महाराष्ट्राचे सर्वमान्य दैनिक समर्थ गांवकरी संपादकीय

# मस्क यांचा नैतिकतेचा आव!

जागतिक पातळीवर ज्यांच्या विधानांना फारसे गांभीर्याने घेण्याची गरज नाही, अशा व्यक्तींच्या यादीत इलॉन मस्क यांचे नाव अग्रक्रमाने घ्यावे लागेल. वाचाळपणा, नैतिकतेशी फारसा संबंध नसल्याचे भासवणारे वर्तन आणि स्वतःलाच जगाच्या केंद्रस्थानी मानण्याची वृत्ती यांमुळे या व्यक्तीची दखल घेणेही अनेकदा नकोसे वाटते. मात्र, भारत सरकार आणि देशातील उद्योगव्यवस्थेबाबत त्यांनी केलेल्या विधानांमुळे त्यांच्याकडे दुर्लक्ष करणे शक्य नाही. बहुतेक भारतीयांना मस्क यांची ओळख टेस्ला या इलेक्ट्रिक मोटारी बनवणाऱ्या कंपनीचे प्रमुख म्हणून आहे. मात्र, त्यांचे व्यावसायिक साम्राज्य त्यापुरते मर्यादित नाही. 'एक्स' (पूर्वीचे ट्विटर), स्पेसएक्स, कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि बोगदे खोदण्याच्या तंत्रज्ञानापर्यंत विविध क्षेत्रांत त्यांचा वावर आहे. अशा या मस्क यांना आता भारतीय दूरसंचार क्षेत्रातही प्रवेश करायचा आहे. स्पेसएक्सची उपग्रहाधारित इंटरनेट सेवा पुरवणारी कंपनी म्हणजे 'स्टारलिंक'. भारतात ही सेवा सुरू करण्यासाठी कंपनी प्रयत्नशील आहे. या विषयावर 'लोकसत्ता'ने १७ मार्च २०२५ रोजी प्रसिद्ध केलेल्या 'स्टारलिंक की स्टार लिंक?' या संपादकीयातूनही सविस्तर भाष्य केले होते. मस्क यांच्या आरोपांचा ऊहापोह करण्यापूर्वी स्टारलिंकचे तंत्रज्ञान आणि भारतात सध्या उपलब्ध असलेल्या दूरसंचार सेवांमधील फरक समजून घेणे आवश्यक आहे.

आपल्याकडे प्रामुख्याने वापरली जाणारी मोबाईल सेवा 'सेल्युलर नेटवर्क'वर आधारित आहे. या व्यवस्थेत विविध भागांत उभारलेले मोबाईल टॉवर एकमेकांशी जोडलेले असतात. एखाद्या व्यक्तीने एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी फोन केल्यास जवळचा टॉवर संदेश स्वीकारतो आणि संबंधित नेटवर्कच्या माध्यमातून तो संदेश इच्छित व्यक्तीपर्यंत पोहोचवला जातो. मात्र, दुर्गम भागात मोबाईल टॉवर उपलब्ध नसल्यास किंवा नेटवर्कची व्याप्ती अपुरी असल्यास संपर्क साधण्यात अडचणी येतात. यालाच सामान्य भाषेत 'रेंज नाही' असे म्हटले जाते. उपग्रहाधारित दळणवळणाची रचना यापेक्षा वेगळी आहे. या तंत्रज्ञानात जमिनीवरील नेटवर्कऐवजी अवकाशातील उपग्रहांच्या माध्यमातून संदेशवहन केले जाते. त्यामुळे पारंपरिक मोबाईल नेटवर्क पोहोचू न शकणाऱ्या दुर्गम प्रदेशांत, समुद्रात किंवा अन्य दुर्गम ठिकाणी संपर्काची सुविधा उपलब्ध होऊ शकते. अर्थात, त्यासाठी संबंधित उपकरणे, आकाशाचे पुरेसे दृश्य, उपग्रहांची उपलब्धता आणि आवश्यक पायाभूत सुविधा यांची पूर्तता असावी लागते. खोल समुद्रातील जहाजे, दुर्गम लष्करी ठाणी आणि पारंपरिक नेटवर्कपासून दूर असलेल्या भागांसाठी ही सेवा विशेष उपयुक्त ठरते.

