PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

VOL. XXX1 NO. 52 2026 APR 19 - APR 25 Advt. Supplement

நமது வில்லிவாக்கம் தொகுதியின்

திமுக வெற்றி வேட்பாளர்

திரு.கார்த்திக் மோகன் அவர்கள்

மதச்சார்பற்ற பிரச்சாரத்தை மேற்கொண்டார்

வில்லிவாக்கம் தொகுதி திமுக வேட்பாளர் **திரு. கார்த்திக் மோகனை** ஆதரித்து **திரு. தயாநிதி மாறன், M.P.** மற்றும் மக்கள் நீதி மையம் கட்சி தலைவர் **டாக்டர் கமல்ஹாசன், M.P.** அவர்களும் வில்லிவாக்கம் தொகுதிகளில் பெருவாரியான வாக்குகளை சேகரித்தனர்.

மக்களின் பெரும் ஆதரவு :

இக்கூட்டத்தில் ஏராளமானோர் திரளாக பங்கேற்று "உதயசூரியன்" சின்னத்திற்கு தங்களது முழுமையான ஆதரவை வழங்குவதாக உறுதியளித்தனர்.

முக்கிய தேர்தல் வாக்குறுதிகள் 2026 :

*மாதந்தோறும் மகளிர் உரிமைத் தொகை ரூபாய் 2000/-

*வீட்டு உபயோக பொருட்கள் வாங்குவதற்கு இல்லத்தரசி கூப்பன் ரூபாய் 8000/- வழங்கப்படும்.

* புதுமைப்பெண், தமிழ்ப்புதல்வன் திட்டம் உதவித்தொகை ரூபாய் 1500/-

*முதல் அமைச்சரின் காலை உணவு திட்டம் எட்டு வகுப்பு வரை விரிவுபடுத்தப்படும்.

நமது இளம் தலைவர் கார்த்திக் மோகன் அவர்கள் மதச்சார்பற்று அனைத்து மதத்தினரிடமும் எந்த ஒரு பாகுபாடும் இன்றி வாக்குகளை சேகரித்தார். குழந்தைகள் முதல் பெரியவர்கள் வரை அனைத்து வயதினரிடமும் அன்பாகவும் அரவணைப்பாகவும் இருக்கும் நமது வில்லிவாக்கம் தொகுதியின் வெற்றி வேட்பாளர் திரு. கார்த்திக் மோகனை ஆதரித்து உதயசூரியன் சின்னத்தில் வாக்களித்து பெருவாரியான வாக்குகள் வித்தியாசத்தில் வெற்றி பெறச்செய்யுமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கின்றோம்.

நமது வெற்றி வேட்பாளர்,

திரு. கார்த்திக் மோகன்

வில்லிவாக்கம் தொகுதி

உதயசூரியன்

சின்னத்தில் வாக்களித்து வெற்றி பெற செய்யுமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்!

தேர்தல் நாள் : 23.04.2026

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

• **PURASAIWAKKAM, Shanmugarayan St, 1 Bhk 500 Sq.ft. 2nd Flr, 2 Western Toilets, Separate Eb, Both Water With Automatic System, Cctv, Wardrobes. Electrical Fittings Rent 15000 + 1000 For Maintenance, Advance Rs.1.50 lakhs Ct: Saravanan 94440 76313.**

• **KELLYS,** 1 Master bedroom in 4th floor available for rent near medavakkam tank 2nd street, call : 98847 18807.

SALE

• **MOGAPAIR WEST,** Casagrand Millenia 3BHK 1974 sq ft 812 UDS Lift CCP with all amenities for Sale Contact JOTI : +91 8122950989.

• **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.

• **NEAR SPR CITY,** 3 Bedroom flat, Built up area 1257sq. ft.,UDS 545 sq.ft., Full furnished house, interior decorated, full storage space provided well lit house Rs. 1.45 Cr. Ct: 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.

• **KILPAUK,** New Avadi Road, near Krishna bhavan hotel, independent house, north facing, 1350 sq.ft land with 2000 sq.ft (GF+FF) building with covered car park for sale. PriceRs.3.6 crores. Ph: 94444 68833.

• **ANNA NAGAR,** Independent house for sale, 6 bedrooms, hall, kitchen, 6baths, 2500 sq.ft, north facing, 30 feet road. Nobrokers. Ph: 87787 92060 / 99413 344626.

• **WALLTAX ROAD,** 100 feet road, near central railway station, opposite G.H Hospital land 810 sq.ft with old building, west facing, price Rs.2.10 crores. Ph: Om sakthi- 98400 89550.

LAND FOR SALE

• Land for sale, near Dashaprakash 2000 sq.ft. land, rate 4 cr negotiable, Ct : 72991 15533.

• Hindu college, Gopalapuram, (62x40) on 20feet road, south facing , just 1km from avadi and pattabiram, Price Rs.5000 sq.ft. Ct: 98402 62239.

• Anna nagar, Kambar colony, ground floor for sale: 2 bedrooms, hall, kitchen, attached and common toilet. Ph: 99403 82906 / 94449 56437.

