



ક્રાનિક

**મેષ**      **અ, લ, ઈ** 

જાહેર સંસ્થા, એરીટેલિક ટ્રૂસ્ટ, સંસ્થા એવમ આશ્રમ, કો-વેન્ટર, રેલ્લાઇઝ સંસ્થાના જાતકો તથા સંત મહિનેનું એવમ સંન્યાસીઓ માટે આ સમાદાન સાનુકૂળ અથવા સાપુ સામાન્ય રહેશે. જાહેર ટ્રૂસ્ટ-સંસ્થા સાથે સંકાળાયેલ અન્ય જાતકો સાથે એઈ પણ પ્રકારના વાગ વિવાદ સર્જાવાની સંબંધના. તમામ પ્રકારના ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન સાનુકૂળ એવમ પ્રવાસ વાળું રહેશે. તથા કાઢિન પ્રતિશ્રુતિ વાળા વાપાર-દ્વારાના જાતકો માટે આ સમાદાન અનેક પ્રકારે લાખ વાળું રહેશે. સરકારી તથા માનગી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે ચલા ઉત્તર વાળું સમાદાન. મહિલા કર્મી, ગૃહિણી તથા વિવાહી, નિવૃત્ત માટે આ સમાદાન લાભદારીએ સમાદાન. ૮ જુન સાનુકૂળ નીવડશે.

**ક્રિંદ**      **મ, ટ** 

દ્રોષેલ, રીસેર્ટ તેમજ રેસ્ટોરનાના જાતકો માટે આ સમાદાન સામાન્ય નિવારણ. સરકારી કે દસ્તાવેજ કામકાજમાં વિલંબ થવાના સંઘર્ષો. અન્ય વીઠીપટ, વ્યવદાર કરતા ભાવથી માટે આ સમાદાન પ્રતિકુળ જણાશે. આ સિવાયના, અન્ય, ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું લાભદારી નીવડશે. વાપાર-વાણિજ્ય તમામ પ્રકારના એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન સાનુકૂળ એવમ વિસ્તરણ રહેશે. ખાનગી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે વિસ્તરણ તથા સાનુકૂળ સમાદાન. સરકારી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી નીવડશે. વિવાહી, નિવૃત્ત તથા ગૃહિણી માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી જણાશે. ૭ તથા ૮ જુન મધ્યમ જણાશે.

**ધરન**      **ભ, ફ, ધ, ફ** 

પ્રવાહી જીવી ખાદ્ય પેય-આલાર તથા કલા, વ્યવસાય તેમજ સર્વિસ બિજનેસના જાતકો માટે આ સમાદાન ભાગ દોડ વાળું એવમ દણાંનું સાનુકૂળ નીવડશે. કાપદ તથા રીસેર્ટ માંનાંનું, ફેશન એનેસરીજના ઔદ્ઘોણિક-વાપારી એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું લાભદારી નીવડશે. આ સિવાયના, અન્ય, ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું લાભદારી નીવડશે. વાપાર-વાણિજ્ય તમામ પ્રકારના એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ રહેશે. ખાનગી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે વિસ્તરણ તથા સાનુકૂળ સમાદાન. સરકારી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી નીવડશે. વિવાહી, નિવૃત્ત તથા ગૃહિણી માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી નીવડશે. ૮ જુન મધ્યમ જણાશે.

(પત્રોતિનો ઉપાય પરિશ્રમિકેને પૂર્ણ વણતર આપવું)

## સામાજિક રાશિ બવિષ્ય

**વૃષભ****બ, વ, ઉ**

ધાતુના ઉત્પાદન સંબંધિત વ્યજી દ્વારા પ્રલાય વાંના જાતકો માટે આ સમાદાન સાનુકૂળ નીવડશે. દ્વારેક્ટેક્લિફ્સ રીલેટેડ ડ્રોગ વધાના એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું પ્રતિકુળ અથવા સરેરાશ જણાશે. આ સિવાયના, તમામ ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું નીવડશે. સરકારી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ રહેશે. ખાનગી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી નીવડશે. એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ રહેશે. ૮ જુન સાનુકૂળ નીવડશે.

