

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

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

VOL. XXIX NO. 45 2024 FEB 11 - FEB 17 1461st Issue Ph: 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8



EASY TRAVELS



Broken EB box @ P.H Road



Electric Junction box is broken .EB juction box in dangerous condition at poonamalle high road. opp to G3 Police station. Those who go walk around the path it is unsafe condition. Concerened ΕB department take action against that.

Un authorised parking @ Vepery



Vepery, in front of st.Paul's hr.sec. school. wheeler's parked unauthorised area. It is a school area. Student's and peolple are messy to crowd . so the vehicle need to park right place.

Chocolate Facts

Switzerland is the biggest consumer of chocolate in the world, Chocolate's name has ancient origins, Chocolate was initially consumed as a bitter drink, Cacao was literal money growing on trees, The Spanish brought cocoa to Europe, Milk chocolate originated in Jamaica,

பழைய பட்டுப்புடவை வெள்ளி ஐரிகை வாங்கப்படும். உடனடியாக பணம் தரப்படும்! **BUY OLD SILK SAREES** OLD PATTU SAREES, MYSORE SILKS, BANARAS, ALL ZARI ITE **SPOT CASH @ YOUR DOORSTEP**

Contact: 98406 58189 / 72990 43639 PURASAWALKAM AND ANNA NAGAR No. 74, AH BLOCK SHANTHI COLONY, 7th MAIN ROAD NEAR IOB **SRI SIVA PATTU CENTRE**

The first chocolate bar your brain function, and was molded in 1847, Chocolate can provide an energy boost, improve

boost your immune and cardiovascular health.

இந்தியன் ஓவர்சீஸ் வங்கியின் 88வது நிறுவனர் தினம் – புரசைவாக்கம்



புரசைவாக்கம் இந்தியன் ஒவர்சீஸ் வங்கியின் 88 வது நிறுவனர் தினத்தை முன்னிட்டு எழும்பூர் சட்டமன்ற தொகுதி உறுப்பினர் ஐ. பரந்தாமன் அவர்கள் முன்னிலையில் தேவேந்திர குமார் வாடிக்கையாளர் உறவு மேலாளர் IOB சென்னை, சுபாசிஷ் கிரி தலைமை மேலாளர் -(புரசைவாக்கம் கிளை) அவர்கள் மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான மிதிவண்டியை வழங்கி 88 வது நிறுவனர் தினத்தை சிறப்பாக வாடிக்கையாளர்களுடன் இந்தியன் ஒவர்சீஸ் வங்கியின் ஊழியர்கள் அனைவரும் இணைந்து கொண்டாடினர்.

HALLS ROAD KILPAUK NEEDS **ATTENTION**



The halls road kilpauk badly been damaged in several places through out the street due to which

riders and residents feel more inconvenience to ride their vehicles and to walk. Let the concerned authorities

take necessary remedial measures to fill up the potholes and blacktop it for the smooth riding of vehicles.

இயற்கை முறை மருத்துவ குறிப்புகள்

வெந்தயத்தை ஊற வைத்து நன்கு அரைத்து தலையின் முடி வேர்க்கால்களில் தடவி வைத்து நன்கு ஊறியபின் தலைமுடியை அலசினால் முடி நன்கு வளருவதுடன் கண் எரிச்சல், உடல் சூடு தணியும். வயிற்றுக் கடுப்பு ஏற்பட்டால் புழுங்கல் அரிசி வடித்த தண்ணீரில் சிறிதளவு உப்பையும், வெண்ணெயையும் குடித்துவிடுங்கள். கலந்து சிறிது நேரத்திலேயே குணம்

தெரியும். புதினா இலையை வாயில் போட்டு மென்றுக் கொண்டிருந்தால் பல்லில் ஏற்படும் **கூச்சம்** மறையும். குழந்தைகளுக்கு எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பாட்டிய நாளில் கீளா உணவ வகைகள் கொடுக்க கூடாது. சீதபேதி கடுமையாக உள்ளதா? ஊறவைத்த வெந்தயத்தை அரைத்து 3 வேளை தயிரில் கலந்து அருந்தவும்.

முலிகைகளின் பயன்கள்

வளரும் இயற்கையாக மூலிகைள் சாதாரணமாக பக்க விளைவகள் இல்லாதவை. மூலிகைகளை மேலும் பல நாம் தினசரி உணவிலும் வருகிறோம். பயன்படுத்தி பாரம்பரிய இந்திய மருத்துவ முறைகளான சித்த, ஆயுர்வேத முறைகளில் மருத்துவ மூலிகைகளுக்கே முதலிடம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

அருகம்புல் சாறு மூலச்சூடு, அல்சர், விஷங்கள், நோய் ஆஸ்துமா சர்க்கரை மற்றும் ரத்தத்தில் உள்ள கெடுதல்களை நீக்கும்.

ஆடா தோடை இலைச்சாறு ஆஸ்துமா, இருமல், சளி, பிணிசம், இருமலில் ரத்த கசிவு போன்றவற்றைப் போக்கும்.

