

നാട്ടറിവുകൾ

- ◆ ചുക്ക്, ഏലത്തരി ഇവ ചേർത്ത് പൊടിച്ച് തേനിൽ ചാലിച്ചു കഴിക്കുക. ഒച്ചയടപ്പ് മാറും.
- ◆ ഏലത്തരിപൊടി അര ഗ്രാം വീതം കരിക്കിൻ വെള്ളത്തിൽ കഴിച്ചാൽ ഛർദ്ദി മാറും
- ◆ 5 ഔൺസ് കുമ്പളങ്ങ നീര് വെറും വയറ്റിൽ എല്ലാ ദിവസവും കുടിക്കുന്നത് വയറിനുണ്ടാകുന്ന എല്ലാ അസുഖങ്ങൾക്കും നല്ലതാണ്.
- ◆ കാൽമുട്ടിലെ നീര് മാറാൻ ആവണക്കില വച്ച് കാൽമുട്ടിൽ കെട്ടുക.
- ◆ ഒരു ടീസ്പൂൺ തേൻ കാൽ ടീസ്പൂൺ ക്യാരറ്റ് നീര് ചേർത്ത് മുഖത്ത് പുരട്ടി അര മണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞ് കഴുകിക്കളയുക. മുഖത്തെ ചുളിവ് മാറും.
- ◆ പുഴുപ്പുണ്ണി മാറാൻ എരിക്കിൻ പാൽ പല്ലിന്റെ പൊട്ടിൽ ഒഴിക്കുക.
- ◆ അകാലനര മാറാൻ നെല്ലിക്ക ഇട്ടു തിളപ്പിച്ച വെള്ളം കൊണ്ട് തല കഴുകുക.
- ◆ കാലിലുണ്ടാകുന്ന വളംകടിയകറ്റുവാൻ ഉപ്പ് വെളിച്ചെണ്ണയിൽ ചാലിച്ചു പുരട്ടുക.
- ◆ വയറിളക്കം മാറാൻ തേയിലവെള്ളത്തിൽ ചെറുനാരങ്ങനീരു ചേർത്ത് കഴിക്കുക.
- ◆ ശരീരത്തിനു നല്ല നിറമുണ്ടാകുവാൻ കൃഷ്ണതൂളസിയീല ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ് നീര് ഒരു ഔൺസ് കഴിക്കുക.
- ◆ കടന്നൽ കുത്തിയാൽ മുക്കുറ്റി അരച്ചു പുരട്ടുകയും മുക്കുറ്റി അരച്ച് വെണ്ണ ചേർത്ത് കഴിക്കുകയും ചെയ്യുക.
- ◆ നെഞ്ചെരിച്ചിലിന് ഒരു വെറ്റില അല്പം ഉപ്പും ജീരകവും കൂട്ടി ചവച്ചിറക്കുക.
- ◆ മുടികൊഴിച്ചിലിന് മയിലാഞ്ചിയില അരച്ചുണ്ടാക്കി വെളിച്ചെണ്ണയിലിട്ടു കാച്ചി തേയ്ക്കുക.
- ◆ പല്ല് കേടാവാതിരിക്കാൻ പഴുത്ത മാവില കൊണ്ട് പല്ല് തേയ്ക്കുക.
- ◆ നീണ്ട കറുത്ത മുടിയുണ്ടാകുവാൻ കുറുന്തോട്ടി താളി തേയ്ക്കുക.
- ◆ ശരീരത്തിലുണ്ടാകുന്ന ചുണങ്ങ മാറാൻ ചെറുനാരങ്ങനീരിൽ ഉപ്പ് ചാലിച്ച് പുരട്ടുക.
- ◆ കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകുന്ന കരപ്പൻ മാറാൻ ചെമ്പരത്തി ഇലയും പൂവും അരച്ച് വെളിച്ചെണ്ണയിൽ ചാലിച്ച് കാച്ചി പുരട്ടുക.
- ◆ ആടലോടകത്തിന്റെ ഇല ഉണക്കി പൊടിച്ച് പഞ്ചസാര ചേർത്ത് കഴിക്കുക. ചുമ മാറും.
- ◆ ഗർഭകാലത്തുണ്ടാകുന്ന ഛർദ്ദി മാറാൻ ഒരു ടീസ്പൂൺ കറിവേപ്പില നീരിൽ 2 ടീസ്പൂൺ ചെറുനാരങ്ങനീരും പഞ്ചസാരയും ചേർത്ത് കഴിക്കുക.
- ◆ തൈരും ഇഞ്ചിയും കറിയാക്കി പതിവായി ഭക്ഷണത്തോടൊപ്പം കഴിക്കുക. കൊളസ്ട്രോൾ കുറയും.

