નવા વિચારોનું નવુ માધ્યમ...
SOHAM 24

સોહમ્ ૨૪

સત્યમેવ જયતે
Soham24

સુરેન્દ્રનગરનું લોકલ અખબાર
સાપ્તાહિક

વર્ષ : ૯ અંક : ૩૬ તા.૧૦-૧૦-૨૦૨૪ (પાના : ૧૬) ગુરૂવાર છૂટક કિંમત રૂ.૫ | તંત્રી : રોહિતભાઈ જી.પરમાર, સહ તંત્રી : અવધેશભાઈ ત્રિવેદી

કોન્ટેક નંબર . ૯૦૩૩૩૦૦૩૪૫ / ૯૮૨૫૮૯૯૬૮૦ www.soham24.com - Email: soham24info@gmail.com

નમસ્તે સુરેન્દ્રનગર

વરસાદે ખેડૂતોની મહેનત પર પાણી ફેરવ્યું : વળતર ચુકવવાની માંગ

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લો ખેતી આધારીત જીલ્લો છે અને ખેડુતો બારેમહિના અલગ-અલગ પાકોનું વાવેતર કરી સમૃધ્ધ બન્યા છે પરંતુ તાજેતરમાં કુદરત સામે ખેડુતો લાચાર બની ગયા હોય તેવી પરિસ્થિતિ સર્જાઈ છે અને હાલ પડી રહેલ વરસાદે ખેડુતોની મહેનત પર પાણી ફેરવી દેતા ખેડુતોની હાલત કફોડી બની છે અને સરકાર દ્વારા યોગ્ય વળતર ચુકવવાની માંગ કરી રહ્યા છે.

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લાનું સમગ્ર રાજય સહિત દેશમાં કપાસના ઉત્પાદનમાં મોખરાનું સ્થાન છે ત્યારે ચાલુ વર્ષે ઝાલાવાડના ખેડુતોએ અંદાજે ૫.૮૬ લાખ હેકટર જમીનમાં કપાસ, મગફળી, તુવેર, એરંડા સહિતના પાકોનું વાવેતર કર્યું છે જેમાં સૌથી વધુ અંદાજે ૪ લાખ હેકટર જમીનમાં કપાસનું વાવેતર કર્યું છે. શરૂઆતમાં સારૃ વાવેતર થતા ખેડુતોને ઉત્પાદન વધવાની અને સારા ભાવો મળવાની આશાઓ બંધાઈ હતી. પરંતુ ગત મહિને જન્માષ્ટમી દરમ્યાન અતિભારે વરસાદને પગલે ખેડુતોના કપાસ સહિતના પાકને મોટાપાયે નુકશાન પહોંચ્યું હતું અને અંદાજે ૩૦ થી ૪૦ ટકા નુકશાન પહોંચતા હાલત કફોડી બનતા ખેડુતોએ સરકાર પાસે વળતરની માંગ કરી હતી જેના ભાગરૃપે સરકાર દ્વારા નુકશાની અંગે સર્વે હાથધરી વળતર ચુકવવાની જાહેરાતો કરી હતી. આ નુકશાની અંગે હજુ સર્વેની કામગીરી શરૂ કરવામાં આવી હતી ત્યાં જ ફરી વખત જાણે કુદરત રૂઠી હોય તેમ હવામાન વિભાગની આગાહીના પગલે જીલ્લામાં છેલ્લા ત્રણ દિવસથી ભારેથી અતિભારે વરસાદ પડયો છે. સરેરાશ ૨ થી ૫ ઈંચ જેટલો વરસાદ ખાબકતા ખેડુતોનો બચેલો પાક પણ નષ્ટ થઈ જતા ખેડુતોની હાલત પડયા પર પાટુ મારવા જેવી થઈ છે. જયારે બીજી બાતુ જે ખેડુતોએ આગોતરા કપાસનું વાવેતર કર્યું હતું તેમને કપાસનો પાક હાલ વીણવાનાનો સમય હતો ત્યારે જ વરસાદ પડતા કપાસનો સમગ્ર ફાલ નષ્ટ થઈ ચુક્યો છે અને ખેડુતોના મોઢા સુધી આવેલો કોળીયો છીનવાઈ જતા કુદરતનો બેવડો માર પડતા હાલત અત્યંત દયનીય બની છે. આથી તાજેતરમાં થયેલ નુકશાન અંગે સરકાર દ્વારા તાત્કાલીક અને ઝડપથી સચોટ રીતે સર્વે હાથધરી પુરતું વળતર ચુકવવામાં આવે તેવી માંગ ઉઠવા પામી છે તેમજ સરકાર દ્વારા જો ખેડુતો તરફ જોવામાં નહિં આવે અને નુકશાની અંગે વળતર ચુકવવામાં નહિં આવે તો આગામી દિવસોમાં ખેડુતોને આત્મહત્યા કરવાનો અથવા જમીનો વેચી અન્ય ધંધા તરફ વળવાનો વારો આવશે તેવી શક્યતાઓ સેવાઈ રહી છે.

નશીલા પદાર્થોના સેવન અને વેચાણ પર તંત્રની લાલ આંખ

કલેકટરે બેઠક બોલાવી સખ્ત હાથે કામગીરી કરવા સૂચના આપી

સુરેન્દ્રનગર :

કલેક્ટર કચેરી સભાખંડ ખાતે જિલ્લા કલેકટર કે.સી.સંપટના અધ્યક્ષ સ્થાને જિલ્લા કક્ષાની નાર્કો કો-ઓર્ડીનેટર સેન્ટરની બેઠક યોજાઈ હતી. પોલીસ અધિક્ષક ડૉ.ગિરીશ પંડ્યા તેમજ નિવાસી અધિક કલેકટર આર.કે.ઓઝા ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. બેઠકમાં જિલ્લા કલેકટરએ નશીલા પદાર્થોના સેવન અને તેના વેચાણ પર સખ્ત હાથે કામગીરી કરવા સુચના આપી હતી.

વધુમાં જિલ્લા કલેકટરે મેડિકલ સ્ટોરમાં પ્રિસ્ક્રિપ્શન વગર નશીલા સીરપ ના વેચાણ પર વોચ રાખવા ડ્રગ્સ વિભાગ ને સુચના આપી હતી. વિદ્યાર્થીઓમાં યુવા વયે વ્યસનના વધતા જતા પ્રમાણ સામે શાળા, કોલેજની આસપાસના ૧૦૦ મીટર વિસ્તારમાં તંબાકુ સંલગ્ન વેચાણ પર સઘન કામગીરી કરવા સંબધિત વિભાગોને જરૂરી સૂચના આપી હતી.

તેમજ પોલીસ અધિક્ષક ડૉ.ગિરીશ પંડ્યાએ શાળા, કોલેજોમાં વિદ્યાર્થીઓ માટે નશાકારક પદાર્થ સામે જનજાગૃતિ કાર્યક્રમો વધારવા માટે એસ.ઓ.જી સાથે શિક્ષણ અને આરોગ્ય વિભાગને પણ સૂચના આપી હતી.

આ તકે નિવાસી અધિક કલેકટર આર.કે.ઓઝા, જિલ્લા ગ્રામ વિકાસ એજન્સી નિયામક આર.એમ. જાલંધરા, પ્રાંત અધિકારી જયંતસિંહ રાઠૌર, કલ્પેશ શર્મા, કુલદીપ દેસાઈ, હર્ષદીપ આચાર્ય, નિકુંજ ધુળા, નાયબ પોલીસ અધિક્ષક વિશાલ રબારી સહિત વિવિધ વિભાગોના અધિકારીઓ હાજર રહ્યા હતા.

તસવીર : સતીષ ભરવાડ

સુરેન્દ્રનગર જિલ્લામાં નવરાત્રી પર્વ દરમિયાન યોજાતી ભવાઈ વિસરાય છે. ત્યારે પ્રાચીન પરંપરાને મુળી તાલુકાના જશાપર ગામમાં જળવાતી જોવા મળી છે. જશાપર નવરાત્રી મહોત્સવ ૨૦૨૪ ના ભાગરૂપે જય ચીતોડ નામનું નાટક ભજવવામાં આવ્યુ....

સોહમ્ ૨૪ સાપ્તાહિક

કાર્યાલય : રાજનાથ મહાદેવ મંદિર પાસે, કુથુંનાથ દેરાસર ચોક, રાજનાથ ચેમ્બર, શોપ નંબર - ૨, પહેલા માળે, સુરેન્દ્રનગર. Mo. 75750 20982
Email : soham24info@gmail.com

ટચુકડી જાહેરાત — એક લાઈનના રૂ.૧૫/-
(ટચુકડી જાહેર ખબર સોમવાર સાંજ સુધી)

જાહેર ખબરના ભાવ

ફોર કલરના ભાવ	બ્લેક એન્ડ વ્હાઈટ (અંદરના પાને)
અંદરના પાને : રૂ.૧૨૫/- પ્રતિ સે.મી.	અંદરના પાને : રૂ.૭૫/- પ્રતિ સે.મી.
છેલ્લા પાને : રૂ.૨૦૦/- પ્રતિ સે.મી.	છેલ્લા પાને : રૂ.૧૫૦/- પ્રતિ સે.મી.
પહેલા પાને : રૂ.૨૫૦/- પ્રતિ સે.મી.	પહેલા પાને : રૂ.૨૦૦/- પ્રતિ સે.મી.

તેલીયા રાજાઓ બન્યા બિન્દાસ...

સુરેન્દ્રનગરની સૌથી મોટી માનવમાં આવતી મહેતા માર્કેટમાં ડિસ્કો તેલનું ખુલ્લેઆમ વેચાણ થતુ હોવા છતા પણ લગત વિભાગના તંત્રએ મૌન ધારણ કરી લીધુ હોય તેવુ લાગી રહ્યુ છે. છતી આંખે ન દેખાઈ રહ્યાનો ડોળ પણ જોવા મળી રહ્યો છે. ડિસ્કો તેલ આરોગ્ય માટે પણ ખુબજ હાનિકારક માનવામાં આવે છે. તેમ છતાં શોર્ટકટથી રૂપિયા કમાઈ લેવાની લ્હાયમાં કેટલાંક તેલીયા રાજાઓ ખુલ્લેઆમ ડિસ્કો તેલના વેચાણ કરીને લોકોના આરોગ્ય સાથે ચેડા કરી રહ્યાની ફરિયાદો પણ શહેરના પ્રબુધ્ધ નાગરીકો કરી રહ્યા છે.

બીજી બાજુ લોકોને સારા તેલના ભાવ પોસાતા ન હોય આથી ન છૂટકે ડિસ્કો તેલ લેવા માટે મજબુર થાય છે. જેમાં ખાસ કરીને ગરીબ અને શ્રમજીવી લોકો આ ડિસ્કો તેલની વધુ ખરીદી કરતા હોય છે. લગત વિભાગના સરકારી તંત્રએ છેલ્લા કેટલાંક સમયથી આકસ્મીક ચેકીંગ પણ બંધ કરી દીધુ હોય તેવી ફરિયાદો પણ સાંભળવા મળે છે. ત્યારે ડિસ્કો તેલનું વેચાણ કરતા તેલીયા રાજાઓને જાણે છુટ્ટો દૌર મળી ગયો હોય તેવો ઘાટ સર્જાયો છે. તો બીજી બાજુ આમ તહેવારો ઉપર ફકત કામગીરી દેખાડવા માટે તંત્ર દ્વારા ચેકીંગ કરવામાં આવતુ હોવાનું જણાઈ રહ્યુ છે. સુરેન્દ્રનગરની આ સૌથી મોટી માનવમાં આવતી મહેતા માર્કેટમાંથી શહેરીજનો સાથે ગ્રામ્ય વિસ્તારના લોકો પણ ખરીદી માટે આવતા હોય છે. ત્યારે લોકોના આરોગ્ય જોખમાય તે રીતે ખુલ્લેઆમ ડિસ્કો તેલનુ વેચાણ કરવુ કેટલુ યોગ્ય છે ?

સુરેન્દ્રનગર આ માર્કેટમાં જિલ્લાની ઓઈલ મીલો તેમજ જિલ્લા બહારની ઓઈલ મીલો માંથી ડિસ્કો તેલ તેલના વેપારીઓ પાસે પહોંચી રહ્યાનું અને મહિને કરોડોનું ટર્નઓવર થતુ હોવાનું પણ માર્કેટના આધારભુત સુત્રો પાસેથી જાણવા મળ્યુ છે. ત્યારે આશા રાખીએ કે લગત વિભાગના અધિકારી ફકત ઓફિસમા બેસીને કામગીરી કરવા સાથે ગ્રાઉન્ડ ઝીરો ઉપર જઈને નિષ્ઠાની કામગીરી કરે તો જે તેલીયા રાજાઓ બિન્દાસ બન્યા છે. તેના ઉપર બ્રેક મારીને લોકોના જોખમાતા આરોગ્યને બચાવી શકાય.

સોહમ્ રજ સાપ્તાહિક

અખબાર મેળવવાનું સ્થળ :

રાજનાથ મહાદેવ મંદિર પાસે,
કુથુંનાથ દેરાસર ચોક, રાજનાથ ચેમ્બર,
શોપ નંબર - ૨, પહેલા માળે,
સુરેન્દ્રનગર. Mo. 90333 00345

અન્ય આ સ્થળેથી પણ અંક મળશે....
પતરાવાળી ચોક, વડવાળા કોમ્પ્લેક્સ
ટાંકીચોક, બસ સ્ટેન્ડ, વઢવાણ ધોળી પાસે

સુરેન્દ્રનગર ની ધન્ય ધરતી પર
પૌરાણીક ૫૦ વર્ષ જુનું
શ્રી રણછોડરાયજીના પવિત્ર મંદિરના
જીર્ણોદ્ધાર

સ્વ. રૂપાળી બા

કાર્યમાં આપ સર્વે આ ભગીરથ કાર્યમાં
સાથ સહકાર આપી આશિર્વાદ પ્રાપ્ત કરીએ
સંપર્ક : અનિલભાઈ પુજારી 96647 24501
દાન માટે રોકડ રકમ તથા વસ્તુ સ્વીકાર્ય છે.
જેની રસીદ મેળવી લેવી. લિ. રૂપાળી બા મંદિર, સંચાલકશ્રી

સુરેન્દ્રનગર ક્ષેત્રિય વન વિભાગ દ્વારા વન્યપ્રાણી સપ્તાહની ઉજવણી

સુરેન્દ્રનગર :

રાજ્યમાં વન વિભાગ દ્વારા પ્રજામાં વન્યપ્રાણીઓના સંરક્ષણ,સંવર્ધન અને સક્રિય ભાગીદારીના ઉમદા હેતુસર દર વર્ષે ૨ ઓકટોબર થી શરૂ કરી ૮ ઓક્ટોબર સુધીના સમયગાળામાં વન્યપ્રાણી સપ્તાહની ઉજવણી કરવામાં આવે છે. જે અન્વયે રાજ્યના તમામ જિલ્લાઓમાં વન્યપ્રાણી સપ્તાહની ઉજવણીના ભાગરૂપે વિવિધ કાર્યક્રમો હાથ ધરી વન્યપ્રાણીના રક્ષણ અને સંરક્ષણ ની કામગીરીમાં લોકોને જોડાય તે માટે જિલ્લા કક્ષાયે તાલુકા કક્ષાયે તથા ખાસ કરીને રક્ષિત વિસ્તાર તથા જંગલ વિસ્તાર ની આસપાસ ના ગામોમાં કાર્યક્રમો યોજવામાં આવે છે.

જે અન્વયે તા ૦૪/૧૦/૨૦૨૪ ના રોજ સુરેન્દ્રનગર ક્ષેત્રિય વન વિભાગના કાર્યવિસ્તારમાં આવતી છ(૬) રેંજ ના માં લોક જાગ્રુતિ, ચિત્ર સ્પર્ધા,નિબંધ સ્પર્ધા વક્તુત્વ સ્પર્ધા વગેરે જેવા કાર્યક્રમો યોજવામાં આવેલ. તા ૦૩/૧૦/૨૦૨૪ ના રોજ સુરેન્દ્રનગર ક્ષેત્રિય વન વિભાગના કાર્યવિસ્તારમાં આવતી છ(૬) રેંજ ના માં લોક જાગ્રુતિ, પ્લાસ્ટિક એકત્રીકરણ, ચિત્ર સ્પર્ધા,નિબંધ સ્પર્ધા રેલી વગેરે જેવા કાર્યક્રમો યોજવામાં આવેલ.

સુરેન્દ્રનગરના મહાન દાનવીર પદ્મશ્રી ડો.જગદીશભાઈ ત્રિવેદીની રક્તતુલા યોજાશે

સુરેન્દ્રનગર :

સુરેન્દ્રનગરમાં પદ્મશ્રી ડો.જગદીશભાઈ ત્રિવેદીના જન્મદિવસે મેગા રકતદાન કેમ્પનું આયોજન કરાયુ છે. તા.૧૨ ઓક્ટો.ને શનિવારના રોજ ઔદિચ્ય બ્રહ્મ સમાજની વાડી ખાતે સવારે ૯ કલાકથી આ કેમ્પ યોજાનાર છે. રકતદાન મહાદાનના સંકલ્પ સાથે અને થેલેસેમિયા ગ્રસ્ત બાળકોના જીવન માટે આ રકતદાન કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. તેમજ પદ્મશ્રી

ડો.જગદીશભાઈ ત્રિવેદીની રકતતુલા કરવામાં આવનાર છે.

અત્રે ઉલ્લેખનીય છે. ડો.જગદીશભાઈ ત્રિવેદીએ સેવાકાર્ય માટે રૂ.૧૧ કરોડનું દાન આપ્યુ છે. જે બદલ તેઓને પદ્મશ્રી એવોર્ડ એનાયત કરવામાં આવ્યો છે. ત્યારે આ મહાનદાનવીર જગદીશભાઈ ની વિચારસરણીને આવકાર આપવા સાથે ૧૧ મેગા મેડીકલ કેમ્પનું પણ આયોજન કરવામાં આવ્યુ હતુ. જેમાં દેશેરાના દિવસે ૧૧ મા મેગા મેડીકલ કેમ્પનું આયોજન સુરેન્દ્રનગર ખાતે કરવામાં આવ્યુ છે.

રેલ્વે ના ભાડા માં પ્લેન ની મુસાફરી

Prayosha trip
Happiness....... Dil se..
Mo. 91737 33704, 63546 62626
SHOP NO. 3, 2ND FLOOR, SHIV LAHERI COMPLEX,
NEAR MAHALAXMI CINEMA, SURENDRANAGAR - 363001

દિલ્હી - અક્ષરધામ હરિદ્વાર
ઋષીકેશ - દહેરાદુન - મસુરી
ગોકુળ - મથુરા - વૃંદાવન - આગ્રા
AC 2 X 2 Bus | AC Hotel
જતા પ્લેન આવતા ટ્રેન
દિવસ-૬ 15400/-pp

દક્ષિણ ભારત
બેંગલોર - મૈસુર - ઉંટી - મદુરાઇ - કોડાઇકેનાલ - કન્યાકુમારી
પદ્મનાભમ મંદિર - ત્રિવેન્દ્રમ-કેરાલા - રામેશ્વરમ - શ્રીરંગમ - મહાબલીપુરમ - તીરૂપતી બાલાજી
AC 2 X 2 Push Back Bus
જતા-આવતા પ્લેન
દિવસ-૧૩ 30200/-pp

સ્પે. કેરાલા
કોચીન - મુન્નાર - થેક્કડી
એલપી - કોવાલમ - ત્રિવેન્દ્રમ
AC Volvo Bus
AC 2 X 2 Bus | AC Hotel
જતા-આવતા પ્લેન
દિવસ-૮ 34500/-pp

સ્પે. નેપાળ
વારાણસી - પ્રયાગરાજ
અયોધ્યા - છપૈયા - પોખરા
AC 2 X 2 Bus | Non AC Hotel
જતા-આવતા પ્લેન
દિવસ-૧૧ 26500/-pp

સ્પે.ગંગાસાગર
જગન્નાથપુરી, કલકત્તા,
ભુવનેશ્વર, ચંપારણ, રાયપુર
AC 2 X 2 Bus | AC Hotel
જતા આવતા પ્લેન
દિવસ-૯ 33000/-pp

સીમલા - મનાલી
દિલ્હી - પીંજોરગાર્ડન - કુફરી
કુલુ સ્નો પોઇન્ટ - ડેલહાઉસી
ખજીયાર - વાઘા બોર્ડર
(અટારી બોર્ડર) - અમૃતસર
AC 2 X 2 Bus
જતા પ્લેન આવતા ટ્રેન
દિવસ-૯ 25000/-pp

વધુ માહિતી માટે ફોન નંબર ઉપર સંપર્ક કરો.
રહેવા તથા જમવા સાથે ઉપર ના બધા જ પેકેજ માં 5% GST Extra

ક્રાઈમ ન્યુઝ વિશેષ

ધ્રાંગધ્રામાં પીજીવીસીએલનું આકસ્મીક ચેકીંગ ૫૩ કનેકશોમાં વિજ ચોરી ઝડપાતા ૧૭ લાખનો દંડ

સુરેન્દ્રનગર :

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લામાં વિજગ્રાહકો દ્વારા મોટાપાયે વિજચોરી થતી હોવાની વ્યાપક ઉઠવા હતી. તેને ધ્યાને લઈ જીલ્લામાં પીજીવીસીએલની ટીમો દ્વારા ચેકીંગ હાથ ધરવામાં આવ્યુ. જેમાં ધ્રાંગધ્રા શહેરી વિસ્તાર અને આસપાસના ગામોમાં પીજીવીસીએલની વીજીલન્સ સ્કવોડની ટીમ દ્વારા લાખોની વિજચોરી ઝડપીને કાર્યવાહી કરવામાં આવી છે.

સુરેન્દ્રનગર પીજીવીસીએલ વર્તુળ કચેરીના અધીક્ષક ઈજનેરના માર્ગદર્શન હેઠળ ધ્રાંગધ્રા શહેરી વિસ્તાર સહિત તાલુકાના અલગ-અલગ ગામોમાં પીજીવીસીએલ વીજીલન્સ સ્કવોડના અધિકારીઓ દ્વારા વિજ ચેકીંગ હાથ ધરવામાં આવ્યું હતું જેમાં કુલ ૨૮ વીજીલન્સ ટીમો દ્વારા ૩૩૩ વિજકનેકશનોનું ચેકીંગ કરવામાં આવ્યું હતું. જે પૈકી ૨૩ વિજજોડાણોમાં ગેરરીતી જણાઈ આવતાં કુલ રૂ.૧૭ લાખની વિજચોરી ઝડપી લેવામાં આવી છે.તેમજ વીજ ચોરી કરનાર વિજચોરોને રંગેહાથે ઝડપી રૂ.૧૭ લાખનો દંડ કરવામાં આવતા વિજચોરી કરતા શખ્સોમાં ફફડાટ ફેલાઈ જવા પામ્યો છે.

