



ફોરમ વર્લ્ડવાઈડ પ્રસ્તુત કરે છે

EUROPE'26

FORAM[®]
WORLDWIDE
#ChaloForumKeSang

એપ્રિલ થી ઓક્ટોબર સુધી - "1500+ પ્રવાસીઓ" ની યુરોપ ગ્રુપ ટુરો "કિચન કેરેવાન"

સાથે આયોજીત કરનાર એક માત્ર પાયોનીયર

ચેતવણી: યુરોપના પ્રવાસીઓ માટે 'પબ્લિક એડવાઈઝરી'

સ્વિટ્ઝર્લેન્ડના પ્રવાસનું સત્ય: મૌખિક વાતો નહીં, લેખિત વચનો (Written Commitments) માંગો

2026 યુરોપ ટૂર બુક કરતા પહેલા દરેક પરિવાર માટે અવશ્ય વાંચવું

યુરોપની યાત્રા જીવનની યાદગાર સફર હોય છે. પરંતુ જ્યારે પરિવાર માટે 15-20 લાખ રૂપિયાની રકમ ખર્ચાઈ રહી હોય ત્યારે સ્પષ્ટતા, સત્ય અને ખાતરી—આ ત્રણ બાબતો અત્યંત જરૂરી બની જાય છે. ખાસ કરીને સ્વિટ્ઝર્લેન્ડ સેક્ટર એ ભાગ છે જ્યાં નવા નિશાળિયા ઓપરેટરો પ્રવાસીઓને સૌથી વધારે ગેરમાર્ગે દોરે છે. આ લેખ તમને તે તમામ હકીકતો સમજાવે છે જે જાણ્યા વગર યુરોપ ટૂર બુક ન કરવી જોઈએ.

૧. ઈન્ટરલેકનમાં ૫ રાત રોકાણ: એક મીઠી ભ્રમણા
ઈન્ટરલેકન સ્વિસનું હાર્ટ છે, પણ શું ત્યાં સર્ગંગ ૫ રાત રહેવું વ્યવહારિક છે? ના.

મોટાભાગના સાઈટસીંગ (જીનીવા, ઝુરિક, રાઈન ફોલ્સ, લ્યુસર્ન) ઈન્ટરલેકનથી ઘણા દૂર છે. જો કોઈ તમને ૫ રાત ઈન્ટરલેકનનું વચન આપે તો સમજવું કે તમારો સમય બસની મુસાફરીમાં જશે.

❗ અમારી સલાહ: સાચા સ્વિસ પ્રવાસ માટે ઝુરિક, જીનીવા અને લ્યુસર્ન વચ્ચે રોકાણ વહેંચવું (Split Stay) અનિવાર્ય છે. આ રાઉટિંગ લેખિતમાં માંગો.

૨. હોટેલ બદલવાની 'રમત' (Last-Minute Hotel Switching)

બુકિંગ લેવા માટે પહેલા 'સેન્ટ્રલ હોટેલ' બતાવાય છે અને ટૂર પહેલા 'Availability' ના બહાને શહેરથી ૨૦ કિ.મી. દૂર ઉતારી દેવાય છે.

❗ તમારો અધિકાર: બુકિંગ સમયે જ હોટેલના નામ, લોકેશન અને Pin Code લેખિતમાં માંગો.



100%
PURE VEG &
JAIN FOOD

૩. કિચન કેરેવાન: હકીકત કે માત્ર માર્કેટિંગ?

આજે બધા 'કિચન કેરેવાન' નો દાવો કરે છે. પણ શું ત્યાં જમવાનું તાજું બને છે? કે પછી બાહરથી 'બોક્સ ફૂડ' લાવીને પીરસાય છે?

❗ સવાલ પૂછો: "શું બ્રેકફાસ્ટ, લંચ અને ડિનર સાઈટ પર લાઈવ બને છે? કે બાહરથી આવે છે?" શું તમે ડિનર લાઈવ ગરમ ગરમ ખવડાવશો કે TIFFIN ડિનર આપશો?

યાદ રાખો: ફોરમ વર્લ્ડવાઈડે ૨૦૦૬ માં યુરોપમાં સૌપ્રથમ કિચન કેરેવાન શરૂ કર્યું હતું. અમે જે કહીએ છીએ, તે જ પીરસીએ છીએ.

ઘર ઘર માં લોકપ્રિય એવા "ફોરમ વિરલ શાહ" ના કુશળ માર્ગદર્શન હેઠળ . 20 વર્ષો ના અનુભવ સાથે . યુરોપ માં કિચન કેરેવાન સુવિધાઓ નો ઇતિહાસ રચનાર એ જ ફોરમ વર્લ્ડવાઈડ

હરો ફરો ધુરંધરો સાથે, ન કે નવા નિસાડિયા સાથે.

ફોરમ વર્લ્ડવાઈડ નો મેગા ઓફર નો લાલ લો.. બુક કરાવો તમારા 2026 ના પ્રવાસો, અમારા 2025 ના જુના લાવે.. 15 DECEMBER સુધીજ

ITALY / AUSTRIA / SWISS / FRANCE / BELGIUM / NETHERLANDS

Grand Europe



17 DAYS

Charm Europe



10 DAYS

Glimpse Europe



13 DAYS

Essense of Italy
(New Tour By FWW)



10 DAYS

ફક્ત અમારી સાથે માણો સ્વિટ્ઝર્લેન્ડ ના 3 MOUNTAINS - MT. TITLIS WITH ICE FLYER, JUNGFRAU, HARDER KULM WITH FUNICULAR RIDE

સવાર - બપોર - સાંજ અમારા રાજસ્થાની મહારાજ દ્વારા બનાવેલ ઘર જેવી રસોઈ ('જૈન પઘા)

દરેક સ્થળે કિચન કેરેવાન ની સુવિધા (SWITZERLAND & PARIS માં પણ)

હાર્ટ ઓફ સ્વિટ્ઝર્લેન્ડ ઈન્ટરલેકન માં ૩ રાત્રી મુકામ (ફક્ત અમારી સાથે)

અગત્ય ના બધાજ જોવા લાયક સાઈટસીઈંગ નો સમાવેશ

સવાર અને સાંજે ગરમાગરમ મસાલા ચા

૧૧ સુંદર શહેરો ની મુલાકાત

RHINE FALLS માં બોટ રાઈડ

GSTAAD - DDLJ પોઈન્ટ

પેરિસ બાઈ નાઈટ ટુર

એકેન્સી લેક ક્રુઝ



CHOOSE THE COMPANY THAT DELIVERS — NOT DIVERTS

FORAM 9324366095 | JAY 9167008678 | BHAKTI 9321236935
DINESH 8591728602 | DHRUV 8169369686 | DIVYA 9833998338

HEAD OFFICE : ML SPACE, 3RD FLOOR, VILE PARLE WEST. OPP. JAIN MANDIR. MUMBAI

WWW.FORAMWORLDWIDE.COM | INFO@FORAMWORLDWIDE.COM | FOLLOW US ON f i OTHER OFFICES AHMEDABAD | SURAT | RAJKOT | PUNE | USA | UAE

નહેરુએ વંદે માતરમ્ સાથે વિશ્વાસઘાત કર્યો: મોદી

નવી દિલ્હી: વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીએ સોમવારે કહ્યું હતું કે, મોહંમદ અલી ઝીણાની કોમી ચિંતાઓનો પડઘો પાડી સ્વતંત્ર ભારતના સૌપ્રથમ વડા પ્રધાન જવાહરલાલ નહેરુએ રાષ્ટ્રગાન ‘વંદે માતરમ્’ સાથે વિશ્વાસઘાત કર્યો હતો અને ‘વંદે માતરમ્’ના ટૂંકડેટૂકડા કર્યા હતા જેણે ભારતને તુષ્ટિકરણના માર્ગે મૂક્યું અને એતે એને લીધે દેશના ભાગલા પડ્યા.

મોદીએ કોંગ્રેસ પર સમાજિક એકતાનું બહાનું કાઢીને રાષ્ટ્રીય ગીત વંદે માતરમ્ના ટૂંકડે ટૂકડા કરી નાખ્યા હતા. તેમણે કહ્યું કે કોંગ્રેસ હજી પણ તુષ્ટિકરણનું રાજકારણ (જુઓ પાનું ૨) ►►

લોકસભામાં ચર્ચા કરતા વડા પ્રધાને આક્ષેપ કર્યો કે કોંગ્રેસ આ મામલે ગાંધીજીની ઈચ્છાની ઉપરવટ ગઈ

ઈન્ડિગો સામે દાખલારૂપ પગલાં લેવાશે: સરકાર

કટોકટીનું કોઈ કારણ જડતું નથી કહીને ઈન્ડિગોએ હાથ ઉપર કરી દીધા: ઍરલાઈનના સીઈઓ અને સીઓઓને સમન્સ

મુંબઈ : ઈન્ડિગોએ સોમવારે ડિરેક્ટોરેટ જનરલ ઑફ સિવિલ એવિયેશન (ડીજીસીએ)ને જવાબ આપ્યો હતો કે છેલ્લા એક અઠવાડિયામાં હજારો ફ્લાઈટ રદ થઈ અને ફ્લાઈટમાં મોટો વિલંબ થયો એવા તેના ઑપરેશનમાં વ્યાપક તૂટી પડવા માટે કોઈ એક કારણ શોધી શક્યું નથી.

એવિયેશનના નિયામક ડીજીસીએને આપેલા ઔપચારિક જવાબમાં સાડા પાંચ વર્ષમાં ૬.૧૫ લાખ કરોડ રૂપિયાની અદ્ધ લોનના નામનું બેન્કોએ નાહી નાખ્યું

નવી દિલ્હી: જાહેર ક્ષેત્રની બેન્કોએ છેલ્લા સાડા પાંચ વર્ષમાં ૬.૧૫ લાખ કરોડ રૂપિયાની લોન માંડી વાળી છે, એમ સોમવારે સંસદને જણાવવામાં આવ્યું હતું.

રાજ્ય કક્ષાના નાણા પ્રધાન પંકજ ચૌધરીએ લોકસભામાં એક લેખિત જવાબમાં જણાવ્યું હતું કે રિઝર્વ બેન્કના ડેટા મુજબ, જાહેર ક્ષેત્રની બેંકોએ છેલ્લા પાંચ નાણાકીય વર્ષ અને ચાલુ નાણાકીય વર્ષ દરમિયાન ૩૦ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૨૫ (કામચલાઉ ડેટા) સુધી કુલ ૬,૧૫,૬૪૭ કરોડ રૂપિયાની લોન માંડી વાળી છે.” નાણાકીય વર્ષ (જુઓ પાનું ૨) ►►

ઈન્ડિગોએ પેસેન્જરની થયેલી હાડમારી માટે ખેદ વ્યક્ત કરતા કહ્યું હતું કે અમને જડમાં રહેલા કારણને શોધવા માટેની સર્વગ્રાહી સમીક્ષા કરવા માટે વધુ સમય જોઈશે.

નાગરિક ઉડ્ડયન ખાતાના પ્રધાન કે. રામમોહન નાયડુએ સોમવારે રાજ્યસભામાં કહ્યું હતું કે સરકારે ઈન્ડિગો સામે દાખલારૂપ પગલાં લેશે જેથી બીજી (જુઓ પાનું ૨) ►►

જાપાનમાં ૭.૬નો ભૂકંપ, સુનામી

ટોક્યો: ઉત્તર જાપાનના દરિયાકિનારે સોમવારે ૭.૬ની તીવ્રતાનો શક્તિશાળી ભૂકંપ આવ્યો હતો, જેના પગલે પ્રદેશના દરિયાકાંઠાના સમુદાયોમાં ૪૦ સેન્ટિમીટર સુધીની સુનામી આવી હોવાનું જાપાનની હવામાન એજન્સીએ જણાવ્યું હતું.

એજન્સીએ જણાવ્યું હતું કે આ તીવ્રતાનો ભૂકંપ જાપાનના મુખ્ય હોન્શુ ટાપુના ઉત્તરીય પ્રાંત એઓમોરીની બરાબર પૂર્વમાં અને હોકાઇડો ટાપુની બરાબર દક્ષિણમાં આવ્યો હતો. તેણે જણાવ્યું કે હોકાઇડો પ્રીફેક્ચરના ઉરાકાવા શહેરમાં અને (જુઓ પાનું ૨) ►►

ઈન્ડિગો મામલો ગંભીર: સુપ્રીમ કોર્ટ હાલ દખલ નહીં આપે પણ દિલ્હી હાઈ કોર્ટમાં આવતી કાલે સુનાવણી

નવી દિલ્હી: ઈન્ડિગો ઍરલાઈન્સ દ્વારા સેંકડો ફ્લાઈટ રદ કરવામાં આવી હોવાને મામલે અદાલતની દરમિયાનગીરીની માગણી કરતી અરજીને તાકીદે સુનાવણી કરવાનું સુપ્રીમ કોર્ટે સોમવારે એમ કહીને નકારી કાઢ્યું હતું કે કેન્દ્ર સરકારે વર્તમાન પરિસ્થિતિની નોંધ લઈ તેમાં સુધારો કરવાનાં પગલાં લીધાં છે.

જોકે સુપ્રીમ કોર્ટે ઈન્ડિગો દ્વારા સંખ્યાબંધ ફ્લાઇટ્સ કેન્સલ કરતા સર્જાયેલી કટોકટીને ગંભીર મામલો ગણાવ્યો હતો. આ મામલે દિલ્હીની હાઈ કોર્ટમાં કરવામાં આવેલી એક અરજી પર અદાલત આવતી કાલે એટલે કે બુધવારે સુનાવણી કરશે. ઈન્ડિગો ઍરલાઈન્સ દ્વારા સેંકડો (જુઓ પાનું ૨) ►►

બંગાળની ચૂંટણી આવી રહી છે એટલે વંદે માતરમ્ પર ચર્ચા કરાવી સરકારે: પ્રિયંકા

નવી દિલ્હી : કોંગ્રેસે સોમવારે વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી પર ‘ઇતિહાસને ફરી લખવાનો પ્રયાસ’નો અને ‘વંદે માતરમ્’ ચર્ચાને રાજકીય રંગ આપવાનો આક્ષેપ કર્યો હતો. કોંગ્રેસે ભારપૂર્વક જણાવ્યું હતું કે ભાજપ ગમે એટલો પ્રયાસ કરે પરંતુ તે જવાહરલાલ નહેરુના યોગદાનને કલંક લગાડી નહી શકે. વિરોધ પક્ષે કહ્યું હતું કે કોંગ્રેસે ‘વંદે માતરમ્’ જે મહત્વને લાથક હતું એ આપ્યું હતું અને તેને રાષ્ટ્રીય ગીતનો મોભો આપ્યો હતો. કોંગ્રેસના લોકસભાના નાયબ નેતા ગૌરવ ગોગોઈએ આક્ષેપ કર્યો હતો કે વડા પ્રધાનને કોઈ પણ મુદ્દા પર ભોલતી વખતે ભારતના પ્રથમ વડા પ્રધાન નહેરુ અને (જુઓ પાનું ૨) ►►

‘વંદે માતરમ્’ ક્યારેય ઈસ્લામ વિરોધી નહોતું: રાજનાથ સિંહ

નવી દિલ્હી: સંરક્ષણ પ્રધાન રાજનાથસિંહે સોમવારે કહ્યું હતું કે ‘વંદે માતરમ્’ રાષ્ટ્રગીતનો કોઈપણ પ્રકારના પૂર્વગ્રહ વિના મુલ્યાંકન કરવાનો આ સમય છે. તેમણે ભારપૂર્વક કહ્યું હતું કે સંપૂર્ણ ગીત અને ‘આનંદ મઠ’ પુસ્તક ક્યારેય ઈસ્લામવિરોધી નહોતું અને તે બંગાળના નવાબ તેમ જ બ્રિટિશ સામ્રાજ્ય વિરુદ્ધની લોકોની લાગણીઓનું પ્રતિબિંબ પાડે છે.

‘વંદે માતરમ્’ રાષ્ટ્રગીતના ૧૫૦મા વર્ષની ઉજવણી નિમિત્તે યોજાયેલ ચર્ચામાં ભાગ લેતાં રાજનાથસિંહે કોંગ્રેસ પર આક્રમક પ્રહાર કરતા તેમણે દાવો કર્યો હતો કે તુષ્ટિકરણનું રાજકારણ દેશના (જુઓ પાનું ૨) ►►



રામ ઝુલા: રિષિકેશમાં સોમવારે સૂર્યાસ્તના સમયે રામ ઝુલો ઓળંગી રહેલા લોકો. (એજન્સી)

અમેરિકન શાંતિ પ્રસ્તાવને હજી સુધી ઝેલેન્સ્કીએ ‘વાંચ્યો’ નથી: ટ્રમ્પ

કીવ: અમેરિકાના પ્રમુખ ડોનલ્ડ ટ્રમ્પે રવિવારે દાવો કર્યો હતો કે યુક્રેનના પ્રમુખ વોલોડીમીર ઝેલેન્સ્કીએ રશિયા-યુક્રેન યુદ્ધને સમાપ્ત કરવાના હેતુથી અમેરિકાના શાંતિ પ્રસ્તાવને ‘વાંચ્યો નથી’. અમેરિકા અને યુક્રેનના વાટાઘાટકારોએ અમેરિકન વહીવટીતંત્રના પ્રસ્તાવ પર મતબેઠોને ઘટાડવાનો પ્રયાસ કરવાના હેતુથી શંકાસ્પદ રાષ્ટ્ર દિવસની વાટાઘાટો પૂર્ણ કર્યા બાદ ટ્રમ્પે ઝેલેન્સ્કીની ટીકા કરી હતી. રવિવારે રાત્રે પત્રકારો સાથેની વાતચીતમાં, ટ્રમ્પે સૂચવ્યું હતું કે ઝેલેન્સ્કી વાટાઘાટોને આગળ વધવાથી રોકી રહ્યા છે. હું થોડો નિરાશ છું કે ઝેલેન્સ્કીએ હજી સુધી પ્રસ્તાવ વાંચ્યો નથી, તે થોડા કલાકો પહેલાનો હતો. ટ્રમ્પે કેનેડી સેન્ટર ઓનર્સમાં રૅડ કાર્પેટ પર પત્રકારોને કહ્યું કે મને લાગે છે કે રશિયાને તે ગમશે, પરંતુ મને ખાતરી નથી કે ઝેલેન્સ્કીને તે ગમશે. તેમના લોકોને તે ગમશે, પરંતુ તેમણે તે વાંચ્યો નથી. રશિયાના પ્રમુખ વ્લાદિમીર પુતિને પણ વાહટ હાઉસ યોજના માટે જાહેરમાં મંજૂરી વ્યક્ત કરી નથી. હકીકતમાં, ગયા અઠવાડિયે પુતિને કહ્યું હતું કે ભલે મૂળ ફ્રાંક્ટ મોસ્કોને ગમ્યો હોય, પણ ટ્રમ્પના પ્રસ્તાવના પાસાઓ અચોચ હતા.

