લોક પત્રિકા

www.lokpatrika.in LOK PATRIKA RNI No : GUJGUJ/2022/83673

તંત્રી : અવેશ માલવિયા । સ્થાપના ૨૦૧૦ । વર્ષ : ૦૩ અંક : ૨૨૫ । વિક્રમ સંવત ૨૦૮૧ : ફાગણ વદ ૧૪ । પાના - ૦૮ । કિંમત : ૪ । અમદાવાદ (ગુજરાત)

Editor : Avesh K Malaviya • Year : 03 • Issue : 225 • Dt.30-03-2025 Sunday • Page 08 • Price : Rs. 4 • Office : G-1301, Sardar Patel Nagar, Shastrinagar Char Rasta, Near Anmol Tower, Naranpura, Ahmeddabad-380013 • E-mail : lokpatrikanews1@gmail.com • Mob. 98252 52125

30 MARCH- 2025 SUNDAY

P.07

વિરાટ કોહલીએ ચેન્નાઈ સુપર કિંગ્સ સામે રેકોર્ડ બનાવ્યો,સૌથી વધુ રન બનાવ્યો

P.07

રૂમમાં ખૂબ સિગારેટ પીવડાવામાં આવતી હતી, નેહા કક્કરના જૂઠાણાને આયોજકોએ ખુલ્લો પાડ્યો

મ્યાનમારમાં વિનાશક આપત્તિમાં ઓછામાં ઓછા ૧,૦૦૨ લોકોના મોત

07

07

ટોળાએ ૧૬ લોકોની હત્યા કરી । તેમના માથા અને ખભા પર ટાયર ચોંટાડીને આગ ચાંપી દીધી

ભાડામાં ૧૦ ટકાનો વધારો કરાતા ગુજરાતના ૨૭ લાખ મુસાફરોને અસર કરશે

એસટીની તમામ બસના ભાડામાં ૧૦ ટકાનો વધારાનો સરકારે નિર્ણય લીધો છે, એસટી નિગમની તમામ લોકલ, એક્સપ્રેસ, ગુર્જરનગરી, સ્લીપર અને વોલ્વો બસના ભાડામાં આ વધારો લાગુ થશે, ૪૮ કિમી સુધી ૧ થી ૪ રૂપિયાનો વધારો કરવામાં આવ્યો, પહેલા વર્ષ ૨૦૨૩ માં ૨૫ ટકાનો વધારો ઝીંકાયો હતો

જનતા પર મોંઘવારીનો વધુ એક માર । એસટી બસના ભાડામાં વધારો

એસટીની તમામ બસના ભાડામાં ૧૦ ટકાનો વધારાનો સરકારે નિર્ણય લીધો, એસટી નિગમની તમામ લોકલ, એક્સપ્રેસ, ગુર્જરનગરી, સ્લીપર અને વોલ્વો બસના ભાડામાં વધારો લાગુ

। પ્રતિનિધિ, અમદાવાદ, તા.૨૯ ।

ગુજરાતની જનતા પર મોંઘવારીનો વધુ એક માર પડ્યો છે. આજથી એસટી બસમાં મુસાફરી મોંઘી બની છે. એસટી બસના ભાડામાં આજથી વધારો લાગુ કરવામાં આવ્યો છે. ભાડામાં ૧૦ ટકાનો વધારો કરાતા ગુજરાતના ૨૭ લાખ મુસાફરોને અ સર કરશે.

જીએસઆરટીસી દ્વારા બસના ભાડામાં આજથી વધારો લાગુ કરાયો છે. આજથી એસટીની તમામ બસના ભાડામાં ૧૦ ટકાનો વધારાનો સરકારે નિર્ણય લીધો છે. એસટી નિગમની તમામ લોકલ, એક્સપ્રેસ, ગુર્જરનગરી, સ્લીપર અને વોલ્વો બસના ભાડામાં આ વધારો લાગુ થશે. ૪૮ કિમી સુધી ૧ થી ૪ રૂપિયાનો વધારો કરવામાં આવ્યો છે. આ પહેલા વર્ષ ૨૦૨૩ માં ૨૫ ટકાનો વધારો ઝીંકાયો હતો. તેના બે વર્ષ બાદ સરકારે વધારો જાહેર કર્યો છે.

કયા રુટમાં કેટલું ભાડું વધ્યું છે તે જોઈએ તો અમદાવાદથી મહેસાણાનું ભાડું રૂ. ૯૫થી વધીને રૂ.૧૦૫,અમદાવાદથી વડોદરાનું ભાડું રૂ.૧૧૪થી વધીને રૂ.૧૨૫,અમદાવાદથી સુરતનું ભાડું રૂ.૧૯૪થી વધીને રૂ.૨૧૩,અમદાવાદથી રાજકોટનું ભાડું રૂ.૧૭૧થી વધીને રૂ.૧૮૮,અમદાવાદથી જામનગરનું ભાડું રૂ.૨૧૬થી વધીને રૂ.૨૩૮, અમદાવાદથી ભાવનગરનું ભાડું રૂ.૧૫૪થી વધીને રૂ.૧૬૯,અમદાવાદથી દાહોદનું ભાડું રૂ.૧૬૫થી વધીને રૂ.૧૮૨, અમદાવાદથી ગોધરાનું ભાડું રૂ.૧૨૧થી વધીને રૂ.૧૩૩,૨૭ થયું છે

એસટી બસના ભાડામાં બે વર્ષ બાદ સરકારે વધારો જાહેર કર્યો

દરરોજ ૨૭.૧૮ લાખ મુસાફરો એસ.ટી. બસમાં મુસાફરી કરે છે ગુજરાતમાં દરરોજ ૧૮.૨૧ લાખ ગ્રામીણ મુસાફરો, ૪૬ હજાર શહેરી મુસાફરો અને ૮.૩૦ લાખ વિદ્યાર્થીઓ એમ કુલ મળીને ૨૭.૧૮ લાખ મુસાફરો રાજ્યની એસ.ટી. બસમાં મુસાફરી કરે છે. ગુજરાત સ્ટેટ રોડ ટ્રાન્સપોર્ટ કોર્પોરેશનેની કુલ ૮,૩૨૦ બસ દરરોજ ૪૨,૦૮૩ જેટલી ટ્રીપ પૂરી કરે છે. તમામ બસોનું ૩૪.૫૨ લાખ કિલોમીટર જેટલું અંતર દરરોજ કાપે છે. ગુજરાતના ૧૮,૩૬૭ ગામડાઓ એટલે કે ૯૯.૩૪ ટકા ગામડાઓને એસ.ટી. નિગમે આવરી લીધા છે. રોજ સરેરાશ ૬૮,૦૦૦ ટિકિટ ઓનલાઈન બુક થાય છે.

રાજ્યમાં સૌથી વધુ ૩૮.૬ ડિગ્રી તાપમાન મહુવામાં નોંધાયું

ગુજરાત રાજ્યમાં હવામાનમાં આવ્યો પલટો । ગરમીથી મળી આંશિક રાહત

હવામાન નિષ્ણાત અંબાલાલ પટેલે આગાહી કરી છે કે આગામી ૨૮ થી ૩૦ માર્ચ દરમિયાન રાજ્યના કેટલાક વિસ્તારોમાં કમોસમી વરસાદ પડી શકે

। પ્રતિનિધિ, અમદાવાદ, તા.૨૯ ।

રાજ્યમાં માર્ચ મહિનાના અંતમાં ફરી એકવાર માવઠાની આગાહી કરવામાં આવી છે. હવામાન નિષ્ણાત અંબાલાલ પટેલે આગાહી કરી છે કે આગામી ૨૮ થી ૩૦ માર્ચ દરમિયાન રાજ્યના કેટલાક વિસ્તારોમાં કમોસમી વરસાદ પડી શકે છે. આ વરસાદને કારણે ખેડૂતોમાં ચિંતાનું મોજું ફરી વળ્યું છે, ખાસ કરીને કેરીના પાકને નુકસાન થવાની ભીતિ સેવાઈ રહી છે.અંબાલાલ પટેલના જણાવ્યા અનુસાર, દક્ષિણ ગુજરાત અને મધ્ય ગુજરાતના હવામાનમાં પલટો આવી શકે છે. આ વિસ્તારોમાં વાદળછાયું વાતાવરણ રહેશે અને હળવાથી મધ્યમ વરસાદ પ ડવાની શક્યતા છે. આ ઉપરાંત, દરિયા કિનારાના વિસ્તારોમાં પણ હવામાનમાં પલટો જોવા મળશે અને ત્યાં ૪૦ કિલોમીટર પ્રતિ કલાકની ઝડપે પવન ફૂંકાઈ શકે છે. રાજ્યના અન્ય ભાગોમાં પણ ભારે પવન ફૂંકાવાની શક્યતા છે. આ પવનને કારણે આંબા પરથી કેરીઓ ખરી જવાની ભીતિ છે, જેના કારણે ખેડૂતોને મોટું નુકસાન થઈ શકે છે. અગાઉ પણ માર્ચ મહિનામાં થયેલા કમોસમી વરસાદ અને પવનને કારણે કેરીના પ ાકને ઘણું નુકસાન થયું છે અને હવે ફરીથી માવઠાની આગાહીથી ખેડૂતોની ચિંતામાં વધારો થયો છે.

રાજ્યમાં ગરમીમાં આંશિક ઘટાડો થયો છે. આવતીકાલથી તાપમાનમાં વધારો થવાની આગાહી હવામાન વિભાગે કરી છે. મહત્તમ તાપમાનમાં ૨ ડિગ્રી જેટલો વધારો થશે. રાજ્યમાં સૌથી વધુ ૩૮.૬ ડિગ્રી તાપમાન મહુવામાં નોંધાયું છે.

શ્રી ઉત્તર દશક્રોઈ કડવા પાટીદાર એજ્યુકેશન કેમ્પસ સંચાલિત
કમલા અમૃત ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ નર્સિંગ, ગાંધીનગર
Approved by Govt. Of Gujarat, Gujarat Nursing Council & Affiliated to Gujarat University
KAMLA AMRUT INSTITUTE OF NURSING
પ્રવેશ પ્રક્રિયા પ્રારંભ ૨૦૨૩-૨૪
B.Sc. Nursing
૪ વર્ષનો કોર્ષ
ધોરણ-૧૦ + ૨ સાયન્સ પાસ
(PCB + ENGLISH)
P.B.B.Sc. Nursing
Post basic B.Sc. University
૨ વર્ષનો કોર્ષ
G.N.M. પાસ
GNM
General Nursing and Midwifery
૩ વર્ષનો કોર્ષ
ધોરણ-૧૦ + ૨ પાસ (કોઈપણ સ્ટ્રીમ) અને અંગ્રેજી
ઉપલબ્ધ સુવિધાઓ
- ૧૦૦ બેડની પોતાની પેરેન્ટ હોસ્પિટલ
- અનુભવી સ્ટાફ દ્વારા ગુણવત્તાયુક્ત શિક્ષણ
- અત્યાધુનિક લેબોરેટરી અને લાયબ્રેરી
- સ્માર્ટ ક્લાસરૂમ
- ટ્રાન્સપોર્ટેશન માટે બસની સુવિધા
- હોસ્ટેલની સુવિધા
- એ.સી. મલ્ટીપરપઝ ઓડિટોરીયમ
- SC/ST ની કેટેગરીના વિદ્યાર્થીઓ માટે સ્કોલરશીપની સુવિધા
9638358158, 7567020200, 9313304367

વીજળીના બિલને કરો 0
Since 2013
Navkalp SOLAR
it's time to save
નેશનલ પોર્ટલ રૂફટોપ સબસીડી મળવા પાત્ર
25 YEARS WARRANTY
ગુજરાત ની અગ્રણી રેસીડેન્શીયલ INDUSTRIAL સોલાર રૂફટોપ કંપની
Help Line +91 93 77 51 77 52

લોક પત્રિકા સીટી ઓફીસ : ૭૨, સિટી સેન્ટર, સ્વસ્તિક ચાર રસ્તા પાસે, સી.જી. રોડ, નવરંગપુરા, અમદાવાદ । સમાચાર માટે : ૯૮૨૫૨ ૫૨૧૨૫ । જાહેરાત માટે : ૯૬૬૨૫ ૧૩૦૬૨ પળેપળના સમાચાર માટે www.lokpatrika.in

પદયાત્રામાં ભીડ વચ્ચે ભક્તિ શૈલી જોવા મળી

અનંત અંબાણી તેમના ૩૦મા જન્મદિવસ પહેલા દ્વારકા પહોંચ્યા

અનંત અંબાણીને પણ તેમના માતા અને પિતાની જેમ ભગવાનમાં ઊંડી શ્રદ્ધા છે

। પ્રતિનિધિ, દ્વારકા, તા.૨૯ ।

રિલાયન્સ ઈન્ડસ્ટ્રીઝના ચેરમેન મુકેશ અંબાણીના નાના પુત્ર અનંત અંબાણી ઘણીવાર સોશિયલ મીડિયા પર જોવા મળે છે. અનંત અંબાણીનો ક્રેઝ લગ્ન સહિત દરેક પ્રકારના કાર્યક્રમમાં જોઈ શકાય છે. હવે અનંત અંબાણીનો એક વીડિયો વાયરલ થઈ રહ્યો છે. જેમાં એવો દાવો કરવામાં આવી રહ્યો છે કે અનંત અંબાણી દ્વારકા પહોંચી ગયા છે. અનંત અંબાણી અહીં પહોંચવા માટે ચાલીને જઈ રહ્યા છે. વીડિયોમાં, અનંત અંબાણી કેટલાક લોકોથી ઘેરાયેલા અને રસ્તા પર ચાલતા જોવા મળે છે. વીડિયોના કેપ્શનમાં એવો દાવો કરવામાં આવી રહ્યો છે કે અનંત અંબાણી પોતાની મનોકામના પૂર્ણ કરવા અને પૂજા કરવા માટે પગપાળા દ્વારકાધીશ મંદિર પહોંચશે.તમને જણાવી દઈએ કે અનંત અંબાણીને પણ તેમના માતા અને પિતાની જેમ ભગવાનમાં ઊંડી શ્રદ્ધા છે. આ પહેલા અનંત પોતાના પરિવાર સાથે પ્રયાગરાજમાં આયોજિત મહાકુંભમાં સ્નાન કરવા આવ્યા હતા. અહીં અનંત અંબાણીના આખા પરિવાર સાથેના ફોટા અને વીડિયો જાહેર કરવામાં આવ્યા હતા. પ્રયાગરાજ પછી હવે અનંત અંબાણી બીજા ધાર્મિક સ્થળ પર પહોંચ્યા છે. કહેવામાં આવી રહ્યું છે કે અનંત અંબાણી દ્વારકા જઈ રહ્યા છે અને અહીં પહોંચ્યા પછી તેઓ ભગવાન

શ્રી કૃષ્ણના ચરણોમાં નમન કરશે. ગયા વર્ષે, અનંત અંબાણીના લગ્ન કોઈ ભવ્ય કાર્યક્રમથી ઓછા નહોતા. આ લગ્નમાં દુનિયાભરના પ્રખ્યાત લોકો હાજર રહ્યા હતા. જેમણે પોતાની હાજરીથી આ પ્રસંગને શોભાયમાન બનાવ્યો.તમને જણાવી દઈએ કે અનંત અંબાણીના કેટલાક વીડિયો વાયરલ થઈ રહ્યા છે. જેમાં અનંત પોતાના લોકો સાથે રસ્તા પર ચાલી રહ્યો છે. આ વીડિયોમાં એવો દાવો કરવામાં આવી રહ્યો છે કે અનંત અંબાણી જામનગરથી દ્વારકા ચાલીને જઈ રહ્યા છે. અનંત અંબાણી લગભગ ૧૪૧ કિમી ચાલીને દ્વારકા પહોંચશે અને અહીં પૂજા કરશે. એવું કહેવામાં આવી રહ્યું છે કે અનંત અંબાણીએ આ અંગે એક ઈચ્છા વ્યક્ત કરી હતી. જેના માટે તેમણે આ યાત્રા શરૂ કરી છે. એવું પણ કહેવામાં આવી રહ્યું છે કે દરરોજ ૧૫-૨૦ કિમીની મુસાફરી કરીને આ યાત્રા લગભગ ૧૨ દિવસમાં પૂર્ણ કરવામાં આવશે. જોકે, અંબાણી પરિવાર દ્વારા હજુ સુધી કોઈ સત્તાવાર માહિતી આપવામાં આવી નથી.

કચ્છમાં દીકરીને ભગાડી જનાર યુવકના પિતા પર ત્રણ મહિલા ધોકા લઈને તૂટી પડી

। પ્રતિનિધિ, ભુજ, તા.૨૯ ।

કચ્છના બિદડા ગામની ત્રણ મહિલાએ ધોકા વડે એક આધેડને ધોઈ નાખ્યો હતો. આ આધેડના પુત્ર રાજેશ સંઘાર સાથે પુત્રી ભાગી જતાં તેનો આક્રોશ પરિવારની ત્રણ મહિલાએ હુમલો કર્યો હતો. જેમાં આધેડના બંને હાથ અને બંને પગમાં ફ્રેક્ચર થઈ ગયાં હતા. આ ઘટનાના સીસીટીવી પણ સામે આવ્યા છે. મળતી માહિતી અનુસાર, બિદડા ગામમાં પરિવારની મરજી વિરુધ્ધ પુત્રી પ્રેમલગ્નના હેતુથી ગામના યુવક જોડે ભાગી જતાં તેનો આક્રોશ પરિવારની ત્રણ મહિલાએ રાજેશના ૭૫ વર્ષીય પિતા લધા સંઘાર પર ઉતાર્યો છે. ત્રણે મહિલાએ લધાભાઈને ઘેરીને ધોકા વડે ઢોર માર માર્યો હતો. આ ઘટના અંગે જાણ થતાં લધાભાઈના અન્ય બે પુત્રો સ્થળ પર દોડી આવ્યાં હતા

પંચમહાલમાં ભુવાએ પરિણીત પ્રેમિકાની કપટપૂર્વક હત્યા કરી

। પ્રતિનિધિ, પંચમહાલ, તા.૨૯ ।

પંચમહાલ જિલ્લાના શહેરા તાલુકામાં એક ચોંકાવનારી ઘટના પ્રકાશમાં આવી છે. બે દિવસ પહેલા કુડલા ગામના રંજન પટેલનો મૃતદેહ ડુમેલાવ ગામના જંગલોમાં આવેલા ખેતરના તળાવમાંથી મળી આવ્યો હતો. પોલીસ તપાસમાં ખુલાસો થયો કે આ હત્યા માતરિયા ગામના ભુવા દિલીપ ડામોરે કરી હોવાનું સામે આવ્યું હતું.પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર, એક વર્ષ પહેલા રામાપીર ઉત્સવ દરમિયાન રંજનબેન અને તેમના પતિ કેવલભાઈ મહાસુખભાઈ આરોપી દિલીપના ઘરે આવવા જવાનું રહેતું હતું. આ સમય દરમિયાન રંજનબેન અને આરોપી દિલીપ વચ્ચે પ્રેમ સંબંધ બંધાયો હતો. બંને ફોન પર વાત કરતા હતા અને રાત્રે કુડલા અને ડુમેલાવ ગામના જંગલોમાં મળતા હતા. રંજનબેનનો છેલ્લા એક મહિનાથી પતિ સાથે ઝઘડો ચાલી રહ્યો હતો. એટલા માટે તે તેના પ્રેમી દિલીપ સાથે રહેવા માંગતી હતી. પરંતુ, દિલીપ ને આ મંજૂર નહોતું. આ સમસ્યાનો અંત લાવવાના બહાને તેણે રંજનબેનને ડુમેલાવ ગામમાં બોલાવી હતી.

