

EASY TRAVELS



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

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

EASY TRAVELS



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

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

www.purasaitimes.com

Free Circulation in and around : •PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR
VOL. XXIX NO. 52 2024 MAR 31 - APR 06 **1468th Issue** Ph : **4551 8154, 98409 37719** PAGES 8



CASAGRAN
20TH
ANNIVERSARY
CELEBRATION



**CASAGRAN
MERCURY**
PERAMBUR

Nothing comes close.

Experience true luxury living at the heart of chennai.

1678
Well-designed homes

20
Acre community

5
High-rise towers

17
Acres of open area

130+
World-class amenities

10
Storey grand clubhouse



2, 3 & 4 BHK High-rise Apts.
4 BHK Floor Villas ranging from

₹98L* - ₹4Cr*

SPECIAL ANNIVERSARY DISCOUNT UP TO

₹650/SFT.

OFFER VALID TILL 2ND APRIL.

Rera No.: TN/29/BUILDING/055/2024 | www.rera.tn.gov.in *T & C Apply.

Exclusive site visit available. Visit model house at site.

96779 94068 | www.casagrand.co.in



சித்த வைத்திய குறிப்புகள்

உடல் சூடு மற்றும் கண் எரிச்சல் இருந்தால், வில்வக் காயை பால்விட்டு அரைத்து நல்லெண்ணெயுடன் சேர்த்து காய்ச்சி அவ்வெண்ணெயை தலையில் தேய்த்து சிறிது நேரம் ஊறிய பிறகு குளித்து வந்தால் சூடு தணிபும், கண் எரிச்சல் நீங்கும்.

குழந்தை பேறு காலத்தில் வலி குறைய முருங்கை இலை 10 கிராம், கொத்துமல்லி 10 கிராம் ஆகிய இரண்டையும் தண்ணீரில் இட்டு கொதிக்க வைத்து ஆறிய பின் அந்த நீரைக் குடித்து வந்தால் வலி குறையும்.

குழந்தை பேறு இல்லாதவர்கள், இலந்தை இலை, மிளகு - 6, பூண்டு -

4, ஆகியவற்றை அரைத்து மூன்று நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் கருப்பை சுத்தமாகி குழந்தை பேறு உண்டாகும். ஜலதோஷம் உள்ளவர்கள் சர்க்கரை, பால் சேர்க்காத கடுங் காப்பியை அருந்தினால் ஜலதோஷம் நீங்கும்.

பனங்கிழங்கை உண்டு வந்தால் பித்தம் நீங்கி உடல் பலம் அதிகரிக்கும்.

கண் வலி, மற்றும் கண் சிவந்திருந்தால் புளியம் பூவை அரைத்து கண்ணைச் சுற்றி கண்ணில் உள்படாமல், பற்றிட கண்வலி கண் சிவப்பு மாறும்.

சிறுநீரை அடக்கலாமா?

15 வயது சிறுமிக்கு காய்ச்சல் என்று சில நாட்கள் முன்னதாக அந்த மருத்தவமனைக்கு சிகிச்சைக்காக வந்திருந்தனர். அன்று மருத்துவரின் அறிவுரைப்படி அச்சிறுமிக்கு இரத்தப் பரிசோதனை மேற்கொண்டனர்.

அன்று தான் ஒரு அதிர்ச்சிகரமான விஷயத்தை மருத்துவரும் அச்சிறுமியின் பெற்றோரும் அறிய வந்தனர். என்னவெனில் அச்சிறுமியின் இரண்டு சிறுநீரகங்களும் செலிபுந்து விட்டது என்பது. அச்சிறுமியின் பெற்றோர் கலங்கி விட்டனர். எவ்வாறு இந்த பெரிய சங்கடம் உருவானது என்று மருத்துவர் அறிய அச்சிறுமிபிடம் விசாரித்தபோது தான் தெரிந்தது அச்சிறுமி பள்ளி செல்லும் போதெல்லாம் சிறுநீரை கழிக்கவே மாட்டாராம்.

ஏனெனில் சிறுநீர்

கழிக்க அச்சிறுமிக்கு இருந்த தயக்கமும் அப்பள்ளியில் அதற்கான வசதி வாய்ப்புகள் குறைவாக இருந்ததே இதற்கு முக்கிய காரணமாக இருந்துள்ளது. சிறுநீரை அடக்கும் பழக்கத்தால் அச்சிறுமியின் சிறுநீர்ப்பாதையில் தொற்று ஏற்பட்டு இறுதியில் சிறுநீரகமே செலிபுந்து போனது தான் கொடுரத்தின் உச்சம். அதைவிட கொடுரம் என்னவெனில் அடுத்த இரண்டாவது நாள் அச்சிறுமி மாணத்தையும் தழுவி விட்டார்.

பல கல்லூரிகள் மற்றும் பள்ளிகளில் மாணாக்கர்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்டுள்ள கழிவறைகளை கண்டீர்களானால் நம் வயிற்றுக்குள் உணவு செல்லாது. அவ்வளவு அசுத்தமாக இருக்கிறது கழிவறைகள்.

அகத்தின் அழகு முகத்திலா?

நகத்திலா?

