

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



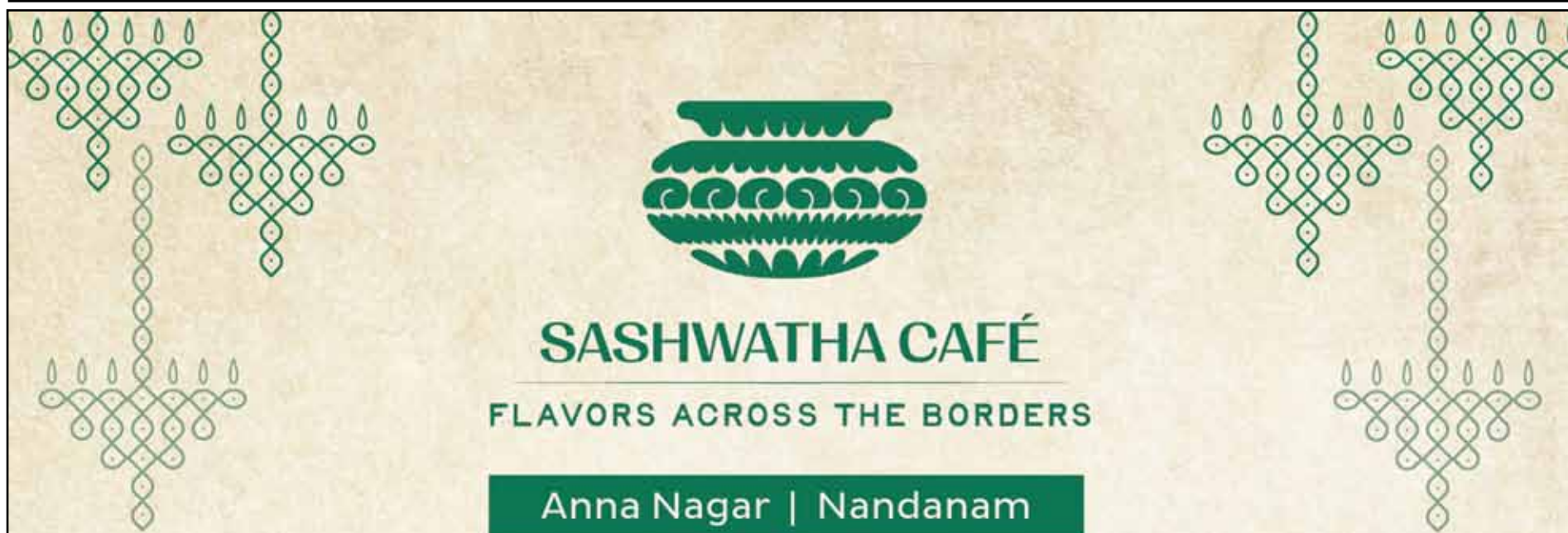
INNOVA, INNOVA CRYSTA & EICHER
Available for Local, Marriages, Airport,
and Outstation.

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR

VOL. XXX NO. 49 2025 MAR 09 - MAR 15 **1514th Issue** Ph : **4551 8154, 98409 37719** PAGES 8



SASHWATHA CAFÉ

FLAVORS ACROSS THE BORDERS


Anna Nagar | Nandanam

A fresh start, the same heart.

Anna Nagar, we've heard your cravings—and we're here.
More flavors, more warmth, and the same Sashwatha soul, now closer
to you. Swing by for a bite of tradition with a side of excitement!


Anna Nagar - +91 44488 84999
CUG - +91 99945 51999

@ sashwathacafe



SCAN FOR LOCATION

Ground Floor, Door No. 49 (Old No. 95), T-Block,
3rd Avenue, Anna Nagar, Chennai - 600040



கட்டிகளை கரைக்கும் சப்பாத்திக்

கள்ளி

நாகதாளி எனப்படும் சப்பாத்தி கள்ளியின் மருத்துவ பயன்பாட்டுக்கு மிக முக்கிய காரணம், இதி உள்ள கால்சியம், பொட்டாசியம், பாஸ்பரஸ், மெக்னீசியம் போன்ற சத்துக்களும் உயர்தரமான நார்ச்சத்தும் தான். உடலில் உள்ள அனைத்து கட்டிகளையும் கரைக்க இவை பயன்படுகிறது. வெயிலில் ஏற்படும் நாவரசிக்கும், வெய்யில் ஏற்படுத்தும் உடல் சோர்வை போக்கவும் உஷ்ணத்தை குறைக்கவும் இந்த சப்பாத்திக் கள்ளி பழம் உதவி புரியும். நாகதாளி பழத்தை சாப்பிட்டு வந்தால் குரல்வளை, பித்தப்பை, மலக்குடல் சார்ந்த அனைத்து குறைபாடுகளும் நீங்கும். காச இருமல், இரத்தம் குக்குதலும் தீரும். ஞாபக மறதி எனப்படும் அல்லைமர் நோய்க்கு இது மருந்தாக பயன்படுத்தலாம். இந்த பழத்தை தொடர்ந்து எடுத்துக்கொள்ளவதால் கண் பார்வை கூர்மையாகிறது. சாப்பாத்திக் கள்ளி பழத்தில் உள்ள உயர்தரமான நார்ச்சத்தால் உடலில் இருக்கும் தேவையற்ற கொழுப்புகளை கரைத்து