સુરતની લીંબાડા બેઠકના વિવાદિત નેતા ભરત પટેલને ભાજપે સસ્પેન્ડ કર્યા

। પ્રતિનિધિ, સુરત, તા.૨૯ ।

સુરતની લીંબાડા બેઠકના ભાજપના નેતા ભરત પટેલ વિરૂદ્ધ છેતરપિંડીની ફરિયાદ નોંધવામાં આવી છે. આરોપી ભરત પટેલે બેંકના લેટર પેડનો ઉપયોગ કરી બોજા મુક્તિનો દાખલો રજૂ કર્યો હતો. જે માંગરોળ મામલતદાર દ્વારા ચકાસણી કરતાં ખોટા હોવાનું ફલિત થયું હતું. સમગ્ર મામલે ભાજપના વિવાદિત નેતા ભરત પટેલ સામે જિલ્લા ભાજપ સંગઠન પ્રમુખે કાર્યવાહી કરી છે. વિવાદિત નેતા ભરત પટેલને ભાજપે સસ્પેન્ડ કર્યા છે.સુરતના ભાજપના નેતા ભરત પટેલ વિરૂદ્ધ ફરિયાદ નોંધાતા ધરપકડ કરવામાં આવી છે. જેમાં પ્રાંત અધિકારીએ ફરિયાદી બનીને ફરિયાદ નોંધાવી છે. ભરત પટેલ માંગરોળ તાલુકા પંચાયતના સભ્ય છે.

ભરત પટેલે બેંક ઓફ બરોડાની અરેઠ માંડવી શાખામાંથી લોન લીધી હતી, છતાં આ આરોપીએ બેંક ઓફ બરોડાનો નકલી લેટર પેડ બનાવી ૯૫ લાખનો દાખલો રજૂ કર્યો હતો. જ્યારે માંડવીની નેગામા સેવા સહકારી મંડળીનો ૧૬ લાખનો બોજા મુક્તિનો દાખલો રજૂ કર્યો હતો. આ મામલે માંગરોળ મામલતદાર ચકાસણી કરતાં દાખલો ખોટો હોવાનું પુરવાર થયું હતું. જેથી આ મામલે પ્રાંત અધિકારીએ જાતે ફરિયાદી બનીને કાર્યવાહી કરી હતી. પોલીસ દ્વારા ભરત પટેલની ધરપકડ કરી આગળની કાર્યવાહી હાથ ધરવામાં આવી છે.

ગુજરાતમાં વધુ એક વખત દારૂબંધી માત્ર કાગળ પર હોવાનું સાબિત થયું

અમદાવાદના નિકોલમાંથી રૂપિયા ૪૩ લાખની કિંમતનો દારૂ । ૧૮૩૦૦ બોટલો જપ્ત કરાઇ

। પ્રતિનિધિ, અમદાવાદ,તા.૨૯ ।

ગુજરાતમાં વધુ એક વખત દારૂબંધી માત્ર કાગળ પર હોવાનું સાબિત થયું છે.અમદાવાદના નિકોલમાંથી ૪૩ લાખની કિંમતના દારૂ સાથે ૧ આરોપી પકડાયો છે.નિકોલ વિસ્તારમાં દાસ્તાન સર્કલ પાસે પીસીબીએ બાતમીના આધારે દરોડા પાડીને કન્ટેનરમાં થતી દારૂની હેરફેરનો પર્દાફાશ કર્યો છે.

૪૩ લાખથી વધુની કિંમતની ૧૮ હજાર ૩૦૦ બોટલ દારૂ જપ્ત કરાયો છે..દારૂનો જથ્થો, કન્ટેનર સહિત ૭૪ લાખથી વધુનો મુદ્દામાલ કબજે કરાયો છે.પોલીસે અણદારામ જાટ નામના ડ્રાઈવરની ધરપકડ કરી છે..તેમજ વિદેશી દારૂનો જથ્થો મોકલનાર અને મંગાવનારની શોધખોળ શરૂ કરી છે.

ગુજરાતમાં દારૂબંધી હોવા છતાં, વર્ષ ૨૦૨૪માં કરોડો રૂપિયાનો ગેરકાયદેસર દારૂ પકડાયો હતો. સ્ટેટ મોનિટરિંગ સેલે વર્ષ ૨૦૨૪ દરમિયાન રાજ્યભરમાં દરોડા પાડીને કુલ ૪૫૫ કેસ નોંધ્યા હતા. આ કાર્યવાહી દરમિયાન કુલ ૨૨ કરોડ, ૫૧ લાખથી વધુની કિંમતનો દારૂ ઝડપાયો હતો. એટલું જ નહીં, પોલીસે કુલ ૫૧ કરોડ, ૯૩ લાખ રૂપિયાનો મુદ્દામાલ પણ કબજે કર્યો હતો.

રાજ્યના ચાર મોટા શહેરોમાં પણ ગેરકાયદેસર દારૂનું વેચાણ મોટા પ્રમાણમાં થતું હોવાનું સામે આવ્યું હતું. આ ચાર મહાનગરોમાંથી કુલ ૨ કરોડ, ૬૦ લાખથી વધુનો દારૂ વર્ષ ૨૦૨૪ દરમ્યાન પકડાયો હતો, જેમાં સૌથી વધુ દારૂ વડોદરા શહેરમાંથી ઝડપાયો છે.ચાર મહાનગરો ઉપરાંત, મહેસાણા, વડોદરા ગ્રામ્ય, ગોધરા, સુરત ગ્રામ્ય, નવસારી, સુરેન્દ્રનગર અને બનાસકાંઠા જેવા વિસ્તારોમાં પણ ૧ કરોડથી વધુની કિંમતનો દારૂ પકડાયો હતા.

આ આંકડાઓ દર્શાવે છે કે રાજ્યના વિવિધ વિસ્તારોમાં ગેરકાયદેસર દારૂનું નેટવર્ક કેટલું ફેલાયેલું છે. ગુજરાતમાં વધુ એક વખત દારૂબંધી માત્ર કાગળ પર હોવાનું સાબિત થયું છે.અમદાવાદના નિકોલમાંથી ૪૩ લાખની કિંમતના દારૂ સાથે ૧ આરોપી પકડાયો છે.

હિટ એન્ડ રન કેસમાં પોલીસે નબીરાને બચાવવા ડ્રાઈવર બદલી નાખ્યો

। પ્રતિનિધિ, રાજકોટ, તા.૨૯ ।

રાજકોટ હિટ એન્ડ રન કેસમાં નશામાં ધૂત યુવકોને બચાવવા રાજકોટ પોલીસ પર યુવકે બચાવવા ડ્રાઈવરને બદલી નાખ્યો હોવાનો આરોપ મૂકવામાં આવ્યો છે.મળતી માહિતી મુજબ, ૨૧ માર્ચના રોજ ન્યારી ડેમ રોડ પર ૧૮ વર્ષીનો યુવક વાહન લઈને આવતો હતો ત્યારે સામેથી આવતી કારે ટક્કર મારીને કચડી નાખ્યો હતો. અકસ્માતમાં પરાગ ગોહિલ ગંભીર રીતે ઈજાગ્રસ્ત થયો હતો. યુવકને કચડી નાખી નબીરાઓ ફરાર થઈ ગયા હતા. જોકે, આ મામલે પોલીસે ડ્રાઈવર બદલી નાખ્યો હોવાનો આરોપ મૂકવામાં આવ્યો છે. એવો દાવો કરવામાં આવ્યો કે તેણે પોલીસ સાથે સોદો કરીને ડ્રાઈવર બદલી નાખ્યો હતો. આ કેસની માહિતી પોલીસને લેખિત ફરિયાદમાં આપવામાં આવી છે.પીડિતના પરિવારે દાવો કર્યો છે કે રાજકોટ પોલીસ સાથે મળીને આ ઘટનાને અંજામ આપવામાં આવ્યો હતો. પોલીસ ફરિયાદમાં પીડિત પરિવારે દાવો કર્યો છે કે અકસ્માત સમયે કારમાં ત્રણ લોકો હતા, જેમાંથી એક વ્યક્તિ ડ્રાઈવર બાજુના દરવાજામાંથી બહાર આવ્યો અને પાછળના દરવાજામાં બેઠો અને પાછળની સીટ પર બેઠેલો યુવાન ડ્રાઈવર સીટ પર આવીને બેઠો. પરિવારનો આરોપ છે કે પોલીસ ખોટા ડ્રાઈવરને રજૂ કરીને કેસ દબાવવાનો પ્રયાસ કરી રહી છે.

કાલાવડમાં જુગારધામ પર પોલીસ ત્રાટકી, ૬ જુગારીઓ રંગેહાથ ઝડપાયા

। પ્રતિનિધિ, જામનગર, તા.૨૯ ।

જામનગર જિલ્લાના કાલાવડ તાલુકાના ઉમરાળા ગામે ધમધમતા જુગારના અખાડા પર પોલીસે રેડ પાડી જુગારીઓના રંગમાં ભંગ પાડ્યો હતો. પોલીસની રેડને પગલે પત્તા ટીંચતા અડધો ડઝન પત્તાપ્રેમીઓ રંગેહાથ પકડાયા હતાં. જે તમામના કબ્જામાંથી રોકડ સહિત રૂા.૨.૧૩ લાખનો મુદ્દામાલ કબ્જે કરી પોલીસે જુગારધારા હેઠળ કાર્યવાહી હાથ ધરી છે.કાલાવડ ગ્રામ્ય પોલીસ મથકના સ્ટાફને બાતમી મળી હતી કે, જામનગર જિલ્લાના કાલાવડ તાલુકાના ઉમરાળા ગામે રહેતાં ઉપેન્દ્રભાઇ નારણભાઇ ભંડેરી પોતાના અંગત ફાયદા માટે પોતાની વાડીએ બહારથી માણસો બોલાવી નાલ ઉઘરાવી જુગારનો અખાડો ચલાવી રહ્યાં છે. આ ચોક્કસ બાતમીના આધારે પોલીસે ઉપેન્દ્રભાઇ ભંડેરીની વાડીએ દરોડો પાડયો હતો. છ શખ્સોને જુગાર રમતાં રંગેહાથ ઝડપી લીધા હતાં. પોલીસે પકડાયેલા શખ્સો પાસેથી રૂા.૫૩,૨૪૦ રોકડા, રૂા.૩૦,૦૦૦ ની કિંમતના છ મોબાઈલ ફોન,રૂા.૧,૦૦,૦૦૦ ની કિંમતની એક કાર અને રૂ.૩૦,૦૦૦ ની કિંમતનું એક બાઇક સહિત કુલ રૂા.૨,૧૩,૨૪૦ નો મુદ્દામાલ કબ્જે કર્યો હતો. પોલીસે તમામન શખ્સોની સામે કાયદેસરની કાર્યવાહી હાથ ધરી છે.

બંને યુનિટને સ્વચ્છતાના અભાવે સીલ કરી દેવામાં આવ્યા

આણંદમાં ખુશ્બુ અને જય જલારામ લાઈવ વેફર્સને સીલ મારવામાં આવ્યું

બંને સ્થળોએ વેફર બનાવવા માટે વપરાતા કેળા સડેલા હતા અને ઉંદરોની અવરજવર પણ જોવા મળી હતી

। પ્રતિનિધિ, આણંદ,તા.૨૯ ।

આણંદના આઝાદ મેદાન નજીક ખુશ્બુ અને જય જલારામ લાઈવ વેફર્સ બંને યુનિટને સ્વચ્છતાના અભાવે સીલ કરી દેવામાં આવ્યા છે. આણંદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનની ટીમ દ્વારા નિરીક્ષણ દરમિયાન, એવું જાણવા મળ્યું કે બંને સ્થળોએ વેફર બનાવવા માટે વપરાતા કેળા સડેલા હતા અને ઉંદરોની અવરજવર પણ જોવા મળી હતી. જાહેર આરોગ્યને ધ્યાનમાં રાખી કલેક્ટરે તાત્કાલિક યુનિટ બંધ કરવાનો આદેશ આપ્યો હતો.પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર, આણંદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનની આરોગ્ય વિભાગની ટીમે આણંદના આઝાદ મેદાન નજીક મણિબેન એસ્ટેટ ખાતે સ્થિત ખુશ્બુ લાઈવ વેફર્સ અને જય જલારામ લાઈવ વેફર્સનું ઓચિંતું નિરીક્ષણ કર્યું અને જાણવા મળ્યું કે સ્વચ્છતાનો અભાવ, ગંદકી, ખુલ્લા વાયર અને ઉંદરોની હિલચાલ સહિત જાહેર આરોગ્ય માટે હાનિકારક ગંભીર ખામીઓ હતી. ચીમનીમાંથી નીકળતો ધુમાડો બીજા લોકોના ઘરોમાં પ્રવેશી રહ્યો હતો અને ખુલ્લા વાયરો પર તેલ અને માટીનું સ્તર જામી ગયું હતું.ઉપરાંત, ખાદ્ય વિભાગે ૧૯ માર્ચે ડેપ્યુટી મ્યુનિસિપલ કમિશનરને બંને દુકાનો સીલ

કરવા માટે પત્ર લખ્યો હતો. બાદમાં દુકાનનું રજીસ્ટ્રેશન રદ કરી દંડ પણ ફટકારવામાં આવ્યો હતો. પરંતુ તંત્રની વિશેષ કૃપા હોય તેમ થોડાક સમય બાદ ફરીથી દુકાનો ચાલુ થઈ ગઈ હતી. લોકોના સ્વાસ્થ્ય માટે, સરકારે જવાબદાર અધિકારીઓને ખાદ્ય પદાર્થો અને ખોરાક સહિત અન્ય હાનિકારક વસ્તુઓમાં ભેળસેળ સામે તાત્કાલિક પગલાં લેવા પણ વિનંતી કરી હતી. સ્વચ્છતાના અભાવે કેટલાક લોકોને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ સહિત સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડ્યો હતો. આખરે ફરીથી ઉગ્ર રજુઆત કરતા કલેક્ટરે બંને યુનિટને સીલ કરવા આદેશ આપ્યા હતા.અમદાવાદના નિકોલમાં પણ સ્વચ્છતાના અભાવે ખાણીપીણી બજાર સીલ કરવામાં આવ્યું હતું. સ્વચ્છતાના અભાવ અને મચ્છરના બ્રીડિંગના પગલે આ બજાર સીલ કરી સોલિડ વેસ્ટ વિભાગ અને હેલ્થ વિભાગે સંયુક્ત કામગીરી બજાવીને આ ઓપરેશન પાર પાડ્યું હતું. આના પગલે આરોગ્ય વિભાગ પર સતત માછલા ધોવાતા હોવાથી આરોગ્ય વિભાગે પણ સ્વચ્છતા ન જાળવતા ફૂડ એકમો સામે ઝુંબેશ આદરી હતી. આના જ ભાગરૂપે નિકોલમાં આવેલા ખાણીપીણી બજારને સીલ મારી દેવાયું હતું. જો કે ખાણીપીણીના શોખીનોએ ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. આરોગ્ય વિભાગની માર્ગદર્શિકાનું પાલન કરતાં અને દંડ ભરતાં જ આ બજાર ખૂલી જશે. આણંદના આઝાદ મેદાન નજીક ખુશ્બુ અને જય જલારામ લાઈવ વેફર્સ બંને યુનિટને સ્વચ્છતાના અભાવે સીલ કરી દેવામાં આવ્યા છે. આણંદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનની ટીમ દ્વારા નિરીક્ષણ દરમિયાન, એવું જાણવા મળ્યું કે બંને સ્થળોએ વેફર બનાવવા માટે વપરાતા કેળા સડેલા હતા અને ઉંદરોની અવરજવર પણ જોવા મળી હતી. જાહેર આરોગ્યને ધ્યાનમાં રાખી કલેક્ટરે તાત્કાલિક યુનિટ બંધ કરવાનો આદેશ આપ્યો હતો.

પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર, આણંદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનની આરોગ્ય વિભાગની ટીમે આણંદના આઝાદ મેદાન નજીક મણિબેન એસ્ટેટ ખાતે સ્થિત ખુશ્બુ લાઈવ વેફર્સ અને જય જલારામ લાઈવ વેફર્સનું ઓચિંતું નિરીક્ષણ કર્યું.

કાયમી પીટી શિક્ષકોની ભરતી માટે દેખાવ કરી રહેલા ઉમેદવારોની પણ અટકાયત

ગાંધીનગર શહેરમાં દેખાવો કરી રહેલા ઉમેદવારોની અટકાયત, ટીંગાટોળી કરીને પોલીસ વાનમાં બેસાડ્યા

। પ્રતિનિધિ, ગાંધીનગર,તા.૨૯ ।

ગાંધીનગરમાં દેખાવો કરી રહેલા આરોગ્ય કર્મચારીઓની અટકાયત કરવામાં આવી છે. કાયમી પીટી શિક્ષકોની ભરતી માટે દેખાવ કરી રહેલા ઉમેદવારોની પણ અટકાયત કરાઈ છે. ખેલ સહાયક યોજના રદ કરવાની માંગણી સાથે દેખાવો કરી રહેલા ઉમેદવારોની અટકાયત કરાઈ છે.. પોલીસેવિરોધ કરી રહેલા ઉમેદવારોની ટીંગાટોળી કરીને તેમને વાનમાં બેસાડી દીધા હતા..ગાંધીનગરમાં છેલ્લા કેટલાક દિવસોથી ૫૦૦થી વધુ વ્યાયામ વીરો ૧૧ મહિનાની કરાર આધારીત ખેલ સહાયકની ભરતી બંધ કરવા અને કાયમી વ્યાયામ શિક્ષકોની ભરતી કરવામાં આવે તેવી માગ સાથે આંદોલન કરી રહ્યા છે.ગાંધીનગર ખાતે વ્યાયામ વીરો શાંતિપૂર્ણ રીતે વિરોધ કરી રહ્યા છે. આ અગાઉ બુધવારે તેમને વિધાનસભા તરફ આગેકૂચ કરતા અટકાવી તેમની અટકાયત કરાઈ હતી.. ગુરુવારે પણ તેમનું વિરોધ પ્રદર્શન યથાવત રહ્યુ હતું. ગુરુવારે તેઓએ પીટીના દાવ કરીને પોતાનો વિરોધ વ્યક્ત કર્યો હતો. ઉમેદવારો એ માંગ પર અડગ છે કે કરાર આધારિક ખેલ સહાયક યોજના રદ કરી કાયમી પીટી શિક્ષકોની ભરતી કરવામાં આવે વિરોધ કરી રહેલા વ્યાયામ શિક્ષકોનો દાવો છે કે 'તેઓ છેલ્લા એક વર્ષથી સરકારને રજૂઆત કરી રહ્યા છે, અનેક આવેદન પત્ર આપ્યા છતાં ઠરાવમાં કોઈ સુધારા કે નિરાકરણ લાવવામાં નથી આવતું.

