चुकीच्या सवयी वजनवाढीला कारणीभूत

आरोग्य वार्ता

नवी दिल्ली : आपल्यातले अनेक जण वजन कमी करण्याचा प्रयत्न करतात. परंतु, त्यांना अपेक्षित यश मिळत नसल्याने ते निराश होतात. याला दररोजच्या चुकीच्या सवयी कारणीभूत असल्याचे निरीक्षण तज्ज्ञांनी नोंदविले आहे.

वजन कमी करणे म्हणजे फक्त कॅलरी मोजणे किंवा जिममध्ये तास मोजणे इतकेच नाही. यात तुमची झोप, तणाव, दैनंदिन दिनचर्या आणि अगदी मानसिकता या बाबीदेखील तितक्याच महत्त्वाच्या आहेत.

तुम्ही रोज करत असलेल्या सामान्य चुका, ज्यामुळे वजन वाढते याकडे आहारतज्ज्ञांनी लक्ष वेधले आहे. जेव्हा लोक न्याहारी वगळतात तेव्हा, ते त्यांचे चयापचय आणि रक्तातील साखरेचे संतुलन बिघडवते. ज्यामुळे उपासमार संप्रेरकांना चालना मिळते. ज्यामुळे दिवसा नंतर कॅलरी-समृद्ध पदार्थांचा जास्त वापर होतो. दहा मिनिटांपेक्षा कमी वेळेत जलद गतीने अन्न सेवन केल्याने शरीराच्या तृप्ततेचे सिग्नल त्यांच्या ठरावीक १५ ते २० मिनिटांच्या कालावधीत मेंदूपर्यंत पोहोचण्यापासून रोखतात त्यामुळे पोट भरल्यासारखे वाटण्याआधी जास्त कॅलरी घेतल्या जातात.

सोडा, एनर्जी ड्रिंक्स आणि गोड कॉफीमध्ये प्रत्येक सर्व्हिंगमध्ये २५ ते ४० ग्रॅम पर्यंत लपलेली शर्करा असते, जी इन्सुलिन वाढण्यास आणि चरबी साठवण्यास प्रोत्साहन देते. जेव्हा लोक टीव्ही अथवा मोबाइल पाहतात लक्ष न देता किंवा एकाच वेळी अनेक कामे करताना नाश्ता करतात, तेव्हा त्यांची भुकेबाबतची जागरूकता कमी होते, ज्यामुळे गरजेपेक्षा जास्त प्रक्रिया केलेले पदार्थ खाल्ले जातात. त्यामुळे अशा सवयी सोडल्यास त्याची वजन कमी करण्यास मदत होऊ शकते, असे तज्ज्ञ सांगतात.

ठेवींवर आकर्षक व्याजदर
सर्वसाधारण/संस्था ठेवीदार 7.10%*
ज्येष्ठ नागरिक 7.30%*
*अटी लागू. (ROI p.a.)
मुदत:१३ महिन्यांच्यापुढे ते २४ महिन्यांपर्यंत
कॉसमॉस को-ऑप. बँक लि.
(मल्टिस्टेट शेड्यूल्ड बँक)
जीवन करा समृद्ध!
Toll Free No.: 1800 233 0234

चिखलदऱ्यात पर्यटकांचा 'पूर'

सात ते आठ किलोमीटरपर्यंत वाहनांच्या रांगा

लोकसत्ता विशेष प्रतिनिधी

अमरावती : मेळघाटात मागील काही दिवसांपासून मुसळधार पाऊस कोसळत असल्याने निसर्ग सौंदर्य पर्यटकांना खुणावत आहे. चिखलदरा येथे शनिवारी आणि रविवारी पर्यटकांच्या वाहनांचा ओघ वाढल्याने सात ते आठ किलोमीटरपर्यंत वाहनांच्या रांगा लागल्या. चिखलदरा नाक्यापासून खाली थेट मोथा आणि मडकी गावापर्यंत वाहतूक कोंडी झाली.

यावर्षी जिल्ह्यात पावसाचे प्रमाण कमी असले तरी चिखलदऱ्याने मात्र आपले सौंदर्य टिकवून ठेवले आहे. या ठिकाणी राज्यभरातून पर्यटक येत आहेत. पण या आठवडा अखेरीस वाहतूक कोंडीने अनेकांचा हिरमोड झाला.