**કન્યા****પ, છ, એ**

પ્રવાહી ખાદ્ય ઉત્પાદન તથા વેચાણ એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું લાભદારી નીવડશે. કલા, સેવા-વ્યવસાય તથા સર્વિસ નિયનેસના જાતકો માટે આ સમાદાન પણ લાભદારી નીવડશે. આ સિવાયના, અન્ય, ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું લાભદારી નીવડશે. વાપાર-વાણિજ્ય તમામ પ્રકારના એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન અનેક પ્રકારે લાખ વાળું રહેશે. ખાનગી ક્રેન્ટના કર્મચારીઓ માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી નીવડશે. એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ રહેશે. ૮ જુન સરેરાશ રહેશે.

**મિથુન****ક, છ, ઘ**

સોના-ચાંદીના વાપારી સમેત ઈમીટેશન તથા રીયલ લેઝ જાવલીઝ એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું લાભદારી નીવડશે. જાહેર ક્રેન્ટના વિષયો માટે આ સમાદાન સાથી જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. આ સિવાયના, તમામ ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન દણાંનું લાભદારી નીવડશે. એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. સરકારી કર્મચારીઓ માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી નીવડશે. ૮ જુન સરેરાશ રહેશે.

**તુલા****ર, ત**

અન્ય એવમ વિદ્યુત સંબંધિત ઔદ્ઘોણિક એકમ કે વાપારી એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન અનેક પ્રકારે લાભદારી નીવડશે. ખાસ-અન્ય એકમના જાતકો તથા ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન પણ દણાંનું લાભદારી નીવડશે. જાહેર ક્રેન્ટના વિષયો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. અન્ય ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો તથા વાપારી એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. એકમના જાતકો તથા વાપારી એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. ૮ જુન મધ્યમ જાવાણી નીવડશે.

**કુંભ****ગ, શ, ષ**

કાપદ, રીસેર્ટ માર્ગેન્સ્, શુ વર્સેના ઉત્પાદ-વિનેટા તથા યુદ્ધી પાર્લર-સલુન ચલાવતા જાતકો માટે વિશેષ લાભદારી સમાદાન. વિચારો, લેઝિન્, સાહિત્યકારો, પ્રોક્રિટે સેલ્વિશી માટે લાભદારી સમાદાન. ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. જાહેર ક્રેન્ટના વિષયો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. અન્ય ઔદ્ઘોણિક એકમના જાતકો તથા વાપારી એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. એકમના જાતકો તથા વાપારી એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. એકમના જાતકો તથા વાપારી એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. એકમના જાતકો માટે આ સમાદાન વિસ્તરણ જાળાશે. ૮ જુન મધ્યમ જાવાણી નીવડશે.

પણીમી ટેકનોલોજીનો વિકાસ થતા, જુની ખાર્ટીય તજિયા લુસ્ટ થઈ રહેશે

## સામાજિક રીતે તૂટો માનવી શારીરિક અને માનસિક રીતે પણ નબળો પડયો

મોબાઈલ કેસોશિયલ



















# સૌરાષ્ટ્રનું ગૌરવ: ટકારાના વૈદ્ય દ્યાળજુમુનિને પદ્મશ્રી એવોર્ડ અર્પણ

દિલ્હી ખાતેના કાર્યક્રમમાં નાદુરસ્ત તબિયતના કારણે હાજરી આપી ન શકતા કલેક્ટર, ડીડીઓ અને એસપીએ ઘરે આવીને પુરસ્કાર સોંખ્યો



**અભિક્ષેપ-જ્યેશ ભાટાકારાના વૈદ્ય દ્યાળજુ**  
પરમાર નાદુરસ્ત તબિયતને કારણે દિલ્હી ખાતેના કાર્યક્રમમાં ન જઈ શકતા કલેક્ટર, ડીડીઓ અને એસપીએ તે ઓના ઘરે જઈને તેમને પદ્મશ્રી એવોર્ડ અપેણા કર્યો હતો.

