

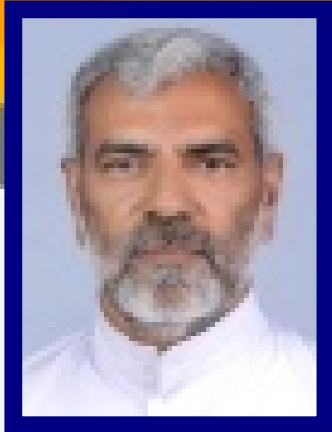
Resilience Chronicles



Little Kites Magazine 2024
St. Agnes' H.S, Muttuchira

Resilience Chronicles

Little Kites Magazine 2024
St. Agnes' H.S, Muttuchira



ആശംസകൾ!

മുട്ടുചിറ സെന്റ് ആഗസ്റ്റ് ഹൈസ്കൂളിലെ 2022 - 25 പ്രവർത്തന വർഷത്തെ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് അംഗങ്ങൾ Resilience Chronicles എന്ന പേരിൽ ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നതിൽ സന്തോഷിക്കുന്നു. നവോത്ഥാന നായകനായ വിശുദ്ധ കര്യാക്കോസ് ഏലിയാസ് ചാവറ പിതാവിനാൽ സ്ഥാപിതമായ കർമ്മലീത്താ സന്യാസ സഭയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ കഴിഞ്ഞ 75 വർഷങ്ങളായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഈ വിദ്യാലയം പഠനത്തിലും പാഠ്യേതര പ്രവർത്തനങ്ങളിലും ഉന്നത നിലവാരം പുലർത്തുന്നു. മുട്ടുചിറയിലേയും സമീപപ്രദേശങ്ങളിലേയും കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസപരവും സാംസ്കാരികവുമായ വളർച്ചയിൽ സെന്റ് ആഗസ്റ്റ് ഹൈസ്കൂൾ വഹിക്കുന്ന പങ്ക് നിസ്തലമാണ്. മൂല്യാധിഷ്ഠിത വിദ്യാഭ്യാസത്തിലൂടെ സ്വഭാവശുദ്ധിയും ലക്ഷ്യബോധവുമുള്ള കുട്ടികളെ വാർത്തെടുക്കുവാനും സർവ്വോപരി ദൈവഭക്തിയും മനുഷ്യസ്നേഹവും കാര്യപ്രാപ്തിയുമുള്ള വരും തലമുറയെ വളർത്തിയെടുക്കുവാനും സ്കൂളിൽ നടന്നുവരുന്ന എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളെയും അഭിനന്ദിക്കുന്നു.

"ദൈവഭക്തിയാണ് ഉത്തമത്തിന്റെ ഉറവിടം. നന്മയും വിശുദ്ധിയും അറിയുന്നതാണ് അറിവ്." അറിയുവാൻ ഈ സ്കൂളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട എല്ലാവർക്കും കഴിയട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു. Resilience Chronicles ചിട്ടപ്പെടുത്തുവാൻ ശ്രമിച്ച അധ്യാപകർക്കും എല്ലാ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് അംഗങ്ങൾക്കും പ്രത്യേക അഭിനന്ദങ്ങൾമുട്ടുചിറ സെന്റ് ആഗസ്റ്റ് സ്കൂളിന്റെ മുഴുവൻ സംരംഭങ്ങൾക്കും എല്ലാ വിജയങ്ങളും നേരുന്നു.

ഫാ. അബ്രാഹം കൊല്ലിത്താനത്തുമലയിൽ
സ്കൂൾ മാനേജർ

Greetings!



Warm greetings to the second issue of Little Kite's Magazine, where curiosity takes flight and young minds soar! Within these pages, you'll embark on a journey through a world of wonder, exploring a myriad of topics designed to ignite your imagination and broaden your horizons.

A Venture into the realm of creativity and expressions as we showcase the talents of budding artists, writers, and innovators. A Discovery into the power of storytelling, the magic of music and the beauty of visual artistry.

But our exploration doesn't end there. Little Kite's Magazine promises to be a beacon of inspiration for young readers everywhere.

Join us as we launch our lutes into the boundless sky of exploration, eager to discover the treasures that await us among the clouds. Welcome aboard and let your imagination flight with Little Kites Magazine.

Headmistress Jiji Jacob

ആശംസകൾ!



