

શિક્ષણ અને સમાજ
કલ્યાણ કેન્દ્રનું
માસિક મુખ્ય પત્ર



વર્ષ : ૨૩

અંક : ૭

સંસ્થાની યાત્રા-૧૦ (વર્ષ : ૧૯૧૭-૧૮) ધારી તાલુકાની ગ્રામ્ય કક્ષાની ૨૫ બહેનોને સીવણની તાલીમ આપી અને સરકાર દ્વારા સીલાઈ મશીનની સગવડતાં આપી જેથી પોતે પગભર થઈને કામ કરી શકે. ગોડ પેરેન્ટસ ફંડ રેઈઝ પ્લેટફોર્મ દ્વારા ઓછી આવક વાળા પરીવારના ૨ વિદ્યાર્થીઓને એક વર્ષ ભણવાનો ખર્ચ પહોંચાડવામાં નીમીત બન્યા. અન્ય કાર્યક્રમની સાથે સાથે જેન્ડર આધારિત પ્રવૃત્તિઓ માટે કાર્યકરોએ જેન્ડર સંવેદનશીલતા તાલીમમાં ભાગ લઈ જેન્ડર આધારિત નાટક પ્રજાસત્તાક દિને જિલ્લાની ૧૩ શાળાઓમાં રજુ કર્યું. મહિલા ન્યાય સમિતિ ૧૨ વર્ષ પછી નિષ્ક્રિય થઈ તેને ફરી સક્રિય કરવાના પ્રયાસો થયા. અંતરિયાળ ગામોમાં મહિલાઓને પડતી મુશ્કેલીમાં હસ્તક્ષેપ કરી સુખદ સમાધાનનાં પ્રયાસો કર્યા. સંસ્થા મહિલાઓનાં વિકાસ અને ઉત્પાદન માટે સતત પ્રયત્નશીલ છે. જેનાં ભાગરૂપે એકલનારી શક્તિમંત્ર ગુજરાત સાથે સતત સંપર્કમાં રહે છે અને સંસ્થાનાં એક પ્રતિનિધિ આ કામની દેખરેખ રાખે છે.

જેનાં ફલસ્વરૂપે વિધવા પેન્શન, જમીનનાં અધિકારો અંગે સરકારનાં વિભાગો સાથે પરામર્શમાં રહીને આવી મહિલાઓને ઉપયોગી બનવા સતત કાર્ય કરે છે. સંસ્થાનાં અલગ-અલગ કાર્યક્ષેત્રમાં વિશ્વ મહિલા દિનની ઉજવણી વિષય વસ્તુ "વુમન ઈન ધ ચેન્જિંગ વર્લ્ડ ઓફ વર્ક" ઉપર આધારિત હતું.

સ્થળાંતર કરતાં ૭૦% બાળકોને જાળવી રાખ્યા. ૧૫ ગામોમાં ૩૩૬૨ બાળકોનું બેઝલાઈન સર્વે કર્યું. સિઝનલ હોસ્ટેલનાં પ્રયાસો ચાલુ રાખ્યા. ૧૫ ગામોની શાળામાં ૮૫% બાળકોએ શાળા પ્રવેશ કર્યો. એસએમસી અને સીટીઝન એજ્યુકેટરની મદદથી ૫૧ બાળકોને શાળાએ નિયમિત કર્યા.

બાબરા તાલુકાનાં દરેડ ગામે લર્નિંગ રીસોર્સ સેન્ટરની સ્થાપના કરી બીજા ૧૫૩ બાળકોને આવરી લીધા ગ્રુપમાં વહેંચીને શાળા સમય પહેલા લર્નિંગ એન્ટ્રીયમેંટ અને શાળા સમય બાદ લર્નિંગ રીસોર્સ સેન્ટર ચલાવવામાં આવ્યું.

(ક્રમશઃ)

મૃત્યુથી પણ વધુ પિતાની આજ્ઞાનું માન હોય છે.

