ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕಾ

ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಇ ಪತ್ರಿಕೆ

ನಮಸ್ತೆ ಫಿಟ್ನೆಸ್

ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು

ಒಗಟುಗಳು

ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ

ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು
&
ಸಂಶೋಧನೆಗಳು

ಅನಿಮಲ್ ವರ್ಲ್ಡ್

ಕ್ರಾಫ್ಟ್ ವರ್ಲ್ಡ್
ಹವ್ಯಾಸ ಸಮಯ
ಕ್ರೀಡಾ ಸುದ್ದಿಗಳು

ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು

ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕಾ

ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಇ ಪತ್ರಿಕೆ

ಜೈ ಶಂಕರ್!
ಆತ್ಮೀಯ ಮಕ್ಕಳು, ಯಂಗ್ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್,

ಪರಮ ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀಮತ್ ಸದ್ಯೋಜಾತ್ ಶಂಕರಾಶ್ರಮ್ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಆಶೀರ್ವಾದದೊಂದಿಗೆ ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕಾ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಶ್ರೀ ಚಿತ್ರಾಪುರ್ ಮಠದ ಬ್ಯಾನರಿನ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಶಾಲೆಗಳ ಮಕ್ಕಳಾದ ನಿಮ್ಮ ಸಲುವಾಗಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿದ ಇ-ಪತ್ರಿಕೆಯಾಗಿದೆ.

ಈ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವರ್ಷದ ನಾಲ್ಕು ಮಂಗಳಕರ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ನಾಲ್ಕು ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲು ಯೋಜಿಸುತ್ತೇವೆ: *** ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ • ದೀಪಾವಳಿ * ಮಕರ ಸಂಕ್ರಾಂತಿ * ರಥೋತ್ಸವ**

ಪ್ರಸ್ತುತ ಜಗತ್ತಿನ ಸುದ್ದಿ, ವಿಜ್ಞಾನ, ಆರೋಗ್ಯ, ಕ್ರೀಡೆ, ಕರಕೌಶಲ್ಯ,ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಮಗೆ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನಾವು ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುವ ಉತ್ಸವಗಳು, ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಯುವ ಸಾಧಕರ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರಲು ನಾವು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಹೌದು, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಶಾಲೆಗಳ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಓದುವ ಮೂಲಕ, ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಸದ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕೆಗೆ ಸಹಕರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಶಕ್ತಗೊಳಿಸಲು ನಾವು ಈ ವೇದಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇವೆ! ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣತರಾದ ವೃತ್ತಿಪರರು ಮತ್ತು ಸಾಧಕರ ತಂಡವು ಇದನ್ನು ನಿಮಗಾಗಿ ರಚಿಸಲು ಮುಂದಾಗಿದೆ.

- ಕ್ರಾಫ್ಟ್ಸ್ ವರ್ಲ್ಡ್: ಸ್ಮಿತಾ ನಾಗರ್ಕಟ್ಟಿ
- ನಮಸ್ತೆ ಫಿಟ್ನೆಸ್: ದೀಪ್ತಿ ಅನಿಲ್
- ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಗಳು: ಡಾ. Dr. ಖುರ್ಷಿದ್ ಬರುಚಾ
- ಪ್ರಾಣಿ ಪ್ರಪಂಚ ಮತ್ತು ಭೂಮಿ ತಾಯಿ : Dr. ಗೌರೀಶ್ ಪಡುಕೋಣೆ
- ಕ್ರೀಡಾರೌಂಡ್ : ದಿಲೀಪ್ ಬಸರೂರ್
- ಇಂಟರ್ನ್ಯಾಷನಲ್ ನ್ಯೂಸ್, ಕಲ್ಚರ್ ಪೇಜ್, ಮೈಂಡ್-ಬೆಂಡರ್ಸ್ ಅಂಡ್ ಕುತೂಹಲಕಾರಿ ಹ್ಯಾಪನಿಂಗ್ಸ್: ಜ್ಯೋತಿ ದಿವಗಿ
- ಎಡಿಟಿಂಗ್ ಟೀಮ್: ಚೇತನಾ ಕಡ್ಲೆ ಮತ್ತು ಶೈಲಜಾ ಗಂಗೂಲಿ
- ಡಿಸೈನಿಂಗ್: ಚೈತನ್ಯ ನದ್ಕರ್ಣಿ
- ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ: ಸ್ಮಿತಾ ದಿವಗಿ
- ಸೀನಿಯರ್ ಎಡ್ವಾಯ್ಸರ್ : ರಾಮಚಂದ್ರ . ಆಲೇಕಲ್
- ಸಂಯೋಜಕರು: ಶಿವಾನಂದ ಮುಡ್ಬಿದ್ರಿ
- ಮಠದ ವೆಬ್ ಸೈಟ್: ವರುಣಿ ಸಿಸ್ಟಮ್ಸ್

ನಾವು ಮೊದಲ ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪರಮ ಪೂಜ್ಯ ಸ್ವಾಮಿಗಳ ಪವಿತ್ರ ಚರಣಾರವಿಂದಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಸಂಕಲಿಸಿ ರಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪರಿಜ್ಞಾ ಪತ್ರಿಕೆಯ ತಂಡ.

ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸುದ್ದಿ

ಥೈಲ್ಯಾಂಡಿನ ಚಿಯಾಂಗ್ ರೈ ಪ್ರಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಗುಹೆಯಿಂದ 12 ಚಿಕ್ಕ ಹುಡುಗರ ಸಾಕರ್(ಫುಟ್ ಬಾಲ್) ತಂಡ ಮತ್ತು ಅವರ ತರಬೇತುದಾರ ಏಕಾಪೊಲ್ ಚಾಂಥವಾಂಗ್ ಅವರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲಾಯಿತು.
ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಬ್ರೇಕ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗುಹೆಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಹಲವಾರು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಪ್ರವಾಹದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದು ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಯಿತು. ಧ್ಯಾನದಿಂದ ತಂಡಕ್ಕೆ ನೆರವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಕೋಚ್ ಈ ಭೀಕರ ಅನುಭವದಿಂದ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡರು. ತರಬೇತುದಾರ, ಏಕಾಪೊಲ್ ಚಾಂಥವಾಂಗ್, ವೈಲ್ಡ್ ಬೋರ್ಸ್‌ಗಳ ತರಬೇತುದಾರರಾಗುವ ಮುಂಚೆ ಬೌದ್ಧ ಸನ್ಯಾಸಿಯಾಗಿ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಬದುಕಿದ್ದಾನೆ.

ವೈಲ್ಡ್ ಬೋರ್ಸ್‌ಗಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಹೇಗೆ ನೆರವಾಯಿತು!

ನೆಲ್ಸನ್ ಮಂಡೇಲಾ

ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾದಲ್ಲಿ ವರ್ಣಭೇದ ನೀತಿಯನ್ನು ಕೊನೆಗೊಳಿಸಲು ನೆಲ್ಸನ್ ಮಂಡೇಲಾ ಹೋರಾಡಿದರು, ಅಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪು ಜನರನ್ನುಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಜನರಿಂದ ತಾರತಮ್ಯಗೊಳಿಸಿ ಅವರನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲಾಯಿತು. ವರ್ಣಭೇದ ನೀತಿಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿಅಂತಿಮ ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ F.W. ಡೆ ಕ್ಲರ್ಕ್ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಜಂಟಿಯಾಗಿ ವರ್ಣಭೇದ ನೀತಿಯ ಶಾಂತಿಯುತ ಮುಕ್ತಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಹೋರಾಡಿದ ಅವರಿಗೆ 1993 ರಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ನೊಬೆಲ್ ಶಾಂತಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಯಿತು.

