

ફાંસ પાસેથી ૨૭
રાહેલ મરીન ફાઇટર
જેટ ખરીદવા માટે
મેગા ડીલને મંજૂરી



10
APRIL-2025
THURSDAY



રાજધાની દિલ્હી
સહિત ૮ રાજ્યોમાં
દીટેવનું ચલો | એલસ્ટ ૬
રાજ્યોમાં વાદળો વરસાની



The Demand for Cyber Security Professionals at All-Time high across the world.

Learn from the Most Experienced Trainer and One of India's Top Ethical Hackers
and Cyber Security Expert Mr. FALGUN RATHOD

www.cyberoctet.com

Learn more than 110 Topics

Task and Research based Training

100% Placement Assistance

Cyber Octet™

+91 74053 21234

આમદાવાદમાં ઐતિહાસિક કાર્યક્રમ | મંત્રોચ્ચારથી આત્મ-શુદ્ધ અને આધ્યાત્મિક વિકાસના માધ્યમથી વિશ્વનું કલ્યાણ પણ થશે

૨૫ હજાર જૈનો અકસાથે નવકર મંત્રનો જપ કરી બનાવશે રેકોડ

પ્રતિનિધિ, આમદાવાદ, તા. ૬ ।

આમદાવાદમાં GMDC ગ્રાઉન્ડમાં જેન સમાજ દ્વારા વિશ્વ કલ્યાણના સંલઘને જન જન સુધી પર્યાયવાદ અને વિશ્વ નવકર મધ્યમને મૂળ સંસ્કરણ આપી જોગે પ્રત્યે લેદું અને આ દાદરનો છે. આ મૂલ્ય વધા ધર્મનો મૂળ સિદ્ધાંતોને સાથે મેળ ખાય છે. એટલું જ નથી, નવકર મધ્યમને અહિસાનો મજબૂત સંશે આપે છે. આ મંત્રોચ્ચારથી આધ્યાત્મિક વિકાસના માધ્યમથી વિશ્વનું કલ્યાણ પણ થશે. આ અવસરે એકસાથે ૨૫ હજાર જૈનોને નવકર મંત્રના જપથી એક ઐતિહાસિક રેકોડ બન્યો છે. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, દિગ્બંદર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતું. સાવારે ૮ વાગ્યથી કાંપની શરૂઆત થઈ ગઈ હતી. જ્યાં પહોંચાયા માટે ૪૫૦ જેટલી બસોની વિવસ્થા કરવાના આવી હતી. GMDC ગ્રાઉન્ડમાં ૪૫૦થી વધુ કણા મૂકવાનામાં આવ્યા હતાં. કાર્યક્રમ પદ્ધતિનાં શાહીનમાં કાશ કરવામાં આવ્યો જોગે કરીને રોધાયો પાસ વગર બિનાખીનું તરીકે જીવિતની કણને લઈનો આ કાંપની શરૂઆત હતી. ૨૫ હજારથી વધુ લોકો આ કાંપની શરૂઆત હતીનું ૧૦૦ થી વધુ વિશ્વાસ અને સ્થાનક પર તેજ જીવન પ્રસારણ કરવામાં આવ્યું હતું.

