CITY પલ્સ

શુક્રવાર ૩ જાન્યુઆરી, ૨૦૨૫

email: citypulse@gujaratmitra.in

ગુજરાતમિત્ર

LifeStyle Trends

બર્થ ડે પાર્ટીઝનો ટ્રેન્ડ દરેક સમયમાં ફેવરિટ રહ્યો છે. સમય જતા અને જનરેશન બદલાતા આ બર્થ-ડે પાર્ટીઝના ટ્રેન્ડમાં પણ ફેરફારો જોવા મળ્યા છે. એ જમાનામાં બર્થડે પાર્ટી કેક કટિંગ અને બાળકોને કેક, બિસ્કિટ, વેફર્સનો નાસ્તો અને ઠંડા પીણા પીરસવા પૂરતી સીમિત રહેતી. જોકે ત્યારે બર્થડે પાર્ટીમાં ડેકોરેશનનું પણ મહત્ત્વ રહેતું અને મોટે ભાગે ઘરમાં જ થતી, પછી જમાનો એવો આવ્યો કે બર્થડે પાર્ટીમાં ડેકોરેશનનું મહત્ત્વ ઘટી ગયું પણ બચ્ચાઓને રેસ્ટોરન્ટ કે કાફેઝમાં લઈ જઈ ત્યાં ગેમ જોકીને બોલાવે જે બાળકોને હળવી ગેમ રમાડે તથા પીઝા સમોસા, કોલ્ડ ડ્રિંક્સ પીવડાવી પાર્ટી સેલિબ્રેટ કરાય છે. આ રીતે મમ્મી પણ ફ્રી રહી બર્થ ડે પાર્ટી એન્જોય કરી શકતી. જોકે, હવે અત્યારની જનરેશનના બાળકોને બર્થડે સેલીબ્રેશન પણ યુનિક રીતે સેલિબ્રેટ કરવું ગમે છે. ટર્ફમાં જઈને ક્રિકેટ કે ફૂટબોલ, પિકલ બોલ ફ્રેન્ડ્સ સાથે રમીને બર્થડેને યાદગાર બનાવે છે. એક સરખું સ્કૂલ અને ભણતરમાં બિઝી રહેતા બાળકોને થોડું રમવાનો સમય પણ મળે છે. અત્યારના જમાનામાં બચ્ચાઓની બર્થડે પાર્ટીમાં સ્પોર્ટ્સ કોચને કેમ બોલાવાય છે, બર્થડેમાં ફિટનેસ પાર્ટીનો ટ્રેન્ડ શું છે તેના વિશે પણ આપણે અહીં જાણીએ...

બચ્ચાઓની બર્થડે પાર્ટીના નવા છે રંગ, પીકલબોલ-ફિટનેસ પાર્ટીની માણે છે મજા

ફૂટબોલ કોચને બોલાવી બાળકોને ફૂટબોલ રમાડી બર્થડે સેલિબ્રેટ કરીએ છીએ: બંસરી પટેલ

બંસરી પટેલે જણાવ્યું કે પહેલાં અમે અમારા બાળકોની બર્થડે પાર્ટી ઘરે એમના ફ્રેન્ડ્સને બોલાવી કેક કટિંગ કરી પીઝા, પાસ્તા ખવડાવી સેલિબ્રેટ કરતાં હતાં. જોકે હવે બાળકોને કોઈ ગેમ રમીને બર્થડે સેલિબ્રેટ કરવી હોય છે એટલે મેં મારા દીકરા આરવની બર્થડે પાર્ટી પર ફૂટબોલ કોચને બોલાવી દીકરાના ફ્રેન્ડ્સને બે કલાક ફૂટબોલ રમાડ્યું હતું પછી લંચ કે ડિનર કરાવીએ. કોચને બોલાવવાથી બાળકો સિસ્ટમેટિકલી રમે, ઝઘડા ન કરે અને કોચ રુલ્સ એન્ડ રેગ્યુલેશન ફોલો કરાવે. આ સમયમાં મમ્મી ફ્રી રહી શકે અને પાર્ટી એન્જોય કરી શકે. એ રીતે હવે અમે બર્થડે સેલિબ્રેટ કરીએ છીએ. હમણાં લાસ્ટ બર્થડે પર અમે વેસુમાં એક કાફેના ટર્ફમાં ફૂટબોલ મેચ રમાડી હતી. એક વખત ક્રિકેટ મેચ પણ રમાડી હતી પણ મારા દીકરાને ફૂટબોલ ગમે એટલે બે વર્ષથી બર્થડે પર ફૂટબોલ જ રમાડવાનું પ્રિફર કરીએ છીએ.