അണയാത്ത ആത്മ ചൈതന്യത്തിന്റെ അലങ്കാരശോഭയോടെ അറിവിന്റെ അക്ഷയ ഖനികൾ തലമുറകൾക്ക് പകർന്നേകി നാടിന് തിലകുരുിയായി വിരാജിക്കുന്ന സെന്റ് ആഗസ്റ്റ് ഹൈസ്കൂൾ പതിറ്റാണ്ടുകളായി മുട്ടുചിറയുടെ അക്ഷര ജ്യോതിസ്സായി നിലകൊള്ളുന്നു. സ്കൂൾ അതിന്റെ ചരിത്രവഴിയിൽ 75 അദ്ധ്യായനവർഷങ്ങൾ പിന്നിടുന്ന നാളുകളാണിത്. അറിവ് അനുഭവമായും അനുഭവം സംസ്കാരമായും പരിണമിക്കുമ്പോഴാണ് വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ ആത്യന്തിക ലക്ഷ്യങ്ങൾ സാക്ഷാത്കരിക്കപ്പെടുന്നത്. വിദ്യയെന്നാൽ കേവലം അക്ഷരജ്ഞാനം മാത്രമല്ലെന്ന് മൂല്യാധിഷ്ഠിതമായ ജീവിതത്തെ രൂപപ്പെടുത്തുന്ന എല്ലാ അംശങ്ങളും ക്രിഷ്ണേരുന്നതായിരിക്കണം എന്നുമുള്ള ദർശനമാണ് ഈ സ്കൂളിനെ എന്നും നയിച്ച് പോരുന്നത് .ഏത് പ്രതിസന്ധിയിലും പൂർവ്വികർ കൈവിടാതെ ചേർത്ത് പിടിച്ച മൂല്യങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കാൻ സ്കൂൾ എന്നും പ്രതിജ്ഞാബദ്ധമാണ്. ഒന്നര നൂറ്റാണ്ട് മുൻപ് സ്ത്രീവിദ്യാഭ്യാസം അചിന്ത്യമായിരുന്ന കാലഘട്ടത്തിലാണ് ക്രാന്തദർശിയായ വിശുദ്ധ ചാവറ കര്യാക്കോസ് ഏലിയാസ് പിതാവ് കർമ്മലീത്താ സന്യാസിനി സമൂഹം സ്ഥാപിച്ച് അവരിലൂടെ പെൺപള്ളികളുടെ തുടക്കം കുറിക്കുന്നത്. പാർശ്വവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട സ്ത്രീസമൂഹത്തെ ജീവിതത്തിന്റെ മുഖ്യധാരയിലെത്തിച്ച് അറിവിന്റെ നന്മ പകർന്ന് കുടുംബത്തിന്റെ വിളക്കായി മാറ്റി - നാടിനെ, സമൂഹത്തെ, ലോകത്തെത്തന്നെ ഉണർത്താൻ കർമ്മലീത്താ സ്കൂളുകൾ വഹിച്ച പങ്ക് നിസ്തുലമാണ്. മഹത്തായ ആ പാരമ്പര്യത്തിന്റെ കണ്ണിയാകാൻ കഴിഞ്ഞ ഈ സ്കൂളിൽ ഇന്ന് ആൺകുട്ടികളും പഠിക്കുന്നു എന്നുള്ളത് ഈ സ്കൂളിനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അഭിമാനകരമാണ്. സെന്റ് ആഗസ്റ്റ് ഹൈസ്കൂളിലെ ലിറ്റിൽ കൈറ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ തയ്യാറാക്കിയ ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ **Resilience Chronicles** കൂടി അറിവുകളുടെ വലിയ ശേഖരമാണ് ഇത്. നമ്മുടെ വിദ്യാലയത്തിലെ സർഗ്ഗാത്മകമായ വിദ്യാർത്ഥിനികളുടെ അറിവനുഭവങ്ങൾ ഇതിൽ പ്രകാശിതമായിരിക്കുന്നു. ഇതിലൂടെ നിങ്ങൾക്ക് മുന്തിൽ സമർപ്പിക്കപ്പെടുന്നത് ഇവരുടെ മനസ്സും മനസ്സിലിരിപ്പുമാണ്. ഇത് സാർത്ഥകമാക്കാൻ പ്രയത്നിച്ച മുഴുവൻ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ് അംഗങ്ങളും നേതൃത്വം നൽകിയ എഡിറ്റോഴ്സും തീർച്ചയായും അഭിനന്ദനങ്ങൾ അർപ്പിക്കുന്നു. നമ്മുടെ വിദ്യാലയത്തിന്റെ സർഗാത്മകതയുടെ സകൃപരമായി ഒരു ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുകയാണ്. മാറുന്ന കാലത്തിനും സാങ്കേതികവിഷയകൾക്കുമനുസരിച്ച് നമ്മുടെ വിദ്യാർത്ഥികൾ സ്വയം നവീകരിച്ചതിന്റെ തെളിവാണ് **Resilience Chronicles**.....

