

INSPIRED

ROOTS



G.V.H.S.S CHELARI



ചീഫ് എഡിറ്റർ : ആർദ്ര ആർ നായർ

**സബ് എഡിറ്റർമാർ : മുഹമ്മദ് ഹാസീർ സി
കെ**

മുഹമ്മദ് ഷിബിൽ

സ്റ്റാഫ് എഡിറ്റർമാർ : മനോജ് കെ

മിനിമോൾ കെ

സമർപ്പണം ...

കാലത്തിനൊപ്പം സഞ്ചരിക്കാൻ ,വിവര
സാങ്കേതിക വിദ്യയുടെ പുത്തൻ
മാനങ്ങളിലേക്ക് ചുവടു വെക്കാൻ
പരിശീലിപ്പിച്ച ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സിന്റെ
ഭാഗമായി നിന്നുകൊണ്ട് ഇത്തരമൊരു
ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ പൂർത്തിയാക്കാൻ
സഹകരിച്ച എല്ലാവരെയും നന്ദിയോടെ
ഓർത്തുകൊണ്ട്

മാനവികതയ്ക്കായി....
ഞങ്ങളുടെ ഉണർവ്
സമർപ്പിക്കുന്നു

ആർദ്ര ആർ നായർ
ചീഫ് എഡിറ്റർ

Over a leaf.....

INSPIRED ROOTS

Poem(Tension).....

Poem(Way of Life).....

Anecdote(Smile).....

Colours.....

കഥ (എനിക്കു് കൂട്ടായെന്റെ ഹൃദയം)

Poem(Dream).....

Poem(To be a flower).....

Poem(Kamal).....

Write up.....

Essay.....

Sweet memories.....

സന്ദേശം



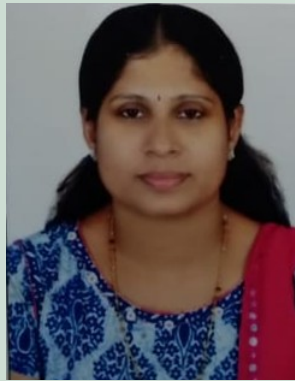
ജി.വി.എച്ച്.എസ്.എസ് ചേളാരിയിലെ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് അംഗങ്ങൾ " **INSPIRED ROOTS**" എന്ന പേരിൽ ഒരു ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ പുറത്തിറക്കുന്നു എന്നറിഞ്ഞതിൽ അതിയായ സന്തോഷം.കുട്ടികളുടെ സർഗാത്മക രചനകളാൽ സമ്പുഷ്ടമാകട്ടെ ഈ മാഗസിൻ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നതോടൊപ്പം ഇതിനായി പ്രയത്നിച്ച എല്ലാവർക്കും അഭിനന്ദനങ്ങൾ.....

സ്നേഹപൂർവ്വം

പ്രധാനാധ്യാപിക

ഗീത.പി

സന്ദേശം



ജി.വി.എച്ച് .എസ്.എസ് ചേളാരിയിലെ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് പുറത്തിറങ്ങുന്ന ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ "**INSPIRED ROOTS**" ന് എല്ലാവിധ ആശംസകളും. ഇനിയും മികച്ച പ്രവർത്തനങ്ങൾ കാഴ്ചവെക്കാൻ കുട്ടികൾക്ക് കഴിയട്ടെ സ്നേഹപൂർവ്വം

ബിന്ദു എ വി
സീനിയർ അധ്യാപിക

സന്ദേശം



വിവര സാങ്കേതിക വിദ്യയുടെ വിഹായസ്സിലേക്ക് പറന്നുയരാൻ കുട്ടികളെ പ്രാപ്തരാക്കുന്ന കൂട്ടായ്മയാണ് ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് നാളെയുടെ വാശാനങ്ങൾക്ക് ഉണർവ്വേകുന്ന പ്രതിഭയുടെ മാറ്റുകൂട്ടുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ നിർമ്മാണം. ഈ സാങ്കേതിക പ്രവർത്തനത്തിന് അക്ഷീണം പ്രവർത്തിച്ച എല്ലാ അംഗങ്ങൾക്കും അഭിനന്ദനങ്ങൾ

സ്നേഹപൂർവ്വം ,

മനോജ് കെ

SITC

ജി വി എച്ച് എസ് എസ് ചേളാരി

TENSION

Tension! Tension! Tension!
Every one is in tension !!
Students are in tension,
For their examination.
Officers are in tension,
For their promotion.
Tension! Tension! Tension!



