

EASY TRAVELS



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

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

EASY TRAVELS



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

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

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

VOL. XXX NO. 50 2025 MAR 16 - MAR 22 **1515th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

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.

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

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)

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

உணவே மருந்து

அரைக்கீரை நீர்க்கோர்வை, குளிர்சுரம், வாத்தாரங்கள், கபசுரம், சளி இருமல் ஆகியவைகளை அரைக்கீரை போக்கும் குணமுடையது. இக்கீரை உடலுக்கு வெப்பத்தைத் தந்து சப்த தாதுக்களையும் வலுவடையச் செய்யும். இக்கீரை சுக்கில தாதுவை வலுப்படுத்தி உடல்பலத்தைப் பெருக்குவதில் தூதுவனைக் கீரைக்கு நிகரானது. வாத்தம், வாய்வு, வாய்வு சம்பந்தப்பட்ட உடல் வலிகள் இவைகளுக்கு சுக்கு, பூண்டு, மிளகு, பெருங்காயம் சேர்த்து அரைக்கீரைக் கடையல், பொரியல் செய்து உண்டால் அந்த நோய்கள் குணமாகும். உடலில் தேங்கும் வாய்வு, வாத நீர்களைப் போக்குவதில் முருங்கைக் கீரைக்கு சமமானது அரைக்கீரை. நோயால் தளர்வுற்ற உடலுக்கு வலுவும் பலனும் தரக்கூடியது அரைக்கீரை. அரைக்கீரையை நாள்தோறும் உணவுடன்

சேர்த்து உண்டுவர உடலுக்கு அழகும் வலுவும் கொடுக்கும். அரைக்கீரை நரம்பு சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. பிடரி நரம்பு வலித்தல், மண்டை பீனிச் நரம்புவலி, ஜன்னித் தலைவலி, கன்னநரம்பு புடைப்பு ஆகியவைகளுக்கு இக்கீரை பெருங்குணமளிக்க வல்லது. மாதவிடாய் காலத்தில் பெண்ணுடன் சேர்ந்த சேர்க்கையால் வரும் சூதக ஜன்னிக் கோளாறுகளை அரைக்கீரையுணவின் மூலம் குணமாக்கிக் கொள்ளலாம். தீயவழிகளில் உடல் சக்தியை இழந்தவர்களுக்கு இக்கீரை அரும் மருந்தாகவும், உற்றுழி உதவும் நண்பனாகவும் திகழ்கிறது. அரைக்கீரை விதையை அரைத்து மாவாக்கி உண்பதும் உண்டு. நாட்பட்ட நோய்களையும் அரைக்கீரை விதையில் சிறுகச் சிறுகக் குணப்படுத்திவிடலாம்.

தலைமுடி உதிர்வதைத் தடுக்க சில வழிமுறைகள்

பூசணி கொடியின் கொழுந்து இலையை பறித்து சாறினை பிழிந்து தலையில் ஏற்பட்டுள்ள சொட்டையில் தடவி வர முடி வளரத் தொடங்கும். வேப்பிலையை வேக வைத்து அந்த நீரை தலைக்கு குளிக்கும் பொது பயன்படுத்தினால் தலைமுடி உதிர்வது குறையும். தேங்காய் எண்ணெய், விளகெண்ணை, நல்லெண்ணெய் மூன்றையும் சம அளவில் எடுத்துக்கொண்டு அதனை ஒன்றாக கலந்து தலையில் மசாஜ் செய்து பின்பு ஒரு மணி நேரம் கழித்து தலைக்கு குளித்தால் முடி கொட்டுவது நிற்கும். சின்ன வெங்காயத்தை அரைத்து தலைப்பகுதியில் தடவி அரை மணி நேரம் ஊற வைத்து குளித்து வர பொருகும் அதனால் ஏற்படும் முடி கொட்டுதலும் நிற்கும். கற்றாழையின் சாறினை எடுத்து தலையில் தேய்த்து குளித்து வர உடல் சூடு குறைந்து பொருகு நீங்கி முடி நன்கு வளரும். செம்பருத்திப்

பூவை கசக்கி சாறு பிழிந்து கொண்டு அந்த சாறினை முடி கொட்டிய இடத்தில் தேய்த்து வர முடி கொட்டுவது நின்று முடி வளரத் தொடங்கும். வெந்தயத்தை தண்ணீரில் ஊற வைத்து அரைத்து எடுத்துக் கொண்டு தலையில் தேய்த்து குளித்து வர முடி கொட்டுவது நின்று முடி நன்கு வளர தொடங்கும். பாதாம் எண்ணெய்யை தலையின் வேர்க்காலில் தேய்த்து நன்றாக ஊற வைத்து குளித்து வர முடி கொட்டுவது நிற்கும். கொத்தமல்லி இலை சாறினை எடுத்து கொண்டு தலையில் தடவி வர முடி கொட்டுவது தடுக்கப்படும். சோம்பினை நன்கு அரைத்துக் கொண்டு தலையில் வாரம் மூன்று முறை தேய்த்து வர முடி கொட்டுவது தடுக்கப்படும். பாலில் முடி வளரத் தேவையான புரதச்சத்து அதிகம் உள்ளது. பாலுடன் மிளகுப் பொடியை கலந்து தலையின் வேர்க்கால்களில் தேய்த்து பதினைந்து நிமிடம் ஊற வைத்து குளித்து வர முடி கொட்டுவது தடுக்கப்படும்.

