

EASY TRAVELS



INNOVA, INNOVA CRYSTA & EICHER
Available for Local, Marriages, Airport,
and Outstation.

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

EASY TRAVELS



INNOVA, INNOVA CRYSTA & EICHER
Available for Local, Marriages, Airport,
and Outstation.

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR
VOL. XXX NO. 44 2025 FEB 02 - FEB 08 **1509th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

Dangerous level crossing in Purasaiwalkam



In Purasaiwalkam near CSC computer coaching center, people are not crossing the road in a proper manner. It is a dangerous situation to the people.

For Advertisement Contact :
98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154
www.purasaitimes.com

If any interesting News & Views in your area Please Contact : 97104 52204

Follow us now

[c3fitnesssciencevepery](#)
[c3fitnesssciencekilpauk](#)



CALL US TO FIND OUT MORE

<p>Vepery</p> <p>11, Ritherdon Rd, Vepery, Purasaiwalkam, Chennai, Tamil Nadu 600007</p> <p>9884097333 ; 9884396333</p>	<p>Kilpauk</p> <p>No : 17, Lakshmi Street, New Avadi Rd, Kilpauk, Chennai, Tamil Nadu 600010</p> <p>9176899333 ; 9176844333</p>
---	---

ALAHMAD
HAJJ & UMRAH SERVICE
Approved by Govt of India & Kingdom of Saudi Arabia
(Hajj Licence Holder Reg No : TN03657925)

Registered Office Address : #286, Shop No.14, Bhaiya Complex, Purasawalkam High Road, Chennai - 600 007.
Email : info@alahmad.in Website : www.alahmad.in

HAJJ 2025 BOOKING STARTED

PACKAGE START FROM ₹ 6,00,000/-

PACKAGE TYPE :

- ★ DELUXE
- ★ EXECUTIVE
- ★ EXECUTIVE SHORT



UMRAH PACKAGE 2025

BUDGET ₹ 85,000/-	ECONOMY ₹ 1,05,000/-	DELUXE ₹ 1,40,000/-
-----------------------------	--------------------------------	-------------------------------

For Booking & Further Details :
+91 74184 44694 / 74184 44693 / 74184 44692

MINISTRY OF MINORITY AFFAIRS
وزارة الحج والعمرة
IATA Accredited Agent

Ghee on empty stomach

Ghee is a rich source of nutrients like calcium, healthy fats, omega-3 fatty acids, and Vitamins A, D, E, and K. Thus consuming ghee on an empty stomach helps keep the cells in the body healthy. It provides intense hydration and

turns the dry skin into soft and supple skin since ghee on an empty stomach lends moisture to the skin and reduces wrinkles and pimples.

Ghee is beneficial even for the brain. The brain contains more than 50% fat and the nerve

cells of the brain require optimum amounts of fatty acid for proper functioning. Eating ghee on an empty stomach has various benefits for the hair as well. Enhancing gut health as well. It improves blood circulation.

Loose cables of Anna nagar



Electric cables outside the transformer are

found lying loose in the street corner of W block 4th street in Anna Nagar. The wires have active current flowing through it. This makes it a dangerous zone that could cause fatal accidents. The frequency of vehicles commuting and pedestrians walking are so high that the probability of possible mishaps are very high. The EB department should take immediate steps without any delay to ensure that the people commute safely in this zone.

உணவே மருந்து

துத்தி இலையின் மருத்துவ பயன்கள்

துத்தி குறுஞ்செடி வகையைச் சார்ந்தது. துத்தி இதயவடிவமான இலைகளையும் பொன் மஞ்சள் நிறமான சிறு பூக்களையும் தோடு வடிவமான காய்களையும் கொண்டது. துத்தி 2 செமீ வரை உயரமானது. தாவரம் முழுவதும் மென்மையான உரோமங்கள் உண்டு. இவை நமது தோலில் பட்டால் அரிப்பு ஏற்படும். துத்தி இலைகளின் அடிப்பாகம் மெழுகு பூசியது போன்று காணப்படும். சில நேரங்களில் 3 மடல்களாகப் பிரிந்திருக்கும். தமிழகத்தில் எல்லா மாவட்டங்களிலும் களைச் செடியாக வளர்கிறது. கடற்கரை ஓரங்கள், சமவெளிகளில் அடர்ந்து காணப்படும். துத்தி இலை, பூ, விதை, வேர், பட்டை ஆகியவை மருத்துவப் பயன் கொண்டவை. பசும் துத்தி, பெருந்துத்தி, பணியாரத்துத்தி, கருந்துத்தி, நிலத்துத்தி என்னும் பல வகைகள் உண்டு. துத்தி பொதுவாக இனிப்புச் சுவையும், குளிர்ச்சித் தன்மையும் கொண்டது. துத்தி இலை, அழற்சியைப் போக்கும்; மலக்கட்டு, ஆசனவாய் எரிச்சல் ஆகியவற்றை குணமாக்கும். நோய் நீக்கி உடலைத் தேற்றும்; கருமேகம், உடல் சூடு போன்றவற்றைக் குணமாக்கும்; சிறுநீரைப் பெருக்கும். துத்தி பூ, இரத்தப் போக்கை அடக்கும், காமம் பெருக்கும், இருமலைக் குறைக்கும், ஆண்மையைப் பெருக்கும், குளிர்ச்சி உண்டாக்கும், துத்தி விதை இனிப்புச் சுவையுடையது. சிறுநீர் எரிச்சல், ஆசனக் கடுப்பு, வெள்ளை படுதல், கரும்புள்ளி, போன்றவற்றைக் குணமாக்கும். மூலம் குணமாக துத்தி

