ગાંધીનગર સમાચાર

કટોકટીના સમયમાં બાળકોને પ્રેમ, હૂંફ અને સલામતી કઈ રીતે આપીશું?

પરિવારનો માળો-સલામત અને હૂંફાળો

કેમ છો? આ પ્રશ્નના જવાબમાં બધા જ લોકો એમ જ કહે છે કે હાલ તો ઘરે છીએ.

હવે બીજો પ્રશ્ન. ઘરમાં કેમ છો?આ પ્રશ્નના જવાબમાં અનેકાનેક જવાબો સાંભળવા મળશે. મજામાં, કંટાળો આવે છે, પુરાયેલા છીએ, ભરાઈ પડ્યા છીએ,ટાઈમપાસ કરીએ છીએ વિગેરે... તમારો જવાબ શું છે?

હાલ કોરોના મહામારીના કારણે સમગ્ર દેશ લોકડાઉન પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થઈ રહ્યો છે. ત્યારે એકબીજાને ખબર અંતર પુછતા ટેલીફોન સમયે આ પ્રકારના જવાબો સાંભળવા મળી રહ્યા છે. શાળા-મહાશાળાઓ, કચેરીઓ અને ધર્મસ્થાનો બધું જ આ લોક ડાઉનના કારણે નિશ્ચેતન છે.

કટોકટીના આ સમયમાં સતત ઘરમાં જ રહેવાના કારણે બાળકો અને વાલીઓ અનેક પ્રકારની સમસ્યા અનુભવી રહ્યા હશે. લોકડાઉન સ્થિતિને કારણે અનેક પરિવારોમાં ચિડીયાપણું, સતત ચિંતા, ખાવાપીવાની આદતોમાં ફેરફાર, ઓછી અથવા વધુ પડતી નિંદ્રા, નિરાશા, ગુસ્સો વિગેરે જેવી વર્તન આધારિત સમસ્યાઓ અનુભવાઈ રહી હશે...

આ કપરા કાળમાં માત્ર ઈન્ટરનેટ અને સોશિયલ મીડિયા પર આધારીત રહેવાને બદલે આફતના સમયને અવસરમાં બદલી પરીવાર સાથેના સમયને ગુણવત્તાયુક્ત, પ્રેરણાદાયી અને એક-મેક પ્રત્યેની લાગણીના અનુબંધ આધારીત બનાવીએ તો? જવાબ તો હા જ હોય એ સ્વાભાવિક છે. સેલફોન અને લેપટોપ પર ફરતી આંગળીઓ જ્યારે બાળકોના માથા પર વ્હાલથી ફરશે ત્યારે પરીવાર એક હુંફાળો માળો બની જશે. કહેવાનો અર્થ આટલો જ કે લોક ડાઉનના આ સમયને આપણે સંતાનોના વાત્સલ્યભર્યા ઘડતર અને પારિવારિક મુલ્યોના સંવર્ધનમાં ફાળવીને આપણા પરીવારરૂપી માળાને સલામત અને હુંફાળો બનાવીએ.

અત્યારે રાજ્યના લગભગ અડધા કરોડ જેટ્લા બાળકો-તરુણો ઘરમાં છે ત્યારે માત્ર શૈક્ષણિક પ્રવુત્તિઓ જ નહીં પણ વિદ્યાર્થી તથા તેમના પરીવારોના મનોસામાજિક સ્વાસ્થ્યના સંવર્ધન માટે રાજ્યનો શિક્ષણ વિભાગ સતત ચિંતનશીલ છે. ગુજરાતના મા.શિક્ષણમંત્રીશ્રી ભુપેંદ્રસિંહ ચુડાસમાના માર્ગદર્શનથી જીસીઈઆરટીના મા.નિયામકશ્રી ટી.એસ. જોશીની રાહબરી હેઠળ દશ્યશ્રાવ્ય કાર્યક્રમ ‘પરિવારનો માળો-સલામત અને હુંફાળો‘ તૈયાર કરવામાં આવ્યો છે. આ કાર્યક્રમ દરરોજ વંદે ગુજરાત ચેનલ (નં. ૫

