

The Official Bulletin of RC Amreli GiR

:: CLUB BULLETIN ::

EDITOR : Rtn. Dr. Manish Vakotar

CO EDITOR : Rtn. Pratik Sanghrajka

Email : rcamreligir@gmail.com



RI PRESIDENT

Rtn. Gordon R. McInally

DISTRICT GOVERNOR

Rtn. Nihir Dave

CLUB PRESIDENT

Rtn. Dr. Manish Vakotar

9426234123

CLUB SECRETARY

Rtn. Suresh Trivedi

9427244396

Rotary Gir Navratri Mahotsav - 2023





ભવ્ય શુભારંભ

અમરેલી શહેરમાં સૌપ્રથમ વખત,
સૌથી અલગ વિશેષતાઓ અને નવી વેરાચટી સાથે

ફટાકડા મોલ



સ્નેહીશ્રી,

અમરેલી જિલ્લામાં વર્ષોથી સમાજની વચ્ચે રહી અને સમાજને સાથે રાખી
સેવાકીય પ્રવૃત્તિઓ કરતી સંસ્થા એટલે...

વેપારી મહામંડળ અમરેલી તથા રોટરી ક્લબ ઓફ અમરેલી (ગીર)

ના સંયુક્ત ઉપક્રમે આ વર્ષે અત્યંત વ્યાજબી ભાવે,
ફટાકડા મોલનું આયોજન કરેલ હોય તો

આ ફટાકડા મોલના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે આપ સ્નેહી મિત્રોનો પધારવા ખાસ
હૃદયપૂર્વકનું આમંત્રણ પાઠવીએ છીએ.

: ઉદ્ઘાટક :

પરમ પૂજ્ય શ્રી રામ મનોહર દાસ બાપુ
જાગૃત હનુમાન આશ્રમ, નવા ગીરીયા.

: તારીખ :

: સમય :

૦૨-૧૧-૨૦૨૩, ગુરુવાર

બપોરે - ૪:૩૦ કલાકે

: સ્થળ :

રિલાયન્સ પેટ્રોલપંપ વાળી જગ્યા,
રેડકોર્નર પાસે, જુના માર્કેટીંગાર્ડ રોડ, અમરેલી.

અમારે ત્યાંથી ફટાકડાની ખરીદી કરી, અમારા દ્વારા સમાજમાં અવિરત ચાલતી
અનેક સેવાકીય પ્રવૃત્તિમાં સહાયરૂપ થવા અમારા કાર્યોમાં સહભાગી બનો.

: નિમંત્રક :

વેપારી મહામંડળ અમરેલી તથા રોટરી ક્લબ ઓફ અમરેલી ગીર

ShishuKart Graphics

ફટાકડા મોલ
...શુભેચ્છકો...

- ટાવર ચોક વેપારી એસોસિએશન
- રીટેલ પાનબીડી મર્યાદિત એસોસિએશન
- હોલસેલ પાન બીડી મર્યાદિત એસોસિએશન
- કલોથ મર્યાદિત એસોસિએશન
- રેડીમેડ ગારમેન્ટ મર્યાદિત એસોસિએશન
- માર્બલ એન્ડ સ્ટોનરીયર એસોસિએશન
- હોલસેલ ગ્રેઇન મર્યાદિત એસોસિએશન
- ફૂટવેર મર્યાદિત એસોસિએશન
- ફુટ એન્ડ વેજુટેબલ મર્યાદિત એસોસિએશન
- હાર્ડવેર એન્ડ પ્લાયવુડ મર્યાદિત એસોસિએશન
- ગ્રિફ્ટ આર્ટીફલ એન્ડ ટોઇસ મર્યાદિત એસોસિએશન
- સુવર્ણકાર સંઘ - અમરેલી
- મોબાઇલ મર્યાદિત એસોસિએશન
- કટલેરી મર્યાદિત એસોસિએશન
- આઈટી હાર્ડવેર એન્ડ સોફ્ટવેર એસોસિએશન
- કેરસ એસોસિએશન
- અનાજ કરિયાણા રિટેલમર્યાદિત એસોસિએશન
- ફૂલદાર એસોસિએશન
- હોટલ એન્ડ રેસ્ટોરન્ટ એસોસિએશન
- ફાસ્ટ ફૂડ એસોસિએશન
- મેટલ મર્યાદિત એસોસિએશન
- ઓટો પાર્ટ્સ મર્યાદિત એસોસિએશન
- જી.આઈ.સી. એસોસિએશન
- ટેક્સ બાર એસોસિએશન
- એગ્રો અને જંતુનાશક દવા વિકેતા એસોસિએશન
- સ્ટેશનરી મર્યાદિત એસોસિએશન
- મેડિકલ એસોસિએશન
- બેકરી એસોસિએશન
- ટેલિવર એસોસિએશન
- લાકી રોડ બાયપાસ વેપારી એસોસિએશન
- મંડપ કોન્ટ્રાક્ટર એસોસિએશન
- શેર બ્રોકર એસોસિએશન
- ઓટો મોબાઇલ એસોસિએશન
- મીઠાઈ ફરસાણ એસોસિએશન
- એફ.એમ.સી.જી. ડિસ્ટ્રીબ્યુટર્સ એસોસિએશન
- ફર્નિચર મેકર એસોસિએશન
- ઇલેક્ટ્રીક ગુડ્સ મર્યાદિત એસોસિએશન
- ક્ષોર કર્મ એસોસિએશન
- પ્લાસ્ટિક એન્ડ પેકિંગ મટીરીયલ એસોસિએશન
- કેટલફીડ મર્યાદિત એસોસિએશન
- હાઈસ હોલ્ડ એન્ડ કેમિકલ મર્યાદિત એસોસિએશન
- હોમ એપ્લાયન્સીસ મર્યાદિત એસોસિએશન
- મોટા બસ સ્ટેડ ચોક વેપારી એસોસિએશન
- એસ્ટેટ બ્રોકર એસોસિએશન
- વિડીયો લેબ / ફોટોગ્રાફર એસોસિએશન
- સ્ટીલ સિમેન્ટ મર્યાદિત એસોસિએશન
- ટ્રાન્સપોર્ટ એસોસિએશન
- ગ્રાફિક્સ એન્ડ પ્રિન્ટિંગ એસોસિએશન
- બિલ્ડર એસોસિએશન
- મ્યુચ્યુઅલ ફંડ ડિસ્ટ્રીબ્યુટર્સ એસોસિએશન
- યુનિટી ગ્રુપ વેપારી મંડળ
- ટાવર મર્યાદિત એસોસિએશન
- સાયકલ મર્યાદિત એસોસિએશન
- ફુરિયર સર્વિસ એસોસિએશન
- આંગડિયા સર્વિસ એસોસિએશન
- મિનરલ વોટર સલાસાયર એસોસિએશન
- ઓઈલ એન્ડ લુબ્રિકન્ટ મર્યાદિત એસોસિએશનકાર
- ઓટો પાર્ટ્સ એન્ડ એક્સેસરીઝ એસોસિએશન
- કાર ઓટો પાર્ટ્સ એન્ડ એક્સેસરીઝ એસોસિએશન
- વોટર ફિલ્ટર મર્યાદિત એન્ડ ટેકનિશિયન એસોસિએશન

