

Fun with Family

Day-58 | 26 May, 2020



“FWF Song”

આપણાં ઘરે એ રોજ આવે,
ત્રણ શબ્દનું નામ બનાવે...
પહેલાનો અર્થ ગમત થાય,
છેલ્લો તેમાં પરિવારને જોડે...
બોલો તો એ શું હશે.. ?? 🤔
બરાબર... Fun With Family



“Animal Olympic”

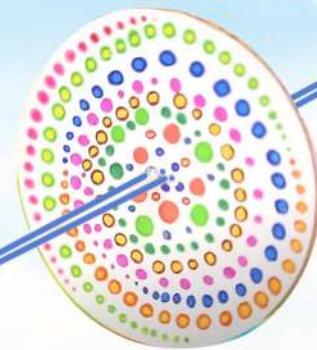
બાળમિત્રો, આ જોઈને તમે
ખુશ થઈ જશો...
આવી Olympic રમત તમે
ક્યારેય જોઈ નહિ હોય...
જલ્દી લીંક દબાવો અને
અદ્ભુત વિડીયો માણો...



<https://bit.ly/2ZzHN2Q>

“Speedy Wheel”

ચાલો, આજે એક ‘Speedy Wheel’
બનાવીએ... તમારા બધા મિત્રો
આ રમકડું જોઈ ખૂબ જ આશ્ર્ય પામી જશો...
લીંક દબાવો અને શીખો...



<https://bit.ly/3c0954Z>

“પ્રમુખ વરણી દિન”

બાળમિત્રો, આજના દિવસે
પ્રમુખસ્વામી મહારાજને શારત્રીજી મહારાજે
BAPS સંસ્થાનાં પ્રમુખ બનાવ્યા હતા.
આવો, તે અદ્ભુત દિવસની સ્મૃતિ
પ્રમુખસ્વામી મહારાજના મુખે
માણીએ... લીંક દબાવો અને
વિડીયો માણો...

 <https://bit.ly/3eiuiZy>

“Pillow Dance”

બાળમિત્રો, તૈયાર થઈ જાઓ એક
અદ્ભુત રમત રમવા માટે...
લીંક દબાવો અને રમત શીખો...

 <https://bit.ly/3eeXiBg>



“વારતા રે વારતા”

વાર્તાના ખજાનામાંથી
એક સુંદર વાર્તા આપની
સમક્ષા હાજર છે...
લીંક દબાવો અને
વાર્તા માણો...

 <https://bit.ly/2XtixZh>





“My Pledge”

આજે આપણો પણ પ્રતિઝા કરીશું...
‘આખું જુવન મમ્મી-પઢા રાજુ રહે
તે માટે હું શું કરીશ ?’
આ મુદ્રા ઉપર પ્રતિઝા લખીશું અને
તે પ્રમાણે જુવન બનાવીશું.

“દાટી રે દાટી”

આ અજબ-ગજબ રમતમાં ખૂબ
જ મજા આવી જશે... જદ્દી
લીંક દબાવો અને રમત શીખો...

<https://bit.ly/2WY11gJ>



“Quiz Time”

હવે તમારા બધાની ખરેખરી પરીક્ષા થશે.
જોઈએ કોણ અહીં આપેલા કીર્તન
શોધી બતાવે છે... લીંક દબાવો અને
કીર્તન QUIZ માં ભાગ લો.

<https://bit.ly/2TRinKv>

“My Guru, My Life”

પ્રમુખ વરણી દિનના શુભ દિવસે આજે સ્વામીશ્રી આપણાને તેમના જીવનમાં
પ્રમુખસ્વામી મહારાજ સાથે બનેલા પ્રસંગની સ્મૃતિ કરાવશે...
લીંક દબાવો અને વિડીયો માણો...



<https://bit.ly/2LW5iLx>



"Happy Family"

Giraffe Family

Fun with Family

આવી રહ્યું છે...

ધમાકેદાર...

જોરદાર...

સૌ કોઈ માટે

ફાયદાકારક...



Be the
BEST



BAPS Presentation

ઉનાળાની ગરમીથી બચવા બાળકોને કેટલીક સલાહ



■ ઉનાળામાં જેમ બને એમ પ્રવાહી ખોરાક એટલે પાણી, જ્યૂસ, શરબત વગેરેનો વધારે ઉપયોગ કરો.