લાઈવ કોન્સર્ટમાં યુનિવર્સીટીનાં કુલપતિ અને રજીસ્ટાર 'લડકી અખીયા મારે' ગીત પર ઠુમકા લગાવ્યા

। પ્રતિનિધિ, આણંદ, તા.૨૯ ।

વલ્લભવિદ્યાનગરની સરદાર પટેલ યુનિવર્સીટી આયોજીત લાઈવ કોન્સર્ટમાં યુનિવર્સીટીનાં કુલપતિ અને રજીસ્ટાર 'લડકી અખીયા મારે' ગીત પર ઠુમકા મારતો વિડીયો વાયરલ થતા ચકચાર મચી જવા પામી છે. વલ્લભવિદ્યાનગરની સરદાર પટેલ યુનિવર્સીટી આયોજીત લાઈવ કોન્સર્ટમાં કુલપતિ નિરંજન પટેલ અને રજીસ્ટાર ભાઈલાલભાઈ પટેલ સ્ટેજ પર લડકી અખીયા મારે ગીત પર ઠુમકા મારતો વિડીયો વાયરલ થયા બાદ ચકચાર મચી જવા પામી છે,આ મામલે યુનિવર્સીટીનાં પૂર્વ સિન્ડીકેટ મેમ્બર અલ્પેશ પુરોહિતએ કુલપતી પર આકરા પ્રહારો કરતા જણાવ્યું હતું કે ભારતીય સંસ્કૃતિની વાતો કરતા કુલપતિ સ્ટેજ પર લડકી અખીયા મારે ગીત પર ઠુમકા મારીને વિદ્યાર્થીઓને કઈ સંસ્કૃતિ શીખવવા માંગે છે. જો કે સમગ્ર મામલે કુલપતિએ વિડીયોનું ખંડન કરતા જણાવ્યું હતું કે લાઈવ કોન્સર્ટમાં દિપ પ્રાગટય બાદ ઉપસ્થિત દર્શકોમાં ઉત્સાહ લાવવા માટે માત્ર દસ સેકન્ડ માટે ફકત હાથની મુવમેન્ટથી વાર્મઅપ કરવામાં આવ્યું હતું અને વાર્મઅપને ઠુમકા કહી શકાય નહીં.

ગ્રાઇન્ડર એપ્લીકેશનથી ગ્રાહકો શોધતા બે ગે યુવકો એમ.ડી ડ્રગ્સ સાથે આશ્રમ રોડની હોટલમાંથી ઝડપાયા

। પ્રતિનિધિ, અમદાવાદ, તા.૨૯ ।

ઓરિસ્સાથી અમદાવાદના આશ્રમ રોડ પર સ્થિત એક હોટલમાં રહી ગ્રાઈન્ડર એપ્લિકેશનથી ગે સેક્સની પ્રવૃતિ કરતા બે ગે યુવકોને એમ.ડી ડ્રગ્સ સાથે સ્પેશીયલ ઓપરેશન ગ્રુપ દ્વારા ઝડપી લેવામાં આવ્યા હતા. પ્રાથમિક તપાસમાં જાણવા મળ્યું હતું કે બંને ગે યુવકોને એમ.ડી ડ્રગ્સની આદત હતી અને તેમના એક ગ્રાહકે એમ.ડી ડ્રગ્સ આપ્યું અને તે વેંચીને નવા ગ્રાહકોને શોધીને સપ્લાય કરતા હતા. આ અંગે એસઓજીએ વધુ તપાસ હાથ ધરી છે.સ્પેશીયલ ઓપરેશન ગ્રુપના સ્ટાફને બાતમી મળી હતી કે આશ્રમ રોડ જીવાભાઈ ચેમ્બર્સમાં આવેલી ક્રિસ્ટલ હોટલમાં બે ગે યુવકો એમ.ડી ડ્રગ્સ સપ્લાય કરવા માટે ગ્રાહકો શોધે છે. જે બાતમીના આધારે પોલીસ ઈન્સ્પેક્ટર વી.એચ. જોષી અને તેમના સ્ટાફે દરોડો પાડયો હતો. જેમાં હોટલના ૧૦૭ નંબરના રૂમમાં અશોક ઉર્ફે કાજલ બેહરા અને કાલેજ ઉર્ફે પાયલ શેખ નામના ગે યુવકો ઝડપીને તેમની પાસેથી ૧૪ ગ્રામ જેટલો એમ.ડી ડ્રગ્સનો જથ્થો મળી આવ્યો હતો. આ અંગે પુછપરછ કરતા જાણવા મળ્યું હતું કે અશોક ઉર્ફે કાજલ અને કાલેજ ઉર્ફે પાયલ ઓરિસ્સાના ગંજામ જિલ્લા નજીક રહે છે. બંને ગે હોવાથી સેક્સ પ્રવૃતિ માટે અમદાવાદ નિયમિત રીતે આવતા હતા. જેમાં તે ગ્રાઈન્ડર ગે એપ્લિકેશનથી ગ્રાહકોને હોટલમાં બોલાવતા હતા. સાથે સાથે તેમને એમ.ડી ડ્રગ્સની આદત હોવાથી એક ગ્રાહકે ડ્રગ્સ આપ્યું હતું. જે પોતાના અંગત ઉપયોગ કરવાની સાથે ગ્રાઈન્ડર એપ્લિકેશનથી સંપર્કમાં આવતા ગ્રાહકોને એમ.ડી ડ્રગ્સનું વેચાણ કરતા હતા. આ અંગે એસઓજીએ નાર્કોટીક્સ એક્ટ હેઠળ ગુનો નોંધીને તપાસ શરૂ કરી છે. ઓરિસ્સાથી અમદાવાદના આશ્રમ રોડ પર સ્થિત એક હોટલમાં રહી ગ્રાઈન્ડર એપ્લિકેશનથી ગે સેક્સની પ્રવૃતિ કરતા બે ગે યુવકોને એમ.ડી ડ્રગ્સ સાથે સ્પેશીયલ ઓપરેશન ગ્રુપ દ્વારા ઝડપી લેવામાં આવ્યા હતા.

તંત્રી લેખ..

જોબ માર્કેટ પર દબાણ

કોરોના વાયરસના કારણે માત્ર ભારતમાં જ નહીં બલ્કે સમગ્ર દુનિયામાં દરેક ક્ષેત્રમાં ભીષણ મંદી આવી આવી ગઇ છે. ઉદ્યોગોની કમર તુટી ગઇ છે. લાંબા સમય સુધી લોકડાઉન રહ્યા બાદ આ પ્રકારની સ્થિતી સર્જાઇ ગઇ છે. એવા સમયમાં જોબ માર્કેટમાં દબાણ વધી રહ્યુ છે. રિપોર્ટ મુજબ લાખો કરોડો લોકોની નોકરી જતી રહી છે. આગામી દિવસો નોકરી કરનાર લોકો માટે વધારે ખતરનાક રહી શકે છે. જો કે નિષ્ણાંતો એ ક બાબત તો ચોક્કસ કહે છે કે એવી ધારણા ખોટી છે કે મોટી વયમાં સારી જોબ મળી શકે નહી. કોઇ પણ વયમાં સારી નોકરી મળી શકે છે તેમાં કોઇ બે મેત નથી. જો કે આના માટે તરીકા જુદા જુદા હોય છે. દરેક વયમાં જોબ શોધી કાઢવાની પ્રક્રિયા અને તરીકા બદલાતા જાય છે. આને લઇને પણ અભ્યાસની કામગીરી વિતેલા વર્ષોમાં નિષ્ણાંતો દ્વારા હાથ ધરવામાં આવી ચુકી છે. જેમાં કેટલીક મહત્વપૂર્ણ બાબત સપાટી પર આવી છે. દરેક વયમાં જોબ શોધવાની પદ્ધિતી સુ રહેલી છે તેના પર ધ્યાન આપવામાં આવે તો કેટલીક બાબતોને સારી રીતે સમજી શકાય છે. આ તો કડવી વાસ્તવિકતા છે કે વય વધવાની સાથે સાથે જોબ શોધવાની બાબત વધારે મુશ્કેલ રૂપ બનતી જાય છે. જોબ માર્કેટમાં કો પણ કંપની યુવાનોને પ્રથમ પ્રાથમિકતા આપે છે. આના માટેના કેટલાક કારણો હોય છે. ભારતમાં મોટા ભાગે હાયરિંગ મેનેજર અનુભવ કરતા વધારે યુવાનોને મહત્વ આપવામાં આવે છે. તેમને લાગે છે કે દેશમાં યુવાનો ખુબ મોટી સંખ્યામાં છે. જેથી ઓછા પૈસામાં વર્કફોર્સ જરૂરી પ્રમાણમાં મળી જાય છે. યુવાનો એનર્જીથી સજ્જ અને ભરેલા હોય છે. આયુવાનો લાંબા સમય સુધી કામ કરી શકે છે. હાયરિંગ મેનેજર વિચારે છે કે સતત ટેકનોલોજી બદલાઇ રહી છે અને આવી સ્થિતીમાં યુવાનો નવી ટેકનોલોજીને વધારે ઝડપથી સારી રીતે શિખી શકે છે. બિઝનેસ માહોલમાં અનુભવની કોઇ વેલ્યુ હવે રહી નથી. જુદી જુદી વયમાં જોબ સર્ચ કરતી વેળા જુદી જુદી રણનિતી અપનાવવામાં આવે છે. ૩૦ વર્ષની વયમાં જોબ સર્ચ પર ધ્યાન આપવામાં આવે તો કેટલીક વિગત ઉભરીને સપાટી પર આવી છે. કેટલીક સ્કીલ હાંસલ કરવામાં આવે છે. રેજ્યુમ પણ શાનદાર રાખવામાં આવે છે. કઇ રીતે પોતાના કેરિયરને દિશા આપી શકાય છે તે બાબત ઉપયોગી હોય છે. આ વયમાં પુરતા પ્રમાણમાં જોખમ લઇ શકાય છે. સાથે સાથે મનની વાત સાંભળી શકવાની સ્થિતી હોય છે. ખરાબ દિવસો માટે કેટલાક મહિનાના પગારને રીઝર્વ રાખવામાં આવે તે જરૂરી છે. દરેક પ્રકારના ઈન્ટરવ્યુ અને ઈન્ટરેક્શનથી કેટલીક નવી બાબત શિખવા મળે તે જરૂરી છે. દરેક સપ્તાહમાં છથી આઠ કલાકનો સમય સર્ચ અને એન્જોય તેમજ લર્ન માટે નક્કી કરવામાં આવે તો ઉપયોગી સાબિત થાય છે. એવા અવસરની શોધ કરવી જોઇએ જેના કારણે પ્રગતિની તક વધારે રહે છે. કામ પર પ્રભાવ છોડી શકાય તેવી કેરિયરની હમેંશા પસંદગી કરવાની વિચારણા કરવી જોઇએ. વર્તમાન કંપનીમાં સ્વેચ્છા સાથે લીડરશીપ રોલ કરવા માટે તૈયારી રાખવી જોઇએ.

બોસને રાજી કરવાના તરીકા શુ છે

નોકરી કરનાર દરેક વ્યક્તિ આ બાબત તો નિખાલસ રીતે સ્વીકાર કરે છે કે બોસની સાથ સારી ટ્યુનિંગ જળવાઇ રહે તે જરૂરી હોય છે. આના માટે દરેક કર્મચારી અલગ અલગ તરીકા અજમાવે છે. જો કે કેટલાક તરીકા એવા હોય છે દરેક પ્રકારના બોસને પ્રભાવિત કરે છે. આ તરીકા અજમાવીને કર્મચારીઓ બોસને ખુશ રાખી શકે છે. આના કારણે કર્મચારીને તેની કેરિયર બનાવવામાં ખુબ મદદ મળે છે. બોસને કેટલાક તરીકા અજમાવીને ખુશ રાખી શકાય છે. આજે આ લેખમાં અમે આ વિષય પર વાત કરી રહ્યા છીએ. પોતાના મેનેજરને સમજી લેવાની જરૂર હોય છે. દરેક મેનેજર જુદા જુદા હોય છે. જેથી કામને હેન્ડલ કરવાના તેમના તરીકા પણ જુદા જુદા હોય છે. સૌથી પહેલા તો મેનેજરની કામની પેટર્નને સમજી લેવાની જરૂર હોય છે. આના કારણે તેમના દ્વારા આપને આપવામાં આવેલા ગોલ્સને પૂર્ણ કરવામાં મદદ મળી શકે છે. જ્યારે આવુ થશે ત્યારે ગોલ્સને હાંસલ કરવામાં તમે પણ મહેનત સાથે આગળ વધી શકો છો. કોમ્યુનિકેશન કોઇ પણ સંબંધને મજબુત કરવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા અદા કરે છે. બોસ સાથે પણ કોમ્યુનિકેશન જાળવી રાખવા માટેની બાબત જરૂરી હોય છે. ગોલ્સ અને ટાર્ગેટને લઇને તેમને હમેંશા માહિતીગાર કરવામાં આવે તે જરૂરી હોય છે. આના કારણે બોસને આપની પ્રોગ્રેસ અંગે માહિતી મળતી રહે છે. આવી સ્થિતીમાં જો તમે કોઇ મુશ્કેલીમાં ફસાઇ જાવો છો ત્યારે આપના બોસને મદદ કરવામાં મદદ મળે છે. નાની નાની બાબતોને લઇને બસને પરેશાન કરવાની કોઇ જરૂર નથી. બોસ આપની મદદ માટે હમેંશા તૈયાર રહે છે પરંતુ નાની નાની બાબતોને લઇને બોસને હેરાન કરવાની બાબત મુશ્કેલીમાં મુકનાર તરીકે હોય છે. પોતાના લેવલ પર જ તમામ સમસ્યા અને અડચણોને દુર કરવાના પ્રયાસ કરવામાં આવે તે જરૂરી છે. જો તમને લાગે કે આ બાબતો આગળ ચાલીને તમને હેરાન કરશે અને મોટા ઈશ્યુ તરીકે રહેશે તો આવી સ્થિતીમાં બોસ સાથે વાતચીત કરવામાં આવે તે જરૂરી છે. જો તમને કોઇ જવાબદારી સોંપવામાં આવી છે તો તેને પૂર્ણ કરવાના તમામ પ્રયાસો કરવામાં આવે તે જરૂરીછે. આનાથી ભાગવાના પ્રયાસ કરવા જોઇએ નહીં. કોઇ બહાના કરવાના પ્રયાસ પણ કરવા જોઇએ નહીં. તે બોસ પર ખરાબ અસર કરે છે. બોસની સામે ખરાબ છાપના કારણે તે આપને મુશ્કેલીમાં મુકી શકે છે. પોતાના કામને વહેલી તકે પૂર્ણ કરીને પોતાનુ ૧૦૦ ટકા યોગદાન આપવાના પ્રયાસ કરવામાં આવે તે જરૂરી છે. કેટલીક વખત એવુ બને છે કે કોઇ મુદા પર બસ આપની સલાહ મેળવે છે. આવી સ્થિતીમાં જો આપને કામ સાથે સંબંધિત માહિતી છે તો તે ઉપયોગી સાબિત થઇ શકે છે.

આજકાલ

લેખક : દીપક જગતાપ

૧૭ જૂન : વિશ્વ રણવિસ્તાર રોકથામ દિવસ

સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં આપણી એકમાત્ર નંદનવન જેવી પૃથ્વીની છે જ્યાં જીવન છે આ પૃથ્વી પર મહાસાગરો છે જંગલો છે ડુંગરો છે નદી છે પર્વતો છે તો બીજી તરફ અફાટ રણ પ્રદેશ પણ છે.

રણપ્રદેશો પણ પૃથ્વીની સપાટીની ૨૦ ટકા જગ્યા રોકે છે

સાવધાન! પૃથ્વી પર ક્રમઃ રણવિસ્તાર વધી રહ્યો છે! રણ પ્રદેશોમાં વર્ષે માંડ ૧૦ ઇંચ વરસાદ થતો હોય છે. રણમા બરફ પડી રહ્યો છે. આ બધી ઘટનાઓ જે ચિંતા જનક છે

સામાન્ય રીતે સૂર્ય તરફ નજર કરવાની કે નજીકથી સૂર્યના ફોટા પાડવા કે સૂર્ય નો વિડીયો ઉતારવો કે સૂર્યની જ્વાળાઓના દ્રશ્યને કંડારવા એ બહુ જ મુશ્કેલઅને કઠિન કામ હોય છે.પણ આ કાર્ય નાસાએ શક્ય બનાવ્યુ છે. તાજેતરમાં નાસા ની ઓબ્ઝર્વેટીએ સૂર્યજ્વાળાઓને કેમેરામાં અને વીડિયોમાં કંડાર્યા છે અને નાસા એ આ તસ્વીર સોશિયલ મીડિયામાં શેર કરતા આ વિડીયો જોઈને લોકો દંગ રહી ગયા છે.

