

# HLL family

SEPTEMBER 2015

CONTINUING RECOGNITIONS:

MAIN STORY

## HLL WINS RAJBHASHA KIRTI PURASKAR

COMMITMENT TO ENVIRONMENT  
Clean, safe fuel to power HLL Factory

HYGIENE AWARENESS  
Through Vendigo

INVESTMENT IN HEALTH EDUCATION  
HLL opens HLL Management Academy





"Children are our future. Almost 1.1 million children will die before they reach the age of five. A large number of them could be prevented by developing sustainable activities for the survival, health and well-being of children."

-Kofi Annan, former UN Secretary-General

## WE ENSURE VACCINE SECURITY FOR EVERY CHILD

HLL Biotech Ltd promises vaccine security of India by providing safe and effective vaccine at affordable prices. HBL is collaborating with Ministry of Health and Family Welfare, Government of India to set up a premium facility for producing vaccines for National Immunization Programme and other new generation vaccines. Spread over 100 acres in Chengalpettu near Chennai, HBL also ensures the uninterrupted supply of vaccines for Universal Immunization Programme (UIP) of India.



Ticel Biopark Campus (Module # 013-015), CSIR Road, Taramani, Chennai-600 133,  
Tel: +91 44 - 22 55 423/ 33 enquiry@hllbiotech.com visit: [www.hllbiotech.com](http://www.hllbiotech.com)

molecule/cocd 2013

### CHAIRMAN'S MESSAGE

## BE UNCONVENTIONAL



My Dear Friend,

Customers do not buy products and services - they buy **'experience'**. Being customer centric means, creating a positive customer experience both at the point of sale and after the sale. Customer experience is the way to win new customers, while keeping our existing customers happy.

The market place is cluttered with superior or me-too products. The real challenge for the organisations today is, developing a distinctive competitive advantage through positioning.

Proven business models, strategies, innovative products or services, extraordinary talent and robust reach (network) will not guarantee success. What is going to decide the future of a corporation is the **DNA or organisational CULTURE** that has been built over the years. **'Culture'** is at the heart of competitive advantage, particularly when it comes to sustaining high performance. Customers prefer to buy products and services from organisations that they **'trust'**. Customers are redefining products as combination of physical goods, the organisation from which the products are bought and the employees of the organisation.

Today, HLL has a unique positioning - **'HIGHLY CREDIBLE'** - in the minds of its employees, customers, suppliers, Government and general public. Our duty is to safeguard this **'centrality of TRUST'** with the society. It calls for absolute and total transparency in our dealings and consistency in our behaviour with our customers and all other stakeholders. Friends, it is all about taking up the ownership and willingness to be responsible for our performance - good or bad.

Advancement in digital technology, communication and data analytics have made global customers **'truly'** empowered. Technology is influencing customer behaviour and business strategies. It is estimated that by 2020, 80% of the global population will have access to mobile telephony and more than 60% to smartphones or low-cost tablet computers. It is also anticipated that there will be more than 50 billion connected devices globally, with mobile being the primary internet device for most individuals. Our objective should be to harness more on the power of **'digital'** in developing customer-centric models, designing customer experience and channel strategies. We should endeavor in building a culture of innovation that will drive both, growth as well as competitive advantage.

So, the real take away is **'be unconventional - be digital and win your customer'**

This edition of HLL Family will bring updates and the **'latest happenings'** in HLL and its associate companies.

Happy reading!

Warm regards,

Dr. M. Ayyappan  
Chairman & Managing Director



How about here?

# —HLL— family



**07**

**COVER TALK**

Moment of Pride for HLL  
Wins coveted Rajbhasha Kirti Puraskar

**08**

**GO GREEN**

HLL again shows the way; Clean  
safe fuel to power its Factory

**13**

**LAUNCH**

HLL Group opens  
HLL Management Academy (HMA)

**18**

**INNOVATION**

IIP 2015– an Expo of  
student engineering innovations

**83**

**HLL HINDI  
HLL MALAYALAM**

**107**

**HLL AROGYAM**

Your time. Your place. Your Moods.

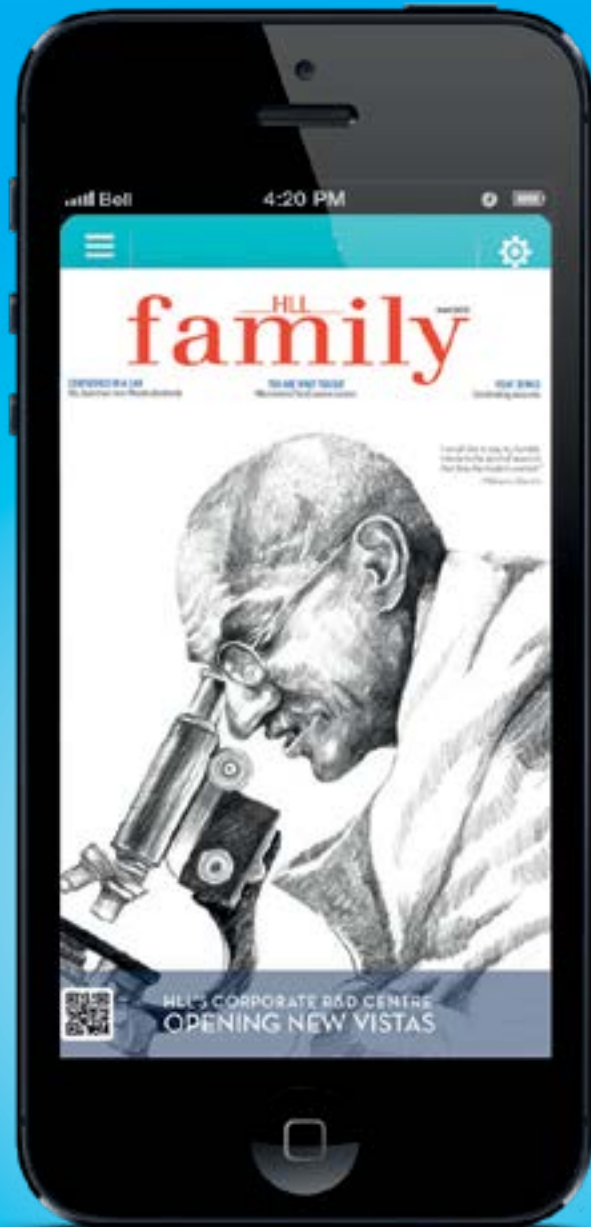
**MOODS**  
CONDOMS



**Chairman** | Dr. M. Ayyappan, C&MD **Chief Editor** | Rajesh T. Divakaran **Associate Editor** | Sudha Gopinath  
**Co-ordinating Editor** | Nithinraj R **Assistant Editors** | Manjary Asok & Aswathi A.P  
**Editorial Committee** | S.M. Unnikrishnan (C&MD's Office), S.N. Sathu (Delhi Office), V. Saraswathi Devi (CHO),  
Rajendran B. (PFT), Kuttappan Pillai (AFT), Sajeev Joseph (KFC), Gopalakrishnan Nair P. (PFT),  
Anil Kumar K. (AFT), R.B. Bhosle (KFB), Jinu Raju (KFC), S. Vilas (ID), Tarun Handa (Delhi) & Veerendra H. (KFB)  
**Marketing** | Rajashekhar S., Devasagayam **Employee Representatives** | R. Rajashekharan (PFT), Pradeep B (AFT)  
**Office Administrator** | Muralidharan K.  
**Design** | Sreejith S L & Amal P Raj **Printed by** | Akshara Offset, Thiruvananthapuram  
**Volume 05 Issue 09** From February 2015 - September 2015  
Edited & Published by HLL Publications, HLL Lifecare Ltd (for free private circulation only)



ONE TOUCH IS ALL IT TAKES



HLL Family is now closer at hand than you think

Access HLL Family Magazine on your smartphone / online. Visit [hllfamily.lifecarehll.com](http://hllfamily.lifecarehll.com)

## Moment of Pride for HLL Wins coveted Rajbhasha Kirti Puraskar



**H**LL Lifecare Ltd has won the prestigious Rajbhasha Kirti Puraskar, the ninth time. The company has been honoured for its outstanding performance in implementing the official language, Hindi.

HLL won first prize among the central public sector organisations in South India. Mr Pranab Mukherjee, Honourable President of India, presented the award to Dr M Ayyappan, C&MD HLL at a function in New Delhi on 14 September 2015, on the occasion of Hindi Diwas.

Mr Rajnath Singh, Union Home Minister, Mr Kiren Rijju and Mr Haribhai Parthibhai Chaudhary, Union Ministers of State for Home Affairs and Mr Gireesh Shankar, Rajbhasha Department Secretary were also present on the occasion.

The Rajbhasha awards, instituted by the Union Home Ministry and the Department of Official Language, are given annually for outstanding achievement in promoting the Official Language Policy of the government.

Hindi Diwas is observed all over the country to commemorate Hindi being adopted as the official language of constituent assembly on 14 September, 1949. The presentation of Rajbhasha awards by the President is the high point of the celebrations.

Ms P Indiramma, an employee of HLL Peeroorkada factory, Thiruvananthapuram has been honoured with the Rajbhasha Gaurav Award for her article on 'HLL's contribution to healthcare' in Samanwaya, HLL's Rajbhasha magazine. She was awarded a cash prize of Rs 22,000 and a citation.

"We have succeeded in popularising Hindi among our employees and this award is a reward for our continuous efforts," said Dr M Ayyappan. "We have put into practice innovative ways of promoting Hindi among employees, with competitions, games, entertainment programmes and the like for the employees and their families," he added.



## HLL again shows the way; clean safe fuel to power its factory



Mr Oommen Chandy, Chief Minister, Govt of Kerala unveiling the stone on a virtual screen. Mr R K Garg, LNG-Petronet, Mr K Muraleedharan, MLA, Dr M Ayyappan, C&MD, HLL, Mr R P Khandelwal, Director (Finance) and Dr K R S Krishnan, Director (T&O) are also seen.

HLL Lifecare Limited (HLL) is pioneering a green trend with the environmental friendly (39.5m<sup>3</sup> capacity) Liquefied Natural Gas (LNG) Storage and Regasification facility, that will replace furnace oil with the cleaner LNG for fueling burners, at its factory at Peroorkada.

The initiative was inaugurated by Mr Oommen Chandy, Chief Minister of Kerala in the presence of Mr K Muraleedharan MLA on 09 July 2015.

“HLL has set the mark in the state by installing the pollution free and cost effective LNG facility in its mother factory,” said the Chief Minister. “The state had exempted LNG from Value Added Tax (VAT) in last year’s budget. We should make maximum use of it,” added the CM.

“I am happy that HLL has come forward to take up the project within a short period of time,” noted the Chief Minister.

Mr K Muraleedharan applauded HLL for setting up this eco-friendly facility with the approval and support of the residents and other local representatives.

“The residents were initially apprehensive on setting up this facility here. But, HLL has interacted regularly with them and convinced that LNG is a clean and safe fuel that enables environment-friendly manufacturing operations.

“The residents are thankful to HLL as it has played an important role in making Kowdiar, a pollution-free ward through its CSR initiative ‘My City’ being implemented with the support of Federation of Restoration of National Values (FRNV) headed by Metro Man, Mr E. Sreedharan,” he said.

**“We are proud to install LNG Storage and Regasification facility in our factory, the first of its kind among public sector organizations in Kerala”.**

**Dr M. Ayyappan  
C&MD, HLL**





**HLL's unit at Peroorkada requires around 9 MT of LNG for its daily production operations.**

“We are proud to install LNG Storage and Regasification facility in Thiruvananthapuram, the first of its kind among public sector organizations in Kerala,” said Dr M Ayyappan, C&MD HLL.

“LNG stored in the tank is converted into natural gas with the help of vaporizers in the system, controlled by a Programmable Logic Controller. This natural gas is used as fuel in the boiler and the steam generated is used for manufacturing operations,” added Dr M Ayyappan C&MD HLL.

He also requested the CM to extend LNG's VAT exemption period from the present one year. The

storage facility and operations underwent several standards and safety clearances, particularly from the Petroleum Explosives and Safety Organisation, Nagpur. The technology for this innovative tank, which takes care of energy shortage, is provided by global industry leader and Turkey-based M/s. Isisan.

“HLL's unit at Peroorkada requires around 9 MT of LNG for its daily production operations. We purchase 240 metric tonnes LNG per year.” added C&MD.

Even though the installation of the system was completed in 2014, successful trial runs and stabilization of the system was required for the official inauguration of the commercial operation.

Mr R K Garg, Finance Director, Petronet LNG; Mr R P Khandelwal, Director (Finance), Dr K R S Krishnan Director (T&O), Dr Babu Thomas Director (Marketing), and Mr P Sreekumar, CS & Senior Vice President (HR) were present at the inaugural function.

# PREVENT PREGNANCY



**Use this emergency contraceptive pill within 72 hours of having unprotected sex.**

**CALL OUR HELPLINE : 1800 425 3223**

**E-mail: unipill@lifecarehll.com**

# HLL Group opens HLL Management Academy (HMA)

10,000 healthcare jobs in two years

HLL opened its seventh associate, HLL Management Academy (HMA) to support the growing need of healthcare industry. HMA is a not-for-profit-organisation registered under the Travancore-Cochin Literary, Scientific and Charitable Societies Registration Act, 1955.

Mr Adoor Prakash, Minister for Revenue and Coir, Government of Kerala, inaugurated the new office for HMA at Keston Road, Kowdiar on 3 July 2015. "Our country today is facing an acute shortage of trained manpower to service specific healthcare segment – be it in the area of manufacturing, operating and maintenance or procurement. It is highly laudable that HLL has come forward to fill this huge gap between advanced medical field and its application among common public. HLL has been doing great services to Government of India in the area of healthcare management and services," the Minister said.

" Given the excellent track record of HLL in the field and the resource pool that the company has developed, I am sure that HLL Management Academy will be able to produce trained professionals capable of managing variety of issues in healthcare delivery thereby

increasing the quality of healthcare in the country", he added.

"Through the Academy, HLL intends to pass on its expertise and experience in areas like social marketing and franchising, latex technology and procurement management to aspiring managers across the country," said Dr M. Ayyappan, C&MD HLL. "Through our specifically designed skilled development programmes, we expect to provide 10,000 new jobs in the health care sector within two years,' he said.

"The Academy has been set up with the objective of positioning HLL as a knowledge centre for imparting and transferring the repository of knowledge to HLL employees and also to members of the society," he added.

The Academy has been conducting International Training Programmes on Procurement Management in Healthcare Sector in association with the Ministry of Health and Family Welfare and the World Bank.

HMA aims to become a centre of excellence imparting training, research and consultancy in specialized areas in the healthcare sector. Some of its broad objectives include establishing institutions for skill development, improving employability of the youth and organizing personalized programmes for character building in children.

Currently, the academic division of HLL is conducting several management-level courses, including Post-Graduate Diploma in Clinical Engineering and Management (PGDCEM) and Advanced Diploma in Clinical Engineering and Management. It also conducts different certificate programmes in public procurement and contract management in association with the World Bank.

**The Academy has been set up with the objective of positioning HLL as a knowledge centre for imparting and transferring the repository of knowledge to HLL employees and also to members of the society.**

**Dr M. Ayyappan  
C&MD, HLL**



Mr Adoor Prakash, Minister for Revenue and Coir, Govt of Kerala, inaugurated the new office for HMA at Keston Road Kowdiar, Thiruvananthapuram on 03 July 2015. Dr M Ayyappan, C&MD, HLL is also seen.

HMA will undertake new skill development courses by partnering with infrastructure and financial service firm IL&FS. The newly opened HMA office has a full-fledged Computer Lab, Video

Conference and a Seminar Hall. Dr M Ayyappan, C&MD,HLL also introduced the new subsidiary to the electronic media based in Thiruvananthapuram at a press conference held on 06 July 2015 at the HMA Office.



The Open Book logo of HLL Management Academy (HMA) represents the mission of HMA which is giving people the right 'opening' to the world of knowledge. The colour green naturally stands for growth, life and prosperity. And the flying high 'bird' icon (that is copied) from the logo of HLL, not only connects HMA with its parent organisation, but also depicts the high level of benchmark set by HMA in terms of quality of education.



# Think Tank



**“All knowledge that the world has ever received comes from the mind; the infinite library.”**

**Swami Vivekananda**

The single most competitive advantage for organisations today is KNOWLEDGE. The future of organisations is based not just on physical assets such as land or products or market share but on knowledge.

Knowledge comes from the mind. However, in most cases it remains hidden and covered. It gets uncovered by observing, watching, and reading and often by listening to what other people say. The concept of knowledge management indicates that power does not come from knowledge, but from the exchange, sharing and use of that knowledge.

Think Tank lecture series is the brainchild of Dr M. Ayyappan, our C&MD, initiated with the vision to promote a ‘culture of learning in HLL. The objective

is to provide maximum exposure to our employees on different aspects of life.

The lecture series are held on first working day of every month at HLL Corporate R&D Center at Akkulam at 3 PM. Experts from various fields from media to science to literature to biotechnology to construction to engineering are identified and selected for the lecture. According to C&MD, the purpose of the lecture series is to stimulate ideas, debate over them, understand the best practices and implement them in personal and professional lives.

Started in February 2014, Think Tank lecture series have been evoking great interest and responses among the executives’ especially young officers.

“Think Tank lectures have taught me some very valuable lessons both professionally and personally and I look forward for many more lectures. The topics include both technical and non-technical subjects and hence give us insight into various new fields. In short it gives us a holistic understanding about life and helps in our overall development”.

*Mr Muhammed Azharudeen,  
HLL Corporate Head Office.*

“The lectures stretch our thoughts”. It is not the typical classroom lectures. “Experts are handpicked from different fields and we learn about new topics every month”. The talks of Mr Madhavan Chandradathan, Director VSSC and Mr.Vijayan IPS, DIG (Intelligence) Kerala have inspired me a lot.

*Ms. Sreekala,  
HLL Akkulam Factory*

“Think Tank aims at motivating executives into a value + action driven work culture .It also provokes us to have an open mindset to changes and also to embrace them with confidence”. The lecture on “Synergy of Mind and Body” by Mr.Madhavan Chandradathan was the best among all lectures.”

*Ms.Krishnapriya,  
HLL Peroorkada Factory*

“The idea of “Think Tank” Lecture series is very novel. I regularly attend the programme and most of the talks were extremely useful. I would like to hear from personalities outside Kerala too”.

*Mr Vijesh V,  
HLL Peroorkada Factory*

HMA has hosted 20 lectures in the “Think Tank” so far. Eminent personalities like Prof. J. Philip, President of XIME, MBA Institution of India, Mr T.P. Sreenivasan, Former Ambassador of India, Dr Suresh Das, Director, CSIR- National Institute for Interdisciplinary Science & Technology, Mr C Gouridasan Nair, Bureau Chief, The Hindu Daily, Mr G. Vijayaraghavan, Member of Kerala State Planning Board, Mr Madhavan

Chandradathan, Director of VSSC , Prof.D.Narayana, PhD (Indian Statistical Institute, Kolkatta), Mr P. Vijayan IPS, DIG (Intelligence), Govt. of Kerala, Mr M G.Radhakrishnan, Journalist, Editor-Asianet News, Dr M.K.C.Nair, Vice Chancellor to Kerala University of Health Sciences among others have taken classes for HLL executives in the “Think Tank” programme.





Dr M. Ayyappan, C& MD HLL inaugurating the first Think Tank Lecture

HLL Management Academy (HMA), the knowledge centre of HLL, has been set up with the objective of positioning HLL as a learning organization. In addition to “Think Tank”, the Academy regularly conducts courses and research in the niche areas of social marketing, social entrepreneurship, social franchising,

clinical engineering, rubber technology, polymer technology and allied health sciences.

“Technologies of the Future, Building Competitiveness”, “Challenges Marketer's face Today”, “Bio Informatics and New Biology”, “Happy Homes”, “HPCL-A Technique in Drug Analysis”, “Our Foreign Policy-Continuity and Change and New avenues abroad”, “Bridging the Valley of Death”, “Sensitizing the Built Environment”, “Media Today”, “Innovation and Design Thinking”, “Importance of Values and Delegation for todays Manager”, “Synergy of Mind and Body”, “Co-operative Federalism-Beyond the era of Planning Commission”, “Labour Institutions and Development in the Indian Context”, “Attitude determines Success and Happiness”, “Media-Trends and Challenges”, “Building Institutions for Social Transformation-The story untold” and “What Winning Organizations Do” were some of the topics covered in the “Think Tank” series so far.

The executives can also take advantage of watching it through HLL webinar, online video casting in HLL website [www.lifecarehll.com](http://www.lifecarehll.com) or visiting [youtube.com/channelhll](http://youtube.com/channelhll).



Prof. J. Philip, President of XIME, MBA Institution of India



Mr. Madhavan Chandradathan, Director of VSSC

# Moods Aloe



Naturally sensual.  
For your sensual nature.

Get steamy with cool aloe that will stir your passion and heighten your pleasure.



Find us on facebook

[www.moodsplanet.com](http://www.moodsplanet.com)





Students of the Innovative Projects along with the dignitaries.

## IIP 2015- an Expo of student engineering innovations

A silicon oil regulating apparatus that can save Rs 25 lakh annually featured prominently among innovations at IIP 2015 (Industry Institute Partnership), an expo organized by HLL Lifecare Limited to feature innovative projects by students of Mohandas College of Engineering and Technology (MCET) as part of Industry Institute Partnership Programme of HLL.

An industry-institute partnership was formalised with a MoU signed in 2014, following the identification of technically and financially viable projects that MCET could undertake for HLL. A team of five students each selected the projects to work on from a list identified by HLL.

“The students who came out with innovative thinking need recognition and that was the objective behind hosting IIP 2015”, said Dr M Ayyappan, C&MD HLL after inaugurating the function. “Innovation is all about executing new ideas. However, students’ exposure to real engineering world is very limited. Rightly sensing this, HLL has been giving utmost importance to Industry Institute collaborations”, he said. In universities, priorities are give to education and basic research while in corporate world managers pursue



Dr M Ayyappan, C&MD HLL inaugurating the IIP Expo 2015. Mr Kuncheria P Issac, Vice Chancellor APJ Abdul Kalam Technological University, Mr Mohandas, Chairman, MCET, Rani Mohandas, Secretary, MCET, Dr Asha Latha Thampuran, Director, MCET and Mr R.P Khandelwal, Director (Finance) HLL are also seen.





*Dr M. Ayyappan C&MD, HLL looks into one of the innovative projects.*

products and profits. He urged the education institutions in Kerala to approach industries for providing comprehensive academic education experience to the students.

Collaboration with MCET has been a proven model which can be replicated by other institutions in India. He also said that HLL has got the capabilities and ideas to design its own machines. "We are planning to invest substantially on automation soon", he added.

"Changes can be brought only by innovation" said Mr Kuncheria P Issac, chief guest and Vice Chancellor,

APJ Abdul Kalam Technological University. By analyzing the mere necessity and observation, we can bring in changes. The text books of schools and colleges should include success stories of entrepreneurs who made difference in the society. Dr M. Ayyappan is one such leader. It's his sheer will power and innovative thinking that transformed Nirodh factory to HLL group. Likewise technical students should strive themselves to become innovators and entrepreneurs for the benefit of common man and to raise their living standards, he said.