અન્ય વિભાગો સાથે સંકલન-જોડાણ

ગ્રામિણ અર્થવ્યવસ્થાને મજબુત કરવા અને ગરીબોનાં જીવનનિર્વાહનો આધાર માટે ખાસ કરીને એ અસંગઠીત મજુરો, એસસી/એસટી, મહિલાઓ, બાળકો, પછાત જૂથો માટે નોંધપાત્ર રોકાણ જરૂરી છે. અસરકારક રીતે લક્ષિત સમૂહ સુધી સેવાઓ પહોંચાડવા તથા માહિતી પ્રદાન કરવા, મુખ્ય પ્રવાહ સાથે જોડવા માટે અસરકારક પગલા લેવાની જરૂરીયાત હોય છે.

વિવિધ કાર્યક્રમોનું જોડાણ જેમ કે જળસંગ્રહ કાર્યક્રમો, રાષ્ટ્રીય કૃષિ, વિકાસ કાર્યક્રમ, રાષ્ટ્રીય બાગાયતી મિશન, ભુગર્ભ જળનાં કૃત્રિમ રીચાર્જની યોજના, મિશન મંગલમ જેવી અનેક યોજનાઓથી રોકાણો માટે સક્ષમ કરી શકાય તેમ છે.

સંકલન તથા જોડાણ એક મુખ્ય પરિબળની ભુમિકા નિભાવે છે જેનાથી ઉપલબ્ધ સ્ત્રોતનો કાર્યક્ષમ ઉપયોગ થઈ શકે તેમ છે. સ્થાનિક સરકાર તથા વિવિધ સ્થાનિક સંસ્થાઓનાં સહ અસ્તિત્વનાં એકત્રીકરણથી ગ્રામિણ ક્ષેત્રે વધુ વિકાસ તથા લક્ષિત સમૂહને વધુ મદદરૂપ બની શકાય તેમ છે.

ઉપરોક્ત બાબતોને ધ્યાનમાં રાખી શિક્ષણ અને સમાજ કલ્યાણ કેન્દ્ર અમરેલી દ્વારા ચાલતાં કાર્યક્રમોનું સંકલન અને કાર્યવિસ્તારનાં લોકોની આજીવિકામાં સુધારો આવે, સરકારી વિભાગોની

જનકલ્યાણકારી યોજનાઓથી વંચિત લોકોને જોડી સહાય મળે તેવા પ્રયાસો કરવા અને અન્ય સંસ્થાઓ સાથે સંકલન કરી કોઈપણ રીતે મદદરૂપ થવા માટે સંસ્થા પ્રયાસ કરી રહી છે. તેના ભાગરૂપે સંસ્થાનાં કાર્યકર્તા પરેશ સોલંકી તથા જાનકી પંડયાએ જીલ્લા ગ્રામ વિકાસ એજન્સીની મુલાકાત લીધી.

મુલાકાત દરમ્યાન તેઓ શ્રી પી.આર.વાઢેર, ડિસ્ટ્રીક્ટ કોર્ડિનેટર, સ્વચ્છ ભારત મિશન. ભાવિશાબેન ધામેચા ડેપુટી એન્જિનિયર, પ્રધાનમંત્રી આવાસ યોજના. દિનેશ મહેતા આસિસ્ટન્ટ એન્જિનિયર, મનરેગા યોજના તથા રમેશભાઈ સોલંકી કન્સલટન્ટ, સોલિડ વેસ્ટ મેનેજમેન્ટની મુલાકાત કરી તેઓને સંસ્થાનો પરિચય, પ્રવૃત્તિઓ, હસ્તક્ષેપન ક્ષેત્ર અને ટીમ વિશે માહિતી આપી.