भीमकुंडावरून कोसळणाऱ्या धबधब्यासह चिखलदरा येथील विविध पर्यटन स्थळांचा आनंद लुटण्यासाठी अमरावतीसह नागपूर, अकोला, यवतमाळ अशा विविध जिल्ह्यातून पर्यटक आले. घाटातून समोर वाहने जात नसल्यामुळे अनेकांना चिखलदऱ्याला जाण्याचा बेत रद्द करावा लागला. अनेक पर्यटक सेमाडोह आणि मुक्तागिरीकडे वळले तर काही पर्यटक चक्क गावी परतले.

चिखलदरा येथे दोनशेच्या वर हॉटेल्स बुक झाले आहेत. त्यामुळे अनेकांना चिखलदरा येथे इच्छा असूनही मुक्कामी राहणे शक्य नाही. विशेष म्हणजे चिखलदरा येथून बाहेर पडण्यासाठीदेखील पर्यटकांना मोठी कसरत करावी लागत आहे. येत्या २८ सप्टेंबर २०२५ पर्यंतच्या कालावधीतील दर आठवड्याच्या शनिवार व रविवार या दिवशी चिखलदरा येथे येण्यासाठी परतवाडा ते चिखलदरा या मार्गावरील वाहतूक ही परतवाड्यावरून धामणगाव गढी मार्गे चिखलदरा या मार्गाने तर चिखलदरा येथून जाण्यासाठी चिखलदरा ते परतवाडा या मार्गावरील वाहतूक घटांग, परतवाडा याप्रकारे एक मार्गी (वन-वे) वळवण्याचे आदेश जिल्हाधिकाऱ्यांनी दिले आहेत. तरीही वाहनांच्या प्रचंड गर्दीमुळे वाहतूक कोंडी होत आहे.

डॉ. मानसी
डॉ. पुष्कराज
Tanvi HERBALS क्लिनिक
मधुमेहाची लक्षणे
थकवा? जळजळ? लठ्ठपणा?
फ्री चेकअप कॅम्प - ठाणे
आज मंगळवार, दि. १५ जुलै २०२५ रोजी
☎ 9833683021 | 9920149535

गिधाडांचे अस्तित्वच धोक्यात

जनावरांसाठीची बंदी असणारी वेदनाशामक औषधे बाजारात

लोकसत्ता विशेष प्रतिनिधी

नागपूर : गुरांसाठी वापरली जाणारी व केंद्र सरकारने बंदी आणलेली वेदनाशामक औषधांची सर्रास विक्री होत असल्याचे बॉम्बे नॅचरल हिस्ट्री सोसायटीच्या (बीएनएचएस) सर्वेक्षणादरम्यान आढळून आले आहे. यामुळे मृत जनावरे खाणाऱ्या गिधाडांचे अस्तित्वच धोक्यात येण्याची भीती व्यक्त केली जात आहे.

भारतात गिधाडांच्या स्थानिक प्रजातींची संख्या १० ते १५ हजारादरम्यान आहे. काही वर्षांपूर्वी ही संख्या लाखोंच्या घरात होती. कमी झालेल्या गिधाडांच्या पुनरुज्जीवनासाठी 'बीएनएचएस'च्या वतीने गेल्या अनेक वर्षांपासून प्रयत्न सुरू आहेत. हरियाणातील पिंजोर, पश्चिम बंगालमधील राजाभातखवा, आसाममधील राणी आणि मध्यप्रदेशातील भोपाळ येथे तेथील वनखात्याच्या सहकार्याने गिधाड संवर्धन प्रजनन केंद्र सुरू करण्यात आले. या चारही केंद्रांवर आतापर्यंत जन्माला आलेल्या गिधाडांची संख्या ८०० पर्यंत पोहोचली आहे. लांब चोचीची, पातळ चोचीची आणि पांढऱ्या पाठीच्या गिधाडांची भारतीय प्रजाती गंभीर धोक्यात आहे. या केंद्रातील गिधाडांच्या प्रजननात बीएनएचएसला यश येत आहे. अलीकडेच काही गिधाडे पेंच, ताडोबा-अंधारी या व्याघ्रप्रकल्पात सोडण्यात आली. बंदिवासात जन्मलेली गिधाडे नैसर्गिक अधिवासात यशस्वीपणे जगावीत आणि जंगलातील गिधाडांची संख्या वाढावी हा त्यामागील उद्देश आहे. या प्रयत्नांना आता हळूहळू यश येऊ लागले आहे. मात्र, केंद्र सरकारने बंदी घातलेली व गुरांसाठी वापरली जाणारी वेदनाशामक औषधे बाजारात अजूनही विकली जात आहेत. त्यामुळे गिधाडांचे पुनरुज्जीवन पुन्हा धोक्यात येण्याची शक्यता आहे.