എല്ലാവിധ ആശംസകളും നേരുന്നു,

സി. ജോസിലിൻ ജോസഫ്
ലിറ്റിൽ കൈറ്റ് മിസ്ട്രസ്

W I T H I N

സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ ചിറകിലേറി.....	08
SELF CONFIDENCE.....	11
POVERTY.....	12
SURVIVE CANCER.....	13
DEPRESSION.....	14
THE CHALLENGES FACED BY WOMEN.....	16
SURVIVAL.....	17
LAZINESS.....	18
CYBER CRIMES.....	19
SUMMER THINGS.....	20
അതിജീവനം.....	21
KNOWING SUSHI.....	22
THE DIARY OF ANNE FRANK.....	24
ENDANGERED ANIMALS.....	25
UNDERSTANDING THE IMPACT OF GLOBAL WARMING.....	26
ELARA.....	28
മുടിയേറ്റ് : ഒരു അനുഷ്ഠാന കലാരൂപം.....	29
EXPLORING KUTTANAD: THE BACKWATERS JEWEL OF KERALA.....	31
DRUG ADDICTION IN TEENAGERS.....	33
HOPE.....	34
IMPORTANCE OF CAREER IN ONE'S LIFE.....	35
HEART ATTACK.....	36
IMPORTANCE OF HAVING FAITH IN GOD.....	37
PHONE ADDICTION IN TEENAGERS.....	38
BELIEVE IN YOURSELF.....	40
WATER CRISIS.....	43

Resilience Chronicles: Nurturing Strength Amidst Adversity

Welcome to the inaugural issue of Resilience Chronicles, a magazine crafted by the insightful minds of Little Kites 2022 -2025 batch. In a world fraught with challenges and uncertainties, the essence of resilience shines brighter than ever before. As we navigate through the tumultuous seas of life, it is our ability to bounce back, to adapt, and to thrive that truly defines our journey.

In this edition, we delve deep into the stories of resilience that inspire and uplift us. From personal anecdotes of triumph over adversity to global narratives of communities overcoming obstacles, our magazine aims to celebrate the indomitable spirit that resides within each of us.

Through thought-provoking articles, captivating interviews, and captivating artwork, Resilience Chronicles serves as a beacon of hope and empowerment. We believe that by sharing our stories of resilience, we not only inspire others but also create a ripple effect of positivity and courage in our world.

As we embark on this journey together, let us embrace the challenges ahead with unwavering determination and a steadfast belief in our ability to overcome. For in the pages of Resilience Chronicles, we find not just stories, but a testament to the human spirit's boundless capacity to rise, evolve, and thrive against all odds.

Join us as we explore the depths of resilience and discover the true power that lies within each of us. Welcome to Resilience Chronicles, where stories of strength and perseverance illuminate the path to a brighter tomorrow.

Cheif Editor



EDITORIAL BOARD



സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ ചിറകിലേറി

പുത്തൻ സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ പുതിയ മാനങ്ങൾ ലോകത്തിന് വെളിപ്പെടുത്തികൊടുക്കുന്ന ഒരു വലിയ കൂട്ടായ്മയാണ് ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ്. സെന്റ് ആഗസ്റ്റ് സ്കൂളിലെ 40 കുട്ടികൾ അടങ്ങുന്ന 2022-2024 ബാച്ച് Sr.ജോസിലിന്റെയും ജോസിലിൻ ടീച്ചറുടെയും നേതൃത്വത്തിൽ AI, Animation, Arduino, Programming, Desktop publishing, Opentoonz ,graphics, camera using..... എന്നിങ്ങനെ നിരവധി വിദ്യകൾ മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചു. school camp ൽ നിന്നും Riya Jhony, Liz Rose Robin, Alphonsa Maria Jomy, Krishnanuja എന്നിവർ സബ്ജില്ലാക്യാമ്പിന് ആനിമേഷൻ വിഭാഗത്തിൽ പങ്കെടുത്തു. Sadhika Kochumon, Bhardhrapriya V Nair, Aleena Mol Jimmy, Angel Jomy എന്നിവർ പ്രോഗ്രാമിങ് വിഭാഗത്തിൽ സബ്ജില്ലാക്യാമ്പിൽ പങ്കെടുത്തു. Sadhika Kochumon ജില്ലാ സഹവാസക്യാമ്പിൽ യോഗ്യതനേടി പങ്കെടുത്തു. കുട്ടികൾ മികച്ച പ്രകടനം കാഴ്ചവെച്ച കാര്യങ്ങൾ മറ്റുകുട്ടികൾക്കുടി ക്ലാസ് എടുത്തു നൽകുന്നു. ഞങ്ങളുടെ കുഴിവുകൾ വികസിപ്പിക്കുന്നതിനായി പലവിധ പരിപാടികൾ നടത്തിക്കൊണ്ടുവരുന്നു. AI യിൽ ശ്രദ്ധ പതിപ്പിച്ചുകൊണ്ടാണ് ഇവിടുത്തെ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ് പ്രവർത്തനങ്ങൾ ജൈത്രയാത്ര തുടരുന്നത്.



