

EASY TRAVELS



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

Mob: 98409 37727

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

EASY TRAVELS



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

Mob: 98409 37727

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR
VOL. XXXII NO. 22 2026 SEP 20 - SEP 26 **1591st Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

Your Child's Health, Our Complete Care.
From Newborn to Adolescence.

THE CHILD HEALTH HUB
Nurturing Healthy Futures

Dr. APPARAJITHA V RAMANA
MBBS, MD Paediatrics
BSc Psychology | PG Diploma in Montessori
Consultant Paediatrician | Reg. No. 347548

PAEDIATRIC CLINIC

General Paediatrics | Vaccination Services | Newborn Care | Growth & Development | Nutritional Counselling | Adolescent Care

GRAND OPENING 26th SEPTEMBER 2026
INAUGURATION OFFER ON 25th & 27th SEPTEMBER 2026

Clinic Timings : Mon - Sat : 5.00 pm - 8.00 pm
Sunday : 10.00 am - 12.00 pm

No. W-766, East Main Road, Anna Nagar West Extension,
Chennai - 600 101.

Contact : 95001 75190 / 95009 75190

SCAN FOR DIRECTIONS

Parking menace



A number of vehicles are parked at every near St Paul's higher secondary school. The ambulance could not enter the street due to the haphazard parking of vehicles and their food the family members of the senior citizen

physically lifted him to the ambulance van which was part for away from the area. And the school students are very much suffered. Let the concerned department need to take action immediately.

FLATS FOR SALE

Proposed flats 3 BR & 2 BR



**No.15, Palayakarar Street, Ayanavaram,
Near Noor Hotel, Chennai - 600 023.**

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

History of Madras High Court



"It was started as a "Choultry Court" 341 years ago i.e. in

1682. Later it became a Supreme Court of Judicature. Sir Colley Scotland was appointed the first Chief Justice of the Supreme Court of Madras in 1862. Sir Muthusamy Aiyar was appointed the first Indian Judge in 1878" said justice Mr.C. Nagappan

EASY TRAVELS

Not Call Taxi

Minimum 5 Hours

INNOVA, INNOVA CRYSTA, URBANIA & MINI BUS (35 Seater)

Available for Local, Marriages, Airport, Outstation etc.

URBANIA - A/c **Local Minimum 5 hours 50 Kms**
Outstation 250 Kms Coverage Per Day









Contact : 98409 37727

CLASSIFIED BAZAAR

BUYING & SERVICE

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

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

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

RENTAL

• **PERAMBUR, Modern 3BHK indep. House in 1G, in Jawahar nagar, with car park for rent. Veg. only** Cont.9003194803.

• **PURASAIWALKAM, Vellala street, 1345 sq.ft. New apartment, 1st floor, Lift / Covered car parking / cctv, Contact : 9445860321.**

• **PURASAIWALKAM, 2BHK 930 Sq.ft Flat, Spacious & airy, 1st Flr Lift & Car Parking near Vasanthi Theatre. Contact : 7092163262 / 9 4 4 4 3 5 7 9 4 9 .**

• **ANNA NAGAR, 3 BHK flat first floor 1700 Square feet AG block rental rupees 65,000 plus maintenance rupees 5000 to covered car park contact : 9663395776.**

• **ANNA NAGAR, 1200sqft supermarket along with any other shop space on main road contact 9 8 4 0 3 1 3 2 0 3 .**

SALE

• **KILPAUK/KELLYS, Indep. House, 1.5 Gr., 2800 Sft, Prime Loc, Quiet Area, Nr. Schls, Hosp, Clr Title. 9940362768.**

• **KILPAUK, 1732sq. ft. new flat, secretariat colony kilpauk, chennai-10. CCP, generator, lift, inverter, appor. amt rs. 2.7cr, Ct: 9840754490.**

• **PERIYAR NAGAR, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr. Ct: AKG 9 8 4 0 0 9 1 9 8 1 .**

• **VILLIVAKKAM, BABA Nagar Approved Layout 2400sq ft South West Corner of 40 & 30 Feet Road Posh Area Immediately Sale Rs 14000 / SQFT Negotiable JOTI : 9884815081 / 9600015081**

• **THIRUVALLUR DISTRICT, near pondi arei, Mango tree farm, 35 acr., per acr 40 lakhs. Ct: AKG 9840091981.**

• **THIRU.V.KA NAGAR, near bus stand, 2BHK, 980 Sq.ft. Sale. Rs.63 lakhs Ct: AKG 9840091981.**

• **KILPAUK/KELLYS, Indep. House, 1.5 Gr., 2800 Sft, Prime Loc, Quiet Area, Nr. Schls, Hosp, Clr Title. Ct : 9940362768.**

• **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 portions 1st floor 5 portions 2nd floor 2 portions rental going they are looking for sale per square feet 11k. 16 feet road south facing 80x26, Ct: AKG 9840091981.**

• **VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor, Rs. 1.40 cr. Ct: AKG 9840091981.**

LEASE

• **KORATTUR, K O R A T T U R , Madhanakuppam, near Ambattur, Lease Rs.12 lakhs, Ct: AKG 98400 91981.**

SELL YOUR CAR

• Clear documentation, immediate payment, after sales response, Loan closing support, 25 years experience in car industry, 4000+ cars delivered 7 2 0 0 - 4 7 - 4 7 - 4 7 .

FLAT FOR SALE

• **PULIANTHOPE, Near Pulianthope Police Station, 3 BHK - 1150 sq.ft., (3 Portions), 2 BHK - 1150 sq.ft., (3 Portions) Per sq.ft. Rate Rs.9250/- Ct: AKG 98400 91981.**

PLOT FOR SALE

• **Perambur Jamalia, Hyder Garden, 4th Street, 2 Ground, 4400 sq.ft, frontage 40 sq.ft, Rate Rs. 6.30cr. Negotiable Ct: 9840937727.**

WANTED

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

• Wanted fresher/ Experienced Helper Male for Party Hall otteri chennai -12. ct : 7395916089.

ஆட்கள் தேவை

புரசைவாக்கத்தில் உள்ள குடும்பத்திற்கு சமையல் வேலைக்கு அனுபவமுள்ள பெண் தேவை.