સુરેન્દ્રનગર જિલ્લામાં નશાબંધી સપ્તાહની ઉજવણી

સુરેન્દ્રનગર :

સુરેન્દ્રનગર જિલ્લામાં નશાબંધી સપ્તાહની ઉજવણીનો પ્રારંભ ચોટીલા સનસાઈન સ્કૂલ ખાતેથી કરવામાં આવ્યો હતો. નશામુક્ત અભિયાન અંતર્ગત નશાબંધી અને આબકારી કચેરી, સુરેન્દ્રનગર તથા સહભાગી સંસ્થા માનવી ફાઉન્ડેશન, સનસાઈન સ્કૂલ ચોટીલા દ્વારા નશાબંધી સપ્તાહની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. આ ઉજવણીમાં શાળાના બાળકો દ્વારા વિવિધ પ્રતિકૃતિઓ રજૂ કરવામાં આવી હતી. આ તકે નશાબંધી અને આબકારી અધિક્ષક આર.ડી સોલંકી, જિલ્લા બાળ સુરક્ષા અધિકારી અજય મોટકા, શાળાના પ્રમુખ કુલદીપભાઈ ખાચર તથા શાળા પરિવાર અને બાળકો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

ચોટીલામાં હૂમલો કરવામાં મદદગારી કરનાર શખ્સ ભીમગઢ પાસેથી ઝડપાયો

ચોટીલા :

ગત તા.૨૩/૦૭/૨૦૨૪ ના રોજ ચોટીલા નવાગામ ગામની સીમમાં આવેલ પીરવાળા દરગાહથી ચોટીલાના રહીશ મુબીનભાઈ યુનુસભાઈ હમીરકા નાઓ તેમના મિત્રો સાથે પોતાના ઘરે આવવા નિકળેલ તે વખતે જુના ઝઘડાનું મનદુઃખ રાખી ચોટીલાના રહીશ ઈલ્યાશભાઈ ઉર્ફે જોંગો દિનમહમદભાઈ નકુમ નાઓએ અન્ય સાગરીતો સાથે કાવતરૂ ઘડી મુબીનભાઈ યુનુસભાઈ હમીરકા નાઓની અગાઉથી રેકી કરી ઝઘડો કરેલ. અને જાનથી મારી નાંખવાના ઈરાદે ઈલ્યાશભાઈ ઉર્ફે જોંગો દિનમહમદભાઈ નકુમ નાઓએ પોતાના ગે.કા.હાથ બનાવટની બંદુકથી મુબીનભાઈ યુનુસભાઈ હમીરકા નાઓ ઉપર ફાયરીંગ કરવા જતા ફાયરીંગ ન થતાં ઈલ્યાશભાઈ

ઉર્ફે જોંગો દિનમહમદભાઈ નકુમ નાઓએ તેના સાગરીતો સાથે મળી લાકડાના ધોકાવતી માર મારેલ હતો.જે અંગે મુબિનભાઈ યુનુસભાઈ હમિરકા નાઓએ ફરીયાદ આપી હતી. આ બનાવની ચોટીલા પોલીસ સ્ટેશને ફરીયાદ નોંધાઈ છે.

આ કામની તપાસ દરમ્યાન ઈલ્યાસભાઈ ઉર્ફે જોંગો દિનમહમદભાઈ નકુમ (રહે., ચોટીલા ઠે.અલમદીના સોસાયટી)ને જુના બસ સ્ટેન્ડ સામેથી હાથ બનાવટના તમંચા બંદુક સાથે ઝડપી લેવામાં આવ્યો છે. જયારે અન્ય બે ઈસમો જેમા એક માયકલ રહે., રાજકોટ વાળો તેમજ ફરીયાદીની રેકી કરનાર સલીમભાઈ ઈસ્માઈલભાઈ સાંધ રહે. ચોટીલા તા. ચોટીલા જિ.સુરેન્દ્રનગર વાળાને ઝડપી લેવા પોલીસે તપાસ જારી રાખી હતી. ત્યારે સલીમ ઈસ્માઈલભાઈ સાંધ (રહે. ચોટીલા) ભીમગઢ રોડે નિકળનાર હોવાની હકિકત મળી હતી. આથી પોલીસે આ ઈસમની ધરપકડ કરીને વધુ તપાસ હાથ ધરી છે.

ગુમ થયેલ બાળકને ગણતરીની કલાકોમાં થાન પોલીસે શોધી પરિવારજનોને સોંપ્યો

થાનગઢ :

થાનગઢ પોલીસ મથકે રિક્ષા ચાલવતા ઘનશ્યામભાઈ પરશોત્તમભાઈ બાવળીયા કોળીએ પોતાનો પુત્ર શાળાએ કોઈને કહ્યા વિના ગુમ થયો હોવાની ફરિયાદ નોંધાવી હતી. આથી પોલીસે ગણતરીની કલાકમાં પરિવારથી વિખૂટા પડેલ પુત્રનો ભેટો પરિવાર સાથે કરાવ્યો હતો.

અરજદાર ઘનશ્યામભાઈ પરશોત્તમભાઈ બાવળીયા જાતે.ત.કોળી ઉ.વ.૪૫ ધંધો.રીક્ષા ડ્રાઈવીંગ રહે.કપુરવાવ તા.થાનગઢ જી.સુરેન્દ્રનગર મુળ રહે.બગસરા સરકારી દવાખાના પાછળ તા.બગસરા જી.અમરેલીએ પોલીસ સ્ટેશન ખાતે આવીને જણાવેલ કે, ૧૦ વાગ્યાના અરસામા પોતે પોતાના દિકરા નામે ગણેશભાઈ ઉ.વ. ૭ વર્ષ વાળાને અમરાપર ગામે પ્રાથમીક શાળા નંબર-૨ ના દરવાજા પાસે અભ્યાસ માટે મુકવા ગયેલ હતા અને ત્યાર ગણેશભાઈ પોતાની મેળાએજ આશરે ૧૧ વાગ્યાના અરસામા શાળાએથી કોઈને જાણ કર્યા વગર શાળા છોડીને ક્યાક ચાલ્યો ગયેલ હોવાની રજુવાત કરી હતી. જેથી તુરતજ પો.હેડ કોન્સ. રાજેશભાઈ ઘનશ્યામભાઈ બારૈયા તથા પો.કોન્સ. ભવાનભાઈ ગોવિંદભાઈ જોગરાણા થાનગઢ ટાઉન તથા આજુબાજુના વિસ્તારમા શોધખોળ કરતા ગુમ થયેલ બાળક ગણેશભાઈ ઘનશ્યામભાઈ બાવળીયા ઉ.વ.૭ વર્ષ વાળો તરણેતર બાયપાસ રોડ કપુરવાવ ખાતે આવેલ મામાદેવના મંદીર પાસેથી મળી આવતા પોલીસ સ્ટેશન ખાતે લાવી અરજદારને પોલીસ સ્ટેશન ખાતે બોલાવીને પરત સોંપી આપ્યો છે. જયારે આ કામગીરીમાં થાનગઢ પોલીસ સ્ટેશનના પોલીસ હેડ કોન્સ. રાજેશભાઈ ઘનશ્યામાભાઈ બારૈયા તથા પો.કોન્સ. ભવાનભાઈ ગોવિંદભાઈ જોગરાણા પણ જોડાયા હતા.

માથાનો દુઃખાવો સમજો

માથાનો દુખાવો ખૂબ જ કંટાળાજનક હોઈ શકે છે, જેના કારણે પીડા તમારા રોજિંદા જીવનને અસર કરે છે. માથાનો દુખાવો ટ્રિગર્સને ઓળખવાથી તમને તેમની આવર્તન અને તીવ્રતા ઘટાડવામાં મદદ મળી શકે છે. અમને માથાનો દુખાવોના સૌથી સામાન્ય ટ્રિગર્સ અને તે તમને કેવી રીતે અસર કરી શકે છે તે જાણીએ.

૧. પર્યાવરણઃ ધુમાડો, ભેજ, તેજસ્વી લાઈટ્સ, તીવ્ર ગંધ અને ઠંડા હવામાન બધા આધાશીશી માથાનો દુખાવો ઉશ્કેરે છે. ક્લસ્ટર માથાનો દુખાવો ધરાવતા લોકો ચોક્કસ મોસમી ફેરફારો સાથે સંકળાયેલા લક્ષણો અનુભવી શકે છે.

૨. તણાવઃ ઘણીવાર ખભા અને ગરદનના સ્નાયુઓમાં તણાવને કારણે માથાનો દુખાવો થાય છે. આ સ્નાયુ તણાવ માથાનો દુખાવો તરીકે જોઈ શકાય છે.

૩. ભૂખ અને અમુક ખાદ્યપદાર્થોઃ ભૂખ માઈગ્રેન અથવા ટેન્શન માથાનો દુખાવો પેદા કરી શકે છે. વધુમાં, અમુક ખોરાક આધાશીશીની શરૂઆતમાં ફાળો આપી શકે છે. જેમ કે ચોકલેટ, સાઇટ્રસ ફળો, હેરિંગ, એવોકાડો, કેળા, ચીઝ, ડેરી ઉત્પાદનો અને ડુંગળી. નાઈટ્રેટ્સ, નાઈટ્રેટ્સ, પીળો ફૂડ કલર અથવા મોનોસોડિયમ ગ્લુટામેટ ધરાવતા પ્રોસેસ્ડ ખોરાક ખાસ કરીને સમસ્યારૂપ હોઈ શકે છે.

૪. આલ્કોહોલનું સેવનઃ આલ્કોહોલ એ જાણીતું આધાશીશીનું કારણ છે. કેટલાક લોકો માટે, થોડી માત્રામાં, જેમ કે થોડા ઔંસ રેડ વાઇન, માથાનો દુખાવો બગાડી શકે છે. પરંતુ માથાનો દુખાવોનું ચોક્કસ કારણ, દારૂ અથવા પીણામાં અન્ય કોઈ ઘટક, હંમેશા સ્પષ્ટ નથી.

૫. કેફીન બંધ કરવું: કોફી અને ચામાં જોવા મળતા કેફીનનું સેવન અચાનક બંધ કરવાથી માઈગ્રેન થઈ શકે છે. કેફીન રક્તવાહિનીઓને સંકુચિત કરે છે, અને તેની અચાનક ગેરહાજરી વિસ્તરણનું કારણ બની શકે છે, જેનાથી ગંભીર આધાશીશી માથાનો દુખાવો થાય છે.

૬. ઊંઘનો અભાવઃ અધૂરી ઊંઘ માઈગ્રેન અને ટેન્શન માથાનો દુખાવો બંને સાથે જોડાયેલી છે. આધાશીશીથી પીડિત લોકો માટે, સૂવાથી આધાશીશી હુમલાની આવૃત્તિ ઘટાડી શકાય છે અથવા પીડાની તીવ્રતા ઘટાડી શકાય છે.

૭. હોર્મોન્સઃ એસ્ટ્રોજનની વધઘટ સ્ત્રીઓમાં આધાશીશી સાથે સંકળાયેલી છે. માસિક ચક્ર અને પેરીમેનોપોઝ માઇગ્રેનને અસર કરી શકે છે. રસપ્રદ વાત એ છે કે મેનોપોઝ ઘણી વખત ઘણી સ્ત્રીઓ માટે માઈગ્રેનની ઘટનાઓને ઘટાડે છે.

તણાવ માથાનો દુખાવોઃ આ દુખાવો સામાન્ય રીતે ગરદન અને પીઠમાં શરૂ થાય છે, જે માથાની આસપાસ એક ચુસ્ત પટ્ટીમાં ફેરવાય છે. આ ઘણીવાર આરામ સાથે ઉકેલાય છે.

આધાશીશી માથાનો દુખાવોઃ સામાન્ય રીતે માથાની એક બાજુએ તીવ્ર દુખાવો, પ્રકાશ અને ધ્વનિ પ્રત્યે સંવેદનશીલતા સાથે શરૂ થાય છે, અને તેમાં ઉબકા/ઉલટી પણ શામેલ હોઈ શકે છે. માઈગ્રેન કલાકોથી દિવસો સુધી ટકી શકે છે.

ક્લસ્ટર માથાનો દુખાવોઃ આંખમાં ડંખ મારતી પીડા જેવી લાગે છે અને તે વહેતું નાક, આંખોમાં આંસુ, લાલાશ અથવા અનુનાસિક ભીડનું કારણ બની શકે છે. આ માથાનો દુખાવો મિનિટોથી કલાકો સુધી ટકી શકે છે, અને દિવસમાં ઘણી વખત થઈ શકે છે.

તમારે શું કરવું જોઈએઃ માથાનો દુખાવો ટ્રિગર્સને ઓળખવું અને ટાળવું પડકારજનક હોઈ શકે છે. માથાનો દુખાવો ડાયરી રાખવાથી, લક્ષણો, દિવસ, સમય અને સંભવિત ટ્રિગર્સ રેકોર્ડ કરવાથી તમને શું અસર થાય છે તે સમજવામાં મદદ મળી શકે છે. જો ટ્રિગર્સ એકમાત્ર કારણ નથી અથવા તેનું સંચાલન કરવાથી માથાનો દુખાવો ઓછો થતો નથી, તો તમારા ડૉક્ટરનો સંપર્ક કરો. સારવારના વિકલ્પોમાં એક્યુપંક્ચર, ધ્યાન, પ્રિસ્ક્રિપ્શન દવાઓ, બાયોફીડબેક અને આરામ ઉપચારનો સમાવેશ થાય છે. નિયમિત વ્યાયામ, તંદુરસ્ત આહાર, પૂરતી ઊંઘ, આલ્કોહોલથી દૂર રહેવું અને તાણ ઘટાડવાની સાથે સંતુલિત જીવનશૈલી જાળવવાથી પણ માથાના દુખાવાને વધુ અસરકારક રીતે સંચાલિત કરવામાં મદદ મળી શકે છે.

ઉંમર પ્રમાણે કસરતના બદલાતા પ્રકાર

જેમ જેમ લોકોની ઉંમર વધે છે તેમ તેમ ઓસ્ટીયોપોરોસીસનું જોખમ વધે છે. ઑસ્ટિયોપોરોસિસ એક એવી બીમારી છે જેના કારણે હાડકાં ખૂબ નબળા થઈ જાય છે, જેના કારણે હાડકાંમાં ફ્રેક્ચર થવાનું જોખમ વધી જાય છે. આ સાથે વૃદ્ધોમાં સ્નાયુઓ પણ ઘટવા લાગે છે. આ સ્થિતિને સાર્કોપેનિયા કહેવાય છે. ખરેખર, સ્નાયુઓની આ નબળાઈને તબીબી ભાષામાં સાર્કોપેનિયા કહેવામાં આવે છે.

માણસ દર ૧૦ વર્ષે ૩ થી ૮ ટકા સ્નાયુઓ ગુમાવે છે, જેના કારણે ઉંમર વધે છે, શરીર ઢીલું પડી જાય છે, નબળા પડે છે અને સ્નાયુઓ નબળા પડે છે. સ્નાયુઓમાં થતી આ સમસ્યાને અટકાવવી જરૂરી છે. શરીરમાં સંતુલન જાળવવા, પડી જવા અને હાડકા તૂટવાનું જોખમ ઘટાડવા માટે મજબૂત સ્નાયુઓની જરૂર છે. આવી સ્થિતિમાં આ ખતરાને ટાળવા માટે કસરત કરવી ખૂબ જ જરૂરી છે. દરેક ઉંમરના લોકો માટે વ્યાયામ ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે...

વ્યાયામ કોઈપણ ઉંમરના યુવાનો અને બાળકોના હાડકા માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે, જેમ કે...

વ્યાયામથી બાળકોના હાડકા મજબૂત બને છે.

બાળકો અને યુવાનોમાં સ્નાયુઓ અને હાડકાં બંનેને મજબૂત બનાવે છે.

આ સાથે, તે યુવાનીમાં હાડકાંને ખરતા અટકાવે છે.

હાડકાંને મજબૂત બનાવે છે અને જૂના હાડકાને નવા હાડકા સાથે

બદલી નાખે છે.

સંતુલન અને સંકલન સુધારે છે.

સ્નાયુઓ ઢીલા થતા અટકાવે છે અને ફોલ્સને કારણે થતા ફ્રેક્ચરને રોકવામાં મદદ કરે છે.

ઓસ્ટીયોપોરોસિસને રોકવામાં મદદ કરે છે.

ઓસ્ટીયોપોરોસીસ શું છે?

ઓસ્ટીયોપોરોસીસ એવી સ્થિતિ છે જેમાં હાડકાંની ઘનતા ઓછી હોવાને કારણે હાડકાં નબળા પડી જાય છે, જે હાડકાંની મજબૂતાઈને ઘટાડી શકે છે અને અસ્થિભંગ (તૂટેલા હાડકા)નું જોખમ વધારી શકે છે. ઑસ્ટિયોપોરોસિસ એક શાંત રોગ છે કારણ કે તમને સામાન્ય રીતે તેના લક્ષણો દેખાતા નથી અને જ્યાં સુધી તમારું હાડકું તૂટી ન જાય ત્યાં સુધી તમને આ રોગ છે તેની તમને ખબર પણ નથી હોતી.

હાડકાંને સ્વસ્થ રાખવા માટે કઈ કસરત શ્રેષ્ઠ છે?

જો તમારી હાડકાની ઘનતા ઓછી છે. જો તમને ઑસ્ટિયોપોરોસિસ અથવા અન્ય શારીરિક સમસ્યાઓ હોય, તો કસરત કરવાનું શરૂ કરતા પહેલા સ્વાસ્થ્ય નિષ્ણાત સાથે વાત કરો. તેઓ તમને શારીરિક પ્રવૃત્તિના પ્રકારો પસંદ કરવામાં મદદ કરી શકે છે જે તમારા માટે સલામત હોય અને તમારા હાડકાંના સ્વાસ્થ્ય માટે સારી હોય.

વેઈટ લિફ્ટિંગ એક્સરસાઈઝ પ્રકારની કસરતો તંદુરસ્ત હાડકાં બનાવવા અને જાળવવા અને પડવા અને અસ્થિભંગને રોકવા માટે શ્રેષ્ઠ છે.

આ એક્સરસાઈઝ હાડકાં પર બળ પેદા કરે છે જે તેમને વધુ મહેનત કરવા મજબૂર કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે...

ઝડપી ચાલવું (૩ થી ૪ માઈલ પ્રતિ કલાક)

જોગિંગ અથવા દોડવું.

ટેનિસ, બેડમિન્ટન, પિંગ પોંગ, પિકલબોલ અને અન્ય રેકેટ રમતો.

સીડી ચડવું

નૃત્ય કરવા

પ્રતિકાર પ્રશિક્ષણ કસરતો (વેઈટ લિફ્ટિંગ), જે સ્નાયુઓને સખત મહેનત કરવામાં અને મજબૂત બનવામાં મદદ કરે છે. આ કસરતો હાડકાં પર તાણ લાવે છે, તેથી તે હાડકાંને પણ મજબૂત કરી શકે છે.

સ્ટ્રેન્થ ટ્રેઈનિંગ એક્સરસાઈઝ માં સમાવેશ થઈ શકે છે જેમ કે

વજન મશીનો

તમારા શરીરના વજનનો ઉપયોગ કરવો (જેમ કે પુશઅપ્સ અથવા પુલઅપ્સ)

ફ્રી વેઈટની કસરતો

રેજિસ્ટેન્સ બેન્ડ કસરતો

સંતુલિત તાલીમ કસરત, જે ખાસ કરીને વૃદ્ધ લોકો માટે મહત્વપૂર્ણ છે. તે સંતુલન સુધારી શકે છે અને પડતી અટકાવવામાં મદદ કરી શકે છે. ઉદાહરણો છેઃ-

અસ્થિર સપાટી પર ચાલવું (દા.ત., ફોમ મેટ અથવા વોબલ બોર્ડ)

તાઈ ચી (તાઈ ચી એક પ્રાચીન ચાઈનીઝ માર્શલ આર્ટ છે)

પાછળ ચાલવાની કસરત

સ્ટેપ-અપ કસરત

ફેફસાંની કસરત

બંને પગ એકસાથે અથવા એક પગે ઉભા રહીને તમારા શરીરનું વજન આગળ પાછળ ખસેડો

હાડકાંને સ્વસ્થ રાખવા માટે આપણે કેટલી કસરત કરવી જોઈએ?

યુએસ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ હેલ્થ એન્ડ હ્યુમન સર્વિસિસ અનુસાર, તમામ ઉંમરના પુખ્ત વયના લોકોએ નીચેની માત્રામાં કસરત કરવાનું લક્ષ્ય રાખવું જોઈએ...

અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછી ૧૫૦ મિનિટ (૨.૫ કલાક) મધ્યમ-તીવ્રતાની કસરત કરો અથવા અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછી ૭૫ મિનિટની જોરદાર-તીવ્રતાની કસરત કરો. વધુ ફાયદા માટે, અઠવાડિયા માં ઓછામાં ઓછા બે વાર મધ્યમ તીવ્રતાની કસરત કરો. આમ કરવાથી માંસપેશીઓ મજબૂત થાય છે.

વૃદ્ધ લોકો માટેઃ વૃદ્ધ લોકો માટે સાપ્તાહિક ૧૫૦ મિનિટની કસરતમાં દર અઠવાડિયે સંતુલન પ્રશિક્ષણ કસરતો, એરોબિક અને સ્નાયુ-મજબૂત કરવાની કસરતોનો સમાવેશ થવો જોઈએ. જો તેઓ તેમના સ્વાસ્થ્યને કારણે અઠવાડિયામાં ૧૫૦ મિનિટની મધ્યમ-તીવ્રતાની શારીરિક પ્રવૃત્તિ કરી શકતા નથી, તો તેમણે તેમના સ્વાસ્થ્ય મુજબ શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવું જોઈએ.

