

EASY TRAVELS



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

Mob: 98409 37727

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

EASY TRAVELS



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

Mob: 98409 37727

www.purasaitimes.com

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

VOL. XXXII NO. 12 2026 JUL 12 - JUL 18 **1581st Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

Massive playground @Shenoy Nagar



chennai under the Maintenance of Greater Chennai Corporation.

A Massive playground, it has light so you can run also at night. some might use it for cross fit training and other physical training like keeping a double bar,etc.,This is a good place to play sports situated in Anna Nagar.

Usually around 35-40 teams will play every sunday one of the biggest cricket ground in central

Olive Benefits



Olives have a low calorie density

and may aid weight loss in several ways, it's best to enjoy them in moderation due to their high salt content, as well as their overall fat content.

Furthermore, if you don't closely monitor portion sizes, olives' calorie count can add up quickly.

Olives and olive oil may be good for you but that is when you consume them in appropriate amounts.

Eating 5-10 olives a day as a snack or adding them to your food is great, but overconsumption could cause bloating and gastritis.

Beautiful painting @ Hostel wall



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

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com



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

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.

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

RENTAL

• **KILPAUK, 2 BHK, 1000 sq.ft., CCP, Fully furnished, West face, Family / Bachelor / Mala, near Bhavan's School, Amount Rs. 40,000/-** Ct: 98402 78537.

• **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., peracr40lakhs.** 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 portions1st 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

Heavily polluting Corporation Lorries



It can be seen from the picture that a Corporation Lorry that passes through Purasawalkam high road is heavily polluting its way. The main reasons are usage of old equipment and reluctance in adopting BS norms due to shortage of maintainence funds. This poses an imminent threat not only to the health of the local residents but also to the commuters. Air pollution due to dust will only exacerbate the problems of asthma and bronchitis among the elder population. Corporation should take proactive steps through sufficient dispersal of funds for vehicle upgradation and maintainence to mitigate this status quo.

Be Humble and Grateful to Others



Dr. A.P.J Abdul Kalam holding prestigious positions, he remained for his humility and gratitude. Despite

all walks of life. His simplicity and down-to-earth nature were remarkable qualities that made him truly great. Students can learn from him the importance of living a simple life and treating everyone with respect. By nurturing humility, individuals can develop extraordinary thinking and self-belief. Dr. A.P.J Abdul Kalam also stressed the significance of developing creativity, as it fosters logical thinking and imagination.

My Lady's Garden- Periamet



My Lady's Garden is the sole remnant of what was once People's Park – the brainchild of Governor Sir Charles Trevelyan. Its entire management was transferred to the Municipality in 1866. At the geographical centre of the city, some of its portions housed "zoological and ornithological collections, five lakes, a bandstand, reserves for football, tennis and other games." By 1878, a gymnasium was started inside the Park near the Vepery gate. A band played twice a week at the bandstand, with attendance on "Saturdays being "invariably numerous".. From 1921, its management was vested with the Health Officer. The Park's heydays were "undoubtedly in the 1920s and during Christmas Week, when

numerous events would take place in its commodious grounds. The Music Academy held its annual conferences here between 1930 and 1935. Far more noisy and attracting huge crowds was the Park Town Fair and Carnival organized by the South Indian Athletic Association which occupied the Moore Pavilion and, later, the Victoria Public Hall for several years. Between 1933 and 1973, My Lady's Garden was the venue for the Mayor's civic receptions and tea parties. It was also the place where the annual flower show was held for over a century, at a time when the city had more gardens than buildings. My Lady's Garden survives gloriously. Maintained lovingly, it is a paradise for birds and early morning and late evening "walkers and joggers.

Pongal gift 2027: Free dhoti, saree scheme gets a stylish upgrade



The Tamil Nadu government has announced an enhanced version of its Pongal gift scheme for 2027, under which nearly 2.23 crore ration cardholders will receive free dhotis and sarees with improved designs and better fabric quality. The scheme will be implemented through the Public Distribution System (PDS) and will also benefit senior citizens and other eligible welfare recipients across the state. The redesigned

with rs.300 crore already allocated as the first instalment for procurement. The Directorate of Handlooms and Textiles will oversee the production and supply of around 2.27 crore dhotis and sarees to ensure timely distribution before the festival. Beyond providing festival support, the initiative is expected to generate significant employment, offering nearly six months of continuous work for handloom weavers and benefiting more than five lakh textile workers. The free dhoti and saree distribution is part of the larger Pongal gift package, which also includes rice, sugarcane, jaggery, cashew nuts, and cash assistance, helping families celebrate the festival with dignity and joy.

garments will feature modern zari borders in gold, silver, and copper shades, along with an expanded colour palette that includes vibrant green in addition to traditional tones like blue, white, pink, and ivory. The sarees will be made from improved polycot yarn with a higher polyester blend, making them lighter, softer, and more breathable for comfortable daily wear. The scheme will be carried out at a total cost of rs.642.88 crore,

Mushrooms for weight loss



Mushrooms They have even started making appearance as an ingredient in non-vegetarians, alike. 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.