ಹನ್ನೊಂ ಮಿಲಿಯನ್ ಟನ್ ಐಸ್ಬರ್ಗ್ ಗ್ರೀನ್ ಲ್ಯಾಂಡಿನ ಇನ್ನಾರ್ಸ್‌ಸ್ಯೆನ ಸಣ್ಣ ಹಳ್ಳಿಯ ಬಳಿ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿ ನಿಂತಿದೆ. ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಮಳೆಯಾದರೆ ಐಸ್ ಬರ್ಗನ್ನು ಅಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಹಾಗಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಸುನಾಮಿಯಿಂದ ಈ ಚಿಕ್ಕ ಹಳ್ಳಿಯೇ ಕೊಚ್ಚಿ ಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಭಾರತದಿಂದ ಆಕರ್ಷಕ ಸಂಗತಿಗಳು

ಫ್ಲೋಟಿಂಗ್ ಪೋಸ್ಟ್ ಆಫೀಸ್

ಭಾರತವು 1, 54,882 ಅಂಚೆ ಕಚೇರಿಗಳನ್ನು (31.03.2014 ರಂತೆ) 1, 39,182 (89.86%) ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರುವ ವಿಶ್ವದ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಅಂಚೆ ಜಾಲವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ನಂತರ ಅಂಚೆಯ ಸಂಕೀರ್ಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಏಳು ಪಟ್ಟು ಬೆಳವಣಿಗೆ ದಾಖಲಿಸಿದೆ! ಸರಾಸರಿ, ಪೋಸ್ಟ್ ಆಫೀಸ್ 21.22ಕಿ.ಮೀ.ಚದರ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ 8221 ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.ನೋಡೋಣ, ದಾಲ್ ಸರೋವರ, ಶ್ರೀನಗರದಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಿರುವ ಒಂದು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯೂ ಒಂದು ಪೋಸ್ಟ್ ಆಫೀಸನ್ನು ನಾವುಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ!

Image Courtesy: Vinayaraj / Wikimedia Commons 3.0

ಲಿವಿಂಗ್ ರೂಟ್ ಬ್ರಿಜ್ (ಜೀವಂತ ಬೇರು ಸೇತುವೆಗಳು)

ಲಿವಿಂಗ್ ರೂಟ್(ಜೀವಂತ ಬೇರು) ಸೇತುವೆಗಳು ಮೇಘಾಲಯ ಮತ್ತು ನಾಗಾಲ್ಯಾಂಡಿನ ಈಶಾನ್ಯ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ

From Wikimedia Commons

ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಖಾಸಿ ಮತ್ತು ಜೈಂಟಿಯಾ ಬುಡಕಟ್ಟಿನ ಜನರ ಕೈಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ.ರಬ್ಬರ್ ಮತ್ತು ಅಂಜೂರದ ಮರಗಳ ವೈಮಾನಿಕ ಬೇರುಗಳಿಂದ ಬೇರು ಸೇತುವೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ನದಿಗೆ ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಬೇರುಗಳನ್ನುಅನುಕೂಲಕರ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವ ಮೂಲಕ ಜೀವಂತ ಬೇರು ಸೇತುವೆ ರಚನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಬೇರುಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಮನುಷ್ಯನ ತೂಕವನ್ನು ಹಿಡಿಯುವಷ್ಟು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತವೆ!

ಭಾರತದಿಂದ ಆಕರ್ಷಕ ಸಂಗತಿಗಳು

ಬಾಂದ್ರಾ ವರ್ಲಿ ಸೀ ಲಿಂಕ್

ಈ ಎಂಟು ಲೇನ್ ಸೇತುವೆಯು 37,000 ವಾಹನಗಳ ದೈನಂದಿನ ಸಂಚಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ!

http://www.india-infofacts.com

ಬಾಂದ್ರಾ ವರ್ಲಿ ಸೀ ಲಿಂಕ್ ಸೇತುವೆಗೆ ಭೂಮಿಯ ಸುತ್ತಳತೆಯ ಉದ್ದಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಾದ ಉಕ್ಕು ತಂತಿಗಳಿವೆ! ಈ ತಂತಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿರುವ ಸೇತುವೆ ಪಶ್ಚಿಮ ಉಪನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಂದ್ರಾದ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ದಕ್ಷಿಣ ಮುಂಬೈಯಿನ ವರ್ಲಿಯ ತನಕ ಜೋಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಈ ಸೇತುವೆಯನ್ನು 16 ಶತಕೋಟಿ ಭಾರತೀಯ ರೂಪಾಯಿ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಯಿತು.

ಈ ಸೇತುವೆಯ ಒಟ್ಟು ತೂಕವು 50,000 ಆಫ್ರಿಕನ್ ಆನೆಗಳಿಗೆ ಸಮನಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯೇ!

ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಉಗುರುಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಲಾಯಿತು!

66 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಶ್ರೀಧರ್ ಚಿಲ್ಲಲ್ ತನ್ನ ಉಗುರುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪವಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿದರು. ಕೊನೆಯದಾಗಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಉಗುರುಗಳನ್ನು 1951 ರಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಅದು ಬೆಳೆಯಿತು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಯಿತು. 3ಅಂತಸ್ತಿನ ಕಟ್ಟಡದ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಸಮನಾದಷ್ಟು ಉದ್ದವಾಯಿತು !

ರಿಪ್ಲಿಯ ಬಿಲೀವ್ ಇಟ್ ಆರ್ ನಾಟ್ ಟೈಮ್ಸ್ ಸ್ಕ್ವೇರ್ ನಲ್ಲಿ ಪುಣೆಯ 82 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಚಿಲ್ಲಲ್ ಅಮೇರಿಕಾಕ್ಕೆ ಉಗುರು ಕತ್ತರಿಸುವ ಸಮಾರಂಭಕ್ಕಾಗಿ ಹಾರಿದರು..

ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು & ಸಂಶೋಧನೆಗಳು

ಅಗೋಚರ ಪೋಷಾಕು

ನಿಮಗೆ ಅದೃಶ್ಯವಾಗಬೆಕು ಅನಿಸಿದೆಯೇ? ನಿಮಗೆ ಕಾಣಿಸಬೇಕು.ಆದರೆ ಇತರರಿಗೆ ನೀವು ಕಾಣಿಸಬಾರದು.

ತುಂಬಾ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವವಲ್ಲವೇ ?

ಹೈಪರ್ ಸ್ಟಿಲ್ತ್ ಬಯೋಟೆಕ್ನಾಲಜಿ ಕಾರ್ಪೊರೇಷನ್ ಎಂಬ ಕೆನಡಿಯನ್ ಕಂಪನಿಯೊಂದು ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಬಟ್ಟೆಯೊಂದನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಸಫಲವಾಗಿದೆ.

ಅವರು ಈ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು 'ಕ್ವಾಂಟಮ್ ಸ್ಟಿಲ್ತ್'ಎಂದು ಹೆಸರಿಸಿದ್ದಲ್ಲದೇ ಇದನ್ನು ಧರಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅದೃಶ್ಯನಾಗುವನೆಂದು ನಮೂದಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ಬಟ್ಟೆಯು ಅದರ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವ ಪ್ರಕಾಶಕಿರಣಗಳನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸಿ ಈ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಹೊಂದುವಲ್ಲಿ ಸಫಲವಾಗಿದೆ.

ಈ ಪೋಷಾಕನ್ನು ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಸೈನಿಕರ ಸಾಧನವಾಗಿ ಬಳಸಲು ಅದನ್ನು ತಯಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದೆ.!

ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕರಗುವ ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್

ಬೇಸಿಗೆಯ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ತಂಪಾದ ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ತಿನ್ನಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ, ಅಲ್ಲವೇ?

ಆದರೆ ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ತುಂಬಾ ವೇಗವಾಗಿ ಕರಗುತ್ತದೆ ಅದು ಬಹಳಷ್ಟು ಕರಗಿ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ನಮ್ಮ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಹೊಲಸು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಐಸ್ಕ್ರೀಂ ಅಷ್ಟು ವೇಗವಾಗಿ ಕರಗದಿದ್ದರೆ ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತಿತ್ತಲ್ಲವೇ? ಡಾ ರಾಬಿನ್ ಜುಜುಗಾ ಗೆಲೆಗೋ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಒಂದು ತಂಡ ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ತಯಾರಿಸಲು ಒಂದು ದಾರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದೆ. ಮತ್ತು ಇದು ವೇಗವಾಗಿ ಕರಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಆತುರಾತುರವಾಗಿ ತಿನ್ನುವ ಅಗತ್ಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅದರ ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಅವರು ಸೆಲ್ಯುಲೋಸ್ ನ್ಯಾನೊಫೈಬ್ರಿಲ್ಗಳನ್ನು (ಸಿಎನ್ಎಫ್ಗಳು) ಹೊರತೆಗೆಯುತ್ತಾರೆ, ಅಂದರೆ 100nm ಗಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಿರುವ ನಾರುಗಳು, ಬಾಳೆ ಸಸ್ಯದ ಪುಡಿಮಾಡಿದ ಕಾಂಡಗಳಿಂದ ಅಂದರೆ ಬಾಳೆಹಣ್ಣುಗಳು ಜೋಡಿಸಲಾದ ಮಧ್ಯ ಕಾಂಡಗಳಿಂದ ಅವನ್ನು ತೆಗೆದು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ .

ನಮ್ಮ ಕೂದಲಿನ ಅಗಲಕ್ಕಿಂತ ಸಾವಿರಾರು ಬಾರಿ ಚಿಕ್ಕದಾದ ಈ ಫೈಬರ್ಗಳು ರುಚಿ ಅಥವಾ ವಾಸನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಐಸ್-ಕ್ರೀಮ್ಗೆ ಸೇರಿಸಿದಾಗ, ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯರುಚಿಯನ್ನೂ ಪಡೆಯುವುದು!

ಇದು ಐಸ್ ಕ್ರೀಂನ ಕೆನೆತನವನ್ನೂ ಸಹ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅದ್ಭುತವಲ್ಲವೇ ?

ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು & ಸಂಶೋಧನೆಗಳು

ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಸ್ಪೆಕ್ಸ್

ನಮ್ಮ ಸುಂದರ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನೋಡಲು ನಾವು ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ.ಆದರೆ ಅನೇಕ ಜನರು ನಮ್ಮ ಹಾಗೆ ಅದೃಷ್ಟವಂತರಲ್ಲ. ಅವರು ಕುರುಡರು. ಆಕ್ಸ್ಫರ್ಡ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಸಂಶೋಧನಾ ತಂಡವು ;ಸ್ಮಾರ್ಟ್; ಗ್ಲಾಸ್ಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಫಲವಾಗಿದೆ. ಈ ಕನ್ನಡಕವು ಕಡಿಮೆ ದೃಷ್ಟಿ ಹೊಂದಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಮತ್ತು ಕುರುಡರಿಗೆ ನೋಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಕನ್ನಡಕ 3D ಕ್ಯಾಮೆರಾಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತವೆ.

ಈ ಕ್ಯಾಮೆರಾಗಳು ನೈಜ ಸಮಯದ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಆ ಸಮಯದ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ತೋರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಗಾಢವಾದ ವಸ್ತುಗಳು ಗಾಢವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದವುಗಳು ಬಿಳಿಯವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ . ಬಳಕೆದಾರರ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮುಂದೆ ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಇದನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ ತೋರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಬಳಕೆದಾರರಿಗೆ ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಮುಖಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ದೃಷ್ಟಿಯುಳ್ಳ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಕಾಣುವಷ್ಟು ಸ್ಪಷ್ಟ ಮತ್ತು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಕಾಣದಿದ್ದರೂ ಕುರುಡರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಈ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಗ್ಲಾಸ್; ನೀಡಿದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಅದ್ಭುತವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು.

What is seen through the ‘smart glasses’ by a blind individual

What is seen by the eyes of a person with sight

ನಮಸ್ತೆ ಫಿಟ್ನೆಸ್

ಯೋಗ

ಯೋಗ ಅಂದರೆ ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಒಕ್ಕೂಟವೆಂದು ಅರ್ಥ. ಯೋಗದ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯು ಸ್ವಯಂ ಜೀವವನ್ನು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಬ್ರಹ್ಮನ್ ಜೊತೆಗೆ ಭಾಗಶಃ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಪುನರ್ಮಿಲನಗೊಳಿಸುವುದಾಗಿದೆ. ತನ್ನ ಯೋಗ ಸೂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಯೋಗದ ಜನಕನೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಪತಂಜಲಿಯವರು ಯೋಗವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಎಂಟು ಹಂತಗಳನ್ನು (ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗ) ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ.

- ಯಮ (ತತ್ವಗಳು ಅಥವಾ ನೈತಿಕ ಕೋಡ್)
- ನಿಯಮ (ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶಿಸ್ತು)
- ಆಸನ (ಸ್ಟೆಡಿ ಪೋಸ್)
- ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ (ಯೋಗಿಕ ಉಸಿರಾಟ)
- ಪ್ರತ್ಯಾಹರ (ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ವಾಪಸಾತಿ)
- ಧರಣ (ಏಕಾಗ್ರತೆ)
- ಧ್ಯಾನ (ಧ್ಯಾನ)
- ಸಮಾಧಿ (ತನ್ಮಯ ಸ್ಥಿತಿ)

ಪತಂಜಲಿ ಅವರು ಆಸನವನ್ನು ಸ್ಥಿರ ಸುಖಮ್ ಆಸನಮ್ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸುತ್ತಾರೆ, ಹೀಗಾಗಿ ಆಸನವು ಸ್ಥಿರವಾದ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಕರವಾದ ಮನಸ್ಸು-ದೇಹದ ಭಂಗಿಯಾಗಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಒತ್ತಡ ಅಥವಾ ಒತ್ತಡವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಒಬ್ಬರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಪ್ರಕಾರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಆದರ್ಶಪ್ರಾಯವಾಗಿ ಆಸನಗಳನ್ನು ಆರಾಮದಾಯಕ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಪ್ರತಿ ದಿನ ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕರುಳಿನ ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ನಂತರ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಧರಿಸಬೇಕು. ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ, ಆಸನಗಳ ಮೇಲೆ ಪಾಂಡಿತ್ಯ ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ನಿಲುವು ಆನಂದಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಲಕ್ಷ್ಯವಿರಲಿ. ನಿಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಎಣಿಕೆಯಾಗಿ ಬಳಸಿ ಆಸನಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಂದು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು 1 ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿ, ಮುಂದಿನ ಉಸಿರು 2 ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಂದೆ ಹೀಗೆ ನೀವು ಆಸನವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಉಸಿರಾಟದ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ. ನಿಮ್ಮಸಂತೋಷಕರ ಮತ್ತು ಫಲಪ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬಯಸುವೆವು.

