

## ‘નિયાંપો’

શ્રી કચ્છી મિત્ર મંડળ  
હેદરાબાદનું મુખપત્ર

વર્ષ : ૨૨

અંક : ૨૮૬

પ્રમુખ  
કીર્તિકુમાર ટોકરશી કાપડિયા  
મો. ૯૩૯૧૦ ૧૨૯૬૯

માનદ્ મંત્રી  
પંકજ હિરજી સાવલા  
મો. ૯૮૪૯૭ ૪૭૬૨૫

સંપાદકો  
દર્શના દિનેશ દેહિયા  
ફોન. ૬૬૪૬ ૩૬૯૫,  
મો. ૮૧૦૬૪ ૦૭૧૯૧

રમેશ મણીલાલ શાહ  
ફોન. ૨૪૭૫ ૧૮૭૫,  
મો. ૯૪૪૦૯ ૯૬૬૫૨

કાર્યાલય  
શ્રી કચ્છી મિત્ર મંડળ  
શ્રી કચ્છી ભવન, ૩-૫-૧૪૨,  
ઈડનબાગ, રામકોટ,  
હેદરાબાદ ૫૦૦ ૦૦૧.  
ફોન: ૨૪૭૫૨૩૮૩  
email : hydkmm@gmail.com

મુદ્રક : ચંદ્રપ્રભા ગ્રાફિક્સ  
૩૭, રોયલ પ્લાઝા,  
સુલતાન બજાર, હેદરાબાદ-૯૫  
ફોન ૦૪૦-૬૬ ૭૮૦ ૭૮૦  
email : chandraprabhagraphics@gmail.com

કિંમત - રૂ. ૧/-

‘નિયાંપો’ માં પ્રગટ થતા કોઈ પણ  
લેખ, માહિતી, કે જાહેરાત માટે મંડળ  
કે સંપાદકોની કોઈ જવાબદારી રહેશે  
નહી, જેની નોંધ લેવા વિનંતી.



## પ્રમુખશ્રીનો સંદેશ

કીર્તિકુમાર ટોકરશી કાપડિયા

જયજીનેન્દ્ર,

૧૭મી લોકસભા માટે ૭ તબક્કામાં ઘમાસણ ચાલેલ ચુંટણી જંગ  
ખત્મ થઈ ગયેલ છે અને ન કલ્લેલ બહુમતથી બી.જે.પી અને તેના  
સાથી પાર્ટીના ઉમેદવારો જીતી ને આવેલ છે. શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીના  
ને વૃત્તમાં સરકાર પણ રચાઈ ગયેલ છે. પાર્લામેન્ટમાં બહુમત મળતા  
આપણે સહુ આશા રાખીએ કે જનતાના હિત માટે આત્મવિશ્વાસથી  
જરૂરી પગલા લેવામાં સરકાર સક્ષમ રહેશે.

આપણા મંડળની કારોબારી સમિતિનો બે વર્ષનો કાર્યકાળ પુરો  
થઈ રહ્યો છે અને નવદીકમાં નવી કારોબારી સભ્યોની ચુંટણીના  
કાર્યક્રમનું આયોજન છે. આશા અને વિશ્વાસ છે કે નવી કારોબારી  
સમિતિ ઉત્સાહ અને ઉમંગ સાથે મંડળની પ્રવૃત્તિને વેગ આપશે.

મારા બે વર્ષના કાર્યકાળ દરમિયાન મને સૌનો સારો સાથ સહકાર  
મળેલ, સર્વનો ખૂબ ખૂબ આભાર.

## આંતર્રાષ્ટ્રિય યોગ દિવસ INTERNATIONAL YOGA DAY - 21ST JUNE 2019



**Classes : Monday to Thursday  
Saturday & Sunday**

Time : 6.00 am to 7.30 am

at Kutchi Bhavan - Deepak Hall

For Details Contact :

VILESH GALA - 98482 98139

YOGESH GOSAR - 90009 91133



## માનદ્ મંત્રીશ્રીનો અહેવાલ

પંકજ હીરજી સાવલા  
૯૮૪૯૭૪૭૬૨૫

સમય પસાર થતા સમય નથી લાગતો, જોત જોતામાં કારોબારી સમિતિનું બે વર્ષ નું કાર્યકાલ લગભગ પુર્ણ થવા આવી ગયેલ છે.

છેલ્લા બે વર્ષ દરમ્યાન નિયાપો દ્વારા આપ સૌનાં સંપર્કમાં રહેવાની એક તક સાંપડેલ, અને આ દરમ્યાન માસિક રિપોર્ટ લખતા તથા કાર્ય કરતા કોઈનું પણ મન દુભવ્યુ હોય તો “મીચ્છામી દુક્કડમ”.

છેલ્લા બે વર્ષ દરમ્યાન માનદ્ મંત્રી તરીકે મંડળની પ્રગતિ ને ધ્યાનમાં રાખી કાર્ય કરવાની પ્રતિ પલ કોશીષ રહી હતી. આપ સૌના સાથ સહકાર થકી કારોબારી સમિતિનું કાર્યકાલ સફળતાપૂર્વક પાર પાડવામાં આવેલ છે.

આપ સૌનો સાથ સહકાર આવનાર નવી કારોબારી સમિતિને પણ મળતો રહેશે એવી વિનંતી.

તા. ૧૬-૬-૨૦૧૯ નાં દિવસે વાર્ષીક સામાન્ય સભા અને ચૂંટણીનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે, સૌ મેમ્બરોને સમયસર પધારવા વિનંતી.

શૈક્ષણીક સહાય માટેના ફોર્મ આપવાનું શરૂ કરવામાં આવેલ છે. જરૂરીયાતમંદ વિદ્યાર્થીઓ વહેલી તકે ફોર્મ મેળવી લે તેવી વિનંતી.

ગત વર્ષની જેમ આ વર્ષ માટે પણ મેમ્બરોને શૈક્ષણીક સહાય માટેની અપીલ કરવામાં આવેલ છે. આપ સૌ મેમ્બર પરિવારો આ કાર્યમાં જોડાઈ નામ આપવા વિનંતી છે.

આ માસ દરમ્યાન જરૂરીયાત મુજબનું રીપેરીંગ અને અન્ય કાર્ય કરાવવામાં આવી રહેલ છે.

### NIYAPO - Advertisement-Rates (Effective from 1-10-2018)

#### COLOUR

	Monthly Rates	Annual Rates
* 1) Last Cover Page (Outside)	Rs. 3200/-	Rs. 35200/-
* 2) Second Page (Inside)	Rs. 2800/-	Rs. 30800/-
* 3) Last Page (Inside)	Rs. 2800/-	Rs. 30800/-
4) Pin Page	Rs. 2500/-	

#### BLACK & WHITE

* 5) Full Page	Rs. 850/-	Rs. 9350/-
6) Half Page	Rs. 500/-	
7) Quater Page	Rs. 200/-	
8) Strip	Rs. 100/-	

Note : If any person gives advertisement for 12 months in advance, only 11 months payment will be collected. this concession is allowed in item No. 1,2,3 & 5 only marked. (\*)



## સંપાદકીય

દર્શના દિનેશ દેઢિયા  
રમેશ મણીલાલ શાહ

એક સમય હતો જ્યારે નદીઓ બારેમાસ ખળખળ કરતી વહેતી હતી, કુવા તળાવોમાં પાણી કાંઠા સુધી ભરેલું રહેતું. ઘરે ઘરે નળ ન હતા પણ દુકાળ સિવાય પીવાના પાણીની એવી મોટી તકલિફ ન હતી.

હાલમાં ટી.વી. ન્યુઝમાં ગામડાઓમાં લોકોને પીવાના પાણી માટે વલખા મારતા દેખાડે છે. નદીઓમાં પાણી નથી, તળાવોમાં પાણી નથી, કુવા-વાવના તળિયા દેખાય છે. જમીનમાં ખાડા ખોદી મહિલાઓ ખોબે ખોબે પાણી એકઠું કરતા હોય છે. આવા અશુદ્ધ પાણી પીવાથી લોકો માંદા પણ પડે છે.