Special trains announced from Chennai for Onam rush



Southern Railway has announced the operation of special trains from Chennai to Mangaluru and Kollam to cater to the increased passenger demand during the upcoming Onam festival season. According to an official

Chennai Central and Kollam on July 13, 20 and 27, August 3, and September 3. The additional services have been introduced to manage the festive rush, particularly from passengers travelling between Tamil Nadu and Kerala during Onam. Railway authorities said the move is aimed at ensuring smoother travel and reducing congestion on regular trains. Passengers are advised to check train schedules and booking availability in advance, as high demand is expected during the festival period.

release, special trains will run between Chennai Egmore and Mangaluru on July 14, 21 and 28, as well as on August 4, 11, 18 and 25, and September 1. Similarly, special services will be operated between

Free Fatty Liver Screening Benefits Hundreds at Lifeline Hospital



July 5th 2026, To create greater awareness about the increasing prevalence of Fatty Liver Disease, Lifeline Multispeciality Hospitals, Kilpauk, successfully conducted a Fatty Liver & Diabetic Mega Health Camp. As part of the initiative, the hospital offered Free FibroScan (Fatty Liver Test), an advanced, painless liver screening, along with liver-related blood tests at highly subsidized

prices. The camp witnessed an overwhelming response, with a large number of residents from Kilpauk, Purasawalkam, and nearby areas benefiting from the free screening and expert medical consultations. The initiative helped many participants understand their liver health and the importance of early diagnosis to prevent serious liver complications.

Lifeline Multispeciality Hospitals encourages the public to undergo regular liver health check-ups, especially those with diabetes, obesity, or unhealthy lifestyle habits. For consultation and liver-related treatment, contact: Lifeline Multispeciality Hospitals 47/3, New Avadi Road, Kilpauk, Chennai. Ph: 044 4294 9494 | 96772 22333.

Swimming Glory for Velammal Academy Nolambur

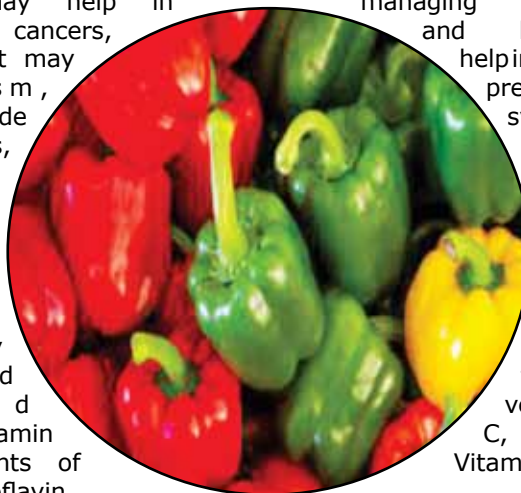


Master Mohammad Ihsan of Class VIII from Velammal Academy Nolambur, brought laurels to the school by securing Third place in the 50m Breaststroke (U-13 Boys) event at the Chennai City Swimming Meet, held at the Chennai Sports Centre.

Sweet Peppers

Capsicum may help in managing dyslipidemia, cancers, Additionally, it may metabolism, and may provide in arthritis, yellow fever. capsicums, be eaten cooked. peppers are

with a very protein and coloured high in Vitamin ample amounts of folate and riboflavin.



and healing wounds. help in boosting immunity, preventing cataracts, symptomatic relief Crohn's disease and sweet peppers or bell peppers can either raw or Capsicum or bell 94% water, 5% carbohydrates, little amount of fat. These bright vegetables are quite C, Vitamin A, besides Vitamins B2, B6, E, niacin,

NUTS WITH BENEFITS

Fox Nuts/ Makhana



Fox nuts make for great anti-ageing food as they have an abundance of anti-oxidants. A handful every day can keep you looking younger and making your skin glow. The catch is that they must not be consumed as a fried snack. Gallic acid and chlorogenic acid as well as epicatechin are some of the beneficial antioxidant substances found in Makhana nuts. These may play a role in reducing the risk of heart disease, cancer and chronic conditions like diabetes.

Chestnuts

These nuts are a good source of fiber, which helps keep you regular and supports the growth of healthy bacteria in your gut. Chestnuts are also gluten-free, which makes them a healthy choice for people with celiac disease. The fiber in chestnuts can also help balance your blood sugar.



Pili Nuts : The element magnesium is responsible for the amount of vitamin D and calcium regulation in our bodies. As we can see in the chart, pili nuts contain a good amount of magnesium, making them extremely healthy. In addition, magnesium, calcium, potassium, and phosphorus are responsible for good bone health. Fortunately, these nuts are abundant, making them beneficial for bone health.



Hazelnuts

Eating a nut mix that includes hazelnuts may help improve insulin sensitivity. A small 2011 trial Trusted Source found that eating a 30-g nut mix that contained 7.5 g of hazelnuts every day improved participants' insulin



sensitivity over 12 weeks. Diminished insulin sensitivity plays a role in the development of type 2 diabetes. Improving this sensitivity reduces the risk of the condition.

