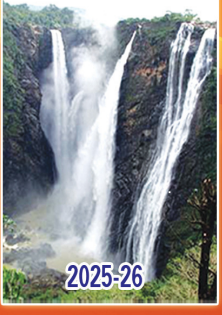


SERVICE ABOVE SELF



2025-26

Rotary

विश्वमित्रः

विश्व मित्र

VISHWAMITHRA

Weekly House Bulletin of Rotary Club Shimoga, R.I. Dist. 3182



Rtn. Francesco Arezzo
RI President 2025-26

Rtn. K. Palaksha
District Governor 2025-26

Rtn. Anand R.
President, Mob: 99800 93066

Rtn. Vishwas Y.
Secretary, Mob : 99800 63180

Rtn. M. Madhavachar
Bulletin Editor, Mob: 98862 73495

We meet every Wednesday at 6.45p.m. at Rotary Youth Centre, Sowlanga Road, L.B.S.Nagar, Shivamogga- 577 204

ಸಂಪುಟ - 68

ಸಂಚಿಕೆ -15

ದಿನಾಂಕ : 15-10-2025

ದಿನಾಂಕ: 15.10.2025ರ ವಾರದ ಸಭೆ

ದಿನಾಂಕ: 15.10.2025 ರ ಬುಧವಾರದಂದು ಈ ಸಾಲಿನ ಹದಿನೈದನೇ ವಾರದ ಸಭೆ. ಹೆಸರಾಂತ ಚಾರ್ಟರ್ಡ್ ಅಕೌಂಟೆಂಟ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ಸಿಎ ಶರತ್‌ರವರು ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾಗಿ ಆಗಮಿಸಿ, ಮನಿ, ಮನೆ, ಮನ ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಮಾತನಾಡಿ, ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಂದೊದಗುವ ಹಲವಾರು ಹಣಕಾಸಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಅದರ ನಿರ್ವಹಣೆ ಜೊತೆಗೆ ಹಣಕಾಸಿನ ವ್ಯವಹಾರಗಳಿಂದ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಒದಗುವ ಅನುಕೂಲ, ಅನಾನುಕೂಲಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಹಲವಾರು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳು, ನಮ್ಮ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೋ.ಆರ್. ಆನಂದರವರು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೋ.ವಿಶ್ವಾಸ್ ಎಲಬುರ್ಗಿಯವರು ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದು, ಸಭೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆಯಿತು.



ವ್ಯವಹಾರಗಳು ಅದರ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ವಿಷಯದಮೇಲೆ ಹಲವಾರು ಉಪಯುಕ್ತ ಉಪನ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀಡಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದರು.

ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಶರತ್‌ರವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ರೋಟರಿಗೆ ಬಂದರೆ ನಮಗೆ ಅಜ್ಜಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಸೌಟ್‌ಭವನದಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲ ಚಿಕ್ಕವರಿರುವಾಗ ರೋಟರಿ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ (ಆಗ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರಂ ಅಂತ ಇರಲಿಲ್ಲ) ಆಟವಾಡುತ್ತಾ ವೇದಿಕೆ ಹತ್ತಿರವೇ ಬರುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅದು ನಮಗೆ ಆಟದ ಸ್ಥಳವಾಗಿತ್ತು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸುಂದರ ನೆನಪುಗಳು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಎಂದರು. ನನ್ನ ತಂದೆ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ನಮಗೆ ಈ ರೋಟರಿ ಸಂಸ್ಥೆ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಒಂದು ಭಾವನೆಯ ಭಾಗವೇ ಆಗಿದೆ ಎಂದರು.

2ನೇ ಪುಟಕ್ಕೆ

ಗಮನಿಸಿ: ದಿನಾಂಕ: 22-10-2025, ಬುಧವಾರ
ದೀಪಾವಳಿ ಹಬ್ಬದ ಪ್ರಯುಕ್ತ ವಾರದ ಸಭೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ

ನಂತರದ ವಾರದ ಸಭೆ

ದಿನಾಂಕ: 29-10-2025, ಬುಧವಾರ ಸಂಜೆ 7:00 ಗಂಟೆಗೆ

ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸ್ನೇಹ ಮಿಲನ

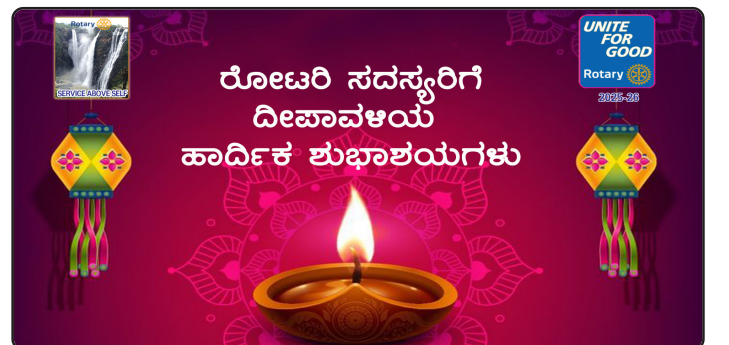
ರೋಟರಿ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರುಗಳಿಂದ

ವಿವಿಧ ಮನರಂಜನಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

ಸ್ಥಳ: ರೋಟರಿ ಯುವ ಕೇಂದ್ರ, ಸವಳಂಗ ರಸ್ತೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ



ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ರೋ.ಶಾರದಾ ಗೋಪಾಲರವರು 'ಹಚ್ಚೇವು ಕನ್ನಡದ ದೀಪ, ಜ್ಞಾನದ ದೀಪ, ಸವಿನುಡಿಯ ದೀಪ' ಎಂಬ ಹಾಡನ್ನು ಹಾಡಿ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದರು. ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೋ.ವೈ.ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣ ಗುಪ್ತರವರು ಸರ್ವರನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೋ.ವಿಶ್ವಾಸ್ ಎಲಬುರ್ಗಿಯವರು, ಪ್ರಕಟಣೆ ಮತ್ತು ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಶುಭಾಶಯಗಳನ್ನು ಕೋರಿದರು. ರೋ.ವಿ.ಜಿ.ಹೆಗಡೆಯವರು ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾದ ಸಿ.ಎ. ಶರತ್‌ರವರನ್ನು ಸಭೆಗೆ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರು. ಶ್ರೀಯುತ ಶರತ್‌ರವರು, ನಮ್ಮ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದ ದಿ. ಎ. ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ಮಿತಾ ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿಯವರ ಪುತ್ರರು, ಇವರ ಕುಟುಂಬ ನಮ್ಮ ರೋಟರಿಗೆ ಹಲವಾರು ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ಮಿತಾ ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿಯವರೂ ಸಹ ರೋಟರಿಯನ್ ಆಗಿದ್ದರು, ಅಲ್ಲದೇ ಇನ್ನರ್‌ವ್ಹೀಲ್ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದರು. ರೋಟರಿಗೆ ಇವರುಗಳ ಸೇವೆ ಅನನ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ನರಸಿಂಹಮೂರ್ತಿಯವರ ಅಧ್ಯಕ್ಷತ್ವಾಧಿಯಲ್ಲೇ ರೋಟರಿಯು ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ಜನತೆಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ಶವಸಾಗಣೆ ವಾಹನವೊಂದನ್ನು ಸೇವೆಗೆ ನಿಯುಕ್ತಿಗೊಳಿಸಿದ್ದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಶ್ರೀ ಶರತ್‌ರವರೂ ಸಹ ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ಬೇರೆ ರೋಟರಿಯಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಶ್ರೀಯುತ ಶರತ್‌ರವರು ಈವರೆಗೆ ಹಣಕಾಸಿನ



