വി.എച്ച്.എസ്സ്.എസ്സ് കല്ലിശ്ശേരി

ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് യൂണിറ്റ്

കുട്ടിക്കാലത്ത് ഞങ്ങളുടെ
കളികളിൽ,
മധുരസ്മരണകളിൽ ,
നിറഞ്ഞു നില്ക്കുന്ന ,
മഞ്ചാടിക്കുരു...........

എന്നും എല്ലാവർക്കും
ഉള്ളാകെ കുട്ടിത്തം
നിറയ്ക്കാൻ ഈ
കുഞ്ഞിക്കുരുവിന്
കഴിഞ്ഞെങ്കിൽ..................

മഞ്ചാടി

കുട്ടികളുടെ തനതു പ്രവർത്തനങ്ങൾ ,അതവരിൽ നിറയ്ക്കുന്ന ആത്മവിശ്വാസം ഇവയെല്ലാം നമ്മുടെ സ്കൂളിൽ വളരെ ഭംഗിയായി നടക്കുന്ന ലിറ്റിൽകൈറ്റ്സിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ കൂടി സാധിക്കുന്നു എന്നുള്ളത് വളരെയധികം സന്തോഷം തരുന്നു .സാങ്കേതികമികവിൽ കൂടുതൽ ഉയരങ്ങളിൽ എത്തട്ടെ എന്നാശംസിക്കുന്നു

ഹെഡ്മിസ്ട്രസ്,

കെ.സരസ്വതി

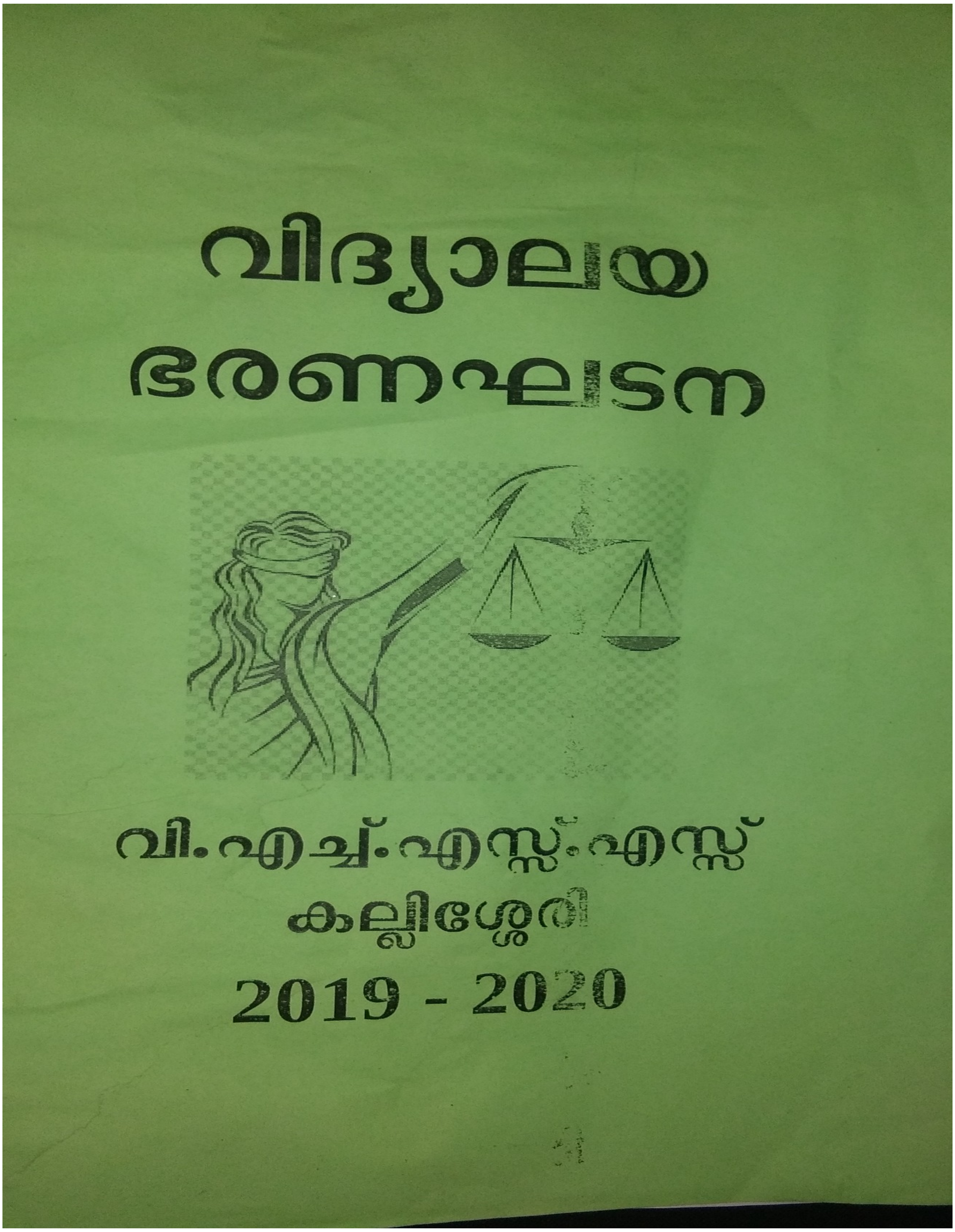
പഠനത്തിനിടയിലെ പരിമിതമായ സമയത്തിനുള്ളിൽ ചെയ്തുതീർക്കേണ്ടിവന്ന ദൗത്യം .ശ്രമകരമായ ഈ ദൗത്യത്തിന് പൂർണ്ണത അവകാശപ്പെടാനില്ലായിരിക്കാം . എന്നാൽ തന്നെയും അധ്യാപകരുടെ വിലയേറിയ നിർ ദേശങ്ങൾ കൊണ്ട് ഈ സംരംഭം പൂർത്തിയാക്കാൻ സാധിച്ചു എന്ന ചാരിതാർത്ഥ്യത്തോടെ ....

