MNE/413/2019-21

વોઈસ ઓફ ઘાટકોપર

www.vognewslive.com | /vognewslive

બેસ્ટ ન્યુઝપેપર ઈન ટાઉન એવોર્ડ વિજેતા ઘાટકોપરનું પ્રિમીયમ ન્યુઝપેપર

Office : A-1, Basement, Satyam Shopping Centre, M.G.Road, Ghatkopar(East), Mumbai - 400 077. ☎ : 022-40229684

વર્ષ : 13 ● અંક : 14 ● સળંગ અંક : 501● મુંબઈ ● શુક્રવાર ● તા.24 એપ્રિલ – 30 એપ્રિલ 2020 ● પાના : 16 ● કિંમત રૂ.4

#IndiaFightsCorona

यह समय संकल्प लेने का है कि हम कोरोना वॉरियर्स का सम्मान करेंगे

आवश्यक सेवा प्रदान करने वाले कोरोना वॉरियर्स अपने अथक परिश्रम से हमारी सुविधाओं का ध्यान रखते हैं

उन्हें निशाना बनाकर उनके साथ दुर्व्यवहार न करें

सौहार्द, विश्वास, सम्मान और प्रोत्साहन की भावना के साथ हमें मिलकर COVID-19 से लड़ना है

RAJSHREE™
BUILDERS
Building A Future Into Every Home

લક્ષ્મીચંદ દેઢીયા●જેઠાલાલ દેઢીયા

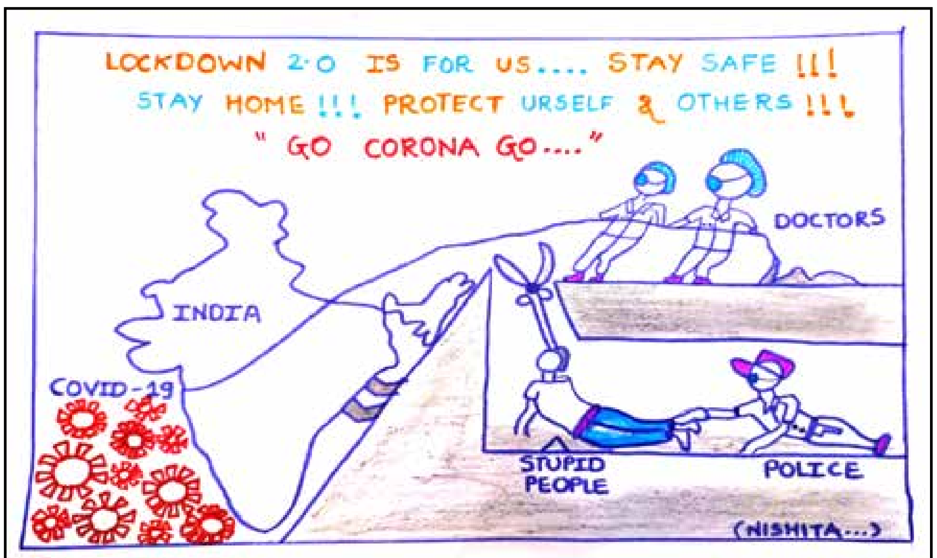
ફોર્ટિસ હૉસ્પિટલમાં ૭ દર્દીઓ કોરોનામુક્ત કરાયા

મુલુંડ ફોર્ટિસ હોસ્પિટલમાં સફળતાપૂર્વક ઇલાજ કર્યા બાદ મંગળવારે અન્ય ત્રણ કોવિડ-૧૯ દર્દીઓને ઘરે મોકલવામાં આવ્યા છે. ગયા અઠવાડિયે કેટલાક દર્દીઓ પર સફળતાપૂર્વક ઉપચાર કરાયો હતો. જેઓને હવે ડિસ્ચાર્જ કરાયા છે. આ હોસ્પિટલમાં સ્વસ્થ થયેલ બિમારોની સંખ્યા હવે ૭ થયેલ છે.

૪૨ વર્ષીય મહિલાની સાથે તેની ૬૯ વર્ષીય માતા અને ૧૫ વર્ષીય પુત્રને પણ કોરોના પરિક્ષણ પોઝિટિવ આવ્યા બાદ અહીં દાખલ કરાયા હતા. આ બધાએ કોરોનાને હરાવીને પોતાના ઘર તરફ પ્રસ્થાન કર્યું છે. હોસ્પિટલના આઇસોલેશન રૂમમાં દર્દીઓનો મહત્વપૂર્ણ રીતે ઇલાજ કરાયો હતો. ત્યારબાદ તેમના ઉપર કરવામાં આવેલા ઇલાજની તેમણે સારી પ્રતિક્રિયા આપી હતી અને ત્યારબાદ ક્રમશઃ ૧૬થી ૧૭ દિવસ પછી તેમને હોસ્પિટલમાંથી ડિસ્ચાર્જ કરાયા હતા.

પોતાના ઇલાજ બાબતે વિસ્તૃત વાત કરતાં ૪૨ વર્ષીય મહિલાએ કહ્યું, ''હું સમગ્ર ટીમને ધન્યવાદ આપું છું. ત્યાંના બધા લોકો વિનમ્ર, માયાળુ અને પ્રોફેશનલ હતા. એમણે દિવસરાત મારું અને મારા પરિવારનું ધ્યાન રાખ્યું. તેમણે મને આશ્વાસન આપ્યું કે તેઓ અમને શક્ય તેટલા જલ્દી સાજા કરી દેશે અને હું મારી પુત્રીની સંભાળ લેવા માટે ઘરે જઈ શકીશ. આ વાઈરસને જડથી મીટાવવા માટે હોસ્પિટલની ટીમ ઘણા ઉત્સાહથી કામ કરી રહી હતી. તેઓએ વાસ્તવમાં મને ઘણી હિંમત આપી. મારા પતિ તાજેતરમાં વિદેશમાં છે અને મારા સંબંધી ઘરે મારી પુત્રીની સંભાળ લઈ રહયા છે. આજે હું તેના પાસે પાછી ફરીને ખૂબ ખુશ છું.''

આ ત્રણેય દર્દીઓના ઈલાજ બાબતે વાત કરતા કોવિડ-૧૯ ટાસ્ક ફોર્સનું નેતૃત્વ કરનારા હોસ્પિટલના ઇન્ટેન્સિવ કેરના સંચાલક ડોક્ટર રાહુલ પંડિતે કહ્યું, ''અલાયદા કક્ષમાં બે અઠવાડિયાથી વધુ સમય વીતાવ્યા બાદ, સફળ ઉપચાર પછી પરિવારના ત્રણ સભ્યોને ડિસ્ચાર્જ અપાયો છે. સમયસર ચિકિત્સક પાસે આવવાના કારણે અને કોઈ ટ્રાવેલ હિસ્ટ્રી ન હોવા છતાં પણ તેમનામાં લક્ષણ મળી આવ્યા હતા. પરંતુ તેમની હિંમતને કારણે તેમને સાજા કરવામાં કરવામાં વધુ કઠણાઈઓ આવી નહીં. જે રોગીમાં કોરોનાના લક્ષણ નથી હોતા તેઓ લક્ષણ ધરાવતા રોગીઓ જેટલા જ મહત્વપૂર્ણ હોય છે. ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે જો કોઈ વ્યક્તિ કોઈ સંક્રમિત વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવે તો તત્કાળ ચિકિત્સકોની સલાહ લેવી.હોસ્પિટલ દ્વારા ઉભા કરાયેલ કોવિડ-૧૯ ટાસ્ક ફોર્સની વધારાની બિલ્ડિંગમાં ક્વોરેન્ટાઇન સુવિધા, અલગથી આઈસીયુ સેટ અપ અને કોવિડ-૧૯ ની તપાસ માટે ક્લિનિકની સુવિધા છે. આ સુવિધાયુક્ત બિલ્ડીંગ હોસ્પિટલની મેઇન બિલ્ડીંગથી અલગ રાખવામાં આવેલ છે. તપાસ, નિદાન અને ઉપચાર માટે દિવસ-રાત કામ કરનારી ટીમમાં ઇન્ટેન્સિવ કેર સ્પેશિયાલિસ્ટ ડો. રાહુલ પંડિત અને ડો.ચારૂદત વૈતી, ઇન્ફેક્શિયસ ડિસીઝ સ્પેશિયાલિસ્ટ ડો. અનિતા મેથ્યુ અને ડો. કિર્તી સબનીસ, માઇક્રોબાયોલોજીસ્ટ ડો. શીતલ સાવંત અને જનરલ ફિઝિશિયન્સ ડો. સંજય શાહ, ડો.નરેશ મહેતા અને ડો.આર કે. મોદી સામેલ છે. અત્યાર સુધી ટીમે ૭ કોવિડ-૧૯ પોઝીટીવ દર્દીઓનો સફળ ઈલાજ કર્યો છે.



ડાયટીશીયન નીશીતા બિનેશ મહેતાએ લોકડાઉનની નવરાશની પળોમાં ભારતને કઈ રીતે કોરોના વાયરસથી પોલીસ અને ડોક્ટરો બચાવી રહ્યા છે જ્યારે લોકડાઉન તોડી અથવા કોરોના વાયરસથી બચવા જરૂરી આદેશોનું પાલન ન કરી રહેલા લોકો ભારતને કોરોનામાં વધુ ગરકાવ કરી રહ્યા છે તે દર્શાવતું ચિત્ર દોરી વોઈસ ઓફ ઘાટકોપરને મોકલ્યું હતું.

કોરોના અને સીનીયર સીટીઝન

ડૉ. મણિલાલ ગડા
સીનીયર મનોચિકિત્સક

ડૉ. દિપ્તી શાહ (ગડા)

કોરોનાની બીમારી અત્યંત ચેપી બીમારી છે. હાલ આ બીમારીની કોઇ દવા શોધાઈ નથી તથા રસીપણ શોધાઈ નથી. સંશોધનો ચાલુ છે. આ બીમારીથી બચવા સાવચેતીના પગલાં (Preventaion) અત્યંત અગત્યના છે.

કોરોનાની બીમારીમાં સીનીયર સીટીઝન (જ્યેષ્ઠ નાગરિક) માટે અલગ વિચારણા શા માટે?

ભારતમાં ૨૦૧૧ની વસ્તિ ગણત્રી મુજબ ૨૦ કરોડ સીનીયર સીટીઝન હતા. આ આંકડો તો ૨૦૨૦મી વધ્યો જ હશે.

સંશોધન તથા નિરીક્ષણ દ્વારા જાણવા મળ્યું છે કે સીનીયર સીટીઝનમાં કોરોનાની બીમીરી.

૧) વધારે ગંભીર (Moderaro to Severe) થાય છે. વધારે જટીલ હોય છે. ૨) કોમ્પલીકેશન (Complication) વધારે થાય છે. ૩) મરણનું પ્રમાણ આ ઉમરમાં વધારે હોય છે. ૪) અન્ય બીમારીઓ સાથે હાય છે ડાયાબીટીસ, બ્લડ પ્રેસર, હૃદયની બીમારીઓ કીડનીની બીમારીઓ હોય છે. એટલે સારવાર અઘરી બને છે.

ઉપરોક્ત કારણોને લીધે સીનીયર સીટીઝનોએ જાતે સમજીને કોરોનાની બીમારી ન થાય એ માટે સાવચેતીના પગલાંઓ જાતે જ લેવા જોઈએ તથા પાળવા જોઈએ.

મુદ્દાઓ :

૧) પૂરો સમય ઘરમાં રહો. બહાર ન નીકળો. ૨) મહેમાનો /આંગતૂકથી દૂર રહો. મળે જ નહીં. જરૂરી મળવાનું હોય તો માસ્ક સાથે દૂરથી (એક મીટરથી વધારે) અંતર રાખીને મળો. ૩) સરકારી સુચનાઓનું (વારંવાર હાથ ધોવા, માસ્ક પહેરવું,વસ્તુઓ જંતુનાશક દવાઓથી જંતુ રહિત કરો વગેર...) કડક પાલન કરો. ૪) ઘરમાં નિયમિત હલનચલન કરો. એક જ જગ્યાએ લાંબો સમય બેસી ન રહો. ૫) હળવી કસરત કરો. પોતાને માફક આવે એવી કસરત ઘરે કરવી અત્યંત જરૂરી છે. એનાથી સ્ટ્રેસ ઓછું થાય છે. ૬) યોગ, વિપશ્યના મેડિટેશન વગેરેમાંથી એક અથવા વધારે પદ્ધતિયોનો ઉપયોગ કરી શકાય. દરરોજના નક્કી કરેલા સમયે નિયમિક પીક કરો. ૭) યોગ્ય પૌષ્ટિક આહાર લો. પૌષ્ટિક આહારથી રોગ-પ્રતિકારક શક્તિ વધે છે. અન્ય બીમારીઓ હોય તો આહારમાં એ પ્રમાણેના ફેરફારો કરો. ૮) અન્ય શારીરિક બીમારીઓ હોય તો એની યોગ્ય સારવાર કરો. દવાઓ નિયમિત લો. પોતાના કન્સલ્ટન્ટ જોડે ફોન પર કે અન્ય રીતે નિયમિત કોન્ટેક્ટ કરો. ૯) માનસિક બીમારી હોય તો એની યોગ્ય સારવાર કરો. દવાઓ મનોચિકિત્સકની સલાહ પ્રમાણે ચાલુ રાખો. દવાઓ બંધ કરતા નહીં. ૧૦) સપ્રમાણ ઊંઘ જરૂરી છે. રોજીંદા સમયે સૂઈ જાઓ તથા સવારના રોજીંદા સમયે ઊઠી જાવ. ૧૧) કુટુંબીજનો જોડે સંવાદ કરો. ૧૨) હકારાત્મક સંવાદ કરો. નકારાત્મક સંવાદથી દૂર રહો. ૧૩) યોગ્ય પ્રમાણમાં પાણી તથા પ્રવાહી લો. ઉનાળો શરૂ થયો છે શરીરમાં પ્રવાણીનું પ્રમાણ યોગ્ય રહેવું જરૂરી છે. ૧૪) જો સીનીયર સીટીઝન પથારીવશ હોય તો સાર સંભાળ રાખનાર વ્યક્તિએ (Care Givers) માસ્ક પહેરી, સારસંભાળ રાખવી જરૂરી છે.

આ વ્યક્તિ પોતે બીમાર ન હોય એ જરૂરી છે.

ઉપરોક્ત મુદ્દાઓને લક્ષમાં લઈ ફેરફારો કરવાથી કોરોના બીમારીનો શિકાર થવાની શક્યતા ઓછી થાય છે. તથા રોગ પ્રતિકારક શક્તિ (Immunits) વધારી શકાય છે.