આમદાવાદ શહેરમાં ૬૦૦૦ થી વધુ દેરાસર અને સ્થાનક ઉપર જીવન પ્રસારણ



નવકર મંત્ર એ જેન ધર્મનો યોક મહત્વપૂર્ણ મંત્ર છે. નવકર મંત્રનો નિયમિત જપ કરવાથી મન શાંત અને શિદ્ધ અને છે. ચિંતા, તાદા અને ઉદારસીધી રાહન અને માનસિક શરીર આપે છે, પાપનો નાશ થાય છે, પૂર્ણ વધુ છે અને મોકાનાનો પૂર્ણ થાય છે તથા સાચા માર્ગ પર ચાલવા માટે પ્રેરણ આપે છે. એટલા માટે જ તો રોજિંડ જુવાનનો નવકર મધ્યમનું જેન ધર્મનો ખૂબ જ મહત્ત્વ છે, જે અન્ય ધર્મનો પણ ખૂબ આદર પામે છે. આમદાવાદમાં GMDC ગ્રાઉન્ડમાં જેન સમાજ દ્વારા વિશ્વ કલ્યાણના સંકલને જન જન સુધી પર્યાયવાદ અને વિશ્વ નવકર મધ્યમનું એતિહાસિક આયોજન કરાયું હતું. જે એક અનુકૂળ કાશ સાથા વિશ્વનું કલ્યાણ પણ થશે. આ મૂલ્ય વધા ધર્મનો મૂળ સિદ્ધાંતોને સાથે મેળ ખાય છે. એટલું જ નથી, નવકર મધ્યમને અહિસાનો મજબૂત સંશે આપે છે. આ મંત્રોચ્ચારથી આધ્યાત્મિક વિકાસના માધ્યમથી વિશ્વનું કલ્યાણ પણ થશે. આ અવસરે એકસાથે ૨૫ હજાર જૈનોને નવકર મંત્રના જપથી એક ઐતિહાસિક રેકોડ બન્યો છે. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. સાવારે ૮ વાગ્યથી કાંપની શરૂઆત થઈ ગઈ હતી. જ્યાં પહોંચાયા માટે ૪૫૦ જેટલી બસોની વિવસ્થા કરવાના આવી હતી. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. સાવારે ૮ વાગ્યથી કાંપની શરૂઆત થઈ ગઈ હતી. જ્યાં પહોંચાયા માટે ૪૫૦ જેટલી બસોની વિવસ્થા કરવાના આવી હતી. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. સાવારે ૮ વાગ્યથી કાંપની શરૂઆત થઈ ગઈ હતી. જ્યાં પહોંચાયા માટે ૪૫૦ જેટલી બસોની વિવસ્થા કરવાના આવી હતી. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. સાવારે ૮ વાગ્યથી કાંપની શરૂઆત થઈ ગઈ હતી. જ્યાં પહોંચાયા માટે ૪૫૦ જેટલી બસોની વિવસ્થા કરવાના આવી હતી. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. સાવારે ૮ વાગ્યથી કાંપની શરૂઆત થઈ ગઈ હતી. જ્યાં પહોંચાયા માટે ૪૫૦ જેટલી બસોની વિવસ્થા કરવાના આવી હતી. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. સાવારે ૮ વાગ્યથી કાંપની શરૂઆત થઈ ગઈ હતી. જ્યાં પહોંચાયા માટે ૪૫૦ જેટલી બસોની વિવસ્થા કરવાના આવી હતી. GMDC પાણીના આપોજનમાં રાજકીય નેતાઓને તેજ જૈન સમૃદ્ધાય, જેમ કે થૈનાંબર સંથ, સેરાંથી સંથ, સ્થાનકવાસીની સંથ એમ તમામ જૈન સમૃદ્ધાયના જૈન મુનિ આ નવકર મધ્યમનું ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. સ

ગુજરાતમાં ૧૩ શહેરોમાં ૪૦ ડિગ્રીને પાર

અગન જવાળા પર શેકાયું ગુજરાત ! ૬ જિલ્લામાં ઓરેન્જ એલર્ટ બેમાં તો થલો

ગુજરાતમાં આ દિવસોમાં કાળજાળ ગરમીએ લોકોનું જુવન મુશ્કેલ બનાવી દીધું

૧ પ્રતિનિધિ, અમદાવાદ, તા. ૬

ગુજરાતમાં આ દિવસોમાં કાળજાળ ગરમીએ લોકોનું જરન મુશ્કેલ ભાવી દીધું છે. રાજ્યાના માતોબાળના શહેરોમાં તપમાન ૪૦-૪૪ ડિગ્રીએ પહોંચી ગયું છે. આ સિવાય હવામાન વિભાગે અનેક શહેરોમાં તીવ્ર ગરમી અને હીટવેનું એલર્ટ જાહેર કર્યું છે. હવામાન વિભાગના જાણવા અનુસાર આજે કષ્ણ સહિત અનેક વિસ્તારોમાં હીટવેની શક્યતા છે. આગામી ૨૪ કલાક સુધી રાજ્યાના ગરમીમાંથી કોઈ મોટી રાહત નહીં મળે. આ પછી રાજ્યાના તપમાનમાં ૨ વી ૪ ડિગ્રીને ઘટાડો થઈ શકે છે. કષ્ણ, ઉત્તર ગુજરાત અને મોરાં, રાજકોટ મીટ એલર્ટ ઓરેન્જ એલર્ટ જાહેર કરવાના આવ્યું છે.

કષ્ણ જિલ્લાના કલાક વિસ્તારોમાં ભારે ગરમીની સ્થિતિ યથાવત રહી હતી. ઉત્તર ગુજરાત અને સોનારાદ્વારા ભાનાસકંઠા, ગાંધીનગર, રાજકોટ અને ભાવાગર જિલ્લાના અલગ-અલગ વિસ્તારોમાં પણ ખાલ વેની સ્થિતિ યથાવત રહી હતી. સોનારાદ્વારા કષ્ણના કલાક વિસ્તારોમાં દિવસના તપમાનમાં નોંધપત્ર ઘટાડો થયો હતો, જ્યારે અન્ય વિસ્તારોમાં કોઈ ખાસ ફેરફાર થયો



ન હતો.

