



ಗೌರವಾನ್ವಿತರೇ...  
**RAMRAJ**  
ಕಾಟನ್  
ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ

ಸಂಪುಟ 8 • ಸಂಚಿಕೆ 12 • ಮೇ 2026 • ಬೆಲೆ ರೂ. 18/-

# ಬಿಜುಷು

VENMAI

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಿಕ

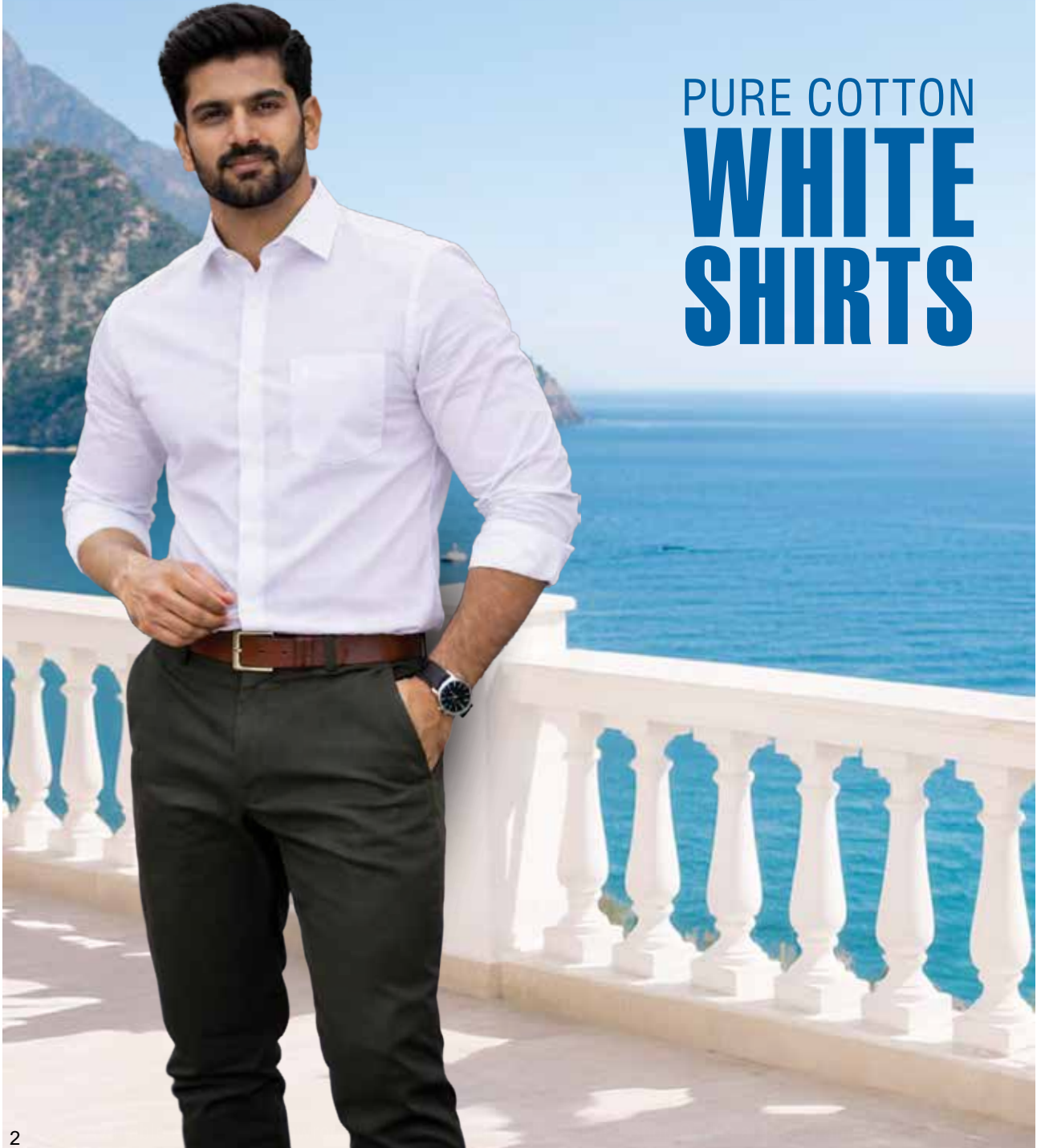
ಕನ್ನಡ ಮಾಸಿಕ

ಪ್ರವಾಸ  
ವಿಶೇಷಾಂಕ





PURE COTTON  
**WHITE  
SHIRTS**





ವಿಭಿನ್ನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಬಾಚಿ ಕೊಡುವ  
ಅದ್ಭುತವಾದ ಪ್ರಯಾಣಗಳನ್ನು ಆಗಾಗ ಮಾಡುತ್ತಾ  
ಮಧುರವಾಗಿಯೂ ಹರ್ಷದಾಯಕವಾಗಿಯೂ ಬದುಕಲು ದಾರಿ ತೋರಿಸುವ

# ಪ್ರವಾಸ ವಿಶೇಷಾಂಕ

ಎನ್ನುವ ಈ ಉಪಯುಕ್ತ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೀಡಲು  
ನಾವು ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡುತ್ತೇವೆ.



# ದೊರವಾನ್ವಿತಲಿದೆ...

## ನಮಸ್ಕಾರ.

ಮನುಷ್ಯರು ತಮ್ಮ ಮನೆಯಿಂದ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ ಹೊರಗೆ ಇಟ್ಟಾಗಲೇ ಜಗತ್ತನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು. ಒಂದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಡುಗಟ್ಟಿ ನಿಂತ ನೀರು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತನ್ನ ಸಹಜ ಗುಣವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹರಿಯುವ ನೀರು ಮಾತ್ರ ಜೀವಂತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಚಲಿಸುವ ಚಕ್ರವನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದದ್ದೇ ಮನುಷ್ಯನ ಮೊದಲ ಆವಿಷ್ಕಾರವಾಗಿದೆ. ಚಕ್ರವು ಮಾನವ ಸಮಾಜದ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸಿತು ಮತ್ತು ಅವರು ದೀರ್ಘ ದೂರದವರೆಗೂ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿತು.

ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಲು, ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು, ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ನವೀಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಮನುಷ್ಯ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ. ಮಹಾಪುರುಷರು ಏಕಾಂ-ಗಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಲೇ ಜಗತ್ತಿಗೆ ತಮ್ಮ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಭಾರತೀಯ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹೋರಾಟ ಮತ್ತು ಗಾಂಧೀಜಿಯವರ ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾದ ಪ್ರಯಾಣಗಳ ನಡುವೆ ಪರಸ್ಪರ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ, ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಿ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ ನಂತರವೂ, ಬ್ರಿಟಿಷರಂತೆ ತಾವೂ ಸಹ ಅದೇ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುವಾಗ ಗಾಂಧಿ ಅವಮಾನಿತರಾದರು. ಅದು ಅವರನ್ನು ಭಾರತೀಯ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಹೋರಾಡಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿತು.

ಪ್ರಯಾಣವು ನಿಮ್ಮ ಪರಿಧಿಯನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸಲು, ಹೊಸ ಪರಿಸರಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು, ಹೊಸ ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿರುವ ಜನರು ಹೇಗೆ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ, ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರಯಾಣಗಳ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ನೇರವಾಗಿ ನೋಡಬಹುದು. ಪ್ರಯಾಣವು ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ವಿಭಿನ್ನ ಹವಾಮಾನ, ಭೂಪ್ರದೇಶ, ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳನ್ನು

ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ನವ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವಿರಿ.

ಪ್ರವಾಸವು ಜನರು ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಪುಸ್ತಕಗಳ ಮೂಲಕ ಪಡೆಯಲಾಗದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನೀವು ನೋಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಆನಂದಿಸಬಹುದು. ಶಾಲೆಗಳು ಕಲಿಸದ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯಬಹುದು. ಅನೇಕ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಇತಿಹಾಸ ಮತ್ತು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳನ್ನು ವಸ್ತು ಸಂಗ್ರಹಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ವಿಶ್ವದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಸ್ತುಸಂಗ್ರಹಾಲಯಗಳಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದರೆ ಅವರ ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಯಾಣವು ಜನರಿಗೆ ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬ, ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧತೆಯಂತಹ ಅಗತ್ಯ ಮೂಲಭೂತ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಮಯೋಚಿತ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಮೂಲಕ ನಾವು ಪಡೆಯುವ ಅನೇಕ ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ.

ಹೊಸ ಜನರು, ಹೊಸ ಪರಿಸರ, ಹೊಸ ಭಾಷೆ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಮೂಲಕ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರಯಾಣದ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ ನೀವು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಬಂಧನದಿಂದ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.



ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಕೇವಲ ಮನರಂಜನೆ ಎಂದೋ ಅಥವಾ ವೆಚ್ಚ ಎಂದೋ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಅದು ನಮಗೆ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಜೀವನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದರಿಂದ ಸಂಬಂಧಗಳ ಬಂಧಗಳನ್ನು ನವೀಕರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಬಲಪಡಿಸಬಹುದು. ಇದು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಮರೆಯಲಾಗದ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಪ್ರೀತಿಸುವ ಸಂಬಂಧಗಳೊಂದಿಗೆ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಸಮಯವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆಯಬಹುದು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಹ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಮಾತನಾಡಿದರೆ, ಅವರ ಜ್ಞಾನ, ಸೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದನ್ನು ನೀವು ನೋಡಬಹುದು. ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮಗೆ ದೊರಕುವ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮವು ಆಧುನಿಕ ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣದ ಭಾಗವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವ ಜನರು ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಸಾಬೀತಾಗಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತದ ವಿವಿಧ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಪ್ರಯಾಣವು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಮೆದುಳಿನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತವೆ.

ಅಮೆರಿಕ ಸಂಯುಕ್ತ ಸಂಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ 12,000 ಹೃದ್ಯೋಗಿಗಳ, ಒಂಬತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಎಲ್ಲಿಗೂ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡದೆ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಜಡ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದವರು ಎಂಬುದು ದೃಢಪಟ್ಟಿತು ಮತ್ತು ನಂತರ ಅವರು ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಕೈಗೊಂಡ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲಿದ್ದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸಿದುದನ್ನೂ ಅವರು ಕಂಡುಕೊಂಡರು. ಪ್ರಯಾಣವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಎರಡು ದಿನಗಳ ಪ್ರವಾಸದ ನಂತರ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿದ್ದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನವು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವ

ಜನರು ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಕಂಡು ಹಿಡಿದಿದೆ. ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಜನರು ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ ದೀರ್ಘ ಪ್ರವಾಸ ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಗಳೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ವಿದೇಶ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಯಾವ ನಗರ ಮತ್ತು ದೇಶಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಮೊದಲೇ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಹಣವನ್ನು ಕೂಡ ಉಳಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವವೂ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಣ, ಮದುವೆ ಮತ್ತು ಮನೆ ಕಟ್ಟಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉಳಿತಾಯ ಯೋಜನೆಗಳಿರುವಂತೆಯೇ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದು ಸಂತೋಷದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಆಧಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಯಾವುದೋ ಒಂದು ದೇಶದಿಂದ ಬಂದು ಮಧುರೈನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ 20 ವರ್ಷದ ಒಬ್ಬ ಯುವತಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಅದು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚಿನ ಐಷಾರಾಮಿ ಪ್ರವಾಸವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. 'ಬ್ಯಾಕ್ ಪ್ಯಾಕಿಂಗ್' ಎಂಬ ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದ ಪ್ರವಾಸವಾಗಿತ್ತು. ಆ ಯುವತಿಯ ಮುಖದಲ್ಲಿ ವರ್ಣನಾತೀತ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವಿತ್ತು. ಆ ಯುವತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರ ಜೀವನದ ಅನಿವಾರ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸಿತು. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಪ್ರಯಾಣವು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಔಷಧವಾಗಿದೆ. ಪ್ರವಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಖರ್ಚು ಮಾಡುವ ಹಣ ಮತ್ತು ಸಮಯವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಹೂಡಿಕೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಇದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರಜಾದಿನಗಳ ಕಾಲ. ಈ ರಜಾದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸೆಲ್ ಫೋನ್, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು ಮತ್ತು ವಿಡಿಯೋ ಗೇಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ಹೋಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರಯಾಣದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರಯಾಣವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನಾವು ನೀಡಬಹುದಾದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.



The Culturepreneur

ಗುರು ಕೃಪೆ

ಬಾಳ್ಗೆ ಭೂಮಂಡಲ -ಬಾಳ್ಗೆ ಸಮೃದ್ಧಿಯೊಂದಿಗೆ!

**ಕೆ.ಆರ್. ನಾಗರಾಜನ್**

ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು - ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಕಾಟನ್.





ನೀವು ಯಾವುದಾದರೂ ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸದ ತಂಡದೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಉತ್ತಮ. ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವೃದ್ಧರು ಜೊತೆಗಿದ್ದರೆ ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರವಾಸಗಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

❖ ನಾವು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕಾದರೂ ಕಳೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಾವು ಅಷ್ಟು ಸಮಯ ಕಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆಯೂ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಹೋದರೆ ಹೆಚ್ಚು ವೆಚ್ಚವಾಗುವ ಅನೇಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ ಅದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಬಹುದು.

❖ ನೀವು ಪ್ರವಾಸಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಕೇಂದ್ರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ ಸಚಿವಾಲಯದಿಂದ ಅನುಮೋದಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಕಂಪನಿಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರವಾಸಗಳು ಮತ್ತು ವಿದೇಶಿ ಪ್ರವಾಸಗಳಿಗಾಗಿ, ನೀವು ದಿ ಇಂಡಿಯನ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಆಫ್ ಟೂರ್ ಆಪರೇಟರ್ಸ್ (IATO) <https://iato.in/> ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಬಹುದು. ಅದೇ ರೀತಿ, ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಆಫ್ ಡೋಮೆಸ್ಟಿಕ್ ಟೂರ್ ಆಪರೇಟರ್ಸ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ (ADTOI) ಕೂಡ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಅನುಮೋದಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಬಯಸುವವರು ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ [www.adtoi.in](http://www.adtoi.in) ಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು.

❖ ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಹೋಗಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಮೊದಲೇ ಯೋಜಿಸಿ. ಗುಂಪಾಗಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದಾಗ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೆಲವು ರಿಯಾಯಿತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಮೊದಲು, ನೀವು ಯಾವ ಸಾರಿಗೆ ವಿಧಾನವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ. ಅದು ಬಸ್ ಆಗಿರಲಿ, ರೈಲು ಆಗಿರಲಿ, ವಿಮಾನವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಬೈಕ್ ಆಗಿರಲಿ.

❖ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದ ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಯೋಜಿಸಿ ಟಿಕೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ ನೀವು ಖಾಸಗಿ ಬಸ್‌ಗಳನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಬುಕ್ ಮಾಡಿದರೆ, ಟಿಕೆಟ್ ದರ ಅಗ್ಗಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಣವನ್ನು ಉಳಿಸಲು ನೀವು ಸರ್ಕಾರಿ ಬಸ್‌ಗಳನ್ನು ಸಹ ಬುಕ್ ಮಾಡಬಹುದು. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಸೀಟುಗಳನ್ನು ನಾವೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಯ್ಕೆಯೂ ಈಗ ಇದೆ.

ರಜೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಮುಖ ಕೆಲಸ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು! ವರ್ಷಪೂರ್ತಿ ಒಂದೇ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಬೇಸತ್ತಿರುವ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಮತ್ತು ವರ್ಷವಿಡೀ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾಗಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ, ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಹೊಸ ಸ್ಥಳಗಳು ನೀಡುವ ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿಶಾಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿಸಲು ಸರಿಯಾದ ಯೋಜನೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ಬಜೆಟ್ ಏನು, ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು, ಅಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಬೇಕು, ಏನು ತಿನ್ನಬೇಕು ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವು ಯೋಜಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು ಇದೋ ಇಲ್ಲಿವೆ:

❖ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಮೊದಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿ ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಬಜೆಟ್ ಯೋಜಿಸುವ ಬದಲು, ನಿಮ್ಮ ಬಜೆಟ್‌ಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ವೆಚ್ಚಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುವುದರಿಂದ ಪ್ರಯಾಣದ ಆನಂದ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಬಜೆಟ್‌ಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವ ಸ್ಥಳಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೀವು ಮಾಡಬಹುದು. ಅಲ್ಲಿನ ಹವಾಮಾನವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಆದ್ಯತೆಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ತಂಗುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು.

❖ ನೀವು ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದಾಗಿದ್ದರೂ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಸ ನಿರ್ವಾಹಕರಿಂದ ಅಂತಹ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಉತ್ಸವ, ರಾಜಕೀಯ ರ್ಯಾಲಿಗಳು, ಚಳವಳಿಗಳು ಅಥವಾ ಇತರ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಸಭೆಗಳು ಏರ್ಪಡಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನಿಮಗೆ ವಸತಿ, ಆಹಾರ ಅಥವಾ ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡಲು ಅನಾನುಕೂಲವಾಗಬಾರದು ಅಲ್ಲವೇ?

❖ ನಾವು ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯದೊಳಗೇ ಅಥವಾ ನಮಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ಪರಿಚಿತವಾಗಿರುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೋ ಪ್ರವಾಸ ಹೋಗುವುದಾದಲ್ಲಿ, ಅಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಪರಿಚಯವಿರುವ ಜನರು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಆಗ ನಾವು ಕೇವಲ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಟ್ಟಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ಹೊಸ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ,



❖ ನೀವು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ಟಿಕೆಟ್ ಬುಕ್ ಮಾಡುವುದು ಸೂಕ್ತ. ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ನೀವು 120 ದಿನಗಳ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಟಿಕೆಟ್ ಬುಕ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಕೊನೆಯ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ 'ತತ್ಕಾಲ್ ಟಿಕೆಟ್' ಬುಕ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡರಾಯಿತು ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿ, ಕಡೆಗೆ ನಿಮಗೆ ಟಿಕೆಟ್ ಸಿಗದೇ ಹೋದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಯೋಜನೆ ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮಗೆ ಟಿಕೆಟ್ ದೊರೆತರೂ ಸಹ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಒಂದೇ ಭೋಗಿಯಲ್ಲಿ, ಒಂದೇ ಸೀಟಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೆಯೂ ಹೋಗಬಹುದು. ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ರೈಲುಗಳಲ್ಲಿ, 'ಡೈನಾಮಿಕ್ ಬೆಲೆ ನಿಗದಿ'ಯಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣದ ದಿನಾಂಕ ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ದರ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಟಿಕೆಟ್ ಅನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಬುಕ್ ಮಾಡುವುದು ಸೂಕ್ತ. ನೀವು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಸಾದವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಬರ್ತ್ ಸಿಗುವಂತೆ ಟಿಕೆಟ್ ಬುಕ್ ಮಾಡಿ.

