GST ROAD NEWS

CHROMPET

Weekly News Paper

Email:gstroadnews@gmail.com www.gstroadnews.com

Chrompet, Radha Nagar, Hasthinapuram, New Colony, Nehru Nagar

Vol:13 Issue -2 | 20 Apr 2025 - 26 Apr 2025 | 4 Pages - Free Circulation | Ct: 99628 80902

உச்சத்தில் தங்கம் விலை

தங்கம் விலையில் எந்த மாற்றமும் இன்றி ஒரு கிராம் ரூ.8945க்கும், ஒரு சவரன் தங்கம் ரூ.71,560க்கும் விற்பனை செய்யப் படுகிறது.

WANTED TEACHERS
ENGLISH, PET
COMPUTER SCIENCE
& KINDERGARTEN
GOOD SALARY FOR DESERVING CANDIDATES
HILTON MATRIC.HR.SEC.SCHOOL
#7, Works Road, New Colony, Chromepet, Chennai - 44
Ph: 044-2241 1552 & 2241 8061
E-mail: hiltonschool90@gmail.com

VILLAMENT FOR SALE
@CHROMPET, BHARATHIPURAM
VICTORIA CREST

INDEPENDENT FLOOR
3 BHK
1300 Sqft
CCP LIFT UPTO TERRACE
POWER BACKUP
CCTV FACILITIES IN COMMON AREA
NEARING COMPLETION
M/s. RAKSHIT CONSTRUCTIONS
No. 47, VETERAN LINES, PALLAVARAM, CH-43
94440 05533

FLATS FOR SALE @ ZAMIN PALLAVARAM
Latif Colony, 3rd Street
2 & 3 BHK
. CCP . CCTV
. Lift
. Vasthu Friendly
READY TO OCCUPY

Promoters
SIGNET FOUNDATIONS
90808 24533 / 98406 02954

PAAVAYEE BUILDERS
Since 1988 Flat Promoters | Individual Villas | Commercial
PREMIUM FLATS FOR SALE @ HASTHINAPURAM
3 BHK
✓ Lift ✓ CCP ✓ CCTV
✓ Metro Water ✓ Video Door
No Water Logging
SITE ADDRESS : MC NAGAR 1st MAIN ROAD, (OPP. TO SAI BABA TEMPLE), HASTHINAPURAM, CHITLAPAKKAM.
FLATS @ CHROMPET
GANAPATHIPURAM, RADHA NAGAR
600 Mts From 200 Ft Radial Road
2 BHK Ready To Occupy
Area: 955 Sqft Onwards
No Water Logging
✓ Lift ✓ CCP ✓ CCTV ✓ Metro Water ✓ Video Door
SITE ADDRESS : SELVARAJ STREET, GANAPATHIPURAM, CHROMPET.
Office Address : New No.27, Old No.15, Church Road, Radha Nagar, Chrompet, Chennai-44.
98410 69244 / 98408 66223

CCTV Monitored Premises
Pre-School & Daycare
AIR - CONDITIONED CLASS ROOMS
ADMISSIONS OPEN
NOW @ MIT CHROMEPET
WOW KIDS DREAM WORLD
No.292, GST Road, Mahalaxmi Colony, Chromepet, Ch-44.
Abacus
Phonics
Drawing
Tuitions upto 5th class
Play Group | Nursery | Lower KG | Upper KG
Call: 63691 40624 / 73584 68801

செல்போன் கட்டணம் 10% முதல் 20% வரை உயர்கிறது

இந்தியாவில் செல்போன் கட்டணங்கள் மேலும் 10% முதல் 20% வரை உயரும் என தகவல்கள் வெளியாகி உள்ளது.நவம்பர் அல்லது டிசம்பரில் உயர்த்த ஏர்டெல், ரிலையன்ஸ், வோடபோன் ஐடியா நிறுவனங்கள் திட்டமிட்டுள்ளன.புதிய தொழில்நுட்பங்களை செயல்படுத்த உள்ளதால் அதற்கேற்ப வருவாயை பெருக்க கட்டணங்கள் உயர்த்தப்படலாம்.

