

સંતરાપુરના સંત ગામે ચિંબોટા નદી પર ચેકડેમ બાંધવાનું મંત્રી હસ્તે ખાતમુહૂર્ત

સંતરાપુર,

સંતરામપુર નગરના સંત ગામના ચિંબોટા નદી પર ચેકડેમ બાંધવા રાજ્યકષણના મંત્રી વરદ હસ્તે ખાતમુહૂર્ત કરાયું સંતરામપુર નગરના સંત ગામ આવેલી ચિંબોટા નદી પર ઇથથા અંદાજિત જ લાખના ખર્ચે ચેકડેમ બાંધવામાં આપશે આજે તેનું રાજ્યકષણના મંત્રી વરદ હસ્તે ખાતમુહૂર્ત કરવામાં આવેલું હતું. જળ નમદા અને પાણી પુરવાના નગરપાલિકા આચોજિત નઈની અંદર ચેકડેમ બાંધવા નું આચોજન કરવામાં આવેલું છે. ઉનાના દરમિયાનમાં પાણીનો સંગ્રહ કરી શકાય અને ઉનાનામાં



તસ્વીર : બસ્સીર પદ્માલિ, સંતરામપુર
આવેલું હતું. વર્ષા પદ્મી પ્રથમવાર નદીની અંદર ચેકડેમ બાંધવા સંત ગામની અંદર સૌંદર્ય પણ માટે ની આચોજન કરવામાં આવેલું હતું. ચેકડેમ બનવાથી નદીમાં પાણીનો સંગ્રહ થઈ શકે

આજે પણ પ્રસિદ્ધ મંદિર પરથી નથી ઉડતા વિમાન કે પક્ષીઓ



હેરાન છે.

જગ્યાથ પૂરી ચાર ધાર્મિકોમાંનું એક છે. આ હિંદુઓનું એક પ્રમુખ તીર્થ સ્થળ છે. અંધિયા આનુંભવ ભક્તોની ભીડ રહે છે. આ મંદિરનો મહિમાનતા ચીર ચીર દુનિયામાં પ્રસિદ્ધ છે. જીવીએ જગ્યાથ પૂરી મંદિર સાથે જોડ્યો આશ્રમજનક તથો તથા અનૂદ્ધ ચીરમાંનાર વિષે.

જગ્યાથ પૂરી મંદિર વિષે માયાથાં તેની ડેઝેનેરેશન ગરૂદ પણી કરે છે. ગરૂદે પક્ષીઓનો રાજી માનવામાં આવે છે. આંધ્યામાં અન્ય પક્ષી આ મંદિરની ઉપરથી ઉડતાં નથી. ઉપરથી જગ્યાથ પૂરી મંદિરના ઉપરથી હિસ્સામાં આઠ ધૂંઘૂંથી ભેણેલ એક કલ્પના કરેલા વાંચું થાકુર પર સમુદ્રની લહેરોનો અવાજ સંભળાય છે પરંતુ મંદિરના પરશે કરતાંની સાથે જ લહેરોનો ઘોંધાંસ સમાસ થઈ જાય છે.

ભગવાનને ભોગ ચઢાવવા માટે પ્રાસાદમ પકવાની પરંપરા છે. પ્રાસાદમ પકવાની માટે સાત વાસણો એક બીજા પર ચઢાવવામાં આવે છે. પહેલાં સૌંદર્ય ઉપર વાગી વાસણનો પ્રસાદ તૈયાર થાય છે. ત્યાર પછી કમશે: અન્ય વાસણોના પ્રસાદ તેવાર થાય છે. ડેરાન કરી દ્વારા વાગી વાત એ છે કે પ્રાસાદમ પકવાની માટે શોકની કાલિમા છાવાઈ ગઈ હતી.

દાહોદ જિલ્લાના લીભાજેડા તાલુકાના વિલંકાના ગામના જયંતીની વિના રીતે તો બધા જીવી છે કે લંબાઈ વધવારી એક નિશ્ચિત ઉમર હોય છે અને અનુંગાનિક કારણે પણ માણસની લંબાઈને નિર્ધિત કરે છે. છાંત આ વાતમાં પણ બે મન નથી કે પોંચિક ભોજન તથા સારી રૂપેટ પણ લંબાઈ વધવારામાં કરાગર મનાય છે. જો તેમે ઈચ્છાઓ કે તમારાં બાળકોની લંબાઈ સારી રીતે વધે તો તમારે તેની રૂપેટ પર સરથી જ ખાસ ધ્યાન આપવું જોઈએ. ચાલો જીવીએ કે કિર્દ વસ્તુઓને ડાયેટમાં શામેલ કરવાથી લંબાઈ વધવારાના પ્રયાસો સારું ફળ આપે છે.

૧. શક્કરીયાં:

શક્કરીયાં આમ તો એક શાક છે અને લોકો ને વધુને ખાવાનું પસંદ કરે છે પરંતુ વધું ઓછા લોકોને પ્રયાલ હોય કે શક્કરીયાં લંબાઈ વધવારા માટેનું સુપરફ્રૂડ માનવામાં આવે છે. શકરકંડમાં વિટામીન એહો છે જે જીનાં કારણે હાડકાકોનો સ્વાસ્થને સુધારીને લંબાઈ વધવારામાં મદદ મળે છે. એટલું જ નહિ શકરકંડમાં સોલ્યુબલ અને ઈન્સોલ્યુબલ બંને પ્રકારના તત્ત્વ હાડક હોય છે જે બાળકોની રાયજેસ્ટરીને હેલ્થને પ્રમોટ કરવાની સાથે સાંતોષ માટે સારો બેક્ટેરિયા બનાવે છે.