ST. AGNES

Agnes of Rome is a virgin martyr, venerated as a saint in the Catholic Church, Oriental Orthodox Church and the Eastern Orthodox Church, as well as the Anglican Communion and Lutheran Churches. She is one of several virgin martyrs commemorated by name in the Canon of the Mass.

Born:	291 AD, Rome, Italy
Died:	19 January 304 AD (age 13 years), Rome, Italy
Place of burial:	Catacumbas de Santa Inês, Rome, Italy
Siblings:	Emerentiana
Attributes:	A lamb, martyr's palm
Canonized:	Pre-congregation
Feast:	21 January

"I belong to Him whom the angels serve." St. Agnes of Rome



ST. AGNES' H.S, MUTTUCHIRA

മുട്ടുചിറയുടെ ഹൃദയഭാഗത്തായി സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന ഒരു എയ്ഡഡ് വിദ്യാലയമാണ് സെന്റ് ആഗ്നസ് ഗേൾസ് ഹൈസ്കൂൾ. 1922-മുതൽ മുട്ടുചിറ കർമ്മല മഠാഗങ്ങളുടെ പ്രേഷിതരംഗമായിരുന്ന ഈ വിദ്യാലയം കോട്ടയം ജില്ലയിലെ ഏറ്റവും പഴക്കമേറിയ വിദ്യാലയങ്ങളിലൊന്നാണ്. ഏകദേശം 950 ഓളം കുട്ടികൾ ഇപ്പോൾ ഇവിടെ പഠിക്കുന്നു. മുട്ടുചിറയുടെ സാംസ്കാരിക കേന്ദ്രമായ സെന്റ് ആഗ്നസ് ഗേൾസ് ഹൈസ്കൂൾ കടുത്തുരുത്തി വിദ്യാഭ്യാസ ജില്ലയിലെ മികച്ച വിദ്യാലയമായി മേൽക്കമേൽ പ്രശോഭിതയായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. 1922-മുതൽ മുട്ടുചിറ കർമ്മല മഠാഗങ്ങളുടെ പ്രേഷിതരംഗമായിരുന്ന ഈ സ്കൂൾ 1948 - ൽ ഗേൾസ് ഹൈസ്കൂളായി ഉയർത്തപ്പെട്ടു. രണ്ട് ഏക്കർ ഭൂമിയിലാണ് വിദ്യാലയം സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നത്. ഹൈസ്കൂളിന് 4 കെട്ടിടങ്ങളിലായി 28 ക്ലാസ് മുറികളും അതിവിശാലമായ ഒരു കളിസ്ഥലവും ഉണ്ട്. ഹൈസ്കൂളിന് സ്വന്തമായി കമ്പ്യൂട്ടർ ലാബുകളുണ്ട്. ലാബിൽ ബ്രോഡ്ബാൻഡ് ഇന്റർനെറ്റ് സൗകര്യം ലഭ്യമാണ്. കുട്ടികൾക്ക് പഠനസൗകര്യത്തിനായി edusat multimedia lab പ്രവർത്തനസജ്ജമാണ്. വിദ്യാർത്ഥികൾക്കു യഥേഷ്ടം റോഡ് മുറിച്ചു കടക്കുന്നതിനായി നിർമ്മിച്ചിട്ടുള്ള മേൽപാലവും ഒരു ഓപ്പൺ ഓഡിറ്റോറിയവും ഈ സ്കൂളിനു മാത്രം സ്വന്തമായതാണ്. കുട്ടികളുടെ യാത്രാ സൗകര്യത്തിനായി 4 സ്കൂൾ ബസ്സുകളും ഉണ്ട്.

SELF Confidence



- ANANYA JOJI >> 9B

Self confidence is very important in our life. It is also called the key of success. Self confidence means having a belief in yourself.