உடலுக்கு நலம் பயக்கும் காய்கறிகள்

சிறுவெங்காயம் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியைப் பெருக்கும். இரத்த அழுத்தம் மற்றும் கொல்ஸ்ட்ராலைக் குறைக்கும். பீர்க்காயில் மெக்னீசியம், ரிபோபிளவின் மற்றும் இரும்புச் சத்து நிறைந்துள்ளது. இதை சமைத்து உண்பதால் உடல் எடை குறையும். இதில் பீட்டா கரோடின் உள்ளதால் கண்களுக்கு நன்மை பயக்கும். மஞ்சள் பூசணிக்காய் என்று அழைக்கப்படும் பரங்கிக்காய் வைட்டமின் 'ஏ' நிறைந்துள்ளது. இது இரத்த அழுத்தத்தைக் குறைக்கும் இருதயத்தை

நோய்களிலிருந்து காக்கும். கோவைக்காய் நார்ச்சத்து நிறைந்தது; ஜீரணத்திற்கு உதவும். நரம்பு மண்டலத்தைப் பாதுகாக்கும். இரும்புச் சத்து நிறைந்திருப்பதால் இதை உண்பதால் சோர்வு நீங்கும். சுரைக்காய் நார்ச்சத்து நிறைந்தது. இதை உண்பதால் மலச்சிக்கல் போகும். பொட்டாசியம், வைட்டமின் பி6 அடங்கியுள்ளதால் இதை உண்பதால் இன்கலின் அளவைக் கட்டுப்படுத்தும். பூசணிக்காய் கண்பார்வையை மேம்படுத்தும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும். வைட்டமின் பி12 அடங்கியது. ஒற்றைத் தலைவலியைப் போக்கும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இனிக்க இனிக்க யேசுபவர்கள் நல்லவர்களா என்று சிந்தித்து நட்புடன் பழகுங்கள். ஏனென்றால் கவையான தேன் வழங்கும் தேனீக்களின் கொடுக்கிலும் விஷம்தான் இருக்கிறது.

நோயற்ற வாழ்வு தரும் வரகு!

நவதானியம் என்று அழைக்கப்படும் 9 வகையான தானியங்களில் வரகு அரிசியும் ஒன்று. வரகு அரிசி நமது பழந்தமிழர் வாழ்வில் பின்னிப் பிணைந்திருந்தது நாம் மறந்து போன வரகை நாம் மீண்டும் பயன்படுத்த ஆரம்பித்தால் நம் வாழ்க்கைக்கு மீண்டும் புத்துயிர் ஊட்டுவதாக அமையும். வரகில் புரதம், கால்சியம், வைட்டமின் 'பி' ஆகியன இருக்கின்றன. தாதுப்பொருட்களும் நிரம்ப உள்ளன. மேலும், விரைவில் செரிமானம் அடைவதுடன் உடலுக்குத் தேவையான சக்தியையும் கொடுக்கும். வரகு அரிசி ரத்தத்தில் அதிகளவு சேர்ந்துள்ள சர்க்கரையின் அளவை கட்டுப்படுத்தி மிதமான அளவுடன் பராமரிக்கிறது. நடுவயது, முதிர்ந்த வயதினருக்கு வரக்கூடிய மூட்டுவலியைக் கட்டுப்படுத்தி, ஆரோக்கியத்தைத் தருகிறது. மாதவிடாய் கோளாறுகளால் அதிக அளவு பாதிப்பைச் சந்திக்கும் பெண்கள் வரகைச் சமைத்து சாப்பிடுவது நல்லது. இரத்த போக்கு கீரடையும், வயிற்று வலியும் குறையும் என்கிறார்கள் சித்த மருத்துவர்கள். நம் வாழ்வில் எல்லா தானியங்களையும் நாம் இயற்கைப் பேரழிவுகளில் இழந்துவிட்டாலும், வரகு என்ற தானியம் மட்டும் நாம் இழந்துவிடாமல் இருக்க நம் முன்னோர்கள் வரகு என்ற தானியத்தை கோவில்

கோபுரக் கலசங்களில் வைத்து பாதுகாத்துள்ளார்கள். வரகு என்ற தானியம் கோவில்களில் இடி விழாமல் காக்க வல்லது என்பதும் ஒரு காரணம். ஏனெனில் முளைப்பதற்கு முன்னர் உறக்க நிலையில் இருக்கும் தானியத்தில் ஒரு உயிரோட்டம் எப்போதும் இருக்கும். அந்த உயிரோட்டம் எப்போதும் அதன் முளைப்புத் திறனை பாதுகாப்பதுடன் அதைச் சுற்றி ஒரு காந்தப் புலத்தையும் உருவாக்கி வைத்துள்ளது. அந்தக் காந்தப் புலம் பன்னிரெண்டு ஆண்டுகள் அதிக அளவில் நிலைத்திருப்பது வரகு தானியத்தில் மட்டுமே. எனவேதான் பன்னிரெண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை குடமுழுக்கு என்ற பெயரில் சும்பங்களில் உள்ள வரகு தானியத்தை மாற்றி, அதன் காந்தப் புலத்தை அதிகப்படுத்தி வைப்பார்கள். (இந்த கருத்து சித்த மருத்துவர்கள் சொல்லும் கருத்துவான்). இவ்வளவு காந்தப்புலம் கொண்ட வரகை நாம் சாப்பிட்டால் நமது வான் காந்த ஆற்றல் அதிகரிக்கும். இதனால் நமது உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை நிலைப்படுத்துகிறது. எனவே நோயற்ற வாழ்வு வாழ வரம் தரும் வரகு என்ற தானியமே. அதுவும் உரம் போடாத, பூச்சி மருந்து அடிக்காத வயலில் இயற்கையாக விளைந்த வரகு மிக, மிக உயர்ந்த பலன்களை அளிக்க வல்லது.

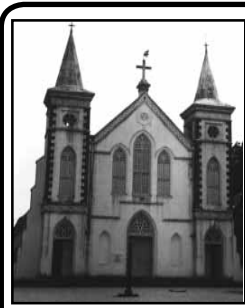
வெந்தய டீ...!