स्टारलिंकला भारतात ही सेवा सुरू करायची आहे. त्यासाठी कंपनीला आवश्यक प्रशासकीय आणि नियामक परवानग्या मिळवाव्या लागतात. याच प्रक्रियेच्या पार्श्वभूमीवर मस्क यांनी भारत सरकारवर गंभीर आरोप केले. देशातील दूरसंचार क्षेत्रातील उद्योगपती मुकेश अंबानी यांच्या व्यावसायिक हितांचे संरक्षण करण्यासाठीच सरकार स्टारलिंकच्या प्रवेशाला विलंब लावत असल्याचा त्यांचा दावा आहे. अंबानी यांची रिलायन्स जिओदेखील उपग्रहाधारित दूरसंचार सेवांच्या क्षेत्रात उतरू इच्छित असल्याने सरकारच्या भूमिकेमागे स्पर्धक उद्योगपतीचे हित असल्याचे मस्क यांचे म्हणणे आहे. मस्क यांनी समाजमाध्यमांवर अंबानी यांना उपरोधिकपणे 'माननीय पंतप्रधान' असे संबोधून या आरोपांना अधिकच राजकीय स्वरूप दिले. त्यांच्या या विधानातून भारतातील धोरणनिर्मितीवर अंबानी यांचाच प्रभाव असल्याचे सूचित करण्याचा प्रयत्न दिसतो. या आरोपांनंतर भारत सरकारच्या भूमिकेबाबत चर्चा सुरू झाली आणि सरकारकडूनही स्पष्टीकरण देण्यात आले.

या प्रकरणाकडे पाहताना दोन मुद्दे वेगळे ठेवायला हवेत. एक म्हणजे मस्क यांची स्वतःची व्यावसायिक आणि राजकीय पार्श्वभूमी; दुसरा म्हणजे स्टारलिंकला भारतात प्रवेश देण्याबाबत सरकारने स्वीकारलेले धोरण. भारत सरकारच्या भूमिकेची चिकित्सा करण्यापूर्वी मस्क यांच्या नैतिकतेच्या दाव्यांचीही तपासणी करणे आवश्यक आहे. मक्तेदारी आणि उद्योगांतील निकोप स्पर्धेबाबत मस्क यांनी भाष्य करणे म्हणजे 'एकच प्याला'मधील तळीरामाने व्यसनमुक्तीचा उपदेश करण्यासारखे आहे. त्यांच्या उद्यमशीलतेविषयी दुमत असण्याचे कारण नाही. मात्र, उद्यमशीलता आणि राजकीय सत्तेच्या जवळिकीच्या जोरावर मिळणारे व्यावसायिक लाभ या दोन वेगळ्या गोष्टी आहेत. अलीकडच्या काळात अनेक मोठे उद्योगपती आपले हितसंबंध सत्ताधाऱ्यांशी जोडून घेत प्रचंड आर्थिक आणि व्यावसायिक प्रगती साधताना दिसतात. मस्क यांचाही या वर्गात समावेश होतो.

# थोडक्यात पण महत्वाचे

## नवीन अनुभव केंद्रांच्या माध्यमातून अँपिअरचा पुण्यात विस्तार

पुणे (स. गांवकरी) : इलेक्ट्रिक दुचाकी क्षेत्रातील अँपिअर या ब्रँडने पुण्यातील आपली विक्री आणि सेवा व्यवस्था अधिक मजबूत केली आहे. मौली गार्डन येथे आनंदी अँपिअर आणि विश्रांतवाडी येथे एस. कुडाळे कॉर्पोरेशन लिमिटेड या दोन नवीन अनुभव केंद्रांचे उद्घाटन करण्यात आले. या केंद्रांच्या माध्यमातून ग्राहकांना इलेक्ट्रिक दुचाकींची खरेदी, उत्पादनांची माहिती आणि विक्रीनंतरच्या सेवांचा लाभ एकाच ठिकाणी घेता येणार आहे. ग्रीव्हज इलेक्ट्रिक मोबिलिटीच्या अँपिअर ब्रँडने 'भारत की स्मार्ट राइड' या संकल्पनेअंतर्गत विविध ग्राहकांच्या गरजा लक्षात घेऊन इलेक्ट्रिक दुचाकींची श्रेणी विकसित केली आहे. पुण्यातील नवीन केंद्रांमध्ये या वाहनांचे प्रदर्शन करण्यात येणार असून, ग्राहकांना त्यांच्या दैनंदिन प्रवासासाठी योग्य वाहन निवडण्यास मदत मिळणार आहे. अँपिअरच्या वाहन श्रेणीमध्ये 'नेक्सस ईएक्स प्लस' या मॉडेलचा समावेश आहे. कंपनीच्या माहितीनुसार, या वाहनामध्ये पाच किलोवॅट क्षमतेची मोटार असून, विविध प्रकारच्या भूप्रदेशांमध्ये वाहनाची कामगिरी प्रदर्शित करण्यात आली आहे. कुटुंबांसाठी आणि किफायतशीर पर्याय शोधणाऱ्या ग्राहकांसाठी 'मॅग्नस जीमॅक्स' हे मॉडेल दैनंदिन वापर, आधुनिक तंत्रज्ञान आणि परवडणारी किंमत यांचा समतोल साधण्यावर भर देते. 'मॅग्नस निओ' हे मॉडेल शहरातील प्रवासातील आराम आणि वापरातील सुलभता लक्षात घेऊन तयार करण्यात आले आहे.तरुण ग्राहक, विद्यार्थी आणि महाविद्यालयीन युवकांसाठी 'अँपिअर रिओ व्हाइब' हे मॉडेल वाहनांच्या श्रेणीमध्ये समाविष्ट करण्यात आले आहे.

