

ચેનલ નાઈન નેટવર્ક ગુજરાત

અમદાવાદથી પ્રકાશિત થતું ગુજરાતી દૈનિક

તારીખ : ૦૫ જૂન ૨૦૨૫, ગુરુવાર વિક્રમ સંવત ૨૦૮૧, જેઠ સુદ ૧૦	વર્ષ : ૧૬ અંક : ૩૩૩	તંત્રી : પટેલ સુરેશ રમણલાલ અમદાવાદ	કિંમત : રૂ. ૨.૦૦ પાના : ૮
--	------------------------	---------------------------------------	------------------------------

ઓફિસ : ૩૧૫, સુપર પ્લાઝા, સંદેશ પ્રેસ રોડ, વસ્ત્રાપુર, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫. મો. : ૯૯૯૮૮ ૫૦૯૯૨ e-mail : cnngujarat@yahoo.com, cnngujarat@gmail.com RNI Reg. No. GUJGUJ/2009/28886

આસામમાં ચારેબાજુ પાણી જ પાણી, વધુ છ લોકોનાં મૃત્યુ

બિહાર સહિત પૂર્વોત્તર ભારતમાં મેઘ તાંડવથી તબાહી સર્જાઈ: ૩૨નાં મોત

સિક્કિમના છાતેન આર્મી કેમ્પ વિસ્તારમાં ભૂસ્ખલનને લીધે આર્મીના ત્રણ જવાનોના દટાઈ જવાથી મોત નિપજ્યા



। (એજન્સી) પટણા/આઘગોલ, તા.૪ | દેશમાં બિહાર તેમજ પૂર્વોત્તર ભારતના વિસ્તારોમાં અવિરત વરસાદને લીધે પરિસ્થિતિ વિકટ બની છે. મેઘ તાંડવને લીધે કેટલાક રાજ્યોમાં જળબંબાકારની સ્થિતિ સર્જાઈ છે.

ભૂસ્ખલન, ઝાડ અને વીજળી પડવાની વિવિધ ઘટનાઓમાં કુલ ૩૨ લોકોના મોત થયા છે. મંગળવારે બિહારના સિવાન

જિલ્લામાં કરા સાથે અતિભારે વરસાદે સાત લોકોનો ભોગ લીધો હતો. આસામમાં પૂરના પ્રકોપને લીધે સ્થિતિ સૌથી વધુ કફોડી થઈ છે. ઉપરવાસમાં પડેલા ભારે વરસાદથી રાજ્યમાં ચારેકોર પાણી જ પાણી નજરે પડે છે. આસામમાં ૬.૩૧ લાખ લોખો પૂરથી પ્રભાવિત થયા છે. રાજ્યમાં વધુ છ લોકોના મોત પણ થયા છે. અરૂણાચલ પ્રદેશમાં વરસાદ સંલગ્ન



ઘટનાઓમાં ૧૦ લોકોના તથા મિઝોરમમાં પાંચ, અને મણિપુરમાં એક વ્યક્તિનું મોત થયું હોવાની વિગતો છે. સિક્કિમના છાતેન આર્મી કેમ્પ વિસ્તારમાં ભૂસ્ખલનને લીધે આર્મીના ત્રણ જવાનોના દટાઈ જવાથી મોત નિપજ્યા હતા. બિહારના રાજ્ય આપત્તિ વ્યવસ્થાપન વિભાગ (ડીએમકી)ના જણાવ્યા મુજબ સિવાન

જિલ્લામાં ભારે કરા સાથે વરસાદ બાબકતાં સંખ્યાબંધ ઘરોના છાપરા ઉડી ગયા હતા જ્યારે અનેક સ્થળે ઝાડ પડવાના બનાવો સામે આવ્યા હતા.

બરહરિયા, બસંતપુર, લાકરી નબીગંજ અને ગૌરેયા પ્રભાવિત ક્ષેત્રો છે. રાજ્યમાં સાત લોકોના મોત નિપજ્યા છે. એપ્રિલમાં બિહારના વિવિધ ભાગોમાં વીજળી પડવાથી અને

વાવાઝોડાને પગલે ૯૦ લોકોના મોત થયા હોવાનું ડીએમકીએ જણાવ્યું હતું. નાલંદા સૌથી વધુ પ્રભાવિત ક્ષેત્ર રહ્યું છે જ્યાં એક મહિનામાં ૨૩ લોકોનાં મોત થયા હતા.

આસામમાં પૂરને પગલે સ્થિતિ કફોડી થઈ છે અને મંગળવારે વધુ છ લોકોએ જીવ ગુમાવ્યો હતો. આસામમાં પૂરને પગલે અત્યાર સુધીમાં મૃત્યુઆંક વધીને ૧૭ પર

પહોંચી ગયો છે. રાજ્યના ૨૧ જિલ્લાઓમાં મળીને ૬.૩૧ લાખ લોકો પ્રભાવિત થયા છે. રાજ્યમાં સાત નદીઓ જોખમી સ્તરથી ઉપર વહી રહી છે. કટખલ નદી પૂરના જોખમી સ્તરથી ઉપર પહોંચી ગઈ છે.

વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીએ પૂરની સ્થિતિની માહિતી મેળવી હતી અને મુખ્યમંત્રી હિમંતા બિસ્વા સમાને કેન્દ્ર તરફથી તમામ મદદનું આશ્વાસન

આપ્યું હતું. શ્રીભૂમી જિલ્લામાં ૨.૩૧ લાખ લોકો પ્રભાવિત થયા હોવાનું સ્થાનિક તંત્રએ જણાવ્યું હતું. ઉત્તર સિક્કમમાં વરસાદને લીધે ભૂસ્ખલન થવાથી લાયુંગ તથા ચુંગથાંગમાં ફસાયેલા ૧,૬૭૮ પ્રવાસીઓને સુરક્ષિત બચાવવામાં આવ્યા હતા. લાયેન ખાતે વધુ ૧૦૦ જેટલા પ્રવાસીઓ ફસાયા હોવાની વિગતો છે. સિક્કિમના છાતેન આર્મી કેમ્પ ક્ષેત્રમાં

મંગળવારે ભૂસ્ખલન થયું હોવાથી ત્રણ જવાનના મોત થયા હતા. પ્રાપ્ત વિગતો મુજબ છ જવાનો ગુમ થયા છે. મૃતકોની ઓળખ લખવિંદર સિંહ, લાન્સ નાયક મનીષ ઠાકુર અને પોર્ટર અભિષેક લખાડા તરીકે થઈ છે. વરસાદ ચાલુ હોવાથી પડકારો વચ્ચે પણ છ જવાનોની શોધખોળની કામગીરી ચાલુ હોવાનું અધિકારીએ જણાવ્યું હતું.

ન્યૂઝ બ્રિફ

કેનેડાના ટોરેન્ટોમાં

અંધાધૂંધ ગોળીબાર,

૧નું મોત, ૫ ઇજાગ્રસ્ત

। (એજન્સી) કેનેડા, તા.૪ | કેનેડાના ટોરોન્ટોના લોરેન્સ હાઈટ્સ વિસ્તારમાં ભીષણ ગોળીબાર થયો છે. આ ગોળીબારમાં એક વ્યક્તિનું મોત થયું છે. જ્યારે ૫ ઘાયલ થયા છે. સ્થાનિક મીડિયા અનુસાર, ગોળીબાર નોર્થ યોર્કના લોરેન્સ હાઈટ્સ વિસ્તારમાં થયો હતો. ટોરોન્ટો પોલીસે પુષ્ટિ આપી છે કે ગોળીઓથી ઘાયલ થયેલા ઓછામાં ઓછા પાંચ લોકોને હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવામાં આવ્યા છે.

RCB ચેમ્પિયન બનતા

લોકો બેંગલુરુમાં

રસ્તા ઉપર ઉતાર્યા

। (એજન્સી) બેંગલુરુ, તા.૪ | ઈન્ડિયન પ્રિમિયર લીગ ૨૦૨૫ની ફાઈનલમાં પંજાબ કિંગ્સને હરાવીને રોયલ ચેલેન્જર્સ બેંગલુરુ ચેમ્પિયન બન્યું હતું. ૩ જૂનની રાત્રે બેંગલુરુમાં કોઈ સૂઝું નહોતું! શહેરના રસ્તાઓ લાલ જર્સી પહેરેલા રોયલ ચેલેન્જર્સ બેંગલુરુના સમર્થકોથી છલકાઈ ગયા હતા અને આકાશ આરસીબી અને કોહલી ના નારાથી ગુંજી ઉઠ્યું હતું. આરસીબી ટીમને છેલ્લા ૧૮ વર્ષમાં આ તક મળી ન હતી. ક્યારેક ચેન્નાઈમાં ઉજવણી થઈ તો ક્યારેક મુંબઈમાં. વિજયની આ ઉજવણી કોલકાતા, હૈદરાબાદ અને જયપુરમાં પણ થઈ હતી પરંતુ દર વખતે બેંગલુરુમાં નિરાશા છવાઈ ગઈ હતી.

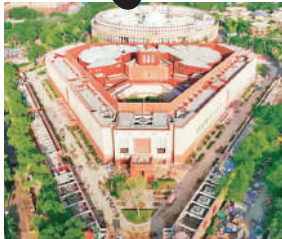
કહ્યું- હું હવે વધુ સહન નહીં કરી શકું...

ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પના ટેક્સ બિલ પર

લાલચોળ થઈ ગયા એલન મસ્ક

। (એજન્સી) વોશિંગ્ટન, તા.૪ | અબજપતિ કારોબારી અને ટેકનોલોજી જગતના ટિગ્ગજ એલન મસ્કે ટ્રમ્પ પ્રશાસનના નવા ટેક્સ અને ખર્ચ બિલ (tax-and-spending bill) પર આકરા પ્રકાર કર્યા છે.

સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ એક્સ પર એલન મસ્કે આ બિલને ખુબ જ જઘન્ય (disgusting abomination) ગણાવતા કહ્યું કે આ બિલ ખર્ચને વધારશે. આ સાથે જ મસ્કે લખ્યું કે ‘માફ કરો. પરંતુ હું હવે વધુ સહન કરી શકું નહીં...’ આ કોંગ્રેસનું ખર્ચથી ભરેલું, વાહિયાત અને શરમજનક બિલ છે. જે લોકોએ



છે. સૂત્રોના જણાવ્યા અનુસાર, સરકાર સંસદના નિયમો હેઠળ તમામ મુદ્દાઓ પર ચર્ચા કરવા તૈયાર છે. ત્રણ મહિનાથી વધુ સમયના અંતરાલ પછી, સંસદના બંને ગૃહો ૨૧ જુલાઈથી શરૂ થશે. તમને જણાવી દઈએ કે સંસદનું બજેટ સત્ર આ વર્ષે ૩૧ જાન્યુઆરીથી શરૂ થયું હતું.

બંને ગૃહોને ૪ એપ્રિલના રોજ અનિશ્ચિત સમય માટે સ્થગિત કરવામાં આવ્યા હતા. સંસદના ચોમાસુ સત્રમાં વીમા સુધારા બિલ રજૂ થઈ શકે છે. આ બિલ વીમા ક્ષેત્રમાં FDI મર્યાદા વધારીને ૧૦૦% કરવા માટે તૈયાર છે.

મીડિયા રિપોર્ટ્સ અનુસાર, બિલનો ડ્રાફ્ટ તૈયાર છે અને ટૂંક સમયમાં મંજૂરી માટે કેબિનેટ સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવશે. કેબિનેટની મંજૂરી પછી, નાણા મંત્રાલય હેઠળના નાણાકીય સેવાઓ વિભાગ સંસદમાં બિલ રજૂ કરવાની પ્રક્રિયા શરૂ કરશે. આ પહેલા, સંસદનું બજેટ સત્ર આ

વર્ષે ૩૧ જાન્યુઆરીએ શરૂ થયું હતું. લોકસભા અને રાજ્યસભા બંને ૪ એપ્રિલે અનિશ્ચિત સમય માટે સ્થગિત કરવામાં આવ્યા હતા, જેનાથી ૨૦૨૫નું પ્રથમ સંસદ સત્ર સમાપ્ત થયું હતું.

કિરેન રિજિજુએ જણાવ્યું હતું કે સંરક્ષણ પ્રધાન રાજનાથ સિંહની અધ્યક્ષતામાં મળેલી સંસદીય બાબતોની કેબિનેટ સમિતિની બેઠકમાં સંસદ સત્રની તારીખો નક્કી કરવામાં આવી હતી. આ સત્રમાં, ઘણા મહત્વપૂર્ણ કાયદાકીય કાર્યોની સાથે, વિપક્ષ દ્વારા ઉઠાવવામાં આવેલા પ્રશ્નો પર પણ ચર્ચા થવાની સંભાવના છે.

દેશમાં વસ્તી ગણતરી થવાની તારીખો સામે આવી ભારતમાં ૧ માર્ચ ૨૦૨૭થી જાતિગત વસ્તી

ગણતરી બે તબક્કામાં કરાવવામાં આવશે

લદ્દાખ, જમ્મુ-કાશ્મીર, ઉત્તરાખંડ અને હિમાચલ પ્રદેશમાં ૧ ઓક્ટોબર ૨૦૨૬થી જાતિગત વસ્તી ગણતરી શરૂ થશે

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૪ | ભારતમાં ૧ માર્ચ ૨૦૨૭થી જાતિગત વસ્તી ગણતરી શરૂ થશે. આ જાતિગત વસ્તી ગણતરી બે તબક્કામાં કરાવવામાં આવશે. સૂત્રો પ્રમાણે પહાડી રાજ્યો જેમ કે લદ્દાખ, જમ્મુ-કાશ્મીર, ઉત્તરાખંડ અને હિમાચલ પ્રદેશમાં ૧ ઓક્ટોબર ૨૦૨૬થી જાતિગત વસ્તી ગણતરી શરૂ થશે. દેશમાં છેલ્લી વસ્તી ગણતરી ૨૦૧૧ માં હાથ ધરવામાં આવી હતી. ત્યારબાદ, ૨૦૨૧ માં તેનો પ્રસ્તાવ મૂકવામાં આવ્યો હતો, પરંતુ કોરોના સમયગાળાને

કારણે તેને મુલતવી રાખવામાં આવી હતી. હવે સરકારે ૧૫ વર્ષ પછી ૨૦૨૬ માં વસ્તી ગણતરી કરાવવાનો નિર્ણય લીધો છે. સમાજની વસ્તીની ગણતરી, તેમનું વર્ણન કરવું, તેમને સમજવાની સાથે જ લોકોની કઈ વસ્તુ સુધી પહોંચ છે અને તેઓ આલ્યા છે તે જણવું ફક્ત સામાજિક વૈજ્ઞાનિકો માટે જ નહીં, પરંતુ નીતિ નિર્માતાઓ અને સરકાર માટે પણ મહત્વપૂર્ણ છે. આ માટે વસ્તી ગણતરી એ એક પ્રકારની પ્રક્રિયા છે. જો કે, વસ્તી ગણતરીના

ટીકાકારો માને છે કે સામાજિક માળખાને સંપૂર્ણ રીતે સમજવા માટે જાતિગત વસ્તી ગણતરી નિયમિતપણે હાથ ધરવામાં આવવી જોઈએ. પ્રથમ જાતિગત ગણતરી સામાજિક-આર્થિક અને જાતિગત વસ્તી ગણતરી (SECC) તરીકે ૧૯૭૧માં હાથ ધરવામાં આવી હતી. તેનો ઉદ્દેશ્ય દરેક વ્યક્તિને તેનું જાતિનું નામ પૂછવાનો હતો, જેથી સરકાર પુનઃમૂલ્યાંકન કરી શકે કે કયા જાતિ જૂથો આર્થિક રીતે સૌથી ખરાબ હતા અને કયા વધુ સારા હતા.

નવો સબ વેરિઅન્ટ NB.1.8.1 વધુ ઝડપથી ફેલાઈ રહ્યો છે

કોવિડ-૧૯ નવા સબ વેરિઅન્ટની ફેલાવા અંગેની ઝડપ બે ગણી

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૪ | કોવિડ-૧૯નો નવો સબ વેરિઅન્ટ NB.1.8.1 પહેલી અને બીજી લહેર કરતાં વધુ ઝડપથી ફેલાઈ રહ્યો છે અને એક વ્યક્તિથી બીજા વ્યક્તિમાં ઝડપથી ફેલાઈ રહ્યો છે. આ વેરિઅન્ટની ફેલાવાની ગતિ વધુ છે અને અત્યાર સુધીમાં દિલ્હીમાં કુલ ચાર મોત થયા છે. ૪૮૩ કેસ

નોંધાયા છે અને સમગ્ર દેશમાં ૪૦૨૬ કેસ છે, જેમાંથી ૨૭૦૦ લોકો સાજા થઈ ગયા છે. પરંતુ આ ઝડપથી ફેલાતા વાઈરસથી બચવા માટે શું કરવું જોઈએ, કઈ બાબતોનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ અને આ વાઈરસ કેટલા ઘાતક છે, તે જાણવા માટે અમે લેડી હાર્ડિંગ મેડિકલ કોલેજના વરિષ્ઠ ડૉક્ટર ડૉ. સુભાષ ગિરી

સાથે વાત કરી. તેમણે જણાવ્યું કે, કોવિડ-૧૯ હવે નવા રૂપમાં આવે છે અને પોતાનું રૂપ બદલે છે. નવો વાઈરસ ઓમિક્રોનનું સબ વેરિઅન્ટ છે. ડૉ. સુભાષ ગિરીએ જણાવ્યું કે આ નવા સબ વેરિઅન્ટનો ટ્રાન્સફર ફેક્ટર ખૂબ જ ઝડપી છે, એટલે કે આ વેરિઅન્ટ બીજા વ્યક્તિઓને ઝડપથી સંક્રમિત કરી શકે છે.

વડોદરામાં લૂંટ-ખંડણીના ગુનાનો આરોપી ઝડપાયો

। (એજન્સી) વડોદરા, તા.૪ । વડોદરાના નવાપુરા પોલીસ મથક વિસ્તારમાં લૂંટ અને ખંડણીની ઘટના બની હતી. જેમાં આરોપી કાપડની દુકાનમાં ઘૂસીને ખંડણી માંગણી હતી. ત્યારે નવાપુરા પોલીસ મથક વિસ્તારમાં નોંધાયેલ લૂંટ અને ખંડણીના ગુનાનો રીઠો ગુનેગાર ઝડપાયો હતો. લૂંટ અને ખંડણીમાં ઝડપાયેલો આરોપી અંગે એસીપી અશોક રાઠવાએ પત્રકાર પરિષદ યોજી હતી. જેમાં એસીપી અશોક રાઠવાએ લૂંટ અને ખંડણી મામલે માહિતી આપી હતી.તેમજ આરોપી વિરુદ્ધ તપાસ હાથ ધરી હતી.પત્રકાર પરિષદને સંબોધતા એસીપી અશોક રાઠવાએ જણાવ્યું કે, આરોપી ઈરફાન ઉર્ફે રઝા ગુનાહિત ઈતિહાસ ધરાવતો રીઠો ગુનેગાર છે. આરોપી ઈરફાન લૂંટ અને ખંડણી માંગવા એક દુકાનમાં ઘૂસ્યો હતો. આરોપીએ કાપડના વેપારીની દુકાનમાં ઘૂસી લૂંટ ચલાવીને ખંડણીની માંગણી કરી હતી. જે મામલે ફરિયાદી દિનેશ મોતી શાહે આરોપી વિરુદ્ધ ફરિયાદ નોંધાવી હતી. જે મામલે આરોપી ઈરફાન ઉર્ફે રઝાની અટકાયત કરવામાં આવી હતી. આગળ વાત કરતા એસીપી અશોક રાઠવાએ કહ્યું કે, ઝડપાયેલો આરોપી ઈરફાન ઉર્ફે રઝા ગુનાહિત ભૂતકાળ ધરાવે છે.