૧૭ જૂનઃ વિશ્વ રણવિસ્તાર રોકથામ દિવસ તરીકે ઉજવાય છે.. સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં આપણી એકમાત્ર નંદનવન જેવી પૃથ્વીની છે જ્યાં જીવન છે આ પૃથ્વી પર મહાસાગરો છે જંગલો છે ડુંગરો છે નદી છે પર્વતો છે તો બીજી તરફ અફાટ રણ પ્રદેશપણ છે. પૃથ્વી પર ક્રમશઃ આ રણવિસ્તાર વધી રહ્યો છે. રણમા બરફ પડી રહ્યો છે. આ બધી ઘટનાઓ જે ચિંતા જનક છે સામાન્ય રીતે ઘણી એટલે રેતીનું રણ જ્યાં સતત અસહ્ય ગરમી પડતી હોય પાણીનો અભાવ હોય વૃક્ષો દેખાતા લોકોની વસ્તી ના હોય એવા રણપ્રદેશમાં લોકો જવાનું ટાળે છે પણ ખરેખર એવું નથી મેં જ્યારે પહેલી વાર જોયું જ્યારે જ્યારે બાજુ જ્યાં જ્યાં નજર કરો ત્યાં રેતી ના ઢગલે ઢગલા. સામાન્ય રીતે રેતીના રણમાં ચાલવું મુશ્કેલ હોય છે દોડવાની તો વાત જ ક્યાં કરવી પણ રણનું વ્હાણ ઊંટ ને

ગણવામાં આવ્યુ છે. કેક એકમાત્ર એવું પ્રાણીદ્વઉ માત્રા દોરી શકે છે અને લાંબા સમય સુધી પાણી લાવી શકે છે પણ મેં જ્યારે ટૂરિસ્ટો માટે રણમાં ફોરવીલર સરકારી કારને દોડતી જોઈ ત્યારે આશ્ચર્ય અનુભવ્યું રણમાં ગાયો પણ તોડી શકે છે પ્રવાસીઓ રણપ્રદેશમાં પૈસા ખર્ચીને મુલાકાત લેતા હોય છે ત્યારે ખરેખર રણની દુનિયા પણ અદભૂત છે

રણ એ જમીનનો એક ક્ષેત્ર છે જે ખૂબ જ શુષ્ક હોય છે કારણ કે તેમાં વરસાદ ઓછો પ્રમાણમાં પ્રાપ્ત થાય છે (સામાન્ય રીતે વરસાદના સ્વરૂપમાં, પરંતુ તે બરફ, ઝાકળ અથવા ધુમ્મસ હોઈ શકે છે). ત્યાં વનસ્પતિ પણ ઓછી હોય છે. ત્યાં નદીઓ પણ સુકાયેલી હોય છે, જ્યાં સુધી તેઓને વિસ્તારની બહારથી પાણી પુરૂ પડવામાં ન આવે. રણ સામાન્ય રીતે દર વર્ષે ૨૫૦મિમી કરતા ઓછો વરસાદ મેળવે છે. સંભવિત બાષ્પીભવન એ મોટું હોઈ શકે છે પરંતુ પાણીની ગેરહાજરીમા વાસ્તવિક બાષ્પીભવન શૂન્યની નજીક હોઈ શકે છે. અર્ધરણ એવા ક્ષેત્ર છે જે ૨૫૦મિમી અને ૫૦૦મિમી વચ્ચે વરસાદ મેળવે છે અને જ્યારે ઘાસમાં ઢંકાયેલ હોય ત્યારે આ મેદાન તરીકે ઓળખાય છે.

રણની અનોખી વાતો :

પૃથ્વી પર પહાડો, જંગલો, મહાસાગરોની જેમ રણપ્રદેશો પણ પૃથ્વીની સપાટીની ૨૦ ટકા જગ્યા રોકે છે. પણ રણ એટલે રેતીનો મહાસાગર. દૂર સુધી રેતી જ પથરાયેલી જોવા મળે છે. વનસ્પતિ કે જળાશયનું નામ નિશાન નહીં. કેટલાક રણપ્રદેશો તો નવાઈ ઉપજાવે તેવા હોય છે. રણ પ્રદેશોમાં વર્ષે માંડ ૧૦ ઈંચ વરસાદ થતો હોય છે. રણ પ્રદેશોમાં ગરમી જ હોય તેવું નથી. ગોબી અને એન્ટાર્કટીકાના રણમાં તીવ્ર ઠંડી પડે છે. રણ પ્રદેશમાં બહુ ઓછી વનસ્પતિ થાય પરંતુ જેટલી થાય છે તેને પાણીની જરૂર ઓછી પડે. તેમના મૂળ ઘણે ઊંડે સુધી પહોચેલા હોય છે.રણપ્રદેશમા માનવીઓ ઓછા પણ પ્રાણીઓ અને વનસ્પતિનું અદ્ભૂત સૃષ્ટિ આવેલી છે.રણપ્રદેશના પ્રાણીઓના શરીર એવા ઘડાયા છે કે તેમને પાણી વિના લાંબા સમય ચાલે. કેટલાક નાના પ્રાણી તો માત્ર રાત્રેજ બહાર નીકળે છે. રણમાં ઊંટ, ઘેટાં, ખચ્ચર, ગરોળી, સાપ, ઉંદર જેવા પ્રાણીઓ વધુ જોવા મળે છે.

વિશ્વના રણપ્રદેશો :

આફ્રિકાનું સહરાનું રણ વિશ્વનું સૌથી મોટું રણ છે. તે ૮૬ લાખ ચોરસ કિલોમીટરમાં પથરાયેલું છે. આફ્રિકાનું બીજુ પણ કલહરીનું રણ ૯ લાખ ચોરસ કિ.મી. પથરાયેલું છે. ભારતમાં થારનું રણ આવેલું છે જેનો કેટલોક ભાગ પાકિસ્તાનમાં છે. વિખ્યાત ગોબીનું રણ ૧૩ લાખ ચો.કિલોમીટર પથરાયેલું છે. તે ચીન અને મોંગોલિયામાં છે. વિશ્વમાં ઘણા પ્રકારના રણ છે. તે પાર્થિવ બાયોમ છે જે વર્ષ દરમિયાન ઓછામાં ઓછો વરસાદ અને સૌથી વધુ સૌર કિરણોત્સર્ગ મેળવે છે.

ચીનમાં ઇલેક્ટ્રિક વાહનોને અપનાવવામાં આવી રહ્યાં છે, જેના કારણે પેટ્રોલ અને ડીઝલના વપરાશમાં ઘટાડો થયો

ભારત વૈશ્વિક ક્ષેત્રે ઓઇલની માગમાં ટૂંક સમયમાં ચીનને પાછળ છોડીને મુખ્ય ચાલક બની જશે, જોકે તેમ છતાં તેની પાસે ગ્રીન હાઇડ્રોજન ઉત્પાદનમાં વૈશ્વિક અગ્રણી બનવાની તક રહેશે.

ભારત, ઓઇલની માગના ચાલક તરીકે ટૂંક સમયમાં ચીનને પાછળ છોડી દેશે

સૌર ઊર્જા જેવા અક્ષય ઊર્જાના ોતોમાંથી ઉત્પન્ન થતી સસ્તી વીજળીના કારણેદેશને ગ્રીન હાઇડ્રોજન ક્ષેત્રમાં અગ્રેસર તરીકે પરિવર્તિત થવામાં મદદ મળી શકે છે.

ઇન્ટરનેશનલ એનર્જી એજન્સી (IEA)ના વડા ફાતિહ બિરોલે બુધવારે જણાવ્યું હતું કે, ભારત વૈશ્વિક ક્ષેત્રે ઓઈલની માગમાં ટૂંક સમયમાં ચીનને પાછળ છોડીને મુખ્ય ચાલક બની જશે, જોકે તેમ છતાં તેની પાસે ગ્રીન હાઈડ્રોજન ઉત્પાદનમાં વૈશ્વિક અગ્રણી બનવાની તક રહેશે. વસતીમાં થઈ રહેલી વૃદ્ધિ, જે કદાચ પહેલાંથી જ ચીન કરતાં વધારે થઈ ગઈ છે તેના કારણે વિશ્વના ત્રીજા સૌથી મોટા ઊર્જા વપરાશકાર દેશ ભારતમાં માગમાં વૃદ્ધિ થઈ રહી છે. અશ્મિભૂત ઈંધણમાંથી સ્વચ્છ ઊર્જાના સ્રોતોમાં તેનું સ્થળાંતરણ અન્ય પ્રદેશોમાં પાછળ રહેવાની અપેક્ષા છે, પરંતુ સૌર ઊર્જા જેવા અક્ષય ઊર્જાના સ્રોતોમાંથી ઉત્પન્ન થતી સસ્તી વીજળીના કારણેદેશને ગ્રીન હાઈડ્રોજન ક્ષેત્રમાં અગ્રેસર તરીકે પરિવર્તિત થવામાં મદદ મળી શકે છે. બિરોલે અહીં યોજાયેલા G20 કાર્યક્રમની સાથે સાથે ચર્ચા દરમિયાન PTIને જણાવ્યું હતું કે, "ભારતમાં ઓઈલની માગ વધશે. મને લાગે છે કે, ભારત ટૂંક સમયમાં ચીનને પાછળ છોડીને વૈશ્વિક ઓઈલની માગમાં વૃદ્ધિનું સૌથી મોટુંચાલકબની જશે". આની પાછળનું મુખ્ય કારણ એ

છે કે, ચીનમાં ઈલેક્ટ્રિક વાહનોને ઝડપથી અપનાવવામાં આવી રહ્યાં છે, જેના કારણે પેટ્રોલ અને ડીઝલના વપરાશમાં ઘટાડો થયો છે. તેમણે કહ્યું હતું કે, "ચીનમાં કાર અને બસોનું ઝડપથી વિદ્યુતીકરણ થઈ રહ્યું છે, જે ઓઈલની માગમાં ઘટાડો થવાનું એક પરિબળ છે." તેમણે આશા વ્યક્ત કરી હતી કે,વિદ્યુતીકરણ (વીજળી દ્વારા ચાર્જ કરવામાં આવતી બૅટરી પર ચાલતા વાહનો)માં વધારો થવાથી ભારતમાં પણ માંગમાં ઘટાડો થશે. ૨૦૨૨માં ચીનમાં ઈવ (ઈલેક્ટ્રિક વાહન)નું વેચાણ લગભગ બમણું થઈને ૬.૧ મિલિયન યુનિટ થયું હતું જ્યારે તેની સરખામણીએ સમાન સમયગાળામાં ભારતમાં ૪૮,૦૦૦ વાહનોનું વેચાણ થયું હતું. અગાઉ, આ કાર્યક્રમમાં બોલતા, બિરોલે જણાવ્યું હતું કે, તેમણે છ વર્ષ પહેલાં કહ્યું હતું કે ભારત વૈશ્વિક ઊર્જાની બાબતોના કેન્દ્ર સ્થાને જવા માટે તૈયાર છે. તેમણે કહ્યું હતું કે, "આજે ૬ વર્ષ પછીહું તમને કહી શકું છુ કે, ભારત આજે વૈશ્વિક ઊર્જાની બાબતોના કેન્દ્ર સ્થાને છે." આ માત્ર તેની જંગી માગના જોરે નથી થયું, પરંતુ તેણે સૂર્ય જેવા અક્ષય ઊર્જાના સ્રોતોમાંથી વીજળી ઉત્પન્ન કરવામાં અને અશ્મિભૂત ઈંધણના બદલે શેરડી, ખાદ્યાન્ન અને કૃષિ કચરામાંથી ઉત્પન્ન થતા ઈથેનોલ જેવા બાયોફ્યુઅલનો ઉપયોગ કરવામાં પણ ઝડપી પ્રગતિ કરી છે. તેમણે જણાવ્યું હતું કે, પેટ્રોલમાં ૧૦ ટકા ઈથેનોલનું મિશ્રણ કરવાથી દેશને ૨ અબજ અમેરિકી ડૉલરની સમકક્ષ ઓઈલની આયાત ટાળવામાં મદદ મળી છે. તેમણે ઉમેર્યું હતું કે, "છેલ્લા ૫ વર્ષમાં, ભારત વૈશ્વિક સૌર ક્ષમતામાં સૌથી મોટુંયોગદાન આપનારો દેશ રહ્યો હતો" તેમજ કહ્યું હતું કે, તેના કારણે ૫૦૦ મિલિયન લોકોને વીજળીની સુલભતા પૂરી પાડવામાં આવી છે અને લગભગ ૧૦૦ મિલિયન લોકોને રસોઇ માટે ઉપયોગમાં લેવાતા લાકડા અને અન્ય બળતણના કારણે ફેલાતા ઘરેલું પ્રદૂષણથી બચાવવા માટે તમને રાંધણ ગેસ આપવામાં આવ્યો છે. ઊર્જાના સૌથી સ્વચ્છ જાણીતા સ્વરૂપ હાઈડ્રોજન માટે પણ આવું જ કરી શકાય છે. તેમણે જણાવ્યું હતું કે, ભારત ગ્રીન હાઈડ્રોજનનું ઉત્પાદન કરવા માટે પાણીના વિભાજન માટે અક્ષય ઊર્જાનાસ્રોતોમાંથી ઉત્પન્ન થતી સસ્તી વીજળીનો ઉપયોગ કરી શકે છે. તે સૌથી ઓછા ગ્રીન હાઈડ્રોજન ઉત્પાદક તરીકે ઉદયમાન થઈ શકે છે.

હાર્ટ સાથે સંબંધિત રોગ અને કેન્સરની તકલીફનો ખતરો રનિંગથી ૩૦ ટકા સુધી ઘટી જાય છે : કોઇ પણ પ્રકારની રનિંગથી ફાયદો થાય છે

રનિંગ આરોગ્યની સાથે સાથે લાંબી વય માટે પણ ખુબ ફાયદાકારક હોય છે. પરંતુ આના માટે જરૂરી નથી કે દરરોજ દોડ લગાવવામાં આવે. અથવા તો તેના માટે દરરોજ વોકિંગ કરવાની બાબત પણ જરૂરી નથી. સપ્તાહમાં એક દિવસ ૫૦ મિનિટ અથવા તો તેનાથી ઓછા સમય માટે દોડ લગાવનાર વ્યક્તિ પણ સ્વસ્થ રહી શકે છે. એકંદરે દોડ લગાવવાની કોઈ પણ પદ્ધિત માનવીના આરોગ્ય માટે લાભકારક સાબિત થાય છે. આ માનવીના વહેલી તકે મોતના જોખમને પણ ટાળી દેવામાં નિર્ણાયક ભૂમિકા અદા કરે છે. રિપોર્ટ વિશ્વ આરોગ્ય સંગઠન દ્વારા જારી કરવામાં આવ્યા બાદ તેની ચર્ચા જોવા મળી રહી છે. આમા સાફ શબ્દોમાં કહેવામાં આવ્યુ છે કે શારરિક ગતિવિધીમાં ઘટાડો થવાના કારણે દર વર્ષે ૩૨ લાખ લોકોના મોત થઈ જાય છે. આ એવા લોકો હોય છે જે ઓફિસમાં બેસીને મોટા ભાગના કામ કરતા રહે છે. તેમના આરોગ્ય પર સૌથી વધારે માઠી અસર થાય છે. અભ્યાસમાં દાવો કરવામા આવ્યો છે કે દરરોજ દોડ લગાવનાર લોકો, સપ્તાહમાં કોઈ એક દિવસ દોડ લગાવનાર લોકો અને બિલકુલ દોડ નહીં લગાવનાર લોકોને આવરી લઈને અભ્યાસની કામગીરી હાથ ધરવામાં આવી હતી. આ શોધ કરતી વેળા ૨૫૯૫૧ લોકોને આવરી લેવામાં આવ્યા હતા. તેમની શારરિક ગતિવિધી પર નજર રાખવામાં આવી હતી. જે લોકો દોડ લગાવે છે તે લોકોને પણ આમાં સામેલ કરવામા આવ્યા હતા. અભ્યાસ બાદ જાણવા મળ્યુ છે કે રનિંગ કરનાર લોકો શારરિક ગતિવિધી નહીં કરનાર લોકોની સરખામણીમાં આરોગ્યમાં ખુબ શાનદાર રહ્યાહતા. તેમનામાં વહેલી તકે મોતનો ખતરો પણ ઓછો રહ્યો છે. દોડ લગાવનાર લોકોમાં વહેલી તકે મોતનો આંકડો ૨૭ ટકા ઓછો રહ્યો હતો. હાર્ટ સંબંધિત સમસ્યાઓનો ખતરો પણ ૩૦ ટકા ઓછો રહ્યો છે. કેન્સર સંબંધિત બિમારીનો ખતરો પણ ૨૩ ટકા સુધી ઓછો રહ્યો છે. બે લાખ કરતા વધારે લોકોને આવરી લઈને કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં કેટલીક ચોંકાવનારી બાબત સપાટી પર આવી છે. શોધ બ્રિટીશ જર્નલ ઓફ સ્પોર્ટસમાં પ્રકાશિત કરવામાં આવ્યા બાદ તેના તારણ જારી કરવામાં આવ્યા છે. અભ્યાસમાં સામેલ કરવામાં આવેલા તમામ લોકોની વય ૩પથી ૫૫ વર્ષની વચ્ચે આંકવામાં આવી હતી. કેટલાક નિષ્ણાંતો તો કહે છે કે જો દોડવામાં ન આવે તો ચાલીને પણ કામ ચલાવી શકાય છે. દરરોજ વોકિંગ પણ અસરકારક સાબિત થાય છે. બ્રિટનમાં તાજેતરમાં જ કરવામાં આવેલા અન્ય એક અભ્યાસમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે, ઝડપથી ચાલવાથી કેન્સરથી બચી શકાય છે. સ્તન કેન્સર અને આંતરડાના કેન્સરના મામલામાં ઝડપથી ચાલવાથી ઘટાડો નોંધાય છે. વર્લ્ડ કેન્સર રિસર્ચના વૈજ્ઞાનિકોનું કહેવું છે કે, હાર્ટના ધબકારા વધી જાય તેવી કોઈપણ કસરત કેન્સરથી બચવામાં મદદરૂપ નિવડે છે. શારીરિક કસરતથી સ્થૂળતામાં ઘટાડો થાય છે. ઉલ્લેખનીય છે કે, સ્થૂળતાના કારણે કેન્સરનો ખતરો વધી જાય છે. ડબ્લ્યુસીઆરએફના અહેવાલમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે, શારીરિક કસરત લાંબા સમય સુધી કરવાથી નાની મોટી અન્ય તકલીફો પણ દૂર થઈ શકે છે. વૈજ્ઞાનિકોના મતે અતિ ઝડપથી ચાલવા ઉપરાંત સાઈકલીંગ, સ્વિમીંગ, ડાંસ જેવી પ્રવૃત્તિથી પણ કેન્સરને ટાળવામાં મદદ મળી શકે છે. અભ્યાસના અહેવાલના મહત્વને બ્રિટનની દ્રષ્ટિએ પણ ઉપયોગી ગણવામાં આવે છે. આ બાબતના મજબૂત પૂરાવા મળ્યાં છે કે, સક્રિય શારીરિક ગતિવિધિથી કેન્સરથી બચી શકાય છે. આવી પ્રવૃત્તિ હાથ ધરીને હજારો કેસ ઓછા કરી શકાય છે. અભ્યાસમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે, આરોગ્યને લગતા લાભ લેવા માટે દરરોજ કસરત સાથે સંબંધિત કેન્દ્રોમાં જવાની જરૂર નથી. દરરોજની પ્રવૃત્તિમાં થોડાક ફેરફાર કરીને સંકટને પણ ટાળી શકાય છે. ડો. થોમ્પસને ઝડપથી ચાલવાની બાબતને પોતાની દરરોજની ટેવમાં આવરી લેવાની સલાહ આપી છે. કેન્સર રિસર્ચ યુકે નામની સંસ્થાએ પણ ડબ્લ્યુસીઆરએફના પરિણામોને યોગ્ય ઠેરવ્યાં છે. નિયમિત રીતે સામાન્ય કસરતથી આંતરડાના કેન્સર અને સ્તન કેન્સરથી બચી શકાય છે.

Cyber Octet™

CYBER SECURITY AND ETHICAL HACKING TRAINING IN AHMEDABAD

BECOME A CYBER SECURITY SPECIALIST WITH FALGUN RATHOD

Learn Ethical Hacking & Cyber Security

WHY JOIN CYBER OCTET ?