Pumpkin Seeds



Phytoestrogens are natural compounds in some foods, including pumpkin seeds.

These compounds are similar to the hormone estrogen. Some evidence suggests that consuming foods that contain phytoestrogens helps reduce breast cancer risk. Other research on the link between phytoestrogens and breast cancer has been mixed. More studies are needed to know whether there's a positive effect.

Global School of Yoga Creates World Record with 30-Minute Beach Yoga Performance During Its 14th Anniversary



As part of the 14th Anniversary of Global School of Yoga and the 12th International Yoga Day 2026 celebrations, Global School of Yoga created a historic world record during a special event held at Marina Beach, Chennai. Under the theme "Start Yoga, Stop Drugs," yoga trainers C. Swathi and S. Lavanya successfully performed 30 minutes of continuous Beach Yoga, creating the "First Time in the World – 30-Minute Beach Yoga Performance." The achievement was officially recognized by the Global Book of Yoga Records, which presented the participants with a Certificate of Achievement. The event aimed to promote yoga for physical and mental well-being while spreading awareness about a drug-free lifestyle. Organized as part of the 14th Anniversary celebrations of Global School of Yoga, the achievement marks another significant milestone in the institution's mission to promote yoga, health, and social awareness at both the national and international levels.

Drug Awareness Road Show – 9th July



A Drug Awareness Road Show was conducted by the High School students of Alagappa Schools, Purasawalkam at the vicinity on 9th July to create awareness about the harmful effects of drug abuse and to encourage a healthy, drug-free lifestyle. The students actively participated in the programme by preparing and displaying informative and impactful placards carrying anti-drug messages and slogans. Their enthusiastic involvement and confident presentation effectively conveyed the importance of staying away from substance abuse and making responsible life choices and students took oath on the same. The road show served as a meaningful awareness initiative, reinforcing the students' commitment to promoting a safe, healthy, and drug-free society.

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

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



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



How Trauma Rewires Your Body: The Science of Hidden Stress



Chronic Pain & Migraines: Nervous system overload changes how your brain processes pain signals.
Weakened Immunity: Prolonged cortisol spikes suppress your ability to fight off common viruses.
Adrenal Burnout: Constant muscle tension and elevated heart rates lead to profound exhaustion. True recovery requires a holistic, dual approach. To break the cycle, combine traditional talk therapy with body-based somatic experiencing—such as EMDR, breathwork, or gentle movement—to retrain your nervous system that the danger has passed. Your physical pain isn't "just drama." **Listening to your body is the first step to healing your mind.**

For years, we've treated mental and physical health as completely separate. If you struggle with chronic fatigue or gut issues, you might think it's just physical. But the human body doesn't work in silos—trauma leaves a profound physical footprint. When emotional distress goes unresolved, your brain's alarm system gets stuck in the "on" position, flooding your body with cortisol and adrenaline.

"Trauma is not just a psychological memory; it is a physiological state of survival that reconfigures how your nervous system perceives safety."

This constant state of hypervigilance drains your battery from the inside out, manifesting as four distinct physical warning signs:

Gut Health Disruptions: Stress alters the gut microbiome, triggering bloating or IBS.

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



MCC HIGHER SECONDARY SCHOOL INAUGURATION OF MCC CENTRAL ENGLISH INSTITUTE



The MCC Central English Institute was officially inaugurated today, July 3, 2026, at the Madras Christian College Higher Secondary School Campus, Chennai - 31. The grand ceremony marked the launch of a significant educational initiative aimed at enhancing English communication skills.

Event Highlights, Chief Guest: **Mr. P.C.R. Suresh**, Advisor and Director of the MCC Association, officially inaugurated the MCC Central English Institute.

Welcome Address: **Dr. G. Jebadoss Thinakaran** Headmaster & Correspondent of the Madras Christian College Higher Secondary School welcomed the gathered dignitaries, faculty, and guests. **Keynote Speech:** **Mr. P.C.R. Suresh** addressed the audience, highlighting the importance of **Confidence, Character and Communication.**

Program Objectives, Skill Development: Designed primarily to improve the core communication skills of school students. **Public Access:** Planned to expand and open its specialized programs to the general public in later phases.

Notable Attendees : The event was attended by key leadership figures from the Madras Christian College Group of Schools, including:

Mrs. Grace Sheela: Principal and Correspondent, MCC Matriculation Higher Secondary School, **Dr. Jolly S. Mathew:** Principal and Correspondent, MCC Public School, **Mrs. Mary Shalini:** Headmistress, Nursery & Primary School and **Dr. M. Lidya**, Language Facilitator from the LYCHD organization.

MADRAS CHRISTIAN COLLEGE HIGHER SECONDARY SCHOOL, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 600 031. Ph: 2836 5205 / 2836 2974

Dhanush teases 'D56' update



Actor Dhanush has sparked excitement among fans with a cryptic 'D x V' poster, hinting at a major announcement on July 10. The teaser has fuelled speculation about a

possible collaboration with director Venkat Prabhu for his 56th film, although there is no official confirmation yet. Reports suggest the project could be a science-fiction entertainer, a genre

Dhanush has not extensively explored, adding to the anticipation around the potential collaboration. At the same time, the announcement has created confusion as the actor is currently busy with his film 'OM', directed by Rajkumar Periyasamy, leading to questions on whether the update is linked to that project or a new venture. Fans are now eagerly awaiting July 10 for an official announcement, as the mysterious poster continues to trend across social media platforms.