എഡിറ്റർ

ചന്ദനവിജയൻ,9A

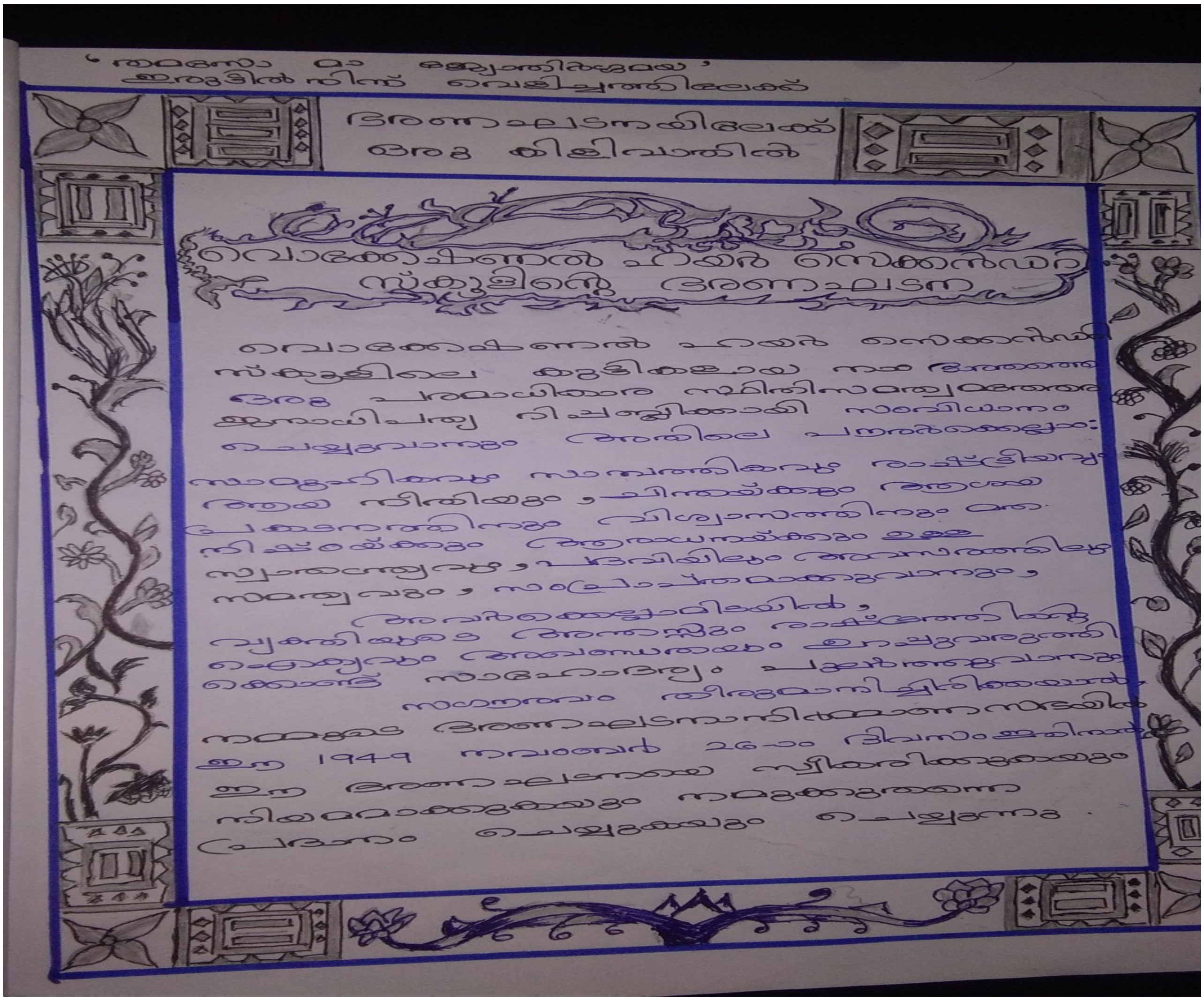
ഉള്ളടക്കം

1.ഭരണഘടനയ്ക്കൊരു
ആമുഖം.............രശ്മിടീച്ചർ
2. മാതൃഭാഷ.........................ഗ്രീഷ്മ.പി.ജി
3.പഴംചൊല്ല് ....സൗമ്യ ടീച്ചർ
4.പൂമ്പാറ്റ ....മഞ്ജു.എ
5.കാറ്റിനോട് ....ചന്ദന വിജയൻ
6.മഹത് വചനങ്ങൾ.............സാനിയ സാബു
7.ഗാന്ധിജി(ചിത്രം) ....വിനീത്.വി
8.നക്ഷത്രം(കവിത) ....ശ്രുതി.വി.എസ്
9.ഞാൻ വായിച്ച കഥ
(ആസ്വാദനം)...........ദേവു കുമാരി
10.വര..............................ബസന്ത് മുദി
11.ലേഖനം..................................ശ്രീകുട്ടി
12.കവിത..................................സുലേഖ ടീച്ചർ
13.കവിത(സംസ്കൃതം)..............സാന്ദ്ര.പി.സതീശ്
14.കവിത(സംസ്കൃതം)..............റോഷ്നി.പി.ജി
15.ലേഖനം..............ആര്യടീച്ചർ



വിദ്യാലയ
ഭരണഘടന
വി.എച്ച്.എസ്സ്.എസ്സ്
കല്ലിശ്ശേരി
2019 - 2020

മഞ്ചാടി


'തമസോ മാ ജ്യോതിർഗമയ'
ഇരുട്ടിൽ നിന്ന് വെളിച്ചത്തിലേക്ക്

ഭരണഘടനയിലേക്ക്
ഒരു കിളിവാതിൽ

വൊക്കേഷണൽ ഹയർ സെക്കൻഡറി
സ്കൂളിന്റെ ഭരണഘടന

വൊക്കേഷണൽ ഹയർ സെക്കൻഡറി
സ്കൂളിലെ കുട്ടികളായ നാം ഭാരതത്തെ
ഒരു പരമാധികാര സ്ഥിതിസമത്വമതേതര
ജനാധിപത്യ റിപ്പബ്ലിക്കായി സംവിധാനം
ചെയ്യുവാനും അതിലെ പൗരൻമാർക്കെല്ലാം:
സാമൂഹികവും സാമ്പത്തികവും രാഷ്ട്രീയവും
ആയ നീതിയും, ചിന്തയ്ക്കും ആശയ
പ്രകടനത്തിനും വിശ്വാസത്തിനും മത
