SERVICE ABOVE SELF

2025-26

Rotary

विश्वमित्रः

ವಿಶ್ವಮಿತ್ರ

VISHWAMITHRA

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

UNITE FOR GOOD

Rotary

Rtn. Francesco Arezzo
RI President 2025-26

Rtn. K. Palaksha	Rtn. Anand R.	Rtn. Vishwas Y.	Rtn. M. Madhavachar
District Governor 2025-26	President, Mob: 99800 93066	Secretary, Mob : 99800 63180	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 –19 ದಿನಾಂಕ : 19–11–2025

ದಿನಾಂಕ: 19.11.2025ರ ವಾರದ ಸಭೆ

ದಿನಾಂಕ: 19.11.2025 ರಂದು ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್ ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ಈ ಸಾಲಿನ ಹತ್ತೊಂಬತ್ತನೇ ಸಭೆ. ದಿನಾಂಕ: 03.12.2025 ರಂದು ನಮ್ಮ ಕ್ಲಬ್‌ಗೆ ರೋಟರಿ ಜಿಲ್ಲೆ 3182ರ ಜಿಲ್ಲಾ ಗವರ್ನರ್‌ರವರ ಅಧಿಕೃತ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ನಿಮಿತ್ತ ಅಂದು ಸಂಜೆ 6.45 ಕ್ಕೆ ರೋಟರಿ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಜೋನ್ 10 ರ ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್‌ರವರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಅಂದು ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಜೋನ್ 10 ರ ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್ ರೊ.ಕೆ.ಪಿ. ಶೆಟ್ಟಿಯವರು, ವಲಯ ಸೇನಾನಿ ರೊ. ಸರ್ಜಾ ಜಗದೀಶ್‌ರವರು, ವಲಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೊ. ಹೆಚ್.ಎಸ್. ಮೋಹನ್‌ರವರು, ಜಿಲ್ಲಾ ಲರ್ನಿಂಗ್ ಫೆಸಿಲಿಟೇಟರ್ ಹಾಗೂ ಮಾಜಿ ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್ ರೊ. ಎಸ್.ಆರ್.ನಾಗರಾಜ್‌ರವರು, ನಮ್ಮ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಆರ್. ಆನಂದರವರು, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೊ.ವಿಶ್ವಾಸ್ ಎಲಬುರ್ಗಿಯವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಕಿಶೋರ್ ಶೀರನಾಳಿಯವರು "ನಾರಾಯಣ ನಿನ್ನ ನಾಮದ ಸ್ಮರಣೆ ಸಾರಾಮೃತವು ಎನ್ನ ನಾಲಿಗೆಯಲಿ ಬರಲಿ" ಎಂಬ ಗೀತೆಯ ಸುಶ್ರಾವ್ಯಗಾಯನ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದರು. ಮಾಜಿ ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್ ರೊ.ಎನ್.ಎಸ್. ಶ್ರೀಧರ್‌ರವರು ಸರ್ವರನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ರೊ.ವಿಶ್ವಾಸ್ ಎಲಬುರ್ಗಿಯವರು ಪ್ರಕಟಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಜೊತೆಗೆ ವಲಯ ಮಟ್ಟದ ಆಟೋಟ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರು.

ಹಿರಿಯ ಸದಸ್ಯರಾದ ರೊ.ಭೂಪಾಳಂ ಎನ್. ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ರವರು ಹಾಗೂ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಎ. ಮಂಜುನಾಥರವರು ವೇದಿಕೆಗೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ತಮ್ಮ ಹುಟ್ಟು ಹಬ್ಬದ ಪ್ರಯುಕ್ತ ನೆನಪಿನ ಕಾಣಿಕೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರು.

ಇದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಹಿರಿಯ ಸದಸ್ಯರೂ ಮಾಜಿ ಗವರ್ನರ್ ರೊ.ಡಾ.ಪಿ.ನಾರಾಯಣರವರು ರಾಷ್ಟ್ರಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ರೋಟರಿಯ ಪೋಲಿಯೋ ಜೀವಮಾನದ ಸಾಧನೆಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ವೇದಿಕೆಗೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿ ನೆನಪಿನ ಕಾಣಿಕೆ ನೀಡಿ ಅಭಿನಂದಿಸಲಾಯಿತು. ಕ್ಲಬ್‌ನ ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಡಾ. ಲಕ್ಷ್ಮೀದೇವಿ ಗೋಪಿನಾಥ್‌ರವರು ಎಫ್.ಕೆ.ಸಿ.ಸಿ.ಐ ನಿಂದ ಕೊಡ ಮಾಡುವ ಮಹಿಳಾ ಉದ್ಯಮ ಪ್ರಶಸ್ತಿ 2025 ಇದರ Out Standing Achievements and Leadership Awardಗೆ ಭಾಜನರಾಗಿದ್ದು, ಅಂದು ಅವರ ಪರವಾಗಿ ಚುನಾಯಿತ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಎನ್. ಗೋಪಿನಾಥರವರು ಅಭಿನಂದನೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರು.

ಕ್ಲಬ್‌ನ ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಹೆಚ್.ಎಸ್.ಮೋಹನ್‌ರವರು ಸೋಲಾರ್ ಉದ್ಯಮದಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದವರು ಕೊಡ

ಈ ವಾರದ ಸಭೆ

ದಿನಾಂಕ: 26–11–2025, ಬುಧವಾರ ಸಂಜೆ 7:00 ಗಂಟೆಗೆ

ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸ್ನೇಹ ಮಿಲನ

ವಲಯ ಮಟ್ಟದ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ರೋಟರಿ ಸದಸ್ಯರಿಂದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ದಯಮಾಡಿ ರೋಟರಿ ಸದಸ್ಯರು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಆಗಮಿಸಿ.

ಸ್ಥಳ: ರೋಟರಿ ಯುವ ಕೇಂದ್ರ, ಸವಳಂಗ ರಸ್ತೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಮಾಡುವ Best Top Gold Silver Award ಗೆ ಭಾಜನರಾಗಿದ್ದು ಅವರನ್ನೂ ಸಹ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರು ಅಭಿನಂದಿಸಿದರು.

ಇವೆಲ್ಲಾ ಕಲಾಪಗಳ ನಂತರ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಆರ್. ಆನಂದರವರು, ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್ ರೊ.ಕೆ.ಪಿ.ಶೆಟ್ಟಿಯವರಿಗೆ ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿಯನ್ನು ನಡೆಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರು. ಮೊದಲಿಗೆ ರೊ.ಕೆ.ಪಿ.ಶೆಟ್ಟರು ಅಭಿನಂದಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಶುಭವನ್ನು ಕೋರುತ್ತಾ, ನನಗಾದಷ್ಟೇ ವಯಸ್ಸು ಈ ಕ್ಲಬ್‌ಗೆ ಆಗಿದೆ. (68 ವರ್ಷ) ಇಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಬಲ್ಲವರಿದ್ದೀರಿ. 'ಎನಗಿಂತ ಕಿರಿಯರಿಲ್ಲ' ಎನ್ನುವಂತೆ ನಿಮ್ಮೆದುರಿಗೆ ನಾನು ಕಿರಿಯನಾಗಿದ್ದು ನನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಮಾತ್ರ ಬಂದಿರುತ್ತೇನೆ. ಈ ಬಾರಿ ವಲಯ ಮಟ್ಟದ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಗರದ ಸುವರ್ಣ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಭವನದಲ್ಲಿ ಈ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಆರ್.ಆನಂದರವರ ನಾಯಕತ್ವದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆಯಿತು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ರೋಟರಿ ಸದಸ್ಯರುಗಳು ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತೆ. ನಿಮ್ಮ ಕ್ಲಬ್‌ನಿಂದ ಎರಡು ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಿಗೆ ಮೊದಲ ಬಹುಮಾನ ಬಂದಿದ್ದು, ಅವರುಗಳು ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಅದು ಬೇರೆಯ ಕ್ಲಬ್‌ನವರ ಪಾಲಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಈ ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ನನ್ನ ಸೌಭಾಗ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ, ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿಯ ಭಾಗವಾದ ದಾಖಲೆಗಳ ಪರಿಶೀಲನೆ, ಸದಸ್ಯತ್ವದ ಬಗೆಗಿನ ವಿವರಗಳು, ಕ್ಲಾಸಿಫಿಕೇಷನ್ ರೋಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಭರ್ತಿ ಮಾಡಿದ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಿತರ ಎಲ್ಲಾ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ, ನೋಡಿ, ತಿಳಿದುಕೊಂಡರು. ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಆರ್.ಆನಂದರವರು ಎಲ್ಲಾ ದಾಖಲೆಗಳ ಪರಿಶೀಲನೆಗೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರು. ಅಲ್ಲದೇ ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್ ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸಮರ್ಪಕವಾದ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು. ರೊ.ಕೆ.ಪಿ. ಶೆಟ್ಟಿಯವರು ದಿನಾಂಕ: 03.12.2025 ರಂದು ಗವರ್ನರ್‌ರವರು ಅಧಿಕೃತ ಭೇಟಿಯ ನಿಮಿತ್ತ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಹಲವಾರು ಕಾರ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು.