வெளியேற்றி உடல் பருமனை குறைக்கிறது. சப்பாத்திக் கள்ளியை நன்கு பசையாக்கி சிறிது விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி வீக்கம், வலி கண்ட இடத்தில் மேற்பூச்சாகப் பூசி வைக்க விரைவில் வீக்கம் வற்றும் வலியும் விலகும். சப்பாத்திக் கள்ளியை முட்கள் நீக்கி சுத்திகரித்து பசையாக்கி 20 கிராம் அளவில் தினமும் இருவேளை சாப்பிட்டு வர உஷ்ணமாக மலம் வெளியேறுதல் மற்றும் மாதவிலக்கு நிற்கும் காலத்தில் ஏற்படும் பல்வேறு தொல்லைகள் இல்லாமல் போகும். முட்களுள்ள சப்பாத்திக் கள்ளியின் இலைத்தண்டை பிளந்து, வெளிப்புறமுள்ள முட்களை நீக்கி, உட்புறமாக சிறிது மஞ்சளை தடவி, அனலில் வாட்டி, கட்டிகளின் மேல் இறுக்கமாக கட்டி வைத்து வர ஆரம்ப நிலையிலுள்ள கட்டிகள் விரைவில் உடைந்து புண் எளிதில் ஆறும். புண் ஆற தாமதமானால் மஞ்சளை தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்த தடவி வர விரைவில் குணமுண்டாகும்.

மத்தி மீனில் இருக்கும் நன்மைகள்...!

தமிழகத்தில் அதிகளவு கிடைக்கும் மீன்களில் ஒன்றான மத்தி மீனில் ஏராளமான நன்மைகள் உள்ளது. தமிழக கடலோர பகுதிகளில் அதிகளவு கிடைக்கும் மத்தி மீன், கேரள மாநிலத்திற்கு பெரும் அளவில் ஏற்றுமதி செய்யப்படுகிறது. மனித உடல் வளர்ச்சிக்கும், ஆரோக்கியத்திற்கும் மிகவும் அவசியமாக தேவைப்படும் புரதச்சத்து மீனில் அதிகம் உள்ளது. மத்தி மீன்களில் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு தேவையான கொழுப்பு, வைட்டமின்கள், தாதுச்சத்துக்கள் உள்ளது. 100 கிராம் மத்தி மீனில் புரதச்சத்து 20.9 கிராமும், கொழுப்பு சத்து 10.5 கிராமும், சாம்பல் சத்து 1.9 கிராமும், நீர்ச்சத்து 66.70 கிராமும்

உள்ளது. மத்தி மீன்களில் “ஒமேகா 3” கொழுப்பு அமிலம் அதிகம் உள்ளதால் ட்ரை கிளிசரைடுகள் அளவை குறைத்து இதய நோய் ஏற்படும் வாய்ப்பை குறைக்கிறது. தோல் நோய், மூளை மற்றும் நரம்பு நோய்கள், வயதானவர்களுக்கு ஏற்படும் மன அழுத்தம், ஆஸ்துமா, முடி உதிர்தல் ஆகிய நோய்கள் வரும் வாய்ப்பை குறைக்கும். சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள், மத்தி மீன் சாப்பிட்டால் நோய் எதிர்ப்பு திறன் அதிகரித்து ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவை கட்டுப்படுத்தலாம் மத்தி மீன்களில் கால்சியம் அதிகம் இருப்பதால் எலும்புகளின் வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது. மேலும் பாஸ்பரஸ் சத்தினால் எலும்புகளுக்கு வலிமை தருகிறது.

கொலஸ்ட்ராலால் ஏற்படும்

ஆபத்துகள்!

கொலஸ்ட்ரால் என்பது இரத்தத்தில் உள்ள ஒரு விதமான கொழுப்பின் சிறுசிறு துகள்கள் ஆகும். இந்த மெழுகு போன்ற பொருள் ஒரு சங்கிலியால் ஆன பேட்டி ஆஸிட் ஆகும் இதில் 27 கார்பன் அணுக்கள் உள்ளன.

கொலஸ்ட்ராலுக்கு உடலில் மிக முக்கியமான வேலை உண்டு. ஏனெனில் அவை செல் சுவர்களின் ஒரு பகுதியாகவும், நரம்புகளைச் சுற்றியுள்ள பொருள்கள், மூளை செல்கள் ஆகியவைகளின் பகுதிகளாகவும் இருக்கின்றன.

இந்த மாலிக்சுல் இல்லை என்றால் உயிர் வாழ்வதென்பது நினைத்துப் பார்க்க முடியாத ஒன்றாகும். கொலஸ்ட்ரால் உடலுக்கு

அவ்வளவு முக்கியத் தேவையான ஒன்றாகும். ஆதலால் உடலுக்குத் தேவையான மிகக்குறைந்த அளவு கொலஸ்ட்ராலைக் கல்லீரல் தயாரிக்கும் தகுதி உடையது.

ஆனால் இந்த மாலிக்சுல் தேவைக்கு அதிகமாக உடலிலோ அல்லது இரத்தத்திலோ இருந்தால் அதிகப்படியான கொலஸ்ட்ரால் இதய இரத்தக் குழாய்களில் படிந்து அடைப்புகளை ஏற்படுத்துகிறது. இதயம் மட்டுமின்றி அதிகப்படியான கொலஸ்ட்ரால் மூளையில் உள்ள இரத்தக் குழாய்களிலும், காலில் உள்ள இரத்தக் குழாய்களிலும், தோலின் அடியிலும் கண்ணுக்குக் கீழும் படிந்து பாதிப்பினை ஏற்படுத்துகிறது.

