

EASY TRAVELS



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

Mob: 98409 37727

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

EASY TRAVELS



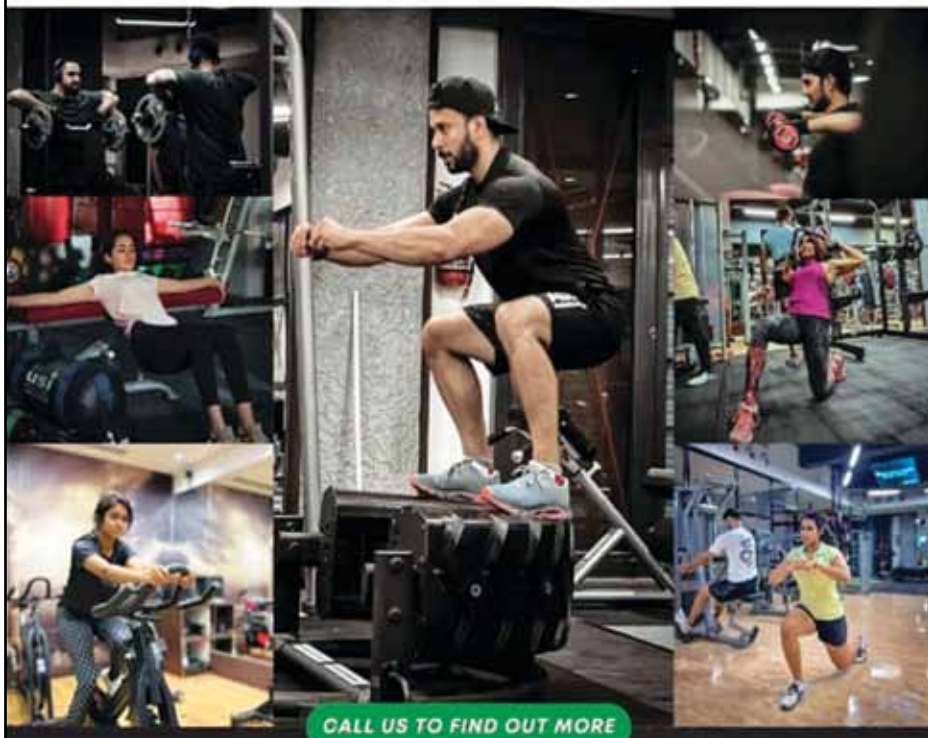
INNOVA, INNOVA CRYSTA & EICHER
Available for Local, Marriages, Airport, and Outstation.

Mob: 98409 37727

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR
VOL. XXXII NO. 11 2026 JUL 05 - JUL 11 **1580th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

Follow us now

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



CALL US TO FIND OUT MORE

Vepery

11, Ritherdon Rd, Vepery, Purasaiwakkam, Chennai, Tamil Nadu 600007
9884097333 ; 9884396333

Kilpauk

No : 17, Lakshmi Street, New Avadi Rd, Kilpauk, Chennai, Tamil Nadu 600010
9176899333 ; 9176844333

GCC to hold special property tax collection camps from today

The Greater Chennai Corporation has announced that it will conduct special property tax collection camps across the city from July 3 to July 17, aiming to facilitate convenient payment of outstanding dues by property owners. According to an official release, the camps will be organised at all zonal and ward offices of the Corporation and will function daily from 8:00 a.m. to 6:00 p.m. Residents can visit their respective local offices during this period to

பழைய பட்டுப்புடவை
வெள்ளி ஜரிகை காஞ்சிபுரம் மில் விலைக்கு வாங்கப்படும்

WE BUY OLD KANCHIPURAM SILK SAREES, OLD PATTU SAREES, MYSORE SILKS, BUYERS

உடனடியாக பணம் தரப்படும்

SPOT CASH FREE DOORSTEP

9940558189 / 90473 96984

OLD SILK PATTU SAREE BUYERS
9 PURASAIWAKKAM / ANNANAGAR

clear pending property tax without delay.

The civic body emphasised that property tax remains its primary source of revenue, which is crucial for maintaining essential urban infrastructure and public services in Chennai. These include solid waste management, street lighting, maintenance of roads and parks, as well as public health initiatives and disease

prevention programmes.

The Corporation has urged property owners to make use of this opportunity to settle their dues promptly, warning that delayed payments could attract penalties and possible legal action. Civic authorities reiterated that timely tax contributions play a key role in sustaining and improving urban services across the city.

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

The Greater Chennai Corporation - Raghavendra Herbal Park in Choolai



The sports and exercise equipment at the Raghavendra Herbal Park in Choolai is damaged and is unusable by the public. Every morning and evening, children play, while adults have difficulty walking and exercising. More than 100 people walk and exercise in the park every day. Therefore, the public is requesting the Corporation officials to repair this equipment.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ZAHOOR BIRIYANI

BIRIYANI FOOD FESTIVAL

EAT MORE, ENJOY MORE!

