॥ શ્રી અંતરીક્ષ પાર્શ્વનાથાય નમઃ ॥

"અમૃત વચન"
સાધના કરવા માટે શરીરની સ્થિતિ કેવી છે એનું નહિ, મનની ચિત્તની સ્થિતિ કેવી છે એનું મહત્વ છે.

Published Day : Wednesday
Price : 2 /-

# પદ્મ પ્રકાશ કુંજ

PRESS REGISTRAR GENERAL OF INDIA (PRGI)
Registration Number GJGUJ/25/A2764

Annual Subscription Price : 100 /-

Mob : 9499797973 - Email : padmaprakashkunj@gmail.com - Year : 01, Issue: 22, Dt. 01/04/2026, Page : 8

Padm PrakashKunj (Weekly) - Editor, Publisher, Printer & Owner : Doshi Saurabh Pradipbhai , Place Of Publication : Office - 1, Darbargadh, Main bazar, Taluko Savarkundla - 364515 - Dist : Amreli Gujarat, Printed At : Prakash Printers Office 2, Darbargadh, Main bazar, Taluko Savarkundla - 3645154 Dist : Amreli Gujarat


## પેટ્રોલ-ડીઝલ તેમજ ગેસ સિલિન્ડરના ગેરકાયદેસર સ્ટોકિંગ વિરુદ્ધ કડક કાર્યવાહી

# કેન્દ્ર અને રાજ્ય સરકારની સંયુક્ત ૫૦-૫૦ ટીમ આજે સવારે ૧૦:૦૦ કલાકથી સાવરકુંડલા શહેરમાં સઘન ચેકિંગ કરશે

સમગ્ર વિશ્વમાં ચાલી રહેલી યુદ્ધની નાજુક પરિસ્થિતિને ધ્યાનમાં રાખીને રાજ્ય તેમજ કેન્દ્ર સરકારે મહત્વનો નિર્ણય લીધો છે. હાલમાં પેટ્રોલ, ડીઝલ કે રસોઈ ગેસની કોઈ અછત નથી છતાં પણ અમુક લોકો તેનો અનાવશ્યક સ્ટોક કરી રહ્યા છે. ખાસ કરીને બંધ પડેલા (ભરેલા) ગેસ સિલિન્ડરોને જાગૃત કરીને ઘરે ગેરકાયદેસર સ્ટોક ઊભો કરવામાં આવી રહ્યો છે. તેમજ ૫ લીટરથી ૨૦ લીટર સુધીના પેટ્રોલ-ડીઝલના કેરબા/કેન દરેક ઘરે સંગ્રહિત કરવામાં આવી રહ્યા છે. આ બાબતની વ્યાપક ફરિયાદો રાજ્ય સરકાર સુધી પહોંચી છે.

આ પરિસ્થિતિને ધ્યાનમાં લઈને કેન્દ્ર સરકાર અને રાજ્ય સરકારની સંયુક્ત ૫૦-૫૦ ટીમ આજરોજ તા. ૧ એપ્રિલ, ૨૦૨૬ના રોજ સવારે ૮:૦૦ વાગ્યાથી સાવરકુંડલા શહેરમાં સઘન ચેકિંગ અભિયાન હાથ ધરશે. જો કોઈ વ્યક્તિ પાસે ગેરકાયદેસર ગેસ સિલિન્ડરનો સ્ટોક કે પેટ્રોલ-ડીઝલનો વધારાનો સ્ટોક મળી આવશે તો તેની સામે કાયદેસર કાર્યવાહી કરવામાં આવશે. આમાં નાણાકીય દંડ વસૂલાત તેમજ જેલની સજા પણ થઈ શકે છે.

*AP

# આ ધોમ ધખતા તાપ વચ્ચે મિશ્ર હવામાનથી મેલેરિયાને વ્યાપક નિમંત્રણ મળ્યાની નોબત

તંત્રી સ્થાનેથી...

સૌરભ પી. દોશી
તંત્રી, પદ્મ પ્રકાશ કુંજ

**પંચાયતો હોય, પાલિકાઓ હોય કે મહાનગરપાલિકાઓ હોય, દાયકાઓથી મચ્છરો સામેની લડત ચીલા ચાલુ સાધનો, હોતી હૈ ચલતી હૈની માનસિકતા અને વાસ્તવિકતાના બદલે 'વાઉચર લક્ષી' બીલો પર કેન્દ્રીત ઝંબેશો ચાલતી હોય તેમ જણાય છે.**

ધોમધખતો ઉનાળો શરૂ થયો છે અને બીજી તરફ વધી રહે લૂના કારણે પણ લોકો ત્રાહિમામ પોકારવા લાગ્યા છે. હજુ તો એપ્રિલ મહિનો શરૂ થઈ રહ્યો છે અને વિધિવત ચોમાસુ બેસવાને લગભગ બે મહિના બાકી છે, ત્યારે હીટવેવ, લૂ અને માવઠાઓની મિશ્ર ઋતુ દેશના જુદા જુદા ભાગોમાં બીમારી વધારી રહી છે. આ ઋતુજન્ય બીમારીઓ સાથે સાથે ફરીથી વકરી રહેલું કોવિડનું સંક્રમણ પણ તકલીફો ઊભી કરી રહ્યું છે અને લોકોને ફરીથી જરૂરી સાવધાની રાખવાની સલાહો અપાઈ રહી છે.

કુંડલામાં પણ જુદી જુદી ઋતુજન્ય, મચ્છરજન્ય અને પાણીજન્ય બીમારીઓનો પ્રશ્ન વધતા દવાખાના, હોસ્પિટલો અને દવાની દુકાનો પર લોકોનો ધસારો જોવા મળી રહ્યો છે. પ્રવર્તમાન વાતાવરણના કારણે ઝાડા-ઉલ્ટી, કમળો, તાવ-શરદી અને ગેસ-એસિડીટી, અપચાની બીમારીઓ પણ ચિંતા વધારી રહી છે. તો મચ્છરજન્ય રોગોનો ઉપદ્રવ પણ વધી રહ્યો છે. મચ્છરજન્ય રોગોની સંભાવનાઓ ઉનાળા અને ચોમાસાના મહિનાઓમાં થોડી વધુ રહે છે, જો કે, હવે મચ્છરો પણ બારમાસી થઈ ગયા છે અને તેમાંથી ઉત્પન્ન થતી બીમારીઓની પણ કોઈ ચોક્કસ મોસમ રહી નથી.

આપણા દેશમાં વિવિધ રોગોની નાબૂદી માટે વિશેષ અભિયાનો ચાલ્યા છે, જેમાંથી કેટલાક સફળ રહ્યા છે તો કેટલાક અભિયાનો અત્યારે ચાલી રહ્યા છે તેમાં મેલેરિયા નાબૂદી ઝુંબેશ મુખ્ય છે. ભૂતકાળમાં શિતળા અને બાળલકવા જેવી મહામારીઓ તથા એન્ફલૂ એન્કા જેવા એપેમેડિક સામે આપણે સફળતાપૂર્વક લડીને મહદ્અંશે સફળ રહ્યા છીએ અને કોરોના પહેલાની મોટી મહામારીઓ પર વિજય મેળવ્યો છે, જ્યારે કોરોના સામે પણ મજબૂત લડત આપી રહ્યા છીએ. આ સફળતામાં વોરિયર્સ, ડોક્ટરો, નર્સિંગ અને તંત્રોનો તો સિંહફાળો રહ્યો જ છે પરંતુ જનતાની વખતોવખતની જાગૃતિ અને સહયોગ પણ એટલા જ ઉપયોગી બન્યા છે.

અત્યારે રાજકીય પક્ષો ભલે આગામી આવી રહેલી ચૂંટણીઓની રાજનીતિમાં વ્યસ્ત હોય પરંતુ સરકારી તંત્રો ચૂંટણીની તૈયારીઓની સાથે સાથે આરોગ્ય અને તબીબી સેવાઓ તથા તેને સંલગ્ન આગમચેતીના કદમ પહેલા કરતા વધુ સક્રિયતાથી ઉઠાવી રહેલા જણાય છે. જો કે, આ અભિયાનોમાં હજુ પણ જનજાગૃતિ અને સહિયારો પુરુષાર્થ જરૂરી છે.

દર વર્ષે ૨૫મી એપ્રિલે વિશ્વ મેલેરિયા દિવસ ઉજવાય છે અને ભારતમાં તો ઘણાં દાયકાઓથી મેલેરિયા નાબૂદી અભિયાન પણ ચાલી રહ્યું છે. આમ છતાં આ બીમારી નેસ્ત નાબૂદ થઈ રહી નથી અને તે માટે કેન્દ્ર-રાજ્ય સરકારો, તેના તંત્રો તથા પબ્લિકે પણ મનોમંથન કરવાની જરૂર છે.

લોકોને મેલેરિયાથી સાવધાની રાખવાની ફરીથી સલાહ એટલા માટે આપવામાં આવી રહી છે કે મચ્છરોના ઉપદ્રવ પ્રત્યે તો આપણે બધા તદ્દન લાપરવાહ થઈ જ ગયા છીએ, પરંતુ આપણા મેલેરિયાથી બચાવવાના પણ કોઈ જ ઉપાયો આપણે નિયમિત રીતે કરતા નથી. આપણાં ઘર-રહેણાંક કે શેરી-મહોલ્લામાં મચ્છરજન્ય ગંદકી થતી હોય કે ઘરોમાં રાખેલા વાસણો, ખુલ્લી ભોં ટાંકીઓ, ટાંકીઓ કે છત ઉપર રાખેલી ઓપન ઓવર હેડ ટેન્કસ વગેરેમાં થતા મચ્છરો પ્રત્યે આપણે તદ્દન બેદરકાર રહેવા લાગ્યા છીએ. ઘરોમાં એક પણ મચ્છર પ્રવેશે નહીં તેવા મજબુત પ્રબંધો કર્યા હોવાના દાવા ઘણાં લોકો કરતા હોય છે પરંતુ પોતે બહાર નીકળે ત્યારે તો પોતે જ કરેલી ગંદકી કે પછી આંખ આડા કાન કરવાથી શેરી-મહોલ્લામાં ઉત્પન્ન થયેલા મચ્છરો કરડી ખાવામાં શરમ રાખતા નથી, તે ભુલાઈ જવાતું હોય છે.

પંચાયતો હોય, પાલિકાઓ હોય કે મહાનગરપાલિકાઓ હોય, દાયકાઓથી મચ્છરો સામેની લડત ચીલા ચાલુ સાધનો, હોતી હૈ ચલતી હૈની માનસિકતા અને વાસ્તવિકતાના બદલે 'વાઉચર લક્ષી' બીલો પર કેન્દ્રીત ઝંબેશો ચાલતી હોય તેમ જણાય છે. આ સિસ્ટમ જડમૂળથી નહીં સુધરે ત્યાં સુધી આતંકવાદી મચ્છરો અટ્ટહાસ્ય કરતા જ રહેવાના છે અને ક્યારેય શરણે થવાના નથી એ હકીકત છે.

દુનિયામાં ભલે વિશ્વ મેલેરિયા દિવસ વર્ષ ૨૦૦૮થી વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના પ્રસ્તાવ મુજબ મનાવાતો હોય પરંતુ ભારતમાં તો દાયકાઓથી મેલેરિયા નાબૂદી ઝુંબેશ ચાલી રહી છે. આફ્રિકાના દેશોમાં તો મચ્છરોની વસ્તી એટલી બધી વધી હતી કે ત્યાં દર વર્ષે ૨૫મી એપ્રિલે મેલેરિયા નાબૂદી માટે મેલેરિયા દિવસ મનાવાતો હતો જેને તે પછી યુનોના તાબા હેઠળ કાર્યરત વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાએ વૈશ્વિક સ્વરૂપ આપી દીધુ હતું.

ભારતમાં તો અંગ્રેજો મેલેરિયાની બીમારી વારસામાં આપી ગયા છે તેમ કહી શકાય. જો કે, આ બીમારી આમ તો પ્રાચીનકાળથી અસ્તિત્વમાં હતી તેવી માન્યતા છે અને ટાઢીયા તાવ તરીકે ઓળખાતી આ બીમારી ગુજરાતમાં પણ લાંબાગાળાથી અસ્તિત્વમાં છે, ભારતમાં વર્ષ ૧૯૩૫ના એક સર્વેની ચર્ચા ઘણી વખત થતી હોય છે જેમાં ૧૯મી સદીના અંતે અને ૨૦મી સદીના પ્રારંભે આ બીમારી લગભગ મહામારીના સ્વરૂપમાં ફેલાઈ ગઈ હતી. ભારત આઝાદ થયું ત્યારે પણ ૭થી ૮ કરોડ લોકો આ બીમારીમાં સપડાયેલા હતા તેવું કહેવાય છે. તે પછી વર્ષ ૧૯૫૩મા રાષ્ટ્રીય મેલેરિયા નિયંત્રણ યોજના બની અને ૧૯૬૦ પછી આ મહામારી ઘટવા લાગી. વર્ષ ૧૯૭૬માં લગભગ ૬૪ લાખ મેલેરિયાના દર્દી હોવાનો ઉલ્લેખ જોવા મળે છે. છેલ્લા આંકડા મુજબ દસ-બાર વર્ષ પહેલા ૧૬ લાખ મેલેરિયાના દર્દી નોંધાયા હતા અને દેશમાં મેલેરિયાથી અઢી હજાર લોકો મૃત્યુ પામ્યા હતા.

મેલેરિયા સમગ્ર વિષુવવૃત્તીય પ્રદેશોમાં વ્યાપક રૂપે જોવા મળે છે. આફ્રિકા અને ન્યૂગિનીમાં પ્લા. ફાલ્સિપેરમ તથા મધ્ય અમેરિકા અને ભારતીય ઉપખંડમાં પ્લા. વાઈવેક્સ પ્રમુખ રૂપે છે. ભારતમાં પણ પ્લા. ફાલ્સિપેરમનો ઉપદ્રવ ઘણો છે. દક્ષિણ અમેરિકા, પૂર્વ એશિયા તથા ઓસિયાનિયામાં બંને પ્રજાતિઓનું પ્રમાણ સમાન છે. સહારાના રણની પાસેના આફ્રિકામાં પ્લા. મેલેરિયાઈનું પ્રમાણ વધુ છે; પરંતુ અન્ય પ્રકારના પ્લાઝમોડિયાના પ્રમાણ કરતાં તે ઓછું છે. પ્લા. ઑવેલ ફક્ત આફ્રિકામાં જોવા મળે છે, અન્યત્ર તેનું પ્રમાણ 1 %થી ઓછું છે. રોગની વસ્તીસ્થાયિતા નક્કી કરવા માટે જે તે વિસ્તારની સમગ્ર વસ્તીના લોહીના નમૂનાઓમાં કેટલા પ્રમાણમાં પરોપજીવને દર્શાવી શકાય છે.