## एआय सुरक्षा यंत्रणांनी ४.६ अब्ज डॉलरचे संभाव्य नुकसान टाळले

पुणे (स. गांवकरी) : जागतिक क्रिप्टोकरन्सी व्यवहार क्षेत्रातील आघाडीची कंपनी बायनान्सने २०२६ च्या पहिल्या सहामाहीतील सुरक्षा कामगिरीची माहिती जाहीर केली आहे. कंपनीच्या कृत्रिम बुद्धिमत्तेवर आधारित सुरक्षा यंत्रणांनी जगभरातील ८० लाखांहून अधिक वापरकर्त्यांचे संरक्षण करण्यास मदत केली असून, सुमारे ४.६ अब्ज डॉलरचे म्हणजेच अंदाजे ३८ हजार ६४० कोटी रुपयांचे संभाव्य आर्थिक नुकसान टाळल्याचा कंपनीचा दावा आहे. डिजिटल मालमत्तांमधील गुंतवणुकीचा विस्तार होत असताना ऑनलाइन फसवणूक, बनावट संदेश, संशयास्पद दुवे आणि खाते ताब्यात घेण्याचे प्रकार ही मोठी आव्हाने ठरत आहेत. या पार्श्वभूमीवर बायनान्सने कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि बहुस्तरीय सुरक्षा यंत्रणांच्या माध्यमातून वापरकर्त्यांना तत्काळ संरक्षण देण्यावर भर दिला आहे. बायनान्सच्या माहितीनुसार, कंपनीच्या फसवणूकविरोधी यंत्रणांमध्ये १०० हून अधिक कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रारूपांचा वापर केला जातो. या यंत्रणा व्यवहार आणि खात्यांमधील संशयास्पद हालचालींचे तत्काळ विश्लेषण करतात. २०२६ च्या पहिल्या सहामाहीत या यंत्रणांनी कोट्यवधी फसवणूक व बनावट संदेशांशी संबंधित प्रयत्न रोखण्यास मदत केली. तसेच ४२ हजारांहून अधिक धोकादायक डिजिटल पत्ते प्रतिबंधित केले आणि दररोज १४ हजारांहून अधिक तत्काळ सुरक्षा सूचना जारी केल्या.

## १३० किलो वजनाच्या रुग्णावर हृदयाची बायपास शस्त्रक्रिया यशस्वी

पुणे (स. गांवकरी) : पिंपरी येथील डीपीयू सुपर स्पेशालिटी रुग्णालयातील डॉक्टरांनी सुमारे १३० किलो वजनाच्या ४६ वर्षीय पुरुष रुग्णावर अत्याधुनिक पद्धतीने हृदयाची बायपास शस्त्रक्रिया यशस्वी केली. हृदयाच्या रक्तवाहिन्यांमध्ये वारंवार निर्माण होणारे अडथळे, मधुमेह आणि झोपेत श्वास घेण्यास वारंवार अडथळा येण्याचा विकार अशा अनेक वैद्यकीय आव्हानांना सामोरे जात डॉक्टरांनी ही गुंतागुंतीची शस्त्रक्रिया केली. विशेष म्हणजे, छातीचे हाड न कापता बरगड्यांमधून केवळ ३ ते ५ सेंटीमीटरचा छेद देऊन ही शस्त्रक्रिया करण्यात आली. सुमारे तीन वर्षांपूर्वी या रुग्णाच्या हृदयातील अनेक रक्तवाहिन्यांमधील अडथळे दूर करण्यासाठी अँजिओप्लास्टी करण्यात आली होती. मात्र, दोन ते तीन वर्षांत पुन्हा गंभीर स्वरूपाचे अडथळे निर्माण झाले. त्यामुळे डॉक्टरांनी बायपास शस्त्रक्रियेचा सल्ला दिला. विविध रुग्णालयांमध्ये सल्ला घेतल्यानंतर रुग्णाला पुढील उपचारांसाठी डीपीयू सुपर स्पेशालिटी रुग्णालयात पाठविण्यात आले.

