



ಕೊರೊನಾ ಸೋಂಕಿನ ಬಾಧೆ ತಿಳಿಯಾದ 2022ರ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ವರ್ಷದಲ್ಲೇ ಯುದ್ಧದ ಕಬಂಧಹಸ್ತಗಳೂ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ನಮ್ಮ ಬದುಕು-ಭಾವಕೋಶವನ್ನು ಯಾವುದೋ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವಿಸಿದ, ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿದ 22 ವಿದ್ಯಮಾನಗಳ ಕುರಿತ ಇಲ್ಲಿನ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳು, ಕಾಲದ ವೈಚಿತ್ರ್ಯವನ್ನೇ ಬೆಟ್ಟಮಾಡಿ ತೋರುತ್ತಿರುವಂತಿವೆ. ಈ ಘಟನೆಗಳು, ಬೀಳುತ್ತಿರುವ ವರ್ಷದ ಸ್ಮರಣವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಸ್ವಾಗತಿಸುವ ವರ್ಷದ ಕುರಿತು ನಮ್ಮ 'ನಡೆ' ಯಾವ ಬಗೆಯದಾಗಿರಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ಸೂಚಿಸುವಂತಿವೆ

**6 ಲೇಖನಗಳು**

ಜಗಮೊಂಡ ಇಶಾನ್, ದಾಖಲೆಗಳ ಶಾನ್  
-ವಿಶಾಖ ಎನ್.

**8 ಅಡಿಕೆ ಬಣ್ಣ, ಬಟ್ಟೆಗೆ ಮಾನ**  
-ನಾ. ಕಾರಂತ ಪೆರಾಜೆ

**10 ಗಿಳಿಗಳಿಗೆ ಮಡಿಲು ಕಾಡುಬೆಳಲ**  
-ವಿನು ಗಂಗೆ

**56 ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಚಿತ್ರಾನ್ವ, ಮುರಬ್ಬ**  
-ಪುಷ್ಪಾ ಎನ್. ಕೆ. ರಾವ್

**32 ಪ್ರವಾಸ**

ಹಾಯ್ ಹಾಯ್ ಹನಾಯ್!  
-ಡಿ.ಜಿ. ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನ

**ಆರೋಗ್ಯ**

**29** ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ ಅಪೊಪ್ಟಿಕತೆ  
-ಡಾ.ಕೆ. ಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿ

**ಫ್ಯಾಷನ್**

**30** ತಾಜಾ ತರಕಾರಿ ಮುಖ ಮಿರಿಮಿರಿ!  
-ಉಮಾ ವೇಣೂರು

**36 ಕಥೆ**

ಸಿಬಿಡಿ ಇನ್ಸ್‌ಪೆಕ್ಟರ್  
-ಜಿ.ವಿ. ಅರುಣ

**42 ಧಾರಾವಾಹಿ-3**

ಅಂಜನವರ  
-ವಸುಮತಿ ಉಡುಪ

**58 ಗಾಂಧಿನಗರ ಪೋಸ್ಟ್ / ಬಾಲಿವುಡ್**

ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಸಿನಿಮಾ ಕನವರಿಕೆ  
-ಸುಮಲತಾ ಎನ್.

'ತಂಗಾಲನ್' ಒಲ್ಲದ ರಶ್ಮಿಕಾ  
-ವಿಶಾಖ ಎನ್.



ಸಂಪಾದಕ  
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

**ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ**

ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಹಾಸಿಗೆ ಒದ್ದೆ!  
ಹಾರಿಹೋಯಿತೆ ನಿದ್ರೆ?

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, WhatsApp icons and @SudhaWeekly

**ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು**

- 12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ 13 ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ 15 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ 16 ಸಮುದ್ರ, ಮಥನ 17 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ 40 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ  
49 ಭವಿಷ್ಯ 50 ಪದಬಂಧ 51 ನಗಹೊನಲು 52 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ 54 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ 62 ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