ગાંધીનગર સમાચાર

ગાંધીનગર તાપમાન
મહત્તમ : ૨૭.૫ ડીગ્રી
લઘુતમ : ૧૨.૦ ડીગ્રી
ભેજ
સવારે ૬૭ ટકા ● સાંજે ૫૮ ટકા

શહેરની ફૂટપાથ પર વેચાતા સસ્તા ડ્રાયફ્રુટ

૭૦૦ રૂપિયે કિલો વેચાતા અંજીર : દુકાન કરતા સસ્તા ભાવે મળતા ડ્રાયફ્રુટ

ગાંધીનગર, તા.૧૫

શહેરમાં ફૂટપાથ પર ઠેર ઠેર ડ્રાયફ્રૂટનું વેચાણ કરતા વેપારીઓ જોવા મળી રહ્યા છે. જેમાં દુકાનો કરતા સસ્તા ભાવમાં ડ્રાયફ્રુટનું વેચાણ થઈ રહ્યું છે અને ગ્રાહકો તેની ભરપૂર ખરીદી કરી રહ્યા છે. આ વેપારીઓ અમદાવાદથી જથ્થાબંધ ડ્રાયફ્રુટ ખરીદીને શહેરમાં વેચી રહ્યા છે. જે દુકાનો કરતા સસ્તા ભાવમાં વેચી રહ્યા હોવાથી ગ્રાહકોની ભીડ જોવા મળી રહી છે.

શિયાળાની કડકડતી ઠંડીમાં શરીરમાં ગર્માહટ રાખવી જરુરી છે. શિયાળામાં અંજીરનું સેવન ફાયદાકારક સાબિત થયું છે. સુકા અંજીરમાં વીટામીન એ, સી કે બીની સાથે સાથે પોટેશિયમ, મેગ્નેશિયમ, ઝિંક, કોપર, આયર્ન, કેલ્શિયમ સમાયેલા હોય છે. ૧૦૦ ગ્રામ સુકા અંજીરમાં ૨૦૯ કેલરી, ૪ ગ્રામ પ્રોટીન, ૧.૫ ગ્રામ ફેટ, ૪૮.૬ ગ્રામ કાર્બોહાઈડ્રેટ, ૯.૨ ગ્રામ ફાઈબર સમાયેલું હોય છે તો ૧૦૦ ગ્રામ તાજા અંજીરમાં ૪૩ કેલરી, ૧.૩ ગ્રામ પ્રોટીન, ૦.૩ ગ્રામ ફેટ, ૯.૫ ગ્રામ કાર્બોહાઈડ્રેટ અને ૨ ગ્રામ ફાઈબર સમાયેલું હોય છે.

આપણા સ્વાસ્થ્ય અને શકિત માટે સુકામેવા એટલે કે ડ્રાયફ્રુટ બહુ લાભકારક છે. કારણકે તેમાં પ્રોટીન, ફાયબર, ફાઈટોન્યુટ્રીયન્સ, કેલ્શિયમ અને એન્ટી ઓકિસજન જેવા વિટામીન ઈ જેવા પોષક તત્વો ભરપૂર માત્રામાં હોય છે. શિયાળામાં તેને ખાવાથી બહુ બધા ફાયદા થાય છે. દરેક ડ્રાયફ્રુટમાં સુંદરતા સાથે જોડાયેલ અલગ ગુણો છે.

બદામ : બદામને સુકામેવાનો રાજા ગણવામાં આવે છે. કારણકે તેમાં પ્રોટીન, ફાયબરની સાથે કેલ્શિયમ, એન્ટીઓકિસડન્ટ, વિટામીન ઈ અને ફેટી એસિડ ભરપૂર માત્રામાં હોય છે તે કોલેસ્ટ્રોલ ઓછું કરે છે. લોહીમાં હીમોગ્લોબીન વધારે છે. ત્વચા ચમકદાર બને છે. કેન્સરથી બચાવે છે. મગજ પણ સારું રહે છે. યાદશકિત વધે છે.