86102 04953

★ SANRAC REAL-ESTATE ★

HOUSE FOR SALE IN PURASAIWAKKAM 2.5CRS / 3.5CRS 98840 44472

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

RENTAL

PURASAWALKAM TANA STREET, Main Road, 2000 Sq.ft., Commercial Space, 2nd Floor, with Lift, CCTV, Security Ideal For Bank, Insurance, Software Back Office Etc. Interested Contact (Negotiable)

94454 30887

LEASE

KORATTUR, Madhanakuppam, near Ambattur, Lease Rs.12 lakhs

98400 91981

THANKS GIVING

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

THIS BOX COST Rs.700/-

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS

Rental, Sale, Real Estate, Tuitions, Wanted, etc., Rs. 500/- for 20 words only

Also accepted at your Doorstep

(Service Charges Rs.50/- Extra) All Credit & Debit Cards are also accepted

Praise the Lord

AKG REAL ESTATE

BUYING / SELLING & RENTALS



SALE

- **PERIYAR NAGAR, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr.**
- **VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor, Rs. 1.40 cr.**
- **Thiruvallur District, near pondi arei, Mango tree farm, 35 acr., per acr 40 lakhs.**
- **Thiru.V.Ka Nagar, near bus stand, 2BHK, 980 Sq.ft. Sale. Rs.63 lakhs**
- **KORATTUR, Madhanakuppam, near Ambattur, Lease Rs.12 lakhs**

Cell : 98400 91981

Chennai to receive intermittent rain for five days



Chennai and adjoining coastal areas are likely to receive intermittent rainfall from September 19 to 23, according to the India Meteorological Department.

The weather department has also forecast thunderstorms accompanied by winds

reaching 40-50 kmph at times. Rain activity is expected to continue over several parts of Tamil Nadu during the period.

Officials and residents have been keeping a close watch on weather conditions as the city enters the pre-monsoon

SRI SATHYA SAI SEVA ORGANISATIONS - TAMILNADU
CHENNAI NORTH DISTRICT
Purasawalkam Samithi
The Purasawalkam Annadana Samajam
New No. 115, Old No. 49, Purasawalkam High Road, Chennai - 60007

BLOSSOMING OF HUMAN EXCELLENCE IN CHILDREN

SRI SATHYA SAI BALVIKAS
(For 5 to 15 years Boys & Girls)

OUR CURRICULUM

Education - Prayer - Stories - Group Singing - Activities - Games - Guided Visualisation	Human Values - Non-Violence - Truth - Right Conduct - Peace - Love
--	---

Balvikas Classes
Every Sunday - 10am to 12pm
Sri Sai Krupa
New.No 52/Old .No.55, Murugappa Street,
Purasawalkam, Chennai-600007.

Every Saturday
5.00pm to 5:30pm Vedam Chanting
5:30pm to 6:30pm Bhajans

Every month 4th Sunday
5.30 am Nagar Sangeethan

Contact Numbers : 9840131941, 9444035055, 9741460680

For Young Adults/Job seekers
NEET, Tally, PYTHON, Plumbing, Electrical & Home Appliances Servicing, Tailoring and
The CEO - Online Competitive Exam Orientation
FOR DETAILS : 9840540816, 9789519828, 9940093381

FLAT FOR SALE

**1732 sq.ft. New Flat,
Secretariat Colony
Kilpauk, Chennai - 10.**

- Covered Car Parking
- Generator
- Lift
- Inverter



Approx. Amount Rs 2.7 Cr.
Ct:98407 54490

அருள்மிகு ஸ்ரீனிவாசா பெருமாள் திருக்கோயில் - புரசைவாக்கம் வெள்ளாளர் தெரு



அருள்மிகு ஸ்ரீனிவாசா பெருமாள் திருக்கோயில் ஆலயத்தில் புரட்டாசி முதல் சனிக்கிழமை முன்னிட்டு மூலவர் பெருமாள் தாயார் ஆண்டாள் சன்னிதானத்தில் விசேஷ புஷ்ப அலங்காரத்தில் காட்சியளித்தார் பின்னர் காலை 8.30 மணி அளவில் உற்சவர் கருட வாகனத்தில் எழுந்தருளி கருட சேவை நடைபெற்றது அப்பொழுது கூடி இருந்த பக்தர்கள் கோவிந்தா கோவிந்தா என சொன்னார்கள் பின்னர் பிற்பகல் 12 மணிக்கு அன்னதானம் நடைபெற்றது திரளான பக்தர்கள் பிரசாதங்களை பெற்று சென்றனர் மாலை 6:30 மணிக்கு விஷ்ணு சகஸ்ரநாமம் பராயணம் அதனைத் தொடர்ந்து வேதாந்த தேசிகர் உற்சவம் நடைபெற்றது வேத விஷ்ணு சகஸ்ரநாமம் பராயணம் சேவித்த பின்னர் தீர்த்தம் பிரசாதங்கள் வழங்கப்பட்டன விழாவிற்கு வந்தவர்கள் திருக்கோயில் பரம்பரை அறங்காவலர் நா. கங்காதரன் அனைவரையும் வரவேற்று விழாவினை ஏற்பாட்டுச் செய்து இருந்தார்.

History of pen



In 1809, Bartholomew Folsch received a patent in England for a pen with an ink reservoir. A student in Paris, Romanian Petrarhe Poenaru invented a fountain pen that used a quill as an

ink reservoir. The French Government patented this in May 1827. Fountain pen patents and production then increased in the 1850s. Dip pens were generally used before the development of fountain pens in the later 19th century, and are now mainly used in illustration, calligraphy, and comics. While a fountain pen offers the convenience of less frequent refills, the dip pen has certain advantages over a fountain pen.

Mushrooms for weight loss



Mushrooms are delicious and loved by vegetarians and non-vegetarians, alike. They have even started making appearance as an ingredient in coffees to increase

their nutritional value. Mushrooms have been known to promote weight loss and fat burn by regulating the levels of glucose in the blood are delicious and loved by vegetarians and non-vegetarians, alike. They have even started making appearance as an ingredient in coffees to increase their nutritional value. Mushrooms have been known to promote weight loss and fat burn by regulating the levels of glucose in the blood.

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

Who is the First Lady Doctor in India?