ભારતમાં મેલેરિયાથી બાળપણમાં જ માંદગી અને મૃત્યુનું પ્રમાણ ઘણું વધારે રહે છે. બાળપણમાં તેથી મેલેરિયા સામેની રોગપ્રતિકારકતા મેળવવામાં તકલીફ પડે છે અને બાળદર્દીઓનું ઘણું મોટું પ્રમાણ અને મોટી ઉંમરે લક્ષણ વગરના ચેપવાળી ઘણી વ્યક્તિઓ જોવા મળે છે. આવા વર્ષ દરમિયાન લગભગ સતત ચાલતા ચેપ અથવા સંક્રમણને સ્થિર પારક્રમણ (stable transmission) કહે છે અને તે અતિ તથા પૂર્ણ વસ્તીસ્થાયી વિસ્તારોમાં જોવા મળે છે. ત્યાં પુખ્ત વયે મેલેરિયા સામે સારી એવી પ્રતિરક્ષા ઉદભવે છે, પરંતુ અલ્પ-વસ્તીસ્થાયી વિસ્તારમાં ક્યારેક જ ચેપ અથવા સંક્રમણ થાય છે. માટે તેને અસ્થિર પારક્રમણ (unstable transmission) કહે છે અને ત્યાં પૂરેપૂરી પ્રતિરક્ષા વિકસતી નથી.

આવા વિસ્તારોમાં વરસાદની ઋતુમાં મચ્છરનો ઉપદ્રવ વધે ત્યારે મેલેરિયાનો ઉપદ્રવ પણ વધે છે. આવી સ્થિતિમાં ત્યાં વસ્તીવ્યાપી (epidemic) રોગ તરીકે તે જોવા મળે છે; દા. ત., ઉત્તર ભારત, શ્રીલંકા, દક્ષિણ-પૂર્વ એશિયા, ઈથિયોપિયા, દક્ષિણ આફ્રિકા અને માડાગાસ્કર. દુકાળ પછી થતી અતિશય વર્ષા કે અવસ્તીસ્થાયી (non-epidermic) વિસ્તારમાંથી સવસ્તીસ્થાયી વિસ્તારમાં વ્યાપક સ્થળાંતર થાય તો વાવડ અથવા વસ્તીવ્યાપિતા (epidemic) થવાની સંભાવના વધે છે. આવા સમયે દરેક ઉંમરની વ્યક્તિમાં મૃત્યુદર ઊંચો રહે છે.

તંત્ર દ્વારા દવા છંટકાવ, ઘેર-ઘેર તપાસ અને સારવાર તથા ગંદકી અટકાવવાના જે પ્રયાસો થાય છે તે અનેકગણા વધારવાની તથા લોકોએ પણ સ્વચ્છતા જાળવીને મચ્છર નાબૂદીમાં વધુ સહયોગ આપવાની જરૂર છે. કારણ કે, મચ્છર નાબૂદી વિના મેલેરિયા તદ્દન નાબૂદ થશે જ નહીં. ખરું ને ?

# જિલ્લામાં જુની મોટર સાયકલ, સ્કૂટર, જુના થ્રી વ્હીલ, ફોર વ્હીલ વાહનો વેચનાર કે ખરીદનારે નિયત નમુનામાં રજિસ્ટર નિભાવવું

અમરેલી તા.૨૭ માર્ચ, ૨૦૨૬ (શુક્રવાર) - સમગ્ર જિલ્લામાં કાયદો અને વ્યવસ્થાની પરિસ્થિતિ અને સુરક્ષાને ધ્યાને લઈને ભારતીય નાગરિક સુરક્ષા સંહિતા-૨૦૨૩ ની કલમ-૧૬૩ અન્વયે અમરેલી અધિક જિલ્લા મેજિસ્ટ્રેટશ્રી દ્વારા જાહેરનામું પ્રસિધ્ધ કરવામાં આવ્યું છે. આ હુકમ સમગ્ર અમરેલી જિલ્લામાં લાગુ પડશે.

કોઈપણ જુની મોટરસાયકલ, સ્કુટર, કે જુના થ્રી વ્હીલ, ફોર વ્હીલ વાહનો વેચનાર વ્યક્તિએ તેમજ ખરીદનાર વ્યક્તિએ કોલમ વાઈઝ વેચનારનું નામ,સરનામું અને વેચવાનું કારણ, ખરીદનારનું નામ, સરનામું, મોબાઈલ નંબર, ખરીદનારનું આઈ.ડી.પ્રૂફ તથા રેસીડન્ટ પ્રૂફની વિગત, જૂનું ખરીદવાનું કે ખરીદ્યુ તેની કારણ અને તારીખ, એન્જિન-ચેસીસ નંબર, મોડલ નંબર, રજિસ્ટ્રેશન નંબર વિગેરેની વિગત અંગેની ઝેરોક્ષ રાખવા સહિતનું નિયત નમુનામાં રજીસ્ટર નિભાવવાનું રહેશે.

રજિસ્ટર નિભાવવા ઉપરાંત જુની મોટર સાયકલ, સ્કુટર, કે જુના થ્રી વ્હીલ, ફોર વ્હીલ વાહનો ખરીદનારને અવશ્ય બીલ આપવું અને તેની સ્થળપ્રત પોતાના કબ્જામાં રાખવી. જુની મોટરસાયકલ, સ્કુટર, કે જુના થ્રી વ્હીલ, ફોર વ્હીલ વેચનારા વેપારી અથવા આ અંગેની દુકાનો ધરાવનાર માલિકો, મેનેજરો, સંચાલકો, એજન્ટોએ જ્યારે જુની મોટર સાયકલ સ્કુટર કે જુના થ્રી વ્હીલ,ફોર વ્હીલ વાહનોનું વેચાણ કરે ત્યારે જુની મોટર સાયકલ, સ્કુટર, કે જુના થ્રી વ્હીલ, ફોર વ્હીલ ખરીદ કરનાર ગ્રાહકનું ઓળખકાર્ડ પુરાવા પૈકી એક પુરાવો ગ્રાહક પાસેથી મેળવવાનો રહેશે.

આ હુકમ તા.૧૪.૦૫.૨૦૨૬ સુધી અમલી રહેશે. હુકમનો ભંગ કરનાર વિરુદ્ધ ભારતીય ન્યાય સંહિતા-૨૦૨૩ કલમ-૨૨૩ની જોગવાઈઓ અન્વયે કાર્યવાહી થશે.

## અમરેલી જિલ્લામાં મકાન, ઓફિસ, ગોડાઉન સહિત વિવિધ જગ્યા ભાડે આપતા સમયે પોલીસ સ્ટેશન જાણ કરવી

અમરેલી, તા.૨૭ માર્ચ, ૨૦૨૬ (શુક્રવાર) - અમરેલી જિલ્લાના સમગ્ર વિસ્તારમાં મકાન, દુકાન, ઔદ્યોગિક એકમ, ઓફિસ, ગોડાઉન, કોલ્ડ સ્ટોરેજ વગેરે જગ્યા ભાડે આપતા સમયે માલિકે ભાડુઆત પાસેથી આધાર-પુરાવા મેળવીને સંબંધિત પોલીસ સ્ટેશનમાં જાણ કરવી.

જગ્યાના માલિકે સંબંધિત પોલીસ સ્ટેશનમાં નિયત નમૂના મુજબની વિગત દર્શાવતું ફોર્મ ભરી તેમાં જરુરી વિગતો પૂરી પાડવી. અમરેલી જિલ્લા અધિક જિલ્લા મેજિસ્ટ્રેટશ્રીએ ભારતીય નાગરિક સુરક્ષા સંહિતા-૨૦૨૩ની કલમ-૧૬૩ હેઠળ જાહેરનામું પ્રસિદ્ધ કર્યુ છે. આ હુકમનો ઉલ્લંઘન કરનાર સામે ભારતીય ન્યાય સંહિતા-૨૦૨૩ની કલમ-૨૨૩ની જોગવાઈઓ હેઠળ કાનૂની કાર્યવાહી થશે તથા તે હેઠળ શિક્ષાપાત્ર થશે.

આ હુકમ અન્વયે ફરજ પરના હેડ કોન્સ્ટેબલ તથા તેઓની ઉપરના અમરેલી જિલ્લાના પોલીસ અધિકારીશ્રીઓને હુકમનો ભંગ કરનાર ઇસમો સામે ફરિયાદ કરવા માટે અધિકૃત કરવામાં આવ્યા છે. જાહેરનામું સમગ્ર અમરેલી જિલ્લામાં તા.૧૪.૦૫.૨૦૨૬ સુધી અમલી રહેશે.

# મિશન લાઈફ અંતર્ગત અમરેલી ખાતે સાઈકલોથોન યોજાઈ...

અમરેલી, તા. ૨૫ માર્ચ ૨૦૨૬ (બુધવાર) - રાજ્ય સરકારના ક્લાઈમેટ ચેન્જ વિભાગ દ્વારા જિલ્લાઓમાં ક્લાઈમેટ ચેન્જની અસર ઘટાડવા તેમજ Mission LiFE અંતર્ગત પર્યાવરણ જાગૃતિ માટે વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવામાં આવી રહી છે. તેના ભાગરૂપે અમરેલી જિલ્લામાં મિશન લાઈફ અંતર્ગત સાઈકલોથોનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

નોડલ અધિકારી તથા જિલ્લા વિકાસ અધિકારીશ્રી (મહેસૂલ), જિલ્લા પંચાયત અમરેલીના માર્ગદર્શન હેઠળ તા.૨૫.૦૩.૨૦૨૬ ના રોજ સવારે ૬.૦૦ કલાકે સરદાર પટેલ સંકુલ, ચિત્તલ રોડ, અમરેલી ખાતેથી ૦૫ કિ.મી. સાઈકલોથોન યોજાઈ હતી.

આ સાઈકલોથોનમાં અમરેલી શહેરના નાગરિકો, એનજીઓના પ્રતિનિધિઓ, DLSS ના ખેલાડીઓ તેમજ વિવિધ ક્ષેત્રના કોચ, ટ્રેનર સહિત અંદાજે ૨૦૦ જેટલા લોકોએ ઉત્સાહભેર ભાગ લઈ પર્યાવરણ સંરક્ષણનો સંદેશ આપ્યો હતો.

આ કાર્યક્રમનો મુખ્ય હેતુ પર્યાવરણ પ્રત્યે જવાબદારીની ભાવના વિકસાવવી તેમજ કાર્બન ઉત્સર્જન ઘટાડવા માટે સાઈકલ જેવી પર્યાવરણમૈત્રી પરિવહન પદ્ધતિને પ્રોત્સાહન આપવાનો હતો. તેમ અમરેલી જિલ્લા રમત વિકાસ અધિકારીશ્રીએ એક યાદીમાં જણાવ્યું છે.

## ૦૫ કિલોમીટરની સાઈકલોથોનમાં ૨૦૦ જેટલા લોકો જોડાયા

# સાવરકુંડલા-મહુવા રોડ પર ઓવરબ્રીજની કામગીરી શરૂ હોય તમામ વાહન ચાલકોએ વૈકલ્પિક રૂટ અનુસરવા

અમરેલી તા.૩૦ માર્ચ,૨૦૨૬ (સોમવાર) - સાવરકુંડલા-મહુવા રોડ પર ઓવરબ્રીજની કામગીરી શરૂ હોય તમામ વાહન ચાલકોએ વૈકલ્પિક રૂટ અનુસરવાના રહેશે. અધિક જિલ્લા મેજિસ્ટ્રેટશ્રીએ વૈકલ્પિક રૂટનું જાહેરનામું પ્રસિદ્ધ કર્યુ છે. વૈકલ્પિક રૂટ-૧ અમરેલી હાઈવે તરફથી વાયા સાવરકુંડલા શહેર થઈ મહુવા-રાજુલા તરફ જતા-આવતા તથા મહુવા-રાજુલા તરફથી વાયા સાવરકુંડલા શહેર થઈ અમરેલી તરફ જતા-આવતા ભારે તથા મોટા વાહનોએ સાવરકુંડલા બાયપાસ રોડ પરથી પસાર થવાનું રહેશે.

વૈકલ્પિક રૂટ-૨ મુજબ સાવરકુંડલા શહેરમાંથી મહુવા-રાજુલા તરફ જતા-આવતા તથા મહુવા-રાજુલા તરફથી સાવરકુંડલા શહેરમાં જતા-આવતા દ્વિચક્રી અને થ્રીચક્રી વાહનોએ સૂચિત બ્રીજ (રેલ્વે ફાટક)ની બંને સાઈડના સર્વિસ રોડ ઉપરથી પસાર થવાનું રહેશે.

વૈકલ્પિક રૂટ-૩ મુજબ સાવરકુંડલા શહેરમાંથી મહુવા-રાજુલા તરફ આવતા-જતા નાના તથા મધ્યમ વાહનોએ માર્કેટિંગ યાર્ડ પાસેના રેલ્વે અંડરપાસમાંથી પસાર થવાનું રહેશે. આ જાહેરનામું તા.૨૨.૦૫.૨૦૨૬ સુધી અમલી રહેશે. હુકમના ભંગ બદલ ગુજરાત પોલીસ અધિનિયમ ૧૯૫૧ની કલમ ૧૩૧ હેઠળ કાર્યવાહી કરવામાં આવશે.

# મોટરસાઈકલની નવી સિરીઝ GJ 14 BM 0001-9999 માટે અમરેલી એ.આર.ટી.ઓ દ્વારા ઈ-ઓકશન પ્રક્રિયા

અમરેલી, તા.૨૭ માર્ચ, ૨૦૨૬ (શુક્રવાર) - અમરેલી એ.આર.ટી.ઓ. દ્વારા મોટરસાઈકલની નવી સિરીઝ GJ 14 BM 0001-9999 ઈ-ઓકશન પ્રક્રિયા હાથ ધરવામાં આવશે.