- LEARN MORE THAN 120 TOPICS UNDER ONE ROOF AT #CYBEROCTET
- TASK AND RESEARCH BASED TRAINING
- 100 % PLACEMENT ASSISTANCE
- LIVE PROJECTS
- INTERNATIONAL ACCREDIATION

TRAINING BY:- THE MOST EXPERIENCED TRAINER "MR.FALGUN RATHOD" LISTED IN INDIA'S TOP 10 ETHICAL HACKERS AND CYBER SECURITY EXPERT

ADVANCED DIPLOMA IN ETHICAL HACKING AND CYBER SECURITY (1 YEAR)

WHO CAN JOIN

STUDENTS | WORKING PROFESSIONALS | BUSINESS OWNERS

Contact Now C-709,Titanium City Center, Prahladnagar road, Ahmedabad

91 7405321234

info@cyberoctet.com

www.cyberoctet.com

ઉનાળામાં ગર્ભવતી મહિલાઓ માટે કાળજી રાખવી ખૂબ જ જરૂરી, નહીં તો પડી શકે છે ભારે

ગર્ભાવસ્થાના નવ મહિના દરેક સ્ત્રી માટે ખૂબ જ ખાસ અને નાજુક હોય છે. આ સમય દરમિયાન બાળકને સમાવવા માટે શરીરમાં ઘણા ફેરફારો થાય છે. સગર્ભાવસ્થામાં થતા ફેરફારો મહિલાઓને પરેશાન કરે છે. આ સાથે ઉનાળાની ઋતુમાં ગર્ભાવસ્થાના લક્ષણો વધુ પીડાદાયક લાગે છે. આ ફેરફારો સગર્ભા સ્ત્રીને અસહજ લાગી શકે છે અને જ્યારે ગરમી વધે છે ત્યારે આ સ્થિતિ વધુ ખરાબ થઈ શકે છે. આ ઋતુમાં ઉબકા-ઊલટી, અપચો, ગેસ, પેટ ફૂલવું અને ભૂખ ન લાગવી જેવી સમસ્યાઓ વધુ થાય છે. જો તમે ઉનાળાની ઋતુમાં ગર્ભવતી હોવ તો કેટલીક મહત્વપૂર્ણ ટિપ્સની મદદથી તમે તમારી ગર્ભાવસ્થાને આરામદાયક બનાવી શકો છો.

ગર્ભવતી મહિલાને ઉનાળામાં આવતી સમસ્યાઓ

ગેસ, બ્લોટિંગ અને ભૂખ ન લાગવી

ગર્ભાવસ્થામાં થતા ફેરફારોને કારણે ખોરાકની નળી, પેટ અને આંતરડા દ્વારા ખોરાક પચાવવાની ગતિમાં ઘટાડો થાય છે. આંતરડાના સ્નાયુઓ અને સ્ફિન્ક્ટર્સ એસિડ અને ખોરાકના અપચાનું કારણ બને છે અને એસિડીટીમાં વધારો કરે છે. વધતી જતી ગર્ભાવસ્થાની સાથે પેટ પર ઉપરની તરફ દબાણ વધે છે. જેના કારણે અગવડતામાં વધારો થાય છે.

લગભગ 60 થી 70 ટકા સગર્ભા સ્ત્રીઓને ગર્ભાવસ્થાના શરૂઆતના મહિનામાં ઉલ્ટી અને ઉબકાનો અનુભવ થાય છે. સતત થતી ઉલટી અને ઉબકા ડિહાઈડ્રેશન અને નબળાઈનું કારણ બની શકે છે. જો આ નબળાઈ વધે તો મહિલાને દાખલ કરવાની ફરજ પણ પડી શકે છે.

વધારે ગરમી લાગવી

કેટલીક સગર્ભા સ્ત્રીઓ વધારે ગરમી અને પરસેવાનો અનુભવ કરે છે. આવું એટલા માટે થાય છે કે સગર્ભા સ્ત્રીઓના શરીરમાં તેમના બિન-સગર્ભા સમકક્ષોની સરખામણીમાં 1-1.5 લિટર વધારાનું લોહી હોય છે. તે તેમનું મેટાબોલિઝમ વધારે છે જેના કારણે તેમને વધુ ગરમી લાગે છે.

વધતા ગર્ભાશયને લીધે શ્વાસમાં તકલીફ

ગર્ભાશય વધવાના કારણે ફેફસાં પર દબાણ આવે છે. જેથી તેનું સંકોચન થાય છે અને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થવા લાગે છે. ગરમીમાં જો આ થાય તો સ્ત્રીને "ગૂંગળામણ" થવા લાગે છે. ખાસ કરીને સૂતી વખતે આ સમસ્યાનો વધારે સામનો કરવો પડે છે.

સોજા

ગર્ભાવસ્થામાં પ્રથમ 3 માસ બાદ પગ અને પંજામાં પ્રવાહી એકત્રીકરણ થવા લાગે છે, જેના કારણે લગભગ 60% સામાન્ય સગર્ભા સ્ત્રીઓને સોજા આવે છે. ગરમીમાં આ તકલીફમાં વધારો થવાને કારણે વધુ સમસ્યાનો સામનો કરવો પડે છે. જો કે પગ, પંજા, આંગળીઓ અને ચહેરા પર વધુ પડતો સોજો આવે તો તે ગર્ભાવસ્થામાં હાઈ બ્લડ પ્રેશરની નિશાની હોઈ શકે છે. તેથી જો સોજો ઓછો ન થાય તો ડોક્ટરની સલાહ લેવી જોઈએ.

આ ટિપ્સ ઉનાળામાં થશ મદદરૂપ

હાઈડ્રેટેડ રહો: સગર્ભા સ્ત્રીઓમાં ઘણીવાર શરીરનું તાપમાન વધ ઘટ થયા કરે છે. તેને સ્થિર રાખવું જરૂરી હોય છે. ગરમીનો સામનો કરવા માટે સારું હાઈડ્રેશન જરૂરી છે. આ માટે તમે વધુ પ્રમાણમાં પાણી અને ફળોના જ્યુસ પી શકો છો. આ સિવાય તમે વધુ પાણી ધરાવતા શાકભાજીનો પણ ઉપયોગ ખાવામાં કરી શકો છો. તમારે બજારના અત્યંત ખાંડ ધરાવતા પીણાંનુ સેવન કરવાનું ટાળવું જોઈ.

કોલ્ડ શાવર: ઉનાળામાં ઊંચા તાપમાનનો સામનો કરવા માટે શાવર લેવા અથવા સ્નાન કરવાથી સારો કોઈ વિકલ્પ નથી. જો તમે ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરો છો તો તેનાથી તમારા શરીરનુ તાપમાન નીચું થશે જે તમને ગરમીથી થોડા સમય માટે રાહત આપશે. આપણા શરીરને આસપાસના તાપમાનને અનુકૂળ થવા માટે કામ કરવું પડે છે. તેથી જ કોલ્ડ શાવર પછી થોડીવારમાં જ શરીર ફરીથી ગરમ થઈ જાય છે. તમે સવારના સમયે અથવા સૂતા પહેલા કોલ્ડ શાવર લઈ શકો છો. જે તમને તાજગીનો અનુભવ કરાવશે. જો કોલ્ડ શાવરની ટેવ ન હોય તો ધીમે ધીમે તમારા પંજા, પગ અને પછી તમારા હાથ પર શાવર લેવાનુ શરૂ કરો

યોગ્ય કપડા પહેરવાનું પસંદ કરો: આરામદાયક અનુભવ આપે તેવા કપડાં પહેરો. ઉનાળામાં ટાઈટ કે ફીટ કપડાં પહેરવાને લીધે અકળામણનો અનુભવ થઈ શકે છે. ઉનાળામાં તમારે કુદરતી મટેરિયલ જેવા કે કોટનના કપડાને પ્રાધાન્ય આપવું જોઈએ. હળવા કપડાં પહેરવાથી ત્વચા પણ શ્વાસ લઈ શકે છે.

હળવાથી મધ્યમ સ્પોર્ટ્સ એક્ટિવિટી: સગર્ભા સ્ત્રીઓ માટે મધ્યમ સ્પોર્ટ્સ એક્ટિવિટી હંમેશા લાભદાયી રહે છે. જો કે તમારા ડૉક્ટર અથવા ગાયનેકોલોજિસ્ટ દ્વારા સલાહ આપવામાં ન આવે ત્યાં સુધી ઉનાળામાં શારીરિક કસરતો ન કરવી જોઈએ. સ્પોર્ટ્સ એક્ટિવિટીથી સ્નાયુઓ અને રજ્જૂની સ્થિતિસ્થાપકતા રહે છે. વજન વધવા સાથે સંકળાયેલ સુસ્તી અને થાકનો વધુ સારી રીતે સામનો કરી શકાય છે. ઉપરાંત રક્ત પરિભ્રમણ પણ સુધરે છે. વોકિંગ અને સ્વિમીંગ સૌથી શ્રેષ્ઠ માનવામાં આવે છે.

લાલ કેળું છે ખૂબ જ ચમત્કારિક, કેન્સર જેવી 5 બીમારીઓનું ઘટાડે છે જોખમ...

ડાયાબિટીસ માટે ફાયદાકારક: લાલ કેળાને ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે અસરકારક માનવામાં આવે છે. તેનું નિયમિત સેવન કરવાથી સુગર કંટ્રોલ કરી શકાય છે. તમને જણાવી દઈએ કે, આ ખાવાથી બ્લડ શુગર લેવલમાં અચાનક વધારો થવાનું પ્રમાણ ઘટી જાય છે. લાલ કેળામાં ઓછી ગ્લાયકેમિક પ્રતિક્રિયા હોય છે, જે ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે ફાયદાકારક છે.

બ્લડ પ્રેશરને કંટ્રોલ કરે છે: બ્લડ પ્રેશરના દર્દીઓ માટે પણ લાલ કેળું ખૂબ જ ફાયદાકારક માનવામાં આવે છે. તમને જણાવી દઈએ કે લાલ કેળામાં પોટેશિયમ ભરપૂર માત્રામાં હોય છે, જે બ્લડ પ્રેશર અને હૃદય રોગનો ખતરો ઓછો કરે છે. તેથી, જો તમે બ્લડ પ્રેશરને નિયંત્રિત કરવા માંગો છો, તો તમારે લાલ કેળા ખાવા જ જોઈએ.

આંખો માટે ફાયદાકારક: લાલ કેળાને આંખોની રોશની વધારવા માટે પણ અસરકારક માનવામાં આવે છે. તેમાં લ્યુટીન અને ઝેક્સાન્થિન નામના તત્વો જોવા મળે છે. ઉપરાંત, તે બીટા-કેરોટીનોઈડ્સ અને વિટામિન એથી ભરપૂર છે. તેથી જ તેના ઉપયોગથી આંખોની રોશની વધે છે.

હાડકાંને મજબૂત બનાવે છે: લાલ કેળાનું નિયમિત સેવન કરવાથી હાડકાં મજબૂત બને છે. તેની સાથે લાલ કેળામાં ભરપૂર માત્રામાં પોટેશિયમ જોવા મળે છે, જે કિડનીમાં પથરી બનતા પણ રોકે છે. લાલ કેળા પણ કાર્બોહાઈડ્રેટ્સનો ખૂબ જ સારો સ્ત્રોત છે. તેના સેવનથી શરીરમાં એનર્જી લાંબા સમય સુધી રહે છે.

કેન્સરનું જોખમ ઘટાડે છે: લાલ કેળાના સેવનથી કેન્સર અને હૃદય સંબંધિત બીમારીઓનું જોખમ પણ ઓછું થાય છે. તમને જણાવી દઈએ કે તેમાં લાઈકોપીન નામનું શક્તિશાળી એન્ટીઓક્સીડેન્ટ ફાયટોકેમિકલ હોય છે, જે તેને લાલ રંગ આપે છે. લાઈકોપીનવાળી વસ્તુઓ ખાવાથી પ્રોસ્ટેટ કેન્સરનું જોખમ ઓછું કરવામાં મદદ મળે છે.

ચેતી જજો ! દારૂ પીવાથી મસલ્સ નબળા પડી જશે

દારૂનું વધુ પડતું સેવન માંસપેશીઓ માટે પણ નુકસાનકારક છે. દારૂને કારણે યુવાવસ્થામાં જ માંસપેશીઓમાં નબળાઈ આવી શકે છે. બ્રિટનમાં થયેલા એક અભ્યાસમાં આ જાણકારી સામે આવી છે. અભ્યાસમાં એવું પણ કહેવામાં આવ્યું છે કે દરરોજ દારૂ અથવા એક બોટલ બીયરનું સેવન કરવાથી માંસપેશીઓને સૌથી વધુ નુકસાન થાય છે જે જવાનીમાં જ નબળાઈનું કારણ બની શકે છે.

શોઈસ્ટ એંગ્લિયા યુનિવર્સિટી દ્વારા કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં અભ્યાસુઓએ યૂકે બાયોબેન્કના ડેટાનો ઉપયોગ કર્યો છે જેમાં બ્રિટનમાં પાંચ લાખ લોકોની સ્વાસ્થ્ય જાણકારી સામેલ હતી. અભ્યાસુઓએ મુખ્યત્વે બ્રિટનના 37થી 73 વર્ષની ઉંમરના લગભગ બે લાખ લોકોના ડેટાનું ગહન વિશ્લેષણ કર્યું છે.

અભ્યાસુંઓએ જણાવ્યું કે, માંસપેશીઓ નબળી પડી જવાની બીમારીને સાર્કોપેનિયા કહેવામાં આવે છે જે માંસપેશીઓનો એક વિકાર છે અને તબિયત માટે ખતરનાક ગણાય છે. આમ થવાથી હાડકાનો આકાર ઓછો થવો, ઑસ્ટિપોરોટિક ફ્રેક્ચર, નબળાઈ જેવી પરેશાની આવે છે.

આ પ્રકારની મુશ્કેલીનો સામનો ન કરવો પડે તે માટે દિનચર્યા નક્કી કરીને સંતુલિત આહારનું સેવન કરવું જોઈએ. આ ઉપરાંત નિયમિત વ્યાયામ કરવો જોઈએ જેનાથી કાર્યાત્મક ક્ષમતાઓ વધશે. શરીરના વજનના હિસાબથી પ્રોટિન લેવું જોઈએ અને નિર્ધારિત સમયે આરામ કરવો જોઈએ.

રજાઓને યાદગાર બનાવવા માટે શ્રેષ્ઠ વિકલ્પ બની શકે છે ઋષિકેશના આ હિલ સ્ટેશનો

એવી છે ખુબસુરતી કે પાછા આવવાનું બિલકુલ મન નહિ થાય

આ વખતે તમે પણ ઉનાળાની રજાઓને ખૂબ જ યાદગાર બનાવવા માંગો છો, તો ઋષિકેશના આ હિલ સ્ટેશનો વિશે ચોક્કસથી જાણો. જ્યાંથી તમને પાછા આવવાનું બિલકુલ મન નહિ થાય. ઉત્તરાખંડની ગોદમાં આવેલા ઋષિકેશનું નામ આપણે વારંવાર સાંભળીએ છીએ. અહીંની શાંત અને સુંદર ખીણો દરેકને તમારી તરફ આકર્ષિત કરે છે. જો તમે પણ તમારા રોજબરોજના જીવનથી દૂર જઈને આ દાવાઓમાં ખોવાઈ જવા માંગતા હોવ તો ઋષિકેશનું નામ ટોપ પર આવે છે. ઉનાળાની રજાઓને ખૂબ જ યાદગાર બનાવવા માટે ઋષિકેશના આ હિલ સ્ટેશનોની મુલાકાત લેવા જેવી છે. એક વાર ત્યા ગયા તમને પાછા આવવાનું બિલકુલ મન નહિ થાય.

ગુમખલ

ગુમખાલ એક નાનકડું ગામ છે જે લેન્સડાઉન અને કોટદ્વાર નજીક આવેલું છે. તેની આસપાસ સુંદર લીલા ગાઢ જંગલો છે. જ્યાંથી તમે સૂર્યોદય અને સૂર્યાસ્તનો આનંદ માણી શકો છો. ઑફબીટ પ્લેસ તરીકે પ્રખ્યાત આ હિલ સ્ટેશન ઋષિકેશની નજીક ફરવા માટેનો શ્રેષ્ઠ વિકલ્પ છે.

ચોપટા

ચોપટા, જેને ઉત્તરાખંડનું સ્વિત્ઝર્લેન્ડ કહેવામાં આવે છે, તે એક સુંદર ગામ છે. તે તેના મંદિરો, પર્વતો અને બરફથી ઢંકાયેલ પર્વતો માટે પ્રખ્યાત છે. જો તમે એડવેન્ચર પ્રેમી છો તો ચોપટા તમારા માટે પરફેક્ટ પ્લેસ છે. અહીં તમે સ્કીઈંગ કરી શકો છો. તુંગનાથ મંદિર, દેવરિયા તળાવ, ઓમકારેશ્વર મંદિર અને કર્ણિક સ્વામી મંદિર જેવા સ્થળો ચોપટાના પ્રખ્યાત આકર્ષણો છે.

લેન્સડાઉન

સુંદર ઓક વૃક્ષોથી ઘેરાયેલું, લેન્સડાઉન અગાઉ 'કાલસુંડા' તરીકે ઓળખાતું હતું. તમે ઉનાળા કે શિયાળામાં અહીં જઈ શકો છો. અહીં તમને જ્વલપાદેવી અને દુર્ગા દેવી મંદિર તેમજ નજીકમાં નેશનલ પાર્ક જોવા મળશે. ક્યારેક વાઘ, સાંભર, બાર્કિંગ ડીયર, હોગ ડીયર અને શાહુડી જેવા પ્રાણીઓ અહીં સરળતાથી જોવા મળે છે. ઋષિકેશથી લેન્સડાઉનનું અંતર માત્ર 3 થી 4 કલાકનું છે.

કનાતાલ

જો તમે થોડા દિવસો માટે હિમાલયની મધ્યમાં શાંતિથી બેસી રહેવાની જગ્યા શોધી રહ્યા છો, તો ચોક્કસ 'કનાતાલ'ની મુલાકાત લો. તમે અહીંની અદ્ભુત ખીણોનો આનંદ માણી શકો છો. 'કનાતાલ' એ ભગવાન શિવ અને સતીની પૌરાણિક કથા સાથે સંકળાયેલું સ્થાન છે. કનાતાલનું સુંદર ટિહરી તળાવ (તિહરી ઝિલ) પ્રવાસીઓમાં ખૂબ પ્રખ્યાત છે. તમે ઈકો-પાર્ક અને કોડિયા ફોરેસ્ટ જેવા સ્થળોએ પ્રકૃતિનો આનંદ માણી શકશો.