தூதுவளை, சளி, இருமல், **ஈஸினோபீலியா**, ஆஸ்துமா, பீனிசனம், வாதக்கடுப்பு **நோய்களைப்** போன்ற போக்கும். தூதுவளை இலையை நறுக்கி சட்னி, துவையல் செய்து சாப்பிடலாம். நில ஆவாரை மலச்சிக்கல், மூலம், வாதம், உடல் உஷ்ணம் போன்றவற்றைப் போக்கும். மலச்சிக்கல் உள்ளவர்கள் படுக்கப்போகும் இரவில் முன் சூரத் நில ஆவாரையை ஒரு ஸ்பூன் மென்று தின்று நீர் அருந்தினால் மறு நாள் மலச்சிக்கல் இல்லாமல் வெளியேறும்.

நில வேம்பு குடிநீர் அருந்தினால் சுரம், நீர்க்கோவை, பித்த மயக்கம் போகும். முடக்கத்தான் கீரையை

சூப் வைத்து சாப்பிட்டால் மூட்டு பிடிப்புகள், சகல வாதங்கள் குறைம்.

வல்லாரை இலை அதிகரிக்கும், சக்தியை காமாலை மற்றும் மலச்சிக்கலையும் போக்கும். வல்லாரை துவையல் செய்து சாப்பிடலாம்.

அஸ்வகந்தி கரப்பான், வெட்டான், மய்க்கம், தாது நஷ்டம் போன்றவற்றைப் போக்கும்.

வில்வம் பித்தம், ஆஸ்துமா, காசம்,தோல் நோய்கள் விலகும்.

நெல்லிக்காய் மற்றும் அதன் சாறு பித்தம், சளி, சர்க்கரை வியாதி மூலம், போன்றவற்றை நீக்கும்.

நாவல் கொட்டைத் தூள் உண்டால் சர்க்கரை வியாதி, குறையும். கரப்பான், தோல் நோய்கள் போகும்

வயிற்றில் சுக்கு வாயு பொறுமல் ഖഖി. அஜீரணம் போன்றற்றை நீக்குவதால் சுக்குக் காப்பி நாள்தோறும் ஒரு வேளை அருந்தலாம். சர்க்கரைக்குப் பதிலாக பனங்கற்கண்டு அல்லது பனை சர்க்கரை; வெல்லம் அருந்தினால் நலம் கலந்து பயக்கும்.

மிளகு கபம். மூலவாயு, பித்தம், வாதம், அஜீரணம் ஆகியவற்றைச் சீர் செய்யும். நாள்தோறும் குடிநீர் காய்ச்சும் போது சிறிது சீரகம், பத்து போட்டுக் மிளகு காய்ச்சி அருந்தி வந்தால் நோய்கள் வராமல் தடுக்கலாம்.

நகம் கடிக்கும் பழக்கத்தை விட்டு விடுங்கள்

பலருக்கும் நகம் கடிக்கும் பழக்கம் இருக்கிறது. இதனை சாதாரணமான ஒன்றாகத்தான் நினைக்கிறோம். ஆனால் அது ஒரு வகையான மன நோய் என்று கூறப்படுகிறது. நகம் கடிக்கும் பழக்கம் குழந்தைப் பருவத்தில் தொடங்கி விடுகிறது. பின்னர் பருவ வயதில் தானாகவே மறைந்து போகும்.

குறிப்பிட்ட சிலரால் இப்பழக்கத்தி லி ருந்து முடிவதில்லை. விடுபட காரணமில்லாத தவறான மனதில் எழுவதால் இவ்வாறு கடிக்கும் ஒருவருக்கு தொடரலாம். அழுத்தத்தின்

என்றும் கூறப்படுகிறது. நகம் கடிப்பது மட்டுமல்ல, கையை அடிக்கடி கழுவுவது, முடியை பிடித்து இழுத்து கொண்டே இருப்பது ஆகியவையும் பாதிப்பின் மனநல என்று வெளிப்பாடுதான் கூறப்படுகிறது. மன ரீதியாக மட்டுமின்றி உடல் நகம் கடித்தல் ரீதியாகவும் விளைவிக்கும்.

கெடுதல் விரல் நுனிகளில் அழுக்குகள் இருக்கும். நகங்களைக் போது கடிக்கும் அவை அச்சம், வாய் வழியே உடலின் மற்ற எண்ணங்கள் பாகங்களுக்கும் பரவும். இதனால் எளிதில் நோய்த் பழக்கம் தொற்று ஏற்படும். எனவே, நகம் கடிக்கும் பழக்கத்தை கடித்தல் மன உடையவர்கள் அதிலிருந்து வெளிப்பாடு விடுபடுவது நன்மை தரும்.

Visit our website: www.purasaitimes.com for our current issue.

கீழாநெல்லியின் அற்புத மருத்துவ குணம்

கீழாநெல்லி ஒரு மூலிகை, சுவையுடது. கசப்புச் குளிர்ச்சித் தன்மை உடையது. இக்கீரையின் தளிர்களை தண்ணீரில் அரைலிட்டர் இட்டுக் காய்ச்சி, வடிகட்டி தண்ணீரை மட்டும் குடித்து சீதபேதி உடனே மாறும். இரத்த சோகையால் உடல் வெளுத்துக் காணப்படுவர், மேகநோயால் அவதிப்படுபவர் இதை பசுவின் நன்றாக அரைத்து தயிரில் கலந்து நாள்தோறும் காலையில் பருகி வந்தால் நல்ல பலன் கிட்டும்.

