



18

## ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಿ

ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವ ಆಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅವು- ಅಮ್ಮ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಯೌವನದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮಿಂದೊಮ್ಮೆಲೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉದ್ಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೊಂದು ವೇಳೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದ್ದು ಬಂದರೂ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಅದನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಹುದು. ಅದು ಸರಿ; ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವುದು ಏನು? ಹೇಗೆ?

★ ಡಾ.ಕೆ.ಎಸ್.ಪವಿತ್ರ

## ಲೇಖನಗಳು

- 8 ಅಲಂಕಾರಕ್ಕೆ ಹೆಲಿಕೋನಿಯಾ  
-ಗಣಂಗೂರು ನಂಜೇಗೌಡ
- 28 ಅಲರ್ಜಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದ  
-ಡಾ.ವೀಣಾ ಅರ್ಪಂತ್
- 36 ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಕಿಚನ್  
-ಕಿರಣ್ ಇಜಿಮಾನ
- 38 ಕಬಡ್ಡಿಗೊಂದು ಕಾಲ  
-ಗಿರೀಶ್ ದೊಡ್ಡಮನಿ
- 57 ಸಂಗೀತ ಕಲಾನಿಧಿ  
-ಉಮಾ ಅನಂತ್
- 60 ಕ್ಯಾರೆಟ್ ಕ್ಯಾಂಡಿ, ಮಲಾಯ್..  
-ಅಶ್ವಿನಿ ಹೆಗಡೆ ಭೈರುಂಬೆ
- 62 ಆಹಾ ಅಮಟೆ  
-ನೇತ್ರಾ ಗಣಪತಿ ಶಿರಳಗಿ

## 72 ವಂಡರ್ ಪುಟ



ಕಲೆಗೆ ಬೆರಳಿನ ಹಂಗಿಲ್ಲ  
-ಪ್ರಿಯಾಂಕ ವಿ.ಹೆಚ್.

## 74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



ನಟನೆ- ಧೋರಣೆ: ಶಿವಣ್ಣ ನಂ.1  
-ರಘು  
ಸಲ್ಮಾನ್- ಪೂನಂ ಒಂದೇ ರೀತಿ..  
-ಅಮಿ



## ಫ್ಯಾಷನ್- ಪ್ರವಾಸ

- 30 ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ ತೆಂಗು  
-ಶ್ರುತಿ ಕೆ.ಎನ್. ತುರುವೇಕೆರೆ
- 32 ಬಾದಶಹ ಅಕ್ಬರ್‌ನ ಸಿಕಂದ್ರಾ  
-ವಸುಧರಾ ಎಸ್.ಕುಮಾರ್



ಸ್ಟಿಕ್ 300  
ಇನ್ ಫೋಕಸ್ ಎಂ530



## ಕಥೆ-ಧಾರಾವಾಹಿ

- 44 ಕಂಗಳು ವಂದನೆ ಹೇಳಿವೆ...  
-ನಾಗೇಶ್‌ಕುಮಾರ್ ಸಿ.ಎಸ್.ಚೆನ್ನೈ

## 50 ಯಶೋದಾ-16 ಟಿ. ತಿಮ್ಮಪ್ಪ



9 ಜುಲೈ 2015

ಸಂಪುಟ 51 ಸಂಚಿಕೆ 28



ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ  
ಮಾತನಾಡಿ!

ಸಂಪಾದಕ  
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

## ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ

ಸ್ವಾಯಿ ಹಕ್ಕಿಯ ಸಂಸಾರ

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ  
ಈಶ್ವರ ಎಸ್. ಬಡಿಗೇರ

ವಿಳಾಸ:  
ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,  
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,  
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001  
ದೂರವಾಣಿ: 25880000  
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 25880618

ಇ-ಮೇಲ್:  
editorsu@sudha.co.in

## ಸ್ಟಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

- 10 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ- ಮಾತೆ ಮತ್ತು •12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ •14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ •15 ಹೆಲ್ಪ್ ಫ್ಲಸ್
- 16 ನಗೆಹೊನಲು •17 ಸಮುದ್ರ ಮಥನ •42 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ •48 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ •58 ಸುಖೀ ದಾಂಪತ್ಯ •59 ಎಲ್ಲಿಂದಲೋ ಬಂದವರು
- 64 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ •66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್ •67 ಆಹಾ ಸುದ್ದಿ •69 ಭವಿಷ್ಯ •70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ •78 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