அகத்தின் அழகு முகத்தில் என்பது சரியே! அகத்தில் உடலில் சுகவீனம் இருந்தால் அது முகத்தில் பருக்களாகவும், கருப்பு நிறத்திட்டுக்களாகவும் வெளிப்படும். அகத்தில் எந்தவித நோய் நொடியில்லாமல் இருந்தால் முகத்தில் பொலிவு இருக்கும். மேலும் அகத்தின் நோய்கள் நகத்திலும் தெரியும். எப்படி என்கிறீர்களா?

நகங்கள் லேசான சிகப்பு நிறத்தில், (ரோஸ்) சற்று பளபளப்பாக இருந்து ஒரு சிறு வளர்பிறை வடிவம் இருந்தால் உடலில் நல்ல இரத்த ஓட்டம் இருப்பதைக் குறிக்கும். நகங்கள் மிகவும் சிவந்து காணப்பட்டால், உடலில் உள்ள ரத்தத்தின் அளவு அதிகம் என்பதைக் குறிக்கும். அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு இரத்தக் கொதிப்பு வர வாய்ப்பு உண்டு.

விரல் நகங்கள் சற்று நீல நிறமாக இருந்தால் இதயம் பலவீனமாக இருப்பதைக் குறிக்கும்.

குறிக்கும். விரல் நகங்கள் சற்று மஞ்சள் நிறத்தில் இருந்தால் இரத்தத்தில் நிகோபன் விஷம் கலந்து இருப்பதைக் குறிக்கும்.

விரல் நகங்களில் சொத்தை விழுந்து கறுத்துக் காணப்பட்டால் உடலுக்குப் போதிய ஊட்டச் சத்துக் குறைவு இருப்பதைக் குறிக்கும்.

நகங்கள் உப்பினால் போல் இருந்தால் ஆஸ்துமா போன்ற மூச்சு சம்பந்தமான பாதிப்புகள் இருப்பதைக் குறிக்கும்.

நகங்களில் வெள்ளைப் புள்ளிகள் இருந்தால் உடல்நலம் குன்றி இருப்பதற்கு அடையாளம்.

நகங்கள் வெளுப்பாக இருந்தால் உடலில் போதிய இரத்தம் இல்லை என்பதைக் குறிக்கும்.

நகங்களில் வரிகள் அதிகமாக இருந்தால் வாயுத் தொல்லை இருப்பதை இது குறிக்கும்.

குடாக காபி குடிப்பவர்கள்

கவனத்திற்கு

குடாக டீ, காபி குடிப்பதால் உணவுக்குழாயில் புற்றுநோய் தாக்கும் ஆபத்து உள்ளதாக இந்திய மருத்துவ நிபுணர்கள் ஆய்வில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. பொதுவாக காபி, டீ உள்ளிட்டவை குடாகதான் குடிப்போம். பெரும்பாலானவர்களுக்கு குடாக டீ, காபி குடிக்கவில்லை என்றால் டீ, காபி குடித்த உணர்வே இருக்காது. குடு இல்லாமல் டீ, காபி குடிப்பவர்களின் எண்ணிக்கை மிக குறைவு. மிகவும் குடாக டீ, காபி குடிப்பதால் உணவுக்குழாய் புற்றுநோய் தாக்கும் ஆபத்து அதிகமாக உள்ளது என்று இந்திய மருத்துவ நிபுணர்கள் மேற்கொண்ட ஆய்வில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த ஆய்வு முடிவை சர்வதேச நிபுணர்களும் ஒப்புக் கொண்டுள்ளனர். அதிக குடாக டீ குடிப்பதால் ஏற்படும் உடல் கோளாறு பற்றி கடந்த சில ஆண்டுகளாக மேற்கொண்டு வந்த ஆய்வில் இதனை

சித்த வைத்திய குறிப்புகள்

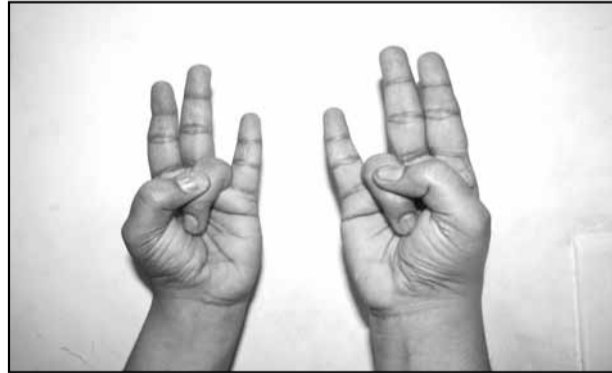
சிறுநீர் கடுப்பு நீங்க அன்னாசிப் பழச்சாறு அருந்தவும். ஆசன வாயிலில் எரிச்சலா? மாதுளம் பழத் தோலை வறுத்து கருக்கி பொடியாக்கி அதை ஆமணக்கு எண்ணெயில் கலந்து ஆசன வாயிலில் பூச குணமாகும்.

சிறுநீர் கடுப்பு, சிறு நீர் சுருக்கா? நன்னாரி வேர் 5 கிராம் எடுத்து அதை நன்றாக கழுவி விட்டு அரைத்து அதை காச்சிய பசும்பாலில் கலந்து அருந்தவும்.