இலையை விளக்கெண்ணைப் விட்டு வதக்கி மூலம், பவுத்திரம், ஆசனவாய் கடுப்பு ஆகியவற்றின் மீது வைத்துக் கட்ட வேண்டும். அல்லது இலையை விளக்கெண்ணைப் விட்டு வதக்கி ஒற்றடம் கொடுத்து பொறுக்கும் சூட்டில் வைத்துக் கட்ட வேண்டும். அல்லது இலைகளுடன் பருப்பு சேர்த்து சமையல் செய்து சாப்பிடுவது நல்லது. துத்தி இலைச்சாற்றுடன் சிறிதளவு மஞ்சள் தூள் கலந்து பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் பூச புண்கள் குணமாகும். துத்தி இலைச் சாற்றை பச்சரிசி மாவுடன் கலந்து கிண்டி கட்டிகளின் மீது வைத்துக் கட்ட கட்டிகள் உடையும். வெள்ளை படுதல் குணமாக துத்தி இலைகளை நெய்யில் துவட்டி சாதத்துடன் சேர்த்து சாப்பிட்டு வரலாம். அல்லது இலையை காரமில்லாமல் கொரியலாகச் செய்து சாதத்துடன் பிசைந்து, 40 முதல் 120 நாட்கள் வரை சாப்பிட வேண்டும். இந்தக் காலத்தில், புளி, காரம், மாமிசம் நீக்கிய உணவைச் சாப்பிட வேண்டும், புகைப்பிடித்தல் கூடாது. 20 மி.லி. பூச்சாற்றுடன், சிறிதளவு கற்கண்டு சேர்த்துச் சாப்பிட இரத்த வாந்தி கட்டுப்படும். துத்தி பூக்களை உலர்த்தி, தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு ஒரு தேக்கரண்டி அளவு தூள், ஒரு டம்ளர் பாலில் கலந்து இரவில் மட்டும் குடித்துவர உடல் சூடு குணமாகும். துத்தி விதைச் சூரணம் ஒரு தேக்கரண்டி, கற்கண்டு ஒரு தேக்கரண்டி, தேனில் கலந்து உட்கொள்ள மேகநோய் குணமாகும். துத்தி இலைகளை கொதிநீரில் போட்டு வேகவைத்து, அந்த நீரில் துணியை தோய்த்துப் பிழிந்து, வலியுள்ள இடத்தில் ஒற்றடம் கொடுக்க உடல்வலி குணமாகும்.

உயர் ரத்த அழுத்தம் எதனால் ஏற்படுகிறது?

உயர் ரத்த அழுத்த நோய்க்கு முதல் காரணம் சமையல் உப்புதான். பல வழிகளில் உடலில் சேரும் உப்பு அதிகமானால் ரத்த அழுத்தம் அதிகரிக்கிறது. ரத்த அழுத்தம் கூடினால், அடுத்தடுத்து பல பிரச்சனைகள் வரும். உயர் ரத்த அழுத்தத்துக்குப் பல காரணங்கள் உள்ளன. உடலில் சேருகிற நீர், உடலில் சேருகிற உப்பு, சிறுநீரகம், நரம்பு மண்டலம், ரத்த நாளங்கள் வேலை செய்கிற விதம், ஹார்மோன்கள் வேலை செய்கிற விதம் போன்றவை முக்கியமானவை. உயர் ரத்த அழுத்தத்தைக் கவனிக்காமல் விட்டுவிட்டால் பக்கவாதம், பேச்சுத் தடை, மாரடைப்பு, இதய பலவீனம், சிறுநீரக நோய், ஏற்படலாம். உடல் எடை அதிகமாக உள்ளவர்களுக்கு, மன அழுத்தம் உள்ளவர்களுக்கு, படபடப்பு உள்ளவர்களுக்கு, அதிகமாக மது

அருந்துபவர்களுக்கு, உப்பு, ஊறுகாய், வடகம், வத்தல் போன்றவற்றை அதிகம் சாப்பிடுபவர்களுக்கு, குடும்பத்தில் உயர் ரத்த அழுத்தம் உள்ளவர்களுக்கு, புகைபிடிப்பவர்களுக்கு, நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்களுக்கெல்லாம் ரத்த அழுத்த நோய் வரலாம். சிலருக்கு எந்தக் காரணத்தால் வருகிறது என்பது தெரியாது. இதை என்சியல் ஹைபர்டென்ஷன் என்று குறிப்பிடுவார்கள். சில நேரம் மற்ற உறுப்புகளுக்கு ஏற்பட்ட பாதிப்பால் ரத்த அழுத்தம் அதிகமாகும். ஒருவருக்கு நாளொன்றுக்கு அதிகபட்சமாக ஒன்றரை தேக்கரண்டி உப்பு போதுமானது. நாம் சாப்பிடும் உணவில் உப்பின் அளவு 4 மி. கிராம் அளவைத் தாண்டினால், அது சிறுநீரகத்தை பாதிக்கும்.

உடலுக்கு நலம் பயக்கும் காய்கறிகள்

சிறுவெங்காயம் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியைப் பெருக்கும். இரத்த அழுத்தம் மற்றும் கொல்ஸ்ட்ராலைக் குறைக்கும். பீர்கங்காயில் மெக்னீசியம், ரிபோபிளவின் மற்றும் இரும்புச் சத்து நிறைந்துள்ளது. இதை சமைத்து உண்பதால் உடல் எடை குறையும். இதில் பீட்டா கரோடின் உள்ளதால் கண்களுக்கு நன்மை பயக்கும். மஞ்சள் பூசணிக்காய் என்று அழைக்கப்படும் பரங்கிக்காய் வைட்டமின் 'ஏ' நிறைந்துள்ளது. இது இரத்த அழுத்தத்தைக் குறைக்கும் இருதயத்தை

நோய்களிலிருந்து காக்கும். கோவைக்காய் நார்ச்சத்து நிறைந்தது; ஜீரணத்திற்கு உதவும். நரம்பு மண்டலத்தைப் பாதுகாக்கும். இரும்புச் சத்து நிறைந்திருப்பதால் இதை உண்பதால் சோர்வு நீங்கும். சுரைக்காய் நார்ச்சத்து நிறைந்தது. இதை உண்பதால் மலச்சிக்கல் போகும். பொட்டாசியம், வைட்டமின் பி6 அடங்கியுள்ளதால் இதை உண்பதால் இன்கலின் அளவைக் கட்டுப்படுத்தும். பூசணிக்காய் கண்பார்வையை மேம்படுத்தும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும். வைட்டமின் பி12 அடங்கியது. ஒற்றைத் தலைவலியைப் போக்கும்.