Retried man are in tension,
For their regular pension,
Ministers are in tension,
For their election
Migratory birds are in tension,
For finding new place for migration
Tension! Tension! Tension!

Builders are in tension,
For their new construction
Nature lovers are in tension,
For the nature conservation
Tension! Tension! Tension!

***By Minha
IX-B***

WAY TO LIFE



*I don't know I can be
I don't know I can
I don't have any aim
Like a silly ape
But I know how I can live
Now I have some aims and the
Way back to life
The happiest moment that I ever had
Now know what it can be
Now I know what I can
Now I have so many aims
The back to the life*

*By
Adilakshmi
XA*

SMILE

smile-see miracles in life every day



The prettiest thing to wear is a smile. Let your smile change the world. But don't let the world change your smile. Smile is the remedy for all your problems. If you laugh, tomorrow will be fun. Don't go in search of smile, we can find it within ourselves. A smile is a curve that sets everything straight. Smile makes you younger. Keep on smiling....

***by ARDRA R NAIR
9 th A***

COLOURS...





ജ്യോത്സന പി പി IX-A

എനിക്ക് കൂട്ടായ്മയുടെ ഹൃദയം

മുന്നിലെത്തിയ കടലാസും പിടിച്ച് അയാൾ ഒരു രസനൈപോലെ നിന്നു. ആ ആശുപത്രി വരാന്ത ഇരുട്ടുകൊണ്ട് മൂടുന്നത് പോലെ അയാൾക്ക് തോന്നി. ജീവിതത്തിൽ താൻ ഒരു പാട് സ്നേഹിക്കുന്ന തന്റെ സ്വന്തം മകളെ കാൻസർ എന്ന മഹാരോഗം കൊണ്ട് തിന്നുകയാണ്. എന്ന് അയാൾക്ക് വിശ്വാസിക്കാൻ പോലും കഴിയുന്നില്ല. അയാൾ ഒരു നിമിഷം തന്റെ പൊന്നോമനയുടെ ഓമനത്വം വിട്ടുമാറാത്ത ആ മുഖത്തേക്കൊന്നു നോക്കി. പിന്നെ ആ കടലാസിലേക്കും, ആശുപത്രിയുടെ പടിയിറങ്ങുമ്പോൾ ടു കാറ്റത്ത് പാറുന്ന അവളുടെ നീണ്ട മുടി കണ്ട് അയാളുടെ കണ്ണു നിറഞ്ഞു. ദാസ്യേട്ടനും രാധികയ്ക്കും കാത്തിരുന്ന് കിട്ടിയ കൺമണിയാണ് നീതു. ഒരിക്കൽ സ്കൂൾ വിട്ട് വിട്ടിൽ വിന്നപ്പോൾ വല്ലാത്ത തലവേദന എന്ന് നീതു പറഞ്ഞിരുന്നു. മഴക്കാലമല്ലേ മഴ കൊണ്ടിരിക്കും എന്ന് പറഞ്ഞ് രാധിക അത് കാര്യമാക്കിയില്ല. അടുത്ത ദിവസം സ്കൂളിൽ നിന്ന് വിളി വന്നു. നീതുവിന്റെ ക്ലാസ് ടീച്ചർ ഗിരിജയായിരുന്നു വിളിച്ചത്. നീതുവിന് നല്ല ചൂടുണ്ടെന്നും പനിയാണെന്നും പറഞ്ഞാണ് വിളിച്ചത്. ചെയ്തു കൊണ്ടിരുന്ന ജോലി പൂർത്തിയാക്കാതെ ദാസ്യേട്ടൻ അവളെ സ്കൂളിലേക്ക് കാട്ടി കൊണ്ടിറങ്ങാൻ പോയി.