முதுமையைத் தடுக்கும் நெல்லிக்காய்

முதுமையை தடுக்கும் குணம் நெல்லிக்கனிக்கு உண்டு, நெல்லிக்கனி நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி கொண்டது. முதுமையை விரட்டும் தன்மை கொண்டது. ஆண்டி ஆக்ஸிடேட் என்பது உடலில் உள்ள நச்சுப்பொருள்களை அகற்றி நோய் நொடிகளிலிருந்து உடலைக் காத்து முதுமையை தூர்த்தி என்றும் இளமையுடன் இருக்கச் செய்யும் சக்தி இதற்குண்டு. பித்த அதிகரிப்பே முதுமைக்கும், உடல் சோர்வுக்கும் முக்கிய காரணமாகிறது. பித்தத்தைக் குறைத்து உடலிலும் இரத்தத்திலும் தேங்கியுள்ள கொழுப்புகளை உடைத்து கரைத்து வெளியேற்றும் தன்மை நெல்லிக்கனிக்கு உண்டு.

பல் நோய், அஜீரணம், மூட்டு வலி குறையும், அருமையான கண் பார்வை தரும். பசியின்மை விலகி உண்மை பசியை உணர வைக்கும். மாதவிடாய், மலச்சிக்கல், மூலம் சரியாகும். பெண்களின் கர்ப்பப்பை கோளாறு, நீரிழிவு, இரத்த அழுத்தம், நரம்புத் தளர்ச்சி விலகுகிறது.

சித்த மருத்துவம்

உடல் வெப்பத்தினால் ஏற்படும் பாதிப்புகளை தடுக்க. பருவ நிலை மாற்றத்தால் நம்மில் பலருக்கு உடலில் அதிக உஷ்ணம் (வெப்பம்) ஏற்படுகிறது. குழந்தை இல்லாதவர்கள், உஷ்ண உடம்பால் பாதிக்க பட்டவர்கள், முக்கியமாக அதிக நேரம் வெளியில் பயணங்கள் மேற்கொள்வொர்க்கும், அதிக நேரம் நாற்காலி, சோபா மீது உட்கார்ந்திருப்பதாலும் ஏற்படுகிறது. இதனால் நம் தலை முடி முதல் கால் வரை உள்ள அனைத்தும் ஆரோக்கியத்தை இழக்கிறது. இதனால் ஏற்படும் நோய்கள் முக்கியமாக முகப்பரு, தோல் வியாதிகள், தலை முடி உதிர்தல், வயிற்று வலி, உடல் எடை குறைதல் போன்ற எரிச்சலூட்டும் நிகழ்வுகள் நிகழ்கிறது. இதனை சரி செய்ய பின்வரும் சித்த மருந்து பயன்படுத்தலாம். தேவையான பொருள்கள்:

உடலுக்கு நலம் பயக்கும் பழவகைகள்

கொய்யாப் பழம் நாச்சத்து அடங்கியது. இதை உண்பதால் மலச்சிக்கல் தீரும். தோல் சருக்கங்கள் மறையும். நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி அதிகரிக்கும். உலர்ந்த திராட்சைப் பழம் ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கும். சருமத்தைப் பொலிவடையச் செய்யும். அமிலத்தன்மையை அதாவது அசிடிட்டியை போக்கும். சீதாப்பழம் உண்பதால் சோர்வு நீங்கும், வலியைக் குறைக்கும். மூட்டுவலி நோயைப் போக்க உதவுகிறது. இது இரும்புச் சத்து நிறைந்தது. சப்போட்டா பழத்தில் வைட்டமின் ‘ஏ’ நிறைந்துள்ளது. இது கண்களுக்குச் சிறந்தது. உடல் எடையைக் குறைக்க உதவுகிறது. எலுமிச்சம் பழம் வைட்டமின் ‘சி’ நிறைந்தது. சீரணத்தை அதிகரிக்கும்,

ஆப்பிளைவிட 3 மடங்கு புரதத் சத்து நெல்லியில் உள்ளது. அஸ்கார்பிக் அமிலம் என்னும் உயிர்ச்சத்து 160 மடங்கு நெல்லிக்கனியில் உள்ளது. நெல்லிக்கனியில் உள்ள வைட்டமின் சி சத்து உடலில் உள்ள இரும்புச் சத்து உட்கிரகிக்கப்படுவதை ஊக்கப்படுத்துகிறது. இதய வால்வுகளில், இரத்தக்குழாய்களில் ஏற்படும் அடைப்புகளை நீக்கி சீராக செயல்பட வைக்கிறது. இருதய அடைப்பை தடுக்கிறது. மேலும் கார்போஹைட்ரேட், நார்ச்சத்து, இரும்புச்சத்து, கரோட்டின், கால்சியம், பாஸ்பரஸ், வைட்டமின் பி காம்ப்ளக்ஸ் நிறைந்துள்ளது. நெல்லி இலையை 25 கிராம் எடுத்து நீரில் இட்டு கொதிக்கவைத்து ஆறவைத்து வாய்க்கொப்பளித்து வந்தால் வாய்ப்புண் தீரும்.

15 கிராம் நெல்லிக்காயை இடித்து 1/2 லிட்டர் நீர்விட்டு 100 மி.லி ஆக காய்ச்சி 20 மி.லி தேன் கலந்து 40 மி.லி. ஆக 3 வேளை என நான்கு நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் பித்தம் தணியும்.