നിഷ്ഠയ്ക്കും ആരാധനയ്ക്കും ഉള്ള
സ്വാതന്ത്ര്യവും, പദവിയിലും അവസരത്തിലും
സമത്വവും, സംപ്രാപ്തമാക്കുവാനും,
അവർക്കെല്ലാമിടയിൽ,
വ്യക്തിയുടെ അന്തസ്സും രാഷ്ട്രത്തിന്റെ
ഐക്യവും അഖണ്ഡതയും ഉറപ്പുവരുത്തി
ക്കൊണ്ട് സാഹോദര്യം പുലർത്തുവാനും
സഗൗരവം തീരുമാനിച്ചിരിക്കയാൽ
നമ്മുടെ ഭരണഘടനാനിർമ്മാണസഭയിൽ
ഇന്ന് 1949 നവംബർ 26-ാം ദിവസം ഇതിനാൽ
ഈ ഭരണഘടനയെ സ്വീകരിക്കുകയും
നിയമമാക്കുകയും നമുക്കുതന്നെ
പ്രദാനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു.

തയ്യാറാക്കിയത്

രശ്മി ടീച്ചർ

വി.എച്ച്.എസ്സ്.എസ്സ്.കല്ലിശ്ശേരി

൪ <u>മഞ്ചാടി</u>

ദേവു രാമനാഥൻ,8A

വി.എച്ച്.എസ്സ്.എസ്സ്.കല്ലിശ്ശേരി

മറ്റുള്ളഭാഷകൾ കേവലം ധാത്രിമാർ
മർത്യനുപെറ്റമ്മതൻഭാഷതാൻ

ആശയവിനിമയത്തിനായി നാം ധാരാളം ഭാഷകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും നമ്മുടെ മാതൃഭാഷയോട് നാം കാട്ടുന്ന സ്നേഹവും ആദരവും മറ്റൊരു ഭാഷയോടും നമുക്ക് തോന്നാറില്ല. ഏതൊരുവനും അവന്റെ വികാരവിചാരങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും മറ്റുള്ളവരിലേക്ക് പകരാൻ ശക്തമായ ഭാഷവേണം .

മലനാട്ടിലെ ഭാഷയാണ് മലയാളം. .കേരളത്തിലെ ഭാഷ ആയതുകൊണ്ട് കൈരളി എന്നും വിളിക്കുന്നു.വളരെ സമ്പന്നമായ മലയാള ഭാഷയുടെ ഉത്ഭവത്തെക്കുറിച്ച് പലഅഭിപ്രായങ്ങളും ഉണ്ട് .മലയാളത്തിന് ഭദ്രമായഅടിസ്ഥാനമുണ്ടാക്കിയഎഴുത്തച്ഛനാണ് മലയാളഭാഷയുടെ പിതാവ്.