INSURANCE

• To become an insurance agent contact PK. Jain 9840076471 email : jain.pknia@gmail.com

WANTED

• Experienced Driver to Drive Innova Crysta for Travels in Purasawalkam. Ct: 98409 37727.

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

• **PURASAIWAKKAM,** Rental space available for taking tuition 4 to 5 students. 100 sq. ft x 2 rooms. Each room Rs 4000. Contact: 9 9 6 2 7 5 5 9 9 8 .

• **12300 sq.ft, G+3 in Purasaiwalkam high road, parking facility, Rent Rs. 85 per sq.ft(Negotiable) Ct: 9840937727.**

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.**

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

FOR RENT
OFFICE SPACE 4700 sqft (4th floor) On Marshall Road, Egmore with AC and Car Parking.
NO BROKERS PLEASE
CALL 98840 32003

REQUIRED
FOR SALE COMMERCIAL SPACE PURASAWALKAM
Brokers Excuse
90031 35015

HANUMAN CHALISA
Online Learning Program for Kids & Women from 20th - 30th April.
Fees Rs. 999/-
Contact : 73056 11087

REQUIRED
Rental Commercial Space Purasawalkam 300 sq.ft.
Brokers Excuse
93618 01769

TEACHERS WANTED
Play School Teachers
Qualification : Degree with Diploma in Montessori
Experience or Fresher
Part Time Tuition Tutors
Maths | Science | Social | Hindi | Tamil
English | Drawing | Carnatic Music
SHENOYNAGAR
9941957515
7845844392

RESERVE BANK STAFF QUARTERS' N&P SCHOOL
REQUIRES
Experienced / Non - experienced Teachers for primary level
Minimum Qualification: Mont trnd, D.Ttd, B.Ed
Forward your resume to rbsqschool@gmail.com
800, EVR Salai, P.H Road, Kilpauk, Chennai - 10.
Contact : 94451 45979

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
AKG
BUYING / SELLING & RENTALS

SALE
➤ PERIYAR NAGAR, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr.
➤ VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor.
➤ KOLATHUR, 2 BHK, 888 sq.ft. Rs. 62 lakhs
➤ AVADI, 5.5 Ground Rs. 1.5cr
➤ Near SPR CITY, 3 Bedroom flat, Built up area 1257sq.ft.,UDS 545 sq.ft., Full furnished house, interior decorated, full storage space provided well lit house Rs. 1.45 Cr.

Cell : 98400 91981

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

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

VOL. XXXI NO. 52 2026 APR 19 - APR 25 **1569th Issue Ph : 4551 8154, 98409 37719** PAGES 8

மதச்சார்பற்ற முற்போக்குக் கூட்டணியின்

எழும்பூர் சட்டமன்ற தொகுதி

நமது வெற்றி வேட்பாளர்

தேர்தல் நாள் : 23.04.2026

வழக்கறிஞர்

தமிழன் பிரசன்னா B.A, B.L.

அவர்களுக்கு

உதயசூரியன்

சின்னத்தில் வாக்களித்து
பெருவாரியான
வாக்குகள் வித்தியாசத்தில்
வெற்றிபெறச்செய்யுமாறு
கேட்டுக்கொள்கின்றோம்...

ஸ்டாலின் தொடரட்டும்!

எழும்பூர் தொகுதி வெல்லட்டும்!!

வழக்கறிஞர்

நமது வெற்றி வேட்பாளர், **தமிழன் பிரசன்னா** B.A, B.L.

உதயசூரியன் சின்னம்

Celebrate Akshaya Tritiya with Ratan Jewellery

Celebrate Akshaya Tritiya with Ratan Jewellery—trusted for 75 years of excellence in fine jewellery. A legacy built on craftsmanship, purity, and generations of customer trust.

This festive season, **enjoy exclusive offers: 0% wastage and no making charges on gold coins. Avail Rs.3000 off per sovereign on gold jewellery or receive a free 100 mg gold coin on purchases above 4 grams.**

In addition, explore our silver collection with no making charges and wastage on selected items, offering both beauty and value.

Pre-bookings are now open. Visit Ratan Jewellery and celebrate prosperity with unmatched value and heritage.

Address : No. 27, SRM Complex, Tana Street, Purasaiwakkam, Chennai - 600 010. Contact : 99411 00880 / 81244 16156. Instagram : ratan. jewellery

Everything become less in our life

Our phones are wireless , cooking is fireless, Tyres are tubeless, tools are cordless, Dresses are sleeveless, Youths are jobless, Leaders are shameless, Relationships are Meaningless, Our attitude is careless, Wives are fearless, Babies are fatherless, Feelings are Heartless, Our education is valueless, Our children are manner less, Thus everything is becoming LESS but still our hope in the lord/ God, Government, Legislature and Parliament are more and Endless.