நல்லெண்ணெய், பூண்டு, மிளகு. செய்முறை: நல்லெண்ணெயை ஒரு குழி கரண்டியில் தேவையான அளவு எடுத்து கொண்டு அதனை மிதமான சூட்டில் சூடு படுத்தவும். எண்ணெய் காய்ந்ததும் அதில் மிளகு மற்றும் தோல் உரிக்காத பூண்டை போட்டு சில நிமிடத்தில் சூடானதும் அடுப்பில் இருந்து இறக்கி, சூடு ஆறினதும் எண்ணெயை காலின் (இரு கால்) பெருவிரல் நகத்தில் மட்டும் பூசி விட வேண்டும். 2 நிமிடங்கள் கழித்து உடனே காலை கழுவி விட வேண்டும். இதனை செய்யும் போதே உங்கள் உடம்பு குளிர்ச்சி அடைவதை உணர முடியும், 2 நிமிடத்திற்கு மேல் இதனை விரலில் வைத்திருக்க கூடாது. சளி, ஜரம் உள்ளவர்கள் இதனை முயற்சி செய்ய வேண்டாம்,



பணிநீதிருப்பதாக!

பைபிள் - 1 - அரசர்கள் - 8:60-61



பாக்கியம் பொருந்திய லைத்தூன் (ஒலிவ) மரத்திலிருந்து அது எரிக்கப்படுகிறது. அது கீழ்த்திசையைச் சேர்ந்ததுமன்று, மேல் திசையை சேர்ந்ததுமன்று. நெருப்பு படாவிட்டாலும் அதன் எண்ணெயும் ஒளி வீசுகிறது. (இப்படி) ஒளிக்கு மேல் ஒளியாக உள்ளது. தான் நாடியோருக்கு அல்லாஹ் தனது ஒளியை நோக்கி வழி காட்டுகிறான். மனிதர்களுக்காக உதாரணங்களை அல்லாஹ் கூறுகிறான். அல்லாஹ் ஒவ்வொரு பொருளையும் அறிந்தவன்.

திருக்குர் ஆன் - அந்நூர் - 24:35



ஒரே பாங்குடையவன், தனக்கெனத் தொழில் செய்யாதவன் யாரோ அவனே குணாதீதன் எனப்படுகிறான்.

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை - அத் 14:24-25

நாவல் பழம் சிறுநீரகக் கற்களைக்

கரைக்கும்

சிறுநீரக கற்களால் நாவல் படுபவர்கள் நாவல் பழத்தை சாப்பிடலாம். பழம் சாப்பிட்ட பின் உள்ள கொட்டையை தூர வீசாமல் அதை வெய்யிலில் காய வைத்து எடுத்து வைத்துக்

கொள்ளவும். உலர வைத்த நாவல் கொட்டை 5 எடுத்து பொடி செய்து தயிருடன் கலந்து சாப்பிட்டு வந்தால் சிறுநீரகக் கற்கள் கரைத்து வெளிவரும்.

காலத்தால் அழியா பொன்மொழிகள்

- மரணத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதே! நீ இருக்கும்வரை அது வர்ப்போவதில்லை. அது வரும்போது நீ இருக்கப் போவதில்லை! - விவேகானந்தர்
- உலகம் உன்னை அறிவதைவிட, உன்னை உலகிற்கு அறிமுகம் செய்துகொள்! - அப்துல்கலாம்.
- தடம் பார்த்து நடப்பவன் மனிதன். தடம் பதித்து நடப்பவன் மாமனிதன்! - ஃபிடில் காஸ்ட்ரோ
- நீ வெளிச்சத்தில் சென்றால் உலகமே உன்னைப் பின்தொடரும். ஆனால் நீ இருட்டினில் சென்றால் உன் நிழல் கூட உன்னைப் பின்தொடராது. - ஹிட்லர்.

அரைக்கீரை தைலம்

தலைமுடி தயாரிக்கப்படும்கருமையாகவும் அரைக்கீரைத் தைலம் மிகவும் செழிப்பாகவும் வளர்வதற்கு, அரைக்கீரை விதையை இத்தைலம் கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சியைக் கொடுக்கிறது. தலைமுடியானது செழித்து வளர இத்தைலமும் உதவுகிறது. மேலும் தலைக்குத் தடவிர வேண்டும். அரைக்கீரை தலைமுடியும் ஒளிவிட்டு மின்னும்.

சீரக வில்வாதி லேகியம்

சீரகத்தையும் வில்வவேர்க் கடியாத்தையும் சேர்த்து, சித்த மருத்துவர்கள் ‘செய்யும் சீரக வில்வாதி லேகியம்’. பித்த நோய்கள் பலவற்றையும் போக்கும் மிக முக்கிய மருந்து. சீரகம் பித்தத்தைச் சீர்ப்படுத்தும் மருந்து. எனவே, உளவியல் நோய்க்கும் கூட இதை ஒரு மருந்தாகப் பயன்படுத்த முடியும்.

Octogenarian's heartfelt Services



R.Savithri, 83 year old lady, who has learnt the art of designing from her teenage, did not forget to continue the same even at her older age. Older age is not a detrimental to doing service till

the last breath.

She is an example for it. Her home is decorated with hundreds of designed wall hanging which include hand embroidery, wiring design, Pearl designing, Button designing etc. She got many awards for her designing work.