માનસિક સ્ટ્રેસના લક્ષણો :

આમ છતાં પણ જો નીતે જણાવેલ લક્ષણો હોય તો તમારા ડૉક્ટરનો કે મનોચિકિત્સકને કન્સલ્ટ કરવા જરૂરી છે.

ઊંઘ ઓછી થવી, ભૂખ ઓછી થવી, વારંવાર માથુ દુઃખવું, શરીરમાં કળતર થવી, અશક્તિ લાગવી, ભુલકણ પાણું, હૃદયના ધબકારા વધી જવા, નકારાત્મક વિચારો આવવા, ભવિષ્યની અકારણ ચિંતા રહેવી, મરવાના વિચારો આવવા.

સારાંશ :

કોરોના વાયરસથી થતી કોવિડ-૧૯મી બીમારી આંતરરાષ્ટ્રીય રોગચાળાની બીમારીમાં સીનીયર સીટીઝન ગ્રુપ (૬૫થી વધારે ઉમરના લોકો) સંવેદનશીલ ગ્રુપમાં છે. આ હકીકતને ધ્યાનમાં લઈ સીનીયર સીટીઝન ગ્રુપના લોકો સોશિયલ ડીસ્ટન્સીંગ તથા લોકડાઉનનો ગંભીરપણે લઈ એનું પાલન કરે. તથા વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીના જાન હે તો જહાં હૈ ના સૂત્રને સાર્થક બનાવે.

ઘાટકોપરનું જોલી જિમખાના બન્યું ક્વોરન્ટીન સેન્ટર

કોરોનાના કેસ દિવસે-દિવસે વધી રહ્યાં છે. ત્યારે ઘાટકોપરના જાણીતા જોલી જિમખાનાનો કેટલોક ભાગ હવે કોરોના માટેના ક્વૉરન્ટીન સેન્ટર તરીકે વપરાશે. મુંબઈ મહાનગરપાલિકાએ તા.૧૭ એપ્રિલના એના ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર પરના હૉલ અને પહેલા માળની ૯ રૂમનો તાબો લીધો હતો.

આ વિશે વધુ માહિતી આપતાં જોલી જિમખાનાના પદાધિકારીઓએ કહ્યું હતુ કે બીએમસીએ અમારી પાસે ક્વૉરન્ટીન સેન્ટર બનાવવા જગ્યા આપવાની માગણી કરી હતી. એથી હાલમાં ગ્રાઉન્ડ ફ્લોરનો હૉલ અને પહેલા માળાની ૯ રૂમો તેમને ફાળવવામાં આવી છે. બેડની વ્યવસ્થા પણ જિમખાના દ્વારા જ કરાઈ છે. જ્યારે કે મેડિકલની વ્યવસ્થા બીએમસી દ્વારા કરાશે. ક્વૉરન્ટીન કરાયેલા દર્દીઓ અને ત્યાં તહેનાત થનારા મેડિકલ સ્ટાફના ખાવા પીવાની વ્યવસ્થા પણ જિમખાનાના કિચનમાંથી થશે. જોકે જિમખાનાનો સ્ટાફ અને કોરોનાગ્રસ્ત દર્દીઓ અને તેમના મેડિકલ સ્ટાફ માટે એન્ટ્રી અલગ-અલગ ગેટથી હશે. દર્દીઓ અને મેડિકલ સ્ટાફ મેઈન ગેટથી એન્ટ્રી લેશે, જ્યારે જિમખાનાનો સ્ટાફ પાછળના ગેટથી એન્ટ્રી લેશે અને સીધા કિચનમાં જશે. આમ જિમખાનાનો સ્ટાફને કોરોનાનો ચેપ ન લાગે એ માટે પૂરતી કાળજી રાખવામાં આવી છે.

મુંબઈમાં કોરોનાનો વિસ્ફોટ થશેઃ ૧૫ મે સુધીમાં ૬ લાખથી વધુ કેસ

કેન્દ્રીય ટીમનો રીપોર્ટ ખળભળાટ મચાવે છેઃ ૩૦મી સુધીમાં કેસની સંખ્યા વધીને ૪૨૬૦૪ થશે અને ૧૫મી મે સુધીમાં કેસ વધીને ૬૫૬૪૦૭ થશેઃ કોરોના ડાકલા વગાડશે ત્યારે હેલ્થ ઈન્ફ્રાસ્ટ્રકચર ટૂંકુ પડશેઃ બેડ અને વેન્ટીલેટરની અછત સર્જાશેઃ શહેરના અનેક વિસ્તારોમાં કોરોનાનો કહેર જોવા મળશે

પાંચ સભ્યોની કેન્દ્રીય ટીમે એવો અંદાજ મુકયો છે કે મુંબઈમાં કોરોના આગામી દિવસોમાં તાંડવ મચાવશે અને ૩૦મી એપ્રિલ સુધીમા કેસની સંખ્યા ૪૨૬૦૪ થઈ જશે અને ૧૫મી મે સુધીમાં કેસની સંખ્યા વધીને ૬૫૬૪૦૭ જેટલી થઈ જશે. કેન્દ્રીય આરોગ્ય મંત્રાલય દ્વારા મુંબઈ અંગે ૧૬મી એપ્રિલના રોજના ડેટા લઈ આ અંદાજ અકિલા મુકવામાં આવ્યો છે. આ ટીમે જણાવ્યુ છે કે મુંબઈમાં જ્યારે કોરોના કહેર મચાવતો હશે ત્યારે ૧૩૬૩૬ વેન્ટીલેટર અને ૪૮૩૦૦૦ આઈસોલેશન બેડની અછત પડશે. ૧૬મી એપ્રિલે પ્રેઝન્ટ કરવામાં આવેલ અંદાજો અનુસાર ૩૦મી એપ્રિલ સુધીમાં મુંબઈમાં ઓકિસજન વગરના આઈસોલેશન બેડની ૩૦૪૮૧ ઘટ પડશે. જ્યારે કેસ ૪૦,૦૦૦ને વટાવી જશે ત્યારે શહેરને વધુ ૧૨૦૦ આઈસીયુ બેડની અને ૩૯૨ વેન્ટીલેટરની જરૂર પડશે. ૧૫મી મેના રોજ જ્યારે કેસની સંખ્યા વધીને ૬૫૬૪૦૭ થશે ત્યારે ઓકિસજન વગરના આઈસોલેશન બેડની ઘટ ૪૮૩૩૮૫ અને આઈસીયુ બેડની ઘટ ૨૭૬૮૮ની રહેશે. જ્યારે વેન્ટીલેટરની અછત ૧૩૬૩૬ની પડશે તેમ આ રીપોર્ટમાં જણાવાયુ છે. રીપોર્ટ અનુસાર કોરોનાથી સૌથી વધુ અસરગ્રસ્ત વિસ્તારોમાં ધારાવી, વરલી, મહાલક્ષ્મી, માટુંગા-સાયન, પરેલ, અંધેરી પશ્ચિમ, ગોવંડી-માનખુર્દ, નાગપાડા અને ભાઈખલા રહેશે. આ વિસ્તારોમાં મદદ માટે ૮૪૩૪ કાર્યકરોની જરૂર પડશે. અત્રે એ નોંધનીય છે કે મુંબઈમાં કોરોના સતત મોઢુ ફાડી રહ્યો છે. આવતા સપ્તાહોમાં તે વધુ બિહામણો બને તેવી શકયતા છે. મહારાષ્ટ્રના કુલ ૫૨૧૮ કેસમાંથી ૬૬ ટકા ખાલી મુંબઈના જ છે. જો કે મહારાષ્ટ્ર સરકારનું કહેવુ છે કે કોઈપણ સ્થિતિને પહોંચી વળવા અમે તૈયાર છીએ.

શાબાશ! અજાણ્યા ગરીબની મદદે આવ્યા ઘાટકોપરના યુવાનો

લોક ડાઉન ની જાહેરાત કરાઈ ત્યારે વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીએ શક્ય હોય તેટલી ગરીબ અને જરૂરિયાતમંદોને મદદ કરો એમ જણાવ્યું હતું. ઘાટકોપરમાં યુવાનોએ વડાપ્રધાન મોદીની આ જ વિનંતીને ધ્યાનમાં લઇ ઘાટકોપર વેસ્ટ ગાર્ડન લેન વિસ્તારમાં ઘણાં સમયથી પગમાં ગેંગ્રીન થયેલ ભિખારીની મદદ કરી હતી.

ગાર્ડન લેન વિસ્તારમાં રહેતાં ધવલ શાહ અને મેહુલ પારેખ એ આ ભિખારી પગમાં થયેલ ગેન્ગ્રીન ને કારણે પીડાઈ રહ્યો હોવાની ખબર મળતાં તેને રાજાવાડી હોસ્પિટલમાં સારવાર અર્થે લઈ ગયા હતા. આ અંગે માહિતી આપતાં સ્થાનીય નિવાસી દિલાવર નાઈકવાડી એ જણાવ્યું કે તે ગરીબ વ્યક્તિ અંગે અમને જાણ થતા બંન્ને યુવાનો ધવલ અને મેહુલ ને તે વ્યક્તિને સારવાર માટે લઇ જવા માટે સ્થાનિકો પણ મદદે આવ્યા હતાં. શૈલેષ ભાઈ શાહ (નાગેશ્વર) , મનોજભાઈ જયસિંહ, જતીનભાઈ શાહ, પુખરાજ ભાઈ વગેરે એ પોલીસ અને એમ્બ્યુલન્સ ને લગતી પરવાનગી મેળવી આપવામાં સહાય કરી હતી. ત્યારબાદ તે વ્યક્તિને સારવાર અર્થે હોસ્પિટલમાં લઈ જવામાં આવ્યો હતો ત્યાં પ્રાથમિક સારવાર બાદ સાયન હોસ્પિટલમાં લઈ જવામાં આવ્યો હતો. ફક્ત સારવાર જ નહીં તે ગરીબને ધવલ અને મેહુલ એ જમવાની તથા કપડાં ની પણ વ્યવસ્થા કરી આપવામાં આવી હતી.

મસ્તી ગ્રુપ દ્વારા બાળકોને જોકર બનાવી લોકડાઉનમાં આનંદિત કરાયા

જોકર સૌથી વધુ લોકોને આનંદિત કરે છે એવું ધ્યાનમાં આવતા લોકડાઉનના સમયમાં પણ બાળકોને આનંદિત રાખવા ઘાટકોપર ચેમ્બુર સહિત મુંબઈની વિવિધ જગ્યાઓથી અનેક મમ્મીઓનું બનેલ મસ્તી ગ્રુપના મેમ્બરોએ વિશેષ સ્પર્ધા યોજવાનું નક્કી કરી બાળકોને જોકર બનાવવાનું આયોજન કર્યું હતું જેમાં ૭૨ બાળકો સહભાગી થયા હતા. ૪ વિશેષ સારી રીતે તૈયાર થયેલ બાળકોને વિજેતા જાહેર કરાવમાં આવ્યા હતા.

ઘાટકોપરમાં કુલ ૭ કમ્યુનિટી ક્લિનીક કાર્યરત

રમાબાઈ કોલોનીથી શરૂઆત કરી ઘાટકોપરમાં પાટીદાર વાડી, રસિક રંજન, લક્ષ્મીબાગ, સમાજ મંદિર હોલ, રાજાવાડી ખાતે નગરસેવિકા બિંદુ ત્રિવેદી, વિધાનસભ્ય પરાગ શાહ, નગરસેવિકા રાખી જાધવ સહિત અનેક આગેવાનોની સહાયતાથી ડો.ઋષિકેશ નાઈક (જીએમએ સેક્રેટરી)ની આગેવાનીમાં તથા ડો. વિપુલ જોષી, ડો. અમિત શાહના સંપૂર્ણ સહયોગ દ્વારા કમ્યુનિટી ક્લિનીકને ઉત્તમ પ્રતિસાદ મલી રહ્યો છે. અહીં દરેક કમ્યુનિટી ક્લિનીકમાં ૭૦ જેટલા દર્દીઓ લાભ લઈ રહ્યા છે. ટૂંક સમયમાં ચેમ્બુર તિલક નગર ખાતે પણ શરૂઆત કરવામાં આવશે. જાણીતા ડો.ઋષિકેશ નાઈક, ડો.કુમાર દોશી, ડો. અર્પણ ધોકાનો કોવિડ-૧૯ પર વિશેષ માર્ગદર્શન સેમિનયાર સાંસદ મનોજ કોટક દ્વારા ફેસબુક લાઈવના માધ્યમથી યોજ્યો હતો.

દાનવીરોએ કોરોના વિરુદ્ધ જંગ માટે વહાવ્યો દાન પ્રવાહ

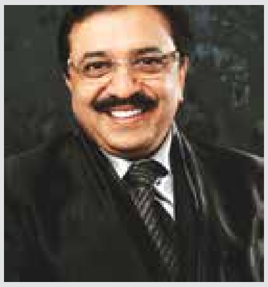
મુલુંડવાસી જયેશભાઈ ગણાત્રાએ PM CARES ફંડ માટે રૂપિયા ૧ કરોડ ૮ લાખનો ચેક સાંસદ મનોજ કોટકને અર્પણ કર્યો હતો. આ ઉપરાંત તેમણે વિધાનસભ્ય મિહિર કોટેચા દ્વારા જરૂરતમંદ લોકો માટે રાશન કીટ વિતરણ અભિયાનમાં પણ ૨૫ લાખનું માતબર દાન આપ્યું હતું. રોટરી ક્લબ ઓફ મુલુંડ હિલ્સ દ્વારા રૂા.૫૦૦૦૦નો ચેક પીએમ કેર ફંડમાં સાંસદ મનોજ કોટકને અર્પણ કરાયો હતો.

પ્લાનેટ ૯ ગ્રુપ ઓફ કંપનીઝના જાણીતા આગેવાન ચંદ્રેશભાઈ પારેખ તથા વિવેક પારેખ દ્વારા કોરોના વિરુદ્ધ લડાઈમાં જરૂરીયાતમંદોની સહાય માટે દાનના ચેક વિધાનસભ્ય પરાગ શાહ અને પ્રવીણભાઈ છેડાને અર્પણ કરાયા હતા.

પ્રેમકુંજ સોસાયટી દ્વારા રૂા.૨૫૦૦૦ તથા ગાર્ડન કોર્ટ સોસાયટી દ્વારા રૂા.૫૧૦૦૦નો ચેક પીએમ કેર્સ ફંડ માટે નગરસેવિકા બિંદુ ત્રિવેદીને આપવામાં આવ્યો હતો.

