ગાંધીનગર મને ગમે છે...

- રાણા વિજયકુમાર એલ.
પ્રમુખ, ઓર્ચિદ,
મોટા ચીલોડા, ગાંધીનગર

મારૂ ગાંધીનગર એક રમણીય ને ખૂસનુમાન મારૂ પાટનગર છે. ચારે દિશાથી પ્રવેશ કરતાં એક અંતર આત્માથી આવાજ નીકળી જાય વાહ શું વાત છે. ચારે કોર પ્રકૃતિની દેન શુદ્ધ હવાનું સંચાર મળતું રહે છે. જીવનની અગમ્યને સૂગમ્ય વાતાવરણનું લુપ્ત ઉઠાવી રહ્યા છીએ. રહેનાર દરેક નાગરિક સુખ ચેનથીને મોજમાં રહે છે. અહિયાં બધાજ ધર્મના વ્યોકિતઓ વસવાટ કરી રહ્યા છે, પોતાના ધર્મ અને સંસ્કૃતિ મુજબ તહેવારો કરે છે તેમજ બધા હળી મળીને રહેતા હોય છે. ગાંધીનગરમાં વસતા કેટલાય શોખીન સંગીતપ્રેમી જે ગીત ગુંજન જેવી પોતાના સૂરીલા આવાજ થી નગરજનોને આલ્હદ સુકુન અપાવે છે, નગરજનોને પોતાના શરીરને સ્વસ્થ રાખવા યોગા જેવુ કાર્ય શિબિર રાખી પોતાનું ધ્યાન મોટાપાયે રાખતા હોય છે.

સરિતાઉધાનમાં સવારના અસંખ્ય નગરજનો વોકિંગ કરવા આવતા હોય છે, સારા એવા બગીચાઓ આવેલા છે ને બાળકો માટે મનોરંજન માટે હીચકા મનોરંજક સાધનિક સાધનો વસાયલા છે. મારૂ ગાંધીનગર મારૂ શાન ને માન ધરાવે છે. હવે ગાંધીનગરથી અમદાવાદ મેટ્રો ટ્રેનની શરૂવાત થવા જઈ રહી છે જે નોકરિયાત વર્ગ માટે અતિ ઉત્તમ સમયનો પળ જોવા મળશે, જ્યારે કોઈ રાષ્ટ્રીય કે આંતરરાષ્ટ્રીય મહેમાન પધારવના હોય ત્યારે તેમનો ઉમેળભેર સ્વાગત કરી તેમની આપણી સંસ્કૃતિ પ્રમાણે ખ્યાલ રાખવામાં આવે છે આવું છે મારૂ ગાંધીનગરનું નજરાણું. કહેવાય કે ગુજરાતનું પાટનગર દરેકના મુખમાં નામ છે મારૂ ગાંધીનગર.

શાક માર્કેટમાં કડવા કારેલા ઓન ડિમાન્ડ

ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે કારેલા રામબાણ ઈલાજ

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

શહેરમાં બજારોમાં કારેલાની આવક વધી છે. કડવા કારેલા બજારમાં હાજર સૌથી કડવી શાકભાજીમાંથી એકના રૂપમાં ઓળખાય છે. જે ડાયાબિટિસના દર્દીઓ દૈનિક તેનો ઉપયોગ કરી રહ્યા છે. તેથી કારેલાની માંગ ડાયાબિટિસના દર્દીઓ માટે ઓન ડિમાન્ડ બની રહી છે. શહેરમાં કારેલાના જ્યુસ અને સૂપ પણ મળી રહ્યા છે. આ સાથે શહેરીજનો ઘરે જ કારેલાનો જ્યુસ બનાવીને ઉપયોગમાં લઈ રહ્યા છે.

કારેલા તમામ હેલ્થ બેનિફિટ માટે ઓળખાય છે. કારેલામાં ઘણા વિટામિન અને મિનરલ્સ જેવા કે ફોલેટ, ઝીંક, આયરન, મેગ્નેશિયમ, વિટામિન બી૧, બી૨, બી૩ અનો વિટામિન સી, પોટેશિયમ, પ્રોટીન હોય છે. કડવા કારેલાના શાક કરતા વધારે કડવા કારેલાનું જ્યુસ અને સૂપ બનાવીને કરવામાં આવે છે. દિવસમાં એક વખત એક ગ્લાસ તાજા કારેલાનું જ્યુસ સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ ફાયદાકારક માનવામાં આવે છે.

કારેલા ઈન્સ્યુલિનને નિયંત્રિત કરવા માટે જાણીતા છે અને બ્લડ સુગર લેવલ જાળવવામાં મદદ કરે છે. શરીરમાં ઈન્સ્યુલિનને સક્રીય કરે છે અને ખાંડનું ચરબીમાં રૂપાંતર અટકાવે છે. કારેલામાં ખૂબ ઓછી કેલરી, ચરબી અને કાર્બોહાઈડ્રેટ હોય છે એનાથી શરીરની ચરબી, કેલરી અને કાર્બોહાઈડ્રેટનું સેવન ઓછુ થઈ જાય છે.

