ગાંધીનગર સમાચાર

ગાંધીનગર તાપમાન
મહત્તમ : ૨૮.૦ ડીગ્રી
લઘુત્તમ : ૨૪.૦ ડીગ્રી
ભેજ
સવારે ૯૫ ટકા ● સાંજે ૯૫ ટકા

શહેરની આસપાસ મકાઈ ડોડાની બોલબાલા

ઝરમર ઝરમર વરસાદમાં મકાઈનો સ્વાદ માણવાનો યુવાનોમાં ભારે ક્રેઝ : હાઈવે પર મકાઈ ખાવા જવાનો ઉલ્લાસ

ગાંધીનગર, તા.૨૬

ઝરમર વરસાદ વરસતો હોય ત્યારે ગરમાગરમ મકાઈ ખાવાની કતાર જોવા મળે છે. વરસાદની સિઝનમાં આ લારીઓ પર ભારે ભીડ જોવા મળે છે. દેશી મકાઈડોડો બંનેનો સ્વાદ અદભુત હોય છે. મકાઈ સ્વાસ્થ્ય મટે પણ ખૂબ ફાયદાકારક છે. ચોમાસાની શહેરમાં ફૂટપાથ પરની લારીઓમાં શહેરીજનો મકાઈડોડાની મજા માણતા ચોમાસાની ઋતુનો આનંદ

કંઈક અલગ જ મજા છે. હાલમાં ચોમાસું જામ્યું છે ત્યારે હાઈવે પર મકાઈ ખાવા જવાનો ક્રેઝ વધ્યો છે. ગાંધીનગર-અમદાવાદ હાઈવે અને ચિલોડા હાઈવે પર મકાઈની લારીની લાંબી

ચોમાસુ આવતાં જ ફૂટપાથ પરની લારીઓમાં શેકાતા મકાઈડોડાની મીઠી સોડમ મોંમાં પાણી લાવી દે છે. ચોમાસાની ઋતુમાં મકાઈ ખાવી ઘણાને પસંદ હોય છે. સ્વીટ કોર્ન હોય કે સિઝન દરમિયાન મકાઈ ખાવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. મકાઈમાં અનેક મહત્વપૂર્ણ પોષકતત્વો અને ફેટી એસિડ મળી આવે છે જે આપણને આખું વર્ષ તંદુરસ્ત રાખી શકે છે ત્યારે લઈ રહ્યા છે. અમેરિકન મકાઈડોડાની માંગ દેશી મકાઈ ડોડા કરતા વધારે હોય છે કારણકે અમેરિકન મકાઈ સ્વાદમાં સ્વીટ હોય છે. તેમાં પણ જયારે લીંબુ અને ચાટ મસાલાનો ઉમેરો કરવામાં આવે ત્યારે સ્વાદ કાંઈક અલગ જ હોય છે. નાના બાળકો, યુવાનો અને સિનિયર સિટિઝન્સ ચોમાસાની ઋતુમાં મકાઈડોડાનો સ્વાદ માણી રહ્યા છે. રિમઝીમ વરસાદ વરસતો હોય અને ગરમા ગરમ મકાઈડોડા ખાવાની મજા જ અલગ હોય છે. આ સ્વાદિષ્ટ મકાઈ ડોડા ૨૦ થી ૩૦ રૂપિયામાં ફૂટપાથની લારીઓમાં વેચાઈ રહ્યા છે.

મકાઈ ખાવાથી સ્વાસ્થ્યને થતા લાભ

● **ફાઈબરનું ઊંચું પ્રમાણ**

મકાઈમાં ભરપૂર પ્રમાણમાં ફાઈબર હોય છે. જે આંતરડા માટે ખૂબ જ જરૂરી છે. મકાઈનું સેવન કરવાથી કબજિયાતની સમસ્યા થતી નથી અને પેટ લાંબા સમયથી ભરાયેલું હોય તેવું લાગે છે તેમાં રહેલા દ્રવ્ય ફાઈબર બ્લડ શુગર લેવલને કંટ્રોલ કરવામાં મદદરૂપ થાય છે.

● **વિટામીનથી ભરપૂર**

મકાઈમાં વિટામીન બીનું પ્રમાણ પણ ઊંચું હોય છે. વિટામીન બી વાળ અને હાડકાં માટે ખૂબ જરૂરી છે. તે શરીરના ઉર્જાના સ્તરને જાળવી રાખવામાં મદદ કરે છે. આ ઉપરાંત તેમાં વિટામીન એનું પણ પ્રમાણ વધુ હોય છે. જે રોગપ્રતિકારક શકિત મજબૂત બનાવે છે.