સારહિ યુથ ક્લબ ઓફ અમરેલી



ભવ્ય શુભારંભ



અમરેલી શહેરમાં સૌપ્રથમ વખત, સૌથી અલગ વિશેષતાઓ અને નવી વેરાચટી સાથે



અમરેલી જિલ્લામાં વર્ષોથી સમાજની વચ્ચે રહી અને સમાજને
સાથે રાખી સેવાકીય પ્રવૃત્તિઓ કરતી સંસ્થા એટલે
વેપારી મહામંડળ અમરેલી તથા રોટરી ક્લબ ઓફ અમરેલી ગીર
ના સંયુક્ત ઉપક્રમે આ વર્ષે એક ભવ્ય વ્યાજબી ભાવે ફટાકડા મોલનું
આયોજન કરેલ હોય તો આ ફટાકડા મોલના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે
આપ સ્નેહી મિત્રોનો પધારવા
ખાસ હૃદય પૂર્વકનું આમંત્રણ પાઠવીએ છીએ...

: ઉદ્ઘાટક શ્રી :

પરમ પૂજ્ય શ્રી રામ મનોહર દાસ બાપુ
જાગૃત હનુમાન આશ્રમ, નવા ગીરીયા

તા.૦૨-૧૧-૨૦૨૩, ગુરુવાર, બપોરે ૪-૩૦ કલાકે

સ્થળ : રિલાયન્સ પેટ્રોલપંપ વાળી જગ્યા,
રેડકોર્નર પાસે, જુના માર્કેટીંગાર્ડ રોડ, અમરેલી

અમારે ત્યાંથી ફટાકડા ની ખરીદી કરી, અમારા દ્વારા સમાજમાં થતી અવિરત
ચાલતી અનેક સેવાકીય પ્રવૃત્તિમાં સહાયરૂપ થવા અમારા કાર્યોમાં સહભાગી બનો...

: નિમંત્રક :

વેપારી મહામંડળ અમરેલી તથા રોટરી ક્લબ ઓફ અમરેલી ગીર

વેપારી મહામંડળ અમરેલી તથા
રોટરી ક્લબ ઓફ અમરેલી ગીર ના

સંયુક્ત ઉપક્રમે...

અમરેલી શહેરમાં સૌપ્રથમ વખત, સૌથી અલગ વિશેષતાઓ અને નવી વેરાચટી સાથે



લક્કી ફો દ્વારા
૧૧ ઈનામો
જીતવાની તક

ધમાકા ઓફર

ઈનામો ની વાણી



શરતોને આધિન* ફાઈનલ નિર્ણય આયોજકનો માન્ય રહેશે...

તા.૦૨-૧૧-૨૦૨૩ થી તા.૧૩-૧૧-૨૦૨૩ સુધી

અમારે ત્યાંથી ફટાકડા ની ખરીદી કરી, અમારા દ્વારા સમાજમાં થતી અવિરત
ચાલતી અનેક સેવાકીય પ્રવૃત્તિમાં સહાયરૂપ થવા અમારા કાર્યોમાં સહભાગી બનો...

