर्समेंट) रुल्स, २००२च्या रुल ६(२) व ८(६)] यासह वाचलेल्या)
सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एन्फोर्समेंट) रुल्स, २००२च्या रुल ८(६) व रुल ९ च्या तरतुदींसह वाचलेल्या सिक्युरिटायझेशन अँड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनान्शियल ॲसेट्स अँड एन्फोर्समेंट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट ॲक्ट २००२ अंतर्गत स्थावर मत्तेच्या विक्रीकरिता ई-लिलाव विक्री सूचना.
आम जनतेस आणि विशेषकरून ऋणको १) **मेसर्स प्रवीण कॉटगिन प्रायव्हेट लिमिटेड**, बी-२०२, सफल सॉलिटेअर कॉर्पोरेट पार्क, दिव्याभास्करजवळ, एस. जी. हायवे, मकाराबा, अहमदाबाद, गुजरात-३८००५१ आणि येथे सुद्धा - गट नं. ४२९, ४३०, व्हिलेज - डोंगरगाव, ता. सिल्लोड, औरंगाबाद-४३११११२, महाराष्ट्र आणि गहाणकार / हमीदार म्हणजेच २) **श्री. तौसिफ ए. व्होरा, ३) श्री. तन्वीर ए. व्होरा, ४) श्री. नसिरउद्दीन ए. व्होरा, ५) श्री. अकभरभाई एन. व्होरा**, ५, नूरे मोहम्मद सोसायटी, अमृतबाग जवळ, ॲट बावला, अहमदाबाद-३८२२२० व **६) परवीन ॲग्रो प्रा. लि.**, ए-५०७, सफल सॉलिटेअर, दिव्याभास्करजवळ, एस. जी. हायवे, मकाराबा, अहमदाबाद, गुजरात-३८०००५१, येथेसुद्धा - रुपल रोड, बावला, अहमदाबाद-३८२२२० यांना याद्वारा सूचना देण्यात येते की, याखाली वर्णिलेली मालमत्ता "ॲक्सिस बँक लिमिटेड" म्हणजेच सुरक्षित धनकोकडे गहाण आहे / ताब्यात आहे, जिचा प्रत्यक्ष ताबा सरफेसी ॲक्ट अंतर्गत "ॲक्सिस बँक लिमिटेड"द्वारा फाईल केलेल्या २०१७चा सेक्शन १४ अर्ज म्हणजेच सिक्युरिटायझेशन अर्ज क्र. ८९ यावर जिल्हा न्यायाधीश औरंगाबाद यांच्याद्वारा दिनांकित २६ फेब्रुवारी, २०१८ आदेशाच्या निष्पादनात ०८ फेब्रुवारी, २०२२ रोजी माननीय मामलतदार, सिल्लोड औरंगाबाद यांच्याद्वारा घेण्यात आला आहे. त्यानंतर माननीय मामलतदार, सिल्लोड औरंगाबाद यांनी "ॲक्सिस बँक लिमिटेड"च्या म्हणजेच सुरक्षित धनको यांच्याकडे याखाली नमूद केलेल्या तारणगहाण मत्ता / मालमत्ता आणि गहाणवट मालमत्तेचा प्रत्यक्ष ताबा सोपविला आहे, सदर स्थावर मालमत्तेची विक्रि "ॲक्सिस बँक लिमिटेड" म्हणजेच सुरक्षित धनकोकरिता १) **मेसर्स प्रवीण कॉटगिन प्रायव्हेट लिमिटेड** व गहाणकार / हमीदार म्हणजेच २) **श्री. तौसिफ ए. व्होरा, ३) श्री. तन्वीर ए. व्होरा, ४) श्री. नसिरउद्दीन ए. व्होरा, ५) श्री. अकभरभाई एन. व्होरा, ६) परवीन ॲग्रो प्रा. लि.** यांच्याकडील "ॲक्सिस बँक लिमिटेड"ची देणी, आकस्मिक खर्च, आकार, किंमत, इ. व प्रदानाच्या तारखेपर्यंत त्यावरील १५ फेब्रुवारी, २०१७ पासून संविदात्मक दरातील पुढील व्याजासह १४ फेब्रुवारी, २०१७ रोजीप्रमाणे देय रक्कम असलेली, सर्फेसी ॲक्टच्या सेक्शन १३(२) अंतर्गत निर्गमित केलेल्या दिनांकित १४ फेब्रुवारी, २०१७ मागणी सूचनेनुस