பூ மருத்துவம்

ரோஜா பூ நமது நாட்டின் பாரம்பரிய மருத்துவ முறைகளான சித்த மற்றும் ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் ஒரு செடியின் வேர், பட்டை, காய், கனி ஆகியவை மருத்துவதிற்கு பயன்படுத்தியதோடு அதன் பூக்களையும் சிகிச்சைகளுக்கு பயன்படுத்தி வந்திருக்கின்றனர். ரோஜாப்பூ பாரத தேசம் எங்கும் வளர்க்கப்படுகிறது. அந்த ரோஜா பூவை கொண்டு பலவிதமான நோய்களுக்கு தீர்வு கண்டுள்ளனர் நம் முன்னோர்கள். ரோஜா பூக்களில் பன்னீர் ரோஜா, நாட்டு ரோஜா ஆகியவை மருத்துவ சிகிச்சைகளுக்கு சிறந்ததாகும். சிலருக்கு உடலில் பித்தம் அதிகரித்து விடுவதாலும், வேறு பல உடல் ரீதியான காரணங்களால்

தலைவலி ஏற்படுகிறது. இப்படிப்பட்ட தலைவலியால் அவதிப்படுபவர்கள் மற்ற எந்த மருத்துவ முறைகளையும் நாடுவதற்கு முன்பு புதிதாக பூத்த ரோஜா பூ ஒன்றை எடுத்து, அதன் வாசத்தை சிறிது நேரம் முகர்வதால் கடுமையான தலைவலி குறையும். உடல் துர்நாற்றம், வாய்ப்புண், ஆண்மை குறைபாடு, மலச்சிக்கல், இளமை தோற்றம், மயக்கம், மாதவிடாய், சீதபேதி, வயிற்று போக்கு, இதயநோய் உள்ளவர்கள் காலையில் ரோஜா இதழ்களை மென்று சாப்பிட்டால் ரத்த அழுத்தம் வெகுவாக குறைந்து, இதயம் சம்பந்தமான நோய்கள், பாதிப்புகள் ஏற்படாமல் தடுக்கிறது. ரத்தம் கட்டிக்கொள்வது போன்ற பிரச்சனைகள் ஏற்படாமல் காக்கும்.

பருக்கள் எதனால் வருகின்றன?

நாம் சருமத்திற்கும் தரும் தொந்தரவுகளால் தான் முகப்பரு வருகிறது. பெரும்பாலும் நாம் வெயிலில் சென்றுவிட்டு இரவு தூங்கும்போது முகத்தில் உள்ள மேக்கப்பை அகற்றாமல் தூங்கினால் சருமத்தில் அழுக்குகள் தேங்கி முகப்பருக்களை உண்டாக்கும். முகத்தில் ஏற்படும் எண்ணெய் பசையை நீக்கலாம் என்று நினைத்து முகத்தை அடிக்கடி கழுவினால் எண்ணெய்ப்பசை அதிகரித்து முகப்பரு வரக் காரணமாகிவிடும். மேலும் சருமம் வறட்சியடைய வாய்ப்புள்ளது. தினமும் அழகு கிரீம்களை பயன்படுத்தினால் அதில் உள்ள கெமிக்கல் சருமத் துளைகளில் அடைப்பை ஏற்படுத்தி பருக்களை

உருவாக்கிவிடும். சருமத்தை அதிகமாக தேய்ப்பதன் மூலம் இறந்த செல்கள் வெளியேற்றப்படும். ஆனால் அளவுக்கு அதிகமாக செய்யும்போது பாக்க்டீரியாக்கள் வேகமாக பரவி பருக்கள் வர வாய்ப்புண்டு. சிலர் முதுமையால் ஏற்படும் சரும சுருக்கத்தை மறைக்க ஆண்டி-ஏஜிங் பொருள்களை பயன்படுத்துவார்கள். இதனை உபயோகிப்பதாலும் சருமத்தில் பருக்கள் வரலாம். தலைமுடி பராமரிப்புக்கு உபயோகப்படுத்தக் கூடிய ஹேர் டிரையர் மற்றும் சில எலக்ட்ரானிக் பொருள்களில் உள்ள சிலிக்கான் நமது கையில் படும். இதை நம் முகத்தில் தெரியாமல் வைத்தால் கூட பருக்கள் அதிகமாக வர வாய்ப்பு உண்டு.

எதனால் எது கெடும்?

தூண்டாத திரியும் கெடும்! தூற்றிப் பேசும் உரையும் கெடும்! சாயக்காத மரம் கெடும்! காடு அழிந்தால் மழையும் கெடும்! குற்றம் பார்த்தால் சுற்றம் கெடும்! வசிக்காத வீடு கெடும்! வறுமை வந்தால் எல்லாம் கெடும்! குளிக்காத மேனி கெடும்! குளிர்ந்து போனால் உணவு கெடும்! பொய்யான அழகு கெடும்! பொய்யுரைத்தால் புகழும் கெடும்! துடிப்பில்லா இளமை கெடும்! துவண்டுவிட்டால் வெற்றி கெடும்! தூங்காத உடல் கெடும்! பகல் தூங்கினால் உடல் கெடும்! கவனமில்லா செயலும் கெடும்! கருத்தில்லா எழுத்தும் கெடும்.

பல் வலியை போக்க

பல் கூச்சம் மற்றும் வலியை போக்க மிளகுப்பொடி மற்றும் உப்பு கலந்து பற்றுப்போட பல் பிரச்சனைகள் தீரும்.



வாழ்ப்புகள்; அப்போது அன்பும் அமைதியும் அளிக்கும் கடவுள் உங்களோடு இருப்பார்.

அன்பும் அமைதியும் அளிக்கும் கடவுள் உங்களோடு இருப்பார்!

சகோதர சகோதரிகளே, இறுதியாக நான் உங்களுக்குச் சொல்வது: மகிழ்ச்சியாயிருங்கள்; உங்கள் நடத்தையைச் சீர்ப்படுத்துங்கள்; என் அறிவுரைக்குச் செவி சாயுங்கள்; மன ஒற்றுமையைக் கொண்டிருங்கள்; அமைதியுடன் வாழுங்கள்; அப்போது அன்பும் அமைதியும் அளிக்கும் கடவுள் உங்களோடு இருப்பார்.

ஸபபிள் - 2 கொரிந்தியர் 13:11



தவறான முறையில் உண்ணாதீர்கள்!

உங்களுக்கிடையே (ஒருவருக்கொருவர்) தவறான முறையில் உண்ணாதீர்கள்! தெரிந்து கொண்டே மக்களின் பொருட்களில் ஒரு பகுதியை பாவமான முறையில் சாப்பிடுவதற்காக அதிகாரிகளிடம் உங்கள் பொருட்களை கொண்டு செல்லாதீர்கள்.

திருக்குர் ஆன் அல் பகரா :188



உடன் பிறந்த கர்மத்தை விட்டுவிடலாகாது!