இரவில் உறக்கத்தில் சிறுநீர் கழிவு ஏற்படுகிறதா? ஒரு ஸ்பூன் அல்வகந்த லேகியத்தை பாலில் கலந்து காலை மாலை என இரு வேளை சாப்பிட்டு வந்தால்

முத்திரைகளின் முக்கியத்துவம்

அக்னி முத்திரை



நீங்கள் உடல் பருத்தவரா? கொழுப்புச் சக்தி மிகுந்தவரா? உங்கள் எடையைக் குறைக்க கொழுப்புச் சக்தி கரைய அக்கினி முத்திரையை செய்யவும். அதாவது மோதிர விரலை மடக்கவும். மெக்கிய மோதிர விரலின் மீது கட்டை விரலை இரண்டாவது மடிப்பின் மீது அழுத்திப் பிடிக்கவும். மற்ற

கண்டுபிடித்துள்ளனர். வாய் முதல் இரைப்பை வரை உள்ள உணவுக்குழாய் மிகவும் மிருதுவானது. குறிப்பிட்ட அளவில் தான் குட்டை அது தாங்கும் அதிகமான குட்டுடன் டீ குடித்தால் உணவுக்குழாய் சுவர்கள் வெகுவாக பாதிக்கப்படுகின்றன. அதன் சுவர்கள் அரிக்கப்பட்டு, திசுக்கள் பலவீனம் அடைகின்றன. இதனால், சுவர்ப்பகுதியில் உணவுக்குழாய் கேன்சர் கட்டி ஏற்படும் ஆபத்து உள்ளது. பான் பராக், புகையிலை போன்றவற்றை சுவைப்பவர்களுக்கு 1.1 மடங்கு கேன்சர் வாய்ப்பு அதிகம். பீடி, சிகரெட் பிடிப்போருக்கு இரண்டு மடங்கு கேன்சர் அபாயம் உள்ளது. மது குடிப்போருக்கு கேன்சர் அபாயம் 1.8 மடங்கு. ஆனால் குட்டுடன் டீ குடிப்போருக்கு, கேன்சர் வரும் வாய்ப்பு இவர்களை விட, நான்கு மடங்கு அதிகமாக உள்ளது.

பிரச்சினை தீரும். தைராய்டு பிரச்சினை உள்ளவர்கள் கடல் பாசியை உண்ணலாம். மூக்கில் நீர் வடிகிறதா? வேப்ப இலையை ஓமம் சேர்த்து அரைத்து நெற்றி மற்றும் பிடரியில் பூசினால் சரியாகி விடும்.

சுவாச உறுப்புகளில் சளி தேக்கம் நீங்க வல்லாரைப் பொடி, தூதுவளைப் பொடி ஆகி இரண்டையும் ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் பாலில் கலந்து குடித்து வர சளி நீங்கும்.

இரைப்பு இருமல் தீர், மருதம்பட்டை சித்திரத்தை, திப்பிலி, சுக்கு ஆகியவற்றில் கஷாயம் வைத்து 48 நாட்கள் குடித்து வர குணமாகும்.

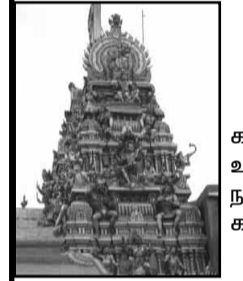


ஆண்டவர், என்னையன்றி வேறு எவரும் இல்லை".



பலவீனமானது சிலந்திப் பூச்சியின் வீடேயாகும். இதை அவர்கள் அறிந்து கொண்டிருப்பார்களாயின் தாங்கள் இணையாக எடுத்துக் கொண்டவற்றின் பலவீனத்தை அறிவார்கள்!

குர்ஆன் மஜீத் அல் அன்கபூத் அத் 29:41



ஜனகர், அகவபதி முதலிய ராஜரிஷிகள் ராஜ்யபரிபாலனம் மற்றும் நானாவதி கர்மங்களில் பிரவேசித்திருந்தனர். நன்கு அரசாளுதலோடு அவர்களுடைய வாழ்க்கை நின்று விடவில்லை. கர்ம மார்க்கத்தைக் கைப்பற்றியே அவர்கள் முக்தியடைந்தார்கள்.

ஜனகர், அகவபதி முதலிய ராஜரிஷிகள் ராஜ்யபரிபாலனம் மற்றும் நானாவதி கர்மங்களில் பிரவேசித்திருந்தனர். நன்கு அரசாளுதலோடு அவர்களுடைய வாழ்க்கை நின்று விடவில்லை. கர்ம மார்க்கத்தைக் கைப்பற்றியே அவர்கள் முக்தியடைந்தார்கள். ஞானியர்கள் கர்மத்தில் ஈடுபடுதலில் இன்னொரு சிறப்பு உண்டு. குருடன் குருடனுக்கு வழிகாட்ட முடியாது. கண்ணுடையவன்தான் கண் இல்லாதவனுக்கு வழிகாட்ட இயலும். ஞானக் கண்ணுடையவர்கள் கர்மத்தைத் தவறுதலின்றிச் செய்ய வல்லவர் ஆவர். கர்மம் செய்தே முன்னேற்றம் அடைந்தாக வேண்டிய உலக மக்களை நல்வழியில் நடத்துதல் அவர்களுக்கு இயலும். ஆகவே அத்தகைய பொறுப்பை எண்ணிப் பார்க்குமிடத்து கர்மம் செய்வது அவசியமாகிறது.

