ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ

ಅಡುಗೆಗೆ ಬಳಸುವ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯ ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕುರಿತು ಸುಧಾ ಹೆಗಡೆ ಅವರ 'ಕಿಚನ್ ಕ್ಲಿನಿಕ್' ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿತು.

ವಿಭಾ ಮುರಳೀಧರ್, ತುಮಕೂರು/ ಪಿ.ಗೋವಿಂದರಾಜ್, ತುಮಕೂರು, ಎಂ.ಎಲ್.ಲಕ್ಷ್ಮಣರಾವ್, ದಾವಣಗೆರೆ, ಮೋಹನಾ ವೆಂಕಟರಾಮಯ್ಯ, ಮೈಸೂರು

ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ವಿಚಾರ

ವಿಚಾರ ಲಹರಿ ಅಂಕಣದಲ್ಲಿ ಶಿಕಾಕು ಅವರ 'ಅಂಬೇಡ್ಕರ್ ದಲಿತರ ಬೆಳಕು' ಲೇಖನ ಸಾಂದರ್ಭಿಕ.

–ಮಹಾವೀರ ಕಾಸರ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ
– ಶಂಕರೇಗೌಡ ತುಂಬಕೆರೆ, ಮಂಡ್ಯ

ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ಪಯಣ

ಇರ್ಷಾದ್ ವೇಣೂರು ಅವರ 'ಸುಲ್ತಾನ್ ಬತ್ತೇರಿ ಘಾಟ್‌ನಲ್ಲಿ...' ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ಪ್ರಯಾಣದ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿದಂತೆ ಓದಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಯಿತು.

-ನೆ.ಲ.ರಾಂ, ಬೆಂಗಳೂರು

ರಾಜ್ ನೆನಪು ಮಾಸದು

ಚ.ಹ.ರಘುನಾಥರ 'ರಾಜಣ್ಣ ಇರಬೇಕಿತ್ತು!' ಲೇಖನ ಮನಸೆಳೆಯಿತು. ಅಭಿಮಾನಿ ದೇವರುಗಳ ಹೃದಯ ಮಂದಿರಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ರಾರಾಜಿಸುತ್ತಿರುವ ಡಾ. ರಾಜ್ ನೆನಪು ಅಳಿಸದು, ಮಾಸದು.

-ಬಿ.ಎಸ್. ನಾರಾಯಣಸ್ವಾಮಿ, ಬೋಧನ ಹೊಸಹಳ್ಳಿ/ ಎನ್.ಪ್ರಕಾಶ, ದೇವನಹಳ್ಳಿ/ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ರಾವ್, ಬೆಂಗಳೂರು, ಎಚ್.ಆನಂದಕುಮಾರ್, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಸಹಜ ಗ್ರಾಮೀಣ ಕಥೆ

ಜಿ.ಶರಣಪ್ಪ ಅವರ 'ಪೀರ್ಲ ದೇವರ ನಾಯಿ' ನಮ್ಮ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪರಿಸರದ ಸಹಜ ಹಾಗೂ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಕೊಡುವ ಕಥೆಯಾಗಿದೆ. ಸುತ್ತು ಬಳಸುಗಳಿಲ್ಲದೆ, ನೇರ ನಿರೂಪಣೆ, ಸರಳ ಭಾಷೆ– ಶೈಲಿ ಹೊಂದಿದೆ.

- ಡಾ.ಬಿ.ರಾಜಶೇಖರಪ್ಪ, ಚಿತ್ರದುರ್ಗ

ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಬಂತು!

ಮಾಧವಿ ಲತಾ ಚಿಪ್ಪಳಕಟ್ಟೆಯವರ 'ದಿನಕ್ಕೊಂದು ತಂಬುಳಿ' ಬರಹ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನೀರೂರಿಸಿತು.

-ಕಾಳೀಹುಂಡಿ ಶಿವಕುಮಾರ್, ಮೈಸೂರು

ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ಗುಲಾಬಿ

'ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಕ ಗುಲಾಬಿ ಜಲ' ಗೀತಸದಾ ಮೋಂತಿಮಾರು ಚಿತ್ರ– ಬರಹ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾಗಿತ್ತು.

-ಕುಮಾರ್ ಸಂಪತ್ ಆಕಳವಾಡಿ, ಕೊಪ್ಪಳ

ಭೇಷ್! ತರಕಾರಿ ರಾಜ

ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ 'ತರಕಾರಿ ರಾಜಾ!' ವಾ. ಮುರಳೀಧರ, ತೀರ್ಥಹಳ್ಳಿ ಅವರ ಚಿತ್ರ–ಕವಿತೆ ಇಷ್ಟವಾಯಿತು.