પ્રસંગસર

દીપક તરૈયા ‘ઉદ્દીપક’

થી ૮ ડીટુએચ નેટ્વર્ક તથા જિઓ ટીવી એપ ઉપરાંત યુ ટ્યુબ ચેનલ ‘ઉદ્દીપક’ (https://youtube/DVdG-rMyIsA) પર જોઈ શકાય), વર્ક પ્લેસ, જીસીઈઆરટી ની વેબસાઈટ અને સોશિયલ મીડિયાના ડિઝિટલ માધ્યમથી શિક્ષકો દ્વારા વિવિધ પ્રવુત્તિઓ વિદ્યાર્થીઓના ઘર સુધી પહોચી રહી છે.

જીસીઈઆરટી દ્વારા નિર્મિત ’પરિવારનો માળો-સલામત અને હુંફાળો’ આ કાર્યક્રમ માં...

૧. કટોકટીના સમયમાં બાળકો સાથે વાતચીત અને સંવાદ કેવી રીતે કરવો તે બાબતનું માર્ગદર્શન (આરોગ્યક્ષેત્રે કાર્યરત વિશ્વપ્રસિદ્ધ સંસ્થા ‘સેન્ટર ફોર ડિસિઝ કંટ્રોલ એન્ડ પ્રિવેંશન’-CDC ની માર્ગદર્શિકા મુજબ)

૨. આ સમયગાળા દરમ્યાન પરિવારમાં કેવા પ્રકારની રમતો અને પ્રવુતિઓ દ્વારા બાળકોની મનો-સામાજિક માવજત કરી શકાય અને પારિવારિક માહોલને આનંદમય બનાવી શકાય તેનું માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું છે.

સંતાનો સાથે હૃદયપુર્વક સંવાદની અગત્યતાઃ

આરોગ્યક્ષેત્રે વૈશ્વિક માન્યતા ધરાવતી પ્રખર સંસ્થા ‘ સેન્ટર ફોર ડિસિઝ કંટ્રોલ એન્ડ પ્રિવેંશન’-CDCની માર્ગદર્શિકા મુજબ આ સમયે બાળકોને સતત ટૉક ટૉક કરવાના બદલે હૃદયપુર્વક્ની વાતચીત કરવી ખૂબ જરૂરી છે.

આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે બાળકો એ આનંદ, ઉત્સાહ અને ઉલ્લાસના કાયમી ‘બ્રાંડ એમ્બેસેડર’ હોય છે. પરંતુ તેઓ પણ સતત ઘરમાં રહીને કંટાળ્યા હોઈ શકે છે. સતતપણે થયા કરતી કોરોનાચર્ચાઓની બાળકોના મનોસામાજિક સ્વાસ્થ્ય પર નબળી અને અવળી અસરો થઈ શકે છે. બાળકો સાથે વાતચીત કરતી વખતે નીચે મુજબની ભલામણો ધ્યાનમાં લેવી જરૂરી છે.

● શાંત અને હિંમતવાન-ધૈર્યવાન બની રહો.

યાદ રહે કે બાળકો તમે શું કહી રહ્યા છો અને કેવી રીતે કહી રહ્યા છો એ બન્ને પ્રત્યે પ્રતિક્રિયા આપે છે. તેઓ એમની સાથેના અને તમારા અન્ય સાથેના વાતચીતના સંકેતો ઝડપથી સમજી જાય છે. દા.ત. ફોન પર વાત કરતી વખતે તમે ચિંતિત હોવ અને બાળકને તમે એવું સમજાવતા હોવ કે ગભરાવાની જરૂર નથી.

● વાતચીત માટે સમય ફાળવો.

● બાળકોને સાંભળવા (LISTEN) અને તેમની સાથે વાતચીત કરવા માટે ઉપલબ્ધ/તૈયાર રહો.