Medha Gurukulam - Traditional Education and its relevance today

Medha Gurukulam (8, 11th Street, Nanganallur) a unique Shastra Gurukulam organized an event on "Traditional Education and its relevance today" on Apr 13 at Ranjani Hall, Nanganallur. The Gurukulam has 20 boys and girl students, who are full time doing such studies, both residential and day-scholars. Prof Kamakoti, Director IIT-Madras, Mahamahopadyaya Mani Dravid Shastrigal, Mahamahopadyaya Devdutt Patil, Sri Devanatha Acharya participated in the event. They lauded the efforts of the Gurukulam over past 4 years, and talked about how this type of education builds strong analytical skills required for AI world, advantages of Sanskrit based Shastra education and new career opportunities opening up now for such scholars.

4 students from Medha Gurukulam, who passed the tough exams on Shastras, conducted at Tenali and Ahmednagar, were given scholarships during the event. A 3 day Shastra Sabha with 20 scholars from all over India was also organized. All are welcome to visit and interact with the students. It was started by Ramsamy Subramani in 2021, after working in Microsoft USA and returning back to India. For details visit www.medhagurukulam.org or contact in phone 90437 20870

Cherry Blossom in New Avadi Road

Beautiful flowers are blooming on a tree in New Avadi Road near RTO, Kilpauk. It grabs people's attention and presents an eye-catching display to the pedestrians. In india, these trees typically bloom between january and april, transforming city landscapes with pink or white colors for a few fleeting days. Indian Cherry Blossoms, They are a popular subject for photography due to the colorful carpet they create on the ground when the flowers fall.

Exercises for Belly Fat

Your first step in burning off visceral fat is including at least 30 minutes of aerobic exercise or cardio into your daily routine. Studies show that aerobic exercises for belly fat help to reduce belly fat and liver fat. Some great cardio of aerobic exercises for belly fat include:Walking, especially at a quick pace, Running, Biking, Rowing, Swimming, Cycling,Group fitness classes When choosing a cardio activity, make sure it's something that you enjoy doing. This way, you're more motivated and will look forward to your exercise routine.

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

RATAN JEWELLERY

அட்சய திருதியை சலுகைகள்

₹3000 தங்க நகைகளுக்கு சவரனுக்கு தள்ளுபடி அல்லது
100mg தங்க நாணயம் இலவசம் குறைந்த பட்சம் 4gms தங்க நகை வாங்குபவர்களுக்கு

0% தங்க நாணயம் செய்கூலி மற்றும் சேதாரம் இல்லை
வெள்ளி பொருட்களுக்கு கொலுசு, மெட்டி மீது செய்கூலி மற்றும் சேதாரம் இல்லை

LUCKY DRAW
ஆர்டர்கள் முன்பதிவு வரவேற்கப்படுகிறது
சலுகை 21 ஏப்ரல் 2026 வரை

எண்.27, SRM காம்ப்ளெக்ஸ், தானா தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை-7.
99411 00880 / 81244 16156 ratan.jewellery

WORLD ART DAY AT VELAMMAL ACADEMY NOLAMBUR

The school assembly of Velammal Academy Nolambur came alive with creativity and color as students celebrated *World Art Day* with great enthusiasm on Apr 15th 2026.

Wonderful definitions for laughing

School- A place where parents pay and children play.
Life insurance- A contract that keeps you poor all your life so that you can die rich.
Marriage- It's an agreement in which a man loses his bachelor degree and a woman gains her masters.
Tears- The hydraulic force by which masculine will power is defeated by feminine waterpower.
Lecture- An art of transferring information from the notes of the lecturer to the notes of the students without passing through the minds of either.
Father- A banker provided by nature.
Criminal- A person with no different from the rest, except that he/she was caught.
Boss- Someone who is early when you are late and late when you are early
Office- A place where you can relax after your strenuous home life.
Yawn- The only time some married men ever get a chance to open their mouth.

LIFELINE® MULTISPECIALITY HOSPITALS

THE GENTLE MAGIC OF ICE APPLE (NUNGU)

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

On hot summer afternoons, many of us remember our grandparents sitting under a fan, slowly enjoying a bowl of nungu. To them, it wasn't just a fruit—it was relief, comfort, and care. Today, many young people walk past it without a second glance, seeing only a street cart and a fruit sitting in a simple basket. But behind that humble appearance lies one of summer's most soothing gifts.

Ice apple, or nungu, is nature's own coolant. With its soft, jelly-like texture and delicate sweetness, it hydrates the body better than most packaged drinks ever could. When the heat drains your energy and leaves you tired, nungu quietly restores fluids, cools the body, and prevents dehydration and heat exhaustion. It is also gentle on the stomach. For people dealing with acidity, ulcers, or digestion issues, nungu works like a natural healer—light, calming, and easy to digest.

That's one reason elders trust it so deeply. They didn't need nutrition labels; they trusted what made them feel better.

As a seasonal fruit, nungu reminds us to slow down and reconnect with nature's rhythm. It appears only during peak summer, just when our bodies need it the most. In a world full of fancy superfoods and trendy drinks, this simple fruit has been quietly protecting generations for years.Maybe it's time we look beyond the basket and rediscover the comfort our grandparents always knew. Sometimes, the most powerful health foods don't come in shiny packages—they come with memories, simplicity, and a touch of summer nostalgia.