-ಸಿಂಚನಾ ವೈ. ಕಂದಗಲ್ಲ

ಮೈದಾ ಅಪಾಯ

'ಮೈದಾ ಎಂಬ ಅಪಾಯ' ಲೇಖನ ಓದಿ ಎದೆ ಝಲ್ಲೆಂದಿತು! ಬೇಕರಿಯ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವ ಮಂದಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕನಿಕರವೆನಿಸಿತು.

ತರಂಗಿಣಿ, ತುಮಕೂರು

ಸಂತಸ ತಂದ ಓದುಗರ ಸಂಖ್ಯೆ

ಕನ್ನಡದ ಎಲ್ಲಾ ವಾರ ಪತ್ರಿಕೆ, ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಓದುಗರ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಮೀರಿ ನಿಂತ ಪತ್ರಿಕೆ 'ಸುಧಾ' ಎಂದು ತಿಳಿದಾಗ ಆನಂದವಾಯಿತು. ಇಂತಹ ಬಳಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಇದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದೇ ನಮಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಖುಷಿ ತಂದಿದೆ.

–ಬಿ.ಎಸ್.ನಾರಾಯಣಸ್ವಾಮಿ, ಬೋಧನ ಹೊಸಹಳ್ಳಿ

ಸುಧಾ ನಂ. 1 ಪತ್ರಿಕೆ

ನಾನು ಪ್ರತಿ ಗುರುವಾರ'ಸುಧಾ' ಕೊಳ್ಳಲು ತಪ್ಪಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ದಿನಾಲೂ ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಕನಕಪುರಕ್ಕೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಹೋದ ವರ್ಷ ನಾನು ಏಪ್ರಿಲ್ ಫೂಲ್ ಪತ್ರಿಕೆ ಓದಿದಾಗ ಕನಕಪುರದವರೆಗೆ ಒಂದೂವರೆ ಗಂಟೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದ್ದು ಗೊತ್ತಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈ ವರ್ಷದ ಈ ಸಂಚಿಕೆ ನನಗೆ ಕನಕಪುರಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಬಂದ ಮೇಲೂ ಓದಲು ಇನ್ನೂ ಇದೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಹಾಸ್ಯ ಲೇಖಕರ ಪತ್ನಿಯರನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದ್ದು 'ಸುಧಾ' ಪತ್ರಿಕೆ ವಿನೂತನ ಶೈಲಿಗೆ ಒಂದು ಸಾಕ್ಷಿ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಂಪ್ರದಾಯಕ್ಕೊಸ್ಕರ ಈಗಲೂ 'ಸುಧಾ' ನಂಬರ್ 1 ಪತ್ರಿಕೆಯಾಗಿದೆ.

–ಹೆಚ್.ಎಸ್. ಶಿವಶಂಕರ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಅಚ್ಚರಿ ತಂದ ವರ್ಷದ ವಿಶೇಷ

ಸಮುದ್ರಮಥನದಲ್ಲಿ ಎಂ.ಎಸ್. ಧರ್ಮೇಂದ್ರ ಬರೆದ ವರ್ಷದ ವಿಶೇಷ ದಿನಾಂಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಓದಿ ಅಚ್ಚರಿಯಾಯ್ತು. ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಗಮನಹರಿಸಿದ್ದೇ ಆದರೆ ಇಂತಹ ಅದೆಷ್ಟೊ ಅಪರೂಪದ, ಕುತೂಹಲ ಅಂಶಗಳು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ.

–ಸಿ.ಎಸ್. ಅನುಪಮ, ಮೈಸೂರು

ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ 5 ದಿನ

ಏಪ್ರಿಲ್ ಹಾಗೂ ಮೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ 5 ಶುಕ್ರವಾರ, 5 ಶನಿವಾರಗಳು ಬಂದಿವೆ. ಮೇನಲ್ಲಿ 5 ಭಾನುವಾರ, 5 ಸೋಮವಾರ, 5 ಮಂಗಳವಾರ ಬಂದಿದೆ. ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಲೇಖಕರು ಸೇರಿಸಬಹುದಿತ್ತು.

