ગુકેશની ભૂલથી અબ્દુસત્તોરોવે બીજી જીત મેળવી

પ્રાગ, તા. 02 (પીટીઆઇ) : વિશ્વ ચેમ્પિયન ડી ગુકેશ સારી સ્થિતિમાં હોવા છતાં પ્રાગ ઇન્ટરનેશનલ ચેસ ફેસ્ટિવલમાં નોદિરબેક અબ્દુસત્તોરોવ સામે હારી ગયો. ગુકેશ એક મહિના પહેલા ટાટા સ્ટીલ માસ્ટર્સમાં સારી સ્થિતિમાં હોવા છતાં અબ્દુસત્તોરોવ સામે હારી ગયો હતો. પરંતુ પાંચમા રાઉન્ડમાં એક સમયે, તે આરામદાયક જીત માટે તૈયાર દેખાતો હતો. કાળા મહોરાઓ સાથે રમતા, તે સારું રમ્યો પણ સમયના અભાવે તેને અંતે પોઇન્ટ ગુમાવવો પડ્યો.

યુરોપમાં પોડિયમ પર પહોંચનારી અતિકા મીર પ્રથમ ભારતીય

વેલેન્સિયા, તા. 02 (પીટીઆઇ) : ભારતીય રેસિંગ પ્રતિભા અતિકા મીરે 'ચેમ્પિયન્સ ઓફ ધ ફ્યુચર એકેડેમી (COFTA) કાર્ટિંગ સિરીઝ'ના યુરોપિયન તબક્કામાં પોડિયમ ફિનિશ મેળવીને ઇતિહાસ રચ્યો. અગિયાર વર્ષની અતિકા ઓકેએનજે (જુનિયર) કેટેગરીમાં ત્રીજા સ્થાને રહી. તે આ રેસમાં પોડિયમ પર સ્થાન મેળવનારી પ્રથમ ભારતીય રેસર છે. આ તેની કારકિર્દીની અત્યાર સુધીની સૌથી મોટી સિદ્ધિ છે. F1 એકેડેમી સપોર્ટ મેળવનાર પ્રથમ ભારતીય અતિકાએ ગ્રીડ પર નવમા સ્થાનેથી શરૂઆત કરી અને શરૂઆતની રેસમાં ત્રીજા સ્થાને અને બીજી રેસમાં બીજા સ્થાને રહી.

બેલ્જિયન ડ્રેસેજ સ્પર્ધામાં અનુષ અગ્રવાલા અસરકારક રહ્યો

નવી દિલ્હી, તા. 02 (પીટીઆઇ) : ભારતીય ઘોડેસવાર અનુષ અગ્રવાલાએ તેના અશ્વ ફ્લોરિયાના સાથે બેલ્જિયન ડ્રેસેજ ઇવેન્ટમાં શાનદાર પ્રદર્શન કરીને આગામી એશિયન ગેમ્સ માટે તેની ક્વોલિફિકેશન યાત્રા શરૂ કરી. શનિવારે પોતાના આઠ વર્ષના અશ્વ ફ્લોરિયાના સાથે 14મા ક્રમેથી શરૂઆત કરતા અગ્રવાલે 68.85 ટકાના શાનદાર સ્કોર સાથે આત્મવિશ્વાસપૂર્ણ પ્રદર્શન કરીને એકંદરે ચોથા સ્થાને રહ્યો.

ટી-20 વર્લ્ડકપમાં નિષ્ફળતા બદલ PCB પાકિસ્તાની ખેલાડીઓને દંડશે

સતત ચોથી વખત ICC ઇવેન્ટની સેમી સુધી પહોંચવામાં નિષ્ફળતા બદલ ખેલાડીઓને 50 લાખનો દંડ કરવાની વિચારણા

પીસીબીના સૂત્રોએ જો કે કહ્યું કે આ દંડ હજુ લાગુ કરાયો નથી પણ એ નિર્ણય હાલ વિચારણા હેઠળ તો છે જ

કરાચી, તા. 02 (પીટીઆઈ) : ટી-20 વર્લ્ડકપમાં પાકિસ્તાની ટીમના ખરાબ પ્રદર્શન બદલ તેમના દેશના ક્રિકેટ બોર્ડ દ્વારા ખેલાડીઓ પર નાણાકીય દંડ લગાવવાનો વિચાર કરાયો છે. કેટલાક અહેવાલોમાં કહેવાયું હતું કે આ ખરાબ પ્રદર્શન બદલ 50 લાખ પાકિસ્તાની રૂપિયા અર્થાત આશરે 16.3 લાખ રૂપિયાનો દંડ ફટકાર્યો છે.

