

आशियातील सर्वात मोठ्या स्वयंसेवी ग्राहक संघटनेचे मुखपत्र

RNI No. MAHBIL/2011/39044

वर्ष १२ | अंक ०३ | जून २०२३ | मूल्य रु. ५/-



Grahak Tituka Melwawa

ग्राहक

तिठुका मेळवावा



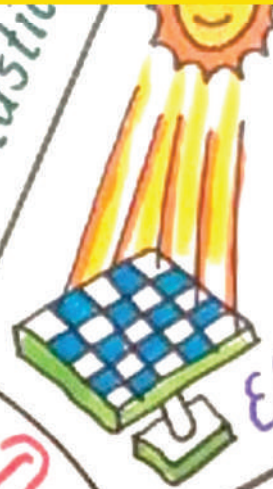
जागतिक पर्यावरण दिन

५ जून

Save Mother Earth



Real Plastic



Save Electricity



Reduce Reuse Recycle

Save



Pollution



Save Water

मॅंगो हॉलिडेज देणार ग्राहकांना रद्द झालेल्या सहलींचा संपूर्ण परतावा

– अॅड. शिरीष देशपांडे, कार्याध्यक्ष

मॅंगो हॉलिडेजने अखेर केंद्रीय ग्राहक संरक्षण प्राधिकरणाकडे (CCPAकडे) आपण केलेल्या तक्रारींतील अंतिम आदेशानुसार कोरोना काळातील त्यांच्या रद्द झालेल्या



सहलींचा संपूर्ण परतावा (व्हिसा फी आणि विमा प्रिमियम वगळून) पर्यटकांना देण्याची तयारी केली असल्याचे समजते. त्यातील काही ग्राहकांनी त्यांना मे महिन्याच्या चौथ्या

आठवड्यात प्रत्यक्ष परतावा मिळाल्याचेही आपल्याला कळवले असून त्याबद्दल मुंबई ग्राहक पंचायतीचे आभारही मानले आहेत.

कोरोना काळातील लॉकडाऊनमुळे रद्द झालेल्या देश-विदेशाच्या पर्यटन सहलींचा परतावा देण्यास नकार देणाऱ्या वीणा वर्ल्ड, केसरी टूर्स, मॅंगो हॉलिडेज अशा काही आघाडीच्या पर्यटन कंपन्यांविरुद्ध मुंबई ग्राहक पंचायतीने केंद्रीय ग्राहक संरक्षण प्राधिकरणाकडे तक्रारी दाखल करून या ग्राहकांना त्यांच्या भरलेल्या रकमांचा संपूर्ण परतावा मिळण्याची मागणी केली होती.

यापैकी मॅंगो हॉलिडेज या कंपनीची मुंबई जिल्हाधिकाऱ्यांमार्फत रीतसर चौकशी करून परतावा देण्यास नकार देणे किंवा परतावा देताना सहल रद्द झाल्याचे शुल्क आकारणे ही कायद्यातील अनुचित व्यापारी प्रथा ठरते हा मुंबई ग्राहक पंचायतीचा मुद्दा ग्राहक प्राधिकरणाने मान्य करून मॅंगो हॉलिडेजची ती अट रद्दबातल करत असल्याचे घोषित केले. तसेच कंपनीने परतावा मागणाऱ्या सर्व ग्राहकांना त्यांनी भरलेल्या संपूर्ण रकमांचा परतावा, तीस दिवसांच्या आत कोणत्याही प्रकारचे सहल रद्द झाल्याचे शुल्क न आकारता, देण्याचा आदेशही पारित केला होता. शिवाय ज्या ग्राहकांना असे शुल्क वजा करून कंपनीने यापूर्वी परतावा दिला असेल त्या सर्व ग्राहकांनासुद्धा ते वजा केलेले शुल्क परत करण्याचे आदेश ग्राहक प्राधिकरणाने २५ नोव्हेंबर २०२२ रोजी दिले होते. या निर्णयाविरुद्ध मॅंगो हॉलिडेजने मुंबई उच्च न्यायालयातही धाव घेतली होती. परंतु काही कारणांनी मॅंगो हॉलिडेजने आता CCPAच्या आदेशाची अखेर पूर्तता करण्याचे ठरवल्याचे दिसतंय. काहीही असो, मॅंगो हॉलिडेजच्या या ग्राहक सुखाय कृतीचे स्वागतच आहे. ◆

‘गो फर्स्ट’च्या ग्राहकांना दिलासा

गो फर्स्ट एअरलाईनने त्यांची उड्डाणे रद्द करून स्वतःहून दिवाळखोरी जाहीर करून घेण्यासाठी National Company Law Tribunal (NCLT)कडे धाव



घेतली. त्यावर NCLT ने सुद्धा एअरलाईनचा दिवाळखोरीचा अर्ज त्वरीत दाखल करून घेत त्यावर अस्थायी दिवाळखोरी निवारक (Interim

Resolution Professional) नेमल्याची घोषणा केली. या IRP ने तिकिट परताव्यासंबंधित सर्व संबंधित प्रवाशांचे

पुराव्यांचे लेखी दावे २४ मे पर्यंत स्विकारण्यात येतील, असे जाहीर केले होते.

‘गो फर्स्ट’चे बरेच प्रवासी सध्या पर्यायी व्यवस्था करून पर्यटनासाठी बाहेर गावी गेले असल्याने या प्रवाशांना इतक्या अल्पावधीत आपले परताव्याचे दावे सादर करणे अवघड असल्याने याबाबत मुदतवाढ देण्याची मागणी आपण त्यांच्याकडे केली होती. त्याला IRP अभिलाष लाल यांनी प्रतिसाद दिला आहे. हे प्रवासी ८ ऑगस्ट २०२३ पर्यंत आपले परताव्याचे दावे दाखल करू शकतील, असे त्यांनी मुंबई ग्राहक पंचायतीला कळवले आहे. ◆

मुंबई ग्राहक पंचायत

विश्वस्त मंडळ

डॉ. बाळ फोंडके
अनुराधा गोरे
ललिता कुलकर्णी
अनुराधा नरसाळे
संजीव मंत्री

अध्यक्ष

डॉ. बाळ फोंडके

उपाध्यक्ष

अनुराधा गोरे

कार्यकारी मंडळ

अॅड. शिरीष देशपांडे (कार्याध्यक्ष, स्वीकृत)
अनुराधा देशपांडे (कार्योपाध्यक्ष)
प्रभाकर गवाणे (कार्योपाध्यक्ष)
अनिता खानोलकर (कार्यवाह)
ज्योती मोडक (कार्यवाह)
रविंद्र सहस्रबुद्धे (खजिनदार)

सभासद

छाया वारंगे, शीला देवळेकर,
राजेंद्र राणे, शुभदा चौकर,
मंगला गाडगीळ, अनघा आचरेकर,
विवेक केळकर, शर्मिला रानडे,
आलोक हर्डीकर (स्वीकृत),
अभय जोशी, पराग रेडकर,
अर्चना पानगांवकर (स्वीकृत),
प्रकाश पाटील, उदय पिंगळे (स्वीकृत)

निमंत्रित

• संघटन विभाग प्रमुख

या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या मतांशी संपादक/
संघटना सहमत असतीलच असे नाही.

अनुक्रमणिका

मॅगो हॉलिडेज देणार ग्राहकांना रद्द झालेल्या सहलींचा संपूर्ण परतावा	२
‘गो फर्स्ट’च्या ग्राहकांना दिलासा	२
‘मी सुजाण ग्राहक’ विजेत्यांचे अभिनंदन!	४
संपादकीय	५
हसरी ‘सदाफुली’!	६
ग्राहक जागृतीसाठी रंजक नाटकली	७
प्लास्टिकमुक्त शिवाजी पार्क	८
चैत्रगौरीची हिरवी पूजा!	९
आमचे प्लास्टिक, आमची जबाबदारी	९
Do you Save Water in These Ways?	११
रद्द सहलींचा परतावा	१२
राळं- फॉक्सटेल मिलेट	१३
वसई विभागाची अनोखी सहल	१४
बोरिवली विभागाचा वार्षिक मेळावा उत्साहात साजरा	१५
पासपोर्टसाठी अर्ज करताना सावधगिरी बाळगा	१६
प्रतिसाद	१७
वाचू आनंदे	१८
Comfort at the Cost of Life!	१८
Do You Know How Ola, Uber Charge You?	१९
Accounts in the names of Minors	२२

माझी पर्यावरणीय कृती

ग्राहक पंचायतीकडून बाळकडू मिळाल्यामुळे असेल, पण आपले सर्व सभासद पर्यावरणाच्या बाबतीत जागरूक आहेत. काही जण पर्यावरण रक्षणासाठी नवनवीन कल्पना प्रत्यक्षात आणत असतात. यासंदर्भातील भले छोटेसे असेल, पण प्रत्येक पाऊल महत्त्वाचे आहे. ते इतरांनी अनुसरावे, असे असू शकते. अशा तुमच्या क्लुप्त्या आम्हाला कळवत राहा. या mpanchayat@gmail.com इमेल अॅड्रेसवर थोडक्यात लिहून पाठवा.

- ❖ संपादक :- शुभदा चौकर
- ❖ संपादकीय साहाय्य :- सुमिता चितळे, नेहा जोशी, शर्मिला नाईक, उदय पिंगळे
- ❖ सल्लागार :- अॅड. शिरीष देशपांडे, वसुंधरा देवधर
- ❖ मुखपृष्ठ :- राजेंद्र राणे
- ❖ अक्षरजुळणी व रचना, कला व मुद्रण :- इंडिया प्रिंटिंग वर्क्स, वडाळा, मुंबई

‘मी सुजाण ग्राहक’ विजेत्यांचे अभिनंदन!

१५ मार्च ह्या आंतरराष्ट्रीय ग्राहक हक्क दिनानिमित्त घेतलेल्या ‘मी सुजाण ग्राहक’ स्पर्धेला दिलेल्या उदंड प्रतिसादाबद्दल सर्व वाचकांचे अभिनंदन आणि धन्यवाद!

ह्या स्पर्धेसाठी सुमारे ५० वाचकांनी त्यांचे मुद्दे लिहून पाठवले. मासिकाच्या टीमने परीक्षण केले.

विजेत्यांची नावे पुढीलप्रमाणे:

• शिल्पा दिलीप चौधरी, वसई	• श्रेया सहस्रबुध्दे, पुणे	• राजकुमार दोशी, ताडदेव, मुंबई
• किरण कोठारे	• श्रीनिवास करमरकर	• पौर्णिमा सुतार
• डॉ. रोहिणी चंद्रात्रे - वाघमारे, मुंबई		

पाच ऐवजी आम्ही ७ स्पर्धकांना विजेते म्हणून घोषित केले आहे. अधूनमधून या लेखकांचे मुद्दे आपल्या अंकात प्रसिद्ध केले जातील.