Rao Bahadur – Review Engaging show

Rao Bahadur emerges as a strikingly unconventional Telugu film that challenges the norms of mainstream storytelling. Directed by Venkatesh Maha, the film is an ambitious psychological drama that skillfully blends mystery, satire, magical realism, and social commentary into a deeply immersive cinematic experience. Rather than catering to formulaic expectations, it confidently presents a layered narrative that engages both emotionally and intellectually. At the center of the film is a remarkable performance by Satya Dev, who plays Ramappa Rao Bahadur. His portrayal of a man burdened by his past, family legacy, and internal conflicts is both restrained and powerful. He brings depth and authenticity to the role, ensuring that every emotional moment resonates strongly with the audience. One of the film's standout aspects is its writing, which avoids conventional twists and instead unfolds through rich, layered storytelling

and symbolic depth. The narrative explores themes such as lineage, caste, inherited prejudice, identity, and the weight of legacy with maturity and subtlety. It encourages viewers to reflect on these issues rather than simply observe them, making the experience more engaging and meaningful. Technically, Rao Bahadur excels across departments. Cinematographer Kartik Parmar crafts visually stunning frames that create a haunting yet beautiful atmosphere, perfectly complementing the film's tone. Smaran Sai's evocative background score enhances the emotional intensity of each scene, while the production design convincingly recreates a fading aristocratic world, adding authenticity and richness to the storytelling. Though the film adopts a slow and deliberate pace, this approach allows the characters and themes to develop organically. Its nearly three-hour runtime gives ample space for

the narrative to unfold, ultimately rewarding patient viewers with a powerful and emotionally satisfying second half. The climax, in particular, leaves a lasting impact, lingering in the viewer's mind long after the film concludes. Featuring a cast that includes Vikas Muppala, Deepa Thomas, Bala Parasar, Anand Bharathi, and others, the film is backed by producers Chinta Gopalakrishna Reddy, Anurag Reddy, Sharath Chandra, and Eshwaran Vijayaraghavan. With its bold storytelling and uncompromising vision, Rao Bahadur stands out as one of the most distinctive Telugu films of the year. Overall, Rao Bahadur is a courageous and intellectually engaging film that prioritises meaningful storytelling over commercial conventions. While its unconventional style may not appeal to all audiences, those who appreciate layered narratives and psychological depth will find it immensely rewarding.

Vishnuu Vishal celebrates Gatta Kusthi 2's success



Vishnuu Vishal has expressed heartfelt gratitude to audiences following the strong box office performance of Gatta Kusthi 2, calling this phase of his career especially meaningful. The film, which is nearing ₹30 crore in collections, has emerged as a commercial success, marking a significant milestone for the actor, who also co-produced it. Speaking at a success event, he highlighted how this achievement feels different because it finally brings recognition to his 18-year journey in the industry.

The actor was particularly appreciative of producer Ishari Ganesh, noting that the trust and creative freedom he received played a crucial role in the film's success. Vishnuu Vishal shared that being given "full credit" for his work at this stage of his career was deeply emotional, especially after years of feeling overlooked. He emphasized that such trust is rare and invaluable in filmmaking. He also expressed happiness over the film's reception in B and

C centres across Tamil Nadu, where families have been flocking to theatres. According to him, this widespread acceptance reflects the strength of the film's simple storytelling and the direction of Chella Ayyavu, with whom he shares a long-standing professional bond. Reflecting on the evolving nature of cinema, Vishnuu Vishal acknowledged that today's audiences are highly perceptive, leaving little room for error. Despite Gatta Kusthi 2 being a straightforward entertainer, its success demonstrates that well-executed, relatable stories continue to resonate. He concluded by thanking fans for their unwavering support throughout his career, crediting them as the reason he continues to thrive after nearly two decades in the industry.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com



WEAR MASK

STAY HOME STAY SAFE

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.

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

முக்கனி - மா, பலா, வாழையில் உள்ள சத்துக்கள்!

