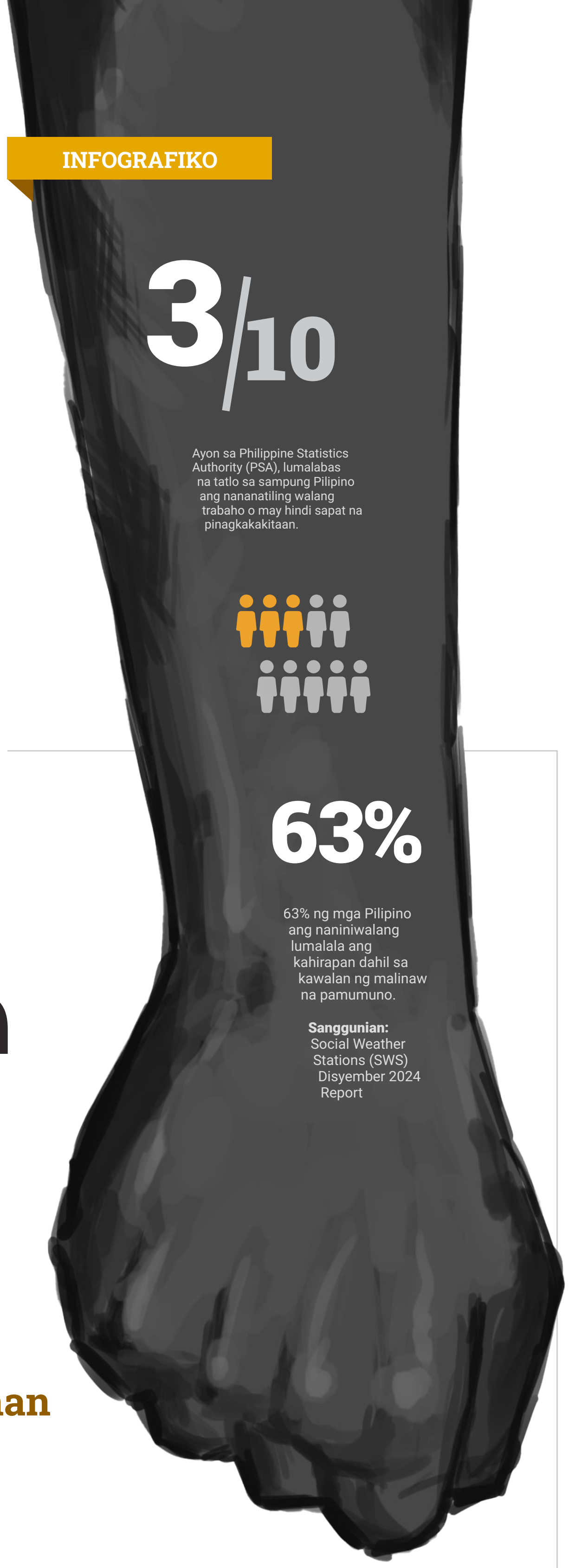
ang
bagong
pananaw

OPISYAL NA PAHAYAGANG PANGKAMPUS NG
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY
LABORATORY HIGH SCHOOL
DIBISYON NG DAPITAN - REGION IX

TOMO X BILANG 1
AGOSTO 2024 - ENERO 2025

Bisitahin ang **Ang Bagong Pananaw** Facebook Page para sa mga bagong updates!

INFOGRAFIKO



SA ISYUNG ITO

ISIPortahan
BALITA PAHINA 3

Ang tunay na biktima
EDITORIAL PAHINA 6

Rizalista sa Dapitan
LATHALAIN PAHINA 10

ANIBagong Panahon
AGTEK PAHINA 14

DE NUMERO

2.9M

10.9 bahagdan ang pambansang insidente ng kahirapan sa mga pamilya. Katumbas ito ng **2.99 milyong pamilyang Pilipino na walang sapat na kita.**

Sanggunian: PSA

"Nagdudulot ang patuloy na hidwaan ni BBM at Sara ng kawalang-tiwala sa pamahalaan. Dahil dito, naapektuhan ang mga investor at hindi matugunan nang maayos ang mga pangunahing isyu tulad ng kahirapan at kakulangan sa trabaho."

'TAYO ANG TALO'

Ilustrado: BBM-Duterte tunggalian, Pilipino ang talunan

'Matalinong pagboto' ng JRMSUans, Dapitanon sa 2025 halalan, isinusulong

Kent Jiroh Nomo

Sa gitna ng lumalalang alitan sa pagitan nina Pangulong Ferdinand "Bongbong" Marcos Jr. (BBM) at Pangalawang Pangulo "Inday" Sara Duterte na dating magkaalyado na ayon sa mga Ilustrado ay higit na magpapabigat sa sambayanang Pilipino, isinusulong ng JRMSUans ang "matalinong pagboto" sa nalalapit na 2025 Midterm Elections.

Ayon sa propesor sa pamamahala at guro sa agham panlipunan ng Unibersidad Darwin Magbanua, nagdulot ng malaking epekto hindi lamang sa mga Ilustrado [*tawag sa mag-aaral, guro, at empleyado ng JRMSU*], kundi sa ekonomiya at lipunan ng Pilipinas ang hidwaan sa pagitan nina BBM at Sara Duterte, na dating magkaalyado sa ilalim ng alyansang pampulitika na UniTeam.

Epekto ng tunggalian

Ani Prof. Magbanua, isa sa mga salik na nakapapekto sa problema ng bansa ay ang kawalan ng malinaw na direksyon sa mga patakaran, lalo na sa agrikultura at presyo ng pangunahing bilihin.

"Nagdudulot ang patuloy na hidwaan ni BBM at Sara ng kawalang-tiwala sa pamahalaan. Dahil dito, naapektuhan ang mga investor at hindi matugunan nang maayos ang mga pangunahing isyu tulad ng kahirapan at kakulangan sa trabaho," pahayag Magbanua.

Base sa datos ng Philippine Statistics Authority (PSA), tumaas ang inflation rate sa bansa mula 2.5% sa Nobyembre 2024 patungo sa 2.9% sa Disyembre 2025.

Sa parehong survey ng PSA, lumalabas na tatlo sa sampung Pilipino ang nananatiling walang trabaho o may hindi sapat na pinagkakakitaan.

Sinabi rin sa Disyembre 2024 ulat ng Social Weather Stations (SWS) na 63% ng mga Pilipino ang naniniwalang lumalala ang kahirapan dahil sa kawalan ng malinaw na pamumuno.

Hamon sa edukasyon

Bukod sa epekto sa ekonomiya at kahirapan, napapansin din ang paglala ng mga suliraning panlipunan tulad ng kriminalidad at edukasyon.

Sabi ni Rafael Calib-og, isang guro sa Araling Panlipunan: "Kapag hindi maayos ang liderato, direktang naapektuhan ang mga programang panlipunan. Sa kasalukuyan, tila napapabayaan ang edukasyon dahil sa pansin na nakatuon sa pulitikal na hidwaan."

Ayon sa datos ng Department of Education (DepEd), problema pa rin ang School Leaver Rate (SLR) o dropout rate sa mga paaralan na isa sa mga dahilan nito ang kawalan ng sapat na suporta mula sa gobyerno para sa sektor ng edukasyon.

Matatandaang nagbitiw noong Hunyo 19, 2024 si Bise Presidente Sara bilang Kalihim ng DepEd, na naging epektibo sa Hulyo 19, 2024.

Halalan 2025

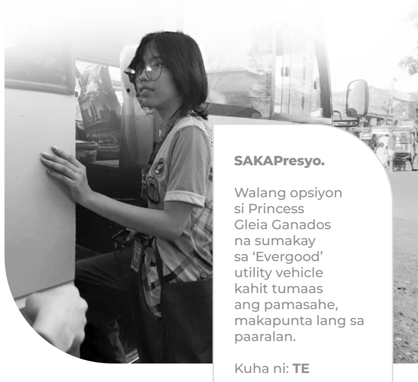
Ang alitang BBM-Duterte ay nagdulot ng pangamba kung paano haharapin ng mga Pilipinong botante ang darating na halalan sa 2025.

Sundan sa P5

SakriPRESYO

Pagtaas ng pamasahe udyok ng pag-akyat ng presyo ng krudo, mas nagpahirap sa mga Ilustrado

Cristhea Elumbaring



SAKAPresyo. Walang opsiyon si Princess Gleia Ganados na sumakay sa 'Evergood' utility vehicle kahit tumaas ang pamasahe, makapunta lang sa paaralan.

Kuha ni: **TE**

Pahirap para sa 'Ilustrado commuters' ang pagtaas ng pamasahe na umabot ng walong (8) piso, dulot ng pagtaas ng presyo ng gasolina.

Ayon kay Justinne May Laquio, Grade 12 na taga-Sicayab, nagdagdag sa kanyang mga magulang ang pang-araw-araw na hamong pinansiyal dahil sa pagtaas ng presyo ng gasolina

"Talagang mahirap mag-manage ng budget kasi malayo ako sa school. Ang araw-araw kong pamasahe ay nasa 40 pesos, at kapag tumaas pa ang pamasahe, lalong nahihirapan sa pagtakip sa lahat ng gastusin," ibinahagi ni Laquio.

Sa Lunsod Dapitan, tumaas ang regular na pamasahe mula 7 pesos hanggang 15 pesos —isang pagtaas ng 8 piso.

Buong istorya sa P5

PRESYO PERWISYO

Presyo ng pagkain sa canteen tumaas, mga estudyante, magulang naalarma

Crystal Jane Elumba

Naalarma ang mga mag-aaral ng JRMSU gayundin ang kanilang mga magulang sa pagtaas ng presyo ng mga bilihin sa canteen ng Unibersidad, anila nagdaragdag ito sa kanilang pinansyal na pasanin.

"Talagang tumaas ang mga presyo sa canteen, pati na ang ulam at kanin simula nang magsimula ang taon ng pag-aaral," sabi ni Maria Calda, isang vendor sa canteen ng Unibersidad.

Ayon kay Calda, tumaas ang presyo sa karamihan sa mga produkto na binebenta nila matapos umakyat ang presyo ng mga bilihin sa merkado. Hindi namin isinasaalang-alang na magsara, dahil maaari pa rin itong maging pinagkukunan ng kita, ngunit kailangan lang naming itaas ang mga presyo.

Buong istorya sa P5

'WATCH OUT, BURNOUT'

9 sa 10 JRMSUans, aminadong may 'burnout'; Punongguro nagpaalala na tuonan ang akademiks

Kent Jiroh Nomo

Siyam sa sampung mag-aaral sa JRMSU High School na lumahok sa survey ang nagpahayag ng pagkapagod, stress, at pagkadismaya dulot ng patuloy na paghahangad ng mataas na grado at matinding kompetisyon sa Unibersidad.

"Nakakapagod mag-aral. Pareho kami ng nararamdaman ng mga kaklase ko sa aming seksyon. Parang tumatakbo kami sa isang marathon. Nakaka-stress," sabi ni Justine Laquio, ang class mayor ng Grade 12-B.

Ipinahayag ng mga mag-aaral na mula nang nagsimula ang taong panuruan 2024-2025, nagka-burnout sila dahil sa pagsusumikap na makuha ang sertipikong "With Honors".

Buong istorya sa P4

PERWISYO. Malaki ang epekto ng pagtaas ng mga presyo ng mga bilihin sa canteen sa mga JRMSUan at kanilang mga magulang.

Kuha ni: **JUSTINNE MAY LAQUIO**

ANG BAGONG PANANAW
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY - HIGH SCHOOL

MENOR SA 'MINOR'

Pagmamaneho ng mga 'minor' ipagbabawal sa lunsod, bunsod ng lumolobong disgrasya

Crystal Jane Elumba

Naglabas ng panukalang ordinansa ang Sangguniang Panlungsod ng Lunsod Dapitan na nagbabawal sa mga 'minor de edad' na magmaneho ng mga sasakyan at motorsiklo matapos ang lumolobong disgrasya na ikinasawi ng kabataan.

Ayon kay Konsehal Modesta H. Malayao, may-akda ng ordinansa, layunin nitong mapababa ang bilang ng mga aksidenteng kinasasangkutan ng mga kabataan at maprotektahan ang kanilang kaligtasan sa kalsada.

"Ang ordinansa ay isang hakbang upang matiyak ang kaligtasan ng mga kabataang Dapitanon. Ipinagbabawal ang pagmamaneho ng mga minor upang maiwasan ang mga aksidente na dulot ng kakulangan sa karanasan sa kalsada," paliwanag ni Malayao.

Nakatanggap ang panukalang ng magkahalong reaksiyon mula sa mga residente at estudyante.

Marami sa mga magulang at ilang guro ang sumuporta sa hakbang, naniniwala silang makatutulong ito sa pagpapabuti ng kaligtasan sa kalsada.

"Mas mabuti na ang ganitong polisiya dahil mas ligtas ito para sa ating mga kabataan. Marami ng aksidente dahil sa kawalan ng sapat na karanasan sa pagmamaneho," ayon kay Naomie Daguinotas, isang ina.

Nagpahayag din ang estudyanteng laban sa panukala na ito ay magdudulot ng dagdag na paghihirap sa kanilang araw-araw na pamumuhay, lalo na sa kanilang pagpunta sa paaralan at mga aktibidad.

"Para sa amin, nakakapagod ito at maaapektuhan ang aming social life. Kung ipagbabawal ang pagmamaneho, dapat may sapat at murang mga alternatibong pampasaherong transportasyon," pahayag ni Cassiopeia Bacatan, isang Junior High School student.

> Kailangan nating palakasin ang enforcement ng 'traffic rules'sa lugar at maglagay ng 'pedestrian lane' para sa kaligtasan ng lahat.

DE NUMERO

38

38 bata ang namamatay araw-araw sa mga aksidente sa kalsada sa Pilipinas.

Sanggunian: UP National Center for Transportation Studies

BAWAL. Isang minor de edad ang nakitang nagmamaneho ng motorsiklo. Dahilan ito upang ipanukala ni Councilor Modesta Malayao na bawal na ang mga minor na magmaneho, upang masiguro ang kanilang kaligtasan sa kalsada at mabawasan ang mga aksidente.

Kuha ni: **JUSTINNE MAY LAQUIO**

BANTAY

TAWID PANGANIB

Grade 7 biktima ng 'hit-and-run'; paaralan nanawagan para sa mas ligtas na 'pedestrian lane'

Kent Jiroh Nomo

Nanawagan ang Jose Rizal Memorial State University na mas paigtingin pa ang seguridad sa lansangan nang ang isang Grade 7 mag-aaral ang nabiktima ng 'hit-and-run' sa harap mismo ng 'Gate 2' ng noong Huwebes, Disyembre 12.

Kinilala ang batang naaksidente na si Dranber Baes, 13, mag-aaral na nasa ika-7 baitang ng unibersidad.

Ayon sa mga saksi, naganap ang aksidente sa may bandang alas dose ng hapon nang papalabas ng paaralan ang bata.

Diumano ay mabilis ang pagmamaneho ng drayber ng traysikel dahilan upang masagasaan nito ang biktima.

Ayon sa biktima ay hindi raw binabaan ng 'driver' ang bata matapos ang pangyayari at sa halip ay mabilis na umalis sa lugar na pinangyarihan ng aksidente.

Agad namang isinugod ang biktima sa ospital at sa kabutihang palad ay masuwerteng nagtamo lamang ng 'minor injuries'.

Pinaghahanap na ng mga pulisya ang drayber na nakasagasa sa bata.

Nagdulot naman ang insidenteng ito ng matinding pagkabahala sa mga magulang, guro, at buong komunidad ng JRMSU.

Ipinapanawagan ngayon ng pamunuan ng JRMSU at mga estudyante ang mas mahigpit na pagpapatupad ng mga batas-trapiko sa lugar lalong-lalo na't walang 'pedestrian lane' sa mismong lugar na iyon.

Hinihikayat din ang kooperasyon ng lokal na pamahalaan ng Lungsod ng Dapitan at komunidad upang masigurong ligtas ang bawat mag-aaral sa kanilang pagpasok at paglabas ng paaralan at maiwasan ang ganitong aksidente.

"Kailangan nating palakasin ang enforcement ng 'traffic rules' sa lugar at maglagay ng 'pedestrian lane' para sa kaligtasan ng lahat," ayon pa kay G. Herard B. Mandantes Jr., guro sa English ng Unibersidad.

Pinapaalalahanan din mga mga awtoridad ang mga estudyante na maging mas maingat sa pagtawid sa kalsada.

BANTAWID. Nag-iingat nang husto ang mga mag-aaral ng JRMSU sa pagtawid sa pedestrian lane dahil may mga motorista na walang pakundangan at tila hindi alam ang kahalagahan ng pedestrian lane.

Kuha ni: **JUSTINNE MAY LAQUIO**

AdviSORRY

Estudyante, magulang nadismaya sa 'late work suspension advisory' ng LGU; karampatang aksiyon iminungkahi

Kent Jiroh Nomo

Dismayado ang mga magulang at mag-aaral dahil huli kung mag-anunsyo ang LGU Dapitan ng pagsuspende ng klase at trabaho.

Ayon kay Christine Elumbaring, empleyado ng City Health at ina ni Christea Elumbaring, Grade 9, ang kahalagahan ng maagang pag-anunsyo sa mga suspensyon ay upang maiwasan ang abala at paghihirap ng mga estudyante at manggagawa.

Ipinaliwanag ni Elumbaring na kung ang anunsyo ng suspensyon ay mas maaga, hindi na nila kailangang magtuloy-tuloy papunta sa paaralan o opisina.

"Kailangan maaga ang pag-anunsyo upang hindi na kami magtuloy-tuloy sa aming mga destinasyon, at hindi na mag-aaksaya ng oras at lakas," dagdag pa niya.

Hindi lamang ang mga estudyante ang naapektuhan ng huling anunsyo, kundi pati na rin ang mga manggagawa.

"Isang malaking abala sa amin, lalo na't ang ilan ay nagkaroon ng dagdag na gastos sa pamasahe," sabi ni Christine, isang manggagawa sa Dapitan City.

Ang iba pang mga mamamayan ay nagalit dahil sa potensyal na panganib na dulot ng masamang panahon habang sila ay nasa biyahe.

"May mga pagkakataon na ang masamang panahon ay nagiging mas delikado, kaya't dapat ay maaga na ang anunsyo," sinabi ni Mark Anthony Gito, isang residente at guro sa Unibersidad.

Ipinaliwanag ng opisyal ng LGU na ang late announcement ng 'work at school suspension' ay dulot ng paghihintay sa mga mas malinaw na update mula sa PAGASA at iba pang kaugnay na ahensya.

Gayunpaman, maraming estudyante ang nagsabi na sila ay nagising nang maaga upang pumasok sa paaralan, ngunit nalaman lamang nila na suspendido na ang klase pagdating nila sa campus.

"Sobrang nakakapagod at nakakalungkot dahil nagtulungan kami para makapunta sa school, tapos bigla na lang na-cancel ang klase," sabi ni Cassiopeia Bacatan, isang estudyante ng JRMSU.

May ilan ding mga estudyante na nasa gitna na ng kanilang biyahe nang ianunsyo ang suspension, na naging sanhi ng hindi inaasahang gastos sa pamasahe at pagod.

Dahil dito, ipinapanukala ng ilang mga estudyante at magulang na magpatuloy ang lokal na pamahalaan sa pagpapabuti ng sistema ng anunsyo, kung saan maipapaabot ang mga suspensyon ng mas maaga at hindi na magdudulot ng abala o panganib sa kaligtasan ng mga tao.

> Ipinapanukala ng ilang mga estudyante at magulang na magpatuloy ang lokal na pamahalaan sa pagpapabuti ng sistema ng anunsyo, kung saan maipapaabot ang mga suspensyon ng mas maaga at hindi na magdudulot ng abala o panganib sa kaligtasan ng mga tao.

LUTASELPON

Pagkalulong sa selpon sanhi ng pagkahuli sa klase; pagtataguyod ng disiplina, hinimok ng tagapayo

Cristhea Elumbaring

Dahil sa pagkahuli sa klase sanhi ng pagkalulong sa paggamit ng selpon, hinimok ng tagapayo ng JRMSU High ang mga mag-aaral na magtakda ng panahon at itaguyod ang disiplina sa paggamit nito.

Ayon kay Mandantes, ang labis na paggamit ng mga mag-aaral selpon dahil sa social media, online games, at iba pang apps ay nagiging dahilan ng pagkaantala sa kanilang pagpasok sa paaralan at pagdalo sa klase.

"Madali akong magpuyat gamit ang selpon, at minsan hindi ko na namamalayan ang oras" sabi ni Joseph Dawa, isang Junior High student.

Ayon kay G. Mandantes, ang class adviser ng Grade 12, ang labis na paggamit ng cellphone sa gabi ay may negatibong epekto sa disiplina at oras ng mga estudyante.

"Ang paggamit ng cellphone sa mga hindi tamang oras, lalo na sa gabi, ay nagiging sanhi ng pagka-bagabag ng mga mag-aaral, kayat hindi na sila makatulog ng maayos," aniya.

Sinabi rin ni G. Mandantes na kailangang matutunan ng mga estudyante ang tamang balanseng paggamit ng teknolohiya.

Pinayuhan din niya ang mga estudyante na magtakda ng oras sa paggamit ng kanilang mga gadgets, at itaguyod ang disiplina sa oras upang hindi ito makaapekto sa kanilang mga akademikong obligasyon.

LULONG. Aminado si Cheska Torres na ang palagiang paggamit ng Facebook ang sanhi ng pagiging late sa klase.

Kuha ni: ABP

KALUSUGAN SA ISIPAN

Paglagda ng Basic Ed Mental Health act sagot sa nakaalarmang pagpapatiwakal

Kent Jiroh Nomo

Ikinagalak ng mga mag-aaral at guro sa JRMSU ang paglagda ni Pangulong Ferdinand Marcos Jr. sa Republic Act 12080 o Basic Education Mental Health and Well-Being Promotion Act noong Disyembre 9, 2024 dahil anila solusyon ang bata sa problemang kalusugang 'mental' ng mga mag-aaral.

"Nakakatuwa ang paglagda ng RA 12080 dahil layunin nitong matiyak na hindi dumaranas ng mga problema sa mental health ang mga guro at mag-aaral," ani Ma'am Cristylen Bucol, guro sa Filipino.

Sa ilalim ng RA 12080, inaatasan ang lahat ng paaralan na magpatupad ng mga programa para sa mental health at kapakanan ng mga guro at mag-aaral.

"Kailangan talaga namin ang sapat na kaalaman at suporta ukol sa kalusugan ng isip. Lalong lalo na't may klasmeyt ako na palaging na-stress," siwalat ni Laurece Galanido, Grade 12.

Ayon sa Batas Republika 12080, kabilang sa mga programang ipatutupad ang regular na mental health seminars, counseling services, at pagsasanay para sa mga guro upang matukoy ang mga palatandaan ng mental health issues sa kanilang mga mag-aaral.

"Malaking bagay ito para sa aming mga magulang. Alam naming may sapat na suporta ang mga anak namin sa eskwelahan," ani Michelle Baguinat, isang magulang.

Pinuri rin ng Guidance Office ang inisyatiba ng gobyerno, na nagsasabing ito ay isang tagumpay para sa sektor ng edukasyon at sa pagpapalakas ng kamalayan sa kahalagahan ng mental health sa Unibersidad at sa buong bansa.

ISIPORTAHAN

Kritikal na problema ng mag-aaral yumanig sa JRMSU; 'Self-care' pinaigting ng Guidance Office

Cristhea Elumbaring

Pinalakas ng JRMSU ang kampanya para sa sariling pangangalaga o 'self-care' sa pamamagitan ng isang mental health symposium, nang magtangka ang isang mag-aaral na bawiin ang sariling buhay.

Sabi ng nakasaksi, nangyari ang insidente sa gabi ng klase.

Sa tulong ng mga guro, kawani, at estudyante, naagapan ang sitwasyon at agad na dinala ang estudyante sa ospital.

Kritikal na problema

Isang estudyante ng JRMSU ang nagpahayag ng opinyon na kailangang bigyang pansin at tugunan ang mental health ng mga tao, lalo na't dumarami ang bilang ng mga nagpapatiwakal dahil sa kakulangan ng atensyon sa mga kabataang nangangailangan nito.

"Nakaka-nerbiyos nang malaman ko na may mag-aaral na may planong nagpapatiwakal," sambit ni Blessa Busico."Sana'y seryosohin ng unibersidad ang isyung ito at tulungan ang mga estudyante upang tiyakin ang kalusugan ng isip ng mga mag-aaral.

Sinabi ni Guidance Counselor Lopez na hinihikayat ng kanilang tanggapan ang mga estudyanteng nahihirapan sa emosyonal na aspeto na humingi ng tulong nang walang pag-aalinlangan.

"Nakatuon kami sa pagbibigay ng ligtas at sumusuportang kapaligiran kung saan komportable ang mga estudyanteng humingi ng tulong," sabi ni Lopez.

Kampanya para 'self-care'

Upang itaguyod ang kamalayan sa mental health at hikayatin ang mga estudyante sa pangangalaga sa sarili, nag-host ang University Guidance Office ng webinar na pinamagatang "Thriving Mentally in the Digital Era" noong Nobyembre 22, 2024.

Ibinahagi ni Retchiel O. Abol, isang Certified Human Resource Association (CHRA) at tagapagsalita sa symposium, na ang social media ay parang isang "double-edged sword" na maaaring makaapekto nang malaki sa mental health ng isang tao.

Ipinaliwanag ni Abol na bagamat nakapagbibigay ng koneksyon at suporta ang social media, ang labis na paggamit o negatibong interaksyon ay maaaring magdulot ng stress, anxiety, at pakiramdam ng kakulangan.

Binigyang-diin din ng webinar ang kahalagahan ng mga self-care practices tulad ng pagpapanatili ng malusog na routines, pagtatakda ng boundaries, at paghingi ng propesyonal na suporta kung kinakailangan.

Ipinaliwanag ni Abol na mahalaga ang sariling pangangalaga upang maiwasan ang mga krisis sa mental health, kabilang na ang mga pag-iisip ng pagpapatiwakal, sa pamamagitan ng pagpapalakas ng resilience at emosyonal na balanse.

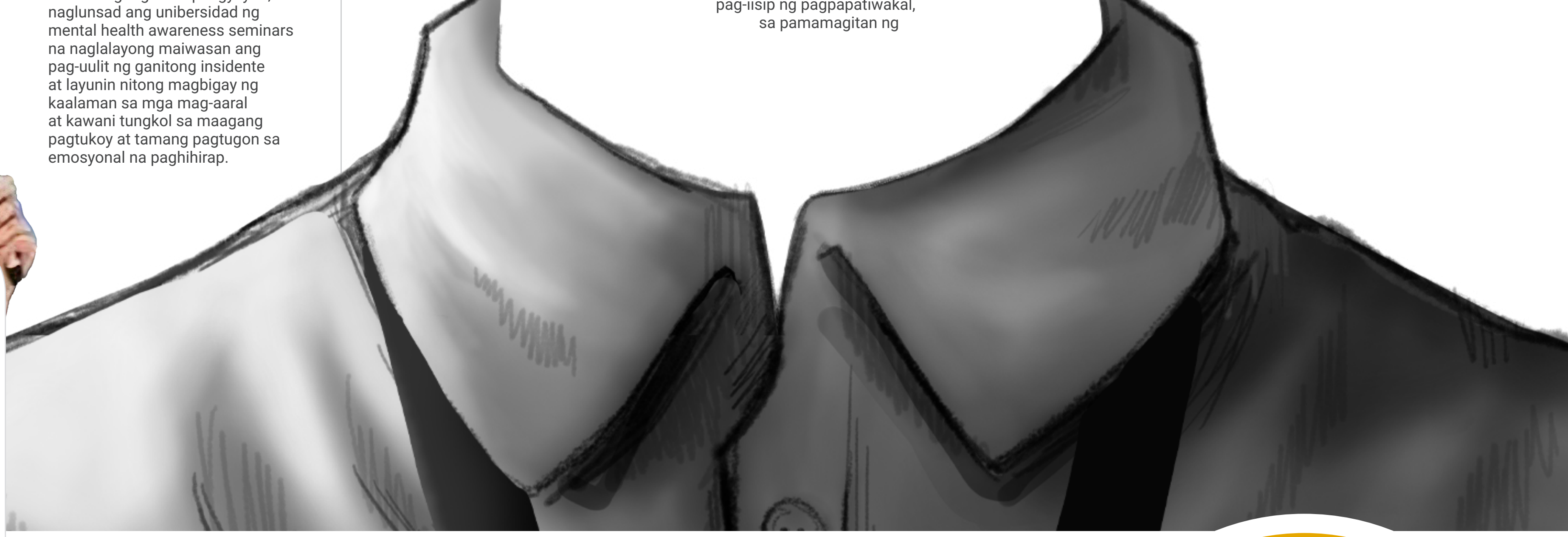
Tutok sa 'mental health'

Hinikayat ni Abol ang mga estudyante na unahin ang kanilang kalusugan.

"Kasinghalaga ng inyong mga akademikong layunin ang pag-aalaga sa inyong mental health," aniya.

"Habang tumatagal, mas dumarami ang nakakaranas ng mga isyung mental dahil sa mga hamong hinaharap ng bawat isa. Kailangang tugunan nang tama ang isyung ito at pag-aralan pa ang tungkol sa mental health para sa ikabubuti ng ating kalusugan," dagdag pa niya.