સ્થળ : રિલાયન્સ પેટ્રોલપંપ વાળી જગ્યા,
રેડકોર્નર પાસે, જુના માર્કેટીંગાર્ડ રોડ, અમરેલી



VIPUL RANPARIYA
New Member

New Member in our family

નામ : વિપુલ ધીરુભાઈ રાણપરિયા

ઉંમર : ૪૦ વર્ષ

વ્યવસાય : નોકરી

અમરેલીની મધ્યસ્થ સહકારી બેન્કમાં જુના-સાવર બ્રાન્ચમાં બ્રાન્ચ મેનેજર તરીકે ફરજ બજાવે છે.

તેમના પત્નીનું નામ : સગુણાબેન છે અને તેમને બે બાળકો છે (૧) કાવ્ય અને (૨) હેઓમ છે.

રોટરીમાં જોડાવવા નો હેતુ : રોટરી ક્લબ ઓફ અમરેલી ગીર જે સામાજિક સંસ્થા છે જે નિસ્વાર્થ જરૂરિયાત મંદ લોકોને હર હમેશ મદદ કરે છે. જેનાથી પ્રેરિત થઈ જોડાયો છું.



ALPESH KALARIYA
New Member

નામ : અલ્પેશ બટુકભાઈ કાલરીયા

ઉંમર : ૪૧ વર્ષ

વ્યવસાય : નોકરી

અમરેલીની મધ્યસ્થ સહકારી બેન્કમાં ખાંભા બ્રાન્ચમાં બ્રાન્ચ મેનેજર તરીકે ફરજ બજાવે છે. તેમના પત્ની પ્રાયમરી ટીચર તરીકે ફરજ બજાવે છે.

તેમના પત્નીનું નામ : ચાંદનીબેન છે અને તેમને એક બાળક વર્ધ છે.

રોટરીમાં જોડાવવા નો હેતુ : સેવાકીય પ્રવૃત્તિ દ્વારા લોકો ને મદદરૂપ થઈ સમાજને ઉપયોગી થવાની ભાવના તથા સારા નવા મિત્રો મળે સારા વિચારોની આપલે થાય.



Charter Day Celebration 23 Oct 2023

Club celebrated Charter Day along with family and friends and arranged a fellowship meet on this occasion. Members enjoyed the evening.



Mosquito Nets Distribution 06 Oct 2023

Club distributed Mosquito Nets to unprivileged people of rural areas. This nets will protect them from causing decease like dengue and malaria which are nowadays much threatening to community.



Free Medical Camp at Anandgram Village 07 Oct 2023

Club organized a free medical check up camp at Anandgram village Devbhumi Devaliya. A team of 8 doctors examined the patients and guided them for better health and decease prevention. A huge public image was build during this project.





Hand Wash Day At Chakkargadh - MSP 15 Oct 2023

On the occasion of Global Hand Wash Day, club distributed Hand Wash Kits to Chakkargadh Primary School. Students were also guided for the importance of self cleanliness.



Hand Wash Day at Devaliya School - MSP 15 Oct 2023

On the occasion of Global Hand Wash Day, club distributed Hand Wash Kits to Anandgram Village School - Devaliya Primary School. Students were also guided for the importance of self cleanliness.



Hand Wash Day at Bhurakhiya - MSP 15 Oct 2023

On the occasion of Global Hand Wash Day, club distributed Hand Wash Kits to Bhurakhiya Primary School. Students were also guided for the importance of self cleanliness.



Hand Wash Day at Sonariya School - MSP 15 Oct 2023

On the occasion of Global Hand Wash Day, club distributed Hand Wash Kits to Sonariya Primary School. Students were also guided for the importance of self cleanliness.





Free Dental Camp at Anandgram Village 20 Oct 2023

Club arranged a free dental check up camp for the students of Devaliya Primary School at Anandgram Village. Rtn. Dr. Jeet Joshi examined the students and guided them for oral health.



Blood Donation Camp 28 Oct 2023

A blood Donation Camp was done by the Club at New S.T. Depot. A total of 74 units of blood was collected during this camp. A good public image was build during this camp.





Festive Celebration at Old Age Home 17 Oct 2023

Club organized a Rangoli Competition at Old Age Home along with Inetract Club. The members of old age home were given few subjects for the Rangoli Drawing and were accompanied by each interact member. A good message was passed on during this event.



Navratri Celebration with Rotaract Club 22 Oct 2023

Club celebrated Navratri with Rotaract club of Amreli Gir. Rotarians along with their families participated in this event and enjoyed the festiva. Members from Innerwheel club of Amreli Gir were also participated in this event.





Navratri Celebration with Deaf and Dumb School

19 Oct 2023

Club celebrated Navratri with Deaf And Dumb School students. Rotarians along with their families participated in this event and enjoyed the festival with the those students.



Navratri Celebration with Sudarshan Hospital

21 Oct 2023

Club celebrated Navratri with Sudarshan Netralaya Hospital Staff. Rotarians along with their families participated in this event and enjoyed the festival with them.