વિશ્વસનીય સૂત્રોના જણાવ્યા અનુસાર, ખેલાડીઓના મહેનતાણામાં તાત્કાલિક કાપ મૂકવાના અહેવાલો સાચા નથી, પરંતુ ટી-20 વર્લ્ડકપના સુપર આઠ તબક્કામાંથી બહાર થયા બાદ કાર્યવાહી પર ચર્ચા ચાલી રહી છે. હજી સુધી અંતિમ નિર્ણય લેવામાં આવ્યો નથી, પરંતુ ખેલાડીઓ પર નાણાકીય દંડ લાદવાના વિકલ્પ પર વિચારણા ચાલી રહી છે એવું સૂત્રએ પીટીઆઈને જણાવ્યું. જોકે, તેમણે સંભવિત કાર્યવાહીનું સ્વરૂપ જાહેર કર્યું નથી. તેમણે કહ્યું કે ખેલાડીઓને આર્થિક સજા આપવી એ યોગ્ય પગલું હશે કે નહીં તે અંગે પણ ચર્ચા ચાલી રહી છે.

એક સ્પોર્ટસ વેબસાઇટે જો કે પોતાના અહેવાલમાં કહ્યું હતું કે આ દંડ શિસ્તભંગના કારણોસર નહીં, પરંતુ નબળા પ્રદર્શન માટે લાદવામાં આવ્યો હતો. ભારત સામેની ગ્રુપ સ્ટેજ મેચ પછી આ દંડ લાદવામાં આવ્યો હતો, જેમાં ટીમ 61 રનથી હારી ગઈ હતી. ત્યારબાદ તેમને કહેવામાં આવ્યું હતું કે જો ટીમ સેમી ફાઈનલમાં પહોંચશે તો આ દંડ પાછો ખેંચી લેવામાં આવશે. પીસીબીએ પહેલા પણ ખેલાડીઓ સામે કડક કાર્યવાહી કરી છે, પરંતુ દરેક વખતે કારણો શિસ્તભંગના હતા. સૂત્રના જણાવ્યા અનુસાર, ખેલાડીઓના પ્રદર્શનથી માત્ર PCB જ નહીં પરંતુ સરકારના પ્રભાવશાળી વર્તુળો પણ નિરાશ થયા છે. સામાન્ય લાગણી એવી છે કે હવે બહુ થયું. આટલા બધા સમર્થન છતાં, ખેલાડીઓ મોટી ટુર્નામેન્ટમાં દેશને નિરાશ કરી રહ્યા છે એવું તેમણે કહ્યું. ટીમના ખેલાડીઓ પણ નાના જૂથોમાં શ્રીલંકાથી શાંતિથી ઘરે પાછા ફર્યા. કેપ્ટન સલમાન અલી આગા અને સ્ટાર બેટ્સમેન બાબર આઝમ સહિત કેટલાક ખેલાડીઓ સોમવારે રાત્રે લાહોર પહોંચ્યા. સેન્ટ્રલ કોન્ટ્રાક્ટ ધરાવતા ખેલાડીઓને મેચ ફી, જીત બોનસ અને બોર્ડના ટીમ સ્પોન્સરશિપ ડીલમાં હિસ્સો ઉપરાંત માસિક રિટેનર મળે છે.

દક્ષિણ આફ્રિકા ફોર્મમાં પણ ન્યૂઝીલેન્ડ અપસેટ કરી શકે તેમ છે

દક્ષિણ આફ્રિકા અને ઇંગ્લેન્ડ બંનેએ શાનદાર રમતનું પ્રદર્શન કર્યું છે અને તેઓ સંભવિત ફાઇનાલિસ્ટ ગણાય છે પણ ન્યૂઝીલેન્ડ ગમે ત્યારે બાજી ફેરવી શકે છે

વર્લ્ડકપ સ્પેશિયલ - સુનિલ ગવાસ્કર

દક્ષિણ આફ્રિકા અને ઇંગ્લેન્ડે સુપર એઇટ તબક્કાના તેમના ગ્રુપમાં તમામ મેચો જીતીને સેમી ફાઇનલમાં પ્રવેશ કરી લીધો છે. બંને ટીમોએ શાનદાર ક્રિકેટ રમી છે અને તેઓ સંભવિત ફાઇનલિસ્ટ દેખાઈ રહ્યા છે. જોકે, T20 ફોર્મેટ ગમે ત્યારે પલટાઈ શકે છે અને ન્યુઝીલેન્ડ આશા રાખશે કે તેમને એવી એક-બે ઓવર મળે જે રમતને તેમની તરફેણમાં ફેરવી દે. સેમી ફાઈનલમાં પ્રવેશ માટે ન્યુઝીલેન્ડ શ્રીલંકાનો આભાર માનશે, કારણ કે શ્રીલંકાના જોરદાર જવાબને કારણે પાકિસ્તાનનો નેટ રન-રેટ કિવિઝ (ન્યુઝીલેન્ડ) કરતા ઓછો રહ્યો, ભલે સાહિબઝાદા ફરહાનની તોફાની સદીએ તેની ટીમને 200 રનથી પાર પહોંચાડી હતી.