નડિયાદમાં નીલગાયનાં ટોળાએ યુવાનનો જીવ લીધો

। (એજન્સી) ખેડા, તા.૪ । ખેડામાં નડિયાદ તાલુકાના માંગરોલી નજીક નીલગાયના ટોળાના હુમલામાં ગંભીર રીતે ઘાયલ થયેલા એક યુવાનનું મોત થયું છે. યુવાનના મોત બાદ પરિવાર આધાતમાં સપડાયો છે. નડિયાદ તાલુકામાં માંગરોલી નજીક અકસ્માત બાદ ૨૫ થી વધુ નીલગાયના ટોળાએ યુવાનના માથાને પગ વડે ગંભીર ઈજા પહોંચાડી હતી. ગંભીર રીતે ઘાયલ થયા બાદ સ્થાનિકોની નજરે ચડતાં સરવાર માટે હોસ્પિટલ લઈ જવામાં આવ્યા હતા. જ્યાં તેમનું મોત નિપજ્યું હતું. પ્રાપ્ત વિગતો મુજબ માંગરોલીમાં રહેતા મયંકભાઈ ચંદુભાઈ પટેલ તમાકુ વેચીને કમાયેલા પૈસા બેંકમાં જમા કરાવવા જઈ રહ્યા હતા. ઘરમાં વધુ પડતા પૈસા રાખવા જોખમી હોવાથી બપોરે કેનાલ રોડ પર બાઈક પર પસાર થઈ રહ્યા હતા. દરમિયાન મયંકભાઈનું બાઈક નીલગાય સાથે અથડાયા પછી પડી ગયા હતા. અન્ય નીલગાયના જૂથે પણ મયંકભાઈને કચડી દીધાં હતા. અંદાજે ૨૨ જેટલી નીલગાય મયંકભાઈના શરીર પરથી પસાર થતાં માથા અને છાતીમાં ગંભીર ઈજાઓ પહોંચી હતી, જે જીવલેણ સાબિત થઈ. કેનાલ રોડ નજીકથી પસાર થતા અન્ય લોકોએ તેમને જોતા

વિશેષ પ્રાકૃતિક ખેતી કરનાર ખેડૂતોની સહાય માટે સદાય તત્પર ‘ગ્રીન કમાન્ડો’

। (માહિતી) અમદાવાદ । અત્યાર સુધી આપણે રાષ્ટ્રની રક્ષા કરનાર બ્લેકકેટ કમાન્ડો, એનએસજી કમાન્ડો, ચેતક કમાન્ડો, પેરા કમાન્ડો, એસપીજી કમાન્ડો જેવા નામ સાંભળ્યા છે, પણ ગ્રીન કમાન્ડો આપણે સૌએ કદાચ નહીં સાંભળ્યું હોય. આ ગ્રૂપ પર્યાવરણના સંરક્ષણ માટે કામ કરે છે, પણ આ ગ્રૂપની કામ કરવાની એક અનોખી રીત છે. ગ્રીન કમાન્ડો પ્રાકૃતિક ખેતી કરનાર ખેડૂતો અને ખેતીના વિકાસ માટે નિઃસ્વાર્થે કામ કરનાર ગ્રૂપ છે. પ્રાકૃતિક ખેતી કરનાર ખેડૂતોની મદદ માટે સદાય તત્પર એવા ગ્રીન કમાન્ડો ખેડૂતોને મદદરૂપ બનીને તેમના જીવનમાં ઊર્જા અને ઉત્સાહ ભરવાનું કાર્ય કરે છે. અમદાવાદમાં આ ગ્રૂપની શરૂઆત પાંચ વર્ષ પહેલા જિલ્લાના જ આગેવાન વિષ્ણુભાઈ પટેલ દ્વારા કરવામાં આવી હતી. આ ગ્રૂપની શરૂઆત ૩૫ સભ્યોથી થઈ હતી, જે આજે ૬૦૦થી વધુ સભ્યો સુધી પહોંચી ગઈ છે. ગ્રીન કમાન્ડો અમદાવાદ, ગાંધીનગર,

અમદાવાદમાં આઈપીએલની ૯ મેચ દરમિયાન મેટ્રોમાં ૧૫ લાખથી વધુ લોકોએ મુસાફરી કરી

આઈપીએલની ફાઇનલ મેચ દરમિયાન ૨ લાખથી વધુ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૩૨.૧૨ લાખની આવક થઈ

। અમદાવાદ, તા.૪ । અમદાવાદ મેટ્રો શરૂ થઈ ત્યારથી જ નગરજનો ઉત્સાહ મેટ્રોની સવારીમાં રહ્યો છે. આ જ ઉત્સાહ અમદાવાદમાં આઈપીએલની ૯ મેચ દરમિયાન પણ જોવા મળ્યો હતો. આઈપીએલની મેચ દરમિયાન ટ્રાફિકજામ અને પાર્કિંગની સમસ્યામાંથી મુક્તિ મળે તે માટે મોટી સંખ્યામાં લોકોએ મેટ્રોનો ઉપયોગ કર્યો છે. આઈપીએલની ૯ મેચ દરમિયાન નરેન્દ્ર મોદી સ્ટેડિયમ પહોંચવા માટે મોટાભાગના લોકોએ મેટ્રોનો જ ઉપયોગ કર્યો છે. અમદાવાદમાં આઈપીએલની ૯ મેચ દરમિયાન મેટ્રોમાં ૧૫ લાખથી વધુ લોકોએ મુસાફરી કરી છે. એટલું જ નહિ અમદાવાદ મેટ્રોને માત્ર ૯ દિવસમાં ૨ કરોડથી વધુની આવક પણ થઈ છે. આઈપીએલની ૯ મેચ દરમિયાન મેટ્રોની સફરના વિગતવાર આંકડાઓની વાત કરીએ તો ૨૫ માર્ચના રોજ ૧,૫૯,૯૨૩ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૨૧.૭૪ લાખની આવક થઈ હતી. ત્યારબાદ ૨૯ માર્ચના રોજ ૧,૮૩,૬૧૮ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૩૦.૯૦ લાખની આવક થઈ હતી. ૯ એપ્રિલના રોજ ૧,૭૨,૨૪૮ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૨૪.૧૫ લાખની આવક થઈ હતી. ૧૯ એપ્રિલના રોજ ૧,૬૫,૫૫૧ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૧૯.૪૩ લાખની આવક થઈ હતી. ૨ મેના રોજ ૧,૯૭,૩૮૮ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૨૯.૩૦ લાખની આવક થઈ હતી. ૨૨ મેના રોજ ૧,૨૧,૪૭૫ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૧૭.૫૧ લાખની આવક થઈ હતી. ૨૫ મેના રોજ ૧,૪૮,૧૯૨ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૧૮.૦૯ લાખની આવક થઈ હતી. ૧ જૂનના રોજ ૧,૪૫,૬૫૪ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૨૨.૩૧ લાખની આવક થઈ હતી. ૩ જૂન આઈપીએલની ફાઈનલ મેચ દરમિયાન ૨,૧૩,૩૩૬ લોકોએ મુસાફરી કરી, જેનાથી મેટ્રોને ૩૨.૧૨ લાખની આવક થઈ હતી.

પાણીની સમસ્યાનો ઉકેલ નહીં આવે તો આંદોલનની ચિમકી જોરાવરનગરમાં પાણીના સંપ પાસે પાણી પ્રશ્ને સ્થાનિકોનો હલ્લાબોલ

। (એજન્સી) સુરેન્દ્રનગર, તા.૪ । સુરેન્દ્રનગર-જોરાવરનગર શહેરી વિસ્તારમાં અનિયમીત અને અપૂરતું પાણી વિતરણ કરવામાં આવતા રાતના સમયે સ્થાનિક રહિશો અને મહિલાઓ જોરાવરનગર પાણી વિતરણ સંપ પર એકત્ર થયા હતા અને પાણીની સમસ્યા અંગે હલ્લાબોલ કર્યો હતો. આગામી દિવસોમાં પાણીની સમસ્યાનો ઉકેલ નહિ આવે તો ઉગ્ર આંદોલનની ચિમકી પણ ઉચ્ચારી હતી. જોરાવરનગર શહેરી વિસ્તારમાં આવેલ અનેક વિસ્તારોમાં મનપા તંત્ર દ્વારા હાલ ચાર થી પાંચ દિવસે પાણી વિતરણ કરવામાં આવી રહ્યું છે જેના કારણે સ્થાનિક મહિલાઓ અને રહિશોને મુશ્કેલી પડી રહી છે. જોરાવરનગર મેઈન જોરાવરનગર પાણી વિતરણ સંપ પર એકત્ર થયા હતા અને પાણીની સમસ્યા અંગે હલ્લાબોલ કર્યો હતો. આગામી દિવસોમાં પાણીની સમસ્યાનો ઉકેલ નહિ આવે તો ઉગ્ર આંદોલનની ચિમકી પણ ઉચ્ચારી હતી. જોરાવરનગર શહેરી વિસ્તારમાં આવેલ અનેક મહિલાઓ અને રહિશો ચાલીને રેલી સ્વરૂપે જોરાવરનગર વિસ્તારમાં આવેલ પાણીના સંપ ખાતે એકત્ર થયા હતા અને રાત્રીના સમયે પાણી મુદ્દે હલ્લાબોલ કર્યો હતો. આ તકે સ્થાનિક મહિલાઓના જણાવ્યા મુજબ અગાઉ એકાંતરે પાણી મળતું હતું પરંતુ મનપા તંત્રની બેદરકારીના કારણે હાલ ચાર થી પાંચ દિવસે પાણી આપવામાં આવી રહ્યું છે તેનો પણ કોઈ ચોક્કસ સમય ન હોવાથી મહિલાઓને ઘરના તમામ કામો છોડી પાણીની રાહ જોવી પડે છે.

જર-જમીન અને જોડ, કજિયાના છોડું જમીનના ઝઘડામાં મોટાભાઈએ નાનાભાઈની કરી નિર્મમ હત્યા!

। (એજન્સી) છોટા ઉદેપુર, તા.૪ । જર, જમીન અને જોડ, કજિયાના છોરું. આ કહેવતને સાચી ઠેરવતી એક હૃદયદ્રાવક ઘટના છોટા ઉદેપુરમાંથી સામે આવી છે, જ્યાં જમીનના ભાગને લઈને બે સાવકા ભાઈઓ વચ્ચે થયેલા ઝઘડાએ ખૂની અંજામ લીધો છે. જમીનના ઝઘડામાં મોટા ભાઈએ પોતાના નાના ભાઈની પાળિયા વડે નિર્મમ હત્યા કરી નાખી છે. આ ઘટનાએ સ્થાનિક વિસ્તારમાં ચક્રચાર મચાવી દીધી છે. છોટા ઉદેપુરના ડિસ્ટ્રીક્ટ ફળિયામાં એક ચૌકાવનારી ઘટના બની છે. જ્યાં સાવકા ભાઈઓ વચ્ચે જમીનના ભાગને લઈને લાંબા સમયથી ચાલતી અઢાતને ગંભીર સ્વરૂપ લીધું છે. આરોપી જીવન રાહવા અને મૃતક દિનેશ રાઠવા વચ્ચે આ મુદ્દે ગઈકાલે ઉગ્ર બોલાચાલી થઈ હતી. આ ઝઘડો એટલો વધ્યો કે જીવન રાઠવાએ ગુસ્સામાં આવીને પાળિયા વડે દિનેશના મોઢા અને ગળાના ભાગે અનેક ઘા મારી દીધા, જેના કારણે દિનેશનું ઘટનાસ્થળે જ મોત નીપજ્યું હતું. પોલીસે આ મામલે જણાવ્યું કે હત્યા બાદ આરોપી જીવન રાઠવા પોતે જ હત્યામાં વપરાયેલું પાળિયું લઈને પોલીસ સ્ટેશન પહોંચી ગયો અને પોતાનો ગુનો કબૂલ કર્યો હતો. પોલીસે આરોપીની ધરપકડ કરી લીધી છે અને મૃતક દિનેશનો મૃતદેહ પોસ્ટમોર્ટમ માટે મોકલવામાં આવ્યો છે. આ ઘટનાને લઈને ગામમાં શોકનું મોજું ફરી વળ્યું છે અને સ્થાનિકોમાં જમીનના વિવાદોને લઈને ચર્ચાઓ ચાલી રહી છે. પોલીસે આ મામલે ગુનો નોંધીને વધુ તપાસ હાથ ધરી છે. આવી ઘટનાઓ સમાજમાં સંબંધોની નાજુકતા અને ભિલકતના વિવાદોની ગંભીરતા દર્શાવે છે.

પમી જૂન વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસ



બનીએ. જે ખેડૂતોએ રાસાયણિક ખેતીના બદલે પ્રાકૃતિક ખેતી પસંદ કરી એવા ખેડૂતના પડખે ઊભા રહી તેમની કાયાપલટ કેવી રીતે થઈ શકે એ માટે ગ્રીન કમાન્ડો ગ્રૂપ બન્યું છે. આ ગ્રીન કમાન્ડો ગ્રૂપની ક્યાંય નોંધણી નથી, કોઈ સભાસદ નથી, કોઈ સભાસદ ફી નહીં, કોઈ પગાર નહીં, સ્વંય અને સ્વ ખર્ચ અને સ્વેચ્છાએ જોડાયેલા વ્યક્તિઓ થકી આ ગ્રૂપ ચાલી રહ્યું છે. આ ગ્રૂપ ગામડાંઓને સમૃદ્ધ કરવાના ઉદ્દેશ સાથે આગળ વધી રહ્યું છે. ગામડાંઓ સમૃદ્ધ કરવા હોય તો ગામનો પૈસો ગામમાં રહે અને શહેરનો પૈસો પણ ગામમાં આવવો જોઈએ. ખેડૂતોએ પોતાની જે ઊપજ કરી છે એ ઊપજનો પૈસો જો ગામડામાં આવે તો ખેડૂત સદ્દર થઈ શકે છે. એટલા માટે ખેડૂતોએ પકવેલું અનાજ શહેરના લોકો સુધી કેવી રીતે પહોંચે અને શહેરનો પૈસો ગામમાં કેવી રીતે આવે તેના માટે અમારું ગ્રૂપ પ્રયત્નશીલ છે. તેઓ વધુમાં કહે છે કે, અમે ખેડૂતોની તમામ સમસ્યાઓ દૂર કરવા માટે કામ કરી રહ્યા છીએ. ગ્રીન કમાન્ડો ગ્રૂપના સભ્યો ખેડૂતોના ખેતર ખતરે ખતરે અને ૭૦૦ ખેડૂતોના ખેતરનું સોઈલ સેમ્પલિંગ કરાવ્યું હતુ. આ સોઈલ ટેસ્ટ બાદ જમીનમાં જે તત્વની ઊણપ હતી એ તત્વો અમે અલગ અલગ જગ્યાઓ પર જેમ કે છત્રાલ, સાણદ, અંકલેશ્વર પર જઈને લાવ્યા હતા. ત્યારબાદ આ તમામ તત્વો અમે ખેડૂતોના ખેતર સુધી પહોંચાડ્યા હતા. આમ જે તત્વોની ઊણપ હતી એ દૂર થઈ હતી. એટલું જ નહીં, છોડમાં તંદુરસ્તી પણ આવી અને તંદુરસ્તીને કારણે પાક સારો આવ્યો અને મીઠાશ પણ વધી હતી. જમીનમાં ઝીંક-આર્ચન જેવા તત્વો ઉમેરવાથી એ તત્વો પણ પાકમાં સહજ રીતે આવે છે અને તે જાય એ માટે ગ્રીન કમાન્ડો ગ્રૂપ દ્વારા વિશેષ કામગીરી કરવામાં આવી છે. ગ્રીન કમાન્ડો ગ્રૂપના સભ્યોએ અલગ અલગ ૪૦ પ્રકારની વનસ્પતિઓ ભેગી કરી. દરેક વનસ્પતિમાં કયા પ્રકારના ઔષધી ગુણો અને વિકાસના ગુણો રહેલા છે તેનો અભ્યાસ કર્યો અને ત્યારબાદ ઔષધીય ગુણો અને વિકાસના ગુણોનું કોમ્પિનેશન તૈયાર કર્યું. છત્રાલ પાસે ગણેશપુરા ગામની નજીક એક ફેક્ટરીમાં અમે ૧૦ હજાર લિટર જેવી દવા તૈયાર કરાવી. આખા ગુજરાતમાં જે ખેડૂતો પ્રાકૃતિક ખેતી કરે છે તેમને આ દર્શપણી અર્ક નિઃશુલ્ક આપીએ છીએ. આ દવા આપતી વખતે અમે ખેડૂતોને એટલું જ કહીએ છીએ દર અઠવાડિયે છંટકાવ કરવો જોઈએ. પ્રાકૃતિક દવાનો નિયમિત છંટકાવ કરવાથી પાકના રોગ પર કંટોળ લાવી શકાય છે. આમ, માનવ શરીરમાં ઝેર ન જાય એ ઉદ્દેશ સાથે અમે ગુજરાતના કોઈપણ ખેડૂત જે પ્રાકૃતિક ખેતી કરતો હોય કે ન કરતો હોય એ તમામને ૩૧ દવા અમે નિઃશુલ્ક આપીએ છીએ.

ઉનાળામાં કાજુ ખાવું ફાયદાકારક છે કે નહીં?

ખે કોઈ ગરમીઓમાં ઓછું પાણી પીવે છે અને બહારનું તળેલું-ભુંજેલું ખાવું પણ ખાય છે



ઉનાળામાં વધારે કાજુ ખાવાથી શરીરમાં ગરમી વધી શકે છે, જેના કારણે પેટની સમસ્યા, ત્વચાની એલર્જી અને વજન વધવા જેવી સમસ્યાઓ થઈ શકે છે. યોગ્ય માત્રા અને રીતે ખાવાથી જ તેનો ફાયદો મળે છે. ગરમીની ઋતુમાં ઘણા લોકો ડ્રાયફ્રૂટ્સ ખાવા પસંદ કરે છે, પણ શું તમે જાણો છો કે, કેટલાક ડ્રાયફ્રૂટ્સ જેમ કે કાજુ, ગરમીઓમાં નુકસાન પણ કરી શકે છે? કાજુ સામાન્ય રીતે આરોગ્ય માટે સારું હોય છે, પણ જો તેને ખોટા મોસમમાં, ખોટી માત્રામાં અથવા ખોટી રીતે ખાવામાં આવે તો તે ફાયદાની જગ્યાએ નુકસાન કરી શકે છે. ખાસ કરીને ગરમીઓમાં. આ જાણવું જરૂરી છે કે કાજુ આખરે ગરમીઓમાં નુકસાન કેમ કરે છે, કયા લોકોને તેનાથી બચવું જોઈએ, અને જો ખાવું હોય તો કઈ રીતે ખાવું કે નુકસાન ન થાય.

ગરમીની ઋતુ આપણા શરીર પર ઘણો અસર કરે છે. આ મોસમમાં આપણે ઠંડી વસ્તુઓ જેમ કે લીંબુ પાણી, તરબૂચ, કાકડી, દહીં વગેરે ખાવીએ છીએ જેથી શરીર ઠંડું રહે અને હીટ સ્ટ્રોક અથવા ડિહાઈડ્રેશન જેવી સમસ્યાઓ ન થાય. પણ કાજુ એક એવું ફ્રૂટ છે જેને ‘હીટિંગ ફ્રૂટ’ કહેવામાં આવે છે, એટલે કે તે શરીરમાં ગરમી વધારતું હોય છે.

જો તમે ગરમીઓમાં રોજે-રોજ વધારે માત્રામાં કાજુ ખાવા લાગશો, તો તેનાથી શરીરમાં જરૂરથી વધારે ગરમી થઈ શકે છે. પરિણામે મોઢામાં છાલા, વારંવાર તરસ લાગવી, માથાનો દુખાવો, પેટમાં બળતરા અથવા ત્વચામાં ખંજવાળ જેવી સમસ્યાઓ થઈ શકે છે. કાજુમાં ફેટ અને કેલરીની માત્રા ઘણી વધારે હોય છે. જો કોઈ ગરમીઓમાં ઓછું પાણી પીવે છે અને બહારનું તળેલું-ભુંજેલું ખાવું પણ ખાય છે, અને સાથે રોજે-રોજ ઘણાં કાજુ પણ ખાય છે, તો તેનું વજન વધવું નક્કી છે. ગરમીઓમાં મેટાબોલિઝમ એટલે કે ખાવું પચાવવાની શક્તિ થોડી ઓછી થઈ જાય છે. આવા સમયે કાજુ પચાવામાં મુશ્કેલી થઈ શકે છે.

આનો સીધો અસર પેટ પર પડે છે. લોકોને પેટ ફૂલવું, ગેસ, એસિડિટી અથવા ખાવું ન પચવું જેવી સમસ્યાઓ ઘેરી લે છે. તેથી ગરમીઓમાં કાજુ મર્યાદિત માત્રામાં જ ખાવું જોઈએ. કાજુથી એલર્જી અને ત્વચા રિએક્શનનો પણ ખતરો કેટલાક લોકોને કાજુથી એલર્જી હોય છે, જેનો તેમને પોતે પણ ખબર નથી હોતી.

ગરમીઓમાં જ્યારે પસીનો આવે છે, ધૂળ-માટી લાગે છે અને શરીર ગરમ હોય છે, ત્યારે એલર્જી અને ત્વચાની બળતરા વધી શકે છે. કાજુ જો રોજ અને વધારે ખાવામાં આવે તો આ સમસ્યા વધુ તેજ થઈ શકે છે. ખાસ કરીને જેમની ત્વચા પહેલેથી જ સંવેદનશીલ હોય છે, તેમને આ બાબતનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. કાજુથી સંપૂર્ણ રીતે દૂર રહેવાની જરૂર નથી. પણ તેને યોગ્ય માત્રામાં અને યોગ્ય રીતે ખાવામાં આવે તો તે નુકસાન કરતું નથી. તમે દિવસમાં ૩ થી ૪ કાજુ ખાઈ શકો છો, પણ સૌથી સારું રીત એ છે કે તમે તેને રાતભર પાણીમાં ભીંજવી દો અને સવારે ખાઓ. આથી તેની ગરમી થોડી ઓછી થઈ જાય છે. આ ઉપરાંત જો તમે દહીં, છાસ, લીંબુ પાણી અથવા કાકડી જેવી ઠંડી વસ્તુઓ સાથે કાજુનું સંતુલન બનાવીને ખાશો, તો તેનો અસર ઓછો હાનિકારક થશે.

આ ત્રણ પ્રકારના ખોરાક બની શકે વાળ ખરવાનું કારણ

આપણા વાળનું સ્વાસ્થ્ય મોટાભાગે આપણા આહાર પર આધાર રાખે છે. જો આપણે કંઈ પણ ગડબડ ખાઈએ તો તે આપણા શરીરને અસર કરી શકે છે, જેમાં તમારી ત્વચા જ નહીં વાળ ખરવાનું પણ સામેલ છે. આપણા વાળનું સ્વાસ્થ્ય મોટાભાગે આપણા આહાર પર આધાર રાખે છે. જો આપણે કંઈ પણ ગડબડ ખાઈએ તો તે આપણા શરીરને અસર કરી શકે છે, જેમાં તમારી ત્વચા જ નહીં વાળ ખરવાનું પણ સામેલ છે. આજકાલ વાળ ખરવાની સમસ્યા ખૂબ સામાન્ય થઈ ગઈ છે. તેની પાછળ ઘણાં કારણો જવાબદાર છે. તેમાંથી કેટલાક કારણો આપણા દૈનિક આહાર સંબંધિત છે. અહીં આપણે ૩ એવા ખાદ્ય પદાર્થો વિશે જાણીશું. જે વાળ ખરવાનું કારણ બની શકે છે. સૌપ્રથમ, તમારા ખોરાકમાં મળતા સામાન્ય કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ છે. તેમાં પ્રોસેસડ શુગર અને અનાજનો સમાવેશ થાય છે, જેમ કે સફેદ બ્રેડ, ફૂકીઝ, કેક, અને અન્ય મીઠાઈઓ. જ્યારે આપણે આ ખોરાક વધુ પ્રમાણમાં ખાઈએ છીએ, ત્યારે તે આપણા વાળ માટે નુકસાનકારક બની શકે છે. ૨૦૧૬ની એક સ્ટડી મુજબ, જો આપણા આહારમાં કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ વધુ હોય, તો તે સેબમનું ઉત્પાદન વધારી શકે છે, જે વાળની મૂળમાં સોજો અને ઈન્ફલેમેશનનું કારણ બને છે. આ ઈન્ફલેમેશનથી વાળના ફોલિકલ્સને નુકસાન થઈ શકે છે અને વાળ ખરવા વધે છે. ઉપરાંત, વધુ શુગરના સેવનથી ઈન્સુલિનના સ્તરમાં વધારો થાય છે, જેનાથી રક્ત નાળીઓમાં તણાવ આવી શકે છે, અને તેનાથી માથાની ત્વચામાં રક્ત સંચાર પ્રભાવિત થઈ શકે છે, જે વાળની વૃદ્ધિ રોકી શકે છે. બીજું



ખોરાક છે પારા (મર્ક્યુરી)થી ભરપૂર માછલી. માછલીને એક સ્વસ્થ પ્રોટીન સ્ત્રોત માનવામાં આવે છે, પરંતુ કેટલીક પ્રકારની માછલીઓ જેમ કે ટુના માં પારા વધુ હોય છે. ૨૦૧૯ની એક કેસ સ્ટડી, જે નેશનલ લાઈબ્રેરી ઓફ મેડિસિનમાં પ્રકાશિત થયો હતો, તેમાં બતાવવામાં આવ્યું છે કે જો કોઈ વ્યક્તિ વધુ પારા-યુક્ત માછલી ખાય છે, તો તેનાથી વાળ ખરવાની સમસ્યા થઈ શકે છે. આ સ્ટડીમાં બે મહિલાઓના વાળ ખરવાનું કારણ તેમના ટુના ખાવાની આદત સાથે જોડવામાં આવ્યું હતું, કારણ કે આ મહિલાઓમાં પારા વધુ હતું. જ્યારે આ બંને મહિલાઓએ ટુના માછલીનું સેવન ઓછું કર્યું, તો તેમના શરીરમાં પારાનું સ્તર ઘટી ગયું અને વાળની સ્થિતિમાં સુધારો થયો. તેથી, પારા-યુક્ત માછલીઓનું સેવન મર્યાદિત કરવું અને તેની જગ્યાએ હેલ્થી માછલીઓનું સેવન કરવું વાળ માટે સારું હોઈ શકે છે. ત્રીજું ખોરાક છે શુગર સ્વીટન્ડ ડ્રિંક્સ એટલે કે સુગર વાળા પીણાં. જેમ કે સોડા, જ્યુસ, અને અન્ય શુગર યુક્ત પેય પદાર્થો વાળ ખરવાનું કારણ બની શકે છે. એક અભ્યાસમાં જાણવા મળ્યું કે જે પુરુષો શુગર સ્વીટન્ડ ડ્રિંક્સ વધુ પ્રમાણમાં પીતા હતા.