ಮಾಜಿ ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್‌ರವರಾದ ರೊ.ಎಸ್.ಆರ್. ನಾಗರಾಜ್‌ರವರು ಮಾತನಾಡಿ, ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದರ ವಿವರಣೆ ನೀಡಿದರು. ಎಲ್ಲಾ ನಿರ್ದೇಶಕರುಗಳು, ಸಮಿತಿ ಚೇರ್ಮನ್‌ಗಳು, ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಮಿತಿಯವರು, ಸದಸ್ಯರುಗಳು ಸೇರಿ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದೇ ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿ ಆಗಿದೆ. ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು 6 ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿಗಳು ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿರುತ್ತೆ. ಅಧ್ಯಕ್ಷಾವಧಿಯ ವರ್ಷದ ಮೊದಲು ಪ್ರಥಮ ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿ. ಪದವೀ ಸ್ವೀಕಾರದ ನಂತರ, ಸಹಾಯಕ ಗವರ್ನರ್‌ರವರೊಂದಿಗೆ, ಜಿಲ್ಲಾ ಗವರ್ನರ್‌ರವರೊಂದಿಗೆ, ಜನವರಿ ಅಥವಾ ಫೆಬ್ರವರಿಯಲ್ಲಿ, ಜಿಲ್ಲಾ ಸಮ್ಮೇಳನದ ನಂತರ ಹೀಗೆ ಆರು ಕ್ಲಬ್ ಅಸೆಂಬ್ಲಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕಾಗಿರುತ್ತೆ ಎಂದರು. ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸ್ಪರ್ಧೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಡೆಸಿದ್ದೀರಿ. ಉತ್ತಮ ನಾಯಕತ್ವವುಳ್ಳ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಆರ್. ಆನಂದರವರು ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸಿದ್ದರು. ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅವೆಲ್ಲವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಗಬೇಕು. ಆಗಲೇ ನಮ್ಮ ನಾಯಕತ್ವವನ್ನು ಒರೆಗೆ ಹಚ್ಚಿದಂತಾಗುವುದು. ಗವರ್ನರ್ ವಿಸಿಟ್ ಹಬ್ಬವಿದ್ದಂತೆ. ಅದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಆಚರಿಸಿ ಎಂದರು.

ವಲಯ ಸೇನಾನಿ ಸರ್ಜಾ ಜಗದೀಶ್‌ರವರು ಶಿಷ್ಟಾಚಾರಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು ಮಾತನಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ, ಮುಂಬರುವ ವಲಯ ಮಟ್ಟದ ಆಟೋಟ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರ ನೀಡಿದರು. ಗವರ್ನರ್‌ರವರು ನಿರ್ದೇಶಕರ ವರದಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ರೋಟರಿ ಫೌಂಡೇಷನ್ ದೇಣಿಗೆ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಎಂದರು.

ವಲಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೊ.ಹೆಚ್.ಎಸ್. ಮೋಹನ್‌ರವರು ಮಾತನಾಡಿ, ರೋಟರಿಯು ಸ್ಟಾಂಡರ್ಡ್ ಪ್ರೊಸೀಜರ್ ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಸೀನಿಯರ್ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಆಪ್ ಬಗ್ಗೆ ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳ ಸಹಿತ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿರಿ ಎಂದರು.

ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಆರ್. ಆನಂದರವರು ಮಾತನಾಡಿ, ಸದಸ್ಯರುಗಳು ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದರಂತೆ ತಯಾರಾಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತಾ ಗವರ್ನರ್ ಆಗಮಿಸುವ ದಿನದ ಕಾರ್ಯಗಳ ವಿವರಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು. ಅಂದು ಎಲ್ಲರೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಮನವಿ ಮಾಡಿದರು. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೊ.ವಿಶ್ವಾಸ್ ಎಲಬುರ್ಗಿಯವರು ಸರ್ವರನ್ನು ವಂದಿಸಿದರು.

ನೀವು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ರೋಟರಿ ಸದಸ್ಯರೆಂದಾದರೆ ಪ್ರತಿ ವಾರದ ಸಭೆಗೆ ತಪ್ಪದೇ ಬನ್ನಿ

‘ರೋಟರಿಯ ಪೋಲಿಯೋ ಜೀವಮಾನ ಸಾಧನೆ’ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪಡೆದ ರೊ. ಪಿಡಿಜಿ. ಡಾ. ಪಿ. ನಾರಾಯಣರವರಿಗೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು

ರೋಟರಿಯು ನೀಡುವ **“ರೋಟರಿ ಪೋಲಿಯೋ ಜೀವಮಾನ ಸಾಧನೆ”** ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದು, ನಮ್ಮ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಹಿರಿಯರು ಮಾಜಿ ಗವರ್ನರ್‌ರವರೂ ಆಗಿರುವ ರೊ.ಪಿಡಿಜಿ. ಡಾ.ಪಿ. ನಾರಾಯಣರವರಿಗೆ ಈ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಸಂದಿದೆ. ಶನಿವಾರ ದೆಹಲಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಭಾರತ, ಪಾಕಿಸ್ತಾನ, ಶ್ರೀಲಂಕಾ, ಬಾಂಗ್ಲಾದೇಶ, ನೇಪಾಳ ಭೂತಾನದ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ರೋಟರಿ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪ್ರಧಾನ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ನ್ಯಾಶನಲ್ ಪೋಲಿಯೋ ವೈಸ್ ಚೇರ್ಮನ್ ಆಗಿ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪೋಲಿಯೋ ನಿರ್ಮೂಲನೆ ಮಿಷನ್‌ಗಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿರುವ ಕೀರ್ತಿ ಡಾ.ಪಿ.ನಾರಾಯಣರವರಿಗೆ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ. 1998 ರಿಂದ 2014 ರವರೆಗೆ ಪೋಲಿಯೋ ವಿರುದ್ಧದ ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯರಾದ ಅವರು ಭಾರತದ ನೂರಾರು ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೆ ತಲುಪಿ ಜಾಗೃತಿ ಹಾಗೂ ಪೋಲಿಯೋ ಲಸಿಕೆ ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಪೋಲಿಯೋ ಪ್ಲಸ್ ರಾಷ್ಟೀಯ ಸಮಿತಿ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾ ‘ಪೋಲಿಯೋ ನಾರಾಯಣ’ ಎಂದೇ ಖ್ಯಾತರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಪೋಲಿಯೋ ವಿರುದ್ಧದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕಾಗಿ ಡಬ್ಲ್ಯೂ ಹೆಚ್. ಓ. ಯುನಿಸೆಫ್. ಸಿ.ಡಿ.ಸಿ.ಬಿಲ್‌ಗೇಟ್ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನಂತಹ ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಒಂದೆಡೆ ಕ್ರೋಢೀಕರಿಸುವಲ್ಲಿ ಅವರು ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದ್ದರು. ಟ್ರಬಲ್ ಶೂಟರ್‌ನಂತೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಡಾ. ನಾರಾಯಣರವರು, ರೋಟರಿ ಸಮೂಹದ ಪ್ರೇರಣೆ, ಪೋಲಿಯೋ ಮುಕ್ತ ಭಾರತ ನಿರ್ಮಾಣ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವಿರತ ಶ್ರಮಿಸಿರುವ ಡಾ. ಪಿ. ನಾರಾಯಣರವರು ಈ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ ಭಾಜನರಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಹೆಮ್ಮೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿದ್ದು, ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷದಾಯಕವಾದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಶಿವಮೊಗ್ಗೆಯ ಎಲ್ಲಾ ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್‌ಗಳ ಪರವಾಗಿ ಮತ್ತು ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್ ಶಿವಮೊಗ್ಗ ವತಿಯಿಂದ ಅಭಿನಂದನೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಸೋಲಾರ್ ಉದ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ ಭಾಜನರಾದ ರೊ. ಹೆಚ್.ಎಸ್. ಮೋಹನ್‌ರವರಿಗೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು

ಕ್ಲಬ್‌ನ ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ರೊ.ಹೆಚ್.ಎಸ್.ಮೋಹನ್‌ರವರು ಸೋಲಾರ್ ಉದ್ಯಮದಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದವರು ಕೊಡಮಾಡುವ **‘Best Top Gold Silver Award’** ಗೆ ಭಾಜನರಾಗಿದ್ದು, ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್ ಶಿವಮೊಗ್ಗ ವತಿಯಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು.

ಹಳದಿ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಬಿಳಿಯಾಗಿ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯಕವಾದ ಮನೆಮದ್ದು

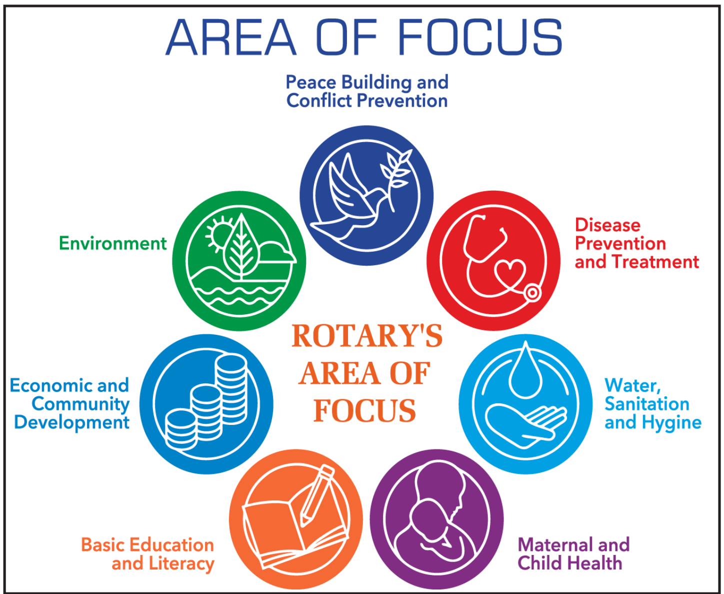
ರೊ. ಡಾ. ಕಾಂಚನ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ, ಬಿ.ಎ.ಎಂ.ಎಸ್. ಎಂ.ಡಿ. ಪಿಜಿಡಿಸಿಸಿಟಿ
ಪಂಚಮಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೇಂದ್ರ, ಕುವೆಂಪು ರಸ್ತೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

- **ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಮತ್ತು ಹಾಲು ಅಥವಾ ನೀರು** : ಸ್ವಲ್ಪ ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿ ಆ ಪೇಸ್ಟ್‌ನಿಂದ ವಾರಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಬ್ರಷ್ ಮಾಡಿ.
- **ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ** : ಬೆಳಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚಮಚ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಬಾಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು 10–15 ನಿಮಿಷ ಕಳಕಿರಿ. ನಂತರ ಬಾಯಿ ತೊಳೆದು ಬ್ರಷ್ ಮಾಡಿ. ಇದು ಬಾಯಿಯ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ.
- **ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಸಿಪ್ಪೆ** : ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಸಿಪ್ಪೆಯ ಒಳಭಾಗವನ್ನು ಹಲ್ಲುಗಳ ಮೇಲೆ 2–3 ನಿಮಿಷ ಅರೆದು, ನಂತರ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಸಿಪ್ಪೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಖನಿಜಗಳು ಪೋಟಾಷಿಯಂ, ಮ್ಯಾಗ್ನಿಷಿಯಂ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿ, ಬಿಳಿಯಾಗಿಸುತ್ತವೆ.
- **ಸ್ಟ್ರಾಬೆರಿ ಮತ್ತು ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ** : ಒಂದು ಸ್ಟ್ರಾಬೆರಿಯನ್ನು ಮುರಿದು ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಸೇರಿಸಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿ ಆ ಪೇಸ್ಟ್‌ನಿಂದ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಬ್ರಷ್ ಮಾಡಿ, ಇದು ಹಳದಿ ಕಲೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.
- **ಅರಿಶಿಣ ಮತ್ತು ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ** : ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿಣ ಪುಡಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ, ಈ ಮಿಶ್ರಣದಿಂದ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಅರೆದು ನಂತರ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ, ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಗಮನಿಸಿ: ಹಳದಿ ಹಲ್ಲುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು– ಹೆಚ್ಚು ಕಾಫಿ, ಧೂಮಪಾನ, ಅಸ್ವಚ್ಛತೆ ಅಥವಾ ಅತಿಯಾದ ಫ್ಲೋರೈಡ್.