பயனுள்ள குறிப்புகள்

பப்பாளிக் காயை நரம்புகள் புத்துணர்ச்சி சாம்பாரில் போட்டு சமைத்து பெறும். உண்டு வந்தால் சாம்பரின் தேனில் ஊறுவைத்த சுவையும் அதிகரிக்கும், ரோசா மலருடன் ஆப்பிள் உடலில் இரத்தமும் சேர்த்து அதிகரிக்கும்.

அண்ணாசிப் பழச் சாறு அருந்துவதால் மஞ்சள் காமாலை நோய் குணப்படும். அண்ணாசிப் பழச் சாற்றுடன் மிளகுத்தூள் சேர்த்து தினமும் அருந்தி வந்தால் உடல் சோர்வு மறையும், சளித்தொல்லை அகலும். பாலும் தேனும் கலந்து அருந்துவது நீரிழிவு அதில் ஆப்பிள் துண்டுகளை நோயாளிக்கும் நல்லது. புற்று முக்கிச் சாப்பிட்டு வந்தால் நோயையும் நீக்கும்.

சில அருமையான சிந்திக்க வேண்டிய விஷயங்கள்

மதிப்பே இல்லாத பூஜ்ஜியத்தை உலகிற்கு அறிமுகப்படுத்தி தன் மதிப்பை கூட்டியவன் தான் இந்தியன்! பாம்புக்கு காது கிடையாது எனில், தவளை எப்படி தன் வாயால் கெடும்? சொல்லுங்கள்?

சந்தோசமாக உள்ளவனிடம் மட்டுமே இவ்வுலகம் நலம் விசாரிக்கும்! கஷ்டத்திலே இருப்பவனோட தொலைபேசி எண் கண்டிப்பாக பழைய செல்போனோட தொலைஞ்சு போயிருக்கும். நாம் நிராகரிக்கப்படும் இடத்தில் நம் கோபத்தை காட்டுவதை விட சிரித்த முகத்தை காட்டுவதே மிகச்சிறந்த பதிலடி. பழகிய மிருகங்களிடம் இருக்கும் பாசம் கூட சில மனிதர்களிடம் இருப்பதில்லை! வாழத் தெரியாம சாமியாரா போனவங்கிட்ட, எப்படி வாழ்ந்துகெடும் கேக்க போவது ஒரு மூடர் கூட்டம்!

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

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

Menace striking transformer in Anna Nagar East



The transformer cover in 8th cross street of Anna Nagar East is found broken and hanging. With incessant rain

everyday, this damage looks more menacing as further damage could pose some serious threat to the pedestrians

and the people in the vicinity. Necessary actions from electricity board and corporation is the need of the hour.

Olive Benefits

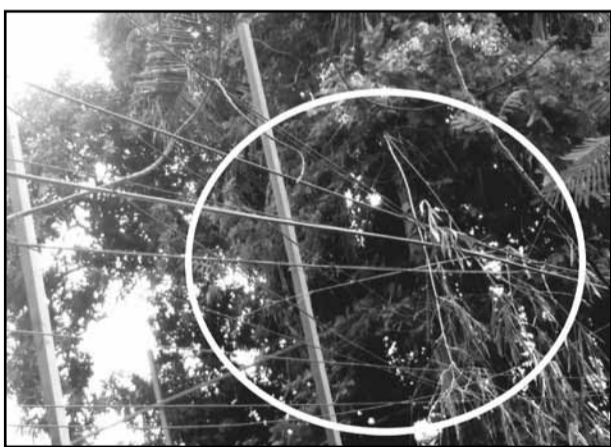


olives have a low calorie density and may aid weight loss in several

ways, it's best to enjoy them in moderation due to their high salt

content, as well as their overall fat content. Furthermore, if you don't closely monitor portion sizes, olives' calorie count can add up quickly. Olives and olive oil may be good for you but that is when you consume them in appropriate amounts. Eating 5-10 olives a day as a snack or adding them to your food is great, but overconsumption could cause bloating and gastritis

Neglected cables of Kellys road



In Kellys road, electric wires are found out of shape and are hanging from the pole posing threat to the people in the locality. This needs immediate perusal as the vicinity has old age people and children around. Interference from EB authorities is the need of the hour which could avoid any mishap.

Actor Daniel Balaji succumbs to massive heart attack



Actor Daniel Balaji, who made a lasting impact with his roles in Kaakha

Kaakha as Srikanth and Amudhan in Vettaiyaadu Vilayaadu (both Gautham Menon films) passed away due to cardiac arrest on Friday evening. He was 48.

One of his close friends confirmed the news from Daniel Balaji's mobile. "Balaji had a massive attack and passed away in Chennai.

His mortal remains will be kept at his house in Purasaiwalkam

on Saturday." Daniel Balaji started his career in television and his first on screen character Daniel in Chitthi became his moniker.

He recently built Raghdool Angala Parameswari temple in Avadi. He has worked across south industries and has been a part of 42 films including Polladhavan, Bairava and Vada Chennai till date.

3 plant-based protein rich foods that you should add to your diet



People across the world and in India, are increasingly converting to vegetarianism or vegan diets, cutting their overall consumption of animal-based products. Sufficient protein intake is a common concern amongst people who follow veg diets, especially since several meat options and dairy products are high in protein. Appropriately planned vegetarian diets are healthy, nutritionally

adequate, and may provide health benefits for the prevention and treatment of certain diseases like heart disease, type 2 diabetes, hypertension, certain types of cancer, and obesity.