૧૦૦ ગ્રામ કારેલામાં ૩૪ કેલરી હોય છે. કારેલા ચરબીના કોષોની રચના અને વૃદ્ધિનો અટકાવવા માટે જાણીતા છે. કારેલાનો કડવો રસ તેની વિશિષ્ટતા છે. આપણા શરીરમાં જેમ ખાટા, ખારા, તીખા, તુરા અને ગળ્યા રસની જરૂર છે તેમ કડવા રસની પણ જરૂર છે. કુમળા કારેલાના કટકા કરી, ધાબે સૂકવી, બારીક ખાંડી, દરરોજ એક-એક ચમચી સાંજ-સવાર ચાર મહિના સુધી લગાતાર લેવાથી ડાયાબીટીશમાં ફાયદો થાય છે. કાચા કારેલાના રસને ગરમ કરી તેનો લેપ દુખાવાવાળી જગ્યાએ લગાવવાથી ફાયદો થાય છે. શ્વાસનળીમાં થતી બળતરા રોકવા માટે કારેલાંના રસમાં મધ ભેળવીને પીવાથી ફાયદો થાય છે. આમ ઋતુ પ્રમાણે મળતા શાકનો ઉપયોગ કરી લેવો જોઈએ.

બેક્કની સુવિધા મળવાની વાટ જોતું ટીંટોડા ગામ..!!

આશરે ૮ હજારની વસ્તી અને ૧૩ પરાંમાં વહેંચાયેલા ગામમાં એકમાત્ર ગ્રામીન બેક્ક : રાષ્ટ્રીયકૃત બેક્ક અથવા ખાનગી બેક્કની સુવિધા ઉપલબ્ધ થાય તેવી ગ્રામજનોમાં પ્રવતી રહેલી માંગ

ગાંધીનગર, તા.૨૪

વિકસિત રાજ્ય ગુજરાતના પાટનગર ગાંધીનગર નજીક આવેલા ટીંટોડા ગામમાં એક પણ રાષ્ટ્રીયકૃત બેક્ક અથવા ખાનગી બેક્કની સુવિધા ના હોવાથી નાના મોટા આર્થિક વ્યવહારો માટે ગ્રામજનોને ભારે હાલાકીનો સામનો કરવો પડી રહ્યો છે. આશરે ૮ હજારની વસ્તી ધરાવતાં અને ૧૩ પરાં વિસ્તારમાં વંહેચાયેલા ટીંટોડા ગામમાં એક માત્ર બરોડા ગ્રામીણ બેક્કની જ શાખા છે જ્યાં ગ્રામીણ નાગરિકો માટે જરૂરી તમામ બેક્કિંગ સેવાઓ ઉપલબ્ધ નથી અને એક જ બેક્ક હોવાથી તેના પર ભારણ વધી જાય છે જેથી ટીંટોદ ગામમાં જલ્દીથી કોઈ રાષ્ટ્રીયકૃત બેક્ક કે ખાનગી બેક્કની નિયમિત અને સંપૂર્ણ સેવાઓ સાથેની શાખા શરૂ કરાય તેવી ગ્રામજનોમાં માંગ પ્રવર્તી રહી છે.

ટીંટોડાના યુવાનોને બેક્કનો સપોર્ટ મળે તો આર્થિક વિકાસ સાધવા સક્ષમ

ટીંટોડા ગામના અગ્રણી યુવા કાર્યકર શૈલેન્દ્રસિંહ ઠાકોરે જણાવ્યું હતું કે તેમના ગામમાં યુવાનો વિવિધ રીતે આગળ આવી રહ્યાં છે અને તેઓ મહેનત કરીને પોતાનો આર્થિક વિકાસ સાધવા પણ કટિબદ્ધ છે પરંતુ ટીંટોડા ગામમાં બેક્કિંગ સુવિધા પુરતા પ્રમાણમાં ના હોવાથી કોઈ લોન કે આર્થિક મદદ મેળવવામાં બારે મુશ્કેલી પડી રહી છે જેના કારણે તેમનો વિકાસ રૂંધાઈ રહ્યો છે. વિદ્યાર્થીઓને પણ શિષ્યવૃત્તિ કે ગરીબો-ખેડુતોને સબસિડી મેળવવામાં તકલીફ પડે છે. ટીંટોડા ગામે કોઈપણ રાષ્ટ્રીયકૃત જે ખાનગી બેંકની સુવિધા મળે તે જરૂરી છે અને અમે તે માટે વિવિધ સ્તરે રજુઆત પણ કરી રહ્યાં છીએ.