மஞ்சள் காமாலையைக் குணப்படுத்த இக்கீரையைத் தவிர வேறு மருந்து கிடையாது. கீழா நெல்லிக்காய்களே ஆங்கில மருத்துவத்திலும் காமாலைக்குப் மஞ்சள் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

தும்பை கீழாநெல்லி, இலை, கரிசலாங்கண்ணி இவைகளை சம அளவு எடுத்து நன்றாக அரைத்து, காலை, மாலை சுமார் பத்து உண்டு நாட்கள் வந்தால் காமாலை நோய் பூரணமாகக் குணமாகும். பெரியவர்கள் நெல்லிக்காய் அளவும், சிறியவர்கள் சுண்டைக்காய் உட்கொண்டால் அளவும் போதுமானது. காரம், புளி, உப்புத் தவிர்த்து, பால்சோறு அல்லது தயிர்சோறு மட்டும் சாப்பிட்டு வர வேண்டும்.

தாது பலம் இழந்து மனம்

மற்றும் முகவாட்டத்துடன் ஆண்கள் இருக்கும் இக்கீரையுடன் ஓரிதழ் தாமரை இலையையும் சேர்த்து நெல்லிக்காய் அரைத்து அளவு தினமும் சமார் நாற்பது நாட்கள் உண்டால் போதும். உயிர்சக்தியை இழந்த மீண்டும் பெறலாம். ஆண்மை இக்கீரை பசியை மிகும். நன்றாகத் தூண்டும்.

சிரங்குகளுக்கு சொரி. இக்கீரையை உப்புடன் சேர்த்து அரைத்துப் பூசினால் நல்ல பலன் கிட்டும். காயங்களுக்கு உப்பு சேர்க்காமல் வெறுமனே இக்கீரையை அரை<u>த்த</u>ு, பசுவின் தயிர் <u> அல்லது</u> மோரில் கலந்து ஓரிரு நாட்கள் குடித்தால் போதும், சீதபேதி குணமாகும்.

மாதுளைக் கொழுந்தும், இக்கீரையையும் சம அளவில் கலந்து அரைத்து, பசுவின் தயிர் அல்லது மோரில் கலந்து ஓரிரு நாட்கள் குடித்தால் போதும், சீதபேதி குணமாகும். பார்வை மங்குதல், போன்ற கண் மாலைக் கோளாறுகளுக்கு, கீழா நெல்லிக்கீரை, பொன்னாங்கண்ணிக் கீரையை சம அளவு எடுத்து நன்றாக அரைத்து காலை, மாலை புளித்த மோரில் தொடர்ந்து கலந்து நூற்பது நாட்கள் பருகினால் போதும். பார்வை மிகும். கண்பார்வை கூர்மை பெறும்.

ரத்த

சீராக்கி,

ஏற்படும்

பூண்டுப் பால்

கட்டுப்படுத்தி,

ஓட்டத்தை பெண்களுக்கு

பூண்டுப் பால் தயாரிக்க, பாத்திரத்தில் பாலை ஊற்றி அதில் உரித்த சில பூண்டைத் பற்களைத் தட்டிப் போட்டு நன்கு வேக வைக்க வேண்டும். பூண்டு நன்கு வெந்ததும் பனங்கற்கண்டு, மிளகுத்தூள், மஞ்சள்தூள் ஆகியவை சேர்<u>்த்த</u>ு சிறிது நேரம் கொதிக்க வைத்து பூண்டை இறக்கி, நன்கு மசித்தால் பூண்டு பால் தயார். பூண்டு பாலை குடிப்பதால் மற்றும் காய்ச்சல் பிரச்சனையில் இருந்து உடனடியாக விடுபடலாம். முகப்பரு பிரச்சனைகள் ௶ண்டு வராமல் தடுக்க, கலந்த பாலை முகத்தில் வேண்டும் தடவி, கழுவ அல்லது அந்த பாலை குடித்து வரலாம்.

இடுப்பு வலி, மூட்டு வலி, வாய்வு பிடிப்பு மற்றும் கால் ഖഖി போன்ற பிரச்சனை பூண்டை உள்ளவர்கள், காய்ச்சி பாலில் குடித்தால் நல்ல பலனைக் காணலாம். பூண்டு கலந்த பால்

உடல் பருமனைக் இதயத்தில் குறைத்து, ஏற்படும் அடைப்புகளை நீக்கி, சேரும் ரத்தத்தில் கொழுப்புகளை குறைக்கிறது. ரத்த அழுத்த பிரச்சனையைக்

மாதவிலக்கு பிரச்சனையை குணமாக்குகிறது. மலேரியா, காசநோய், யானைக்கால் நோய் மற்றும் ப்ளேக் போன்ற நோய்களை உண்டாக்கும் கிருமிகளுக்கு எதிராக பூண்டுப் பால் செயல்படுகிறது. கொடுக்கும் தாய்ப்பால் பெண்கள் பூண்டு பாலைக் குடித்து வந்தால், தாய்ப்பாலின் சுரப்பு அதிகரிக்கும், குழந்தைகளின் ஆரோக்கியமும் மேம்படும். நுரையீரல் அழற்சி போன்ற உள்ளவர்கள், பிரச்சனை இந்த பூண்டு கலந்த பாலை குடித்து வந்தால், விரைவில் நுரையீரல் அழற்சியை குணமாக்கலாம். பூண்டு பாலானது நாம் சாப்பிடும் உணவுகளை ஜீரணமாக்க உதவும், செரிமான திரவத்தை தூண்டி, உணவுகளை எளிதில் செரிமானம் அடைய உதவுகிறது. பூண்டு கலந்த பாலை காலையில் வெறும் வயிற்றில் குடிப்பதன் நம் மூலம் வயிற்றில் வளரும் புழுக்களை

இருமல், நெஞ்சுவலி குணமாக

அழிக்கலாம்.