She is the resident of Kellys Balfour road in Vijaya Court. She is willing to teach people who desire to learn stitching of designer blouse, Telephone mats and other forms of designing art. Her contact no: 9962049810

EVENT

Dessin Academy – Institute of Fine Arts, Anna Nagar East, Head Office is conducting Women Power 2025 Art Exhibition as part of Women's Day celebration on 8th March 2025, from 10:30 am to 14th March 2025 6:00 pm at Nirangal – The Art Gallery, No.72 C, 1st Floor, L-Block, 21st street Anna Nagar East, Chennai- 600 102.

Mushrooms for weight loss



Mushrooms are delicious and loved by vegetarians and non-vegetarians, alike. They have even started making appearance

as an ingredient in coffees to increase their nutritional value. Mushrooms have been known to promote weight loss and fat burn by regulating the levels of glucose in the blood are delicious and loved by vegetarians and non-vegetarians, alike. They have even started making appearance as an ingredient in coffees to increase their nutritional value. Mushrooms have been known to promote weight loss and fat burn by regulating the levels of glucose in the blood.

Bunnies Camp was organized by the VKIDS TSK



Bunnies Camp was organized by the VKIDS TSK on 4th March 2025, a vibrant uniform service program designed to foster holistic development in young learners. Various activities had been conducted for the Bunnies. Students had a fun-filled and thrilled experience in the musical chair and bunnies race, also learnt the habits of personal cleanliness and good manners.

CSI EWART Student excel in State- level athletic meet



Student of CSI Ewart Matriculation Higher Secondary School, Purasaiwalkam, won prize in the 2nd State Level Kids & Junior Open Athletic Meet Organised by Tamil Nadu Athletic Association in Nehru Stadium (Periamet) on Feb 12th 2025. M.Anisha (Std IX) Came 1st in Long Jump. She won a Gold Medal in the category under 14 years.

Hubert Cecil Booth

Hubert Cecil Booth (4 July 1871 – 14 January 1955) was an English engineer, best known for having invented one of the first powered vacuum cleaners. He also designed Ferris wheels, suspension bridges and factories. Later

he became Chairman and Managing Director of the British Vacuum Cleaner and Engineering Co. Booth is known for introducing one of the first powered vacuum cleaners.

Before Booth introduced his version of the vacuum cleaner,

cleaning machines blew or brushed dirt away, instead of sucking it up. As Booth recalled decades later, in 1901 he attended "a demonstration of an American machine by its inventor" at the Empire Music Hall in London.

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

LEMON PROMOTES SKIN ELASTICITY

When life gives you lemons (read wrinkles), run to the kitchen and make lemon water out of it! The fountain of youth may not exist but a slice of lemon in water can definitely help your skin keep tabs on the marks

of time. A rich source of vitamin C, lemons are a powerhouse of antioxidants that work as an excellent antiaging. A few sips of lemon water every day works wonders for your skin by bolstering collagen production

is responsible for maintaining skin elasticity. Besides rewarding you with a youthful firmness, lemon water also reduces signs of oxidative damage on the skin caused by free radicals.

Health benefits of omum

For acidity, lightly roast omum seeds and add equal quantity of rock salt. Grind finely to a powder and store in a bottle. Have a quarter to half a teaspoon of this mixture, with hot water 2-3 times a day. A pinch of this mixture can also relieve heart burn, Grind together about 100g of omum, 100g

of dry ginger and 25g of rock salt and store in a bottle. When needed take a teaspoon of the mixture with warm water.

For colic or indigestion related pain, crush a teaspoon of carom seeds coarsely and have it with a pinch of rock salt. For indigestion with constipation, and stomach ache, dilute

half a cup of ripe pulp of fruits with half cup of water. Add two ground black peppercorn, a pinch of asafoetida, and half a teaspoon of pounded omum seeds. Stir well, add a teaspoon of a cream, and drink this twice a day. It will clear an obstinate colon and relieve the discomfort of indigestion.

Girl with a Pearl Earring

Artist: Johannes Vermeer, Estimated date: 1665, Where to see it: Mauritshuis (The Hague, Netherlands) This intriguing favorite often gets compared with the "Mona Lisa." Besides the stylistic differences, technically "Girl With a Pearl Earring" isn't even a

portrait, but a "tronie" – a Dutch word for a painting of an imaginary figure with exaggerated features. The oil on canvas masterpiece is brilliant in its simplicity. The girl – wearing a blue and gold turban and an oversized pearl earring – is the entire focus with

only a dark backdrop behind her. While the Mauritshuis underwent a renovation from 2012 to 2014, "Girl With a Pearl Earring" went on tour in the United States, Italy and Japan. It drew huge crowds, further bolstering its status as one of the world's most famous works of art.

ADOPT A FURRY FRIEND TODAY



Don't miss out on this incredible opportunity to change a life and bring immeasurable joy into your home. Open your heart and make a difference – adopt a pet today. Date: 16.03.2025 Venue: Edward Elliot's beach, Bessy. For more details contact: 86104 98619.

Singam Classic 2025



World fitness federation Tamilnadu presents Singam classic 2025 on Feb 23rd K.Avinash of (Mr.mike gym Chennai)has secured silver medal in men's physique junior category.