❖ ನೀವು ವಿಮಾನ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ 60 ದಿನಗಳ ಮೊದಲು ಟಿಕೆಟ್ ಬುಕ್ ಮಾಡಿದರೆ, ದರ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಕೆಲವು ಸೀಟುಗಳಿಗೆ ಆಫರ್‌ಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಯಾವುದೇ ಆಫರ್ ಇದೆಯೇ ಎಂದು ನೀವು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಟಿಕೆಟ್ ಬುಕ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಟಿಕೆಟ್ ಬೆಲೆ ಎಷ್ಟು ಇತರ ಶುಲ್ಕಗಳು ಎಷ್ಟು ಮುಂತಾದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಟಿಕೆಟ್ ಬುಕ್ ಮಾಡಿ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಹಣವನ್ನು ಖರ್ಚು ಮಾಡಬೇಕಾಗಬಹುದು.

❖ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ರದ್ದುಗೊಳಿಸಬೇಕಾದರೂ ಅಥವಾ ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕಾದರೂ ಸಹ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಟಿಕೆಟ್ ಅನ್ನು ರದ್ದುಗೊಳಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಹಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ

ನಿಮಗೆ ಪೂರ್ಣ ಮೊತ್ತವನ್ನು ಮರುಪಾವತಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಿಮಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮೊತ್ತದ ಹಣವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹಿಂತಿರುಗಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ.

❖ ತಂಗಲು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಖುದ್ದಾಗಿ ಹುಡುಕುವುದಕ್ಕಿಂತ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬುಕ್ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಆದರೆ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪುಟದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವ ಫೋಟೋಗಳಿಗೂ ನೀವು ಖುದ್ದಾಗಿ ಹೋಗಿ ನೋಡುವುದಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಹೋಟೆಲ್ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಬುಕ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ಅಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದವರು ನೀಡುವ ವಿಮರ್ಶೆಗಳಿಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ ಅಥವಾ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ್ದ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿಕರೊಂದಿಗೆ ವಿಚಾರಿಸಿ ಬುಕ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬುಕಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ನಿಮ್ಮ ಬುಕಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಲು ಕರೆ ಮಾಡಿ.

❖ ನೀವು ಹೋಗುವ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ತಂಗಲು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆಚೋ, ಕಾರು ಮತ್ತು ಬಸ್ ದರಗಳಲ್ಲಿ ಹಣವನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು. ತಂಗಲು ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವಾಗ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ. ಎಲ್ಲಾ ಸ್ಥಳಗಳೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದವುಗಳಲ್ಲ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವು ಅಲ್ಲಿ ತಂಗುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ ಎಂಬುದನ್ನು ಮೊದಲು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

❖ ನೀವು ಹೋದೆಡೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಹಿಂತಿರುಗುವುದು ಬೇಡ. ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಪರಿಚಯಸ್ಥರ ಬಳಿ ಸರಿಯಾಗಿ ವಿಚಾರಿಸಿ, ಅಲ್ಲಿರುವ ಇನ್ನಿತರ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೂ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಉತ್ತಮ ಪ್ರವಾಸಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅವರು ನಿಮಗೆ ಅಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ.



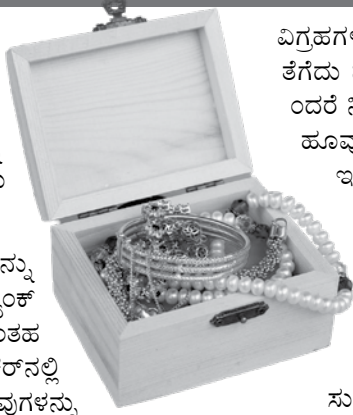
# ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವಾಗ ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಮರೆಯದಿರಿ!

- ❖ ನೀವು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯದೆ ಹಲವಾರು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಬಾಗಿಲಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಕಳ್ಳರಿಗೆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.
- ❖ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಕೀಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ನೀಡಿ. ವಿದ್ಯುತ್ ದೋಷ, ಸಿಲಿಂಡರ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೋರಿಕೆ ಅಥವಾ ನೀರಿನ ಟ್ಯಾಂಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ, ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ತೆರೆದು ತಕ್ಷಣ ಸರಿ ಪಡಿಸಬಹುದು.
- ❖ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಬೇಡಿ. ಅವು ಗದ್ದಲ ಮಾಡಿ ಇಡೀ ಬೀದಿಯ ನೆಮ್ಮದಿ ಕೆಡಿಸಬಲ್ಲವು. ನೀವು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುವವರೆಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಜನರ ಬಳಿ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿ.
- ❖ ಈಗ ತುಂಬಾ ಬಿಸಿಲು ಇರುವುದರಿಂದ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ನೀರು ಹಾಕಲು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಹೇಳಿ ತಕ್ಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿ ಹೋಗಿ.
- ❖ ನೀವು ಊರಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಟಿವಿ, ಮಿಕ್ಸರ್, ಗ್ಯಾಂಡರ್ ಮತ್ತು ವಾಷಿಂಗ್ ಮೆಷಿನ್‌ಗಳ ಪ್ಲಗ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಿಡಿ. ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ವಿದ್ಯುತ್ ವೈಫಲ್ಯ ಸಂಭವಿಸಿದರೂ, ಯಾವುದೇ ಹಾನಿಯಾಗದಂತೆ ತಡೆಯಬಹುದು.

- ❖ ನೀವು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಹಿಂದಿರುಗಲು ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ದಿನಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ದಿನಗಳಾಗುವುದಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಮುಖ್ಯ ಬೋರ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಫ್ಯೂಸ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆದು ಬಿಡಿ. ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ವೋಲ್ಟೇಜ್ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಖ್ಯ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಇದರಿಂದ ಹಠಾತ್ತನೆ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾದ ವಿಪತ್ತುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.
- ❖ ಅನೇಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಹಳೆಯ ಆಹಾರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡುವ ಕಪಾಟಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರೆ, ಒಂದು ವಾರದ ಮೊದಲೇ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಖರೀದಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ಹಾಲು, ಮೊಸರು ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಪದಾರ್ಥಗಳಂತಹ ಬೇಗ ಹಾಳಾಗುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಬಳಸಿ ಅಥವಾ ಅವುಗಳನ್ನು ನೆರೆಯ ಮನೆಗಳಿಗೆ ನೀಡಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಪ್ರಿಡ್ಜ್‌ನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕೆಟ್ಟ ವಾಸನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್ ಅನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವ ಒಂದು ಅವಕಾಶವಾಗಿಯೂ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



❖ ನೀವು ಊರಿಗೆ ಹೊರಡುವ ಮೊದಲೇ ವಿದ್ಯುತ್ ಮತ್ತು ದೂರವಾಣಿ ಬಿಲ್‌ಗಳಂತಹ ಅಗತ್ಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿ. ದಂಡ ಪಾವತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಡಿತಗೊಳಿಸುವಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಇದು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



❖ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಆಭರಣ, ಹಣ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಇಡಬೇಡಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಲಾಕರ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇರಿಸಿ. ಮನೆ ಪ್ರತ್ಯಗಂತಹ ಪ್ರಮುಖ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ನೀವು ಲಾಕರ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಡಬಹುದು. ನೀವು ಮನೆಗೆ ಬಂದ ತಕ್ಷಣ ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇವುಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಟ್ಟು ಊರಿಗೆ ಹೋಗಬೇಡಿ.

❖ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಹತ್ತಿರದ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಅವರಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯುವ ಅವಕಾಶವೂ ಇದೆ. ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಮಾಡಿ. ಹೊರಗಿನಿಂದ ಬೀಗ ಕಾಣಿಸದಂತೆ ಒಳಗಿನಿಂದ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ನೆರೆಹೊರೆಯವರು ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಮುಂದಿನ ಬಾಗಿಲಿನ ದೀಪವನ್ನು ಆನ್ ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸಿ. ಪ್ರತಿದಿನ ಬಾಗಿಲು ಗುಡಿಸಿ ಶುಚಿ ಮಾಡಿ ರಂಗೋಲಿ ಹಾಕುವಂತೆ ಮೊದಲೇ ಯಾರಿಗಾದರೂ ತಿಳಿಸಿ ಏರ್ಪಾಡು ಮಾಡಿ. ಇದರಿಂದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಇರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ.



❖ ಮನೆಯನ್ನು ಲಾಕ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ಎಲ್ಲಾ ಸ್ವಿಚ್‌ಗಳೂ ಆಫ್ ಆಗಿವೆಯೇ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ನಲ್ಲಿಗಳು ಮುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿವೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಗ್ಯಾಸ್ ಸಿಲಿಂಡರ್ ಆಫ್ ಮಾಡುವ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ.

❖ ಪೂಜಾ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ದುಬಾರಿ ವಿಗ್ರಹಗಳು ಅಥವಾ ದೀಪಗಳಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಎಲ್ಲಾದರೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಿ. ಪೂಜಾ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ದೇವರ ಚಿತ್ರಗಳು ಮತ್ತು

ವಿಗ್ರಹಗಳಿಗೆ ಹೂವುಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಪೂಜಾ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ಹಿಂತಿರುಗಲು ಕೆಲವು ದಿನಗಳಾದರೆ, ಆ ಹೂವುಗಳು ಕೊಳೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಇಡೀ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ದುರ್ವಾಸನೆ ಹರಡಬಹುದು. ಆ ಮೂಲಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಿಗಳು ಸಹ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದು.

❖ ಜನ ಇಲ್ಲದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ದೀಪಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಿಟ್ಟು ಹೋಗಬೇಡಿ. ನೀವು ದೀರ್ಘ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸುರಕ್ಷತಾ ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ದೀಪಗಳು ಉರಿಯದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

❖ ಅಡುಗೆಮನೆ, ಸ್ನಾನಗೃಹ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಜಿರಳೆಗಳು ಹಚ್ಚಾಗಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸಿಂಪಡಿಸಬಹುದು. ಆ ಕೊಠಡಿಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿ, ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ಬಾಗಿಲಿನ ಸಂಧ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟು ಮುಚ್ಚಿದರೆ, ಕೀಟಗಳು ಮನೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಮಾಲಿನ್ಯ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

❖ ದೋಸೆ ಹಿಟ್ಟು, ಪ್ರಸಾದ ಮತ್ತು ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳಂತಹ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಳಾಗುವ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುಗಳು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ನೀವು

ಅವುಗಳನ್ನು ಯಾರಿಗಾದರೂ ನೀಡಬಹುದು ಅಥವಾ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ತಿಂದು ಖಾಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಬೇಗನೆ ಹಾಳಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಟ್ಟು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ, ನೀವು ಹಿಂತಿರುಗುವಾಗ ಅವು ಕೆಟ್ಟುಹೋಗಿ ಮನೆಯಿಡೀ ದುರ್ವಾಸನೆ ಹರಡಿರುತ್ತದೆ.

❖ ಜನನಿಬಿಡ ರಸ್ತೆಗಳ ಬಳಿ ಇರುವ ಮನೆಗಳು ಧೂಳಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ. ಬಾಗಿಲು ಮತ್ತು ಕಿಟಕಿಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚುವ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಪ್ರಯಾಣ ಮುಗಿಸಿ ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದ ನಂತರ ನೀವು ಇಡೀ ದಿನ ಮನೆಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತಲೇ ಕಳೆಯಬೇಕಾಗಬಹುದು.

❖ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಕೀಲಿಗಳನ್ನು ಕೈಚೀಲ ಅಥವಾ ಪರ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವು ಎಲ್ಲಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಹಣದಂತೆಯೇ, ಅವುಗಳನ್ನು ಜೋಪಾನವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡ ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರವಾಸದಿಂದ ಹಿಂತಿರುಗಿದಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ಸುಸ್ತಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಾಗಿಲಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಕೀಲಿಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚೀಲವನ್ನೂ ಹುಡುಕುವುದು ಕಿರಿಕಿರಿಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅವಸರದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ಅದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ತೆಗೆಯುವಂತೆ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.





# ಟೂರ್



# ಟ್ರಿಪ್!



- ❖ ನೀವು ಬಸ್, ರೈಲು ಅಥವಾ ವಿಮಾನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಮೊದಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಲಗ್ಗೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಲಗ್ಗೆಜ್ಜೆ ಅನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಹಗುರವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ!
- ❖ ನೀವು ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ಸಾಕಷ್ಟು ಹಳೆಯ ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಿರಿ. ತುರ್ತು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಹಾಸಿಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಹಾಳಾಗದಂತೆ ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಲಗ್ಗೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಇಡುವುದರಿಂದ ಚೀಲಗಳು ಕೂಡ ಕೊಳೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ರೈಲ್ವೇ ಫ್ಲಾಟ್‌ಫಾರಂನಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಯುವಾಗ, ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಹರಡಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕೂಡ ಪಡೆಯಬಹುದು.
- ❖ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಡುವಾಗ, ಕುಟುಂಬದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸದಸ್ಯರ ಕೈಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಣವನ್ನು ನೀಡಿ. ಎಲ್ಲರ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆಗಳೂ ಎಲ್ಲರ ಬಳಿಯೂ ಇರಲಿ. ನಾವು ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಜನಸಂದಣಿಯಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮವರಿಂದ ದೂರವಾದರೆ, ಪರಸ್ಪರ ಕರೆ ಮಾಡಿ ನಾವು ಎಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ❖ ಮಹಿಳೆಯರು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ಕಿಟಕಿಯ ಕಡೆಗೆ ತಲೆ ಹಾಕಿ ಮಲಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಕೊರಳಿನಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿರುವ ಆಭರಣಗಳು ಕಳೆತನವಾಗುವ ಅಪಾಯವಿದೆ.
- ❖ ಸಾಕಷ್ಟು ಚಿಲ್ಲರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ. ಕೆಲವು ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಫಿ, ಟೀ ಕುಡಿಯುವಾಗ; ಹೂವುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುವಾಗ ಅಥವಾ ಪ್ರವೇಶ ಟಿಕೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುವಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಿಲ್ಲರೆಗಾಗಿ ಪರಿತಪಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.



- ❖ ನೀವು ಶೀತ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸ್ವೆಟರ್ ಮತ್ತು ಸಾಕ್‌ಗಳನ್ನು ಮರೆಯದೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ. ನೀವು ಹೋಗುವ ಸ್ಥಳವು ತುಂಬಾ ಬಿಸಿಲಿನ ಪ್ರದೇಶವಾಗಿದ್ದರೆ, ಛತ್ತಿ, ಸನ್ ಗ್ಲಾಸ್ ಮತ್ತು ಟೋಪಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಮರೆಯದಿರಿ.
- ❖ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಾಧಾರಣ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಸೋಪ್ ಮತ್ತು ಶಾಂಪೂಗಳನ್ನು ಅವರೇ ಒದಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅದು ನೀವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಸೋಪ್ ಮತ್ತು ಶಾಂಪೂ ಆಗಿರಲಾರದರು. ನಿಮಗೆ ಅಲರ್ಜಿಯಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮದೇ ಬ್ರಾಂಡ್‌ನ ಸೋಪ್ ಮತ್ತು ಶಾಂಪೂ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.
- ❖ ಎಣ್ಣೆ, ಪೇಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಫೇಸ್ ಕ್ರೀಮ್‌ಗಳ ಚಿಕ್ಕಚಿಕ್ಕ ಸ್ಯಾಚೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಒಂದೊಂದನ್ನು ನೀಡಬಹುದು.
- ❖ ನಾವು ನಮ್ಮ ಲಗ್ಗೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ ಒಯ್ಯುವ ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಊರಿನ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಆಭರಣ ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡುವ ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳಾಗಿರಬಾರದು. ಅನೇಕ ಜನರು ಅದೇ ರೀತಿಯ ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ, ಇತರರು ರೈಲುಗಳು ಮತ್ತು ಬಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಅವಕಾಶವಿದೆ.
- ❖ ನಿಮ್ಮ ಸೆಲ್ ಫೋನ್‌ನ ಚಾರ್ಜರ್ ಮತ್ತು ಪವರ್ ಬ್ಯಾಂಕ್ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಮರೆಯಬೇಡಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವಾಗ ರಾತ್ರಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪವರ್ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅನ್ನು ಚಾರ್ಜ್ ಮಾಡುವುದನ್ನೂ ಮರೆಯಬೇಡಿ.
- ❖ ನೀವು ಮೂರು ದಿನಗಳ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಎಲ್ಲರ ಬಳಿ ಮೂರು ದಿನಗಳಿಗೆ ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು ಬಟ್ಟೆಗಳಿದ್ದರೆ ಸಾಕು ಎಂದು ಭಾವಿಸಬೇಡಿ. ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಿ. ಜಲಪಾತ, ಥೀಮ್ ಪಾರ್ಕ್, ಬೋಟಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಮಳೆಯಲ್ಲಿ ಒದ್ದೆಯಾದರೆ ನಿಮಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ಸೆಟ್ ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೀವು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ದಿನ ಕೂಡ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿ ಬರಬಹುದು. ಹಾಗಾದಲ್ಲಿ ನಂತರ ನೀವು ಅಂಗಡಿಗೆ ಹೋಗಿ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಬೇಕಾದ





ನಿಮ್ಮ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಚೀಲಗಳನ್ನು ಸಹ ಈ ರೀತಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಕಳೆದುಕೊಂಡರೂ, ಅಪರಿಚಿತ ಊರಿನಲ್ಲಿ ಪೇಚಿಗೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಕೈಚೀಲ ಅಥವಾ ಹಣವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಪ್ಯಾಂಟಿನ ಹಿಂದಿನ ಜೇಬಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಜನದಟ್ಟಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಳ್ಳತನವಾಗುವ ಅಪಾಯವಿರುತ್ತದೆ. ಈಗ ಕ್ಯಾಶುಯಲ್ ಬಟ್ಟೆಗಳ ಜೇಬುಗಳನ್ನು ಜಿಪ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೊಲಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಉಡುಗುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಅದರೊಳಗೆ ಹಣ ಇಟ್ಟು ಮೇಲೆ ಮರೆಯದೆ ಜಿಪ್ ಅನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ.