સુકી દ્રાક્ષ : દ્રાક્ષને વિશેષ પ્રક્રિયા હેઠળ સુકાવીને કિસમિસ બનાવવામાં આવે છે. તેમાં દ્રાક્ષ જેવા બધા ગુણો હોય છે. તેનો ઉપયોગ દૂધ, ખીર, મીઠાઈઓમાં કરવામાં આવે છે. તેમાં ફાયબર, વિટામીન ઈ, પોટેશિયમ, મેગ્નેશિયમ, ફોસ્ફરસ, આયર્ન, કેલ્શિયમ સારા પ્રમાણમાં હોય છે. આંખોની રોશની વધે છે. કબજિયાતમાં રાહત મળે છે. વજન વધારવામાં ફાયદાકારક છે.

અખરોટ : અખરોટમાં ઓમેગા-૩ ફેટી એસિડ હોય છે. દરરોજ અખરોટ ખાવાથી સ્વાસ્થ્ય સાથે જોડાયેલ સમસ્યા દૂર થાય છે તેમજ ડાયેટમાં તેને સામેલ કરવાથી વજન કન્ટ્રોલમાં રાખી શકાય છે. યાદશકિત વધે છે. ડાયાબિટીસમાં લાભકારક છે. વાળ અને સ્કીન માટે ફાયદાકારક છે.

અંજીર : અંજીર કબજિયાતના દર્દીઓ માટે ફાયદાકારક છે. રાતે પાણીમાં અંજીરને પલાળી રાખો સવારે તેને ચાવીને ખાવાથી પેટ સંબંધિત સમસ્યાથી રાહત મળે છે.

ફૂટપાથ પરનો ભાવ (પ્રતિ કિલો)	દુકાનનો ભાવ (પ્રિત કિલો)
અંજીર-૭૦૦ રૂ.	૧૪૦૦ રૂ.
બદામ-૭૦૦ રૂ.	૭૫૦રૂ.
અખરોટ-૪૦૦ રૂ.	૬૦૦ રૂ.
જલદારુ-૧૦૦રૂ.	૬૦૦ રૂ.

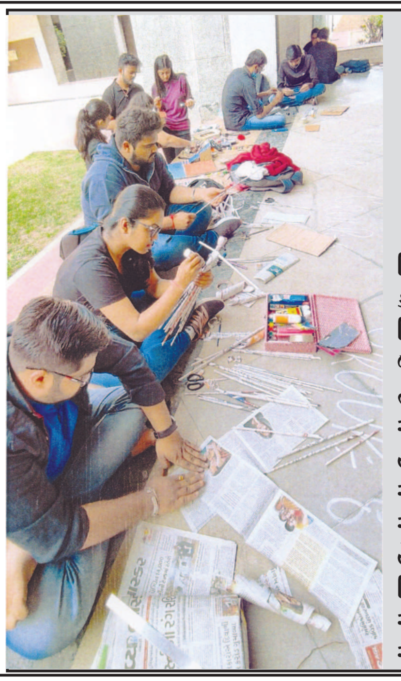
મારો પરિવાર વર્ષોથી ફળ ફળાદિનો ધંધો કરીને રોજી રોટી કમાતા હતા. બે વર્ષથી કોરોનાને કારણે પરિવારના સભ્યોએ જુદો જુદો વેપાર કરવાનું નક્કી કર્યું છે. જેમાં હું ડ્રાયફ્રુટ વેચવાનો વેપાર કરી રહી છું. અમદાવાદથી જથ્થાબંધ ડ્રાયફ્રુટ લાવીએ છીએ અને અહીંયા ફૂટપાથ પર જ બેસીને વેચી રહ્યા છે. ગ્રાહકો પણ ડ્રાયફ્રુટની ખરીદી સારા પ્રમાણમાં કરી રહ્યા છે તેથી અમને સારો એવો ફાયદો આ ધંધામાં થઈ રહ્યો છે.