நெஞ் சிலருக்கு சில் சளி உறைந்திருக்கும். இதனால் அடிக்கடி இருமல் அப்படிப்படடவர்கள் வரும் இருமலில் இருந்து விடுபட -ஒரு டம்ளர் பாலைக் காய்ச்சும் போது ஒரு சிட்டிகை மஞ் சள் தூள், ஒன்பது மிளகுத் துள் செய்து இரண்டையும் சேர்த்த பாலைக் காய்ச்சி

ஆற்றி, மிதமான சூட்டில் ஒவ்வொரு வாயாக ருசித்து நிதானமாகக் குடிக்க வேண்டும். சர்க்கரைக்குப் பதில் பனங்கற்கண்டு சேர்த்து அருந்தினால் நலம்.

இவ்வாறு வாரம் குடித்தால் நெஞ்சுவலி இருமல் போய்விடும்.

ரேர்மையைக் கடைபிடியுங்கள்!

ஆண்டவர் கூறுவது இதுவே. நீதியை நிலைநாட்டுங்கள். கடைபிடியங்கள்: நேர்மையைக் வழங்கும் விடுதலை நான் அண்மையில் உள்ளது; நான் அளிக்கும் வெற்றி விரைவில் வெளிப்படும். இவ்வாறு செய்யும் மனிதர் பேறு பெற்றவர்.

பைபிள் - ஏசாயா 56 (1-2)



கர்வமும் பெருமையும் கொண்டவரை அல்லாஹ் நேசிக்கமாட்டான்

உங்களுக்கு த் த வ றி வி ட் ட த ற் கா க நீங்கள் கவலைப்படாமல் இருப்பதற்காகவும், அவன் வழங்கியதில் உங்களுக்கு பூரித்துப் நீங்கள் போகாமல்

இருப்பதற்காகவும் (விதியை ஏற்படுத்தியுள்ளான்) கர்வமும் பெருமையும் கொண்ட ஒவ்வொருவரையும் அல்லாஹ் நேசிக்கமாட்டான்.

திருக்குர்ஆன் - அல் ஹதீத் - 23



பிரபஞ்சமனைத்தையும் பரமாத்மா பிரகாசிப்பிக்கிறான்

சூரியன் எப்படி ஒரு உலகனைத்தையும் ஒளியுறச் செய்கின்றதோ, அப்படி அர்ஜுனா, பிரபஞ்சமனைக்கையம் பரமாத்மா பிரகாசிப்பிக்கிறான்.

ஸ்ரீமத் பகவத் கீதை அத் 13 (33)

ரோகத்தைக்

இதரச்

பூமி முழுவதற்கும் ஒரே சூரியன் வெளிச்சம் கொடுக்கிறான். ஆனால் பூமியில் உள்ள சூரியன் பாதிக்கப்படுவதில்லை. நன்மை தீமைகாளல் இங்ஙனம் உலகம் முழுவதற்கும் ஒரே சூரியன் வெளிச்சம் கொடுப்பது போன்று பரமாத்மா அகிலாண்டத்துக்கும், சரம், அசரம் அனைத்துக்கும் சைதன்யத்தை அல்லது அறிவை வழங்குகிறார். எல்லோருக்கும் அறிவு என்னும் வெளிச்சத்தைத் தருவது பிரம்மம்.

நீர் நிலைகளில் காணப்படும் நீர்முள்ளி மூலிகை!

நீரடைப்பு

இத்துடன்

குணப்படுத்தும்.

முள்ளி - இது ஒரு நீர் முட்செடி. இதில் மூன்று வகை உண்டு ஊதா நீர் முள்ளி, வெள்ளை நீர் முள்ளி, பேய் நீர் முள்ளி என்பனவாம். இதன் வேரை பலவிருத்திக்கும், சல பேதிக்கும் கஷாயம் வைத்துச் சாப்பிடலாம், மகோதரத்திற்கும் உபயோகப்படும். காடியில் பேதிக்குக் கலந்து கொடுக்கலாம். இதன் வெந்நீர்க் கஷாயத்தினால்

விஷப்பாண்டு நீங்கும். இலை அல்லது இதன் சமூலத்தைக் கஷாயமாக வைத்துக் கொடுக்க சோகை, வயிற்றுலுள்ள காபாலை. ஸ்தூல கட்டி, மகோதரம், நோய் முதலியவைகள் நீங்கும். இதன் சாம்பலை, சிறுநீர், மூத்திரம் வெள்ளாட்டு அல்லது பசுவின் மூத்திரத்தில் கரைத்து, பாண்டு வீக்கமுள்ள இடங்களில் பூசி வீக்கம் குறையும். மேலும் இரத்தத்திலுள்ள மாசுகளை நரம்பின் வழியாக சிறுநீரகத்திற்க்கு கொண்டு போய் பின் நீர்ப்பை, நீர்தாரை மூலமாய் வெளிப்படுத்தும். மேலும், நீர்ததாரையிலுள்ள மாமிச வளர்ச்சி, சவ்வுகள் முதலிய தடங்களைக் கரைத்து