ઈ-ઓકશન માટે ઓનલાઈન અરજી તા.૦૧ એપ્રિલ, ૨૦૨૬ના રોજ સાંજે ૦૪ વાગ્યાથી તા.૦૫ એપ્રિલ, ૨૦૨૬ના સાંજે ૪ વાગ્યા સુધીમાં થઇ શકશે. બિડિંગ સમયગાળો તા.૦૫ એપ્રિલ, ૨૦૨૬ સાંજે ૦૪ કલાકથી તા.૦૭ એપ્રિલ, ૨૦૨૬ સાંજે ૦૪ કલાક સુધી રહેશે. ઈ-ઓકશનનું પરિણામ તા.૦૭એપ્રિલ,૨૦૨૬ એ જાહેર થશે.

ઓનલાઈન ઈ-ઓકશનમાં ભાગ લેવા માટે અરજદારે http://parivahan. gov. in/parivahan/ પર નોંધણી, યુઝર આઈ.ડી.પાસવર્ડ તૈયાર કરવા અને હરાજી,ચૂકવણું કરવું, વાહન નંબર મેળવવા સહિતની પ્રક્રિયામાં ભાગ લેવાનો રહેશે.

વાહન ખરીદીના સાત દિવસની અંદર ઓનલાઈન સી.એન.એ. ફોર્મ ભરવાનું રહેશે. અરજદારે અરજી પ્રક્રિયા પૂર્ણ થયાના પાંચ દિવસમાં નાણા જમા કરાવવા. અરજદાર જો નિયત સમય મર્યાદામાં નાણાં ચૂકવવામાં નિષ્ફળ જાય તો મૂળ ભરેલી રકમને જપ્ત કરી ફરીવાર હરાજી કરવાની રહેશે. આર.બી.આઈ. દ્વારા નક્કી કરવામાં આવેલા દરે ઓનલાઈન ઈ-ઓકશનમાં, અરજદારે ચાર્જ ચૂકવવાનો રહેશે. હરાજીની પ્રક્રિયામાં સફળ થયેલા અરજદારને સફળ ગણી બાકીના નાણાં દિન-૫ (પાંચ) માં ભરપાઈ કરવા માટે એસ.એમ.એસ. કે ઈ-મેઈલથી જણાવવામાં આવશે. હાલની મેન્યુઅલ પદ્ધતિ પ્રમાણે નાણા પરત કરવાના રહેશે એટલે કે નેટ બેંકિંગ, ક્રેડિટ કાર્ડ, ડેબિટ કાર્ડથી રકમનું ચૂકવણું કર્યુ હોય તે જ મોડથી નાણાં અરજદારના એમ.આઈ.એસ.થી સફળ અને નિષ્ફળ વ્યવહારની ખાતરી કરી તે અંગેની જાણ બેંકને કરવી.

ઈ-ઓકશનમાં ભાગ લેવા માટેનો વીડિયો યુ ટ્યુબમાં ઈ-ઓકશન, આર.ટી.ઓ ગુજરાત સર્ચ કરવાથી મેળવી શકાશે. ઈનવોઈસ અથવા વિમાની તારીખ બેમાંથી જે વહેલા હોય તે તારીખથી સાત દિવસ થતા હોય તેવા વાહન માલિકો જ ઓકશનમાં ભાગ લઈ શકશે તેમ, અમરેલી સહાયક પ્રાદેશિક વાહન વ્યવહાર અધિકારીશ્રીએ એક યાદીમાં જણાવ્યું છે.

# દાંત બનશે ઓળખનું નવું સરનામું

## અમદાવાદના ડેન્ટિસ્ટ ડૉ. જયશંકર પિલ્લઈએ તૈયાર કરી ભારતની પ્રથમ 'ફોરેન્સિક ડેન્ટલ ડેટાબેઝ'

અમદાવાદ: સામાન્ય રીતે ગુના શોધવા કે લાપતા વ્યક્તિની ઓળખ માટે ફિંગરપ્રિન્ટ કે DNA ટેસ્ટનો ઉપયોગ થતો હોય છે. પરંતુ હવે દાંતની મદદથી વ્યક્તિની ઓળખ ચોકસાઈપૂર્વક કરી શકાશે. અમદાવાદના ડૉ. જયશંકર પી. પિલ્લઈએ સતત પાંચ વર્ષના અથાગ પરિશ્રમ અને ૩૭,૦૦૦ કિલોમીટરના પ્રવાસ બાદ ભારતની સૌપ્રથમ 'થિમેટિક ડેન્ટલ મેપ' (Dental Map) અને ડેટાબેઝ તૈયાર કર્યો છે.

શું છે આ સંશોધન?

ડૉ. પિલ્લઈએ ભારતની ભૌગોલિક વિવિધતાને ધ્યાનમાં રાખીને ૨૩ રાજ્યોના અલગ-અલગ ૬ ઝોનમાંથી અંદાજે ૨.૨ લાખ દાંતના નમૂનાઓનું વિશ્લેષણ કર્યું છે. આ સંશોધનનો મુખ્ય હેતુ દાંતના બંધારણ, આકાર અને લાક્ષણિકતાઓ દ્વારા વ્યક્તિ કયા પ્રદેશની છે, તેની જાતિ શું છે અને તેનો મૂળ વંશ કયો છે તે શોધવાનો છે.

દાંત કેમ છે ઓળખ માટે શ્રેષ્ઠ?

અવિનાશી: દાંત માનવ શરીરનો સૌથી મજબૂત હિસ્સો છે. અકસ્માત, કુદરતી હોનારત કે આગ જેવી દુર્ઘટનામાં જ્યારે શરીરના અન્ય અંગો નાશ પામે છે, ત્યારે પણ દાંત વર્ષો સુધી સુરક્ષિત રહે છે.

યુનિક આઈડી: જેમ દરેકની ફિંગરપ્રિન્ટ અલગ હોય છે, તેમ દાંતની ગોઠવણ, ગ્રોવ્સ (ખાંચાઓ) અને કસ્પ (ઉપસેલા ભાગો) દરેક વ્યક્તિમાં અલગ હોય છે.

ભૌગોલિક જોડાણ: આ સંશોધનમાં જાણવા મળ્યું છે કે દક્ષિણ ભારતીય, ઉત્તર ભારતીય કે પૂર્વોત્તર ભારતીયોના દાંતની બનાવટમાં ચોક્કસ તફાવત હોય છે.

સંશોધનના મહત્વના તારણો : નેશનલ ફોરેન્સિક સાયન્સ યુનિવર્સિટી (NFSU) માંથી પીએચ.ડી. દરમિયાન કરેલા આ સંશોધનમાં કેટલીક ચોંકાવનારી વિગતો સામે આવી છે:

ચોકસાઈનો દર: હાલમાં પ્રચલિત પશ્ચિમી પદ્ધતિઓથી ભારતની વ્યક્તિની ઓળખમાં માત્ર ૩૬% સફળતા મળે છે, જ્યારે ડૉ. પિલ્લઈએ વિકસાવેલી AI (આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ) પદ્ધતિથી આ સફળતાનો દર ૮૩% સુધી પહોંચી શકે છે.

કસ્પ ઓફ કેરાબેલી: ઉપરના દાઢના દાંતમાં જોવા મળતી આ ખાસિયત ભારતીય વંશજની ઓળખ કરવામાં મદદરૂપ સાબિત થઈ છે.

ડેટાની કમી: ભારતમાં અત્યાર સુધી પશ્ચિમી દેશોના ડેટાનો ઉપયોગ થતો હતો, જે ભારતીય જડબાના બંધારણ મુજબ સચોટ નહોતો. હવે આ નવી ડેટાબેઝથી તે મુશ્કેલી દૂર થશે.

ભવિષ્યમાં ઉપયોગીતાઆ ડેટાબેઝ માત્ર ગુના શોધવા માટે જ નહીં, પણ મોટી હોનારતોમાં જ્યારે મૃતદેહોની ઓળખ મુશ્કેલ હોય ત્યારે વરદાનરૂપ સાબિત થશે. ડૉ. પિલ્લઈના મતે, જેમ આધાર કાર્ડ કે ફિંગરપ્રિન્ટનો ડેટા રખાય છે, તેમ જો 'ડેન્ટલ રેકોર્ડ' સાચવવામાં આવે તો ઓળખની પ્રક્રિયા અત્યંત ઝડપી બની શકે છે.

વધારાની માહિતી (મેગેઝીન માટે વિશેષ નોંધ):ફોરેન્સિક ઓડોન્ટોલોજી (Forensic Odontology): આ વિજ્ઞાનની એવી શાખા છે જેમાં દાંતના પુરાવાઓનો ઉપયોગ કાયદાકીય પ્રક્રિયામાં કરવામાં આવે છે. નિર્ભયા કેસ જેવા જઘન્ય અપરાધોમાં બાઈટ માર્ક (બચકાના નિશાન) દ્વારા ગુનેગાર સુધી પહોંચવામાં આ વિજ્ઞાને મોટી ભૂમિકા ભજવી છે.

ડૉ. જયશંકર પિલ્લઈ વિશે: તેઓ ગવર્મેન્ટ ડેન્ટલ કોલેજ અને હોસ્પિટલ, અમદાવાદમાં કાર્યરત છે અને તેમણે તેમનું આ મહાનિબંધ (Thesis) NFSU ના વાઈસ ચાન્સેલર ડૉ. જે.એમ. વ્યાસના માર્ગદર્શન હેઠળ પૂર્ણ કર્યું છે.

સ્માઈલ પ્લીઝ!: તમારા દાંત માત્ર હસવા માટે જ નહીં, પણ તમારી ઓળખ સાબિત કરવા માટેનું સૌથી મજબૂત હથિયાર પણ છે.

નોધ-લેખક પ્રસિધ્ધ ટીવી જર્નાલિસ્ટ અને ટીવી પર આવતા પ્રસિધ્ધ શો ભાઈભાઈ, બોલ બચ્ચન અને હાલ ટીવી13 ગુજરાતી પર આવતા માઈન્ડ વર્સીસ મશિન વિથ મહેન્દ્ર બગડા, અને ગજબ..હો નામના વિકલી શોના એન્કર છે...

વોટ્સએપ પ્રતિભાવ માટે-9909941536

# "FORME OF THE SUN AND THEIR EXPERIENCE" (સૂર્ય ના સ્વરૂપો અને તેનો અનુભવ)

ध्येयः सदा सवित्रु मंडलमध्यवर्ती, नारायण सरस्सिजासन सन्नी विष्टह।

केयुरवान मकर कुंडलनवान किरीटी, हारी हिरण्य मयवपु धृतशंखचक्रह ।।

સમગ્ર બ્રહ્માંડ નો દિપક (દિવો) ભગવાન સૂર્ય ને માનવા માં આવે છે.આખું બ્રહ્માંડ તેની પ્રદક્ષિણા કરે છે.સૂર્ય સ્થિર છે.સમગ્ર બ્રહ્માંડ નો આત્મા છે.આથી જ ઋગ્વેદ માં સહુ થી વધારે સૂકતો (શ્લોકો) સૂર્ય ના આપેલ છે.દેહ માં રહેલા હાડકા નો અધિપતિ સૂર્ય ને માનવા માં આવે છે. વિજ્ઞાનની ભાષામાંહિલિયમ નો ધગધગતો ગોળો એટલે આપણો સૂર્ય.આ સૂર્ય ની ઉર્જા શક્તિ થી જ આપણું ઘર પૃથ્વી ટકી રહી છે.સૂર્ય ની ઉર્જા શક્તિ માનો કે પૂર્ણ થઈ કે ખલાસ થઈ ગઈ તો અમુક મિનિટો કે સેકંડો માં જ માનવ જીવન સમાપ્ત થઈ જાય તેવું સાયન્સ સ્વીકારે છે.આપણા દેહ માં સૂર્ય ને રહેવા નું સ્થાન એ આપણા આંખ ની કીકી માં છે.આંખ ની અંદર રહેલી કીકી માં તેજ તત્વ નો વાસ રહેલો છે.તે જ સ્વયં સૂર્ય નું સ્વરૂપ છે.જેના થી આપણે આ વિશ્વ ને જોઈ શકીએ છીએ.

આપણું નવું વર્ષ શાલિવાહન શક ચૈત્ર માસ થી આરંભ થાય છે.આપણે જાણીએ છીએ કે સૂર્ય દર મહિને અંદાજે ચૌદ તારીખ આસપાસ રાશી પરિવર્તન કરે છે.

ચૈત્ર માસ:-ચૈત્ર માસ મોટા ભાગે અંગ્રેજી એપ્રિલ માસ માં આવતો હોય છે.આ એપ્રિલ માસ ની ચૌદ તારીખ થી સૂર્ય પોતાની ઉચ્ચ મેષ રાશી માં પ્રવેશ કરતા જ તેની તેજસ્વીતા ના દર્શન અનુભવ કરાવશે.કારણ કે મેષ રાશી નો અધિપતિ મંગળ પોતે ગરમ ઉર્જા અર્પણ કરનાર છે તેમાં સૂર્ય નો પ્રવેશ થતા જ તેની ગરમ ઉર્જા નો અનુભવ જીવ માત્ર ને થાય છે.આ સમય આપણ ને વસંત ઋતુ માં થી ગ્રીષ્મ ઋતુમાં લઈ જાય છે.

વૈશાખ માસ:- વૈશાખ માસ માં સૂર્ય મોટા ભાગે વૃષભ રાશીનો બને છે આ રાશી નો અધિપતિ શુક્ર છે.જે સૂર્ય નો શત્રુ ગ્રહ છે.જેમાં પોતાની ગરમ ઉર્જા નો અનુભવ સૂર્ય આપણ ને આપે છે.વૈશાખ ના વાયરા નો ગરમ ઉર્જા નો અનુભવ આપણે કરીએ છીએ.