- જમનાબેન, ડ્રાયફ્રુટ વેચનાર

સે-૧૩-બી ખાતે વીર શહીદોને શ્રદ્ધાંજલિ અર્પણ કરાઈ

ગાંધીનગર, તા.૧૫

બચત મંડળ સિનિયર સિટીઝન્સ ગ્રુપ દ્વારા વીર શહીદોને શ્રધ્ધા સુમન અર્પણ કરવા સે-૧૩/બી ખાતે કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં ભારત દેશના સૌ પ્રથમ ચીફ ઓફ ડિફેન્સ સ્ટાફ જનરલ બીપીન રાવત તથા તેમના ધર્મપત્ની મધુલિકા રાવત સહિત ૧૧ આર્મી જવાનોને શ્રધ્ધા સુમનઅર્પણ કર્યા હતા. આ ગ્રુપના સેવાભાવી વડીલ કે.જી. પટેલ, ભરત સોની, હિતેષ પાઠક, રમેશગીરી, જયંતિ પટેલ, જયેશ પંડયા, ચંદુ પટેલ, મનુ નાઈ, અશોક પાધ્યા, અનિલ ગૌસ્વામી, દિનેશ ગૌસ્વામી, પરેશ દવે, જયરામ નાઈ, ભારથીભાઈ, ભગવતસિંહ વાઘેલા, મનજીદાદા, રામ પ્રજાપતિ, એમ.ડી. પટેલ, મહાનગર મંત્રી ભાવના પાઠક વગેરે ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. તથા મોટી સંખ્યામાં નગરજનો પણ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. બે મિનિટ મૌન પાળી શહીદ વીરજવાનો અમર રહો ભારત માતા કી જયના નારા સાથે મીણબત્તી પ્રગટાવી સર્વેએ અશ્રુભીની આંખોએ હૃદયપૂર્વક શ્રધ્ધાસુમન અર્પણ કર્યા હતા.



ઈન્સ્ટીટયુટ ઓફ બિઝનેસ મેનેજમેન્ટ ખાતે વેસ્ટમાંથી બેસ્ટ વસ્તુ બનાવવાનો કાર્યક્રમ યોજાયો

ગાંધીનગર, તા.૧૫

ઈન્દ્રોડા સર્કલ પાસે જયરામભાઈ પટેલ ઈન્સ્ટીટયુટ ઓફ બિઝનેસ મેનેજમેન્ટ દ્વારા નવિનતમ કાર્યશાળાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં એમબીએ (માર્કેટિંગ)નાં વિદ્યાર્થીઓએ ખૂબ જ ઉત્સાહભેર ભાગ લીધો હતો. આ કાર્યક્રમ બેસ્ટ આઉટ ઓફ વેસ્ટના ખ્યાલ આધારિત હતો એટલે કે જે તદ્દન નકામી કે બિનઉપયોગી ચીજ વસ્તુઓને પોતાના કૌશલ્ય અને સુઝથી, સુંદર નવી જ વસ્તુ બનાવવામાં હિસ્સેદાર થયા હતા. આ કાર્યક્રમના આયોજનથી કંઈક નવું વિચારીને તેને અમલમાં મુકવાની ઈનોવેટીવ મુવમેન્ટને પ્રાધાન્ય આપવાથી આત્મનિર્ભર ભારત પ્રત્યેનો એક અભિગમ કેળવવાનો મુખ્ય હેતુ હતો. કચરા જેવી વસ્તુઓમાંથી નવુ કંઈક સર્જન કરવું એ વિચાર પરિવર્તનની જ કવાયત હતી. વિજેતાઓને કાર્યક્રમના અંતમાં પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવ્યા હતા. આ કાર્યક્રમનું આયોજન અને સંચાલન સંસ્થાના પ્રો. પ્રિયંકા બત્રાએ કર્યું હતું.

