

Rotary



ROTANORE



WEEKLY BULLETIN of Rotary Mangalore North (R.I. Dist. 3181) Club No. : 15736

President:

Rtn. Vishwanath M. Shetty
Mob: 7829471641

Imm. Past President:
Rtn. Nayan Kumar Suvama
Mob: 9688141907

Vice President:
Rtn. Dr. Sudarshan C. M.
Mob: 9449082908

Secretary:
Rtn. Vittal Kudva M.
Mob: 9900191885

Joint Secretary:
Rtn. J. V. Shetty
Mob: 9480949867

Treasurer:
Rtn. Pramod M. Kumar
Mob: 9880310685

Director: Club Service-I
President Elect : 2021 - 22

Rtn. Devdas Rao
Mob: 8310969425

Director: Club Service-II
Rtn. Radhakrishna Rai B.
Mob: 9632092369

Director: Vocational Service
Rtn. Dr. Ahyn D'sa
Mob: 9845216802

Director: Community Service
Rtn. Dinesh Kumar A. B.
Mob: 9449830899

Director: Youth Service
Rtn. Watter D'Gunna
Mob: 9886047949

Director: International Service
Rtn. PDG. Krishna Shetty
Mob: 9880066488

Sergeant-at-Arms
Rtn. Suresh Kini
Mob: 9448144787

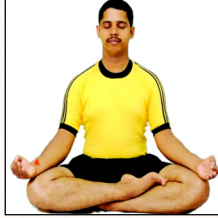
Bulletin Editor
Rtn. Ajith Rao
Mob: 8494945262
email : rao.ajithk@gmail.com

Rotary North Email ID
northrotary@yahoo.com

VOL. XLXIII

Issue No.13

Date: 29. 09. 2020



Welcome To Our Chief Guest

Mr. Kushalappa Gowda N.

Research Scholar, Yenepoya Research Centre,
Yenepoya (Deemed University), Mangaluru
Director/ Yoga therapist Avishkar Yoga Mangaluru.

Kushalappa Gowda completed his M.Sc in Yogic sciences with specialization in Yoga Therapy in 2006 from Mangalore University, MSW (specialization in Medical and Psychiatry) from Mangalore University(2012) & M.Phil(2014) from Hampi University. Currently, he is pursuing Ph.D from Yenepoya (Deemed University) under the mentorship of Dr. Yashodhar P. Bandhary with Co-guides Dr. Irfan and Dr. Udayakumara K, study titled "Biochemical & Immunological Assessment of Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) undergoing Yoga therapy". He has 14 years experience in Yoga Therapy. His three Yoga therapy Centres are functioning at Mangalore. He has written more than 15 articles in Kannada and English which have been published in various newspapers.

ACCEPT BOTH PLEASURE AND SORROW

Wise men do not feel elated when blessed with pleasure and prosperity. They are aware that poverty and sadness are soon going to follow! They also do not become depressed when faced with sorrows - they are confident that better times will come around. These are perpetual cycles - prosperity following poverty and vice versa. No life is permanently one of sorrows nor of pleasures. Prosperity and poverty as well as pleasure and sorrow are like twin brothers or two sides of the same coin of life - if you want the coin, you have to accept both! If you are seeking prosperity, you should be prepared to suffer poverty, just like night follows day!

Equanimity in life is the mature attitude for treating both experiences on an equal footing.

- S. NARAYANA RAO

PROGRAMME TODAY **AT 7.30 PM**
Yoga Therapy A alternative and Complementary treatment for Diseases

Ann's & Annets Invited

Tea Meeting

NEXT WEEK **06.10.2020 AT 07.30 P.M.**

Speaker Meeting

Ann's & Annets Invited

Dinner Meeting

WE MEET EVERY TUESDAY AT 7.00 P.M. BAL BHAVAN, MANGALURU -3 PH : 2459246

22.09.2020ರಂದು ಜರುಗಿದ ಸಭೆಯ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವಿವರ:

ಜುಲೈಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಎಸ್ ಎಸ್ ಎಲ್ ಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದ ನೆರೆಕರೆಯ ಶಾಲೆಗಳ ಒಟ್ಟು ಹನ್ನೊಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವೇತನ ಪ್ರಧಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮುಖ್ಯ ಅಧಿಕಿಗಳಾದ ದಯಾನಂದ ಪೈ ಮತ್ತು ಸತೀಶ್ ಪೈ ಸರಕಾರಿ ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಕಾಲೇಜು ರಥಬೀದಿ ಮಂಗಳೂರು ಇದರ ಪ್ರಭಾರ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾದ ಶ್ರೀ ರಾಜಶೇಖರ್ ಹೆಬ್ಬಾರರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಚಟಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗದೇ ದೃಢ ಚಿತ್ತದಿಂದ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ಮುಂದೆ ಉತ್ತಮ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರು. ನೀವೇನು ಆಗಬೇಕೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರೋ ಅದೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಪ್ರೇರಕ ಶಕ್ತಿ ಮುಖ್ಯ. ರೋಟರಿ ಸಂಸ್ಥೆಯವರು ಈ ರೀತಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರೇರಣೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದರು. ಕೊರೋನಾದ ಈ ಕಷ್ಟಕಾಲದಲ್ಲೂ ಈ ರೀತಿಯ ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ರೋಟರಿ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಅತ್ಯಂತ ಅಭಿನಂದನಾರ್ಹ ಎಂದರು. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಅವನ ವಿದ್ಯೆಯೇ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ಆಸ್ತಿ. ವಿದ್ಯೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯ ಪಾಣಿಗೇ ಸಮಾನ.ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಉತ್ತಮ ಅಂಕ ಪಡೆಯ ಬೇಕೆಂದು ಹೆತ್ತವರು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಕಳೆದು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಹೆತ್ತವರ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ನೀರು ತರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ದುಃಖದ ಸಂಗತಿ ಎಂದರು. ಮೊಬೈಲ್ ಎಂಬುದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಹಾಳು ಮಾಡುವ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ. ಅದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಂದು ಚಟವಾಗಿದೆ. ಮೊದಲು ಓದಲಿಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಇರುವ ಸಮಯವನ್ನು ಈಗ ಮೊಬೈಲ್ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಂದಿಗೂ ಕಳೆದು ಹೋದ ಸಮಯ ವಾಪಸು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಮೊಬೈಲ್ ಗಳಿಂದ ಆದಷ್ಟೂ ದೂರವಿದ್ದು ಸಮಯವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಪಿ ಯು ಸಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಯಲ್ಲೂ ಉನ್ನತ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ಹೆತ್ತವರ ಹೆಮ್ಮೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರಿ ಎಂದರು. ಇಪ್ಪತ್ತರ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಎಪ್ಪತ್ತರ ಕೆಮ್ಮು ಹೋಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ಮಾತಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈಗಲೇ ಒಳ್ಳೆಯ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಶ್ರದ್ಧೆ ಮತ್ತು ನಿಷ್ಠತೆಯಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನಿಜ ಮಾಡಿ ಕೊಂಡು ಸುಂದರ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ನಿಮ್ಮದಾಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದರು.

ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ರೋ. ವಿಶ್ವನಾಥ ಶೆಟ್ಟರು ಪ್ರಶಸ್ತಿ ವಿಜೇತರಿಗೆ ಶುಭ ಕೋರುತ್ತಾ ಕ್ಲಬ್ಬಿನ ಸಂಪ್ರದಾಯದಂತೆ ಈ ಕೊರೋನಾ ಸಂಕಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಎಸ್ ಎಸ್ ಎಲ್ ಸಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕೊಡಲ್ಪಡುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವೇತನವನ್ನು ದಾನಿಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ನೀಡಲು ಅವಕಾಶ ಉಂಟಾಯಿತೆಂದರು. ದಾನಿಗಳಾದ ಕ್ಲಬ್ ವೃತ್ತಿ ಸೇವಾ ನಿರ್ದೇಶಕ ರೋ. ಡಾ. ಆಲ್ವಿನ್ ಡೇಸಾ ರೂ.6000/-, ಸಮುದಾಯ ಸೇವಾ ನಿರ್ದೇಶಕ ರೋ. ದಿನೇಶ್ ರೂ. 4000/- ಹಾಗೂ ಸದಸ್ಯರಾದ ರೋ ಗಣೇಶ್ ಭಟ್ ರೂ. 4000/- ಇವರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಂಡರು. ಪ್ರಶಸ್ತಿ ವಿಜೇತರ ಪರವಾಗಿ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆಯ ಕುಮಾರಿ ಸನಿತ್ತಾ ಶೆಟ್ಟಿ ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್ಬಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಾ ಇನ್ನು ಮುಂದೆಯೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಕಲಿಯುವ ಸ್ಪೂರ್ತಿ ಈ ಬಹುಮಾನದಿಂದ ಬಂದಿದೆ ಎಂದರು.

