ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રામસેવા કેન્દ્ર
વલ્લભ વિદ્યાલય, બોચાસણ ૩૮૮૧૪૦
તા.બોરસદ જિ.આણંદ

પ્રવૃતિ – દર્પણ

અંક : ૧૪ મે - ૨૦૨૦

૧. લોકડાઉન-૩ તા.૦૪/૦૫/૨૦૨૦ સોમવાર થી તા.૧૭/૦૫/૨૦૨૦ રવિવાર.

૨. સેવકોને "ઓન લાઇન" વેતન ચૂકવણી. તા.૦૧/૦૫/૨૦૨૦ શુક્રવાર.

૩. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) દ્વારા ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો સાથે સંવાદ. તા.૦૬/૦૫/૨૦૨૦ બુધવાર.

૪. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) સાથેના સંવાદની માહિતી તૈયાર કરી સંબંધિતોને મોકલી આપી. તા.૧૧/૦૫/૨૦૨૦ સોમવાર.

૫. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) સાથે ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો સાથે સંવાદ. તા. ૧૩/૦૫/૨૦૨૦ બુધવાર.

૬. લોકડાઉન-૪ તા.૧૮/૦૫/૨૦૨૦ સોમવારથી તા.૩૧/૦૫/૨૦૨૦ રવિવાર.

૭. ગૃહપતિઓ સાથે બેઠક તા.૧૮/૦૫/૨૦૨૦ સોમવાર.

૮. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) સાથે ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો તથા આચાર્યો સાથે સંવાદ તા.૨૦/૦૫/૨૦૨૦ બુધવાર.

૯. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) સાથે ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો તથા આચાર્યો સાથે સંવાદ તા.૨૭/૦૫/૨૦૨૦ બુધવાર.

૧૦.વિનયમંદિર ખેતીમાં શાકભાજીના પાકોની રોપણી. તા.૨૨/૦૫/૨૦૨૦ શુક્રવાર.

૧૧. ગંગાબા ગૌશાળાનું મે ૨૦૨૦ દૂધ ઉત્પાદન.

૧૨. સંસ્થાના જુદા જુદા વિભાગોના હિસાબો ઑડિટ માટે તૈયાર કર્યા.

-: આંખોને પણ થોડો આરામ આપો :-

ઓફિસમાં તો કમ્પ્યુટર પર કામ કરવાનો સમય સાત-આઠ કલાકનો હોય છે. લોકડાઉનમાં તો લેપટોપ પર સમય વિતાવ્યા પછી બાકીનો સમય પણ મોબાઇલ અને ટીવી જોવામાં પસાર થઉ રહ્યો છે. આદ દિવસમાં સામાન્યત: બાર-ચૌદ કલાક સ્ક્રીન પર જ નજર અટકેલી રહે છે.

આ ખરાબ અસર થઇ શકે છે. આંખો કે માથામાં દુખાવો થવા લાગે છે. સ્ક્રીન પર ધ્યાન કેન્દ્રીત થઇ શક્તુ નથી. થોડી વાર પછી ઝાંખુ દેખાવા લાગે છે. આંખોમા બળતરા થાય છે. આંખોમા ડ્રાયનેસની સમસ્યા થઇ શકે છે. તેનાથી આંખોમા ખટકવું , ખંજવાળ આવવી, થાક અથવા આંખો ભારે થઇ જાય છે. ક્યારેક થોડી વાર કામ કરતાં જ આંખોમાંથી પાણી નિકળવા લાગે છે કે આંખો લાલ થઇ જાય છે. આ સમસ્યા લાંબો સમય રહે તો આંખની કીકીને નુકશાન થતું હોવાથી શરૂઆતમાં જ આની સારવાર કરાવવી જરૂરી છે. જો આંખમાં ડ્રાયનેસ લાંબા સમય સુધી રહે , તો દવાથી કાયમ આરામ નથી મળતો. આ સમસ્યાને ' ડ્રાય આઇ સિન્ડ્રોમ ' કહે છે. આ સમસ્યા કમ્પ્યુટરથી થાય ત્યારે આને ' કમ્પ્યુટર વિઝન સિન્ડ્રોમ ' કહેવાય છે. આથી તમારી ટેવમાં થોડું પરિવર્તન લાવે.

સ્ક્રીનથી દૂર રહો : ઓફિસમાં કામ કરતાં હોય કે બાળકો ઓનલાઇન અભ્યાસ કરતાં હોય તો મોબાઇલ અને ટીવ જોવાનો સમય ઘટાડો. દર દસ મિનિટે આંખોને આરામ આપો. સ્ક્રીન પર અક્ષર સામાન્ય રીતે વાંચી શકાય તેના કરતાં ઓછામાં ઓછા ત્રણ ગણા મોટા રાખો. જ્યાં બેસીને કામ કરતાં હો, ત્યાં પૂરતો પ્રકાશ હોવો જોઇએ.