MUTTON BIRIYANI ₹399/-

CHICKEN BIRIYANI ₹249/-

RICE UNLIMITED

DATE: 05-07-2026

TIME: 11.00 - 4.00 p.m.

PLACE: @Tana Street, Halai Memoon Marriage Hall

MENU:

Welcome Juice, Chicken Biryani, Brinjal, Onion, Bread halwa, Chicken 65, Ice Cream, Beeda, Water Bottle, *Rice Unlimited

9500005123 / 98405 40457

COME HUNGRY, LEAVE HAPPY!

Taste the Tradition, Love the Biryani!

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 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.

• 360 Degree pest services Termite, cockroach, Rodent, General Disinfestation. Ct: 98840 96133 / 80727 27089.

RENTAL

• **PURASAIWAKKAM,** Mookathal Street, 1000 sq.ft., 1st floor, Hall, 1 room, attached bathroom. for commercial purpose. Ct: 98409 72178.

• **PURASAIWAKKAM,** 3 BHK ground floor available from August @ Audiappa street - Puruswalkkam - Semi furnished - Rent 33000/- Negotiable - Brokers please excuse. Contact 9840249347

• **PURASAIWAKKAM,** No.28, Vaikakaran street, Purasaiwakkam, Chennai - 7. 1st floor, 2 bhk, with lift, 2 wheeler parking, 3 phase current, Rent Rs.18,000/- Ct : 99625 25259 / 88254 77720.

SALE

• **KILPAUK/KELLYS,** Indep. House, 1.5 Gr., 2800 Sft, Prime Loc, Quiet Area, Nr. Schls, Hosp, Clr Title. 9940362768.

• **KILPAUK,** property with building size 53 x 102 south facing 40 feet road for sale contact 99 520 86799.

• **ANNA NAGAR,** Commercial Anna Nagar showroom for rent ground floor 1650 square feet can be divided 22 feet front page 5th Avenue suitable for showroom only not for food business contact 98 40 265610.

• **PERIYAR NAGAR,** 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr. Ct: AKG 9 8 4 0 0 9 1 9 8 1 .

• **THIRUVALLUR DISTRICT,** near pondi arei, Mango tree farm, 35acr., peracr40 lakhs. Ct: AKG 9840091981.

• **THIRU.V.KA NAGAR,** near bus stand, 2BHK, 980 Sq.ft. Sale. Rs.63 lakhs Ct: AKG 9840091981.

• **VILLIVAKKAM,** 2700 square feet individual building with car parking rending every month rupees 80000 site at Villivakkam MTH road near mahesh restaurant behind ground 3 portions 1st floor 5 portions 2nd floor 2 portions rental going they are looking for sale per square feet 11k. 16 feet road south facing 80x26, Ct: AKG 9840091981.

• **VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor, Rs. 1.40 cr. Ct: AKG 9840091981.**

FLATS FOR RENT

• **ANNA NAGAR,** 3 bedroom flat two bedrooms flat at welcome colony near thirumangalam junction contact 89 39 6 5 0449.

LEASE

• **KORATTUR, K O R A T T U R ,** Madhanakuppam, near Ambattur, Lease Rs.12 lakhs, Ct: AKG 98400 91981.

PLOT FOR SALE

PERAMBUR JAMALIA, Hyder Garden 4th Street, 2 Ground, 4400 sq.ft, frontage 40 sq.ft, Rate Rs. 6.30cr. Negotiable

98409 37727

RESALE FLAT

• **AYANAVARAM,** 2 BHK, 2 Baths, Pooja Room, 860 Sqft . 1St Floor North Facing, 30 Feet Road, Two Wheeler Park Only, Near Kilpauk Water Tank, And East Anna Nagar Price 70 Lakhs. Cell : 8838502742, 9 8 4 0 3 5 9 9 3 7 .

PLOT FOR SALE

• **Perambur Jamalia,** Hyder Garden, 4th Street, 2 Ground, 4400 sq.ft, frontage 40 sq.ft, Rate Rs. 6.30cr. Negotiable Ct: 9840937727.

WANTED

• Experienced Driver to Drive Innova Crysta for Travels in Purasawalkam. Ct: 98409 37727.

• PGT (TAMIL), Primary Teacher for a School in Vepery, Contact : 9840133209.

BEAUTY PARLOR FOR SALE

• **PURASAIWAKKAM,** Beauty touch Running Ladies parlor for sale in Kilpauk, Next to Deepam eye hospital. Chennai-10 on road. Fully equipped. Since2000 Sqft 200, Rent Rs. 20000, EB card Advance Rs. 2.50000, Renovated. Other details ct: 7 9 0 4 0 6 3 2 3 4 .

CATERING

• Sri kamachi catering high class pure vegetarian a to z marriage contractor minimum orders 25 nos contact 9382646886.