अनेक औषध दुकानात सर्रास विक्री

'डायक्लोफिनॅक' या औषधावर केंद्र सरकारने २००६-०७ मध्येच बंदी घातली होती तर 'निमसुलाईड', 'केटोप्रोफेन', 'एसिक्लोफिनॅक' या औषधांवर २०२३, २०२४ मध्ये बंदी आणली. मात्र, बीएनएचएसने अलीकडेच केलेल्या एका सर्वेक्षणानुसार, चंद्रपूर जिल्ह्यातील सावली, बल्लारपूर, सिंदेवाही, नागभीड या तालुक्यांमधील औषधांच्या दुकानात अजूनही ही औषधे विकली जात आहेत.

> महाराष्ट्रसारख्या प्रगत राज्यात नियमांची पायमल्ली ही दुर्दैवी बाब आहे. गिधाडांच्या संरक्षणासाठी भारत सरकारने कडक पावले उचलून या औषधांवर बंदी आणली. महाराष्ट्रात मात्र हे औषध विकले जात आहे. ही गंभीर बाब अन्न व औषध प्रशासन विभागाच्या संबंधित अधिकाऱ्यांना कळवली आहे. - **किशोर रिठे, संचालक, बीएनएचएस.**

चित्रफितीसाठी साताऱ्यात महामार्ग रोखला

पाच जणांविरुद्ध गुन्हा दाखल

सातारा : समाज माध्यमावरील चित्रफीत (रिल्स) बनविण्यासाठी पुणे - बंगळुरू महामार्गावर सातारा शहरानजीक एका उड्डाणपुलावर सर्व वाहने थांबवत चित्रीकरण करण्याचा प्रकार घडला. यामुळे महामार्गावर मोठी वाहतूक कोंडी झाली. याबाबत सातारा शहर पोलीस ठाण्यात पाच जणांविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. सातारा वाहतूक नियंत्रण विभाग तसेच महामार्ग पोलिसांनी ही कारवाई केल्याची माहिती पोलीस निरीक्षक राजेंद्र मस्के यांनी दिली.

याप्रकरणी ओम प्रवीण जाधव (तारळे, ता. पाटण, सध्या राहणार जुना आरटीओ चौक सातारा), कुशल सुभाष कदम (जरंडेश्वर नाका, सदर बाजार, सातारा), सोहम महेश शिंदे (शिंगणापूर, ता. माण), निखिल दामोदर महांगडे (परखंदी, ता. वाई) आणि एक अल्पवयीन मुलगा यांच्यावर कारवाई करण्यात आली. यातील ओम जाधव याने सातारा येथे नवीन वाहन खरेदी केले होते. त्या वाहनाचे 'ड्रोन'च्या साहाय्याने चित्रीकरण करण्यासाठी त्याने कुशल कदम याला वाहने घेऊन बोलावले. त्यानंतर सोहम शिंदे आणि निखिल जाधव व एक अल्पवयीन अशा सर्व साथीदार वाहनांसह महामार्गावर आले. या वेळी त्यांनी पुणे - बंगळुरू महामार्गावरील कोल्हापूर ते पुणे जाणाऱ्या मार्गिकेवरील सर्व वाहनांना अडवून 'ड्रोन'च्या मदतीने चित्रीकरण केले. यामुळे महामार्गावर वाहनांच्या लांबचलांब रांगा लागून वाहतूक कोंडी झाली. यानंतर त्यांनी ही चित्रफीत समाज माध्यमावर प्रसारित केली. याची पोलीस प्रशासनाने दखल घेऊन तरुणांवर गुन्हा दाखल केल्याची माहिती सातारा पोलिसांनी दिली.