ഗ്രീഷ്മ.പി.ജി,9A

മഞ്ചാടി

പഴം ചൊല്ലിൽ പതിരില്ല എന്നാണ് പറയുന്നത്.ഓരോ പഴംചൊല്ലും അർത്ഥത്താൽ സംപുഷ്ടമാണ് .അനുഭവം കൊണ്ട് ആർജ്ജിച്ചെടുത്ത തത്വങ്ങളുടെ സാരാംശമാണ് പഴം ചൊല്ലുകൾ.കുട്ടികളിൽ ഭാവനയും ചിന്താശേഷിയും വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ ഉതകുന്നതാണ് ഓരോ പഴം ചൊല്ലും .അതിനാൽ കുട്ടികളിൽ ഉറപ്പിക്കേണ്ട ഒരു പഴം ചൊല്ലിൽ നിന്നുതന്നെ നമുക്ക് തുടങ്ങാം .

മൂത്തവർ ചൊല്ലും മുതുനെല്ലിക്ക ആദ്യം കയ്ക്കും പിന്നെ മധുരിക്കും .

കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ താത്കാലികസന്തോഷത്തിനപ്പുറം അവരുടെ ജീവിതവിജയം കാംക്ഷിക്കുന്നവരാണ് മാതാപിതാക്കൾ .അവരുടെ ഓരോ ഉപദേശവും വഴികാട്ടിയാണ് .ആദ്യം ഇഷ്ടപ്പെട്ടില്ലെങ്കിൽ പോലും ജീവിതത്തിൽ സന്തോഷം നിറയ്ക്കാൻ അവയ്ക്കാകും .

എന്നും മുതിർന്നവരെ ആദരിച്ചും അനുസരിച്ചും ശീലിച്ചവരാണ് ഭാരതീയർ. ഒരു ഓണം കൂടുതൽ ഉണ്ടവരുടെ വാക്കുകൾ ക്ക് വിലകല്പിച്ചിരുന്ന പാരമ്പര്യമാണ് നമ്മുടേത്.അനുഭവത്തിൻ തീച്ചൂളയിൽ പാകപ്പെട്ട മനസ്സിൽ നിന്നും ഉരുത്തിരിഞ്ഞ വാക്കുകളാണ് മുതിർന്നവർ ചൊല്ലിത്തരുന്നത്. പതിരില്ലാത്ത ആപഴം ചൊല്ലാണ് പതിയിരിക്കുന്ന ഏതപകടത്തേയും ഇല്ലാതാക്കാൻ നമുക്ക് ശക്തിനൽകുന്നത് .അതുകൊണ്ടുതന്നെ ആ പഴമൊഴികൾ കേൾക്കാനും ജീവിതത്തിൽ അനുവർത്തിക്കാനും ശ്രദ്ധിക്കണം .

സൗമ്യ ടീച്ചർ

മഞ്ചാടി

പൂമ്പാറ്റ

പാറിനടക്കും പൂമ്പാറ്റേ
വർണ്ണച്ചിറകുള്ള പൂമ്പാറ്റേ
പൂവിലിരിക്കും പൂമ്പാറ്റേ
തേൻനുകരുന്നൊരു പൂമ്പാറ്റേ

പാറിപ്പോവതുനീ എങ്ങോട്ടോ?
ഞാനും കൂട്ടായ് പോന്നോട്ടേ?
നിന്നോടൊപ്പം കളിക്കാനായി
എന്നേം കൂടി കൂട്ടാമോ?

വിവിധ നിറത്തിൽ വിടരുമ്പോൾ
വിവിധാകൃതിയിൽ പാറുമ്പോൾ
ഏഴഴകുള്ളൊരു നിന്നോടൊപ്പം
എന്നേം കൂടി കൂട്ടാമോ?

മഞ്ജു.എ.
9A

കാറ്റിനോട്........

ചെറുമരത്തൈയ്യിനെ തൊട്ടുതലോടി-
യൊരുകുളിർമുത്തായി വന്നുനിന്നു

ആടിയുലച്ചു നീ മാവിന്റെകൊമ്പിനെ-
മാമ്പഴത്തേന്മഴയൊന്നുപെയ്യാൻ

കരയാൻ വിതുമ്പിയ കാർമേഘപ്പൂവിനെ-
അതിനനുവദിക്കാതെ നീ വിട്ടു

നീ വീശുമാനന്ദത്താലാക്കടലല-
മെല്ലെത്തലോടി കരയെ

മണ്ണിൽ കിളയ്ക്കും കർഷകർക്കെന്നുമൊ-
രാശ്വാസമായി നീ വന്നണഞ്ഞു

ആർക്കുംപിടികൊടുക്കാതെങ്ങു പോയി നീ-
എങ്ങോ മറഞ്ഞുവോ കാറ്റേ.