विजेत्यांचे मुद्दे:

- आम्ही ग्राहक संघाकडूनच सर्व प्रकारचे सामान खरेदी करतो.
- खाण्याचे पदार्थ, वीजेचे सामान, सोने, स्वयंपाकघरातील भांडी तसेच दुचाकी/चारचाकी इ. वाहन खरेदी करताना आवश्यकतेनुसार एक्सपायरी डेट, ISI मार्क, हॉलमार्क तसेच गॅरंटी/वॉरंटी व संबंधित कागदपत्रे व बिलाची खात्री करून घेतो.
- अत्यावश्यक गरजेनुसार सामानाची यादी तयार करून शक्यतो स्वदेशी सामान, शक्यतेवढ्या जवळच्या विक्रेत्याकडून खरेदी करतो, जेणेकरून भविष्यात दुरुस्ती/सेवा करून घेणे सोयीस्कर व्हावे.
- एक आठवडा पुरेल इतकाच ताजा भाजीपाला/ फळे शक्यतो स्थानिक शेतकरी व आदिवासीकडून किमतीची घासाघीस न करता खरेदी करतो.
- औषधे खरेदी करताना डॉक्टरांनी दिलेल्या प्रिस्क्रिपशन prescription प्रमाणे व एक्सपायरी डेटची खात्री करून पावती घेतो.

~~~~~

- शिल्पा दिलीप चौधरी, वसई

- Anytime if I want to buy something, I ask question to myself that, Do I really need this? I always ask this question to all my family members too.
- Reduce, Reuse and recycle we all family members follow this.
- I ask for receipt of payment. if somebody refuses, I just leave that shop.
- I always read label, for all the details such as manufacturing date, expiry date, address etc. If product does not mention this, I don't buy.
- I never purchase in stock clearance sales.

Dr. Rohini Chandratre Waghmare, Mumbai



## पर्यावरण – जागृती व कृती!

आम्रतरू हा धरी शिरावर प्रेमळ निज साउली  
मृदुल, कोंवळी श्यामल हिरवळ पसरे पायांतळी...  
कवयित्री शांता शेळके यांच्या कवितेतल्या या ओळी  
आज आठवण्याचे कारण म्हणजे यंदाच्या पर्यावरण दिनी  
(५ जून) ठिकठिकाणी आंब्याच्या कोयी जमवण्याचे  
अभियान अनेक वृक्षप्रेमी गट हाती घेत आहेत.

शांताबाई म्हणतात त्याप्रमाणे आंब्याची झाडे का  
लावायची, तर प्रेमळ सावली कायम मिळावी म्हणून!  
आंब्याच्या कोयी रुजवून कधी हापूस, पायरी आंबे नाही  
लागत. त्यासाठी कलम करावे लागते. पण कोय रुजवली  
की त्यापासून साधे, गावठी आंबे देणारे आम्रतरू तरारू  
शकतात. त्याची गावठी आंब्याची फळे प्राणी-पक्ष्यांची भूक  
भागवू शकतात. आपल्याला सतत गारवा मिळू शकतो,  
जमिनीची धूप थांबू शकते.



धातूचा गणपती

पर्यावरण दिन जवळ आला की  
सुजाण आणि सक्रीय मंडळी असे  
नवनवे उपक्रम घेऊन आपल्यासमोर  
येतात. 'राखा पर्यावरण, नाहीतर  
पर्याय मरण!' अशा अवस्थेत  
असताना आपल्याला पर्यावरण  
रक्षणासाठी जे जे करता येईल, ते ते  
अधिकाधिक करणे क्रमप्राप्त आहे.

अलीकडे आपल्यापैकी अनेक जण प्लास्टिक, रॅपर्स  
इ. सुका कचरा वेगळा ठेवून तो रिसायकलिंगसाठी देतो.  
अनेक संघ हे काम सातत्याने करत आहेत. त्याबद्दलचे वृत्त  
या अंकात आहे. आपल्या सुजाण सभासदांपैकी आणखी  
कोण कोण, काय काय करतेय याचा वेध घेत राहूया आणि  
त्यातील शक्य तितक्या कल्पना अंमलात आणत राहूया-

- यंदा अनेकांनी आंब्याच्या पेटीतले गवत पक्ष्यांना घरटं  
बांधण्यासाठी मोकळ्या जागेत ठेवून त्यांना देऊ केलं.  
काहींनी तो पेंढा चक्क चिरून खत-पेटीत टाकला.
- ओल्या कचऱ्याचे कंपोस्टिंग आपले अनेक  
सभासद घरच्या घरी करत आहेत. कुणी जाळीदार  
टोपलीत, कुणी भोकदार बादलीत, कुणी माठात.  
आपल्या काही पंचायत पेठांत त्याचे प्रात्यक्षिकही

पाहायला मिळत असते.

- अनेक जण बिया जमवून सीड बँकेला किंवा नर्सरीला  
रोपे करण्यासाठी देत आहेत.
- आता गणपती उत्सवाचे वेध लागलेत. शाडू मातीच्या  
मूर्तीचा आग्रह, पीओपी मूर्तींना मज्जाव याबद्दलच्या  
बातम्या आपण वाचल्या असतील. घरच्या घरी  
विसर्जित होऊ शकणाऱ्या छोट्याश्या मातीच्या मूर्ती,  
ट्री-गणेश, धातूची कायमस्वरूपी मूर्ती, दगडाचे शिल्प  
असे पर्याय स्वीकारले की देवकार्य करताना अधिक  
समाधान वाटते, असे अनेकजण सांगतात.
- अनेक जण आपापल्या गावात 'एक गाव एक गणपती'  
हा विचार रुजवताना दिसत आहेत.
- गणपती व अन्य सण-उत्सवांच्या उत्साहात प्रकाशाचे,  
आवाजाचे आणि प्लास्टिक, थर्माकोलचे प्रदूषण  
निर्माण न करण्याचे भान अनेक जण जपत आहेत.
- घरात इंटरिअर डेकोरेशन करताना पीओपीचे फॉल्स  
सिलिंग, अतिरेकी रोषणाई यांचा वापर आवर्जून  
टाळण्याकडे कल वाढत आहे.
- बाजारात अजूनही सर्रास पातळ प्लास्टिक पिशव्यांचा  
सुळसुळाट असतो. आपले सभासद मात्र खात्रीने  
कापडी पिशव्या वापरत आहेत. तसा संदेश समाजाला  
देण्यासाठी नुसती जागृती नाही, तर जोमदार कृती  
करताना दिसत आहेत.
- प्लास्टिकच्या पाण्याच्या बाटल्या, प्लेट यांचा वापर  
टाळूनच पार्टी, समारंभ करण्याचे संकेत कष्टपूर्वक  
पाळत आहेत.
- घरातल्या जुन्या कपड्यांपासून पासपुसणी, पांघरुणे,  
डस्टर करण्याची आपली जुनी परंपरा आता अनेक  
घरात पुन्हा रुजली आहे.

आणखी कोण कोण, काय काय करतंय हे कळवत  
राहा. त्या कल्पना इतरांनाही अनुसरता येतील. पर्यावरणीय  
कल्पना-कृतींची बँक आपल्याला आता करायला हवी. तो  
बँक बँलन्स आपण जितका वाढवू तितके आपले भविष्य  
सुखकर होणार आहे!

- शुभदा चौकर



## हसरी 'सदाफुली' !

- अॅड. शिरीष देशपांडे

एकेकाळचे ख्यातनाम बिल्डर डी. एस. कुळकर्णी आणि त्यांच्या पत्नी यांच्या कथित आर्थिक घोटाळ्यांमुळे जसे हजारो गुंतवणूकदार फसवले गेले, तसेच यामुळे त्यांचा तळेगाव येथील जवळजवळ ७५-८० टक्के पुरा होत आलेला 'डीएसके सदाफुली' हा गृहप्रकल्प सुद्धा ठप्प झाला. डीएसके पती-पत्नी गेली दोन अडीच वर्षांहून अधिक काळ तुरुंगात असल्याने त्यांची तळेगावची 'सदाफुली' सुद्धा पार कोमेजून गेली.



अशावेळी या 'सदाफुली' प्रकल्पातील ग्राहकांनी मुंबई ग्राहक पंचायतीकडे धाव घेतली. मुंबई ग्राहक पंचायतीने

त्यांना योग्य मार्गदर्शन केले. महारेराचे तत्कालीन अध्यक्ष गौतम चॅटर्जी यांनी डॉ. निरंजन हिरानंदानी आणि माझी विशेष Conciliators म्हणून नेमणूक केली. मोठ्या शर्थीने या प्रकल्पाचे पुनरुज्जीवन करून, नवा बिल्डर शोधून हा प्रकल्प महारेराच्या सहकार्याने मार्गी लावण्यात यश आले. (याबाबत सविस्तर वृत्तांत तुम्ही फेब्रुवारी महिन्याच्या मासिकात वाचला असेलच.)

आणि आता सर्वात आनंदाची बातमी म्हणजे हा प्रकल्प, 'पलाश सदाफुली' या नव्या नावाने पूर्ण होऊन २८ एप्रिलला Occupation Certificate मिळाले आहे. त्यामुळे तळेगावातील 'सदाफुली' आता पुन्हा एकदा बहरली आहे.

ही छान बातमी 'सदाफुली'चे प्रदीप वांद्रेकर यांनी कळवली आणि दशरथ पुजारींचे एकेकाळचे लोकप्रिय गीत थोड्या वेगळ्या शब्दांत माझ्या ओठांवर आले-

अजून त्या इमारतीच्या मागून  
सदाफुली ('त्या') दोघांना हसते,  
तुरुंगातील त्या आठवणींनी

शेवंती कासावीस होते.

## Satisfying Experience

It is important to accept that there is a problem, in the first place. MahaRERA had the intent to find a solution with the help of all stakeholders. When Home buyers, Consumer Rights Organisation, Developers, Developer Organisations, Financial Institutions, and the Real Estate Regulatory Authority share the same vision, the result is miraculous. Though the financial institutions are not within the ambit of RERA, MahaRERA and

Conciliators could bring Tata Finance to the discussion table and persuade them to a settlement of the loan amount. Palash Sadafuli (erstwhile DSK) is an excellent example of teamwork. The end result is satisfying. This model should be largely talked about and replicated to give solace to the aggrieved home buyers.

- Comment from **Gautam Chatterjee**,  
Ex Chairman, MahaRERA.

## तळेगाव सदाफुली प्रकल्पातील ग्राहकांच्या काही प्रातिनिधिक प्रतिक्रिया

### विश्वासावर जिंकलो!

डीएसकेना अटक ही आम्हा सदनिका ग्राहकांना धक्कादायकच बातमी होती. तरीसुद्धा मला खात्री होती, विश्वास होता हा 'सदाफुली' प्रकल्प पूर्ण होईल. मग १५० सभासद, मुंबई ग्राहक पंचायत, सहकार खात्याचे निबंधक, महारेरा, नवाथे आर्किटेक्ट, टाटा कॅपिटल, ह्यांचा संपर्क कायम ठेवला. ग्राहक पंचायतीच्या सल्ल्याने आणि महारेराच्या आदेशानुसार झालेल्या हिरानंदानी/देशपांडे यांच्या सलोखा मंचाच्या तोडयानुसार जीएस असोशिएट्सनी बांधकाम पूर्ण केले आणि त्यामुळे सदनिका ग्राहकांना ताबा मिळण्याचा सोनियाचा दिवस आला.

आचार्य विनोबा भावे यांनी सांगितले होते की, माणूस श्वास आणि विश्वासावर जगतो. मी तर आमच्या १५० सदनिका ग्राहकांचा विश्वास मिळविला, अनुभवला आणि या विश्वासाच्या जोरावरच 'सदाफुली'चा आमचा प्रकल्प पूर्ण झाला.

– प्रदीप वांद्रेकर

### इंद्रायणी काठी...

संत तुकाराम महाराजांच्या गाथा इंद्रायणी नदीत, त्याकाळी काही असामिजक तत्वांनी बुडवल्या. परमेश्वर कृपेने त्या काही दिवसानी गाथा पुन्हा प्रकटल्या, तरल्या. चमत्कार घडला.

तसाच अनुभव, इंद्रायणी नदीजवळच्या 'पलाश सदाफुली' तळेगाव येथील आमच्या सदनिकेचा ताबा घेतांना आला. गमावलेला उत्साह पुन्हा अवतरला.



डीएसके सदाफुली तळेगाव प्रकल्प काही कारणाने बुडीत गेला. आर्थिक नुकसानीबरोबर प्रचंड नैराश्य फसवलं गेल्याचं दुःख होतंच. अशावेळी महारेरा, अॅड. शिरीष देशपांडे, ग्राहक पंचायतीचा सलोखा मंच, आम्ही सर्व सभासद, कमिटी मॅबर्स, महारेराने नेमलेली बिल्डर्स कमिटी, नवीन विकासक जितुभाई ह्या सर्वांच्या अथक परिश्रमातून अशक्य, असंभवनीय वाटणारा सदाफुली तळेगाव संकुल प्रकल्प तरला, प्रत्यक्षात अवतरला. नवीन विकासकाने कुठलीही कसर सोडलेली नाही. असा देखणा संकुल, क्लब हाऊस, जिम, गार्डन, लिफ्टसह छान, मोकळं, उत्तम लोकेशन अशा वैशिष्ट्यांसह वरील सर्वांच्या सहकाऱ्यांबद्दल धन्यवाद! सहकार्य, निष्ठा, विश्वास ह्या जोरावर 'प्रयत्नांती परमेश्वर' अशी अनुभूती आली.