It is something that we need a develop in ourselves and it is also an important factor for a healthy and positive lifestyle self confidence is an attitude about our skills and abilities. It means we must trust our self and we must have the sense to control our life. So in order to increase our self confidence.

First of all we need to understand what all are our strength and our weakness and also we should have the mentality to improve our weak side and we must always try to bring a positive view of ourselves. the thing is that if we increase our confidence it will always takes as to success. we know that we have to face a lot of things in our life. The only way to overcome all such issues is to increase our confidence level. Do you thinks that

some people are success in their life only because of their luck factor or because of their money power. But the real fact is not that they are leading a successful life because they are well aware about their abilities and skills and they have a clear idea where they have to use it.

Our confidence will definitely brings opportunities to us and when such opportunities come to us again, a block of self confidence is put in to place. We all are really confident, the only thing is that you should study yourself and you should have a mind to correct wherever you feel wrong. If you done this much, that is definitely enough to peak up your confidence. So now is really want all of you to be very confident in your life. Trust that success will automatically enter you life once you start believing in yourself.

"The way to develop self—confidence is to do the thing you fear and get a record of successful experiences behind you."

William Jennings Bryan

POVERTY



- SADHIKA KOCHUMON >> 9B

Multidimensional poverty in India was found to decline from 29.17% in 2013 – 14 to 11.28% in 2022 – 23 with about 24.82 crore people escaping poverty during this period

REASONS OF POVERTY

The main reasons for poverty in India include the growing of population, unemployment, sluggish economic growth, unequal distribution of resources and income etc.

HOW TO OVERCOME POVERTY?

- Provide clean water.
- Ensure basic health care.
- Empower a girl or woman.
- Improve childhood nutrition.
- Support environmental programs.
- Reach children in conflict.
- Prevent child marriage.

SURVIVE CANCER



- ABIYA SHAJI >> 9B

Cancer is a disease caused when cells divide uncontrollably and spread into surrounding tissues. Cancer is caused by changes to DNA, mostly cancer-causing DNA changes occurring in sections of DNA called genes. These changes are called genetic changes.

How to survive cancer?

Regular activity improves overall health, boosts energy and mobility, and helps with anxiety, depression, and cancer-related symptoms. Plus, it may lower the risk of recurrence and improve survival after cancer. Start by moving a little more than you normally would. Even a small amount can have big benefits.

Best cancer survival

These survival rates are primarily for cancer that doctors have diagnosed at an early stage.

