



★ ಇಡೀ ದೇಶದಲ್ಲೇ ಅತ್ಯಂತ ರೋಮ್ಯಾಂಟಿಕ್ ರಾಜ್ಯ ಕರ್ನಾಟಕ! ಯಾಕೆ?  
ಯಾಕೆಂದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿಯೂ ಪ್ರತಿ ಮನೆಯಲ್ಲೂ 'ಕ್ಯಾಂಡಲ್ ಲೈಟ್ ಪಾರ್ಟಿ' ನಡೆಯುತ್ತದೆ!  
ಥ್ಯಾಂಕ್ಸ್ ಟು ಮೆಸ್ಸಾಂ, ಬೆಸ್ಸಾಂ, ಚೆಸ್ಸಾಂ...!

\*\*\*\*\*

★ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಧೈರ್ಯಶಾಲಿ ಜನರಿಂದಾರೆ ಅವರು ಯಾವತ್ತೂ ಹೋರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಜನ ಸೈನ್ಯಕ್ಕೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ



ಉಳಿದವರು ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ!

\*\*\*\*

★ ಕೋತಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಮೈ ಕೆರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಕಾರಣವೇನು? ತಕ್ಕಣ ಉತ್ತರಿಸು..

.....  
ಯಾಕೆ ಬೇಜಾರಾಯ್ತು?  
ಸ್ವಾರಿ ಕಣೋ



ನಾನು ನಿನ್ನ ಪರ್ಸನಲ್ ವಿಷಯ ಕೇಳಬಾರದು ಅಂತಲೇ ಇದ್ದೆ.. ಆದ್ರೂ ಕೇಳ್ತೆ.. ಸ್ವಾರಿ ಕಣೋ!

## ಆರೋಗ್ಯಕರ ಬಹುಮಾನಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲಿರಿ



ಯಾವ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪದಾರ್ಥವು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ?

### ಆರೋಗ್ಯ ಜಾಗೃತೆ:

ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ಮೆಂತ್ಯವನ್ನು ನೆನೆಹಾಕಿ, ಅದರ ಪೇಸ್ವಮಾಡಿ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ನೆತ್ತಿಗಾಗಿ ಅದನ್ನು ಹಚ್ಚಿರಿ.

### ನಿಮಗಿದು ತಿಳಿದಿದೆಯೇ?

ರೋಸ್‌ಮರಿಯು ತಲೆಹೊಟ್ಟು ಮತ್ತಿತರ ನೆತ್ತಿಯ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಶಮನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಗಂಧದ ಮರವು ನವೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಖುಸ್‌ಖುಸ್ ಶೀತಲವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕಪ್ಪು ಸಾಸಿವೆಯು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಂಬೆಯು ಆಕ್ಸಿಡೀಟಿವ್ ತ್ವಚ್ಚೆ ಹಾನಿಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ. ಟೀ ಟ್ರೀ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ನಿರೋಧಕ ಹಾಗೂ ಶಿಲೀಂಧ್ರ ನಿರೋಧಕ ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರವನ್ನು ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿ : ಸುಧಾ, ನಂ. 75, ಎಮ್. ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-560 001