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

VELAMMAL
MATRICULATION HR. SEC. SCHOOL
T.S. KRISHNA NAGAR, MUGAPPAIR EAST, CHENNAI - 600 037.

MERIT SCHOLARSHIP
BASED ON CLASS X BOARD EXAM MARKS 2025-26

CONCESSION IN REGULAR SCHOOL FEES

MARKS	MATRIC	CBSE
495 & ABOVE	100 PERCENTAGE	100 PERCENTAGE
490 - 494	75 PERCENTAGE	100 PERCENTAGE
485 - 489	50 PERCENTAGE	75 PERCENTAGE
480 - 484		50 PERCENTAGE

CONCESSION IN IIT / NEET INTEGRATED COURSE

MARKS	SCHOLARSHIP ELIGIBLE
495 & ABOVE	75 PERCENTAGE
490 - 494	60 PERCENTAGE
485 - 489	40 PERCENTAGE
480 - 484	25 PERCENTAGE
475 - 479	15 PERCENTAGE

ADMISSIONS OPEN 2026-27 FOR CLASS XI

044 - 2656 0063
www.velammalnexus.com
VELAMMAL NEXUS

Chiyaan 63 announced on Vikram's birthday

Marking the birthday of Vikram, his next film, tentatively titled "Chiyaan 63," has been officially announced with a stylish promo video, creating a buzz among fans on social media.

The film will be directed by Anand Shankar, who earlier teamed up with Vikram for the 2016 hit Iru Mugan. This reunion after nearly a decade has raised expectations, with fans anticipating another engaging and stylish outing from the duo.

Produced by Sathya Jyothi Films, the film will be backed by Senthil Thyagarajan and Arjun Thyagarajan. The music is composed by Santhosh Narayanan, while cinematography is handled by R.D. Rajasekhar.

The technical team also includes Rajeevan as production designer, Shan Karuppusamy as dialogue writer, Raymond Derrick Crasta as editor, Suriya Rajeevan as art director, and Poornima Ramasamy as costume designer.

Kuttram Kadithal 2 promises a social thriller

The sequel to the National Award-winning Kuttram Kadithal, originally directed by Bramma G and produced by JSK Sathish Kumar, is gearing up to take audiences in a bold new direction.

While the first film earned widespread acclaim for its sensitive portrayal of teacher-student dynamics, Kuttram Kadithal 2, directed by SK Jeeva, shifts gears into a gripping social thriller while retaining the evocative school backdrop.

Produced once again by JSK Sathish Kumar—who also plays a pivotal role—the film features a diverse ensemble cast led by Pandiarajan in a never-seen-before avatar. Known for his light-hearted roles, his transformation in this film is expected to surprise audiences.

The cast also includes Appu Kutty, Balaji Murugadoss, Chandini Tamilarasan, Keerthi Chawla, Viji Chandrasekar, and others, adding depth to the narrative.

Shot across scenic locations like Kodaikanal, Dindigul, Nagercoil, and Chennai suburbs, the film has already generated buzz for its compelling visuals and intense storytelling. The screenplay is co-written by SK Jeeva and JSK Sathish Kumar, with music by DK and cinematography by Sathish G. With plans to be showcased at international film festivals, the makers have hinted that the release date announcement will be made soon, raising expectations for this ambitious sequel.

Mr X – Review

Mr X emerges as an ambitious attempt to bring a large-scale spy thriller experience to Tamil cinema, drawing inspiration from global franchises like Mission: Impossible, Bourne, and James Bond. Directed by Manu Anand, the film sets out to deliver a fast-paced entertainer packed with action, intrigue, and high-stakes drama—and largely succeeds in offering an engaging cinematic ride.

The story follows Gautham (Arya), a RAW agent navigating covert missions in Chennai, as a dangerous nuclear device falls into the wrong hands. With antagonist Rana plotting a catastrophic attack during the G20 summit, the narrative builds urgency through multiple intersecting plotlines. Amaran (Gautham Karthik) adds a layer of strategy and suspense, while Mr X (Sarathkumar) brings gravitas as a seasoned operative. Manju Warrier, as RAW chief Indira Verma, anchors the mission with authority.

What stands out in Mr X is its scale and intent. The film moves briskly through twists, betrayals, and action set pieces, ensuring there is rarely a dull moment. While the narrative leans more towards spectacle than realism, its unpredictability and constant momentum keep viewers invested throughout.

On the technical front, the film scores well. Cinematographer Arul Vincent captures diverse locales across India and Russia with a polished, international visual style. The action sequences are mounted with ambition, aligning with the film's global aspirations, while Dhibu Ninan Thomas enhances the tension with a gripping background score.

Performances further elevate the film. Sarathkumar delivers a commanding presence, while Manju Warrier leaves a strong impact in a pivotal role. The supporting cast—including Anagha, Athulya, Raiza Wilson, Kali Venkat, and Jayaprakash—adds depth and texture to the narrative.

Produced by Vineet Jain and S Lakshman Kumar, Mr X is worth a watch.

