

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

EASY TRAVELS



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

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

www.purasaitimes.com

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR
VOL. XXX NO. 37 2024 DEC 15 - DEC 21 **1503rd Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

Pigeons to search for food



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

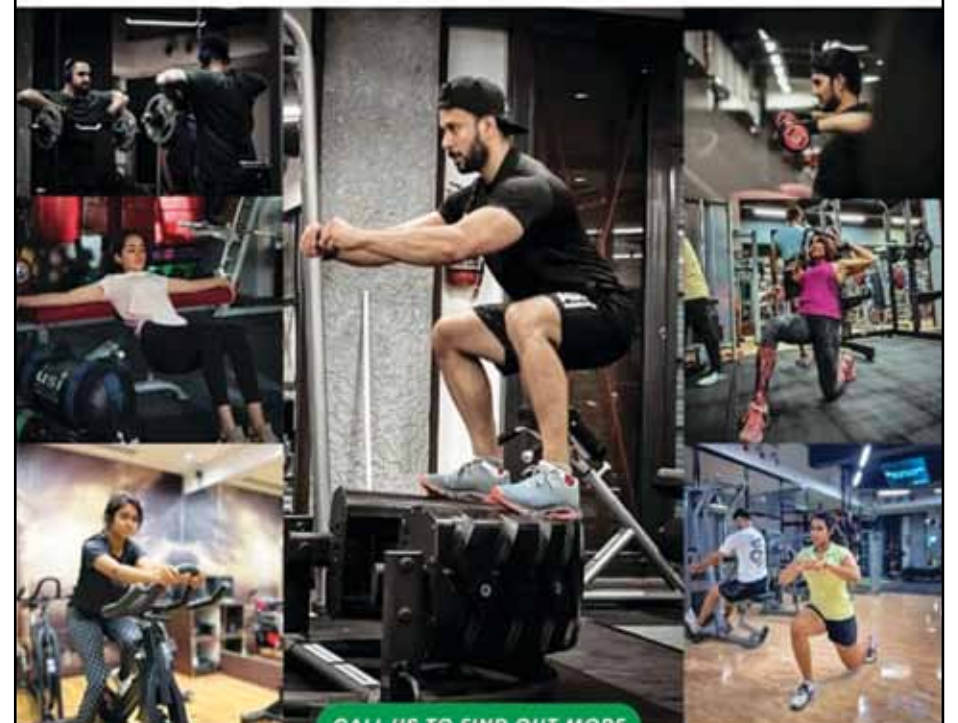
Surveillance Camera Near Doveton flyover



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

Follow us now

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



CALL US TO FIND OUT MORE

Vepery	Kilpauk
11, Ritherdon Rd, Vepery, Purasaiwakkam, Chennai, Tamil Nadu 600007	No : 17, Lakshmi Street, New Avadi Rd, Kilpauk, Chennai, Tamil Nadu 600010
9884097333 ; 9884396333	9176899333 ; 9176844333

EASY TRAVELS

Not Call Taxi

Minimum 5 Hours

INNOVA, INNOVA CRYSTA & MINI BUS (21 Seater)

SABARIMALA BOOKINGS OPEN

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

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

அழுத்தத்தை குறைத்து இதய நோய் வராமல் தடுகிறது. பலாப்பழத்தில் இரும்புச்சத்து இருப்பதால் இரத்தசோகை வராமல் தடுப்பதோடு, உடலில் இரத்த ஓட்டத்தை சீராக்குகிறது. வயது ஆவதால் ஏற்படும் தோல் சுருக்கத்தை தடுக்கிறது. வாழைப்பழம்: உடலில் நீர்ச்சத்தை அதிகரிக்கச் செய்யும், மிக ஆரோக்கியமான, ஒரு கெடுதலும் தராத பழவகை இது. இதில் அதிகமாக பொட்டாசியம் இருப்பதால் ஆரோக்கியமான வளர்ச்சிக்கு உதவும். சோடியம் உப்பு குறைவாக இருப்பதால் ரத்த அழுத்த நோய் உள்ளவர்கள் சாப்பிடலாம். குழந்தைகளின் ஊட்டத்துக்குச் சிறந்தது. தொடர்ந்து இருமல் இருந்து வந்தால் கருமிளகு கால் தேக்கரைஷ்ட எடுத்து பொடி செய்து கொள்ளுங்கள். அதில் பழுத்த நேரந்திரம் பழத்தை கலந்து இரண்டு மூன்று வேளை சாப்பிட்டு வர இருமல் சரியாகும். சின்னம்மை வந்தால் பேயன் வாழைப் பழத்தை மூன்று வேளையும் உண்டுவர விரைவில் நோய் குணமாகும். டைபாய்டு, மஞ்சள் காமாலை ஆகியவற்றுக்கு தேனில் வாழைப்பழத்தைப் பிசைந்து நாள்தோறும் இரு வேளை சாப்பிட வேண்டும். பசும்பாலுடன் ஒரு வாழைப்பழம் சாப்பிட்டுவர அஜீரணம் சரியாகும். தொடர்ந்து நாள்தோறும் 2-3 வேளை இவ்வாறு சாப்பிட்டு வந்தால் மூலநோய் தீரும்.