● બાળકોને કોઈ મૂંઝવણ/પ્રશ્નો હોય કે તેઓ કંઈક કહેવા માગતા હોય ત્યારે એ તમારી પાસે આવી શકે અને સહજતાથી પોતાની વાત કહી શકે તેવું ભાવાવરણ રચો. (અત્યાર સુધી ન રચી શક્યા હોવ તો અત્યારે શ્રેષ્ઠ સમય છે.)

● આ સમયગાળા દરમિયાન બાળકોને તમારું વિશેષ ધ્યાન અને સમય આપો જેથી તેઓ તેમની નિસબત, બીક અને મૂંઝવતા પ્રશ્નો રજુ કરી શકે.

● બાળકોને સમજાવતી વખતે કોઈના પ્રત્યે દોષારોપણ કે તિરસ્કાર ઊભો થાય તેવી ભાષામાં વાત ન કરો.યાદ રાખીએ કે વિષાણુનો ચેપ કોઈને પણ લાગી શકે છે. વિષાણુના ચેપને કોઈ ધર્મ, વંશ કે વંશીયતા લાગુ પડતી નથી.

● આ સમયમાં બાળકો ટેલિવિઝન, રેડિયો કે ઈંટરનેટ પર શું જુએ અને સાંભળે છે તેનું અવલોકન કરતા રહેવું ખૂબ જરુરી છે.

● કૉવીડ-૧૯ વિશેની માહિતિ અને સમાચાર દર્શાવતા સ્ક્રીન ટાઈમને ઘટાડી દો. એક જ વિષય પરની સતત અને વધુ પડતી માહિતિ ઘેરી ચિંતા (Anxiety) તરફ દોરી જાય છે.

● બાળકોની ઉંમર અને વિકાસના તબક્કા આધારિત યોગ્ય અને તથ્ય આધારિત માહિતી આપો.

● ઈંટરનેટ અને સોશિયલ મિડિયા પર આવતી અફ્વાઓ અને જુઠાણાયુક્ત માહિતિ કેવી રીતે ફેલાય છે તે બાબતે બાળકોને જાગ્રત કરો. (અહીં માતાપિતા અને શિક્ષકની ભૂમિકા ખુબ અગત્યની છે.)

(ક્રમશઃ)

ગ્રામસેવા સંકુલ સાદરા દ્વારા ગ્રામ સેવા હાથ ધરાઈ

ગાંધીનગર, તા. ૫

કોરોના વાઈરસ (કોવિદ-૧૯)ના મહાસંક્રમણને જડમૂળથી ઉખેડી હરાવવા માટે માત્ર ને માત્ર સામાજિક દૂરી એ રામબાણ ઈલાજ છે. ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ સંચાલિત મહાદેવ દેસાઈ ગ્રામસેવા સંકુલ - સાદરા આજુબાજુના ગામડાઓમાં દૂધ ઉત્પાદકો દૂધ ભરાવવા માટે દૂધમંડળીમાં જાય ત્યારે એકબીજા વચ્ચે ત્રણ ફૂટથી વધુ અંતર રાખે તેમજ નાક-મુખ ઉપર હાથ રુમાલ, અથવા માસ્ક બાંધે તેવું લોકશિક્ષણ ગ્રામજનોને, મંડળીના મંત્રીઓને ટેલિફોનિક વાતચીતથી, ઈ-મેલથી અને વોટ્સએપથી સંકુલના સંયોજક રમેશભાઈ પટેલ દ્વારા અપાઈ રહ્યાં છે. સંકુલના ગૃહપતિ સુરેશભાઈ પટેલ મોતીપુરા ગામમાં સામાજિક દૂરી સાથે નિષ્ઠાપૂર્વક જવાબદારી અદા કરી રહ્યા છે.

રોગપ્રતિકારક ગોળીઓનું વિતરણ કરાયું

ગાંધીનગર, તા. ૫

મહાદેવ દેસાઈ ગ્રામસેવા સંકુલ - સાદરાના સંયોજક પ્રા. રમેશભાઈ પટેલના માર્ગદર્શન હેઠલ સંકુલના વીસ પરિવારોને આરોગ્ય કેન્દ્રના ડૉ. નૈનેશ વસાવાએ કોરોના વાઈરસ સામે રોગપ્રતિકાર કરે તે માટેની હોમિયોપેથિક ગોળીઓનું ઘેર ઘેર જઈને વિનામૂલ્યે વિતરણ કરવાનું ઉમદા સેવા કાર્ય કર્યું.

