ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ

ಕನ್ನಡ ಮಹಿಳಾ ಸುದ್ದಿಯ ಏಕೈಕ ವಾರ ಪತ್ರಿಕೆ (ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ) ಮೈಸೂರು

ಸಂಪುಟ 1 ಸಂಚಿಕೆ 14 Volume 1 Issue 14
Email: mahilavishesha@yahoo.com
web:www.mahilavishesha.in

ಹೆಚ್.ವಿ. ವೆಂಕಟಸುಬ್ಬರಾವ್
ಸಂಪಾದಕರು
Mobile : 8880334444 / 9379777793

ಮಂಗಳವಾರ 01-12-2015

ಮೈಸೂರು
ಪುಟ 2
ಬೆಲೆ ₹ 2

ಮೈಸೂರು ನಗರದ ಕ್ರಾಫರ್ಡ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತ ವಿವಿಯ ಚೊಚ್ಚಲ ಘಟಿಕೋತ್ಸವ

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಡಾ. ಗಂಗೂಬಾಯಿ ಹಾನಗಲ್ ಸಂಗೀತ ಮತ್ತು ಪ್ರದರ್ಶಕ ಕಲೆಗಳ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಪ್ರಥಮ ವರ್ಷದ ಘಟಿಕೋತ್ಸವ ನೆನ್ನೆ ಮೈಸೂರಿನ ವಿವಿ ಕ್ರಾಫರ್ಡ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿವಿ ಯ ಕುಲಾಧಿಪತಿಗಳಾದ ರಾಜ್ಯಪಾಲ ವಜುಬಾಯಿ ಆರ್ ವಾಲಾ ಅವರು ಕಲಾಕ್ಷೇತ್ರದ ಮೂವರು ಮಹಾನ್ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಗೌರವ ಡಾಕ್ಟರೇಟ್ ಪದವಿ ಪ್ರಧಾನ ಮಾಡಿ ಅಭಿನಂದಿಸಿದರು. ಸಚಿವ ಡಿ.ಬಿ. ಜಯಚಂದ್ರ ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ಹಿರಿಯ ಭರತನಾಟ್ಯ ಕಲಾವಿದೆ ಹಾಗೂ ಬಹುಭಾಷಾ ಚಲನಚಿತ್ರ ತಾರೆ ಡಾ. ವೈಜಯಂತಿ ಮಾಲಾ ಬಾಲಿ, ವಿವಿ ಕುಲಪತಿ ಡಾ. ಸರ್ವಮಂಗಳ ಶಂಕರ್ ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಗಣ್ಯರು ಸಮಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಾದ ಪಿ.ಎಸ್. ದೀಪಿಕಾ, ಎಂ.ಎಸ್. ಅರ್ಚನಾ, ಅಶ್ವಿನಿ, ಎಂ.ಎಸ್. ಕಾತ್ಯಾಯಿನಿ, ಆರ್. ರಘು ಹಾಗೂ ಕೆದರನಾಥ್ ಹವಾಲ್ದಾರ್‌ರವರುಗಳಿಗೆ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ವಿತರಿಸಲಾಯಿತು.

ಸಕಲ ಸಿದ್ಧತೆಗೆ ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ಸೂಚನೆ

ಮೈಸೂರು ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ವಿಧಾನ ಪರಿಷತ್‌ಗೆ ನಡೆಯುವ ಚುನಾವಣೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮೈಸೂರು ಮತ್ತು ಚಾಮರಾಜ ನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ನಿಖರವಾದ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಸದಸ್ಯರ ಹೆಸರು ಕೈ ಬಿಡದಂತೆ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನಿಗದಿತ ನಮೂನೆಯಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ಸಿ. ಶಿಖಾರವರು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ಕಛೇರಿ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಪೂರ್ವ ಸಿದ್ಧತಾ ಸಭೆಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತ ಪಿಡಿಒಗಳು, ಇಒಗಳು, ಜಿಲ್ಲಾ ನಗರಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಕೋಶದ ಯೋಜನಾ ನಿರ್ದೇಶಕರು, ತಹಸೀಲ್ದಾರ್‌ರವರು ಕರಡು ಮತದಾರ ಪಟ್ಟಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ಪಿಡಿಒಗಳ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಿ ಮಾಡಿದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿದರು. ಹೆಸರು ಕೈಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿದ್ದರೂ ನಮೂನೆ ಹದಿನೇಳರಲ್ಲಿ ಅರ್ಜಿ ಪಡೆದು ಅಂತಿಮ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಸರು ಸೇರಿಸಲು ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸಿದರು.