પંજાબમાં પાકિસ્તાન દ્વારા ચલાવાતા હથિયારોની દાણચોરીના મોડયુલનો પર્દાફાશ

ચંડીગઢ: પંજાબ પોલીસે સોમવારે દાવો કર્યો હતો કે તેણે પાકિસ્તાન સ્થિત હેન્ડલર સાથે જોડાયેલા સરહદ પારના હથિયારોની દાણચોરીના મોડ્યુલનો પર્દાફાશ કર્યો છે અને એક કિશોર સહિત છ જણની ધરપકડ કરી છે.

ડીજીપી ગૌરવ યાદવે જણાવ્યું હતું કે, આરોપી પાસેથી પોલીસે છ હથિયારો – પાંચ પોહન્ટ ૩૦ બોર પિસ્તોલ અને એક ૮ મિ.મી. પીએક્સ ફાયર પિસ્તોલ – જપ્ત કર્યા છે. આરોપીઓની ઓળખ તરનતારનના કોટલી વસાવા સિંહ ગામના રહેવાસી ગુરબીર સિંહ ઉર્ફે સોનુ, ગુપ્તીત સિંહ ઉર્ફે ગોપા, ગોરકા સિંહ ઉર્ફે ગોરા અને રાજવિંદર સિંહ ઉર્ફે રાજુ – બધા તરનતારનના ખેમ કરણના રહેવાસી; જસપાલ સિંહ ઉર્ફે જસ, અમૃતસરના બચીવિંડનો રહેવાસી અને ૧૬ વર્ષનો સુલતાનપુર લોધીની કિશોર પકડાયો છે.

પ્રાથમિક તપાસમાં જાણવા મળ્યું છે કે આરોપીઓ સોશ્યલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ દ્વારા પાકિસ્તાન સ્થિત હેન્ડલર સાથે સીધા સંપર્કમાં હતા, જેણે હથિયારોના જથ્થા મેળવવા અને વધુ સપ્લાય કરવા માટે કોઓર્ડિનેટ્સની માહિતી આપી હતી. તેમણે જણાવ્યું હતું કે, આ સંગઠિત ગેંગ રાજ્યના માઝા અને દોગાખા પ્રદેશોમાં કાર્યરત ગુનેગારોને આ હથિયારોના કન્સાઈનમેન્ટ સપ્લાય કરતી હતી જેથી તેઓ હિંસક પ્રવૃત્તિઓ કરી શકે.

ડીજીપીએ જણાવ્યું હતું કે નેટવર્કના પાછળના અને આગળના જોડાણો સ્થાપિત કરવા અને કેસમાં રીસીવરો અને નાણાકીય ચેનલો ઓળખવા માટે વધુ તપાસ ચાલી રહી છે. ઓપરેશનલ વિગતો શેર કરતા, અમૃતસર પોલીસ કમિશનર ગુરપ્રીત સિંહ ભુલ્લરે જણાવ્યું હતું કે પહેલી સફળતા ત્યારે મળી જ્યારે પોલીસ ટીમે ગુમચર તંત્ર દ્વારા કરવામાં આવેલા ઓપરેશનમાં શંકાસ્પદ ગુરબીર અને ગુરપ્રીતની ધરપકડ કરી અને બે પોહન્ટ ૩૦ બોર પિસ્તોલ જપ્ત કરી.

તેમણે જણાવ્યું હતું કે, શંકાસ્પદોની પૂછપરછમાં સમગ્ર નેટવર્કનો ખુલાસો થયો હતો. તેમણે ઉમેર્યું હતું કે, ફોલો-અપ દરોડામાં તેમના સાથીઓ ગોરકાની પોહન્ટ ૩૦ બોર પિસ્તોલ, જસપાલ પોહન્ટ ૩૦ બોર પિસ્તોલ અને રાજવિંદર ૮ મિ.મી. પીએક્સપ પિસ્તોલ સાથે ધરપકડ કરવામાં આવી હતી.

પુતિનની ભારત મુલાકાતથી ચીન ખુશ-ખુશાલ: ત્રિપક્ષી સહયોગને મજબૂત બનાવવા માટે હાકલ

બેઇજિંગ: ચીને સોમવારે રશિયાના પ્રમુખ વ્લાદિમીર પુતિનની ભારત મુલાકાત પર સકારાત્મક પ્રતિક્રિયા આપી હતી, ત્રણેય દેશને ગ્લોબલ સાઉથનો મહત્વપૂર્ણ ભાગ ગણાવ્યા હતા અને કહ્યું હતું કે મજબૂત ત્રિપક્ષી સંબંધો તેમના પોતાના રાષ્ટ્રીય હિત ઉપરાંત પ્રાદેશિક અને વૈશ્વિક શાંતિ અને સ્થિરતા માટે અનુકૂળ છે.

ગયા અઠવાડિયે પુતિનની નવી દિલ્હીની હાઇ-પ્રોફાઇલ મુલાકાત અને વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી સાથેની તેમની વાતચીત પર પ્રથમ વખત પ્રતિક્રિયા આપતા ચીનના વિદેશ મંત્રાલયના પ્રવક્તા ગુઓ જિયાકુને અહીં એક મીડિયા બ્રીફિંગમાં જણાવ્યું હતું કે, “ચીન, રશિયા અને ભારત ઊભરતી અર્થવ્યવસ્થાઓ છે અને ગ્લોબલ સાઉથના મહત્વપૂર્ણ સભ્યો છે.”

ગુઓએ કહ્યું કે મજબૂત સંબંધો જાળવી રાખનારા ત્રણેય દેશ ફક્ત તેમના પોતાના હિતોને અનુરૂપ નથી પરંતુ પ્રાદેશિક અને વૈશ્વિક શાંતિ, સુરક્ષા, સ્થિરતા અને સમૃદ્ધિ માટે પણ અનુકૂળ છે.

બીજિંગના મોસ્કો સાથેના ગાઢ અને મજબૂત સંબંધોને ધ્યાનમાં રાખીને, પુતિનની મુલાકાતને અહીં નજીકથી જોવામાં આવી હતી.

તેમની મુલાકાત પહેલા નવી દિલ્હી અને બીજિંગ વિશે પુતિનની ટિપ્પણીઓ અંગેના પ્રશ્નના જવાબમાં, ગુઓએ કહ્યું હતું કે ચીન દ્વિપક્ષીય સંબંધોના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપવા માટે રશિયા અને ભારત સાથે કામ કરવા તૈયાર છે.

પુતિને પોતાની મુલાકાત પહેલા એક મુલાકાતમાં કહ્યું હતું કે, ભારત અને ચીન અમારા સૌથી નજીકના મિત્રો છે – અમે તે સંબંધોને ખૂબ જ મહત્વ આપીએ છીએ. ભારત-ચીન સંબંધો – જે હાલમાં પૂર્વી લઢાખ મુકાબલા પછી સામાન્યીકરણના માર્ગ પર છે. ગુઓએ કહ્યું કે ચીન લાંબા ગાળાના પરિપ્રેક્ષ્ય સાથે નવી દિલ્હી સાથે ટકાઉ અને મજબૂત સંબંધોને પ્રોત્સાહન આપવા માંગે છે.

મોદી જીત, મોદી જવાબદારી લાવે છે: બિહારના સાંસદોને મોદીએ કહ્યું

નવી દિલ્હી: તાજેતરની વિધાનસભા ચૂંટણીમાં શાસક ગઠબંધનના પ્રચંડ વિજય બાદ વડા પ્રધાને સોમવારે બિહારના એનડીએ સાંસદોને લોકોના કલ્યાણ માટે વધુ ઉત્સાહ સાથે કામ કરવાની સલાહ આપી હતી. તેમણે કહ્યું કે મોદી જીત સાથે મોદી જવાબદારી પણ આવે છે.

લોક જનશક્તિ પાર્ટી(રામવિલાસ)ના સાંસદ શાંભવી ચૌધરીએ જણાવ્યું કે બિહાર ચૂંટણીમાં એનડીએના પ્રચંડ વિજય બદલ

અભિનંદન આપવા માટે અહીં આવેલા એનડીએ સાંસદોના પ્રતિનિધિમંડળને માટે વધુ ઉત્સાહ સાથે કામ કરવા જણાવ્યું હતું. એનડીએની સ્પષ્ટ પ્રાથમિકતા વર્ગ કે જાતિને ધ્યાનમાં લીધા વિના બધા માટે સમાવિષ્ટ વિકાસ છે. તેમજ નકારાત્મકતા, નફરત અને માન્યો હતો. જેના કારણે અમારી ચૂંટણીને મજબૂતાઇ મળી હતી. વડા પ્રધાને અમને યાદ અપાવ્યું કે મહાન વિજય સાથે મોદી જવાબદારી પણ આવે છે.

ચૌધરીએ જણાવ્યું કે મોદીએ સાંસદોને બિહારના લોકોના કલ્યાણ વડા પ્રધાન આ સંદેશ આપ્યો હતો. જણાવ્યું હતું. એનડીએની સ્પષ્ટ પ્રાથમિકતા વર્ગ કે જાતિને ધ્યાનમાં લીધા વિના બધા માટે સમાવિષ્ટ વિકાસ છે. તેમજ નકારાત્મકતા, નફરત અને માન્યો હતો. જેના કારણે અમારી ચૂંટણીને મજબૂતાઇ મળી હતી. વડા પ્રધાને અમને યાદ અપાવ્યું કે મહાન વિજય સાથે મોદી જવાબદારી પણ આવે છે.

બિહાર પછી બંગાળનો વારો: ભાજપના સાંસદોનો નારો

નવી દિલ્હી: વંદે માતરમની ૧૫૦મી વર્ષગાંઠ પર ચર્ચા શરૂ કરવા માટે વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી લોકસભામાં પ્રવેશ્યા ત્યારે શાસક ભાજપના સાંસદોએ ‘બિહારની જીત આપણી છે, હવે બંગાળનો વારો છે’ના નારા લગાવીને તેમનું સ્વાગત કર્યું હતું.

સાંસદોએ તેમની બેઠકો પરથી ઊભા થઇને ‘વંદે માતરમ’ના નારા લગાવીને મોદીનું સ્વાગત કર્યું હતું. ગૃહમાં ભાજપના સભ્યો દ્વારા લગાવવામાં આવેલા નારા ‘બિહારની જીત આપણી થઇ છે, હવે બંગાળનો વારો છે’નો લગભગ એવો અર્થ થાય છે કે આપણે બિહાર જીતી લીધું છે. હવે પશ્ચિમ બંગાળનો વારો છે.

બિહારમાં શાસક નેશનલ ેમોકે ટિક એલાયન્સ(એનડીએ), જે માં ભાજપ, જેડી(યુ), એલજેપી(આરવી) અને કેટલાક નાના પક્ષોનો સમાવેશ થાય છે. એનડીએએ ગયા મહિને યોજાયેલી વિધાનસભા ચૂંટણીમાં વિપક્ષી મહાગઠબંધનને હરાવીને સત્તા જાળવી રાખી હતી.

આ ચૂંટણીમાં ૨૪૩ સભ્યોની બિહાર વિધાનસભામાં એનડીએએ ૨૦૨ બેઠકો જીતી હતી. જ્યારે વિપક્ષી મહાગઠબંધનને માત્ર ૩૪ બેઠકો મળી હતી. જેમાં આરજેડીને ૨૫ બેઠકો, કોંગ્રેસને છ બેઠકો, સીપીઆઇ(એમએલ) લિબરેશનને બે બેઠકો અને સીપીઆઇ(એમ)ને એક બેઠક મળી હતી. અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે પશ્ચિમ બંગાળમાં આવતા વર્ષે વિધાનસભાની ચૂંટણીઓ યોજાવાની છે.



આગ: કુલ્લુસ્થિત મણિકરણા ખીણપ્રદેશના ઘાટેઈ ગામ ખાતે આગ ફાટી નીકળ્યા બાદ ઘટનાસ્થળે પહોંચેલાં અગ્નિશમન દળના જવાનો. (એજન્સી)

પશ્ચિમ બંગાળ અને તમિળનાડુમાં એનડીએ જીતશે: અમિત શાહ

અમદાવાદઃ કેન્દ્રીય ગૃહ અને સહકાર ખાતાના પ્રધાન અમિત શાહે રવિવારે કહ્યું હતું કે પશ્ચિમ બંગાળ અને તમિળનાડુમાં આગામી વિધાનસભા ચૂંટણીઓમાં એનડીએની મોટી જીત થશે, કારણ કે ભારતના લોકોએ કોંગ્રેસ અને તેના સાથી પક્ષોને નકારી કાઢ્યા છે. તેઓ અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનના એક કાર્યક્રમમાં બોલી રહ્યા હતા જ્યાં તેમણે રૂ. ૧,૫૦૦ કરોડના

બાદી બની ગુજરાતનું નવું ગૌરવ: ત્રણ વર્ષમાં ₹ ૧,૭૦૦ કરોડથી વધુનું વેચાણ

અમદાવાદઃ રાજ્યમાં બાદીને પ્રોત્સાહન આપવા ગુજરાત રાજ્યની સ્થાપનાથી ‘ગુજરાત રાજ્ય બાદી ગ્રામોદ્યોગ બોર્ડ’ની રચના એક વૈધાનિક બોર્ડ તરીકે કરવામાં આવી હતી. રાજ્યમાં બાદી પ્રવૃત્તિ સાથે સંકળાયેલી વિવિધ સંસ્થાઓ દ્વારા છેલ્લાં ત્રણ વર્ષ એટલે કે વર્ષ ૨૦૨૨-૨૩થી ૨૦૨૪-૨૫ દરમિયાન રૂ. ૧,૭૦૦ કરોડથી વધુનું વેચાણ કરીને સ્વદેશી અભિયાનમાં વિશેષ સિદ્ધિ હાંસલ કરી છે. જેમાં વર્ષ ૨૦૨૪-૨૫માં અંદાજે રૂ. ૬૮૩ કરોડથી વધુ બાદી ઉત્પાદનોનું વેચાણ કરવામાં આવ્યું છે. બાદી ઉત્પાદન પ્રવૃત્તિ ક્ષેત્રે સંકળાયેલા હજારો કાંતનાર-વણનાર

ખર્ચે ત્રણ રમતગમત સંકુલ સહિત અનેક પ્રોજેક્ટ્સનું ઉદ્ધઘાટન અને શિલાન્યાસ કર્યો હતો. તેમણે ઉમેર્યું હતું કે ૨૦૨૯ વર્ડ પોલીસ અને ફાયર ગેમ્સ અને ૨૦૩૦ કોમનવેલ્થ ગેમ્સ પછી, અમદાવાદ ૨૦૩૬ ઓલિમ્પિકનું પણ આયોજન કરશે.

તેમણે કહ્યું કે ૨૦૨૪ની સામાન્ય ચૂંટણીઓ પછી ભાજપનો વિજયનો સિલસિલો ચાલુ જ રહ્યો છે. આજે

આ તબક્કાથી, હું મમતાબેન (મમતા બેનજી) અને સ્ટાલિનજીને તૈયાર રહેવા કહેવા માગુ છું. બિહાર પછી, પશ્ચિમ બંગાળ અને તમિળનાડુમાં એનડીએનો વિજય થશે. પરિણામો આવવા દો. બંગાળ અને તમિળનાડુમાં તેમનો હાલના સત્તાધારી પક્ષનો સફાયો થઈ જશે, તેમ શાહે કહ્યું હતું. તેમણે મતદાર યાદી અને ઈવીએમમાં ગેરરીતિઓ અંગે વિપક્ષી નેતાના આરોપો પર રાહુલ

ગોંડલના રાજકુમાર જાટ મૃત્યુ કેસમાં આરોપી ગણેશ જાડેજાનો નાર્કો ટેસ્ટ ૧૨-૧૩ ડિસેમ્બર સુધી ચાલશે

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી) અમદાવાદઃ રાજકોટ જિલ્લાના ગોંડલ પંચક્રમાં ભારે ચર્ચા જગાવનાર રાજકુમાર જાટ અપમૃત્યુ કેસમાં તપાસનો ધમધમાટ શરૂ થયો છે. આ કેસના સંડોવાયેલા ગણેશ ગોંડલને યુસ્ત પોલીસ બંદોબસ્ત વચ્ચે ગાંધીનગર સ્થિત ફોરેન્સિક સાયન્સ લેબોરેટરી (એફએસએલ) ખાતે લાવવામાં આવ્યો હતો. સોમવારથી શરૂ થયેલી નાર્કો ટેસ્ટ માટેની આ પ્રક્રિયા આગામી ૧૨થી ૧૩ ડિસેમ્બર સુધી ચાલવાની છે. જોકે, સીધો નાર્કો ટેસ્ટ કરતા પહેલા ગણેશ ગોંડલના વિવિધ મેડિકલ રિપોર્ટ્સ કરવામાં આવશે અને તેઓ શારીરિક રીતે ફિટ જણાય તો જ

આગળની પ્રક્રિયા હાથ ધરવામાં આવશે.

સુરેન્દ્રનગર જિલ્લા પોલીસ વડા પ્રેમસુખેડેલુના નેતૃત્વમાં ચાલી રહેલી તપાસમાં હવે વૈજ્ઞાનિક ઢબે પુરાવા એકત્ર કરવાની ક્વાયત હાથ ધરવામાં આવી છે.

આ કેસમાં સત્ય બહાર લાવવા માટે ગણેશ ગોંડલને ગાંધીનગર એફએસએલ ખાતે ખસેડવામાં આવ્યા હતા. ૮ ડિસેમ્બરથી એટલે કે પ્રક્રિયાના પ્રથમ દિવસથી લઈને આગામી ૧૩ ડિસેમ્બર સુધી કુલ ચાર દિવસ સુધી જ નાર્કો ટેસ્ટનો મુખ્ય તબક્કો શરૂ કરવામાં આવશે. આ ટેસ્ટ દ્વારા ઘટના સમયે ખરેખર શું બન્યું હતું તેની વિગતો મેળવવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવશે.

ભાવનગરમાંથી મોટું આંતરરાષ્ટ્રીય કૌભાંડ પકડાયું: બે બેંક કર્મચારી સહિત દસ પકડાયા

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી) અમદાવાદઃ ગુજરાત પોલીસની સાયબર સેન્ટર ઓફ એક્સેલન્સ દ્વારા એક ખૂબ જ મોટા આંતરરાષ્ટ્રીય સાયબર કાર્ડમનો પર્દાફાશ થયો છે. આ ગુનાનો રેલો ચીન અને દુબઈ સુધી પહોંચ્યો હોવાનું સૂત્રોએ જણાવ્યું હતું. ભાવનગરમાંથી સંચાલિત કૌભાંડ રૂ. ૭૧૯ કરોડનું હોવાનું જાણવા મળ્યું હતું. આ પ્રકરણમાં ભાવનગરની એક ખાનગી બેંકના બે કર્મચારી પણ સંડોવાયેલા હોવાનું જાણવા મળ્યું હતું. મ્યુલ બેંક અકાઉન્ટ, ઑંગડીયા પેઢી અને મની લોંડરિંગ મારફતે આટલી માટી ઉચાપત કરી હોવાનું પોલીસ સૂત્રોએ જણાવ્યું હતું.