છેલ્લા ત્રણ માસમાં ખાસ કરીને કોરોના પેન્ડમીક તથા વાવાઝોડાની તબાહીઓ વચ્ચે થયેલ સંકલન કાર્ય, સરકારશ્રીની વિવિધ યોજનાઓ, અન્ય સેવાભાવી સંસ્થાઓ, આત્મા, કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર અને સંસ્થાના અન્ય પ્રોજેક્ટના સંકલન પર ચર્ચા કરી. પરસ્પર ઉપયોગી થઈ શકાય તે રીતે કાર્ય કરવા સંમતી બની.

એગ્રીકલ્ચર પ્રોજેક્ટ માટે વૃક્ષારોપણ તેમજ નિદર્શનો માટે વિવિધ કંપનીઓ સાથે પણ જોડાણ કરેલ છે.

— જાનકી પંડયા

હૃદય સુધી એ જ પહોંચતાં હોય છે, જે હૃદયથી બોલતા હોય છે.

મુખ્યમંત્રી બાળસેવા યોજના

મુખ્યમંત્રી વિજય રૂપાણીએ કોરોનાની મહામારીમાં અનાથ-નિરાધાર બનેલા બાળકોની વેદના પ્રત્યે સંવેદના દર્શાવતા આવા બાળકોને આર્થિક આધાર સહિત અભ્યાસ અને ભવિષ્યની કારકિર્દી માટે સહયરૂપ જવા મુખ્યમંત્રી બાળ સેવા યોજનાની મહત્વપૂર્ણ જાહેરાત કરી છે. તેમણે જણાવ્યું કે કોરોનાની મહામારીએ એવી પરિસ્થિતિ ઉભી કરી છે કે અનેક લોકોએ પોતાના જીવ ગુમાવ્યા છે. રાજ્યમાં ઘણાં બાળકો કોરોનામાં પોતાના માતા-પિતાને ગુમાવનારા કારણે અનાથ અને નિરાધાર બન્યા છે. ગુજરાત સરકાર કોરોનાના આ કપરા કાળમાં આવા નિરાધાર અને માતા-પિતા ગુમાવી ચૂકેલા બાળકોની વેદનામાં પૂરી સંવેદનાથી પડખે ઉભી રહી છે અને મુખ્યમંત્રી બાળ સેવા યોજનાથી આવા બાળકોને આર્થિક આધાર આપવાનો સેવાભાવ પ્રગટ કર્યો. કોરોનાની વિશ્વવ્યાપી મહામારીમાં અનેક લોકોએ પોતાના જીવ ગુમાવ્યા છે જેમાં કોઈએ પોતાના વહાલ સોયા દિકરા દિકરીઓ ગુમાવ્યા છે તો કોઈએ ભાઈ, બહેન અથવા પતિ અથવા પત્નીનો સાથ ગુમાવ્યો છે. આ મહામારીના કારણે ઘણા બાળકો નિરાધાર થયા છે જેમાં કેટલાંક બાળકોએ માતા પિતા એમ બંને વાલીની છત્રછાયા ગુમાવી છે જ્યારે કેટલાક બાળકોએ માતા અથવા પિતા એમ કોઈપણ એકવાલીની

છત્રછાયા ગુમાવી છે અને આવા બાળકો આકસ્મિક નિરાધાર થવાથી તેમના ભવિષ્ય અને શિક્ષણનાં પ્રશ્નો ઉભા થયા છે તેને ધ્યાનમાં રાખીને રાજ્ય સરકાર દ્વારા આવા કપરા કાળમાં નિરાધાર થયેલા અને માતા પિતા બંને ગુમાવ્યા હોય તેવા બાળકોની કાળજી, રક્ષણ, શિક્ષણ અને આરોગ્યની ચિંતા કરીને રાજ્યસરકાર દ્વારા માતા પિતા ગુમાવ્યા હોય અને નિરાધાર થયેલા બાળકો માટે મુખ્ય મંત્રી બાળ સેવા યોજનાની જાહેરાત કરી છે.