## पेप्सिको इंडियाच्या उत्पादनांमध्ये परिवर्तनाची वाटचाल

नवी दिल्ली (स. गांवकरी) : भारतीय ग्राहकांच्या बदलत्या आवडीनिवडी आणि आरोग्याविषयी वाढती जागरूकता लक्षात घेऊन पेप्सिको इंडिया आपल्या खाद्यपदार्थ आणि पेयांच्या उत्पादन श्रेणीत बदल करत आहे. ग्राहकांना परिचित चव कायम ठेवून कमी साखर असलेली पेये, संपूर्ण धान्यांपासून तयार केलेले पदार्थ, भरडधान्यांवर आधारित स्नॅक्स आणि विविध पोषणमूल्यांचे पर्याय उपलब्ध करून देण्यावर कंपनी भर देत आहे. उत्पादनांच्या घटकांमध्ये सुधारणा करणे, नवीन प्रकार सादर करणे आणि पोषणमूल्यांची माहिती अधिक स्पष्टपणे उपलब्ध करून देणे, या माध्यमांतून कंपनी ग्राहकांना त्यांच्या आवडीनुसार पर्याय निवडण्याची संधी देत आहे. पेप्सिको इंडियाच्या माहितीनुसार, कंपनीच्या एकूण पेय उत्पादनांपैकी ७० टक्क्यांहून अधिक उत्पादने सध्या शून्य साखर किंवा मध्यम कॅलरी असलेल्या प्रकारांमध्ये मोडतात. येत्या काळात हे प्रमाण टप्प्याटप्प्याने ९० ते १०० टक्क्यांपर्यंत नेण्याचे कंपनीचे उद्दिष्ट आहे.

# सप्तशृंगी गडाच्या साक्षीने कांदा उत्पादकांच्या हक्कांच्या लढ्याचा राज्यव्यापी शुभारंभ!

### भारत दिघोळे यांचा निर्धार; सरकारी कांदा खरेदी व बफर स्टॉकला पर्याय म्हणून देशांतर्गत गरज आणि निर्यातीवर आधारित उत्पादन नियोजन करणार

कळवण : (स. गांवकरी)

कांदा उत्पादक शेतकऱ्यांच्या न्याय्य हक्कांसाठी राज्यव्यापी संघटनात्मक लढा अधिक व्यापक करण्याच्या उद्देशाने महाराष्ट्र राज्य कांदा उत्पादक शेतकरी संघटनेच्या राज्यव्यापी दौऱ्याचा सोमवार, दि. १२ ऑक्टोबर २०२६ रोजी शुभारंभ करण्यात आला. संघटनेचे संस्थापक अध्यक्ष भारत दिघोळे यांच्या नेतृत्वाखाली सप्तशृंगी गडाच्या पायथ्याशी असलेल्या नांदुरी येथे पहिल्या पायरीवर श्रीफळ वाढवून या दौऱ्याची सुरुवात झाली.