નિ:શંક, જનતાને શુદ્ધ પીવાનું પાણી મળી રહે તેવી જોગવાઈ કરવાની સરકારની જવાબદારી છે, ફર્ષ છે. સાથે સાથે ઉપભોક્તા તરીકે આપણી પણ જવાબદારી ઓછી નથી. અત્યારે હૈદરાબાદ શહેરમાં કેટલીય વસ્તીમાં પાણીની અતિશય ખેંચ છે. ટેન્કરો મંગાવવા પડે છે, જ્યારે બંગલાઓ, મોટા એપાર્ટમેન્ટ કે અમુક અન્ય જગ્યાઓએ બેજવાબદાર રીતે પાણીનો વેડફાડ થાય છે. પીવાના પાણીની પાઈપ દ્વારા છુટથી કમ્પાઉન્ડ, ગેરેજો ધોવાય છે. રસ્તામાં કેટલીક જગ્યાએ તુટેલી પાઈપ લાઈનના કારણે હજારો લીટર પાણી રસ્તામાં વહી જાય છે.

અત્યારે આપણા દેશમાં, સ્ટેટ-સ્ટેટ વચ્ચે નદીઓના પાણી માટે ઝગડાઓ ચાલી રહ્યા છે, દુનિયામાં કેટલાક દેશો વચ્ચે ઝગડાઓ ચાલી રહ્યા છે. ઇતિહાસકારોની આગાહી મુજબ જો પાણીનો ઉપયોગ વિવેકથી નહીં કરાય તો દુનિયામાં લડાઈઓ થવાનો મોટો ભય છે.

આપણા જૈન ધર્મમાં સદીઓથી પાણીના વપરાશમાં વિવેક રાખવાનો નિયમ છે. આપણા જૈન સાધુ ભગવંતો તે નિયમ પાળવા માટેના જીવંત ઉદાહરણ છે.

### AYURVEDIC (WEIGHT-LOSS) MEDICINE

20 Days  
Medicine  
only  
Rs. 499/-

- Weight loss will be after 20 days 7 kg. West Material Discharge.
- AYURVEDIC (SUGAR) MEDICINE 30 DAYS ONLY RS. 499/-
  - AYURVEDIC (THYROID) MEDICINE 20 DAYS ONLY RS. 499/-
  - VIDEO TO DVD CONVERSION

Ph : 9395347264, 9392418463, 040-27564183 (જા.ખ.)

For Bulk SMS, Multi Colour Stickers for Marriage  
LOGO Designing, Broucher & Souvenir Printing

### CHANDRAPRABHA GRAPHICS

Paras Ramesh Jagirdar - 66680780, 40047999, 99499 81999

Ridesh Ramesh Jagirdar - 66780780, 4025899, 9849988999

## R.S. BANDHANI HOUSE

કચ્છની કલામય બાંધણીઓ હૈદરાબાદમાં

કચ્છની બાંધણીઓનો ખજાનો ધ્યોર સિલ્ક, ગંજુસિલ્ક, ઈટાલિયન કેપ, જોરજટ ઈટાલિયન સામો તથા બનારસીમાં ઝીણા બંધેજ અને મીનાકારીમાં આકર્ષક અવનવી બાંધણીઓ, રીયલમાં ઘરચોળા તથા શ્રીમંત પ્રસંગ માટે ગ્રીન કલરમાં વિવિધ બાંધણીઓ, રંગબેરંગી ચણિયાચોળી અને અદ્યતન નવા પંજાબી ટ્રેસ મટેરિયલ, બેડશીટો તથા અન્ય આકર્ષક વેરાયટીઓ હોલસેલ ભાવે રીટેલમાં મળશે.

નવલબેન મહેન્દ્રકુમાર ભોગીલાલ ધરમશી

૩-૨-૩૫૭/૧, ૧લે માળે, લાલબહાદુર હાઈસ્કૂલની બાજુમાં, નિમ્બોલિ અહ્મદા,  
હૈદરાબાદ ૫૦૦ ૦૦૨૭. ફોન. ૨૪૬૦ ૦૮૧૦, ૨૪૬૫ ૫૬૨૨.

(જા.ખ.)

**Abha**  
be gorgeous

Ladies Beauty Parlour  
&  
Makeup Studio  
by  
Bhavini  
Patel

Address : 3-4-58/2, Opp. Raghavendra Temple,  
Kachiguda, Hyderabad - 500 027. Ph : 99081 83870

(જા.ખ.)



કિરણ ઇલેક્ટ્રોનિક્સ | કિરણ ઇલેક્ટ્રોનિક્સ | కిరణ ఎలక్ట્રોనిక్స్

www.kiranelectronicshyd.com

**9394 55 8636**

**INDUSTRIAL ELECTRONIC COMPONENTS & TOOLS**

**80747 21999**

સંઘવી વ્રદર્સ | સંઘવી બ્રધર્સ | సంఘవి బ్రదర్స్

Website: www.sanghvi brothershyd.com



## શિક્ષણ સમિતિ

સંચાલિકા : શ્રીમતી વાસંતી શાહ  
૦૯૮૪૯૫ ૪૭૫૪૩

- Applications for Shikshan Sahay / Aid are being given for Needy Students.
- Please fill the forms and submit with required attachments. Last date for submission of forms is 31st August 2019.
- Applications for Interest Free Educational Loan for higher studies are also being accepted, please contact on 98495 47543 for further details.
- We Appeal to our members to please come forward to Donate Generously towards the Shikshan Fund.
- I take this opportunity to Thank all the Donors for their Donations and wish for their continued support in future also.

## માઈનારિટી સમિતિ

સંચાલક : પંકજવલ્લભજી સાવલા  
ફોન : ૮૦૯૯૯ ૬૬૬૬૫

આપણી જૈન કોમ્યુનીટી ને માયનોરીટીના ઘણા ફાયદાઓ તેલંગાણા સરકાર તેમજ સેન્ટ્રલ સરકાર તરફથી ઉપલબ્ધ છે. (શરતો લાગુ)

ઉપરોક્ત વધુ માહિતી બાબત દર રવિવારના સવારના ૧૦.૩૦ થી ૧૨.૦૦ વાગ્યા સુધી માયનોરીટી સમિતિના પદાધિકારી તથા સંચાલક શ્રી પંકજ વલ્લભજી સાવલા પણ વિશેષ માહિતી માટે જૈન સેવા સંઘ (કચ્છી ભવન) ની સામે હાજર રહેશે. જે ભાઈઓને આવવું હોય અને ખુલાસો જોઈ તો હોય તે પહેલા સંચાલક ને ફોન : ૯૩૯૪૫ ૫૩૧૫૪ તથા ૮૦૯૯૯ ૬૬૬૬૫ ઉપર સંપર્ક કરવા વિનંતી.



વૈદિક, જૈન પદ્ધતિથી લગ્ન વિધી, વાસ્તુ શાન્તિ, પિતૃદોષ, કાળસર્પ નિવારણ, સત્યનારાયણની પૂજા, રાંદલ (રજાદેવઈ) તેડવા, નડતા દરેક ગ્રહોની શાન્તિ, શ્રાધ્ધ, નાગ-નારાયણ બલી, દસમું, અગ્યારમું, બારમું, તેરમું વગેરે જન્મ કુંડી અને ફળાદેશ, આર્થિક, માનસિક, શારીરિક ચિંતાના પ્રશ્નો માટે સંપર્ક કરો...

**વિજયકુમાર શુક્લા** ફોન : ૨૪૪૧ ૪૯૦૩, ૯૩૯૧૨ ૩૩૪૦૮  
ફોન કરો ત્યારે આપનો ફોન નંબર તેમજ સરનામું જરૂર આપશો

(જા.ખ.)

**Pick up  
&  
Drop**

**CHERIAN NATIONAL**  
Motor Driving School (ESTD. 1962)

CONTACT : 5-9-108/109, H.A. Plaza Cellar, P.G. Road,  
Nampally, Metro Piller No. A1264, Hyderabad.  
Cell : 98495 84518, 80084 55467

(જા.ખ. ૬-૨૦૧૬)



પરિચયથી  
**પરિણય**  
 સુધી સફરના સાથી

એટલે

**asanjokutch**  
 First Ever Kutchhi Digital E-directory

ની એક માત્ર મેટ્રીમોનીયલ વેબસાઈટ

**‘અસાંજો કચ્છ’ ની ખાસ વિશેષતાઓ**

- ❖ ફક્ત કચ્છી સમાજ માટેની સૌથી મોટી મેટ્રીમોનીયલ વેબસાઈટ
- ❖ ૫૦૦૦ થી પણ વધુ શિક્ષિત પાત્રોમાંથી પસંદગી
- ❖ ૧૦૦% ચકાસણી કર્યા બાદ સ્વીકારાયેલ બાયોડેટા
- ❖ ફ્રી રજીસ્ટ્રેશન
- ❖ સૌથી વધુ સક્સેસ રેટ

આજે જ રજીસ્ટર કરો...