પોલીસ જવાનોને ચા વિતરણ કરતી શાલીન-૫ની યુવા ટીમ

ગાંધીનગર, તા. ૫

વિશ્વ જયારે કોરોના વાઈરસાની મહામારીથી પરેશાન થઈ રહ્યું છે ત્યારે દેશવાસીઓ એકજૂથ થઈ કોરોનાને નાબૂદ કરવાના પ્રયત્નો કરી રહ્યાં છે. સરકાર લોકોને મદદરુપ થઈ રહી છે ત્યારે લોકોએ પણ પોતાની નૈતિક ફરજ સમજીને ગામ,શહેરની અનેક સાંસ્થાાઓ જરૂરિયાતમંદ લોકોની સેવા કરવા આગળ આવી છે.

ત્યારે વાવોલના શાલીન-૫ના યુવા સભ્યો દ્વારા ગાંધીનગર પોલીસ જવાનોને સાવાર-સાંજ નિશુલ્ક ચાનું વિતરણ કરવાનું કાર્ય આરંભ કર્યુ છે. જયાં સુધી લોકડાઉન રહેશે ત્યાં સુધી આ યુવા મિત્રો દ્વારા કાર્ય કરવામાં આવશે. આ કાર્યમાં શાલીન-૫ના ગૌરાંગ પટેલ, કિરીટ દરજી, સંજય પટેલ, સંકેત ગોર, વિજત ઠાકોર, દિપસિંહ કરી રહ્યા છે.

વૈશ્વિક મહામારી કોરોના સામે ચિલોડા પંથકમાં ખેતમજૂરી સહિત અન્ય છૂટક મજૂરી કરતા રોજમદાર શ્રમજીવીઓ તરીકે ઓળખાતા અસંખ્ય પરિવારોને પેટનો ખાડો પુરવામાં ભારે તકલીફ ના પડે તે હેતુથી જનસેવા એ જ પ્રભુ સેવા મંત્રને સાર્થક કરતા ચિલોડા સ્થિત વસંતી દે ઉર્ફે ચકુમાસી દ્વારા સેવાભાવી યુવાનોના સહકાર દ્વારા બે ટાઈમનું નિયમિત ભોજન સેવાયજ્ઞ શરુ કરવામાં આવ્યો છે. જેમાં અંદાજે ચિલોડા પંથકના હાચોલી વિસ્તાર, બંગળીવાળો વિસ્તાર, ગાંધીનગર રોડ સાઈડના રહીશો, ઈંદિરાનગરમાં રહેતા એક હજાર જેટલા જરૂરિયાતમંદો શ્રમિકોને બે ટાઈમનું ભોજન પૂરું પાડવામાં આવે છે.

ભારતીય સૈન્યએ અમદાવાદની સિવિલ હોસ્પિટલને રક્તદાન કર્યું

ગાંધીનગર, તા. ૫

કોવિડ-૧૯ મહામારીના કારણે હાલમાં ઉભા થયેલા કટોકટીના આ સમયગાળામાં નાગરિક વહીવટીતંત્રને મદદરૂપ થવાના આશયથી ભારતીય સૈન્યએ અમદાવાદ ખાતે સિવિલ મેડિકલ ઓથોરિટીની વિનંતીના પગલે ‘રક્તદાન શિબિર’નું આયોજન કર્યું હતું. અમદાવાદની સિવિલ હોસ્પિટલના બ્લડ ટ્રાન્સફ્યુશન વિભાગની વિનંતી પર ઝડપથી કામગીરી કરીને ૦૩ એપ્રિલ થી ૧૧ એપ્રિલ ૨૦૨૦ દરમિયાન અમદાવાદમાં આવેલી મિલિટરી હોસ્પિટલ ખાતે રક્તદાન શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે.