દોઢ બે વર્ષથી બર્થડે ફિટનેસ પાર્ટીની થીમ પર ઉજવવાનો ટ્રેન્ડ છે: નિરજ ગુપ્તા

ફિટનેસ ટ્રેનર નીરજ ગુપ્તાએ જણાવ્યું કે દોઢ બે વર્ષથી બર્થડેમાં ફિટનેસ પાર્ટીનો પણ ટ્રેન્ડ છે. પહેલાં બર્થડે પાર્ટીમાં સોશ્યલાઇઝેશન થતું પણ તે ઓછું હતું, ઘરમાં જ ગેમ રમીને બર્થડે એન્જોય કરાતી. હવે બર્થડેના સેલિબ્રેશનમાં ફિટનેસ પાર્ટી થાય છે જે હાઇએનર્જેટિક હોય છે. તેના માટે પ્લેસ ખાસ તો ટર્ફ બુક કરાય છે. એમાં ઇન્વાઇટી બાળકોને જેમાં ચેલેન્જ હોય તેવા સ્પોર્ટ્સ રમાડાય છે. જેથી તેમની એબીલીટી અને સ્કીલ્સ વધે છે. આવી પાર્ટી ઘરના ટેરેસ પર પણ થઈ શકે છે અને ગાર્ડનમાં તથા પેન્ટ હાઉસમાં પણ થઈ શકે પણ તે સ્પોર્ટ્સ એક્ટિવિટી માટે અનુકૂળ જગ્યા હોવી જોઈએ. ફિટનેસ પાર્ટીમાં સોશ્યલ ઇન્ટરેક્શન વધારે હોય છે કેમકે અહીં ઇન્વાઇટી બાળકો અને યજમાન એક-બે કલાક સાથે સ્પેન્ડ કરતા હોય છે. આવી પાર્ટીઝમાં રનિંગ, જમ્પિંગ પણ કરાવાય છે અને ફૂટબોલ પણ રમાડાય તથા બીજી ફિટનેસ રિલેટેડ એક્ટિવિટી કોચ કરાવે છે. કોચને એક કે બે કલાક માટે હાયર કરાતા હોય છે. આવી પાર્ટી બાળકો માટે પણ થાય છે અને મોટી વયના લોકો માટે પણ થતી હોય છે.

ડિફરન્ટ બર્થડે પાર્ટી કરવા પિકલ બોલ પાર્ટીનું કર્યું આયોજન, બાળકોને આવી મજા: હીના ચાવલા