● **એન્ટીઓકિસડન્ટનું વધુ પ્રમાણ**

મકાઈમાં એન્ટીઓકિસડન્ટના ગુણો ભરપૂર પ્રમાણમાં હોય છે. જે કોઈ પણ પ્રકારના ઈન્ફલેમેશનને ઓછું કરે છે. આ સાથે જ તણાવથી પણ બચાવે છે. તેમાં કેરોટેનોઈડસ, લ્યુટીન અને જેકસેન્થીન જેવા એન્ટીઓકિસડન્ટ હોય છે જે આંખોને તંદુરસ્ત રાખે છે.

● **વજન ઘટાડવા મદદરૂપ**

મકાઈમાં હાઈ ફાયબર મળી આવે છે. તેનું સેવન કરવાથી લાંબા સમય સુધી પેટ ભરેલું હોય તેવો અનુભવ થાય છે. પરિણામે શરીરમાં વધુ પડતી કેલરી થતી નથી. જેનાથી વજન ઓછું કરવામાં મદદ મળે છે.

એસ.વી. સ્કૂલમાં ગુરુપૂર્ણિમા ઉજવાઈ

ગાંધીનગર, તા.૨૬

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ, ગાંધીનગર સંચાલિત એસ.વી. ઈંગ્લિશ મીડિયમ પ્રિ-સ્કૂલમાં ફ્લાવર ડે દ્વારા ગુરુપૂર્ણિમાની ઓનલાઈન ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. શાળા પરિવારે સરસ્વતી માતા તથા માણેકલાલ એમ. પટેલ (પૂર્વ ચેરમેન)ના ફોટાને કુમકુમ તિલક કરી, ફૂલો અર્પણ કરી, તેમના આશીર્વાદ લીધા હતા. ફ્લાવર ડે નિમિત્તે બાળકોએ જાતજાતના ફૂલો અને ફૂલોના ગુલદસ્તા લઈને ઓનલાઈન કલાસમાં હાજરી આપી હતી. શિક્ષિકાઓના માર્ગદર્શન પ્રમાણે આ ફૂલો તેમણે પોતાના માતા, પિતા તથા દાદા-દાદીને અર્પણ કરી, તેમના આશીર્વાદ લીધા હતા. શિક્ષિકાઓએ બાળકોને ગુરુપૂર્ણિમાનું અને તેમના જીવનના પહેલા ગુરુ એવા તેમના માતા-પિતાનું મહત્વ સમજાવી, વિદ્યા, બુદ્ધિ, તંદુરસ્તી અને સ્વસ્થ જીવનના આશિષ આપ્યા હતા.

આર.એન. પટેલ પ્રાયમરી સ્કૂલમાં ગુરૂપૂર્ણિમાની ઉજવણી કરાઈ

ગાંધીનગર, તા.૨૬

ગાંધીનગર સેકટર-૨૩માં આવેલી શ્રીમતી આર.એન. પટેલ પ્રાયમરી સ્કુલમાં ગુરૂપૂર્ણિમાની ઓનલાઈન ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. જેમાં શાળાના આચાર્ય અર્ચનાબેને ગુરૂપૂર્ણિમાનું મહત્વ સમજાવ્યું હતું તથા સાહિલભાઈ અને રોનકભાઈ દ્વારા ગીત અને વકતવ્ય રજુ કરવામાં આવ્યું હતું. વિદ્યાર્થીઓએ કૃતિઓ રજુ કરી હતી. વિદ્યાર્થીઓએ ઘરે રહીને પોતાના માતા-પિતાનું પૂજન કર્યું હતું. કાર્યક્રમનું સંચાલન કેતનભાઈ અને અર્ચનાબેન દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

રાંધેજા ખાતે આવેલ ગાંધીનગર ઈન્ટરનેશનલ પબ્લીક સ્કૂલ, દ્વારા ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. જેમાં વિદ્યાર્થીઓએ ગુરુનું મહત્વ દર્શાવતા કાર્ડ, વિડિયો, સ્પીચની રજૂઆત કરવામાં આવી હતી. ભાગ લેનાર વિદ્યાર્થીઓને સંસ્થાના આચાર્ય અને શિક્ષણગણ દ્વારા પ્રોત્સાહન પુરુ પાડવામાં આવ્યું હતું.