સમર્પણ સ્કૂલ ઓફ લૉ ખાતે ઓરીએન્ટેશન કાર્યક્રમ યોજાયો

ગાંધીનગર, તા.૧૫

ગાંધીનગર ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ સંચાલિત સમર્પણ સ્કૂલ ઓફ લો, સમર્પણ એજ્યુકેશન અને રિસર્ચ કેમ્પસ ખાતે ઓરીએન્ટેશન પ્રોગ્રામ યોજાયો હતો. જેમાં પ્રથમ વર્ષ એલએલબીના વિદ્યાર્થીઓ માટે કાર્યક્રમ યોજાયો હતો. આ કાર્યક્રમમાં બાર કાઉન્સિલ ઓફ ગુજરાતના પ્રમુખ કિશોરભાઈ ત્રિવેદી તેમજ ટ્રસ્ટી મહેન્દ્રસિંહ વાઘેલા, કેમ્પસ રજીસ્ટ્રાર ડૉ.એમ.ડી. પાંડે, પ્રિન્સીપાલ ડૉ.દીપક પંડયા, પ્રિન્સીપાલ બાલચંદ્ર પરમાર તેમજ સ્ટાફ હાજર રહ્યો હતો. સમર્પણ સ્કુલ ઓફ લોના પ્રિન્સીપાલ ડૉ. પી.કે. પંડયાએ મહેમાનોને શાબ્દિક આવકાર આપ્યો હતો. કિશોરભાઈ ત્રિવેદીએ વિદ્યાર્થીઓને કાયદાના વિષયનું મહત્વ સમજાવ્યું હતું. મહેન્દ્રસિંહ વાઘેલાએ કેમ્પસ ખાતે વિદ્યાર્થીઓને અભ્યાસને લગતી તમામ સુવિધા અને સગવડ પુરી પાડવાનું વચન આપ્યું હતું. આ કાર્યક્રમનું સંચાલન પ્રો.સુનિતા ચૌહાણે કર્યું હતું.

ગાંધીનગર જિલ્લાના ૮ થી ૧૩ વર્ષના બાળકો માટે મકરસંક્રાતિ ચિત્રસ્પર્ધા જોગ

સ્પર્ધકે પોતાની કૃતિને માઉન્ટીગ કરાવ્યા બાદ તા. ૨૪ ડિસેમ્બર સુધીમાં જિલ્લા રમતગમત કચેરી ખાતે જમા કરાવવાની રહેશે

ગાંધીનગર, તા.૧૫

રમતગમત, યુવા અને સાંસ્કૃતિક પ્રવૃતિઓ વિભાગ હસ્તકની ગુજરાત રાજય લલિતકલા અકાદમીની કચેરી અમદાવાદ તથા જિલ્લા યુવા વિકાસ અધિકારી, જિલ્લા રમત ગમતની કચેરી- ગાંધીનગરના સંયુકત ઉપક્રમે 'મોબાઈલ ટુ સ્પોર્ટસ' કાર્યક્રમ અંતર્ગત ગાંધીનગર જિલ્લા કક્ષાની મકરસંક્રાતિ ચિત્રસ્પર્ધાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે.

જેમા ગાંધીનગર શહેર/ગ્રામ્યના ૮ થી ૧૩ વર્ષના બાળકો (જન્મ તા.૩૧/૧૨/૨૦૨૧ને ગણવાની રહેશે) મોટી સંખ્યામાં ભાગ લઈ શકશે. ઉકત સ્પર્ધામાં ભાગ લેનાર તમામ સ્પર્ધકોએ એ/૪ સાઈઝના (૮.૩''ટ૧૧.૭'') ડ્રોઈંગ પેપર પર 'મકરસંક્રાંતિ' વિષય ઉપર પોતાની કૃતિ પોતાના ઘરે તૈયાર કરવાની રહેશે. આ કૃતિને માઉન્ટીંગ કરાવ્યા બાદ તા.૨૪/૧૨/૨૦૨૧ સુધી બપોરે ૧૨:૦૦ કલાક સુધીમાં જિલ્લા રમત-ગમત કચેરી, સહયોગ સંકુલ, ''સી'' વિંગ્સ, છઠ્ઠો માળ, પથિકાશ્રમ પાસે, ગાંધીનગર ખાતે આપવાની રહેશે.