Although the Indian government has been regularly sharing information about the fact that Covid-19 doesn't spread through eating non-vegetarian food like eggs, chicken, mutton and seafood, people are still wary about it, and opting for vegetarian diets.

"Vegetarian diets are appropriate for all stages of the life cycle, including pregnancy, lactation, infancy, childhood, adolescence, older adulthood, and athletes as long as they are well balanced with appropriate intakes of

vegetables, fruits, whole grains, legumes, dairy, nuts, and seeds," says Sheela Krishnaswamy, nutrition and wellness consultant.

"If you too are contemplating to switch to a vegetarian or vegan diet, there are three plant foods that provide proteins which you could include to ensure your body's daily requirement for protein is fulfilled," she says, suggesting people to add almonds, lentils (dals) and millets (pearl millet and little millet) to their diet.

She adds, "plant-based diets are more environmentally sustainable than diets rich in animal products because they use fewer natural resources and are associated with much less environmental damage."

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

Wear Mask & Keep Maintain Distance

THIS IS THE 9 DAY NOVENA PRAYER IT MUST BE SAID FOR 9 DAYS AND MUST BE SHARED WITH AT LEAST 3 OTHER PEOPLE. IT HAS NEVER BEEN KNOWN TO FAIL

NOVENA TO ST. JUDE

This great must be said for 9 consecutive days and give a copy of it to at least 3 people, it has never been known to fail.

FIRST SAY THIS PRAYER:

Oh holy St. Jude apostle and martyr, great in virtue and rich in miracles, Near kinsman of Jesus Christ. Faithful intercessor to all who invoke your name in time of need. To you I have recourse from the depth of my heart
 And humbly beg to who God has given such great power to come to my assistance. Help me in my present urgent petition.
 (state what you want)
 In return I promise to make your name known and cause you to be invoked.
 Say the following prayers 3 times each.

GLORIA

Glory to God in the highest. And on earth peace to men of good will. We praise You. We bless You. We worship You. We glorify You. We give You thanks for Your great glory. Lord God, heavenly King, God the Father almighty. Lord Jesus Christ, the Only-begotten Son. Lord God, Lamb of God, Son of the Father: You take away the sins of the world, have mercy on us. You take away the sins of the world, receive our prayer. You sit at the right hand of the Father, have mercy on us. For You alone are holy. You alone are the Lord. You alone, O Jesus Christ, are most high. With the Holy Spirit in the glory of God, the Father. Amen.

OUR FATHER

Our Father who art in heaven hallowed be Thy name, Thy kingdom come, Thy will be done on earth as it in Heaven. Give us this day our daily bread, and forgive us our trespasses as we forgive those who trespass against us and lead us not into temptation but deliver us from evil. Amen (say this prayer 3 times)

HAIL MARY

Hail Mary full of grace the Lord is with Thee, blessed art Thou among woman and blessed is the Fruit of your womb, Jesus, Holy Mary Mother of God pray for us sinners now and at the hour of our death. Amen (say this prayer 3 time)
 As stated above this Novena has never been known to fail, you will get what you ask for usually before the end of the 9 days.

THE MIRACLE PRAYER

Dear heart of Jesus in the past I have asked for many favours. This time I ask you this very special favour mention favour take it dear heart of Jesus and place it within your own broken heart where your father sees it then in his it will become your favour not mine Amen Say this prayer for 3 days promise publication and favour will be granted no matter how impossible never known to fail.

POWERFUL PRAYER WORKS IMMEDIATELY

Say nine consecutive Times make the sign of the cross every time you say the prayer. publish immediately. O Great passion, O Deep wounds, O Blood shed in abundance, O meekness, O God of meekness, O Cruel death.

Surge in the sales of Nungu ahead of the summer



As the Nungu season has started, frequency of nungus being sold in Pattalam Market near Bharat Petroleum Bunk have humongously increased. The healthy eatable is sold across the nook and corner of the area. Pedestrians and commuters are finding it easier to make their purchases.

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.

Cold tea bags to Treat Dark Circles

One of the most effective and highly easy ways to combat these dark circles is to use cold tea bags. Preferably, use green tea or chamomile tea bags for quick results.

It is thought that the residual caffeine helps to constrict blood vessels which reduces blood flow, helping to provide some relief from dark circles. How To Use Cold Tea Bags - Soak

the bags in water and chill in the refrigerator. Remove from the fridge and gently place them on both your eyes for 10 to 15 mins. Repeat regularly.

March 31- Eiffel Tower Day



Every year on March 31, Eiffel Tower Day is observed to honour the tower's inaugural. On this day in 1889, the skyscraper was revealed to the public. And even after 134 years, this monument continues to charm thousands of tourists each day.

THE EIFFEL TOWER BY THE NUMBERS - When the tower opened in the 19th century, it was the world's tallest building at 1,024 feet (312.11 meters). The Eiffel Tower has 1,665 stairs and three viewing platforms, Nearly 50 miles of electric cables cover the structure, There are 120 antennas atop the Eiffel Tower, The tower is made of 18,000 iron pieces bolted together by over 2.5 million rivets, 20,000 light bulbs illuminate the landmark every night.

Signboard's skeleton lying idle



A signboard in T block in 12th street in Anna Nagar is uprooted with no displaying contents in it and is found lying in the support of a wall next to it. The content

board in the name board is found missing with only the skeleton of it left.

Commuters, especially delivery wallets might find it difficult to navigate

without a guiding banner like a name board. The corporation must take necessary steps in reinstating the signboard in its original form.