સગર્ભા સ્ત્રીઓ અને એ સ્ત્રીઓ માટે જેમણે તાજેતરમાં સંતાનને જન્મ આપ્યો છેઃ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન અને ડિલિવરી પછી, સ્ત્રીઓએ અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછી ૧૫૦ મિનિટની મધ્યમ તીવ્રતાની કસરત કરવી જોઈએ. તેમને આખા અઠવાડિયા દરમિયાન આ પ્રવૃત્તિ કરવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. સગર્ભા સ્ત્રીઓએ સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન અને બાળજન્મ પછી તેમની કસરતની દિનચર્યાઓને સમાયોજિત કરવાની જરૂર છે કે કેમ તે અંગે આરોગ્ય નિષ્ણાતની સલાહ લેવી જોઈએ. આ સાથે મહિલાઓ કસરત કરે છે તો કેવી રીતે કરવી જોઈએ? વધુ માહિતી માટે, સગર્ભાવસ્થા, સ્તનપાન અને અસ્થિ આરોગ્ય જુઓ અને નિષ્ણાંતની સલાહ લો.

ખાસ નોંધ : સોહમ૨૪ ન્યુઝનાં આર્ટીકલમાં આપેલા કોઈપણ આરોગ્ય સબંધિત બાબતો (નુસખા-ટીપ્સ)નો ઉપયોગ કરતા પહેલા ડોક્ટરની સલાહ લેવી.

વિશેષ સમાચાર

સુરેન્દ્રનગર કલ્હાર નવરાત્રિ મહોત્સવમાં પ્રિન્સેસ ઓફ ધ ડે ના ત્રીજા દિવસે પ્રથમ પ્રાઈઝ હેત્વી પાઠકએ પ્રાપ્ત કર્યુ છે.

પ્રિન્સેસ લેડીઝ ક્લબ, સુરેન્દ્રનગર નો નવરાત્રી સ્પેશ્યલ કાર્યક્રમ ભાગ્યોદય પાર્ટીપ્લોટ ઉપર ઉજવાયો. જેમાં મુખ્ય અતિથી ભાર્ગવીબા ગોહીલ (રાજપુતાના રાયજીંગ ક્લબ ના પ્રણેતા) અને કિરણબા જાડેજા રાજકોટ થી પધારેલ. હિનાબેન જોષી (શ્રૃતિ બ્યુટી સલુન) મુખ્ય અતિથી અને વિવિધ સ્પર્ધાના જજ રહ્યા હતા. કાર્યક્રમમાં મોટી સખ્યામાં મેમ્બર, ગેસ્ટ, અને બાળકોએ રાસગરબાની વિવિધ સ્પર્ધા માં ભાગ પણ લીધો હતો. અને ખુબજ આનંદ ઉત્સાહથી રાસગરબા રમ્યા હતા. તેમજ દરેક વિજેતાઓને ઈનામ આપી પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવ્યા હતા.

વિશ્વ વૃદ્ધ દિન નિમિતે ૩૧ વૃદ્ધ વિધવા માતા વંદના કાર્યક્રમ યોજાયો

સુરેન્દ્રનગર :

વિધવા મહિલાઓ ના સર્વાંગી કલ્યાણ માટે છેલ્લા ૨૫ વર્ષ થી વિવિધ સેવા પ્રકલ્પો હાથ ધરતી નિર્ધાર સંસ્થા દ્વારા એક ઓક્ટોબર ૨૦૨૪ આંતરરાષ્ટ્રીય વૃદ્ધ દિન નિમિતે વિધવા માતા વંદના કાર્યક્રમ જાણીતા જૈન અગ્રણી ભુપેન્દ્રભાઈ શાહના પ્રમુખ સ્થાને યોજાયો હતો. આ ગૌરવ પૂર્ણ કાર્યક્રમ નુ દિપ્રાગટ્ય સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ ના મહંત મહાત્મા સ્વામી ના વરદ હસ્તે કરાયું હતું.

આ પ્રસંગે શહેર ના વિવિધ ક્ષેત્રના મહાનુભાવો રજનીકાંત ખાટડીયા, ડો.કૃણાલ મોટકા, તુષારભાઈ હલાણી, ભાવેશભાઈ મકવાણા, હર્ષદ શુક્લ, ઉમેશભાઈ પરમાર,ભરત દેવૈયા, અમૃતાબા ઝાલા,સોનલબેન મકવાણા વિગેરે ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. આ પ્રસંગે યુવાન વયે વૈધવ્ય રૂપિ આફતનો ભોગ બનેલા પરિવારને નંદનવન બનાવનાર ઈન્દુમતિબેન જયંતી લાલ ત્રિવેદીને સ્વ.મુક્તાબેન નવીનભાઈ મણિયાર અવૉર્ડ ૨૦૨૪,તખુબેન દેવૈયા ને સ્વ માતુશ્રી શાંતાબેન ચુનીલાલ ગાંધી અવૉર્ડ સન્માન પત્ર શિલ્ડ, સ્મૃતિભેટ, રોકડ પુરસ્કાર શાલ ફુલહાર સાથે અર્પણ કરાયો હતો. વિવિધ સખી દાતા ઓ ના સૌજન્ય થી ૩૧ વૃદ્ધ માતા ને વિવિધ સામગ્રી કીટ નુ વિતરણ કરાયું હતું. કાર્યક્રમ નુ સંચાલન સંસ્થાપક રાજેશ રાવલે કર્યું હતું. આ પ્રોજેક્ટ ની સફળતા માટે આનંદ રાવલ તથા નિર્ધાર ટિમ ના બહેનો એ જહેમત ઉઠાવી હતી. આમ નિર્ધાર દ્વારા એક વિશેષ સેવા પુષ્પ વિશ્વ વૃદ્ધ દિન નિમિતે સમર્પિત કરાયું હતું.

સ્થાનકવાસી, દેરાવાસી, દિગંબર અને તેરાપંથી એમ જૈન સમાજના ચારેય ફિરકાઓ એકજ છે

સુરેન્દ્રનગર :

લીંબડી અજરામર સંપ્રદાયના ગચ્છાધિપતિ આચાર્ય ગુરુદેવ શ્રી ભાવચંદ્રજી સ્વામી આદિ ઠાણા - ૭ સુરેન્દ્રનગરના શ્રી સરદાર સ્થાનકવાસી જૈન ઉપાશ્રય ખાતે ચાતુર્માસ બિરાજમાન છે ત્યારે સુરેન્દ્રનગર શહેરના તમામ જૈન સમાજ ના ચારે ફિરકાના આગેવાનો સાથે બેઠક યોજાઈ હતી.આચાર્ય ગુરુદેવ શ્રી ભાવચંદ્રજી સ્વામી એક મહિના માટે મૌન સાધના પ્રારંભ કરી રહ્યા છે ત્યારે તેમની આ વિશ્વ શાંતિ અને કલ્યાણ માટેની મૌન સાધના સફળ થાય તેવી સકળ સંઘના જૈન આગેવાનોએ શુભકામના વ્યક્ત કરી હતી.

ગુરુદેવ શ્રી ભાવચંદ્રજી સ્વામીએ જણાવ્યું હતું કે મહાવીરના ઝંડા નીચે ચારેય જૈન ફિરકાઓ એક છે અને નેક છે. તેઓ એક મહિનાની મૌન સાધનાનો પ્રારંભ કરી રહ્યા છે તેની માહિતી આપી હતી તેમજ જૈન સમાજમાં એકતા ઉપર ભાર આપ્યો હતો. આ ઉપરાંત વિવિધ દ્રષ્ટાંતો આપી તેમણે જૈન સમાજની ધાર્મિક ભાવના અને સિદ્ધાંતોને જીવનમાં ઉતારવા અપીલ કરી હતી.

આ બેઠકમાં શ્રી હસુભાઈ શિયાણી વાળાએ જણાવ્યું હતું કે સ્થાનકવાસી, દેરાવાસી, દિગંબર અને તેરાપંથી એમ જૈન સમાજના ચારેય ફિરકાઓ એક જ છે અને જ્યારે જે વિસ્તારમાં સંઘ જમણ નું આયોજન હોય ત્યારે તે વિસ્તારના ચારેય ફીરકાઓના કારોબારી સભ્યોને આમંત્રણ આપશે તેમ આ જૈન એકતા માટે મીટીંગની ફળશ્રુતિ હોવાનું જણાવ્યું હતું. ગુરુદેવ એક મહિનાની મૌન સાધના પૂર્ણ કરશે ત્યારબાદ સરદાર સંઘમાં સંઘ જમણનુ આયોજન થશે ત્યારે આ પહેલનો પ્રારંભ કરશે તેવી જાહેરાત કરી હતી.

આ પ્રસંગે કેરી બજાર ઉપાશ્રયના પ્રમુખ જે.એમ. શાહે જણાવ્યું હતું કે સંપ્રદાયના ગચ્છાધિપતિ સુરેન્દ્રનગરમાં ચાતુર્માસ નિમિત્તે પધાર્યા છે અત્યારે આર્થિક રીતે નબળા સાધર્મિકો માટે કંઈક પહેલ કરે અને તેમની પરિસ્થિતિ સુધારવા માટે આશીર્વાદ આપે તેવી અપીલ કરી હતી.

આ પ્રસંગે શ્રી અમીઝરા વાસુપૂજ્ય જિનાલયના આગેવાન કિશોરભાઈ કુવાડીયા એ જણાવ્યું હતું કે સુરેન્દ્રનગરમાં જૈન સમાજના ચારેય ફિરકા એક જ છે તેવી ભાવના સાથે દેરાવાસી સંઘ કામગીરી કરે છે અને સ્થાનકવાસીમાં કોઈ પણ દીક્ષા પ્રસંગ હોય તો અમારી જગ્યા આપવામાં આવે છે.

આ પ્રસંગે એડવોકેટ પ્રફુલભાઈ શાહ, બિલ્ડર ભુપેન્દ્રભાઈ સંઘવી, ભાજપના આગેવાન ગીરીશભાઈ ગાંધી સહિત સુરેન્દ્રનગર- જોરાવરનગર- રતનપર- વઢવાણ સહિતના વિસ્તારમાંથી આવેલ જૈન સમાજના તમામ ધાર્મિક સ્થાનોના આગેવાનોએ જૈનોમાં એકતા માટે એક સૂરમાં જણાવ્યું હતું. આ આગેવાનોનું સરદાર સંઘ દ્વારા ખાસ સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

સુરેન્દ્રનગરના એક મુસ્લિમ યુવાન સાહિલ પઠાણ કે જેને નવકાર મંત્ર શીખવાની ભાવના થઈ હતી અને ગુરુદેવ સમક્ષ પોતાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી ત્યારે ગુરુદેવે તેને મોઢું ચોખ્ખું રાખવાની સલાહ આપી, ત્યારબાદ નવકાર મંત્ર શીખવાડેલ હતા અને તે યુવાને આ મિટિંગમાં નવકાર મંત્ર બોલી પોતાના જીવનમાં શાકાહારી બનીને આ ઉપલબ્ધિ મેળવતા સૌએ તેને બિરદાવ્યો હતો.

સુરેન્દ્રનગરમાં "બેટી બચાવો બેટી પઢાવો" સેલ અંતર્ગત કાર્યક્રમ યોજાયો

ધોરણ ૧૧ માં ૯૦% દિકરીઓનું નામાંકન કરતી શાળાને આદેશ વિતરણ કરાયા

સુરેન્દ્રનગર :

સુરન્દ્રનગર જિલ્લામાં મહિલા અને બાળ અધિકારીની કચેરી દ્વારા "બેટી બચાવો, બેટી પઢાવો" સેલ અંતર્ગત એમ.પી.શાહ કોમર્સ કોલેજ ખાતે એક કાર્યક્રમ યોજાયો હતો, જેમાં ધોરણ ૧૧ માં ૯૦% દિકરીઓનું નામાંકન કરતી શાળાને આદેશ વિતરણ અને જેન્ડર ઈકવાલીટી કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

આ તકે કાર્યક્રમના અધ્યક્ષ જિલ્લા વિકાસ અધિકારી આર.એમ.તન્ના દ્વારા પ્રેરણાદાયી પ્રસંગોચિત્ત ઉદબોધન કરી વિદ્યાર્થીનીઓને પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવી હતી. દિકરીઓના શિક્ષણમાં ડ્રોપ આઉટનું પ્રમાણ ઘટાડવાના ઉદેશ્ય સાથે સુરેન્દ્રનગર જિલ્લાની ધોરણ ૧૦ થી ૧૧ માં ૯૦% દિકરીઓએ શાળા પ્રવેશ કરેલ હોય તેવી શાળાને મહાનુભાવો દ્વારા આદેશ વિતરણ કરવામાં આવ્યા હતા. તદુપરાંત જિલ્લા જેન્ડર કોર્ડીનેટર દ્વારા જેન્ડર ઈકવાલીટી અંગેની માહિતી અને સચોટ માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું હતું.

કાર્યક્રમની શરૂઆત ઉપસ્થિત મહાનુભાવોના હસ્તે દીપ પ્રાગટ્યથી કરવામાં આવી હતી. જિલ્લા મહિલા અને બાળ અધિકારી વી.એસ.શાહ દ્વારા કાર્યક્રમની રૂપરેખા રજુ કરી, પ્રાસંગિક ઉદબોધન કરવામાં આવ્યું હતું. જિલ્લા શિક્ષણાધિકારી એ.એમ. ઓઝાએ પ્રાસંગિક ઉદબોધન કર્યું હતું. એમ.પી.શાહ કોમર્સ કોલેજના પ્રિન્સીપાલ ડી.આર. વાજાણી દ્વારા કાર્યક્રમની આભાર વિધિ કરવામાં આવી હતી. મહિલા અને બાળ અધિકારીની કચેરીના સ્ટાફ દ્વારા આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવાયો હતો.

ધ્રાંગધ્રા નગરપાલિકા દ્વારા ૧૮૦ જેટલા સફાઈ કર્મચારીઓને યુનિફોર્મ વિતરણ

પુરુષ સફાઈ કર્મચારીને ટીશર્ટ અને મહિલા કર્મીઓને સાડીનું વિતરણ

સુરેન્દ્રનગર : ધ્રાંગધ્રા નગરપાલિકા દ્વારા સ્વચ્છતા કર્મીઓને પ્રોત્સાહિત કરવાના હેતુસર તેમજ લોકોમાં સ્વચ્છતા અંગેનો સંદેશો પ્રસરે તે માટે વિશેષ પ્રયાસ હાથ ધરવામાં આવ્યો હતો. જેમાં ધ્રાંગધ્રા નગરપાલિકાના પ્રમુખ કુલદીપસિંહ ઝાલા અને સેનીટેશન ચેરમેન પ્રવિણભાઈ રબારી દ્વારા નગરપાલિકાનાં તમામ સફાઈ કર્મચારીઓને યુનિફોર્મનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું હતું.

ધ્રાંગધ્રા નગરપાલિકા દ્વારા ગાંધી જયંતીની ઉજવણી નિમિત્તે તમામ ૦૯ વોર્ડના કુલ ૧૮૦ જેટલા સફાઈ કર્મચારીઓને યુનિફોર્મનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં પુરુષ સફાઈ કર્મચારીને ટીશર્ટ અને મહિલા કર્મીઓને સાડીનું વિતરણ કરાયું હતું.

ધ્રાંગધ્રા કોલેજમાં 'ગરબા સુશોભન' હરીફાઈ યોજાઈ

સુરેન્દ્રનગર : ભાતીગળ સંસ્કૃતિનાં સંવર્ધન માટે ધ્રાંગધ્રાની એસ.એસ.પી.જૈન કોલેજમાં 'ગરબા સુશોભન' સ્પર્ધાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ સમગ્ર આયોજન કોલેજના સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓના સંયોજક ડૉ.સ્નેહલબેન પરમાર અને ડૉ.દીપકભાઈ જોષી દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું. આ 'ગરબા સુશોભન' સ્પર્ધામાં કોલેજની પ્રથમ, દ્વિતીય અને તૃતીય વર્ષમાં અભ્યાસ કરતી દીકરીઓએ ભાગ લઈને પોતાની સુઝબુજથી સુંદર રીતે ગરબાઓને સુશોભિત કરી પોતાની સર્જનાત્મક પ્રતિભાની અભિવ્યક્તિ કરી હતી.

આ સ્પર્ધામાં આશરે ૫૦ જેટલી વિદ્યાર્થીની બહેનોએ ઉત્સાહભેર ભાગ લીધો હતો. નવલાં નોરતામાં અવનવા ગરબાની 'ઝાંખી'એ ડેકોરેશનનું અનોખૂ આકર્ષણ જગાડ્યું હતું. કોલેજના આચાર્ય ડૉ.પ્રતીકભાઈ દવેના માર્ગદર્શન હેઠળ યોજાયેલી આ સ્પર્ધાના નિર્ણાયકો તરીકેની પ્રો.જાગૃતીબેન રાવલ, ડૉ.પ્રીતિબેન વ્યાસ અને ડૉ.કલ્પેશભાઈ કણજારીયાએ ફરજ બજાવી હતી.

નાના અંકેવાળીયા ગામે સેવાસેતુ કાર્યક્રમમાં ૧૭૮૨ જેટલા પ્રશ્નોનું હકારાત્મક નિરાકરણ

સુરેન્દ્રનગર: સુરેન્દ્રનગર જિલ્લાના લખતર તાલુકામાં દસમાં તબક્કાનો સેવા સેતુ કાર્યક્રમ નાના અંકેવાળીયા ગામે યોજાયો હતો. જેમાં અરજદારોના જુદાજુદા ૧૭૮૨ જેટલા પ્રશ્નોનું હકારાત્મક નિરાકરણ કરવામાં આવ્યું હતું.

આ સેવા સેતુ કાર્યક્રમમાં ડીવર્મીંગ, ૭/૧૨,૮-અ ના પ્રમાણપત્ર, રેશનકાર્ડમાં ઈ-કેવાયસી, રેશનકાર્ડમાં નામ દાખલ કરવા, રદ કરવા, આધારકાર્ડમાં સુધારા વધારા, મિલકત આકારણીના ઉતારા, આવકના દાખલા, આધાર કાર્ડનું બેંક એકાઉન્ટ સાથે જોડાણ, જન્મ મરણ પ્રમાણપત્ર સહીત જુદી જુદી કુલ ૧૭૮૨ અરજીઓ મળી હતી. પ્રાપ્ત થયેલ તમામ અરજીઓનો ૧૦૦% હકારાત્મક ઉકેલ લવાયો હતો. તદુપરાંત અત્રે આયોજિત મેડીકલ કેમ્પનો પણ લોકોએ લાભ લીધો હતો.

રસપ્રદ વાનગી

ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે સ્વાદિષ્ટ લાડુ

ડાયાબિટીસના દર્દીએ પોતાના આહારનું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. પરંતુ હવે દરેક ડાયાબિટીસના દર્દી આ સ્વાદિષ્ટ લાડુ ખાઈ શકે છે.

આજે અમે તમને ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે સ્વાદિષ્ટ અને હેલ્ધી લાડુની સરળ રેસિપી જણાવવા જઈ રહ્યા છીએ. ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે મીઠાઈ ખાવી ખૂબજ મુશ્કેલ છે, પરંતુ તમે કોઈપણ ચિંતા વગર આ લાડુ ખાઈ શકો છો. આ લાડુ સ્વાદિષ્ટ હોવાની સાથે સાથે ખૂબ જ હેલ્ધી પણ માનવામાં આવે છે.

ડાયાબિટીસના દર્દીના લાડુ બનાવવા માટે તમારે કેટલીક સામગ્રીની જરૂર પડશે. જેમ કે ૧ કપ મગની દાળ, ૧ કપ મેથીના દાણા, નાની વાટકી ગોળ, ઘી, એક કપ ડ્રાયફ્રૂટ્સ, એક ચમચી એલચી પાવડર અને એક ચપટી કેસર. આ બધી સામગ્રીનો ઉપયોગ કરીને તમે સુગરના દર્દીઓ માટે સ્વાદિષ્ટ લાડુ બનાવી શકો છો.

લાડુ બનાવવા માટે તમારે એક રાત પહેલા મગની દાળ અને મેથીના દાણાને પાણીમાં પલાળી રાખવાની જરૂર છે. હવે મેથીના દાણા અને મગની દાળને મિક્સરમાં અલગ-અલગ પીસી લો. પછી એક કડાઈમાં ઘી ગરમ કરો અને તેમાં મગની દાળ અને મેથીના દાણા નાખીને શેકી લો.

હવે પીગળેલા ગોળમાં દાળ, મેથીના દાણા, ડ્રાયફ્રૂટ્સ, એલચી પાવડર અને કેસર ઉમેરો. હવે તમે આ મિશ્રણને સારી રીતે મિક્સ કરો અને ગેસ બંધ કરો, પછી તેને એક પહોળા વાસણમાં કાઢી લો અને તેને થોડું ઠંડુ થવા દો. થોડું ઠંડુ થાય એટલે હાથ વડે નાના લાડુ બનાવી લો.

મગની દાળમાં પ્રોટીન અને ફાઈબર ભરપૂર માત્રામાં હોય છે, જે ડાયાબિટીસને કંટ્રોલ કરવામાં મદદ કરે છે અને બ્લડ શુગર લેવલને ઘટાડે છે. આ તૈયાર કરેલા લાડુને તમે એર ટાઈટ કન્ટેનરમાં સ્ટોર કરી શકો છો. ધ્યાનમાં રાખો કે ડાયાબિટીસના દર્દીઓએ તેમના આહારમાં કંઈપણ નવું સામેલ કરતા પહેલા તેમના ડૉક્ટરની સલાહ લેવી જોઈએ.

નવરાત્રિમાં ફરાળી વડા

નવરાત્રિના ઉપવાસ દરમિયાન લોકો સાબુદાણાની બનેલી વસ્તુઓ ખાવાનું પસંદ કરે છે. જેમ કે મોટાભાગના લોકો સાબુદાણામાંથી ખીચડી ઉપરાંત ઘણી વસ્તુઓ બનાવીને તેનું સેવન કરી શકે છે. પરંતુ અમે તમને સાબુદાણામાં બનતા વડાની રેસિપી જણાવી રહ્યા છીએ.

સાબુદાણાના વડા બનાવવા માટે તમારે ૧ કપ સાબુદાણા, જરૂરિયાત મુજબ ઘી, ૧ બાફેલું બટેટા, ૨ કાપેલા લીલા મરચા અને ૨ કપ શેકેલા શીંગદાણા, ઉપવાસ દરમિયાન વપરાતું સેંધા મીઠું અને સ્વાદ અનુસાર કાળા મરીની જરૂર પડશે.