પોલીસ તપાસમાં બહાર આવેલી

ગુજરાતમાં ગાત્રો થીજવતી ઠંડીની આગાહી: ૧૦.૬ ડિગ્રી સાથે નલિયા સૌથી ઠંડું સ્થળ

અમદાવાદઃ ગુજરાત સહિત સમગ્ર ઉત્તર ભારતમાં શિયાળાનો પ્રકોપ દિવસેને દિવસે વધતો જઈ રહ્યો છે. રાજ્યભરમાં ઠંડીનો ચમકારો અનુભવાઈ રહ્યો છે. અનેક શહેરોમાં લઘુત્તમ તાપમાન ૧૫ ડિગ્રીથી નીચે ઊતરી ગયું છે. નલિયા ૧૦.૬ ડિગ્રી

સાથે ગુજરાતનું સૌથી ઠંડું શહેર બન્યું છે. આગામી દિવસોમાં વધુ આકરી ઠંડી પડવાની આગાહી કરવામાં આવી છે. ભૂજમાં ૧૩.૫ ડિગ્રી અને રાજકોટમાં ૧૪ ડિગ્રી તાપમાન નોંધાયુ હતું. ગાંધીનગર અને રાજકોટમાં ૧૬ ડિગ્રી, જ્યારે અમદાવાદમાં લઘુતમ

તાપમાન ૧૬.૪ ડિગ્રી નોંધાતા લોકોમાં ઠંડીનો અહેસાસ વધુ તીવ્ર બન્યો છે.

તાપમાન ઘટતાં સમગ્ર રાજ્યમાં ઠંડીનું પ્રમાણ વધ્યું છે અને સવાર-સાંજ લોકો ઘરેથી બહાર નીકળવામાં હવે સંકોચ અનુભવી રહ્યા છે.

કંડલાના મીઠા પોર્ટની ૨૫૦ કરોડથી વધુની ૧૦૦ એકર જમીન દબાણમુક્ત, ૫૦૦ પોલીસ તહેનાત

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી) ભુજઃ કચ્છના કંડલા ખાતેના મીઠા પોર્ટ પર સોમવારની વહેલી સવારથી જ ૨૦ જેસીબી અને ૧૦૦ ટ્રેક્ટર-ટ્રોલી સાથે ૫૦૦ જેટલા પોલીસ કર્મચારીઓના યુસ્ત બંદોબસ્ત સાથે મેળા ડિમોલિશનની કાર્યવાહી હાથ ધરાઇ છે.

પ્રાપ્ત વિગતો મુજબ, દીનદયાલ પોર્ટ ઓથોરિટી (ડીપીએ) અને પૂર્વ કચ્છ જિલ્લા પોલીસે સંયુક્ત રીતે આ કામગીરી વહેલી સવારથી શરૂ કરી દીધી છે, જે સાંજ સુધી ચાલુ રહેશે. દબાણ દૂર કરવા માટે પૂર્વ કચ્છ જિલ્લામાંથી આશરે ૪૦ અધિકારી અને ૫૦૦ જેટલા પોલીસ કર્મચારીને

સુરક્ષાના કારણોસર તહેનાત કરવામાં આવ્યા છે.

આ મેળા ડિમોલિશનને દરિયાઈ સુરક્ષા અને રાષ્ટ્રીય સુરક્ષાને ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવી રહ્યું છે. અંદાજે ૫,૦૦૦ જેટલા લોકોની વસ્તી ધરાવતા મીઠા પોર્ટ વિસ્તારમાં પેટ્રોલિયમ એકંટ અને ડેમજ ટુ પબ્લિક પ્રોપર્ટી એક્ટ સંબંધિત ગુનાઓનું પ્રમાણ વધુ જોવા મળતું હતું. અસામાજિક પ્રવૃત્તિઓ ધરાવતા આ વિસ્તારમાં દબાણે તોડવાની કામગીરી નોટિસનો સમયગાળો પૂર્ણ થયે ચાલુ કરી દેવામાં આવી હોવાનું અંજાર નાયબ પોલીસવડા મુકેશ ચૌધરીએ જણાવ્યું હતું.

મનસુખ વસાવાને ચૈતર વસાવાનો જવાબ: મારી વિરુદ્ધ પુરાવા આપો નહીં તો હું માનહાનિનો કેસ કરીશ

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી) અમદાવાદઃ ભરૂચના ભાજપના સાંસદ મનસુખ વસાવાએ નર્મદા જિલ્લામાં રાજકીય નેતાઓ અને વહીવટી તંત્રમાં ભ્રષ્ટાચાર અંગે કરેલા બોગસ ખાતાઓ ખોલવામાં આવ્યા હતા અને ભોગ બનેલા લોકોનાં નાણાં તેમા જમા થતાં હતાં. આ ગેંગ દ્વારા મહારાષ્ટ્ર, તમિળનાડુ, તેલંગણા, દિલ્હી, ઉત્તર પ્રદેશ, કર્ણાટક, કેરળમાં ગુનો આચરવામાં આવ્યો હોવાનું બહાર આવ્યું છે અને દરેક રાજ્યની પોલીસ તેમને શોધતી હોવાનું પણ જાણવા મળ્યું હતું.

પોલીસે દસ આરોપી સામે ગુનો નોંધી, તેમના મોબાઈલ સહિતના સંસાધનો જપ્ત કરી તપાસ હાથ ધરી હોવાનું સૂત્રોએમ જણાવ્યું હતું.

આપના એક નેતાએ રેન્જ ફોરેસ્ટ ઓફિસર (આરએફઓ) પાસેથી રૂ. ૫૦ લાખનો તોડ કર્યો હતો. હત્યાના પીડિતોને સહાય અપાવવા માટે પણ તમામ પક્ષના નેતાઓ સહિતની ટીમે રૂ. ૧૦-૧૦ લાખનો તોડ કર્યો હતો. જેની સામે ચૈતર વસાવાનો વળતો કે પુરાવા જાહેર કર્યા નહોતા, પરંતુ મુખ્ય નિશાન આમ આદમી પાર્ટી (આપ)ની ટીમને બનાવ્યું હતું. તેના જવાબમાં આપના ધારાસભ્ય ચૈતર વસાવાએ આ આક્ષેપોને પાયાવિરોધી ગણાવી, ઉલટાનું ભાજપ પર જ આદિજાત વિકાસના ફંડના દુરુપયોગનો આરોપ લગાવી રાજકીય માહોલ ગરમાવ્યો છે. મનસુખ વસાવાએ આક્ષેપ કર્યો હતો કે આપની ટીમ એજન્ટો મૂકી વિકાસ કાર્યોમાં ક્ષતિઓ શોધી તોડ કરે છે. એક વર્ષ પહેલાં

સુરત પોલીસે ચોરને જ ચોરેલા રોકડા રૂપિયા અને દાગીના આપતા હોબાળો

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી) અમદાવાદઃ સુરત શહેરની રાંદેર પોલીસે ‘તેરા તુજકો અર્પણ’ કાર્યક્રમ હેઠળ, પોલીસે ચોરને જ હજારો રૂપિયા અને સોનાના દાગીના આપી દીધા હતા. આ સમગ્ર મામલો બહાર આવતા પછી બળભળાટ મચી ગયો હતો. પોલીસ પાસેથી મોટો દલો મળ્યા બાદ ચોર પણ ફરાર થઈ ગયો હતો, હવે પોલીસે તેને શોધવા માટેના ચક્રો ગતિમાન કર્યા છે.

આ સમગ્ર મામલે મળતી માહિતી પ્રમાણે, મકાન માલિક આકાશ શિરોયાનાં ઘરમાંથી એક અજાણ્યા વ્યક્તિએ ચોરી કરીને રૂ.૨.૬૯ લાખ રોકડ અને સોનાના દાગીના ચોર્યાં હતા.

આ અંગેની ફરિયાદ નોંધવામાં આવી હતી. જે બાદ પોલીસને એક બાઈક બિનવારસી હાલતમાં મળી હતી. જેમાં એક થેલી લટકાવેલી હતી. આ થેલીમાંથી રોકડા રૂપિયા, દાગીના અને એક દાડરૂની બોટલ પણ મળી હતી.પોલીસ બાઈકના નંબરના આધારે દશૈશ પટેલ સુધી પહોંચી હતી અને રાંદેર પોલીસે મોટી ગડલત કરી નાખી હતી.

પોલીસને લાગ્યું હતું કે, આ દશૈશ પટેલ જ ખરો માલિક છે અને કોઈપણ પ્રકારની દસ્તાવેજ અથવા કોસ-વેરિફિકેશન કર્યા વિના ચોર પાસેથી મળેલા રૂપિયા અને દાગીના તેને જ પરત સોંપી દીધા હતા.

ગીર સોમનાથના તાલાલામાં ૩.૧ની તીવ્રતાનો ભૂકંપ, કેન્દ્રબિન્દુ ૧૨ કિ.મી દૂર

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી) અમદાવાદઃ ગુજરાતના કચ્છ અને સૌરાષ્ટ્રમાં ભૂકંપના આંચકાએ લોકોની ચિંતા વધારી છે. તેમાં પણ ગીર સોમનાથના તાલાલામાં સતત ભૂકંપના આંચકા અનુભવાઈ રહ્યા છે. ડિસેમ્બર મહિનાની શરૂઆતથી જ સતત ધ્રુજારી અનુભવાઈ રહી છે. ત્યારે સોમવારે સવારે ૧૦:૫૧ વાગ્યે તાલાલામાં ૩.૧ની તીવ્રતાનો ભૂકંપનો આંચકો અનુભવાયો હતો. ભૂકંપનું કેન્દ્ર બિન્દુ તાલાલાથી ૧૨ કિલોમીટર દૂર નોંધાયું હતું. જો કે કોઈ જાનહાની કે મોટું નુકસાન થયું હોવાના સમાચાર નથી. આ ઘટનાની જાણ તાલાલા મામલતદાર કચેરી દ્વારા જિલ્લા કક્ષાએ

કરવામાં આવી હતી. ખાસ કરીને સાસણગીર અને આસપાસના ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં ભૂકંપનો આંચકો અનુભવાયો હતો. સવારે ૧૦.૫૧ વાગ્યે આ ભૂકંપના આંચકા અનુભવાતા સ્થાનિકોમાં થોડો ભયનો માહોલ સર્જાયો હતો. સ્થાનિક સમય અનુસાર ભૂકંપની તીવ્રતા ૩.૧ રહી હતી. ભૂકંપનું કેન્દ્રબિંદુ (એપી સેન્ટર) તાલાલાથી ૧૨ કિલોમીટર દૂર ઉત્તર-પૂર્વ દિશામાં હરીપુર ગામ નજીકના જંગલ વિસ્તારમાં નોંધાયું હતું. ભૂકંપ જમીનની સપાટીથી માત્ર ૪.૧ કિલોમીટરની ઓછી ઊંડાઈએ ઉદ્ભવ્યો હોવાથી તેની તીવ્રતા વધુ અનુભવાઈ હતી.

અમદાવાદ એરપોર્ટ પર ઈન્ડિગોની ૩૨ ફ્લાઇટ્સ રદ: મુસાફરો અટવાયા

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી) અમદાવાદઃ ઈન્ડિગો એરલાઇન્સમાં ચાલી રહેલી ઓપરેશનલ ક્લોકટી અને ફ્લીની ગેરહાજરીના કારણે સોમવારે પણ સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલ આંતરરાષ્ટ્રીય એરપોર્ટ (જીટઈએ) પર ફ્લાઇટ વિક્ષેપ થયાવત રહ્યો હતો. દિવસ દરમિયાન ૩૨ ફ્લાઇટ્સ રદ કરવામાં આવી, જેમાં ૩૯ આગમન અને ૪૬ પ્રસ્થાનનો સમાવેશ થાય છે. આના કારણે સેંકડો મુસાફરો એરપોર્ટ પર અટવાઈ ગયા હતા.

અમદાવાદ એરપોર્ટ માટે આ બીજો મોટો વિક્ષેપ હતો; રવિવારે પણ ૬૫થી વધુ ફ્લાઇટ્સ રદ કરવામાં આવી હતી. ઘણા મુસાફરોએ ફરિયાદ કરી હતી કે એરલાઈને તેમને ફ્લાઇટ રદ

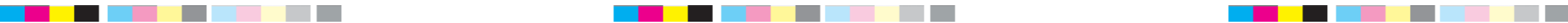
નવસારીની મીઠાઈની દુકાનમાં નવ વર્ષમાં દસમી વાર ચોરીનો નવો રેકોર્ડ

થવાની જાણકારી છેલ્લી ઘડીએ આપી હતી, જેના કારણે તેમની મુસાફરીની યોજનાઓ ખોરવાઈ ગઈ હતી. સોમવારે જે મુખ્ય રૂટની ફ્લાઇટ્સ રદ કરવામાં આવી હતી તેમાં દિલ્હી, મુંબઈ અને હૈદરાબાદ જેવાં મેટ્રો શહેરો તેમ જ ગોવા, પુણે, ચેન્નાઈ, અમૃતસર, શ્રીનગર, લખનૌ, બેંગલુરુ અને કોલકાતા જેવા અન્ય મુખ્ય શહેરોના રૂટનો સમાવેશ થાય છે. પ્રથમ રદ મધ્યરાત્રિ પછી તરત જ શરૂ થઈ હતી અને દિવસભર ચાલી હતી. ગયા અઠવાડિયે મોટા પાયે ફ્લીની ગેરહાજરીને કારણે ઈન્ડિગો દેશભરમાં મુશ્કેલીમાં મુકાઈ ગઈ છે. શુક્રવારે એરલાઈને સમગ્ર ભારતમાં રેકોર્ડ ૧૬૦૦ ફ્લાઇટ્સ રદ કરી હતી, જે ક્લોકટીની ગંભીરતા દર્શાવે છે.

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)

અમદાવાદઃ શહેરમાં ચોરીનો એક અનોખો કિસ્સો સામે આવ્યો હતો. મિકાઈની દુકાનમાં ૯ વર્ષમાં ૧૦મી વાર ચોરી થઈ હતી. ગડિયા સેંકડો કિલો કાગુ કતરી સહિતની મોંઘી મીઠાઈ ઉઠાવી ગયા હતા. દુકાન માલિકના જણાવ્યા પ્રમાણે, ચોરો રોકડની સાથે લાઇટ ડેઝર્ટ ઉઠાવતાં ગયા હતા.

નડિયાદમાં ૨૦૧૫માં મિકાઈની દુકાન ખોલનારા વેપારીના જણાવ્યા પ્રમાણે, તેમણે ત્રણ વખત પોલીસ ફરિયાદ નોંધાવી હતી. આ ઉપરાંત અન્ય ચોરીની ઘટનામાં પોલીસે જાણવા જોગ નોંધ કરી હતી. જોકે હજુ સુધી એક પણ ચોરીની ઘટનાનો ભેદ ઉકેલાયો નથી. આ ઉપરાંત તેમણે જણાવ્યું કે, આસપાસની કેટલીક દુકાનોમાં ત્રણ કે ચાર ચોરીના પ્રયાસો થયા છે. પરંતુ મારી દુકાનમાં થયેલી ચોરીઓ તો એક રેકોર્ડ છે. વેપારીએ ચોરીની ઘટના અટકાવવા સીસીટીવી લગાવ્યા હતા પરંતુ ચોરો ડિજિટલ વીડિયો રેકોર્ડર પણ ઉઠાવતા ગયા હતા. વેપારીના કહેવા મુજબ, દુકાનમાં ચોરીની ઘટના રોકવા માટે તેમણે કસ્ય તમામ તરકીબ અપનાવી છે પરંતુ કંઈ પરિણામ મળ્યું નથી. મારી દુકાનની બહાર એક પોઈન્ટ પર પોલીસની ચોકી છે. વોલીઆઈપી મુલાકાત અને તહેવારો દરમિયાન પોલીસકર્મીઓને બંદોબસ્તમાં ફાળવી દેવામાં આવે છે, આ દિવસોમાં જ ચોરીની ઘટના નોંધાઈ છે.





લક્ષ્મી ચંચળ છે...!

તન-મન-ધનથી રહો

ધારો કે તમે રસ્તા પર પગપાળા જઈ રહ્યા છો. તમે જુઓ છો કે થોડાં ડગલાં આગળ જતાં એક મોટો ખાડો છે. ખાડાની બાજુમાંથી સાચવીને પસાર થવાને બદલે તમે સીધેસીધા ચાલતા રહો તો શું થાય?

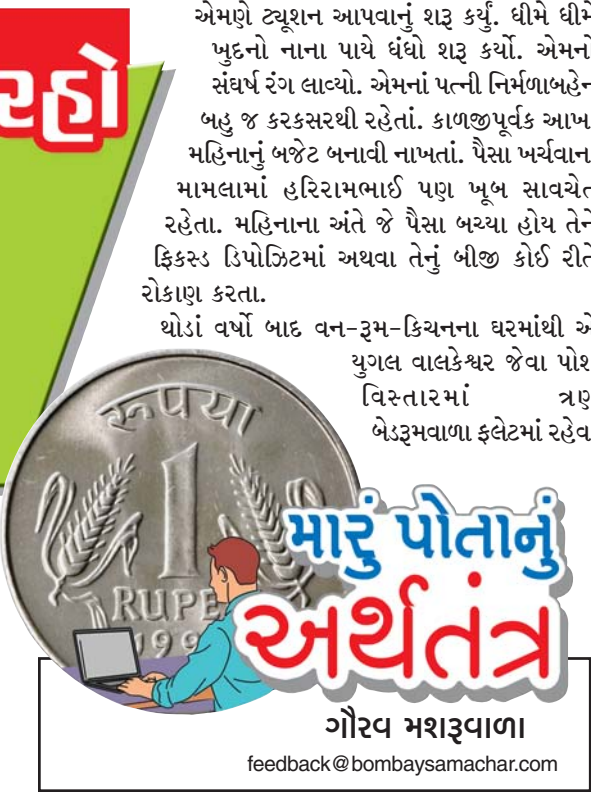
તમારો પગ ખાડામાં પડે અને તમે ધડામ કરતાં પછડાઓ અને ઈજા થઈ જાય. આમાં કોનો વાંક, ખાડાનો કે તમારો?

એ જ રીતે, ધારો કે આપણે આપણી ધનસંપત્તિને ઓઢધ વાપરવા લાગીએ, કમાણી કરતાં ખર્ચનો આંકડો વધી જતો હોય તોય પરવા ન કરીએ, ન પૈસા બચાવીએ કે ન તેનું યોગ્ય રોકાણ કરીએ, પરિવારના સભ્યો ક્યાં, કેટલા પૈસા વાપરે છે એની નોંધ ન રાખીએ, આપણા પૈસા ક્યાં જાય છે તેના પર ચાંપતી નજર ન રાખીએ અને પરિણામે લક્ષ્મી ગુમાવી બેસીએ તો વાંક કોનો?

દેખીનું છે, આવી પરિસ્થિતિ ઊભી થવા દેવા બદલ વાંક આપણો જ ગણાય. આપણે કહ્યા કરીએ છીએ કે, લક્ષ્મી ચંચળ છે. હકીકત એ છે કે ચંચળ આપણે છીએ અને દોષનો ટોપલો લક્ષ્મી પર ઢોળતાં રહીએ છીએ.