મનપાના જાણીતા અધિકારી ઈરફાન કાઝી દ્વારા તથા સીનીયર સીટીઝન મહિલા ભામિનીબેન મોદી બંનેએ વ્યક્તિદીઠ રૂા.૧૦૮૦૦૦નો ચેક વિધાનસભ્ય પરાગ શાહને આપ્યો હતો.

ચંદ્રેશ પારેખની કલમે....



માનસિક શાંતિ જાળવવા માટે આ રહ્યા સરળ ઉપાયો :

જીવનનો પંથ કેવળ પુષ્પાચ્છાદિત જ નથી, એમાં કાંટા પણ ઘણા છે. જીવન આપણને અનેક તણાવોની ભેટ આપતું હોય છે - ચાહે પછી તે ઑફિસના હોય, કામના હોય, કુટુંબના હોય, વ્યક્તિગત જીવનના હોય કે સંબંધોના.

ગુસ્સો કે ક્રોધ એ કુદરતી આવેશ છે. પરંતુ જો તેનું પ્રમાણ વધી જાય તો સૌથી વધુ નુકશાન વ્યક્તિને પોતાને જ થાય છે. જ્યારે ગુસ્સામાં આવીને કોઈ પણ વ્યક્તિ પગથી પથ્થરને ઠોકર મારે ત્યારે તે પથ્થરને નહીં પોતાના પગને જ ઈજા પહોંચાડે છે. ક્રોધ એ એવી નબળી ક્ષણ છે કે ત્યારે વ્યક્તિ સારા-નરસાંનું બધું જ ભાન ભૂલી જાય છે. એટલે જ જે વ્યક્તિ પોતાની જાત પર કાબૂ રાખી શકે છે તે દરેક વ્યક્તિને વશમાં કરી શકે છે. દરેક વ્યક્તિનો સ્વભાવ અલગ-અલગ હોય છે અને એ સ્વભાવ જ આખરે માણસની ઓળખાણ બની જાય છે. જીવનપર્યંત અને જીવન પૂરું થયા પછી પણ મોટે ભાગે માણસને તેનાં સ્વભાવ અને તેની ખાસિયતોને આધારે જ યાદ કરવામાં આવે છે.

આપણી આસપાસ રોજ-બ-રોજના જીવનમાં અનેક એવી વ્યક્તિઓ મળતી હોય છે જે તણાવનું આપણું બટન દબાવી દે છે અને આપણા સર્વશ્રેષ્ઠ પ્રયત્નો છતાં આપણી માનસિક શાંતિને સંપૂર્ણપણે ખોરવી કાઢે છે. દુનિયા જાણે કે આવા જ લોકોથી ભરેલી છે. એ આપણને ચીઢવતા રહે છે. તેઓ આપણો વિરોધ કરતા હોય છે, આપણી નસ દબાવતા રહે છે. પ્રસંગો, પરિસ્થિતિઓ અને સંજોગો આપણા માટે ક્ષણે ક્ષણે પ્રતિકૂળતા પેદા કરતા રહે છે. જગતમાં જાણે કે આપણને ગાંડા કરી મૂકવા માટે એક યોજનાબદ્ધ કાવતરું ઘડવામાં આવેલું છે. એનો વિચાર કરતા માત્રમાં જ આપણી અંદર એક પ્રકારનો ખળભળાટ પેદા થઈ જાય પરિણામે આપણી અંદર ભારે ગુસ્સો પેદા થાય છે. અપૂરતી સામાજિક તાલીમને લીધે આમાંનો થોડોઘણો ગુસ્સો આપણે તદ્દન અસ્વસ્થ રીતે વ્યક્ત કરી નાખીએ છીએ, બાકીનો ઘણો આપણા હૃદયમાં ભરી રાખીએ છીએ. હાનિ આપણને બન્ને રીતે થાય છે, અયોગ્ય રીતે વ્યક્ત કરેલો ગુસ્સો સામેની વ્યક્તિમાં કટુતા પેદા કરે છે અને દબાવી રાખેલો ગુસ્સો આપણી અંદર વૈમનસ્ય, અંટસ અને શારીરિક રોગ પેદા કરે છે. સંશોધકોના મત મુજબ ગુસ્સો તદ્દન સ્વાભાવિક, તંદુરસ્ત અને ઉપયોગી લાગણી છે. પણ આપણે એને યોગ્ય રીતે નાથીએ નહીં તો એ આપણા પોતાના માટે અને આપણી આસપાસના લોકો માટે ભારે નુકશાનનું કામ કરે છે. આપણે આપણી અશાંતિ માટે લોકો અને પરિસ્થિતિને દોષ દેતા રહીએ છીએ.

પરંતુ સ્વસ્થ ચિત્તે વિચાર કરતાં આપણને જણાશે કે આપણી સમસ્યાનું મૂળ આપણી આસપાસના લોકો કે સંજોગોમાં નહીં, પણ આપણી અંદર જ છે; આપણા મનમાં છે, આપણે લોકો કે પરિસ્થિતિ પ્રત્યે આપણી પ્રતિક્રિયા ખોટી રીતે વ્યક્ત કરીએ છીએ. લોકો ચાલાક છે, આપણને એમની ધારેલી રીતે રમાડીને આપણી અંદર ચિંતા, ગુસ્સો અંટસ, અજંપો, વેરઝેર પેદા કરીને જીતી જાય છે; આપણને પરાધીન અને લાચાર સાબિત કરવામાં સફળ બની જાય છે. આપણું મન વાસ્તવમાં લાચાર છે - એ રીતે આપણે એને કેળવેલું છે. આપણે જરૂ છે શાંતિ જાળવવાની, પરિસ્થિતિ અને લોકોની રીતભાતથી વિચલિત ન થવાની, અને પરિસ્થિતિને પ્રતિક્રિયા (*reaction*) નહીં, પણ યોગ્ય પ્રતિભાવ (*reaction*) આપવાની.

જરૂરિયાત આ છે - પ્રતિક્રિયા અને પ્રતિભાવ વચ્ચે તફાવત સમજવાની. આપણે આપણી ચિંતાઓ અને ગુસ્સા સાથે અનુકૂલન કરવાની અને એમનો સકારાત્મક રીતે ઉપયોગ કરતા શીખવાની જરૂ છે. અતાર્કિક, આવેગી મનને ફાવે તેમ વર્તવાની છૂટ ન આપી દેશો. શાંત અને તર્કબદ્ધ મનથી જ યોગ્ય નિર્ણય લઈ શકાશે. નાદુરસ્ત લાગણીઓ પર પ્રભુત્વ મેળવીને માનસિક શાંતિ જાળવવા માટે આ રહ્યા સરળ ઉપાયો :

૧ હળવાશ કેળવો :

દીર્ઘશ્વસન, સરળ સ્નાયુબદ્ધ ખેંચાણ ની હળવી કસરતો, શવાસન, ધ્યાન અને ક્રમિક શિથિલીકરણ ની હળવાશની વિધવિધ પદ્ધતિઓ શીખી-હસ્તગત કરી લઈને મનનો તણાવ હળવો કરી શકાય છે. ઉશ્કેરાટને નાથી શકાય છે અને મનને શાંત પાડી શકાય છે. મનોવૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંત છે કે શરીરના સ્નાયુઓને હળવા બનાવશો તો મન આપોઆપ શાંત બની જશે.

૨ તમારી વિચારવાની ઢબ બદલો :

આપણે ગુસ્સામાં કે ઉશ્કેરાટમાં હોઈએ છીએ ત્યારે આપણી વિચાર-પ્રક્રિયા પર આપણો કાબૂ સંપૂર્ણપણે જતો રહે છે, આપણો વિવેક જતો રહે છે અને આપણે વધારે ગૂંચવાડામાં પડી જઈએ છીએ અથવા નાની વાતને મોટું સ્વરૂપ આપી દઈએ છીએ. ગુસ્સો ભલે ઉકળતો હોય પણ થોડા ધીરા પડવાથી સમસ્યામાંથી માર્ગ આપોઆપ મળી આવશે. દુનિયા કંઈ તમને અત્યારે ને અત્યારે હરાવવા માટે પાછળ પડી ગઈ નથી, તમે તમારા મનની ચાવી એના હાથમાં સોંપી દીધી છે. પોતાની લાગણીઓ અને વિચારોનું નિયંત્રણ પોતાના હાથમાં રાખો. વિચારોને અતાર્કિક, નિરંકુશ ન બનવા દો; તર્કબદ્ધ જ રહેવા દો.

૩ સંવાદ જાળવી રાખો :

ગુસ્સો કે રીસ ચઢે ત્યારે સામાન્ય રીતે આપણે સામી વ્યક્તિ સાથે બોલવાનું બંધ કરી દઈએ છીએ. જેનાથી સંવાદનો સેતુ તૂટી જાય છે. થોડી વાર ઊંડા શ્વાસ અંદર લો. મનને શાંત થવાની તક આપો. ત્યાર પછી સામેની વ્યક્તિને તદ્દન સ્વસ્થ રીતે તમારી લાગણી વ્યક્ત કરી દો. લાગણી વ્યક્ત કરતી વખતે પરસ્પર કડવાશ પેદા ન થાય એનો સતત સભાનતાથી ખ્યાલ રાખો. જે પ્રસંગને કારણે માઠી લાગણી પેદા થાય છે તેની બારીક વિગતોની પરસ્પર વાતચીત કરવાનો ફાયદો નથી પણ એ પ્રસંગને કારણે પેદા થયેલી લાગણી યોગ્ય શબ્દમાં વ્યક્ત થાય એ જરૂરી છે. રજૂઆત પૂરી થયા પછી મન શાંત, સ્વસ્થ બની ગયું છે એની ખાતરી કરી લો. સામેની વ્યક્તિને પણ બોલવાની તક આપવાનું ચૂકશો નહીં.

૪ ગુસ્સો પેદા કરનાર વાતાવરણથી દૂર થઈ જાઓ :

જે જગ્યાએ/પરિસ્થિતિમાં ગુસ્સો પેદા થયો હોય એનાથી તમારી જાતને અળગી કરી દો. ચાલવા નીકળી પડો. બહાર જમવા જતા રહો. બાથરૂમમાં પુરાઈને ૧૦-૧૫ મિનિટ સરસ મજાનું સ્નાન કરી લો. ગુસ્સાને તરત વ્યક્ત કરવાની તાલાવેલી શાંત પાડી દો અને પછીના અડધોએક કલાક એવી કોઈ પ્રવૃત્તિમાં વ્યસ્ત થઈ જાઓ જે દરમિયાન તમારા મનને શાંત થઈ જવાનો મોકો મળી આવે.

૫ તમારું મનપસંદ સંગીત સાંભળો :

જેને સાંભળવાથી તમે હળવા બની જાઓ અને તમારા તણાવ/ગુસ્સાને ભૂલી જાઓ એવું સંગીત કે એવાં ગીતો સાંભળવા માંડો. તમારી રુચિનું સંગીત ખોળી કાઢો; પછી ભલે તે શાંત, હળવું, શાસ્ત્રીય હોય કે ધાંધલિયું, ઝડપી, શરીરને નચાવનારું હોય. શરત એટલી જ કે એને સાંભળ્યા પછી તમારું મન શાંત પડી જવું જોઈએ.

૬ દિવાસ્વપનમાં રાચો :

આંખો બંધ કરો. હવે તમારા મનઃચક્ષુ સમક્ષ એક એવા સુંદર સ્થાનનું ચિત્ર જીવંત કરો જ્યાં તમને આનંદ અને સુખની અનુભૂતિ થાય. એ સ્થાનની બારીકમાં બારીક વિગતને મન સમક્ષ પ્રત્યક્ષ કરો. ત્યાંનો સ્પર્શ, ત્યાંની સુંદરતા, વાતાવરણની અદ્દભુત સુગંધ, ત્યાં હોવાની અનુભૂતિથી તમને કેટલો રોમાંચ થઈ રહ્યો છે, વગેરે. તમે આ ક્ષણે એ સ્થાનમાં જ છો એવું તમારા સમગ્ર અસ્તિત્વથી અનુભવો-માણો. જ્યારે જગતની વાસ્તવિક્તાથી કંટાળો ત્યારે આવું મનઃચિત્રણ તમારી લાગણીઓને બદલી નાખવામાં ઉપયોગી બનશે.

૭ અણગમતી વ્યક્તિથી મોં ન ફેરવો :

આપણા મનની ખાસિયત એવી છે કે અણગમતી વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિથી રીસપૂર્વક દૂર થઈ ગયા પછી પણ મન એનો ને એનો જ વિચાર કર્યા કરશે અને કડવી વાતને વીતેલી ક્ષણોમાંથી ખેંચી લાવીને તમારા વર્તમાનને દૂષિત કરશે. એના કરતાં માનસિક શાંતિ જાળવી રાખીને એ વ્યક્તિ પાસે જ રહો. તમારું અજાગ્રત માનસ ઘણું શક્તિશાળી છે, નકારાત્મક લાગણીને બદલે જીવનપોષક ભાવ પેદા કરવાનો પડકાર એને આપશો તો એ ચોક્કસ જ ઝીલી લેશે. નકારાત્મક વિચારો અને લાગણીઓની એકની એક ઘરેડમાંથી બહાર નીકળવાની એને તક આપો. અવારનવાર આમ કરવાથી આગળ જતાં મન એ વ્યક્તિની ઉપસ્થિતિ કે તેના ઉલ્લેખથી પણ અશાંત નહીં બને, તમારા આત્મવિશ્વાસમાં વધારો થશે અને વ્યક્તિને તમે સ્વસ્થતાપૂર્વક જીરવી લેતાં શીખી જશો. તદ્દન પ્રતિકૂળ અને વિરોધી વ્યક્તિત્વ ધરાવતા પતિ-પત્ની એકબીજાને સહી લઈને આખું જીવન વિતાવી દે છે તે આ જ કારણે ને ?

૮ અન્યનો સ્વીકાર કરો :

અન્ય વ્યક્તિમાં વાંધાવચકાં કાઢીને એનો પ્રતિકાર કરતા રહેશો તો તમારા મનમાં અપાર આંતરિક સંઘર્ષ પેદા થશે. આવો સંઘર્ષ ભય, અકારણ સ્પર્ધા, તુલના, હતાશા અને ચિંતામાં પરિણમશે. એને બદલે સામેની વ્યક્તિ જેવી છે તેવી એનો સ્વીકાર કરો. એના ગુણદોષ ન જુઓ. દરેક સાથે આત્મીયતા કેળવો. નાના-નાના મતભેદો પર તમારા સંબંધની ઈમારતને ઊભી ન થવા દો. બન્નેના સમાન રસ-રુચિની ચર્ચા કરો. એને તમારા પારસ્પરિક સંબંધનો પાયો બનવા દો.