ನಮಸ್ತೆ ಫಿಟ್ನೆಸ್

ತಲಾಸನ

(ಪಾಮ್ ಟ್ರೀ ಭಂಗಿ)

ಅನುಕ್ರಮ:

ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಪಾದಗಳನ್ನು ನೆಟ್ಟಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ನೇರವಾಗಿ ಮುಂದೆ ನೋಡಿ ಮತ್ತು ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನೋಟವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿ. ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಒಳಗೆ ತೆಗೆದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ತೋಳುಗಳನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ ಅಂಗೈಗಳನ್ನು ಎದುರು ಬದುರು ದಿಶೆಯಲ್ಲಿಡಿ. ಹಿಮ್ಮಡಿಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ಕಾಲ್ಬೆರಳುಗಳ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸಿ ಹಿಮ್ಮಡಿ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಏರಿಸಿ.

ಪ್ರಯೋಜನಗಳು:

ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಇರಿಸಿ ಅದರ ಭಂಗಿಯ ದೋಷಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ಚುರುಕುತನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪಕ್ಕೆಲುಬು ವಿಸ್ತರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಉಸಿರಾಟದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ನೆಲಗಡಲೆಗಳು

ನೆಲಗಡಲೆಗಳು ನಿಜವಾದ ಬೀಜಗಳು ಅಲ್ಲ, ಆದರೆ ಬೀನ್ಸ ಮತ್ತು ಮಸೂರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಕಾಳುಗಳ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸೇರಿವೆ.ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಹಸಿಯಾಗಿಯೂ ತಿಂದು ಆನಂದಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಬೇಯಿಸಿ, ಶುಷ್ಕವಾಗಿ ಹುರಿದು ಮತ್ತು ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಹುರಿದೂ ಸಹ ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ರುಚಿಕರವಾದ ಮತ್ತು ಸಿಹಿ ಭಕ್ಷ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು. ನೆಲಗಡಲೆಗಳು ಪ್ರೋಟೀನ್ ಮತ್ತು ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಕೊಬ್ಬಿನ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಮೂಲವಾಗಿವೆ..

ಒಂದು ದಿನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿಯಷ್ಟು ನೆಲಗಡಲೆಯನ್ನು ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಧೃಡವಾಗಿ ಇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಹೃದಯ ಹಾಗೂ ಮೂಳೆಗಳ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ.

ಕ್ರೀಡಾ ಸುದ್ದಿಗಳು

ವಿಶ್ವ ಜೂನಿಯರ್ ಅಥ್ಲೆಟಿಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದ ಮೊದಲ ಭಾರತೀಯ ಮಹಿಳೆ. ಹಿಮಾ ದಾಸ್ ಫಿನ್ಲಾಂಡಿನ ಟ್ಯಾಂಪೇರ್‌ನಲ್ಲಿ ಜುಲೈ 12 ರಂದು ಐಎಎಫ್ಎಫ್ ವಿಶ್ವ ಯು 20 ಚಾಂಪಿಯನ್ನಿಪ್ನಲ್ಲಿ ಮಹಿಳಾ 400 ಮೀಟರ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದ ಮೂಲಕ ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದರು.

ಎಲ್ಲಾ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ಚಾಂಪಿಯನ್ ಶಿಪ್ಪ್ನಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದ ಪ್ರಥಮ ಭಾರತೀಯ ಅಥ್ಲೀಟ್ ಆಗಲು ಹಿಮಾ ಅವರು 51.46 ಸೆಕೆಂಡ್ಸ್‌ಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸಿದ್ದಾರೆ

ಹಿಮಾ ದಾಸ್ ಬರೆದಳು ಇತಿಹಾಸ!

ದೀಪಿಕಾ ಕುಮಾರಿ

2018 ಬಿಲ್ಲುವಿದ್ಯೆ:ವಿಶ್ವಕಪ್ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬಿಲ್ಲುವಿದ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ದೀಪಿಕಾ ಕುಮಾರಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದಿದ್ದಾರೆ.

ಏಷ್ಯಾ ಇಂಡಿಯನ್ ಆರ್ಚರ್ ದೀಪಿಕಾ ಕುಮಾರಿ ಅವರು ವಿಶ್ವಕಪ್ನಲ್ಲಿ ಜರ್ಮನಿಯ ಮಿಚೆಲ್ ಕ್ರೊಪ್ಪೆನ್ ವಿರುದ್ಧ 7-3 ಸೆಟ್ಗಳಿಂದ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದುಕೊಂಡರು.

2018 ಚಾಂಪಿಯನ್ಸ್ ಟ್ರೋಫಿ ಹಾಕಿ ಭಾರತವು ಅರ್ಜೆಂಟೈನಾವನ್ನು 2-1 ಗೋಲುಗಳಿಂದ ಸೋಲಿ ಸುತ್ತದೆ

ಭಾರತವು ಅರ್ಜೆಂಟೈನಾವನ್ನು 2-1 ಗೋಲುಗಳಿಂದ ಸೋಲಿಸಿ ನೆದರ್ಲೆಂಡ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಚಾಂಪಿಯನ್ಸ್ ಟ್ರೋಫಿ ಹಾಕಿ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಸತತ ಎರಡನೇ ಜಯವನ್ನು ದಾಖಲಿಸಿದೆ.

ಪ್ರಾಣಿ ಪ್ರಪಂಚ

ಸಸ್ತನಿಗಳು

ಸಸ್ತನಿಗಳು ಜೀವಂತ ಮರಿಗಳಿಗೆ ಜನ್ಮ ನೀಡುವ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ರಕ್ತದ ಪ್ರಾಣಿಗಳು. ಬೆಕ್ಕುಗಳು, ನಾಯಿಗಳು, ಆನೆಗಳು, ಜಿರಾಫೆಗಳು, ತಿಮಿಂಗಿಲಗಳು, ಡಾಲ್ಫಿನ್ಗಳು, ಪೊರ್ಪೊಯಿಸಸ್ ಮತ್ತು ಹೋಮೋ ಸೇಪಿಯನ್ಸ್ (ಇಂದು ಇರುವ ಮಾನವರ ಜಾತಿಗಳು) ಎಲ್ಲ ವಿಲಕ್ಷಣ ಜಾತಿಯ ಸಸ್ತನಿಗಳು, ಅವುಗಳು ಜೀವಂತ ಮರಿಗಳನ್ನು ಜನ್ಮ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಅವು ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಇಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ, ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಇಡುವ ಸಸ್ತನಿಗಳೂ ಇವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾನೋಟ್ರೆಮ್ಸ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇಂತಹ ಮೂರು ಮೊನೊಟ್ರೀಮ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ

ಬಾತುಕೋಳಿ ಕೊಕ್ಕಿನ ಪ್ಲಾಟಿಪಸ್ ನೋಡಲು ನೀರು ನಾಯಿಯಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಬಾಲವು ಬೀವರ್(ನೀರು ನಾಯಿ) ಬಾಲದಂತೆಕಾಣುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೇಟೆಯನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಇದು ಒಂದು ಬಾತುಕೋಳಿ ರೀತಿಯ ಕೊಕ್ಕನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಬಾತುಕೋಳಿ ಕೊಕ್ಕಿನ ಪ್ಲಾಟಿಪಸ್

ಇದು ಜಾಲದಂತಿರುವ ಪಾದಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಅರೆ-ಜಲವಾಸಿಯಾಗಿದೆ. ಇವು ಕೀಟಗಳ ಲಾರ್ವಾ, ಸೀಗಡಿ, ಚಿಪ್ಪುಮೀನು, ಕಪ್ಪೆಗಳು ಮತ್ತು ಮೀನು ಮೊಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತವೆ. ವಯಸ್ಕ ಪ್ಲಾಟಿಪಸ್ ಸುಮಾರು 45 ರಿಂದ 60 ಸೆಂ.

ಮೀ ಉದ್ದವಿರುತ್ತದೆ. ಗಿಡುಗಗಳು, ಹದ್ದುಗಳು, ಗೂಬೆಗಳು, ಮೊಸಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಹೆಣ್ಣು ನರಿಗಳು ಅವುಗಳ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪರಭಕ್ಷಕಗಳಾಗಿವೆ. ಬಾತುಕೋಳಿ ಕೊಕ್ಕಿನ ಪ್ಲಾಟಿಪಸ್ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ಮತ್ತು ಟಾಸ್ಮೇನಿಯಾದ ದಕ್ಷಿಣ ಪೂರ್ವ ಕರಾವಳಿಯ ಸಿಹಿನೀರಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಣಿ ಪ್ರಪಂಚ

ದೀರ್ಘ ಚುಂಚಿನ ಎಕಿಡ್ನಾ

ದೀರ್ಘ ಚುಂಚಿನ ಎಕಿಡ್ನಾದ ದೇಹವು ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ಸ್ಪೈನ್ಗಳಿಂದ ಆವರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದು, ಸ್ಪೈನ್ಗಳ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣವಿರುತ್ತದೆ. ಸ್ಪೈನ್ಗಳ ಕೆಳಗೆ ಅವು ತುಪ್ಪಳವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ.

ಮೂತಿಯು ಅವುಗಳ ತಲೆಯ ಉದ್ದದ ಅರ್ಧದಷ್ಟಿದೆ. ದೀರ್ಘ ಚುಂಚಿನ ಎಕಿಡ್ನಾಗಳು ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯ ಈಜುಗಾರರು.ಮತ್ತು ಪಪುವಾ ನ್ಯೂ ಗಿನಿಯಾದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹುಳುಗಳು ಮತ್ತು ಕೀಟಗಳ ಲಾರ್ವಾಗಳು ಅವುಗಳ ಆಹಾರವಾಗಿದೆ.

ಸಣ್ಣ ಚುಂಚಿನ ಎಕಿಡ್ನಾ

ಸಣ್ಣ ಚುಂಚಿನ ಎಕಿಡ್ನಾದ ದೇಹವು ತುಪ್ಪಳ ಮತ್ತು ಸ್ಪೈನ್ಗಳಿಂದ ಆವರಿಸಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಮೂತಿ ಮತ್ತುವಿಶೇಷವಾದ ನಾಲಿಗೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದನ್ನು ಬೇಟೆಯನ್ನು ಬೇಟೆಯಾಡಲು ಬಹಳ ವೇಗದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆಗೂ ಮತ್ತು ನ್ಯೂಗಿನಿಯಾದ ನೈಋತ್ಯ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಈ ಎಕಿಡ್ನಾಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಗೆದ್ದಲುಗಳು ಮತ್ತು ಇರುವೆಗಳನ್ನು ಆಹಾರವಾಗಿ ತಿನ್ನುತ್ತವೆ.

ಟ್ಯಾಸ್ಮೆನಿಯನ್ ದೆವ್ವಗಳು ಮತ್ತು ಹದ್ದುಗಳು ಅವುಗಳ ಪರಭಕ್ಷಕಗಳಾಗಿವೆ..

ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ

ಬೀಜಕೋಶಗಳು ಅರಣ್ಯಗಳ ರಚನೆ

ಬೀಜಕೋಶಗಳು - ಪುನರರಣ್ಯೀಕರಣದ ಸುಲಭ ಮಾರ್ಗ!

ಬೀಜಕೋಶಗಳು ಎಂದರೇನು ?

ಬೀಜಗಳ ಚೆಂಡುಗಳು ಬೀಜದಿಂದ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಸರಿಸುವ ಒಂದು ಪುರಾತನ ತಂತ್ರವಾಗಿದ್ದು, ನೇಗಿಲಂತಹ ಕೃಷಿಯ ಉಪಕರಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಣ್ಣಿನ ತೆರೆಯುವಿಕೆಯಿಲ್ಲ. ಜಪಾನಿನ ಕೃಷಿಕ ಮಸಾನೊಬು ಫ್ಯುಯುಕೋಕಾ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಇದನ್ನು ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬೀಜಗಳನ್ನು ಮಿಶ್ರಗೊಬ್ಬರ ಅಥವಾ ಗೊಬ್ಬರ ರೀತಿಯ ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಸಾವಯವ ವಸ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ, ಬೀಜವು ಮಿಶ್ರಗೊಬ್ಬರ / ಗೊಬ್ಬರವನ್ನು ಮಿಶ್ರಗೊಂಡು ಮಣ್ಣಿನ ಸರಿಯಾದ ಲೇಪನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ತೇವಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆಗಳು ಅಥವಾ ಚೆಂಡುಗಳಾಗಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಒಣಗಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ, ನಂತರ ಬೀಜ ಮಿಶ್ರಣ, ಹವಾಮಾನ ಮತ್ತು ಮಳೆ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ, ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜಾಗ / ಮುಕ್ತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಏಕೆ ಬೀಜಕೋಶಗಳು ಭಾರಿಯೆಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ?

ಜ್ಞಾನ, ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಬೀಜಕಣಗಳನ್ನು ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ನೆಲ-ಬೀಜಗಳು ಅಥವಾ ನಾಟಿಗಳಾಗಿ ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಬಲ್ಲವು ಮಣ್ಣು ಮತ್ತು ಬೀಜಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಯಾರೂ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು - ಯಾವುದೇ ವೆಚ್ಚವಿಲ್ಲದೆ !