જેઠ માસ:- અંદાજે તારીખ 15/06/ થી સૂર્ય મિથુન રાશી માં પ્રવેશ કરે છે.જે અંદાજે જેઠ માસ માં અનુભવીએ છીએ.મિથુન રાશી નો અધિપતિ બુધ છે.જે સૂર્ય ની સહુથી નજીક નો મિત્ર ગ્રહ છે.આ સમય માં આકાશ વર્ષા (વરસાદ) નો ગર્ભ ધારણ કરી ને પૃથ્વી ને રસભીની કરી સુંદર ગંધ તત્વ નો અનુભવ કરાવે છે. વર્ષાઋતુ નો પ્રારંભ અને સૂર્ય ની ગરમી ને ઓછી થતી આપણે અનુભવીએ છીએ.

અષાઢ માસ:- મોટા ભાગે અષાઢ માસ માં સૂર્ય નો કર્ક રાશી માં પ્રવેશ આપણે અનુભવીએ છીએ.કર્ક રાશી જળ તત્વ ની રાશી છે.તેનો અધિપતિ ચંદ્ર સૂર્ય નો મિત્ર ગ્રહ હોવાથી અને સૂર્ય નો દક્ષિણાયન માં પ્રવેશ થતો હોઈ સમગ્ર દેશમાં જળ તત્વ નું આધિપત્ય અનુભવાઈ છે.

શ્રાવણ માસ:- શ્રાવણ માસ દરમિયાન સૂર્ય ની પોતાની સિંહ રાશી સ્વ રાશી પ્રવેશ વાતાવરણ ને આહલાદક બનાવી તહેવારો નો આનંદ માણવા પ્રેરણા આપે છે.સૂર્ય પોતાની ઉર્જા શક્તિ ને શાંત બનાવતો આપણે અનુભવીએ છીએ.

ભાદ્રપદ માસ:- આ માસ માં સૂર્ય પોતાના મિત્ર બુધ ની રાશી ના પ્રવેશ સાથે પોતાની ગરમ શાંત ઉર્જા સાથે વનસ્પતિઓ ની વૃધ્ધિ કરનારો બને છે.આ માસ માં પિતૃ પક્ષ દરમ્યાન પિત્ત પ્રકોપ ની વૃધ્ધિ પણ સૂર્ય ની જ દેણ છે.

આસો માસ:- આસો માસ ના અંદાજે બીજા પખવાડિયા થી જ તુલા માં પ્રવેશેલો સૂર્ય પોતાની નીચ રાશી માં હોય શાંત અને સૌમ્ય બની જાય છે.શરદ ઋતુ ના આરંભ નો અનુભવ જોવા મળે છે.સૂર્ય ની ઉર્જા પોતાની પોઝિટિવ શક્તિ નો અનુભવ પ્રદાન કરે છે.

કારતક માસ:- કારતક માસ દરમિયાન સૂર્ય તુલા અથવા વૃશ્ચિક રાશી માં જોવા મળે છે.મંગળ ની જ આ રાશી માં સૂર્ય ના સૌમ્ય સ્વરૂપ ના દર્શન સાથે હેમંત ઋતુ નો હળવો અનુભવ સૂર્ય આપણ ને આપે છે.

માગશર માસ:- ।ભ,ગીતા (૧૦/૩૫) ભગવત ગીતા મુજબ ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ એ "મહિના ઓ માં માગશર માસ હું છું" તેમ કહ્યું છે. આ માસ માં ધન રાશી નો સૂર્ય પ્રવેશ પોતાના ગુરુ બૃહસ્પતિ નો જાણે આદર કરતો હોય તેમ શાંત બની સમાજ ને ધર્મ કાર્ય કરવા ની પ્રેરણા પૂરી પાડે છે.ડિસેમ્બર નું પાછલું પખવાડિયું સૂર્ય ની શાંત ઉર્જા નો સંદેશ આપે છે.

પોષ માસ:- આ માસ દરમ્યાન સૂર્ય પોતાના પુત્ર શનિ ની મકર રાશી માં પ્રવેશ કરતો હોય મકર સંક્રાંતિ ના સમય માં પોતાના ઉતરાયન ની યાત્રા નો આરંભ કરે છે.શાંત બનેલો સૂર્ય મકર રાશી ના અધિપતિ પોતાના પુત્ર શનિ ની રાશી માં શિશિર ઋતુ ના અનુભવ ની અતિ શાંત ઉર્જા નો અનુભવ આપણ ને આપે છે.

મહા માસ:- માઘ માસ ના નામ થી પ્રખ્યાત આ મહિના માં સૂર્ય શનિ ની કુંભ રાશી નો હોય ઉત્સવો ના આનંદ સાથે વસંત ઋતુ નો અહેસાસ કરાવે છે.નવા નવા ઉત્સવો,વિવાહ કાર્યો દ્વારા આપણે સૂર્ય ની શક્તિ ને અનુભવીએ છીએ.

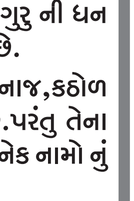
ફાગણ માસ:- મોટા ભાગે ફાગણ માસ માં ગુરુ ની ધન રાશી નો સૂર્ય પૂર્ણ વસંત ઋતુ નો અહેસાસ કરાવે છે.

માનવ જાત ને અનેક રંગો થી રંગી મબલખ અનાજ,કઠોળ અને પાકો ની ભેટ આપે છે.સૂર્ય તો એક જ છે.પરંતુ તેના સ્વરૂપો અનેક છે.આથી જ શાસ્ત્રો માં સૂર્ય ના અનેક નામો નું વર્ણન છે.

ભાગવત કથા ના દશમ સ્કંધ મુજબ ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ ના પત્ની સત્યભામા ના પિતાજી સત્રાજીત ની સૂર્ય ભક્તિ થી ભગવાન સૂર્ય એ દરરોજ સોનુ આપતો સ્યમન્તક મણિ તેને આપ્યો હતો.તે કથા પ્રખ્યાત છે.સૂર્ય ભક્તિ માટે દરરોજ તેને ફક્ત જળ થી અર્ધ્ય આપવા થી દરિદ્રતા દૂર થાય છે.

आदित्यस्य नमस्कारम, ये कुर्वन्ति दिने दिने। जन्मांतर सहस्त्रेसु,दरिद्य नो पजायते।।

**શાસ્ત્રી શ્રી ઘનશ્યામભાઈ ત્રિવેદી**



MA (સંસ્કૃત) MA (એસ્ટ્રોલોજી)
(શ્રીમદ ભાગવત કર્મકાંડ અને જ્યોતિષાચાર્ય માર્ગદર્શક) (વૈદિક સત્ કાર્ય ના સંવાહક)
મો.94264 84288, મો. 63536 03800
સાવરકુંડલા/ભાવનગર/બરોડા.

# ઈલેક્ટ્રિક વાહન માટે કાયદો શુ કહે છે ?

કાયદાની કલમે...
નિલેશભાઈ એન. ચૌહાણ
એડ્વોકેટ, ગુજરાત હાઈકોર્ટ (M.Com, LL.B.)

આપણા સાવર કુંડલમાં EV ની ખરીદી ચરમ પર છે ત્યારે, આજે આપણે જાણીએ કે EV માટે મોટર વિહિકલ એક્ટમાં ૨૦૧૯ (સુધારો) શું પ્રાવધાન છે.

જૂના એક્ટમાં ઇલેક્ટ્રિક વાહનો (EV) માટે બહુ સ્પષ્ટતા નહોતી, પરંતુ *મોટર વ્હીકલ (સુધારા) એક્ટ ૨૦૧૯ અને ત્યારબાદના સેન્ટ્રલ મોટર વ્હીકલ રૂલ્સ (CMVR) માં ઇલેક્ટ્રિક ટુ-વ્હીલર માટે બે અલગ શ્રેણીઓ પાડવામાં આવી છે.

તમારા વાહનની ક્ષમતા મુજબ નીચેના નિયમો લાગુ પડે છે:

૧. લો-સ્પીડ (Low-Speed) ઇલેક્ટ્રિક ટુ-વ્હીલરજો તમારું વાહન નીચેની ત્રણેય શરતો પૂરી કરતું હોય, તો તેને કાયદાકીય રીતે "મોટર વાહન" ગણવામાં આવતું નથી:

*ઝડપ: મહત્તમ સ્પીડ ૨૫ કિમી/કલાક* થી વધુ ન હોવી જોઈએ.

*પાવર: મોટરની ક્ષમતા *૨૫૦ વોટ (Watts) થી ઓછી હોવી જોઈએ.

* રજીસ્ટ્રેશન: આવા વાહનને RTO માં રજીસ્ટ્રેશન કરાવવાની કે નંબર પ્લેટની જરૂર નથી.

* લાયસન્સ: આ વાહન ચલાવવા માટે ડ્રાઈવિંગ લાયસન્સની જરૂર નથી.

*વીમો: થર્ડ પાર્ટી ઇન્સ્યોરન્સ ફરજિયાત નથી (પરંતુ સુરક્ષા માટે લેવો હિતાવહ છે).

* ઉંમર: કોઈપણ ઉંમરની વ્યક્તિ (સગીર બાળક પણ) આ ચલાવી શકે છે.

૨. હાઈ-સ્પીડ (High-Speed) ઇલેક્ટ્રિક ટુ-વ્હીલર

જો વાહનની સ્પીડ ૨૫ કિમી/કલાકથી વધુ હોય અથવા પાવર ૨૫૦ વોટથી વધુ હોય (દા.ત. Ola, Ather, TVS iQube, Bajaj Chetak):

* રજીસ્ટ્રેશન: RTO માં રજીસ્ટ્રેશન કરાવવું અને *લીલા રંગની નંબર પ્લેટ લગાવવી ફરજિયાત છે.

* લાયસન્સ: ચાલક પાસે માન્ય ડ્રાઈવિંગ લાયસન્સ હોવું અનિવાર્ય છે.

* હેલ્મેટ: ચાલક અને પાછળ બેસનાર બંને માટે હેલ્મેટ ફરજિયાત છે.

* વીમો: વાહનનો વીમો હોવો કાયદેસર રીતે જરૂરી છે.

* દંડ: જો લાયસન્સ વગર પકડાશો તો પેટ્રોલ વાહનની જેમ જ ૨,૦૦૦ થી ૫,૦૦૦ સુધીનો દંડ થઈ શકે છે.

૧૬ થી ૧૮ વર્ષના કિશોરો માટે ખાસ જોગવાઈ

નવા એક્ટ મુજબ, ૧૬ થી ૧૮ વર્ષની વયના બાળકો 'ગિયર વગરના' ઇલેક્ટ્રિક ટુ-વ્હીલર ચલાવી શકે છે, જેની મોટરની ક્ષમતા ૪ કિલોવોટ (4kW) સુધીની હોય. પરંતુ આ માટે નીચેની શરતો છે:

૧. બાળકે RTO માંથી લર્નિંગ લાયસન્સ (MCWOG) કઢાવવું પડે.

૨. વાહન હાઈ-સ્પીડ હોવું જોઈએ નહીં (તેમની ક્ષમતા મુજબ).

EV માટે અન્ય મહત્વના પ્રોત્સાહનો (Pravadhan)

સરકારે ઇલેક્ટ્રિક વાહનોને પ્રોત્સાહન આપવા માટે કેટલીક રાહતો પણ આપી છે:

* નો રજીસ્ટ્રેશન ફી: કેન્દ્ર સરકારે જાહેર કર્યું છે કે ઇલેક્ટ્રિક વાહનોના રજીસ્ટ્રેશન અને રી-રજીસ્ટ્રેશન માટે કોઈ ફી લેવામાં આવશે નહીં.

* રોડ ટેક્સ: ગુજરાત સહિત ઘણા રાજ્યોમાં ઇલેક્ટ્રિક વાહનો પર રોડ ટેક્સમાં ૧૦૦% સુધીની માફી આપવામાં આવે છે.

* સબસિડી: 'FAME-II' યોજના અને ગુજરાત સ્ટેટ EV પોલિસી હેઠળ ટુ-વ્હીલર ખરીદવા પર સીધી સબસિડી આપવામાં આવે છે.

મહત્વની ચેતવણી:

ઘણા લોકો એવું વિચારે છે કે ઇલેક્ટ્રિક વાહન છે એટલે ટ્રાફિકના નિયમો લાગુ નહીં પડે. યાદ રાખો, જો તમારી પાસે હાઈ-સ્પીડ EV છે, તો રોન્ગ સાઈડ, સિગ્નલ જમ્પ, કે ટ્રિપલ સવારી બદલ પેટ્રોલ ગાડી જેટલો જ દંડ થશે.

## સાવરકુંડલા બન્યું અયોધ્યાધામ

# ૫૦૦૦ ભાવિકોના ગગનભેદી હનુમાન ચાલીસાના ગાન સાથે નીકળી સૌરાષ્ટ્રની સૌથી વિરાટ શોભાયાત્રા

## રજવાડી ઠાઠ સાથે પ્રભુ શ્રીરામ નગરચર્યાએ નીકળ્યા: શ્રદ્ધા અને સંસ્કૃતિનો અદ્ભૂત સંગમ

■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

સાવરકુંડલા ચૈત્ર સુદ નોમ એટલે કે મર્યાદા પુરુષોત્તમ ભગવાન શ્રી રામનો પ્રાગટ્ય મહોત્સવ. આ પાવન અવસરે સાવરકુંડલા નગરી સાક્ષાત 'અયોધ્યા' ધામમાં પરિવર્તિત થઈ હોય તેવો ભક્તિમય માહોલ જોવા મળ્યો હતો. ૧૯૭૨થી અવિરત ચાલતી પરંપરા મુજબ, આ વર્ષે પણ 'શ્રીરામ જન્મોત્સવ સમિતિ' દ્વારા આયોજિત શોભાયાત્રાએ ભવ્યતાના તમામ સીમાચિહ્નો અંકિત કર્યા હતા.