ચૌધરી મહિલા આર્ટસ કોલેજમાં ગુરૂપૂર્ણિમાની ઉજવણી કરાઈ

ગાંધીનગર, તા.૨૬

ગાંધીનગર સેકટર-૭માં આવેલી પી.કે. ચૌધરી મહિલા આર્ટસ કોલેજમાં ગુરૂપૂર્ણિમાની ઉજવણી ઓનલાઈન અને ઓફલાઈન કરવામાં આવી હતી. જેમાં સ્કુલના આચાર્ય ડૉ. એમ.એમ. ચૌધરીએ પ્રાસંગિક ઉદબોધન કરી પ્રસંગનું મહત્વ સમજાવ્યું હતું અને પ્રોફેસર ભરતસિંહ રાવે સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન કર્યું હતું. કાર્યક્રમનું આયોજન સંસ્કૃત વિભાગના ડૉ. મીનાબેન વ્યાસ દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું આ પ્રસંગે વિદ્યાર્થીનીઓએ ઓનલાઈન અને ઓફલાઈન બંને મોડમાં પ્રાસંગિક વકતવ્ય આપ્યું હતું. કાર્યક્રમનું સંચાલન વિદ્યાર્થીની નિશા બ્રહ્મભટ્ટ, વિધિ નાયીએ કર્યું હતું. કાર્યક્રમને અંતે આભારવિધિ ડૉ. એન.કે. પટેલે કરી હતી.

વરસાદ પડે એની સાથે કેટલીક મુશ્કેલીઓ પણ ઉભી થાય છે. ગાંધીનગરની જમીન ખૂબ પોચી હોવાથી જરાક વરસાદ પડતાં ઠેર ઠેર ખાડા અને ભૂવા પડી જાય છે. સેકટર-૨૩ શોપીંગ સેન્ટરની પાછળના રોડ પાસે ગુરુકુલ સ્કુલ જવાના રોડ પર ખાડામાં કાર ફસાઈ ગઈ હતી. મહામુશ્કેલીથી કારને બહાર કાઢવામાં આવી હતી.

સે-૬માં જરૂરિયાતમંદ વર્ગના બાળકોને પગરખાં વિતરણ કરાયું

શહેરના 'સેવા' ગૃપ દ્વારા રવિવારે સવારે સેક્ટર-૬માં વસતા શ્રમજીવી પરિવારના બાળકોને પગરખાં તથા બિસ્કીટ વિતરણનો કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો. આ કાર્યક્રમમાં સામાજિક અગ્રણી પ્રદીપસિંહ વાઘેલા સહિત અશ્વિન સુહાન, વિજયસિંહ માજીરાણા, યોગેન્દ્ર સિંહ ચાવડા, જી.કે.પરમાર, મહેશ જીરાવાલા, અરૂણભાઈ પટેલ, ડી.એમ.મકવાણા, ભરતસિંહ બારડ, જય સાકરિયા, કેવલ ત્રિવેદી, ધીરુભાઈ પરમાર, અનિલભાઈ મુલ્યાણી, શુભમ બારોટ તથા વિશાલ સિંહ ચાવડા ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. સેવા કાર્ય માટે પગરખાંનું દાન સે.૨૪ના બોમ્બે ફૂટવેરવાળા કિરણભાઈ દવે તરફથી આપવામાં આવ્યું હતું.

ગાંધીનગરના સરગાસણ ચાર રસ્તા નજીકની ઉવારસદની ટીપી વિસ્તારની શરણ રેસીડેન્સીથી સ્વાગત ફ્લેમિંગો જવાનો માર્ગ અત્યંત કથળી ગયો છે. બિસ્માર હાલત વાળા માર્ગમાં અનેક સ્થળોએ નાના-મોટા ખાડા પડી જવાને કારણે વખતોવખત દ્વિચક્રી વાહનો ગબડી પડવાના બનાવો પણ સર્જાય છે. આજે પણ એક છકડો રીક્ષા પાણી ભરેલા ખાડામાં પલટી મારી ગઈ હતી. આ માર્ગનું સમારકામ તાત્કાલિક ધોરણે હાથ ધરવામાં આવે તેવી માંગ આ વિસ્તારમાં વસતા વસાહતીઓમાં ઉઠવા પામી છે.