'नेमोलिन मायोपेथी'चा राज्यात पहिला रुग्ण

लोकसत्ता विशेष प्रतिनिधी

मुंबई : आपल्या घरातील लहान मुलाला पायावर उभे राहता न आल्याची तक्रार घेऊन डॉक्टरांकडे गेलेल्या पुण्यातील एका कुटुंबाला 'नेमोलिन मायोपेथी'नावाचा दुर्मीळ आणि गंभीर स्नायू विकार असल्याचे निदान झाले. महाराष्ट्रातील अशाप्रकारे निदान झालेली ही पहिली केस असल्याचे आरोग्य विभागातील सूत्रांचे म्हणणे आहे. 'या मुलाला जन्मताच स्नायू कमजोरी जाणवत होती, मान धरता येत नव्हती आणि वयाच्या पहिल्या वर्षभरात वजन वाढ कमी होती 'एमआरआय इएमजी' व 'मस्कुल बायोप्सी'च्या तपासणीतून 'नेमोलिन मायोपेथी'ची खात्री झाली, अशी माहिती पुण्यातील डॉक्टरांनी दिली.

'नेमोलिन मायोपेथी' हा जन्मजात स्नायू विकार असून, यात शरीरातील स्नायू कमकुवत होतात, त्यांची वाढ खुंटते आणि मुलांना चालण्यात व पायावर उभे राहण्यात अडचणी येतात. या विकारामुळे बाळाच्या श्वसनावरही परिणाम होऊ शकतो आणि अनेकदा 'ऑक्सिजन सपोर्ट' आवश्यक ठरतो. 'आयसीएमआर'च्या २०२४ च्या दुर्मीळ आजार अहवालानुसार, भारतात या आजाराची घटनात्मकता अंदाजे ०.५ ते १ प्रति एक लाख जीवंत जन्म इतकी आहे, तर मागील पाच वर्षांत देशभरात एकूण १४२ प्रकरणांची नोंद झाली आहे.

बोगस पीकविमा भरल्यास पाच वर्षे नाव काळ्या यादीत

हिंगोली : राज्यात पीकविमा योजनेतील अनेक गैरप्रकार समोर आल्यानंतर त्या संदर्भाने शासनाकडून काही मार्गदर्शक सूचना केल्या आहेत. त्यामध्ये बोगस पीकविमा भरला, तर त्या शेतकऱ्याचे नाव पाच वर्षे काळ्या यादीत टाकण्यात येणार असून, त्याला शासनाच्या कोणत्याच योजनेचा लाभ देता येणार नाही, असे स्पष्ट नमूद करण्यात आले आहे. या संदर्भातील माहिती कृषी विभागातील अधिकाऱ्यांकडून मिळाली.

बैंक ऑफ़ बड़ौदा Bank of Baroda
ई-लिलाव सह विक्री सूचना
बँक ऑफ बडोदा बँकेच्या मालकीच्या वाहनांच्या ई-लिलाव आणि विक्रीसाठी ''जसे आहे, जिथे आहे आणि जे काही आहे'' या तत्वावर ऑफर आमंत्रित करित आहे:
सविस्तर माहिती बँकेच्या वेबसाइट www.bankofbaroda.in च्या ''ई-लिलाव'' विभागात आणि ऑक्शनटायगर "auctiontiger" वेबसाइट https://www.auctiontiger.net/. वर उपलब्ध आहे.
पूरकपत्र, जर असल्यास, हे बँकेच्या वेबसाइटवर 'ई-लिलाव' विभागात प्रसिद्ध केली जाईल. बोलीदारांना प्री-बिड ईएमडी जमा करण्यापूर्वी / लिलाव सुरू करण्यापूर्वी वेबसाइट तपासण्याची विनंती आहे.
ईएमडी / प्री-बिड पेमेंट सबमिशनची शेवटची तारीख: 28/07/2025 दुपारी 4.00 वाजेपर्यंत.
लिलावाची तारीख आणि वेळ: 02/08/2025 सकाळी 11.00 ते दुपारी 2.00 वाजेपर्यंत.
स्थान: मुंबई
तारीख: 12/07/2025
ललित नारायण मोहंता
सहाय्यक महाव्यवस्थापक
कॉर्पोरेट ऑफिस प्रशासन (सीओए)
बडोदा कॉर्पोरेट सेंटर, बीकेसी, मुंबई
(49/25-26)