ರಾಜ್ಯ ಮಹಿಳಾ ಆಯೋಗ ಜಾಗೃತಿ

ರಾಜ್ಯಾದ್ಯಂತ ಮಹಿಳಾ ಮೇಲಿನ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಸಾವು, ನೋವು ಗಳನ್ನು ಕುರಿತುಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಮಹಿಳಾ ಆಯೋಗವು ಉಸ್ತುವಾರಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ರಾಜ್ಯ ಮಹಿಳಾ ಆಯೋಗದ ಅಧ್ಯಕ್ಷೆ ಮಂಜುಳಾ ಮಾನಸರವರು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮಂಡ್ಯಕ್ಕೆ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದರು.

ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ

ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಮಂಜೂರಾಗಿರುವ ಅನುದಾನವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಬಳಕೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಶಿಸ್ತು ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಜಿ.ಪಂ. ಅಧ್ಯಕ್ಷೆ ಡಾ. ಪುಷ್ಪ ಅಮರನಾಥ್ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಡೆದ ಕೆ. ಆರ್. ನಗರ ತಾ. ಪಂ. ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದ ಪ್ರಗತಿ ಪರಿಶೀಲನಾ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸದರು.

ಸಹಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಪದವೀಧರ ಶಿಕ್ಷಕರ ಆಯ್ಕೆ ಪಟ್ಟಿ ಪ್ರಕಟ

ಸಪ್ರಾಶಾ ಸಹಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಪದವೀಧರ ಶಿಕ್ಷಕರ ಹುದ್ದೆಯ ನೇಮಕಾತಿ ಸಲುವಾಗಿ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಆಯ್ಕೆ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮೈಸೂರು ಜಿಲ್ಲೆ ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವೈಬ್ ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆಕ್ಷೇಪಣೆಗಳೇನಾದರೂ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಡಿ.2ರೊಳಗೆ ಸಾಶಿಇ ಉಪ ನಿರ್ದೇಶಕರ ಕಛೇರಿ ಮೈಸೂರು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಮಹಿಳಾ ಅಭ್ಯರ್ಥಿಗಳು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ನೀವುಗಳು ಏನಾದರೂ ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮುಂದಿನ ಹಂತದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಜ್ಜಾಗಿ.

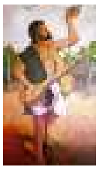
ಇದು ನಿಮ್ಮ ಮಹಿಳಾ ಪತ್ರಿಕೆ. ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ, ಬೆಳೆಸಿ.

ಪತ್ರಿಕೆ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ವಿಳಾಸ : www.mahilavishesha.in Mob : 9379777793

ಕನಕದಾಸರ ಜಯಂತಿ

ಮೈಸೂರಿನ ಇಟ್ಟಿಗೆ ಗೂಡಿನ ಸ.ಕಿ.ಪಾ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಕನಕ ದಾಸರ ಜಯಂತಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ನಗರದ ಉಪ ಮೇಯರ್ ವನಿತಾ ಪ್ರಸನ್ನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದು. ಕನಕದಾಸರ ಆದರ್ಶಗಳನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪಾಲಿಸಲಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು.

ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಕನಕ ಜಯಂತಿ



ಮೈಸೂರು ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ಕಛೇರಿಯ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಸಂತ ಕವಿ ಕನಕದಾಸ ಜಯಂತಿಗೆ ಹಿರಿಯ ಸಂಶೋಧಕಿ ಟಿ.ಎನ್. ನಾಗರತ್ನ, ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ಸಿ. ಶಿಖಾ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿದ್ದು, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರ ಜೀವನೋ ದ್ಧಾರಕ್ಕಾಗಿ ದುಡಿದ ಸಾಧು ಸಂತರನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದೆಂದರು.

ಯುವ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ ಅರ್ಜಿ ಆಹ್ವಾನ

ಚಾಮರಾಜನಗರದ ನೆಹರೂ ಯುವ ಕೇಂದ್ರವು ಯುವ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಯುವ ಸಂಘಟನೆ, ಮಹಿಳಾ ಮಂಡಳಿಗೆ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ನೀಡಲು ಅರ್ಜಿ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದೆ. ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ದೂ: **08226- 222120** ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಕೋರಿದೆ.

ಮಳೆಯ ನೀರು ಶೇಖರಣೆ ಬಗ್ಗೆ ವಿಧಾನಸೌಧದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಮಾಡೆಲ್ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರುವುದು.

ಕೊಡವ ಸಮಾಜ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಹುತ್ತರಿ ಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯ ನೋಟ

ಬದುಕೇ ಹೀಗೆ !

'ಸರಳವಾಗಿ ಬದುಕಲು ಕಲಿಯಿರಿ;
ಇದರಿಂದ ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಒಳಿತುಂಟಾಗುತ್ತದೆ"

ನಡೆ - ನುಡಿ

"ಅಜ್ಞಾನಿ ಜೊತೆ ಸ್ನೇಹಕ್ಕಿಂತ ಸುಜ್ಞಾನಿ ಜೊತೆ ಕಲಹ ಲೇಸು" -ರೂಪ,ಮಂಡ್ಯ

ಒಗಟು

ಗುಂಡು ಮುಖದವಳು ಹಸಿರು ಮೈಯವಳು ಒಳಗೆಲ್ಲ ಕೆಂಪು ಕೆಂಪು ಕಪ್ಪು ಹಲ್ಲುಗಳ ವುದುರಿಸಿ ಬಿಡದೆ ಜಗಿಯುವಿರಿ ತಂಪು ನೀಡುವ ನಾನು ಐಸ್ ಏನಲ್ಲಾ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ನಾನ್ಯಾರು ? ರಾಗಿಣಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

(ಉತ್ತರ ಕಳಿಸಿ)

ಹೇಗಿರಬೇಕು?

ಮಾತು ಒಂದು ಅಮೂಲ್ಯ ವಸ್ತು ಇದನ್ನು ಬಲ್ಲವರು ಆಡುವರು ಹೃದಯದ ತಕ್ಕಡಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ತೂಗಿ ಅನಂತರ ಮಾತಾಡುವುದು ಮನುಷ್ಯತ್ವದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುಣ" ವೀಣಾ, ಮೈಸೂರು

ವಿಚಿತ್ರವಾದರೂ ನಿಜ !

"ಜಿನೀವಾದಲ್ಲಿ 18 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಹುಡುಗರು ಯಾವುದೇ ಚಲನ ಚಿತ್ರ ನೋಡುವಂತಿಲ್ಲ" ರಮ್ಯ, ಮೈಸೂರು

ಸುಂಸುಂನೆ

"ಅಮ್ಮ ಈ ಅಂಗಡೀಲಿ ಎಸಿ ಯಾಕಮ್ಮ ಇಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಮಗು ಅಮ್ಮನನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದಕ್ಕೆ ಮಗು ಬಿಲ್ ಕೊಡುವಾಗ ಗಿರಾಕಿಗಳು ಬೆವರದಿರಲಿ ಅಂತಾ; ನೀವೇನಂತೀರಿ."? ಸುನೀತಾ, ಮೈಸೂರು

ಸ್ವಲ್ಪ ನಗ್ತೀರಾ ಪ್ಲೀಸ್....?