હંમેશા પોતાની જાત કરતા પણ વધુ પોતાની ફરજ પ્રત્યે પ્રતિબદ્ધ રહેતા જવાનોએ સ્વૈચ્છિક રીતે આ શિબિરમાં રક્તદાન કર્યું હતું. આ રક્તદાન શિબિરમાં સૈન્યના જવાનોએ ખૂબ જ ઉત્સાહપૂર્વક ભાગ લીધો હતો. સેવા આપી રહેલા ૧૦૦થી વધુ જવાનોએ અહીં સ્વૈચ્છિક રક્તદાન કરીને ‘સ્વ જાત પહેલાં સેવા’ની ભારતીય સૈન્યની પરંપરાને ખૂબ જ સારી રીતે આગળ ધપાવી હતી. રાષ્ટ્ર નિર્માણની તમામ પ્રવૃત્તિઓમાં અને કુદરતી આપત્તિની સ્થિતિમાં સૈન્ય હંમેશા અગ્રેસર રહે છે. જ્યારે પણ જરૂર પડે ત્યારે સૈન્ય દ્વારા રાષ્ટ્રને તમામ પ્રકારે મદદ કરવામાં આવે છે. આવા જ રક્તદાન શિબિરનું આયોજન ૦૧ થી ૦૪ એપ્રિલ ૨૦૨૦ દરમિયાન જામનગર ખાતે પણ કરવામાં આવ્યું છે.

ગાંધીનગરના અદાકારોએ ઈતિહાસનું સર્જન કર્યું

‘કોરોના કટ્સ’ નામની એક વેબ સિરિઝનું ઘેરબેઠાં નિર્માણ કર્યું અને સિરીઝ રિલીઝ પણ કરી

ગાંધીનગર, તા. ૫

ગાંધીનગરના યુવા કલાકારો પુનઃ એક વાર ઈતિહાસનું સર્જન કરીને વિશ્વફલક પર છવાયા છે. કોરોના સંક્રમણથી બચવા માટે દેશ અને દુનિયા દ્વારા પાળવામાં આવી રહેલા લોકડાઉન સમયગાળા દરમિયાન આ કલાકારોએ એક વેબ સિરીઝનું નિર્માણ કર્યું છે અને સિરીઝ રિલીઝ પણ કરી દીધી છે. શનિવારે આ અનોખી વેબ સિરીઝનો પહેલો ઍપિસોડ રિલીઝ થઈ ચૂક્યો છે. દરરોજ એક ઍપિસોડ રિલીઝ કરવાનું કલાકારોનું આયોજન છે.

ગાંધીનગરના જાણીતા નાટ્યકાર-પત્રકાર અને રાજ્ય સરકારના માન્યતાપ્રાપ્ત કલાકાર કુંતલ નિમાવત દ્વારા આ વેબ સિરીઝનું નિર્માણ, લેખન, દિગ્દર્શન કરવામાં આવ્યું છે. ‘કોરોના કટ્સ’ નામની આ સિરીઝમાં નગરના જ કલાકાર કર્તુમ તેરૈયા, જયનલ રાવલ, સાબિર મલેક, મૌન સાધુ, પ્રીતિ મહેતા, હાર્દિકા શુક્લ અને દિપલ પરમાર અભિનય આપી રહ્યાં છે. પુરુષપ્રધાન સમાજમાં પોતાના અસ્તિત્વનો અર્થ શોધતી નારીની કથા આ વેબ સિરીઝમાં અભિવ્યક્ત કરવામાં આવી છે.