वेस्टर्न कोलफील्ड्स लिमिटेड
(कोल इंडिया लिमिटेडचा एक उपक्रम)
कोल इस्टेट, सिव्हिल लाईन्स, नागपूर-440001, महाराष्ट्र, भारत. वेबसाईट www.westerncoal.in
सूचना
कोल इंडिया लिमिटेड व त्यांच्या सहायक कंपन्यांद्वारे सामग्री खरेदी, कार्य व सेवांसाठी जाहीर सर्व निविदा **कोल इंडिया लिमिटेड** च्या वेबसाइट (**www.coalindia.in**), संबंधित सहायक कंपनी च्या वेबसाइट (**वेस्टर्न कोलफील्ड्स लिमिटेड, www.westerncoal.in**), सीआयएल ची ई-प्रोक्योरमेंट पोर्टल (**https://coalindiatenders.nic.in**) व केंद्रीय सार्वजनिक प्रोक्योरमेंट पोर्टल (**https://eprocure.gov.in**) वर उपलब्ध आहेत. निविदे साठी बिड फक्त **https://coalindiatenders.nic.in** द्वारे प्रस्तुत केल्या जाऊ शकतात. शुद्धिपत्रक/वृद्धीकरण, जर काही असल्यास, केवळ **https://coalindiatenders.nic.in** वर प्रकाशित केले जाईल. या व्यतिरिक्त, जीईएम (GeM) पोर्टल (**https://gem.gov.in**) च्या माध्यमाने सुद्धा खरेदी केली जात आहे.

पिक्स ट्रान्समिशन्स लिमिटेड
CIN-L25192MH1981PLC024837
पंजीकृत कार्यालयः जे-7, एम.आय.डी.सी., हिंगणा रोड, नागपूर-440 016
फोन: 07104-669000
ईमेल: cosecretary@pixtrans.com, वेबसाईट: www.pixtrans.com
PIX Power Transmission Solutions Driving growth
43व्या वार्षिक सर्वसाधारण सभेच्या सूचनेचे शुद्धिपत्रक
पिक्स ट्रान्समिशन्स लिमिटेड च्या सर्व सदस्यांचे लक्ष 23 मे 2025 रोजी च्या 43व्या वार्षिक सर्वसाधारण सभे (AGM) च्या सूचनेकडे वेधले जात आहे, जी शनिवार, 26 जुलै 2025 रोजी सकाळी 9.30 वाजता नागपूर येथील नोंदणीकृत कार्यालयात आयोजित करण्यात आली आहे.
सूचनेच्या आयटम क्र. 8 बाबत, जी श्री ठाकूर जी होटचंदानी (DIN 00578526) यांच्या गैर-कार्यकारी स्वतंत्र संचालक म्हणून नियुक्तीशी संबंधीत आहे, आम्हाला एक टायपोग्राफिकल त्रुटी आढळली आहे. आयटम क्र. 8 साठी रिझोल्यूशन टाईप चुकीच्या पध्दतीने "स्पेशल रिझोल्यूशन" ऐवजी "ऑर्डिनरी रिझोल्यूशन" असा उल्लेख करण्यात आला होता.
कृपया लक्षात ठेवा की 43व्या वार्षिक सर्वसाधारण सभेच्या सूचनेतील आयटम क्र. 8 साठीचा रिझोल्यूशन टाईप "स्पेशल रिझोल्यूशन" असे वाचण्यात यावे.
हे शुद्धिपत्रक 43व्या वार्षिक सर्वसाधारण सभेच्या सूचनेचा अविभाज्य भाग आहे आणि ते मूळ सूचनेसह वाचण्यात यावे.
कृते पिक्स ट्रान्समिशन्स लिमिटेड
दिनांक: जुलै 11, 2025
स्थान: नागपूर
शिबू व्हर्गिस
कंपनी सचिव