ಅಧ್ಯಕ್ಷ ರೋ ವಿಶ್ವನಾಥ ಶೆಟ್ಟರು ರೋಟರಿ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಎಂಬ ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ರೋಟರಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಅಂಗ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ದೇಣಿಗೆ ನೀಡಿದ ರೋಟರಿ ಸದಸ್ಯರುಗಳಾದ ನಯನ್ ಕುಮಾರ್ ಸುವರ್ಣ, cond.



ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಿ, ಜೀವ ಉಳಿಸಿ

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಕೋವಿಡ್-19 ವೈರಾಣುವಿನ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಸಂಖ್ಯೆ ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಾ ಇದೆ. ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ 5 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರಿಗೆ ಸೋಂಕು ತಗಲಿದ್ದು 8 ಸಾವಿರ ಮಂದಿ ಅಸು ನೀಗಿದ್ದಾರೆ. ಸೋಂಕು ತಗಲಿದ ನಡವಳಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರು ಸಾವನ್ನಪ್ಪುತ್ತಾರೆಂದು ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಬದುಕುಳಿದರೂ ಪ್ರಾಣಕೋಶದಲ್ಲಿ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ತೊಂದರೆಗಳಾಗಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ **ಸೋಂಕು ತಗಲದಂತೆ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಆಗತಕ್ಕ**

ವೈರಸ್ ಸೋಂಕು ತಗಲಿದ 80% ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು 95% ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಇನ್ನುಳಿದ 10 ಶೇಕಡಾ ಮಂದಿಯಲ್ಲಿ ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಅಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿವೆ, ಸೋಂಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಉದಾಹರಣೆ ತೋರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಇವರು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಒಡಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದು ವೈರಾಣು ಇತರರಿಗೆ ಹರಡಲು ಇವರೇ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಯಾವುದೇ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿರಬಹುದಾಗಿದ್ದು, ನಿವೃತ್ತ ಕೂಡ ಅಂತಹವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾಗಿರಬಹುದು.

ವೈರಸ್ ಇರುವವರು ನಮ್ಮ ಸನಿಹದಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಡುವುದರಿಂದ, ಮಾತನಾಡುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ಬಾಯಿ, ಮೂಗುಗಳಿಂದ ವೈರಾಣುಗಳು ಹೊರ ಬರುತ್ತವೆ. ಸಿನಿಮಾ, ಕಿನ್ನಿಡರ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವೈರಸ್‌ಗಳು ಬಹಳ ದೂರದ ವರೆಗೆ ಪಸರಿಸಬಹುದು. ಈ ವೈರಾಣುಗಳು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದ್ದವರ ಮೂಗು ಅಥವಾ ಬಾಯಿಯ ಸುತ್ತ ಬಿದ್ದು ಸೋಂಕು ತಗಲಬಹುದು ಅಥವಾ ಸೀದಿಸುವ ಗಾಳಿಯ ಮೂಲಕ ನೇರವಾಗಿ ಪ್ರಾಣಕೋಶ ತಲುಪಬಹುದು.

ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದವರು ಯಾಕೆ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕು?

ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರು ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಮೂಗು ಮುಚ್ಚಿದಂತೆ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಅವರ ಉಸಿರಿನಿಂದ ಹೊರ ಬರುವ ವೈರಾಣುಗಳು ಅವರು ಧರಿಸಿದ ಮಾಸ್ಕಿನೊಳಗೆ ಉಳಿದು, ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಹೊರಗೆ ಬರಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ಬರುವ ವೈರಾಣುವಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾದರೆ, ಸೋಂಕು ತಗಲಿದರೂ ನಿವೃತ್ತ ತೀವ್ರವಾದ ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳಪಡದೇ ಇರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರು ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ನಿವೃತ್ತ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತುತ್ತಾಗಿ ವೆಂಟಿಲೇಟರ್‌ವರೆಗೆ ಹೋಗುವ

ಬದಲು, ಬಲೇ ಮೈ ಕೈ ನೋಡಿನಿಂದ ಅಲ್ಪ ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳಗಾದರೂ ಬದುಕಿ ಉಳಿಯಬಹುದು. ವೆಂಟಿಲೇಟರ್ ತಲುಪಿದವರಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಮಂದಿಯು ಬೇವನ್ನು ಆಹಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕುತ್ತದೆ.



ನಿವೃತ್ತೆ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕು?

ಬೊಡಲನೆಯದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರು ವೈರಾಣುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಚಿಮ್ಮಿಸಿದರೂ, ನಿವೃತ್ತ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಿದ್ದರೆ ಅವು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಕೋಶಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಹೋಗಲಾರವು. ನಿಮ್ಮ ಮಾಸ್ಕ್ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಂಡಿದ್ದರಲ್ಲಿ ತಡೆ ಒಡಿಯುವುದು ವೈರಸಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾದರೆ, ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಹಾಗೆ ನಿವೃತ್ತ ವೆಂಟಿಲೇಟರ್‌ವರೆಗೆ ಹೋಗದೇ ಉಳಿಯಬಹುದು.

ಒಂದನೆಯದಾಗಿ, ನೀವೇ ವೈರಾಣುಗಳನ್ನು ಹರಡುವವರಾಗಿದ್ದರೆ, ನಿವೃತ್ತ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಅಕ್ಕನಕ್ಕವರಿಗೆ ನಿಂದಿಂದ ವೈರಸ್ ತಗಲುವ ಆಪಾಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನೆನಪಿಡಿ, ನಿಂದಿಂದ ವೈರಸ್ ಹರಿದ ಯಾರೋ ನಡವಳಿಸುವ ಸಾಯುವುದಕ್ಕೆ ನಿವೃತ್ತ ಕಾರಣವಾಗುವುದನ್ನು ಒಂದು ಮಾಸ್ಕ್ ತಡೆಯಬಹುದು.

ಯಾವ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಬೇಕು?

- ❖ ನಿವೃತ್ತ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಯಾವುದೇ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಿಲ್ಲವಾದರೆ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರ ಹೋಗುವಾಗ ಬಟ್ಟೆಯ ಮಾಸ್ಕ್ ಸಾಕು. ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಬಿನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಮತ್ತೆ ಬಳಸಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಲ್ಲವಾದರೆ, ಮನೆ ಯಲ್ಲಿರುವಾಗ, ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರ ಹೋಗುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಮಾಸ್ಕ್ ಬಳಸಿ.
- ❖ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಅಥವಾ ವೈದ್ಯರ ಕ್ಷಿಣಿಕಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದಾದರೆ ಅಥವಾ ನಿಮಗೆ ಮೈ ಕೈ ನೋವು, ಜ್ವರ, ಗಂಟಲು ನೋವು ಇದ್ದರೆ ನಿವೃತ್ತ ವೈದ್ಯರು ಬಳಸುವ ಸರ್ಜಿಕಲ್ ಮಾಸ್ಕ್ ಬಳಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಇವು ಮೆಡಿಕಲ್ ಪಾರ್ಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ.
- ❖ ಇನ್ನು ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದರೆ ಹೊರ ಹೋಗಬೇಡಿ. ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಮಾಸ್ಕ್ ಬಳಸಿ.