ઓછી ઊંઘ સ્વાસ્થ્ય માટે હાનિકારક, જાણો સ્વાસ્થ્યને થાય છે ઓછી ઊંઘથી કેવું નુકસાન

આજકાલ લોકોને ખૂબ જ ઓછી ઉંમરે જ ગ્લૂકોમા જેવી બીમારી થઈ રહી છે, જેના કારણે આંખની રોશની જતી રહે છે, દરેક વ્યક્તિ માટે આંખો સ્વસ્થ રહેવી ખૂબ જ જરૂરી છે

ભગવાને આપણા શરીરની એક ચક્ર સેટ કરી છે, જેને ‘સર્કેડિયન રિથમ’ કહેવામાં આવે છે, જે આપણા ઊઠવાનો અને સોનાનો સમય નિર્ધારિત કરે છે. જો આ સાચકલમાં વિલેપ પડે તો શરીરમાં બીમારીઓ ઘર કરી જાય છે. આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે ફીટ રહેવા માટે દરેક વ્યક્તિએ ઓછામાં ઓછા ૭-૮ કલાકની ઊંઘ ખૂબ જ જરૂરી છે. જો ઊંઘ પૂરતી ન મળે તો અનેક બિમારીઓનો સામનો કરવો પડે છે. રાજકોટના નિષ્ણાત ડોક્ટર વંદન કાનાબાર કહે છે કે જો ઊંઘ પૂરતી લેવામાં આવે તો અનેક બિમારીઓથી બચી શકાય છે. જેને ‘સ્લીપ ડેફ્ટ’ કહેવાય છે. આપણને ૮ કલાકની ઊંઘની જરૂર છે. પણ જો કોઈ કારણસર તમે માત્ર ૬ કલાકની ઊંઘ લો છો, તો બાકી રહેલાં ૨ કલાકની ઊંઘ આપણી ઊંઘનું વ્યાજ છે.” જો બેંકમાંથી લીધેલું વ્યાજ ચૂકવી શકાય છે, તો ઊંઘનું વ્યાજ ચૂકવી શકાતું નથી. ભગવાને આપણા શરીરની એક ચક્ર સેટ કરી છે, જેને ‘સર્કેડિયન રિથમ’ કહેવામાં આવે છે, જે આપણા ઊઠવાનો અને સૂવાનો સમય નિર્ધારિત કરે છે અને હોર્મોન સાથે જોડાયેલ છે.” ‘સર્કેડિયન રિથમ’ આપણા શારીરિક અને માનસિક સ્થિતિ પર અસર કરે છે. ઓછી ઊંઘ લેતા અનેક બિમારીઓને આમંત્રણ મળે છે. જેમ કે, ઓછી ઊંઘ લેતા રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઘટી જાય છે, જેનાથી ઈન્ફેક્શન ઝડપથી થાય છે. ઓછી ઊંઘના કારણે ઓબેસિટી, ડાયાબિટીસ, સ્ટ્રેસ, ડિપ્રેશન અને હાયપરટેન્શન જેવી બિમારીઓ ઘર કરી શકે છે. ઊંઘ આપણા શરીર માટે સર્વિસનું કામ કરે છે. જો આ સર્વિસ યોગ્ય રીતે ન થાય, તો અનેક રોગો હુમલો કરે છે. શરીર માટે ૭-૮ કલાકની ઊંઘ ખૂબ જ જરૂરી છે. જો તમે ૫-૬ કલાકની ઊંઘ લઈને કામ કરતા હો, તો આ બદલે ૭-૮ કલાકની ઊંઘ લઈને કામ કરો તો



તમારી કામ કરવાની ક્ષમતા વધે છે. તેથી ૭-૮ કલાકની ઊંઘ ખૂબ જ જરૂરી છે. ઊંઘ આપણી પરફોર્મન્સ બુસ્ટર છે. દરરોજ ઊંઘવાનો અને જાગવાનો સમય ફિક્કસ કરવો જોઈએ, ખાસ કરીને સોતાની વખતે મોબાઈલનો ઉપયોગ ન કરવો અને કેફિન પદાર્થનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. ઊંઘનો મહત્વ અને ‘સર્કેડિયન રિથમ’ શું છે? ઊંઘ આપણા શરીર માટે એટલી જ અગત્યની છે જેટલી ખોરાક અને પાણી. ભગવાને આપણા શરીરમાં સર્કેડિયન રિથમ નામની એક પ્રક્રિયા સ્થાપી છે, જે ઊંઘ અને જાગવાના સમયને નિયંત્રિત કરે છે. જો આ ચક્રમાં ખલેલ આવે તો શરીરમાં હોર્મોનલ અસંતુલન થાય છે અને અનેક બિમારીઓને આમંત્રણ મળે છે. પાત્રતા મુજબ રોજ ૭-૮ કલાકની ઊંઘ ખૂબ જ જરૂરી છે, નહીં તો શરીર પર “સ્લીપ ડેફ્ટ” ચઢે છે જે પુરું કરવું મુશ્કેલ છે. ઓછી ઊંઘના કારણે માનસિક સ્વાસ્થ્ય પર અસર થાય છે, સ્મૃતિ ક્ષીણ થાય છે, ચિંતામાં વધારો થાય છે અને ડિપ્રેશન તથા મૂડ

સ્વિંગ જેવી સમસ્યાઓ ઊભી થાય છે. હૃદયરોગ, ડાયાબિટીસ, બ્લડપ્રેશર, ઓબેસિટી, અને રોગપ્રતિકારક શક્તિમાં ઘટાડો જેવી ગંભીર શારીરિક સમસ્યાઓ પણ ઊંઘની ઉણપથી સર્જાય છે. ઊંઘના અભાવે મગજની કાર્યક્ષમતા ઘટે છે અને ટોક્સિક પદાર્થો પણ યોગ્ય રીતે બહાર નીકળી શકતા નથી. તેથી ઊંઘ આપણા માટે એક સર્વિસિંગ જેવી છે, જેને અવગણવાથી આખું શરીર અને મગજ અસ્વસ્થ બની જાય છે. નિયમિત ઊંઘ માટે મોઢી વખતે સ્કીન ટાળવી, કેફિન ટાળવું, સમય પર સુવુ અને શાંત માહોલ બનાવવો જરૂરી છે - કારણ કે ઊંઘ એ આપણા જીવનની પરફોર્મન્સ બુસ્ટર છે. સર્કેડિયન રિથમ: આપણું શરીર ૨૪ કલાકના ચક્ર પ્રમાણે ચાલે છે, આ ચક્ર આપણા શરીરના તાપમાન, હોર્મોનના સ્તર, ભૂખ લાગવી, ઊંઘ આવવી વગેરે નિયંત્રિત કરે છે. જો આપણે આ ચક્ર વિખેટું કરીએ - જેમ કે સતત ઓછી ઊંઘ લેવી, રાત્રે મોડા સુધી જાગવું - તો આ શરીરની બાયોલોજીકલ સિસ્ટમમાં ખલેલ પેદા કરે છે. ઓછી ઊંઘથી થતું હાનિકારક અસર: માંસિક સ્વાસ્થ્ય પર અસર: ચિંતાનો સ્તર વધી જાય છે. ડિપ્રેશન અને મૂડ સ્વિંગ વધુ જોવા મળે છે. દિમાગની કાર્યક્ષમતા ઘટે છે - મેમરી, ફોકસ, અને ડીસીજન મેકિંગ ક્ષમતા પર અસર પડે છે. હૃદયરોગનો જોખમ વધે છે: હાર્ટ બ્લડ પ્રેશર થવાનું જોખમ વધે છે. હાર્ટ એટેક અને સ્ટ્રોકનો ખતરો વધે છે. પ્રતિકારક શક્તિ ઘટે છે: ઓછી ઊંઘ લેનારાઓ વધુ સારા તંદુરસ્ત રહેતા નથી. વારંવાર ઠંડા, ફીવર, અને અન્ય વાયરસ ઈન્ફેક્શન થવાની શક્યતા રહે છે. હોર્મોનલ અસમતુલન: ઊંઘના અભાવે કોર્ટિસોલ (સ્ટ્રેસ હોર્મોન)નું પ્રમાણ વધી જાય છે. લેપ્ટિન અને ગ્રેલિન જેવા ભૂખને નિયંત્રિત કરતા હોર્મોન્સ અસમતુલિત થાય છે.

ઈમ્યુનીટી વધારવામાં તો લીંબુનો પણ ભાપ છે નાની વસ્તુ!

વિટામિન Cથી ભરપૂર આહાર ખાવાથી બીમારીઓથી બચવામાં મદદ મળે છે. લીંબુને વિટામિન Cનો સારો સોર્સ માનવામાં આવે છે અને લોકો દરેક ઋતુમાં લીંબુ ખાય છે. જોકે, આ વસ્તુને લીંબુ કરતાં વધુ ૧૦ ગણા વધુ પાવરફુલ માનવામાં આવે છે. આપણા શરીરને વાયરસ અને બેક્ટેરિયાથી બચાવવા માટે એક કવચ હોય છે, જેને ઈમ્યુનિટી સિસ્ટમ કહેવાય છે. જે શરીરને બીમારીઓથી બચાવવામાં મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. આ સિસ્ટમને બુસ્ટ કરવા માટે વિટામિન C હોવું જરૂરી છે. માનવામાં આવે છે કે, વિટામિન Cથી ભરપૂર આહાર ખાવાથી બીમારીઓથી બચવામાં મદદ મળે છે. લીંબુને વિટામિન Cનો સારો સોર્સ માનવામાં આવે છે અને લોકો દરેક ઋતુમાં લીંબુ ખાય છે. જોકે, આમળાને લીંબુ કરતાં વધુ ૧૦ ગણા વધુ પાવરફુલ માનવામાં આવે છે. આમળામાં લીંબુથી પણ વધુ વિટામિન C હોય છે. જે સ્વાસ્થ્ય સુધારે છે. તેનું સેવન કરવાથી પણ સ્વાસ્થ્યને ઘણા લાભ મળે છે. આમળાને પ્રાકૃતિક વિટામિન Cનો સૌથી સારો સ્ત્રોત માનવામાં આવે છે. એક મીડીયમ સાઈઝ લીંબુમાં લગભગ ૪૦-૫૦ mg વિટામિન C હોય છે. તેમજ એક આમળામાં ૨૫૦-૩૦૦ mg વિટામિન C હોય છે. જેથી

આમળા શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારવામાં ખૂબ જ કારગર છે. આમળા માત્ર વિટામિન C સુધી જ સીમિત નથી, તે એક પાવરફુલ એન્ટિઓક્સિડન્ટ પણ છે. તેમાં ટેનિન્સ, ફ્લેવેનોઈડ્સ, ગેલિક એસિડ અને એલોઝિક એસિડ જેવા કમ્પાઉન્ડ હોય છે, જે શરીરમાં ફી રેડિકલ્સ સાથે લડે છે અને સેલ્સને ડેમેજ થવાથી બચાવે છે. તેનું નિયમિત સેવન શરદી-ખાંસી, એલર્જી, સ્કિનના રોગ અને ઉંમર વધવાની પ્રક્રિયાને ધીમી પાડી શકે છે. લીંબુ પણ વિટામિન Cનો સારો સ્ત્રોત છે અને તેનું સેવન શરીરને ડીટોક્સ કરવામાં મદદ કરે છે, પરંતુ તેની માત્રા અને પ્રભાવ આમળા કરતા ઓછો છે. આમળા લીવર ડીટોક્સ, લોહીની શુદ્ધિ અને આંતરડાના સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ સારું કામ કરે છે. આ ઉપરાંત આમળાને ઉકાળ્યા કે સુકવ્યા બાદ પણ તેમાં વિટામિન Cની માત્રા ઓછી થતી નથી, તો લીંબુના રસને ગરમ કરવાથી તેની પૌષ્ટિકતા ઘટી જાય છે. આયુર્વેદમાં આમળાને રસાયણ માનવામાં આવ્યું છે. એટલે કે એવું પદાર્થ જે સંપૂર્ણ શરીરને પુનર્જીવિત કરે છે. ચ્યવનપ્રાશ, ત્રિકુંજા અને અન્ય આયુર્વેદિક ટોનિકમાં આમળા પ્રમુખ ઘટક છે. ખાસ કરીને વાતાવરણ બદલાય તે સમયે કે ઈન્ફેક્શનના સમયે આમળા એક નેચરલ શિલ્ડનું કામ કરે છે.



વિટામિન C નો ભરપૂર ખજાનો અને સ્વાદમાં પણ એકદમ ટેસ્ટી

આમળાનો ખાટો-મીઠો સ્વાદ તેને ખાસ બનાવે છે. તેનું સુરબ્ધો, ચટણી, ખાલી પેટે આમળાનું જ્યુસ પીવાથી પાચન તંત્ર મજબૂત થાય છે અને સ્કિન પણ ચમકદાર બને છે. ચામાં તેનો પાવડર મિક્સ કરીને કે સૂપમાં ઉમેરીને પણ તેને ડેઈલી ડાયટમાં સામેલ કરી શકાય છે. જો તમે ખરેખર પોતાની ઈમ્યુનિટીને પ્રાકૃતિક રીતે વધારવા માંગો છો, તો આમળાને તમારા ડાયટમાં સામેલ કરો. આ રોગો સામે લડવાની તાકાત આપે છે અને તમારી સ્કિન, વાળ, પાચન અને સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્યને સુધારે છે. લીંબુ પણ વિટામિન Cનો સારો સ્ત્રોત છે અને તેનું સેવન શરીરને ડીટોક્સ કરવામાં મદદ કરે છે, પરંતુ તેની માત્રા અને પ્રભાવ આમળા કરતા ઓછો છે.

સવારમાં ઉઠીને સૌથી પહેલાં ચા પીવી જોઈએ કે લીંબુ પાણી?

સવારની શરૂઆત દરેક લોકોએ હેલ્થી ડ્રિંક્સથી કરવી જોઈએ. હેલ્થી ડ્રિંક્સથી સ્વાસ્થ્યને અનેક ઘણો ફાયદો થાય છે. તો જાણો સવારમાં કયું ડ્રિંક્સ પીવાથી સ્વાસ્થ્યને વધારે ફાયદો થાય? દરેક સિઝનમાં હેલ્થનું ધ્યાન વધારે રાખવું પડે છે. હેલ્થ સારી રાખવા માટે કઈ વસ્તુનું સેવન કરવું જોઈએ અને કઈ નહીં એ જાણવું ખૂબ જરૂરી છે. આમ, વાત કરવામાં આવે તો અનેક લોકોના મનમાં એ પ્રશ્ન થતો હોય છે કે સવારમાં લીંબુ પાણી પીવું જોઈએ કે ચા? આમ, તમે પણ આ પ્રશ્નનો જવાબ જાણવા ઈચ્છો છો તો જાણો આ વિશે. આમ, વાત કરવામાં આવે તો અનેક લોકો દિવસની શરૂઆત લીંબુ પાણીથી કરતા હોય છે. આ સાથે ઘણાં લોકો સવારની શરૂઆત ચા પીને કરતા હોય છે. સવારની શરૂઆત ચા પીને કરો છો તો તેમજ સૌથી પહેલાં ચા પીઓ છો તો એસિડ લેવલ વધી જાય છે. ખાલી પેટે ગટ લાઈન ડેમેજ થઈ શકે છે. ચા પીને તમે દિવસની શરૂઆત કરો છો તો એન્ઝાઇટીનું કારણ બની શકે છે.



ઘણાં બધા લોકો સવારમાં ઉઠીને લીંબુ પાણી પીતા હોય છે. લીંબુ પાણી પીવાથી પાચન તંત્રને કિક્સ્ટાર્ટ કરે છે. સવારમાં તમે લીંબુ પાણીથી શરૂઆત કરો છો તો સ્વાસ્થ્યને અનેક ફાયદા થાય છે. ઘણાં બધા લોકો સવારની શરૂઆત ગ્રીન ટીથી કરતા હોય છે. ગ્રીન ટી બ્લોટિંગની સમસ્યા ઓછી કરે છે. ગ્રીન ટી એન્ટી ઓક્સિડન્ટ્સથી ભરપૂર હોય છે. ગ્રીન ટી તમે સવારે તેમજ સાંજના સમયે પી શકો છો. નારિયેળ પાણી, નારિયેળ પાણી પોટેશિયમથી ભરપૂર હોય છે.



તંત્રી લેખ...

બાંગ્લાદેશમાં કટ્ટરપંથી સંગઠન

બાંગ્લાદેશમાં કટ્ટરપંથી સંગઠન જમાતે ઈસ્લામીની નોંધણી બહાલ થઈ જવી અને તેનો ચૂંટણી લડવાનો રસ્તો સાફ થઈ જવો ભારત માટે પણ ચિંતાજનક છે. બાંગ્લાદેશમાં શેખ હસીના સરકારના તપ્તાપલટ બાદથી જ એક પછી એક જે ઘટનાઓ બની રહી છે, તે ભારત માટે શુભ સંકેત નથી. બાંગ્લાદેશની કાર્યવાહક સરકાર માત્ર પાકિસ્તાન અને ચીન સાથે જ પોતાના સંબંધો વધારી રહી છે, બલ્કે પોતાને ત્યાંના કટ્ટરપંથી તત્વોને ઉત્તેજન પણ આપી રહી છે. તાજું ઉદાહરણ જમાતે ઈસ્લામીનું ચૂંટણી લડવા માટે સક્ષમ થઈ જવું એ છે. એ દીક છે કે તેની નોંધણી એટલા માટે બહાલ થઈ, કારણ કે સુપ્રીમ કોર્ટે એવું કરવાના આદેશ આપ્યા હતા, પરંતુ તેની અવગણના ન કરવી જોઈએ કે શેખ હસીના સરકારના તપ્તાપલટના એક અઠવાડિયાની અંદર જ બાંગ્લાદેશની સુપ્રીમ કોર્ટના મુખ્ય ન્યાયાધીશની સાથે બે અન્ય ન્યાયાધીશોએ રાજીનામું આપી દીધું હતું. તેમને છાત્રોના એ સંગઠને રાજીનામું આપવા મજબૂર કર્યા હતા, જેના નેતૃત્વમાં શેખ હસીના સરકાર વિરુદ્ધ આંદોલન ચાલ્યું હતું. સ્પષ્ટ છે કે હવે ત્યાંની સુપ્રીમ કોર્ટમાં પણ એવા ન્યાયાધીશ આવી ગયા છે જે કાર્યવાહક સરકારની જીહ્વજૂરી કરવા તૈયાર છે. તથ્ય એ પણ છે કે છાત્રોના આંદોલનમાં જમાતે ઈસ્લામીએ પૂરતો સહયોગ આપ્યો હતો.

કેન્દ્રીય નાણાં મંત્રી અને કેન્દ્રીય નાણાં રાજ્યમંત્રીએ ડિરેક્ટોરેટ ઓફ રેવન્યુ ઇન્ટેલિજન્સ (DRI)ના મુખ્યાલયના મકાનનું ઉદ્ઘાટન કર્યું

કેન્દ્રીય નાણાં અને કોર્પોરેટ બાબતોના મંત્રી શ્રીમતી નિર્મલા સીતારમણ અને કેન્દ્રીય નાણાં રાજ્યમંત્રી પંકજ ચૌધરીએ આજે નવી દિલ્હીમાં ડિરેક્ટોરેટ ઓફ રેવન્યુ ઇન્ટેલિજન્સ (DRI)ના નવા અત્યાધુનિક મુખ્યાલયના મકાનનું ઉદ્ઘાટન કર્યું હતું. આ પ્રસંગે નાણાં મંત્રાલયના મહેસૂલ વિભાગના સચિવ શ્રી અરવિંદ શ્રીવાસ્તવ, સેન્ટ્રલ બોર્ડ ઓફ ઇન્ડાયરેક્ટ ટેક્સીસ એન્ડ કસ્ટમ્સ (CBIC)ના અધ્યક્ષ શ્રી સંજય કુમાર અગ્રવાલ, CBICના સભ્ય (કમ્પ્લાયન્સ મેનેજમેન્ટ), શ્રી મોહન કુમાર સિંહ, DRI ના ડાયરેક્ટર જનરલ શ્રી અભય કુમાર શ્રીવાસ્તવ અને CBIC અને અન્ય કાયદા અમલીકરણ એજન્સીઓના વરિષ્ઠ અધિકારીઓ, જેમાં વિદેશી પ્રતિનિધિઓનો પણ સમાવેશ થાય છે, ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

કેન્દ્રીય નાણાં મંત્રીએ નવી ઈમારતના નિર્માણ કાર્યને રેકોર્ડ સમયમાં પૂર્ણ કરવા માટે પ્રશંસા કરી અને રાષ્ટ્રીય સુરક્ષા, ભારતની આર્થિક સીમાઓનું રક્ષણ અને દાણચોરીને રોકવામાં DRI ની ભૂમિકાની પ્રશંસા કરી હતી.

ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે પોતાના સંબોધનમાં, શ્રીમતી નિર્મલા સીતારમણે DRI અધિકારીઓને પ્રધાનમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદી દ્વારા આપવામાં આવેલા ‘સુધારા, કામગીરી અને પરિવર્તન’ના સ્પષ્ટ આદ્વાનની ભાવનાથી પોતાને પ્રભાવિત કરવા અને અમલીકરણ એજન્સીઓ તરીકે ત્રણ મુખ્ય આશયકતાઓને સ્વીકારવા હાકલ કરી: અમલીકરણ અને સુવિધાને સ્પેક્ટ્રમના વિરોધી છેડા તરીકે ન જુઓ. માત્ર અલગ-અલગ ઉલ્લંઘનોનો પીછો ન કરીને, મોટા ચિત્રને કેન્દ્રમાં રાખીને, સંપૂર્ણ રીતે તપાસ કરો.

એક્ઝિસિવેન્ટ કામગીરી ફક્ત ડેટામાં જ નહીં પરંતુ ધર્મમાં પણ મૂળ હોવી જોઈએ. કેન્દ્રીય નાણાં મંત્રીએ ભાર મૂક્યો કે જમીને અસર કરવા ઉપરાંત, આંતર-એજન્સી સહયોગ વધારવા તેમજ આંતરરાષ્ટ્રીય આર્થિક ગુનાઓના યુગમાં આંતરરાષ્ટ્રીય સમકક્ષો સાથે સુધારેલા સંકલનની જરૂરિયાત પર ભાર મૂકીને સમગ્ર સિન્ડિકેટસને તોડી પાડવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ. આ પ્રસંગે પોતાના સંબોધનમાં, કેન્દ્રીય નાણાં રાજ્ય મંત્રી શ્રી પંકજ ચૌધરીએ DRI દ્વારા તેના કાર્યમાં ટેકનોલોજી અને ડેટા એનાલિટિક્સનો સમાવેશ કરવા માટે જે ગતિથી કામ કરવામાં આવ્યું છે તેની પ્રશંસા કરી હતી. શ્રી ચૌધરીએ પ્રશંસા કરી કે DRI માત્ર ભારતમાં જ નહીં પરંતુ વૈશ્વિક પ્લેટફોર્મ પર પણ કાયદા અમલીકરણ એજન્સીઓમાં આદરણીય સ્થાન ધરાવે છે.