வெந்தயம் சமையில் பயன்படுகிறது. இதில் கார்போஹைட்ரேட், புரதம், கால்சியம், கொழுப்பு ஆகிய சத்துக்களை கொண்டுள்ளது. இது சித்த மருத்துவத்தில் பயன்படுகிறது. உடல் குட்டை தணித்து குளிர்ச்சி தரக்கூடிய பொருள். மேலும் இதை நாம் குறைந்த அளவில் சமையலுக்கு சேர்க்கிறோம். தினமும் வெந்தய டீயை குடித்து வந்தால், தற்போது சர்க்கரை நோய் மற்றும் தை-2 சர்க்கரை நோயின் தாக்கத்தைத் தடுக்கலாம். வெந்தய டீ தயாரிக்கும் முறை: ஒரு பாதிரத்தில் நீரை ஊற்றி, அதில் வெந்தயத்தை சிறிது சேர்த்து மூடி வைத்து 3 நிமிடம் கொதிக்க வைத்து இறக்க வேண்டும். பின் அதை வடிகட்டி, தேன் சேர்த்து கலந்து குடிக்கலாம். காலத்தில் வெந்தய டீயைக் குடித்தால், வலியில் இருந்து உடனடி நிவாரணம் கிடைக்கும். வெந்த டீயில் அழற்சி எதிர்ப்பு பண்புகள் ஏராளமாக அடங்கியுள்ளது. ஆகவே மூட்டு வலி, முழங்கால் வலி உள்ளவர்கள், வெந்தய

டீயைக் குடித்து வந்தால், இந்த பிரச்சனையில் இருந்து முழுவதுமாக தடுக்கலாம். வெந்தயம் சிறுநீர் பெருக்கியாக செயல்படும். ஒருவர் தினமும் பலமுறை சிறுநீர் கழிப்பதன் மூலம், இரத்தத்தில் உள்ள கசடுகள் வெளியேறும். காய்ச்சல் அடிக்கும் போது, வெந்தய டீயைக் குடித்தால் காய்ச்சல் உடனே குறைந்துவிடும். தலைக்கு ஷாம்பு போட்டு முடியை அலசிய பின், இந்த வெந்தய டீயால் தலைமுடியை அலசி, பின் கண்டிஷனர் பயன்படுத்துவதால் பொருகு போய்விடும். தினமும் வெந்தய டீயால் வாயைக் கொப்பளித்து வந்தால் வாய் புண் மற்றும் தொண்டைப் புண்சரியாகும் நீரில் கலந்து குளித்தால், உடல் துர்நாற்ற பிரச்சனை நீங்கும். ஆண்கள் மற்றும் பெண்கள் தினமும் வெந்தய டீ குடிப்பதன் மூலம், அவர்களின் பாலியல் வாழ்க்கை சிறக்கும். ஏனெனில் இந்த டீ உடலின் பாலுணர்ச்சியைத் தூண்டி, உறவில் சிறப்பாக ஈடுபட உதவும்.

சீரக வில்வாதி லேகியம்

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



நான் விரும்பும் நோன்பு!

பசித்தோர்க்கு உங்கள் உணவைப் பகிர்ந்து கொடுப்பதும் தங்க இடமில்லா வறியோரை உங்கள் இல்லத்திற்கு அழைத்து வருவதும், உடையற்றோரைக் காணும் போது அவர்களுக்கு உடுக்கக் கொடுப்பதும் உங்கள் இனத்தாருக்கு உங்களை மறைத்துக் கொள்ளாதிருப்பதும் அன்றோ நான் விரும்பும் நோன்பு!

பைபிள் - ஏசாயா 58:7

யாரை சொர்க்கச் சோலைகளில் நுழையச் செய்வான்?



யார் அல்லாஹ்வுக்கும், அவனது தூதருக்கும் கட்டுப்படுகிறாரோ அவரை சொர்க்கச் சோலைகளில் அவன் நுழையச் செய்வான். அவற்றின் கீழ்ப் பகுதியில் ஆறுகள் ஓடும். யார் புறக்கணிக்கிறாரோ அவருக்குத் துன்புறத்தும் வேதனையை அளிப்பான்.

திருக்குர்ஆன்- அல் ஃதஹ் - 172



மெய்யால், மொழியால் மனதால் கர்மத்தைச் செய்தல்

மெய்யால், மொழியால், மனதால் மனிதன், நியாயமாக அல்லது அநியாயமாக எக்கர்மத்தைச் செய்தாலும் இவ்வைந்துமே அதற்குக் காரணங்களாம். ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை - அத் 18:15 தர்மக்ஷேத்திரம் என்று இவ்வுடல் இயம்பப்படுகிறது. செய்கின்ற ஸத்தர்மங்கள் அனைத்துக்கும் ஐந்து வேறுத்க்களாலாகிய உடல் வாழ்வு பயன்படுகிறது. இதே உடலைத் தேவாலயமாக பாராட்டிப் பயன்படுத்துபவரும் உளர். இத்தகைய செயல்களெல்லாம் தர்மத்துக்கு உடன்பாடனவைகள். ஆகவே அவைகள் நியாயமானவைகள். அதர்மமே வடிவெடுத்து வந்து அடாத செயலைச் செய்தற்கும் இவை காரணங்களாகின்றன. இவ்வைந்தின் துணையின்றி நலம்கேடு ஆகிய எச்செயலும் நடைபெறுவதில்லை.

மூலநோய்க்கு நிவாரணம் தரும் குப்பைமேணி...!

குப்பைமேணி நெஞ் சக்கோழையை நீக்கும். இருமலைக் கட்டுப்படுத்தும். விஷக்கடி, ரத்தமூலம், வாதநோய், நமச்சல், ஆஸ்துமா, குடற்புழுக்கள், மூட்டுவலி மற்றும் தலைவலி போன்ற நோய்களைக் குணப்படுத்தப் பயன்படுகிறது. இலை வாந்தி உண்டாக்கிக் கோழையகற்றியாகவும். வேர் மலமிளக்கியாகவும் பயன்படுகிறது. இதன் சமூல சூரணம் 1 சிட்டிகை நெய்யில் காலை மாலை ஒரு மண்டலம் கொடுக்க 8 வித பவத்திர நோயும் தீரும். வேர்கூரணம் 1 லிட்டர் நீரில் 1 பிடி போட்டு 8 இல் ஒன்றாய் காய்ச்சிக் கொடுக்க நாடா புழு, நாக்குப்பூச்சி நீங்கும். பேதியாகும் சிறுவர்களுக்குப் பாதியளவு கொடுக்கவும். மூலநோய் ஒரு சிக்கலான நோய். அறுவை செய்தாலும் வளரும். மூலத்திற்குக் குப்பைமேணி சிறந்த மருந்தாகும். பூத்த குப்பைமேணியை வேறுடன் பிடுங்கி நிழலில் உணர்த்தி சூரணம் செய்து இதில் 2-5 கிராம் அளவு பசும் நெய்யில் காலை மாலை, 48 நாள் சாப்பிட எந்தவகை மூலமும் முற்றிலும் குணமாகும். மோரில் சாப்பிட வேண்டும்.