રાનીખેત

રાનીખેત ઉત્તરાખંડમાં દેહરાદૂન નજીક આવેલું એક નાનું અને સુંદર હિલ સ્ટેશન છે. ઓફબીટ હોવાને કારણે અહીં પણ ઘણી શાંતિ છે. પરિવાર કે મિત્રો સાથે વીકએન્ડ માણવા માટે આ સ્થળ યોગ્ય છે. ચૌબટિયા બાગ, રાની ઝિલ, સનસેટ પોઈન્ટ, કુમાઉ રેજિમેન્ટલ

કબૂતરોને કારણે બાલ્કનીનો ફ્લોર થઇ ગયો છે ગંદો, સફાઈની 5 રીત અપનાવો, બે મિનિટમાં થઇ જશે સાફ

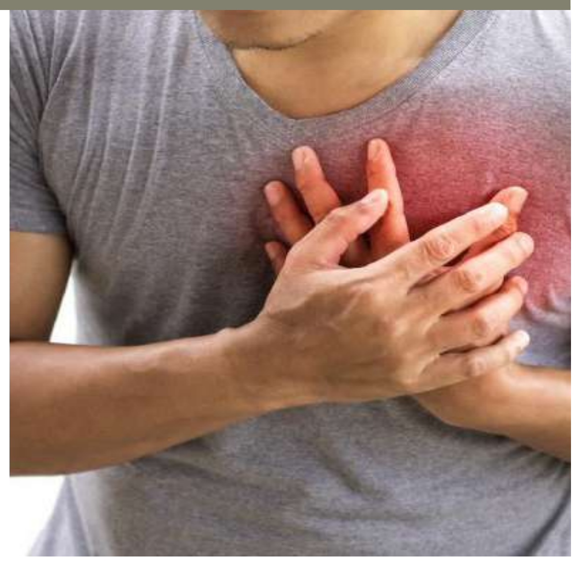
સૌપ્રથમ તો આ સાવચેતી રાખો: કબૂતરના મળમૂત્રને સાફ કરતા પહેલા કેટલીક સાવચેતી રાખવી જરૂરી છે. કારણ કે ઘણા લોકોને કબૂતરના બીટથી એલર્જી થવાની સંભાવના છે. એટલા માટે કબૂતરના બીટને સાફ કરતા પહેલા, તમારા હાથમાં મોજા અને ફેસ માસ્ક ચોક્કસપણે રાખો. ઉપરાંત, પગરખાં અથવા સ્લીપર વડે સારી રીતે સુરક્ષિત કરો.

હવે ક્લીન્ઝિંગ લિક્વિડ તૈયાર કરો: કબૂતરના બીટને સાફ કરવા માટે ક્લીન્ઝિંગ લિક્વિડ તૈયાર કરો. આ માટે બે ચમચી ડીશ વોશિંગ લિક્વિડ લો અને તેમાં એક કપ વિનેગર અને એક કપ પાણી મિક્સ કરીને મિશ્રણ બનાવો. પછી આ સફાઈ પ્રવાહીને અસરગ્રસ્ત વિસ્તારો પર સારી રીતે સ્પ્રે કરો અને લગભગ પંદર મિનિટ માટે આ રીતે છોડી દો. આ પછી, બાલ્કનીના ફ્લોરને સ્ક્રબરથી ઘસીને સાફ કરો. ફ્લોર ક્લીનરથી સાફ કરો: હવે સફાઈના આગલા પગલામાં, તમે ફ્લોર ક્લીનરની મદદથી બાલ્કની અથવા ટેરેસ સાફ કરો. આ માટે સૌપ્રથમ ફ્લોર ક્લીનરને બાલ્કની અથવા ટેરેસ પર મુકો અને તેને પંદર મિનિટ માટે છોડી દો. પછી ખજૂરની સાવરણીની મદદથી ફ્લોરને ઘસીને સાફ કરો.

માઈક્રોફાઈબર કાપડથી સાફ કરો: ફ્લોર ક્લીનરથી ફ્લોર સાફ કર્યા પછી, ફ્લોરને યોગ્ય રીતે મોપ કરવું જરૂરી છે. આ માટે, નિકાલજોગ માઈક્રોફાઈબર કાપડનો ઉપયોગ કરો અને બાલ્કની અને ટેરેસ ફ્લોરને સૂકા સાફ કરો. આ પછી, સ્વચ્છ પાણીની મદદથી ફરી એકવાર ફ્લોરને ધોઈ લો. આનાથી ફ્લોર સંપૂર્ણપણે સાફ થઈ જશે અને તમને દુર્ગંધથી પણ છુટકારો મળશે. આ બાબતોનું પણ ધ્યાન રાખો: કબૂતરના મુખને સાફ કરતી વખતે લપસણો ન હોય તેવા જૂતા અને ચપ્પલનો ઉપયોગ કરો. ઉપરાંત, સફાઈ કરતી વખતે બાલ્કની અને ટેરેસની રેલિંગને સારી રીતે પકડી રાખો. કારણ કે કબૂતરની ધબકારા ખૂબ જ સુંવાળી હોય છે, જેમાં તમે પગ મુકો તો લપસીને પડી શકો છો. આ ઉપરાંત, ધ્યાનમાં રાખો કે જો તમારી પાસે પ્રતિરક્ષા સપ્તાહ છે, તો તમારે બીટ સાફ કરવાનું ટાળવું જોઈએ.

કોઈના નાચતા-નાચતા તો કોઈના ફરજ બજાવતા અચાનક હૃદય બંધ પડી ગયા

યુવાનોમાં એકાએક હાર્ટએટેક કેમ વધી ગયા? એઈમ્સ સંશોધન કરશે



કોરોના મહામારી બાદ અચાનક યુવા વયે હૃદય બંધ પડી જવાના વધતા જતા બનાવો

કોરોના મહામારી બાદ છેલ્લા કેટલાંક સમયથી યુવાનોના હાર્ટ એટેકના મોતના બનાવો વધી રહ્યા છે.કોઈ રમતાં રમતા કોઈ નાચતા નાચતા તો કોઈ કસરત કરતા હૃદય બંધ પડી જતા મોતના બનાવો વધવા માંડયા છે.યુવાઓનાં અકાળે હૃદય બંધ પડી જવાથી મોતના કારણો જાણવા દિલ્હી એમ્સએ અધ્યયન શરૂ કર્યું છે. દેશમાં ઉઠી રહેલી માંગ બાદ આ નિર્ણય લેવામાં આવ્યો છે. તેના માટે પોસ્ટમોર્ટમ અને અન્ય આધુનિક ટેકનિકનો સહારો લેવામાં આવશે.

હાલમાં જ સોશ્યલ મિડયા પર એવો વિડીયો વાયરલ થયો છે જેમાં લોકો અચાનક નાચતા ખાતા અને ઉભા થતા પડી જઈને જીવ ગુમાવી દે છે.એના માટે કોરોના દરમ્યાન મરનારા 45 વર્ષથી ઓછી વયના લોકોને અને કોરોના બાદ મરનારા લોકોનો તુલનાત્મક સંશોધન કરવામાં આવી રહ્યું છે. જે અંતર્ગત કોરોના દરમ્યાન મરનારા 250 લોકોનો કોરોના બાદ લગભગ 200 મૃતકોની ઓટોપ્સીનો રિપોર્ટ કરી સંશોધનકરાશે.

તપાસ માટે 30 મૃતકોની ઓટોપ્સી કરાઈ: સંશોધનમાં એ પણ ધ્યાન રાખવામાં આવી રહ્યું છે. મરતા પહેલા એક કે બે વાર કોરોના સંક્રમણ થયુ હતું કે નહિં. 45 વર્ષથી ઓછી વયના 30 મૃતકોની ઓટોપ્સી થઈ ચુકી છે એમ્સનાં ફોરેન્સીક મેડીસીનનાં વિભાગ અધ્યક્ષ ડો.સુધીર ગુપ્તાનાં નેતૃત્વમાં સંશોધન શરૂ કરાયું છે.

આપનું પરિક્ષણ થશે: સંશોધનમાં મૃતકનાં મસ્તક, હૃદય અને ફેફસાનું પરિક્ષણ કરી એ જાણવાની કોશીશ કરવામાં આવી રહી છે કે મોતનું કારણ શુ રહ્યું છે.

ત્રણ બાબતો પર ફોકસ: મસ્તકની રકત વાહિનીઓમાં બ્લોકેજ તો નહોતુંને, જેથી બ્રેઈન હેમરેજ થયુ હોય. ફેફસામાં કોઈ પ્રકારની પરેશાનીના કારણે શ્રવાસ લેવામાં પરેશાની થઈ કરવાનું બંધ કરી દીધુ હોય.

હાલમાં જ કેસ બહાર આવ્યા: ઈન્દોરથી પૂણે જતી બસનાં કંડકટરનું હાર્ટ એટેકથી મોત થયુ હતું. હિમાચલનાં સિરમોર જિલ્લાનાં ખાવટા સાહીબ ઉપ મંડલનાં અંબોલા ગામે લગ્ન સમારોહમાં નાચતા નાચતા એક યુવકનું અચાનક મોત થયુ હતું. ઉતરાખંડના હલ્દાની સ્થિત ગેબૂઆમાં પ્રાથમીક શાળામાં

મધ્યરાત્રિએ મ્યાનમારની ધરતી ફરી ધ્રૂજી । ભૂકંપની તીવ્રતા રિક્ટર સ્કેલ પર ૪.૨ નોંધાઈ

મ્યાનમારમાં વિનાશક આપત્તિમાં ઓછામાં ઓછા ૧,૦૦૨ લોકોના મોત

ભારતના પડોશી દેશ મ્યાનમારમાં ભૂકંપને કારણે મોટું નુકસાન થયું । ૨,૩૦૦ થી વધુ લોકો ઘાયલ થયા । ભૂકંપથી લોકો ગભરાઈ ગયા

। નવીદિલ્હી, તા.૨૯ ।

ભારતના પડોશી દેશ મ્યાનમારમાં ભૂકંપને કારણે મોટું નુકસાન થયું છે. શુક્રવારે ૭.૭ ની તીવ્રતાના ભૂકંપથી મ્યાનમાર અને થાઈલેન્ડમાં ઘણી ઈમારતોને નુકસાન થયું હતું. આ પછી પણ ભૂકંપની શ્રેણી અટકવાના કોઈ સંકેત દેખાઈ રહ્યા નથી. મ્યાનમારમાં ફરી એકવાર મધ્યરાત્રિએ લોકોએ ભૂકંપના આંચકા અનુભવ્યા. રાષ્ટ્રીય ભૂકંપશાસ્ત્રીય કેન્દ્ર અનુસાર, મ્યાનમારમાં રાત્રે ૧૧:૫૬ વાગ્યે ભૂકંપ આવ્યો હતો. આ ભૂકંપની તીવ્રતા રિક્ટર સ્કેલ પર ૪.૨ નોંધાઈ છે. તેનું કેન્દ્ર મ્યાનમારના મંડલે શહેર નજીક હતું. મધ્યરાત્રિએ આવેલા આ ભૂકંપ પછી લોકો પોતાના ઘરોમાંથી બહાર નીકળી આવ્યા.એકલા મ્યાનમારમાં આવેલા ભૂકંપમાં ૧૦૦૨ થી વધુ લોકોનાં મોત થયા છે. સેંકડો લોકો ગુમ થયાના અહેવાલ છે. આ ભૂકંપમાં અત્યાર સુધીમાં ૨૩૦૦ થી વધુ લોકો ઘાયલ થયા છે. ૩૦ થી વધુ લોકો ગુમ થયાના અહેવાલ છે. રાહત અને બચાવ કાર્ય ઝડપથી ચાલી રહ્યું છે. બીજી તરફ, થાઈલેન્ડમાં ભૂકંપને કારણે લગભગ ૧૦ લોકોના મોત થયા છે. આ અચાનક આવેલી આફત બાદ મ્યાનમારમાં કટોકટી લાદવામાં આવી છે. આ ભયાનક ભૂકંપની અસર માત્ર મ્યાનમારમાં જ નહીં પરંતુ પડોશી દેશોમાં પણ અનુભવાઈ હતી.

ભારત, ચીન અને નેપાળ સહિત પાંચ દેશોમાં ભૂકંપના આંચકા અનુભવાયા

ભારત, ચીન અને નેપાળ સહિત પાંચ દેશોમાં ભૂકંપના આંચકા અનુભવાયા હતા. ભૂકંપગ્રસ્ત મ્યાનમારને મદદ કરવા માટે ભારતે ઓપરેશન બ્રહ્મા હેઠળ રાહત સામગ્રી મોકલી છે. વાયુસેનાનું વિમાન ૧૫ ટન રાહત સામગ્રી લઈને યાંગોન પહોંચ્યું છે.યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ જીઓલોજિકલ સર્વે નો અંદાજ છે કે મૃત્યુઆંક ૧,૦૦૦ થી વધુ હોઈ શકે છે. હોસ્પિટલોમાં લોહીની તીવ્ર અછતના અહેવાલો છે. મ્યાનમારમાં રાહત અને બચાવ કામગીરી ઝડપી ગતિએ ચાલુ છે, પરંતુ કાટમાળના ઢગલા, તૂટેલા રસ્તાઓ અને ધરાશાયી થયેલી ઈમારતો બધે જ દેખાય છે. એવું કહેવામાં આવી રહ્યું છે કે હોસ્પિટલોમાં ઘાયલોની સંખ્યા પણ હજારોમાં છે. યુએસ ભૂસ્તરશાસ્ત્રીય સર્વે અનુસાર, આ ભૂકંપમાં મૃત્યુઆંક ૧,૦૦૦ થી વધુ હોઈ શકે છે.

નિર્માણાધીન 33 માળની ઇમારત સંપૂર્ણપણે ધરાશાયી થઈ ગઈ

આ ભૂકંપની અસર થાઈલેન્ડની રાજધાની બેંગકોકમાં પણ અનુભવાઈ હતી. અહીં નિર્માણાધીન ૩૩ માળની ઈમારત સંપૂર્ણપણે ધરાશાયી થઈ ગઈ. પ્રત્યક્ષદર્શીઓના જણાવ્યા અનુસાર, ઈમારત ધરાશાયી થતાં જ સમગ્ર વિસ્તારમાં ધૂળના વાદળ છવાઈ ગયા, લોકો ગભરાટમાં ચીસો પાડવા લાગ્યા અને શેરીઓમાં અરાજકતા ફેલાઈ ગઈ. બેંગકોક પ્રશાસનના જણાવ્યા અનુસાર, આ અકસ્માતમાં અત્યાર સુધીમાં ૧૦ લોકોના મોત થયા છે, ૧૬ ઘાયલ થયા છે અને ૧૦૧ લોકો ગુમ છે. થાઈ સરકારે તેને ''ભયાનક દુર્ઘટના'' ગણાવી અને કહ્યું કે કેટલાક લોકો હજુ પણ બચી જશે તેવી અપેક્ષા છે. મ્યાનમારની લશ્કરી સરકારના વડા, સિનિયર જનરલ મિન આંગ હ્લેઈંગે ટેલિવિઝન પર જણાવ્યું હતું કે દેશમાં અત્યાર સુધીમાં ૧૪૪ લોકો મૃત્યુ પામ્યા છે અને આ આંકડો વધી શકે છે.

ભૂકંપના આંચકા ચીનના યુનાન અને સિચુઆન પ્રાંતમાં અનુભવાયા હતા

એક ઓનલાઈન વિડીયોમાં સાધુઓ મંડલેની એક શેરીમાં તેમના મઠ, મા સો યાન,નો વિડીયો રેકોર્ડ કરતા દર્શાવવામાં આવ્યા હતા જ્યારે તે સંપૂર્ણપણે ધરાશાયી થઈ ગયો હતો. આ અકસ્માતમાં કોઈ ઘાયલ થયું છે કે નહીં તે હજુ સ્પષ્ટ નથી. ક્રિશ્ચિયન એઈડ નામની એક સંસ્થાએ જણાવ્યું હતું કે ભૂકંપથી એક બંધ પણ તૂટી ગયો હતો, જેના કારણે શહેરના નીચાણવાળા વિસ્તારોમાં પાણી ભરાઈ ગયા છે.
ચીની મીડિયાના અહેવાલો અનુસાર, ભૂકંપના આંચકા ચીનના યુનાન અને સિચુઆન પ્રાંતમાં અનુભવાયા હતા. ભૂકંપના કારણે મ્યાનમાર સરહદ પર આવેલા રુઈલી શહેરમાં નુકસાન અને ઈજાઓ થઈ હતી. રુઈલીમાં સામે આવેલા એક વીડિયોમાં રસ્તા પર ઈમારતનો કાટમાળ પથરાયેલો અને એક વ્યક્તિને સ્ટ્રેચર પર એમ્બ્યુલન્સ તરફ લઈ જવામાં આવતો દર્શાવવામાં આવ્યો છે. રુઈલીથી લગભગ ૧૦૦ કિલોમીટર ઉત્તરપૂર્વમાં આવેલા ચીનના શહેર ભૂકંપનું કેન્દ્રબિંદુ મ્યાનમારના બીજા સૌથી મોટા શહેર મંડલે નજીક હતું.

વિરાટ કોહલીએ ચેન્નાઈ સુપર કિંગ્સ સામે રેકોર્ડ બનાવ્યો,સૌથી વધુ રન બનાવ્યો

। ચેન્નાઇ, તા.૨૯ ।

આંતરરાષ્ટ્રીય ક્રિકેટ હોય કે ઈન્ડિયન પ્રીમિયર લીગ, જ્યારે રન બનાવવાની વાત આવે છે, ત્યારે વિરાટ કોહલી કોઈ તક છોડતો નથી. કોહલી, જેણે પહેલાથી જ ઘણા મોટા રેકોર્ડ પોતાના નામે કરી લીધા છે, તે હવે આઈપીએલમાં પણ દરેક મેચ સાથે એક યા બીજી સિદ્ધિ હાંસલ કરી રહ્યો છે.આઈપીએલ ૨૦૨૫ની પહેલી મેચમાં આવું બન્યું હતું અને બીજી મેચમાં પણ કોહલીએ એક ખાસ રેકોર્ડ બનાવ્યો હતો. ચેન્નાઈ સુપર કિંગ્સ સામેની મેચમાં કોહલીનું બેટ સારું પ્રદર્શન કરી શક્યું ન હતું, છતાં તે આ ફ્રેન્ચાઈઝી સામે સૌથી વધુ રન બનાવનાર ખેલાડી બન્યો હતો. શુક્રવાર, ૨૮ માર્ચના રોજ,આઈપીએલ ૨૦૨૫ની આઠમી મેચમાં ચેન્નાઈ અને બેંગલુરુ એકબીજા સામે ટકરાયા. આ મેચ ચેન્નાઈના હોમ ગ્રાઉન્ડ ચેપોક સ્ટેડિયમમાં રમાઈ હતી. આ મેચમાં બેંગલુરુ પ્રથમ બેટિંગ કરવા ઉતર્યું અને ફરી એકવાર ફિલ સોલ્ટે તેમને તોફાની શરૂઆત અપાવી. જોકે, વિરાટ કોહલીને આ વખતે રન બનાવવા માટે સંઘર્ષ કરવો પડ્યો અને તે પહેલી મેચની જેમ સંપૂર્ણપણે લયમાં દેખાતો ન હતો.

