ગાંધીનગર તાપમાન

મહત્તમ : ૨૯.૬ ડીગ્રી
લઘુતમ : ૧૯.૭ ડીગ્રી
ભેજ
સવારે ૬૪ ટકા ● સાંજે ૪૯ ટકા

બજારોમાં લીલા વટાણાની ભરપૂર આવક

લીલા વટાણામાંથી દાળ, પરાઠા, કચોરી, મીઠાઈ જેવી અનેક પ્રકારની વાનગીઓ બનાવવામાં આવે છે.

ગાંધીનગર, તા. ૧૫

શિયાળામાં મળતા શાકભાજીમાં લીલા વટાણાનો પણ સમાવેશ થાય છે, જેમાંથી અનેક પ્રકારની વાનગીઓ બનાવવામાં આવે છે અને ખાવામાં આવે છે. લીલા વટાણા માત્ર ખાવાનો સ્વાદ જ નથી વધારતા, પરંતુ તે આપણા સ્વાસ્થ્ય માટે પણ ખૂબ જ ફાયદાકારક છે.

માત્ર શાકભાજી જ નહીં પરંતુ શિયાળામાં ઉપલબ્ધ લીલા વટાણામાંથી દાળ, પરાઠા, કચોરી, મીઠાઈ જેવી અનેક પ્રકારની વાનગીઓ બનાવવામાં આવે છે. વટાણામાં ઘણા પ્રકારના પોષણ હોય છે. જે આપણા શરીર માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. આ ખાવાથી લોહી સાફ થાય છે, શ્વાસ, ઉધરસ સંબંધિત સમસ્યાઓ દૂર થાય છે, સાથે જ ભૂખ ન લાગવાની સમસ્યા પણ દૂર થાય છે. આ ઉપરાંત, લીલા વટાણા ડાયાબિટીસ અને હૃદયના દર્દીઓ માટે પણ ખૂબ જ સારી શાકભાજી છે. તેના ફાયદાઓ અનેક છે.

હૃદયને સ્વસ્થ રાખે છે

વટાણામાં હાજર પોષક તત્વો હૃદય સંબંધિત સમસ્યાઓને દૂર કરવામાં અસરકારક છે. આ સિવાય તેમાં લોહીને શુદ્ધ કરવાનો ગુણ પણ હોય છે. વટાણાના સેવનથી હૃદય સંબંધિત બીમારીઓનો ખતરો ઘણી હદ સુધી ઘટી જાય છે.

રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે

વટાણામાં સારી માત્રામાં મેગ્નેશિયમ હોય છે. નિષ્ણાતો માને છે કે મેગ્નેશિયમ રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારવામાં મદદરૂપ છે. તેથી તેનું સેવન કરવાથી તમે ઘણી બીમારીઓથી સુરક્ષિત રહી શકો છો.

કેન્સર નિવારણ

વટાણામાં એન્ટીઓક્સીડેન્ટની હાજરી કેન્સરથી બચાવે છે. તેથી તેનું નિયમિત સેવન કરવાથી આ ખતરનાક રોગથી પણ દૂર રહે છે.

વજન ઘટાડવામાં મદદ કરે છે

વટાણામાં પુષ્કળ પ્રમાણમાં ફાઈબર જોવા મળે છે. સાથે જ તેમાં કેલરીની માત્રા પણ ઓછી હોય છે. તેથી આ ખાવાથી પેટ જલ્દી ભરાય છે અને જલ્દી ભૂખ પણ લાગતી નથી. તેથી આ વજન ઘટાડવાની પ્રક્રિયાને સરળ બનાવે છે.

ડાયાબિટીસમાં ફાયદાકારક

વટાણામાં એન્ટીઓકસીડેન્ટ ગુણોની સાથે એન્ટી હાઈપરગ્લાયસેમિક ગુણ પણ જોવા મળે છે. એવું કહી શકાય કે લીલા વટાણાના ફાયદાઓમાં લોહીમાં ખાંડની માત્રાને નિયંત્રિત કરવાનો પણ સમાવેશ થાય છે.

