



सावधानी से करें अपने जीवनसाथी का चुनाव

इसके लिए सबसे पहले आपको अपने आप से पूरी ईमानदारी के साथ यह सवाल करके देखना होगा कि आप उसे प्यार क्यों करती हैं या उसके साथ क्यों हैं? अगर आप ठीक यही प्रश्न अपने मित्रों से करें तो शायद उन्हें आश्चर्य भी हो सकता है। उनका जवाब यही होगा कि क्योंकि वह मुझे प्यार करता है या फिर मैं उसे दुखी नहीं करना चाहती। इस तरह के उत्तर इस बात की ओर संकेत करते हैं कि यह रिश्ता पूरी तरह से डर, असुरक्षा व दया पर आधारित है। लेकिन जब रिश्तों में बहुत सारे अगर-मगर, लेकिन व और आने लगें तो इसका अर्थ है कि जल्दी या देर से ही सही इस रिश्ते का अंत निश्चित है। यहां इसका यह अर्थ बिल्कुल नहीं है कि आपका संबंध विच्छेद हो जाएगा। हो सकता है कि आप अपनी बाकी की जिंदगी एक-दूसरे के साथ ही गुजार दें लेकिन एक आदर्श जोड़े के रूप में आप नाकामयाब हों। तो फिर प्रश्न उठता है कि अपना सही जीवनसाथी कैसे चुनें। यह तो स्वाभाविक है कि आप उसे साथी चुनते हैं जो आपको पहली नजर में ही शारीरिक रूप से आकर्षित करे, जो इसका अलावा भी बहुत से ऐसे पक्ष हैं जो

महत्वपूर्ण हैं, जिनको नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।

बातचीत का स्तर

जब आप अपने साथी से बात करें तो यह देखें कि क्या उसका और आपका स्तर समान है? आपकी बात का जवाब देने में उसे कितना समय लगता है? क्या आप बोर हो जाती हैं जब आपके प्रश्न के उत्तर में वह बाकी सब कुछ बताता है केवल उसे छोड़कर जो आपने पूछा था? या फिर वह जो मजाक करता है उसे आप पसंद करती हैं? क्या वह आपकी तुलना में बहुत धीरे बोलता है? जब आप बोलती हैं तो क्या वह पूरी तरह आपकी बात समझता है? क्या आप वास्तव में उससे सभी तरह की बातें कर सकती हैं?

समान रूचि

आप दोनों में ऐसा कुछ जरूर होना चाहिए जो समान हो। अन्यथा न तो आपके पास बात करने के लिए कुछ होगा और न ही मिलकर कुछ करने के लिए। ऐसे में शारीरिक संबंध भी आपको काफी दूर ले जा सकते हैं। जब दो व्यक्तियों की

किसी को जीवनसाथी चुनने के लिए केवल यही जरूरी नहीं होता कि आप उसे प्यार करते हैं और इसीलिए वह आपके लिए एकदम ठीक है। यह जानना भी जरूरी है कि क्या आपका और उनका साथ पूरी तरह से ठीक बैठता है? इसे अच्छी तरह विचार करना बहुत जरूरी होता है। क्योंकि यह आपकी जिन्दगी का एक अहम फैसला है। आपकी पसंद पर ही आपका पूरा भविष्य टिका होता है, इसीलिए आपको अपनी तरफ से पूरी तरह आश्वस्त होना चाहिए कि आपकी पसंद एकदम सही है।

एकदम अलग रूचियां हों तो ऐसे में हमेशा किसी एक को दूसरे के लिए अपनी इच्छाओं की बलि देनी होगी। या फिर आप पूरी तरह से अलग जिंदगी जिंएंगे।

खाहिशें

क्या आप दोनों ही जिंदगी में एक ही तरह की चीजें चाहते हैं? या वह आपको पीछे करके स्वयं आगे जाना चाहता है? क्या वह आपको अपनी इच्छा का कैरियर अपनाने की स्वतंत्रता देने की इच्छा रखता है? यहां तक कि अगर देर रात तक काम करना हो तो वह इसकी इजाजत देगा? उक्त बातों में बहुत सी चीजें आपकी व्यक्तिगत पसंद पर आधारित होती हैं। यह इस बात पर भी निर्भर करता है कि आप क्या हैं और आप क्या स्वीकार नहीं करना चाहती? केवल इसीलिए कि आप किसी को प्यार करने लगी हैं इसलिए वह आपके लिए उचित जीवनसाथी नहीं हो सकता। बहुत से लोगों के अनुभव इस बात को सिद्ध करते हैं।

ऐसे रखें बालों का ख्याल

नारी की खूबसूरत का आइना, नारी के केश से लगाया जाता है, जो उनमें एक अलग तरह की जान डाल देते हैं। इन केशों को और अधिक खूबसूरत बनाने के लिए हम आपको बता रहे हैं कि क्या करें, क्या न करें?