આંખોને આરામ આપો : લેપટોપ કે મોબાઇલ પર અભ્યાસ કરતાં બાળકોને ક્લાસીસ પૂરા થાય ત્યારે અડધા કલાક કે કલાક સૂઇ જવા જણાવો અથવા પંદર-વીસ મિનિટ આંખો બંધ કરી આરામ કરવો જોઇએ. અભ્યાસ પછી બાળકો મોબાઇલનો ઉપયોગ ન કરે અને ટીવી વધારે ન જુએ તેવો પ્રયત્ન કરો.

" સંકલન "

સંકલન
૧.શ્રી ઉદેસિંહ સોલંકી
૨.શ્રી કિશોરભાઇ રાવલ ૩.શ્રી સુનિલકુમાર જાદવ
૪.શ્રી જિજ્ઞાસાબેન ત્રિવેદી ૫.શ્રી રાવજીભાઇ પરમાર

ટાઇપ અને લે-આઉટ
શ્રી સાજીદભાઇ વહોરા

આ માસિક પત્રિકા ફક્ત શૈક્ષણિક હેતુ અને માર્ગદર્શન માટે છે

1. નોવેલ કોરોના વાયરસ (કોવિડ –19) ની ગંભીર પરિસ્થિતિ જોતાં તા.૦૪/૦૫/૨૦૨૦ને સોમવારથી તા.૧૭/૦૫/૨૦૨૦ ને રવિવાર સુધી લોકડાઉન-૩ જાહેર કરવામાં આવ્યું. આવશ્યક સેવાઓ મર્યાદિત સેવકોની મદદથી ચાલુ રાખવામાં આવી.
   ૧. ગંગાબા ગૌશાળાનાં કાર્યો.
      - દૂધ દોહન, વેચાણ. - ઘાસ કાપવું , નીરવું. - સફાઇ. - ખેતીકાર્યો.
   ૨. વિનયમંદિર ખેતીનાં કાર્યો.
      - ઉનાળુ બાજરીમાં પિયત. - શાકભાજી રોપવા તૈયારી.
   ૩. બધા વિભાગોના ૨૦૧૯-૨૦૨૦ ના હિસાબો તૈયાર કરવા.

2. એપ્રીલ-૨૦૨૦ નું વેતન ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ , અમદાવાદ દ્વારા “ઓન લાઇન” સેવકોના બેન્ક ખાતામાં જમા કરાવવામાં આવ્યું.

3. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) દ્વારા ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો સાથે “ઓન લાઇન” સંવાદ કાર્યક્રમ રાખવામાં આવ્યો. બધા સંયોજકો સાથે નીચે પ્રમાણે મુદ્દાની ચર્ચા થઇ.
   1. નવા પ્રવેશ. ધો.૫,૬,૭,૮,૯,૧૧.
   2. સંસ્થામાં રીપેરીંગના કાર્યો.
   3. ખેતી આયોજન. (ઉનાળુ, ચોમાસુ, શિયાળુ)
   4. અનાજ તથા શાકભાજીમાં સ્વાવલંબન સિધ્ધ કરવા આયોજન.
   5. શતાબ્દી વન, શતાબ્દી વૃક્ષની માવજત.
   6. વિભાગોની બાકી ગ્રાન્ટ.
   7. લોકાડાઉનમાં રાખવાની કાળજી.

4. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) સાથે થયેલ સંવાદ પ્રમાણે ખેતી આયોજનની માહિતી તૈયાર કરી , નીચેની વ્યક્તિઓને મોકલી આપી.
   ૧. માનદ્ નિયાકમશ્રી (વિસ્તરણ). ૨. શ્રી કિશોરભાઇ રાવલ. ૩. શ્રી નિર્મલસીંગ ચાવડા.
   ૪. શ્રી સામંતસિંહ પરમાર. ૫. શ્રી રમેશભાઇ વાઘેલ. ૬. શ્રી વિકાસભાઇ તળપદા.
   તૈયાર થયેલી માહિતી પ્રમાણે જવાબદાર સેવકો પોતાનાં કાર્યો ગોઠવશે.

5. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) દ્વારા ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો સાથે સંવાદ કાર્યક્રમ ગોઠવવામાં આવ્યો. અગાઉના કાર્યક્રમમાં જે બાબતોની માહિતી તૈયાર કરવાની હતી તે માહિતી બધા સંયોજકોએ રજુઆત કરી.
   1. નવા પ્રવેશ.
   2. સંસ્થામાં રીપેરીંગ કાર્યો.
   3. ખેતી આયોજન.
   4. અનાજ તથા શાકભાજીમાં સ્વાવલંબન.
   5. શતાબ્દીવન, શતાબ્દી વૃક્ષની માવજત.
   6. વિભાગોની ગ્રાન્ટ.
   7. લોકડાઉનમાં રાખવાની કાળજી.