હિના ચાવલાએ જણાવ્યું કે મારા દીકરા જશની બર્થડે પાર્ટી અમારે એકદમ ડિફરન્ટ કરવી હતી એટલે અમે શહેરના એક, ક્રિકેટ ગ્રાઉન્ડ કે જ્યાં પીકલ બોલ કાર્ટ છે તેમાં બર્થડે પાર્ટી ઉજવી હતી. પીકલબોલ ટેનિસ બેડમિન્ટન અને ક્રિકેટનું કોમ્બિનેશન છે એટલે બાળકોમાં આ ગેમ વધારે પસંદ કરાઇ રહી છે. મારા દીકરાના 22 જેટલાં ફ્રેન્ડ્સને પિકલ બોલ રમાડી અમે બર્થડેનું સેલિબ્રેશન ક યુ ં હતું. બાળકોને આ ગેમ પૂરા એક કલાક રમાડવામાં આવી હતી. આમાં બોલને હિટ કરવા ખૂબ એનર્જી હોવી જોઈએ. મારા દીકરાના ફ્રેન્ડ્સને એટલી મજા આવી હતી કે તેઓ વધારે રમવા માંગતા હતાં પણ તે કોઈ કારણસર પોસીબલ નહીં થઈ શક્યું. અહીં ફૂડની વ્યવસ્થા હોય છે એટલે અમે બાળકોને પિકલ બોલ રમ્યા બાદ માર્ગરીટા પીઝા, નુડલ્સ, મનચ્યુરિયન, ફ્રેન્ચ ફ્રાઇઝ ખવડાવ્યા હતાં. પિકલ બોલ પાર્ટી પહેલાંની બે બર્થડે પાર્ટીમાં બાળકોને ક્રિકેટ ગેમ રમાડી હતી. આવી ડિફરન્ટ પાર્ટી કરવા પાછળનું કારણ એ હતું કે દિવાળીના વેકેશનમાં મારા હસબન્ડ અને દીકરાએ પિકલ બોલ ખૂબ એન્જોય કર્યું હતું અને ક્રિકેટ પાર્ટીથી બાળકો બોર થયા હતાં એટલે આવી ડિફરન્ટ પાર્ટી કરી હતી.

ઇન્ફ્લેટેબલ પુલ પાર્ટી કરી, હોર્સ કાર્ટમાં કરાવ્યું રાઈડિંગ: સોનમ પરીખ

સોનમ પરીખે જણાવ્યું કે હવે તો બાળકોને પણ યુનિક આઈડિયા પર બર્થડે પાર્ટી સેલિબ્રેટ કરવી હોય છે. મારી દીકરી મીરાયાની સેકન્ડ બર્થડે પાર્ટીની થીમ ઇન્ફ્લેટેબલ પુલ પાર્ટી અને હોર્સ કાર્ટિંગ રાખવામાં આવી હતી. મીરાયાની બર્થડે પાર્ટીમાં તેના 15 ફ્રેન્ડસને ઇન્વાઇટ કરાયા હતાં. ઘરના કોર્ટયાર્ડમાં બે મોટા ઇન્ફલેટેબલ પુલ રાખવામાં આવ્યા હતા જેમાં બાળકોએ વોટરગેમ્સ રમીને છબછબિયાં કરીને પાર્ટી એન્જોય કરી હતી. મારી ડોટર્સને ઇન્ફલેટેબલ પુલમાં ભરેલા પાણીમાં છબછબીયા દર અઠવાડિયે એક વખત કરવા ગમે. દીકરીની ઇચ્છાને માન આપી બર્થડે પર ઇન્ફલેટબલ પુલ પાર્ટી આયોજિત કરી હતી. પછી અમે એક હોર્સ કાર્ટ હાયર કરેલું. બાળકોને અડધો કલાક આ કાર્ટમાં રાઈડિંગ કરાવ્યું હતું. એક બ્રિઝ પર 305થી 40 મિનિટનું રાઈડિંગ કરાવ્યું હતું તથા બાળકોને પીઝા, પાસ્તા, વેજીટેબલ પુલાવ અને આઈસ્ક્રીમની પાર્ટી આપવામાં આવી હતી.