■ દિવસ દરમ્યાન પાણી લગભગ ૩ થી ૫ લિટર એટલે કે ૧૦-૧૨ ગલાસ જેટલું પીઓ. ફીજનું અતિશય હંડું પાણી સ્વાસ્થ્ય માટે ખાસ ઉપયોગી નથી. આથી માટલાના હંડા પાણીનો ઉપયોગ કરો.

■ પાણી સ્વરચ્છ હોય એ જરૂરી છે. બજારનાં ખુલ્લાં શરબત, કોક ડ્રિક, બરફના ગોળા, શેરડીનો જ્યૂસ તમને કમળો, ટાઈફોઇદ કરી શકે છે. આથી આ બધી વસ્તુઓ ઘરમાં જ બનાવી વાપરવાનો આગ્રહ રાખો.

■ ખોરાક સાઢો રાખો. અતિશય ખાટું, ખાલં, તીખું, મસાલેદાર જમવાનું ટાળો. મીઠાનું સામાન્યથી સહેજ વધારે પ્રમાણ ઉનાળામાં સ્વીકાર્ય છે. ગળ્યું, ચીકણું પણ ચાલે. ખટાશ મીઠા અને ખાંડ સાથે લેવામાં આવે તો મદદરૂપ થાય. દાખલા તરીકે કાચી કેરી, લીંખુ કે સંતરાનો શરબત, લસ્સી, સહેજ મોળી છાસ, ગુલંગદવાળું હંડું દૂધ, શ્રીખંડ, આઈસક્રીમ... વગેરે.

■ કેરી તમને લૂ લાગવાથી બચાવી શકે છે. આથી શક્ય હોય તો તેનો મોકળાશથી ઉપયોગ કરો. આ સિવાય કેરીની કઢી કે બાફ્લો (જુલં નાખીને), વાંચાળીનું શરબત, કાકડી, તડખૂચ પણ આ માટે ઉપયોગી છે.

■ એ. સી. આમ તો સારં પણ જો તમારે બહાર ગરમીમાં વારેદારીએ જવાનું થતું હોય, તો એ. સી. તમને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે અને એર-ક્રૂલરને તો શક્ય હોય તો ન જ વાપરો કારણ કે ભેજવાળી હંડી હવા તમને કમોસમી શરદી કે દમનો ચેપ લગાડી શકે છે. તાપમાનમાં થતું અચાનક પરિવર્તન ચામડીને નુકસાન કરી શકે છે. આથી સમશીતોષ્ણ વાતાવરણમાં રહો. એ. સી. ને ૨૪-૨૭ વચ્ચે સેટ કરો.

■ ચામડી માટે ઉનાળાનાં તેજકિરણો નુકસાનકારક છે. માટે શક્ય હોય તો બપોરે ગરમીમાં બહાર નીકળવાનું ટાળો. નીકળો તો શરીરને સુતરાઉ કપડામાં લપેટીને નીકળો. ગોગલ્સ, સન-સ્ક્રીન વાપરો. ઘણીવાર સન-સ્ક્રીન બધાને માફક નથી આવતા, તો એની જગ્યાએ તમે સુતરાઉ કાપડનો ઉપયોગ જ સારી રીતે કરી શકો.

■ દિવસમાં બે વાર હંડા પાણીથી સ્નાન કરો. સ્વિમિંગ પૂલનો ઉપયોગ કરો, ત્યારે વધારે સમય સુધી પાણીમાં પડી ન રહો. શરીર તડકો અને હંડી એક સાથે કંટ્રોલ કરવા જશો, તો તેની પાચનતંત્ર પર ખરાબ અસર થશે. વળી, તમારી સ્ક્રીન ખરાબ થશે એ વધારામાં...

તો બસ માણતા રહો... ઉનાળાની ગરમીને પાણીની હંડક સાથે... ઉનાળામાં જરા હંડા થાઓ....