*Prototype of Vending Machine*

The function also served as a platform to recognize the faculties and students of MCET who interned with HLL to develop these innovative projects.

The end products—a vending machine, taping machine, packing "robots" and automated packaging systems, among others—reflect the engineering aptitude of the students, who worked on the time-bound projects under the guidance of Commodore (Retd) V N Ajith Kumar of MCET and Mr Rajeev, Deputy Chief Engineer, Central Engineering Division, HLL.

Under the industry-institute partnership, there were regular factory visits by MCET students and participation in industrial training, internships and training programmes and seminars organised by HLL.

While Mr Kuncheria distributed certificates to MCET faculty who did their internship at HLL, Mr Mohandas, Chairman of MCET, gave away certificates to students who did projects for HLL and Ms Rani Mohandas, Secretary MCET, gave away certificates for students who interned with HLL.

Other dignitaries present were Dr Asha Latha Thampuran, Director, MCET, Mr RP Khandelwal, Director (Finance), HLL and Dr K R S Krishnan, Director (Technical and Operations) HLL, Principals from Government Engineering Colleges and LBS Centre for Science and Technology.



*Picking 'Robot'*





## MOODS Condoms Rolls Out its Social Media Campaign on World Population Day 2015

On 11 July 1989, when the world's population reached 5 billion, it was marked as World Population Day. But now, in 2015, 5 billion seems like a distant memory. With more than 3.5 lac births per day, the current population has exceeded 7.3 billion. While 7.3 billion can be both a challenge and an opportunity with allegations regarding sustainability, urbanization and youth resources what future are we assuring to the 8 billionth baby who is just about a decade away?

In a way to create awareness on population norms and to build a strong foundation for a better future, MOODS Condoms, one of India's leading condom brands with a strong international presence, ran a lively online campaign, on World Population Day 2015. In this globalized networked society, with social media becoming the key medium of communication among youth, MOODS Condoms rolled out its Facebook

campaign with a pinch of fun and more awareness.

In order to emphasize the increasing population and issues relating to it, the campaign also brought out an interesting video snippet depicting the current population pressure and the campaign emphasized the need for population control among the burgeoning youth.

MOODS has sparked a conversation among the youth, a conversation that no longer regards sex as vulgar, taboo or the domain of any gender. The brand inspires the younger generation to act with respect when it comes to sex. "MOODS promises pleasure filled, memorable moments with your partner," says Dr M Ayyappan, C&MD, HLL. Consequently, the premise of the campaign is one of mutual respect which translates to the line, MOODS #PlayItRight.

YOUR CONFIDENCE  
REFLECTS  
YOUR CONTROL.



**Velvet**<sup>TM</sup>  
CONDOMS FOR WOMEN



## Advocating hygienic practices through accessible and affordable sanitary napkins

VENDIGO receiving overwhelming response



Mr Manohar Lal Khattar, Chief Minister of Haryana inaugurating HLL Sanitary Napkin Vending Machine at Karnal.

88 percent of India's 355 million menstruating women have no access to sanitary napkins. Attributable not alone to the accessibility or affordability, the lack of menstrual hygiene management knowledge in toto has taken its toll on the education of young girls. Statistics show that almost 23 percent of girls drop out of school when they start menstruating. In some places as many as 66 percent of girls skip school during this time and one-third of them eventually drop out.

In view of the stigma and social taboo associated with sanitary napkins & condoms, majority of the population who feel embarrassed and hesitate to go to the commonly known, and often crowded conventional/medicine outlets for the sanitary napkins & condoms, resulting that 14% of women suffer from menstrual infections, including white discharge (leucorrhoea), itching/burning, ovaries swelling and frequent urination & many suffer from STI/STD, HIV and AIDS etc.

In order to address this worrying issue, HLL through its Vending Business Division(VBD) decided to offer complete solution for female hygiene and menstrual health promotion. HLL's Vending Business Division offers accessibility of quality Sanitary Napkins (Happy Days) through its VENDIGO Sanitary Napkin vending Machines and also ensures safe & environment friendly disposal of used pads through their Automated Sanitary Napkin Incinerators. "Happy Days" sanitary napkins is being manufactured by HLL in its Sanitary Napkin unit at Belgaum, in Karnataka.

HLL launched VENDIGO in December, 2014 and has successfully installed the machines in various states including Kerala, Madhya Pradesh, Haryana, Delhi, Maharashtra and West Bengal.

HLL is also working closely with Scheduled Caste Development Department, Tribal Welfare Department, Madhya Pradesh, Adi Dravidar Welfare Department, Tamilnadu, Bardman University, West Bengal and several govt. departments in various states for installing more such machines.



Prof K.Chandrika, Former Mayor, Corpotaion of Thiruvananthapuram, inaugurating VENDIGO installed in a Girls school in Thiruvananthapuram.



VENDIGO Installed in a School in Madhya Pradesh

### 'VENDIGO' installed at HLL Corporate Office

VENDIGO has also been installed at HLL's corporate head-office at Poojapura, Thiruvananthapuram where twenty five percent of total working employees are women.

The vending machine was installed in the ladies' washroom on 20 June 2015.

"The baseline survey showed worryingly low levels of personal hygiene among menstruating women in the community, raising the risk of reproductive tract infections and disease," said Dr M Ayyappan, Chairman and Managing Director, HLL. He said that the issue was identified as a social cause that required a behavioral change initiative to tackle the same.

Two vending machines, with a capacity to hold around 26 packets, have been installed for easy accessibility. The machines dispense a pack of three

napkins for Rs. 10, which is much lower than other napkins in the market.

The sanitary napkin incinerator has also been set up for the hygienic disposal of used napkins. The incinerator, which reduces used napkins to ash, has the capacity to dispose as many as 25 napkins at a time.

With its successful run, the vending machine will be soon installed in the factories and other offices of HLL.

Smt V Saraswathy Devi, Associate Vice President (HR) and chairperson of the Sexual Redressal Committee; Dr V K Jayasree, Deputy General Manger, HLL and Member Secretary Sexual Redressal Committee and Smt M Sreekumari, Honorary Secretary, SMSS Hindu Mahila Mandiram, Poojapura were present during the commissioning.





## HLL to open 'HLL Bhavan' in Mumbai

As part of its ongoing expansion into national markets, HLL Lifecare Limited will be opening "HLL Bhavan" -the new Regional Office of HLL in India's commercial capital Mumbai.

Mr Jagat Prakash Nadda, Union Minister for Health & Family Welfare has kindly consented to inaugurate the Regional Office on 23 November 2015.

The 2466 sq m office located at Kharghar, Mumbai with all state-of-the-art facilities was constructed by HLL's ID division and the construction was completed in record time.



# HLL brands catching up fast in the emerging Sri Lankan market

Sri Lanka is among the fastest growing nations in the world. The Island country which also happens to be one of the fastest growing tourist destinations in the world is one of the very important markets for HLL Brands.

M/s Delmege Forsyth and Company based in Colombo is the Business associate of HLL in Sri Lanka.

The history of Delmege Forsyth Co. Ltd goes back to the year 1850, when Alexander Reid “established as a merchant in Peddler Street Galle”. In 1865, the brothers Delmege, (Sam and Toby) arrived in Ceylon and went into partnership with James Reid who succeeded Alexander, and established offices in Colombo and Galle.



MOODS in Sri Lankan stores

Today, Delmege Forsyth & Co Ltd, a member of The Ceylon Chamber of Commerce for more than a hundred years, has become a widely diversified Group of Companies in the world. While retaining and expanding their original business of imports, the Group has diversified into exports, airline services, travel, freight forwarding and more. The Delmege Group has firmly established itself as an integral part of Sri Lankan economy and strives to maintain this position, while continuing to seek opportunities for growth and development with both local and international partners.



Delmege Head Quarters

## HLL's association with Delmege

Delmege was chosen as the authorized marketing and Distribution Company for HLL in the year 2011. Since then the products of HLL mainly MOODS range of condoms have been marketed and distributed by Delmege in Sri Lanka. Today MOODS as a brand is one of the top performing condom brands in Sri Lanka. The partnership with HLL is close to heart and most valued relationship for Delmege from the start. Both companies were able to work hand in hand to achieve the milestone of making MOODS a preferred brand in Sri Lanka.



## TESTIMONIALS

Delmege is looking forward to expand its product market by adding new MOODS varieties and other products such as MOODS Gold Condoms, MOODS Lube and other contraceptives including oral contraceptive pills.

“I see HLL and its brand MOODS conforming to international standards and satisfying the local needs of market. MOODS is one of the fastest growing brands in Sri Lanka with the distribution strengths of Delmege and marketing power of HLL. We foresee MOODS to be one of the biggest brands in Sri Lanka.”



T Sayandhan,  
Chief Executive Officer – Delmege



MOODS advertisement in Sri Lankan newspapers

“HLL is one such company who is willing to take full responsibility for their brands in the local market. They have contributed a lot for the success that had been achieved by MOODS in Sri Lanka. It would have been nearly impossible for the brand to have such a performance without the care and concern by its principals. I believe we will be able to take the existing brands and the new brands to next level with our fruitful partnership”



Sutharshanan N,  
Brand Manager -Delmege



## GAPL Medicentres- a boon for Goans



Dr M.Ayyappan, C&MD HLL examining the facilities of GAPL Medicentre.

Medical emergencies do not occur by timetables, so having a 24-hour medical store in the neighborhood can surely be regarded as 'Lifesavers'. Medicentres, the 24-hour pharmacy outlets of HLL's subsidiary Goa Antibiotics & Pharmaceuticals Ltd (GAPL) has been catering to medical emergencies in Goa since 1994.

GAPL has been successfully operating 24x7 pharmacy outlets in major government hospitals in Goa for more than a decade. The uniqueness of GAPL in its present form is being 'holistic'. It offers a range of medicines across Allopathic, Homeopathic, Ayurvedic, Siddha and Unani medical practices.

GAPL operates 5 Medicentres in Goa at Panjim, Bambolim, Madgaon, Ponda and Mapusa. The centre

at Bambolim is one of the largest retail medical outlets in Goa.

Dr M. Ayyappan, Chairman of GAPL said the Pharma retail market is growing at a steady pace. India has approximately 7 lac Pharma retail outlets out of which the organized retail players would be less than 8000.

"With 21 years of experience in the retail Pharma market, GAPL is all set to further expand the Medicentre service all across Goa and also outside in the coming years", he added.

Located in the village of Tuem, Pernem in north Goa, GAPL provides employment to around 300 people in the locality. The company is targeting multi-fold growth in the next couple of years.



Dr M.Ayyappan, C&MD HLL addressing the officers of HLL Infra Tech Services Ltd (HITES) on 'Excellence in Execution' at Hotel Uday Samudra, Kovalam on 02 July 2015.

Free health camps organised as part of LifeSpring Maternity Hospital's Outbound to improve outreach and maternity outcomes at Rethibowli, Hyderabad.



Vivekananda Nagar on 19 & 20 August 2015



N M Guda on 21 August 2015



## ‘I feel proud to be a change agent’

**Nurse from Assam enlightens women on family planning, especially IUCD as a safer alternative for contraception**

The clock has struck 9:15 am and Rehana Begum Laskar gets busy sterilising equipments and cleaning the Operation Theatre. Within minutes, patients will start walking in and she would get occupied till 3-4 pm, assisting doctor, attending patients and counselling women on pregnancy care and family planning services. This has remained her schedule for the last 27 years – a span that has witnessed her progression from a young girl to a homemaker and to a mother of two. But one thing that has remained constant is her gritty resolve to go to hospital daily, come what may, and enlighten her community, especially women, with healthcare awareness.

Recently her work has found a special focus on IUCD as a safe, reversible method in spacing and she has now developed special expertise in conducting IUCD insertions.

Meet 47-year-old Rehana Begum Laskar, an Auxiliary Nurse & Midwife (ANM) working at Hailakandi Civil Hospital in Assam. Born in a farmer’s family at Bashbari village, Hailakandi, she grew up seeing young women dying because of paucity of information on family planning. Her conservative family background and financial constraints didn’t deter a young Rehana from completing her high school and joining Bashbari Sub Centre under Algapur Primary Health Centre (PHC)

as an ANM in 1988. Later, she joined Hailakandi Civil Hospital in 1990. Marriage, pregnancies or husband’s illness – nothing daunted her from her services.

“I realised that women had little or no information on family planning as every year I would see the same women turning up for deliveries at Hailakandi Civil Hospital,” says Rehana.

She started encouraging women to avail healthcare services before, during and after their pregnancies. “Also, I started counselling women on contraception and motivating them to make an informed choice, not a forced one,” she adds.

A training session on No Touch Technique of IUCD (Intra Uterine Contraceptive Device) Insertions and Infection Prevention, organised by Hindustan Latex Family Planning Promotion Trust (HLFPPT) for Hailakandi Hospital staff in 2013, proved to be a game-changer for Rehana. For it has brought the spotlight on IUCD as a safer alternative to contraception for women who were either forced to undergo sterilisations in the name of family planning or largely remain deprived of choices.

“HLFPPT’s training, using Zoe Model and audio/visual content, has significantly improved my performance. Before training, I was performing 4-5 IUCD insertions



per month, which has now increased to nearly 14. Since May 2013, I have done 356 IUCD insertions,” claims Rehana.

The training was part of HLFPPT’s flagship programme, “Capacity Building of Health Service Providers (HSPs) on IUCD and Pregnancy Test Card”, which aims to provide skill-based training on IUCD insertions to ANMs, LHVs (Lady Health Workers), nurses and medical officers posted at Sub Centres, Primary Health Centres (PHCs) and Community Health Centre (CHCs).

Rehana is among the 22,000+ HSPs who have benefitted from this unique training programme that is ensuring greater quality and service delivery of IUCD insertions at grassroots level.

Launched in 2012 under the guidance of the central government’s National Rural Health Mission (NRHM), the programme has made progressive expansions across 11 states in the last three years. As many as 2.4

lakh IUCD insertions have been reported and 22,649 HSPs have been trained under the programme till 4th July 2015. The idea is to contribute to India’s commitment for FP 2020 of training 200,000 health workers on providing IUCDs.

“Client satisfaction has increased manifold with lesser number of infections or complications,” claims Rehana. “We now offer better counselling to women, conduct client follow-ups and maintain records. Moreover, I am now able to guide younger ANMs better,” she adds.

“I see this as a silent transition that is placing the reign of contraceptive choice back to the hands of women. It’s liberating to offer women an alternative like IUCD that doesn’t put their lives at risk in the name of family planning and I feel proud to be a change agent. Giving women access to family planning information and contraceptives can change lives!” she says with utmost humility.





*Celebrated International Yoga day at HBL office in collaboration with ISHA Foundation on 05 June 2015*



*Mr Raman K Ramachandran, CEO HBL, lighting the lamp during onam celebrations jointly organized by CMO and HBL at HBL office on 24 August 2015.*

# H2H

Any time,  
Any where



My dear colleague,

I have two obsessions – our employees and our customers!

H 2 H – Heart to Heart is an endeavor to open the channels of communication between our employees, well wishers and myself.

Communication is not always about what is going right – it is also about finding what is going wrong and fixing it.

Through H2H we want to create a culture, where you are encouraged to express your opinion, criticism, appreciation, to the best interest of the company. In other words, you can SHARE your ideas with me freely.

You can be in touch with me by way of:

**Mail Boxes: H2H Mail Boxes at different locations.**

**Email: [h2h@lifecarehll.com](mailto:h2h@lifecarehll.com)**

I will be personally handling all the mails to H2H.

So be frank to communicate 'Heart to Heart' with me from today

With personal regards,

Handwritten signature of Dr. M. Ayyappan.

Dr M.AYYAPPAN





HLL Peroorkada Facility receives 3 star rating from Confederation of Indian Industry (CII), based on the Environmental, Health & Safety (EHS) performance for the year 2014 at Chennai on 14 March 2015.



Ms P. Indiramma (Stores, Peroorkada Factory) receiving 'Rajbhasha Gourav Award' for her article on 'HLL's contribution to healthcare' featured in HLL's Rajbhasha magazine 'Samanwaya' from Hon'ble President Mr Pranab Mukherjee on 14 September 2015.



Dr M.Ayyappan, C&MD, HLL distributing spectacles to the students of Mahilamandiram, Poojapura on 01 July 2015



Free Medical Check up organized for the people in and around HLL Peroorkada Factory held at HLL Sargam hall



Specialty medical camp held in association with HLPPT, Karakulam Grama Panchayat, Primary Health Centre and Precise Eye Hospital, as part of HLL's Corporate Social Responsibility (CSR) initiative at Karakulam Muslim Jamayath Hall.



Training Programme on Life Skill Education organized for the Govt Primary Marathi & Kannada School and High School at Kanagala village



An awareness programme on Menstrual Hygiene was organised by HLL Kanagala Factory at Kanagala village. During the programme 1057 Sanitary Napkin Pouches were also distributed among the adolescent girls at Kanagala village.



HLL Kanagala Factory has constructed Toilet & Urinal for the Police Station at Sankeshwar, Belgaum. Mr K.V.Kamat, ED(Operations) & Unit Chief, HLL-KFB handed over the key to the PSI, Sankeshwar.



A Training Programme on 'Capacity Building' is organized by HLL-KFB in association with HLPPT for ASHA WORKERS at Kanagala village



HLL-KFB and HLPPT jointly donated Furnitures, Educational Charts, Weighing Machines to eight Anganwadis at Kanagala village.



Dr M Ayyappan C& MD HLL and Dr T M George, Principal, Mar Baselios College of Engineering and Technology (MBCET) after signing an MoU to boost industry-academia collaboration and initiate joint research programmes.



Dr. P Umadevi, Hypnotherapist during the lecture on 'Self Esteem' hosted by Pink, ladies forum of CHO.



Mr M. Chandradathan, Director of VSSC giving lecture on the topic "Synergy of Mind and Body" as part of 'Think Tank' Lecture series at CRDC.



Dr Sharat Chauhan IAS , Commissioner and Secretary (Health) Government of Goa inaugurating 'SAP Go live' for GAPL in the presence of Dr M.Ayyappan, C&MD.



Mr R.P. Khandelwal, Director (Finance) and Dr. Arun Varma, Executive Director, IL&FS exchanging MoU in the presence of Dr M. Ayyappan, C&MD on conducting skill development courses under the auspices of HLL Academy.



Dr A.V. Jose, Member of the Standing Committee on Labour Force Statistics, giving lecture on the topic "Labour Institutions and Development in the Indian Context" as part of 'Think Tank' Lecture series at Corporate R&D Centre (CRDC) Akkulam.



Dr M. Ayyappan, C&MD with the team from Green Cross Medical Sciences (GCMS), Korea, headed by Mr Won Sup Kil and other senior officers of HLL.



Dr Babu Thomas, Director (Marketing) and Mr S. Mohanan Nair, Chief General Manager, Rajiv Gandhi Centre for Biotechnology (RGCB), exchanging MoU on conducting Molecular Diagnostic Testing (MDT) of the samples from HLL-Hindlabs on 01 June 2015.



C&MD addressing the officers of HLL during the commencement of new financial year 2015-2016 at CRDC.



Ms. M. Sreekumari, Secretary, SMSS Mahila Mandiram, addressing the members of Pink Forum during the meeting of 'Redressal Committee on Sexual Harassment at Work Place' at HLL CHO on 11 June 2015.



C&MD interacting with the students during the Summer Camp organised for the students of Guru Gopinath Natanagramam, an institute of Kerala, Department of Culture, Government of Kerala.



Dr Gopakumar, addressing the gathering during the Health Talk conducted at HLL CHO on 12 June 2015.







Dr M.Ayyappan, C&MD, inaugurating the Thiruvananthapuram Town Official Language Implementation Committee(Undertaking) at HLL Corporate R&D Centre on 27 July 2015



C&MD hoisting the national flag during the Independence Day celebrations held on 15 August 2015



C&MD announcing the names of the winners of various competitions held as part of Onam celebrations organised by HLRORC-Recreation Club of Corporate Head Office on 24 August 2015.



Dr M.K.C Nair, Vice Chancellor, Kerala University of Health Sciences addressing the gathering on the topic 'Building Institutions for Social Transformation-The Story Untold' as part of 'Think Tank' Lecture series at Corporate R & D Centre (CRDC) Akkulam on 01 August 2015.



C&MD inaugurating Hindi Fortnight Valedictory function and Hindi Music Night.



Employees taking pledge as part of Productivity week.



Cancer awareness class.



Employees taking National Safety day pledge.





Mr P.V Namboothiripad , former Chairman HLL inaugurating Factory day celebrations.



N.S Kang IAS ,Additional Secretary, Ministry of Health & Family Welfare visited the Factory.



Talk by N.Vinayakumaran Nair, Assistant Commandant, Hi Tech Crime Cell, on Cyber Crime & Security Awareness Programme .



Kerala State Pollution Control Board (KSPCB) Award Judging Committee Visit



Ms S Ajeetha Beegum IPS, Dy Commissioner of Police (Law & Order) talks during "Make it happen : Make it happen- Empowering humanity" organized by 'Parivarthan' .



Induction programme on Official Language policy for Officers





Refrendom 2015



World Environment Day celebrations



“Kathaprasangam” held at HLL Sargam hall as part of Bi monthly program in association with Sangeetha Nataka Academy.



Training on “Safety & Quality Awareness” held on 5 August 2015



Talk on work related problems by Dr Col K.E. Rajan organised by Sparsham



Independence Day Celebration on 15 August 2015.





Employees taking Productivity Pledge



Visit of Mr N.S. Kang, Additional Secretary, MoHFW.



Dr K C Chandasekharan Nair (Rtd CFO, Techno Park) takes class during the Productivity knowledge sharing session.



Employees taking Safety Pledge.



Visit of senior faculty from Mar Baselios college of Engineering & Technology.



Mr Shabujan T.K, safety Expert during the Safety knowledge sharing session.



Health talk on Diabetic Cataract by Dr Sarath Ravi of Vasan Eye Care.



Visit of Dr Sharat Chauhan IAS, Commissioner and Secretary (Health), Government of Goa & GAPL board member.





Visit of Mr V Srinivas, Deputy Director (Administration) AIIMS, New Delhi.



BRT Machines Installation



Visit of Mr Guran Sharan, Director, Corvid Helath Care.



WHO GMP Training Programme



One day training Programme on 'Work Life Balance ' by Mr Ganesh Bhargav.



Official Language Implementation & Spoken Hindi Training Programme by Dr. R Suresh Kumar on 20 June 2015





Productivity Week pledge.



Pre inspection audit for Unipill Block for ECP Order. Mr.VatcheKaprielian from Lebanon has visited and inspected the manufacturing process.



Adv. Padma Haliyal addressing a lecture on tackling 'Harassment of Women at Work Place'.



Training Programme on Effective Communication.



Training Programme on 'Industrial Safety'.



Employees taking Safety Pledge..



Awareness Camp on 'SHRAM SUVIDHA'.



Talk on 'Swine Flue' by Dr N.D.Chavan, Medical Advisor.



UPDATES - IRAPURAM FACTORY COCHIN

Ms Vijaya Srivastava, Additional Secretary & Financial Advisor and Ms Dharitri Panda Joint Secretary, Ministry of Health & Family Welfare, Govt. of India visited the Factory. Mr Reju Scaria, Unit Chief-IFC and other senior officers are also seen.