ಅಕ್ಟೋಬರ್ - ಸಮುದಾಯ ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾಸ

October - Community Economic & Development Month

ಮನಿ, ಮನೆ, ಮನ ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ಆಧರಿಸಿ, ಇಂದು ಶರತ್‌ರವರು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಹಣಕಾಸು ವ್ಯವಹಾರ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ನಮ್ಮದಿಗೆ ಏನು ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ತಮ್ಮ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಭಾಷಣದಲ್ಲಿ ವಿಶದವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ನನ್ನದು Economic and Social Development profession. ಇಂದು ನಮ್ಮ ಜನರಲ್ಲಿ Financial Literacy ಹೇಗೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುವ ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವೆ. ಮುಂದುವರೆದ ಅವರು, ಎಷ್ಟೋ ಜನರಿಗೆ ಇಂದು Health Literacy ಸಹ ಇಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಭಾಗಗಳು ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾದಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಹೇಗೆ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೇ ಆರೋಗ್ಯದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದಾಗ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಆಗಿರುವ, ಆಗುತ್ತಿರುವ ಬದಲಾವಣೆ/ ಯಾತನೆ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿದರೆ, ಜೊತೆಗೆ ಅವರು ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿದರೆ, ವೈದ್ಯರಿಗೆ ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕರೋಗದ ಅರಿವಾಗಿ ಸರಿಯಾದ ಔಷಧಿ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂದಿನ ನನ್ನ ಮಾತು ಕೆಲವರಿಗೆ uncomfortable ಅನ್ನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿಜವಾದದ್ದು ಏನೆಂದರೆ, ಇಂದು Financial Literacy Economics ನಲ್ಲಿ miss ಆಗಿದೆ. ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಹೇಗೂ ಇರಲಿ. ಇಂದು ನಮಗೆ Legal Literacy ಸಹ ಇಲ್ಲವಾಗಿದೆ lack of Literacy ಯಿಂದ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ತೊಂದರೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದರು.

ಅವರು ಮುಂದುವರೆದು ಈಗ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಜನ ವಿಲ್ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ಯಾರ್ಯಾರು ಮಾಡಿದ್ದೀರೋ ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು ಎನ್ನುತ್ತಾ, ಮಾಡಿಲ್ಲದೇ ಇರುವವರು, ನಾಳೆಯೇ ವಿಲ್ ಮಾಡಿಸಿರಿ ಎಂದು ಸಲಹಿಸಿದರು. ಒಡಾಡಿ ಒಳ್ಳೆ ವಕೀಲರನ್ನೋ, ಈ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇರುವವರನ್ನೋ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ, ಚರ್ಚಿಸಿ ಅವರಿಂದವಿಲ್ ಬರಿಸಿ, ಇಬ್ಬರ ವಿಟ್‌ನೆಸ್ ಹಾಕಿಸಿರಿ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಯಾಕೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದರೆ ಈಗ ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಂದಲೇ ವಿಲ್ ಇಲ್ಲದೇ ಹಲವಾರು ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಜಗಳವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಬ್ಯಾಂಕಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿತಾಯ ಖಾತೆ ಹೊಂದಿರುವವರೆಲ್ಲರೂ ವಿಲ್ ಬರಿಸಿರಿ. ವಕೀಲರು ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಬಿಳಿಯ ಹಾಳೆಯಲ್ಲಿ ವಿಲ್ ಬರೆದಿಡಿ. ಇದಲ್ಲದೇ ಹಣಕಾಸಿನ ಹೂಡಿಕೆಗಳು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿವೆ ಎಂಬುದು ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಗೊತ್ತಿರಬೇಕು. ಅದಲ್ಲದೇ ಡಿಜಿಟಲ್ ಮೂಲಕ ಹೂಡಿಕೆ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಅಲ್ಲಿನ ನಿಮ್ಮ ಹೂಡಿಕೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಹಣಕಾಸಿನ ವ್ಯವಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಅವರುಗಳನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಿರಿ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವನ್ನು educate ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ತಿಳಿಸಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಹೂಡಿಕೆ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಇರಲಿ. ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ವಿಷಯ ತಿಳಿಸದೇ ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾದ ಒಂದು ಸಂಸಾರದ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು. ನೀವುಗಳು ಹೂಡಿಕೆ ಮಾಡಿರುವ ಷೇರುಗಳು, ಡೆಪಾಸಿಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಬೇರೆಡೆ ಹೂಡಿರುವ ಹಣಕಾಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ ಎಂದರು.

ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಎಷ್ಟು ದುಡ್ಡು ಬೇಕು ಎಂಬುದು ಶೇ 90% ರಷ್ಟು ಮಂದಿಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕಿಂತ, ನಾವು ನಿಗದಿ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕಿಂತ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಣ ಜಾಸ್ತಿ ಇದೆ. ದುಡ್ಡು ದುಡಿಯುವ ರೇಸ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಹವ್ಯಾಸ, ಆರೋಗ್ಯ, ಪ್ರಾಶನ್ ಮತ್ತಿತರ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಹಣಕಾಸಿನ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನಾವು ಶ್ರೀಮಂತರೇ, ಆದರೆ ಕೆಲವೊಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಬಡತನದ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಎಷ್ಟೊಂದು ಆಸ್ತಿ ಮತ್ತಿತರ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀರಾ? ಅವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸುಡಲು, ಹೊರಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಂದು ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ನೈಜ ಜೀವನದ ಪಥವನ್ನು ನಾವು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ಇಂದು ಈ ಸಭಾಂಗಣಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಈ ಸಭಾಂಗಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದುದರ ಬಗ್ಗೆ ಫಲಕಗಳಿವೆ. ಅದನ್ನು ನೋಡಿ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಹೀಗೆ ನಿಮ್ಮ ಆದಾಯದಲ್ಲಿ ಚಾರಿಟಿ ನೀಡಿ. ಸ್ಕಾಲರ್ ಶಿಪ್‌ಗೆ ದೇಣಿಗೆ ನೀಡಿ. Money is just like food. ಅದನ್ನು ಜಾಸ್ತಿ



ತಿಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಟ್ರಬಲ್. ರೋಟರಿಯಂಥಹ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಅವರ ಸಮುದಾಯದ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ದೇಣಿಗೆಕೊಡಿ. Money infinite ಆಗಬೇಕಿಲ್ಲ. Do a calculation what good things in society and family. ನನಗೇ ಎಲ್ಲಾ ಬೇಕು ಎನ್ನುವುದರಿಂದ ಹೊರಬಂದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತೆ. ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿರಿ, ಅದನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ. ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ, ಕುಟುಂಬದವರೊಂದಿಗೆ ಇರಲು ಸಮಯಕೊಡಿ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನು ನೀವು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿ ಅರಿತು ಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಕೋಳಿಫಾರಂ ಒಂದಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ಅಲ್ಲಿನ ವಾತಾವರಣ ಅರಿಯಿರಿ ಎಂದು ಉದಾಹರಿಸಿದರು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತೆ ಗುಗಲ್ ಮೊರೆ ಹೋಗಬೇಡಿ. ಸ್ವಯಂ ವೈದ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ತೊಂದರೆಗೆ ಆಹ್ವಾನ ನೀಡಬೇಡಿ. ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ. ಬೇರೆಯವರು ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಗಂಡು ಮತ್ತು ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳು ಇದ್ದಾಗ ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವು ಮದುವೆಯಾಗಿ ಗಂಡನ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದ್ದರಿಂದ ಆಕೆಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗಲು, ಆಕೆಯ ಹೆಸರಿಗೆ ಮಾಡಿರುವ ಆಸ್ತಿಯನ್ನು ಆಕೆ ಎಂಜಾಯ್ ಮಾಡಲು ಯಾವ ತರಹದ ಆಸ್ತಿ ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಯೋಜನೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಜನರಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಹಣವನ್ನು ಒಂದೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡುವರು. ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಗತ್ಯತೆಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಹಣಕಾಸನ್ನು ಸೆಟ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಚಿನ್ನ ಬೆಳ್ಳಿ ಮತ್ತಿತರ ವಸ್ತುಗಳ ಬೆಲೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಈಗಿನ ಜನಜೀವನಕ್ಕೆ ಹೊಂದುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಹಣಕಾಸಿನ ಬಳಕೆಯನ್ನು ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದರು.

ಈ ಕೆಳಕಂಡ 5 ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮುಂದಿರಿಸಿದರು:-

- ▶ ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ವೈದ್ಯಕೀಯ ವೆಚ್ಚಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಯೂರೆನ್ಸ್ ಮಾಡಿಸಿರಿ.
- ▶ ಇನ್ನೂ ದುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಯಾರ ಮೇಲೂ ನಿರ್ಭರ ಆಗದಂತಿರಬೇಕು ಎಂದರೆ (ಅನಾಯಾಸೇನ ಮರಣಂ-ವಿನಾ ದೈನ್ಯೇನ ಜೀವನಂ) ಟರ್ಮ್ ಇನ್ಯೂರೆನ್ಸ್ ಮಾಡಿಸಿರಿ.
- ▶ ಉತ್ತಮ ನಿವೃತ್ತಿ ಜೀವನವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ಪೆನ್ಷನ್ ಫಂಡ್ ಮಾಡಿರಿ.
- ▶ ನಿಮ್ಮ ವಿಲ್ ತಯಾರು ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ
- ▶ ಹಣಕಾಸಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತಿತರ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವನ್ನು Educate ಮಾಡಿರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೋ.ಆರ್. ಆನಂದರವರು ಮಾತನಾಡಿ, ಇಂದಿನ ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳು ಬಹಳ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿ, ನಾವು ಮೈಮರೆತಿದ್ದ ಹಲವಾರು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿದ್ದೀರಿ. ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳು ತಮ್ಮಿಂದ ನಮ್ಮ ರೋಟರಿಯನ್ನರಿಗೆ ದೊರಕುವಂತಾಗಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸಿ, ನೆನಪಿನ ಕಾಣಿಕೆ ನೀಡಿ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಅರ್ಪಿಸಿದರು. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೋ.ವಿಶ್ವಾಸ್ ಎಲಬುರ್ಗಿಯವರು ಸರ್ವರಿಗೂ ವಂದಿಸಿದರು. ✿