વડાપ્રધાન દ્વારા જનધન યોજના અને ડીજીટલ ઈન્ડિયા વગેરેની સફળતાની વાતો દેશ-વિદેશમાં કરવામાં આવી રહી છે પરંતુ તેમના ગૃહરાજ્યના પાટનગર પાસેના એક ગામમાં બેક્કની સુવિધાથી ગ્રામજનો હજુ પણ વંચિત છે. વર્ષોથી ચુંટાઈ આવતા ગાંધીનગર દક્ષિણ વિધાનસભા વિસ્તારના ધારાસભ્ય અને ગુજરાત વિધાનસભાના પૂર્વ ઉપાધ્યક્ષ શંભુજી ઠાકોરનું વતન એવા ટીંટોડા ગામમાં ગામમાં તમામ પ્રકારના ધંધાઓ વિકસ્યાં હોવા છતાં બેક્કની સુવિધા પુરતા પ્રમાણમાં ઉપલબ્ધ નથી. ટીંટોડા ગામની આશરે ૮ હજાર જેટલી વસ્તી છે અને ગામમાં ૧૩ જેટલાં નાના-મોટા પરાં છે. ટીંટોડા ગામનો વિકાસ થઈ રહ્યો છે પરંતુ ગામમાં બેંકની સુવિધા નથી જેથી બેંકના કામકાજ માટે ખેડૂતોને કિસાન સહાય, મહિલાઓને વિધવા સહાય કે અન્ય યોજનાઓ, વૃધ્ધોને પેન્શન તથા વિદ્યાર્થીઓને સ્કોલરશીપ વગેરે માટે અગવડતાનો સામનો કરવો પડે છે. વર્તમાન સમયમાં ગામમાં બેંક અને એટીએમ પ્રાથમિક સુવિધા બની ગયા છે તેમ છતા ટીંટોડા ગામે જયાં બેંક અથવા તો એટીએમની સુવિધા નથી પરિણામે લોકોને બાજુના ગામે અથવા તાલુકા મથકના ધક્કા ખાવા પડે છે. જેથી ટીંટોડા ગામે બેંકની સુવિધા આપવામાં આવે તેવી માંગ ગ્રામજનોમાં પ્રવર્તી રહી છે.

વલાદ બ્રિજ પાસે અજાણ્યા વાહનની અડફેટે બાઈક પર સવાર મહિલાનું મૃત્યું

ગાંધીનગર,તા.૨૪

પાલજ ગામ થી ચાંદખેડા પતિ-પત્નિ બાઈક પર જઈ રહ્યા હતા તે સમયે વલાદ ગામના બ્રિજના છેડે અજાણ્યા વાહન ચાલકે બાઈકને પાછળથી ટકકર મારી હતી.જેમાં બંન્ને જણા માર્ગ પર પટકાયા હતા. બનાવમાં માથાના ભાગે ગંભીર ઈજા પહોંચતા મહિલાનું ઘટના સ્થળે જ મૃત્યું થયું હતું. જયારે બાઈક ચાલકને મોંઢાના ભાગે તેમજ શરીરે ઈજાઓ પહોંચતા સારવાર માટે લઈ જવાયા હતા. બનાવ અંગે પોલીસે ગુનો નોંધી આગળની તપાસ હાથ ધરી છે. સુત્રો દ્વારા મળતી વિગત મુજબ પાલજ ગામ ખાતે રહેતા અનિલ જશુજી ઠાકોર (ઉં.૩૮) અને તેના પિતા બંન્ને જણા ફ્રેબીકેશનમાં કામ કરે છે. જયારે અનિલની માતા ચાંદખેડા કામ કરે છે. આજે ઘરે અનિલ હાજર હતો તે સમયે તેના પિતા બાઈક નં. જી.જે.૧૮.ડી.એમ.-૭૨૨૬ લઈને સવારના ૬ વાગે ચાંદખેડા મુકવા માટે નીકળ્યા હતા. જયારે સવારના સાડા છ વાગે અનિલ ઘરે હાજર હતો. તે સમયે જમાઈ ભલાજીનો ફોન આવ્યો હતો કે અને કહ્યું કે તારા પિતાજીને વલાદ ગામના બ્રિજ ઉતરતા અકસ્માત થયો છે. જેથી ફરીયાદી તેના કાકાને લઈ તાત્કાલીક વલાદ બ્રિજના છેડે અકસ્માતના સ્થળે દોડી આવ્યા હતા. ત્યારે માર્ગ પર બાઈક પડ્યું હતું.જયારે ૧૦૮ ની ટીમના ડોકટરે તપાસ કરી ફરીયાદીની માતાને મરણ જાહેર કર્યા હતા.જયારે તેના પિતાને ગાંધીનગર સિવિલ સારવાર બાદ વધુ સારવાર માટે અમદાવાદ રીફર કરાયા છે. બનાવ અંગે ડભોડા પોલીસ મથકે અજાણ્યા વાહન ચાલક સામે ફરીયાદ નોંધાવતા પોલીસે આગળની તપાસ હાથ ધરી છે.