Mr.Vayalar Ravi, Parliamentary Standing Committee member visiting the Factory.



Dr M. Ayyappan, C&MD inaugurating the first Anniversary celebrations of IFC & Onam celebrations on 20 August 2015.



Independence Day Celebration on 15 August 2015



UPDATES - CENTRAL MARKETING OFFICE CHENNAI

Marketing Channel Partner Visit: Dr. M.Ayyappan, C&MD with Mr Yogesh Aggarwal of M/s Goodluck Distributors, one of HLL's oldest distributors in Ghaziabad, UP.



Dr Pushkala, Professor & Head Department of Immuno haematology, (The Dr.MGR Medical University Chennai) & Dr Anu Gunavardhan, Consultant Pathologist and Blood Bank Medical Officer, NIMS MEDICITY along with the participants of the Skill Enhancement Workshop organised for blood bank technicians at HLL Management Academy, Thiruvananthapuram.



Voluntary Blood Donation camp organised by Hospital Products group in accordance with National Blood Donation day at Vimala College, Thrissur.



Voluntary Blood Donation camp at Bengaluru International Airport.







Continuing Medical Education at National Institute of Biological sciences, Kolkata



CME at IMA Blood Bank, Thrissur.

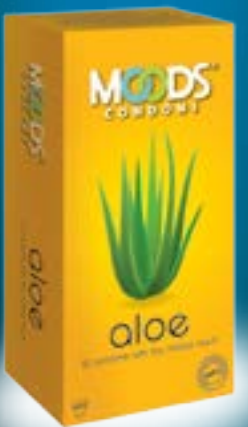


Memento presented to HLL by The Voluntary Health Services by Thalassemia Welfare Association, Chennai during the World Thalassemia Day.

**1500 DOTS**  
**TRILLION TIMES THE FRICTION.**  
**ZILLION TIMES THE PLEASURE!**

**MOODS**  
CONDOMS

**1500 DOTS**  
12 condoms for pleasure that is real





# VIJAY DIWAS

UNIT	TEAM MEMBERS	FEBRUARY	ACHIEVEMENT
CHO CRDC	Dr. Rajmohan.G, Scientist E2 Mohan Das Nayar, DGM(Vending Business)		Awarded the Indo-Finnish collaborative project "Development of Lifecare ATM's for women in India"
PFT	ETD Team Venugopal. S, DGM(ETD) Sobha.K, Sr.Mgr(ETD)		Bringing down the ETD pending untested stock from 40 MPCs to 15 within one month.
<b>MARCH</b>			
PFT	Baiju P, SM(PP)		Achieved highest daily output (4.393 MPCs) on 25th February 2015.
<b>APRIL</b>			
PFT	Baiju P, SM(PP)		Achieved highest annual moulding output of 1410.8 mpcs in the year 2014-2015.
AFT	Tom B Mathew, SM(Production)		The highest production for Blood Bag of 12.5 Million SBE. Since inception thereby achieving 100% capacity utilization for the first time.
IFC	Nevin David M, DM (Production) K. Muralidharan, DM (QA) Jinesh Vijayan, Production Assistant Sreeni P.K., Assistant Stores Chithra S., Assistant QA/Lab		Highest ever monthly dispatch quantity in March 2015 (27.46 mpcs)

UNIT	TEAM MEMBERS	MAY	ACHIEVEMENT
PFT	P. Babu, Manager(Utility) Sivakumar A., O1		Modified hot water recycling system in Plant B for reduction in water consumption (10KL/day)
AFT	T. Sajit, DM(QA)		Developed and implemented high performance Medical grade PVC pellets for Blood bag sheet using high molecular weight resin (K80, Formosa) resulting in a savings of 9-10 lakhs per annum.
KFB	Kashinath Thane, DM (Sales) K.M.Kamble, MG-I		Dispatched 20000000 packs (12.00 M.Pcs.) of Free-days Sanitary napkins to Kathmandu (Nepal) for earthquake relief within three days from Bhivandi (Mumbai) to Kathmandu (Nepal), reducing inventory in the tune of Rs.1.89 Crores
<b>JUNE</b>			
HITES	Shubham Gupta (APE-Civil)		Efficient Discharge of functions related to: Preparation of estimates , Scruitny of bills & Other contractual matters
CHO CRDC	Dr. Abi Santhosh Aprem, DVP Resmy Rachel Thomas, Jr. Scientist Suja B., Sr. Project Fellow Preethalekshmi A.P., Scientific Assistant Nisha U, Project Assistant		HLL has got its first patent granted in Female Condom under the title "An improved female condom and process of manufacturing the same using natural rubber latex".
PFT	P. Gopalakrishnan, DGM(HR) Anoop R., SM(Packing)		Successfully co-ordinated referendum to select recognized Trade Unions on 15.05.2015
AFT (CED)	Rajeev.R.V, DCE(CED) Krishna Kumar.R., M(E&I), Rajesh Kumar R, DM(CED) Radhakrishnan Nair. K. Akhil G.S, DM(CED)		Indigenous design, development of online power finishing and vulcanizing system for HLL Lifecare Machine - , left line at IFC, which is novel attempt in butterfly type withdrawal with TSP stripping in condom production machines across the globe. Trial run taken from 27.06.2015 to 29.06.2015. Achieved 100% IS free condoms.



JUNE		
UNIT	TEAM MEMBERS	ACHIEVEMENT
IFC	Sindhu C Thomas, M(F) Vijaykumar, DM(F)	Collected Rs. 16,63,079 (Rupees Sixteen Lakhs Sixty Three Thousand and Seventy Nine) from the Office of the Central Excise, Muvattupuzha under Duty Draw Back scheme for Condoms transferred from IFC to KFC up to February 2015 and thereby reducing condom cost by one paisa per condom.
HITES	Ashwini Kumar, AM (PCD)	Implementation of 100% e-tendering for GNCT-Delhi project which resulted into: Reduced costs and run sustainable, environmentally responsible tenders. Reduce time-to procure, manage suppliers' bid online, gain full audit trail and process intelligence.
JULY		
CHO CRDC	N. Padmanabhan, VP(R&D) Dr. Nandlal, Scientist E1, (Synthetic Lab) Niji Das, Research Intern (Synthetic)	Scaling up of the process developed at CRDC for Pyrrolidino compound (Centchroman side chain) at bulk drug plant at KFB resulting in reduction of cost from Rs. 5042/ Kg to Rs. 1267/Kg where by saving Rs. 3775/Kg.
PFT	S. V. Bhanu, DGM(R&D) M. Uthayachandrika, M(ETD)	Implementing the suggestion from R&D to reduce handling waste in ETD by providing a depression in the table top of the unit to limit the quantity of unrolled condoms kept on the table top for covering without hindering the covering activity
KFC	Lijy T.K, DM(QA)	Completion of viral penetration study of female condoms in effective coordination with CRDC and RGCB.
IFC	K Muralidharan, M(QA&C) Sudeep B., DM (Engg)	Innovation in PLC automation of mixing tanks with electrical heating system.
HITES	Nitin Chaudhary, DM-F	Submission of Adjustment Bills (Rs. 40.65 Crores) & Refund of Balance Amount to Clients (Rs. 18.56 Lakh)
	Anurag Shehrawat, BME-II	His significant contribution towards NDMA Project.

AUGUST		
UNIT	TEAM MEMBERS	ACHIEVEMENT
PFT	G.S. Manoharan Nair Manager (F) S. Ramachandran Nair, SG3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reducing sales tax liability by obtaining revision order to the tune of Rs.2.61 Crores for the year 2010-11</li> <li>Obtaining favourable orders from Central Excise Department for Excise Rebate for export material to the tune of Rs.3.17 Crores for the period 2011-2 to 2014-15</li> <li>Total financial savings= Rs.5.78 Crores</li> </ul>
AFT	Sajith M S, Senior Manager (Engineering), Anish P R, Deputy Manager (Engg), Harikrishnan S, MG 6, Ajeesh, Production Assistant.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Upgrading to automated Product Counting System in PP Cover Machine thereby saving 3 manday per day. Annual saving is Rs. 3.90 lakh.</li> <li>Upgrading of Band Sealing Machine used for fourth side sealing of Aluminium foil of sutures.</li> </ul>
KFC	Balakrishnan V, MG4 Krishnan P, MG4	Secondary packing of 10.45 lakhs wallets of IDA Copack order within 6 days and despatched effectively on time.  (Actual time required is 12 days for packing 10.45 lakhs quantities)
KFB	Y.A.Inamdar,Officer Grade-V Mr.M.H.Aski, SG-IV Mr.S.S.Halage, MG-II	Elimination of existing OCP ETP by reducing energy and operating cost
KFB	Gaurav Sharma ,M (HR) Achal Chopra, Assistant (Legal)	Organising Management Trainee Exam which included booking of 13 Schools and proper Co-ordination with various schools/teams/Corporate office.



**The Hindu**

# Waste management unit opened at SAP quarters

'My City' initiative by HLL Life Care



Additional Director General of Police R. Sandhya, HLL Chairman and Managing Director M. Ayyappan, Kowdiar ward councillor Sathi Kumari, and SAP Commissioner Premachandran beside the Thamboreemathi waste management unit set up at the Special Armed Police (SAP) Forces quarters at Perovkadu.

Special Correspondent

**THIRUVANANTHAPURAM** An eco-friendly waste management unit, styled after the much-acclaimed Thamboreemathi model, has been set up at the Special Armed Police (SAP) Forces quarters at Perovkadu here.

The unit has been set up by HLL Life Care as part of its 'My City' waste management initiative, that has been on in the Kowdiar ward for two years now. Additional Director General of Police R. Sandhya inaugurated the Thamboreemathi waste management unit in the presence of HLL Chairman and Managing Director M. Ayyappan.

"The police, along with HLL, will take steps to ex-

pend the reach of Thamboreemathi model to other parts of the city," said Mr. Sandhya. "Being the inaugural initiative in a residential colony, this unit will set an example in the State," said Dr. Ayyappan.

The well-known Thamboreemathi model composting unit is a waste management facility in Kerala that was developed by Francis Xavier of the Thamboreemathi Cattle Breeding Farm at Chakkidty under Kerala Veterinary and Animal Sciences University (KVAFSU). The waste management unit, approved by the United Nations Development Programme (UNDP), has been using the aerobic composting technique for decomposing wastes.

HLL, a central public enterprise, has set up the Thamboreemathi unit at the SAP residential colony as a solution for its residents, including 200 families and over 700 people, for whom waste management was a cumbersome task.

Since the plant has started functioning, Kumbharasur workers, who are part of the HLL-My City initiative, will collect organic waste from the houses in SAP colony and take it to the waste management unit for decomposition. Workers would also collect plastic waste from the residents. Kowdiar ward councillor Sathi Kumari, SAP Commissioner Premachandran, and HLL Director Balu Thomas attended the function.

**Mathrubhumi**

# രാജഭാഷാ പുരസ്കാരം എച്ച്.എൽ.എല്ലിന് സമ്മാനിച്ചു



2015 2016

രാജഭാഷാ പുരസ്കാരം എച്ച്.എൽ.എല്ലിന് സമ്മാനിച്ചു

നൂറ്റാണ്ടിന്റെ ശാക്തീകമായ ഒരു കാലഘട്ടമാണ് ഇന്ത്യയുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനു ശേഷമുള്ളത്. അക്കാലഘട്ടത്തിൽ നമ്മുടെ നാടിന് അഭ്യർത്ഥിച്ചിരുന്ന കാര്യം അനേകം. നമ്മുടെ നാടിന് അഭ്യർത്ഥിച്ചിരുന്ന കാര്യം അനേകം. നമ്മുടെ നാടിന് അഭ്യർത്ഥിച്ചിരുന്ന കാര്യം അനേകം.

**The Hindu**

# HLL Group opens HLL Management Academy

In an effort to meet the growing demand for skilled management professionals in the healthcare sector, HLL Group opened a not-for-profit-organisation named HLL Management Academy (HMA) on July 3. Minister for Revenue and Coir Adoor Prakash inaugurated the office of HMA at Keweenaw Road, Kowdiar, in the presence of HLL Managing Director M. Ayyappan.



**Deccan Chronicle**

# MOU SIGNED BETWEEN HLL, BASELIOS

**DC CORRESPONDENT, THIRUVANANTHAPURAM, FEB 21**

HLL Lifecare Limited on Thursday entered into an agreement with Mar Baselios College of Engineering and Technology (MBCET) to boost industry-academia collaboration and initiate joint research programmes.

The Memorandum of Understanding (MoU) was signed between HLL Chairman and Managing Director Dr. M. Ayyappan and MBCET principal Dr. T. M. George. The MoU will establish an institute industry interaction facility that will provide services and expertise to students to improve capabilities for advanced education, research and innovation. This is HLL's third such partnership with an engineering college.

**The New Indian Express**

# Bid to Promote Hygienic Practices

**Express News Service**

**TPPuram:** In an effort to advocate hygienic practices, HLL Lifecare Limited installed a sanitary napkin vending machine at its corporate head-office in the city. The machine dispenses Happy Days sanitary napkins manufactured by HLL in its Karapala Factory situated in Belgur in Karnataka.

The vending machine 'Vendigo' was installed at the ladies' washroom. "The baseline survey showed low levels of personal hygiene among menstruating women in the community, raising the risk of reproductive tract infections and diseases", said M. Ayyappan, chairman and managing director, HLL Lifecare Limited. He said the issue was identified as a social cause that required a behavioural change initiative to tackle the same.

'Vendigo', a sanitary napkin vending machine, was installed at the HLL Lifecare's corporate head-office

Two vending machines with a capacity to hold around 26 packets were installed. The machines dispense a pack of three napkins for ₹10. A sanitary napkin incinerator was also set up. The incinerator has the capacity to dispose as many as 25 napkins at a time. The vending machine will be soon installed in other offices of HLL. V Sureswathy Devi, assistant vice president (HR), V K Jayasree, deputy general manager HLL, and M Sreekumari, honorary secretary and others were present.

**BusinessLine**

# 50 years on, Hind Latex eyes products beyond condoms

Company diversifies into 'sexual wellness' products

**NEWS-ASIAN NEWS SERVICE**

In its 50th year of operation, the State-run HLL Lifecare, an Hindustan Latex is now called, is expanding itself into a wide range of 'sexual wellness' products, an industry source said at EXPO 2015 recently in India.

From lubricants and gels to shaped vibrating eggs to its mattresses, the condoms, the company has set its eyes beyond the 'Nirodh' brand, India's first condoms that was a key to the success of family planning in both central, campaigns.

social media campaigns. "Yes, we have made a soft entry

into the new market. We decided to go for the promotion of such products through a series of campaigns on Facebook and other social media," HLL Lifecare Chairman and Managing Director M. Ayyappan told BBN.

The company - which creates among its brands Nirodh, GreenLife, Dhadh, Sulek, JitCam, New Life, Nirodh and others - had also started to experiment to have condom usage through its mobile app through its website and the response has been encouraging, the top officials said.

"The knowledge about using these new products, as far as number were about condoms, is low in India," said Ayyappan. "Our objective is to encourage people to use condoms. The something thing is a substantial number of even educated people still don't know how to properly use condoms," he said.

**Affordability**

A version of 12 years in the company, the HLL Lifecare CMD said one of the successful strategies of his company was the way it marketed its products. Making things affordable is the motto of the company, he said.

The company was set up in 1965 as Hindustan Latex in technical collaboration with the state government of Japan in April 1965, he said.

**The Hindu**

# Business Icon of the year 2015



M. Ayyappan, Chairman and Managing Director, HLL Lifecare Limited, received the maiden NIB Award 'Business Icon of the Year - 2015' from Chief Minister Oommen Chandy at Kochi on February 21. The award was instituted by Ernakulam Press Club and Public Relations Council of India (PRCI).

**Destination Kerala Magazine**

# ECO-FRIENDLY WAY

The new facility will help replace furnace oil with the cleaner LNG for fueling burners at the HLL factory at Perovkadu in Thiruvananthapuram.



**THE TECHNOLOGY FOR THIS INNOVATIVE TANK IS PROVIDED BY TURKEY-BASED COMPANY ISISAN**

Director Dr. M. Ayyappan and the facility in Thiruvananthapuram is the first of its kind among public sector organisations in Kerala.

"LNG stored in the tank is converted into natural gas with the help of regulators in the system, controlled by a Programmable Logic Controller. This natural gas is used as fuel to fire boiler and the steam generated is used for manufacturing operations," he said.

The storage facility and operations underwent several checks and safety clearances, particularly from the Petroleum Engineering and Safety Organisation, Durgam. The technology for this innovative tank, which takes care of energy storage, is provided by global industry leader and Turkey-based company, Isisan.

HLL visit at Perovkadu to witness around 5 HLL of LNG for its daily production operations and a per-hour 300 MT of LNG per year. Present LNG Finance Director B. S. Suresh, among others, attended the function.

**The Times of India**

# Nirodh turns vibrant to take on rivals

New Delhi: When it comes to the wrappers of government-supplied condoms, boring is out, attractive is in, but erotic is too much.

India is redefining a redesign of the staid packaging of its half-century-old condom brand, incorporating pictures of handsome men and gorgeous women, in a desperate bid to reduce customers drawn to fancier versions sold by private firms.

The government gives away 650 million Nirodh condoms each year in its safe sex campaign, but the text-heavy display and condoms crammed into a white plastic wrapper are a turn-off for many.

To change this perception, the health ministry has set up a panel to review pictures as well as more vibrant colours for the wrappers of condoms made by state-owned HLL Lifecare.

Nirodh fell out of favour over the years, in the face of competition from pricier Durex, made by the Reckitt Benckiser Group and Kama-

Nirodh's text-heavy display and condoms crammed into a white plastic wrapper are a turnoff for many



Sutra, made by the Indian unit of Australia's Ansell Ltd. Indian firms TTK Healthcare and Mankind Pharma also sell condoms.

While Durex uses vibrant colours on its condom packs, KamaSutra and other Indian brands deploy pictures of scantily clad models.

The government vouches for the quality of its condoms, with a health ministry official saying they will be a lot more popular in their new avatar. "Nirodh is not finding favour right now," the official said. "But you will be tempted to pick up the product," sources.



WELCOME TO HLL FAMILY

CHO



Raman K Ramachandran  
SVP (Operations)



Derajram Benival.  
Scientist (E2)



Tidy Jayachandran Chand  
Executive Assistant



Subramonian H.  
DM (Secretarial)



Ajesh K. V.  
DM (Hindlabs &  
Lifecare Centre)



Sethu.K.S.  
Business Develop-  
ment Manager (IB)



S Padmapriya  
Worker Trainee(DIH)



Radhakrishna Pillai G.  
Facility Assistant



Muraleedharan Nair  
Facility Assistant



PFT

R.K Pramod Kumar M.P.  
Worker Trainee



Vinod D.  
Worker Trainee



Sudheesh S.  
Worker Trainee



Salini V.  
Worker Trainee



Jinu Stephen  
Worker Trainee



Binu R.  
Worker Trainee



Reeya R.G.  
Worker Trainee



Mahendra Dev M.  
Worker Trainee



Abeesh S.  
Worker Trainee



Jayakrishnan S.  
Worker Trainee



Syam Cyril  
Worker Trainee



Sreejith R.G.  
Worker Trainee



Krishna Prasad N.R.  
Worker Trainee



Asha Dev S.V.  
Worker Trainee



Santhosh Kumar P.R.  
Worker Trainee



Aneesh R.  
Worker Trainee



Renjith R.U.  
Worker Trainee



Rajany S.R.  
Worker Trainee



Vinaya Raj V.  
Worker Trainee



Anoop Benson  
Worker Trainee



Prasanth S.  
Worker Trainee

WELCOME TO HLL FAMILY



Abhilash Kumar P.  
Worker Trainee



Ajitha R.  
Worker Trainee



Keerthi Lal J.  
Worker Trainee



Ajikrishnan B.S.  
Worker Trainee



Sibi Soman  
Worker Trainee



Kiran Lal G.S.  
Worker Trainee



Prakash R.P.  
Worker Trainee



Shiju N  
Worker Trainee



Shamnath N  
Worker Trainee



AFT

Renuka S.  
JG1



Binu G.  
Worker Trainee



Sreejith G.P.  
Worker Trainee



Saikumari S.  
Worker Trainee



Rijin R.G.  
Worker Trainee



Vinod R.  
Worker Trainee



Ranjith A.R.  
Worker Trainee



Sreekumar J.  
Worker Trainee



Shibu R.  
Worker Trainee



Sarun Sankar S.V.  
Worker Trainee



Ramesh R.  
Worker Trainee



Beiging B.P.  
Worker Trainee



Jinoop K.P.  
Worker Trainee



Vinoj B.M.  
Worker Trainee



Ajeeve K.L.  
Worker Trainee



Renjith Raj R  
Worker Trainee



Dinu O.P.  
Worker Trainee



Suresh Kumar S.V.  
Worker Trainee



Santhosh Kumar V.  
Worker Trainee



Suchithra T.R.  
Worker Trainee



Chithra Lekha  
Worker Trainee



WELCOME TO HLL FAMILY



Johny D.P. Worker Trainee | Ajimon S. Worker Trainee | Sandhya P.R. Worker Trainee | Vivek Kumar P. Worker Trainee | Vijith V.S. Worker Trainee | Praveen P. Worker Trainee



Praveen P. Nair Worker Trainee | Sabu Joy C. Worker Trainee | Vinayachandran Nair S. Worker Trainee | Rahul S.R. Worker Trainee | Sandhya M.O. Worker Trainee | Arun Raj R.V. Worker Trainee



Anoop A. Worker Trainee | Manjush U. Worker Trainee | Kushal Mankale Worker Trainee (KFB) | Abhinav Sood APE(Elect) (NOIDA) | Alok Kumar Yadav APE (Elect) | Chaman B Jaggi DGM (HR)



Khalid Riaz Manager (BD) | Manish Dhariwal Project Assistant | Manish Pandey Project Engineer (C) | Mayank Kumar Manager (BD) | Navneet Kumar Tiwari Site Engineer (C) | Ravi Shekhar DGM (IT)



Ravindra Kumar Khaitan Chief Architect | Samrat Talukdar - Site Engg (C) | Sanchita Behera Manager (Mech) | Tanmoy Kumar - Site Engg (C) | Tilak kanti Bhowmick Manager (C) | Vivek Sarin Site Engg (C)

CORPORATE LADDER



P. Sreekumar SVP (HR) | R. Ganesan SVP (Finance) | Unnikrishanan S M AVP (S&P) | K C. Jayakumar VP | Madhu. M CSO (DVP) | Jayakrishnan A.R DVP | Satheedevi K.S DGM



Smitha L.G DGM | Santhosh V Senior Manager | Sudha Gopinath Manager | Beena Achan L Manager | Girija Meenattoor J Manager | Hariprasad A.P Manager | Vipin Soman Manager



Benet Jayaprakash Manager | Gireesh Baby P.M Deputy Manager | Renya Raveendran Deputy Manager | Santhosh Kumar P K AM (HR) | Malu S Nair AM (HCS) | Anil Kumar S.R. AM(HCS) | Gopika G Nath Senior Officer(05)



Gopinathan G Nair Senior Officer(05) | Vijayamma V D Senior Officer(05) | P N K Sivakumar Officer (0-4) | Santhosh Kumar R Senior Sales Co-Ordinator | Anand L Senior Sales Co-Ordinator | Lekha P Senior Sales Co-Ordinator | Sreekantan C.S Junior Officer