૯ સહવાસ કેળવો :

એકલતાથી ચિંતા અને તણાવ વધે છે. એને બદલે મનગમતી વ્યક્તિઓનો સંગાથ કેળવો. મિત્રો અને કુટુંબીજનો સાથે યાંત્રિકતાથી ન જીવો. સહવાસની પ્રત્યેક ક્ષણને આનંદ પ્રસન્નતાથી ભરી દો. તમારા ખાસ હોય તેમને તમારો પુરતો સમય, તમારી શક્તિ અને તમારું ધ્યાન આપો.

ગુસ્સો એક માનસિક તનાવ છે તેમાંથી કોઈ બચ્યું નથી ..મૌન ધારણા કરી લેવું જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે ..કારણ કે ગુસ્સા માં લીધેલા નિર્ણય હમેશા પસ્તાવો જ કરાવે છે .અમદાવાદના જાણીતા મનોચિકિત્સકના જણાવ્યા અનુસાર જ્યારે વ્યક્તિને ગુસ્સો આવે ત્યારે તેણે પહેલાં તો એ સ્વીકારવું જોઈએ કે તેને સામાન્ય લોકો કરતાં વધારે ગુસ્સો આવે છે અને ત્યાર બાદ તેને પોતાના મન પર ખૂબ કાબૂ રાખવા માટે પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. કોઈ દિવસ તેણે શરતી કાબૂ મેળવવાનો પ્રયત્ન ન કરવો જોઈએ બલ્કે સંવેદનશીલ બાબતો પર આત્મમંથન કરવું જોઈએ. જો પરિસ્થિતિથી દૂર ન રહી શકાય તો સ્ટ્રેસ બસ્ટર ટોઇઝનો ઉપયોગ કરી ગુસ્સો કંટ્રોલ કરો અને પોતાની જાતને પ્રોત્સાહિત કરો.

રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબના સાંનિધ્યે એ મેરે વતન કે લોગો કાર્યક્રમ લાઈવ પ્રસારણના માધ્યમથી ઉજવાયો

★ભારતભરના શૂરવીર સેવાભાવી યોદ્ધાઓના સત્કાર્યને સલામ કરતાં અનુમોદના કરી હજારો દેશવાસીઓએ ★ માનવતા કોઈ ધર્મની મોનોપોલી નથી, જેનું હાર્ટ સોફ્ટ હોય એના જ હાથ સેવામાં, માનવતામાં જોડાતાં હોય છે.★ -રાષ્ટ્રસંત શ્રી નમ્રમુનિમ. સા.

સમગ્ર વિશ્વમાં ફેલાયેલાં કોરોના મહામારીના ભય અને મૃત્યુની વચ્ચે પોતાની જાનના જોખમે પણ પ્રશંસનીય સેવા બજાવીને દેશની રક્ષા કરી રહેલાં શૂરવીર ડોક્ટર્સ, નર્સ , મેડીકલ સ્ટાફ, પોલિસ કર્મચારીગણ, સફાઈ કામદારો, પત્રકારો અને હજારો ગરીબોને સહાય આપનારા દરેક સંઘ, સંપ્રદાય અને સંસ્થાઓના સેવકોને બિરદાવવા રાષ્ટ્રસંત પરમ ગુરુદેવ શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબના સાંનિધ્યે લાઈવ પ્રસારણ દ્વારા ઐ મેરે વતન કે લોગો નામક એક અનુમોદનીય કાર્યક્રમ આયોજિત કરવામાં આવેલ.

ઘર-પરિવારના વિયોગે, સ્વયંના સુખના વિયોગે અને જાનના જોખમે પણ કોરોના વાયરસથી દેશને મુક્ત કરાવવા સેવા બજાવી રહેલાં દરેક સેવાભાવીઓની સેવાને બિરદાવતાં પરમ ગુરુદેવે ફરમાવ્યું કે, જેનામાં સદગુણ હોય તેવી વ્યક્તિને જ અન્યની સેવા કરવાના ભાવ થતાં હોય છે. માનવતા કોઈ ધર્મની મોનોપોલી નથી, જેનું હાર્ટ સોફ્ટ હોય એના જ હાથ સેવામાં, માનવતામાં જોડાતાં હોય છે. આજની આ પરિસ્થિતિમાં અન્યને શાતા પમાડવા માટે સેવા કરી રહેલાં દરેક દરેક યોધ્ધાઓની આપણે અનુમોદના કરી તેમને સલામ કરવી જોઈએ.

નઐ મેરે વતન કે લોગોંથ અનુમોદનાના આ કાર્યક્રમ અંતર્ગત, માત્ર નમારું તે સારું નહીં પરંતુ દરેક સારું તે મારુંપ ના શુભ ભાવ સાથે પરમ ગુરુદેવે સર્વ ધર્મ, જ્ઞાતિ, સંઘ, સંપ્રદાયથી પર થઈને સમગ્ર ભારતમાં અનેક પ્રકારે સહાય કરી રહેલાં એવા *'BAPS'* સ્વામીનારાયણ સંસ્થા, શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર મિશન ધરમપુર, શ્રી જલારામ મંદિરો, ગુરુદ્વારા, સમસ્ત મહાજન સંસ્થા, સમસ્ત દેરાવાસી સંઘો, અર્હમ યુવા સેવા ગ્રુપ, કચ્છી જૈન સમાજ, સરહદ સંસ્થા, વંદે માતરમ્ ગ્રુપ, ગુરુ ગૌતમ ટ્રસ્ટ, રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘ, અખિલ ભારતીય જૈન કોન્ફરન્સ, શ્રી વર્ધમાન સંસ્કારધામ, ગુરુપ્રેમ મિશન ટ્રસ્ટ- મુંબઈ, શ્રી ગુજરાતી સનાતન સમાજ-જમશેદપુર, શ્રી સંત નિરંકારી સમાગમ- દિલ્લી, મા સ્વામી હેલ્પ-સરદારનગર, એલર્ટ ગ્રુપ, જીવરક્ષા ગ્રુપ, માનવસેવા કેન્દ્ર, સમકિત ગ્રુપ, કરુણા ફાઉન્ડેશન-રાજકોટ, રત્ન નિધિ ટ્રસ્ટ, જૈન વિઝન મહાવીર સેવા ટ્રસ્ટ, જૈન સાધર્મિક સેવા સમિતિ સાથે જૈન ઉપાશ્રયમાં હજારો લોકોને અનાજ આપનારા શ્રી અમિતાભ બચ્ચન, ઘાટકોપરમાંહજારો ગરીબોને ભોજન કીટ આપનારા શ્રી પરાગભાઈ શાહ, હિંગવાલા ઉપાશ્રયમાં ફૂડ કીટ આપનારા જિગરભાઈ શેઠ, રમેશભાઈ મોરબીયા, સુભાષજી રુનવાલ, બિનાબેન અજયભાઈ શેઠ, રાજકોટમાં સવા લાખ રોટલીનું વિતરણ કરીને સેવા કરનારા હિતેનભાઈ મહેતા જેવી અન્ય અનેક સંસ્થાઓ અને વ્યક્તિગત અનેક સેવાભાવીઓના સેવાકાર્યોની જાણકારી આપતા લાઇવમાં જોડાએલા હજારો ભાવિકોના હૃદયમાંથી ધન્યવાદ, અહોભાવ અને અનુમોદનાનો સ્વર ગૂંજી ઊઠયો હતો.

વિશેષમાં, ભર તડકામાં પોતાનું કર્તવ્ય નિભાવી રહેલા સેવકોને શાતા આપવાના ભાવોસાથે પરમ ગુરુદેવની પ્રેરણાથી હજારો ભાવિકોએ છાસ વિતરણનો લાભ લીધો હતો. આ અવસરે આચાર્ય શ્રી પ્રેમસૂરીશ્વરજી મહારાજ સાહેબના અંતેવાસી સુશિષ્ય પૂજ્ય શ્રી કે.સી. મહારાજ સાહેબે પણ લાઈવના માધ્યમે આ કાર્યક્રમમાં જોડાઈને સેવાભાવીઓની અનુમોદના સાથે પરમ ગુરુદેવના આ અનોખા પ્રયાસની ભૂરી-ભૂરી પ્રશંસા કરી હતી.

સુવિખ્યાત ગાયક કલાકાર નરેન્દ્રભાઈ વાણીગોતા તેમજ લોકપ્રિય હાસ્ય કલાકાર સાંઈરામ દવે, ગુરુભક્ત ધ્રુવી દીદી અને દર્શિતભાઈ એ આ કાર્યક્રમમાં જોડાઈને સહુને ભાવભીની અનુમોદના કરાવી હતી. કોઈપણ જ્ઞાતિ કે સંપ્રદાયના ભેદભાવ વિના પરમ ગુરુદેવનો સકૃત પ્રત્યેનો સદભાવ હજારો ભાવિકોના હૃદયમાં પણ સેવા અને સહાયતા અર્પણ કરવાની પાવન પ્રેરણા જાગૃત કરી ગઈ.

ઘાટકોપરના કોરોના વોરીયર્સ ડોક્ટરો

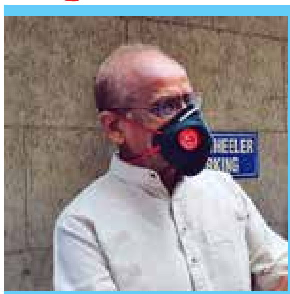
ઘાટકોપરના વિવિધ ડોક્ટર્સ કોરોનાની લડાઈમાં સંપૂર્ણપણે જોડાયા છે. ન્યૂ લાઈફ હોસ્પિટલના ડો.દીપક બૈદ રાજાવાડી હોસ્પિટલ ખાતે કોવડિ-૧૯ના વિશેષ સેટ અપ અને ૧00 બેડના વોર્ડની વિશેષ વ્યવસ્થા માટે આગળ પડતો ભાગ ભજવી રહ્યયા છીએ આ ઉપરાંત તે મનપા હેલ્થ કમિટીના આગેવાન ડોક્ટર્સ સાથે પણ કોર્ડીનેશનમાં મહત્વનો ફાળો આપી રહ્યા છે.

મહારાષ્ટ્ર ભાજપાના વૈદ્યકીય આઘાડીના અધ્યક્ષ ડૉ.અજીત ગોપછડેની આગેવાનીમાં ડૉ.સ્મિતા કાળેના ડાયગ્નોસ્ટીક સેન્ટર ખાતે વિવિધ દર્દીઓને મફત માર્ગદર્શન સ્ક્રિનીંગ સોનોગ્રાફી, એક્સ રે, રક્ત તપાસણી કરી આપવામાં આવે છે અને દરરોજ કઈ મહત્વની કાળજી લેવી જોઈએ તેનું પણ માર્ગદર્શન કરાય છે.

MAHAVIR® ESTATE CONSULTANTS
MAHARERA APPROVED BROKERS

#INDIAFIGHTSCORONA

શું કરી રહ્યા છે ઘાટકોપરના સોશ્યલ એન્ટરટેઈનમેન્ટ સેન્ટરો લોકડાઉનમાં



જેજેસી નોર્થ ઈસ્ટ દ્વારા લોકડાઉન શરૂ થયું તે દિવસથી જ લોકોને ન્યૂઝ પેપર મળવામાં મુશ્કેલી પડશે તેવું ધ્યાનમાં આવતા રમેશભાઈ મોરબીયાએ મેમ્બરોને ઉપરાંત તેમના તમામ વેલવીશરોને દૈનિક આગેવાન સમાચાર પત્રો દરરોજ સવારે મોકલવાનો શુભારંભ કરી દીધો હતો.

જેજેસી રોયલ જગડુશા દ્વારા ઘાટકોપરમાં સૌપ્રથમ કરાયું માસ્ક વિતરણ

કોરોના મહામારી રોગ મુંબઈમાં પ્રવેશવાની સાથે જ જેજેસી રોયલ જગડુશાના પ્રમુખ જેઠાલાલભાઈ દેઢીયાએ તરત નિર્ણય લઈ તા.૧૭-૩-૨૦૨૦ના તમામ ઘાટકોપરના પોલીસ સ્ટેશનમાં માસ્કનું વિતરણ કર્યું હતું. તા.૨૩ એપ્રિલના પ્રમુખ જેઠાલાલભાઈ દેઢીયાએ સેન્ટરના તમામ સભ્યોને કોરોનાના આ સમય દરમ્યાન સોશ્યલ ડીસ્ટન્સીંગના તમામ નિયમો પાળી પરિવાર સાથે ઘરે સુરક્ષિત રહેવા માટેના ખબર અંતર પૂછ્યા હતા. અને સંદેશો પાઠવ્યો હતો.

જેજેસી પીંક પંતનગર દ્વારા મેમ્બરોને લોકડાઉન હાઉઝી રમાડાઈ

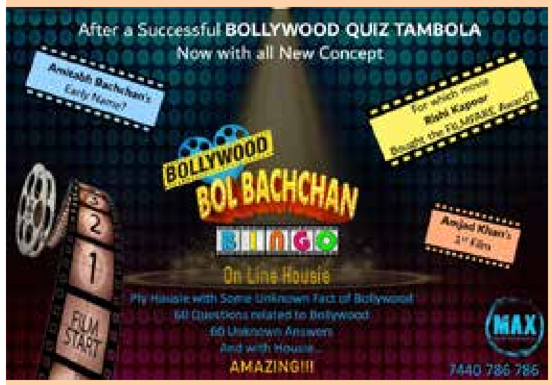
જેજેસી પીંક પંતનગર દ્વારા રવિવાર તા.૧૯ એપ્રિલના વોટ્સએપ ગ્રુપના માધ્યમે ગ્રુપ તરફથી ભવ્યા પ્રવર કોટીચાએ તમામ સભ્યોને હાઉઝીનો આનંદ કરાવ્યો હતો. લોકડાઉનમાં લોકો ઘરે બેઠા આ હાઉઝીનો સૌપ્રથમ વખત આનંદ માણ્યો હતો. દરેક મેમ્બરોને હાઉઝીની બે બે ટીકીટ વોટસએપ દ્વારા મોકલવામાં આવી હતી.