શોભાયાત્રાનું મુખ્ય આકર્ષણ પ્રભુ શ્રીરામનો રજવાડી રથ અને કલાત્મક રીતે શણગારેલા ટ્રેક્ટરોની ઝાંખીઓ રહી હતી. ઢોલ-નગારાના તાલે અને કેસરીયા ધ્વજની લહેરાતી પતાકાઓ વચ્ચે જ્યારે પ્રભુ નગરચર્યાએ નીકળ્યા, ત્યારે માનવ મહેરામણ ઉમટી પડ્યું હતું. ગગનભેદી શંખનાદ અને 'જય શ્રી રામ'ના ગુંજારવથી વાતાવરણ આધ્યાત્મિક ઉર્જાથી ભરાઈ ગયું હતું. આ મહોત્સવની સૌથી દિવ્ય ક્ષણ ૫૦૦૦થી વધુ શ્રદ્ધાળુઓ દ્વારા કરવામાં આવેલા સામુહિક હનુમાન ચાલીસાના પાઠ હતા. એકસાથે ગુંજી ઉઠેલા મંત્રોચ્ચારે ઉપસ્થિત સૌ કોઈને મંત્રમુગ્ધ કરી દીધા હતા. આ સમૂહગાન સાવરકુંડલાની એકતા અને અતૂટ શ્રદ્ધાનું પ્રતીક બન્યું હતું.

આ શોભાયાત્રા ચુસ્ત પોલીસ બંદોબસ્ત અને સ્વયંસેવકોના શિસ્તબદ્ધ સંચાલન હેઠળ આ વિરાટ શોભાયાત્રા અત્યંત શાંતિપૂર્ણ અને ઉત્સાહજનક માહોલમાં સંપન્ન થઈ હતી. નગરના વિવિધ માર્ગો પર સ્થાનિક અગ્રણીઓ અને સામાજિક સંગઠનો દ્વારા શોભાયાત્રાનું પુષ્પવર્ષા સાથે ભવ્ય સ્વાગત કરવામાં આવ્યું હતું. શ્રીરામ જન્મોત્સવ સમિતિએ આ ધર્મોત્સવને સફળ બનાવવા બદલ તમામ નગરજનો અને વહીવટી તંત્રનો હૃદયપૂર્વક આભાર વ્યક્ત કર્યો હતો.

# સાપ દંશ થી બચવા માટે આટલું ધ્યાન રાખો !!

સાવરકુંડલા ના દિવ્યાંગ એવા સંજય ચોટલીયા છેલ્લા ૨૨ વર્ષથી સાપ બચાવવાની સેવાકીય પ્રવૃત્તિ કરે છે જે અનુભવ ના આધારે સાપ દંશ થી કેવી રીતે બચી શકાય તે જાણવું ખુબજ જરૂરી છે સામાન્ય રીતે સાપ વધુ પ્રમાણ માં ઉનાળો ઋતુ અને ચોમાસા ઋતુમાં વધુ દેખાય છે જેથી ફક્ત ગ્રામ્ય વિસ્તારમાં રહેતા લોકો માટે સાપ દંશ ની ઘટના વધુ બનતી હોઈ છે તો આવી ઘટનાથી કેવી રીતે બચી શકાય જે છે માટે ગ્રામ્ય વિસ્તાર માં રેહતા લોકો જે ખેત મજુરી કરતા હોવાથી છુટક મજુરી કરતા હોવાથી માતા બહેન દીકરીઓ ખેતર વાડીની ઝુપડી માં અથવા ઓરડીમાં ચુલા પર રસોઈ બનાવતી વખતે ખેતીકામ કરતી વખતે ઉનાળામાં તેમજ ચોમાસામાં ખુબજ ધ્યાન રાખવું જોયીએ અને ખાસ કરીને ચોમાસાના પેહલા પડેલ વરસાદ માં તમામ સરીસૃપો ભૂગર્ભ માંથી બહાર આવતા રહે છે અને ખોરાકની તલાશ માં માનવ વસાહત સુધી પણ આવી જતા હોઈ છે જેના લીધે સાપ કરડવાના બનાવ વધુ બને છે તો જો આપણે આટલું ધ્યાન રાખીશું તો આવી ઘટનાથી બચી જશું,!!

પેહલા સાપને ઓળખતા શીખો કે ક્યાં સાપ ઝેરી છે ક્યાં સાપ બીઝેરી છે .!!વાડી વિસ્તારમાં રેહતા લોકો જયારે ઝુપડી માં અથવા ઓરડીમાં રસોય બનાવતા હોઈ ત્યારે ચૂલાની બાજુમાં પડેલ બળતણ ના ઢગલાને લાકડી વડે દુર રહીને બળતણ ના ઢગલા ધીમેથી લાકડી મારીને જોય લેવું જોઈએ જેથી જો સાપ આ જગ્યા પર હોઈ તો દેખાય જાય અને સાપ કરડવાની અઘટિત ઘટના થતા રહી જાય !! તમારી આસપાસના વિસ્તારમાં થતાં સાપને ઓળખો, કયા સાપ ઝેરી છે અને કયા બિનઝેરી છે. તેની ઓળખ રાખો !! તમારા બાળકને સાપના વિસ્તારથી દૂર રહેવા જણાવો, અને સાપ દંશની ભયાનકતાનો ખ્યાલ આપો !! સાપ દંશની પ્રાથમિક સારવાર અંગે જાણકારી રાખો અને આવી સારવાર માટે જરૂરી એવા સાધનો પાટો, રબરની પટ્ટી, ડીસ્પોઝેબલ સિરિંજ વગેરે રાખો !! સાપ આપણાથી વધુ ગભરાતા હોય છે અને તે બિન ઉશ્કેરણીએ કરડતાં નથી હોતા, જ્યારે પણ સામસામા થવાના સંજોગો ઉભા થાય તો તેને છંછેડવા કરતાં શાંતિથી, સ્થિરતાથી ઉભા રહેશો તો સાપ આપોઆપ પોતાના રસ્તે જતો રહેશે. સાપ શાંતિથી પડયો હોય તો પડી રહેવા દેવો, છંછેડવો નહિ. !! મોટાભાગના સાપ નિશાચર છે, તેથી તેઓ સાંજ પછી જ વધુ પ્રવૃત્તિમય થતાં હોય છે. જો રાત્રિના સમયે તેમના વિસ્તારમાં જવું જ પડે તો, બૂટ પહેરવાના રાખો. સાથે બેટરી રાખો અને થોડોક અવાજ કે ખખડાટ કરતાં ચાલો. !!ચોખ્ખા સાફસૂફ રસ્તાઓ ઉપર, કેડીઓ ઉપર ચાલવાનું રાખો. ઝાડીઝાંખરા, ઘાસપાન ન હોય તેવા રસ્તા ઉપર ચાલવું. !! અવાવરૂ જગ્યાઓમાં, ખુલી જગ્યાઓમાં, ભોંય, જમીન ઉપર બેસવા કે સૂવાનું ટાળો. બેસવું કે સૂવું જ પડે તો પલંગનો ઉપયોગ કરો. !! છૂટા પડેલા પત્થરો, ઈંટોના ઢગલાઓ કે અવાવરૂ જગ્યાઓમાં પડેલા લાકડાઓમાં, ટૂંકમાં જ્યાં જોઈ ન શકતાં હોઈએ, ત્યાં હાથ નાંખવો નહિં કે તેની ઉપર બેસવું નહિ. !! અંધારું થયા પછી બળતણનાં લાકડા એકઠા ન કરવા, કે ઢોર ઢાંખર માટે ઘાસ ન હટાવવું. !! તરતના મરેલા સાપને હાથથી ઉચકવો નહિં, તેને લાકડીથી ઉંચકીને હટાવવો. !! ઊંચા ઘાસમાં કે જ્યાં જમીન દેખાતી ન હોય ત્યાં ચાલવુ નહિં, કે બેસવુ નહિં. !! ઘરની આજુબાજુ બિનજરૂરી ઝાડીઝંખરા રાખવા નહિ, ઘરની આજુબાજુની જગ્યા હંમેશા સાફસુથરી રાખવી. !! ઘરની અંદર કે ઘરની બહાર, આજુબાજુમાં, ઈંટોના ઢગલાં, ઘાસના પૂળા રાખવા નહિ, ઊંદરના દર કે ઊધઈના રાફડા કે અન્ય પોલાણો પણ રાખવા નહિં, બળતણના લાકડાં તથા ઢોરો માટેનું ઘાસ જમીનથી અધ્ધર રાખવું. ભીતોમાં પોલાણ રાખવા નહિ, મકાનની અંદર તળિયાના ભાગમાં સીમેન્ટના ઝામરા કે પત્થરો જડાવેલા રાખવા. !! ઘરની અંદરથી પાણી બહાર જવાના જે રસ્તા હોય, ત્યાં જાળી રાખવી. જેથી ત્યાંથી સાપ અંદર આવે નહિં. !! પાણીની ટાંકીઓ ખુલી રાખવી નહિં, તેને ઢાંકણથી ઢાંકી રાખવી. !! ખુલ્લામાં સંડાસ જવું પડે તો તેમ હોય તો બેસતા પહેલાં આજુબાજુની જગ્યા અવશ્ય સાવચેતીપૂર્વક જોવી. !! સંડાસની ટાંકીઓના પાણી બહાર નીકળતા હોય તેવા ખાનાઓ ઉપર જાળી રાખવી જેથી સંડાસની આવી ટાંકીઓ દ્વારા સંડાસમાં સાપ આવે નહિ.

ઉદાહરણ આપણે બીમાર થયે ત્યારે ડોક્ટર પાસે જઈએ છીએ તપાસ દરમિયાન ડોક્ટર કહે કે ઇન્જેક્શન મારવું પડશે અને એ ઇન્જેક્શન માં ડોક્ટર લીક્વીડ ભરે છે અને આપણા શરીરના લાગુ પડતા ભાગ પર ઇન્જેક્શન માં રહેલ સોયથી એ લીક્વીડ આપણા શરીરમાં દાખલ કરે છે એ સત્ય છે બરોબરને ,હવે તમે ડોક્ટરને કહો કે સાહેબ આ આપેલ ઇન્જેક્શન પાછુ ખેચીલો અને દવામાં પીવાની ટેબલેટ કે કેપ્સુલ આપો તો શું એ અશક્ય છે કેમકે એ લીક્વીડ છે જે શરીર માંથી પાછુ ના નીકળી શકે અને સાપ જયારે દંશ કરે તે પણ એક ઝેરી લીક્વીડજ હોઈ છે માટે સાપ દંશ થાય તો હોસ્પીટલે જવું કોઈ ભુવા કે તાંત્રિક પાસે નહિ જવાનું...

# લાયન્સ કલબ ઓફ સાવરકુંડલા

■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

સાવરકુંડલા શહેરમાં રિદ્ધિ સિદ્ધિ મહાદેવ મંદિર સામે નાવલી પોલીસ ચોકી પાસે દર વર્ષે લાયન્સ કલબ ઓફ સાવરકુંડલા દ્વારા ઠંડા પાણીનું પરબ નું સુંદર આયોજન આપણી કલબ દ્વારા આજરોજ શુભ આરંભ કરવામાં આવ્યો પરમ વંદનીય ભક્તિરામબાપુ ના વરદ હસ્તે કરવામાં આવ્યું આ પરબ આખા ઉનાળા દરમિયાન ઠંડા પાણીની સેવા અવિરત શરૂ રહેશે સાવરકુંડલા તાલુકાના તેમજ સાવરકુંડલા શહેરના તમામ રાહદારીઓ આ ઠંડુ પાણી પી ને એમની તરસ મિટાવે છે આ ઉનાળામાં આવું સરસ મજાનું પાણી મળતા તેમના હૈયામાંથી આપણા કલબને આશીર્વાદ મળતા હોય છે આ સમગ્ર આયોજન લાયન્સ કલબ ઓફ સાવરકુંડલા દ્વારા કરવામાં આવે છે અને દિવસ દરમિયાન સાત થી આઠ વાર ઠંડા પાણીના જગ પાણી ભરવામાં આવે છે...

# શ્રી મહાકાલી માતાજી - મેવાસાધામ, તા. સાવરકુંડલા

**ધાંધિયા પરિવાર દ્વારા ચૈત્ર માસ નવરાત્રી નિમિતે યજ્ઞ, પૂજા, અર્ચના, માતાજી ના રાસ ગરબા તથા વિદ્યાર્થીઓને સન્માનીત કરવા શ્રી સરસ્વતી સન્માન કાર્યક્રમ તારીખ 21.03.26 તથા 22.03.2026 ના રોજ યોજવામાં આવેલ**

પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

તારીખ : 21.03.26 શનિવારના રોજ પરિવાર ની વાર્ષિક મીટિંગ તથા રાત્રે માતાજીના રાસ ગરબા યોજવામાં આવેલ હતા. તારીખ 22.03.2026 રવિવારના રોજ યજ્ઞ અને બીડું હોમ કરવામાં આવેલ જેમાં આચાર્યપદ પૂ. ભાઈજીના કૃપાપાત્ર શ્રી કિશનભાઈ મહેતા શાસ્ત્રી હતા. સવારમાં મંદિરના ઘુમ્મટ ઉપર દવજ આરોહણ ઉત્સવ ઉજવવામાં આવેલ હતો. ધાંધિયા પરિવારના તેજસ્વી વિદ્યાર્થી ભાઈઓ બહેનોને ઈનામો, સન્માન પત્રો અને મોમેન્ટો આપી સન્માન કરવામાં આવેલ. આ કાર્યક્રમનું સંચાલન તથા એન્કરિંગ આશિષભાઈ ધાંધિયા(રાજયગુરૂ) તથા મેહુલભાઈ મહેતા દ્વારા કરવામાં આવેલ. આ તકે પધારેલા સંતો અને શ્રી રાજગોર બ્રાહ્મણ સેવા સંઘના પ્રમુખ શ્રી બકિંમભાઈ કે મહેતા તથા મહેમાનો નું શાલ ફુલહાર થી સન્માન મેવાસાધામ ધાંધિયા પરિવાર ના હોદ્દેદારશ્રીઓ તથા કમિટી મેમ્બર્સ દ્વારા કરવામાં આવેલ, કાર્યક્રમ ને સફળ બનાવવા માટે પ્રમુખશ્રી જયસુખભાઈ મેહતા, મંત્રીશ્રી પ્રવીણભાઈ મહેતા, પૂજારી ભૂવાશ્રી બાબુદાદા મહેતા તથા સર્વો કમિટી મેમ્બર્સ દ્વારા જહેમત ઉઠાવવામાં આવેલ હતી.