કોઈપણ ફોર્મેટમાં ટીમનું નેતૃત્વ કરવું સરળ નથી હોતું, પરંતુ આ અતિ ટૂંકા ફોર્મેટમાં તે વધુ કપરું છે કારણ કે મેચ માત્ર એક ઓવરમાં બદલાઈ શકે છે. ઇંગ્લેન્ડ સામેની મેચમાં મિચેલ સેન્ટનરે 18મી ઓવર ફેંકવા માટે ગ્લેન ફિલિપ્સને બોલાવ્યો હતો. ફિલિપ્સે તેની પહેલી જ ઓવરમાં ઇંગ્લેન્ડના કેપ્ટનને આઉટ કર્યો હતો, તેથી કેપ્ટનનો તેના પરનો વિશ્વાસ સમજી શકાય તેવો હતો, પરંતુ તે મુખ્ય બોલર નથી. તે 18મી ઓવરમાં જે 22 રન આવ્યા, તેણે મેચને ઇંગ્લેન્ડની તરફેણમાં ફેરવી દીધી.

તેવી જ રીતે, ફોર્મમાં રહેલા ડેરીલ મિચેલને બેટિંગ ક્રમમાં ઉપર ન મોકલવાની અનિચ્છા ન્યુઝીલેન્ડને કિમતી રનોનું નુકસાન કરાવી રહી છે. મિચેલ ભારત સામેની વન-ડે સીરિઝમાં શાનદાર ફોર્મમાં હતો અને તેના નામે બે શાનદાર સદીઓ હતી, પરંતુ ત્યારબાદ T20 સીરિઝમાં અને હવે વર્લ્ડકપમાં તેને નીચેના ક્રમે મોકલવામાં આવતા તેણે પોતાની રિધમ ગુમાવી હોય તેમ લાગે છે. તે હવે એવા શોટ્સ રમી શકતો નથી જેણે વન-ડે સીરિઝમાં ભારતને મુશ્કેલીમાં મૂક્યું હતું.

બીજી તરફ, હેરી બ્રુક બેટિંગ ક્રમમાં ત્રીજા નંબરે બઢતી મળ્યા બાદ સતત મજબૂત થઈ રહ્યો છે, એટલી હદે કે હવે તેને ઓપનિંગમાં ઉતારવા અંગે પણ વિચારાઈ રહ્યું છે. યાદ રહે કે તે પાકિસ્તાન સામેની મેચમાં રમતનો બીજો જ બોલ રમવા આવ્યો હતો જે ઓપનિંગ કરવા બરાબર જ છે. તેણે યાદગાર સદી ફટકારી અને મેચ પાકિસ્તાન પાસેથી છીનવી લીધી. વિલ જેક્સ એવો ખેલાડી છે જેની માટે આ ટુર્નામેન્ટ સપના સમાન રહી છે. બેટ અને બોલ બંને વડે તે પ્રભાવ પાડી રહ્યો છે અને તેના જેવો ખેલાડી સાતમા નંબરે બેટિંગ કરે તે ઇંગ્લેન્ડ માટે મોટો ફાયદો છે. દક્ષિણ આફ્રિકા આશા રાખશે કે તેમનો કેપ્ટન અને ક્વિન્ટન ડી કોક તેમને સારી શરૂઆત અપાવે, જેઓ હજુ ટુર્નામેન્ટમાં ખાસ ચમક્યા નથી. બ્રેવિસ અને સ્ટબ્સ પણ હજુ સુધી કોઈ મોટી ઇનિંગ રમી શક્યા નથી. લુંગી એનગિડી તેની ધીમી ગતિના બોલ વડે સર્વશ્રેષ્ઠ બોલર રહ્યો છે અને જો રબાડા તેની લય પકડી લે, તો કોર્બીન બોશના ઓલરાઉન્ડ કૌશલ્ય સાથે દક્ષિણ આફ્રિકા પાસે ઘાતક નવો બોલિંગ આક્રમણ હશે. ફોર્મમાં રહેલું દક્ષિણ આફ્રિકા આગળ વધવું જોઈએ, પરંતુ ન્યુઝીલેન્ડ, જે ટીમ હંમેશા ચુપચાપ રમે છે, તે ફરી એકવાર આશ્ચર્યજનક અપસેટ કરી શકે છે.

સિંધુ ઓલ ઈંગ્લેન્ડ ચેમ્પિયનશિપ ગુમાવે તેવી શક્યતા, લક્ષ્ય પર નજર

ઉન્નતી હુડા સહિતના કેટલાક ખેલાડી સિંગાપોર અને આફ્રિકાથી વૈકલ્પિક માર્ગ દ્વારા બર્મિંઘમ પહોંચ્યા

બર્મિંઘમ, તા. 02 (પીટીઆઈ) : બે વખતની ઓલિમ્પિક્સ મેડલિસ્ટ પીવી સિંધુ ઈરાન પર અમેરિકાના હુમલાને કારણે ગલ્ફ ક્ષેત્રમાં હવાઈ ક્ષેત્ર બંધ થવાને કારણે દુબઈમાં અટવાઈ ગઈ હોવાથી આવતીકાલે મંગળવારથી અહીં શરૂ થઈ રહેલી ઓલ ઈંગ્લેન્ડ બેડમિન્ટન ચેમ્પિયનશિપ ગુમાવશે. ખેલાડીઓ માટે મુસાફરી પ્રતિબંધોએ સુપર 1000 ઈવેન્ટ માટેની તેની તૈયારીઓ પર ગંભીર અસર કરી છે.