[www.matrimony.asanjokutch.com](http://www.matrimony.asanjokutch.com)

Email : [matrimony@asanjokutch.com](mailto:matrimony@asanjokutch.com) | Phone : 2967 4007/8/9

(જા.ખ.)



## માનવ મિત્ર સમિતિ

સંચાલક : લહેરચંદ ટોકરશી લોડાયા

ફોન : ૯૨૪૬૫ ૩૧૦૬૬

### આવનાર દાનની વિગત

દાતાઓના નામ	આશ્રમ રૂ.	ગૌશાલા રૂ. એક ઓટો	ડાયાલીસીસ (એક ના રૂ.૫૦૦લેખે)	પીપલ્સ ફોર એનીમલ	હોસ્પિટલ	જીવદયા (કબુતરને ચણ)
અમૃતબેન ડી.વોરા પ્રથમ પુણ્યતિથી નિમિત્તે	૫૦૦	-	૧	-	-	-
કાન્તીલાલ આર. ધરોડ	-	-	૧	-	-	-
હર્ષાબેન ડી. વોરા	-	-	૧	-	-	-
શ્રીમતી અરૂણાબેન પ્રફુલ્લ ધરોડ પ્રફુલ્લભાઈના જન્મદિન નિમિત્તે	-	-	૪	-	-	-

❖ ૨૫ કીલો ચોખા-૨૫ કીલો દાળ, શ્રીમતી અરૂણાબેન પ્રફુલ્લ ધરોડ તરફથી પ્રફુલ્લભાઈ ધરોડની જન્મદિન નિમિત્તે.

❖ ૨૫ કીલો દાળ શ્રી જગદિશ વીરજી ગાલા તરફથી  
નોટ : મંડળના માવજત ઉપકરણોની જે સભ્યને જરૂરીયાત હોય તેઓને વિનંતી કે તેઓ  
શ્રી પદમ હરીયા - ૯૨૪૬૩ ૭૨૩૨૬ નો સંપર્ક કરે.

### જીવન ચક્ર

પુત્ર જન્મ

જીયા વિશાલ લક્ષ્મીચંદ લોડાયા

તા. ૩૦-૪-૨૦૧૯

મોટી ખાવડી

CHANGE OF  
PHONE NO.

JAYVANTI GULABCHAND VORA  
New Number : 040-4851 9759

## SRI KUTCHI MITRA MANDAL MAHAVIR CLINIC

DR. DEEPTI BHUTA, MBBS  
Monday to Saturday - 9am to 11am

Dr. MEENAKSHI AGARWAL (Ayurved Bhishak)  
Monday to Saturday - 10am to 12 noon

Dr. C. ROSHNA, BHMS Osm.  
Monday to Saturday - 5pm to 7pm



SRI HARITHA INSTITUTE OF PROFESSIONAL STUDIES

**SHIPS ACADEMY/CONCEPT CLASSES**

For **CA & CMA**

*Exclusive*

**CMA & CA Coaching**

The Best

Coaching

Material

Result

**CMA**

FOUNDATION

INTER

FINAL

**CA**

CPT / FOUNDATION

IPCC / INTERMEDIATE

- \* Exclusive Chapter wise Test Series & Grand Test with MCQ's Practice
- \* Concept based Teaching / Experienced and committed faculty at one place
- \* Class notes will be provided based on Work Book from / Timely completion of portion
- \* A/C class rooms & Study hours and Library facility available after class time.
- \* CA - Foundation Batch from 28-06-2019 for Nov. 2019 Exam
- \* CA - INTER / IPCC Group-II Batch from 28-06-2019 for Nov. 2019 Exam
- \* CMA - Foundation / Inter / Final Batch from 5-07-2019 for Dec. 2019 Exam

**SRI HARITHA INSTITUTE OF PROFESSIONAL STUDIES (SHIPS)**

# 2-1-133/2, B.M.R. Complex, Adj. to Fever Hospital Lane, Nallakunta, Hyderabad-44.

**Ph: 040-27655300, 98495 65300, 99085 66301**

E-mail: [info@shipsacademy.org](mailto:info@shipsacademy.org)

\*\*\* Feel the Pride of Success \*\*\*

(श्री. म.)



## વિવિધા

### મેરા ભારત મહાન....

રમેશ મણીલાલ શાહ

આપણા દેશની શું ખૂબીઓ છે, શું વિશિષ્ટતા છે, શું મહાનતા છે તેનો અંદાજ આપણે પોતાને નથી. સાધારણ રીતે ભણેલા ગણેલા, પોતાને સુધરેલા માનતા લોકો દેશને ઉતારી પાડતા એક પલ વિચારતા નથી. હમેશા પશ્ચિમી દેશો સાથે સરખામણી કરતા શરમ અનુભવે છે. જ્યારે બહારના દેશો આપણા ભારતને અને ભારતની પ્રજાને, સંસ્કૃતિ, વિવિધતાને કયા નજરીયાથી જોય છે તે જાણવું જરૂરી છે.

હાલમાંજ બહુ લાંબી ચાલેલ ૧૭મી લોક સભાની ચુંટણી પુરી થઈ છે. લોક સભાની ચુંટણીના પરિણામ આવ્યા પછી ‘‘બલીફ ટાઈમ્સ’’ ઈસ્લામિક દેશ ‘‘યુનાઈટેડ આરબ એમીરેટ’’ના પ્રખ્યાત અને માનીતા ન્યુઝ પેપરમાં ફુલ આઠ પાના ભરીને ભારત વિષે, ભારતની પ્રજા વિષે, આપણા પ્રાઈમ મિનિસ્ટર શ્રી નરેન્દ્રભાઈ વિષે તથા અન્ય વિગતો આપવામાં આવેલ જે જોઈને આપણા મિડિયા વાળા પણ અચંબામાં પડી ગયેલ.

ચુંટણી પછી અમેરિકામાં બહાર પડતા ન્યુયોર્ક ટાઈમ્સમાં ભારત માટે શું લખેલ તે જાણી વાંચી દરેક ભારતીયની છાતી ગજ ગજ ફુલી જશે. ચાલો જાણીએ વી. મિશેલ ન્યુયોર્ક ટાઈમ્સના જાણીતા રીપોર્ટર શું લખે છે. (સંક્ષિપ્તમાં)

ભારતીય યુનાવ પૃથ્વી ઉપર લોકશાહીનો એક સૌથી મોટો અને ભવ્ય શો છે જ્યાં આસરે ૭૦ કરોડ મતદાતા પોતાની પ્રાચીન સંસ્કૃતિને ભવિષ્યના ઉજાળા તરફ લઈ જવા પોતાનો મત આપી નાનો એવો ભાગ ભજવી રહી છે. લોકશાહીના આ ‘શો’ ની મહત્વતા અનેક ઘણી વધી જાય છે, જ્યારે તેના પાડોશી દેશો જેવાકે પાકિસ્તાન, ચાઈના અને મ્યાન્મારની કહેવાતી લોકશાહી સાથે સરખામણી કરીએ ત્યારે. દેશ સામે બીજા કોઈ દેશ સામે ન હોય તેટલા પડકાર છે, ખાસ કરીને વિકાસ માટે અને આતંકવાદને નાથવા માટે એટલુંજ નહીં સેંકડો ભાષાઓ અનેક ધર્મો, અનેક સંસ્કૃતિઓ રીત રિવાજો સાથે દેશ જુવે છે એટલુંજ નહીં, પણ પ્રગતિના પંથે આગળ વધી રહેલ છે.

ભારત દેશ એ છે -

- ◆ જ્યાં શાશ્વત હિન્દુ, બુદ્ધ, જૈન ધર્મ અને શિખ ધર્મે જન્મ લીધેલ છે.
- ◆ દુનિયાની બીજા નંબરની સૌથી મુસ્લિમ વસ્તી ભારતમાં છે.
- ◆ રોમના સામ્રાજ્યના ત્રાસથી ભાગી આવેલ યહુદી પ્રજા અને તેમનો મંદિર સેંકડો વર્ષથી દેશમાં મોજુદ છે.
- ◆ જ્યાં દેશવટો પામેલ દલાઈ લામા અને તિબેટન સરકારને આસરો મળેલ છે.
- ◆ જ્યાં પરસિયાથી હાંકી મુકવામાં આવેલ જોરાસ્ટ્રિયન (પારસી) શાંતિથી જીવી રહ્યા છે.
- ◆ જ્યાં લઘુમતિ મુસ્લિમ પ્રજાના ૩ વ્યક્તિઓ દેશના સર્વોચ્ચ સ્થાને પ્રમુખ તરીકે રહી ચુક્યા છે.
- ◆ જ્યાં એક શિખ પ્રમુખ તેમજ એક મોટી પોલિટિકલ પાર્ટીના ચેર પરસન કેથલિક ઈટાલિયન મહિલા છે.
- ◆ જે દેશમાં પ્રમુખ તરીકે તેમજ પ્રાઈમ મિનિસ્ટર તરીકે એક મહિલા રહી ચુકેલ છે.