ભારત સરકાર દ્વારા સમગ્ર દેશમાંથી પ્રજાસત્તાક પર્વની પૂર્વ સંદ્યાએ કુલ ૧૩૨ જોટલા નાગરીકોને વિશિષ્ટ કાર્યો બદલ પદ્મશ્રી પુરસ્કાર આપવાની જાહેરાત કરવામાં આવી હતી. જેમાં ગુજરાતના પણ છ વ્યક્તિઓને પુરસ્કૃત કરવામાં આવ્યા હતા. આમાં

## સુંદર અને રંગીન ઝૂલો ધરાવતું ગુલમહોર સ્વાસ્થ્ય માટે પણ લાભદારી

ગુલમહોરનો ઇતિહાસ ખુલ જ જ જુનો છે. તેનું સંસ્કૃત નામ રાજ આભરણ છે જેનો અર્થ રાજીવી આનુષ્ઠાનિક શાયાળારેલું વૃષ તેને કૃષણચુદ પણ કહેવામાં આવે છે.

આ કિયાય શ્રીલંકા, ઓસ્ટ્રેલીયા, અમેરિકા, ફ્લોરિડા અને બાડિલાં મળી આવે છે.

ગુલમહોરના મુખ્યત્વે બે રંગો છે. એક લાલ અને બીજો પીળો રંગ હોય છે. ગુલમહોરની છાલ અને બીજી આયુરોઇટ રીતે ખુલ જ મહત્વ છે. ડાયાબીસ, મેલેરીયાની દવા, માથાના દુઃખાવો, પાચન માટે પણ ગુલમહોર ઉપયોગી છે. હોળિના રંગો બનાવવા અને ગુલમહોરના વૃક્ષને શુકલિયાણ માનવામાં આવે છે. વૃક્ષ જેટલું દેખાવે સુંદર છે એટલું સ્વાસ્થ્ય માટે ગણકારી છે. ઉનાનામાં ગુલમહોરાં હંડક આપે છે. ગુલમહોરના પાનને પીસીને પાવડર માથામાં લગાવાયી વાળનો સારો ગોથ જોવા મળે છે. પિરીયદના દુઃખાવા સમયે ગુલમહોર રામાણ ઇલાજ છે. મેમા ચાંદા માટે પણ ગુલમહોર ગુણકારી સાબિત થાય છે આ ઉપરાંત વિંછિના ઝેણાં પણ સંજુવની તરફિક ઉભરી આવે છે. આમ, અનેક સમસ્યાની નિદાન માટે ગુલમહોર ફાયદાકારક છે. સજાવટી વૃક્ષમાં ગુલમહોર જેણું અન્ય કોઈ વૃક્ષ નથી. તેના ફૂલની શોભા અંગે સાહિત્યમાં વર્ણન જોવા મળે છે.

મનની પવિત્રતા આપતું અને ઘર આંગણાની શોભા ઉપરાંત માનસિક શાંતિ આપતું સુંદર વક્ષ છે.



તસવીર: શૈલેશ વાડોલિયા

## “એ હાલો આપાગીગાના ઓટલે” મહાપ્રસાદનો હૃદાવો લેવા નરેન્દ્ર બાપુની ભાવભીની અપીલ

**અભિક્ષેપ-રાજકોટ**  
ચોટીલા પાસે આવેલા શ્રી આપાગીગાના ઓટલા ખાતે ભાવીકોને ૨૪ કલાક સુધી ભોજન પ્રસાદ આપવામાં આવે છે. હાલ ડેરીની સીકન ચાલી રહી છે.

ત્યારે આપાગીગાના ઓટલાના મહિત પૂર્ણ નરેન્દ્રભાપુ શ્રી જીવાજભાપુ દ્વારા તમામ લોકો માટે ડેરીના રસના મહાપ્રસાદનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. પ્રસાદઢ્ઢી ભોજનો લાલ લેવા સર્વે ભક્ત જ ન નો ને

પૂર્ણન્દ્રભાપુ

કુ. ૧. ૧.

ભાવભીની

અ. ૧. ૧. ૧.

ક. ૧. ૧. ૧.