புளி, காரம் உணவில் சேர்த்து கொள்ளாவிட்டால் விரைந்து குணமடையும். குடற்புழுவான நாடாப்புழு, கீரிப்பூச்சி, ஆகியவற்றிக்கு, இதன் வேர் 50 கிராம் 200 மி.லி நீரில் காய்ச்சி குடிநீராக அருந்த, பூச்சிகள் அனைத்தும் வெளியேறும். குப்பைமேணிச் சாற்றில் சுண்ணாம்பு கலந்து, நாய், பாம்பு, எலி, முதலியனவற்றில் கடிவாயில் தடவ குணமடையும். மேகப்புண்ணும் குணமடையும். ஆமணக் கெண்ணையில் இந்த இலையை வதக்கி இளஞ் சூட்டுடன் வைத்துக் கட்ட படுக்கைப் புண், மூட்டு வீக்கம், வாத வலி தீரும். குப்பைமேனி இலையின் பொடியை மூக்கில் பொடிபோல் இழுக்க நீர் வடிந்து தலைவலி உடனே குணமடையும். இதனை நசியமிடுதல் என்பர். குப்பைமேணி, மஞ்சள், உப்பு மூன்றும் அரைத்துப்பூசி ஒரு மணி நேரம் சென்று குளித்துவர சொறி, சிரங்கு, படை குணமடையும். எல்லா வகையான புண்களுக்கும் இதன் இலையுடன் மஞ்சள் வைத்து அரைத்துப் பூச குணமடையும். மேனி மீண்டும் எழிலோடு விளங்கும்.

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

NEED PROPER SIGNAL IN CHINTHAMANI



In Chinthamani road signal not working. 2 wheeler and 4 wheeler riders are suffered to ride the vehicle, That place need more attention. People are stag in that junction. Past one weeks ago some random minor accidents are occur. So, Concerned department need to care that junction.

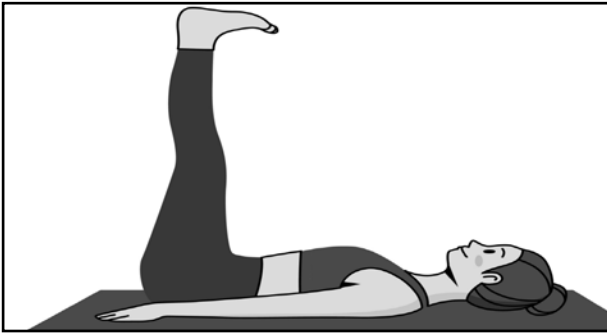
மதராஸ் கால்நடைகள் பாதுகாப்புக் கழகம் நடத்தும் குதிரைகளுக்கான சிறப்பு மருத்துவ முகாம் மற்றும் இலவச கால்நடை மருத்துவ முகாம் நாள் 17.03.2025 திங்கட்கிழமை இடம்: MADRAS S.P.C.A, No.67/34, வேப்பேரி நெடுஞ் சாலை, சென்னை 600007. நேரம்: காலை 8.00 மணி முதல் மதியம் 12:30 மணி வரை

IRON POSTER IN DANGEROUS CONDITION



Iron poster in dangerous condition at central street, Kilpauk garden. The poster is slanting on the tree. It is not a safe to the pedestrians who walk on the pathway. So, concerned authority take action against that.

Uttanpadasana (Raised Foot Pose)



This pose helps in switching on the rectus abdominus and associated abdominals while working the hip and thigh regions as well. This pose helps to eliminate the flab that gets accumulated around your waist and hips during pregnancy. Lie down on the mat with your back on the floor, legs stretched out, and heels touching each other. Keep your hands

on either side of your body, palms facing the ground. Inhale deeply. Now, exhaling slowly, tilt your back while placing the head such that the ears are in line with the shoulders. Do not move your hands from their initial position. Breathe normally. Stretch to the maximum possible level, without hurting your back. Inhaling deeply, raise your legs from the floor, making

a 45-degree angle with the floor. Hold the pose for 15 to 30 seconds, breathing normally. Slowly work to hold the posture for more than 60 seconds.. Breathing normally, hold the posture for 30 seconds. Inhaling deeply, gradually bring your legs back to the initial position – the supine position. Repeat this asana 10 times to begin with, working up to 30 times gradually. Relax for 15 seconds after each repetition. Benefits: Treats stomach-related ailments like acidity and constipation, Cures back pain, Improves the functioning of reproductive organs, Improves blood circulation.

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

HAPPY NEWS
If you want TASTY home foods call me.
BREAKFAST & LUNCH
@ Affordable price
AYANAVARAM
CT : 99410 66991

Donate Blood & Eyes

Ashwin Manikandan Shines with three Gold in National Athletics



Mr.Ashwin Manikandan, an Athletic youth residing in Ayanavaram Housing Board of Chennai, has been participating in State and National level athletics and achieving first place because of his Stamina

with good efforts and practice. He is currently pursuing B.B.A. Course of studies, Second year in Mar Gregorios College of Arts and Sciences, Mogappair located in North Western Chennai. Recently he has been participated in Mega event, SBKF 11th National games 2025 conducted from 29th to 31st January ,2025 held at SMS Stadium, Jaipur, Rajasthan. This was approved by FIT India, Govt of India and hosted by Indu Shree Organisation (ISO)and organised by Sanyukta Bhartiya Khel Foundation(SBKF).In

this games, Mr.Ashwin Manikandan from Tamil Nadu secured First place in Athletics - Triple Jump, First place in Long Jump and First place in High Jump and won Three Gold Medals in age group under-23. In the Camp Office, Honorable Minister for Hindu Religious and Charitable Endowments of Tamil Nadu ,Thiru P.K.Sekar Babu Congratulated Aswin Manikandan with memento and appreciated him for his National Level achievements in Athletics with three Gold medals.