Dr. Anandi Gopal Joshi was an exceptional woman who achieved something truly remarkable in a past era. She etched her name in history by becoming first female doctor of India, a noteworthy

accomplishment that was particularly challenging during her time. In this account, we will delve into her inspiring journey and discover how she made a lasting impact on the pages of history. Born in 1865 in a

modest village in Maharashtra, India, Anandi Gopal Joshi defied societal norms and conventions. At the tender age of 14, she entered into marriage, but her husband, Gopalrao Joshi, was a forward-thinking individual who not only supported her dreams but also encouraged her to pursue an education. This encouragement would set the stage for her historical accomplishments.

- Birth date: 31st March 1865
- Birthplace: Kalyan, Bombay Presidency, British India
- Qualification: Medical degree
- Medical degree: Woman's Medical College of Pennsylvania, Philadelphia, USA

We The Leaders Team at Egmore Constituency



GCC 108 ward, We The Leaders Team From Egmore Constituency Appreciated the workers of GCC Sanitary workers. Lead by Shanmugarajan and M.Vinoth from We The Leaders - Chennai participated.

Health Benefits of Eating Ice Cream



It Is Loaded With Vitamins and Minerals, It Gives You Energy, It Helps Boost Your Immunity, It Helps in Stimulating Your Brain, It Helps in Strengthening Your Bones, It Makes You Happier, It Increases Your Libido, It Prevents Breast Cancer, It Helps You Lose Weight, It Improves Your Fertility.

சென்னை கிறிஸ்தவக் கல்லூரி மேல்நிலைப்பள்ளி, தலைமை ஆசிரியருக்கு - டாக்டர் ராதாகிருஷ்ணன் விருது



தமிழக கல்வித்துறையில் சிறப்பாக பணியாற்றி வரும் ஆசிரியர்களுக்கு ஒவ்வொரு ஆண்டும் டாக்டர் ராதாகிருஷ்ணன் விருது வழங்கப்பட்டு வருகிறது. - அதன்படி இந்த ஆண்டுக்கான டாக்டர் ராதாகிருஷ்ணன் விருதுக்கு சென்னை சேத்துப்பட்டு ஹாரிங்டன் சாலையில் - உள்ள சென்னை கிறிஸ்தவக் கல்லூரி மேல்நிலைப்பள்ளி தலைமை ஆசிரியர் ஞா.ஜெபதாஸ் தினகரன் தேர்வு செய்யப்பட்டு உள்ளார்.

விருது பெற்ற தலைமை ஆசிரியர் ஞா.ஜெபதாஸ் தினகரனுக்கு பள்ளி நிர்வாகத்தினர், ஆசிரிய-ஆசிரியைகள், பணியாளர்கள், மாணவ-மாணவிகளின் பெற்றோர் வாழ்த்து தெரிவித்தனர்.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

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

NUTS WITH BENEFITS

Fox Nuts/ Makhana



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

Chestnuts

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



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



Hazelnuts

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



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

Pumpkin Seeds



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

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

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

Puttur Kattu – Traditional Bone Centre Treatment In Chennai



Traditional Puttur Kattu treatment are being provided under the guidance of Mr. M. Mahesh Raju, with 30 years of experience in traditional bone-setting. Treatment are offered for bone fractures, dislocated joints, ligament injuries, back pain, neck pain, knee pain, sciatica, and L3,

L4 and L5 disc-related problems at puttur. And also in Chennai. Doorstep service is also available. Chennai Camp: No. 28/29, Shop No. 3, Kariappa Street, Purasawalkam, Chennai – 600007. Available every Sunday, Monday & Thursday. Ct: 94402 24160 | 80751 06449.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

Donate Blood & Eyes

150 special buses to Tirupati from TN for Brahmotsavam

The Tamil Nadu State Transport Corporations will operate 150 special buses every day between Tamil Nadu and Tirupati from September 17 to 30 to facilitate devotees travelling for the annual Tirumala Srivari Brahmotsavam, which is being held from September 15 to 23. The special buses will connect Tirupati with major cities and towns including Chennai, Tiruchy, Thanjavur, Salem, Coimbatore, Madurai, Karaikudi, Kumbakonam, Nagapattinam, Sengottai, Puducherry, Kallakurichi, Villupuram, Vellore, Tirupattur, Tiruvannamalai, Kancheepuram, Tambaram, Krishnagiri, Dharmapuri, Harur and Hosur. Advance booking will be available for selected services from Tiruchy, Thanjavur, Salem, Coimbatore, Madurai, Karaikudi, Kumbakonam, Nagapattinam, Sengottai

Puducherry. Devotees can reserve tickets through the TNSTC website and official mobile application. Meanwhile, the State Transport Corporations have also arranged 285 special buses for the consecration ceremony at the Meenakshi Amman Temple in Madurai, anticipating increased demand from devotees and visitors. Additional arrangements have been made for passengers returning to Chennai following the Vinayaka Chaturthi holidays. As many as 2,716 buses had reached Chennai by Tuesday morning, while another 623 buses were kept ready for deployment based on passenger demand. Transport Minister A. Vijay Thamizhan inspected the arrangements at Kilambakkam Bus Terminus and Koyambedu Bus Stand and directed officials to operate additional buses wherever required.

For Monday, the transport department had planned 3,339 buses, comprising 1,099 regular services and 2,240 special services. For Tuesday, 1,099 regular buses and 1,325 special services were planned. The Metropolitan Transport Corporation (MTC) also operated around 397 buses from Kilambakkam to various parts of Chennai to help passengers returning from their native places. Between September 11 and 13, the State Transport Corporations operated 6,212 buses from Kilambakkam, including 3,297 regular and 2,915 special buses. Around 2.48 lakh passengers travelled on these services during the period. The additional services have been arranged to handle the increased passenger demand during the Brahmotsavam, temple events and the post-festival return rush to Chennai.