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 போன்றவற்றுக்கு, 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 ஞாபக சக்தியைப் பெருக்கும்.

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

வெல்லத்தில் நார்ச்சத்து அதிகம் இருப்பதால், அது உணவுக்குழாய் வயிறு. நுரையீரல் என உடல் உறுப்புகளை உறுதியாகவும் சுத்தமாகவும் வைக்கின்றது. குழந்தைகளுக்கு வரக்கூடிய குடல்புழு பிரச்சனை, அனிமியா, பெண்களுக்கு மாதவிடாயின்போது ஏற்படும் சேர்வு, தலை சுற்றல் போன்றவற்றையும் குணப்படுத்த கூடிய அத்த 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! குளிர்த்து 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, காப்பர், 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 வெண்ணொச்சி இலையில் கல் உப்பைப் போட்டு வறுத்து, அடுப்பை அணைத்துவிட்டு 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 ஐசவரியமும் கனமும் மிகுதியாயிருந்தது.

பைபிள் - மிமி - நாளாகமம் 17-3-5



ஷெத்தான் ஏமாற்றத்தையே வாக்களிக்கிறான்!

அல்லாஹ்வையன்றி ஷத்தானைப் பொறுப்பாளனாக்கிக் கொள்பவன் வெளிப்படையான இழிப்பை அடைந்துவிட்டான். அவர்களுக்கு அவன் வாக்களிக்கிறான். ஆசை வார்த்தை கூறுகிறான், ஷெத்தான் 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 அன்னய பக்தி. அதாவது கடவுளைத் தவிர வேறு ஒன்றையும் நாடாத பக்தி. அது கடவுளுக்குப் புறம்பாக எதையும் பொருட்படுத்துவதில்லை. எல்லாம் அவன் மயம், எல்லாம் அவன் செயல் என்ற மனநிலை அன்னய பக்தியினின்று வருகிறது. அன்னய பக்தியால் ஒருவன் கடவுளின் சாந்நித்தியத்தை முதலில் உணர்கிறான். அதன் மேல் தர்சனம் உண்டாகிறது. பிறகு தானே அதில் ஓடுங்குகிறான்.

இத்தனையும் செய்யவல்லது அன்னய 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 ஆன்டி-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 ஆன்டி-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.

வாகனம் திருடு போனால் உடனடியாக
செய்ய வேண்டியவை



1. அருகிலுள்ள காவல் நிலையத்தில் உடனடியாக புகார் அளிக்கவும். **FIR** பதிவு செய்யுங்கள்: காவல் நிலையத்தில் நேரடியாக சென்று வாகனம் திருடு போன இடம், நேரம், மற்றும் தகவல்களை தெரிவிக்கவும். வாகன பதிவு சான்று (RC), இன்சூரன்ஸ் மற்றும் அடையாள
2. தமிழ்நாடு காவல்துறையின் ஆன்லைன் சேவைகளை பயன்படுத்துங்கள். தமிழ்நாடு காவல்துறை இணையதள சேவைகள்: <https://eservices.tnpolice.gov.in> இணையதளத்தில் புகார் அளிக்கவும்.
3. வங்கிக் கணக்கு,

PRO BANKING SERVICES PVT. LTD.
JOB OFFER
TELE SALES

- > +2 OR ANY DEGREE
- > SIM PROVIDED
- > DATA BASE WILL BE PROVIDED
- > GOOD SALARY WITH INCENTIVES

Contact : 72999 94070 / 90942 24467
166-A, 2nd flr., Purasaiwalkam 2nd Street, Kellys, Ch-10.

இன்சூரன்ஸ் மற்றும் வாகன ஆவணங்களை பாதுகாக்கவும். வங்கிக் கணக்கு/வாகனக் கடன்: வாகனம் தொடர்பான வங்கியின் தவணைகளை நிராகரிக்க அல்லது இன்சூரன்ஸ் காப்பீட்டை சரிசெய்ய வங்கி நிர்வாகத்தை தொடர்பு கொள்ளுங்கள். இன்சூரன்ஸ் காப்பீடு: திருடு போனதாக விமா நிறுவனம் (Insurance Provider) உடன் தகவல் பகிர்ந்து, காப்பீட்டு உரிமையை தொடங்குங்கள். **FIR** நகலை இணைக்கவும்.