TUITION

Home Tuition for MATHS & SCIENCE 9th to 12th, All Boards, 34 years experienced, PG Teacher

L. PADMANABHAN, M.Sc., B.Ed., MBA 97899 42927 87783 42055

LEASE

KORATTUR, Madhanakuppam, near Ambattur, Lease Rs.12 lakhs

98400 91981

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

FLAT FOR SALE

NORTH TOWN TOWER 27 -302, PERAMBUR, 2 BHK SEMI FURNISHED 1040 SQ.FT. UDS 370 COVERED CAR PARKING (OPP) SPR CITY

94454 36660 94441 66661

RENTAL

PURASAWALKAM TANA STREET, Main Road, 2000 Sq.ft., 2nd FLOOR, WITH LIFT, CCTV, SECURITY IDEAL FOR BANK, INSURENCE, SOFTWARE BACK OFFICE ETC. INTERESTED CONTACT (Negotiable)

94454 30887

ஆட்கள் தேவை

மொத்த மற்றும் சில்லறை விற்பனை செய்யும் பாத்திர கடைக்கு கம்ப்யூட்டர் பில் போட ஆட்கள் தேவை. 10th to Any degree. Time 10am to 8.30pm. சென்னை - 600 003. (சென்ட்ரல் ரயில் நிலையம் அருகில்)

94450 99999

THIS BOX COST Rs.700/-

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, Rs. 1.40 cr.**
- **Thiruvallur District, near pondi arei, Mango tree farm, 35 acr., per acr 40 lakhs.**
- **Thiru.V.Ka Nagar, near bus stand, 2BHK, 980 Sq.ft. Sale. Rs.63 lakhs**
- **KORATTUR, Madhanakuppam, near Ambattur, Lease Rs.12 lakhs**

Cell : 98400 91981

MTC invites applications for ITI automobile course



The Metropolitan Transport Corporation (MTC) has invited applications for admission to its Industrial Training Institute (ITI) for the 2026-27 academic year. Eligible candidates who have passed Class 10 can apply for the Automobile (Motor Vehicle - MMV) trade, a two-year

training programme. Students admitted through the government counselling process will be exempted from paying tuition fees. The training will be conducted at the MTC ITI in Gandhi Nagar, Chromepet. Upon successful completion of the course, candidates will have the opportunity to undergo ACT Apprentice training at MTC. Interested applicants can apply through the official MTC website or contact the institute for further details.

ஸ்ரீ அருள்மிகு வரதராஜ பெருமான் திருக்கோவில் அஷ்டபந்தன மகா கும்பாபிஷேகம்



அருள்மிகு ஸ்ரீ பெருந்தேவி தாயார் சமேத ஸ்ரீ வரதராஜ பெருமான் திருக்கோவில் அஷ்டபந்தன மகா கும்பாபிஷேகம் பெருமானின் அருளாலும், புரணை வாழ் பக்தர்களின் ஒத்துழைப்பாலும், கெடையாளிகளின் காரிய உதவியினாலும் அரசாங்கத்தின் (போலீஸ், தீயணைப்பு, மின்சாரம்) பக்க பலத்தாலும், பல்லாயிரம் பக்த கோடிகள் முன்னிலையில் வைகாணச ஆச்சாரியர்களின் வேத மந்திர ஒதுதலுடன் 24.06.2026 அன்று காலை 7.00 மணிக்கு இனிதே நடைபெற்றது. அன்று மாலை ஸ்ரீவரதராஜ பெருமான் திருவீதி புறப்படும் நன்றே அமைந்தது. இத்தருணத்தில் இத்திருப்பணிக்காக எங்களுக்கு வழிகாட்டி உதவிக்காரம் நீட்டியும், ஆதரித்தும் உதவிய திரு. கங்காதரன் (புரம்பரை

அறுங்காவலர் வெள்ளாளத் தெரு, அருள்மிகு ஸ்ரீனிவாச பெருமான் திருக்கோவில்) திரு. கோபிநாத் (அறுங்காவலர் புரணை கங்காதீஸ்வரர் கோவில்) மற்றும் திரு.சுவண்ணன் (புரம்பரை அறுங்காவலர் அருள்மிகு சோலையம்மன் கோவில்) ஆகியவர்களுக்கு எங்கள் நன்றி உரித்தாகும். மேலும் இத்திருப்பணிக்கு கெடையாளிகளான காலஞ்சென்ற திரு.ரி.ஏழமலைச்செட்டியார் குடும்பத்தினருக்கும், திரு.ச.சம்பந்தம்செட்டி (SSC Group) குழுமத்தினருக்கும், கும்மிடிப்பூண்டி திரு.அருள் குடும்பத்தினருக்கும், சிங்கப்பூர், அமெரிக்கா வாழ் NRI சகோதரர்களுக்கும் எங்கள் நன்றி உரித்தாகும். முக்கியமாக எங்கள் திருக்கோவில் ராஜகோபுரம் விமானங்கள் பணிகளை