ગ્રુપ સોલીટિર દ્વારા મેમ્બરોને માસ્ક, સેનેટાઈઝરનું વિતરણ અને હાઉસી રમાડાઈ

સોલીટર ગ્રુપ દ્વારા મેમ્બરોને રમાડાયેલ બોલીવુડ હાઉઝી ખૂબ સુપર ડુપર હીટ સાબિત થઈ હતી. લોકડાઉન જાહેર થતાની સાથે જ સોલીટિર ગ્રુપ દ્વારા તમામ મેમ્બરોને માસ્ક અને સેનેટાઈઝર વિશેષ કુરીયરના મારફતે મોકલવામાં આવ્યા હતા.

બોલીવુડ તંબોલા હાઉઝીનું સફળ સંચાલન કમિટી મેમ્બર દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું જે બે વોટ્સએપ ગ્રુપના માધ્યમથી રમાડવામાં આવી હતી. સામાન્ય હાઉઝી અને બોલીવુડના સ્ટાર્સના નામને જોડતી આ અનોખી હાઉઝી લોકોને ખૂબ ગમી હતી.

જ્વેલ ગેલેક્સી દ્વારા લોકોડાઉનમાં અનેક આયોજનની વણઝાર



અવનવા કાર્યક્રમો માટે પ્રખ્યાત જ્વેલ ગ્રુપ બોલીવુડ બિંગો, બોલ બચ્ચન, ઓનલાઈન હાઉઝી, મેક્સના સથવારે, બોલીવુડ ક્વીઝ તંબોલા, ધ ઈવેન્ટસ સ્ટુડીઓના સથવારે તથા જાણીતા ડીજે રાજ લાખાણી સંગાથે ફેસબુક લાઈવના માધ્યમે લાઈવ ડીજેનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સિદ્ધશી આર્ટસ વૈશાલી પારસ કારાણી દ્વારા ઓનલાઈન ટ્રેઝર હન્ટ જે ફેસબુક પેજ પર રમાડાયેલ તેને લોકોએ ખૂબ આનંદપૂર્વક માણેલ. કોરોન્ટાઈન લોકડાઉનમાં વિવિધ ગેમ્સની વણઝારે મેમ્બરોને મજા કરાવી દીધી હતી.

વીર ફાઉન્ડેશન કોરોના સામેની લડાઈમાં સાબિત થઈ રહ્યું છે મહાવીર

ઘાટકોપરના વીર ફાઉન્ડેશનની ચાર વ્યક્તિ અને તેમની ટીમ દ્વારા સોસાયટી કે એના પરિસરમાં કોરોનાના વાઇરસથી જંતુમુક્ત કરવા માટેનાં ૬૦૦ મશીનો વસાવ્યાં છે. ૨૦ લિટર જંતુનાશક દવાઓ ભરેલાં આ મશીનો ઘાટકોપર ઉપરાંત મુલુંડ, પવઈ, બોરીવલી, મીરા-ભાઈંદર, ખારઘર-વાશી અને દક્ષિણ મુંબઈ વગેરે ડેપોમાં રખાયાં છે. આ તમામ ડેપોમાંથી આસપાસની સોસાયટીઓ લઈ જાય છે. આ અંગે જાણીતા આગેવાન જેઠાલાલ દેઢીયાએ જણાવ્યું કે આ અભિયાનની શરૂઆત પછી અત્યાર સુધીમાં ૮૦૦૦ બિલ્ડિંગો કોરોનાના જંતુથી મુક્ત કરાયાં છે. આ કાર્ય માટે કોઈ પાસે એક પણ રૂપિયો ચાર્જ નથી લેવાતો.

વીર ફાઉન્ડેશનના રાહુલ દેસાઈએ કહ્યું હતું કે ૪ માર્ચે નીતિન સંઘવીના માર્ગદર્શન હેઠળ અમે રાહુલ સંઘવી, જેઠાભાઈ દેઢિયાની ચાર જણની ટીમે કોરોનાના સંકટનો સામનો કરવા માટે જંતુનાશકનો છંટકાવ કરવા માટેનાં ૬૦૦ મશીનો વસાવ્યાં હતાં. આમાંથી ૩૫૦ મશીન ઘાટકોપરના ડેપોમાં વપરાય છે. જે ઘાટકોપરની રાજાવાડી હોસ્પિટલ ઉપરાંત હિન્દુ મહાસભા હોસ્પિટલ, ભાંડુપ, કુર્લા, ચેમ્બુર તથા દાદર સુધીની સોસાયટીઓના ઉપયોગમાં લેવાય છે.'

નીતિન સંઘવી ઓલ ઇન્ડિયા ફાયર ફાઇટર અસોસિએશનના અધ્યક્ષ હોવાથી તેમના મનમાં બીજી કોઈ સેવાને બદલે કોરોનાના જંતુનો નાશ કરવા માટેનાં મશીનો વસાવવાનો આઇડિયા આવ્યો હતો જે તેમના ત્રણેય સાથીઓએ વધાવી લઈને કામકાજ શરૂ કર્યું હોવાનું જાણવા મળ્યું હતું.

વીર ફાઉન્ડેશનની ટીમના જણાવ્યા મુજબ મુંબઈ મહાનગરપાલિકાએ મંજૂરી આપી હોય એવા જંતુનાશક કેમિકલ પાણીમાં મિક્સ કરીને મશીનોમાં ભરીને દરેક ડેપોમાં મૂકી દેવાય છે. સૌથી મોટો વિસ્તાર ઘાટકોપરની આસપાસ કવર થાય છે અને હેડ ઓફિસ હોવાથી સૌથી વધુ ૩૫૦ મશીનો અહીં ઉપલબ્ધ કરાવાયાં છે, જ્યારે બાકીના ડેપોમાં ૨૫થી ૫૦ની સંખ્યામાં મશીનો રાખવામાં આવ્યાં છે. કોઈ પણ સરળતાથી વાપરી શકે એવાં મશીનો છો જેમાંથી પાણીનો છંટકાવ કરીને કોઈ પણ બિલિંગ કે પરિસરને જંતુમુક્ત કરી શકાય છે.

રાજ્ય સરકાર દ્વારા વોટ્સએપ ગ્રુપ માટે ખોટા સમાચાર ફેલાવવા અંગે કડક નિયમો

કોરોના વાઈરસ મહામારીએ જ્યારે દેશને સમગ્રપણે હચમચાવી નાખ્યો છે, એવા સમયે સૌથી વધુ પ્રભાવિત રાજ્ય મહારાષ્ટ્ર છે. જેમાં પણ દેશની આર્થિક રાજધાની તથા માયાનગરી મુંબઈમાં સૌથી વધુ કેસો મળી આવ્યા છે. આ સ્થિતિમાં કેટલાક લોકો અફવાઓ ફેલાવીને લોકોની ભાવનાઓ સાથે રમત રમી રહ્યા છે અને દેશની એકતામાં ભંગ થાય તેવી કોશિશ કરી રહ્યા છે. આ દરમિયાન કોરોના નિમિત્તે અફવા તથા ખોટા સંદેશાઓ ફેલાવનારા વિરુદ્ધ રાજ્ય સરકાર સખત પગલાં ભરી રહી છે.

વોટ્સએપ જેવા સંદેશ મંચ ઉપર ઘણા બધા ખોટા સમાચાર, ખોટી સૂચનાઓ અને નફરત ફેલાવતા સંદેશાઓ પ્રસારિત કરવામાં આવી રહ્યા છે. મહારાષ્ટ્ર સરકારે કોવિડ-૧૯ બાબતે ખોટી સુચનાઓનું પ્રસારણ રોકવા માટે વોટ્સએપ ગ્રુપના એડમીન માટે સૂચનો જારી કરેલ છે. આ મહામારીથી છુટકારો મેળવવાના સમય દરમિયાન કોવિડ-૧૯ નિમિત્તે કોઇ પણ ખોટા સમાચાર અધિકારીઓ માટે એક મોટો પડકાર બની ગયેલ છે. તાજેતરમાં એક ખોટા સમાચાર કે ભારતમાં વાઈરસ ફેલાવવા માટે મુસ્લિમો સક્રિય રીતે કામ કરી રહ્યા છે, એવા સમાચારો વોટ્સએપ તથા ફેસબુક પર પોસ્ટ કરવામાં આવી રહ્યા હતાં. જ્યારે અન્ય એક સમાચારમાં એવો દાવો કરાઇ રહ્યો હતો કે ગરમ પાણી અને લીંબુ કોરોના વાઈરસને મારી શકે છે એ પણ એક અફવા જ છે.

આપત્તિજનક સામગ્રી પોસ્ટ કરનાર ગ્રુપના સભ્ય તથા એડમીનને દંડિત કરાશે :

આઈપીસીની કલમ ૧૫૩(અ) ધર્મ, જાતિ, જન્મ સ્થળ,

નિવાસસ્થાન, ભાષા વગેરેના આધારે વિભિન્ન સમૂહની વચ્ચે દુશ્મનીને પ્રેરિત કરવા સંબંધિત અપરાધોને દંડિત કરે છે અને સદભાવની જાળવણી માટે પૂર્વગ્રહરહિત કાર્ય કરે છે. ત્રણથી પાંચ વર્ષની કેદથી માંડીને દંડ સુધીની સજા થઈ શકે છે. આઈપીસીની કલમ ૧૫૩(બ) 'વ્યક્તિઓના વર્ગ' અને 'રાષ્ટ્રીય એકીકરણ'ના હિતોની રક્ષા કરે છે, જે રાષ્ટ્રીય એકીકરણ માટે પૂર્વગ્રહ અને દાવાની વિરુદ્ધ સજા આપે છે. આઈપીસીની કલમ ૨૯૫(અ) એવી કાર્યવાહી સાથે સંબંધિત છે, જે કોઈપણ વર્ગની ધાર્મિક ભાવનાઓને તેના ધર્મ તથા ધાર્મિકતાનું અપમાન કરવાથી રોકવા માટે કરવામાં આવે છે.

વોટ્સએપ ગ્રુપના સભ્યો અને એડમીન માટે ધ્યાન રાખવાની બાબતો :

- ખોટી ખબરો, ગ્રુપમાં નફરત ફેલાવનાર ભાષણો અથવા તો ખોટી સૂચનાઓ પોસ્ટ ન કરવી.
- આ પ્રકારના કોઈપણ સમાચારને આગળ ન વધારવા અને પ્રસારણ કરવું નહીં, જે તમને ગ્રુપના અન્ય સભ્યોએ મોકલ્યા હોય.
- એ પોસ્ટને તરત જ ડીલીટ કરો જે તમને આપત્તિજનક લાગે છે અથવા તો એડમીને તમને ડિલીટ કરવાની સૂચના આપી હોય.
- ગ્રુપ પર પોસ્ટ કર્યા પહેલાં કોઈપણ સમાચાર/છબી/વિડીયોના સ્ત્રોતો તથા સત્યતાની ચોકસાઇ કરો.
- જો તમને ખોટી માહિતી, ખોટા સમાચાર અથવા અભદ્ર ભાષાનો કોઈ પણ અંશ મળે, તો www.cybercrime.gov.in ઉપર આનો રીપોર્ટ કરો/ પોતાના નજીકના પોલીસ સ્ટેશન તથા પોતાના ગ્રુપ એડમીનને પણ તરત જ સૂચિત કરો.
- કોઈપણ ધર્મ/સમુદાયની વિરુદ્ધ હિંસક, અશ્લીલ અને ભેદભાવપૂર્ણ કોઈપણ માહિતીનું પ્રસારણ કરવું નહીં.

ગ્રુપ એડમીન માટે સૂચનાઓ :

ગ્રુપ એડમીને એ સુનિશ્ચિત કરવું પડશે કે ગ્રુપના દરેક સભ્ય વિશ્વસનીય અને જવાબદાર છે અને સાચા સમાચારને જ શેર કરી રહ્યા છે. ગ્રુપના બધા સભ્યોને ગ્રુપમાં પોસ્ટિંગના નિયમો બાબતે સૂચિત કરવા જરૂરી છે. સભ્યોનું ધ્યાન રાખવું અને તેમને કોઈપણ આપત્તિજનક સમાચાર શેર કરવાથી રોકવા. સમયે સમયે નિયમિત રૂપે ગ્રુપ પર શેર કરવામાં આવતી વાતોનું ધ્યાન રાખવું પડશે. જો ગ્રુપના સભ્યો ઉપર કાબુ નહીં રાખી શકાય તો ગ્રુપનુ સેટીંગ બદલીને માત્ર એડમીન દ્વારા પોસ્ટ કરવાના અધિકારમાં તબદીલ કરી શકાય છે. કોઈપણ સભ્ય દ્વારા આપત્તિજનક માહિતી શેર કરવામાં આવે તો પોલીસને સૂચના આપવી.

ડીઝાઈનર બુટીક ઝુપ દ્વારા માસ્કનું વિતરણ કરાયું

ઘાટકોપર ઈસ્ટના ઝુપ ડીઝાઈનર બુટીક દ્વારા તાજેતરમાં કોરોનાના સમયમાં માસ્કની અછતને ધ્યાનમાં રાખીને સારામાં સારા ક્વાલીટીનું માસ્ક બનાવવાની ઈચ્છા ઝુપના માલિક મયુરભાઈને થઈ હતી. તેનો ઉદ્દેશ્ય માત્ર એટલો કે જો યોગ્ય સાઈઝ, સારા મટેરીયલ અને ડીઝાઈનર માસ્ક હોય તો દરેક વ્યક્તિને તે જરૂરથી પહેરવા ગમે અને કોરોનાની લડાઈમાં સહાયતા મળે. સાંસદ મનોજ કોટકએ પણ ઝુપ દ્વારા બનાવેલ માસ્ક પહેર્યું હતું. ઝુપ દ્વારા આ ઉત્તમ ક્વોલિટીનાા માસ્ક હોસ્પિટલ, બસ ડ્રાઈવર, ઝુપડપટ્ટી સહિત અનેક સ્થળોએ વિતરણ કરવામાં આવ્યું હતું.

जेजेसी अमृतनगर द्वारा मेम्बरो माटे लोकडाउनमां चार आयोजनो

જેજેસી અમૃત નગર દ્વારા પ્રમુખ અનિલભાઈ દોશીના માર્ગદર્શન હેઠળ લોકડાઉનમાં કેવલ મહેતા, નીતા ગાલા, મેક્સ જોશી અને વૈશાલી પારસ કારાણી આ ચાર હોસ્ટની મદદથી ગેમ શો અંતાક્ષરી, હાઉઝી, ટાસ્ક ગેમ રમાડવામાં આવેલ. દરેક ગેમમાં વિવિધ ઈનામો સાથે કુલ મળીને ૨૫૦૦૦ રૂપિયા સુધીના ઈનામો મેમ્બરોને આ નિમિત્તે આપવામાં આવ્યા હતા. પ્રમુખ અનિલ દોશીએ વોટ્સએપ વીડીયોના માધ્યમે મેમ્બરોને કોરોના અંગે વિશેષ મેસેજ પાઠવ્યો હતો અને દરેકને ઘરે રહી સુરક્ષિત રહેવા જણાવ્યું હતું.