- केशों की खूबसूरती को बनाए रखने के लिए आप अपने केशों को सप्ताह में कम से कम दो बार अवश्य धोया जाए।
- गंदे और विचित्र केशों को हर दूसरे व तीसरे दिन धोएं ताकि उनमें जमे धूल के कण साफ हो जाए।
- केशों को धोते समय उन्हें कई बार साफ पानी से धोएं। यदि केशों में शैंपू या कंडीशनर रह जाए तो केशों को हार्न पहुंचाती है।
- अगर आप अपने केशों में कई प्रकार के प्रोडक्ट्स का प्रयोग करती हैं तो आपको नियमित रूप से केशों की सफाई करनी होगी क्योंकि ये केशों को कमजोर बना देते हैं।



- केशों को धोने के बाद हो सके तो घूप में या फिर हवा में ही सुखाएं। अगर आप केशों को सुखाने के लिए ड्रायर का उपयोग करते हैं तो केशों को अधिकतम हीट पर न सुखाएं क्योंकि हीट से सिर की त्वचा को नुकसान पहुंचता है। जब केश बहुत गीले हों तो उन्हें क्लो ड्राई न करें। इससे उनकी जड़ों को नुकसान पहुंचता है। ड्रायर को कभी भी एक स्थान पर रोककर न रखें। हल्के हल्के घुमाते हुए केश सुखाएं। आधे केशों के सूखने के बाद ड्रायर को कूल पर सेट करें। केशों को खोलकर ही सुखाएं।
- केशों में कंधी को सही रूप से करना चाहिए और ज्यादा कंधी को करने से केशों को हानी पहुंचती है, जिससे तेल ग्रथियां बहुत ज्यादा सक्रिय हो उठती हैं, और वे विचित्र से हो जाते हैं।
- विचित्र केशों में मिट्टी व धूल के कण जमा हो जाते हैं। इससे केशों की बाहरी सुरक्षात्मक झिल्ली को भी नुकसान पहुंचता है।
- स्वस्थ व सुंदर केशों की सफाई के लिए शैंपू व कंडीशनर बेहद जरूरी हैं, क्योंकि ये केशों पर एक अस्थायी सुरक्षात्मक परत चढ़ा देते हैं और इससे केशों को खास चमक प्रदान होती है।
- पोषिक आहार से केशों की जड़ों को अंदर से पोषण मिलता है। ताजे फल, हरी सब्जियां व प्रोटीन पर्याप्त मात्रा में लें। केशों में चमक लाने के लिए विटामिन ई युक्त खाद्य पदार्थों का सेवन करें व सिर की तेल से मालिश करें।

ऐसा हो रिश्तों का बंधन

प्यार एक ऐसा बंधन होता है, जो कि विट्वास पर टिका होता है, अगर ये विट्वास न रहा तो आपका प्यार को टूटने से कोई नहीं बचा सकता है। इसे निगाने के लिए प्यार के डोर को मजबूत करना होता है, तभी आपके रिश्ते को लंबी उम्र मिल सकती है। इसके लिए आपको इन बातों का ध्यान रखना होगा...