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 Bazzar.

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

உணவே மருந்து

துத்தி இலையின் மருத்துவ பயன்கள்

துத்தி குறுஞ்செடி வகையைச் சார்ந்தது. துத்தி இதயவடிவமான இலைகளையும் பொன் மஞ்சள் நிறமான சிறு பூக்களையும் தோடு வடிவமான காய்களையும் கொண்டது.

துத்தி 2 செமீ வரை உயரமானது. தாவரம் முழுவதும் மென்மையான உரோமங்கள் உண்டு. இவை நமது தோலில் பட்டால் அரிப்பு ஏற்படும். துத்தி இலைகளின் அடிப்பாகம் மெழுகு பூசியது போன்று காணப்படும். சில நேரங்களில் 3 மடல்களாகப் பிரிந்திருக்கும்.

தமிழகத்தில் எல்லா மாவட்டங்களிலும் களைச் செடியாக வளர்கிறது. கடற்கரை ஓரங்கள், சமவெளிகளில் அடர்ந்து காணப்படும்.

துத்தி இலை, பூ, விதை, வேர், பட்டை ஆகியவை மருத்துவப் பயன் கொண்டவை. பசும் துத்தி, பெருந்துத்தி, பணியாரத்துத்தி, கருந்துத்தி, நிலத்துத்தி என்னும் பல வகைகள் உண்டு.

துத்தி பொதுவாக இனிப்புச் சுவையும், குளிர்ச்சித் தன்மையும் கொண்டது. துத்தி இலை, அழற்சியைப் போக்கும்; மலக்கட்டு, ஆசனவாய் எரிச்சல் ஆகியவற்றை குணமாக்கும். நோய் நீக்கி உடலைத் தேற்றும்; கருமேகம், உடல் சூடு போன்றவற்றைக் குணமாக்கும்; சிறுநீரைப் பெருக்கும்.

துத்தி பூ, இரத்தப் போக்கை அடக்கும், காமம் பெருக்கும், இருமலைக் குறைக்கும், ஆண்மையைப் பெருக்கும், குளிர்ச்சி உண்டாக்கும், துத்தி விதை இனிப்புச் சுவையுடையது. சிறுநீர் எரிச்சல், ஆசனக் கடுப்பு, வெள்ளை படுதல், கரும்புள்ளி, போன்றவற்றைக் குணமாக்கும்.

மூலம் குணமாக துத்தி இலையை விளக்கெண்ணைய் விட்டு வதக்கி மூலம், பவுத்திரம், ஆசனவாய் கடுப்பு ஆகியவற்றின் மீது வைத்துக் கட்ட வேண்டும். அல்லது இலையை விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி ஒற்றடம் கொடுத்து பொறுக்கும் சூட்டில் வைத்துக் கட்ட வேண்டும். அல்லது இலைகளுடன் பருப்பு சேர்த்து சமையல் செய்து சாப்பிடுவது நல்லது.

துத்தி இலைச்சாற்றுடன் சிறிதளவு மஞ்சள் தூள் கலந்து பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் பூச புண்கள் குணமாகும்.

துத்தி இலைச் சாற்றை பச்சரிசி மாவுடன் கலந்து கிண்டி கட்டிகளின் மீது வைத்துக் கட்ட கட்டிகள் உடையும்.

வெள்ளை படுதல் குணமாக துத்தி இலைகளை நெய்யில் துவட்டி சாதத்துடன் சேர்த்து சாப்பிட்டு வரலாம். அல்லது இலையை காரமில்லாமல் பொரியலாகச் செய்து சாதத்துடன் பிசைந்து, 40 முதல் 120 நாட்கள் வரை சாப்பிட வேண்டும். இந்தக் காலத்தில், புளி, காரம், மாமிசம் நீக்கிய உணவைச் சாப்பிட வேண்டும், புகைப்பிடித்தல் கூடாது.

20 மி.லி. பூச்சாற்றுடன், சிறிதளவு கற்கண்டு சேர்த்துச் சாப்பிட இரத்த வாந்தி கட்டுப்படும். துத்தி பூக்களை உலர்த்தி, தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு ஒரு தேக்கரண்டி அளவு தூள், ஒரு டம்ளர் பாலில் கலந்து இரவில் மட்டும் குடித்துவர உடல் சூடு குணமாகும்.

துத்தி விதைச் சூரணம் ஒரு தேக்கரண்டி, கற்கண்டு ஒரு தேக்கரண்டி, தேனில் கலந்து உட்கொள்ள மேகநோய் குணமாகும். துத்தி இலைகளை கொதிநீரில் போட்டு வேகவைத்து, அந்த நீரில் துணியை தோய்த்துப் பிழிந்து, வலியுள்ள இடத்தில் ஒற்றடம் கொடுக்க உடல்வலி குணமாகும்.

உயர் ரத்த அழுத்தம் எதனால் ஏற்படுகிறது?