Veteran Congress leader EVKS Elangovan passes away



Senior Congress leader and Erode East MLA EVKS Elangovan passed away at a private hospital in Chennai today. The seasoned politician and influential leader leaves behind a rich legacy of political service and contributions to Tamil Nadu and Indian politics. Born on December 21, 1948, in Erode District, Elangovan was the son of E.V.K. Sampath and grandson of Krishnasamy, the brother of social reformer Periyar E.V. Ramasamy. He hailed from a family deeply rooted in the Dravidian movement and progressive ideals, shaping his political journey and leadership style. Elangovan served in various pivotal roles throughout his career: Member of Tamil Nadu

Legislative Assembly Represented Sathyamangalam constituency in 1984. Won the Erode East Assembly seat in 2023, following the untimely demise of his son, Thirumagan Evera. Member of Parliament Represented Gobichettipalayam Lok Sabha constituency from 2004 to 2009. Served as Union Textiles Minister under Prime Minister Dr. Manmohan Singh's government, contributing significantly to the sector's development. Tamil Nadu Congress Committee (TNCC) President Held the TNCC President position after his appointment by Sonia Gandhi in 2014, succeeding B.S. Gnanadesikan. Elangovan was

instrumental in steering the Congress party in Tamil Nadu, championing its ideology and representing the interests of the people. In the 2009 Lok Sabha elections, Elangovan lost to A. Ganeshamurthi of MDMK in Erode. During the 2019 Lok Sabha elections, he contested from Theni and faced a defeat to O.P. Ravindranath Kumar, the son of O. Panneerselvam. He was the only UPA candidate to lose in Tamil Nadu that year. Despite these electoral setbacks, his resilience and dedication to public service earned him respect across party lines. The death of his son, Thirumagan Evera, in 2023, was a personal loss that deeply affected him. However, Elangovan contested and won the by-election for the Erode East constituency, carrying forward his son's vision for the region. EVKS Elangovan's demise marks the end of an era in Tamil Nadu politics. Known for his eloquence, strong ideological stance, and commitment to the Congress party, he leaves behind a void that will be hard to fill.

Jacqueline Cochran

70 years since Jacqueline Cochran became first woman to break sound barrier on 18 May 1953. Jacqueline Cochran was already a highly decorated pilot with numerous speed records to her name when she slid into the cockpit on 18 May 1953 ready for another record attempt.

Jacqueline Cochran was an American pilot and business executive. She pioneered women's aviation as one of the most prominent racing pilots of her

generation. Known by her friends as "Jackie", and maintaining the Cochran name, she was one of three women to compete in the MacRobertson Air Race in 1934.[1] In 1937, she was the only woman to compete in the Bendix race and worked with Amelia Earhart to open the race to women. That year, she also set a new women's world speed record.[10] By 1938, she was considered the best female pilot in the United States.

She had won the Bendix and set a

new transcontinental speed record as well as altitude records.[9] Cochran was the first woman to fly a bomber across the Atlantic. She won five Harmon Trophies. Sometimes called the "Speed Queen", at the time of her death, no other pilot held more speed, distance, or altitude records in aviation history than Cochran. Born: 11 May 1906, Muscogee, Cantonment, Florida, United States Died: 9 August 1980, Indio, California, United States

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 97104 52204

www.purasaitimes.com

Garbages around Electric transformers



House wastes and construction wastes like doors

are being disposed near the electricity pole and transformers in W Block 1st street in Anna Nagar. This not only poses danger for the people disposing the garbage but also the ones involved in removing these garbages. Careless disposal from the public is the root cause behind this. The corporation must also take steps to install dustbins in the vicinity. This might bring the behavioral change among the people.

Visit our website :

www.purasaitimes.com

World's biggest dog



According to Guinness World Records, the longest and heaviest dog ever recorded was Aicama Zorba of La-Susa, an Old English Mastiff owned by London resident Chris Ercles. In 1987, Zorba

weighed 343 pounds and measured 8 feet, 3 inches from nose to tail.