આ પ્રસંગે પોતાના સંબોધનમાં, શ્રી અરવિંદ શ્રીવાસ્તવે એક સુરક્ષિત આર્થિક વાતાવરણ બનાવવામાં DRIની ભૂમિકાની પ્રશંસા કરી, જે વિકસિત ભારત તરફ ભારતની કૂચનો પાયો છે, અને નિષ્કર્ષ કાઢ્યો કે આ ઈમારત DRI ને પ્રામાણિકતા, બુદ્ધિમત્તા અને નવીનતા સાથે આગળ વધારવા માટે નવી પ્રતિબદ્ધતાનું પ્રતિનિધિત્વ કરશે.

આ પ્રસંગે પોતાના સંબોધનમાં, શ્રી સંજય કુમાર અગ્રવાલે મુખ્યાલયના ઉદ્ઘાટન પર સમગ્ર DRI ટીમ તેમજ CPWD અને અન્ય સરકારી વિભાગોને અભિનંદન પાઠવ્યા હતા. શ્રી અગ્રવાલે જણાવ્યું હતું કે મજબૂત પરીકર કર વસૂલાત અને કરદાતાઓના આધારમાં વધારા સાથે, દેશના આર્થિક વિકાસમાં CBIC ની ભૂમિકા વધી રહી છે અને સતત વિકસતા પરિદેશ્યને પહોંચી વળવા માટે, માળખાકીય વિકાસ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું અને સંસ્થાકીય ક્ષમતાઓને વધારવા માટે હિતાવશ છે. અગાઉ, તેમના સ્વાગત પ્રવચનમાં, નવા મુખ્યાલયના મકાનની વિશિષ્ટ વિશેષતાઓનું વર્ણન કરતી વખતે, શ્રી અભય કુમાર શ્રીવાસ્તવે સામેલ તમામ હિતધારકોનો આભાર માન્યો અને રાષ્ટ્ર પ્રત્યેની સેવાના તેના મુખ્ય મૂલ્યોને જાળવી રાખવાના DRIના સંકલ્પનો પુનરોચ્ચાર કર્યો હતો.

DRI મુખ્યાલયના મુખ્ય અધ્યક્ષ શ્રી શ્રિજ ભૂષણ ગુપ્તાએ આભાર વ્યક્ત કરતા, તમામ પ્રતિષ્ઠિત મહેમાનો અને સુવિધાના નિર્માણમાં સામેલ CPWD ની ટીમનો પણ આભાર માન્યો હતો. નવી ઉદ્ઘાટન કરાયેલી ઈમારત આધુનિક સુવિધાઓ અને ટેકનોલોજીકલ માળખાથી સજ્જ છે. જે જટિલ નાણાકીય ગુનાઓ અને સરહદ પાર ગેરકાયદેસર વેપાર સામે લડવામાં એજન્સીની વિકસતી જરૂરિયાતોને ટેકો આપવા માટે રચાયેલ છે. ₹. ૬,૨૦૦ ચોરસ મીટરના પ્લોટ વિસ્તાર પર કબજો કરતી આ ઈમારતને DRIની કાર્યકારી જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરવા માટે કાળજીપૂર્વક ડિઝાઇન કરવામાં આવી છે. જેમાં ટકાઉ અને ઉર્જા-કાર્યક્ષમ સુવિધાઓની શ્રેણીનો સમાવેશ થાય છે. આમાં વરસાદી પાણીનો સંગ્રહ, ગટર શુદ્ધિકરણ પ્લાન્ટ, સૌર ઉર્જા પેનલ અને પર્યાવરણીય અસર ઘટાડવાના હેતુથી અન્ય પર્યાવરણ-મૈત્રીપૂર્ણ પહેલોનો સમાવેશ થાય છે. ડિઝાઇન પણ સમાવેશીતા અને સ્ટાફ કલ્યાણ પર પણ લક્ષ આપે છે. જેમાં અવરોધ-મુક્ત પ્રવેશ, રેમ્પ, લિફ્ટ અને કામકાજ માતાપિતાને ટેકો આપવા માટે કેચ જેવી જોગવાઈઓ છે, જે બધા માટે આધુનિક અને અનુકૂળ કાર્યસ્થળ સુનિશ્ચિત કરે છે.

પંચ મહાભૂત રુપે રહેલાં આ પાંચેય તત્વો ભલે જડ છે, પણ એ પાંચેય સંલગ્ન થાય ત્યારે જ પ્રાણી માત્રનું સર્જન શક્ય છે

૫ જૂન પર્યાવરણ દિવસ! ચાલો પ્રાકૃતિક પ્રદૂષણ ઘટાડવાનો સંકલ્પ કરીને માનવ ધર્મ અદા કરીએ

આજે ૫ જૂન એટલે એકે પર્યાવરણ દિવસ છે, હાલની પરિસ્થિતિ મુજબ વૈશ્વિક પર્યાવરણ સુધારે એ સૌની ફરજમાં આવે છે. તો મુખ્ય ફરજ રૂપે આપણે જે આંતર બાહ્ય પ્રદૂષણનો સામનો કરવો પડે છે, અને એમાં અસ્તિત્વ ટકાવવા સતત ઝઝૂમવુ પડે છે, એ ચિંતાનો વિષય છે. પર્યાવરણ એટલે આપણી આસપાસનું વાતાવરણ, દિવસેને દિવસે પર્યાવરણ પ્રદૂષિત થતું જાય છે, પણ આ પ્રદૂષિત પર્યાવરણમાં ઉદ્ભવેલા ઉદ્ભટકો આપણે જીવન ટકાવી રાખવા કોઈને કોઈ રૂપે ગ્રહણ કરીએ છીએ. એટલે આપણે પણ પ્રદૂષિત થઈએ છીએ, અને એટલે જ આપણી આંતરિક પ્રકૃતિ અત્યંત અસંતુલિત બની ગઈ છે, કે જરા કંઈક થાય એટલે પત્યું! જાણે ભૂકંપ આવ્યો કે પછી વાવાઝોડું, પૂર, સુનામી, ગ્રહોનો ઉલ્કાપાત અને ઘણીવાર તો જવાળામુખી પણ ફાટે! પંચ મહાભૂત રુપે રહેલાં આ પાંચેય તત્વો ભલે જડ છે, પણ એ પાંચેય સંલગ્ન થાય ત્યારે જ પ્રાણી માત્રનું સર્જન શક્ય છે, એટલે કે જે પંચમહાભૂતથી આ સ્થૂળ શરીર બન્યું છે, એની પર બાહ્ય પ્રદૂષિત પંચમહાભૂતનો પ્રભાવ પડ્યા વગર રહેતો નથી. જો પૃથ્વી નામક આ ગ્રહ પર આપણું અસ્તિત્વ ટકાવી રાખવું હોય, એટલે કે માનવ નામની પ્રજાતિ હજી લાંબુ ખેંચી શકે એવું ઈચ્છતા હોઈએ, તો અમુક જવાબદારીઓ આપણે નિભાવવી પડશે, અને આ પંચઘટકોને સંતુલિત કરવા પડશે. સાથોસાથ આંતર પ્રકૃતિમાં પણ સમજપૂર્વક સંતુલન લાવવા પ્રયત્નો કરવા

જો પૃથ્વી નામક આ ગ્રહ પર આપણું અસ્તિત્વ ટકાવી રાખવું હોય, એટલે કે માનવ નામની પ્રજાતિ હજી લાંબુ ખેંચી શકે એવું ઈચ્છતા હોઈએ, તો અમુક જવાબદારીઓ આપણે નિભાવવી પડશે, અને આ પંચઘટકોને સંતુલિત કરવા પડશે, સાથો સાથ આંતર પ્રકૃતિમાં પણ સમજપૂર્વક સંતુલન લાવવા પ્રયત્નો કરવા



પડશે. એક બીજું ત્રિકોણ એટલે સંસાર! જે સમય, સંજોગ, અને સંબંધથી રચાતો ત્રિકોણ છે, અને એને બેલેન્સ કરવું હોય તો આ ત્રણ મહત્વના ફેક્ટર વિશે વધુ ને વધુ ચિંતન કરી, દરેક પરિસ્થિતિમાં સમ રહેવા માટે પ્રયત્નશીલ રહેવું પડશે! બાકી આજની આપણી દિશાહીન દોડનું પરિણામ ચૂંટણી પરિણામ કરતાં પણ ઘાતક હશે! ખાડો ખોદે એ પડે, એમ આપણે અત્યાર સુધી ખાલી ખાડા ખોદવાનું કામ કર્યું છે! અને જો એમાં દટાઈ જઈશું તો પત્યું! કોઈ ને ખબર પણ નહીં પડે કે અહીં પણ કોઈ સંસ્કૃતિ વસતી હતી! જોકે આપણે હવે સંસ્કૃતિનો ઉભરો ઓળંગી ચૂક્યા છીએ, અને એટલે જ પ્રકૃતિની સાથે સાથે આપણી સ્થૂળ આકૃતિ પણ બગડી છે.

પૂરાં વિશ્વમાં એક સનાતન ધર્મ જ એવો ધર્મ છે, જ્યાં પ્રકૃતિ એટલે નેચર ને પણ ઈશ્વર માનવામાં આવે છે! અને વૃક્ષોને ઈશ્વરનાં રંવાડા માનવામાં આવે છે. આપણે ત્યાં નદી, સમુદ્ર, વૃક્ષ, પર્વત, સૂર્ય, ચંદ્ર, અને ગાય જેવા પ્રાણીને દેવ માનીને પૂજવામાં આવે છે. સૌથી મહત્વનું શ્વાસ માટે ઓક્સિજન જરૂરી છે, એટલે પ્રાણવાયુના દાતા હનુમાનજીને પવનપુત્ર તરીકે

પૂજાય છે. પણ આપણે ખાલી કહેવાનાં જ સનાતની રહ્યાં, અને કદાચ પૂજ્યા તોય એનો મર્મ સમજ્યા વગર પૂજ્યા! અને એને કારણે ઈશ્વરનો દરજ્જો આપ્યો, પણ એનું માન સન્માન એટલે કે એનું સંરક્ષણ કરવાનું ચૂકી ગયા. ઘણીવાર એવું થાય કે આપણે શું કરી શકીએ! પણ ગીતામાં લખ્યું છે કે એક નાનકડો ધર્મ બહુ મોટું પરિણામ આપે છે, એટલે કે દરેક જણ પ્રકૃતિ સંરક્ષણ માટે નાની એવી ફરજ નિભાવે તો બહુ મોટું પરિણામ મળે.

પૃથ્વી: પૃથ્વી પ્રદૂષણ રોકવા સામાન્ય નાગરિકે શું કરવું? સીધીસાદી એક જ ફરજ, સ્વચ્છતા! આપણે સૌ સ્વચ્છતાના હિમાયતી છીએ, પરંતુ આપણી સ્વચ્છતાની મર્યાદા ઘર સુધી જ છે. ઘર બહાર પણ સ્વચ્છતા રહેવી જોઈએ, કદાચ આંગણું પણ બધા સ્વચ્છ રાખતા હોય છે. પણ આપણે જ્યાં રહેતા હોઈએ ત્યાં ગલી મહોલ્લો અને શહેરના રોડ આ બધું જ સ્વચ્છ રહે, એ માટે થઈને, બીજું કંઈ ન કરીએ તો, ફક્ત આપણા દ્વારા ક્યાંય કચરો ફેંકવો નહીં, અને પ્લાસ્ટિક વગેરે બાળવું નહીં, એવો એક નાનો સંકલ્પ પણ ઘણું કામ કરી શકે.

જળ: પાણી આપણા જીવનનો મુખ્ય આધાર છે, અને પીવાના પાણીનો મુખ્ય સ્ત્રોત વરસાદ છે. નિયત માત્રમાં વરસાદ થાય એ માટે વધુ ને વધુ વૃક્ષ વાવવા જોઈએ. બગાડ બાબત આપણે નિયંત્રણ કરી શકીએ! મોટર મૂકી મૂકીને જે પાણી ખેંચીને સ્વચ્છતાના નામે જે બગાડ થાય છે, ત્યાં બ્રેક લગાડવી જરૂરી છે! આ ઉપરાંત જે મીઠા પાણીની નદી, તળાવ કે સરોવર હોય

એની સ્વચ્છતા પણ જરૂરી છે, ઔદ્યોગિક કચરો પણ એમાં ઠલવાય નહીં એ જોવું રહ્યું! બીજું કંઈ નહીં તો દરેકે દરેક વ્યક્તિ પોતાનાથી થાય એટલું અવશ્ય કરે, એટલે કે આવા સ્થળે કચરો ફેંકીને પાણીને મલીન કરવું નહીં, અને વપરાશ કે સ્વચ્છતાના નામે બગાડ કરવો નહીં.

પવન અને આકાશ: પવન એટલે વાયુ ! અને આકાશ એટલે આપણી ઉપર રહેલ વાતાવરણ, જે કેટલી એ પ્રકારના વાયુઓથી બન્યું છે, અને એનું નિશ્ચિત પ્રમાણ બની રહે તો આપણું જીવન આસાન રહે. ઉપરાંત દરેક પ્રાણી પોતાના શ્વાસમાં જે ઓક્સિજન લે છે એ પણ એક વાયુ જ છે, તો પૃથ્વી પર ઓક્સિજનની કમી ન થાય એ માટે વધુને વધુ વૃક્ષો વાવવા જોઈએ, અને કાર્બન મોનોક્સાઈડનું પ્રમાણ વધે નહીં, એ માટે કચરો કોલવાઈ ન જાય એનું ધ્યાન રાખીશું! પેટ્રોલ ડીઝલ, કે સીએનજી ગેસનો ઉપયોગ સાચવીને કરીશું. આ ઉપરાંત આકાશ બીજા કેટલાય ગ્રહને પોતાનામાં સમાવીને બેઠું છે, તો એ ગ્રહના સંતુલન માટે આપણે કંઈ કરી શકીએ નહીં, પરંતુ ચિત્તને પણ આકાશ કહ્યું છે, તો ત્યાં કોઈ આગ્રહ ન પ્રવેશી જાય એ જોવું રહ્યું.

અગ્નિ: જે આપણી કાર્યશક્તિનો મુખ્ય સ્ત્રોત છે, એટલે કે આંતર બાહ્ય બધી જગ્યાએ અગ્નિનું હોવું જરૂરી છે. અત્યારે પૂરું વિશ્વ વિકાસના પથ પર દોડી રહ્યું છે, અને એમાં ભારતે પણ પોતાનો મહત્વનો ફાળો નોંધાવ્યો છે, એનું એક કારણ એ છે કે સૂર્ય દ્વારા આપણે એ અગ્નિ ઉર્જા ને કાર્યરત કરી શક્યા છીએ! આપણે ગ્રહણ કરતાં પદાર્થ

કુદરતી હોય કે કૃત્રિમ બધા જ, કોઈને કોઈ પ્રકારની વીજ કાર્યશક્તિનું પરિણામ છે, તો એનો અંતિ ઉપયોગ ટાળીને આ ઉર્જા બચાવી શકીએ. આ ઉપરાંત વીજળીનો ગેરુપયોગ કરીએ નહીં થોડા ચોક્કસ બનીએ! બાકી આ અગ્નિ આપણને બાળી ન નાખે, એ પણ આપણે જવું રહ્યું! કારણકે દિવસે દિવસે તાપમાન જે રીતે વધી રહ્યું છે તે પણ ચિંતા કરાવે તેવું છે.

બસ આવા નાના નાના સંકલ્પોથી આપણે આપણી આંતરબાહ્ય પ્રકૃતિને સંતુલિત કરતા રહીએ! પણ આ કામ સામુહિક રૂપે થશે ત્યારે જ તેનું સુંદર પરિણામ મળશે! કારણ કે જાણીએ તો આપણે બધા જ છીએ પરંતુ કરી શકતા નથી, કારણ કે આપણે તેની ગંભીરતા, જાણતા નથી. દર વર્ષે કોઈને કોઈ રૂપે આવતી કુદરતી આપત્તિ એ અસંતુલિત પર્યાવરણની નિશાની છે, એટલું તો હવે સમજાઈ જ ગયું હશે! આ ઉપરાંત આંતર પ્રકૃતિના અસંતુલનને કારણે થતા યુદ્ધો તેમજ કોરોના જેવી મહામારીનો આપણે ભોગ બની ચૂક્યા છીએ, એ પણ સ્મૃતિમાં રાખીને જે કંઈ થાય તે કરવું ઘટે. ઘરને આગ લાગે ત્યારે ફાયર બ્રિગેડને મિસકોલ કરાય નહીં, અને ફાયર બ્રિગેડ આવે એની રાહ પણ ન જોવાય! એમ હવે આપણા અસ્તિત્વ સુધી જ્યારે વાત આવી ગઈ છે, ત્યારે આપણે જ કરવું પડશે! સત્તા કે સરકારના રાહ જોવી પોસાય તેમ નથી. આમ પણ પૃથ્વીએ આપણને આશરો આપ્યો છે, તો પૃથ્વી જ આપણું મુખ્ય ઘર કે ઘરાનું છે, અને એને બચાવવા આપણાથી જે કંઈ થાય, એ આપણે સૌ કરી છૂટીશું! જય હિન્દ.

કોઈ પણ પ્રકારની ક્ષતિ જણાય તો સુધારી વાંચન મનન ચિંતન કરી આનંદ મેળવશો તેવી આશા સહ તો બેઘએ

પર્વતો પર જઈને તપસ્યા કરવી એ એક મહાન કાર્ય છે, પરંતુ તેનાથી પણ મોટું કાર્યએ છે કે પરિવારમાં રહીને સંયમ રાખવો

આજે પણ થોડી હળવાશની પળોમાં આજની લેખમાળાનો મણકો હિન્દી વારતાનો એક અંશ જે મને ગમ્યો તે રજુ કરું છું કોઈ પણ પ્રકારની ક્ષતિ જણાય તો સુધારી વાંચન મનન ચિંતન કરી આનંદ મેળવશો તેવી આશા સહ તો જોઈએ એ હિન્દી વાર્તા મહાત્મા ગાંધી આશ્રમની સ્થાપનાને થોડા જ મહિનાઓ વીતી ગયા હતા, જ્યારે અમે એવી કસોટીનો સામનો કર્યો જેની અમને અપેક્ષા નહોતી. એક દિવસ મને ભાઈ અમૃતલાલ ઠક્કરનો પત્ર મળ્યો - “એક ગરીબ અને પ્રમાણિક અંત્ય જ પરિવાર તમારા આશ્રમમાં આવીને રહેવા ઈચ્છે છે. શું તમે તેને તમારી જગ્યાએ રાખી શકશો? પત્ર વાંચીને હું ચોંકી ગયો

આખરે એક દિવસ મગનલાલે મને નોટિસ આપી કે આગામી મહિના માં અમારી પાસે આશ્રમ માટે પૈસા નહીં હોય, મેં ધીરજથી જવાબ આપ્યો, ‘પછી આપણે અસ્પૃશ્યો ના પડોશમાં રહેવાનું શરૂ કરીશું મારા પર આ સંકટ પહેલી વાર નથી આવ્યું, પરંતુ દરેક વખતે સાંવરિયાએ આખરે ક્યાંકને ક્યાંકથી મદદ મોકલી છે.



થી સહાયક મિત્રોના વર્તુળમાં ભારે હોબાળો થયો. જે કૂવામાં બંગલાના માલિકનો હિસ્સો હતો તે કૂવામાંથી પાણી ભરવામાં મુશ્કેલી પડતી હતી. જો કોઈચરસ વેચનારને અમારા પાણીના છાંટા પડે તો પણ તેને ચેપ લાગશે.

બસને અમને અપ શબ્દો બોલવા લાગ્યા. તેણે દૂધવાળાને પણ હેરાન કરવાનું શરૂ કર્યું. મેં બધાને કહ્યું હતું કે અપમાન સહન કરવું જોઈએ અને નિશ્ચયથી પાણી ભરવું, રહેવું જોઈએ. ચરસ વાલા તેને ચૂપચાપ અપશબ્દો સાંભળતા જોઈને શરમાઈ ગયા.

તેણે આપણું શરીર છોડી દીધું; પરંતુ આ કારણે આર્થિક સહાય બંધ થઈ ગઈ. બીજી મુશ્કેલી એ હતી કે એક બીજી આશ્રમને મળતી આર્થિક સહાય બંધ કરી દેવામાં આવી, તો બીજી બાજુ અમારા બહિષ્કારની અકવાઓ મારા મારે પહોંચવા લાગી. મને કાના મિત્રો સાથે મળીને એવો વિચાર આવ્યો કે ભલે અમારો બહિષ્કાર કરવામાં આવે અને

આપો છો, તો હું ચોક્કસ લઈશ અને આ સમયે મને પણ તેની જરૂર છે. “હું કાલે એ જ સમયે અહીં આવીશ.