- . BREAST CANCER
- . PROSTATE CANCER
- . TESTICULAR CANCER
- . THYROID CANCER
- . MELANOMA CANCER
- . CERVICAL CANCER



DEPRESSION

- ALEESHA ROBY >> 9D

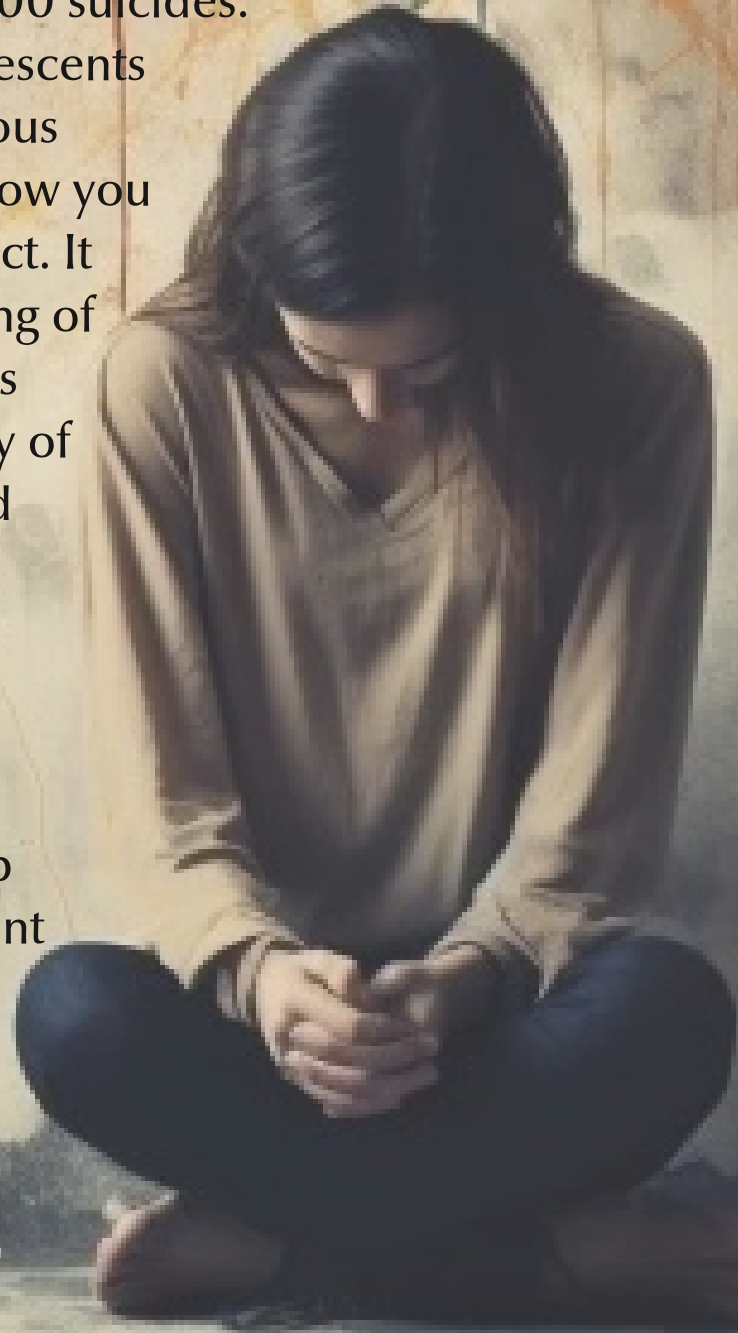
Depression is a mental health condition which causes a chronic feeling of emptiness, sadness, or inability to feel pleasures that may appear to happen for no clear reason. Depression is a leading cause of disability worldwide, according to the World Health Organisation. It can undermine a person's relationships, make working and maintaining good health very difficult and in severe cases, may lead to suicide. In fact, depression contributes to nearly 40,000 suicides.

It can affect everyone along with adolescents and children. It is a common and serious medical illness that negatively affects how you feel, the way you think and how you act. It is also treatable. It causes feelings of sadness and loss of interest in activities you used to enjoy. It can lead to a variety of emotional and physical problems. Depression can decrease the ability to function at work and at home.

IS IT CURABLE?

While there is no cure for depression, there are effective treatments that help with recovery. The earlier that treatment starts, the more successful it may be. Some people may experience

depression again after a single period of it.