PREMIUM FLATS FOR SALE @ CHROMPET
THIRUMALAINAGAR, Nr. Zion School
Natarajan Apartment
LINITH CASITA

2 BHK
980 Sqft
3 BHK
1240 Sqft
6 UNITS ONWARDS
Rs.67 L
ALL INCLUSIVE
☑ Lift ☑ CCP ☑ CCTV
☑ As Per Vasthu
GJ CONSTRUCTION
98409 41585

HILTON
Matriculation Higher Secondary School
CHROMEPET, CHENNAI-44
28 Years of Service Excellence
YOUR KIDS DESERVE THE BEST EDUCATION
LIMITED SEATS ONLY
2025 - 2026
ADMISSIONS OPEN
LKG TO IX & XI
SOW YOUR CHILDREN @ HILTON
VAN FACILITY AVAILABLE
WE PROVIDE HOLISTIC EDUCATION
CERTIFIED TEACHERS | CBSE PATTERN | SMART CLASSROOM | SPACIOUS PLAY GROUND
044 - 2241 8061 / 2241 1552
Six Keys of Success
HONESTY
INTELLIGENCE
LEADERSHIP
TRUTHFULNESS
OBEDIENCE
NOBILITY
Dr.Mrs.M.MALA Correspondent
Mr.S.BALAJI Principal

PREMIUM 2,3 BHK FLATS FOR SALE @ CHROMEPET
KRISHNA NAGAR
(Nr.Hasthinapuram Bus Stand)
SRE KRISHNAA

AVAILABLE
3BHK 1287 Sq Ft
LAND OWNERS (1 to 3 GROUNDS) CONTACT FOR JOINT VENTURES OR OUTRIGHT PURCHASES...
24 Hrs Power Backup*
PADMANABHA NAGAR
(Near GURU RAGHAVENDRA TEMPLE)
BRINDHAVAN

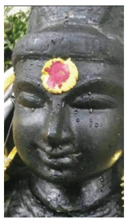
ONLY 1 FLAT AVAILABLE
2 BHK - 985 Sqft
Specification
AUTOMATIC LIFT
As Per Vaasthu
CCP
CCTV
Videodoor Phone
Red Bricks Construction
Ev Charger Point
AUTOMATIC WATER TANK LEVELLER
Sankar Constructions
98416 59929 / 98416 59930

வியர்க்கும் முருகன் சிலை

திருச்செந்தூர் முருகன் விக்ரகம் மிக சூடாக இருக்கும். சந்தனம் அரைத்து சிறிதும் தண்ணீர் இல்லாதவாறு நன்கு வடிகட்டி அதை விக்ரகம் மீது முழுதாக தடவி பூசி மூடி விடுவர். மாலை சந்தனம் வழிக்கும்போது நிறைய தண்ணீர் இருக்கும்.சந்தனம் சொத சொதவென சிலை முழுக்க வழிந்தோடும்.

வெள்ளையர்கள் இந்தியாவை ஆண்டபோது நடைபெற்ற நிகழ்ச்சி இது. சர்வ அலங்காரங்களுடன் எம்பருமான் கந்தவேல் திருசெந்தூரில் உள்ள வசந்த மண்டபத்தில் எழுந்தருளியிருக்கிறான். அப்போது (1803 ஆம் ஆண்டு) திருநெல்வேலி மாவட்டட கலக்டராக இருந்த லூசிங்டன் பிரபு என்பவர் திருச்செந்தூர் வந்திருந்தார். முருகனுக்கு நடைபெறும் வழிபாடுகளை கண்டார்.

இறைவனுக்கு அளிக்கப் படும் சோடச உபசாரம் எனப்படும் பதினாறு வகை உபசாரங்களுள் விசிறி வீசுதலும் ஒன்று. சுப்ரமணிய சுவாமிக்கு அர்ச்சகர் வெள்ளியிலான விசிறியை வீசுவதை கண்டார் லூசிங்டன். அங்கிருந்த பக்தர்களிடம், “உங்கள் கடவுளுக்கு வியர்க்குமோ? விசிறியை வைத்து வீசுகிறீர்கள்..?” என்று கேலி செய்தார்.



அர்ச்சகருக்கு என்ன சொல்வது என்று தெரியவில்லை. துணிவை வரவழைத்துக்கொண்டு, “ஆம். எங்கள் சண்முகனுக்கு வியர்க்கும்..” என்று கூறி, முருகன் அணிந்திருந்த மாலையையும் கவசத்தையும் அகற்றி காண்பித்தார். முருகன் திருமேனியில் திட்டு திட்டாக வியர்வை அரும்பியிருந்ததை கண்டு வியந்தார் லூசிங்டன்.