6. લોકડાઉન-૪ તા.૧૮/૦૫/૨૦૨૦ સોમવારથી તા.૩૧/૦૫/૨૦૨૦ રવિવાર સુધી રાખવામાં આવ્યું. આ દિવસો દરમિયાન અગાઉની જેમજ આવશ્યક સેવાઓ મર્યાદિત સેવકોની સંખ્યાથી રોટેશન પ્રમાણે રાખવામાં આવી.

૧. ગંગાબા ગૌશળાનાં કાર્યો.
૨. ગંગાબા ગૌશાળાની ખેતીનાં કાર્યો
૩. વિનયમંદિર ઉદ્યોગ ખેતી કાર્યો.
૪. સફાઇ.
૫. શતાબ્દી વૃક્ષ તથા શતાબ્દી વનની માવજત.
૬. ગંગાબા ગૌશાળામાંથી છાણિયું ખાતર ખેતીમાં લઇ ગયા.
- વિનયમંદિર ઉદ્યોગ ૨૧ ટ્રેલર. - ભારેલ ખેતી ૧૪ ટ્રેલર.
૭. વેકેશન સિવાયના સેવકોની આંતરે દિવસે હાજરી (રોટેશન)

7. ગૃહપતિઓ સાથે તા.૧૮/૦૫/૨૦૨૦ને સોમવારના રોજ સામાજિક અંતર રાખીને , માસ્ક પહેરીને બેઠક રાખી. તેમાં નીચેના મુદ્દાઓની ચર્ચા કરવામાં આવી. બેઠકમાં શ્રી કિશોરભાઇ રાવલ હાજર રહ્યા.

1. પરિસરની સફાઇ.
2. નવા પ્રવેશ.
3. જૂના વિદ્યાર્થીઓ (હાલ અભ્યાસ ચાલુ છે) સાથે ફોનથી વાતચીત.

8. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) સાથે તા.૨૦/૦૫/૨૦૨૦ને બુધવારે ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો તથા આચાર્યો સાથે “ઓન લાઇન” સંવાદ કાર્યક્રમ રાખવામાં આવ્યો. તેમાં નીચેના મુદ્દાઓની ચર્ચા થઇ.

1. છાત્રાલયમા, શાળામાં સામાજિક અંતર જાળવવાનું આયોજન.
2. નવા પ્રવેશ પૂરતી માન્ય સંખ્યામા પ્રવેશ આપવા આયોજન “ગુગલ” પર પ્રવેશ ફોર્મ મૂકવું.
3. ખેતીમાં તૈયારી.
   ખેતરો ખેડાવવાં, છાણિયું ખાતર ભરવું, બિયારણ ખરીદવું, વગેરે
4. થર્મલ ગન ગ્રૂ.વિ. તરફથી આપવામાં આવશે.
5. સેનિટાઇઝર ની વ્યવસ્થા કરવી
6. સાબુથી હાથ ધોવાની વ્યવસ્થા કરવી.
7. રીપેરીંગ કાર્યો.

9. માનદ્ નિયામકશ્રી (વિસ્તરણ) સાથે ગ્રામસેવા કેન્દ્રોના સંયોજકો તથા આચાર્યો સાથે “ઓન લાઇન” સંવાદ કાર્યક્રમ બપોરે ૧-૦૦ વાગે રાખવામાં આવ્યો.

1. નવા પ્રવેશ.
2. છાત્રાલય, શાળામાં સામાજિક અંતર
3. ઑડિટમાટે હિસાબી પત્રકોના પોટલાં ગ્ર.વિ મોકલવા.
4. જરૂરી નવાં બાંધકામ તથા જરૂરી રીપેરીંગ કામો.
5. ચોમાસુ ઋતુ માટે ખેતીની તૈયારી.
6. નોવેલ કોરોના વાયરસ (કોવીડ-19) સાવચેતી.

10. વિનયમંદિર ખેતીમાં શાકભાજીના પાકોની રોપણી કરી.

૧. સુરણ. ૨. દૂધી ૩. કોળી ૪.કારેલી

11. ગંગાબા ગૌશાળાનું મે 2020નું દૂધ ઉત્પાદન 2532 લિટર થયું.

12. સંસ્થાના જુદાજુદા વિભાગોના હિસાબો તૈયાર કર્યા.

1. વિનયમંદિર 5. શ્રી.શિ.ગો.પટેલ કન્યા વિદ્યાલય
2. અધ્યાપનમંદિર 6. કન્યા છાત્રાલય
3. કુમાર છાત્રાલય 7. ભારેલ ખેતી
4. ગંગાબ ગૌશાળા 8. મુખ્ય કાર્યાલય