நியாயவிலைக் கடையை பொதுமக்கள் பயன்பாட்டிற்கு
திரு. இ. பரந்தாமன் B.A B.L MLA அவர்கள் திறந்து வைத்தார்



எழுப்பூர் சட்டமன்ற தொகுதிக்கு உட்பட்ட சேத்துப்பட்டு - பள்ளிக்கூடம் சாலையில் இயங்கிவந்த சி.ஆர்.எஸ். மெக் நிக்கல்ஸ் ரோடு நியாயவிலைக் கடையை இடம் மாற்றி

குடும்ப அட்டைதாரர்கள் கழக சட்டத்துறை இணைச் செயலாளர் எழுப்பூர் சட்டமன்ற வழக்கறிஞர் இ. பரந்தாமன் B.A B.L MLA அவர்களிடம் கோரிக்கை முன்வைத்திருந்தனர். அதைத் தொடர்ந்து மேற்கொண்ட நடவடிக்கையின் அடிப்படையில் வார்டு எண்.99, புதிய பூபதி நகரிலுள்ள புதுப்பிக்கப்பட்ட சென்னை மாநகராட்சி கட்டிடத்திற்கு மாற்றப்பட்டது. இக்கடையினை இன்று கழக சட்டத்துறை இணைச் செயலாளர் எழுப்பூர் சட்டமன்ற உறுப்பினர் வழக்கறிஞர் இ.பரந்தாமன் B.A BL MLA அவர்கள் பொதுமக்கள் பயன்பாட்டிற்கு திறந்து வைத்தார்.

Celebrating the Strength and Brilliance of Women



Dr. J.S. Rajkumar,
Chairman & Chief Surgeon,
Lifeline Group of Hospitals, Chennai & Hyderabad

On this special occasion, I extend my heartfelt wishes to all the extraordinary women around me and across the world—a very Happy Women's Day! Today, we take a moment to honour the courage, resilience, and unwavering spirit that women embody in every sphere of life. As nurturers, leaders, innovators, and changemakers, women continue to inspire,

empower, and redefine the world with their brilliance. Their wisdom, compassion, and determination drive progress, break barriers, and shape a more inclusive and empathetic society. May this day serve as a powerful reminder of the immense strength, value, and contributions of women. Let us celebrate their achievements, acknowledge their impact, and remain steadfast in our commitment to supporting and uplifting them every step of the way. Here's to the women who make the world brighter, stronger, and more beautiful! Address : No.47/3, New Avadi Road, Kilpauk, Chennai - 600 010. Contact : 96772 22333.

For Advertisement Contact :

97104 52204 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

Wear Mask & Keep Maintain Distance



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



VELAMMAL NEXUS

AWARDING EXCELLENCE IN

LEADERSHIP

AWARDS PRESENTED BY

- 🏆 **Shri. Siva V. Meyyanathan**, Minister for Backward Classes Welfare, Government of Tamil Nadu
- 🏆 **Dr. Chandra Mohan, IAS**, Principal Secretary to the Government of Tamil Nadu
- 🏆 **Ms. Mary Kom**, Professional boxer
- 🏆 **Ms. Saina Nehwal**, Indian Badminton player & Olympic Gold Medallist
- 🏆 **Shri. Anil Kapoor**, Bollywood Actor



INNOVATIVE LEADERSHIP AWARD
(VELAMMAL MATRIC. HR. SEC. SCHOOL)



EXCELLENCE IN CREATIVE THINKING AWARD
(VELAMMAL MATRIC. HR. SEC. SCHOOL)



BEST SCHOOL FOR ACADEMIC
INNOVATIVE CURRICULUM (WEST)



ACADEMIC EXCELLENCE AWARD
(MEL AYANAMBAKKAM)



PROMISING SCHOOL OF THE YEAR
(PARUTHIPATTU)



BEST INNOVATIVE TEACHING SCHOOL
(POONAMALLEE)



BEST SCHOOL IN LIFESKILL
DEVELOPMENT AWARD (MANGADU)



REMARKABLE CONTRIBUTION IN
PROGRESSIVE EDUCATION (KARAMBAKKAM)



EXCELLENT EMERGING SCHOOL AWARD
(VANAGARAM)



INNOVATIVE LEARNING SCHOOL AWARD
(AVADI)



INNOVATION EXCELLENCE IN STEM AWARD
(NOLAMBUR)



EXCELLENT EXPERIENTIAL
LEARNING SCHOOL AWARD (VKIDS - WEST)

Dhanush's Idly Kadai may be postponed



Dhanush's much-anticipated fourth directorial venture, Idly Kadai, starring Nithya Menen, was initially set to release on April 10, clashing with Ajith Kumar's Good Bad Ugly. However, recent reports indicate that

Idly Kadai has been postponed, clearing the way for Good Bad Ugly to enjoy a solo theatrical run. An official confirmation regarding the postponement is still awaited. Adding to the buzz, industry sources

suggest that Dhanush might direct Ajith Kumar in an upcoming project. The film is speculated to be bankrolled by Wunderbar Pictures, Dhanush's production house, with Anirudh Ravichander composing the music. If this collaboration materializes, it would mark an exciting new chapter in Tamil cinema, bringing together two of its biggest stars.

While fans eagerly await an official announcement, the prospect of an Ajith-Dhanush collaboration has already sparked immense curiosity in the industry.

First Look of Nasser from Mysskin's Train Unveiled on His Birthday



On the occasion of veteran actor Nasser's birthday, the makers of Train, directed by Mysskin, unveiled his first look from the film. Alongside this, a brief behind-the-scenes glimpse was shared, offering a sneak peek into the film's production.

Train is expected to be a high-intensity thriller set primarily inside a moving train, where most of the action unfolds. The film also features an ensemble cast, including Narain, Dimple Hayati, Shruti Haasan, Yugi Sethu, KS Ravikumar, Sampath Raj, Kalaiyaran, Ira Led by Vijay Sethupathi,

Karan. Train marks the first collaboration between Mysskin and Vijay Sethupathi, making it a highly anticipated project among cinephiles.

