ಕರಾವಳಿ ಸುದ್ದಿ

ಅರಿವಿನತ್ತ ನಮ್ಮ ಚಿತ್ತ | KARAVALI SUDDI ENGLISH-KANNADA WEEKLY | ವಾರ ಪತ್ರಿಕೆ

Vol: 12 Issue: 16 KARBIL/2015/62120 DAKSHINA KANNADA 7-13 SEPTEMBER 2026 Rs 10/-

'ಒಳ್ಳೆಯ ದಿನದ ಸುಖವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡ.'

ಮಂಗಳೂರು ದಸರಾಗೆ ಈ ಬಾರಿ ಅದ್ದೂರಿ ಮೆರಗು - ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ, ಸ್ವಚ್ಛತೆ-ಸುರಕ್ಷತೆಗೆ ಖಾದರ್ ವಿಶೇಷ ಒತ್ತು!

ಈ ಬಾರಿಯ ಮಂಗಳೂರು ದಸರಾವನ್ನು ಕೇವಲ ಧಾರ್ಮಿಕ ಉತ್ಸವಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸದೆ, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಧಾರ್ಮಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಾಗೂ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ವೈಭವವನ್ನು ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಪರಿಚಯಿಸುವ ಅದ್ದೂರಿ ಉತ್ಸವವಾಗಿ ರೂಪಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಚಿವ ಹಾಗೂ ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲಾ ಉಸ್ತುವಾರಿ ಸಚಿವರಾದ ಯು.ಟಿ. ಖಾದರ್ ಅವರು ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಮಂಗಳೂರು ದಸರಾ ಉತ್ಸವದ ಪೂರ್ವಭಾವಿ ಸಿದ್ಧತಾ ಸಭೆಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಅವರು, ನವರಾತ್ರಿ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಹಬ್ಬದ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಹೊರ ರಾಜ್ಯಗಳ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ಹಾಗೂ ಭಕ್ತರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಪ್ರಮುಖ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಚಾರ: ಶ್ರೀ ಗೋಕರ್ಣನಾಥ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಮಂಗಳಾದೇವಿ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಶರವು ಮಹಾಗಣಪತಿ ದೇವಸ್ಥಾನ ಹಾಗೂ ಕಟೀಲು ಶ್ರೀ ದುರ್ಗಾಪರಮೇಶ್ವರಿ ದೇವಸ್ಥಾನ ಸೇರಿದಂತೆ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ದಸರಾ ಉತ್ಸವದ ಭಾಗವಾಗಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಪ್ರಚಾರಪಡಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಖಾದರ್ ಸೂಚಿಸಿದರು. ಇದರಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕದ ವಿವಿಧ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಹೊರ ರಾಜ್ಯಗಳಿಂದಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಭಕ್ತರು ಹಾಗೂ ಪ್ರವಾಸಿಗರನ್ನು ಮಂಗಳೂರಿನತ್ತ ಸೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ದಸರಾ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಗರ ಸ್ವಚ್ಛತೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಆದ್ಯತೆ: ದಸರಾ ಉತ್ಸವದ ಒಂಬತ್ತು-ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ನಗರವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡಲು ವಿಶೇಷ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಸಚಿವರು ಸೂಚಿಸಿದರು. ಪ್ರತಿದಿನ ರಾತ್ರಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮುಗಿದ ತಕ್ಷಣವೇ ರಸ್ತೆ, ಮೆರವಣಿಗೆ ಮಾರ್ಗಗಳು ಹಾಗೂ ಪ್ರಮುಖ ಉತ್ಸವ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲು ವಿಶೇಷ ತಂಡಗಳನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ನಗರವು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಂಗಳೂರು ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದರು. ಪ್ರಮುಖ ರಸ್ತೆಗಳು ಹಾಗೂ ಮೆರವಣಿಗೆ ಸಾಗುವ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬೀದಿ ದೀಪಗಳು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಗುಂಡಿಬಿದ್ದ ಹಾಗೂ ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ರಸ್ತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಸವ ಆರಂಭಕ್ಕೂ ಮುನ್ನವೇ ದುರಸ್ತಿ ಮಾಡುವಂತೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದೇಶನ ನೀಡಿದರು.

ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ: ನವರಾತ್ರಿ ಹಾಗೂ ದಸರಾ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ

ಸುಮಾರು 200ಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಗೆ ಭಕ್ತರು ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಖಾದರ್ ಹೇಳಿದರು. ಪ್ರಮುಖ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳ ಬಳಿ ಆಹಾರ ತ್ಯಾಜ್ಯ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಕಸವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕಸ ಸಂಗ್ರಹ ವಾಹನಗಳು ಹಾಗೂ ಅಗತ್ಯ ತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಸೂಚಿಸಿದರು. ಅನ್ನಸಂತರ್ಪಣೆ ಹಾಗೂ ಸಾಮೂಹಿಕ ಅನ್ನದಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಸಾವಿರಾರು ಮಂದಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಮತ್ತು ತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದರು.

ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಕೆಎಸ್ಆರ್‌ಟಿಸಿ ಬಸ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ: ಮಂಗಳೂರು ದಸರಾವನ್ನು ರಾಜ್ಯದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಪ್ರಚಾರಪಡಿಸಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸಿಗರನ್ನು ಸೆಳೆಯಬೇಕು ಎಂದು ಖಾದರ್ ತಿಳಿಸಿದರು. ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಕೊಪ್ಪಳ, ದಾವಣಗೆರೆ ಹಾಗೂ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಜನರನ್ನು ಮಂಗಳೂರು ದಸರಾಕ್ಕೆ ಆಕರ್ಷಿಸಲು ವಿಶೇಷ ಪ್ರಚಾರ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸುಳ್ಯ, ಪುತ್ತೂರು ಸೇರಿದಂತೆ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಭಕ್ತರು ಹಾಗೂ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ಆಗಮಿಸುವಂತೆ ಸಾರಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದರು. ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ ಇಲಾಖೆ ಹಾಗೂ ಕೆಎಸ್ಆರ್‌ಟಿಸಿ ಸಮನ್ವಯದಿಂದ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಬಸ್‌ಗಳನ್ನು ಓಡಿಸಬೇಕು. ಕುಟುಂಬ ಸಮೇತರಾಗಿ ಆಗಮಿಸುವವರಿಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ಸೂಕ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಾರಿಗೆ ಸೌಲಭ್ಯ ಒದಗಿಸುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಿದರು.

2.2 ಕೋಟಿ ರೂಪಾಯಿ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಅಲಂಕಾರಿಕ ಬೆಳಕು: ದಸರಾ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರಿನ ಪ್ರಮುಖ ರಸ್ತೆಗಳು ಹಾಗೂ ವೃತ್ತಗಳನ್ನು ಭವ್ಯ ಅಲಂಕಾರಿಕ ವಿದ್ಯುತ್ ದೀಪಗಳಿಂದ ಸಿಂಗರಿಸಲು ಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಂತೂರು, ಲಾಲ್‌ಬಾಗ್, ಪಿವಿಎಸ್ ಜಂಕ್ಷನ್, ನವಭಾರತ್ ಸರ್ಕಲ್, ಹಂಪನಕಟ್ಟೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಮಂಗಳಾದೇವಿ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುವ ಪ್ರಮುಖ ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಬೆಳಕಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದು. ಈ ವರ್ಷದ ಅಲಂಕಾರಿಕ ವಿದ್ಯುತ್ ದೀಪಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಅಂದಾಜು 2.2 ಕೋಟಿ ರೂ. ವೆಚ್ಚವಾಗಲಿದೆ ಎಂದು ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಯಿತು.

ಮಂಗಳೂರು ದಸರಾ ಪ್ರಚಾರಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಡಿಯೋ: ಮಂಗಳೂರು ದಸರಾವನ್ನು ದೇಶ-ವಿದೇಶದ ಪ್ರವಾಸಿಗರಿಗೂ ಪರಿಚಯಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಎರಡು-ಮೂರು ನಿಮಿಷಗಳ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಚಾರ ವಿಡಿಯೋ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವಂತೆ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ ಇಲಾಖೆಗೆ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಡಿಯೋದಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರಿನ ಪ್ರಮುಖ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳು, ಸುಂದರ ಕಡಲತೀರಗಳು, ಐತಿಹಾಸಿಕ ಸ್ಥಳಗಳು, ದಸರಾ ಮೆರವಣಿಗೆ, ಹುಲಿವೇಷ, ವಸ್ತು ಪ್ರದರ್ಶನಗಳು ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕು ಎಂದು ಖಾದರ್ ಸೂಚಿಸಿದರು.

ಎಲ್ಲಾ ಇಲಾಖೆಗಳ ಸಮನ್ವಯಕ್ಕೆ ಕರೆ: ದಸರಾ ಉತ್ಸವವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸುಗಮವಾಗಿ ನಡೆಸಲು ಎಲ್ಲಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಇಲಾಖೆಗಳು, ಮಂಗಳೂರು ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ದಸರಾ ಉತ್ಸವ ಸಮಿತಿಗಳು ಹಾಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಸಮನ್ವಯದಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಸಚಿವರು ಮನವಿ ಮಾಡಿದರು. ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಶಾಸಕರಾದ ಡಿ. ವೇದವ್ಯಾಸ ಕಾಮತ್, MLC ಐವನ್ ಡಿಸೋಜ, ಜಿಲ್ಲಾ ಉಸ್ತುವಾರಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ತುಳಸಿ ಮದ್ದಿನೇನಿ, ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ದರ್ಶನ್ ಎಚ್.ವಿ., ಪೊಲೀಸ್ ಆಯುಕ್ತರಾದ ಸುಧೀರ್ ಕುಮಾರ್ ರೆಡ್ಡಿ, ಪೊಲೀಸ್ ವರಿಷ್ಠಾಧಿಕಾರಿ ಡಾ. ಅರುಣ್ ಕೆ., ಮಂಗಳೂರು ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆ ಆಯುಕ್ತ ರಾಹುಲ್ ರತ್ನಂ ಪಾಂಡೆ, ಜಿಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯತ್ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣಾಧಿಕಾರಿ ನರ್ವಾಡೆ ವಿನಾಯಕ ಕಾರ್ಬಾರಿ, ಕರ್ನಾಟಕ ಗೇರು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ನಿಗಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷೆ ಮಮತಾ ಡಿ.ಎಸ್. ಗಟ್ಟಿ, ಮಂಗಳೂರು ನಗರಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಸಂತೋಷ್ ಕುಮಾರ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಮತ್ತಿತರರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

'ಕರಾವಳಿಗೆ ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ - ಸಮಿತಿ ರಚನೆಗೆ ಸಿಜೆ ಭರವಸೆ'

ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಹೈಕೋರ್ಟ್‌ನ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸಮಿತಿ ರಚಿಸಿ, ಅಗತ್ಯ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದಾಗಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಹೈಕೋರ್ಟ್‌ನ ಮುಖ್ಯ ನ್ಯಾಯಮೂರ್ತಿ ಜಸ್ಟಿಸ್ ವಿಭು ಬಕ್ರು ಅವರು ಭರವಸೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಕರಾವಳಿ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆ ಹೋರಾಟ ಸಮಿತಿಯ ಸಂಚಾಲಕ ಹಾಗೂ ವಿಧಾನ ಪರಿಷತ್ ಸದಸ್ಯ ಐವನ್ ಡಿಸೋಜ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ ಈಗಾಗಲೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸಿದ್ದು, ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಸಿದ್ಧವಿದೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತಿರುವ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು, ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ನಡುವಿನ ಚರ್ಚೆಗಳು ಹಾಗೂ ಎದುರಾಗಿರುವ ಅಡೆತಡೆಗಳ ಕುರಿತು ಹೋರಾಟ ಸಮಿತಿಯ ನಿಯೋಗವು ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ ನ್ಯಾಯಮೂರ್ತಿಗಳನ್ನು ಅವರ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸಿತು.

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಪೀಠದ ಅಗತ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಮಗೆ ಅರಿವಿದೆ ಎಂದು ಮುಖ್ಯ ನ್ಯಾಯಮೂರ್ತಿಗಳು ತಿಳಿಸಿದರು. ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಾಸ್ತವಾಂಶಗಳು, ವಿವಿಧ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಹಾಗೂ ಇತರ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಸಮಿತಿ ರಚಿಸುವಂತೆ ನಿಯೋಗ ಮಾಡಿದ್ದ ಮನವಿಯನ್ನು ಅವರು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ಸಮಿತಿಯ ಮೂಲಕ ವಾಸ್ತವಾಂಶಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಮುಂದಿನ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದಾಗಿ ಭರವಸೆ ನೀಡಿದರು. ಇದೇ ವೇಳೆ ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದ ನಾಗರಿಕರಿಗೆ ನ್ಯಾಯವನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ದೊರಕಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠದ ಅಗತ್ಯತೆಯ ಕುರಿತು ನಿಯೋಗವು ವಿವರವಾಗಿ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿತು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾಗರಿಕರ ಮನೆಬಾಗಿಲಿಗೆ ನ್ಯಾಯವನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳಿರುವ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುಪ್ರೀಂ ಕೋರ್ಟ್ ತೀರ್ಪಿನ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸರ್ಕ್ಯೂಟ್ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಯನ್ನೂ ಎಂ.ಪಿ. ನೊರೊನ್ಹಾ ಅವರು ಮುಖ್ಯ ನ್ಯಾಯಮೂರ್ತಿಗಳ ಗಮನಕ್ಕೆ ತಂದರು.

ನಿಯೋಗದಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ಬಾರ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಜಗದೀಶ್ ಶೇಣವ, ಉಡುಪಿ ಬಾರ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ರೊನಾಲ್ಡ್ ಪ್ರವೀಣ್,

ಮಾಜಿ ಮಂಗಳೂರು ಬಾರ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ರಾಘವೇಂದ್ರ ರಾವ್, ಪ್ರಧಾನ ಜಿಲ್ಲಾ ಸರ್ಕಾರಿ ವಕೀಲರು ಹಾಗೂ ಕರಾವಳಿ ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಪೀಠ ಸಮಿತಿಯ PRO ಎಂ.ಪಿ. ನೊರೊನ್ಹಾ ಸೇರಿದಂತೆ ಪ್ರಮುಖರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ವ್ಯಾಪಕ ಬೆಂಬಲ: ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪಿಸಬೇಕೆಂಬ ಬೇಡಿಕೆಗೆ ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದ ಬಾರ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್‌ಗಳ ಸದಸ್ಯರು, ಸಾರ್ವಜನಿಕರು, ವಿವಿಧ ಸಂಘ-ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ರಾಜಕೀಯ ಪಕ್ಷಗಳ ಮುಖಂಡರು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಂದ ವ್ಯಾಪಕ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರವೂ ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟ ಸಭೆ ನಡೆಯುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದ ಸಮಗ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೈಕೋರ್ಟ್ ಸಂಚಾರಿ ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ವಿಚಾರವೂ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಚರ್ಚೆಯಾಗಲಿದೆ. ಪೀಠ ಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲ ಮೂಲಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಸರ್ಕಾರ ಸಿದ್ಧವಿದೆ ಎಂದು MLC ಐವನ್ ಡಿಸೋಜ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮುಖ್ಯ ನ್ಯಾಯಮೂರ್ತಿಗಳು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಈ ಕುರಿತು ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯ ನಡೆಸುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿರುವುದು ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದ ಜನರ ಬಹುದಿನಗಳ ಬೇಡಿಕೆಗೆ ಆಶಾದಾಯಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿದೆ ಎಂದು MLC ಐವನ್ ಡಿಸೋಜ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 18ರಂದು ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟ ಸಭೆ ಕರಾವಳಿ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಪ್ರಸ್ತಾವಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ!

ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 18ರಂದು ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟ ಸಭೆ ನಡೆಸಲು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದೆ. ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲೇ ನಡೆಯಲಿರುವ ಈ ಮಹತ್ವದ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಕರಾವಳಿ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಸ್ತಾವಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿರುವ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಕರಾವಳಿ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ವಿವಿಧ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಸ್ತಾವಗಳನ್ನು ಆದ್ಯತೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಪರಿಗಣಿಸುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಅಗತ್ಯ ಪ್ರಸ್ತಾವಗಳನ್ನು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವಂತೆ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರದ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಡಾ. ಶಾಲಿನಿ ರಜನೀಶ್ ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಸರ್ಕಾರಿ ಇಲಾಖೆಗಳ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು ಹಾಗೂ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳಿಗೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ.

ಕರಾವಳಿ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಮುಖ ಯೋಜನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾಮಗಾರಿಗಳ ಪ್ರಸ್ತಾವಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಅಗತ್ಯ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿರುವ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟ ಸಭೆಯಿಂದ ಕರಾವಳಿ ಜಿಲ್ಲೆಗಳ ಹಲವು ಪ್ರಮುಖ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆಗಳಿಗೆ ಅನುಮೋದನೆ ದೊರೆಯುವ ನಿರೀಕ್ಷೆ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿದ್ದು, ಈ ಸಭೆ ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮಹತ್ವ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದೆ.

ಪಶ್ಚಿಮ ವಲಯದ ಪೊಲೀಸ್ ಉಪ ಮಹಾನಿರೀಕ್ಷಕರಾಗಿ ಅಧಿಕಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ಚೇತನ್ ಆರ್. IPS

ಪಶ್ಚಿಮ ವಲಯದ ಪೊಲೀಸ್ ಉಪ ಮಹಾನಿರೀಕ್ಷಕರಾಗಿ (DIGP) ಹಿರಿಯ IPS ಅಧಿಕಾರಿ ಚೇತನ್ ಆರ್. ಅವರು ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಅಧಿಕಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರು. ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ ನಿಯಮಾನುಸಾರ ಕಾರ್ಯಭಾರ ವಹಿಸಿಕೊಂಡ ಅವರು, ವಲಯದ ವ್ಯಾಪ್ತಿಗೆ ಒಳಪಡುವ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಾನೂನು ಮತ್ತು ಸುವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಿಗಿಗೊಳಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ನೇಹಿ ಪೊಲೀಸ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ದಕ್ಷ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಅಧಿಕಾರಿಯೆಂದು ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿರುವ ಚೇತನ್ ಆರ್. ಅವರ ಆಗಮನದಿಂದ ಪಶ್ಚಿಮ ವಲಯದ ಪೊಲೀಸ್ ಇಲಾಖೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಸಂಚಲನ ಮೂಡಿದೆ.

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರ ಮೊಂತಿ ಫೆಸ್ಟ್‌ಗೆ ಕರಾವಳಿ-ಮಲೆನಾಡಿನ ನಾಲ್ಕು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ರಜೆ ಘೋಷಿಸಲು ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ಸ್ ಯೂನಿಯನ್ ಪುತ್ತೂರು ಆಗ್ರಹ

ಐವನ್ ಡಿಸೋಜ ಅವರಿಗೆ ವಿಧಾನ ಪರಿಷತ್ ಮುಖ್ಯ ಸಚೇತಕ ಹುದ್ದೆ ನೀಡುವಂತೆಯೂ ಮೌರಿಸ್ ಮಸ್ಕರೇನ್ಹಸ್ ಒತ್ತಾಯ

ಪುತ್ತೂರು: ಕರಾವಳಿ ಹಾಗೂ ಮಲೆನಾಡು ಭಾಗದ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯದ ಪ್ರಮುಖ ಧಾರ್ಮಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಹಾಗೂ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಹಬ್ಬವಾದ ಮೊಂತಿ ಫೆಸ್ಟ್ (ಮಾತೆ ಮರಿಯಮ್ಮನವರ ಜನ್ಮದಿನೋತ್ಸವ) ಪ್ರಯುಕ್ತ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರಂದು ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ, ಉಡುಪಿ, ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು ಹಾಗೂ ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ರಜೆ ಘೋಷಿಸುವಂತೆ ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ಸ್ ಯೂನಿಯನ್ ಪುತ್ತೂರು (ರಿ.) ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವನ್ನು ಆಗ್ರಹಿಸಿದೆ. ಈ ಕುರಿತು ಯೂನಿಯನ್ ವತಿಯಿಂದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲಾ ಉಸ್ತುವಾರಿ ಸಚಿವ ಯು.ಟಿ. ಖಾದರ್ ಹಾಗೂ ಪುತ್ತೂರು ಶಾಸಕ ಅಶೋಕ್ ರೈ ಅವರಿಗೆ ಮನವಿ ಸಲ್ಲಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಮುಖ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಮತ್ತು ಕೃಷಿ ಹಬ್ಬ: ಕರಾವಳಿ ಹಾಗೂ ಮಲೆನಾಡು ಭಾಗದ ಕಥೋಲಿಕ್ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯವು ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರಂದು ಮೊಂತಿ ಫೆಸ್ಟ್ ಅನ್ನು ಶ್ರದ್ಧಾ-ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಆಚರಿಸುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ತೆನೆಯನ್ನು ಚರ್ಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ ಮನೆಗೆ ತಂದು, ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರೆಲ್ಲರೂ ಒಂದಾಗಿ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಭೋಜನ ಸವಿಯುವ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಈ ಹಬ್ಬದ ವಿಶೇಷತೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಹಬ್ಬವು ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಕುಟುಂಬಗಳನ್ನು ಒಗ್ಗೂಡಿಸುವ ಹಾಗೂ ಕೃಷಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಮಹತ್ವದ ಹಬ್ಬವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಯೂನಿಯನ್ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ನಾಲ್ಕು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ರಜೆ ಘೋಷಣೆಗೆ ಮನವಿ: ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ, ಉಡುಪಿ, ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು ಹಾಗೂ ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯದವರು ನೆಲೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಕುಟುಂಬ ಸಮೇತ ಹಬ್ಬ ಆಚರಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ಈ ನಾಲ್ಕು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರಂದು ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಅಥವಾ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ರಜೆ ಘೋಷಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಯೂನಿಯನ್ ಮನವಿ ಮಾಡಿದೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಹಾಗೂ ಗುಡ್‌ಫ್ರೈಡೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಸೀಮಿತ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ರಜೆಗಳಿದ್ದು, ಮೊಂತಿ ಫೆಸ್ಟ್‌ನ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರಂದು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ರಜೆ ಘೋಷಿಸುವುದು ನ್ಯಾಯಸಮ್ಮತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸಂಘಟನೆಯ ಪದಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಐವನ್ ಡಿಸೋಜರಿಗೆ ಮುಖ್ಯ ಸಚೇತಕ ಹುದ್ದೆ ನೀಡಲು ಆಗ್ರಹ: ಪತ್ರಿಕಾಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ಸ್ ಯೂನಿಯನ್ ಪುತ್ತೂರಿನ ಸ್ಥಾಪಕ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಮೌರಿಸ್ ಮಸ್ಕರೇನ್ಹಸ್, ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದ ಕೊಂಕಣಿ ಭಾಷಿಕ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಸಚಿವ ಸಂಪುಟದಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಪಕ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯ ದೊರೆತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಪ್ರಸ್ತುತ ವಿಧಾನ ಪರಿಷತ್ ಮುಖ್ಯ ಸಚೇತಕ ಹುದ್ದೆ ಖಾಲಿಯಿದ್ದು, ವಿಧಾನ ಪರಿಷತ್‌ನ ಏಕೈಕ ಕ್ರೈಸ್ತ ಪ್ರತಿನಿಧಿ ಹಾಗೂ ಅನುಭವಿ ರಾಜಕಾರಣಿಯಾಗಿರುವ ಐವನ್ ಡಿಸೋಜ ಅವರಿಗೆ ಈ ಹುದ್ದೆ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು ಆಗ್ರಹಿಸಿದರು. ಇದರಿಂದ ಸರ್ಕಾರ ಹಾಗೂ ಪಕ್ಷಕ್ಕೆ ಅವರ ಅನುಭವದ ಪ್ರಯೋಜನ ದೊರೆಯುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಕೊಂಕಣಿ ಭಾಷಿಕ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೂ ಸೂಕ್ತ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯ ದೊರೆಯಲಿದೆ ಎಂದು ಮೌರಿಸ್ ಮಸ್ಕರೇನ್ಹಸ್ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು. ಪತ್ರಿಕಾಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ಸ್ ಯೂನಿಯನ್ ಪುತ್ತೂರು (ರಿ.) ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಜೋಕಿಂ ಲುವಿಸ್, ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷ ವಾಲ್ಟರ್ ಡಿಸೋಜ, ಖಜಾಂಚಿ ವಾಲ್ಟರ್ ಸಿಕ್ವೇರಾ, ಗೌರವ ಸಲಹೆಗಾರ ವಲೇರಿಯನ್ ಡಯಾಸ್ ಹಾಗೂ ಸದಸ್ಯ ಮೆಲ್ವಿನ್ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ದೇಗುಲಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್‌ಗೆ ಬ್ರೇಕ್ - 52 ಪ್ರಮುಖ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ನಿಷೇಧ ಜಾರಿ

ತಮಿಳುನಾಡಿನ 52 ಪ್ರಮುಖ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಬಳಕೆಗೆ ನಿಷೇಧ ಹೇರಲಾಗಿದ್ದು, ಭಕ್ತರು ತಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶ ದ್ವಾರದ ಬಳಿ ಇರುವ ಸುರಕ್ಷಿತ ಠೇವಣಿ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ದೇಗುಲಗಳ ಪಾವಿತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ಶಾಂತ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಈ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಸೆಲ್ಫಿ, ಫೋಟೋ, ವಿಡಿಯೋ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಿಗಾಗಿ ರೀಲ್ಸ್ ಚಿತ್ರೀಕರಣದಿಂದ ಇತರ ಭಕ್ತರಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ಇದರ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಭಕ್ತರು ಮೊಬೈಲ್‌ಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ರೂ.5 ಶುಲ್ಕ ಪಾವತಿಸಿ ಠೇವಣಿ ಇಡಬಹುದಾಗಿದ್ದು, ರಸೀದಿ ನೀಡಿ ಬಳಿಕ ಮೊಬೈಲ್ ಹಿಂತಿರುಗಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಮದುರೈ ಮೀನಾಕ್ಷಿ ಅಮ್ಮನ್, ಪಳನಿ ದಂಡಾಯುಧಪಾಣಿ, ರಾಮೇಶ್ವರಂ ರಾಮನಾಥಸ್ವಾಮಿ, ತಿರುಚೆಂದೂರು, ಶ್ರೀರಂಗಂ, ತಿರುವಣ್ಣಾಮಲೈ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳು ಈ ಕ್ರಮದ ವ್ಯಾಪ್ತಿಗೆ ಸೇರಿವೆ. ಈ ನಿರ್ಧಾರವು ಮದ್ರಾಸ್ ಹೈಕೋರ್ಟ್‌ನ ಹಿಂದಿನ ನಿರ್ದೇಶನದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಕ್ಯಾಮರಾ ಇಲ್ಲದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮೊಬೈಲ್‌ಗಳಿಗೆ ಈ ನಿರ್ಬಂಧ ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸಚಿವರು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಸಂಪಾದಕೀಯ

– ರೋಷನ್ ಬೊನಿಫಾಸ್ ಮಾರ್ಟಿಸ್

ಹಿಮಾಲಯದ ಕಣ್ಣೀರು - ಎಚ್ಚೆತ್ತುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿಶ್ವ

ನೇಪಾಳ-ಟಿಬೆಟ್ ಗಡಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿದ ಪ್ರಳಯ ಸದೃಶ ದಿಢೀರ್ ಪ್ರವಾಹ ಕೇವಲ ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದ ದುರಂತವಲ್ಲ; ಅದು ಇಡೀ ವಿಶ್ವ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಪ್ರಕೃತಿಯೇ ನೀಡಿರುವ ಗಂಭೀರ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಕ್ಷಣಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಉಕ್ಕಿ ಹರಿದ ಪ್ರವಾಹ, ಪರ್ವತಗಳಿಂದ ಕುಸಿದ ಹಿಮ ಮತ್ತು ಬೃಹತ್ ಬಂಡೆಗಳು, ಕೊಚ್ಚಿಹೋದ ಮನೆಗಳು, ಸೇತುವೆಗಳು ಹಾಗೂ ರಸ್ತೆಗಳು–ಪ್ರಕೃತಿಯ ಎದುರು ಮಾನವನ ಶಕ್ತಿ ಎಷ್ಟು ಅಲ್ಪ ಎಂಬುದನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸಾರಿ ಹೇಳಿವೆ. ನೂರಾರು ಜೀವಗಳು ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದು, ಸಾವಿರಾರು ಮಂದಿ ಸಂಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಕುಟುಂಬಗಳ ಬದುಕು ಒಂದೇ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣೀರ ಕಥೆಯಾಗಿದೆ.