செவ்வனே செய்துமுடித்த ஸ்தபதிகள் திரு.துரைராஜ், திரு.வினாயகமூர்த்தி அவர்களுக்கும், ஓளிவிளக்குகள் (LED) அளித்து அவற்றைப் பொருத்த ஆலோசனை வழங்கிய திரு.ஹரி மற்றும் திரு.கண்ணன் ஹரி அவர்களுக்கும் மிக்க நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். எங்கள் திருக்கோவில் ஸ்தானிகர் பட்டாச்சாரியார் திரு.ராஜேஷ் ஐயர் அவர்களுக்கும், திரு.சுந்தரராஜ பட்டாச்சாரியார், திரு.பாலாஜி பட்டாச்சாரியார் அவர்களுக்கும் நன்றியை தெரிவித்துக்கொள்கிறோம். கடைசியாக எங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கும், சொந்த பந்தங்களுக்கும் நன்றிகூறி பெருமானின் அனுக்கிரஹம் அனைவருக்கும் நிலைக்க வேண்டுகிறோம்.

After 7-month gap, Tamil Nadu to issue ration cards; 3 lakh to benefit

The State government will resume the issuance of new ration cards next week, after a nearly seven-month suspension from December 16 owing to the Assembly election. The government has since received nearly six lakh applications, of which three lakh have been identified for the first phase of distribution.

Chief Minister C Joseph Vijay will launch the exercise from Perambur, his assembly constituency, where he will also inaugurate a series of government facilities and welfare initiatives. The ration card distribution will commence simultaneously across the State. Eligible applicants will receive their family cards in

phases, said a Senior Food and Civil Supplies Department official.

While about 21,000 applications received till March have been rejected, verification of the remaining applications has yet to begin. Officials said the distribution will be expanded in phases until all eligible beneficiaries receive their new ration cards.

VISIT OUR WEBSITE : WWW.PURASAITIMES.COM FOR OUR CURRENT ISSUE.

PLACEMENT ASSURED
WANT TO BECOME A TEACHER?
Enroll immediately **INDIA / ABROAD**
(Govt. Registered & Member in IMS, USA)
ATTN : HOUSEWIVES / STUDENTS / WORKING TEACHERS
Globally accepted Job oriented Montessori Kindergarten & Nursery Teachers Training Diploma / PG Diploma Courses
Admissions open. Limited seats.
Flexible Timings
Eminent Faculties
Contact : Dr. P. JAYALAKSHMI, Correspondent
SSV Montessori Kindergarten & Nursery Teacher's Training Society (Regd. under TN Societies Act)
Rajaram Complex, 1st Floor AP 826, G Block, 11th Main Road (Adj. EB Office), Anna Nagar
Chennai 600 040. Phone: 94441 70190 / 93443 15871. ssvtrainingcentre@yahoo.co.in

TN sanctions Rs.300 cr for free Pongal dhoti, saree scheme

The Tamil Nadu Government has sanctioned rs.300 crore as the first instalment for the annual free Pongal dhoti and saree distribution scheme ahead of the Pongal. According to a Government Order issued by the Handlooms Handicrafts and Textiles Department, the funds will be utilised for the production and procurement of dhotis and sarees to be distributed to eligible rice ration card holders across the State. The government has emphasised that the scheme will largely benefit the traditional weaving sector, with dhotis and sarees primarily procured from cooperative handloom weavers' societies. Any additional requirement will be met through

cooperative powerloom societies, ensuring wider support to textile workers. The Directorate of Handlooms has been entrusted with identifying agencies and supervising production. After production, the materials will be transported to warehouses of the Tamil Nadu Civil Supplies Corporation and distributed through the Public Distribution System (PDS) network of fair price shops. To ensure transparency and prevent duplication, the government has mandated biometric authentication during distribution. For beneficiaries who are unable to use fingerprint verification, alternative methods such as iris authentication and other approved systems will be provided.

A state-level monitoring committee comprising the Commissioner of Revenue Administration, the Commissioner of Civil Supplies and Consumer Protection, and the Director of Handlooms and Textiles has been constituted to oversee procurement, storage, logistics and distribution. The panel will ensure that the scheme is implemented efficiently and that supplies reach beneficiaries well before the festival. The scheme, implemented annually, is one of the State's key welfare initiatives aimed at supporting economically weaker sections while also sustaining the livelihoods of handloom weavers and workers in the textile sector.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

Over 25K new students admitted to Corporation schools this academic year



The Greater Chennai Corporation (GCC) has admitted 25,840 new students to its schools so far in the current academic year, with admissions continuing across Chennai. More than 1.11 lakh students are studying in 417 GCC-run schools, comprising 35 higher secondary schools, 206 secondary schools, 46 high schools and 130 middle and primary schools. The civic body said it had strengthened

infrastructure in its schools to provide a better learning environment. Facilities included new school buildings, smart classrooms, computer laboratories, science laboratories, colourful classroom furniture, playgrounds, drinking water and sanitation facilities. Officials at the GCC said that several student welfare initiatives were also being implemented. These included

scholarships for students securing high marks in classes 10 and 12 board examinations, financial assistance for students from Corporation schools pursuing higher education, educational tours to science and historical destinations, the Chief Minister's Breakfast Scheme, nutritious evening snacks with pulses for students attending special coaching classes, incentives to encourage 100% attendance, sports equipment and improved sports infrastructure in all schools, and installation of CCTV cameras to enhance student safety. "These initiatives are aimed at improving the quality of education and encouraging higher enrolment and retention in its schools

ஜஹூர் பிரியாணி மாபெரும் உணவுத் திருவிழா!