குந்தியின் மைந்தா, கேடுடையதெனினும் உடன் பிறந்த கர்மத்தை விட்டுவிடலாகாது. ஏனென்றால் தீயைப் புகை சூழ்வது போன்று அனைகளையெல்லாம் கேடு சூழ்ந்துள்ளது.

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை - அத் - 18:48 கேடு இல்லாத கர்மம் இப்பிரபஞ்சத்தில் இல்லை. சுவாசிக்கின்றோம்; அதனால் கார்பூரில் உள்ள அணு போன்ற உயிர்கள் மடிக்கின்றன. ஆக தீங்கு இல்லாத கர்மம் இயற்கையில் இல்லை. காலத்திற்கும் இடத்திற்கும், சந்தர்ப்பத்துக்கும் ஏற்றவாறு ஒரு வினையில் அமைந்துள்ள நலமோ கேடோ மாறுபாடு அடைகிறது. இவைகளையெல்லாம் தூக்கி வினை செய்கிறார்கள். யோகியின் இயல்பு மிக உயர்ந்தது. தனக்கு அமைந்த கடமையை அவன் தேவ ஆராதனையாகச் செய்கிறான்.

உடல் நலம் பேண பயனுள்ள சில குறிப்புகள்

பாதம் பருப்பு ஊறு வைத்து மறுநாள் காலை மென்று உண்ண கண்பார்வை தெளிவு பெறும் பூண்டு, மிளகு சேர்த்து வேப்பம் பூ ரசம் வைத்து உண்டு வர பித்தப்பை நோய் குணமாகும். நெல்லிக்காயை இடித்து சாறு எடுத்து அதில் தேன் கலந்து அருந்தினால் விக்கல் நிற்கும். வில்வ பழம் சாப்பிட்டால் மூளை தொடர்பான நோய்கள் தீரும். வேப்ப எண்ணெயை காய்ச்சி சேற்றுப் புண் மீது தடவி வர குணமாகும். ஒரு மேசைக் கரண்டி தேனை ஒரு டம்ளர் கொதிநீரில் கலந்து குடித்து வந்தால் வயிற்று வலி புறந்து போகும். கட்டி உடைய, எருக்கன் இலையின் பின்புறம் விளக்கெண்ணெய் தடவி தணலில் காட்டி கட்டி மீது கட்டி வைத்தால் கட்டி பழுத்து உடையும். சப்போட்டா பழம் தினமும் பகல் பொழுதில் உண்டு வந்தால் இரவில் தூக்கம் நன்றாக வரும். முகச் சுருக்கம் நீங்க வேண்டுமா? தக்காளி, கோஸ், கேரட், மூன்றையும். சாப்பிட்டு வரவும். சுருக்கம் வராது.

உடலின் கழிவுகளை அகற்ற

அதிமாக பால், தயிர், மோர் மற்றும் பால் பதார்த்தங்களை உண்ணுவதால் உடலில் புளிப்புத்தன்மை மிகுந்து குடலில் பூச்சிகள் உருவாகிறது. அதனை வெளியேற்ற: காலை, பிற்பகல், இரவு மூன்று முறை முற்றிய முருங்கை விதை இரண்டை உணவுக்கு பின் 15 நிமிடம் சப்பிட்டு இறுதியில் மென்று முழுக்கவும். பச்சை மிளகாய், வரமிளகாய் ஆகிய இரண்டின் உபயோகித்தால்: ஏற்பட்ட இழிப்பை மாற்றி மீண்டும். உடல் உறுப்புகளை பழைய நிலைக்கு கொண்டு வர காலையில் ஒரு முழு பீர்கங்காய் தோலுடன் மற்றும் ஒரு முழு எலுமிச்சை பழம் தோலுடன் ஆகிய இரண்டையும் மிக்கியில்

அரைத்து வடிகட்டி சிறிது மஞ்சள், உப்பு சேர்த்து குடிக்கவும். உடலுக்குத் தேவையிலவாத ரீபைண்டு ஆயிலை உட்கொண்டதால் கெட்ட கொழுப்பு அதிகரிக்கிறது அதனை வெளியேற்ற: காலை, பிற்பகல், இரவு மூன்று முறை எண்ணெய் பதம் கொண்ட 50 கிராம் கொப்பரை தேங்காயை நன்கு மென்று உமிழ் நீருடன் கலந்து பருகவும். மைதா மற்றும் முட்டையை வெளியேற்ற: காலை மற்றும் இரவு இருமுறை ஒரு முழு எலுமிச்சை பழத்தை பச்சையாக தோலுடன் மிக்கியில் நீர் விட்டு அரைத்து வடிக்காமல் சிறிது மஞ்சள், உப்பு சேர்த்து பொறுமையாக கொஞ்சம், கொஞ்சமாக குடிக்கவும்.

தலைவர், அண்ணாவின் மீது கொண்ட அளவற்ற பாசம்



வலிமையானது என்று பேசினார் அடுத்து பேசத் தொடங்கிய #தலைவர் தம்பி எனக்கு இரு நா என்றார். மறுப்பு தெரிவிக்கின்றேன். எனக்கு இரட்டை நாக்கு அல்ல. மூன்று "நா" என்றார்

- 1) வாய்க்குள் இருக்கும் - செந்நா
- 2) சட்டைப் பையில் இருக்கும் - பேனா
- 3) இதயத்தில் இருக்கும் என் - அண்ணா

என் அண்ணாவை மறப்பேனா? என்றார் கரகோஷம் விண்ணைப் பிளந்தது. தலைவர், அண்ணாவின் மீது கொண்ட அளவற்ற பாசம்

விழா ஒன்றில் தலைவர் கலைஞர் மேடையில் வீற்றிருக்க ஒலிபெருக்கியில் பேசிய நடிகர் பார்த்திபன் கலைஞர் அவர்களுக்கு "இரட்டை நாக்கு" என்றார் அதாவது. நாக்கு என்பது ஒரு "நா". இன்னொன்று பேனா இரண்டுமே

Velammal Nexus Celebrates Sporting Excellence



Velammal Nexus proudly congratulates 416 talented athletes for representing India and Tamil Nadu in various sports disciplines from June to December 2024, at international, national, and state levels. Honoring Excellence in Sports Education In recognition of the dedication and hard

work of our Physical Education teachers, who have played a pivotal role in shaping our athletes, the school awarded 5 cars and a cash prize of ₹15 lakhs Empowering Future Champions To foster sporting excellence, Velammal Nexus granted ₹2.55 crores worth of scholarships for the

2025-26 academic year and also provided ₹30 lakhs worth of airfare support to sports achievers representing Tamil Nadu in national games We take immense pride in celebrating the success of our athletes and mentors, and remain committed to nurturing sporting talent and excellence.