St. Joseph Anglo Indian Boys' HSS Ashwin Wins Gold Medal in State Level Boxing



ASHWIN R of std 8 studying in St Joseph's Boys' Higher Secondary School, Vepery, Chennai -7 has won the Gold Medal in Tamil Nadu State Level Boxing tournament recently held at Vettampadi, Namakkal District. Tamil Nadu School Education Department recently conducted state level Sports & Games related to Bharathiyar Day/ Republic Day 2026-2027 from 1.9.26 to 4.9.26 at PGP Matric. Hr. Sec. School, Vettampadi, Namakkal

District. In this sports events, under 14 years Boys category R. ASHWIN of St. Joseph's Anglo- Indian Boys' Hr. Sec. School, Vepery, Chennai-7 came first and won the Gold medal in Boxing. (Wt:32-34kg). District Inspector of Physical Education appreciated him with medal, cup and certificate in a valedictory function. On account of appreciating his achievement, Correspondent of this school Respected Rev. Fr. M. L. Peter Jerald,

Asst Father Rev. Fr. Christopher appreciated R. ASHWIN with Medal, Cup and certificate during the morning assembly. His father Thiru Ramesh was also honoured on the stage with a shawl. Headmistress Mrs. J. Sophia Gnanarose, M.Sc.B. Ed., appreciated the boy with prizes. Senior physical Education Teacher Mr. I. Emmanuvel B. A., M. P. Ed., and Physical Educator Mr. D. Gunasekar jointly coached and guided this boy for this achievement. His class Teacher Mrs. Lucia B. A. B. Ed., shared that R. Ashwin was also good in studies along with his sports achievements. Earlier R. Ashwin came first place in Zonal level held at Lady MCTM Girls HSS Purasawalkam and Revenue District level held at Govt. Model HSS, MMDA Colony, Arumbakkam, Chennai.

பாங்க் ஆஃப் பரோடா
बैंक ऑफ बड़ौदा
Bank of Baroda

உங்களின் பணத்தேவைகளை விரைவாக பூர்த்திசெய்ய பரோடா துங்க நகைக் கடன்

- ❖ ரூ 75 இலட்சம் வரை கடன் வரம்பு*
- ❖ ரூ 3 இலட்சம் வரை செயலாக்க கட்டணம் இல்லை
- ❖ எளிதான மற்றும் விரைவான செயலாக்கம்
- ❖ கடனை முன் கட்டியே அடைக்க அல்லது ஒரு பகுதி கடனை திரும்பி செலுத்த கட்டணங்கள் இல்லை
- ❖ ஒவ்வா டிராப்ட் / EMI வசதி 36 மாதங்கள் வரை கிடைக்கும்
- ❖ அனைத்து வரவுக்கடையாளங்களுக்கும் கவர்ச்சிகரமான வட்டி வீதித்திட்டம் வழங்கப்படுகிறது

Purasawalkam Branch

Home = Happiness

Baroda Home Loan

- Maximum Savings with Baroda Max Savings Home Loan
- 0.05% Interest Rate Concession for Women Borrowers
- 0.10% Interest Rate Concession for Gen Z and Millennials (Aged under 40 Years)
- Easy Top-Up Facility Available
- Interest Calculated on a Daily Reducing Balance

#bobHomeLoan

FAST FLEXIBLE AFFORDABLE BARODA CAR LOAN

- Fixed and Floating Interest Rates
- 90% On-Road Finance on All Models
- Interest Calculated on a Daily Reducing Balance
- Flexible Pre-payment Option
- Zero Foreclosure Charges
- 25 bps Concession for Home Loan Customers and Electric Vehicle Loans

To get your CKYC No./CKYC Card on your mobile dial Control Registry Toll Free Number : 77990 22129

80, Ritherdon Road, Opp. Doveton School, Bank of Baroda Purasawalkam Branch, Chennai - 600 007.

Contact : 72000 71982, 63824 07852 / www.bankofbaroda.in / Follow us on

SANDAKARI – REVIEW Commercial entertainer



Sandakari is a lively commercial entertainer that brings together romance, comedy, family emotions and workplace drama, with the story travelling between London and Tamil Nadu. Written and directed by R. Madhesh, the film uses an interesting premise to create a series of entertaining situations around love, ambition, relationships and misunderstandings. Vimal, a gold-medal-winning engineering graduate, works as an assistant to Shreya, a senior executive in a London-based company. Though he has developed an app of his own, circumstances force him to take up the assistant's job. His short temper frequently lands him in trouble and provides some of the film's lighter moments. Shreya is an ambitious and strong-willed professional facing a major hurdle when her

London visa expires. She has to return to India to apply for a new visa, but her career ambitions make the situation complicated. She comes up with an unusual plan — pretending that she and Vimal are married in an attempt to strengthen her case for staying in London. However, a rival has his own plans to use Vimal against Shreya and derail her professional ambitions. The story takes a turn when Vimal travels to Tamil Nadu to meet Shreya's parents and seek their acceptance for her project. The contrast between the corporate world of London and the family environment in Tamil Nadu provides the film with several comic and emotional situations. The question of whether Shreya's carefully planned strategy will succeed keeps the narrative moving. Vimal carries the lead

role with confidence and maintains a good screen presence in both the London and Tamil Nadu portions. Shriya Saran brings the required attitude to Shreya, portraying her as an ambitious woman who is confident, determined and not easily influenced. Punnaigai Poo Gheetha, Sathyan, Prabhu, K.R. Vijaya, Rekha, Dev Gill, Uma Padmanabhan, Crane Manohar and Mahanadi Shankar provide able support.

R.B. Gurudev's cinematography captures the contrasting landscapes of London and Tamil Nadu attractively. Amrish's songs and background score complement the film's commercial mood, while Dinesh Ponraj's editing keeps the proceedings reasonably smooth. Produced by Punnaigai Poo Gheetha, Sandakari works as a colourful entertainer that mixes romance, comedy, family sentiment and workplace drama. While the story relies on familiar commercial elements, the London-Tamil Nadu setting and the marriage-of-convenience premise give it enough flavour to keep the proceedings engaging.

Sardar 2 – Review



Sardar 2 is an ambitious and engaging spy thriller that expands the world of its predecessor with bigger action, international intrigue and a strong social message. Directed by P.S. Mithran, the film once again blends espionage with a contemporary issue, this time focusing on the dangers surrounding antibiotic resistance. Karthi is the biggest strength of the film, delivering a striking dual performance as Viji and Sardar. He gives both characters distinct personalities through his body language, voice modulation and screen presence. The contrast between the

younger Viji and the experienced Sardar adds considerable energy to the narrative. The story revolves around a deadly biochemical weapon known as Doku, which has the potential to wipe out thousands of lives within seconds. Black Dagger, played by S.J. Suryah, is determined to acquire it, leading to a dangerous international chase involving RAW agents and the return of Sardar. The action and espionage portions give the film a large-scale feel.

S.J. Suryah brings style and menace to the antagonist, while Malavika Mohanan and Ashika Ranganath make

their presence felt with well-defined roles. Yogi Babu and Nizhalgal Ravi add further value to the proceedings.