Natuwa ang mga mag-aaral at guro sa webinar dahil sa pagtalakay nito sa mahalagang isyu at pagbibigay ng mga konkretong hakbang upang mapabuti ang mental health.



DE NUMERO

3/100

Mahigit 574,000 o 3% ng kabataang Pilipino ang nagtangkang wakasan ang kanilang buhay.

Sanggunian: UP Population Institute

CounSOLVING

Estudyante nananakit sa sarili; Counselling sessions pinagtibay

Crystal Jane Elumba

Pinatatag pa ng Guidance Counselor ng Unibersidad ang counseling sessions matapos umabot sa punto ng pananakit sa sarili ang isang hayskul.

Ayon sa ulat, nakapansin ang ilang kaklase sa mag-aaral na palaging nakaupo sa sulok ng silid-aralan.

"Emotional kaau siya. Malinaw na senyales ng emosyonal na paghihirap kayat agad namin siyang isinangguni sa klinika at guidance office ng unibersidad upang mabigyan ng kinakailangang suporta.

Inihayag ni JRMSU Guidance Counselor Kristine Carl Lopez na ang nasabing estudyante ay sumasailalim na sa counseling sessions upang matugunan ang kanyang mga alalahanin sa mental health.

"Ginagawa namin ang lahat upang masiguro ang kanyang kaligtasan at maibalik ang kanyang emotional well-being," pahayag ni Lopez.

Bilang tugon sa pangyayari, naglunsad ang unibersidad ng mental health awareness seminars na naglalayong maiwasan ang pag-uulit ng ganitong insidente at layunin nitong magbigay ng kaalaman sa mga mag-aaral at kawani tungkol sa maagang pagtukoy at tamang pagtugon sa emosyonal na paghihirap.

TUTOK SA ISIP. Nangunguna si JRMSU Guidance Counselor Kristine Carl Lopez sa mental health symposium upang itaguyod ang kamalayan at kahalagahan ng pangangalaga sa mental health ng mga mag-aaral.

Kuha ni: **GUIDANCE OFFICE**

HIRAPAN SA ARPAN

Wikang Filipino, hadlang sa ArPan; Estratehiya pag-iibayuhin

Kent Jiroh Nomo

Tinatayang 24.3% ng mga mag-aaral sa JRMSU ang nahihirapan sa pagkatuto sa Araling Panlipunan (AP) dahil sa wikang ginamit sa pagtuturo, kaya't silay nananawagan na ito ay masolusyonan.

Isiniwalat sa sarbey na pangunahing dahilan ng hirap ng mga mag-aaral sa pag-unawa sa mga konsepto ng AP ay ang kanilang limitadong kaalaman sa Filipino, na lalong nagpapakomplikado sa paksang aralin.

"Madalas akong nahihirapan sa pag-intindi ng aralin dahil kadalasan, nanghuhula na lang ako sa kahulugan ng mga salita. Dahil mas sanay akong magsalita ng Ingles, kadalasan, wala talaga akong maintindihan," ibinahagi ni Johanna Lyn Empeynado, Grade 9.

Ibinahagi rin ng mga kaklase ni Johanna ang parehong pagkadismaya, binibigyang-diin ang hirap na makasabay sa talakayan sa klase at matapos ang mga takdang-aralin nang maayos.

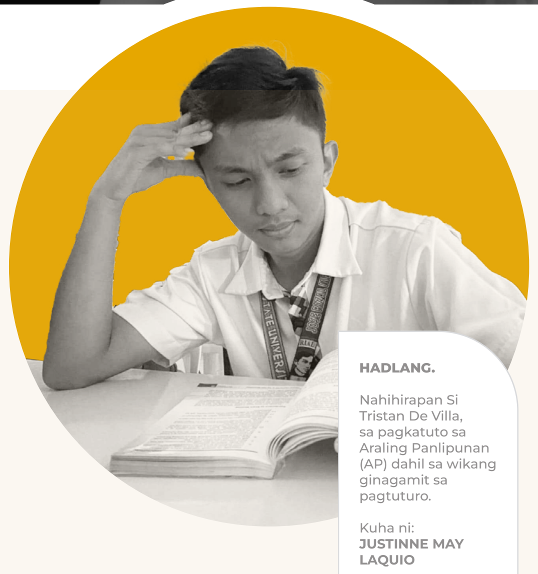
"Mas magiging madali ang AP kung ituturo ito sa Ingles," sabi ni Joseph Dawa, isang kaklase ni Johanna.

Nagpahayag din ng pag-aalala ang mga guro ukol sa hamon na dulot ng mga hadlang sa wika.

Ayon kay Richmond Suganob, isang guro ng Araling Panlipunan, "Pinagsisikapan naming ipaliwanag nang malinaw ang mga konsepto, ngunit nagiging malaking balakid ang hadlang sa wika para sa ilang estudyante."

Sinabi naman ni Darwin Magbanua, isa pang guro ng ArPan, na siya'y naghahanap ng mga solusyon na tutugon sa iba't ibang pangangailangan ng mga mag-aaral habang ginagamit pa rin ang Filipino sa pagtuturo.

Umaasa ang mga magulang ng karagdagang suporta at mga mapagkukunan upang matulungan ang kanilang mga anak na paunlarin ang kanilang kasanayan sa ArPan.



HADLANG. Nahihirapan Si Tristan De Villa, sa pagkatuto sa Araling Panlipunan (AP) dahil sa wikang ginagamit sa pagtuturo.

Kuha ni: **JUSTINNE MAY LAQUIO**

MALIsyoso

Dekano ng JRMSU, itinangging may 'cover-up' sa pang-aabusong sekswal, nagsampa ng kasong libel

Cristhea Elumbaring

HAIN NA. Nagsampa ng kason libel si Dekano Expedito Columnas laban sa lokal na pahayagan bunsod ng aniya'y malisyosong ulat.

Kuha ni: EC

"Ang pinsala sa aking reputasyon ay hindi na maibabalik. Magpapatuloy ako sa lahat ng legal na hakbang upang linisin ang aking pangalan."

Mariing inihayag ni 3/M Expedito Columnas, Dekano ng Unibersidad na gawin niya ang lahat na legal na hakbang upang maibabalik ang nasira niyang reputasyon, matapos akusahan siya na nag-'coverup' sa kasong 'sexual harassment'.

Ayon kay Dekano Columnas, magsasampa siya ng demanda laban sa Press Freedom na naglathala ng artikulo noong Nobyembre 23, 2024, na nagtakip siya sa kasong panghahalay.

"Ang mga akusasyon laban sa akin ay tahasang kasinungalingan, imbento, at malisyoso," sabi ni Prof. Columnas.

Itinanggi ni Columnas na mayroong opisyal na reklamo na naihain sa anumang hukuman o tribunal, kaya't itinuring niyang premature at mapanirang desisyon ng pahayagan na pangalanan siya.

"Ang aking magandang reputasyon ay nasira na sa isip ng lahat ng nakabasa nito, kahit wala namang kaso laban sa akin," dagdag ni Columnas.

Pinuna ni Columnas ang pahayagan dahil sa pagbabalita base lamang sa hindi beripikadong mga pahayag at hindi paghingi ng kanilang panig upang maging makatarungan.

"Ang artikulo ay isinulat at ipinalabas na may matinding kapabayaan sa katotohanan, na nagdulot ng pinsala sa aking mabuting reputasyon," pahayag ni Columnas, na nag-anunsyo ng plano niyang magsampa ng legal na kaso laban sa pahayagan. "Ang artikulong ito ay talagang libelo."

Nanawagan si Columnas ng pananagutan at hinikayat ang mga mamamahayag na tuparin ang kanilang tungkulin na mag-ulat nang tama.

BALITANG INVESTIGATIV

HARASSMENT

Pang-aabusong sekswal sa JRMSU isinapubliko; Admin nag-imbestiga para bigyang hustisya ang mga biktima

Kent Jiroh Nomo

Lumantad sa publiko ang isang lalaki at dating mag-aaral ng Jose Rizal Memorial State University upang mabigyan ng hustisya ang sekswal na pag-aabuso ng isang guro sa unibersidad sa kanya at sa umaabot isandaang estudyante.

Inihain ng nasabing mag-aaral ang reklamo sa alkalde ng Lunsod Dapitan na si Seth Frederick P. Jalosjos noong Nobyembre 18, 2024.

Ayon sa biktima, nakaranas siya at higit isang daan pang mga mag-aaral ng 'sexual harassment' at iba pang kahalayan ng walang pahintulot sa mga taong 2020 hanggang 2022.

Nang tanungin kung bakit ngayon lang ito isiniwalat sa publiko, ibinahagi nito ang kawalan nila ng lakas na magsumbong dulot ng kawalan ng taong tutulong sa kanila.

"Wala miy kusog mu-tingog kay wala pa pod mi kakita ug tawo nga willing mutabang," saad ng estudyante sa isang interview na isinagawa ng ZaNorte News Flash.

Hindi rin ito naglakas-loob na magsumbong sa iba pang guro sapagkat nangingibabaw sa kaniya ang kahihiyan sa kanyang sinapit.

"Wala ko nagsumbong sa ubang teachers kay ang akong gihunahuna ang kaulaw sa nahitabo sa akoa," wika ng biktima.

Ayon sa kanya, pinili niyang magsalita ngayon sapagkat naniniwala siya na ito ang magiging paraan upang mabigyan ng katarungan ang iba pang biktima na pumili ng manahimik sa kabila ng mga pangyayari.

"Sa akong pag-witness karon, gusto ko nga kadtong mga wala nahatagan ug justice, mao ni akong way para mahatagan sila," pagklaro niya.

Dahil sa lumulubong isyung na nakaka-alarma hindi lamang sa mga mag-aaral kung hindi pati na rin sa administrasyon, nagsasagawa ng masusing imbestigasyon ang mga opisyal ng JRMSU, katuwang ang pamahalaang Lungsod ng Dapitan, upang matugunan ang mga seryosong akusasyong ito.

Hinahanap ng 'Ang Bagong Pananaw' ang suspek na guro upang makuha ang kanyang panig, ngunit hindi ito mahagilap.

Matatandaang agbitiw sa posisyon ang guro bago pa man ang reklamo ng estudyante.

Nagdaos ng pulong ang mga opisyal ng JRMSU upang talakayin ang mga kasong ito at nagsabi na ang Committee on Decorum and Investigation (CODI), na pinamumunuan ni Dr. Mam Marissa Recapente, ay patuloy na nagsasagawa ng imbestigasyon kasabay ng koordinasyon sa lokal na pamahalaan ng Dapitan City.

Samantala, tiniyak ni Mayor Jalosjos na ang Dapitan City ay tapat sa paglutas ng kaso. "Tinitiyak namin ang kaligtasan ng kabataan sa Dapitan City,"

> "Sa akong pag-witness karon, gusto ko nga kadtong mga wala nahatagan ug justice, mao ni akong way para mahatagan sila. (Gusto ko na ang mga hindi nabigyan ng katarungan ay magkaroon ng pagkakataon na makamtan ito.)

PARA SA BATA

PTA, nangangako ng pagbabago; 'water supply, drainage system' napipintong proyekto

Kent Jiroh Nomo

Nangako ang Parent-Teacher Association (PTA) ng JRMSU High na mas paigtingin nila ang suporta sa mga mag-aaral sa pamamagitan ng bagong mga proyekto at inisyatibo para sa taong panuruang ito.

Sa mga ginanap na general assembly, inilantad ng PTA ang kanilang mga plano na naglalayong mapabuti ang kalagayan ng mga mag-aaral at mapalakas ang ugnayan ng mga magulang, guro, at pamunuan ng paaralan.

Isa sa mga ito ang pagpapanatili ng malinis at tuyong palikuran para sa kalinisan at kalusugan ng mga mag-aaral.

"There should be a steady supply of water for restrooms to be kept clean and dry for the welfare of the students," ayon kay Rex Angelo Hamoy, isa sa mga opisyal.

Bukod dito, binigyang-diin din ang pagsasaayos ng drainage system upang maiwasan ang pagbaha sa mga daanan patungo sa mga silid-aralan lalo na sa panahon ng tag-ulan.

"The drainage system is also one of our projects, as it is very unsightly to have deep puddles of water in some places of the school," ani Hamoy.

Dagdag pa niya, patuloy ang mga opisyal at asosasyon na humanap ng paraan upang mas makakuha ng sapat na pondo at maisakatuparan ang mga proyekto.

"We officials will continue to seek ways to secure sufficient funding and bring projects to fruition," wika ng opisyal.

MATAPAT. Ibinalik ni Richard Bezar Cabanlit ang bag na may lamang PHP27,000 na kontribusyon sa estudyante ng JRMSU High.

Kuha ni: JUSTINE LAQUIO

GWARDYIAN ANGHEL

P27K pundo ng hayskul, isinauli ng guwardiya

Crystal Jane Elumba

Walang pag-aalinlangan na ibinalik ng limang security guards ang perang nagkakahalaga ng 27 libong piso matapos itong maiwan ng isang estudyante sa Grade 10 sa kanilang silid.

Ang limang matatapat na security guards ay sina Richard Cabanlit, Perlito Talic, Rex Alcaraz, Christopher Ryan Catulong at Joseph Gardose.

Ayon kay Canbanlit, kasalukuyan silang nagsasagawa ng kanilang karaniwang na pagpapatrolya nang matagpuan nila ang isang bag na naglalaman ng pera.

"Sa pag-roaming namo nisaka mi sa room sa Grade 10 ug nakita sa akong kauban nga naay bag nga puti nahabilin," saad niya.

Agad na binuksan ng mga matatapat na security guards ang bag sa kanilang pagbalik sa guard house at agad nag-desisyon sa pagsauli nang masulyapan nila ang pera.

"Amoang gilantaw ug pagkakita namo sa kwarta, amoa jud i-surrender kay dili man to amoa ug luoy pod kaayo ang nawalaan, dakong problema kay dako ug kantidad," wika ng guwardiya.

Dagdag pa ni Cabanlit, responsibilidad nila na ibalik ang eksaktong halaga, kasabay ang pagprotekta sa bawat buhay at ari-arian ng paaralan.

"Amoa jud tong iuli kay mao na ang among trabaho; to secure lives and properties of the school," salaysay niya.

DE NUMERO

10

Natuklasan sa mga pag-aaral na ang mga nakaligtas sa sexual assault ay 10 beses na mas malamang na magtangkang magpakamatay kumpara sa mga indibidwal na hindi nakaranas ng ganitong karahasan.

Sanggunian: National Sexual Violence Resource Center

Mula sa P1

'WATCH OUT, BURNOUT'

9 sa 10 JRMSUans, aminadong ...

Sinabi ni Principal Kathryn Archuleta na napansin niyang hindi nagdulot ng pagbuti sa pagganap ng mga mag-aaral ang mataas na presyon sa akademiko, bagkus ay nagdulot ito ng kanilang instability.

"Nakikita namin ang epekto nito sa ating mga estudyante. Palagi silang stressed, kulang sa tulog, at nahihirapan sa balanseng pamumuhay na may kinalaman sa kanilang akademikong buhay at personal na kalusugan," binigyang-diin ni Archuleta.

Bilang tugon sa mga reklamo ng burnout mula sa mga estudyante, hinikayat ng punong-guro ng JRMSU High ang mga estudyante na unahin ang mga akademikong halaga kaysa sa mga grado.

Hinamon ni Archuleta ang mga estudyante na mag-aral nang mas doble upang makamit ang nararapat na kaalaman, sa halip na magpokus lamang sa mga grado.

PAHINANG PABALAT

Ilustrado: Tunggaliang BBM-Duterte, Pilipino ang talo

'Matalinong pagboto' ng JRMSUans, Dapitanon sa 2025 halalan, isinusulong

Ayon kay James Bahian, Pangulo ng SSG at botante sa darating na halalan, nakadismaya ang resulta ng nakaraang halalan at sana leksiyon ito para sa Halalan 2025..

"Parang niloloko nila ang mga Pilipino. Sa una, nagpapakita sila na magkaalyado para sa bayan, pero makalipas ang ilang araw, inamin nilang takot lang silang matalo kaya sila nagsanib puwersa," sabi niya.

Dagdag pa niya, dapat maging responsableng botante ang lahat sa pagpili ng mga susunod na lider ng bansa.

"Dapat tayong bumoto nang maayos base sa kakayahan, background, at plataporma ng mga kandidato—hindi lang dahil sikat sila bilang pulitiko o celebrity," diin ni Bahian.

Pagsusuri sa mga kandidato

Binigyang diin ni Rafael Calib-og, isang guro sa Araling Panlipunan, ay binigyang-diin ang kahalagahan ng pag-unawa sa plataporma ng mga kandidato bago bumoto.

"Ang pagboto ay responsibilidad. Kailangan nating ituon ang atensyon sa mga isyu, hindi lang sa pangalan," sabi ni Calib-og.

Aniya, mahalaga ring gabayan ang mga estudyante upang gumawa ng mga desisyong makabubuti sa komunidad at iwasan ang bulag na pagboto.

"Bago ako bumoto, nire-research ko muna ang profile ng bawat kandidato. Pero ang iba, basta sikat lang, ibinoboto agad kahit walang karanasan sa paggawa ng batas," sabi ni Expedita Endrina, isang residente ng Burgos, Dapitan City.

Sinabi naman ni Chery Mae Oga, propesor ng Political Science, na dapat ang mga botante ay tumuon sa mga layunin ng mga kandidato para sa bansa, hindi lang sa kanilang kasikatan.

"Bumoto tayo ng mga lider na magdadala ng tunay na pagbabago base sa kanilang kakayahan," ani Oga.

Plano sa hinaharap

Inihayag ni SSG President Bahian ang plano niyang maglunsad ng mga forum na pang-edukasyon upang tulungan ang mga botanteng Dapitanon na magkaroon ng mas mahusay na kaalaman.

"Kailangang tiyakin natin na nauunawaan ng lahat ang kahalagahan ng kanilang boto. Mangangampanya kami sa matalinong pagboto sa 2025 Elections," ani Bahian.

Ayon kay Bahian, sa ilalim ng kampanya ng "Boto para sa Pilipinas," patuloy na umaasa ang JRMSU at ang mga Dapitanon na magiging mas mapanuri sa darating na halalan.

Sa kabila ng mga hamon sa kasalukuyang liderato, naniniwala pa rin ang mga Iustrado na ang tamang pagboto ang susi sa isang mas maayos at maunlad na bansa.

"Sa gitna ng tunggaliang Marcos-Duterte, nananatili ang aming mithiin na magkaroon ng isang pamahalaang nagkakaisa para sa kapakanan ng bayan," pagtatapos ni Bahian.

TUTOK

NAKAHIVABAHALA

Paglobo ng HIV kaso sa Pinas nakakaalarma; JRMSU nangunguna sa probinsiya sa kampanya kontra 'stigma'

Crystal Jane Elumba

Naalarma ang mga Ilustrado sa patuloy na pagtaas ng bilang ng mga kaso ng Human immunodeficiency virus (HIV) sa Pilipinas na ayon sa Department of Health (DOH) ay higit isandaang libong kaso na sa Agosto 2024, na anila'y pinakamabilis na paglago ng epidemya ng HIV sa Asia at Pacific.

Ayon sa ulat ng DOH, umaabot 61 porsyento o 131,335 na kaso ang na-diagnose o nakumpirma sa laboratoryo at kasalukuyang nabubuhay o hindi naiulat na namatay, hanggang Setyembre 2024.

Dagdag pa nang ahensiya, umaabot ang bagong kaso ng HIV ng 58 katao araw-araw sa ikalawang kwarter ng 2024.

Sa Probinsiya ng Zamboanga del Norte, 385 kaso na mula noong Enero 2023 at 12 na ang namatay na may kaugnayan sa Acquired Immune Deficiency Syndrom (AIDS), advans na kaso ng HIV.

Takot sa datos

Ang mga datos ay nagdulot ng matinding pag-aala ng mga mag-aaral, guro, at empleyado ng Unibersidad

"Nakatatakot ang pagtaas ng mga kaso ng HIV. Nalaman ko sa mga balita na hindi na lang ito problema ng matatanda, kundi pati na rin ng bata tulad ko," sabi ni Gian Carreon, Grade 12 Class Mayor.

Inihayag ni Genelyn Viadnes, propesor sa kalusugan ng JRMSU na kailangang palakasin ang mga pakikipagtulungan sa mga lokal na pamahalaan, mga health workers, at mga lider ng komunidad upang mapabuti ang mga serbisyo para sa HIV, mabawasan ang stigma, at magbigay ng suporta sa mga taong may HIV.

"Mas malaki na ang panganib para sa mga kabataan ngayon, kaya't kailangang makipag-usap ng mga magulang sa kanilang mga anak tungkol sa kalusugang ito," dagdag pa ni Viadnes.

Tugon ng unibersidad

Bilang tugon sa nakababahalang bilang ng mga kaso ng HIV, inilunsad ng JRMSU ang "Know and Protect" upang labanan ang stigma ng HIV at itaguyod ang pag-iwas sa pamamagitan ng edukasyon.

Ang "Know and Protect" ay isang caravan na pinangunahan ng JRMSU para sa kaalaman tungkol sa HIV/AIDS at STI na isinagawa sa pakikipagtulungan ng JRMSU Graduate School, Colegio de San Francisco Javier ng Rizal, Red Life Advocates, Dipolog City Eco Club, at Greeneducators ng Zamboanga del Norte

Ayon kay Christian Christopher D. Lopez, isang rehistradong nars, dating guro ng JRMSU, at kilalang HIV advocate na kasalukuyang nagsasanay sa UK, na siyang naging tagapagsalita sa Caravan, "Susi ang edukasyon apara mabawasan ang mga kaso ng HIV at malabanan ang mga maling akala na nagpapalaganap ng takot at diskriminasyon."

Idinagdag niya na kailangan nating bigyan ng lakas ang mga komunidad na mag-usap tungkol sa HIV at hikayatin ang pagsusuri at pag-iwas.

Pirma kontra stigma

Noong Oktubre 3, 2024, isang Memorandum of Agreement (MOA) ang nilagdaan na pinangunahan ni JRMSU VPRDE Dr. Rizza B. Bagalanon.

Layunin ng MOA papalawigin ang mga pagsisikap sa edukasyon sa kalusugan, partikular na ang pagtulong upang makamit ang Sustainable Development Goal (SDG) 3.

"Sa pamamagitan ng caravan na ito, tinutulungan naming makamit ang SDG 3 o ang magandang kalusugan at kapakanan para sa lahat," sabi ni VPRDE Bagalanon.

Binigyang-diin ni Bagalanon ang determinasyon ng unibersidad na magpalaganap ng kaalaman tungkol sa HIV at tapusin ang takot o stigma na dulot nito.

"Ang pagpapalaganap ng kaalaman tungkol sa HIV ay hindi lang isang kampanya; ito ay isang responsibilidad. Kami ay nakatuon sa pagpapalaganap ng isang kultura ng pagtanggap at pang-unawa."

Caravan sa gintong kinabukasan

Isinagawa ang 'Know and Protect' caravan ang mga sesyon para sa mga mag-aaral, guro, at kawani, na umabot sa mahigit 513 na kalahok.

Patuloy na bumibisita and "PaHIValo: Know and Protect" Caravan sa mga paaralan at komunidad sa buong Zamboanga del Norte, upang makakalikha ng isang hinaharap na walang sino man ang magdurusa nang tahimik.

> "Ang pagpapalaganap ng kaalaman tungkol sa HIV ay hindi lang isang kampanya; ito ay isang responsibilidad.

DE NUMERO

385 — Ayon sa DOH 2024 Report, ang Zamboanga del Norte ay nakatala ng 385 na tao na may HIV, pati na rin ang dose-dosenang mga naitalang pagkamatay na may kaugnayan sa AIDS.

88,544 — Bilang ng mga taong nabubuhay na may HIV (PLHIV) ang kasalukuyang sumasailalim sa life-saving antiretroviral therapy (ART)

61% — kasong na-diagnose o nakumpirma sa laboratoryo

131,335 — Bilang ng HIV kaso ng kasalukuyang nabubuhay o hindi naiulat na namatay.

Sanggunian: DOH (Sep 2024)

BARMM	415
NCR	41,472
Region 4A	20,523
Region 3	12,522
Region 7	9,947
Region 6	6,871
Region 11	6,795
Region 1	6,255
Region 12	3,337
Region 10	3,156
Region 5	2,600
Region 2	2,007
Region 8	2,012
Region 9	1,924
Region 4B	1,874
CARAGA	1,457
CAR	1,052

ADVOCATE. Ipinapahayag ni Christian Christopher D. Lopez, isang rehistradong nars at HIV advocate na nakabase sa UK, ang kahalagahan ng edukasyon sa pagbawas ng HIV impeksyon at paglaban sa stigma.

SALI-HINDI

Hayskul Ilustrado dismayado sa hindi pagpasali sa patimpalak ng University Week

Kent Jiroh Nomo

Nagdulot pagkadismaya sa JRMSU High School ang pagsawawalang-bahala ng administrasyon sa kanilang partisipasyon sa 2024 University Week patimpalak.

Ang University Week ay taunang pagdiriwang ng annibersaryo ng pagkakatag ng JRMSU kung saan isinigawa ang patimpalak sa isports at 'socio-cultural events' sa limang kampus.

Inihayag ni Jeritza Bencila, kinatawan ng Junior High, ang kanyang pagkadismaya, na nagsabing, "Parang ang JRMSU Week ay para sa mga estudyanteng kolehiyo at hindi isinama ang mga estudyanteng nasa mataas na paaralan."

Sinabi ni Bencila na walang mga kaganapan na nakatuon sa interes ng mga estudyanteng sa hayskul, kaya't naramdaman nilang sila ipinagsawalahang-bahala.

Binigyang-diin niya na mahalaga ang mas malaking partisipasyon ng mga estudyante sa pagpaplano upang makagawa ng mas inklusibong pagdiriwang.

Ayon kay Dr. Paterno Baguinat III, Dekano ng Student Affairs and Services: "Nauunawaan namin na may mga bagay na dapat pang pagbutihin sa kung paano namin isinasama ang mga estudyanteng nasa mataas na paaralan sa JRMSU Week."

Tiniyak niya sa mga estudyante na tutugunan ang kanilang mga puna na lumikha ng mas inklusibong pagdiriwang.

PIRMA NI INAY, KINOPYA NI INDAY

'Cheating' sa JRMSU nananatili; pagpeke ng pirma ng magulang sa liham ng pagliban, ikinababahala

Cristhea Elumbaring

Nabahala ang mga guro sa hayskul ng JRMSU kayat isinulong nila ang mga hakbang pandisiplina dahil sa tumataas na bilang ng mga estudyanteng nagpapanggap na pirmahan ang mga lagda ng kanilang mga magulang sa mga liham ng pagliban.

Sinabi ng mga guro na ang ganitong hindi tapat na pag-uugali ay madalas na nangyayari kapag ang mga estudyante ay gustong umiwas sa kanilang mga responsibilidad sa paaralan o sa mga parusa.

"Mahigpit na pinahahalagahan ng JRMSU ang katapatan sa akademya at magandang asal," sabi ni Jomar Banua, isang guro.

Idinagdag ni Banua na ang pagdami ng ganitong insidente ay nagdudulot ng malaking alalahanin hindi lamang sa mga guro kundi pati na rin sa pamunuan ng paaralan.

"Ang pamemeke ay laban sa mga halaga ng katapatan at pananagutan na pinangangalagaan ng JRMSU," sabi ni Banua.

Ipinaliwanag din niya na mahalaga ang pagtugon sa ganitong pag-uugali upang mapanatili ang mga magandang asal ng unibersidad.

Inilatag ni Banua ang mga hakbang na ipatutupad para masolusyunan ang isyung ito.

"Para sa unang paglabag, ang mga hakbang ay isang babala, isang pag-uusap kasama ang estudyante, at pagpapabatid sa mga magulang," sabi ng guro.

Dagdag pa niya na kung mauulit ang pag-uugaling ito, mas seryosong hakbang, tulad ng pagpapayo o mga pulong kasama ang mga magulang, ang ipatutupad.

Mula sa P1

Presyo ng pagkain sa canteen tumaas, mga estudyante, magulang

"Kahit tumaas ang presyo sa canteen, tumaas din ang halaga ng mga bilihin. Malulugi ang canteen kung hindi itataas ang presyo ng mga produkto, dahil kailangan din naming magbayad ng mga helper. Dagdag pa ang mga gastusin sa renta, tubig, at kuryente," paliwanag ni Calda gamit ang wikang Cebuano.

Ayon kay Dr. Paterno S. Baguinat III, Dean para sa Student Affairs and Services (DSAS), na nagsagawa na ang Unibersidad ng pagsusuri tungkol sa pagtaas ng presyo sa canteen.

Inihambing din nila ang mga presyo sa mga tindahan sa labas ng Unibersidad upang makita ang pagkakaiba nito sa canteen ng kampus.

Nagdudulot rin ng pag-aalala ang mga estudyante at magulang, lalo na tungkol sa kanilang gastusin para sa kanilang pang-araw-araw na pangangailangan sa Unibersidad.