❖ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವಿಳಾಸವನ್ನು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಲು ಫೋಟೋ ಐಡಿ ಕೇಳುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೈಚೀಲದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಐಡಿ ಕಾರ್ಡ್ ಒಂದನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ರೈಲು ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೂ ನಿಮಗೆ ಇದರ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

❖ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರು, ವಿಳಾಸ, ವಾಸಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಒಂದು ಕಾಗದದಲ್ಲಿ ಬರೆದು ಅವರ ಪಾಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿಡಿ. ಅವರು ಜನಸಂದಣಿಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋದರೂ ಸಹ ಈ ಐಡಿಯಾ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹ ಮುಖ್ಯ.

❖ ನೀವು ಎಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧಿಕರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ತಿಳಿಸಿ. ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ನಿಗಾ ಇಡಲು ಇದರಿಂದ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

❖ ನೀವು ತಂಗುತ್ತಿರುವ ಹೋಟೆಲ್‌ನ ವಿಸಿಟಿಂಗ್ ಕಾರ್ಡ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಜೇಬಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಹೋಟೆಲ್ ಹೆಸರು ಮರೆತು ಹೋಗುವ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

❖ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಸಂಪರ್ಕ ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಫೋನ್ ಮೂಲಕ ಡಿಜಿಟಲ್ ವಹಿವಾಟು ನಡೆಸಲು ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಣವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನೀವು ತೊಂದರೆಗೆ ಸಿಲುಕಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಣ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರಲಿ. ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ!

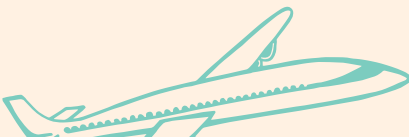
ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಆಹ್ಲಾದಕರ ಅನುಭವವನ್ನಾಗಿಸಿ!

ಸಂದಿಗ್ಧತೆಗೆ ಸಿಲುಕುತ್ತೀರಿ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದಂತಹ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನೀವು ಕೊಳ್ಳುವ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಸಹ ದುಬಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ.

❖ ನೀವು ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಒಯ್ಯುವ ಚೀಲದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪಾಲಿಥಿನ್ ಕವರ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒದ್ದೆಯಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳು, ಟವಲ್‌ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಚೀಲ ಅಥವಾ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೆಯೇ ಇಟ್ಟರೆ, ಇತರ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳು ಕೂಡ ಒದ್ದೆಯಾಗುತ್ತವೆ; ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದರಿಂದ ಇಡೀ ಚೀಲವೇ ಹಾಳಾಗಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಒದ್ದೆಯಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಥಿನ್ ಕವರ್‌ನಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಡಬಹುದು. ಕವರ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೋಪ್ ಮತ್ತು ಬ್ರಷ್‌ಗಳಂತಹ ಒದ್ದೆಯಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಹ ಇಡಬಹುದು.

❖ ನೀವು ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿರುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದಾಗ ಅವು ನಿಮಗೆ ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆಯೆ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

❖ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಹಣವನ್ನೂ ಒಂದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಒಬ್ಬರೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಅದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

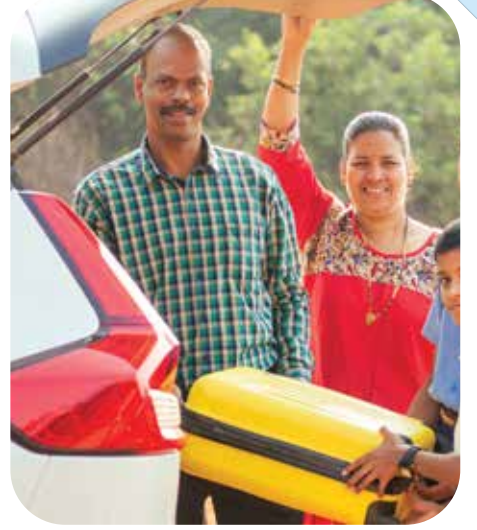


## ಸೂಟ್‌ಕೇಸೇ, ಚೀಲವೇ... ಯಾವುದು ನಿಮ್ಮ ಲಗೇಜ್!

ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ಸಾಮಾನುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಕಾರಿನ ಡಿಕ್ಕಿಯಲ್ಲೇ ಆರಾಮಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಇತರ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ತಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.

ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನುಗಳ ತೂಕದ ಮೇಲೆ ಹಲವು ನಿರ್ಬಂಧಗಳಿವೆ. ಪ್ರಯಾಣಿಕರು ನಿಗದಿತ ಮೊತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತೂಕ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಶುಲ್ಕವನ್ನು ಪಾವತಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಭಾರವಾದ ಸೂಟ್‌ಕೇಸ್‌ಗಳ ಬದಲಿಗೆ, ನೀವು ಹಗುರವಾದ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಥಿರವಾದ ತೆಳುವಾದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಬಹುದು. ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಟ್ರಾಲಿ ಚೀಲಗಳು ಸಹ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ನೀವು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ತುಂಬ ದೂರದವರೆಗೆ ಸಾಗಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಚಕ್ರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಟ್ರಾಲಿ ಬ್ಯಾಗ್ ಬೆನ್ನು ಹೊರಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಎಳೆದೊಯ್ಯಬಹುದು. ಅದನ್ನು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಸೀಟಿನ ಕೆಳಗೆ ಇರಿಸಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಲಾಕ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಟ್ರಾಲಿ ಬ್ಯಾಗ್ ಅಥವಾ ಸೂಟ್‌ಕೇಸ್ ಯಾವುದೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಅದು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಬರ್ತ್ ಕೆಳಗೆ ಒಳ ನುಸುಳುವ ಸೈಜ್‌ನಲ್ಲಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ನೀವು ಬಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಅಥವಾ ಚೀಲ ಚಿಕ್ಕ ಸೈಜ್‌ನಲ್ಲಿರುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಎಷ್ಟೇ ಹಾಕಿದರೂ ಹಿಗ್ಗುವ ಚೀಲಗಳು ಸಹ ಈಗ ಲಭ್ಯವಿವೆ.



## ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಪ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಮುಖ್ಯ!

ನೀವು ದೀರ್ಘ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಜೋಡಿಸಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿದರೆ, ಪ್ರವಾಸದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ಉರುಳಿದರೂ ನಿಮ್ಮ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಹಾಳಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಪ್ಯಾಂಟ್, ಶರ್ಟ್, ಸೀರೆ ಮತ್ತು ಬ್ಲೌಸ್‌ಗಳಂತಹ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಇಸ್ತಿ ಹಾಳಾಗದಂತೆ ಮೊದಲು ಸರಿಯಾಗಿ ಜೋಡಿಸಿಡಬೇಕು. ನಂತರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಳ ಉಡುಪು ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಶುಯಲ್ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸಬಹುದು.

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೈಚೀಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಬಟ್ಟೆಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯೊಳಗಿಟ್ಟು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ. ಹೀಗೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ದಾರಿಯುದ್ದಕ್ಕೂ ಅದನ್ನು ತೆರೆಯದೆಯೇ ತೆಗೆದು-ಕೊಂಡು ಹೋಗಬಹುದು.

ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಅಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸುತ್ತಾಡಿ ಕಣ್ಗನ ತುಂಬಿಕೊಂಡು ಸಂತೋಷ ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕೇ! ನೀವು ಭಾರವಾದ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಹೋದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯುವುದೇ ನಿಮ್ಮ ಮುಖ್ಯ ಕೆಲಸವಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಆನಂದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಕಡಿಮೆ ಸಾಮಾನುಗಳಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಯಾಣ ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.



## ಆಹಾರದಲ್ಲ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಇರಲಿ!



- ❖ ಪ್ರಯಾಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿನೀರು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಶೀತವಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಗಂಟಲು ನೋವು ಬರುವುದನ್ನು ಸಹ ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಕುದಿಸಿದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಿರಿ. ಯಾವುದೇ ಕೃತಕ ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯುವ ಬದಲು, ಎಳನೀರು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣು ಮುಂದೆಯೇ ತಯಾರಿಸಿದ ಜ್ಯೂಸ್‌ಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯಬಹುದು.
- ❖ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ಗಳು ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಶೋಧಿಸಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳನ್ನು ಉತ್ತರ ಭಾರತೀಯ ಪಾಕಪದ್ಧತಿ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ನಿಮಗೆ ಸರಿ ಹೊಂದುವ ಆಹಾರ ಎಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಮೊದಲೇ ನೋಡಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿಗೇ ಹೋಗಿ ತಿನ್ನಿರಿ. ಈ ಉಪಾಯವು ಹೊಸ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆ ಉಬ್ಬರದಿಂದ ಬಳಲುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ❖ ಬ್ರೆಡ್, ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಬಿಸ್ಕತ್ತು, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ರವೆ ಉಂಡೆ, ಚಿಪ್ಸ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಒಯ್ಯಿರಿ. ನೀವು ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಹೋಟೆಲ್ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಇವು ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ.

## ಪ್ರವಾಸದ ಉಡುಪುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನವಿರಲಿ!

ತಮ್ಮನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ತೋರಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅನೇಕ ಜನರು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದ ಫೋಟೋಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ ಎಂದು ತುಂಬ ಜನ ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವಾಗ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಒಂದು ವಿಷಯವಿದೆ. ತೆಳುವಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಸೂಟ್‌ಕೇಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ, ಮಡಿಸಿದಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಸುಕ್ಕುಗಟ್ಟದ ಮೃದುವಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಬಳಸಲು ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಭಾರವಾದ ಜೀನ್ಸ್, ಹಲವು ಪದರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಡಿಸೈನರ್ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

ಕೆಲವರು ಒಂದೇ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಒಂದು ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ಒಂದು ಎಂಬಂತೆ ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಉಡುಪನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶರ್ಟ್ ಅಥವಾ ಟಾಪ್‌ಗಳನ್ನು ಬೇಕಾದರೆ ಹಾಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು ಆದರೆ ಅದೇ ಪ್ಯಾಂಟ್ ಮತ್ತು ಬಾಟಮ್‌ಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ. ನೀವು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವುದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಭಾರವಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಂಡೇ ಹೋಗಬಹುದು. ಅದರಿಂದ ಸೂಟ್‌ಕೇಸ್‌ನಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಜಾಗ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಮನೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗುವಾಗಲೂ ಮುಜುಗರಕ್ಕೊಳಗಾಗದೆ ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಬಹುದು.



## ಔಷಧಿಗಳು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲರಲಿ!



- ❖ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಅದನ್ನು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ಅವರು ಬಳಸುವ ಔಷಧಿಗಳ ವಿವರವಿರುವ ಪ್ರಿಸ್ಕ್ರಿಪ್ಷನ್‌ನ ಫೋಟೋವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸೆಲ್ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.
- ❖ ತಲೆನೋವಿಗೆ ತೈಲ, ಕಾಲು ನೋವಿಗೆ ಮುಲಾಮು, ಬ್ಯಾಂಡೇಜ್ ಮತ್ತು ಹತ್ತಿಯನ್ನು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.
- ❖ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ವಾಂತಿ ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಔಷಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚೀಲಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ.

# ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಕೊಳ್ಳಬಹುದು!

**ಪ್ರ**ಯಾಣದ ಅನಿವಾರ್ಯ ಭಾಗ ಶಾಪಿಂಗ್. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ನೀವು ಏನು ಖರೀದಿಸಬಹುದು, ಏನು ಖರೀದಿಸಬಾರದು?

- ❖ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ದುಬಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಚೌಕಾಶಿ ಮಾಡಲು ಕಲಿಯಿರಿ.
- ❖ ವಾಹನಗಳಲ್ಲಿ ಇಡೀ ದಿನ ಪ್ರವಾಸಿಗರನ್ನು ಗುಂಪು ಪ್ರವಾಸ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸಗಳಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಸುತ್ತಾಡಿ ತೋರಿಸುವುದು ಈಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಪ್ರವಾಸಿ ಕಂಪನಿಗಳು ಮತ್ತು ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳು ಇದನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅಂತಹ ಪ್ರವಾಸಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಅವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೆಲವು ಅಂಗಡಿಗಳಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುವಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ದಾರಿ ತಪ್ಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಆ ಅಂಗಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಸಿ ಕಂಪನಿಗಳ ನಡುವೆ ಒಂದು ಸೂಚ್ಯ ಒಪ್ಪಂದವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ!
- ❖ ನಿಮ್ಮ ಊರಿನಲ್ಲೇ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಖರೀದಿಸಬೇಡಿ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ತರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಲೆ ಕೂಡ ನಿಮ್ಮ ಊರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚೇ ನೀಡಬೇಕಾಗಬಹುದು.
- ❖ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಾಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮುರಿದು ಹೋಗುವಂತಹ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಬೇಡಿ. ಅವು ದೀರ್ಘ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ತಾಜ್ ಮಹಲ್‌ಗೆ ಹೋಗುವ ಜನರು ಅಲ್ಲಿ ಮಾರಾಟವಾಗುವ ಚಿಕಣಿ ತಾಜ್ ಮಹಲ್ ಅನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಿದ ಖರೀದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಅದನ್ನು ಮರದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಪ್ಯಾಕ್ ಕೂಡ ಮಾಡಿ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ಅದನ್ನು ತೆರೆದು ನೋಡಿದಾಗ, ಎಲ್ಲೋ ಒಂದು ತುದಿ ಮುರಿದು ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಅಂಟಿಸಲು ಕೂಡ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಮನೆಯ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಅನಗತ್ಯ ಕಸವಾಗಿ ಬಿದ್ದಿರುತ್ತದೆ.

- ❖ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಅಪರೂಪದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವು ನಿಮಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಸಹ ನೀವು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಕರಾವಳಿ ನಗರಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ಅಲ್ಲಿನ ಅಂಗಡಿಗಳಿಂದ ಶಂಖ ಚಿಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಹೆಸರುಗಳು ಕೆತ್ತಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ. ಚಿಪ್ಪುಗಳು ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಳಕಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮನೆಯ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೋ ಒಂದೆಡೆ ಬಿದ್ದಿರುತ್ತವೆ. ಅದೇ ರೀತಿ, ಪ್ರವಾಸದ ಸ್ಮಾರಕಗಳಾಗಿ ಖರೀದಿಸಿದ ಕೀ ಚೈನ್‌ಗಳು ಕೂಡ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದಿರುತ್ತವೆ.
  - ❖ ಊಟ ಮತ್ತು ಕೊಡೈಕೆನಾಲ್‌ನಂತಹ ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಅನೇಕ ಜನರು ಸ್ಟೆಬ್‌ಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಚಳಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವರು ಅದನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಬಳಸಿ, ತೊಳೆದು, ಒಣಗಿಸಿ ತೆಗೆದು ನೋಡಿದರೆ ಅದು ಕುಗ್ಗಿ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ವರ್ಷ ಪೂರ್ತಿ ಬಿಸಿಲು ಇರುವ ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಅದರ ಅಗತ್ಯ ಮತ್ತು ಇರುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಅದು ವಾರ್ಡ್‌ರೋಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಜಾಗವನ್ನು ಸುಮ್ಮನೆ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಅಷ್ಟೆ.
  - ❖ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲೂ ಅಲ್ಲಿ ದೊರಕುವ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯದ ಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಹಣ್ಣುಗಳೂ ಸಹ ಬೇರೆಡೆಯಿಂದ ಮಾರಾಟಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳ ಬೆಲೆಗಳು ಸಹ ಹೆಚ್ಚು. ಅವುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ ಮನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಂದರೆ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಮನೆ ತಲುಪುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ನಜ್ಜುಗಜ್ಜಾಗಿ ಹೋಗಿರುತ್ತವೆ. ನೀವು ಆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಬಯಸಿದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಖರೀದಿಸಿ ಅಲ್ಲಿಯೇ ತಿನ್ನಿರಿ! ನೀವು ಕೊಂಡು ತರುವ ಹಾಲಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳು ಸಹ ನೀವು ಮನೆ ತಲುಪುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಹಾಳಾಗಿರುತ್ತವೆ.
- ನಾವು ಹೋಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹೀಗೆ ಅನಗತ್ಯ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಮನೆಗೆ ತರಬೇಕೇ? ಪ್ರವಾಸದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸುಂದರವಾದ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೊತ್ತು ತನ್ನಿರಿ!