CONTD. ON PG 11

## શુદ્ધ ઘીની ઘરમાં બનાવેલ મિઠાઈ

મગદરીયા લાડુ (પાંચ ધાન્યના)

ફીણીયા લાડુ

નાચણી (રાગી), ખજૂર લાડુ (સુગર ફી)

અલશી મખાના લાડુ (કેલશિયમ-વિટામીનથી ભરપુર)

ડ્રાયફ્રૂટ લાડુ (ઘઉંના)

ઓટસ મખાના લાડુ

ગોળ પાપડી

ગોળીયા લાડુ

કોકોનેટ ખિસ્કીટ

સાંગલીના ભડંગ

શીંગદાણાની ચટણી

સિકંદરના ખારી સીંગ

સિકંદરના ચણા

ફાર્મા ગ્રેડ સ્પેશીયલ દવા માટેની હળદર

સ્પેશીયલ ખાખરા : મસાલા ખાખરા, મેથી મસાલા ખાખરા,  
ચોરાફળી ખાખરા, સાદા ખાખરા, ઘી ખાખરા, મઠના ખાખરા

**Contact : PRAVIN K. CHHEDA**

102, Uma Residency, Near Jineshwardham,  
Kachiguda, Hyderabad. (R) Ph : 2755 2939

**PRAVIN CHHEDA**

**89857 59320, 82477 89295**

(જા.ખ.)

# Admission Open

## SHRI KUTCHCHI MITRA MANDAL

*Sanchalit*

# **Shanti** PRIMARY SCHOOL



Govt. Recognised

**RC No. 1947/AF/ETR2011**

H.No. 3-4-1013/5, Rajendra Nagar Colony, Lane Opp. to Kachiguda,  
Railway Station, Barkatpura, Hyderabad - 500 027.

**Phone : 040-27566477**

**E-mail : [kmmshkg.shantiprimary@gmail.com](mailto:kmmshkg.shantiprimary@gmail.com)**

- ➡ **CENTRALLY LOCATED CO-ED ENGLISH MEDIUM**
- ➡ **NURSERY TO V STANDARD**
- ➡ **LIMITED STUDENTS PER CLASS**
- ➡ **INDIVIDUAL ATTENTION FOR EACH CHILD BY TRAINED TEACHERS**

**For Admission contact school office at Above Address  
between 10 a.m. to 1 p.m. on weekdays**



# Evening Classes at

All in ONE Package for KIDS...!!!



**LITTLE MONSTERS ARTS & DANCE STUDIO**

Little Steps + Big Steps...

Elders join with their kiddos and step along under one roof..

**CLASSES CONDUCTED BY: CERTIFIED TUTORS..**

- + KARATE
- + CLASSICAL DANCE
- + FREE DANCE
- + FUN WITH YOGA
- + ARTS AND CRAFTS

+ TUITIONS FOR 1<sup>ST</sup>-5<sup>TH</sup> CLASSES

- + ABACUS (CERTIFICATION PROGRAM)
- + REGULAR WORK SHOPS



## ADMISSIONS OPEN FOR REGULAR CLASSES

Minimum Age Group 3Yrs & Above  
Timings: 4:00 PM to 8:00 PM

For Details Contact:

Sirisha  
**8074282377**  
Alekhya  
**9989781305**

## FOR MOMMIES

- + YOGA
- + CLASSICAL DANCE
- + FREE DANCE
- + WORK SHOPS

Lane Beside Rambharose Bhattad Idli,  
Opp. Hyderabad Fertility Home, Narayanaguda, Hyd-500027

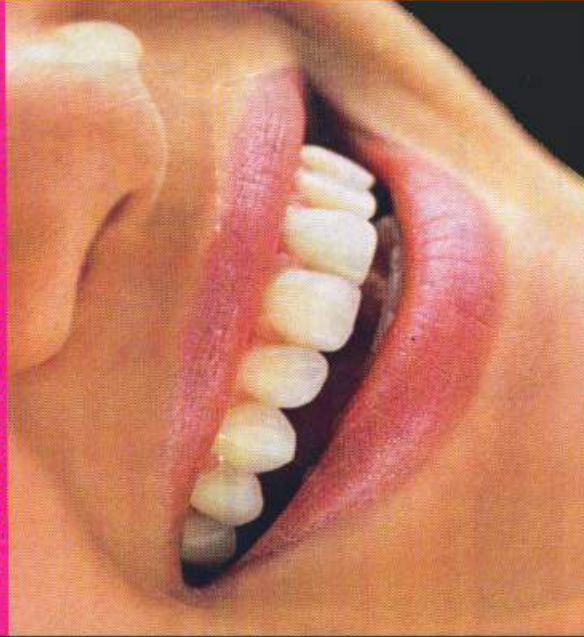
(श्री.म.)



*We create new smiles.....*

**MAHAVIR  
DENTAL CARE**

MULTI SPECIALITY DENTAL AND IMPLANT CENTRE



**Dr. Sambhav Vora, MDS**  
Oral & Maxillofacial Surgeon

Special discount for KMM Members  
Discount Rates available at Kutchi Bhavan Office

**MAHAVIR  
DENTAL CARE**

DENTAL IMPLANTS

ORTHODONCIT TREATMENT

DENTAL SURGERY

TOOTH WHITENING

COSMETIC DENTISTRY

COSMETIC SURGERY

GUMS REHABILITATION

BREATH FRESHENING

TEETH CONSERVATION

SMILE ENHANCEMENT

PEDIATRIC DENTISTRY

D.V. House, Block No. 1,  
D.V.Colony,  
Near KIMS Hospital,  
Secunderabad 500003,  
Phone : 9246590203, E-mail : sambhav.vora@gmail.com

Branch : 3-2-843/2/A,  
Kachiguda Station Road,  
Above Bank of Maharashtra,  
Hyderabad - 500 027

(શ.ખ.)



॥૨૧॥

# ॥ શમકૃથા ॥



સત્ય એવમ કુરુતા

## મોરારીબાપુ

# હાર્દિક આમંત્રણ

તા. ૮ જુન ૨૦૧૯ બપોરે ૪ થી ૭ કલાકે

તા. ૯ થી ૧૬ જુન ૨૦૧૯ સવારે ૯.૩૦ થી ૧.૩૦ કલાકે

: સ્થળ :

અહિંસાધામ, નંદી સરોવર, તાલુકા - મુન્દ્રા, કચ્છ, ગુજરાત

સી. ભગવાન મહાવીર પશુ રક્ષા કેન્દ્ર, "એન્ડરવાતા અહિંસાધામ" મો : ૭૦૪૫૪ ૩૫૫૪૫



## AHINSADHAM

.. Pashu Raksha Kendra ..

(જા.ખ.)

- ◆ જ્યાં વિકસિત થતી અર્થ વ્યવસ્થા દર વર્ષે ૪ કરોડ ગરીબોને ગરીબી રેખાથી ઉપર લાવવાની કોશિષ કરી રહી છે. વસ્તીના મોટા ભાગની પ્રજાને સાલ ૨૦૨૫ સુધીમાં મધ્યમ વર્ગમાં લઈ જવાનો ધ્યેય છે જે સમગ્ર અમેરિકાની વસ્તી જેટલો સમુહ છે.
- ◆ જ્યાં અનેક પડકાર અને કઠિણાઈ હોવા છતાં દેશની કળા, સિનેમા, આર્થિક વિકાસ ધબકતું રહે છે અને પ્રગતિ કરતો રહે છે.
- ◆ જ્યાં દુનિયાની મોટી તાકતો દેશમાં પોતાના પ્રભાવ પાડવા ઉત્સુક છે.  
દુનિયાની માનવજાતનો ૧૦ મો ભાગ જે ભારતમાં છે તે આટલી વિવિધતા સાથે લોક શાહીને ધબકતી રાખી શકે છે તે સમસ્ત દુનિયા માટે એક પ્રેરણાનો સ્ત્રોત છે.