ઈરાન પર અમેરિકા અને ઈઝરાયલી હુમલાઓ અને ત્યારબાદ ઈરાની બદલો લેવાને કારણે ફ્લાઈટ્સ રદ કરવામાં આવી હોવાથી સિંધુ શનિવારથી દુબઈમાં ફસાયેલી છે. ભારતીય સ્ટાર ખેલાડીનો મુકાબલો પહેલા રાઉન્ડમાં થાઈલેન્ડની સુપાનિદા કાટેથોંગ સામે થવાનો હતો, પરંતુ દુબઈના હવાઈ ક્ષેત્ર અને એરપોર્ટ બંધ થવાને કારણે તેને ટુર્નામેન્ટમાંથી ખસી જવું પડશે. બેડમિન્ટન વર્લ્ડ ફેડરેશન (BWF) પણ પરિસ્થિતિ પર નજીકથી નજર રાખી રહ્યું છે અને મોડા પહોંચનારા ખેલાડીઓને મદદ કરવા તૈયાર છે. સિંધુની ટુર્નામેન્ટમાં ભાગીદારી હજુ અનિશ્ચિત છે, પરંતુ કેટલાક અન્ય ભારતીય ખેલાડીઓ સિંગાપોર અને આફ્રિકાથી વૈકલ્પિક માર્ગો દ્વારા બર્મિંઘમ પહોંચ્યા છે.

ભારતના ટોચના પુરુષ સિંગલ્સ ખેલાડી લક્ષ્ય સેન અને આયુષ શેટ્ટી કોઈપણ મુસાફરી સમસ્યા વિના અહીં પહોંચ્યા. ઉન્નતિ હુડા આફ્રિકા થઈને અહીં આવી હતી અને જ્યારે તે તેની પહેલી મેચમાં ઉતરશે ત્યારે તેને જેટ લેગમાંથી બહાર નીકળવું પડશે.

અફઘાનિસ્તાન જૂનમાં ભારત પ્રવાસમાં એક ટેસ્ટ અને ત્રણ વનડે રમશે

એકમાત્ર ટેસ્ટ ભારતની વર્લ્ડ ટેસ્ટ ચેમ્પિયનશિપ સાયકલનો ભાગ નથી

નવી દિલ્હી, તા. 02 (પીટીઆઈ) : અફઘાનિસ્તાનની ટીમ જૂન મહિનામાં તેના આગામી ભારતના પ્રવાસ દરમિયાન એક ટેસ્ટ મેચ અને ત્રણ વનડે મેચ રમશે, એમ ભારતીય ક્રિકેટ કંટ્રોલ બોર્ડ (બીસીસીઆઈ) એ સોમવારે જણાવ્યું હતું. બીસીસીઆઇ સચિવ દેવજીત સૈકિયાએ એક રિલીઝમાં જણાવ્યું હતું કે અફઘાનિસ્તાન એક ટેસ્ટ મેચ રમશે અને ત્યારબાદ ત્રણ મેચની વન ડે સીરિઝ રમશે. આ ટેસ્ટ મેચ 6 થી 10 જૂન, 2026 દરમિયાન નવા ચંદીગઢમાં રમાશે. જોકે, આ ટેસ્ટ મેચ ભારતની વર્લ્ડ ટેસ્ટ ચેમ્પિયનશિપ સાયકલનો ભાગ નથી. એવું માનવામાં આવે છે કે ભારત 2027ના વન ડે વર્લ્ડકપને ધ્યાનમાં રાખીને આ ફોર્મેટ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માંગે છે અને તેથી તેણે ત્રણ વન ડે મેચનું આયોજન કર્યું છે. વન ડે સીરિઝની પહેલી મેચ 14 જૂને ધર્મશાલામાં શરૂ થશે, ત્યારબાદની મેચો લખનૌમાં 17 જૂન અને ચેન્નાઈમાં 20 જૂને રમાશે. બધી વન ડે મેચો ભારતીય સમયાનુસાર બપોરે 1.30 વાગ્યે શરૂ થશે.