VELAMMAL VIDYALAYA MEL
AYANAMBAKKAM MIDDLE SCHOOL
COMPARTMENT - THE JOURNEY OF
GUKESH



In a historic moment for Indian chess, Grandmaster D. Gukesh, the young prodigy from Chennai, has emerged as the world chess champion, his meteoric rise from a dedicated student at Velammal Vidyalaya Mel Ayanambakkam to pinnacle of the Chess world is nothing short of

inspiring. Grandmaster D.Gukesh began his chess journey at an early age. Nurtured by the strong academic & extracurricular foundation provided by Velammal Vidyalaya Mel Ayanambakkam, known for fostering talent, the school identified his potential early on and offered him the support

needed to develop his skills. With rigorous training, dedication and an unrelenting passion for the game he earned his Grandmaster title at the age of 12, becoming one of the youngest ever to achieve this feat. The turning point in his career came when he surprised the legendary Viswanathan Anand in live FIDE rankings, marking the dawn of a new era in Indian Chess. In 2024, his victory in the world chess championship solidified his position as a Chennai icon. Grandmaster D.Gukesh's rise from a school boy with a passion for chess to the world champion is a testament to his dedication and support of institution like Velammal that nurture young talent. This achievement not only brings pride to India but also cements his place in the annals of chess history.

Vines on the street cable wire



In Purasaiwalkam murugappa street vines are greeny and eye catchy but all the vines are grown on the wrong position . It is a very dangerous situation to the people who walk that side. Concern department please take action to remove the vines properly on the cable wires.

SIGN BOARD DAMAGED



The Crossing Sign Board fixd at purasaiwalkam high road infront of ELM school, damaged and slanting towards platform. Let the concerned authorities set right the board, so that purpose could serve.



VELAMMAL NEXUS

SURPASSING MILESTONES

 <p>NEET 2024 720* / 720 BEFORE REVALUATION</p> <p>M NETHRA</p>	 <p>JEE MAIN 2024 (B. ARCH) ALL INDIA 8th RANK</p> <p>RETHIN PRANAV</p>	 <p>JEE MAIN 2024 99.98 PERCENTILE</p> <p>SHREENITHA VM</p>	 <p>CLASS X TOPPER 497 / 500</p> <p>SHARVAANICA A S</p>	 <p>INTERNATIONAL SKATING CHAMPION</p> <p>JAIJYOTSHNA</p>	 <p>INDIAN MEN'S BASKETBALL TEAM</p> <div><p>MAYBE IT'S YOU</p></div>
 <p>CBSE NATIONAL DOUBLE GOLD MEDALLIST ATHLETICS</p>	 <p>NATIONAL TENNIS CHAMPION AT 17 YEARS OF AGE</p>	 <p>VIJAY TV'S SUPER SINGER JUNIOR 9 TITLE WINNER</p>	 <p>YOUNGEST EVER FEMALE CHESS PLAYER TO REACH 2050 ELO POINTS IN INDIA</p>	 <p>NATIONAL CYCLING GOLD MEDALLIST</p>	

JOIN THE LIST OF ACHIEVERS

CBSE: ALAPAKKAM | ANNEXURE | AVADI | KARAMBAKKAM | MADAMBAKKAM | MANGADU
MEL AYANAMBAKKAM | MOGAPPAIR WEST | PARUTHIPATTU | POONAMALLEE | VANAGARAM
VEPPAMPATTU | HOSUR | **VELAMMAL ACADEMY (A/C CAMPUS):** AVADI | NOLAMBUR
MATRIC: MOGAPPAIR EAST | VKIDS: T.S. KRISHNA NAGAR | BARATHI SALAI

ADMISSIONS OPEN 2025-26

+91 73583 90408 | www.velammalnexus.com | follow us:    

CRISPY Dosa

Authentic Taste of Chennai

100% Pure Indian Vegetarian Restaurant
(INDIAN / CHINESE / TANDOORI)

Get 10% Discount

Unlimited Break fast @199/-
only on weekends
7 am to 11 am

Dine in @ Crispy Dosa
and avail 10% off
(Min order Value Rs.1000)

Mini Tiffen Offer
Buy 4 Get 1 Free

Bring this coupon and avail offers

Discount VOUCHER
Dine in for worth Rs 1000/-
& get 10% discount
Valid for 10 days
Offer valid till 31/12/2024

Gift VOUCHER
BUY 4 GET 1 FREE
Valid for 10 days
Offer valid till 31/12/2024

33, 3rd Avenue, W Block,
Anna Nagar, Chennai - 600040.
Overseas Branches : LONDON / CHENNAI

For Order Booking 9043977892

HEALTHY LIFESTYLE

Eat well: Eat a balanced diet that includes fruits, vegetables, whole grains, legumes, and nuts. Limit your intake of sugar, salt, and saturated fat. You can also try these tips:

- Eat a variety of colorful vegetables.
- Choose fresh fruits instead of dried or canned.
- Steam or boil food instead of frying it.
- Drink water instead of sugary drinks

Exercise regularly: Try to get at least 150 minutes of moderate-intensity aerobic activity per week. You can also try walking, dancing, yoga, or running.