हर समय साथ दें : क्या आप जानते हैं कि आपके अपने इतने सारे दोस्तों में आप किसी एक को ही क्यों पसंद करते हैं, क्योंकि वो आपको आसानी से समझ सकता है, तभी तो आप उससे प्यार करने लगते हैं और हर समस्या का निवारण आसानी से हो जाता है। जब भी कोई सिटुएशन आती है, तो आपको अपने साथी की मदद करनी चाहिए।
सम्मान अहम है : भारतीय समाज में सम्मान की अहम भूमिका होती है इसके लिए आपको एक-दूसरे को सम्मान देना जरूरी है, जो आपके रिश्ते को करीब लाएगी, और रिश्ते में कड़वाहट को दूर करेगी।
समझे स्थिति को : आपको अपने रिश्तों में एडजस्टमेंट करना जरूरी है, इससे आपके रिश्ते में काफी सुधार होगा। आप अपने अनुसार परिस्थिति को समझने की कोशिश करें ताकि आपके हालातों में सुधार होगा।
रखें विश्वास : रिश्तों में विश्वास का होना जरूरी है। जिस रिश्ते में विश्वास नहीं होता है, वहां रिश्ते की नींव डगमगाने लगती है। परिस्थिति चाहे जैसी भी हो, आपको एक-दूसरे पर विश्वास रखना होगा तभी जीवन की गाड़ी आगे बढ़ सकती है।

दोहरी चुनौती से जूझती कामकाजी महिलाएँ

समाज में अब एक क्रांतिकारी परिवर्तन आ चुका है। इसमें और चीजों के साथ ही महिलाओं की दशा भी सुधरी है। आज की महिला हर क्षेत्र में पुरुषों को कड़ी टक्कर दे रही है और सफलता के नित नए कीर्तिमान भी स्थापित कर रही है। लेकिन संयोगवश सामाजिक विकास के क्षेत्र में हुआ बदलाव पुरुषों की मानसिकता को नहीं बदल पाया है। हकीकत में पुरुष मानसिक स्तर पर इस बदलाव को सहज रूप में स्वीकार करने के लिए अभी तक तैयार नहीं हो पाए हैं। जिससे कामकाजी महिलाओं की आँसुओं में मुश्किलें बढ़ रही हैं। रेखा को जब नौकरी मिली तो उसकी खुशी का ठिकाना न रहा। लेकिन धीरे-धीरे अपनी खुशियां उसे एकदम धूमिल होती नजर आने लगीं। रेखा पहले दिन जब ऑफिस गई तो वहां का वातावरण उसे बहुत अच्छा लगा। शुरू-शुरू में तो सभी सहकर्मियों का व्यवहार भी अच्छा रहा। लेकिन धीरे-धीरे पुरुष सहकर्मियों के प्रति उसकी धारणा बदलने लगी, हर पुरुष उसे अजीब नजरों से देखता। पहले जींस और शर्ट पहन कर ऑफिस जाने वाली रेखा को लगा कि इसका कारण शायद उसके आधुनिक कपड़े ही हैं। अतः उसने अपने कपड़ों पर ध्यान दिया और ऑफिस जाने के लिए ऐसे वस्त्र पहनने शुरू किये, जिनमें

बदन न दिखता हो। वह ऑफिस में काम करते समय भी सतर्क रहती थी कि कहीं उसका बदन न दिखाई दे। साड़ी के पल्लू और दुपट्टे को वह हमेशा व्यवस्थित रखती थी फिर भी पुरुष सहकर्मियों की निगाहें उसे वस्त्रों के अंदर कुछ तलाशती सी महसूस होतीं। यह स्थिति रेखा के लिए बड़ी अजीब थी। यही नहीं एक दिन तो हद ही हो गई, जब उसका एक पुरुष सहकर्मी जोकि उसमें बहुत रूचि लेने लगा था और जिसे रेखा ने समझाते हुए कहा भी था कि वह शादीशुदा है और उसका अपने पति पर पूरा विश्वास है तथा दोनों का मजबूत दंपत्य है। लेकिन इन सबके बावजूद वह कुछ समझने को तैयार नहीं था। उसने एक दिन प्रेमपत्र लिखा और रेखा की मेज पर छोड़ दिया। रेखा ने जब पत्र देखा तो वह गुस्से में आ गई और उसने वह पत्र अपनी एक महिला सहकर्मी को दिखाया तो उसने बताया कि ऑफिस में इसके पहले भी कुछ महिलाओं के साथ ऐसी घटनाएं घटी हैं। महिलाओं ने जब विरोध किया तो उन्हें बदनामी उठानी पड़ी। कुछ महिलाओं को तो इस बदनामी के चलते मजबूर हो कर नौकरी तक छोड़नी पड़ी। रेखा जैसी एक नहीं अनेकों महिलाएँ हैं, जो अपने पुरुष सहकर्मियों के कारण मानसिक और