மாம்பழம்: முக்கனிகள் என்று போற்றக்கூடிய பழங்களுள் முதல் கனி மா. மாம்பழத்தில் 15% சர்க்கரை, 1% புரதம், பெருமளவு உயிர்ச்சத்துக்கள் ஏ,பி,சி ஆகியவை உள்ளன. கண் பார்வை, மாலைக்கண் நோயை எதிர்க்கிறது. வைட்டமின் சி அதிகம் உள்ளதால் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி தருகிறது. நோஞ்சன் பிள்ளைகள் உடல் தெம்பும் எடையும் பெறுகின்றனர். இருதயம் வலிமை பெறும். பசி தூண்டும், உடல் தோல், நிறம் வளமை பெறுகிறது. முகத்தில் பொலிவு உண்டாகும். கல்லீரல் குறைபாடுகள் விலகும். புது இரத்த அணுக்கள் உற்பத்தியாகும். உடல் வளர்ச்சி பெறுகிறது. பலாப்பழம்: பலாச்சகளைகள் பொட்டாசியம், கால்சியம், பாஸ்பரஸ் ஆகிய உப்பு சத்துக்களும் உயிர்ச்சத்து ஏ மற்றும் சி யும் அதிக அளவில் கொண்டுள்ளன. கொட்டைகள் உயிர்ச்சத்து பி1, பி2 ஆகியவை கொண்டுள்ளன. பழுத்த பலாச்சகளைகள் மலமிளக்கியாக செயல்படுகின்றன. நார்ச்சத்து அதிகமுள்ள பலாப்பழம் செரிமானத்துக்கு நல்லது. வைட்டமின் ஏ,பி,சி, கால்சியம் உள்ளிட்ட சத்துக்கள் நிறைந்த இப்பழம் முதுமையை தடுக்க வல்லது. கார்போஹைட்ரேட், பொட்டாசியம், கால்சியம் சத்து, புரதச்சத்து ஆகிய சத்துக்கள் உள்ள பலாப்பழம், புற்றுநோய் வராமல் தடுக்கும். பொட்டாசியம் அதிகம் இருப்பதால், இரத்த

சர்க்கரையைவிட வெல்லம் சாப்பிடுவது நல்லது!

அன்றாடம் உணவில் சர்க்கரையை தவிர்த்து வெல்லம் சேர்த்து கொள்வது உடலுக்கு மிகவும் ஆரோக்கியத்தைத் தரும். நமது முன்னோர்கள் சித்தமருத்துவத்தில் அதிகப்படியான வெல்லம் சேர்த்து தான் மருந்துகள் தயாரித்தார்கள்.

ஒவ்வாமையால் வரும் ஆஸ்துமா போன்றவற்றிக்கு, வெல்லம் மிகவும் உகந்ததாகும். மேலும் இதில் ஆண்டி அலர்ஜிக் தன்மை மற்றும் நீர்ப்புத் தன்மை இருப்பதனால் உடல் சமச்சீர் தன்மையை அடைய உதவும்.

வெல்லத்தினை இளவயது பெண்கள் சாப்பிடுவது மிகவும் அவசியமானதாகும். இதில் இரும்பு சத்து அதிகம் உள்ளதால், உடலில் உள்ள ரத்தத்தின் அளவை அதிகரித்து ரூபக சக்தியைப் பெருக்கும்.

உணவு உண்டபின் சிறிது வெல்லத்தை உண்பதை அக்காலத்தில் ஒரு பழக்கமாகவே வைத்திருந்தார்கள். இது செரிமானத் தன்மையை உருவாக்க உதவுகிறது.

வெல்லத்தில் நார்ச்சத்து அதிகம் இருப்பதால், அது உணவுக்குழாய் வாயிறு. நுரையீரல் என உடல் உறுப்புகளை உறுதியாகவும் சுத்தமாகவும் வைக்கின்றது. குழந்தைகளுக்கு வரக்கூடிய குடல்புழு பிரச்சனை, அனிமியா, பெண்களுக்கு மாதவிடாயின்போது ஏற்படும் சேர்வு, தலை சுற்றல் போன்றவற்றையும் குணப்படுத்த கூடிய அஜீத சத்துக்கள் நிறைந்த உணவு வெல்லமாகும்.

வாதம், பித்தம், கபம், ஆகியவற்றை உடலில் சமமாக வைக்க வெல்லத்தை உண்டு வரவேண்டும். இதனால் உடலிற்கு இரும்பு சத்தும், கால்சியமும் கிடைக்கின்றது.

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.

வயிற்றில் ஏற்படும் புண்ணை போக்க இயற்கை மருத்துவம்

இரைப்பையில் சுரக்கும் அமிலங்கள்தான், நாம் உண்ணும் உணவின் செரிமானத்துக்கு உதவுகின்றன. இரைப்பை மற்றும் சிறுகுடலின் உட்பகுதியை மூடி உள்ள சளிச்சவ்வுகள் இந்த அமிலங்களின் தாக்குதலில் இருந்து இரைப்பை மற்றும் சிறுகுடலை பாதுகாக்கின்றன. அல்சரை உண்டாக்குவதில் ஹெலிகோபாக்டீர் பைலோரி என்ற கிருமி முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது. காரம், மசாலா நிறைந்த உணவுகளாலும் மதுபானம் அருந்ததல், புகையிலைப் பழக்கம், புகைப்பிடித்தல் மற்றும் கணையத்தில் ஏற்படும் கட்டியினாலும், மருத்துவக் கதிரியக்கத்திற்கு உட்படுத்துவதாலும், மனக்கவலை மற்றும் பரபரப்பினாலும் வயிற்றுப் புண் ஏற்படுகிறது. அறிகுறிகள்: குமட்டல், வயிற்றின் மேல் பகுதியில் வலி, உணவு சாப்பிட்ட ஓரிரு மணி நேரத்திற்குள் பசி, நோய் தீவிரமடையும்போது ரத்தம் கலந்த அல்லது கறுப்பு நிறத்தில் மலம் கழித்தல், நெஞ்சு வலி, ரத்த வாந்தி, சோர்வு, உடல் எடை குறைதல் காணப்படும். மருத்துவம்: அரை ஸ்பூன் சுக்குத்தூளைக் கரும்புச்சாற்றில் கலந்து காலை வேளையில் அருந்தலாம்.