ചന്ദനവിജയൻ
9A

യോഗാ ദിനം

The true teachers are those who help us think for ourselves

.Sarvepalli Radhakrishnan

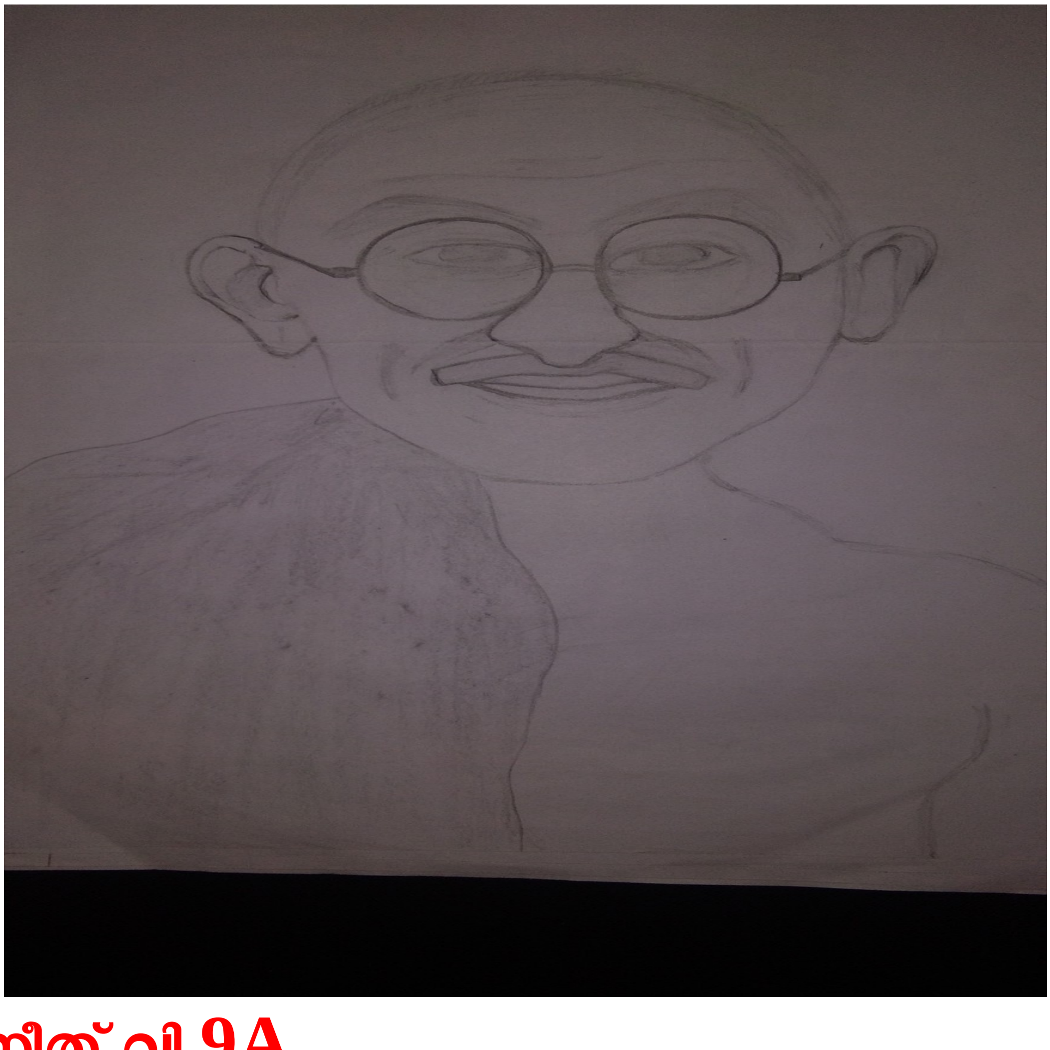
Dreams is not the thing you see in sleep but is that Things that doesn't let you sleep

A.P.J Abdulkalam

സാനിയസാബു 10A

മഞ്ചാടി

സ്വതന്ത്ര്യനിഷേധത്തിന്റെ ഇരുണ്ട കാലത്തുനിന്ന് പ്രകാശത്തിലേക്കും നിറമുള്ള സ്വപ്നങ്ങളിലേക്കും ഭാരതത്തെ നയിച്ച മഹാത്മാഗാന്ധിക്ക് 150 -)o ജന്മവാർഷികം



വിനീത്.വി,9A

എന്റെ നക്ഷത്രം

മിന്നിത്തിളങ്ങും നക്ഷത്രകുഞ്ഞേ
എന്നെ മയക്കിയ പൊന്നിൻ നിറമേ
കണ്ണുഞ്ചും മൊഞ്ചിൽ മാനം മുഴുക്കയും
വർണ്ണങ്ങൾവാരി വിതറിയില്ലേ?
അമ്പിളിമാമന്റെ കൂട്ടൊന്നു കൂടി നീ
നേരിൻ നിലാവൊളി നല്കുകില്ലേ
എണ്ണാനുമാകില്ലെടുക്കാനുമാകില്ലൊ-
രുനാളുംകാണാതിരിക്കാനുമാകില്ല.