સૌપ્રથમ સાબુદાણાને ૩ થી ૪ કલાક પલાળી રાખો. ત્યાર બાદ સાબુદાણાને પાણીથી ધોઈને એક બાઉલમાં કાઢી તેમાં બાફેલા બટાકા નાંખો. ત્યાર બાદ તેમાં લીલા મરચાં, શેકેલી સીંગદાણા, મીઠું બધી સામગ્રીને મિક્સ કરી મિશ્રણ બનાવો અને તેને ગરમ ઘીમાં સોનેરી થાય ત્યાં સુધી તળો અને ગરમા-ગરમ સર્વ કરો.

RNI No.GUJGUJ/2015/60109 || Published to post at R.M.S. Surendranagar Published on thursday, posting every Friday- No.G/SEN/369/16-18

આરોગ્ય વિષયક

બાળકોની ગ્રોથ અને હાઇટ માટે મહત્વનું

અનેક બાળકો નબળા હોય છે. દરેકે પેરેન્ટ્સને પોતાના બાળકોની ચિંતા સતત રહેતી હોય છે. બાળકોનું વજનના વધવા પાછળ અનેક કારણો જવાબદાર હોય છે. આમ, બાળકોનું સમય પર વજન વધવુ ખૂબ જરૂરી છે. બાળકોની ગ્રોથ અને હાઇટને લઇને અનેક પેરેન્ટ્સને ચિંતા રહેતી હોય છે. ખરાબ ડાયટ, લાઇફ સ્ટાઇલ અને બીમારીઓને કારણે બાળકોનો ગ્રોથ સ્લો થઇ જાય છે. આવી સ્થિતિ ત્યારે થાય છે જ્યારે માતા-પિતા બાળકોને અલગ ટોનિક ખરીદી લે છે, પરંતુ તમને એક વાત જણાવી દઇએ કે જો તમે આ દેસી ઉપાયો બાળકો પર ફોલો કરો છો તો અનેક ઘણાં ફાયદાઓ થાય છે. તો જાણો આ વિશે તમે પણ..

બાળકો માટે કેળા અને દૂધ સૌથી બેસ્ટ ઓપ્શન છે. કેળા ફાઇબરથી ભરપૂર હોય છે અને દૂધમાં કેલ્શિયમની માત્રા સારી હોય છે. જ્યારે તમે બાળકોને આ બન્ને વસ્તુ એક સાથે મેશ કરીને ખવડાવી શકો છો. આનાથી શરીરમાં એનર્જી આવે છે અને સાથે પ્રોટીન હાડકાંઓને હેલ્ધી રાખવામાં મદદ કરે છે. કેળા અને દૂધથી બાળકોનું વજન ઝડપથી વધે છે.

બજારમાંથી લોકો ટોનિક ખરીદતા હોય છે ત્યારે એની પાછળનું કારણ એ હોય છે કે બધા માઇક્રોન્યૂટ્રિએન્ટ્સ એમાં હોય છે જેમાંથી બાળકોને પૂરતું પોષણ મળી રહે. જ્યારે બદામ, કિશમિશ, પિસ્તા, અખરોટ અને અંજીર જેવા ડ્રાય ફ્રૂટ્સમાંથી તમને મલ્ટીવિટામીનનો સોર્સ પૂરતો મળી રહે છે. આ ડ્રાય ફ્રૂટ્સમાંથી તમે હલવો બનાવીને બાળકોને ખવડાવો છો તો વજન ઝડપથી વધે છે અને સાથે-સાથે હેલ્થને પણ અનેક ઘણો ફાયદો થાય છે.

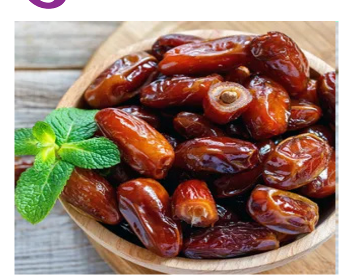
દેસી ઘી અને અળસીના લાડુ બાળકો માટે અનેક રીતે ફાયદાકારક છે. આ એક એવી રીત છે જે હાડકાંઓને મજબૂત કરવાનું કામ કરે છે. આ તમારે ડાયટમાં એડ કરવુ જોઇએ. આ સાથે જ બાળકોને હાડકાં મજબૂત કરવા માટે દેસી ઘી અને અળસીના લાડુ ખવડાવો. આ લાડુ તમારું વજન વધારવાનું કામ કરે છે.

સુરેન્દ્રનગરમાં હોસ્પિટલોએ ઓનલાઇન રજીસ્ટ્રેશન ફરજિયાત કરાવવું પડશે

સુરેન્દ્રનગર : ગુજરાત ક્લિનિકલ એસ્ટાબ્લિશમેન્ટ રજિસ્ટ્રેશન એન્ડ રેગ્યુલેશન રૂલ્સ ૨૦૨૪ બનાવવામાં આવ્યા છે. એ મુજબ દરેક હોસ્પિટલ કે મેડિકલ એસ્ટાબ્લિસમેન્ટને રજિસ્ટ્રેશન માટે ફી સાથે અરજી આપવાની રહેશે. આ માટેનું જાહેરનામું બહાર પાડવામાં આવ્યું છે અને રજિસ્ટ્રેશન પણ શરૂ કરવામાં આવ્યું છે. જોકે રાજ્ય કાઉન્સિલની રચના થઈ નથી. રાજ્ય કાઉન્સિલમાં સ્વાસ્થ્ય મંત્રી તેના ચેરમેન હોય છે. ઉપરાંત ગુજરાત મેડિકલ કાઉન્સિલ અને ગુજરાત નર્સિંગ કાઉન્સિલમાંથી સભ્યો હોય છે. ડિસ્ટ્રિક્ટ રજિસ્ટ્રેશન ઓથોરિટીએ તેનું કામ શરૂ કરી દીધું છે. જે-તે હોસ્પિટલનું નિરીક્ષણ કર્યા બાદ જ રજિસ્ટ્રેશન કરવામાં આવશે. અલગ અલગ સ્પેશિયાલિસ્ટ હોસ્પિટલો મુજબ અલગ અલગ સ્ટાન્ડર્ડ જરૂરી હશે, જેમ કે હાડકાંની હોસ્પિટલમાં હાડકાંને લગતી તબીબી સુવિધાઓ એ સંબંધિત જ્ઞાન ધરાવતો સ્ટાફ વગેરે બાબતોનો સમાવેશ થાય છે.

ત્યારે સુરેન્દ્રનગરમાં ચાલતી મેડિકલ હોસ્પિટલ માટે ઓનલાઇન રજીસ્ટ્રેશન ફરજિયાત કરાવવું પડશે તેમ જાહેર કરવામાં આવતા મેડિકલ લાઈનમાં આ વિષય ચર્ચા જગાવી છે.. સરકાર દ્વારા જિલ્લાની તમામ હોસ્પિટલ રજીસ્ટ્રેશન એન્ડ રેગ્યુલેશન અન્વયે આવરી લેવા નિર્ણય કરવામાં આવ્યો છે. જેમાં તબીબી સંસ્થાઓનું રજીસ્ટ્રેશન ન કરાવનાર હોસ્પિટલો નું ડોક્ટરી લાઈસન્સ રદ થઈ શકે છે. આમ ચિકિત્સા પદ્ધતિ, એલોપેથિક, આયુર્વેદિક, યુનાની, નેચરોપેથી તેમજ અન્ય ક્લિનિકો, પ્રસુતિ ગૃહ, નર્સિંગ હોમ, ડિસ્પેન્ચરી લેબોરેટરી, ઈમેર્જિંગ સેન્ટર, તેમજ અન્ય મેડિકલ સારવાર આપતી હોસ્પિટલોને આવરી લેવામાં આવી છે. તેમજ ૫૦ બેડથી ઉપરની તમામ હોસ્પિટલોને ઓનલાઇન રજીસ્ટ્રેશન ફરજિયાત કરવાની જોગવાઈ કરવામાં આવી હોવાનું ગાંધી હોસ્પિટલના આરએમઓ ડોક્ટર ચૈતન્ય પરમારે જણાવ્યું છે.

ખજૂર બાળકો માટે કેમ છે ખુબજ જરૂરી



૧. મગજનો વિકાસ - ખજૂરમાં પોટેશિયમ હોય છે જે મગજના વિકાસમાં મદદ કરે છે અને ખજૂરમાં રહેલા પોષક તત્વોનો યોગ્ય જથ્થો બાળકના એકંદર જ્ઞાનાત્મક વિકાસમાં મદદ કરે છે.

૨. અપચો અટકાવે છે - ખજૂર આંતરડામાં મૈત્રીપૂર્ણ બેક્ટેરિયા ઉગાડવામાં અને પરોપજીવી જીવોને દૂર કરવામાં મદદ કરે છે, તેથી આંતરડાની સમસ્યાઓ અટકાવે છે, જે બાળકોમાં સૌથી સામાન્ય ચિંતા છે.

૩. લીવર નું રક્ષણ - બાળકો વાઇરલ અને બેક્ટેરિયલ ચેપ માટે સંવેદનશીલ હોય છે, જે તેમના લીવર પર પ્રતિકૂળ અસર કરે છે. જો કે, એવું જોવામાં આવે છે કે ખજૂરમાં જીવંત-રક્ષણાત્મક ગુણધર્મો છે અને તે તમારા બાળકની દૈનિક આહારની દિનચર્યામાં શામેલ કરવા માટે એક ઉત્તમ નિવારક આહાર છે.

૪. ગેસ્ટ્રિક અલ્સર મટાડે છે - કેટલાક બાળકો ઘણીવાર એસિડિટી અને અલ્સરથી પીડાય છે. ખજૂરમાં એવા ગુણધર્મો માનવામાં આવે છે જે ડૉક્ટર દ્વારા ભલામણ કરાયેલ નિયમિત તબીબી સારવાર ઉપરાંત ગેસ્ટ્રિક અલ્સરના કેટલાક લક્ષણોને દૂર કરવામાં મદદ કરે છે.

૫. મજબૂત દાંત - પાકેલા ખજૂર દાંતના સારા વિકાસ માટે બાળકોના દાંત માટે ઉત્તમ ખોરાકનો સ્ત્રોત છે. ખજૂર પેઢાંને મજબૂત બનાવવામાં અને દાંતને મજબૂત બનાવવામાં મદદ કરે છે.

૬. લોહીમાં હિમોગ્લોબિનનું સ્તર સુધારે છે - ખજૂર આયર્નનો સમૃદ્ધ સ્ત્રોત છે, જે તમારા બાળકના લાલ રક્ત કોશિકાઓમાં હિમોગ્લોબિન ની સંખ્યા વધારવામાં મદદ કરે છે, તંદુરસ્ત વાળના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે અને ત્વચાના પોષણમાં વધારો કરે છે.

આપના ધંધાની જાહેરાત માટેનું સર્વશ્રેષ્ઠ માધ્યમ

સત્યમેવ જયતે
Soham24

સોહમ્ ૨૪ પ્રિન્ટ મિડીયાના માધ્યમથી
75750 20982
અમે આપના વ્યવસાયની જાણકારી પહોંચાડવાનું ઉત્તમ માધ્યમ
આપના ધંધાની જાહેરાત વધુમાં વધુ લોકો સુધી પહોંચાડવાનું શ્રેષ્ઠ માધ્યમ

ટચુકડી ૧ લાઈનના રૂ.૧૫/-
(સોમવાર સાંજ સુધીમાં સ્વીકારવામાં આવશે)
છુટક નકલના રૂ.૫-૦૦
વાર્ષિક લવાજમ : રૂ.૪૦૦

બ્લેક એન્ડ વાઈટ
અંદરના પાને : રૂ.૭૫/- પ્રતિ સે.મી.
છેલ્લા પાને : રૂ.૧૫૦/- પ્રતિ સે.મી.
પહેલા પાને : રૂ.૨૦૦/- પ્રતિ સે.મી.

કલર
અંદરના પાને : રૂ.૧૨૫/- પ્રતિ સે.મી.
છેલ્લા પાને : રૂ.૨૦૦/- પ્રતિ સે.મી.
પહેલા પાને : રૂ.૨૫૦/- પ્રતિ સે.મી.

રાજનાથ મહાદેવ મંદિર પાસે, કુંથુનાથ દેરાસર ચોક, રાજનાથ ચેમ્બર,
શોપ નંબર - ૨, પહેલા માળે, સુરેન્દ્રનગર. Email : soham24info@gmail.com

જ્ઞાન સાથે ગમ્મત

ઓટોમેશન અને ટેક્નોલોજી પડકાર

ટેક્નોલોજી અસામાજિક તત્વોના હાથમાં આવી જાય તો તે સમાજ માટે મોટો ખતરો બની શકે છે. આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ સરળતાથી સાયબર સુરક્ષાનો ભંગ કરી શકે છે અને સમગ્ર ડિજિટલ સિસ્ટમને નકામી બનાવી શકે છે. આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ લોકોની ગોપનીયતાનું ઉલ્લંઘન કરી શકે છે અને અનધિકૃત દેખરેખ શરૂ કરી શકે છે, સાયબર ગુનાઓમાં મદદરૂપ બની શકે છે.

આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સની એક એવી અસર છે જેના વિશે ઓછી ચર્ચા થાય છે પરંતુ જે લાંબા ગાળે સૌથી વધુ નુકસાનકારક હોઈ શકે છે. નિષ્ણાંતોના મત મુજબ વાસ્તવિક દુનિયામાં કુદરતી પડકારોનો સામનો કરવામાં આવતી સમસ્યાઓ મનુષ્યને શીખવામાં મદદ કરે છે. ઓટોમેશન અને ટેક્નોલોજી આ પડકારોને નોંધપાત્ર રીતે ઘટાડે છે, જે આપણા માટે સમસ્યાઓ ઉકેલવા અને કટોકટીને પ્રતિસાદ આપવાનું વધુ મુશ્કેલ બનાવે છે. આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ આપણને ટેક્નોલોજી પર વધુ નિર્ભર બનાવી શકે છે.

આનાથી સમસ્યાઓ હલ કરવાની અને પડકારો સાથે અનુકૂલન કરવાની અમારી ક્ષમતામાં વધુ ઘટાડો થઈ શકે છે. તેમ છતાં, ટેક્નોલોજીની પ્રગતિને આવકારવી જોઈએ કારણ કે તે ગેરફાયદા કરતાં વધુ ફાયદા લાવે છે. આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ અલગ નથી. કાયદાઓ બનાવીને જો તેના જોખમોને યોગ્ય રીતે અંકુશમાં લેવામાં આવે તો અપાર શક્યતાઓના દરવાજા ખુલી જશે.

ભારત જેવા ઝડપથી વિકાસશીલ દેશમાં, આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ કૃષિ ક્ષેત્રમાં ઉત્પાદકતા વધારવા, શિક્ષણમાં સુધારો કરવા અને મોટી વસ્તી માટે આરોગ્ય સુવિધાઓ સુધારવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવી શકે છે. આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ ભારતને વિકાસ દર વધારવામાં મદદ કરી શકે છે અને વિકસિત ભારતનું લક્ષ્ય ઝડપથી હાંસલ કરી શકે છે.

આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સના જોખમોને ઘટાડવા અને તેની ક્ષમતાનો સંપૂર્ણ ઉપયોગ કરવા માટે, ભારતે તેના વિકાસ અને ઉપયોગ માટે અનુકૂળ સિસ્ટમ બનાવવી પડશે. ભારતની વસ્તીના મોટા વર્ગે તાજેતરના ભૂતકાળમાં ડિજિટલ સેવાઓનો ઉપયોગ કરવાનું શરૂ કર્યું છે પરંતુ તેઓ વિકસિત અર્થતંત્રો જેવી સાવચેતી વિશે જાગૃતતા અને સમજણ ધરાવતા નથી. તેથી, અગાઉથી સાવચેત રહેવું અને જરૂરી પગલાં લેવા જરૂરી છે.

આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ રેગ્યુલેશનની સૂચિત સિસ્ટમમાં જોખમ વિશ્લેષકોને એપ્લિકેશન જોખમો અને આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ ફોરેન્સિકસને ઓડિટ અને તપાસ હાથ ધરવા માટે જરૂરી હોઈ શકે છે. તેનાથી આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સમાં રોજગારીની નવી તકો ઊભી થશે. પરંતુ એઆઈ રેગ્યુલેશનમાં 'ઈન્સ્પેક્ટર રાજ' ન હોવું જોઈએ. એકંદરે, ભારતે આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ ની સંભવિતતાનો ઉપયોગ કરવા અને તેની સાથે સંકળાયેલા જોખમોને ઘટાડવા માટે અસરકારક નિયમનકારી માળખું બનાવવું જોઈએ. આ પ્રણાલીએ નવીનતા અને વૃદ્ધિની સુવિધા આપવી જોઈએ પરંતુ એ સુનિશ્ચિત કરવું જોઈએ કે આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સનો ઉપયોગ જવાબદારી, નૈતિકતા અને પારદર્શિતા સાથે થાય.

ઇન્ટેલિજન્સ (એઆઈ) વિશેનું જ્ઞાન

મોટાભાગના ભારતીય વ્યાવસાયિકો માને છે કે તેમની કારકિર્દીની પ્રગતિ હવે આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ (એઆઈ) વિશેના જ્ઞાન પર આધારિત છે. વ્યાપાર અને રોજગાર પર કેન્દ્રિત સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મના સર્વેક્ષણ મુજબ, લગભગ ૯૨ ટકા ઉત્તરદાતાઓએ કહ્યું કે આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ કારકિર્દી માટે મહત્વપૂર્ણ છે. આ સર્વેક્ષણ વસ્તીગણતરી દ્વારા ભારતમાં પૂર્ણ-સમય અથવા પાર્ટ-ટાઈમ કામ કરતા ૨,૧૪૨ વ્યાવસાયિકો પર કરવામાં આવ્યું હતું. ૪૦ ટકા ઉત્તરદાતાઓ કહે છે કે ભારતમાં કામદારો માટે સૌથી મોટી તક રોજિંદા કાર્યોમાં આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સનો ઉપયોગ કરવાની છે. , બિન-તકનીકી વ્યાવસાયિકો વચ્ચે આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ ક્ષમતાઓ પર લર્નિંગ અભ્યાસ ક્રમોનો ઉપયોગ પાછલા વર્ષમાં ૧૧૭ ટકા વધ્યો છે, જે દર્શાવે છે કે અપડેટ રહેવાની જરૂરિયાત કેટલી મહત્વપૂર્ણ બની ગઈ છે. ભારતમાં ૯૦ ટકા પ્રોફેશનલ્સ પહેલા કરતાં વધુ માર્ગદર્શન અને સમર્થનની શોધમાં છે. આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ અને હાઈબ્રિડ વર્ક મોડલ કામ કરવાની રીતને બદલી રહ્યા છે, અને નવીનતમ ઈન્ડસ્ટ્રી ટ્રેન્ડ્સમાં ટોચ પર રહેવું હવે પહેલા કરતાં વધુ મહત્વપૂર્ણ છે.

ભારતમાં રિન્યુએબલ એનર્જી સેક્ટરમાં લગભગ ૧૦ અગ્રણી કંપનીઓ ૨૦ ગીગાવોટ ક્ષમતાના પ્રોજેક્ટ માટે ખરીદદારો શોધી રહી છે. પ્રોજેક્ટ્સમાં ઘણી અડચણોનો સામનો કર્યા બાદ કંપનીઓ આ પગલું ભરી રહી છે. આ અવરોધોમાં પાવર પરચેઝ એગ્રીમેન્ટનો અભાવ અને પાવર સપ્લાય એગ્રીમેન્ટ અને ટ્રાન્સમિશન માટે કનેક્ટિવિટી સંબંધિત પડકારોનો સમાવેશ થાય છે. હાલમાં દેશમાં ૧૫૦ ગીગાવોટ રિન્યુએબલ એનર્જી ક્ષમતા તૈયાર છે. જે પ્રોજેક્ટ વેચાઈ રહ્યા છે તેની ક્ષમતા ઉદ્યોગની કુલ ક્ષમતાના ૧૩.૩ ટકા જેટલી છે. આ ક્ષેત્રે પ્રોપર્ટીનું મૂલ્ય પણ ઓછું આંકવામાં આવી રહ્યું છે. આ ઉપરાંત વીજળીના ભાવમાં સતત ઘટાડાથી એ જોખમ પણ ઉભું થયું છે કે જૂની ક્ષમતા નવા પ્રોજેક્ટ્સ સાથે સ્પર્ધા કરી શકશે નહીં. રિન્યુએબલ એનર્જી જનરેટ કરતી કંપનીઓ સામાન્ય રીતે ખરીદદારો સાથે પાવર પરચેઝ એગ્રીમેન્ટ કરે છે અને ખરીદદારો પછી વિતરકો સાથે પાવર સપ્લાય કરાર કરે છે.

સેબીના નિયમનકારી ફેરફારોથી પારદર્શિતા વધશે

માર્કેટ રેગ્યુલેટર સિક્યોરિટીઝ એન્ડ એક્સચેન્જ બોર્ડ ઓફ ઈન્ડિયા (સેબી)ની તાજેતરની બોર્ડ મીટિંગમાં નિયમનમાં કેટલાક ફેરફારોની જાહેરાત કરવામાં આવી હતી. બોર્ડે અનેક ફેરફારો કર્યા છે. ઉદાહરણ તરીકે, મ્યુચ્યુઅલ ફંડ માટે નવો પ્રસ્તાવિત એસેટ ક્લાસ અને પેસિવ સ્કીમ્સ માટે હળવા ધોરણો રજૂ કરવામાં આવ્યા હતા. નિષ્ક્રિય યોજનાઓમાં એવા મ્યુચ્યુઅલ ફંડનો સમાવેશ થાય છે જે પ્રમાણભૂત સૂચકાંકોને અનુસરે છે. એવું લાગે છે કે સેબીનું ધ્યાન વ્યવસાય કરવાની સરળતા વધારવા પર છે.

તેનો ઉપયોગ રેગ્યુલેટરના નિવેદનમાં ઘણી વખત કરવામાં આવ્યો હતો. કન્સલ્ટેશન પેપર દ્વારા ભૂતકાળમાં અપનાવવામાં આવેલા ઘણા પગલાંની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. સેબીનું બોર્ડ ઓછા ડિસ્ક્લોઝર, રાઈટ્સ ઈશ્યૂ માટે ઝડપી પ્રક્રિયા, T+0 સેટલમેન્ટના વિસ્તરણ (શેર ટ્રેડિંગના તે જ દિવસે સેટલમેન્ટ) અને T+0 સેટલમેન્ટ સાઈકલ હેઠળ અવરોધિત સોદા માટે વૈકલ્પિક મિકેનિઝમ માટે સંમત થયા હતા. તેણે ઈનસાઈડર ટ્રેડિંગ રેગ્યુલેશનના નિવારણના અવકાશને વિસ્તૃત કર્યો.