આશ્રમમાં મળીશું ને?” મેં સ્વીકાર્યું. બીજા દિવસે નિયત સમયે મોટરનું હોર્ન વાગ્યું અને બાળકોએ મને જાણ કરી. શેઠ અંદર ન આવ્યા, હું તેમને મળવા ગયો. મારા હાથમાં રૂ. તેર હજારની નોટો રાખ્યા બાદ તે ચાલ્યો ગયો હતો. મને આ મદદની બિલકુલ અપેક્ષા નહોતી. મદદ આપવાની આ રીત પણ નવી લાગી. ન તો તેઆશ્રમની અંદર આવ્યો, ન તેણે કંઈ પૂછ્યું. બહારથી પૈસા ભરીને અમે નીકળી ગયા

મારો આ પ્રકારનો આ પહેલો અનુભવ હતો. આ સહાયથી, અસ્પૃશ્ય વિસ્તારમાં આવવાનો વિચાર મોકૂફ રાખવામાં આવ્યો કારણકે મને એક વર્ષના ખર્ચ માટે પૈસા મળ્યા હતા. પરંતુ બહારની જેમ આશ્રમની અંદર પણ હંગામો થયો હતો. જો કે સાઉથ આફ્રિકા માં અસ્પૃશ્યો મારી જગ્યાએ આવીને જમતા હતા, પરંતુ મારી પત્ની અને અન્ય સ્ત્રીઓને અસ્પૃશ્ય કુટુંબનું અહીં આવવું અને રહેવું ગમતું ન હતું. દાની ચઢાન પ્રત્યે કોઈ અણગમો ન હોતો, પણ ઉદાસીનતા હતી. આવી બાબતોમાં ખાસ સતર્ક રહેનાર મારી ચતુર આંખો એને તીક્ષ્ણ કાનથી આ હકીકત છૂપી રહી નથી. આર્થિક સહાયના અભાવે હું ન તો ડરતો હતો કે ન તો ચિંતિત

હતો, પરંતુ આ આંતરિક ગુસ્સો મુશ્કેલ હતો. ડેનિસ્ટર એક સામાન્ય સ્ત્રી હતી. દૂધભાઈનું શિક્ષણ સાધારણ હતું. પરંતુ તે વધુ બુદ્ધિશાળી હતો. મને તેની ધીરજ ગમતી. ક્યારેક તેને ગુસ્સો આવતો પરંતુ સામાન્ય રીતે તેની સહનશીલતાએ મારા પર સારી છાપ છોડી. હું દુધાભાઈ ને સમજાવીશ કે આપણે નાના અપમાનગળે ઉતારીએ. તે સમજી ગયા હશે આ દાનીબહેન ને પણ સહન કરવાની પ્રેરણા આપી હશે આ પરિવારને આશ્રમમાં રાખીને આશ્રમે ઘણા પાઠ શીખ્યા અને શરૂઆતથી જ સ્પષ્ટ થઈ ગયું કે આશ્રમમાં અસ્પૃશ્યતાને કોઈ સ્થાન નથી. આનાથી આશ્રમની ગરિમા સ્થાપિત થઈ અને આ દિશામાં તેનું કાર્ય ખૂબ જ સરળ બન્યું. અસ્પૃશ્યતા અંગેની અમારી નીતિ હોવા છતાં, અમે મોટાભાગ ના આર્થિક સહાય ઉચ્ચ જ્ઞાતિના હિંદુઓ પાસેથી મેળવતા આવ્યા છીએ, આ સ્પષ્ટ પણે દર્શાવે છે કે અસ્પૃશ્યતાના મૂળ સંપૂર્ણપણે હથમચી ગયા છે. આના બીજા ઘણા પુરાવા છે, પરંતુ જ્યાં અસ્પૃશ્યોની સાથે ખાવાપીવામાં ત્યાગ ન જળવાતો હોય ત્યાં પોતાને સનાતની માનતા હિન્દુ ભાઈઓ મદદ કરે તો પણ આ સાબિતી સામાન્ય ગણી શકાય નહીં. વાયક ચાહક મિત્રો સૌને જય માતાજી સુપ્રભાત કસોટી પરીક્ષા સૌ કોઈની થાય છે આ હિન્દી વાર્તામાં કંઈ સમજ પડી? આજે બસ અહીં અટકીએ અસ્તુ.

કમલ હસન અને મણિ રત્નમે ૩૮ વર્ષ પહેલાં ‘નાયકન’માં સાથે કામ કર્યું હતું ‘ઠગ લાઇફ’માં તગડો નફો લેવાની ઈચ્છા

થિએટરમાં રિલીઝ પહેલાં જ ફિલ્મના બજેટનું વળતર મળી ગયું છે, છતાં રિલીઝ માટે મોટું લક્ષ્ય

કમલ હસન અને મણિ રત્નમે ૩૮ વર્ષ પહેલાં ‘નાયકન’માં સાથે કામ કર્યું હતું, હવે તેમણે ફરી સાથે કામ કર્યું છે. તેમની ‘ઠગ લાઇફ’ ૫ જૂને રિલીઝ થઈ રહી છે. જાન્યુઆરી ૨૦૨૪થી આ ફિલ્મનું શૂટિંગ શરૂ થઈ ગયું હતું. આ ફિલ્મનું શૂટ ૧૦૦ દિવસથી પણ વધુ દિવસ સુધી ચાલ્યું છે અને આ ફિલ્મ આ વર્ષની સૌથી વધુ રાઇ જોવાતી ફિલ્મમાંની એક છે. આ ફિલ્મમાં કમલ હસન અને ત્રિશા કિશન મહત્વાન રોલમાં છે. બે દિવસમાં આ ફિલ્મ થિએટરમાં રિલીઝ થવા જઈ રહી છે.કેટલાંક ટ્રેડ એક્પર્ટના મતે ‘ઠગ લાઇફ’ ૧૮૦ કરોડના બજેટમાં બનેલી છે, તેમજ વધારાના ૨૦ કરોડ પ્રિન્ટ અને પબ્લિસિટી માટે ખર્ચવામાં આવ્યા છે. આમ આ ફિલ્મ પાછળ કુલ ૨૦૦ કરોડનું રોકાણ કરવામાં આવ્યું છે. જોકે, આ ખર્ચમાં ફિલ્મની કાસ્ટની ફીનો સમાવેશ થતો નથી. જોકે, ફિલ્મના લીડ એક્ટર કમલ હસન આ ફિલ્મ પ્રોડ્યુસ પણ કરી રહ્યા છે. તેથી ફિલ્મના કુલ નફામાંથી તેમને સિંહફાળો મળશે. જો ફિલ્મની થિએટર રિલીઝ સિવાયની કમાણીની વાત કરવામાં આવે તો, ‘ઠગ લાઇફ’ના ડિજીટલ રાઈટ્સ નેટફ્લિક્સને ખુબ તગડી કિંમતે વેંચ્યા છે, કારણ કે આ પહેલાં પણ મણિ રત્નમ અને કમલ હસને ‘પીએસ૧’ અને ‘વિક્રમ’ની સફળતા માણી છે. તેથી હવે તેમની આ ફિલ્મને ૧૩૦ કરોડની કમાણી થઈ છે, જે અત્યાર સુધીમાં કોઈ તમિલ ફિલ્મને મળેલી સૌથી સારી ડીલ માનવામાં આવે છે. જ્યારે આ ફિલ્મના સેટેલાઈટ રાઈટ્સ ૬૦ કરોડમાં વેંચાયા છે, જ્યારે ફિલ્મનું સંગીતના અધિકારો ૨૦ કરોડમાં વેંચવામાં આવ્યા છે.



શાગુન છેલ્લે શો ચે હૈ ચાહતેમાં જોવા મળી હતી કચૂંકી સાસ ભી કભી બહુ થી સીરીયલમાં અભિનેત્રી શાગુન શર્મા મુખ્ય ભૂમિકામાં

જાણીતી સીરીયલ નિર્દેશક એકતા કપૂરે કચૂંકી સાસ ભી કભી બહુ થી ના બીજા ભાગનું શૂટિંગ કરી રહી છે. આ વખતે પણ સ્મૃતિ ઈરાની શોમાં તુલસીના રોલમાં જોવા મળશે. શો વિશે એવા અહેવાલો છે કે સ્મૃતિ ઈરાની પ્રતિ એપિસોડ ૧૪ લાખ રૂપિયા ચાર્જ કરી રહી છે. તે ઝેડ પ્લસ સુરક્ષા હેઠળ કામ કરી રહી છે.દરમિયાન, એવા અહેવાલો છે કે શોની મહિલા મુખ્ય અભિનેત્રીને પણ સાર્ન કરવામાં આવી છે. શોમાં મુખ્ય ભૂમિકામાં શાગુન શર્મા જોવા મળશે. એવા અહેવાલો હતા કે પહેલા આ ભૂમિકા માટે તનિષા મુખર્જીનો વિચાર કરવામાં આવી રહ્યો હતો. પરંતુ હવે નિર્માતાઓએ આ ભૂમિકા માટે શાગુનને ફાઈનલ કરી દીધો છે. તમને જણાવી દઈએ કે શાગુનના કાર્ટિંગ વિશે કોઈ સત્તાવાર પુષ્ટિ નથી.શાગુન



થી” નું નિર્માણ કરી રહી છે. શોમાં સ્મૃતિ ઈરાની તુલસીની ભૂમિકામાં જોવા મળશે. આ ઉપરાંત, એવા અહેવાલો છે કે હિતેન તેજવાની, ગૌરી પ્રધાન, શિલ્પા અગિનહોત્રી, સંદીપ બાસવાના અને રક્ષેદના ખાન પણ શોમાં વાપસી કરી રહ્યા છે.

‘ધુરંધર’ ફિલ્મની રિલીઝ તારીખ હજુ સુધી જાહેર કરવામાં આવી નથી ધૂરંધર’ના સેટ પરથી રણવીર સિંહ અને સંજયનો વીડિયો લીક



બોલીવુડ અભિનેતા રણવીર સિંહ આ દિવસોમાં ‘ધૂરંધર’ ફિલ્મના શૂટિંગમાં વ્યસ્ત છે સાથે સંજય દત્ત પણ તેમાં છે

બોલીવુડ અભિનેતા રણવીર સિંહ આ દિવસોમાં ‘ધૂરંધર’ ફિલ્મના શૂટિંગમાં વ્યસ્ત છે. સંજય દત્ત પણ તેમાં છે. તેનું દિગ્દર્શન યામી ગૌતમના પતિ અને ‘ઉરી’ના દિગ્દર્શક આદિત્ય ધર કરી રહ્યા છે. સોમવારે, સેટ પરથી એક વીડિયો સોશિયલ મીડિયા પર લીક થયો. આમાં, બંનેના લુક જાહેર થયા છે. રણવીરને જોઈને, તમને ‘પદ્માવત’નો ‘ખિલજી’ ચોક્કસ યાદ આવી જશે. રણવીર સિંહના એક ચાહકે પર વીડિયો શેર કર્યો અને લખ્યું રણવીર લાંબા વાળવાળા લુકમાં જોઈ શકાય છે અને તે તેના ખિલજી અવતારની યાદ અપાવે છે, જે તેણે ફિલ્મ ‘પદ્માવત’માં ભજવ્યો હતો. રણવીર અને સંજયના ચાહકો આ વીડિયો જોયા પછી પાગલ થઈ ગયા છે.આ બે સિવાય, આર માધવન, અક્ષય ખન્ના અને અર્જુન રામપાલ આ ફિલ્મમાં જોવા મળશે. ૨૦૨૪ માં દરેકનો ફોટો શેર કરતા રણવીરે લખ્યું, ‘આ મારા ચાહકો માટે છે, જેમણે મારી સાથે ખૂબ ધીરજ રાખી છે. હું તમને બધાને પ્રેમ કરું છું અને હું તમને વચન આપું છું, આ વખતે, પહેલા ક્યારેય ન હોય તેવો સિનેમેટિક અનુભવ અમને અને તમને મળશે. ‘ધુરંધર’ ની રિલીઝ તારીખ હજુ સુધી જાહેર કરવામાં આવી નથી, પરંતુ અહેવાલ છે કે તે આ વર્ષના અંત સુધીમાં રિલીઝ થશે. નિર્માતાઓએ હજુ સુધી જાહેરાત કરી નથી કે ફિલ્મમાં રણવીર સાથે કઈ અભિનેત્રી જોવા મળશે, પરંતુ અહેવાલ છે કે સારા અર્જુનને કાસ્ટ કરવામાં આવી છે. રણવીર અને તેની વચ્ચે ઉમરનો તફાવત લગભગ ૨૦ વર્ષનો છે.

ઈલિયાના ડી’ક્લૂએ ‘રેડ ૨’ નકારવાનું કારણ સ્પષ્ટ કર્યું

ઈલિયાનાએ વાણી કપૂરની પ્રશંસા કરી, ૨૦૧૮ માં રિલીઝ થયેલી ફિલ્મ ‘રેડ’ માં માલિની પાઠકની ભૂમિકા ભજવી હતી

બોલીવુડ અભિનેત્રી ઈલિયાના ડી’ક્લૂએ કહ્યું કે તેમને અજય દેવગનની ફિલ્મ ‘રેડ ૨’ માં ફરીથી એ જ પાત્ર ભજવવાની ઓફર મળી હતી. પરંતુ તેમણે આ ઓફર નકારી કાઢી. તેમણે પોતાની પોસ્ટમાં આ પાછળનું કારણ પણ જણાવ્યું. ઈલિયાના ડી’ક્લૂએ ચાહકને જવાબ આપ્યો, ‘મને પણ ફિલ્મોમાં કામ કરવાની ખૂબ જ યાદ આવે છે અને હું રેડ ૨ નો ભાગ બનવા માંગતી હતી. રેડ મારા માટે એક ખાસ ફિલ્મ હતી અને તેમાં માલિનીનું પાત્ર ભજવવું અને દિગ્દર્શક રાજકુમાર ગુપ્તા અને અભિનેતા અજય દેવગન સાથે કામ કરવું ખૂબ જ ખાસ અનુભવ હતો.અભિનેત્રી ઈલિયાના ડી’ક્લૂએ આગળ કહ્યું, ‘રેડ ૨ ના નિર્માતાઓએ મને ફિલ્મ ઓફર કરી હતી, પરંતુ કમનસીબે અમે શૂટિંગનો સમય નક્કી કરી શક્યા નહીં. કારણ કે તે સમયે મેં મારા બાળકને જન્મ આપ્યો હતો અને આ સમયે મારી જવાબદારીઓ સંપૂર્ણપણે અલગ છે. ઈલિયાનાએ ૨૦૧૮ માં રિલીઝ થયેલી ફિલ્મ ‘રેડ’ માં માલિની પાઠકની ભૂમિકા ભજવી હતી. ઈલિયાનાએ ‘રેડ ૨’ માં જોવા



મળેલી વાણી કપૂરની વધુ પ્રશંસા કરી.ઈલિયાનાએ કહ્યું, ‘જ્યાં સુધી

વાત છે, મેં જોયેલા બધા પ્રોમોમાં વાણી ખૂબ જ સુંદર દેખાતી હતી. મને ખાતરી છે કે તેણીએ તેના પાત્રમાં પોતાની અનોખી અને સુંદર છાપ છોડી હશે. આશા છે કે હવે કોઈના મનમાં કોઈ ગેરસમજ નહીં રહે. ઈલિયાનાએ મજાકમાં એવો પણ જવાબ આપ્યો,હું હાલમાં ડાયપર અને બેબી બમ કીમમાં વ્યસ્ત છું.માતા બનવાની સૌથી સારી વાત શું છે અને શું તે જેવો અનુભવ તેણીએ વિચાર્યો હતો તેવો જ અનુભવ છે? આ પ્રશ્ન પર, અભિનેત્રીએ કહ્યું, ‘આ મેં અત્યાર સુધી કરેલું સૌથી મુશ્કેલ કામ રહ્યું છે. તે બિલકુલ એવું નહોતું જેવું મેં વિચાર્યું હતું. તેમાં ઘણો સમય અને શક્તિ લાગે છે. દિવસમાં ૨૪ કલાક, ક્યારેય વિરામ મળતો નથી. પરંતુ જ્યારે મારો દીકરો સ્મિત કરે છે, મને ગળે લગાવે છે, અથવા જ્યારે હું તેને જોઉં છું, ત્યારે એવું લાગે છે કે હું એક સુપરહીરો છું.’ ઈલિયાનાએ ૨૦૨૩માં માર્કકલ સાથે ગુપ્ત રીતે લગ્ન કર્યાં. આ પછી, તેણે એપ્રિલ ૨૦૨૩ માં તેના પહેલા બાળકનું સ્વાગત કર્યું. અભિનેત્રી બીજી વખત માતા બનવા જઈ રહી છે. તાજેતરમાં તેણે બેબી બમ્પ સાથેનો ફોટો શેર કર્યો.

“મને ખબર નથી કે હું આગળ કઈ રીતે વધીશ” રાધિકાને પણ લાગ્યું કે, નવી માતા માટે બોલિવૂડનો અભિગમ સહકારપૂર્ણ નથી

એક તરફ દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ રેડ્ડી વાંગા વચ્ચેનો વિવાદ ચર્ચામાં છે, દીપિકાએ માતા બન્યા પછી માત્ર આઠ કલાક કામ કરવાની અને વધારાના કલાક કામ કરવા પર વધારાના વળતરની માગ કરતા તેને ફિલ્મમાંથી હાંકી કાઢી હોવાની ચર્ચા છે. તેમાં અજય દેવગને પણ એવું કહ્યું હતું કે ઘણા ઈમાનદાર ફિલ્મ મેકર્સ નવી માતાઓની તકલીફો સમજે છે. ત્યારે દીપિકાની જેમ નવી માતા માટે ઈન્ડસ્ટ્રીને યોગ્ય ન માનતી એક્ટ્રેસની યાદીમાં રાધિકા આપ્ટેનું નામ પણ જોડાયું છે. રાધિકા આપ્ટે ગયા વર્ષે પોતાની બ્રિટિશ ફિલ્મ ‘સિસ્ટર મિડનાઈટ’માં પહોંચી બાફ્ટા એવોર્ડના રેડ કાર્પેટ પર પહોંચી ત્યારે તેની પ્રેગનેન્સી અંગે લોકોને જાણ થઈ હતી. કરણ કંધારીની આ બ્લેક કોમેડી ફિલ્મ, એર બ્રિટિશ રાઈટર, ડિરેક્ટર કે પ્રોડ્યુસરનાં આઉટસ્ટેન્ડિંગ ડેબ્યુ કંટેગરીમાં નોમિનેટ થઈ હતી. ગયા વર્ષે રાધિકાની આ ફિલ્મનું કેન્સ ફિલ્મ ફેસ્ટિવલમાં પણ સ્ક્રીનિંગ થયું હતું, તેમજ પછીથી તે યૂકે અને યૂએસમાં રિલીઝ પણ થઈ હતી. આ અઠવાડિયે ‘સિસ્ટર મિડનાઈટ’ હવે ભારતમાં રિલીઝ થવા જઈ રહી છે, ત્યારે રાધિકાની ટિકરી હવે છ મહિનાની થઈ ગઈ છે. ગયા ડિસેમ્બરમાં તેના જન્મનાં એક અઠવાડિયાં પછી રાધિકાએ એક તસવીર સોશિયલ મીડિયા પર શેર કરી હતી, જેમાં તે એક ઓનલાઇન મીટિંગમાં હાજરી આપ

વાની સાથે ટિકરીને સ્તનપાન કરાવતી દેખાતી હતી. ખરેખર તો તે પોતાની પ્રેગનેન્સી દરમિયાન પણ સતત વ્યસ્ત રહી હતી અને તેની ડિલિવરીના એક અઠવાડિયા પહેલાં જ તેણે પોતાની સ્ક્રિપ્ટ મોકલી હતી.આમ તેણે માત્ર એક અઠવાડિયા માટે જ મેટરનિટી લીવ રજાઓ લીધી હતી. હાલ લંડનમાં તે પોતાની ટિકરીનો ઉછેર કરી રહી છે, ત્યારે તેણે એક ઇન્ટરવ્યુમાં કહ્યું કે બોલિવૂડનો અભિગમ નવી માતાઓ માટે સહકારપૂર્ણ નથી. આવું અનુભવતી રાધિકા એક ઇન્ટરવ્યુમાં કહ્યું, “મને નથી લાગતું એ લોકો સહકાર આપે છે. મને ખબર નથી કે આગળ હું કઈ રીતે કામ કરીશ.”રાધિકાને કામ અને માતૃત્વ વચ્ચે સંતલન જાળવવામાં કેમ મુશ્કેલી પડે છે, તે અંગે રાધિકાએ કહ્યું, “આપણે ત્યાં જેટલાં કલાકો કામ થાય છે, જેટલા કલાક શૂટિંગ થાય છે અને એટલાં કલાક આપણે બાળકને જોઈ પણ ન શકીએ એ સ્થિતિમાં આપણી ફિલ્મ ઈન્ડસ્ટ્રીમાં કામ કરવું ખરેખર મુશ્કેલ છે. તેથી મને લાગે છે કે હવે મારે કોઈ રસ્તો કાઢવો પડશે.” સાથે જ રાધિકા લંડન અને ભારત વચ્ચે પણ પોતાનો સમય ફાળવી રહી છે.જોકે, મુંબઈ સાથે રાધિકાનો સંબંધ ઘણો ચડાવ-ઉતારવાળો રહ્યો છે, જોકે હવે તો પાસે મુંબઈમાં એક ઘર છે, તેથી તે આવતી જતી રહે છે. તેણે કહ્યું, “હું પહેલાં મુંબઈ આવી ત્યારે ત્યાં એડજસ્ટ થવું મુશ્કેલ હતું, બીજું મોટું શહેર પણ તમારી સાથે એવું જ કરે છે. પરંતુ હવે મુંબઈ ઘર બની ગયું છે.



રાધિકા આપ્ટેએ કહ્યું કે આ ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓ માટે સહાયક નથી પ્રસૂતિ પીડાના શરુ થવાના છેલ્લા દિવસ સુધી મેં કામ કર્યું



રાધિકા બાળકને જન્મ આપ્યાના એક અઠવાડિયા પછી જ કામ પર પાછી ફરી

રાધિકા આપ્ટેએ કહ્યું કે આ ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓ માટે સહાયક નથી. રાધિકાએ એમ પણ કહ્યું કે કામ અને માતૃત્વનું સંતુલન જાળવવામાં બહુ મોટી સમસ્યા છે. પ્રસૂતિ પીડાના શરુ થવાના છેલ્લા દિવસ સુધી અહી કામ કરવું પડે છે, એવી ફરજ પાડવામાં આવે છે.અભિનેત્રી રાધિકા આપ્ટે બાળકને જન્મ આપ્યાના એક અઠવાડિયા પછી જ કામ પર પાછી ફરી. પરંતુ હવે અભિનેત્રીએ કહ્યું કે ભારતીય ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓ માટે એટલો સપોર્ટિવ નથી. રાધિકા ૬ મહિનાની પુત્રીની માતા છે. તેણીએ નવી માતા તરીકે ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં શું સામનો કરવો પડે છે તે વિશે વાત કરી. જ્યારે તેણીનેપૂછવામાં આવ્યું કે શું ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓની જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરે છે, ત્યારે તેણીએ કહ્યું, ‘મને નથી લાગતું કે તેઓ તે કરી શકે છે. મને ખબર નથી કે હું કેવી રીતે આગળ વધીશ.રાધિકાએ આગળ કહ્યું, ‘આપણા ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં કામ કરવું ખૂબ મુશ્કેલ છે. કારણ કે આપણે ફિલ્મ બનાવવામાં ઘણો સમય વિતાવીએ છીએ. આપણે જે રીતે કામ કરીએ છીએ તે પણ ખૂબ મુશ્કેલ છે. ક્યારેક આપણને બાળકને જોવાની તક પણ મળતી નથી. તેથી મને લાગે છે કે મારે હવે તેના વિશે વિચારવું પડશે.રાધિકાએ પ્રસૂતિ પીડાના એક દિવસ પહેલા સુધી કામ કર્યું હતું. તે ડિલિવરીના એક અઠવાડિયા પછી ઝૂમ કોલ દ્વારા મીટિંગમાં હાજરી આપી હતી. રાધિકાની ટિપ્પણી એવા સમયે આવી છે જ્યારે ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં માતૃત્વ અને કામ અંગે ચર્ચા ચાલી રહી છે. તાજેતરમાં, દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ વાંગા રેડ્ડી વચ્ચે કામના સંચાલન અંગે અણબનાવના અહેવાલો આવ્યા હતા. સંદીપે દીપિકાની માંગણીઓને કારણે તેને ફિલ્મમાંથી કાઢી મૂકી હતી.એવા અહેવાલો હતા કે દીપિકાએ કામ માટે ઓછા કલાકો માંગ્યા હતા. અજય દેવગણે ફિલ્મ માના ટ્રેલર લોન્ચ સમયે એમ પણ કહ્યું હતું કે ઘણા પ્રામાણિક ફિલ્મ નિર્માતાઓને આ (૮ કલાક કામ) થી કોઈ સમસ્યા નહીં હોય. માતા બનવા અને ૮ કલાક કામ કરવા ઉપરાંત, તમારે ૮ થી ૮ કલાકની શિફ્ટમાં કામ કરવાનું શરૂ કરવું જોઈએ.