Online Counseling for Autism

Club has organized an online counseling & psychotherapy session on Autism & communication disorder among children under age of 14 years. A well known doctors team of Dr. Gaurang Joshi did counseling of the children and parents with such disorders. As this was an online event, club gained a great public image from this seminar.



Audiology & Speech Therapy Center

Club is running an Audiology & Speech Therapy at Deaf & Dumb School. This center is done under the Global Grant of Rotary Foundation & was supported by Rotary Club of Emory Durid Hills (Dist. 6900, USA) & RI Dist. 3060. The aim of this center is to provide diagnosis & treatment related to Deaf & Dumb community of nearby areas.





Bal Vatsalya Kendra

Our club has started a Bal Vatsalya Kendra in Amreli. Basically its a child development & educational training center for rural & slum area children.. We arraigned a care taker for this childrens and started this center on 22nd of Feb 2021. We are glad to see that on the very 1st day of this center, nearly 35 childrens were present and this figure is now increasing day by day. As of now there are 109 childrens coming to this center. Care taker trains these childrens on how to Brush teeth, taking Bath, Combing their Hair & Dressing, etc. This center is open daily from 8:30 to 11:30 in morning and a healthy meal is giving to all children which attract them for coming here. Our aim is to educate maximum childrens of slum areas. Recurring cost of around Rs.20000-25000/- is barred by club members and SBI-RSETI. By this project club is gaining public image in the lower class of the society.



Oxygen Bank

Club had started Oxygen Bank during the 2nd wave of Covid-19 for the needy patients at refundable deposit basis. Club has total of 66 jumbo oxygen cylinders & 4 Oxygen Concentrator Machines. This was all gathered with help of local donors, who were impressed by our clubs activities and public image. As of now there are many patients in the city who requires an oxygen cylinder of their regular treatment. This project is now gaining faith & trustworthiness of the club and building a good public image in the society.





Project Aadhar - Medical Equipment

Project Aadhar is a project in which our club provides Medical Equipments to patients on a refundable deposit basis. This project was started on the Charter Installation of Club as a thought to serve the society from the very 1st day of the club. On an initial stage we filtered Medical Equipments like Air Bed, Water Bed, Toilet Chair, Walking Stand & Sticks, Medical Beds, ect. and approached many local donors to donate for this cause. The total amount of these equipments was around 1.50 Lakhs INR. Fortunately in a very short period of time our Donors agreed to give a handsome amount for this project. Club members fulfilled the remaining part of the amount and the project we started. This project is now having a vast effect on society and benefiting more than 15,000 beneficiaries till date thus helping the club build a better Public Image in the society.



Miyawaki Forest

Club has developed 2 Miyawaki Forests of 100 Sq.Mtr. each at Deaf & Dumb School Amreli. This method used for tree plantation is inself a innovatie way and by this method we can plant more trees in a small area compared to our traditional planting method. While in this Miyawaki Forest method approx 350 trees can be planted in 100 Sq.Mt. area besides approx 80-100 trees by traditional method thus helping Rotarys new area of focus Environment. Among this, the plantation will be self sustainable after a period of 12 to 18 months where its takes a lot of efforts, precious care and time consuming in other methods. In this method we can select trees and plants depending on surrounding environment thus helping in creating a better place to live for birds.





Rtn. Dr. Bhavesh Mehta

Fit rotary to Hit rotary - 4

શિયાળા નો ખોરાક

મીત્રો, શિયાળા નો પ્રારંભ થઈ ગયો છે, આ ઋતુ મુજબ ક્યો ખોરાક લેવો જેથી આખા વર્ષ નું પોષણ ભેગું કરી શકાય. હોસ્પિટલ માં સારવાર લેવા આવતા મોટા ભાગના દર્દીઓ નો હમણા એક જ સવાલ હોય છે, શિયાળા માં શું ખાવું, બે દીવસ પહેલા એક બહેન તેના ૧૦ વર્ષ ના બાબા ને લઈ દવા લેવા આવ્યા, છોકરો દેખાવ મા જ મને ફીકો લાગ્યો, નાકમાંથી પાણી વહેતું હતું, ખાવા બાબતે બહુ લાડકાય કરતો હશે એવું લાગ્યું. બેને મને ફરીયાદ કરી, સાહેબ મારો અમન (નામ બદલાવેલ છે) વારંવાર બીમાર પડે છે, ભણવાનું બરાબર ચાલ નથી રહેતું.

ડોક્ટર સાહેબ ને બતાવ્યું તેમણે એવું કહ્યું કે અમન ની રોગપ્રતીકારક શક્તિ ઓછી છે, એને સારું પોષણ વાળું ખવરાવો, સાહેબ કેમ કરું જમવામા બહુ જીદી છે, અમુક વસ્તુ જ ખાય છે. બહેન શાકમાર્કેટ થી સીધા મારી પાસે હોસ્પિટલ આવ્યા હશે એવું લાગ્યું, તેની પાસે થેલી માં શાકભાજી હતા, તેમાં મને દ્રાક્ષ પણ દેખાણી, મે પુછ્યું બેન અત્યારે શીયાળા માં દ્રાક્ષ કેમ લીધી ? બેન મને કહે સાબ અમન જામફળ લેવાની જીદ કરતો હતો પણ એને શરદી બહુ રહે છે એટલે મે જામફળ નો લઈ દીધા.