મનોરંજન

‘ભૂલભૂલૈયા થ્રી’ અને ‘સિંઘમ અગેઇન’ બંને ફિલ્મો દિવાળીએ ધુમ મચાવશે

કાર્તિક આર્યન અને તૃપ્તિ ડિમરીની ફિલ્મ ‘ભૂલભૂલૈયા થ્રી’નું ટ્રેલર લોન્ચ છેલ્લી ઘડીએ મુલત્વી રાખવામાં આવ્યું છે. આ ટ્રેલરમાં કેટલાક ફેરફારો કરવા પડે તેમ હોવાથી તે મુલત્વી રાખવામાં આવ્યુ હોવાનું કહેવાય છે. જોકે, ટ્રેડ વર્તુળોના જણાવ્યા અનુસાર ‘ભૂલભૂલૈયા થ્રીનો બોક્સ ઓફિસ પર અજય દેવગણની ‘સિંઘમ અગેઈન’ સાથે થવાનો છે. આથી ‘ભૂલભૂલૈયા થ્રી’ના સર્જકોએ પહેલાં ‘સિઘમ અગેઈન’નું ટ્રેલર રીલિઝ થાય ત્યાં સુધી રાહ જોવાનું નક્કી કર્યું છે. તેના ટ્રેલરને કેવો પ્રતિસાદ મળે છે તે જોવામાં આવશે અને ત્યાર બાદ ‘ભૂલભૂલૈયા થ્રી’નું ટ્રેલર તેનાથી વધારે ધમાકેદાર બને તે રીતે ફેરફારો સાથે રીલિઝ કરવામાં આવશે.

‘ભૂલભૂલૈયા થ્રી’ અને ‘સિંઘમ અગેઈન’ બંને દિવાળીએ બોક્સ ઓફિસ પર ટકરાવાની છે. આ ફિલ્મો બોક્સ ઓફિસ પર એક જ દિવસે રીલિઝ ન થાય તે માટે સમાધાન કરાવવા બહુ પ્રયાસો થયા હતા. પરંતુ, બંને ફિલ્મોના સર્જકો પોતપોતાની તારીખો પર અડગ રહેતાં હવે મુકાબલો થવાનું નિશ્ચિત બન્યું છે.

‘તેરે કરકે’ના ટીઝરમાં નતાશાનો ગ્લેમરસ અંદાજ

ક્રિકેટર હાર્દિક પંડ્યા સાથે છૂટાછેડા બાદ નતાશા સ્ટેનકોવિકે હવે આગળ વધી ગઈ છે. તેણે ફરી પોતાની પ્રોફેશનલ લાઈફ પર કામ કરવાનું શરૂ કરી દીધું છે. જુલાઈમાં હાર્દિકથી અલગ થયા બાદ તે પોતાના દેશ સર્બિયા પાછી જતી રહી છે. તે હાલમાં દીકરા અગસ્ત્ય સાથે ભારત પાછી આવી હતી. હવે તેણે પોતાના પહેલાં પ્રોજેક્ટની ઝલક ફેન્સ સાથે શેર કરી છે. થોડા કલાકો પહેલાં તેણે એક તસવીર પોસ્ટ કરી અને સિંગર પ્રીત ઈંદર સાથે મ્યુઝિક વીડિયો ‘તેરે કરકે’નો ફર્સ્ટ લુક શેર કર્યો હતો. તેના પર કુણાલ પંડ્યા નામના એથલિટે પણ રિએક્ટ કર્યું છે, હવે નતાશા સ્ટેનકોવિકે હાર્દિક પંડ્યા સાથે ડિવોર્સ બાદ પહેલાં પ્રોજેક્ટનું ટીઝર પણ રજૂ કરી દીધું છે. મ્યુઝિક વીડિયો ‘તેરે કરકે’ના ટીઝરમાં નતાશાનો ગ્લેમરસ અંદાજ જોવા મળી રહ્યો છે. તેમાં તે અલગ-અલગ આઉટફિટમાં ખૂબજ સુંદર દેખાઈ રહી છે. આ ટીઝરમાં તેને શાનદાર ડાન્સિંગ મૂવ અને વૉક કરતાં જોઈ શકાય છે. ‘તેરે કરકે’ ગીત ૮ ઓક્ટોબરે યુટ્યુબ ચેનલ પ્લે ડીએમએફ પર રિલીઝ થશે. આ પહેલાં, નતાશા સ્ટેનકોવિકે વીડિયોનું પોસ્ટર શેર કર્યું હતું. આ પોસ્ટરને શેર કરતાં તેણે લખ્યું, ‘તેરે કરકે’ ની ધૂન પર થનગનવા તૈયાર થઈ જાવ.’

જીંદગીની અડચણો સામે માનવીના પડકારો

આલેખન : એન.આઈ.જાડેજા

દુનિયાની કોઈપણ વ્યકિતનાં જીવનમાં બે પાસાઓ તેના જીવન સાથે જોડાયેલા હોય છે. ૧. સુખ અને ૨. દુઃખ. દુનિયામાં વસતી કોઈપણ વ્યક્તિ આ વસ્તુથી જીવનમાં બાકાત ન હોઈ શકે. તો આ પરિસ્થિતિને સાથે રાખીને વ્યકિત કઈ રીતે પોતાના જીવનમાં સફળતા મેળવે છે. તેના વિશે થોડું જાણીએ.

તમે બધા મહાત્મા ગાંધી, સરદાર વલભભાઈ પટેલ, નેલ્સન મંડેલા, અબ્રાહમ લિંકન વગેરે વિભૂતિઓ વિશે જાણતા હશો. આ લોકોએ પોતાનાં જીવનમાં આવેલા પડકારો સામે કઈ રીતે પોતાનો અભિગમ રાખ્યો હશે કઈ રીતે પોતાના વિચારો વાવ્યા હશે અને કઈ રીતે પોતાના મન ઉપર કાબુ મેળવ્યો હશે કે માટે જ આ લોકો આપણી વચ્ચે જીવંત છે.

કહેવાય છે કે દુનિયામાં બે પ્રકારનાં વિચારધારા ધરાવનારા માણસો હોય છે. ૧. **Prosperity thinker** (સમૃદ્ધ વિચારક) ૨. **Poverty thinker** (ગરીબ વિચારક) તો વાત અહીંયા છે વિચારની, અભિગમની કે માણસ પોતાની સામે આવી પડતી મુશ્કેલી ને કઈ રીતે જુએ છે. અભિગમ દાખવે છે. **Prosperity thinker** (સમૃદ્ધ વિચારક) હંમેશા સકારાત્મક વલણથી વિચાર કરે છે.જેમ કે આજે સવારે કંઈક સારુ મારાં જીવનમાં બનશે કે જે મને ખુશીઓ અને આનંદની લાગણીઓ અનુભૂતિ કરાવશે. જયારે આનાથી વિપરીત વિચારધારા એટલે કે **Poverty thinking** કે જેમાં હંમેશા નાનો દષ્ટિકોણ હોય છે થશે કે નહીં વગેરે વગેરે.

આવી વિચારધારાને પ્રભાવિત કરતો કિસ્સો હમણાં જ મેં એક ગુજરાતી અખબાર દિવ્યભાસ્કરમાં વાંચ્યો જે મને ખૂબ જ પસંદ પડ્યો તે હું અહીં તમારી સમક્ષ રજુ કરું છું.

નામ છે એલેકઝાન્ડર પોલ ૭૮ વર્ષનું તેમનું જીવન તેમાંથી ૭૦ વર્ષ સુધી ૨૭૩ કિલોની લોખંડની પેટીમાં રહ્યા! માથા સિવાયનું આખું શરીર એ પેટીની અંદર! આપણને થાય કે આવી રીતે તો કેમ કરી જીવાય! પણ USAના ડલાસમાં રહેતાં એલેકઝાન્ડર પોલ જીવ્યા! માત્ર જીવ્યા જ નહિ સ્નાતક થયા. વર્ષો સુધી વકીલાત કરી. પુસ્તક પણ લખ્યું.

૩૦ જાન્યુઆરી ૧૯૪૬ એ જન્મેલા પોલ ૧૧ માર્ચ ૨૦૨૪ એ સ્વર્ગે સીધાવ્યા. પોલિયાને કારણે લકવાગ્રસ્ત શરીર સાથે ૭૮ વર્ષ સુધી જીવેલા પોલ કોવિડ-૧૯ નો ચેપ લાગતા મૃત્યુ પામ્યા.

૧૯૫૨ ની વાત છે કે જયારે પોલિયની બીમારીએ આખા આખાય યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ ને ભરડામાં લઈ લીધું હતું. મોંમાંથી વાઈરસ શરીરમાં પ્રવેશતો અને ફલૂ જેવાં લક્ષણો સાથે તાવ, શરીરદર્દ થતું. ધીરે-ધીરે પક્ષઘાત શરૂ થતો અને કરોડરજ્જૂ કે મષ્તિષ્ક કામ કરતાં બંધ થઈ જતા. કાં તો દર્દી પથારી વશ થતો કાં તો મૃત્યુ પામતો. કોવિડ-૧૯ ના ભયાનક ગાળામાં જે રીતે લોક-ડાઉન થતું હતું. તેવી જ રીત એ સમયે USA નાં કેટલાંક શહેરોમાં જાહેર કાર્યક્રમો ઉપર પ્રતિબંધ મૂકી દેવામાં આવ્યા હતા.

USA આખા દેશમાં ૬૦,૦૦૦ જેટલા દર્દીઓ આ બિમારીથી અસરગ્રસ્ત હતા. તેમાં મોટાભાગનાં બાળકો હતા. તેમાંના એક હતા એલેક્ઝાન્ડર પોલ. ૬ વર્ષનાં પોલ ડલાસનાં જૂન મહિનાનાં વરસાદી વાતાવરણમાં સાંજે બહાર રમીને મેલાઘેલા થઈને ઘરમાં આવ્યા અને મમ્મી જોવે નહીં એ રીતે પોતાની સફાઈ કરી.

બસ આજ ક્ષણથી પોલને થોડો તાવ જેવું અને ગરદન દુઃખતી હોય તેવું લાગ્યું. થોડો સમય વિત્યો તેમ તેમ ચેપ આખા શરીરમાં ફેલાવા લાગ્યો. એકાએક એક દિવસે એકાએક ચાલવાની, ગળવાની અને સૌથી ગંભીર શ્વાસ લેવાની ક્ષમતા ગુમાવવા લાગી.તબીબોએ તેમની ટેક્ટ્રોનાની ટ્રીટમેન્ટ એટલે શ્વાસનળીનું ઓપરેશાન કર્યુ અને ‘આયાર્ન લંગ્સ’ માં સુવાડી દીધો.

માથા સિવાયનું આખું શરીર અંદર પ્રવેશી શકે તેની ટેક્નને ‘આયાર્ન લંગ્સ’ કહે છે. અને તે સમય શ્વાસની તકલીફ ધરાવતા પોલિયોનાં દર્દીને આ ટેક્નમાં રાખીને સારવાર કરવામાં આવતી હતી. આ ટેક્ન ની મદદથી દર્દી શ્વાસોશ્વાશની ક્રિયા કરી શકે તે માટે છાતીમાં સંકુચન અને આકુંચન કરવામાં આવતું. મોટાભાગનાં બાળકા એક-બે અઠવાડિયામાં સારવાર લઈને સ્વસ્થ થઈ જતાં હોય છે. પરંતુ પોલ સ્વસ્થ ન થઈ શક્યા.

આ હાલત જોઈને માતા-પિતા, સ્વજનો-મિત્રોએ હાર સ્વીકારી લીધી અને બધા દિવસો ગણવા લાગ્યા હતાં. જયારે પોલ કંઈક જુદી માટીના હતાં. તેઓની વિચારધારા કંઈક અલગ હતી. આવી વિકટ-ગંભીર પરિસ્થિતિમાં પણ પોતે પોતાની જાત સાથે લડતા હતા અને તેમનાં મગજમાં ’હવે ભણવું કેવી રીતે’ તેની યોજનાઓનાં વિચારો ચાલતા હતા.

પછી તેઓ ભણ્યાં ‘સ્ટડી ફ્રોમ હોમ’ થકી શાળાશિક્ષણ પૂરું કરનારાં પોલ તેમનાં શહેરનાં પ્રથમ વિદ્યાર્થી બન્યા હતા. યુનિવર્સિટી ઓફ ટેક્સાસ (UT) માં અર્થશાસ્ત્ર અને ફાઈનાન્સનો અભ્યાસ કર્યો અને ૧૯૭૮માં સ્નાતક થયા. ૧૯૮૪માં કાયદાની ડિગ્રી મેળવી વર્ષો સુધી ડલાસમાં વકીલાત સેવા કરી. ફેમિલી લો અને બકરપ્સીના કેસો લડયા.

જુસ્સા અને જિંદાદીલી સાથે ૭૮ વર્ષ સુધી જીવીને સમગ્ર વિશ્વમાં એક ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ પુરુ પાડનારા ‘આયાર્ન લંગ્સ મેન’ પોલ એલેકઝાન્ડર હસતા ચહેરે વિદાય લીધી. પણ જુસ્સા અને જીવવાની જિજીવિષા એ પોલને જીવિત રાખ્યા અને હવે અનેક લોકોનાં હૃદયમાં પણ જીવિત રહેશે.

મિત્રો આજ તાકાત છે,હકારાત્મક વિચારની કે અભિગમની કે જેનાથી ગંભીર જણાતી અડચણોને પણ માણસે પડકારો ફેંકીને વિજય મેળયો છે.

બાલવાડી

કાબર અને કાગડો

એક હતી કાબર અને એક હતો કાગડો.
બન્ને વચ્ચે દોસ્તી થઈ.
કાબર બિચારી ભલી અને ભોળી હતી, પણ કાગડો હતો આળસુ અને ઢોંગી.
કાબરે કાગડાને કહ્યું - કાગડાભાઈ, કાગડાભાઈ! ચાલોને આપણે ખેતર ખેડીએ! દાણા સારા થાય તો આખું વરસ ચણવા જવું ન પડે અને નિરાંતે ખાઈએ.
કાગડો કહે - બહુ સારું; ચાલો.
પછી કાબર અને કાગડો પોતાની ચાંચોથી ખેતર ખેડવા લાગી..
થોડી વાર થઈ ત્યાં કાગડાની ચાંચ ભાંગી એટલે કાગડો લુહારને ત્યાં તે ઘડાવવા ગયો. જતાં જતાં કાબરને કહેતો ગયો- કાબરબાઈ! તમે ખેતર ખેડતાં થાઓ, હું હમણાં ચાંચ ઘડાવીને આવું ?.
કાબર કહે - ઠીક.
પછી કાબરે તો આખું ખેતર ખેડી નાખ્યું પણ કાગડાભાઈનો પત્તો ન લાગે. એ તો પાછા આવ્યાં જ નહિ. કાગડાભાઈની દાનત ખોટી હતી એટલે ચાંચ તો ઘડાવી પણ કામ કરવાની આળસે ઝાડ પર બેઠા બેઠા લુહાર સાથે ગપ્પા મારવા લાગ્યા.
કાબર તો કાગડાની રાહ જોઈ થાકી ગઈ એટલે કાગડાને બોલાવવા ગઈ. જઈને કાગડાને કહે - કાગડાભાઈ, કાગડાભાઈ! ચાલો નો ખેતર તો ખેડાઈ ગયું. હવે આપણે વાવીએ.
કાગડો કહે -
ઠાગાઠયા કરું છું, ચાંચુડી ઘડાવું છું, જાવ, કાબરબાઈ! આવું છું.
કાબર પાછી ગઈ અને એણે તો વાવવાનું કામ શરૂ કર્યું.
કાબરે રૂપાળો બાજરો વાવ્યો. થોડા દિવસમાં એ એવો તો સુંદર ઊગી નીકળ્યો કે બસ!
એટલામાં નીંદવાનો વખત થયો વળી કાબરબાઈ કાગડાને બોલાવવા ગઈ. જઈને કાગડાને કહે - કાગડાભાઈ, કાગડાભાઈ! ચાલો, ચાલો; બાજરો બહુ સારો ઊગ્યો છે. હવે જલદી નીંદવું જોઈએ, નહિતર મોલને નુકસાન થશે.
આળસુ કાગડાએ ઝાડ ઉપરથી કહ્યું :
ઠાગાઠયા કરું છું, ચાંચુડી ઘડાવું છું, જાવ, કાબરબાઈ! આવું છું.
કાબર તો પાછી ગઈ અને એકલીએ ખેતર આખું નીંદી નાખ્યું.
વખત જતાં કાપણીનો સમય આવ્યો એટલે કાબર વળી કાગડાભાઈને બોલાવવા ગઈ. જઈને કાગડાને કહે - કાગડાભાઈ! હવે તો ચાલો, કાપણીનો વખત થયો છે. મોડું કાપશું તો નુકસાન થશે.
લુચ્ચા કાગડાએ કહ્યું -
ઠાગાઠયા કરું છું,
ચાચુડી ઘડાવું છું, જાવ, કાબરબાઈ! આવું છું.
કાબરબાઈ તો નિરાશ થઈ પાછી ગઈ. અને ખિજાઈને એકલીએ આખા ખેતરની કાપણી કરી નાખી.
પછી તો કાબરે બાજરીનાં ડુંડાંમાંથી બાજરો કાઢ્યો અને એક કોર બાજરાનો એક ઢગલો કર્યો, અને બીજી કોર એક મોટો ઢગલો કર્યો. અને એ ઢગ પર થોડોક બાજરાનો પાતળો થર પાથરી દીધો જેથી ટૂંસાંનો ઢગલો બાજરાના ઢગલા જેવો જ દેખાય.
પછી તે કાગડાને બોલાવવા ગઈ. જઈને કહે- કાગડાભાઈ! હવે તો ચાલશો ને? બાજરાના બે ઢગલા તૈયાર કર્યા છે. તમને ગમે તે ભાગ તમે રાખજો. વગર મહેનતે બાજરાનો ભાગ મળશે એ જાણી કાગડાભાઈ તો ફુલાઈ ગયા.
તેણે કાબરને કહ્યું - ચાલો બહેના તૈયાર જ છું. હવે મારી ચાંચ ઘડાઈને બરાબર થઈ ગઈ છે.
કાબર મનમાં ને મનમાં બોલી - તમારી ખોટી દાનતનાં ફળ હવે બરાબર ચાખશો, કાગડાભાઈ!
પછી કાગડો અને કાબર ખેતરે આવ્યાં. કાબર કહે - ભાઈ! તમને ગમે તે ઢગલો તમારો.
કાગડાભાઈ તો મોટો ઢગલો લેવાને માટે ટૂંસાવાળા ઢગલા ઉપર જઈને બેઠા. પણ જ્યાં બેસવા જાય ત્યાં ભાઈ સાહેબના પગ ટૂંસામાં ખૂપી ગયાં અને આંખમાં, કાનમાં ને મોઢામાં બધે ટૂંસાં ભરાઈ ગયાં અને કાગડાભાઈ મરણ પામ્યા!
પછી કાબરબાઈ બધો બાજરો ઘેર લઈ ગઈ. અને ખાધું, પીધું ને મોજ કરી.

દાદાનો ડંગોરો

દાદાનો ડંગોરો લીધો,
એનો તો મેં ઘોડો કીધો.
ઘોડો કુદે ઝમ ઝમ !
ઘુઘરી વાગે ધમ ધમ
ધરતી ધ્રૂજે ધમ ધમ !
ધમ ધમ ધરતી થાતી જાય
મારો ઘોડો કૂદતો જાય,
કૂદતાં કુદતાં આવે કોટ,
કોટ કૂદીને મૂકે દોટ.
સહુના મનને મોહી ગયો,
એક ઝવેરી જોઇ રહ્યો,
ઝવેરીએ તો હીરો દીધો,
હીરો મેં રાજાને દીધો.
રાજાએ ઉતાર્યો તાજ,
આપ્યું મને આખું રાજ,
રાજ મેં રૈયતને દીધું.
મોજ કરીને ખાધું પીધું.
- ત્રિભોવનભાઈ વ્યાસ

ગાય

કાળી ધોળી રાતી ગાય
પીએ પાણી ચરવા જાય,
ચાર પગ ને આંચળ ચાર,
વાછરડાં પર હેત અપાર.
પાછળ પૂંછડા પર છે વાળ,
તેથી કરે શરીર સંભાળ;
કાન શિંગ, બે મોટી આંખ,
પૂંછડાથી ઉડાડે માખ.
નરમ રુવાંટી લિસ્સું અંગ,
ગેલ કરે વાછરડાં સંગ.
દૂધ તેનું ધોળું દેખાય,
સાકર નાંખી હોંશે ખાય
દહીં માખણ ઘી તેનાં થાય
તેથી બહુ ઉપયોગી ગાય
- ધીરજ

ઘોડો

ચલ મેરે ઘોડા
તબડક તબડક !
જંગલ આવે, ઝાડી આવે,
નદીઓ આવે, નાળાં આવે;
તરસ લાગી છે ?
પાણી પીવું છે ?
ના... ના... ના...
વાંકાચૂકા રસ્તા આવે,
ઊંચા ઊંચા પહાડ આવે,
થાક લાગ્યો છે ?
આરામ કરવો છે ?
ના... ના... ના...
મામાનું ઘર દૂર દૂર
ચાલ ઘોડા તું ચતુર
ઘાસ ખાવું છે ?
ચણા ખાવા છે ?
ના... ના... ના... ના...