For Advertisement Contact :
98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154
www.purasaitimes.com

Consume less salt and sugar

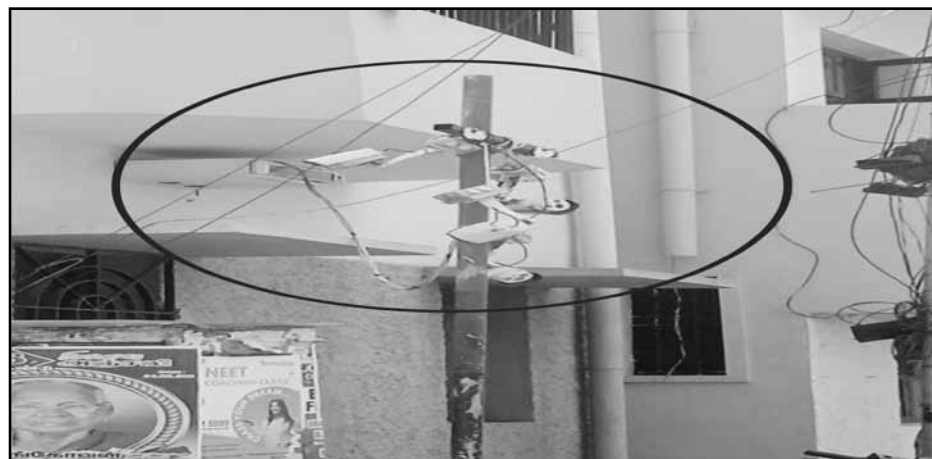
Filipinos consume twice the recommended amount of sodium, putting them at risk of high blood pressure, which in turn increases the risk of heart disease and stroke. Most people get their sodium through salt. Reduce your salt intake to 5g per day, equivalent to about one teaspoon. It's easier to do this by limiting the amount of salt, soy sauce, fish sauce and other high-

sodium condiments when preparing meals; removing salt, seasonings and condiments from your meal table; avoiding salty snacks; and choosing low-sodium products.

On the other hand, consuming excessive amounts of sugars increases the risk of tooth decay and unhealthy weight gain. In both adults and children, the intake of

free sugars should be reduced to less than 10% of total energy intake. This is equivalent to 50g or about 12 teaspoons for an adult. WHO recommends consuming less than 5% of total energy intake for additional health benefits. You can reduce your sugar intake by limiting the consumption of sugary snacks, candies and sugar-sweetened beverages.

BROKEN JUNCTION CAMERA



Vadomalai street & arunachalam street Junction camera is broken and not working in proper condition. People are suffered a lot because if a crime does occur, security cameras can help gather evidence. Concerned authority take immediate action.

History of pen



In 1809, Bartholomew Folsch received a patent in England for a pen with an ink reservoir. A student in Paris, Romanian Petrache Poenaru invented a fountain pen that used a quill as an ink reservoir.

The French Government patented this in May 1827. Fountain pen patents and production then increased in the 1850s. Dip pens were generally used before the development of fountain pens in the later 19th century, and are now mainly used in illustration, calligraphy, and comics. While a fountain pen offers the convenience of less frequent refills, the dip pen has certain advantages over a fountain pen.

If any interesting News & Views in your area Please Contact : 98409 37719

Shine Tom Chacko Joins Ajith's 'Good Bad Ugly'

Actor Shine Tom Chacko has confirmed his involvement in Ajith Kumar's upcoming film, 'Good Bad Ugly', directed by Adhik Ravichandran. The Malayalam actor made the announcement via his Instagram story, adding to the excitement surrounding the much-anticipated project.

The film boasts a stellar ensemble cast, including Trisha Krishnan, Arjun Das, BS Avinash (KGF fame), Prabhu, Prasanna, Rahul Dev, Yogi Babu, and Sunil. It is produced

by Naveen Yerneni and Y Ravi Shankar of Mythri Movie Makers, a production house known for backing major South Indian blockbusters.

Adding to the film's appeal is music director Devi Sri Prasad (DSP), who is collaborating with Ajith after a decade—his last project with the actor was the 2014 film Veeram. The technical team also includes cinematographer Abinadhan Ramanujam and editor Vijay Velukutty. 'Good Bad Ugly' marks

Shine Tom Chacko's return to Tamil cinema after his impactful performance in Karthik Subbaraj's Jigarthanda DoubleX (2023). This is his first collaboration with Ajith Kumar, having made his Tamil debut in Vijay's Beast (2022). Apart from this film, Shine has 'Paradise Circus' and 'Chattuli' lined up in Malayalam. Meanwhile, Good Bad Ugly is set to hit theatres on April 10, making it one of the most awaited Tamil releases of the year.

IRON POSTER IN DANGEROUS CONDITION



Iron poster in dangerous condition at central street, Kilpauk garden. The poster is slanting on the tree. It is not a safe to the pedestrians who walk on the pathway. So, concerned authority take action against that.

Actor Prabhu Ganesan inaugurates two new Kalyan Jewellers showrooms at Guduvanchery and Purusaiwalkam in Chennai



Offers luxurious shopping experience in world-class ambience with both Kalyan Jewellers' and lifestyle brand Candere's showrooms

Chennai, 28th January 2025: Kalyan Jewellers, one of India's largest and most-trusted jewellery brand, launched two new showrooms in Chennai at Guduvanchery and Purusaiwalkam. Kalyan Jewellers' lifestyle brand, Candere, was also inaugurated at Guduvanchery.

Brand Ambassador and Actor Prabhu Ganesan said, "It fills me with immense pride to be here today

for the inauguration of Kalyan Jewellers' new showrooms in Chennai. My association with Kalyan Jewellers began during their initial days, and over the years, I have had the privilege of witnessing their remarkable growth journey. I am confident that our patrons will continue to embrace Kalyan Jewellers, celebrating the magic and meaning behind every piece they create."

Commenting on the new showroom launches, **Mr. Ramesh Kalyanaram, Executive Director of Kalyan Jewellers**, said, "With the grand launch of our newly-designed Kalyan Jewellers showrooms in Guduvanchery and Purusaiwalkam, our goal is to create a comprehensive ecosystem that addresses the unique needs of our customers, elevating their shopping experience."