ಹೆಚ್ಚು ನಿಂಬೆ ಅಥವಾ ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಬಳಕೆ ಹಲ್ಲಿನ ಏನಾಮಲ್‌ಗಳನ್ನು ಹಾನಿ ಮಾಡಬಹುದು. ವಾರಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಿಸಿರಿ.

ನಿತ್ಯವೂ ಬ್ರಷ್ ಮಾಡಿ ಹಲ್ಲುಗಳ ಶುದ್ಧತೆ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.



ಸಂಪಾದಕೀಯ

ಮನಸ್ಸು ಕಟ್ಟುವ ಕೆಲಸ

ಇಂದು ಮನೆ, ಮಠ, ದೇವಾಲಯ ಕಟ್ಟುವವರಿಗೆ ಕೊರತೆ ಇಲ್ಲ. ಇಲ್ಲೆಲ್ಲ ಆಡಂಬರ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯು ಪ್ರದರ್ಶನವಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇವುಗಳಿಗಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಒಂದಿದೆ. ಅದೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಟ್ಟುವುದು. ಮನೆ, ಮಠ ಕಟ್ಟಿದಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ ಈ ಮನಸ್ಸು ಕಟ್ಟುವ ಕಾರ್ಯ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬಸವಣ್ಣನವರು ಹೇಳಿದ್ದು 'ಮನೆ ನೋಡಾ ಬಡವರು; ಮನ ನೋಡ ಸಂಪನ್ನರು' ಎಂದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮನೆಯಿಂದ ಶ್ರೀಮಂತರಾದವರು ಸಾಕಷ್ಟು ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆ ಬರುವುದು ಮನೆಯಿಂದಲ್ಲ; ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ. ಈ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೋಸುಂಬೆ, ಓತಿಕ್ಯಾತ, ಮರ್ಕಟಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸುವರು. ಏಕೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಗುಣವೇ ಚಂಚಲವಾದುದು. ಗೋಸುಂಬೆಯಂತೆ ಅದು ಕ್ಷಣಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ತನ್ನ ಬಣ್ಣ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುವುದು. ಅದರಿಂದಾಗಿಯೇ ಮನುಷ್ಯ ದಿಕ್ಕು ತಪ್ಪುವುದು. ಅನುಭಾವಿಗಳು ಹೇಳುವಂತೆ ಮನುಷ್ಯನ ಉದ್ಧಾರ, ಅವನತಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಉದ್ಧಾರ; ಮನಸ್ಸಿನ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಅವರೇ ಇದ್ದರೆ ಅವನತಿ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಹಾಕು ಸಜ್ಜನರ ಸಹವಾಸ, ಸದ್ವಿಚಾರಗಳ ಚಿಂತನ, ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳು ಬೇಕು. ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಮಹಾತ್ಮ. ಯೋಗ, ಧ್ಯಾನ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಚಂಚಲತೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿಹಾಕಬಹುದು.

ಆನೆಯನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ಅಂಕುಶ ಹೆದರಿಸಬಲ್ಲದು. ಪರ್ವತವನ್ನು ತುಂಡರಿಸಲು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ವಜ್ರ ಸಾಕು. ಅದೇ ರೀತಿ ಗಾಢಾಂಧಕಾರವನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ಪ್ರಣತಿಯ ದೀಪ ಓಡಿಸಬಲ್ಲದು.