பிரியாணி என்றாலே நாவில் கவை ஊறும், புரசைவாக்கம் உணவுப் பிரியர்களுக்கு ஒரு அட்டகாசமான செய்தி! ஜஹூர் பிரியாணி குழுவும், சென்னை புரசைவாக்கம் பகுதியில் ஒரு பிரம்மாண்டமான பிரியாணி உணவுத் திருவிழாவிற்கு ஏற்பாடு செய்துள்ளது. "நிறைய சாப்பிடுங்கள், மகிழ்ச்சியாக இருங்கள்" (Eat More, Enjoy More!) என்ற தாரக மந்திரத்துடன் இந்த விழா நடைபெறவிருக்கிறது. விழாவின் முக்கிய அம்சங்கள் மற்றும் கட்டணம்: இந்த உணவுத் திருவிழாவில் இரண்டு விதமான பிரதான பிரியாணி கம்போக்கள் (Combos) அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளன. மிக முக்கியமாக, இதில் அன்லிமிட்டெட் ரைஸ் வழங்கப்படுகிறது! மட்டன் பிரியாணி கம்போ: ரூ.399/- மட்டுமே. சிக்கன் பிரியாணி கம்போ: ரூ.249/- மட்டுமே. முழுமையான உணவுப் பட்டியல்: நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்கும் பிரியாணியுடன் சேர்த்து, பின்வரும் அனைத்து உணவுகளும் உங்களுக்கு விருந்தாகப் பரிமாறப்படும்: Welcome Juice, சிக்கன் 65, கவையான கத்தரிக்காய் தொக்கு, வெங்காய ராய்தா, பிறெட் அல்வா, ஜஸ்கிரீம், பீடா, தண்ணீர் பாட்டில் வழங்கப்படும். விழா நடைபெறும் நாள்: 05-07-2026, ஞாயிற்றுக்கிழமை, நேரம்: மதியம் 11.00 மணி முதல் மாலை 4.00 மணி வரை, இடம்: ஹலாய் மேமன் திருமண மண்டபம் (Halai Memon Marriage Hall), டானா தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை-84. "பசியோடு வாருங்கள், மகிழ்ச்சியோடு செல்லுங்கள்!" இந்த அரிய வாய்ப்பைத் தவறவிடாமல், உங்கள் குடும்பத்தினருடனும் நண்பர்களுடனும் வந்து பாரம்பரியமிகக் ஜஹூர் பிரியாணியின் கவையை ரசித்திடுங்கள்.

தொடர்புக்கு மற்றும் முன்பதிவிற்கு: ஜஹூர் பிரியாணி, No.10, டானா தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை-84. செல்: 9840317777 / 9500005123 / 9840540457. இன்ஸ்டாகிராமில் பின்தொடர்: @ZAHOOBIRIYANI

The Salvation Army Marks 161st Founders' Day in Chennai



The Salvation Army's 161st Founders' Day celebrations began at 8:00 a.m. today at the Territorial Headquarters, Chennai, with the Flag Hoisting by Commissioner Daniel Raju Dasari, Territorial Commander. The programme was

honoured by the presence of Shri. J. C. D. Prabhakar, Honourable Speaker of the Tamil Nadu Legislative Assembly, as the Chief Guest.

As part of the celebration, blankets and fruits were distributed to around

200 beneficiaries. The celebrations will continue this afternoon with the distribution of food packets to people in need on the streets of Chennai, reflecting The Salvation Army's ongoing commitment to serving the community.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

DID YOU KNOW??



Market and the Berkeley Bowl stock it.

Cherimoya

Cherimoya was one of the most popular new discoveries at our FruitCrawl. The fruit, native to South America is filled with a soft, custard-like white flesh that gives it the nickname "custard apple." I think it tastes like a combination of banana, pineapple, and bubblegum.

Where to find it: Latin American markets and well-stocked grocery stores. Here in the Bay Area, Mollie Stones Market sells it.



Feijoa (Pineapple Guava)

This fruit was another one of the most popular new discoveries at #Fruit Crawl. Feijoa is a small elliptical fruit with tart, slightly gritty flesh that you can scoop out with a spoon. It's native to Brazil, Paraguay, and Argentina.