ಮಣ್ಣಿನ ರಚನೆಯನ್ನು ಹಾನಿಯಾಗದಂತೆ ಅಥವಾ ಬೀಜ ಉತ್ಪಾದಕ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಕಾಡಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕಡಿದಾದ ಬೆಟ್ಟದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಬೇಸಾಯ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿಲ್ಲದ ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಬೀಜಕೋಶಗಳನ್ನು;ಬೀಜಗಳ ಮೇಲೆ; ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಸಹ ಬಳಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ನಾವು ಬೀಜಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ತಯಾರಿಸಬಹುದು? ಮಣ್ಣಿನ ಮಿಶ್ರಣ,ಮಿಶ್ರಗೊಬ್ಬರ ಮತ್ತು ಬೀಜಗಳಿಂದ ಬೀಜಕೋಶಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

· ಬೀಜಗಳ ಕವಚ ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ಬೀಜಗಳನ್ನು ಕೇರಿಸಿ.

ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ

ಮಧುರೈನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಟೆಂಕ್ ಬಂಡ್ಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬೀಜದ ಚೆಂಡುಗಳನ್ನು ಆರ್.ಪಾಂಡಿಯನ್ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಹರಡುವರು.

ಫೋಟೋ: ಆರ್. ಅಶೋಕ್ |

ಯಶಸ್ಸಿನ ಬೀಜಗಳು

ಮಧುರೈನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಟೆಂಕ್ ಬಂಡ್ಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬೀಜದ ಚೆಂಡುಗಳನ್ನು ಆರ್.ಪಾಂಡಿಯನ್ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಹರಡುವರು.

ಫೋಟೋ ಕ್ರೆಡಿಟ್: ಆರ್. ಅಶೋಕ್ ;ನೆಟ್ಟ ಸಸಿಗಳಿಗೆ ಹಣ ಮತ್ತು ಮಾನವಶಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಅನೇಕ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಹರಡುವುದು ಮತ್ತು ಭೂಮಿಗೆ ತಲುಪಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಇದು ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಆರಂಭಿಕ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಕನಿಷ್ಠ ಐದು ವರ್ಷಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಹಸಿರು ಕ್ರಾಂತಿ ರಚಿಸುವಲ್ಲಿ ಇದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ; ಎಂದು ಪಾಂಡಿಯನ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ದಿ ಲಾಸ್ಟ್ ಸ್ಟ್ರಾ

ನಾವು ಎಲ್ಲಾ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸ್ಟ್ರಾಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಅಪರಾಧಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬಳಸಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡದೇ ಎಸೆಯುತ್ತೇವೆ.ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಸಣ್ಣ ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ಸಾಫ್ಟ್ ಡ್ರಿಂಕ್ಸ್ ಕುಡಿಯಲು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಸ್ಟ್ರಾಗಳನ್ನು ಜನರು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಳೆನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಲು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸ್ಟ್ರಾಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ! Ecostraw.org ಪ್ರಕಾರ, 500ಮಿಲಿಯನ್ ಸ್ಟ್ರಾಗಳು, 127 ಶಾಲಾ ಬಸ್ಸಳನ್ನು ತುಂಬಲು ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು ಪ್ರತಿ ದಿನಯುಎಸ್‌ಎಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ!ಮರುಬಳಕೆ ಮಾಡಲು ತೀರಾ ಸಣ್ಣದಾದ ಇವು ಕಡಲ ಜೀವಿಗಳ ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯುನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಹವಳದ ದಂಡಗಳನ್ನು ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಸಣ್ಣ ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಿಗಳಾಗಿ ವಿಭಜನೆಯಾಗಿ ಇವು ನಮ್ಮ ಆಹಾರಸರಪಳಿಯನ್ನು ಮೀನುಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರ ಅರ್ಥವೇನೆಂದರೆ, ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಈಗಿನವರೆಗೂ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿರುವಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ಟ್ರಾ, ಇಂದಿಗೂ ಕೆಲವು ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ.

ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯ

ವೇದ ವ್ಯಾಸ

ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮಾ

ಗುರು ಪೂರ್ಣಿಮೆಯನ್ನು ಆಶಾಢ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ದಿನದಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಗುರು, ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುವನ್ನು ಆರಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಪೂಜೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ದಿನವನ್ನು ವ್ಯಾಸ್ ಪೂರ್ಣಿಮಾ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ವೇದ ವ್ಯಾಸರು ವೇದಗಳು ಮತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದರು. ಅವರು ಮಹಾಭಾರತವನ್ನೂ ಬರೆದರು. ಋಷಿ ವೇದ ವ್ಯಾಸರನ್ನು ಎಲ್ಲ ಭಕ್ತರು ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಿದೆಯೋ ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕೆ ಗೌರವ ಕೊಡಲಾಗುವದೋ ಅದನ್ನು ವ್ಯಾಸಪೀಠ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.ಅಂದರೆ ವ್ಯಾಸನ ಸಿಂಹಾಸನ!

ಪಂಢರಪುರ್ ವಾರಿ

ಸಂತ ಜ್ಞಾನೇಶ್ವರ ಮತ್ತು ಸಂತ ತುಕಾರಾಮನ ಪಾದುಕೆಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ವಿಠ್ಠಲನ ವೈಭವವನ್ನು ಹಾಡಿ, ಲಕ್ಷಾಂತರ ಭಕ್ತರು ಮಳೆ ಬಿಸಿಲು ತಮ್ಮ ವಾರ್ಷಿಕ ಯಾತ್ರೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಪಂಢರಪುರಕ್ಕೆ ತೆರಳುತ್ತಾರೆ.

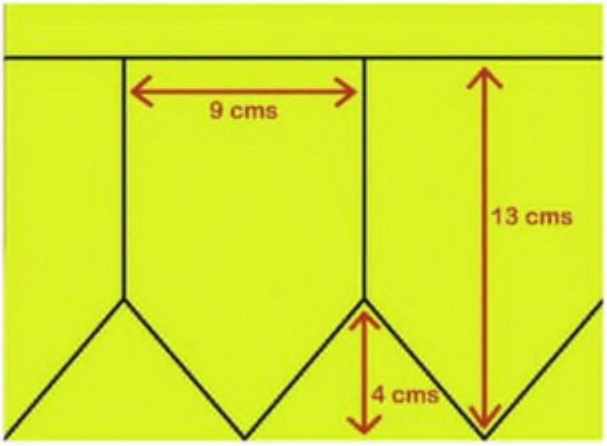
ಈ ಸಂಪ್ರದಾಯವು ಸುಮಾರು 700 ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಹಿಂದಿನದು. ಪಂಢರಪುರದಲ್ಲಿನ ವಿಠ್ಠಲನ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಆಶಾಢಿ ಏಕಾದಶಿಯ ದಿನದಂದು ಈ ಯಾತ್ರೆ ಮುಕ್ತಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಂತ ಜ್ಞಾನೇಶ್ವರ ಅವರ ಪಲ್ಲಕ್ಕಿಆಳಂದಿಯಿಂದ ಹೊರಟು ತುಕರಾಮನ ಪಲ್ಲಕ್ಕಿ ದೆಹುವಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ . ಎರಡೂ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಪುಣೆ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿದೆ.