– श्रीनिवास प्रभुदेसाई

अशाच अर्थाच्या प्रतिक्रिया या प्रकल्पाचा ताबा मिळालेल्या अनेक घरमालकांनी पाठवल्या आहेत. ♦

## ग्राहक जागृतीसाठी रंजक नाटकली

– रंजना मंत्री

पाच एप्रिल रोजी 'सखी साऱ्याजणी' शाखा दादर, या मंडळाच्या अध्यक्ष सुजाता मोघे यांनी त्यांच्या मंडळाचा



'सखी साऱ्याजणी' दादर, या मंडळात कार्यक्रम सादर करताना ममता आठल्ये, वृषाली आठल्ये, मंगला गाडगीळ, अंजली पोतदार आणि रंजना मंत्री.

या वर्षीचा शेवटचा कार्यक्रम आयोजित करताना मंडळाच्या सख्यांना 'ग्राहक जागरूकता व मुंबई ग्राहक पंचायत संस्थेचे महान कार्य' या विषयी माहिती द्यावी, असे ठरवले. सखी मंडळाच्या या कार्यक्रमाला ५० सख्यांनी हजेरी लावली होती. त्यात ममता आठल्ये, वृषाली आठल्ये, मंगला गाडगीळ, अंजली पोतदार आणि रंजना मंत्री यांनी नाटकली सादर केली. त्या नाटकलीतून मुंबई ग्राहक पंचायतीच्या कामाचे विविध पैलू दाखविण्यात आले. नाटकली सादरीकरणानंतर कार्यक्रमात शेवटी विचारलेल्या प्रश्नांची समाधानकारक उत्तरे देण्यात आली. तसेच BIS care app कसे डाऊनलोड करावे व त्यावरून कशी माहिती मिळवावी याचे प्रात्यक्षिक मंगला गाडगीळ यांनी करून दाखवले. ♦

# प्लास्टिकमुक्त शिवाजी पार्क

– रंजना मंत्री

MGP च्या दादर-माहिम-बांद्रा विभागातर्फे १५ मार्च २०२३ रोजी जागतिक ग्राहक हक्क दिनानिमित्त शिवाजी पार्क दादर येथे 'Shivaji Park- No Plastic Zone' हा प्रकल्प हाती घेण्यात आला. शिवाजी पार्क मैदानाच्या भोवती, कट्ट्यावर अनेक भाजीवाले सकाळच्या वेळेत ताजी भाजी, फळे, फुले विकण्यासाठी बसत असतात. बरेचजण भाजीवाल्याने दिलेल्या पातळ प्लास्टिक पिशवीतूनच भाजी नेतात. यात बदल व्हावा, कापडी पिशवी घरून आणण्याची सवय लागायी यासाठी विभाग कार्यकर्त्यांनी



प्रत्यक्ष ठिकाणावर जाऊन विक्रेते व ग्राहक यांच्याशी संवाद साधण्यास सुरुवात केली. 'आपल्या आरोग्याप्रमाणेच पर्यावरणालाही महत्त्व द्या' असे समजावून सांगण्यास सुरुवात केली. तसेच प्लास्टिक पिशवीला पर्याय म्हणून विभागातर्फे तेथील विक्रेत्यांना कापडी पिशव्या दिल्या, तर ताडगोळे व जांभळे यासारख्या नाजूक फळांसाठी कागदी पिशव्या दिल्या. या कागदी पिशव्या विभागाच्या कार्यकर्त्यांनी स्वतः बनवून दिल्या. तसेच दुकानातील वस्तू बांधून घरी आलेल्या खाकी कागदी पिशव्या देखील जपून ठेवून त्याही आणून दिल्या. या प्रयत्नाला हातभार लावण्यासाठी 'My Green Society' या सामाजिक संस्थेने कापडी पिशव्या देऊन फार मोठे सहकार्य केले आहे. या पिशव्या त्यांच्या संस्थेकडून 'वाडा' येथे गरजू महिलांना रोजगार उपलब्ध करून देऊन बनवून घेतल्या जातात.

विभागाच्या या प्रयत्नाला आता हळूहळू चांगला प्रतिसाद मिळू लागला आहे. त्या परिसरातील श्री समर्थ व्यायाम मंदिर व उद्यान गणेश मंदिर समिती यांनीही उपक्रमात सहकार्य देण्याचं मान्य केलं आहे.

याच प्रकल्पाचा पुढील एक भाग म्हणून विभागातर्फे शनिवार १३ मे रोजी सकाळी सायकल रॅलीचे आयोजन करण्यात आले होते. अँटोनियो डिसिल्वा, प्रसाद किणी, रवी अग्रवाल व अँड. ज्योती कोल्हे या तरुण सायकलस्वारांनी आपल्या इतर सहकाऱ्यांसह यात हिरीरीने भाग घेतला होता.

MGP, दादर-माहिम-बांद्रा विभागाच्या अध्यक्ष डॉ. मानसी राजाध्यक्ष यांनी शिट्टी वाजवून या रॅलीला सुरुवात करून दिली व त्या स्वतः रॅलीत सर्वांच्याबरोबर चालत सहभागी झाल्या. MGPचे विश्वस्त व अंधेरी-जोगेश्वरी विभाग अध्यक्ष संजीव मंत्री, अनुजा मंत्री यांसह आपले अनेक सभासद व विद्यार्थी मोठ्या संख्येने व मोठ्या उत्साहात घोषणा देत सहभागी झाले होते. MGPच्या लोगोसकट, Avoid Plastic Bags, Use Cloth Bags, Save Environment अशी घोषवाक्य लिहिलेले फलक यावेळी सर्वांच्या हातात होते.

या संपूर्ण उपक्रमाचे महत्त्व सोशल मिडियाच्या माध्यमातून इतरांपर्यंत पोहोचवण्यासाठी विभाग कार्यकर्त्यांच्या सहकार्यातून @mgp\_dadar\_mahim\_bandra हे Instagram page तयार करण्यात आले आहे.

दादरच्या कार्यकर्त्यांनी याबाबत महापालिकेशी बोलणी केली आहेत. पालिकेचा प्रतिसाद उत्तम आहे. ♦

| नवीन संघ |                        |          |          |
|----------|------------------------|----------|----------|
| मुंबई    | विंटर ग्रीन ग्राहक संघ | 31224 BO | सभासद 14 |
| ठाणे     | अँक्युरी ग्राहक संघ    | 15658 TN | सभासद 21 |
| ठाणे     | संगिनी ग्राहक संघ      | 15659 TN | सभासद 10 |
| ठाणे     | लक्झरिया ग्राहक संघ    | 15660 TN | सभासद 12 |
| पालघर    | गुरु गोरखनाथ संघ       | 16154 PL | सभासद 07 |



## चैत्रगौरीची हिरवी पूजा!

- मोक्षदा नूलकर, कार्यकर्ती, चेंबूर विभाग

वसंत ऋतूत झाडाला नवी पालवी येते. निसर्गात आनंदोत्सव सुरू होतो. तसाच उत्सव घरात साजरा करावा, हा विचार मनात आला. मग ठरले - हिरवी पूजा करायची!

आमच्या 'आनंदमेवा' या शिबिरातल्या लहान मुलांनी व आई-बाबांनी मिळून सर्व गोष्टींचे नियोजन करायचे ठरले. सर्वप्रथम आई-बाबांनी मुलांना या पुजेचे महत्त्व सांगितले. या काळात झाडांना पाने येण्यास सुरुवात होते. त्यांचा रंग हिरवा असतो, जो पानातील क्लोरोफिलमुळे येतो. त्यामुळे झाडे स्वतःचे अन्न तयार करतात. खऱ्या अर्थाने तीच खरी 'हिरवी पूजा' होय. निसर्गाप्रती कृतज्ञता व्यक्त करण्यासाठी ही पूजा!

आमच्याकडे चैत्रगौरीच्या हळदीकुंकवाचा दिवस उजाडला. लगबग सुरू झाली. दारावर आंब्याच्या पानांचे तोरण चढले. जिन्यावर व दारासमोर रांगोळी सजली.

पारंपरिक पद्धतीने सजावटीसाठी पायऱ्यापायऱ्यांची रचना केली. अन्नपूर्णादेवीच्या बाजूला झाडांची आरास केली. चंपा व मोगऱ्याची सजावट केली. फुलांचा सुगंध घरभर दरवळला. एकेका पायरीवर मुलांनी केलेल्या ओरिगामीच्या

फुलांची मांडणी केली. पायरीवर पन्हे, आंबेडाळ आणि आंबे, हरभरे असा पौष्टिक नैवेद्य ठेवला.

ह्या पदार्थातून आपल्याला प्रोटीन्स व इतर जीवनसत्त्वे मिळतात, म्हणून छान रंगसंगती साधून हे पदार्थ केले. या महिन्यात बाजारात भरपूर उपलब्ध असलेल्या रानमेव्याचीसुध्दा (जाम, करवंद, जांभळे, राय-आवळे) सजावट देवीसमोर केली.

हे वर्ष भरड धान्य वर्ष, म्हणून खास ज्वारी, बाजरी, नाचणी, राजगिरा, वरई या पंचधान्याची सुंदर नक्षीदार रांगोळी काढली. यापासून आपल्याला कोणते पोषक घटक मिळतात, हे मुलांना सांगितले.

मुलांनी स्वतःच्या परिसरातून वेगवेगळ्या आकाराची पाने गोळा करून त्यापासून भेटकार्ड तयार केली.

मुलांसाठी जो खाऊ तयार केला होता, तो बायो-डिग्रेडेबल डिशेसमधून दिला.

मुलांनी स्वतः सहभाग घेतल्यामुळे त्यांना या पुजेमागचा उद्देश नीट समजला. (छायाचित्रे पान - २३ वर) ♦

## आमचे प्लास्टिक, आमची जबाबदारी

दुधाच्या पिशव्या, प्लास्टिकचे डबे, चमचे, बाटल्या, अनेक प्रकारच्या प्लास्टिकच्या पिशव्या हा नित्यनियमाने घराघरात साठणारा सुका कचरा आणि तो जर आपल्या वातावरणात मिसळला तर त्यापासून होणारे प्रदूषण ह्या सगळ्याशी आपण परिचित आहोत. हेच प्रदूषण टाळण्यासाठी आपल्या अनेक



भौगोलिक विभागांत आपले अनेक सदस्य आणि कार्यकर्ते प्रयत्नशील आहेत. साधारण २०२१ पासून ते आजपर्यंत म्हणजे मे २०२३ पर्यंत विविध भौगोलिक विभागात ह्या अनुषंगाने किती प्लास्टिक संकलन झाले आणि त्यासाठी काय प्रयत्न झाले, त्याचा हा लेखाजोखा-

**पुणे विभाग :** पुणे विभागात प्लास्टिक संकलनाचा उपक्रम तेथील पेठेत जानेवारी २०२३ मध्ये करण्यात आला. पेठेत ८० किलो प्लास्टिक संकलन केले गेले. हे प्लास्टिक पुण्यातील 'द क्रिएटिव्ह' ह्या संस्थेकडे देण्यात आले. तसेच प्लास्टिक संकलनाचा उपक्रम एकूण ३ सोसायट्यांमध्ये चालू करण्यात आला आहे. बीज संकलनाचे कामही पेठेत करण्यात आले. सागरगोटे, रुद्राक्ष, महागनी सारख्या दुर्मिळ बियांसहित निरनिराळ्या २१ प्रकारच्या वृक्षांच्या स्वच्छ आणि कोरड्या बिया १५ सभासदांनी आणून दिल्या.

या सर्व उपक्रमात सुप्रिया बर्वे, समृद्धी घुले, मंजुश्री

लवाटे, मंजिरी कानडे, ज्योती राणे, शिल्पा सोवनी, प्राजक्ता जोगळेकर, अदिती रानडे, राधिका देशपांडे, गौरी थिटे, स्नेहा सोमण या सर्वांचा सहभाग होता.

