



ಸಮುದ್ರ ಮಥನ



ಸಕಾಲಿಕ ಲೇಖನ
'ಮಕ್ಕಳ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಮೊಬೈಲ್' (ಸುಧಾ, ಫೇ. 26)
ಡಾ.ಕೆ.ಎಸ್. ಪವಿತ್ರ ಅವರ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ
ಸಕಾಲಿಕವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಮೊಬೈಲ್ ಬಳಸುವುದರಿಂದ
ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾರಕವೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

-ಸು. ವಿಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಕೋಟೇಶ್ವರ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು, ಎಂ.ಎಸ್. ಧರ್ಮೇಂದ್ರ, ದೊಡ್ಡಮಗ್ಗ, ಓಂಚನ್ನೇಶ್, ಅರಬಿಚಿಕ್ಕಾಂಪ್, ಪಿ. ಗೋವಿಂದರಾಜ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಎಸ್. ಅಕ್ಷಯನರಸಿಂಹ, ಚಾಮರಾಜನಗರ, ಟಿ.ಪಿ. ಸುಭಾಷೀಣಿ, ಮೈಸೂರು, ಎಲ್.ಗಿರಿಜಾರಾಜ್, ಬೆಂಗಳೂರು, ವೈ.ಜಿ. ನರಸಿಂಹನ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಬಸವರಾಜ ಹೊಗಾರ, ಹಿರೇಸಂಗನಗುತ್ತಿ, ಎ.ಎಸ್. ಉಮಾ, ಸೋಮವಾರಹೇಟೆ

ನೋವಿನ ಅಂತಃಕರಣ
'ನಿಮ್ಮೊಡನೆ'ಯಲ್ಲಿ 'ಚಿತ್ತೆಗೆ ಕಾಡದಿರಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್' ರಘುನಾಥ ಚ.ಹ. ಅವರ ಬರಹ ನೋವಿನ ಅಂತಃಕರಣ ಬಿಚ್ಚಿಟ್ಟಿದೆ.

-ಎಂ. ಮೃತ್ಯುಂಜಯಪ್ಪ, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಪ್ರಚಲಿತ
ಆರೋಗ್ಯ ಲೇಖನ ಎಚ್ 1ಎನ್ 1 ಆತಂಕವೆ? (ಡಾ.ಕೆ. ಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ) ಪ್ರಚಲಿತ ವಿಷಯವಾಗಿದ್ದು, ಮುಂಜಾಗ್ರತೆಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

-ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಕಣ್ಣಿನ ಸೂರೆಗೊಂಡವು
'ಟಿಪ್ಪುವಿನ ಸೂರ್ಯ ಗಡಿಯಾರ' ಗಣಿಗೂರು ನಂಜೇಗೌಡರ ಲೇಖನ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಚಿತ್ರಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಸೂರೆಗೊಂಡವು.

-ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಶಿ. ಯಡಹಳ್ಳಿ, ಬೀಳಗಿ ಬರಹಕ್ಕೆ ಪೂರಕ
'ಪೀಟರ್ಸ್ ಬರ್ಗ್'ನ ಶ್ಲೇಷರಾತ್ರಿಗಳು' ಎಸ್.ಆರ್. ದೇವಪ್ರಕಾಶ್ ಅವರ ಲೇಖನ ಅದ್ಭುತ. ಚಿತ್ರಗಳು ಬರಹಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿದ್ದವು.

-ಬಾಳುಪೇಟೆ ನೀಲಕಂಠಪ್ಪ, ಹಾಸನ ಸೊಗಸಾಗಿದೆ
ಪ್ರವಾಸ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ 'ಹಳಿಯಾಳದ ಕೋಟೆ' ಆಕರ್ಷಕ ವರ್ಣಪಾರದರ್ಶಕ ಹಾಗೂ ಚೊಕ್ಕದಾದ ಲೇಖನದೊಂದಿಗೆ ಸೊಗಸಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದು ಈ ತಾಣವನ್ನು ನೋಡುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿದೆ.

-ನೆ.ಲ.ರಾಂ, ಬೆಂಗಳೂರು ಸಮಯೋಚಿತ
ಚೇತನ್ ಸೊಲಗಿ ಅವರು ಬರೆದ 'ಮುಂಡರಿಗೆ ಈಳಿಗೆ ಭಾರೀ ಬೇಡಿಕೆ' ಲೇಖನ ಸಮಯೋಚಿತ.