Photo Credits: Mahesh Mahindrakar

ಕ್ರಾಫ್ಟ್ ವರ್ಲ್ಡ್

ವರ್ಣರಂಜಿತ ತೋರಣ

<table>
<tr>
<td>ಚಿತ್ರ 1:
ನೀವು ತೋರಣ ಮಾಡಲು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು:
1.ವರ್ಣಮಯ ಪೇಪರ್ಸ್ -ಪ್ಲೇನ್ ಮತ್ತು ಮುದ್ರಿತ
2.ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಮತ್ತು ರೂಲರ್
3.ಫೆವಿಕಾಲ್
4.ಥ್ರೆಡ್ ಅಥವಾ ಟ್ವೈನ್
5.ಅಲಂಕಾರಕ್ಕಾಗಿ ಕನ್ನಡಿಗಳು / ಟಿಕ್ಲಿಗಳು
6.ರಿಬ್ಬನ್ ಅಥವಾ ಫ್ಲಾಟ್ ಟೇಪ್</td>
<td> </td>
</tr>
<tr>
<td>ಚಿತ್ರ 2:
ಬಣ್ಣದ ಕಾಗದವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಮತ್ತು ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಮತ್ತು ರೂಲರಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಗುರುತುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ..</td>
<td> </td>
</tr>
<tr>
<td>ಚಿತ್ರ 3:
ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಲಾದ ಅಳತೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಮಾರ್ಕ್ ಮಾಡಿ. ಕಾಗದವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ</td>
<td>
</td>
</tr>
<tr>
<td>ಚಿತ್ರ 4:
ಎಲ್ಲಾ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಪೇಪರ್ ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅಲಂಕಾರ ಸಾಮಗ್ರಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಯೋಜಿಸಿ.</td>
<td> </td>
</tr>
</table>

ಚಿತ್ರ:5 ಎಲ್ಲಾ ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿ.	
ಚಿತ್ರ:6 ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ನೀವು ಯೋಜಿಸಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಂಟಿಸಿ.	
ಚಿತ್ರ:7 ಎಲ್ಲಾ ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ರಿಬ್ಬನ್ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಫ್ಲಾಟ್ ಟೇಪಿನ ಮೇಲೆ ಅಂಟಿಸಿ ಅಥವಾ ಸ್ಟೇಪಲ್ ಮಾಡಿ.	

ನಿಮ್ಮ ತೋರಣ ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ!

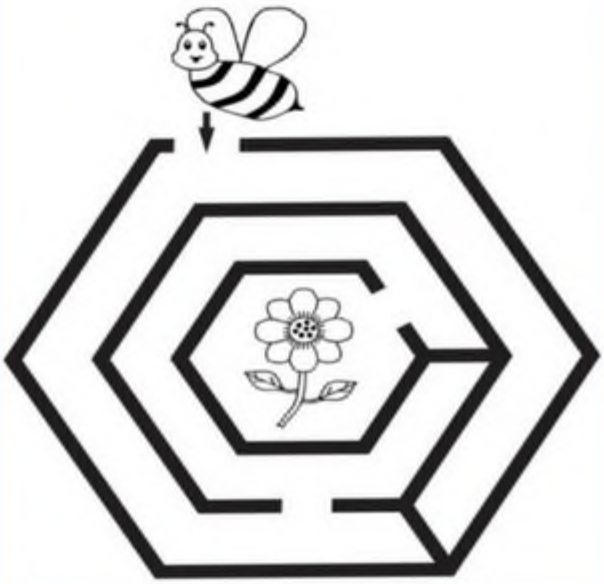
ನಿಮ್ಮ ಬಾಗಿಲಿನ ಮೇಲೆ ಈ; ವರ್ಣರಂಜಿತ ಸ್ವಾಗತದ ಪ್ರತೀಕ ವನ್ನು ತೂಗು ಹಾಕಿ ಆನಂದಿಸಿ.

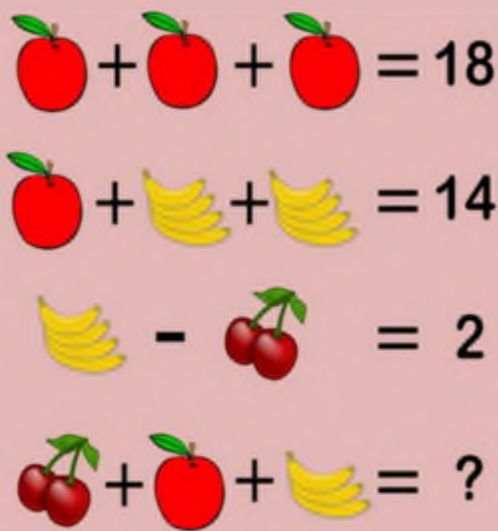
ಒಗಟುಗಳು

Place the numbers 1 to 9 in the circles below such that each side of the triangle adds up to 17!

Using 4 straight lines, connect all of the 9 circles below:

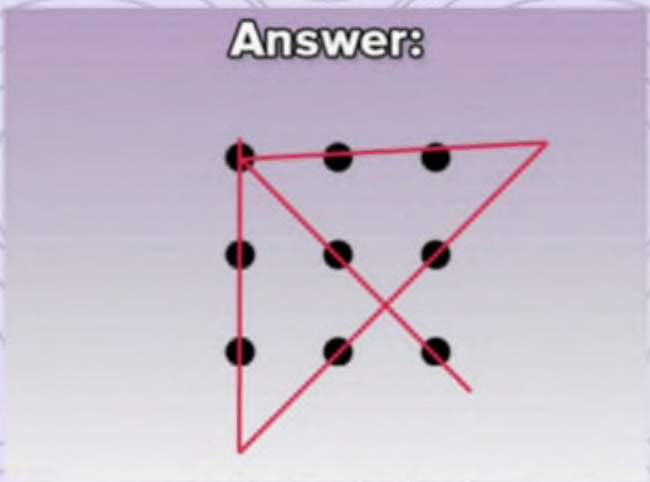
Help the bee find the flower.

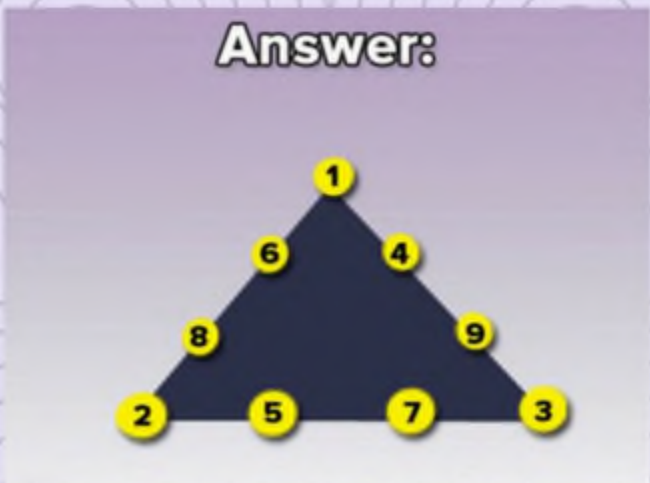




Mind Benders

Answers





ಹವ್ಯಾಸದ ಸಮಯ

ನಿಮ್ಮ ಬಿಡುವಿನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಏನು ಆನಂದಿಸುತ್ತೀರಿ? ಹವ್ಯಾಸವು ನಿಮ್ಮ ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯದದಲ್ಲಿಮತ್ತು ವಿರಾಮದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆ. ಅಂಚೆಚೀಟಿಗಳು ಮತ್ತು ನಾಣ್ಯಗಳು ಮುಂತಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು, ಡ್ರಾಯಿಂಗ್, ಬರವಣಿಗೆ, ಓದುವಿಕೆ ಮುಂತಾದ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ಕಲಾತ್ಮಕಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲದೇ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಹಾಗೂ ಇತರ ಮನೋರಂಜನೆಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದು..