આ વાત બન્યા પછી મને આ લેખ લખવાનું યોગ્ય લાગ્યું, બેને દ્રાક્ષ લીધા પછી હું પણ શાકમાર્કેટ ગયો તો લગભગ દરેક ફુટ ની લારી પર દ્રાક્ષ હતી. મીત્રો હવે બારેયમાસ લગભગ બધા જ પ્રકારના શાકભાજી, ફુટ અને ધાન્ય મળવા લાગ્યા છે, પરંતુ દરેક શાકભાજી અને દરેક ફુટ દરેક ઋતુ માં આપણને સાત્ત્વ્ય (શરીરને અનુકુળ) નથી હોતું. જે ઋતુ માં જે વિશેષ શાકભાજી -

ફળ, ધાન અને તે પણ આપણા વિસ્તાર માં થતું હોય તેનું અને આપણી પ્રકૃતિ અને ઋતુ સાત્ત્વ્ય ની લીધે આપણે ખાઈએ તો આપણને વિશેષ ફાયદાકારક થાય છે, અમન ના મમ્મી એ તેને દ્રાક્ષ ને બદલે આ ઋતુ માં જો જામફળ લઈ આપ્યા હોત તો વધુ ફાયદાકારક થાત, આવું જ આશ્ચર્ય હમણા ભરવાડ (ગોપાલન) જ્ઞાતી ના લોકો મારી પાસે પેટ (પાચન ને લગતી) ડાયાબીટીઝ (ટાઇપ-૨) ની ફરીયાદ લઈ ને આવતા થયા ત્યારે થયું એમાં પણ નંબરવાળા ચશ્મા પહેરેલ ભરવાડ જ્ઞાતી ના યુવક ને જોઈ મને ખુબ આશ્ચર્ય થયું, મે તેને પુછ્યું કે શું કામ કરે છે ? તો એનો જવાબ હતો કે ઢોર ચરાવવા જાવ છું, ત્યારે મને વધુ નવાઈ લાગી કે જે આખો દીવસ ખુલ્લા-પ્રાકૃતિક વાતાવરણ માં શુદ્ધ હવા વચ્ચે રહે છે, શુદ્ધ અને પૌષ્ટિક (બાજરા નો રોટલો અને દુધ) ખાય છે તેને આવા પાચન ને લગતા કે ડાયાબીટીઝ કે આંખ ના રોગો કેમ થવા માંડ્યા ? આ બાબતે ભરવાડ જ્ઞાતી ના એક ખુબજ

સન્માનીય આગેવાન સાથે ચર્ચા કરી તેમણે મને જે કહ્યું તે ખરેખર વિચાર માંગી લે તેવું છે, મને કહે સાબ પહેલા તો અમારા છોકરાવ ઢોર ચરાવવા જાતા તો એની માં એને રોટલા કરી દેતી સાથે થોડી ચા ની ભુકી અને ખાંડ હોય, છોકરાવ ને ઢોર ચરાવતા ભુખ લાગે ત્યારે રોટલો અને દુધ ખાઈ લે, ક્યારેક વળી ક્યાંક તાપણું કરી ચા પી લેતા પણ હવે નવું શીખ્યા છે હવે રોટલા તો લઈ જાય છે પણ ભુખ લાગે તો ઓલા પડીકા (વેફર્સ, નમકીન) અને ગુટકા ખાવા માંડ્યા છે અને આખો દી ઢોર ચરાવવા માં ધ્યાન નથી હોતું મોબાઇલ માં મંડાયેલા હોય છે સાબ પછી આવું જ થાય ને.આ વાત દરેક સમાજ સમજવાની જરૂર છે, આપણે ખાવાનું ખાતા નથી અને ન ખાવાનું ખાઈએ છીએ.આ જ્ઞાતી નું ઉદાહરણ એટલે લીધું કે ભરવાડ (ગોપાલન) સમાજ સૌથી વધારે પ્રાકૃતિક જીવન જીવે છે છતાં આવા રોગો આવવા લાગ્યા છે તો બીજા સમાજ નું તો પુછવું જ શું,