અપહરણકર્તા સમજીને,

ટોળાએ ૧૬ લોકોની હત્યા કરી । તેમના માથા અને ખભા પર ટાયર ચોંટાડીને આગ ચાંપી દીધી

દેશના ઉત્તરીય ભાગના રાજકારણીઓએ આ હત્યાઓની નિંદા કરી, ઘટનામાં માર્યા ગયેલા લોકો દેશના ઉત્તરીય ભાગના હતા અને તેમને એડો રાજ્યના ઉરોમી વિસ્તારમાં સ્થાનિક સુરક્ષા દળોએ અટકાવ્યા હતા

। અબુજા, તા.૨૯ ।

આફ્રિકન દેશ નાઈજીરીયાના દક્ષિણ ભાગમાં, એક ટોળાએ અપહરણકર્તા હોવાની શંકામાં ૧૬ લોકોની ક્રૂરતાથી હત્યા કરી દીધી. શુક્રવારે અધિકારીઓ દ્વારા આપવામાં આવેલી માહિતી અનુસાર, કેટલાક પીડિતોના ખભા અને માથા પર ટાયર મૂકીને આગ લગાવવામાં આવી હતી, જેના કારણે તેમનું પીડાદાયક મૃત્યુ થયું હતું.

આ ઘટનામાં માર્યા ગયેલા લોકો દેશના ઉત્તરીય ભાગના હતા અને તેમને એડો રાજ્યના ઉરોમી વિસ્તારમાં સ્થાનિક સુરક્ષા દળોએ અટકાવ્યા હતા. એડો પોલીસ પ્રવક્તા મોસેસ યામુએ એક નિવેદનમાં જણાવ્યું હતું કે મૃતકની કારની તપાસ કરતી વખતે, અધિકારીઓને સ્થાનિક રીતે બનેલા હથિયારો મળી આવ્યા હતા અને તેના કારણે ટોળાએ તેમના પર હુમલો કર્યો હતો.

સોશિયલ મીડિયા પર શેર કરાયેલા વીડિયોમાં, પીડિતો પર ક્રૂર હુમલો કરવામાં આવતો અને પછી ઘસાઈ ગયેલા ટાયરોથી બનેલી આગમાં ફેંકી દેવામાં આવતો જોવા મળ્યો. તમને જણાવી દઈએ કે છેલ્લા દાયકામાં નાઈજીરીયામાં ટોળાની હિંસામાં વધારો થયો છે. એમ્નેસ્ટી ઈન્ટરનેશનલના ૨૦૨૪ના અહેવાલ મુજબ, દેશના દક્ષિણમાં થતા હુમલાઓ ઘણીવાર ચોરી અને મેલીવિદ્યાના આરોપો સાથે જોડાયેલા હોય છે, જ્યારે ઉત્તરમાં લિંચિંગ કથિત નિંદાના આરોપ સાથે થવાની શક્યતા વધુ હોય છે.

૨૦૨૨ માં, લાગોસ સ્થિત સંશોધન જૂથ એસબીએમ ઈન્ટેલિજન્સે જણાવ્યું હતું કે ૨૦૧૯ થી આફ્રિકાના સૌથી વધુ વસ્તી ધરાવતા દેશમાં ઓછામાં ઓછા ૩૯૧ લિંચિંગ થયા છે.યામુએ જણાવ્યું હતું કે ગુરુવારના હુમલાના ભોગ બનેલા લોકોના જૂથમાંથી ૧૦ લોકોને બચાવી લેવામાં આવ્યા હતા. તેમણે કહ્યું કે આ સિવાય બે લોકોને ઈજાઓ થવાને કારણે હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવામાં આવ્યા છે. પોલીસ પ્રવક્તાએ જણાવ્યું હતું કે હુમલાના સંબંધમાં ૧૪ શંકાસ્પદોની ધરપકડ કરવામાં આવી છે. અપહરણકર્તા હોવાની શંકામાં ૧૬ લોકોની ક્રૂરતાથી હત્યા કરી દીધી.

એકતા, મહિલા સશક્તિકરણ અને બંગાળ સરકારની સિદ્ધિઓની ચર્ચા કરી

માર્યા પહેલા, હું દેશને એક જોવા માંગુ છું : બંગાળના મુખ્યમંત્રી મમતા બેનર્જી

પશ્ચિમ બંગાળના મુખ્યમંત્રી મમતા બેનર્જીએ બુધવારે ઓક્સફર્ડ યુનિવર્સિટીના કેલોગ કોલેજમાં વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોને સંબોધિત કર્યા

। લંડન, તા.૨૯ ।

પશ્ચિમ બંગાળના મુખ્યમંત્રી મમતા બેનર્જીએ બુધવારે ઓક્સફર્ડ યુનિવર્સિટીના કેલોગ કોલેજમાં વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોને સંબોધિત કર્યા. તેમના ભાષણમાં તેમણે રાષ્ટ્રીય એકતા, મહિલા સશક્તિકરણ અને બંગાળ સરકારની સિદ્ધિઓની ચર્ચા કરી. જોકે, આ સમય દરમિયાન તેમને વિરોધનો સામનો કરવો પડ્યો અને પ્રેક્ષકોએ ઘણા તીક્ષ્ણ પ્રશ્નો પણ પૂછ્યા. મમતા બેનર્જીએ પોતાના સંબોધનમાં કહ્યું, ''માર્યા પહેલા, હું દેશને એક જોવા માંગુ છું. સ્વામી વિવેકાનંદે કહ્યું હતું કે, એકતા એ શક્તિ છે અને જો આપણે વિભાજિત થઈશું, તો આપણે નબળા પડીશું.'' તેમણે દેશમાં વધતા રાજકીય અને વૈચારિક ધ્રુવીકરણ પર ચિંતા વ્યક્ત કરી.વહીવટી નિષ્પક્ષતા વિશે વાત કરતા, સીએમ મમતા બેનર્જીએ કહ્યું, ''જ્યારે હું ખુરશી પર હોઉં છું, ત્યારે હું કોઈની સાથે ભેદભાવ કરી શકતી નથી.'' બંગાળ સરકારની કન્યાશ્રી અને લક્ષ્મી ભંડાર જેવી યોજનાઓનો ઉલ્લેખ કરતા તેમણે કહ્યું કે તેમની સરકાર મહિલાઓ અને વિદ્યાર્થીનીઓને નાણાકીય સહાય પૂરી પાડી રહી છે.કાર્યક્રમ દરમિયાન, જ્યારે એક દર્શકે ટાટાના નેનો પ્રોજેક્ટને બંગાળની બહાર ખસેડવા પર પ્રશ્ન ઉઠાવ્યો, ત્યારે મમતા બેનર્જીએ તેને ખોટો ગણાવ્યો અને જવાબ આપ્યો, ''ટાટા અને કોગ્નિઝન્ટ હજુ પણ બંગાળમાં કામ કરી રહ્યા છે.'' તેણે વાતાવરણ હળવું કરવાનો પ્રયાસ કર્યો અને કહ્યું કે તે પ્રશ્ન પૂછનાર વ્યક્તિને મીઠાઈ આપશે.કોલકાતાના આરજી કર મેડિકલ કોલેજમાં થયેલા બળાત્કાર અને હત્યા કેસ પર એક દર્શકે પ્રશ્નો ઉઠાવ્યા. આના જવાબમાં મમતાએ કહ્યું, ''આ મામલો રાજકારણ સાથે સંબંધિત નથી. આ મામલો કેન્દ્ર સરકાર પાસે છે અને ન્યાયાધીશ છે. અહીં રાજકારણ ન કરો.''વિરોધ પ્રદર્શન વચ્ચે, મમતા બેનર્જીએ પોતાનો જૂનો ફોટો બતાવ્યો અને કહ્યું, ''છેલ્લા ૩૦-૪૦ વર્ષથી, આ લોકો મને મારવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યા છે. જ્યારે તેઓ તેમાં નિષ્ફળ જાય છે, ત્યારે તેઓ આ રીતે વિરોધ કરે છે.''

રૂમમાં ખૂબ સિગારેટ પીવડાવામાં આવતી હતી, નેહા કક્કરના જૂઠાણાને આયોજકોએ ખુલ્લો પાડ્યો!

। મુંબઇ, તા.૨૯ ।

'બોલિવૂડ ગાયિકા નેહા કક્કર તાજેતરમાં તેના ઓસ્ટ્રેલિયા પ્રવાસને કારણે સમાચારમાં છે. ઓસ્ટ્રેલિયાના મેલબોર્નમાં નેહા કક્કડનો મ્યુઝિક કોન્સર્ટ યોજાયો હતો. અહીં નેહા ૩ કલાક મોડી સ્ટેજ પર પહોંચી. જ્યારે નેહાને આ માટે ટ્રોલ કરવામાં આવી, ત્યારે ગાયકે તેના માટે આયોજકોને દોષી ઠેરવ્યા. હવે, આ મુદ્દો સતત વેગ પકડી રહ્યો છે અને આયોજકો પણ મેદાનમાં આવી ગયા છે. એટલું જ નહીં, શોનું આયોજન કરનાર પ્રોડક્શન હાઉસે એક ચોંકાવનારી પોસ્ટ શેર કરી છે જેમાં તેણે નેહાના દાવાઓને સંપૂર્ણપણે નકારી કાઢ્યા છે. એવો પણ આરોપ છે કે નેહા અને તેના મિત્રો હોટલના તે રૂમમાં પણ સિગારેટ પીતા હતા જ્યાં તે પ્રતિબંધિત છે. એટલું જ નહીં, પ્રોડક્શન હાઉસે નેહાના દાવાની સત્યતા દર્શાવવા માટે વીડિયો પણ શેર કર્યા છે. આ વીડિયો જોઈને, ચાહકો ફરી એકવાર નેહા પર ગુસ્સે છે અને રહસ્ય ખુલવા વિશે વાત કરી રહ્યા છે.

ખરેખર આ આખો મામલો ગયા અઠવાડિયે શરૂ થયો હતો. બોલિવૂડ ગાયિકા નેહા કક્કરને ૨૩ માર્ચે ઓસ્ટ્રેલિયાના મેલબોર્નમાં એક કોન્સર્ટ માટે આમંત્રણ આપવામાં આવ્યું હતું. નેહા તેની ટીમ સાથે મ્યુઝિક કોન્સર્ટમાં હાજરી આપવા માટે ઓસ્ટ્રેલિયા

ટ્રમ્પથી નારાજ કેનેડાએ અમેરિકા સાથેના તમામ સંબંધો તોડી નાખ્યા

। ટોરેન્ટો, તા.૨૯ ।

અમેરિકી રાષ્ટ્રપતિ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પના ટેરિફ વોર પર કેનેડાએ આકરી પ્રતિક્રિયા આપી છે. વડા પ્રધાન માર્ક કાર્નેએ કહ્યું કે કેનેડાના અમેરિકા સાથેના જૂના આર્થિક અને સંરક્ષણ સંબંધો હવે સમાપ્ત થઈ ગયા છે.કેનેડાના વડા પ્રધાન માઈક કાર્નેએ કહ્યું કે આપણે આગામી થોડા અઠવાડિયા, મહિનાઓ અને વર્ષોમાં આપણી અર્થવ્યવસ્થાને લગતા સાહસિક નિર્ણયો લેવા પડશે. આપણે સુનિશ્ચિત કરવું પડશે કે કેનેડા દરેક ક્ષેત્રમાં સફળ થાય. વર્તમાન પરિસ્થિતિને જોતા એ વાત ચોક્કસ છે કે હવે અમે અમેરિકા પર વિશ્વાસ કરી શકીએ તેમ નથી.તેમણે કહ્યું કે અમારી અર્થવ્યવસ્થા, સુરક્ષા અને સૈન્ય સહયોગને લઈને અમેરિકા સાથેના અમારા દાયકાઓ જૂના સંબંધો હવે સમાપ્ત થઈ ગયા છે. હવે આપણા સુરક્ષા અને વેપાર સંબંધો પર ફરીથી ચર્ચા કરવાનો સમય આવી ગયો છે. કાર્નેએ કહ્યું કે તે સ્પષ્ટ છે કે કેનેડિયન તરીકે અમારી પાસે સત્તા છે. આપણે આપણા દેશનું ભવિષ્ય જાતે નક્કી કરીશું. અમે અમારા પોતાના ભવિષ્યને નિયંત્રિત કરીશું. આપણા પર કોઈનો અધિકાર નથી, અમેરિકા પણ નહીં. તેમણે કહ્યું કે આ અમારા પર સીધો હુમલો છે. અમે અમારા કામદારો, અમારી કંપનીઓ અને અમારા દેશનું રક્ષણ કરીશું અને અમે આ સાથે મળીને કરીશું.

અમારા મિત્ર મોદી એક બુદ્ધિશાળી અને મહાન વડા પ્રધાન છે : ટ્રમ્પ

। ન્યૂયોર્ક, તા.૨૯ ।

અમેરિકાના રાષ્ટ્રપતિ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પે વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીને પોતાના 'સારા મિત્ર' અને 'ખૂબ જ બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિત્વ' ગણાવ્યા છે. આ સાથે, રાષ્ટ્રપતિ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પે આશા વ્યક્ત કરી કે ભારત અને અમેરિકા વચ્ચેની વેપાર ટેરિફ વાટાઘાટો 'ખૂબ સારા પરિણામો' લાવશે. ભારત અને અન્ય દેશો દ્વારા અમેરિકન માલ પર લાદવામાં આવેલા ઊંચા ટેરિફની ટ્રમ્પની સતત ટીકા વચ્ચે અમેરિકન રાષ્ટ્રપતિની તાજેતરની ટિપ્પણીઓ મહત્વપૂર્ણ છે.''વડાપ્રધાન (નરેન્દ્ર) મોદી તાજેતરમાં અહીં આવ્યા હતા અને અમે હંમેશા ખૂબ સારા મિત્રો રહ્યા છીએ,'' અમેરિકન રાષ્ટ્રપતિએ વ્હાઈટ હાઉસમાં કહ્યું. ટ્રમ્પે કહ્યું, ''ભારત દુનિયામાં સૌથી વધુ ટેરિફ વસૂલતા દેશોમાંનો એક છે.'' આ ક્રૂર છે, આ ક્રૂર છે.

સ્વ-દેશનિકાલ કરવા માટે ઇમેઇલ્સ કરાયો

કેટલાક ભારતીય વિદ્યાર્થીઓને પણ આ ઈમેલ મળ્યો હોઈ શકે છે, પછી ભલે તેઓ માત્ર સંબંધિત સોશિયલ મીડિયા પોસ્ટ જ શેર કરે, એક ઇમિગ્રેશન વકીલને ટાંકીને કહેવામાં આવ્યું

અમેરિકામાં સેંકડો આંતરરાષ્ટ્રીય વિદ્યાર્થીઓના વિઝા રાતોરાત રદ

। વોશિંગ્ટન, તા.૨૯ ।

ક્રેડિટ કેમ્પસ એક્ટિવિઝમમાં ભાગ લેવાથી વિરોધ કરનારાઓના વિઝા પર અસર પડી શકે છે, કારણ કે સેંકડો વિદ્યાર્થીઓને યુએસ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ સ્ટેટ તરફથી એક ઈમેલ મળ્યો હતો જેમાં તેમને સ્વ-નિકાલ કરવા માટે કહેવામાં આવ્યું હતું. માહિતી મુજબ, કેટલાક ભારતીય વિદ્યાર્થીઓને પણ આ ઈમેલ મળ્યો હોઈ શકે છે, પછી ભલે તેઓ માત્ર સંબંધિત સોશિયલ મીડિયા પોસ્ટ જ શેર કરે.એક ઈમિગ્રેશન વકીલને ટાંકીને કહેવામાં આવ્યું છે કે માત્ર એવા લોકો જ નહીં કે જેઓ શારીરિક રીતે કેમ્પસ એક્ટિવિઝમનો હિસ્સો છે, પણ સોશિયલ મીડિયા પર ''રાષ્ટ્રવિરોધી'' પોસ્ટ પસંદ કરનારા લોકોને પણ આવા ઈમેલ પ્રાપ્ત થશે. વિદ્યાર્થીઓને મોકલવામાં આવેલ ઈમેલમાં લખ્યું છે કે, ''યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ સ્ટેટ વતી, બ્યુરો ઓફ કોન્સ્યુલર અફેર્સ વિઝા ઓફિસ તમારા વિઝા જારી થયા પછી માહિતીથી વાકેફ થઈ ગઈ છે. પરિણામે, યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ ઈમિગ્રેશન એન્ડ નેશનાલિટી અધિનિયમ, એઝ સેક્શન ૨૨૧ અનુસાર તમારી એફ-૧ વિઝા સમાપ્તિ તારીખ રદ કરવામાં આવી છે.સ્ટુડન્ટ એક્સચેન્જ વિઝિટર પ્રોગ્રામનું સંચાલન કરતા ડિપાર્ટમેન્ટ ઑફ હોમલેન્ડ સિક્યુરિટીના ઈમિગ્રેશન અને કસ્ટમ્સ એન્ફોર્સમેન્ટને બ્યુરો ઑફ કૉન્સ્યુલર અફેર્સ વિઝા ઑફિસ દ્વારા સૂચિત કરવામાં આવ્યું હોવાનું ઉમેરતાં, મેઈલમાં જણાવ્યું હતું કેઃ ''માન્ય ઈમિગ્રેશન સ્ટેટસ વિના યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સમાં રહેવાથી દંડ, અટકાયત અને/અથવા તમને ભવિષ્યમાં દેશનિકાલ કરવામાં આવી શકે છે''વિદ્યાર્થીઓને ઈમેલમાં ચેતવણી પણ આપવામાં આવી હતી કે દેશનિકાલ કોઈપણ સમયે થઈ શકે છે અને જો તેમ થાય તો તેઓને તેમની મિલકત સુરક્ષિત રાખવાની મંજૂરી આપવામાં આવશે નહીં. મેઈલમાં ચેતવણી આપવામાં આવી હતી કે ''જે લોકોને દેશનિકાલ કરવામાં આવ્યા છે તેઓને તેમના મૂળ દેશ સિવાયના દેશોમાં દેશનિકાલ કરવામાં આવી શકે છે'', કારણ કે તે વિદ્યાર્થીઓને સ્વ-નિકાલ કરવા અને યુએસથી પ્રસ્થાન કરવા માટે સીબીપી એપ્લિકેશનનો ઉપયોગ કરવાનું સૂચન કરે છે.