ಕಾಲ್ನಡಿಗೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು

ನಿಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ನೀವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲೊಂದು ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಬರುವುದು, ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ದಿನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಪರದೆಯ ಎದುರು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ!

ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯ ಸುತ್ತ ನಡೆಯಿರಿ. ಸ್ಥಳೀಯ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸಿ. ನಿಸರ್ಗದ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ .

ಓದುವುದು

ಓದುವಿಕೆ ನೀವು ಬೆಳೆಸುವಂತಹ ಅದ್ಭುತ ಹವ್ಯಾಸವಾಗಿದೆ! ನೀವು ಕಾರ್ಯನಿರತರಾಗಿರುವಾಗ ನೀವು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತೆಗೆದು ಓದಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೀರಿ. ಓದುವಿಕೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಇದು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬೇರೆ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸುತ್ತದೆ. ಸೃಜನಶೀಲತೆಅಥವಾ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನು ಚಿಗುರಿಸುವುದಲ್ಲದೇ ನೀವು ವಿಜ್ಞಾನೇತರ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದರೆ ಬಹುಶಃ ಹೊಸದನ್ನುಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ!

ನೀವು ಆಯ್ಕೆಮಾಡುವ ಪುಸ್ತಕಗಳ ವಿಭಿನ್ನ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ!

- ಕ್ರಿಯೆ!
- ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು
- ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಕಥೆಗಳು
- ನಾಟಕ
- ಪೌರಾಣಿಕ ಕಥೆಗಳು
- ಸ್ವಯಂ ಸಹಾಯ
- ಸ್ವಯಂ ಸಹಾಯ
- ಕಾಲ್ಪನಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ
- ಸಾಹಸ

ಮಠದ ಸಮಾಚಾರ

ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ವರ್ಗ

ಪ್ರಾರ್ಥನಾ- ಗುರು, ಗುರು ಪರಂಪರೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಶ್ರೀ ಚಿತ್ರಾಪುರ ಮಠದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು ಉತ್ಸುಕರಾದ ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಣಾ ಮನೋಭಾವನೆಯುಳ್ಳ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರ ತಂಡವು ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಜನೆ, ಗುರು ಪೂಜಾ, ಕ್ರಾಫ್ಟ್ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಉತ್ಸವಗಳ ಆಚರಣೆಗಳು, ಕಥೆ ಹೇಳುವ ಅವಧಿಗಳು, ಸಂಸ್ಕೃತ ಕಲಿಕೆ, ಶ್ರೀಮದ್ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಿಂದ ಶ್ಲೋಕಗಳ ಪಠನ, ಪ್ರವಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಟ್ರೆಕ್ಗಳು, ನಾಟಕಗಳನ್ನು ಅಭಿನಯಿಸಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವುದು ಮತ್ತು ವಿನೋದ ತುಂಬಿದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಮೊದಲಾದವು ಪ್ರಮುಖವಾದವು. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

Prarthana Teacher's Shibir at Karla

Children from Prarthana classes at Karla

Workshop on Speaking in Public and Enhancing Communication Skills at Pune

Prarthana Children performing Shri Guru Pujan

Painting the boundary walls of a garden for special children at Vileparle, Mumbai

From our sister schools

Saraswat Education Society
Mangaluru

SSLC Results

Kum. Shruthi
92.32%
Anandashrama High
School, Kotekar

Kum. Neha Gatti
91.36%
Ganapathy English Medium
School, Mangaluru

II PUC Results

Kum. Shruthi
Commerce - 95.67%
PARIJNAN Pre University
College, Kotekar

Kum. Jayasrinidhi
Science - 90.8%
PARIJNAN Pre University
College, Kotekar

Honneshwara
Commerce - 90.66%
Ganapathy PU College, Mangaluru

Sharanappa
Arts - 85.66%
Ganapathy PU College, Mangaluru

From our sister schools

Srivali High School
Chitrapur

Extra-curricular 2017-18

Lata Panduranga Naik got **1st place** in Division level 110 mtr. hurdles race and also took part in the State Level competition in Bangalore.

Charan Biliya Naik got **1st place** in 110mtr. hurdles at the District level sports meet in Bhatkal. He also took part in the State level sports meet held in Gadag

Our student **Ankita Vasant Naik** participated in the *'Yoga'* competition at Divisional level T.G.T. sports meet in Gadag.

Hemant L. Naik participated in the Throwball competition in Haveri.

Extra-curricular 2018

At the International Biodiversity day celebration 2018-19, **Darshan Venkatesh Naik** got 4th place in State level Drawing competition held at Karnataka Biodiversity Institute at Bengaluru

From our sister schools

Srivali High School
Chitrapur

SSLC Results April 2018

Total number of Students who appeared: 115
Students with Distinction: 23
Students who got 1st Class: 67
Students who got 2nd Class: 18
Students who got Pass Class: 2
Total Percentage: 95.67%

Toppers

Likhita Devendra Naik
2nd Place
94.4%

Vinay Govind Devadiga
1st Place
94.72%

Pragati Manju Gond
3rd Place
92.00%

From our sister schools

Swami Parijnanashram Educational and Vocational Centre for The Handicapped, Virar

Rakshabandhan Celebrations

Mehendi Competition

Swacch Bharat Abhiyaan

Yoga Day Celebrations

Warli Paintings

Cricket tournament

From our sister schools

Srivali High School
Chitrapur

Under the Skills Training Programme by Shri Harin Hattangady, students working on making extension boards, shelves, chairs, tables and many such projects. They successfully made a 'garland of lights' too! Some of the pictures from this project.
(Photo Credits: Shri Chitrapur Math website)

From our sister schools

Guruprasad High School
Mallapur

SSLC Results April 2018

Total number of students who appeared: 62
Students Passing Exam: 59
Pass Percentage: 95.16%

Toppers

Lohit V Naik
2nd Place
83.20%

Girish S Sukali
1st Place
90.72%

Deepak M Gouda
3rd Place
81.12%

From our sister schools

Guruprasad High School
Mallapur

Our School Students Kumari Monika Madival & Kumari Sonali Naik participated in an **Inspire Award Science Model** exhibition conducted by Ministry of Science & Technology, Govt of India, at Kumata for District level on 2 & 3 Feb 2018. They were selected at the State level from among 300 student submissions.

Kumari Sonali Naik's Model is a **Low Cost Air Cooler** & Kumari Monika Madival's Model is a **Hydro Electric Plant with help of waste water.**

Smt. Vijayalakshmi G. Bhat, assistant Teacher guided these students

From our sister schools

Parijnanashram Vidyalaya, Karla

The tiny tots of Parijnanashram Vidyalaya celebrated the auspicious ***Ashadhi Ekadashi*** with great devotion. Traditionally dressed like the *'waris'* – boys with *kurta-s* and *topi-s* and little girls dressed in *sari-s* and holding the *tulsi vrindavan* on their heads, the students took the *palakhi* around the precincts of the school.

Writing Desk

Did YOU like reading Parijna Patrika?
Tell us what else would you like to read in your e-newspaper.
Send us your suggestions TODAY!
Email: ParijnaPatrika@gmail.com