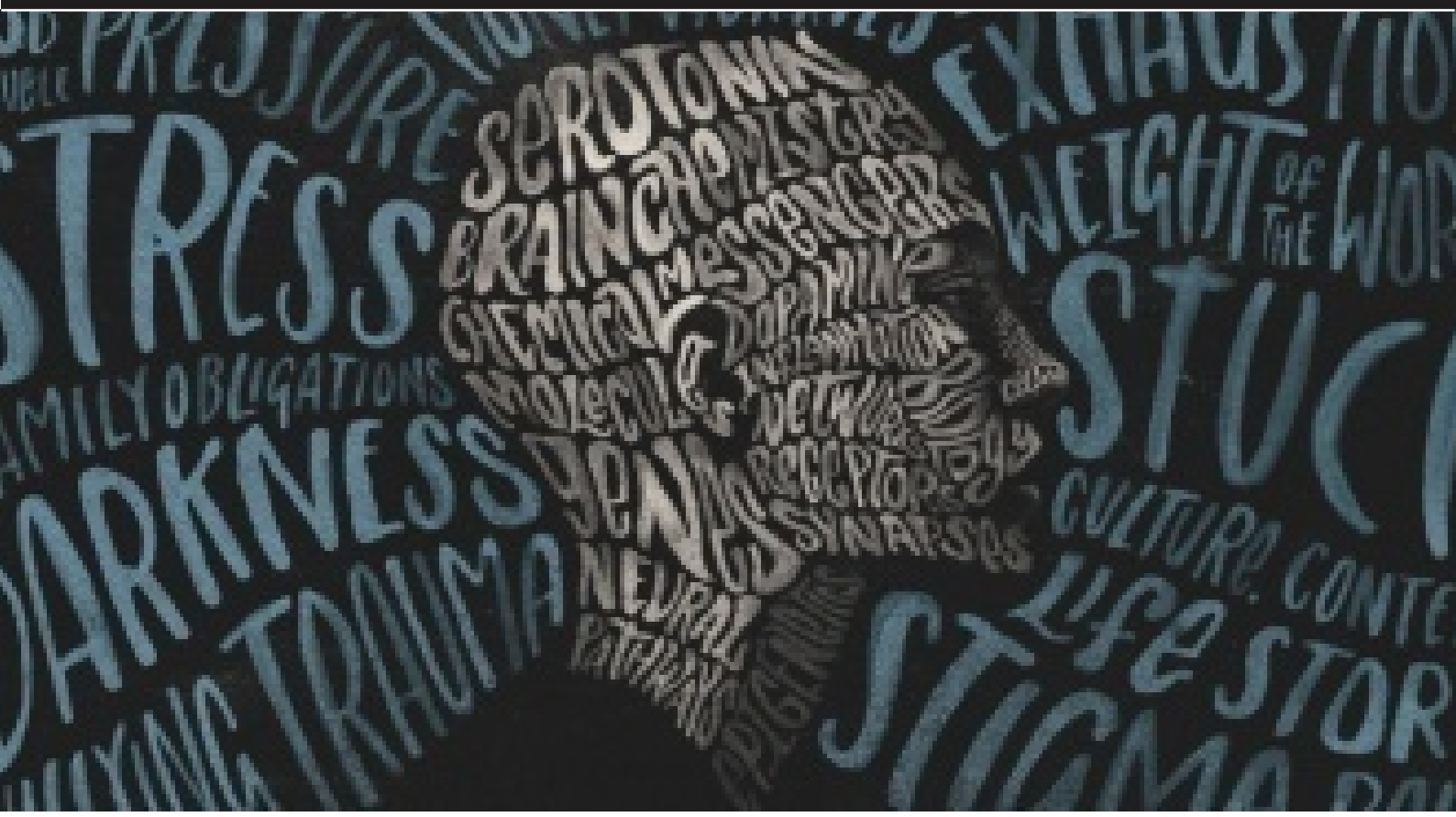


SYMPTOMS

- persistent depressed mood
- unusually slower agitated movements
- decreased energy or fatigue
- feeling sad or having a depressed mood
- loss of interest of pleasuring activities once enjoyed
- trouble sleeping or sleeping so much
- thoughts of death
- difficulty in thinking capacity
- feeling difficulty in concentrating or making decisions
- feeling worthless, unwanted or guilty

TYPES OF DEPRESSION

- major depression
- persistent depressive disorder
- post-partum depression



THE CHALLENGES FACED BY WOMEN



- LEYA ELIZABETH SANTHOSH >> 9D

Nowhere in history can we find instance of men and women being treated equally or given same status. Women have traditionally fought for their rights and status in society. They have repeatedly pushed for equality so that they can live precisely comparable to those of men. Today's scenario, many women are still facing the issues like, crimes against women, atrocities against women, sexual abuse & harassment, education, and child marriage.

When it comes to gender inequality, many parents wish for a boy rather than a girl since, in their so called 'mentality' boys will carry on with their generation. Women are still facing sexual abuse & harassment, according to the most recent government report on crimes in the country, India logged 31,677 cases of rape in 2021.



HOW TO
TACKLE
THESE ISSUES?

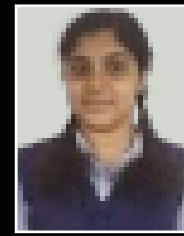


To combat these problems faced by Indian women, everyone must work together. Every person must work to ensure that it is safe. For women to be there including government. In order for everyone to take them seriously, they must also be well implemented.

Education also needs to be emphasized strongly. For a better future it must become mandatory for all girls and women to have an education to defend and safeguard our women in India, we must work together. It will benefit our nation to grow and improve the world.



SURVIVAL



- NANDITHA S NAIR >> 9D

Survival is like a knife
in everyone's life.
It takes a long time to
beat people's mind.
It is a situation of life that
we are surviving day by day.

Flood is a disaster that
the men survived.
It is the tears of nature
since we fatigue the Earth.
We survived all tears,
natural disasters and all.

Every plants are surviving,
every animals are surviving,
everyone are surviving
in their whole life.
We the people surviving
all disasters and failures of life.

We are surviving disasters and
failures
but a gang of people are surviving
with water, shelter, clothes and
food.
So let's survive all these
by tying our hands.



LAZINESS



- AGNUS MANI >> 9B

Laziness is a fact or quality of encouraging idleness. It is a disinclination to activity or exertion despite having the ability to act to exert oneself. It is often used as a pejorative: terms for a person seen to be lazy include “couch potato” and “slacker”. Laziness may reflect a lack of self esteem, a lack of positive recognition by others, a lack of discipline stemming from low self confidence, or a lack of interest in the activity or belief in its efficiency. These increase the release of dopamine, a neurotransmitter responsible for reward and pleasure.