Where to find it: Forage it, it's a common garden tree in California. I suspect some homeowners with pineapple guava trees don't know the fruit is edible! Also, look in well-stocked grocery stores and specialty food stores. Here in the Bay Area, Mollie Stones

Sour Plum

Sour plums are the same variety of summer-ripening plums that we know and love, picked in the spring when they are still sour and



green. They are a common season snack food in the Middle East, where they are enjoyed dipped in salt.

Where to find it: Middle Eastern grocery stores.

Kiwano (Horned Melon)

Kiwano is a beautiful and otherworldly-looking fruit that is native to Sub-Saharan Africa. The fruit has bright orange spiky skin filled with yellow and green seeds. The vibrant flesh tastes like lemony cucumber.

Where to find it: Well-stocked grocery stores and specialty food stores. Here in the Bay Area, Mollie Stones Market sells it.



Durian

Durian is a large, spiky fruit native to Southeast Asia. It's famous for its pungent aroma and savory smell that is sometimes described as fried onions. While foreigners often have a tough time stomaching the smell, it's much loved in many parts of Asia.

Vision for a Brighter Tomorrow



As part of Doctors' Day celebrations, Velammal Academy, Nolambur, Ch-95 organised a comprehensive Eye Screening Camp on 2 July 2026 for all students on the school campus. The Camp was conducted by Dr. T. Sivaprasanna (M.B.B.S., M.S. Ophthal., F.A.E.H. – Glaucoma).

CM Vijay to launch grievance App for Perambur residents

Vijay is set to launch a dedicated mobile application for residents of Perambur, aimed at improving the process of registering public grievances and civic complaints. The initiative comes as part of efforts to strengthen local governance and provide faster solutions to everyday issues faced by the public.

Through the proposed app, residents will be able to submit complaints, requests, and other civic concerns directly from their mobile devices. All submissions will be routed to the Chief Minister's Special Cell, ensuring that issues receive prompt attention from the concerned authorities. Officials have indicated that most complaints are expected to be resolved within three days, making the system more efficient than traditional grievance channels.

In addition to complaint registration, the platform will also allow users to submit service-related requests and access public service information separately. This is expected to improve communication between citizens and the government, while also enhancing transparency in the grievance redressal process. The application is expected to be launched soon by Chief Minister Vijay along with M. K. Anbazhagan. The move reflects the government's focus on digital solutions to address civic issues more effectively, especially in urban areas where quick response mechanisms are essential.

PLOT FOR SALE

**Perambur Jamalia,
Hyder Garden 4th Street,
2 Ground,
4400 sq.ft, frontage 40 sq.ft,
Rate Rs. 6.30cr. Negotiable**

Contact : 98409 37727

Young Leaders, Bright Futures



Velammal Academy, Nolambur proudly conducted its Investiture Ceremony 2026. The newly elected Prefectorial Board received their badges and took the oath of office in the inspiring presence of alumni and the School Toppers of Class X , Deepika and Vrishin.



DR. J. S. RAJKUMAR
CHAIRMAN & CHIEF SURGEON
LIFELINE GROUP OF HOSPITALS

LIFELINE[®]
MULTISPECIALITY HOSPITALS

LOVE YOUR LIVER



"The liver is the only organ that can rebuild itself—but even miracles have limits." Every second of every day, your liver is hard at work. It filters toxins, fuels your body with nutrients, helps digest food, fights infections, and even has the remarkable ability to regenerate itself. Yet, despite its incredible resilience, years of neglect can leave permanent scars.

The good news is that many liver diseases are preventable. Nourish your liver with wholesome foods, stay active, maintain a healthy weight, limit alcohol, stay hydrated, and never ignore routine health screenings.

Your liver never takes a day off –why should you ignore it?

"Your liver has been protecting you since the day you were born. Protect it in return. Because when your liver thrives, your entire body flourishes—and good health begins from within."

Liver cirrhosis is a condition where healthy liver tissue is gradually replaced by scar tissue, making it difficult for the liver to perform its vital functions. Common causes include fatty liver disease, excessive alcohol consumption, viral hepatitis, obesity, and uncontrolled diabetes. The most alarming part? It often develops silently, with symptoms appearing only when significant damage has already occurred.

Call: 9677 222 333 **47/3, New Avadi Road, Kilpauk.**



VELAMMAL IIT / NEET ACADEMY

MOGAPPAIR | MEL AYANAMBAKKAM | ANNEXURE | ALAPAKKAM | PARUTHIPATTU | MANGADU



MERIT SCHOLARSHIP FOR NEET REPEATERS

**CONCESSION BASED ON
CLASS XII BOARD MARK & NEET MARK 2026**

ELIGIBILITY	MATRIC / CBSE (Phy + Che + Bio)	NEET SCORE 2026
75 %	296 & ABOVE	500 & Above
60 %	293 - 295	470 - 499
40 %	287 - 292	445 - 469
25 %	280 - 286	400 - 444
10 %	270 - 279	350 - 399
NIL %	< 270	< 350

**NEET REPEATERS
COURSE 2026-27**
CLASSES COMMENCE FROM 02-07-2026

ONLINE APPLICATION AVAILABLE



HOSTEL FACILITY IS AVAILABLE
73583 90410
www.velammalnexus.com

Jailer 2 to hit screens on Oct 15



The much-anticipated sequel Jailer 2, starring Rajinikanth and directed by Nelson Dilipkumar, is set to hit theatres worldwide on October 15, 2026. The makers unveiled the release date through a special promo, sparking excitement among fans eager to see the superstar return in one of his most celebrated recent roles.