#### - अंजली देशपांडे

**विलेपार्ले विभाग :** पार्ल्यातील अंजली खरे ह्यांनी बिसलेरीचे bottle for change हे ऑप वापरून २२ मार्च २०२१ ते १५ एप्रिल २०२३ पर्यंत ६५.५०५ किलो प्लास्टिक संकलन करून 'बिसलेरी'कडे सुपूर्द केले आहे. ह्या कामात नीलम गोगटे आणि प्रगती आचरेकरही सहभागी आहेत. पार्ल्यात दर तिसऱ्या शनिवारी प्लास्टिक गोळा करण्यासाठी बिसलेरीची गाडी येते.

#### - अंजली खरे

**बोरिवली विभाग :** बोरिवली विभागातून सुमारे ३०० सभासद 5R संस्थेकडे प्लास्टिक तसेच इतर म्हणजे काच, इ-वेस्ट आणि तळणीचे उरलेले तेल देतात. आपल्या ग्राहक पेठेत जमा झालेल्या प्लास्टिकसह मागील दोन वर्षात एकूण सुमारे ७०० किलो प्लास्टिक 5R या संस्थेकडे जमा करण्यात आले आहे.

#### - अनिता गोंधळेकर

**सांताक्रूझ विभाग :** ह्या विभागातील एकूण १० सोसायट्या प्लास्टिक संकलन करतात. मागील दोन वर्षात सुमारे ६५०० किलो प्लास्टिक 'बिसलेरी'कडे सुपूर्द करण्यात आले. त्याच प्रमाणे राजा रामदेव पोदार शाळेतील मुलेही घरून प्लास्टिक संकलन करून शाळेत घेऊन येतात आणि बिसलेरी कंपनीची गाडी शाळेतून हे प्लास्टिक गोळा करते. शिवाय या उपक्रमाचा प्रचार-प्रसार केला जातो.

#### - वृषाली ठवाळ

**अंधेरी-जोगेश्वरी विभाग :** अंधेरी-जोगेश्वरी विभागातून दर आठवड्याला प्लास्टिक संकलन होते मागील दोन वर्षात सुमारे २४८ किलो प्लास्टिक संकलन केले गेले. अंधेरी (पूर्व) येथील विद्या आपटे आणि रेश्मा नारकर हे काम बघतात.

**वसई विभाग :** 'ध्यास फाऊंडेशन'तर्फे वसईमध्ये तिसऱ्या शनिवारी आणि विरारमध्ये चौथ्या रविवारी प्लास्टिक संकलन होते. उपक्रमाचा प्रचार प्रसार करण्यासाठी कार्यकर्ते वेगवेगळ्या वाडीत जाऊन माहिती देतात. तसेच समुद्रकिनारे स्वच्छ राहावेत म्हणून प्रयत्न केला जातो. ह्या कार्यात तृप्ती म्हात्रे आणि त्यांचे सहकारी कार्यरत आहेत.

#### - मेघना कुलकर्णी

**दादर-माहीम-बांद्रा विभाग :** २०१९ सालापासून दादर-माहीम-बांद्रा विभागाने घनकचरा व्यवस्थापन या संदर्भात मोहिम राबवण्यास सुरुवात केली. 'संपूर्ण अर्थ' कंपनीकडे आताचे नाव बिनटीक्स (Bintix) ह्या कंपनीकडे दर गुरुवारी सुका कचरा/पिशव्या सुपूर्द करण्यात येतात. मागील वर्षी ४,१०० किलो सुका कचरा कंपनीकडे देण्यात आला. दादर-माहीम-बांद्रा येथील अनेक सोसायट्या ह्या उपक्रमात सहभागी आहेत.

**गोरेगाव विभाग :** गोरेगावात २४ सोसायट्यांमधून आपल्या २१ संघातील व इतर जण मिळून ८० हून अधिक कुटुंबिय या उपक्रमात सहभागी आहेत. बिसलेरी कंपनीच्या वतीने 'आकार' संस्थेचे सदा नलावडे नियमितपणे प्लास्टिक गोळा करण्याची भूमिका पार पाडतात.



आतापर्यंत ८७०० किलो प्लास्टिक जमा झाले आहे. मंजिरी मोघे, प्रतिभा साळवी, सविता साठे, स्वप्निल काळे, मयुरा गोडबोले अशा अनेकांचा पुढाकार आहे.

#### - पराग रेडकर

### चोखंदळ खरेदीचे मर्म

पनवेल येथे मंजिरी काळे यांनी एक कार्यक्रम आयोजित केला होता. विषय होता, माझे घर आणि स्वयंपाकघर.

प्रमुख पाहुण्या होत्या प्रा. श्रीम. अनुराधा भडसावळे (कृषी पर्यटन संकल्पनेच्या शिल्पकार) आणि प्रमुख वक्त्या होत्या मुंबई ग्राहक पंचायतीच्या छाया वारंगे (भुसारी मालातील बारकावे आणि खरेदीतील मर्म जाणकार.)

अनुराधा भडसावळे ह्यांनी आपल्याशी संवाद साधताना 'सगुणा बाग' या संकल्पनेविषयी आणि शेतकऱ्यांचे कष्ट तर आपण ग्राहकांनी शेतकऱ्यांशी कसे संबंध ठेवावे त्यांची कदर व आदर कसा करावा हे फार उत्कटपणे सांगितले.

छाया वारंगे यांनी मुंबई ग्राहक पंचायततर्फे विविध वस्तूंची पारख व खरेदी कशी केली जाते ते प्रभावीपणे सांगितले. दररोज स्वयंपाकगृहात वापरल्या जाणाऱ्या विविध घटक पदार्थांच्या खरेदीतील रहस्ये उलगडून त्यांची खरेदी चोखंदळ कशी करावी हे समजावले. ग्राहक पंचायतीचे सामान उत्तम तरीही रास्त का, हे तर सर्वांना कळलेच, पण आपणही सभासद व्हायला हवे ही जाणीव प्रकर्षाने झाली.

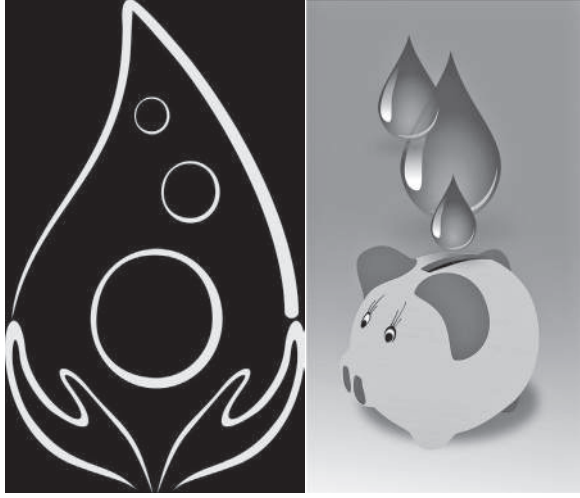
हा कार्यक्रम म्हणजे सर्वांना बौद्धिक मेजवानी होती.

# Do you Save Water in These Ways?

- Parag Redkar

*In charge, Environment Wing, MGP*

In the second week of April 2023, Mumbai newspapers flashed headlines- Sudden leakage in the Tansa pipeline disrupts water supply which happens to be the third water leakage in a month.



Due to the leakage, many parts of the city faced temporary water cuts for a couple of days. This incident was over and above a ruptured water mains tunnel in Thane that caused acute water cutbacks in certain suburbs. The tunnel taking water to the Bhandup treatment plant was punctured in Thane in March due to the digging of a borewell.

Such episodes are frequent for Mumbaikars and arise due to human errors and then lead to water shortages in various pockets. Gigantic efforts are taken by our Corporation to meet the ever-growing requirement of twenty million plus citizens of Mumbai. The daily supply of 3850 MLD from seven dams is an attempt to meet the benchmark of 135 Lts/person on a daily basis. The outburst of the water crisis is gradually affecting many countries and needs immediate attention to address the issue.

**With these figures, we need to consider the following points –**

1. Explore use of washing machine drain water is collected in a common tank and used for car washing.
2. Separation and storing out soapy and non-soapy water from the kitchen and use non-soapy water for gardening.
3. Periodic testing of all underground water pipelines and water tanks for any water leakage/water seepage (which normally goes unnoticed for several months unless reflects in a water bill)
4. Large Housing Societies with ample servicing area available can also plan for
  - a. Rainwater harvesting to using it for toilets, gardening, and car washing.
  - b. Distinct pipeline to divert used kitchen water for cleaning of roads or premises.
  - c. Reuse of firefighting storage water for gardening or cleaning of staircases, premises etc., at the time of tank cleaning/ repairing activity
5. Some tips for individuals or families
  - a. Car washing or gardening pipes are provided with plastic knob dispenser to avoid non-stop flow that leads to water waste.
  - b. Do not use a bathtub or shower for bathing.
  - c. Turn off the running tap while washing face, hands, shaving, or brushing teeth.
  - d. Use a bowl in the sink when washing fruit, vegetables, etc.
  - e. Use a displacement device (a water-filled bottle) in the toilet tank to reduce the amount of water required to flush.
  - f. Collect water used for washing utensils before cooking, leftover water from matka, filters, or drinking bottles etc. ♦



## रद्द सहलींचा परतावा

– अॅड. शिरीष वा. देशपांडे, कार्याध्यक्ष

केंद्रीय ग्राहक संरक्षण प्राधिकरणाने केसरी टूर्सला रद्द झालेल्या पर्यटन सहलींचा ७५ % परतावा ग्राहकांना परत करण्याच्या अंतरीम आदेशाला केसरी टूर्सने दिल्ली उच्च न्यायालयात आव्हान दिले होते. त्यावर ४ मे रोजी दिल्ली उच्च



न्यायालयात सविस्तर सुनावणी झाली. त्यानंतर केसरी टूर्सने याबाबत आपले म्हणणे आणि माहिती शपथपत्रावर केंद्रीय ग्राहक संरक्षण प्राधिकरणापुढे त्यांच्या निर्णयार्थ मांडावी, असा आदेश दिल्ली उच्च न्यायालयाने

दिला आहे.

केसरी प्रकरणी केंद्रीय ग्राहक संरक्षण प्राधिकरणाने रीतसर सुनावणी घेऊन केसरी आणि मुंबई ग्राहक पंचायतीचे म्हणणे ऐकून घेऊन केसरीने सहली रद्द झालेल्या ग्राहकांना त्यांनी भरलेल्या रकमेच्या ७५ टक्के रक्कम परतावा म्हणून देण्याचा अंतरीम आदेश दिला होता.

या आदेशाला केसरी टूर्सने दिल्ली उच्च न्यायालयात रिट याचिका दाखल करून आव्हान दिले होते. मुळात आपल्या संस्थेने दाखल केलेल्या तक्रारीची सुनावणी घेण्याचा या ग्राहक प्राधिकरणाला कायदेशीर अधिकारच नाही, अशी ताठर भूमिका केसरीने या आव्हान याचिकेत घेतली होती. तर सुनावणी दरम्यान प्राधिकरणाचे वकील श्री. गोयल आणि मुंबई ग्राहक पंचायतीचे अॅड. शिरीष देशपांडे यांनी प्राधिकरणाला तसे स्पष्ट अधिकार ग्राहक संरक्षण कायद्यात असून मुंबई ग्राहक पंचायत ही पंजीकृत आणि मान्यताप्राप्त ग्राहक संघटना असल्याने अशा तक्रारींची सुनावणी घेण्यास प्राधिकरण सक्षम असल्याचे प्रतिपादन केले.

केसरीने न्यायालयात यापूर्वी जमा केलेली २५ लाख रुपयांची रक्कम परत करण्याबाबत योग्य तो निर्णय ग्राहक प्राधिकरणाच्या नव्या निर्णयानंतर उच्च न्यायालय घेईल, असेही या आदेशात स्पष्ट करण्यात आले आहे.

## हॉटेलची बनावट संकेतस्थळे

सायबर गुन्हेगारांकडून हॉटेल आणि रेस्टॉरंट याची बनावट संकेतस्थळे निर्माण करून ग्राहकांची फसवणूक करण्यात येत आहे. यामुळे या व्यवसायाची विश्वासाहर्ता धोक्यात येत आहे. यासाठी हॉटेल व्यावसायिकांच्या संघटनेने (एचआरएडब्लूआय) पुढाकार घेतला आहे. यासाठी स्वतंत्र नियमावली बनवण्याची करण्याची तयारी



सुरू केली आहे. ग्राहकांनाही दक्षता बाळगून संशयास्पद व्यवहारांची तक्रार संबंधिताकडे करावी. अशा फसवणुकीपासून ग्राहक आणि व्यावसायिक यांना संरक्षण देणारे कायदे सरकारने संघटनेशी चर्चा करून करावेत, अशी मागणी संघटनेचे अध्यक्ष प्रदीप शेठ्टी यांनी सरकारकडे केली आहे.

## दुरुस्ती

- एप्रिल २०२३ च्या 'ग्राहक तितुका मेळवावा' या अंकात 'रेरा - हृदय आठवणी जागवणारी मुलाखत' या लेखात शर्मिला रानडे यांनी 'रेराची वेबसाईट बदल माहिती दिली' असे लिहिले गेले आहे. तिथे कृपया 'महारेरा वेबसाईट बदल माहिती दिली' असे वाचावे.
- चेंबूर तक्रार मार्गदर्शन केंद्र उद्घाटनाची बातमी मे २०२३ च्या अंकात प्रसिद्ध झाली आहे. त्यात लेखकाचे नाव चुकीचे लिहिले गेले आहे. ते नाव अनिल ठोसर असे असायला हवे होते. क्षमस्व.



मस्त मिलेट

## राळं- फॉक्सटेल मिलेट

डॉ. वासन्ती श्री. पुरोहित

(कोरडवाहू शेतीचे उत्पादन आणि दर्जा वाढविण्यासाठी  
आधुनिक तंत्रज्ञानाचा वापर या विषयावर पीएचडी)