சாமை அரிசியின் ஆரோக்கிய நன்மைகள் என்ன..!

சிறுதானிய மற்றும் திணைகளில் எப்பொழுதும் சிறந்ததாக இருக்கிறது இந்த சாமை அரிசி. சாமை அரிசி இந்தியாவில் மட்டும் விளைவிக்கப்படுகிறது சாமை அரிசியை சாப்பிடுவதால் உடலுக்கு பல்வேறு விதமான மருத்துவ குணநலன்கள் கிடைக்கிறது. இந்த அரிசியில் புரதச்சத்து கொழுப்பு சத்து, மெக்னீசியம், சோடியம், பொட்டாசியம், தாது உப்புக்கள், கால்பர், மக்னீசியம், துத்தநாகம், நார்ச் சத்து, மாவுச் சத்து, கால்சியம், பாஸ்பரஸ், இரும்பு சத்து போன்றவை ஏராளமாக அடங்கி உள்ளது. இந்த சாமை அரிசி சாப்பிடுவதால் என்ன நன்மைகள் உடலுக்கு கிடைக்கிறது என்பதை முழுமையாக இந்த கட்டுரையில் பார்க்கலாம். சாமை அரிசி சாப்பிடுவதால் கிடைக்கும் அற்புத நன்மைகள் சாமை அரிசியில் அதிக அளவில் நார்ச்சத்து இருப்பது கண்டறியப்பட்டு உள்ளது, இதன் கட்ச நார்ச்சத்து மற்ற தானியங்கள் மற்றும் திணைகளை விட இதில் அதிக அளவில் நிறைந்திருக்கிறது. சாமை அரிசியில் ஃபினோலிக் கலவைகள் அதிக அளவில் நிறைந்துள்ளது இவை ஆக்ஸிஜனேற்ற செயல்பாட்டை உடலில் பல மடங்கு கூடுகிறது. இந்த சாமை அரிசியில் இரும்புச் சத்து அதிகமாக

ஏலம், அதிமதுரம், நெல்லி வற்றல், சந்தனம், வால்மிளகு இவற்றைச் சம அளவு எடுத்துப் பொடித்து, அதைப்போல இரண்டு பங்கு சர்க்கரை சேர்த்து, 2 கிராம் வீதம் 3 வேளை உண்ணலாம். சீரகம், அதிமதுரம், தென்னம் பாளைப்பூ, சர்க்கரை சம அளவு எடுத்துப் பால்விட்டு அரைத்து, சிறு எலுமிச்சை அளவு எடுத்துப் பாலில் கலந்து பருகலாம். கறிவேப்பிலை, சீரகம், மிளகு, மஞ்சள், திப்பிலி, சுக்கு சம அளவு எடுத்துப் பொடித்து அதில் அரை ஸ்பூன் எடுத்துப் பாலில் கலந்து உண்ணலாம். பிரண்டையின் இளந்தண்டை இலையுடன் உலர்த்திப் பொடித்து சம அளவு சுக்குத் தூள், மிளகுத் தூள் கலந்து அதில் அரை ஸ்பூன் எடுத்து வெண்ணெயில் கலந்து உண்ணலாம். கைப்பிடி அளவு வெண்ணெச்சி இலையில் கல் அடுப்பை போட்டு வறுத்து, குடு இருக்கும்போதே அதில் மோரை ஊற்றி, தெளிவை இறுத்துப் பருகலாம். கோஸ், கேரட், வெண்பூசணி, தர்பூசணி, பப்பாளி, ஆப்பிள், நாவல், மாதாளம்பழம், வாழைப்பழம், தயிர், மோர், இள நூங்கு ஆகியவற்றை அடிக்கடி உண்ணுங்கள். அதிகக் காரம், பொரித்த உணவுகள், அசைவ உணவுகள், தேன், புளி ஆகியவற்றைத் தவிர்க்கவும்.