STAR HOUSING FINANCE Star hai toh bharosa hai
स्टार हाऊसिंग फायनान्स लि.
नोंदणीकृत कार्यालयः 603 वेस्टर्न एज I, कॅश & कॅरी च्या वर, बोरीवली पूर्व, मुंबई 400 066.
जोडपत्र IV [नियम - 8 (1) पाहावा] ताबा सूचना
ज्याअर्थी, निम्नस्वाक्षरीकार हे **स्टार हाऊसिंग फायनान्स लि.** आणि सिंग्युलॅरिटी क्रेडीट वर्ल्ड चे प्राधिकृत अधिकारी असून त्यांनी सिक्युरिटायझेशन अँड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनॅन्शीअल ॲसेट्स आणि एनफोर्समेंट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट ॲक्ट,2002अंतर्गत आणि सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 3 सह वाचण्यात येणाऱ्या अनुच्छेद 13(12) अंतर्गत बहाल करण्यात आलेल्या अधिकारांचा वापर करीत दि. 04.04.2025 रोजी एक मागणी सूचना पाठवली ज्यात कर्जदार / जामीनदार / गहाणकार **1) श्री. गंगासागर सोपान जुनरे, 2) श्रीमती रुशाली गंगासागर जुनरे (कर्ज खाते क्र. ASHBUL-12) यांना सदर सूचनेत नमूद दि. 01.04.2025 नुसार रक्कम रु. 4,44,803/- (रुपये चार लक्ष चौरेचाळीस हजार आठशे तीन फक्त)** चा भरण्याच्या/वसुलीच्या दिनांकापर्यंतचे पुढील व्याज व शुल्कांसह सदर सूचना प्राप्त होण्याच्या दिनांकापासून 60 दिवसांचे आत भरणा करण्याचे आवाहन करण्यात आले होते.
कर्जदार / सह-कर्जदार / जामीनदार / गहाणकाऱ्यांना सदर सूचना पाठवूनही त्यांनी सूचनेत नमूद संपूर्ण रकमेचा पुढील व्याज व इतर शुल्कांसह भरणा न केल्याने याद्वारे कर्जदार / सह-कर्जदार / जामीनदार / गहाणकार आणि आम जनतेस सूचित करण्यात येते की सदर नियमांमधील नियम 8 सह वाचण्यात येणाऱ्या सदर अधिनियमातील अनुच्छेद 13(4) अंतर्गत बहाल करण्यात आलेल्या अधिकारांचा वापर करीत निम्नस्वाक्षरीकारांनी खाली वर्णन केलेल्या मालमत्तेचा **दि. 15 जून,2025 रोजी सांकेतिक ताबा घेतलेला आहे.**
कर्जदार/सह-कर्जदार/जामीनदार/गहाणकार आणि सर्व लोकांना याद्वारे सावधगिरीची सूचना देण्यात येते की त्यांनी सदर मालमत्तेच्या संदर्भात कोणताही व्यवहार करू नये आणि असा कोणताही व्यवहार केल्यास तो **स्टार हाऊसिंग फायनान्स लि.** च्या **दि. 01.04.2025 नुसार रु. 4,44,803/-** अधिक भरणा/वसुलीच्या दिनांकापर्यंतचे पुढील व्याज व इतर शुल्के एवढ्या रकमेच्या भाराधीन असेल. सदर अनामत मत्ता सोडवून घेण्यासाठी उपलब्ध असलेल्या वेळेच्या संदर्भात कर्जदारांचे लक्ष सदर अधिनियमातील अनुच्छेद 13 मधील उप-विभाग (8) मधील तरतुदींकडे कडे वेधण्यात येते.
अचल मालमत्तेचे वर्णन:- इएम निवासी जमीन व इमारत, क्षेत्रफळ सुमारे 780 चौ.फु., श्री. गंगा सागर सोपान जुनरे यांच्या मालकीची, मालमत्ता क्र. 59, स.क्र. 59, तांदूळवाडी, तह. नांदुरा, जिल्हा बुलढाणा, 443404 , महाराष्ट्र. **मालमत्तेच्या चतु:सीमा:** पूर्वेस-जुनरे यांची मालमत्ता, पश्चिमेस-रस्ता, उत्तरेस- रस्ता, दक्षिणेस- गोविंद यांची मालमत्ता.
स्थानः मुंबई
दिनांक:15.07.2025
प्राधिकृत अधिकारी,
स्टार हाऊसिंग फायनान्स लि.
(पूर्वीची ॲक्मे स्टार हाऊसिंग फायनान्स लि.)