The film is backed by Kalaipuli S Thanu's V Creations, with Fowzia Fathima handling cinematography and Sri Watson in charge of editing. Interestingly, apart from directing, Mysskin is also composing the music for the film.

While details regarding the plot remain under wraps, expectations are high given Mysskin's reputation for crafting intense and gripping narratives. The makers have yet to announce an official release date for Train.

Asthram – Review



Debutant director Aravind Rajagopal makes an impressive mark in Tamil cinema with Asthram, a gripping crime thriller that skillfully blends mystery, suspense, and strategic thinking inspired by Chess. This intelligently crafted film keeps audiences hooked, offering a unique and thought-provoking take on the thriller genre.

At the center of the story is Akilan (Shaam), a sharp and intuitive police officer who, while on medical leave, becomes drawn into a series of unexplained suicides. His investigative instincts push him to probe deeper, leading him to a complex web where Chess is more

than just a game—it becomes the key to unlocking a disturbing truth. He is supported by his superior (Aroul D. Shankar) and his determined journalist wife Priya (Nira) as they navigate the intricate connections between Chess and the mysterious deaths. What sets Asthram apart is its engaging screenplay, which keeps viewers invested in the unfolding mystery. The film steadily builds tension, leading to a thrilling climax that ties every clue together in a satisfying and impactful way. S. Sundaramoorthy's background score enhances the suspense, adding intensity to

key moments, while Kalyan Venkatraman's cinematography visually amplifies the film's gripping essence, making each frame immersive and compelling.

Shaam delivers a powerful performance, bringing depth and conviction to Akilan's character. His portrayal balances intensity and subtlety, making him a compelling protagonist. The supporting cast, including Aroul D. Shankar and Nira, add strength to the narrative, ensuring every character plays a crucial role in the unfolding drama.

With its fresh premise and skillful execution, Asthram stands out as a smart and engaging crime thriller. The film not only delivers edge-of-the-seat entertainment but also challenges the audience's intellect, making it a refreshing addition to Tamil cinema. Aravind Rajagopal's debut is a success, and Asthram is a cinematic experience that leaves a lasting impression.

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 :

97104 52204 / 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

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.

RENTAL

• **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.

FLAT FOR SALE

• **PURASAIWAKKAM**, G.Flr. 450 sq.ft. 1BHK, 40 lakhs (nego) 5 yrs old. Kosapet, nr. Kandaswamy Koil St. 3rd Flr. 2BHK, with lift, furnished, 2 wheeler parking, 67 lakhs (nego) 1 yr old, brokers excuse, ct : sampath-8946097602.

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

• **PURASAIWAKKAM**, First floor (1200+1100 sq.ft) Tana street, Purasaiwakkam, Ct: 98409 37727.

• **KILPAUK**, 60 feet road 4000 sq ft, Hall type, A/C, Fall ceiling ready!!..Rent Rs.2.5 lakhs. Agent ramu. Ct: 9080508066 9 8 4 1 9 8 6 8 4 5 .

COACHING CLASS

• XII CBSE / XII ISC, Accountancy / Business Studies / Economics / Computer Science / Summer Coaching Classes. Ct : 73388 92200.

SALE

• **ANNA NAGAR**, land for sale, 54x100 -5400 sq.ft, North facing, 40 feet road, ground 7crs. Total 15 crs. 45x80 - 10.5 crs. Agent ramu. Ct: 9080508066 / 9841986845.

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

• **KILPAUK**, Near Ormes Road, Duplex House, 1385 sq.ft. buildup area, UDS 765 sq.ft. and 1380 sq.ft. UDS 760 sq.ft. Rs. 2.10 Cr. 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.

SASHWATHA CAFE

• A Fresh Start the Same Heart in Anna Nagar, Swing by for a bite of tradition with a side of excitement, Address. G.Flr, 49, Old 95, T-Block, 3rd Avenue, Anna Nagar, Chennai-40. Ct : +91 44 4888 4999, CUG : +91 99945 51999.

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 .

NEW FLATS FOR SALE 2 BHK LUXURY FLATS CHINDADRI PET

(Swaminaickan Street) 1082 sqft (1st & 2nd floor) 1097 sqft (1st 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

ADMISSION OPEN

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

• **SCOPE PLAY SCHOOL** Admission open 2025-26 FOR children above 18 months Contact : 91763 19234 / 91762 72234.

HEALIA DIAGNOSTICS PVT LTD.

• Well women package, special offer Rs. 2750, Comprehensive health checkup. contact : 73057 19333 / 7240081008.

CAREER OPPORTUNITY

• Become a successful business associate with a leading MNC. Earn your own income with zero investment limited seat only. no registration Fees. Ct: 97890 26028 / 63827 34724.

Donate Blood & Eyes

FLAT FOR SALE

2 BHK, FLAT FOR SALE 915 SQ.FT., 2ND FLR, UDS 535 SQ.FT., SEMI FURNISHED BISHOP LANE, PURASAIWAKKAM.

98410 94301

THIS BOX COST Rs.700/-

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

RENTAL

Corner shop with two shutters for RENT at No. 50/2, Pulianthope High Rd, opp Masjide Azam, (Sait Beedi Mosque), Chennai - 600 012.

93810 14490 99411 17906

WE ARE Your Trusted Builders & Developer

We Require 1 to 10 Grounds Land for
► Joint Development
► Redevelopment
No Brokers Please Only Direct Parties

Contact **98840 32003**

SANRAC REAL-ESTATE

INDEPENDENT HOUSE FOR SALE IN PURASAIWAKKAM NEAR MAIN ROAD 1400 SQ.FT., Rs. 3 Crs.