આપણને હંમેશાં લાગે છે કે પૈસા કમાવા અઘરા છે. વાસ્તવમાં, પૈસા જાળવવા વધારે અઘરા છે. કમાણી કરવા માટે આપણે આપણા વ્યવસાયમાં સારામાં સારી કામગીરી બજાવવી પડે. સંપત્તિને જાળવવા માટે આપણામાં જુદા પ્રકારની આવડત જોઈએ, શિસ્ત જોઈએ.

હરિરામભાઈ મહેતા માત્ર બે જોડી કપડાં લઈને મુંબઈ આવ્યા હતા. પોતાના વતનના કેટલાક વેપારીઓની મદદથી એમને નાની એવી નોકરી મળી ગઈ. શરૂઆતમાં એ પેઈંગ ગેસ્ટ તરીકે રહેતા અને આખો દિવસ કાપડબજારમાં કામ કરતા. સાંજના ભાગમાં



મારું પોતાનું અર્થતંત્ર

ગૌરવ મશરૂવાળા

feedback@bombaysamachar.com

આવું. વર્ષો વીતતાં તેમની પાસે સારી એવી સંપત્તિ એકઠી થઈ ગઈ.

સદ્ભાગ્યે તેમનાં સંતાનોએ એમનો સંવર્ધ જોયો હતો. આથી એ ભલે ક્યારેક છૂટથી પૈસા વાપરી લેતાં, પણ પૈસાની બાબતમાં મા-બાપે પાડેલી સારી ટેવો ભૂલતાં નહીં. એ સંતાનો ક્યારેય ન લોન લેતાં કે ન કોઈ પાસેથી પૈસા ઉછીના માગતાં. ઘરના બધા સભ્યો ખર્ચનો પાકો હિસાબ રાખતા. નિયમિતપણે નાણાંનું યોગ્ય રીતે રોકાણ કરતા.

જોકે, ત્રીજી પેઢીનું આગમન થતાં પરિસ્થિતિ બદલાવા લાગી. બાળકોના જન્મદિવસ શાનદાર રીતે ઊજવવામાં આવતા. પરિવાર

પાસે હવે કારનો આખો કાફલો હતો. અગાઉ જ્યારે તેમની પાસે સેકન્ડ હેન્ડ ગાડી હતી ત્યારે લગ્નપ્રસંગમાં સૌ સાથે જતાં ને સાથે પાછા આવતાં. હવે સૌ પોતપોતાની અલાયદી ગાડી લઈને જવા લાગ્યા. એક જમાનામાં ટીવી જોવા પાડોશીને ત્યાં જતા આ પરિવારના ઘરમાં પ્રત્યેક રૂમમાં ટીવી આવી ગયાં. ત્રીજી પેઢીનાં સંતાનો આગળ ભણવા માટે ફોરેન ગયાં. પાછાં આવ્યાં ત્યારે એમની પાસે ડિગ્રી તો હતી, પણ નીતિમૂલ્યોને પાછળ મૂકી આવ્યાં હતાં.

તેમને હવે ઘર નાનું પડવા લાગ્યું. ‘પ્રાઈવસી’ અને ‘પર્સનલ સ્પેસ’ જેવા શબ્દો ઊછળવા માંડ્યા. અગાઉ ઘરમાં નહોતા એરકન્ડિશનર્સ, નહોતા શોકર કે નહોતા રસોઈયા. નિર્મળાબહેન જાતે સૌને ભાવે એવી રસોઈ બનાવતાં, પણ હવે એરકન્ડિશનર બરાબર કામ કરતું ન હોય. શોકરને આવવામાં સહેજ મોડું થઈ ગયું હોય કે રસોઈયાઓએ સ્વાદ અનુસાર રસોઈ ન બનાવી હોય તો ત્રીજી પેઢીનાં સંતાનોનાં મન ઊંચા થવા લાગ્યાં. નાની નાની વાતોએ મોટું સ્વરૂપ કરવા માગ્યું અને આખરે પરિવારનો માળો વિખરાઈ ગયો. દીકરાઓ અલગ થઈ ગયા. પછી બિઝનેસમાં પણ ભાગલા પડ્યા.

આ બધા વચ્ચે, લક્ષ્મીએ ધીમે ધીમે ઉંચાળા ભરવાનું શરૂ કર્યું. શરૂઆતમાં ગતિ ધીમી હતી, પણ પછી ગતિ તેજ થતી ગઈ. બધા અલગ અલગ રહેતા એટલે ઘરખર્ચ અનેકગણો વધી ગયો. ત્રીજી પેઢીનાં સંતાનોનાં લગ્ન થયાં એટલે એ બધા પણ નોખાં થઈ ગયાં. વળી, એ ફેમિલી બિઝનેસ સાથે પણ સંકળાયેલાં નહોતાં. એમણે હોમ લોન લીધી, કાર લોન લીધી. એર કરવા માટે પણ તેઓ પૈસા ઉછીના લેવા લાગ્યા...

જો કાળજી લેવામાં ન આવે તો સંપત્તિ ક્યારેય ટકતી નથી. સંપત્તિનું સર્જન કરવું કઠિન હોય તો સંપત્તિની જાળવણી કરવાનું તો એના કરતાંય વધારે અઘરું છે. સંપત્તિ ટકાવી રાખવા માટે પુષ્કળ પરિશ્રમ અને શિસ્તની જરૂર પડે છે.

ઓસ્ટ્રેલિયાના જાણીતા ફાઈનાન્સિયલ એક્સપર્ટ તેમ જ લેખક વિડેટકરે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે, ‘તમે કેટલા સંપત્તિવાન છો એનો સંબંધ તમે કેટલું કમાઓ છો, તમે કોના સંપત્તિ છો કે તમે શું કરો છો તેની સાથે નથી. સંપત્તિવાન હોવાનો સંબંધ સંબંધ તમે પૈસાને યોગ્ય રીતે મેનેજ કરો છો કે નહીં તેની સાથે છે.’



પીમા મુરધાકવચ

નિશા સંઘવી

feedback@bombaysamachar.com



પ્રવાસ વીમો જરૂર કઢાવી લેવો જોઈએ...

પ્રવાસ દેશમાં હોય કે પછી વિદેશનો હોય, એમાં ફ્લાઇટ અને હોટેલના બુકિંગથી લઈને હરવા-ફરવા માટેના આયોજન સુધીની ઘણી બધી ઝીણવટભરી તૈયારીઓ કરવાની હોય છે. આવામાં, ટ્રાવેલ ઇન્સ્યોરન્સ એટલે કે પ્રવાસ વીમો અગત્યની વસ્તુ બની જાય છે. વાસ્તવમાં પાસપોર્ટ જેટલું જ પ્રવાસ વીમાનું પણ મહત્વ હોય છે, કારણ કે પ્રવાસ સાથે આર્થિક જોખમ સંકળાયેલું હોય છે.

પ્રવાસ દરમિયાન, ન કરે નારાયણ, કોઈ આર્થિક તકલીફ ઊભી થાય તો પ્રવાસ વીમો એ સંકટને પહોંચી વળવામાં ઘણો મદદરૂપ સાબિત થાય છે. ઘરથી દૂર ગયેલા માણસને વીમાનો સહારો ઘણો જ હુંફાળો લાગતો હોય છે એ એક વાસ્તવિકતા છે.

પ્રવાસ વીમો શા માટે?

પ્રવાસ દરમિયાન કોઈ માંદગી આવી પડે, એરલાઇનસને લગતી કોઈ

સમસ્યા ઊભી થાય કે પછી સામાન ગુમ થઈ જાય, એ બધી જ ઘટનાઓ સામે પ્રવાસ વીમો નાણાકીય રક્ષણ પૂરું પાડે છે. મોટું નાણાકીય જોખમ હોય એ સંજોગોમાં થોડું પ્રીમિયમ ભરીને વીમો લેવામાં આવે તો ઘણી જ માનસિક રાહત મળે છે.

ફ્લાઇટ રદ થાય કે મોડી થાય ખરાબ હવામાનને લીધે કે પછી એરલાઇન્સના કર્મચારીઓની હડતાળ કે પછી હમણાં થયું તેમ પાઈલટોના પ્રોબ્લેમને લીધે ‘ઈન્ડિગો એરલાઇન્સ’ની સંખ્યાબંધ ફ્લાઈટસ કેન્સલ થઈ તે સંજોગોમાં પ્રવાસ વીમો ઉપયોગી થાય છે. ટિકિટ ભાડાની રકમ, હોટેલનાં સંલગ્ન બુકિંગ કે પછી સમગ્ર ટૂર એ તમામ બાબતોને આવરી લેનારો પ્રવાસ વીમો કઢાવી શકાય છે. ફ્લાઇટ જ્યારે અમુક નિશ્ચિત સમયગાળા કરતાં વધુ લાંબા સમય સુધી મોડી પડે ત્યારે અમુક પ્રવાસ વીમા પોલિસી ભોજન, સ્થાનિક પરિવહન તથા રહેવાની વ્યવસ્થાના

ખર્ચને પણ આવરી લે છે. કોઈ કનેક્ટિંગ ફ્લાઇટ પકડી શકાય નહીં તો એને લીધે થનારું નુકસાન પણ ઘણી પોલિસીઓ હેકળ આવરી લેવામાં આવે છે.

ફ્લાઇટ ચૂકી જવાની સ્થિતિ સર્જાય તો...

ફ્લાઇટ ચૂકી જવાની ઘટના અણધાર્યાં સંજોગોને લીધે બનતી હોય છે. એક જગ્યાએ મોડું થાય તો પછીના સંપૂર્ણ પ્રવાસ પર એની અસર થતી હોય છે. પરિણામે, સંબંધિત ખર્ચમાં પણ વધારો થાય છે, જેમ્હે તમે કોઈ ફ્લાઇટ ચૂકી જાઓ તો, નવું બુકિંગ વધારે મોંઘું પડે એવું શક્ય છે. વળી, ધાર્યા પ્રમાણે બુકિંગ મળે નહીં તો ક્યાંક રોકાવું પણ પડે.

આમ, આ બધી બાબતોને પ્રવાસ રક્ષણ પૂરું પાડે છે. પાસપોર્ટ ગુમ થઈ જાય તો ડુપ્લિકેટ પાસપોર્ટ કઢાવવો પડે, જેમાં અરજી કરવા માટેની ફી ચૂકવવી પડે છે તથા દસ્તાવેજો તૈયાર કરાવવાનો ખર્ચ થાય છે. જો સર્વગ્રાહી પ્રવાસ વીમા પોલિસી કઢાવેલી હોય તો, આર્થિક નુકસાનથી બચી જવાય છે.

હવાઈપ્રવાસ દરમિયાન સામાન ચોરાઈ જવાની કે ગુમ થઈ જવાની અથવા તો પછીની ફ્લાઇટમાં મોંઘેથી પહોંચવાની સમસ્યા પણ ઘણી સામાન્ય બાબત બની ચૂકી છે. એને લીધે હાલાકી ભોગવવી પડે છે. સાથે

પોલિસી કઢાવવી જોઈએ.

પાસપોર્ટ ગુમ થાય તો...

વિદેશપ્રવાસ દરમિયાન પાસપોર્ટ ગુમ થવાની ઘટનાઓ પણ સામાન્ય છે. આવામાં પ્રવાસનું સંપૂર્ણ આયોજન ખોરવાઈ જાય છે. એ તો સારું છે કે હવે સર્વગ્રાહી આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રવાસ વીમા પોલિસી મળવા લાગી છે, જે મોટા આર્થિક નુકસાન સામે રક્ષણ પૂરું પાડે છે. પાસપોર્ટ ગુમ થઈ જાય તો ડુપ્લિકેટ પાસપોર્ટ કઢાવવો પડે, જેમાં અરજી કરવા માટેની ફી ચૂકવવી પડે છે તથા દસ્તાવેજો તૈયાર કરાવવાનો ખર્ચ થાય છે. જો સર્વગ્રાહી પ્રવાસ વીમા પોલિસી કઢાવેલી હોય તો, આર્થિક નુકસાનથી બચી જવાય છે.

હવાઈપ્રવાસ દરમિયાન સામાન ચોરાઈ જવાની કે ગુમ થઈ જવાની અથવા તો પછીની ફ્લાઇટમાં મોંઘેથી પહોંચવાની સમસ્યા પણ ઘણી સામાન્ય બાબત બની ચૂકી છે. એને લીધે હાલાકી ભોગવવી પડે છે. સાથે

જ આર્થિક નુકસાન પણ થાય છે. આવામાં પ્રવાસ વીમા હેકળ આ સ્થિતિને આવરી લેનારી પોલિસી કઢાવી શકાય છે. સામાન ચોરાઈ જાય તો એના મૂલ્ય જેટલી રકમ વીમાધારકને ચૂકવવામાં આવે છે. જો સામાન મોંઘેથી આવવાની સ્થિતિ સર્જાય તો, અમુક સમયગાળા પછી વેકલિપેક ચીજવસ્તુઓ ખરીદવા જેટલી રકમ વીમાધારકને ચૂકવવામાં આવે છે.

મેડિકલ ઇમરજન્સી વખતે...

વિદેશમાં માંદા પડવું એ જાણે ઘણો મોટો ગુનો હોય છે. ભારતની તુલનાએ વિદેશમાં તબીબી સારવારનો ખર્ચ પારાવાર હોય છે. ખાસ કરીને વિકસિત દેશોમાં એ વધુ પડતો હોય છે. ઈમરજન્સીની સ્થિતિમાં વીમાધારકને હોસ્પિટલાઇઝ કરવામાં આવે કે પછી આઉટપેશન્ટ સારવાર આપવામાં આવે, ઈમરજન્સીમાં એકથી બીજી જગ્યાએ લઈ જવાની જરૂર પડે અથવા તો સ્વદેશ પાછા મોકલવાના સંજોગો ઊભા થાય તો પ્રવાસ વીમા પોલિસી હેકળ એને લગતા ખર્ચ આવરી લેવાતા હોય છે. આમ, પ્રવાસ વીમાની મદદથી તબીબી કટોકટી આર્થિક સંકટમાં પરિણમતી અટકાવી શકાય છે.

સાહસી કે જોખમી પ્રવૃત્તિઓને લગતો ખર્ચ...

ઘણા લોકોને સાહસી પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં ખાસ રૂચિ હોય છે. એમાં ટ્રેકિંગ, સ્કીઈંગ, સ્કયુબા ડાઇવિંગ, વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આવી પ્રવૃત્તિઓ જોખમી હોય છે. જો વીમાધારક એમાં ઈજાગ્રસ્ત કે ઘાયલ થાય તો એમના બચાવકાર્યથી લઈને તબીબી સારવાર સુધીનો ખર્ચ પ્રવાસ વીમા હેકળ આવરી

લેવાય એવી પોલિસી પણ ઉપલબ્ધ છે.

ક્યારેક સાહસી પ્રવૃત્તિને લગતાં ઉપકરણોનું નુકસાન થાય તો એને પણ પોલિસી હેકળ સામેલ કરી શકાય છે. અહીં નોંધવું ઘટે કે આ બધી પ્રવૃત્તિઓ પરવાનાધારક ઓપરેટર દ્વારા જ સંચાલિત થતી હોવી જોઈએ.

આ છે પ્રવાસીઓ માટે કેટલાંક વ્યાવહારિક સૂચન...

પ્રવાસ વીમા પોલિસી કઢાવતાં પહેલાં પ્રવાસીએ દરેક નિયમ અને શરતોનો ઝીણવટભર્યો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

ફ્લાઇટ કેન્સલેશન, ફ્લાઇટમાં વિલંબ, સામાનનું નુકસાન, મેડિકલ ઈમરજન્સી, સાહસી પ્રવૃત્તિઓ, વગેરેમાંથી જે જોઈએ તે બાબતને પોલિસી હેકળ આવરી લેવાની તકેદારી રાખવી જરૂરી છે. પૂરતી રકમનો વીમો લેવા ઉપરાંત કઈ સ્થિતિમાં ક્લેમ પાસ નહીં થાય, કઈ બાબતો પોલિસી હેકળ આવરી લેવાયેલી નથી (દા.ત. પ્રી-એક્ઝિસ્ટિંગ ડિસીઝ કે પછી નશો કર્યાની સ્થિતિ), વગેરે બાબતોને પણ ધ્યાનમાં રાખવી. મહત્વપૂર્ણ દસ્તાવેજો ગુમ થવાની કે ચોરાઈ જવાની સ્થિતિ સહિતની બાબતો પોલિસી હેકળ આવે છે કે નહીં એ પણ ચકાસી લેવું જોઈએ.

ટૂંકમાં...

પ્રવાસ પાછળ મોટો ખર્ચ થતો હોય ત્યારે પ્રવાસ વીમાના પ્રીમિયમનો ખર્ચ મોટો લાગવો જોઈએ નહીં.

પ્રવાસ વીમાને લીધે મળતું આર્થિક રક્ષણ ઘણી બધી રીતે ઉપયોગી થાય છે. પ્રવાસનો આનંદ માણવા માટે મન શાંત હોવું જોઈએ અને મનને શાંત રાખવામાં પ્રવાસ વીમો ઘણો મહત્વપૂર્ણ હોય છે.

દર સપ્તાહે વાંચો

વિશેષ વાંચન સામગ્રી



ધર્મવેજ

તન-મન-ધનથી રહો



તરોતાજ



ઈન્ટરપર્ટ



લાક્ષ્મી



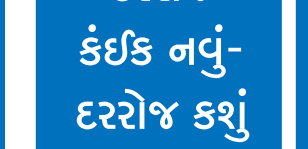
પુરુષ



મેટિની



વિક્રએક્સ



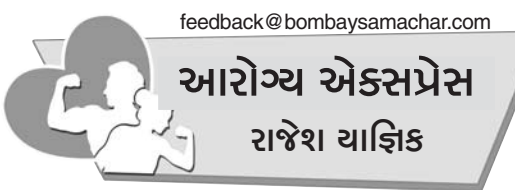
ઉત્સાહ

દરરોજ

કંઈક નવું-

દરરોજ કશું

અનોખું!



આરોગ્ય એક્સપ્રેસ

રાજેશ યાજ્ઞિક

નાના ને હજી શારીરિક-માનસિક રીતે વિકસિત થઈ રહેલાં બાળકોને નાની-મોટી તકલીફો થતી રહે છે, પણ ઘણીવાર નાની તકલીફો કોઈ મોટું રૂપ ધારણ ન કરી લે તે માટે આપણે સાવચેત રહેવાની જરૂર પડે છે. મોટા ભાગે ભૂલકાંઓને કનડતો આવો જ એક રોગ છે, જેને કાવાસાકી (Kawasaki) નામે ઓળખાય છે.

કાવાસાકી એક એવી બીમારી છે જે આખા શરીરમાં રક્ત વાહિનીઓમાં બળતરા (સોજો અને લાલાશ)નું કારણ બને છે. તે ત્રણ તબક્કામાં થાય છે અને સામાન્ય રીતે લાંબા સમય સુધી તાવ રહેવો એ પ્રથમ સંકેત છે. આ સ્થિતિ મોટાભાગે ૫ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકોને અસર કરે છે. જ્યારે લક્ષણો વહેલા જણાય અને તેની સારવાર કરવામાં આવે, ત્યારે કાવાસાકી રોગવાળા બાળકો થોડા દિવસોમાં સારા થઈ શકે છે, તે એક રાહતની વાત છે.