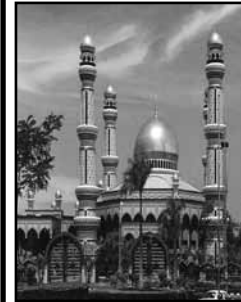
நிறைந்துள்ளது இரத்த சோகை இரும்புச் சத்து குறைபாடு உள்ளவர்கள்.சாமை அரிசியை வாரத்திற்கு இரண்டு முறை தொடர்ந்து எடுத்து வந்தால் இரும்புச்சத்து மற்றும் ரத்த சோகை முழுவதும் நீங்கும் கண்பார்வை மேம்படும். மற்ற திணை மற்றும் தானியங்களுடன் ஒப்பிடுகையில் சாமை அரிசியில் சிறிதளவுகூட ஈரப்பதம் இல்லாமல் இருக்கிறது, இதனால் நார்ச்சத்து மற்றும் புரதச்சத்து முழுவதும் அதிக அளவில் நிறைந்துள்ளது. நீரிழிவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டு உள்ள நபர்களுக்கு இது ஒரு சிறந்த வரப்பிரசாதமாகும். ஏனெனில் நடுத்தர கிளைசீமிக் இன்டெக்ஸ் குறியீடு பெற்றுள்ளது இந்த சாமை அரிசி. நீரிழிவு நோயாளிகள் இந்த சாமை அரிசியை அதிக அளவில் உணவில் எடுத்துக் கொண்டால் உடலில் குளுகோஸின் அளவு சமன் செய்யப்படும். இந்த சாமை அரிசியில் அதிக அளவில் அத்தியாவசியமான அமினோ அமிலங்கள் மற்றும் வளமான கனிமங்கள் நிறைந்துள்ளது இதனால் உடலுக்கு பல்வேறு விதமான நன்மைகள் கிடைக்கிறது. இந்த சாமி அரிசி எளிதில் கிடைக்கக்கூடியது மற்றும் விலையும் குறைவு பிஸ்கட் தயாரிப்பதற்கு அதிக அளவில் இந்த சாமை அரிசி பயன்படுத்தப்படுகிறது.



கர்த்தர் யோசபாத்தோடு இருந்தார்!

கர்த்தர் யோசபாத்தோடு இருந்தார்; அவன் பாகால்களைத் தேடாமல், தன் தகப்பனாகிய தாவீது முன் நாட்களில் நடந்த வழிகளில் நடந்து, தன் தகப்பனுடைய தேவனைத் தேடி, இஸ்ரவேலுடைய செய்கையின் படி நடவாமல், அவருடைய கற்பனைகளின் படி நடந்து கொண்டான். ஆகையால் கர்த்தர் அவன் கையில் ராஜ்ய பாரத்தை திடப்படுத்தினார்; யூதா கோத்திரத்தார் எல்லாரும் யோசபாத்துக்கு காணிக்கைகளைக் கொண்டு வந்தார்கள்; அவனுக்கு ஐகவரியமும் கனமும் மிகுதியாயிருந்தது.

பைபிள் - மிமி - நாளாகமம் 17-3-5



ஷைத்தான் ஏமாற்றத்தையே வாக்களிக்கிறான்!

அல்லாஹ்வையன்றி ஷைத்தானைப் பொறுப்பாளனாக்கிக் கொள்பவன் வெளிப்படையான இழிப்பை அடைந்துவிட்டான். அவர்களுக்கு அவன் வாக்களிக்கிறான். ஆசை வார்த்தை கூறுகிறான், ஷைத்தான் அவர்களுக்கு ஏமாற்றத்தையே வாக்களிக்கிறான். அவர்கள் தங்குமிடம் நரகம். அதிலிருந்து தப்பிக்கும் வழியை அவர்கள் காணமாட்டார்கள்.

திருக்குர் ஆன் அன்னிஸா 19-120-121



மாறாத பக்தியாலேயே என்னை உள்ளபடி உணரவும் காணவும் முடியும்

நீ என்னை எவ்வாறு தரிசித்தாயோ அவ்வாறு நான் வேதங்களாலும், தவத்தாலும், தானத்தாலும், யாகத்தாலும் தரிசிக்க இயலாதவன். எதிரிகளை வாட்டவல்ல அர்ஜுனா, மாறாத பக்தியாலேயே இவ்விதம் என்னை உள்ளபடி உணரவும், காணவும், அடையவும் கூடும்.

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை அத் - 11 - 53-54

வேதம், வேள்வி, தானம், தபசு முதலியன மனிதனைப் பண்படுத்துவதற்குப் பயன்படலாம். ஆனால் கடவுளைக் காண இவையாவும் உதவமாட்டா. கடவுளைக் காண தேவையானது அனன்ய பக்தி. அதாவது கடவுளைத் தவிர வேறு ஒன்றையும் நாடாத பக்தி. அது கடவுளுக்குப் புறம்பாக எதையும் பொருட்படுத்துவதில்லை. எல்லாம் அவன் மயம், எல்லாம் அவன் செயல் என்ற மனநிலை அனன்ய பக்தியினின்று வருகிறது. அனன்ய பக்தியால் ஒருவன் கடவுளின் சாந்நித்தியத்தை முதலில் உணர்கிறான். அதன் மேல் தர்சனம் உண்டாகிறது. பிறகு தானே அதில் ஒடுங்குகிறான்.

இத்தனையும் செய்யவல்லது அனன்ய பக்தி. இத்தகைய பக்தி பண்ணும் போது அன்பு மயமான சரீரம் ஒன்று நமக்குள் உண்டாகிறது. அச்சரீரத்திற்கு அன்பு மயமான கண்களும், காதுகளும் உண்டு. அவற்றால் நீ இறைவனைக் காணவும் கேட்கவும் அடையவும் முடியும்.