# ಸುರಕ್ಷಿತ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಇನ್ನೂರೈನ್ಸ್!



**ಪ್ರ**ವಾಸಿಗರಿಗಾಗಿಯೇ ಈಗ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಗಳಿವೆ. ಇದನ್ನು ಅನಗತ್ಯ ವೆಚ್ಚವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಾರದು. ಬದಲಿಗೆ ಈ ಪಾಲಿಸಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ರಕ್ಷಣೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಅಪಘಾತಗಳು, ಅನಾರೋಗ್ಯ, ಸಾಮಾನು ನಷ್ಟ, ಹಣದ ನಷ್ಟ, ರೈಲುಗಳು ಮತ್ತು ವಿಮಾನಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ನಷ್ಟ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಮ್ಮ ಅಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದಾಗಿ ಇತರರಿಗೆ ಗಾಯ ಅಥವಾ ಅವರ ಆಸ್ತಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುವುದು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಂತಾದ ಹಲವು ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಈ ವಿಮೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ❖ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆಯನ್ನು ಖರೀದಿಸುವಾಗ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೂರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಆರ್ಥಿಕ ವೆಚ್ಚಗಳಿಗೆ ರಕ್ಷಣೆ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ರಕ್ಷಣೆ. ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಂಯೋಜಿಸುವ ಸಮಗ್ರ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ.
- ❖ ಜನರ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಗಳಿವೆ. ದೇಶೀಯ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆ, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆ, ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆ, ಬಹು-ಪ್ರವಾಸ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆ, ಏಕ ಪ್ರವಾಸ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆ, ಕುಟುಂಬ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆ

ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆಯಂತಹ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ನೀವು ಅಗತ್ಯವಾದ ವಿಮೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

- ❖ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು, ಕವರೇಜ್ ಪ್ರಯಾಣ ಸಂಬಂಧಿತ ಅಪಾಯಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಸಂಪೂರ್ಣ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಅದು ನೀಡುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.
- ❖ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವಿಮಾನ ಕಂಪನಿಗಳು ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ರದ್ದುಗೊಳಿಸಿದರೆ ಅದರಿಂದಾಗುವ ಆರ್ಥಿಕ ನಷ್ಟವನ್ನು ವಿಮೆ ಭರಿಸುತ್ತದೆಯೇ, ಪ್ರವಾಸದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾದ ಅನಾರೋಗ್ಯ, ಅಪಘಾತಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಮೆ ಇದೆಯೇ, ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಕೋಪಗಳಿಗೆ ವಿಮೆ ಇದೆಯೇ ಮತ್ತು ಕಳ್ಳತನ ಅಥವಾ ವಸ್ತುಗಳ ನಷ್ಟದ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಣೆ ಇದೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.
- ❖ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಗಳ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಷರತ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಪಾಲಿಸಿ ಯಾವುದನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಈ ವಿಮೆಯು ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಅಂತರ್ಯುದ್ಧಗಳು ಅಥವಾ ಗಲಭೆಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ನಷ್ಟಗಳನ್ನು ಭರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಮೊದಲೇ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವೆಚ್ಚವನ್ನು ಕೂಡ ಕೆಲವು ವಿಮಾ ಕಂಪನಿಗಳು ಭರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ನಿಯಮಗಳು ಪಾಲಿಸಿಯಿಂದ ಪಾಲಿಸಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ.
- ❖ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಮೆಯ ಪ್ರೀಮಿಯಂ ಮೊತ್ತ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಎಷ್ಟು ವಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು. ಪ್ರವಾಸದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಎದುರಿಸುವ ಅಪಾಯದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಪಾಲಿಸಿ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಮೊತ್ತವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವಿಮೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ನಾವು ವಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೊತ್ತ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವಯಸ್ಸನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಪ್ರೀಮಿಯಂ ಮೊತ್ತವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

**‘50** ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಿ, ನಂತರ ಊಟ ಅಥವಾ ಕೊಡೈಕೆನಾಲ್‌ನಂತಹ ಗಿರಿಧಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ ನೆಲೆಸಬೇಕು’ ಎಂಬುದು ಆ ದಂಪತಿಗಳ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಯಾಗಿತ್ತು. ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಬಿಸಿಲು ಮತ್ತು ಒಣ ಬಿಸಿ ಗಾಳಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಚೆನ್ನೈ ನಗರದ ಗದ್ದಲದಿಂದ ಅವರು ಬೇಸತ್ತಿದ್ದರು.

ಅವರು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದಂತೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಂಪಾದಿಸಲು ಅವರಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ವಸತಿ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಿದರು. ಅವರು ಅಂದುಕೊಂಡಂತೆಯೇ ತಂಪಾದ ವಾತಾವರಣವಿರುವ ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶವೊಂದರ ಒಂದು ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಬಯಸಿದರು. ಹಣ್ಣಿನ ತೋಟವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ ಅದರಿಂದ ಬರುವ ಆದಾಯವೇ ತಮಗೆ ಸಾಕು ಎಂದು ಅವರು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರು. ಅವರು ಆ ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶದ ಕೇಂದ್ರ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮನೆಗಾಗಿ ಹುಡುಕಿದರು.

ಒಂದು ಹಳೆಯ ಮನೆ ಮಾರಾಟಕ್ಕಿದೆ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಗೋಡೆಗೆ ಬಣ್ಣ ಬಳಿದು ವರ್ಷಗಳೇ ಕಳೆದಿವೆ ಎಂಬುದು ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೇ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಎಷ್ಟೆಲ್ಲ ವರ್ಷ ದಾಟಿದ ಇಬ್ಬರು ವೃದ್ಧ ಸಹೋದರಿಯರು ಮಾತ್ರ ಆ ಮನೆಯಲ್ಲಿದ್ದರು. "ನಾವು ಈ ಮನೆ ಮಾರಿ ಮಧುರೈಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಸುತ್ತಲೂ ಸುಂದರವಾದ ತೋಟವಿದ್ದ ಆ ಮನೆ ಇವರಿಗೆ ತುಂಬ ಇಷ್ಟವಾಯಿತು. ಅದನ್ನು ಖರೀದಿಸಿದರು.

ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಡುವಾಗ ವೃದ್ಧ ಸಹೋದರಿಯರು, "ವರ್ಷದ ಉಳಿದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಚಳಿಗಾಲದ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ..." ಎಂದು ಏನೋ ಹೇಳುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಇವರು, "ಪರವಾಗಿಲ್ಲ ಬಿಡಿ, ನಾವು ನೋಡದೇ ಇರುವ ಚಳಿಯೇ?" ಎಂದು ಅವರ



# ಚಿಂತೆ!

ಒಂದು ರೈಲು ಬೋಗಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವೃದ್ಧ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕುಳಿತಿದ್ದ. ಮುಂದಿನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಎಂಟು ಯುವಕರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಆ ಬೋಗಿಯೊಳಗೆ ಹತ್ತಿದರು. ಅವರು ಪ್ರವಾಸಿಗರ ಗುಂಪಿನಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಕೇಳಿದ, "ನಾನು ಈ ಅಪಾಯ ಸೂಚಕ ಸರಪಳಿಯನ್ನು ಎಳೆಯಬಹುದೇ?" ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಹೇಳಿದ: "ನೀನು ಅದನ್ನು ಎಳೆದರೆ, ನಿನಗೆ ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ದಂಡ ವಿಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ." ಮೊದಲನೆಯವನು ಕೇಳಿದ: "ನೀವೆಲ್ಲರೂ ನನಗೆ ಹಣ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲವೇ?". ನಾಲ್ಕು ಜನರು 500 ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು ಮತ್ತು ಮೂರು ಜನರು 200 ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಅವನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಈಗ 2,600 ರೂಪಾಯಿಗಳಿದ್ದವು.

ಅವನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹಣವನ್ನು ಎಣಿಸಿ, ಜೇಬಿನಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಸರಪಳಿಯನ್ನು ಎಳೆಯಲು ಸಿದ್ಧವಾದುದನ್ನು ವೃದ್ಧ ನೋಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದ. 'ಬೇಡ ತಮ್ಮಾ! ಅದರ ಜೊತೆ ಆಟವಾಡಿದರೆ ರೈಲು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ದಂಪತಿಗಳು ಬೇಸಿಗೆಯ ರಜೆಯನ್ನು ಕಳೆಯಲು ಒಂದು ಗಿರಿಧಾಮಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದರು. ಅವರು ಊಟ, ಕೊಡೈಕೆನಾಲ್‌ನಂತೆ ಜನದಟ್ಟಣೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋಗದೆ, ಬೆಟ್ಟದ ತಪ್ಪಲಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಒಂದು ಪ್ರಶಾಂತವಾದ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಒಂದು ಕಾಟೇಜ್‌ನಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದರು. ಕಾಟೇಜ್‌ನ ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನೂ ಮಾಡಿದ್ದ. ಅವರು ಅಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ತುಂಬಾ ಚಿರಪರಿಚಿತರಾಗಿದ್ದರು.

ಅವರು ಶ್ರೀಮಂತರು ಎಂದು ಅರಿತ ಮ್ಯಾನೇಜರ್, "ನೀವು ಇಲ್ಲಿ ಮನೆ ಖರೀದಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ನನಗೆ ತಿಳಿಸಿ... ನನ್ನ ಮನೆಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕಾಟೇಜ್ ಇದೆ. ನೀವು ರಜೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದಾಗ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯಬಹುದು. ಉಳಿದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಅದನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಬಾಡಿಗೆಗೆ ಸಹ ನೀಡಬಹುದು" ಎಂದ.

ಅವರು ಹೋಗಿ ಮನೆಯನ್ನು ನೋಡಿದರು. ಮನೆ ಕಸದ ತೊಟ್ಟಿಯಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅವರಿಗೆ ಅದು ಇಷ್ಟವಾಯಿತು. ನಂತರ, ಅವರು ಮಾತುಕತೆ ಮಾಡಿ ಒಳ್ಳೆಯ ದಿನ ನೋಡಿ ಅದನ್ನು ಖರೀದಿಸಿದರು. ಎಲ್ಲ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದ... "ಈ ಮನೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ನಿರ್ವಹಣಾ ಕೆಲಸ ಬೇಕು. ಮಳೆ ಬಂದಾಗ ಅಡುಗೆಮನೆ ಸೋರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಕಾಂಕ್ರೀಟ್ ಫಾವಣಿಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿದರೆ ಅದು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಸ್ನಾನಗೃಹದ ಕೊಳವೆಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಮುಚ್ಚಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅದನ್ನು



ಮಾತನ್ನು ಅರ್ಧದಲ್ಲೇ ತಡೆದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದರು. ಆ ದಂಪತಿಗಳು ಇವರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಅವರನ್ನು ಬೇಗ ಕಳಿಸಿ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅವರು ದೃಢನಿಶ್ಚಯ ಮಾಡಿದ್ದರು.

ಚಳಿಗಾಲ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಚಳಿ ಅವರ ಮೂಳೆಗಳನ್ನು ಭೇದಿಸಿ ಅವರನ್ನು ಪೀಡಿಸಿತು. ಅವರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಸಹಿಸಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅದು ಹಳೆಯ ಮನೆಯಾಗಿದ್ದರಿಂದ, ಹಿಮದಲ್ಲಿ ನೆನದ ಗೋಡೆಗಳು ತೇವಾಂಶವನ್ನು ಒಳಗೆ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದವು. ಅದನ್ನು ಸಹಿಸಲಾಗದೆ ಅವರು ಒಂದು ರಾತ್ರಿ ಅಜ್ಜಿಯರನ್ನು ಫೋನಿನಲ್ಲಿ ಕರೆದು, "ನೀವು ಈ ಚಳಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಿದಿರಿ?" ಎಂದು ಕೇಳಿದರು.

"ನಾವು ಮನೆ ಖಾಲಿ ಮಾಡುವಾಗ ನಿಮಗೆ ಹೇಳಲು ಬಂದಿದ್ದು ಇದನ್ನೇ. ನೀನು ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಕೇಳಲಿಲ್ಲ. ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಮನೆಗೆ ಬೀಗ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನೈಗೆ ಹೋಗಿ ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ನೀವೂ ಹಾಗೆ ಎಲ್ಲಾದರೂ ಹೋಗಬೇಕು!" ಎಂದು ವೃದ್ಧ ಮಹಿಳೆಯರು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು.

ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೇಳಬೇಕು!

!ಇನ್ನು ಕಡಿಗಲು!



ಅದರಿಂದ ರೈಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಷ್ಟ" ಎಂದು ಅವನನ್ನು ತಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ.

ಆ ಯುವಕ ವೃದ್ಧನನ್ನು ನೋಡಿ ಮುಗುಳ್ಳುಗುತ್ತಾ, "ನೋಡಿ! ಈ ಮುದುಕ ನಮಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ನಾನು ಸರಪಳಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದು ಎಳೆಯುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಈ ಮುದುಕ ಅದನ್ನು ಎಳೆದ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಸಾಕ್ಷಿ ಹೇಳುತ್ತೀರಿ, ಸರಿ ತಾನೇ?" ಎಂದ. ಎಲ್ಲರೂ ಅವನನ್ನು ಹುರಿದುಂಬಿಸಿದರು. ಅವನು ಸರಪಳಿಯನ್ನು ಎಳೆದ ಮತ್ತು ರೈಲು ನಿಂತಿತು. ರೈಲ್ವೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು ಪೊಲೀಸರು ಓಡಿ ಬಂದರು. ಯುವಕರು ವೃದ್ಧನ ಕಡೆಗೆ ಕೈ ತೋರಿಸಿ, "ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇವನು ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದೇ?" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ರೈಲ್ವೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ವೃದ್ಧನ ಮೇಲೆ ಹರಿಹಾಯ್ದರು. ಆ ಮುದುಕ ಅವರಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ ಅಳುತ್ತಾ ಹೇಳಿದ: "ಹೌದು! ನಾನು ಅದನ್ನು ಎಳೆದಿದ್ದೇನೆ". ಅದನ್ನು ಕೇಳಿ ಯುವಕರು ಆಘಾತಕ್ಕೊಳಗಾದರು! "ನೀವು ಅದನ್ನು ಏಕೆ ಎಳೆದಿರಿ?"

ದಂಡ ಪಾವತಿಸಿ" ಎಂದು ರೈಲ್ವೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಹೇಳಿದರು. "ನಾನು ಅಪಾಯದಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಅದನ್ನು ಎಳೆದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ದಂಡ ಪಾವತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನಲ್ಲಿದ್ದ 2,600 ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಕಸಿದುಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ನಾಲ್ಕು 500 ರೂಪಾಯಿ ನೋಟುಗಳು ಮತ್ತು ಮೂರು 200 ರೂಪಾಯಿ ನೋಟುಗಳು. ಇವನು ಅದನ್ನು ತನ್ನ ಅಂಗಿಯ ಜೇಬಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಬೇಕಾದರೆ ಅದನ್ನು ಹುಡುಕಿ ನೋಡಿ" ಎಂದು ಮುದುಕ ಹೇಳಿದ.

ಪೊಲೀಸರು ಅವನಿಂದ ಹಣವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ವೃದ್ಧನಿಗೆ ನೀಡಿ, ಯುವಕರನ್ನು ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರು.

ನೀವು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿದರೆ, ಅದು ನಿಮಗೇ ಹಿಂತಿರುಗುತ್ತದೆ!

ಹೊಸದಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು. ಈಗ ಮಾರ್ಚ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಬಾವಿ ಒಣಗುತ್ತದೆ. ಈಗಲೇ ಹೂಳೆತ್ತಿದರೆ ಉತ್ತಮ" ಎಂದು ಅವನು ಹೇಳಿದ.

ಮನೆ ಖರೀದಿಸಿದ ಕುಟುಂಬದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಕೋಪಗೊಂಡ. "ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನೀವು ನನಗೆ ಮೊದಲೇ ಏಕೆ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ?" ಎಂದು ಕೋಪದಿಂದ ಕೇಳಿದ. "ಆಗ ನೀವು ಬೇರೆಯವರು! ಈಗ ನೀವು ನನ್ನ ಪಕ್ಕದ ಮನೆಯವರು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾನು ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ನಿಮಗೆ ಕಾಳಜಿಯಿಂದ ಹೇಳಿದೆ" ಎಂದು ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಹೇಳಿದ. ದಂಪತಿಗಳು ಆಗಷ್ಟೇ ಅವನು ಬ್ರೋಕರ್ ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಂಡರು.

ವೃತ್ತಿ ನ ಹಿಂದಿನ ಜಾಲಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು!



!ಇನ್ನು ಕಡಿಗಲು!

# ಜೀವನ ಪ್ರಯಾಣದ 12 ನಿಯಮಗಳು!



**ಮ**ರೆವು ಎಂಬುದು ಬಹುಪಾಲು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ವರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಳೆಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮರೆತು ಬಿಡುವುದರಿಂದಲೇ ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಮರೆಯಬಾರದ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಮರೆತರೆ ಜೀವನ ಸಿಹಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ!

- ❖ ತಮ್ಮ ತಾಯಿಯನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಾಗೆ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಆಹಾರವೂ ತಮ್ಮ ತಾಯಿಯ ಅಡುಗೆಯನ್ನು ಮರೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುವ ರುಚಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ.
- ❖ ಪಂಚತಾರಾ ಹೋಟೆಲ್‌ನ ಐಷಾರಾಮಿ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ, ತಾಯಿಯ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ಮಲಗಿ ನಿದ್ರಿಸುವ ಸುಖ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ❖ ನೀವು ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೂ, ಅದು ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರಿಗಾಗಿ ನೀವು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
- ❖ ನೀವು ಮೊದಲು ಕೆಲಸಗಳಿಸಿದಾಗ ಅನುಭವಿಸಿದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನಂತರದ ಯಾವುದೇ ಬಡ್ಡಿಯೂ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.
- ❖ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶ್ರೀಮಂತರಾಗಲು ಹೇಳಬೇಡಿ. ಅವರಿಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿರಲು ಕಲಿಸಿ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಣದಿಂದ ಖರೀದಿಸಲಾಗದ ವಸ್ತುಗಳೂ ಇವೆ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ.
- ❖ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿ ಬದುಕುವುದಕ್ಕೂ ಮಾನವೀಯತೆಯಿಂದ ಬದುಕುವುದಕ್ಕೂ ಹಲವು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ. ಇದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಿ.

- ❖ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು, ನಾವು ಈಗಾಗಲೇ ಹೊಂದಿರುವ ಸಣ್ಣ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮರೆತು ಬಿಡುತ್ತೇವೆ. ಜೀವನ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಿ.
- ❖ ನೀವು ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಸತ್ತಾಗ ಅನೇಕರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಧ್ಯೆ, ನೀವು ಜನರ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.
- ❖ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಪ್ರೀತಿಸುವವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇರೆಯಾಗಲು 100 ಕಾರಣಗಳಿದ್ದರೂ, ಅವರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಲು ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಕಾರಣವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.
- ❖ ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕು, ವಿಶ್ರಾಂತಿ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ - ಇವೇ ಜಗತ್ತಿನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವೈದ್ಯರು. ಜೀವನದ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಇದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ.
- ❖ ಚಂದ್ರನನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಸೌಂದರ್ಯ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಸೂರ್ಯನನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಶಕ್ತಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ನೋಡಿದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲೇ ನೀವು ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸೃಷ್ಟಿ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಿಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.
- ❖ ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಪ್ರವಾಸಿಗರಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣ, ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗ, ಎಲ್ಲವೂ ಈಗಾಗಲೇ ನಿರ್ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಿರಿ. ಜೀವನ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಆನಂದಿಸಿ. ●





SHIRTINGS & SUITINGS

COTTON • LINEN

*Start with the Finest*

**Fabric**





DHOTIS • SHIRTS • TROUSERS • FABRICS

by



# SOFT & GENTLE



# NEW ARRIVAL

 **RAMRAJ**

**GENXT**

**INSTA DHOTIS™**

**Just maatigo...**



## INSTA DHOTI

Ready-to-wear dhoti designed for the modern man-wear it in seconds with a perfect traditional look and effortless comfort.