દીપિકાના સમર્થનમાં મણિ રત્નમ, તેની માંગણી યોગ્ય છે

લિજેન્ડ્રી ફિલ્મ મેકર મણિ રત્નમે હવે અભિનેત્રી દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ રેડ્ડી વાંગા વચ્ચેના વિવાદમાં ઝંપલાવ્યું છે

દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ રેડ્ડી વાંગા વચ્ચેની ટક્કર ઈન્ડસ્ટ્રીમાં ચર્ચામાં છે. ત્યારે હવે લિજેન્ડ્રી ફિલ્મ મેકર મણિ રત્નમે પણ જીવનમાં વર્ક લાઈ બેલેન્સનું મહત્વ સમજીને દીપિકાની આઠ કલાક કામ કરવાની માગણીને વ્યાજબી ઠેરવી છે. તાજેતરના એક ઇન્ટરવ્યુમાં મણિ રત્નમે નવી માતાઓ સાથે કામ કરવાના પડકારો વિશે વાત કરી હતી. મણિ રત્નમે કહ્યું,“એ એક યુવાન માતા છે અને પોતાના બાળકની સંભાળ લેવા માગે છે, તો ઠીક જ છે. તેણે એક એવો વિકલ્પ પસંદ કર્યો છે, જેમાં તે કોઈ અડચણ વિના પોતાનું કામ પણ કરી શકે છે.”આટલું જ નહીં મણિ રત્નમે દીપિકાના વખાણ પણ કર્યા હતા, તેમણે કહ્યું, “મને લાગે છે કે મહિલાઓને જે જોઈએ તે માગી લે અને તેમને જે જોઈએ તે મળી જાય એ સારી બાબત છે. એ એક સારો સંકેત છે.”એત કરક સાઉથના જ એક ડિરેક્ટર સંદીપ રેડ્ડી વાંગા દીપિકાના જાહેરમાં અનપ્રોફેશનલ કહીને તેના પર ફિલ્મની વાર્તા લીક કરવાનો આક્ષેપ કરે છે. ત્યારે દીપિકાએ હજુ સુધી અંગે કોઈ સ્પષ્ટતા કરી નથી, માત્ર સુત્રો દ્વારા એવી ચર્ચા છે કે, દીપિકાએ વાંગા પાસે માત્ર આઠ જ કલાક કામ કરશે, જેથી તે ટિકરી સાથે સમય વિતાવી શકે અને



જો એથી વધુ કામ કરવું પડે તો વધારાના વળતરની માગણી કરી હતી.એવા પણ અહેવાલો હતા કે દીપિકાની આ માગણીને કારણે વાંગાએ દીપિકાના રોલમાં તેની એનિમલની એક્ટ્રેસ તૃપ્તિ ડિમરીને સાર્ન કરી લીધી.દીપિકા માતા બન્યાં પહેલાં અને પછી હંમેશા પરિવારને પ્રાથમિક આપવા બાબતે ખુલીને પોતાના વિચારો વ્યક્ત કરતી રહી છે. આ સ્થિતિમાં ઈન્ડસ્ટ્રીમાં ઘણા લોકો તેના સપોર્ટમાં આવી રહ્યા છે. ઈન્ડસ્ટ્રીએ આ પ્રકારની વિનંતિઓ સક્રિયપણે

ધ્યાનમાં લાવી જોઈએ કે નહીં તે બાબતે મણિ રત્નમે જણાવ્યું, “મને તો લાગે છે, કે લેવી જોઈએ.”મણિ રત્નમ આ મુદ્દે માત્ર ચર્ચા કરીને અટક્યા નહીં પરંતુ તેમણે આ સ્થિતિનું નિરાકરણ લાવવાની પણ કોશિશ કરી. તેમણે કહ્યું, “જો તમારી ફિલ્મને આવું અનુકૂળ ન આવતું હોય, તો આગળ વધો. પરંતુ તેમની માગણીઓ માટે તેમનું માન તો જાળવવું જ જોઈએ. તેમની માગણીઓ ઘણી વ્યાજબી છે, તે બિલકુલ જરૂરી છે, તેથી આપણે એ ધ્યાનમાં લેવું જ જોઈએ અને સમજવું જોઈએ કે તેની સાથે કેવી રીતે કામ લઈ શકીશું.”આ જ રીતે તાજેતરમાં સૈફ અલી ખાને પણ અરબ મીડિયા સમિટ ૨૦૨૫માં સુર પુરાવ્યો હતો. તેણે કહેલું, “મને ઘેર પહોંચું એ પહેલાં જ બાળકો સૂઈ ગયાં હોય એ જોવું બિલકુલ ગમતું નથી. એ તમારી સફળતા નથી. સફળતા એને કહેવાય કે, તમે કહી શકો કે તેમની સાથે અડધી કલાક વિતાવવા માટે મારે હવે ઘેર જવું પડશે.”આ જ રીતે અજય દેવગન અને કાજોલે પણ આ વાતમાં સુર પુરાવ્યો હતો, તેમના વીડિયો પણ સોશિયલ મીડિયામાં વાયરલ થયા હતા. અજય દેવગન અને કાજોલ બંનેએ આઠ કલાકની શિફ્ટની તરફેણ કરી હતી.

રેલવે સુરક્ષા બળે અમદાવાદ રેલવે સ્ટેશન પરથી નક્લી ટીટીઈ ને પકડ્યો

। અમદાવાદ, તા.૪ ।

તારીખ ૦૨ જૂન ૨૦૨૫ ના રાત્રે લગભગ ૨૨:૦૦ કલાકે અમદાવાદ રેલવે સ્ટેશન ના સાબરમતી સાઈડ સ્થિત ફૂટ ઓવર બ્રિજ (એફઓબી) પર સુરક્ષા નિરીક્ષણ દરમ્યાન રેલવે સુરક્ષા બળ ના એસઆઈપીએફ પિયુષ ચૌધરી ને એક વ્યક્તિ શંકાસ્પદ હાલત માં ટીટીઈ ની વર્દી માં જોવા મળ્યો.શંકા જતાં પૂછપરછ કરતાં તે વ્યક્તિ સંતોષજનક જવાબ આપી શક્યો નહોતો. તેને તુરંત પોસ્ટ પર લાવીને જ્યારે ઊંડી પૂછપ રછ કરવામાં આવી,તો તેણે તેનું નામ શિવ શંકર જયસ્વાલ, પુત્ર છોટેલાલ જયસ્વાલ ઉંમર ૪૫ વર્ષ નિવાસી સુંદરપુર, વારાણસી ઉત્તરપ્રદેશ જણાવ્યું.

પૂછપરછ માં ઉકત વ્યક્તિ એ સ્વીકાર્યું કે તે નક્લી રીતે ટીટીઈ ની વર્દી પહેરીને



મુસાફરો ની ટિકિટ ચેક કરે છે અને ક્યુઆર કોડના માધ્યમ થી તેમની પાસેથી રકમ વસૂલે છે, આ પહેલા પણ તારીખ ૩૦.૦૫.૨૦૨૫ ના રોજ અમદાવાદ સ્ટેશન પર આ જ રીતે કાર્યવાહી કરતો જોવા મળ્યો હતો.

ચેકિંગ ના દરમ્યાન તેની પાસે કોઈ માન્ય રેલવે ઓળખ પત્ર(આઈડી કાર્ડ) કે ઈએફટી મળ્યું નહોતું. તેની પાસે ફક્ત

એટીએમ કાર્ડ અને આધારકાર્ડ મળ્યા. પૂછપરછ માં એ પણ જોવા મળ્યું કે તે વિભિન્ન રેલવે સ્ટેશનો પર મજૂરવર્ગ અને ઓછા ભણેલા પ્રવાસીઓને નિશાન બનાવીને, ટિકિટમાં ક્ષતિ બતાવીને અથવા વેઈટિંગ લિસ્ટ ના મુસાફરો ને બર્થ આપવાના નામે કયું આર કોડ સ્કેન કરીને રકમ વસુલતો હતો.

શંકાસ્પદે પોતાની ઓળખ છુપાવવા માટે ચહેરા પર માસ્ક લગાવ્યો હતો. આ વ્યક્તિને વધુ કાર્યવાહી માટે જીઆરપી અમદાવાદને સોંપવામાં આવ્યો છે. રેલવે પ્રશાસન મુસાફરોને વિનંતી કરે છે કે ફક્ત અધિકૃત અને ઓળખાયેલ ટિકિટનિરીક્ષકોને જ તેઓ તેમની ટિકિટ બતાવે અને કોઈપણ શંકાસ્પદ પ્રવૃત્તિની તાત્કાલિક જાણ રેલવે પોલીસ અથવા મળ્યું નહોતું. તેની પાસે ફક્ત

અદાણી ફાઉન્ડેશન દ્વારા વિશ્વ પર્યાવરણ દિને ૪૫૦૦૦ વૃક્ષારોપણ થકી વનીકરણનો પ્રારંભ

હરિત પર્યાવરણની એક પહેલ, ૨૦૩૦ સુધીમાં ૧૦૦ મિલિયન વૃક્ષોના વાવેતરનું લક્ષ્યાંક

। અમદાવાદ, તા.૪ ।

અદાણી ફાઉન્ડેશન દ્વારા મુન્ના પેટ્રોકેમીકલ લિમિટેડના સહયોગથી વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસની ઉજવણી કરવામાં આવી રહી છે. સમુદાયની ભાગીદારી અને પર્યાવરણની ટકાઉતા પર ભાર મૂકતા મહત્વપૂર્ણ વનીકરણ કાર્યક્રમ અંતર્ગત ૮૯૦૦૦ થી વધુ વૃક્ષો થકી ધનિષ્ઠ વનીકરણ કરવામાં આવ્યું છે. વૈશ્વિક પર્યાવરણીય સમસ્યાઓ નિવારવામાં મહત્વપૂર્ણ યોગદાન આપવા અદાણી જૂથના ચેરમેન ગૌતમભાઈ અદાણીના સંકલ્પ મુજબ ૨૦૩૦ સુધીમાં ૧૦૦ મિલિયન વૃક્ષોનું વાવેતર કરવાનું લક્ષ્ય રાખવામાં આવ્યું છે.

વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસની ઉજવણીના ભાગરૂપે દેશલપર કંઠી ખાતે લગભગ ૪૦ એકરમાં જમીનમાં ૪૫૦૦૦ રોપાઓનું વાવેતર કરવાની શરૂઆત કરવામાં આવી છે. આજે ૧૦ એકરમાં ૩૦૦૦ વૃક્ષોના વાવેતર દ્વારા આ ગામ બીજું અદાણીવન તૈયાર થઈ રહ્યું છે. અગાઉ પણ ૧૧,૦૦૦ વૃક્ષોના વાવેતર સાથે બનાવેલ અદાણી વન આજે અનેક



વન્યજીવોનું આશ્રયસ્થાન બની ચૂક્યું છે વળી તે પર્યાવરણ સંતુલનમાં ભાગ ભજવી રહ્યું છે.

અદાણી ફાઉન્ડેશન મહત્વાંકાંક્ષી લક્ષ્યોની પૂર્તિ માટે ચેરપર્સન ડૉ. પ્રીતિબેન અદાણીના માર્ગદર્શન હેઠળ વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરી રહ્યું છે. હરિત પર્યાવરણની એક પહેલ પ્રોજેક્ટ અંતર્ગત અદાણી ફાઉન્ડેશન દ્વારા કચ્છના વિવિધ વિસ્તારોમાં ૩૫ એકર જમીનમાં ૮૯૦૦૦ થી વધુ વૃક્ષોનું પ્રગાઠ વનીકરણ કરવામાં આવ્યું છે. જેમાં વૃક્ષોનું માત્ર વાવેતર જ નહીં પણ ઉછેર અને માવજત પણ કરવામાં આવે છે.

ત્રણ વર્ષ સુધી માવજતની જવાબદારી, ટપક સિંચાઈ પદ્ધતિ અને ગ્રામજનો ની ભાગીદારીથી

શરૂ કરાયેલ આ નવું સાહસ, આજે તેના સુંદર પરિણામનું સાક્ષી બન્યું છે. નવનિર્મિત વન અનેક દેશી-વિદેશી પક્ષીઓ, સરીસૃપો અને સસ્તન વર્ગના પ્રાણીઓ માટે રહેઠાણ બન્યું છે. પર્યાવરણ સંરક્ષણના આ કાર્યક્રમમાં અદાણી પોર્ટલના એક્ઝિક્યુટિવ ડાયરેક્ટર રક્ષિત શાહ, ફાઉન્ડેશનના પંક્તિબેન શાહ સહિત આગેવાનો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. આ પ્રોજેક્ટને બિરદાવતા રક્ષિતભાઈએ ગ્રામજનોનો આભાર માન્યો હતો, તેમણે જણાવ્યુ હતું કે, માત્ર આપ સૌના સહકારથી આજે અહીં પ્રગાઠ વન લહેરાઈ રહ્યું છે. મોમાઈ મા ટ્રસ્ટ દ્વારા અદાણી ફાઉન્ડેશનના વૃક્ષારોપણની કામગીરી બિરદાવી રક્ષિતભાઈનું સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

ટીબીના કારણે ૭૫ ટકા અસરગ્રસ્ત ફેફસાને માત્ર ૨ મહિનામાં સારવાર કરીને ટીબીને હરાવતા કમળાબેન બૌરૈયા

। (માહિતી) આણંદ, તા.૪ ।

આણંદ જિલ્લાના ઉમરેઠ તાલુકાના હમીદપુરા ગામના રહેવાસી કમળાબહેન બળવંતભાઈ બૌરૈયાને ફફ, તાવ અને વજનમાં ઘટાડા જેવી તકલીફ થઈ હતી. આશાબહેન દ્વારા તેમણે સમજાવટ કરાતા ભરોડાના પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્રમાં ગળફાની તપાસ કરાવવા તૈયાર થયા.રીપોર્ટ

બાદ માલૂમ પડ્યું કે, કમળાબેન ટીબીગ્રસ્ત છે. ટીબીના કારણે તેમના ૭૫ ટકા ફેફસા અસરગ્રસ્ત થયા હતા.અશક્તિના લીધે ૪૬ વર્ષીય કમળાબહેનનું વજન પણ માત્ર ૩૨ કિલોગ્રામ જેટલું થઈ ગયું હતું. ટીબીનો રીપોર્ટ પોઝીટીવ આવતા વેત મહ્ટી પર્પલ હેલ્થ વર્કર દ્વારા સારવાર ચાલુ કરતાં પહેલા ઘરની મુલાકાત કરવામાં

આવી હતી.તેમનું વજન, ઉંચાઈ, બેક ખાતા નંબર, લોકેશન, આધાર નંબર, સંપર્ક નંબર તથા ઘરના સભ્યોની પ્રાથમિક વિગતો એકઠી કરવામાં આવી. ત્યારબાદ ટીબી રોગ વિશે આરોગ્યલક્ષી જાણકારી આપીને તેમના પરિવાર જનોને પણ ટીબી સામે રોગપ્રતિકારક

શક્તિ કેળવાય તે પ્રકારના દવા પણ આપવામાં આવી હતી. શરૂઆતમાં

ચેનલ નાઈન નેટવર્ક ગુજરાત

ઝાલોદ મુસ્લિમ યુવા ગ્રુપ દ્વારા તેઓના

સમાજના શૈક્ષણિક ક્ષેત્રે આગળ રહેતા તેજસ્વી

તારાઓને ઈનામ આપી સન્માન કરવામાં આવ્યું



। (પ્રતિનિધી) ઝાલોદ, તા.૪ ।

તારીખ ૦૧ જૂન, ૨૦૨૫ ના રવિવારના રોજ ઝાલોદ ખાતે મુહમ્મદી જમાતખાનામાં મુસલમાન ધોંચી સમાજના મુસ્લિમ યુવા ગ્રુપ દ્વારા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૪- ૨૫ માં ધોરણ ૯ થી ૧૨ માં ઉત્તીર્ણ થયેલા વિદ્યાર્થીઓ માટે ઈનામ વિતરણ સમારોહ યોજાયો હતો. જેમાં ધોરણ ૯ થી ૧૨ માં મુસલમાન ધોંચી સમાજ, ઝાલોદમાં પ્રથમ ત્રણ નંબરે આવનાર વિદ્યાર્થીઓને ઈનામ,

સર્ટીફિકેટ અને મોમૅંટો આપી સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું. ઉપરાંત પરીક્ષા સમયે નિયુક્ત માર્ગદર્શન આપી સમાજના વિદ્યાર્થીઓ ને ઉત્કૃષ્ટ પરિણામ લાવવામાં મદદરૂપ થનાર ધોંચી સમાજ ઝાલોદ ના શિક્ષકોનું પણ મોમૅંટો અને ગિફ્ટ આપી સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું. આ ખાસ પ્રંગે ધોંચી સમાજ ઝાલોદના સમાજ સેવક એવા મોલાના નિસાર, હાજી મુહમ્મદ ભાણા અને સમાજના અન્ય મહાનુભાવો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

બોટાદ જિલ્લામાં વિશ્વ તમાકુ નિષેધ દિન ૨૦૨૫ની ઉજવણી કરાઈ

। (માહિતી) બોટાદ, તા.૪ ।

દર વર્ષે ૩૧ મે વિશ્વ તમાકુ નિષેધ દિવસ (WNTD) તરીકે મનાવવામાં આવે છે. આ વર્ષે, વર્લ્ડ નો ટોબેકો ડે ૨૦૨૫ની થીમ “Unmasking the Appeal : તમાકુ અને નિકોટીન ઉત્પાદનો પર ઉદ્યોગ યુક્તિઓનો ખુલાસો” Exposing industry tactics on tobacco and nicOine products” પર ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. બોટાદ જિલ્લા કલેક્ટરશ્રી ડો. જીન્સી રોય અને જિલ્લા વિકાસ અધિકારીશ્રી અક્ષય બુડાનીયાના અધ્યક્ષતા અને માર્ગદર્શન તળે આરોગ્ય વિભાગનાં મુખ્ય જિલ્લા આરોગ્ય અધિકારીશ્રી ડો.બી.એ.ધોળકિયા અને એપેરેંસીક મેડીકલ ઓફિસરશ્રી ડો.આર.આર.ચૌહાણદ્વારાબોટાદ જિલ્લામાં રાષ્ટ્રીય તમાકુ નિયંત્રણ કાર્યક્રમ અંતર્ગત વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં આવી છે. આકસ્મિક ટાસ્ક ફોર્સ રેડ કરી રૂ.૭૮૮૦ રૂપિયાની વસુલાત કરવામાં આવી છે.તમાકુ કે તમાકુની બનાવટનું બિન અધિકૃત રીતે વેચાણ અને આનુસંગિક નિયમન માટે ટાસ્ક ફોર્સ સેલ કામગીરી કરી રહ્યું છે. ટોબેકો ફ્રી યુથ કેમ્પેનીંગ અંતર્ગત બોટાદ જિલ્લામાં ૨૦ ગામોને

સ્થાનિક પંચાયત દ્વારા “તમાકુ મુક્ત” જાહેર કરેલ છે. ઉપરાંત COTPA (સિગારેટ એન્ડ અધર ટોબેકો પ્રોડક્ટ એક્ટ) ૨૦૦૩ અને PECA(PROHIBITION OF ELECTRONIC CIGARETTES ACT)2019 અંગે જાગૃતિ આવે તેનાં ભાગ રૂપે તમાકુ અને નિકોટીન ઉત્પાદનો પર ઉદ્યોગ યુક્તિઓનો ખુલાસો કરવા બેનર અને પત્રિકા દ્વારા પ્રયાસ કરવામાં આવ્યાં છે. દર વર્ષે શિક્ષણ વિભાગ સાથે રહી જિલ્લાની ૧૦ કોલેજ,૨૫ માધ્યમિક શાળા, ૨૫ પ્રાથમિક શાળા અને ૧૦ નગરશિક્ષણ વિભાગ દ્વારા શહેરી પ્રાથમિક શાળા એમ કુલ મળી ૭૦ શાળા “મારી શાળા,તમાકુ મુક્ત શાળા” જન જાગૃતિ કાર્યક્રમ કરી ટોબેકો ફ્રી એજ્યુકેશન ઈન્સ્ટીટ્યુટ બનાવવામાં આવે છે.

જિલ્લામાં યોજાતાં મમતા સેશનમાં સગભા માતા અને તેનાં આવનાર બાળક માટે તમાકુનું સેવન ઘણું ઘાતક નીવડે છે તે અંગે સમજ આપવામાં આવી હતી. આયુષ્માન ભારત હેલ્થ એન્ડ વેલનેસ સેન્ટરમાં વિશ્વ તમાકુ નિષેધ દિનની ઉજવણી યોગા સેશન અને માઉથ સ્કેનીંગ અને તમાકુનાં વ્યસન અંગે હિસ્ડી લઈ માહિતી ભેગી કરવામાં આવી હતી.

આજનું રાશિ ભવિષ્ય.....

મેષ (અ,લ,ઇ) :–
આજના દિવસે સ્વાસ્થ્ય સાડું રહેશે. આજે તમારી કોઈ ચલ સંપત્તિ ચોરી હોઈ શકે છે તેથી જેટલું શક્ય હોય તેટલું આના થી બચો. રહેવાના સ્થળમાં પરિવર્તન ખાસ્તું મંગલકારી પુરવાર થશે. પ્રેમ પ્રકરણમાં બળપૂર્વક કામ લેવાનું ટાળો. આજે તમે નવા વિચારોથી તરબતર હશો તથા પ્રવૃત્તિની તમારી પસંદગી તમારી અપેક્ષા કરતાં અનેક ગણો વધારે લાભ અપાવશે.

સિંહ (મ,ર) :–
આજના દિવસે તમારી નફરતને મારવા માટે સૌહાર્દપૂર્ણ સ્વભાવ કેળવો કેમ કે તે પ્રેમ કરતાં વધુ બળવાન છે અને તેની તમારા શરીર પર વ્યાપક અસર થાય છે. યાદ રાખો બૂરાઈનો વહેલો મોડો અંત થાય જ છે. લાંબા-ગાળાના લાભ માટે શેર્સ તથા મ્યુચ્યુઅલ ફંડમાં રોકાણ કરો. મિત્રો સાથે સાંજ આનંદદાયક રહેશે. આજે તમને જાણ થશે કે તમારા સાથીનો પ્રેમ તમારી માટે સદાય ઊંડી ભાવના ધરાવતી લાગણી છે.