CAUSES OF LAZINESS

FEAR OF FAILURE - Fear of failure can be the real cause of laziness. These people are not ready to take the risk because of their fear of not losing anything in life.

ANXIETY - People with depression may experience feelings of laziness due to the emotional and physical toll of the condition.

DEPRESSION - Depression is a mental health condition characterized by low energy and laziness.

LACK OF MOTIVATION - A lack of clear goals, aspirations, or a sense of purpose can lead to feelings of laziness. When individuals don't have a strong reason to take action, they may procrastinate or appear unmotivated.



HOW TO OVERCOME FROM LAZINESS?

- Make your goals manageable.
- Don't expect yourself to be perfect.
- Use positive instead of negative self-talk.
- Create a plan of action.
- Use your strengths.
- Recognize your accomplishments along the way.
- Avoid distraction.





- PARVATHY K.A >> 9D

Cyber crimes encompasses a wide range of criminal activities that are carried out using digital devices or network. These crimes involve the use of technology to commit fraud identity Theft, Data Breach, Computer Viruses, Scams, and expanded upon in other malicious act. Cyber crime leads to financial loss for individuals who have fallen victim to one. Cybercrimes often invades a persons privacy by stealing their professional details including sensitive data, photo and communication which can be used for black mailing or any other purpose

Different types of cyber crime

- 1: E- mail and Internet fraud
- 2: Identity fraud (where personal information is stolen and used)
- 3:Theft of financial or card payment data.
- 4:Theft and sail of corporate data
- 5:Cyber extortion (demanding money to prevent a threaten attack)
- 6:ran son-ware attack

CYBER CRIME AFFECT AS ALL AS INDIVIDUAL AND SOCIETY AS A WHOLE ON THE ONE HAND ,NEW TECHNOLOGY HAVE MADE MANY ASPECTS OF LIFE VERY EASY FROM SOCIAL INTERACTIONS TO BANKING ,SHOPPING AND MORE .ON THE OTHER HAND OUR INCREASING RELIANCE ON THE INTERNET HAS CREATED MORE RISKS AND OPENED NEW PATHS FOR CRIMINAL ACTIVITIES.

TOP 5 CYBER CRIMINALS

- 1 KEVIN MITNICK
- 2 SEBASTIAN JARDINE
- 3 ADRIAN LALO
- 4 ALBERT GONZALES
- 5 JENSON JAMES

SUMMER THINGS



- ALEENA MARIA BINU >> 9D

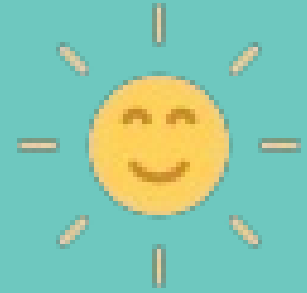
WHEN ENJOYING THE SUN OUTDOORS, KEEP IN MIND:

Wear (and regularly reapply) sunscreen.

Cover your head with a hat.

Take regular breaks indoors or in a shady area to avoid getting heat exhaustion or heatstroke.

Wearing light-coloured, loose-fitting clothing will also help you to stay cool



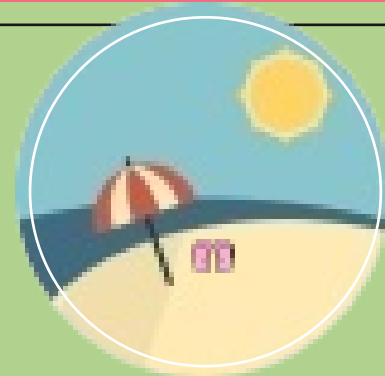
POSITIVE EFFECTS OF THE SUN

1. Enhances your mood
2. Treats seasonal depression
3. Relieves stress
4. Improve sleep
5. Vitamin D



HARMFUL EFFECTS OF THE SUN

1. Sun damage to the eyes
2. Heat exhaustion
3. Heat stroke
4. Sunburn
5. Heat rash
6. Skin cancer
7. Wrinkles



How does the sun affect your daily life?

The sun is a vital part of our daily lives, from providing light and warmth to helping sustain life on Earth. Its importance cannot be overstated, as it has a significant impact on various aspects of our daily routine. Firstly, the sun is the primary source of light for our planet. Without it, our days would be dark and gloomy, and we would not be able to perform most of our daily activities. From waking up in the morning to reading books, watching TV, or cooking meals, sunlight is essential in making these tasks possible. It also enhances our mood and helps regulate our sleep patterns.





St. Agnes' H.S, Muttuchira.