હમ કિસી સે કમ નહીં: આંખોમાં રોશની નથી પણ સિદ્ધિઓ છે ઊંચી અનેરી

Succcess મંત્ર

આપણે રસ્તા પરથી પસાર થતાં હોઈએ ત્યારે ઘણીવાર આપણી નજર લાકડી (સ્ટીક) હાથમાં પકડીને રસ્તો ક્રોસ કરતાં પ્રજ્ઞાચક્ષુ પર પડતી હોય છે. આમાંના જ એવા પણ પ્રજ્ઞાચક્ષુ હોય છે જે ક્રિકેટ પણ રમતા હોય છે અને ફૂટબોલ પણ ત્યારે આપણા મનમાં ચોક્કસ એક પ્રશ્ન ઉદ્દભવતો હોય છે કે બ્લાઈન્ડ વ્યક્તિ સ્ટીકનો ઉપયોગ કર્યા વગર રસ્તો ક્રોસ નથી કરી શકતા તો તે ક્રિકેટ કઈ રીતે રમતા હશે? એ તો જવા દો તેઓ બુદ્ધિબળની ગેમ ગણાતી ચેસ કઈ રીતે રમતા હશે? પહેલાં બ્રેઇલ લિપીથી તેઓ વાંચતા શીખતાં એ જ પ્રજ્ઞાચક્ષુઓ હવે લેપટોપ પર ટાઈપિંગ કરી પોતાની નોટ્સ તૈયાર કરતા હોય છે. સુરતના પ્રજ્ઞાચક્ષુ બાળકો નોર્મલ બળકોને પણ પાછળ પાડી દે તે ત્વરાથી ચેસ રમે છે, લાંબો કૂદકો મારી શકે છે. અરે! આ પ્રજ્ઞાચક્ષુ બાળકોએ તો વિવિધ સ્પોર્ટ્સમાં ઉત્કૃષ્ટ પ્રદર્શન કરીને મેડલ મેળવી સુરતનું ગૈરવ વધાર્યું છે. ચાલો, આપણે આવા સ્પોર્ટ્સમાં ઉત્કૃષ્ટ પ્રદર્શન કરનારા સુરતમાં રહેતાં પ્રજ્ઞાચક્ષુ બાળકોને મળીએ અને તેઓ કઈ રીતે ક્રિકેટ કે ફૂટબોલ રમે છે? તેમને શું તકલીફ પડતી હોય છે અને તેમણે કઈ કઈ સિદ્ધિઓ હાંસલ કરી છે તે જાણીએ....

ગોલ બોલ ચેમ્પિયનશિપમાં રનર્સ અપ બનનાર ગુજરાતની ટીમમાં સુરતના હરીશ પાટીલ પણ છે

હાલમાં જ મહારાષ્ટ્રના ગોંડિયામાં નેશનલ લેવલની ગોલ બોલ ચેમ્પિયનશિપ થઈ હતી જેમાં ગુજરાતની ટિમ રનર્સ અપ બની હતી. ગોલ બોલની ટીમમાં 7 પ્લેયર્સ હોય તેમાં સુરતના હરીશ પાટીલ પણ હતાં. પ્રજ્ઞાચક્ષુઓ માટેના ગોલ બોલમાં જે બોલ હોય તેમાં ઘૂઘરી હોય છે. આ ગેમમાં બોલને હાથથી નહીં પણ બોડીથી અટકાવવાનો હોય.

રૂકસાર, રોશની અને શરદે ચેસમાં મારી છે બાજી

ડિસ્ટ્રિક્ટ લેવલ પર સ્પે. ખેલમહાકુંભમાં ચેસની ટૂર્નામેન્ટમાં ફર્સ્ટ પોઝીશન મેળવનાર રૂકસારે જણાવ્યું કે આમ તો પ્રજ્ઞાચક્ષુઓ માટેના ચેસ બોર્ડ નોર્મલ લોકો માટે હોય તેવા જ દેખાતા હોય છે. પણ અમારા માટેના ચેસ બોર્ડ પર બ્લેક ખાના ઉપસેલા હોય જ્યારે વ્હાઇટ ભાગ ખાડાવાળો હોય. અમે મોહરા કે પ્યાદાને સાઈઝ અને આકાર પરથી ઓળખતા હોઈએ છીએ. વ્હાઇટ પ્યાદા પર ત્રણ ઝીણા ઉપસેલા ટપકા હોય છે અને બ્લેક મોહરા નોર્મલ હોય છે. રૂકસારે જણાવ્યું કે મને ચેસ શીખતાં બે મહિના લાગેલાં. રોશની ગુપ્તા અને શરદ મિશ્રા પણ ખૂબ સારા ચેસ પ્લેયર છે તેઓ ડિસ્ટ્રિક્ટ લેવલની ચેસની કૉપિટિશનમાં સેકન્ડ નમ્બરના વિનર બન્યા હતાં.