ശ്രുതി.വി.എസ്

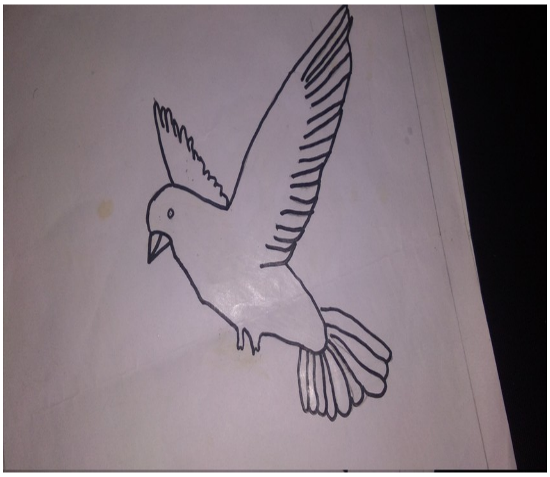
ഞാൻ വായിച്ച കഥ - ഉപ്പ്കൊറ്റൻ

ഞാൻ വായിച്ച കഥയാണ് ഉപ്പ്കൊറ്റൻ.ഇത് എഴുതിയത് കെ ബി ശ്രീദേവിയാണ് മഴക്കാറ് മൂടി മാനം പൊട്ടി വീഴ്വോ എന്നു തോന്നിച്ച ദിനത്തിലാണ് മൂക്കുവൻ സുലൈമാനും അയാളുടെ പെൺ മക്കൾ നബീസുവിനും സലാലക്കും കടൽ തീരത്ത് ചൊരിമണലിൽ നിന്നും ചിണുങ്ങുന്ന ഒരു നവജാതനെ ലഭിച്ചത്.'കൊറ്റൻ' എന്ന ആ ബാലനെ കുട്ടൻ എന്നു പേർ വിളിച്ചും ഗായത്രി മന്ത്രം ഉപദേശിച്ചും ജീവിതത്തിലേക്കുള്ള ഉപനയനം നിർവഹിക്കുവാൻ നിയോഗം ഉണ്ടായത് ജ്യേഷ്ഠനായ നാറാണത്ത് ഭ്രാന്തനായിരുന്നു.കാട്ടിലും മേട്ടിലും അലഞ്ഞ കുട്ടന് പക്ഷികളും മൃഗങ്ങളും വൃക്ഷങ്ങളും കൃമികീടങ്ങളും ഇഴജന്തുക്കൾ പോലും സതീർത്ഥ്യരായി.സമൂഹജീവിയായ കുട്ടന്റെ പരിണാമത്തിന് കാരണഭൂതനായതും ഒരു പന്തിരുകുലാംഗമാണ്. പാക്കനാർ പൊന്നാനിയിലെ ഉപ്പളങ്ങളിൽ സമുദ്രവെള്ളമ വറ്റിച്ച് 'ഉപ്പ്കൊറ്റ'നായി.കുട്ടന്റെ തുടർന്നുള്ള ജീവിതവും സംഭവബഹുലമായിരുന്നു.ഇപ്രകാരം വികാരമസാന്ദ്രമാണ്

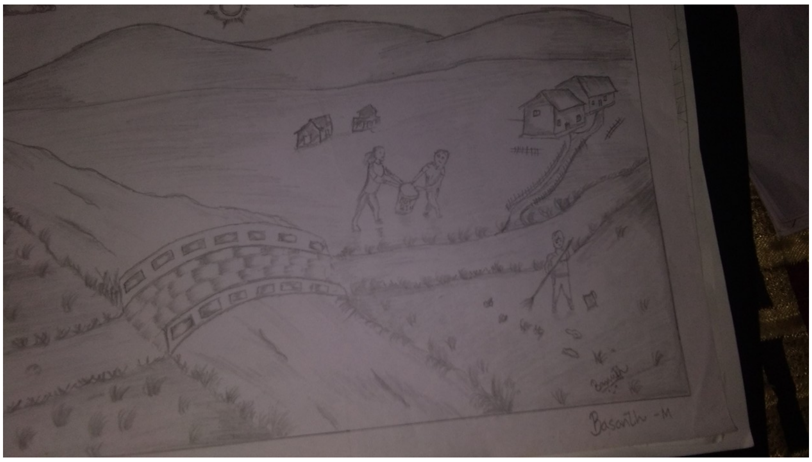
പറയിപെറ്റപന്തിരുകുലത്തിലെ പതിനൊന്നാമനായ ഉപ്പുകൊറ്റന്റെ ജീവിതകഥ

