



ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રી

(આઈ. એસ. ઓ. ૯૦૦૧:૨૦૧૫ પ્રમાણિત સંસ્થા),

"સમૃદ્ધિ", ૪થો માળ, મક્કાઈ પુલ, નાનપુરા, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૧

ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧

ફેક્સ નં. ૦૨૬૧-૨૪૭૨૩૪૦

SGCCI

E-mail : info@sgcci.in

Website : www.sgcci.in

રેફ નં.

તા: ૨/૨/૨૦૧૯

તંત્રીશ્રી, _____, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

જત નીચેની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજ.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,


(ડેપ્યુટી સેક્રેટરી)

ચેમ્બરમાં 'હાઉ ટુ મેનેજ વર્ક એન્ડ હોમ' વિષય ઉપર સેમિનાર યોજાયો

સુરત. ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રીની લેડીઝ વીગ દ્વારા આજરોજ મહિલાઓ માટે 'હાઉ ટુ મેનેજ વર્ક એન્ડ હોમ' વિષય ઉપર સેમિનાર યોજાયો હતો. જેમાં પ્રોફેસર મનીષા પાનવાલા અને મેરેજ કન્સલ્ટન્ટ શ્રીમતી ચાંદની દલાલે મહત્વનું વક્તવ્ય રજૂ કરી ફેમિલી અને પ્રોફેશનલ લાઇફની વચ્ચે કઈ રીતે તાલમેલ કરવો તે વિશે મહત્વનું માર્ગદર્શન આપ્યું હતું.

ચેમ્બરના ઉપપ્રમુખ શ્રી કેતન દેસાઈએ તમામને આવકાર્યા હતા અને પ્રારંભિક ઉદ્બોધન કર્યું હતું. તેમણે કહ્યું હતું કે ઘરની સાથે સાથે પ્રોફેશનલ જવાબદારીઓ સંભાળવાની શક્તિ કુદરતે મહિલાઓને આપેલી જ છે. તેમ છતાં આજના દોડધામભર્યા યુગમાં મહિલાઓ ઓફિસ અને ઘરના કામો કઈ રીતે મેનેજ કરે તે વિશે આજના નિષ્ણાત વક્તાઓ માર્ગદર્શન આપશે.

વક્તા શ્રીમતી ચાંદની દલાલે મહિલાઓને ટાઇમ મેનેજમેન્ટ વિશે માહિતી આપી હતી. તેમણે કહ્યું હતું કે ભગવાન બધી જગ્યાએ પહોંચી ના શકે એટલે ભગવાને સ્ત્રીની રચના કરી છે. એમાં પણ ૨૧મી સદીની સ્ત્રી ઘણી આગળ વધી છે. આજની સ્ત્રીએ એજ્યુકેશન, કેરિયર, ફેમિલી અને સોશિયલ લાઇફમાં પરફેક્શન મેળવ્યું છે. સ્ત્રીઓ હંમેશા બેલેન્સ કરવા માટે મથતી હોય છે. એના માટે મહિલાઓએ ઘરે માત્ર ઘરને જ અને ઓફિસમાં માત્ર ઓફિસ કામને વળગી રહેવું પડશે. ઓફિસમાં કામ કરતી વખતે ઘરની ચિંતાને બાજુમાં મુકવી પડશે. એવી જ રીતે ઓફિસનું કામ ઓફિસમાં જ મુકીને ઘરે આવવું પડશે. ઘર હોય કે ઓફિસ પ્રમાણિકતાથી કામ કરવું પડશે.

તેમણે વધુમાં કહ્યું હતું કે દિવસ દરમિયાનના ૨૪ કલાકને વહેંચી લો. ૮ કલાક ઉંઘ માટે, ૮ કલાક ઓફિસ માટે અને અન્ય ૮ કલાક ઘર માટે કાઢો. ઘરે બાળકોને પણ પોતાનું કામ કરતા શીખવો અને પતિ બાળકોને ભણાવે તેવો આગ્રહ રાખો. જે પણ કામ કરો એમાં વેલ્યુ એડ કરો અને મલ્ટીટાસ્કર બનો. જીવનમાં ડિસીપ્લીન સાથે પ્લાનીંગ કરો. રોજબરોજની રસોઈ માટે પણ લીસ્ટ બનાવો અને નજર સામે રહે એવી રીતે મુકો. જીવનમાં શુ મેળવવું છે તેનો પણ ઉલ્લેખ લીસ્ટમાં કરો. ઓફિસમાં ગૂપ્ત ટાસ્કને મહત્વ આપો. કામની અગત્યતા સમજીને વહેંચણી કરી સમયસર ટાસ્ક કમ્પ્લીટ કરો. એનાથી ઓફિસમાં અને ઘરમાં પણ કામની પ્રોડક્ટીવિટી વધશે.

પ્રોફેસર મનીષા પાનવાલાએ પોતાના વક્તવ્યમાં જણાવ્યું હતું કે મહત્વના કામોને પ્રાયોરીટી આપો. દિવસ દરમિયાન ઘણા બધા કામો ઘરે અને ઓફિસમાં કરવાના હોય છે. પણ એમાં કયા કામ અગત્યના અને મહત્વના છે એને છૂટા પાડીને કરો. ઘર અને ઓફિસના કામ બાદ શોપીંગ કરવાનું અગત્યનું હોય પણ સમય નહી મળતો હોય તો જરૂરી ચીજવસ્તુઓને ઓનલાઇન ઘરે મંગાવી લો. પોતાના માટે પણ સમય કાઢો. એના માટે સવારે એક કલાક વહેલા ઉઠો. પ્રાણાયમ, યોગા, મેડીટેશન અને કસરત જેવી મનગમતી બાબતો કરો. ઘર, પરિવાર અને ઓફિસને બાજુમાં મુકીને પોતાના માટે પણ જીવો.

સેમિનારમાં ચેમ્બરની લેડીઝ વીગના ચેરપર્સન શ્રીમતી ઉષાબેન પી. શાહ, સેક્રેટરી શ્રીમતી મયૂરીબેન મેવાવાલા અને શ્રીમતી સ્વાતીબેન શેઠવાલાએ પ્રાસંગિક વિધી કરી હતી. વક્તાઓએ સેમિનારમાં ઉપસ્થિત તમામ મહિલાઓના સવાલના જવાબ આપ્યા હતા અને ત્યારબાદ સેમિનારનું સમાપન થયું હતું.