ನೀವು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ರೋಟರಿ ಸದಸ್ಯರೆಂದಾದರೆ ಪ್ರತಿ ವಾರದ ಸಭೆಗೆ ತಪ್ಪದೇ ಬನ್ನಿ



Date: 15-10-2025 Intereact Club Installation Program in Bhartiya Vidya Bhavana School

To All Rotarians,

Zonal Cultural Meet was fixed on 2nd-November Sunday, At Suvarna Samskruthi Bhavan, Shivamogga Keep the Dates reserved for this event only. Members who Interested to participate kindly give names to Rtn. Vanita Sandeep, Mob: 94494 26894

List of Events

Sl. No.	Events	Duration	Participants	Mandatory Conditions
1	Janapada Geethe (Folk Song)	5 Min	Only for Women (Lady Rotarians or Anns)	Only Female participants are allowed, either Lady Rotarians or Anns
2	Film Song (Solo)	5 Min	Only for Men (Rotarians or Spouse of Lady Rotarians)	Only Male participants are allowed, either Rotarians or Spouse of Lady Rotarians
3	Duet Song	5 Min	Rotarian(Male/Female) with Ann or Annet or John or Spouse of Lady Rotarian	One Rotarian is compulsory and should be a combination of male and female
4	Mono Acting	5 Min	Rotarians (Male or Female)	Event is only for Rotarians or Lady Rotarians and costumes are not compulsory
5	Group Dance (Only for Filmy or Folk songs)	5 Min	Min 6 and maximum 12 participants with combination of Rotarians, Anns and Annet/John.	Group should be combination of Rotarians, Anns and Annet/John and performance has to be continuous dance form. Acting or Nrithya Roopaka are not allowed
6	Group Song (Mix of 2 or more songs are not allowed)	5 Min	Min 6 and maximum 12 participants with combination of Rotarians, Anns and Annet/John.	Group should be combination of Rotarians, Anns and Annet/John and should sing only one song (mixing of different songs are not allowed)
7	Dance (Solo)	5 Min	Annet or John	Age limit is 18 years (born on or after 01-11-2007 & should provide the proof)
8	Skit	15 Min	Min 6 and maximum 15 participants with combination of Rotarians, Anns and Annet/John	Group should be combination of Rotarians, Anns and Annet/John and rotary theme is not compulsory.
9	Dance (Solo) (Film Song)	5 Min	Rotarians (Male or Female)	Event is only for Rotarians or Lady Rotarians

ವಿಶೇಷ ಪ್ರಕಟಣೆ : ದಯಮಾಡಿ ಸದಸ್ಯರು 2025-26 ನೇ ಸಾಲಿನ ತಮ್ಮ ಸದಸ್ಯತ್ವ ಶುಲ್ಕವನ್ನು ಪಾವತಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಬ್ಯಾಂಕ್ ಪಾವತಿ ವಿವರ:

ROTARY CLUB SHIMOGA, KARNATAKA BANK LTD.
Savalanga Road, Shimoga - 577 201
A/c No. : 7322500103371501 IFSC: KARB0000732



Scan QR Code to Pay

ರೋಟರಿಯ ಉದ್ದೇಶ ನಮ್ಮ - ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಸಂಬಂಧಗಳ ಬೆಸುಗೆ

ಸಂಪಾದಕೀಯ ✍ ಮೌನದ ಮಹಿಮೆ...!



