



ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಆಘಾತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅದರ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಆರ್ಥಿಕ ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಅರಿವಿನಿಂದ ತಗ್ಗಿಸಬಹುದು. ಕೋವಿಡ್ ದೆಸೆಯಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿರುವ 'ನ್ಯೂ ನಾರ್ಮಲ್' ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿತಾಯ ಮತ್ತು ಹೂಡಿಕೆ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲೇಬೇಕಾಗಿದೆ. ಹಣದುಬ್ಬರವನ್ನು ಸರಿಗಟ್ಟುವಂಥ ರಿಟರ್ನ್ ಪಡೆಯಲು ಅನೇಕ ದಾರಿಗಳಿವೆ. ಜಾಣ್ಮೆಯ ಹೂಡಿಕೆಯಿಂದ 'ವಿಟಮಿನ್ ಎಂ' ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಒಂದಿಷ್ಟು 'ಮನಿಮಾತು'.

—ಎನ್. ಕಾವ್ಯಶ್ರೀ

ಲೇಖನಗಳು



8 ಪರಿಸರದ ಕೆಲಸ
ದೇವರ ಕೆಲಸ
—ಸಹನಾ ಕಾಂತಬೈಲು

10 ವಿಶ್ವಶಾಂತಿಯ ಹಂಬಲ, ಬಾಲಕಿಯ
ಯಕ್ಷರೂಪಕ —ವಿಜಯಾನಂದ ಬಿ. ಕಾಲವಾಡ



32 ಅಂಗೈ ಅಗಲದ
ಜಾಗ
—ಎಲ್.ಸಿ. ಸುಮಿತ್ರಾ

35 ಮೊಬೈಲ್: ಮುಗಿಯದ ಸವಾಲು
—ಸ್ವಯಂಪ್ರಭಾ

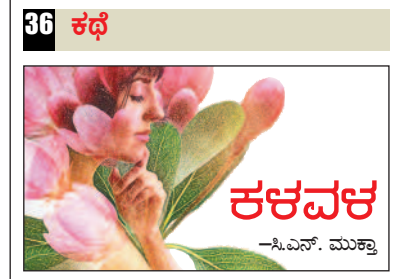


56 ಇಡ್ಲಿ ಮಂಚೂರಿ,
ಡೈಪ್ಲೊಮಾ ಫಿನ್
—ಟಿ.ಪಿ. ನಾಗರತ್ನ



ಆರೋಗ್ಯ
28 ಮಧುಮೇಹವೂ
ಹಲ್ಲಿನ ಆರೋಗ್ಯವೂ
—ಡಾ. ಮುರಲಿ ಮೋಹನ್ ಜೊಂತಾರು

ಭಾಷಣ
30 ಮೊಗ್ಗಿನ ಜಡೆಯಲ್ಲಿ
ಅರಳುವ ಚೆಲುವು
—ಆಶಾ ಎಸ್. ಕುಲಕರ್ಣಿ



36 ಕಥೆ
ಕಳವಳ
—ಸಿ.ಎನ್. ಮುಕ್ತಾ



4 ಚಿತ್ರಪಟ ಕಥನ
ಮೊಗೆದಷ್ಟೂ
ಮೋಹಕ
ರೋಚಕ
—ಎಂ.ಆರ್. ಭಗವತಿ



42 ಧಾರಾವಾಹಿ-10
ಇಲ್ಲಿನಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ
ನುಂಗು
—ಡಾ. ನಾ. ಮೊಗಸಾಲೆ



58 ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಬಾಲಿವುಡ್
ಎಲ್ಲರಿಂದ ಕಲಿಯುತ್ತ
ಮಾಡಿದ ಸಿನಿಮಾ
ಮದಗಜ
ರಾಜಮಾಳಿಯ
ಹೊಗಳಿದ
ಆಲಿಯಾ
61



ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ
ಮೊಟ್ಟೆಯ ಗುಟ್ಟು

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

@SudhaWeekly

ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 13 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ 16 ಸಮುದ್ರ ಮಧನ 17 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ-ಮಾತೆ ಮತ್ತು
39 ಕಾಮಿಕ್ಸ್ 40 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ 48 ಸುಖೀ ದಾಂಪತ್ಯ 49 ಭವಿಷ್ಯ 50 ಪದಬಂಧ 51 ನಗಹೊಸಲು
52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