98840 44472

PLOT FOR SALE

702 SQ.FT., CMDA APPROVED JOINT OFFICE, AYANAVARAM NO BROKERS PLEASE

CONTACT: 79042 92442

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. 2.10 Cr.

Cell : 98400 91981

PART-TIME JOB

Earn Monthly Rs.10,000 to 50,000 From Home

CALL NOW FOR DETAILS

S.MALLIGA 63827 34724 98840 65215

If any interesting News & Views in your area Please Contact : 9710452204

புரசைவாக்கம் வெள்ளாள தெரு 'மக்கள் மருந்தகம்' - Jan Aushadhi Diwas 2025



சென்னை புரசைவாக்கம் வெள்ளாள தெருவில் மத்திய அரசின் 'மக்கள் மருந்தகம்' கடை செயல்பட்டு வருகிறது. அப்பகுதியில் சிறப்பாக செயல்பட்டு வரும் அந்த 'மக்கள் மருந்தகம்' கடையின் கொண்டாட்ட நிகழ்ச்சி (மார்ச் 7) நடைபெற்றது. இந்நிகழ்ச்சியில் மத்திய இணை அமைச்சர் எஸ்.முருகன் கலந்து கொண்டு, மக்கள் மருந்தகத்தை பார்வையிட்டு, கடையின் செயல்பாடுகள் குறித்து கேட்டறிந்தார்.

அப்போது செய்தியாளர்களிடம் அவர், "அனைவருக்கும் உலகத்தரம் வாய்ந்த மருத்துவ சிகிச்சை கிடைக்க வேண்டும் என்பது பிரதமர் மோடியின் எண்ணமாக உள்ளது. அதனால் தான் தமிழகத்தில் ஒரே ஆண்டில் 11 மருத்துவக் கல்லூரிகளை தமிழகத்துக்கு மோடி கொடுத்துள்ளார்.

அதேபோல், ஏழை மக்களுக்கு குறைந்த விலையில் தரமான மருந்துகள் கிடைக்க வேண்டும் என்பதற்காக மக்கள் மருந்தகம் கடைகளை மோடி திறந்துள்ளார். இந்தியா முழுவதும் 15 ஆயிரத்துக்கு மேற்பட்ட, மக்கள் மருந்தகம் கடைகள் உள்ளன. தமிழகத்தில் 1,100-க்கும் மேற்பட்ட கடைகள் உள்ளன. இந்தக் கடைகளில் 50 முதல் 80 சதவீதம் குறைவான விலையில் மருந்துகள் கிடைக்கின்றன. இதேபோல் ரூ.5 லட்சம் வரையிலான ஆயுஷ்மான் பாரத் காப்பீடு திட்டத்தையும் பாஜக அரசு செயல்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறது. இவ்வாறு பல மக்கள் நலத்திட்டங்களை மோடி அரசு செய்து வருகிறது என்று மத்திய இணை அமைச்சர் எஸ்.முருகன் கூறினார். No.111, Vellala Street, Purasaiwakkam, Chennai - 84. Contact : 73050 35153.

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

SCOPE PLAYGROUP & PRESCHOOL

Zest • Zeal • Imagination

FOR CHILDREN ABOVE 18 MONTHS

✓ **Homely & Safe:** Spacious classrooms in a beautiful bungalow with a splash pool – a warm, welcoming space for your child.

✓ **Trustworthy:** Established in 1985 – Nearly four decades of nurturing young minds.

✓ **Experienced & Caring Teachers:** Preparing your child for a confident start to school & beyond!

LIMITED SEATS

PRESCHOOL ADMISSION

ENROLL NOW!

9176319234 / 9176272234

scopeschoolonline.com

9, Taylor's Road, Kilpauk

For Advertisement Contact : 98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

REPORT ON ANNUAL CAMP - KARNATAKA



The Dr. Annie Besant Scouts and Guides Training camping center, a well-maintained campground located in Dodaballapur, Bengaluru, Karnataka was the venue to this year Annual Camp 2024-2025. The site offered various amenities including food and accommodation.

A total of 152 enthusiastic students and 15 dedicated staff members joined this exciting journey. The students were thrilled to explore, learn and created unforgettable memories.

The students and the staff boarded the Mysore Express at Chennai Central Railway Station on February 22nd and stayed there for 3 days and 3 nights.

On day 1 and day 2, the students were awakened at 5 a.m. and made to do the Baden Powell exercises. The P.E.Ts, teachers and the students assembled on the ground and our school flag was hoisted.

Later, the students participated in the club activities. The clubs namely, the JRC, the RSP, the Eco club and the Bharat scouts and guides performed their activities in an orderly manner. The lowering of the flag was done in the evening. Later at night, the students and staff had their dinner and enjoyed the campfire.

Campfire is one of the most important and enjoyable aspects of camping which the students enjoyed thoroughly.

On day 3, the students were awakened at 7 a.m., hoisted the flag and an all faith prayer was done, where students from different religions chanted hymns. After breakfast, the flag was lowered down and everyone was ready to check-out.

During the three days' stay, the students were taught about the concepts of road safety, importance of first aid, tying different kinds of knots, star classes, etc.

Overall the camping trip was a memorable and refreshing experience. The campsite provided excellent facilities and a great environment for outdoor activities. Camping is a great way to connect with nature and enjoy outdoor adventure making it an ideal activity for enjoying and bonding.