‘ಮೌನ’ಕ್ಕೆ ಇರುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುಪಾಲು ಜನರು ಅರಿತೇ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನಬಹುದು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೂಲಾಧಾರವೇ ಮೌನ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಒಂದಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ಮೌನಾಚರಣೆಗೆ ಮೀಸಲಿಡುವುದು ಅತಿ ಅಗತ್ಯವಾದುದು. ಇದು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಆಚರಣೆ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಚೆನ್ನ. ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹ, ಆತ್ಮತೃಪ್ತಿ, ಆಪ್ತತೆ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ ನೋಡಿ. ಹಾಗಂತ ಹಿಂಸೆಯ ರೂಪದ ಮೌನ, ಅಸಹಾಯಕತೆಯಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಮೌನ, ಗೊಂದಲ-ಗೋಜಲುಗಳ ನಡುವಿನ ಮೌನ ಮಾನಸಿಕ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಮೌನಧಾರಣೆ ನಮ್ಮ ಸತ್ವಯುತ, ಸಾತ್ವಿಕ ಧೋರಣೆ ಆಗಿರಬೇಕು. ಮಾತು ಸಮಯದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದ್ದರೆ, ಮೌನ ಅನಂತತೆಯ ರೂಪವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು. ಮಾತು ರಭಸವಾಗಿ ಹರಿಯುವ ನೀರಾದರೆ ಮೌನ ಸುರಿಯಲ್ಪಡುವ ಎಣ್ಣೆ, ಐನ್‌ಸ್ಟೀನ್ ಮತ್ತು ಅವರ ಮಾತ್ರ ಅದೆಷ್ಟೋ ಹೊತ್ತಿನಿಂದ ಮಾತನಾಡುತ್ತಲೇ ನಡೆದಿದ್ದರು. ಏಕಾಏಕಿ ಇಬ್ಬರೂ ಮೌನಕ್ಕೆ ಶರಣು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಮಿತ್ರ ನಕ್ಕು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ, ‘ಐನ್‌ಸ್ಟೀನ್ ನಾವೇನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀವೆ ಈಗ?’ ‘ಈಗ ನಾವು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೀವೆ?’ ಎನ್ನುವ ಐನ್‌ಸ್ಟೀನ್‌ರ ಉತ್ತರ ಮೌನ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗ ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಸ್ತುತತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೇ.

ಎಲ್ಲ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಮಾತು/ಮೌನ ಎನ್ನುವ ನಿಷ್ಕರ್ಷೆ ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಆಗುವುದು ಮತ್ತು ಅದು ಬದುಕಿನ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಆಗು-ಹೋಗುಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸೋಜಿಗದ ಸಂಗತಿಯೂ ಹೌದು. ದೇಹಕ್ಕೆ ನಿಧ್ರೆ ಎಷ್ಟು ಅಗತ್ಯವೋ, ಮನಸ್ಸಿನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಮೌನ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಮನಸ್ಸು ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಗುಟ್ಟಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಲಿಬೀಳುವಂಥಾದ್ದು. ಮೌನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟ ಚಿತ್ರಣ ಕೊಟ್ಟು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನೇನು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಅದರ ಪಾಡಿಗೆ ಸರಿ ಹೋಯಿತು ಎಂದು ನಾವು ಮೌನಕ್ಕೆ ‘ಬೆಲೆ’ ತೆರದೆ ನುಣುಚಿಕೊಳ್ಳುವವರು ಆಗಬಾರದು.

- ▶ ಮೌನ ಮತ್ತು ಅದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ನಡೆಸುವ ಕೆಲವು ಉಸಿರಾಟ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ರಾಮ ಬಾಣವಿದ್ದಂತೆ.
- ▶ ಸಾಕಷ್ಟು ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಕ ನಿಧ್ರೆಗೆ ಮೌನದ ಮಾರ್ಗ ನೇರ ಕಾರಣವೆಂದು ಅನುಭವಿಸಿದವರಿಗೆ ಗೊತ್ತೇ ಇದೆ.
- ▶ ಮೌನದಿಂದ ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.
- ▶ ಸಂವಹನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಮೌನ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಕೊಂಡಿ.
- ▶ ಮೈಂಡ್‌ಫುಲ್‌ನೆಸ್ ಎನ್ನುವ ಮಾನಸಿಕ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಮತ್ತು ‘ಈಗ’, ‘ಇಲ್ಲಿ’ ಬದುಕುವ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಇಂದು ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ ಪ್ರಚಲಿತವಾಗಿದೆ. ಇದರ ಜೀವಾಳ ಕೂಡಾ ಮೌನವೇ. • ರೊ. ಎಂ. ಮಾಧವಾಚಾರ್

