ಸಂಗ್ರಹ ಯೋಗ್ಯ ಸಂಚಿಕೆ

'ವಿಟಮಿನ್ ವ್ಯಾಮೋಹ' ಅಷ್ಟೊಂದು ಇರಬಾರದು ಎಂಬ ಆಶಯ ಹೊತ್ತ ಡಾ. ಡಿ.ಕೆ. ಮಹಾಬಲ ರಾಜುರವರ ಲೇಖನ ನಿಜಕ್ಕೂ ಸಂಗ್ರಹ ಯೋಗ್ಯ.

-ಎಂ.ಎಲ್. ಲಕ್ಷ್ಮಣ್‌ರಾವ್, ದಾವಣಗೆರೆ/ ಸು.ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ/ ಎನ್.ವಸಂತಾ, ಎಂ.ವಿ.ಶ್ರೀನಿವಾಸ, ಚನ್ನಗಿರಿ/ ಗೀತಾ ಬರ್ಲ, ಬೆಂಗಳೂರು/ ರಾಜೇಂದ್ರಕುಮಾರ್, ದೊಡ್ಡಬಳ್ಳಾಪುರ/ ಪಿ.ಗೋವಿಂದರಾಜ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಹಣ್ಣು, ತರಕಾರಿ ಮಾರಕವಲ್ಲವೆ?

ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣು, ಆಹಾರದ ಮೂಲಕ ವಿಟಮಿನ್ ಸೇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಲೇಖಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಕೃತಕ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಮೂಲಕ ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಅವು ದೇಹಕ್ಕೆ ಮಾರಕವಲ್ಲವೇ? ವಿಟಮಿನ್‌ನಲ್ಲಿಯೇ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಂದಿರುವ 'anti oxidant' ಮಾತ್ರೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಲೇಖಕರು ಎಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿಲ್ಲ ಏಕೆ? ಇನ್ನು ಪುಟ 25ರಲ್ಲಿ pylo kit ಎಂಬ ಮಾತ್ರೆಯ ಪ್ಯಾಕ್‌ನ ಚಿತ್ರಕ್ಕೂ ವಿಟಮಿನ್‌ಗೂ ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲ. ಇದು ಅತಿಯಾದ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಅಥವಾ ಅಲ್ಸರ್‌ಗೆ ಕೊಡುವ ಮಾತ್ರೆಯಾಗಿದೆ.

-ಎನ್. ಪ್ರಕಾಶ, ದೇವನಹಳ್ಳಿ

ಆರ್ಥಿಕ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ನೆಮ್ಮದಿ

'ಆರ್ಥಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ದಶ ಸೂತ್ರಗಳು' ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನೆಮ್ಮದಿ ತಾನಾಗಿಯೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಬಿ.ಎನ್.ಭರತ್‌ರ ಸಕಾಲಿಕ ಲೇಖನ.

-ಎಂ.ಜಿ. ರಾಜಶೇಖರ್ ಶೆಟ್ಟಿ, ದೊಡ್ಡಬಳ್ಳಾಪುರ/ ಎನ್.ಎಸ್.ಆನಂದ, ಬೆಂಗಳೂರು/ ವೈ.ಎಂ.ಚಂದ್ರಶೇಖರ, ಸಿದ್ದಾಪುರ

ಗಾಲಿ ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ!

'ಗಾಲಿ ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ನೃತ್ಯ' ಉಮಾ ಅನಂತರ ಕಿರುಲೇಖನ ಹಾಗೂ ಚಿತ್ರಗಳು ರಂಜಿಸಿದವು. ನೃತ್ಯ ಗುರು ಸಲ್ಲಾವುದ್ದೀನ್ ಪಾಶಾರವರ ಕಾಳಜಿ ಹಾಗೂ ಸಾಧನೆ ಮನತಟ್ಟಿದವು!

-ತರಂಗಿಣಿ, ತುಮಕೂರು/ ಎಚ್.ಎನ್.ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

ಹಾರ್ಸ್ ಪವರ್ ಉತ್ತಮ ಕಥೆ

'ಹಾರ್ಸ್ ಪವರ್' ಕಥೆಯ ತಂತ್ರ, ನಿರೂಪಣೆ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದು ಕೊನೆಯವರೆಗೂ ಕುತೂಹಲ ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡಿದೆ. ಕುದುರೆ ಬಾಲ ಹಿಡಿದು ಜೂಜಾಟದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ ಕಥಾನಾಯಕ ಚಂದ್ರಹಾಸನ ಬದುಕಿನ ಏರಿಳಿತಕ್ಕೆ ಡೇವಿಡ್‌ನ ಹಳೇ ಬೈಕು ಹಾಗೂ ಜಟಕಾಸಾಬಿಯ ನೆಲಹಿಡಿದ ಕುದುರೆ ಉತ್ತಮ ರೂಪಕಗಳಾಗಿವೆ.