હવામાન વિભાગના જાણવા અનુસાર આગામી ૨૪ કલાક દરમિયાન મહાતમ તપમાન માનમાં કોઈ મોટો ફેરફાર થવાની સંભવાના નથી. જો કે આ પહોંચે રાજ્યાના શહેરોમાં તીવ્ર ગરમી અને હીટવેનું એલર્ટ જાહેર કર્યું છે. હવામાન વિભાગના જાણવા અનુસાર આજે કષ્ણ સહિત અનેક વિસ્તારોમાં હીટવેની શક્યતા છે. આગામી ૨૪ કલાક સુધી રાજ્યાના ગરમીમાંથી કોઈ મોટી રાહત નહીં મળે. આ પછી રાજ્યાના તપમાનમાં ૨ વી ૪ ડિગ્રીને ઘટાડો થઈ શકે છે. કષ્ણ, ઉત્તર ગુજરાત અને મોરાં, રાજકોટ મીટ એલર્ટ ઓરેન્જ એલર્ટ જાહેર કરવાના આવ્યું છે.

હવામાન વિભાગના જાણવા અનુસાર, ગુજરાતમાં કુલાંબું તપમાન ૪૩ ડિગ્રી, નવીયામાં ૩૮, કંડવા (પોર્ટ) ૩૮, કંડવા (એરોપોર્ટ) ૪૫, અમરેલીમાં ૪૪, ભાવનગરમાં ૪૧, દ્વારકામાં ૩૨, ઓભામાં ૩૭, પોર્બદદરમાં ૩૮, સુરેન્દ્રનગરમાં ૩૪, સુરેન્દ્રનગરમાં ૩૪ ડિગ્રીના નોંધપત્ર હતું. ૪૪, મહુવામાં ૪૦, ટેશોદમાં ૪૨, અમદાવાદમાં ૪૪, વીસામાં ૪૩, ગાંધીનગરમાં ૪૩, વલભબિલાલગરમાં ૪૧, બરોદામાં ૪૨, સુરતમાં ૪૦ અને દમદારમાં ૩૭ ડિગ્રી તપમાન નોંધપત્ર હતું. ગુજરાતમાં આ દિવસોમાં ગુજરાતમાં લોકોનું જુવન મુશ્કેલ બનાવી દીધું છે.

કષ્ણ જિલ્લાના કલાક વિસ્તારોમાં ભારે ગરમીની સ્થિતિ યથાવત રહી હતી. ઉત્તર ગુજરાત અને સોનારાદ્વારા ભાનાસકંઠા, ગાંધીનગર, રાજકોટ અને ભાવાગર જિલ્લાના અલગ-અલગ વિસ્તારોમાં પણ ખાલ વેની સ્થિતિ યથાવત રહી હતી. સોનારાદ્વારા કષ્ણના કલાક વિસ્તારોમાં દિવસના તપમાનમાં નોંધપત્ર ઘટાડો થયો હતો, જ્યારે અસર ટમી એપ્રિલ પણ જોવા મળી શકે છે. રાજ્યાના દરિયાકાંદાળા વિસ્તારોમાં ૮ વી

ન હતો.

હવામાન રહેવાની શક્યતા છે.

કષ્ણ, મોરબી, રાજકોટ, પાટાણ,

મહેસુસા, મહેસુસા અને સાબરકાંઠામાં

નથી. જો કે આ પહોંચે રાજ્યાના શહેરોમાં તીવ્ર ગરમી

અને હીટવેનું એલર્ટ જાહેર કર્યું છે. હવામાન વિભાગના જાણવા અનુસાર આજે કષ્ણ સહિત અનેક વિસ્તારોમાં હીટવેની શક્યતા છે. આગામી ૨૪ કલાક સુધી રાહત નહીં એલર્ટ જાહેર કરવાના આવ્યું છે. કષ્ણ એપ્રિલ વિસ્તારોમાં હીટવેની શક્યતા છે. ટીડ વેની ગાંધીનગરમાં યોદે એલર્ટ જાહેર કરવાના આવ્યું છે. બાનાસકંઠા અને સાબરકાંઠામાં ગરમીમાંથી કોઈ મોટી રાહત નહીં મળે. આ પછી રાજ્યાના તપમાનમાં ૨ વી ૪ ડિગ્રીને ઘટાડો થઈ શકે છે.

જાહેર કરવાના આવ્યું છે.

૧૦ એપ્રિલ દરમિયાન ગરમ અને બેજાયું હવામાન રહેવાની શક્યતા છે.