પરંતુ જે બાળકોએ એક વાલી ગુમાવ્યા હોય તેવા બાળકોને પણ સહાય આપવાની બાબત રાજ્ય સરકારની વિચારણા હેઠળ હતી તેથી આવા એકવાલી વાળા બાળકો માસિક રૂ. ૨,૦૦૦ ની સહાય આપવા રાજ્ય સરકારે નિર્ણય કર્યો છે અને આ સહાયની રકમ માન. મુખ્યમંત્રીશ્રી દ્વારા તા.૦૨/૦૮/૨૦૨૧ ના રોજ ઓનલાઈન ડી.બી.ટી. દ્વારા ચુકવવાની યોજના લોન્ચ કરનાર છે.

આથી આવા એક વાલીવાળા બાળકોના એક એકાઉન્ટ ખાતા તાત્કાલિક ખોલવા જરૂરી છે આ માટે એક વાલી જે બાળકો છે તેમનાં બેંક એકાઉન્ટ દિન-ઉમાં ખોલાવવાના રહેશે. આ માટે જીલ્લામાં જુદા જુદા અધિકારીશ્રીઓને જવાબદારી સોંપી દિન-ઉમાં બાળકોના ખાતા ખુલી જાય તે માટે વ્યવસ્થા ગોઠવાયેલ છે.

— ચાઈલ્ડ લાઈન ટીમ

આપણો સ્વભાવ જ આપણું ભવિષ્ય છે.

કાર્યશાળા : સ્વયં સાથે સફળતા

શીખવાના સિદ્ધાંતો

કોઈ કોઈને શીખવી શકતું નથી. આપણે માત્ર શીખી શકીએ છીએ. હૃદયની સામેલગીરી વિના સાચી રીતે શીખી શકાતું નથી. શિક્ષણનું હાર્દ હૃદયની કેળવણી છે. જીવનને કાર્યશાળામાં લાવો અને કાર્યશાળાને જીવનમાં લઈ જાવ. શીખવાનો શ્રેષ્ઠતમ રસ્તો અન્યોને શીખવવાનો છે. શીખવું એ આજીવન ચાલતી પ્રક્રિયા છે.

શીખવા માટે કિંમત ચૂકવવી પડે છે. જેટલી કિંમત ચૂકવવાની તૈયારી તેટલું જ આપણે પામીએ છીએ. પોતાની અંદર પડેલાં બીજને ઓળખીને જ શીખવાની સાચી પ્રક્રિયા નક્કી કરી શકાય છે.

જીવાન સ્ત્રી-ઘરડી સ્ત્રીની રમત

દરેક વ્યક્તિ તેની જગ્યાએ સાચી જ હોય છે. આપણે જે જોઈએ છીએ તેની સાથે આપણે જે રીતે જોઈએ છીએ (આપણી જોવાની દ્રષ્ટિ) તે પણ તેટલું જ મહત્વનું છે. સત્ય બહુપરિમાણીય હોય છે. પોતાનાથી તદ્દન વિરોધી દ્રષ્ટિકોણ હોય ત્યારે સામેવાળી વ્યક્તિને સમજવી ખૂબ અઘરું કઠિન કાર્ય છે. આપણી આ દ્રષ્ટિ (જે રીતે આપણે વિશ્વને જોઈએ છીએ) આપણા અનુભવોથી જ ઘડાય છે.

મનાંકનો અંગે સમજ

જેવી દ્રષ્ટિ, તેવી સૃષ્ટિ. જ્યારે વિશ્વનું વર્ણન કરવા મોં ખોલીએ, ત્યારે ખરેખર

આપણે વિશ્વનું નહીં પણ આપણું જ વર્ણન કરતાં હોઈએ છીએ.