ಮನುಷ್ಯ ಅಂಜಬೇಕಾದುದು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮನವರಿಯದ ಕಳ್ಳತನವಿಲ್ಲ. ಮನದ ಮರ್ಕಟತನ ಜಯಿಸುವುದು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟವೋ – ಅಷ್ಟೇ ಸುಲಭ. ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಮೇಲೆ ತಾನು ನಿಯಂತ್ರಣವಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ನಮ್ಮ ಕೈವಶವಾಗಿ ನಾವು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳುವುದು. ಯಾವ ರೀತಿಯಾಗಿ ವಿಷಸರ್ಪವನ್ನೂ ಹಾವಾಡಿಗ ಪಳಗಿಸಿ ತಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವನೋ, ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾನವ ಮನಸ್ಸೆಂಬ ಹಾವನ್ನು ಪಳಗಿಸುವ ಹಾವಾಡಿಗನ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದಾಗಲೇ ಅವನ ಉದ್ಧಾರ.

• ರೊ. ಎಂ. ಮಾಧವಾಚಾರ್

ಚತುರ್ವಿಧ ಪರೀಕ್ಷೆ

ನಮ್ಮ ಚಿಂತನೆ, ಆಡುವ ಮಾತು ಅಥವಾ ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ

01 ಇದು ಸತ್ಯವೇ?

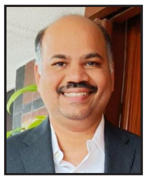
02 ಇದು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲರಿಗೆ ನ್ಯಾಯ ಸಮ್ಮತವೇ?

03 ಇದು ಸದ್ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಸ್ನೇಹ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಬಲ್ಲದೇ?

04 ಇದು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲರಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯೇ?

ಜನ್ಮ ದಿನದ ಶುಭಾಶಯಗಳು

Udayashankar Sastry H. D.
22nd Nov



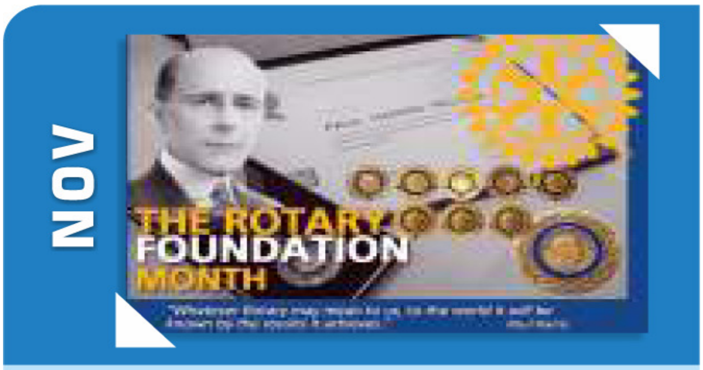
Sunil Sastry
25th Nov.

Wedding Anniversary

Sathish Kumar & Roopa	1st Nov.
H.Chandrashekar & H.C. Shylaja	8th Nov.
H.M. Vagdevi & Mr. KashipathiAlse	9th Nov.
N.S.Sridhar & Suneetha	10th Nov.
ViswasYelaburgi & Shruthi	11th Nov.
Manjunath S & Smt. Hemavathi	11th Nov.
Shobha & Rudresh	14th Nov.
Dr.P.Narayana & Shantha	24th Nov.

ಮುದ್ದುರಾಮನ ಚೌಪದಿ...

ಕಾಡಮೂಲೆಯಲೊಂದು ಗಮನ ಬೇಡದೆ ಇನಿತು
ಬಿರಿದು ನಗುತಿದೆ ನೋಡು ಹೂ ಮೌನದಲ್ಲಿ
ಬಿಂಕಬಿಗುಮಾನಗಳ ಸೋಂಕಿಲ್ಲ ಈ ಸುಮಕೆ
ನಕ್ಕು ಅಳಿವುದೇ ಲೇಸು – ಮುದ್ದುರಾಮ



5. Rotary Foundation Month

- Clubs and Districts draw the attention of Rotarians to contribute towards The Rotary Foundation [TRF].
- Give Rotary information to the members about the grants, funds and recognitions.
- Promote contribution towards Paul Harris Fellows.

To, Book Post