"Para matiyak na tatagal ang perang inilaan para sa isang araw, kailangan naming mag-budget ng maayos," sabi ni Sabina Bhel Saldon, Grade 12

Napag-alaman naman na hindi nahirapan ang mga mag-aaral sa pagtaas ng presyo sa canteen dahil ayon sa kanila, sapat na ang allowance na ibinibigay

Mula sa P1

SakriPRESYO

Pagtaas ng pamasahe udyok ng pag-akyat ng presyo ng krudo, mas nagpahirapbsa komyuters

Nag-aalala rin ang mga magulang tungkol sa patuloy na pagtaas ng mga gastos.

"Naglisud gyud kaayo me. Mangayo akong anak ug Php 20 extra allowance. Gusto nako mahatag ang gikinahanglanon pero, lisud gayud agi sa taas nga pamasahe," sabi ni Leonor Rada Empeynado, may anak na junior high.

Nananawagan ang mga magulang at estudyante ng suporta at mas murang mga opsyon sa transportasyon o financial support.

Noong Enero 2025, umabot ng 62 kada litro ang presyo ng diesel, habang ang gasolina ay umabot ng 69 kada litro, ayon sa datos mula sa Department of Energy (DOE).

"Ang pagtaas ng diskwento sa pamasahe para sa mga estudyante ay malaking tulong sa amin," sabi ni Empeynado.

Sa ngayon, patuloy na hinaharap ng mga estudyante ng JRMSU ang tumataas na gastos, pinapagsabay ang kanilang edukasyon at ang pinansyal na pasanin ng kanilang mga pamilya.

EDITORYAL

ANG TUNAY NA BIKTIMA

Kalbaryo sa mga Pilipino ang dulot ng tunggalian ng dalawang makasariling kampo.

Patuloy na tumindi ang tension bunsod ng tunggalian sa pagitan ng kampo ni Pangulong Ferdinand "Bongbong" Marcos Jr. at Pangalawang Pangulo Sara Duterte, na dating magkaalyado sa ilalim ng UniTeam. Ito ay hindi lamang usapin ng alitan ng dalawang pinakamataas na opisyal ng pamahalaan, kundi isang hamong direktang sumasalanta sa buhay ng bawat Pilipino.

Sa gitna ng tunggalian makikita ang mga ordinaryong Juan na nasasadlak sa mas malalang kahirapan at krises. Ayon sa Philippine Statistics Authority (PSA), tumaas ang inflation rate mula 2.5% noong Nobyembre 2024 hanggang 2.9% noong Disyembre 2025, na nagpapahirap sa pagbili ng pangunahing bilihin. Bukod dito, tatlo sa sampung Pilipino ang nananatiling walang trabaho o may hindi sapat na pinagkakakitaan, habang 63% ng mga Pilipino ang naniniwalang lumalala ang kahirapan, ayon sa ulat ng Social Weather Stations (SWS) noong Disyembre 2024.

Malubha rin ang kalagayan ng sektor ng edukasyon. Nang magbitiw si VP Sara bilang Kalihim ng Department of Education (DepEd) noong Hulyo 2024, iniwan nito ang sektor sa gitna ng mga hamon tulad ng mataas na School Leaver Rate (SLR) o dropout rate. Ayon sa DepEd, ang kakulangan ng pondo at suporta mula sa pamahalaan ay nagdudulot ng mas mataas na bilang ng mga batang hindi nakakapasok sa paaralan.

> Mahalagang papel ang gampanin ng gobyerno, mga mamamayan, at iba't ibang sektor ng lipunan sa pagpapalakas ng diyalogo at pagtutulungan upang matamo ang tunay na pagbabago at katarungan para sa mga tunay na biktima ng tunggalian.

Lalala ang kahirapan kung may krisis sa pamunuan. Sa tumataas na presyo ng bilihin, maraming pamilya ang hindi na makatawid sa pang-araw-araw na pangangailangan. Titindi pa ang kriminalidad at kawalan ng oportunidad dahil sa kakulangan ng malinaw na direksyon mula sa pamahalaan.

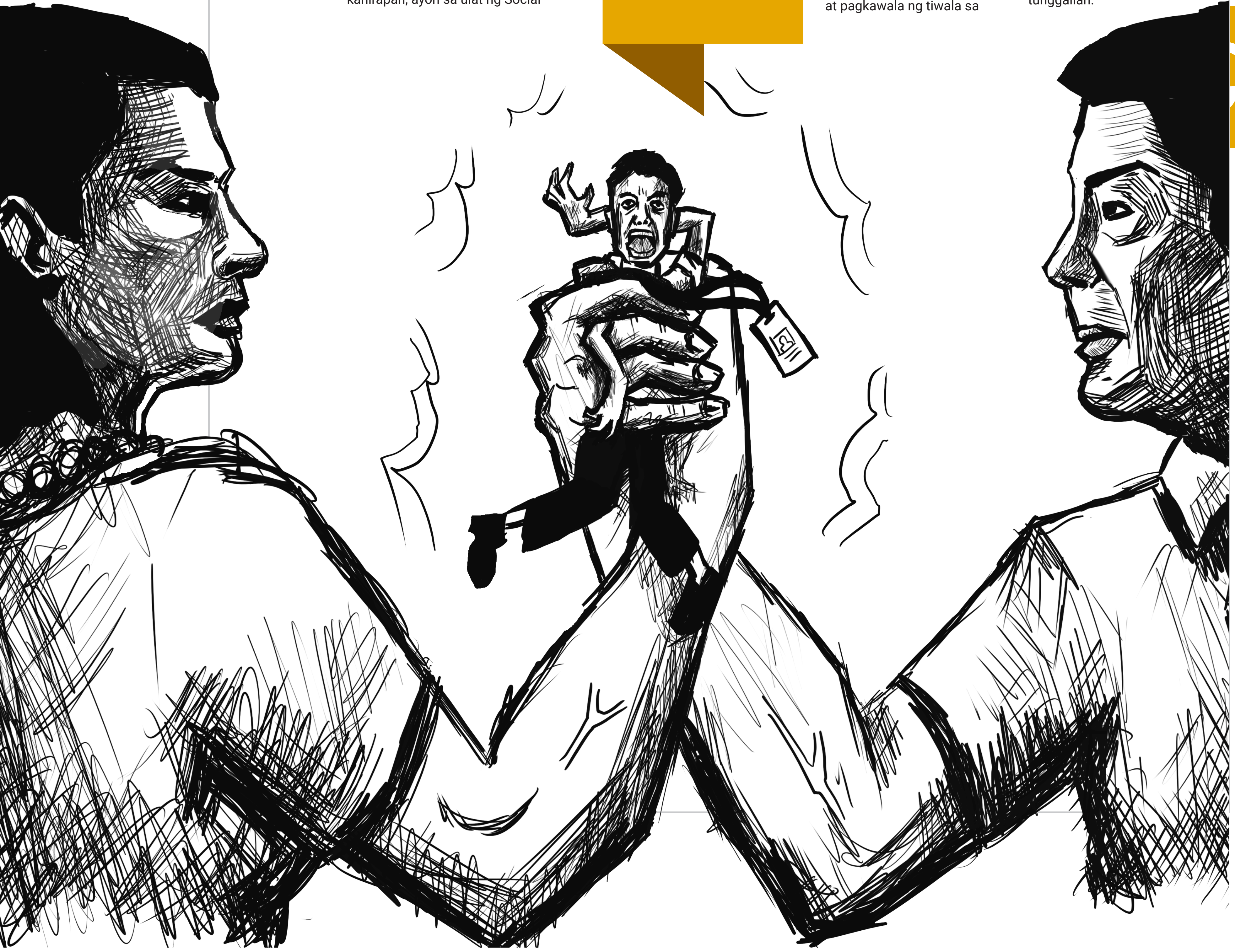
Marami ang nagsasabing ang tunggaliang ito ay bahagi lamang ng normal na politika. Ngunit binabalewala ng pananaw na ito ang epekto ng alitan sa araw-araw na pagdurusa ng mga ordinariyong Pilipino lalong-lao na ang mga mahihirap.

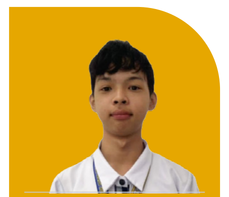
Hindi makatuwiran ang argumentong ang alitang BBM-Sara ay nagpapakita ng kompetisyon sa pamahalaan. Nagdudulot ito ng pagkakawatak-watak sa mga institusyon at pagkawala ng tiwala sa pamahalaan. Nagpapabagal sa pagtugon sa mga pangunahing isyu ng bansa ang patuloy na hindi pagkakasundo ng dalawang kampo. Nagdurusa ang mga Pilipino sa kawalang-aksiyon at makasariling interes ng mga pangunahing lider na dapat sana'y unang nagkakaisa para sa kapakanan ni Juana't Juan.

Sa kabila ng kalbaryo na dulot ng tunggalian ng mga makasariling kampo, lumitaw ang ang tunay na biktima, ang mga mamamayang Pilipino. Marapat na magkaroon ng mas malalim na pag-unawa at pagkakaisa ang bawat isa.

Mahalaga na tutokan ang pangangailangan ng nakararami kaysa sa personal na interes. Marapat na magtulongan ang gobyerno, mga mamamayan, at iba't ibang sektor ng lipunan upang matamo ang tunay na pagbabago at katarungan para sa mga tunay na biktima ng tunggalian.

> Sa kabila ng kalbaryo na dulot ng tunggalian ng mga makasariling kampo, lumitaw ang ang tunay na biktima, ang mga mamamayang Pilipino. Marapat na magkaroon ng mas malalim na pag-unawa at pagkakaisa ang bawat isa.





PERSPEKTIBO
George Ray C. Jumuad

PULPOLitika

Nakakaapekto ang politika sa lahat, lalo na sa estudyanteng tulad ko. Halimbawa, kapag binabawasan ang pondo para sa mga paaralan o itinigil ang mga scholarship, nararamdaman namin ito. Tunay na mahalaga ang mga desisyon ng gobyerno, tulad ng kung paano nila solusyonan ang krisis ng edukasyon, bukod sa 'inflation'.

Naranasan ko na kung paano nakaapekto ang mga alitan sa pagitan ng mga pamilyang Marcos at Duterte, dahil ito ay umaabot sa aming klase, dahil na rin sa ang aming mga magulang na iba-iba ang politiko na pinapanigan.

Ang ibang klasmeyt ko ay nais makipagtalo, habang ang iba naman ay ayaw na lang magpataasan ng boses Para sa akin, mahirap magdesisyon kung magsasalita ba ako o mananahimik na lang.

Dapat maintindihan ng lahat, hindi lang estudyanteng tulad ko ang naapektohan ng politika.Kayat kapag nakikita ko na may mga tao, lalo na ang mga kabataan na lumalaban para sa tama, napapalakas ang loob ko. Mga kabataan na hindi kami basta-basta naghihintay, kundi nagsusulong ng pagbabago.

Ang iba'y ginamit ang social media upang ibahagi ang ideya, kahit minsan mahirap malaman kung ano ang paniniwalaan dahil sa fake news at mga online na pagtatalo.

Dapat ang pag-uusap ng mga isyung walang takot na ma-judge. Kailangang matutong mag-isip para sa aming sarili at unawain ang iba't ibang opinyon na naroroon.

Ayon kay Gat. Jose Rizal, ang mga kabataan ang mga lider ng bukas. Sabi pa ni Rizal, ang mga desisyon na gagawin natin ngayon ay maghuhubog sa isang mas maganda at mas matagumpay na bansa.

Totoong marami ang nawalan ng tiwala sa gobyerno dahil sa hidwaang BBM-Sara, ngunit huwag nating hayaan ito na makabuwag sa ating magandang mithiin. Magpupursige pa rin tayo sa pagkamit ng magandang pagbabago, kahit pulpol ang ibang politiko.

ang bagong pananaw
OPISYAL NA PAHAYAGANG PANGKAMPUS NG JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY
LABORATORY HIGH SCHOOL
DIBISYON NG DAPITAN - REGION IX

PATNUGUTAN
Taong Panuruan 2024-2025

Punong Patnugot
Kent Jiroh A. Nomo

Katuwang na Patnugot
George Ray C. Jumuad

Mga Editor sa Balita
Cristhea Elumbaring
Crystal Jane Elumba

Mga Editor sa Kolum
Aleyah A. Ogarte
John Airvel Tan
Weldie Yvonne Catibod
Rizemel Corong

Mga Editor sa Lathalain
Ma. Althea Villa
Sophia May Sulpot

Editor sa Kopya
Kino Andrew Mamigo

Editor sa Agham
Seth Ashley Malazarte

Editor sa Isports
Vincent Bernardo
Mark Neil P. Obedencio
Nena Charrisse M. Estores

Kartonista
Lornel Gem Palomares
Kyrie Chloe D. Gooc

Tagakuha ng Larawan
Justinne May Laquio
Gian Valentin Carreon

Tagadisenyo ng Pahina
Rochelle Ovalo

Korespondent
AJ James Bayron

Tagapayo
Mark Anthony Gito

Tagapayo sa Seksiyon
G. Jomar Banua
Bb. Kathryn Rose C. Archuleta
Bb. Naomie B. Daguinotas
Bb. Ma. Pamela C. Bation
G. Rolando Araola Jr.
Bb. Femar B. Matratar
G. Herard B. Mandantes Jr.
Bb. Cristylen F. Bucol
G. Rafael E. Calib-og
G. Philip Rabin Tagapan

Konsultant
Dr. Paterno S. Baguinat III

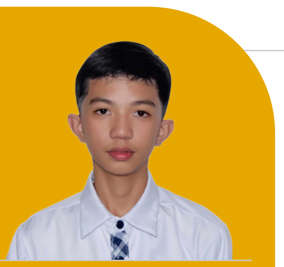
Program Chair
Ms. Kathryn Rose C. Archuleta

Dean, CTED
Dr. Joji T Recamara

Direktor ng Kampus
Dr. Patrick G. Galleto

Bise President ng Akademiks
Dr. Jay D. Telen

Presidente ng Unibersidad
Dr. Maria Rio Abdon Naguit



PUNTO POR PUNTO
Kent Jiroh A. Nomo

Hindi solusyon ang parusang kamatayan

Inihain nitong Enero 2025 ng kongresistang taga-Zamboanga ang House Bill 1211 o ang panukalang "Death Penalty for Corruption Act" na naglalayong ibalik ang parusang kamatayan sa mga mahahatulan ng 'graft at corruption,' 'malversation ng public funds', at plunder sa pamamagitan ng firing squad.

Sa paghahain ng panukalang batas, nais ng pangunahing may-akda na si Zamboanga 1st District Rep. Khymer Adan Olaso na amyendahan at ipawalang-bisa ang Republic Act 9346 o ang "Act Prohibiting the Imposition of the Death Penalty in the Philippines," at ang RA 7659 o ang "Death Penalty Law." Layunin daw nito na itaguyod ang pananagutan at pigilan ang korapsyon sa gobyerno dahil into lumalala na. Ngunit tanong, makatarungan ba at epektibo ang solusyong ito?

Totoong ang korapsyon ay isa sa pinakamalaking problema na hinaharap ng ating bansa. Dahil dito, milyun-milyong Pilipino ang nawawalan ng oportunidad, serbisyo, at maayos na imprastraktura.

Saganang akin: hindi ang parusang kamatayan ang sagot sa problemang ito. Sa halip, maaaring magdulot pa ito ng mas maraming isyu kaysa solusyon --- ang resulta ng maling hatol at ito'y labag sa karapatang pantao.

Ano ang mangyayari kapag magresulta ito sa maling hatol? Sa ating sistema ng hustisya, hindi imposible ang pagkakamali, lalo na kung ang kaso ay naimpluwensyahan ng pulitika o kapangyarihan. Kapag naisakatuparan ang hatol, wala nang pag-asa para sa pagbawi ng hustisya sa mga inosenteng nahatulan.

Dagdag pa nito, hindi napatunayan na epektibong paraan ang parusang kamatayan upang pigilan ang krimen. Sa maraming bansa, walang direktang ebidensya na ang pagpapataw ng kamatayan sa mga kriminal ay nakababawas sa mga paglabag sa batas.

Ang pagpapalakas ng sistema ng hustisya at pagsigurong ang lahat ng sangkot ay nahahatulan ng patas at mabilis ang tunay na sagot sa korapsyon.

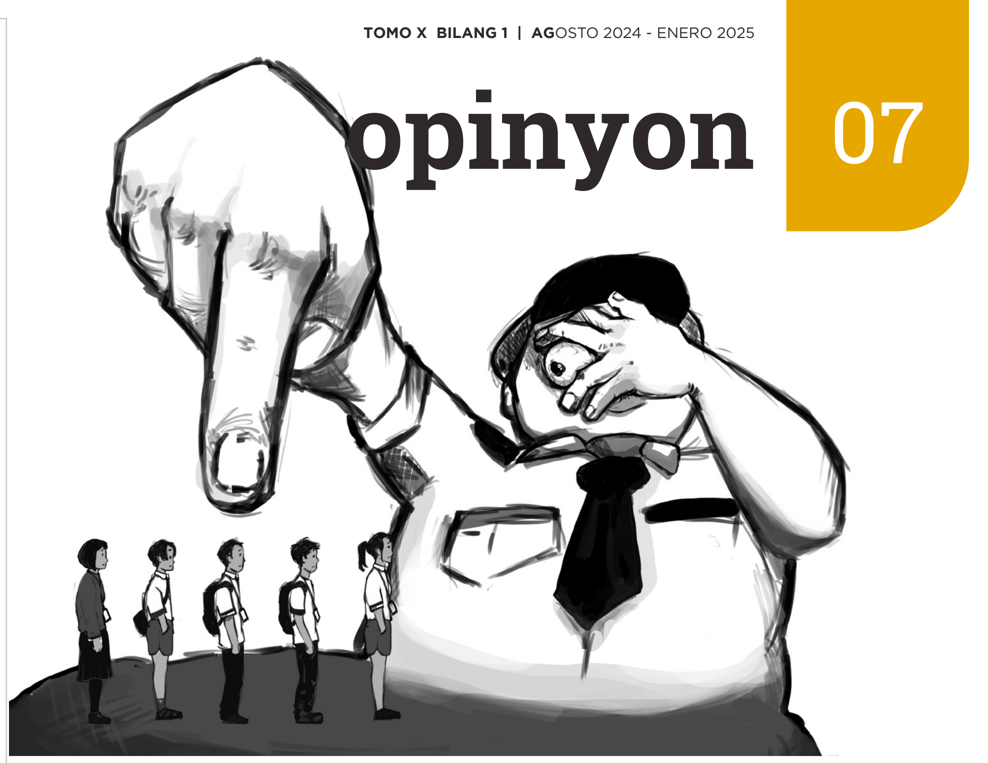
Bukod pa rito, labag sa karapatang pantao ang parusang kamatayan ay labag sa karapatang pantao.Sagrado ang buhat at kahit na nagkasala ang isang tao, may karapatan pa rin siyang mabuhay at magbago. Ang ating saligang batas at mga internasyonal na kasunduan ay naninindigan laban sa malupit na parusa tulad ng death penalty.

Ang tunay na solusyon sa korapsyon ay hindi pagkitil ng buhay, kundi ang pagbuo ng mas malinis o 'transparent', at mas 'efficient' na sistema ng pamamahala.

Palakasin ang mga ahensya tulad ng Ombudsman at Commission on Audit sa pagpapatupad ng mahigpit na auditing at reporting systems, at tiyaking walang makalulusot sa batas, anuman ang katayuan sa lipunan.

Ang mga tunay na reporma ang dapat tutukan at hindi ang panibagong anyo ng karahasan. Hindi solusyon ang parusang kamatayan sa problema ng korapsyon. Katarungan, pananagutan, at isang gobyernong tunay na naglilingkod sa bayan ang kailangan.

> Hindi solusyon ang parusang kamatayan sa problema ng korapsyon. Katarungan, pananagutan, at isang gobyernong tunay na naglilingkod sa bayan ang kailangan.



MALING PINTIG
Aleyah A. Ogarte

Patas na pagbabantay

Dahil sa patuloy na mga insidenteng nagpapakita ng hindi patas na pagtrato, tila nalilimutan na ng mga guwardiya sa unibersidad ang kanilang tunay na trabaho.

Kamakailan lamang, isang guwardiya ang nagsauli ng P27,000 na pondo ng isang hayskul. Ito ay isang patunay ng katapatan at dedikasyon sa kanilang tungkulin. Gayunpaman, hindi maitatangging ang ganitong mga halimbawa ng kabutihan ay nalulunod ng mga ulat ukol sa pagmamaltrato at hindi pantay na pagtrato na nararanasan ng mga mag-aaral.

Hindi ko inaasahan na umiiral pa rin sa isang prestihiyosong institusyon ang diskriminasyon at kawalan ng hustisya. May mga pagkakataong ang mga guwardiya ang tila nagdedesisyon batay lamang sa kanilang pansariling opinyon, na hindi naaayon sa tamang alituntunin ng paaralan.

Bilang mag-aaral, ako mismo ang nakasaksi at nakaranas ng mga sitwasyong nagdudulot ng pangamba at pagkadismaya. Isa sa mga malinaw na halimbawa ang pagpapapasok sa ibang mag-aaral na lumalabag sa dress code, habang pinapatawan ng parusa ang iba kahit na hindi naman sila lubos na lumalabag.

Halimbawa, alam nating lahat na kinakailangang magsuot ng uniporme tuwing Miyerkules. Ngunit sa mga pagkakataong masama ang panahon, marami ang nahihirapan sumunod dito. Sa kabila ng kalunos-lunos na sitwasyon, nananatiling mahigpit at hindi nagpapakita ng konsiderasyon ang mga guwardiya sa mga estudyanteng umaapela.

Isa pang halimbawa ng hindi patas na pagtrato ang pagharang sa isang mag-aaral na nakasuot ng paldang 'above the knee'. Sa parehong pagkakataon, may ibang estudyanteng nakapalda nang above the knee na nakakapasok nang walang pag-uusisa mula sa mga guwardiya.

Bagamat naiintindihan ko na layunin ng mga guwardiya ang pagpapanatili na ligtas ang bawat isa sa loob ng kampus, hindi maikakaila na may mga pagkakataong ang kanilang personal na pananaw at interes ang mas nangingibabaw, na nagdudulot ng hindi patas na pagtrato.

Upang matugunan ang problemang ito, makabubuting magdaos ng seminar para sa mga guwardiya kung saan tatalakayin ang mga patakaran ng unibersidad at ang wastong paraan ng pakikitungo sa mga mag-aaral. Sa ganitong paraan, magkakaroon sila ng malinaw na gabay sa kanilang mga tungkulin at maibabahagi rin ang kanilang mga saloobin o katanungan.

Bukod dito, kinakailangan ding paigtingin ang pagpapatupad ng tuntunin sa mga mag-aaral paulit-ulit na lumalabag sa mga patakaran. Sa ganitong paraan, matututo sila sa kanilang mga pagkakamali, at maiiwasan ang muling pag-ulit ng ganitong mga insidente.

> Layunin ng mga guwardiya ang pagpapanatili na ligtas ang bawat isa sa loob ng kampus, hindi maikakaila na may mga pagkakataong ang kanilang personal na pananaw at interes ang mas nangingibabaw, na nagdudulot ng hindi patas na pagtrato.

KOMENTARYO

Kilatisin ang panukala sa edukasyong pang-sekswal

Ipinanukala kamakailan ni Senador Risa Hontiveros ang Senate Bill (SB) 1979 na may pamagat na "Prevention of Adolescent Pregnancy Act" na naglalayong pigilan ang maagang pagbubuntis ng mga kabataan. Magsisimula ang edukasyong pang-sekswal sa edad na 10 at magtatapos 19 taong gulang. Kapuri-puri ang layuning wakasan ang 'teenage pregnancy', subalit marami ang nagsasabi na may mga probisyong problematiko na kung maisasabatas ay maaaring hindi sasadyaing magdulot ng mga suliranin.

Pakinggan natin ang mga pananaw ng mga taga-Dapitan hinggil sa panukalang batas na ito.

Jovani L. Avergonzado
Grade 12

Sang-ayon ako sa panukala. Lalo na sa henerasyon natin ngayon, kung saan maraming kabataan ang na-e-expose sa social media at madaling maka-access sa pornographic sites. Tama lamang na mas maagang matutunan ng bawat kabataan ang tamang kaalaman tungkol sa sex. Mahirap ang buhay, at mas mahirap pa kung hindi maagapan at mapigilan nang tama ang kuryosidad ng mga kabataan.

Mahalaga ang komprehensibong edukasyong sekswal para sa pagpapalawak ng kaalaman ng kabataan upang makagawa ng matalinong desisyon tungkol sa kanilang katawan, relasyon, at kalusugang sekswal. Sa pamamagitan ng pagbibigay ng kaalaman tungkol sa pahintulot, emosyonal na kalusugan, at mga ligtas na gawain, nakakatulong ito sa pagpapaunlad ng mas malusog at mas respetadong koneksyon at nakababawas ng mga panganib tulad ng hindi inaasahang pagbubuntis at mga STI

Cristylen F. Bucol
Guro sa Filipino

Princess Tina Manuel
Information Officer I

Suportado ko ang pagpapatupad ng Comprehensive Sexual Education upang matugunan ang mga isyu tulad ng maagang pagbubuntis, pagtaas ng kaso ng HIV/AIDS at mga STD, at upang gawing normal ang mga usapan ukol sa edukasyong pang-sekswal, na hanggang ngayon ay nananatiling isang tabu. Upang masiguro ang maayos na pag-adopt ng kurikulum na ito, naniniwala akong kailangan itong higit pang iakma upang epektibong matugunan ang mga pangangailangan ng mga tagapagpatupad (DepEd, DoH, at iba pa) at ng mga kabataang Pilipino.

Parang hindi pa handa sa emosyonal o mental ng mga maseselang paksa tungkol sa sekswalidad ang mga bata. Bagama't mahalaga ang edukasyon sa sekswalidad, may mga angkop na edad kung kailan mas maiintindihan ng mga kabataan ang ganitong mga konsepto. Bilang katekista, sumasalungat din ito sa paniniwala at moralidad ng simbahang Katolika. Hayaan nalang ang mga magulang na sila ang magturo ng ganitong paksa sa kanilang mga anak, sa paraang naaayon sa kanilang mga paniniwala.

Salome S. Baguinat
Katekista ng Dapitan

PulsoIlustrado

Ipinapakita ng sarbey na tumataas ang suporta sa mga mag-aaral ng JRMSU High para sa Comprehensive Sexuality Education Bill habang tumataas ang grade level nila. Sa Grade 7, 76% ang sumasang-ayon, ngunit sa Grade 12, umabot na sa 100% ang pagsang-ayon, na nagpapakita ng malawak na pagtanggap ng mga mag-aaral sa nasabing batas habang lumalaki sila at mas gusto nilang mauunawaan ang mga isyu ng sekswalidad.

	Sang-ayon	Hindi sang-ayon sa SB 1979
Grade 10	91	9
Grade 9	96	4
Grade 8	83	17
Grade 7	76	24

SALTIK-DILA
Rizemel Corong

Simula ng pagbabago

Malaking pagbabago ang naghihintay sa Senior High School (SHS) sa Taong Panuruan 2025-2026 nang ipapatupad sa susunod na 'school year' sa pangunguna ni DepEd Kalihim Sonny Angara ang pagbawas ng core subjects mula 17 patungo sa lima o anim. Layunin nitong bigyan ang mga mag-aaral sa SHS ng mas maraming kalayaan na magtuon sa kanilang mga interes at paunlarin ang kanilang kakayahan.

May malinaw na benepisyo ang hakbang na ito. Magdulot ito ng mas magaan na workload para sa mga mag-aaral na magbibigay-daan sa kanila upang magpokus sa mga electives na mas angkop sa kanilang nais na landas.

Para sa isang SHS student tulad ko na nagbabalak magpakadalubhasa sa STEM, nagbibigay daan ang panukala ng mahalagang pagkakataon upang mas mapanday ang aking kakayahan at interes.

Gayunpaman, may kaakibat na hamon ang ganitong pagbabago. Kailangang masigurong handa ang mga paaralan sa pagbibigay ng dekalidad na electives, lalo na ang mga nasa liblib na lugar na maaaring kulang sa kagamitan o resources. Mahalaga rin ang tuloy-tuloy na koordinasyon ng DepEd sa CHED at TESDA upang masigurong tuloy-tuloy ang paglipat ng mgs mag-aaral mula SHS patungong kolehiyo o trabaho.

Ang epekto nito sa mga guro ay isa ring mahalagang aspeto. Kung mababawasan ang core subjects, maaaring magbago ang kanilang itinuturo. Kakailanganin ang sapat na training upang matiyak na handa silang magturo ng mga specialized subjects na naaayon sa bagong kurikulum.

Isang positibong hakbang ang pagbawas ng core subjects kung sasamahan ng malawakang suporta mula sa iba't ibang sektor ---mga paaralan, magulang, at maging sa industriya.

Hindi lamang tungkol sa kaalaman ang edukasyon. Ito ay tungkol sa pagbibigay ng tamang oportunidad at kumpiyansa sa bawat mag-aaral upang harapin ang hinaharap. Ang programa sa pamumuno ni Kalihim Angara ang simula ng isang makabuluhang pagbabago para sa tulad naming SHS students at para sa buong sistema ng edukasyon sa bansa.