சரக்குகளைச் சேர்த்தும் கொடுப்பதுண்டு. இலையை அவித்துக் கடைந்துக் கொண்டு பூண்டு, மஞ் சேர்த்து அரைத்துக் கூட்டிக் குழம்பாகக் காய்ச்சி, உட்கொள்ள நீர்கட்டு, நீரேற்றம், மகோதரம், பித்த பாண்டு, நீர் செரிப்பு போகும். மேலும் நீர்முள்ளிச் சாற்றுடன் சிற்றாமணக்கெண்ணெய்யை சமமாகச் சேர்த்து அதில் நவச்சரம் ஒரு 10 கிராம் சேர்த்து கலக்கி பதமுறக் காய்ச்சி வேளைக்கு கரண்டி வீதம் உட்கொள்ள

சதையடைப்பு, கை மூலம், பிடிப்பு, வெள்ளை, குன்மம், முதலிய நோய்கள் போகும். இதன் விதையை இடித்துச் சூரணமாக நீர்க்கோவை, இருமல் இவைகள் தீரும். இரத்தம் சுத்தமாகி விந்தூறும் தாது புஷ்டிப் பெறும். இக்காரணங்களால் இதை ஆண்மை பெருக்கும் லேகியங்களில் சேர்ப்பர்.

பாண்டு சோகை கல்லடைப்பு,

If any interesting News & Views in your area Please Contact :98409 37719 Email: purasait@gmail.com

Menace striking transformer in Anna Nagar East



The transformer cover in 8th cross street of Anna Nagar East is found broken and hanging. With incessant rain everyday, this damage looks more menacing as further damage could pose some serious threat to the pedestrians and the people in the vicinity. Necessary actions from electricity board and corporation is the need of the hour.

Unleash Creativity at the Free Handwriting Camp in Virutcham Kidz castle Shenoy Nagar: February 15th to 29th Are you ready to embark on a journey of penmanship and creativity? Look no further! Virutcham Kidz castle (51-Kamadhenu, 3rd Cross west Street, Pulla Avenue, Shenoynagar Near Thiru.Vi.Ka.Park) is hosting an exciting Free Handwriting Camp from February 15th to 29th, inviting all young learners (Age 7 to 15) to join in and discover the joy of writing Contact: 78458 44392 / 99419 57515.

Modern bus terminus at Rs 50 crore to come up in Mahabalipuram



modernised bus terminus would come up at a cost of Rs 50 crore at Mahabalipuram, a popular tourism spot in South India. The facility, spread over six acres,

would be designed and constructed to place 50 buses at a time. It would resemble a bus terminus in developed countries to attract international and domestic tourists.

Sub-Collector Chengalpattu Narayana Sarma, along with officials, inspected the site on Sunday.

project aimed to decongest the city that has been witnessing a massive development over a period of time, besides catering to the needs of the future demand. Commercial complexes would be an integral part of the terminus. The sub-collector also had a discussion with the officials to design the drainage system in a way to tackle water stagnation during the rainy season.

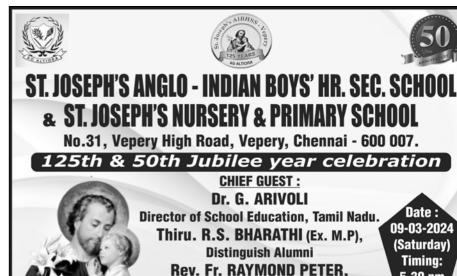
SJ Suryah on board Chiyaan 62



surprise announcement, the makers of Chiyaan 62 shared that actor SJ Suryah has joined the

cast. Helmed by SU Arun Kumar of 'Chithha' fame, this film is headlined by Vikram Sharing the announcement in his

X, SJ Suryah wrote, "Verrry happy to join @ chiyaan 62 "A Rocking Project" by Chithha fame #SUArunkumar sir, very diff narration I felt that God blessing one more great success when director Arun finished his great narration & happy joining again with trendy @gvprakash sir & thank you @HRPictures producers @riyashibu , @shibuthameens and team (sic)." Chiyaan 62 has music by GV Prakash Kumar.



Supt. of RC Schools, Chennai - Mylai Invite all the Parents, Students, Past Pupils to the Celebration of Gratitude.

Rev. Dr. E. SANDIYAGU, Correspondent

Admissions Open 2024-2025 | FOR FURTHER ENQUIRES CONTACT THE SCHOOL OFFICE

5.30 pm

SR cancels multiple trains due to engineering works on Feb 11

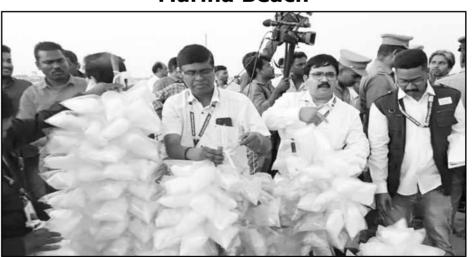
Chennai Southern division of (SR) Railway announced changes in train patterns due engineering work the Kodambakkam at Tambaram route February 11. The maintenance work for line blocks and power blocks will be held between 10:45 AM and 3:45 PM, causing full cancellation of multiple trains. In this regard, 44 electric trains running between Chennai Beach-Tambaram, Chennai Beach-Chengalpattu, Tambaram -Chennai Beach,