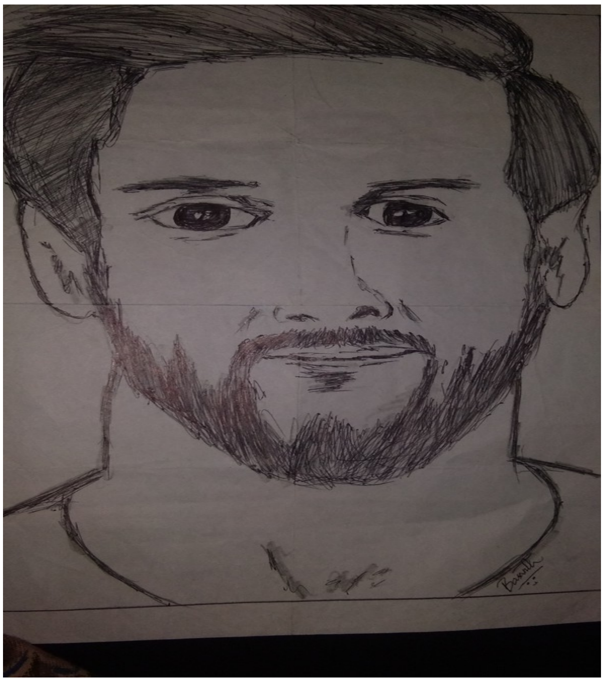
ദേവു കുമാരി
8A

മഞ്ചാടി

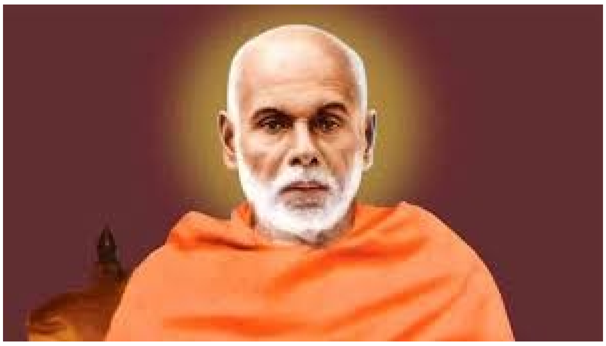


ശ്രുതി.വി.എസ്





ബസന്ത് മുദി,9A



"അവനവനാത്മസുഖത്തിനാചരിക്കുന്നവ-

യപരന്നു സുഖത്തിനായ് വരേണം"

തിരുവനന്തപുരത്തിനടുത്ത് ചെമ്പഴന്തി ഗ്രാമത്തിൽ 1854 ഓഗസ്റ്റ് 20 ന് ആയിരുന്നു നാരായണഗുരുവിന്റെ ജനനം.അച്ഛന്റെ പെര് മാടനാശാൻ എന്നും അമ്മയുടെ പേര് കുട്ടിയമ്മ എന്നും ആയിരുന്നു.നാണു എന്നായിരുന്നു ഗുരുവിനെ കുട്ടിക്കാലത്ത് വിളിച്ചിരുന്നത്.അന്വേഷണ ബുദ്ധിയും ശാസ്ത്രീയമായ യുക്തിയും ചെറുപ്പം മുതലേ കൈമുതലുണ്ടായിരുന്ന നാണു പഠനത്തിൽ അതി സമർത്ഥനായിരുന്നു ശ്രീ രാമൻ പിള്ള എന്ന ഗുരുവിന്റെ പക്കൽ നിന്നും സംസ്കൃതം തമിഴ് സാഹിത്യം വൈദ്യം എന്നീ വിഷയങ്ങളിൽ അറിവ് നേടി. ചെരുപ്പത്തിലേ തന്നെ

മഞ്ചാടി

എഴുത്ത് പള്ളിക്കൂടവും സ്ഥാപിച്ചു.അങ്ങനെ നാണു നാണു ആശാൻ എന്ന് അറിയപ്പെടാൻ തുടങ്ങി.

മരണം വരെയും ജന നന്മക്കായ് പ്രവർച്ച ഗുരുവിന് പിൽക്കാലത്ത് കുമാരനാശാൻ, ഡോ:പൽപ്പു,സഹോദരൻ അയ്യപ്പൻ തുടങ്ങി അനേകം പ്രശസ്തരായ ശിഷ്യന്മാർ ഉണ്ടായിരുന്നു.ഗുരുവിന്റെ ചിന്താധാരകളും പ്രവർത്തനങ്ങളും അദ്ദേഹത്തിന്റെ വരികളിൽ ഇങ്ങനെ ചുരുക്കാം

"അവനിവനെന്നറിയുന്നതൊക്കെയോർത്താ
ലവനിയിലാദിമമായൊരാത്മരൂപം
അവനവനാത്മസുഖത്തിനാചരിക്കുന്നവ
യപരന്നു സുഖത്തിനായ് വരേണം"

ശ്രീക്കുട്ടി

8A

ഹരിത വിദ്യാലയം

വസന്തമേ നീയൊരു ഓർമ്മപ്പെടുത്തൽ

ആകാശത്തിന്റെ അനന്തമാം അപാരതയ്ക്കും
ഭൂമിയുടെ ആഴമേറിയ ആർദ്രതയ്ക്കുംമിടയിൽ
ക്ഷണികമായ ജീവിതസ്മരണയിലും
സുഗന്ധം നിറച്ചു വസന്തം കടന്നുപോകുന്നു .
നിറങ്ങളുടേയും ,നിലാവിന്റേയും ....
പുഴയുടേയും പൂത്തുമ്പിയുടേയും.......
തളിരിലയുടേയും ,താരാട്ടിന്റെയും ....ഗന്ധം
ബാല്യത്തിന്റെ കുസൃതികളിൽ ,
കൗമാരത്തിന്റെ വിസ്മയങ്ങളിൽ,
യൗവനത്തിന്റെ തീഷ്ണതയിൽ ,
വീർദ്ധക്യത്തിന്റെ ഏകാന്തതയിൽ
വസന്തത്തിന്റെ പ്രതിഫലനങ്ങൾ
തെളിഞ്ഞു കാണുന്നുണ്ടായിരിക്കും ...