Idle public toilet booth



The public toilet booth in Vepery near iyyappa ground is not used three months. The condition of the booth is very poor with no maintainance. High instances of urinating around the zone in public makes the toilet booth a futile installation.

Corporation needs to allocate a dedicated maintainance personnel to ensure proper sanitation and good environment.

Best foods to keep the eyes healthy

LEAFY GREENS
When it comes to foods that help vision, leafy green vegetables should always be on your grocery list.

They're rich in key vitamins that

contribute to good eyesight.

Not only do they contain the antioxidant vitamin C, but they're also packed with lutein, a very important carotenoid for the eyes.

SEEDS
Seeds are another rich source of essential fatty acids. They can serve as an alternate source of omega-3s for those that don't eat fish.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

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

VINES ON THE STREET LIGHT @ PURASAIWALKAM



In Purasaiwalkam, Gangadeeshwarar Koil Street Vines is greeny and catchy eyes but all the Vines are grown on the wrong position.

It is a very dangerous situation for people. Street light was slanting on the trees because of vines. Concerned department take action immediately.

Kindergarten Graduation at VKIDS TSK



VKIDS celebrated Kindergarten Graduation, 'GLITZ' 24, a day full of happiness, laughter and pride as junior Velammalians took the centre stage for their Graduation on 23.03.24 (Saturday) at the Velammal Hall, Nolambur. The esteemed Chief Guest, Ms. RJ Miruthula, Radio Jockey, BigFM 92.7 conferred the graduation to the Kids. The stage was filled with captivating performances like songs and dances that left everyone spellbound.



MCC PUBLIC SCHOOL [CBSE]

AFFILIATED TO CENTRAL BOARD OF SECONDARY EDUCATION, NEW DELHI.

78, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 600 031.

ADMISSION OPEN

GRADE 11 (SCIENCE & COMMERCE) 2024-2025

The following groups are offered

1. Physics, Chemistry, Maths & Computer Science
2. Physics, Chemistry, Maths & Biology
3. Accountancy, Business Studies, Economics, Computer Science / Informatics Practices / Applied Mathematics

STEM lab, Digitalised classroom, ACCA for Commerce stream & Preparation for National testing competitive exam for Science stream

LIMITED SEATS ONLY

HOSTEL FACILITIES AVAILABLE ONLY FOR BOYS

Office timings 9:00 am to 2:00 pm

9176760056 / 044-42317405

Need for a Traffic Signal in Shanthi Colony



The vehicle traffic in the Junction near NAC Jewellers in the Shanthi Colony of Anna Nagar appears to be chaotic most of the time. This is mainly due to the absence of a Traffic Signal in the confluence of the Junction of three lanes. Installation of Traffic Signal in the Zone appears to be an imminent step that needs to be taken by the Corporation and Police authorities to avoid any mishap due to vehicle collisions or any other accidents. Hopefully, proactive steps are taken at the earliest.

Never ending stories of garbage dumping



Wet and dry tree wastes are found along the platforms and sides of the road of D block,


8th street in Kilpauk. Dumpings are so haywire that the dustbins that are around are neglected and the garbages are hastily thrown around the road. Regular clearing of wastes by the corporation coupled with behavioral change among the people to drop the garbage in the dustbin is the need of the hour.

CSR activity by State Bank of India - Chennai Corporate General Branch (CCGRO) to Kalaiselvi Karunalaya



As part of our Corporate (CSR) Social Responsibility Mr. Guru Moorthy




AGM, from State Bank of India - Chennai Corporate General Branch (CCGRO) and his team recently embarked on a visit to the Kalaiselvi Karunalaya by Contributing 1 lakh towards the purchase of essentials for 30 babies needs and 25 elderly at the shelters home. Home is located at 3rd Block, Mogappair West, Chennai. Further details contact K. Rajini Devi, Joint Secretary, 9445199619.



Follow us now

c3fitnesssciencevepery

c3fitnesssciencekilpauk

CALL US TO FIND OUT MORE

Vepery

11, Ritherdon Rd, Vepery, Purasaiwakkam, Chennai, Tamil Nadu 600007

9884097333 ; 9884396333

Kilpauk

No : 17, Lakshmi Street, New Avadi Rd, Kilpauk, Chennai, Tamil Nadu 600010

9176899333 ; 9176844333

Nayanthara sends best wishes to Aditi Rao Hydari and Siddharth following their official engagement announcement



Wishes have been pouring for actors Aditi Rao Hydari and Siddharth since the couple confirmed their engagement on Thursday. Amid the well-wishes, Nayanthara also offered her congratulations to the newly engaged pair. The actress took to her Instagram account to wish Aditi and Siddharth well as they begin a new chapter in their relationship. Aditi on Thursday, took to her Instagram to confirm

the news and shared a cute selfie with her beau. Sharing the picture, she wrote, "He said yes! E. N. G. A. G. E. D." In the picture, Aditi and Siddharth flaunted their engagement rings. As soon as the news was shared, fans flooded the comment section. One of the users wrote, "Aww my favourite couple finally engaged." Another user commented, "My two favourite people !! Omg Congratulations." Meanwhile, on the

work front, Aditi will be seen in 'Gandhi Talks,' a silent film co-starring Vijay Sethupathi and Siddharth Jhadav. Aditi is also all set to star in the Indo-U.K coproduction 'Lioness'. 'Lioness', the official Indo-UK co-production being made under the bilateral treaty signed by the two countries in 2008, was announced at the India Pavilion (managed by FICCI under the aegis of the Ministry of Information and Broadcasting) at the Cannes Film Festival. The film, inspired by the research of Peter Bance, the historian who discovered the story of Princess Sophia Duleep, is the story of two British Punjabi women living in the UK, a century apart. Peter is also one of the executive producers of the film.