"Puzzle Time"



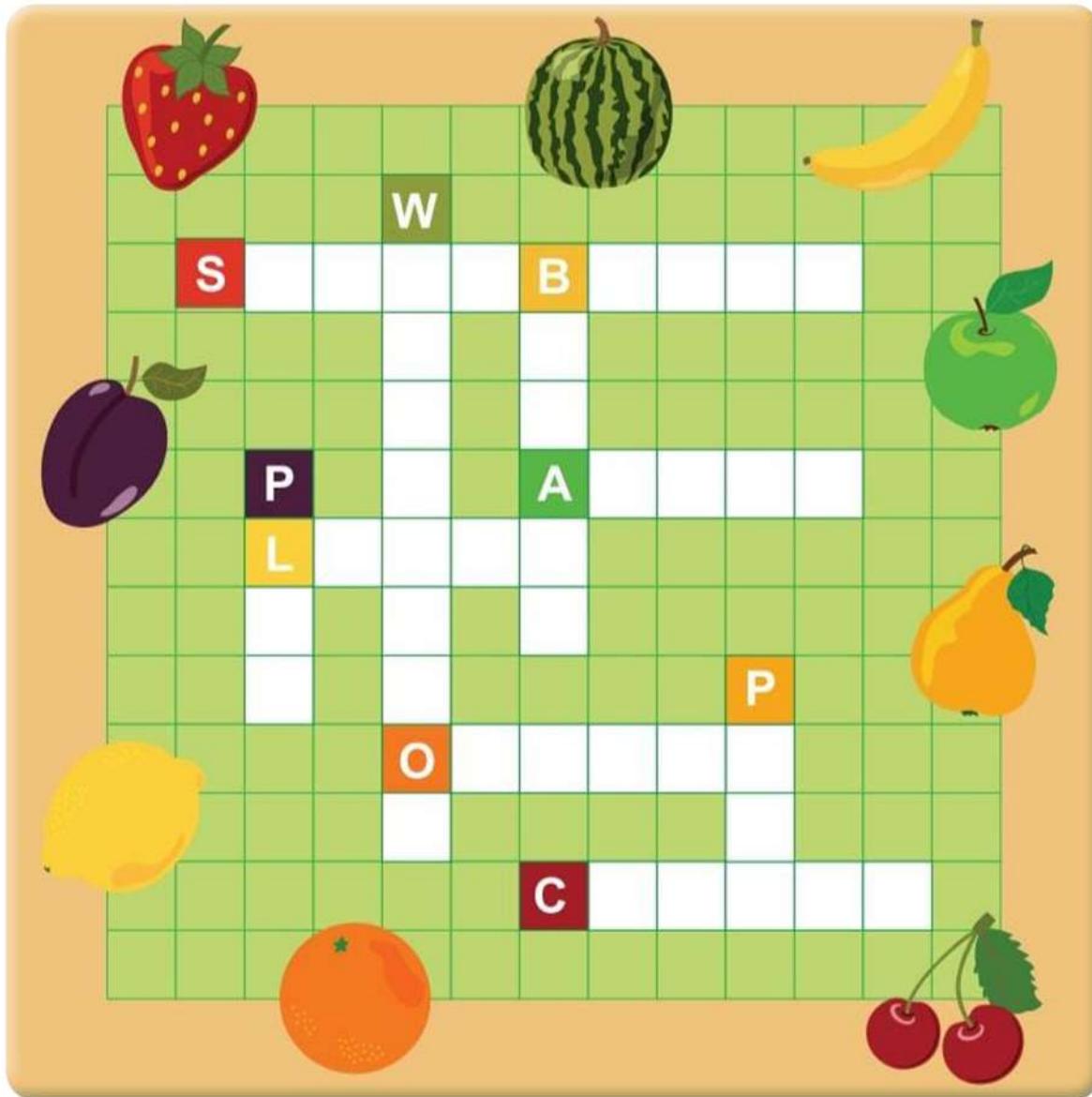
અદ્રશ્ય ઘુવડ

ઉપર આપેલા ચિત્રમાં કેટલાં ઘુવડ દેખાય છે ?
તે જણાવો...



(કિરા પૃષ્ઠ 26 : મોટાંગ)

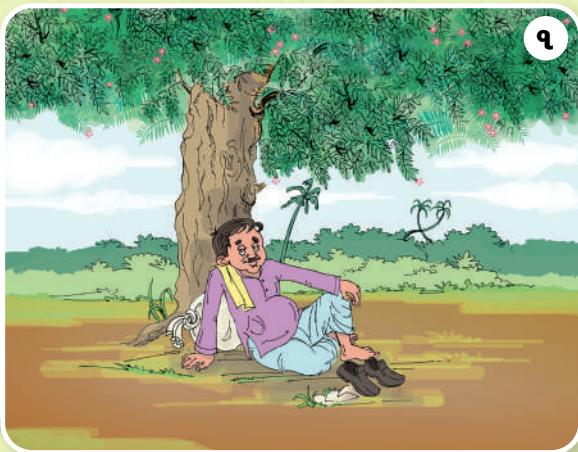
“Crossword”