आंध्र प्रदेश, तेलंगणा, कर्नाटक, राजस्थान, महाराष्ट्र, तामिळनाडू, मध्यप्रदेश, उत्तरप्रदेश आणि ईशान्येकडील काही राज्यांत राळ्याचे पीक घेतले जाते. राळं, कांग, कांगणी, कोरा, कोरलू, थिना या नावाने राळं ओळखलं जातं. इंग्लिशमध्ये Foxtail Millet, तर Setaria italica हे त्याचं शास्त्रीय नाव!



अनेक जणांना वाटतं की राळं आपण पक्ष्यांना खायला घालतो. ते आपण खायचं? पण हाच मोठा गैरसमज आहे. जागतिक पातळीवर लागवडीचा विचार करता बाजरीनंतर दुसऱ्या स्थानावर असलेलं हे कोरडवाहूचे पीक. राळ्याच्या पोषकतेचा विचार करता- ब१२ जीवनसत्त्व, प्रथिने, तब्येतीसाठी उत्तम असलेले मेदाचे प्रमाण, कर्बोदके आणि तंतूमय पदार्थांचे योग्य प्रमाण लायसिन, थायमिन, निऑसिन, लोह आणि कॅल्शियम या पोषणमूल्यांनी भरलेलं आहे हे धान्य.

आयुर्वेदाचार्य वैद्य सुषेण यांनी १४व्या शतकात त्यांच्या महोदधी ग्रंथात असं लिहिलंय की गोडसर, तुरट अशा चवीच्या राळ्याचं सेवन केलं असता कफ आणि पित्त दोष कमी होतो, परंतु वाताचा त्रास मात्र संभवतो. इतर श्रीधान्यांसारखं राळंदेखील पाण्यामध्ये दोन, तीन वेळा स्वच्छ धुवून घ्यावं आणि साधारणतः अर्धा तास पाण्यात भिजवून ठेवून मग शिजवावं. पण लक्षात असू दे- कोणत्याही परिस्थितीत दुधाबरोबर राळ्याचं सेवन वर्ज्य आहे. त्याने अपचनाचा त्रास संभवतो.

**राळ्याच्या सेवनामुळे जाणवणारे फायदे -**

१. लोह व कॅल्शियमच्या भरपूर प्रमाणामुळं हाडांच्या आणि

स्नायूंच्या बळकटीसाठी राळं योग्य आहे. ऑस्टियोपोरोसिस, आर्थरायटिस, स्पाँडिलायटिस या सारख्या समस्यांशी दोन हात करण्यासाठी आपल्या दैनंदिन आहारात राळ्याचा समावेश योग्य राहिल.

२. शिजवलेल्या १०० ग्रॅम धान्यामध्ये ०.५९ मिग्रॅ इतकं ब१ जीवनसत्त्व असल्याने मज्जासंस्थेवर योग्य परिणाम होऊन अल्झायमर, पार्किन्सन्स सारख्या व्यधीना काही प्रमाणात अटकाव होतो.

३. तांदुळाच्या भाताऐवजी राळ्याचा भात खाल्ल्यास दुपारची भूकही भागते आणि रक्तातील साखरेचे प्रमाणही वेडेवाकडे अचानक वाढत नाही. कारण राळ्याचा ग्लायसेमिक इंडेक्स ५०.८ आहे. तसेच राळ्यामध्ये असलेल्या ट्रिप्टोफॅनमुळे शरिरातील चरबीचे प्रमाण आटोक्यात राहण्यास मदत होते.

बिर्याणी, पुलाव व गोड पोंगल सारख्या पदार्थांबरोबरच इन्डियन इन्स्टिट्यूट फॉर मिलेटस् रिसर्च येथे डॉ.बी.दयाकर राव यांच्या नेतृत्वाखाली तज्ज्ञ समितीने राळ्याचा कैरी भात, राळ्याच्या पिठाबरोबर मूग डाळ व उडीद डाळ वापरून मुरुकू, जवस व गूळ वापरून केलेले लाडू, भाज्या व तूरडाळ वापरून केलेला खास कर्नाटकी बिसी बेळे भात, कटलेटस्, ब्रेड, कचोरी, बॉम्बे हलवा, खीर, रसगुळे असे अनेक चविष्ट पदार्थ सुचवले आहेत.



मागील अंकात आपण सर्वांनी अंधेरीच्या भाग्यरेखा जोशी यांनी दिलेल्या राळ्याचा उपमा व राळं सॅलड या दोन्ही

पाककृतीचा आस्वाद घेतला का? जरूर घ्या.

खनिजद्रव्यांची रेलचेल असलेल्या ह्या श्रीधान्यांची चव रुळायला कित्येक वेळेस थोडा वेळ लागतो. पण तांदूळ

आणि गव्हाव्यतिरिक्त आपण इतरही धान्यांचा समावेश आपल्या आहारात करू लागलो की आपल्या तब्येतीला नक्कीच फायदेशीर राहिल.

### मिलेट्स चे वडे



ज्वारी, बाजरी, नाचणी यांचं पीठ, थोडं तांदूळ पीठ व थोडं बेसन एकत्र करावे. त्यामध्ये हळद, तिखट, धणे पावडर, जिरे पावडर, मीठ घालून भिजवावे व वडे करावेत.

### धिरडी



वरील सर्व पीठं व रवा एकत्र करून त्यामध्ये टॉमॅटोचा रस, बारीक चिरलेला कांदा, बारीक चिरलेली हिरवी मिरची, मीठ घालून भिजवावे व अर्धा तास ठेवून घ्यावे. धिरडे करायच्या वेळी त्यामध्ये बारीक चिरलेली कोथिंबीर घालून मस्त खरपूस धिरडी घालावीत आणि आवडत्या चटणी, सॉसबरोबर सर्व्ह करावीत.

– मानसी कचरे, गिरगाव विभाग

## वसई विभागाची अनोखी सहल

– मेघना कुलकर्णी,

कार्याध्यक्ष वसई-नालासोपारा विभाग

वसई-नालासोपारा विभागातर्फे सहलीचा कार्यक्रम १२ मार्च रोजी पार पडला. एकूण ३२ जणांनी सहलीची मजा लुटली. यंदाची सहल किरण लेले ह्यांच्या रोहिणी कृषी पर्यटन केंद्र (मनोर जवळ) येथे नेण्यात आली होती. हे कृषी पर्यटन केंद्र नैसर्गिक सौंदर्याने नटलेले आहे. जवळून वाहणारी देहरजा नदी, त्यावर असलेले धरण ह्या सगळ्यांचा सभासदांनी मनमुराद आनंद लुटला.

कलिंगडाचा आस्वाद घेता घेता त्याबद्दल व इतर



अनेक पिकांच्या नैसर्गिक लागवडींबद्दल किरण लेले ह्यांनी सखोल माहिती दिली. नैसर्गिक खतांचा वापर, नैसर्गिक वाऱ्याची दिशा, जैवविविधतेची साखळी न तोडता केलेल्या रचना आणि लागवडीविषयी माहिती सहभागींना मिळाली. भारतीय गाईचे पालन आणि संवर्धन कसे केले जाते हे ही पाहावयास मिळाले. त्यानंतर एका अनोख्या स्पर्धेतून आंब्याच्या पानाच्या वासावरून आंबा कुठल्या जातीचा हे कसे ओळखायचे ते समजावले गेले.

दुपारच्या विश्रांतीनंतर मधुकर चिंटू माळकरी ह्यांनी वारली चित्रकलेची कार्यशाळा घेतली. त्यांनी वारली समाजाची आणि त्यांच्या अडचणींची थोडक्यात माहिती दिली. सभासदांनी कार्यशाळेत प्रत्यक्ष सहभाग घेतला.

एक दिवस अभ्यासपूर्ण मनोरंजनात घालवला, असे समाधान घेऊन मंडळी परतीला लागली. सहल आयोजनात मुख्यत्वे तृप्ती म्हात्रे आणि स्वप्ना राऊत यांचा महत्त्वाचा वाटा होता.



# बोरिवली विभागाचा वार्षिक मेळावा उत्साहात साजरा

– मनिषा पुराणिक

मुंबई ग्राहक पंचायतीच्या बोरिवली विभागाचा ३५ वा वार्षिक मेळावा रविवार, २३ एप्रिल रोजी प्रबोधनकार ठाकरे नाट्यगृह येथे घेण्यात आला.



मनिषा पुराणिक यांना बोरिवली विभागाचा उत्कृष्ट कार्यकर्तीचा पुरस्कार मान्यवरांच्या हस्ते दिला.

प्रमुख पाहुणे मुंबई ग्राहक पंचायतीचे कार्योपाध्यक्ष प्रभाकर गवाणे व कार्याध्यक्ष अॅड. शिरीष देशपांडे व कार्योपाध्यक्ष अनुराधा देशपांडे यांचे बोरिवली विभागाच्या अध्यक्षा डॉ. सुहासिनी संत यांनी स्वागत केले. व्यासपीठावर बोरिवली विभागाचे कार्याध्यक्ष राजेंद्र राणे हेही उपस्थित होते.

यानंतर बोरिवली विभागाच्या कार्यवाह सविता वराडे यांनी विभागात वर्षभरात झालेल्या उपक्रमांची थोडक्यात माहिती दिली. नंतर सुमिता चितळे यांनी कार्यक्रमाचे प्रमुख पाहुणे प्रभाकर गवाणे यांचा थोडक्यात परिचय करून दिला.

प्रमुख पाहुणे प्रभाकर गवाणे यांनी विचार मांडताना बोरिवली विभाग व विभागात चालणारे कार्य यांचे कौतुक केले. संस्थेविषयी बोलताना ते म्हणाले की, आपली संस्थेची वाटचाल आता पन्नासाव्या वर्षाकडे होते आहे, तर सभासद संख्याही ५० हजारापर्यंत पोहोचण्यास प्रत्येक सभासदाने प्रयत्न करायला हवा.

बोरिवली विभागातर्फे विभागातील कार्यकर्त्यांना प्रोत्साहन देण्यासाठी दरवर्षी एका उत्कृष्ट कार्यकर्त्याची निवड केली जाते. यावर्षी मनिषा पुराणिक यांना उत्कृष्ट कार्यकर्ती म्हणून संस्थेचे कार्याध्यक्ष अॅड. शिरीष देशपांडे यांच्या हस्ते सन्मानित करण्यात आले

संस्थेचे कार्याध्यक्ष अॅड. शिरीष देशपांडे मार्गदर्शन करताना म्हणाले की, भौगोलिक विभाग सुरू झाल्यापासूनचे सर्व कार्यकर्ते आणि आधीचे पदाधिकारी यांची नोंद ठेवणे

गरजेचे आहे. सर्व सभासदांनी एकत्र येऊन संवाद वाढवावा. तसेच रेरा व संरक्षण कायद्याचा वापर करून सतर्क रहावे असे ग्राहकांचे प्रबोधन केले.

डॉक्टर सुहासिनी संत या अध्यक्षीय भाषणात 'The Theme of World Consumers Rights Day 2023 - Empowering consumers through clean energy transitions' याबद्दल बोलताना म्हणाल्या की, आपण इलेक्ट्रिसिटी कशी वाचेल याबद्दल प्रत्येकाने प्रयत्न केले पाहिजेत. दिवे, पंखे, ए.सी. यांचा वापर नसेल तेव्हा ते आवर्जून बंद केले पाहिजेत. प्लास्टिकचे चमचे, ग्लास, प्लेट यांचा वापर बंद केला पाहिजे.

बोरिवली विभागाच्या वार्षिक मेळाव्याचे सूत्रसंचालन मनिषा पुराणिक यांनी आणि आभार प्रदर्शन नयना इंदप यांनी केले. मेळाव्याला सुमारे ७५० सभासद उपस्थित होते.

यानंतर 'सफरचंद' या नाटकाचा प्रयोग छान रंगतदार झाला. सभासदांनाही नाटक खूप आवडले. ♦

## सांताक्रूझ विभागात संघप्रमुख शिबिर

मुंबई ग्राहक पंचायतीच्या सांताक्रूझ विभागात २३ एप्रिल रोजी संघप्रमुख शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. या शिबिरांस मार्गदर्शन करण्यासाठी संघटन विभाग प्रमुख रंजना मंत्री, अंजली खरे व शिक्षण विभाग समन्वयक अंजली पोतदार आल्या होत्या.

रंजना मंत्री यांनी MGP ची स्थापना कशासाठी झाली, त्यांचा मुख्य उद्देश, महत्त्व आणि कार्यपध्दती यांची माहिती दिली. अंजली पोतदार यांनी ग्राहक शिक्षण व प्रबोधन कामाची माहिती दिली.

यानंतर सभासदांना बोलते करण्यासाठी मुक्तव्यासपीठ ठेवण्यात आले होते. सभासदांनी MGP ची खरेदी व ऑनलाईन खरेदी यावर आपले विचार मांडले.

त्यानंतर रंजना मंत्री यांनी लिहिलेले पथनाट्य विभागातील कार्यकर्त्यांनी सादर केले. यात वृषाली ठवाळ, विद्या पेडणेकर, शुभदा बाईंग, श्रद्धा नानल व स्वरूपा थंपी सहभागी झाल्या होत्या. स्वरूपा थंपी यांनी आभार प्रदर्शन केले. विवेक ठवाळ यांनी सूत्रसंचालन केले.

– वृषाली ठवाळ, सांताक्रूझ

## पासपोर्टसाठी अर्ज करताना सावधगिरी बाळगा

– सुमिता चितळे

आपण सगळेच परदेशात जाण्याचे स्वप्न पाहतो. कोणाला शिक्षणासाठी जायचे असते, कोणाला नोकरीसाठी, कोणाला परदेशी पर्यटन करण्याची आवड असते, शिवाय काही ज्येष्ठ नागरिक परदेशी आपल्या मुलांकडे तात्पुरते राहायला जाणार असतात. या सर्वांसाठी एक मोठे आणि महत्त्वाचे काम तत्पूर्वी करायचे असते, ते म्हणजे पासपोर्ट काढणे. पूर्वी पासपोर्ट काढणे म्हणजे फार जिकिरीचे काम होते. जवळच्या पासपोर्ट ऑफिसमध्ये जा, आपली सर्व कागदपत्रे द्या, त्यासाठी आधी अपॉइंटमेंट घ्या, वगैरे. पण आता पासपोर्ट मिळवण्यासाठी हा सर्व खटाटोप करावा लागत नाही.