வீடு திரும்பிய கலக்டருக்கு அதிர்ச்சி காத்திருந்தது. மனைவியின் வடிவில். ஆம்.

அவர் மனைவி திடீரென கடுமையான வயிற்று வலியினால் துடித்தார். சூலை நோய் என்பார்கள். இந்நோய் கண்டவர்களுக்கு நெருப்பு கங்குகளை விழுங்கியதை போல வயிறு வலிக்கும். முருகனின் வழிபாட்டை ஏளனம் செய்ததே இதற்கு காரணம் என்பதை லூசிங்டன் உணர்ந்துகொண்டார்.

உடனே என்ன செய்வதென்று தெரியவில்லை. தனக்கு கீழே பணியாற்றிக் கொண்டிருந்த கடவுள் நம்பிக்கை மிகுந்த முருக பக்தர் ஒருவரிடம் நடந்ததை கூறி, என்ன செய்தால் உங்கள் முருகனின் கோபம் தணியும் ? என்று கேட்டார்.

அவர் கூறிய உபாயத்தின்படி, உடனே திருச்செந்தூர் ஓடோடிச் சென்று “முருகப் பெருமானே, என்னை மன்னித்து என் மனைவியை காப்பாற்று. அவள் படும் துயரைக் கண்டு என்னால் சகிக்கமுடியவில்லை. உன் ஆலயத்திற்கு தேவையான பொருட்களை நான் என் சொந்த செலவில் வாங்கித் தருகிறேன்” என்று மனமுருக வேண்டிக்கொள்ள, எங்கும் நிறைந்திருக்கும் பரப்பிரம்மம் முருகப் பெருமானின் தனி பெருங்கருணையினால் லூசிங்டன் பிரபுவின் மனைவிக்கு இருந்த வயிற்று வலி அதிசயிக்கத்தக்க வகையில் உடனடியாக நீங்கியது.

முருகப் பெருமானின் கருணையை எண்ணி வியந்த லூசிங்டன் பிரபு, சொன்னபடியே வெள்ளிப் பாத்திரங்களை கோவிலுக்கு காணிக்கை கொடுத்தார். அவற்றில் ‘லூசிங்டன் 1803 என்று முத்திரை பொறித்துள்ளார். அவர் கொடுத்த வெள்ளிக்குடம் இன்றளவும் உபயோகத்தில் உள்ளது. அதில் ‘லூசிங்க்டன் 1803 என்ற முத்திரையை இப்போதும் நீங்கள் காணலாம்.

தினந்தோறும் சாமி கும்பிடுறீங்களா.. இந்த 10 விஷயத்தை மறக்காம மனசுல வெச்சுக்கோங்க...

1. காயத்ரி மந்திரத்தை பயணத்தின்போது, சொல்லக் கூடாது. சுத்தமான இடத்தில் தான் காயத்ரி மந்திரத்தை ஜெபிக்க வேண்டும்.

2. கற்பூரம் ஏற்றி கடவுளுக்கு காட்டும் பொழுது, இறைவனின் காலிற்கு நான்கு தடவை சுற்றிக் காண்பிக்க வேண்டும். தொப்புளுக்கு இரண்டு தடவை சுற்றிக் காண்பிக்கவேண்டும். முகத்துக்கு ஒரு தடவையும், முழு உருவத்துக்கும் மூன்று தடவையும் காண்பித்து வழிபட வேண்டும்.

3. நமது வீட்டு வாசலில் கோலம் போடாமலும், வீட்டில் விளக்கேற்றாமலும் அருகில் இருக்கும் ஆலயங்களுக்குச் செல்லக் கூடாது. அப்படிச் செல்வதால் பலன்கள் கிடையாது.

4. விளக்கு எரிந்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுது, அதில் இருக்கும் எண்ணெய் அல்லது நெய்யை கையால் தொடுவதும் அதன் பிறகு அதைத் தலையில் தடவிக் கொள்வதும் கூடாது.

5. சிவன் அர்ச்சனைக்கு உகந்தது வில்வ இலை. விஷ்ணுவிற்கு உகந்தது துளசி. விநாயகர் வழிபாட்டிற்கு உகந்தது அருகம்புல். அதே போல் பிரம்மாவிற்கு உகந்தது அத்தி இலை. இவற்றை மாற்றி, மற்ற தெய்வங்களுக்கு வைத்து வழிபடக் கூடாது.