સોહમ્ ૨૪ પરિવાર દ્વારા જન્મ દિવસની શુભેચ્છા

નામ : માનીત પરમાર | પિતા : ભાવીકભાઈ
માતા : માનસીબેન | સ્થળ : સુરેન્દ્રનગર

નામ : ક્રિષા પરમાર | પિતા : ભાવીકભાઈ
માતા : માનસીબેન | સ્થળ : સુરેન્દ્રનગર

નામ : ધ્યાન પરમાર | પિતા : ઋષીભાઈ
માતા : દિપાલીબેન | સ્થળ : સુરેન્દ્રનગર

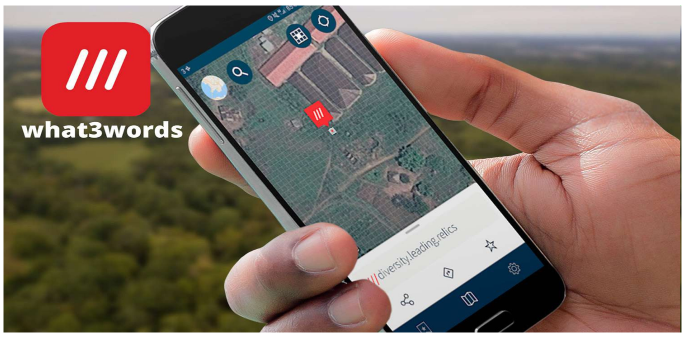
નામ : દિયા પરમાર | પિતા : ઋષીભાઈ
માતા : દિપાલીબેન | સ્થળ : સુરેન્દ્રનગર

આપના બાળકના જન્મ દિવસ શુભેચ્છા માટે સોહમ્ ૨૪ સાપ્તાહિક દ્વારા પ્રસિધ્ધ કરવામાં આવશે. આપના બાળકનું નામ, માતા-પિતાનું નામ અને જન્મ સ્થળની વિગતો સાથે બાળકના ફોટા નીચેના નંબર પર મોકલો

75750 20982

મનોરંજન અને સોશ્યલ

what3words એપ વિશે જાણો



આજના ભાગદોડભર્યા જીવનમાં લોકોને દરેક વસ્તુ તરત જ જોઈએ છે, આ માટે લોકો ગૂગલ મેપની પણ મદદ લે છે, અને જો આપણને ક્યાંય મુસાફરી કરવી હોય અને રસ્તો ખબર ન હોય તો, આપણે **Google Maps**ની મદદ લઈએ છીએ. પહેલાના જમાનામાં લોકો એકબીજાને રસ્તો પૂછતા હતા, ત્યારે આજકાલ આપણે ફક્ત સર્ચ બારમાં સ્થાન દાખલ કરીએ છીએ અને આપણી ડેસ્ટીનેશન સુધી પહોંચી જઈએ છીએ. પરંતુ શું **what3words** એપ વિશે જાણો છો? **what3words** એપ એક એવી એપ છે, જેના વિશે બહુ ઓછા લોકો જાણે છે. આપણે દુનિયાને તેની જગ્યા અને તેના નામથી જાણીએ છીએ, પરંતુ આ એપમાં બધું સ્ક્વેર અને ગ્રીડની મદદથી કરવામાં આવે છે. એટલે કે, તમારી આસપાસ ૩ મીટરના અંતરે દરેક સ્થાન પર એક કોડ છે જે ૩ શબ્દોમાં વિભાજિત છે એટલે કે, ઈન્ડિયા ગેટનું કોડ નેમ **thrillers.widgas.income** છે.

એપમાં આ ૩ શબ્દોના કોડની મદદથી તમે ચોક્કસ તે જ જગ્યાએ પહોંચી શકો છો, પરંતુ જો તમે તાજમહેલની બાજુમાં ઉભા છો અને તમારા મિત્રને કહેવા માંગો છો કે હું તાજમહેલથી ૨૦૦ મીટર દૂર છું તો તમે સર્ચ બારમાં જઈને તમારું લોકેશન સેટ કરી શકો છો. આ પછી તમને ૩ શબ્દો સાથેનો એક અલગ કોડ મળશે જે આના જેવો હશે **moats.flinches.upwardly.** તમે તમારા મિત્ર સાથે આ શેર કરી શકો છો અને પછી તમારો મિત્ર તાજમહેલથી બરાબર ૨૦૦ દૂર તમારી પાસે પહોંચશે, પરંતુ જો તમે આને **Google Maps** પરથી સર્ચ કરશો, તો તે ચોક્કસ સ્થાન લેશે નહીં અને ફક્ત તાજમહેલ જ બતાવશે. આવી સ્થિતિમાં તમારો મિત્ર તમને શોધતો રહેશે અને તેને યોગ્ય સ્થાન મળશે નહીં એટલા માટે આ એપ ખૂબ જ ફાયદાકારક છે.

what3words (What3Words app) ૩ શબ્દોના કોડ પર કામ કરે છે અને એપ દ્વારા જનરેટ થયેલા ૩ કોડમાંથી તમને લોકેશનની માહિતી આપે છે, જેને તમે સ્ક્વેર તરીકે સેવ કરી શકો છો અને પછી તેનો ઉપયોગ કરીને ત્યાં પહોંચવા માટે અથવા કોઈને કૉલ કરી શકો છો. આ એપ તમને જણાવે છે કે, વિશ્વમાં દર ૩ મીટરે એક વર્ડ એડ્રેસ છે, એટલે કે જો તમારી પાસે સ્માર્ટફોન છે અને તેમાં **GPS** છે, તો તમે **what3words** એપનો ઉપયોગ કરી શકો છો.

આર્ગન | ઈન્ડ. ઓક્સીજન | એસીટીલીન
મેડીકલ O_2 | નાઈટ્રસ | મીક્ષ્ચર ગેસીસ
કીર્તીભાઈ : ૯૮૨૫૪ ૧૨૧૦૮
ભાવિકભાઈ : ૯૪૦૮૮ ૮૮૪૪૦
ઋષિ : ૯૯૨૫૦ ૭૮૫૧૫
VGS
વેલ્ડીંગ રોડ : બોલર,વેલ્ડફાસ્ટ,ESAB, ફેરોવેલ્ડ,એડોર
ડીલર : ગેસ વેલ્ડીંગનો સામાન, ગેસ કટીંગ તથા અન્ય પાવર ટુલ્સ
વિશ્વકર્મા ગેસ સપ્લાયર
VISHWAKARMA TRADING CO.
Dealers : Power Mech V-Belt, Vulcan/Jagdish Welding Machine, Welding Rod, Tig Rod, Mig Wire & Accessories, Power Tools & Hand Tools, Oxygen, argan, other gases Walding Accessories Neutron Machinery & All Kind of Gas Welding and Cutting Accessories. Inverter base Welding Machine
Couseway Road, JORAVARNAGAR - 363 020. (Dist.Surendranagar)
ESAB ador WELDING Vulcan Casco WELDFAST JASIC HiKOKI DEWALT makita WELSPRING UNIVERSAL FOX

સાયન્સ અને ટેકનોલોજી

વાયરલ થવાના ટુંકા રસ્તા

જો તમે ઈન્સ્ટાગ્રામ પર કન્ટેન્ટ બનાવો છો અને વાયરલ થવા માંગો છો, તો ફોટો અને વીડિયો પોસ્ટ કરતા પહેલા આ સેટિંગને ઈનેબલ કરવાનું ભૂલશો નહીં. આ માટે તમારે તમારા ઈન્સ્ટાગ્રામ પ્રોફાઈલ પર ત્રણ સેટિંગ કરવા પડશે, આ પછી તમારા એકાઉન્ટની પહોંચ વધવાની શક્યતા વધી જશે.

શું તમે ઈન્સ્ટાગ્રામ પર વાયરલ થવા માંગો છો અને સખત મહેનત કરો છો પરંતુ વ્યુઝ અને ફોલોઅર્સ વધતા નથી ? ચિંતા કરશો નહીં, અહીં અમે તમને કેટલીક એવી સુવિધાઓ વિશે જણાવીશું, જેને સક્ષમ કરવાથી ઈન્સ્ટાગ્રામ પર તમારી પહોંચ અને ફોલોઅર્સ બંનેમાં વધારો થશે. આ માટે તમારે ઈન્સ્ટાગ્રામ પર કોઈપણ સામગ્રી પોસ્ટ કરતા પહેલા તેને સક્ષમ કરવું પડશે.

આ માટે સૌથી પહેલા ઈન્સ્ટાગ્રામ ઓપન કરો અને તમારી પ્રોફાઈલ પર જાઓ. જમણા ખૂણે દર્શાવેલ ત્રણ લીટીઓ પર ક્લિક કરો. નીચે સ્ક્રોલ કરો અને મીડિયા ક્વોલિટી વિકલ્પ પર ક્લિક કરો, મીડિયા ક્વોલિટી પર ક્લિક કર્યા પછી, ઓછા મોબાઈલ ડેટાનો ઉપયોગ ડિસેબલ કરો, બીજા નંબર પર દર્શાવેલ અપલોડ હાઈ ક્વાલિટી વિકલ્પને ઈનેબલ કરો.

ત્રીજા વિકલ્પને ડિસેબલ કરો. આ પછી, તમારા બધા ફોટા અને વિડિઓઝ હાઈ ક્વોલિટીમાં અપલોડ કરવામાં આવશે. જો કન્ટેન્ટ સારી ગુણવત્તામાં હશે તો તમારા ફોલોવર્સને તે વીડિયો અને ફોટા ગમશે.

અન્ય સેટિંગ્સ કરવા માટે, તમારા **Instagram** પર પ્રોફાઈલ એડિટ પર ક્લિક કરો. આ પછી **What Best Describes You** પર જાઓ, થોડું નીચે સ્ક્રોલ કરો અને **Digital Creator** પર ક્લિક કરો. ધ્યાનમાં રાખો કે તમારે ટોચ પર આપેલ પ્રોફાઈલ પર ડિસ્પ્લેને અક્ષમ કરવું આવશ્યક છે.

જ્યારે પણ તમે રીલ પોસ્ટ કરો ત્યારે તેના ઓડિયો વિકલ્પ પર જાઓ. અહીં તમને ઓડિયોને ફરીથી નામ આપવાનો વિકલ્પ બતાવવામાં આવશે. **Rename Audio** પર ક્લિક કરો, અહીં ઈન્સ્ટાગ્રામ ટીપ્સ લખીને ઓડિયો નામમાં માર્કેટિંગ કરો. આ સાથે, તમારી રીલ પર કોઈ અન્ય યુઝર્સનું નામ બતાવવામાં આવશે નહીં, જો કોઈ તમારો ઓડિયો જુએ છે અને તેના પર રીલ બનાવે છે, તો તમારી પહોંચ વધી જશે.

સોહમ્ ૨૪ સાપ્તાહિક દર ગુરૂવારે
આપની આજુબાજુમાં બનતી સમસ્યાનો ઉકેલ...
મોકલો અમને અમે કરીશુ ઉજાગર
બસ ઉઠાવો ફોન અને સ્કેન કરો કોડ...
સત્યમેવ જયતે
Soham24
Email : soham24info@gmail.com
www.soham24.com
75750 20982

રાશી ભવિષ્ય

મેષ (અ.લ.ઈ)
મેષ રાશીની વ્યક્તિ નેતા અને આગેવાન બની શકે છે. તેમનો મંગળ સાથે નજીકનો સંબંધ છે માટે તેઓ સારા ઉદ્દેશને સરળતાથી મેળવી શકે છે. તેમને રાજકીય લાભ તથા સહકાર મળે છે. નેતા બનીને રાજકારણમાં લોકપ્રિય બનવા માગે છે. દરેક સમયે સલાહ આપે છે અને નવું કરવાની ધુન, ભૌતિક સુખ અને સાધનો વધારવામાં તૈયાર રહે છે. સતત ક્રિયાશીલ મસ્તિકના સ્વામી હોય છે. સંઘર્ષ કરવાની પ્રકૃતિ હોય છે. નેતૃત્વનો ગુણ હોવાથી સારો શાસક રહે છે અને સફળ થાય છે. વધારે પ્રમાણે બહાદુરીના અને મહેનત વાળા કાર્યમાં રસ લે છે. સર્વેક્ષણ, વિદ્યુત મશીન, પોલીસ, શૈન્ય, ડોક્ટર, ખાણવિજ્ઞાન તથા ખેતી અને નેતૃત્વના કામમાં સફળ થાય છે. કુશળ સંગઠનકર્તા, નેતા, જાસૂસ, વેપારી, સુધારક, દલાલ, સલાહકાર, નિરીક્ષક, જમીન, તાંબુ, અને લોખંડ ના વ્યવસાય માં પણ સફળ થાય છે.

વૃષભ (બ.વ.ઉ)
આ રાશીનો માણસ ખરેખર કર્મભૂમિમાં ઉતરીને પોતાની કમાણીમાંથી ધન અને જમીનનો સ્વામી બને છે. તેમની પાસે રૂપીયાની બચત નથી થતી. જેટલી આવક થાય તેટલી જાવક થાય છે. તેઓ ધન સંબંધી યોજના બનાવવામાં કુશળ, શ્રેષ્ઠ મેનેજર, નેતૃત્વ શક્તિ સંપન્ન, બીજાની ઉપર પોતાનો પ્રભાવ પાડનાર, જવાબદારીને નિભાવનાર, સંઘર્ષ માટે તૈયાર અને પોતાની રક્ષાના પ્રયત્ન કરવાવાળા હોય છે. તેઓ પ્રવૃતિમય હોવાથી રૂપીયાનો અભાવ નથી આવવા દેતા. તેઓ આવક-જાવક તરફ સતર્ક રહે છે. વૃષભ રાશીની વ્યક્તિ વ્યવસાયના ક્યા ક્ષેત્રમાં પ્રગતી કરશે તે જન્મ કુંડળીના ગ્રહોની સ્થિતિ જોયા બાદ જાણવા મળે છે. છતાં પણ વેપાર, વસ્ત્ર નિર્માણ, જેવા કામમાં વધારે પ્રગતી કરે છે. આ લોકો સૈનિક પણ થઈ શકે છે. તેઓ કોઈ પણ મોટી જવાબદારી લેવામાં ડરતા નથી અને તેને પૂર્ણ પણ કરે છે.

મિથુન (ક.છ.ઘ)
મિથુન રાશીની વ્યક્તિ નોકરી કરીને સુખીથી જીવન પસાર કરી શકે છે. પોતાની વકપટ્ટુતાથી કુશળ રાજનીતિજ્ઞ કે રાજકારણી બની શકે છે. પોતાની જિજ્ઞાસા અને સત્ય શોધક પ્રવૃતિના કારણે દરેક પ્રકારનું શોધ કાર્યમાં સફળ થાય છે. તેઓ સારા પત્રકાર, લેખક, ભાષાશાસ્ત્રિ, યોજનાકારી બની શકે છે. સારા વકીલ, વ્યાખ્યાતા અને ઉપદેશક પણ બની શકે છે. પ્રવાસનો શોખ હોવાથી એજન્ટ પણ બની શકે છે.

કર્ક (ડ,હ)
કર્ક રાશીની વ્યક્તિને ક્યા ક્ષેત્રમાં સફળતા મળશે તે જન્?મ કુંડળી જોયા પછી ખબર પડે. તેઓ ઓછી મૂળીએ વધારે કામ કરવામાતે તૈયાર રહુ છે. તેમનામાં દુનિયાને ઓળખવાની શક્તિ હોય છે. તેજ તેમને આજીવીકામાં સર્વોતમ સ્થાન અપાવે છે. તેઓ ચિકિત્સા શાસ્ત્ર તરફ પણ આકર્ષણ ધરાવે છે. અભિનય, નર્સ, દાયણ, પ્રાધ્યાપક, કથાકાર, અર્થશાસ્ત્રિ, જજ, નાવિક, મીકેનિક, પ્લમ્બર, ગુપ્તચર, મશીન ચલાવનાર, જ્યોતિષ, ગણિતજ્ઞ, ટાઈપિસ્ટ, મુનિમ, વગેરે કામ કરી શકે છે. ઘર સંબંધી કામ, પ્લાસ્ટિક આર્ટ, ભોજનાલય, નેવીમાં અધિકારી, વગેરે અનુકૂળ છે., તેઓ ૨૧ થી ૨૮ વર્ષ સુધી પ્રગતિ ના કામ શરૂ કરી શકે છે. જીવનનો ઉત્તરાર્ધ સારો હોય છે. તેમને જીવનમાં મહેનત વધારે કરવી પડે છે. તેઓ કોઇ એક વિદ્યામાં નિપૂર્ણ હોય છે. નોકરીમાં ચોક્કસ અધિકારી બને છે.

સિંહ (મ,ટ)
"સિંહ રાશિની વ્યક્તિને ક્યા ક્ષેત્રમાં સફળતા મળશે તે જન્?મ કુંડળી જોયા પછી જાણવા મળે. પરંતુ તેઓ અભિનેતા, અધિકારી કે સ્વાગતકર્તા માં શ્રેષ્ઠ રહે છે. આ લોકો ક્રિયાત્મક કાર્ય, હૃદય વિશેષજ્ઞ, શિશુ વિશેષજ્ઞ, રમતગમત ક્ષેત્ર, અપનાવી શકે છે. તેઓ સારા લેખક, તંત્રી, અનુવાદક, ભાષણકર્તા, ઉપદેશક, તથા રાજકારણી બની શકે છે." સિંહ રાશીની વ્યક્તિને આર્થિક બાબતમાં ભાગ્યશાળી માનવામાં આવે છે. જરૂરત હોય ત્યારે તેમને રૂપીયા મળી રહે છે. તેઓ દેવું લેતા ડરે છે. અને દેવું થઇ જાય ત્યારે પાઇ-પાઇ ચુકવવાની ઈચ્છા રાખે છે. અને તેઓ અન્યને દેવું આપે તો તે રૂપીયા પાછા મળતા નથી. ધન કમાવવું એ સિંહ રાશી માટે કોઇ મોટી બાબત નથી પરંતુ ધનને બચાવવું મુશ્કેલ છે. તેઓ દુનિયાદારીની ચિંતા નથી કરતા, તેના પરફ લાપરવાહ રહે છે. તેમના ઘરમાં ચોરી થઇ શકે છે અથવા પ્રવાસમાં નુશકાન થાય છે. યાદ ન રહેવાથી વસ્તુઓ ખોવાઇ જાય છે. વાહન સુખ હોય છે. ઘરમાં કોઇ જાનવર કે પક્ષીને પાળે છે.

કન્યા (પ,ઠ,ણ)
કન્યા રાશીની વ્યક્તિને આર્થિક બાબતમાં અત્યંત સાવધાન અને ખર્ચ ઓછો કરવાનો સ્વભાવ હોય છે. તેઓ ધનના મહત્વને સારી રીતે સમજે છે અને તેના પર નિયંત્રણ રાખવું અતી પ્રિય છે. જમીન અને મકાનમાં રોકાણ કરવું તેમના માટે સારૂ રહે છે. કન્યા રાશીની વ્યક્તિને ક્યા ક્ષેત્રમાં સફળતા મળશે તે જન્મ કુંડળી જોયા પછી જાણવા મળે. પરંતુ તેઓ સલાહકાર, તંત્રી, પત્રકાર, અને અધ્યાપકનું કાર્ય સારી રીતે કરી શકે છે. ધનના મહત્વને સારી રીતે સમજે છે. અને તેના પર નિયંત્રણ કરવો પસંદ છે. માટે તેઓ ખજાનચી તથા આર્થિક નિયંત્રણના પદ ઉપર સફળતા મેળવી શકે છે. વિદેશના સંવાદદાતાના રૂપમાં તેઓ સારૂ નામ મેળવી શકે છે. ફોટોગ્રાફર અને સંગીતનું જ્ઞાન સારૂ હોય છે. તેઓ મુનીમ, લાઈબ્રેરીયન, રેકોર્ડ કીપર થઈ શકે છે.

તુલા (ર,ત)
તુલા રાશીની વ્યક્તિને ક્યા ક્ષેત્રમાં સફળતા મળશે તે જન્મ કુંડળી જોયા પછી જાણવા મળે. પરંતુ તેઓ કૂટનીતિજ્ઞ, વકીલ, સંગીતજ્ઞ, તંત્રી, સુગંધી પદાર્થના નિર્માણકર્તા, અભિનેતાનાં રૂપમાં સફળતા મેળવી શકે છે. તેઓ ન્યાયાધીશ, રાજકારણી, પ્રાધ્યાપક, કલાકાર અને વ્યાપારી હોય છે. તુલા રાશીની વ્યક્તિ સાહિત્ય, સંગીત, નૃત્ય, દરજીકામ, રમકડાં બનાવનાર, ચિત્રકાર વગેરેમાં કુશળ હોય છે. તેઓ ઉચ્ચ કક્ષાના વકીલ અને ડોક્ટર પણ હોય છે. તેમનો ભાગ્યોદય તેમના જીવનનાં મધ્યકાળમાં થાય છે. તુલા રાશીની વ્યક્તિ પોતાના જીવનનાં ૫ થી ૨૦ વર્ષ સુધી તેઓ રમતગમતમાં વિતાવે છે. ૨૧ થી ૩૦ વર્ષ સુધી તેઓ મુશ્કેલીઓનો સામનો કરે છે. ત્યારબાદ જીવનનો અંતિમ તબક્કો સારો રહે છે.

વૃશ્ચિક (ન,ય)
સ્કોર્પિયોની રકમ ધરાવનાર વ્યક્તિ આજીવિકાના ક્ષેત્રે વધુ સફળતા પ્રાપ્ત કરશે, તેના સાચા જ્ઞાનને માત્ર ગ્રહોની સ્થિતિને જન્મના પત્રમાં જોઈને કરી શકાય છે, પરંતુ સામાન્ય રીતે તે પૈસાના સંદર્ભમાં વધુ વિશ્વસનીય રીતે કાર્ય કરે છે. તે ખુલ્લું હૃદય ખર્ચવા જઈ રહ્યું છે. આ તેમની સફળતા માટેનો માર્ગ છે. તે બંને કલાત્મક અને વ્યાપારી વલણો લઈ શકે છે. તેમના વ્યવસાયને વધારવા અથવા નોકરી આપવા માટે તેઓ અત્યંત શિસ્તબદ્ધ છે. કેન્સર ડોક્ટરો ગુપ્ત વિદ્વતા, ફિઝિશિયન કે વેપાર, ડ્રગ અથવા ઈલેક્ટ્રિક સાધનો, કે જે સાધનો કાર્યો, ઘડિયાળ સાધનો, રસ-સામગ્રી તેલ કે બિઝનેસ, વધુ કે શિક્ષક સાથે વ્યવહાર, સારા સૈનિક શોખીન, અધિકારી, સર્જન, ડેન્ટલ નિષ્ણાત આ ઉપરાંત, તે એક વિમાન વૈજ્ઞાનિક, શાહુકાર કંપની કાર્યકર, જામીનગીરી વીમા એજન્ટ, એક્સ-રે નિષ્ણાત વગેરે પણ હોઈ શકે છે. સમુદ્ર, નદી, જળાશય નજીક જીવવું શ્રેષ્ઠ છે. શહેરના ગામ તેમના નજીક હશે, ત્યાં રહેતા એક પરિબળ હશે જ્યાં સારી જગ્યા હોય ત્યાં રહેવું, તે શ્રેષ્ઠ ફળ પણ હશે.