Newly Opened

ரவி ஸ்வீட்ஸ் புரட்சிவாக்கம்

சிறப்பு விற்பனை

	Rs.Per Kg.
லட்டு, ஜாங்கிரி, பாதுஷா	320.00
மோதிபாக், மில்க் கேக், பால் கோவா	440.00
மில்க் வகைகள், பேடா	520.00
ரசுக்லா, பப்பாங்கா, ஜாமுன்	440.00
நெய் ஸ்வீட்ஸ்	600.00
காஜ் ஸ்வீட்ஸ்	1000.00
காரவகைகள்	320.00

Packages

	Rs.1/4 Kg	Rs.1/2 Kg
ஆர்டினரி ஸ்வீட்ஸ்	80.00	160.00
வரைட்டி மிக்சிங்	130.00	260.00
மில்க் பேடா மிக்சிங்	130.00	260.00
மில்க், பேடா & நெய்	140.00	280.00
நெய் வகைகள்	150.00	300.00
முந்திரி வகைகள்	250.00	500.00



வாங்கும் ஒவ்வொரு

100 ரூபாய் இனிப்பு மற்றும்

காரத்துடன் கேட்கும் 50 ரூபாய்

பொருள் இலவச பரிசாக

சேர்த்துத் தரப்படும் நன்றி !!!

31-03-2025 வரை திறப்புவிழா சலுகை தொடரும்

தினமும் போளி, பக்கோடா, சமோசா வகைகள் கிடைக்கும்

❖ சீமந்த ஆர்டர்கள் ❖ கல்யாண லட்டு ❖ விழாக்கால இனிப்புகள்

❖ கேட்பரிங் ஆர்டர்கள் செய்து தரப்படும்

53/133, தூணா தெரு கார்னர், புரட்சிவாக்கம், சென்னை-7. (திருமுருகா டெக்ஸ்டைல்ஸ் அருகில்)

தொடர்புக்கு : 98418 14483 / 91767 06083



VELAMMAL IIT / NEET ACADEMY

MUGAPPAIR | MEL AYANAMBAKKAM | ANNEXURE | ALAPAKKAM | PARUTHIPATTU

CONSISTENT RECORD BREAKING PERFORMANCE IN NEET 2024



700 720	705 720	720 720	710 720	710 720
------------	------------	------------	------------	------------

NOMAN KAISER S K	E.R.S.AATHIDYAN	SYED AARIFIN YUSUF M	PALANIAPPAN AL	THAMIZH EZHILAN S K
MADRAS MEDICAL COLLEGE	JIPMER MEDICAL COLLEGE PUDUCHERRY	*Before Revaluation AIIMS, NEW DELHI	JIPMER MEDICAL COLLEGE PUDUCHERRY	MADRAS MEDICAL COLLEGE

JUST 50 DAYS TO CRACK NEET EXAM

ADMISSIONS OPEN

NEET CRASH COURSE - 2025

CLASSES COMMENCE FROM 26.03.2025 | HOSTEL FACILITY AVAILABLE

+91 73583 90410 | www.velammalnexus.com | follow us: [social icons]

Shelter near Chintamani Signal



Considering the impact of the sun, the Chennai Transport Department has set up a shade shelter near Chintamani Signal. It is very useful for travelers out there.

Big Bicycle drive in New Avadi Road



The big bicycle drive in New avadi road in kilpauk has grabbed all the eyes with its unique appearance and mechanics, enthralling the children to go for a ride in it. This is also found to generate a decent revenue for the person who is owning it. Feel yourself lucky, if you get a chance to see this huge bicycle in kilpauk.

Unhygienic condition near Residents



Unhygienic condition in Vasudevan Street Purasawakkam, Zone 8 due to dumping of garbage, construction waste etc. Let the concerned officials clear the garbage and make the area hygienic. So that the people could be prevented from affecting with diseases.

Risky place for riders



The road surface very poor at Ritherdon Road Infront of BOB Bank, frequently two wheelers stumble down at the spot. Let the concerned authorities level the affected area soon.

Drink Water Aplenty

Drinking water at the right time to maximise its effectiveness on the whole human body. We know water is important but may not be aware how when and what quantity should one drink. Drink enough water every intake.

But avoid drinking immediately before bed time. Above 90% of heart attack occur early in the morning and it can be reduced if one takes a glass or two water an hour earlier before going to bed at night. Drink one glass of water

every day morning after waking up which helps to activate internal organs. One glass of water 30 minutes before a meal helps digestion. One glass of water before taking a bath helps lower your blood pressure.

Shocking but true

Some of the significant factors that have contributed to Indians becoming more prone to heart attacks and strokes are industrialisation and globalisation leading to unhealthy eating pattern. Said Dr Dinesh Babu cardiovascular

consultant in Abu Dhabi. He further said Indians are more likely to be affected by cardiovascular disease at an earlier age in there 40s and 50s compared to westerners in the 60s and 70s lack of exercise and smoking or

to main cause that let to epidemic of condition that have let to diabetes blood pressure and high cholesterol the underlying reason for both health causes is due to the narrowing of blood vessels going to cholesterol deposits.

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

RAIN water stagnated



In Muthu Street, Rain water was stagnated. Heavy waterlogging and cause inconvenience to the children's and elder people. Let the concerned department please take action against that.

திரு.நா.பாலகங்கா அவர்கள் வரி மற்றும் விலை உயர்வை எதிர்த்து புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலையில் விழிப்புணர்வு ஊர்வலம் நடத்தினார்



திரு. நா.பாலகங்கா, B.A., Ex.MP வட சென்னை தெற்கு மாவட்ட செயலாளர் அவர்களின் தலைமையில் 14/03/25 அன்று வணிகர்களுக்கான விழிப்புணர்வாக ஊர்வலம் நடத்தப்பட்டது. இதில் திரு பாலகங்கா அவர்கள் புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலையில் உள்ள அனைத்து கடைகளுக்கும் சென்று மக்களுக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் வகையில் நோட்டீஸ் வழங்கி அவர்களுடன் வரிவிதிப்பு, உணவுப் பொருட்கள் விலை உயர்வு, கட்டுமான பொருட்களின் விலை உயர்வு, குடிநீர் கட்டணம் உயர்வு, குப்பை வரி உயர்வு, தொழில் வரி உயர்வு என பல காரியங்களை குறித்து வணிகர்களிடம் உரையாடினார். இதில் புரசைவாக்கத்தின் பிரபல ஜவுளி கடையான மதர்ஷா துணி கடையின் நிறுவனரை சந்தித்து நோட்டீஸ் வழங்கி அவருடன் உரையாடினார்.