ಈ ದುರಂತಕ್ಕೆ ನಿಖರ ಕಾರಣವನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಸಮಯ ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆ ಮತ್ತು ಜಾಗತಿಕ ತಾಪಮಾನ ಏರಿಕೆಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಿಮಾಲಯದ ಹಿಮನದಿಗಳು ವೇಗವಾಗಿ ಕರಗುತ್ತಿವೆ, ಪರ್ವತಗಳ ಪರಿಸರ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ದುರ್ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ದಿಢೀರ್ ಪ್ರವಾಹಗಳ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೇಲೆ ಮಿತಿಮೀರಿದ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ, ಅರಣ್ಯ ನಾಶ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದ ಸಮತೋಲನಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ತರುವ ಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಈಗ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕಬೇಕಾಗಿದೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಸೋಲಿಸುವ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಮಾನವನನ್ನೇ ಸೋಲಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ವಿಶ್ವ ಅರಿಯಬೇಕು.

ಹಿಮಾಲಯವು ಭಾರತ, ನೇಪಾಳ ಅಥವಾ ಚೀನಾದ ಮಾತ್ರ ಆಸ್ತಿಯಲ್ಲ; ಅದು ಏಷ್ಯಾದ ಕೋಟ್ಯಂತರ ಜನರ ಬದುಕಿನ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಹಿಮಾಲಯ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ ಹಿಮನದಿಗಳ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ, ದತ್ತಾಂಶ ವಿನಿಮಯ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಬೇಕು. ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾವಣೆ ಕುರಿತು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ವಿಶ್ವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಚರ್ಚೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಆದರೆ ಈಗ ಚರ್ಚೆಯ ಸಮಯ ಮುಗಿದಿದೆ–ಕಾರ್ಯದ ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ. ನೇಪಾಳದ ಈ ದುರಂತವನ್ನು ಕೇವಲ ಒಂದು ದಿನದ ಸುದ್ದಿಯಾಗಿ ಮರೆತುಬಿಡಬಾರದು. ಅದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಗಂಟೆಯಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಗೆಲ್ಲಲು ಮಾನವ ಹುಟ್ಟಿಲ್ಲ; ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಲು ಹುಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಹಿಮಾಲಯದ ಕಣ್ಣೀರು ನಮಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಸಂದೇಶವಾಗಲಿ. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಉಳಿಸೋಣ, ಪರಿಸರವನ್ನು ಕಾಪಾಡೋಣ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಭೂಮಿಯನ್ನು ನೀಡೋಣ. **ಪ್ರಕೃತಿ ಉಳಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಮಾನವ ಉಳಿಯುತ್ತಾನೆ; ಭೂಮಿ ಉಳಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಭವಿಷ್ಯ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.** – ಸಂ.

ಕಸ ವಿಂಗಡಣೆ ಕಡ್ಡಾಯ - ನಾಲ್ಕು ವಿಧವಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ನೀಡಲು ಮಹಾನಗರಪಾಲಿಕೆ ಸೂಚನೆ

ಮಂಗಳೂರು ಮಹಾನಗರಪಾಲಿಕೆ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಘನತ್ಯಾಜ್ಯ ಉತ್ಪಾದಕರು ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಮೂಲದಲ್ಲೇ ನಾಲ್ಕು ವಿಧಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ ಕಸ ಸಂಗ್ರಹಣಾ ವಾಹನಗಳಿಗೆ ನೀಡುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಿದೆ. ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಹಸಿ ತ್ಯಾಜ್ಯ (Wet Waste), ಒಣ ತ್ಯಾಜ್ಯ (Dry Waste), ನೈರ್ಮಲ್ಯ ತ್ಯಾಜ್ಯ (Sanitary Waste) ಹಾಗೂ ವಿಶೇಷ ಕಾಳಜಿ ತ್ಯಾಜ್ಯ (Special Care Waste) ಎಂದು ನಾಲ್ಕು ವಿಭಾಗಗಳಾಗಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಬೇಕು. ಹಸಿ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ, ಒಣ ಹಾಗೂ ವಿಶೇಷ ಕಾಳಜಿ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತಿ ಶುಕ್ರವಾರ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ತ್ಯಾಜ್ಯ ವಿಂಗಡಣೆಗೆ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಕಾಲಾವಕಾಶ ನೀಡಲಾಗಿದ್ದು, ನಂತರ ವಿಂಗಡಿಸಿದ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುವುದು. ನಿಯಮ ಪಾಲಿಸದಿದ್ದರೆ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಘನತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ನಿಯಮಗಳ ಅನ್ವಯ ದಂಡ ವಿಧಿಸಲಾಗುವುದು ಎಂದು ಮಹಾನಗರಪಾಲಿಕೆ ಎಚ್ಚರಿಸಿದೆ.

ಕುದ್ರೋಳಿಯಲ್ಲಿ ಭಕ್ತಿಭಾವದ ಗುರುಪೂಜೆ

ಬ್ರಹ್ಮಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಗುರು ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ 172ನೇ ಜನ್ಮದಿನಾಚರಣೆ ಅಂಗವಾಗಿ ಕುದ್ರೋಳಿಯ ಶ್ರೀಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಗುರುಪೂಜೆ ಹಾಗೂ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಭಕ್ತಿಭಾವದಿಂದ ಜರುಗಿದವು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಂಗವಾಗಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಗುರು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಹಾಗೂ ಗುರುಪೂಜೆ ನೆರವೇರಿತು. ಬಳಿಕ ಮಹಾಪೂಜೆ, ಹಾಗೂ ಮಹಾಗುರುಪೂಜೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಸಾದ ವಿತರಣೆಯೂ ನಡೆಯಿತು. ಶ್ರೀ ವೆಂಕಟೇಶ ಶಿವಭಕ್ತಿ ಯೋಗ ಸಂಘದ ವತಿಯಿಂದ ಗಾಂಧೀನಗರದ ಶ್ರೀ ಗೋಕರ್ಣನಾಥೇಶ್ವರ ಕಾಲೇಜಿನಿಂದ ಶ್ರೀ ಗುರುವರ್ಯರ ಭಾವಚಿತ್ರದ ಭವ್ಯ ಮೆರವಣಿಗೆ ನಡೆಯಿತು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಹಸ್ರಾರು ಭಕ್ತರು ಗುರುಪೂಜೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಭಕ್ತಿಭಾವ ಮೆರೆದರು. ಕ್ಷೇತ್ರಾಡಳಿತ ಸಮಿತಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಜೈರಾಜ್ ಎಚ್. ಸೋಮಸುಂದರಂ, ಕೋಶಾಧಿಕಾರಿ ಪದ್ಮರಾಜ್ ಆರ್. ಪೂಜಾರಿ, ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳಾದ ಸಂತೋಷ್ ಜೆ. ಪೂಜಾರಿ, ಸಾಯಿರಾಮ್ ಎಚ್.ಎಸ್., ಕಿಶೋರ್ ದಂಡೆಕೇರಿ, ಕೃತಿನ್ ಧೀರಜ್ ಅಮೀನ್, ಜಗದೀಶ್ ಸುವರ್ಣ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಮಿತಿ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷ ಡಾ. ಬಿ.ಜಿ. ಸುವರ್ಣ, ಸದಸ್ಯರಾದ ಪಿ.ಕೆ. ಗೌರವಿ ರಾಜಶೇಖರ್ ಹಾಗೂ ಲತೀಶ್ ಸುವರ್ಣ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ಸಿಯೋನ್ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ 'ಉಚಿತ ದಂತ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣಾ ಶಿಬಿರ'

ಬೆಳ್ತಂಗಡಿ ತಾಲೂಕಿನ ಗಂಡಿಬಾಗಿಲಿನ ಸಿಯೋನ್ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಯೆನಪೋಯ ದಂತ ಕಾಲೇಜು ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ದೇರಳಕಟ್ಟೆ ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕೇಂದ್ರ, ಯೆನಪೋಯ ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ದೇರಳಕಟ್ಟೆ ಇವರ ಸಂಯುಕ್ತ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಉಚಿತ ದಂತ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣಾ ಶಿಬಿರವನ್ನು ಭಾನುವಾರ ಆಯೋಜಿಸಲಾಯಿತು. ಶಿಬಿರವನ್ನು ಜ್ಯೋತಿ ಬೆಳಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಉದ್ಘಾಟಿಸಲಾಯಿತು. ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕೇಂದ್ರ, ಯೆನಪೋಯದ ದಂತವೈದ್ಯೆ ಡಾ. ಮಿಥ್ರಾ ಹಾಗೂ ಯೆನಪೋಯ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯರ ತಂಡವು ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಫಲಾನುಭವಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ದಂತ ತಪಾಸಣೆ ನಡೆಸಿತು. ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ 130ಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಫಲಾನುಭವಿಗಳು ಉಚಿತ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆಯ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಂಡರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಿಯೋನ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಶೋಭಾ ಯು.ಪಿ., ಯೆನಪೋಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಮಾಜ ಸೇವಕರು, ಸಿಯೋನ್ ಆಶ್ರಮದ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಯ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ವರ್ಗದವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಆಶ್ರಮದ ನಿವಾಸಿಗಳು ಹಾಗೂ ಸ್ಥಳೀಯರಿಗೆ ಉಚಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಲಾದ ಈ ಶಿಬಿರವು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆಯಿತು.

ಕರಾವಳಿ ಸುದ್ದಿ

KARAVALI SUDDI

KARBIL/2015/62120 DAKSHINA KANNADA

ಸಂಪಾದಕ, ಪ್ರಕಾಶಕ ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕ :

ರೋಷನ್ ಬೊನಿಫಾಸ್ ಮಾರ್ಟಿಸ್

ಕಛೇರಿ ವಿಳಾಸ :

ಕರಾವಳಿ ಸುದ್ದಿ ವಾರ ಪತ್ರಿಕೆ

ಕಟ್ಟಡ ನಂಬರ್ 2-68/28, ನಿತ್ಯಾದಾರ್ ಮ್ಯಾನ್ಶನ್ ಹತ್ತಿರ, ಮಾಣಿ ಗ್ರಾಮ ಮತ್ತು ಅಂಚೆ, ಬಂಟ್ವಾಳ ತಾಲ್ಲೂಕು, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆ, ಕರ್ನಾಟಕ - 574 253.

ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ : +91 84314 26747 ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ : karavalisuddi.com

ಇ-ಮೇಯ್ಲ್ : karavalisuddidk@gmail.com

DAPC ಬಿಷಪ್‌ಗಳು ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಭೇಟಿ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯದ ಬೇಡಿಕೆಗಳ ಕುರಿತು ಮನವಿ

ಡಯಾಸಿಸ್ ಆಫ್ ಆಲ್ ಪ್ರೊಟೆಸ್ಟಂಟ್ ಚರ್ಚಸ್ (DAPC) ನಿಯೋಗವು ಕರ್ನಾಟಕದ ಮಾನ್ಯ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಡಿ.ಕೆ. ಶಿವಕುಮಾರ್ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ, ರಾಜ್ಯದ ಪ್ರೊಟೆಸ್ಟಂಟ್, ಪೆಂಟಿಕೋಸ್ಟಲ್ ಹಾಗೂ ಸ್ವತಂತ್ರ ಕ್ರೈಸ್ತ ಚರ್ಚುಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯಗಳು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಮುಖ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಹಾಗೂ ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಮನವಿಪತ್ರವನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿತು. ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ 48 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಕ್ರೈಸ್ತರು ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಅಲ್ಪಸಂಖ್ಯಾತರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಂಡಳಿಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಸಂಬಂಧಿತ ಸರ್ಕಾರಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಪೆಂಟಿಕೋಸ್ಟಲ್ ಹಾಗೂ ಸ್ವತಂತ್ರ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯಗಳಿಗೆ ಸಮರ್ಪಕ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಯಸಮ್ಮತ ಪ್ರಾತಿನಿಧ್ಯ ಕಲ್ಪಿಸಬೇಕೆಂದು ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಅವರ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರಲಾಯಿತು. DAPC ನಿಯೋಗದ ಮನವಿಯನ್ನು ಸೌಹಾರ್ದಯುತವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಡಿ.ಕೆ. ಶಿವಕುಮಾರ್ ಅವರು, ನಿಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ವಿವರವಾದ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸುವುದಾಗಿ ಭರವಸೆ ನೀಡಿದರು. ಸಮುದಾಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಆಲಿಸಿ, ಸೂಕ್ತ ಕ್ರಮಗಳ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ನಿಯೋಗವನ್ನು DAPC ಆರ್ಚ್‌ಬಿಷಪ್ ಡಾ. ವಿನೋದ್ ಎಂ. ಚಾಕೋ, ಸಹಾಯಕ ಆರ್ಚ್‌ಬಿಷಪ್ ರೆವರೆಂಡ್ ಸುನಿಲ್ ವಿ. ಜೇಕಬ್, ಸೈನಡ್ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ರೆವರೆಂಡ್ ಡೇನಿಯಲ್ ಮೋಸಸ್ ಹಾಗೂ ನಿರ್ದೇಶಕರು ಮತ್ತು ಸಲಹೆಗಾರರಾದ ಪಾಸ್ಟರ್ ಕದಂ ಅವರು ಮುನ್ನಡೆಸಿದರು.

'ಪುತ್ತೂರ್ದ ಮುತ್ತು' ಖ್ಯಾತಿಯ ಶಾಸಕ ಅಶೋಕ್ ರೈ ಭೇಟಿ: ಇದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ನಿವಾಸದಲ್ಲಿ ಅಧಿಕೃತ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ನಿಮಿತ್ತ ಆಗಮಿಸಿದ್ದ 'ಪುತ್ತೂರ್ದ ಮುತ್ತು' ಖ್ಯಾತಿಯ ಪುತ್ತೂರು ಶಾಸಕರಾದ ಅಶೋಕ್ ರೈ ಅವರನ್ನು DAPC ಬಿಷಪ್‌ಗಳು ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಸೌಹಾರ್ದಯುತ ಮಾತುಕತೆ ನಡೆಸಿದರು. ಈ ವೇಳೆ ಶಾಸಕರೊಂದಿಗೆ ವಿವಿಧ ವಿಚಾರಗಳ ಕುರಿತು ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸಿದ DAPC ನಿಯೋಗಕ್ಕೆ, ತಮ್ಮ ಕಚೇರಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವಂತೆ ಶಾಸಕ ಅಶೋಕ್ ರೈ ಅವರು ಆಹ್ವಾನ ನೀಡಿದರು. ಕರ್ನಾಟಕದ ಪ್ರೊಟೆಸ್ಟಂಟ್, ಪೆಂಟಿಕೋಸ್ಟಲ್ ಹಾಗೂ ಸ್ವತಂತ್ರ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯಗಳ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಆಲಿಸಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಡಿ.ಕೆ. ಶಿವಕುಮಾರ್ ಅವರಿಗೆ DAPC ತನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿದೆ.

CODP ಹಾಗೂ ಕ್ರಾಸ್ ಸಂಸ್ಥೆ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಮಹಿಳಾ ನಾಯಕತ್ವಕ್ಕೆ ತರಬೇತಿ

ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ನಾಯಕತ್ವವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ CODP ಮಂಗಳೂರು ಹಾಗೂ ಕ್ರಾಸ್ ಸಂಸ್ಥೆ, ಬೆಂಗಳೂರು ಇವರ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳಾ ಸಬಲೀಕರಣ ಯೋಜನೆಯಡಿ 'ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತದಲ್ಲಿ ನಾಯಕತ್ವ' ವಿಷಯದ ಕುರಿತು ಒಂದು ದಿನದ ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಆಗಸ್ಟ್ 25ರಂದು ಮಂಗಳವಾರ ಮಂಗಳೂರಿನ CODP ಮದರ್ ತೆರೇಸಾ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ತರಬೇತುದಾರ ಹಾಗೂ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ದುರ್ಗಾದಾಸ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ, ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಪಾತ್ರ, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ನಾಯಕತ್ವ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಕುರಿತು ಸಮಗ್ರ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರು. ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಿಒಡಿಪಿ ಪ್ರವರ್ತಿತ ಸಂಘ, ಮಹಾಸಂಘ ಹಾಗೂ ಒಕ್ಕೂಟಗಳ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳು ಭಾಗವಹಿಸಿ, ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಕ್ರಿಯ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಮತ್ತು ನಾಯಕತ್ವದ ಮಹತ್ವದ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡರು. ಸಂಸ್ಥೆಯ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ವಂದನೀಯ ಫಾದರ್ ವಿನ್ಸೆಂಟ್ ಡಿಸೋಜ ಅವರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿದ್ದರು. ಸಮೃದ್ಧಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಮಹಿಳಾ ಒಕ್ಕೂಟ, ಮಂಗಳೂರು ಇದರ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಜಯಶ್ರೀ, ಯೋಜನಾ ಸಂಯೋಜಕಿ ಸುಪ್ರಿಯಾ ಎಂ.ಎ. ಹಾಗೂ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ನಾಯಕತ್ವದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ಆಡಳಿತದಲ್ಲಿ ಅವರ ಸಕ್ರಿಯ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಮಹತ್ವದ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಯಿತು.

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರಂದು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ರಜೆ ನೀಡಲು ಬೈಂದೂರು ಶಾಸಕ ಗುರುರಾಜ್ ಗಂಟಿಹೊಳೆ ಅವರಿಗೆ ಮನವಿ

ಬೈಂದೂರು: ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುವ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯದ ಪ್ರಮುಖ ಹಬ್ಬವಾದ ತೆನೆ ಹಬ್ಬ ಹಾಗೂ ಮಾತೆ ಮರಿಯಳ ಜನ್ಮದಿನದ ಹಬ್ಬದ ಅಂಗವಾಗಿ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ರಜೆ ಘೋಷಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಅಖಿಲ ಭಾರತ ಕ್ರೈಸ್ತ ಮಹಾಸಭಾ (ನೋಂದಾಯಿತ) ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಮಹಿಳಾ ಘಟಕದ ಅಧ್ಯಕ್ಷೆ ಕಾರ್ಮಿನ್ ಲೂಯಿಸ್ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಬೈಂದೂರು ತಾಲೂಕಿನ ಕ್ರೈಸ್ತ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರು ಮನವಿ ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ಬೈಂದೂರು ತಾಲೂಕು ತಹಶೀಲ್ದಾರ್ ಅವರ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪತಹಶೀಲ್ದಾರ್ ಅವರಿಗೆ ಮನವಿ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ನಿಯೋಗ, ಬಳಿಕ ಬೈಂದೂರು ವಿಧಾನಸಭಾ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಶಾಸಕ ಗುರುರಾಜ್ ಗಂಟಿಹೊಳೆ ಅವರ ಕಚೇರಿಗೂ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8ರಂದು ಕ್ರೈಸ್ತ ಧರ್ಮದ ತೆನೆ ಹಬ್ಬಕ್ಕೆ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ರಜೆ ಘೋಷಿಸುವಂತೆ ಮನವಿ ಮಾಡಿತು.

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೈಂದೂರು ಚರ್ಚ್ ಪಾಲನಾ ಸಮಿತಿಯ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷ ಸ್ಟೀಫನ್ ಡಯಾಸ್, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ವೀಣಾ ಜೋಸೆಫ್ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್, ಸಂಯೋಜಕಿ ಜೊಸ್ಟಿನ್ ರೊಡ್ರಿಗಸ್, ಆಶಾ ಡಯಾಸ್, ಜ್ಯೋತಿ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್, ಐಡಾ ಡಯಾಸ್, ಸ್ಟೀಫನ್ ರಾಜ್ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್ ಹಾಗೂ ಟ್ರೆಸಿಲ್ಲಾ ಕ್ರಾಸ್ತಾ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ

Merchant Name : KARAVALI SUDDI
Account No.: 42208429806
IFSC : SBIN0003823
UPI ID : karavalisuddi9806@sbi

SCAN & PAY

ಕರಾವಳಿ ಸುದ್ದಿ

SUBSCRIPTION

YEARLY	:	RS 500
2 YEARS	:	RS 1000
5 YEARS	:	RS 2500
10 YEARS	:	RS 5000

PhonePe Paytm BHIM

ಸುರತ್ಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಸ್‌ಕೆಎಸ್ ಲಾ ಫರ್ಮ್‌ನ ನೂತನ ಸುಸಜ್ಜಿತ ಕಚೇರಿ ಉದ್ಘಾಟನೆ

ಸುರತ್ಕಲ್‌ನ ಅಥೀಶ್ ಮಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ 'ಎಸ್‌ಕೆಎಸ್ ಲಾ ಫರ್ಮ್'ನ ನೂತನ ಸುಸಜ್ಜಿತ ಕಚೇರಿಯನ್ನು ಮಂಗಳೂರು ಉತ್ತರ ವಿಧಾನಸಭಾ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಶಾಸಕ ವೈ. ಭರತ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಹಾಗೂ ಮಂಗಳೂರು ವಕೀಲರ ಸಂಘದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಜಗದೀಶ್ ಶೇಣವ ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ದೀಪ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಶಾಸಕ ವೈ. ಭರತ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಅವರು, ಕ್ಷಿಪ್ರ ಹಾಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ನ್ಯಾಯದಾನದಲ್ಲಿ ವಕೀಲರ ಪಾತ್ರ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ವಕೀಲರ ಸಕ್ರಿಯ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಿಂದ ನ್ಯಾಯದಾನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಇನ್ನಷ್ಟು ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ನಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಕಚೇರಿಯನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಮಂಗಳೂರು ವಕೀಲರ ಸಂಘದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಜಗದೀಶ್ ಶೇಣವ ಅವರು, ಸುರತ್ಕಲ್ ಹಾಗೂ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶದ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಎಸ್‌ಕೆಎಸ್ ಲಾ ಫರ್ಮ್‌ನ ನೂತನ ಕಚೇರಿಯಿಂದ ಉತ್ತಮ ಕಾನೂನು ಸೇವೆ ದೊರೆಯಲಿ ಎಂದು ಶುಭ ಹಾರೈಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ವಕೀಲರ ಸಂಘದ ನಿಕಟಪೂರ್ವ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಎಚ್.ವಿ. ರಾಘವೇಂದ್ರ, ಹಿರಿಯ ವಕೀಲರಾದ ಪುಷ್ಪಲತಾ ಯು.ಕೆ., ರಾಜೇಶ್ ಕುಮಾರ್ ಅಮ್ಟಾಡಿ, 'ಕಜ್ವ' ಖ್ಯಾತಿಯ ಚಲನಚಿತ್ರ ನಟ ಗೌತಮ್ ಬಂಗೇರ, ನಿಕಟಪೂರ್ವ ಕಾರ್ಪೊರೇಟರ್ ಕುಮಾರಿ ಶ್ವೇತ, ತಾಲೂಕು ಪಂಚಾಯತ್ ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ವಜ್ರಾಕ್ಷಿ ಶೆಟ್ಟಿ, ಉದ್ಯಮಿ ದಯಾನಂದ ಬಿ. ಶೆಟ್ಟಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವರು ಶುಭ ಹಾರೈಸಿದರು. ವಕೀಲರಾದ ಶಕುಂತಳಾ ಕೆ. ಶೆಟ್ಟಿ, ಸುಕೇಶ್ ಕುಮಾರ್ ಶೆಟ್ಟಿ, ದಿನಕರ್ ಶೆಟ್ಟಿ, ಮೈನಾ ಶೆಟ್ಟಿ, ಸುಮಿತ್ರಾ ಶೆಟ್ಟಿ ಹಾಗೂ ನಿವೃತ್ತ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಭಿಯೋಜಕರಾದ ಶೇಖರ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಬಳ್ಕೂರ್ ಮತ್ತು ಇತರರು ಸಂಯುಕ್ತವಾಗಿ 'ಎಸ್‌ಕೆಎಸ್ ಲಾ ಫರ್ಮ್'ನ ನೂತನ ಕಚೇರಿಯನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲಿದ್ದಾರೆ.