Rules:

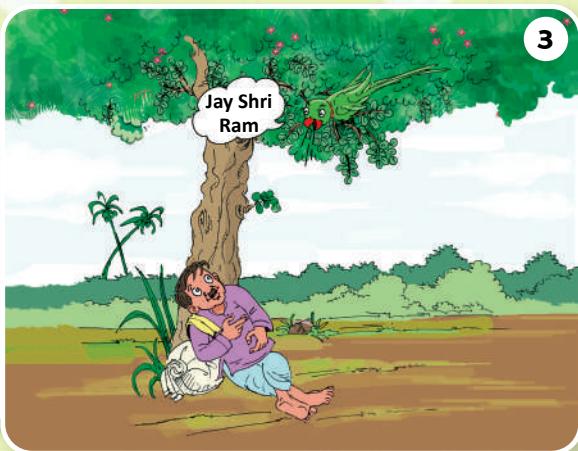
1. Identify the fruits.
2. Fill their names in the empty boxes using the first letter of their names.

The Parrot and His Brother



Once a businessman was passing through the forest. He had to walk a long distance. So, he started early in the morning. As he was trekking along, it soon became afternoon. Tired, he decided to take a nap under the shade of a tree.

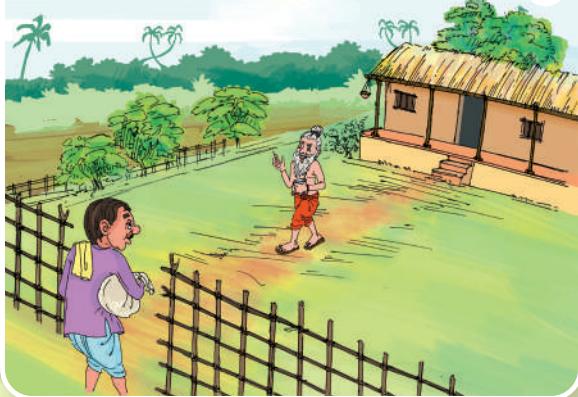
While flying around a parrot came and sat on the tree. Panicking it yelled, "Grab it... hit it... cut it..." it kept repeating this. The businessman became sick and tired of the noise so he moved under another tree.



There another parrot came and sat on that tree. In a nice sweet voice it said, "Jay Shri Ram! Please come with me sir. You seem to be tired. Do you want to eat or have something to drink?" Saying this much it flew away. The businessman thought to himself, "The first parrot was rude. But this parrot is polite? Let me find out where this parrot came from."

The polite parrot flew away and reached an ashram. The businessman was right behind him and also reached the ashram. The environment around the ashram felt pure and peaceful. At a distance he saw a sadhu. He was coming towards the businessman.





4

He came to him and said, "Welcome to our ashram. What's your good name sir? Where have you come from? Here, drink some cold water..." Hearing this nice welcoming voice the businessman felt happy.

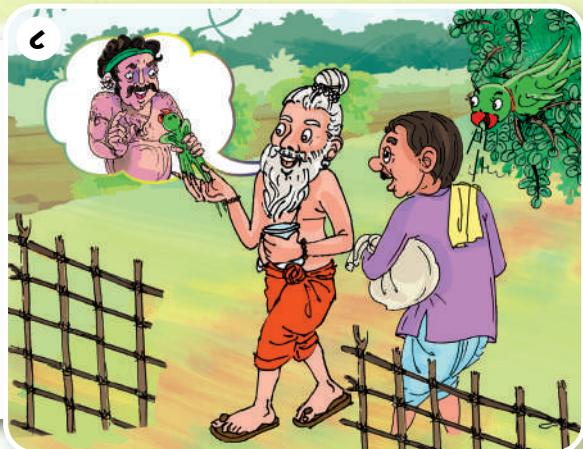
Drinking some of the cold water he then told him about what happened and asked the sadhu, "Swamiji! I don't understand these two parrots. They look the same and yet there's so much difference between the two."



5

The sadhu knew both of the parrots. He said, "Look, both of these parrots are brothers, but one was captured by a hunter. At the hunter's home all it hears is: 'Grab it... hit it... cut it...'"

His brother has been staying with us in our ashram since he was little. It hears words of discipline from the people staying here in the ashram.