મનાંકનોના પ્રકાર — • જાત પ્રત્યેના, લોકો પ્રત્યેના અને જીવન પ્રત્યેના મનાંકનો મનાંકનોના પરિવર્તનની પ્રક્રિયા અને સમજણ • બ્રાહ્મણની વાર્તા અને ભાષાની પ્રયંડ અસર • ૨૪ કલાકમાં મૃત્યુ કલ્પનાશક્તિનો ઉપયોગ, તારણો. • મૃત્યુ એ મોટામાં મોટો શિક્ષક છે / મૃત્યુ જીવન શીખવે છે. • મૃત્યુ બાદ પોતાના શ્રદ્ધાંજલિ કાર્યક્રમને કલ્પનામાં જોવો/ અનુભવો • અંગત મિશન નિવેદન અને જીવન ધ્યેય • લીડરશિપ અને મેનેજમેન્ટ વચ્ચેનો તફાવત • સ્વ-નેતૃત્વ / નેતૃત્વનું મહત્વ • જીવન ધ્યેય, મનાંકનોની ઉંડી સમજ-ચલચિત્ર સાથે જોડાણ અને તેમાંથી શીખવું. • પ્રતિક્રિયા-રિએક્શન-પ્રાણીઓ અને મનુષ્ય વચ્ચેનો ફરક. પ્રતિભાવાત્મકતા-પ્રોએક્શન અંગે સમજ અને વ્યાખ્યા. • ઉત્તેજક ઘટના અને પ્રતિભાવ વચ્ચે મનુષ્ય પાસે હંમેશાં પસંદગીની સ્વતંત્રતા હોય છે. • પ્રતિભાવનાત્મકતાના પેટાસિદ્ધાંતો • મારું જીવન મારી જ જવાબદારી છે. • મારું જીવન મારી પસંદગીઓની શૃંખલા છે. તમારી પરવાનગી વિના કોઈ તમને દુઃખ પહોંચાડી શકતું નથી. • ટાઈમ મેનેજમેન્ટ-સેલ્ફ મેનેજમેન્ટ અંગેની સમજ-દૃઢ મનોબળનું મહત્વ. • સમય વ્યતિત કરવાના ચાર ચોખટાની સમજ. બીજા

જન્મ મળે છે જીવન શોધવું પડે છે.

ચોખટાનું મહત્વ. • અઠવાડિક આયોજનની ડાયરી • અમારાં વહાલા રમત.

આમ, આ કાર્યશાળાના પ્રથમ ભાગમાં પોતાની સાથે કરવાની જે કવાયતો સાથે દેવ અને શૌર્ય નામની મુવી જોઈ તેનાથી ઉપરની તમામ બાબતો સ્પષ્ટ થઈ શકી વધુ શીખી શકાય તે માટે મદદ મળી. મતભેદો અને મનાંકનોમાં બદલાવ થાય છે તે જોવા મળ્યું.

કાર્યશાળા સંબંધોમાં સફળતા

સંબંધોના વિકાસના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો

અન્યોમાં ધૂળ નહિ સોનું શોધવું. કોઈના પ્રેમપાત્ર બનવું તેનાં કરતાં વિશ્વાસપાત્ર બનવું વધારે અગત્યનું છે. સંબંધોમાં તમે જે કહો છો કે કરો છો તેનાં કરતાં વધારે મહત્વનું તમે જે છો તે છે. બીજાને તમારી સાથે કેવું વર્તન કરવું, તે તમે જ તમારા વર્તનથી શીખવો છો. સંબંધોમાં બીજાને બદલવાની તીવ્ર ઈચ્છા થાય તો તે ઈચ્છાને જ પડતી મૂકવી. જેને બદલવા ઈચ્છો છો તેને બદલવાની કોશિશ કરવી નહિ.

લાગણીઓનો બેંક એકાઉન્ટ/વિશ્વાસનું ખાતું જમા પદ્ધતિઓ, અન્યોને સમજવા : બીજા માટે જે અગત્યનું છે તેને તેટલું જ અગત્યનું બનાવવું, જેટલી તે વ્યક્તિ આપણા માટે મહત્વની છે. નાની-નાની બાબતોની કાળજી રાખવી. અન્યોને માણવા, બિરદાવવા, આદર આપવો.

એકસૂત્રતા રાખવી : પરસ્પર અપેક્ષાઓ

સ્પષ્ટ કરવી. વચનો આપવા અને નિભાવવા.