Rajeshawari P.S Junior Officer | Chandra Babu N Junior Officer | Salini S.S MG 6 | Anil Kumar.R Officer- 4 | Padma Kumari.S MG4 | Asha.M Officer - 4 | Meera B.S Officer- 4 | Bindhu V.S MG2



**CORPORATE LADDER**

**PFT**



Rajendran B VP  
Sathi Ajith S. DGM  
Deepu P. DGM  
Banu S.V. DGM  
Baiju P. DGM  
Harikrishnan K.P. Senior Manager  
Shamnad Shamsudeen Senior Manager



Babu P. Senior Manager  
Shaji M. Manager  
Bhaskar S. Manager  
Rajesh Kumar R. Manager  
Ansu Elizabeth Jacob Manager  
Manikandan S.A. Manager  
Anijith Sebi Sunny M. Manager



Uthaya Chandrika M. Manager  
Ganesh P. Manager  
Radhakrishnan Nair K. Deputy Manager  
A Naresh Kumar Deputy Manager  
K. Vasantha SG-5  
Vishnuprasad P.G. MG1  
Sudarsanan R. Foreman

**AFT**



V Kuttappan Pillai General Manager  
R. Mukund DGM  
Jayaraj. J. Manager  
M Siva Selva kumaran Manager  
Anoop C.S. Manager  
Sajeev Joseph JGM  
Jinu Raju Manager

**KFC**



Manoj Kaimal Manager  
Dibyendu Adhikari Manager  
Mohit Karnani Deputy Manager  
Bineesh Kumar P.K. Deputy Manager  
Siju Antony MG1  
Ajith Kumar KK MG2  
Renjith .P.V. MG2

**CORPORATE LADDER**

**KFB**



J.S. Hiremath SG5  
P.D. Kulkarni SG5  
P.R. Unune Manager  
B.R. Desai Joint GM  
T. Sivakumar Manager  
Subhash Chandra Dora Senior Manager  
Pradeep S VP GRADE

**GAPL**

**RETIREMENT**

**CHO**



Subramany G AVP (CAS)  
Reghunathan B MG6  
Viswanathan O.P. O5  
K. Vasantha SG5  
Chathappan T.M. MG5  
Jayadevan P MG6  
Suresh Kumar. K JGM

**PFT**



Prasanna Kumari A MG6  
Vijayan D Supervisor  
Reghuvaran Nair V SG1  
Prabhakumari G S MG6  
Surendran N.K. MG1  
M.B. Metri MG1  
A.B. Yashwant SG3

**KFB**



A.B. Chougala SG4  
T.M. Ghaste SG2  
R.S. Aiwale MG1  
R.A. Ayachit Officer Grade- IV



Accurate Diagnostics at affordable cost



www.hindlabs.in



1.5 Tesla

 **HINDLABS**<sup>TM</sup>  
**MRI SCAN CENTRE**  
 A Govt. of India Enterprise

**KOTTAYAM:** Govt. Medical College Hospital, Gandhinagar, Ph:+91 (0)481-2595995/395  
**THRISSUR :** Govt. Medical College Hospital, Mulankunnathukavu, Ph:+91 (0)487-2203923/24  
**ALAPPUZHA:** Govt. T.D. Medical College Hospital Complex, Vandanam, Ph: +91 (0)477-2282318/19

**OBITUARY**

*Memories keep those who departed close to us forever...*



Our first Chairman and Freedom fighter Shri Kripa Narain passed away on 18 March 2015.  
 HLL family expresses our deepest condolences and prayers for the family of Shri. Narain.  
 May his soul rest in peace.



P.S. Pradeep Kumar  
AFT



Mohanachandran K  
PFT, MG5



Samprakas G  
PFT, MG5



Kamble Chudamani L  
KFB, SG-III



# Ensuring a secure future



HLL Biotech Ltd (HBL) secures future generations by providing safe and effective vaccines at affordable prices for every Indian. HBL is partnering with Ministry of Health and Family Welfare, Government of India to set up a premium facility for production of vaccines for the National Immunization Programme and other new generation vaccines at its campus in Chengalpettu near Chennai in Tamil Nadu.

Ticel Biopark Campus (Module # 013-015), CSIR Road, Taramani, Chennai-600 133, Tamil Nadu, India  
Tel: +91 44 - 22 55 423/ 33 enquiry@hllbiotech.com visit: www.hllbiotech.com



## ACHIEVEMENTS



### HLL family member joins UNESCO

Dr T. C. Prathna PhD, D/o Mr J.Chandrasekaran FA-RM HLL- CMO has joined UNESCO Netherlands on 01 September 2015 on a 2 year assignment. She is one among three candidates selected for Water Research and Education through year-long selection process across the globe. Dr Prathna got her Doctorate in Nano Technology at the age of 25. Before joining UNESCO she worked with Indian Institute of Science (IISc) Bangalore and Indian Institute of Nano Science and Technology (IINST) Mohali - Punjab as a Post Doc Research Associate.



Mr P.K Narendra Kumar, SG2, Electrical Section (PFT), receiving the 'Excellent Safety Conscious Worker Award 2015' on National Safety Day Calibration 2015 from the Director of Factories and Boilers.



Ms Neena Shamjith, Peroorkada Factory receiving first prize from Mr P.K Ibrahim Kunju, State Minister in Essay competition conducted at state level by Kerala State Productivity council.



Ms S V Banu, DGM, HLL -PFT has won 2nd Prize in Essay Writing Competition and 6th Prize in Extempore speech competition (for non Hindi speaking states) in connection with Joint Hindi Fortnight Celebrations of TOLIC held on 16 March 2015 and 17 March 2015 respectively.

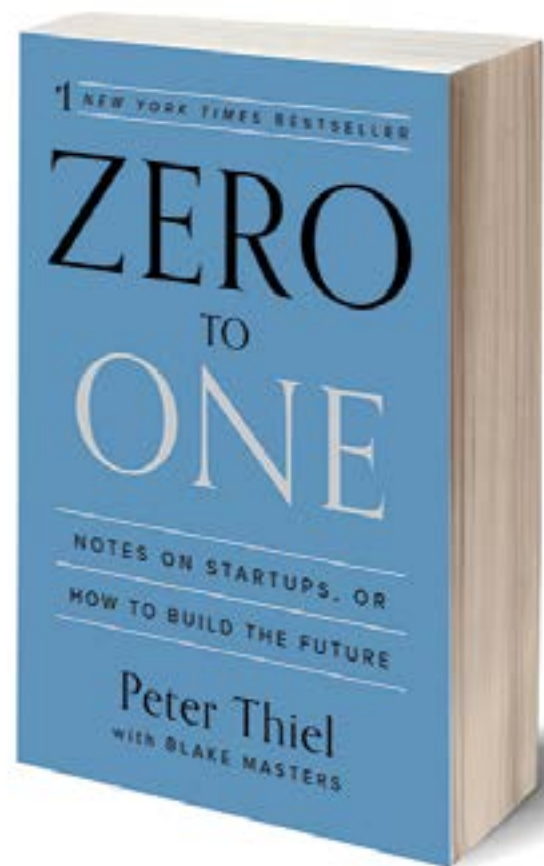


Mr Ajithkumar G, MG-6, Utility, HLL - PFT has won 4th prize for Hindi Song Competition (Male) in connection with Joint Hindi Fortnight Celebrations of TOLIC held on 17 March 2015



Ms Anna Joseph, D/o Joseph Thomas, MG4, Engg: Dept, peroorkada Factory scored A+ in all subjects in Plus Two 2014 - 2015.





## ZERO To ONE

Authors :Peter Thiel and Blake Masters  
Published by Crown Business, a division of Random House

As you open your daily newsfeed or surf a business channel, often you encounter a word called ‘startup’. You come to hear that the central and state governments are encouraging ‘startup’ companies. The wide coverage on our Prime Minister’s visit to U.S.A. – particularly to the Silicone Valley - has enthused a lot of youngsters in India to know about ‘start-ups’.

So, what is a ‘start-up’? And how do you begin one? What are the essentials one need to keep in mind, while conceiving a ‘start-up’? And, how do ‘start-ups’ fit in overall within an economy?

Peter Thiel, co-founder of Pay Pal - one of the first ever electronic commercial portals – examines and finds answers to the above questions in his brilliant book titled, “Zero To One”. The title signifies one of the two modes of progress, namely, horizontal and vertical. The horizontal progress can be depicted as 1 to n, and the vertical as 0 to 1. To move from 1 to n, you need to replicate success from small to big, or local to global. But in order to transcend from 0 to 1, you need to do something new – something not known previously.

Theil attributes this novelty factor as the key to success of Silicon Valley, the world’s technology capital and home to several ‘zero to one’ companies. The author starts the book with a contrarian question: What important truth do very few people agree with you on? Simple as it may seem, it is a question very difficult to answer, because you have to tell something which is unimagined before! That unimagined or novel idea is like a new business. The next Bill gates will not build an operating system. The next Larry Page won’t make a search engine. And the next Mark Zuckerberg won’t create a social network. If you are copying these guys, you aren’t learning from them.

The above suggestion follows that being the first, and remaining there can be key to success. Such a proposition defeats competition: Monopoly is the condition of every successful business. Theil suggests that we need to overcome competition as an ideology that pervades our society and distorts our thinking. The ideology prevails throughout in our society, be it in the field of education or business. Whereas our objective should be to create brilliant economists or scientists who stand apart in their thinking; or business men who change the way in which people live their lives, for the better.

Such a futuristic concept would necessarily mean that worth of a company should be evaluated by its future cash flows discounted to present. The basic question should be: will this business still be around a decade from now? The hallmark of a startup should be definite optimism, backed up by extensive planning and careful execution. There is no place for luck and chance. You are not a lottery ticket.

As different from an individual, an enterprise works as a team. And a startup is characterised by its size too. Startup is the largest group of people you can convince of a plan to build a different future. Theil asks the business version of the contrarian question: what valuable company is nobody building? Theil states that every correct answer is necessarily a secret; something important and unknown, something hard to do but doable.

In a self-help act, Theil outlines seven important questions that every business must answer at the planning stage itself.

1. The Engineering Question: Can you create breakthrough technology instead of incremental improvements?

- 2.The Timing Question: Is now the right time to start your particular business?
- 3.The Monopoly Question: Are you starting with a big share of a small market?
- 4.The people Question: Do you have the right team?
- 5.The Distribution Question: Do you have a way to not just create but deliver your product?
- 6.The Durability Question: Will your market position be defensible 10 and 20 years into the future?
- 7.The Secret Question: Have you identified a unique opportunity that others don’t see?

While advocating that a newfound idea is the backbone of any futuristic startup, Theil warns against any maverick or nerdy behaviour on the part of founders. Founders can have queer traits, only to enable them to remain focussed or creative, and not be exchanged for individual notoriety or demonization at any moment.

Does it mean that it is enough to found a business that is new, different and just apparently beneficial to the society? Peter Thiel concludes: Our task today is to find singular ways to create the new things that will make the future not just different, but better – to go from 0 to 1. The essential first step is to think for yourself. Only by seeing our world anew, as fresh and strange as it was to the ancients who saw it first, can we both re-create it and preserve it for the future.

Peter Theil’s book is an economic treatise, business strategem and a social vision – all rolled into one. Written in a lucid language, “Zero to One” is very different from other books of this genre – living up to the philosophy that it puts across. A monopoly of sorts?



Dr K R S Krishnan,  
Director  
Technical and Operations



## “Thee” Park

Raji Jaideep

W/o Jaideep.B  
DVP (Civil), HITES

A Sunday evening and it coincided on the International Women’s Day.

The day started glancing through the Newspaper. My eyes swiftly picked the article - "Tips for today’s Women for a healthy life". It was published for Women welfare as a dedication (sounds rewarding to be a women!).

Of the long list ,the one that caught my attention was –

- Ensure a regular 30 min walk every day
- Discard your phone during your walk
- Appreciate the nature around.

I decided to give it a try in the evening. I forcibly pushed myself for the evening walk to a nearby Park (small green lung in the middle of city), all by myself discarding my mobile. I decided to take 7 rounds on the walking track to engage the 30 min period.

The Park had thick Flora and my attention sprung to the crown of the tree. Thick Green leaves painting the Blue sky as I see from the Ground . I looked a little closer and observed many weaver nests made of haystacks at the treetop. Wondered, the birds PARKed themselves in their impressive creations. As I was moving, many small hives could be noticed in the form of capsules/hoods made by weaving leaves. Sure ,the insects had PARKed themselves in their palatial home. Just then, I was interrupted by a Squirrel running across the walking track to climb a tree . With a Guava in its clutches , it rested on a branch to eat the fruit . The creature had PARKed to enjoy its food.....I continued my rounds amazed at Nature’s contribution or offering for every creature. Nature gives out everything irrespective of the species you belong to.....which we rarely realise.....

The Soft Chirping of birds triggered my ears. I followed the sound and could see white throated sparrows PARKed on the branches and twigs of trees. Between

the trees were Pockets of deep yellow and purple that attracted the bees and flies. Busy bee were hissing and some PARKed on the colourful flowers to suck the nectar.

The Park seemed more colourful that day. Not that it wasn’t colourful during my previous visits but today my consciousness was tuned to admire, sense.

I then looked around to observe the higher species- we the great humans . Some were engrossed in the errands and some engaged in conversation. Few youngsters PARKed on few benches and expressing their affection, love....some PARKed on benches connecting to loved ones across borders and within borders over devices..... some in pensive mood. Few hexa and septagenarians discussing politics, sports, family and how they loved their grandchildren. Thoughts and feelings of mankind gets PARKed at this place. Some Amateur photographers were following the colour pockets of flowers to emphasize the perfection of nature to society.

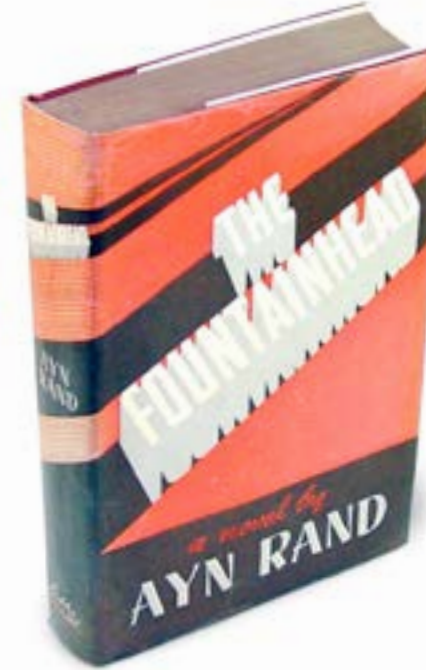
I could see the Sun ready to bid goodbye for the day. I PARKed myself on one of the benches, patting myself for having taken this decision for a evening stroll and connecting with nature. I felt lighter, refreshed than I entered the Park. I could relate to the power of nature, its generosity, warmth which is dwindling in the material word.

I realized Nature gives me in abundance, than I’m worth for.....what do I return? Million Dollar question.....

I started off from the Park and as I passed by , could see groups of elderly women walking towards the Park....Felt Good to see the awareness on health among women folks ....but, Just wished they spend the time to connect themselves with nature as they de-stress.

I just said to myself: this cannot be “The Park” but deserves to be “Thee Park”. Nature deserves to be \_ respected.....

## BOOK REVIEW



## THE FOUNTAINHEAD

by **AYN RAND**

Rand creates a black and white world and fills it with characters that seem to be having different shades of black and white. Rand portrays a society so caught up in mediocre that it forgets to recognize true talent. The unrelenting battle between the society and Howard Roark forms the crux of the story.

Though close to 700 pages long, Rand easily manages to retain readers’ attention and captivates us with a brilliant storyline, interesting characters and memorable conversations. You may even find a bit of yourself in the characters that Rand has created in the novel.

Howard Roark, the hero of ‘The Fountainhead’ will not follow the crowd. He is an idealist. He is talented. He is independent. He decides to follow his heart and find his own place in the world.

The Fountainhead, one among the first and most famous works of Ayn Rand was published in the year 1943. The story portrays the author’s version of New York in the 1920s and 30s. It is the story of Howard Roark, and his struggle as an architect against conventional standards. His story drives the novel. In Ayn Rand’s words, he is “A man who was as man should be”. The novel depicts his life and the life of those who love/hate him.

Rand creates well etched characters that tend to linger in our minds.

- Howard Roark: a fiercely independent person expelled from college for his insubordination, denied work because of his refusal to compromise, opposed by architectural critics for his unconventional designs.
- Dominique Francon – A strong willed woman who has resolved on destroying Howard Roark.
- Peter Keating- The darling of the mass. The guy who chases success.
- Ellsworth Toohey – The soft spoken philosopher with a secret motive
- Gail Wynard – The self-made billionaire

Through the story of a struggling architect, Rand also tries to introduce her thoughts and philosophies on life, to the readers. Her ideas on life, which may be influenced by the period (the second world war) and her life in Soviet Russia, does not always strike a chord with the reader. You may also feel an overemphasis given on the individuality of the protagonist while underemphasizing the same for the other characters.

While reading the novel, there would be times wherein you may not agree with author’s beliefs and you may dislike Howard Roark for being the voice of her ideas, but there would also, most definitely, be times when Roark has made you smile, with his spirit, arrogance and sheer indifference.

So if you happen to see ‘The Fountainhead’ sitting on a book case someplace, do grab a copy. It would definitely be an interesting read.

As the critics say, ‘with Howard Roark there is no middle path – You either love him or you despise him- You just can’t ignore him’



Deepak D  
DM (BB, HLL-AFT)





Devananda C.M  
D/o Mr N. Chandra Babu  
Marketing Dept - CHO

## MY MOTHER

How dear your face,  
My mother  
You are a precious gift of god,  
For me like a treasure  
Your smile is innocent  
Like clear sky

Greater than the seven  
Wonders of world  
Dear mother without you,  
My life will be incomplete  
You are the source of my  
Success and promotion  
Without your love my heart,  
Will be empty  
I am proud to be your son  
Dear mom  
You are the most precious  
Gift of God



Abhimanyu.R.S  
S/o Mr S. Radhakrishnan  
Sourcing Division-CHO

 To heal joint pain,  
we first heal the joint. 



### Introducing Herbs & Berries Joint Care Cream

Rediscover freedom from pain. Rediscover the power of ancient, authentic Ayurveda that treats inflamed joints and aching muscles from within. Developed by Arya Vaidyasala Kottakkal, based on well-known pain management preparations like *Mahanarayanatailam* and *Kapuraditailam*, Herbs & Berries Joint Care packs 49 effective ingredients including *Bala* and *Devataram* that penetrate deep to reduce inflammation, improve mobility and flexibility in the joints. Maximizing age old tradition for a life that is active and fulfilling today.



True health. True life.







31 years ago...

The foundation stone laying ceremony of HLL's second factory at Kanagala, Belgaum - 16 October 1984.

HLL HERITAGE



Dignitaries arriving



Inauguration in the presence of then HLL Chairman Mr S Krishnakumar IAS and Mr B Shankaranand, then Union Minister for Health and Family Welfare.

PROGRAMME	
Invocation	Dr. H. L. Thimme Gowda Hon'ble Minister for Health and Family Welfare, Govt. of Karnataka
Welcome Address	Dr. H. L. Thimme Gowda Hon'ble Minister for Health and Family Welfare, Govt. of Karnataka
Report on Expansion Project	Shri S. Krishnakumar Chairman, Hindustan Latex Limited
Felicitation	Shri W. S. Shankaranand Secretary, M. of Health & Family Welfare, Government of India
Presidential Address	Shri S. Shankaranand Hon'ble Union Minister for Health and Family Welfare
Inaugural Address and Laying of Foundation Stone by	Shri R. Venkataraman Hon'ble Vice President of India
Vote of Thanks	Shri R. P. Kappan Asst. Secretary to Government (P.W.) Government of India
National Anthem	

“Family Planning must become a people's movement... of the people, by the people, for the people”

**SHRI S. KRISHNAKUMAR**  
CHAIRMAN  
AND  
**THE BOARD OF DIRECTORS OF HINDUSTAN LATEX LIMITED**  
request the pleasure of your company on the occasion of laying the foundation stone of the **Belgaum Condom Project** BY **SHRI R. VENKATARAMAN** Hon'ble Vice President of India WITH **SHRI B. SHANKARANAND** Hon'ble Union Minister for Health and Family Welfare ...presiding in the presence of **Dr. H. L. THIMME GOWDA** Hon'ble Minister for Health and Family Welfare, Govt. of Karnataka at Kanagala, Belgaum District on Tuesday the 16th October 1984 at 11.15 a. m.

in the service of the Nation's Family Planning Programme

Invitation card for the ceremony



Then Vice President Mr R. Venkataraman laying foundation for the Factory



Factory site



Japanese partners



Audience



“मेरी ज़िन्दगी है खूबसूरत, मेरा परिवार है खुशहाल,  
मैं हूँ इसका आधार, सहेली ने निभाया मेरा साथ।”

पिछले 18 वर्षों से दुनिया की एकमात्र स्टेरॉइड रहित गर्भ निरोधक गोली,  
जो है लाखों महिलाओं की सहेली और लेने में आसान-हफ्ते में एक बार\*।  
सहेली से बुरे प्रभाव, जैसे मोटापा, उल्टियाँ और चक्कर बिल्कुल नहीं,  
क्योंकि ये है 100% स्टेरॉइड रहित गर्भ निरोधक गोली।

लाखों की सहेली, बन सकती है आपकी सहेली।



अधिक जानकारी के लिए, हमें टोल-फ्री नं.: 1800 425 3223 पर सम्पर्क करें, या [saheli@lifecarehll.com](mailto:saheli@lifecarehll.com) पर ईमेल भेजीए।



\*पहले तीन महीने, हफ्ते में दो बार और चौथे महीने से हफ्ते में एक बार जब तक बच्चा ना चाहें।



## राजभाषा कीर्ति पुरस्कार- एचएलएल को प्रथम स्थान

दक्षिण भारत के केंद्र सरकार के सार्वजनिक उपक्रमों के बीच  
में राजभाषा के सर्वोत्तम कार्यान्वयन के लिए लगाए राजभाषा  
कीर्ति पुरस्कार राष्ट्रपति श्री प्रणाब मुखर्जी के कर कमलों से १४  
सितंबर 2015 को विज्ञान भवन नई दिल्ली में आयोजित हिंदी दिवस  
समारोह में एचएलएल के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक डॉ.एम.अय्यप्पन  
ने हासिल किया।

एचएलएल इस राजभाषा पुरस्कार के लिए नौ वीं बार हकदार बन  
रहा है। इस बार एच एल एल ने पहला स्थान हासिल करके अपनी  
उपलब्धती दुहरायी है।

केंद्र सरकार की राजभाषा नीति को प्रोत्साहित करने वाली उपलब्धियों  
को गृह मंत्रालय, राजभाषा विभाग भारत सरकार द्वारा राजभाषा  
कीर्ति पुरस्कार से पुरस्कृत किया जाता। संविधान में सभा द्वारा  
१४ सितंबर 1949 को हिंदी भाषा को संघ की राजभाषा के रूप में  
घोषित किया गया, इसके वार्षिक दिवस को देश भर में हिंदी दिवस  
के रूप में मनाया जाता है।