અહેવાલ : આશિષભાઈરાજયગુરુ - સાવરકુંડલા

# સાવરકુંડલામાં '૫૧૦૦ શ્રીફળ કીડીયારૂ અભિયાન' દ્વારા અબોલ જીવોની સેવાનો ભગીરથ પુરુષાર્થ અશ્વમેઘ યજ્ઞ સમાન પુણ્યનું ભાથું

■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

સાવરકુંડલા ભારતીય સંસ્કૃતિમાં 'જીવદયા એ જ પરમો ધર્મ' અને 'વસુધૈવ કુટુંબકમ' ની ભાવના વણાયેલી છે. આપણા સનાતન ધર્મમાં અબોલ જીવોની સેવાને સાક્ષાત્ નારાયણની સેવા માનવામાં આવી છે. આ જ પરંપરાને જીવંત રાખતા સાવરકુંડલાના તાત્કાલિક હનુમાનજી ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ તેમજ આશ્રમ પરિવાર દ્વારા પૂજ્ય બ્રહ્મલીન સંત શ્રી રામ સુંદર દાસ બાપુના દિવ્ય આશીર્વાદથી ૫૧૦૦ શ્રીફળ કીડીયારૂ અભિયાન નું અત્યંત ભક્તિમય વાતાવરણમાં આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

ચૈત્ર નવરાત્રી અને ચૈત્ર માસના પવિત્ર દિવસોમાં શુદ્ધ ગાયનું ઘી, ગોળ, સાકર તલ, સીંગદાણા,અને પંચરત્ન સમાન પાંચ પ્રકારના ધાન્યના લોટના મિશ્રણથી તૈયાર કરાયેલા શ્રીફળ ભાવિકોને પ્રસાદ રૂપે વિનામૂલ્યે અર્પણ કરવામાં આવ્યા હતા. ધર્મપ્રેમી ભાઈઓ, બહેનો અને બાળકોએ મોટી સંખ્યામાં આશ્રમ પર રૂબરૂ આવી આ સેવાકીય પ્રસાદીનો લાભ લીધો હતો. આ શ્રીફળોને પોતપોતાના ખેતર, સીમ કે નિર્જન જગ્યાએ પધરાવીને લાખો કીડીઓના જઠરાગ્નિને તૃપ્ત કરી અશ્વમેધ યજ્ઞ જેવું અનંત પુણ્ય મેળવવાનો લહાવો લીધો હતો.

શાસ્ત્રોક્ત માન્યતા મુજબ કીડીયારૂ પૂરવાથી રાહુ, કેતુ અને શનિ જેવા ગ્રહોની અશુભ દશા શાંત થાય છે અને પિતૃઓના આશીર્વાદ પ્રાપ્ત થાય છે. જે ઘરમાં જીવદયાનું કાર્ય થાય છે ત્યાં લક્ષ્મીનો કાયમી વાસ રહે છે તેવી અતૂટ શ્રદ્ધા સાથે સાવરકુંડલા પંથકમાં આ ભવ્ય અભિયાન સંપન્ન થયું હતું.

હજુ પણ જે ભાવિકો આ સેવા કાર્યમાં જોડાઈ શ્રીફળ રૂપી પ્રસાદી પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છતા હોય, તેમણે તાત્કાલિક હનુમાન આશ્રમ, ગાયત્રી મંદિર સામે, કે.કે. હાઈસ્કૂલ પાછળ, સાવરકુંડલા ખાતે સંપર્ક કરવા વિનંતી કરવામાં આવી છે.

## ચૈત્ર નવરાત્રીના પવિત્ર અવસરે તાત્કાલિક હનુમાનજી આશ્રમ ખાતે શ્રદ્ધાળુઓ દ્વારા જીવદયાની પ્રાચીન પરંપરા ઉજવાઈ

# શ્રીમતી વી.ડી.ઘેલાણી મહિલા આર્ટ્સ કોલેજમાં 39 મો વાર્ષિકોત્સવ અને વિદાય સમારંભ યોજાયાં...

■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

શ્રી નૂતન કેળવણી મંડળ સંચાલિત શ્રીમતી વી.ડી.ઘેલાણી મહિલા આર્ટ્સ કોલેજ, સાવરકુંડલામાં પ્રિન્સિપાલ શ્રી ચાવડા સાહેબના માર્ગદર્શન હેઠળ 39 મો વાર્ષિકોત્સવ અને વિદાય સમારંભ યોજાયો હતો.કાર્યક્રમનાં અધ્યક્ષ પદે કોલેજના ભૂતપૂર્વ પ્રાધ્યાપિકા શ્રીમતી છાયાબેન શાહ ઉપસ્થિત રહ્યાં હતાં,તેઓએ પ્રસંગિક ઉદબોધનમાં વિદ્યાર્થીનીઓ જીવનમાં ઉતરોતર પ્રગતિ કરતી રહે અને સફળતાના ઉચ્ચ શિખર સર કરતી રહે એવી શુભેચ્છાઓ પાઠવી હતી.પ્રિન્સિપાલ શ્રી ચાવડા સાહેબે વિદ્યાર્થીનીઓ પોતાનું ઉજ્જવળ ભવિષ્ય બનાવીને એક જવાબદાર નાગરિક બને તેવી અપેક્ષા રાખેલ હતી.

આ કાર્યક્રમમાં વર્ષ દરમિયાન અભ્યાસ ક્ષેત્રે,સાહિત્યિક-સાંસ્કૃતિક તેમજ રમત-ગમત ક્ષેત્રે સફળતા મેળવેલ વિદ્યાર્થીનીઓને શીલ્ડ અને પ્રમાણપત્ર આપી સન્માનિત કરવામાં આવી હતી. વિદાય પ્રસંગે કોલેજની વિદ્યાર્થીનીઓએ પોતાના પ્રતિભાવો રજૂ કર્યાં હતા. પ્રા.ડૉ રૂકસાના કુરેશીના માર્ગદર્શન હેઠળ સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ રજૂ કરાયો હતો.કાર્યક્રમનું આયોજન પ્રા.ડૉ.હરિતા જોશી અને પ્રા.ડૉ કે.પી વાળાએ કર્યું હતું. કાર્યક્રમમાં ઉદઘોષક ની ભૂમિકા ચુડાસમા આરતી અને સાગઠીયા મનીષાએ નિભાવી હતી.આભાર દર્શન પ્રા.ડૉ.પ્રતિમા શુક્લએ કરેલ હતું.કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા સમગ્ર સ્ટાફ પરિવારે જહેમત ઉઠાવી હતી.

# સાવરકુંડલા તાલુકાના મીતીયાળા ગામમાં ફરી ભૂકંપના ઝટકા : ગ્રામજનોમાં ભયનો માહોલ, સિસ્મોલોજી ટીમને અપીલ

સાવરકુંડલા તાલુકાના મીતીયાળા ગામમાં છેલ્લા બે દિવસથી સતત હળવા ભૂકંપના ઝટકા અનુભવાઈ રહ્યા છે. આ ગામ સાવરકુંડલાથી આશરે ૨૭ કિલોમીટર દૂર આવેલું છે, જે ડુંગરાળ વિસ્તાર વચ્ચે વસેલું છે. ગઈકાલે ગામમાં ત્રણ નાના અને ત્રણ મોટા એમ કુલ છ ઝટકા અનુભવાયા હતા, જ્યારે આજે બપોરે ૧:૦૦ વાગ્યે એક અને ત્યારબાદ ૧૫ મિનિટ પછી બીજો ઝટકો આવ્યો હતો.ગ્રામજનોમાં ભય અને અસુરક્ષાનો માહોલ છવાઈ ગયો છે. છેલ્લા ત્રણ વર્ષથી આ ગામ વારંવાર ભૂકંપની પીડા સહન કરી રહ્યું છે. ગામના લોકો કહે છે કે ઉનાળાની શરૂઆત સાથે જ આ ઝટકાઓ શરૂ થયા છે. કેટલાક મકાનોમાં ઝીણી-ઝીણી તિરાડો પડવા લાગી છે, સ્લેપના પોપડા નીકળી રહ્યા છે અને ઝટકા આવતાં જ લોકો ઘરની બહાર દોડી જાય છે. "જાય તો જાય ક્યાં?" એવી સ્થિતિમાં ગામવાસીઓ ભયના ઓથાર નીચે જીવી રહ્યા છે.

ગત વર્ષે સિસ્મોલોજી વિભાગની ટીમ ગામે આવીને લોકોને આશ્વાસન આપ્યું હતું અને કહ્યું હતું કે મોટા ઝટકાની શક્યતા નથી. તેમ છતાં હવે ફરી ડરનો માહોલ શરૂ થયો છે. ગામની સ્કૂલમાં પણ અભ્યાસ અસરગ્રસ્ત થયો છે. અમારી ટીમે રિયાલિટી ચેક કરતાં જોયું કે બાળકો ડરના માહોલમાં અભ્યાસ કરી રહ્યા છે. ત્યારે જ એક ધડાકો સંભળાતાં વિદ્યાર્થીઓમાં ડરનો માહોલ છવાઈ ગયો હતો.ગ્રામજનોની મુખ્ય માંગ છે કે હજુ ઉનાળાની શરૂઆત છે અને ભૂકંપના ઝટકા પણ શરૂ થયા છે, તેથી સિસ્મોલોજી વિભાગની ટીમ તાત્કાલિક ગામે મુલાકાત લે, વાસ્તવિકતાનો અભ્યાસ કરે અને યોગ્ય માર્ગદર્શન આપે.

આ સતત ઝટકાઓથી મીતીયાળા ગામ કુદરતી પ્રકોપનો શિકાર બની ગયુંહોય તેવુંલાગી રહ્યુંછે. વહીવટી તંત્ર અને સિસ્મોલોજી વિભાગને આ બાબતે તાત્કાલિક ધ્યાન આપવા ગ્રામજનો અપીલ કરી રહ્યા છે.

# સાવરકુંડલા ઉજવાયો સંત શ્રી મહાત્મા મુળદાસજીનો નિર્વાણ દિવસ...

**■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા**

સાવરકુંડલામાં શ્રી લુહાર સુવા ગ્રુપ દ્વારા સંત શિરોમણી શ્રી મુળદાસ બાપા નો નિર્વાણ દિવસ સતત 10 વર્ષથી ઉજવવામાં આવી રહ્યો છે ચૈત્ર સુદ નવમીના દિવસે સાવરકુંડલા માં શ્રી રામ જન્મોત્સવ નિમિત્તે નીકળતી ભવ્ય શોભાયાત્રામાં લુહાર યુવા ગ્રુપ સંત શ્રી મહાત્મા મુળદાસજીની પ્રતિમા સાથે જોડાઈ સંત શ્રી મહાત્મા મુળદાસજીનો નિર્વાણ દિવસ હર્ષોલ્લાસ સાથે ધામધૂમ પૂર્વક ઉજવવામાં આવ્યો હતો.

સંત શ્રી મહાત્મા મુળદાસજી ના નિર્માણ દિવસ નિમિત્તે સમસ્ત લુહાર સમાજ દ્વારા લુહાર યુવા ગ્રુપ ને આ કાર્યક્રમમાં તન મન ધન પૂર્વક સહયોગ આપી ઉત્સાહ વધાર્યો હતો. શોભાયાત્રા દરમિયાન સાવરકુંડલા શહેર તેમજ તાલુકાના લુહાર સમાજે સહ પરિવાર જોડાઈ લુહાર યુવા ગ્રુપ ને પ્રોત્સાહન આપ્યું હતું. આ પ્રસંગે સંપૂર્ણ શોભાયાત્રા દરમિયાન સમસ્ત લુહાર સમાજના સહયોગથી લુહાર યુવા ગ્રુપ દ્વારા 153 કિલો પીપરમેન્ટ પ્રસાદી રૂપે વિતરણ કરવામાં આવી હતી. તેમજ ટોપ માં તડાકા ભડાકા સાથે શોભાયાત્રા સંપન્ન કરી હતી. આ પાવન પ્રસંગે સમસ્ત લુહાર પરિવાર પૂજ્ય સંત શ્રી મહાત્મા મુળદાસજીના દર્શન કરી ધન્યતા અનુભવી હતી.

# ચૈત્ર નવરાત્રી નિમિત્તે ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડ, સાવરકુંડલા દ્વારા 150 કન્યાઓનું ભવ્ય કન્યા પૂજન આઠમા નોરતાનું વિશેષ આધ્યાત્મિક મહત્ત્વ ઉજાગર

**■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા**

સાવરકુંડલા ખાતે આજ રોજ ચૈત્ર નવરાત્રીના પવિત્ર આઠમા નોરતા (અષ્ટમી) ના પાવન અવસરે ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડ દ્વારા સંચાલિત યોગ ક્લાસમાં ગાઢ ભક્તિભાવ અને આધ્યાત્મિક ઊર્જા સાથે કન્યા પૂજનનો ભવ્ય કાર્યક્રમ યોજાયો હતો.

હિંદુ સંસ્કૃતિમાં નવરાત્રીના આઠમા નોરતા (દુર્ગા અષ્ટમી) ને વિશેષ મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે. આ દિવસે મા દુર્ગાના મહાગૌરી સ્વરૂપની આરાધના કરવામાં આવે છે અને કન્યાઓમાં માતાજીનો જીવંત અંશ માનવામાં આવે છે. કન્યા પૂજન દ્વારા શક્તિ સ્વરૂપા માતાજીની ઉપાસના કરી સુખ-શાંતિ, સમૃદ્ધિ અને કલ્યાણ માટે પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે.

આ પવિત્ર પ્રસંગે અંદાજિત 150 કન્યાઓનું શ્રદ્ધાપૂર્વક પૂજન કરવામાં આવ્યું હતું. કાર્યક્રમની શરૂઆત કન્યાઓના પૂજનથી કરવામાં આવી હતી, ત્યારબાદ તેમની આરતી ઉતારી સમગ્ર વાતાવરણ ભક્તિમય બની ગયું હતું. ઉપસ્થિત તમામ ભક્તોએ ભાવપૂર્વક માતાજીની આરાધના કરી હતી.પછી તમામ કન્યાઓને શણગારની વિવિધ વસ્તુઓ ભેટરૂપે અર્પણ કરવામાં આવી હતી. પરમ પૂજ્ય રાજુબાપુ ગૌસ્વામી દ્વારા તમામ કન્યાઓને આશીર્વાદ સાથે દક્ષિણા અર્પણ કરવામાં આવી હતી, જે પ્રસંગને વધુ પાવન અને સ્મરણિય બનાવી ગયો હતો.