આવી છે.  
અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે, શ્રીઆપા ગીગાના ઓટલા ખાતે વર્ષ દરમિયાન દરેક પ્રસંગોને અનુસૂપ ભોજનનૃપી પ્રસાદ પીરસવામાં આવે છે. શિયાળાની સિકનમાં ભક્તની

અદદિયાનો પ્રસાદ આપવામાં આવે છે.

રહેવાની પણ ચ. વ. સ. થ. રાખવામાં આ. ૧. વી. છે.

અભિક્ષેપ-રાજકોટ

ચોટીલા પાસે આવેલા શ્રી

આપાગીગાના ઓટલા ખાતે

ભાવીકોને ૨૪ કલાક સુધી

ભોજન પ્રસાદ આપવામાં

આવે છે. પ્રસાદઢ્ઢી

ભોજનો લાલ લેવા સર્વે

ભક્ત જ ન નો ને

પૂર્ણન્દ્રભાપુ

કુ. ૧. ૧.

ભાવભીની

અ. ૧. ૧. ૧.

ક. ૧. ૧. ૧.

## ૨૧મી સદીમાં વિશ્વ પર સૌથી મોટું જોખમ એટલે ‘સ્થૂળતા’

### જો બાળકોને નાનપણાથી જ સ્થૂળતા હશો તો ચુવાનીમાં અનેક બીમારીઓ થઈ શકે

મેદિસિવિતાના કારણે કેન્સર, હાર્ટ- એટેડ, બ્લડ પ્રેસર સહિતના રોગોમાં અનેક ગણો વધારો

બાળકોને તંદુરસ્ત લાઈફ સ્ટાઇલની આદતો શિખવાડવી

- બાળકોને ગેજેટ્સને બદલે રમતના મેદાનમાં રમત રમવા, આઉટ ડોર ગમે રમવા પ્રોત્સાહીત કરવા
- ટીવી કે મોબાઇલ જોતી વખતે ખાવા પીવાની આદત ન પાડવી
- દરરોજ જ થી ચ ગલાસ પાણી પીવાની સારી ટેવ પાડવી જોઈએ.
- બાળકોને દરરોજ ઓછામાં ઓછા જ કલાકની પૂર્ણી ઉંઘ લેવાની આદત બનાવવી.
- ડાયટમાં હેલ્દી અને ફાઇબર ચુક્કાની સમાવેશ કરવા શીખવાડવું
- દરરોજ અદ્ધી કલાક શારીરીક પ્રવૃત્તિ માટે પ્રોત્સાહીત કરવા

#### નાના બાળકોને અપાતા બેબી કુદથી સ્થૂળતા વધી રહી છે

નાના બાળકો માટેના બેબી કુદ બજારમાં પેચાઈ રહ્યાં છે. ટીવી પર બેબી કુદની ઘણી જાહેરાત આવે છે જેનાથી પ્રેયારીને માતા-પિતા બાળકો માટે બેબી કુદ લાવે છે હુકીકતમાં આ પ્રક્રિયા દરમિયાન જોરાકાના પોષક તત્વો નોંધપાત્ર રીતે ઘટે છે. આ પછી પ્રિઝ્વેટિલ્સ સાથે બેળવામાં આવતા રસાયણો બાળકોની પાચનશક્તિને બગાડે છે.

જેમાં ૧૦ કારણો પેકી ટોચના ચ કારણો તો છદ્ય સંબંધીત રોગોના છે. મોટાભાગના છદ્યના રોગો માટે અત્યારોની લાઈફ સ્ટાઇલની જાયબાદા છે. તેણું મનનામાં રમતના મેદાનમાં રમત રમવા, હાઈપરટેન્શનમાં પ્રકાશિત કરવામાં આવ્યો હતો. તે મુજબ જે બાળકોમાં નાની



#### જીક કુડ અને ફાસ્ટ કુડ

બાળકો પણ તેમના માતા-પિતા અથવા ધરના વડીલો ધરે જે ખોરાક ખાચ છે. તેમાંથી શીખીને તેમના ટેસ્ટ બડ વિકસાયે છે. ફાસ્ટ કુડે લંચ અને ડિનરનું સ્થાન લીધું છે. પેકેટન્