ശ്രീമതി എം.എൻ.ഷൈല, അധ്യാപിക

ചികിത്സാ സഹായം നൽകി



മാസ്റ്റർ വിഷ്ണുദാസിന്റെ അച്ഛൻ പുളിയനം ഗവ.ഹയർസെക്കന്ററി സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പാൾ ശ്രീമതി രമാദേവി ചികിത്സാസഹായം നൽകുന്നു.

പുളിയനം : ഹോർമോൺ ഇൻബാലൻസ് എന്ന അപൂർവ്വ രോഗത്തിന് ഉടമയായ പുതംകുറ്റി തത്തപ്പിള്ളി വീട്ടിൽ കുട്ടപ്പൻ മകൻ മാസ്റ്റർ വിഷ്ണുദാസിന് പുളിയനം ഗവ.ഹയർസെക്കന്ററി സ്കൂളിലെ കുട്ടികളും അധ്യാപകരും ചേർന്ന് ചികിത്സാ സഹായം നൽകി. ഹോളിഫാമിലി ഹൈസ്കൂൾ HM ശ്രീ.തോമസ് സാനിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിൽ പുളിയനം ഗവ. ഹയർസെക്കന്ററി സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പാൾ ശ്രീമതി രമാദേവിയും PTA പ്രസിഡന്റും അധ്യാപകരും വിദ്യാർത്ഥികളും ചേർന്ന് തുക കൈമാറി.

എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

- ശ്രീമതി രമാദേവി.എൽ ( പ്രിൻസിപ്പാൾ )
- കുമാരി സിസമ്മ മാത്യു ( എച്ച്. എം )
- ശ്രീ. ജെയ്സൻ ജോസഫ് ( സ്റ്റാഫ് സെക്രട്ടറി )
- ശ്രീ. സാബു ജോർജ്ജ്.
- ശ്രീ. എൽബി.ടി.എ
- ശ്രീ. മുരുകദാസ്.പി.വി
- ശ്രീ. അഭിലാഷ് പത്തിൽ
- ശ്രീമതി രജനി ആർ
- ശ്രീമതി സുരജ കെ.വി
- ശ്രീമതി സുമ സി.എൻ
- കുമാരി രാജേശ്വരി.എ.വി
- മാസ്റ്റർ മനു ബാലകൃഷ്ണൻ

അഡ്മിഷൻ

ആരംഭിച്ചിരിക്കുന്നു

പുളിയനം ഗവ. ഹയർസെക്കന്ററി സ്കൂളിൽ LKG മുതൽ 10 വരെ ക്ലാസുകളിലേക്കുള്ള അഡ്മിഷൻ ആരംഭിച്ചിരിക്കുന്നു.

വാഹനസൗകര്യം ലഭ്യമാണ്

Additional Skill Acquisition Programme ( ASAP)



ASAP ന്റെ ഔപചാരിക ഉദ്ഘാടനം ബഹു. എം.എൽ.എ അഡ്വ. ജോസ് തെറ്റയിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു.