Sam CS's music is another major highlight. Sardar 2 marks his 100th film as a music director, making it a special milestone in his career. His background score effectively elevates the action sequences and gives several key moments added intensity. The score particularly works well during the chase, combat and hero-elevation portions, enhancing the film's big-screen impact.

The production values, action choreography and visual effects complement the film's ambitious scale. Mithran once again succeeds in combining a socially relevant theme with commercial elements, while Karthi carries the emotional and action-heavy portions with confidence.

The film has a long runtime and some portions could have been tighter.

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

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

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

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**

உணவே மருந்து

முருங்கைக்கீரை முருங்கை கீரையில் கால்சியம், இரும்புச் சத்து, விட்டமின் பி, பி2, வைட்டமின் சி சத்துகள் மிகுதியாக உள்ளன. முருங்கை பூவைப் பருப்பின் சேர்த்து சமைத்து சாப்பிட உடல் பலம் பெறும். முருங்கைக் காயை எந்த வகையிலாவது சமைத்து தொடர்ந்து சாப்பிட சளி குறையும். முருங்கை மரத்தின் இலைகள், பூக்கள், காய்கள் என எல்லாமே மருத்துவக் குணங்கள் கொண்டவை. முருங்கைக் கீரையின் சாறு இரத்த அழுத்தத்தை சரியான அளவில் வைத்திருக்கவும், மனப்பதற்றத்தைத் தணிக்கவும் வல்லது. நீரிழிவு பிரச்சனை உள்ளவர்களுக்கு முருங்கையைப் போன்ற மாமருந்து வேறு எதுவும் இல்லை. குளுக்கோஸ் அளவைக் கட்டுப்படுத்துவதில் முக்கிய பங்கை வகிக்கிறது முருங்கை. முருங்கையின் மூலம் கிடைக்கிற புரதமானது முட்டை, பால் மற்றும் இறைச்சியில் கிடைக்கக்கூடிய புரதத்துக்கு இணையானது. மனிதர்களுக்குத் தேவையான 20 அமினோ அமிலங்களில் 18 இந்தக் கீரையில் உள்ளது. மனித உடலால் தயாரிக்கப்பட இயலாத 8 அத்தியாவசிய அமினோ அமிலங்கள் இறைச்சியில் மட்டுமே கிடைக்கும். அந்த 8 அமிலங்களையும் கொண்ட ஒரே சைவ உணவு முருங்கைக்கீரை. ஒரு கைப்பிடி முருங்கைக்கீரையை

இரத்தத்தை சுத்திகரிக்க பாகற்காயை உணவில் சேர்த்துச் சாப்பிடுவதால் கபம், பித்தம், குஷ்டம், மந்தம் ஆகிய கொடிய நோய்கள் நீங்கும். பாகற்காய் பசியை நன்றாகத் தூண்டக்கூடியது. பாகற்காயை உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளவதால் உணவுப்பையிலுள்ள பூச்சிகள் அழியும். உணவில் பாகற்காயை சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் வந்தால் உடலில் உள்ள பித்தம் குறையும். பாகற்காயை பெண்கள் சாப்பிட்டால் தாய்ப்பால் சுரப்பது அதிகரிக்கும். சர்க்கரை வியாதிக்கு முற்றிய பாகற்காய் சிறந்த மருந்தாக பயன்படுகிறது. காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு கப் பாகற்காய் சாறுடன், ஒரு டீஸ்பூன் எலுமிச்சைச்சாறு கலந்து சாப்பிட்டால் ரத்தம் சுத்தமாகும். இரண்டு டீஸ்பூன் பாகற்காய் சாறுடன் தண்ணீர் சேர்த்துக் குடித்து வர மஞ்சள் காயாலை நோய் குணமாகும். பாகற்காய் இலச்சாற்றுடன்

1 டீஸ்பூன் நெய்யில் வதக்கி, மிளகு மற்றும் சீரகம் பொடித்துப் போட்டு, தினமும் காலையில் சூடான சாதத்தில் பிசைந்து சாப்பிட, ஹீமோகுளோபின் அளவு அதிகமாகும். மாலைக் கண் தீர், இரத்தம் விருத்தியாக முருங்கை கீரையை வதக்கியோ, கூட்டு வைத்தோ சாப்பிட்டு வந்தால் நோய் வராமல் தடுக்கலாம். இரும்புச் சத்து மிகுதியாக உள்ளதாலும் விட்டமின் - ஏ சத்து உள்ளதாலும் இவ்வாறு பயன்படுகின்றது. முருங்கைக்கீரை மட்டுமின்றி, முருங்கைப் பூவும் மருந்தாகப் பரிந்துரைக்கப்படுவதுண்டு. முருங்கைப் பூவை பொடிமாஸ் மாதிரி செய்து சாப்பிடலாம். அரைவேக்காடு வேக வைத்த பாசிப் பருபுடன், முருங்கைப் பூவையும் பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயமும் சேர்த்து சமைத்து சாப்பிடுவது குழந்தையின்மைப் பிரச்சினை தீர் உதவும். கர்ப்பப்பை கோளாறுகளை சரி செய்யும். முருங்கைக்கீரையில் தயிரில் இருப்பதைவிட 2 மடங்கு அதிக புரதமும், ஆரஞ்சுப் பழத்தில் உள்ளதைப் போல 7 மடங்கு அதிக வைட்டமின் சியும், வாழைப்பழத்தில் உள்ளதைவிட 3 மடங்கு அதிக பொட்டாசியமும், கோர்ட்டில் உள்ளதைப் போல 4 மடங்கு அதிக வைட்டமின் ஏவும், பாலில் உள்ளதைவிட 4 மடங்கு அதிக கால்சியமும் உள்ளது. மற்ற கீரைகளைப் போல அல்லாமல் காய்ந்த முருங்கை இலைகளிலும் ஊட்டச்சத்துகள் அப்படியே இருப்பதுதான் இதன் இன்னோரு மகத்துவம்.

பாகற்காய் சாப்பிடுங்கள்!