Conti

<p>Conti→ આવુ જ મારી પાસે આવતા શીક્ષીત લોકો માં પણ થાય છે મોટાભાગ ના લોકો પોતાના બાળકો ને લઈ ને અમારી પાસે ભુખ લાગવાની, શક્તિની, વજન વધવાની, યાદ શક્તિ વધવાની દવા લખાવવા આવતા હોય છે, એક વાત આપણે બરાબર સમજી લેવાની જરૂર છે કે સીઝન મુજબ ના શાકભાજી-ફળ-ધાન્ય જેવું પોષણ આપણને કોઈ દવા ન આપી શકે. મીત્રો આ ઋતુ માં થતા વિશેષ શાકભાજી-ફળ-ધાન ની થોડી ચર્ચા કરીએ.</p> <p><u>લીલુ લસણ :-</u> લીલુ લસણ ફક્ત શીયાળામાં જ મળે છે, જેના ફાયદા સામાન્ય લસણ કરતાં પણ વધુ છે, એ શરીરને સમગ્રપણે વિષાણુમુક્ત (ડિટોક્સિકેશન) કરવામાં મદદ કરે છે, અને પાચન ને સશક્ત કરે છે.લીલા લસણ માં રહેલા એક્ટિવ કમ્પાઉન્ડ</p>	<p>"એલિસિન" એ કુદરતી એન્ટિબાયોટિક છે જેને લીધે ઇન્ફેક્શન થી રક્ષણ મળે છે, આ ખાવાથી શરદી અને ફ્લુ થી બચી શકાય છે.</p> <p><u>બાજરો:-</u> બાજરો એ એક એવું ધાન્ય છે જે શિયાળા માં ખાવુ જ જોઈએ, <u>બાજરાનો રોટલો, ગોળ અને ઘી જેવો ઉત્તમ નાસ્તો કોઈ હોઈ ન શકે.</u> બાજરાના લોટ માં લીલું લસણ નાખીને બનાવેલું ઢેબરું અને ઓળો જેણે ખાધો હોય એ જ સમજી શકે એનું સુખ, બાજરામાં ખુબ સાડું પ્રોટીન રહેલું છે,જે પોષણ આપે છે અને શરીરને ગરમાટો પણ આપે છે.વળી તે ખાવાથી લાંબો સમય સુધી ભુખ લાગતી નથી, એમાં રહેલા જરૂરી "એમીનો એસીડ" લોહીમાં બિનજરૂરી કોલેસ્ટ્રોલ ને દૂર કરે છે.જો કે <u>બાજરા સાથે ઘી ખાવુ જોઈએ. બાજરો અને ઘી તમને જાડા</u></p>	<p>નથી બનાવતા પરંતુ, જરૂરી પોષણ અને <u>શક્તિ આપે છે</u></p> <p><u>આમળા :-</u> આમળા શિયાળામાં મળતુ એક એવું ફળ છે, જે અત્યંત ઉપયોગી છે . વિટામીન થી ભરપુર આમળા શીયાળા માં જ્યા સુધી મળે ત્યા સુધી રોજ નું એક તો ખાવુ જ જોઈએ. જેમને વાળ અકાળે ખરતા હોય-સફેદ થતા હોય તેના માટે આમળા અક્સીર છે ચામડીના રોગો જેવાકે ખીલ, ડાઘ, કરચલી પડવી માં ખુબ ઉપયોગી છે, એસીડીટી, ડાયાબીટીઝ, કોલેસ્ટ્રોલની અક્સીર દવા છે, આમળા રસાયન ઔષધી તરીકે પણ ખુબ ઉપયોગી છે</p> <p><u>મુળો :-</u> મુળો આમ તો બારેમાસ હવે મળે છે, પરંતુ ખરેખર એ શિયાળામાં મળતુ કંદમુળ</p>	<p>છે,એમાં ઘણા "ડાયટરી ફાઇબર્સ" રહેલા છે જેને કારણે પાચન સંબંધિત તકલીફો દૂર થાય છે, શિયાળામાં કફ અને શરદીની જે તકલીફ રહે છે અને ખાસ કરીને કફ અંદર જામી જાય છે, એને દૂર કરવાની તાકત મુળામાં રહેલી છે, આ સિવાય એમાં 'ઝિંક' અને 'ફોસ્ફરસ' રહેલા છે જેને કારણે સુકી ત્વચા, ખીલ, લાલ ચાંઠા જેવી સમસ્યાઓ પણ દૂર થઈ શકે છે</p> <p>આવતા સપ્તાહે થોડા વધુ શીયાળાના ખોરાક વિશે ચર્ચા કરીશુ.</p> <p><u>મર્મ બિંદુ:-</u> આરોગ્ય માટે કેવળ ઉચિત જ નહીં, પણ નરવી જમીનમાં પેદા થયેલો ખોરાક જરૂરી હોય છે</p> <p>ક્રમશઃ.....</p> <p>અસ્તુ..</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

INNER WHEEL ON WORK

President NAYNA ACHARYA and
Secretary JANKEE ATARA



ROTARECT ON WORK

President AKASH JOSHI and
Secretary PRIYANK PANDYA

રોટરેક્ટ ક્લબ ઓફ અમરેલી ગીર
દ્વારા આયોજિત

bye bye Navratri
dandiya
night



Rotaract
Amreli Gir

આપણી નવરાત્રિ એટલે કે રોટરેક્ટ ક્લબ ઓફ અમરેલી ગીર દ્વારા આયોજિત ગુડ-બાય નવરાત્રિ નું આયોજન પણ આપણે કર્યું છે. જેમાં રોટરેક્ટ, રોટરી અને ઇનરવિલ ક્લબ સહપરિવાર અપેક્ષિત છે. (બહારનું કોઈ આમંત્રિત નથી)