നമ്മുടെ സംസ്ഥാനം അടുത്ത നടുപ്പിലാക്കുന്നു. കേരള സർക്കാരിന്റെ 2012-13 കാലം വരെ ഗുണമേന്മയുള്ള മനുഷ്യശക്തിയുടെ പ്രധാന ഉറവിടമായിരുന്നു. രാജ്യത്തിനുള്ളിലും പുറത്തു സവിശേഷമേഖലകളിൽ ഒട്ടേറെ തൊഴിൽ വൈദഗ്ദ്ധ്യമുള്ള വരെ നൽകുവാൻ നമ്മുടെ സംസ്ഥാനത്തിനു കഴിഞ്ഞിരുന്നു. എന്നാൽ നമ്മൾ തുടർന്നുവന്ന വിദ്യാഭ്യാസ സമ്പ്രദായം കാലാനുസൃതമായി തൊഴിൽ നൈപുണ്യമേഖലയിൽ ഊന്നൽ നൽകിയിട്ടുള്ളതായിരുന്നില്ല. ഇത് പൊതുവിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ ഏറെ മുന്നോട്ട് പോയെങ്കിലും തൊഴിൽ വൈദഗ്ദ്ധ്യ സൃഷ്ടിയിൽ തിരിച്ചടികളുണ്ടാക്കി.

തൊഴിൽ നൈപുണ്യമുള്ള ഒരു തലമുറയെ സൃഷ്ടിക്കുക മാത്രമാണ് ഈ പ്രശ്നത്തിനുള്ള പോംവഴി. ASAP ഉന്നത-പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പുകൾ സംയുക്തമായി നടപ്പാക്കുന്നത് ഈയൊരു ലക്ഷ്യം മുൻനിർത്തിയാണ്. സ്കൂൾ - കോളേജു തല വിദ്യാഭ്യാസത്തിനൊപ്പം തന്നെ പ്രത്യേക തൊഴിലിൽ വൈദഗ്ദ്ധ്യം നേടുക എന്നതാണ് ഈ പദ്ധതികൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഹയർസെക്കന്ററി, ആർട്സ് & സയൻസ് കോളേജുകൾ എന്നിവിടങ്ങളിൽ ഈ പദ്ധതി നടത്തപ്പെടുന്നു.

കേരള സർക്കാരിന്റെ 2012-13 വർഷം മുതൽ നടപ്പാക്കി വരുന്ന തൊഴിലധിഷ്ഠിത വിദ്യാഭ്യാസ പദ്ധതിയായ ASAP ന്റെ ഔപചാരിക ഉദ്ഘാടനം 2014 ജനുവരി 13-ന് പുളിയനം ഗവ. ഹയർ സെക്കന്ററി സ്കൂളിൽ ബഹു. എം.എൽ.എ അഡ്വ. ജോസ് തെറ്റയിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. അഡ്വ. ബിൻസി പോൾ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ച യോഗത്തിൽ പി.ടി.എ പ്രസിഡന്റ് ശ്രീ. പി.എൻ. ഷാജി സ്വാഗതം ആശംസിക്കുകയും ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് ശ്രീ. പൗലോസ് കല്ലറയ്ക്കൽ മുഖ്യാതിഥിയായി സംസാരിക്കുകയും ചെയ്തു. പ്രോഗ്രാം മാനേജർ കുമാരി കാർത്തിക ഭാസ്കർ പ്രൊജക്ട്നെക്കുറിച്ച് വിശദീകരിച്ചു.

ഈ സ്കൂളിൽ 30 കുട്ടികൾ ASAP പദ്ധതിയിലുണ്ട്.എല്ലാ ദിവസവും രാവിലെ ഒരു മണിക്കൂർ ക്ലാസ്സും ക്ലാസ്സിനുശേഷം ചായയും ലഘുഭക്ഷണവും ഈ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി നൽകിവരുന്നു.. ഈ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായുള്ള സമ്മർ സ്കിൽ ട്രെയിനിംഗ് ഗവ. ഗേൾസ് ഹയർസെക്കന്ററി സ്കൂളിൽ വച്ച് നടത്തപ്പെടുന്നു.