કષ્ણ, મોરબી, રાજકોટ, પાટાણ,

મહેસુસા, મહેસુસા અને સાબરકાંઠામાં

નથી. જો કે આ પહોંચે રાજ્યાના શહેરોમાં તીવ્ર ગરમી

અને હીટવેનું એલર્ટ જાહેર કર્યું છે. હવામાન વિભાગના જાણવા અનુસાર આજે કષ્ણ સહિત અનેક વિસ્તારોમાં હીટવેની શક્યતા છે. આગામી ૨૪ કલાક સુધી રાહત નહીં એલર્ટ જાહેર કરવાના આવ્યું છે. કષ્ણ એપ્રિલ વિસ્તારોમાં હીટવેની શક્યતા છે. ટીડ વેની ગાંધીનગરમાં યોદે એલર્ટ જાહેર કરવાના આવ્યું છે. બાનાસકંઠા અને સાબરકાંઠામાં ગરમીમાંથી કોઈ મોટી રાહત નહીં મળે. આ પછી રાજ્યાના તપમાનમાં ૨ વી ૪ ડિગ્રીને ઘટાડો થઈ શકે છે.

જાહેર કરવાના આવ્યું છે.

•ਤੰਤ੍ਰੀ ਲੇਖ..

દરેક સોકટરમાં તક છે

આ ધૂનિક ભાગડોડની લાઈફમાં દરેક સેક્ટરમાં અનેક સારી સંભાવના રહેલી છે. બદલાઈ રહેલા બિજનેસના માહોલમાં રતા લાભ લેવા માટે કર્મચારીને હમેંશા સાવધાન રહેવાની જરૂર હોય છે. ઈંધ પણ કર્મચારીને હાલમાં સમયની સાથે અને બિજનેસના બદલાઈ રહેલા મયની સાથે આગળ વધવાની જરૂર હોય છે. ભવિષ્યમાં કંપની અને મચારી બનેની સફળતા આ બાબતની સાથે નક્કી થશે કે નવા વર્ક પ્લેસની રૂરીયાતને તમે કઠ રીતે પૂર્ણ કરી રહ્યા છો. તાજેતરના સમયમાં જુદા જુદા કટરમાં ફેરફાર થઈ રહ્યા છે. કર્મચારીઓને આના માટે તેથારી કરી લેવી એહાં બેંકિંગ અને ફાયનાન્સિયલ સેક્ટરમાં કામ કરી રહેલા કર્મચારીઓ માટે સૌથી જરૂરી બાબત એ છે કે તેઓ ઝડપથી બદલાઈ રહેલા ડિજિટલ કોનોલોજી ઇડ્રો સિસ્ટમમાં પોતાની પોફેશનલ નોંધને સારી રીતે વધારે. સાથે સ્કિલ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે. કસ્ટમર એક્સપ્રેસિયન્સ ટ્રાન્સફોર્મેશન માટે મલ્ટીપલ સિસ્ટમની સાથે કોલાબરેશન કરવાની ક્ષમતા વિકસિત કરવાની જરૂર છે. વર્ષુઅલ રિયાલિટી, મશીન લર્નિંગ અને આર્ટિફિશિયલ ઇન્ટેલિજન્સ, પાયબર સિક્યુરિટી, બિગ ડેટા, એડવાન્ડ એનાલિટિક્સ, ડિજિટલ માર્કાટિંગ, નટરનેટ ઓફ શિંગ્સ, રોબોટિક્સ, પ્રોસેસ ઓટોમેશનજેવા ક્ષેત્રમાં સ્કિલને ધારી ટેવાનો સમય આવી ગયો છે. એફએફ્સીજી અને રિટેલ ક્ષેત્રમાં પણ હાઇલ બદલાઈ રહ્યો છે. બિજનેસનો માહોલ હમેંશા બદલાતો રહે છે. આવી થૈતીમાં એક કુશવ કર્મચારીને હમેંશા નવી નવી સ્ક્રીલમાં વધારેને વધારે ધ્યાન આપવાની જરૂર હોય છે. આ સેક્ટરના તમામ કર્મચારીઓને પોતે પોતાના લ્યાંકન પર ધ્યાન આપું જોઈએ. પોતાની તાકાત અને અપેક્ષા વચ્ચે તાલમેલ સારી ટેવા માટેના પ્રયાસો કરવા જોઈએ. ગ્રાહકો સાથે મજબૂત પરસનલ સંબંધ વાપિન કરવાની આ ક્ષેત્રમાં જરૂર હોય છે. રિટેલ અને એફએમ્સીજીના કટરમાં ઇનોવેશન પર ખાસ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં આવે તે પણ જરૂરી છે. કશનલ અને વિડરશિપ ક્વાલિટી વિકસિત કરવાની જરૂર હોય છે. કર્મચારીને મેંસ્ટ્રી કોર સ્કિલ્સ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની જરૂર હોય છે. પોતાની કુશળતા ટલી છે તે બાબત અંગે નિર્ણય લઈને પોતાના લક્ષ્ય નક્કી કરવા જોઈએ. રૂમા સેક્ટરની વાત કરવામાં આવે તો તેની સામે નવા પડકારો આવી રહ્યા છે. તેમાં નિયામક પડકારોના દોરમાં ફાર્મા ઇન્ડસ્ટ્રીઝ રિ ઇન્વેશનના દોરમાંથી સાર થાય છે. યુસેસએક્સીએ દ્વારા નિરીક્ષણની સંખ્યા વધારી ટેવામાં આવ્યા પાછ મેન્યુફેક્ચરિંગ કામગીરી પર ધ્યાન આપવાની જરૂરિયાત દેખાઈ રહી છે. આના માટે કેટલાક ઉદ્દેશ નક્કી કરીને આગળ વધવામાં આવે તે જરૂરી છે. આ ક્ષેત્રમાં સફળતા હાંસલ કરવા માટે લેટેસ્ટ મેનેજમેન્ટ ટુલ્સ અને ડેટા એનાલિટિક્સ પર ધ્યાન આપવાની હવે જરૂર છે. રિસર્ચ એન્ડ ડેવલપમેન્ટ ર ખાસ ધ્યાન આપવાની જરૂરિયાત દેખાઈ રહી છે. પ્રોજેક્ટ મેનેજમેન્ટને મજબૂત સ્કિલ્સની દિશામાં આગળ વધવાની જરૂરિયાત દેખાઈ રહી છે. નવી વી ટેકનોલોજીને વહેલી તક સ્વીકાર કરવાની ટેવ વિકસિત કરવાની જરૂર છે.