-ಎಚ್.ಎಂ. ಕಾಳಮ್ಮ, ಬಸರಕೋಡು

ಪ್ರವಾಸದ ಸಂತಸ

'ಎಲಾಟ್ ಮರುಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ದಿನ' ಡಾ. ಅರುಣ್ ಇಸ್ಲೂರ್ ಅವರ ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನ ಒಂದು ಸಂತಸದ ವಿಹಾರ.

-ಕುಮಾರ ಸಂಪತ್ ಅಕಳವಾಡಿ, ಕೊಪ್ಪಳ

ಗೂಡಿನಿಂದ ಹೊರಕ್ಕೆ-ತಪ್ಪು

ವಾಹ್... ಮಿಂಚುಳ್ಳಿ, ಬರಹದಲ್ಲಿ ಪುಟ್ಟರಾಜು ಕೈಗಾ ಅವರು ಮಿಂಚುಳ್ಳಿ ಮರಿಯನ್ನು ಗೂಡಿನಿಂದ ಹೊರ ತೆಗೆಯಲು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಸರಿಯೆಂಬಂತೆ ಚಿತ್ರಿಸಿರುವುದು ತಪ್ಪು. ಇಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಗೂಡಿನಲ್ಲಿನ ಮರಿ ಹಕ್ಕಿಗೆ ಮಾರಕವಾಗುವುದಲ್ಲದೆ, ಮುಂದೆ ಮಕ್ಕಳು ಬೇರೆಯ ಹಕ್ಕಿಗಳ ಗೂಡಿಗೂ ಇದೇ ರೀತಿ ಕುತೂಹಲದಿಂದ ತೊಂದರೆ ಮಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಪಕ್ಷಿವೀಕ್ಷಣೆಯ ಪ್ರಥಮ ಪಾಠವೇ ಹಕ್ಕಿಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದಂತೆ ವೀಕ್ಷಿಸುವುದು.

ಛಾಯಾಚಿತ್ರಕಾರರು ಹಕ್ಕಿಗಳ ವಂಶಾಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಚಿತ್ರೀಕರಿಸುವಾಗ, ಅವುಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆನ್ನುವ ಕಾರಣದಿಂದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ 'ಗೂಡು ಮರಿಗಳಿರುವ' ಚಿತ್ರವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ ಈಗ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ. ಅಂತರ್ಜಾಲದಲ್ಲೂ ಇಂತಹ ಛಾಯಾಚಿತ್ರ ಪ್ರಕಟಣೆಗೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ.

-ಅರವಿಂದ ಪಾಟೀಲ ಹಿಡಕಲ್, ಬೆಳಗಾವಿ

ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಕಥಾ ಸ್ಪರ್ಧೆ

'ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ'ಯು ಈ ವರ್ಷದಿಂದ 'ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಸಾಹಿತ್ಯ ಮಾಸಿಕ ಕಥಾಸ್ಪರ್ಧೆ'ಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಬಹುಮಾನಿತ ಮೂರು ಕಥೆಗಳಿಗೆ ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ರೂ. 5,000/-, 3,000/-, 2,000/- ನಗದು ಬಹುಮಾನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆಯ್ಕೆಯಾದ ಹತ್ತು ಉತ್ತಮ ಕಥೆಗಳನ್ನು 'ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ'ಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಥೆ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾದ ವಿಳಾಸ: ಪ್ರೊ. ಜಯಪ್ರಕಾಶಗೌಡ, ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ಸಂಪಾದಕರು, 'ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ' ಸಾಹಿತ್ಯ ಮಾಸಿಕ, ಕರ್ನಾಟಕ ಸಂಘ, ಮಂಡ್ಯ-571401 ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಸೆ. 30ರ ಒಳಗಾಗಿ ಕಳಿಸಿಕೊಡಲು ಕೋರಲಾಗಿದೆ. ವಿವರಗಳಿಗೆ 9448194456 ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.

ಯಕ್ಷಗಾನ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಅರ್ಜಿ ಆಹ್ವಾನ

ಶ್ರೀ ಇಡಗುಂಜಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ ಯಕ್ಷಗಾನ ಮಂಡಳಿ ಕೆರೆಮನೆ ಇವರು ನಡೆಸುವ ಯಕ್ಷಗಾನ ಕೇಂದ್ರದ 2010-11ನೇ ಸಾಲಿನ ಪ್ರವೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಅರ್ಜಿ ಆಹ್ವಾನಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕನಿಷ್ಠ ವಿದ್ಯಾರ್ಹತೆ 7ನೇ ತರಗತಿ, ಅನುಭವ, ಅನುವಂಶೀಯತೆ, ಆಸಕ್ತಿ, ವಯಸ್ಸು, ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ವಿಳಾಸ ಮುಂತಾದ ವಿವರಗಳೊಂದಿಗೆ ಅರ್ಜಿಯನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಶ್ರೀ ಇಡಗುಂಜಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ ಯಕ್ಷಗಾನ ಮಂಡಳಿ ಕೆರೆಮನೆ, ಅಂಚೆ: ಗುಣವಂತೆ, ತಾ. ಹೊನ್ನಾವರ, ಉ.ಕ.-581348. ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳಿಸಿಕೊಡಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 08387-234188, ಮೊ. 9739160261