சிறிது வெல்லத்தைக் கரைத்துச் சாப்பிட்டால் நாக்குப் பூச்சிகள் வெளியேறிவிடும். பாகற்காயை வதக்கிச் சாப்பிடாலும், ஆவியில் வேகவைத்து சாப்பிட்டாலும் சத்துக்கள் முழுமையாக கிடைக்கும். இதனுடன் எலுமிச்சை, இஞ்சி, மிளகு போன்றவற்றை சேர்த்து சாப்பிட்டால் அதன் கசப்பு தன்மை சற்று மட்டுப்படும். பாகற்காயை பச்சையாக சாறாக்கி அருந்தும்தோது கிடைக்கும் பலன்கள் சமைத்த பாகற்காயில் கிடைக்கும் பலன்களை விட மிகமிக அதிகம். கண்பார்வையை மேம்படுத்துவதில் பாகற்காய் பெரும்பங்கு வகிக்கிறது. கண் பார்வை கோளாறுகள் என்றால் நாம் உடனே கோர்ட்டை தேடியலையோம். கோர்ட்டில் இருப்பதை விட அதிக சத்துக்கள் பாகற்காயில் உள்ளது.

மூலிகை மருந்து

கீழாநெல்லி:

கீழாநெல்லி மூலிகை நீர்க்கசிவுள்ள மணற்பாங்கான இடங்களில் பயிராகக் கூடியது. ஒரு கீழாநெல்லிச் செடியை தலைகீழாகத் தூக்கி பார்த்தால் இலையின் அடிப்பாகத்தில் நெல்லிக்காய் போன்ற வடிவத்தில் ஆரம் தொடுத்தாற் போல் மிகவும் அழகாகச் சிறு காய்கள் மறைந்திருப்பதைக் காணலாம். எனவேதான் இதற்கு “கீழ்க்காய் நெல்லி” என சிறப்பப்பெயரும் வழங்கப்பட்டன.

பழம் சாப்பிடும் முறையை இனி நீங்கள் மாற்றிக் கொள்ளலாம்!

டாக்டர் ஸ்டீபன் மேக் ஓவர் தீராத முற்றிய நிலையிலுள்ள புற்றுநோய் நோயாளிகளுக்கு, ஒரு மரபு வழியில்லாத சிகிச்சை முறையை பயன்படுத்தியதில் பெரும்பாலானோர், நோயிலிருந்து மீண்டிருக்கின்றனர். நோயாளிகளின், நோயைக் குணப்படுத்த முதலில் அவர் சூரிய சக்தியை பயன்படுத்தினார். உடலின் இயற்கையான நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை பயன்படுத்தி செய்யும் இயற்கை வழிச் சிகிச்சை முறையில் நம்பிக்கையுடையவர் அவர். பழங்களை உண்ணுவதன் மூலம் புற்றுநோயைக் குணப்படுத்தலாம் என்பது அவரது உத்திகளில் ஒன்று. புற்றுநோயைக் குணப்படுத்தும் அவரது சிகிச்சை முறைகளில், சமீபகால வெற்றிவிகிதம் 80%. புற்றுநோயாளிகள் மரணத்தைத் தடுவக்கூடாது என்றால் புற்றுநோயாளிக்கான சிகிச்சை முறையில் பழங்களை எடுத்துக் கொள்ளும் முறையை புகுத்தினார்.

பழங்கள் சாப்பிடும் முறை: எல்லோரும் நினைப்பது பழங்கள் சாப்பிடுவது என்றால், உணவுக்கு பின்தான் என்பார்கள். அது சரியல்ல. பழங்களை ‘எப்படி’ என்போது சாப்பிடவேண்டும் என்பது தான் மிகவும் முக்கியம்.

பழங்களைச் சாப்பிடும் சரியான முறை: சாப்பிட்ட பிறகு பழங்களை எடுத்துக் கொள்வது தான் வழக்கமான முறையாக நம்மில் பலபேருக்கு உள்ளது. விருந்துகளில் கூட உண்ட பிறகு பழம் மற்றும் ஐஸ்கிரீம் சாப்பிடும் பழக்கம் உள்ளது. அது சரியல்ல. பழங்களை வெறும் வயிற்றிலேயே சாப்பிட வேண்டும். பழங்களை வெறும் வயிற்றில் எடுத்துக் கொண்டால், அது நம் உடலின் நச்சுக்களை வெளியேற்றுவதிலும், எடை குறைப்பு மற்றும் வாழ்வின் மற்ற செயல்களுக்குத் தேவையான அதிகப்படியான ஆற்றலைத் தருவதிலும் பெரும் பங்கு வகிக்கிறது. சாதாரணமாக நீங்கள் ஏதாவது ஒரு திட உணவு உண்ட பின் ஒரு பழம் என்று எடுத்துக் கொள்கிறீர்கள் என்றால், பழத்துண்டு வயிற்றின் வழியே நோயாகக் குடலுக்குள் செல்லத் தயாராக இருக்கிறது. ஆனால் பழத்திற்கும் முன்னால் எடுத்துக்கொண்ட திட உணவால் பழம் குடல் பகுதிக்குச் செல்வது தடுக்கப்படுகிறது.

இந்த நேரத்தில் முழு உணவு மற்றும் பழம் இரண்டும் அழுகி, புளித்து, அமிலமாக மாறுகிறது. பழம் வயிற்றிலுள்ள உணவு மற்றும் செரிமானத்துக்கு உதவும் சாறுகளுடனும் சேரும் நிமிடத்தில், அந்த முழு நிறையான உணவு கெட்டுப்போக ஆரம்பிக்கிறது. ஆகவே பழங்களை வெறும் வயிற்றில் அல்லது உணவுக்கு முன் சாப்பிடப் பழகங்கள். சாப்பிடுவதற்கு அரைமணி

நேரம் முன்தாக ஏதாவதொரு பழம், வாழைப்பழம், ஆப்பிள், சாத்துக்குடி, அண்ணாசிப் பழம், ஆரஞ்சு பழம்; பச்சை அல்லது கருப்பு திராட்சை சாப்பிடுங்கள். நீங்கள் வெறும் வயிற்றில் பழம் எடுத்துக் கொண்டால் வயிற்று உப்புச் சோன்றாகு. உணவுக்குப் பின் பழம் உண்ணும் போது, பழமானது மற்ற உணவுடன் சேர்ந்து அழுகுவதால், வாயு உற்பத்தியாகி வயிறு ஊதக் காரணமாகிறது. வெறும் வயிற்றில் பழங்கள் எடுத்துக் கொண்டால் நரை முடி தோன்றுவது, தலையில் வழக்கை விழுவது, நரம்புகளின் திடீர் எழுச்சி, கண்களின் கீழ் கருவளையம் தோன்றுவது ஆகியவை வரலாம்.