વફાદાર રહેવું : અન્યોની અંગત અને ખાનગી બાબતોને છૂપી જ રાખવી. ગેરહાજર વ્યક્તિને વફાદાર રહેવું. મુશ્કેલી, તકલીફ કે દુઃખના પ્રસંગે પડખે રહેવું.

સહયોગી બનવું : કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરવી. માફી માંગવી અને માફી આપવી. સ્મિત. અન્યોની કદર કરવાની અને માફી માંગવાની કળા પત્ર લેખન.

લાક્ષણિકતાઓ અને ઓળખ.

જેમ કે, જીતો-હરાવો, હારો-જીતાડો, હારો-હરાવો, જીતો, જીતો-જીતાડો, જીતો-જીતાડો અથવા કોઈ વ્યવહાર નહી.

જુદી જુદી માનસિકતા સાથે કેવી રીતે કામ કરવું અને જીતો-જીતો તરફ કેવી રીતે જવું.

આમ, આ કાર્યશાળાના બીજા ભાગમાં ઉપરોક્ત તમામ બાબતો સાથે પીડાદાયક સંબંધને સુધારવા - સારીરીતે વિકસાવવાનો રોડ મેપ બનાવતા શીખ્યા. ચલચિત્રો 'ઈકબાલ', 'બચના એ હસીનો' અને 'જોધા અકબર' થકી માનસિકતાઓની વધુ ઓળખ બની. માફી માંગવાની કળા જોઈ.

જીવન જીવવાના આ પાસાઓને ઓએસીસ મુવમેંટ વધુ લોકો સુધી પહોંચાડવા સ્વેચ્છિક સંસ્થાઓ સાથે ભાગીદરી કરી છે તે દિશામાં ભવિષ્યમા સરસ કામ થઈ શકે તેમ છે.

— ધીરુભાઈ વાગડીયા

સંબંધોનું આયુષ્ય ભરોસાથી વધે છે.

આહારમાં કઠોળનું મહત્વ

રોજીંદા આહારને કઈ રીતે પોષક, સ્વાદિષ્ટ અને સસ્તો બનાવવો એ દરેક ગૃહિણીના હાથમાં છે. રસોઈ અંગેની સંપૂર્ણ જાણકારી, સભાનતા અને આવડત જરૂરી છે. કઠોળના પોષકતત્વો, આહારમાં તેનું મહત્વ, પ્રમાણ અને તેના જુદા જુદા ઉપયોગ અંગે જાણકારી હશે તો અનેક વાનગીથી પરિવારને સંતોષી શકશે. તેમજ કઠોળને વધારે સુપાચ્ય અને પોષક બનાવવા માટે રૂતુ અનુસાર લીલા શાકભાજીનો કઠોળ સાથે ઉપયોગ કરવો.

કઠોળપાકની વૈજ્ઞાનિક માહિતી

કઠોળના મુળના ભાગમાં રાઈઝોબીયમ નામના નાઈટ્રોજન સ્થિરીકરણ કરતા બેક્ટેરીયા સ્થાયી થાય છે. આ બેક્ટેરીયા કઠોળ પાકના મુળમાં કુળ ગંડીકા (ગાંઠ) સ્વરૂપે જોવા મળે છે. હવામાંના વાયુસ્વરૂપ નાઈટ્રોજન (૭૮%) ને લઈને જમીનમાં જમા કરે છે. જેથી જમીનમાં દરેક પાકના

વૃદ્ધિ વિકાસ માટે ઉપયોગી તત્વ નાઈટ્રોજન જળવાઈ રહે છે. કઠોળ વર્ગના પાકો ટુંકા ગાળાના તેમજ અન્ય મુખ્ય પાકો સાથે પાક ફેરબદલીમાં પણ ખુબ જ ઉપયોગી છે.