કાવાસાકી રોગ અથવા કાવાસાકી સિન્ડ્રોમ એ એક દુર્લભ પ્રકારનો વાસ્ક્યુલાઇટિસ (રક્ત વાહિનીઓનો સોજો) છે. સોજેલી રક્ત વાહિનીઓ નબળી બની જાય છે અને ખેંચાઈ શકે છે. જ્યારે આવું થાય છે, ત્યારે તેમના ફાટી જવાનો ભય રહે છે. તેમના પર ઉઝરડા પણ પડી શકે છે અને તે ખૂબ સાંકડી થઈ શકે છે. તેના કારણે પેશીઓ અને અવયવોને પોષણ આપવા

ના, કાવાસાકી રોગ દુર્લભ છે, જે એક અભ્યાસ પ્રમાણે, ૫ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના ૧,૦૦,૦૦૦ બાળકોમાંથી અંદાજે ૧૦ થી ૨૦ બાળકમાં જોવા મળે છે. જાપાન, કોરિયા અને તાઇવાનમાં, તે ૫ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના ૧,૦૦,૦૦૦ બાળકોમાંથી ૫૦ થી ૨૫૦ બાળકને અસર કરે છે. વાસ્તવમાં યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સ, જાપાન અને અન્ય વિકસિત દેશોમાં બાળકોમાં હૃદય રોગનું સૌથી સામાન્ય કારણ કાવાસાકી રોગ છે. જોકે, ભારતમાં તેના પ્રમાણભૂત આંકડાઓ મેળવવા વિસ્તૃત અભ્યાસની જરૂર છે તેવું નિષ્ણપ્તા કહે છે.

લક્ષણો કેવાં હોઈ શકે?

લક્ષણો બહુ સામાન્ય હોવાથી કાવાસાકી રોગ ઓળખવામાં સમસ્યા ઊભી થાય છે. ઓછામાં ઓછા પાંચ દિવસ સુધી તાવ રહેવો, ચીડિયાપણું, સાવ વગર લાલ અથવા ગુલાબી આંખો, બાળકના હોઠ અથવા



જીભમાં લાલાશ અથવા ચીરા પડવા, બાળકના હાથ અથવા પગમાં સોજો અને/અથવા લાલાશ, ત્વચા નીકળવી, બાળકની ગરદનમાં લસિકા ગાંઠો (Lymph Nodes)નો સોજો, પેટ ખરાબ અથવા પેટમાં દુખાવો.

કાવાસાકી થવાનાં કારણ

કાવાસાકી રોગ થવાનું ચોક્કસ કારણ હજી પકડમાં આવ્યું નથી, પણ તેના જે સામાન્ય કારણ દેખાઈ આવ્યાં છે, તેમાં આનુવંશિક પરિબળો મહત્વના

માનવામાં આવે છે. બીજો એક તર્ક એ છે કે, કાવાસાકી રોગ અસામાન્ય રોગપ્રતિકારક શક્તિ પ્રતિભાવને કારણે થઈ શકે છે. એવું માનવામાં આવે છે કે ચોક્કસ વાઈરસ અથવા બેક્ટેરિયા સંવેદનશીલ વ્યક્તિઓમાં રોગપ્રતિકારક શક્તિને ઉત્તેજિત કરી શકે છે, જેના કારણે રક્ત વાહિનીઓમાં સોજો આવે છે.

કાવાસાકીથી ઉદ્ભવતી કેટલીક સમસ્યા

આ રોગના કારણે કેટલીક સમસ્યાઓ સર્જાઈ શકે

છે. કોરોનરી ધમનીઓમાં એન્થ્રોરિઝમ (નબળાઈ અથવા ખેંચાણ). ગંભીર કિસ્સાઓમાં આ માટે કોરોનરી ધમનીની બાયપાસ સર્જરીની જરૂર પડી શકે છે. લોહી ગંઠાવાનું અને કોરોનરી ધમનીઓમાં સાંકડી થવું, કોરોનરી ધમની ફાટવી, બાળકનાં હૃદયમાંથી લોહી વહેવામાં મદદ કરતા હૃદયના વાલ્વની સમસ્યાઓ, હૃદય કે ફેફસાંમાં સોજો, હિપેટાઇટિસ, હૃદયરોગનો હુમલો ઈત્યાદિ.

ત્રણ મહત્વના તબક્કા

૧) એક્યુટ: પાંચ દિવસ કે તેથી વધુ સમય માટે તાવ, જંધામૂળની આસપાસ ફોલીઓ, આંખ, જીભ અને હોઠ લાલ થવા, લસિકા ગાંઠોમાં સોજો.

૨) સબએક્યુટ: તાવ ઓછો થવા લાગે, પેટ ખરાબ થાય, સાંધા અને પેટમાં દુખાવો થાય, હાથ અને પગ પર ત્વચા પર રેશિસ થાય.

૩) સ્વચ્છ થવું: લક્ષણો ધીમે ધીમે દૂર થાય છે, પરંતુ ગૂંચવણો ચાલુ રહી શકે છે.

કાવાસાકી રોગ માટે લોહી અને પેશાબનું પરીક્ષણ, ઇલેક્ટ્રોકાર્ડિયોગ્રામ, ઈલેક્ટ્રોકાલ્સિયોગ્રામ, વગેરે જેવાં પરીક્ષણો કરવામાં આવે છે.

તબીબો લક્ષણો અને તેની તીવ્રતાના આધારે કેવી સારવાર આપવી તે નક્કી કરે છે.

જોકે, સૌથી મહત્વનું પાસું છે, રોગને ઓળખવો. એ પણ નોંધવું જોઈએ કે તીવ્ર રોગના કેટલાંક અપાતી જલદ સારવાર દરમિયાન કેટલીક આડઅસરો જોવા મળી શકે છે, પણ સતત તબીબી પરીક્ષણ કરવાથી સ્થિતિઓ પર નિયંત્રણ રાખી શકાય છે.

feedback@bombaysamachar.com



તંદુરસ્તી-મનદુરસ્તી
ભાણદેવ

(ગતાંકથી ચાલુ)
૩. આ ક્રિયામાં કોઈપણ પ્રકારની પીડા ન થવી જોઈએ.
(૩) દક્ષિણ-વામનૌલિ : મધ્યનૌલિ બરાબર સિદ્ધ થયા પછી વામનૌલિ અને દક્ષિણનૌલિનો અભ્યાસ શરૂ કરવો. આ ક્રિયા નીચેની રીતે સિદ્ધ થાય છે.
ઉડિયાનની અવસ્થામાં ઊભા રહો. મધ્યનૌલિ ધારણ કરો. પછી જમણી બાજુનો હાથ જરા વધુ દબાવો અને ડાબી બાજુના હાથનું દબાણ ઘટાડો. શરીર સહેજ જમણી બાજુ નમાવો. મધ્યનૌલિ જમણી બાજુ લેવાની છે એવી સભાનતા રાખો. ઉપરોક્ત ક્રિયાથી મધ્યમાં રહેલ નૌલિ જમણી બાજુ જશે. ખરેખર તો મધ્યનૌલિ એક દેખાય છે, પરંતુ તેમાં બે ઊભા સ્નાયુઓ છે. બંને સાથે જોડાઈ જવાથી એક જેવા લાગે છે. જ્યારે જમણી બાજુ દબાણ આવે છે ત્યારે ડાબી બાજુનો સ્નાયુ અંદર ચાલ્યો જાય છે અને જમણી બાજુનો સ્નાયુ જમણી બાજુ ખસે છે પરિણામે નૌલિ જમણી બાજુ ખસે છે તેમ દેખાય છે. આ રીતે દક્ષિણનૌલિ સિદ્ધ થાય છે.
આ જ રીતે ડાબી બાજુનો પ્રયત્ન કરી વામનૌલિ સિદ્ધ કરાય છે.
દક્ષિણ અને વામનૌલિમાં તે તે સ્નાયુ બની શકે તેટલાં વધુ પ્રમાણમાં તે તે દિશામાં જાય તે આવશ્યક છે.
(૪) નૌલિક્રિયા : નૌલિ જ્યારે ડાબી અને જમણી બાજુથી ચક્રાકાર ઘુમવા માટે ત્યારે તે યથાર્થ નૌલિક્રિયા ગણાય છે. નૌલિક્રિયાનું ખરું સ્વરૂપ આજ છે.

આગળની ભૂમિકાઓ તો નૌલિ ક્રિયા માટેનાં પ્રારંભક સોપાનો છે. આ ક્રિયા નીચેની રીતે સિદ્ધ થાય છે.
ઉડિયાન ધારણ કરો. મધ્યનૌલિ ધારણ કરો. તુરત જમણી બાજુનું દબાણ વધારી દક્ષિણનૌલિ ધારણ કરો. દક્ષિણ નૌલિ છોડી તુરત ઉડિયાનની અવસ્થામાં આવી જાઓ. તુરત વામનૌલિ ધારણ કરો. પછી તુરત મધ્યનૌલિ ધારણ કરો. આ રીતે નૌલિનું એક આવર્તન પૂરું થયું ગણાય.
આ જ રીતે ડાબી બાજુથી આવર્તન કરી શકાય છે. આ ક્રિયા એટલી ઝડપથી થાય છે કે નૌલિ ચક્રાકાર ફરતી હોય તેવો દેખાવ થાય છે. વસ્તુતઃ ક્રિયા આ રીતે બને છે.
જમણી બાજુથી નૌલિનું આવર્તન.
૧. મધ્યનૌલિ
૨. દક્ષિણનૌલિ
૩. ઉડિયાન
૪. વામનૌલિ
૫. મધ્યનૌલિ
ડાબી બાજુથી નૌલિનું આવર્તન.
૧. મધ્યનૌલિ
૨. વામનૌલિ
૩. ઉડિયાન
૪. દક્ષિણનૌલિ
૫. મધ્યનૌલિ.
જ્યારે આ રીતે બંને બાજુથી નૌલિ ચક્રાકાર ઘુમાવતા આવડે એટલે નૌલિક્રિયા સિદ્ધ થઈ છે એમ ગણાય.
આ રીતે એક જ શ્વાસમાં બંને બાજુથી એક કરતાં વધારે આવર્તનો કરવા જોઈએ. બંને બાજુ સમાન સંખ્યામાં આવર્તનો કરવા.
પ્રારંભમાં નૌલિને ચક્રાકાર



ઘુમાવવાની ક્રિયા ધીમી રાખવી. પછી અભ્યાસ વધતા ઝડપ વધારવી.
સામાન્યતઃ એક જ શ્વાસમાં બંને બાજુ, પ્રારંભમાં ત્રણ ચાર આવર્તનો કરવા. આ સંખ્યા પછી સાત સાત, સુધી પહોંચાડી શકાય. તંદુરસ્ત અને બળવાન વ્યક્તિ આવર્તનો આથી વધુ પણ કરી શકે.
(૩) વિશેષ નોંધ:
૧. નૌલિના બે પ્રયત્નો વચ્ચે એટલો આરામ અવશ્ય કરવો કે જેથી શ્વાસોચ્છવાસ સામાન્ય થઈ જાય.
૨. આ રીતે નૌલિના ત્રણ કે ચાર પ્રયત્નો કરી શકાય છે.
દરેક વખતે એક જ શ્વાસમાં ત્રણથી

નૌલિ જ્યારે ડાબી ને જમણી બાજુથી ચક્રાકાર ઘુમવા માટે ત્યારે તે યથાર્થ નૌલિક્રિયા ગણાય છે

૨. જેમને નૌલિ કરતી વખતે કે તેને પરિણામે પછીથી પેટમાં દુઃખાવો થતો હોય તેમણે નૌલિનો અભ્યાસ ન કરવો. અન્ય ઉપાયોથી આ દુઃખાવો દૂર કર્યા પછી તેઓ નૌલિનો અભ્યાસ શરૂ કરી શકે છે.
૩. જેમને પેટના કોઈ અવયવોનો ક્ષય રોગ હોય તેમણે નૌલિનો અભ્યાસ ન કરવો.
૪. જેમને લોહીના ઊંચા દબાણની તકલીફ હોય તેમણે નૌલિનો અભ્યાસ ન કરવો.
૫. ચૌદ વર્ષથી નાની ઉંમરનાં બાળકોએ નૌલિનો અભ્યાસ ન કરવો.
૬. સગર્ભા સ્ત્રીઓએ નૌલિનો અભ્યાસ ન કરવો.
૫. નૌલિક્રિયાથી શું થાય છે?
૧. પેટના અવયવો અને સ્નાયુઓના સ્વાસ્થ્ય અને કાર્યક્ષમતા માટે નૌલિ એક ઉત્તમ ક્રિયા છે.
૨. પેટ પર જમા થયેલી અનાવશ્યક ચરબીને દૂર કરે છે.
૩. નૌલિના અભ્યાસથી કબજિયાત અને મંદાગ્નિ દૂર થાય છે.
૪. એક શોધનકર્મ તરીકે નૌલિક્રિયા સમગ્ર શરીરના અને વિશેષતઃ પેટના મલનું શોધન કરે છે.
૫. લીવર, બરોળ અને પેનક્રિયાસનું શૈથિલ્ય નૌલિક્રિયાથી દૂર થાય છે.
૬. નૌલિક્રિયાની અભ્યાસ શ્રેણીમાં ઉપયોગી છે.
૭. યૌગિક બસ્તિક્રિયા અને શંખ પ્રક્ષાલન જેવી ક્રિયા માટે નૌલિક્રિયા આવશ્યક છે.
૬. શાસ્ત્રમાં નૌલિ : અમદાવર્તવેગન તુદં સવ્યાપસવ્યતઃ।
નસાંતો બ્રામયેદેષા નૌલિ સિદ્ધૈઃ પ્રચક્ષતે।। હ. પ્ર. ૨, ૩૮
“બંને ખભાને આગળ ઝુકાવીને તીવ્રગતિમાન ભંવરની જેમ પેટને ડાબી બાજુથી જમણી બાજુ અને જમણી બાજુથી ડાબી બાજુ ઘુમાવવું જોઈએ. આ ક્રિયાને સિદ્ધો નૌલિ કહેલ છે.”
૫. ત્રાટક
૧. ત્રાટક એટલે શું?
ત્રાટક એક શોધનક્રિયા છે. આ ક્રિયામાં કોઈ એક સૂક્ષ્મ લક્ષ્ય પ્રત્યે અનિમેષ દૃષ્ટિથી જોવાનું હોય છે. ઘેરડું સંહિતામાં કહ્યું છે- નિમેષોન્મેષકં ત્યક્ત્વા સૂક્ષ્મ લક્ષ્યં નિરીક્ષેત્।
પતન્તિ યાવદશ્ચૈન ત્રાટકં પ્રોચ્ચતેઃ
બુધૈઃ ।। ઘે. સ. ૧, ૫૨.
“નિમેષ-ઉન્મેષ વિના (એક પલક થઈને) સૂક્ષ્મ લક્ષ્ય અનેક પ્રકારના હોય છે. મહત્ત્વનાં લક્ષ્ય નીચે મુજબ છે, તેમાંથી કોઈ એક પસંદ કરી શકાય છે.
૧. સફેદ કે લીલા કાગળ પર કાળા રંગનું ટપકું. આ ટપકું ઘટાણાના દાણાથી માંડીને પૈસાના સિક્કા જેટલા કદનું હોઈ શકે છે.
૨. નાનું શિવલિંગ.
૩. સ્ફટિક પથ્થર.
૪. નાનું પુષ્પ.
૫. ચમકતી ધાતુની ગોળ તકતી.
૬. ઈષ્ટદેવની મૂર્તિ કે ચિત્રની આંખ કે અંગૂઠો.
૭. ઈષ્ટદેવની નાની મૂર્તિ કે નાનું ચિત્ર.
૮. અરીસામાં દિપકનું પ્રતિબિંબ (માત્ર અંધારામાં જ).
૯. અરીસામાં પોતાની આંખ.
૧૦. સળગતી અગરબત્તીનું ચમકતું

ટપકું (માત્ર અંધારામાં જ).
૧૧. ધ્રુવ તારક (માત્ર રાત્રે જ)
૧૨. ચંદ્ર (માત્ર રાત્રે જ)
૧૩. સવાર કે સાંજનો સૂર્ય (બહુ લાંબા સમય માટે નહિ).
૧૪. ઘીનો દિવો. (બહુ લાંબા સમય માટે નહિ).
૩. પદ્ધતિઃ
૧. આસન પર કોઈ એક ધ્યાનોપયોગી આસનમાં બેસો. લક્ષ્ય આંખની ઊંચાઈ જેટલું ઊંચું રાખો.
૨. પ્રારંભમાં થોડો ઉજ્જજાથી કે અનુલોમ-વિલોમ પ્રાણાયામ કરો.
૩. ત્યાર પછી ભ્રામરી પ્રાણાયામ કરો.
૪. આંખ થોડીવાર બંધ રાખી શાંત બેસો.
૫. આંખ ધીમેથી ખોલી, ઈષ્ટદેવનું સ્મરણ કરી, લક્ષ્ય પર એકાગ્ર કરો. શાંત ભાવે તણાવ કે ખેંચાણ વિના એકટક લક્ષ્ય તરફ જોયા કરો. આંખના પલકારા મારશો નહિ.
૬. આંખમાં બળતરા થશે. પછી આંખમાંથી આંસુ વહેવા માંડશે તો પણ આંખના પલકારા મારશો નહિ. એક સમય એવો આવશે કે આંખ ખુલ્લી રાખવી શક્ય લાગશે નહિ. એ વખતે ધીમેથી આંખ બંધ કરી દો. આ અવસ્થામાં લક્ષ્યની માનસિક પ્રતિમાનું ધ્યાન કરો.
થોડીવાર આંખને આરામ આપી ફરીથી આંખ ખોલો અને પૂર્વવત્ લક્ષ્ય પ્રત્યે અનિમેષ દૃષ્ટિથી જુઓ. આ રીતે ત્રણવાર વાર કરી શકાય.
૪. શરતોઃ
ત્રાટક સિદ્ધ કરવા માટે નીચેની શરતોનું પાલન કરવાનું આવશ્યક છે.
૧. આંખની કીકી ચાલવી જોઈએ નહિ.
૨. આંખના પલકારા મારવા નહિ.
૩. લક્ષ્ય સિવાય કશું દેખાય નહિ. (કમશઃ)■

feedback@bombaysamachar.com



ફોકસ
રેખા દેશરાજ

બીપી એટલે કે બ્લડ પ્રેશર હોવું એ ખૂબ સામાન્ય વાત થઈ ગઈ છે. પહેલા બીપીનો પ્રોબ્લેમ માત્ર ૫૫ કે ૬૦ વર્ષના પ્રોટેક્ષન જ થતો હતો. સામાજિક અને વર્ક પ્રેશરને કારણે બીપીનો પ્રોબ્લેમ હવે જુવાનિયાઓમાં પણ જોવા મળે છે. કામકાજનો દબાવ, અસંતુલિત જીવનશૈલી, ઊંઘની ઉણપ, સ્ટ્રેસ અને જંક ફૂડની વધતી માગ બીપીને એક વૈશ્વિક મહામારી બનાવી દીધી છે.
બીપી એ ખતરનાક બીમારી થઈ ગઈ છે એનું સૌથી મોટું કારણ ડિજિટલ યુગ છે. ડિજિટલ યુગ જે ઝડપથી યુવાનોનું કામ આસાન બનાવી રહે છે તે જ ઝડપથી માનસિક દબાણમાં વધારો કરી રહી છે. સતત સ્ક્રીનટાઇમ, પ્રતિસ્પર્ધા, આર્થિક સુરક્ષા અને નોકરી ગુમાવવાનો ડર યુવાનોમાં હાઈ બીપીનું કારણ બની રહ્યું છે. ફાસ્ટ ફૂડ, પેકડ સ્નેકસ, મીઠું, સોડિયમની અધિકતા અને સાકર આ બધી જ વસ્તુઓ બીપીને આમંત્રિત કરે છે. ભારતીય ભોજનમાં ખાસ કરીને વધારે પડતું મીઠું અને તેલ પણ બીપી વધવાનું એક મુખ્ય કારણ છે. શહેરી જીવનશૈલીમાં શારીરિક કસરત જેમ કે ચાલવું, દોડવું, યોગા જેવી કસરત માત્ર વિકેન્ડ પૂરતી જ રહી ગઈ છે. આનાથી શરીરનું મેટાબોલિઝમ ઘટે છે અને બીપીનો પ્રોબ્લેમ થાય છે. મોબાઇલના વધારે વપરાશને કારણે મોટા ભાગના ભારતીયોની ઊંઘ બે થી ત્રણ કલાક ઘટી ગઈ છે. આ બધા જ કારણોને લીધે બીપીની સમસ્યા વધે છે.
૨૦૨૪ના વૈશ્વિક સ્વાસ્થ્ય સંગઠન