પરીક્ષામાં પૂછવામાં આવ્યું  
કરોડે રૂપિયાની બેન્કોમાંથી હિરાફિરી  
પઈ ગઈ પણ દોરીથી બાંધેલી ખેન  
ત્યાંની ત્યાં જ રહી ગઈ આ  
નિબંધનો ભાવર્થ લખો.  
એક પ્રતિભાશાળી વિદ્યાર્થીએ લખ્યું  
ભાવાર્થ :-  
લખની ઓરી પાચ પરંતુ  
સરસ્વતીની ગઈ એટલા માટે  
છોકરાઓને શિક્ષિત બનાવો  
ધનપાન નહીં.



## કચ્છી ઓસવાલ મ્યુચ્યુલી ઐડેડ કો-ઓપરેટીવ ક્રેડીટ સોસાયટી લી.

રજીસ્ટ્રેશન નં. AMC/HYD(4)96/13

૧૦૧, એસ.વી. ફોરચ્યુન, ઈડનબાગ, હૈદરાબાદ - ૫૦૦ ૦૯૫ (તેલંગાના)

### ૨૩ મી વાર્ષિક સામાન્ય સભાની સૂચના

(ફક્ત સભ્યો અને ખાસ આમંત્રિત વ્યક્તિઓ માટે)

માનનીય સભ્યો,

તા. ૮-૬-૨૦૧૯

સવિનય જણાવવાનું કે સોસાયટી ની ૨૩મી વાર્ષિક સામાન્ય સભા રવિવાર તા. ૩૦-૬-૨૦૧૯ ના સવારના ૧૦.૦૦ કલાકે શ્રી કચ્છી ભવન, રામકોટ, હૈદરાબાદ મધ્યે નીચે કાર્યસૂચીમાં જણાવેલ કામકાજ માટે મળશે, દરેક સભ્યને સમયસર પધારવા વિનંતી.

### કાર્યસૂચી

- ૧) ડાયરેક્ટર (એડમીન) દ્વારા સભ્યોનું સ્વાગત
- ૨) ગત તા. ૮-૭-૨૦૧૮ ના યોજાયેલ ૨૨મી વાર્ષિક સામાન્ય સભાની મિનિટ્સનું વાંચન અને સભા દ્વારા મંજૂરી.
- ૩) મેનેજિંગ ડાયરેક્ટરના અહેવાલનું વાંચન
- ૪) નાણાકીય વર્ષ ૨૦૧૮-૨૦૧૯ (૩૧-૩-૨૦૧૯) નાં ઓડિટેડ હિસાબની રજુઆત અને મંજૂરી
- ૫) નાણાકીય વર્ષ ૨૦૧૮-૨૦૧૯ માટે બોર્ડ ઓફ ડાયરેક્ટર્સની ભલામણ મુજબ શેયર દીઠ ડીવીડન્ડ, પેટ્રોનેજ ચાર્જ અને પેટ્રોનેજ રિબેટ ને બહાલી.
- ૬) નાણાકીય વર્ષ ૨૦૧૯-૨૦૨૦ માટે ઓડિટર ની નિમણુંક અને તેમનું મહેનતાણુ નક્કી કરવું.
- ૭) ચેયરમેનશ્રી નું સંબોધન
- ૮) ચેયરમેન શ્રીની મંજૂરીથી ઉપસ્થિત થતા વિષયો ઉપર ચર્ચા વિચારણા કરવી.
- ૯) સોસાયટીની બંધારણ કલમ ૨૬.૨ મુજબ વર્ષ ૨૦૧૯-૨૦૨૨ (ત્રણ વર્ષ માટે) ચાર ડાયરેક્ટરોના પદ માટે ચુંટણી કરવી.

બોર્ડના આદેશથી  
અનીષ પી. છેડા,  
મેનેજિંગ ડાયરેક્ટર

### કાર્યસૂચીની ક્રમાંક ૯ અંગે રજુઆત

- 1) 23.16 The quorum for a general body meeting shall be 1/3 (One Third) or 50 members whichever is less, having a right to vote on the date of meeting. In case there is no sufficient quorum at the time of meeting, the meeting shall be adjourned to a later date and the members present shall form quorum and the business transacted in the meeting shall be deemed proper.
- 2) 26.2 Each director shall have a term of 3 (Three Years) and 4 (Four) directors shall retire by rotation every year. However the retiring director is eligible for re-election.

કોઈ પણ સભ્ય ને હિસાબ વિશે માહિતિ જોઈતી હોય તો તેમણે સોસાયટીના કાર્યાલયમાં લેખિત અરજી તા. ૨૨-૬-૨૦૧૯ (શનિવાર) સુધીમાં આપવાની રહેશે.

સભા બાદ સ્વચ્છી ભોજનની વ્યવસ્થા રાખવામાં આવેલ છે.

(જા.ખ.)

## ઘરમાં આદું રાખવાના ૬ મહત્વના કારણો જે તમારે જાણવા જ જોઈએ !

સંકલન - પંકજ વલ્લભજી સવલા

આપણે ત્યાં બારે મહિના ઉપયોગમાં આવતું આદું એ સૌનું પરિચિત છે. સામાન્ય રીતે આપણે આદુંનો ઉપયોગ સ્વાદ વધારવા માટે કરતાં હોઈએ છીએ. આદુંનો મુરખ્ખો, અથાણું, ચટણી, રાયતું, દાળ, ચા, મસાલા ઇત્યાદિમાં અનેક પ્રકારે તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. આદું એ આયુર્વેદીય ઔષધ છે. પક્વ આદુંને સૂકવવાથી સૂંઠ બને છે, આદું કરતાં સૂંઠ વધારે તીવ્ર હોય છે. આદુંના બે પ્રકાર હોય છે. એક રેસાવાળું અને બીજું રેસા વગરનું ઉત્તમ આદું રેસા વગરનું અને પ્રમાણમાં મોટી ગાંઠવાળું ગણાય છે. આવા આદુંમાંથી બનાવેલી સૂંઠ પણ ઉત્તમ ઔષધ ગણાય છે. આદું કરતાં સૂંઠના ગુણધર્મો થોડા ભિન્ન હોય છે. છતાં પણ આદું અને સૂંઠના ગુણધર્મો એકસરખા જ હોવાથી એકની જગ્યાએ બીજું વાપરી શકાય. આદું વિશે એક જગ્યાએ આયુર્વેદ ગ્રંથમાં આ પ્રમાણે લખાયું છે.

- ૧) આદું નું રાસાયણિક વિશ્લેષણ કરવાથી જાણી શકાયું છે કે તેમાં એક ટકાથી છ ટકાના પ્રમાણમાં એક ઉડનશીલ પિત્ત વર્ણનું તેલ હોય છે, જે આરોગ્ય માટે ખૂબ જ આવશ્યક ગણાય છે. રોગ ઉપર આદું કઈ રીતે ઉપયોગી છે એ જોઈએ.
- ૨) કુટુંબમાં કોઈ પણ સભ્યને ખાંસી, શરદી કે સળેખમની તકલીફ હોય તો આદુંનો રસ એક ચમચી, નાગરવેલનાં પાનનો રસ એક ચમચી અને મધ એક ચમચી મિશ્ર કરીને દિવસમાં ત્રણ વખત ચાટવા આપવું, બાળકોને અડધી ચમચીની માત્રા રાખવી.
- ૩) ખાંસી-ઉધરસનું જો વધુ પડતું જોર હોય તો આદુંના રસમાં એક ચમચી સિતોપલાદિ ચૂર્ણ સાથે ચાટી જાવ. કફ હશે તો પાકી જશે.
- ૪) આહારમાં આદુંનો નિત્ય પ્રયોગ અથવા પા ચમચી ખુરાસાની અજમાના ચૂર્ણ સાથે એક ચમચી આદુંનો રસ દિવસમાં ત્રણ વખત લેવાથી પેટના તમામ કૃમિનો નાશ થાય છે.
- ૫) એક ચમચી આદુંનો રસ, એક ચમચી સાટોડી, પુનર્વાનો રસ, એક ચમચી ગોળ સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત આપવાથી દરેક પ્રકારના સોજા ઓછા થઈ જાય છે.
- ૬) કમળો મટી ગયા પછી એક ચમચી ત્રિફળા ચૂર્ણ, બે ચમચી આદુંના રસ સાથે દિવસમાં બે વખત લેવાથી પુનઃ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. અનેક રોગો ઉપર આદુંના ઘણા પ્રયોગો છે.