> Hindi lamang tungkol sa kaalaman ang edukasyon. Ito ay tungkol sa pagbibigay ng tamang oportunidad at kumpiyansa sa bawat mag-aaral upang harapin ang hinaharap.

KASANGGA
Sophia May Sulpot

Pagtagumpay sa kabila ng hamon

Hindi mapapa-unlad ang kalidad ng edukasyon kung mayroong hadlang na kinakailangang pagtutuunan ng atensiyon.

Tuwing umaga, gigising ako upang pumasok sa paaralan. Pagdating ng hapon, uuwi akong may bigat sa balikat; dala ang tambak na takdang-aralin, proyekto, at mga leksiyon na kailangang pag-aralan. Sa dami ng kailangang gawin, madaling maranasan ang pagkapagod, pagkabalisa, at minsan, pagkawala ng sigla sa pag-aaral.

Ang paulit-ulit na eksena ng pagsusuri sa mga aralin at paghahanda para sa mga pagsubok ay maaaring magdala ng matinding mental na pagod. Kapag ang sariling isipan na ang kalaban, mas mahirap itong lagpasan. Sa gitna ng ganitong sitwasyon, nagiging mapanghamon na ang paggawa ng tamang desisyon, at ang pagod ay tila humihila sa atin pababa.

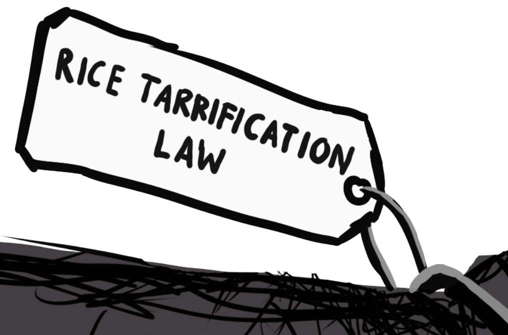
Naranasan kong madala ng bigat ng mga leksiyon at gawain. Hindi ko maikakailang may mga pagkakataong napuno ako ng reklamo. Hindi dahil ayaw kong matuto, kundi dahil nakakabigla at nakakapagod ang bigat ng responsibilidad. Gusto kong sumuko sa ilang sandali, ngunit palaging bumabalik ang pangarap ko para sa sarili at sa aking pamilya.

Hindi madali ang pagbangon mula sa pagkapagod ngunit posible. Mahalaga ang pagtitiyak ng balanse sa mga gawain, pagtatakda ng hangganan, at pagpapahinga upang manatiling malusog hindi lamang ang katawan kundi pati ang isipan.

Sa kabila ng lahat, nananatili akong naniniwala na ang dilim ng pagod ay may kasunod na liwanag. Sa bawat hamon na nilalabanan, may tagumpay na naghihintay sa dulo. Panatilihin ang disiplina, magpahinga kung kinakailangan, at huwag kalimutang magtiwala sa sariling kakayahan. Sa huli, ang lahat ng ito ay hakbang patungo sa tagumpay.

> Panatilihin ang disiplina, magpahinga kung kinakailangan, at huwag kalimutang magtiwala sa sariling kakayahan.

ANG BAGONG PANANAW
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY - HIGH SCHOOL



Pagtatanim sa hindi matatanimang lupa

Nilagdaan ni Pangulong Ferdinand Marcos Jr. noong Disyembre 9, 2024 ang Republic Act No. 12078, na naglalayong palawigin ang Rice Competitiveness Enhancement Fund (RCEF) hanggang 2031. Sa ilalim ng batas na ito, tataas ang taunang pondo ng RCEF mula ₱10 bilyon patungong ₱30 bilyon upang suportahan ang mga programa sa industriya ng bigas. Bahagi rin ng batas ang pagbibigay-pahintulot sa Department of Agriculture (DA) na mag-angkat ng bigas tuwing may krisis sa suplay o kapag tumaas nang labis ang presyo.

Maganda ang layunin ng RA No. 12078. Layon nitong tugunan ang kakulangan ng bigas, tiyakin ang seguridad sa pagkain, at palakasin ang industriya ng agrikultura; ngunit sa kabilang banda, may pangamba na ang batas na ito ay hindi patas sa ating mga magsasaka.

Ang ating mga magsasaka ang unang tumatapak sa putik, nagbubungkal ng lupa, at nagbibilad sa init ng araw upang tayo'y may bigas na maisasaing. Ngunit sa kabila ng kanilang sakripisyo, madalas silang lugi. Kapag bumaba ang presyo ng bigas dahil sa pag-aangkat, tiyak na bababa rin ang kita ng mga magsasaka. Kahit pa mabigyan sila ng makabagong kagamitan mula sa RCEF, hanggang kailan ito maaasahan? Isang katanungan kung sapat ba ang tulong na ito upang maibsan ang hirap na dulot ng hindi patas na kompetisyon mula sa imported na bigas.

Hindi rin maikakaila na ang pagbabago-bago ng klima sa Pilipinas, na dulot ng kapabayaan ng tao, ay isa pang hamon sa sektor ng agrikultura. Habang ang mga magsasaka ay patuloy na nag-aararo at nagtatanim, sila rin ang unang nakakaranas ng epekto ng tagtuyot, bagyo, at pagbaha. Lalo pa itong nagpapahirap sa kanilang trabaho, na tila ba isang walang katapusang pakikibaka.

Ang RA No. 12078 ay tila pagtatangkang taniman ang hindi matatanimang lupa. Bagamat maganda ang layunin ng batas, dapat itong samahan ng mas malawak na suporta at mas malalim na malasakit sa ating mga magsasaka. Hindi lamang sapat na bigyan sila ng kagamitan; kailangang tiyakin na mayroong patas na kompetisyon, makatarungang sahod, at proteksiyon laban sa pabago-bagong merkado at klima.

Hindi lamang masusukat ang tagumpay sa dami ng pondong inilaan o bigas na naiangkat, kundi sa kung paano nito naiangat ang antas ng pamumuhay ng ating mga magsasaka. Ang pagtatanim sa hindi matatanimang lupa ay posible kung may tamang gabay, sapat na suporta, at tunay na malasakit. Sa ganitong paraan, maibabalik natin ang dangal at dignidad ng sektor ng agrikultura at ng mga magsasakang Pilipino na bumubuhay sa atin.

BANTAY
John Airvel Tan

Kamalayan sa kalusugang pangkaisipan

"Tayo'y magtulungan upang magbigay ng isang ligtas at suportadong kapaligiran, kung saan ang mga kabataan ay magkakaroon ng pagkakataon na magtagumpay hindi lamang sa pag-aaral kundi sa buhay.

Isang trahedya ang naganap sa JRMSU nang magtangkang magpakamatay ang isang mag-aaral. Nagbigay-diin ang insidenting ito sa isyung matagal nang pinapalampas sa ating lipunan, ang kalusugang pangkaisipan ng kabataan.

Matatandaang isang Grade 7 mag-aaral sa JRMSU ang nagpatiwakal. Ayon sa pag-aaral ng Jed Foundation, 22 bahagdan ng mga mag-aaral ang nag-iisip na magpatiwakal. Hindi dapat balewalain ang isyung ito.

Ang kamakailang insidente sa unibersidad at ang pananaliksik ng Jed Foundation ay isang malupit na paalala na ang kalusugang pangkaisipan ng kabataan ay hindi dapat ipagwalang-bahala. Hindi ito isang isyung pansarili lamang, kundi isang problemang nangangailangan ng kolektibong pagtugon mula sa mga institusyon, pamilya, at komunidad.

Nangangailangan ang mga kabataan ng atensyon, suporta, at gabay upang malampasan ang mga hamon ng buhay at upang maiwasan ang mga malalang epekto ng mga emosyonal na krisis.

Nakakatuwa na tumugon ang unibersidad sa problema sa kalusugan pangkaisipan. Nagsagawa ang Guidance Office ng unibersidad ng isang webinar na may pamagat na "Thriving Mentally in the Digital Era" noong Nobyembre 22, 2024. Pinangunahan ito ni Retchiel O. Abol, isang eksperto mula sa Certified Human Resource Association (CHRA).

Tinalakay ni Abol ang epekto ng social media sa mga kabataan, na ayon sa kanya ay may dalawang mukha. Bagamat nakatutulong ito sa pagkonekta ng mga tao, maaari rin itong magdulot ng stress, anxiety, at mababang pagtingin sa sarili kapag hindi ito ginamit ng tama.

Binibigyan-diin ng webinar ang kahalagahan ng self-care o pangangalaga sa sarili. Tinuruan nito ang mga mag-aaral na magtakda ng mga hangganan, maglaan ng oras para sa kanilang kalusugan, at manghingi ng tulong mula sa mga propesyonal kapag kinakailangan.

Ayon kay Abol, ang self-care ay hindi lamang isang aksyon kundi isang hakbang upang maiwasan ang mas malalang krisis pangkaisipan, kabilang na ang mga suicidal thoughts. Aniya ang pangangalaga sa kalusugang pangkaisipan ay kasinghalaga ng mga layunin sa akademya.

Sa pamamagitan ng mga hakbang tulad ng mental health symposium at mga awareness campaign, nagsisilbing gabay ito sa pagtugon sa hamon ng mental health crisis sa kabataan.

Gayunpaman, ang mga inisyatibang ito ay hindi magtatagumpay nang mag-isa. Tayong mga guro, pati na rin mga magulang, at komunidad, ay may tungkuling pangalagaan ang kalusugan ng ating kabataan. Ang pagtutok sa kalusugang pangkaisipan ng mga mag-aaral ay hindi dapat maging isang beses na aksyon lamang kundi isang tuloy-tuloy na proseso na nangangailangan ng pangmatagalang suporta at malasakit.

Totoong ang mga kabataan ang ating kinabukasan. Kung hindi natin sila bibigyan ng sapat na suporta sa kanilang mental na kalusugan, paano nila magagampanan ang kanilang mga pangarap?

Lahat tayo ay may pananagutan sa kalusugan sa isipan ng mga kabataan. Kaya't tayo'y magtulungan upang magbigay ng kamalayan sa kalusugang pangkaisipan pati na rin ang isang ligtas at suportadong kapaligiran, kung saan ang mga kabataan ay magkakaroon ng pagkakataon na magtagumpay hindi lamang sa pag-aaral kundi sa buhay.

PERSPEKTIBO
George Ray C. Jumuad

Pundasyon ng tagumpay

Naging hamon para sa iba ang simpleng pagsunod sa mga kinakailangan ng asignatura. Hindi lang ito tungkol sa pagpapaliban ng takdang-aralin, kundi pati na rin sa kakulangan ng partisipasyon at pagsunod sa mga patakaran. Ang ganitong asal ay sagabal sa pagkatuto kaya't mahalaga ang disiplina.

May mas malalim na epekto ang hindi pagsusumite ng takdang-aralin. Bukod sa mababang marka, nawawala ang pagkakataon na matuto at makatanggap ng feedback mula sa guro. Makatutulong ang simpleng pagtuon sa mga gawain at pag-iwas sa procrastination sa pagpapabuti ng ating kakayahan at kalidad ng output.

Bakit nga ba nahihirapan ang ilan?

Madalas, ang pagpapaliban ng gawain ay nauuwi sa stress, pabagsak na kalidad, at pagbaba ng kumpiyansa. Kaya't mahalaga ang tamang time management at disiplina upang maiwasan ang mga ito.

Pangmatagalan ang epekto ng pagpapabaya sa akademikong responsibilidad sa ating hinaharap.

Ang kawalan ng accountability ay maaaring magdala sa atin sa hindi magandang bukas. Kaya't habang maaga pa, magtutok tayo sa ating gawain sa paaralan at palaganaping ang disiplina at integridad.

Ang pagsunod sa mga akademikong gawain ay hindi lang tungkol sa marka. Ito ay nakatutulong sa paghubog ng ating karakter. Pundasyon ng tagumpay sa hinaharap ang ating disiplina at paghihirap.

SALTIK-DILA
Rizemel Corong

Ipatupad ang tuntunin sa'pedestrian lane'

"Malaki ang epekto sa kaligtasan ng bawat isa ang simpleng pagbigay-pansin sa mga patakaran sa kalsada. Ang bawat hakbang ng disiplina sa kalsada ay hakbang tungo sa isang mas ligtas na komunidad para sa lahat.

Kamakailan lang, nasagasaan ang isang Grade 7 ng Unibersidad habang tumatawid sa pedestrian lane. Sa nakakabahalang pangyayaring ito, nararapat na bigyan ng aksyon ng namamahala ang ganitong pangyayari.

Bilang baliktanaw, sa mga nagdaang panahon may mga insidente talaga na katulad nito ang nangyayari, sa katunayan, itinuturing itong di maiiwasang aksidente.

Gayunpaman may mga drayber talagang di- naturuan ng maayos at sumusuway sa patakaran na ito.

Sa paglipas ng mga araw, tila ba binabalewala na lamang ang mga saktong patakaran at pinapapabayaan na ang kaligtasan ng kapwa natin mamamayan. Bilang kasapi ng lipunan, aking masasabi , na di - makatarungan ang kanilang paniniwala.

Ayon sa Republic Act No. 4136, ang mga drayber ng kahit anumang sasakyan ay dapat magbigay-daan sa mga taong tumatawid sa pedestrian. Pinapahalagahan dito ang kaligtasan ng tumatawid sa pedestrian, na dapat bigyan sila ng daan upang mapayapang makatawid sa kabilang ibayo.

Isa ako sa muntik ng masangkot sa ganitong pangyayari, dahil habang tumatawid ako ay hindi huminto ang sasakyan kahit nasa gitna na ako ng pedestrian lane. Doon ko napagtanto, na hindi na nasunod ng maayos ang mga patakaran ng daan, hindi na nila itinatak sa kanilang pag-iisip na maaaring maging aksidente ang hindi nila pagsunod dito. Kinakailangang ayusin ng mga drayber ang kanilang pagmamaneho. Pagmamanehong may responsibilidad.

Malaki ang epekto sa kaligtasan ng bawat isa ang simpleng pagbigay-pansin sa mga patakaran sa kalsada. Hindi dapat binalewala ng driver ang mga alituntunin, sapagkat ang bawat hakbang ng disiplina sa kalsada ay hakbang tungo sa isang mas ligtas na komunidad para sa lahat.

MALING PINTIG
Aleyah A. Ogarte

Huwag sarhan ng oportunidad ang batang mamamahayag

Ang bawat pintuan ng oportunidad na isinasara sa batang mamamahayag ay isang hakbang palayo sa pagbuo ng isang kritikal at malayang kabataan.

Sa mga mata ng isang manunulat sa editoryal na katulad ko, isang malungkot na balita ang malamang hindi pinapayagang sasali sa District Schools Press Conference (DSPC) sa Disyembre 13, 2024 ang mga batang mamamahay ng Jose Rizal Memorial State University (JRMSU).

Tatlong araw bago ang kumpetisyon, nalaman ng mga manunulat sa "Ang Bagong Pananaw" na hindi matutuloy ang kanilang laban. Parang biglang naputol ang kanilang pangarap na maipamalas ang galing, makakuha ng karagdagang karanasan, at makipagtagisan ng talino sa kanilang mga kapwa mamamahayag. Sino ba naman ang hindi madidismaya?

Nagagalak man ang mga manunulat matapos aprobahan ang pagsali isang araw bago ang distritong kompetisyon, ngunit ang pinsala nito sa naramdaman na.

Ipinaaalala ng pangyayari kung gaano kahalaga ang malinaw na komunikasyon at maagap na aksyon mula sa mga nasa posisyon. Ang muntikan sanang hindi pagkakasali nila sa DiSPC na tiket sa pagsali sa pandibisyon, panrehiyon, at pambansang timpalak ay hindi lang simpleng balakid; ito'y parang pagharang na rin sa kanilang pagkakataon na magpahayag, matuto, at lumago bilang mga responsableng mamamayan.

Sa kawalan ng mga ganitong oportunidad, nasasayang ang tsansa ng mga mag-aaral na katulad ko na matuto ng critical thinking, makilahok sa makabuluhang diskusyon, at mag-ambag sa mas magandang lipunan.

Napakahalaga ng PresCon bilang platform para sa mga kabataan. Hindi lang ito simpleng kumpetisyon; isa itong pagsasanay ng kanilang kakayahan sa pagsusulat, pag-edit, pagsasaliksik, at maging public speaking.

Para sa mga nangangarap maging bahagi ng media o communications, ang ganitong aktibidad ay nagbibigay ng praktikal na karanasan, nagpapalakas ng tiwala sa sarili, at nagkakaroon sila ng pagkakataong matuto mula sa mga eksperto. Hindi lang para sa personal na tagumpay ang ganitong karanasan. Mahalaga rin ito sa kanilang paghahanda para sa mga isyung panlipunan sa hinaharap.

Kapag ang mga mamahayag ay nawawalan ng pagkakataong sumali sa mga ganitong aktibidad, mas malalim ang epekto nito kaysa sa inaakala natin. Nawawala ang kanilang motibasyon, nababawasan ang tiwala nila sa sarili, at nasasakal ang kanilang pag-unlad bilang indibidwal.

Bukod pa rito, ang pakiramdam na "na-left out" ay maaaring magdulot ng pagkadismaya na posibleng maglayo sa kanila sa sistema ng paaralan. Hindi ba't ang edukasyon ay dapat maging mas holistic at inclusive?

Ang pagtanggi sa kahilingan na makilahok sa DiSPC ay tila paglimita sa kanilang boses at potensyal. Tila isang malinaw na mensahe ang kawalan ng suporta mula sa sistema at hindi binibigyang-halaga ang kanilang kakayahan.

Hindi dapat ito mangyayari muli. Panahon na upang ipaglaban ang ganitong mga programa. Hindi dapat itago ang boses ng kabataan sa likod ng mga desisyon na hindi nagbibigay halaga sa kanilang pangarap. Pundasyon ang boses ng kabataan sa mas maayos na kinabukasan. Nararapat lamang na ito ay pakinggan, palakasin, at suportahan.

LIHAM SA PATNUGOT

Sana ibalik muli ang Senior High School sa Unibersidad

Minamahal na patnugot,

Sa susunod na taon, kami ang magiging huling batch na magtatapos ng Senior High School sa JRMSU, at pagkatapos namin, wala nang magpapatuloy. Ito po ay isang malungkot na pangyayari na sana ay mapansin at maisip ng pamunuan ng paaralan. Hindi lamang isang simpleng pagbabago ang pagtatapos ng SHS. Ito ay isang malaking kawalan ng oportunidad para sa mga susunod pang mag-aaral.

Nagsilbing tahanan, gabay, at inspirasyon ang JRMSU para sa amin. Dito kami nagtagumpay at natutong mangarap. Kung mawawala po ang Senior High School, mawawala ang pagkakataon para sa mga kabataang nangangarap at nagsusumikap na magpatuloy ng kanilang edukasyon sa pook na pamilyar at komportable sila.

Hindi lahat sa amin ay may kakayahang maghanap ng ibang paaralan na may parehong kalidad ng edukasyon at suporta na ibinibigay ng aming paaralan.

Ang pagkakaroon ng Senior High School sa aming paaralan ay hindi lamang para sa kasalukuyang batch. Ito ay para rin sa mga susunod na henerasyon ng mga estudyante na may pangarap na magpatuloy at magtagumpay.

Humihiling po kami na sana ay muling mapag-isipan at mapag-usapan ang desisyong ito upang mapanatili ang SHS sa aming paaralan. Ito po ay isang pagkakataon na magbibigay ng pag-asa at mas maliwanag na bukas sa mga kabataan.

Huwag po nating hayaang mawala ang oportunidad na ito para sa mga kabataang nangangailangan ng patuloy na edukasyon at pagkakataon.

Sana po ay maipagpatuloy pa ang Senior High School sa aming paaralan upang magpatuloy ang pagbuo ng mga pangarap at pag-unlad ng bawat estudyante.

Lubos na gumagalang,

Vanessa Anne S. Madera
STEM - B

PUNTO POR PONTO
Kent Jiroh Nomo

Pera paraan

"Hindi sa pansariling pagnanasa nakasalalay ang tunay na pamumuno, kundi sa pagtingin sa kapakanan ng nakararami.

Sa likod ng mga ngiting sanhi ng librong nakakabighani, nakakubli ang intensiyong mapagkunwari.

Sa inilathalang libro ni Bise Presidente Sara Z. Duterte, may balitang gumastos ito ng higit sa 10 milyon mula sa buwis ng mga mamamayan para sa isang proyekto na ang layuning palakasin ang samahan at pagkakaisa ng mga tao, partikular na ang mga kabataan.

Ayon sa mga tagasuporta ng proyekto, isang positibong inisyatiba ang ganitong hakbang upang itaguyod ang edukasyon at palaganapin ang kaalaman sa mga kabataan.

Ayon sa kampo ni VP Sara, ang pagkakaroon ng isang akdang magbibigay-inspirasyon at pagpapahalaga sa kabataan ay tiyak na magpapalakas sa kanilang diwa at pananaw sa buhay.

Gayunpaman, hindi maikakaila na napakalaki ng halagang 10 milyon lalo na't may mga ulat na ito ay may mga pagkakamali sa gramatika at pagbaybay.

Dagdag pa rito, may mga nagsasabi na ang nilalaman ng libro ay 'plagiarized' mula sa akdang "Owly" na inilathala sa ibang bansa. Ito ay nagdudulot ng mga katanungan hinggil sa kredibilidad nito.

Sa isang banda, ang 10 milyon ay maaaring magamit sa mas makabuluhang proyekto na makikinabang ang mas nakararami, tulad ng mga imprastruktura o serbisyong pampubliko.

Hindi lamang barya ang halaga ng 10 milyon. Nanggaling ito sa buwis na kinokolekta mula sa mamayang Pilipino. Marapat lamang na magamit ito sa mga programang makikinabang ang nakararami, at hindi sa mga proyektong may mga isyu ng kalidad at kredibilidad.

Ang mga kabataang tinatarget ng libro ay maaaring magkaroon ng maling impormasyon kung hindi ito wasto, at maaari pang magdulot ng kalituhan sa kanilang pag-unawa.

Dapat hindi pinaiiral ng isang lider ang sariling interes, dahil ang kanyang tagumpay ay makikita sa pagsisilbi sa nakararami. Hindi sa pansariling pagnanasa nakasalalay ang tunay na pamumuno, kundi sa pagtingin sa kapakanan ng nakararami. Mahalaga na ang bawat sentimo ng pondo mula sa buwis ay magamit sa makatarungan at tamang paraan upang makamtan ang tunay na pag-unlad.

DE NUMERO

4/5

Apat sa limang mag-aaral ng JRMSU High ay dismayado sa kasalukuyang administrasyong Marcos.

KASANGGA
Sophia May Sulpot

Bayaring kailangang punan

"Tanggalin ang mga hindi kailangang mga gastusin upang hindi malakihan. Gamitin ang pera sa tamang pamamaraan.

Hindi ang mga mag-aaral ang makikibaka upang punan ang mga pinansyal na pangangailangan nila.

Maoobserbahan mo ang labis na pagtaas ng persyo ng mga bilihin sanhi ng implasyon na siyang unang rason upang mas mahirapan ang mga mamamayan lalong lalo na ang ang mga mag-aaral sa kanilang mga pangunahing pangangailangan para sa sarili, pag-aaral at pamilya.

Sunod-sunod na bayarin ang sumasalubong sa iyo sa paaralan. Patong-patong na mga projects at mga kontribusiyon sa paaralan. Pati nga ang mga pagkaing pang-meryenda ng mga estudyante ay nagmamahal na kaya kadalasan sa kanila ay hindi na kumakain dahil sa lubos na pagtitipid.

Naninindigan akong, nakakaawa ang mga estudyante sapagka't dahil dito mapipilit silang pagsamantalang mag trabaho upang tugunan ang kanilang mga pangangailangan sa sarili at pag-aaral. Rumaraket upang mas madagdagan ang kita para pang suporta sa mga kailangan kasi hindi pa sapat para sa mga bayarin ang pundong pera.

Nang dahil dito maaaring makakasanhi ito ng kawalan ng konsentrasyon sa pag-aaral na nagpipigil at naghahadlang sa iyo upang mapaunlad ang kaalaman at kaisipan. Mabawasan ang oras upang makapag-aral pagka't binuhos na ang kalahati nito sa pagtatrabaho.

Base sa aking karanasang bilang isang mag-aaral, hindi nakakatuwa ang magkakaroon ng madaming bayarin. Nakakasanhi ito dahan-dahang pahiram-hiram hanggang sa maging utang dulot ng nagtataasang mga presyo. Mapipilitan kang gumawa ng ibang paraan upang gatungan ang mga pangangailangan.

Kaya nararapat lamang na samantalang estudyante ka pa panatilihing disiplinado at responsable ang sarili. Tanggalin ang mga hindi kailangang mga gastusin upang hindi malakihan. Gamitin ang pera sa tamang pamamaraan at huwag kailanman kalimutan na mag bayad sa iyong utang bagamat hindi pa ito masyadong malaki.

ANG BAGONG PANANAW
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY - HIGH SCHOOL

Rizalista sa Dapitan

Pakikibaka sa hamon at pagtanggi bunsod ng pananampalataya sa Diyos at bayani

Ma. Althea Villa at Sophia May Sulpot

Ang Parke Rizal sa Barangay Talisay, Lunsod Dapitan ay hindi lamang isang makasaysayang lugar kung saan nanirahan ang ating pambansang bayaning si Gat. Jose Rizal nang siya ay ipinatapon dito noong 1892; kilala rin dito ang mga Dapitanong naka-puti. Sila ay mga Rizalista, isang grupo na tinitingala si Rizal hindi lamang bilang bayani, kundi Diyos na nagbibigay ng liwanag at pag-asa sa kanilang buhay. Sa likod ng kanilang mga puting kasuotan ay nagkukubli ang mga pait ng pakikibaka sa mga hamon ng buhay, at mga sakripisyong nagpapatibay sa kanilang paniniwala kay Rizal.

KASAYSAYAN

WALUMPU'T TATLO'T MGA NAKAPUTI

Paggalugad sa kasaysayan ng mga Rizalista sa Dapitan

Ma. Althea Villa at Sophia May Sulpot

Sa isang tahimik at makasaysayang sulok ng Barangay Talisay, Lunsod Dapitan kung saan matatagpuan ang Parke Rizal, makikita mo rin ang mga kalalakihan at kababaihang nakasuot ng puting damit at Americana. Sila ay may iba't ibang paniniwala ngunit nakatuon sa iisang pananampalatayang puno ng kontrobersiya na Diyos si Jose Rizal --- sila ang mga Rizalista.

Ayon kay Filemon Ondoc Reambonanza, 83 taong gulang, tagapagtatag ng grupong Rizalista sa Dapitan, hindi lamang ipinagdiriwang ng grupo ang kasaysayan at kadakilaan ng ating pambansang bayaning si Gat. Jose Rizal, kundi ginugugol rin nila ang ang kanilang buhay sa pagpapalaganap ng isang matibay na pananampalataya sa bayani.

Sa mga Rizalista sa Dapitan, tinawag nilang "Mahal na Hari" si Filemon. Ang kanyang limang asawa ay tinatawag na "Mahal na Reyna," ang labindalawang alagad ay tinutukoy bilang "Mga Hari," at ang karaniwang kasapi ay tinatawag na "Prinsesa" at "Prinsipe."

Ibinunyag ni Filemon na bagamat ang mga Rizalista ay nahahati sa iba't ibang sekta, may isang bagay na nagbubuklod sa kanila: ang paniniwala na si Rizal ay Diyos na nagbigay ng liwanag at gabay sa kanilang buhay.

"Ang Diyos ang nagdala sa akin sa Dapitan upang hanapin ang 'hidden city' o ang 'Land of Promise,' na itinuring naming Dapitan City," sabi ni Felimon gamit ang wikang Bisaya (Cebuano).

Noong Hulyo 27, 1975, itinatag niya ang "Kingdom of God" na nagkilalang Diyos si Rizal. Noong 1995, kinoronahan siya bilang "supreme leader" ni Reyna Yolanda Manalo, isa ring tagapagtatag ng Rizalista sa Sulana, Cagayan Valley.

Saksi ang Dapitan sa buhay at pananampalataya ng mga Rizalista, na patuloy na humuhubog sa kanilang komunidad, bitbit ang mensahe ng pananampalataya, pag-ibig at serbisyo sa Diyos at sa bayan.

Ani Felimon, hindi lang isang relihiyosong sistema ang kanilang pananampalataya kundi isang misyong mula sa matibay na paniniwala at debosyon kay Rizal.

"Si Rizal ay ang Mesiyas ng Pilipinas," sabi ni Reambonanza.

Para sa mga Rizalista, hindi lamang si Rizal ang bayani ng Pilipinas. Naniniwala sila na si Rizal ang ika-27 pagkakatawang-tao ng espiritu ni Kristo, at ang kanilang lider na si Filemon, na tinatawag nilang "Mahal na Hari".

Tinuturing din nilang isang malaking pribilehiyo at tungkulin ang maglingkod sa kanilang "Mahal na Hari". Anila, nagpapakita nagpapakita ng hindi matitinag na pananampalataya.

Ayon ni Filemon, sa ilalim ng banal na kalooban ni Rizal, sinulat niya ang aklat na pinamagatang Nunc Me Tangere ("Touch Me Now"), na ayon kay Reambonanza ay isang karugtong ng aklat ni Rizal na Noli Me Tangere ("Touch Me Not"). Nailathala ito noong 1996 na may 4,000 kopya at naglalaman ng mga kwento tungkol sa buong mundo.