സ്കൂൾ പാർലമെന്ററി ലിറ്ററസി ക്ലബ്ബ്

പുളിയനം : പുളിയനം ഗവ.ഹയർസെക്കന്ററി സ്കൂളിൽ 2013 ജൂൺ 19 -ന് സ്കൂൾ പാർലമെന്ററി ലിറ്ററസി ക്ലബ്ബ് രൂപീകരിച്ചു. ഹൈസ്കൂൾ, ഹയർസെക്കന്ററി വിഭാഗത്തിൽ നിന്ന് 150 കുട്ടികൾ ക്ലബ്ബിൽ അംഗങ്ങളായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. ജനാധിപത്യ സംവിധാനം ശക്തിപ്പെടുത്തുവാൻ വേണ്ടി സ്കൂളിൽ വിവിധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ക്ലബ്ബ് നടത്തുന്നു. ക്ലബ്ബിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ കിസ് പ്രോഗ്രാം പ്രസംഗമത്സരം എന്നിവ നടത്തുകയും വിജയികൾക്ക് സമ്മാനം നൽകുകയും ചെയ്തു.ഗ്രാമസഭയും ജനാധിപത്യവും എന്ന വിഷയത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കി KILA ഫാക്കൽട്ടി മെമ്പർ ശ്രീ.ആന്റണി പി.പി.യുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ക്ലാസ്സ് നടത്തി. ക്ലാസ്സിൽ 200 കുട്ടികൾ പങ്കെടുത്തു.

മധുരം മലയാളം

ഭാഷയുടെ ശ്രേഷ്ഠഭാഷാ പദവികളും ക്ലാസിക്കൽ പദവികളും വേണ്ടി വിവാദങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്ന മലയാള നാട്ടിൽ നാം ഭാഷയോട് ചെയ്യുന്നതെന്ത്? ഭാഷ നമ്മുടെ സംസ്കാരമാണ്. നാട്ടറിവുകളുടെ കേദാരമാണ്. നമ്മുടെ സംസ്കൃതിയുടെ എന്തൊക്കെയാണോ അതൊക്കെയാണെന്നാണ് വയ്പ്. എന്നിട്ടോ പത്താം തരം കഴിയുമ്പോൾ ഈ മാതൃവാണിക്ക് എന്ത് സംഭവിക്കുന്നു.? ഹയർസെക്കന്ററിയിൽ പലതരം രണ്ടാംഭാഷകളിലൊന്നുമാത്രമായി മാറുന്നു നമ്മുടെ ഈ സംസ്കാരം.(വേണമെങ്കിൽ തലവെച്ചു കൊടുത്താൽ മതി എന്നു ഭാഷ്യം)

മാർക്കുകിട്ടാനെളുപ്പം എത്രോ അതിനുവേണ്ടി നെട്ടോട്ടമോടുന്ന മാതാപിതാക്കളും അവരുടെ കുട്ടികളും. പക്ഷെ ഒന്നറിയണം പടിയിറങ്ങുന്നത് നാം നുണഞ്ഞ മുലപ്പാലിന്റെ മാധുര്യമാണ്. കുട്ടിക്ക് ടിൻഫുഡ് കൊടുത്താൽ മതി എന്നാണ് തീരുമാനമെങ്കിൽ -അമ്മ മലയാളമേ, പടിയിറങ്ങുന്ന അവിടത്തോട് മാപ്പ്. ഞാൻ ധരിച്ചുപോയി മദമാത്സര്യങ്ങൾക്കപ്പുറമാണ് മാതൃഭാഷാസന്ദേഹം എന്ന്. തമിഴന്റേയും ബംഗാളിയുടേയും ഭാഷാസന്ദേഹം നമ്മുക്കെത്താതമാണ്.

അമ്മ മലയാളമേ ഇനിയുള്ള എന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ നാൾവഴികൾ നിനക്കുവേണ്ടി സമർപ്പിക്കുന്നു. നിഴലുള്ളതുകൊണ്ട് വെളിച്ചത്തെ അറിയാം. എന്നാൽ ഇരുട്ടു മാത്രമേ ഉള്ളൂ എങ്കിൽ വെളിച്ചം നമ്മുക്ക് അജ്ഞാതമായിരിക്കും. ഇത് ജീവിതപാഠം. ഈ പാഠം മറക്കാതിരുന്നാൽ മധുരം മലയാളം.

ശ്രീമതി വൽസ വർഗീസ്