અફઘાનિસ્તાનના ભારત પ્રવાસનો કાર્યક્રમ

મેચ	તારીખ	સ્થળ	સમય
એકમાત્ર ટેસ્ટ	6થી 10 જૂન	મુલ્લાનપુર	સવારે 9.00 વાગ્યાથી
પ્રથમ વન ડે	14 જૂન	ધર્મશાળા	બપોરે 1.30 વાગ્યાથી
બીજી વન ડે	17 જૂન	લખનૌ	બપોરે 1.30 વાગ્યાથી
ત્રીજી વન ડે	20 જૂન	ચેન્નાઇ	બપોરે 1.30 વાગ્યાથી

ભારત-ઈંગ્લેન્ડ વચ્ચે સેમી ફાઈનલની હેટ્રિક : બંને એક એક જીત્યા છે

2022માં એડિલેડ ઓવલમાં રમાયેલી સેમી ઈંગ્લેન્ડ જીત્યું હતું, 2024માં જ્યોર્જટાઉનમાં રમાયેલી સેમી ભારત જીત્યું હતું

વાનખેડે પર પાંચમી માર્ચે રમાનારી સેમી ફાઇનલમાં ભારતનો હાથ ઉપર રહેવાની સંભાવના

નવી દિલ્હી, તા. 02 : ભારતીય ટીમ આગામી પાંચમી માર્ચે વાનખેડે સ્ટેડિયમ પર ટી-20 વર્લ્ડકપ 2026ની સેમી ફાઈનલમાં ઈંગ્લેન્ડનો સામનો કરશે. ભારત અને ઈંગ્લેન્ડ વચ્ચે આ સતત ત્રીજી ટી-20 વર્લ્ડકપ સેમી ફાઈનલ છે. બંને ટીમો 2022 અને 2024 ટુર્નામેન્ટની સેમિફાઈનલમાં પણ ટકરાઈ હતી. અમે બંને ટીમો તેમાં એક એક સેમી જીતી ચુક્યા છે. એડિલેડ ઓવલ ખાતે રમાયેલી આ સેમી ફાઈનલ મેચમાં ઈંગ્લેન્ડે 10 વિકેટે વિજય મેળવ્યો હતો. હાર્દિક પંડ્યાના 63 અને વિરાટ કોહલીના 50 રનની મદદથી ભારતે 6 વિકેટે 168 રન બનાવ્યા. ઈંગ્લેન્ડે ચાર ઓવર બાકી રાખીને એલેક્સ હેલ્સે 47 બોલમાં 86 અને જોસ બટલરે 49 બોલમાં 80 રનની મદદથી આંબી લીધો હતો. ઈંગ્લેન્ડ એ વર્ષે ચેમ્પિયન બન્યું હતુ. 2024માં, ગયાનાના જ્યોર્જટાઉનમાં બંને સેમી ફાઈનલમાં ટકરાયા હતા રોહિત શર્માએ 57 અને સૂર્યકુમાર યાદવે 47 રન બનાવીને ભારતનો સ્કોર 171 સુધી પહોંચાડ્યો. ઈંગ્લેન્ડ 17મી ઓવરમાં માત્ર 103 રનમાં ઓલઆઉટ થઈ ગયું. ભારતે 68 રનના મોટા માર્જિનથી મેચ જીતી લીધી. કુલદીપ યાદવ અને અક્ષર પટેલે ત્રણ-ત્રણ વિકેટ લીધી, જ્યારે જસપ્રીત બુમરાહે બે વિકેટ લીધી. ભારતીય ટીમ ત્યારે ચેમ્પિયન બની હતી. ભારત અને ઈંગ્લેન્ડ વચ્ચેની છેલ્લી બે સેમી ફાઈનલ મેચ એકતરફી રહી છે. આ વખતે, મેચ મુંબઈના વાનખેડે સ્ટેડિયમમાં છે. ઈંગ્લેન્ડ ફોર્મમાં નથી, છતાં તેઓ હજુ પણ મેચ જીતી રહ્યા છે. ગ્રુપ સ્ટેજમાં તેઓ નેપાળ અને ઈટાલી સામે સાંકડા અંતરથી જીત્યા હતા. સુપર 8 માં તેમની બધી મેચો પણ સ્પર્ધાત્મક રહી હતી. ભારતીય ટીમ પણ તેની સામાન્ય શૈલીની ક્રિકેટ રમી રહી નથી. તેના ઘણા ખેલાડીઓ ફોર્મ સાથે સંઘર્ષ કરી રહ્યા છે.

સુડોકુ - ૬૬૪૭

	૯		૨	૭		૪	૬	૩
	૬	૮		૩	૯		૫	
	૩	૨	૪		૫	૯		૮
૮			૩			૭	૯	૧
	૭	૯		૧		૮		
૨		૩	૮	૯			૪	
૧		૬	૭	૪	૩	૫	૮	
				૫			૨	
૩	૪		૯	૮		૧	૭	

- અહીં એક ચોરસ આપ્યું છે. જેમાં નવ બોક્સ છે.
- દરેક બોક્સમાં નવ ખાનાં છે. દરેક બોક્સમાં એકથી નવ સુધીનો અંક આવવો જોઇએ. તેમજ મોટા ચોરસની દરેક આડી અને ઊભી લાઇનમાં પણ એકથી નવ સુધીનો અંક આવવો જોઇએ. કોઇ પણ અંક રહી ન જવો જોઇએ. તેમજ એકનો એક અંક ઊભી કે આડી કોઇપણ લાઇનમાં કે બોક્સમાં બીજીવાર વપરાવો જોઇએ નહીં.
- પઝલમાં આપેલા અંકમાં કોઇ ફેરફાર કરી શકશો નહિ.