DEEPAK MAVJI DHAROD

Cell : 98490 53458

### BHAVANA TOURS & TRAVELS

RENT A CAR, INDIGO, SWIFT TAVERA, INOVA, TEMPO TRAVELLER & SEMI LUXURY BUSES

DAILY CITY TOUR, RAMOJI FILM CITY & KULPAK

Address : Near Kachiguda Petrol Pump, Beside Shanti Niketan High School, Kachiguda, Hyd-27

### FULLY FURNISHED 2 BED ROOM HALL & KITCHEN FLAT FOR RENT

3rd Floor 306, Arihant Ashiana, Dr. Bhoomanna Lane, Kachiguda, Hyderabad

CONTACT : DEEPAK MALDE - 92904 74575

9885216886



THE

8247242463

 the\_matrix10

# MATRIX

## Virtual Reality Game Zone

Experiences & Games for all Age Groups

Visit with family and friends and

ENJOY A NEW WORLD AWAY FROM REALITY

*Birthday & Kitty party Packages Available*

Bring the Picture of this to get an  
Special offer of 1 + 1 Game Free



**1st Floor, Beside Ratnadeep Super Market  
Opp MRK Tiffins, Kachiguda Stn Road.**



## Oriflame Sweden

Opportunity to all  
working or non working  
women.

All range of Oriflame  
products are in discount.

ઓરીફ્લેમની બધી આઈટમો

ઉપર ડિસ્કાઉન્ટ મળશે.



**Hemali Shah-90000 99910**

(શ્ર.પ.)



## આદત બદલો, સ્વસ્થ રહો !

સંકલન - પંકજ વલ્લભજી સવલા

માત્ર આદતો બદલી નાખવાથી પણ આપણા સ્વાસ્થ્ય અને આયુષ્યમાં કેટલો બધો સકારાત્મક સુધારો વધારો થાય છે. આજે પણ મમળાવો એ અંગેની થોડી વધુ ટીપ્સ.  
વધતું પેટ અને હૃદયરોગ

આપણે ત્યાં શરીરના વધતા જતા વજનથી લોકોની ચિંતા વધતી જાય છે, પણ આજનું સંશોધન કહે છે કે, વધારે વજન નહીં, પણ પેટ અને કમરની આસપાસ વધતી ચરબી, હૃદયરોગ અને ડાયાબિટીસ જેવી બીમારીને આમંત્રણ આપી શકે છે. જો તમારું વજન જરૂર કરતાં વધુ હોય એટલે તબીબી ભાષામાં તમારો બોડીમાસ ઈન્ડેક્સ (બીએમઆઈ) થોડો વધુ હોય, પણ તમારું પેટ તમારા કઠ્ઠામાં (પાતળું) હોય તો ઉપરોક્ત બીમારીઓ સતાવતી નથી. આથી ઊંચાં તમારું વજન જરૂરત જેટલું અથવા એના કરતાં થોડું ઓછું હોય પણ પેટ વધતું હોય તો હૃદયસંબંધી તકલીફો વધી શકે છે. આવી તકલીફોથી બચવા, વજન નહીં પણ પેટ ઓછું કરવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

જે લોકોનો બીએમઆઈ બરાબર હોય, પરંતુ ફાંદ વધી ગઈ હતી એ લોકોને હાર્ટએટેક કે હાર્ટ ફેઈલ થવાની શક્યતા, પાતળા પેટવાળા કરતાં બમણી થઈ જાય. જો તમારો પેટનો ઘેરાવો તમારા નિતંબના ઘેરાવ કરતા વધુ હોય તો તમારે ચેતી જવાની જરૂર છે. ડૉક્ટર પાસે જઈને હાર્ટના ચેકિંગની સાથે સાથે ફાંદ ઘટાડવા માટે પણ પ્રયત્ન શરૂ કરવા જોઈએ. નિષ્ણાતની સલાહ લઈ કસરત કરો, બેઠાડું જીવન ઘટાડો. ચાલવાનું રાખો. દાદરા ચટ-ઉતર કરવાનું રાખો, સાથે સાથે સાકર કે ગળપણવાળી ચીજો, પીલા, બર્ગર, પાસ્તા જેવા ખાદ્યપદાર્થોનું પ્રમાણ ઘટાડો તો પેટ કાબૂમાં આવે જરૂર.

કસરતની જ વાત નીકળી છે તો બીજી એક વાત પણ જાણવા જેવી છે. રાત્રે સમયસર સૂઈ જાવ- સ્વસ્થ રહો.

રાત્રે વહેલા જે સુએ, વહેલા ઊઠે વીર ! બળ, બુદ્ધિ, ધન બહુ વધે, સુખમાં રહે શરીર !!

ગુજરાતી ભાષાનો આ દોહો હવે માત્ર ડોહા (વૃદ્ધો) પૂરતો જ રહી ગયો હોય એવું લાગે છે.

યુવાનોનું વર્તન તો આનાથી તદ્દન વિપરીત હોય છે. સવારે વહેલા ઊઠીને કામ પર જવાનું હોવા છતાં તેઓ મોડી રાત સુધી લેપટોપ, ટી.વી. કે સ્માર્ટફોનને ચીટકીને બેઠા હોય છે. મોડી રાત સુધીની પાર્ટી અને હવે તો જન્મદિનને દિવસે વહેલાં ઊઠીને મંદિરે જવાની બદલે આગલી રાતે રાતના બાર વાગે મિત્રમંડળ જોડે કેક કાપવાનું વલણ એટલું વધ્યું છે કે તેમની સાથે તમામ ધરવાળાઓનું સૂવાનું પણ બગડે છે. માત્ર આપણી સંસ્કૃતિ જ નહીં, પણ આંતરરાષ્ટ્રીય મેડિકલ સંસ્થાઓ પણ રાતના વધુ પડતા ઉજાગરા સામે લાલ બત્તી ધરે છે.

રાત્રે મોડે સુધી જાગનારામાં ડાયાબિટીસ થવાની શક્યતા, સમયસર સૂઈ જનારાઓ કરતાં ૩૦ ટકા વધુ હોય છે, પેટ અને ગેસ સંબંધિત રોગો થવાની શક્યતા ૨૩ ટકા વધુ તેમ જ શ્વસન સંબંધી બીમારી થવાની શક્યતા ૨૨ ટકા વધુ હોય છે. પેલા દોહામાં જણાવ્યું છે એ પ્રમાણે વહેલા સૂઈ જવાથી માત્ર શરીર જ સુખમાં નથી રહેતું, પરંતુ બળબુદ્ધિ પણ વધે છે એ વાત પણ આ સભ્યાસમાં સારી પડી છે. મોડે સુધી જાગનારાઓમાં માનસિક રોગો થવાની શક્યતા સમયસર સૂઈ જનારાઓ કરતાં ૬૦% હોય છે જ્યારે મગજસંબંધી બીમારી થવાની શક્યતા ૨૫ ટકા વધુ હોય છે. રાત્રે મોડે સુધી જાગનારાઓનું, ખોટા સમયે ખાવાપીવાનું કે આલ્કોહોલ-

ડ્રગ્સ જેવી ચીજો લેવાનું પ્રમાણ વધી જાય છે. પૂરતી ઊંધ નથી મળતી. પૂરતી કસરત નથી કરી શકતાં. શરીરની જૈવિક ઘડિયાળનું તંત્ર ખોરંભે પડી જાય છે. પરિણામે, એ લોકો અનેક શારીરિક અને માનસિક વ્યાધિઓનો ભોગ બને છે.

ચા, કોફી અને મેવા, હાર્ટ માટે કેવાં ?

સાધારણ પણે ચા-કોફીમાં રહેલ કેફિન તત્વને કારણે તે બદનામ થઈ રહી છે, પણ હાલનું સંશોધન કહે છે કે આ બેઉ પીણાં લિમિટમાં પીવાથી હૃદયને ફાયદો કરે છે.

ઓસ્ટ્રેલિયામાં લોકો પર થયેલા પરીક્ષણ મુજબ દિવસની ત્રણ કપ ચા કે કોફીનું સેવન કરનાર લોકોમાં હૃદયના ધબકારા અનિયમિત થવાનું પ્રમાણ ઓછું હોય છે, જેને કારણે હૃદયસંબંધી બીમારીની શક્યતા ઘટે છે. કેફિનને કારણે હૃદયસંબંધી બીમારીઓ વધવાને બદલે એ જ્ઞાનતંત્રને ઉત્તેજિત કરતું હોવાથી, હાર્ટ સંબંધી તકલીફો ઊભી કરતા એડિનોસીન નામના રસાયણની અસરને ઓછી કરે છે અને હૃદયને હેમખેમ રાખવામાં મદદ કરે છે.