(ડબ્લ્યુએચઓ)ના રિપોર્ટ અનુસાર દરેક વર્ષે ૧.૦૪ કરોડ લોકોનું મૃત્યુ બીપીને કારણે થાય છે. એમાંથી લગભગ ૫૦% મૃત્યુ સ્ટ્રોક અને હાર્ટ એટેકથી થાય છે. ૨૨ લાખ લોકો હાઈ બ્લડ પ્રેશરને કારણે મૃત્યુ પામે છે. ભારતમાં ૧૮ વર્ષથી ઉપરના લગભગ ૩૦ ટકા પુરુષો અને ૨૫ ટકા મહિલાઓ બીપીનો શિકાર બને છે.
મોટાભાગે બીપીના લક્ષણો પકડમાં નથી આવતા. જો એક વાર બીપી અનિયંત્રિત થઈ જાય તો આંખોને નુકસાન પહોંચાડે છે. કોરોના કાળ બાદ લોકોમાં વધતો માનસિક તનાવ અને દવાઓ પર વધતી નિર્ભરતા ભારતમાં બીપીની સમસ્યાને વધારે છે. ઘણા લોકો અચાનકથી જ બીપીની દવા ખાવાનું છોડી દે છે તેને લીધે તેમને હૃદય રોગના હુમલાનો ભોગ બનવું પડે છે. જો ભારતીયો જીવન શૈલી નહીં બદલે તો ૨૦૩૦ સુધીમાં હર ત્રીજી વ્યક્તિ બીપીથી પીડાતી હશે. નાના

ગ્રામીણ વિસ્તારોમાં બીપી એક મહામારીની જેમ ફેલાઈ રહ્યું છે. આ બાબતે બધાએ જ ધ્યાન રાખવું રહ્યું ત્યારે જ બીપી થોડું ઘણું નિયંત્રણમાં આવી શકે. બીપી માત્ર ઉંમરને જ નથી જોઈતું, પરંતુ અસંતુલિત જીવનશૈલીને આધારે બીપીના શિકાર બનવું પડે છે.
જો તમારે આ બધાથી બચવું હોય તો જીવનશૈલી સુધારવી પડે, નિયમિત વ્યાયામ કરવો પડે અને સ્વસ્થ આહાર લેવો પડે.
બીપીને નિયંત્રિત રાખવાના ઉપાયો -
► પ્રતિદિન ૩૦ મિનિટ ચાલવું.
► ભોજનમાં તળેલા પદાર્થ, સોલ્ટ અને સાકર ઓછી કરી નાખવી.
► પૂરતી ઊંઘ લેવી અને મોબાઇલ જોવાનો ટાઈમ ઓછો કરવો.
► અઠવાડિયામાં એક વખત ડિજિટલ ડિટોકસને જીવનશૈલીનો ભાગ બનાવવો.
► નિયમિત રીતે બીપીની તાપસ કરાવતા રહેવું.
► મેડિટેશન દ્વારા ગુસ્સા અને ચિંતાને નિયંત્રિત રાખવા.

બીપી ચાર્ટ
૧૦૦-૮૦ - સામાન્ય - સ્વસ્થ
૧૨૦- ૧૩૯ / ૮૦-૮૯ - પ્રિ હાઇપર ટેન્શન-સાવધાની રાખવી.
૧૪૦-૧૫૯/ ૮૦-૯૯ - હાઈ બીપી (સ્ટેજ ૧) સારવાર જરૂરી.
૧૬૦ થી ઉપર /૧૦૦ થી ઉપર - હાઈ બીપી (સ્ટેજ ૨) ગંભીર ખતરો. ■

કયું જામફળ ડાયાબિટીસ નિયંત્રિત કરશે?

feedback@bombaysamachar.com



ફોકસ પ્લસ
નિધી ભટ્ટ

જામફળ આપણા સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ ફાયદાકારક છે, પરંતુ શું તે જાણો છો કે તે ડાયાબિટીસ માટે પણ અનુકૂળ છે? ચાલો તમને તેના વિશે જણાવીએ.
આજકાલ ડાયાબિટીસ એક સામાન્ય સમસ્યા બની ગઈ છે. ૪ માંથી ૧ વ્યક્તિ ડાયાબિટીસથી પીડાય છે. આ આપણી ખાવાની ખરાબ આદતો અને જીવનશૈલીને કારણે છે. તેની સારવાર માટે લોકો વિવિધ દવાઓ અને ઇન્જેક્શન લે છે અને તેમના આહારનું નિરીક્ષણ કરે છે. તેથી ડાયાબિટીસના દર્દીઓને પણ જામફળ ખાવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. મૂંઝવણ ઊભી થાય છે કે સફેદ જામફળ ખાવું કે ગુલાબી જામફળ.
જામફળ એક ડાયાબિટીસ માટે અનુકૂળ ફળ છે, જે ડાયેટરી ફાઇબર, વિટામિન સી અને એન્ટીઑક્સિડન્ટથી ભરપૂર છે. વધુમાં તેમાં ખૂબ જ ઓછો ગ્લાયસેમિક ઇન્ડેક્સ છે, જે ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે ફાયદાકારક છે.
બજારમાં બે પ્રકારના જામફળ વેચાય છે. એક સફેદ



જામફળ અને બીજો ગુલાબી જામફળ. જ્યારે બંને સ્વાસ્થ્ય માટે સારા છે, જામફળે અમે તમને જણાવીશું કે ડાયાબિટીસ માટે કયું જામફળ વધુ ફાયદાકારક છે. ગુલાબી જામફળ લિપોસિન નામના એન્ટીઑક્સિડન્ટથી ભરપૂર હોય છે. આ લિપોસીન હૃદયને સુરક્ષિત રાખવામાં, કેન્સરનું જોખમ ઘટાડવામાં

અને સ્વસ્થ શરીર જાળવવામાં મદદ કરે છે.
સફેદ જામફળ ડાયેટરી ફાઇબર્સથી ભરપૂર હોય છે. આ ફાઇબર્સ ગ્લુકોઝ શોષણ ઘટાડીને શરીરમાંથી કચરો દૂર કરવામાં મદદ કરે છે. તેને ખાવાથી પાચનમાં પણ સુધારો થાય છે.
વધુમાં ગુલાબી જામફળમાં રહેલા લિપોસીન અને વિટામિન સી સ્વાદુપિંડ અને વાહિની પેશીઓને નુકસાન પહોંચાડતા મુક્ત રેડિકલનો નાશ કરીને ઇન્સ્યુલિનને યોગ્ય રીતે કાર્ય કરવામાં મદદ કરે છે.
આ ફાઇબર્સ આંતરડાની ગતિવિધિઓને નિયંત્રિત કરે છે અને LDL કોલેસ્ટ્રોલ ઘટાડવામાં મદદ કરે છે, જે ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે મહત્વપૂર્ણ છે.
આ સંદર્ભમાં ગુલાબી જામફળ ડાયાબિટીસ માટે ખાસ કરીને ફાયદાકારક છે. તેમાં ઉચ્ચ ફાઇબર સામગ્રી ડાયાબિટીસના શોષણ ઘટાડે છે અને બ્લડ સુગરને નિયંત્રણમાં રાખે છે. તેથી દરરોજ એક થી બે જામફળ ખાવા જોઈએ.

feedback@bombaysamachar.com



આહારથી આરોગ્ય સુધી
ડૉ. હર્ષા છાડવા

વૃદ્ધાવસ્થામાં થતી બીમારી

ભારતીય સમાજ અને વિશ્વના અન્ય સમાજોમાં વૃદ્ધાવસ્થા સાથે કુટુંબ-વ્યવસ્થા સંકળાયેલી છે, પરંતુ તમામ પ્રકારના સમાજોમાં આ સંદર્ભમાં જુદાપણું જોવા મળે છે. આજે પણ મહદ અંશે ભારતીય સમાજમાં વૃદ્ધોની સારસંભાળ અને માન-સન્માન કુટુંબ જીવનમાં સચવાય છે. જ્યારે પશ્ચિમના સમાજોમાં વૃદ્ધાવસ્થાનો પર્યાય એકલતા બન્યો છે. ભારતમાં ખાસ કરીને શહેરી જીવનના બદલાતા કૌટુંબિક સ્વરૂપને કારણે વૃદ્ધ મા-બાપથી અલગ વિભક્ત કુટુંબ સ્થાપવાનું ચલણ વધતું જાય છે. તેને પરિણામે વૃદ્ધોએ અને કચારેક વૃદ્ધ દંપતિએ વૃદ્ધાશ્રમનો સહારો લેવો પડે છે. આના કારણે ઘણાંય છે. પતિ-પત્નીનું કામકાજ જીવન કોઈ કારણસર કુટુંબમાં મનમેળનો અભાવ અને આર્થિક કે બીમારીના કારણે હોઈ શકે.
જરા ચિકિત્સા એટલે વૃદ્ધોમાં થતી બીમારીનું અધ્યયન તેમ જ તેનો ચિકિત્સક (ડોક્ટર) અથવા વૃદ્ધાવસ્થામાં સંભાળ રાખનાર આ જરા ચિકિત્સક (જેરોન્ટોલોજી)ની ડિમાન્ડ વધવા લાગી છે. આ શ્ત્રે ચિકિત્સક કે સંભાળ રાખનાર બહુ ઓછા છે, ડિમાન્ડ વધુ છે. એક સંશોધન મુજબ વૃદ્ધાવસ્થામાં થતી બીમારીઓના કારણોમાં એ જણાયું કે ત્રીસથી ચાલીસની ઉંમરમાં શારીરિક સંભાળમાં દુર્લભતા રાખતી તે છે. આ ઉંમર દરમ્યાન શરીરમાં જોઈતા મિનરલ્સ કે વિટામિનની ઉણપ પર ધ્યાન દેવું અતિ જરૂરી છે. બાહ્ય ખાદ્ય પદાર્થના ઉપયોગથી, ઘરમાં બનતા વ્યંજનો પ્રાકૃતિક છે કે નહિ તેના ઉપર કોઈ ધ્યાન આપતું નથી. વધુ પડતા ફરસાણના ઉપયોગને કારણે શરીરમાં વિસરલ ફેટ (ટ્રાન્સફેટ) વધવાને કારણે વૃદ્ધાવસ્થામાં અવયવો બરાબર કામ નથી કરતા. મીઠાઈઓના સેવનના કારણે એ.જી.ઈ.નું વધવું એટલે કે એન્ડોવાન્સ ગ્લાયસેસન એન્ડ પ્રોડક્સનનું વધવું. શરીરના અવયવ પર સાકર પચાવાનો અધિક બોજ આવે છે, જેથી રાત્રે વારંવાર પેશાબનું આવવું. તેથી જણાય છે કે અવયવોને નકામી સુગર ફેંકવાની અધિક જરૂર પડે. તે ન ફેંકાતા પગ પર સોજા આવે છે. કીડનીની ક્ષમતા બગડે છે.
ફરસાણના વધુ સેવનના કારણે કબજિયાત થવી, જેથી શરીરમાં ગેસનું પ્રમાણ વધી જાય છે. પગમાં સતત દુખાવો થાય છે. ચાલવું મુશ્કેલ બને છે. ડાયાબિટીસની સમસ્યા અધિક રહે છે. જેના કારણે આંખોમાં મોતીયાની સમસ્યા થાય છે. કાનમાં સંભળવાનું ઓછું થાય છે. કોલેસ્ટ્રોલ પ્રોસ્ટ્રેટમાં ડીપોઝીટ થાય છે ત્યાં સોજા આવી જાય છે. ડાયાબિટીસની દવા અને કોલેસ્ટ્રોલ દવાઓની આડઅસરના કારણે કીડની અથવા હૃદયની સમસ્યાઓ થાય છે. આ બીમારીઓ ત્રીસથી ચાલીસ વર્ષની ઉંમરમાં ગતિહીન જીવનશૈલીના કારણે થાય છે. આહારમાં કાર્બોહાઈડ્રેટ અને અનહેલ્થી ફેટને નિયંત્રણમાં રાખવું ખૂબ જરૂરી છે. વયગાળાની ઉંમરમાં ચિકિત્સકની સલાહથી



જો શરીરની નાની નાની વ્યધિઓને કાબૂમાં રાખવામાં આવે તો જ વૃદ્ધાવસ્થામાં બિમારીઓથી દૂર રહી શકાય છે. આહારમાં લેવાતા પદાર્થો પ્રાકૃતિક ન હોય ત્યારે જ આ સમસ્યાઓ થાય છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં એક હેરાન કરતી બીમારી છે. અલ્ઝાઈમર (ભૂલવાની બીમારી) આ હાલના સમય વધુ દેખાવા લાગી છે. શારીરિક સ્વાસ્થ્યની જેમ જ માનસિક સ્વાસ્થ્ય સાંઈકની ઉંમર પછી બગડવા લાગે છે. આ બીમારી શારીરિક સમસ્યાઓ તેમ જ સામાજિક સમસ્યાને કારણે પણ થાય છે. પરિવારથી દૂર રહેવું, એકલતા, પડોશી, મિત્ર વડુનથી દૂર રહેવાથી પણ આ સમસ્યા થાય છે. કામકાજના બોજાને કારણે સામાજિક પ્રવૃત્તિથી દૂર રહેવાને કારણે વૃદ્ધાવસ્થામાં એકલતા આવી જાય છે. સામાજિક મેલમેલાપ પણ માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે જરૂરી છે.
વર્નર સિંડ્રોમ આ સમસ્યા વધસ્ક અવસ્થા કે વયસ્ક જીવનની પ્રારંભિકતામાં જણાય છે. આ સમસ્યામાં ત્વચામાં કરચલી પડવી. ગંજાપણ થવું વગેરે... આ માંસપેશીની ક્ષમતા ઓછી થવાના કારણે થાય છે. વજન ઘટવું, યાદદાસ્ત ઓછી થવી, નબળાઈ, થકાવટ, હાડકાંનો દુઃખાવો કે અન્ય બીમારીઓ લગભગ યુવાવસ્થામાં સંભાળ ન રાખવાને કારણે થાય છે.
વૃદ્ધાવસ્થામાં ત્વચામાં કરચલી પડવી. ગંજાપણ થવું પર ધ્યાન દોરવું અતિ જરૂરી છે. સ્વાદિષ્ટ ખાવાનું જરૂર લ્યો પણ તે પ્રાકૃતિકરૂપથી લેવું જરૂરી છે. મીઠાઈ અને ફરસાણ પંદર દિવસમાં એકવાર લેવો. ધ્યાન (એકાગ્રતા) કેળવો. શાકભાજીનું સેવન વધારી દો. અનાજનું પ્રમાણ ફક્ત વીસથી ત્રીસ ટકા જેટલું રાખો. રાત્રે ભોજનમાં ફક્ત સૂપ કે થોડો દલિયો લો. જેથી આ બીમારીઓ પર કાબૂ મેળવી શકાય. ■

આજે ભારત-સાઉથ આફ્રિકા વચ્ચે ટી-૨૦ના જગમાં સવાલ સો મણનો...

સેમસન કે જિતેશ ?

શુભમન ગિલ અને હાર્દિક પંડયાની વાપસીથી ટીમ ઇન્ડિયા મજબૂત બની

કટક : આજથી સાઉથ આફ્રિકા સામેની પાંચ મેચની ટી-૨૦ સીરિઝની પ્રથમ મેચ રમાશે. શુભમન ગિલ અને હાર્દિક પંડ્યાની વાપસીથી ટીમ ઈન્ડિયા મજબૂત થઈ છે. ટીમ ઈન્ડિયા ઘર આંગણે આગામી વર્ષે યોજનારા ટી-૨૦ વર્લ્ડ કપ માટે તૈયારીઓ શરૂ કરશે. મેચ ભારતીય સમય અનુસાર સાંજે સાત વાગ્યે શરૂ થશે.

દક્ષિણ આફ્રિકા સામેની આ શ્રેણી ફેબ્રુઆરીમાં ભારતની વર્લ્ડ કપ માટે ઔપચારિક તૈયારીઓને મજબૂત કરશે. ભારતીય ટીમ વર્લ્ડ કપ પહેલા ૧૦ ટી૨૦ મેચ રમશે. દક્ષિણ આફ્રિકા પછી તેઓ ન્યૂ ઝીલેન્ડ સામે પાંચ મેચની શ્રેણી પણ રમશે. ભારત વર્લ્ડ કપમાં પોતાની પહેલી મેચ ૭ ફેબ્રુઆરીએ વાનખેડે સ્ટેડિયમ ખાતે અમેરિકા સામે રમશે.