ધન (ભ,ધ,ફ,ઢ)
ધન રાશીની વ્યક્તિ વકીલાત, સંપાદક, ટાઈપિસ્ટ, પ્રસારણ અધિકારી, જનસંપર્ક, ટેકનીકલ અને શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષક તરીકે યોગ્ય સિદ્ધ થાય છે. પ્રકાશનના રૂપમાં તેમને વધારે સફળતા મળે છે. લેખન પણ માન-સન્માન અને ધન આપે છે. તેઓ અભિનેતા પણ બની શકે છે. રાજનીતિજ્ઞ, મંત્રી નેતા અને વ્યવસ?થાપકના કામ સારી રીતે કરી શકે છે. તેઓ વેદાન્તી, જ્યોતિષ, કાનૂનજ્ઞ બની શકે છે. તેઓ શસ્ત્રોમાં નિપુર્ણ હોય છે માટે લશ્કરમાં સારી સફળતા અને યશ મળે છે. બીજાની નીચે કામ કરવામાં તેઓ અસમર્થ છે. જે મકાનનું મુખ્ય દ્વાર ઉત્તર, પૂર્વ કે દક્ષિણ દિશામાં હોય તેમાં નિવાસ કરવો શુભ છે. મકાનની પાછળ મેદાન હોય કે બે-ત્રણ માળનું બહુમાળી મકાન હોય તો તે સારૂ છે. સામાન્ય રીતે ધન રાશી, યાત્રા, કાયદો અને પ્રકાશનના કાર્ય આજીવિકાના ઉપયુક્ત સાધન સિદ્ધ થાય છે. આ રાશીવાળાઓને આત્મ પ્રકાશન માટે વિકાસ જોઈએ. તેઓ વિવરણોથી કદી કંટાળો અનુભવતા નથી. આ રાશીને ૧૪ થી ૨૧ વર્ષ સુધી, ૩૫ થી ૪૨ વર્ષ સુધી તથા ૫૬ થી ૬૩ વર્ષ સુધીના આયુષ્ય વચ્ચે સ્વાસ્થય સંબંધિત વિશેષ સાવધાની રાખવી જોઈએ. ૨૮ થી ૩૫ તથા ૪૨ થી ૪૯ ના આયુષ્ય સુધીનો સમય તેમના માટે સર્વશ્રેષ્ઠ રહે છે. ૫૭ થી ૬૩ વર્ષનું આયુષ્ય વચ્ચે અગાઉ કરવા વધારે ભાગ્યોદય થાય છે અથવા પુનઃ જીવન કષ્ટમય બની જાય છે.

મકર (ખ,જ)
મકર રાશીના લોકો પોતાનું દરેક કામ શાસ્ત્ર સમજીને કરે છે. તેઓ સારા કલાકાર, રાજનીતિજ્ઞ, લેખક, કાયદાના જાણકાર, સલાહકાર, વિજ્ઞાન અને કૃષિકાર્યોમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે. અન્ય વ્યવસાય જેવાકે, શિલ્પકાર, જન-સ્વાસ્થ્ય વિશેષજ્ઞ, વિધિ અધિકારી, સેરેમિક એંજીનીયર અને મજદૂર નેતા ના રૂપમાં પણ તેમને સારી સફળતા મળે છે. મકર રાશીવાળા કલાપ્રિય, ઉંચા આદર્શોવાળા, અને નેતૃત્વ શક્તિ ધરાવતા હોય છે. માટે તેઓ રાજનીતિ ના ક્ષેત્રમાં પોતાનો વિકાસ કરી એક સફળ નેતા બની શકે છે. સરકારી નોકરીઓ, સમાજસેવી સંસ્થાઓ તેમજ વ્યવસાયિક સંસ્થાનોના પદ પર પણ આ રાશીવાળા અધિક ઉપયુક્ત હોય છે. આ રાશીવાળા વ્યક્તિ જો કલાકાર હશે તો કોઇ નવી શોધ કરીને ગૌરવ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આ લોકોમા કોઇને કોઇ કલા જરુર હોય છે. આ રાશીમાં મંગળ નુ સ્થાન શુભ ફળ આપનારું હોય છે, અને શનિ પણ સારું ફળ આપનારો હોય છે.

કુંભ (ગ,સ,શ,ષ)
કુંભ રાશિના વ્યક્તિ આજીવિકાના કયા ક્ષેત્રમા સફળતા પ્રાપ્ત કરશે એ તો જન્મ કુંડળીનાં ગ્રહોની સ્થિતિ જોયા બાદ ખબર પડે. પરંતુ સામાન્ય રીતે કુંભ રાશિની વ્યક્તિ વૈજ્ઞાનિક, સામૂહિક, જ્યોતિષ, યાન ચાલક પ્રવક્તા, શોધકર્તા ના કાર્યમા ઉપયુક્ત રહે છે. તેમને જાસૂસી પ્રકૃતિનો ધંધો પ્રિય હોય છે. આ લોકો જ્યોતિષ કે તકનિકિ વિશેષજ્ઞ વગેરે પણ હોઈ શકે. તેઓ સમયના પાબંધી નથી હોતા, જે વાત જે સમયે થાય તેને તેના રૂપે ઢાળી લે છે.

મીન (દ,ચ,ઝ,થ)
મીન રાશીની વ્યક્તિને ક્યા ક્ષેત્રમાં સફળતા મળશે તે જન્મ કુંડળી જોયા પછી જાણવા મળે છે. સામાન્ય રીતે મીન રાશીનો સંબંધ કળા, સંગીત, કાવ્ય અને લેખન સાથે હોય છે. માટે તેઓ આ ક્ષેત્રમાં સારી પ્રગતી કરી શકે છે. તેઓ રહસ્યોં તરફ આકર્ષાય છે અને ભાષા, ખોજ, સમુદ્ર અને કલ્પના સાથે સંકળાયેલ કામમાં રસ દાખવે છે. તેઓ નર્તક, રસાયણશાસ્ત્રી, મરજીવા, તેલ અધિકારી અને ફોટોગ્રાફર બની શકે છે. તેમને સાહિત્ય પ્રભાવિત કરે છે માટે પ્રકાશન કાર્ય પણ કરી શકે છે. તેમના માટે જ્યોતિષી, અંકશાસ્ત્રી, ગુપ્તચર, સૌંદર્ય વિશેષજ્ઞ, જલ સેનાધિકારી સંગ્રહાલય, પુસ્તકાલય, અથવા સેનોટીરિયમના અધ્યક્ષ બની શકે છે. જે મકાનનું મુખ્?ય દ્વાર ઉત્તર-પશ્ચિમમાં હોય અથવા મકાનમાં બે, ચાર કે છ કમરા હોય અથવા મકાન શેરીની વચ્ચે હોય તો તેમાં નિવાસ કરવો શુભ છે. મકાન સમુદ્ર કે નદીના કિનારે હોય તો લાભદાયક છે. જન્મસ્થાનથી દૂર તેમનો ભાગ્યોદય થતો જોવામાં આવ્યો છે. તમારી રાશીમાં જો શુક્ર હોય તો તે સ?થાનનું ફળ અશુભ મળે છે. મીન રાશી સાથે બુધ હોય તો તમારું જીવન અશાંત રહેશે અને મગજમાં અનેક પ્રકારના તર્ક-વિતર્ક રહેશે.

સોહમ્ ધાર્મિક

નવરાત્રી વ્રત રાખવાના કેટલાંક નિયમો

નવરાત્રીના તહેવારમાં નવ દિવસોના આ મહા પર્વમાં લોકો નવ દિવસ ઉપવાસ રાખે છે. એવા ઘણા લોકો છે જેઓ વ્રત રાખવાના સાચા નિયમોથી વાકેફ નથી.

૧. નવરાત્રીનો તહેવાર વિશેષ

હિન્દુ ધર્મમાં નવરાત્રીનો તહેવાર ખૂબ જ વિશેષ માનવામાં આવે છે. માતાના ભક્તો માતાને પ્રસન્ન કરવા અને તેમના આશીર્વાદ મેળવવા માટે નવ દિવસ સુધી સખત ઉપવાસ કરે છે. આ વ્રતમાં લોકો પાણી, ફળો, મીઠાઈઓ અને એક ટંક સાત્વિક આહારનું સેવન કરીને ઉપવાસ કરે છે. પરંતુ ઘણા લોકો એવા છે કે જેમણે ઉપવાસ કરવો છે, પણ સાચા નિયમોની જાણ નથી. તો આજે જાણીએ નવરાત્રીમાં ઉપવાસ રાખવાના નિયમો વિશે.

૨. નવરાત્રીમાં ઉપવાસ

જો નવરાત્રીમાં ઉપવાસ રાખતા હોવ તો આ ઉપવાસ દરમિયાન સંપૂર્ણ શુદ્ધ અને પવિત્ર રહેવું જોઈએ. શરીર, મન અને વિચારોમાં શુદ્ધ રહો. બ્રહ્મચર્યના વ્રતનું પાલન કરો, ખરાબ વિચારોને મનમાં પ્રવેશવા ન દો અને ખોટું બોલશો નહીં. નવ દિવસ ઉપવાસ દરમિયાન મનને શાંત રાખો અને ગુસ્સો ન કરો. દિવસભર માતાના નામનો જાપ કરો અને કોઈ સ્ત્રી કે છોકરીનું અપમાન ન કરો.

૩. આ નિયમોનું પાલન કરો

ઘરના નાના બાળકો પર ગુસ્સો ન કરો અને તેમને મારશો નહીં. વડીલોનું સન્માન કરો અને ઝઘડા અને દલીલોથી દૂર રહો. ઉપવાસ ન કરતા હોય તો પણ સાત્વિક વસ્તુઓનું સેવન કરો, ધૂમ્રપાન, દારૂ, ગુટખા, પાન મસાલા, તમાકુ, લસણ, ડુંગળી અને માંસ, માછલીનું સેવન ન કરો. ઘરે પણ આ વસ્તુઓ બનાવવાનું ટાળો.

૪. આ રીતે ઉપવાસ કરો

ઘણા લોકો ઉપવાસ દરમિયાન દિવસભર ફળો ખાતા-પીતા રહે છે. આવા વ્રતનું ફળ મળતું નથી, તેથી ઉપવાસને ઉપવાસની જેમ જ કરવા જોઈએ. જો તમે ઉપવાસ કરતા હોવ તો સવારે સૂર્યોદય પહેલા જાગી જાઓ, તમારી દિનચર્યા પૂર્ણ કરો, શુદ્ધ સ્નાન કરો. માતાની પૂજા કરો. ઉપવાસ દરમિયાન મુસાફરી, લડાઈ, દુર્વ્યવહાર અને ખોટા કાર્યો કરવાનું ટાળો.

૫. રાખી શકો છો આ ઉપવાસ

ઘણા લોકો સમયના અભાવે, ખરાબ સ્વાસ્થ્ય, મુસાફરી અથવા ઈચ્છાશક્તિના અભાવને કારણે નવ દિવસ ઉપવાસ કરી શકતા નથી. આવી સ્થિતિમાં, પંચરાત્રી, સપ્તત્ર, ત્રિરાત્રી અથવા એકત્ર અથવા યુગમરાત્રિનું વ્રત પણ કરી શકાય છે.

૬. પંચરાત્રી અને સપ્તરાત્રી

નવરાત્રીની શરૂઆત એટલે કે પ્રતિપદા તિથિથી ઉપવાસ શરૂ કરીને અને સપ્તમી તિથિ સુધી ઉપવાસ ચાલુ રાખવાથી સપ્તરાત્રી વ્રત પૂર્ણ થાય છે. આ સાથે પંચમીના દિવસે એક જ ટંક ભોજન કરવું, ષષ્ઠીના દિવસે જ રાત્રે જ ઉપવાસનું ભોજન કરવું, સપ્તમીના દિવસે અયાચિત (માંગ્યા વિના) અને પછી અષ્ટમીના રોજ સંપૂર્ણ ઉપવાસ કરવો અને નવમીના રોજ વ્રત પારણા કરવાને પંચરાત્ર વ્રત કહે છે.

૭. ત્રિરાત્રી વ્રત

નવરાત્રીના સતત ત્રણ દિવસ ઉપવાસ કરવાથી ત્રિરાત્રી વ્રત પૂર્ણ થાય છે. આ ઉપવાસ સપ્તમી, અષ્ટમી અને નવમી પર રાખવામાં આવે છે. આખો દિવસ ઉપવાસ કર્યા પછી રાત્રે માત્ર એક જ વાર ઉપવાસનું ભોજન લેવામાં આવે છે. પૂરા નવ દિવસ ઉપવાસ ન કરવા કરતાં માત્ર ત્રણ દિવસ ઉપવાસ કરીને માતાના આશીર્વાદ મેળવવું વધુ સારું છે.

૮. એકલ અને યુગ્મ રાત્રી વ્રત

નવરાત્રી દરમિયાન પ્રતિપદા તિથિથી નવમી તિથિ સુધી કોઈપણ એક દિવસે ઉપવાસ કરવાને એકલ રાત્રી વ્રત કહેવાય છે. વ્રતની તમામ વિધિઓનું પાલન કરીને અને દેવી માતાની પૂજા અને આખો દિવસ વ્રત રાખવાથી આ વ્રત સફળ થાય છે. આ સાથે નવરાત્રિના પ્રથમ અને છેલ્લા દિવસે ઉપવાસ કરીને યુગ્મ રાત્રી વ્રત પૂર્ણ થાય છે. જે ભક્તો નવ દિવસ સુધી ઉપવાસ કરી શકતા નથી તેઓ આમાંથી કોઈપણ ઉપવાસ કરીને માતાને પ્રસન્ન કરી શકે છે.

દશાનન રાવણ

દશેરા દરમિયાન રાવણ દહન કરવામાં આવે છે. ત્યારે આપણે જાણીએ લંકાના રાજા રાવણ વિશે. તે પોતાના દસ માથાંને લીધે પણ ઓળખાતો હતો, જેને લીધે તેનું નામ દશાનન (દશ = દસ આનન = મુખ) પડ્યું. રાવણમાં અવગુણની અપેક્ષાએ ગુણ અધિક હતા. કદાચ રાવણ ન હોત તો રામાયણની રચના પણ ન થઈ હોત. જોવા જઈએ તો રામકથામાં રાવણ જ એવું પાત્ર છે જે રામનાં ઉજ્જ્વળ ચરિત્રને ઉભારવાનું કામ કરે છે. રાવણ ભગવાન શિવ નો અનન્ય ભક્ત હતો..

પૃથ્વી પર આવા અનેક રાક્ષસો અવતર્યા છે, જેમણે પોતાની સ્નાયુબદ્ધ અને માયાવી શક્તિઓને કારણે દેવતાઓને પણ હરાવી દીધા છે. ક્યારેક દેવતાઓ પણ રાક્ષસોના ડરથી અહીં-ત્યાં છુપાઈ જાય છે. મિત્રો, આવા ઘણા માયાવી રાક્ષસો થયા છે, જેમાંથી એક "રાવણ" છે.

રાવણ વિશે દરેક વ્યક્તિ સારી રીતે જાણે છે કે, લંકાનો રાજા રાવણ રાક્ષસોનો રાજા હતો, જેને ભગવાન શ્રી રામે મુક્ત કરાવ્યો હતો. રાવણ મહર્ષિ વિશ્વ અને કૈકસીનો પુત્ર હતો, તેથી રાવણ બ્રાહ્મણ જાતિનો હતો, પરંતુ તે પણ તેની માતાની બાજુથી રાક્ષસ જાતિનો હતો. રાવણમાં સૌથી વધુ રાક્ષસી વૃત્તિઓ હતી કારણ કે, તે તેની માતાની આજ્ઞાકારી હતો અને માતા પણ રાક્ષસી હતી જેના કારણે રાવણમાં આસુરી વૃત્તિઓ વધુ જાગી અને તે અનૈતિક અત્યાચાર અધર્મના માર્ગે ચાલવા લાગ્યો. રાવણે પોતાની તપસ્યાથી અનેક વરદાન અને માયા શક્તિઓ મેળવ્યા બાદ તમામ સંસાર પર પોતાનો વિજય ધ્વજ લહેરાવવાનું શરૂ કર્યું અને પોતાને ભગવાન માનવા લાગ્યા.

લંકાપતિ રાવણ જે દશાનન તરીકે ઓળખાય છે તે પોતાની અજોડ ભ્રામક શક્તિઓને કારણે ત્રણેય લોકમાં પ્રખ્યાત થઈ ગયા હતા. બ્રાહ્મણ પરિવારમાં જન્મ લીધા પછી પણ, આવી માયાવી વ્યક્તિએ તેની માતા રાક્ષસી કૈકસીને કારણે આસુરી વૃત્તિઓ અપનાવી. રાવણનું ગોત્ર સારસ્વત બ્રાહ્મણ હતું. સારસ્વત બ્રાહ્મણ હોવાના પરિણામે, રાવણ પણ શિવનો મહાન ભક્ત, રાજદ્વારી, વેદ અને શાસ્ત્રોનો જાણકાર, મહાન વિદ્વાન હતો.આ સાથે તેઓ રસાયણશાસ્ત્ર અને જ્યોતિષશાસ્ત્ર ના મહાન વિદ્વાન હતા. તેણે પોતાના ઘરમાં તમામ ગ્રહોને પણ બંધ કરી દીધા હતા. જ્યારે મેઘનાથનો જન્મ થયો ત્યારે રાવણે તેના અગિયારમા ઘરમાં તમામ ગ્રહોને બંધ કરી દીધા હતા, જેથી કોઈ તેના પુત્ર મેઘનાથને મારી ન શકે અને તે હંમેશા અમર રહ્યા, પરંતુ શનિદેવ અગિયારમા ઘરમાંથી બારમા ઘરમાં પ્રવેશ્યા જે મેઘનાથના મૃત્યુનું કારણ બન્યું.

માથું કાપીને ભગવાન શિવને અર્પણ કર્યું: રાવણ એક એવો પરાક્રમી રાક્ષસ હતો, જે વર્ષો સુધી કઠોર તપસ્યા કરવા સક્ષમ હતો અને તેના અચળ નિશ્ચયથી ક્યારેય વિચલિત થયો ન હતો. એક વખત રાવણે ભગવાન શિવને પ્રસન્ન કરવા માટે તપસ્યા કરી હતી, પરંતુ વર્ષો સુધી તપસ્યા કરવા છતાં પણ ભગવાન શિવ પ્રસન્ન ન થયા. તેથી રાવણે તેનું શિરચ્છેદ કરીને ભગવાન શિવને પોતાનું માથું અર્પણ કરવાનો પ્રયાસ શરૂ કર્યો. રાવણે તેનું માથું કાપીને ભગવાન શિવને અર્પણ કર્યું પરંતુ તેની જગ્યાએ બીજું મસ્તક જન્મ્યું.રાવણે બીજું માથું પણ કાપીને ભગવાન શિવને અર્પણ કર્યું, પરંતુ ફરીથી તેનું ત્રીજું માથું જન્મ્યું. આ રીતે રાવણ પોતાનું માથું કાપીને ભગવાન શિવને અર્પણ કરશે અને આ પ્રક્રિયા નવ માથા સુધી પહોંચી.પરંતુ જેવી જ રાવણે તેનું દસમું માથું કાપવાનો પ્રયાસ કર્યો, ત્યારે ભગવાન શિવ પ્રગટ થયા અને રાવણ પર ખૂબ પ્રસન્ન થયા.તેથી જ રાવણને ભગવાન શિવનો પરમ ભક્ત પણ કહેવામાં આવે છે. રાવણના ૧૦ માથાનો અર્થ પણ ખૂબ જ સ્પષ્ટ છે. આ દસ માથા આપણને ૧૦ બુરાઈઓથી બચવાનું શીખવે છે. રાવણના ૧૦ માથાનો અર્થ છે, વાસના, ક્રોધ, લોભ, આસક્તિ, અભિમાન, ઈર્ષ્યા, મન, જ્ઞાન, મન અને અહંકાર. રાવણના ૧૦ માથા માણસને ૧૦ દુષ્ટતાઓથી દૂર રહેવા અને બચાવવા માટે સૂચના આપે છે.

ખાસ નોંધ : સોહમ૨૪ ન્યુઝનાં આર્ટીકલમાં આપેલ માહિતી ઈન્ટરનેટના માધ્યમથી પ્રાપ્ત થયેલ છે

સમસ્યા અને રજૂઆત

ધ્રાંગધ્રા અને પાટડીના ૪૦થી વધુ ગામોના ખેડૂતોનો આક્રોશ : કલેકટર કચેરીએ આપ્યુ આવેદનપત્ર

સુરેન્દ્રનગર :

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લા કલેકટર કચેરીએ ૩૦ સપ્ટે.ના રોજ અલગ-અલગ બે તાલુકાના અંદાજે ૪૦થી વધુ ગામોના ખેડુતો અને આગેવાનોએ રજૂઆત કરી છે.ખાનગી કંપની દ્વારા નાંખવામાં આવતી વિજલાઈનના બદલામાં ઓછું વળતર ચુકવાતા રોષ જોવા મળી રહ્યો છે.આથી બજાર ભાવથી વળતર ચુકવવામાં આવે તેવી માંગ કરવામાં આવી હતી.

આ અંગે રજુઆતમાં જણાવ્યા મુજબ જીલ્લાના ધ્રાંગધ્રા અને પાટડી તાલુકાના અંદાજે ૪૦થી વધુ ગામોમાં ખાનગી પાવરગ્રીડ કોર્પોરેશન કંપની દ્વારા ૭૬૫ કેવી ડબલ સર્કિટ લાકડીયાથી અમદાવાદ સુધીની વિજલાઈન પસાર કરવામાં આવી છે જેના માટે અનેક ખેડુતોના ખેતરોમાં વિજપોલ નાંખવા માટે ખોદકામ કરવામાં આવ્યું હતું. જેતે સમયે વિજલાઈન નાંખતી વખતે જંત્રી મુજબ ખેડુતોને વળતર ચુકવવામાં આવ્યુ નથી. આ અંગે કોઈ જ હકારાત્મક ઉકેલ નહિં આવે તો આગામી દિવસોમાં ભોગ બનનાર ખેડૂતો સહિત આગેવાનો અને ગ્રામજનો દ્વારા ગાંધીનગર ખાતે ઉગ્ર આંદોલનની ચીમકી ઉચ્ચારી છે.