‘डिजिटल इंडिया’ या उपक्रमामुळे ही सर्व कामे ऑनलाईन पध्दतीने होतात. सर्वच लहानथोर या तंत्रज्ञानाला सरावल्यामुळे प्रत्येकजण पैशांची देवाण-घेवाण आणि कागदपत्रे स्कॅन करून पाठवणे ही कामे सहज करू शकतात. काही वेळा तर आपल्याला पासपोर्ट अगदी कमी वेळात हवा असतो, पण सर्वच गोष्टी ऑनलाईन करण्याच्या नादात आपण आपली सर्व माहिती पुरवताना सर्वांनी हे लक्षात घेतले पाहिजे की, पासपोर्ट काढण्यासाठी आपण जी साईट किंवा जे ॲप आपण उघडतो आहोत, ते भारत सरकारचे पासपोर्ट काढण्यासाठीची अधिकृत वेबसाईट्स/ॲप आहे ना? हे सांगण्याचे कारण म्हणजे सरकारी अधिकाऱ्यांच्या असे लक्षात आले आहे की, पासपोर्ट संबंधित सेवा देणाऱ्या अनेक फसव्या वेबसाईट्स आणि बनावट ॲप्लिकेशन्स निघाली आहेत. ती पासपोर्टसाठी अर्ज करणाऱ्यांकडून महत्त्वाची कागदपत्रे आणि माहिती गोळा करतात; तसेच या सेवेसाठी अतिरिक्त भरमसाट शुल्कही आकारतात. अशा फसव्या वेबसाईट्सना ती वेबसाईट खरी वाटावी म्हणून \*.org, \*.in, \*.com असे डोमेन नेम असते आणि अशा अनेक बनावट वेबसाईट्स आहेत.

याबाबत परराष्ट्र मंत्रालयाच्या अधिकाऱ्यांनी सावधगिरीच्या सूचना दिल्या आहेत, जेणेकरून अर्जदारांनी अशा फसव्या वेबसाईट्सना आणि मोबाईल ॲप्लिकेशन्सना बळी पडू नये. तसेच आपलीच महत्त्वाची वैयक्तिक माहिती जादा शुल्क भरून भामट्यांच्या हातात देऊ नये, ज्याचा पुढे दुरुपयोग होऊ शकतो. हे सर्व करून पासपोर्टचे काम होत नाहीच किंवा मिळाला तरी तो बनावट असतो. हे

म्हणजे तेलही गेले, तूपही गेले आणि हाती आले धुपाटणे अशी परिस्थिती होते. अशा लिंकप्रमाणेच काहीजण एजंटना गाठतात, जे त्यांचे पासपोर्टसंबंधित काम करून देतील; तेही कमी वेळात आणि कुठेही खेपा न मारता. पण असे मिळालेले पासपोर्टही बनावट असू शकतात आणि हे जेव्हा आपल्याला कळते, तेव्हा फार उशीर झालेला असतो व ते निस्तरण्याचा आपल्याला खूप मनःस्ताप होतो. विशेषतः पासपोर्टचे नूतनीकरण करताना त्याची तारीख संपण्याच्या ६ महिने अगोदर तो करावा. नाहीतर आयत्या वेळेस जागे झाल्यास खूप खर्च आणि मनःस्ताप होऊ शकतो.

पासपोर्ट संबंधित कोणाचेही काम हल्ली कमी वेळात, योग्य शुल्क भरून सरकारच्या अधिकृत वेबसाइटवरून होते आणि आपली वैयक्तिक माहितीही सुरक्षित राहते. पासपोर्ट कायदा १९६७ च्या अन्वये भारतीय नागरिकांचे पासपोर्ट सेवा केंद्रात आणि काही ठराविक पोस्ट ऑफिस पासपोर्ट सेवा केंद्रात पासपोर्टचे काम होते. या सेवा केंद्रांचे मुख्य उद्दिष्ट हे आहे की, अर्जदारांना पासपोर्ट मिळण्याची प्रक्रिया पारदर्शक आणि सुरक्षित असावी. त्यासाठी त्यांनी नागरिकांच्या सोयीसाठी नवीन उपाययोजना सुरू केल्या आहेत. भारतासारख्या अनेक भाषा असलेल्या देशात पासपोर्ट सेवेबद्दल आणि त्याच्या स्टेटसबद्दल पूर्ण माहिती मिळण्यासाठी बहुभाषिक कॉलसेंटर १७ भाषांमध्ये उपलब्ध आहे. लहान बालकांचा आता वेगळा पासपोर्ट काढावा लागतो. ८ वर्षे किंवा त्यापेक्षा कमी वय असलेल्या मुलांना आणि ६० वर्षावरील ज्येष्ठ नागरिकांना नवीन पासपोर्टसाठी शुल्क भरताना ठराविक सवलतही देण्यात आली आहे.

कोणाला अगदी कमी वेळात जर पासपोर्ट हवा असेल तर भारत सरकारच्या पासपोर्ट सेवा केंद्रात ‘तात्काळ’ या सेवेअंतर्गत पासपोर्टसाठी अर्ज करू शकतात. त्याचे शुल्कही वेगळे असते आणि त्याची पासपोर्ट मिळण्याची प्रक्रिया इतर नॉर्मल पासपोर्ट सेवेपेक्षा जलद गतीने होते. त्याचा कोटा निराळा असतो व त्याची छपाई करण्याला प्राधान्य देतात.

पासपोर्ट सेवांसाठी भारत सरकारच्या परराष्ट्र मंत्रालयाची अधिकृत वेबसाइट [www.passportindia.gov.in](http://www.passportindia.gov.in) ही आहे किंवा mPassport Seva हे अधिकृत मोबाइल ॲपदेखील वापरू शकता.

पूर्वप्रसिध्दी – नवशक्ती



## गोरेगाव ग्राहक पंचायत पेठेतील सुखद अनुभव

### प्रतिसाद

मी मांडवी ग्राहक संघाची संघप्रमुख विनीता गायकवाड. मी गोरेगाव पेठेत सँडल खरेदी केली होती. एकदाच वापरली तर ती खराब निघाली. विचार केला, बघुया तरी बदलून देतात का. विचारले तर 'Step in Walk' स्टॉलचे मालक प्रमोद तांबवे यांनी क्षणाचाही विलंब न लावता ४-५ दिवसांत नवीन देतो, असे सांगितले. त्यांनी नवीन सँडल घरपोच स्वतः येऊन दिली. खुप छान वाटले. हे फक्त मुंबई ग्राहक पंचायतीतच होऊ शकते. अभिमान वाटतो की अशा एका संस्थेशी जोडली असल्याचा, जिथे ग्राहक हिताचा विचार होतो व अंमलात आणला जातो.

– विनीता गायकवाड, गोरेगाव

## अभिमान आणि आनंद

मुंबई ग्राहक पंचायतीमार्फत मिळणाऱ्या दर्जेदार वस्तूविषयी गेली अनेक वर्षे कोणा ना कोणाकडून ऐकत होते आणि त्यामुळेच आपणही अशा संस्थेचा एक भाग असावं, असं खूप मनात होतं. सहज म्हणून कॉम्प्लेक्सच्या ग्रुपवर असा संघ स्थापन करण्याचा मानस मैत्रिणीसमोर मांडला आणि बघता बघता माझ्यासारखाच विचार करणाऱ्या १४ जणींनी तत्परतेने याबाबतीत पुढे जाण्याचा निर्णय घेतला आणि बघता बघता १० दिवसांत आमचा 'लग्झरिया' संघ तयार होऊन आम्हांला मुंबई ग्राहक पंचायतीचे सदस्यत्व मिळाले सुध्दा.

आम्हांला सामानाची पहिली डिलिव्हरी मिळाली आणि मग या ऑक्टिव्हिटीचं आगळंवेगळेपण प्रकर्षाने जाणवलं. साधीशी घरगुती सामानाची यादी ती पण एकत्रपणे मिळालेली आणि आम्हाला एकत्र जोडणारी!! खरं तर यातील वेगळेपणा, सामानाची यादी देतानाच जाणवलेला, कारण यादी एका महिन्यात द्यायची आणि सामान नंतरच्या महिन्यात येणार, याची सवय आज आमच्या पिढीला राहिल्येच कुठे? आम्ही आता मनात आलं की दोन मिनिटात एखाद्या अंपवर जातो, पुढच्या दोन मिनिटात ऑनलाईन ऑर्डर प्लेस करतो आणि पुढल्या दोन मिनिटांत ते सामान आमच्या हातात हजर होतं. आणि कोव्हीड काळापासून तर याची इतकी सवय झाली आहे, की आपली आई, आजी ज्या पध्दतीने शिस्तबध्दपणे चोखंदळ होऊन अगदी काटकसरीने सगळं सांभाळायच्या, निगुतीचा संसार करायच्या, ते सगळं

आम्ही विसरलोय. खरेदीतील शिस्त आज हरवली आहे, याची जाणीव होतेय. कळतंय पण वळत नाहीये, अशी अनेकांची स्थिती आहे.

या संस्थेचा भाग झाल्याबद्दल ग्राहक म्हणून मी आणि माझ्या सगळ्याच मैत्रिणी नक्कीच आनंदात आहोत. स्वयंपाकघरातील सामानाच्या माध्यमातून आपण कॉम्प्लेक्स मधल्या मैत्रिणींशी जोडल्या जाऊ, असा कधी विचारच केला नव्हता, पण आता खरंच आमचा एक छान ग्रुप झालाय. प्रत्येक जण हिरिरीने या सांघिक कार्यात आपला खारीचा वाटा उचलण्यासाठी तत्परता दाखवत आहे आणि उत्कृष्ट दर्जाच्या या वस्तू आपल्याबरोबरच कॉम्प्लेक्समधल्या इतर मैत्रिणींना सुध्दा मिळव्या यासाठी त्यांनाही संघात सामील करून घेण्यासाठी उत्सुक आहे. संघप्रमुख म्हणून या गोष्टीचा मला खरंच खूप आनंद आहे.

– श्वेता जोशी लोटलीकर, ठाणे

## मिलेट्स भोंडला

आपले वाचक माहिमचे भालचंद्र गोखले यांनी दादर विभागातील मिलेट्स भोंडला ही बातमी वाचून खास पत्र पाठवून तपशील देण्याची विनंती केली होती. त्या विनंतीला मान देऊन हा मजकूर देत आहोत.

**श्री ग्राहक संघातील सभासदांनी खालील पदार्थ करून आणले होते-**

- अनघा आचरेकर- ज्वारीच्या रव्याचा उपमा, बाजरीच्या पिठाचे तिखट आप्पे
- अनुष्का कदम- ज्वारीचे पीठ + पालक यांच्या वड्या व नाचणी + ड्रायफ्रूट केक (steamed)
- जयश्री धर्माधिकारी- ज्वारी भिजवून त्याची केलेली मिसळ. वरी, गूळ व ओलं खोबर यांच्या वड्या
- समृद्धी जोशी- ज्वारीच्या पिठाचे तिखट आप्पे व वरीचा गोड शिरा
- गौरी देशमुख- नाचणीचं निनावं, ज्वारी व वरीच्या पिठाची रूमाली वडी
- अपर्णा नाईक- नाचणी इडली आणि नाचणी आईस्क्रीम
- हर्षला राऊत- नाचणीचे तिखट आप्पे व वरीची रवळी

– अनघा आचरेकर





### ऑगस्ट २०२३ च्या वाटपातील पुस्तक

- **डायबेसिटी थोपवण्यासाठी**; लेखक : डॉ. प्रदीप तळवलकर; अनुवाद : सुनीति जैन; प्रकाशक : रोहन प्रकाशन; छापील किंमत : ३४०/-रु.; वाटपातील किंमत : २२५/- रु.

## डायबेसिटी थोपवण्यासाठी

मध्यमवर्गीयांना आलेली सुबत्ता, त्याचा परिणाम म्हणून स्थूलता आणि स्थूलतेमुळे होणारे मधुमेह, उच्च रक्तदाब असे जीवनपध्दतीशी निगडीत विकार जडण्याचे प्रमाण वाढत आहे 'डायबेसिटी' म्हणजे डायबेटिस आणि ओबेसिटी ही दुहेरी साथ संपूर्ण जगात पसरत आहे. भारतात हा फैलाव मोठ्या प्रमाणावर होत आहे. या 'डायबेसिटी'ला वेळीच प्रतिबंध करण्यासाठी काय करायचे, याचे सविस्तर आणि मुद्देसूद मार्गदर्शन करणारे हे पुस्तक आहे.



हे डॉक्टर आहेत. लहान-मोठे सर्व वयातील स्थूलता कशी टाळावी, आहारनियोजन कसे असावे, व्यायामाचे प्रकार, झोप, ताणतणावांवर नियंत्रण, मधुमेहाच्या उंबरठ्यावरच्या व्यक्तींसाठी उपचार, मधुमेहामुळे संभवू शकणारे इतर गुंतागुंतीचे विकार कसे टाळायचे- अशा अनेक विषयांवर सोप्या भाषेत मार्गदर्शन केलेले आहे. पाच स्फूर्तिदायी सत्यकथा यात दिलेल्या आहेत.

५३ टक्के भारतीय मधुमेहींचा मधुमेह अज्ञात असतो, असे म्हटले जाते. स्थूलता आणि मधुमेहापासून स्वतःला दूर ठेवण्यासाठी प्रतिबंधात्मक उपाय वेळीच करण्यासाठी हे पुस्तक जरूर संग्रही ठेवा.

गेली ३० वर्षे मधुमेह तज्ज्ञ म्हणून नाव कमावलेले

– शुभदा चौकर

## Comfort at the Cost of Life!

Chief Commissioner of the Central Consumer Protection Corporation initiated action against the sale of a 'Seatbelt Alarm Stopper'. Investigation showed that several

E-Commerce platforms have been openly selling seat belt alarm stopper clips on their portals. Some have been selling these as bottle openers or lighters.