વારંવાર સ્માર્ટ ફોન ન બદલવા માટે નિષ્ણાંતો કહે છે કારણ કે...

પૃથ્વીના પર્યાવરણને જે રીતે નુકસાન થઇ રહ્યું છે તે રીતે તમામ મુદ્દા પર વાત કરી હતી એમ માનવામાં આવે છે કે આગામી વર્ષ એટલે કે વર્ષ ૨૦૨૩ સુધી દુનિયામાં આશરે પાંચ અભજ લોકોની પાસે સ્માર્ટ ફોન થઇ જશે

ફોન નિમણાથી પચાવરણને લુકસાન



સ્માર્ટ ફોન વારંવાર બદલી શે. સ્માર્ટ ફોન વગર આજે લોકોને ચાલી કે તેમ નથી. લોકો નવા ડિચરવાણ ઉસેટ ખરીદવા માટે નિયમિત રીતે તાતાના મોબાઇલ સેટ બદલતા રહે છે. પરંતુ માન્ય લોકોને આ અંગે માહિતી નથી કે સ્માર્ટ ફોનનું નિર્માણ અમારા પર્યાવરણ કેટલું નુકસાન કરે છે. કન્જર્વેશન પ્રકાશિત કરવામાં આવેલા હાલના નમાં કંટલાક વૈશાનિકો દારા સ્માર્ટ ફોનના માર્ગશાળા કારણે પૃથ્વીને લઈને રહેલા સાનની વાત કરી છે. પૃથ્વીના પર્યાવરણને રીતે નુકસાન થઈ રહ્યું છે તે રીતે તમામ જી પર વાત કરી હતી. અમ માનવામાં આવે કે આગામી વર્ષ એટલે કે વર્ષ ૨૦૨૩ તું સુધી નેયામાં આશરે પાંચ અબજ લોકોની પાસે સ્માર્ટ ફોન થઈ જશે. હેન્ડસેટના નિર્માણમાં જ હુર્લબ અને કિંમતી ચીજોનો ઉપયોગ વામાં આવે છે. તેના વગર સ્માર્ટ ફોનની કલ્પના શક્યાન્તરી. આમાં ઉપયોગ કરવામાં વતી ચીજો અંગે ખુબ ઓછા લોકોને હિતી છે. જો કે ટર્ભિયમ ૧૪ ટકા અને આનો સાત ટકા પ્રયોગ આમાં કરવામાં વે છે. લોંગનનો ઉપયોગ સ્પીકર, ઇલોકોનો અને સ્ટેનલેસ સ્ટીલના કેમમાં ય છે. એલ્યુમિનિયમનો ઉપયોગ સ્ટેનલેસ