കാറിൽ കയറിയപ്പോൾ ശരീരം വല്ലാത് വേദനിക്കുന്നു എന്നവൾ പറഞ്ഞു. അപ്പോൾ തന്നെ എം ഐ ആർ ഹോസ്പിറ്റലിലേക്ക് വണ്ടി തിരിച്ചു. ഡോക്ടർ അയാളോട് ഏതൊക്കെയോ ടെസ്റ്റ് നടത്താൻ പറഞ്ഞു. അതെല്ലാം ചെയ്ത് റിപ്പോർട്ടുമായി അവർ ഡോക്ടറുടെ മുറിയിലേക്ക് കയറി. കട്ടിയുള്ള ആ കടലാസ്സുകളിലൂടെ കണ്ണാടിച്ചു കൊണ്ട് ഡോക്ടർ പറഞ്ഞു. മോളാൻ പുറത്ത് നിൽക്ക്, അങ്കിളൊന്ന് അച്ഛനോട് സംസാരിക്കട്ടെ. അവൾ പുറത്തു പോയി, മകൾക്ക് കാൻസറാണെന്നും ഇനി രക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കുമോ എന്നറിയില്ല എന്നും ഡോക്ടർ പിറഞ്ഞു. എന്നാലും ഓപ്പറേഷൻ നടത്താം. എന്ന് പറഞ്ഞ് ഡോക്ടർ ആ റിപ്പോർട്ട് ദാസേട്ടന്റെ കയ്യിൽ കൊടുക്കുകയാണുണ്ടായത്. വീട്ടിലെത്തിയപ്പോൾ അയാൾ ഒന്നും പറഞ്ഞില്ല. പനിയായിരിക്കും എന്ന് കരുതി രാധിക ഒന്നും ചോദിച്ചതുമില്ല. വൈകുന്നേരം ചായയും കുടിച്ച് മകളെക്കുറിച്ച് ആലോചിച്ചിരിക്കുകയാണ് ദാസേട്ടൻ. മുറ്റത്ത് മകളുടെ കാർകൂന്തൽ മാടിക്കൊണ്ട് രാധിക പറഞ്ഞു. നല്ലോണം എന്ന തേച്ചാൽ ഇനിയും വളരും. പെട്ടെന്ന് ദാസേട്ടൻ ധികയെ അകത്തേക്ക് വിളിച്ച് സംഭവിച്ചു പറഞ്ഞു. അവർക്ക് സങ്കടം സഹിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. എന്നാൽ മകളുടെ മുമ്പിൽ അവർ രണ്ടുപേരും മൗനം പാലിച്ചു.

- അതിനടുത്ത ദിവസം അവൾ സ്കൂളിൽ പോയില്ല. അതിടുത്ത ദിവസം അവൾ പോയി, കാൻസർ എന്ന മഹാരോഗം തന്നെ കൊന്നു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് എന്നറിയാതെ ഒരാഴ്ച അവൾ സ്കൂളിൽ പോയി. അപ്പോഴാണ് സംഭവിച്ചത്. അവൾ പോയ ആശുപത്രിയിലെ നഴ്സ് അവളുടെ ക്ലാസ്സിലെ കുട്ടിയുടെ അമ്മയാണ്. അവർ ത

ന്റെ മകളോട് ഈ കാര്യത്തെപ്പറ്റി പറഞ്ഞിരുന്നു. പെട്ടെന്ന് ഒരു ദിവസം അവൾ നീതുവിനോട് അതേക്കുറിച്ച് ചോരമില്ല. എ

ദിച്ചു. നീതു അമ്പരന്നു പോയി തന്നേക്കാൾ മുമ്പ് തന്റെ കു. അവ കഴിയാ

ക്ലാസ്സിലെ കുട്ടികൾ ഇതേക്കുറിച്ച് അറിഞ്ഞിരിക്കുന്നു എന്ന് അന്നവൾ മനസ്സിലാക്കി. മറ്റന്നാളല്ലെ നിന്റെ ഓപ്പറേഷൻ എന്ന് എനാക്ക സഹപാഠികൾ ചോദിച്ചപ്പോൾ അവൾ ഇങ്ങനെ