- ಮದುವೆ ಫೋಟೋ -

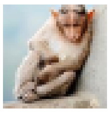
ಮದುವೆಯ ಆಲ್ಬಮ್ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ ಸಿದ್ದನನ್ನು ಆರನೇ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಗ ' ಅಪ್ಪಾ ಈ ಪೋಟೋಗಳಲ್ಲಿ ನಾನ್ಯಾಕಿಲ್ಲ'ಎಂದ. ಇದು ನನ್ನ ಮದುವೆ ಫೋಟೋಗಳೇ ಅಂತ ಸಿದ್ಧ ಹೇಳಿದ ಮದುವೆಗೆ ನನ್ನಾನ್ಯಾಕೆ ಕರ್ಕೊಂಡು ಹೋಗಿರ್‍ಲಿಲ್ಲ? ಮಗನ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಸಿದ್ದ ಬೆಪ್ಪಾಗಿ ಕುಳಿತ." ಮಂಜುಳಾ, ಹಾಸನ

ಒತ್ತಡವನ್ನು ಒದ್ದು ನಿಲ್ಲಿ

ಬೇರೆಯವರ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಸ್ತಿ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಹಾಗೊಂದು ವೇಳೆ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅದರಿಂದ ಅವರಿಗಾಗುವ ಉಪಕಾರಕ್ಕಿಂತ ನಿಮಗಾಗುವ ಹಾನಿಯೇ ಜಾಸ್ತಿ ಎನ್ನುವುದು ನೆನಪಿರಲಿ.

.....ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ಮೇಕೆ ಮತ್ತು ಕೋತಿ



ದೊಡ್ಡಮಠ, ಹೊತ್ತೊತ್ತಿಗೆ ಊಟ, ಸದಾ ಕಾಲಿಗೆರಗುವುದನ್ನು ಕಸುಬು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಭಕ್ತರು ಮಠಿಸ್ವಾಮಿಗಳಾಗಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊತ್ತ ಅನೇಕ ಮರಿ ಮೇಕೆಗಳು.

ಕೆಲವು ಕಾಲವಾದ ಮೇಲೆ ಊರಿಗೆ ಬರಗಾಲ ಬಂತು. ಬಾವಿಗಳು ಒಣಗಿದವು. ಜನ ಪ್ರಧಾನಿಯವರ ಬರ ಪರಿಹಾರ ನಿಧಿಗೆ ಹಾತೊರೆದರು. ಊರ ಪಟೇಲ ಮೇಕಾನಂದಸ್ವಾಮಿಗಳ ಬಳಿ ಬಂದ. ಕೈ ಮುಗಿದ ಉರುಳು ಸೇವೆ ಮಾಡಿದ. "ಎಲೈ ಭಕ್ತನೇ, ಏನು ನಿನ್ನ ತೊಂದರೆ ? ಚುನಾವಣಾ ಸೀಟಿಗೆಂದು ಪಾರ್ಟಿ ಪ್ರಮುಖರಿಗೆ ದುಂಬಾಲು ಬೀಳುವಂತೆ ನನ್ನ ಬಳಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿರುವೆಯಲ್ಲ ?" ಸ್ವಾಮೀ ಕೇಳಿದರು. ನೀನು ಮೇಕೆ ಮೇಕಾರಿ ಮಲ್ಲ ಸಕಲವೂ ಅರಿತಿರುವ ನಿನಗೆ ನಮ್ಮೂರಿನ 'ಬರ' ತಿಳಿಯದೇ? ಜನಗಳಿಗೆ ಜಾನುವಾರುಗಳಿಗೆ ಏಕೆ ಈ ತೊಂದರೆ ? ಇದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಯಾರು ಕಾರಣ?