Celebrating the launches with Valentine's Day around the corner,

Kalyan Jewellers has announced an exciting offer, with 50% off on making charges on all ornaments from 25th January to 9th February. Patrons will also receive Kalyan Jewellers' **4-Level Assurance Certificate**, which guarantees purity, free lifetime maintenance of ornaments, detailed product information, and transparent exchange and buy-back policies.

The showrooms will also stock Kalyan's popular house brands, including Muhurat (Wedding Jewellery Line), Mudhra (Handcrafted Antique Jewellery), Nimah (Temple Jewellery), Glo (Dancing Diamonds), Ziah (Solitaire-like Diamond Jewellery), Anokhi (Uncut Diamonds), Apoorva (Diamonds for Special Occasions), Antara (Wedding Diamonds), Hera (Daily Wear Diamonds), Rang (Precious Stones Jewellery), and the recently launched Lila

(Coloured Stones and Diamond Jewellery).

About Kalyan Jewellers

Headquartered in Thrissur in the state of Kerala, Kalyan Jewellers is one of the largest jewellery retailers in India with a presence in the Middle East.

The company has enjoyed a long-standing presence in the Indian market for nearly three decades and has set industry benchmarks in quality, transparency, pricing and innovation. Kalyan Jewellers has over 310 showrooms across India and the Middle East.

For more information on the brand, its collections and offers, visit <https://www.kalyanjewellers.net/>

T&C Apply*

For additional information please contact: Purasawakkam, Millers Road, Kilpauk, Chennai. Customer Relationship No. 89399 35633.

C.S.I. EWART MATRICULATION HIGHER SECONDARY SCHOOL, CHENNAI – 84.
VALEDICTORY SERVICE - 2025

CSI Ewart Matriculation Higher Secondary School, Purasaiwalkam, Chennai -84 held Valedictory Service for Std.V boys, Std. X and Std. XII students on 01.02.2025. **Dr. Alfred Devaprasad**, CEO & Correspondent of Christwood School, delivered the Valedictory Address. **Mrs. Anuradha Bhaskar**, Infosys did the Intercessory Prayer. **Rev. Stephen Samuel**, North Area Chairman of Madras Diocese, Finance Officer **Mr. Rajendra Kumar**, Correspondent **Mrs. Rachel Joseph** and Principal in charge **Mrs. June Thomas** also addressed the students. Three students representing Std. V boys, Std. X and Std. XII students gave Valedictory Speeches. The core values such as love, service, and integrity were stressed, and students were asked to give back to society in terms of service.

YOUR CHILD DESERVES THE BEST EDUCATION
ADMISSIONS ARE IN PROGRESS FOR THE ACADEMIC YEAR 2025 – 2026
For Further details contact: 9176100023



VELAMMAL NEXUS

CONGRATULATES

416 VELAMMALIANS (PLAYERS)

FOR REPRESENTING **INDIA AND TAMIL NADU**
IN VARIOUS DISCIPLINES OF SPORTS FOR THE YEAR 2024 (JUNE - DECEMBER)

VELAMMAL ALSO FEELS PROUD TO HONOUR THE
PHYSICAL EDUCATION TEACHERS WITH **5 CARS** AND A
CASH PRIZE OF **₹15 LAKHS** FOR PRODUCING PLAYERS AT
INTERNATIONAL, NATIONAL AND STATE LEVELS



🏆 **416 PLAYERS** WERE HONoured WITH **SPORTS SCHOLARSHIP**
WORTH **₹2.55 CRORES** FOR THE YEAR 2025-26

🏆 **VELAMMAL HONoured** THE SPORTS ACHIEVERS FOR
REPRESENTING TAMIL NADU IN VARIOUS NATIONAL GAMES
WITH **AIRFARE** WORTH **₹30 LAKHS**

☎ +91 73583 90408

www.velammalnexus.com

follow us: [f](#) [x](#) [@](#) [v](#)

K.S. Chithra’s Grand Live Concert in Chennai on February 8

R e n o w n e d playback singer K.S. Chithra, fondly known as “Chinnakuyil Chithra,” is set to enthrall fans with a spectacular live concert titled “Timeless Melodies of a Lifetime: K.S. Chithra Live in Concert” on February 8, at YMCA Grounds, Nandanam, Chennai. Organized by E Lounge Events and Noise & Grains, with support from Canara Bank, this event celebrates Chithra’s illustrious 47-year career in music, during which she has sung over 20,000 songs across languages. Speaking at a press meet, the organizers expressed their honor in hosting this tribute to a legendary artist whose songs have touched hearts worldwide. The concert will feature Chithra performing alongside talented singers like Madhu Balakrishnan, Sathya

Prakash, Disha Prakash, and Roopa Revathi. The three-hour event promises a selection of popular tracks cherished by fans across generations. Tickets for the event are available on platforms such as Insider.in and BookMyShow. Don’t miss this musical extravaganza celebrating one of India’s most beloved voices.

Rajabheema – Review



Rajabheema, a Tamil action-drama, tells a poignant and heartwarming story of the bond between a young boy, Raja, and an elephant named Bheema. Their deep connection and shared journey to protect elephants from poachers form the emotional core of the film.

However, their peaceful existence is shattered when a corrupt minister learns of a prophecy that the sacrifice of a specific elephant will grant him power. Bheema is stolen and drugged, leading Raja on a relentless quest to rescue his beloved friend and prevent a sinister ritual from taking place.

The film’s standout feature is its portrayal of the human-elephant relationship,

which is both tender and impactful. The moments of affection and loyalty between Raja and Bheema are emotionally charged and evoke genuine compassion, underscoring the importance of protecting these magnificent creatures. The filmmakers succeed in making the bond between the boy and the elephant the heart of the narrative, which is touching for the audience, especially animal lovers.

W h i l e Rajabheema benefits from its heartwarming storyline, the film occasionally stumbles with predictable elements such as slow-motion action scenes and a clichéd romantic subplot. These interruptions, however, do not detract

significantly from the core message of the film or its emotional depth. The movie stays grounded in its primary theme, offering a coherent and engaging narrative from start to finish.

C h a r a c t e r development may feel a bit familiar, yet the film manages to keep things engaging with solid performances. Arav’s portrayal of Raja brings sincerity and emotional resonance to the role, and his chemistry with Bheema is the film’s emotional anchor. KS Ravikumar, as the antagonist M a n d r a n a y a g a m , delivers a convincing performance as a superstitious, power-hungry figure. The supporting cast, including comedian Yogi Babu, adds variety to the film, though their roles are largely underused.