સંધિવામાં ફાયદાકારક

તેમાં સેલેનિયમ નામનું ખાસ તત્વ જોવા મળે છે. સેલેનિયમ સંધિવાથી છુટકારો મેળવવામાં ફાયદાકારક સાબિત થાય છે. તેથી વટાણાનો ઉપયોગ સાંધા સંબંધિત સમસ્યાઓને દૂર કરવામાં મદદરૂપ સાબિત થઈ શકે છે.

આઈના, અક્સ તથા યાહૂનું ભવ્ય સમાપન

બીબીએ, બીસીએ અને બીકોમ કોલેજ દ્વારા આયોજિત મેગા ઇવેન્ટનો ભવ્ય સમાપન સમારોહ : પોતાના કૌશલ્ય દ્વારા કોર્પોરેટ કલ્ચરના રીફ્લેક્શન આપી શકે તે માટે આ ત્રણ દિવસ વિદ્યાર્થીઓએ વસુધૈવ કુટુમ્બકમની ભાવના સાથે સખત પરિશ્રમ કર્યો હતો

ગાંધીનગર, તા. ૧૫

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ સંચાલિત અને કડી સર્વ વિશ્વવિદ્યાલય સંલગ્ન બી.પી. કોલેજ ઓફ બીઝનેસ એડમિનિસ્ટ્રેશન, બી.પી. કોલેજ ઓફ કમ્પ્યુટર સ્ટડીઝ, એસ. વી. ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ કમ્પ્યુટર સ્ટડીઝ અને અશ્વિનભાઈ એ.પટેલ કોમર્સ કોલેજના સંયુક્ત ઉપક્રમે સેક્ટર-૨૩,ગાંધીનગર કેમ્પસ ખાતે તા. ૧૫ ડિસેમ્બર ૨૦૨૨ના રોજ ઉપર્યુક્ત કાર્યક્રમનો ભવ્ય સમાપન સમારોહ યોજવામાં આવ્યો હતો.

કાર્યક્રમનું ઉદ્દઘાટન ૧૩ ડિસેમ્બરના રોજ સંસ્થાના માનનીય ચેરમેનશ્રી વલ્લભભાઈ એમ પટેલના વરદ હસ્તે કરવામાં આવ્યું હતું. સતત ૩ દિવસ સુધી આ કાર્યક્રમમાં કુલ ૬૬ શાળાઓના ૫૭૦૦ વિદ્યાર્થીઓને ભાગ લેવાનો લહાવો મળ્યો હતો.

આઈના, અક્સ તથા યાહૂના નેજા હેઠળ યોજાયેલ આ કાર્યક્રમમાં વિદ્યાર્થીઓની વિચારશક્તિ, તર્કશક્તિ અને સર્જનાત્મકશક્તિનો વિકાસ થાય તથા તેમનું પ્રેકટીકલ લર્નિંગ ક્લાસરૂમમાંથી બહાર લાવીને પોતાના કૌશલ્ય દ્વારા કોર્પોરેટ કલ્ચરના રીફલેક્શન આપી શકે તે માટે આ ત્રણ દિવસ વિદ્યાર્થીઓ વસુધૈવ કુટુમ્બકમની ભાવના સાથે સખત પરિશ્રમ કર્યો હતો.

કાર્યક્રમના અંત ભાગમાં તા. ૧૫ના રોજ ત્રણેય દિવસના આઈના-અક્સ-યાહૂ-૨૦૨૨ કુલ ૧૯ પ્રતિયોગિતામાં ભાગ લીધેલ ૩૮ વિદ્યાર્થીઓને પ્રથમ અને દ્વિતીય ક્રમાંક વિજેતા જાહેર કરી સર્ટીફીકેટ એનાયત કરી તેમની પ્રતિભા તથા કૌશલ્યને બિરદાવવામાં આવ્યા હતા.

બે વર્ષ બાદ અમદાવાદમાં ભવ્ય કાંકરિયા કાર્નિવલ યોજાશે

ભુપેન્દ્ર પટેલના હસ્તે કાંકરિયા કાર્નિવલનું ઉદ્ઘાટન

અમદાવાદ,તા.૧૫

દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન દ્વારા કાંકરીયા કાર્નિવલનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. કોરોના મહામારીના ૨ વર્ષ બાદ અમદાવાદમાં કાંકરિયા કાર્નિવલ અને ફ્લોવર શોનું આયોજન થશે. ૨૫થી ૩૧ ડિસેમ્બર સુધી કાંકરિયા કાર્નિવલનું આયોજન થશે.