આહારમાં કઠોળનું પ્રમાણ

પુરુષ : ૮૫ ગ્રામ

સગભસ્ત્રી : ૬૫ ગ્રામ

ધાત્રી : ૬૫ ગ્રામ

બાળક : ૨૫ ગ્રામ (૨ થી ૬ વર્ષ)

બાળક : ૫૦ ગ્રામ (૭ થી ૧૨ વર્ષ)

તરૂણ : ૭૫ ગ્રામ (૧૬ થી ૧૯ વર્ષ)

શ્રમજીવી : ૧૧૦ ગ્રામ

કઠોળ આહારમાં કેટલી રીતે લઈ શકાય

ભરળીને, દાળ બનાવીને, દળીને (જાડો તેમજ જીણો લોટ બનાવીને), ફણગાવીને, ભૂંજીને, શેકીને, તળીને.

આમ, વિવિધ રીતે કઠોળને આહારમાં લઈ શકાય છે.

આહાર પત્રક

આહાર જૂથ	ખાદ્ય પદાર્થોની વિગત	પ્રાપ્ય મુખ્યતત્વો
જૂથ ૧	દૂધ અને તની બનાવટો સૂકા કઠો, સૂકામેવા, શીંગ માંસ, મરઘી, માછલી, ઈંડા વગેરે	પ્રોટીન
જૂથ ૨	રૂતુ અનુસાર ફળો પાકી કેરી, પપૈયા, નારંગી, લીબુ, ટમેટા, કોબી, લીલા પાંદડા વાળા શાકભાજી.	ક્ષાર તથા વિટામીન
જૂથ ૩	અન્ય શાકભાજી રીંગણા, દૂધી, ફણસી, કોળું, ભીડો.	“એ”
જૂથ ૪	અનાજ, ચોખા, ઘઉં, મકાઈ, જુવાર, બાજરી, કાંદરી રેસાવાળા શાક, કંદમૂળ, અળવી, બટેટા, શકકરીયા, સૂરણ, ખાંડ, ગોળ, મધ.	કાર્બો હાઈડ્રેટસ
જૂથ ૫	ચરબી, તેલ, માખણ, ઘી, મલાઈ.	ચરબી

— નરેન્દ્ર પોકીયા

દાતા તેના દાનથી નહિ પણ ભાવથી જ ઓળખાય છે.

રક્ષાબંધન

જ્યારે રાજસૂય યજ્ઞ વખતે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણને દ્વૌપદીએ રક્ષા સ્વરૂપે પોતાના પાલવમાંથી છેડો ફાડીને બાંધ્યું હતું ત્યારથી રક્ષાબંધનની શરૂઆત થઈ હતી. રક્ષાબંધન શ્રાવણ મહિનાની પૂનમે આવે છે. તે દિવસે બહેન ભાઈને રાખડી બાંધે છે. ભાઈ-બહેનની આખી જીંદગી રક્ષા કરવાનું વચન આપે છે. આ દિવસે બહેનને શક્તિ અનુસાર કંઈક આપી છૂટવું અને બહેને ભાઈ પાસેથી કંઈ મેળવવાનો હક્ક પૂરો કરવો એ મહત્વનું નથી પણ ભાઈ બહેન વચ્ચે સ્નેહમાં અભિવૃદ્ધિ થાય એ વધુ મહત્વનું છે. રક્ષાબંધનના દિવસે બ્રાહ્મણો જનોઈ બદલે છે અને માછીમારો આ દિવસે નાળિયેર વડે દરિયાની પૂજા કરે છે તેથી તેને નારિયેળી પૂનમ પણ કહેવામાં આવે છે.