சிறந்த உணவு சோளம்!

சோளம் ஒரு சிறந்த உணவு பொருள் ஆகும். சோளத்தில் அதிக ஊட்டச்சத்து நிறைந்துள்ளது. மற்ற காய்கறிகளை போல சோளமும் செல்கள் சேதத்தை எதிர்த்து போராடும். இதய நோய், புற்றுநோய் மற்றும் பிற நோய்களில் இருந்தும் பாதுகாக்க கூடியது. கோதுமை, அரிசியை விட சோளத்தில் ஆண்டி-ஆக்ஸிடென்ட் அதிகம். சோளத்தில் கரோடெனாய்டுகள், வைட்டமின்-சி மற்றும் வைட்டமின்-இ உள்ளது. கரோடெனாய்டுகள் இருப்பதால் கண்களுக்கு மிகவும் சிறந்தது. ஒரு கப் வேகவைத்த சோளத்தில் 4 கிராம் நார்ச்சத்து உள்ளது. இதனால் மலச்சிக்கல் இருதயம் சம்பந்தப்பட்ட நோய்களிலிருந்து விடுபட முடியும் 14% வைட்டமின்-சி யும், 12% மங்கனீசும் உள்ளது. அதிக பழங்கள் மற்றும் காய் சாப்பிடுபவர்களின் எடையை விட அதிக நார்ச்சத்து நிறைந்த சோள உணவு சாப்பிடுபவர்களின் எடை குறைந்துள்ளதாகவும் ஆய்வில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. இதில் ஆண்டி-ஆக்ஸிடென்ட் மற்றும் பைபர் உள்ளது. எடையைக் குறைக்கும் பணியில் சோளம் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. மஞ்சள் நிற சோளத்தில் ஒரு கப்பில் 392 மி.கி பொட்டாசியம் மற்றும் வெள்ளை சோளம் ஒரு கப்பில் 416 மி.கி பொட்டாசியம் உள்ளது. இது ரத்த அழுத்தத்தை சீராக வைத்திருக்க உதவுகிறது. எனினும் அதிக அளவு பொட்டாசியம் உண்பதும் நல்லதல்ல. குறிப்பாக வயதில் முதிர்ந்தவர்கள், சிறுநீரக பிரச்சனை உடையவர்கள் சோளத்தை உண்ணக்கூடாது.

Ragi Koozh



As the mercury is rising every day and the sun is shining hot people feel the thirsty. In order to satiate the thirst and appetite Raghi Koozh is sold everywhere in Chennai city, which is relished by riders who ride in hot sun shine. A mug of Ragi Koozh is sold for Rs.40/- which is healthy for the consumers. A vendor is selling it in 1st Main road at Shenoy Nagar near Saibaba Temple.

Nalam AI WhatsApp chatbot for easy OP booking in GH



In a major step towards digital healthcare access, the Tamil Nadu Government has launched 'Nalam AI', a WhatsApp-based chatbot designed to simplify outpatient (OP) appointment booking at government hospitals. The service, inaugurated by Arunraj, has been introduced on a pilot basis at the Cardiology Department of Rajiv Gandhi Government

General Hospital in Chennai. Officials said the initiative aims to reduce long waiting queues and streamline patient registration processes. With the Nalam AI chatbot, patients can complete self-registration and obtain OP slips directly from their homes using WhatsApp. This is expected to significantly improve convenience,

especially for elderly patients and those travelling from distant areas.

To access the service, users need to save the WhatsApp number 98192 22999, send a "HI" message, and follow the step-by-step instructions provided by the chatbot to enter their details and book appointments.

Health department officials stated that the chatbot will gradually be expanded to other government hospitals across Tamil Nadu based on the success of the pilot phase. The launch of Nalam AI marks a key move in leveraging technology to enhance public healthcare delivery, making hospital services faster, more accessible, and user-friendly for citizens.

Our Bunnies students of *Velammal Academy Nolambur*



Our Bunnies students of *Velammal Academy Nolambur* learned the Bunnies Motto and practiced the Bunnies Handshake with great enthusiasm. The activity helped them develop discipline, confidence and a sense of belonging while introducing them to the values of the Bunnies Uniformed Services.

FLAT FOR SALE

2 BHK 920 sq.ft. (1st Floor)

Rs. 47 Lakhs

2 BHK 878 sq.ft. (1st Floor)

Rs. 45 Lakhs

3 Balconies Good Ventilation

AT KORATTUR
MADHANAKUPPAM
Back to Satheesh Balaji School
Near Bharath Petrol Bank

Ct: 98409 37727 / 98409 37717

Dangerous level crossing in Purasaiwalkam



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

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

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

Residents of the area congratulate the EB Department



All the public and residents of the area congratulate the electricity department for this great act. The electric rays coming from the electric pole are affecting everyone who goes in the area. Therefore, the electricity department has installed protective shed around the electric poles in different colors in Chellappa Street, Otteri. so that the public and children are safe.