"Kabilang sa mga paksa ng aklat ang Paraiso, ang Alpha at Omega, ang Propesiya sa Cebu, at marami pang iba. Kasama rin dito ang pagtalakay ng 7,179 taon mula sa kasalanan ni Adan hanggang sa Armageddon War.," paglalahad ni Filement.

TOUCH ME NOW. Bitbit ang librong "Nunc Me Tangeroe" (Touch Me Now), ipinagmamalaki ni 'Mahal na Hari' Filemon Reambonanza ang ginawa at paniniwala ng mga Rizalista sa Dapitan.

Kuha ni: JOVELYN CANTINA

Dagdag pa niya na pinapaliwanag din ng aklat kung bakit nila pinaniniwalaan na ang Dapitan ay Mesopotamia at ang Rizal Park ay ang Eden, kaya't itinuturing nilang nararapat na ipinatapon si Rizal sa Dapitan.

Nang tatanungin kung bakit siya ay nakaputi, ayon kay Felimon, "isang simbolo ng kanilang kabanalan at kalinisan ang pagsusuot ng puting damit".

Paglalahad ng "Mahal na Hari", nagsimula ito nang dumating ang apat na babaeng nakasuot ng puti upang bisitahin siya.

"Simula noon, iniutos ko sa aking mga kasapi na magsuot ng puting kasuotan bilang simbolo ng kalinisan," pahayag ni Reambonanza. Ang bawat puting kasuotan ay nagsisilbing tanda ng kanilang dalisay na layunin at debosyon sa Diyos at kay Rizal.

Sa kasalukuyan, ang grupong Rizalista ay may mahigit isang libong kasapi sa Zamboanga del Norte at mga sangay. Sila'y patuloy naglilingkod at nagpapakita ng kanilang pagdakila kay Rizal. Saksi ang Dapitan sa buhay at paniniwala ng mga Rizalista, na patuloy na humuhubog sa kanilang komunidad, bitbit ang mensahe ng pananampalataya, pag-ibig at serbisyo sa Diyos at sa bayan.

DEBOSYON

BIHIS-LINIS

Kagalakan sa pananampalataya para bigyan ng parangal si Rizal

Ma. Althea Villa at Sophia May Sulpot

TANGERE. Si 'Mahal na Hari' Filemon' Reambonanza (nakaupo) at mga mga lalaking Rizalista.

Kuha ni: JOVELYN CANTINA

Ang pagkakaroon ng iisang paniniwala, prinsipyo, at matibay na pananampalataya ang isa sa mga susi sa tagumpay ng isang grupo, at ang mga Rizalista ay hindi naiiba. Mahigpit nilang pinanghahawakan ang paniniwalang si Rizal ay Diyos. Para sa kanila, si Rizal ang Mesiyas ng Pilipinas, katulad ni Hesukristo na Mesiyas ng Israel, at maraming aspeto ng buhay ni Rizal ang inihahalintulad nila kay Kristo.

Naniniwala ang mga Rizalista na si Rizal ang ika-27 pagkakatawang-tao ng espiritu ni Kristo, habang si Filemon Reambonanza, ang kanilang lider na "Mahal na Hari" ang ika-28.

Ayon kay Filemon, "Ginagabayan ako ni Rizal sa aking pangangaral sa pamamagitan ng mga tinig na naririnig ko sa aking mga panaginip."

Sa pamamagitan ng mga panaginip, nakikita ni Reambonanza ang direksyon para sa kanyang misyon, at ito ang naging daan upang magtamo ng mga tagasunod na tapat sa kanyang mga aral. Inihayag ni Filemon na kapag naniwala ang mga tao sa kanyang mga aral, sila ay pumupunta sa kanya at nagiging bahagi ng kanyang grupo.

"Marami kaming pagsubok na napagdaananan. Isa na rito ang mga akusasyon at hindi magandang pagtanggap mula sa komunidad," sabi ni Filemon.

Inihayag rin ng lider na binabalewala lang nila ang mga negatibong komento, dahil naniniwala sila na darating ang tamang panahon na makikita ng lahat ang katotohanan ng kanilang pananampalataya."

Taun-taon, ang mga Rizalista ay nagdiriwang ng apat na espesyal na okasyon: Marso 8 bilang paggunita sa kaarawan ng Mahal na Hari; Hulyo 27 para sa anibersaryo ng pagkakatatag ng "Kingdom of God"; Oktubre 14 upang alalahanin ang pag-alis ni Moises sa Ehipto; at Nobyembre 21 para sa anibersaryo ng pagkakatatag ng Dapitan ni Datu Pagbuaya. Nakiisa rin sila sa pagdiriwang ng Rizal Day.

Walang regular na misa ang grupo; ngunit ang kanilang pananampalataya ay ipinapakita sa pamamagitan ng mga indibidwal na panalangin. Ang pananampalatayang ito ay nag-uugnay sa kanila bilang isang solidong grupo, handang magsakripisyo para sa kanilang espiritwal na layunin.

Maaaring nakakagulat para sa iba kung gaano katatag ang kanilang pananampalataya kay Rizal tulad ng paglilinis ng buong Rizal Park nang walang bayad. Turing ng mga Rizalista sa Dapitan na ang parke ni Rizal sa Talisay ang Bagong Jerusalem.

Para kay Betty Milgar, isang babaeng Rizalista, sa isang araw magbihis siya ng puting damit at pupunta sa Parke Rizal upang maglinis. Aniya, ang bawat hakbang sa paglilinis ng Rizal Park ay isang banal na tungkulin at isang pagpaparangal kay Rizal, na itinuturing nilang Diyos.

"Nakakaramdam ako ng kagalakan pagkatapos linisin ang Rizal Park. Isang karangalan ang linisin ang Bagong Jerusalem. Lubos kong ilalaan ang aking oras para linisin ang kanyang kaharian. Obligasyon ito, ngunit nasa aming sariling kagustuhan ang pagsunod," ani Betty.

Dagdag ni Betty na kahit mahirap sila, nagbubunot ng buto upang may makain, hindi pa rin nila nakalimotan magbigay ng serbisyo para bigyang parangal si Rizal.

Ang dedikasyon ng mga Rizalista, ang kanilang kahandaan na magsakripisyo at maglingkod, ay nagpapakita ng lakas ng kanilang pananampalataya. Sa kabila ng pagsubok, patuloy nilang pinapanday ang landas ng kanilang paniniwala. Sa mga simpleng gawain tulad ng paglilinis sa parke, ipinapakita nila ang debosyon sa kanilang pananampalataya.

PAGDAKILA

GAT. JOSE, DIYOS NI JEANIE

George Ray C. Jumuad

Sa JRMSU High, may isang estudyante na namumukod-tangi. Hindi lang dahil sa mga akademikong tagumpay o 'extracurricular' na gawain, kundi dahil sa hindi ordinaryong pananampalataya.

Siya si Jeanie Proceso, Grade 12, tubong Talisay, Lunsod Dapitan. Para sa kanya si Jose Rizal ay hindi lamang ang pambansang bayani na kilala sa mga aklat at estatwa, kundi isang nilalang na nararapat pag-alayan ng pagsamba at tapat na debosyon. Ipinagmamalaki niyang itinuturing ang sarili bilang isang Rizalista.

Ayon kay Jeanie, napakahalaga sa kanya na makapag-aral sa JRMSU High, dahil aniya binigyan siya ng pagkakataon na magbigay galang sa pangalan ni Rizal at ipalaganap ang kanyang legasiya sa kanyang mga kamag-aral. Wika pa siya, nagdala ito ng labis na kasiyahan sa kanilang grupo.

"Marami sa mga nakatatandang Rizalista ay mga alumni ng JRMSU" pagbabahagi ni Jeanie nanmay pagmamalaki. "Nakatanim sa aming puso at isipan ang pagiging banal ni Rizal".

Ibinunyag niya na puno ang kanilang tahanan ng mga relikya at antigong mula sa panahon ni Rizal, na inaalagaan at pinapahalagahan tulad ng iba pang mga banal na gamit.

Ipinapakita ni Jeani ang kanyang pananampalataya sa mga simpleng paraan ---mula sa mga bulong na dasal hanggang sa pagpili ng paaralang magpupugay sa mga sakripisyo ni Rizal.

Kumikislap ang mga mata ni Jeani nang siya'y tinanong tungkol sa kanyang debosyon.

"Ibinigay ni Rizal ang buhay niya para sa bayan. Para sa amin, siya ay isang diyos," saad niya ng may buong puso at sinseridad, na ipinapakita ang malalim na paggalang at pagpapahalaga.

Ipinahayag ni Jeanie na ang kanyang koneksyon kay Rizal ay nakaugat sa kasaysayan ng pamilyang tumitingala sa mga sakripisyo ni Rizal sa bayan.

"Para sa akin at sa kapwa ko Rizalista, ang pagiging martir ni Rizal ay sakripisyo na nagbigay ng kalayaan at kaliwanagan sa sambayanang Pilipino," pahayag niya.

Isinanalaysay rin niya na ang kanyang lolo sa tuhod ay madalas magkuwento tungkol sa araw na siya ay nakatayo sa harap ng madla bilang saksi sa pagbaril kay Rizal. Para kay Jeanie, ang pangyayaring iyon ay hindi lamang isang makasaysayang kaganapan kundi isang pambihirang karanasan na nagbukas ng pintuan para sa isang buhay ng mga Rizalista, na puno ng debosyon kay Rizal.

Higit pa niyang ipinapakita ang kanyang debosyon kay Rizal sa pamamagitan ng pagmamahal sa sining, na kung saan nararamdaman niya ang isang banal na koneksyon sa henyo ni Rizal. Kilala siya sa kanyang kahusayan sa pagkanta, at naniniwala siyang ang kanyang boses ay biyaya mula kay Rizal mismo. Kahit na may pagka-mahiyain at may mga pagkakataong kinakabahan sa entablado, natutunan ni Jeanie na maglakas-loob at mag-perform.

Ang pagdakila sa legasiya ni Rizal ay hindi lamang isang tradisyon na ipinasa mula sa mga nakaraan, kundi pananagutang pampamilya at isang debosyong nagtutulak na maibahagi ang kwento ng buhay ni Jose Rizal na nakaalpas sa hangganan ng karaniwang pagsamba sa bayani at pagmamahal sa bayan.

Ang kwento ni Jeanie ay hindi lamang kwento ng pananampalataya; ito ay isang patunay kung paano pinagsanib ng kasaysayan ang pamilya,personal na identidad, at pananampalataya. Para kay Jeanie, ang pagdakila sa legasiya ni Rizal ay hindi lamang isang tradisyon na ipinasa mula sa mga nakaraan, kundi pananagutang pampamilya at isang debosyong nagtutulak na maibahagi ang kwento ng buhay ni Jose Rizal na nakaalpas sa hangganan ng karaniwang pagsamba sa bayani at pagmamahal sa bayan.

PAMUMUHAY

HAPLOS NG DEBOSYON

Kabuhayan ng mga deboto ni Pepe sa pamamagitan ng masahe

Ma. Althea Villa at Sophia May Sulpot

Sa puso ng kanilang pananampalataya at dedikasyon kay Gat. Jose Rizal, natutunan ng mga Rizalista na gawing makabuluhan ang bawat aspeto ng kanilang buhay, kabilang na ang kanilang kabuhayan. Isa sa mga natatanging paraan ng kanilang paglilingkod sa komunidad ay ang pagmasahe bilang instrumento ng serbisyo at kabuhayan.

Isa sa mga Rizalistang magmasahe ay si Edgar P. Ligutom. Rizalista na siya mula pa pagkabata. Ayon sa kanya isa mahahalagang alituntunin ng mga Rizalista ay ang pagbibigay ng 10% ng kita ng bawat kasapi upang suportahan ang iba't ibang aktibidad ng grupo.

Ipinahayag niya na dahil dito, naitatag ang International Spiritual and Material Therapeutic Massage, Inc. (ISMTMI) noon Hunyo 11, 2023.

SANAY. Mula pa pagkabata, alam na ni Edgar P. Ligutom ang batayang teknik ng 'herbal massage'.

Kuha ni: JOVELYN CANTINA

Ang ISMTMI ay isang massage school na lisensyado ng TESDA, na patuloy na tumutulong sa kanilang mga kasapi at sa komunidad sa pangkabuhayang aspeto Mayroon itong siyam na paaralan sa Pilipinas, kabilang ang mga lokasyon sa St. Anthony Village sa Dasmariñas, Cavite; San Fernando, La Union; dalawang paaralan sa Samar; Visayas; Cebu City; at sa Mindanao, kung saan naroon ang BIPES na matatagpuan sa Dipolog City.

Ani Edgar, kinakailangang matutunan ng lahat ng kasapi ang mga batayang teknik ng herbal massage. Ang mga kasapi ay binibigyan ng TESDA certificate matapos ang kanilang pagsasanay.

Ang sistema ng pagsasanay ay nahahati sa dalawa: ang school-based at community-based. Sa school-based na programa, hinahanap nila ang mga iskolar sa tulong ng mga lokal na ahensya. Ang school-based training ay tumatagal ng tatlong buwan na may 560 oras, habang ang community-based training ay tumatagal lamang ng 15 araw at libre itong iniaalok.

Inamin ni Ligutom na hindi siya nagsisi na hindi niya ipinagpatuloy ang kanyang propesyon bilang isang civil engineer. Sa kabila ng mga hamon at sakripisyo, ipinahayag ni Ligutom ang kanyang kasiyahan sa ginagawa niyang hanapbuhay:

Nagbunga ang kanilang pananampalataya at pagsasakripisyo ng oportunidad sa mga miyembro.

"Nagbibigay ang gawaing ito ng kasiyahan at kapanatagan sa akin. Sa ganitong hanapbuhay, hawak mo ang oras mo, ikaw ang boss, at nakatutulong ka sa iba habang nililinis ang dumi ng dugo.

Sa loob ng 11 taon at patuloy pa, masasabi kong natupad ko ang kalooban ng Diyos at mananatili akong tapat sa Kanya," aniya.

Ang "Casitas de Salud", ang maliit na kubo a Parke Rizal sa Talisay ay ginagamit bilang tea house kung saan isinasagawa ang mga 'massage sessions'. Ang mga ginagamit na langis ay madalas depende sa nais ng pasyente at sa mga produktong abot-kaya sa merkado.

Itinuturing ng mga kasapi ang masahe bilang kanilang pangunahing kabuhayan, kung saan sila ay tumatanggap ng minimum na PhP. 200-300 kada sesyon.

Sa patuloy na paglago ng ISMTMI, hindi lamang ang kabuhayan ng mga Rizalista ang umaasenso, kundi pati na rin ang kanilang komunidad. Nagbunga ang kanilang pananampalataya at pagsasakripisyo ng oportunidad sa mga miyembro, at patuloy silang nagbibigay ng kabutihan sa kanilang mga kapwa sa pamamagitan ng masaheng nagdadala ng kalusugan at kaginhawaan. Sa kabila ng mga pagsubok, patuloy na ipinapakita ng mga Rizalista ang matibay na dedikasyon sa kanilang pananampalataya at sa pagtulong sa kapwa.

HAPLOS. Masahe ang isa sa pinagkukunan ng pangkabuhayan ng mga Rizalista.

Kuha ni: JOVELYN CANTINA

PAGSUBOK

LUHA NG PAGBABAGO

Pagtugon sa hamon at pangungutya ng madla

Ma. Althea Villa at Sophia May Sulpot

ALAB Mga kababaihang Rizalista. , kasama si Alice O. Jumalon (una sa kanan).

Kuha ni: JOVELYN CANTINA

Sa isang komunidad na hindi tumitigil sa pagninilay at paghahanap ng espiritwal na katotohanan, patuloy na pinapatibay ng mga Rizalista ang kanilang pananampalataya kay Gat. Jose Rizal. Tapang ang sakripisyo ang kanilang tugon sa mga aspeto ng kanilang buhay ang nahaharap sa kontrobersya at pagtanggi mula sa lipunan.

Isa si Gng. Alice O. Jumalon sa mga debotong Rizalista. Siya ay mula sa Sapangdalaga, Zamboanga del Norte.

Simula pa noong 2004, isa nang Rizalista si Alice, at walang duda sa kanyang malalim na debosyon sa grupo. Gayunpaman, hindi naging madali ang kanyang landas.

Kabilang dito ang mga negatibong reaksyon mula sa kanyang pamilya, kaibigan, at kasamahan sa trabaho.

"Ilang beses kong naalala ang kanilang unang reaksyon nang malaman nilang sasali ako sa grupo at iiwan ang trabaho ko bilang statistician sa Department of Agriculture. Pero kahit walang pagdududa, sumali ako sa grupo at ipinagmamalaki ko ang nagawa ko," mariing pahayag ni Jumalon.

GALAK. Masayang nagpakuha ng larawan si Alice O. Jumalon, isa sa mga kababaihang Rizalista.

Kuha ni: JOVELYN CANTINA

Ang mga sakripisyo ni Jumalon ay hindi natatapos sa kanyang desisyon na sumali sa grupo. Nang tanungin siya kung kumusta ang kanyang buhay bilang isang Rizalista, hindi na napigilan ang mga luha.

"Ako'y nagbago. Napakasarap ng pakiramdam na naglilingkod ka sa Diyos. Hindi madali na talikuran ang dating buhay na meron ako, pero para sa akin, dito ko nahanap ang 'divine retirement,'" sabi niya, na nagsisilbing patunay ng malalim na pagbabagong dulot ng kanyang pananampalataya.

Ibinunyag naman ni Filemon Reambonanza na mula pa noong simula hanggang sa kasalukuyan, ang kanilang grupo ay naranasan na nila ang mga akusasyon at pangungutya ng ibang tao sa Dapitan, dahil sa pananampalataya..

Gayunpaman, ang mga pagsubok na ito ang lalong nagpapatibay ng kanilang pananampalataya kay Rizal.

"Hanggang ngayon, nakakarinig pa rin kami ng mga negatibong salita laban sa amin. Binabalewala ko na lamang ito dahil alam kong darating ang tamang panahon na lahat sila ay yuyuko, dahil ang kaharian ng Diyos ay nasa amin na ngayon," mariing pahayag ni Reambonanza.

Hindi lamang ang mga negatibong pagtingin mula sa iba ang kanilang hinaharap. Nang tanungin tungkol sa kasalukuyang kalagayan ng grupo, tahimik niyang inamin na mayroon silang hindi pagkakaunawaan dahil pumanaw na ang tatlong pangunahing lider.

"Sa totoo lang, hindi lahat ng Rizalista ay nagkakaisa ngayon dahil nang pumanaw ang tatlong pangunahing lider, ang kanilang mga tagasunod ay lumikha ng mga doktrinang naiiba sa amin. Pero bilang pinuno, sinimulan kong tawagin ang kanilang pansin. Dapat tayong magkaisa bilang isa sa pagtatayo ng kaharian ng Diyos," saad ni Filemon sa wikang Bisaya (Cebuano)

Dagdag pa ni Filemon, ang mga miyembro mismo ng grupo ay kailangang magsakripisyo para mapanatili ang kanilang pananampalataya.

Ang buhay ng mga Rizalista ay isang kuwento ng hindi matitinag na pananampalataya, pagsubok, at sakripisyo. Ang kanilang dedikasyon sa kanilang misyon ay nagpapatuloy, hindi lamang para sa kanilang paniniwala kundi para na rin sa pagkakaisa at pagkakaroon ng mas mataas na layunin sa buhay. Sa bawat hakbang na kanilang tinatahak, ipinapakita nila ang tunay na diwa ng pagkakaroon ng pananampalataya sa tinuturing na Diyos at sa bayani.

lathalain

Himig ng Buhay

Mga kwento ng pag-ibig, pagkakaisa, at katatagan

Sa bawat sulok ng JRMSU, umaalingawngaw ang himig ng buhay: ang pag-ibig, pag-asa, at pakikibaka ng bawat isa.

May dalawang empleyado na natagpuan ang pag-ibig sa simbahan, isang anak na buong pagmamalaking inilalarawan ang kagandahan ng kanyang ina mula sa sakripisyo at pagmamahal nito. Kasama rin dito ang isang mag-aaral na may 'autism' na nagiging simbolo ng katatagan, pati na ang dalawang estudyanteng nasunugan ng bahay ngunit nananatiling matatag sa pagkamit ng kanilang mga pangarap.

Sa gitna ng lahat ng ito, yumanig ang biglaang pagkawala ng isang minamahal na guro at lider, na nag-iwan ng legasiyang puno ng malasakit at inspirasyon.

Patunay ang kanilang buhay na kahit puno ng hamon, ay nagiging mas makulay dahil sa pag-ibig, pagkakaisa, at katatagan.

PAG-IBIG

MULA SEMINARYO HANGGANG ALTAR

Pag-ibig na nakaugat sa walang hanggang pagmamahal sa Maykapal

Sophia May Sulpot

PINAG-ISA NG DIYOS. Pinatunayan Sir Marvin at Mam Marissa na ang plano ng Diyos ay laging perpekto .

Kuha ni: **TSC**

Mula sa hangarin na maging pari hanggang sa pagtahak ng buhay mag-asawa, pinatunayan nina Marvin Recapente at ng kanyang asawang si Marissa Recapente na puro empleyado ng unibersidad, na ang pag-ibig ay tunay na nagtatagumpay sa tamang panahon at plano ng Diyos. Sa 24 taon ng kanilang pagsasama, ang kanilang kwento ay puno ng inspirasyon at pananampalataya.

Nagsimula ang lahat noong panahon ng seminaryo ni Sir Marvin, nang ipinadala sa Barangay Liyang para sa kanilang proyekto sa simbahan, ang Gagmay'ng Katilingban Simbahan (GKS). Sa Brgy. Liyang naninirahan si Mam Marissa, na tinawag niyang 'Maris'.

Hindi ito pag-ibig sa unang tingin. May kasintahan noon si Mam Marissa, samantalang si Sir Marvin ay abala sa kanyang buhay sa seminaryo. Ngunit tila ginagabayan sila ng tadhana. Sa isang pagkakataon, hindi maaaring samahan ni Mam Marissa ang kanyang kapatid na magserbisyo sa simbahan, kaya't siya mismo ang naging katuwang ni Sir Marvin sa kanilang house visit para sa GKS.

> Walang perpektong buhay mag-asawa, pero nananatili kami dahil ang Diyos ang gumagawa ng paraan.

Sa bawat sandaling magkasama sila, unti-unting nahulog si Sir Marvin sa mapagmahal na personalidad ni Mam Marissa.

"Napakabait niya. Noong nagtapos ako ng AB Philosophy sa Cor Jesu Seminary, niregaluhan niya ako ng cassock. Lahat ng isinusuot ko, pinipili niya," pagbabahagi ni Sir Marvin gaming ang wikang Cebuano (Bisaya).

Samantala, si Mam Marissa naman ay naantig sa kabutihan at mapagkumbabang ugali ni Sir Marvin.

"Wala akong nararamdaman para sa kanya noon dahil may boyfriend ako, pero ang gusto ko sa kanya ay napakabait niya sa lahat," ani Mam Marissa.

Paglipas ng panahon, sa patuloy nilang pagkakasama sa GKS, naging malapit sila sa isa't isa. Sinimulan nang magkaroon ng damdamin si Sir Marvin, at kahit nasa ikaapat na taon siya ng seminaryo, alam niyang hindi na iyon ang plano ng Diyos para sa kanya.

"Si Mam Marissa na ang para sa akin, at alam kong hindi na para sa pari ang landas ko," sabi niya nang may ngiti.

Noong Enero 2, 1999, nagpakasal sila. Ito ay isang simula ng kanilang paglalakbay bilang mag-asawa.

Ngunit tulad ng ibang magkasintahan, dumaan din sila sa mga pagsubok. Isa sa pinakamahirap na bahagi ng kanilang buhay ay nang magkasakit si Sir Marvin dahil sa acid reflux.

"Hindi ko alam kung ano ang gagawin ko noon. Sobrang takot ko na mawala siya," pagbabahagi ni Mam Marissa habang inaalala ang panahong iyon. Ngunit sa kanilang pananampalataya, nalampasan nila ang hamon na iyon.

Sa kabila ng mga balakid, ang sikreto ng kanilang matatag na pagsasama ay ang paglalagay sa Diyos sa sentro ng kanilang relasyon.

"Walang perpektong buhay mag-asawa, pero nananatili kami dahil ang Diyos ang gumagawa ng paraan," sabi ni Sir Marvin.

Bilang patunay, marami siyang tinanggihang travel orders upang hindi mapalayo kay Mam Marissa, dahil para sa kanya, "Ang pag-ibig ay hindi dapat magkaroon ng distansya."

Sabi naman ni Mam Marissa: "Manatili ka sanang gaya ng una kitang nakilala, at nawa'y patuloy tayong gabayan ng pagmamahal ng Diyos".

Sagot naman ni Sir Marvin, "Manatili kang maganda at mapagmahal."

Pinatunayan ng kwento nina Sir Marvin at Mam Marissa na ang plano ng Diyos ay laging perpekto. Mula sa pangarap na maging pari, ginabayan si Sir Marvin ng Diyos upang maging mapagmahal na asawa at ama. Samantala, nakatagpo naman si Mam Marissa ng lalaking higit na magdadala sa kanya sa pananampalataya. Sa loob ng 24 taon ng pagsasama, at sa mga taon pang darating, ang kanilang pag-ibig ay magpapatuloy dahil ito'y nakaugat sa walang hanggang pagmamahal ng Maykapal.

'MATER' DOLORESA

Pagtitiyaga at hindi matitinag na pagmamahal ng isang ina

M Julian Acopiado, Guro

Mahina siyang nakatayo sa bungad ng hardin sa likod ng bahay, ang paborito niyang lugar sa aming tahanan. Tanaw niya ang kawalan habang tila nasa sariling mundo. Mahigpit niyang hawak ang laylayan ng kanyang luma at kupas na duster na nilalaro ng hangin, habang dahan-dahan niyang tinungo sa isang lumang monobloc reclining chair na halatang napaglipasan na ng panahon. Siya ang aking ina, na nagdiriwang na sa ika-90 kaarawan.

Dolores Isabel Paglinawan Acopiado ang buong pangalan ng aking ina. Sa kanyang kabataan, hindi matatawaran ang kanyang likas na kagandahan. Ang malambot niyang kulot na buhok, pantay na kutis, at matipunong hugis ng mukha na nagbigay sa kanya ng karilagan" Tinawag siya ng mga tao sa kanyang bayan na "Gloria Romero," dahil sa kanyang pambihirang aura ng kagandahan at kahinhinan. Ngunit higit pa sa kanyang pisikal na kaakit-akit, ang kanyang 'stoic elegance' ang tunay na kakaiba niyang taglay.

Sa kabila ng mga pagsubok, hindi siya tumigil sa pagtahak sa buhay nang may kalmado, dignidad, at kagalakan.

Hindi madaling buhay ang tinahak ng aking ina. Hindi siya ipinanganak na marangya, at hindi rin siya nag-asawa ng mayaman. Isa siyang guro at naging punong-guro ng isang maliit na diocesan school sa loob ng higit 40 taon, isang trabaho na tinanggap niya ng buong puso upang maitaguyod ang kanyang siyam na anak.

Hindi palaging magaan ang buhay namin. Dumaan kami sa maraming pagsubok, lalo na sa mga panahong ang sahod ng aming ama bilang isang empleyado sa gobyerno ay hindi sapat. Subalit hindi ko matandaan na narinig ko siyang magreklamo o magtangkang isiwalat ang hirap ng buhay. Tinaguyod niya kami nang hindi nagpapakita ng kalungkutan at puno ng lakas ng loob.

Ngunit, sa kabila ng kanyang mga sakripisyo, may isang bagay na hindi ko makakalimutan tungkol kay Mama, ang kanyang matinding pagmamahal sa mga damit.

Siya tila isang "clotheshorse", isang fashionista sa makabagong panahon. Ngunit hindi tulad ng iba, siya ang nagdidisenyo at tumatahi ng kanyang mga damit. Ang kanyang aparador ay puno ng mga kasuotan na siya mismo ang gumawa, at ako, bilang bata, ay hindi mapigilang pasukin ang kanyang aparador at hangaan ang kanyang mga likha, na laging naka-hang at naghihintay ng tamang pagkakataon upang isuot.

Ngayon, habang dahan-dahan niyang ipinagkakaloob sa amin, ang mga anak, ang pamamahala ng bahay, ako'y lubos na nagpapasalamat na ako'y may pagkakataong magsilbi sa kanya sa kanyang pagtanda.

Sa bawat hakbang ng buhay ko, natutunan kong pahalagahan ang bawat sakripisyo at pagmamahal na ibinigay niya sa amin.

> Hindi ko matandaan na narinig ko siyang magreklamo o magtangkang isiwalat ang hirap ng buhay. Tinaguyod niya kami nang hindi nagpapakita ng kalungkutan at puno ng lakas ng loob.

MARILAG. Sa kabila ng mga pagsubok, hindi tumigil si Manang Dolores sa pagtahak sa buhay nang may kalmado, dignidad, at kagalakan.