ನೇಪಾಳದ ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರವೂ ಭಾಗಿ- ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗೆ ಬಿಷಪ್ ಸಲ್ಡಾನ್ಹಾ ಕರೆ

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಾದ ಫಾದರ್ ರೂಪೇಶ್ ಮಾಡ್ತಾ ಹಾಗೂ ರೋಯ್ ಕ್ಯಾಸ್ತೆಲಿನೊ ಜಂಟಿ ಪತ್ರಿಕಾ ಪ್ರಕಟನೆ

ನೇಪಾಳದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿರುವ ಭೀಕರ ಪ್ರವಾಹ ಹಾಗೂ ಭೂಕುಸಿತದಿಂದ ಅಪಾರ ಜೀವಹಾನಿ, ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿ ನಾಶ ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯ ಸಂಕಷ್ಟ ಉಂಟಾಗಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರವು ತೀವ್ರ ದುಃಖ ಹಾಗೂ ಆಳವಾದ ಸಹಾನುಭೂತಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದೆ. ದುರಂತದಿಂದ ಸಂಕಷ್ಟಕ್ಕೊಳಗಾದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ನೋವಿನಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರವು ಭಾಗಿಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲಲಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದೆ. ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಪರಮ ಪೂಜ್ಯ ಅತೀ ವಂದನೀಯ ಡಾ. ಪೀಟರ್ ಪಾವ್ಲ್ ಸಲ್ಡಾನ್ಹಾ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂಪರ್ಕಾಧಿಕಾರಿಗಳಾದ ವಂದನೀಯ ಫಾದರ್ ರೂಪೇಶ್ ಅಶೋಕ್ ಮಾಡ್ತಾ ಹಾಗೂ ರೋಯ್ ಕ್ಯಾಸ್ತೆಲಿನೊ ಅವರು ಜಂಟಿ ಪತ್ರಿಕಾ ಪ್ರಕಟಣೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿ ನೇಪಾಳದ ದುರಂತ ಸಂತ್ರಸ್ತರೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮ ಪ್ರಾರ್ಥನಾಪೂರ್ವಕ ಐಕ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

'ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಕೋಪಗಳು ಧರ್ಮ, ಜಾತಿ, ಭಾಷೆ ಅಥವಾ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತೆಯ ಭೇದಭಾವ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಮಾನವೀಯ ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಐಕ್ಯತೆಯೂ ಯಾವುದೇ ಗಡಿಗಳಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರಬಾರದು' ಎಂದು ಜಂಟಿ ಹೇಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ದುರಂತದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರವು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಸಂತಾಪ ಸೂಚಿಸಿದ್ದು, ನಾಪತ್ತೆಯಾಗಿರುವವರು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಪತ್ತೆಯಾಗಲಿ ಎಂದು ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದೆ. ಅಪಾಯಕಾರಿ ಹಾಗೂ ದುರ್ಗಮ ಹವಾಮಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಜೀವ ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ತೊಡಗಿರುವ ರಕ್ಷಣಾ ಪಡೆಗಳು, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಹಾಗೂ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆಯನ್ನು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರವು ಶ್ಲಾಘಿಸಿದೆ. ದುರಂತದಲ್ಲಿ ಮೃತಪಟ್ಟವರ ಆತ್ಮಗಳಿಗೆ ಶಾಂತಿ ದೊರಕಲಿ, ಗಾಯಗೊಂಡವರು ಶೀಘ್ರ ಗುಣಮುಖರಾಗಲಿ ಹಾಗೂ ಮನೆ-ಮಠ ಮತ್ತು ಜೀವನೋಪಾಯ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಜನರಿಗೆ ಹೊಸ ಬದುಕನ್ನು ಪುನರ್‌ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿ ದೊರಕಲಿ ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವಂತೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳಿಗೆ ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ ಮನವಿ ಮಾಡಿದೆ. ನೇಪಾಳದ ಜನರು ಈ ಸಂಕಷ್ಟದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಂಟಿಯಲ್ಲ. ಅವರ ನೋವು ಮತ್ತು ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಮಾನವಕುಲವೇ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದೆ ಎಂಬ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರವು ತನ್ನ ಜಂಟಿ ಹೇಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಿದೆ. ಮಾನವೀಯತೆ ಗಡಿಗಳನ್ನು ಮೀರಬೇಕು; ಸಂಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಐಕ್ಯತೆಯ ಮೂಲಕ ನಿಲ್ಲುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಮಂಗಳೂರು ನಗರಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ನೂತನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ಸಂತೋಷ್ ಕುಮಾರ್ ಶೆಟ್ಟಿ ನೇಮಕ

ಮಂಗಳೂರು ನಗರಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ (ಮುಡಾ)ಕ್ಕೆ ನೂತನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನು ನೇಮಕ ಮಾಡಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ ಆದೇಶ ಹೊರಡಿಸಿದೆ. ಮಂಗಳೂರಿನ ಕೊಟ್ಟಾರ ನಿವಾಸಿ ಸಂತೋಷ್ ಕುಮಾರ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಅವರನ್ನು ಮುಡಾದ ನೂತನ ಅಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನಾಗಿ ನಾಮನಿರ್ದೇಶನ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಮುಡಾ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದ ಸದಾಶಿವ ಉಳ್ಳಾಲ್ ಅವರ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಸಂತೋಷ್ ಕುಮಾರ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಅವರನ್ನು ನೇಮಕ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಸರ್ಕಾರದ ಆದೇಶದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕರ್ನಾಟಕ ನಗರಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರಗಳ ಕಾಯ್ದೆ, 1987ರ ಕಲಂ 3ರ ಉಪಕಲಂ 3(ಎ) ಹಾಗೂ 3(4)ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಪ್ರದತ್ತವಾದ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಚಲಾಯಿಸಿ ಈ ನೇಮಕಾತಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಸಂತೋಷ್ ಕುಮಾರ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಅವರು ಸರ್ಕಾರದ ಮುಂದಿನ ಆದೇಶದವರೆಗೆ ಮಂಗಳೂರು ನಗರಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಕುರಿತು ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದ ನಗರಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಇಲಾಖೆಯ ಅಧೀನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಲತಾ ಕೆ. ಅವರು ಅಧಿಕೃತ ಅಧಿಸೂಚನೆ ಹೊರಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಧಿಸೂಚನೆಯ ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಕರ್ನಾಟಕ ಇ-ರಾಜ್ಯಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

KARAVALI SUDDI PRGI No. KARBIL/2015/62120 Posted on Every Saturday @ Mangaluru RMS. Vol: 12 Issue: 16 DAKSHINA KANNADA 07-13 SEPTEMBER 2026 Page: 3

ಸಿಸಿಬಿ ಯಶಸ್ವಿ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಆರೋಪಿ ಬಂಧನ

ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರಾಗದೆ ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಎಲ್‌ಪಿಸಿ ವಾರಂಟ್ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಮಂಗಳೂರು ನಗರ ಸಿಸಿಬಿ ಪೊಲೀಸರು ಬಂಧಿಸಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬಂಧಿತ ಆರೋಪಿಯನ್ನು 40 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಮಹಮ್ಮದ್ ತೌಸೀಫ್ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈತ ಕೇರಳ ರಾಜ್ಯದ ಕಾಸರಗೋಡು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಮಂಜೇಶ್ವರ ತಾಲೂಕಿನ ಉಪ್ಪಳ ನಿವಾಸಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಆರೋಪಿತನ ವಿರುದ್ಧ ಮಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಪರಾಧ ಕ್ರಮಾಂಕ 135/2013ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಐಪಿಸಿ ಕಲಂ 392ರಂತೆ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಾಗಿತ್ತು. ಪ್ರಕರಣದ ವಿಚಾರಣೆಗೆ ಮಾನ್ಯ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರಾಗದೆ ಆರೋಪಿತ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯವು ಆತನ ವಿರುದ್ಧ ಎಲ್‌ಪಿಸಿ ವಾರಂಟ್ ಹೊರಡಿಸಿತ್ತು. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ನಗರ ಸಿಸಿಬಿ ಘಟಕದ ಅಧಿಕಾರಿ ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ನಡೆಸಿ, ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಆಗಸ್ಟ್ 29, 2026ರಂದು ಬಂಧಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬಳಿಕ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಮಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಲಾಯಿತು. ನಂತರ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಮಾನ್ಯ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ನ್ಯಾಯಾಲಯವು ಆರೋಪಿಗೆ ನ್ಯಾಯಾಂಗ ಬಂಧನ ವಿಧಿಸಿ ಆದೇಶಿಸಿದೆ.

ತೆರೆದ ಬಾವಿಗೆ ಬಿದ್ದು ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಸಾವು

ಓಣಂ ಆಚರಣೆಯ ಸಂಭ್ರಮದ ನಡುವೆ ಸಂಭವಿಸಿದ ದಾರುಣ ಘಟನೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಶಾಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬ ತೆರೆದ ಬಾವಿಗೆ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬಿದ್ದು ಮೃತಪಟ್ಟ ಘಟನೆ ಕನ್ಹಂಗಾಡ್ ಸಮೀಪದ ಚೀಮೇನಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದೆ. ಮೃತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಚೀಮೇನಿ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಕೊಡಕ್ಕಾಡ್ ಅನಾಕಡಿ ನಿವಾಸಿ ಧನೇಶ್ ಅವರ ಪುತ್ರ 15 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಸನೂಪ್ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸನೂಪ್ ತಿಮಿರಿ ಕುಟ್ಟಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರಿ ಹೈಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆಯ 10ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿದ್ದ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ಗುರುವಾರ ರಾತ್ರಿ ನಡೆದ ಓಣಂ ಆಚರಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸನೂಪ್ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವೇಳೆ ತನ್ನ ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊರಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾಗ, ಸಮೀಪದಲ್ಲಿದ್ದ ಮುಚ್ಚಳವಿಲ್ಲದ ತೆರೆದ ಬಾವಿಗೆ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಕಾಲುಜಾರಿ ಬಿದ್ದಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ಘಟನೆಯ ವಿಷಯ ತಿಳಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಪೊಲೀಸರು ಹಾಗೂ ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ರಕ್ಷಣಾ ಪಡೆಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಧಾವಿಸಿ ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ನಡೆಸಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಬಾವಿಯಿಂದ ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡಿದ್ದ ಸನೂಪ್‌ನನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ಕಣ್ಣೂರಿನ ಮಿಮ್ಸ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಿ ತೀವ್ರ ನಿಗಾ ಘಟಕದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಫಲಕಾರಿಯಾಗದೆ ಆಗಸ್ಟ್ 28ರಂದು ಶುಕ್ರವಾರ ಸಂಜೆ ಸನೂಪ್ ಮೃತಪಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಓಣಂ ಆಚರಣೆಯ ಸಂಭ್ರಮದಲ್ಲಿದ್ದ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಈ ದುರ್ಘಟನೆ ತೀವ್ರ ಆಘಾತ ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ.

ವಿಮಾನ ದುರಂತದಲ್ಲಿ ಉಡುಪಿಯ ಅಭಿಷೇಕ್ ಮೃತ್ಯು

ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶದ ಕಾನ್ಪುರದಲ್ಲಿ ಖಾಸಗಿ ತರಬೇತಿ ವಿಮಾನ ಪತನಗೊಂಡು ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಮೂಲದ ಯುವ ತರಬೇತಿ ಪೈಲಟ್ 22 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಅಭಿಷೇಕ್ ಪೂಜಾರಿ ಮೃತಪಟ್ಟಿರುವುದು ದೃಢಪಟ್ಟಿದೆ. ಈ ದುರ್ಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಪೈಲಟ್ ಅಭಿಷೇಕ್ ಪೂಜಾರಿ ಹಾಗೂ ವಿಮಾನ ತರಬೇತುದಾರ ಸಾಚಿನ್ ಭಾಟಿಯಾ ಮೃತಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಅಭಿಷೇಕ್ ಪೂಜಾರಿ ಅವರು ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹಿರಿಯಡ್ಕ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಕಣಜಾರು ಗ್ರಾಮದ ಕಡೇಬೆರ್ಕೆ ಮೂಲದವರು. ಕಳೆದ ಸುಮಾರು ಎರಡೂವರೆ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶದ ಕಾನ್ಪುರದಲ್ಲಿ ಖಾಸಗಿ ತರಬೇತಿ ಪೈಲಟ್ ಆಗಿ ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರು ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಅವರ ತಂದೆ ಪ್ರಭಾಕರ ಪೂಜಾರಿ ಹಾಗೂ ತಾಯಿ ಶಶಿಕಲಾ ಪೂಜಾರಿ ಅವರು ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಮುಂಬೈನಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಭಿಷೇಕ್ ಅವರು ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಣಜಾರು ಗ್ರಾಮದ ಕಡೇಬೆರ್ಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ತಮ್ಮ ತಾಯಿಯ ಸಹೋದರ ಜೀವನ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ಕುಟುಂಬದ ಮೂಲಗಳು ತಿಳಿಸಿವೆ. ಆಗಸ್ಟ್ 27ರಂದು ಕಾನ್ಪುರದ ಗಂಗಾ ಬ್ಯಾರೇಜ್ ಸಮೀಪದ ನಾಥಪುರವಾ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ವಿಮಾನ ಪತನಗೊಂಡಿತ್ತು. ಗಾರ್ಗ್ ಏವಿಯೇಷನ್‌ಗೆ ಸೇರಿದ ನಾಲ್ಕು ಆಸನಗಳ ಅವಳಿ ಎಂಜಿನ್ ವಿಮಾನವು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸುಮಾರು 11.30ಕ್ಕೆ ಹಾರಾಟ ಆರಂಭಿಸಿ, ಸುಮಾರು 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಬಳಿಕ ವಾಪಸ್ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ವೇಳೆ ಪತನಗೊಂಡಿತ್ತು. ಅಪಘಾತದ ನಿಖರ ಕಾರಣ ಇನ್ನೂ ತಿಳಿದುಬಂದಿಲ್ಲ. ಘಟನೆ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅಭಿಷೇಕ್ ಅವರ ಕುಟುಂಬದವರು ಮುಂದಿನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗಾಗಿ ಕಾನ್ಪುರಕ್ಕೆ ತೆರಳಿದ್ದಾರೆ. ಅಪಘಾತದ ಕುರಿತು ಡಿಜಿಸಿಎ ಹಾಗೂ ಏರ್‌ಕ್ರಾಫ್ಟ್ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಇನ್ವೆಸ್ಟಿಗೇಷನ್ ಬ್ಯೂರೋ (AAIB) ತನಿಖೆ ನಡೆಸುತ್ತಿವೆ.

ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಆರೋಪ - ಆರೋಪಿ ಬಂಧನ

ಅಪ್ರಾಪ್ತ ಬಾಲಕಿಯ ಮೇಲಿನ ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪೋಕ್ಸೋ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಆರೋಪಿಯಾಗಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಧರ್ಮಸ್ಥಳ ಪೊಲೀಸರು ಬಂಧಿಸಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶದ ಜಂಗಲ್ಲು ನಿವಾಸಿ 21 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಶ್ರೀಕಾಂತ್ ಬಂಧಿತ ಆರೋಪಿ ಎಂದು ಪೊಲೀಸರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಧರ್ಮಸ್ಥಳ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಅಪ್ರಾಪ್ತ ಬಾಲಕಿಯ ಮೇಲೆ 2025ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್‌ನಿಂದ ನವೆಂಬರ್ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಎಸಗಿದ ಹಾಗೂ ವಿಷಯವನ್ನು ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಸದಂತೆ ಬೆದರಿಕೆ ಒಡ್ಡಿದ ಆರೋಪ ಈತನ ವಿರುದ್ಧ ಕೇಳಿಬಂದಿದೆ. ಈ ಸಂಬಂಧ ಆಗಸ್ಟ್ 23, 2026ರಂದು ಧರ್ಮಸ್ಥಳ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಪರಾಧ ಕ್ರಮಾಂಕ 60/2026ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಎನ್‌ಎಸ್ ಹಾಗೂ ಪೋಕ್ಸೋ ಕಾಯ್ದೆಯ ಸಂಬಂಧಿತ ಕಲಂಗಳಡಿ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಿಸಿಕೊಂಡು ತನಿಖೆ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗಿತ್ತು. ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಪರಾರಿಯಾಗಲು ಯತ್ನಿಸಿದ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಧರ್ಮಸ್ಥಳ ಠಾಣೆಯ ಪಿಎಸ್‌ಐ ಸಮರ್ಥ್ ಆರ್. ಗಾಣಿಗೇರ ನೇತೃತ್ವದ ಪೊಲೀಸ್ ತಂಡವು ಆಗಸ್ಟ್ 25ರಂದು ಬೆಂಗಳೂರು ಜಿಲ್ಲೆಯ ದೊಡ್ಡಬಳ್ಳಾಪುರದಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿ ಬಂಧಿಸಿದೆ. ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಧರ್ಮಸ್ಥಳ ಠಾಣೆಯ ಎಚ್‌ಸಿ ವೃಷಭ, ಎಚ್‌ಸಿ ಮಹೇಶ್ ಹಾಗೂ ಸಿಪಿಸಿ ಚರಣ್ ರಾಜ್ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಬಳಿಕ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಮಾನ್ಯ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ನ್ಯಾಯಾಲಯವು ಆರೋಪಿಗೆ 15 ದಿನಗಳ ನ್ಯಾಯಾಂಗ ಬಂಧನ ವಿಧಿಸಿದೆ.

ಇಸ್ಪೀಟ್ ಅಡ್ಡೆಗೆ ದಾಳಿ - ಆರೋಪಿ ಬಂಧನ

ಹಣವನ್ನು ಪಣವಾಗಿಟ್ಟು ಅಂದರ್–ಬಾಹರ್ ಇಸ್ಪೀಟ್ ಆಟವಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಅಡ್ಡೆಯ ಮೇಲೆ ಕಡಬ ಪೊಲೀಸರು ದಾಳಿ ನಡೆಸಿ ಓರ್ವ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ವಶಕ್ಕೆ ಪಡೆದು, ನಗದು ಸೇರಿದಂತೆ ಮೂರು ವಾಹನಗಳನ್ನು ಸ್ವಾಧೀನಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಕಡಬ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಹಳೆನೇರೆಂಕಿ ಗ್ರಾಮದ ಕುನ್ಯಿಕು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹಣವನ್ನು ಪಣವಾಗಿಟ್ಟು ಇಸ್ಪೀಟ್ ಆಟ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಕುರಿತು ಕಡಬ ಠಾಣೆಯ ಪೊಲೀಸ್ ಉಪನಿರೀಕ್ಷಕ ಜಂಬೂರಾಜ್ ಮಹಾಜನ್ ಅವರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಲಭಿಸಿತ್ತು. ಮಾಹಿತಿಯ ಮೇರೆಗೆ ಪೊಲೀಸ್ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ತೆರಳಿದ ಪೊಲೀಸರು, ಮೋಹನದಾಸ್ ರೈ ಎಂಬವರ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಅಂದರ್–ಬಾಹರ್ ಇಸ್ಪೀಟ್ ಆಟ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿದರು. ಪೊಲೀಸರು ದಾಳಿ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಆಟದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದ ಹಲವರು ಸ್ಥಳದಿಂದ ಪರಾರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಈ ವೇಳೆ ಕಡಬದ ಕುದ್ಮಾರು ನಿವಾಸಿ 44 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಗುರುವ ಎಂಬಾತನನ್ನು ಪೊಲೀಸರು ವಶಕ್ಕೆ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಸ್ಥಳ ಪರಿಶೀಲನೆ ವೇಳೆ ಇಸ್ಪೀಟ್ ಆಟಕ್ಕೆ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳು, 1,700 ನಗದು, ಆರೋಪಿಗಳು ಸ್ಥಳದಲ್ಲೇ ಬಿಟ್ಟು ಪರಾರಿಯಾಗಿದ್ದ ಎರಡು ದ್ವಿಚಕ್ರ ವಾಹನಗಳು ಹಾಗೂ ಒಂದು ಕಾರು ಪತ್ತೆಯಾಗಿದ್ದು, ಅವುಗಳನ್ನು ಪೊಲೀಸರು ಸ್ವಾಧೀನಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸಂಬಂಧ ಕಡಬ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಪರಾಧ ಕ್ರಮಾಂಕ 102/2026ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಪೊಲೀಸ್ ಕಾಯ್ದೆಯ ಕಲಂ 78 ಮತ್ತು 80 ಹಾಗೂ ಬಿಎನ್‌ಎಸ್–2023ರ ಕಲಂ 112ರಂತೆ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಿಸಿಕೊಂಡು ತನಿಖೆ ಮುಂದುವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಅಂತರ್‌ರಾಜ್ಯ ವಾಹನ ಕಳ್ಳತನ ಜಾಲ ಭೇದಿಸಿದ ಪುತ್ತೂರು ಪೊಲೀಸರು - ನಾಲ್ವರ ಬಂಧನ

ಓಮ್ನಿ ಕಾರು ಕಳ್ಳತನ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ಭೇದಿಸಿದ ಪುತ್ತೂರು ಗ್ರಾಮಾಂತರ ಪೊಲೀಸರು ಅಂತರ್‌ರಾಜ್ಯ ವಾಹನ ಕಳ್ಳತನ ಜಾಲವನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿ ನಾಲ್ವರು ಆರೋಪಿಗಳನ್ನು ಬಂಧಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆರೋಪಿಗಳಿಂದ ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡಿದ್ದ ಓಮ್ನಿ ಕಾರು ಹಾಗೂ ಕಳ್ಳತನಕ್ಕೆ ಬಳಸಿದ್ದ ಕೆಟಿಎಂ ಬೈಕ್‌ನ್ನು ಸ್ವಾಧೀನಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಪುತ್ತೂರು ಗ್ರಾಮಾಂತರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಮಾಡ್ನೂರು ಕಾವು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಜೂನ್ 19ರಿಂದ 20, 2026ರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಓಮ್ನಿ ಕಾರು ಕಳ್ಳತನವಾಗಿತ್ತು. ಈ ಸಂಬಂಧ ಪುತ್ತೂರು ಗ್ರಾಮಾಂತರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಪರಾಧ ಕ್ರಮಾಂಕ 94/2026ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಎನ್‌ಎಸ್ ಕಲಂ 303(2)ರಂತೆ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಾಗಿತ್ತು. ಪುತ್ತೂರು ಉಪವಿಭಾಗದ ಪೊಲೀಸ್ ಉಪಾಧೀಕ್ಷಕ ಪ್ರಮೋದ್ ಕುಮಾರ್ ಹಾಗೂ ಪುತ್ತೂರು ಗ್ರಾಮಾಂತರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯ ಪ್ರಭಾರ ಪೊಲೀಸ್ ನಿರೀಕ್ಷಕ ತಿಮ್ಮಪ್ಪ ನಾಯ್ಕ್ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ, ಪಿಎಸ್‌ಐ ಗುಣಪಾಲ ಜೆ. ಮತ್ತು ಪಿಎಸ್‌ಐ ಸುಷ್ಮಾ ಜಿ. ಭಂಡಾರಿ ಅವರ ನೇತೃತ್ವದ ತನಿಖಾ ತಂಡವು ಕೇರಳ ಹಾಗೂ ತಮಿಳುನಾಡಿನಲ್ಲಿ ತನಿಖೆ ನಡೆಸಿ ಆರೋಪಿಗಳನ್ನು ಬಂಧಿಸುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ. ಬಂಧಿತರನ್ನು ಕೇರಳದ ಕಾಸರಗೋಡು ನಿವಾಸಿಗಳಾದ 25 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಅಬ್ದುಲ್ ಸಾಯಿಲ್ ಜೆ., 25 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಮೊಹಮ್ಮದ್ ಆಸೀಕ್, 28 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಮೊಹಮ್ಮದ್ ಸಿರಾಜ್ ಹಾಗೂ ತಮಿಳುನಾಡಿನ ಕರೂರು ನಿವಾಸಿ 25 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಶಕ್ತಿವೇಲು ಜಿ. ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆರೋಪಿಗಳಿಂದ ಸುಮಾರು 2.5 ಲಕ್ಷ ಮೌಲ್ಯದ ಕಳ್ಳತನವಾದ ಓಮ್ನಿ ಕಾರು ಹಾಗೂ ಸುಮಾರು 1 ಲಕ್ಷ ಮೌಲ್ಯದ ಕೆಟಿಎಂ ಬೈಕ್ ಸ್ವಾಧೀನಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ತನಿಖೆ ವೇಳೆ ಆರೋಪಿಗಳು ಓಮ್ನಿ ಕಾರನ್ನು ಕದ್ದು ಕೇರಳಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದು, ಬಳಿಕ ತಮಿಳುನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡಿರುವುದು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದಿದೆ. ತಮಿಳುನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಈ ವಾಹನವನ್ನು ಆಂಬುಲೆನ್ಸ್ ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಲಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ಪೊಲೀಸರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆರೋಪಿಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಈಗಾಗಲೇ ಕೇರಳದ ಬದಿಯಡ್ಕ ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯಾನಗರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಳ್ಳತನ ಪ್ರಕರಣಗಳು ದಾಖಲಾಗಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಬಂಧಿತ ಆರೋಪಿಗಳನ್ನು ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ನ್ಯಾಯಾಲಯವು ಅವರಿಗೆ ನ್ಯಾಯಾಂಗ ಬಂಧನ ವಿಧಿಸಿದೆ.

ಆಟೋ-ಬೈಕ್ ಭೀಕರ ಡಿಕ್ಕಿ - ಯುವಕ ಸಾವು!

ಆಟೋ ರಿಕ್ಷಾ ಮತ್ತು ಬೈಕ್ ನಡುವೆ ಸಂಭವಿಸಿದ ಭೀಕರ ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ 25 ವರ್ಷದ ಬೈಕ್ ಸವಾರ ಸಾವನ್ನಪ್ಪಿರುವ ಘಟನೆ ಸಜಿಪಮೂಡ ಗ್ರಾಮದ ಕಂದೂರು–ಪೆಲತ್ತಕಟ್ಟೆ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದ ಬಳಿ ನಡೆದಿದೆ. ಮೃತರನ್ನು ನಂದಾವರ ಸುನ್ನಿ ನಗರದ ನಿವಾಸಿ ಹಾಗೂ ನಂದಾವರ ಶಾಲೆಯ ಸಮೀಪ ಗ್ಯಾರೇಜ್ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಮುಹಮ್ಮದ್ ರಶೀಕ್ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ವರದಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ರಶೀಕ್ ಅವರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೊಂದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಜಿಪಮೂಡ ಕಡೆಗೆ ಬೈಕ್‌ನಲ್ಲಿ ತೆರಳುತ್ತಿದ್ದ ವೇಳೆ ಪೆಲತ್ತಕಟ್ಟೆ ಸಮೀಪ ಅಪಘಾತ ಸಂಭವಿಸಿದೆ. ಈ ವೇಳೆ ಶಿವಾಜಿ ಕುಮಾರ್ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಆಟೋ ರಿಕ್ಷಾ ಮತ್ತು ರಶೀಕ್ ಅವರ ಬೈಕ್ ನಡುವೆ ಡಿಕ್ಕಿ ಸಂಭವಿಸಿದೆ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಅಪಘಾತದ ತೀವ್ರತೆಗೆ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಗಾಯಗೊಂಡ ರಶೀಕ್ ಅವರನ್ನು ಸ್ಥಳೀಯರು ತಕ್ಷಣವೇ ದೇರಳಕಟ್ಟೆಯ ಖಾಸಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಿದ್ದರು. ಆದರೆ, ತಲೆಗೆ ತೀವ್ರ ಗಾಯಗಳಾಗಿದ್ದ ಕಾರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಫಲಕಾರಿಯಾಗದೆ ಅವರು ಮೃತಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಘಟನೆ ನಡೆದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಬಂಟ್ವಾಳ ಸಂಚಾರ ಪೊಲೀಸರು ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಪರಿಶೀಲನೆ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. ನಂದಾವರ ನಿವಾಸಿ ಝೂನುಲ್ ಅಬಿದೀನ್ ನೀಡಿದ ದೂರಿನ ಮೇರೆಗೆ ಬಂಟ್ವಾಳ ಸಂಚಾರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಾಗಿದ್ದು, ಮುಂದಿನ ತನಿಖೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಅಣ್ಣ-ತಮ್ಮನ ಜಗಳ ಕೊಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಂತ್ಯ

ಮೊಬೈಲ್ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಅಣ್ಣ–ತಮ್ಮನ ನಡುವೆ ನಡೆದ ಜಗಳ ವಿಕೋಪಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿ, ತಮ್ಮ ಚಾಕುವಿನಿಂದ ಇರಿದು ಅಣ್ಣನನ್ನು ಕೊಲೆ ಮಾಡಿರುವ ಘಟನೆ ನಗರದ ಬಿಜೈ–ಕೊಟ್ಟಾರ ಕ್ರಾಸ್ ಸಮೀಪ ನಡೆದಿದೆ. ಮೃತರನ್ನು 40 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಅಡಿವೆಪ್ಪ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವರ ತಮ್ಮ 36 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ರಾಜು ಕೊಲೆ ಆರೋಪಿ ಎಂದು ಪೊಲೀಸರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮೂಲತಃ ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಬೈಲಹೊಂಗಲದವರಾದ ಅಣ್ಣ–ತಮ್ಮಂದಿರು ತಮ್ಮ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಾರ ಕ್ರಾಸ್ ಸಮೀಪದ ಬಾಡಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದರು. ತಾಯಿ ಸಣ್ಣ ಗೂಡಂಗಡಿ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದು, ಇಬ್ಬರೂ ಕೂಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಮೊಬೈಲ್ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಇಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಜಗಳ ಹಾಗೂ ಹೊಡೆದಾಟ ನಡೆದಿದೆ. ಈ ವೇಳೆ ರಾಜು ಚಾಕುವಿನಿಂದ ಅಡಿವೆಪ್ಪ ಅವರಿಗೆ ಇರಿದಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ತಾಯಿ ಅಂಗಡಿ ಮುಚ್ಚಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಅಡಿವೆಪ್ಪ ರಕ್ತದ ಮಡುವಿನಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಕೂಡಲೇ ಅವರನ್ನು ವೆನ್ಲಾಕ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಲಾಯಿತಾದರೂ, ಅಷ್ಟರಲ್ಲಾಗಲೇ ಅವರು ಮೃತಪಟ್ಟಿದ್ದರು. ಘಟನಾ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಉರ್ವ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯ ಪೊಲೀಸರು ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಪರಿಶೀಲನೆ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಆರೋಪಿ ರಾಜು ವಿರುದ್ಧ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಿಸಿಕೊಂಡು ತನಿಖೆ ಮುಂದುವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದ ಯುವ ಮೀನುಗಾರ ನಾಪತ್ತೆ!