વર્ષ ૨૦૦૮થી અમદાવાદદમાં કાંકરિયા કાર્નિવલનું આયોજન કરવામાં આવે છે, પરંતુ કોરોના મહામારી દરમિયાન બે વર્ષ કાર્નિવલ બંધ રાખવામાં આવ્યો હતો. દર વખતની જેમ અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન દ્વારા આ વર્ષે પણ ૨૫ ડિસેમ્બરથી ૩૧ ડિસેમ્બર સુધી મુખ્યમંત્રી ભુપેન્દ્ર પટેલના વરદ હસ્તે કાંકરિયા કાર્નિવલનું ઉદ્ઘાટન કરવામાં આવશે.

અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનની સાપ્તાહિક કારોબારી સમિતિની બેઠક મળી હતી. જેમાં આગામી કાંકરિયા કાર્નિવલ અને ફલાવર શો મામલે મહત્વનો નિર્ણય લેવાયો છે. કોરોના કાળના ૨ વર્ષ બાદ શહેરીજનોના ખાસ બન્ને કાર્યક્ર્મ અત્યંત ધામધૂમથી ઉજવાશે. જ્યારે ફલાવર શો આગામી ૩૧ ડિસેમ્બરથી શરૂ કરવાનું આયોજન છે. ઉદ્ઘાટન માટે મુખ્યમંત્રીનો સમય મેળવવાનો તંત્રનો પ્રયાસ ચાલી રહ્યો છે.

દર વર્ષે છસ્ઝ્ર કાંકરિયા કાર્નિવલ અને ફ્લોવર શો અલગ અલગ થીમ પર કરવામાં આવે છે. ત્યારે આ વર્ષે ફલાવર શો ય્૨૦ સમિટ, આઝાદી અમૃત કાળ, આયુર્વેદિક, સ્પોર્ટ્સ સહિતની થીમ પર યોજાશે. જેમાં ૨૦૦ થી વધુ પ્રજાતિના ૫ લાખથી વધુ દેશી વિદેશી ફૂલ છોડ જોવા મળશે. ભીડ નિયંત્રણ માટે પ્રવેશ ફી લેવાશે. એટલું જ નહીં, ફ્લાવર શો દરમ્યાન રૂ.૩૦ પ્રવેશ ફી નક્કી કરાઈ છે. પરંતુ ૧૨ વર્ષ સુધીના બાળકોને વિનામૂલ્યે પ્રવેશ આપવામાં આવશે.

મહત્વનું છે કે, સરદાર બ્રિજથી એલિસબ્રિજ વચ્ચેના ઈવેન્ટ સેન્ટર-ફલાવર ગાર્ડનમાં ફલાવર શો યોજાશે. આ વખતે પણ ૨૦થી વધુ સેલ્ફી પોઈન્ટ, વિવિધ પશુ પંખી અને વિષયના આકર્ષક ફલાવર સ્કલ્પ્ચર આકર્ષણના કેન્દ્ર રહેશે.

માં મેલડી આનંદ ગરબા મંડળ દ્વારા આનંદનો ગરબો યોજાયો હતો જેમાં મહિલાઓએ શ્રધ્ધા પૂર્વક આનંદના ગરબાનો લાભ લીધો હતો.

PDEUના ૩૦ વિદ્યાર્થીઓને રિલાયન્સ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ લિમિટેડમાં કેમ્પસ પ્લેસમેન્ટ

ગાંધીનગર, તા. ૧૫

પંડિત દીનદયાળ એનર્જી યુનિવર્સિટી, ગાંધીનગરની સ્થાપના 'ઊર્જા ક્ષેત્ર' પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને ખાનગી યુનિવર્સિટી તરીકે કરવામાં આવી છે. તાજેતરમાં, યુનિવર્સિટીને નેશનલ એસેસમેન્ટ એન્ડ એક્રેડિટેશન કાઉન્સિલ (NAAC) દ્વારા ૩.૫૨/૪.૦ ના CGPA સાથે 'A' ગ્રેડ મળ્યો છે.