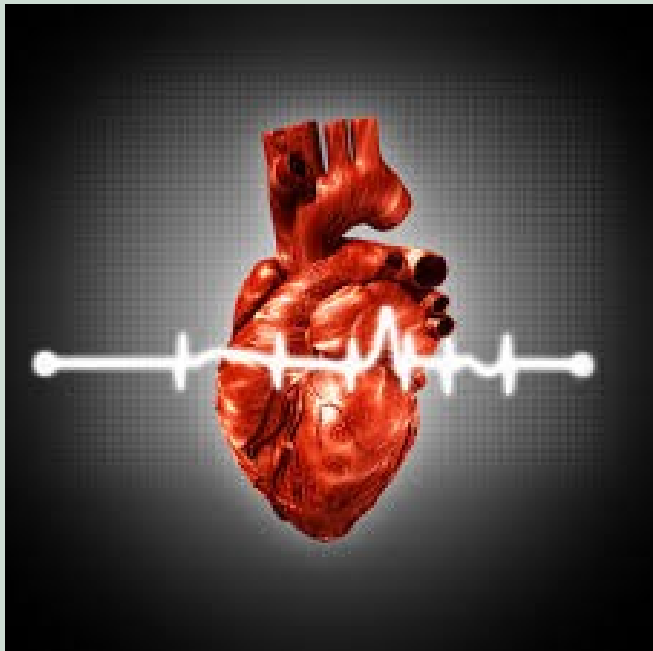
എന്നു ചെയ്യണമെന്നറിയാതെ നിന്നു. ആദ്യം സങ്കടം വളുടെ മകൾ നെങ്കിലും തന്നെ സങ്കടപ്പെടുത്തേണ്ടെന്നു കരുതി അമ്മയും അച്ഛനും പറയാത്തതായിരിക്കും എന്ന് കരുതി പെട്ടെന്ന്

അവൾ വീട്ടിലേക്ക് മടങ്ങി.

- ഈ കാര്യം പറയാനായി തയ്യാറായി നിന്ന അമ്മ യോടും അച്ഛനോടും അവൾ പറഞ്ഞു. "നിങ്ങൾ പറയാൻ പോകുന്നതെന്താണ് എന്നെനിക്കറിയാം. അത് സാ

രമില്ല. എന്നെ പോലെ എത്ര കുട്ടികൾ ഈ ലോകത്തുണ്ടാകും. അവരെയൊക്കെ ഇപ്പോ ദൈവത്തിന് രക്ഷിക്കാൻ കഴിയോ " ഇതു കേട്ടപ്പോൾ ആ മാതാപിതാക്കളുടെ കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞുപോയി. പതിനാല് വയസ്സുള്ള ഒരു കുട്ടി ഇങ്ങനെ പറയുമെന്ന് ആരും പ്രതീക്ഷിച്ചില്ല. അതും തങ്ങളുടെ മകൾ.

അത്രയും നേരം പിടിച്ചു നിർത്തിയ കണ്ണനീർ പെട്ടെന്ന് അണപൊട്ടിയപ്പോലെ അവരുടെ കണ്ണനീർ നിന്നും ഒഴുകി. അവർ അവളെ കെട്ടിപ്പിടിച്ചു. ഇനി ഇതിന് സാധിച്ചില്ലെങ്കിലോ എന്നപോലെ. " ധൈര്യമായിരിക്കും എനിക്ക് കുട്ടായെന്റെ ഹൃദയമുണ്ട്" എന്നവൾ ചെറുപ്പ ബിരിയോടെ പറഞ്ഞു.



ഷാമില കെ 9 A

My dream



i'm alone n the darkness
to fight against the evils
deep inside my heart
the one that demens me
i'm alone in the darkness
to fight against the ignorance
on all corners of the world
the one that makes people do crimes.
i'm alone the darkness
to fight against the bloodshed
between the borders
the one that takes thousands of lives
i'm alone in the darkness
opened my eyes
deep inside the blanket
it's time to go to school

hisha 9 b

To be a flower



To be a blooming flower
which brings happiness in the sweet hearts
To be a sunflower
that turns towards the sun god
and has pure and lofty thoughts.
To be a rosemary in the hearts of lovers
and make them remember their love,
to be innocent like a claisy
and to be cheerful like a jasmine.
To be a red chrysanthemum
that stands for love.