डॉ. एम.अय्यप्पन ने कहा- राजभाषा हिंदी को कार्मचारियों के बीच  
में लोकप्रिय बनाने के फलस्वरूप एचएलएल को सफलता प्राप्त  
हुई है। हिंदी भाषा को आत्मसात करने के लिए एचएलएल में  
विविध क्लास के अलावा कर्मचारियों और उनके बच्चों के लिए  
विविध प्रतियोगिताएँ, कला और मनोरंजन कार्यक्रमों के आयोजन  
कर रहे हैं।

एचएलएल की राजभाषा पत्रिका समन्वया में एचएलएल पेरुरकडा  
फैक्टरी के श्रीमती पी. इंदिराम्मा द्वारा लिखित “ जनता की  
स्वास्थ्य रक्षा में एचएलएल की भूमिका ” लेख को राजभाषा गौरव  
पुरस्कार दूसरा स्थान प्राप्त हुआ। उक्त पुनीत अवसर पर श्रीमती  
इंदिराम्मा ने नकद पुरस्कार रु. 22,000/- और प्रमाण पत्र राष्ट्रपति  
से हासिल किया।





## तरलीकृत प्राकृतिक गैस अब एचएलएल का ईंधन

एचएलएल तरलीकृत प्राकृतिक गैस निर्माण करके फिर व्यापार के क्षेत्र में नमूना बन गया। एचएलएल में संस्थापित तरलीकृत प्राकृतिक गैस (एलएनजी) भंडारण क्षेत्र में और गैर-गैसीकरण सुविधा के उद्घाटन केरल के मुख्य मंत्री श्री उम्मन चांडी ने किया। दक्षिण भारत में सार्वजनिक उद्यम संस्था के क्षेत्र में बनायी गयी इस तरह की प्रथम पद्धति है यह। फर्नस ऑयल के बदले पर्यावरण अनुकूल प्राकृतिक गैस उपयोग करने के लक्ष्य के साथ 39.4 क्यूबीक मीटर भंडारण क्षमतावाले एलएनजी भंडारण एचएलएल की पेरूरकडा फैक्टरी में संस्थापित किया गया है।

उद्घाटन के दौरान मुख्य मंत्री ने कहा - एचएलएल अपनी फैक्टरी में प्रदूषण से मुक्त एवं किफायती लागत पर प्राकृतिक गैस उपयोग करके केरल के अन्य संस्थाओं को प्रेरक बन जाये। प्राकृतिक गैस की भलाई को समझ कर इस सुविधा प्रयोग करने के लिए केरल में पिछले साल के बजट में मूल्य वर्धित कर (वैट) से एलएनजी को छूट दी थी। केंद्र सरकार इसकेलिए सदा प्रोत्साहन देते हैं लेकिन संस्थाएं प्राकृतिक गैस का फायदा नहीं उठाते हैं जो बहुत खेद की बात है। इस अवसर पर एचएलएल ने कम अवधि में इस परियोजना लागू की जो गर्व की बात है - मुख्य मंत्री ने जोड़ा।



केरल के मुख्यमंत्री श्री उम्मन चांडी 9 जुलाई 2015 को सर्गम ऑडिटोरियम में वर्चुअल स्क्रीन पर एलएनजी स्टोरेज और रीगैसीफिकेशन सुविधा की उद्घाटन करते हैं।

श्री के मुरलीधरन ने निवासियों और अन्य नेताओं के अनुमोदन एवं समर्थन के साथ इस पर्यावरण के अनुकूल सुविधा के संस्थापन के लिए एचएलएल को सराहना की। आसपास के निवासी लोग यहाँ की इस सुविधा के संस्थापन पर आशंकित थे। लेकिन एचएलएल उनके साथ नियमित रूप से उनसे बातचीत की और आश्वासन दिया कि एलएनजी स्वच्छ, सुरक्षित और आर्थिक इंधन है जो विनिर्माण प्रचालन में अनुकूल वातावरण बनाता है। उन्होंने कहा कि कवडियार को एक प्रदूषण मुक्त वार्ड बनाने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाने की ओर निवासी लोग एचएलएल से आभारी हैं।

डॉ.एम.अय्यप्पन, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, एचएलएल ने कहा "हमें गर्व है कि केरल में सार्वजनिक क्षेत्र के संगठनों के बीच में एलएनजी भंडारण एवं गैर गैसीकरण की पहली सुविधा तिरुवनंतपुरम में एचएलएल ने संस्थापित किया है। डॉ. एम. अय्यप्पन यह भी कहा - टैंक में समाहरित एलएनजी एक प्रोग्राम योग्य लॉजिक कन्ट्रोलर द्वारा नियंत्रित प्रणाली में वेप्पराइसर की मदद से प्राकृतिक गैस में बदल जाती है। इस प्राकृतिक गैस को बोइलर में ईंधन के रूप में प्रयोग किया जाता है और उत्पन्न भाप

को प्रचालन विनिर्माण के लिए उपयोग किया जाता है। उन्होंने एक वर्ष से एलएनजी के वैट में छूट की अवधि का विस्तार करने के लिए मुख्य मंत्री से अनुरोध किया। भंडारण सुविधा और प्रचालन के अधीन कई मानक एवं सुरक्षा क्लियररनस पेट्रोलीयम विस्फोटक और सुरक्षा संगठन, नागपूर से है। इस नवीनतम टैंक के लिए प्रौद्योगिकी जो ऊर्ज की कमी का ख्याल रखता है, वैश्विक उद्योग के नेता और टर्कि - आधारित कंपनी ईइसान द्वारा प्रदान की जाती है। अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक ने यह भी कहा "एचएलएल के पेरूरकडा यूनिट को अपने दैनिक उत्पादन प्रचाल के लिए एलएनजी के लगभग 9एमटी. अपेक्षित है। हम प्रति वर्ष 240 मेट्रिक टन खरीदते हैं।" यद्यपि प्रणाली का संस्थापन 2014 में पूरा किया गया, सफल ट्रयल रन और प्रणाली के स्थिरीकरण वाणिज्यिक संचालन के औपचारिक उद्घाटन के लिए अपेक्षित किया था। श्री आर.के. गार्ग, वित्त निदेशक, पेट्रोनेट, एलएनजी, श्रीमति सति देवी, कवडियार वार्ड काउंसलर, एचएलएल के निदेशक: डॉ. के.आर.एस. कृष्णन, डॉ. बाबु तोमस, आर.पी. खण्डेलवाल और पी. श्रीकुमार, एचएलएल वरिष्ठ उपाध्यक्ष उद्घाटन समारोह में उपस्थित थे।





HLL Management Academy

## एचएलएल प्रबंधन अकादमी (एचएमए)

स्वास्थ्य रक्षा क्षेत्र में नया कुशलता प्रबंधन  
विकास पहल लॉच करने के लिए  
आईएल & एफएस के साथ टाइ-अप।

स्वास्थ्य क्षेत्र में कुशल प्रबंधन पेशेवरों की बढ़ती मांग को पूरा करने के प्रयास में, एचएलएल ग्रुप द्वारा आज यहाँ एचएलएल प्रबंधन अकादमी (एचएमए) नामक एक लाभ रहित संगठन प्रारंभ किया गया।

इस सोसायटी को त्रावणकोर - कोच्चिन साहित्यिक, वैज्ञानिक और चैरिटेबल सोसायटीस पंजीकरण अधिनियम 1955 के अधीन पंजीकरण किया गया, एचएमए अवसंरचना और वित्तीय सेवा फार्म आईएल & एफएस के साथ साझेदारी करके नए कौशल विकास पाठ्यक्रम का कार्य करेगा।

श्री अडूर प्रकाश, राजस्व एवं कयर मंत्री केरल सरकार ने आज केस्टोण रोड, कवडियार में एचएमए के लिए नए कार्यालय का उद्घाटन किया। देश आज सेवा खंड की विशेषकर स्वास्थ्य रक्षा के लिए प्रशिक्षित मानव शक्ति की भारी कमी की सामना कर रही है - चाहे वह विनिर्माण, प्रचालन और अनुरक्षण या प्राण के क्षेत्र में हो। यह अत्यधिक प्रशंसनीय है कि एचएलएल ने उन्नत चिकित्सा क्षेत्र और आम जनता के बीच इसे लागू करके इस अंतर को भरने के लिए आगे आया है। मंत्री ने बताया कि एचएलएल स्वास्थ्य रक्षा प्रबंधन एवं सेवा के क्षेत्र में समुदाय के लिए महान सेवाएँ की जा रही है।

इस क्षेत्र एवं संसाधन पूल में एचएलएल के उत्कृष्ट ट्रेक रिकॉर्ड कंपनी ने विकसित किया है, मुझे यकीन है कि स्वास्थ्य रक्षा सुपुर्दगी क्षेत्र के विविध मुद्दों को हल करने की क्षमतावाले प्रशिक्षित पेशेवरों को सृजित करने में एचएलएल काबिल है।

एचएलएल के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक डॉ. एम. अय्यप्पन ने कहा - एचएलएल अकादमी का उद्देश्य स्वास्थ्य रक्षा के क्षेत्र में शिक्षा, अनुसंधान, प्रशिक्षण और विशेष क्षेत्र में परामर्श प्रदान करने में उत्कृष्टता का एक केंद्र बन जाना है। एचएलएल अकादमी के महत्वपूर्ण उद्देश्यों में एक है क्षमता निर्माण और स्वास्थ्य रक्षा उद्योग में विशेष रूप से सामाजिक विपणन & फ्रेंचाइजिंग, प्राण प्रबंधन, क्लीनिकल इंजीनियरिंग, सामाजिक उद्यमिता और संबंधित स्वास्थ्य विज्ञान में कुशल कार्यबल बनाना।



श्री अडूर प्रकाश, राजस्व एवं कयर मंत्री, केरल सरकार 3 जुलाई 2015 को डॉ. एम. अय्यप्पन, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, एचएलएल की उपस्थिति में एचएलएल के 7 वीं समनुषंगी एचएलएल प्रबंधन अकादमी (एचएमए) का उद्घाटन करते हैं।

वर्तमान में, एचएलएल के शैक्षिक प्रभाग क्लीनिकल इंजीनियरिंग और प्रबंधन में पोस्ट ग्रेजुएट डिप्लोमा (पीजीडीसीईएम) और क्लीनिकल इंजीनियरिंग और प्रबंधन में एडवांस्ड डिप्लोमा सहित कई प्रबंधन पाठ्यक्रम आयोजित किया जाता है।

अकादमी विश्व बैंक और स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के सहयोग से स्वास्थ्यरक्षा क्षेत्र में सार्वजनिक प्राण और

ठेके प्रबंधन पर अंतरराष्ट्रीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा।

इसकी व्यापक उद्देश्यों में कुछ बच्चों में चरित्र निर्माण के लिए व्यक्तिगत कार्यक्रमों के आयोजन करना और कुशल विकास, युवाओं के रोजगार में सुधार करने के लिए संस्थाओं की स्थापना और व्यक्तिगत कार्यक्रमों के आयोजन शामिल है।





## नवान्वेषण के साथ इंजीनियरिंग विद्यार्थी एचएलएल में

नवान्वेषण के साथ इंजीनियरिंग विद्यार्थी एचएलएल में एचएलएल में प्रति वर्ष 25 लाख रुपए लाभ करने के लिए सीलिकन ऑयल नियंत्रण करने वाले उपकरण मोहन दास कोलेज ऑफ इंजीनियरिंग & तकनॉलजी (एम सीईटी) के विद्यार्थियों ने आविष्कार किया। उद्योग - संस्थान - साझेदारी कार्यक्रम के भाग के रूप में एचएलएल में आयोजित विद्यार्थियों के को नवीनतम आविष्कार पर्याप्त ध्यान प्राप्त कर लिया।

एचएलएल के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक डॉ. एम अय्यप्प ने अपने उद्घाटन भाषण में कहा - विद्यार्थियों के नवीनतम भावनाओं परिपोषित करना इसका लक्ष्य है। "आम विद्यार्थियों को विस्तृत इंजीनियरिंग क्षेत्र के बारे में केवल सीमित ज्ञान ही मिलता है। यह समझकर ही एचएलएल उद्योग - संस्थान सहयोग को महत्व देते हैं।

उन्होंने जोडा - छात्रों और फैक्ट्रियों के लगातार संपर्क के साथ शिक्षा संपूर्ण करने के लिए ध्यान देना है। विश्वविद्यालय के अनुसंधान विद्वानों द्वारा शिक्षा और अनुसंधान को महत्व देते समय कोर्पोरेट के प्रबंधक उत्पाद और लाभ पर ध्यान देते हैं। एचएलएल को अपने लिए आवश्यक यंत्र स्वयं विनिर्माण करने की योजना और क्षमता है, इसके लिए ओटोमेशन में निवेश करने की योजना भी है। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि केरल के प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. कुचेरिया पी एसक ने कहा - सामाजिक परिवर्तन

केवल नवान्वेषण के जरिए होता है। तकनीकी विभाग में पढ़ रहे विद्यार्थी लोग आम जनता की जीवन शैली बढ़ाने योग्य नवीनतम उपकरणों के आविष्कार करने और हिस्सेदार बनने के लिए कोशिश करने की जरूरत है। उप कुलपति ने एचएलएल इस तरह प्रोत्सहन करने के लिए नेतृत्व कर रहे डॉ अय्यप्पन को अभिनंदन किया।

नवीनतम योजना के लिए सहयोग दिए एमसीईटी के विद्यार्थी और अध्यापकों के लिए मान्यता थी प्रदर्शिता। वेंटिंग, टैपिंग मशीन, पैकिंग रोबर्ट, ओटोमैटिक पैकेजिंग सुविधा आदि इंजीनियरिंग निपुणता को प्रदर्शित किया गया। सेवानिवृत्त कमडोट और एंसीईटी अध्यापक श्री वी एन. अजीतकुमार, उप मुख्य इंजीनियर और एचएलएल लाइफ़केयर सेंट्रल इंजीनियरिंग विभाग के प्रधान श्री राजीव आदि द्वारा परियोजना का नेतृत्व किया गया।

उद्योग - संस्थान - साझेदारी कार्यक्रम के भाग के रूप में एचएलएल फैक्ट्री दौरा, उद्योग प्रशिक्षण, इंटरशिप, प्रशिक्षण कार्यक्रम, संगोष्ठी आदि भी आयोजित किया जाएगा। एचएलएल में इंटरशिप किये एमसीईटी के अध्यापकों को उप कुलपति ने प्रमाण-पत्र वितरण किया। परियोजना किए गए विद्यार्थियों के भी प्रमाण पत्र एंसीईटी अध्यक्ष श्री मोहन दास और इंटरशिप किए विद्यार्थियों के प्रमाण पत्र श्रीमती राणी मोहनदास ने वितरण किया।



## एचए एचएलएल के निगमित मुख्यालय में सैनिटरी नैफ्किन वेंटिंग मशीन

स्वास्थ्य रक्षा को प्रमुखता देनेवाले एचएलएल लाइफ़केयर लिमिटेड ने सैनिटरी नैफ्किन प्रदान करके स्वास्थ्य परिरक्षा में स्वच्छता कायम रखने के उद्देश्य से कंपनी के निगमित मुख्यालय में महिला कर्मचारियों के लिए सैनिटरी नैफ्किन वेंटिंग मशीन संस्थापित किया। एचएलएल की कनगला फैक्ट्री में विनिर्मित 'हाप्पि डेइस' ब्रांड के नैफ्किन इस वेंटिंग मशीन से मिलेगा। एचएलएल के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक डॉ.एम.अय्यप्पन ने कहा कि सर्वेक्षण के अनुसार मासिक धर्म के दौरान स्वच्छता का अभाव फंगल संक्रमण और अन्य बीमारियों के कारण बन जाता है। यह एक सामाजिक समस्या समझकर यह हल करने के हमारे प्रयत्न का परिणाम है यह सैनिटरी नैफ्किन वेंटिंग मशीन।

निगमित मुख्यालय के कर्मचारियों में 25 प्रतिशत महिलाएँ हैं। महिलाओं के वाश रूम में 2 वेंटिंग मशीन संस्थापित किया गया है। इस वेंटिंगो नामक मशीन से 25 पैकेट नैफ्किन तक मिलेगा। दस

रुपए के लिए तीन नैफ्किनों का एक पैकेट मिलता है। इसका दाम बाज़ार मूल्य से बहुत कम है। उपयोगित नैफ्किनों का निपटान करने के लिए इनसिनेरेटर भी संस्थापित किया गया है। इससे एक साथ 25 नैफ्किन तक राख कर सकता है। आगे एचएलएल के अन्य फैक्ट्रियों एवं कार्यालयों में यह वेंटिंग मशीन संस्थापित करेंगे।

एचएलएल पिक महिला फोरम, लैंगिक उत्पीडन निवारण समिति आदि महिला कर्मचारियों के संरक्षा एवं रक्षा को अतीव प्रमुखता देता रहता है। नैफ्किनों के लिए वेंटिंग मशीन संस्थापित करके एचएलएल अन्य संस्थाओं के लिए एक मार्गदर्शक बन गया है।

इस समारोह में एचएलएल के सह उपाध्यक्ष (मानव संसाधन) एवं लैंगिक उत्पीडन निवारण समिति की अध्यक्षा श्रीमती वी.सरस्वती देवी, उप महा प्रबंधक एवं लैंगिक उत्पीडन निवारण समिति के सदस्य सचिव डॉ.वी.के.जयश्री, पूजपुरा एस एम एस एस हिंदु महिला मंदिरम सचिव श्रीमती एम.श्रीकुमारी आदि ने भाग लिया।



## विश्व आबादी के दिन में मूड्स के विभिन्न प्रचार कार्यक्रम



विश्व में बढ़ती रहती आबादी के अवसर पर जुलाई 11 विश्व आबादी दिन में सामाजिक मीडिया के द्वारा एक नये प्रचार कार्यक्रम "मूड्स" प्रारंभ किया गया। नये गणना के अनुसार विश्व की आबादी 7.3 दश करोड से अधिक है। "कंडोम का उपयोग कीजिए हमारे ग्रह का संरक्षण कीजिए" जैसे आदर्श - वाक्य की विडियो मूड्स प्लानट के फेइस बुक के पन्ने में दिया है। 1279 लाइक और 179 शेयर इस अभियान को प्राप्त हुआ।

सामाजिक मीडिया युवा पीडियों के बीच बहुत अनिवार्य उपाय बन चुका है। फेइस बुक जैसे सामाजिक माध्यम के ज़रिए मूड्स के अभियान आने से अधिक युवाओं को जागरूक बना सकते हैं।

विश्व के सबसे अच्छे ब्रांड है मूड्स। विश्व में 19 विभिन्न ब्रांडों में प्राप्त दुनिया के एकमात्र ब्रांड मूड्स है। मूड्स प्लानट वेबसाइट के द्वारा मूड्स कंडोम ऑन-लाईन खरीद कर सकता है। 63 देशों में मूड्स निर्यात कर सकता है।

## एचएलएल जनसंजीवनी किफायती मूल्य दवाओं के विपणन केंद्र कर्नाटका में।



एचएलएल ने कर्नाटका सरकार के साथ मिलकर आम जनता को किफायती दर पर दवाएं उपलब्ध कराने की योजना कर्नाटका में प्रारंभ की। दवाओं की दूकानों के अलावा रोग निर्णय केंद्र भी कर्नाटका के आर-पार प्रारंभ करने का भी निर्णय लिया गया है। इसके अलावा एचएलएल के साथ मिलकर किफायती दर का डायग्नोस्टिक केंद्र भी प्रारंभित करने की समझौते पर हस्ताक्षर किया गया।

किफायती दर पर दवाओं की विपणन सेवाएँ आसानी से लोगों तक पहुँचाने के लिए जनसंजीवनी दवा केंद्रों की स्थान सूचिका भी राज्य के अस्पतालों में संस्थापित करेगी। पहला किफायती दर औषधशाला बैंगलूर के के.जी.अस्पताल में प्रारंभ करेगा। कर्नाटका के स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री श्री यु. टी. खादर ने

कहा कि इस जनसंजीवनी से हमारा लक्ष्य है सभी स्तर के लोगों को किफायती दर पर दवाएं उपलब्ध कराना। उन्होंने जोड़ा कि एचएलएल की सहभागिता से डायग्नोस्टिक केंद्रों को संस्थापित करने का भी निर्णय लिया गया है।

एचएलएल के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक डॉ.एम.अध्यपन ने व्यक्त किया कि स्वास्थ्य संपन्न जनता ही एक देश की संपत्ति है। आज उच्च स्तर की दवाएँ एवं चिकित्सा सेवाएँ आम जनता के लिए अप्राप्य है। यह जानकर एचएलएल, दवा विपणन सेवाएँ एवं रोगनिर्णय सेवाएँ फैलाने के लिए आगे आया। इस प्रकार की योजनाओं को हम एक व्यापार के रूप में नहीं देखते हैं। यह हमारा उत्तरदायित्व एवं फर्ज है। हज़ारों से अधिक दवाएँ 60 से 80 प्रतिशत तक कटौती दर पर यहाँ से मिलेगी।



# ടെൻഷൻ വേണ്ട. പാർശ്വഫലങ്ങളുമില്ല.

സഹേലി. ലോകത്തിലെ ആദ്യത്തെ സ്റ്റീറോയ്ഡ് ഉപയോഗിക്കാത്ത ഗർഭനിരോധന ഗുളിക.



അപകടകരമായ സ്റ്റീറോയ്ഡ് സഹേലിയിൽ ഇല്ല. ശരീരഭാരം വർദ്ധിക്കൽ, ചർമ്മി അല്ലെങ്കിൽ തലവേദന പോലുള്ള പാർശ്വഫലങ്ങളും ഇല്ല. സഹേലി നിങ്ങൾക്ക് നൽകുന്നത് സമ്പൂർണ്ണ സ്വാഭാവികമാണ്. ഒപ്പം സന്തോഷവും ആരോഗ്യവും.

ആദ്യത്തെ മൂന്ന് മാസം, ആഴ്ചയിൽ നിശ്ചിത രണ്ടു ദിവസങ്ങളിൽ ഗുളികകൾ കഴിക്കുക. നാലാമത്തെ മാസം മുതൽ ആഴ്ചയിൽ ഒരിക്കൽ, ആർത്തവമുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ പോലും, സഹേലി കഴിക്കുക.

ആ രണ്ട് ദിവസങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുന്നതിന് താഴെ നൽകിയിരിക്കുന്ന ടേബിൾ കാണുക :

സഹേലി ഓണ്ലൈറ്റ് ആദ്യമായി ഏകദേശം 14 ദിവസം (ആർത്തവ വ്യക്തിയുടെ ആദ്യ ദിവസം)	ആദ്യ മൂന്ന് മാസങ്ങൾക്ക് ഇനീഷ്യറേഷൻ അല്ലെങ്കിൽ സഹേലി കഴിക്കണം	4-ാമത്തെ മാസം മുതൽ, ഇനീഷ്യറേഷൻ അല്ലെങ്കിൽ സഹേലി കഴിക്കണം
ഓഫർ	ഓഫറും ബുധനും	ഓഫർ
തിങ്കൾ	തിങ്കളും വ്യാഴവും	തിങ്കൾ
ചൊവ്വ	ചൊവ്വയും വെള്ളിയും	ചൊവ്വ
ബുധൻ	ബുധനും ശനിയും	ബുധൻ
വ്യാഴം	വ്യാഴവും ഓഫറും	വ്യാഴം
വെള്ളി	വെള്ളിയും തിങ്കളും	വെള്ളി
ശനി	ശനിയും ചൊവ്വയും	ശനി



സഹേലി. സ്റ്റീറോയ്ഡ് ഉപയോഗിക്കാത്ത ഏറ്റവും സുരക്ഷിതമായ ഗർഭനിരോധന ഗുളിക.