The teaser offers a glimpse into the film's tone, featuring Rajinikanth in a mysterious silhouette before revealing him walking with his trademark style, backed by a powerful score from Anirudh Ravichander. While the promo keeps the storyline under wraps, it builds anticipation for what promises to be a high-octane sequel.

The original Jailer (2023) marked the first collaboration between Rajinikanth and Nelson and went on to become one of the biggest Tamil blockbusters of the year. With a star-studded cast including Mohanlal and Shiva Rajkumar in cameo roles, and Vinayakan as the antagonist, the film received strong commercial success and fan acclaim.

Jailer 2 is produced by Sun Pictures, with cinematography by Vijay Kartik Kannan and editing by R. Nirmal. Meanwhile, Rajinikanth is also set to appear in Dharman, a major upcoming project alongside Kamal Haasan, further heightening expectations among cinema audiences.

Lakshmikanthan Kolai Vazhakku cleared with U/A certificate

The Central Board of Film Certification (CBFC) has cleared director Dayal Padmanabhan's eagerly awaited period crime drama 'Lakshmikanthan Kolai Vazhakku', featuring actor Vetri in the lead, for release with a U/A certificate. Taking to its X timeline to share the news, production house 2M Cinemas, which is producing the film, wrote, "We are delighted to announce that #LakshmiKanthan KolaiVazhakku has been certified 'U/A'. A period crime thriller, now ready to reach audiences of all ages. See you in theatres from July 10, 2026. Directed by @dayalpadmanabhan. Produced by @2mcinemas. & D Pictures. A @DarbukaSiva Musical." For the unaware, director Dayal Padmanabhan had clarified earlier that the story of his film will not have anything to do with the well known Lakshmikanthan murder case in which popular

film stars of that era were the suspects in the murder of a journalist called Lakshmikanthan. The director had clarified that his film was based on real life incidents that took place in 1972.

The director disclosed that the story of his film revolved around developments that had happened in the life of a prisoner on death row. "The couple of hours that he spends, revisiting his past, before going to the gallows is what the film's story is all about," Dayal Padmanabhan had said. The director, who completed shooting his film well ahead of the allotted time for the film, had said that the entire team had been incredibly supportive throughout this journey and that he felt truly blessed to have worked with them. 'Jiivi' fame Vetri plays Arivumathi in the film, while Rangaraj Pandey plays Sivanandham. Brigida will be seen as Mallika, while Saravanan will be seen as Sargunam.

Maaran plays Murthi in the film, alongside a roster of notable performers. Elevating these visuals to sublime heights is a masterful musical score by Darbuka Siva.

It may be recalled that the film's first look was launched by acclaimed filmmaker Vetrimaran, who had appreciated the team's conviction and sincerity after watching select visuals. Directed by Dayal Padmanabhan, Lakshmikanthan Kolai Vazhakku is produced by KV Sabareesh under the banner 2M Cinemas, with Dayal Padmanabhan also serving as co-producer under D Pictures.

On the technical front, screenplay and dialogues for the film have been penned by Kavitha Bharathi and Dayal Padmanabhan. Cinematography for the film is by M V Paneerselvam. Editing is by V Boopathi while music and background score are by Darbuka Siva.

Lokesh Kanagaraj's Acting Debut 'DC' Gets July 31 Release Date



Filmmaker Lokesh Kanagaraj is set to make his acting debut as a lead with DC, which is slated for a theatrical release on July 31. The film is directed by Arun Matheswaran and features Wamiqa Gabbi as the female

lead, alongside Sanjana Krishnamoorthy and Avinash Raghudevan in key roles.

DC marks Arun Matheswaran's fourth directorial venture after Rocky (2021), Saani Kaayidham (2022), and Captain Miller (2024).

Meanwhile, Lokesh Kanagaraj, known for directing major hits including Coolie, is also gearing up for his next directorial project with actor Allu Arjun, tentatively titled AA23. Produced by Kalanithi Maran under the Sun Pictures banner, the film boasts a strong technical team with music by Anirudh, cinematography by Mukesh G, editing by GK Prasanna, and stunt choreography by PC Stunts. With a notable cast and crew, DC has generated significant anticipation ahead of its release.

Donate Blood & Eyes

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.*

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com



**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

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 விளக்கெண்ணைம் விட்டு வதக்கி மூலம், பவுத்திரம், ஆசனவாய் கடுப்பு ஆகியவற்றின் மீது வைத்துக் கட்ட வேண்டும். அல்லது இலையை விளக்கெண்ணைம் 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 பொரியலாகச் 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, பதப்பட்டு 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 என்சிபல் 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 பாக்கிரியாக்கள் 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.