‘ஆரஞ்சு, எலுமிச்சை போன்ற பழங்களெல்லாம் அமிலத்தன்மையுடையவை என்றாலும் எல்லாப் பழங்களும், நமது உடலுக்குள் சென்றதும் காரத்தன்மையுடைய வையாகின்றன’ என்று டாக்டர் ஹெர்பெர்ட் ஜெஸ்டன் கூறுகிறார்.

இந்த முறையில் பழங்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் அழகு, நீண்ட ஆயுள், உடல் ஆரோக்கியம், உடலுக்குத் தேவையான சக்தி, மகிழ்ச்சி, மற்றும் சரியான எடை இவற்றைப் பெறும் ரகசியம் உங்களுக்கு கிடைத்துவிடும். பழச்சாறு அருந்தும்தோது புதிய பழச்சாறுகளையே அருந்துங்கள். டீன், பாக்கட் மற்றும் பாட்டில் இவற்றில் அடைக்கப்பட்ட ரெடிமேட் பழச்சாறுகளை அருந்த வேண்டாம். ஏனென்றால் அதில் பிரசர்வேட்டிவ் கலந்துள்ளது. அது உடலுக்கு நல்லதல்ல. ஏனெனில் அவற்றிலிருந்து உங்களுக்கு எந்த விதமான சத்துக்களும் கிடைக்காது. பழங்களை சமைத்தால் அதிலுள்ள விட்டமின்கள் அனைத்தும் அழிக்கப்படுகின்றன. அதன் சுவை மட்டுமே கிடைக்கிறது, ஆனால் பழப்பயன் இல்லை. ஆனால் பழச்சாறு சாறு அருந்துவதை விட, பழங்களை முழுதாகச் சாப்பிடுவது மிகவும் சிறந்தது.

பழச்சாறு குடிக்கும் போது கூட மடமடவென்று குடிக்காமல், மெதுவாக ஒவ்வொரு வாயாக அருந்தவும். ஏனென்றால், பழச்சாறு விழுங்குவதற்கு முன், அதனை வாயிலுள்ள உமிழ்நீரோடு நன்கு கலக்கச் செய்து பின் உள்ளே அனுப்பவும். உங்கள் உடல் உறுப்புக்களைச் சுத்தம் செய்யவும், உடலிலிருந்து நச்சுக்களை வெளியேற்றவும். ஒரு வேளையாவது பழங்கள் மட்டுமே எடுத்துக் கொள்ளும் முறையைப் பின்பற்றுங்கள். ஒருவேளை பழங்களை மட்டும் சாப்பிட்டு, மற்றும் புதிய பழச்சாறுகளையும் மட்டுமே எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்.

இந்த முறையின் மூலம் நீங்களே ஆச்சரியப்படும்படி, நீங்கள் மிகவும் அழகாய், வளப்புடன் தோற்றமளிப்பதாய் உணர்வீர்கள்.



கர்த்தராகிய ஆண்டவர் பேசுகிறார், யார் தீர்க்கதரிசனம் சொல்லாதிருப்பான்?



கர்த்தராகிய ஆண்டவர் பேசுகிறார், யார் தீர்க்கதரிசனம் சொல்லாதிருப்பான்? பைபிள் - ஆமோஸ் 3:7-8

மூலிகை குடிநீர்

ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் அரை மூடி எலுமிச்சைப் பழம், தேன் சிறிது இந்துப்பு கலந்து குடித்து வந்தால் உடல் உற்சாகம் பெருகும். உடலில் உள்ள நாள்பட்ட சளியை கரைத்து வெளியேற்றும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் சிறிது புளி, கருப்பட்டி, இந்துப்பு போன்றவற்றை கலந்து வடிகட்டி அப்படியே குடித்துவந்தால், உடல் சோர்வு அதிக தாகம் அடங்கும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் 10 கிராம் பெருங்காயத்தை தட்டிப் போட்டு சூடாக்காமல் 2 மணி அப்படியே ஊறவைத்து பிறகு குடித்து வந்தால் வாய்வுப்பிடிப்பு எப்பும், மூட்டுவலி குணப்படும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் ஒரு கடுக்காயை தட்டிப்போட்டு சூடாக்கி குடித்து வந்தால் வாய்ப்புண், தொண்டைப்புண், வயிற்றுப்புண் குணமாகும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் நாவற்பழக் கொட்டைகளை தட்டிப்போட்டு சிறிது சூடாக்கி குடித்து வந்தால் அதிக

கர்த்தராகிய ஆண்டவர் பேசுகிறார், யார் தீர்க்கதரிசனம் சொல்லாதிருப்பான்?

கர்த்தராகிய ஆண்டவர் தம்முடைய தமது இரகசியத்தை வெளிப்படுத்தாமல் ஒரு காரியத்தையும் செய்யார். சிங்கம் கொச்சிக்கிறது, யார் பயப்படாதிருப்பான்?

கர்த்தராகிய ஆண்டவர் பேசுகிறார், யார் தீர்க்கதரிசனம் சொல்லாதிருப்பான்?

பைபிள் - ஆமோஸ் 3:7-8

மறுப்போருக்கு அல்லாஹ் எதிரியாக இருக்கிறான்!

அல்லாஹ்வுக்கும், அவனது வானவர்களுக்கும் அவனது தூதர்களுக்கும், ஜிப்ரீலுக்கும், மீகாயீலுக்கும் யார் எதிரியாக இருக்கிறாரோ, அத்தகைய மறுப்போருக்கு அல்லாஹ் எதிரியாக இருக்கிறான்.

திருக்குர் ஆன் அல்பகரா - 2:98

ஞான யக்ஞ ஆராதனை!

தர்மம் நிறைந்த நமது இச்சம்பாஷணையை இன்னும் யார் கற்றறிகிறானோ, அவனால் ஞானயக்ஞத்தால் நான் ஆராதிக்கப்படுபவன் ஆவேன். இது என் கொள்கை.