૨. સાલમન માછાથી:

જો તેમે બાળકોને માછાથી ખવડાઓ છો તો તપ સાલમન માછાથી ખવડાનો. સાલમન માછાથીની ઓમેગા-અફેનીડી હોય છે જે બાળકના શરીરના ગ્રોથ તથા લંબાઈ માટે વધું સારું માનવામાં આવે છે. ઓમેગા-અફેનીડી એસીડાની હદદાના સ્વાસ્થને ફાયદો પહોંચાડવાળાના તત્ત્વો પણ શામેલ હોય છે.

૩. બેરીજ:

બધીજ જાતની બેરીજ જેવી કે બ્લૂબેરી, સ્ટ્રોબેરી, બ્લેકબેરી કે રસબરીમાં ઘણાં પ્રકારનાં વિટામિન-તથા ન્યૂટ્રિશન છી કે જે બાળકોના ગ્રોથ માટે જરૂરી છે. બેરીજમાં હાડક રહેલાં વિટામીન સી. ક્રેશિયમ, આયરન, મેન્ઝનીશિયમ અને પોટેશિયમની સાથે વિટામીન કે હોય છે. જે શરીરમાં હાડકાકોનું ધનાત્મક એટેલે કે વોલ્યુમ વધારે છે અને જેનાથી લંબાઈ વધે છે.

૪. પાતાદાર શાક:

બાળકોને પાતાદાર શાક જેવાંકે પલક અને કોબી ખવડાવાની જોઈએ. આ શકમાં વિટામીન સી, ક્રેશિયમ, આયરન, મેન્ઝનીશિયમ અને પોટેશિયમની સાથે વિટામીન કે હોય છે. જે શરીરમાં હાડકાકોનું ધનાત્મક એટેલે કે વોલ્યુમ વધારે છે અને જેનાથી લંબાઈ વધે છે.

૫. ટિડા:

ટિડા પણ આમ તો સુપરફ્રૂડ છે. ટિડાને પોષણનું પાયરહાઉસ કહીએનો ઉંચાંદે રહેશે. બાળકોના નરમ હાડકાકોનો સ્વાસ્થ માટે ટિડાનું ઘણાં જરૂરી પોષક તત્ત્વ હોય છે. આ શરીરમાં મસલ્સ તથા તીશ્યુસના ગ્રોથ માટે પણ કારગર છે.

૬. પાતાદાર શાક:

બાળકોને પાતાદાર શાક જેવાંકે પલક અને કોબી ખવડાવાની જોઈએ. આ શકમાં વિટામીન સી, ક્રેશિયમ, આયરન, મેન્ઝનીશિયમ અને પોટેશિયમની સાથે વિટામીન કે હોય છે. જે શરીરમાં હાડકાકોનું ધનાત્મક એટેલે કે વોલ્યુમ વધારે છે અને જેનાથી લંબાઈ વધે છે.

૭. પાતાદાર શાક:

બાળકોને પાતાદાર શાક જેવાંકે પલક અને કોબી ખવડાવાની જોઈએ. આ શકમાં વિટામીન સી, ક્રેશિયમ, આયરન, મેન્ઝનીશિયમ અને પોટેશિયમની સાથે વિટામીન કે હોય છે. જે શરીરમાં હાડકાકોનું ધનાત્મક એટેલે કે વોલ્યુમ વધારે છે અને જેનાથી લંબાઈ વધે છે.

૮. પાતાદાર શાક:

બાળકોને પાતાદાર શાક જેવાંકે પલક અને કોબી ખવડાવાની જોઈએ. આ શકમાં વિટામીન સી, ક્રેશિયમ, આયરન, મેન્ઝનીશિયમ અને પોટેશિયમની સાથે વિટામીન કે હોય છે. જે શરીરમાં હાડકાકોનું ધનાત્મક એટેલે કે વોલ્યુમ વધારે છે અને જેનાથી લંબાઈ વધે છે.

૯. પાતાદાર શાક:

બાળકોને પાતાદાર શાક જેવાંકે પલક અને કોબી ખવડાવાની જોઈએ. આ શકમાં વિટામીન સી, ક્રેશિયમ, આયરન, મેન્ઝનીશિયમ અને પોટેશિયમની સાથે વિટામીન કે હોય છે. જે શરીરમાં હાડકાકોનું ધનાત્મક એટેલે કે વોલ્યુમ વધારે છે અને જેનાથી લંબાઈ વધે છે.

૧૦. પાતાદાર શાક:

બાળકોને પાતાદાર શાક જેવાંકે પલક અને કોબી ખવડાવાની જોઈએ. આ શકમાં વિટામીન સી, ક્રેશિયમ, આયરન, મેન્ઝનીશિયમ અને પોટેશિયમની સાથે વિટામીન કે હોય છે. જે શરીરમાં હાડકાકોનું ધનાત્મક એટેલે કે વોલ્યુમ વધારે છે અને