ஸபைன் - 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 காற்றில் உள்ள அணு போன்ற உயிர்கள் மடிகின்றன. 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 விக் கல் 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 முழுங்கவும். பச்சை மிளகாய், வரமிளகாய் ஆகிய இரண்டின் உபயோகித்தால்: ஏற்பட்ட இழப்பை மாற்றி மீண்டும். உடல் உறுப்புகளை பழைய நிலைக்கு கொண்டு வர காலையில் ஒரு முழு பீர்கங்காய் தோலுடன் மற்றும் ஒரு முழு எலுமிச்சை பழத்தை பழைய நிலைக்கு கொண்டு வர காலையில் ஒரு முழு பீர்கங்காய் தோலுடன் மற்றும் ஒரு முழு எலுமிச்சை பழம் தோலுடன் ஆகிய இரண்டையும் மிக்சியில்

அரைத்து வடிக்கடி சிறிது மஞ்சள், உப்பு சேர்த்து குடிக்கவும். உடலுக்குத் தேவையில்லாத 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 மிக்சியில் நீர் விட்டு அரைத்து வடிக்காமல் சிறிது மஞ்சள், உப்பு சேர்த்து பொறுமையாக கொஞ்சம், கொஞ்சமாக குடிக்கவும்.

Pigeons to search for food



Harrington road opposite Bethany hospital thousands of pigeons are ate the granary on road side. pigeons gathered at that place two days after the rain. The event was a sight to behold for passers-by.

**For
Advertisement
Contact :**
98409 37719 /
4551 8154 /
2661 3111
www.purasai-
times.com

FTS Festive Fiesta
BOOK YOUR STALL - GROW YOUR BUSINESS
FOR 2 DAYS 25 & 26 JULY 2026
CSI LITE HALL- BAIN SCHOOL, KILPAUK
10 AM - 8 PM
FASHION JEWELLERY ACCESSORIES AND MUCH MORE...
EXHIBITION CUM CARNIVAL
Great Footfall • Brand Visibility • Direct Sales • Network & Grow
FOR QUERIES PLEASE CONTACT
98844 00101 & 93845 55555

Chennai Citizen Connect: Wrong-side driving is a routine on Ormes Road



are most visible during school hours. Auto rickshaws ferrying schoolchildren and even parents on two wheelers are frequently seen riding against the flow of traffic to save time. With children walking in and around the schools, the practice has made the stretch increasingly unsafe.

The road is also lined with several popular eateries that attract customers throughout the day. With limited parking available, many motorists stop briefly before making hurried exits, while others enter the one-way stretch from the wrong direction to reach restaurants more quickly. This frequent movement of vehicles pulling in and out of parking spaces, combined with pedestrians crossing the road, further adds to the chaos.

Wrong-side driving has become a routine sight on Ormes Road, with parents dropping children at schools, auto rickshaws carrying students and motorists visiting eateries routinely driving against traffic to avoid a detour of less than a kilometre. Six months have passed since concern "The police booth is here, but the police are not always present. Even if they are, they are not preventing the cars that

causally violate the one-way after spending time at the eateries," said a watchman of one such eatery. Ormes Road sees a steady stream of vehicles entering from the wrong end throughout the day. Instead of taking the designated route, many motorists choose to cut through the stretch to avoid a detour of barely a kilometre, often forcing oncoming vehicles to brake or swerve. The violations

Surveillance Camera Near Doveton flyover



A new surveillance camera has been installed in Purasaiwalkam for the vehicle riders. For users of Doveton Bridge and to follow safety regulations. Cameras have been deployed in the area. People are appreciate the transport department.

Cold soup recipes to beat the heat!

WATERMELON SOUP

Ingredients: Watermelon chunks (de-seeded) Mint leaves Ginger and garlic paste Chilli flakes Method: Blend 1 cup de-seeded watermelon chunks, 3-5 mint leaves, 1 tsp ginger and garlic paste, salt and pepper to taste, 1 tsp chilli flakes. Refrigerate and serve cold, with a topping of mint leaves.

BEETROOT SOUP

Ingredients: Boiled beetroot Yogurt Cumin seeds Coriander leaves Salt Pepper Mint leaves Method: Blend 1 cup boiled beetroot, 1/2 cup yogurt, 1 tsp roasted cumin seeds, 1 tbsp coriander leaves, salt and pepper to taste and a few mint leaves. Adjust the consistency with cold water and serve fresh.

EASY TRAVELS
Not Call Taxi
Minimum 5 Hours
INNOVA, INNOVA CRYSTA, URBANIA & MINI BUS (35 Seater)
Available for Local, Marriages, Airport, Outstation etc.
URBANIA - A/c **Local Minimum 5 hours 50 Kms**
Outstation 250 Kms Coverage Per Day
Contact : 98409 37727