- ಶ್ರೇಯಾ, ಬೆಂಗಳೂರು, ...ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು

ಆರ್. ವಿಶಾಲಾಕ್ಷಿ ಗುಂಡೂರಾವ್
ನಿವೃತ್ತ ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಮೈಸೂರು

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆಯ ಹಂತದವರೆಗೂ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯಾವ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಓದಲು ಬಲವಂತ ಮಾಡಬಾರದು. ಓದಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಮುಖ್ಯ. ಒತ್ತಡ ಅಮುಖ್ಯ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲಿಗನೇ ಆಗಬೇಕೆಂಬ ಆಸೆ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಬರಬಾರದು. ನಲಿಯುತ್ತ ಕಲಿಯಬೇಕೆ ಹೊರತು ಅಳುತ್ತ ಕಲಿಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಮಗುವನ್ನು ಓದುವಂತೆ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಿದರೆ ಆ ಮಗುವಿಗೆ ಮುಂದೆ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಬೇಸರವೇ ಮೂಡಿ ಅವರು ಓದನ್ನೇ ಬಿಡಬಹುದು.

ಮಗು ಪ್ರೌಢ ಶಿಕ್ಷಣದ ಹಂತಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೊಂಚ ಓದಿನ ಕಡೆ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಪೋಷಕರು ಆ ಮಗುವಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಜೊತೆಯಲ್ಲೇ ಇದ್ದು ಸಹಕಾರ, ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಕೊಡಬೇಕು. ಓದಿನ ಜೊತೆಗೆ ಕ್ರೀಡೆಗೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಕೊಡುವುದು, ಶಾಲೆಗಳ ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಇದ್ದು ಮಾನವೀಯ ಮೌಲ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಶಾಲೆಗಳು ಅಪೂರ್ಣ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ. ಆದ್ದರಿಂದ ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ದಾಖಲು ಮಾಡುವಾಗ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಪರಾಮರ್ಶಿಸಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ದಾಖಲು ಮಾಡಬೇಕು. ...... ಮುಂದುವರಿಯುವುದು.

ಚಿತ್ರಸುದ್ದಿ : ನೋಡಿ ಆನಂದಿಸಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ತಿಳಿಸಿ

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕಬ್ಬನ್ ಪಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ದಪ್ಪ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿಗಳಿಂದ ನಿರ್ಮಿಸಿದ ಮನೆ

ಆಳ್ವಾಸ್ ಮೂಡುಬಿದಿರೆಯಲ್ಲಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೊಂದರಲ್ಲಿ ನೃತ್ಯದ ದೃಶ್ಯ

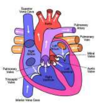
ತಮಾಷೆ ಬಿಗ್‌ಬಾಸ್ ೯ರಲ್ಲಿ ಹಾಸ್ಯದ ತುಣುಕು ದೀಪಿಕಾ ಪಡುಕೋಣೆಯಿಂದ

ಸೇನೆಗೆ ಸೇರಲು ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ

ಯುಪಿಎಸ್‌ಸಿ **'Commined Defence Sevices Exam 2016'** ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸಲು ಅರ್ಹ ಅಭ್ಯರ್ಥಿಗಳಿಂದ ಅರ್ಜಿ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದೆ. ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಖಾಲಿ ಹುದ್ದೆ ಒಟ್ಟು **457** ಇದ್ದು ಭಾರತೀಯ ಸೇನಾಪಡೆ ವಾಯುಪಡೆ ಹಾಗೂ ನೌಕಾ ಪಡೆಯಲ್ಲಿ ಹುದ್ದೆಗಳನ್ನು ಭರ್ತಿ ಮಾಡಲು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ಅರ್ಜಿ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕಾಗಿದ್ದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ **www.upsconlinenic.in** ನೋಡಿ ಅರ್ಜಿ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ **04.12.2015**

ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಹೃದಯಕ್ಕಾಗಿ

5. ತೂಕದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ :



ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ದೇಹತೂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಒತ್ತಡ ಬೀಳುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ವೇಗದಿಂದ ಮಿಡಿಯಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಒದಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ತೂಕಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮದ ಕೊರತೆ. ಇದರಿಂದ ಇತರೇ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳು ಜನ್ಮ ತಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ತ ಉಪಾಯವೆಂದರೆ - ತಾಜಾ ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿಗಳು, ಹಸಿರು ಸೊಪ್ಪುಗಳು, ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಹಾಗೂ ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ.