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை அத் - 18-70

கௌவியால் கீதையை அறிந்து

கொள்வது போன்று சொந்த ஆராய்ச்சியாலும் கீதையை அறிய மனிதன் கடமைப்பட்டிருக்கிறான். கீதையை ஒதி அறிவது பகவத் விஷயத்தை அறிவதாகிறது. பகவத் விஷயத்தை நன்கு அறிந்தவனே பகவானை வழத்த வல்லவனாகிறான். நல்ல பேச்சை விட சிறந்தது நல்ல பழக்கம். பேசுபவர் ஏராளமாயிருக்கின்றனர்; நல்வாழ்வு வாழ்பவர் மிகச் சிலரே! கீதையை ஒதும் அவர்களது நல்வாழ்வு மற்றவர்களை நல்வழியில் தூண்டுகிறது. ஆக, அது ஞான யக்ஞ ஆராதனை என்று பெயர் பெறுகிறது.

சர்க்கரை குறையும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் சிறிதளவு சுக்கு, மிளகு, கெர்த்தமல்லியை தட்டிப்போட்டு சிறிது சூடாக்கி கொஞ்சம் கொஞ்சமாக குடித்து வந்தால் அதிக சோர்வு சளித்தொல்லை, முகத்தில் ஏற்படும் கருவளையம் தெரண்டைக்கட்டு குணமாகும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் சீரகம் போட்டு சிறிதளவு சூடாக்கி குடித்து வந்தால் அஜீரணக்கோளாறு வயிற்று உப்புசம் உடல் சூடு தணியும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் அரை தேக்கரண்டி ஒமம் போட்டு சிறிது சூடாக்கி வடிக்கடி குடித்து வந்தால் குடலிறைச்சல், வயிற்றுப்புச்சி அடிக்கடி வாய்வு பிரிதல், வயிற்றுவலி குணமாகும். ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் கையளவு ஆவாரம் பூவை போட்டு சூடாக்கி வடிக்கடி குடித்து வந்தால் கை, கால் பாதங்களில் சேற்றுப்புண், நகச்சொத்தை உடல் அரிப்பு போன்றவை குணமாகும்.

சித்த வைத்திய சிறு குறிப்புகள்

கறிவேப்பிலையை அம்மியில் வைத்து அதனுடன் ஒரு தேக்கரண்டியளவு சீரகத்தையும் வைத்து, அரைத்து வாயில் போட்டு தண்ணீர் குடித்துவிட்டால் வயிற்றுப் போக்கு நிற்கும். வெண்டைக்காயை உணவில் அடிக்கடி சேர்த்து வந்தால் நரம்புகள் வலிமை பெறும். மூளையின் இயக்கத்தைச் செம்மைப்படுத்துவதுடன் நல்ல ஞாபக சக்தியையும் உண்டாக்கும். அரிசியுடன் வெந்தயத்தைச் சேர்த்து கஞ்சியாக்கி காய்ச்சி உண்டு வந்தால் தாய்ப்பால் சுரக்கும். பசுவின் பாலை நூறு மில்லி தண்ணீரில் விட்டு, வெண்தாமரை மலர்களைப் போட்டுக் காய்ச்சி பாத்திரத்தை இறக்கி வைத்து அதில் வரும் ஆவியைக் கண்ணில் படுமபடி பிடித்தால், கண் நோய்கள் அகலும்.

APARTMENT FOR SALE
VOORA NARAYANA
PURASAWALKAM
Spacious, Premium, Perfectly Located.

PRICE ₹4.10 CRORES
NEGOTIABLE

3 BHK + 3 TOILETS
2073 SQ.FT.
1 COVERED CAR PARK
POWER BACK UP
GYM FACILITY
EAST FACING

MESSAGE ME IF INTERESTED
CALL / WHATSAPP 9380498282

PUTTUR KATTU
புத்தூர் எலும்பு அமைப்பு மையம்

M.MAHESH RAJU
S/o. M.CHENGALRAJU
ESWARAPURAM, RACHAPALEM (P.O),
PUTTUR-517583, TIRUPATI DIST (AP)

CAMP AT
No.28/29 Shop No.3,
Kariappa Street,
Purasawalkam,
Chennai - 600 007.

TIMINGS: MORNING 7 AM TO EVENING 4 PM
AVAILABLE EVERY: SUNDAY, MONDAY, THURSDAY

Contact : 8075 106 449 / 9440 224 160

No Vinayaka idol immersion at beaches from next year



The Tamil Nadu government has informed the Southern Bench of the National Green Tribunal that Vinayaka Chaturthi idols will not be immersed at Pattinapakkam and Neelankarai beaches in Chennai from next year. In an affidavit filed before the tribunal, the government said it would examine the possibility of creating temporary artificial ponds at suitable locations to facilitate idol immersion without affecting natural water bodies. The move follows

SCOPE
PLAYGROUP · PRESCHOOL · KINDERGARTEN
Zest · Zeal · Imagination

VIJAYADASHAMI ADMISSIONS
FOR 2026 - 2027
FOR CHILDREN OVER 18 MONTHS

PLAY GROUP **PRE-KG** **SENIOR PRE-KG** **LKG** **UKG**

Homely & Safe
Spacious classrooms in a beautiful bungalow with a splash pool - a warm, welcoming space for your child.

Trustworthy
Nearly four decades of nurturing young minds.

Experienced & Caring Teachers
Preparing your child for a confident start to school & beyond!

9176319234 / 9176272234 | scopeschoolonline.com
9, Taylor's Road, Kilpauk

concerns raised by the NGT over the environmental sensitivity of the two beaches, which have traditionally been used as major immersion points in the city.

The government has also assured the tribunal that the directions and guidelines issued by the Supreme Court, Madras High Court and NGT would be implemented. Necessary approvals

from the Tamil Nadu Coastal Zone Management Authority and the Central Pollution Control Board will be obtained before establishing alternative immersion facilities.

Pedestrian path or car park ?



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

Threat imposing wall in Anna Nagar East



The park wall in C block, 10th street in Anna Nagar East is found in a damaged condition posing a threat to the people walking and commuting by the side. The condition is such that it could fall anytime. Proper support has to be kept to avoid the broken wall falling in the road abruptly. Entire

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.

Praise the Lord
AKG REAL ESTATE
FLAT FOR SALE
NEAR PULIANTHOPE POLICE STATION

3 BHK - 1150 sq.ft. (3 Portions)
2 BHK - 950 sq.ft. (3 Portions)

Per sq.ft. Rate Rs.9250/-

Cell :98400 91981