-ಎಸ್. ಪ್ರಭಾ, ಬೆಂಗಳೂರು ಕಥೆ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ
ನುಗ್ಗೆಹಳ್ಳಿ ಪಂಕಜ ಅವರ ಕಥೆ 'ಆ ಸಂಜೆ' ಮತ್ತು ಎ.ಎಸ್. ಹೂಲಗೇರಿ ಹುನಗುಂದ ಅವರು ಬರೆದ ಕಾರ್ಡ್ ಕಥೆಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿವೆ.

-ಮಹಾವೀರ ಕಾಸರ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಎಸ್.ವಿಜಯಕುಮಾರಿ, ಬೆಂಗಳೂರು, ವೈ.ಜಿ. ನರಸಿಂಹನ್, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಸುಂದರ್, ಬೆಂಗಳೂರು ನಗಿಸಿತು
'ನಕ್ಕುಬಿಡಿ'ಯಲ್ಲಿ ಐಶಿವಲ್ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಗಿಸಿತು.

-ಕುಸುಮ, ಬಿಜ್ಜವಳ್ಳಿ ಸುಧಾ ಸಿಂಗಾರ!
ಈಗೀಗ ಸುಧಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಿಂಗಾರಗೊಂಡು ಓದುಗರೆದುರು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ ಖುಷಿಯನ್ನೂ, ಜ್ಞಾನ ಸಿಂಚನವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ದಾಖಲಾರ್ಹ ಸಂಗತಿ. ವಿಚಾರ ಲಹರಿ, ಮಾತೆ ಮುತ್ತು ಅಂಕಣಗಳು ಸಂಗ್ರಹಯೋಗ್ಯ.

ವಿಚಾರಲಹರಿಯ ಮುಖ್ಯ ವಾಕ್ಯಗಳು ಶಾಲಾ ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಶಾಲೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಓದಿ ಹೇಳಬೇಕು.
-ಪ್ರೊ. ಒಡೆಯರ್ ಡಿ. ಹೆಗ್ಗಡೆ, ಮೈಸೂರು

ಬೆಸಗರಹಳ್ಳಿ ರಾಮಣ್ಣ ಕಥಾ ಪ್ರಶಸ್ತಿ
ಡಾ. ಬೆಸಗರಹಳ್ಳಿ ರಾಮಣ್ಣ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ ವಾರ್ಷಿಕ ಕಥಾ ಸಂಕಲನ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೆ ಲೇಖಕರು ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾಶಕರಿಂದ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದೆ. 2014ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಮೊದಲ ಮುದ್ರಣದ ಕಥಾ ಸಂಕಲನದ ಮೂರು ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಕ್ಷರು, ಡಾ. ಬೆಸಗರಹಳ್ಳಿ ರಾಮಣ್ಣ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ (0) ನಂ. 90. 16ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಹಂತ, ಜಿ.ಪಿ. ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-78 ಇವರಿಗೆ ಮಾರ್ಚ್ 31ರೊಳಗೆ ಕಳಿಸಿಕೊಡಬೇಕು. ಮಾಹಿತಿಗೆ: 9449987678/9980305837

ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ ಆ ಕಷ್ಟದ ದಿನಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು?



ಮೆರಿ ಸಾಕ್ಹಿ
ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲ
ನಗು ನಗುತ್ತಿದೆ



100% ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದಿಕ ಪರಿಹಾರ
ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಿಂದ

- ನೋವುಗಳು • ಕಿರಿಕಿರಿ
- ಬಳಲಿಕೆ • ಸ್ನಾಯುವಿನಲ್ಲಿ ಸೆಳೆತ
- ಬೆನ್ನು ನೋವು
- ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು
- ರಕ್ತಹೀನತೆ • ನಿಶ್ಯಕ್ತಿ
- ಹಾರ್ಮೋನ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಮತೋಲನ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಬೈದ್ಯನಾಥ್
ಸಮರ್ಪಿಸುತ್ತಿದೆ

ಇದೀಗ ಜೈವಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ವಿಧಾನದಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದ ಕಾರಣ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ

ಮೆಲಿಲಿ ಸಖೀ

ಈ ಹಿಂದೆ ಸುಂದರಿ ಸಖೀ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಜನಜನಿತವಾಗಿತ್ತು

ತಿಂಗಳಿಡೀ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು
ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