Moral: One becomes like the company one keeps. If one stays in an environment where there are morals and values, then one imbibes those virtues in their lives. If one associates with bad company, then, like the rude parrot, one becomes a bad person.

“આત્મવિશ્વાસનો ચમટકાર”

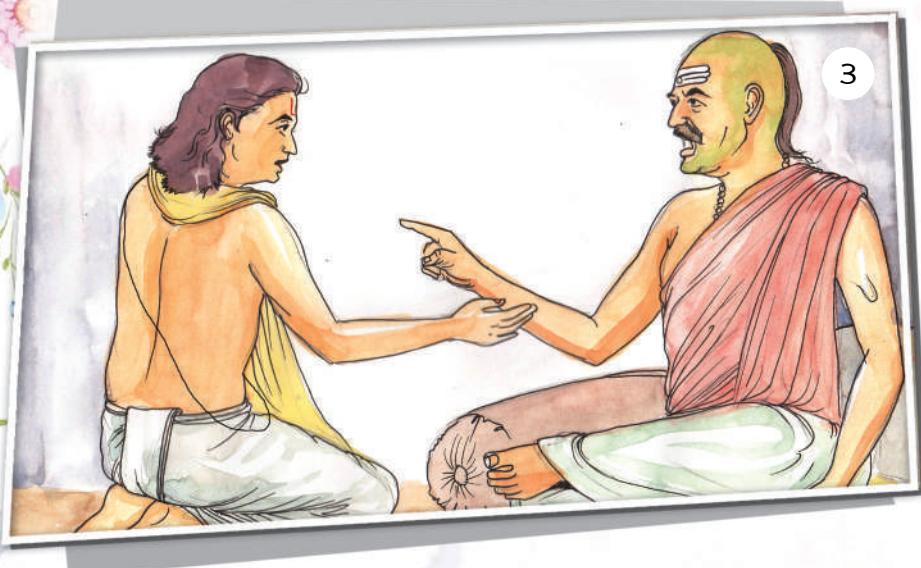


વર્ષો પહેલાંની વાત છે.
પાણિનિ નામનો એક બાળક
હતો. તેને ખૂબ ભણવું હતું,
પણ તેને કાંઈ આવડતું ન હતું.
બધા બાળકો તેને ‘ટ’ કહીને
ખૂબ ચીડવતા.

એકવાર તેના ગુરુકુળમાં એક
જ્યોતિષ મહારાજ આવ્યા.
સોએ પોતાના હાથ બતાવ્યા.
કોઈના ભાગ્યમાં રાજ થવાનું,
તો કોઈના ભાગ્યમાં વેપારી કે
વિદ્ધાન થવાનું લખ્યું હતું.



પાણિનિએ પણ ઉમંગ સાથે
પોતાનો હાથ જ્યોતિષ
મહારાજને બતાવ્યો, પરંતુ
જ્યોતિષે કહ્યું, ‘અરે મૂર્ખ...
તારા ભાગ્યમાં તો વિદ્ધાની
રેખા જ નથી.’ પાણિનિએ
પૂછ્યું, ‘વિદ્ધાની રેખા ક્યાં
હોય ?’