આ સમગ્ર આયોજનને સફળ બનાવવા બીના ડી. જોશી, જાગૃતિબેન આર. ગૌસ્વામી, અંકિતાબેન એચ. રાઠોડ, જીજ્ઞાશાબેન એચ. પલાણ, રૂપલબેન વી. ગૌસ્વામી, જીજ્ઞાશાબેન અધ્વર્યુ તેમજ યોગ ક્લાસની તમામ બહેનો દ્વારા નિષ્ઠાપૂર્વક અને ભાવભેર જહેમત ઉઠાવવામાં આવી હતી, જે ખૂબ જ પ્રશંસનીય છે.આવા ધાર્મિક અને સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમો સમાજમાં આધ્યાત્મિકતા, સંસ્કાર અને શક્તિની ઉપાસનાનો સંદેશ પ્રસરાવીને નવી પેઢીમાં ભારતીય પરંપરાઓ પ્રત્યે આસ્થા મજબૂત બનાવે છે.

# સાવરકુંડલા તાલુકાના લુવારા પ્રાથમિક શાળા ખાતે ત્રિવેણી સંગમ કાર્યક્રમ યોજાયો...

**■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા**

સાવરકુંડલા તાલુકાના લુવારા પ્રાથમિક શાળા ખાતે 28 માર્ચ 2026 શનિવારના રોજ અખિલ વિશ્વ ગાયત્રી પરિવાર શાંતિકુંજ હરિદ્વાર પ્રેરિત DIYA SK ગ્રુપ દ્વારા જનજાગૃતિ અભિયાન અંતર્ગત ગોષ્ઠી કરવામાં આવી. જેમાં વ્યસન મુક્તિ આહારવિહાર તેમજ AURA સાયન્સ , યોગ વિશે , પોઝીટીવ થીંકીંગ તેમજ વિચાર વિજ્ઞાન,તેમજ અન્ય વિષય પર વિચારવિમર્શ કરવામાં આવ્યો.તેમજ વિદ્યાર્થીઓના મૂંઝવતા પ્રશ્નોનું નિરાકરણ કરવામાં આવ્યું હતું.આચાર્ય શ્રી કિરણબેન તેમજ સમગ્ર સ્ટાફ પરિવાર દ્વારા ગાયત્રી પરિવારનો આભાર વ્યક્ત કરવામાં આવ્યો હતો.

તેમજ આગામી દિવસોમાં અન્ય કાર્યક્રમ કરવાનું સૂચન કરવામાં આવ્યું હતું.તમામ કાર્યક્રમનું સંચાલન DIYA SK GRUP ના મેમ્બર વિપુલ ભાઈ બોરીસાગર કન્વીનરદ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા માટે આચાર્યશ્રી કિરણબેન તેમજ મનીષાબેન,દિવ્યાબેન, પ્રીતિબેન તેમજ શાળા પરિવાર દ્વારા જહેમત ઉઠાવવામાં આવી હતી.ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા શાળા તેમજ શિક્ષકો નો આભાર વ્યક્ત કરવામાં આવ્યો હતો.

# સાવરકુંડલા શહેરમાં નાવલી ચોકથી રૂરલ પોલીસ સ્ટેશન સુધીના રસ્તા પરથી પસાર થતા તમામ વાહન ચાલકોએ વૈકલ્પિક રૂટ અનુસરવા

અમરેલી તા.૩૦ માર્ચ,૨૦૨૬ (સોમવાર) - સાવરકુંડલા શહેરમાં નાવલી ચોકથી રૂરલ પોલીસ સ્ટેશન સુધીના રસ્તા પરથી પસાર થતા તમામ વાહન ચાલકોએ વૈકલ્પિક રૂટ અનુસરવાના રહેશે.

અધિક જિલ્લા મેજિસ્ટ્રેટશ્રીએ વૈકલ્પિક રૂટનું જાહેરનામું પ્રસિદ્ધ કર્યું હતું.

વૈકલ્પિક રૂટ-૧ મુજબ ચલાલ તરફથી આવતા નાવલી ચોકથી રૂરલ પોલીસ સ્ટેશન જવા માટે તમામ વાહનોએ ગઢીયા પેટ્રોલપંપ તથા કુદરતી ઉપચાર કેન્દ્ર વાળા રસ્તેથી પસાર થવાનું રહેશે. વૈકલ્પિક રૂટ-૨ મુજબ જેસર રોડ તરફથી આવતા વાહનોએ રૂરલ પોલીસ સ્ટેશનથી નાવલી ચોક જવા માટે ગઢીયા પેટ્રોલપંપ તથા કુદરતી ઉપચાર કેન્દ્રવાળા રસ્તેથી પસાર થવાનું રહેશે. વૈકલ્પિક રૂટ-૩ મુજબ ચલાલ તરફથી આવતા અને મહુવા રોડ તરફના વાહનોએ રીદ્ધિ-સિદ્ધી ચોકથી મહુવા રોડ પરથી પસાર થવાનું રહેશે.

આ જાહેરનામું તા.૧૫.૦૫.૨૦૨૬ સુધી અમલી રહેશે.

**જેસર રોડ તરફથી આવતા વાહનોએ રૂરલ પોલીસ સ્ટેશનથી નાવલી ચોક જવા માટે ગઢીયા પેટ્રોલપંપ તથા કુદરતી ઉપચાર કેન્દ્રવાળા રસ્તેથી પસાર થવું**

**ચલાલ તરફથી આવતા અને મહુવા રોડ તરફના વાહનોએ રીદ્ધિ-સિદ્ધી ચોકથી મહુવા રોડ પરથી પસાર થવા**

**ચલાલ તરફથી આવતા નાવલી ચોકથી રૂરલ પોલીસ સ્ટેશન જવા માટે તમામ વાહનોએ ગઢીયા પેટ્રોલપંપ તથા કુદરતી ઉપચાર કેન્દ્ર વાળા રસ્તેથી પસાર થવું**

# “સંતુલિત બ્લડ પ્રેશર = સુરક્ષિત જીવન!”

Dr. Vishal K. Chavda, MS, PhD, FICN

તંદુરસ્ત બ્લડ પ્રેશરનું સ્તર આવશ્યક છે કારણ કે બ્લડ પ્રેશર કે જે ખૂબ ઊંચું છે, જેને હાયપરટેન્શન પણ કહેવાય છે તે વ્યક્તિને હૃદયરોગનો હુમલો, હૃદય રોગ અથવા સ્ટ્રોક માટે જોખમમાં મૂકે છે. 180/120 mm Hg કરતા વધારે બ્લડ પ્રેશર હાયપરટેન્સિવ કટોકટી અથવા કટોકટી માનવામાં આવે છે. આ બ્લડ પ્રેશર નંબરો ધરાવતા કોઈપણ માટે કટોકટીની તબીબી સહાય મેળવો; સારવાર ન કરાયેલ, હાઈ બ્લડ પ્રેશર હાર્ટ એટેક, સ્ટ્રોક અને અન્ય ગંભીર સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓનું જોખમ વધારે છે. બ્લડ પ્રેશર કે જે ખૂબ ઓછું છે, જેને હાયપોટેન્શન પણ કહેવાય છે, તે ઓછું ખતરનાક અને જીવલેણ છે, પરંતુ તે હજુ પણ સ્વાસ્થ્ય માટે જોખમ ઊભું કરી શકે છે. ઇસ્કેમિક સ્ટ્રોકનું ઓછું સામાન્ય કારણ; જ્યારે બ્લડ પ્રેશર ખૂબ ઓછું થાય છે (હાયપોટેન્શન), મગજમાં રક્ત પ્રવાહ ઘટાડે છે ત્યારે થાય છે. આ સામાન્ય રીતે સંકુચિત અથવા રોગગ્રસ્ત ધમનીઓ ને લીધે થાય છે. લો બ્લડ પ્રેશર હાર્ટ એટેક, મોટા પ્રમાણમાં લોહીની ખોટ અથવા ગંભીર ચેપને કારણે થઈ શકે છે. મોટી વયના લોકોમાં લો બ્લડ પ્રેશરને કારણે પડી જવાથી હિપ અથવા સ્પાઇન ફ્રેક્ચર થઈ શકે છે. આ ઈજાઓ વ્યક્તિના સ્વાસ્થ્ય અને ફરવાની ક્ષમતાને ઘટાડી શકે છે. તમારા બ્લડ પ્રેશરમાં અચાનક તીવ્ર ઘટાડો થવાથી તમારા શરીરને શરીરમાં ઓક્સિજન ઓછું થવાને કારણે ઓક્સિજનની ભૂખ લાગે છે; આનાથી હૃદય, મગજ અને અન્ય અવયવોને નુકસાન થઈ શકે છે. હાર્ટ એટેક, હાર્ટ ફેલ્યોર, હાર્ટ વાલ્વ ડિસીઝ અને અત્યંત નીચા ધબકારા (બ્રેડીકાર્ડિયા) બ્લડ પ્રેશરનું કારણ બની શકે છે.

હોર્મોન-સંબંધિત રોગો (અંતસ્ત્રાવી વિકૃતિઓ). પેરાથાઈરોઇડ અથવા મૂત્રપિંડ પાસેની ગ્રંથીઓને અસર કરતી પરિસ્થિતિઓ, જેમ કે એડિસન રોગ, બ્લડ પ્રેશરમાં ઘટાડો તરફ દોરી શકે છે. ઓટોનોમિક નર્વસ સિસ્ટમને અસર કરતી વિકૃતિઓ બ્લડ પ્રેશરના સંચાલન ને બગાડે છે, જે ઓર્થોસ્ટેટિક હાયપોટેન્શન તરફ દોરી જાય છે. આ વિકૃતિઓમાં ઘણીવાર મજબૂત આનુવંશિક ઘટક હોય છે અને તે પરિવારના બહુવિધ સભ્યોને અસર કરી શકે છે. પ્રસંગોપાત ઓર્થોસ્ટેટિક હાયપોટેન્શન સામાન્ય રીતે સ્પષ્ટ કંઈકને કારણે થાય છે, જેમ કે ડિહાઇડ્રેશન અથવા લાંબી પથારીમાં આરામ. સ્થિતિ સરળતાથી સારવાર કરવામાં આવે છે. ક્રોનિક ઓર્થોસ્ટેટિક હાયપોટેન્શન સામાન્ય રીતે અન્ય સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાની નિશાની છે, તેથી સારવાર કારણ પર આધારિત છે. ઓર્થોસ્ટેટિક હાયપોટેન્શન માટેના જોખમી પરિબળોમાં 65 કે તેથી વધુ ઉંમર, અમુક રોગો, કેટલીક દવાઓ, ગર્ભાવસ્થા અને આલ્કોહોલનો ઉપયોગ શામેલ છે. વૃદ્ધ લોકોમાં, સ્થિતિ સ્ટ્રોક, હૃદયરોગનો હુમલો અથવા હૃદયની નિષ્ફળતાના વધતા જોખમને સૂચવી શકે છે. સામાન્ય માર્ગદર્શિકા તરીકે: આદર્શ બ્લડ પ્રેશર 90/60mmHg અને 120/80mmHg વચ્ચે માનવામાં આવે છે. હાઈ બ્લડ પ્રેશર 140/90mmHg અથવા તેથી વધુ માનવામાં આવે છે. લો બ્લડ પ્રેશર 90/60mmHg ની નીચે માનવામાં આવે છે. જ્યારે તમે તમારા હૃદયને પંપ તરીકે વિચારો છો ત્યારે નીચે સૂતી વખતે બ્લડ પ્રેશર ઓછું થાય છે. જ્યારે તમે આડા પડો છો, ત્યારે તમારા શરીરના મોટા ભાગના ભાગો તમારા હૃદયની જેમ જ સ્તર પર હોય છે. આને કારણે, તમારા હૃદયને તમારા સમગ્ર શરીરમાં રક્ત પરિભ્રમણ કરવા માટે એટલી મહેનત કરવાની જરૂર નથી. લો બ્લડ પ્રેશર હાયપોટેન્શન તરીકે પણ ઓળખાય છે. 90/60 કે તેથી ઓછું બ્લડ પ્રેશર રીડિંગ ધરાવતા લોકોને સામાન્ય રીતે લો બ્લડ પ્રેશર હોવાનું માનવામાં આવે છે. સામાન્ય બ્લડ પ્રેશર મોટે ભાગે 90/60 mmHg અને 120/80 mmHg વચ્ચે હોય છે. લો બ્લડ પ્રેશર માટે તબીબી શબ્દ છે હાયપોટેન્શન.