૬૬૪૭-૭૬૬૪ ફીડ્સિ

દાદીમાના નુસખા

મીનુ પરબીઆ - રચોમંદ પરબીઆ

કોલેસ્ટ્રોલ અનિયમિત હોય

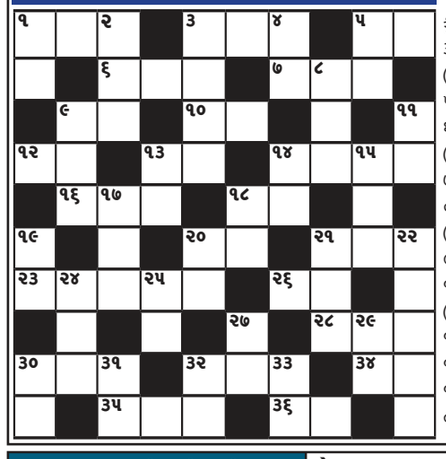
અતિ સર્વત્ર વર્જિત છે. હકીકતમાં કોલેસ્ટ્રોલ શરીર માટે ખૂબ અગત્યનું ઘટક છે. ત્વચાની સુંદરતા, વિટામિન ડી, મગજની કાર્યક્ષમતા મા કોલેસ્ટ્રોલ અગત્યનું છે. એની હાજરી અને કાર્ય નિયમિત કરવા યોગ્ય માત્રામાં ખોરાક માં લો. સાથે લસણ નું સેવન કરવું. Roj રાત્રે લસણ ની સાત થી દશ કળી છોલી, ઉભી કાપી એક ગ્લાસ પાણીમાં રાખી ઢાંકી દો. સવારે લસણ ગળી જઈને ઉપર એનું પાણી પીવું.

પેરા સિનિયર ટેબલ ટેનિસ ચેમ્પિયનશિપમાં ભાવિકા કૂકડીયાએ ગોલ્ડ સહિત ત્રણ મેડલ જીત્યા

સુરતની પેરા ટેબલ ટેનિસમાં દેશની નંબર વન ખેલાડી ભાવિકા કુકડીયા એ તાજેતરમાં યોજાયેલી પેરા સિનિયર ટેબલ ટેનિસ નેશનલ ચેમ્પિયનશિપની સિંગલ્સ, મિક્સ ડબલ્સ અને મહિલા ડબલ્સ એમ ત્રણ ઇવેન્ટમાં ભાગ લઇને એક ગોલ્ડ, એક સિલ્વર અને એક બ્રોન્ઝ મેડલ જીતીને રાજ્ય અને શહેરનું ગૌરવ વધાર્યું છે. ભાવિકાએ સિંગલ્સ ઇવેન્ટમાં સિલ્વર, મિક્સ ડબલ્સ ઇવેન્ટમાં ગોલ્ડ તેમજ વુમન્સ ડબલ્સ ઇવેન્ટમાં બ્રોન્ઝ મેડલ જીત્યો હતો. આ સફળતા પાછળ તેમના મેન્ટર ભાવિન દેસાઈ અને ધનસુખ પટેલનો સતત સહયોગ રહ્યો છે.

શબ્દગુંફન - ૭૧૮૧

અરવિંદ એસ. મારૂ

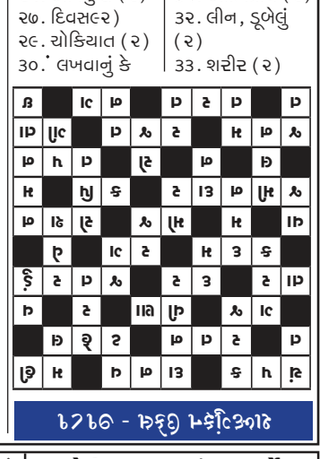


આડી ચાવી

૧. એક ખુશબોવાળું ફૂલઝાડ (૩)
૩. રાક્ષસ, અસુર (૩)
૫. એક નદી (૨)
૬. આંખની કીકી (૩)
૭. એકનું એક વારંવાર કહેવું તે (૩)
૯. હાથી (૨)
૧૦. એક તંતુવાદ્ય (૨)
૧૨. તંતુ, દોર(૨)
૧૩. કિંમત (૨)
૧૪. સોના-ચાંદીના તાર ખેંચવાનું સાધન (૪)
૧૬. ડગલુ, પગલું (૩)
૧૮. નસ, રક્તવાહિની (૨)
૨૦. આનંદ (૨)
૨૧. ચળકતું, જાહેર (૩)
૨૩. વાંદરું (૨)
૨૮. સૂર્ય (૩)
૩૦. જન્મારો (૩)
૩૨.રૂપાનું (૩)
૩૪. સીતા ઔર (૨)
૩૫. ઝટ, એકદમ (૩)
૩૬. પર્વત (૨)