सकाळी ८ ते रात्री ८ वाजेपर्यंत चाललेल्या या दौऱ्यात कळवण तालुक्यातील विविध गावांना, कांदा चाळींना, कांदा लागवड सुरू असलेल्या शेतांना तसेच शासकीय व खासगी कांदा बाजारपेठांना भेटी देण्यात आल्या. या दौऱ्याला कांदा उत्पादक शेतकऱ्यांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला.सरकारी कांदा खरेदी व बफर स्टॉकच्या व्यवस्थेला पर्याय म्हणून देशांतर्गत गरजांची पूर्तता आणि निर्यातीसाठी कांदा उत्पादनाचे नियोजन करण्याची भूमिका भारत दिघोळे यांनी या दौऱ्यात मांडली. केवळ सरकारी खरेदी बंद करण्याची मागणी न करता शेतकऱ्यांना सक्षम बाजारपेठ उपलब्ध करून देण्यासाठी पर्यायी व्यवस्था उभारण्याच्या दिशेने संघटना प्रयत्न करणार असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले. नांदुरीपासून अभोण्यापर्यंत प्रत्यक्ष पाहणी दौऱ्याच्या प्रारंभी नांदुरी येथे सप्तशृंगी गडाच्या पहिल्या पायरीवर श्रीफळ वाढविण्यात आले. त्यानंतर नाकोडा मार्केट या कळवण उपबाजाराला भेट देण्यात आली. पिळकोस, भादवण, विसापूर, देसराणे आणि अभोणा यांसह नियोजित गावांना व बाजारपेठांना भेटी देऊन दौरा पूर्ण करण्यात आला. मानूर, भेंडी, नवी बेज, पिळकोस, विसापूर, रवळजी आणि देसराणे या गावांमध्ये भारत दिघोळे यांनी शेतकऱ्यांशी थेट संवाद साधला.

दौऱ्यादरम्यान कांदा चाळींना भेट देऊन साठवलेल्या कांद्याची परिस्थिती जाणून घेण्यात आली. कांदा लागवड सुरू असलेल्या शेतांची पाहणी करून उत्पादनखर्च, मजुरी, खते, बियाणे, औषधे, सिंचन, साठवणूक आणि विक्रीसंदर्भातील अडचणींवर चर्चा करण्यात आली. उत्पादनासाठी मोठी आर्थिक गुंतवणूक करूनही बाजारभाव घसरल्यास शेतकऱ्यांचे आर्थिक गणित कोलमडते. त्यामुळे कांद्याचा बाजारभाव ठरविताना शेतकऱ्यांचा उत्पादनखर्च आणि त्यांना मिळणारा प्रत्यक्ष मोबदला यांचा विचार होणे आवश्यक असल्याचे या दौऱ्यातून अधोरेखित झाले.

पदाधिकारी आणि शेतकऱ्यांचा सहभाग या दौऱ्यात संस्थापक अध्यक्ष भारत दिघोळे यांच्यासोबत नाशिक जिल्हाध्यक्ष जयदीप भदाणे, जिल्हा उपाध्यक्ष विलासनाना रौंदळ, जिल्हा समन्वयक भगवान जाधव, कळवण तालुका अध्यक्ष काशिनाथ गुंजाळ, कळवण युवक तालुका अध्यक्ष शशी हिरे, निलेश आहेर, अनिल रौंदळ, दादाजी जाधव, मनोहर रौंदळ, बाळासाहेब शेवाळे, रामचंद्र जाधव आदी पदाधिकारी तसेच भेटी दिलेल्या गावं व परिसरातील कांदा उत्पादक शेतकरी उपस्थित होते.

दौऱ्यादरम्यान विविध गावांमध्ये आणि बाजारपेठांमध्ये भारत दिघोळे व संघटनेच्या पदाधिकाऱ्यांचे शेतकरी बांधवांकडून स्वागत, सत्कार व सन्मान करण्यात आला. शेतकऱ्यांशी थेट संवाद साधत त्यांच्या प्रश्नांसाठी संघटनात्मक लढा अधिक बळकट करण्याच्या या उपक्रमाला उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला.

सप्तशृंगी गडाच्या पायथ्याशी श्रीफळ वाढवून सुरू झालेला हा राज्यव्यापी दौरा कांदा उत्पादकांच्या प्रश्नांना व्यापक व्यासपीठ मिळवून देण्याच्या दिशेने महत्त्वाचे पाऊल ठरला आहे. देशांतर्गत गरजांची पूर्तता, निर्यातीसाठी उत्पादन नियोजन आणि शेतकऱ्यांना सक्षम बाजारपेठ मिळवून देण्याच्या भूमिकेसह संघटना आगामी काळात कांदा उत्पादकांच्या न्याय्य हक्कांसाठी सातत्याने कार्यरत राहणार आहे.