સ્તીલ ના વિકલ્પ ઉપરાંત સ્માર્ટફોન
સ્ક્રીનમાં ઉપયોગી મજબુત ગ્લાસના નિમન
માટે કરવામાં આવે છે. જ્યારે તાંબા
ઉપયોગથી લેક્ટોનિક વાયરિંગમાં કરવ
આવે છે. આ ચીજોને પૃથ્વીમાંથી કાઢની બાબત
કેટલાક ટોસ અને પ્રવાહી ચીજો પણ બનાવી
નિકળે છે. જેને માઈન ટૈલિઙ્સ પણ કહેવ
આવે ચે. બ્રાંજિલમાં બેન્ટો રોડિઝસ જ
નવેમ્બર ૨૦૧૫માં આ જેઠી કયરાની ન
દબાઈ જતા અંધારુંથી ફેલાઈ ગઈ હ
આવી જ રીતે મિનાસ ગેરાઈસ સ્થિત :
લોખંડની ખાણ પર બંધ તાશાઈ જવાના કાંઈ
૩.૩ કરોડ ઘન મીટર લોખંડ વહીને :

નના પદ્ધતોંચી જતા ભારે નુકસાન થયુ હતુ.
આસપાસના કેટલાક ગામો જળબંધાકાર થઈ
ગયા હતા. જેમાં ૨૦ લોકોના મોત પણ થઈ
ગયા હતા. આ ચીજો હ્યું ડિલોમીટરના
વિસ્તારમાં ફેલાઈ જતા કેટલાક નવા પડકારો
સર્જયા હતા. જાણકાર નિષ્ઠાંતો કહે છે કે જે
રીતે નવી નવી ટેકનોલોજીની ભૂખ વધશે તેમ
તેમ કચરાને રોકનાર બંધની સંઘા વધી જશે.
કદમાં પણ વધારો થશે. બંધ તુટી જવાનો
ખતરો પણ રહેશે. સ્માર્ટ ફોનમાં કનેક્ટર
બનાવવા માટે સોનાની જરૂર પડે છે. જો કે
દિક્કિણ અમેરિકામાં સોનાની ખાણ પ્રવૃત્તિના
કારણે અમેરિકના વન્ય વિસ્તાર સાફ થઈ

રહ્યા છે. સોનાની ખાણ પ્રવૃત્તિના કારણે જેરી ચીજો બહાર આવી રહી છે. આ જેરી ચીજો પીવાના પાણી અને માછળીના અસ્તિત્વની સામે ખતરારૂપ છે. માનવ આરોગ્ય માટે પણ પડકારરૂપ છે. નિષ્ણાંતો કહે છે કે કેઠલેક્ટ્રોનિક્સમાં સોલ્જરિંગ માટે ટિનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. સ્માર્ટફોનની સ્ક્રીન પર ઈન્ડિયન ટિન ઓક્સાઈડની પાતલી પારદર્શી પરત હોય છે. જે ટય સ્ક્રીન માટે ઉપયોગી હોય છે. ઈન્ડોનેશિયાના બાંંડા અને આસપાસના વિસ્તારમાં ટિનની ખાણ પ્રવૃત્તિ ચાલી છે. આના કારણે કિંમતી ઇકોસિસ્ટમ નાચ થઈ રહ્યા છે. અનેક દુર્ભિ



ડાયાજિટીસ અને માઇગ્રોનમાં પણ નિયમિત યોગથી રાહત થાય છે...

દરોજ યોગ કરવાથી અસ્થમા, જેવી જુની બિમારી પણ દુર થાય છે સાથે સાથે ડાયાબિટીસની સારવાર પણ યોગ મારફતે થઇ શકે છે પરંતુ આના માટે જરૂરી છે કે સૌથી પહેલા બ્લડ શુગાર લેવલને કન્ટ્રોલ કરવામાં આવે માઇગ્રેનથી પણ યોગથી રાહત મળે છે

નિયમિત યોગાથી બીપીમાં પણ રાહદા

આ માં કોઈ શંકા નથી કે યોગથી
મોટા ભાગની બિમારીની
સરવાર શક્ય છે. જો કોઈ વ્યક્તિ
સંયમિત્રનીતે યોગભ્રાસ કરે છે તો તે
યોગમુક્ત રહે છે. સાથે સાથે કેટલીક બિમારી
તેને પડેલાથી જ રહી ચુકી છે તો તે
બિમારી પણ ધીમે ધીમે દુર થવા લાગી જાય
. શરીરને રોગમુક્ત રાખવા માટે નિયમિત
યોગ કરવાની સલાહ નિષ્ણાંત લોકો દ્વારા
પાપવામાં આવી રહી છે.