ધન (ભ,ધ,ફ) :–
આજના દિવસે આઉટડોર રમતો તમને આકર્ષશે-ધ્યાન તથા યોગ લાભ લાવશે. તમારા ધન સંચિત કરવા ના પ્રયાસ આજે અસફળ થયી શકે છે. પરંતુ ઘબરાવાની જરૂર નથી કેમકે પરિસ્થિતિ જલદી સુધરશે? કોઈક ધાર્મિક સ્થળ અથવા સંતપુરુષની મુલાકાત લો અને તમારા મગજને આશ્વાસન અને શાંતિ મળશે. પ્રેમ હકારાત્મક કંપનો દેખાડશે.

વૃષભ (બ,વ,ઇ) :–
આજના દિવસે તમારા મગજને પ્રેમ, આશા, વિશ્વાસ, કડ્ઢાણ, આશાવાદ તથા વફાદારી જેવી હકારાત્મક લાગણીઓને ગ્રહણ કરે તેવું બનાવો. એકવાર આ લાગણીઓ સંપૂર્ણ અંકુશ લઈ લે- એપછી મગજ દરેક પરિસ્થિતિને હકારાત્મક પ્રતિસાદ આપશે. પ્રોપર્ટીને લગતા સોદા સારકાર થશે તથા અકલ્પ્ય લાભ લાવશે. પરિવારના સભ્યોની લાગણીને દુભાવવી ન હોય તો તમારા ગુસ્સા પર કાબૂ રાખજો.

કન્થા (પ,ઠ,ણ) :–
આજના દિવસે તમારા ઉચ્ચ આત્મવિશ્વાસને આજે સારા ઉપયોગમાં લેવાનો પ્રયાસ કરો. દોડધામભર્યો દિવસ હોવા છતાં તમે તમારી શક્તિ પાછી મેળવી શકશો. હીતેલા સમય માં તમે ઘણા પૈસા ખર્ચ કર્યા છે જેનું પરિણામ તમને અત્યારે ભોગવવું પડી શકે છે. આજે તમને પૈસા ની જરૂર હશે પરંતુ તે તમને નહિ મળી શકે. પરિવારના સભ્યો તરફથી મળેલી સારી સલાહ તમારી માટે આજે લાભ થશે.

મકર (મ,જ) :–
આજના દિવસે હળવા થવા માટે નિકટના મિત્રો સાથે સમય વિતાવજો. આજે તમારા ઓફિસે માં તમારો કોઈ સહકર્મી તમારી વસ્તુ ચોરી કરી શકે છે તેથી આજે તમારે પોતાના સમાન નું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. તમારી વધારાની ઊર્જા તથા અસાધારણ ઉત્સાહ તમારી તરફેણમાં પરિણામો લાવશે તથા ઘરના મોરચે રહેલું દેન્શન હળવું કરશે.

મિથુન (ક,ઇ,ઘ) :–
આજના દિવસે સ્વાસ્થ્ય સાડું રહેશે પણ મુસાફરી મુશ્કેલ તથા થકવનારી પુરવાર થશે. આગળ જતાં જેનું મૂલ્ય વધવાનું છે એવી ચીજ ખરીદવા માટે શ્રેષ્ઠ દિવસ. પાડોશી સાથેનો ઝઘડો તમારો મુડ બગાડી નાખશે. પણ તમારો મિજાજ ગુમાવતા નહીં કારણ કે આ બાબત બળતામાં ધી ઉમેરશે. તમે સહકાર ન આપો તો કોઈ તમારી સાથે ઝઘડી જ શકે નહીં.

તુલા (ર,ત) :–
આજના દિવસે વાહન ચલાવતી વખતે તકેદારી રાખો. આ વાત સારી રીતે સમજી લો કે દુઃખ ના સમય માં સંચિત ધન જ કામ માં આવશે તેથી આજ ના દિવસ થી પોતાનો ધન સંચય કરવા નો વિચાર બનાવો? મિત્રો સાથે સાંજ અત્યંત મનોરંજક તથા આનંદસભર રહેશે. તમારું પ્રિયપાત્ર આજે તમારી માટે જીવંત દેવદૂત બનીને આવશે, દરેક ક્ષણને માણો.

કુંભ (ગ,શ,સ) :–
આજના દિવસે જે લોકો માત્ર મજા કરવા માટે જ બહાર નીકળ્યા છે તેઓ માટે નિર્ભેળ ખુશી તથા મોજમજા. કેટલાક બાકી રહેલા મુદ્દા વધુ ઘેરા બનશે તથા ખર્ચનો મુદ્દો તમારા મગજમાં ધુમરાયા કરશે. કેટલાક લોકો પોતે કારી શકે તેનાથી વધુ કામરી બડાઈ ફૂંકશે-જેઓ મારા વાતો જ કરે છે અને કોઈ પરિણામ આપતા નથી એવા લોકો વિશે ભૂલી જવામાં જ સાર છે.

ઝાલોદ નગરમાં અમુક દુકાનદારો દ્વારા ગેરકાયદેસર રીતે ફેરિયાઓ પાસેથી ઉભું રહેવા માટે લેવાતું ભાડું અમુક ગીચ વિસ્તારોમાં ગેરકાયદેસર રીતે ઉભા રખાતા ફેરિયાઓને લઈ ટ્રાફિક ખમ સર્જાય છે

। (પ્રતિનિધી) ઝાલોદ, તા.૪ ।

ઝાલોદ નગરમાં ગરીબ અને રોજનું રોજ કમાતા અમુક હાથલારી પર વ્યાપાર કરતા તેમજ પથારો કરી પોતાના પરિવારનું ગુજરાન ચલાવતા વ્યાપારીઓ પાસેથી અમુક વ્યાપારીઓ દ્વારા રૂપિયાનો લોભ રાખી તેઓ પાસેથી પોતાની દુકાન આગળ ઉભું રહેવા અથવા પથારો કરી બેસવા માટે ભાડું લેવામાં આવે છે તેવું લોક ચર્ચા દ્વારા સાંભળવા મળે છે તેમજ અમુક ગીચ વિસ્તારોમાં આવા લોભી વ્યાપારીઓ પોતાની દુકાનો આગળ હાથલારી કે ફેરિયાઓને

ઉભા રાખતા ટ્રાફિક જામ સર્જાય છે. આવા લોભી વ્યાપારીઓ જે સરકારી જમીન પર ઉભું રહેતા લોકો પાસેથી ગેરકાયદેસર રીતે ભાડું ઉઘરાવે છે તેઓ પાસે દંડનાત્મક કાર્યવાહી પાલિકા કરે તેવું નગરજનોમા ચર્ચા ચાલતી જોવા મળે છે.

ગીચ વિસ્તારોમાં મોટા વાહન પણ પસાર થાય છે ત્યારે રોડ પર ઉભા રહેતા ફેરિયાઓને લઈ ટ્રાફિક જામના પ્રશ્નો પણ સર્જાય છે. પાલિકા દ્વારા હાથલારી તેમજ પથારા માટે અલગ વ્યવસ્થા કરવામાં આવે તેમજ નગરમાં

ટ્રાફિક હળવું કરવામાં આવે તેવું નગરજનો માંગ કરી રહેલ છે. અમુક વિસ્તારોમાં તો દુકાનદારો પોતાની દુકાનની હદ બહાર દુકાનોનો સામાન રોડ પર મુકવામા આવતા આવા વિસ્તારોમાં આવા દુકાનદારોને લઈ ટ્રાફિક જામ સર્જાય છે તેમજ દિવસ દરમિયાન દુકાનદારોનો સામાન લઈને આવતી ટ્રકો તેમજ નાના ટેમ્પાઓને લઈને પણ ટ્રાફિક જામના દ્રશ્યો સર્જાય છે. હવે પાલિકા આ દરેક ક્ષેત્રે ટ્રાફિક નિયમન માટે કેવા પગલાં લે છે તે જોવાનું રહ્યું.

સામૂહિક આરોગ્ય કેન્દ્ર લીમડી ખાતે કરાઇ હાયપરટેન્શન દિવસની ઉજવણી



। (પ્રતિનિધી) ઝાલોદ, તા.૪ ।

લીમડી સામૂહિક આરોગ્ય કેન્દ્ર ખાતે હાયપર ટેન્શન દિવસની ઉજવણી મુખ્ય જીલ્લા આરોગ્ય અધિકારી અને અધિક જીલ્લા આરોગ્ય અધિકારીના માર્ગદર્શન હેઠળ ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. જેમા બ્લડ પ્રેશરને સચોટ રીતે માપો, તેને નિયંત્રિત કરો, લાંબુ જીવો!” થીમ સાથે હાઈપરટેન્શન દિવસની ૧ મહિનાની ઉજવણી માટે જનજાગૃતિ ઝુંબેશ પ્રવૃત્તિના ભાગ રૂપે, હાઈપરટેન્શનના સંચાલન અને સ્વસ્થ જીવન જીવવા માટે નિયમિત અને સચોટ બ્લડ પ્રેશર માપનના મહત્વ પર ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે.

૩૦ થી વધુ દર્દીઓ માટે સ્ક્રીનીંગ કરવામાં આવ્યું હતું અને બધા માટે સેલ્ફી પોર્ટન્ટ બનાવવામાં આવ્યો હતો. સ્મિત કરો અને તમારા હૃદયને સ્વસ્થ રાખોના સુત્ર સાથે બધાએ સેલ્ફી લીધી હતી હાયપરટેન્શન ઘણા વખત તો કોઈ લક્ષણ બતાવતું નથી, તેથી તેને “મૌન હત્યારો પણ કહેવામાં આવે છે. જો લક્ષણો જણાય તો તેમાં આવી શકે છે.

૧ માથાનો દુખાવો ૨ થાક લાગવો ૩ ચક્કર આવવી ૪ દંપિ ધૂંધળી થવી ૫ છાતીમાં દુખાવો પરિણામો: ઉચ્ચ બ્લડ પ્રેશર જો સમયસર નિયંત્રિત ન કરવામાં આવે તો નીચેના ગંભીર પરિણામો આવી શકે જેવા કે....

હાર્ટએટેક, સ્ટ્રોક, કિડની ફેલ થવી, દંષ્ટિ ગુમાવવી જો તમારં બ્લડ પ્રેસર ૧૪૦/૯૦ દ્વદ્વઝ્ઞ કે તેથી વધુ છે, તો તેને ગંભીરતાથી લેવા જેવી જરૂર છે.

સારવાર અને નિયંત્રણ: મીઠું ઓછું ખાવું. (દિવસે ૫ ગ્રામથી ઓછી), દૈનિક ૩૦ મિનિટ વ્યાયામ, તણાવ દૂર રાખવો, ધૂમ્રપાન/દારૂ બંધ કરવો, નિયમિત દવાઓ લેવો, નિયમિત બ્લડપ્રેશર ચકાસવું ખોરાક અને લોહીનું ઉંચુ દબાણ (બ્લડ પ્રેસર) લીમડી ખાતે યોજાયેલા હાયપરટેન્શન દિવસની ઉજવણીમાં સામૂહિક આરોગ્ય કેન્દ્રના કર્મચારીઓએ સહભાગી બની કાર્યક્રમ સફળ બનાવ્યો હતો.

સંદર્ભ કાર્ડ યોજનાથી વાપીના કોપરલીની દોઢ વર્ષીય હિયા પટેલના હૃદયના કાણાનું વિનામુલ્યે ઓપરેશન

। (માહિતી) વલસાડ, તા.૪ ।
વલસાડ જિલ્લાના વાપી તાલુકા કોપરલીના મજૂરી કામ કરી જીવન નિર્વાહ કરતા ગરીબ આદિવાસી પરિવારની ૧.૫ વર્ષીય હિયા સંજય નાયકાને હૃદયના કાંણાની બીમારી કોજીનેન્ટલ હાર્ટ ડિસિઝ (CHD) હોવાથી બાળકીના જીવન સામે મોટું સંકટ ઊભું થયું હતું. પરંતુ આવા સમયે કોપરલી પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર દ્વારા પરિવારને કેન્દ્ર સરકારની સંદર્ભ કાર્ડ યોજના વિશે યોગ્ય માહિતી પૂરી પાડી તાત્કાલિક સંદર્ભ કાર્ડ બનાવી આપવામાં આવ્યું હતું. સરકારી સહાયથી

બાળકીનું અમદાવાદની યુ.એન. મહેતા હોસ્પિટલમાં આશરે રૂ.૨ થી ૨.૫ લાખના ખર્ચે થતું ઓપરેશન વિનામુલ્યે થયું હતું. તેથી આજે હિયા તંદુરસ્ત અને ખુશહાલ જીવન વ્યતીત કરી રહી છે. કોપરલી પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્રમાં વર્ષ ૨૦૨૪માં આયુષ હોવાથી બાળકીના જીવન સામે પટેલ દ્વારા સગભાની ટમાં મહિના દરમિયાન પ્રાથમિક તપાસમાં સોનોગ્રાફી સમયે બાળકને હૃદયમાં તકલીફ છે એવી જાણ થઈ હતી. ત્યારબાદ સગભાને આરબીએસકે ટીમ દ્વારા વધુ તપાસ માટે એસએચઓ ચલા

ખાતે મોકલવામાં આવ્યા હતા. જ્યાં આ તકલીફ વધુ ગંભીર નથી એવું નિદાન થયું હતું. તેથી આયુષ મેડિકલ ઓફિસર દ્વારા સગભાની રેગ્યુલર હોમ વિઝિટ કરવામાં આવી હતી અને અમદાવાદ સિવિલ ખાતે ડિલીવરી કરાવવામાં આવી હતી. જન્મ સમયે બાળકીનું વજન સામાન્ય હતું અને હૃદયમાં પણ વધુ તકલીફ ન હતી. બાળકીનું વજન વધારવા પોષણક્ષમ આહાર અને જરૂરી સારવાર કોપરલી પી.એચ.સી ખાતે ચાલુ રાખવામાં આવી હતી. બાળકીનો સમયાંતરે ઈકો કાર્ડિયોગ્રામ પણ કરવામાં આવી રહ્યો હતો.



સર્વપક્ષીય સંસદીય પ્રતિનિધિમંડળોએ મંગળવારે આતંકવાદ પ્રત્યે શૂન્ય સહિષ્ણુતાના ભારતના મક્કમ સંદેશને અસરકારક રીતે અનેક દેશોને પહોંચાડ્યો હતો અને ભારતપૂર્વક જણાવ્યું હતું કે પાકિસ્તાન આતંકી સાથે પર મોટી કાર્યવાહી કરશે જો જ નવી દિલ્હી ઈસ્લામાબાદ સાથે વાતચીત કરશે. બ્રાહ્મિલના સર્વપક્ષીય પ્રતિનિધિમંડળનું નેતૃત્વ કરી રહેલા કોંગ્રેસના સાંસદ શશી થરૂરે જણાવ્યું હતું કે પાકિસ્તાન તેના દરેક જગ્યાએ દખાતા દેર ઈન્ધાન્ટ્રકર પર કાર્યવાહી કરે તો ભારત વાતચીત કરી શકે છે. તેઓ આપણા ભારતના ૧૦૦૦ ટુકડા કરવા માગે છે. તેઓ આટલી સરળતા લોહી વહેવાવાંથી શકશે નહીં. તેમણે આ વિચાર (ભૂલી જાય) જોઈએ. આતંકવાદ સામે ભારતના વલણને વિશ્વના દેશો માન્યતા આપી રહ્યા છે કે નહીં તેવા સવાલના જવાબમાં થરૂરે જણાવ્યું હતું કે તેમનું પ્રતિનિધિમંડળ અત્યાર સુધી ગુયાના, પનામા, કોલંબિયા અને બ્રાહ્મિલની મુલાકાત લઈ ચૂક્યું છે. આ ચારેય દેશોમાં અમને ખૂબ જ સ્પષ્ટ સફળતા મળી છે. કોલંબિયાનો ઉલ્લેખ કરતાં તેમણે જણાવ્યું હતું કે અમે અમારો સંદેશ ખૂબ જ સ્પષ્ટ રીતે પહોંચાડ્યો છે, જેમાં એવા લોકોનો પણ સમાવેશ થાય છે જેમને કેટલીક ગેરસમજ થઈ હશે. અગાઉ, થરૂરે કહ્યું હતું કે કોલંબિયાએ અગાઉ પાકિસ્તાન પ્રત્યે સંવેદના વ્યક્ત કરતું નિવેદન આપ્યું હતું, પરંતુ તેમના પ્રતિનિધિમંડળે સરહદ પારના આતંકવાદને ઈસ્લામાબાદના અવિરત સમર્થન વિશે સમજાવ્યું હતું ત્યારે કોલંબિયાએ આ નિવેદન પાછું ખેંચી લીધું હતું. લંડનમાં ભાજપના સાંસદ રવિશંકર પ્રસાદના નેતૃત્વ હેઠળના પ્રતિનિધિમંડળે ભાજપના સરકારના મંત્રીઓ, સંસદસભ્યો, પક્ષના નેતાઓ, થિંક ટેન્કો અને ભારત મિત્રતા જૂથો સાથે મુલાકાત કરી હતી. લંડનમાં ભારતીય હાઈ કમિશને જણાવ્યું હતું કે આ પ્રતિનિધિમંડળને વ્યાપક સમર્થન મળ્યું, જે વૈશ્વિક સુરક્ષા, ન્યાય અને વ્યૂહાત્મક ભાગીદારી પ્રત્યેની સહિયારી પ્રતિબદ્ધતાઓની પુષ્ટિ કરે છે. આ પ્રતિનિધિમંડળ કન્ઝર્વેટિવ પાર્ટીના સહ-અધ્યક્ષ લોર્ડ ડોમિનિક જોન્સન અને કન્ઝર્વેટિવ ગ્રેન્ટ્સ ઓફ ઈન્ડિયાના સહ-અધ્યક્ષ, કુલેશ શાહને મળ્યું હતું.

ભારત-પાક. યુદ્ધમાં અમેરિકાની મધ્યસ્થતાના સ્વીકાર બાદ સરકારનો વધુ એક છબરડો

G7માં નિમંત્રણ ના અપાયું એ સરકારની ફૂટનીતિની વધુ એક નિષ્ફળતા: કોંગ્રેસ

કેનેડાના અલ્બર્ટામાં આવતા મહિને યોજનારી જી૭ દેશોની બેઠકમાં પડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી હાજરી આપે તેવી શક્યતા નહીંવત જ છે

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૪ ।

કંડામાં યાજ્ઞનારો જીવ સમિટમાં વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીને આમંત્રણ નહીં અપાતા કોંગ્રેસે સરકારની વિદેશ નીતિને નિષ્ફળ ગણાવી આઠરા પ્રદારો કર્યા હતાં. કોંગ્રેસે જણાવ્યું હતું કે, ભારત-પાકિસ્તાન વચ્ચેના સંઘર્ષમાં અમેરિકાને મધ્યસ્થીની તક આપ્યાં બાદ કૂટનીતિ મામલે સરકારનો આ બીજો મોટો છબરડો છે. કોંગ્રેસના મહાસચિવ જયરામ રમેશે જણાવ્યું હતું કે, જીવ સમિટમાં અમેરિકા, ગ્રાંડીસ રાષ્ટ્રપ્રમુખો, યુકે, જાપાન, ઈટાલી તથા કેનેડાના વડાપ્રધાન ઉપરાંત જર્મનીના ચાન્સેલર ભાગ લઈ રહ્યાં છે. આ ઉપરાંત બ્રાઝિલ, મેક્સિકો, દ. આફ્રિકા તથા યુકેનના રાષ્ટ્રપતિ તથા ઓસ્ટ્રેલિયાના વડાપ્રધાનને પણ નિમંત્રણ મોકલવામાં આવ્યું છે. ૨૦૧૪ અગાઉ ઘણાં વર્ષો સુધી જીવ વાસ્તવમાં જીવ હતી, જેમાં રુધિયા સામેલ હતું. આ સમિટમાં ડો. મનમોહન સિંહને



પણ આમંત્રણ અપાતું હતું અને તેમનીની વાત સાંભળવામાં આવતી હતી. ૨૦૧૪ પછી પણ ભારતીય વડાપ્રધાનોને આમંત્રણણ આપવાની પરંપરા ચાલુ રહી હતી, પરંતુ છ વર્ષમાં પ્રથમ વખત ‘વિશ્વગુરુ’ આ સમિતિમાંનો હાજર નહીં રહે.

આ બાબતને ગમે તે રીતે દર્શાવવાનો પ્રયાસ કરો પણ વાસ્તવિકતા એ છે કે, ભારત-પાકિસ્તાન યુદ્ધમાં અમેરિકાનીની મધ્યસ્થીનો સ્વીકાર કરી યુદ્ધવિરમ કર્યા બાદ કૂટનીતિ મામલે સરકારનો આ બીજો મોટો હાજરો છે. કેનેડા અભ્યર્થનામાં આવતા મહિને યોજનારી જી૭ દેશોની બેઠકમાં

વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી હાજરી આપે તેવી શક્યતા નહીત હતી. છ વર્ષમાં પ્રથમ વખત વડાપ્રધાન મોદી જી ૭ સમિટમાં ગેરહાજર રહે તેવી શક્યતા હોવાનું સૂત્રોએ જણાવ્યું હતું. કેનેડાએ હજી ભારતના વડાપ્રધાન નિમંત્રણ મોકલ્યું નહીં હોવાનું જણાવતાં સૂત્રોએ ઉમેર્યું હતું કે, બંને દેશો વચ્ચે છેલ્લાં કેટલાંક સમયથી વણસેલાં સંબંધોને પગલે, જો કદાચ નિમંત્રણ મોકલાયું હોત તો પણ તેઓ તેમાં હાજર રહેવાનું ટાળત. ભોપાલ: ભારત અને પાકિસ્તાન વચ્ચે થયેલાં યુદ્ધ દરમિયાન અમેરિકાના રાષ્ટ્રપ્રમુખ જોનાહસ ટ્રમ્પે કરેલાં ફોન કોલ બાદ વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીએ શરણાગતિ સ્વીકારી શસ્ત્રવિરામ કર્યો હતો. તેવો દાવો કોંગ્રેસના સાંસદ અને લોકસભામાં વિપક્ષના નેતા રાહુલ ગાંધીએ કર્યો હતો. રાહુલ ગાંધીએ હતું કે, ૧૯૭૧ના યુદ્ધ વખતે તત્કાલિન વડાપ્રધાન ઈન્દિરા ગાંધી અમેરિકાના દબાણ સામે ઝૂક્યાં નહોતા.