સ્વિડનમાં થયેલા એક બીજા અભ્યાસ મુજબ બદામ-અખરોટ જેવા સૂકામેવાનું સપ્તાહ દરમ્યાન ત્રણ વાર સેવન કરવાથી હાર્ટ એટેક અને હાર્ટફેઇલનું જોખમ ઘટી જાય છે.

ચા-કોફીની વાત કરી તો થોડી દારૂ (આલ્કોહોલ)ની વાત પણ કરી લઈએ.

વધુ આલ્કોહોલ એટલે ઓછું આયુષ્ય

આજકાલ કોર્પોરેટ જગતમાં કામ કરતા ભારતીય યુવાનો મધ્યપાનની જાળમાં ધણી જ સરળતાથી ફસાતા જાય છે, પણ અતિ સર્વત્ર વર્જ્ય છે એ ઉક્તિ અનુસાર અડવાડિયાના પાંચ ડ્રિન્ક્સ (૧૦૦ ગ્રામ) થી વધુ આલ્કોહોલનું સેવન તમારું સ્વાસ્થ્ય અને આયુષ્ય બેઉ ઘટાડી શકે છે.



દરેક પ્રકારના લાઇફ તથા જનરલ વીમા તથા મેડીકલેઈમ-હેલ્થ ઈન્સુરેન્સ માટે

સંપર્ક કરો : **લક્ષ્મીચંદ કેનિયા** M.A. MDRT (USA)

ઓફિસ : ૪-૪-૨૨૮, ઈન્દ્રબાગ, સુલતાન બજાર, હૈદરાબાદ - ૫૦૦ ૦૯૫.

નિવાસ : ફ્લેટ નં. ૧૦૭-૧૦૮, શ્યામ એન્ડલેવ, આર્ય સમાજ મંદિરની સામે, બડી ચાવડી, સુલતાન બજાર, હૈદરાબાદ ૫૦૦ ૦૯૫. ફોન. (નિ.) ૬૪૫૬૨૭૫૪ (મો.) ૯૮૪૯૬ ૭૪૨૫૯



(જા.ખ.)

## GALA PICKLES

સીઝન હોય કે ન હોય અમારે ત્યાં શુદ્ધ અને સાત્વિક રીતે તાજ ઘરે બનેલા કેરીના અથાણા અને ટમેટા ચટણી વગેરે અમારે ત્યાં બારે માસ મળશે.

- કેરીનો અથાણો લસણ વાળો અને વગર લસણનો
- છુંદો, ગોળ કેરી, ટમેટા ચટણી, આથેલા મરચાં વગેરે મળશે
- થેપલા ઓર્ડરથી બનાવી આપવામાં આવશે

Contact : **Sonal J. Gala - 9291336291**

(જા.ખ.)

## ફાસ્ટફૂડ નોનવેજના ભોજનાલયો અને દારૂ ના પબો

- (અજ્ઞાની) મહેન્દ્રવોરા

દરેક શહેરો અને આપણા હૈદરાબાદમાં પણ આપણે ખેઈ રહ્યા છીએ કે ઠેક ઠેકાણે નોનવેજ રેસ્ટોરેન્ટો ફાસ્ટ ફૂડ સેન્ટરો અને દારૂની દુકાનો અને બાર ભયંકર રીતે વધી રહ્યા છે. પાણીપૂરી - સમોસા ભજીયાની હાથલારીઓ અને ખૂમચાનો પ્રમાણ ઘણોજ વધી ગયો છે. દરેક ગલી ના નાકે ને ચૌરસ્તે આવી હાથલારીઓ જરૂર જોવા મળશે વળી દરેક જગ્યાએ ઈડલી-દોસા ને ચા કોફીના સ્ટોલો તથા ટીફીનરૂમો ધમધમે છે. નગરપાલીકા ને ટ્રાફિક પોલીસની રહેમ નજરથી બધુચાલે છે. ત્યાં કોઈ ટ્રાફિકના નિયમો નડતા નથી, હવે ઘર કરતા બહારનો આહાર વધી ગયો છે. અમુક લોકો રોજ સાંજ પડે કંઈક બહાર નો ઝાપટી આવે છે. રોજ રોજ આવું ખાવાથી શરીરીક અને આર્થિક બધી રીતે નુકશાનજ છે. હવે તો ઘરે બેઠા સ્વીગી ને જેમેટો જેવી કંપનીઓ ને ઓર્ડરથી કરી ખાણી પીણીની વસ્તુઓ મંગાવે છે. જે ખરેખર જોખમી છે કારણ કે ડીલીવરી બોય કેવા હોય કંઈ કહી ન શકાય, જે તમારા ઘર ને ફોન નંબર બધા થી વાકેફ થઈ જાય છે. ગૃહીણીઓને છોકરીઓએ આથી ચેતવું જોઈએ આમાંથી ક્યારેક કંઈક અઘટતું બની જાય છે.

જે રીતે ફાસ્ટફૂડ ને નોનવેજ નો વપરાશ વધતો જાય છે. તે પરથી લાગે છે કે આવનાર આપણી પેઢી પણ આમાં થી બાકાત નહીં રહે કારણકે જે ઓફિસો ને કંપનીઓમાં એ કામકરે છે ત્યાં ૮૦ ટકા લોકો માંસાહારી હોય છે ને ત્યાં નો માહોલ એવો હોય છે કે ક્યારેક કંઈ ખવાઈ જાય ને છાંટોપાણી થઈ જ જાય ને એમની પાર્ટીઓ ને ફંક્શનો માં તો આ બધુ સામાન્ય હોય છે.

હવે દરેક એરીયામાં દારૂની દુકાનો ને બાર સવાર થી રાત સુધી ધમધમે છે. રોજ મજુરી કરી ને જીવનાર ને કારીગરો બધાને રોજ પીવાની એવી લત લાગે છે કે તેમની અડધીકમાણી તો આમાં જ ચાલી જાય છે. ક્યારેક કામ નથી મળતાંતો ઘરવખરી વ્હેચી ને અથવા મા-પત્ની કંઈ કમાવી ને લાવતી હોય તેમની પાસે પૈસા છીનવી ને પણ પબ પર પ્હોંચી જાય છે. આથી કેટલાં કુટુંબો બરબાદ થઈ જાય છે. સરકારને આકંઈ તો દેખાવું જ નથી એતો વાઈનશોપ માટે આડેઘડ ભાવ વધારીને લાયસંસ આપે રાખે છે. કાયદા પ્રમાણે મંદિર મસ્જીદ ને સ્કૂલ કોલેજો થી ૧૦૦ થી ૧૫૦ મીટર દૂર જ વાઈન શોપ કે બાર ની પરવાનગી મળે છે પણ આપણે જોઈએ તો ક્યાંક તો મંદિરોની સામે અથવા સ્કૂલો ની આસપાસ દારૂની દુકાનો જોવા મળે છે.

હવે તો આ દૂષણ નાના ગામડાઓ સુધી ફેલાઈ ગયું છે. ગુજરાત જેવા કોઈક રાજ્યોમાં દારૂબંધી છે છતાં છાને છપને બધુજ મળી રહે છે. ભાવ વધુ પડતાં હશે એટલુંજ ને સરકારી અમલદારો ને પોલીસના ખીસા ભરતા હશે.

હાઈવે પર પણ મોટા મોટા બાર ને ધાબાઓની લાઈન લાગી ગઈ છે જ્યાં દિવસ રાત ખાણી પીણી ચાલૂજ હોય છે. આવામાં પણ શુદ્ધ શાકાહારી ભોજન શોધવું મુશ્કેલ છે બધેજ માંસાહાર વધતો જાય છે વળી ઘણી મોટી હોટલોમાં શાકાહારી માટે રસોડા અલગ હોય છે એમ કહે છે, હકીકત આપણે જાણતાનથી ભરોસો કરવો પડે છે. ફાર્મ હાઉસ ને રીસોર્ટોમાં પણ આવુંજ હોય છે આપણેજ બાંધ છોડ કરવી પડે છે.