Partial cancellation of EMU trains between Ponneri and Minjur: Check details here

Southern Railway on Tuesday announced partial cancellation of EMU train services between Ponneri and Minjur Railway stations on 28th, 30th & 31st March from 10:00 hrs to 11:45 hrs. The trains were cancelled as part of ongoing maintenance works between Chennai Central and Gudur section, a Southern Railway press release said. Train No. 42009, Moore Market Complex -

Gummidipundi EMU local leaving Moore Market Complex at 09:00 hrs Train No. 42013, Moore Market Complex - Gummidipundi EMU local leaving Moore Market Complex at 10:35 hrs are partially cancelled between Minjur and Gummidipundi. Train No. 42601, Chennai Beach - Gummidipundi EMU local leaving Chennai Beach at 09:40 hrs is partially cancelled between Ennore and Gummidipundi. Train No. 42014, Gummidipundi

- Moore Market Complex EMU local leaving Gummidipundi at 09:55 hrs Train No. 42604, Gummidipundi - Chennai Beach EMU local leaving Gummidipundi at 10:55 hrs are partially cancelled between Gummidipundi and Minjur. Train No. 42408, Sullurupeta - Moore Market Complex EMU Local leaving Sullurupeta at 10:00 hrs is partially cancelled between Gummidipundi and Ennore, press release added.

Ambedkar changed views on reservations: HC Judge

Madras High Court Judge GR Swaminathan on Friday said that Dr BR Ambedkar is the reason for him to change his views against reservation.

"I was born in a Brahmin family, which is a biological factor. For the reason that I was born there, I did not like reservations. I even wrote essays against reservation when I was studying in law college. But I have changed completely and support reservation wholeheartedly. It is because of Annal Ambedkar," said the Judge while

participating in the 133rd birth anniversary of Dr Ambedkar in Raj Bhavan.

The chief architect of the Indian Constitution was the biggest inspiration for him, he said and continued that only after reading his life and struggle, everyone would understand why reservation is necessary. Recalling a case in connection with the appointment of 10 cooks belonging to Scheduled Caste, he said that the appointment of 10 cooks of SC community were cancelled, citing that they were above 35 years and crossed the age limit.

Citing the existing rules, he interpreted rules that age relaxation of five years for SCs is permissible and gave judgement in favour of the cooks.

"However, the Tamil Nadu government appealed against the judgment and the case is now pending. He urged the law students on the importance of multiple languages to achieve excellence in their career," he said.

Governor R N Ravi, while addressing the gathering, said Ambedkar was a genius, but he was reduced to a caste leader after the Britishers left.

Kiwi for digestion

Green Kiwi helps in better digestion because it contains the enzyme called actinidin which helps enhance protein digestion. This fruit is also known for its laxative effect, which is attributed to its high fibre content. According to certain studies, two kiwis

provide almost 20% of the daily recommended amount of fibre to the body, which aids digestion and facilitates colon health. Fruits are an essential part of our daily diet. Taken raw, fruits come loaded with fibre, vitamins, and minerals and are very healthy for our body. It

is best to incorporate at least one fruit in your daily diet either in its raw form or as a part of your breakfast shakes, salads, or oats. However, if you want to reap the best benefits out of fruits for digestion, they should be taken raw.

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.

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

ADVERTISEMENT RATES

COLOUR		BLACK AND WHITE	
One Col. Cm	: ₹ 260	One Col. Cm	: ₹ 180
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	: ₹ 14,625	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	Sq.Cm	₹ 50/-

GST 5% Extra

Classified Column Rs. 500 Upto 20 words.

OUR CONTACT ADDRESS
Purasai Times

33, Mookathal Street, Purasawalkam,
Chennai - 600 007. (Near CSI Church)

Dial: 2661 3111, 4551 8154

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

Rental / Wanted
and other

For More

Advertisements

Please refer

Classified Bazaar.

CUT-OFF TIME

FOR CLASSIFIEDS

ON FRIDAYS IS

9.30-11.30 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, 4551 8154, 98409 37719.

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.

RENTAL

• **PURASAIWAKKAM,** Vellala street, 2bhk flat of 700sq.ft in 1st floor of an Apt, 2 wheeler parking only available for rent. Rs.17k. Contact: 99403 42150.

• **KILPAUK,** Secretariat colony, Barracka Road, 900 sq.ft. 2 bhk, 3rd floor, 3phase current, covered car parking, 24 hrs water supply, contact : 9444204259.

• **PURASAIWAKKAM,** 2bhk, 1st floor, 2wheeler parking, Rent Rs.17000/- Ct: 9380742424.

• **PURASAIWAKKAM,** 700 Sqft. 84, saravana perumal st ground floor office or godown for rent broker excuse contact 9380602525.

• **DOVETON,** 2bhk with dining, g.floor, separate EB, 3phase current, 24hrs water, 2 wheeler parking, only for Hindus. Contact: 97899 98143.