# स्तनाच्या कर्करोगाचा धोका वाढवण्यात हार्मोन्सची महत्त्वाची भूमिका

### योग्य जीवनशैली, वजन नियंत्रण आणि वेळेवर तपासणी आवश्यक; लवकर निदानामुळे उपचारांना मदत

पुणे : (स. गांवकरी)

स्तनाचा कर्करोग हा महिलांमध्ये आढळणाऱ्या प्रमुख कर्करोगांपैकी एक आहे. स्तनाच्या कर्करोगाचा धोका सांगताना जनुकीय घटक आणि कौटुंबिक इतिहासाला महत्त्व दिले जाते; मात्र, इस्ट्रोजेन आणि प्रोजेस्टेरॉन या हार्मोन्सचाही स्तनाच्या ऊतींची वाढ आणि पेशींच्या विभाजनावर परिणाम होतो. त्यामुळे महिलांच्या आयुष्यातील विविध जैविक टप्पे, हार्मोन्सचा दीर्घकालीन प्रभाव आणि जीवनशैली हे घटक स्तनाच्या कर्करोगाच्या धोक्याशी संबंधित असू शकतात. योग्य जीवनशैली आणि वेळेवर वैद्यकीय तपासणी केल्यास धोका कमी करण्यास तसेच आजाराचे लवकर निदान होण्यास मदत होते.

वयाच्या १२ वर्षांपूर्वी मासिक पाळी सुरू होणे किंवा वयाच्या ५५ वर्षांनंतर रजोनिवृत्ती होणे यामुळे शरीरावर इस्ट्रोजेन हार्मोनचा प्रभाव दीर्घकाळ राहू शकतो. या कारणांमुळे स्तनाच्या कर्करोगाचा

धोका काही प्रमाणात वाढू शकतो. तथापि, केवळ या घटकांवरून एखाद्या महिलेला कर्करोग होईलच, असे म्हणता येत नाही.

गर्भधारणा आणि स्तनपान यांचा स्तनाच्या कर्करोगाच्या धोक्याशी संबंध आहे. वयाच्या ३० वर्षांपूर्वी पूर्ण कालावधीची गर्भधारणा होणे आणि स्तनपानाचा कालावधी यांचा काही महिलांमध्ये संरक्षणात्मक परिणाम दिसून येतो. स्तनपानामुळे मासिक पाळी आणि अंडोत्सर्जनाच्या चक्रांमध्ये बदल होऊन इस्ट्रोजेनचा संपर्क कमी होऊ शकतो. मात्र, प्रत्येक महिलेचा वैयक्तिक धोका वेगवेगळा असतो. रजोनिवृत्तीनंतर शरीरातील चरबीच्या ऊती इस्ट्रोजेन तयार करण्याचा महत्त्वाचा स्रोत बनतात. त्यामुळे अतिरिक्त वजन

#### हार्मोन उपचार घेताना डॉक्टरांचा सल्ला घ्या

रजोनिवृत्तीनंतर उद्भवणारी लक्षणे कमी करण्यासाठी काही महिलांना हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरपी दिली जाते. इस्ट्रोजेन आणि प्रोजेस्टेरॉन यांचे मिश्रित हार्मोन उपचार दीर्घकाळ घेतल्यास स्तनाच्या कर्करोगाचा धोका वाढू शकतो. हा धोका उपचारांचा प्रकार, कालावधी आणि संबंधित महिलेच्या आरोग्यस्थितीनुसार बदलतो. त्यामुळे अशा प्रकारचे उपचार सुरू करण्यापूर्वी तसेच उपचार सुरू असताना डॉक्टरांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.

आणि शरीरातील चरबीचे प्रमाण वाढल्यास स्तनाच्या कर्करोगाचा धोका वाढू शकतो. या काळात संतुलित आहार, नियमित व्यायाम आणि वजन नियंत्रणात ठेवणे आरोग्याच्या दृष्टीने महत्त्वाचे ठरते.

जीवनशैलीतील बदलांमुळे धोका कमी होण्यास मदत

स्तनाच्या कर्करोगाशी संबंधित सर्व घटक नियंत्रित करणे शक्य नसले, तरी काही सवयींमध्ये बदल करून धोका कमी करण्यास मदत होऊ शकते. नियमित शारीरिक हालचाल, संतुलित आहार, वजन नियंत्रण आणि मद्यपान टाळणे किंवा कमी करणे या गोष्टी महत्त्वाच्या आहेत. तसेच, कुटुंबातील स्तनाच्या किंवा अंडाशयाच्या कर्करोगाचा इतिहास असल्यास डॉक्टरांना त्याची माहिती देणे आवश्यक आहे. स्तनाच्या कर्करोगाचे लवकर निदान झाल्यास योग्य उपचार करण्यास मदत होते. स्तनामध्ये गाठ जाणवणे, स्तनाच्या आकारात किंवा त्वचेत बदल होणे, स्तनाग्र आत ओढले जाणे किंवा त्यातून असामान्य स्राव होणे अशी लक्षणे दिसल्यास त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा. वेदना नसली तरी गाठीकडे दुर्लक्ष करू नये.