பாரத ரத்னா புரட்சித்தலைவர் M.G.R தமிழர் குலச்சாமி புரட்சித்தலைவி அம்மா அவர்களின் மறு வடிவம் புரட்சித்தமிழர் ஐயா எடப்பாடியார் அவர்களின் தலைமையில் இத்தாய் தமிழ்நாட்டில் மீண்டும் மக்களாட்சி மலரச் செய்திடுவோம் என்று அவர் முழங்கினார்.

MASTERPIECES KARAOKE CLUB : A LEGACY OF EXCELLENCE FOUNDED BY VIJU SHAH

MASTERPIECES, the only Non-Commercial Karaoke Club in Chennai which gives opportunity to all upcoming singers to perform and showcase their singing Talent.

It is the 1st Bollywood Karaoke Club of Chennai with 200+ members from across the country & abroad too. There is No Age Bar / Community Bar coz Music has No Religion so any Music Lover of Old Hindi Songs can become a member without paying an Annual Subscription and enjoy our mind relaxing Bi-monthly Musical Mehfil with family as a Singer or as an Audience. All our Mehfils are with High Tea & Dinner.

No Audition, No Application, No Recommendations, No other Formalities. Just share your Name & WhatsApp no. to Viju Shah and become a member of MASTERPIECES.

The Best Part is that there are No Bunch of Admins, No Committee Members, No Trustees etc as this Club is run Single Handedly by a Versatile Singer and a Qualified Musician Viju Shah, having an experience of 40+ years in the Field of Event Management.

The Club has done 4 Outstation Resort Mehfils and 6 Mega Stage Shows including The Rafi Saab's Tribute Show at South's prestigious THE MUSIC ACADEMY Auditorium apart from regular Bi-monthly Mehfils since 2018 at different Banquet Halls of reputed clubs.

VIJU SHAH has received numerous accolades from various Clubs and Organisations --- recently being The LIFETIME ACHIEVEMENT AWARD for his Outstanding Contribution towards Music conferred by The Legend Mohammad Rafi Saab's family members Nasreen ji (Daughter of Rafi Saab), Parvez Bhai (Son in Law of Rafi Saab) Imtiaz ji (Samdhi of Rafi Saab) and the felicitation was done by Nawabzada Asif Ali, Dewan to the Prince of Arcot.

Amazing Anchoring by Heena Shah (wife of Viju Shah), with her sweet gifted voice and exceptional command on language makes this Karaoke Club different and unique. For more details contact VIJU SHAH ---- 98840 20101.



Wear Mask & Keep Maintain Distance

VELAMMAL NEXUS

CONGRATULATES



GRANDMASTER PRANAV V
FOR BECOMING THE
WORLD JUNIOR
CHESS CHAMPIONSHIP
HELD AT
PETROVAC, MONTENEGRO



GRANDMASTER ARAVINDH CHIDAMBARAM
FOR WINNING THE PRAGUE CHESS
MASTERS CHAMPIONSHIP
HELD AT **CZECH REPUBLIC.**
HE IS THE
WORLD'S 14th BEST PLAYER



GRANDMASTER PRAGGNANANDHAA
FOR WINNING THE
TATA STEEL CHESS MASTERS
HELD AT **NETHERLAND**


+91 73583 90408 | www.velammalnexus.com | follow us: f t i n

LIBAS

The Shop for Garments

KIDS - TEENS - LADIES

Eid Mubarak




No.279, Purasaiwalkam High Road,
Chennai - 600 007. Phone : 044 - 4356 0999

No. 62/1, Purasaiwalkam High Road,
Chennai - 600 007. Phone : 044 - 4550 4110

Sweetheart – Review



Director Swineeth S Sukumar's Sweetheart! is an emotionally resonant romance drama that explores love, separation, and second chances. The film begins with Manu (Gopika Ramesh) and Vasu (Rio Raj) parting ways, only for Manu to later discover she is pregnant. This revelation sets the stage for a poignant journey filled with emotional conflicts and personal growth. One of the film's greatest strengths lies in its performances. Rio Raj and Gopika Ramesh deliver sincere

portrayals, making their characters' struggles feel authentic. Vasu's reluctance to embrace fatherhood, stemming from his childhood trauma, adds depth to his character, making his internal battle both relatable and engaging. Their chemistry is evident, adding weight to the film's emotional moments. Yuvan Shankar Raja's music plays a crucial role in elevating the narrative. The soundtrack beautifully complements the film's highs and lows, enhancing its emotional impact. The non-linear

storytelling approach keeps the audience intrigued, gradually revealing key aspects of the characters' past and motivations. Renji Panicker's role as Manu's father brings another layer to the film, highlighting generational differences and societal expectations in relationships. The themes of love, responsibility, and reconciliation are explored effectively, making Sweetheart! more than just a simple romance. While the film follows some familiar romantic drama tropes, it makes up for it with its heartfelt moments and well-crafted performances. A slightly sharper screenplay could have further strengthened its impact, but Sweetheart! still succeeds as a touching and engaging love story. It's a film that tugs at the heartstrings and lingers in the mind long after the credits roll.

Mur Mur celebrates success



The Tamil film Mur Mur, which recently hit theaters, has created history as Tamil cinema's first found-footage horror film. Despite a modest release on just 100 screens, the film's gripping narrative and audience support helped it double its screen count on the second day. To celebrate this overwhelming response, the Mur Mur team organized a gratitude event in Chennai, attended by the film's cast and crew. At the event, Production Designer Hasini praised director Hemnath for

executing the entire shoot single-handedly, without an assistant director. She highlighted the film's unique challenges, including extensive filming in forests and the actors' dedication, as they had to remain hidden for long hours in certain scenes. Producer Prabhakaran of SPK Pictures expressed his heartfelt gratitude to the Tamil audience and media for their support. He described director Hemnath as a hardworking visionary who overcame several obstacles to make

the film a success. He also acknowledged distributor Kugan for expanding the film's reach and credited the technical crew—cinematographer Jason, sound designer Kevin, and editor Rohit—for their crucial contributions. Distributor Kugan spoke about the tough competition in Tamil cinema, where only 4-6% of films succeed at the box office. He emphasized the need for strong marketing strategies to ensure wider reach. He pointed out that Mur Mur managed to stand out despite competing with numerous weekly releases, both in theaters and on OTT platforms. The success of Mur Mur highlights the power of media in supporting new filmmakers and independent projects. The team expressed their gratitude to the press and the audience for turning the film into a blockbuster.