ടോൾ ഫ്രീ നമ്പർ: 1800 425 3223  
e-mail: [saheli@lifecarehl.com](mailto:saheli@lifecarehl.com) visit: [www.saheli.net.in](http://www.saheli.net.in)

## രാജ്ഭാഷാ കീർത്തി പുരസ്കാരം എച്ച്എൽഐന് ഒന്നാം സ്ഥാനം



ദക്ഷിണേന്ത്യയിലെ കേന്ദ്ര പൊതുമേഖലാ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ഔദ്യോഗിക ഭാഷാ ഫലപ്രദമായി നടപ്പാക്കിയതിനുള്ള രാജ്ഭാഷാ കീർത്തി പുരസ്കാരം, രാഷ്ട്രപതി ശ്രീ പ്രണബ് മുഖർജിയിൽ നിന്ന് എച്ച്എൽഐ എൽ ചെയർമാനും മാനേജിംഗ് ഡയറക്ടറുമായ ഡോ. എം. അയ്യപ്പൻ ഏറ്റുവാങ്ങി.

കേന്ദ്ര സർക്കാരിന്റെ ഔദ്യോഗിക ഭാഷാ നയത്തെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്ന നേട്ടങ്ങൾക്ക് കേന്ദ്ര ആഭ്യന്തര ഭാഷാ മന്ത്രാലയത്തിലെ രാജ്ഭാഷാ വിഭാഗം നൽകുന്നതാണ് രാജ്ഭാഷാ കീർത്തി പുരസ്കാരങ്ങൾ. 1949 സെപ്റ്റംബർ 14നു ഹിന്ദി ഔദ്യോഗിക ഭാഷയായി ഭരണഘടനാ സഭ പ്രഖ്യാപിച്ചതിന്റെ വാർഷികമാണ് എല്ലാ വർഷവും ഹിന്ദി ദിവസ് ആയി രാജ്യവ്യാപകമായി ആഘോഷിക്കുന്നത്. ഭരണഭാഷയായ ഹിന്ദിയെ ജീവനക്കാർക്കിടയിൽ ജനകീയമാക്കുന്നതിനുള്ള തീവ്രശ്രമങ്ങൾ നടത്തിയാണ് എച്ച്എൽഐ വിജയം നേടിയതെന്നു ഡോ. എം. അയ്യപ്പൻ പറഞ്ഞു. ഹിന്ദി സ്വായത്തമാക്കുന്നതിന് വിവിധ ക്ലാസ്സുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിനു പുറമെ ജീവനക്കാർക്കും കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കുമായി ഹിന്ദിഭാഷയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വൈവിധ്യമാർന്ന മത്സരങ്ങളും കലാ, വിനോദ പരിപാടികളും തുടർച്ചയായി നടത്താനുണ്ടെന്നും അദ്ദേഹം കുട്ടിച്ചേർത്തു.

എച്ച്എൽഐന്റെ രാജ്ഭാഷാ മാസികയായ 'സമന്വയ' യിൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച

'ജനങ്ങളുടെ ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിൽ എച്ച്എൽഐയുടെ പങ്ക്' എന്ന ലേഖനത്തിന് എച്ച്എൽഐൽ പേരൂർക്കട ഫാക്ടറിയിലെ ഉദ്യോഗസ്ഥ ശ്രീമതി പി. ഇന്ദിരാമ്മയ്ക്ക് രാജ്ഭാഷാ ഗൗരവ് പുരസ്കാരം (ഒന്നാം സ്ഥാനം) ലഭിച്ചു. 22,000 രൂപയും സർട്ടിഫിക്കറ്റുമടങ്ങുന്നതാണ് പുരസ്കാരം.



ശ്രീമതി പി. ഇന്ദിരാമ്മ (പേരൂർക്കട ഫാക്ടറി) രാഷ്ട്രപതി ശ്രീ. പ്രണബ് മുഖർജിയിൽ നിന്നും രാജ്ഭാഷാ ഗൗരവ് പുരസ്കാരം സ്വീകരിക്കുന്നു



# പ്രകൃതി വാതകം ഇന്ധനമാക്കി എച്ച്എൽഎൽ



പ്രകൃതി സൗഹൃദമായ പ്രകൃതി വാതകം ഇന്ധനമാക്കി എച്ച്എൽഎൽ എൽ വീണ്ടും വ്യാവസായിക രംഗത്ത് മാതൃക സൃഷ്ടിച്ചിരിക്കുന്നു. എച്ച്എൽഎൽ സ്ഥാപിച്ച ദ്രവീകൃത പ്രകൃതി വാതക (എൽ എൻജി) സ്റ്റോറേജ് ആൻഡ് റിഗ്യാസിഫിക്കേഷൻ സൗകര്യം മുഖ്യമന്ത്രി ശ്രീ ഉമ്മൻചാണ്ടി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ ആദ്യമായാണ് പൊതുമേഖലാ സ്ഥാപനത്തിൽ ഇത്തരമൊരു സംവിധാനം നിലവിൽവരുന്നത്. ഫർണസ് ഓയിലിനു പകരം പ്രകൃതിസൗഹൃദമായ പ്രകൃതി വാതകം ഉപയോഗപ്പെടുത്തുകയെന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ 39.5 ക്യൂബിക് മീറ്റർ ശേഷിയുള്ള എൽഎൻജി സംഭരണിയാണ് എച്ച്എൽഎൽ ആസ്ഥാനമായ പേരൂർക്കട ഫാക്ടറിയിൽ സ്ഥാപിച്ചിരിക്കുന്നത്.

മലിനീകരണമില്ലാത്തതും ചെലവുകുറഞ്ഞതുമായ പ്രകൃതിവാതകം ഉപയോഗപ്പെടുത്താൻ മുൻകൈയെടുത്ത എച്ച്എൽഎൽ സംവിധാനം കേരളത്തിലെ മറ്റു സ്ഥാപനങ്ങൾക്ക് പ്രചോദനമാകുമെന്ന് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുവേ മുഖ്യമന്ത്രി പറഞ്ഞു. പ്രകൃതി വാതകത്തിന്റെ മേൻമ മനസ്സിലാക്കി ഈ സൗകര്യം പ്രയോജനപ്പെടുത്താനായി കേരളത്തിൽ കഴിഞ്ഞ ബജറ്റിൽ എൽഎൻജിയെ മുല്യവർദ്ധിത നികുതിയിൽ നിന്ന് ഒഴിവാക്കിയിരുന്നു. കേന്ദ്രസർക്കാർ കാലകാലമായി പ്രോത്സാഹനം നൽകുന്നുണ്ടെങ്കിലും മിക്ക സ്ഥാപനങ്ങളും പ്രകൃതി വാതകം പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നില്ലെന്ന് ദുഃഖകരമായ വസ്തുതയാണ്. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ എച്ച്എൽഎൽ കുറഞ്ഞ കാലയളവിനുള്ളിൽ പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കിയതിൽ അഭിമാനമുണ്ടെന്നും മുഖ്യമന്ത്രി വ്യക്തമാക്കി.

ഉൽപ്പാദനത്തിനായി ഉപയോഗിക്കാവുന്ന ശുദ്ധവും ചെലവ് കുറഞ്ഞതും സുരക്ഷ ഉറപ്പാക്കാവുന്നതുമായ പ്രകൃതി സൗഹൃദ ഇന്ധനമാണ് എൽ എൻജി. പ്രോഗ്രാം ചെയ്യാവുന്ന തരത്തിലുള്ള ലോജിക് കൺട്രോളർ ഉപയോഗിച്ച് നിയന്ത്രിക്കുന്ന ബാഷ്പീകരണികളുടെ സഹായത്തോടെയാണ് സംഭരണിയിലുള്ള എൽഎൻജിയെ പ്രകൃതി വാതകമായി മാറ്റുന്നത്.

ബോയിലറുകളിൽ ഇന്ധനമായി പ്രകൃതി വാതകം ഉപയോഗപ്പെടുത്താം. കൂടാതെ റിഗ്യാസിഫിക്കേഷന്റെ ഫലമായുണ്ടാകുന്ന നീരാവിയെ മറ്റു ഉൽപ്പാദന ആവശ്യങ്ങൾക്കായും പ്രയോജനപ്പെടുത്താമെന്ന് എച്ച്എൽഎൽ ചെയർമാനും മാനേജിംഗ് ഡയറക്ടറുമായ ഡോ.എം. അയ്യപ്പൻ പറഞ്ഞു. പ്രതിമാസം 240 മെട്രിക് ടൺ എൽഎൻജിയാണ് പെട്രോനെറ്റിൽ നിന്നും വാങ്ങുന്നത്. എൽഎൻജി സ്റ്റോറേജ് ആൻഡ് റിഗ്യാസിഫിക്കേഷൻ സംവിധാനത്തെ മുല്യവർദ്ധിത നികുതിയിൽ നിന്നു ഒരു വർഷത്തേക്ക് ഒഴിവാക്കിയിട്ടുള്ളത് നീട്ടിനൽകണമെന്ന് അദ്ദേഹം മുഖ്യമന്ത്രിയോട് അഭ്യർത്ഥിച്ചു.

എൽഎൻജി സ്റ്റോറേജ് ആൻഡ് റിഗ്യാസിഫിക്കേഷൻ സൗകര്യത്തിന്റെ പ്രയോജനം പ്രദേശവാസികൾക്ക് മനസ്സിലാക്കി നൽകി റെസിഡൻസ് അസോസിയേഷനുകൾ, മറ്റു പൗരപ്രമുഖർ എന്നിവരുടെ സഹകരണത്തോടെ വിജയകരമായി സ്ഥാപിക്കാൻ കഴിഞ്ഞത് എച്ച്എൽഎൽ നേട്ടമാണെന്ന് ചടങ്ങിൽ അദ്ധ്യക്ഷനായിരുന്ന ശ്രീ മുരളീധരൻ എംഎൽഎ പറഞ്ഞു. കവടിയാർ വാർഡിന്റെ മാലിന്യ സംസ്കരണം ഉൾപ്പെടെയുള്ള വികസന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ എച്ച്എൽഎൽ മുഖ്യപങ്ക് വഹിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നും അതിനാൽ പൊതുജനങ്ങൾ ഈ സ്ഥാപനത്തോട് കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതായും അദ്ദേഹം കുട്ടിച്ചേർത്തു.

പെട്രോനെറ്റ് എൽഎൻജി ഫിനാൻസ് ഡയറക്ടർ ശ്രീ ആർ കെ ഖാൻ പദ്ധതി അവതരണം നടത്തി. കവടിയാർ വാർഡ് കൗൺസിലർ ശ്രീമതി സതി കുമാരി, എച്ച്എൽഎൽ ഡയറക്ടർമാരായ ഡോ. കെ.ആർ.എസ്. കൃഷ്ണൻ, ഡോ. ബാബു തോമസ്, ശ്രീ ആർ.പി. ഖണ്ഡേൽവാൾ, സീനിയർ വൈസ് പ്രസിഡന്റ് ശ്രീ പി. ശ്രീകുമാർ തുടങ്ങിയവർ ഉദ്ഘാടന ചടങ്ങിൽ പങ്കെടുത്തു.





## നൂതന ആശയങ്ങളുമായി എച്ച്എൽഎൽ - എംസിഇടി ഇൻഡസ്ട്രി - ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് - പാർട്ട്ണർഷിപ്പ് പ്രദർശനം

ഇൻഡസ്ട്രി-ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്-പാർട്ട്ണർഷിപ്പ് പരിപാടിയുടെ ഭാഗമായി എച്ച് എൽഎല്ലിൽ സംഘടിപ്പിച്ച വിദ്യാർത്ഥികളുടെ നൂതന കണ്ടുപിടുത്തങ്ങൾ ഏറെ ശ്രദ്ധേയമായി. എച്ച് എൽഎല്ലിൽ പ്രതിവർഷം 25 ലക്ഷം രൂപ ലാഭിക്കാനാകുന്ന തരത്തിലുള്ള സിലിക്കൺ ഓയിൽ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള ഉപകരണമാണ് മോഹൻദാസ് കോളേജ് ഓഫ് എഞ്ചിനീയറിംഗ് ആൻഡ് ടെക്നോളജിയിലെ (എംസിഇടി) ഒരു സംഘം വിദ്യാർത്ഥികൾ കണ്ടുപിടിച്ചത്.

വിദ്യാർത്ഥികളുടെ നൂതന ആശയങ്ങളിലേക്ക് വെളിച്ചം വീശുകയായിരുന്നു പരിപാടിയുടെ ലക്ഷ്യമെന്ന് എച്ച്എൽഎൽ ചെയർമാനും മാനേജിംഗ് ഡയറക്ടറുമായ ഡോ.എം. അയ്യപ്പൻ പറഞ്ഞു. വിശാലമായ എഞ്ചിനീയറിംഗ് മേഖലയെക്കുറിച്ച് പരിമിതമായ അറിവുമാത്രമേ സാധാരണ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ലഭിക്കാറുള്ളൂ. ഇതു മനസ്സിലാക്കിയാണ് എച്ച് എൽഎൽ 'ഇൻഡസ്ട്രി-ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്' സഹകരണത്തിന് പ്രാമുഖ്യം നൽകിയതെന്നും പ്രദർശനം ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യവെ അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

വിദ്യാർത്ഥികളും വ്യവസായശാലകളുമായുള്ള തുടർച്ചയായ സമ്പർക്കത്തിലൂടെ വിദ്യാഭ്യാസം സമ്പൂർണ്ണമാക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണമെന്ന് ഡോ.എം. അയ്യപ്പൻ പറഞ്ഞു. വിദ്യാഭ്യാസത്തിനും അടിസ്ഥാന ഗവേഷണത്തിനും സർവ്വകലാശാലകളിലെ ഗവേഷകർ പ്രാധാന്യം നൽകുമ്പോൾ ഉൽപ്പന്നങ്ങളിലും ലാഭത്തിലുമുമാണ് കോർപ്പറേറ്റ് ലോകത്തെ മാനേജർമാർ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തുന്നത്. ആവശ്യമായ യന്ത്രങ്ങൾ സ്വന്തമായി നിർമ്മിക്കുന്നതിനുള്ള ആശയവും കാര്യക്ഷമതയും എച്ച്എൽഎല്ലിനുണ്ടെന്നും ഇതിനായി ഓട്ടോമേഷനിൽ നിക്ഷേപം നടത്താൻ ഉടനെ പദ്ധതിയുണ്ടെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

കണ്ടെത്തലുകളിലൂടെ മാത്രമേ സമൂഹത്തിൽ മാറ്റം കൊണ്ടുവരാനാകൂവെന്ന് പരിപാടിയിൽ മുഖ്യ അതിഥിയായിരുന്ന കേരള സാങ്കേതിക സർവ്വകലാശാല വൈസ് ചാൻസലർ ഡോ.കുഞ്ചൻപി പി ഐസക് പറഞ്ഞു. സാങ്കേതിക വിഭാഗങ്ങളിൽ പഠിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികൾ സാധാരണക്കാരുടെ ജീവിത നിലവാരം ഉയർത്തുന്ന തരത്തിലുള്ള നൂതന ഉപകരണങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നതിനും സംരംഭകരാകുന്നതിനും ശ്രമിക്കണമെന്നും അദ്ദേഹം വ്യക്തമാക്കി. എച്ച്എൽഎല്ലിനെ ഇത്തരത്തിൽ ഉയർത്തിക്കൊണ്ടുവരുന്നതിന് നേതൃത്വം നൽകിയ ഡോ.അയ്യപ്പനെയും വൈസ് ചാൻസലർ അഭിനന്ദിച്ചു. മാതൃകയാക്കാവുന്ന നേതൃത്വ പാടവമാണ് ഡോ.അയ്യപ്പന്റേതെന്ന് അദ്ദേഹം കൂട്ടിച്ചേർത്തു.

നൂതനപദ്ധതികൾക്കായി സഹകരിച്ച എംസിഇടിയിലെ വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും അദ്ധ്യാപകർക്കുമുള്ള അംഗീകാരമായിരുന്നു പ്രദർശനം. വെൻഡിംഗ്, ടാപ്പിങ് മെഷീനുകൾ, പാക്കിംഗ് റോബോട്ട്, ഓട്ടോമാറ്റിക് പാക്കേജിംഗ് സംവിധാനം തുടങ്ങിയ എഞ്ചിനീയറിംഗ് നൈപുണ്യം വിളിച്ചോതുന്ന കണ്ടെത്തലുകളാണ് പ്രദർശിപ്പിച്ചിരുന്നത്. റിട്ടയേഡ് കമ്യൂണിറ്റി എംസിഇടി അദ്ധ്യാപകനുമായ വി.എൻ അജിത് കുമാർ, ഡെപ്യൂട്ടി ചീഫ് എഞ്ചിനീയറും എച്ച്എൽഎൽ സെൻട്രൽ എഞ്ചിനീയറിംഗ് വിഭാഗം മേധാവിയുമായ ശ്രീ. രാജീവ് എന്നിവരാണ് പ്രോജക്ടുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകിയത്.

ഇൻഡസ്ട്രി-ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്-പാർട്ട്ണർഷിപ്പിന്റെ ഭാഗമായി എംസിഇടി വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി ഫാക്ടറി സന്ദർശനം, വ്യാവസായിക പരിശീലനം, ഇന്റേൺഷിപ്പ്, പരിശീലന പരിപാടികൾ, സെമിനാർ എന്നിവ എച്ച്എൽഎൽ സംഘടിപ്പിച്ചിരുന്നു. എച്ച്എൽഎല്ലിൽ ഇന്റേൺഷിപ്പ് ചെയ്ത എംസിഇടിയിലെ അദ്ധ്യാപകർക്ക് വൈസ് ചാൻസലർ സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ വിതരണം ചെയ്തു. പ്രോജക്ടുകൾ ചെയ്ത വിദ്യാർത്ഥികൾക്കുള്ള സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ എംസിഇടി ചെയർമാൻ ശ്രീ.മോഹൻദാസും ഇന്റേൺഷിപ്പ് ചെയ്ത വിദ്യാർത്ഥികൾക്കുള്ള സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ ശ്രീമതി റാണി മോഹൻദാസും വിതരണം ചെയ്തു.



# എച്ച്എൽഎൽ മാനേജ്മെന്റ് അക്കാദമിക്ക് (എച്ച്എംഎ) തുടക്കം



ആരോഗ്യപരിരക്ഷാ മാനേജ്മെന്റ് മേഖലയിൽ യോഗ്യരായ പ്രൊഫഷണലുകളുടെ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ആവശ്യകത പരിഗണിച്ച് എച്ച്എൽഎൽ ആരംഭിച്ച എച്ച്എൽഎൽ മാനേജ്മെന്റ് അക്കാദമിക്ക് (എച്ച്എംഎ) തുടക്കം കുറിച്ചു. ജൂലൈ 3 ന് റവന്യൂ, കയർ വകുപ്പ് മന്ത്രി ശ്രീ അടൂർ പ്രകാശ് എച്ച്എംഎ ഓഫീസ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു.

ആരോഗ്യപരിരക്ഷാ രംഗത്തെ ഉൽപ്പാദന, പരിപാലന, സമാഹരണ മേഖലകളിൽ യോഗ്യരായവർ രാജ്യത്ത് കുറവാണെന്ന് മന്ത്രി ശ്രീ അടൂർ പ്രകാശ് പറഞ്ഞു. ആരോഗ്യമേഖലയിൽ ആധുനിക സങ്കേതങ്ങളുടെ പ്രയോജനം സാധാരണക്കാരിലേക്ക് എത്തിക്കുന്നതിനാണ് എച്ച്എൽഎൽ ഇത്തരമൊരു സംരംഭം തുടങ്ങുന്നത് അഭിനന്ദനാർഹമാണെന്നും തിരുവനന്തപുരം കവടിയാർ കെസ്റ്റൺ റോഡിലുള്ള അക്കാദമി ഓഫീസ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യവേ മന്ത്രി പറഞ്ഞു. ഈ രംഗത്ത് വിദഗ്ദ്ധ സമാഹരണത്തിലടക്കം ദേശീയതലത്തിൽ എച്ച്എൽഎൽ മികച്ച പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് കാഴ്ചവെയ്ക്കുന്നത്. ആരോഗ്യമേഖലയിലെ വിവിധ പ്രശ്നങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ പ്രാപ്തരായ ഉദ്യോഗാർത്ഥികളെ സൃഷ്ടിക്കുന്നതിന് എച്ച്എൽഎൽ മാനേജ്മെന്റ് അക്കാദമിക്ക് കഴിയും. അതിലൂടെ രാജ്യത്തെ ആരോഗ്യ പരിരക്ഷ മേഖലയുടെ നിലവാരം വർദ്ധിപ്പിക്കാനാകുമെന്നും മന്ത്രി പറഞ്ഞു.

ആരോഗ്യപരിരക്ഷ രംഗത്തെ വിവിധ മേഖലകൾക്ക് ഊന്നൽ നൽകുന്ന അദ്ധ്യയനം, ഗവേഷണം, പരിശീലനം, കൺസൾട്ടൻസി എന്നിവ ലഭ്യമാക്കുന്ന മികവിന്റെ കേന്ദ്രമാക്കി എച്ച്എംഎയെ മാറ്റുകയാണ് ലക്ഷ്യമെന്ന് എച്ച്എൽഎൽ ചെയർമാനും മാനേജിംഗ് ഡയറക്ടറുമായ ഡോ.എം.

അയ്യപ്പൻ പറഞ്ഞു. സോഷ്യൽ മാർക്കറ്റിംഗ് ആൻഡ് പ്രാബ്ലൈസിംഗ്, പ്രൊക്യൂർമെന്റ് മാനേജ്മെന്റ്, ക്ലിനിക്കൽ എഞ്ചിനീയറിംഗ്, സോഷ്യൽ എന്റർപ്രൈസിസ്, അനുബന്ധ ആരോഗ്യ ശാസ്ത്രം എന്നിവയിൽ പ്രാവീണ്യം നൽകി ഉദ്യോഗാർത്ഥികളെ വളർത്തിയെടുക്കുന്നതിനാണ് അക്കാദമി പ്രാധാന്യം നൽകുന്നത്.

ക്ലിനിക്കൽ എഞ്ചിനീയറിംഗ് ആൻഡ് മാനേജ്മെന്റിൽ ബിരുദാനന്തര ഡിപ്ലോമ കോഴ്സുകളും അഡ്വാൻസ്ഡ് ഡിപ്ലോമ കോഴ്സുകളും എച്ച്എൽഎൽഎന്റെ അക്കാദമിക് വിഭാഗത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ നടക്കുന്നുണ്ട്. ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ മന്ത്രാലയത്തിന്റേയും ലോകബാങ്കിന്റേയും സഹകരണത്തോടെ ആരോഗ്യപരിരക്ഷാ മേഖലയിലെ പബ്ലിക് പ്രൊക്യൂർമെന്റ്, കോൺട്രാക്ട് മാനേജ്മെന്റ് എന്നിവയിൽ അന്തർദേശീയ പരിശീലന പരിപാടി സംഘടിപ്പിക്കും. ഇന്ത്യയിലെ മുൻനിര സ്ഥാപനമായ ഐഎൽ ആൻഡ് എഫ്എസുമായി ചേർന്ന് ആരോഗ്യ മാനേജ്മെന്റ് പരിശീലന കോഴ്സുകൾ നടത്തും.