The central government has raised an alarm against 5 e-commerce companies selling these stopper clips on their portals. (Amazon, Flipkart, Snapdeal, ShopClues and Meesho.)

An alarm goes on if the driver or the front seat passenger does not put on a seat belt. This belt is for the protection of the life of the passengers in case of any emergency or accident. Selling seat belt alarm stoppers on online portals is putting the safety and life of passengers at risk. E-commerce companies have been advised to stop the sale of such stoppers with immediate effect.

(Compiled news)



# Do You Know How Ola, Uber Charge You?

- Sharmila Ranade

Mumbai Grahak Panchayat (MGP) being a voluntary consumer organisation decided to offer its suggestions and participate in the rule-making process. Apart from giving its suggestions and observations on the Aggregator Guidelines, MGP conducted an online survey to check the level of awareness and gather feedback from consumers with regard to the service offered by such cab aggregators including Ola, Uber, Meru, etc. The survey was open for a limited period from 6th May to 8th May 2023 and appealed to its members and the general public to participate in the survey.

Owing to the short duration, the survey received a moderate response from 1629 participants from 43 cities across India. The top three cities are Mumbai (968), Thane (253), and Pune (234), and other cities include Navi Mumbai, Nagpur, Kolhapur, Solapur, Parnel, Kalyan, Talegaon, Wada, etc., in Maharashtra and cities like Ahmedabad, Ranchi, Bhubaneswar, Bangalore, Hyderabad, MP, Goa, Kolkata to name a few. Participants preferred Ola (84.8%) and Uber (85.35%) while Meru and CEO Cabs got a negligible response. Prompt availability, cheaper fare, and reliability were the top three parameters of preference of the participant. Satisfactory grievance redressal securing the lowest preference.

In response to the question pertaining to the difficulties faced by you while booking the cab, the majority with 67.3% responded cancellation without intimation. 60.5% stated that the driver would call to enquire about the destination over the phone call before arriving for pick-up. Slow response and late confirmation of booking were the difficulties faced by 40.6% and 38.3% of

participants respectively. 17.2% submitted late arrival issues while 15% reported no response received while trying to book the cab of aggregators. A negligible amount of participants (22 out of 1629) faced no difficulty while booking cabs.

The most bothering issue reported by 70% of the participants is that drivers are cancelling the trip after booking and 50% stated that drivers passing the cancellation charges to the passenger, not helping senior citizens with luggage, taking a longer route, rude behaviour and bad conduct were the issues faced with drivers.

Following tables evidence the awareness level of the participants on the charges levied in the bills of the passengers or Ola and Uber:

| Sr. No. | Charges by Ola                                | (Yes %) | (No %)  |
|---------|-----------------------------------------------|---------|---------|
| 1.      | Insurance Premium of Rs. 2 per trip           | 26.51 % | 73.49 % |
| 2.      | Emergency Health Pack fee of Rs. 8/- per trip | 9.76 %  | 90.24 % |
| 3.      | Flight insurance Charge                       | 7.18 %  | 92.82 % |
| 4.      | Airport Drop charge                           | 17.93 % | 82.07 % |
| 5.      | Airport Pick up charge                        | 22.03 % | 77.97 % |
| 6.      | Advance booking fee                           | 19.15 % | 80.85 % |

| Sr. No. | Charges by Uber        | (Yes %) | (No %)  |
|---------|------------------------|---------|---------|
| 1.      | Booking Fee            | 21.97 % | 78.03 % |
| 2.      | Waiting Fee            | 41.62 % | 58.38 % |
| 3.      | Insurance premium      | 15.03 % | 84.97 % |
| 4.      | Total Access Fee       | 7.98 %  | 92.02 % |
| 5.      | Flight Insurance Fee   | 5.64 %  | 94.36 % |
| 6.      | Airport Pick up charge | 21.55 % | 78.45 % |

81% of the participants stated that surge pricing, i.e. high price during high demand is not justified while 19% were in favour of surge pricing. The Participants were asked if surge pricing is to be regulated by the government, what according to them shall be the fair and reasonable percentage to be charged above the normal fare? The majority (76.6%) have submitted that the surge pricing should not be more than 10% of the normal fare, 10.9% were fine with 15% and 7.1% would go with a 20% hike. 24 participants voiced that there is no need to regulate surge pricing and that there shall be no limit. Graphical representation of the data gathered is as under:

50% of participants submitted that the drivers insist on cash payment while 11.7% reported that they refuse to accept cash payment and 18.7 mentioned that the drivers do not return the change. As regards, 13.6% reported that when payment was made using a payment App the driver had not received the amount though it was deducted from the participant's account and 8.3% stated that they experienced payment being made twice while using a payment App. Approximately 238 happy participants never faced any such issues. Other inputs received from the participants are as under:

- ❖ being charged a higher fare than what was shown at the time of booking,



- ❖ cash is paid but the app shows payment pending,
- ❖ the driver asked for cancellation and then accepted less cash for the ride,
- ❖ could not change the mode of payment once the journey began.

#### Fare Review

76.1% of the participants were not aware that the aggregators provide a facility to review the charges levied to them as against 23.9% of the aware participants.

The participants have rated Ola and Uber more or less in a similar pattern. Maximum participants gave a 2-star ranking followed by 1, 3, 4 and, 5 stars with 1 being the lowest and 5 being the highest. Whereas in the case of Meru, CEO Cabs, and other service providers, a majority reported that they have never used the services, and the ratings given are in descending order. Thus, it is evident that the participants are not happy with the complaint-handing mechanism adopted by the cab aggregators and that there is a huge scope for improvement.

Inputs were sought with regard to awareness about the system to report goods left behind in the Cab and the experience to retrieve the same. The result is more or less similar for both Ola and Uber. However, only a small portion of the participants had had an experience of retrieving such left-behind items.

We have forwarded the findings of the Survey along with the suggestions and feedback received from the participants to the Chairman of the Committee formed



## Survey Evokes Interest from Europe

Recently MGP conducted survey on the Ola /Uber and other Cab Aggregators Services to check the awareness of the users of such services. The survey garnered interest from a Research student from



Estonia. Estonia is perhaps the smallest country in Europe surrounded by Finland, Sweden, and Russia. We received an email from Ms. Pauline Baudens, hailing from France doing her Ph. D in Estonia. She was in Pune for two months to study how Ola/ Uber/ Rapido transform the day-to-day life/mobility of women in Pune. Her

to draft the Rules. The impact of the petty charges of Rs. 2 and Rs. 8 per trip billed to the consumers under heads like insurance premium and health pack charges was mind-boggling. We have explained the impact by giving the calculations on the basis of some presumptions. Consumers are unaware of the charges levied towards the total access fee, advance booking fee, and booking fee. Surprisingly there Ola levies a flight insurance fee of Rs. 28 per trip made toward the airport and also levies an airport pick-up fee. Someone is charging an airport drop fee while some others are charging an airport pick up fee. We have made a representation to the Committee and also sought a meeting to discuss these issues with them. We will make our best efforts and emphasize on the Rules to be drafted provide for reasonable charges, there is transparency in charges,