# OPPO कडून भारतातील F-सीरीजची १० वर्षे साजरी

पुणे : (स. गांवकरी)

भारतात OPPO च्या F-सीरीजला १० वर्षे पूर्ण होत असताना, कंपनीने आज 'OPPO F35 सिरीज' (ज्यामध्ये OPPO F35 Pro आणि OPPO F35 यांचा समावेश आहे) लाँच करण्याची घोषणा केली. गेल्या दशकात, पहिल्या पिढीतील F1 मॉडेलद्वारे 'सेल्फी एक्सपर्ट'ची ओळख करून देण्यापासून ते नवीन F35 सिरीजच्या माध्यमातून 'ग्रुप सेल्फी एक्सपर्ट' बनण्यापर्यंत F-सीरीजचा प्रवास झाला आहे; ग्राहकांच्या क्षण टिपण्याच्या, ते शेअर करण्याच्या आणि अनुभवण्याच्या पद्धतीत झालेला बदल यातून दिसून येतो. F1 पासून F35 सिरीजपर्यंत, F सिरीजने आपल्या इमेजिंग क्षेत्रातील वारशाची जोपासना करत भारतातील तरुण, डिजिटल जगाशी जोडलेल्या व्यावसायिकांच्या आकांक्षा व जीवनशैलीशी सुसंगत राहण्याची परंपरा कायम ठेवली आहे. गेल्या १० वर्षांत भारतात ३ कोटींहून अधिक F सिरीजचे

स्मार्टफोन्स विकले गेले आहेत. ही सिरीज अशा पिढीसोबत विकसित झाली आहे जी स्मार्टफोन्सचा वापर केवळ वैयक्तिक क्षण टिपण्यासाठीच नाही, तर नवनिर्मिती करण्यासाठी, लोकांशी जोडले जाण्यासाठी आणि सभोवतालच्या लोकांसोबत अनुभव सामायिक करण्यासाठी करत आहे. F35 सिरीज हा प्रवास पुढे नेत असताना यात १००° फील्ड ऑफ व्ह्यू (field of view) असलेला ५०MP अल्ट्रा-वाइड नॅचरल सेल्फी कॅमेरा देण्यात आला आहे, ज्यामुळे प्रत्येक फ्रेममध्ये अधिक लोक आणि त्या क्षणाचा अधिक भाग सामावून घेता येतो.

# डी बिअर्स इंडिया'चे 'लव्ह, फ्रॉम हबी' अभियान

- उतारवयातील प्रेमाला नैसर्गिक हिऱ्यांची साथ
- १ कॅरेटच्या नैसर्गिक हिऱ्यांच्या सॉलिटेअर अंगठ्यांचे विशेष संग्रह सादर
- मुलांच्या जबाबदाऱ्यांनंतर पती-पत्नीच्या नात्यातील नव्या पर्वाचा उत्सव

पुणे : (स. गांवकरी)

वैवाहिक जीवनातील प्रेम, जिव्हाळा आणि सहजीवनाचा प्रवास केवळ लग्न किंवा लग्नाच्या वाढदिवसापुरता मर्यादित नसतो. मुलांचे संगोपन, शिक्षण आणि करिअरच्या जबाबदाऱ्या पार पडल्यानंतर पती-पत्नीला एकमेकांसाठी अधिक वेळ मिळतो. आयुष्याच्या या नव्या टप्प्यात पुन्हा एकदा एकमेकांना नव्याने जाणून घेण्याची आणि नात्यातील प्रेमाचा

नव्याने अनुभव घेण्याची संधी मिळते. याच भावनेला केंद्रस्थानी ठेवत 'डी बिअर्स इंडिया'ने 'लव्ह, फ्रॉम हबी' हे विशेष अभियान सुरू केले आहे.