ನೆನಪಿಡಿ, ಒಂದು ಮಾಸ್ಕ್ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಅನೇಕರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಬಲ್ಲದು. ಅಸಡ್ಡೆ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಮೂಗು ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚುವ ಹಾಗೆ ಮಾಸ್ಕ್ ಧರಿಸಿ.



MULTI BRAND OPTICAL STORE - Prevent Digital Eye Strain
 For PC, Tab, Smart Phone Users and Kids. **Blue Protect Lenses Available**
 1st Floor, Prema Plaza, Opp, Mangalore Health Care Centre Temple Square, Mangaluru-1
 raghuveesar@yahoo.co.in. www.ineedsopticals.com
 0824-2427018, 9148744474, 9844274675 Rtn. H. Raghuvveer Nayak

N.I.T. COMPUTER Rtn. Prasanna Mallia Ph : 0824 - 2450680 (O)
COMPUTER SALES & SERVICES Cell : 9845590243

WE SERVICE ALL TYPES OF DESKTOPS, LAPTOPS & PRINTERS
 Authorised Agent for LIC & National Insurance Company Ltd. of Life, Health & Vehicle

cond. from page 2



**PDG Rtn. Krishna Shetty presenting
PHF Certificate and Pin to IPP Nayankumar Suvarna**

ಸೂರಜ್ ಕೋಟ್ಯಾನ್ ಮತ್ತು ಟಿ. ಜಿ.ಶೆಣೈ ಅವರಿಗೆ ಪಿ ಎಚ್ ಎಫ್ ದ್ರಢ ಪತ್ರ ಮತ್ತು ಪಿನ್ ಬಂದಿರುತ್ತದೆ ಎಂದರು. ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದ ನಿಕಟ ಪೂರ್ವ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ನಯನ್ ಕುಮಾರ್ ಸುವರ್ಣ ಅವರಿಗೆ ಪಿ ಡಿ ಜಿ ಕೃಷ್ಣ ಶೆಟ್ಟರು ದ್ರಢ ಪತ್ರ ಹಾಗೂ ಪಿನ್ ಪ್ರದಾನ ಮಾಡಿದರು. ಉಳಿದವರಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ವಿತರಿಸಲಾಗುವುದೆಂದು ಅಧ್ಯಕ್ಷರು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು.

Rotary Promotes Literacy - For Rotary, September is basic Education and Literacy month.

Helping someone read and write effectively or acquire basic maths skills improves the future of everyone in the society. Literacy is key to making our world more sustainable peaceful and Secure. Education has the power to transform people's lives. Parents from even the poorest families long to give basic education to their children so that they do not have to face the terrible handicaps their parents had faced. As rotarians our work is more critical than ever as the pandemic keeps Millions out of schools who have no access to virtual classrooms. Rotary in India through Rotary India Literacy Mission (RILM) has embarked upon a mission to achieve total literacy and quality education through T.E.A.C.H. Program. This means Teacher support, E-learning, Adult literacy, Child development and Happy School. These programs are interlinked in objective and content resulting in improved learning outcome. This month RILM partnering with NCERT will launch the biggest learning program which will be beamed over 12 television channels, benefitting over 15 crore children and enabling them to pursue their education from their homes. The pen is truly mightier than sword. As rotarians we we must ensure that more of our children are able to hold and weild the pen . That is our Rotary opportunity.

HAPPY BIRTHDAY



Rtn Vittal Kudva 27th Sept



Rtn. Raghuveer Nayak 29th Sept

A cemetery raises its burial cost and blames it on the cost of "living".

Indeed a grave situation ! 😞

Crompton Shoppe Rtn. Dinesh Kumar A. B.
Premier Traders

Below **PABBAS ICE CREAM**, Lalbagh, Mangaluru - 3, Cell : 9449830899, 9449836899

Rtn. Vasanth Anchan **ADITHYA TRAVELS** Ph : 0824 - 4252506
Kumudavathi Building, Balmatta, Mangalore - 575 001 9008642606
email : adithyatravels@gmail.com 9481844666

PASSPORT / VISA / IMMIGRATION / AIR / TRAIN / BUS TICKET / TOUR PACKAGE / REAL ESTATE / RENTAL CAR