शारीरिक रूप से परेशान रहती हैं लेकिन अब इन महिलाओं को नौकरी छोड़ने या पुरुष सहकर्मियों से दबने की आवश्यकता नहीं है। आज केन्द्र सरकार सहित विभिन्न राज्य सरकारों में एक प्रकार के शिकायत प्रकोष्ठ की व्यवस्था है, जिनमें महिलाएं अपनी शिकायत दर्ज करवा सकती हैं। लेकिन होता यह है कि महिलाएं बदनामी के डर से किसी से शिकायत नहीं करतीं और स्वयं में घुट कर रह जाती हैं। महिलाओं को यह समझना चाहिए कि बदलते परिदृश्य और आधुनिक जीवनशैली की एक आवश्यकता है कि वह घर की जिम्मेदारी संभालने के साथ-साथ ऑफिस की जिम्मेदारी भी संभालें। अगर कोई महिला कार्यालय के किसी सहयोगी से परामर्श लेती है, किसी बहस में गर्मजोशी से भाग लेती है तो पुरुष उस महिला के प्रति गलत धारणा बना लेता है। उसे लगता है कि वह महिला उसमें रूचि ले रही है। अतः वह इसका लाभ उठाने के लिए तैयार रहता है। कभी-कभी वह अनुचित प्रयास भी करता है। ऐसे में महिला यदि शिकायत भी करे, तो गलत उसे

ही ठहराया जाता है। वैसे यह तथ्य भी उभर कर आया है कि कामकाजी महिलाओं को छेड़ने के मामले में उनके बॉस की भूमिका कम होती है। इस संदर्भ में कई लोगों का कहना है कि महिलाओं से छेड़छाड़ में सहयोगियों का हाथ ही अधिक होता है। कामकाजी महिलाएं ऐसे मामलों में परिवार के सदस्यों की बजाय दोस्तों से सलाह लेना अधिक पसंद करती हैं। खासकर वे इस बात की चर्चा अपने पति से कभी नहीं करतीं। उन्हें इस बात का भय रहता है कि पति उन्हें गलत समझेंगे और उनका दौपत्य टूट जाएगा। महिलाओं को चाहिए कि वह ऑफिस में अपने काम से काम रखें और बेफालतू की बातों में न उलझें। वैसे पुरुष कर्मियों का भी यह फर्ज बनता है कि वह हंसी मजाक तो करें लेकिन उसकी एक सीमा हो। दोनों पक्षों को यह ध्यान रखना चाहिए कि वह मर्यादा की सीमा को न लांघें और न ही ऐसी स्थितियां पैदा करें जिससे दूसरा व्यक्ति मानसिक तनाव में आ जाए।

आज की महिला हर क्षेत्र में पुरुषों को कड़ी टक्कर दे रही है और सफलता के नित नए कीर्तिमान भी स्थापित कर रही है। लेकिन संयोगवश सामाजिक विकास के क्षेत्र में हुआ बदलाव पुरुषों की मानसिकता को नहीं बदल पाया है। हकीकत में पुरुष मानसिक स्तर पर इस बदलाव को सहज रूप में स्वीकार करने के लिए अभी तक तैयार नहीं हो पाए हैं।





गुजरात विधानसभा के अध्यक्ष राजेन्द्र त्रिवेदी को अपना इस्तीफा सौंपते कपराजा से कांग्रेस विधायक जीतु चौधरी और करजण से विधायक अक्षय पटेल ब्लैकमेल करनेवाले शख्स की हत्या

व्यापारी और महिला का वीडियो बनाकर

सूरत हीरा व्यापारी और महिला का वीडियो बनाकर ब्लैकमेल करने वाले एक हीरा दलाल की हत्या कर दी गई। हत्या के बाद एक आरोपी ने पुलिस के समक्ष सरेंडर कर दिया।

जिसके बाद पुलिस ने दूसरे आरोपी को भी गिरफ्तार कर कानूनी कार्रवाई शुरू की है। जानकारी के मुताबिक सूरत के कतारगाम क्षेत्र की अंबिका पार्क सोसायटी निवासी

कांतिभाई गोरधनभाई राखोली

संत राजेंद्र सिंहजी महाराज ने लाइव टेलीकास्ट के जरिए अध्यात्मिक संदेश समस्त मानव जाती को दीया