લો બ્લડ પ્રેશર ત્યારે થાય છે જ્યારે બ્લડ પ્રેશર સામાન્ય કરતા ઘણું ઓછું હોય છે. આનો અર્થ એ છે કે હૃદય, મગજ અને શરીરના અન્ય ભાગોને પૂરતું લોહી ન મળી શકે. ડિહાઇડ્રેશન, લાંબા ગાળાના બેડ રેસ્ટ, ગર્ભાવસ્થા, અમુક તબીબી પરિસ્થિતિઓ અને કેટલીક દવાઓ લો બ્લડ પ્રેશર અથવા હાયપોટેન્શનના મુખ્ય કારણો છે. આ પ્રકારનું લો બ્લડ પ્રેશર મોટી વયના લોકોમાં સામાન્ય છે. ડાયાબિટીસમાં પોસ્ટપ્રાન્ડિયલ હાયપોટેન્શન વધુ સામાન્ય છે અને બ્લડ પ્રેશરમાં આ ઘટાડો ખાવાના 1 થી 2 કલાક પછી થાય છે. કેટલાક લોકો માટે, નીચું બ્લડ પ્રેશર એ ઉચ્ચ કોલેસ્ટ્રોલ, ઐતિહાસિક હાયપરટેન્શન સાથે સારા સ્વાસ્થ્યની નિશાની છે જે વ્યક્તિને સ્ટ્રોકથી બચાવે છે જો કે ખૂબ ઓછું બ્લડ પ્રેશર અત્યંત જોખમી છે. લો બ્લડ પ્રેશર ધરાવતા અન્ય લોકો ચક્કર અથવા બેહોશી, અસ્થિરતા અથવા થાક જેવા લક્ષણોનો અનુભવ કરે છે. અસ્પષ્ટ દ્રષ્ટિ, મૂંઝવણ, ચક્કર, મૂર્છા (સિન્કોપ), માથાનો દુખાવો ઉબકા અથવા ઉલટી, ઊંઘ અને નબળાઈ એ હાયપોટેન્શનના મુખ્ય લક્ષણો છે. કોફી અને કેફીનયુક્ત ચા જેવા પીણાં હૃદયના ધબકારા વધે છે અને બ્લડ પ્રેશરમાં કામચલાઉ વધારો કરે છે. આ અસર સામાન્ય રીતે ટૂંકા ગાળાની હોય છે, અને કેફીનનું સેવન દરેક વ્યક્તિના બ્લડ પ્રેશરને સમાન રીતે અસર કરતું નથી. જ્યારે તમારું બ્લડ પ્રેશર ઓછું હોય ત્યારે દૂધ અને અન્ય કેલ્શિયમયુક્ત ખોરાકનો વધુ પડતો વપરાશ ટાળવો જોઈએ. સંશોધન સૂચવે છે કે દૂધ પીવાથી તમારી કાર્ડિયોવેસ્ક્યુલર સિસ્ટમને ફાયદો થઈ શકે છે. પરંતુ દૂધનો વધુ પડતો ઉપયોગ સામાન્ય બ્લડ પ્રેશરને ખલેલ પહોંચાડે છે. કુલ લગભગ 60,000 લોકો પર જોવામાં આવેલા નવ અભ્યાસોના વિશ્લેષણમાં જાણવા મળ્યું છે કે જેઓ દિવસમાં બે કપ કરતાં થોડું વધારે દૂધ પીતા હતા તેઓ લો બ્લડ પ્રેશર સાથે સંકળાયેલા હતા. હાયપોટેન્શનવાળા લોકોને વધુ મીઠાની સામગ્રીવાળા ખોરાકની જરૂર હોય છે. જો કોઈ વ્યક્તિને લો બ્લડ પ્રેશર હોય, તો વ્યક્તિએ ઓછી સોડિયમવાળા ભોજનને ટાળવું જોઈએ, જેમ કે ફ્રોઝન માછલી, મીઠું વગરના બદામ અને બીજ, સૂકા વટાણા અને કઠોળ વગેરે. જો તમારું બ્લડ પ્રેશર ખૂબ ઓછું થઈ જાય, તો તમારા શરીરના મહત્વપૂર્ણ અવયવોને પૂરતા પ્રમાણમાં ઓક્સિજન અને પોષક તત્વો મળતા નથી. જ્યારે આવું થાય છે, લો બ્લડ પ્રેશર આંચકો તરફ દોરી શકે છે, જેમાં તાત્કાલિક તબીબી સારવારની જરૂર છે.

આઘાતના ચિન્હોમાં ઠંડી અને પરસેવાની ત્વચા, ઝડપી શ્વાસ, ત્વચાનો વાદળી રંગ અથવા નબળી અને ઝડપી નાડીનો (Rapid Pulse-Sinus Tachycardia) સમાવેશ થાય છે.

જ્યારે તમને હાયપોટેન્શન હોય ત્યારે થોડાં ફળો અને શાકભાજી આશીર્વાદરૂપ હોય છે જેમાં તમારા આહારમાં શતાવરી, કઠોળ અને દાળ જેવા ફોલેટ્સ વધુ હોય તેવા ખોરાકનો સમાવેશ કરો. ફોલેટ ધરાવતાં ફળો બ્લડ પ્રેશર વધારવામાં મદદ કરી શકે છે. લો બ્લડ પ્રેશરના દર્દીઓ માટે સારા ફળોમાં લીંબુ, નારંગી અને ગ્રેપફ્રૂટનો સમાવેશ થાય છે. ઉપરાંત, તમારા ભોજનમાં લીલા પાંદડાવાળા શાકભાજીનો પૂરતો સમાવેશ કરો.

# સાવરકુંડલા તાલુકાના ગાધકડા ગામમાં બિરાજમાન શ્રી આશાપુરા માતાજીના દર્શનાર્થે ભક્તોની ભવ્ય ઉપસ્થિતિ જોવા મળી છે...

■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ ચૈત્ર નવરાત્રીના પ્રથમ દિવસે માતાજીના મંદિરમાં હવન-યજ્ઞનું ભવ્ય આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સાવરકુંડલા, મહુવા, સુરત, બોમ્બે (મુંબઈ) અને પાલીતાણા સહિત વિવિધ સ્થળોએથી માતાજીના અનેક ભક્તો ખાસ હાજરી આપીને હવનમાં ભાગ લીધો અને માતાજીના આશીર્વાદ મેળવ્યા.રમેશભાઈ ધામી પરિવારે દર્શનાર્થે આવેલા તમામ ભક્તો માટે ભોજન-પ્રસાદની વ્યવસ્થા કરી હતી, જેનાથી દરેક ભક્તને માતાજીની કૃપા સાથે સાથે સંતોષ પણ મળ્યો.નવરાત્રીના આ નવ દિવસ દરમિયાન શ્રી આશાપુરા માતાજીને વિવિધ સુંદર અને અલૌકિક શૃંગાર કરવામાં આવશે, જેથી ભક્તોને માતાજીના દર્શનનો અનોખો આનંદ મળી શકે.

# લીલીયા મોટા : ધારાસભ્ય કસવાલા ના વરદ હસ્તે વિવિધ વિકાસ કામો ના ભૂમિ પૂજન અને લોકાર્પણ કાર્યક્રમ યોજાયા

## ઈંગોરાળા અને મેકડાને જોડતો શેત્રુજી નદી પર નો બ્રિજ રૂ.12 કરોડ ના ખર્ચે તૈયાર થશે

## લીલીયા મોટા ખાતે 46 લાખના ખર્ચે આધુનિક પશુ દવાખાના નું લોકાર્પણ ધારાસભ્ય દ્વારા કરાયું

## નાના લીલીયા/પુજાપાદર ગામે 79 લાખ ના ખર્ચે પૂર સરક્ષણ પાળા ના કામો નું ભૂમિ પૂંજન કરાયું

■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

લીલીયા મોટા ધારાસભ્ય મહેશભાઈ કસવાલા ના વરદ હસ્તે 46 લાખના ખર્ચે નવનિર્મિત પશુ દવાખાનાનું લોકાર્પણ કરવામાં આવ્યું જે પશુ દવાખાનું ગ્રામીણ વિસ્તારના પશુપાલકો માટે આશીર્વાદરૂપ સાબિત થશે સાથે સાથે આધુનિક પશુ દવાખાનાને કારણે સ્થાનિક પશુપાલકોને હવે તેમના પશુઓની સારવાર માટે સાનુકૂળતા રહેશે પશુધનની સુરક્ષા અને આરોગ્ય માટે સરકાર દ્વારા કરવામાં આવેલ આ મહત્વ નું કામ છે સાથે સાથે લીલીયા મોટા અને તેની આસપાસના ગામડાઓના પશુઓને સમયસર અને ગુણવત્તાયુક્ત તબીબી સેવાઓ આ દવાખાના માં મળી રહેશે.

પશુપાલન એ આ વિસ્તાર ના અર્થતંત્રનો મુખ્ય આધાર છે, ત્યારે આવા સજ્જ દવાખાનાથી દૂધ ઉત્પાદન અને પશુઓના સ્વાસ્થ્યમાં ચોક્કસપણે સુધારો આવનાર દિવસો માં આવશે સાથે સાથે પૂજાપદર ખાતે પૂર સંરક્ષણ પાળા માટે 54 લાખ તેમજ નાના લીલીયા ખાતે પૂર સંરક્ષણ પાળા માટે 25 લાખ જેવી માતબર રકમના કાર્યોનું ભૂમિ પૂજન ધારાસભ્ય મહેશભાઈ કસવાલા દ્વારા કરવામાં આવેલ ત્યાર બાદ ધારાસભ્ય મહેશભાઈ કસવાલા અને રાજ્ય સરકાર દ્વારા લીલીયા વિસ્તારના વિકાસ કાર્યોમાં વધુ એક મહત્વનું સોપાન ઉમેરાયું છે જેમાં શેત્રુજી નદી પર ઈંગોરાળા થી મેકડા 12 કરોડના ખર્ચે તૈયાર થનાર બ્રિજ ના કામ નું ભૂમિપૂંજન ધારાસભ્ય મહેશભાઈ કસવાલા દ્વારા કરાયું આ બ્રીજ માત્ર એક સ્ટ્રક્ચર નથી, પણ આ વિસ્તારની આર્થિક અને સામાજિક જીવાદોરી સાબિત થશે આ બ્રિજ ઈંગોરાળા થી મેકડાને જોડશે, જે સીધી રીતે લીલીયા તાલુકા અને સાવરકુંડલા તાલુકા વચ્ચેનું અંતર ઘટાડશે સાથે સાથે વંડાથી ગારીયાધાર જવા માટે આ બ્રીજ ખૂબ જ આશીર્વાદરૂપ નીવડશે.

મુસાફરોનો સમય અને ઈંધણ બંનેની બચત થશે.લીલીયા વિસ્તાર ખેતીપ્રધાન હોવાથી, ખેડૂતોને પોતાના માલ-સામાનની હેરફેર કરવા માટે બારેમાસ સુવિધા મળી રહેશે.

ચોમાસા દરમિયાન પડતી મુશ્કેલીઓનો આ બ્રીજ બનવા થી અંત આવશે આ આધુનિક બ્રિજ બનવાથી આજુબાજુના ગામડાઓમાં પરિવહન વધશે, જેનાથી નાના વેપારીઓ અને ગ્રામીણ અર્થતંત્રને વેગ મળશે આવડી મોટી માતબર રકમ મંજૂર થતાં સ્થાનિક લોકો માં આનંદની લાગણી જોવા મળી હતી આ તકે તાલુકા વિકાસ અધિકારી કિશોરભાઈ આચાર્ય પશુ ચિકિત્સક પી.વી.ચૌધરી લીલીયા તાલુકા ભાજપ પ્રમુખ જીગ્નેશ સાવજ મહામંત્રી ગૌતમભાઈ વિછીયા,જીગ્નેશ ઝિંઝુવાડીયા,ચતુરભાઈ કાકડીયા,ભીખાભાઈ ધોરાજીયા, વિપુલભાઈ દુધાત, જીતુભાઈ કાછડીયા,જીવનભાઈ વોરા,ઘનશ્યામભાઈ મેઘાણી, કેપ્ટન ધામત,જયસુખ સુરાણી, ભીખાભાઈ ધારૈયા, દિલીપ ડાભી,પ્રવીણભાઈ ચોપડા,ભાસ્કરભાઈ પટેલ, ભનુભાઈ ડાભી ઉદ્યોગપતિ વિનુભાઈ રામાણી,શાંતિલાલ સવસવિયા, રણજીતભાઈ ખુમાણ ,ડાયાભાઈ માલવીયા, જાવેદ કાતીયાર,બાલાભાઈ ભરવાડ,કમાભાઈ મેર, ચીમનભાઈ સાવલિયા,સંજયભાઈ સાવલિયા સહિત ના લોકો મોટી સંખ્યા માં ઉપસ્થિત રહેલ...

# પ્રેમ, શાંતિ, કરુણા અને અહિંસાના સ્વામી : મહાવીર સ્વામી

## સાવરકુંડલામાં ભગવાન મહાવીર સ્વામીના જન્મ કલ્યાણકની ભવ્ય ઉજવણી

■ પદ્મ પ્રકાશ કુંજ - સાવરકુંડલા

શ્રી સાવરકુંડલા જૈન સંઘ દ્વારા ભગવાન મહાવીર સ્વામીના પવિત્ર જન્મ કલ્યાણકની ભવ્ય અને હર્ષોલ્લાસપૂર્ણ ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. આ પ્રસંગે સમગ્ર જૈન સમાજમાં અપાર ભક્તિભાવ અને ધાર્મિક ઉત્સાહ જોવા મળ્યો હતો.આ શુભ અવસરે યુવાનોની ટુકડીએ ભગવાન મહાવીરનો રથ જાતે ખેંચીને પોતાની અતૂટ શ્રદ્ધા, સમર્પણ અને ભક્તિનું અનુપમ દર્શન કરાવ્યું હતું. યુવાનોના આ ઉત્સાહી પગલાએ સમગ્ર સમાજને પ્રેરણા આપી હતી.સાવરકુંડલા જૈન સંઘના આયોજન હેઠળ એક ભવ્ય રથયાત્રાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ યાત્રામાં સંઘના તમામ વર્ગના સદસ્યો બાળકો, યુવાનો, મહિલાઓ અને વડીલો એ ઉત્સાહપૂર્વક ભાગ લીધો હતો અને મોટી સંખ્યામાં હાજરી આપી હતી. રથયાત્રા દરમિયાન ભજન-કીર્તન, સ્તવન અને ધાર્મિક વાતાવરણ જામી રહ્યું હતું.આ ઉત્સવે સમગ્ર સાવરકુંડલા તેમજ આસપાસના વિસ્તારમાં ધાર્મિક એકતા, સમર્પણ અને ભક્તિભાવની અનોખી ભાવના જગાવી હતી. ભગવાન મહાવીરના અહિંસા, સત્ય અને ત્યાગના આદર્શોને પુન સ્મરણ કરવાનો આ અવસર બન્યો હતો.

**આજના અશાંત અને ભૌતિકવાદી યુગમાં શાંતિ અને આત્મકલ્યાણનો માર્ગ શોધવો કઠીન છે. આવા સમયે જૈન ધર્મના ૨૪મા તીર્થંકર ભગવાન મહાવીર સ્વામીનું જીવન અને તેમનો અહિંસાનો સંદેશ સમગ્ર માનવજાત માટે એક માર્ગદર્શક દીવાદાંડી સમાન છે.**
**એક રાજકુમારમાંથી ‘તીર્થંકર’ બનવા સુધીની તેમની યાત્રા માત્ર**
**એક ઐતિહાસિક ઘટના નથી, પરંતુ આત્મવિજયની એક અદ્‌ભુત ગાથા છે.**