રમવા માટે આપડી સંસ્કૃતિ ને અનુકૂળ પરંપરાગત વસ્ત્રો પહેરવા ફરજિયાત છે.
(આપણે માતાજી ની આરાધના માટે મળતા હોય, અંગ પ્રદર્શન થાય એવા વસ્ત્રો પહેરવાનું ટાળવું)

સ્થળ :- બહેરા મુંગા શાળા, લાઠી રોડ, અમરેલી.
સમય :- રાત્રે ૯:૦૦ કલાકે તારીખ :- ૨૭/૧૦/૨૦૨૩

November MSP

Monthly Service Projects : Nov 2023



Rotary
RID 3060



Rotary
RID 3060



ROTARY FOUNDATION MONTHLY SERVICE PROJECTS

Fund Raising for Foundation

Service Event with NGO / Diabetes
Screening & Awareness

Sweater Distribution

Sweet Distribution to poor people

Blood Donation Camp



ROTARY CLUB OF AMRELI GIR

Dist.:3060, Club No.89675, Ch.Dt.23-10-2018

Adopted Village Devbhumi Devaliya

Rotary District Signature Project
ANANDGRAM- A Village With Happiness



આનંદગ્રામ

RI Year 2023-24

President
Rtn.Dr Manish Vakotar
Mob. 094262 34123

Rtn. Rtn.Ambrish Rajyaguru
Project Chairman
Mob.70164 85460

Secretary
Rtn.Suresh Trivedi
Mob. 094272 44396

Rtn Nihir Dave
District Governor - RID-3060

Rtn Dr Ashish Arekar
District Chairman- ANANDGRAM



2023-24

ANNUAL FUND CHALLENGE



• FROM 1 JULY 2023 TILL 31 JANUARY 2024 •

Eligibility Criteria

	PLATINUM	GOLD	SILVER
For District	75% of district membership contributing minimum of \$25 each	100% Club Giving with minimum \$100 contribution by each club	100% Club Giving with minimum \$50 contribution by each club
Award	Crystal for District	Plaque for District	Smaller Plaque for District
For Club	Minimum \$25 contribution by each member and Annual Fund Per Capita of \$200	Minimum \$25 contribution by each member and Annual Fund Per Capita of \$100	Minimum \$25 contribution by each member
Award	Crystal for Club	Plaque for Club	Certificate for Club

PAUL HARRIS SOCIETY CHAMPIONSHIP AWARD (FOR DISTRICTS ONLY)

Criteria:- At least 50% of the total registered PHS members contributing to Annual Fund (members fulfilling their yearly commitment of \$1,000) by 31 January 2024 provided the district has minimum total of 30 registered PHS members by 31 January 2024.

Note: Contribution towards Annual Fund ONLY will be considered for this challenge.

Gift of Hope
Contact Rtn. Devdatt Jani



Our club Rotary Amreli Gir has been running Bal Vatsalya Kendra in Amreli. Basically its a child development & educational training center for rural & slum area children. We identified slum areas in the city and surveyed for the childrens in this areas. We approached many institutions for a hand of help and luckily SBI – RSETI has agreed to help us and provided us the place in their institute. We arranged a care taker for this childrens and started this center on 22nd of Feb 2021. We are glad to see that on the very 1st day of this center, nearly 35 childrens were present and this figure is now increasing day by day. As of now there are 67 childrens coming to this center. A Caretaker trains these childrens on how to Brush teeth, taking Bath, Combing their Hair & Dressing, etc. Club member Rtn. Suresh Trivedi, Rtn. Dhaval Thakar, Rtn Ambrish Rajyaguru & Rtn Trilok Bhatt looks after this project and also teaches the childrens basic knowledge. This center is open daily from 9:00 to 11:30 in morning and a healthy meal is giving to all children which attract them for coming here. Our aim is to educate maximum children of slum areas. We are glad that we have already admitted 7 children from this center to Secondary School till June 2023. Recurring cost of around Rs. 20,000-25,000/- Monthly which includes Daily Meals for Children, Caretaker's Salary, Stationary & other essentials.



ભાદરવો મહિનો એટલે પૂર્યનું ભાથુ બાંધવાનો મહિનો...

તા સેવા પરમો ધર્મ: તા એક અનેરી સેવા... હાર્દિક અપીલ...

રોટરી કલબ ઓફ અમરેલી - ગીરનાં સભ્યો છેલ્લા ૩ વર્ષથી ગ્રુપડપટ્ટીના બાળકોને માવજત કરી, અક્ષર જ્ઞાન, નાસ્તો, ભોજન, જુદા-જુદા પ્રવાસો તથા મનોરંજન જેવા કાર્યક્રમો, હેલ્થ ચેકઅપ વિગેરેદ્વારા જરૂરીયાતમંદ બાળકોનો સર્વાંગી વિકાસ થાય અને ભાવિ સારા નાગરીક બની ઉજ્જવળ ભવિષ્ય બની રહે તે માટે શુભેચ્છકોની સખાવતથી સેવાકીય પ્રવૃત્તિ કરી રહ્યા છીએ.

ચિતલ રોડ "બાલ વાત્સલ્ય કેન્દ્ર" ગાયત્રી મંદિર પાસે SBI (RSETI) ખાતે થઈ રહેલું આ સેવાકાર્ય નિહાળવા સૌને હાર્દિક નિમંત્રણ છે.