ಮೀನುಗಾರಿಕಾ ಬಂದರಿನಿಂದ ಆಳ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಮೀನುಗಾರಿಕೆಗೆ ತೆರಳಿದ್ದ ವೇಳೆ ಬೃಹತ್ ಅಲೆಯ ಹೊಡೆತಕ್ಕೆ ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದು ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ ಮೂಲದ ಯುವ ಮೀನುಗಾರನೊಬ್ಬ ನಾಪತ್ತೆಯಾಗಿರುವ ಘಟನೆ ನಡೆದಿದೆ. ನಾಪತ್ತೆಯಾದ ಯುವಕನನ್ನು ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ ಮೂಲದ ಭಕ್ತನಿ ಕಿಶೋರ್ (19) ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಸಂಬಂಧ ಪಾಂಡೇಶ್ವರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಾಗಿದೆ. ಕಿಶೋರ್ ಸುಮಾರು ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ ಮಂಗಳೂರಿಗೆ ಬಂದು ಮೀನುಗಾರಿಕೆ ವಲಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದನು. ಆತ ಮೊಹಮ್ಮದ್ ಫೈಜಲ್ ಅವರ ಒಡೆತನದ ಮೀನುಗಾರಿಕಾ ದೋಣಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. 12 ಮಂದಿ ಮೀನುಗಾರರನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ದೋಣಿ ಮಂಗಳೂರು ಮೀನುಗಾರಿಕಾ ಬಂದರಿನಿಂದ ಆಳ ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಮೀನುಗಾರಿಕೆಗಾಗಿ ಹೊರಟಿತ್ತು. ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಮೀನುಗಾರಿಕೆ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ವೇಳೆ ಆಗಸ್ಟ್ 25ರಂದು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸುಮಾರು 5 ಗಂಟೆಗೆ ಕಿಶೋರ್ ಹಗ್ಗದ ಸಹಾಯದಿಂದ ದೋಣಿಯ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಈ ಸಂದರ್ಭ ಬಲವಾದ ಸಮುದ್ರ ಅಲೆಯೊಂದು ದೋಣಿಗೆ ಅಪ್ಪಳಿಸಿದ್ದು, ಆಯತಪ್ಪಿದ ಕಿಶೋರ್ ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ತಕ್ಷಣ ದೋಣಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಇತರ ಮೀನುಗಾರರು ಹಾಗೂ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿದ್ದ ಮೀನುಗಾರಿಕಾ ದೋಣಿಗಳಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಲಾಗಿತ್ತು. ಬಳಿಕ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಬಲೆ ಬೀಸಿ ಯುವಕನಿಗಾಗಿ ತೀವ್ರ ಹುಡುಕಾಟ ನಡೆಸಿದರೂ ಯಾವುದೇ ಸುಳಿವು ಪತ್ತೆಯಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕಿಶೋರ್ ಅವರ ತಂದೆ ನೀಡಿದ ದೂರಿನಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಾಪತ್ತೆಯಾಗಿರುವ ಯುವಕನ ಪತ್ತೆಗಾಗಿ ಮುಂದಿನ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಕಡಬದಲ್ಲಿ 84,800 ನಗದು ಕಳ್ಳತನ

ಮನೆಯ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿರಿಸಿದ್ದ ಮರದ ಬಾಕ್ಸ್ ಒಡೆದು ಅದರಲ್ಲಿದ್ದ 84,800 ನಗದು ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡಿರುವ ಘಟನೆ ಕಡಬದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದಿದೆ. ಕಡಬ ಗ್ರಾಮದ ಅಡ್ಡಗದ್ದೆ ನಿವಾಸಿ 43 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ತಮನ್ನಾ ಜಬೀನ್ ಅವರು ನೀಡಿದ ದೂರಿನಂತೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಗಂಡ, ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಇತರ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ವಾಸವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ತಮನ್ನಾ ಜಬೀನ್ ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಮರದ ಬಾಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಣ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಟ್ಟಿದ್ದರು ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೊಂದರ ನಿಮಿತ್ತ ಗಂಡ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಉಡುಪಿಗೆ ತೆರಳಿದ್ದ ಅವರು, ಅದೇ ದಿನ ಮನೆಗೆ ಮರಳಿದ್ದರು. ಬಳಿಕ ಮರದ ಬಾಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟಿದ್ದ ಹಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ತೆರಳಿದಾಗ ಬಾಕ್ಸ್ ಒಡೆದಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಪರಿಶೀಲಿಸಿದಾಗ ಬಾಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದ 84,800 ನಗದು ಕಳ್ಳತನವಾಗಿರುವುದು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ದೂರಿನಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಸಂಬಂಧ ಕಡಬ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಪರಾಧ ಕ್ರಮಾಂಕ 101/2026ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಎನ್‌ಎಸ್–2023ರ ಕಲಂ 305ರಂತೆ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಿಸಿಕೊಂಡು ತನಿಖೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಭೀಕರ ಪಟಾಕಿ ಸ್ಫೋಟ - 11 ಮಂದಿ ಸಾವು

ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶದ ಕೌಶಂಬಿ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಪಟಾಕಿ ತಯಾರಿಕಾ ಘಟಕದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿದ ಭೀಕರ ಸ್ಫೋಟದಲ್ಲಿ 11 ಮಂದಿ ಮೃತಪಟ್ಟಿದ್ದು, ಹಲವರು ಗಾಯಗೊಂಡಿರುವ ದಾರುಣ ಘಟನೆ ನಡೆದಿದೆ. ಪಿಪ್ರಿ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣಾ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಮನೌರಿ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಈ ಸ್ಫೋಟದ ತೀವ್ರತೆಗೆ ಪಟಾಕಿ ತಯಾರಿಕಾ ಘಟಕ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಧ್ವಂಸಗೊಂಡಿದ್ದು, ಸಮೀಪದ ಹಲವು ಮನೆಗಳಿಗೂ ಭಾರೀ ಹಾನಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸ್ಫೋಟ ಸಂಭವಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಪೊಲೀಸರು, ಅಗ್ನಿಶಾಮಕ ದಳ, ಎನ್‌ಡಿಆರ್‌ಎಫ್ ಹಾಗೂ ಇತರ ರಕ್ಷಣಾ ತಂಡಗಳು ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಧಾವಿಸಿ ರಕ್ಷಣಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ಆರಂಭಿಸಿವೆ. ಅವಶೇಷಗಳಡಿ ಸಿಲುಕಿದ್ದವರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಗಾಯಗೊಂಡ ಕೆಲವರ ಸ್ಥಿತಿ ಗಂಭೀರವಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿ ಅಮಿತ್ ಪಾಲ್ ಅವರು 11 ಮಂದಿ ಸಾವನ್ನಪ್ಪಿರುವುದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದ್ದು, ಸ್ಫೋಟದ ನಿಖರ ಕಾರಣ ಕುರಿತು ತನಿಖೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಘಟನೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಖಾನೆಯ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಕುರಿತು ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಪರಿಶೀಲನೆ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಭೀಕರ ಸ್ಫೋಟದಿಂದ ಇಡೀ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಆತಂಕದ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಿದ್ದು, ರಕ್ಷಣಾ ಹಾಗೂ ತನಿಖಾ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ.

ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ವಾರಂಟ್ ಆರೋಪಿ ಬಂಧನ

ಸುಮಾರು 13 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನ್ಯಾಯಾಲಯದ ವಿಚಾರಣೆಗೆ ಹಾಜರಾಗದೆ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ವಾರಂಟ್ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ವೇಣೂರು ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ವಿಜಯನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಬಂಧಿಸಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬಂಧಿತ ಆರೋಪಿಯನ್ನು 43 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಕೆ. @ ಶಿನಪ್ಪ @ ಶೀನ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈತ ವೇಣೂರು ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯ ಅಪರಾಧ ಕ್ರಮಾಂಕ 16/2012ರ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಆರೋಪಿಯಾಗಿದ್ದು, ಐಪಿಸಿ ಕಲಂ 395ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಾಗಿತ್ತು. ಪ್ರಕರಣದ ವಿಚಾರಣೆಗೆ ಸುಮಾರು 13 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಮಾನ್ಯ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರಾಗದೆ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಆರೋಪಿಯ ಪತ್ತೆಗಾಗಿ ವೇಣೂರು ಪೊಲೀಸರು ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ನಡೆಸಿದರು. ವೇಣೂರು ಠಾಣೆಯ ಎಎಸ್‌ಐ ಬೆನ್ನಿಚನ್, ಹೆಚ್‌ಸಿ ಕೃಷ್ಣ, ಸಿಪಿಸಿ ಬಸವರಾಜ್ ಎಸ್.ಪಿ. ಹಾಗೂ ಸಿಪಿಸಿ ಮೋಹನ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಪೊಲೀಸ್ ತಂಡವು ವಿಜಯನಗರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹರಪ್ಪನಹಳ್ಳಿ ತಾಲೂಕಿನ ಕೊರಚರಟ್ಟಿ ಎಂಬಲ್ಲಿ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿ ಬಂಧಿಸುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ. ಬಳಿಕ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಮಾನ್ಯ ನ್ಯಾಯಾಧೀಶರ ಮುಂದೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ನ್ಯಾಯಾಲಯವು ಆರೋಪಿಗೆ ನ್ಯಾಯಾಂಗ ಬಂಧನ ವಿಧಿಸಿ ಆದೇಶಿಸಿದೆ.

ಪುತ್ತೂರು ಪ್ರೆಸ್ ಕ್ಲಬ್ ಎದುರು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಶಾಂತಿಗೆ ಭಂಗ - ಮೂವರ ವಿರುದ್ಧ ಎಫ್‌ಐಆರ್ ದಾಖಲು

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಗುಂಪು ಸೇರಿ ಗಲಾಟೆ ನಡೆಸಿ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಶಾಂತಿಗೆ ಭಂಗ ತಂದಿರುವ ಘಟನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮೂವರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಇತರರ ವಿರುದ್ಧ ಪುತ್ತೂರು ನಗರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಾಗಿದೆ. ಮುಂಡೂರು ಗ್ರಾಮದ ಪ್ರವೀಣ್ ಆಚಾರ್ಯ, ಕೂರ್ನಡ್ಕದ ರವೂಫ್ ಹಾಗೂ ಬೋಳ್ವಾರಿನ ಹಕೀಂ ಎನ್ನುವವರ ವಿರುದ್ಧ ಪೊಲೀಸರು ಎಫ್‌ಐಆರ್ ದಾಖಲಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಪುತ್ತೂರು ಕಸಬ ಗ್ರಾಮದ ಪುತ್ತೂರು ಪ್ರೆಸ್ ಕ್ಲಬ್ ಎದುರಿನ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಗುಂಪು ಸೇರಿ ಗಲಾಟೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ಪುತ್ತೂರು ನಗರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯ ಇನ್‌ಸ್ಪೆಕ್ಟರ್ ಜೋನ್ಸನ್ ಡಿಸೋಜಾ ಅವರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಲಭಿಸಿತ್ತು. ಮಾಹಿತಿ ಸಿಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಧಾವಿಸಿದ ಪೊಲೀಸ್ ನಿರೀಕ್ಷಕರು, ಪರಸ್ಪರ ಕೈ ಕೈ ಮಿಲಾಯಿಸಿ ಗಲಾಟೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವರನ್ನು ತಡೆಯಲು ಯತ್ನಿಸಿ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಿದರು. ಆದರೆ, ಪೊಲೀಸರ ಸೂಚನೆಯನ್ನೂ ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಅವರು ಕಲಹವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದರೆನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಶಾಂತಿಗೆ ಭಂಗ ತಂದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಪ್ರವೀಣ್ ಆಚಾರ್ಯ, ರವೂಫ್ ಹಾಗೂ ಹಕೀಂ ವಿರುದ್ಧ ಪುತ್ತೂರು ನಗರ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲಿ ಅಪರಾಧ ಸಂಖ್ಯೆ: 104/2026, ಬಿಎನ್‌ಎಸ್ (BNS) ಕಾಯ್ದೆಯ ಕಲಂ 194(2) ರಡಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕರಣ ಕಾಯ್ದಿರಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಮುಂದಿನ ಕಾನೂನು ಕ್ರಮ ಜರುಗಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಎನ್‌ಐಎ ಅಧಿಕಾರಿ ಸೋಗಿನಲ್ಲಿ ಸುಲಿಗೆ: ಖತರ್ನಾಕ್ ವಂಚಕ ಸ್ಯಾಮ್ ಪೀಟರ್ ಸಿಸಿಬಿ ವಶಕ್ಕೆ!

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಪರಾಧ ತನಿಖಾ ದಳದ (NCIB) ಹಿರಿಯ ನಿರ್ದೇಶಕ ಅಥವಾ ಅಧಿಕಾರಿಯೆಂದು ಸುಳ್ಳು ಗುರುತು ಹೇಳಿಕೊಂಡು ಕೋಟಿ ಕೋಟಿ ರೂಪಾಯಿ ವಂಚನೆ ಹಾಗೂ ಸುಲಿಗೆ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಖತರ್ನಾಕ್ ಅಂತಾರಾಜ್ಯ ವಂಚಕ, 'ಇಂಟರ್‌ಪೋಲ್ ರೆಡ್ ಕಾರ್ನರ್' ನೋಟಿಸ್ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದ 64 ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಸ್ಯಾಮ್ ಪೀಟರ್ ಅಲಿಯಾಸ್ ಡ್ಯಾನಿ ತಾರಕನ್ ಎಂಬಾತನನ್ನು ಮಂಗಳೂರು ನಗರ ಸಿಸಿಬಿ (CCB) ಪೊಲೀಸರು ಯಶಸ್ವಿ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ ನಡೆಸಿ ಬಂಧಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆರೋಪಿಯು ನ್ಯಾಯಾಲಯದ ವಿಚಾರಣೆಗೆ ಹಾಜರಾಗದೆ ಕಳೆದ ಸುಮಾರು 3 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದನು.

ಸಿಸಿಬಿಯ ಸಮಯೋಚಿತ ಭರ್ಜರಿ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆ: ಹಣಕಾಸು ವಿವಾದಗಳು, ಬ್ಯಾಂಕ್ ವಂಚನೆ ಹಾಗೂ ತೆರಿಗೆ ವಂಚನೆ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡಿರುವ ಶ್ರೀಮಂತರನ್ನೇ ಗುರಿಯಾಗಿಸಿಕೊಂಡು, 'ತಾನು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ತನಿಖಾಧಿಕಾರಿ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಕರಣ ಇತ್ಯರ್ಥಪಡಿಸುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ನಂಬಿಸಿ ಆತನ ಗ್ಯಾಂಗ್ ಮೂಲಕ ಸುಲಿಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಈ ಹಿಂದೆ ದಿನಾಂಕ 16–08–2019 ರಂದು ಮಂಗಳೂರಿನ ಪಂಪ್‌ವೆಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಲಾಡ್ಜ್ ಒಂದರ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ನಡೆಸಿದ್ದ ಮಂಗಳೂರು ಕದ್ರಿ (ಪೂರ್ವ) ಠಾಣೆ ಪೊಲೀಸರು, ಈತನನ್ನು ಹಾಗೂ ಈತನ 8 ಜನರ ಗ್ಯಾಂಗ್ ಅನ್ನು ಕೋವಿ ಮತ್ತು ಮಾರಕಾಸ್ತ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಂಧಿಸಿದ್ದರು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆತನ ಬಂಧನದಿಂದಾಗಿ ಆತನ ವಿರುದ್ಧ ಜಾರಿಯಾಗಿದ್ದ ಇಂಟರ್‌ಪೋಲ್ ರೆಡ್ ಕಾರ್ನರ್ ನೋಟಿಸ್ ರದ್ದಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2023 ರಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯದಿಂದ ಜಾಮೀನು ಪಡೆದು ಹೊರಬಂದ ಆರೋಪಿ, ಮತ್ತೆ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡು ತನ್ನ ವಂಚನೆ ಜಾಲವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದನು ಹಾಗೂ ಕೋರ್ಟ್ ವಿಚಾರಣೆಗೆ ಗೈರಾಗಿದ್ದನು.

11 ಹೆಸರುಗಳು, 17ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಕರಣಗಳು: ಆರೋಪಿ ಸ್ಯಾಮ್ ಪೀಟರ್ ಪೊಲೀಸರಿಂದ ಹಾಗೂ ತನಿಖಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಂದ ಬಚಾವಾಗಲು ಒಂದೊಂದು ಊರಿನಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ನಕಲಿ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ತನಿಖೆಯ ವೇಳೆ ಈತನಿಗೆ ಆ್ಯಂಟನಿ, ರಾಹುಲ್ ಪೀಟರ್, ಸ್ಯಾಮ್ ಪೀಟರ್, ರಾಜೇಶ್ ರಾಬಿನ್ಸನ್, ರೀತು ರಿಚರ್ಡ್, ರಾಯ್ ಜೇಕಬ್, ರಾಬಿನ್ ರಿಚರ್ಡ್ಸನ್, ರಾಬಿನ್ ಸನ್, ಆಂಟೋನಿ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್, ಶಾರೂನ್ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಮತ್ತು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ 'ಡ್ಯಾನಿ ತಾರಕನ್' ಸೇರಿದಂತೆ ಒಟ್ಟು 11 ಅಲಿಯಾಸ್ ಹೆಸರುಗಳಿರುವುದು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದಿದೆ. ಈತನ ವಿರುದ್ಧ ಕರ್ನಾಟಕದ ಮಂಗಳೂರು ಪೂರ್ವ, ಉಳ್ಳಾಲ, ಕೊಣಾಜೆ, ಉಡುಪಿ, ಚಿಕ್ಕಬಳ್ಳಾಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು, ಕುಶಾಲನಗರ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಬಿಹಾರ, ತಮಿಳುನಾಡು, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ, ಉತ್ತರ ಪ್ರದೇಶ, ಛತ್ತೀಸ್‌ಗಢ, ಜಾರ್ಖಂಡ್ ಹಾಗೂ ಮಧ್ಯಪ್ರದೇಶ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು 17ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವಂಚನೆ ಪ್ರಕರಣಗಳು ದಾಖಲಾಗಿವೆ. ಮಂಗಳೂರು ಉಳ್ಳಾಲ ಠಾಣೆಯ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯವು ಈತನ ವಿರುದ್ಧ ಬರೋಬ್ಬರಿ 17 ಬಾರಿ ವಾರಂಟ್ ಹೊರಡಿಸಿತ್ತು. ಅಲ್ಲದೆ ಮಂಗಳೂರು ಪೂರ್ವ ಠಾಣೆಯ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ 14 ಬಾರಿ ವಾರಂಟ್ ಜಾರಿಯಾಗಿ, ಬಳಿಕ ನ್ಯಾಯಾಲಯದಿಂದ ಉದ್ಘೋಷಿತ ಅಪರಾಧಿ (Proclamation) ಎಂದು ಘೋಷಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸ್ಥಳ ಹಾಗೂ ಹೆಸರು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಾ ಸವಾಲಾಗಿದ್ದ ಈ ಖತರ್ನಾಕ್ ವಂಚಕನನ್ನು ತಡೆದು ಬಂಧಿಸುವಲ್ಲಿ ಮಂಗಳೂರು ಸಿಸಿಬಿ ಪೊಲೀಸರು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದ್ದು, ಬಂಧಿತ ಆರೋಪಿಯನ್ನು ಮುಂದಿನ ಕಾನೂನು ಕ್ರಮಕ್ಕಾಗಿ ಮಂಗಳೂರು ಪೂರ್ವ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಿಸಿಬಿ ಪೊಲೀಸರ ಈ ಚಾಣಾಕ್ಷ ಹಾಗೂ ಸಮಯೋಚಿತ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವಲಯದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕ ಪ್ರಶಂಸೆ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಕುಡಿದರೆ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು

ಹೊಟ್ಟೆಯ ಸುತ್ತ ಕೊಬ್ಬು ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಇಂದಿನ ಜೀವನಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ತೂಕ ಇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಲವರು ವ್ಯಾಯಾಮದ ಜೊತೆಗೆ ವಿವಿಧ ಮನೆಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ನಡುವೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಕೊಬ್ಬು ವೇಗವಾಗಿ ಕರಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಸಲಹೆಯೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಹರಿದಾಡುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಏನು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಯಾಚುರೇಟೆಡ್ ಕೊಬ್ಬಿನಂಶ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಮ ಸರಪಳಿ ಕೊಬ್ಬಿನಾಮ್ಲಗಳು (MCTs) ಇರುವುದರಿಂದ ದೇಹವು ಅವುಗಳನ್ನು ಇತರ ಕೆಲವು ಕೊಬ್ಬುಗಳಿಗಿಂತ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಚಯಾಪಚಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಕೇಳಿಬರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಕೊಬ್ಬು ಕರಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ದೃಢವಾದ ಸಾಕ್ಷ್ಯವಿಲ್ಲ.

ವಿಶೇಷವಾಗಿ 'ಒಂದು ವಾರದಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆ ಕರಗುತ್ತದೆ' ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ನಂಬುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ದೇಹದ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಕೊಬ್ಬನ್ನು ಒಂದು ಆಹಾರ ಅಥವಾ ಪಾನೀಯದ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ ವೇಗವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ತೂಕ ಇಳಿಕೆಗೆ ಒಟ್ಟಾರೆ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ, ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ, ನಿದ್ರೆ ಮತ್ತು ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನಶೈಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ MCTಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಕೊಬ್ಬುಗಳು ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದ ಅನುಭವ ಹಾಗೂ ಶಕ್ತಿಯ ಬಳಕೆಯ ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು ಎಂಬ ಸೂಚನೆಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಈ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಮಾನವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸ್ಯಾಚುರೇಟೆಡ್ ಕೊಬ್ಬಿನ ಕಾರಣದಿಂದ ಪ್ರಮಾಣದ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಅಗತ್ಯ.

ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಕಾಫಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಚಯಾಪಚಯ ಕ್ರಿಯೆ ವೇಗವಾಗಿ, ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಸುಡುವಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಕಾಫಿಯಲ್ಲಿರುವ ಕೆಫೀನ್ ದೇಹದ ಶಕ್ತಿಯ ಬಳಕೆಯ ಮೇಲೆ ಕೆಲವು ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ಆದರೆ ಕಾಫಿ ಮತ್ತು ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯ ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಕೊಬ್ಬು ವೇಗವಾಗಿ ಕರಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ದೃಢವಾದ ಪುರಾವೆಗಳಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಕೂಡ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಹೆಚ್ಚಿರುವ ಆಹಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ತೂಕ ಇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಆಹಾರದ ಒಟ್ಟು ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ 'ಆರೋಗ್ಯಕರ ಎಣ್ಣೆ' ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದು ತೂಕ ಇಳಿಕೆಗೆ ಬದಲಾಗಿ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವವರು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಕುಡಿಯುವುದಕ್ಕಿಂತ, ದಿನನಿತ್ಯದ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿಗಳು, ಹಣ್ಣುಗಳು, ಬೇಳೆಕಾಳುಗಳು, ಸಂಪೂರ್ಣ ಧಾನ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ತ ಪ್ರಮಾಣದ ಪ್ರೋಟೀನ್‌ಯುಕ್ತ ಆಹಾರಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಕರಿದ ತಿಂಡಿಗಳು, ಅತಿಯಾದ ಸಕ್ಕರೆ, ಸಿಹಿ ಪಾನೀಯಗಳು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಸ್ಕರಿತ ಆಹಾರಗಳ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ವೇಗವಾಗಿ ನಡೆಯುವುದು, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ದೇಹದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಕೊಬ್ಬನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಾಕಷ್ಟು ನಿದ್ರೆ ಹಾಗೂ ಒತ್ತಡ ನಿಯಂತ್ರಣವೂ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿವೆ.

ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆಹಾರದಿಂದ ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಮಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆಯ ಭಾಗವಾಗಿ ಬಳಸುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಅಧಿಕ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಅಥವಾ ಇತರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವವರು ತಮ್ಮ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸ್ಯಾಚುರೇಟೆಡ್ ಕೊಬ್ಬಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರು ಅಥವಾ ಪೌಷ್ಟಿಕ ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಕುಡಿದರೆ ಒಂದೇ ವಾರದಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಕೊಬ್ಬು ಕರಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆಗೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಆಧಾರವಿಲ್ಲ. ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಗೆ ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ನೋಡದೆ, ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ ಮಿತವಾಗಿ ಬಳಸುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತ. ತೂಕ ಇಳಿಕೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಮನೆಮದ್ದಿಗಿಂತ ನಿರಂತರವಾದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯೇ ಮುಖ್ಯ.

ಅಡುಗೆ ಕೆಲಸದಿಂದ ಕೈ ಒರಟಾಗುತ್ತಿದೆಯೇ? ಕಾರಣ ಇಲ್ಲಿದೆ!

ಅಡುಗೆ ಮನೆಯ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ದಿನವಿಡೀ ಕೈಗಳನ್ನು ನೀರು, ಸೋಪು, ಡಿಶ್‌ವಾಶ್ ಲಿಕ್ವಿಡ್ ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಿಗೆ ಪದೇಪದೇ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಕೈಗಳ ಚರ್ಮ ಒಣಗುವುದು ಮತ್ತು ಒರಟಾಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. ತರಕಾರಿ ತೊಳೆಯುವುದು, ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆಯುವುದು, ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು, ಹಿಟ್ಟು ಕಲಸುವುದು ಹಾಗೂ ಅಡುಗೆಮನೆಯ ಶೆಲ್ಫ್‌ಗಳನ್ನು ಒರೆಸುವಂತಹ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನೀರು ಮತ್ತು ಡಿಟರ್ಜೆಂಟ್‌ಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ತೇವಾಂಶ ಹಾಗೂ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಪದರಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಶುಷ್ಕತೆ, ತುರಿಕೆ, ಕೆಂಪು, ಚರ್ಮ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿಯುವುದು ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬಿರುಕು ಬಿಡುವ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪಾತ್ರೆ ತೊಳೆಯುವಾಗ ಅಥವಾ ಕಠಿಣ ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಸೂಕ್ತವಾದ ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಕೈಗಳ ಚರ್ಮವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ದೀರ್ಘಕಾಲ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಒಳಗೆ ಬೆವರು ಮತ್ತು ತೇವಾಂಶ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ ಕಿರಿಕಿರಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೈಗವಸುಗಳು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಯೂ ಒಣವಾಗಿಯೂ ಇರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಸಮಯ ಮಾತ್ರ ಬಳಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯುವಾಗ ತುಂಬಾ ಬಿಸಿ ನೀರನ್ನು ಬಳಸುವ ಬದಲು ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಅತಿಯಾದ ಬಿಸಿನೀರು ಚರ್ಮದ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಪದರದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿ ಶುಷ್ಕತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು. ಕೈ ತೊಳೆದ ನಂತರ ಅವುಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒರೆಸಿ, ಚರ್ಮ ಒಣಗುವ ಮುನ್ನವೇ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸರ್ ಅಥವಾ ಎಮೋಲಿಯಂಟ್ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ದಿನದಲ್ಲಿ ಹಲವು ಬಾರಿ ಕೈ ತೊಳೆಯಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸರ್ ಬಳಸುವುದು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಅರಿಶಿನ, ಬೀಟ್ರೂಟ್ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ಕೈಗಳಿಗೆ ಕಲೆ ಬೀಳುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇಂತಹ ಕಲೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಕೈಗಳ ಚರ್ಮವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಉಜ್ಜುವುದು ಅಥವಾ ಕಠಿಣ ಸ್ಕ್ರಬ್ ಬಳಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಈಗಾಗಲೇ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿರುವ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಕಿರಿಕಿರಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಮೃದುವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ನಂತರ ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸರ್ ಹಚ್ಚುವುದು ಉತ್ತಮ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನಿಂಬೆ ಅಥವಾ ಇತರ ಆಮ್ಲೀಯ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಬಳಸುವಂತಹ ಮನೆಮದ್ದುಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸೂಕ್ತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೈಗಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹೊರಗಿನ ಆರೈಕೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರವೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹಣ್ಣುಗಳು, ತರಕಾರಿಗಳು, ಬೇಳೆಕಾಳುಗಳು, ಸಂಪೂರ್ಣ ಧಾನ್ಯಗಳು, ಬೀಜಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು ಕೂಡ ದೇಹದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯ. ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಆಹಾರ ಅಥವಾ ಮನೆಮದ್ದಿನಿಂದ ಮಾತ್ರ ಕೈಗಳ ಒರಟುತನ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀರು ಮತ್ತು ಡಿಟರ್ಜೆಂಟ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಪದೇಪದೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ಕೈಗಳ ಡರ್ಮಟೈಟಿಸ್ ಅಥವಾ ಎಕ್ಸಿಮಾ ಉಂಟಾಗುವ ಅಪಾಯವೂ ಇರಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಒಣಚರ್ಮದ ಜೊತೆಗೆ ನಿರಂತರ ತುರಿಕೆ, ಕೆಂಪು ದದ್ದು, ಚರ್ಮ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿಯುವುದು, ನೋವು ಅಥವಾ ಆಳವಾದ ಬಿರುಕುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ಇಂತಹ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಮುಂದುವರಿದರೆ ಚರ್ಮರೋಗ ತಜ್ಞರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಕಾರಣ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯ.