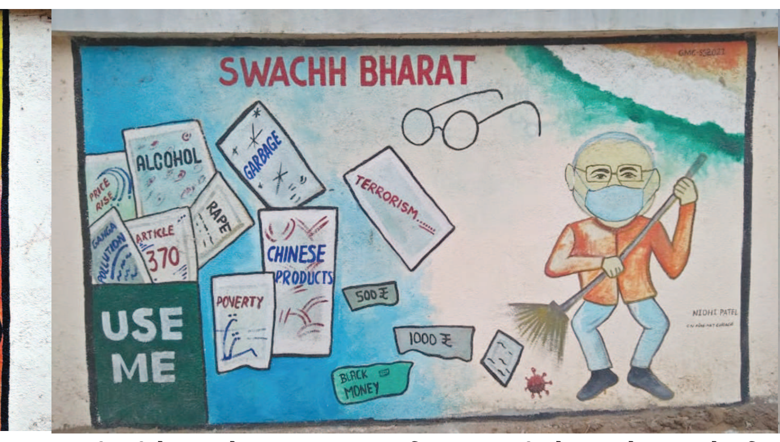
કૃતિ પાછળ સ્પર્ધકે પોતાનું નામ, સરનામું, મોબાઈલ નંબર, શાળાનું નામ વગેરે જેવી બાબતોનો ઉલ્લેખ કરવાનો રહેશે તેમજ આ કૃતિની સાથે સ્પર્ધકે ઉંમરના પુરાવા તરીકે (આધારકાર્ડ/જન્મ તારીખનો દાખલો) ની ઝેરોક્ષ અને બેંક ખાતાની પ્રથમ પાનાની ઝેરોક્ષ અચૂક જોડવાની રહેશે. સમયમર્યાદા બાદ આવેલી કૃતિ સ્વીકારવામાં આવશે નહી.

રાજયકક્ષાની સ્પર્ધામાં ૧૦ વિજેતા કલાકારોની પસંદગી થશે. જે પૈકી પ્રથમ વિજેતાને રૂ. ૨૫,૦૦૦/-, દ્વિતીય વિજેતાને રૂ. ૧૫,૦૦૦/-, તૃતીય વિજેતાને ૧૦,૦૦૦/- એમ ત્રણ ઈનામો અને બાકીના અન્ય સાત વિજેતાઓને રૂ. ૫,૦૦૦/- (પ્રત્યેકને) મુજબ આશ્વાસન ઈનામો આપવામાં આવશે.

જિલ્લાકક્ષાએ વિજેતા થયેલ ગાંધીનગર શહેર અને ગ્રામ્યમાંથી પ્રથમ, દ્વિતીય અને તૃતીય નંબરે વિજેતા થયેલ સ્પર્ધકોના ચિત્ર રાજયકક્ષાની પસંદગી ચિત્રસ્પર્ધા તેમાંથી પસંદ થયેલ ૧૦ સ્પર્ધકોએ રાજયકક્ષામાં મોકલવામાં આવશે. સ્પર્ધા અંગેના તમામ નિયમો કચેરીના બ્લોગ એડ્રેસ **Youthofficergandhinagar. wordpress.com** પરથી અને કચેરી પરથી મેળવી શકાશે, તેવું જિલ્લા યુવા વિકાસ અધિકારી કુ. તેજલ ચૌહાણે જણાવ્યું છે.

વાઈબ્રન્ટ સમિટને પગલે અવનવા ભીંતચિત્રો બનાવાયા

દરેક ચિત્રો દ્વારા જુદા જુદા સંદેશા વ્યકત કરવામાં આવ્યા છે



ગાંધીનગર, તા.૧૫

શહેરમાં જાન્યુઆરી મહીનામાં યોજાનારી વાઈબ્રન્ટ સમિટને અનુલક્ષીને નગરમાં સુશોભનના વિવિધ કામો હાથ ધરવામાં આવ્યા છે. જેમાં નગરને સુંદર બનાવવા માટે ખૂબ પ્રયાસો કરવામાં આવી રહ્યા છે ત્યારે વાઈબ્રન્ટ સમિટ યોજાનાર છે તે વિસ્તારની ફરતે દિવાલો પર કલાકૃતિ એટલે કે ભીંતચિત્રો તૈયાર કરવામાં આવ્યા છે. જેમાં દરેક ભીંતચિત્ર એક સંદેશ આપી રહ્યું છે તે રીતે તૈયાર કરેલ છે.