ભારતીય ટીમ આ બે શ્રેણીમાં સ્પષ્ટ દૃષ્ટિકોણ સાથે મેદાનમાં ઉતરશે જેનો મુખ્ય ઘ્યેય ખેલાડીઓની ભૂમિકા નક્કી કરવાનો અને વર્લ્ડ કપ પહેલા યોગ્ય ટીમ કોમ્બિનેશન શોધવાનો છે. ગયા વર્ષે વર્લ્ડ કપ જીત્યા પછી ભારતે ટી-૨૦ ક્રિકેટમાં મજબૂત પ્રદર્શન કર્યું છે. તેણે ટાઇટલ જીતવા માટે સતત આઠ મેચ જીતી હતી. ભારતીય ટીમે ફક્ત ચાર મેચ ગુમાવી છે. દરમિયાન ભારતીય ટીમે એક પણ ટી-૨૦ સીરિઝ ગુમાવી નથી

અને હવે તે ટી-૨૦ વર્લ્ડ કપ ફાઇનલમાં હરાવેલી ટીમ સામે તેની ધાર વધુ મજબૂત બનાવવાનું લક્ષ્ય રાખશે. ઈજાના કારણે કોલકાતામાં દક્ષિણ આફ્રિકા સામેની પ્રથમ ટેસ્ટમાંથી બહાર થયા બાદ ગિલ આ સીરિઝથી વાપસી કરશે. છેલ્લી આઈપીએલ અને ભારતની આગામી વ્વસ્ત સીઝનથી તેના સતત ક્રિકેટને જોતાં તેના વર્કલોડ મેનેજમેન્ટ પર નજીકથી નજર રાખવામાં આવશે. પરંતુ ગિલ માટે આ સીરિઝ ખૂબ મહત્વની રહેશે જેણે ૩૩ ટી-૨૦ આંતરરાષ્ટ્રીય મેચોમાં ૨૯.૮૯ ની સરેરાશથી ૮૩૭ રન કર્યા છે. ગિલની વાપસી અભિષેક શર્મા સાથે એક મજબૂત ઓપનિંગ જોડી બનાવશે. અભિષેકે ઓસ્ટ્રેલિયામાં શાનદાર પ્રદર્શન કર્યું અને ૧૬૩ રન ફટકાર્યા હતા. તે ભારતનો સૌથી વધુ રન કરનાર ખેલાડી હતો. ત્યારથી તેણે સ્થાનિક સ્તરે પણ સારું પ્રદર્શન કર્યું છે. હાર્દિક પંડ્યાની વાપસી ભારત માટે પણ એટલી જ મહત્વપૂર્ણ છે. એશિયા કપ દરમિયાન ક્વાડ્રિસેપ્સ ઈજાને કારણે બે મહિનાથી વધુ સમય માટે મેદાનની બહાર રહેલા આ ઓલરાઉન્ડરે શાનદાર વાપસી કરી છે. મુશ્તાક અલી ટ્રોફીમાં બરોડા તરફથી રમતા ૪૨ બોલમાં અણનમ ૭૭ રન ફટકાર્યા હતા અને ચાર ઓવરમાં



૫૨ રન આપીને એક વિકેટ લીધી હતી. હાર્દિક ટીમના બાકીના ખેલાડીઓના એક દિવસ પહેલા અહીં પહોંચ્યો હતો અને બારાબતી સ્ટેડિયમમાં એકલા પ્રેક્ટિસ કરી હતી. તેની વાપસી ભારતીય ટીમને જરૂરી સંતુલન આપશે.

કેપ્ટન સૂર્યકુમાર યાદવનું લાંબા સમય સુધી ખરાબ ફોર્મ આ શ્રેણી પહેલા ચર્ચાનો મુખ્ય વિષય રહ્યું છે. તેણે આઈપીએલમાં મુંબઈ ઇન્ડિયન્સ માટે ૭૧૭ રન કર્યા હતા પરંતુ ત્યારથી તે અપેક્ષા મુજબ પ્રદર્શન કરી શક્યો નથી. ગયા વર્ષે જૂલાઈમાં ટી-૨૦ કેપ્ટન તરીકેનો કાર્યભાર સંભાળ્યા પછી તે ૧૫ ઇનિંગ્સમાં ફક્ત ૧૮૪ રન જ કરી શક્યો છે, જેની સરેરાશ ૧૫.૩૩ છે. એટલું જ નહીં, તેનો સ્ટ્રાઇક રેટ પણ ઘટીને ૧૨૭.૭૭ થઈ ગયો, જે ૨૦૨૨ માં ૧૮૭ હતો.

સંજૂ સેમસન અને જિતેશ શર્મા વચ્ચે પ્લેઈંગ ઈલેવનમાં સ્થાન મેળવવા માટે હિરફાઈ રહેશે. ઓસ્ટ્રેલિયામાં સેમસને ફક્ત એક જ વાર બેટિંગ કરી હતી, જ્યારે તેને ત્રીજા નંબરે મોકલવામાં આવ્યો હતો. ત્યારબાદ જિતેશને છેલ્લી ત્રણ ટી૨૦ મેચ માટે ટીમમાં સામેલ કરવામાં આવ્યો હતો. ભારતની વર્લ્ડ કપ જીત પછી સેમસન ભારતીય બેટ્સમેન તરીકે સૌથી વધુ રન કરવા મામલે ચાટીમાં ત્રીજા ક્રમે છે. તેણે ઓપનર તરીકે ત્રણ સદી ફટકારી છે, જેમાંથી બે સદી દક્ષિણ આફ્રિકામાં ફટકારી હતી. સેમસને મુશ્તાક અલી ટ્રોફીમાં પણ સારું પ્રદર્શન કર્યું અને બે અડધી સદી ફટકારી હતી.

હાર્દિકને લીધે ટીમને ઘણા ઑપ્શન્સ મળે છે: સૂર્યા

કટક : ભારતીય કેપ્ટન સૂર્યકુમાર યાદવનું માનવું છે કે ઓલરાઉન્ડર હાર્દિક પંડ્યાની વાપસીથી એશિયા કપમાં સફળતા હાંસલ કરનારી ટીમની રણનીતિ અને સંતુલન મળશે. ભારતીય ટીમ મંગળવારથી દક્ષિણ આફ્રિકા સામે શરૂ થનારી પાંચ મેચની ટી-૨૦ સીરિઝમાં રમશે. ઝડપી બોલિંગની સાથે સાથે એક શાનદાર બેટ્સમેન હાર્દિક

ઈજાને કારણે એશિયા કપની ફાઇનલમાં રમી શક્યો નહીં. ઈજામાંથી સ્વસ્થ થયા પછી તેણે તાજેતરમાં સૈયદ મુશ્તાક અલી ટ્રોફીમાં વાપસી કરી હતી અને શાનદાર ફોર્મમાં છે. આગામી વર્ષમાં યોજનારા ટી-૨૦ વર્લ્ડ કપ પહેલા તેની વાપસીથી ટીમના વિકલ્પોમાં વધારો થયો છે.

પ્રથમ ટી-૨૦ મેચ અગાઉ ભારતીય ટીમના કેપ્ટન સૂર્યકુમાર યાદવે

કહ્યું હતું કે “નવા બોલ સાથેની તેની કુશળતા ભારતને ત્રણેક કે ચાર સ્પિનરોને મેદાનમાં ઉતારવાનો વિકલ્પ આપે છે. મને લાગે છે કે તમે એશિયા કપમાં પણ જોખું હશે, જ્યારે તે નવા બોલથી બોલિંગ કરી રહ્યો હતો. ત્યારે તેણે અમને પ્લેઈંગ ઇલેવનમાં વિવિધ કોમ્બિનેશન અપનાવાના ઘણા વિકલ્પો અને તકો આપી હતી.”

ટી-૨૦ વર્લ્ડકપ લાઈવ જોવા નહીં મળે ?

જિયોસ્ટારે વિશ્વકપની મેચોનું જીવંત પ્રસારણ નહીં કરવાનો નિર્ણય લીધાના અહેવાલો

નવી દિલ્હી : ૨૦૨૬ ટી-૨૦ વર્લ્ડ કપ ૭ ફેબ્રુઆરીથી શરૂ થશે. આવતા વર્ષના મેળા આઈસીસી ઇવેન્ટ પહેલા ભારતીય ક્રિકેટ ચાહકો માટે ખરાબ સમાચાર આવ્યા છે. દેશના અગ્રણી ડિજિટલ બ્રોડકાસ્ટર જિયોસ્ટારે આવતા વર્ષે યોજાનારા ટી-૨૦ વર્લ્ડકપનું લાઈવ બ્રોડકાસ્ટિંગ ન કરવાનો નિર્ણય લીધો છે. એક મીડિયા રિપોર્ટ અનુસાર, જિયો સ્ટારને નુકસાન થઈ રહ્યું છે. એવામાં કંપનીએ લાઇવ

બ્રોડકાસ્ટિંગમાંથી પાછળ હટવાનો નિર્ણય લીધો છે. જિયોસ્ટારે આઈસીસીને સત્તાવાર રીતે જાણ કરી છે કે તે તેના કરારના બાકીના બે વર્ષ માટે ભારતની ક્રિકેટ મીડિયા રાઇટ્સ સેવા પૂરી પાડી શકશે નહીં. આ પાછળનું કારણ કંપનીને થયેલું નુકસાન છે. જિયોએ આઈસીસીને જાણ કરી છે કે તેને ૨૦૨૪-૨૫માં ૨૫,૭૬૦ કરોડનું નાણાકીય નુકસાન થયું છે.

જિયોસ્ટારે આઈસીસીને જાણ કરી હતી કે તે તેના ચાર વર્ષના ભારત મીડિયા રાઇટ્સ કરારના છેલ્લા બે વર્ષ પૂરા કરી શકશે નહીં. તેનું મુખ્ય કારણ ભારે નાણાકીય નુકસાન છે. રિપોર્ટ અનુસાર, આઈસીસીએ ૨૦૨૬-૨૯ માટે ભારતના મીડિયા રાઈટ્સ માટે એક નવા બિઝની જાહેરાત કરી છે જેમાં લગભગ ૨.૪ અબજો ડોલરની માગ કરવામાં આવી છે. રિપોર્ટમાં દાવો કરાયો છે કે સોની

પિકચર્સ નેટવર્ક્સ ઇન્ડિયા, નેટફ્લિક્સ અને એમેઝોન પ્રાઇમ વીડિયોનો સંપર્ક કરવામાં આવ્યો હોવાનું કહેવાય છે, પરંતુ તેમાંથી કોઈએ વધુ ક્રિમતના કારણે રસ દાખવ્યો નથી. જો આ રિપોર્ટમાં કરાયેલો દાવો સત્ય હશે તો તે આઈસીસીને મુશ્કેલીમાં મુકી શકે છે કારણ કે આગામી ટી-૨૦ વર્લ્ડ કપને માત્ર ત્રણ મહિના બાકી છે. જોકે આ બાબતે જિયોસ્ટાર કે ક્રિકેટ બોર્ડ તરફથી કોઈ ટિપ્પણી કરવામાં આવી નથી. ■

છેલ્લી વન-ડેમાં સ્લો ઓવર રેટ: ટીમ ઇન્ડિયાને દંડ કરાયો

દુબઈ : સાઉથ આફ્રિકા સામે વન-ડે સિરીઝ જીત્યા બાદ ટીમ ઈન્ડિયાને ઝટકો લાગ્યો છે. દક્ષિણ આફ્રિકા વિરુદ્ધ રાયપુરમાં રમાયેલી બીજી વન-ડે મેચમાં સ્લો ઓવર રેટ બદલ ભારતને તેની મેચ ફીના ૧૦ ટકા દંડ ફટકારવામાં આવ્યો હતો. દક્ષિણ આફ્રિકાએ બીજી વનડે જીતીને ત્રણ મેચની શ્રેણી ૧-૧ થી બરાબર કરી હતી, પરંતુ ભારતે વિશાખાપટનમમાં ત્રીજી વનડે મેચ જીતીને શ્રેણી ૨-૧ થી જીતી લીધી હતી.

મેચ રેફરીના એલિટ પેનલમાં સામેલ રિચી રિચર્ડસને દંડ ફટકાર્યો હતો કારણ કે લોકેશ રાહુલની કેપ્ટનશિપ હેઠળની ભારતીય ટીમે નિર્ધારિત સમયમાં બે ઓવર ઓછી ફેંકી હતી.

હવે ઘણું સારું લાગી રહ્યું છે: ઈજા પછી પહેલીવાર બોલ્ચો ગિલ

કટક : ભારતીય ટી-૨૦ ટીમના વાઈસ કેપ્ટન શુભમન ગિલ ગરદનની ઇજામાંથી સ્વસ્થ થવા માટે બેંગલૂરુમાં સેન્ટર ઓફ એક્સેલન્સ (સીઈઓ) ખાતે રિહેબિલિટેશન બાદ દક્ષિણ આફ્રિકા સામેની ટી-૨૦ સિરીઝમાં વાપસીને લઈને સારું અનુભવી રહ્યો છે. સીઓઈએ ગિલને મંગળવારથી શરૂ થતી પાંચ મેચની શ્રેણીમાં રમવાની મંજૂરી આપી હતી.

ભારતના ટેસ્ટ અને વનડે કેપ્ટનને ગયા મહિને દક્ષિણ આફ્રિકા સામેની પહેલી ટેસ્ટમાં સ્વીપ શોટ રમતી વખતે ગરદનમાં ઈજા થઈ હતી, જેના કારણે તેણે ગુવાહાટીમાં બીજી ટેસ્ટ અને ત્યારબાદની વનડે શ્રેણી ગુમાવી હતી. ગિલ દક્ષિણ આફ્રિકા સામે મજબૂત પ્રદર્શનની આશા રાખશે.

ગિલે બીસીસીઆઈ ટીવીને કહ્યું હતું કે મને હવે ઘણું સારું લાગી રહ્યું છે. મને લાગે છે કે મેં અહીં આત્યાના દિવસથી આજ સુધી ઘણા કૌશલ્ય વિકાસ અને પ્રેક્ટિસ સત્રોમાં ભાગ લીધો છે. મને ઘણુ સારું લાગી રહ્યું છે. બીસીસીઆઈએ સ્ટ્રેન્થ અને કન્ડિશનીંગ કોચ એસ. રજનીકાંતની દેખરેખમાં ગિલની પ્રેક્ટિસ અને રિહેબિલિટેશનના કેટલાક વીડિયો પણ શેર કર્યા હતા. ગિલ વીડિયોમાં સ્વીપ શોટની પ્રેક્ટિસ પણ કરતો જોવા મળે છે.



ભાષા વૈભવ...

ગુજરાતી – અંગ્રેજી શબ્દોની જોડી જમાવો

A	B
ખોખરું	DEFICIT
ખોગીર	SEARCH
ખોજ	HOARSE
ખોટ	DEFECT
ખોડ	SADDLE

માતૃભાષાની મહેક

સંસ્કૃત કે પ્રાકૃત જે કાંઇ સ્વર, તાલ, ગ્રામભેદ, રાગ અને રાગનાં અંગોવાળું હોય તેને ગીત કહે છે. ગીત એટલે સાહિત્યની પૂર્ણ અર્થભાવનાવાળી શબ્દમય રચનાને સુમધુર નાદ દ્વારા વ્યક્ત કરી. વિસ્તાર કરી બતાવવું તે. લગ્ન અથવા કોઈ ખુશાલીના પ્રસંગે બેરોં જે ગાય છે તે ગીત કહેવાય છે.

ગુજરાત મોરી મોરી રે

કોઈ વ્યક્તિ NUMEROPHOBIA અનુભવે છે એવું કહેવામાં આવે તો એનો સંબંધ શેની સાથે હોય એ કહી શકશો?

અ) નવીનતા
 બ) પ્રવાસ
 ક) નંબર
 ડ) સાહસ

દર્શાદ

તારા ઉપર ન ભાર ખુલાસાનો આવી જાય, આ મૌન માત્ર એટલા ખાતર ઉપાડિયે. -- મનોજ ખંડિયા

‘મુંબઈ સમાચાર’ના ફન વર્લ્ડમાં તમને રસપ્રદ માહિતી મળશે અને સાથે મજા પણ આવશે. પ્રત્યેક કોયડાના સાચા જવાબ આપનારા વાચકોનાં જ નામ અહીં પ્રગટ કરવામાં આવશે. વાચકોએ તેમના જવાબ ઈ-મેઈલથી મંગળવારે સાંજે ૬:૦૦ સુધી મોકલવાના રહેશે. ત્યાર પછી મોકલેલા જવાબ સ્વીકારાશે નહીં. વાચકોએ જવાબ નવા ઈ-મેઈલ funworld1822@gmail.com પર મોકલવાના રહેશે.

શબ્દલાલિત્ય

કાન્તા વોરા

૧		૨	૩	૪		૫		૬	૭
		૮						૯	
૧૦	૧૧							૧૨	
૧૩			૧૪		૧૫			૧૬	
								૧૭	૧૮
૧૯		૨૦		૨૧		૨૨			
								૨૩	૨૪
૨૫	૨૬		૨૭		૨૮		૨૯		
૩૦			૩૧			૩૨			
૩૩					૩૪				

આડી ચાવી

૧. દિલ્હી ભારતનું --- છે (૫)

૫. ખૂબ ઘસાઈને (૪)

૮. જન્મદિવસ (૫)

૯. ---ના ચટકા હોય મટકા નહિ (૨)

૧૦. આહીર, ભરવાડ (૩)

૧૨. ભાઈ (૨)

૧૩. શરીર, કાયા (૨)

૧૭. છળ, પ્રપંચ (૩)

૧૯. ઝેરના --- ન હોય (૩)

૨૩. વાણી (૨)

૨૫. ખોળો (૨)

૨૯. હંસ (૩)

૩૦. --- તેનો નાશ છે (૨)

૩૧. શિખામણ આપનાર (૫)

૩૩. --- કરવું=પ્રાપ્ત કરવું (૪)

૩૪. તરખાટ (૫)

ઊભી ચાવી

૧. --- કરવી=ઘા પર મલમપછી કરવી (૪)

૨. --- બેઠો નખોદ વાળો (૩)

૩. ફૂળની ચંદરનો માવો (૨)

૪. જીભ (૩)

૫. ઠપકો આપવો, ધમકાવવું (૩)

૬. તજવીજ, ગોઠવણ (૩)

૭. એક જાતનું રેશમી કાપડ (૩)

૧૧. ટાલ બનાવનાર (૪)

૧૪. ઘરતીનો છેડો (૨)

૧૫. જે અમર છે (૨)

૧૬. સાવસ, નરમ સ્વભાવનું (૨)

૧૮. કુટુંબકબીલો (૪)

૨૦. પાણિયો (૨)

૨૧. કાંઠો, કિનારો (૨)

૨૨. મોરની માદા (૨)

૨૪. તાલાવેલી, અતિ ઉલ્લુક્તા (૪)

૨૫. રક્ષણ (૩)

૨૬. સઘળું, તમામ (૩)

૨૭. એક ઘાતુ (૩)

૨૮. વગર વિચાર્યું બોજમી કામ (૩)

૨૯. ‘૩૬૫’ દિવસનો સમય (૩)

૩૨. શ્રવણેન્દ્રિય (૨)

ગયા વખતનો ઉકેલ

	૧ એ	૨ ક	૩ લ	૪ વ્ય		૬ ઉ	૭ પ	૮ ફ	૯ વ
૭ રો	૫		૮ ક	થા		૫		૯ વ્ય	૫
૧૦ ચ	શ્વા		વા		૧૧ જા	ઝ	ત		સક
		૧૨ કં			૧૩ ન	હ			
		૧૪ કા	૧૫ વા	૧૬ દા	૧૭ વા		૧૮ બા	૧૯ ગા	૨૦ સા
૧૭ ક	પા	સ		૧૮ વ	રી	યા	ળી		
			૧૯ ઓ	પે			યા		૨૦ ગ
૨૧ મું		૨૨ ક	૨ ચ		૨૩ લં		૨૪ ઉ		૨ ર
૨૫ ગં	૨૬ ગા		મા		૨૭ ભા	ગ		૨૮ મં	૨૯ જૂ
૨૯ ધ	ન	વા	ન		૩૦ વ	૨ જં	ગ		