உயர் ரத்த அழுத்த நோய்க்கு முதல் காரணம் சமையல் உப்புதான். பல வழிகளில் உடலில் சேரும் உப்பு அதிகமானால் ரத்த அழுத்தம் அதிகரிக்கிறது. ரத்த அழுத்தம் கூடினால், அடுத்தடுத்து பல பிரச்னைகள் வரும்.

உயர் ரத்த அழுத்தத்துக்குப் பல காரணங்கள் உள்ளன. உடலில் சேருகிற நீர், உடலில் சேருகிற உப்பு, சிறுநீரகம், நரம்பு மண்டலம், ரத்த நாளங்கள் வேலை செய்கிற விதம், ஹார்மோன்கள் வேலை செய்கிற விதம் போன்றவை முக்கியமானவை.

உயர் ரத்த அழுத்தத்தைக் கவனிக்காமல் விட்டுவிட்டால் பக்கவாதம், பேச்சுத் தடை, மாரடைப்பு, இதய பலவீனம், சிறுநீரக நோய், ஏற்படலாம்.

உடல் எடை அதிகமாக உள்ளவர்களுக்கு, மன அழுத்தம் உள்ளவர்களுக்கு, படபடப்பு உள்ளவர்களுக்கு, அதிகமாக மது அருந்துபவர்களுக்கு, உப்பு, ஊறுகாய், வடகம், வத்தல் போன்றவற்றை அதிகம் சாப்பிடுபவர்களுக்கு, குடும்பத்தில் உயர் ரத்த அழுத்தம் உள்ளவர்களுக்கு, புகைபிடிப்பவர்களுக்கு, நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்களுக்கெல்லாம் ரத்த அழுத்த நோய் வரலாம்.

சிலருக்கு எந்தக் காரணத்தால் வருகிறது என்பது தெரியாது. இதை எசன்சியல் ஹைபர்டென்ஷன் என்று குறிப்பிடுவார்கள். சில நேரம் மற்ற உறுப்புகளுக்கு ஏற்பட்ட பாதிப்பால் ரத்த அழுத்தம் அதிகமாகும்.

ஒருவருக்கு நாளொன்றுக்கு அதிகபட்சமாக ஒன்றறை தேக்கரண்டி உப்பு போதுமானது. நாம் சாப்பிடும் உணவில் உப்பின் அளவு 4 மி. கிராம் அளவைத் தாண்டினால், அது சிறுநீரகத்தை பாதிக்கும்.

உடலுக்கு நலம் பயக்கும் காய்கறிகள்

சிறுவெங்காயம் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியைப் பெருக்கும். இரத்த அழுத்தம் மற்றும் கொல்ஸ்ட்ராலைக் குறைக்கும்.

பீர்கங்காயில் மெக்னீசியம், ரிபோபிளவின் மற்றும் இரும்புச் சத்து நிறைந்துள்ளது. இதை சமைத்து உண்பதால் உடல் எடை குறையும். இதில் பீட்டா கரோடின் உள்ளதால் கண்களுக்கு நன்மை பயக்கும்.

மஞ்சள் பூசனிக்காய் 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 இன்சுலின் அளவைக் கட்டுப்படுத்தும்.

பூசணிக்காய் கண்பார்வையை மேம்படுத்தும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும். வைட்டமின் பி12 அடங்கியது. ஒற்றைத் தலைவலியைப் போக்கும்.

பூ மருத்துவம்

ரோஜா பூ

நமது நாட்டின் பாரம்பரிய மருத்துவ முறைகளான சித்த மற்றும் ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் ஒரு செடியின் வேர், பட்டை, காய், கனி ஆகியவை மருத்துவதிற்கு பயன்படுத்தியதோடு அதன் பூக்களையும் சிகிச்சைகளுக்கு பயன்படுத்தி வந்திருக்கின்றனர்.

ரோஜாப்பூ பாரத தேசம் எங்கும் வளர்க்ப்படுகிறது. அந்த ரோஜா பூவை கொண்டு பலவிதமான நோய்களுக்கு தீர்வு கண்டுள்ளனர் நம் முன்னோர்கள். ரோஜா பூக்களில் பன்னீர் ரோஜா, நாட்டு ரோஜா ஆகியவை மருத்துவ சிகிச்சைகளுக்கு சிறந்ததாகும்.

சிலருக்கு உடலில் பித்தம் அதிகரித்து விடுவதாலும், வேறு பல உடல் ரீதியான காரணங்களால் தலைவலி ஏற்படுகிறது. இப்படிப்பட்ட தலைவலியால் அவதிப்படுபவர்கள் மற்ற எந்த மருத்துவ முறைகளையும் நாடுவதற்கு முன்பு புதிதாக பூத்த ரோஜா பூ ஒன்றை எடுத்து, அதன் வாசத்தை சிறிது நேரம் முகர்வதால் கடுமையான தலைவலி குறையும். உடல் துர்நாற்றம், வாய்ப்புண், ஆண்மை குறைபாடு, மலச்சிக்கல், இளமை தோற்றம், மயக்கம், மாதவிடாய், சீதபேதி, வயிற்று போக்கு, இதயநோய் உள்ளவர்கள் காலையில் ரோஜா இதழ்களை மென்று சாப்பிட்டால் ரத்த அழுத்தம் வெகுவாக குறைந்து, இதயம் சம்பந்தமான நோய்கள், பாதிப்புகள் ஏற்படாமல் தடுக்கிறது. ரத்தம் கட்டிக்கொள்வது போன்ற பிரச்சனைகள் ஏற்படாமல் காக்கும்.