–ಬಾಲುಸುತ, ಬೆಳ್ಳಾವೆ

ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ವಿಶೇಷಗಳು

ಒಂದೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ವಾರ ದಿನಾಂಕಗಳ ಸರಿಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದ ಜೋಡಿ ತಿಂಗಳುಗಳು ಹೀಗಿವೆ: 1) ಮಾರ್ಚ್ ಮತ್ತು ನವೆಂಬರ್ 2) ಏಪ್ರಿಲ್ ಮತ್ತು ಜುಲೈ 3) ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ಮತ್ತು ಡಿಸೆಂಬರ್.

ಅಧಿಕ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ 1) ಜನವರಿ, ಏಪ್ರಿಲ್ ಮತ್ತು ಜುಲೈ 2) ಫೆಬ್ರುವರಿ ಮತ್ತು ಆಗಸ್ಟ್.

ಸಾಮಾನ್ಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ 1) ಜನವರಿ ಮತ್ತು ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2) ಫೆಬ್ರುವರಿ, ಮಾರ್ಚ್ ಮತ್ತು ನವೆಂಬರ್.

ಈ ವರ್ಷ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ವರ್ಷ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ಈ ವರ್ಷದ ಒಂದು ತಿಂಗಳಿನ ಒಂದು ದಿನಾಂಕ ವಾರವು ಮುಂದಿನ ವರ್ಷದ ಅದೇ ತಿಂಗಳಿನ ಅದೇ ದಿನಾಂಕದ ಹಿಂದಿನ ದಿನವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ವರ್ಷದ ಮೊದಲ ದಿನ ಮತ್ತು ಕೊನೆಯ ದಿನ ಒಂದೇ ವಾರ ವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅಧಿಕ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ವರ್ಷದ ಮೊದಲ ದಿನ ಮತ್ತು ಡಿಸೆಂಬರ್ 30 ಒಂದೇ ವಾರ ವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಧಿಕ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಫೆಬ್ರುವರಿಯಲ್ಲಿ 29 ದಿನಗಳು ಬರುತ್ತವೆ.

–ಅರುಣ ಕಾರೆಮನೆ, ಆನಗೋಡ ಯಲ್ಲಾಪುರ

ಬಿಳಿ ಮಚ್ಚೆಗಳಿಗೆ

ಪರಿಣಿತಿಯನ್ನು 50,000 ರೋಗಿಗಳು ಮೆಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ.

ಹೊಸದಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾದ ಈ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ತ್ವಚೆಯ ವರ್ಣವು ಅಲ್ಪಕಾಲದಲ್ಲೇ ನೈಜವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವುದು. ನಿಮ್ಮ ಕಾಯಿಲೆಯ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿರಿ ಅಥವಾ ದೂರವಾಣಿ ಮೂಲಕ ಮುಖ್ಯ ವೈದ್ಯಜಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆ

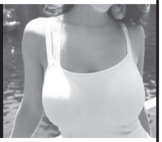
ಖಂಡಿತ ಗುಣವಾಗುವುದು

ನಪುಂಸಕತೆ, ಗೊನೊರಿಯ, ಸಿಫಿಲಿಸ್, ಬಂಜೆತನ ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಗೋಪ್ಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೂಲಕ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ಕೋರ್ಸ್ ಔಷಧಿ ಹಾಗೂ ಉಚಿತ ಲಿಂಗವರ್ಧಕ್‌ಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ಸಂಕೋಚಪಡದಿರಿ.

ಸ್ತ್ರೀ ರೋಗ

ಬಿಳಿಸೆರಗು– ಬಿಳಿ ಅಥವಾ ರಕ್ತ, ಮುಟ್ಟಿನ ತೊಂದರೆ, ಬಂಜೆತನ, ರಕ್ತಹೀನತೆ ಅಶಕ್ತತೆ, ಸೊಂಟದ ನೋವು ಇತ್ಯಾದಿಗೆ ಖಾತರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಕೂಡಲೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಆಕರ್ಷಕ ಸ್ತನಗಳಿಗೆ



ನಮ್ಮ ಯಶಸ್ವಿ ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಅಲ್ಪಕಾಲದಲ್ಲೇ ನಿಮ್ಮ ಸ್ತನಗಳು ಸೂಕ್ತ ವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿರಿ.

Asia Ayurved P.O. Katri Sarai (Gaya)

Phone: 0631-2224881
09934068051 / 09386023246
09934066680