ଲିଙ୍ଗ ତ ରୁ ସ ରୁ ସ କୁ ରୁ ଫେଣ୍ଟ ଥ



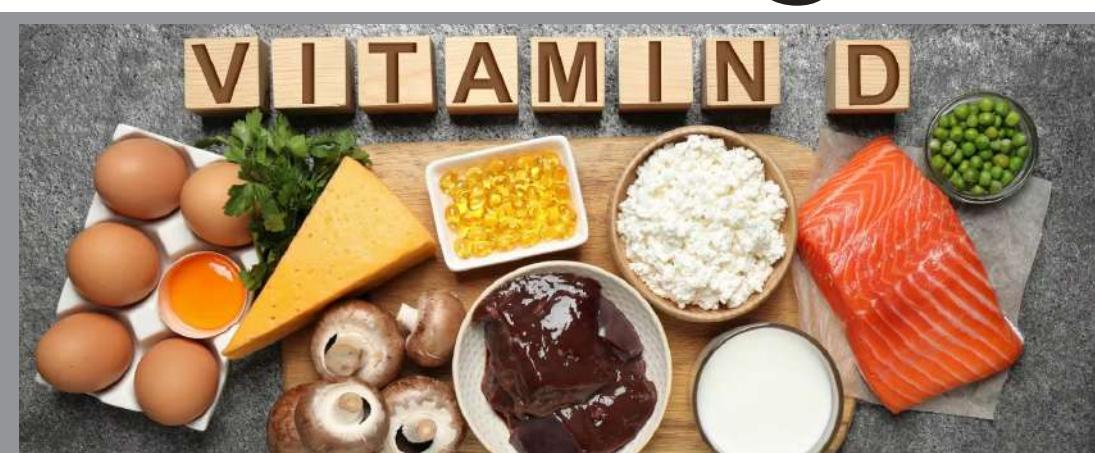
કષ્ટસામાં પીડા થવાની બાબત કષ્ટદાયક હતી. પ્રોફેશનલ અને કામકાળ લોકોને કલીફનો સામનો સામાન્ય રીતે કરવો પડે ગાવી સ્થિતી થવાની સ્થિતીમાં કેટલાક રીતોનું આસાન કરવાથી લાભ થાય છે. જેમાંશુદ્ધાસન, સરળ ભુજંગ આસન, મર્કટ આસન, માવેશ થાય છે. યોગથી ઇપ્રોશનને પણ રીતી શક્યાં છે. યોગ મારફતે કીલ કેશર કેડા વાવે છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ લાઈફને નવેસ્થાન શરીરે આગળ વધારી દેવા ઈચ્છુક લોકોને વેગની સાધના થોડાક સમય સુધી ક

ડોય જોઈએ. ડિપ્રેશનમાં સિંહાસન, કરટક કિયા
આ અને જળ નિતી કિયા જેવા યોગ ઉપયોગી
છે. સાબિત થાય છે. ઓફિસમાં વર્કલોડ અમને
હાઈપર ટેન્શનનો શિકાર બનાવે છે. આના
કારણે યોગથી ફાયદો થાય છે. હાઈ બ્લડ
પ્રેશર કેટલીક બિમારીની જડ તરીકે છે. જો
હાઈપર ટેન્શનને નિયંત્રિત કરી લેવામાં આવે
તો કેટલીક બિમારી તો એમ જ દુર થઈ શકે છે.
મોટા શહેરોમાં રહેતા પુખ્ખવયના ભારતીયોમાં
ડાયાબિટીશના કિસ્સા હિન્પ્રતિદિન વધી રહ્યા
છે. તાજેતરમાં જ કરવામાં આવેલા નવા

અભ્યાસમાં જાળવવામાં આવ્યું છે કે મોટા શહેરોમાં રહેતા પુઅખ્યવના દર પાંચ વ્યક્તિ પૈકી એક માત્ર હાઈપરટેન્શનથી જ ગ્રસ્ત નથી બલ્કે ડાયાબિટીશથી પણ પરેશાન છે. મહારાષ્ટ્રમાં આનાથી પણ ચિત્ર ચિત્તાજનક છે. મહારાષ્ટ્રમાં દર ત્રણ વ્યક્તિ પૈકી એક વ્યક્તિ હાઈપરટેન્શન અને ડાયાબિટીશથી પરેશાન છે. તાજેતરમાં જ કરાયેલા અભ્યાસમાં આ મુજબની ચોકાવનારી માહિતી આપવામાં આવ્યા બાદ આરોગ્ય તંત્રમાં ખણદળાટ મચી ગયો છે. સ્ક્રીની