અગર ખરેખર યુસ્તતા થી ધર્મ પાલન કરવું હોય તો આવીહોટલો ને રીસોર્ટમાં જ્યાંજ જ નહીં એકવાર હોસ્પિટલની કેન્ટીન માં જાણવા ખાતર વેજમીલ્સની પ્લેટ જોઈ તો તેમાં ઈંડો હતો મેં પુછ્યુ તો કહે કે વેજ મીલ્સ માં ઈંડા તો આવે. હવે આને શું કહેવું ?

આવનારા આપણાં વંશજોને ધર્મ-સંસ્કારો જાળવવા અને શાકાહારી બની રહેવા કેવો કપરો સમય આવશે રામ જાણે ?

જય ગુનેન્દ્ર

# Manishaa

## DRY FRUITS & SNACKS

ભવ્ય શુભારંબ અક્ષય તૃતીય  
મંગળવાર ૭, અગસ્ટ ૨૦૧૯  
વિવિધ વેરાયટી

- ✦ માંડવી ના સુપ્રસિદ્ધ મસાલા
  - ✦ દાબેલી મસાલા
  - ✦ બીજેરા નું અથાણું
  - ✦ છાસ મસાલા
  - ✦ મસાલા સિંગ
  - ✦ ભરેલા શાખનું મસાલા
  - ✦ કડી મસાલા
  - ✦ પુદીના ચટની
  - ✦ ખિચડી મસાલા
  - ✦ વડાદાલ મસાલા



- ✦ જામનગર ને સુપ્રસિદ્ધ કચોરી

- ✦ સોસ્ટડ નમકીન

- ✦ વિવિધ પ્રકાર ના કાજુ, મુખવાસ અને શરબત યહા મળશે.

નારસિયલ પાની, આમ પત્રા, કશ્મીરી સોડા (ઇનસ્ટન્ટ ભેલ) મળશે

નં. ૪-૫-૭૮૬, વેજીટેબલ માર્કેટ,  
બડીયવડી, કૈમપ્રિદ્જ સ્કૂલની બાજુ, હૈદરાબાદ  
ફોન નં. : પ્રણય વનસારિયા ૯૧૭૭૦ ૨૫૧૦૯

(જા.ખ.)

**ITS A QUIZ TIME**

..?! ..?! ..?! ..?!

Ramesh M. Shah  
M : 94409 96652**Answers to the last Month's Quiz :-**

- 1) Jo Jita Wohi Sikander
- 2) Andaz Apna Apna
- 3) Maine Pyar Kiya
- 4) Darr
- 5) Khalnayak
- 6) Khudah Gawah
- 7) Saudagar
- 8) Bol Radha Bol
- 9) Namak Halal
- 10) Naseeb
- 11) Kuch Kuch Hota Hai
- 12) Dil Chahta Hai
- 13) Kabhi Han Kabhi Na
- 14) Aa Aab Lot Chale
- 5) Mr. India

The persons who have given correct answers are :

Bijal Gaurav Gala  
Bharati Dharod  
Heena Vijay Dedhia  
Jigna Mamania  
Jihan Mehul Haria  
Jyoti Laxmichand Nagda  
Keval Savla  
Krupa Rajen Shah  
Kalpana Mehta  
Mamata Hitesh Chawda  
Nirali Nimeet Shah  
Nilesh Mahajani  
Nehal Mitesh Mota  
Parina Shah  
Sonal Gala  
Shashank Jay Vira  
Susheela Kapadia  
Sonal Piyush Gosar  
Sanjana Jayesh Gada  
Vaishali Kumar Dedhia  
Veena K. Gosar

**QUIZ FOR THE MONTH**

A) Following are some phrases, the answer to which starts with "W" for example "Clock"

Answer : "Wall Clock"

- 1) We all Drink -
- 2) A Colour -
- 3) A dry Fruit -
- 4) A direction -
- 5) Marriage -
- 6) Vehicle Have -
- 7) Seven Days -
- 8) Buildings have -
- 9) Purse -
- 10) Fight -
- 11) Aquatic Manmal -
- 12) Salary -
- 13) Health is -
- 14) Where goods are stored -
- 15) Place for storing clothes -

B) Following are some Gujarati Words, give their english meaning

- ૧) અશક્ય -
- ૨) પરોટ -
- ૩) નૈસર્ગિક -
- ૪) વાતાવરણ -
- ૫) ઉત્સાહ -

As usual, please send your answers by whatsapp to the abovementioned mobile number on or before the end of May 2019.





શુભ

॥ અનંત ચૌવિંશી જીન નમો ॥

લાલ

## શ્રી કુલપાકજી તીર્થ યાત્રી સંઘ (Regd.)

(માતૃશ્રી વિમળાબેન મગનલાલ ભેદા પરિવાર)

૩-૪-૨૧૫/એ, આર.કે. કોમ્પ્લેક્સ, બેન્ક ઓફ ઈન્ડિયાની ઉપર, કાચીગુડા,  
 હૈદરાબાદ ૫૦૦ ૦૨૭. તેલંગાના. ફોન : ૦૪૦-૬૬૩૬ ૨૫૪૫, ૨૭૫૬ ૨૫૪૫ ફોન. ૯૨૪૬૫૩૨૫૪૫  
 સંચાલક : હંસકુમાર રાયચંદ સાયલા પ્રચાર સંયોજક : રિહ્મીશ રમેશ જાગીરદાર



સહર્ષ જણાવવાનું કે પર્વ પર્યૂષણ પશ્ચાત શ્રી કુલપાકજી તીર્થ યાત્રી સંઘે, ચૈત્ય પરિપાટી આયોજન કરેલ છે.

૨૭ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૯ ના બપોરે ૪.૦૦ વાગે સીકંદરાબાદ સ્ટેશનથી અજંતા એક્સપ્રેસ દ્વારા મનમાડ માટે પ્રસ્થાન કરશું. મનમાડથી બસ દ્વારા વાંગી-તુંગી, બલસાણા, ધુલીયા, નેર, પારોલા, ધર્મચક્ર તથા શાહપુર તીર્થ યાત્રા કરી ૨ અક્ટોબર ૨૦૧૯ રાતના ૧૧.૦૦ વાગે કલ્યાણથી હૈદરાબાદ એક્સપ્રેસ દ્વારા હૈદરાબાદ પાછા કરશું.

નકરો વ્યક્તી દીઠ રૂ. ૫૦૦૦/- માત્ર, ૩૧ મે ૨૦૧૯ સુધી પોતાના નામો રજીસ્ટર કરવા વિનંતી. પોતાનું સંપૂર્ણ નામ સરનામું, ફોન નંબર, એક પાસપોર્ટ સાઇઝ ફોટો તથા આધાર કાર્ડની ઝેરોક્સ કોપી સાથે રૂ. ૧૦૦૦/- એડવાન્સ સાથે નામો સંચાલક શ્રી હંસકુમાર શાહ ફોન નંબર ૯૨૪૬૫ ૩૨૫૪૫) પાસે રજીસ્ટર કરવા વિનંતી. બાકી રકમ ટ્રેનમાં બેસવા પહેલા ભરી દેવા પડશે. વધુ વિગત માટે સંચાલકશ્રીનું સંપર્ક કરવું.

શ્રી કુલપાકજી તીર્થ યાત્રાના કાયમી સંઘપતિ તથા વિજ્ઞાપન સૌજન્ય :

## માતૃશ્રી દેવયાનીબેન કલ્યાણજી રામજી રવજી સોજપાલ ગાલા પરિવાર,

ગામ મોટા લાયજા-કચ્છ, હાલ સાયન-મુંબઈ  
 હસ્તે શ્રીમતી મમતાબેન (તારાબેન) ભુપેન્દ્ર કલ્યાણજી ગાલા મુમુક્ષુ પરિવારના જયજિનેન્દ્ર

(જા.ખ.)

શ્રી મેડચલ તીર્થ યાત્રાના કાયમી સંઘપતી  
 માતૃશ્રી ઉષાબેન પ્રતાપરાય કપાસી હસ્તે એમના સુપુત્રો  
 માતૃશ્રી ગુલાબબેન કસ્તુરચંદ હસ્તે શ્રી સુભાષભાઈ ખંડોર  
 ઉર્વાબેન હસ્તે શ્રીમતી નીલાબેન નલીન ખારા પરિવાર  
 માતૃશ્રી શાંતાબેન હિરજી કાનજી ગોસર હસ્તે શ્રીમતી કુસુમબેન સુરેશચંદ્ર ગોસર  
 માતૃશ્રી કમલાબેન હેમચંદ શાહ કલકતા વાલા હસ્તે શ્રી વિકાસભાઈ શાહ