सावन कृपालू रूहानी मिशन के प्रमुख और ह्यूमन यूनिटी कान्फरेंस के अध्यक्ष संत राजेंद्र सिंहजी महाराज ने, दयाल पुरुष संत दर्शन सिंहजी महाराज के 31 वी पुण्यतिथि के उपलक्ष में यू-ट्यूब के लाइव टेलीकास्ट के जरिए अपना पावन अध्यात्मिक संदेश समस्त मानव जाती को दीया। उनके सत्संग के पूर्व पूजनीय माता रीटाजी ने गुरु नानक देव जी महाराज की वाणी से



महाराज महासमाधी में चले गये लेकिन वो हमें कही छोड़कर नहीं गये, आज भी वो हमारे अंग संग है और वे हमारी ऐसे ही रक्षा कर रहे हैं जैसे वे शारीरिक रूप में करते थे. जो शिक्षा हजूर बाबा सावन सिंहजी महाराज और परम संत कृपालू सिंहजी महाराज ने दी उसे उन्होंने लाखों लोगो तक पहुंचाया.

हीरों की दलाली करते थे। बीते दिन कांतिभाई के लापता होने पर उनके परिजनों ने कतारगाम पुलिस थाने में शिकायत दर्ज कराई थी।

देर रात कतारगाम पुलिस को आशीष नामक शख्स का फोन आया कि कांतिभाई की हत्या हीरा व्यापारी संदीप वशारामभाई पटेल की है और शव बारडोलिया प्लॉट स्थित रघुनंदन एपार्टमेंट की तीसरी मंजिल पर छिपा दिया है। पुलिस ने हीरा व्यापारी संदीप

पटेल को गिरफ्तार करने के साथ ही कांतिभाई का शव बरामद कर पोस्टमार्टम के लिए अस्पताल भेज दिया।

जांच में पता चला कि मृतक कांतिभाई बीते दिन संदीप पटेल से मिलने उसके कारखाने पर गया था। जहां संदीप पटेल ने कांतिभाई को तीसरी मंजिल पर ले जाकर उसकी हत्या कर दी। हत्या के बाद शव एक कमरे में रख दिया। जिसके बाद संदीप ने अपने आशीष नामक दोस्त को बुलाया

और शव को ठिकाने लगाने को कहा। पूछताछ में संदीप ने बताया कि उसके एक महिला के साथ नाजायज संबंध थे। और कांतिभाई ने दोनों के निजी पल का वीडियो बनाया था और उसके जरिए उसे ब्लैकमेल कर रहा था।

ब्लैकमेल से बचने के लिए कांतिभाई की हत्या कर दी। दूसरी ओर मृतक के परिजनों का आरोप है कि चार महीने पहले कांतिभाई ने संदीप पटेल को चार लाख रुपए

के हीरे दिए थे। लेकिन संदीप ने तो चार लाख रुपए दे रहा था और न ही हीरे वापस लौटा रहा था।

हीरों के रुपए देने से बचने के लिए संदीप पटेल ने कांतिभाई की हत्या कर दी। पुलिस ने हत्या के आरोप में संदीप और उसकी मदद करने के आरोप में आशीष को गिरफ्तार कर कानूनी कार्रवाई शुरू की है।

राज्यसभा चुनाव से पहले गुजरात कांग्रेस को झटका, दो विधायकों का इस्तीफा

अहमदाबाद गुजरात में राज्यसभा चुनाव से पहले कांग्रेस बड़ा झटका लगा है। कांग्रेस के दो विधायकों ने विधानसभा की सदस्यता से इस्तीफा दे दिया है। विधानसभा के अध्यक्ष ने दो विधायकों के इस्तीफे की पुष्टि भी की है। बता दें कि मार्च महीने में कांग्रेस के पांच विधायक पहले ही इस्तीफा दे चुके हैं।

7 विधायकों के इस्तीफे के बाद कांग्रेस का संख्याबल 66 रह गया है। गुजरात में राज्यसभा की चार सीटों पर आगामी 19 को चुनाव होना है। उससे पहले आज कांग्रेस के करजण से विधायक अक्षय पटेल और कपराजा से विधायक जीतु चौधरी ने विधानसभा की सदस्यता से इस्तीफा दे दिया है। गुजरात विधानसभा के अध्यक्ष राजेन्द्र चौधरी ने दोनों के विधायकों की पुष्टि कर दी है। गुजरात में इस्तीफे के बाद अब 182 सदस्यीय विधानसभा का संख्याबल 173 रह गया है। जिसमें भाजपा के 103 और कांग्रेस के 66, बीटीपी के 2, एनसीपी 1 और 1 निर्दलीय विधायक है।