- Get enough sleep: The CDC recommends that most adults get at least 7 hours of sleep per night.
- Avoid smoking: Smoking is a leading cause of lung cancer and other health problems.

Atithiseva
Airport Meet & Greet Assist

HIRING!!! (MALE / FEMALE)
Company : ATHITHISEVA PVT. LTD.
Position : Operations & Sales Executive
Age No Bar
Fluency in English & Tamil
Basic MS Office
PRASANTH SINGH, Ct : 99622 03021

NEW FLAT FOR SALE
WELL VENTILATED DELUXE
1732 SQ.FT. FLAT KILPAUK
SECRETARIAT COLONY,
LIFT, CCTV, 3rd FLOOR WITH
CLOSE CAR PARKING
Contact : 98407 54490

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

Rain water stagnates our neighbourhood area . photo taken on 12-12-2024 afternoon 1.45. It has become a breeding ground for mosquitoes, due to which the residents, shoppers and shop keepers feel inconvenience and likely to be infected with diseases. Let the concerned officials of Chennai Corporation/Sewage board.

Healthful Homemade protein smoothies

For weight gain

Homemade protein smoothies can be a

highly nutritious and effective way to gain weight. Making your own smoothies gives you full control over the ingredients and can help you boost calories. Here are a few tasty variations you can try.

***Chocolate banana nut shake:** Combine 1 banana, 1 scoop of chocolate whey protein, and 1 tablespoon (15 ml) of peanut or another nut butter. ***Vanilla berry shake:** Combine 1 cup (237 ml) of fresh or frozen mixed berries, ice, 1 cup (237 ml) of high protein, whole milk Greek yogurt, and 1 scoop of vanilla whey protein.

Super green shake: Combine 1 cup (237 ml) of spinach, 1 avocado, 1 banana, 1 cup (237 ml) of pineapple, and 1 scoop of unflavored or vanilla whey protein.

Madras Christian College Nursery and Primary School

No 78, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 600 031.
Contact No. 9841820112, 28365205 Ext. 57

"The joy of brightening other lives becomes for us the magic of the Christmas"
- W.C.Jones

The month of December is a month to give and celebrate the joy of our saviour's birth to the world. We at **MCC Nursery and Primary School** commenced the celebration with the procession of a colourful pageant of kids costumed as angels, candy canes, Christmas trees, stars, bells, Gingerbread man, reindeer, drummer boy, Santa Claus to escort the chief guest to the auditorium led by the school band. The programme commenced with a prayer followed by Bible reading. The auditorium was reverberating with Christmas carols and Holy Hymns sung melodiously by the school Choir ushering in the festive season. The students of classes 4 and 5 enthralled the audience with a rocking dance performance.

The highlight of the programme was the ventriloquist act by **the Chief Guest Brother Nathaniel**, who shared the story of the birth of Jesus Christ to the students and wowed the audience with his performance. The day concluded with a vote of thanks which extended our gratitude to everyone who made the programme a grand success.

- HEADMISTRESS

ரயிலில் துணி உறையுடன் கம்பளி போர்வை வழங்கும்

திட்டம் முதன் முதலாக மதுரையில் அறிமுகம்

ரயில்களில் குளிர்சாதன பெட்டிகளில் பயணம் செய்யும் பயணிகளுக்கு இரண்டு படுக்கை விரிப்புகள், தலையணை, தலையணை உறை, கம்பளிப் போர்வை, கைத்துண்டு ஆகியவை வழங்கப்பட்டு வருகின்றன. இதில் கம்பளி போர்வை, தலையணை தவிர மற்ற படுக்கை துணிகள் ஒவ்வொரு உபயோகத்திற்கு பிறகும் தூய்மையாக சலவை செய்து வழங்கப் படுகிறது. கம்பளி போர்வை மட்டும் 15 நாட்கள் அல்லது 30 நாட்களுக்கு ஒரு முறை உலர் சலவை செய்யப்படுகிறது. இந்த உலர் சலவை