परप्रांतीय मजदूरों के लिए राशन की व्यवस्था कर रही हैं ब्रह्माकुमारीज संस्थान

विश्वभरमें चल रही कोरोना महामारी के कारण लगे लॉक डाउन के चलते मुंबई में फंसे अनेक परप्रांतीय मजदूरों कि मदद के लिए विश्वव्याप्त अध्यात्मिक संस्था ब्रह्माकुमारीज के मुंबई स्थित घाटकोपर उपक्षेत्र द्वारा राशन सामग्री वितरण सेवा का आरम्भ किया गया हैं, जिसके चलते आज मजदूरों के पहले समूह को १५ दिन के राशन की सामग्री दी गई। इस संदर्भ में संस्था की उपक्षेत्र प्रभारी राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी नलिनी दीदी ने कहा की वैश्विक परिवार का हिस्सा होनेके नाते यह हमारा परम कर्तव्य हैं की हम अपने भाई-बहनों को जितना हो सकें उतनी मदद अवश्य करें। और सभीको यह कर्तव्य का निर्वहन करना ही चाहिएफ। वहीँ संस्था के मिडिया एवं जनसम्पर्क सेव-ाओं के निमित्त राजयोगी निकुंज ने कहा की सबकुछ सरकार पर छोड़ना योग्य नहीं हैं, क्योंकि यह समस्या सभीकी हैं, और इसीलिए इसका सामना सर्व के सहयोग से सहज हो सकता हैं,अतः विश्व के प्रत्येक व्यक्ति को खाना खाते समय यह सोचना चाहिए की मेरे आस-पास कोई भूखा तो नहीं हैं ? यही सच्ची मानवता हैं और इसीसे विश्व की यह महा समस्या का निवारण होगा ओम शांति ।

સુવર્ણ તક
માર્કેટમાં ઝડપથી વધુ બિઝનેશ કરતી કંપનીને ફ્રેન્ચાઈઝી આપવી છે ફક્ત રૂા.૮૦,૦૦૦ના રોકાણમાં દિવસનાં ત્રણ થી ચાર કલાક કામ કરી
સુવર્ણ તક
માસિક રૂા.30000 થી 60000 કમાવવાની અમૂલ્ય તક
નિવૃત લેડીઝ જેન્ટ્સ તથા દરેક માટે બેસ્ટ બિઝનેશ તક ટુ વ્હિલર આવડતુ હશે તેના માટે બેસ્ટ તક આજે જ મળો
MEHTA ENTERPRISES
10/A, Gr. Floor, Kanara Business Center, Laxmi Nagar, Ghatkopar Anderi Link Road, Ghatkopar (East), Mumbai - 400 075.
9967421409 / 8291440870 / 7623901554

Physical Share Certificate
- Name Change Process
- Lost of Share Certificate
- Bonus Certificate Not Rec'd
- Dividend Not Received
- IEPF Claim

Shop No.5, Shiv Shakti Heights, Janta Society Marg, Near Popular Hotel, Ghatkopar(E).
Charvi Shah : 9833385332
Neha Shah : 9820473318

ALIBAUG
WEEKEND HOME
2 BHK APARTMENT
Available Right on the Beach Side
For Outings with Families & Friends
FOR BOOKINGS & ENQUIRIES
Call : 98675 84877

જલસા ઈવેન્ટ્સ
લગ્નગીત, સંગીત સંધ્યા, રાસ ગરબા, ઓર્કેસ્ટ્રા, બર્થડે સેલિબ્રેશન, કીટી પાર્ટી, ડીજે, મ્યુઝિકલ તંબોલા, ગેમ્સ શો, માતાજીની પહેડી.
દરેક અવસરને અનેરો બનાવવા મનોરંજન કાર્યક્રમો માત્ર ૧૧૦૦૦થી શરૂ
સંપર્ક: હિરેનભાઈ
9322600800

Haresh B. Parmar જે ભગવાન M: 098206 17168
Haresh Creation
Ladies Dressmakers
Believe in Creativity
हरेश क्रिएशन लेडीज् ड्रेसमेकर्स
Shop No. 3, Krishna Leela , Khokhani Lane, Ghatkopar (East), Mumbai - 400077
M: 87792 99022 (Sunday Closed)

સોશ્યલ ડીસ્ટન્સીંગ સાથે આ સોસાયટી કરે છે સોશ્યલ વર્ક

લોકડાઉનમાં પણ લીમાણી ભુવનના રહેવાસીઓ સોશ્યલ મીડિયાના માધ્યમે આનંદથી વિતાવી રહ્યા છે સમય

લીમાણી ભુવન માં રહેતા દરબાર ઝોનના રાજદીપ દરબારે પણ સ્વ મહેનતે એક અનોખું કામ હાથ ધર્યું હતું. તેણે ઘરે ઘરે જઈને તો સેનિટાઇઝ તો કર્યું પણ આખો દિવસ તડકામાં સેવા આપતા પોલીસની વેન અને તેમને બેસવાના મંડપમાં પણ જાતે એકલા જઈ સેનિટાઇઝ કર્યું.

ઘાટકોપર વેસ્ટ માં આવેલ લીમાણી ભુવન અવનવા કાર્યક્રમ અને સેવા ઓ માટે જાણીતું છે. લોકડાઉનના આ સમયમાં આખું બિલ્ડીંગ સોશ્યિલ ડિસ્ટન્સીન્ગને ધ્યાન માં રાખી બિલ્ડીંગ ના કુતરા ઓ ને દૂધ , કબૂતર ને ૨-૨ કલાકે ચણ નાખે છે, પોતાના ઘરની બહાર અને ટોયલેટમાં રોજ સેનિટાઇસિંગ સાથે મળીને કરે છે .

તેમજ રોનક શાહ અને તેમની ટીમ બિલ્ડીંગ ના લોકો બીઝી રહે તે માટે રોજ અવનવી ઑનલાઈન ગેમ રમાડે છે. અત્યાર સુધીમાં તંબોલા હાઉસી, શેરબઝાર, બોલીવુડ હાઉસી, બિંગો તથા *IPL* હાઉસી રમાડી લોકોને ઘરે બેઠા બેઠા જલસા કરાવી દીધા. રોજ નવી ગેમ રમી અને રોઝ નાના મોટા પ્રાઈઝ જીતી લોકોએ રોનક ભાઈની ટીમને શુભેચ્છા પાઠવી હતી.

લીમાણી ભુવન માં રહેતા ૨૩ બાળ આર્ટીસ્ટો એ રોનક શાહ અને રાખી શાહ ના માર્ગદર્શન હેઠળ ઘરે જાતે પેઇન્ટિંગ કરીને એક પોસ્ટર મેસેજ બનાવ્યો . જેમાં *we are all in this together let us stop the spread of virus so please stay at home and stay safe* અને મોદી હૈ તો મુમકીન હૈ નો સમાવેશ કર્યો.

ઘાટકોપરમાં ડોક્ટરને કોરોના, ત્રણ મકાન સીલ

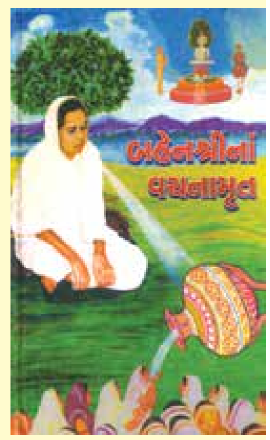
ઘાટકોપર પૂર્વના ૯૦ ફૂટના રોડ પરના મ્હાડાના મકાનમાં રહેતા એક ડોક્ટરને કોરોના ટેસ્ટ પોઝિટિવ આવતાં તે સોસાયટીના ત્રણ મકાનો સિલ કરાયા છે અને તેને કન્ફાઈનમેન્ટ ઝોનન જાહેર કરાયો છે.

આ તબીબનો ટેસ્ટ રીપોર્ટ પોઝિટિવ આવતાં પાલિકાએ એક્શનમાં આવીને ત્રણ મકાન સીલ કરી દીધા હતા.

ઘાટકોપરમાં ઈસ્ટ અને વેસ્ટમાં મળીને પાંચ-છ નવા કેસ મળી આવતાં ઘાટકોપરવાસીમાં ચિંતાનું મોજું પ્રવર્તે છે.

બહેનશ્રીના વચનામૃત

- સંકલન વિજય બોટાદરા



પ્રશ્ન : વિકલ્પ અમારો પીછો નથી છોડતા !

ઉત્તર : વિકલ્પ તને વળગ્યા નથી, તું વિકલ્પને વળગ્યો છો. તું ખસી જા ને! વિકલ્પમાં જરા પણ સુખ અને શાંતિ નથી, અંદરમાં પૂર્ણ સુખ અને સમાધાન છે.

પહેલાં આત્મસ્વભાવની પ્રતીતિ થાય, ભેદજ્ઞાન થાય, પછી વિકલ્પ તૂટે અને નિર્વિકલ્પ સ્વાનુભૂતિ થાય. ૪૨૨

નસ્ર પ્રશ્ન : સર્વગુણાંશ તે સમ્યક્ત્વ કહ્યું છે. તો શું નિર્વિકલ્પ સમ્યગ્દર્શન થતાં આત્માના બધા ગુણોનું આંશિક શુદ્ધ પરિણામ વેદનમાં આવે ?

ઉત્તર : નિર્વિકલ્પ સ્વાનુભૂતિની દશામાં આનંદ ગુણની આશ્ચર્યકારી પર્યાય પ્રગટ થતાં આત્માના બધા ગુણોનું (યશાસંભવ) આંશિક શુદ્ધ પરિણમન પ્રગટ થાય છે અને બધા ગુણોની પ્રયાયોનું વેદન થાય છે. આત્મા અખંડ છે, બધા ગુણો આત્માના જ છે, તેથી એક ગુણની પર્યાય વેદાય તેની સાથે સાથે બધા ગુણોની પર્યાયો અવશ્ય વેદનમાં આવે છે. ભલે બધા ગુણોનાં નામ ન આવડે. અને બધા ગુણોની સંજ્ઞા ભાષામાં હોય પણ નહિ, તોપણ તેમનું સંવેદન તો થાય છે જ.સ્વાનુભૂતિકાળે અનંતગુણસાગર આત્મા પોતાના આનંદાદિ ગુણોની ચમત્કારિક સ્વાભાવિક પર્યાયોમાં રમતો પ્રગટ થાય છે. તે નિર્વિકલ્પ દસા અદ્ભૂત છે, વચનાતીત છે. તે દશા પ્રગટતાં આખું જીવન પલટો ખાય છે. તે દશા પ્રગટતાં આખું જીવન પલટો ખાય છે. - ૪૨૩.

જ્યોતિષ - પ્રકાશ જોષી

મોબાઈલ - ૯૯૬૯૦૪૪૪૮૧

Email : prakasjoshi@gmail.com

મેષ (અ,લ,ઈ) : પિત્તનું પ્રમાણ વધારે રહેતું જણાય તેને કારણે સ્વભાવમાં ઉગ્રતાનું પ્રમાણ વધારે રહેતું જણાય. કામકાજમાં મક્કમતા વધારે પ્રમાણમાં રહેતી જોવાય. માતૃપક્ષ તરફ વધારે ધ્યાન આપવું પડતું જોવાય. વ્યવસાય-ધંધામાં કામકાજો વધવાની શક્યતા વધારે રહેતી જોવાય. ભ્રાતૃવર્ગ તરફ લાગણીઓ વધે.

વૃષભ (બ,વ,ઉ) : ભાગ્યનો સાથ પ્રબળ મળતો જોવાય. લઈ શકાતા લાભો લઈ લેવા હિતકારી જણાય. આગળ પણ જીવનસાથી ભાગીદારનો સાથ સહકાર વધારે મળતો જોવાય. ઉત્સાહ અને ઉમંગમાં વધારો થતાં કામકાજોમાં ઝડપનું પ્રમાણ વધતું જાય. મથક-વિદેશ-બહારગામના કામકાજોમાં નવા કામકાજો મળતા ઉત્સાહનું પ્રમાણ વધારે રહેતું જોવાય. પ્રવૃત્તીઓમાં વધારે પ્રવૃત્ત થવાય.

મિથુન (ક,છ,ઘ) : શુભેચ્છકો-હિતેચ્છુઓ સાથે વધારે પ્રમાણમાં આકર્ષણ રહેતુ જોવાય. સાહસ-સટ્ટા, શેર-વાયદાઓ તરફ વધારે પ્રમાણમાં ઘરોબો રહે. યાત્રા-પ્રવાસના આયોજનો માટે સમય ફાળવવો પડતો જોવાય. કર્મચારીઓ સહયોગીઓની સંગાથે ધાર્મિક યાત્રા અંગેનું આયોજન સફળ થાય. દેશાવર-મથક-ધંધાકીય સ્થાનો તરફથી દલાલી-કમીશન મળે.

કર્ક (ડ,હ) : ઋતુ પ્રકોપ વચ્ચે પણ કામકાજના ઉત્સાહનો વધારો થતો જોવાય. હીતશત્રુઓ દ્વારા કામણ કુટણ અંગેની શક્યતા અંગે પુરતી તકેદારી અને ઈલાજો કરી લેવા હિતકર રહે. કરેલા કામો થકી અપેક્ષીત કરતાં ઓછું વળતર મળવાની મનઃસ્થિતિ રહેતી જોવાય અથવા તો નાણાંકીય લાભ મળવાનું પાછળ ઠેલાવાની પરિસ્થિતિ ઉદ્દેવેગ ઉત્પન્ન કરતુ જણાય.

સિંહ (મ,ટ) : ઋતુ પ્રકોપી શારીરિક અસરો ઓછી કરવા માટે ઘરે રહીને અથવા ઓફીસમાં બેઠા બેઠા કામકરવપં હિતકારક થતું જોવાય. કામકાજોમાં રૂકાવટો દૂરથવાથી કામકાજોમાં પ્રગતી આવે અને કામકર્યાનો આનંદ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. ભાગ્યના સથવારે આવકમાં વધારે થવો શક્ય થાય. નજદીકના ધંધાકીય સંબંધો થકી કામકાજોમાં વધારો થઈ શકે છે. વ્યસ્તતામાં વધારો થાય.