The women’s roles, while secondary, don’t detract from the film’s central focus on the human-animal relationship. In fact, it’s clear that Rajabheema is more concerned with highlighting Raja’s journey alongside his animal companion rather than developing side stories.

Sivakarthikeyan’s 25th film titled Parasakthi; Teaser unveiled



The much-anticipated 25th film of Sivakarthikeyan has been officially titled Parasakthi, as revealed in a teaser released on Wednesday. Directed by Sudha Kongara and co-written by Sudha along with Arjun Nadesan, the film promises to be an intense drama with a gripping narrative.

Parasakthi features Sivakarthikeyan in the lead, alongside Sreeleela, who makes her Tamil debut, as

well as Ravi Mohan and Atharvaa in pivotal roles. The screenplay is further enriched with contributions from Ganeshaa, while Madhan Karky and Shan Karuppusamy have penned additional dialogues.

The teaser suggests that the film revolves around student politics in old Madras, with a significant period portion involving Sreeleela and Atharvaa. Ravi Mohan appears

to play a character with an unresolved vendetta against Sivakarthikeyan’s role, as one scene dramatically depicts him using a picture of Sivakarthikeyan’s character for target practice.

The film began production in December last year under the working title SK25. Backed by Aakash Baskaran under the banner of Dawn Pictures, Parasakthi boasts a stellar technical crew, including music composer GV Prakash Kumar, cinematographer Ravi K Chandran, editor Sathish Suriya, and action choreographer Supreme Sundar. While the teaser has generated significant excitement, the makers have yet to announce the official release date.

For Advertisement Contact :
97104 52204 / 2661 3111 / 4551 8154
www.purasaitimes.com

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

The circulation of 82,000 copies of Purasai Times is done on every Sunday

ADVERTISEMENT RATES

COLOUR		BLACK AND WHITE	
One Sq.Cm	: ₹ 65	One Sq.Cm	: ₹ 45
Full Page	: ₹ 58,500	Full Page	: ₹ 40,500
Half Page	: ₹ 29,250	Half Page	: ₹ 20,250
Quarter Page	: ₹ 14,265	Quarter Page	: ₹ 10,125
Size 10 x 2	: ₹ 5,200	Size 10 x 2	: ₹ 3,600
Size 5 x 2	: ₹ 2,600	Size 5 x 2	: ₹ 1,800

Front Page	Sq.Cm	₹ 100/-
Back Page	Sq.Cm	₹ 75/-
Inside Page	Sq.Cm	₹ 65/-
Third Page	Sq.Cm	₹ 70/-
Black & White Page	Sq.Cm	₹ 50/-

GST 5% Extra

Classified Rs. 500 Upto 20 words, Extra Addl. Per Word Rs.20/-

OUR CONTACT ADDRESS

Purasai Times

33, Mookathal Street, Purasawalkam, Chennai - 600 007. (Near CSI Church)

Dial: 4551 8154 / 2661 3111

Mob: 98409 37727 / 98409 37717 / 98409 37719

E-mail : purasait@gmail.com

FOR COMPLAINT OR IRREGULAR SUPPLY OF PAPER

CALL :

97104 52204

PHOTO COMPLAINTS MAY BE SENT THROUGH

☎ WHATSAPP :

97104 52204

CUT-OFF TIME FOR CLASSIFIEDS ON FRIDAYS IS 9.30-11.30 a.m.

Rental / Wanted and other For More Advertisements Please refer Classified Bazaar.



WEAR MASK
STAY HOME STAY SAFE

Advertise on Business Offers, Rentals, Buying & Selling of Houses, Flats, Plots, by spending only Rs. 500/- through “CLASSIFIEDS”.

(Rs. 500/- for the first 20 words and Rs. 20/- for every additional word)

Cut-off time for Classifieds on Friday from 9.30 a.m. to 11.30 a.m.

Advertise in

PURASAI TIMES CLASSIFIEDS

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS are accepted at your Doorstep (Service Charges Rs.50) # 33, Mookathal Street, (Next to CSI Church), Purasawalkam, Ch-7. Ph : 2661 3111, 98409 37719. 97104 52204

CLASSIFIED BAZAAR

BUYING & SERVICE

• **Good Price,** We Buy Old Lcd, Led Audios, Computer, Ups Battery A/C etc., service also undertaken. Contact: S.K ASSOCIATES - 9 4 4 4 1 4 9 3 3 5 , 8428880834.

• **Old TV LED,** LCD, Computer, Monitor, UPS, Invertor, Batteries, Heater, Generator, Laptop, Fridge, A/C, Hi Fi MusicSystem, Furnitures and all scrapes. Ct: 8 7 5 4 4 0 2 1 9 9 / 81898 02989.

PEST CONTROL

• Termite Control Bed Bugs Control Cockroach Control, Quality service. Contact: 97104 52204 / 98409 37727.

COMMERICAL RENTAL

• **PURASAIWAKKAM,** 100 sq.ft., shop for rent in purasaiwakkam, opp. street to saravana stores, contact : 9841366278.

• **EGMORE CISIONS,** area 500 sq.ft. 25k (R) + maintenance, contact : 9840104060. Brk Excuse, 10 am to 5 pm - any days.

RENTAL

• **KILPAUK,** 2 BHK, 700 sq.ft. near ESI Hospital, 24 hrs water, seperate EB, Contact : 98841 12188, 93810 22945.

• **KELLYS,** Three 2 bedrooms flats in ground & 2nd floor, kellys road, 2 wheeler parking, separate T.N.E.B Meter, Near schools, contact: 99529 19465.

• **KELLYS,** Two bedrooms flat in 2nd floor at kellys road & two bedrooms portion in 2nd floor at abirami street, near schools, 2 wheeler parking, contact: 99529 19465.

SALE

• **PURASAIWAKKAM,** 3000 sq. ft. near perambur railway station old house sale contact 9840091981.

• **THIRUMULLAI VOYAL,** 3349 sq.ft, Thirumullaivoyal, Rs. 1500 per sq.ft. Ct: AKG 9840091981.

• **PURASAIWAKKAM,** near spr city, built up, chargeable-1853(1600 built up, 510 sq.ft pvt terrace), 4th flr, UDS-803sq.ft, 2 car parks, 8yrs old. Rs.1.90cr(Nego) only veg. Ct: 9840091981.