pnb Housing Finance Limited Ghar Ki Baat
परिशिष्ट- IV-A - अचल मालमत्तांची ई-लिलाव जाहीर विक्री सूचना
सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 8(6) च्या तरतुदींसह वाचण्यात येणारया सिक्युरिटायझेशन अँड रिकन्स्ट्रक्शन ऑफ फायनॅन्शीअल ॲसेट्स अँड एनफोर्समेन्ट ऑफ सिक्युरिटी इंटरेस्ट ॲक्ट, 2002 अंतर्गत अचल मत्तांच्या विक्रीसाठी ई-लिलाव विक्री सूचना
नोंदणीकृत कार्यालयः नववा मजला, अंतरिक्ष भवन, 22, कस्तुरबा गांधी मार्ग, नवी दिल्ली-110001 फोनः 011-23357171, 23357172, 23705414, वेबसाईटः www.pnbhousing.com
शा. का.: पहिला मजला, अचरज टॉवर II, छिंदवाडा रोड, छावणी चौक, सदर, नागपूर-440001
याद्वारे खाली स्तंभ क्र.-अ मध्ये नमूद कर्जदार व जामीनदारांना आणि सर्व लोकांना सूचित करण्यात येते की सुरक्षित धनकोकडे तारण/भारग्रस्त असलेल्या खाली स्तंभ-ड मध्ये नमूद अचल मालमत्तेचा **मे. पीएनबी हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड** (पीएनबी एचएफएल)/सुरक्षित धनको च्या प्राधिकृत अधिकारयांनी रचनात्मक/प्रत्यक्ष ताबा घेतलेला असून (स्तंभ-क मध्ये नमूद केल्यानुसार) त्यांची **''जशी आहे जेथे आहे'' आणि ''तेथे जे काही आहे''** तत्त्वावर खाली नमूद तपशिलानुसार विक्री करण्यात येईल.
याद्वारे ही सूचना सद्य दिनांकास सुधारित सिक्युरिटी इंटरेस्ट एनफोर्समेंट रुल्स, 2002 मधील नियम - 8(6) व 9 अंतर्गत स्तंभ क्र. अ मध्ये नमूद करण्यात आलेल्या कर्जदार/गहाणदार/कायदेशीर वारस, कायदेशीर प्रतिनिधी (ज्ञात किंवा अज्ञात), संबंधित कर्जदार/गहाणदारांच्या (मयत झाले असल्यास) मृत्युपत्रव्यवस्थापक, प्रशासक, वारसदार, अभिहस्तांकिती यांना देऊ करण्यात येत आहे.
विक्रीच्या अटी व शर्तींच्या तपशीलासाठी कृपया सुरक्षित धनको **मे. पीएनबी हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड / सुरक्षित धनकोच्या वेबसाईटला www.pnbhousing.com** येथे भेट द्यावी.

कर्ज क्र., कर्जदार/सह-कर्जदार/ जामीनदार/ कायदेशीर वारसाचे नाव (ए)	मागणी केलेली रक्कम व दिनांक (बी)	ताब्याचा प्रकार (सी)	तारण मालमत्तेचे वर्णन (डी)	आरक्षित किंमत (ई)	बयाणा रक्कम (आरक्षित किमतीच्या 10%) (एफ)	बोली सादर करण्याचा शेवटचा दिनांक (जी)	बोली वृद्धी दर (एच)	पाहणी दिनांक आणि वेळ (आय)	लिलाव दिनांक आणि वेळ (जे)	ज्ञात बोजे कोर्ट खटले असल्यास (के)
HOU/NAG/1219/761031 अजय वासुदेवराव गटकिने / चंद्रकला वासुदेव गटकिने / मे. अजय एन्टरप्रायजेस / नारायण राम भाऊ भुजाडे, शा.का.: नागपूर	रु.2149021.33 &13-12-2024	प्रत्यक्ष ताबा	गणेश अपा. 01, सदनिका क्र. 403 / बी.पी.क्र. 1 2 3 4, विंग बी, चौथा मजला, साई नगर, दिघोरी टोल प्लाझा जवळ, दिघोरी चौक, नागपूर, महाराष्ट्र - 440030, भारत.	रु. 2487000	रु. 248,700	20-08-2025	रु. 10,000/-	12-08-2025 रोजी दु. 12.00 ते 04.00 वाजेपर्यंत	21-08-2025 रोजी दु. 02.00 ते 03.00 वाजेपर्यंत	ज्ञात नाहीत

