



18

ಕಾಡುವ ಪುಸ್ತಕದ ಮುಖಪುಟ, ನಿಮ್ಮಿಷ್ಟದ ಸೀರೆಯುಟ್ಟಿರುವ ಫೋಟೋ, ಬೆತ್ತಲೆ ಮೈಗೆ ದಿಂಬು ಬಿಗಿದುಕೊಂಡಿರುವ ಫೋಟೋ, ಯೋಗ ಮಾಡುವ ವಿಡಿಯೋ, ಶೀತಲ ನೀರನ್ನು ಮೈಮೇಲೆ ಸುರಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು - ಹೀಗೆ, ನಾನಾ ಬಗೆಯ ಚಾಲಂಜರ್‌ಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ಸುದ್ದಿ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಘೋಷಣೆಯಾದ ನಂತರವಂತೂ ವಿಶ್ವದೆಲ್ಲೆಡೆ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ 'ಚಾಲಂಜರ್'ಗಳೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿವೆ. ಅಂದಹಾಗೆ ಈ ಚಾಲಂಜರ್‌ಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೇನು? ಅವುಗಳ ಜನಪ್ರಿಯತೆಯ ಗುಟ್ಟೇನು?

-ಡಿ.ಎಂ. ಘನಶ್ಯಾಮ



ಲೇಖನಗಳು

5 ಫವಾಸ್ ರೇಹಾನ್ ಕ್ಲಿಕ್ ಕಹಾನಿ
-ರೂಪಾ ಕೆ.ಎಂ.



32 ಕೌಶಿಕಿ ಚಕ್ರವರ್ತಿ ಹಿಂದೂಸ್ತಾನಿಯ ಯುವ ಅಧ್ಯಾಯಿ
-ಉಮಾ ಅನಂತ



35 ಸೋತ ಕಥೆಗಳಿಗೆ ವೇದಿಕೆಗಳೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ
-ಸ್ವಯಂಪ್ರಭಾ

39 ಮುಂಗಾರಿನ ಮುನ್ನುಡಿ ಪತ್ರನಾಜೆ
-ಅಶ್ವಿನಿ ಮೂರ್ತಿ ಅಯ್ಯನಕಟ್ಟೆ

56 ಬಿರುಬಿಸಿಲಿಗೆ ತಂಪು ಪೇಯ
-ವೇದಾವತಿ ಹೆಚ್.ಎಸ್.



60 ನವಿರು ಪ್ರೇಮದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಸಸ್ಪೆನ್ಸ್ ಹಂಪ್
-ಗೌರಿ

ಆರೋಗ್ಯ

28 ಚರ್ಮದ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅದೇನು? ಹೇಗೆ?
-ಡಾ. ವಿನಯ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್



ಫ್ಯಾಷನ್

30 ರೇಷ್ಮೆಯ ಸೌಗಂಧಿಕಾ ಪರ್ವ!
-ವೈ.ಸಿ. ರಾಧಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಮುಕುಂದ್ ಕಿರಸೂರ್



ಕಥೆ

ದೀಪದಮಲ್ಲಿ ಅವರ ಹೊಸಕಥೆ
ಕನು



8 ಪ್ರವಾಸ



ಕಿಸ್
ಅಮರ ಮಧುರ
-ಡಾ. ಪ್ರೇಮಲತಾ ಬಿ.

42 ಧಾರಾವಾಹಿ-2

ಅಜ್ಜಾತ
-ವಿವೇಕಾನಂದ ಕಾಮತ್



58

ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಬಾಲಿವುಡ್

74



ಕೊರೊನಾ ನಂತರ ಚಿತ್ರರಂಗ
-ಪದ್ಮನಾಭ ಭಟ್
ಧನುಷ್ - ಸಾರಾ ಜೋಡಿ
-ಬಿಂದು



ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ
ಹಕ್ಕಿಗಳ ಸ್ಟಿಮ್ಮಿಂಗ್ ಪೂಲ್

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ
ಈಶ್ವರ ಎಸ್. ಬಡಿಗೇರ

ವಿಳಾಸ:
ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001
ದೂರವಾಣಿ: 080 45557263

ಇ-ಮೇಲ್:
editorsu@sudha.co.in

Facebook, Twitter, Instagram icons and @SudhaWeekly

ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ 16 ಸಮುದ್ರ ಮಧನ 17 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ - ಮಾತೆ ಮತ್ತು 40 ಕಾಮಿಕ್ಸ್ 41 ಪ್ರತಿವಂದನ 48 ಸುಖೀ ದಾಂಪತ್ಯ 49 ಭವಿಷ್ಯ 51 ನಗೆಹೊನಲು 52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