Life of 21st Century

ALL ARE LESS

Our Dress - Sleeve less
Our youths - Jobless

...Cont'd

ಈ ಗುಣ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿದೆಯಾ ?

ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ತರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೆಯೇ ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಗಳೂ ಕೂಡಾ ವಿಭಿನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ, ಸ್ವಭಾವಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಭಿನ್ನ ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಹಜ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಕ್ಕೂ ನಡುವಳಿಕೆಗೂ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನ ನಡವಳಿಕೆಗಳೂ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಗುಣ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ಮಾತನಾಡುವಾಗ ತಲೆ ಕೆರೆಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಇಂಥದಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಏನಾದರೂ ಅರ್ಥವಿದೆಯಾ? ಹೌದು ಅರ್ಥವಿದೆ.

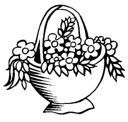
"ಮಾತನಾಡು ವಾಗ, ನಿಂತಾಗ, ಕೈಯನ್ನು ಪ್ಯಾಂಟ್ ಜೇಬಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವವರು" ಇಂತಹವರುಗಳು ಸ್ವತಂತ್ರ ವಾಗಿರಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾರೆ."

.....ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ಪತ್ರಿಕೆಯ ಓದುಗರಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಾಗರೀಕರಲ್ಲಿ ಮನವಿ

ವಾರಪತ್ರಿಕೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಹಾಗೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಧನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವವರು ಯಾವುದೇ ಅಂಚೆ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಉಳಿತಾಯ ಖಾತೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕೈಲಾದಷ್ಟು ಹಣವನ್ನು ಜಮಾ ಮಾಡಿ. ಜಮಾವಾದ ಹಣಕ್ಕೆ ರಶೀತಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು. ಪತ್ರಿಕೆಯು ಈಗ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ **www.mahilavishesha.in** ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಓದಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ, ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸಿ ನಿಮ ಸಹಕಾರದ ಕೈ ಸಂತೋಷದಿಂದ ನೀಡಿ.

ಅಂಚೆ ಕಛೇರಿ : ಯಾದವಗಿರಿ, ಮೈಸೂರು, ಕರ್ನಾಟಕ
ಖಾತೆದಾರರ ಹೆಸರು : ಹೆಚ್.ವಿ. ವೆಂಕಟಸುಬ್ಬರಾವ್
ಸಂಪಾದಕರು, ಮಹಿಳಾ ವಿಶೇಷ ಪತ್ರಿಕೆ
ಉಳಿತಾಯ ಖಾತೆಯ ಸಂಖ್ಯೆ : **3098204565**



"ನಿಮ್ಮ ಸಹಕಾರ ಸಾವಿರಾರು ಜನರಿಗೆ ಉಪಕಾರ"

ಬೆಲೂನ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಪುಟ್ಟ ಬಾಲಕಿ

ಗೌಮಹಾ 2015ರ ವಿಜೇತೆಯರು
ಬನಿತಾ, ಕಲೇಳಿ, ನಂದಿತಾ

Edited, Published & Owned by H.V.Venkatasubbarao, #1021, 14th Cross, 2nd Stage, Hebbal, Mysore-570017 and Printed at Annapoorna Offset Printer, #511, 14th Main, Saraswathipuram, Mysore-570009. Bangalore Office:#734, New Masjid Road, Near Metro Statn., T.Dasarahalli, Bangalore-560057 Mob.:8880334444,Email:mahilavishesha@yahoo.com Editor: H.V. Venkatasubbarao, Decl.No.: MAG.90/2015-16