जबकि अदालती मामलों के कारण 2 सीटें रिक्त हैं। पहले 26 मार्च को चुनाव होना था, लेकिन कोरोना के चलते चुनाव टल गया था। दरअसल चुनाव की घोषणा के बाद मार्च महीने में कांग्रेस के 5 विधायकों ने इस्तीफे दे दिया था। जिसमें गढ़डा से कांग्रेस विधायक प्रवीण मारू, अबडासा के प्रद्युम्नसिंह जाडेजा, लींबडी के सोमा पटेल, धारी से जेवी काकडिया और खंग से मंगल गावित शामिल थे। पांच विधायकों के इस्तीफे के बाद कांग्रेस ने शेष 68 में से 67 विधायकों को एकजुट रखने के लिए जयपुर भेज दिया था। उस वक्त भी कपराजा से विधायक जीतु चौधरी से संपर्क करने में कांग्रेस असफल रही थी। वही जीतु चौधरी ने आज इस्तीफा दे दिया। जीतु चौधरी के अलावा करजण के विधायक अक्षय पटेल ने विधानसभा अध्यक्ष राजेन्द्र चौधरी को अपना इस्तीफा सौंप दिया है। विधानसभा अध्यक्ष ने कांग्रेस के दोनों विधायकों के इस्तीफे मंजूर कर लिए हैं।

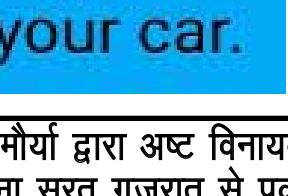
राज्य की सभी आरटीओ में काम शुरू, कंटेंटमेंट एरिया के लोगों के नहीं मिलेगा एपोइंटमेंट

अहमदाबाद। दो महीने से भी अधिक समय के बाद आज राज्य की सभी आरटीओ में कामकाज शुरू हो गया। आरटीओ में सोशल डिस्टेंस और कोरोना संक्रमण न फैले इसका विशेष ध्यान में रखना होगा। आरटीओ में गोले, हेन्ड सैनिटाइजर और थर्मल स्क्रीनिंग का उपयोग अनिवार्य है और एपोइंटमेंट के आधार पर कचहरी में प्रवेश दिया जाएगा। हालांकि



कंटेंटमेंट जोन से आनेवाले किसी व्यक्ति को एपो. इंटमेंट नहीं मिलेगा। अहमदाबाद आरटीओ में 100 फीसदी स्टाफ के साथ आज से कामकाज शुरू हो गया। एपोइंटमेंट के आधार पर लाइसेंस समेत अन्य कार्यवाही शुरू होने से लोगों को काफी राहत मिली है। हालांकि आरटीओ शुरू करने से पहले पूरी कचहरी को सैनिटाइज किया गया। जिसके बाद कचहरी में कामकाज शुरू किया गया। राजकोट आरटीओ में भी आज से कार्यवाही शुरू की गई। जिसमें 8 सेवाएं फेसलैस की गई हैं। जिसमें लाइसेंस रिन्यू कराना, ड्रफ्टिंग लाइसेंस, रिप्लेसमेंट लाइसेंस, आरसी इत्यादि शामिल है। सोशल डिस्टेंस मॉनिटरिंग के लिए कचहरी के बाहर गोले बनाए गए हैं। कचहरी में उन्हीं लोगों को प्रवेश मिलेगा जिन्होंने पहले एपोइंटमेंट लिया होगा। उत्तरी गुजरात के साबरकांठा जिले में आरटीओ कचहरी आज से शुरू हो गई। कचहरी के मुख्य द्वार पर प्रत्येक व्यक्ति की थर्मल स्क्रीनिंग और सैनिटाइज के बाद प्रवेश दिया जा रहा है।

सूरत -सचिन डाईमंड (Sur sez) आकाश पेकिंग नामक कंपनी में भीषण आग।



Get Instant Car Insurance



Call 9879141480

Car insurance is a concept through which you can safeguard your money in case of damage to your car.

Get Instant Health Insurance



Call 9879141480

Financial coverage for medical expenses, in case of a medical emergency.