કન્યા (પ,ઠ,ણ) : ઋતુનો પ્રકોપ સ્વાસ્થ્ય અંગેની પરેશાનીમાં વધારો કરી શકે છે. અને તડકાથી વધારે પ્રમાણમાં સંભાળવું જરૂરી છે. ભાગીદાર-જીવનસાથીના સ્વાસ્થ્યને પણ લક્ષ આપવું જરૂરી છે. ખર્ચાઓનું પ્રમાણ વધી શકે છે. યાત્રા પ્રવાસ અંગેના આયોજનમાં પણ સ્વાસ્થ્ય અંગે સાવધાની વર્તવી જરૂરી છે. મિત્રો-શુભેચ્છકો-સહયોગીઓ સાથે વધારે સમય પસાર કરવો પડે.

તુલા (ર,ત) : ઘર-સ્થાવર-જંગમના ફેરફાર કરવા હોય તો ફેરફાર શક્ય થઈ શકે છે. તક સારી મળી શકે છે. નફો થતો હોય તો તારવણી કરી લેવી જરૂરી થાય. ભાગીદાર જીવનસાથી પર માંત્રીક-તાંત્રીક ઉપર હાલના પ્રયોગ અંગે સંભાળવું અત્યંત જરૂરી છે. જીવનસાથી-ભાગીદાર પોતાની રીતે કામકાજમાં વધારે પ્રમાણમાં વ્યસ્ત રહેતાં જોવાય. ગણતરી પ્રમાણેના કામકાજો થવાથી રાહત રહેતી જોવી.

વૃશ્ચિક (ન,ય) : નાની યાત્રા-પ્રવાસ અંગેનું આયોજન થઈ શકે છે. સઃયાત્રિકને ઋતુના પ્રકોપના કારણે તકલીફો ઉભી ન થાય તે અંગે ખાસ ધ્યાન રાખવું જરૂરી થાય. જરૂરી દવા અને ઉપકરણો અંગે સાવધાની વર્તવી અત્યંત જરૂરી છે. ભાગીદારી જીવનસાથીને આવક કરતાં ખર્ચનું પ્રમાણ વધારે રહેવાની શક્યતાઓ રહે. સહયોગી મિત્રો-હીતેચ્છુઓ સાથે વૈમનસ્યો ટાળવા અત્યંત જરૂરી છે.

ધન (ભ,ધ,ફ,ઢ) : શુભેચ્છકો-મિત્રો-આગંતુકની આગતા સ્વાગતા કરવી પડતી જણાય. ઋતુ પ્રકોપ અંગે સાવધાની વર્તવી અત્યંત જરૂરી થાય. હરવા ફરવા અંગે સ્વાસ્થ્ય જાળવવું અત્યંત જરૂરી થાય. વિયોગ અંગેની શક્યતાઓ ઉભી થઈ શકે છે. સહકાર્યકર-હાથ નીચેની વ્યક્તિઓનો સાથ પ્રમાણમાં વધારે લેવો પડતો જોવાય.

મકર (ખ,જ) : સ્વાસ્થ્ય અને ઋતુ પ્રકોપને કારણે વ્યવહારમાં અને વાણીમાં વધારે ઉગ્રતા જણાય. અહમ ટકરાવાના પ્રસંગો ટાળવા અત્યંત જરૂરી થાય છે. મિત્રો-સહયોગીઓ-શુભેચ્છકો દ્વારા આવક વધારવાના પ્રયોસોમાં સાથ-સહકાર મળી રહે. શેર-સટ્ટા-વાયદા-સાહસો તરફનું આકર્ષણ વધારે રહેતું જોવાય. દલાલી-કમિશન-એજેન્સીના કામો દ્વારા આવકમાં વધારો થઈ શકે છે.

કુંભ (ગ,સ,શ,ષ) : યાત્રા-મુસાફરીમાં ઋતુ પ્રકોપ અને સ્વાસ્થ્યની સારવાર કરવા માટે જરૂરી દવા-સાધનો સાથે રાખવા અત્યંત જરૂરી થાય છે. ભ્રાતૃવર્ગના જોમ-જુસ્સા, સાહસ અંગેના કામોમાં વધારે પ્રમાણમાં પ્રવૃત્ત થવું શક્ય થાય કોઈ કામ કરવામાં આપને પણ ઉત્સાહનો અતીરેક થતો હોવાનો અનુભવ થઈ શકે છે. કામકાજમાં વધારે પ્રમાણમાં પ્રવૃત્ત રહેતા અન્ય પ્રવૃત્તીઓ ઓછી થાય.

મીન (દ,ચ,ઝ,થ) : જીવનસાથી ભાગીદારની નાણાંકીય માંગણીઓનું પ્રમાણ વધારે રહે. ઘરેલુ ખર્ચાઓ અંગે પણ નાણાંકીય તંગીના અનુભવ થઈ શકે છે. ભાગ્યના સાથ સહકાર દ્વારા મથક-બજાર-દેશાવર અંગેના કામકાજો દ્વારા આવક ઉભી થવાની આશાઓ ઉત્સાહમાં વધારો કરે સ્વજનના સ્વાસ્થ્ય-ઘરેલું ખર્ચાઓ અને ખીસ્સા ખર્ચાઓ થકી નાણાંભીડનો અનુભવ સંભાળી શકે છે.

શબ્દોનું સ્પંદન

પ્રા. બિંદુ મહેતા

આપણે આપણાને ઓળખીએ છીએ ?

આપણી આસપાસ સામાજિક રીતે જે સંકળાયેલા છે. તેને આપણે કેટલા ઓળખીએ છીએ ? તેની વિશે શું કેટલુ જાણેએ છીએ તે ઘણું મહત્વનું છે. એકવાર મારા કોલેજના એક પ્રાધ્યાપિકના નિવૃત્તિ સમયે મારે તેમના માટે બોલવાનું હતુ હું તેમને બહુ સારીરીતે જાણતી હતી મારું વકતત્વ પુરુ થયા પછી તે પ્રા. ના ભત્રીજા મારી પાસે આવ્યા (જેઓ તેમની સાથે જ રહેતા) તે મને કહે અમેતો અમારા ફૈબા વિશે આવું કોઈ જાણતા જ નહોતા હવે વ્યવસાયિક ક્ષેત્રે પીકનીક કે ગેટ ટુ ગેધર રાખે છે ત્યારે તેના પરિવારને પણ બોલાવવામાં આવે છે. જેથી એક બીજાને જાણે ઓળખે એક બહેન પોતાની દીકરીનું વક્તવ્ય પુરુ થયા પછી હોલમાંથી નીકળતા હતા ત્યારે બે બહેનો વાત કરતા હતા કે આપણા ઘાટકોપરમાં આવું રતન છે તે આપણને ખબર જ નહોતી એક ભાઈએ કોઈ ધાર્મિક સંપ્રદાયમાં ઘણું સારું કામ કર્યું હતું તેના મૃત્યુ પછી તેની સભામાં લોકો જે બોલ્યા તે ઘરના ને નજીકના સગાને પણ ખબર નહોતી આવુંતો ઘણીવાર આપણને જોવા મળે છે. ઘણા લોકો આત્મસ્લાઘા કરનારા હોય છે. ઘણા અંતરમૂખી હોય અમે શાળામાં વિદ્યાર્થીનીઓના વાલીની મિટિંગ બોલાવીએ ત્યારે તેમના સવાર્ગણ પાસાને આવરી લઈએ સાથે સાથે તે ઘરમા શું છે તે પણ સમજવા ખાસ પ્રયત્ન કરીએ શિક્ષક અને વાલી બન્નેના સહભાગી પ્રયત્નથી વિદ્યાર્થીમાં જે સારું હોય તેની આપ લે કરી તેને વિકસાવવાની તક ઉભી કરીએ વિદ્યાર્થીનીને કલાસરૂમમાં ઈત્તર પ્રવૃત્તિ પીકનીક અને ખાસ કેમ્પમાં તેની વિવિધ આવડત હોશીયારી જાણી તેનો યોગ્ય ઉપયોગ કરી તેની યોગ્યતાને સન્માનિત કરીએ ત્યારે તેનામાં રહેલી બીજી પણ છુપાયેલી શક્તિ ધીરે ધીરે બહાર આવે અને આમ જ વ્યક્તિનો સર્વાગીણ વિકાસ થાય અને નબળાઈઓ આપો આપ દુર થાય આપણી આસપાસ વિવિધ ક્ષેત્રમાં અનેક જુદી જુદી ખાસીયત કે ખુબી ધરાવનારી વ્યક્તિ હોય છે. તેના ગમા અણગમાં વિશે જેમ આપણે જાણતા થઈએ તેમ તેમ આપણા તેના સાથેના સંબંધમાં આયુસ્ય સ્થપાય બસ આપણે આપણાને આસપાસના ને ઓળખીએ તોએ ઘણું સંબંધોમાં ઘણી જ સરળતા સહજતા રહે અને પોતાપણાંના ભાવ ઉત્પન્ન થાયે જે જરૂર છે.

એકલા રહેતા વડીલોની કફોડી હાલત

જે વડીલોના સંતાનો પરદેશ હોય જે મુંબઈમાં એકલા સગાને કામવાળાના ભરોસે હોય તેઓ અત્યારે કામવાળા ન આવતા ભારે કફોડી હાલતમાં હોય છે. એક એકલા રહેતા ૮૦ વર્ષના વૃદ્ધા અચાનક બેભાન થઈ ગયા. પાડોશી હોસ્પિટલમાં લઈ ગયા ત્યાં તેમને દાખલ ન કર્યા પછી સરકારી હોસ્પિટલમાં લઈ ગયા બીજા એક ૯૬ વર્ષના નામાંકિત સતત કાર્યરત વૃદ્ધ તેમના પત્ની ગુજરી ગયા પછી પણ તેઓએ ઘરમાં પાંચ કામવાળા ને છઠ્ઠા ડ્રાઈવર બધાને રાખ્યાને મો માંગ્યા પૈસા આપતા રહ્યાં છે એક આખા દિવસની કામવાળી ૧૫ વર્ષથી વધારે સમયથી છે તે ઘરનું બધુ જ જાણે દીકરીની જેમ દંપત્તીનું ધ્યાન રાખતી તેને ઘર લેવા માટે લાખો રૂપિયા આપ્યા અને રોજના ૫૦૦ રૂ. પગાર ચાલુ તેના સંતાનોને આ દંપતિએ ભણાવ્યા છતાં પણ આજે વડીલ ઘરમાં એકલા છે ત્યારે જે કામવાળા આવી શકે તેમ છે છતાં પણ તેઓ ઘરે પૈસા ભરપગાર રજા માણે છે. તેઓએ વૃદ્ધ વડીલ વ્યક્તિની તબિયતનો પણ વિચાર ન કર્યો આ વડીલે કરેલા અનેક ઉપકાર તેઓ ભૂલી ગયા છે.આજે તેમના સગા આવીને રહ્યાં છે અને સંતાનો પરદેશમાં રહીને ચિંતિત છે.

વોઈસ ઓફ ઘાટકોપર ક્લાસિફાઈડ્સ

એડ આપવા માટે સંપર્ક 022-40229684

/vognewslive

www.vognewslive.com

જાહેરખબરના દર

ક્લાસિફાઈડ્સ જાહેરખબર ૧૫ શબ્દોના રૂા. ૧૦૦ લેખે સ્વિકારવામાં આવશે. હેડીંગના રૂા. ૧૦ એક્સ્ટ્રા થશે. ૧૫ શબ્દો પછીના વધારાના દરેક શબ્દ દીઠ રૂા. ૪. જાહેરખબર બુધવાર સાંજ સુધી જ સ્વીકારવામાં આવશે. જાહેરાતનું લખાણ ઓફિસ પર ઉપલબ્ધ ફોર્મમાં જ લખી આપવાનું રહેશે. જાહેરખબર પ્રગટ કરવાની સામગ્રી કાર્યાલયમાં આપો ઘાટકોપર ટાઈમ્સ પબ્લિકેશન સેન્ટર

–: ઓફિસ :–

એ-૧, સત્યમ શોપીંગ સેન્ટર, એમ.જી.રોડ, ઘાટકોપર (ઈસ્ટ).

સંપર્ક : ૯૦૨૨૨૭૯૬૮૪

voiceofghatkopar@gmail.com

આ અખબારમાં પ્રગટ થતી જાહેરાત બાબતે કોઈને પણ પૈસા મોકલતા પહેલા, કોઈ ખર્ચ માથે લેતા પહેલા કે કોઈપણ પ્રકારનો કરાર કરતા પહેલા વાચકો પૂરતી પૂછપરછ કરી લે એવો તેમને અનુરોધ છે. એડવર્ટાઈઝરો દ્વારા પોતાની પ્રોડક્ટ અને સર્વિસીસ વિશે જે દાવો કરવામાં આવે છે તેના વિશે વોઈસ ઓફ ઘાટકોપર કોઈ જવાબદારી સ્વીકારતું નથી. એડવર્ટાઈઝરો પોતાના દાવામાં ખરા ન ઉતરે એવા સંજોગોમાં કોઈપણ પરિણામ માટે વોઈસ ઓફ ઘાટકોપરના માલિક, તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક જવાબદાર નહીં ગણાય.

– સંચાલક

આરોગ્ય

All domestic work servant available. All ayurveda punchakarma treatment : Smitha House Servant Agency : UG 310. Dreamsmall,Bhandup W **Contact : 2166 0419, 98467 46902.** (396)507

ALLSTAR Shipping Offers Packing and Shifting of House Hold Goods Anywhere In India & Abroad. **Contact : 9867572251.** (1717)529

મનોરંજન

નિર્મલ ઠક્કર

જૈન સ્તવન, સંગીતસંધ્યા, લગ્નગીત, ભજન, પ્રાર્થના, દરેક પ્રકારના મનોરંજન કાર્યક્રમ માટે. **93239 46210, 98696 66672.** (1801)540

ધંધાદારી

દેશ વિદેશ કુરિયર 24x7

ડોક્યુમેન્ટ્સ, મેડિસીન, કુરિયર, ખાવાપીવાની ચીજ વસ્તુઓ, યુ.કે., યુ.એસ.એ., ઓસ્ટ્રેલીયા મોકલવા. **અનુજ સંગોઈ - ફોન : 8879991866.** પેક એન ડિલેવર. (1761)533

પ્રતાપ પેકર્સ એન્ડ મુવર્સ

૪૫ વર્ષથી ઓફિસ ઘર સામાન. **લલીતભાઈ ઠક્કર- 99209 55291, 98210 70320, 98215 43816.** (431)529

Ashish Packers & Movers door to door, All India Service **Mumbai 23784617 / 9320657411, Andheri 9322783239, Borivali 9619079978, Worli 9699428678.** (1808)539

ACE પેસ્ટીસાઈડ

૧૯૯૩થી સોસાયટીના સ્પેશ્યાલીસ્ટ ઈંજેક્શનથી – ઉધઈ, માકડ, વાંદાનો જેલથી નાશ. **9220789533, 9029181030.** (1850)542

રીઅલ એસ્ટેટ

Tirupati Realtors

Available/Wanted Offices - Shops on sale & Leave-License 500 to 50,000 ft. **Cont.: 022-2269 5252 / 98206 10810** (1815)539

શૈલેષ વોરા
રીઅલ એસ્ટેટ કન્સલટન્ટ

ઘાટકોપર ઈસ્ટ/વેસ્ટમાં શોપ, ઓફિસ ફ્લેટ લેવા-વેચવા તેમજ લીવ લાયસન્સ માટે. **શૈલેષભાઈ વોરા : 88985 38335, 90048 38335.** (1813)539

નોકરી સંબંધી

OPPORTUNITY !!