ChengalpattuChennai Beach, Kancheepuram-Chennai Beach, and Tirumalpur-Chennai Beach would be cancelled. According to a Daily Thanthi report, Electric trains from Chennai Beach to Tambaram between 10.30 AM - 1 PM and 1.15 PM - 2 PM, Tambaram to Chennai Beach from 10.05 AM to 1.45 PM are also cancelled. Similarly, 44 electric train services from: Chengalpattu to Beach at 9.40 AM, 10.55 am, 11.30 am, 12 noon, and 1 PM , Kancheepuram-Chennai Beach station

at 9.30 AM, Tirumalpur-Beach Chennai 11.05 am will also be cancelled. At the same time, for the passengers convenience, Southern Railway has informed also between Tambaram-Chengalpattu at 11.55 am, 12.45 pm, 1.25 pm, 1.45 pm, 2.20 pm, and 2.55 pm, and on the reverse route between Chengalpattu-Tambaram at 9.30 am, 9.40 am, 10.55 am, 11.05 am, 11.30 am, and 12 pm, special electric trains will be operated.

Visit our website : www.purasaitimes.com

Cotton candies seized from vendors at **Marina Beach**



A team of Food Safety officials conducted an adulterated cotton candy inspection & raid at Marina Beach on Thursday. During the raid 1000 more multicoloured cotton candies were seized with a value of Rs10,000 and the same were kept in our office custody.

The vendors are warned and stopped to sell such candies The samples of cotton candies were lifted to the food lab to ascertain the standards of food. Action has been continuously initiated in all the areas. The raids were carried out after complaints were received that vendors are selling cotton candies containing harmful chemicals. Samples of the seized cotton candies were sent to the lab for testing.

Punctual Superstars



Sparkling stars of Vkids TSK were awarded a Star of recognition for their regular attendance for the year and were motivated to continue their positive Vibe & spirits in regularity.

What Is Bridge Pose?



Bridge pose, or Setu Bandha Sarvangasana, is a reclined backbend and chest-opening yoga pose. This asana (pose)

for beginners involves lifting the hips and sternum while pressing the arms down into the mat to create a bridge-

like effect with the body for a maximum stretch. In a Hatha yoga class, bridge pose is typically towards performed the end of class after warming up the spine in a standing series.

In Sanskrit, the ancient language from which yoga was born, "Setu Bandha Sarvangasana" translates to "bridge," (Setu) "to bind," (Bandha) "all," (Sarva)
"limb," (Anga) "pose" (asana). In effect, Setu Bandha Sarvangasana is named after the bridge-like shape the body makes while in this

Pedestrian path or car park?



In kilpauk pedestrians path are fully occupied with 4 wheeler vehicles. People are always using pedastrian path during traffic peak hours. But, they are suffered to walk that place. Concerned department take action immediately.

Peacocks Take Years to Develop Colorful Tail Feathers

When thev hatch and for months afterward, male and female peachicks look identical. Males don't start to develop color until they are about three months old, and it's not until full maturity

at three years old that their famous tail feathers become brilliant. Its tail aesthetics is, in fact, what will get the peacock a mate.

At the end of every mating season, a peacock will undergo a

molting process in which it will naturally shed its feathers and regrow them longer and fuller ahead of the following mating season. The animals reach peak vibrancy around age six.

Silver Jubilee Year - Colours Day - 2024



Jaigopal Garodia Matric Hr Sec School is celebrating its Silver Jubilee year one among was the Colours Day. The Chief Guest of the day was Dr. M.R.C.Rajeswari, Professor and Head, Dept. of Oralpathology, Priyadarshini Dental college& hospital, presided the function. A warm welcome was given by our Principal mam Smt. R Hemamalani. Various competitions were held level wise. Judges decided the winners. Colours were allotted for the classes from LKG to Std V. All glittered in their allotted colour dresses. Cultural programme was organised. Prizes were distributed to the winners. The program concluded with Vote of thanks.

Skin Repairs



Our skin takes a beating over time, thanks to free radicals causing

oxidative stress. Without going into a chemistry lesson, oxidative stress relates to our bodies' negative reaction to bad things like: air pollution, cigarette smoke, industrial chemicals, UV rays "An antioxidant serum, for example, like vitamin C, is helpful to reduce damage and should go on in the morning underneath moisturizer," Kwan says. Apply after your shaving routine. Pro tip: Before bedtime, Kwan recommends a retinol cream for those in their 30s and up. "Retinol helps smooth fine lines and wrinkles," he explains.

Could Vitamin D intake reduce Asthma

Vitamin "D" Intake could reduce Asthma by half, according to the study made. The nutrient from Vitamin 'D' - in foods such as oily fish viz., Solomon sardines, b\herring, mackerel,

liver, egg yolks – can reduce the chance of life threatening Asthma attack by half. The nutrient in Vitamin 'D' boost the immune system's response to respiratory problems, frees tune, red meat, Scientists said. The

Vitamin 'D' reduced the number of arthomatics needing steroids after suffering breathing difficulties bt nearly third. Vitamin 'D' can be gained from sunlight also.

Velammal creates history at Goa **International Robotics Festival 2024**



The Future Skills Team, comprising the students of Velammal Nexus, bagged the prestigious 'Judge's Choice Award - Rising Star' at the GOA INTERNATIONAL ROBOTICS FESTIVAL 2024, hosted by First Tech Challenge, USA. This award was a humongous achievement as they were the youngest team to clinch the award amongst stiff competition from over 65 teams across the world.