സന്നദ്ധസേവനത്തിന് 1955ലെ ട്രാവൻകൂർ-കൊച്ചിൻ ലിറ്റററി, സയന്റിഫിക് ആൻഡ് ചാരിറ്റബിൾ സൊസൈറ്റിസ് രജിസ്ട്രേഷൻ ആക്ട് അനുസരിച്ച് രജിസ്ട്രേർ ചെയ്ത എച്ച്എൽഎൽ മാനേജ്മെന്റ് അക്കാദമി നൈപുണ്യ വികസന കേന്ദ്രങ്ങൾ ആരംഭിക്കുന്നതിനും യുവജനങ്ങളിൽ തൊഴിൽ നൈപുണ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും കുട്ടികളുടെ സ്വഭാവരൂപീകരണത്തിനായുള്ള പ്രത്യേക പരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിനും ലക്ഷ്യമിടുന്നുണ്ട്.

# എച്ച്എൽഎൽ കോർപ്പറേറ്റ് ഹെഡ് ഓഫീസിൽ സാനിറ്ററി നാപ്കിൻ വെൻഡിംഗ് മെഷീൻ



സാനിറ്ററി നാപ്കിനുകൾ ലഭ്യമാക്കി ആരോഗ്യ പരിപാലനത്തിൽ ശുചിത്വം ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിന് എച്ച്എൽഎൽ ലൈഫ്കെയർ ലിമിറ്റഡിന്റെ ഹെഡ് ഓഫീസിൽ വനിതാ ജീവനക്കാർക്കായി സാനിറ്ററി നാപ്കിൻ വെൻഡിംഗ് മെഷീൻ സ്ഥാപിച്ചു. എച്ച്എൽഎൽഎന്റെ ബെൽഗാമിലെ കൻഗാല ഫാക്ടറിയിൽ നിർമ്മിച്ച 'ഹാപ്പി ഡെയ്സ്' ബ്രാൻഡിലുള്ള നാപ്കിനുകളാണ് വെൻഡിംഗ് മെഷീനിൽ ലഭ്യമാകുക.

ആർത്തവ കാലയളവിൽ ശുചിത്വത്തിന് അഭാവമുണ്ടെന്നാണ് സർവ്വകൾ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നതെന്നും ശുചിത്വമില്ലായ്മ അണുബാധയ്ക്കും മറ്റു രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നതിനുമുള്ള സാധ്യത വർദ്ധിപ്പിക്കുമെന്നും എച്ച്എൽഎൽ സിഎംഡി ഡോ.എം. അയ്യപ്പൻ പറഞ്ഞു. ഇതിനെ സാമൂഹിക പ്രശ്നമായി കണക്കാക്കിയിട്ട് തരണം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള ശ്രമത്തിന്റെ ഭാഗമാണിതെന്നും അദ്ദേഹം വ്യക്തമാക്കി.

കോർപ്പറേറ്റ് ഹെഡ് ഓഫീസിലെ ജീവനക്കാരിൽ ഇരുപത്തിയഞ്ചു ശതമാനവും സ്ത്രീകളാണ്. അനായാസ ലഭ്യതയ്ക്കായി 25 പാക്കറ്റ് നാപ്കിനുകൾ ഉൾക്കൊള്ളാൻ ശേഷിയുള്ള 'വെൻഡിംഗ്' എന്ന രണ്ട് വെൻഡിംഗ് മെഷീനുകളാണ് വനിതകൾക്കുള്ള ശുചിമുറിയിൽ സ്ഥാപിച്ചിരിക്കുന്നത്. മൂന്നു നാപ്കിൻ അടങ്ങിയ പായ്ക്കാണ് പത്ത് രൂപയ്ക്ക് ലഭിക്കുക. വിപണിയിൽ ലഭ്യമാകുന്ന നാപ്കിനുകളുടെ വിലയേക്കാൾ കുറവാണ്.

ഉപയോഗിച്ച നാപ്കിനുകൾ നിർമാർജ്ജനം ചെയ്യുന്നതിന് ഇൻസിനെറ്ററും സ്ഥാപിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഒരേ സമയം 25 നാപ്കിനുകൾ ചാരമാക്കാൻ ശേഷിയുള്ളവയാണിവ. ഇത് വിജയകരമാകുന്നതോടുകൂടി എച്ച്എൽഎൽഎന്റെ മറ്റു ഫാക്ടറികളിലും ഓഫീസുകളിലും വെൻഡിംഗ് മെഷീനുകൾ സ്ഥാപിക്കും.

പിങ്ക് വനിത ഫോറം, ലൈംഗിക പരാതി പരിഹാരസമിതി തുടങ്ങി സ്ത്രീ ജീവനക്കാരുടെ സുരക്ഷിതത്വത്തിനും കരുതലിനും എച്ച്എൽഎൽഎൻ പ്രാധാന്യമാണ് നൽകി വരുന്നത്. നാപ്കിനുകൾക്കായി വെൻഡിംഗ് മെഷീൻ സ്ഥാപിക്കുക വഴി മറ്റ് സ്ഥാപനങ്ങൾക്ക് എച്ച്എൽഎൽ മാതൃകയായിരിക്കേണ്ട.

എച്ച്എൽഎൽ എച്ച്ആർ വിഭാഗം അസോസിയേറ്റ് വൈസ് പ്രസിഡന്റും ലൈംഗിക പരാതി പരിഹാര സമിതി ചെയർപേഴ്സണുമായ ശ്രീമതി വി. സരസ്വതി ദേവി, ഡെപ്യൂട്ടി ജനറൽ മാനേജറും ലൈംഗിക പരാതി പരിഹാര സമിതി മെമ്പർ സെക്രട്ടറിയുമായ ഡോ. വി.കെ. ജയശ്രീ, പുജപ്പുര എസ്എംഎസ്എസ് ഹിന്ദു മഹിലാ ഉന്മൂലം സെക്രട്ടറി ശ്രീമതി എം. ശ്രീകുമാരി എന്നിവരും വെൻഡിംഗ് മെഷീൻ കമ്മീഷൻ ചെയ്ത ചടങ്ങിൽ പങ്കെടുത്തു.



# എന്റെ എച്ച്എൽഎൽ: ജീവനക്കാരുടെ പ്രതികരണങ്ങൾ

മാറ്റങ്ങളുടെ ചുവടു പിടിച്ചാണ് എച്ച്എൽഎല്ലിന്റെ വളർച്ച. പടിപടിയായി വളർന്ന് വളർന്ന്, ഇന്ന് 7 കമ്പനികൾ ചേർന്നൊരു ബൃഹത്തം ഗ്രൂപ്പ് ആയി എച്ച്എൽഎൽ പരിണമിച്ചിരിക്കുന്നു. കമ്പനിയുടെ ജീവനാടികളായ ജീവനക്കാർ ഈ വളർച്ചയേയും, കമ്പനിയേയും എങ്ങനെ നോക്കിക്കാണുന്നു? ഒരു അന്വേഷണം...

"1987 ൽ ആണ് എച്ച്എൽഎല്ലിൽ ജോലിക്ക് ചേർന്നത്. ലാറ്റെക്സിൽ ആണ് ജോലി എന്നു പറയുമ്പോൾ, കോണ്ടം നിർമ്മിക്കുന്ന കമ്പനി ആയത് കൊണ്ട് ആദ്യം ഒരു ജാലതയായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇന്ന് അങ്ങനെയല്ല. കല്യാണാലോചനകൾ വരുമ്പോൾ എച്ച്എൽഎല്ലാണ് ജോലി എന്നു പറയുമ്പോൾ പ്രത്യേക വിലയാണ്. ഏത് സദസ്സിലും എച്ച്എൽഎൽ ജീവനക്കാർക്ക് നല്ല സ്വീകരണമാണ് ലഭിക്കുന്നത്. ഇത്ര വലിയ വളർച്ച നമ്മുടെ കമ്പനി കൈവരിക്കുമെന്ന് തീരെ പ്രതീക്ഷിച്ചതേയില്ല."

പി.ഇന്ദിരാമ്മ ( എച്ച്എൽഎൽ സ്റ്റോർ), പേരൂർക്കട ഫാക്ടറി



"1987ൽ ഇവിടെ ജോലിക്ക് ചേർന്നു. സാധാരണ ഗ്രേഡിൽ നിന്നും ഉയർന്ന ഗ്രേഡിലേക്ക് മാറ്റം കിട്ടിയ ആളാണ് ഞാൻ. ഉണ്ണുന്ന ഈ ചോറിനോട് എന്നും കടപ്പാടാണിതും. ഇവിടെ നിന്നും വിരമിച്ചവരെ ഒരു കൂടക്കിഴിത് അണിനിരത്തി ഒരു ആഘോഷം സംഘടിപ്പിച്ചാൽ പുതിയ തലമുറയിൽപ്പെടുന്ന നമ്മൾക്കൊക്കെ അതൊരു പ്രചോദനം ആകും."

സി.പ്രദീപ് കുമാർ, റാഫീസർ (എഞ്ചിനീയറിംഗ്), ആക്കുളം ഫാക്ടറി



"എന്റെ അച്ഛൻ എച്ച്എൽഎല്ലിലെ തൊഴിലാളി ആയിരുന്നു. അച്ഛൻ മരിച്ചപ്പോഴാണ് ഇവിടെ ജോലിക്ക് ചേർന്നത്. കുഞ്ഞുനാളിൽ എച്ച്എൽഎൽ സംഘടിപ്പിച്ച ഒരു എക്സ്പോ കാണാൻ വന്നിട്ടുണ്ട്. അന്നത്തെ എച്ച്എൽഎല്ലിൽ നിന്നും ഇന്നത്തെ ഈ വളർച്ച അതിശയിപ്പിക്കുന്നതാണ്. 2008 മുതൽ എച്ച്എൽഎൽ ജീവനക്കാരാണ്. വിജയ് ദിവസ് പോലെ ജീവനക്കാർക്കിടയിലും മാസം തോറും മികച്ച പ്രകടനം കാഴ്ച വയ്ക്കുന്നവരെ ആദരിക്കുന്ന ചടങ്ങുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ ജീവനക്കാരെ അത് ഏറെ പ്രചോദിപ്പിക്കുമെന്നാണ് എന്റെ അഭിപ്രായം. എച്ച്എൽഎല്ലിന്റെ എല്ലാ ഉല്പന്നങ്ങളും ലഭിക്കുന്ന ഒരു പ്രത്യേക കട തുടങ്ങിയാൽ നല്ലതാണ്."

ലക്ഷ്മി (ക്വാളിറ്റി അഷ്യൂറൻസ്) പേരൂർക്കട ഫാക്ടറി



"1996 ലാണ് ഇവിടെ ജോലിയിൽ പ്രവേശിച്ചത്. ഫാമിലി പ്ലാനിംഗ് പദ്ധതി തന്നെ എച്ച്എൽഎല്ലിനെ ദേശീയതലത്തിൽ ശ്രദ്ധേയമാക്കിയിരുന്നു. ഇപ്പോൾ അതിലേറെ വളർന്നു. ഇത്രയും കമ്പനി വളരുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിച്ചിരുന്നില്ല."

ആർ. ഗീതാദേവി (അക്കൗണ്ട്സ്) ആക്കുളം ഫാക്ടറി



"1987 മുതൽ എച്ച്എൽഎൽ കൂടുമ്പോൾ ആണ്. എച്ച്എൽഎൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഇത്ര വിപുലപ്പെടുത്തിയതിൽ അഭിമാനം തോന്നുന്നു. പൊതുജനങ്ങളുടെ ഇടയിൽ നല്ല അഭിപ്രായമാണ് കമ്പനിയുടെ വളർച്ചയെക്കുറിച്ച്."

എസ്. വാമനൻ നമ്പൂതിരി (എഞ്ചിനീയറിംഗ്) ആക്കുളം ഫാക്ടറി




"2001 മുതൽ എച്ച്എൽഎല്ലിന്റെ ഭാഗമാണ്. ഇവിടെ വന്നതിന് ശേഷം, കേരള സംസ്ഥാന സർക്കാരിന് കീഴിലുള്ള 3 സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ജോലിക്ക് ലോവർ ഡിവിഷൻ ക്ലർക്ക് തസ്തികയിൽ അവസരം ലഭിച്ചതാണ്. എന്നാൽ ഇവിടെ വിട്ട് പോകാൻ തോന്നിയില്ല. എച്ച്എൽഎൽ ഒരു കൂടുമ്പോൾ പോലെയാണ്. നമ്മുടെ ഉല്പാദനം ഇരട്ടിയായി. ഇങ്ങനെ ഒരു വളർച്ച കൈവരിക്കാനായത് നമ്മുടെ കമ്പനിയുടെ തൊഴിൽ സംസ്കാരത്തിന്റെ മേന്മ കൊണ്ടാണ്."

രതീഷ് (പാക്കിംഗ്) പേരൂർക്കട ഫാക്ടറി



"1988 മുതൽ എച്ച്എൽഎല്ലിന്റെ ഭാഗമാണ്. കമ്പനിയുടെ വളർച്ച അടുത്തുപുറവുമാണ്. ഈ പ്രവർത്തന ശൈലി ഇതേ രീതിയിൽ പിന്തുടരണമെന്നാണ് എന്റെ അഭിപ്രായം."

കൃഷ്ണൻ നമ്പൂതിരി. എൻ. എസ് (ഒ5) ആക്കുളം ഫാക്ടറി



"1998ൽ ഇവിടെ ജോലിയിൽ പ്രവേശിച്ചതു മുതൽ ഇന്നു വരെ എച്ച്എൽഎൽ എനിക്ക് എന്റെ സ്വന്തം വീട് പോലെയാണ്. പൊതു ഇടങ്ങളിലെല്ലാം നമ്മുടെ യൂണിഫോം പെട്ടെന്ന് തിരിച്ചറിയപ്പെടാറുണ്ട് എച്ച്എൽഎൽ ജീവനക്കാരെയെന്ന് പറയുമ്പോൾ നല്ല പരിഗണനയും ലഭിക്കുന്നുണ്ട്."

എൻ.എസ്.ഷീന (ലാബ്) പേരൂർക്കട ഫാക്ടറി









# പ്രാർത്ഥന

ഈ നല്ല ഭൂമിയിൽ മൊട്ടായ് വിടർന്നത്  
 പൂവായ് വിരിഞ്ഞു സുരോഭയാർന്നു.  
 ഗുരുകടാക്ഷാമൃതം ചൊരിയണം ഞങ്ങളിൽ,  
 നാളെയുടെ കരങ്ങളെ കാത്തിടനായ്  
 വരുമോരൊ ദശകളിൽ കഠിനതകളെല്ലാവൻ  
 കൃപയാർന്നു കാക്കുന്ന തമ്പുരാനെ..

നിറവിന്റെ നിറകൂടമായ്  
 കനിവിന്റെ കണിമലരായ്  
 ഞങ്ങളിൽ പകരു..നിൻ സ്നേഹദീപം  
 കാലത്തിലുഴലാതെ കർമ്മത്തിൽ മുഴുകുവാൻ  
 സ്നേഹസ്വരൂപമേ - ശക്തി നൽകൂ...

ശാന്തിതൻ ശക്തിയിൽ സർവ്വവിഘ്നങ്ങളും ശാന്തമായ് തീരുവാൻ  
 സർവ്വേശ്വരാ ദവാൻ - കാത്തിടേണം  
 എന്നും വിളങ്ങുന്ന ചൈതന്യമിവിടെ,  
 ഞങ്ങളിൽ ചൊരിയുവാൻ കൈതൊഴുന്നേൻ  
 ഞങ്ങളിൽ ചൊരിയുവാൻ കൈതൊഴുന്നേൻ  
 കൈതൊഴുന്നേൻ...



എം സുബാഷ് ബാബു  
 ഓഫീസർ പർച്ചേസ്,  
 പേരൂർക്കട ഫാക്ടറി

# ഇന്നോ ഇനി വരും നാളെയോ

വര ഭൂമിയിതു ഊഷരഭൂമി  
 അര വെളിച്ചത്തിൽ ഞാൻ കിനാവു കാണുകവെ  
 വിനാശ ചിന്തകൾ അരങ്ങു തകർക്കുമി  
 മനോമുകുരത്തിൻ വൃഥ ഞാൻ പറഞ്ഞിടാം.

പഠനം പഠനം സർവ്വത്ര പഠനം  
 ഓരോന്നു കൂട തൻ ശോഷണ പഠനം  
 ശാസ്ത്രലോകത്തിൻ നിയമങ്ങൾ ഒരു വഴി  
 ഇന്ന് മർത്യൻ തൻ പ്രവർത്തിയോ മറു വഴി.

രോഗങ്ങൾ രോഗങ്ങൾ പുതു പുതു രോഗങ്ങൾ  
 പൂർണ്ണ പരിഹാര മാർഗ്ഗങ്ങൾ കാണാതെ  
 കുഴയുന്നു ശാസ്ത്ര ലോകവും മർത്യരും ദിനം പ്രതി  
 സൂര്യ കിരണങ്ങൾ തൻ വിഷ രശ്മി പതിക്കവേ

മേഘ ചുമ്പികളാം കുന്നുകൾ ഇന്നെവിടെ  
 നെൽ അറയാം വയലുകൾ ഇന്നെവിടെ  
 കടിഞ്ഞാൺ അറ്റു കുതിരയെപ്പോൽ കുതിക്കുന്നു  
 മർത്യൻ തൻ മനസ്സിലെ അടങ്ങാത്ത ആഗ്രഹം

ആഗ്രഹത്തിൻ അതിരൂ കടക്കവേ മർത്യൻ  
 കാടായ കാടുകൾ വെട്ടി നിരത്താൻ മടിച്ചിലേതുമേ  
 വന്യ ജീവികൾ തൻ സ്വൈരവിഹാരം ഹനിച്ചോരെ കാണാൻ  
 നാട്ടിൽ ഇറങ്ങി പോൽ കാടിന്റെ മക്കളും ഇന്നിതാ.

ദാഹജലത്തിന് ഇന്ന് പത്ത് രൂപാ  
 മോഹജലത്തിനോ ലക്ഷങ്ങൾ തൻ വിലയേറും  
 പ്രകൃതിയെ മറന്ന മർത്യന്മാ നിൻ ജീവിതം  
 ദാഹജല യുദ്ധത്തിനായിനായ് ഒരുങ്ങിക്കൊള്ളിൻ.



പി. കെ. നരേന്ദ്രകുമാർ  
 എസ് ജി 2, ഇലട്രിക്കൽ,  
 പേരൂർക്കട ഫാക്ടറി



# തിളങ്ങുന്ന മുടിയഴക് ശക്തമായ മുടിവേരുകൾ!

അവതരിപ്പിക്കുന്നു, ഹെർബ്സ് & ബെറിസ് നറിഷിങ് ഹെയർ ഓയിൽ.  
കയ്യോന്യാദി കേരളൈലം, നാരസിംഹരസായനം എന്നീ വിശിഷ്ട ഔഷധക്കൂട്ടുകൾ ആധാരമാക്കി കോട്ടയ്ക്കൽ ആര്യവൈദ്യശാല വികസിപ്പിച്ചെടുത്തതാണ് ഈ ഹെയർ ഓയിൽ. വിഭീതകി, ആമലകി, ഗുഡുചി, യഷ്ടി തുടങ്ങിയ എട്ട് ചേരുവകളുടെ സംയുക്തശക്തി അടങ്ങിയ ഹെർബ്സ് & ബെറിസ് നറിഷിങ് ഹെയർ ഓയിൽ ശിരോചർമ്മത്തിന് ശുദ്ധിയും മുടിവേരുകൾക്ക് ശക്തിയും മുടികൊഴിച്ചിലിൽ നിന്ന് മുക്തിയും നൽകുന്നു. അങ്ങനെ, ആരോഗ്യത്താൽ തിളങ്ങുന്ന മുടിയിഴകൾ നിങ്ങൾക്ക് സ്വന്തം.



ഹെർബ്സ് & ബെറിസ് ആന്റി ഡാൻഡ്രഫ് ഹെയർ ഓയിലും ലഭ്യമാണ്.



സമഗ്രസൗഖ്യം. സന്തുഷ്ടജീവിതം.



എച്ച്എൽഎൽ  
ആരോഗ്യം

ഡിസ്ക്ലെയിമർ

എച്ച്എൽഎൽ ആരോഗ്യത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്ന ലേഖനങ്ങൾ വിവിധ സ്രോതസ്സുകളിൽ നിന്ന് ലഭ്യമായവയാണ്. ലേഖനങ്ങളുടെ വസ്തുതാപരമായ കൃത്യത ഉറപ്പാക്കുവാൻ പരമാവധി ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും തെറ്റുകുറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത തള്ളിക്കളയാനാവില്ല. ആരോഗ്യക്ഷേമം ലക്ഷ്യമാക്കി പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന പല കാര്യങ്ങളും ജീവിതത്തിൽ പ്രാവർത്തികമാക്കേണ്ടത് വായനക്കാരുടെ വിവേചനശക്തിക്ക് അനുസരണമായാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ പ്രയോഗവൽക്കണമെന്നതിലെ പിഴവുകൾക്ക് എച്ച്എൽഎൽ ആരോഗ്യം ഉത്തരവാദിയായിരിക്കില്ല.





# അത്താഴത്തിനു ശേഷം അല്പം നടത്തം എന്റെ ആരോഗ്യ ശീലം: ജഗദീഷ്

പ്രായത്തിൽ കവിഞ്ഞ ചുറുചുറുക്കുമായി ജീവിക്കുന്ന ചുരുക്കം ചിലരുണ്ട് നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ. ജീവിത ശൈലികൾ കൊണ്ട് പ്രായത്തെ പിടിച്ചുകെട്ടുന്നവർ. ചിട്ടയായ ആരോഗ്യ ശീലങ്ങൾ പിന്തുടർന്ന് ആരോഗ്യം കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്ന നടൻ ജഗദീഷ്, എച്ച് എൽ എൽ ആരോഗ്യവുമായി തന്റെ ആരോഗ്യ വിശേഷങ്ങൾ പങ്ക് വെച്ചപ്പോൾ..!

## ദക്ഷണശീലങ്ങൾ?

അത്താഴത്തിനു ശേഷം അല്പം നടക്കണം എന്നാണ് ശാസ്ത്രം. നമ്മൾ കഴിക്കുന്ന ദക്ഷണത്തിലെ കൊഴുപ്പുകൾ ശരീരത്തിൽ അടിയുന്നത് അധികവും രാത്രിയിലാണ്. രാത്രി ദക്ഷണം കഴിവതും നേരത്തെ കഴിക്കാൻ ശ്രമിക്കാറുണ്ട്.