பருக்கள் எதனால் வருகின்றன?

நாம் சருமத்திற்கும் தரும் தொந்தரவுகளால் தான் முகப்பரு வருகிறது. பெரும்பாலும் நாம் வெயிலில் சென்றுவிட்டு இரவு தூங்கும்போது முகத்தில் உள்ள மேக்கப்பை அகற்றாமல் தூங்கினால் சருமத்தில் அழுக்குகள் தேங்கி முகப்பருக்களை உண்டாக்கும்.

முகத்தில் ஏற்படும் எண்ணெய் பசையை நீக்கலாம் என்று நினைத்து முகத்தை அடிக்கடி கழுவினால் எண்ணெய்ப்பசை அதிகரித்து முகப்பரு வரக் காரணமாகிவிடும். மேலும் சருமம் வறட்சியடைய வாய்ப்புள்ளது.

தினமும் அழகு கிரீம்களை பயன்படுத்தினால் அதில் உள்ள கெமிக்கல் சருமத் துளைகளில் அடைப்பை ஏற்படுத்தி பருக்களை உருவாக்கிவிடும். சருமத்தை அதிகமாக தேய்ப்பதன் மூலம் இறந்த செல்கள் வெளியேற்றப்படும். ஆனால் அளவுக்கு அதிகமாக செய்யும்போது பாக்டீரியாக்கள் வேகமாக பரவி பருக்கள் வர வாய்ப்புண்டு.

சிலர் முதுமையால் ஏற்படும் சரும சுருக்கத்தை மறைக்க ஆண்டி-ஏஜிங் பொருள்களை பயன்படுத்துவார்கள். இதனை உபயோகிப்பதாலும் சருமத்தில் பருக்கள் வரலாம். தலைமுடி பராமரிப்புக்கு உபயோகப்படுத்தக் கூடிய ஹேர் டிரையர் மற்றும் சில எலக்ட்ரானிக் பொருள்களில் உள்ள சிலிக்கான் நமது கையில் படும். இதை நம் முகத்தில் தெரியாமல் வைத்தால் கூட பருக்கள் அதிகமாக வர வாய்ப்பு உண்டு.

எதனால் எது கெடும்?

தூண்டாத திரியும் கெடும்! தூற்றிப் பேசும் உரையும் கெடும்! சாய்க்காத 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 அழுகு கெடும்! பொய்யுரைத்தால் புகழும் கெடும்! துடிப்பில்லா இளமை கெடும்! துவண்டுவிட்டால் வெற்றி கெடும்! தூங்காத உடல் கெடும்! பகல் தூங்கினால் உடல் கெடும்! கவனமில்லா செயலும் கெடும்! கருத்தில்லா எழுத்தும் கெடும்.

பல் வலியை போக்க

பல் கூச்சம் மற்றும் வலியை போக்க மிளகுப்பொடி மற்றும் உப்பு கலந்து பற்றுப்போட பல் பிரச்னைகள் தீரும்.

அன்பும் அமைதியும் அளிக்கும் கடவுள் உங்களோடு இருப்பார்!

சகோதர சகோதரிகளே, இறுதியாக நான் உங்களுக்குச் சொல்வது: மகிழ்ச்சியாயிருங்கள்; உங்கள் நடத்தையைச் சீர்ப்படுத்துங்கள்; என் அறிவுரைக்குச் செவி சாயுங்கள்; மன ஒற்றுமையைக் கொண்டிருங்கள்; அமைதியுடன் வாழுங்கள்; அப்போது அன்பும் அமைதியும் அளிக்கும் கடவுள் உங்களோடு இருப்பார்.

பைபிள் - 2 கொரிந்தியர் 13:11

தவறான முறையில் உண்ணாதீர்கள்!

உங்களுக்கிடையே (ஒருவருக்கொருவர்) தவறான முறையில் உண்ணாதீர்கள்! தெரிந்து கொண்டே மக்களின் பொருட்களில் ஒரு பகுதியை பாவமான முறையில் சாப்பிடுவதற்காக அதிகாரிகளிடம் உங்கள் பொருட்களை கொண்டு செல்லாதீர்கள்.

திருக்குர் ஆன்
அல் பகரா :188

உடன் பிறந்த கர்மத்தை விட்டுவிடலாகாது!

குந்தியின் மைந்தா, கேடுடையதெனினும் உடன் பிறந்த கர்மத்தை விட்டுவிடலாகாது. ஏனென்றால் தீயைப் புகை சூழ்வது போன்று அனைகளையெல்லாம் கேடு சூழ்ந்துள்ளது.