આપ પણ આ પ્રવૃત્તિને વેગવંતી કરવા આપની ઇચ્છા મુજબનું દાન - નાસ્તો વિગેરે આપી શકો છો / પૂર્યનું ભાથુ બાંધી શકો છો.

આપશ્રી નીચે મુજબ ડોનેશન આપી શકો છો.

- ૧ દિવસનો નાસ્તો: રૂ. ૭૦૦ ■ ૧ દિવસના મિષ્ટાન/ફરસાણ ભોજન રૂ. ૧૧૦૦
- ૭ દિવસનો નાસ્તો: રૂ. ૪૨૦૦ ■ ૧ બાળકને ૧ વર્ષ માટે દત્તક લેવાનો ખર્ચ રૂ. ૭૦૦૦
- ૧ મહિનાનો નાસ્તો રૂ. ૧૭૦૦૦ ■ ૧ મહિનાનો સંપૂર્ણ ખર્ચ રૂ. ૨૧૦૦૦
- આજીવન તિથિ નિમિત્તે નાસ્તો: રૂ. ૫૧૦૦૦ ■ આજીવન તિથિ નિમિત્તે: મિષ્ટાન/ફરસાણ ભોજન: રૂ. ૭૫૦૦૦

સંપર્ક: અંબરીશભાઈ રાજયગુરુ: મો. ૭૦૧૬૪ ૮૨૪૬૦ ■ પિયુષભાઈ અજમેરા (બંટીભાઈ): મો. ૯૪૨૬૨ ૫૨૦૯૬

SCAN & Donate





INDORE

Anand

अनंद


54th DISTRICT CONFERENCE

JANUARY 5-6-7, 2024


Venue:
SHERATON GRAND PALACE
Omexe City 1, Mayakhedi Bypass Road, Indore - 452 016, MP




HOST
ROTARY CLUB ANAND ROUND TOWN



Rtn. Nihir & Vaishali Dave
District Governor & First Lady
2023-24




Rtn. Gordon R. McNally
RI President
2023-24




RAJWADA INDORE




PIPLIYAPALA REGIONAL PARK




SARAFI BAZAR



MAHESHWAR




OMKARESHWAR




MANDU


CONFERENCE ATTRACTION




Eminent Speakers




Delicious Food



Entertainment




Shopping Arena



Historical Destinations




House of Friendship



Kids Zone



Events for Spouses



Beautiful Venue

REGISTRATION CHARGES


No.	Time Line	Single	Couple	Kids (Below 12 Years)	Rotaract, RCC, Interactor
1.	23-12-2022 to 31-01-2023	9,500	18,000	6,000	6,000
2.	01-02-2023 to 31-03-2023	11,000	20,000	6,000	6,000
3.	01-04-2023 to 30-09-2023	12,000	22,000	6,000	6,000
4.	01-10-2023 to 04-01-2024	13,000	25,000	6,000	6,000
5.	Spot Registration at Indore Conference.	15,000	27,500	6,000	6,000

Patron Registration Rs. 51,000/- Per Couple (Includes stay in Five Star category of hotel for two nights)


You can reserve your seat for the 54th District Conference "Anandotsav" by paying Rs. 1000/- (For Single, Kids, Rotaract, RCC, Interactor), Rs. 2,000/- (For Couple) and Rs. 5000/- (For Patron) as Token amount at Aurangabad Conference. Balance Payment to be made in available installments.

Installment Facility Available


Bank Account Details:
ROTARY ANANDOTSAV | Account No.: 9447012447 | IFSC: KKBK0003038
 Bank: Kotak Mahindra Bank, AV Road Branch, Anand, Gujarat



Rotary
District 3060




54th District Conference





Major General G D Bakshi

Retired Indian Army Officer

January 5-6-7, 2024



Register Now

Rtn. Nihir & Vaishali Dave
District Governor

INDORE

BIRTHDAY

Manishaben Tejasbhai Trivedi	02-Nov
Hardik Zinzuvadia	06-Nov
Mahir Hardikbhai Zinzuvadia	08-Nov
Chandanben Kamalbhai Vithlani	12-Nov
Het Miten Gundrania	12-Nov
Vibhaben Hasmukhbhai Rajyaguru	13-Nov
Chetnaben Nayan Parsaniya	15-Nov
Dhara Kamleshbhai Joshi	17-Nov
Beenaben Sanjay vanjara	18-Nov
Avaniben Ravibhai Parikh	20-Nov
Kamlesh Joshi	21-Nov
Swarit Dhavalbhai Thaker	22-Nov
Dev Ravibhai Parikh	22-Nov
Birju Atara	24-Nov
Nayra Birjubhai Atara	28-Nov
Nirav Zinzuvadia	29-Nov

ANNIVERSARY

Hetalben & Nirav Zinzuvadia	21-Nov
Dipaliben & Hardik Zinzuvadia	23-Nov
Chandniben & Alpesh Kalariya	24-Nov
Avaniben & Ravi Parikh	28-Nov