— હીરલ ડોડીયા



પડયા ઉપર પાટું

૨૦૨૦ નું વર્ષ કોરોના મહામારી લઈને આવ્યું. કુદરતના અસ્તિત્વને આપણે હાનિ પહોંચાડવામાં કંઈ જ બાકી રાખ્યું નથી જેમકે પર્યાવરણને સમતુલન રાખવા વૃક્ષો એક પ્રથમ ઘટક છે જેનું નિકંદન કાઢ્યું, જૈવિક વિવિધતા જે પર્યાવરણને સમતુલન રાખવા એક અગત્યનો ભાગ છે તેને નામશેષ કરવા ખતરનાક રસાયણિક તત્વોનું ઉત્પાદન જેનો ઉપયોગ ખોરાક, દવા, ખાતરનાં સ્વરૂપે કર્યો અને સતત પર્યાવરણને નુકશાન કરતાં ઉદ્યોગોની સ્થાપનાં જેની પાછળ આપણે પૈસાદાર બનવાની અને મહત્વાકાંક્ષી બનવાની હદ વટાવી આવા અનેક નાના-મોટાં આપણા બિન જવાબદારી પૂર્વકનાં અખતરા એટલે ઈશ્વરને માનવીની ચેલેન્જ આવા સંજોગોમાં પર્યાવરણ બગડ્યું, નદી-નાળા સમુદ્રને દુષિત કર્યા. હજારો જીવોનો નાશ કર્યો. જેનો ટુંકો જવાબ અસ્તિત્વે કોરોનાં સ્વરૂપે અને તૌક-તે જેવા ભયંકર વાવાઝોડા રૂપે આપણને આપ્યો હજુ સમય છે ચેતી જવાનો અને સમજવાનો અન્યથા હવે પછીનાં આવનાર દિવસો આ દિવસોને કદાચ સારા કહેડાવે મારે એ નથી કેવું કે આપણે કેમ સુધરીએ એ તો તમે મારા કરતાં વધુ સારી રીતે જાણો છો.

— રમેશભાઈ સોલંકી

વેરમાં હંમેશાં વાંધો હોય છે જ્યારે સ્નેહમાં હંમેશાં સાંધો હોય છે.

Happy Birthday

Nazma tank	01.08.1983
Tajgi Sagarka	08.08.1999
Vikram Chauhan	09.08.1996
Sejal Solanki	11.08.1993
Rekhaben Vagh	11.08.1983
Shilpa Tank	15.08.1993
Dilip Sanghar	18.08.1977
Sanjay Bambhaniya	20.08.1997
Kishan Solanki	25.08.1997

19-30 Conducted dental camp at diffrent villages of Babra and Amreli blocks

4-31 Linkages for an internship with childline 1098 Law student of Nirma University

In this month

- 19-20 Training on issues ending violence against children
- 22 Head and Nack cencer prevention by Dr. Khyati Vsavada.

પ્રિય વાચક મિત્રો,

આપની આસપાસ બનતી ઘટનાઓ બીજા લોકો માટે અનુકરણીય હોય તેની વિગતો ટપકને મોકલી શકો છો. આ પ્રવૃત્તિઓ માટે નાણાકીય સહયોગ કરી શકો છો અને નાણાકીય સહયોગ ઓનલાઈન વેબસાઈટ <https://sskkamreli.org/> પર જવા વિનંતી છે.

Printed, published and edited by Hardik Dhirajlal Vagadia on behalf of Educational & Social Welfare Centre, Published from Tapak Karyalay, 26-Omnagar-3, Hanumanpara Road, Amreli and printed at Geeta Graphics, F-1 Sahjanand market, Station road, Amreli.

Post Regi. No. AMR/91/2021-23
Valid Upto 31/12/2023

RNI No. GUJGUJ/1999/01521
Date Of Issue 1st of month



Book -Post, Printed Matter

ટપક કાર્યાલય :

શિક્ષણ અને સમાજ કલ્યાણ કેન્દ્ર,
૨૬, ઓમનગર (૩), હનુમાનપરા રોડ,
ગોકુલ પાર્ક સામે, અમરેલી-૩૬૫ ૬૦૧.

Tel/Fax : 02792-223525

E-mail : tapak@sskkamreli.org website: www.sskkamreli.org

જે હંમેશા મહેનતમાં ફૂલેલો છે એની હંમેશાં જીત જ થાય છે.