તીવ્ર ગરમી વચ્ચે | શ્રીનગર સહિત કાશ્મીરના ઘણા ભાગોમાં થાંભલા અને વાયર તૂટવાથી વીજળી પુરવઠો ખોરવાઈ ગયો

જમ્મુ અને કાશ્મીર સહિત ઉત્તર પશ્ચિમ ભારતમાં વાવાઝોડા અને કરા પડયાં

। નવીદિલ્હી, તા.૨૯ ।

હવામાનનો મિજાજ ફરી એકવાર બદલાઈ ગયો છે. છેલ્લા બે દિવસથી પડી રહેલી તીવ્ર ગરમી વચ્ચે, ઉત્તરપશ્ચિમ અને મધ્ય ભારતમાં વિવિધ સ્થળોએ તોફાન અને ભારે પવન ફૂંકાયા. કેટલીક જગ્યાએ કરા પણ પડ્યા હતા. ભારે પવનને કારણે શ્રીનગર એરપોર્ટથી ૧૯ ફ્લાઈટ્સ રદ કરવામાં આવી હતી. હવામાન વિભાગે આગાહી કરી છે કે આગામી બે દિવસમાં આ વિસ્તારોમાં મહત્તમ તાપમાનમાં ૨-૫ ડિગ્રીનો ઘટાડો થઈ શકે છે. ભારતીય હવામાન વિભાગના જણાવ્યા અનુસાર, બિહારથી ઉત્તર-પૂર્વ આસામ સુધીના નીચલા ઉષ્ણકટિબંધીય ક્ષેત્રમાં એક નીચા દબાણનો વિસ્તાર રચાયો છે. અરુણાચલ પ્રદેશ, ઉપ-હિમાલયી પશ્ચિમ બંગાળ અને સિક્કિમમાં પણ હળવો વરસાદ અને વાવાઝોડું આવી શકે છે. શ્રીનગર સહિત કાશ્મીરના ઘણા ભાગોમાં થાંભલા અને વાયર તૂટવાથી વીજળી પુરવઠો ખોરવાઈ ગયો હતો. વહીવટીતંત્રે આગામી ૨૪ કલાક દરમિયાન ગાંદરબલ અને કુપવાડા જિલ્લામાં હિમપ્રપાતની આગાહી કરી છે.

હવામાન વિભાગના જણાવ્યા અનુસાર, ઉત્તર આંતરિક કર્ણાટકથી દક્ષિણ તમિલનાડુ સુધી નીચા ઉષ્ણકટિબંધીય સ્તરે એક નીચા દબાણનો વિસ્તાર પણ રચાયો છે. તેની અસરને કારણે મધ્ય મહારાષ્ટ્ર, કોંકણ અને ગોવામાં વાવાઝોડા સાથે હળવો વરસાદ પડી શકે છે. કેટલાક સ્થળોએ વીજળી પડવાની પણ શક્યતા છે. આ સમયગાળા દરમિયાન, ૩૦-૫૦ કિમી પ્રતિ કલાકની ઝડપે પવન પણ ફૂંકાઈ શકે છે. કેરળ, માહે, તમિલનાડુ, પુડુચેરી અને કરાઈકલ, દરિયાકાંઠાના કર્ણાટક, દક્ષિણ આંતરિક કર્ણાટક, દરિયાકાંઠાના આંધ્રપ્રદેશ અને યાનમમાં પણ મધ્યમ વરસાદ અને વાવાઝોડાની શક્યતા છે. છેલ્લા ૨૪ કલાક દરમિયાન, જમ્મુ અને કાશ્મીર, લદ્દાખ, પંજાબ, હરિયાણા, રાષ્ટ્રીય રાજધાની દિલ્હી અને આસપાસના વિસ્તારો અને ઉત્તર પ્રદેશમાં તોફાન અને ભારે પવન ફૂંકાયા. તે જ સમયે, જમ્મુ-કાશ્મીર અને લદ્દાખમાં અલગ અલગ સ્થળોએ કરા પડ્યા.

દિલ્હીમાં ભારે પવન ફૂંકાતા હવામાન ખુશનુમા બન્યું. દિલ્હીનું મહત્તમ તાપમાન ૩૨.૩ ડિગ્રી સેલ્સિયસ નોંધાયું હતું, જે સામાન્ય કરતાં ૪.૧ ડિગ્રી ઓછું છે. જોકે, ભારતીય હવામાન વિભાગના જણાવ્યા અનુસાર, લઘુત્તમ તાપમાન ૨૦.૯ ડિગ્રી સેલ્સિયસ નોંધાયું હતું, જે સામાન્ય કરતા ૨.૮ ડિગ્રી વધારે હતું. દિવસ દરમિયાન ભેજનું સ્તર ૧૭ ટકાથી ૫૧ ટકાની વચ્ચે હતું, એમ આઈએમડીએ જણાવ્યું હતું.

ખંભાત પાલિકાની સામાન્ય સભામાં

સીઓને મારનાર ૬ મહિલા કાઉન્સિલર સામે નોંધાઈ ફરિયાદ

દરમિયાન રજીસ્ટર સહી નહીં કરવા બાબતે ખંભાત પાલિકાના ચીફ ઓફિસર સાથે કરી ઝપાઝપી કરી હતી

। પ્રતિનિધિ, આણંદ, તા.૨૯ ।

આણંદ જિલ્લાની ખંભાત પાલિકાની સામાન્ય સભામાં મારામારીની ઘટના સામે આવી છે. રજિસ્ટરમાં સહી કરવા અંગે ચીફ ઓફિસર અને કાઉન્સિલર વચ્ચે રગઝગ થઈ હતી. રાજીનામું આપ્યા બાદ પણ મહિલા કાઉન્સિલરો સભામાં હાજર રહી રજીસ્ટરમાં સહી કરવા લાગ્યા હતા. જેને લઈને ભારે હોબાળો થયો હતો અને મહિલા કાઉન્સિલરો ચીફ ઓફિસર (સીઓ) સાથે મારામારી કરી હતી. હાલ ચીફ ઓફિસરે ૬ મહિલા કાઉન્સિલર સામે ફરિયાદ નોંધાવી છે.આ ઘટનાનો વીડિયો પણ વાઈરલ થઈ રહ્યો છે.મળતી માહિતી અનુસાર, ખંભાત નગર પાલિકાની સામાન્ય સભા યોજાઈ હતી. જેમાં નવેબર ૨૦૨૪માં ખંભાત પાલિકાના કાઉન્સિલર હોદ્દો પરથી રાજીનામુ આપેલ ભાજપના ૫ મહિલા અને ૧ અપક્ષ હાલ કાઉન્સિલર હોદ્દા પર ન હોવા છતાં બોર્ડ સભામાં હાજર રહ્યા હતા. આ દરમિયાન રજીસ્ટર સહી નહીં કરવા બાબતે ખંભાત પ ાલિકાના ચીફ ઓફિસર સાથે કરી ઝપાઝપી કરી હતી. પૂર્વ ઉપ પ્રમુખ ઉષાબેન બારૈયાએ પાલિકાના ક્લાર્કને માર માર્યો હોવાનો વીડિયો વાઈરલ સોશિયલ મીડિયામાં થયો હતો. અંતે ચીફ ઓફિસર આકરા તેવર અપનાવતા ૬ મહિલા કાઉન્સિલર સામે પોલીસમાં ફરિયાદ નોંધાવી હતી. છે. ઉલ્લેખનીય છે કે, અગાઉ પણ ખંભાતની નગર પાલિકામાં વિવાદમાં જોવા મળી હતી. ખંભાતની પાલિકામાં ૨ મહિના પહેલા યોજાયેલ સામાન્ય સભામાં પણ મોટી બબાલ થઈ હતી,

૩૦ માર્ચથી ૧૨ એપ્રિલ સુધી આ દુકાનો બંધ રાખવા માટે સત્તાવાર નિર્દેશ જારી

૧૪ દિવસ માટે બંધ રહે ઇંડા-માંસની દુકાનો । ગાંધીનગર મેયરની માંગ

ચૈત્ર નવરાત્રી દરમિયાન રાજ્યની રાજધાનીમાં તમામ માંસાહારી સ્ટોલ, ઈંડાની દુકાનો અને કતલખાનાઓ ૧૪ દિવસ માટે બંધ રાખવા વિનંતી કરી

। પ્રતિનિધિ, ગાંધીનગર,તા.૨૯ ।

ગુજરાતના ગાંધીનગરના મેયર મીરા પટેલે મ્યુનિસિપલ કમિશનરને ચૈત્ર નવરાત્રી દરમિયાન રાજ્યની રાજધાનીમાં તમામ માંસાહારી સ્ટોલ, ઈંડાની દુકાનો અને કતલખાનાઓ ૧૪ દિવસ માટે બંધ રાખવા વિનંતી કરી છે. ૨૮ માર્ચે મોકલેલા પત્રમાં, તેમણે તહેવારના ધાર્મિક મહત્વને ટાંકીને ૩૦ માર્ચથી ૧૨ એપ્રિલ સુધી આ દુકાનો બંધ રાખવા માટે સત્તાવાર નિર્દેશ જારી કરવા વિનંતી કરી હતી.

મેયરે પત્રમાં જણાવ્યું હતું કે, "ચૈત્ર નવરાત્રિ એ હિન્દુ ધર્મનો એક મહત્વપૂર્ણ તહેવાર છે જેમાં ભક્તો નવ દિવસ સુધી ભક્તિભાવથી દેવીની પૂજા કરે છે. આને ધ્યાનમાં રાખીને, ૩૦ માર્ચથી ૧૨ એપ્રિલ સુધી ગાંધીનગરમાં દેવીના તમામ મંદિરોમાં પૂજા સાથે આ તહેવાર ઉજવવામાં આવશે. આ દેવી પૂજાનો તહેવાર હોવાથી, ચૈત્ર નવરાત્રિ દરમિયાન ગાંધીનગરમાં તમામ માંસાહારી અને ઈંડાની દુકાનો, સ્ટોલ અને કતલખાનાઓ બંધ રાખવાનો આદેશ આપવા વિનંતી છે."

એક અહેવાલ મુજબ, તેમણે આગળ લખ્યું, "ચૈત્ર નવરાત્રી દરમિયાન, હિન્દુઓ મંદિરોમાં પ ૂજા કરે છે અને આવી સ્થિતિમાં, સ્ટોલ પર ઈંડા કે માંસાહારી વસ્તુઓ વેચવી યોગ્ય નથી. તેથી, આ બાબતે મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન કમિશનરને પ ત્ર લખવામાં આવ્યો છે અને કમિશનર સાથે પણ ચર્ચા કરવામાં આવી છે. મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન કમિશનરે ખાતરી આપી છે કે ટૂંક સમયમાં આદેશ જારી કરવામાં આવશે. આ બાબતે ટૂંક સમયમાં આદેશ જારી કરવામાં આવશે." આ પ્રસ્તાવને લઈને વિવાદ શરૂ થયો છે.

અગાઉ ૧૫ નવેમ્બર, ૨૦૨૧ ના રોજ, અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોપ ોરેશનની ટાઉન પ્લાનિંગ કમિટીએ અમદાવાદ શહેરના મુખ્ય રસ્તાઓ, શાળાઓ, કોલેજો, ધાર્મિક સ્થળો, બગીચાઓ અથવા કોમ્યુનિટી હોલની નજીકના વિસ્તારોમાંથી ઈંડા અને અન્ય માંસાહારી સ્ટોલ દૂર કરવાનો આદેશ આપ્યો હતો, જેના કારણે ઘણો વિવાદ થયો હતો. શહેરના તમામ રસ્તાઓ પરથી માંસાહારી કે ઈંડાના સ્ટોલ દૂર કરવાનો આદેશ આપ્યા બાદ, અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનને પોતાનો નિર્ણય પાછો ખેંચવો પડ્યો.

અમદાવાદના મુસ્લિમ દંપતીએ હિન્દુ નામથી બનાવ્યો પાસપોર્ટ, અમેરિકા પહોંચે તે પહેલા ધરપકડ

આરોપી રાજેશ સાબુવાલા જમાલપુર ખાતે વર્ષોથી ચશ્માની દુકાન ધરાવે છે અને પત્ની સલીમા ગૃહિણી છે

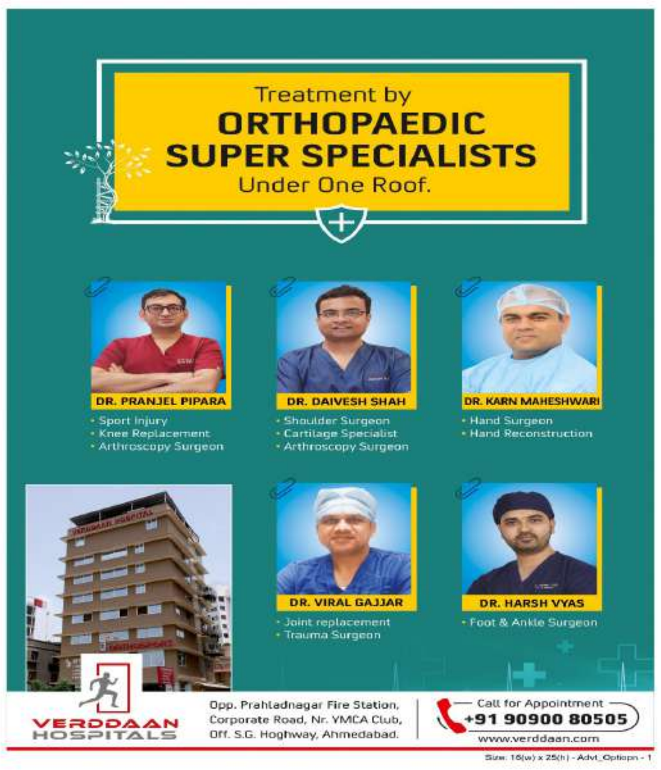
। પ્રતિનિધિ, અમદાવાદ, તા.૨૯ ।

ડુપ્લીકેટ પાસપોર્ટથી અમેરિકા પ હોંચે એ પહેલા આરોપીને જેલમાં જવાનો વારો આવ્યો છે. અમદાવાદ ક્રાઈમ બ્રાન્ચે પતિ પત્ની વિરુદ્ધ ગુનો નોંધ્યો છે. અંદાજે ૨૭ વર્ષ પહેલા બનાવેલા બનાવટી પાસપ ોર્ટ અંગે ગુનો દાખલ કરી ક્રાઈમ બ્રાન્ચે પ તિની ધરપકડ કરી છે. સાથે જ ડુપ્લીકેટ પાસપોર્ટ બનાવનાર એજન્ટની પણ તપાસ શરુ કરાઈ છે.અમદાવાદના રાજેશ સાબુવાલાએ વર્ષ ૧૯૯૮માં હૈદરાબાદના એડ્રેસ પરથી ડુપ્લીકેટ પાસપોર્ટ બનાવીને અમેરિકા જવાની તૈયારી કરી રહેલા દંપ તી વિરુદ્ધ અમદાવાદ ક્રાઈમ બ્રાન્ચે ગુનો નોંધીને આરોપી પતિની ધરપકડ કરી છે. પકડાયેલ આરોપી રાજેશ સાબુવાલાએ તેની પત્ની સલીમા સાબુવાલાએ ખોટા નામ ધારણ કર્યું હતું. હૈદરાબાદના વ્યક્તિ રાજેશ અગ્રવાલ અને રાધિકા અગ્રવાલ નામે બોગસ પાસપોર્ટ બનાવ્યા હતા. આ પાસપોર્ટના આધારે અમેરિકા વિઝા માટે નોંધણી કરાવી હતી. જોકે વિઝા રદ્દ થતા દંપતી પોતાના અસલ પાસપોર્ટ બનાવીને ફરી વખત અમેરિકા જવાનો પ્રયત્ન કરતા સમગ્ર ભાંડો ફૂટ્યો હતો. જે અંગે ક્રાઈમ બ્રાન્ચે ગુનો નોધી રાજેશ સાબુવાલા ધરપકડ કરી છે.આ વિશે માહિતી આપતા ક્રાઈમ બ્રાન્ચના પીઆઈ જયેશ મકવાણાએ જણાવ્યું કે, દંપતીએ અમેરિકાના વિઝા મેળવવા માટે બંને વખત પોતાના ઓરિજનલ ફોટો રજૂ કર્યો હતો. જોકે પાસપોર્ટમાં તેમના નામ અલગ અલગ હોવાથી બોગસ પાસપોર્ટની શંકા સામે આવી હતી.

વડોદરાના વાઘોડિયામાં ૧.૫૯ લાખ પ્રતિબંધિત ટ્રામાડોલ ટેબ્લેટ ઝડપાઇ

। પ્રતિનિધિ, વડોદરા,તા.૨૯ ।

વડોદરાના વાઘોડિયા વિસ્તારમાં પ્રતિબંધિત દવાનો મોટો જથ્થો ઝડપ ાઈ છે.એસઓજી દ્વારા હાથ ધરવામાં આવેલી આ કાર્યવાહીમાં ૧.૫૯ લાખ ટ્રામાડોલ ટેબલેટ મળી આવી, જેનું કાળાબજારમાં વેચાણ કરવામાં આવી રહ્યું હતું. આ મામલે બે આરોપ ીની ધરપકડ કરવામાં આવી છે, અને કુલ ૩૨.૩૨ લાખનો મુદ્દામાલ જપ્ત કરવામાં આવ્યો છે.આ કિસ્સામાં ઓકલેન્ડ ફાર્મસીમાંથી દવાઓનું ગેરકાયદેસર વેચાણ ચાલી રહ્યું હતું, જેના આધારે પોલીસે તપાસ શરૂ કરી.



ગ્રામ્ય વિસ્તારના પત્રકારો માટે ઝડપી લેવા જેવી તક

અમદાવાદમાં ન્યૂઝ મીડિયા ક્ષેત્રે કરિયર બનાવો

ગુજરાતી ભાષામાં પ્રભુત્વ ધરાવતા અને મેટ્રો શહેર અમદાવાદમાં મીડિયા ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ મેળવવા ઈચ્છતા પત્રકારો, કોપી એડિટર, સબ એડિટર, પેજમેકર, ડીઝાઈનર સહિતના મીડિયા કર્મચારીઓને લોક પત્રિકા દૈનિક આવકારે છે

છ મહિના સુધી પ્રિન્ટ અને ઈલેક્ટ્રિક મીડિયાની ટ્રેનિંગ આપવામાં આવશે

ગુજરાતના વિવિધ જિલ્લાના સ્થાનિક લોકલ ન્યૂઝ પેપર, યૂટ્યૂબ અથવા લોકલ ચેનલમાં કામ કરતા પત્રકાર મિત્રો માટે સુવર્ણ તક..

લોક પત્રિકા

અમદાવાદથી પ્રસિદ્ધ થતું દૈનિક

સંપર્ક । 98252 52125

વધુ માહિતી માટે અમારે વેબસાઈટની મુલાકાત લો... www.lokpatrika.in

Printer, Publisher & Owner : Avesh K. Malaviya, **Printed** at Bhoomi Offset, Bhatiyavadi, Opp. Railway Station, Kalupur, Ahmedabad 380002 and **Published** From G-1301, Sardar Patel Nagar, Shastrinagar Char Rasta, Near Anmol Tower, Naranpura, Ahmedabad-380013. **Mob.**98252 52125 **Email :** lokpatrikadaily@gmail.com **website :** www.lokpatrika.in **Editor :** Avesh K. Malaviya