*m* | *Mrithu*<sup>®</sup>  
Bamboo Towels  
by



SOFTNESS  
that hugs you back

Bamboo Towels | Terry Towels | Signature Towels | Striped Towels | Chequered Towels



Premium Cotton



High Absorption



Quick Drying



Super Soft



ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೇ  
ಬರಬೇಕೇ?

# ಬಿಳುಪು

## ಚಂದಾದಾರರಾಗಿ!



‘ಉನ್ನತವಾದ ಭಾವನೆಗಳು ಈ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹೋಗಿ ಸೇರಬೇಕು’ ಎನ್ನುವ ಉನ್ನತವಾದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣವಾದ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಿದೆ ‘ಬಿಳುಪು’ ಮಾಸಿಕ ಸಂಚಿಕೆ. ಈ ತಿಂಗಳ ವಿಶೇಷ ಸಂಚಿಕೆಯು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲೂ ರಕ್ಷಿಸಿಡಬೇಕಾದ ಬೊಕ್ಕಸವಾಗಿದೆ.



**ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 200**  
**ದ್ವೈವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 380**

ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಮೂಲಕ ಹಣ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.  
**VENMAIL** ಎನ್ನುವ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಕಳಿಸಬಹುದು.  
ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರು, ವಿಳಾಸ ಬರೆದಿರಬೇಕು.  
ಇಲ್ಲವೇ

VENMAIL ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆ (A/C No: 180913500000299  
Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch -  
IFSC: KVBL0001809) ಗೆ ಹಣ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಿ, ಅದರ  
ಸ್ವೀಕೃತಿ ಪತ್ರದ ನಕಲು ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಕಳಿಸಿ ಕೊಡಬೇಕು.

- ➔ ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
- ➔ ಎಲ್ಲಾ ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಷೋರೂಮ್‌ಗಳಲ್ಲೂ ಚಂದಾ ಕಟ್ಟಬಹುದು.

**ವಿಳಾಸ :** Bilupu  
Ramraj V tower

10, Sengundapuram, Mangalam Road  
Thirupur 641604.

Ph. 0421-4304106, 9842274137

email: venmail@ramrajcotton.net

ಚಂದಾ ನಷ್ಟನಲೂ, ಒಟ್ಟಾಗಿ ‘ಬಿಳುಪು’  
ಸಂಚಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಳ್ಳಲೂ ಈ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು  
ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

**ಮೋನ್ :** 0421-4304106,  
9842274137.

## ಒಂದೇ ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ಬಿಳುಪು ಚಂದಾದಾರರಾಗಬಹುದು!

ನಿಮ್ಮ ಚಂದಾ ಹಣವನ್ನು PhonePe G Pay  
Net transfer ಮೂಲಕವೂ ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು.



UPI ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಮೂಲಕವೂ ಮೊಬೈಲ್ ಪೋನ್ ನಲ್ಲಿ  
ಬಿಳುಪು ಸಂಚಿಕೆಯ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗೆ ಚಂದಾ ಹಣವನ್ನು  
ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು. ಬಿಳುಪು UPI id: kvbupiqr.75626@kvb

**Bharat QR code** ಅನುಕೂಲವಿರುವ ಮೊಬೈಲ್  
ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್ ಆಪ್ ಇರುವವರು, ಅದರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿರುವ ಬಿಳುಪು  
ಖಾತೆಯ QR code ಅನ್ನು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿ ಚಂದಾ  
ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು.



ಹಣ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಬ್ಯಾಂಕಿನ  
ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು **Forward** ಮಾಡಿರಿ.

ಜೊತೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ವಿಳಾಸವನ್ನು ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಜೊತೆಗೆ ವಾಟ್ಸ್  
ಆಪ್ ಮಾಡಿ. ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ 98422 74137.

**ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಯ ವಿವರ Venmail**

**A/C No: 180913500000299**

**Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch**

**IFSC Code: KVBL0001809.**



## ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ರಿಯಾಯಿತಿ

(ಆರನೇ ತರಗತಿಯ ನಂತರ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ  
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಈ ರಿಯಾಯಿತಿ ಲಭ್ಯ. ಚಂದಾ  
ಹಣ ಪಾವತಿಸುವಾಗ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗುರುತಿನ  
ಚೀಟಿಯ ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಲಗತ್ತಿಸಬೇಕು).

ರೂ. ೨೫೦

ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ | ದ್ವೈವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ  
ರೂ. 125 ಮಾತ್ರ | ರೂ. ೨೫೦ ರೂ. 250 ಮಾತ್ರ



## ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ರಿಯಾಯಿತಿ

(60 ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟವರು ಮಾತ್ರ ಈ  
ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತಾವು ಹುಟ್ಟಿದ  
ದಿನಾಂಕದ ಮಾಹಿತಿ ಇರುವ ಆಧಾರ್ ಕಾರ್ಡ್‌ನ ನಕಲನ್ನು  
ಇದರೊಂದಿಗೆ ಲಗತ್ತಿಸಬೇಕು).

ರೂ. ೨೫೦

ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ | ದ್ವೈವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ  
ರೂ. 125 ಮಾತ್ರ | ರೂ. ೨೫೦ ರೂ. 250 ಮಾತ್ರ

**ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಷೋರೂಂಗಲ್ ರೂ. 10,000 ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೊಟ್ಟವರಿಗೆ  
ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾ ಉಚಿತ.**



# ಪ್ರವಾಸಗಳು ನೀಡುವ ಫಲಗಳು!

ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ನಿಮ್ಮಂತೆ ಜಾಲಿ ಟೂರ್ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಆಗ ಆ ಯುವಕರು ತಮ್ಮ ಸಹಪ್ರಯಾಣಿಕರನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡರು. ಇತರರ ಬಳಿ ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಈ ಪ್ರಯಾಣವು ಅವರಿಗೆ ಸಮಾಜವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು.

ಪ್ರಯಾಣವು ನಮಗೆ ಇತರರನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಬದುಕಲು ಬಹಳ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇಂದಿನ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಸಹ ಮನುಷ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುವ ಅವಕಾಶಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಪ್ರಯಾಣವು ನಮಗೆ ಅನೇಕ ಹೊಸ ಜನರನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಬಹುದು. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವ ಜನರು ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಮಾನಸಿಕ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾವು ಮನರಂಜನೆಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಅದನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ. ಹೌದು, ಪ್ರಯಾಣವು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳೇನು?

ಮನಸ್ಸು ಉಲ್ಲಾಸಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ: ಮನಸ್ಸು ಅನೇಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಆರಂಭಿಕ ಹಂತವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಯಾಣವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಂತೋಷವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಆನಂದಿಸುವ ಜನರು ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಖಿನ್ನತೆಯಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ಒತ್ತಡ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ,

**ದಿ** ನವೂ 10 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಸುಸ್ತಾಗಿದ್ದ ಆ ಯುವಕರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಗೋವಾ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೊರಟರು. ತಮ್ಮ ಬಹುದಿನಗಳ ಕನಸು ನನಸಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಕಾರಣ ಉತ್ಸುಕರಾಗಿ, ರೈಲು ಹತ್ತಿದ ಕ್ಷಣದಿಂದಲೇ ಗದ್ದಲದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದರು. ರಾತ್ರಿಯಾದಾಗ, ಇದರಿಂದ ಇತರ ಪ್ರಯಾಣಿಕರು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವೃದ್ಧರು ಈ ಯುವಕರ ಬಳಿಗೆ ಬಂದು, "ನೀವೂ ಮಲಗಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಾವೂ ಮಲಗೋಣ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಆದರೂ ಇವರ ಉತ್ಸಾಹ ನಿಲ್ಲಲಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಆ ವೃದ್ಧರು ಮತ್ತೆ ಬಂದರು. ಈ ಬಾರಿ ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪ ಕೋಪಗೊಂಡಿದ್ದನು. "ತಮ್ಮಂದಿರೇ, ನೀವು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ಹರಟೆ ಹೊಡೆಯುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ನಾಳೆ ಬೀಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಆನಂದಿಸುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ, ನಾಳೆ ನಾನು ಕೋರ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ವಾದಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ರಾತ್ರಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಶಾಂತವಾಗಿ ಎದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ನಾನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ವಾದಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಒಬ್ಬ ಮುಗ್ಧ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಶಿಕ್ಷೆಯಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿ ಇಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಪ್ರಯಾಣಿಕರಿಗೂ ಯಾವುದೋ ಒಂದು



ಕಾರ್ಟಿಸೋಲ್ ಎಂಬ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸ್ವವಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ತಲೆನೋವು, ಆಯಾಸ ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯು ನೋವನ್ನು ಸಹ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೊಲೋನ್ ಹಾನಿಯಂತಹ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ಸಹ ಇವೆ. ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಈ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. "ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಯೋಚಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಆಗಾಗ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವ ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಮುಖ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ದಿನಗಳ ಪ್ರಯಾಣ ಸಾಕು" ಎಂದು ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್‌ನ ಸರ್ವೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ತಜ್ಞರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಒತ್ತಡವು ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗದಂತೆ. ಇದು ಉದ್ಯೋಗಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ರಜಾದಿನಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಯಾಣವು ನಮ್ಮನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹರಿಸುವ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ.

ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತವೆ: ನರವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, 'ಹೊಸ ಪರಿಸರಗಳು ನಮ್ಮ ಮೆದುಳನ್ನು ತಾಜಾತನದಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಯಾಣವು ನಮ್ಮ ಮೆದುಳಿಗೆ ಸವಾಲು ಹಾಕುತ್ತದೆ. ಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮೆದುಳು ವೇಗವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಇದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳು ಮೊಳಕೆಯೊಡೆಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮೆದುಳಿನ ನರಕೋಶಗಳು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಪ್ರಯಾಣವು ಮೆದುಳಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. "ಇದು ನಿಮ್ಮ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹೊಸ ವ್ಯವಹಾರ ಅಥವಾ ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟೇ ಸಮಯ ಯೋಚಿಸಿದರೂ, ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನೀವು ಬೇರೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅವು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರಯಾಣವು ಅಂತಹ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಅಮೆರಿಕದ ಜಾಹೀರಾತು ತಜ್ಞ ಜೇಮ್ಸ್ ವೆಬ್ ಯಂಗ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ: ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದರಿಂದ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವವರು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವವರು ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಸ್ಟೇಟ್ ಯೂನಿವರ್ಸಿಟಿ 9

ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಹೃದಯ ಕಾಯಿಲೆ ಇರುವ 12,000 ಪುರುಷರನ್ನು ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿತು. ಪ್ರಯಾಣಿಸದವರಿಗೆ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಅಪಾಯವು ಶೇಕಡಾ 32 ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ನೀವು ಹೊಸ ನಗರಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಕೃತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನೀವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಉತ್ತಮ ವ್ಯಾಯಾಮ. ಜೊತೆಗೆ ನೀವು ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಾ ನಡೆದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀವು ಕಾಣಬಹುದು.

ಅರಿವಿನ ತೀಕ್ಷ್ಣತೆ: ಹೊಸ ಆಹಾರಗಳು, ಉತ್ತಮ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು ವಿಭಿನ್ನ ಭಾಷೆಗಳು ನಮ್ಮ ಮೆದುಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಸ್ಥಳಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಚುರುಕುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಲ್‌ಜಿಮೈನ್‌ನಂತಹ ಸ್ಮರಣಶಕ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನವೊಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣವು ಸ್ಮರಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು, ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಕರ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ರಜಾದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ತರಗತಿ ಶಿಬಿರಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಹೇರುವ ಬದಲು, ಅವರು ಆನಂದಿಸಬಹುದಾದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪರಿಸರಗಳಿಗೆ ಅವರನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯಿರಿ. ಪ್ರಯಾಣವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಿಮ್ಮ ಮಗು ತನ್ನ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಸುಧಾರಣೆ: ಜರ್ಮನಿಯ ಫ್ರೆಡ್ರಿಕ್ ಷಿಲ್ಲರ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನವು, ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ತಾಯ್ನಾಡಿನಲ್ಲೇ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದೆ. ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹೊಸ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಅವರು ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕರಾಗಿದ್ದರು. ಪ್ರಯಾಣದ ಅನುಭವಗಳು ಅವರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿದ್ದವು.

ನೀವು ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿದ್ದರೂ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡಿ. ಇದು ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

# ಪ್ರಯಾಣಗಳೆಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು!



**ಕೆ**ಲವರು ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಪರಿಣಿತರು. ಅವರು ಪ್ರತಿ ಪ್ರವಾಸವನ್ನೂ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಯೋಜಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಕೆಲವು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬಂದು ಅವರನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಯದೆ ಅವರು ಎಡವಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಆ ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಕಹಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎದುರಾಗಬಹುದು ಎಂಬ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

**ಪ್ರಯಾಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ...**

❖ ತಮ್ಮ ಗುಂಪಿನಿಂದ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಬಿಡುವುದು ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆ. ಕುಟುಂಬ ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಜನದಟ್ಟಣೆಯ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಅಥವಾ ಇಬ್ಬರು ಅದು ಹೇಗೋ ಗುಂಪಿನಿಂದ ಬೇರ್ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಅವರು ಮಕ್ಕಳಾಗಿದ್ದರಂತೂ ಎಲ್ಲರೂ ಆತಂಕಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಬೇರ್ಪಡದ್ದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಭದ್ರವಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ವಯಸ್ಕರ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸೆಲ್ ಫೋನ್‌ಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಲೋಕೇಷನ್ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತೆ ಸೇರಬಹುದು. ಕೆಲವು ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಮೊದಲೇ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದೊಳಗೆ

ಎಲ್ಲರೂ ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಸೇರಬೇಕು ಎಂಬ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಮೊದಲೇ ನೀಡಬೇಕು.

❖ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಅನಗತ್ಯ ಜಗಳಗಳು ಮತ್ತು ವಿವಾದಗಳು ಎದುರಾಗುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ಒಂದು ನಗರವು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಂತೆಯೇ, ಅಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಜನರು ಸಹ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಕೆಟ್ಟವರಾಗಿರಬಹುದು. ಅಂತಹ ಜನರ ಜೊತೆ ಬೆರೆಯುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿನ ಜಲಪಾತಗಳು ಮತ್ತು ವೀಕ್ಷಣಾ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಜನರ ಜೊತೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದವರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು, ಜಾಲ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಆ ಬಗ್ಗೆ ಓದುವುದು ಮತ್ತು ಅನುಭವಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು... ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

❖ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆ. ನೀವು ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇಡಬಹುದು. ನೀವು ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿರುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದರೆ ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮ. ನೀವು ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಕೋಣೆಯ ಕೀಲಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ. ನಿಮ್ಮ ಪರ್ಸ್, ಫೋನ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಪರ್ಸ್ ಅನ್ನು ಬಿಗಿಯಾದ ಪ್ಯಾಂಟ್ ಜೇಬಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಫೋನ್ ಅನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಿ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಗಮನ

ಯಾವಾಗಲೂ ಅದರ ಮೇಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಟಿಕೆಟ್‌ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಬರುವ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾದುದು. ನೀವು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ನೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್ ಅನ್ನು ಲಾಕ್ ಮಾಡಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯಿಂದ ಹಣವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೀವು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

❖ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಮುಜುಗರ ಉಂಟು ಮಾಡುವ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ಪ್ರಯಾಣದ ಉತ್ಸಾಹದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಜನರು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ದೇಹವನ್ನು ಆಯಾಸಗೊಳಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಆನಂದಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು. ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಮಯ ಸಿಕ್ಕಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಿರಿ. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಮರುದಿನ ಸುತ್ತಾಡಲು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ. ಬೆಲೆಯನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿ ಕಳಪೆ ಗುಣಮಟ್ಟದ ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ತಿನ್ನಬೇಡಿ. ಅದು ರುಚಿಕರವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಗುಣಮಟ್ಟದ ಆಹಾರವನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ ತಿನ್ನಿರಿ. ರಸ್ತೆಬದಿಯ ಅಂಗಡಿಗಳಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ಕರಿದ ತಿಂಡಿಗಳು ಮತ್ತು ಮೀನು ಫೈಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಬೇಡಿ. ಅವರು ನಿಮಗೆ "ಇದು ಈ ಊರಿನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಖಾದ್ಯ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದರೆ ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನಿರಿ. ನೀರಿನ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಅದೇ ಗಮನವಿರಲಿ. ಅವರು ನಿಮಗೆ "ಇದು ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ನೀರು" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಬಾವಿ ಅಥವಾ ಕೊಳದಲ್ಲಿರುವ ನೀರನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾವುದನ್ನೂ ನಂಬಿ ಕುಡಿಯಬೇಡಿ. ಕಾಡಿಗೆ ಹೋಗುವಾಗ, ಕೀಟ ಕಡಿತ, ಜಿಗಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಜೀರುಂಡೆ ಕಚ್ಚುವಂತಹ ಅಪಾಯಗಳು ಇರಬಹುದು. ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಅಗತ್ಯ.

❖ ಹೊರ ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಹೊರ ದೇಶಗಳಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವವರಿಗೆ ಭಾಷೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸ್ಥಳೀಯ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಮಾತನಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ. ಈಗ, ಯಾವುದೇ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳು ಬಂದಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಸಂಕೀತ ಭಾಷೆ ಕೈಸನ್ನೆ ಮತ್ತು ನಗುಗಳನ್ನು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಎಲ್ಲರೂ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

❖ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಹಣದ ಕೊರತೆ ಎದುರಾಗುವುದು ಕೂಡ ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಖರ್ಚುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಯೋಜಿಸದೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ಥಳಕ್ಕೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪ್ರವೇಶ ಶುಲ್ಕವಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಕುಟುಂಬವಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ಅಥವಾ ಐದು ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋದರೆ, ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ವೆಚ್ಚಗಳು ಗಗನಕ್ಕೇರಬಹುದು. ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಆಹಾರದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಸ್ಥಳೀಯ ಪ್ರಯಾಣದವರೆಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ದುಬಾರಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ನೀವು 10 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿಗಳ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಬಜೆಟ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ 5 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ನೀವು ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಣವನ್ನು ಇರಿಸಿರಿ. ನೀವು ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿರುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಏನನ್ನಾದರೂ ಕೇಳಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಹಣವನ್ನು ಇರಿಸಿ.