Kuha ni: **M JULIAN ACOPIADO**

PAGKAKAISA

WONDER DODONG

Pagmamahal at pagkakaisa sa kabila ng pagkakaiba

Justinne May Laquio

BUONG PAGMAMAHAL Ang pagtanggap at pagkakaisa ni Mam Roning (kanan) at Sir Rex kay Dodong (kaliwa), ay nagpatunay na sa kabila ng mga pagsubok, walang hanggan ang pagmamahal ng totoong pamilya.

Kuha ni: **RAH**

Sa JRMSU High, nakilala ko si Justin Immanuel "Dodong" Hamoy, kasalukuyang Grade 12, at isang batang may autism. Ang kanyang kwento ay isang istorya ng pagmamahal, pagtanggap, at walang katapusang pagkakaisa na nagpatibay sa kanilang samahan.

Nagsimula ang lahat sa isang masayang pamilya ng tatlo: isang ina (Mam Roning Hamoy), ama (Sir Rex Angelo Hamoy) at si Dodong, isang anak na lalaki na dumating sa mundo nang buo at malusog.

> Patunay si Dodong na ang mga batang may autism, tulad ng iba, ay may kakayahan at pangarap, at p.ambisyon. Ang pamilya niya, sa kanilang pagtanggap at pagkakaisa, ay nagpatunay na sa kabila ng mga pagsubok, walang hanggan ang pagmamahal.

Puno ng mga ngiti at pasasalamat ang kanilang araw, ngunit sa mga taon ng pagiging magkasama, napansin ng pamilya ang mga palatandaan ng kakaibang ugali ng kanilang anak: ang hindi pagtitig sa mata, hindi pagkagusto sa pisikal na hawak, paulit-ulit na galaw, at ang hindi maayos na tulog ay mga senyales na nagbigay daan sa kanilang pagdesisyon na magpatingin sa Cebu.

Si Dodong, na noon ay anim na taong gulang, ay na-diagnose ng Autism Spectrum Disorder (ASD).

"Ipinagkaloob siya sa amin bilang isang biyaya. Paano ko siya tatanggihan o ibabalik?," sabi ni Sir Rex sa wikang Cebuano (Bisaya).

Ito ang pagmamahal at pagtanggap na ipinakita ng pamilya ni Dodong, isang pagmamahal na hindi nasusukat sa mga normal na pamantayan, kundi sa kanilang walang sawang pagsuporta at pagkakaisa.

Hindi madaling tanggapin ang isang diagnosis tulad ng ASD, ngunit ang pamilya ni Dodong ay hindi sumuko. Nagsimula silang magtulungan upang mapaunlad ang kanyang mga kakayahan.

Ayon kay Sir Rex, hindi isang araw ang dumaan na hindi sila masaya kasama si Dodong.

Ang kanilang samahan ay isang patunay ng kung paano ang pagmamahal at pagkakaisa ay nagdudulot ng lakas upang malampasan ang mga pagsubok ng buhay.

Si Dodong, na ngayon ay isang Grade 12 STEM sa JRMSU, may pangarap. Nais niyang maging engineer. Hindi hadlang ang kanyang pagiging 'person with autism' sa pagpapakita ng kahusayan sa mga gawaing may kinalaman sa numeracy at sining.

"Gaya ng ibang bata, gusto niyang magtagumpay at matuto," ayon kay Sir Rex.

Nakikita niya ang kanyang potensyal. Nagbigay pugay rin sa kanyang dedikasyon at husay sa mga aralin ang kanyang mga guro at kamag-aral.

Patunay si Dodong na ang mga batang may autism, tulad ng iba, ay may kakayahan at pangarap. Ang pamilya niya, sa kanilang pagtanggap at pagkakaisa, ay nagpatunay na sa kabila ng mga pagsubok, walang hanggan ang pagmamahal ng totoong pamilya. Dapat nating yakapin ang mga batang may autism, hindi bilang mga taong may kapansanan, kundi bilang mga indibidwal na may kakayahan, pangarap, at potensyal.

Isang paalala ang buhay ni Dodong na ang tunay na pagmamahal ay hindi tinitingnan ang pagkakaiba. Sa bawat hakbang ni Dodong, nakikita natin ang ating sarili, mga nilalang na may pangarap at may kakayahang magtagumpay.

KATATAGAN

GOD BLESSa, Janestel

Diyos ang gabay sa mga pagsubok ng buhay

Ma. Althea Villa

MATATAG. Pinatunayan ng magkapatid na Blessa (Kaliwa) at Janestel Busico (Kanan) na kahit sa mga pinakamadilim na oras, ang kanilang determinasyon at pananalig sa Diyos ay nagsisilbing ilaw sa kanilang landas.

Kuha ni: **JUSTINNNE LAQUIO**

Sa bawat hamon ng buhay, nasusukat ang tunay na katatagan ng tao. Ang katatagan ay hindi lamang kakayahan na tumayo muli, kundi ang pagtanggap sa sakit, pagyakap sa pagbabago, at pagsulong sa kabila ng lahat ng balakid. Ang tatag at lakas ng mga magkapatid sa JRMSU sa trahedya ay paalala na sa gitna ng dilim, may liwanag na nag-aabang para sa mga handang lumaban at magpatuloy.

Nakatira sa Oyan, Lunsod Dapitan sina Blessa at Janestel Busico, kasalukuyang mag-aaral sa Grade 12 and Grade 9 ng JRMSU. Isang gabi noong Enero 26, nangyari ang isang kalamidad na magbabago sa kanilang buhay magpakailanman.

Habang nasa isang relihiyosong pagtitipon kasama ang kanilang mga magulang, isang tawag ang dumating na naghatid ng mabigat na balita, tinupok ng apoy ang kanilang tahanan.

"Kaming upat sa motorcab na-ratol na, tas si mama nagluya na, dayon si Janestel sige nag hilak," sabi ni Blessa.

Habang papalapit sila sa Oyan, nakita nila ang usok na umaabot mula sa kanilang nasusunog na bahay.

"Igo nalang intawon mi naglantaw sa among balay taman nahurot ang kalayo. Wa naman mi mahimo."

Sa mga sandaling iyon, tanging ang pag-iyak at mga alaala ang naiwan habang pinagmamasdan nila ang kanilang tahanan na natutunaw sa apoy.

Hindi pa natatapos ang kanilang kalungkutan, dahil namatay ang kanilang tiyo.

Sa kabila ng lahat ng ito, naramdaman ni Blessa na may madilim na anino sa kanyang buhay, at tila imposibleng makabangon muli. Ngunit sa halip na magpatinag, pinatunayan niya at ng kanyang pamilya na may lakas sila upang magpatuloy.

"Unsa man ang nahitabo, we need to keep on moving forward. Kay the world should not end the moment life throws rocks at us. Instead, we pick them up and with God's blessings, we will build the finest foundation of ourselves," sabi ni Blessa.

Sa kabila ng lahat ng pagsubok, hindi nagpatinag ang magkapatid. Patuloy nilang tinahak ang landas ng tagumpay sa kanilang mga pangarap, pinapalakas ang kanilang katatagan at pananampalataya sa kinabukasan.

Pinatunayan nina Blessa at Janestel na kahit sa mga pinakamadilim na oras, ang kanilang determinasyon at pananalig sa Diyos ay nagsisilbing ilaw sa kanilang landas.

> Pinatunayan nina Blessa at Janestel na kahit sa mga pinakamadilim na oras, ang kanilang determinasyon at pananalig sa Diyos ay nagsisilbing ilaw sa kanilang landas.

Magsilbi sanang inspirasyon ang magkapatid sa atin na sa kabila ng mga kalamidad at pagdadalamhati, ang tunay na lakas ay nagmumula sa katatagan ng ating puso't isipan ay pananalig sa Diyos sa gitna ng unos. Ang kanilang buhay ay paalala na ang mga pagsubok ay hindi hadlang sa tagumpay, kundi pagkakataon upang mas mapatatag pa ang ating mga sarili at magpatuloy sa pag-abot ng ating mga pangarap.

PAGPUPUGAY KAY 'NANAY'

Sophia Sulpot

Sa loob ng mga silid-aralan at opisina ng JRMSU, nakatago ang mga kwento ng mga bayani na tahimik na naglilingkod para sa kabutihan ng nakararami. Siya ang pinakaunang tagapayo ng "Ang Bagong Pananaw", si Dr. Narcisa Saldon Bureros, o mas kilala bilang "Nanay Nars." Sa edad na 56, iniwan niya hindi lamang ang mundo kundi pati na rin ang isang malalim na bakas ng pagmamahal, dedikasyon, at inspirasyon sa bawat taong kanyang nakasama.

Si Nanay Nars ay hindi lamang tagapamahala ng mga opisina kundi isang tagapayo at tagapagbigay-lakas sa kanyang mga estudyante.

"Lagi siyang nagbibigay ng mga salita ng motibasyon na parang nagsasabing, 'Kaya mo yan!'," ani ni Cristylen Bucol, isa sa mga mag-aaral ni Nanay noon, na guro na ngayon.

Marami sa mga mag-aaral ang nagsasabing si Nanay Nars ang nagsilbing gabay nila, na nagtulak sa kanila upang maging masipag at determinado sa buhay. Sa tuwing magkakaroon ng mga hamon sa paaralan, si Nanay ang unang nag-aabot ng suporta.

Sa mga kasamahan niya, si Nanay Nars ay huwaran ng isang tunay na lider.

"Hindi siya kailanman nanlalamang o nangingibabaw. Siya ang klase ng lider na tahimik na tumutulong at handang makinig," sabi ni Prof. Bobmil Flores, isa sa kanyang malalapit na kaibigan sa trabaho.

Walang katumbas ang malasakit ni nanay. Maging personal man o propesyonal, handa siyang magbigay ng oras at lakas para sa kapakanan ng iba.

Kahit gaano pa karami ang trabaho sa kanyang mesa, sinisigurado ni Nanay Nars na mayroon siyang oras para sa kanyang pamilya.

Isinasama niya ang kanyang bunsong anak na si Bonbon sa mga biyahe at laging may handang pagkain sa tuwing may okasyon, maliit man o malaki.

"Kahit saan siya pumunta, nananatili ang kanyang pagmamahal bilang isang ina, sa bahay man o sa trabaho," ani ni Mam Bob.

Ngunit dumating ang araw na kailangang magpaalam kay Nanay Nars. Sa kanyang pagpanaw, iniwan niya ang isang puwang na mahirap mapunan.

"Masakit mawalan ng isang taong parang ilaw sa buhay namin," ani ni Dennis Maghanoy, isang mag-aaral noon na malapit kay Nanay. Ngunit kahit wala na siya, ang kanyang mga aral, pagmamahal, at alaala ay patuloy na magiging inspirasyon sa bawat isa.

Hindi lamang guro, tagapamahala, o ina si Nanay Nars. Siya ang naging haligi ng JRMSU High School, isang patunay na ang tunay na pagmamahal at pagkakaisa ay kayang bumuo ng matatag na samahan. Ang kanyang pamana ng malasakit at inspirasyon ay hindi kailanman mamamatay.

INSPIRASYON. Walang katumbas ang malasakit ni Nanay Narcisa S. Bureros. Maging personal man o propesyonal, handa siyang magbigay ng oras at lakas para sa kapakanan ng iba.

'Selfie' ni: **NANAY NAYS**

ANG BAGONG PANANAW
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY - HIGH SCHOOL

ANIBAGONG PANAHON

Sa taong panuruan 2024-2025, nagsisikap ang mga guro at batang mananaliksik ng Jose Rizal Memorial State University na magsilbing liwanag ng pag-asa para sa mga magsasaka sa Zamboanga del Norte sa pamamagitan ng iba't ibang proyektong pananaliksik na layong tugunan ang hamon sa modernong pamamaraan at mapapabuti ang ani nila, gayundin ang kanilang kabuhayan sa panibagong panahon.

Kabilang sa kanilang mga proyekto ang 'solar-powered rotary tiller' na nagpapadali sa pagbubungkal ng lupa, 'hook-type coconut tree climbing device' na nagpapabilis sa pag-akyat sa puno ng niyog.

Upang mapalago ang ani, nag-innovate din ang mga mananaliksik ng JRMSU ng pinagsamang 'drip' at 'capillary' na sistema ng irigasyon para sa saging, organiko na patabang likido para sa sili, at sistemang 'hydroponic' gamit ang 'Kratky' method para sa letsugas.

Bukod rito, may mga modernong kagamitan tulad ng 'SINAG power sprayer' at 'solar-powered water sprayer' na layuning magdala ng makabagong teknolohiya sa mga bukirin.

Pinaiigting din ng mga mananaliksik ang pagpaparami ng SAFITEK coconut dehusker upang maka-benepisyo ang maraming magsasaka.

Isang natatanging inobasyon din ang 'functional beverages' mula sa 'purple sweet' na kamote na ipinapakita ang halaga ng hindi gaanong napapakinabangang 'crops' bilang alternatibong produkto.

Inihayag ni Karfred Junnee A. Doydora, isa sa mga gurong mananaliksik gamit ang pinagsamang wikang Bisaya (Cebuano) at Ingles: "Ang mga magsasaka ang nagpapakain sa atin. Kayat dapat natin silang pangalagaan."

"Bilang nasa akademya, layunin nating gawing mas magaan at mas mapadali ang trabaho ng mga magsasaka habang pinapataas ang kanilang ani at kita," sabi ni Doydora.

Sabi naman ni Dr. Rizza B. Bagalanon, Bise Presidente ng Unibersidad para sa 'Research, Development at Extension' (VPRDE), sa tulong ng mga proyekto natutulungan ang mga magsasaka na makaagapay sa modernong panahon, na may mas mataas na ani at mas maginhawang pamumuhay.

Sa bagong panahon ng inobasyon, patuloy na nagsasaliksik ang mga guro't mag-aaral sa JRMSU upang maging kaagapay sa mga magsasaka sa Zamboanga del Norte. Binibigyang-diin nila na sa pagharap sa mga hamon ng buhay, laging may pag-asa para sa mas masaganang ani at magandang kinabukasan.

> Ang mga magsasaka ang nagpapakain sa atin. Kayat dapat natin silang pangalagaan. Bilang nasa akademya, layunin nating gawing mas magaan at mas mapadali ang trabaho ng mga magsasaka habang pinapataas ang kanilang ani at kita

AWARD-WINNING

PORTABLE na COCONUT DEHUSKER, PANGANIB-SOLVER

Seth Ashley Malazarte

Ang pagtanggal ng balat ng niyog o 'coconut dehusking' ay isang mahalagang bahagi ng industriya ng niyog sa ating bansa. Sa pananaliksik na isinagawa ng Jose Rizal Memorial State University (JRMSU), gumugugol ang magsasaka ng Probinsiya ng Zamboanga del Norte ng maraming oras sa prosesong 'dehusking', dahil manwal o puro kamay lang ang kanilang pamamaraan ng pagtatanggal ng balat na maaaring magdulot sa kanila ng pinsala at pagkapagod.

Dahil dito, bumuo ang mga mananaliksik ng JRMSU ng isang portable na dehusker na tinatawag na "SAFitek Coco Dehusker." Nabuo ito nina Engr. Alfred Jhunnee A. Doydora, Jeward Dagodog, at Jayrald Misperos at nanalo ng Regional Invention Contest and Exhibit (RICE) ng Department of Science and Technology (DOST). Nabigyan ang proyektong ito ng pundo na P1.2 milyon upang mas mapalaganap at masubukan ang teknolohiya sa iba't ibang lugar ng Zamboanga del Norte.

May bigat na 75 kilo ang SAFitek Coco Dehusker, mas magaan kumpara sa mga kasalukuyang dehuskers sa merkado na may bigat na umaabot mula 350 hanggang 750 kilo.

"Makikinabang ang mga magsasaka sa portable dehusker na ito, sapagkat hindi na nila kailangang magdala ng mabigat na kagamitan, at mas mabilis pa nilang matatapos ang kanilang trabaho," pahayag ni Yhebron Lagud, ang entrepreneurial lead ng grupo.

Kayang mag-dehusk ang nasabing teknolohiya ng mahigit 500 niyog kada oras, na nagbibigay ng mas mabilis at mas maginhawang paraan ng pagtanggal ng balat ng niyog.

Sa ngayon, karamihan sa mga magsasaka ay umaasa pa rin sa manu-manong dehusking, na naglalantad sa kanila sa panganib ng mga aksidente at pinsala.

"Mas ligtas na ang mga magsasaka ngayon, at makikinabang sila sa makabagong teknolohiyang ito," dagdag ni Lagud.

Inaasahang makikinabang sa Coco-Dehusker ang mahigit 2.5 milyong magsasaka ng niyog sa bansa na ngayon ay humaharap sa maraming hamon sa kanilang hanapbuhay.

Halimbawa ang SAFitek Coco Dehusker na inobasyon sa agrikultura, na hindi lamang nakakatulong sa pagiging mas episyente ng trabaho kundi pati na rin sa pagpapabuti ng kalagayan ng mga magsasaka.

Naging matagumpay ang proyekto sa tulong ng DOST-IX at mga kasamahan sa JRMSU.

"Makakaabot ang SAFitek Coco Dehusker mula sa university lab papunta sa mga magsasaka. Ang paggamit nito ay hindi lamang makikinabang ang mga magsasaka, kundi magiging makabago ang buong industriya ng niyog," saad ni Engr. Doydora.

Sa kasalukuyan, nagtutulungan ang JRMSU at DOST sa pamamahagi ng SAFitek Coco Dehusker sa negosyo, fabricators, at distributors ng probinsiya. Layunin nilang gawing mas 'accessible' at epektibo ang paggamit ng makabagong teknolohiya sa agrikultura.

Sa pamamagitan ng mga inobasyong tulad ng SAFitek Coco Dehusker, malaki ang maitutulong ng unibersidad sa sektor ng agrikultura sa Pilipinas, sa pagpapabuti ng kabuhayan ng mga magsasaka at sa pag-papabilis ng produksyon sa mas makakalikasan at magaan na pamamaraan.

SAGOT. Kayang 'dehusk' ng mahigit 500 niyog kada oras ang SAFitek Coco Dehusker ng JRMSU, na nagbibigay ng mas mabilis at mas maginhawang paraan ng pagtanggal ng balat ng niyog.

Kuha ni: **JRMSU - TC**

INFOGRAFIKO

1.2M

Pundo na binigay ng DOST IX para sa proyektong SAFitek Coco Dehusker

500

Kayang mag-dehusk ng SAFitek ng mahigit 500 niyog kada oras

'SUSTAINABLE'

WISIK BIYAYA

'Water sprayer' na makabago, sagot sa gastusing lumobo

Kent Jiroh Nomo

SPRAY NA. Sinubukan ng magsasaka ag paggamit ng 'water sprayer' na ginagamitan ng solar-powered technology at hindi na nangangailangan ng kuryente

Kuha ni: **JRMSU - TC**

Mga magsasaka ang isa sa pangunahing inaasahan ng bansa na pagpapalakas ng ekonomiya. Sa kabila ng mga pagsubok na dulot ng matinding init, matagal na oras ng pagtatrabaho, at mataas na gastusin, patuloy na ginampanan ang kanilang trabaho. Kaya naman, nagsagawa ng inobasyon ang JRMSU na layong tugunan ang mga problema. Isa na rito ang 'solar-powered water sprayer'.

Binuo ang 'solar-powered water sprayer' ng mag-aaral na mananaliksik ng JRMSU na si Jay Claire P. Binauro, sa tulong ni Dr. Lorenzo V. Sugod, gurong-tagapayo.

Pinamagatang "Design and Development of Solar Powered Water Sprayer", layunin nitong solusyonan ang mga hamon ng mga maliliit na magsasaka sa pamamagitan ng pagbabawas ng mga gastusin at pag-ginhawa sa kanilang mga gawain sa bukirin.

"Binuo namin ang 'sprayer hindi lamang makatutulong sa mga magsasaka, kundi makakapagbigay daan para sa mas magaan at mas madaling pag-aarar," sabi ni Sugod sa wikang Cebuano (Bisaya)

Ang 'water sprayer' ay gumagamit ng solar-powered technology na 'sprayer', at hindi na ito nangangailangan ng kuryente, kaya't nakakatipid ang mga magsasaka sa kanilang enerhiya at produksyon ng tubig para sa kanilang mga pananim.

Sa kanilang isinagawang pagsusuri, natuklasan nina Binauro at Sugod na ang bagong 'water sprayer' ay hindi lamang matibay at epektibo, kundi mura rin kumpara sa tradisyonal na mga sprayer.

Ipinakita rin ng resulta ng pagsusuri na may mataas na kalidad ang sprayer sa aspeto ng performance, reliability, durability, at aesthetics.

> Cost-effective effective teknolohiya. Ang hindi pagkakaroon ng mataas na production cost ng mga kagamitan ay isang malaking tulong sa pang-araw-araw na gawain ng mga magsasaka.

"Cost-effective rin ang teknolohiya. Ang hindi pagkakaroon ng mataas na production cost ng mga kagamitan ay isang malaking tulong sa pang-araw-araw na gawain ng mga magsasaka," sabi ni Binauro.

Halimbawa ang solar-powered water sprayer ng makabagong solusyon na may malaking epekto sa buhay ng mga magsasaka. Gamit ang ganitong makabagong teknolohiya ng JRMSU, muling mapapalakas ang sektor ng agrikultura, hindi lamang para sa mga magsasaka, kundi pati na rin sa buong komunidad.

PINSALA

445 ektarya

Iniulat ng Provincial Agriculturist's Office ng Probinsiya ng Zamboanga del Norte na sumasalakay ang mga harabas (armywords) sa mga taniman ng palay na nagdulot ng pinsala sa hindi bababa sa 445 ektarya mula sa kabuuang mahigit 16,000 ektarya ng taniman ng palay sa lalawigan. Kasalukuyan nang nagsagawa ng pag-aaral ang JRMSU upang masolusyonan ang problemang ito.

'SUSTAINABLE'

SOLARaro

Sa 'rotary tiller' na solar, problema sa 'upland area' solbar

Sophia May Sulpot

Sa gitna ng walang humpay na pakikibaka ng mga magsasaka sa mga pagsubok ng buhay, inilunsad ng JRMSU ang isang makabagong teknolohiya na naglalayong gawing mas episyente, abot-kaya, at sustainable ang pag-araro sa kapatagan man o kabundukan, ang 'Solar-Powered Rotary Tiller.'

Ayon sa mga mananaliksik na sina Ronnie M. Tacal, Johnkarl Marturillas, at Karlfred Junnee A. Doydora, layunin nilang makabuo ng isang kagamitan na pinatatakbo ng solar energy upang mapababa ang gastos sa pagsasaka habang pinapabilis ang proseso ng pag-aararo at pagbubungkal ng lupa.

"Nais naming bigyan ng solusyon ang pangangailangan ng mga magsasaka para sa mas madaling pamamaraan ng pagsasaka, lalo na sa mga upland areas (bulubundukin) na hirap maabot ng tradisyunal na makinarya," ani Tacal, isa sa mga pangunahing tagapagtaguyod ng proyekto.

Ang 'Solar-Powered Rotary Tiller' ay pinapatakbo gamit ang enerhiya mula sa mga solar panels at baterya. Sa pananaliksik, sinubukan nila ito gamit ang dalawang treatment groups sa anim na lugar na may sukat na 500 m^2 bawat isa, kabilang na ang upland at lowland areas. Ginamit nilang pangunahing sukatan ang kapasidad ng bukirin (field capacity), kahusayan (field efficiency), at konsumo ng kuryente (electric consumption).

Sa 'upland areas', nakapagtala ang tiller ay nakapagtala ng 96.08% na kahusayan at 1523.1 m^2/h aktwal na kapasidad, habang sa lowland areas naman ay umabot ito ng 94.46% kahusayan at 1899.67 m^2/h aktwal na kapasidad. Malinaw na pinatunayan ng pag-aaral na mas 'efficient' ang tilling kaysa sa plowing sa parehong uri ng lupa.

Malaki ang potensyal ng Solar-Powered Rotary Tiller na baguhin ang kinabukasan ng mga magsasaka sa Zamboanga del Norte at karatig-lugar.

"Makatutulong ang teknolohiyang ito sa pagbawas ng gastos ng mga magsasaka dahil hindi na nila kailangang gumamit ng mamahaling gasolina," sabi ni Marturillas.

Bukod dito, ang paggamit ng solar energy ay nagpapakita ng malasakit sa kalikasan, na mahalaga sa panahon ng krisis sa klima.

Sumisimblo ang Solar-Powered Rotary Tiller ng pagsusumikap at inobasyon ng JRMSU para sa mas magandang kinabukasan ng mga magsasaka. Sa bawat patak ng pawis at bawat sakripisyo, nagbibigay-pugay ang 'rotary tiller' sa di-matatawarang katatagan ng mga magsasakang Pilipino sa harap ng hamon ng buhay sa agrikultura.

PUNO NG KAALAMAN

DE NUMERO

Mga ilan sa mga resulta ng magkaisang pananaliksik ng mga mag-aaral at guro ng JRMSU

SWEET PEPPER

80.4%

Pinakamataas na balik ng puhunan (ROI) kung e-combine ang Vermitea at organic liquid fertilizer sa sweet pepper, kumpara sa ibang treatment.

Mananaliksik: **Merlyn Castro Niño S.Chiong Sheika Lood**

SINAG SPRAYER

1.3

oras na magagamit ang SINAG Power Sprayer nang walang charging at umaabot ng 6.15 oras habang ito ay naka-active charging.

Mga mananaliksik: **Kimberly B. Asucan at Jecel Jane B. Tanoy**

ROTARY TILLER

9/10

kahusayan ng 'solar-powered rotary tiller sa 'upland areas'

Mga mananaliksik: **Ronnie M. Tacal, Johnkarl Marturillas, at Karlfred Junnee A. Doydora**

IRIGASYON SA SAGING

19.7cm

pinakamataas na average ng taas ng saging kapag ginagamitan ng kombinasyon ng drip at capillary irrigation sa coco peat substrate

Mga mananaliksik: **Mica Jane N. Montimor at Charmee Paulaine B. Erap**

MICROPLASTIC

100%

ng mga ginamot na talaba ang nabuhay sa buong eksperimento paggamit ng sistemang 'depuration at filtration' system, isang matitibay na pisyolohikal na resulta

Mga mananaliksik: **Kristine Gladys E. Jambre, Josephine R. Adraincem**

IRIGASYON SA SAGING

19.7cm

pinakamataas na average ng taas ng saging kapag ginagamitan ng kombinasyon ng drip at capillary irrigation sa coco peat substrate

Mga mananaliksik: **Mica Jane N. Montimor at Charmee Paulaine B. Erap**

BIODIVERSITY

22+19

22 uri ng fauna (hayop) na kabilang sa 16 na pamilya, habang ang flora (halaman) ay may kabuuang 19 uri na kabilang sa 13 na pamilya, na matatagpuan sa Zapanta-Gomez Cave, Roxas, Zamboanga del Norte.

Mga mananaliksik: **Roxanne Marie F. Patinga, Donabelle G. Mayola**

INOBASYONG BanaKNOW

Paglago ng saging gamit ang irigasyong 'drip' at

Seth Ashley Malazarte

SAGINGsim NG PUSO. Ang Kratky method ng 'hydroponics' gamit ang kombinasyon ng pataba ay isang makabagong paraan ng pagtatanim na walang kailangan na lupa.

Kuha ni: **JRMSU TC**

Mahalang pinagkukunan ng kita ang industriya ng saging sa bansa. Saging aangunahing produkto ng agrikultura na ina-export sa iba't ibang bansa. Gayunpaman, hindi ligtas ang mga magsasaka mula sa mga hamon na dulot ng mga sakit tulad ng banana bunchy top, Panama wilt, Fusarium wilt, at Sigatoka leaf spot, pati na rin ang kakulangan sa tubig na lalong pinapalala ng pagbabago ng klima. Kaya't ang JRMSU ay nagsagawa ng isang pag-aaral upang magbigay solusyon sa mga problemang ito gamit ang makabagong pamamaraan.

Ayon sa mga batang mananaliksik na Mica Jane N. Montimor, isa sa mga pangunahing mananaliksik ng proyekto, ang paggamit ng kombinasyon ng drip at capillary irrigation ay may malaking potensyal upang mapabuti ang paglago ng mga halaman ng saging, lalo na sa mga lugar na nakakaranas ng kakulangan sa tubig.

Kasama ni Mica sa pananaliksik sina Charmee Paulaine B. Erap, Karlfred Junnee A. Doydora, Yhebron J. Lagud at Gizel A. Ansalan.

Inilahad ni Mica na sa kanilang eksperimento, tiningnan nila ang epekto ng dalawang pamamaraan ng irigasyon: ang kombinasyon ng drip at capillary irrigation at capillary irrigation lamang, gamit ang iba't ibang uri ng substrate tulad ng coco peat, sawdust, at rice hull.

Ipinapakita ng kanilang pag-aaral na ang paggamit ng kombinasyon ng drip at capillary irrigation sa coco peat substrate ay nagdulot ng pinakamataas na average na taas ng halaman na 19.77 sentimetro at ang pinakamaraming bilang ng mga dahon na 6.56.

"Makikita natin na ang kombinasyon ng drip at capillary irrigation ay mas epektibo kumpara sa paggamit lamang ng capillary irrigation. Ang sistemang ito ay nakakatulong sa mas epektibong pamamahagi ng tubig sa mga halaman at nakakaiwas sa labis na pagdilig," sambit ni Charmee Paulaine.