ಅಡುಗೆ ಮನೆಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವಾದರೂ, ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಸೂಕ್ತ ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು, ಅತಿಯಾದ ಬಿಸಿ ನೀರನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು, ಕೈಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮಾಯಿಶ್ಚರೈಸರ್ ಹಚ್ಚುವಂತಹ ಸರಳ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಕೈಗಳ ಚರ್ಮದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಕೈಗಳು ಒರಟಾಗುವುದು ಕೇವಲ ಸೌಂದರ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲ; ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದು ಚರ್ಮದ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಪದರಕ್ಕೆ ಉಂಟಾಗಿರುವ ಹಾನಿಯ ಸೂಚನೆಯಾಗಿರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ಕೈಗಳ ಆರೈಕೆಗೆ ಗಮನ ನೀಡುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಬಡವರ ಬಾದಾಮಿ ಕಡಲೆಕಾಯಿ - ಆರೋಗ್ಯದ ಖಜಾನೆ!

ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಎಂದರೆ ಕೇವಲ ಸಮಯ ಕಳೆಯಲು ತಿನ್ನುವ ತಿಂಡಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಡಿ. ಸಣ್ಣ ಗಾತ್ರದ ಈ ಕಾಳಿನಲ್ಲಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಪ್ರೋಟೀನ್, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಕೊಬ್ಬು, ನಾರಿನಾಂಶ, ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಖನಿಜಾಂಶಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ದೊರೆಯುವ ಕಾರಣ ಕಡಲೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಹಲವರು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ 'ಬಡವರ ಬಾದಾಮಿ' ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಬೆಂಬಲ: ಕಡಲೆಕಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅಪರ್ಯಾಪ್ತ ಕೊಬ್ಬಿನಾಂಶಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಭಾಗವಾಗಿ ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಹಾಗೂ ಇತರ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತವನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು ಅಥವಾ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಯಂತ್ರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ.

ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಮೂಲ: ಪ್ರೋಟೀನ್ ದೇಹದ ಸ್ನಾಯುಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಪ್ರಮುಖ ಪೋಷಕಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಕಡಲೆಕಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಸಸ್ಯ ಮೂಲದ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಇರುವುದರಿಂದ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳಿಗಾಗಿ ಒಂದೇ ಆಹಾರವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸದೆ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿ: ಕಡಲೆಕಾಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಮತ್ತು ನಾರಿನಾಂಶವು ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದ ಅನುಭವ ನೀಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಪದೇಪದೇ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ನೆರವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಕಡಲೆಕಾಯಿಯಲ್ಲೂ ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳು ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ.

ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೂ ಗಮನ: ಕಡಲೆಕಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೋಟೀನ್ ಮತ್ತು ಕೊಬ್ಬಿನಾಂಶ ಇರುವುದರಿಂದ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಭಾಗವಾಗಿ ಸೇವಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಮಧುಮೇಹ ಇರುವವರು ತಮ್ಮ ಒಟ್ಟಾರೆ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಸೇವನೆಯ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ.

ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಕೂದಲಿಗೂ ಪೋಷಕಾಂಶ: ಕಡಲೆಕಾಯಿಯಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಇ, ಬಯೋಟಿನ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಪೋಷಕಾಂಶಗಳಿವೆ. ಇವು ದೇಹದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿವೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರವು ಚರ್ಮ ಹಾಗೂ ಕೂದಲಿನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ತ್ವಚೆಯ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಮೆದುಳಿನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ನೆರವು: ಕಡಲೆಕಾಯಿಯಲ್ಲಿ ನಿಯಾಸಿನ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಪೋಷಕಾಂಶಗಳಿವೆ. ಇವು ದೇಹದ ವಿವಿಧ ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರ, ಉತ್ತಮ ನಿದ್ರೆ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಮೆದುಳಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ದಿನಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಕಡಲೆಕಾಯಿ ತಿನ್ನಬೇಕು? : ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಹಿಡಿಯಷ್ಟು, ಅಂದರೆ ಸುಮಾರು 25 ರಿಂದ 30 ಗ್ರಾಂ ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಮಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಬಹುದು. ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಎಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸದ ಹುರಿದ ಅಥವಾ ಸರಳವಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಉತ್ತಮ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಬಹುದು. ಕಡಲೆಕಾಯಿಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಸಲಾಡ್, ಉಪಾಹಾರ ಅಥವಾ ವಿವಿಧ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಬಹುದು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪೀನಟ್ ಬಟರ್ ನೀಡುವಾಗಲೂ ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಉಪ್ಪು ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಉತ್ಪನ್ನವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಆದರೆ ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಅಲರ್ಜಿ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರು ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಅಥವಾ ಪೀನಟ್ ಬಟರ್ ಸೇವಿಸಬಾರದು.

ಅತಿಯಾದ ಸೇವನೆ ಬೇಡ: ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರವಾಗಿದ್ದರೂ ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉಪ್ಪು ಹೆಚ್ಚಿರುವ, ಸಕ್ಕರೆ ಲೇಪಿತ ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಕಡಲೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಕಡಿಮೆ ಬೆಲೆಗೆ ಸಿಗುವ ಕಡಲೆಕಾಯಿ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳ ಉತ್ತಮ ಮೂಲವಾಗಿದೆ. ಬಾದಾಮಿ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಕಾಯಿಗಳು, ಬೀಜಗಳು, ಹಣ್ಣು-ತರಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಭಾಗವಾಗಿ ಕಡಲೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಬೆಂಬಲ ದೊರೆಯಬಹುದು.

ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಚಕ್ಕೋತ - ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಭಂಡಾರ

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ, ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಕೊರತೆ ಹಾಗೂ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿವೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಯುವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ಜಾತಿಗೆ ಸೇರಿದ ದೊಡ್ಡ ಗಾತ್ರದ ಹಣ್ಣಾಗಿರುವ ಚಕ್ಕೋತ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳಿಂದ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಾರಿನಾಂಶ, ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಉತ್ಕರ್ಷಣ ನಿರೋಧಕಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಭಾಗವಾಗಿ ಈ ಹಣ್ಣನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ದೊರೆಯಬಹುದು.

ಮಧುಮೇಹ ಬರದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತಾ? : ಚಕ್ಕೋತ ಸೇರಿದಂತೆ ಯಾವುದೇ ಒಂದೇ ಹಣ್ಣನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಂದಿಗೂ ಮಧುಮೇಹ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾರಿನಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಿರುವ ಹಣ್ಣುಗಳು ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದರೆ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಮಟ್ಟದ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಸಹಾಯವಾಗಬಹುದು. ನಾರಿನಾಂಶವು ಆಹಾರದಲ್ಲಿರುವ ಸಕ್ಕರೆ ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಸೇರುವ ವೇಗವನ್ನು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಲು ನೆರವಾಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಊಟದ ನಂತರ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಏರಿಳಿತವಾಗುವುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಈಗಾಗಲೇ ಮಧುಮೇಹ ಇರುವವರು ತಮ್ಮ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಚಕ್ಕೋತ ಅಥವಾ ಇತರ ಹಣ್ಣುಗಳ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಅಥವಾ ಪೌಷ್ಟಿಕ ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ.

ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಗೆ ಪೂರಕ : ಚಕ್ಕೋತದಲ್ಲಿ ಇರುವ ನಾರಿನಾಂಶ ಜೀರ್ಣಾಂಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ನಾರಿನಾಂಶ ಇರುವುದರಿಂದ ಮಲಬದ್ಧತೆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು. ಜೊತೆಗೆ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದ ಅನುಭವ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅತಿಯಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗಬಹುದು.

ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ನೆರವು: ಹಣ್ಣುಗಳು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ನಾರಿನಾಂಶ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿ. ಚಕ್ಕೋತವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ವಿವಿಧ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸಮತೋಲಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಈ ಹಣ್ಣು ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಯಂತ್ರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗೆ ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ: ಚಕ್ಕೋತದಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ ದೇಹದ ಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಪೋಷಕಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ವಿವಿಧ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಟ್ಟಾರೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ.

ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲೂ ಸಹಕಾರಿ: ನಾರಿನಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಿರುವ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿದ ಅನುಭವ ದೊರೆಯಬಹುದು. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕರ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ತೂಕ ಇಳಿಕೆ ಅಥವಾ ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಕೇವಲ ಒಂದು ಹಣ್ಣನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅವಲಂಬಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ.

ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಅಗತ್ಯ: ಚಕ್ಕೋತ ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿಹಣ್ಣಿನ ಜಾತಿಗೆ ಸೇರಿದ ಕೆಲವು ಸಿಟ್ರಸ್ ಹಣ್ಣುಗಳು ಕೆಲವು ಔಷಧಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಪರಸ್ಪರ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಅಥವಾ ಇತರ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಔಷಧಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಿರುವವರು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಿಲ್ಲದೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಚಕ್ಕೋತ ಒಂದು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಯುಕ್ತ ಹಣ್ಣಾಗಿದ್ದು, ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರದ ಭಾಗವಾಗಿ ಸೇವಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ 'ಇದನ್ನು ತಿಂದರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹ ಬರುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಸರಿಯಲ್ಲ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ, ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಸೂಕ್ತ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆಯ ಮೂಲಕವೇ ಮಧುಮೇಹದ ಅಪಾಯವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಭಾರತ ರತ್ನ ಕಲಾಂ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಬೆಳಗುವ ಜ್ಯೋತಿ

ಭಾರತದ ಮಣ್ಣಿನ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಪುತ್ರ,
ವಿಜ್ಞಾನದ ಲೋಕದ ಮಹಾನ್ ಮಿತ್ರ,
ಸರಳತೆಯಲ್ಲೇ ಬದುಕಿನ ಸಾರ್ಥಕತೆ ಕಂಡ,
ಡಾ. ಅಬ್ದುಲ್ ಕಲಾಂ ನಮ್ಮ ಅಮೂಲ್ಯ ರತ್ನ.
ಭಾರತೀಯರ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ
ಆಶೆಯ ದೀಪ ಬೆಳಗಿಸಿದವರು,
ಯುವ ಮನಗಳಲ್ಲಿ ಕನಸು ಬಿತ್ತಿ
ಸಾಧನೆಯ ಹಾದಿ ತೋರಿದವರು.
ಒಂದು ದಿನ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದೆ
ದೂರದ ಪಯಣಕ್ಕೆ ತೆರಳಿದಾಗ,
ನಾಡು ನುಡಿಯಿತು, ದೇಶ ಕಂಬನಿಯಾಯಿತು.
ಲಕ್ಷಾಂತರ ಹೃದಯಗಳು ಮೌನವಾದವು.
ಆದರೂ ನೀವು ಮರೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ ಕಲಾಂ,
ಆಕಾಶದ ನಕ್ಷತ್ರವಾಗಿ ಮಿನುಗಿದಿರಿ,
ಭಾರತಾಂಬೆಯ ಕಿರೀಟದ ಅಮೂಲ್ಯ ಮಣಿಯಾಗಿ
ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲಿದಿರಿ.
ಮಕ್ಕಳ ಮನದ ದಿವ್ಯ ಜ್ಯೋತಿಯಾಗಿ,
ಯುವಕರ ಕನಸಿನ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ,
'ದೊಡ್ಡ ಕನಸು ಕಾಣಿರಿ' ಎಂಬ ಸಂದೇಶ ನೀಡಿ,
ಭವಿಷ್ಯದ ಭಾರತ ಕಟ್ಟುವ ಪ್ರೇರಣೆಯಾದಿರಿ.
ವಿಜ್ಞಾನದ ದಿವ್ಯ ಜ್ಞಾನದಿಂದ
ದೇಶವನ್ನು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ದಿರಿ.
ಜಾತಿ-ಧರ್ಮದ ಬೇಧವಿಲ್ಲದೆ
ಐಕ್ಯತೆಯ ಸಂದೇಶ ಸಾರಿದಿರಿ.
ಪುಸ್ತಕದ ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಚಿಂತನೆ,
ಜನರ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನೆನಪು.
ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದಿದ್ದರೂ ನಿಮ್ಮ ಜ್ಯೋತಿ
ಯುಗಯುಗಾಂತರಗಳಿಗೂ ಎಂದಿಗೂ ನಂದದು.
ವಿಜ್ಞಾನಿಯ ನೆನಪು ಸವಿ ನೆನಪಾಗಿ,
ದೇಶಭಕ್ತಿಯ ಪಾಠವಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯಿತು.
ನಿಮ್ಮ ಕನಸಿನ ಭವ್ಯ ಭಾರತ
ಹೊಸ ಬೆಳಕಿನ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಿತು.
ಓ ಮಹಾನ್ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಕಲಾಂ,
ನೀವು ದೂರವಾದರೂ ನೆನಪು ಮರೆಯದು.
ಭಾರತದ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಹೊಳೆಯುವ ನಕ್ಷತ್ರವಾಗಿ
ನಿಮ್ಮ ಜ್ಞಾನಜ್ಯೋತಿ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ನಂದದು!

– ಕರಬಸಪ್ಪ ಆರ್. ನಾಗಮ್ಮನವರ
ಕಟ್ಟಡ ಬೇಗಾರರ ಸಂಘದ ಸದಸ್ಯರು, ಹಾವೇರಿ ಜಿಲ್ಲೆ

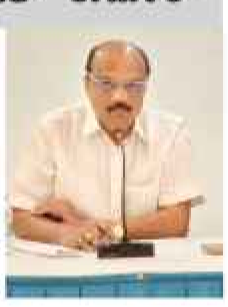
'ಹಲ್ಕಾ ಡಾನ್' ಚಿತ್ರೀಕರಣ ಬಹುತೇಕ ಪೂರ್ಣ

ಕುತ್ತಾರು ಕೊರಗಜ್ಜ ಆದಿಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಚಿತ್ರತಂಡ ಭೇಟಿ; ತುಳು ಭಾಷೆಯಲ್ಲೂ ಸಿನಿಮಾ ಬಿಡುಗಡೆಗೆ ನಿರ್ಧಾರ

ವೀನಸ್ ಎಂಟರ್‌ಟೈನರ್ ಬ್ಯಾನರ್ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ 'ಸಲಗ' ಖ್ಯಾತಿಯ ನಿರ್ಮಾಪಕ ಕೆ.ಪಿ. ಶ್ರೀಕಾಂತ್ ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ವೆಂಕಟಾಚಲ (ಚಲಂ) ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಬರುತ್ತಿರುವ ಕನ್ನಡ-ತೆಲುಗು ದ್ವಿಭಾಷಾ ಆ್ಯಕ್ಷನ್-ಹಾಸ್ಯ ಚಿತ್ರ 'ಹಲ್ಕಾ ಡಾನ್' ಚಿತ್ರೀಕರಣ ಬಹುತೇಕ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರತಂಡ ಕುತ್ತಾರು ದೆಕ್ಕಾಡು ಕೊರಗಜ್ಜ ಆದಿಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ ಆಶೀರ್ವಾದ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿತು. ಬಳಿಕ ನಡೆದ ಸುದ್ದಿಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರದ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮೋದ್ ಪಂಜು, ರಾಕ್‌ಸ್ಟಾರ್ ರೂಪೇಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಹಾಗೂ ಅಮೃತಾ ಅಯ್ಯಂಗಾರ್ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿನಯಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ತುಳುನಾಡಿನ ಜನಪ್ರಿಯ ನಟ ಅರವಿಂದ್ ಬೋಳಾರ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಸಾಯಿ ಕುಮಾರ್, ಜ್ಯೋತಿ ಪೂರ್ವಜ್ ಹಾಗೂ ರಮೇಶ್ ಇಂದಿರಾ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿದ್ದಾರೆ. ಚಿತ್ರಕ್ಕೆ ಸತ್ಯ ಹೆಗ್ಡೆ ಛಾಯಾಗ್ರಹಣ, ಅರ್ಜುನ್ ಕಿಟ್ಟು ಸಂಕಲನ ಹಾಗೂ ವಿ. ಹರಿಕೃಷ್ಣ ಸಂಗೀತ ಸಂಯೋಜನೆ ಇದೆ. ಮಂಗಳೂರಿನ ಕಥಾಹಂದರವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಈ ಚಿತ್ರದ ಬಹುತೇಕ ಚಿತ್ರೀಕರಣ ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲೇ ನಡೆದಿರುವುದರಿಂದ, ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸಿನಿಮಾ ತಲುಪಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ತುಳು ಭಾಷೆಯಲ್ಲೂ 'ಹಲ್ಕಾ ಡಾನ್' ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಚಿತ್ರತಂಡ ತಿಳಿಸಿದೆ. ನಾಯಕ ನಟ ಪ್ರಮೋದ್ ಪಂಜು, ಮಂಗಳೂರಿನ ಕಥೆಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿದ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಭಿನಯಿಸುವ ಅವಕಾಶ ದೊರೆತಿರುವುದು ಸಂತಸ ತಂದಿದೆ ಎಂದರು.

ನಟ ರೂಪೇಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಉತ್ತಮ ಬ್ಯಾನರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಆಸೆ ಇದೀಗ 'ಹಲ್ಕಾ ಡಾನ್' ಚಿತ್ರದ ಮೂಲಕ ಈಡೇರಿದೆ ಎಂದರು. ಚಿತ್ರದ ಕಥೆ ಹಾಗೂ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯೇ ವಿಶೇಷ ಕುತೂಹಲ ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನಿರ್ದೇಶಕ ಚಲಂ ಮಾತನಾಡಿ, ಮುಗ್ಧ ಸ್ವಭಾವದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಗ್ಯಾಂಗ್‌ನ ಮುಖ್ಯವಾಗುವ ಕಥೆಯನ್ನು ಹಾಸ್ಯ ಹಾಗೂ ಆಕ್ಷನ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ನಿರ್ಮಾಪಕ ಕೆ.ಪಿ. ಶ್ರೀಕಾಂತ್ ಮಾತನಾಡಿ, ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಹಾಗೂ ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರ ನಿರ್ಮಿಸುವ ಉದ್ದೇಶವಿತ್ತು. ಆದರೆ ಮಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಿತ್ರೀಕರಣ ನಡೆದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ತುಳು ಭಾಷೆಯಲ್ಲೂ ಸಿನಿಮಾ ತರುವ ನಿರ್ಧಾರ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಹಾಸ್ಯ ನಟ ಅರವಿಂದ್ ಬೋಳಾರ್, ಉತ್ತಮ ತಂಡದೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸಂತಸ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ, 'ಹಲ್ಕಾ ಡಾನ್' ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಅನುಮಾನವಿಲ್ಲ ಎಂದು ವಿಶ್ವಾಸ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. ಸುದ್ದಿಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರತಂಡದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ಥಳೀಯ ಗಣ್ಯರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಕೊರತೆ ನೀಗಿಸಲು ಮೆಸ್ಕಾಂಗೆ 395 ಪವರ್‌ಮ್ಯಾನ್‌ಗಳು - ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಕೆ. ಹರೀಶ್ ಕುಮಾರ್



ವಿದ್ಯುತ್ ಸರಬರಾಜು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಲಪಡಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಮೆಸ್ಕಾಂ ವ್ಯಾಪ್ತಿಗೆ 395 ಹೊಸ ಪವರ್‌ಮ್ಯಾನ್‌ಗಳನ್ನು ನೇಮಕ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಮೆಸ್ಕಾಂ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಕೆ. ಹರೀಶ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಒಟ್ಟು 430 ಪವರ್‌ಮ್ಯಾನ್ ಹುದ್ದೆಗಳ ನೇಮಕಾತಿಗಾಗಿ ಅಧಿಸೂಚನೆ ಹೊರಡಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಈಗಾಗಲೇ ನಿನ್ನೆ ಹಾಗೂ ಇಂದು ಸೇರಿ 395 ಮಂದಿಗೆ ನೇಮಕಾತಿ ಆದೇಶ ನೀಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮೆಸ್ಕಾಂ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತ ಸುಮಾರು 28.10 ಲಕ್ಷ ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಪರ್ಕಗಳಿದ್ದು, ಮನೆಗಳು, ವಾಣಿಜ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳು ಹಾಗೂ ನೀರಾವರಿ ಪಂಪ್‌ಸೆಟ್‌ಗಳು ಇದರ ವ್ಯಾಪ್ತಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ.

ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಕೊರತೆ ನೀಗಿಸಲು ಹೊಸ ನೇಮಕಾತಿ: ಮೆಸ್ಕಾಂ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಸುಮಾರು 97 ಸಾವಿರ ಕಿ.ಮೀ. ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡದ ವಿದ್ಯುತ್ ಮಾರ್ಗಗಳು ಹಾಗೂ 59 ಸಾವಿರ ಕಿ.ಮೀ. 11 ಕೆವಿ ಉನ್ನತ ಒತ್ತಡದ ವಿದ್ಯುತ್ ಮಾರ್ಗಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಹೊಸ ಪವರ್‌ಮ್ಯಾನ್‌ಗಳ ನೇಮಕಾತಿಯಿಂದ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿದೆ. ಇನ್ನೂ ಸುಮಾರು 35 ಪವರ್‌ಮ್ಯಾನ್‌ಗಳ ಕೊರತೆಯಿದ್ದು, ಹೆಚ್ಚುವರಿ ನೇಮಕಾತಿಗೆ ಸರ್ಕಾರ ಅನುಮತಿ ನೀಡಿದೆ ಎಂದು ಕೆ. ಹರೀಶ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

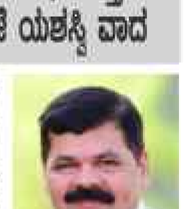
ಭೂಗತ ಕೇಬಲ್ ಮತ್ತು ಲಿಂಕ್‌ಲೈನ್‌ಗೆ ಆದ್ಯತೆ: ಮಂಗಳೂರು ನಗರದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಸರಬರಾಜನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ ಹಾಗೂ ನಿರಂತರವಾಗಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಭೂಗತ ವಿದ್ಯುತ್ ಕೇಬಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಲಿಂಕ್‌ಲೈನ್ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಒತ್ತು ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಭೂಗತ ಕೇಬಲ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ವಿದ್ಯುತ್ ಅಪಘಾತಗಳ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಸರಣ ನಷ್ಟವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿದೆ. ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ವ್ಯತ್ಯಯ ಉಂಟಾದರೂ, ಪರ್ಯಾಯ ಮಾರ್ಗದ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯುತ್ ಸರಬರಾಜು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಲಿಂಕ್‌ಲೈನ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಲಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

5,270 ದ್ವಿಮುಖ ಕಟ್‌ಔಟ್ ಅಳವಡಿಕೆಗೆ ಕ್ರಮ: ವಿದ್ಯುತ್ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 5,270 ದ್ವಿಮುಖ ಕಟ್‌ಔಟ್‌ಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯವೂ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಫ್ಯೂಸ್ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿನ ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳಿಗೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಹಾನಿಯನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಹೊಸ ಸಂಪರ್ಕಗಳಿಗೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಮೀಟರ್ ಕಡ್ಡಾಯ: ಹೊಸ ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಪರ್ಕಗಳಿಗೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಮೀಟರ್ ಅಳವಡಿಕೆಯನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಗ್ರಾಹಕರು ಮೊಬೈಲ್ ಆ್ಯಪ್ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ವಿದ್ಯುತ್ ಬಳಕೆ, ದೈನಂದಿನ ಬಳಕೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಹಾಗೂ ಬಿಲ್ ವಿವರಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಬಿಲ್ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರೂ ಮೊಬೈಲ್ ಆ್ಯಪ್ ಮೂಲಕ ಬಿಲ್ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ಪಾವತಿಸುವ ಸೌಲಭ್ಯವೂ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಮೀಟರ್ ಗುಣಮಟ್ಟ ಪರಿಶೀಲನೆಗಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ಪರೀಕ್ಷಾ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಮೀಟರ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ವಿದ್ಯುತ್ ಬಳಕೆಯ ನಿಖರ ಮಾಹಿತಿ ದೊರೆಯುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಸರಬರಾಜು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೂ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸುಧಾರಿಸಲಿದೆ ಎಂದು ಮೆಸ್ಕಾಂ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಕೆ. ಹರೀಶ್ ಕುಮಾರ್ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಕಲ್ಲುಗುಂಡಿ ದರೋಡೆ ಪ್ರಕರಣ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ದೋಷಮುಕ್ತ

ಆರೋಪಿ ಪರ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ವಕೀಲರಾದ ಪುತ್ತೂರು ಮಹೇಶ್ ಕಜೆ ಯಶಸ್ವಿ ವಾದ



ಸುಮಾರು 13 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಸುಳ್ಯ ತಾಲೂಕು ಸಂಪಾಜೆ ಗ್ರಾಮದ ಕಲ್ಲುಗುಂಡಿ ಎಂಬಲ್ಲಿ ನಡೆದ ದರೋಡೆ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಆರೋಪಿಯಾಗಿದ್ದ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಯಾನೆ ಶೀನಾ ಎಂಬಾತನನ್ನು ಪುತ್ತೂರಿನ 5ನೇ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಮತ್ತು ಸತ್ರ ನ್ಯಾಯಾಲಯವು ನಿರ್ದೋಷಿ ಎಂದು ತೀರ್ಪು ನೀಡಿ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಿದೆ. 2013ರ ಜನವರಿ 27ರಂದು ನಾಗರಾಜ್ ಅವರು ಬಾಡಿಗೆ ಟಾಟಾ ಇಂಡಿಕಾ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ಹೆದ್ದಾರಿ 88ರಲ್ಲಿ ಮೈಸೂರು ಕಡೆಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ ವೇಳೆ ಕಲ್ಲುಗುಂಡಿ ಸಮೀಪ ವಾಹನವನ್ನು ತಡೆದು ಚಿನ್ನಾಭರಣ, ಮೊಬೈಲ್, ನಗದು, ವಾಹನದ ದಾಖಲೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ದರೋಡೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಎಂಬ ಆರೋಪದಡಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಸೇರಿದಂತೆ ನಾಲ್ವರ ವಿರುದ್ಧ ಸುಳ್ಯ ಪೊಲೀಸರು ಪ್ರಕರಣ ದಾಖಲಿಸಿ ತನಿಖೆ ನಡೆಸಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ದೋಷಾರೋಪಣಾ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದರು. ಪ್ರಕರಣದ ವಿಚಾರಣೆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರಾಗದೆ ತಲೆಮರೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಆತನ ಬಂಧನಕ್ಕೆ ವಾರಂಟ್ ಹೊರಡಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಬಳಿಕ ವಾರಂಟ್ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್‌ನನ್ನು ಸುಳ್ಯ ಪೊಲೀಸರು ಬಂಧಿಸಿ ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸಿದ್ದರು. ನಂತರ ಆತನಿಗೆ ಜಾಮೀನು ಮಂಜೂರಾಗಿತ್ತು. ಪ್ರಕರಣದ ಮರು ವಿಚಾರಣೆ ನಡೆಸಿದ ಪುತ್ತೂರಿನ 5ನೇ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಮತ್ತು ಸತ್ರ ನ್ಯಾಯಾಲಯದ ನ್ಯಾಯಾಧೀಶರಾದ ಸದಾನಂದ ನಾಗಪ್ಪ ನಾಯಕ್ ಅವರು, ಆರೋಪಿಯ ವಿರುದ್ಧದ ಆರೋಪಗಳು ಸಾಬೀತಾಗದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಯಾನೆ ಶೀನನನ್ನು ನಿರ್ದೋಷಿ ಎಂದು ತೀರ್ಪು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಆರೋಪಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಪರವಾಗಿ ಪುತ್ತೂರು ಬೊಳ್ವಾರಿನ ಕಜೆ ಲಾ ಚೇಂಬರ್ಸ್ ಇದರ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ವಕೀಲರಾದ ಮಹೇಶ್ ಕಜೆ ಅವರು ವಾದ ಮಂಡಿಸಿದ್ದರು.