સ્પોર્ટસ ઓથોરીટી ઓફ ગુજરાત દ્વારા સિદ્દી રમત પ્રતિભા પસંદગી તાલીમ શિબિર યોજાશે

સુરેન્દ્રનગર :

સ્પોર્ટસ ઓથોરીટી ઓફ ગુજરાત, ગાંધીનગર દ્વારા સિદ્દી રમત પ્રતિભા પસંદગી તાલીમ શિબિર-૨૦૨૪ નું આયોજન કરવામાં આવ્યુ છે. ગુજરાતના જુદા-જુદા જિલ્લાઓમાં વસતા સિદ્દી સમાજની સુષુપ્ત રમત શક્તિઓને શોધી જુદી-જુદી રમતોમાં આંતરરાષ્ટ્રીય કક્ષા સુધી સફળ થવા માટે તૈયાર કરવા તથા શિક્ષણનાં સમન્વય સાથે પ્રતિભાશાળી ખેલાડીઓની અલગ અલગ માધ્યમથી શોધ કરવામાં આવે છે. જે અનુસંધાને ગુજરાતના દરેક જિલ્લાઓમાં સિદ્દી સમાજના બાળકોમાં રહેલ રમતની પ્રતિભાને ઉજાગર કરવા સિદ્દી ટેલેન્ટ આઈન્ડેટીફિકેશન પ્રોગ્રામ થનાર છે. આગામી સમયમાં ૭ (સાત) દિવસ નિવાસી તાલીમ શિબિર યોજાનાર છે. જેમાં તા.૦૧-૦૧-૨૦૧૧ થી તા.૩૧-૧૨-૨૦૧૬ દરમ્યાન જન્મેલા સિદ્દી ભાઈઓ અને બહેનો તથા પ્રતિભાવાન બાળકો માટે સિદ્દી રમત પ્રતિભા પસંદગી તાલીમ શિબીર-૨૦૨૪ નું આયોજન થનાર છે. જેમાં યોગ્યતા ધરાવતા તમામ સિદ્દી બાળકોની રજીસ્ટ્રેશન ફોર્મ જિલ્લા રમત પ્રશિક્ષણ કેન્દ્ર, લીંબડી ખાતેથી મેળવી ફોર્મ ભરીને પરત જિલ્લા રમત વિકાસ અધિકારીને જમા કરવા જણાવાયું છે. આ તાલીમ શિબિર પૂર્ણ થયા બાદ પ્રતિભાશાળી સિદ્દી ખેલાડીઓને ગુજરાત રાજ્ય સરકારની જિલ્લા કક્ષા સ્પોર્ટસ સ્કુલ યોજનામાં સીધો જ પ્રવેશ ફાળવવામાં આવશે.

થાનગઢના વિચરતી જાતિનાં પરિવારોને પ્લોટોનો કબજો સોંપવા રજૂઆત કરાઈ

સુરેન્દ્રનગર :

સુરેન્દ્રનગર જિલ્લાના થાનગઢ તાલુકાના થાનગઢ ધર્મેન્દ્રનગર રૂપાવટી રોડ પર મદારી (મોલેસલામ) પરિવારો ઝૂંપડાઓ બાંધીને રહે છે. આ પરિવારો છૂટક મજૂરી કરીને પોતાના પરિવારનું ગુજરાન ચલાવે છે. આ પરિવારો ને પ્લોટો મળે તે માટે કલેક્ટરને રજૂઆત કરી હતી. અને

૨૦૧૯ માં આ પરિવારોને પ્લોટોનો હુકમ થયો હતો. અને ગરીબ અને વંચિતો ના ઘરના ઘરનું સ્વપ્ન સાકાર થયું હતું. આ પરિવાર હાલ જ્યાં રહે છે ત્યાં ખૂબ જ ગંદકી છે. તેમજ ત્યાં ગટરના પાણી પણ ફરી વળે છે. તેના કારણે તેઓને ત્યાં વસવાટ કરવો પણ મુશ્કેલ થઈ ગયો છે. આ પરિવારોને થાનગઢ નાં સરકારી સર્વે નંબર ૪૪૪ માં પ્લોટો ફાળવવામાં આવ્યા છે.ત્યાં કબજો સોંપવામાં આવે તો તેઓ ત્યાં ઝૂંપડાઓ બાંધીને રહી શકે અને સરકારની મકાન સહાયથી અને સંસ્થા અને દાતાઓના સહયોગથી મકાન પણ બનાવી શકે. તેવી વાત સાથે રજૂઆત કરવામાં આવી છે. આથી આ પરિવારોને પ્લોટોનો કબજો સોંપવા માટે વિચરતા સમુદાય સમર્થન મંચ ના હર્ષદ કે વ્યાસ ની આગેવાનીમાં રમેશભાઈ મનસુખભાઈ, રામુભાઈ હકુભાઈ, શિવાભાઈ સતારભાઈ તેમજ અન્ય મદારી મોલેસલામ પરિવારો એ થાનગઢ મામલતદાર કચેરીમાં લેખિત રજૂઆત કરી છે.

જન્મ દિવસની શુભેચ્છા

સોહમ્૨૪ સાપ્તાહિકમાં આપના બાળકના જન્મ દિવસની તસવીર નિ:શુલ્ક છાપી આપીશુ...
બાળકની તસવીર તેમના જન્મના પ્રમાણપત્ર સાથે જરૂરી છે
૧૦ દિવસ પહેલા સંપૂર્ણ વિગતો આપવાની રહેશે
બાળકની ઉંમર ૧૦ વર્ષથી વધુ ન હોવી જોઈએ...

સોહમ્૨૪ સાપ્તાહિક
રાજનાથ મહાદેવ મંદિર પાસે,
કુથુંનાથ દેરાસર ચોક, રાજનાથ ચેમ્બર,
શોપ નંબર - ૨, પહેલા માળે, સુરેન્દ્રનગર.

સુરેન્દ્રનગર લોકલ ક્રાઈમ બ્રાંચે પીઓપીની આડસમાં વહન થતો દારૂ ઝડપી લીધો

સુરેન્દ્રનગર :

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લાના માલવણ હાઈવે પરથી મોટાપાયે બહારના રાજ્યોમાંથી ઈંગ્લીશ દારૂ ઘુસાડવામાં આવતો હોવાની ફરિયાદો ઉઠવા પામી હતી. જેને ધ્યાને લઈ જીલ્લા પોલીસવડાની સુચનાથી એલસીબી ટીમે બાતમીના આધારે હાઈવે પર અખીયાણા ચોકડી પાસેથી પીઓપી પાવડરની થેલીઓની આડમાં સંતાડેલ ઈંગ્લીશ દારૂ અને બીયર સહિતના મુદ્દામાલ સાથે ટ્રક ચાલકને ઝડપી પાડી કાયદેસરની કાર્યવાહી હાથધરી હતી.

આ અંગે મળતી માહિતી મુજબ ધ્રાંગધ્રા માલવણ હાઈવે પરથી ટ્રક મારફતે બહારના રાજયમાંથી ઈંગ્લીશ દારૂ લાવવામાં આવતો હોવાની બાતમીના આધારે એલસીબી ટીમે હાઈવે પર વોચ ગોઠવી હતી જેમાં માલવણથી ધ્રાંગધ્રા તરફ અખીયાણા ચોકડી પાસે શંકાસ્પદ હાલતમાં એક ટ્રક પસાર થતાં તેને રોકી તલાસી લેતા ટ્રકમાંથી પીઓપી પાવડરની થેલીઓની આડમાં સંતાડેલ અલગ-અલગ બ્રાન્ડની ઈંગ્લીશ દારૂની બોટલો નંગ-૩૪૩૨ તેમજ બીયરના ટીમ નંગ ૫૬૮૮ મળી રૂ.૨૭.૭૬ લાખનો દારૂ સાથે ટ્રકચાલક બાલકરણસિંહ ચરણજીતસિંહ જટ રહે.રાજસ્થાનવાળાને ઝડપી લીધો હતો. જયારે ટ્રક, પીઓપી પાવડરની થેલી નંગ-૪૨૫ સહિત કુલ રૂ.૪૩.૦૭ લાખનો મુદ્દામાલ કબ્જે કર્યો હતો. અને ઝડપાયેલ ટ્રક ચાલક સહિત માલ ભરી આપનાર બલવિરકુમાર સોનદાસ સ્વામી રહે.રાજસ્થાન, માલ પહોંચાડવાનું ડાયરેક્શન આપનાર હિરસીંગ રાજસ્થાનવાળાઓ સામે માલવણ પોલીસ મથકે ગુન્હો નોંધી કાયદેસરની કાર્યવાહી હાથ ધરી છે.

ચોટીલા ખાતે ફક્ત બહેનો માટે નિઃશુલ્ક રાસોત્સવ

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લા અધ્યક્ષ હિતેન્દ્રસિંહ ચોહાણ તેમજ ચોટીલા શહેર ભાજપ સંગઠન દ્વારા સતત ત્રીજા વર્ષે નવરાત્રી નિમિતે બહેનો માટે રાસોત્સવ નુ નિઃશુલ્ક આયોજન કરવામાં આવેલ. જેમાં બહોળી સંખ્યા માં બહેનો માતાજી ની ભક્તિમાં લીન થઈ ને ગરબે રમે છે.

માતૃશ્રી ચંદ્રીકાબેન ભવાનજી ભાઈ હાલાણી તથા શ્રી શક્તિ સોશ્યલ ગૃપ દ્વારા છેલ્લા ૫૩ વર્ષથી "શક્તિ" વૃંદાવન નગર રુપાળીબાનાં મંદિર પાસે નવરાત્રી મહોત્સવનું આયોજન ફક્ત બહેનો,દિકરીઓ માટે જ કરવામાં આવે છે... માતાજીની સ્થાપના ચંદ્રીકાબેન ભવાનજીભાઈ હાલાણીનાં ઘેર છે... ચોકમાં માતાજીની પધરામણી કરાતી નથી. છેલ્લા ૧૮ વર્ષથી દુર્ગા અષ્ટમીના મધ્ય રાત્રિએ આરતી શણગાર કરીને મહા આરતી કરવામાં આવે છે... ૨૮ વર્ષથી બહેનો દિકરીઓને પ્રોત્સાહન આપવા માટે ભેંટ અપાય છે. ૫૩ વર્ષથી નવમા નોરતે પ્રસાદી ધરાવનાર સહુ પરિવારોને લ્હાણી આપવામાં આવે છે.

અખિલ ગુજરાત રાજપૂત યુવા સંઘ દ્વારા નવરાત્રી નિમિત્તે તલવાર રાસ યોજાયો. ક્ષત્રિય સમાજની દીકરીઓએ સંસ્કૃતિને ઉજાગર કરતો તલવાર રાસ રજૂ કર્યો છે. યોજાતી આ ગરબીમાં સાંસ્કૃતિક પોશાકમાં તલવાર રાસ રમી માતાજીની આરાધના કરવામાં આવી હતી.

કલર અને બ્લેક બેલ્ટ કરાટે પરીક્ષામાં સુરેન્દ્રનગરના વિદ્યાર્થીઓએ પરીક્ષા પાસ કરી

સુરેન્દ્રનગર :

ઓપન ગુજરાત કરાટે કેમ્પ આયોજન ગુજરાત વડોકાઈ કરાટે એસોસિએશનના કરાટે પ્રેસિડેન્ટ શિહોર પ્રવિણકુમાર ચૌહાણ ના માર્ગદર્શન હેઠળ તા. ૨૨ સપ્ટેમ્બરના રોજ પ્રભાસ પાટણ ગીર સોમનાથ ખાતે કરવામાં આવેલ હતું, જેમા સુરેન્દ્રનગર, રાજકોટ, જુનાગઢ, અમદાવાદ, સુરત, મોરબી, પોરબંદર, વડોદરા તેમજ ગીર સોમનાથ જિલ્લાના વિદ્યાર્થીઓએ ભાગ લીધો હતો. ૫ વર્ષની કરાટે તાલીમમાં તનતોડ મહેનત કરી ૨૮ વિદ્યાર્થીઓએ બ્લેક બેલ્ટની કરાટે પરીક્ષામાં પાસ કરેલ છે. તેમજ ૮૦

વિદ્યાર્થીઓ કલર બેલ્ટની કરાટે પરીક્ષામાં પાસ થયેલ છે, જેમાં સુરેન્દ્રનગર જિલ્લા માંથી ચાવડા કિશન આર.,નાયાની કિશ્નરી પી.,ડાભી ખુશી ડી., પરમાર દિવ્યરાજ ડી.,ભૂતડા મન્નત જી. એ સિધ્ધી પ્રાપ્ત કરી છે. આ તમામ વિદ્યાર્થીઓને કરાટે કોચ દિપક આર. ચૌહાણ દ્વારા કરાટે તાલીમ આપવામાં આવી હતી.

સુરેન્દ્રનગર પોલીસ પરિવાર દ્વારા ચોટીલા મંદિરે ધ્વજા ચડાવવામાં આવી

સુરેન્દ્રનગર :

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લા પોલીસ પરીવાર દ્વારા નવરાત્રી દરમ્યાન શ્રી ચામુંડા માતાજી મંદિર ચોટીલા ખાતે ધ્વજા ચડાવવામાં આવી છે. જેના ભાગરૂપે પોલીસ અધીક્ષક ડૉ.ગીરીશ પંડ્યાની અધ્યક્ષતામાં નવરાત્રીના બીજા નોરતે શ્રી ચામુંડા માતાજી મંદીર ચોટીલા ખાતે ધજા ચડાવી માતાજીની આરાધના કરવામાં આવેલ.

આ કાર્યક્રમમાં જિલ્લાના પોલીસ અધિકારીઓ, કર્મચારીઓ તથા પોલીસ પરીવારના સભ્યોએ ઉત્સાહભેર ભાગ લઈ માતાજીની આરાધના કરી હતી.

આ કાર્યક્રમમાં જિલ્લા વિકાસ અધિકારી આર. કે. તન્ના સાહેબ, ચોટીલા મામલતદાર વી.એમ.પટેલ, ટીડીઓ ઠકકર અને અન્ય અધિકારી અને મહાનુભાવો વિશેષ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

જોઈએ છે

ફર્નિચર, એલ્યુમીનીયમ સેકશન અને ફેબ્રીકેશન નું કામ કરી શકે તેવા કારીગરો

M.80006 80802

સેવા પખવાડીયાની ઉજવણી : મહિલાઓ માટે નિઃશુલ્ક નિદાન કેમ્પ

સુરેન્દ્રનગર જીલ્લા મહિલા મોરચો દ્વારા મહિલાઓ માટે નિઃશુલ્ક નિદાન કેમ્પ યોજાયો હતો. આ કેમ્પ પ્રધાનમંત્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીના જન્મદિવસ નિમિત્તે સેવા પખવાડીયા અંતર્ગત યોજવામાં આવેલ. જેમાં સુરેન્દ્રનગર જીલ્લાની ૫ વિધાનસભાના ભાજપ મહિલા મોરચા અને ડોક્ટર સેલ દ્વારા ૬૦ વર્ષથી ઉપરની મહિલાઓએ રોગોનું નિદાન કરાવ્યુ હતુ. આ કેમ્પમાં મહિલા મોરચા તેમજ સંયોજક તેમજ સહયોજક બહેનો સાથે રહીને કેમ્પને સફળ બનાવ્યો હતો. મહિલા માટે યોજવામાં આવેલ નિદાન કેમ્પ સુરેન્દ્રનગર જીલ્લા મહિલા મોરચા અધ્યક્ષા રમીલાબેન મકવાણા અને મહામંત્રી મીરાબેન ગોંડલીયા, નવલબા ગઢવીના માર્ગશન હેઠળ યોજવામાં આવ્યો હતો.

સુરેન્દ્રનગરના ત્રણ તાલુકાને ડેન્ગ્યુગ્રસ્ત જાહેર કરાયા

સુરેન્દ્રનગર :

રાજ્યમાં ચોમાસાની સિઝનમાં સારો એવો વરસાદ ખાબક્યા બાદ પાણીજન્ય રોગચાળો વધી રહ્યો છે, ત્યારે સુરેન્દ્રનગર જિલ્લામાં ૬૩ થી વધુ ડેન્ગ્યુના શંકાસ્પદ કેસ નોંધાતા જિલ્લા વહીવટીતંત્ર દ્વારા ત્રણ તાલુકાને ડેન્ગ્યુગ્રસ્ત જાહેર કરવામાં આવ્યાં છે.સુરેન્દ્રનગરમાં મચ્છરજન્ય રોગચાળો વકરતા જિલ્લા આરોગ્ય તંત્ર એક્શનમાં આવ્યાં છે, ત્યારે સુરેન્દ્રનગરમાં ૬૩ જેટલા ડેન્ગ્યુના શંકાસ્પદ કેસ નોંધાયા છે. જેમાં આરોગ્ય વિભાગ દ્વારા વઢવાણ, થાન અને ચોટીલાને ડેન્ગ્યુગ્રસ્ત તાલુકા જાહેર કરવામાં આવ્યાં છે.જિલ્લાના અલગ-અલગ તાલુકામાં ડેન્ગ્યુના કેસના વધતા આંકડાને લઈને તંત્ર હરકતમાં આવ્યું છે, ત્યારે જિલ્લામાં આરોગ્ય વિભાગની ૧૩૧ ટીમો તૈનાત કરી દેવામાં આવી છે. આ ઉપરાંત, આરોગ્ય વિભાગ દ્વારા મચ્છરોનો ઉપદ્રવ અટકાવવા માટે ફોગિંગ કરવામાં આવ્યું.

વરસાદના વિરામ અને શિયાળાના આગમન ટાણે સુરેન્દ્રનગર જિલ્લામાં રોગચાળો વકર્યો છે. ખાસ કરીને ડેન્ગ્યુના શંકાસ્પદ કેસોમાં ચિંતાજનક વધારો જોવા મળી રહ્યો છે, ત્યારે જિલ્લા વહીવટી તંત્ર દ્વારા સુરેન્દ્રનગર જિલ્લાના થાન, વઢવાણ અને ચોટીલાને ડેન્ગ્યુગ્રસ્ત તાલુકા જાહેર કરવામાં આવ્યા છે. સુરેન્દ્રનગરમાં ૬૩ જેટલા ડેન્ગ્યુના શંકાસ્પદ કેસ નોંધાતા આરોગ્યતંત્રમાં ભારે દોડધામ મચી છે.

હાલ આ તમામ દર્દીઓ સારવાર હેઠળ છે. ડેન્ગ્યુ ઉપરાંત અન્ય રોગથી બીમાર દર્દીઓથી હોસ્પિટલો ઉભરાઈ રહી છે. એવામાં જિલ્લા આરોગ્ય તંત્ર હરકતમાં આવ્યું છે.ખાસ વાત એ છે કે, સુરેન્દ્રનગરમાં ડેન્ગ્યુના સૌથી વધુ કેસ થાન, વઢવાણ અને ચોટીલામાંથી સામે આવ્યા છે. જેના પગલે જિલ્લા આરોગ્ય તંત્રએ આ ત્રણેય તાલુકાને ડેન્ગ્યુગ્રસ્ત જાહેર કર્યા છે. હાલ ડેન્ગ્યુના રોગચાળાને ફેલાતો અટકાવવા માટે જિલ્લામાં આરોગ્યની ૧૩૧ ટીમો તૈનાત કરવામાં આવી છે. આ સાથે જ ત્રણેય તાલુકામાં મચ્છરોના ઉપદ્રવને અટકાવવા માટે ફોગીંગ કરવામાં આવી રહ્યું છે.

ઉલ્લેખનીય છે કે, ડેન્ગ્યુના મચ્છરો સ્વચ્છ પાણીમાં ઉત્પત્તિ પામે છે. આરોગ્ય વિભાગ દ્વારા અન્ય કધટેનરની વચ્ચે ઘરમાં પડેલા ટાયરમાંથી વરસાદી પાણીને દૂર કરવા અપીલ કરવામાં આવી છે. રાજ્યમાં વરસાદ બંધ થયો છે, ત્યારે રાજ્યના વિવિધ શહેરોમાં મચ્છરજન્ય અને પાણીજન્ય રોગોમાં વધારો થયો છે.

સોહમ્ ૨૪ સાપ્તાહિક
સત્યમેવ જયતે
Soham24
નવા વિચારોનું નવું માધ્યમ દર ગુરુવારે પ્રસિદ્ધ થતું
સુરેન્દ્રનગરનુ લોકલ અખબાર સોહમ 24 સાપ્તાહિક
ક્યુ .આર સ્કેન કરો પી.ડી.એફ ડાઉનલોડ કરો
સોહમ્ 24 ન્યૂઝ ઈ-પેપર
પી.ડી.એફ (PDF) ડાઉનલોડ કરો ફક્ત એક જ ક્લિકમાં
સોહમ્ 24 મા સાપ્તાહિક
જાહેરાત માટે નો કોન્ટેક નંબર 75750 20982
90333 00345 વોટ્સએપ પર
સોહમ 24 સાપ્તાહિક સમાચાર વાંચવા માટે આપેલ નંબર પર અત્યારે જ " Hi " લખી મેસેજ કરો
સોહમ્ 24 ન્યુઝની વધુ માહિતી માટે અમારી વેબસાઈટ પર વિઝીટ કરો
WWW.SOHAM24.COM

આપના ધંધા વ્યવસાયની
જાહેરાતનું સચોટ માધ્યમ
આપના બજેટમાં જ આપના ધંધાનો વિકાસ...
તો પછી રાહ કોની જુઓ છો..
આજે આપની જાહેરાત બુક કરાવો
અને મેળવો આકર્ષક લાભ...
75750 20982
સોહમ્ ૨૪ સાપ્તાહિક
રાજનાથ મહાદેવ મંદિર પાસે, કુથુંનાથ દેરાસર ચોક,
રાજનાથ ચેમ્બર, શોપ નંબર - ૨, પહેલા માળે, સુરેન્દ્રનગર.
Email : soham24info@gmail.com www.soham24.com

OWNER, PRINTER & PUBLISHER, EDITOR : ROHITBHAI GHANSHYAMBHAI PARMAR, PRINTED AT ASHVJIT GRAPICM.J. GANDHI ROAD, SURENDRANAGAR, PUBLISHED FROM:Coz-way Road, Opp.Babu Nivash Wishvkarma Gas,Joravarnagar,tal.Wadhwan,Dist.SURENDRANAGAR (Gujarat)