Para naman kay Doydora, tagapayo nila, isang malaking hakbang para sa mga magsasaka ang kakayahang mapamahalaan ang tubig nang mas maayos.

"Sa ganitong paraan, hindi lamang nila pinapalago ang kanilang mga tanim kundi natutulungan din nila ang kanilang mga komunidad na makapagtipid ng tubig." sabi ni Doydora.

Inilahad naman ni Ansalan na malinaw sa resulta na malaka ang potensiyal nila lalo na sa lugar na limitado ang tubig.

"Sa mga resulta ng aming eksperimento, malinaw na ang sistemang ito ay may malaking potensyal upang matulungan ang mga magsasaka, lalo na sa mga lugar na may limitadong suplay ng tubig," saad ni Ansala.

Dagdag pa ng mga mananaliksik, malaking epekto sa mga magsasaka at sa sektor ng agrikultura ang kombinasyon ng kombinasyon ng drip at capillary irrigation.

"Binabawasan nito ang gastos ng tubig, isang mahalagang bahagi ng pagsasaka sa mga lugar na apektado ng kakulangan sa tubig," wika ni Mica.

Aniya, nakakatulong din itong mapabuti ang ani ng saging, kaya't nagdudulot ng mas mataas na kita sa mga ito.

Ayon naman kay Yhebron J. Lagud, ang eksperimento ay hakbang patungo sa mas modernong pamamaraan ng pagsasaka na makikinabang hindi lamang ang mga magsasaka ng saging, kundi ang buong sektor ng agrikultura sa Pilipinas.

Sa pangakong magbibigay ng mas maraming ani at mas mababang gastos, ang pag-aaral na ito ay hindi lamang makikinabang ang mga magsasaka kundi makatutulong din sa pagpapabuti ng kabuhayan ng mga tao sa mga komunidad.

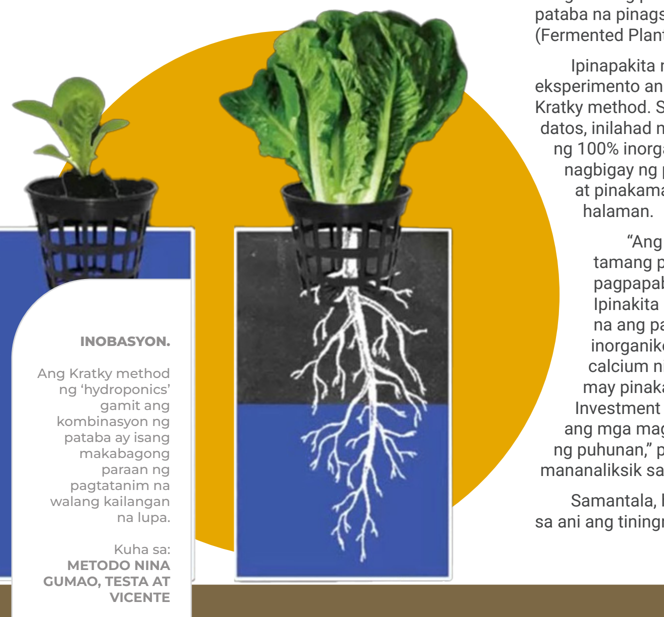
Mithiin ng inobasyon ito na magkaroon ang mga magsasaka ng mas mataas na kapasidad na magtanim at mag-ani sa mas maliit na halaga, na tuluyang magpapalakas sa kanilang kabuhayan at sa ekonomiya ng probinsiya ng Zamboanga del Norte.

Problema sa paglago, naLETTUCE

Paggamit ng pamamaraang Kratky sa sistemang 'Hydroponic' lapat ang mga klase ng pataba, napatunayang epektibo

Justinne May Laquio

Isang tanyag na gulay na madalas ginagamit sa iba't ibang putahe ng mga Pilipino ang lettuce (Lactuca sativa) o letsugas. Ang kakayahan ng letsugas na magbigay ng mataas na ani at mababang gastos sa produksyon ay nagiging sanhi ng patuloy ng paglago ng industriya nito sa ating bansa. Nagsagawa ng pananaliksik ang mga mag-aaral ng JRMSU sa paggamit ng sistemang 'hydroponic' partikular ang Kratky method sa pagtanim ng letsugas, na nilalapatan ng iba't ibang kombinasyon ng pataba, at ito ay nasuring isang hakbang patungo sa mas sustinableng pagsasaka ng letsugas.



INOBASYON. Ang Kratky method ng 'hydroponics' gamit ang kombinasyon ng pataba ay isang makabagong paraan ng pagtatanim na walang kailangan na lupa.

Kuha sa: **METODO NINA GUMAO, TESTA AT VICENTE**

Ayon kay Froiland S. Gumao, isa sa mga pangunahing batang mananaliksik nito, kasama sina Julius G. Testa at Wennie Jr. B. Vicente, ang Kratky method ng hydroponics ay isang makabagong paraan ng pagtatanim na walang kailangan na lupa.

Ani Gumao, binibigyan nito ng pagkakataon ang mga magsasaka, lalo na sa mga urban na lugar, upang magtanim ng lettuce at iba pang gulay nang hindi nakadepende sa tradisyunal na paraan ng pagsasaka.

Sa kanilang eksperimento, tinukoy nila kung paano nakakaapekto ang iba't ibang kombinasyon ng pataba sa paglago ng lettuce, tulad ng paggamit ng 100% inorganikong pataba, 50% inorganikong pataba na pinagsama sa bone meal, FPJ (Fermented Plant Juice), at vermitea.

Ipinapakita ng resulta ng eksperimento ang potensyal ng Kratky method. Sa mga nalikom na datos, inilahad na ang paggamit ng 100% inorganikong pataba ay nagbigay ng pinakamataas na ani at pinakamalaking taas ng mga halaman.

"Ang pagkakaroon ng tamang pataba ay isang susi sa pagpapabuti ng ani ng lettuce. Ipinakita ng aming eksperimento na ang paggamit ng 100% inorganikong pataba, tulad ng calcium nitrate at grow more, ay may pinakamataas na Return on Investment (ROI), na makikinabang ang mga magsasaka sa bawat patak ng puhunan," pahayag ni Testa, isa ring mananaliksik sa proyekto.

Samantala, hindi lamang ang epekto sa ani ang tiningnan sa pag-aaral na ito. Inisa-isa rin nila ang mga aspeto ng ekonomikong epekto ng hydroponic system.

Sa pamamagitan ng mga kombinasyon ng pataba, partikular na ang paggamit ng bone meal, nakamit nila ang mga favorable na ROI, na tumutulong sa mga magsasaka na makabawi ng mas mabilis sa kanilang kapital.

Ayon ni Wennie Vicente, mabisang solusyon ang Kratky method sa mga magsasakang nagnanais magkaroon ng mas mataas na ani sa mas mababang gastos."

Malaki ang epekto ng pag-aaral nina Gumao, Testa at Vicenta sa mga magsasaka dahil ito'y solusyon sa mga hamon ng tradisyunal na pagsasaka tulad ng mataas na gastos at hindi tiyak na ani.

Napatunayan na ang paggamit ng sistemang tubig lang ang ginagamit sa pagtatanim ng letsugas, kasama ang tamang kumbinasyon ng pataba, ay maaasahang alternatibo sa mga magsasakang nais makapag-ani ng mas maraming letsugas sa isang maliit na espasyo.

"Sa mga ganitong uri ng teknolohiya, matutulungan namin ang mga magsasaka na mas mapabuti ang kanilang kabuhayan, lalo na sa mga lugar na limitado ang lupain," sabi ni Gumao.

Sa panahong hitik ng impormasyon, ang makabagong teknolohiya ang tulay sa mas maunlad na agrikultura. Ang pananaliksik ng tatlong mag-aaral ay nagpapakita ng potensyal ng pagsusuri na makapagdulot ng positibong pagbabago sa sektor ng agrikultura sa Pilipinas, na makikinabangan ng mga magsasaka, tungo sa pagpapaunlad sa kanilang buhay at kabuhayan.

ANG BAGONG PANANAW
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY - HIGH SCHOOL

ALERTO

CHICKEN POXsain

Pagtugon sa alarma at pag-iwas ng bulutong sa buong seksyon at guro ng JRMSU

Seth Ashley Malazarte

Isang hamon ang hinarap ng JRMSU High School Laboratory nang nag-ulat ng mga kaso ng bulutong (chickenpox) sa mga mag-aaral ng Grade 7. Mabilis na tumugon ang pamunuan sa pamamagitan ng pagpapalakas ng mga hakbang pangkaligtasan upang maiwasan ang karagdagang pagkalat nito.

Naiulat ang unang kaso ng bulutong sa ikalawang linggo ng Oktubre 2024 nang isang mag-aaral ang nakaranas ng mga sintomas at natukoy na may chickenpox.

Sa payo ng doktor, humuling ang magulang ng bata ng isang linggong pahinga upang magpagaling.

Upang maiwasan ang pagkalat ng bulutong, pinalawig ng Grade 7 Adviser Pamela Bation ang pahinga ng mag-aaral ng dalawang linggo, at bumalik sila sa paaralan sa Oktubre 28, 2024, dala ang isang medical certificate.

Kaalaman sa chickenpox

Ayon sa Department of Health (DOH), ang bulutong o chickenpox ay isang nakakahawang impeksiyon na sanhi ng varicella-zoster virus. Karaniwang may mga pantal na kulay pula na may maliliit na blisters (bula) sa katawan, at kadalasang may kasamang lagnat at pangangati, ang mga makararanas nito.

Dagdag pa ng DOH, madali itong kumalat mula sa isang tao papunta sa iba, kaya't mahalagang mag-ingat.

Alarma sa virus

Iniulat ni Bation noong Oktubre 30, 2024, sa kasagsagan ng Mental Health Break ng Unibersidad, na nakaalarma na ang kaso ng bulutong. Ito ay umabot na sa 15 sa 47 na mag-aaral Grade 7. May guro ring nahawaan ng bulutong.

"Naramdaman ko ang hindi pagkabuti noong nakaraang linggo, at doon ko nakita ang mga pantal. Kinailangan kong manatili sa bahay upang magpagaling at mapanatili ang kaligtasan ng iba," saad ni Rod Araola, isang guro sa Ingles.

Ipinaliwanag ni Miraluna Omaquin, nurse ng JRMSU, na mabilis kumalat ang bulutong, lalo na sa mga lugar tulad ng paaralan kung saan magkalapit ang mga tao.

Ayon kay JRMSU High Program Chair Kathryn Rose Archuleta, "nag-aalala ang lahat ng Grade 7 sa pagkalat ng virus, na nagdulot ng takot hindi lamang sa mga magulang kundi pati na rin sa pamunuan."

Tugon ng paaralan

Bilang tugon, ipinatupad ng paaralan ang 'home-based flexible learning setup' mula Nobyembre 4-8, 2024, upang magbigay-daan sa disinfection ng mga pasilidad ng mga klasrum ng Unibersidad at magbigay ng oras para sa mga mag-aaral na magpagaling

Sa Nobyembre 9, 2024, isang karagdagang round ng disinfection ang isinagawa ng opisina ng University Disaster and Risk Reducation Management System (UDRRMS) upang higit pang pigilan ang pagkalat ng virus.

Hagbang sa pag-iwas at pagkatuto

Nagpatupad ang JRMSU ng karagdagang mga hakbang pangkaligtasan upang tuluyang mapigilan ang pagkalat ng virus. Kaagapay ang klinika ng Unibersidad at UDDRMS, masusing binabantayan ang mga mag-aaral at guro, hindi lang ang grade 7. Pinaigtin din ang disinfection ng mga pasilidad. Tuloy pa rin ang pagbibigay ng 'flexible learning options' sa mga apektado upang matiyak ang tuloy na pagkatuto kahit may bulutong.

Sa kasalukuyan, ganap nang gumaling ang lahat ng apektadong mag-aaral at sila'y nakabalik na sa klase dala ang 'medical certificate' bilang patunay ng kanilang paggaling.

Mahalaga ang sama-samang aksiyon sa pagpangalaga ng kalusugan. Sa pamamagitan ng tamang hakbang pangkaligtasan, mapo-protektahan ang lahat ng kahit anong virus.

DE NUMERO

15/47

Proporsiyon ng mag-aaral Grade 7 ng JRMSU High na nahawaan ng bulutong (chickenpox)

> "Mahalaga ang sama-samang aksiyon sa pagpangalaga ng kalusugan. Sa pamamagitan ng tamang hakbang pangkaligtasan, mapo-protektahan ang lahat ng kahit anong virus.

KILATIS

KALINGA o BANTA

Seth Ashley Malazarte

> Mahilig sa mga hayop ang karamihan sa guro't mag-aaral sa Unibersidad, ngunit may mga panganib din itong dulot sa komunidad.

Sa mga pasilyo ng Jose Rizal Memorial State University (JRMSU) sa Zamboanga del Norte, hindi lamang mga mag-aaral, guro't empleyado ang naglalakad, kundi pati na rin ang mga pusa at aso. Bagamat ang mga paaralan ay itinayo para maging ligtas na lugar para matuto, may nababahala dahil sa panganib na dala ng aso't pusa.

Karaniwang tanawin sa mga paaralan sa buong bansa ang aso't pusa, at hindi na ito bago sa JRMSU. Naging kaakit-akit sila ng maraming guro at mag-aaral gaya nina Gng. Janet Grace Sarzuelo at G. Mark Anthony Gito. Kadalasan, hindi agresibo ang mga hayop at naghahanap lang ng pagmamahal. Ngunit, hindi rin maikakaila na may mga panganib silang dala, sa kabila ng kanilang inosenteng hitsura.

Maraming isaalang-alang kapag may aso't pusa sa Pamantasan. Mula sa allergic reactions, impeksyon mula sa kuto, at posibilidad ng pagkakasugat mula sa mga kagat o kalmot, maraming pang mga panganib na maaaring magdulot ng seryosong sakit tulad ng rabies, tetanus, at iba pang mga impeksyon mula sa hayop. Kapag hindi maagapan, maaaring magdulot ng paralisis at kamatayan.

Gayunpaman, may mga bakuna na pwedeng makapagbigay proteksyon laban dito. Kung ikaw o ang isang tao ay nakagat ng ligaw na hayop, agad na magpunta sa doktor upang magpabakuna at maiwasan ang malubhang epekto.

Ngunit, sabi nga nila: "prevention is better than cure." Kung hindi mag-iingat, maaaring magdulot ang aso't pusa ng seryosong panganib sa paaralan. Subalit hindi ito nangangahulugan na dapat silang parusahan. Maaaring magsagawa ng programa ang JRMSU upang tamasahin ang presensya at pangangalaga ng aso at pusa nang ligtas at kontrolin ang kanilang populasyon, dahil mabili ang pagdali nila. Ang mga programang ay magdudulot ng malaking pagbabago sa buhay ng mga ligaw na aso't pusa at makatulong pagkontrol ng kanilang populasyon.

May solusyon ang bawat problem, ngunit kailangan ang pagtutulungan ng laan upang masiguro ang kaligtasan hindi lamang ng tao, kundi pati na mga hayop na nagbibigay ng saya sa paaralan. Sa wastong pangangalaga at mga hakbang, magiging ligtas at masaya ang parehong tao, pusa at aso.

DE NUMERO

1M

Ina-allocate ng Probinsiya ng Zamboanga del Norte Governor Roberto Uy para sa pagbili ng anti-rabies vaccines na gagamitin sa Rabies immunization drive.

71%

Iniulat na 71% ng mga kaso ng rabies ay nagmula sa kagat ng aso, habang ang natitirang porsyento ay mula sa pusa. Karamihan sa mga kasong ito ay nagresulta sa kamatayan.

Sanggunian: Lockton Philippines

BANTAY

Nena Charisse Estores

COVID 'MULI'

Huwag magpadala sa mali

Kamakailan, may mga ulat na nag-viral sa 'Facebook' na may bagong outbreak na katulad ng COVID-19. Maraming mga JRMSUan at Dapitanon ang nag-'like' at 'share' nito. Ngunit, pinasinungalingan ito ng Department of Health (DOH), na nagsabing walang kumpirmasyon mula sa World Health Organization (WHO) ang ulat.

Sa panahon ng 'digital information', mabilis kumalat ang balita kahit hindi naman totoo. At bilang mga kabataan na gumagamit ng social media, mahalaga na maging mapanuri sa mga nababasa o nababalitaan online.

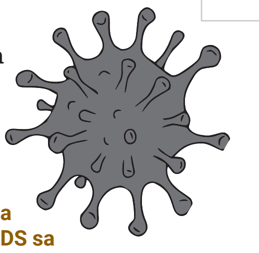
Bago e-share ang post o magbalita, ugaliin ang pagsusuri at paghanap ng katotohanan. Alamin kung saan ba galing ang impormasyon at kung mapagkakatiwalaan ba ang 'source' nito. Tandaan na ang maling balita ay maaaring magdulot ng takot, kalituhan, at mas malalang sitwasyon. Lalo na't ito ay seryosong isyung pangkalusugan.

Mahalagang bahagi ng pagiging responsableng mamamayan ang pagpapakalat ng tamang impormasyon at pag-iwas sa fake news. Kung may mga balitang tulad ng bagong outbreak, magsaliksik muna, magtanong sa mga mapagkakatiwalaang awtoridad tulad ng DOH, at huwag basta mag-'share' nang walang beripikasyon.

Ayon pa kay Francis Bacon, "knowledge is power", ang kaalaman ay kapangyarihan; ngunit ang tamang kaalaman, disiplina, at tamang pagkilos ang siyang tunay na susi sa isang ligtas, maayos, at malusog na komunidad.

HIVOLUSYON

Takot ay tigilan, itaguyod ang kaalaman



Justinne May Laquio

Nakababahala ang patuloy na pagtaas ng kaso ng HIV/AIDS sa Zamboanga del Norte na pumalo na sa 385, at naitala ang apas na kaso kada buwan ayon sa datos sa Department of Health (DOH) sa taong 2024. Ang mas nakakatakot pa, karamihan sa mga kaso ay mga kabataan; pinakabata ang sanggol na nahawa mula sa magulang.

Sa kabila ng mga hakbang ng mga opisyal ng DOH, nananatili ang stigma na pumipigil sa mga tao upang magpakonsulta at magpagamot. Nagiging hadlang sa maagang pagsusuri at tamang paggamot ang takot na pandirihan kaya't lalong lumalala ang problema,

Dapat bigyang pansin ang pagsupil ng takot upang maiwasan ang paglaganap ng HIV at mabawasan ang mga namamatay. Malaki ang papel ng edukasyon pagdating sa pag-iwas sa HIV/AIDS. Bagamat may mga kritiko ng sex education, mahalaga pa rin itong ipatupad sa paaralan upang maipamahagi ang tamang impormasyon sa kabataan, kabilang na ang responsableng pagdedesisyon. Ang programa ng JRMSU na "Know and Protect" ay nakatutulong sa kampanyang ito.

Bukod dito, dapat gabayan rin ng magulang ang kanilang anak, lalo na't malaki ang impluwensiya ng teknolohiya sa kanilang pag-uugali. Susi rin ang pagtanggal ng stigma at maayos na serbisyong pangkalusugan upang mahikayat ang mga tao na magpagamot at mabuhay nang normal.

Dapat na mas paigtinging pa ang kampanya laban sa maling impormasyon, takot at kawalan ng tamang edukasyon. Ang rebolusyon kontra HIV/AIDS ay hindi lamang laban ng DOH, kundi ng lahat, dahil sa pagkakaisa at tamang kaalaman, magagawa nating sugpuin at kontrolin ang pagkalat ng sakit at magbigay ng pag-asa sa mga naapektohan rito.

ISPORTSLAYT

BATAS NI LAWRENCE

JRMSU Tiago naghari muli sa Mindanao football field; Lawrence Mendoza namayani sa semifinals

Mark Neil Obedencio

Kumamada ng gol si JRMSU Tiago team captain Frank Lawrence Mendoza sa pangalawang half ng MASTS Football Semifinals na nagpatabla ng puntos kontra Davao Oriental State University (DOrSU) [1:1] at tudlain ito sa penalty kick (5-4) upang masilat ang Semifinals panalo at tuluyang bawiin ang korona laban sa 'defending champion' Zamboanga Peninsula Polytechnic State University (ZPPSU) sa 2024 MASTS Football Championships na ginanap sa Lunsod Pagadian, Nobyembre 29.

Hindi naging madali ang laban para sa JRMSU Tiago, lalo pa't ang ZPPSU ang nakatalo sa kanila noong 2023.

Sa first half, sumipa ng gol ang kapwa JRMSU High alumnus na si Rulph Runuel Colot sa ika-29 minuto ng laro.

Nagbigay ng sigla sa Tiago ang gol ni Colot kaya't sa second half, humataw si forward right Edzel Siatol ng decisive goal, na nagpasigurado ginto ng Tiago kontra ZPPSU, 2-0.

Espesyal na tagumpay

Ayon kay team captain at midfielder Lawrence Mendoza, naging espesyal ang kanilang tagumpay dahil sa matinding pressure na dala ng kanilang pagkatalo sa ZPPSU noong 2023.

"Dili mi sure nga makadaog mi kay kusog sad among opponent, pero sa amoa mindset, kaya kaayo sila namo pildihon. Aware nami daan sa ila playing style maong diskarte ug teamwork ang amoa edge."

Inihayag ni Lawrence na matapos ang kanilang pagkatalo sa 2023, talagang nagnanais ang lahat na muling makuha ang kampeonato.

"Amo nga patunayan nga ang among pagkapilde sa 2023 kay dako gyud kaayo nga sayop namo, (Nais naming patunayan na ang aming pagkatalo noong 2023 ay isang malaking pagkakamali namin)", wika ni Lawrence.

Takot sa DOrSU

Aminado si Lawrence na muntik silang hindi makapasok sa finals sa MASTS 2024 Futbol nang nakatunggali nila ang DOrSU.

"Challenging kaayo ang semifinals. Laliman ka: naka-iskor ug una ang DORSU, maong na-pressure kaayo me," pahayag ni Lawrence.

Subalit, ang tibay ni Mendoza, kasama ang suporta ng kanyang mga kasamahan, ay nagpantay ng iskor sa ikalawang kalahati, 1-1, at tuluyang makuha ang panalo penalty shootout, 5-4, sa tulong nina Japeth John E. Dumat-ol, holding midfielder Christian Sanchez, forward right Siatol, at attacking midfielder Carlo Lapas.

"Wala mi ga-expect na makadaug. Maayo kaayo ang players sa DORSU, labi na sa pagpasa sa bola." (Hindi kami nag-expect na manalo. Ang galing ng mga manlalaro ng DORSU, lalo na sa pagpapasa ng bola)," ayon sa kanilang pahayag.

Susi ng tagumpay

Ayon kay Coach Antonio 'Bor' Buca, ang tagumpay na ito ay hindi lamang bunga ng talento, kundi ng mahabang panahon ng paghahanda.

Ibinunyag ni Coach Buca na nag-eensayo na ang Tiago mula pa noong Hulyo, nagsimula nang mag-ensayo.

"Halos walang pahinga mula weekdays hanggang holidays at Sabado," siwalat ni Coach.

"Hago kaayo mi kay bisan holiday ga-praktis me. Apil vacation, gamay ra among time, pero 'worth it' tanan kay nakadaog mi," dagdag pa ni Mendoza.

Ang muling paghari ng JRMSU Tiago ay isang patunay na ang masusing paghahanda, diskarte, at teamwork ang susi sa tagumpay.

> "Hago kaayo mi kay bisan holiday ga-praktis me. Apil vacation, gamay ra among time, pero 'worth it' tanan kay nakadaog mi.

DE NUMERO

5-4

Naitalang iskor sa penalty shootout sa semifinals. Panalo ang JRMSU Tiago kontra DOrSU.

KRUSYAL NA GOL
Sumipa ng matagumpay na gol ang Tiago Team captain Frank Lawrence Mendoza sa Second Half ng bakbakan kontra DOrSU, 1-1, na nagdala sa JRMSU sa isang kapana-panabik na penalty shootout sa semifinals, at makatuntong sa Finals kontra defending champion na ZPPSU.

Kuha ni: JRMSU TFC

RUDASdas sa regionals

Rudas umani ng pilak sa Lawn Tennis, pasok sa ZPRAA

Nena Charisse Estores

DEDIKADO.
Isang matagumpay na forehand ang pinakawalan ni Mae Jane Rudas upang mamayagpag sa Lawn Tennis sa Divion Meet at mauwi ang tiket para sa Regional Meet.

Kuha ni: JUSTINNE MAY LAQUIO

Determinasyon, inspirasyon, at dedikasyon sandigan ni Mae Jane Rudas upang masungkit ang pilak Lawn Tennis match sa Division Meet na ginanap noong Disyembre 5, 2024, sa DAMPA, Lunsod Dapitan.

Para kay Mae Jane, 17, at Grade 12 ng JRMSU, hindi mahirap makamtan ang medalya kapag ang atleta ay walang sawang pagsusumikap,

Sa murang edad na 7, ipinakita ni Mae Jane ang mga palatandaan ng hindi pa ganap na potensyal sa isport na ipinakilala sa kanya ng kanyang ama na isa ring manlalaro ng lawn tennis.

Habang lumalaki, nakasanayan na ng batang atleta ang hawakan ang tennis racket nang may tumpak na kontrol, na para bang bahagi na ng kanyang katawan.

Sa tulong ng buong suporta ng kanyang mga magulang, hindi hinayaan ni Mae Jane na hadlangan ng kanyang edad ang kanyang pagmamahal sa lawn tennis at patuloy na nagsanay nang masigasig.

Sa harapan ng kanyang kalaban na si Eloisa Maria Laputan mula sa DCNHS, masaya niyang nakuha ang pilak.

"Gibuhat ra nako tanan akong best," ani Mae Jane sa isa sa interbyu ng ABP. "Happy gihapon, deserve man pud sa naka gold to kay palaro player man siya," dagdag pa ni Mae Jane na may ngiti sa kanyang mukha.

Hindi man niya nakuha ang gintong medalya, patuloy si Mae Jane sa pag-eensayo para sa panrehiyonal na kompetisyon. Bitbit ang mga karanasang nakuha at pagsisikap sa kanyang larang, tiwala si Mae Jane na balang araw, makakamit rin niya ang gintong medalyang inaasam-asam.

SISID GINTO

SAGWAN NG TAGUMPAY.
Sumisid ng anim na medalya si Jamelah Jamolod sa katatapos na 2024 Division Meet.

Kuha ni: JUSTINNE LAQUIO

Hamoy, Jamolod humakot ng 9 medalya sa Division Meet, naghahanda para regionals

Shajarah Napigkit

Sumisid ng siyam na ginto ang mga babaeng manlalangoy ng JRMSU High sa 2024 Dapitan City Athletic Association (DACAA) Meet, Disyembre 4-6.

Humakot ng apat na ginto at dalawang pilak si Grade 10 Jamelah Jamolod, samantala 2 ginto at isang pilak naman ang inuwi ni Hitomi Hamoy, Grade 7.

Gintong tagumpay ang naipamalas ni Jamolod sa Medley Relay, Freestyle Relay, 50m Butterfly, 200m Freestyle, at Individual Medley at medalyang pilak naman sa 100m Backstroke at 50m Freestyle.

Tinangay naman ni Hitomi ang gintong sa Medley Relay at Freestyle Relay; ngunit pilak naman ang kanyang nasagwan sa 50m Butterfly at dalawang tanso naman sa 50m Freestyle at 100m Freestyle.

Aarangkada na sa regional meet sa naturang kompetisyon sina Jamolod at Hamoy na bitbit ang matinding paghahanda at dedikasyon.

"What really pushed me was knowing this might be my last regionals," bulalas ni Jamolod.

GINTO SA PALO

Taekwondo team wagi sa poomsae, lusot sa regionals; Sambilad, Maghinay pusposan ang pagsasanay

Mark Neil Obedencio

Ginto ang nauwi ng koponan sa taekwondo ng JRMSU sa Division Meet na ginanap sa Dapitan City National High School, Disyembre 6.

Nanguna sina Victoria Rizz Maghinay at Lyka Jea Sambilad, parehong nasa Grade 12 ng JRMSU sa pandibisyong tagisan sa Taekwondo-Poomsae.

"Sa kabila ng mga hamon sa paghahanda, hindi ako nagpadaig at nanatiling matatag hanggang sa maabot ang gintong medalya," sabi ni Victoria sa Cebuano (Bisaya).

Inihayag ni Maghinay na ang tagumpay ay hindi lamang tungkol sa pagkapanalo kundi motibasyon niya upang patuloy na paunlarin ang kanyang kaalaman at karanasan sa Poomsae.

Gaya ni Victoria, pinaunlad rin ni Lyka ang kakayahan sa kabila ng pagsabay ng academics at training.

"BIsan ug kapoy na, training gihapon kay ganahan manko mudaog," wika ni Lyka.

Pusposan na ang pagsasanay ng dalawa sa nalalapit na ZPRAA Regional Meet na gaganapin sa Zamboanga City.

GINTO.
Nagningning sina Victoria Rizz Maghinay (KALIWA) at Lyka Jea Sambilad (KANAN) ng JRMSU Taekwondo Team matapos magwagi sa Taekwondo Secondary Women -- Poomsae..