રિલાયન્સ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ લિમિટેડ એ ભારતીય બહુરાષ્ટ્રીય સમૂહ કંપની, જેનું મુખ્ય મથક મુંબઈમાં છે, કેમ્પસ ભરતી માટે પંડિત દીનદયાલ એનર્જી યુનિવર્સિટીની મુલાકાત લીધી છે. રિલાયન્સ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ લિમિટેડ એ વિવિધ B.Tech પ્રોગ્રામ્સમાંથી "ગ્રેજ્યુએટ એન્જિનિયરિંગ ટ્રેઈની" ની જગ્યા માટે કુલ ૩૦ વિદ્યાર્થીઓની ભરતી કરી છે જેમાં ૦૮ કેમિકલ એન્જિનિયરિંગ, ૦૮ એન્જિનિયરિંગ, ૦૬ ઈલેક્ટ્રિકલ એન્જિનિયરિંગ, ૦૬ પેટ્રોલિયમ એન્જિનિયરિંગ અને ૦૨ સિવિલ એન્જિનિયરિંગનો સમાવેશ થાય છે. રિલાયન્સ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ લિ.એ કેમ્પસ ભરતી માટે ઈન્ટરવ્યુ પછી લેખિત કસોટી લીધી. ચાલુ વર્ષ માટે કોર એન્જિનિયરિંગ કંપનીમાં મૂકવામાં આવેલા વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યાના સંદર્ભમાં આ સૌથી મોટું કેમ્પસ પ્લેસમેન્ટ છે.

ઈન્ટરવ્યુ લેનારાઓ ઁહ્વઈ ઊર્જા સૈનિકોની નવી પેઢીથી ખૂબ જ ખુશ હતા. ૨૦૨૦ માં ઈન્ડસ્ટ્રી ૪.૦ કોર્સના અમલીકરણની વિદ્યાર્થીઓ પર નોંધપાત્ર અસર પડી કારણ કે તેઓ ઉદ્યોગમાં કામ કરવા માટે તૈયાર હતા. ઈન્ડસ્ટ્રી ૪.૦ અભ્યાસક્રમમાં નવી શિક્ષણ પદ્ધતિઓનો સમાવેશ તેમને રોજગારીયોગ્ય અને જમાવટયોગ્ય બનાવે છે.

ઁહ્વઈ કેરિયર ડેવલપમેન્ટ સેલ, વિદ્યાર્થીઓને પેટ્રોલિયમ ક્ષેત્રની મુખ્ય કંપનીઓમાં પ્લેસમેન્ટ માટે ખૂબ જ સખત પ્રયત્ન કરે છે. આ સેલનો મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય વિદ્યાર્થીઓને મૂલ્ય શૃંખલામાં ઝીણવટપૂર્વક તાલીમ આપવાનો અને ઉદ્યોગમાં ભાવિ લીડર તરીકે સેવા આપવાનો છે.

એસ. જી. ઈંગ્લીશ પ્રાથમિક શાળામાં વુમન ડેવલપમેન્ટ પ્રોગ્રામ

ગાંધીનગર, તા. ૧૫

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ દ્વારા સંચાલિત એસ.જી. અને એસ.વી. અંગ્રેજી માધ્યમ પ્રાથમિક શાળામાં વુમન ડેવલપમેન્ટ સેલ (WDC) દ્વારા શિક્ષિકાઓ અને વિદ્યાર્થીનીઓના સર્વાંગી વિકાસ હેતુસર દર વર્ષે વિવિધ પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવામાં આવે છે.

આ વર્ષે પણ વિદ્યાર્થીનીઓને ડોક્ટર જલધારા પટેલના માર્ગદર્શન હેઠળ **expert talk on puberty** પ્રોગ્રામ દ્વારા માહીતગાર કરાયા હતા.