જાણવા જેવી વાત એ છે કે આ સૌ કલાકારોએ લોકડાઉનનું ચુસ્તીથી પાલન કર્યું છે અને પોતપોતાનાં ઘરોમાં જ રહીને આ વેબ સિરીઝનું નિર્માણ કર્યું છે. આમ કોરોના લોકડાઉન દરમિયાન લોકડાઉનનું સંપૂર્ણ પાલન કરીને બનાવવામાં આવેલી અને આ જ સમયમાં રિલીઝ કરવામાં આવેલી દુનિયાની સૌપ્રથમ તથા આજની તારીખમાં એકમાત્ર એવી વેબ સિરીઝનું નિર્માણ કરીને ગાંધીનગરના આ કલાકારોએ વિશ્વવિક્રમ સર્જ્યો છે. સાથે સાથે જ આ સિરીઝના નિર્માણથી કલાકારોએ દુનિયાને એ સંદેશ આપવાનો પણ પ્રયાસ કર્યો છે કે પરિસ્થિતિ ગમે તેવી કપરી હોય, તેમાં આશાનું કિરણ તો હોય જ છે અને વ્યક્તિ ઈચ્છે તો કપરી પરિસ્થિતિને પણ સર્જનના સમયમાં તબદિલ કરી શકે છે.

યુટ્યુબ પર કેકે આર્ટ્સ (KK Arts) ચેનલ પર આ વેબ સિરીઝ નિહાળી શકાય છે.

અમે સહુએ અમારાં ઘેરબેઠાં જ અભિનય આપ્યો અને સિરીઝ તૈયાર થઈ ગઈ એ વાત અમારા માટે પણ આશ્ચર્ય ઉપજાવે તેવી છે. અને ખરેખર એના સર્જનનો આનંદ પણ છે. દુનિયામાં આ પ્રકારની વેબ સિરીઝ બનાવનારાં અમે સૌપ્રથમ કલાકારો છીએ એ જાણીને ગૌરવની લાગણી થાય છે.

- હાર્દિકા શુક્લ, અભિનેત્રી

હું માનું છું કે આ અનોખા કાર્યની સફળતાનું શ્રેય અમારા નિર્માતા-લેખક-દિગ્દર્શક શ્રી કુંતલ નિમાવતના શિરે છે. લોકડાઉનના આ સમયનો સદુપયોગ આવી રીતે કરી શકાય એવો વિચાર એમને જ આવ્યો હતો. એમણે એ વિચાર અમારી સમક્ષ મૂક્યો ને અમે બધાંએ ખુશ થઈને એ સ્વીકારી લીધો. એમની સ્ક્રીપ્ટ મુજબ અમે ઘેરબેઠાં અમારા મોબાઈલ ફોનથી શૂટિંગ કરીને દશ્યો એમને ઈમેઈલથી મોકલી દીધાં ને એમણે એડિટિંગ કરીને ઈતિહાસનું સર્જન કરી દીધું. મારી સલામ છે એમને અને મારી સમગ્ર ટીમને પણ જેણે આ ઈતિહાસ-સર્જનમાં ભાગીદારી નોંધાવી છે.

- કર્તુમ તૈરૈયા, અભિનેતા

ડાયરેક્ટ ❤ સે

રૂદ્રાશનો મણકો
હોય કે માનવી,
સાહેબ...
એક મુખવાળો જો
મળી જાય,
તો બેડા પાર....

જન્મદિને વધામણી

રમાબેન બી ઠાકર
ફોન : ૨૩૨૪૧૦૧૬
મો. ૯૦૩૩૫ ૭૧૯૦૫

કમલેશ એસ બેન્કર

ધૃવિલ કે થારેશા
મો. ૮૭૩૫૮ ૮૩૯૧૨

પ્રિયાંશી એ પટેલ

જન્મદિને વધામણી વિભાગ અંતર્ગત કોઈપણ વાચક પોતાની તસવીરો પ્રકાશન માટે મોકલી શકે છે. પરંતુ, વાચકોને વિનંતી છે કે મોડામાં મોડી આ તસવીરો જન્મદિવસ હોય તેના અગાઉના દિવસે એક વાગ્યા સુધીમાં અખબારને મળી જાય. વાચકો ઈચ્છે તો આ વિભાગમાં પ્રકાશન હેતુ પોતાની તસવીરો અગાઉથી પણ મોકલાવી શકે છે.

- સંપાદક