ADMISSION OPEN

• **VELAMMAL NEXUS** Admission open 2025-26 Contact 7358 390 408 w w w . velammalnexus.com.

• **C.S.I EWART GLOBAL SCHOOL** Aadmission open application forms from Pre-KG to Grade VIII for the year 2025 - 2026 are issued. Contact : 9655793951, 0 4 4 - 2 9 5 5 0 9 5 1 .

C3 FITNESS

• Start your fitness today at vepery - 98840 97333 , 98843 96333/ kilpauk - 9 1 7 6 8 9 9 3 3 3 , 9 1 7 6 8 4 4 3 3 3 .

CHENNAI NOBLE HOSPITAL

• Sucessfully turned 35 years, No.44, 4, Audiappa St, near Lauders Gate, P u r a s a i w a k k a m , Chennai - 600084. Phone: 044- 4 0 0 4 2 2 2 2 .

வீடு வாடகைக்கு

அடித்தளம், 1 பெட்ரூம் குடோன் / டீப்சுலர் வாடகைக்கு உள்ளது 2வது சன்னியாசிபுரம் கீழ்ப்பாக்கம், சென்னை-600 010. தீபம் கண் மருத்துவமனை அருகில்.

Ct: 94441 90501

ONE FOOT BALL CLUB

• Learn professional foot ball @ Kootam turf No: 128, Norton essbee tower, Bricklin road, Purasaiwalkam, Chennai-600 007. Ct: 9884573421.

HOME TUITION

• STATE BOARD ALL SUBJECT STD VI TO XII, CBSE BOARD, MATHS STD VI TO X. CT: 98846 27523 / 86108 11618.

Love without condition

Learn to love without condition.

Talk without any bad intention.

Donate without any reason and reservation.

And most of all, Care for others without any expectations.

Happiness is not measured by the amount of money you have. It is measured by the wonderful people you have in your life.

Health Benefits of Eating Ice Cream

It Is Loaded With Vitamins and Minerals, It Gives You Energy, It Helps Boost Your Immunity, It Helps in Stimulating Your Brain, It Helps in Strengthening Your Bones, It Makes You Happier, It Increases Your Libido, It Prevents Breast Cancer, It Helps You Lose Weight, It Improves Your Fertility.

NEW FLATS FOR SALE 2 BHK LUXURY FLATS

CHINDADRI PET
(Swaminaickan Street)
935 sqft, 1082 sqft 1097 sqft
(In 1st floor and 2nd floor)
No brokers please

CALL 98840 32003

Disclaimer

The news and views published in articles and advertisements are fed by different people and advertisers for which the Publisher is not held responsible. Customers are requested to verify themselves well before purchase of goods and utilization of the services offered.

-Editor

SANRAC REAL-ESTATE

FLAT 3 BHK FOR SALE IN PURASAWALKAM AND CHOOLAI
RS.1.20 CRS.

98840 44472

RESALE OF FLAT

SHENOY NAGAR, GAJAPATHY STREET, III rd FLOOR, 890 Sq.ft., No Lift.

Contact: 94444 00092

THANKS GIVING

May the Sacred Heart of Jesus Be loved adored and glorified throughout the whole world now and forever. Amen

THIS BOX COST Rs.700/-

VISIT OUR WEBSITE :

WWW.PURA-SAITIMES.COM
FOR OUR CURRENT ISSUE.

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS

Rental, Sale, Real Estate, Tuitions, Wanted, etc., Rs. 500/- for 20 words only

Also accepted at your Doorstep

(Service Charges Rs.50/- Extra)

All Credit & Debit Cards are also accepted

Praise the Lord

AKG REAL ESTATE
BUYING / SELLING & RENTALS



SALE

- PERIYAR NAGAR, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr.
- VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor.
- GKM COLONY, NEAR LOCO 1200 sq.ft. Ground 1st & 2nd floor, Rs.2.10 Cr.
- KOLATHUR, 2 BHK, 888 sq.ft. Rs. 62 lakhs
- KILPAUK, Near Ormes Road, Duplex House, 1385 sq.ft. buildup area, UDS 765 sq.ft. and 1380 sq.ft. UDS 760 sq.ft. Rs. 2.20 Cr.

Cell : 98400 91981

Beautiful painting @ Hostel wall



In Madras veterinary college hostel wall fully cover up with the beautiful paintings. Those who are passing that place, watching and grateful to the eyes for seen that painting.

Tree Branches over Electric Cables



In VP Colony, North Street of Ayanavaram, broken

tree branches is found lying over the Electric pole and cables. This might lead to hazardous situations that might precipitate serious mishaps. During rainy days, the situation could be further aggravated as it might lead to increase dangers of electrocution. With the frequency of children and old people in the vicinity, the EB has to take the necessary precautions and steps at the earliest.

ONE

FOOT BALL CLUB

Every Kick Counts

- LEARN PROFESSIONAL FOOT BALL
- DEVELOP YOUR SKILL AND TECHNIQUES
- GET A CHANCE TO PLAY MANY PRACTICE, MATCHES AND TOURNAMENTS
- WE WILL SUPPORT OUR CLUB PLAYERS TO PLAY IN LEAGUES AND DISTRICT MATCHES
- WE WILL PROGRESS YOU INTO YOUR DREAM
- TO BE A BETTER PLAYER
- OUR FOOTBALL CLUB HAVE ALL LICENSED COACHES

CONTACT
ONE FOOT BALL CLUB
9884573421

AGE LIMITS
5YRS TO 16YRS

VENUE
KOOTAMTURF
128, NORTON ESSBEE TOWER
BRICKLIN ROAD,
PURASAIWALKAM
CHENNAI-600007

TIMING
5PM-6PM(MON-FRI)
5PM-6PM(SAT-SUN)

Dog chasings in Ayanavaram



Incidents of dogs chasing the vehicles are increasing day by day in the vicinity of Ayanavaram. Frequent episodes of dogs chasing the vehicle commuters are found happening in the area. This could lead to accidents endangering both the dog and the people's life, putting at stake. The corporation should take necessary steps in this regard.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

EASY TRAVELS

Not Call Taxi

Minimum 5 Hours

INNOVA, INNOVA CRYSTA & MINI BUS (21 Seater)

Available for Local, Marriages, Airport, Outstation etc.

21 seater A/c & Non A/c **Local Minimum 5 hours 50 Kms**
Outstation 250 Kms Coverage Per Day

Contact : 98409 37727