અમૃતપાલ કૌરે જણાવ્યું હતું કે, મેં ફક્ત
૧૯ સેકન્ડનો વીડિયો બનાવ્યો હતો
ઓસ્ટ્રેલિયામાં પોલીસની
બર્બરતાથી ભારતીય મૂળનો
યુવક કોમામાં સરી પડ્યો



। (એજન્સી) કેનબરા, તા.૪ ।

ભારતીય મૂળના ૪૨ વર્ષીય ગૌરવ કુંદીની ધરપકડ કરતા સમયે એડિલેડના પૂર્વ ઉપનગરમાં ઓસ્ટ્રેલિયાની પોલીસની કૂરતા સામે આવી છે. પોલીસ ભારતીય યુવકને જમીન પર પડેલા ગળાને ઘૂંટણથી ઢબાવી દીધો હતો, ત્યાર પછી યુવકને જીવન બચાવવા માટે તરફડી પડ્યો હતું અને ગળામાં ગંભીર ઈજા થતાં તે કોમામાં સડી પડ્યો હતો. સ્થાનિક મીડિયા રિપોર્ટ મુજબ, ગૌરવ કુંદી વર્તમાનમાં રોયલ એડિલેડ હોસ્પિટલમાં છે અને માથામાં તથા ગળાની ગંભીર ઈજાની સાથે લાર્ઇફ સપોર્ટ સિસ્ટમ પર છે. બે બાળકોના પિતા, ગૌરવના પરિવારના સભ્યોએ દાવો કર્યો છે કે ગંભીર ઈજાને લીધે એ બેભાન થઈ ગયો છે. ગૌરવની પત્ની અમૃતપાલ કૌરે એક વીડીયો બનાવ્યો હતો, જેમાં પોતાના પતિને પેનહમ રોડ પર બળજબરીથી લઈ જતો જોઈ શકાય છે. વીડીયોમાં ગૌરવ ચીસો પાડીને કહી રહ્યો છે કે મેં કશુંય ખોટું કયું નથી. જ્યારે તેની પત્ની પણ રડીને નિર્દોષ હોવાનો દાવો કરી રહી છે. કૌરે જણાવ્યું હતું કે, મેં ફક્ત ૧૯ સેકન્ડનો વીડીયો બનાવ્યો, કારણ કે હું ગભરાઈ ગઈ હતી અને હું ગૌરવની સાથે જમીન પર બેસી ગઈ. હું કહેતી રહી કે એ ઠીક નથી. પ્લીઝ આવું ન કરો, બસ એમ્બ્યુલન્સ બોલાવો. વધુમાં કૌરે કહ્યું કે, ડોક્ટરોએ જણાવ્યું છે કે ગૌરવનું મગજ સંપૂર્ણપણે ડેમેજ થઈ ગયું છે. જો તેનું મગજ કામ કરશે તો કદાચ ભાનમાં આવી શકશે. આ ઘટનાને યાદ કરીને કૌરે એમ પણ કહ્યું કે ગૌરવની સાથે ઉંઠા તકરાર કરતી હતી ત્યારે પોલીસે અમને જોઈ લીધા અને પોલીસે ઉતાવળમાં ઘરેલું હિંસાના મામલો સમજ લીધો. હું ગૌરવને એમ કહી રહી હતી કે તું અંકીલાશું ઝૂંકી રહ્યો છે, ચાલ ઘરે પરત જઈએ, નું નશામાં છે તારી તબિયત બરાબર નથી. આપણે ઘરે જઈએ. એટલે ગૌરવે મને ધક્કો માર્યો, એટલે પોલીસને લાગ્યું કે ગૌરવે મારા હુમલો કર્યો છે. પરંતુ પોલીસ ખોટી હતી. ગૌરવ ફક્ત ઉતાવળું બોલી રહ્યો હતો, બાકી કશુંય હતું નહીં. ગૌરવની પત્નીએ વધુમાં કહ્યું કે, પોલીસે કૂર રીતે તેની મારપીટ કરી હતી. એટલું તેનું મગજ ડેમેજ થઈ ગયું હતું. તેની તબિયત બરાબર નથી અને તેના હૃદયમાં સમસ્યા પેદા થઈ છે. હું બસ થઈ છું અને ભગવાનને પ્રાર્થના કરી રહી છું કે એ જલદી સ્વસ્થ થઈ જાય.

છતીસગઢના સ્પે. પોલીસ ઓફિસરની નિમણૂકના કાયદાને પડકારાયો હતો

કેન્દ્ર કે રાજ્યો એ બનાવેલો કાયદો સુપ્રીમનો તિરસ્કાર નથી

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૪ ।

કેન્દ્ર અથવા રાજ્ય સરકાર દ્વારા બનાવેલા કાયદાને સુપ્રીમ કોર્ટનો તિરસ્કાર ગણી શકાય નહીં, તેવા અવલોકન સાથે કોર્ટે અરજી ફગાવી દીધી હતી. દિલ્હી યુનિવર્સિટીના પૂર્વ પ્રોફેસર તથા સમાજજ્ઞોદી નંદિની સુંદર તથા અન્યોએ ૨૦૧૨ના વર્ષમાં કટેમ્પટન્ટી અરજી કરી હતી. સુપ્રીમ કોર્ટના જસ્ટિસ બી વી નાગરત અને સતીષ કંઠ શર્માની બેન્ચે અને અરજીને ફગાવી દેખેલી હતી. છત્તીસગઢ સરકારે ૨૦૧૧માં



સુપ્રીમ કોર્ટે આપેલા ચુકાદાનું
પાલન ન કર્યું હોવાના દાવા
સાથે કન્ટેમ્પ્ટ અરજી થઈ હતી.
અરજીમાં દાવો થયો હતો કે,
માઓવાદીઓ સામે લડવા
માટે સરકારે સાલ્વા જુડુમ
અને આદિવાસીઓને શંકો
આપ્યા છે અને આ કામગીરીને
સ્પેશિયલ પોલીસ ઓફિસર

તરીકે ઓળખાવાવામાં આવે છે. છત્તીસગઢ સરકારે કાયદો બનાવીને સ્પેશિયલ પોલીસ ઓફિસરીની નિમણૂક કરી છે અને તેમને માઓવાદી-નક્કસલવાદીઓ સામે લડવા સશસ્ત્ર દળોની મદદમાં તૈનાત કરાયા છે. છત્તીસગઢે આ કાયદો બનાવીને સુપ્રીમ કોર્ટના ચુકાદાનો ભંગ કર્યો હોવાનો દાવો થયો હતો. જેમાં સુપ્રીમ કોર્ટે સ્પેશિયલ પોલીસ ઓફિસિસ પાસેથી હથિયાર પરત ખેંચી લેવા અને તેમનો ઉપયોગગ્રાનદી કરવા નિર્દેશ આપ્યા હતા. બાદમાં સરકારે છત્તીસગઢ ઓફીસરીની આ પોલીસ ફોર્સ એક્ટ, ૨૦૧૧ વિધાનસભામાં રજૂ કરી કાયદા પસાર કરાવ્યો હતો. આ કાયદા પસાર થયો તે અગાઉ હાઈકોર્ટે સ્પેશિયલ પોલીસ ઓફિસરો ભરતી સામે નિર્દેશ આપ્યો હતા. જો કે સરકારે કાયદો બનાવી કોર્ટના ચુકાદાનો ભંગ કર્યો હોવાના આક્ષેપ સામે અરજ થઈ હતી. અદાલતે ઠરાવ્યું હતું કે, બંધારણીય સંસ્થાઓના સાર્વભૌમિકત્વ વચ્ચે સંતુલન રહેવું જોઈએ.

આયા હતા. બાદમાં સરકાર
છત્તીસગઢ આંકડાસીલરી આ
પોલીસ કોર્સ એક્ટ, ૨૦૧૦
વિધાનસભામાં રજૂ કરી કાય
પસાર કરાવ્યો હતો. આ કાય
પસાર થયો તે અગાઉ હાઈકોર્ટ
સ્પેશિયલ પોલીસ ઓફિસર
ભરતી સામે નિરંદર આચર
હતા. જો કે સરકારે કાય
બનાવી કોર્ટના ચુકાદાનો ભં
કર્થો હોવાના આક્ષેપ સા
અરજી થઈ હતી. અદાલ
ઠરાવ્યું હતું કે, બંધારણી
સંસ્થાઓના સાલભોમત્વ વ
સંતુલન રહેવું જોઈએ.

ટ્રમ્પ પર વિશ્વાસ રાખો, ટ્રેડ ડીલમાં ભારતના હિત સચવાશે: અમેરિકા

। (એજન્સી) વોશિંગ્ટન, તા.૪।



ભારત-અમેરિકા વચ્ચે ટ્રેડ રીલ માટે લાંબા સમયથી ચાલી રહેલા વાટાઘાટોમાં ફળદાયી પરિણામ મળવાની આશા યુએસ કોમર્સ સેક્રેટરી હાર્વર્ડ લ્યુટીન્કે વ્યક્ત કરી છે. તેમણે ભારતને ભરોસા આપવાના કહ્યું હતું કે, ટ્રમ્પ પર વિશ્વાસ રાખો. ટ્રેડ ડિલમાં ભારતના હિતો જળવાશે. બંને દેશને મદદરૂપ બને તેવો રસ્તો મળી ગયો છે અને નજીકના સમયમાં ટ્રેડ રીલ શક્ય બનશે. ભારત તરફથી યોગ્ય વ્યક્તિની પસંદગી

થઈ હતી અને અમેરિકાની
પસંદગી પણ યોગ્ય હતી,
જેના કારણે વાટાઘાટો સફળ
થઈ હોવાનું માનું છું. યુએસ-
ઈન્ડિયા સ્ટ્રેટેજિક પાર્ટનરશિપ
ફોરમમાં વક્તવ્ય દરમિયાન
હાવર્ડ ભારત-અમેરિકાના

આપાત્રી સંબંધો અંગે વાત કરી હતી. ટ્રમ્પ સરકારના મુખ્ય ટ્રેડ નેગોશિએટર્સમાં મહત્વનું સ્થાન ધરાવતા હાવર્ડ વિશ્વાસ રાખે છે. કહ્યું હતું કે, યુએસ પ્રમુખ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ પર ભારતે ભરોસો રાખવો જોઈએ. તેઓ ભારતના હિતોનો ચોક્કસ કાળજી રાખશે. ભારત સાથે વાતાઘટોમાં અમેરિકા તરફથી નેગોશિએટર તરીકે લ્યુટનિનકને પસંદ કરવામાં આવ્યા છે. ટ્રમ્પ ના દૃષ્ટિકોણ અંગે સ્પષ્ટતા કરતાં હાવર્ડ લ્યુટનિકે કહ્યું હતું કે, યુએસ પ્રમુખ અમેરિકાના

સ્ટેન્ડી નીતિ અપનાવી છે,
 પરંતુ તેઓ માત્ર અને માત્ર
 અમેરિકા અંગે વિચાર કરતા
 છે. વધુમાં હાલવે કહું હડું કે,
 અમે પોતાના ઘરને જાળવવાનું
 છે, જેથી અમેરિકા વિશાળ
 અને મજબૂત રહે. જો કે સાથી
 રાષ્ટ્રોની અવગણના કરવાની
 મની નીતિ નથી. ભારત માટે
 અમે ઘણો આદર છે અને
 આ ભારતના પ્રશંસક છે તેથી
 આ ભારતનો વિચાર ચોક્કસ
 કરશે. ભારત અને અમેરિકાના
 વચ્ચેનો સાચા અર્થમાં ઘણાં
 મારા અને નિકટના રહેશે.

ટ્રમ્પના ટેક્સ બિલ ઉપર બરાબરના ભડક્યા ઈલોન મસ્ક

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૪ ।



અમેરિકાના અબજપતિ બિઝનેસમેન એન ટેકોલોજી જગતના ડિગ્ગજ ઈલોન મસ્કે ટ્રમ્પ પ્રશાસનના નવા ટરકે એને ખર્ચ બિલ પર તીખી ટિપ્પણી કરી છે. સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ એક્સ પર ઈલોન મસ્કે આ બિલને વાલિયાત જણાવતા કહ્યું કે, આ ખાધને વધારશે. આ સાથે જ મસ્કે લખ્યું કે, 'માફ કરજો, પરંતુ હું હવે સહન નથી કરી શકતો... આ કોંગ્રેસનું ખર્ચથી ભરેલું, વાલિયાત

અને શરમજનક બિલ છે. જે લોકોએ તેના પક્ષમાં મતદાન કર્યું, તેને ખુદ પર પણ શરમ આવવી જોઈએ. કારણ કે, તેઓ જાણે છે કે, તેમણે ખોટું કર્યું છે.'મરડે ચેતવણી આપી છે, આ બિલ અમેરિકાની

પહેલાંથી જ વિશાળ
બજેટ ખાધને વધારીને
૨.૫ ટ્રિલિયન ડૉલર સુધી
પહોંચાડી દેશે, જેનાથી દેશ
પર અસ્થિર દેવાનો ભાર વધુ
વધશે. નોંધનીય છે કે, થોડા
દિવસ પહેલા જ ઈલાન મસ્કે
‘ગવર્નમેન્ટ એકિઝિઝિન્સી
વિભાગ’ના ચીફ પદથી
રાજીનામું આપી દીધું હતું,
જેની જવાબદારી દેશના ખર્ચને
ઘટાડવાની હતી. તેમણે આ
મિલથી પણ પોતાના સ્પષ્ટરૂપે
અલગ કરી દીધા છે. બહારૂં
હાઉસની પ્રેસ કોન્ફરન્સમાં

કેરોલીન લેવિટે ઈલોન મસ્ની
ટીકાને વધુ મહત્વ ન આપ
તા કહ્યું છે, અમેરિકન પ્રમુખ
ડ્રમ્પ પહેલાંથી જ જાણતા હતા
કે, મરકા આ બિલને લઈને
શું વિચારે છે, પરંતુ ઈલોન
મરકના આ પગલાંથી ટ્રમ્પનો
વિચાર નહીં બદલાય. ટ્રમ્પ
આ બિગ બ્રૂડીફુલ બિલ સાથે
લોભા છે. જ્યારથી દઈએ કે,
આ બિલને પ્રમુખ ડોનાલ્ડ
ટ્રમ્પે પોતાની આર્થિક નીતિની
મરકેડેજજૂ જણાવી છે. જોકે,
મરકે તેને અનિયંત્રિત ખર્ચનું
પ્રતિક જણાવ્યું.

વેસ્ટમાંથી બેસ્ટ પ્રોડક્ટ - નકામી વસ્તુઓને નવું સ્વરૂપ આપતી અમદાવાદ મહાનગરપાલિકા

મહાનગરપાલિકાએ બગીચાઓ સહિત શહેરની અનેક જગ્યાઓ પર પ્લાસ્ટિક વેસ્ટમાંથી બનેલા બાકડા મુકાયા

। (माहिती) सुरत ।

પ્લાસ્ટિક અને કચરાના નિકાલ માટે ઝૂમના મહાનગરો માટે અમદાવાદ શહેર પ્રેરણાસ્રોત બની ઊભરી રહ્યું છે. વિશ્વ આખું પ્લાસ્ટિકના દૂષણને ડામવા ઉપર ચિંતા કરી રહ્યું છે ત્યારે અમદાવાદ મહાનગર પાલિકાનો સોલિડ વેસ્ટ મેનેજમેન્ટ વિભાગ વેસ્ટ કચરા અને પ્લાસ્ટિકમાંથી બેસ્ટ વિકલ્પ ઉપર ક્યાવત કરી રહ્યું છે. અમદાવાદ શહેરમાં દૈનિક ધોરણે ઉત્પન્ન થતાં પ્લાસ્ટિક વેસ્ટને અલગથી એકત્રિકરણ, ટ્રાન્સપોર્ટેશન અને ટ્રીટમેન્ટ માટે અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન દ્વારા પીપીપી ધોરણે પ્લાસ્ટિક વેસ્ટ મેનેજમેન્ટ ફેસિલિટી પ્રોજેક્ટ કાર્યરત કરવામાં આવ્યો છે. આ પ્રોજેક્ટ અંતર્ગત પ્લાસ્ટિક રિસાઈકલિંગની કામગીરી થઈ રહી છે. શહેરમાંથી એકત્ર કરવામાં આવેલા પ્રાંથિય પ્લાસ્ટિકના જથ્થાને રિસાઈકલ કરી મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનના



બગીચાઓમાં તેમજ શહેરની કેટલીક જગ્યાઓ ઉપર પ્લાસ્ટિક વેસ્ટમાંથી બનેલા બાકડા (બેચીસ) મૂકવામાં આવ્યા છે. છેલ્લાં ૦૨ વર્ષમાં અંદાજિત ૫૧,૧૦૦ મેટ્રિક ટન જેટલો વિવિધ પ્લાસ્ટિક મટિરિયલ જીરો રિસાઈકલિંગ વસ્તુના ઉત્પાદન માટે જુદી-જુદી ઇન્ડસ્ટ્રીઝને આપવામાં આવ્યો છે. આ ઉપરાંત બાકી નીકળતા ઇનર્ટ મટિરિયલને સિમેન્ટ ઇન્ડસ્ટ્રીઝમાં કો-ફ્યુઅલ તરીકે ઉપયોગમાં લેવા માટે મોકલી આપવામાં આવે છે. અમદાવાદ



શહેરમાં દૈનિક વધુ લોકેશન ઉપર
 પ્લાસ્ટિક બોટલ કચરા મશીનો
 મૂકવામાં આવ્યાં છે, જ્યાં
 નગરજનો પ્લાસ્ટિકની બોટલ
 ડિસ્પોઝ કરી શકે છે. આ પ્લાસ્ટિક
 બોટલને કચરા રીંતેમાંથી કપડાં,
 જીન્સ અને પ્લાસ્ટિકની અન્ય
 રિસાઈકલ આર્ટફોર્મ બનાવાવા
 ઉપયોગમાં થઈ રહ્યો છે.
 અમદાવાદ શહેરમાં રિડ્યુસ,
 રિયુઝ, રિસાઈકલ (**RRR**) થીમ
 આધારીત ૭ ઝોનમાં ઝોનદીઠ
 ૧ મુજબ કુલ ૭ મોબાઈલ
RRR વાનથી નાગરિકોની બિન-
 ઉપયોગી ધરેલું વસ્તુઓને વધુ

ઉપયોગ માટે એકત્રિકરણની એકરૂપ
નવીનતમ પહેલ પણ શરૂ કરવામાં
આવી છે. શહેરનાં ૭ ઝોનમાં
આવેલી સોસાયટીઓમાંથી
મોબાઈલ RRR વાન મારફતે
બાગરિકો પાસેથી જૂની
બિનઉપયોગી ચીજ- વસ્તુઓનો
જેવી કે વપરાયેલા કપડાં,
પગરખાં, ચોપડીઓ તથા જૂના
રમકડાં અને જુનાં ફર્નિચરો કે
ઠેલિક્કૂંક આઈટમોનું કલેક્શન
કરવામાં આવે છે. અમદાવાદ
શહેરને સ્વચ્છ અને જીરો
વેસ્ટમાંથી બનાવવાના ધ્યેય
સાથે RRRની પ્રવૃત્તિઓને વધુ વેગ

આપવાના ભાગરૂપે આ ઝુંબેશના કારણે ૬મ્મ સાઈટ ઉપર આવતા કચરાની માત્રામાં ઘટાડો થઈ રહ્યો છે. સાથો-સાથ પુનઃ ઉપયોગ અને રિસાઈકલિંગનાં કારણે પ્રાકૃતિક સંસાધનોની પણ બચત થઈ શકે અને અમાદાવા શહેરને જીરો વેસ્ટ સિટી બનાવવાનાં પ્રયાસને વધુ વેગ મળશે.

૭૦ કિગ્રી મુઘી ટકી શકે એવા પ્લાસ્ટિકનાં વેસ્ટમાંથી બાકડા

તૈયાર કરાયા

શહેરમાં સ્વચ્છતા જાળવાઈ રહે તે દેશેથી પ્લાસ્ટિકનાં વેસ્ટમાંથી બાકડા તૈયાર કરવામાં

માયા છે. આ બાકડા ૫૦ કિલો
રેસાયકલ કરેલ મસ્ટિ-લેયર્ડ
પ્લાસ્ટિકથી બનેલા છે. આ
નિયમમાં ૭ લોકો માટે બેસવાની
ગયા છે. આ સાથે ૪૦૦
કેલો વજન સમાવવાની ક્ષમતા
હશે. દરેક બેન્ચની કુલ ઊંચાઈ
૫ ફીટ, લંબાઈ ૪૮ ઈંચ અને
હોબાઈ ૨૮ ઈંચ છે. બેન્ચમાં
પરાતુ આ પ્લાસ્ટિક શીટ્સ
દરમિયાન શોષણ ક્ષમતાને ધ્યાનમાં
ગમીને બનાવવામાં આવે છે.
તેને ૭૦ ડિગ્રી સુધી ટકી શકે છે.
આ ઉપરાંત ઉપયોગ થયેલીવાર
નિવૃત્તિવેશન હેતુ માટે થાય છે.

શહેરના ૭ જેટલા વેજિટેબલ
- ફૂટ માર્કેટમાં કલોથ બેગ
વેલ્ડિંગ મશીનો મુકાશે
અમદાવાદ મહાનગર
પાલિકા દ્વારા શહેરને
પ્લાસ્ટિકમુક્ત બનાવવાના
ઉદ્દેશથી એક વધુ મહત્વકાંક્ષી
પહેલ કરવામાં આવી છે. અત્યંત
પહેલ અંતર્ગત શહેરના વિવિધ
વ્યસ્ત સ્થળોએ જ્યાં પ્લાસ્ટિક
થેલીઓનો વધુ ઉપયોગ નોંધાય
હોય તેવા - ખાસ કરીને
શિક્ષકભાજી અને ફૂટ માર્કેટરસને
- બજારોમાં કલોથ બેગ વેલ્ડિંગ
મશીનો સ્થાપિત કરવાની યોજના

થકા બજારોનાં લોકોશન
આઈડેન્ટિફાય કરીને કલોથ બેગ
વેરિંગ મશીન ઈસ્ટોલ કરવાનું
થશે. આ પાયલોટ પ્રોજેક્ટન
પ્રારંભ પમી જૂન ૨૦૨૫ -
વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસથી થશે
આ પ્રોજેક્ટ અંતગત નાગરિક
આ મશીનમાંથી ઓછા ખર્ચે
રિયુઝેબલ કપડાની થેલીઅં
મેળવી શકાશે.એટલું જ નહીં
નાગરિકોને પ્લાસ્ટિક થેલીઓના
વિકલ્પ તરીકે કપડાની થેલીઅં
ઉપયોગ કરવા માટે પ્રોત્સાહન
કરવો અને પર્યાવરણીય
સંવેદનશીલતા વધાવવાનો છે.

ગુરુવાર, અમદાવાદ

ગુજરાત

અમદાવાદ, તા. ૪ ।
ગુજરાતમાં ફરી કોરોના
યાયરસના કેસમાં વધારો
દેખી રહ્યો છે. રાજ્યમાં આજે
કોરોના વાયરસના નવા ૧૧૮
કેસ નોંધાયા છે. આ સાથે
કુલ સંક્રમિતોની સંખ્યા ૫૦૮
થઈ ગઈ છે. જેમાં ૧૮ લોકો
ક્રિસ્ટિયલમાં દાખલ છે, જ્યારે
૫૦૮ લોકો આઈસોલેશનમાં
છે. રાજ્યના આરોગ્ય વિભાગે
આપેલી માહિતી પ્રમાણે
ગુજરાતમાં આજે ૫૦૮
નવા કેસ નોંધાયા જ્યારે ૭૨
લોકો કોરોનાથી સાજા થયા
છે. ગુજરાતમાં કુલ એક્ટિવ
કેસની સંખ્યા ૫૦૮ થઈ
ગઈ છે. રાહતની વાત છે કે
ક્રિસ્ટિયલમાં દાખલ દર્દીઓની
સંખ્યા માત્ર ૧૮ છે.