या अभियानाच्या माध्यमातून उतारवयातील प्रेम, सहजीवन आणि एकमेकांसाठी वेळ देण्याचे महत्त्व अधोरेखित करण्यात आले आहे. या निमित्ताने कंपनीने १ कॅरेटच्या नैसर्गिक हिऱ्यांच्या सॉलिटेअर अंगठ्यांचा विशेष संग्रह सादर केला आहे. आयुष्याच्या नव्या पर्वात पत्नीप्रती असलेले प्रेम व्यक्त

#### तीन रंगांतील आकर्षक सॉलिटेअर अंगठ्या

'लव्ह, फ्रॉम हबी'अंतर्गत सादर करण्यात आलेल्या 'रिअल लव्ह सॉलिटेअर' संग्रहामध्ये पिवळे सोने, पांढरे सोने आणि गुलाबी सोने यांमध्ये बसवलेल्या १ कॅरेटच्या नैसर्गिक हिऱ्यांच्या अंगठ्यांचा समावेश आहे. पारंपरिक सॉलिटेअर अंगठ्यांना आधुनिक स्वरूप देणारा हा संग्रह पतीकडून पत्नीला भेट देण्यासाठी विशेषतः सादर करण्यात आला आहे. सहजीवनातील नव्या टप्प्याचे स्वागत करण्यासाठी आणि एकमेकांप्रती असलेले प्रेम व्यक्त करण्यासाठी ही भेट विशेष ठरू शकते.

करण्यासाठी पतीकडून दिली जाणारी ही अंगठी अर्थपूर्ण भेट ठरावी, अशी या संकल्पनेमागील भूमिका आहे. मुलांच्या शिक्षणासाठी आणि करिअरसाठी सुरू असलेली धावपळ संपल्यानंतर अनेक दांपत्यांच्या आयुष्यात बदल घडतो. घरातील गडबड कमी होते आणि एकमेकांसोबत वेळ घालवण्याच्या नव्या संधी निर्माण होतात. या काळात प्रवास करणे, छंद जोपासणे, नव्या आठवणी निर्माण करणे आणि एकत्रितपणे भविष्यातील योजनांची आखणी करणे शक्य होते. 'लव्ह, फ्रॉम हबी' हे अभियान या बदलाकडे सकारात्मक दृष्टीने पाहण्याचे आवाहन करते. आई-वडिलांच्या जबाबदाऱ्यांबरोबरच पती-पत्नी म्हणून स्वतःच्या नात्यालाही प्राधान्य द्यावे आणि सहजीवनातील प्रेमाचा आनंद साजरा करावा, हा या उपक्रमाचा मुख्य संदेश आहे. या अभियानाबाबत डी बिअर्स इंडियाचे कंट्री हेड तोरांज मेहता म्हणाले, "भारतीय कुटुंबांमधील अनुभव आणि नात्यांतील बदल लक्षात घेऊन या संकल्पनेची निर्मिती करण्यात आली आहे. कुटुंबातील प्रत्येकाच्या आनंदाला प्राधान्य देताना पती-पत्नी अनेकदा स्वतःच्या नात्यासाठी वेळ देणे विसरतात. आयुष्याचा एक टप्पा असा असतो, जेव्हा त्यांना एकमेकांसाठी अधिक वेळ देता येतो. 'लव्ह, फ्रॉम हबी'च्या माध्यमातून आम्हाला याच आनंदाचा उत्सव साजरा करायचा आहे. जोडीदारावर नव्याने प्रेम व्यक्त करणे ही अतिशय सुंदर भावना आहे. नैसर्गिक हिरा हा प्रेमाच्या या भावनेचे अर्थपूर्ण प्रतीक ठरू शकतो." या अभियानाच्या नियोजनासाठी 'डी बिअर्स इंडिया डायमंड अक्विझिशन स्टडी २०२५' या अहवालाचा अभ्यास करण्यात आल्याचे कंपनीने म्हटले आहे. भारतीय ग्राहक नात्यांतील महत्त्वाचे टप्पे साजरे करण्यासाठी आणि जोडीदारावरील प्रेम व्यक्त करण्यासाठी नैसर्गिक हिऱ्यांच्या दागिन्यांना पसंती देतात, असे या अभ्यासाच्या आधारे कंपनीने नमूद केले आहे. अहवालानुसार, २०२५ मध्ये वार्षिक २० हजार अमेरिकी डॉलरपेक्षा अधिक उत्पन्न असलेल्या भारतीय कुटुंबांची संख्या सुमारे ३ कोटी २० लाख होती. २०३० पर्यंत ही संख्या वाढून ६ कोटी ७० लाखांपर्यंत पोहोचण्याचा अंदाज व्यक्त करण्यात आला आहे.