Konjam Kadhal Konjam Modhal – Review

K. Rangarajan's Konjam Kadhal Konjam Modhal is a touching romantic family drama that explores the essence of love, relationships, and the true meaning of happiness. With an impressive cast featuring Srikanth, Singam Puli, Pujitha, Nalini, Delhi Ganesh, and R.K. Vijay, the film delivers a blend of emotions that resonates deeply with the audience. The story follows a young couple whose perception of happiness is tied to wealth and financial security. The

film takes a beautiful turn when the couple encounters an elderly pair whose love stands the test of time despite their modest lifestyle. Their unwavering trust, selflessness, and deep emotional bond redefine what it means to be truly happy. This encounter serves as a powerful lesson, urging the younger generation to look beyond wealth and material gains in their pursuit of love and fulfillment. The strength of Konjam Kadhal Konjam Modhal lies in its sincere storytelling

and compelling performances. The veteran actors, particularly Delhi Ganesh and Nalini, bring authenticity and warmth to their roles, making their love story the heart of the film. Srikanth and Pujitha effectively portray the emotional evolution of their characters, making the audience empathize with their struggles and transformation. Overall, Konjam Kadhal Konjam Modhal is a meaningful, feel-good film that leaves a lasting impression.

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

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

CLASSIFIED BAZAAR

BUYING & SERVICE

• **Good Price, We Buy** Old Lcd, Led Audios, Computer, Ups Battery A/C etc., service also undertaken. Contact: S.K ASSOCIATES - 9 4 4 4 1 4 9 3 3 5 , 8428880834.

• **Old TV LED, LCD,** Computer, Monitor, UPS, Invertor, Batteries, Heater, Generator, Laptop, Fridge, A/C, Hi Fi MusicSystem, Furnitures and all scrapes. Ct: 8 7 5 4 4 0 2 1 9 9 / 81898 02989.

PEST CONTROL

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

RENTAL

• **PURASAIWAKAM,** 2 bedroom flat in second floor, behind purasaiwalkam saravana stores, near schools, Contact: 8 0 5 6 2 7 7 8 8 4 , 9 6 0 0 0 7 7 8 8 3 .

REAL ESTATE

• Real Estate Flat for Resale, Kilpauk near mental health hospital, sure posh area, 2 bedrooms, 2 attached bathrooms, buildup area 1120 sq.ft, uds 620 2nd floor, lift, east facing, 1 open reserved car park, 40feet road, price: 1.25crores. Ct: 9840359937 / 8838502742.

• Real Estate Flat for Resale, Anna Nagar near Chintamani 2 bedrooms, attached bathrooms, build up area, 1560 sq.ft, uds 670sq.ft, 2nd floor lift, east facing, 1 open reserved car park, price 1.90crores negotiable. Ct: 9840359937 / 8838502742.

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

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

RESALE FLAT

• **KILPAUK,** 3bhk, 1584sq.ft, 3rd flr, East facing, lift, 2ccp, backup, gym, 14yr, UDS 800. CT: 79040 47233.

• **KILPAUK,** near maharishi, 2bhk, 7th floor, North Facing, 1040 sq.ft, 1 car park, backup, swim pool, CT: 95661 21310.

SALE

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

• **KILPAUK,** Near Ormes Road, Duplex House, 1385 sq.ft. buildup area, UDS 765 sq.ft. and 1380 sq.ft. UDS 760 sq.ft. Rs. 2.10 Cr. contact 9840091981.

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

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

RAVI SWEETS

• Newly opened at purasaiwalkam. If your are buy sweets or savories Rs.100/- You can get any item for worth Rs.50/- (offer till 31-03-2025). 53/133, Tana street, purasaiwalkam, Ch7. Ct: 98418 14483/ 91767 06083.

HOME FOODS

• Affordable home foods available . Breakfast & lunch @ Ayanavaram ct: 99410 66991

NEW FLATS FOR SALE 2 BHK LUXURY FLATS

CHINDADRI PET
(Swaminaickan Street)
1082 sqft (1st & 2nd floor)
1097 sqft (1st floor)
No brokers please

CALL
98840 32003

C3 FITNESS

• Start your fitness today at vepery - 98840 97333 , 98843 96333/ kilpauk - 9 1 7 6 8 9 9 3 3 3 , 9 1 7 6 8 4 4 3 3 3 .

ADMISSION OPEN

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

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

LIBAS

• The shop for garments- Kids, Teens, Ladies. No:279, Purasaiwalkam high road, Ct: 044-4356 0999 No: 62/1, Purasaiwalkam high road, Ct: 044-4550 4110.

LIFELINE MULTISPECIALITY HOSPITALS

• Women's day special, well women package, Celebrate womanhood with the gift of good health. No:47, New Avadi Road, Kilpauk, Ch-10. Ct: 9677222333.

WANTED

• Tele marketing (female only), Service engineer, Sales Marketing, Edu qualification: 10th & above. Kandy aqua tech pvt ltd. No: 23 old no: 8, S.S Complex, 2nd flr, Audiappamudali st, Purasaiwalkam. Ct: 907420 08686/ 78458 82599.

FLAT FOR SALE

2 BHK,
FLAT FOR SALE
IN AKRISH APTS,
VELLALA STREET,
PURASAWALKAM
94447 85317

THIS BOX COST Rs.700/-

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

RENTAL

Corner shop with two shutters for RENT at No. 50/2, Pulianthope High Rd, opp Masjide Azam, (Sait Beedi Mosque), Chennai - 600 012.
93810 14490
99411 17906

ரெட்ஹில்ஸ்
பம்மதுகுளம் வள்ளி நகர்
அனெக்ஸ் 1217 ச.அடி.