ઊભી ચાવી

૧. આકાશ (૨)
૨. દેવુ, ઋણ (૩)
૩. દાન આપનાર (૪)
૪. ટેક, આબરૂ (૨)
૫. કુસ્તીબાજ (૨)
૮. નવાઈ (૩)
૯. લીન, ડૂબેલું (૩)
૧૧. એક ખાવાની વાની (૨)
૧૩.શ્વાસ (૨)
૧૪. દુનિયા (૨)
૧૫. ઝરૂખો (૩)
૧૭. દબાવવું-પીડવું તે (૩)
૧૮. સહેજ (૨)
૧૯. કંટાળેલું (૨)
૨૦. એક પક્ષી (૨)
૨૧. રોપેલું (૩)
૨૨. નમ્રતા, નરમાશ (૫)
૨૪. બીડવું-બંધ કરવું (૩)
૨૫. આપવું તે (૨)
૨૭. દિવસ(૨)
૨૯. ચોકિયાત (૨)
૩૦. લખવાનું કે (૨)
૩૧. આભિપ્રાય (૨)
૩૨. લીન, ડૂબેલું (૨)
૩૩. શરીર (૨)



૮૭૧૮ - ૫૬૬૧ ફીડ્સિઆઇ

અનુસંધાન ... પાના પહેલાનું

હોર્મુઝની ખાડીમાં હજારો...

ઈરાનનો 'મેજિક શો' (GPS જામિંગ અને સ્પૂફિંગ) ઈરાને પોતાની હાઈ-ટેક સિસ્ટમ (Cobra V8) થી આખા વિસ્તારનું GPS ખોરવી નાખ્યું છે: ખોટા લોકેશન: ટેન્કરોના કેપ્ટનોને તેમની સ્ક્રીન પર એવું દેખાય છે કે જાણે તેમનું જહાજ કોઈ આંતરરાષ્ટ્રીય એરપોર્ટ પર ઉભું છે અથવા કોરી જમીન પર ચાલી રહ્યું છે! **સિગ્નલ ગાયબ:** જહાજો એકબીજાને જોઈ શકતા નથી, જેના કારણે ટકરાવવાનું જોખમ વધી ગયું છે.**મોટો ટ્રાફિક જામ:** જહાજોના કેપ્ટનોએ અથડામણના ડરથી એન્જિન બંધ કરી દીધા છે અથવા જહાજોને લંગર (Anchor) નાખીને થોભાવી દીધા છે, જેના કારણે દરિયામાં કિલોમીટરો લાંબો 'ટ્રાફિક જામ' સર્જાયો છે.**દુનિયાનું ૨૦% તેલ:** આ રસ્તો બંધ થવો એટલે આખી દુનિયાના તેલ પુરવઠા પર બ્રેક લાગવી. **ભાવ વધારો:** જો આ જામ લાંબો સમય ચાલશે, તો પેટ્રોલ-ડીઝલના ભાવ આસમાને પહોંચી શકે છે. **૧ માર્ચના રોજ 'સ્કાયલાઈટ' નામના ટેન્કર પર હુમલો થયો હતો, જેમાંથી ૧૫ ભારતીય નાવિકોને માંડ-માંડ બચાવી લેવાયા છે. હાલમાં આ રસ્તો એટલો જોખમી બની ગયો છે કે કેપ્ટનો આધુનિક સિસ્ટમ છોડીને જૂની પદ્ધતિથી (હાથથી રડાર ચલાવીને) જહાજ હંકારી રહ્યા છે. આ ઘટના દર્શાવે છે કે કેવી રીતે આધુનિક યુદ્ધમાં માત્ર મિસાઈલો જ નહીં, પણ અદ્રશ્ય રેડિયો તરંગો દ્વારા પણ વૈશ્વિક અર્થતંત્રને બંધક બનાવી શકાય છે.**

છતાં ભારતમાં પેટ્રોલ-...