32 ವರ್ಷ ಜನಸೇವೆ ಸಾರ್ಥಕ ಗ್ರೆಟ್ಟಾ ಮಸ್ಕರೇನಸ್ ಅವರಿಗೆ ಬೀಳ್ಕೊಡುಗೆ

ಕಂದಾಯ ಇಲಾಖೆಯಲ್ಲಿ ಸುದೀರ್ಘ 32 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ ವಯೋನಿವೃತ್ತಿ ಹೊಂದಿದ ಗ್ರಾಮ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿ ಗ್ರೆಟ್ಟಾ ಐರಿನ್ ಮಸ್ಕರೇನಸ್ ಅವರಿಗೆ ತಾಲೂಕು ಆಡಳಿತ ಸೌಧದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮೀಯ ಬೀಳ್ಕೊಡುಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯಿತು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದ ತಹಶೀಲ್ದಾರ್ ಮಂಜುನಾಥ್, ಕಂದಾಯ ಇಲಾಖೆಯ ಸೇವೆಯು ವಿವಿಧ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಜಂಜಾಟಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಮಹತ್ವದ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಿವೃತ್ತಿಯು ಸರ್ಕಾರಿ ನೌಕರರ ಜೀವನದ ನಿಶ್ಚಿತ ಹಂತವಾಗಿದ್ದರೂ, ಸೇವಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಜನಸೇವೆ ಸದಾ ಜನರ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನಿವೃತ್ತಿಯ ಬಳಿಕವೂ ಆಶಾವಾದದೊಂದಿಗೆ ಹೊಸ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ನೆಮ್ಮದಿ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸಲಿ ಎಂದು ಅವರು ಶುಭ ಹಾರೈಸಿದರು.

ಸನ್ಮಾನ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಗ್ರೆಟ್ಟಾ ಐರಿನ್ ಮಸ್ಕರೇನಸ್ ಅವರು ತಮ್ಮ 32 ವರ್ಷಗಳ ಸೇವಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸಿದ ಅನುಭವಗಳು ಹಾಗೂ ಜೀವನದ ಏಳುಬೀಳುಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿದರು. ಸರ್ಕಾರಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಿ, ಜನರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ ನಿವೃತ್ತಿಯ ಬಳಿಕವೂ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ತಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಸರ್ಕಾರಿ ನೌಕರರು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಶಿಸ್ತು ಹಾಗೂ ಸೇವಾ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಕರ್ತವ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು ಕರೆ ನೀಡಿದರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರ ಸ್ಥಾನೀಯ ಉಪತಹಶೀಲ್ದಾರ್‌ಗಳಾದ ನರೇಂದ್ರನಾಥ್ ಮಿತ್ತೂರು, ದಿವಾಕರ ಮುಗುಳಿಯಾ, ಶಿವಪ್ರಸಾದ್, ನವೀನ್ ಕುಮಾರ್ ಬೆಂಜನಪದವು, ಆಶಿಫ್ ಇಕ್ಬಾಲ್ ಹಾಗೂ ರಶ್ಮಿ ಕೂಡ್ಲು, ಕಂದಾಯ ನಿರೀಕ್ಷಕರಾದ ವಿಜಯ್ ಆರ್. ಮತ್ತು ಪ್ರಶಾಂತ್ ಶೆಟ್ಟಿ, ಉಳ್ಳಾಲ ತಾಲೂಕು ಕಂದಾಯ ನಿರೀಕ್ಷಕ ಮಂಜುನಾಥ್, ಪುತ್ತೂರು ಗ್ರಾಮ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿ ಶ್ರೀಕಲಾ, ನಿವೃತ್ತ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿ ಜ್ಯೂಲಿಯೆಟ್ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.ಗ್ರಾಮ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿ ಕೃತಿಕಾ ದೀರಜ್ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಗ್ರಾಮ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿ ವಿನುತಾ ವಂದಿಸಿದರು. ಗ್ರಾಮ ಆಡಳಿತಾಧಿಕಾರಿ ವೈಶಾಲಿ ಸುದೀಶ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಿರೂಪಿಸಿದರು.

ಅಪಘಾತ ತಡೆಗೆ ಯುವಕರ ಮಾದರಿ ಕಾರ್ಯ ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತು ರೋಡ್ ಹಂಪ್ಸ್‌ಗೆ ಬಣ್ಣ ಬಳಿದ 'ಮೀಡಿಯಾ ಮನಸುಗಳು'!

ರಾತ್ರಿ ವೇಳೆ ವಾಹನ ಸವಾರರಿಗೆ ಕಾಣಿಸದೆ ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದ್ದ ರಸ್ತೆ ಹಂಪ್ಸ್‌ಗಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಬಳಿಯುವ ಮೂಲಕ ಕಿನ್ನಿಗೋಳಿಯ 'ಮೀಡಿಯಾ ಮನಸುಗಳು' ತಂಡವು ಮಾದರಿ ಸಮಾಜಮುಖಿ ಕಾರ್ಯ ಕೈಗೊಂಡಿದೆ. ಕಿನ್ನಿಗೋಳಿಯ ಸೈಂಟ್ ಮೇರಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಕಾನ್ವೆಂಟ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಹಾಗೂ ಚರ್ಚ್ ಮುಂಭಾಗದ ರಾಜ್ಯ ಹೆದ್ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದ್ದ ರಸ್ತೆ ಹಂಪ್ಸ್‌ಗಳ ಬಣ್ಣ ಮಾಸಿಹೋಗಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸುವ ದ್ವಿಚಕ್ರ ಹಾಗೂ ನಾಲ್ಕು ಚಕ್ರಗಳ ವಾಹನ ಸವಾರರಿಗೆ ಹಂಪ್ಸ್‌ಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಗೋಚರಿಸದೆ ಅಪಘಾತದ ಆತಂಕ ಎದುರಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಗಂಭೀರತೆಯನ್ನು ಅರಿತ 'ಮೀಡಿಯಾ ಮನಸುಗಳು' ತಂಡದ ಯುವಕರು ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ ತಡರಾತ್ರಿ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಆಗಮಿಸಿ ರಸ್ತೆ ಹಂಪ್ಸ್‌ಗಳಿಗೆ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ಬಳಿಯುವ ಕಾರ್ಯ ಕೈಗೊಂಡರು. ತಂಡದ ಈ ತ್ವರಿತ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಹಿತಾಸಕ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯದಿಂದ ರಾತ್ರಿ ವೇಳೆ ಸಂಚರಿಸುವ ವಾಹನ ಸವಾರರಿಗೆ ರಸ್ತೆ ಹಂಪ್ಸ್‌ಗಳು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗೋಚರಿಸುವಂತಾಗಿದ್ದು, ಸಂಭವನೀಯ ಅಪಘಾತಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಲಿದೆ. ಈ ಶ್ರಮದಾನ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ 'ಮೀಡಿಯಾ ಮನಸುಗಳು' ತಂಡದ ಮುಖಂಡರಾದ ಶಶಿ ಬೆಳ್ಳಾಯರು, ಸಂದೇಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ, ಶಿವು ಕುಲಾಲ್, ಮೋಹನ್ ಕುತ್ತಾರ್, ಗಿರೀಶ್ ಮಣೇಲ್ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್.ಟಿ. ಶಿವು ಕುಮಾರ್ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಸಾರ್ವಜನಿಕರ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸಿದ ಯುವಕರ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾನ್ಸಾಡ್ ರಚನಾ ಎಂಟರ್‌ಪ್ರೈಸಸ್‌ನ ಮಾಲಕರು ಅಗತ್ಯ ಸಹಕಾರ ನೀಡಿದರು. ಯುವಕರ ಈ ಸಮಾಜಮುಖಿ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳೀಯರು ಹಾಗೂ ವಾಹನ ಸವಾರರಿಂದ ವ್ಯಾಪಕ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿದ್ದು, 'ಸಣ್ಣ ಕಾರ್ಯವೂ ಹಲವರ ಜೀವ ಉಳಿಸುವ ದೊಡ್ಡ ಸೇವೆಯಾಗಬಹುದು' ಎಂಬ ಸಂದೇಶವನ್ನು 'ಮೀಡಿಯಾ ಮನಸುಗಳು' ತಂಡ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯದ ಮೂಲಕ ಸಾರಿದೆ.

ಪಾನೀರ್ ಅಶ್ರಮದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಿಲಾಗ್ರಿಸ್ ಸೊಸೈಟಿ ನೆರವು

ಸೈಂಟ್ ಮಿಲಾಗ್ರಿಸ್ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಕೋ-ಆಪರೇಟಿವ್ ಸೊಸೈಟಿ ಲಿ., ಕಾರವಾರ ಇದರ ಉರ್ವಾ ಶಾಖೆಯ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳ ವಿತರಣಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ದೆ ಮರ್ಸಿದೆ ಅನಾಥಾಶ್ರಮ ಪಾಣೀರ್, ದೇರಳಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಮಂಗಳೂರು ದಕ್ಷಿಣ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಮಾಜಿ ಶಾಸಕ ಜೆ.ಆರ್. ಲೋಬೊ ಅವರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಅವರು, ಸೈಂಟ್ ಮಿಲಾಗ್ರಿಸ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾದ ಜೋರ್ಜ್ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್ ಅವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಆಶ್ರಮಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಶ್ಲಾಘನೀಯ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಮೆಚ್ಚುಗೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. ಖ್ಯಾತ ನಿರೂಪಕ ವಿಜೆ ಮಧುರಾಜ್ ಗುರುಪುರ ಮಾತನಾಡಿ, ಪ್ರತಿವರ್ಷ ವಿವಿಧ ಆಶ್ರಮಗಳು ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರುವುದು ಸುಲಭದ ಮಾತಲ್ಲ. ಸೈಂಟ್ ಮಿಲಾಗ್ರಿಸ್ ಸಂಸ್ಥೆ ಈ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯದ ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮ ಮಾದರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅನಾಥಾಶ್ರಮದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸಲಾಯಿತು. ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ದೆ ಮರ್ಸಿದೆ ಅನಾಥಾಶ್ರಮದ ನಿರ್ದೇಶಕಿ ಭಗಿನಿ ಲೂಸಿಯಾನಾ ಪಿಂಟೊ, ಆವಿಷ್ಕಾರ್ ಯೋಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಕುಶಾಲಪ್ಪ ಗೌಡ, ಮಾಜಿ ಸಿಂಡಿಕೇಟ್ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅಧಿಕಾರಿ ಎಂ. ಕಿಶೋರ್ ಕುಮಾರ್, ಮಿಲಾಗ್ರಿಸ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮಂಗಳೂರು-ಪುತ್ತೂರು ವಿಭಾಗದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಧಿಕಾರಿ ನಾಗರಾಜ್ ಮಡಿವಾಳ್, ಮಂಗಳೂರು ವಿಭಾಗದ ರಿಕವರಿ ಆಫೀಸರ್ ವಿಷ್ಣು ಸಿ.ಕೆ. ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಉರ್ವಾ ಶಾಖಾ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ಮೆಲ್ ರೋಯ್ ಪ್ರೇಮ್ ಡಿಸೋಜ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ತೊಕ್ಕೊಟ್ಟು ಶಾಖಾ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ಅಮಿತ್ ಶೆಟ್ಟಿ ಕೆ. ವಂದಿಸಿದರು. ಉರ್ವಾ ಶಾಖೆಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಸಿಂಚನಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಿರೂಪಿಸಿದರು.

ಗಣೇಶೋತ್ಸವ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಜೆಪ್ಪಿನಮೊಗರಿನಲ್ಲಿ ಕ್ರೀಡೋತ್ಸವ

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಶ್ರೀ ಗಣೇಶೋತ್ಸವ ಸಮಿತಿ, ಜೆಪ್ಪಿನಮೊಗರು ಮಂಗಳೂರು ಇದರ 18ನೇ ವರ್ಷದ ಗಣೇಶೋತ್ಸವದ ಅಂಗವಾಗಿ ಲಯನ್ಸ್ ಕ್ಲಬ್ ಹಾಗೂ ಲಿಯೋ ಕ್ಲಬ್ ಮಂಗಳೂರು ಪಂಪ್‌ವೆಲ್ ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷದ ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ ಗ್ರಾಮೀಣ ಕ್ರೀಡೋತ್ಸವವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಲಾಯಿತು. ಜೆಪ್ಪಿನಮೊಗರು ಎರ್ಮೆಜಾಲುಗುತ್ತುವಿನ ದಿ. ಸಂಕಪ್ಪ ರೈ ಅವರ ಗಣೇಶ ಮಂಟಪದ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಗ್ರಾಮೀಣ ಕ್ರೀಡೋತ್ಸವವನ್ನು ಉದ್ಯಮಿ ಗೀತಾ ರಮೇಶ್‌ಚಂದ್ರ ಅವರು ದೀಪ ಬೆಳಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಜಗದೀಶ್ ಎ. ವಹಿಸಿದ್ದರು. ಉದ್ಯಮಿ ಮೋಹಿನಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಗಟ್ಟಿ ಅವರು ಪಾರಿವಾಳಗಳನ್ನು ಹಾರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಗ್ರಾಮೀಣ ಕ್ರೀಡೋತ್ಸವಕ್ಕೆ ಅಧಿಕೃತ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿದರು.

ಮಾಜಿ ಕಾರ್ಪೋರೇಟರ್ ಹಾಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಶ್ರೀ ಗಣೇಶೋತ್ಸವ ಸಮಿತಿಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಜೆ. ನಾಗೇಂದ್ರ ಕುಮಾರ್ ಅವರು ಅತಿಥಿಗಳನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ರಮೇಶ್ ಸಾಲಿಯಾನ್ ಬಜಾಲ್, ಕೀರ್ತಿ ಶೆಟ್ಟಿ ಕೊಪ್ಪರಿಗೆಗುತ್ತು, ಮೋಹನ್‌ರಾವ್ ಎಕ್ಕೂರು, ಲಯನ್ ಉಮೇಶ್ ಅತಿಕಾರಿ, ಲಯನ್ ರಾಜೇಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ (ಶಬರಿ ಕೆಟರರ್ಸ್), ಉಮನ ಪೂಜಾರಿ ಕಂಬಳಸ್ಥಾನ ಹಾಗೂ ಜೆ. ನಾರಾಯಣ ಸಫಲ್ಯ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವರು ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾಗಿ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಅಧ್ಯಾಪಕಿ ಮಲ್ಲಿಕಾ ಭಾನು ಪ್ರಕಾಶ್ ಬಜಾಲ್ ಹಾಗೂ ಸಮಿತಿಯ ಕಾರ್ಯಾಧ್ಯಕ್ಷ ಸುಧಾಕರ್ ಜೆ. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಿರೂಪಿಸಿದರು. ಸಂಚಾಲಕ ಹರೀಶ್ ಶೆಟ್ಟಿ ತಾರ್ದೊಲ್ಯ ವಂದಿಸಿದರು.

ಸೈಂಟ್ ಅಲೋಶಿಯಸ್ ವಿವಿಯ ಎ. ವನಜ ಅವರಿಗೆ PHD ಪದವಿ

ಸೈಂಟ್ ಅಲೋಶಿಯಸ್ ಪರಿಗಣಿತ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್ ವಿಭಾಗದ ಅಸೋಸಿಯೇಟ್ ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಎ. ವನಜ ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಗಾವಿಯ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರಯ್ಯ ತಾಂತ್ರಿಕ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ (ವಿಟಿಯು) ಪಿಎಚ್‌ಡಿ ಪದವಿ ಪ್ರದಾನಿಸಿದೆ. ವೈರ್‌ಲೆಸ್ ಮೊಬೈಲ್ ಅಡ್-ಹಾಕ್ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್ ಜೀವಿತಾವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಬಹು-ನಿರ್ಬಂಧಿತ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಸೇವಾ ರೂಟಿಂಗ್ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವ ಕುರಿತು ನಡೆಸಿದ ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಬಂಧಕ್ಕಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಡಾಕ್ಟರೇಟ್ ಪದವಿ ಲಭಿಸಿದೆ. ವನಜ ಅವರು ಸಂತ ಅಲೋಶಿಯಸ್ ಪರಿಗಣಿತ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಮಾಹಿತಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಶಾಲೆಯ ಸಂಶೋಧನಾ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕ ಡಾ. ಜೀವನ್ ಲಿಯೋನೆಲ್ ಜೋಸೆಫ್ ಪಿಂಟೊ ಹಾಗೂ ಬೆಳಗಾವಿಯ ವಿಟಿಯು ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಎಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ವಿಭಾಗದ ಸಂಶೋಧನಾ ಸಹ-ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕ ಡಾ. ರೋಹಿತ್ ಬಿ. ಕಲಿವಾಲ್ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ್ದರು. ಕೆ. ಅಮ್ಮಯ್ಯಪ್ಪನ್ ಮತ್ತು ಎ. ಭಾನುಮತಿ ಅವರ ಪುತ್ರಿಯಾದ ವನಜ ಅವರು ಮಂಗಳೂರಿನ ಶ್ರೀ ಎಂ. ಕುಮಾರವೇಲ್ ಅವರ ಪತ್ನಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಸಂಶೋಧನಾ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಸಾಧನೆಗೈದು ಪಿಎಚ್‌ಡಿ ಪದವಿ ಪಡೆದಿರುವ ಎ. ವನಜ ಅವರಿಗೆ ಸೈಂಟ್ ಅಲೋಶಿಯಸ್ ಪರಿಗಣಿತ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿ, ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು ಹಾಗೂ ಹಿತೈಷಿಗಳು ಅಭಿನಂದನೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಧರ್ಮಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ 'ಪುನರ್ವಸು' ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಾವೇಶಕ್ಕೆ ಚಾಲನೆ

ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಪಾರಂಪರಿಕ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯ ಮೂಲಕ ದೇಹದ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ ಭಾರತೀಯ ಔಷಧ ಪದ್ಧತಿಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪರಿಷತ್ ಅಧ್ಯಕ್ಷೆ ವೈದ್ಯ ಮನೀಷಾ ಕೋಟೆಕಾರ್ ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಧರ್ಮಸ್ಥಳದ ಅಮೃತವರ್ಷಿಣಿ ಸಭಾಭವನದಲ್ಲಿ ಅಪ್ತಾಸ್ ಆಯುರ್ವೇದ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ದಶಮಾನೋತ್ಸವದ ಅಂಗವಾಗಿ ಇಂದ್ರಿಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಕುರಿತು ಆಯೋಜಿಸಲಾದ ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಾವೇಶ 'ಪುನರ್ವಸು'ವನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ ಅವರು ಮಾತನಾಡಿದರು. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿ-ಪರಿಸರದ ನಡುವೆ ಅವಿನಾಭಾವ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಆದರೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ನೆಪದಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಪ್ರಕೃತಿಯಿಂದ ದೂರವಾಗುತ್ತಾ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಇಂದಿನ ಅನೇಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು. ವೈದ್ಯರು ನಿರಂತರ ಕಲಿಕೆ, ಅಧ್ಯಯನ ಹಾಗೂ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಸಮರ್ಪಕ ಬಳಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಕೌಶಲ, ಉತ್ತಮ ಸಂವಹನ, ಅನುಕಂಪ, ಸಹಾನುಭೂತಿ ಹಾಗೂ ನೈತಿಕತೆಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ರೋಗಿಗಳ ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ವೈದ್ಯ ಮನೀಷಾ ಕೋಟೆಕಾರ್ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು.

ಇಂದ್ರಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನಕ್ಕೆ ಚಾಲನೆ: ಧರ್ಮಸ್ಥಳದ ಧರ್ಮಾಧಿಕಾರಿ ಡಿ. ವೀರೇಂದ್ರ ಹೆಗ್ಗಡೆ ಅವರು ಇಂದ್ರಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನದ ಲೋಗೋ ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿ, 'ಚೋಟಾ ಚರಕ' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದರು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಅವರು, ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಆಯುಷ್ಯ ವೃದ್ಧಿಯೊಂದಿಗೆ ಸುಖ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದರು. ಉಡುಪಿ, ಹಾಸನ ಹಾಗೂ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಸ್‌ಡಿಎಂ ಆಯುರ್ವೇದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಮೂಲಕ ರಿಯಾಯಿತಿ ದರದಲ್ಲಿ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಶುಶ್ರೂಷೆ ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಪಂಚೇಂದ್ರಿಯಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಡಿ. ವೀರೇಂದ್ರ ಹೆಗ್ಗಡೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ಐದು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ: ಉಡುಪಿ ಎಸ್‌ಡಿಎಂ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಾಲೇಜಿನ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಹಾಗೂ ಖ್ಯಾತ ವೈದ್ಯ ಡಾ. ಶರದ್ ಕುಮಾರ್ ಎಂ. ಅವರು ಇಂದ್ರಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನದ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರು. ದೇಶದ ಸುಮಾರು 600 ಆಯುರ್ವೇದ ಕಾಲೇಜುಗಳ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದಲ್ಲಿ, ಮುಂದಿನ ಐದು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಒಂದು ಗ್ರಾಮವನ್ನು ದತ್ತು ಪಡೆದು ಆಯುರ್ವೇದದ ಕುರಿತು ಜನರಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಪ್ರತಿ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 500 ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಮೂಲಕ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯ ಮಹತ್ವದ ಕುರಿತು ಜನಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವ ಉದ್ದೇಶ ಹೊಂದಲಾಗಿದೆ. ಧರ್ಮಾಧಿಕಾರಿ ಡಿ. ವೀರೇಂದ್ರ ಹೆಗ್ಗಡೆಯವರ ನೇತೃತ್ವ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಈ ವಿನೂತನ ಅಭಿಯಾನಕ್ಕೆ ಧರ್ಮಸ್ಥಳದಿಂದ ಚಾಲನೆ ದೊರೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕು: ಆಯುಷ್ ಸಲಹೆಗಾರ ಡಾ. ಕೌಸ್ತುಭ ಉಪಾಧ್ಯಾಯ ಮಾತನಾಡಿ, ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವ ಮೂಲಕ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಸೇವಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸಮರ್ಪಕ ದಾಖಲೀಕರಣಕ್ಕೂ ಅವರು ಒತ್ತು ನೀಡಿದರು. ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದ ಆಯುಷ್ ಇಲಾಖೆಯ ಆಯುಕ್ತ ಡಾ. ಸುನಿಲ್ ಪನ್ವಾರ್ ಮಾತನಾಡಿ, ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರು ಪಾರಂಪರಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಯ ರಾಯಭಾರಿಗಳಾಗಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಕರೆ ನೀಡಿದರು. ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಸ್ಪಂದನೆ ದೊರೆಯುತ್ತಿದ್ದು, ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ 'ಗುರುವಂದನ' ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಡಿ ಧರ್ಮಾಧಿಕಾರಿ ಡಿ. ವೀರೇಂದ್ರ ಹೆಗ್ಗಡೆಯವರನ್ನು ಗೌರವಿಸಲಾಯಿತು. ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕ್ಷೇಮವನದ CEO ಶ್ರದ್ಧಾ ಅಮಿತ್ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಎಸ್‌ಡಿಎಂ ಆಯುರ್ವೇದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ನಿರ್ದೇಶಕ ಡಾ. ಪ್ರಸನ್ನ ಎನ್. ರಾವ್ ಪ್ರಾಸ್ತಾವಿಕವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಡಾ. ಕಿರಣ್ ಕೆ. ಧನ್ಯವಾದ ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ಡಾ. ಅನುಪಮ ವಿ. ಚಿನ್ನಿಕಟ್ಟಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಿರ್ವಹಿಸಿದರು. ಉದ್ಘಾಟನಾ ಸಮಾರಂಭಕ್ಕೂ ಮುನ್ನ 'ಸಂಹಿತಾ' ಮೆರವಣಿಗೆ, ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆ, ವಾದ್ಯಮೇಳ, ಶಂಖನಾದ ಹಾಗೂ ಸಂಹಿತಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ನಡೆದವು.

ತೂಕ ಇಳಿಸಲು ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡ್ತೀರಾ? ಈ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡ್ಬೇಡಿ!

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ದೇಹದ ತೂಕ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಲು ಹಾಗೂ ಸದೃಢ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಸರಿಯಾದ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯೊಂದಿಗೆ ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಿದರೆ ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಪ್ರತಿದಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಓಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವು ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಎಂದು ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಓಟವು ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆ ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ತ್ರಾಣ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಓಟವು ಕಾಲು, ಸೊಂಟ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಪ್ರಮುಖ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ತೂಕ ಇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಆತುರದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಓಡುವುದು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಹಾಗೂ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು.

ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಓಡುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ: ತೂಕ ಬೇಗ ಇಳಿಯುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಹಲವರು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಏನನ್ನೂ ಸೇವಿಸದೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಓಡಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಶಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಓಡುವುದರಿಂದ ಆಯಾಸ, ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದಷ್ಟು ಶಕ್ತಿ ದೊರೆಯುವಂತೆ ಹಗುರವಾದ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಸೇಬು, ಕೆಲವು ನಟ್ಸ್ ಅಥವಾ ಇತರ ಸೂಕ್ತ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬಹುದು. ಓಟದ ನಂತರ ದೇಹ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪುನಃ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರೋಟೀನ್ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ ಇರುವ ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು ಸಹ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಓಡುವಾಗ ತೋಳುಗಳ ಚಲನೆಯೂ ಮುಖ್ಯ: ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಕಾಲುಗಳ ಚಲನೆಯ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಗಮನ ಹರಿಸಿದರೆ ಸಾಲದು. ಭುಜಗಳು ಮತ್ತು ತೋಳುಗಳ ಸರಿಯಾದ ಚಲನೆಯೂ ಉತ್ತಮ ಓಟಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮೊಣಕೈಗಳನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಬಗ್ಗಿಸಿ ದೇಹದ ಚಲನೆಗೆ ಹೊಂದುವಂತೆ ಕೈಗಳನ್ನು ಚಲಿಸುವುದರಿಂದ ಓಟದ ವೇಗವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅತಿಯಾಗಿ ಉದ್ದವಾದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ದೇಹಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವಷ್ಟು ಸಹಜವಾದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು ಓಡುವುದರಿಂದ ಶಕ್ತಿಯ ಬಳಕೆ ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಗಾಯದ ಅಪಾಯವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಸರಿಯಾದ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಶೂ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಅಗತ್ಯ: ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಧರಿಸುವ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಶೂ ಕೂಡ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ತುಂಬಾ ಸಡಿಲವಾದ ಅಥವಾ ಓಡಲು ಅನುಕೂಲಕರವಲ್ಲದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಓಟದ ವೇಳೆ ಅಸೌಕರ್ಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಆರಾಮದಾಯಕ ಮತ್ತು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಹೊಂದುವ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಅದೇ ರೀತಿ ಉತ್ತಮ ಹಿಡಿತ ಹಾಗೂ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ ರನ್ನಿಂಗ್ ಶೂಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲಿನ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಲು ಹೋಗಬೇಡಿ: ತೂಕವನ್ನು ಬೇಗ ಇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ದಿನವೇ ಹೆಚ್ಚು ವೇಗವಾಗಿ ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ದೂರ ಓಡುವುದು ಸರಿಯಾದ ವಿಧಾನವಲ್ಲ. ದೇಹವನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ರನ್ನಿಂಗ್‌ಗೆ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ನಡೆಯುವ ಮೂಲಕ ಆರಂಭಿಸಿ ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಜಾಗಿಂಗ್ ಮತ್ತು ರನ್ನಿಂಗ್‌ಗೆ ಮುಂದಾಗಬಹುದು. ಈಗಾಗಲೇ ಓಡುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಇರುವವರೂ ಸಹ ತಮ್ಮ ದೇಹದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಬಾರದು.

ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ: ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ದೇಹದಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಬೆವರು ಹೊರಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಕೊರತೆ ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಓಟದ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿಯುವ ಮೂಲಕ ದೇಹವನ್ನು ಹೈಡ್ರೇಟ್ ಆಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ದೇಹಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯೂ ಬೇಕು: ಪ್ರತಿದಿನ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದೇ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ಎಂಬುದು ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ. ದೇಹಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮತ್ತು ಚೇತರಿಕೆಗೆ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ವಾರದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ದಿನ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವುದರಿಂದ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ರನ್ನಿಂಗ್ ತೂಕ ಇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಕಾರಿ ವ್ಯಾಯಾಮವಾಗಿದ್ದರೂ, ಸರಿಯಾದ ಆಹಾರ, ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು, ಉತ್ತಮ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ತೂಕ ಬೇಗ ಇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಆತುರಕ್ಕಿಂತ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಜೀವನಶೈಲಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶ ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಫ್ರೀಜರ್‌ನಲ್ಲಿ ಐಸ್ ತುಂಬಿದೆಯೇ? ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸುವ ಸುಲಭ ವಿಧಾನ!

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಡೀಪ್ ಫ್ರೀಜರ್‌ನಲ್ಲಿ ದಿನಗಳು ಕಳೆದಂತೆ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ಫ್ರೀಜರ್‌ನ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ದಪ್ಪವಾಗಿ ಹಿಮ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಾಗ ಅದನ್ನು ಬೇಗನೆ ತೆಗೆಯುವ ಆತುರದಲ್ಲಿ ಹಲವರು ಚಾಕು, ಸ್ಕ್ರೂಡ್ರೈವರ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಚೂಪಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ವಿಧಾನ ಫ್ರೀಜರ್‌ಗೆ ಗಂಭೀರ ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ಚೂಪಾದ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಕೆರೆದು ತೆಗೆಯುವ ವೇಳೆ ಫ್ರೀಜರ್‌ನ ಒಳಭಾಗದ ಪದರಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾಗಬಹುದು. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ತಂಪುಗೊಳಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಭಾಗಗಳು ಅಥವಾ ಕೂಲಂಟ್ ಲೈನ್‌ಗಳು ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ. ಇದರಿಂದ ಫ್ರೀಜರ್ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡದೇ ದುಬಾರಿ ರಿಪೇರಿಗೆ ಒಳಪಡಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ಡೀಪ್ ಫ್ರೀಜರ್‌ನಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಸಂಗ್ರಹವಾದರೆ ಅದರ ತಂಪುಗೊಳಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ವೇಗವಾಗಿ ತಣ್ಣಗಾಗಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಫ್ರೀಜರ್ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಕಾರಣ ವಿದ್ಯುತ್ ಬಳಕೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಫ್ರೀಜರ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ದಪ್ಪವಾಗಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಿಡದೆ, ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಡಿಫ್ರಾಸ್ಟ್ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಚಾಕು ಅಥವಾ ಇತರ ಚೂಪಾದ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಕುದಿಯುವ ನೀರು ಸುರಿಯುವುದು ಕೂಡ ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ಬೇಗನೆ ಕರಗಿಸಲು ಕೆಲವರು ಫ್ರೀಜರ್‌ನೊಳಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಕುದಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಸುರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಹಠಾತ್ ಉಂಟಾಗುವ ಅಧಿಕ ಶಾಖದಿಂದ ಫ್ರೀಜರ್‌ನ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಭಾಗಗಳು ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಕಪಾಟುಗಳು, ಒಳಭಾಗದ ಫಲಕಗಳು ಹಾಗೂ ಬಾಗಿಲಿನ ಸೀಲ್ ಮೇಲೂ ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಬೀಳಬಹುದು. ಬಾಗಿಲಿನ ಸೀಲ್ ಹಾನಿಯಾದರೆ ಫ್ರೀಜರ್ ಸರಿಯಾಗಿ ತಂಪಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿದ್ಯುತ್ ಬಳಕೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಕರಗಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ಮೊದಲು ಮೊದಲು ಫ್ರೀಜರ್ ಅನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೇರ್ಪಡಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಫ್ರೀಜರ್‌ನೊಳಗಿನ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆದಿಡಬಹುದು. ನಂತರ ಕೋಣೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಉಷ್ಣಾಂಶದಲ್ಲಿ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕರಗಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ಕರಗುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ವೇಗಗೊಳಿಸಲು ಫ್ರೀಜರ್‌ನ ಬಾಗಿಲಿನ ಹೊರಭಾಗದ ಬಳಿ ಸಣ್ಣ ಫ್ಯಾನ್ ಇಡಬಹುದು. ಇನ್ನೊಂದು ವಿಧಾನವೆಂದರೆ, ಫ್ರೀಜರ್‌ನೊಳಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರನ್ನು ಇಡುವುದು. ನೀರಿನಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಹಬೆಯು ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮೃದುಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಬಿಸಿನೀರನ್ನು ಫ್ರೀಜರ್‌ನ ಗೋಡೆಗಳು ಅಥವಾ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಭಾಗಗಳ ಮೇಲೆ ನೇರವಾಗಿ ಸುರಿಯಬಾರದು. ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಮೃದುವಾದ ನಂತರ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸ್ಕ್ರಾಪರ್ ಅಥವಾ ಮೃದುವಾದ ಸ್ಪಾಟುಲಾ ಬಳಸಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಚೂಪಾದ ಲೋಹದ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸದೇ ಇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಕೆಲವು ಸರಳ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳು: ಡೀಪ್ ಫ್ರೀಜರ್‌ನ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಪದೇ ಪದೇ ತೆರೆಯುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆದಿಟ್ಟರೆ ಹೊರಗಿನ ತೇವಾಂಶ ಒಳಗೆ ಸೇರಿ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಬಾಗಿಲಿನ ರಬ್ಬರ್ ಸೀಲ್ ಸರಿಯಾಗಿದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು. ಡೀಪ್ ಫ್ರೀಜರ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಆತುರಪಟ್ಟು ಚಾಕು ಅಥವಾ ಸ್ಕ್ರೂಡ್ರೈವರ್ ಬಳಸುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಫ್ರೀಜರ್ ಅನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಿ, ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಕರಗಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿ ನಂತರ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಉಪಕರಣದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ.

ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಅಂದುಕೊಂಡು ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಬೇಡ! ಹಾರ್ಟ್ ಅಟ್ಯಾಕ್‌ನ ಲಕ್ಷಣವೂ ಆಗಿರಬಹುದು

ಎದೆ ಉರಿ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು, ಅಜೀರ್ಣ, ವಾಕರಿಕೆ ಅಥವಾ ಹೊಟ್ಟೆ ಉಬ್ಬರ ಕಂಡುಬಂದಾಗ ಅನೇಕರು ಅದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಗಂಭೀರ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಮುನ್ಸೂಚನೆಯಾಗಿರಬಹುದು ಎಂದು ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರು ಎಚ್ಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಹೃದಯಾಘಾತದ ಕೆಲವು ಲಕ್ಷಣಗಳು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಹೋಲಿಕೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಹಲವರು ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಎದೆಯ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ, ವಾಕರಿಕೆ, ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಅಜೀರ್ಣದಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಮನೆಮದ್ದು ಅಥವಾ ಸ್ವಯಂ ಔಷಧೋಪಚಾರಕ್ಕೆ ಮುಂದಾಗುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಆಗಬಹುದು. ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು, ಎದೆಯುರಿ, ಹೊಟ್ಟೆ ಉಬ್ಬರ ಹಾಗೂ ಅಜೀರ್ಣದಂತಹ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ರಕ್ತ ಪೂರೈಕೆ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗಲೂ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಎದೆ ಅಥವಾ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಎದೆಯಲ್ಲಿ ನೋವು ಅಥವಾ ಒತ್ತಡದ ಅನುಭವವನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡಬಾರದು ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿತ ನೋವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಎದೆಯಿಂದ ಎಡಗೈ, ಭುಜ, ಬೆನ್ನು, ಕುತ್ತಿಗೆ ಅಥವಾ ದವಡೆ ಭಾಗಕ್ಕೂ ಹರಡಬಹುದು. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ, ಅತಿಯಾದ ಬೆವರು, ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ, ವಾಕರಿಕೆ ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಕಂಡುಬಂದರೆ ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಪಡೆಯುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಧುಮೇಹ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಅಧಿಕ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್, ಬೊಜ್ಜು ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಯ ಇತಿಹಾಸ ಹೊಂದಿರುವವರು ಹೆಚ್ಚು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಇಂತಹವರಿಗೆ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚಿರಬಹುದು ಎಂದು ತಜ್ಞರು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಯಾವ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು?

ಎದೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ನೋವು ಅಥವಾ ಒತ್ತಡ, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ, ಅತಿಯಾದ ಬೆವರು, ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ, ವಾಕರಿಕೆ, ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅಸಹಜ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಅಥವಾ ನೋವು ಕೈ, ಭುಜ, ಬೆನ್ನು ಹಾಗೂ ದವಡೆಗೆ ಹರಡುವುದು ಕಂಡುಬಂದರೆ ಅದನ್ನು ಕೇವಲ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಾರದು. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಪಡೆಯುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ. ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು, ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ದೇಹದ ತೂಕವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಡುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಜಂಕ್ ಫುಡ್, ಅತಿಯಾದ ಉಪ್ಪು, ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ತಾಜಾ ಹಣ್ಣುಗಳು, ತರಕಾರಿಗಳು, ಸೊಪ್ಪುಗಳು, ಧಾನ್ಯಗಳು, ಬೇಳೆಕಾಳುಗಳು, ಮೀನು ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಸಮತೋಲಿತ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಬಹುದು. ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು ಮದ್ಯಪಾನದಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿ. ಮಧುಮೇಹ ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಇರುವವರು ಅವುಗಳನ್ನು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಇಡುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. 25 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ನಂತರವೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರು ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ವಾರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ದಿನಗಳು ಕನಿಷ್ಠ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮಾಡುವುದು, ಸಮರ್ಪಕ ನಿದ್ರೆ ಪಡೆಯುವುದು ಹಾಗೂ ನಿಯಮಿತ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಉಪಯುಕ್ತ.

ಎದೆ ನೋವು ಅಥವಾ ಅಸಹಜ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಸಾರಿ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ಅಥವಾ ತೀವ್ರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ ಸ್ವಯಂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವ ಬದಲು ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು ಜೀವ ರಕ್ಷಿಸುವ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಬಹುದು. ಈ ಮಾಹಿತಿಯು ಆರೋಗ್ಯ ಜಾಗೃತಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ. ಎದೆ ನೋವು, ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಅನುಮಾನವಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಕೋಳಿ ಮೊಟ್ಟೆಯ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಎಸೆಯಲೇಬೇಡಿ...!

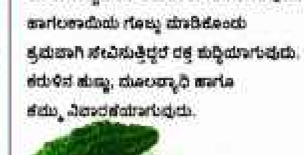
ಕೋಳಿ ಮೊಟ್ಟೆಯ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಕವನ್ನಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಹೌದು, ಮೊದಲು ಮೊಟ್ಟೆ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಮಿಕ್ಸಿಗೆ ಹಾಕಿ ನುಣುಪಾಗಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಕೊಂಚ ನಿಂಬೆ ರಸ & ಜೇನುತುಪ್ಪ ಬೆರೆಸಿ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದರಿಂದ ಚರ್ಮದ ರಂಧ್ರಗಳು ತೆರೆದುಕೊಂಡು ಚರ್ಮ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಬಳಿದುಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ಉತ್ತಮವಾಗಿರಲಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಮೊಡವೆ ಗೋಜಿನಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರಬರಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಬೀಟ್ ರೂಟ್

ಬೀಟ್ ರೂಟ್ ಇದು ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ, ಕಬ್ಬಿಣ, ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಮ್ ಮತ್ತು ಪ್ರೋಟೀನ್ ನಂತಹ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಹಾಗಲಕಾಯಿ

ಕಹಿಯ: ಮಧುಮೇಹ, ಕರುಳಿನ ಹುಣ್ಣು, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ. ಮಧುಮೇಹದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗಳು ಹಾಗಲಕಾಯಿಯನ್ನು ಹಸಿಯಾಗಿ ತಿಂದರೆ ರೋಗ ಅಲ್ಪ ದಿನದ ಬಹುಪಾಲು ಗುಣವಾಗುವುದು. ಹಾಗಲಕಾಯಿಯ ಗೊಜ್ಜು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧಿಯಾಗುವುದು. ಕರುಳಿನ ಹುಣ್ಣು, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ ಹಾಗೂ ಕೆಮ್ಮು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುವುದು.



ವಿಶ್ವ ಪರ್ಯಟನೆಯಲ್ಲೇ ಜೀವತೆತ್ತ ಮಗೆಲ್ಲನ್

ಇಂದು ಪ್ರಪಂಚ ತುಂಬಾ ಕಿರಿದಾಗಿದೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗಕ್ಕಾದರೂ ದಿನ ಕಳೆಯುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ ತಲುಪಬಹುದಾದ ಸಂಚಾರ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಆದರೆ ನಾಲ್ಕೈದು ಶತಮಾನಗಳ ಹಿಂದೆ ಈ ರೀತಿಯ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಇರಲಿಲ್ಲ. ಭೂಮಿಯ ಒಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿದ್ದ ಜನರಿಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಏನಿದೆ? ಅಲ್ಲಿ ಭೂಭಾಗವಿದೆಯೇ? ಸಮುದ್ರದಿಂದಲೇ ಕೂಡಿದೆಯೇ? ಚಿತ್ರ ವಿಚಿತ್ರ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಇವೆಯೇ? ಎಂಬ ಹಲವಾರು ವಿಚಾರಗಳು ಗೊತ್ತೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಡೆಯಲ್ಲಿ ಹುಚ್ಚು ಸಾಹಸಿಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಭೂ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆಗೆ ಇದ್ದ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗ ಎಂದರೆ ನೌಕಾಯಾನ. ನೌಕಾಯಾನದಲ್ಲಿ ಒದಗಿ ಬರುವ ಅಡಚಣೆಗಳು ನೂರಾರು. ಅವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮೆಟ್ಟಿ ನಿಂತು ಮೊದಲನೇ ಬಾರಿಗೆ ಇಡೀ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಸುತ್ತಿದ ಓರ್ವ ಸಾಹಸಿ ನಾವಿಕನ ಬಗ್ಗೆ ನಾವಿಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ವ್ಯಾಪಾರದ ನೆಪದಲ್ಲಿ 1498ರಲ್ಲಿ ಭಾರತಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಬಂದ ಪೋರ್ಚ್‌ಗೀಸ್ ನಾವಿಕ ವಾಸ್ಕೋ ಡ ಗಾಮ ಆಗಲಿ, ಅಮೇರಿಕಾ ಖಂಡದ ಕೆಲವು ದ್ವೀಪಗಳನ್ನು 1492ರಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿದ ಕ್ರಿಸ್ಟೋಫರ್ ಕೊಲಂಬಸ್ ಆಗಲಿ ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅಮೇರಿಕಾ ಎನ್ನುವುದು ಏಷ್ಯಾ ಖಂಡಕ್ಕಿಂತ ಬೇರೆ ಆಗಿರುವ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಖಂಡ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ ಇಟಾಲಿಯನ್ ನಾವಿಕ ಅಮೇರಿಗೊ ವೆಸ್ಪುಚ್ಚಿ (ವೆಸ್ಪುಸ್ಸಿ) ಯಾಗಲಿ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದು ಮತ್ತು ಅದೇ ವಿಶ್ವ ಪರ್ಯಟನೆಯಲ್ಲೇ ತನ್ನ ಜೀವ ತೆತ್ತ ಸಾಹಸಿ ನಾವಿಕ ಫರ್ಡಿನಂಡ್ ಮಗೆಲ್ಲನ್ (Ferdinand Magellan) ಅಥವಾ ಮಗೆಲನ್. 12 ರಿಂದ 16ನೇ ಶತಮಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಡಗು ಹತ್ತಿ ಹೋಗುವುದೇ ಹೊಸ ಭೂಭಾಗ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ದೇಶಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಇದ್ದ ಏಕೈಕ ದಾರಿ. ಹುಡುಕಲು ಹೋದವರಿಗೆ ಭೂಭಾಗವೂ ಸಿಕ್ಕಬಹುದು, ಸಿಗದೆಯೂ ಇರಬಹುದು. ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಏಳುವ ಭೀಕರ ಬಿರುಗಾಳಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿ, ಆಹಾರವಿಲ್ಲದೇ ಸತ್ತವರೂ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಮಂದಿ ಇದ್ದಾರೆ. ಹಡಗಿಗೆ ಹತ್ತಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮರಳಿ ಮತ್ತೆ ಬರುವನೋ ಎನ್ನುವುದು ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಖಾತ್ರಿ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆಗಲೂ ಸಾಹಸಿಗಳಿಗೆ ಕೊರತೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಓರ್ವ ಹುಚ್ಚು ಸಾಹಸಿಯೇ ಫರ್ಡಿನಂಡ್ ಮಗೆಲ್ಲನ್.

ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಪೋರ್ಚ್‌ಗೀಸ್ ರಾಜ ಒಂದನೇ ಮ್ಯಾನ್ಯುಯೆಲ್ ನ ಆಪ್ತ ಆಸ್ಥಾನಿಕ ನಾವಿಕನಾಗಿದ್ದ. 1495ರಲ್ಲಿ ಮ್ಯಾನ್ಯುಯೆಲ್ ಜೊತೆ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಈತ 1511ರಲ್ಲಿ ಮಲಕ್ಕಾ ದ್ವೀಪವನ್ನು ವಶಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆ ಬಳಿಕ ಈತನ ಹೆಸರು ಪ್ರಸಿದ್ಧಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ರಾಜನ ಜೊತೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ಮೂಡಿ ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಸ್ಪೇನ್ ನ ರಾಜನ ಜೊತೆ 1517ರಲ್ಲಿ ಸ್ನೇಹ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಸ್ಪೇನ್ ರಾಜನ ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ 1519ರಲ್ಲಿ ಐದು ಹಡಗುಗಳೊಂದಿಗೆ ವಿಶ್ವ ಪರ್ಯಟನೆಗೆ ಹೊರಡುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಪ್ರಯಾಣವು ಮಗೆಲ್ಲನ್ ನ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಯಾಣಗಳಂತೆ ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಕಡಲಿನ ಹವಾಮಾನವೂ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಸಮುದ್ರದ ನೀರಿನ ಹರಿವು ಅವರ ಪ್ರಯಾಣದ ವಿರುದ್ಧ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿತ್ತು. ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳೂ ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡದೇ ಆತನ ವಿರುದ್ಧವೇ ದಂಗೆ ಎದ್ದರು. ಆದರೂ ತನ್ನ ಚಾಣಾಕ್ಷತನದಿಂದ ನಿಭಾಯಿಸಿ ಹಾಗೂ ಹೀಗೂ ಒಂದು ಹೊಸ ಭೂಭಾಗ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅದುವೇ ಇಂದಿನ ದಕ್ಷಿಣ ಅಮೇರಿಕಾ. ಆತ ಸಾಗಿ ಬಂದ ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಆಗ ಹೆಸರು ಇರಲಿಲ್ಲ. ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಆ ಸಮುದ್ರಕ್ಕೆ ಫೆಸಿಫಿಕ್ ಮಹಾ ಸಾಗರ ಎಂದು ನಾಮಕರಣ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆತ ಕಂಡು ಹಿಡಿದ ಈ ಸಮುದ್ರ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ (ಜಲಸಂಧಿ) ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಈತನ ಹೆಸರನ್ನೇ ನೀಡಲಾಯಿತು. ಅದುವೇ ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಜಲಸಂಧಿ (Strait of Magellan).

ಅಲ್ಲಿಂದ ಮರಳಿ ಸ್ಪೇನ್ ಗೆ ಹೊರಟಾಗ ಅವರ ಬಳಿ ಉಳಿದದ್ದು ಮೂರು ಹಡಗುಗಳು ಮಾತ್ರ. ಆದರೆ ಫೆಸಿಫಿಕ್ ಮಹಾ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಪರ್ಯಟನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಹವಾಮಾನದ ಕಾರಣ ಹಲವಾರು ದಿನಗಳು ಉರುಳಿ ಅವರ ಬಳಿ ಇದ್ದ ಆಹಾರ ಸಾಮಾಗ್ರಿಗಳು ಖಾಲಿಯಾಗತೊಡಗಿದವು. ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಹಸಿವಿನಿಂದ ನರಳತೊಡಗಿದರು. ಕೆಲವು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಹಸಿವಿನಿಂದ ಸತ್ತೇ ಹೋದರು. ಆದರೂ ಸುಮಾರು ಹದಿನಾಲ್ಕು ವಾರಗಳ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿ ಕೊನೆಗೆ ಪಶ್ಚಿಮ ಫೆಸಿಫಿಕ್ ನ ಬಳಿಯಿದ್ದ ಒಂದು ದ್ವೀಪವನ್ನು ತಲುಪಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನ ತಂಗಿದ ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಮತ್ತು ಆತನ ತಂಡ ಪ್ರಯಾಣ ಮುಂದುವರೆಸಿ ಫಿಲಿಪ್ಪೈನ್ಸ್ ತಲುಪಿದರು.

ಫಿಲಿಪ್ಪೈನ್ಸ್‌ನ ಸ್ಥಳೀಯ ನಾಯಕರ ಜೊತೆ ಎಪ್ರಿಲ್ 27, 1521ರಂದು ಗಲಾಟೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸಣ್ಣ ಹೋರಾಟವಾಗಿ ಮಗೆಲ್ಲನ್ ದಾರುಣವಾಗಿ ಸಾವನ್ನಪ್ಪುತ್ತಾನೆ. ಮಗೆಲ್ಲನ್‌ನ ಸಾವಿನ ಬಳಿಕ ಆತನ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಮತ್ತು ಹಡಗನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಕಳಿಸುತ್ತಾರೆ ಫಿಲಿಪ್ಪೈನ್ಸ್ ನಾಯಕರು. ಕೊನೆಗೂ ಅವನ ಹಡಗು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 1522ರಂದು ಸ್ಪೇನ್ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಸಾಹಸಿ ನಾವಿಕ ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಸಾವಿಗೆ ಸ್ಪೇನ್ ಜನರು ಕಣ್ಣೀರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆತನ ಸಾಹಸ ಇಂದಿಗೂ ಎಲ್ಲಾ ನಾವಿಕರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ. ಮಗೆಲ್ಲನ್ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಹಡಗಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆ ಮಾಡಿದ ಮೊದಲ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂಬ ಖ್ಯಾತಿಗೆ ಪಾತ್ರನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಈ ಪರ್ಯಟನೆಯ ಸವಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಮಗೆಲ್ಲನ್ ಜೀವಂತವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದುವೇ ಕಟು ವಾಸ್ತವ.

(ಆಧಾರ) ಅಶ್ವಿನ್ ಪಡವಿನಂಗಡಿ

ಚಿತ್ರ ಕೃಪೆ: ಅಂತರ್ಜಾಲ ತಾಣ

Annual Feast of Harihar Basilica Begins with Solemn Flag Hoisting Ceremony

`The Minor Basilica of Our Lady of Health, Harihar', witnessed a massive gathering of pilgrims on Saturday as the nine-day annual feast commenced with a solemn flag-hoisting ceremony, marking the beginning of one of Karnataka's most significant Marian pilgrimages. The celebrations began with the blessing of the newly renovated Grotto of Our Lady of Health by Msgr. Stany D'Souza. Following the blessing, Very Rev. Msgr. Stany D'Souza, Delegate of the Apostolic Administrator of the Diocese of Shimoga, formally inaugurated the annual feast by hoisting the festival flag. He was warmly welcomed by Basilica Rector, Very Rev. Fr. George K. A., with a bouquet of flowers. Parish Council Secretary Mr. Gnanaprakash, who served as the Master of Ceremonies, welcomed the large gathering of pilgrims and devotees. Solemn Eucharistic Celebration : Very Rev. Fr. George K. A., Rector of the Shrine, led the Novena prayers, following which Msgr. Stany D'Souza presided over the inaugural Holy Eucharist. In his homily on the theme "Mary – Mother of the Marginalized," Msgr. Stany reflected on the Blessed Virgin Mary's role as a source of comfort and hope for refugees, the bereaved, widows, and all those who experience suffering and exclusion. Drawing inspiration from Matthew 25, he emphasized the Christian responsibility to serve the poor, the vulnerable, and those living on the margins of society. The inaugural Eucharistic celebration was concelebrated by twenty priests.Thousands of Pilgrims Gather at Harihar: Thousands of devotees from across Karnataka and neighbouring states thronged the Basilica to participate in the opening-day celebrations. Many pilgrims, dressed in saffron as a mark of faith and tradition, added to the unique spiritual atmosphere surrounding the pilgrimage. The enormous influx of devotees resulted in heavy traffic congestion in several parts of Harihar, reflecting the deep devotion and enduring faith associated with Harihar Matha. Adoration, Healing Prayers and Community Meal: Following the Eucharistic celebration, Fr. Santhosh Almeida led the Eucharistic Adoration, while Fr. Franklin D'Souza conducted healing prayers. The spiritual programme concluded with the solemn Benediction. Priests prayed over the faithful, invoking God's blessings, healing, comfort, and consolation. The day's celebrations concluded with Anna Santharpane, the traditional community meal shared among pilgrims and devotees. Novena Celebrations Until September 7: From the day of the flag hoisting until September 7, Novena Masses, preaching, Eucharistic celebrations, and various devotional programmes will be held daily, with different priests leading the spiritual services. The annual feast will culminate on September 8, the Feast of the Nativity of the Blessed Virgin Mary, with solemn Eucharistic celebrations and special liturgical services. Special Prayers for Peace : Special prayers were also offered for peace throughout the world, particularly for war-torn nations, their leaders, and all those suffering because of conflict and violence. The prayers reaffirmed the Minor Basilica of Our Lady of Health, Harihar, as an important centre of faith, prayer, hope, and intercession. Recognised as one of the largest Marian pilgrimages in Karnataka, the Harihar annual feast will continue with Novena prayers, daily Eucharistic celebrations, sermons, and devotional programmes until the grand culmination on September 8. For the benefit of devotees unable to participate in person, the celebrations are also being made available through a live broadcast, enabling thousands of faithful to join the prayers and festivities from their homes.

Saint Agnes College Inaugurates `MBSI Student Unit to Promote Microbiology Research and Learning'

Saint Agnes College (Autonomous), Mangaluru, inaugurated its Microbiologists Society, India (MBSI) Student Unit marking a significant step towards promoting academic engagement, research awareness and professional interaction among students of Microbiology. The inaugural programme was held at the A2 Hall of the college. Dr Bharathi Prakash, Chief State Coordinator of MBSI and Associate Professor in the Department of Microbiology at University College Mangaluru, inaugurated the Saint Agnes MBSI Student Unit through a video presentation. Addressing the gathering, Dr Bharathi Prakash highlighted the role and significance of the Microbiologists Society, India, an organisation committed to promoting research, education and community service in the field of Microbiology. She encouraged students to explore the vast and diverse applications of the discipline and actively engage in scientific learning beyond the classroom. She spoke about various areas of Applied Microbiology, including the importance of probiotics and beneficial microorganisms in everyday life. She also highlighted the significance of the Buttermilk Campaign, an initiative aimed at creating greater awareness about beneficial microbes and their role in health and well-being. Sharing her experiences, Dr Bharathi also spoke about her visits to museums dedicated to Microbiology in Paris and the Netherlands, offering students a fascinating glimpse into the history, evolution and public engagement of the discipline. Vidya Patali, Dean of Science, and Prajwal Rao, Head of the Department of Microbiology, were present on the occasion. The newly constituted Saint Agnes MBSI Student Unit Committee includes Ajay Jovin Sequeira as President, Aaron Johan Dsouza as Secretary, and Yuvina K. Manoj as Treasurer. The programme commenced with a prayer song led by Dimpal and team, followed by a ceremonial welcome to the dignitaries by Yuvina. The programme was compered by Aslaha, while Jishma proposed the vote of thanks. The Saint Agnes MBSI Student Unit expressed its gratitude to Dr Arvind Deshmukh, National Founder and President of MBSI; Dr T. Praveen, Karnataka State President of MBSI; and Sr Dr M. Venissa A.C., Principal of Saint Agnes College (Autonomous), Mangaluru, for their guidance and encouragement in promoting academic initiatives and supporting the holistic development of students. The inaugural programme witnessed the enthusiastic participation of 80 students from the Department of Microbiology. The establishment of the student unit is expected to provide a valuable platform for students to enhance their academic knowledge, explore research opportunities, interact with professionals and develop a deeper understanding of the diverse applications of Microbiology. The inauguration marked an important beginning in nurturing scientific curiosity, professional engagement and greater awareness of the rapidly expanding world of Microbiology among young students.