മഞ്ചാടി

ഓരോ ഋതുവിന്റെ കുത്തിയൊഴുക്കിനിടയിൽ
വസന്തവും എന്നേക്കുമായി മാഞ്ഞുപോയേക്കാം
എങ്കിലും ,
അനശ്വരതയെ പ്രണയിക്കുന്നവരുടെ
നെഞ്ചിൽ നിന്നും
അതകന്നുപോകുന്നില്ല
ഒരു കുളിർക്കാറ്റായ് ഇതുവഴിവരും ,ഓർ
മ്മപ്പെടുത്തലായ്

സുലേഖ.ടീച്ചർ

ഓണാഘോഷം

ഡിജിറ്റല്

പൂക്കളം

मम विद्यालयम्

विद्यालयमतिसुन्दरलौकं
विज्ञानस्यौदात्तं लौकं|
गुरुवर्याणां अनुभवज्ञानं
सततं बौधयनस्माकम् ||

സാന്ദ്ര.പി.സതീശ്
7.A

प्रकृतिसौन्दर्यं

लोकं स्वर्लोकं कर्तुं
मधुरं अन्ते निक्षिप्य
नानावर्णं विकसितपुष्पं
गन्धं प्रसरति सर्वत्र
लोकाः सर्वे विस्मयपूर्वं
ईश्वरसृष्टिं पश्यन्ति

റോഷ്നി. പി. ജി

നാട് മറന്ന വിളകൾ

പൊന്നാം കണ്ണിച്ചീര ആരോഗ്യത്തിനും അഴകിനും പൂന്തോട്ടത്തിനും

നമ്മുടെ ചുറ്റും കളയായും ഉദ്യാനസസ്യമായും കണ്ടുവരുന്ന ഒരു ചീരയിനമാണ് പൊന്നാം കണ്ണി.പലനിറത്തിലും തരത്തിലും കണ്ടുവരുന്നു .പച്ചനിറത്തിലും ചുവപ്പുനിരത്തിലും കാണാറുണ്ട് .ഇതിന്റെ ശാസ്ത്രീയനാമം **ALTERNANTHERA SESSILIS** .ഇതിനെ ആരോഗ്യച്ചീര എന്ന് കേരളത്തിലും **Dwarf copper leaf** എന്ന് ആംഗലേയത്തിലും പറഞ്ഞുവരുന്നു .നമ്മുടെ അന്യസംസ്ഥാനങ്ങളിൽ സിദ്ധവൈദ്യത്തിലും നാട്ടുമരുന്നായും ധാരാളം ഉപയോഗിച്ചു വരുന്നുണ്ടെങ്കിലും കേരളത്തിൽ ഇതിന്റെ ഉപയോഗം പലർക്കും അറിയില്ല.

ഇളം തണ്ടുകൾ നട്ടുപിടിപ്പിച്ച് വേലിച്ചെടി യായും ഗ്രോബാഗിലും ചട്ടിയിലും നട്ടും ഈസസ്യം എളുപ്പത്തിൽ വളർത്താം .കാര്യമായരോഗകീടങ്ങളില്ലാത്തതും ഒരു പരിധിവരെ വരൾച്ചയെ അതിജീവിക്കുന്നതുമായ ചെടിയുമാണ് .

പൊന്നാം കണ്ണി എന്ന പേരിൽ നിന്നുതന്നെ ഇതിന്റെ ഔഷധഗുണങ്ങളെ കുറിച്ച് നാം ചിന്തിക്കണം .തുടർച്ചയായി

മഞ്ചാടി

ഉപയോഗിച്ചാൽ ശരീരത്തെ ജരാനരകൾ വരാതെ യൗവനം നിലനിർത്തുന്നതിനും സ്വർണ്ണത്തിന്റെ നിറം ലഭിക്കുമെന്നുമാണ് സിദ്ധവൈദ്യന്മാർ പറയുന്നത്.കൂടാതെ കണ്ണിന്റെ കാഴ്ചശക്തികൂട്ടുവാനും ഈ ചീരയ്ക്ക് കഴിയും .ശരീര ഊഷ്മാവ് കുറച്ച് ശരീരത്തിന് കുളിർമ്മ നല്കുന്നു .കൂടാതെ കണ്ണെരിച്ചിൽ ,അമിതവണ്ണം എന്നിവയ്ക്കും പ്രതിവിധിയാണ് ഇത് .ഹീമോഗ്ളോബിന്റെ അളവു കൂട്ടി അനീമിയയെ ഇല്ലാതാക്കുന്നു .കൂടാതെ രക്തയോട്ടത്തെ സുഗമമാക്കി ഹൃദയത്തെ ബലപ്പെടുത്തുന്നു. വയറിന്റെ രോഗങ്ങൾ മൂലക്കുരു ,മലബന്ധം ,വായ്പ്പുണ്ണ്,കുടൽപുണ്ണ് എന്നിവ ശമിക്കാനും ഈ ചീര നല്ലതാണ് .കാരണം ഇലകളിലും തണ്ടുകളിലും പ്രോട്ടീൻ,ഇരുമ്പുസത്ത് ,കാൽസ്യം ,ഫോസ്ഫറസ് കൂടാതെ വിറ്റാമിൻ എ ,ബി, സി എന്നിവയും അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.

സീഡ് കോർഡിനേറ്റർ

ആര്യ ടീച്ചർ

എല്ലാവർക്കും നന്ദി

ലിറ്റിൽകൈറ്റ്സ്