નજીક પહોંચ્યું છે, જ્યારે અમેરિકામાં વેચાતું ક્રૂડ ૮.૬ ટકા વધીને ૭૨.૭૯ ડોલર પર પહોંચ્યું છે, જે શુક્રવારે આશરે ૬૭ ડોલરની આસપાસ હતું. ભારત માટે, જે તેની ક્રૂડ ઓઈલની જરૂરિયાતનું ૮૮ ટકા આયાત કરે છે અને જેને રિફાઈનરીઓમાં પેટ્રોલ અને ડીઝલ જેવા ઈંધણમાં ફેરવવામાં આવે છે, ત્યાં વૈશ્વિક ભાવમાં વધારો થવો એટલે આયાત બિલમાં વધારો અને મોંઘવારીનું સંભવિત દબાણ. જો કે, છૂટક ઈંધણના ભાવમાં તાત્કાલિક વધારો થવાની અપેક્ષા નથી, કારણ કે સરકાર એક ગણતરીપૂર્વકની નીતિને અનુસરી રહી છે. આ નીતિ હેઠળ જ્યારે આંતરરાષ્ટ્રીય ભાવ નીચા હોય ત્યારે તેલ કંપનીઓને માર્જિન (નફો) બનાવવા દેવામાં આવે છે અને જ્યારે દર વધે ત્યારે ગ્રાહકોને રક્ષણ આપવામાં આવે છે. છૂટક પેટ્રોલ અને ડીઝલના ભાવ એપ્રિલ ૨૦૨૨થી સ્થિર છે, જેમાં ઇન્ડિયન ઓઇલ કોર્પોરેશન (IOC), ભારત પેટ્રોલિયમ કોર્પોરેશન લિમિટેડ (BPCL) અને હિન્દુસ્તાન પેટ્રોલિયમ કોર્પોરેશન લિમિટેડ (HPCL) જેવી ઓઇલ રિટેલર કંપનીઓ જ્યારે ક્રૂડના ભાવ ઊંચા હોય ત્યારે નુકસાન વેઠે છે અને ભાવ નીચા હોય ત્યારે નફો કરે છે. પશ્ચિમ બંગાળ, તમિલનાડુ અને આસામ જેવા મહત્વના રાજ્યોમાં વિધાનસભાની ચૂંટણીઓ નજીક હોવાથી, સરકાર એવું કંઈ કરવા નથી માંગતી જેનાથી વિપક્ષને કોઈ મુદ્દો મળી જાય.મધ્ય પૂર્વમાં સૈન્ય સંઘર્ષ વધતા, તેલ મંત્રી હરદીપ સિંહ પુરીએ સોમવારે તેમના મંત્રાલય અને જાહેર ક્ષેત્રની કંપનીઓના વરિષ્ઠ અધિકારીઓ સાથે ક્રૂડ ઓઇલ, એલપીજી અને અન્ય પેટ્રોલિયમ ઉત્પાદનોની સ્થિતિની સમીક્ષા કરી હતી.

ચાંદી 3 લાખને પાર...

જણાવ્યા અનુસાર, ચાંદીના ભાવ શુક્રવારના રૂ. 2,68,000 પ્રતિ કિલોના બંધ સ્તર સામે રૂ. 32,000 અથવા 11.94 ટકા વધીને રૂ. 3,00,000 પ્રતિ કિલો (તમામ ટેક્સ સહિત) પર પહોંચ્યા હતા. બુલિયન માર્કેટમાં, 99.9 ટકા શુદ્ધતા ધરાવતા સોનાનો ભાવ રૂ. 8,100 અથવા 4.92 ટકા વધીને રૂ. 1,72,800 પ્રતિ 10 ગ્રામ (તમામ ટેક્સ સહિત) થયો હતો, જે અગાઉના સત્રમાં રૂ. 1,64,700 પર બંધ રહ્યો હતો. લેમન માર્કેટ્સ ડેસ્કના રિસર્ચ એનાલિસ્ટ ગૌરવ ગર્ગે જણાવ્યું હતું કે, મધ્ય પૂર્વના ભૂરાજકીય તણાવને કારણે સોના અને ચાંદીના ભાવમાં સોમવારે તીવ્ર ઉછાળો જોવા મળ્યો હતો. સપ્તાહના અંતે અમેરિકા અને ઈઝરાયેલ દ્વારા ઈરાન પર કરવામાં આવેલા સંયુક્ત સૈન્ય હુમલામાં સર્વોચ્ચ અલી ખામેનીનું નિધન થતા વૈશ્વિક નાણાકીય બજારો હચમચી ગયા છે, જેના કારણે રોકાણકારોમાં કિંમતી ધાતુઓ ખરીદવા માટે ભારે ધસારો જોવા મળ્યો છે. આંતરરાષ્ટ્રીય બજારમાં, સ્પોટ ગોલ્ડ 116.38 ડોલર અથવા 2.21 ટકા વધીને 5,394.28 ડોલર પ્રતિ ઔંસ પર પહોંચ્યું હતું, જ્યારે ચાંદી 1.43 ટકા વધીને 95.19 ડોલર પ્રતિ ઔંસ પર ટ્રેડ થઈ રહી હતી. HDFC સિક્યોરિટીઝના સિનિયર એનાલિસ્ટ સૌમિલ ગાંધીએ નોંધ્યું હતું કે મધ્ય પૂર્વના તણાવે સુરક્ષિત રોકાણની માંગમાં મોટો વધારો કર્યો છે, જેનાથી સોનું બે મહિનાની સર્વોચ્ચ સપાટીએ પહોંચ્યું છે.

લેબનોન અને...

સલામે હિઝબુલ્લાહના હુમલાને 'ગેરકાયદેસર' ગણાવ્યો છે અને સૈન્યને સૂચના આપી છે કે કોઈ પણ સશસ્ત્ર જૂથને દેશ વતી યુદ્ધ કરવાનો અધિકાર નથી. એથેન્સ, તા.૨: ઈરાન દ્વારા માત્ર ૧૨ કલાકમ