❖ ಅನೇಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಸ್ಸುಗಳು, ರೈಲುಗಳು ಮತ್ತು ವಿಮಾನಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಊರಿನಂತೆಯೇ ಭಾವಿಸಿ, ದೂರ ಮತ್ತು ಸಮಯವನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿ ನಾವು ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಿಗೆ ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪರ್ವತ ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಟ್ರಾಫಿಕ್ ಜಾಮ್ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಲು ಹಲವು ಗಂಟೆಗಳೇ ಆಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಕೊನೆಯ ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಹೊರಡಲು ಕಾಯಬೇಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವಾಹನವನ್ನು ಹಿಡಿಯಲು ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ತಲುಪಿರಿ. ●

## ಬಿಳುಪು ಚಂದಾ...

## ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆಯ ವಿಶೇಷ ರಿಯಾಯಿತಿ!



ಮಾರ್ಚ್ 8ನೇ ದಿನದಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುವ, ವಿಶ್ವ ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ 'ಬಿಳುಪು ಭಾವನೆಗಳು' ಸಂಚಿಕೆಯ ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ಸಲ್ಲಿಸುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗಾಗಿ ವಿಶೇಷ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾ : ರೂ. ~~200/-~~  
 ಮಹಿಳೆಯರಿಗಾಗಿ ರಿಯಾಯಿತಿ ಚಂದಾ : ರೂ. 150/-  
 ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಚಂದಾ : ರೂ. ~~380/-~~  
 ಮಹಿಳೆಯರಿಗಾಗಿ ರಿಯಾಯಿತಿ ಚಂದಾ : 300/-

ಈ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡು, ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮನ್ನೂ, ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವನ್ನೂ, ತಮ್ಮ ಪರಿಸರವನ್ನೂ ಇನ್ನೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅರಿತು, ಒಳಿತನ್ನು ಗಳಿಸಲಿ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. (ಚಂದಾ ಸಲ್ಲಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳಿಗಾಗಿ 23ನೇ ಪುಟವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ).

## ಬರ್ಜಿಗೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ!

ಒಬ್ಬ ಶ್ರೀಮಂತ ಮಹಿಳೆ ಪರ್ವತ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿದ್ದಳು. ಅಲ್ಲಿನ ಒಂದು ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಕಸೂತಿ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅವಳಿಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ಅವಳು ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಆ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹೋದಳು. ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಿಸಿದಾಗ, ಅವಳನ್ನು ಸರಳವಾದ ಆದರೆ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಒಂದು ಗುಡಿಸಲಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಲಾಯಿತು. ಆ ಗುಡಿಸಲಿನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಮಹಿಳೆ ತಾನು ಕಸೂತಿ ಮಾಡಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿದಳು.

ಆ ಶ್ರೀಮಂತ ಮಹಿಳೆ ಯಾವುದೇ ದೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಅಂತಹ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ತನ್ನ ಆಶ್ಚರ್ಯವನ್ನು ತನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರೆ, ಈ ಬಡ ಮಹಿಳೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಲೆಯನ್ನು ಕೇಳಿ ತನ್ನನ್ನು ಮೋಸಗೊಳಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಹೆದರಿ, "ಬೆಲೆ ಏನು?" ಎಂದು ಕೇಳಿದಳು. ಆ ಬಡ ಮಹಿಳೆ ಈಕೆ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಬೆಲೆ ಹೇಳಿದಳು.

ಈಕೆಗೆ ಎಲ್ಲೆಡೆ ನಗದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿರಲಿಲ್ಲ! ವಹಿವಾಟು ನಡೆಸಲು ಬ್ಯಾಂಕಿನ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಫೋನ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್ ಕಳಪೆಯಾಗಿದ್ದ ಆ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಫೋನ್ ವಹಿವಾಟುಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವಳು ತನ್ನ ಕೈಚೀಲದೊಳಗೆಲ್ಲ ಹುಡುಕಿ ನೋಡಿದಳು. ಆಕೆ ಆಗಾಗ ಚೀಲದೊಳಕ್ಕೆ ಹಾಕಿದ್ದ ನೋಟುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ತೆಗೆದು ಎಣಿಸಿದಾಗ ಅದು ಆ ಬಡ ಮಹಿಳೆ ಹೇಳಿದ ಮೊತ್ತಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅವಳು ಅದನ್ನು ತೆಗೆದು ನೀಡಿದಳು.

ಆ ಬಡ ಮಹಿಳೆ ಅದರಲ್ಲಿ 200 ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಆಕೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿಸಿದಳು. "ಏಕೆ?" ಶ್ರೀಮಂತ ಕೇಳಿದಳು. "ನೀನು ನಿನ್ನಲ್ಲಿದ್ದ ಎಲ್ಲಾ ಹಣವನ್ನೂ ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟುಬಿಟ್ಟೆ. ಈಗ ಬರಿಗೈಯಲ್ಲಿ ನೀನು ಹಿಂದಿರುಗಬೇಕು. ನಿನ್ನ ಜೊತೆ ಮಗು ಬೇರೆ ಇದೆ. ಹಣದ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎದುರಾದರೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀಯಾ? ಇಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಸುತ್ತಲೂ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಇದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೋಮ್ಮಾ..." ಎಂದು ಆ ಮಹಿಳೆ ಹೇಳಿದಳು. ಆ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಶ್ರೀಮಂತ ಮಹಿಳೆಯ ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು ಅಪನಂಬಿಕೆಗಳು ಕರಗಿ ಹೋದವು.



## ತುರ್ತು ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಿ!

ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವಾಗ, ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ತುರ್ತು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕರೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಮುಖ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಸಾಹಸ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿರಲಿ ಅಥವಾ ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಒಂದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ತಂಗುತ್ತಿರಲಿ, ಇದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ನೀವು ತಂಗಿರುವ ಹೋಟೆಲ್ ಸಂಖ್ಯೆ, ತುರ್ತು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆ ಸಂಖ್ಯೆ, ಹತ್ತಿರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಸಂಖ್ಯೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾದುದು. ಅನೇಕ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಸೂಚನಾ ಫಲಕಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಕಿರುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ನಿಂದ ಅದರ ಫೋಟೋ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ..



## ಪ್ರವಾಸ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅಮೃತ!

ಆಹಾರವು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಅಮೃತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಪ್ರಯಾಣವು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅಮೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೊಸ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ಅವನು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೂ ಒಂದು ದೀರ್ಘ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅದು ಅವನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಲೆಕೆಳಗು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಎಂದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಯಾಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಅವನನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣದ ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ.

ದಿನನಿತ್ಯ ಒಂದೇ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಒಂದೇ ಆಲೋಚನೆಗಳೊಂದಿಗೆ, ಗಾಣದತ್ತಿನಂತೆ ಒಂದೇ ಬಗೆಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಯಾಣವು ನಮಗೆ ಅದನ್ನು ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಯು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನೂ ತರುತ್ತದೆ.

## ಪ್ರಯಾಣ ನಮಗೆ ಒಂದು ವರ!

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬಸ್ ಅಥವಾ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಕಿಟಕಿಯ ಪಕ್ಕದ ಸೀಟು ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ, "ಇದೇನು, ಉಳಿದವರೆಲ್ಲರೂ ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಮಾತ್ರ ಈ ಕಿಟಕಿಯ ಪಕ್ಕ ಕುಳಿತು ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸ ಬೇಕಾಗಿದೆ" ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದರೆ ಆ ಪ್ರಯಾಣವು ಅವನಿಗೆ ಹಿಂಸೆ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. "ಇಲ್ಲಿರುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರಿಗೆ ಸಿಗದ ಕಿಟಕಿಯ ಪಕ್ಕದ ಸೀಟಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ನೈಸರ್ಗಿಕ ದೃಶ್ಯವಳಿಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸುವ ಅವಕಾಶ ನನಗೆ ಸಿಕ್ಕಿದೆ" ಎಂದು ಅವನು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಪ್ರಯಾಣವು ಅವನಿಗೆ ಆಹ್ಲಾದಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣವು ನೀಡುವ ಅನುಭವಗಳು ಅದ್ಭುತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಕಿಟಕಿಯ ಪಕ್ಕದ ಸೀಟು, ಆಹ್ಲಾದಕರ ಸಂಗೀತ, ತಂಪಾದ ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಭೂಮಿಯ ವಾಸನೆ ಎಲ್ಲವೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಅದು ಒಂದು ವರ.

ನಾವು ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ನಮಗೆ ಎರಡು ವಿಷಯಗಳು ಅರಿವಾಗುತ್ತವೆ. ನಮಗೆ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಜನರು ನಮ್ಮಂತೆಯೇ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸಹ ಮನುಷ್ಯರು ಎಂದು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆಹಾರದಿಂದ ಭಾಷೆಯವರೆಗೆ ಮೂಲಭೂತ ಮಾನವೀಯತೆಯ ಎಲ್ಲವೂ, ಹಲವು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ಎಂದು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.



## ಊರಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆತು ಜಿಡಿ!

ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಪ್ರವಾಸ ಹೋದರೂ, ಸ್ಥಳೀಯರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಿರಿ. ಸ್ಥಳೀಯರಂತೆ ಉಡುಗೆ ತೊಡುವುದು... ಜನರನ್ನು 'ಅಣ್ಣಾ', 'ಅಕ್ಕ', 'ತಮ್ಮಾ' ಎಂದು ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಕರೆಯುವುದು... ನಿಮ್ಮ ವಿಶೇಷ ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸದೆ ಸರಳವಾಗಿರುವುದು... ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಿಮಗೆ ಭದ್ರತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ನೀವು 'ಹೊರಗಿನಿಂದ ಬಂದ ಪ್ರವಾಸಿಗರು' ಎಂಬಂತೆ ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ, ರಸ್ತೆ ಬದಿಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಾಪಾರಿಗಳು ಸಹ ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಲೆಯನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. "ನಾವೂ ಇಲ್ಲಿನವರೇ..." ಎಂಬಂತಹ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳು ನಿಮಗೆ ಸ್ಥಳೀಯರ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

## ಅದೂ ಕೂಡ ಪ್ರಯಾಣವೇ!

ಪ್ರಯಾಣ ಎಂದರೆ ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಹಾರಾಡುವುದು, ಪಾಸ್‌ಪೋರ್ಟ್ ಮತ್ತು ವೀಸಾ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಸಾಗರ ದಾಟುವುದು ಅಲ್ಲ. ಪ್ರಯಾಣದ ಆನಂದವನ್ನು ಆಗ ಮಾತ್ರ ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬೇಸರವಾದಾಗ ವಾಹನ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ನಗರದ ಹೊರಗಿನ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಕೂಡ ಒಂದು ಪ್ರಯಾಣವೇ. ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಬೀಸುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಆಸ್ವಾದಿಸುತ್ತಾ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬಸ್ ಪ್ರಯಾಣ, ವಿವಿಧ ಜನರ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾ ರೈಲು ಪ್ರಯಾಣ, ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ದ್ವಿಚಕ್ರ ವಾಹನ ಪ್ರಯಾಣ, ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧಿಕರೊಂದಿಗೆ ಹರಟೆ ಹೊಡೆಯುತ್ತಾ ಒಂದು ನಡಿಗೆ... ಇವೂ ಕೂಡ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ.

ನೀವು ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಅಸಹನೀಯವಾಗಿ ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಜಗಳವಾಡಿ ಜಗಳವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಬದಲು, ನೀವು ಶಾಂತವಾಗಿ ದೂರ ಸರಿದು ಚುರುಕಾದ ನಡಿಗೆ ಅಥವಾ ವಾಕಿಂಗ್ ಹೋಗಬಹುದು. ಆ ನಡಿಗೆಯು ನಿಮಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕೋಪವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುತ್ತದೆ.



# ಬಡ್ಜೆಟ್ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡೋಣ!



ಪ್ರವಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಅನೇಕ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. 'ಬಡ್ಜೆಟ್ ಪ್ರವಾಸ' ಎಂಬ ಪದಗುಚ್ಛವನ್ನು ಅಂತಹವರಿಗಾಗಿಯೇ ಕಂಡುಹಿಡಿದದ್ದು! ಇವು ನಾವು ಕೈಗೆಟುಕುವ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಹೋಗಬಹುದಾದ ಪ್ರವಾಸಗಳಾಗಿವೆ. ಬಡ್ಜೆಟ್ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವು ಉಪಯುಕ್ತ ಸಲಹೆಗಳು ಇದೋ ಇಲ್ಲಿವೆ:

- ❖ ಪ್ರವಾಸದ ಸೀಸನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದರೂ ಬೆಲೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಊಟ ಮತ್ತು ಕೊಡೈಕೆನಾಲ್‌ನಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ, ಹೋಟೆಲ್ ಬಾಡಿಗೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲಾ ಬೆಲೆಗಳೂ ಏಪ್ರಿಲ್, ಮೇ ಮತ್ತು ಜೂನ್ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಚ್, ಜುಲೈ ಮತ್ತು ಆಗಸ್ಟ್ ಮೊದಲಾದ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಪ್ರವಾಸಿ ಸೀಸನ್ ಅಲ್ಲದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು.
- ❖ ವಿಮಾನಗಳು, ಓಮ್ಮಿ ಬಸ್‌ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ವಾರಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ದರ ಹೆಚ್ಚು ದುಬಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ವಾರಾಂತ್ಯದ ಬದಲು ಇತರ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದರೆ, ಪ್ರಯಾಣದ ವೆಚ್ಚವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ❖ ಕೆಲವು ಬ್ಯಾಂಕುಗಳು ತಮ್ಮ ಡೆಬಿಟ್ ಅಥವಾ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಟೆಕೆಟ್ ಬುಕಿಂಗ್, ಹೋಟೆಲ್ ಬುಕಿಂಗ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೇಲೆ ರಿಯಾಯಿತಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅಂತಹ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಆ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಸ್ಟೇಟಿಂಗ್‌ನನ್ನು ನಿಮಗಾಗಿ ಬುಕ್ ಮಾಡಲು ನೀವು ಕೇಳಬಹುದು.
- ❖ ನೇರವಾಗಿ ಬುಕ್ ಮಾಡುವ ಬದಲು, ಕೆಲವು ಮೊಬೈಲ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಹೋಟೆಲ್ ಕೊಠಡಿಗಳನ್ನು ಬುಕ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಸಹ ವೆಚ್ಚವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವು ಅಂತಹ ಮೊಬೈಲ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ❖ ಕೆಲವು ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳು ಕೊಠಡಿ ದರದೊಂದಿಗೆ ಉಚಿತ ಉಪಹಾರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ತಂಗಿದರೆ, ನೀವು ಉಪಾಹಾರದ ವೆಚ್ಚವನ್ನು ಉಳಿಸಬಹುದು.
- ❖ ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆಯಿಂದಲೇ ಆರೋಗ್ಯಕರ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ತಿಂಡಿಗಳಿಗಾಗು ಖರ್ಚನ್ನು ಕೂಡ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ, ಐಷಾರಾಮಿ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಂತೆಯೇ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡುವ ಸಣ್ಣ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳನ್ನು ವಿಚಾರಿಸಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ನೀವು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಊಟ ಮಾಡಬಹುದು.

- ❖ ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಭಾರವಿಲ್ಲದ ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನೀರಿಗಾಗಿ ಹಣವನ್ನು ಖರ್ಚು ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ಈಗ ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ಆರ್.ಓ. ನೀರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.
- ❖ ನೀವು ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಬಹಳ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಬುಕ್ ಮಾಡಿದರೆ ರಿಯಾಯಿತಿಗಳು ಸಹ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತವೆ. ಅದರ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ❖ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ, ನಗರದ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಮುಖ ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ನಗರದೊಳಗಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಸತಿ ಅಗ್ಗವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆಹಾರದ ವೆಚ್ಚ ಸಹ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಮೀಸಲಿಟ್ಟು, ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ❖ ಹೋಂಸ್ಟೇಗಳಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆ ಸೌಲಭ್ಯವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗುವಂತಹ ರೆಡಿಮೇಡ್ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ನೀವು ಕೊಂಡೊಯ್ದರೆ, ನೀವೇ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಊಟವನ್ನು ಬೇಯಿಸಿ ತಿಂದ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ.
- ❖ ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವವರಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವವರಿಗೆ ವಸತಿ, ಪ್ರಯಾಣ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವು ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಸಂಬಂಧಿಕರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಯೋಜಿಸಿ.
- ❖ ನೆನಪಿಡಿ, ಬಜೆಟ್ ಪ್ರಯಾಣ ಎಂಬುದು ಸೌಕರ್ಯವನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮ ಆನಂದವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಲ್ಲ! ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಯೋಜಿಸಿ ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದೇ ಬಡ್ಜೆಟ್ ಪ್ರಯಾಣ!



## ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ



## ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೊರಡಿ!

- ◆ ನೀವು ಎಲ್ಲೇ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದರೂ, ಸ್ಥಳೀಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪದಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಸ್ಥಳೀಯರಂತೆ ಉಡುಗೆ ತೊಡಿ.
- ◆ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವಾಗ ಬಹಳಷ್ಟು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಯಾವುದನ್ನೂ ಅಲ್ಲಿ ಕಸದಂತೆ ಎಸೆದು ಬರಬೇಡಿ. ಅನೇಕ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳು ಕಸವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲವಾಗುತ್ತಿವೆ.
- ◆ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿಗಳು, ತಂಪು ಪಾನೀಯಗಳ ಬಾಟಲಿಗಳು, ಸ್ವಾಗತ ಅಥವಾ ಆಹಾರದ ಪ್ಯಾಕೆಟ್‌ಗಳ ಕವರ್‌ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಕಸವನ್ನು ನೀವು ಎಸೆಯದಿದ್ದರೆ ನೀವು ಪರಿಸರ ರಕ್ಷಕರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ!
- ◆ ಪಾರ್ಸೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಖರೀದಿಸಬೇಡಿ. ಆ ಪಾರ್ಸೆಲ್‌ನ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಡಬ್ಬಿಗಳು ನಂತರ ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ.
- ◆ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಖರೀದಿಸಲು ಬಯಸುವುದಾದರೆ, ಮನೆಯಿಂದಲೇ ಕೆಲವು ಚೀಲಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ. ಇದು ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚೀಲಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.
- ◆ ವಸತಿ ತಾಣದಲ್ಲಿ ನೀರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯುತ್ ಅನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ಬಳಸಿ. 'ನಾವು ತಾನೇ ಅದಕ್ಕೆ ಹಣ ಪಾವತಿಸುತ್ತೇವೆ' ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅವುಗಳನ್ನು ದುಂದು ವೆಚ್ಚ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಮಿತವ್ಯಯವು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ◆ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಬಳಸುವ ಮತ್ತು ಎಸೆಯುವ ಮೇಕಪ್ ವಸ್ತುಗಳು. ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ತರುವಂತಿರಬಾರದು.
- ◆ ನೀವು ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದರೆ, ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಡ್ ಶೀಟ್‌ಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಅವರನ್ನು ಕೇಳಬೇಡಿ. ಅವುಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಲು ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಸತತ ಮೂರು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಬಳಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದು ಸರಿಯಾಗಿಯೂ ಇರುತ್ತದೆ.