சம்பந்தமாக பயணிகள் பல்வேறு கருத்துகளையும் ஆலோசனைகளையும் தெரிவித்து வந்தனர். ஆகவே பயணிகளுக்கு தூய்மையான, சுகாதாரமான கம்பளிப் போர்வை வழங்குவதற்கு தெற்கு ரயில்வேயில் முதன்முறையாக மதுரை கோட்டத்தில் சிறப்பு ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டுள்ளது. இதன்படி கம்பளி போர்வைகள் தனித்தனி துணி உறைகளோடு செவ்வாய்க்கிழமை (டிசம்பர் 10) முதல் சென்னை செல்லும் பாண்டியன் எக்ஸ்பிரஸ் பயணிகளுக்கு

வழங்கப்பட்டது. இந்த புதிய வசதி மதுரை - சென்னை - மதுரை பாண்டியன் எக்ஸ்பிரஸ் ரயில்களில் தொடர்ந்து செயல்படுத்தப்பட இருக்கிறது. இந்த துணி உறைகளில் கம்பளி போர்வை உள்ளிட்டப்பட்டு வெல்கிரோ ஒட்டும் முறைப்படி ஒட்டி வெளியே வராமல் பாதுகாக்கப் படுகிறது. இதன் மூலம் கம்பளி போர்வையை சுகாதாரமாக பாதுகாத்து தொடர்ந்து உபயோகப்படுத்த முடியும். பாண்டியன் எக்ஸ்பிரஸ் பயணிகள் இந்த புதிய வசதியை வெகுவாக ஆதரித்து பாராட்டி மகிழ்ந்துள்ளனர்.

Soodhu Kavvum 2 gets U/A



With just days to go before its theatrical release, the makers of Soodhu Kavvum 2 have confirmed that the film has cleared the censor board formalities and secured a U/A certificate. Directed by SJ Arjun, the comedy-drama stars Shiva in the lead role, with Karunakaran reprising his iconic character from the original film. The ensemble cast includes Harisha, Radha Ravi, MS Bhaskar, Karate Karthi, Ramesh

Thilak, Aruldoss, Kalki, and Kavi, adding depth to the sequel's narrative. The film's story is co-written by SJ Arjun and T Yogaraja, promising a fresh take while staying connected to its predecessor. The recently released trailer gives audiences a glimpse into the film's plot, which draws parallels with the original Soodhu Kavvum. Karunakaran's Arumai Pragasam is now the finance minister, while Shiva steps into the

shoes of a disciplined kidnapper, reminiscent of Vijay Sethupathi's role in the 2013 cult classic.

Directed by Nalan Kumarasamy, Soodhu Kavvum blended black comedy with crime elements, earning acclaim for its unique narrative and performances by Bobby Simha, Ashok Selvan, Ramesh Thilak, and Sanchita Shetty. The sequel aims to build on this legacy with a fresh storyline and new characters.

The technical crew of Soodhu Kavvum 2 includes music composer Edwin Louis Viswanath, cinematographer Karthik K Thillai, and editor Ignatious Aswin. Backed by CV Kumar of Thirukumaran Entertainment and S Thangaraj of Thangam Cinemas, the film promises a high-quality cinematic experience.

நோய்களுக்கு வித்திடும் ஆறு ஆபத்துக்கள்

1. டால்டா - மாறடைப்பு, கேன்சர், உடல் பருமன், இரத்த அழுத்தம்
2. மைதா- மலச்சிக்கல், நீரிழிவு, கணைய பாதிப்பு
3. வெள்ளை சர்க்கரை- எலும்பு தேய்மானம், நீரிழிவு, உடல் சூடு, தோல் நோய், ஆண்மையின்மை
4. ரிபைண்ட் ஆயில் (சுத்திகரிக்கப்பட்ட எண்ணெய்) - அல்சர், புற்றுநோய், மூட்டு வலி, முடி நரைத்தல்
5. நைஸ் உப்பு (அயோ உடன் சேர்த்த உப்பு) - பக்கவாதம், இரத்த கொதிப்பு, அறிவுத்திறன் பாதிப்பு
6. அஜினமோட்டோ- ஜீரண உறுப்புகள் சிதைவு

Kadavulae Ajithae chants by fans: Ajith Kumar expresses concern



abiding citizens. My best wishes for a beautiful life for you and your families. Live and let live!" he stated.

This message highlights Ajith's grounded approach and his desire to set a positive example for his fans. Despite being a celebrated star in Tamil cinema, Ajith Kumar has consistently maintained a low-profile, steering clear of public glorification and urging his followers to lead meaningful lives. His statement serves as a reminder of the importance of responsibility and humility, resonating not only with his fans but with the wider public as well.

In recent days, the slogan Kadavulae Ajithae has been echoing among fans of actor Ajith Kumar, reflecting their adoration and devotion. However, the actor himself has expressed concern over such fanatical admiration.