સે-૧૩બીમાં ગટર ઉભરાવાની 'આપ'ની રજુઆત

ગાંધીનગર, તા. ૨૬

ગાંધીનગરમાં છેલ્લાં કેટલાંક સમયથી વિવિધ સેકટરોમાં ગટર ઉભરાવાની સમસ્યાએ માથું ઉંચક્યું છે જેના કારણે વસાહતીઓ પરેશાનીનો ભોગ બની રહ્યાં છે. શહેરના સેકટર-૧૩બીમાં પ્લોટ નં. ૮૭૮ પાસે પણ ગટર ઉભરાવાની સમસ્યાને સમગ્ર વિસ્તારમાં દુર્ગંધ પ્રસરવા પામી છે જેના કારણે વસાહતીઓ પરેશાનીનો ભોગ બની રહ્યા છે. આ સમસ્યાને પગલે સેક્ટર-૧૩નો જેમાં સમાવેશ થાય છે તે મનપાના વોર્ડ નં.૬ના આમ આદમી પાર્ટીના ઉમેદવારો દ્વારા સંયુક્ત રીતે આજે પાટનગર યોજના ભવન ખાતે પેટા વિભાગ નં.૯ના કાર્યપાલક ઈજનેરને લેખિત રજુઆત કરવામાં આવી છે. તેમણે આપેલ લેખિત નિવેદનમાં સે.૧૩બીની મુખ્ય ગટરલાઈન ચોકઅપ હોવાની રજુઆત કરવા સાથે આ સમસ્યાને સત્વરે ઉકેલવા વિનંતી કરી છે.

ગાંધીનગરના સેકટર-૨૨માં જૈન દેરાસર ખાતે ચાતુર્માસ પ્રસંગે પધારેલ રાષ્ટ્રીય સંત પૂ. આચાર્ય પદ્મસાગરસૂરીશ્વરજી મ.સા.ને ચાતુર્માસ દરમ્યાન ગુરુ ભગવંત દ્વારા ૧૪૪૪ ગ્રંથના રચયિતા પૂ. હરિભદ્રસુરીજી રચિત ધર્મ બિંદુ ગ્રંથનું વાંચન કરવામાં આવશે. આ પવિત્ર ગ્રંથ વહોરવાનો લાભ શાહ નગીનદાસ નરોત્તમદાસ પરિવારે લીધો હતો.

એસ. કે.પટેલ કે.જી ઈંગ્લિશ મીડિયમ સ્કૂલ દ્વારા ઓનલાઈન ગ્રાન્ડપેરેન્ટ્સ ડે ઉજવાયો

શાળામાં અભ્યાસ કરતાં બાળકોમાં ઉત્તમ સંસ્કારોનું સિંચન થાય તે માટે એસ. કે.પટેલ કે.જી. ઈંગ્લિશ મીડિયમ સ્કૂલ દ્વારા ઓનલાઈન ગ્રાન્ડપેરેન્ટ્સ ડે નો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવ્યો હતો. વૃદ્ધો એ આપણાં ઘરના કેન્દ્રમાં કિંમતી રત્ન છે અને એ અમૂલ્ય રત્નની કાળજી કેવી રીતે કરવી અને તેમનો આદર સત્કાર કેવી રીતે કરવો જોઈએ તેની વાતો શિક્ષિકાઓએ ઓનલાઈન ક્લાસમાં કરી હતી. આ કાર્યક્રમમાં દાદા-દાદી એ ભાગ લીધો હતો. બાળકોએ પુજા થાળી તૈયાર કરીને દાદા-દાદી અને વડીલને કંકુ તિલક કરીને આરતી ઉતારી આશીર્વાદ પ્રાપ્ત કર્યા હતાં.

આદિવાસી સમાજના યુવાનો માટે સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાના તાલીમ વર્ગોનું આયોજન