Kuha ni: JUSTINNE LAQUIO

ANG BAGONG PANANAW
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY - HIGH SCHOOL

EDAD KA LANG

Hayskul inungusan ang kolehiyo sa Talidhay run

Vince Bernardo

Pumapaibabaw ang bilis at at 'endurance' ng mga JRMSU Hayskul 'runners' matapos ungusan nila ang mga mag-aaral sa kolehiyo sa Unibersidad sa ginanap na Talidhay Run noong Oktubre 22, 2024.

Mula sa unang tunog ng pito hanggang sa pag-alpas sa finish line, nanguna ang mga haskul sa pangunguna ni Santiago Zidanne T. Oga, 15.

Kasalukuyang kampeon si Oga sa pandibisyong palakasan kung saan nauwi niya ang ginto sa 1500-m run at sa 4x400 -m relay, at pilak sa 3000-m run.

"Makahadlok man kay matured naman sila peru naningkamot rapud me ug amo gi-enjoy ang dula (Nakatatakot dahil 'matured na sila', pero nagsusumikap kami at nag-enjoy sa palakasan)," wika ni Oga.

Pinatunayan ng hayskul na sa kabila ng agwat sa edad at karanasan, nagningning ang kakayahan at kahusayan na nagpapatunay na hindi hadlang ang pagiging bata sa pagkamit ng tagumpay.

DE NUMERO

16

Medalyang nakuha ng JuniorHives sa 12th ISF Sports intrams

Mula sa P20

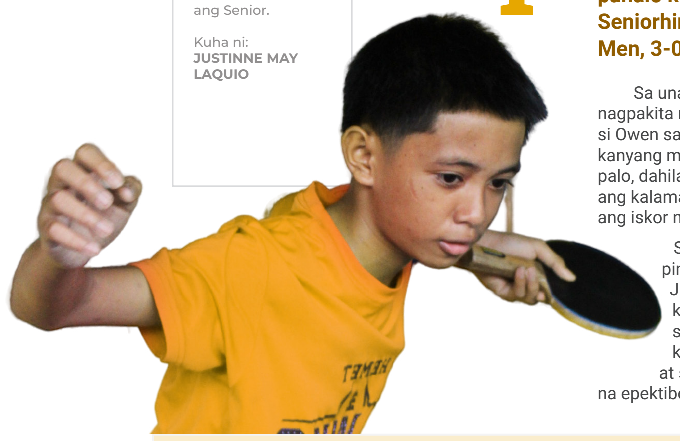
Edwil sumipa ng ginto sa Kyorugi, pasok sa regionals

Hindi naging madali ang proseso upang makamit ang tagumpay sa loob ng kompetisyon para kay Edwil. Sa kabila ng lahat ng hamon, nanatiling matatag at determinado si Edwil. Nagbunga ng gintong medalya ang kanyang pagsusumikap at sakripisyo.

Para kay Edwil, ang tagumpay ay hindi lamang tungkol sa pagkapanalo, kundi isang inspirasyon upang magpatuloy sa pagpapabuti ng kanyang sarili, lalo na sa Kyorugi.

Sa kabila ng pagiging abala sa kanyang academics at pagsasanay, hindi nagpaapekto si Edwil at patuloy na nakatuon sa kanyang layunin na makuha ang ginto sa nalalapit na regional meet na gaganapin sa Siocon sa Marso 2025.

TUTOK



KAMPEON. Isang malakas na drivespin ang pinalasap ni Grade 7 Owen Brett Hoyohoy kay Gil Dangcalan upang magwagi sa table tennis at talunin ang Senior.

Kuha ni: JUSTINNE MAY LAQUIO

Owen-NA-WIN

Seniorhinos pinahiya ng Grade 7 Junior Hive sa pingpong

Shajarah Napigkit

Pinahanga ni Grade 7 Brett Owen Hoyohoy ng Junior Hives ang lahat matapos niyang masungkit ang panalo kontra Grade 12 Gil Manuel Dangcalan ng Seniorhinos sa ginanap na 12th ISF-Table Tennis Men, 3-0, noong Oktubre 27 sa JRMSU Room 3.

Sa unang set pa lamang, nagpakita na agad ng pwersa si Owen sa pamamagitan ng kanyang malalakas at eksaktong palo, dahilan upang maagaw ang kalamangan at maselyuhan ang iskor na 11-7.

Sa ikalawang set, pinatunayan ng Junior Hives ang kanilang kahusayan sa pamamagitan ng kakaibang taktika at solidong depensa na epektibong pumigil sa nagbabagang palo ng Seniorhinos, na nagtapos sa iskor na 11-6.

Lalo pang naging mainit ang laban sa ikatlong set nang mag-ingay ang mga taga-suporta ng bawat koponan, iwagayway ang kanilang team pompoms, at bigyang lakas ang kanilang mga kinatawan.

Ngunit tila hindi natinag si Owen, na nagpakawala ng malakas na hampas na hindi naidepensa ng Seniorhinos.

Sa huli, nagtapos ang set sa 11-9 pabor kay Hoyohoy, dahilan upang tuluyang makuha ng Junior Hives ang gintong medalya.

"Kulba kaayo ko ug dako ang pressure, kay kabalo ko nga nagrepresentar ko sa among team. Gusto gyud pod nako nga makadaug ug mag-uli og gold medal," ani Hoyohoy.

Ayon pa sa kanya, nahirapan siya sa laban dahil sa mga pagbabagong ginawa niya sa kanyang pagsasanay.

Ngunit sa kabila ng hamon, nagawa niyang makapag-adjust at magtagumpay.

Ang 'win' ni Owen ay patunay na hindi ang edad ang makapanalo kundi dedikasyon at disiplina sa larangan.

TAMPOK

BAWI 'NO MORE'

Seniors pinayuko ng Juniors sa intrams, aminadong 'di na makakabawi

Mark Neil P. Obedencio

Pinatunayan ng JuniorHives na ang edad at tangkad ay hindi hadlang sa tagumpay matapos nilang pataubin ang mas matatanda at mataas na SenioRhinos sa 12th ISF Sports intramural na ginanap sa JRMSU grounds noong Oktubre 24-27, 2024.

Namayagpag ang JuniorHives sa table tennis, badminton (men's at women's categories), lawn tennis (men's), chess (women's), at Call of Duty (women's).

Husay ng Junior High

Sa chess boards, tahimik ngunit tensyonado ang bawat laban, kung saan nangibabaw ang JHS women's team at nag-uwi ng tagumpay.

Sa lawn tennis courts naman, tila lumilipad ang raketa ng JHS men's team habang ipinapakita nila ang kanilang kahusayan.

Naging susi ng kanilang gintong tagumpay ang liksi at bilis ng mga JuniorHives sa badminton at table tennis sa parehong men's at women's categories.

Sa larangan ng e-sports, umingay ang virtual battlefield. Nagwagi ang JuniorHives sa Call of Duty (COD) female category, habang ang SHS naman ang nagtala ng panalo sa COD male category.

Walang malaking nakapupuwing

Ipinakita ng JuniorHives na maliit ang nakapupuwing nang pinahiya ng Juniors ang Seniors sa ball games.

Sa table tennis, pinangunahan nina Grade 7 Brett Owen Hoyoho (flat 5") , Mark Ivan Jumawan, at Niño Antillon ang kampanya ng JuniorHives.

Binansagang "Serbisyo Bilis Bullet (SBB)" players, pinatunayang ang kanilang disiplina at determinasyon ang nagbunga ng tagumpay.

"Kulba ang game, pero naningkamot ko nga makadula ug tarong kay bisag gamay ko nga bata, kaya ug kayahon nako para sa amoang department," ani Owen.

Pag-amin ng Seniors

Bagamat dismayado sa pagkatalo, inamin ng SenioRhinos na ang pagiging agresibo, matiyaga, at determinado ng JuniorHives ang nagdala sa kanila sa tagumpay.

"Ang daog wala ga base sa kung asa ka naabot o gaano ka katagal naglalaro, kundi sa kung gaano ka kagaling at kadeterminado bilang atleta," sabi ni Laurece Galanido, isang pingpong atleta ng Seniorhinos.

Hindi na makababawi

Sa kabila ng kanilang pagkilala, inamin ng SenioRhinos na hindi na nila mababawi ang pagkatalo dahil sila na ang 'last batch' ng Senior High School sa JRMSU, dahil hindi na ito nag-offer ng Grade 11.

"Nakalulungkot dahil ito na ang huling pagkakataon ng SHS na makipaglaban sa intrams. Mas nakakalungkot dahil pinayuko kami ng mas bata sa amin," sambit ni Laurence.

Higit sa laban

Patunay ang tagumpay ng JuniorHives na hindi ang edad o tangkad ang sukatan ng kakayahan, kundi ang disiplina, determinasyon, at dedikasyon sa laro.

Natapos ang intrams na puno ng leksiyon at inspirasyon, hindi lamang sa mga Senior High, kundi pati na rin sa mga atletang Junior High na nangangarap ng tagumpay sa larangan ng palakasan.

EDAD KA LANG. Isa si Dirk Gian Ogao-ogao, arnisador ng Junior High na nagpapatunay na hindi edad at tangkad ang susi ng tagumpay kundi dedikasyon, tiwala sa sarili and disiplina.

Kuha ni: JUSTINNE MAY LAQUIO

JUMAWAN, PALABAN

Mark Ivan nasilat ang tanso sa pingpong; gol ang pambansang palaro

Vince Bernardo

> Paghihirap, pag-oobserba sa kontra, paggamit ng mga pamamaraan at ang wastong pagpapatupad lamang ang susi sa tagumpay.

Nauwi ni Grade 10 Mark Ivan Jumawan ang tanso matapos ang matinding sagupaan sa Dapitan City Athletic Associate Meet noong Disyembre 6.

Ayon kay Mark Ivan ang kanyang pagmahal sa table tennis at determinasyon na manalo ang dahilan ng kanyang pagkapanalo.

"Paningkamot lang. Basa sa dula sa kontra, apply technique ug proper execution," sabi ni Jumawan.

Aminado si Jumawan na hindi naging madali ang laro; ngunit, nakahabol siya upang talunin ang kalaban at iuwi sa JRMSU ang tanso.

Gamit ang kaniyang mga natutunan galing sa kaniyang coach ay nahanap ni Mark Ivan ang kahinaan ng kaniyang kalaban.

Inihayag din ni Jumawan na ang kaniyang mga motibasyon sa kada laro ay ang mga manonood, suporta galing sa kaniyang pamilya, mga kamag-aral niya at ang motibasyon na galing sa kaniyang coach.

"Sila ang mga taong likod sa aking tagumpay," wika ni Mark Ivan gamit ang wikang Bisaya.

Nang tinanong siya kung paano niya narating ang ganitong pagbubuti sa kaniyang paglalaro, inihayag ni Jumawan na paghihirap, pag-oobserba sa kontra, paggamit ng mga pamamaraan at ang wastong pagpapatupad lamang ang kaniyang susi sa tagumpay.

Isiniwalat rin niya na maraming pagsubok at hamon ang kanyang hinarap, ngunit hindi siya sumuko, dahil layon pa niyang makasali sa pambansang palaro.

Matatandaang pang-apat si Jumawan sa parehiyonal na tagisan sa table tennis na ginanap sa Lunsod Pagadian noong Abril 26, 2024.

PALABAN. Seryoso si Mark Ivan Jumawa na makakuha ng tiket sa palarong pambansan.

Kuha ni: STAR OMISOL

ISPORTS EDITORYAL

SIRANG DAAN SA TAGUMPAY

Hindi sirang oval ang makawawasak sa pangarap ng atletang puso at pawis ang patak.

Determinasyon, matinding paghahanda, at suporta ang susi ng tagumpay ng mga atleta ng JRMSU na umukit sa kasaysayan ng palakasan sa Mindanao matapos itinanghal na pangkalahatang kampeon sa 2024 Mindanao MASTS Games na ginanap sa Nobyembre 23-30, 2024.

Ginto ang nasilat sa 1500-meter run babae, 4x400-meter run relay babae, 2000 walkathon lalaki at 1500-meter run babae. Nakoronahan ding muli ang Tiago football koponan ng pamantasan na sumipa ng 12 ginto. Hindi rin nagpahuli ang mga atleta sa sepak takraw, beach volleyball, at marami pang indibidwal, pandalawahan, at pangkoponang isports na humakot ng ginto, kayat lalong napalakas ang posisyon ng JRMSU bilang kampeon.

Sa kabuuan, nauwi ng JRMSU ang nakamamanghang 153 medalya: 79 ginto, 26 pilak, at 48 tanso.

Subalit, sa gitna ng kagalakan ng JRMSU dahil sa tagumpay sa MASTS 2024, maraming atleta ang nakarinig ng komento mula sa mga manlalaro ng ibang paaralan na nagsasabing, "Diba maot mana sila'g oval, nganong daghan mana sila'g award? Sila pagyud ang Champion?"

Inihayag ng komentong ito ang pagtataka kung bakit nakapag-uwi ang JRMSU ng maraming medalya kahit wala ito maayos na pasilidad gaya ng wasak na 'oval.

Ang komentong ito ay nailathala rin sa Facebook na nagdulot ng maraming mga reaksiyon sa mga atleta at ibang Ilustrado. Pabirong sagot pa ng isang atleta sa Cebuano (Bisaya) na "nasira ang oval dahil sa walang humpay na pag-eensayo ng mga atletang may mabibigat at mabibilis na mga paa".

Totoo ang biro.

Sa katunayan, sa wasak na 'oval' ng JRMSU nag-eensayo ang mga atleta. Dito rin ginanap ang taunang Sports Fest pang-intramural at pang-'universitywide' na nilahukan ng limang kampus ng unibersidad --- Dapitan, Dipolog, Katipunan, Tampilisan, at Siocon.

Dito naganap ang malakabayong takbo ng kampeon na si Rexel Mae Empremiado, at ibang mga atleta sa track at field.

Ayon kay Dr. Ivo Matthew M. Siaton, Direktor ng Sports ng JRMSU, ang dedikasyon ng mga atleta at suporta ng pamunuan ang naging susi ng tagumpay. Sinambit rin ito ng mga atleta.

Hindi lamang medalya ang naiuwi ng JRMSU kundi inspirasyon para sa mga kapwa Ilustrado at mga atletang nakasaksi na magpursige at walang humpay na ipakita ang husay kahit pa ito ay napakahirap.

Bukod dito, ipinakita rin ng karangalang pangkalahatang kampeon na sa likod ng bawat tagumpay ay ang walang patid na pagkakaisa ng limang kampus ng JRMSU.

> Walang imposible sa isang pusong puno ng pangarap at atletang may suporta, dahil ang tagumpay ay hindi lamang tungkol sa pisikal na kahandaan, kundi pati na rin sa lakas ng loob at pananampalataya sa sariling kakayahan.

Sa kabila man ng kakulangan ng pasilidad gaya ng wasak na oval, hindi nawalan ng pag-asa ang mga Ilustrado na balang araw maayos at masolusyonan ito, bilang isang pangunahing hakbang na tiyak na magpapatibay pa sa posisyon ng JRMSU bilang kampeon sa Mindanao isports.

Ang tagumpay ng JRMSU ay nagsisilbing paalala na walang imposible sa isang pusong puno ng pangarap at atletang may suporta, dahil ang tagumpay ay hindi lamang tungkol sa pisikal na kahandaan, kundi pati na rin sa lakas ng loob at pananampalataya sa sariling kakayahan.

ISPORTANAW

Nena Charisse Estores

AraLARO

Pagtutok sa balanseng tagumpay

Tila dalawang magkaibang mundo ang isports at akademiks, ngunit pinatunayan ng atletang Ilustrado na ang pagsasanib ng dalawang ito ay nagdudulot ng mas malalim na tagumpay.

Mahalagang bahagi ang isport sa pag-unlad ng isang tao. Sa pamamagitan ito, natututo tayo ng disiplina at pagkakaisa, na hindi lamang nakakatulong paglalaro kundi pati na rin sa pang-araw-araw na buhay. Nagpapatibay rin ang isports sa ating kalusugan.

Hindi rin maikakaila na ang akademiks ay mahalaga. Nahuhubog ng akademiks ang kakayahan sa pag-iisip at paglinang ng kakayahan.

Sa kabila nito, umuugong sa JRMSU ang problemang ano ang dapat pagtuunan ng pansin --- isports o akademiks?

Sa akin problema kung maituturing na nagkakaroon ng kontradiksyon sa pagitan ng isports at akademiks. Kung binibigyang-tuon ang isa ay nababalewala naman ang isa. Alinman sa dalawan ang mas higit na nabibigyang-pansin ay paniguradong may napag-iiwanan. Sa ganitong sitwasyon, mainam lamang na magkaroon ng tamang pamamaraan sa pagsasaayos ng may dalawang priyoridad para sa ikauunlad sa aspektong mental at pisikal.

Susi ang tamang balanse. Halimbawa nito si Vanessa Lorein Sabejon, 'with honors' sa klase, kampeon sa pamamahayag at nagniningning din sa arnis 'full contact padded system'. Ipinakita ni Vanessa na sa kabila ng mga pagsubok ng sabay na pagsasanay at pag-aaral, magtatagumpay ka. Pinatunayan niya na kaya ng isang mag-aaral at atleta ang magtagumpay nang sabay.

Marapat na hindi gawing malaking isyu kung ano ang dapat unahin ---isports ba o akademiks. Ang isyu ay kundi kung paano binibigyan ng halaga ang dalawa. Sa tamang balanse, makakamtan ng mga mag-aaral ang tagumpay, at sila'y magiging handa sa anumang hamon na haharapin nila sa hinaharap.

ISPORTS ANALYSIS

Mark Neil P. Obedencio

Hamon ng Lunsod Dapitan sa palarong pampalakasan

Sa resulta ng 2024 Zamboanga Peninsula Regional Athletic Association (ZPRAA) Meet na ginanap sa Zamboanga, makikita ang Lunsod Dapitan sa hulihan ng talaan. Bagamat napalilibutan ng mas malalaki at mas kompetitibong koponan sa rehiyon, nananatiling matatag ang mga atleta ng Dapitan sa kanilang layuning magtagumpay sa larangan ng palakasan.

Base sa datos ng Department of Education Region IX, nakapagtala ang Lunsod Dapitan ng 30 medalya [1 ginto, 8 pilak, at 21 tanso] at nagtapos sa pinakahuling puwesto,

Bagamat tila nakapanghihina ang resultang ito para sa ilan, mahalagang kilalanin ang pagsisikap at dedikasyon ng mga atletang patuloy na kumakatawan sa kanilang lungsod nang may pagmamalaki at diwa ng pagiging palaban.

Kakulangan sa suporta at pasilidad

Isa sa mga pangunahing dahilan sa mahirap makipagsabayan ang Lunsod Dapitan sa panrehiyonal na palaro ay ang limitadong pondo at pasilidad.

Nagiging hadlang ang kakulangan ng mga makabagong kagamitan at suporta para sa atleta. Gayunpaman, sa kabila ng kakulangan, ang mga atleta ng Dapitan ay patuloy na nagpapakita ng pambihirang espiritu at determinasyon. Walang pagod silang nagsasanay, madalas gamit ang limitadong kagamitan, upang mahasa ang kanilang kakayahan. Ang kanilang dedikasyon sa kanilang isport at pagmamahal sa lungsod ay tunay na kahanga-hanga.

Suporta ng komunidad

Bukod sa pagsusumikap ng mga atleta, mahalaga rin ang papel ng mga lokal na organisasyon at komunidad sa paglinang ng talento ng mga kabataan sa lunsod.

Sa pamamagitan ng mga grassroots programs at inisyatiba, nagkakaroon ng pagkakataon ang mga kabataang atleta na ipagpatuloy ang kanilang hilig at makipagtagisan ng husay sa regional stage.

Hindi lamang medalya

Bagamat maaaring hindi palaging mauna ang Lunsod Dapitan sa regional meet, ang kwento ng mga atletang Dapitanon ang patunay na ang tagumpay ay hindi laging nasusukat sa dami ng medalya o tropeo. Naipamalas din ito sa kanilang determinasyon, lakas ng loob, at disiplina ng mga atletang nangangarap.

Habang papalapit ang 2025 ZPRAA Games, nakatuon ang Lunsod Dapitan sa kanilang mga atleta, puno ng pag-asa at pananabik.

Habang patuloy silang nagsasanay, nararapat na magkaisa ang komunidad upang ipakita ang suporta at pagkilala sa mga atleta.

Sa ZPRAA 2025, higit pa sa medalya ang mahalaga. Ito ay ang paglago at pagtuklas sa sariling kakayahan. Bagamat hindi tiyak ang resulta, malinaw ang isang bagay: gagawin ng mga atletang Dapitanon ang lahat ng kanilang makakaya upang makamit ang karangalan para sa sarili, pamilya, paaralan at lunsod. Dapitan.

> Ang tagumpay ay hindi laging nasusukat sa dami ng medalya o tropeo. Naipamalas din ito sa kanilang determinasyon, lakas ng loob, at disiplina ng mga atletang nangangarap.

DE NUMERO

30

Bilang ng medalya ng Lunsod Dapitan sa 2024 ZPRAA Regional Meet.

> Habang patuloy silang nagsasanay, nararapat na magkaisa ang komunidad upang ipakita ang suporta at pagkilala sa mga atleta.

Performans ng JRMSU sa Mindanao games

Rahima Jamil
Ginto sa 4x400 women relay

Kuha ni: TSC-DIP

Lynda Wenceslao
Ginto sa 4x400 m women relay
Pilak sa 4x400 m mixed relay

Kuha ni: TSC-DIP

Santiago Zidanne T. Oga
Ginto sa 1500-m run
Ginto sa 4x400 -m relay
Pilak sa 3000-m run

Kuha ni: Justinne May Laquio

angbagongpananaw
isports

OPISYAL NA PAHAYAGANG PANGKAMPUS NG
JOSE RIZAL MEMORIAL STATE UNIVERSITY
LABORATORY HIGH SCHOOL
DIBISYON NG DAPITAN - REGION IX

TOMO X BILANG 1 | AGOSTO 2024 - ENERO 2025

LAMANG PAHINA

Batas ni Lawrence
ISPORTS BALITA PAHINA 17

Seniors pinayuko ng Juniors sa intrams
ISPORTS LATHALAIN PAHINA 18

Sirang daan sa tagumpay
ISPORTS EDITORYAL PAHINA 19

DE NUMERO

79 26 48

153

Bilang ng medalya na inuwi ng JRMSU mula sa Mindanao games: 79 ginto, 26 pilak, 48 tanso

"Ang tagumpay na ito ay bunga ng buwan-buwang paghahanda, disiplina, at pagkakaisa ng mga atleta at coaches pati na ang suporta ng administrasyon.

PUSO PARA GINTO

GINTONG SIPA.

Malakas na sipa ang ipinamalas ni JRMSU spiker Ian Pularan sa kalaban upang pagtagumpayan ang korte sa Sepak Takraw.

Kuha ni:
TSC-DIP

JRMSU kampeon sa Mindanao Games; 175 atleta naghahanda sa national SCUAA

Vince Bernardo

Bunsod ng matinding paghahanda, suporta at pagkakaisa, nakopo ng Jose Rizal Memorial State University (JRMSU) ang makasaysayang titulo na pangkalahatang kampeon sa 2024 Mindanao MASTS Games na ginanap sa Pagadian City mula Nobyembre 23-30.

Makasaysayang tagumpay

Dinomina ng JRMSU ang mahigit 31 kolehiyo sa Mindanao matapos silatin ang kabuuang 153 medalya na binubuo ng 79 ginto, 26 pilak, at 48 tanso.

Sa kasaysayan ng Mindanao games, ito ang kauna-unahang pagkakataon na nadeklarang 'overall champion" ang pamantasan.

"Ang tagumpay na ito ay bunga ng buwan-buwang paghahanda, disiplina, at pagkakaisa ng mga atleta at coaches," wika ni Dr. Ivo Matthew Siaton, Direktor sa Sports ng JRMSU.

Inihayag rin ni Direktor Siaton na ang suporta ng administration lalong lalo na sa pinansyal, teknikal at moral na aspeto ay malaking kontribusyon para ang JRMSU ay manalo at makilala sa palakasan.

Pagpupugay sa husay

Namayagpag ang unibersidad sa karamihan ng mga sports tulad ng athletics, karatedo, lawn tennis, sepak takraw, volleyball, swimming, futsal, at football, na nagbigay-daan upang talunin ang mahigit 30 iba pang State Universities and Colleges (SUCs) mula sa anim na rehiyon ng Mindanao.

Nagbigay pugay si Direktor ng Kampus na si Dr. Patrick G. Galleto sa lahat ng atleta, opisyal, coaches, chaperons, at staff ng Unibersidad sa karangalang inuwi.

"Ang inyong pagsusumikap at dedikasyon ang naging susi ng tagumpay na ito. Patuloy kayong magpunyagi," sabi ni Dr. Galleto sa wikang Ingles.

Pinasalamatan din ni JRMSU President Dr. Maria Rio Naguit, ang koponan at inihayag ang kanyang paghangang walang kapantay.

"Ang iyong tagumpay ay patunay ng inyong husay na sumasalamin sa karakter ng ating bayaning si Jose Rizal na kung saan ipinangalan ang ating pamantasan," wika ng Presidente gamit ang mga salitang Ingles.

Paghahanda sa pambansang paligsahan

Dahil sa tagumpay na ito, 175 atleta mula sa JRMSU ang magiging kinatawan ng Rehiyon IX sa SCUAA National Games na gaganapin sa Mayo 2025.

Ayon kay Allysa Kyle Sumena, kampeon sa beach volleyball, "Handa na kaming harapin ang hamon sa pambansang paligsahan. Determinado kaming maiuwi ang gintong medalya para sa JRMSU."

Pinuri rin ng ibang atleta ang suporta ng unibersidad.

"Malaking tulong sa amin ang mga pagsasanay at suporta ng buong komunidad ng JRMSU. Hindi lamang ito tagumpay namin, kundi tagumpay ng buong JRMSU," ani Ehroll Yangco, gold medalist ng sepak takraw.

Ang tagumpay ng JRMSU sa Mindanao Games ay nagpapakita ng kahalagahan ng kahusayan, pagkakaisa, at dedikasyon.

BAYANI.
Naka-goal si Midfielder Frank Mendoza, JRMSU High alumna at team captain ng JRMSU Tiago sa pangalawang half sa Football Semifinals sa Mindanao Games kontra DORSU na humantong sa penalty shootout at tuluyang nakuha ang gintong medalya laban sa ZPPSU sa Finals.

Kuha ni:
JRMSU TIAGO FC

NABAWING DANGAL

SA WAKAS

JRMSU Tiago, naghari muli sa Mindanao football field

Nena Charrisse M. Estores

Nagdiwang ang JRMSU Tiago Football team nang nahablot nilang muli ang korona sa Mindanao Football event sa ginanap na 2024 MASTS games sa Pagadian City, Nobyembre 23-30.

Buong istorya sa P19

PANALO

SantiaGOLD

Oga naungusan ang kalaban sa 1500-m run; tiwala para regionals tumaas

Vincent Bernardo

Kampeon si Santiago Zidanne Oga matapos niyang naungusan ang mga atleta ng Ilaya, Baylimango, Potungan sa pandibisyong 1500-m runtrack event na ginanap sa JRMSU-Main Campus Oval.

Bitbit ang 11-buwan na karanasan, humakot si Santiago ng dalawang gintong medalya sa 1500-m run at 4×400 relay.

Nakakuha rin siya ng isang pilak sa mahigpit na laban sa 3000-mdistance.

"May tiwala ako sa sarili pagdating sa aking pangunahing event, ang 1500-m run. Bagamat ito ang unang pagkakataon kong tumakbo sa ganitong lebel ng kompetisyon, umaasa akong makakamit ko ang bagong personal best," pahayag ni Santiago.

Ani Santiago, tumaas pa ang kanyang tiwala na mahablot ang ginto sa nalalapit na regional meet (ZPRAA), dahil sa pusposan niyang pag-eensayo.

SIPA NG TAGUMPAY.

Hamon man ang pagbawas ng timbang, matagumpay na naipamalas ni Edwil Abila ang malakas na sipa opensa sa ginanap na Taekwondo Kyorugi.

Kuha ni:
JUSTINNE MAY LAQUIO

EDWILL TO WIN

Edwil sumipa ng ginto sa Kyorugi, pasok sa regionals

Mark Neil P. Obedencio

Sumipa ng ginto si Edwil Abila ng JRMSU sa ginanap na pandibisyong Taekwondo (Kyorugi) na isinagawa sa Dapitan City National High School, Disyembre 6, 2024.

Ayon kay Edwil, hindi lamang isang parangal ang gintong medalya, kundi isang patunay ng kanyang pagtitiyaga at pagsasanay.

"Ang pinakamalaking hamon ay hindi ang mismong laban kundi ang mga paghahanda bago ang kompetisyon," sabi niya.

Inihayag ni Ewil na ipinamalas niya ang disiplina sa bawat galaw at ang tibay ng loob sa bawat laban.

Inilahad din niya na kinailangan niyang magbawas ng timbang mula 52kg patungo sa 45kg upang makapasok sa tamang kategorya.

Sundan sa P19

"Ang pinakamalaking hamon ay hindi ang mismong laban kundi ang mga paghahanda bago ang kompetisyon.