Ajith Kumar issued a heartfelt statement urging his fans to prioritize their responsibilities and maintain a balanced perspective. "I sincerely hope my request will be respected without delay. Work hard, take care of your family, and be law-

**If any interesting News & Views in your area
Please Contact : 97104 52204
Email : purasait@gmail.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.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

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

ADVERTISEMENT RATES

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

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

GST 5% Extra

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

OUR CONTACT ADDRESS

Purasai Times

33, Mookathal Street, Purasawalkam,

Chennai - 600 007. (Near CSI Church)

Dial: 4551 8154 / 2661 3111

Mob: 98409 37727 / 98409 37717 / 98409 37719

E-mail : purasait@gmail.com

**FOR COMPLAINT
OR IRREGULAR
SUPPLY OF PAPER**

CALL :

97104 52204

**PHOTO COMPLAINTS
MAY BE SENT THROUGH**

WHATSAPP :

97104 52204

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

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

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, 4551 8154, 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 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

• For effective treatment against, TERMITES (WHITE ANTS), COCKROACHES and ALL OTHER PEST. Contact: J.B PESTICIDES - 80560 53058 / 95515 27050.

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

RENTAL

• **KELLYS**, Two 2 bedroom flats in ground floor, kellys road, 2 wheeler parking, separate T.N.E.B Meter, Near schools, contact: (10 a.m to 2 p.m) - 99529 19465.

• **PURASAIWALKAM**, Mookathal street, Ground floor, 500 sq.ft, Commercial space for rent, Broker's Excuse. Ct: 93810 48538.

SALE

• **AYANAVARAM SAYANI**, 3 bhk 1090sq.ft / 632 UDS Rs.98 lakhs, 2bhk 975sq.ft/565 UDS Rs. 90 lakhs. Negotiable, 1st floor, Reserved car park, Lift, CMDA Authorised, Contact: 9840231109 / 9840062735.

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

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

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

ADMISSION OPEN

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

• **CSI EWART MAT. HR. SEC.SCHOOL** ADMISSIONS OPEN FOR THE YEAR 2025-2026 CT: 9176100023

C3 FITNESS

• Start your fitness today at vepery - 98840 97333 , 98843 96333/ kilpauk - 91768 99333, 91768 44333.

GKM HOSPITAL

• Affordable ICU care with ventilator facility, 24/7 home doc. Visit available, cashless treatment(Govt employess, Pensioners, Dependents), Cashless coverage. Ct: 044- 4390 3333.

GP HOME

• Perfect plots in redhilld @ 2999/- and kolathur @9999/- 1 lakh offer on spot booking Ct: 6384003003

விற்பனைக்கு
ரெட்ஹில்ஸ்
அருகில் CMDA / RERA
வீட்டு மனைகள்
உடனடியாக வீடுகட்டலாம்
3PH -EB / குழாய் தண்ணீர்
ச.அடி ரூ.2,500/-
90% லோன் வசதி உண்டு.
98406 71811

NEW FLAT FOR SALE

• Well ventilated Deluxe 1732 sq. feet kilpauk secretariat colony, lift CCTV, 3rd floor with close car parking Contact - 98407 54490.

BHAGAT ENTERPRISES

• Celebrate 10th anniversary . At shop # G4 Dr.Rajivi Towers, 231/15 purasawalkam High road purasaivakkam Chennai 600 007 Ct: 98844 33835/ 044 4269 5313.

WANTED

• Atithiseva Pvt Ltd. Male and female , operations and sales executive, age no bar, fluency in English and Tamil, basic MS office Contact-PrashantSingh 9 9 6 2 2 0 3 0 2 1 .

Love without condition
Learn to love without condition.
Talk without any bad intention.
Donate without any reason and reservation.
And most of all, Care for others without any expectations.

VISIT OUR WEBSITE :
WWW.PURASAI
SAITIMES.
COM
FOR OUR CURRENT ISSUE.