Careless wastes disposal in Mookathal Steet, Purasaiwakkam



Tree wastes like broken branches and leaves and heaps of sand and small rocks are found in opposite to Ankur Garments at Mookathal street.

These wastes are found making their way into the road. The pedestrians are finding it difficult to walk through the zone. The dustbin in the vicinity is found

lying idle. Frequent inspection from the corporation is needed to avoid problems for the commuters who walk through the side walks on routine basis.

THE MADRAS SEVA SADAN HR. SEC. SCHOOL



BRONZE MEDAL IN STATE SILAMBAM CHAMPIONSHIP -2024

Miss. L. S. Subhashree, Class IX, of The Madras Seva Sadan Hr. Sec. School, Chetpet, won a bronze medal in Silambam (Under-17, Below-30kg category) in the State Level Bharathiyar Day/Republic Day Games, organised by the School Education Department, held at Melvisharam, Ranipet District.

largest eye-to-head ratio in the world



(Bigeye Grenadier) The eyes are large, and the mouth on the underside the head. The often extended snout presumably aids in rooting about the bottom for food. Some species have light organs, and some can produce sounds by means of paired muscles attached to the swim bladder. The fish is usually about 30 to 60 cm (1 to 2 feet) lona.

Outstanding Achievement





Miss. Praseedha, class 12 of Velammal Main School won 3 gold medals in RDS State Meet at Velachery in U19 Category, Swimming. She exhibited her outstanding skills in 100 mtr Breaststroke, 200 mtr Breaststroke, 200 mtr individual Medley and won gold medal in all the events participated.

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



Spend time reading at parks, thanks to GCC's street libraries



As part of promoting literacy and inculcating reading habits among denizens, the Chennai Greater Corporation (GCC) will set up street libraries in north Chennai parks. The initiative is expected to attract more visitors to these parks as well. The pilot project will see two parks in north Chennai, May Day Park in Egmore

library facility. project will be scaled up to other parks, including those in central and south Chennai, based on the response. "There are only a few libraries in the region. A majority of the parks are near slum areas in north Chennai and are frequented by kids and the aged. The street libraries would help improve the reading and Ragavendra Park ability and educate in Choolai, getting the them," Regional Deputy

Commissioner (North) Katta Ravi Theja told DT Next. "We will stock up on books of all genres and people can read them for free. Initially, the security guards will be responsible for maintaining the books. Later, based on the feedback, a dedicated person for the purpose," said Ravi. He further said those willing shall contribute books to the corporation which can be used in the park libraries. "It is a welcome initiative for the people of north Chennai. It will come in handy for students in developing reading habits. However, the corporation should ensure the facility, and the park itself, are maintained properly," opined Vasanth Kumar, a resident who runs an educational trust in Tondiarnet.

Transport dept announces 500 spl buses to manage weekend rush



state transport department has announced the operation of 500 special buses to manage rush due this weekend. According to

a press statement, it is expected that a large number of passengers would travel Saturday and Sunday which marks to be an

auspicious day. "Due to this, arrangements have been made to operate additional buses. As many as 300 special buses will be operated from Chennai, and 200 special buses will be operated from Bengaluru. Also, on Sunday (Feb 11) special buses are planned to be operated from all places as per the needs of the passengers to return to Chennai and Bengaluru from their hometowns. Passengers intending to travel long distances are requested to book their journey through the www.tnstc.in website and mobile app.

If any interesting News & Views in your area Please Contact: 98409 37719 Email: purasait@gmail.com



MASK

STAY HOME STAY SAFE

Udhayanidhi lays foundation for 52 new projects to be carried out by GCC & CMWSSB



for Youth Welfare and Sports Development Udhayanidhi Stalin on Monday laid foundation to 52 new projects to be carried out by Greater Corporation Chennai (GCC) and Chennai Metropolitan Water Supply and Sewerage Board (CMWSSB).

estimated cost of Rs 152 crore has been allocated for development the projects in the city. In addition, municipal administration minister KN Nehru stated that a survey would be done to set up a circular pipeline system that will connect all water resources with the distribution points. The Chennai corporation be constructing additional buildings in 37 schools in 13 zones including Tiruvottriyur, Manali, Madhavaram, Royapuram, Shollinganallur and Ambattur estimated cost of Rs 64 crore under Singara Chennai 2.0.

Newly re-laid roads will be carried out in Ambattur and Guindy industrial estate at a total cost of Rs 12 crore. Various projects including parks and community halls will be constructed by the civic body, stated an official release.

Similarly, the foundation laid for five new projects at an estimated cost of Rs 31 crore will be carried out by the water board. metro The department will construct a new pipeline for drinking water, and replace the damaged pipes in several areas across the city. As many as 13 projects have been inaugurated by the minister at a cost of Rs 12 crore. Under the Singara Chennai 2.0 project, the city corporation has completed construction of six parks in Thiru Vi Ka Nagar zone (zone 6) for Rs 2.54 crore. The corporation has spent Rs 78 lakh to construct two sponge parks that are opened in Anna Salai and Bharathi Nagar in Shollinganallur zone (zone 15). The metro water board has completed four projects at a cost of Rs 7 crore. Of which sewage pumping stations in Teynampet Shollinganallur and zones to prevent overflow drainage water in the areas.