**By
Jinana
IX-A**

कमल



सब फूलो से कमल बड़ा है,
लक्ष्मी जी को प्यारा ।

सुंदर बहुत, सभी से कोमल,
है यह कमल हमारा ।

कितनी सुंदर नरम-नरम है,
यह भारत की निशान है ।

पानी में हरदम रहती है,
यह राष्ट्रीय फूल कहलाता है

By
Abhay.k.p
X-A

ADOLESCENT AND MENTAL HEALTH IN A CHANGING WORLD



Adolescence (10-19 years) is a formative time. Whilst most adolescents have mental health multiple physical, emotional and social changes including exposure to poverty, abuse, or violence, can make adolescents vulnerable to mental health problems. Promoting psychological well-being and protecting adolescents from a range of risk factors which may impact their potential to thrive are not only critical for their well-being during adolescence, but also for their physical and mental health in adulthood. Adolescence is a crucial period for developing and maintaining social and continuity important for mental well-being. These include adopting healthy sleep patterns taking regular exercise, developing coping problem solving and interpersonal skills and learning to manage emotions. Supportive environments in the family, at school and in the wider community are important.

Imagine growing up in our world today. Constantly battling the leads of human rights violations wars and violence in the home, schools and community.

Adolescence are spending most of the day on the internet experiencing cyber crimes.

cyber bullying and playing violent video games. Suicide And substance abuse numbers have been steadily rising

Multiple factors determine the mental health of an adolescent at any one time. The mote risk factors

adolescents are exposed to the greater the potential impact on their mental health factos Which can

contribute to stress during adolescence include a desire for greater autonomy pressure to confirm with peers and

increased access to and use of technology Media

influence and gender norms can exacerbate the disparity between an adolescents lived reality and their

perceptions or aspirations for the future Other important determinants for the mental health of adolescents are the

quality of their home life and their relationships with their peers Violence and socioeconomic problems ate

recognized risks to mental health. Worldwide, it is estimated that 10-20% of adolescents experiences mental

health conditions yet these remain under diagnosed and under treated. Signs of poor mental health can be

overlooked for number of reasons, such as a lack of knowledge or awareness about mental health workers, or

Stigma preventing them from seeking help.

CLIMATE CHANGE A THREAT TO THE WORLD.



Climate change is being more worse day by day and this will adversely affect the very existence of all living organisms. The causes of climate changes are of many, such as the inclined position of Earth in its axisbal warming etc. Man also take an integral part in causing of climate change. The facts that man take a part are of Global Warming The increase of co, in the atmosphere is termed as global warming. The reasons of global warming are plastic pollution, deforestation etc. The after effects of global warming are the increase in the sea level due to melting of polar ice, Heat waves, depletion of ecosystem in ocean etc. Global warming is also the main cause for ozone depletion as well.

Deforestation: Cutting down of trees is termed as deforestation. This will decrease the amount of oxygen in the atmosphere and leads to increase in level of co

Pollution: All types of pollution affect environment adversely. Air and biological pollution are the main causes of climate change.

Effects of Climate Change:The disorder of seasons destruction of natural vegetation, diseases, natural disaster are the main effect of climate change.

The flood that affected Kerala and Assam and drought in TamilNadu are also examples for this. Remedial measures: Don't we need a calendar that shows a perfect

prediction of climate?

This can be done through various means:

Planting trees should be practised and deforestation should be prohibited

.Save our national parks and never let any more endemic species to be extinct

. Make people aware of problems caused by climate change.

• Pollution should be strictly prohibited.

*"HUMAN CHANGE
NOT CLIMATE CHANGE"*

ആർദ്ര ആർ നായർ

SWEET MEMORIES....







INSPIRED ROOTS





**മാനവികത
മരിക്കാതിരിക്കാൻ**

**മനുഷ്യത്വം
മരവിക്കാതിരിക്കാൻ**

**കാലങ്ങൾക്കപ്പുറത്തേക്ക്
കാണാക്കണ്ണു തുറക്കാം**

യാത്രകൾ അവസാനിക്കുന്നില്ല