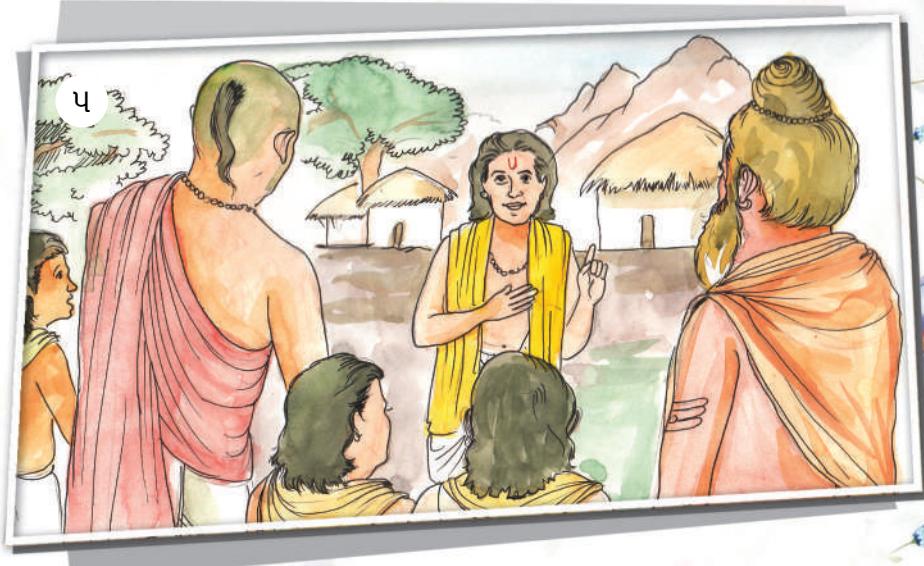


૪

જ્યોતિષ મહારાજે વિદ્યાની રેખાની જગ્યા દેખાડી, ત્યારે પાણિનિ ઢોડીને રસોડામાં ગયો. હાથમાં જ્યાં વિદ્યાની રેખા હોય, ત્યાં એક લીટે પાડી તેણે રેખા બનાવી.

(નોંધ : આવું બાળકોએ ન કરવું.)

જ્યારે બાળકો અને જ્યોતિષને આ વાતની ખબર પડી ત્યારે સો ડ્યાઈ ગયા ! પાણિનિએ સોને કહું, ‘મારે ભણાવું જ છે. અને હું ભણીને જ રહીશ. તમે સો આશીર્વાદ આપજો.’



૫

પછી તો પાણિનિનો આત્મવિશ્વાસ રંગ લાવ્યો. જેતજેતાંમાં તે મહાન વિદ્યાન બની ગયો. સંસ્કૃતના વ્યાકરણનો મહાન ગ્રંથ ‘અષ્ટાધ્યાયી’ તેમણે જ લખ્યો છે. જેની નામના આખી દુનિયામાં છે.

હા, બાળમિત્રો ! અશક્યને શક્ય કરે છે આત્મવિશ્વાસ. તમે પણ પાણિનિ જેવા બની શકો.



Friends, આપને ખૂબ જ આનંદ થશે કે...
"Fun with Family" ની બધી activity દેશ-વિદેશમાં રહેતા આપણા બાળમિત્રો ખૂબ જ સારી રીતે કરી રહ્યા છે...
તો આવો... તે સૌ બાળમિત્રોએ અને તમે મોકલેલા ફોટોગ્રાફ્સને જોઈએ અને આનંદ કરીએ...
નીચેની લીંક દબાવવાથી આપ તે બધા જ ફોટોગ્રાફ્સ જોઈ શકશો.



<https://bit.ly/2XsITf1>



આપનો ડૉક્ટર મિત્ર



અને હા...

આટલું તો ખાસ દ્વારા રાખીશું...



ઉધરસ/છીંક આવે
તો રૂમાલ રાખીને ખાશો.

ઘરમાં એકબીજા સભ્યોથી
દૂર રહો.



દર ૨૦ મિનિટે સાબુથી
ઘસીને હાથ ધોઈ
નાંખશો.



ઘરની બહાર નીકળવું
નહિ.



અંખ, મોટું, નાકને સ્પર્શ
કરવાનું ટાળો.

નોંધ : બાળમિત્રો, આપના હારા થતી પ્રવૃત્તિના સુંદર ફોટોગ્રાફ્સ રોજ અમને પ્રાપ્ત થાય છે. જ્યારે આપ ફોટો મોકલો ત્યારે **નીચેની લીંક** પર જે રીતે માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું છે તે જ રીતે ફોટો મોકલશો. ફોટાની અંદર જ તમારે તમારું નામ અને શહેરનું નામ લખીને મોકલવાનું રહેશે. જો તે પ્રમાણેનો ફોટો નહીં હોય તો અહીં મૂકવામાં આવશે નહીં. તેની અવશ્ય નોંધ લેશો. (9998999209)



<https://bit.ly/2UF4j7o>

વિશેષ નોંધ : ૧. એક્ટિવિટી દીઠ એક જ ફોટોગ્રાફ મોકલવો.

૨. આજની એક્ટિવિટી સિવાયની અન્ય બીજી કોઈ એક્ટિવિટી તે પ્રવૃત્તિના ફોટોગ્રાફ્સ મોકલીશું નહિં.

જય સ્વામિનારાયણ

<http://kids.baps.org> | <https://www.baps.org>



પ્રયોજક : બાળપ્રવૃત્તિ મદ્યસ્થ કાર્યાલય, બી.એ.પી.એસ. સ્વામિનારાયણ સંસ્થા, અમદાવાદ.

પ્રેરક : પરમ પૂજ્ય મહંતસ્વામી મહારાજ