ಮೂಗು ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯ ದುರ್ವಾಸನೆಗೆ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ರೊ. ಡಾ. ಕಾಂಚನ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ, ಬಿ.ಎ.ಎಂ.ಎಸ್. ಎಂ.ಡಿ. ಪಿಡೆಡಿಸಿಸಿಟಿ ಪಂಚಮಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೇಂದ್ರ, ಕುವೆಂಪು ರಸ್ತೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಮುಖದಲ್ಲಿನ ಮೊಡವೆಗಳಿಗೆ ಮನೆಮದ್ದು :-

- ▶ **ತುಳಸಿ ಎಲೆ ಪೇಸ್ಟ್** : ಕೆಲವು ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನುಣ್ಣಿಗೆ ರುಬ್ಬಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಇದು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಸಹಾಯಕ.
- ▶ **ನಿಂಬೆ ರಸ** : ನಿಂಬೆ ರಸವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಹತ್ತಿಯಿಂದ ಮೊಡವೆಯ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಿ. 10 ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಇದು ಚರ್ಮದ ತೈಲವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ▶ **ಅಲೋವೆರಾ ಜೆಲ್** : ತಾಜಾ ಅಲೋವೆರಾ ಜೆಲ್ ಅನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಮೊಡವೆಯ ಉರಿಯೂತ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ಚರ್ಮ ತಂಪಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ▶ **ಮೆಂತ್ಯಾ ಖೇಜು ಪೇಸ್ಟ್** : ಮೆಂತ್ಯಾ ಖೇಜುವನ್ನು ರಾತ್ರಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನಸಿಟ್ಟು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ರುಬ್ಬಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ. ಇದು ಮೊಡವೆಯ ಗುರುತುಗಳನ್ನು ಹೋಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ▶ **ಅರಿಶಿನ ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲದ ಹಾಲು** : ಸ್ವಲ್ಪ ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲದ ಹಾಲು ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಮೊಡವೆಯು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ▶ **ಮೂಲ್ತಾನಿ ಮಿಟ್ಟು** : ಮೂಲ್ತಾನಿ ಮಿಟ್ಟಿಗೆ ಗುಲಾಬಿ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ. ಇದು ಚರ್ಮದ ಮಲಿನತೆ ತೆಗೆದು ಶುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸಲಹೆಗಳು :

- ▶ ದಿನಕ್ಕೆ ಕನಿಷ್ಠ 8 ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರು ಕುಡಿಯಿರಿ
- ▶ ಎಣ್ಣೆಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ತ್ಯಜಿಸಿ
- ▶ ಮುಖವನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ
- ▶ ಸಿಹಿ ಹಾಗೂ ಫಾಸ್ಟ್ ಫುಡ್ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ



Mani M.N.S
25th Oct.



ಜನ್ಮ ದಿನದ



T.K.M. Bhatt
28th Oct.

ಶುಭಾಶಯಗಳು



Wedding Anniversary



Sandeep & Vanitha Sandeep
Jagadish Kamath & Smt Bharathi Kamath
S.G.Gopal & Rama Gopal
H.S.Mohan & Poornima
S.N.Nagaraj & Rashmi Nagaraj
Chandrappa N & Geetha T
U.Sridhar Kamath & Vandana S. Kamath
K.C.Dasharath & Smt. Moulya

6th October
6th October
7th October
13th October
13th October
19th October
28th October
30th October



ಮುದ್ದುರಾಮನ ಜೊಪಡಿ...

ಲಯಕೆ ಕರ ಮಣಿಯದಿರೆ ಲಾಸ್ಯ ಸಂಪದವೆಲ್ಲ ?
ಶೃತಿಗೆ ಶರಣಾಗದಿರೆ ಸಂಗೀತವೆಲ್ಲ ?
ಗೆರೆಗೆ ಮನ ಒಲಯದಿರೆ ಚಿತ್ತಾರ ಸೊಂಪೆಲ್ಲ
ಆಪ್ತತೆಯೆ ಸೌಂದರ್ಯ - ಮುದ್ದುರಾಮ

To,

Book Post