***सोबत भरण्याच्या व/वा वसुलीच्या दिनांकापर्यंतचे लागू असेल त्यानुसार वार्षिक 18% दराने पुढील व्याज, आनुषंगिक खर्च, शुल्के, अधिभार इ. **पीएनबी हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड च्या प्राधिकृत अधिकारयांच्या माहितीनुसार वर स्तंभ के मध्ये जाहीर केलेल्या माहितीशिवाय वर नमूद अचल/अनामत मत्तांच्या संदर्भात इतर कोणतेही बोजे/दावे नाहीत. याशिवाय असे कुठलेही बोजे असल्यास यशस्वी खरेदीदाराने/बोलीदाराने ते स्वतः भरावयाचे आहेत. संभाव्य खरेदीदार/बोलीदारांना विनंती आहे की त्यांनी वर नमूद बोज्यांची स्वतंत्रपणे चौकशी करावी.**
1. आज दिनांकास वर नमूद अचल मालमत्ता/अनामत मत्तांची विक्री करणे, त्यांची विल्हेवाट लावणे इ. पासून पीएनबीएचएफएल/ पीएनबीएचएफएल च्या प्राधिकृत अधिकारयांना प्रतिबंध करणारा कोर्टाचा कोणताही हुकुम नाही.
2. संभाव्य खरेदीदारांनी/बोलीदारांनी आणि इच्छुकांनी स्तंभ-के मध्ये नमूद केलेल्या प्रक्रिया/आदेश इ. मधील बाजूची स्वतंत्रपणे चौकशी करावी. यात पीएनबीएचएफएल यांचेकडे उपलब्ध असलेल्या दस्तावेजांच्या मालकी हक्काचा समावेश आहे, परंतु ते तेथपर्यंतच मर्यादित नसून त्यांनी निविदा/बोली अर्ज सादर करण्याअगोदर किंवा प्रस्ताव देण्याअगोदर सर्व बाबतीत चौकशी करून घ्यावी. बोलीदारास बोली प्रपत्रासोबत सदर लिलावाच्या अटी व शर्तींवर स्वाक्षरी करावी लागेल.
3. कृपया लक्षात घ्यावे की सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 9(3) च्या अनुषंगाने बोलीदार/खरेदीदार विक्री किमतीच्या 25% एवढी रक्कम (जमा केलेली बयाणा रक्कम धरून) त्याच दिवशी किंवा फार तर पुढील कामकाजाच्या दिवशी सादर करण्यास बांधील आहे. सिक्युरिटी इंटरेस्ट (एनफोर्समेंट) रुल्स, 2002 मधील नियम 9(2) नुसार सुरक्षित धनकोस विक्री किमतीच्या 25% एवढी रक्कम प्राप्त झाल्यावरच विक्री बोलीदाराच्या नावे निश्चित करण्यात येईल. विक्री रकमेपैकी उर्वरित 75% रक्कम खरेदीदारास विक्रीच्या निश्चितीच्या पावतीच्या दिनांकापासून 15 दिवसांचे आत जमा करावी लागेल, अन्यथा मालमत्ता/अनामत मत्तेची पुनर्विक्री करण्यात येईल. **4. मे. सी1 इंडिया प्रायव्हेट लिमिटेड, कॉर्पोरेट कार्यालय, प्लॉट क्र. 68, तिसरा मजला, सेक्टर 44, गुडगाव, हरयाणा 122003, वेबसाईट-www.bankeauctions.com हे प्राधिकृत अधिकारयांना ई-लिलावाच्या माध्यमातून विक्रीची प्रक्रिया राबविण्यास मदत करतील. मालमत्तेच्या पाहणीशी किंवा बोली दस्तावेज प्राप्त करण्याशी संबंधित कोणत्याही मदतीसाठी आणि कोणत्याही चौकशीसाठी किंवा नोंदणीसाठी आपण पीएनबीएचएफएल चे प्राधिकृत व्यक्तीश्री. विवेक लोढा यांचेशी टोल फ्री क्र.: 1800 120 8800. ई-मेल: [illegible] वर संपर्क साधावा किंवा www.pnbhousing.com येथे भेट द्यावी.**
स्थानः नागपूर दिनांकः 15.07.2025
स्वा/- प्राधिकृत अधिकारी, पीएनबी हाऊसिंग फायनान्स लिमिटेड

TVS
Presents
RAMNATH GOENKA EXCELLENCE IN JOURNALISM AWARDS
RAMNATH GOENKA MEMORIAL FOUNDATION
INDIAN EXPRESS GROUP
CALL FOR ENTRIES 2024
ACKNOWLEDGING ACCURACY, COURAGE, CREDIBILITY & FAIRNESS.
SCAN TO APPLY
JULY 15 2025
LAST DATE OF APPLICATION
Log on to: www.rngfoundation.com/awards