કોરોનાકાળ દરમિયાન સૌને ઉપયોગી બનેલા જીવનદાન આપ્યું છે એવા રીયલ લાઈફ હીરો-ડૉકટર, નર્સ, પોલીસ સ્ટાફને સુંદર રીતે ભીંતચિત્રમાં દોરવામાં આવ્યા છે. કોરોનાકાળમાં જેમણે વોરિયર્સ તરીકે ફરજ બજાવી હતી તે તમામને આ ચિત્ર દ્વારા હાઈલાઈટ કરવામાં આવ્યા છે. ત્યારબાદ સ્વચ્છ ભારતનું ભીંત ચિત્ર બનાવ્યું છે જેમાં કાળુ નાણું, આતંકવાદ, ચાઈનીઝ વસ્તુઓ, કચરો, નશાયુકત પદાર્થો, આર્ટિકલ ૩૭૦, ગંગાનું પ્રદૂષણ, ભાવવધારો દૂર કરીને સ્વચ્છ ભારત બનાવીએ તેવું ચિત્ર તૈયાર કરવામાં આવ્યુ છે. ગાંધીનગર મહાનગરપાલિકા દ્વારા ચાલી રહેલ અલગ કચરાપેટીઓ વિશે પણ એક સુંદર ભીંતચિત્ર બનાવેલ છે સૌથી વધારે કોરોના મહામારીને લગતા ભીંતચિત્રો દ્શ્યમાન થઈ રહ્યા છે.

કોરોના મહામારીથી બચવા માટે વેકિસન, માસ્ક, સેનેટાઈઝર, સોશિયલ ડિસ્ટન્સ જરુરી છે તેવા અનેક કોરોના મહામારીને અનુલક્ષીને ભીંતચિત્રો તૈયાર કરાયા છે. આ દરેક ચિત્રો જુદા જુદા આર્ટીસ્ટ દ્વારા બનાવવામાં આવ્યા છે. જેમણે પોતાની કલાનું અદભૂત પ્રદર્શન આ ચિત્રો દ્વારા પ્રદર્શિત કર્યુ છે. આ સાથે વાઈબ્રન્ટ સમિટની પૂરજોશમાં તૈયારી ચાલી રહી છે. જેમાં માર્ગો પણ સુંદર રીતે નીખારવામાં આવી રહ્યા છે. દરેક માર્ગોની આજુબાજુ સાફસફાઈ કરીને કલર કામ કરવામાં આવી રહ્યું છે. રાત્રી દરમિયાન માર્ગોની રોનક નિખરે તે માટે થર્મોપ્લાસ્ટના પટ્ટા અને કેટઆઈ લગાવવાની કામગીરી હાથ ધરાઈ છે. પ્લાન્ટેશન કરવામાં આવી રહ્યું છે. વૃક્ષો ફરતે સુંદર રંગબેરંગી રોશની કરવામાં આવશે. શહેરમાં દિવાળી અને નૂતનવર્ષમાં ઘરે રોશની કરવામાં આવે છે તેમ વાઈબ્રન્ટમાં આખું શહેર સજી ઉઠશે.

શહેરમાં નાના મોટા દબાણો પણ દૂર કરવાની કાર્યવાહી હાથ ધરવામાં આવી રહી છે. સુશોભનની સાથે સાથે સલામતીના ભાગરૂપે સંપૂર્ણ તૈયારીઓ કરવામાં આવી રહી છે. વાહનોના પાર્કીંગની સુવિધાઓ માટે મેદાનોની વ્યવસ્થાઓ કરવામાં આવશે. તેથી ઘણા બધા દબાણો હટાવવાની કામગીરી તંત્ર દ્વારા કરવામાં આવશે.

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

● મુકિતધામ ●
- સ્વ. વાઘેલા બકુલસિંહ ગાંડાજી, ઉ.વ. ૫૯, બાસણ, નવા

● રૂદ્રભૂમિ ●
- સ્વ. ઈન્દ્રપુરી ખુશાલભાઈ મોહનભાઈ, ઉ.વ. ૭૧, સરગાસણ
- સ્વ. ત્રિવેદી પ્રભાવતી જયંતીલાલ, ઉ.વ. ૯૩, સેકટર-૪