NEW FLATS FOR SALE 2 BHK LUXURY FLATS

CHINDADRIPET
(Swaminaickan Street)
905 sqft, 1046 sqft, 1063 sqft
(In 1st floor and 2nd floor)
No brokers please
CALL
98840 32003

Disclaimer

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

-Editor

THANKS GIVING

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

➤ நல்ல பண வரவு வேண்டுமா?
➤ தொழில் வியாபார வளர்ச்சி வேண்டுமா?
➤ செல்வ செழிப்பு வேண்டுமா?
➤ வீடு / அடுக்குமாடி குடியிருப்புகள் விற்பனையாக வேண்டுமா?
வீவா ஆன்மீக மையம்
73396 42210

RENTAL

KELLYS
SECRETERIATE COLONY
8 TH STREET, 2 BHK,
1300 SQ.FT., 1ST FLOOR
INDEPENDENT HOUSE
RENT 24000/- NEGOTIABLE
SUITABLE FOR BANK/
RAILWAY EMPLOYEES,
IT BACHELOR'S MEN/WOMEN
90942 44223

விற்பனைக்கு

எஃமோர்
டான் பாஸ்கோ பள்ளி அருகில்
2வது மாடி 3 பெட்ரூம்,
ஃபுல் டீக் வுட் கபோர்ட்
வாஸ்து பிளாட், கார் பார்க்,
போர் & மெட்ரோ வாட்டர்
1200 ச.அடி, 1.20 c ரெட்கோ.
9790919420
6385519225

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

- PERAMBUR GROUND 1st, 2nd, 1200 sq.ft. Land area
- VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor.
- PURASAIWALKAM, VELLALA STREET, 900 sq.ft. Duplex Individual House
- PURASAIWALKAM, VELLALA STREET 1250 sq.ft., Rs.1.80 Cr.
- GKM COLONY, NEAR LOCO 1200 sq.ft. Ground 1st & 2nd floor, Rs.2.10 Cr.
- GKM COLONY, NEAR LOCO 788 sq.ft. 2 BHK flat, Rs. 48 lakhs

Cell : 98400 91981

Roadside park @ Murugappa Street



Metropolitan Chennai Corporation has established a roadside park on Murugappa Street. Nomination Committee Member Mr. So.Velu MBA.MC. Their 78th Ward was set up from the Development Fund. Area: 17, Zone 6.

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

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

International Migrants Day

International Migrants Day is celebrated on 18 December to raise awareness about the protection of migrants and refugees. The International Organisation for Migration (IOM) is calling on the international community to come together and remember the migrants and refugees who have lost their lives or have disappeared while reaching a safe harbor.

Prestige
Merry Christmas
Happy New Year 2025
& Happy Pongal
10th ANNIVERSARY CELEBRATION

BUY PRESTIGE
ENDURA PRO
1000W
13995/- **9100/-**

BUY PRESTIGE
ROYALE PLUS
GT 03
9995/- **7000/-**

BUY PRESTIGE
PREMIA SCHOTT GLASS
4 BURNER
16395/- **11500/-**

BUY PRESTIGE
TRIPLY COOKER
25% OFF

BUY PRESTIGE
TRIPLY COOKWARE
30% OFF

BUY PRESTIGE
INDUCTION COOK TOP
UPTO 35% OFF

BHAGAT ENTERPRISES
Shop # G4, Dr. Rajivi Towers, #231/15,
Purasawalkam High Road, Purasawalkam, Chennai - 7.
Contact : 98844 33835, 044-4269 5313

*** Till Stocks Last**
DEALER FOR:
Preethi
Range of Home Appliances
MILTON
WONDERCHEF
Cook with Pride

Squeeze a micro workout



Squeezing micro workouts into their workday is helping people stay active while increasing their strength levels, compared to longer gym workouts.
* Working out for 10min in two 5 minute sessions

daily can benefit your health.
TRY THESE MICRO WORKOUTS
*PUSH-UPS
*SQUATS
*LUNGES
*JUMPING JACKS
*JOGGING IN PLACE
BENEFITS: Saves times, Improves cardiovascular and respiratory health, Helps reset during busy workdays, Increase metabolism, Increase your weekly work time.

C.S.I EWART SCHOOL, CHENNAI – 84.



The Christmas programme of CSI Ewart Matriculation Higher Secondary School, Purasaiwalkam was held on 2nd December 2024. Students from Play School to Higher Secondary participated enthusiastically and presented a grand variety entertainment. With the blessings of Rt. Rev. H. Sharma Nithyanandham, Bishop in - charge, Diocese of Madras, the programme commenced with prayer by Rev. Stephen Samuel, North Area Chairman. The Christmas message was given by Rev. Paul Francis. The programme ended with prayer by Rev. S. Augustin Premraj, Secretary - MDC and Rev. C. Jayaseelan Gnanadikam, Vice-President - MDC pronounced the benediction. With the encouragement of the Correspondent Mrs. Rachel Joseph and able leadership of Mrs. June Thomas, the Principal in-charge, the programme was a grand success.

ADMISSIONS OPEN FOR THE YEAR 2025-2026

CONTACT NO.: 9176100023