ഏത് തരം ദക്ഷണവും നമ്മുടെ മുന്നിലേക്ക് എത്തുന്നുണ്ട്. ദക്ഷണത്തിന്റെ കാര്യം മാത്രമല്ല, മദ്യത്തിന്റെ കാര്യവും അങ്ങനെ തന്നെ. വിവേകപൂർവ്വം നമ്മൾ അതെങ്ങനെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു എന്നതിനെ സംബന്ധിച്ചിരിക്കും ഓരോരുത്തരുടേയും ആരോഗ്യം. എനിക്ക് വേണ്ടത് എന്തെന്ന് അറിഞ്ഞാണ് ഞാൻ ദക്ഷണം തിരഞ്ഞെടുക്കാറുള്ളത്.

## ആരോഗ്യം മാനസികമാണോ ശാരീരികമാണോ?

എന്താണ് അഭിപ്രായം?

ആരോഗ്യത്തെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കുമ്പോൾ മാനസികമായ ആരോഗ്യമാണോ ശാരീരികമായ ആരോഗ്യമാണോ വലുത് എന്ന ചോദ്യം സ്വാഭാവികമായും ഉയരുന്നുണ്ട്. മാനസികമായ ആരോഗ്യവും ശാരീരികമായ ആരോഗ്യവും പരസ്പരം പുരകങ്ങളാണ് എന്നാണ് എന്റെ പക്ഷം. ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തിൽ മാത്രമേ ആരോഗ്യമുള്ള മനസ്സുണ്ടാകൂ. അത് കൊണ്ട് തന്നെ രണ്ടും തുല്യ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നു.

## ചിരി എങ്ങനെ ആരോഗ്യത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്നു.?

ഹാസ്യം കൈകാര്യം ചെയ്യാറുള്ള നടൻ ആണ് ഞാൻ. ചിരി മാത്രമല്ല, ദുഃഖവും അതിന്റേതായ രീതിയിൽ ആസ്വദിക്കാനാവും. നമ്മളിൽ ദുഃഖിപ്പാൻ പേരും ദുഃഖം വരുമ്പോൾ കൂടുതൽ ദുഃഖിക്കുകയും സന്തോഷങ്ങൾ അതിൽ കവിഞ്ഞു ആസ്വദിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരാണ്. രണ്ടും മിതമായി ആസ്വദിക്കാൻ ഞാൻ ശ്രമിക്കാറുണ്ട്. ചിരിക്കുമ്പോൾ മനസ്സ് തുറന്ന് ചിരിക്കുക.

“നമ്മുടെ നാട്ടിലിപ്പോൾ തഴച്ചു വളരുന്ന ആരോഗ്യ വിനോദ സഞ്ചാരത്തിന്റെ ഭാഗമായി റിസോർട്ടുകൾ അവതരിപ്പിക്കുന്ന ഒരു കച്ചവട തന്ത്രം മാത്രമാണ് സുഖചികിത്സ

## ചികിത്സാരീതികൾ?

പ്രത്യേകിച്ചൊരു ചികിത്സാരീതിയോട് പ്രതിപത്തിയില്ലെങ്കിലും, ആയുർവ്വേദം അത്യാവശ്യം പിന്തുടരാറുണ്ട്.

## സുഖചിത്തയെപ്പറ്റി?

സുഖചികിത്സ എന്നൊരു ചികിത്സാ രീതി തന്നെ ഇല്ല. ആയുർവ്വേദ ചികിത്സാരീതി പിന്തുടരാറുണ്ടെന്നത് കൊണ്ട് ഞാൻ ഉദ്ദേശിച്ചത്, ശാസ്ത്രീയമായി പിന്തുടർന്ന് വരുന്ന ആയുർവ്വേദത്തെ അത്തരത്തിൽ നോക്കിക്കാണുന്ന ചികിത്സാരീതിയിൽ വിശ്വാസമുണ്ട് എന്നാണ്. നമ്മുടെ നാട്ടിലിപ്പോൾ തഴച്ചു വളരുന്ന ആരോഗ്യ വിനോദ സഞ്ചാരത്തിന്റെ ഭാഗമായി റിസോർട്ടുകൾ അവതരിപ്പിക്കുന്ന ഒരു കച്ചവട തന്ത്രം മാത്രമാണ് സുഖചികിത്സ.

മഞ്ജരി അശോക്





## മുമ്പേ എത്തുന്ന ആർത്തവ വിരാമം

ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങൾ സർവ്വസാധാരണമായി കൊണ്ടിരിക്കുന്ന കാലമാണിത്. പ്രമേഹവും രക്തസമ്മർദ്ദവും ഇല്ലാത്ത ആളുകളുടെ എണ്ണം തന്നെ വിരളം. സ്ത്രീകൾക്കിടയിൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടാതെ പോകുന്ന ഒരു രോഗാവസ്ഥയും ഇത്തരത്തിൽ ഉണ്ടാവുന്നുണ്ട്. അവയിൽ ഒന്നാണ് പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസ്. മെനോപോസ് അഥവാ ആർത്തവവിരാമം, 45ഉം 50ഉം വയസ്സിനിടയിലാണ് സ്ത്രീകളിൽ സംഭവിക്കുക. എന്നാൽ 40 വയസ്സിനു മുൻപ് തന്നെ ആർത്തവം നിലയ്ക്കുന്ന രോഗാവസ്ഥ ആണ് പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസ്. ആർത്തവ വിരാമത്തോടെ സ്ത്രീയുടെ പ്രത്യുത്പാദന ശേഷി നഷ്ടപ്പെടുന്നു.

### എന്തൊക്കെയാണ് പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ?

- കൃത്യമല്ലാത്ത ആർത്തവചക്രം.
- സാധാരണ ഉള്ളതിനേക്കാൾ കൂടിയോ കുറഞ്ഞോ ഉള്ള ആർത്തവം.
- പെട്ടെന്ന് ശരീരം ചൂടാകുന്ന അവസ്ഥ (അണ്ഡാശയം വളരെക്കുറച്ച് ഊഷ്മജൻ മാത്രമേ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നുള്ളൂ എന്നതിന്റെ സൂചനയാണിത്.)
- യോനിവരൾച്ച, ഉറക്കമില്ലായ്മ, വിഷാദം, സെക്സിനോടുള്ള വിമുഖത, താനേ മുത്രം പോകുന്ന അവസ്ഥ എന്നിവയും പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളായി ചില സ്ത്രീകളിൽ കണ്ടുവരുന്നുണ്ട്.

40 വയസ്സിൽ താഴെയുള്ള സ്ത്രീകളിൽ ഇത്തരം ലക്ഷണങ്ങൾ കാൽ അത് പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസ് അല്ല എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തേണ്ടതുണ്ട്.

### എങ്ങനെ പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസ് നിർണ്ണയിക്കാം?

രക്ത പരിശോധന തന്നെയാണ് പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസ് നിർണ്ണയിക്കാനുള്ള പ്രധാന വഴി. ഫോളിക്കിൾ സ്റ്റിമുലേറ്റിംഗ് ഹോർമോൺ (എഫ് എസ് എച്ച്) ആണ് ഊഷ്മജൻ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നത്. അണ്ഡാശയത്തിലെ ഊഷ്മജൻ ഉല്പാദനം കുറയുമ്പോൾ എഫ് എസ് എച്ചിന്റെ അളവ് 40mlU/ml നു മുകളിലായാൽ മെനോപോസ് ആയി കണക്കാക്കാം.

### പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസിന്റെ അനന്തരഫലങ്ങൾ?

ഊഷ്മജൻ ഉല്പാദനത്തിന്റെ പെട്ടെന്നുള്ള നിലയ്ക്കൽ സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യത്തിനെ സാരമായി ബാധിക്കാം. ഓസ്റ്റിയോപെറോസിസ് അഥവാ കോശങ്ങൾ നഷ്ടപ്പെട്ട്, എല്ലുകൾക്ക് ബലക്ഷയമാകുന്ന അവസ്ഥയും പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസിന്റെ അനന്തരഫലമായി കണക്കാക്കാവുന്നതാണ്.

വേറിയാൽ ക്യാൻസർ, പല്ലിന്റെ മോണയിലുണ്ടാകുന്ന വീക്കം, പല്ലുകളുടെ ബലക്ഷയം, അത് വഴി പല്ല് നഷ്ടപ്പെടുന്ന അവസ്ഥ എന്നിവയുമാകാനും സാധ്യത ഉണ്ട്. ഒരിക്കൽ പ്രീമെച്ചർ മെനോപോസ് ബാധിച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ അതിൽ നിന്നും ഒരു തിരിച്ചുപോക്ക് അസാധ്യമാണ്.

ഭക്ഷണകാര്യങ്ങളിലും ജീവിതചര്യയിലും അല്പംമെനോപോസ് ശ്രദ്ധിച്ചാൽ ഇത്തരത്തിലുള്ള, ആരോഗ്യത്തെ സാരമായി ബാധിക്കുന്ന ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങളെ നമുക്ക് ഒഴിവാക്കാനാവുന്നതേയുള്ളൂ.

## ബിരിയാണിയോടൊപ്പം തൈരു വേണം!!



### കൊടിയും ബിരിയാണി കഴിക്കുമ്പോൾ തൈരില്ലാതെ

തൈര് സാലഡ് ഇല്ലാതെ ബിരിയാണി കഴിക്കാൻ പറ്റാതെയായിരിക്കുന്നു. 'തൈര് ഇല്ലാതെ ബിരിയാണി കഴിക്കുന്നത് ഉപ്പില്ലാതെ കഞ്ഞി കഴിക്കും പോലെയാണ് ഇന്ന് മലയാളികൾക്ക്'. എന്നാൽ ഇത് അല്പനേരത്തെ രുചിക്കൊപ്പം വലിയ ദോഷഫലങ്ങളാണ് ശരീരത്തിൽ ഉണ്ടാക്കുന്നത്.

ചുടേറിയ ബിരിയാണി തണുക്കാതെ കഴിക്കാനാണ് എല്ലാവർക്കും ഇഷ്ടം. ഈ ചൂട് നമ്മുടെ ശരീരത്തെയും ചൂടാക്കുന്നുണ്ടെന്ന് ബിരിയാണിയുടെ മഹാരുചിയിൽ നാം മറന്നു പോകുന്നു. ശരീരത്തെ ചൂടാക്കുന്നതിനൊപ്പം ദഹനത്തെയും മന്ദഗതിയിലാക്കാൻ ബിരിയാണിക്ക് വളരെയേറെയും സാധിക്കുന്നു. ഇതോടൊപ്പം തൈര് കൂടി കഴിച്ചാൽ ശരീരം തണുപ്പിക്കാൻ അത് മതിയാകും എന്നു കരുതിയെങ്കിൽ തെറ്റി. ഒന്നു കൂടി ചൂടാക്കാനേ ഇത് ഉപകരിക്കൂ. തൈര് വയറിനുള്ളിൽ എത്തുമ്പോൾ തന്നെ പണി തുടങ്ങും. വയറിൽ എരിച്ചിൽ പോലെ തോന്നിത്തുടങ്ങിയെങ്കിൽ ഉറപ്പിക്കാം, വില്ലൻ മറ്റൊരു തൈര് തന്നെ...!!

ഇറച്ചിയോടൊപ്പം തൈര് കൂടിച്ചേരുമ്പോൾ ഉല്പാദിക്കപ്പെടാതെ അത് പ്രവർത്തിക്കുന്നു. ദഹനത്തിന്റെ വേഗത കുറച്ച് എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളേയും താളം തെറ്റിക്കാൻ ഈ വിരുതൻ തൈരിനു സാധിക്കും. ദഹനം നന്നായി നടന്നില്ലെങ്കിൽ ജീർണ്ണത ഉണ്ടാക്കി അത് പിന്നീട് പല രോഗങ്ങൾക്കും ഇട വരുത്തുന്നു. വിരൂഢ ആഹാരങ്ങൾ കഴിക്കരുതെന്നാണ് ആയുർവ്വേദം പറയുന്നത്. ഇറച്ചിയും തൈരും വിരൂഢ ആഹാരങ്ങൾ ആയതിനാൽ അത് ഒരുമിച്ച് കഴിക്കാതിരിക്കാൻ നാം പ്രത്യേക ശ്രദ്ധിക്കണം.

ഏറ്റവും ശ്രദ്ധിച്ച് ഉപയോഗിക്കേണ്ട ഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് തൈരെന്ന പലർക്കും അറിയില്ല. അറിയാതെ, എല്ലാ സമയത്തും, ഏത് വിഭവത്തിനൊപ്പവും തൈര് സേവിക്കാം എന്നാണ് നമ്മുടെ ധാരണ. ഈ ധാരണ തെറ്റാണ്. തൈര് കഴിക്കുന്നതിൽ തന്നെ കുറേയേറെ നിയമങ്ങൾ ആയുർവ്വേദത്തിൽ നിഷ്കർഷിച്ചിട്ടുണ്ട്. രാത്രി സമയങ്ങളിൽ തൈര് കഴിക്കുന്നത് ശരീരത്തിനുവളരെയേറെ അപകടങ്ങൾ വരുത്തി വെയ്ക്കുന്നു.





# സൂര്യനമസ്കാരത്തിലൂടെ മാനസികാരോഗ്യം

മാർഗ്ഗത്തിൽ ആരോഗ്യമെന്നത് മനസ്സിന്റെയും ശരീരത്തിന്റെയും ആരോഗ്യം തന്നെ. മാനസികാരോഗ്യം ശാരീരികാരോഗ്യത്തിന്റെ അവിഭാജ്യ ഘടകമാണ്. മാനസികാരോഗ്യം നിലനിർത്തിയാൽ മാത്രമേ ശാരീരികാരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കാനാകൂ. മോശമായ മാനസികാരോഗ്യം ഹൃദ്രോഗത്തിനും കാൻസറിനും വരെ കാരണമാകുന്നുണ്ടെന്നു പഠനങ്ങൾ പറയുന്നു. മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളാണ് രോഗങ്ങളിലേക്കു നയിക്കുന്നത്.

മാനസികാരോഗ്യം നിലനിർത്താനുള്ള ഏറ്റവും ഉചിതമായ വഴിയാണ് യോഗ. പ്രതിസന്ധി ഘട്ടങ്ങളെ ശുദ്ധപ്രതി വിശ്വാസത്തോടെ നേരിടാനും, ഏകാഗ്രത വർദ്ധിപ്പിക്കാനും യോഗയിലൂടെ സാധിക്കുന്നു. തുടക്കക്കാർക്ക് ഏറ്റവും പ്രയോജനപ്രദമായതും, യോഗയിൽ വളരെ എളുപ്പത്തിൽ പരിശീലിക്കാവുന്നതുമായ സൂര്യനമസ്കാരം മാനസികാരോഗ്യം പ്രദാനം ചെയ്യുന്നുവെന്ന് പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു. 12 മിനിറ്റിൽ 24 സൂര്യനമസ്കാരങ്ങൾ ചെയ്താൽ ശരീരത്തിനു വേണ്ട വായാമമായി.



1. കാലുകൾ രണ്ടും ചേർത്ത് നിവർന്നുനിന്ന് ശ്വാസം എടുക്കുകയും, ശ്വാസം വിട്ടുകൊണ്ട് കൈകൂപ്പി നിൽക്കുകയും ചെയ്യുക.
2. ശ്വാസം അകത്തേക്കെടുത്ത് കൈകൾ കൂപ്പിതന്നെ മേൽപ്പോട്ട് ഉയർത്തി പിറകിലേക്ക് വളയുക. കാൽമുട്ടുകൾ വളയരുത്.
3. ശ്വാസം വിട്ടുകൊണ്ട് കൈപ്പത്തി തറയിൽ പാദങ്ങൾക്ക് സമാന്തരമായി വെക്കുക. കാൽ വളയാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.
4. കൈ അനക്കാതെ ശ്വാസം എടുത്തുകൊണ്ട് വലത്തേ കാൽ പരമാവധി പുറകിലേക്ക് നീട്ടുക. വലതുമുട്ട് താഴെ തട്ടുക. തല ഉയർത്തി വെക്കുക.
5. ശ്വാസം ഉള്ളിൽതന്നെ നിർത്തി ഇടതുകാലും പിന്നിലേക്ക് കൊണ്ടുവരിക. ശരീരം കാൽപാദത്തിലും കൈപ്പത്തിയിലും താങ്ങിനിൽക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ നിൽക്കുക.
6. ശ്വാസം പുറത്തേക്ക് വിട്ട് ശരീരത്തെ താഴേക്ക് കൊണ്ടുവരിക. രണ്ടു കൈപ്പത്തികൾക്കിടയിലായി നെഞ്ച് തറയിൽ തട്ടുന്നവണ്ണം കിടക്കുക. നെറ്റി താഴെ തട്ടുക.
7. ശ്വാസം ഉള്ളിലേക്കെടുത്തുകൊണ്ട് നട്ടെല്ല് പരമാവധി പുറകോട്ട് വളച്ച് പിൻവത്തേക്ക് വളയുക.
8. ശ്വാസം പുറത്തേക്ക് വിട്ട് നടുഭാഗം ഉയർത്തി ശിരസ് താഴെയാക്കി കാൽപാദവും കൈപ്പത്തിയും തറയിലുറപ്പിച്ച് നിൽക്കുക.
9. ശ്വാസമെടുത്തുകൊണ്ട് വലതു കാൽ മുന്നോട്ട് എടുത്ത് ഇരു കൈകളുടെയും ഇടയിൽ സ്ഥാപിക്കുക. ഇടതു കാൽമുട്ട് തറയിൽ പതിഞ്ഞിരിക്കണം. കാൽ വിരലുകൾ പിറകോട്ടും തല മുകളിലോട്ടും.
10. ശ്വാസം ഉള്ളിലേക്കെടുത്ത് വലതു കാൽപാദം മുന്നോട്ട്വെച്ച് ഇടതു കാൽമുട്ട് തറയിൽ തട്ടി തല മുകളിലേക്കാക്കിയ നിലയിൽ ശരീരത്തെ കൊടുവരിക.
11. ശ്വാസിച്ചുകൊണ്ട് കൈകളും ശരീരവും മുന്നോട്ട് നീക്കി മുകളിലേക്കുയർന്ന് പിറകോട്ട് വളയുക.
12. പിന്നീട് സാവകാശം ശ്വാസം വിട്ട് കൈകൾ താഴ്ത്തി ആദ്യത്തെ നിലയിലേക്ക് ശരീരത്തെ കൊണ്ടുവരിക.

സൂര്യനമസ്കാരത്തിനു ശേഷം ശ്വാസനത്തിൽ കിടന്ന് 5,6 തവണ ദീർഘമായി ശ്വാസമെടുക്കുകയും, ക്രമേണ ശ്വാസം കുറച്ചുകൊണ്ടുവരികയും, ശ്വസനപ്രക്രിയ സാധാരണ ഗതിയിലേക്ക് എത്തിച്ചുകൊണ്ട് ശ്വാസത്തെ തന്നെ ശ്രദ്ധിച്ചു കിടക്കുക. സൂര്യനമസ്കാരം ചെയ്താൽ നഷ്ടപ്പെട്ട ഊർജം തിരിച്ചെടുക്കാൻ സാധിക്കും. യോഗയിലെ ഏറ്റവും സുഖകരവും പ്രയോജനപ്രദവുമായ സൂര്യനമസ്കാരത്തിൽനിന്നും ആരംഭിച്ച് യോഗയെ ശിലമാക്കി മാനസികാരോഗ്യവും ശാരീരികാരോഗ്യവും നിലനിർത്താം. ദിവസം മുഴുവൻ നവോന്മേഷത്തോടെയിരിക്കാം.





# പൊണ്ണത്തടി കുറയ്ക്കാൻ ചില പൊടിക്കൈകൾ

കുടവയറും അമിത വണ്ണവും ഒരു വലിയ ആരോഗ്യ പ്രശ്നമാണ്. തെറ്റായ, അപകടകരമായ ആരോഗ്യ ശീലങ്ങളാണ് നാം പിന്തുടരുന്നത് എന്നതിന്റെ മുന്നറിയിപ്പാണിത്. വളരെ ലളിതമായ ചില നൂറുങ്ങുവിദ്യകളിലൂടെ ഈ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരം കാണാം.

വണ്ണം കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ഒരു ജലം..!! അങ്ങനെയൊരു വെള്ളത്തെപ്പറ്റി എപ്പോഴെങ്കിലും ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ..? ഇല്ലെങ്കിൽ ഇതാ അത്തരത്തിൽ ഒരു വെള്ളം. 'സസ്സി വാട്ടർ' (Sassy Water) എന്നാണ് ഇതിന്റെ പേര്.

വണ്ണം കുറയ്ക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ ഇനി ഇത് മാത്രം ഒന്ന് ശീലമാക്കിയാൽ മതി. ഒരു ദിവസം രണ്ടോ മൂന്നോ ഗ്ലാസ്സ് വെള്ളവും ഒരു ടീസ്പൂൺ ഇഞ്ചി ചെറുതായി മുറിച്ചതും, വെളുത്തുള്ളി ചെറുതായി ചതച്ചതും ഇടത്തരം വലിപ്പമുള്ള ചെറുനാരങ്ങ ചെറുതാക്കി മുറിച്ചതും ഒരു ടീസ്പൂൺ പുതിനയില അരിഞ്ഞതും ചേർത്തിട്ട് ഒരു രാത്രി മുഴുവൻ വെയ്ക്കുക. ഫ്രിഡ്ജിൽ വെച്ചാലും മതി. അടുത്ത ദിവസം രാവിലെ ബ്രേക്ക്ഫാസ്റ്റ് കഴിക്കുന്നതിന് മുൻപ്, ഈ കുട്ടിൽ നിന്നും 4-5 ഗ്ലാസ് വെള്ളം കുടിക്കുക,

ലഭ്യമെങ്കിൽ ഇതിലേക്ക് വെള്ളരികളെ ചെറുതായി അരിഞ്ഞിടുന്നതും നല്ലതാണ്.

വെള്ളരി ശരീരത്തിലെ ജലാംശത്തെ കാത്ത് സൂക്ഷിക്കുകയും, ചെറുനാരങ്ങയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന സിട്രിക് ആസിഡ് ശരീരത്തെ ശുദ്ധീകരിച്ച് ദഹനപ്രക്രിയ എളുപ്പമാക്കുകയും കൊളസ്ട്രോൾ നിയന്ത്രിക്കാൻ സഹായിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. പുതിനയില ദഹനത്തേയും എളുപ്പമാക്കുന്നു.

ചെറുനാരങ്ങ, വെള്ളരി, ഇഞ്ചി, വെളുത്തുള്ളി പുതിന എന്നിവ ചേർത്തുണ്ടാക്കുന്ന സസ്സി വാട്ടർ, ശരീരത്തിലെ മാലിന്യങ്ങളെ പുറന്തള്ളി, ശരീരത്തെ ശുദ്ധീകരിക്കാനും സഹായിക്കും. അത് മൂലം ശരീരത്തിലെ കൊഴുപ്പ് നീങ്ങി, ശരീരം മെലിയുകയും ചെയ്യും.

മഞ്ജരി അശോക്



How about here?

Your time. Your place. Your Moods.





Knowledge is power,  
Sharing knowledge is powerful.



Academic division of HLL • Not-for-profit trust

Social Marketing & Social Franchising • Procurement Management • Clinical Engineering • Social Entrepreneurship & Allied Health Science • Skill Development