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

ADVERTISEMENT RATES

COLOUR		BLACK AND WHITE	
One Col. Cm	:₹ 260	One Col. Cm	: ₹ 180
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	: ₹ 14,625	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		Sa Cm ≆	100/

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

GST 5% Extra

Classified Coloumn Rs. 500 Upto 20 words.

OUR CONTACT ADDRESS Purasai Times

#33, Mookathal Street, Purasawalkam, Chennai - 600 007. (Near CSI Church) Dial: 2661 3111, 4551 8154

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

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

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

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.

PURASAI TIMES

Advertise in

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, 4551 8154, 98409 37719.

CLASSIFIED BAZAAR

BUYING & SERVICE

- Good Price, We Buy Old Lcd, Led Audios, Computer, Ups Battery A/C etc., service also undertaken. Contact: **ASSOCIATES** S.K -9444149335, 8428880834.
- Old TV LED, LCD, Computer, Monitor, UPS, Invertor, Batteries, Heater, Generator, Fridge, A/C, Laptop, MusicSystem, **Furnitures** and all scrapes. Ct: 8 7 5 4 4 0 2 1 9 9 / 81898 02989.

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

PURASAWAKKAM,

Purasaiwalkam high 11500 sq.ft, road, 1st & 2nd g.floor, floor, parking available 9840937727. Ct:

FLAT FOR SALE

 KOLATHUR, Near Annasalai Don Bosco school, 700sq. 2bedroom flat, ft. G.floor, Rs.39lakhs Ct: 9840937727.

WANTED

Independent Residence flat 3bhk with dining car park and pets.. allowed in and around purasaiwalkam area for rent Ct: 99400 13353.

SALE

PURASAWAKKAM,

Clements road 800 ground floor, sq.ft. ac sheet roof, tiled house, contact subramaniyam, 9383002003.

TUITION

Excellent Home Tuition for 9th, 10th, 11th & 12th, Maths & Science, for Both CBSE, ICSE & State **Board, Good Results** assured. Contact: R . RaghavanRam anujan: 98841 61483.

> 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 otherswithout any expectations.

Donate Blood & Eyes

81471

INDPT House on **Main Road in** Annanagar East, near **Tower Park 3 BHK,** Dining, Pooja, CCP, Rent 65K, BKS Excuse

PURASAIWALKAM, Yemi Street, 2 BHK Flat, 800 sq.ft. **Ground Floor**, 3 phase, direct EB card

(LANDMARK - JM

PURASAIWALKAM MATRIC GIRLS SCHOOL) Contact:

PONNAN STREET

91767 64777 99940 67111 99401 05186

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

Alex, Meenakshi, Dr.Gajalakshmi

600 sq.ft. Flat, Ground Floor, Single BHK 2 wheeler parking, 3 Phase EB, 24hrs Water Rent Rs.12K

77/30, Tana Street, Near Medplus Purasaiwalkam, Chennai - 7.

98400 70353



`<u>Disclaimer</u>

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

VISIT OUR WEBSITE: WWW.PURA-SAITIMES. COM FOR OUR CUR-RENT ISSUE.

DIVIDUAL HOUSE FOR SALE 🖈 IN PURASAIWAKKAM ★ **1450/1200/900 sa.ft. FLAT FOR SALE**

RENT/LEASE Cell: 98840 44472

CLASSIFIED ADVERTISEME

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

Lover review: Manikandan, Sri Gouri Priya shine in poignant portrayal of modern love



A relationship of six years finds itself in a love-hate situation as possessiveness and insecurity take over When debutant feature filmmaker Prabhuram Vyas `Livin' series released in 2017, it changed the landscape when it came to the making of Tamil shows for the YouTube audience. especially on modern love. His previous venture 'Livin' was path-breaking as it broke the cliches storytelling

normalised live-in relationships in Chennai. 'Lover' was expected to be on par with it.

The film begins with Divya (Sri Gouri Priya) hanging out with her friends when receives repeated calls from (Manikandan). She first hesitates to pick up and eventually does, fearing he might fight over it and find out where she is. The very first scene establishes the characters well.



- ➤ INDEPENDENT HOUSE
- ➤ FARM LAND
- > COMMERCIAL PROPERTIES

98400 91981

No.119, Bricklin Road, Grama Street Way, (Near Ratna Store) 1st floor, Purasawakam, Chennai-600 007. Email: kingston200671@gmail.com 11.02.2024 _

- PURASAI TIMES —

Vines on the cable wire @ Anna nagar



In Anna nagar D block 5 th street, More Vines is greeny and catchy eyes but all the Vines are grown on the wrong position. It was so dangerous to the people. Concerned department take action to clear the vines on the cable.

TRAFFIC SIGNAL NOT IN PROPER CONDITION



In Kilpauk, T.P. Chatram traffic signal is not working in proper condition. Riders are affecting so much because that corner way to divide 4 routes. School Students and office going person, two wheeler & four wheeler riders are very much affected in the peak hours.

PANDAS

Pandas have excellent camouflage for their habitat, Their eyes are different to normal bears, Cubs are well protected in their first month, Pandas can swim and even climb trees, A helping hand, They spend lot of their day eating, Bamboo is critical to their diet, But they do occasionally eat something other than bamboo, Pandas sometimes do handstands when they wee !! , They like to keep it gular

Donate
Blood &
Eyes



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







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