ગાંધીનગર, તા.૨૬

શ્રી ડુંગરી ગરાસિયા સેવા સમાજ ટ્રસ્ટ, ગાંધીનગર દ્વારા વર્ગ-૩ સંવર્ગની રાજય સરકાર, પંચાયત સેવા, પોલીસ ભરતી અને આરોગ્ય સેવાની ખાલી જગ્યા ભરવા માટેની સંભવિત ભરતી જાહેરાતોને અનુલક્ષીને ગાંધીનગર ખાતે ગાંધીનગરની નામાંકિત તાલીમ સંસ્થાઓના સહયોગથી સમાજના યુવાનો માટે રાહત દરે સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાના તાલીમ વર્ગોનું આયોજન કરવામાં આવશે. આ તાલીમમાં જોડાવા ઈચ્છુક યુવાનોએ પ્રવેશ માટેનું નિયત અરજી પત્રક શૈક્ષણિક લાયકાત તથા જાતિ પ્રમાણપત્રના સાપ્રમાણિત ઝેરોક્ષ નકલ સાથે ભરતભાઈ મોડિયા (પ્રમુખ ડુંગરી ગરાસિયા સેવા સમાજ ટ્રસ્ટ)ને જમા કરાવવાનું જણાવેલ છે. આ ફોર્મ જાહેરાત પ્રસિધ્ધ થયાના ૭ દિવસમાં જમા કરાવવાનું રહેશે. મો.નં. ૯૭૧૨૭૩૨૪૫૬ પરથી ફોર્મ મેળવી શકાશે અને આ ફોર્મ પ્લોટ નં. ૨૫૫/૨, સેકટર-૨બી, ઈન્ફોસીટી સામે દિન ૭માં જમા કરાવવાનું રહેશે.

વાણિજ્ય કોલેજમાં કારગીલ વિજય દિવસ ઉજવાયો

ગાંધીનગર, તા.૨૬

ગાંધીનગરના સેક્ટર-૧૫ ખાતેની સરકારી વાણિજ્ય કોલેજમાં આજે એનસીસી ડિપાર્ટમેન્ટ તેમજ લાઈબ્રેરી ડિપાર્ટમેન્ટના સંયુકત ઉપક્રમે કારગીલ વિજય દિવસની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી જે અંતર્ગત પોસ્ટર મેકિંગ સ્પર્ધા, વૃક્ષારોપણના આયોજન સાથે 'ગ્રેટ પર્સનાલિટી ઓફ ઈન્ડિયા' થીમ ઉપર પુસ્તક પ્રદર્શન યોજવામાં આવ્યું હતું. કાર્યક્રમમાં કોલેજના એન. સી. સી. કેડેટ, વિદ્યાર્થીઓ તેમજ સમગ્ર સ્ટાફે ભાગ લીધો હતો. એન. સી. સી. કોર્ડીનેટર ડૉ. બીપીન ખાંટ તેમજ તેમજ લાઈબ્રેરિયન પારુલબેન ચાવડાએ સમગ્ર કાર્યક્રમનું સફળ સંચાલન કર્યું હતું. કોલેજના આચાર્ય ડૉ. એ. એન. સુતરીયાએ વિદ્યાર્થીઓને કારગીલ વિજય દિવસ ઉપર માર્ગદર્શન આપીને યુવાનોને પ્રોત્સાહિત કર્યા હતા.

જન્મદિને વધામણી

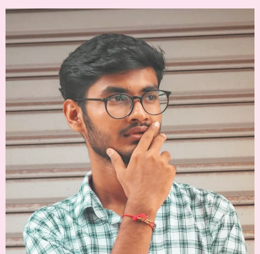
હરકાંતભાઈ અનંતપ્રસાદ ભટ્ટ
મો. ૯૪૨૭૬ ૨૪૦૪૮

પ્રકાશ એમ ગુરુબક્ષાણી
મો. ૯૪૨૭૩ ૩૫૧૬૯

ઈન્દ્રજિતસિંહ એસ રાઠોડ
મો. ૭૮૮૪૯ ૯૮૬૫૯

સુભાષચંદ્ર એસ નાયી
મો. ૯૭૩૭૧ ૯૪૧૪૭

જય રાજુલ ભટ્ટ
મો. ૯૦૩૩૮ ૬૨૬૫૪


વસિષ્ઠસિંહ વાઘેલા
મો. ૯૯૦૪૧ ૩૫૩૨૦

જયુબા મહાવીરસિંહ રાણા
મો. ૯૫૩૭૭ ૫૩૭૩૪

વિશ્રમ વિવેક રાવલ

રીયા રાજેશભાઈ પટેલ

ચિરવિદાય

● મુક્તિધામ ●

- સ્વ. દંતાણી રામુભાઈ નટવરભાઈ, ઉ.વ. ૩૫, કુડાસણ
- સ્વ. ઠાકોર ગણેશજી ગાભાજી, ઉ.વ. ૫૩, પેથાપુર
- સ્વ. પટેલ ઉર્મિલાબેન યોગેશકુમાર, ઉ.વ. ૬૬, સેક્ટર-૨૯