- ◆ ಹಣ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನೀವು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಿರಬಹುದು. ಆದರೂ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯರನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅವರ ವಾಸಸ್ಥಾನ. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಏನಯದಿಂದ ವರ್ತಿಸಿ.
- ◆ ಅಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಳೀಯ ಜನರು ತಯಾರಿಸಿದ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ಇದರಿಂದ ಅವರ ಜೀವನೋಪಾಯ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಬುಡಕಟ್ಟು ಜನರು ಪ್ರವಾಸಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರಾಗಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.
- ◆ ಅಪರೂಪದ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಮಾಂಸಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಡಿ. ಅವುಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಖರೀದಿಸಬೇಡಿ. ಇವುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವ ಮೂಲಕ, ನೀವು ಅಪರೂಪದ ಪ್ರಾಣಿ ಸಂಕುಲವನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರಲಿ.
- ◆ ಕಾಡುಗಳೊಳಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಿ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಮನುಷ್ಯರ ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಬೆನ್ನಟ್ಟುವುದು ಸಹ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಕಾಡು ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಆಹಾರ ನೀಡಬೇಡಿ.
- ◆ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ, ಮೊದಲು ಎಲ್ಲರೂ ನಡೆದ ಹಾದಿಗಳನ್ನೇ ಬಳಸಿ. ಅದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಬೇರೆಲ್ಲೋ ನಡೆದರೆ, ಅನೇಕ ಸಸ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಸಣ್ಣ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಬೆಂಕಿ ಹಚ್ಚುವ ಮೂಲಕ ಕಾಡಿಗೆ ಬೆಂಕಿ ಹಚ್ಚಬೇಡಿ. ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಗಾಜಿನ ಬಾಟಲಿಗಳನ್ನು ಎಸೆಯಬೇಡಿ.
- ◆ "ನಾನು ಈ ಪ್ರಾಣಿಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನೋಡಿದೆ" ಎಂಬಂತಹ ಫೋಟೋಗಳು ಅಥವಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಅದು ಬೇಟೆಗಾರರಿಗೆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ. ಬದಲಾಗಿ, ನೀವು ಪರಿಸರ ಜಾಗೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡಿದಿರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಿ. ಆಗ ನೀವು ಅನೇಕರಿಗೆ ಮಾದರಿಯಾಗುತ್ತೀರಿ.



ಸಂಬಂಧಿಕರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ನಡುವೆ ಘರ್ಷಣೆಯಿಲ್ಲದೆ ಬದುಕಲು ಎಲ್ಲರೂ ನೀಡುವ ಸಲಹೆಯೆಂದರೆ, "ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದಿರಿ, ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಿ!". ಇದು ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಜನರು ಮಾತ್ರ ಪ್ರವಾಸ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಯಾಣ ಎಂಬುದು ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಹೋಗುವುದು! ಕುಟುಂಬ, ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿಕರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮೂಲಭೂತ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು.

- "ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎಂಟು ಗಂಟೆಗೆ ಹೊರಡೋಣ" ಎಂದು ನೀವು ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿನ ದಿನವೇ ಯೋಚಿಸಿದ್ದರೆ, ಎಲ್ಲರೂ ಸಿದ್ಧರಾಗಿ ಏಳುವರೆ ಗಂಟೆಗೇ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಬಂದು ಕುಳಿತರೂ, ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಿದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಬರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ನೀವು ಕರೆ ಮಾಡಿದರೆ, "ಕ್ರಮಿಸಿ! ಅಲಾರಾಂ ಹೊಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಈಗ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಬೇಗನೆ ಬರುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಒಂಬತ್ತು ಗಂಟೆಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಉಳಿದವರಿಗಾಗುವ ಹತಾಶೆ ಆ ದಿನದ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನೇ ಹಾಳು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅಂತಹವರಾಗಿರಬೇಡಿ.

- ಕೆಲವರು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಕಾಫಿಯಂತಹುದೇ ರುಚಿಯನ್ನು ಹೋದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಹಾರದ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ



## ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರವಾಸಿಗರಾಗಿರಿ!

ಅಷ್ಟೇ! ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಜಗಳವಾಡುತ್ತಾರೆ. ರೈಲಿನಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಅವರು ಅದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇತರರು ಅದನ್ನು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡಿ, "ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಿನ್ನಲಾದೀತೇ? ಅದು ಹೇಗೆ ತಾನೇ ನೀವು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೀರೋ...!" ಎಂದು ಇತರರನ್ನು ತಾವು ತಪ್ಪಿತಸ್ಥರೆಂದು ಭಾವಿಸುವಂತೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ರುಚಿ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಸರಿ. ಆದರೆ ನಾವು ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲೆಡೆ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ಹೇಗೆ? ದಿನಸಿ ಸೇರಿದಂತೆ ಅಡುಗೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ನಾವೇ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಷ್ಟೇ! ಜೊತೆಗೆ ಒಲೆ ಮತ್ತು ಪಾತ್ರೆಗಳನ್ನೂ ಒಯ್ಯಬೇಕು. ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ ಲಭ್ಯವಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ತಿನ್ನಬೇಕು, ಅಷ್ಟೇ.

- ಪ್ರವಾಸದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಒಬ್ಬ ಸ್ನೇಹಿತ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧಿಕರು ಊಟ ಮಾಡಲು ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಹೋಟೆಲ್ ಅನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ ಅಥವಾ ಆ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಅವರು ನಿಮಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಅಂಗಡಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಶಿಫಾರಸು ಇತರ ಯಾರಾದರೂ ನೀಡುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದು ತಪ್ಪಾಗಿರಬಹುದು. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, "ನೀವು ನನಗೆ ಅಂತಹ ಕೆಟ್ಟ ಸ್ಥಳವನ್ನು ತೋರಿಸಿದಿರಿ" ಎಂದು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಜಗಳವಾಡುವುದು ಅನ್ಯಾಯ.

- "ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದರೂ ಟಿಕೆಟ್ ಬೆಲೆ 300 ರೂಪಾಯಿ ಮಾತ್ರ, ಕಾಲು ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ 200 ರೂಪಾಯಿ ಕೇಳುತ್ತಿರುವುದು ಏಕೆ?" ಎಂದು ಆಚೋಚಾಲಕನನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ ಹೇಗೆ? ಹೀಗೆ ಅನೇಕ ಜನರು ಜಗಳವಾಡುತ್ತಾರೆ. ರೈಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಶೌಚಾಲಯಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕೆಲವರು ದೂರುತ್ತಾರೆ.



ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿರುವ ಪೋಟೋಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಬುಕ್ ಮಾಡಿದ ಹೋಟೆಲಿನ ಕೋಣೆಗೆ ಹೋದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಹಾಸಿಗೆ ಹೊದಿಕೆಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕೆಲವರು ದೂರುತ್ತಾರೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬೇರೆಲ್ಲಿಯೂ ಕಾಣದ ಭವ್ಯವಾದ ಜಲಪಾತವನ್ನು ನೋಡಿ ಮತ್ತು ಅದರ ತಂಪಾದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆದು ಎಲ್ಲರೂ ಖುಷಿಯಿಂದ ಹಿಂತಿರುಗುತ್ತಿರುವಾಗ. ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಬೇಸರದಿಂದ, "ಇದು ಎಂತಹ ಊರು? ನಮಗೆ ಇಲ್ಲಿ ತಿನ್ನಲು ಬಿಸಿ ಇಡ್ಲಿಗಳು ಕೂಡ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರಲೇ ಬಾರದಿತ್ತು." ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಸೌಕರ್ಯ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಊರಿನ ರುಚಿಯನ್ನು ನೀವು ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದರೂ ಆ ಊರಿನ ವಿಶೇಷತೆಗಳತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವೇ ಮುಖ್ಯ.


- ಆ ದಿನ ಎಲ್ಲರೂ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಪ್ಲಾನ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಆದುದರಿಂದ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೋಟೆಲ್‌ನ ಮುಂದೆ ಕಾರನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ, ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು, "ಭಾನುವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ನಾನು ಎಂದೂ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಊಟ ತಿಂದದ್ದೇ ಇಲ್ಲ. ನನಗೆ ಈ ಹೋಟೆಲ್ ಬೇಡ. ನನ್ನಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿ ಬಿರಿಯಾನಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೋಡಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಊಟದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರ ಜೊತೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳದ ಜನರು ಗುಂಪು ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಅಂತಹವರ ಜೊತೆ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ಸರಿಯಾದ ಯೋಚನೆಯಲ್ಲ.

- ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಪಾಲಿನ ಹಣವನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕೈಗೆ ನೀಡುವುದು ವಾಡಿಕೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಖರ್ಚುಗಳನ್ನೂ ಅವರೇ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆ ಖಾತೆಯಿಂದ ತನಗಾಗಿ ಖರೀದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಬಜ್ಜಿ, ಕಡಲೆಕಾಯಿ, ರಸ್ತೆಬದಿಯಲ್ಲಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಹಣ್ಣುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ಒಂದು ವೇಳೆ ಇದರಿಂದ ಅವರು ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದರೆ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವವರಿಗೆ ಪ್ರವಾಸವು ನರಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಬರುವವರಿಗೆ ನಾವು ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕಾದ ಕೃತಜ್ಞತೆಯಾಗಿದೆ.

- ಕಾರು, ಬಸ್ಸು ಅಥವಾ ರೈಲು ಯಾವುದೇ ಆಗಿರಲಿ, ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಪ್ರತಿ ಸಲ ಕಿಟಕಿಯ ಸೀಟನ್ನು ಹಿಡಿದು ಅಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹೊಸ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಎಲ್ಲರೂ ಕಿಟಕಿಯಿಂದ ಹೊರಗಿನ ನೋಟವನ್ನು ನೋಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಕುಳಿತು ನಂತರ ಇತರರಿಗೆ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ವಿಳುವುದು ಸಭ್ಯತೆ.

- ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ, ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಜಲಪಾತದಲ್ಲಿ ನಲ್ಲಿಯಂತೆ ನೀರು ಬರುವಂತೆ ತುಂಬಾ ಸಣ್ಣಗೆ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ತಾನು ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಲೇಬೇಕೆಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಹರ ಹಿಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ಸ್ನಾನ ಮಾಡಲು ಅಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಇತರರು ಹೇಳಿದರೂ ಇವರು ಹಿಡಿದ ಹರ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇತರರಿಗೆ ಅದು ಇಷ್ಟವಾಗದಿದ್ದರೂ ಆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಅವನು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಬರುವವರೆಗೂ ಉಳಿದವರೆಲ್ಲರೂ ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಸುಸ್ತಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಾರೆ. ಗುಂಪು ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಬಹುಮತದ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬೆಲೆ ಕೊಡುವುದು ಉತ್ತಮ.

- ಎಲ್ಲರ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಇಡುವುದಕ್ಕೆ ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಸ್ಥಳವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು, "ನನ್ನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣು ಎಂದರೆ ತುಂಬ ಇಷ್ಟ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಎರಡು ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣುಗಳಿಗಿಂತ ಇಲ್ಲಿ ಬೆಲೆ 50 ರೂಪಾಯಿ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ತಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣದುದ್ದಕ್ಕೂ ಯಾರೋ ಇಬ್ಬರು ಲಗ್ನೇಜನ್ನು ತಮ್ಮ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಬರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಇತರರಿಗೆ ಹೀಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡಬಾರದು.



# ಬಿಳುಪು

ಭಾವನೆಗಳು

ನಂಪುಟ 8 | ಸಂಚಿಕೆ 12  
ಮೇ 2026

---

ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರು  
**ಕೆ.ಆರ್. ನಾಗರಾಜನ್**

---

ಲೇಖಕರು  
**ತ.ಸೆ. ಜ್ಞಾನವೇಲ್**

---

ಗೌರವ ಸಂಪಾದಕರು ಮತ್ತು  
ಕನ್ನಡಾನುವಾದ  
**ಡಾ. ತಮಿಳು ಸೆಲ್ವೆ**  
ಎಂ.ಎ., ಪಿ.ಎಚ್.ಡಿ., ಡಿ.ಲಿಟ್.,  
ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು  
ಕನ್ನಡ ವಿಭಾಗ  
ಮದ್ರಾಸ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಚೆನ್ನೈ.

---

ರಚನೆ ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸ  
**ತರು ಮೀಡಿಯಾ (ಪ್ರೈ) ಲಿ.**  
ನಂ. 188, ನೆಲ ಮಹಡಿ  
14ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ ಜಂಕ್ಷನ್  
ಡಿಫೆನ್ಸ್ ಕಾಲನಿ,  
ಈಶ್ವಾಪುರ ತಾಂಗಲ್,  
ಚೆನ್ನೈ 600 032.

---

ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ  
ಭಾಗವನ್ನಾಗಲೀ ವಿಷಯಗಳನ್ನಾಗಲೀ  
ಸಂಪಾದಕರ ಲಿಖಿತ ಪೂರ್ವ ಅನುಮತಿ  
ಪಡೆಯದೆ ಮರುಪ್ರಕಟಣೆ ಮಾಡುವುದಾಗಲೀ,  
ಅಂತರ್ಜಾಲ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ  
ಪುನರಾವೇಶಿಸುವುದಾಗಲೀ ಮಾಹಿತಿ ಹಕ್ಕು  
ಕಾನೂನು ಬಾಹಿರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

---

Published by  
K.R. NAGARAJAN,  
Published from  
10, Sengunthapuram, Mangalam Road,  
TIRUPUR - 641 604. | Ph: 0421-4304106

# ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲೂ ಪ್ರವಾಸ...

ಇವುಗಳಲ್ಲೂ  
ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ!

**ಅ**ನೇಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಪೋಷಿಸಲು ತಮ್ಮ ಯೌವನವಿಡೀ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ದುಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ವಯಸ್ಸಾದಾಗ ಮತ್ತು ನಿವೃತ್ತರಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಗುತ್ತದೆ! ಆ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ, ನೀವು ಇವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

- ಲಗೇಜ್ ಎನ್ನುವ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ನೀವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಹೊರೆಯನ್ನು ಹೊತ್ತೊಯ್ಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಸಾಗಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ನಿಮ್ಮ ನಿವೃತ್ತಿಯ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ಮುಂದೆ ನಿಮಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಹಣ ಬೇಕಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ನೀವು ಅದ್ದೂರಿಯಾಗಿ ಖರ್ಚು ಮಾಡಲಾಗದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಬಜೆಟ್ ಪ್ರವಾಸಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರವಾಸಿ ಸೀಸನ್ ಇಲ್ಲದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದು, ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ನಿಮಗೆ ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಆರಾಮದಾಯಕ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ.
- ಪ್ಯಾಕೇಜ್ ಪ್ರವಾಸಗಳು ಮತ್ತೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಅನುಕೂಲವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಅನೇಕ ಹೊಸ ಜನರು ಬರುತ್ತಾರೆ. ದೀರ್ಘ ಪ್ರಯಾಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಜನರು ಪರಸ್ಪರ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು ಸಹ ಎಲ್ಲೆಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆಹಾರ ಅಥವಾ ವಸತಿಯನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾ ಅಲೆದಾಡಬೇಕಾದ

ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ!

- ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರಿಗಾಗಿಯೇ ಹಲವು ಸವಲತ್ತುಗಳೂ ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ವೃದ್ಧರಿಂದ ಹಣ, ಸೆಲ್‌ಫೋನ್, ಪರ್ಸ್, ಕೈಚೀಲ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕಳೆತನ ಮಾಡುವುದು ಈಗ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ನೀವು ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಬೀಗ ಹಾಕಿ ನಿಮ್ಮ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಭದ್ರಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.
- ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಮತ್ತು ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಾಡಿ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನೋಡಿ ಆನಂದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ಸಹಕರಿಸಿದರೂ ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೇಹವು ಸಹಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ದಿನವೂ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಚಿಸಿ.
- ನೀವು ಮೊದಲೇ ಪ್ಲಾನ್ ಮಾಡಿ ರೈಲು ಟಿಕೆಟ್ ಬುಕ್ ಮಾಡಿದರೆ, ನಿಮಗೆ ಲೋವರ್ ಬರ್ತ್ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಬರ್ತ್ ಹತ್ತುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಲಗೇಜ್ ಅನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಕೂಡ ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ನೆಲ ಮಹಡಿಯ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಕೇಳಿ ಪಡೆಯಿರಿ. ಲಿಫ್ಟ್ ಇದ್ದರೂ ಹಠಾತ್ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ನೀವು ಯಾವುದಾದರೂ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಮರೆಯದೆ ದಿನವೂ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮಗೆ ಆಹಾರದ ಪಥ್ಯವಿದ್ದರೆ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲೂ ಅದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಹೊಸ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಎದುರಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ನಿಮಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮತ್ತು ಆರಾಮದಾಯಕವಾದ ಬಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಪಾದರಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ. ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಇದು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ನಿಮ್ಮ ಅಭಿರುಚಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸರಿ ಹೊಂದುವ ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕೆಲವು ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಪರ್ವತವನ್ನು ಹತ್ತುವುದು ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು. ಕೆಲವು ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳು ಕೆಟ್ಟ ಹವಾಮಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಅದನ್ನೆಲ್ಲಾ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಯೋಜನೆ ಮಾಡಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸದಾ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ. ಇದು ಕೆಟ್ಟ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ವಂಚಕರನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ನೀವು ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿರುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರೊಂದಿಗೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿ. ನೀವು ದಿನವೂ ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ●



# ಎಷ್ಟೊಂದು ಬಗೆಯ ಪ್ರವಾಸಗಳಿವೆ!

**‘ಪ್ರವಾಸ’** ಎಂಬುದು ಒಂದೇ ಒಂದು ಪದವಾಗಿದ್ದರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಈಗ ನೀವು ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಹೋಗಬಹುದು. ನೀವು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯ ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸವು ಆನಂದದಾಯಕವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

- ಯುವಜನರಿಗೆ ಸಾಹಸ ಪ್ರವಾಸವು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವಾದ ವಿಷಯ. ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಭೋರ್ಗರೆದು ಹರಿಯುವ ನದಿಯಲ್ಲಿ ದೋಣಿಯಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು, ಪರ್ವತದ ಅಂಚಿನಿಂದ ಪ್ಯಾರಾಕ್ಯುಟಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾರಾಟ ಮಾಡುವುದು, ಆಳವಾದ ಸಮುದ್ರದೊಳಕ್ಕೆ ಜಿಗಿಯುವುದು ಅಥವಾ ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲಿ ರೇಸಿಂಗ್ ಹೋಗುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಕೂಡ ಇದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ. ವೃದ್ಧರು ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರವಾಸಗಳನ್ನು ಕೈಬಿಡಬೇಕು. ಇಂತಹ ಕಡೆಗಳಿಗೆ ಕುಟುಂಬ ಸಮೇತ ಹೋಗುವುದು ಕೂಡ ಬೇಡ.