மாதவரம்
சென்ரம்பாக்கம்,
சாந்தி நகரில் 1200 ச.அடி.
விற்பனை
98848 15081

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

★ SANRAC REAL-ESTATE ★

♦ 2500 sq.ft Bungalow Secretariat colony, Rs.6.75 cr
♦ 3 BHK flat for sale Choolai, 1.20cr
♦ 3775 sq.ft, independent house for sale in Choolai 4.90crs
♦ 1500 sq.ft, independent house for sale in Choolai 2.50crs
♦ 1215 sq.ft independent house Choolai 2.70crs
♦ 1800 sq.ft, independent house, Purasaiwalkam 4crs

Cell: 98840 44472

Praise the Lord

AKG REAL ESTATE
BUYING / SELLING & RENTALS



SALE

- PERIYAR NAGAR, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr.
- VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor.
- GKM COLONY, NEAR LOCO 1200 sq.ft. Ground 1st & 2nd floor, Rs.2.10 Cr.
- KOLATHUR, 2 BHK, 888 sq.ft. Rs. 62 lakhs
- KILPAUK, Near Ormes Road, Duplex House, 1385 sq.ft. buildup area, UDS 765 sq.ft. and 1380 sq.ft. UDS 760 sq.ft. Rs. 2.10 Cr.

Cell : 98400 91981

NO ENTRY FEES
DYNAMIC BUSINESS / CAREER OPPORTUNITY MEET
 Become a successful business Associate with a leading MNC
INDIA'S MOST TRUSTED BRAND AND CORPORATE
 Earn your own income with Zero Investment
 We cordially invite you to join us for a
BUSINESS / CAREER OPPORTUNITY PRESENTATION
LIMITED SEATS ONLY / NO REGISTRATION FEE
 Required Documents : 1 Photo / Bank Proof / Aadhar Card/
 PAN Card / Education proof (above SSLC)
Ct: 97890 26028 / 63827 34724

WANTED
 ♦ Tele Marketing (Female Only)
 ♦ Service Engineer
 ♦ Sales Marketing
Educational Qualification 10th & Above
KANDY AQUA TECH PVT. LTD.
 New #23, Old 8, S.S. Complex, 2nd Floor,
 Audiappamudali Street, Purasaiwalkam, Ch-7.
90472 08686 / 78458 82599

**Wear Mask & Keep
Maintain Distance**

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

Ghee on empty stomach

Ghee is a rich source of nutrients like calcium, healthy fats, omega-3 fatty acids, and Vitamins A, D, E, and K. Thus consuming ghee on an empty stomach helps keep the cells in the body healthy. It provides intense hydration and turns the dry skin into soft and supple skin since ghee on an empty stomach lends moisture to the skin and reduces wrinkles and pimples. Ghee is beneficial even for the brain. The brain contains more than 50% fat and the nerve cells of the brain require optimum amounts of fatty acid for proper functioning. Eating ghee on an empty stomach has various benefits for the hair as well. Enhancing gut health as well. It improves blood circulation.

**Donate
Blood &
Eyes**

SCOPE
 PLAYGROUP & PRESCHOOL
 Zest • Zeal • Imagination
FOR CHILDREN ABOVE 18 MONTHS

- ✓ **Homely & Safe:** Spacious classrooms in a beautiful bungalow with a splash pool – a warm, welcoming space for your child.
- ✓ **Trustworthy:** Established in 1985 – Nearly four decades of nurturing young minds.
- ✓ **Experienced & Caring Teachers:** Preparing your child for a confident start to school & beyond!

LIMITED SEATS
PRESCHOOL ADMISSION
ENROLL NOW!
 9176319234 / 9176272234
 scopeschoolonline.com
 9, Taylor's Road, Kilpauk

Facts about Earth

Earth is the third closest planet to the Sun, It is the only planet we have found that contains life, Earth is 4,543 billion years old, Earth's surface is mainly water, earth rotates at the around 1000 miles an hour, Earth's atmosphere is made of gases, Earth isn't perfectly round days on earth used to look very different you could fit a million Earth in the sun.

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

MCC HIGHER SECONDARY SCHOOL
MCCS - MRF INTER SCHOOL FOOTBALL TOURNAMENT 2024 - 2025



Madras Christian College Hr. Sec. School, organized MCC - MRF INTER SCHOOL FOOTBALL TOURNAMENT 2024- 2025 Conducted on 18/02/2025 timing : 8.00 AM, At MCC. Hr. Sec. School, Chetpet, Chennai - 600 031. Following schools are participated in the tournaments. Don Bosco, Egmore, St. George, MCC Public School, Government School, Sai Santhome, Mcc Matric Hr. Sec. School, St Bede's A.I.H.S.S, Vel's, MCC B.MCC H.S.S.(A). **MCC Higher Secondary School WON THE TROPHY.** Headmaster, Teachers, Parents and Students are heartily congratulated to the Prize won the team.
MADRAS CHRISTIAN COLLEGE HIGHER SECONDARY SCHOOL, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 600 031. Ph: 2836 5205 / 2836 2974.

LIFELINE
 MULTISPECIALITY HOSPITALS
 Chennai . Hyderabad

SPECIAL OFFER
₹2,750
~~₹6,500~~
 *Offer valid for Limited Period

Women's Day Special!
WELL WOMAN PACKAGE

**Celebrate Womanhood
with the Gift of
Good Health!**

**Comprehensive
Women's Health Check-up**

Fasting Blood Sugar, HbA1c,
 Thyroid Profile (T3, T4, TSH),
 USG Scan - Whole Abdomen,
 B12, Vitamin D, Pap Smear,
 Digital Mammography (X-ray
 & Sono Mammo), Whole Body
 DEXA Scan, Urine Culture &
 Sensitivity, Gynaecologist
 Consultation*

**Consultation by
Dr. Priya Kannappan**
 MBBS, DGO, MS (OG), DNB (OG),
 FRM, MRCOG, FICOG,
Gynecologist & Obstetrician

Prioritize self-care for a healthier you/
Book an Appointment 96 77 222 333
 Doctor consultation based on priority. Conditions apply*
 47, New Avadi Road, Kilpauk, Chennai - 10.