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை - அத் - 18:48

கேடு இல்லாத கர்மம் இப்பிரபஞ்சத்தில் இல்லை. சுவாசிக்கின்றோம்; அதனால் காற்றில் உள்ள அணு போன்ற உயிர்கள் மடிகின்றன. ஆக தீங்கு இல்லாத கர்மம் இயற்கையில் இல்லை. காலத்திற்கும் இடத்திற்கும், சந்தர்ப்பத்துக்கும் ஏற்றவாறு ஒரு வினையில் அமைந்துள்ள நலமோ கேடோ மாறுபாடு அடைகிறது. இவைகளையெல்லாம் தூக்கி வினை செய்கிறார்கள். யோகியின் இயல்பு மிக உயர்ந்தது. தனக்கு அமைந்த கடமையை அவன் தேவ ஆராதனையாகச் செய்கிறான்.

உடல் நலம் பேண பயனுள்ள சில குறிப்புகள்

பாதம் பருப்பு ஊற வைத்து மறுநாள் காலை மென்று உண்ண கண்பார்வை தெளிவு பெறும்

பூண்டு, மிளகு சேர்த்து வேப்பம் பூ ரசம் வைத்து உண்டு வர பித்தப்பை நோய் குணமாகும்.

நெல்லிக்காயை இடித்து சாறு எடுத்து அதில் தேன் கலந்து அருந்தினால் விக்கல் நிற்கும்.

வில்வ பழம் சாப்பிட்டால் மூளை தொடர்பான நோய்கள் தீரும்.

வேப்ப எண்ணெயை காய்ச்சி சேற்றுப் புண் மீது தடவி வர குணமாகும்.

ஒரு மேசைக் கரண்டி தேனை ஒரு டம்ளர் கொதிநீரில் கலந்து குடித்து வந்தால் வயிற்று வலி பறந்து போகும்.

கட்டி உடைய, எருக்கன் இலையின் பின்புறம் விளக்கெண்ணெய் தடவி தணலில் காட்டி கட்டி மீது கட்டி வைத்தால் கட்டி பழுத்து உடையும்.

சப்போட்டா பழம் தினமும் பகல் பொழுதில் உண்டு வந்தால் இரவில் தூக்கம் நன்றாக வரும்.

முகச் சுருக்கம் நீங்க வேண்டுமா? தக்காளி, கோஸ், கேரட், மூன்றையும். சாப்பிட்டு வரவும். சுருக்கம் வராது.

உடலின் கழிவுகளை அகற்ற

அதிமாக பால், தயிர், மோர் மற்றும் பால் பதார்த்தங்களை உண்ணுவதால் உடலில் புளிப்புத்தன்மை மிகுந்து குடலில் பூச்சிகள் உருவாகிறது. அதனை வெளியேற்ற: காலை, பிற்பகல், இரவு மூன்று முறை முற்றிய முருங்கை விதை இரண்டை உணவுக்கு பின் 15 நிமிடம் சப்பிட்டு இறுதியில் மென்று முழுங்கவும். பச்சை மிளகாய், வரமிளகாய் ஆகிய இரண்டின் உபயோகித்தால்: ஏற்பட்ட இழப்பை மாற்றி மீண்டும். உடல் உறுப்புகளை பழைய நிலைக்கு கொண்டு வர காலையில் ஒரு முழு பீர்கங்காய் தோலுடன் மற்றும் ஒரு முழு எலுமிச்சை பழம் தோலுடன் ஆகிய இரண்டையும் மிக்சியில் அரைத்து வடிகட்டி சிறிது மஞ்சள், உப்பு சேர்த்து குடிக்கவும். உடலுக்குத் தேவையில்லாத ரீபைண்டு ஆயிலை உட்கொண்டதால் கெட்ட கொழுப்பு அதிகரிக்கிறது அதனை வெளியேற்ற: காலை, பிற்பகல், இரவு மூன்று முறை எண்ணெய் பதம் கொண்ட 50 கிராம் கொப்பரை தேங்காயை நன்கு மென்று உமிழ் நீருடன் கலந்து பருகவும்.

மைதா மற்றும் முட்டையை வெளியேற்ற: காலை மற்றும் இரவு இருமுறை ஒரு முழு எலுமிச்சை பழத்தை பச்சையாக தோலுடன் மிக்சியில் நீர் விட்டு அரைத்து வடிகட்டி சிறிது மஞ்சள், உப்பு சேர்த்து பொறுமையாக கொஞ்சம், கொஞ்சமாக குடிக்கவும்.

The Voice of Velammal and Dance StarCompetition

The Voice of Velammal and Dance StarCompetition of Velammal was conducted by *Velammal Nexus*. Students of Velammal Academy, Nolambur showcased their exceptional talent by securing positions as semi-finalists and special prize winners category. They were felicitated for their achievements with cash prizes and shields, recognizing their hard work and dedication.

Dangerous cable in Barnaby road

In kilpauk barnaby road, Electric cable are in dangerous condition. current Passing electricity through cable.

People who are walk that path, they are not in safe.

In night time it is dangerous situation to the people. Concerned department take action against that.