ભારતીય વિચાર મંચ દ્વારા

"રામાયણ તથા મહાભારતના અજ્ઞાત પાસાંઓ" વિષય પર વિચાર ગોષ્ઠિ કાર્યક્રમ

ભારતીય વિચાર મંચ ગાંધીનગર દ્વારા "રામાયણ તથા મહાભારતના અજ્ઞાત પાસાંઓ" વિષય પર વિચાર ગોષ્ઠિ કાર્યક્રમનું આયોજન સ્વામિનારાયણ ગુરુકુલ, સે.-૨૩, ગાંધીનગર ખાતે કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં વિષય પ્રસ્તુતિ અમીબેન ગણાત્રા (લેખક તથા બ્લોગર) દ્વારા કરવામાં આવી હતી. અમીબેનના અત્યાર સુધીમાં "Ramayana Unravelled" તથા "Mahabharata Unraveled" એમ બે પુસ્તકો પ્રકાશિત થયા છે જેમને વાચકો દ્વારા બહોળો પ્રતિસાદ પ્રાપ્ત થયો છે. આ સિવાય અમીબેન ડિજિટલ મીડિયામાં પણ આ વિષય પર ચર્ચાસત્રોમાં ભાગ લેતા રહે છે. ભારતીય વિચાર મંચના કાર્યક્રમમાં અમીબેને શ્રોતાઓને પ્રશ્નોતરી દ્વારા અનેક વિષયોને વણી લીધા હતા.

કાર્યક્રમની સમાપનવિધિ કેન્દ્રના અધ્યક્ષ પ્રવીણભાઈ વાટલિયાએ આભાર વચન દ્વારા કરી હતી. કાર્યક્રમમાં ૫૦ જેટલા પ્રબુદ્ધજનોની હાજરી હતી.

સાબરમતી સમૃદ્ધિ સેવા સંઘ દ્વારા છોડવાઓં- શાકભાજીના બિયારણનું વિતરણ

સાબરમતી સમૃદ્ધિ સેવા સંઘ દ્વારા સંજીવની કાર્યક્રમ હેઠળ આર્થિક રીતે નબળા અને કુપોષિત પરિવારોને સરળતાથી પોષણ યુકત ખોરાક મળી રહે તે હેતુ થી દાંતા તાલુકાના ૧૦ ગામોમાં બહેનોને સજીવ પોષણ બગીચો બનાવવા માટે ૫ પ્રકારના ફળોના છોડવાઓનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું હતું.

જન્મદિને વધામણી

વિપુલ જોષી
પત્રકાર
ગુજરાત સમાચાર, ગાંધીનગર
મો. ૯૪૨૭૦ ૫૩૬૭૩

સંજય ગોસ્વામી
વેદ મીડીયા
મો. ૯૮૨૪૦ ૧૧૦૧૦

મહેન્દ્રભાઈ કે. ચૌહાણ
બોર્ડ મેમ્બર, ઈન્ડિયન સ્વર્ણિમ લાયન્સ કલબ
મો. ૯૪૨૭૦ ૫૬૮૪૫

ડો. નીલ ગગલાણી
મો. ૯૮૨૪૨ ૮૭૧૨૧

ઈમરાન બલોચ
મો. ૭૦૧૬૬ ૯૬૯૭૯

જાની મોક્ષ અનુજ
મો. ૯૮૨૪૬ ૩૫૫૨૮

સુહાની કે.ચૌહાણ
મો. ૮૧૨૮૦ ૭૦૦૪૧

ચિરવિદાય

● મુક્તિધામ ●

- સ્વ. વાઘેલા જશપાલસિંહ હિંમતસિંહ - ૪૨- લેકાવાડા
- સ્વ. વાઘેલા શંકરસિંહ ગુગુજી - ૭૬ - નવીપીંપળજ
- સ્વ. પ્રજાપતિ લલીતાબેન રમેશભાઈ - ૫૫ - શિહોલી મોટી
- સ્વ. ઠાકોર અરજણજી વિરાજી - ૬૮ - રૂપાલ
- સ્વ. પરમાર નગીનભાઈ જીવાભાઈ - ૬૫ ગોમતીપુર, અમદાવાદ
- સ્વ. રામરાય ગુલોરાય - ૫૪ - સેક્ટર-૨૮
- સ્વ. ભટ્ટ કૌશિકભાઈ જયદેવભાઈ - ૭૫ - સેક્ટર-૨૨
- સ્વ. ભાવસાર પંકજીભાઈ સોમાભાઈ - ૬૨ - વાવોલ

● રૂદ્રભૂમિ ●

- સ્વ. પ્રજાપતિ વિરેન્દ્રભાઈ ચેલાભાઈ - ૫૨ - સેક્ટર-૩