project is supported by the World Bank. She was interested in sharing her results after qualitatively interviewing 20 women from all horizons in Pune. She also was keen to know about MGP and its work in the area of transportation. She visited MGP on 16th May and exchanged thoughts and ideas on the qualitative study done by her and the quantity survey conducted by MGP. She shared our insights about the research and was startled to know about the activities of MGP. Incidentally she is also researching on the food delivery apps and was pleased to know about the sustainability-based unique distribution system of MGP and the impact it has on the monthly budgets of the member families as also on the environment. She was astounded to know the work done at MGP in different segments and was pleased to know the participation of women in all activities of MGP as her study revolves around women's issues. ♦

regulation for vehicles being provided, effective complaint management, and that the aggregators provide quality service.

Further, we have also gone through the provisions of the Motor Vehicle Aggregators Guidelines, 2020, and offered our comments and observations. We have made some significant suggestions like the removal of surge pricing, the constitution of Self-Regulatory Organization (SRO), physical offices, etc. ♦

### डॉ. जाखोटिया यांचे अभिनंदन

विचारवंत लेखक आणि मुंबई ग्राहक पंचायतीच्या विलेपार्ले विभागाचे अध्यक्ष डॉ. गिरीश जाखोटिया यांच्या Economics of Survival या पुस्तकाचा प्रकाशन सोहळा १९ मे रोजी साजरा झाला. सरांचे अभिनंदन!

# Accounts in the names of Minors

- Abhay Datar

When we think of savings and investment it is always worth starting the same at an early age. Both these avenues are open for minors also. As we all know, a minor is a person who has not attained the age of 18. Though various sections of the Indian Contract Act, 1872, treat any agreement with a minor as void, banking, and mutual fund transactions can be carried out in the names of minors based on certain directions by the Reserve Bank of India and Securities & Exchange Board of India respectively, when fulfilled.

RBI master circular DBR No. Leg. BC.21/09.07.006/2015-16 of July 1, 2015, contains detailed guidelines under clause 5.10.1 and clause 5.10.2. Accordingly, banks can open savings, fixed deposit, and recurring deposit accounts in the name of a minor of any age. However, the account opening process will be through the natural or legal guardians of the minor. Parents, i.e., the father and mother of the minor are treated as the natural guardians. Such an account can be opened by a father or by a mother or both in the capacity of natural guardians. In such types of accounts, the parents are required to put their signature twice, one in the capacity of natural guardian of the minor and another in their individual capacity.

As per sub-clause (b) of 5.10.1, banks may allow minors above the age of 10 years to open and operate savings account independently, if they so desire. Banks are allowed to use their discretionary powers to fix the limits on deposits, withdrawals, and general operations of such accounts. As per clause 5.10.2, banks may offer facilities like internet banking, ATM/Debit Card, cheque book, etc. to such accounts.

As such natural guardians are by default legal guardians of a minor. However, they cease to be natural guardians under certain

circumstances. The Ministry of Social Justice and Empowerment has discussed this issue on “[thenationaltrust.gov.in](http://thenationaltrust.gov.in).” Accordingly, physical disability, insane person, neglecting the child, and improper behaviour, may lead to the removal of such guardianship. The death of the parents is also one of the causes. It then becomes necessary to appoint a legal guardian to look after the child till he/she attains majority. A legal guardian is a person appointed by a competent court as a guardian of a child. Under section 14 of the National Trust Act, a local-level committee headed by the District Collector is also empowered to do so after complying with certain provisions of this act.

Sub-clause (c) of clause 5.10.1 of the RBI Master Circular says that on attaining majority, the erstwhile minor should confirm the balance in the account which was hitherto operated by natural or legal guardians. Banks obtain the specimen signature of the minor along with fresh operating instructions signed by all. Banks may also demand the latest photograph and other KYC-related documents.

We must understand that there is a basic difference between savings and investment. What we have discussed above is about savings and a savings account in the name of a minor is mandatory if you want to invest in a mutual fund in the name of your minor child. You may like to study the latest circular issued by SEBI on 24th December 2019, which is available on its website under the tab ‘Legal’.

“Earlier the better”





## दादर-माहिम-बांद्रा - नो प्लॅस्टिक रॅली



## चैत्रगौरीची हिरवी पूजा!



मिलेट्सची रांगोळी







ज्येष्ठ निसर्गतज्ञ मारुती चितमपल्ली यांनी 'कोणते झाड कुठे लावले पाहिजे' हे सांगितले आहे. जरूर वाचा ही माहिती-

**जीवनदायी वृक्ष :**

वड, उंबर, पाखर, नांदुक, पिंपळ

**देवालये, मंदिराभोवती :**

**लावण्यास योग्य झाडे :**

वड, उंबर, पाखर, पिंपळ, बेल, कदंब, शमी, आपटा, चिंच, चाफा, कडूनिंब, कांचन

**रस्त्याच्या कडेला लावण्यास योग्य झाडे :**

कडूनिंब, शिरीष करंज, वरवंटा (सॉसेज ट्री) जारूळ, अमलतास, वड, उंबर, पाखर, नांदुक, पिंपळ, चिंच, शिसव सप्तपर्णी

**उद्यानात लावण्यास योग्य झाडे :**

पारिजातक, बकुळ, आवळा, उंबर, अमलतास बांबू (पिवळा), जारूळ, चाफा, रक्तचंदन, सिल्वर ओक, आंबा, कुसुंब, सप्तपर्णी, बदाम, सीता अशोक, कदंब

**जलदगतीने वाढणारी झाडे :**

बकाणा, भेंडी, पागारा, आकाशनिंब (बूच), महारूख, शाल्मली (सावर), कदंब

**फळझाडे :**

बोर, चिंच, आवळा, मोहा, टेंभुणी, खिरणी, शिवण, जांभूळ, नारळ, शिंदी, ताडफळ, सिताफळ, रामफळ, कवठ, फणस, लिंबू, पेरू, चारोळी, आंबा

**शेवाच्या बांधावर उपयुक्त झाडे :**

खजुरिया शिंदी, ताडफळ, बांबू, हादगा, शेवगा, शेवरी, तुती, भेंडी, तुळस, कढीलंब

**शेताच्या कुंपणासाठी :**

सागरगोटा, चिल्हार, शिकेकाई, हिंणणी (हिंणण बेट), घायपात, जट्रोफा (वन एरंड)

**सरपणासाठी उपयुक्त झाडे :**

देवबांभूळ, खेर, बाभूळ, हिवर, धावडा, बांबू, सुरु

**औषधी झाडे :**

हिरडा, बेहडा, आवळा, अर्जुन, कडूनिंब, करंज, रिठा, निरगुडी, शिवण, टेंटू

**वनशेतीसाठी उपयुक्त :**

आवळा, अंजीर, फणस, चिंच, खिरणी, खजुरिया शिंदी, तुती, करवंद

**शेत जमिनीची सुपीकता वाढविणारी झाडे :**

उंबर, करंज, ग्लिरिसिडीया, शेवरी

**घराभोवती लावण्यास उपयुक्त :**

रक्तचंदन, चंदन, उंबर, बकुळ, पारिजातक, बेल, कुसुंब

**कालव्याच्या काठाने लावण्यास उपयुक्त :**

वाळुंज (विलो), ताडफळ

**बारा तासापेक्षा अधिक काळ प्राणवायू देणारी झाडे:**

वड, पिंपळ, उंबर, नांदुक, कडूनिंब, कदंब

**औद्योगिक क्षेत्रातील प्रदूषण निवारण करण्यासाठी:**

पिंपळ, पेल्टोफोरम, पुत्राजीवी, उंबर, अशोक (उंच व पसरणारा) शिरीष, आंबा, सीताफळ, जांभूळ, सप्तपर्णी, अमलतास, पेरू, बोर, कडूनिंब, आवळा, चिंच, कदंब, बेल

**धुलीकण व विषारी वायूपासून निवारण :**

सर्व जीवनदायी वृक्ष, आंबा, अशोक, बकुळ, रेन ट्री (वर्षावृक्ष), जास्वंद, पारिजातक, रातराणी, मेहंदी, तुळस

**हवामान स्वच्छ ठेवणारी झाडे :**

सर्व जीवनदायी वृक्ष, थुजा, पळस, सावर (शाल्मली), कदंब, गुलमोहर, अमलतास

**हवेतील प्रदूषण दर्शवणारी झाडे :**

हळद, पळस, चारोळी, हवेतील प्रदूषण मर्यादिपलिकडे गेल्यास वरील झाडांची पाने, फुले, साल, फळे यात विकृती निर्माण होते.

**रस्त्याच्या मधील भागात लावण्यास उपयुक्त झाडे:**

कोरफड, शेर, रुई, जट्रोफा, अश्वगंधा, निवडुंगाचे प्रकार ही झाडे वाहनामधून निर्माण होणारे वायूशोषण करून परिसर स्वच्छ ठेवतात.