વિદ્યાર્થીના ડીની કમી સ્થળતાનું કારણ

બ્રિ ટીશ મેડિકલ જર્નલના એક
અભ્યાસમાં દાવો કરવામાં
આવ્યો છે કે ભારતીય મહિલાઓમાં
ચુણતા અને ડાયાબિટીસના વધતા જતા
સાથે કારણ તરીકે વિટામિન રીની કમી
. વ્યાપક અભ્યાસ બાદ જારી કરવામાં
યેવેલા આ તારણ સાથે મોટા ભાગના
ઝોડો સહમત છે. અભ્યાસ મુજબ ભારતની
૮.૮ ટકા મહિલાઓમાં વિટામિન રીની
મીઠે જ્યારે ૨૬ ટકા મહિલાઓમાં
યેવામાં વિટામિન રી અપુરતા પ્રમાણમાં જોવા
ને છે. આપને આ જાણીને હેરાની થશે
દેશની માત્ર પ.૫ ટકા મહિલાઓ એવી
જેમના શરીરમાં વિટામિન રી પુરતા
પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. આ અભ્યાસને
બેસ ડાયાબિટીસ ફાઉન્ડેશન ઓફ ઇન્ડિયા
નેનંડ નેશનલ ડાયાબિટીસ એન્ડ ઓબેસિટી
નેનંડ કોલસ્ટ્રોલ ફાઉન્ડેશનના સંશોધકોએ
થાથે મળીને ત્યાર કરીને રિપોર્ટ તેયાર કર્યા
. ડુકીકન્ટમાં દુનિયાભરમાં વિટામિન
ની કમી મુખ્ય હેલ્થ સમસ્યા તરીકે છે.
જુ સુધી થયેલા અભ્યાસથી એક બાબત
સપાટી પર આવી ચુકી છે કે ભારતમાં
મોટા પાયે વિટામિન રીની કમીના કેસ છે.
નાનો સીધો સંબંધ ચુણતા સાથે છે. જો
નવા અભ્યાસમાં માત્ર મહિલાઓ પર



ખાસ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં આવ્યું હતું
આ અભ્યાસમાં સામેલ સંશોધકો કહે
કે ભારતીય મહિલાઓમાં વિટામિન ઈ
કમ્બી એટલા માટે પણ છે કે મોટા ભાગ
મહિલાઓ ઘરની અંદર જ બંધ રહે
તેમના વાલો પહેરવાના તરીકેના કાઢ
સુર્યની રોન માટે એકસપોર્ટ તેમને મળતું
નથી. જેના કારણે સુર્યની રોશનીથી મળતું
વિટામિન ઈ મહિલાઓને મળતા ન
જાણકાર નિષ્ઠાંતો કહે છે કે આ અભ્યાસ
તારણ ખુબ ઉપયોગી છે. નિષ્ઠાંતો કહે
કે વિટામિન રીના ઓછા પ્રમાણના કાઢ

ધણી તકલીફો ઉભી થઈ શકે છે. વિટામિન ડીની અછત હાર્ટ સાથે સંબંધિત રોગ માટે પણ જવાબદાર છે. અભ્યાસમાં જ્ઞાનવાવામાં આવ્યું છે કે, વિટામિન ડીનું પૂરતુ પ્રમાણ અતિ જરૂરી છે. ઓછુ પ્રમાણ ધાતક બિમારીઓને આમંત્રણ આપી શકે છે. ૧૦ હજારથી વધુ દર્દીઓને આવરી લઈને કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં જ્ઞાનવાવામાં આવ્યું છે કે, વિટામિન ડીની અછત ૭૦ ટકા લોકોમાં જોવા મળી છે અને તેમનામાં હાર્ટ સાથે સંબંધિત રોગનો ખતરો વધારે રહે છે. વિટામિન ડીની અછત ધરાવનાર

લોડોના મોતનો ખતરો પણ વધારે રહે છે. આ અછતને દૂર કરવાની બાબત જરૂરી પોપકતત્વોને લઈને જોડાયેલી છે. પોપકતત્વો સાથે અછતને દૂર કરવાથી મોતનો ખતરો ૬૦ ટકા ઘટી જાય છે. યુનિવર્સિટી ઓફ કન્સાસ દ્વારા કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે, હાર્ટ સાથે સંબંધિત રોગ અને વિટામિન રીની અછત વચ્ચે સીધો સંબંધ છે. આ સંબંધ પણ ખૂબ જ મજબૂત છે. યુનિવર્સિટી ઓફ કન્સાસ હોસ્પિટલ એન્ડ મેડિકલ સેન્ટરના કાર્ડિયોલોજીના પ્રોફેસર ડૉ. જેન્સો કહ્યું છે કે,



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 ACCREDITATION

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



91 7405321234

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



info@cyberoctet.com



www.cyberoctet.com