Bank of Baroda to Recruit 2,482 Local Bank Officers Across India

बैंक ऑफ़ बड़ौदा
Bank of Baroda

Bank of Baroda has announced a major recruitment drive to appoint 2,482 Local Bank Officers (JMG/S-I) on a regular basis across 20 States and Union Territories, including Karnataka. The initiative aims to create career opportunities for young banking professionals, strengthen the Bank's local talent pool and enhance banking services at the grassroots level. A key feature of the recruitment is that selected candidates will serve in the state for which they apply for the first 12 years of their service or until promotion to SMGS-IV Grade, whichever is earlier. The initiative is expected to strengthen the Bank's local presence by leveraging officers' knowledge of regional languages, culture and markets.Key Details: Post: Local Bank Officer (JMG/S-I), Total Vacancies: 2,482, Age Limit: 21 to 30 years, Qualification: Graduation from a recognised university, Experience: Minimum one year of post-qualification experience as an officer in a Scheduled Commercial Bank, Local Language: Proficiency in the local language of the respective state is mandatory, Last Date to Apply: September 7, 2026Eligible candidates can apply online through the official Bank of Baroda website. Speaking about the recruitment drive, Bank of Baroda Executive Director Lal Singh said the initiative would strengthen the Bank's workforce while creating meaningful career opportunities for local talent and contributing to regional economic development. The recruitment drive is expected to further strengthen Bank of Baroda's presence across the country while supporting inclusive growth and employment generation.

Let Youth Create New Sporting History: M.A. Gafoor

Youth should draw inspiration from legendary hockey player Major Dhyan Chand and create new chapters in the history of Indian sports through talent, dedication and hard work, said Coastal Development Board Chairman M.A. Gafoor. He was speaking after inaugurating the National Sports Day celebrations and Dakshina Kannada district-level swimming competition at the Emmekere International Swimming Pool in Mangaluru. Gafoor said that youth are the nation's greatest strength and their contribution is vital to the country's development. He also highlighted the importance of swimming and other sports in improving physical fitness and reducing mental stress. Presiding over the programme, Mamata Gatti, Chairperson of the Karnataka Geru Development Corporation, urged parents and educators to encourage children to participate in sports rather than spending excessive time on mobile phones. She said sports help develop physical fitness, confidence, concentration and discipline. Several sports personalities and officials were present. Sports kits were distributed to district athletes who had excelled at the state and national levels.

Rohan Corporation Hands Over `New Bus Shelter' at Capitanio in Mangaluru

Rohan Corporation India Pvt. Ltd. inaugurated the new "Rohan Square Bus Shelter" at Capitanio, contributing to improved civic infrastructure and greater convenience for public transport commuters. The bus shelter was inaugurated by D. Vedavyas Kamath, MLA, in the presence of Dr Rohan Monteiro, Managing Director; Dion Monteiro, Director of Rohan Corporation India Pvt. Ltd.; Sandeep Garodi, Corporator; Sumana, General Manager; James, and other guests and well-wishers. The new facility is designed to provide commuters with a safer, more comfortable and convenient space while waiting for public transport and is expected to benefit residents, visitors and daily travellers in the area. Appreciating the initiative, D. Vedavyas Kamath said that projects undertaken with the intention of serving people create lasting value and contribute to a more commuter-friendly Mangaluru. Sandeep Garodi commended Rohan Corporation for its continued contribution to the city and for undertaking initiatives that benefit the wider community. Speaking on the occasion, Dr Rohan Monteiro said that development is not only about creating buildings but also about contributing to the city and improving the everyday lives of its people. The programme was hosted by Sowjanya Hegde. Through the initiative, Rohan Corporation reaffirmed its commitment to supporting civic development and contributing to the growth and well-being of the Mangaluru community.

P. A. Polytechnic Celebrates `Graduation Day for the Class of 2026'

P. A. Polytechnic celebrated its Graduation Day 2026 at the PACE Auditorium on Friday, marking a significant milestone in the academic journey of the graduating Class of 2026. The ceremony was formally inaugurated by Ahmed Kutty, Director–Finance, PAET, who also presided over the programme. Dr Rohan S. Monis, Chief Administrative Officer, Kanachur Hospital and Research Centre, graced the occasion as the chief guest. Addressing the graduating students, Dr Monis described them as the "technically charged giants of tomorrow" and encouraged them to look beyond technical knowledge as they step into the professional world. He emphasised the importance of continuous learning, resilience, discipline, emotional intelligence, social awareness, inclusivity, self-awareness and meaningful human relationships. Speaking on Upper Brain Dynamics, Dr Monis noted that professional success requires much more than technical competence. He urged students to cultivate wisdom, curiosity, emotional maturity, collaboration and adaptability to meet the changing demands of the modern professional world.He also introduced GEAR — Gratitude, Empathy, Accountability and Resolution — as a simple yet meaningful framework to guide graduates in their personal and professional lives. Encouraging the students to approach the future with humility and confidence, he stressed the importance of lifelong learning and a strong sense of responsibility towards society and the nation. In his address, Ahmed Kutty reiterated P. A. Polytechnic's commitment to academic excellence and skill development. He urged the graduates to uphold the values, discipline and professional standards imparted by the institution and contribute to society with integrity, competence and responsibility. The Best Outgoing Student and academic toppers were felicitated for their outstanding achievements. Graduation certificates were presented to all the graduands, formally marking the successful completion of their respective courses. The graduates later took the Graduation Oath, administered by Prof Ismail Khan, Principal of P. A. Polytechnic, pledging to uphold professional ethics, pursue excellence and serve society with responsibility. The programme began with a prayer led by Prof Usman. Prof Ajith Kumar Vasu, Vice-Principal, delivered the welcome address, while Ms Anisa introduced the chief guest. Prof Ayshath Shameema and Nikitha compered the programme, and Prof Thejaswi Martha proposed the vote of thanks. The ceremony concluded with the National Anthem. The event was attended by Sharfuddeen P. K., AGM–Campus, PAET; Haris T. D., Purchase Manager, PAET; Dr Sayyad Ameen Ahammad, Dean–Student Affairs, PAET; Prof Ismail Khan, Principal; Prof Ajith Kumar Vasu, Vice-Principal; Arfaz, Coordinator; heads of departments, faculty members, parents and graduating students. The Graduation Day celebration marked not only the successful completion of an important academic chapter but also the beginning of a new journey for the young graduates as they prepare to contribute to the professional world and society.

ರೊಸಾರಿಯೊ ಕ್ಯಾಥೆಡ್ರಲ್‌ನಲ್ಲಿ 'ಪೌಸಾ ಗಮ್ಮತ್-2026' ಆಹಾರೋತ್ಸವ ಸಂಭ್ರಮ

ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ರೊಸಾರಿಯೊ ಕ್ಯಾಥೆಡ್ರಲ್‌ನ ಎಲ್ಲಾ ವಾರ್ಡ್‌ಗಳ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ 'ಪೌಸಾ ಗಮ್ಮತ್-2026' ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮುಂಗಾರು ಆಹಾರೋತ್ಸವ ಹಾಗೂ ಮನರಂಜನಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ರೊಸಾರಿಯೊ ಕಲ್ಚರಲ್ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ನಡೆಯಿತು. ಕರಾವಳಿ ಕರ್ನಾಟಕದ ಮುಂಗಾರು ಸಂಪ್ರದಾಯ, ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಹಾಗೂ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಹಾರ, ಗ್ರಾಮೀಣ ಜೀವನಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಆಚರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ಯಾರಿಷ್ ಸಮುದಾಯದ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಒಂದೆಡೆ ಸೇರಿಸುವ ವೇದಿಕೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮೂಡಿಬಂತು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮೆರವಣಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಆರಂಭಗೊಂಡಿತು. ಬಣ್ಣಬಣ್ಣದ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ ಸದಸ್ಯರು ಕೃಷಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು, ತರಕಾರಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮೀಣ ಮತ್ತು ಕರಾವಳಿ ಬದುಕಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬುಟ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೊತ್ತು ಮೆರವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.

ರೊಸಾರಿಯೊ ಕ್ಯಾಥೆಡ್ರಲ್‌ನ ಧರ್ಮಗುರು ವಂದನೀಯ ಫಾದರ್ ವಲೇರಿಯನ್ ಡಿಸೋಜ ಅವರು ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದ ಕೃಷಿ ಹಾಗೂ ಸುಗ್ಗಿಯ ಸಂಪ್ರದಾಯವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಅಕ್ಕಿ ಕುಟ್ಟುವ ಪ್ರದರ್ಶನದ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿದರು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಫಾದರ್ ವಲೇರಿಯನ್ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್, ವಂದನೀಯ ಫಾದರ್ ಪ್ರದೀಪ್ ರೊಡ್ರಿಗಸ್, ಚರ್ಚ್ ಪಾಲನಾ ಸಮಿತಿಯ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷ ಸಿರಿಲ್ ರೊಸಾರಿಯೊ, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಐಡಾ ಫುರ್ಟಾಡೊ ಹಾಗೂ ಸರ್ವ ಆಯೋಗಗಳ ಸಂಯೋಜಕ ಆಲ್ವಿನ್ ವಾಜ್ ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು.

ವಿವಿಧ ವಾರ್ಡ್‌ಗಳು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮುಂಗಾರು ಖಾದ್ಯಗಳ ಮೇಳವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಪ್ರಮುಖ ಆಕರ್ಷಣೆಯಾಗಿತ್ತು. ಚರ್ಚ್ ಸದಸ್ಯರು ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶದ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ಸವಿದರು. ಇದರೊಂದಿಗೆ ನಡೆದ ವಿವಿಧ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಮೆರುಗು ನೀಡಿದವು. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮೆರವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸ್ಟೀವನ್ ಫೆರ್ನಾಂಡಿಸ್ ಹಾಗೂ ಮೆಲ್ವಿನ್ ಸಿಕ್ವೇರಾ ಮುನ್ನಡೆಸಿದರು. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ವಿನಯ್ ಸೆರಾವೋ ನಿರೂಪಿಸಿದರೆ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಮಿಶೆಲ್ ಡಿಸೋಜ ಹಾಗೂ ವಿನೋಲಾ ಡಿಸೋಜ ನಿರೂಪಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಹೌಸಿ ಹೌಸಿ ಆಟದೊಂದಿಗೆ ಮುಕ್ತಾಯಗೊಂಡಿತು. ಹೌಸಿ ಹೌಸಿ ಆಟದಲ್ಲಿ ವಿವೇಲಾ ಸೆರಾವೋ ಅವರು 10,000 ರೂಪಾಯಿ ಮೊತ್ತದ ಫುಲ್ ಹೌಸ್ ಬಹುಮಾನ ಗೆದ್ದರು.

2028ರಲ್ಲಿ ಉಡುಪಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆ - ಶತಮಾನೋತ್ಸವವನ್ನು ವಿಶ್ವಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲು ಸರ್ವೋತ್ತಮ ಶೆಟ್ಟಿ ಕರೆ

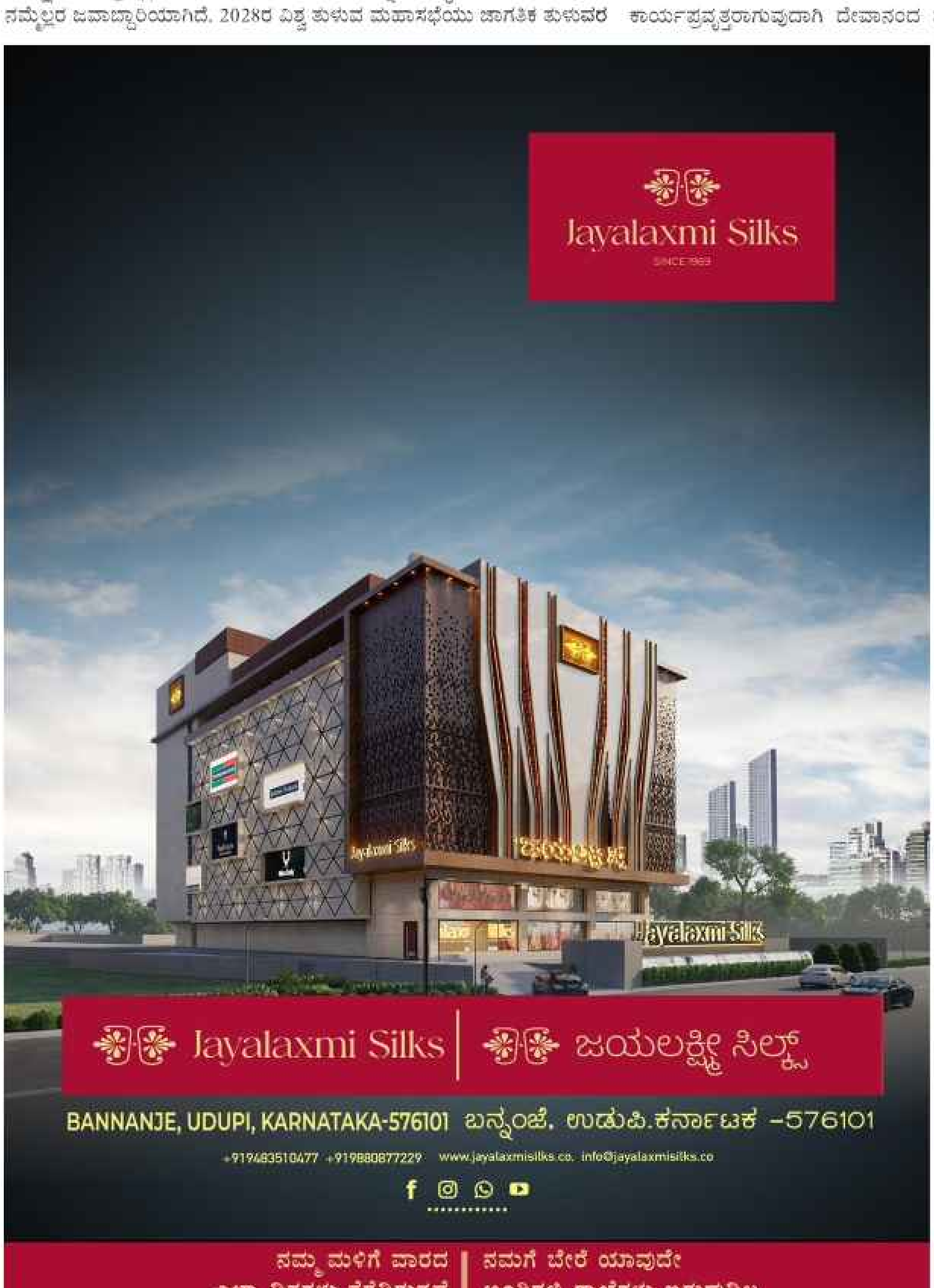
ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯ ಶತಮಾನೋತ್ಸವವನ್ನು ಐತಿಹಾಸಿಕ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವಮಟ್ಟದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ 2028ರಲ್ಲಿ ಉಡುಪಿಯಲ್ಲಿ 'ವಿಶ್ವ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆ' ಆಯೋಜಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆ ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಹಾಗೂ ತುಳು ವರ್ಲ್ಡ್ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಪ್ರಮುಖರಾದ ಸರ್ವೋತ್ತಮ ಶೆಟ್ಟಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ತುಳು ವರ್ಲ್ಡ್ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನ ಸಭೆಯು ಮಂಗಳೂರಿನ ಮಲ್ಲಿಕಟ್ಟೆಯ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಕ್ಷನ್ ಬಂಗಲೆಯಲ್ಲಿ ಸರ್ವೋತ್ತಮ ಶೆಟ್ಟಿ ಅವರ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿತು. ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿದ ಅವರು, 1928ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 23ರಂದು ಆರಂಭವಾದ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯ ಶತಮಾನೋತ್ಸವದ ಅಂಗವಾಗಿ 2028ರಲ್ಲಿ ಉಡುಪಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುವುದು ಎಂದು ಘೋಷಿಸಿದರು.

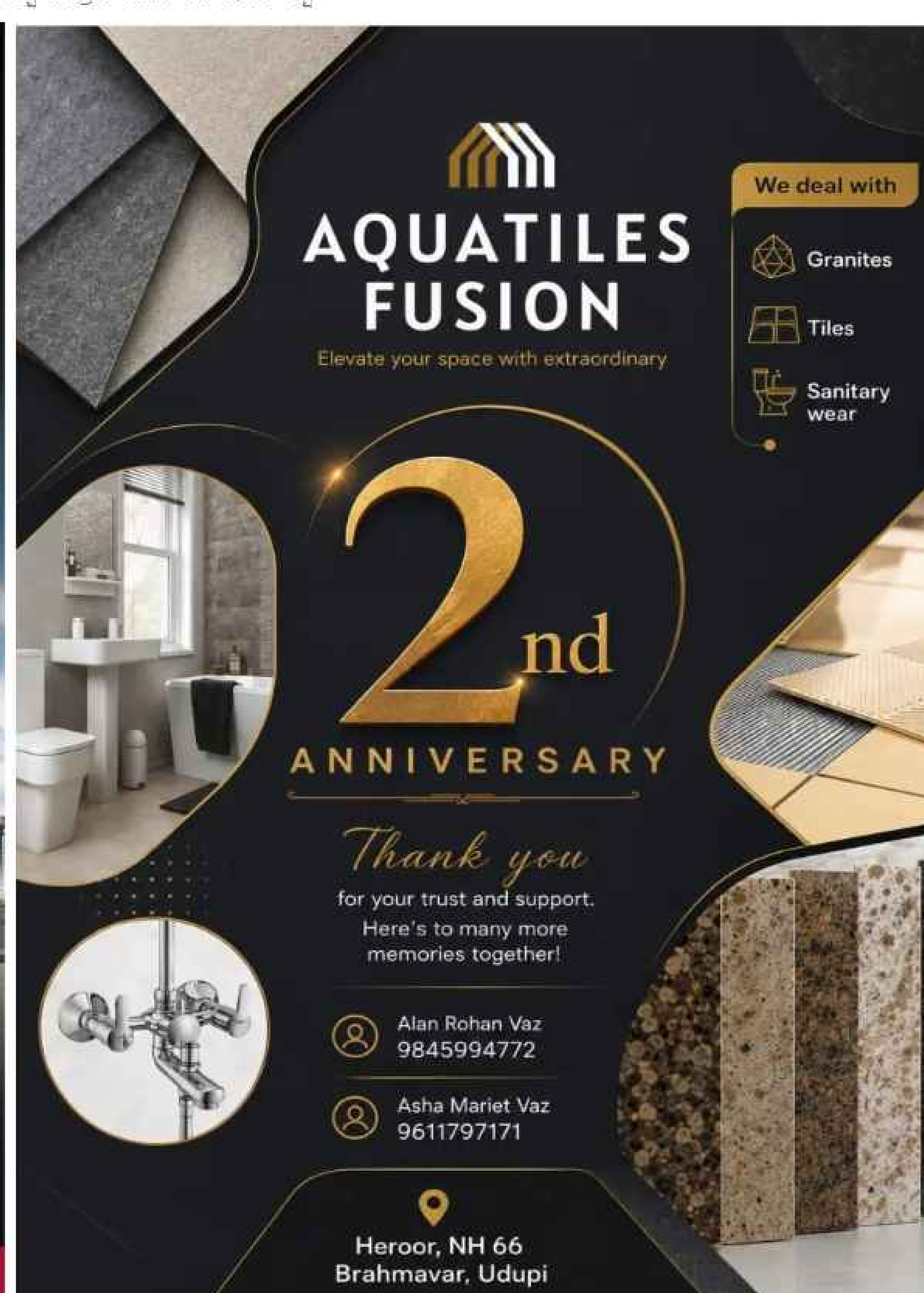
ವಿಶ್ವದ ವಿವಿಧ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ತುಳುವರನ್ನು ಒಂದೇ ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಒಗ್ಗೂಡಿಸಿ, ತುಳು ಭಾಷೆ, ಸಾಹಿತ್ಯ, ಲಿಪಿ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ದೈವಾರಾಧನೆ, ಕಲೆ, ಕಳರಿ ಹಾಗೂ ತುಳುನಾಡಿನ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸುವುದು ವಿಶ್ವ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. 'ವಿಶ್ವದ ಎಲ್ಲ ತುಳುವರು ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ತುಳು ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಅದನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿ ತಲುಪಿಸುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿದೆ. 2028ರ ವಿಶ್ವ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯು ಜಾಗತಿಕ ತುಳುವರ ಏಕತೆಗೆ ಹೊಸ ದಿಕ್ಕು ನೀಡಲಿದೆ,' ಎಂದು ಸರ್ವೋತ್ತಮ ಶೆಟ್ಟಿ ಹೇಳಿದರು.

ಮುಂದಿನ ಶತಮಾನಕ್ಕೆ ಕಾರ್ಯಯೋಜನೆ: ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯ ಶತಮಾನೋತ್ಸವದ ಸಿದ್ಧತೆಗಳ ಕುರಿತು ವಿಸ್ತೃತ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಯಿತು. ಶತಮಾನೋತ್ಸವವನ್ನು ಕೇವಲ ಆಚರಣೆಗೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸದೆ, ತುಳು ಭಾಷೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಹಾಗೂ ತುಳುವರ ಸಂಘಟನೆಯ ಮುಂದಿನ ಶತಮಾನದ ಕಾರ್ಯಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸುವ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಸಂದರ್ಭವನ್ನಾಗಿ ರೂಪಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತವಾಯಿತು. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ತುಳು ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಲಿಪಿಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ, ತುಳು ಸಾಹಿತ್ಯ ಹಾಗೂ ಪಾಡ್ದನಗಳ ದಾಖಲಾತಿ, ತುಳು ಸಂಶೋಧನೆ, ತುಳುನಾಡು ಕಳರಿಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಜಾಲಾಟ ಮತ್ತು ಬನಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ದೈವಾರಾಧನೆ ಹಾಗೂ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜ್ಞಾನಪರಂಪರೆಯ ದಾಖಲಾತಿ, ತುಳು ಡಿಜಿಟಲ್ ಗ್ರಂಥಾಲಯ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ತುಳುವರ ಸಂಘಟನೆಯಂತಹ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸಲಾಯಿತು.

ತುಳುವೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ ಪುನರುತ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಮಿತಿ: ಇದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಸ್ರೂರಿನ ಶ್ರೀ ತುಳುವೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನ ಹಾಗೂ ಪಡುಬಿದ್ರಿಯ ನಿನ್ನಿಕಲ್ಲು ಪಾದೆ ಪುನರುತ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಭೂಮಿ ಹಾಗೂ ಇತರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಕುರಿತು ಚರ್ಚೆ ನಡೆಯಿತು. ಬಸ್ರೂರು ಶ್ರೀ ತುಳುವೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಪುನರುತ್ಥಾನ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸುಗಮವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಸಲು ಕೂಡಲೇ ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಮಿತಿ ರಚಿಸಿ ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾಗುವುದಾಗಿ ದೇವಾನಂದ ಶೆಟ್ಟಿ ಬಸ್ರೂರು ಹಾಗೂ ಬಿ. ದಿನಕರ ಶೆಟ್ಟಿ ಭರವಸೆ ನೀಡಿದರು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ನೆಲೆಸಿರುವ ತುಳುವರು ಸಹಕಾರ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಮನವಿ ಮಾಡಿದರು.

ಶತಮಾನೋತ್ಸವದ ಅಂಗವಾಗಿ ನೂರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು: 2028ರ ಶತಮಾನೋತ್ಸವದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ದೇಶ-ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿರುವ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಿತಿಗಳನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ, ಶತಮಾನೋತ್ಸವದ ಪೂರ್ವಸಿದ್ಧತೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ನೂರು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವ ಉದ್ದೇಶ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಯಿತು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಸಮಾರೋಪ ಸಮಾರಂಭವನ್ನು ಉಡುಪಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲು ಉದ್ದೇಶಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಉಡುಪಿ ಮಠದ ಪೇಜಾವರ ಶ್ರೀಗಳು ಶತಮಾನೋತ್ಸವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ರಾಜಾಂಗಣವನ್ನು ವೇದಿಕೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಸಮ್ಮತಿ ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯ ರಾಜ್ಯಾಧ್ಯಕ್ಷ ದೇವೇಂದ್ರ ಹೆಗ್ಡೆ ಕೊಕ್ರಾಡಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ಶತಮಾನೋತ್ಸವದ ಮೂಲಕ ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆಯ ಒಂದು ಶತಮಾನದ ಪಯಣವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ, ಮುಂದಿನ ಶತಮಾನಕ್ಕೆ ತುಳು ಭಾಷೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಹಾಗೂ ಜಾಗತಿಕ ತುಳುವರ ಸಂಘಟನೆಯ ಸಮಗ್ರ ಕಾರ್ಯಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಕೈಗೊಳ್ಳಲಾಗುವುದು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ತುಳು ವರ್ಲ್ಡ್ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಅಧ್ಯಕ್ಷೆ ಭಾನುಮತಿ ಶೆಟ್ಟಿ ಕಕ್ಕೆಗುತ್ತು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷ ಪ್ರವೀಣ್ ಕುಮಾರ್ ಕೊಡಿಯಾಲ್ ಬೈಲ್, ತುಳುವ ಮಹಾಸಭೆ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ ರಾಜ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಪ್ರಭಾಕರ ಎಸ್. ಹೆಗ್ಡೆ, ಕಾರ್ಯಾಧ್ಯಕ್ಷ ಡಾ. ರಾಜೇಶ್ ಕೃಷ್ಣ ಆಳ್ವ, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲಾಧ್ಯಕ್ಷ ಶಿವಪ್ರಸಾದ್ ಅಜಿಲ, ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲಾಧ್ಯಕ್ಷ ಉದಯ ಕುಮಾರ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಪ್ರಧಾನ ಸಂಚಾಲಕ ಪ್ರಮೋದ್ ಸಪ್ರೆ, ತುಳುವೇಶ್ವರ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಪ್ರಧಾನ ಸಂಚಾಲಕ ಅರವಿಂದ ಬೆಳ್ಚಡ, ಪುತ್ತೂರು ವಲಯ ಪ್ರಧಾನ ಸಂಚಾಲಕ ಮನೋಹರ್ ರೈ ಮನವಲಿಕೆ, ಸಂಚಾಲಕರಾದ ಆಶಾ ಹೆಗ್ಡೆ ಹಾಗೂ ಶಾರದಾ ಮಣಿ ಮಂದಾರ ಸೇರಿದಂತೆ ಪದಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಹಾಗೂ ಸದಸ್ಯರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ತುಳು ವರ್ಲ್ಡ್ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ವಸಂತ ರೈ ಕುತೇತ್ತೂರು ವಂದಿಸಿದರು.





If not delivered please return To:
ಕರಾವಳಿ ಸುದ್ದಿ
KARBIL/2015/62120 DAKSHINA KANNADA
Door Number 2-68/2B, Near Nithyadar Mansion, Mani Post & Village,
Bantwala Taluku - 574 253. Mob.: 8431426747

PRGI No.: KARBIL/2015/62120
Post Without Prepayment License No.: SK/WPP/PTR/208/2026-28
Postal Regd No. : PTR/150/2026-28
MANGALORE RMS
Posted on 5th September 2026

Printed by SAINT JOSEPH PRINTERS Published by ROSHAN BONIFACE MARTIS on behalf of ROSHAN BONIFACE MARTIS, printed at Dakshina Kannada and published at Door Number 2-68/2B, Near NITHYADAR MANSION, MANI POST & VILLAGE, BANTWALA TALUKU, DAKSHINA KANNADA DISTRICT, KARNATAKA - 574 253 editor ROSHAN BONIFACE MARTIS.