(Ghatkopar) Exclusive for Retired/VRS/NRI/ Bankers & HouseWife To Restart 2nd career. Earn Desire Income + Allowance +Special Training **Call :9594594301.** (1748)532

શૈક્ષણિક

Intensive & Synthetic Phonics

Introduction to Concept of Reading and Phonics, Sound, Blending, Tricky Words, Spelling Rules, Worksheets, Practicals, Essential Grammar, Spelling, Punctuation Skills. Comprehensive program with Material and Certificate. Call : **9833874424, 7304195472** (427)509

મહિલા માટે

SALE OR EXCHENGE OFFER FOR KURTIES, DUPATTAS AND NIGHTIES **CONTACT 9821468567** OR VISIT OUR STALL AT BHATIA WADI. (P)545

વોઈસ ઓફ ઘાટકોપરમાં સ્પેશીયલ ફીચર માટે સંપર્ક – સીંજલ કોઠારી 8655185667

મરણનોંધ માટે

સંપર્ક : ૯૮૬૯૦૩૮૦૯૫, ૯૦૨૨૨૭૯૬૮૪

રીઅલ એસ્ટેટ

GHATKOPAR

FLATS - 1/2/3 BHK NEW / OLD. BLDG 80 LAC TO 2.80 CR. RENTAL 25K. TO 75K. COMMERCIAL - INDUSTRIAL - LAND. **NAVGRAHAA REALTY : 91522 47683 / 98214 25950.** (1762)534

ભાડાનાં સ્પેશિયાલીસ્ટ

ઘાટકોપરથી ચેમ્બુરમાં રેસીડેન્શીયલ/કમર્શિયલ રૂા.૧૮,૦૦૦થી રૂા.૧,૫૦,૦૦૦ સુધી આપવા લેવા માટે

ચિંતન દેસાઈ
શ્રી મહાલક્ષ્મી રીઅલટર્સ
9321234567

ઘાટકોપર, વિદ્યાવિહાર, ચેમ્બુર, તીલકનગર

ફ્લેટ ઓફિસ દુકાન ભાડેથી/ વેચાણથી લેવા-વેચવા. **પંકજ નરેન્દ્ર વોરા - 9321103249.** (B)522

નીલકંઠ બિઝનેસ પાર્ક

વિદ્યાવિહાર વેસ્ટ ફર્નિશ્ડ લોફ્ટ ભાડેથી આપવાનો છે. **સંપર્ક : 9820023817.** (B)494

ધંધાદારી

OPPORTUNITY !!

(Ghatkopar) Exclusive for Retired/VRS/NRI/ Bankers & HouseWife To Restart 2nd career. Earn Desire Income + Allowance +Special Training **Call :9584578999.** (1887)495

ઘરે બનાવેલુ પ્યોર અથાણુ

ખાટી કેરી – ગુંદા, ગોળ કેરી, છુંદો રેડી તૈયાર કરીને મળશે

ચોખ્ખુ શુદ્ધ અથાણું, પ્યોર અને સીંગતેલમાં બનાવીને મળશે.

સંપર્ક : જીતેન્દ્ર કોઠારી - 9322863755

મહિલા માટે

ઘેર બેઠા કરાવો

બ્લીચ ફેશીયલ વેક્સ હેરસ્પા Rs.999 સાઈડર્સ, બેબીરાવર Rs.800 પ્રિવેડીગ શુટ, ફેશન શુટ Rs.3000 . કાન કાણા પૂરાવો. **Cont.: 9867094908, 8169458427** (424)497

WOMEN START EARNING

10,000 - 30,000 PM, BECOMING COMMISSION PARTNER PROPERTY CHANNEL PARTNER FIRM. **91522 47683 / 98214 25950.** (1762)534

Exclusive range of gharchola, bandhani, chania-choli, panetar & fancy sarees. **Jyoti Saree, Matunga,** King Circle **Ph.: 2404 3995.** (1812)539

ઈમિટેશન જ્વેલરી

સેટ લોંગ બુટ્ટી, બંગડી, કડા, બ્રેસલેટ ૫૦ ટકા ડિસ્કાઉન્ટથી મળશે. સમય ૩ થી ૬. **બીના : 70218 46077.** (1781)536

ભાડા પર કપડા

ચણીયાચોલી, ગાઉન, ઈન્ડો વેસ્ટર્ન ભાડેથી મલશે. ભાડુ ૧૦૦૦થી ચાલુ, પૂજા જોડ, કપલ જોડ વેચાતી મળશે. **આરતી શેઠ: 9029678055.** (1781)536

મહિલા માટે

Hobby Course Discount

શીખો મહેંદી, નેલઆર્ટ, નેલ એક્સટેન્શન, કેલીગ્રાફી, આણા ડેકોરેશન, ડેકોપેજ, રેશીન આર્ટ, કેન્ડલ, પેન્ટીંગ, નેમપ્લેટ, રેગ્યુલર ડિસ્કાઉન્ટ વર્કશોપ. **સંપર્ક: કાજલ - 9869679871.** Instagram : hobbyartacademy-mehendi (1798)538

ધંધાદારી

શેરના કોઈપણ પ્રોબ્લમ

માટે Service આપીશું Iepf, Demat,Single Deceased, Probate, Succession, Duplicate, Transmission Ph. **2805 4730, 2805 5719, 2866 1092, 2865 5805/09, Mob.: 9619315362** (cq)506

દરેક કંપનીના શેર

ખરીદશું Physical/Demat/ Shares/Listed/Delisted Investment House Ph. **28054730, 28055719, 28661092, 28655805/09, Mob.: 9619315362** (cq)506

મનોરંજન

Jalsa Event

Starting Just@7000/- with Singer+DJ+Host make party/celebration/ wedding memorable. **9322600800.** (267)511

વોઈસ ઓફ ઘાટકોપર

ક્લાસિફાઈડ જાહેરાત (1 વર્ષ) સ્પેશિયલ ઓફર

15 શબ્દના	~~Rs.5200~~	Rs.1500
16 શબ્દના	~~Rs.5408~~	Rs.1600
17 શબ્દના	~~Rs.5616~~	Rs.1700
18 શબ્દના	~~Rs.5824~~	Rs.1800
19 શબ્દના	~~Rs.6032~~	Rs.1900
20 શબ્દના	~~Rs.6240~~	Rs.2000

022-40229684 • 8655185667

*શરતો લાગુ +5% GST Applicable

ઘાટકોપરની સોસાયટીઓ સોશ્યલ ડીસ્ટન્સીંગ, સેનેટાઈઝેશન અને સેનીટાઈઝર સહિત મહત્વના પગલાઓ દ્વારા કોરોના વિરુદ્ધની લડાઈમાં જાગૃત બની રહી છે

ઘાટકોપર ઈસ્ટની પરિમલ સોસાયટી દ્વારા સેનેટાઈઝેશન ઉપરાંત ઘરે ઘરે સેનેટાઈઝરની બોટલો પણ મોકલવામાં આવી હતી. આ ઉપરાંત બહારથી આવતા કોઈ પણ સપ્લાયરને સોસાયટીમાં પ્રવેશવાની પરવાનગી નિષેધ કરવામાં આવી છે.

પ્રફુલ જ્યોત સોસાયટીમાં સભ્યોએ સોસાયટીને ડીસ્ઈન્ફેક્ટ કરી હતી.

ગીતા કિરણ સોસાયટી, ગારોડિયા નગર ખાતે અહીંનના શ્રદ્ધા રાજપાલ, કલ્પેશ મહેતા, સુનિલ કોઠાવડે સહિત મેમ્બરોએ સેનેટાઈઝેશન કરી સોસાયટીને વધુ સુરક્ષિત કરવામાં મહત્વ ભાગ ભજવ્યો હતો.

અરિહંત કો-ઓપ.હા.સો.ના સભ્યો દ્વારા કરી રહેલ સેનેટાઈઝેશનની તસ્વીરો

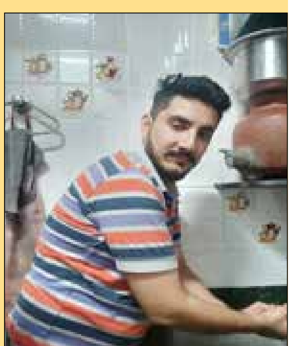
ખોખાણી લેનમાં આવેલ રંભા કો-ઓપ.હા.સો. દ્વારા સેનેટાઈઝેશન મશીન (નીતીન સંઘવી એન્ડ ટીમ દ્વારા અપાયેલ) દ્વારા મેમ્બરોએ પોતે જ સ્વચ્છતા કરી સેનેટાઈઝેશન કર્યું હતું.

તિલક નગર હમલોગ કો-ઓપ.હા.સો.ના સભ્યો કોરોના વિરુદ્ધની લડાઈમાં ખૂબ જ સાવચેત રહી સેનેટાઈઝેશન ઉપરાંત અનેક મહત્વના પગલાઓ લઈ રહ્યા છે. સોશ્યલ ડીસ્ટન્સીંગનું પણ તેઓ ગંભીરતાપૂર્વક પાલન કરે છે.

સાવચેતી રાખીએ કોરોનાને ન આવવા દઈએ આસપાસ

Manoj Gandani Hemali Gandani

Mehul Kirit Goda



Mehul Arjun Bhanushali

દોશી વાડી ઘાટકોપર વેસ્ટ ખાતે સ્થાનિક નગરસેવિકાની સહાયથી રહેવાસીઓને બહાર શાકભાજી લેવા ન જવું પડે તે માટે સોશ્યલ ડીસ્ટન્સીંગ રાખવાની શરતે વ્યવસ્થા કરી આપવામાં આવી હતી.

વિશ્વ હિંદુ પરિષદ ઘાટકોપર દ્વાર સેવા કાર્યો

વિશ્વ હિંદુ પરિષદ ઘાટકોપર જિલ્લા દ્વારા દૈનિક વિવિધ સેવા કાર્ય કરવામાં આવે છે. રાશન કીટ (સંજીવની કીટ) ૪૬૫ પરિવાર, ૪૪૩૩૭ લોકોને રામખીચડી ભોજનનું વિતરણ, ૧૦૦૦ માસ્કનું વિતરણ, ૧૬ સર્વાજનિક શૌચાલય અને ૪૫૦ ઘરોમાં નિર્જન્તુકરણ, ૨૩૫૦ કિલો લીલા શાકભાજીનું સીતા રસોઈ માટે દાન સ્વરૂપે આપવામાં આવેલ.

સ્વયંસિદ્ધ નારી પ્રતિષ્ઠાન દ્વારા અનાજ વિતરણ

કોરોના વાયરસ ને લીધે આખો દેશ લોકડાઉન ખુબજ સારી રીતે એક બીજાની મદદ માં લાગી ગયો છે. જેમાં ઘાટકોપર વેસ્ટ ના ડિમ્પલ બેન પંડયા, રોનક શાહ અને તેમની ટીમે સ્વયંસિદ્ધ નારી પ્રતિષ્ઠાન ધ્વારા અનાજ વિતરણ કર્યું.

એરિયાના જરૂરતમંદ લોકોને અનાજ ની કીટ બનાવી. જેમાં ૨ કિલો ચોખા, ૨ કિલો ઘઉંનો લોટ, ૧ કિલો તુવર દાળ, ૧ કિલો મીઠું, ૧ કિલો સાકર, ૧ લિટર તેલ, ૫૦૦ ગ્રામ પૌહા ૫૦૦ ગ્રામ રવો, ૨૫૦ ગ્રામ ચા ની ભૂકી નો સમાવેશ કર્યો હતો. તેમજ બપોરે એક દિવસ બિરયાની અને એક દિવસ પુરી ભાજી લઇ રસ્તા પરના ગરીબો તથા બિલ્ડીંગ ના વોચમેન ને જમણ કરાવ્યું .

વોઈસ ઓફ ઘાટકોપરના વોટ્સએપ નેટવર્ક તથા ગ્રુપમાં જોડાવવા માટે ઘાટકોપરવાસીઓને આમંત્રણ

કોરોના સંબંધી પ્રમાણિત માહિતી મેળવવા માટે વોઈસ ઓફ ઘાટકોપરના વોટ્સ એપ ગ્રુપમાં જોડાઓ

ઘાટકોપરના ન્યુઝ

કોરોના અપડેટ્સ

વોઈસ ઓફ ઘાટકોપર on Whats App

રાષ્ટ્રીય/ આંતરરાષ્ટ્રીય સમાચારો

બ્રોડકાસ્ટ અપડેટ્સ

ઘાટકોપરની સમસ્યાઓ

STEPS

1) Add 9022279684 to your contact list as Voice of Ghatkopar
2) Send Whatapp Message to above number with your Full Name and Full Address (For Ghatkopar Residents only)
3) Start Receiving Broadcast Messages on Whatsapp
4) You can share Problems/Complaint of your Area, News Updates and Celebration Photos of your Society etc In Whatsapp group

Printed & Published by **Jayant Visanji Chheda,** Owned & Edited by **Jatin Jitendra Kothari** and Printed at : **MID DAY Infomedia Limited.,** R/843/3, TTC Industrial Area, MIDC Rabale, Navi Mumbai - 400 701. and Published at 601, Abhinandan Apt., Sarvodaya Nagar, Mulund (West), Mumbai - 400 080. • **E-mail : voiceofghatkopar@gmail.com • RNI : MAHGUJ/2008/28113**