ઓળખાણ પડી ?	સુરોડ-૯૧૬૩	અહીં એક ચોરસ આપ્યું છે જેમાં નવ બોક્સ છે અને દરેકમાં નવ પાનાં છે.૧) દરેક બોક્સમાં એકથી નવ સુધીનો આંક આવવો જોઈએ. ૨) દરેક આડી અને ઊભી હરોળમાં આંક આવવો જોઈએ. અહીં પણ કોઈ આંક	સુરોડ-૯૧૬૨	ગયા મંગળવારના જવાબ
સ્વર્ગ, પૃથ્વી અને નરકના સૂચિત ત્રણ સ્તરની ફૂલોની જાપાનીઝ શૈલીની ગોઠવણી કયા નામથી વિશ્વ પ્રસિદ્ધ છે એ જણાવો.			૭ ૨ ૧ ૩ ૮ ૬ ૫ ૪ ૯ ૮ ૬ ૪ ૫ ૨ ૯ ૩ ૧ ૭ ૫ ૯ ૩ ૪ ૧ ૭ ૬ ૯ ૮ ૨ ૯ ૩ ૭ ૧ ૬ ૪ ૮ ૨ ૫ ૪ ૧ ૫ ૨ ૩ ૮ ૭ ૯ ૬ ૨ ૮ ૬ ૭ ૯ ૫ ૪ ૩ ૧ ૬ ૪ ૮ ૯ ૭ ૨ ૧ ૫ ૩ ૧ ૭ ૯ ૮ ૫ ૩ ૨ ૬ ૪ ૩ ૫ ૨ ૬ ૪ ૧ ૯ ૭ ૮	A B ખેટ GRIEF ખેપિયો MESSENGER ખેલાદિલી SPORTSMANSHIP ખોખું BOX ખોજ SEARCH ગુજરાત મોરી મોરી રે: જંતુ ઓળખાણ પડી? ઘાબાજરિયું માઈન્ડ ગેમ : આંધ્ર પ્રદેશ ચતુર આપો જવાબ માથું ખંજવાળો : માઠા

માઈન્ડ ગેમ	ફૂલ છોડની શોભા વધારે છે. વનસ્પતિ વિશ્વમાં કેટલાક છોડ પર લીલાછમ પાન હોય છે, પણ ફૂલ નથી હોતા. એવા છોડનું નામ જણાવો.
અ) Dahlia બ) Fern ક) Hibiscus ડ) Marigold	



કચ્છમાં બે દિવસ દરમ્યાન ટાસ્ક ફોર્સે ગેરકાયદે ખનિજ ખનન ઝડપી પાડ્યું: નવ વાહનો અને ૧.૨૫ કરોડનો મુદામાલ જપ્ત

(અમારા પ્રતિનિધી દ્વારા)

ભુજ: રણ, દરિયો અને ડુંગરની અનેરી ત્રિવિધ સૌંદર્યતા ધરાવતા ભાતીગળ પ્રદેશ કચ્છના પેટાળમાં ધરબાયેલી ખનિજ સંપદાની મોટા પ્રમાણમાં તસ્કરી કરી રહેલા, રાજકીય ઓથા હેઠળ ફાવી ગયેલા ખનિજ માફિયાઓ પર લગામ કસવા માટે જિલ્લા સમાહર્તા આનંદ પટેલના સીધા માર્ગદર્શન હેઠળ રચવામાં આવેલી ટાસ્ક ફોર્સે વીતેલા બે દિવસમાં અલગ-અલગ કાર્યવાહીઓને અંજામ આપીને ૧.૨૫ કરોડથી વધુના મુદામાલ સાથે નવ વાહનોને જમ કરી લેતા ખનિજ માફિયાઓમાં ફફડાટ વ્યાપ્યો હતો. પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર, ગત ૬-૧૨-૨૦૨૫ના રોજ વહેલી

સવારે ભયાઉ તાલુકાના લાકડીયા પાસેના ધોરીમાર્ગ પરથી ચાઇનાકલે ખનિજનું ગેરકાયદે વહન કરતા ચાર ડમ્પરને ઝડપી, આ તમામ વાહનોને સીઝ કરીને લાકડીયા પોલીસ મથકને સોંપી દેવામાં આવ્યા હતાં. ત્યારબાદ ભુજ વિસ્તારમાંથી સાદી રેતીનું ગેરકાયદે પરિવહન કરતું વધુ એક ડમ્પરને ઝડપી પાડીને સરકારી ગોડાઉનને સોંપી દેવાયું હતું. આ ઉપરાંત ટાસ્ક ફોર્સે ૭-૧૨ના વહેલી સવારે મુંદરા તાલુકાના સમાઘોઘા ગામ નજીક નદી કિનારે આકસ્મિક તપાસ હાથ ધરીને ગેરકાયદે રેતી ખનન અને વહન કરતા ચાર વાહનોને સીઝ કરીને પ્રાગપર પોલીસ મથકને સોંપાયા હોવાનું જાણવા મળ્યું હતું. ■

સોશયલ મીડિયા મારફતે બમણા આર્થિક લાભની લોભામણી સ્કીમ વડે લોકોને લૂંટવાનું વધુ એક કારસ્તાન ભુજમાંથી પકડાયું

(અમારા પ્રતિનિધી દ્વારા)

ભુજ : બજાર ભાવ કરતાં ઓછા ભાવે શુદ્ધ સોનુ, ઓછા વળતર સામે બમણો આર્થિક લાભ આપવાના નામે ફેસબુક,ઇન્સ્ટાગ્રામ જેવા સોશયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ્સ પર ભોળા લોકો સાથે છેતરપિંડી આચરવાના સેંકડો બનાવો બહાર આવતા રહે છે તેવામાં ‘ત્રણ લાખના દસ લાખ’ કરી આપવાની લોભામણી સ્કીમ આપી, નકલી નોટોના બંડલ દ્વારા છેતરપિંડી કરનારા સલમાન કુરેશી નામના શખ્સને પશ્ચિમ કચ્છ પોલીસે ભુજમાંથી દબોચી લીધો હતો.

આ ઘટનાક્રમ અંગે સ્થાનિક ગુનાશોધક

શાખાના ઇન્ચાર્જ પી.આઇ એચ.આર.જેઠીએ માહિતી આપતાં જણાવ્યું હતું કે, ભુજમાં પેટ્રોલિંગ દરમિયાન પ્રાપ્ત થયેલી ખાનગી ખાતમીના આધારે ઘુન્ડાઇ કારમાં જઈ રહેલા ભુજના મુસ્લિમ એજ્યુકેશન ચોકડી પાસે રહેનાર સલમાન કુરેશી (ઉ.વ.૨૨)ને ઝડપી લીધો હતો.

આ યુવક સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ પર ફેક આઈડી બનાવી ભારતીય ચલણી નોટોના શોર્ટ વીડિયો બનાવતો હતો જેમાં તે અલગ-અલગ પેટીઓમાં ભારતીય ચલણની નોટોના બંડલો રાખતો હતો, જેમાં ઉપરની નોટ સાચી અને બાકીની ‘ચિલ્ડ્રન

બેંક ઓફ ઇન્ડિયા’ લખેલી નકલી નોટો હતી. આ પ્રકારના વીડિયો દ્વારા લોકોને ત્રણ લાખના બદલામાં દસ લાખ આપવાની લાલચ આપતો હતો.

ઇન્સ્ટાગ્રામ પર બનાવેલી ફેક આઈ.ડી પર તેણે રૂ. ૫૦૦, રૂ. ૨૦૦ અને રૂ. ૧૦૦ ની ભારતીય ચલણી નોટોના બંડલોના વીડિયો પોસ્ટ કર્યા હતા, જેમાં કેપ્શનમાં “ત્રણ લાખ કા દયા લાખ લોકેશન ગુજરાત” એવી જાહેરાત હતી.

એલસીબીએ સલમાન સાજીદ કુરેશી પાસેથી ત્રણ મોબાઇલ ફોન (કિંમત રૂ.૨૦,૦૦૦), બે એક્ટિવ સિમકાર્ડ,

વીડિયો બનાવવા માટે ઉપયોગમાં લેવાયેલી રૂ.૫૦૦ના દરની ૧૮ સાચી ચલણી નોટો, રૂ.૫૦૦ના દરની ‘ચિલ્ડ્રન બેંક ઓફ ઇન્ડિયા’ લખેલી નોટોના ૧૮ બંડલ અને ઘુન્ડાઈ આઇ-૧૦ કાર (કિંમત રૂ.૩ લાખ) સહિતનો મુદામાલ જપ્ત કરી,તેની વિરુદ્ધ ભુજ શહેર એ ડિવિઝન પોલીસ સ્ટેશનમાં ગુનો નોંધ્યો છે.

ગુનાહિત ઈતિહાસ ધરાવતા આરોપીએ અગાઉ કેટલા લોકોને છેતર્યા છે તથા તેમની સાથે અન્ય કોણ-કોણ સંડોવાયેલા છે તે જાણવા રિમાન્ડ સહિતની તજવીજ હાથ ધરવામાં આવશે તેમ એચ.આર.જેઠીએ ઉમેર્યું હતું. ■

આપના સંયોજક અરવિંદ કેજરીવાલે હડદડ ગામના બધાને જેલમાંથી કાઢવાની આપી બાંહેધરી



(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)

અમદાવાદ: રાજકોટની ત્રણ દિવસની મુલાકાતે આવેલા આપના સંયોજક અરવિંદ કેજરીવાલે ભાજપને ઝાટકી હતી અને બોટાદના ખેડૂત મહાસંમેલન બાદ જેલમાં પુરાયેલા દરેક વ્યક્તિને બહાર કાઢવાની વાત કરી હતી. તેમણે ભારતીય જનતા પાર્ટીની સરખામણી અંગ્રેજો સાથે કરી હતી અને જણાવ્યું હતું કે છેલ્લા ૩૦ વર્ષથી ગુજરાતમાં ભારતીય જનતા પાર્ટીની સરકાર છે,

તેમને અહંકાર થઈ ગયો છે કે, અમને કોઈ સત્તા પરથી હટાવી નહીં શકે, દંડાથી, અશુ ગેસથી લોકોને કાબૂમાં કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવી રહ્યો છે, અંગ્રેજો વિરુદ્ધ ભાજપ છોડો આંદોલન છેડવામાં આવ્યું હતું. હડડડનું આંદોલન ભાજપ છોડો આંદોલન સાબિત થશે, તેમ કેજરીવાલે જણાવ્યું હતું. હડડડ ખાતે બનેલ બનાવમાં ૮૮ લોકોની ધરપકડ કરવામાં આવી હતી. કડઠા પ્રથા દૂર કરવા માટે ખેડૂતો એકઠા



થયા હતા. બે મહિનાથી કેટલાક લોકો હજુ પણ જેલમાં બંધ છે. એક એક વ્યક્તિને એમે જેલમાંથી બહાર કાઢીશું, તેવી ખાતરી તેમણે આપી હતી. મને પણ જેલમાં નાખવામાં આવ્યો હતો, મારો શું વાંકો હતો તેવો સવાલ તેમણે કર્યો હતો. દિલ્હીમાં હોસ્પિટલ, સ્કૂલ, કોલેજ, મહોદ્દા ક્લિનિક બનાવવાનું

કામ કરતો હતો, ૧૦૦ વખત મને જેલમાં બંધ કરવામાં આવશે તો પણ હું લોકો માટે કામ કરતો રહીશ. હડડડનું આંદોલન ભાજપ માટે ગુજરાત છોડો પ્રકારનું સાબિત થશે. દાદર, ટ્રસ્ટ વેચનારને પકડવાની જગ્યાએ ખેડૂતોને પકડવામાં આવી રહ્યા છે, તેવી ટીકા તેમણે કરી હતી. ■

ભાવનગરમાં પત્રકાર તરીકે ઓળખ આપી શખ્સે યુવાન સાથે ₹ ૭.૫૦ લાખની છેતરપિંડી કરી

(અમારા પ્રતિનિધી દ્વારા)

ભાવનગર: શહેરમાં રહેતા યુવાનને પત્રકાર હોવાની ઓળખ આપી શખ્સે સોનાના ઘરેણા અને લોન મેળવી કુલ રૂ.૭.૫૦ લાખની છેતરપિંડી આચરી હોવાની રજૂઆત યુવાને એસ.પી.ને કરી હતી. ભાવનગર શહેરમાં ભરતનગર પ્રગતિનગર શાકમર્કેટ ખાતે રહેતા પરેશભાઈ ભટ્ટી નામના યુવાન પાસેથી પત્રકાર હોવાની ઓળખ આપી પાર્થ રમેશકુમાર મહેતા નામના શખ્સે

બંધામાં રોકાણ કરવાની લાલચ આપી કટેક કટેક સોનું તેમ જ લોન મેળવી રૂ.૭.૫૦ લાખ મેળવી લીધા બાદ પરેશભાઈ ભટ્ટીએ આપેલા રૂપિયા અને સોનાની માંગણી કરતા શખ્સ ગલ્લા તલ્લા કરવા લાગ્યો હતો. અને કહેવાતા પત્રકાર પાર્થ મહેતાએ પરેશભાઈ ભટ્ટીને ચેક આપ્યા હતા.તે પણ બાઉન્સ થઈ ગયા હતા. શખ્સે શહેરના કેસન્ટ રોડ પર આવેલ અષ્ટવિનાયક કોમ્પ્લેક્સમા આવેલ

ન્યુઝ પેપરની ઓફિસ હોવાની ઓળખાણ આપી છેતરપિંડી કરી હોવાનું કહી છેતરપિંડી આચરી હતી.અને જે થાય તે કરી લેવાની ધમકી પણ ઉચારી હતી.આમ પરેશભાઈ ભટ્ટી સાથે છેતરપિંડી અને ફોડ થયું હોવા અંગે જિલ્લા પોલીસ વડાને લેખત રજૂઆત કરી છે. બની બેઠેલા પત્રકારે અન્ય કેટલાક લોકો સાથે પણ છેતરપિંડી કરી હોવાનું ફરિયાદીએ જણાવ્યું હતું. ■

હળવદના વિધાનસભ્યને પોતાની સોશિયલ મીડિયા પોસ્ટ ભારે પડી

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)

અમદાવાદ: સોશિયલ મીડિયામાં પોતે કરેલી એક પોસ્ટ હળવદના વિધાનસભ્યને ભારે પડી ગઈ હતી. તેમણે કરેલી પોસ્ટ બાદ લોકોએ તેમને ટ્રોલ કર્યા હતા અને ફરિયાદો કરી હતી. તેમની પોસ્ટ પર લોકોની કમેન્ટ્સનો વરસાદ વરસી પડ્યો હતો.

હળવદના ધારાસભ્ય પ્રકાશ વરમોરાને લોકોએ ઓડેહાથ લીધા છે. વાસ્તવમાં પ્રકાશ વરમોરાએ સોશિયલ મીડિયામાં ફોટા સાથે પોસ્ટ કરી હતી કે મારા મતવિસ્તાર ધ્રાંગધ્રા-હળવદ વિધાનસભા વિસ્તારમાં વિવિધ લોકપ્રશ્નોને સાંભળી હતી. આ પોસ્ટ પર અનેક પ્રકારની રજૂઆતની કોમેન્ટ કરીને સોશિયલ મીડિયા પેજ પર લોકોએ બળાષો કાઢ્યો હતો.

હળવદના ધારાસભ્ય પ્રકાશ વરમોરાએ સોશિયલ મીડિયામાં એક પોસ્ટ મૂકી હતી,

જેમાં લખ્યું હતું કે ધ્રાંગધ્રા-હળવદ વિધાનસભામાં લોકોના પ્રશ્નો સાંભળ્યા. આ સાથે તેમણે ફોટો પણ પોસ્ટ કર્યો હતો. તેમણે ખેડૂતો સાથે બેઠક કર્યાની પોસ્ટ કરી હતી, જેને લીધે લોકોમાં રોષ ફેલાયો હતો. લોકોએ તેમને કેનાલના કામમાં સુધારો, સરકારી કામમાં થતા ભ્રષ્ટાચાર વિશે સવાલો પૂછ્યા હતા ને ટીકા કરી હતી. આ સાથે વિસ્તારની પડતર સમસ્યાઓના નિકાલની પણ માગણી કરી હતી. લોકોએ પોતાની સ્કૂલની સમસ્યા, રોડરસ્તાની સમસ્યા વગેરે પર ધ્યાન આપવા કહ્યું હતું. ખેડૂતના પ્રશ્નો સાથે ચૂંટાઈ ગયા બાદ કેટલા કામ કર્યા, લોકોને મળ્યા કે નહીં જેવા સવાલો પૂછ્યા હતા. મોટાભાગના ગામના લોકો હેરાન થાય છે, તેમને મળતા નથી અને ફોટા પાડવામાં વ્યસ્ત છો તેવી ટીકા લોકોએ કરી હતી. આ મામલે વિધાનસભ્ય તરફથી કોઈ નિવેદન આવ્યું નથી. ■

ભાવનગર જિલ્લાના વલભીપુરના નવાગામે બંધ મકાનમાં ચોરી

(અમારા પ્રતિનિધિ દ્વારા)

ભાવનગર: જિલ્લાના વલ્લભીપુરના નવાગામ ખાતે રહેતા વિઠ્ઠલભાઈ શામજીભાઈ વઘાસિયા અને તેમના પત્ની હંસાબેન પોતાનું ઘર બંધ કરી સત્સંગમાં ગયા હતા. તે દરમિયાન અજાણ્યા શખ્સે દીવાલ કૂદી ઘરમાં પ્રવેશી તિજોરીના લોકતોડી સોનાના ઘરેણા અને રોકડા રૂપિયા મળી કુલ રૂ.૫૪,૦૦૦ના મુદ્દામાલની ચોરી કરી નાસી છૂટ્યા હતા.આ બનાવ સંદર્ભે વિઠ્ઠલભાઈએ અજાણ્યા શખ્સ વિરુદ્ધ વલ્લભીપુર પોલીસ મથકમાં ફરિયાદ નોંધાવી હતી.

છોટા ઉદેપુર જિલ્લાના નસવાડી પોલીસ સ્ટેશનમાં દાખલ થયેલા ઇંગ્લીશ દારૂના ગુન્દામાં ફરાર ભાવેશ ચંદુભાઈ જોબુયા (રહે. દક્ષના ગામ, નવાપરા શેરી,તા. તળાજા) ને પોલીસે ભાવનગરના એ.વી.સ્કૂલ ગ્રાઉન્ડના ગેટ સામેથી ઝડપી લઈ તેના વિરુદ્ધ કાયદેસરની કાર્યવાહી હાથ ધરી છે. ■