- ನೀರನ್ನು ನೋಡಿದರೇನೇ ಭಯಪಡುವ ಜನರು ಬೋಟ್‌ಹೌಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ದೋಣಿ ವಿಹಾರ ಮತ್ತು ಬೀಚ್ ರೆಸಾರ್ಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ನದಿ ಮತ್ತು ಸಾಗರಗಳಲ್ಲಿ ಹಡಗುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡುವುದು ಕೂಡ ಇವರಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ.

- ದೇವಾಲಯಗಳು ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದು ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣ. ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕುಟುಂಬಗಳು ಮತ್ತು ವೃದ್ಧರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೇಗನೆ ಏಳುವುದು, ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟುಪಾಡು ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಇಂತಹ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವರಿಗೆ ಬೇಸರವಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಕೂಡ ನಿಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

- ಕೆಲವು ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಬಹುದು.

- ಪ್ರಾಣಿ ಸಂಗ್ರಹಾಲಯಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು, ಕಾಡುಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು, ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದು, ಚಾರಣ ಮಾಡುವುದು ಇವೆಲ್ಲ ಪ್ರಕೃತಿ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಬಗೆಗಳು. ಇದಕ್ಕೆ ದೀರ್ಘ ದೂರ ನಡೆಯಲು ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆ ಮತ್ತು ಕಾಯುವ ತಾಳ್ಮೆ ಅಗತ್ಯ. ಅಂತಹ ಜನರು ಮಾತ್ರ ಇವುಗಳಿಗೆ ಹೋಗಬಹುದು.

- ಕೆಲವರು ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಶಿಬಿರ ಹೂಡುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಇದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಿದೆ. ಈ ರೀತಿ ಶಿಬಿರ ಹೂಡಲು ಸಾಹಸಮಯ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬ ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲ.

- ಐತಿಹಾಸಿಕ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ ಎಂದರೆ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಮಹತ್ವವಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳು, ಪ್ರಾಚೀನ ಸ್ಮಾರಕಗಳು, ಪುರಾತತ್ವ ಸಂಶೋಧನೆ ನಡೆದ ಪ್ರದೇಶಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದು. ಇತಿಹಾಸ ಮತ್ತು ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವವರಿಗೆ ಇದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.

- ಹಸಿರು ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮವು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಉದ್ಯಾನವನಗಳು ಮತ್ತು ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಸಸ್ಯಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಕೃಷಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಬೆಳೆಗಳು ಹೇಗೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ರೈತರು ಪಡುವ ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿರಿ, ಅವರು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೇಲಿನ ಕಾಳಜಿಯೊಂದಿಗೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಆಹಾರವನ್ನು ಕೂಡ ಗೌರವದಿಂದ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ.

- ಅಂಟಾರ್ಕ್ಟಿಕಾ, ಸಹರಾ ಮರುಭೂಮಿ ಅಥವಾ ಈಜಿಪ್ಟಿನ ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅಲ್ಲಿನ ಕಠಿಣ ಹವಾಮಾನವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲವರು ಮಾತ್ರ ಈ ಪ್ರವಾಸಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ.

- ಕೆಲವರು ಮೋಟಾರ್ ಸೈಕಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ದೀರ್ಘ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಪ್ರವಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಸುರಕ್ಷತಾ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.



## ಪ್ರವಾಸಗಳು ತರುವ ಪರಿವರ್ತನೆ!

## ನನ್ನ ದೇಶ... ಒಳ್ಳೆಯ ದೇಶ!

• ಪ್ರಯಾಣವು ವಿವಿಧ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಪದ್ಧತಿಗಳು, ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ದಯೆಯನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆ, ಭಿನ್ನತೆಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಮತ್ತು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕೂಡ ನೀಡುತ್ತದೆ.

• ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಸೃಷ್ಟಿಗಳು ಎಷ್ಟು ಅದ್ಭುತವಾಗಿವೆ ಎಷ್ಟು ಭವ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾವು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತೇವೆ. ಅದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಪರಿಧಿಗಳು ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತವೆ.

• 'ಇದು ನಮ್ಮ ಗಡಿ, ಇದು ನಮ್ಮ ಭದ್ರತೆ' ಎಂಬ ವೃತ್ತದಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ಪ್ರಯಾಣವು ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ, ಅವರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆ, ಯಾವುದೇ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ.

• ನೀವು ಹೊರ ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಹೊರ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದಾಗ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಜನರ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ವಿವಿಧ ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಬಹುದು. ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಕೂಡ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

ಗುಡ್‌ಗಾಡು ಪ್ರದೇಶದ ರಸ್ತೆಯೊಳಗೆ ವಿದೇಶಿ ಪ್ರಯಾಣಿಕನೊಬ್ಬ ಕಾರು ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಾ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಾ ಬರುತ್ತಿದ್ದ. ಅವನು ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಖಾಲಿಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ. ಕಾರು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನಿಂತು ಹೋದಾಗಷ್ಟೇ ಏನಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಅವನಿಗೆ ಅರಿವಾದದ್ದು. ಸಂಜೆಯಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಕತ್ತಲೆ ಆವರಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅವನ ಶರೀರ ಭಯದಿಂದ ನಡುಗುತ್ತಿತ್ತು. ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲದ, ಜನ ಸಂಚಾರವೂ ಇಲ್ಲದ ಈ ದೂರದ ಅಪರಿಚಿತ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಅವನು ಯಾರನ್ನೂ ಸಹಾಯ ಕೇಳಲು ಸಹ ಸಾಧ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ. ಯಾರಾದರೂ ಬಂದು ಅವನನ್ನು ಹೊಡೆದು ಹಾಕಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕದ್ದೊಯ್ದರೂ ತಡೆಯಲು ಅಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇರಲಿಲ್ಲ.

ತುಂಬ ಸಮಯ ಕಳೆದ ಮೇಲೆ, ಸ್ಥಳೀಯ ರೈತನೊಬ್ಬ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ಆ ದಾ-ರಿಯಾಗಿ ಬಂದ. ಅವನು ತನ್ನ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ವಿಚಾರಿಸಿದ. "ನಾನು ನನ್ನ ಮನೆಯ ಜನರೇಟರ್‌ಗೆ ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಖರೀದಿಸಿ ತರಲು ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಈಗ ನಾನು ಅದರಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕಾರಿಗೆ ಐದು ಲೀಟರ್ ಸುರಿಯುತ್ತೇನೆ. ಇಲ್ಲಿಂದ ನೀವು ಇನ್ನು 20 ಕಿ.ಮೀ ದೂರ ಹೋದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಬಂಕ್ ಸಿಗುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ಟರ್ ತೆರೆದು ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಸುರಿದ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆ ವಿದೇಶಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇವನು ಎಷ್ಟು ಹಣ ಕೇಳಿದ್ದರೂ ಅವನಿಗೆ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ. ಆದರೆ ಅವನು ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಬೆಲೆಗಿಂತ ಒಂದು ಪೈಸೆಯನ್ನೂ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. "ನೀವು ನನ್ನ ದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಈ ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಷಯವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅಷ್ಟು ಸಾಕು" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಅವನು ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಟುಹೋದ!



## ಮೋಸ ಹೋಗಬೇಡಿ!

ಕೆಲವು ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ, ಕೆಲವರು ವಿದೇಶಗಳಿಂದ ಬರುವ ಪ್ರವಾಸಿಗರನ್ನು ವಂಚಿಸಿ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಆಸಕ್ತಿಯೇ ಇವರ ಮೂಲ ಬಂಡವಾಳವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಕನಿಷ್ಠ 2 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ಬಾಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ, ಕೊಠಡಿ ಹುಡುಕುತ್ತಿರುವವರ ಬಳಿಗೆ ಬಂದು, "ಸರ್, 1 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ಬಾಡಿಗೆಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಹೋಂ ಸ್ಟೇ ಇದೆ" ಎಂದು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮಾತನಾಡಿ ಹಣ ಕೂಡ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ನಂತರ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಹಿಂದೆ ಕಳುಹಿಸಿ, "ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಮಗೆ ಮನೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ತಾನು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತಾನೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ನೋಡಲು ಹೋದಾಗ ಅದು ಸಾಧಾರಣ ಮನೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ವಾಸಿಸಲು ಯೋಗ್ಯವಲ್ಲ ಎಂದು ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು "ಇಲ್ಲಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಹಣವನ್ನು ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವಂತೆ ಕೇಳಿದರೆ, ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಬಂದ ವ್ಯಕ್ತಿ "ನೀವು ಅವನಿಗೆ ಹಣ ಕೊಟ್ಟು ಅದು ಹೇಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಂತಿರುಗಿಸುವಂತೆ ಕೇಳುತ್ತೀರಿ?" ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ವಾದ ವಿವಾದ ಹೀಗೇ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಅಪರೂಪದ ವಿದೇಶಿ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ನಮ್ಮೊರಿಸಿ ಜೀನುತುಪ್ಪದವರೆಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೀಗೆ ಮೋಸ ಮಾಡಿ ಮಾರುತ್ತಾರೆ.

ನಿಮಗೆ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದು ಕಡಿಮೆ ಬೆಲೆಗೆ ಉತ್ಪನ್ನ ಅಥವಾ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದರೆ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ.



## ಟೈಂ ಟೇಬಲ್ ಬೇಡ!

ಕೆಲವರು ಪ್ರವಾಸದ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಟೈಮ್ ಟೇಬಲ್‌ನಂತೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ಅಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಇದೇ ಕ್ರಮವಾಗಿ ನೋಡಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸ್ಥಳ ನೋಡಿದ ನಂತರ ಅದನ್ನು ನೋಟ್ ಬುಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಬರೆದುಕೊಂಡು, ನಂತರ 'ಮುಂದಿನ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗೋಣ' ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾ ಆತುರದಿಂದ ಹೊರಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಹೋಗುವವರ ಸಂಕಟವಂತೂ ಹೇಳಿ ತೀರದುದು!

ನೀವು ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ನಗರದ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ನೀವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಅದರ ಪ್ರಕಾರ ಹಲವಾರು ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ನೋಡಲು ಆತುರಪಟ್ಟರೆ, ನೀವು ಯಾವ ಸ್ಥಳವನ್ನೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಆನಂದಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಯಾಣವು ಅನುಭವಗಳ ಆಗರವೇ ಹೊರತು, ಲೆಕ್ಕಾಚಾರದ ಊಟಿ ಅಲ್ಲ!

ಕೆಲವರು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ ಆ ಊರಿನ ಒಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಲೆತೆರಬೇಕಾದರೂ ಜನದಟ್ಟಣೆಯಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕುಳಿತು ಊಟ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ಥಳೀಯ ಆಹಾರವನ್ನು ಅದೇ ರುಚಿಯೊಂದಿಗೆ ಪೂರೈಸುವ ಕೆಲವು ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಅಂಗಡಿಗಳು ಕೂಡ ಅಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಅದನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.

## ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವಾಗ...!

- ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವುದು, ಮುಂಜಾನೆ ಬೇಗ ಎದ್ದು ಹೊರಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಮಗು ಸಹಜವಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುವ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಹೊಂದುವಂತೆ, ಅದಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ. ನೀವು ಅವರ ನಿದ್ರೆಗೆ ಭಂಗ ತಂದರೆ, ಅವರು ದಿನವಿಡೀ ಕಿರಿಕಿರಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ.
- ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸರಿ, ಪ್ರಯಾಣದ ಟಿಕೆಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ವಸತಿಯೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಯೋಜಿಸಿ.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮನರಂಜನೆ ಇರುವ ಸ್ಥಳಗಳ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೇ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ. ನೀವು ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಸಣ್ಣ ಉದ್ಯಾನವನವಿರುವ ಹೋಟೆಲ್ ಅನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ.
- ಪ್ರಯಾಣ ವಾಹನ, ತಂಗುವ ಸ್ಥಳ ಇತ್ಯಾದಿ ಯಾವುದೇ ಆಗಿರಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿವೆಯೇ ಎಂದು ಮೊದಲೇ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಿರಿ.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ, ಸಣ್ಣ ಆಟಕೆಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ನ್ಯಾಪ್ಪಿನ್‌ಗಳವರೆಗೆ ಮರೆಯದೆ ಒಯ್ಯಿರಿ.
- ದೊಡ್ಡ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೀವು ಅವರ ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬೆನ್ನು ಹೊರೆಯನ್ನು ಹಾಕಬಹುದು. ಅವರ ಬೆನ್ನುಹೊರೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಭಾರವಿಲ್ಲದ ಅವರದೇ ಆದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಅವರಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿ.





# ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಆಭರಣಗಳು ಜಾಗ್ರತೆ!

**ಪ್ರ**ಯಾಣದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆಲೆ ಬಾಳುವ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವುದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅನಿವಾರ್ಯ. ಪ್ರವಾಸಿ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿನ ಸಿಹಿ ನೆನಪುಗಳ ಫೋಟೋಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನಾವು ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ನೋಟವು ಹೆಚ್ಚು ಸುಂದರವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಬಂಧಿಕರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಲು ನಾವು ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬೇಕು. ಅಂತಹ ಪ್ರವಾಸಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

- ❖ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ನೀವು ಯಾವ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಯಾವ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಒಯ್ಯುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಅದರ ಎರಡು ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ. ಒಂದನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ನೀವು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ಬರೆಯಲು ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸೆಲ್ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಟಿಪ್ಪಣಿಯಾಗಿ ಟೈಪ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಉಳಿಸಿ.
- ❖ ನಿಮ್ಮ ಸೆಲ್ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಆಭರಣಗಳ ಫೋಟೋ ತೆಗೆಯಲು ಮರೆಯಬೇಡಿ. ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ವಿನಾದರೂ ಅವಘಡಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದರೂ ಈ ಫೋಟೋಗಳು ನಿಮಗೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ.
- ❖ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಕರಿಗಾಗಿಯೇ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವಿಮಾ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ. ನೀವು ಈ ಪ್ರಯಾಣ ವಿಮೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ನೀವು ಸಾಗಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಅಮೂಲ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್, ಕ್ಯಾಮೆರಾ ಮತ್ತು ಆಭರಣಗಳನ್ನು ನೀವು ವಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದಲ್ಲದೆ, ನೀವು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಆಭರಣ ವಿಮೆಯನ್ನು ಸಹ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಅಗತ್ಯವಿರುವವರು ಅಗತ್ಯ ವಿಮೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ❖ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಡಿ. ಮದುವೆಯಂತಹ ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅಲ್ಲಿ ನೀವು ಧರಿಸುವ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ. ನೀವು ಧರಿಸಲಿರುವ ಉಡುಪಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರೆ ಸಾಕು.
- ❖ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳು ಲಭ್ಯವಿವೆ. ಈ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನೆಕ್ಲೇಸ್‌ಗಳು, ಕಿವಿಯೋಲೆಗಳು, ಬಳೆಗಳು ಮತ್ತು ಸರಪಳಿಗಳನ್ನು ಮೃದುವಾದ ವಿಭಾಜಕಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಬಳೆಗಳು ಸಿಕ್ಕು ಬೀಳದಂತೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಕಿವಿಯೋಲೆಯ ಕೊಂಡಿಗಳು ಸಡಿಲಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸರಪಳಿ ಸಿಕ್ಕು ಬೀಳುವುದಿಲ್ಲ.
- ❖ ನೀವು ಬಸ್, ರೈಲು, ವಿಮಾನ ಅಥವಾ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿರಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಲಗೇಜ್ ಆಗಿ ಇಡುವ ದೊಡ್ಡ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯೊಳಗೆ ಇಡಬೇಡಿ. ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಆ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಕಣ್ಣಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಚೀಲದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದುದು.
- ❖ ನೀವು ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಕೆಲವು ದೊಡ್ಡ ಹೋಟೆಲ್‌ಗಳು ಆಭರಣಗಳಂತಹ ಬೆಲೆಬಾಳುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸೇಫ್ ಲಾಕರ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಇಡಬಹುದು. ಅಂತಹ ಯಾವುದೇ ಭದ್ರತಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಆಭರಣಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಚೀಲದಲ್ಲಿ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ❖ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಆಭರಣಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನೀವು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸರಳ ಆಭರಣಗಳೊಂದಿಗೆ ನೋಡುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ. ಇದು ಅನಗತ್ಯ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.



**VESTS**  
BRIEFS • TRUNKS

Built for  
**Comfort**  
Made for  
**Winners**

*Inners for  
Winners!*



**SUKRA**  
SUPER FINE COTTON VESTS

**ROMEX**  
SUPERIOR BIANCHIANS

**RISE-UP**

**ACOSTE**  
LUXURY INNERWEARS

**Breeze**  
Eye Let Vests

**WinStripe**

**ARCHERY**  
GYM VEST

**COMPACT**

**LITTLE STARS**  
KIDS INNERWEARS

UNIBRO®

Athleisure wear

From the house of



M o v e i n

STYLE



STORE LOCATION

Available at Ramraj Showrooms And All Leading Textile Shops | Shop Online @ [www.ramrajcotton.in](http://www.ramrajcotton.in)