પ્રયાગે લોન્ગ જમ્પમાં ગોલ્ડ મેડલ મેળવેલો, મોર્યા શનિ ફૂટબોલ અને ક્રિકેટનો સારો પ્લેયર છે

પ્રયાગ ગામીત રનર (ધાવક) પણ છે અને લોન્ગ જમ્પમાં પણ માસ્ટર છે. તેણે જણાવ્યું કે હું પાર્શલી બ્લાઈન્ડ છું એટલે ખેલની કોમ્પિટિશનમાં મેદાનમાં ઉતરું એટલે આંખોના આગળની સાઈડમાં રૂનું પુમડું મૂકે અને પછી પાટો બાંધી દે એટલે મને જરા સરખું પણ નહીં દેખાય. મેં સ્પેશ્યલ મહાકુંભમાં ડિસ્ટ્રિક્ટ લેવલ પર ગોલ્ડ મેડલ મેળવ્યો હતો. આ ઉપરાંત દોડમાં કચ્છમાં ખેલ મહાકુંભમાં ફર્સ્ટ નમ્બરનો વિજેતા બન્યો હતો. લોન્ગ જમ્પમાં શરૂઆતમાં દોડવાનું હોય અને ગાઈડ જમ્પ કહે ત્યારે કુદવાનું હોય. એંજલ ગામીતે સ્પેશ્યલ મહાકુંભમાં ડિસ્ટ્રિક્ટ લેવલની બરછી ફેંકની કોમ્પિટિશનમાં બીજો નમ્બર મેળવ્યો હતો. શની મોર્યા ફૂટબોલ અને ક્રિકેટ પ્લેયર છે. તેણે જણાવ્યું કે, સુરતમાં પ્રજ્ઞાચક્ષુઓ બે ત્રણ વર્ષથી ફૂટબોલ રમે છે. અમારી ટિમ કચ્છ-ભુજમાં સેમી ફાયનલ સુધી રમી હતી. અમે જે બોલથી ફૂટબોલ રમીએ તે બોલ નોર્મલ જ લાગતાં હોય છે. જોકે, અમારા બોલમાં ઘૂઘરી હોય છે. અમારી ક્રિકેટની ટીમ કચ્છ માધોપુરમાં રમવા ગઈ હતી.

ચાર્મી અને હિમેશ ધો. 10ની બોર્ડની પરીક્ષા લેપટોપથી આપશે

અંધજન શાળાના પ્રિન્સીપાલ મનીષાબેને જણાવ્યું કે તેમની સ્કૂલના બે વિદ્યાર્થી ચાર્મી દેસાઈ અને રબારી હિમેશ આ વખતે ધોરણ 10ની બોર્ડની પરીક્ષા લેપટોપથી આપશે. તેમને પ્રશ્નપત્ર બ્રેઇલ લિપિમાં અપાશે પણ તેઓ નોર્મલ બાળકોની જેમ જ ટાઈપ કરીને આન્સર આપશે જેની પ્રિન્ટ લઈને આન્સરશીટ સાથે જોડી દેવાશે. આ લેપટોપમાં માત્ર સ્કીન રીડ કરતી એપ હશે જેથી સ્કીન પરની સૂચના આ વિદ્યાર્થીઓ જાણી શકશે.