ઈસ્ટ એરિયા નો માસિક દાળ રોટલી નો કાર્યક્રમ. ૨૮ મી સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૯

દર મહિનાની આખરે ઈસ્ટ એરિયા માં એક કાર્યક્રમ હોઈ છે અને તારિક ૨૮ મી સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૯ ના સેન્ટ જ્હોન્સ ચર્ચ હોલ, સેવેનકીંગ્સ માં દાળ રોટલી નો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવેલ. ટાઈમ સાંજના ૭.૦૦ થી ૧૦.૦૦ હતો અને સારી મેમ્બરોને હાજરી હતી. બધા મેમ્બરો એંક બીજાને મળ્યાં અને સમાચાર પૂછ્યા.

પછી બધા એક સાથે મળીને પ્રાર્થના કરી, અને એક મિનિટ મૌન ધારણ કર્યું કે જે પણ બીમાર હોઈ તેવો સાજા થઇ જાય અને જે આ દુનિયા છોડીને ચાલ્યા ગયા તેમના આત્માને શાંતિ મળે તેમ વિશ્વમાં શાંતિ પથરાઈ.

પછી રસોડામાં રોટલી કરવામાં બહેનો હાજર થયા અને દાળ ગરમ કરવામાં આવી, અને બધાને જમવા માટે બોવાઇયા

અને સ્વાદિષ્ટ દાળ અને ગરમ રોટલી સાથે સલાડ અને છાશ પીરસવામાં આવેલ અને મેમ્બરોને ખુબજ મજ્જા આવી. ફ્રેશ ડેટ્સ અને ગોળ પણ રાખવામાં આવેલ. સ્વાદિષ્ટ દાળ હંમેશ બનાવતા લતાબેન નો ખુબજ આભાર.

લતાબેન રસોઇ માં ખુબજ ઓછુ નિમક વાપરે છે અને આપણે દરેકને નિમક રસોઈ માં અને જમવામાં ઉપયોગ બહુ ઓંછો કરવો જોઈએ. આજે બહુ બીમારી નિમક ના કારણે થાય છે અને દરેકને ભલામણ કે તબિયતની ધ્યાન રાખવી
" HEALTH IS WEALTH "   નિમકના કારણે બ્લડ પ્રેસ્સર, હૃદયના રોગ, તેમ બીજા દર્દો થાઈ છે. કિડનીના અને ડાયબિટીઝ ના દર્દીને નિમક વાપરવાની ના પાડે છે.

જમ્યા પછી બધા કરાતા રમ્યા અને ચોકડી, ભુખાર અને રમી ની રમતો રમ્યા અને ખુબજ આનંદ માન્યો. ભારતીબેન, નીતિન સાથે કરતા રમ્યા અને નીતિન ને ખુબજ રાજી જોઈને આનંદ નો પર ના રહ્યો.

ગરમ ગરમ ચાઇ અને બિસ્કીટ પણ આપવામાં આવેલ અને મેમ્બરોને આનંદ આવ્યો. ટાઈમ ક્યાં વહી ગયો અને ઘરે જવાનો સમય થયો.મેમ્બરોની મદદથી તુરત હોલ ખાલી થઇ ગયો અને બધા પોતપોતાના ઘરે રાજી થઈ ને ઘરે ગયા.

રિપોર્ટ દેનાર બાબુલાલ દેવજી શાહ