FLAT FOR SALE

• **KOLATHUR,** vinayagapuram, near bus stand, 2bhk flat, 2nd floor, 830 sq.ft for sale, 3phase current and good water facility. Amount Rs. 47 lakhs. Contact: 9840937727.

TUITION

• **Excellent Home Tuition for 9th, 10th, 11th & 12th, Maths & Science, for Both CBSE, ICSE & State Board, Good Results assured. Contact: R . R a g h a v a n R a m a n u j a n : 9 8 8 4 1 6 1 4 8 3.**

• **+1, +2, Chemistry Home Tutions any time Schedule offered by a teacher specialist in chemistry No fear on equation we are here. check us with demo class. Centum Guaranteed . Ct:9444912555.**

BUYING

All kinds of Old Furnitures, A/C's, All TV's, Fridge, W/M, Steel Wooden Cupboards and Home Appliances Buying @ your door step. **SRI VIGNESHWARA ENTERPRISES Ct: 9840701899**

PROBLEMS WITH MATH?
MATHS TUTORING
MATHS TUTION FROM IX - XII
APPLIED MATHS OF XI & XII
CONTACT ME
Mobile - 93819 13764
WhatsApp - 93801 21251

THIS BOX COST Rs.700/-

SALE

A.P ROAD, 1BHK, 500 SQ.FT, 3RD FLOOR WITH LIFT **RENTAL** 2200 SQ.FT, GROUND FLOOR, COMMERCIAL SPACE FOR RENT. **70107 00344 93810 32015**

SANRAC REAL-ESTATE

Independent House for Sale 1/2 ground Secretariat Colony, only 2.75crs
★ Independent house Demolishing condition for sale 27x80,2160 sq.ft. ★
Rs.3.65crs, Choolai, Sami Pillai Street.
Godown for sale plywood Choolai, opp. to Nehru Stadium 60x40. 3.84crs Negotiable.
Land for sale near Velammal School Ambattur Athipatu, 44x38 per sq.ft Rs.5500
Shop for sale 300 Sq ft 80Sq.ft. UDS 40 Lakhs on Purasawalkam Main Road, shopping complex
Cell: 98840 44472

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

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

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS

Rental, Sale, Real Estate, Tutions, 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

Thalaivar 171 title to be revealed on April 22



As an unexpected treat to Rajinikanth's fans, filmmaker Lokesh Kanagaraj made a major announcement on Thursday. The title of Thalaivar 171 will be released on April 22 with a teaser video. Taking to his X account, the filmmaker shared the first-look poster of Rajini from the film and wrote, "#Thalaivar171 Title Reveal on April 22 (sic)." Following grayscale and gold colour palettes, the poster featured Rajinikanth in a stylish look with a chain of watches made into handcuffs. Bankrolled by Sun Pictures, the film will have music by Anirudh Ravichander. Stunt choreographer duo Anbariv is handling the action sequences.

Details regarding other cast and crew is under wraps. Earlier in an interview with DT Next, Lokesh clarified that Thalaivar 171 will be high on action. However, it will be a stand-alone movie and will not be a part of Lokesh Cinematic Universe (LCU). Meanwhile, Rajinikanth is currently shooting for Vettaian, helmed by TJ Gnanavel. The ensemble cast includes Amitabh Bachchan, Fahadh Faasil, Rana Dagubathi, Ritika Singh, Manju Warriar and Dushara Vijayan. The film that was originally scheduled to release in the summer, has now been postponed due to elections.

Donate Blood & Eyes

Praise the Lord
AKG REAL ESTATE
BUYING / SELLING & RENTALS

SALE

- THIRUMAZHISAI 80 cent, Thirumazhisai opposite 1 acre 80cent
- PURASAIWALKAM 1200 sq.ft, Individual House
- PERAMBUR 2000 sq.ft, 1550 sq.ft, Individual House

Cell : 98400 91981

No.119, Bricklin Road, Grama Street Way, (Near Ratna Store) 1st floor, Purasawakam, Chennai-600 007. Email : kingston200671@gmail.com

VELAMMAL MAIN CAMPUS - GRADUATION DAY CEREMONY - '24



Mogappair East felicitated 198 students of Upper Kindergarten with Graduation on 23rd March, 2024 in Velammal Hall, Mogappair West. Captain Soniya Jain, Commander Pilot, Air India & Shri Mashook Rahman. F Writer & Lyricist conferred the graduation to the Kids. 13 Kindergarten Teacher Trainees were also conferred with the Kindergarten Teacher Training Certificates the Guests. The audiences also had a chance to witness our young Kindergarten Kids' dance & music performances. Around 600 parents attended the event and were thrilled to see their children on stage.

Velammal Matriculation Higher Secondary School,

FLAT FOR SALE

2 BHK Flat, 2nd Floor, 830sqft, With Car parking, Only 2 years Building, Good Water speciality, Near Vinayakapuram Bus Stop, Kolathur, Rs.47 Lacs Fixed.

THOSE WHO INTERESTED PLEASE CONTACT **98409 37727**

KILPAUK ASPIRAN GARDEN BRIDGE OPENED AFTER 1YEAR



After a gap of more than 1 Year, Aspiran garden bridge was open to the public use. The bridge connecting Kilpauk garden, Heavy riders are very much suffered to passing the road But now the bridge will be a big help for rickshaws, bullock carts and other hand-pulled vehicles.

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

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

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