6. கலச பூஜை செய்கிறோம். கலசத்தின் அர்த்தங்கள் தெரியுமா? கலசத்தை தான் சரீரம் என்கிறோம். கலசத்தின் மேல் சுற்றியிருக்கும் நூல் தான் நம் உடம்பில் இருக்கும் நாடி, நரம்புகள். கலசத்தின் உள்ளே இருக்கும் தீர்த்தம் தான் இரத்தம். கலசத்தின் மேல் உள்ள தேங்காய், தலையாக கருதப்படுகிறது. கலசத்தின் மேல் உள்ள தேங்காயைச் சுற்றியிருக்கும் மாவிலையை, சுவாசமாகப் பார்க்கிறோம். கலசத்தின் அடியில் இருக்கும் அரிசியும், இலையும் தான் மூலாதாரம். அதில் இருக்கும் கூர்ச்சம் தான் மூச்சாக கருதப்படுகிறது. உபசாரத்தை பஞ்ச பூதங்களாக வழிபடுகிறோம்.

7. பெண்கள் வேல் மற்றும் சிவலிங்கத்தை அபிஷேகம் செய்யகூடாது

8. கோவில்களில் சூடம் மற்றும் தீபத்தை கைகளில் ஏற்றி காண்பிக்க கூடாது.

9. பூஜைக்குப் பயன்படுத்திய தேங்காயை சமையலில் சேர்த்து, பின்னர் அந்த உணவை மீண்டும் சாமிக்கு நிவேதனம் செய்யக்கூடாது.

10. அமாவாசை விரதமிருப்பவர்கள் அன்று, வீட்டில் தான் சாப்பிடவேண்டும். வெளியே சமைத்ததை சாப்பிடக்கூடாது. முடிந்தால் அமாவாசை அன்று பசியுடன் இருப்பவர்களுக்கு உணவு தரலாம். அமாவாசை தினங்களில் வீட்டு வாசலில் கோலம் போடக் கூடாது.

செல்வத்தை ஈர்க்கும் தன்மை கொண்ட பச்சைக்கற்பூரம்

பச்சை கற்பூரம் செல்வத்தை ஈர்க்கும் தன்மை கொண்டது. இதை ஒரு மஞ்சள் துணியில் கட்டி குபேர மூலையில் வைத்து தூபம் காண்பித்து வழிபட்டு வந்தாலே போதும் செல்வ செழிப்பு தானாக வளரும்.

கற்பூரத்தின் தாய் நாடு ஜப்பான் சீன மற்றும் தென்கொரிய என்று சொல்லப்படுகிறது ஆனாலும் இது இந்தியாவில் தான் அன்றாட ஆன்மீக வழிபாடுகளுக்கும் தினசரி பயன்பாட்டிற்கும் அதிகமாக பயன்படுகிறது. கற்பூரம் ஒன்றுதான் திடப்பொருளாக இருந்த திரவ பொருளாக மாறாமலேயே ஆவியாக மாறும் தன்மை கொண்டது.

வேறு எந்த திடப்பொருளுக்கும் இந்த தன்மை கிடையாது. இந்திய கலாச்சாரத்தில் அக்னி என்பது நம் எண்ணங்களை தெய்வங்களிடம் கொண்டு செல்லும் தூதுவனாகவும் நம் செய்யும் செயல்களுக்கு சாட்சியாகவும் கருதப்படுகிறது. அந்த அக்னியை இந்த கற்பூரத்தில் எளிதாக கொண்டு வர முடியும் என்பதால் எல்லா ஆன்மீக சுப நிகழ்ச்சிகளுக்கும் இந்த கற்பூரம் ஏற்றி வழிபடுகிறார்கள் கற்பூரத்திற்கு வேறு பயன்களும் உண்டு. குறிப்பாக பச்சை கற்பூரம் செல்வத்தை ஈர்க்கும் தன்மை கொண்டது.

இந்த பச்சை கற்பூரத்தை ஒரு மஞ்சள் துணியில் கட்டி குபேர மூலையில் வைத்து தூபம் காண்பித்து வழிபட்டு வந்தாலே போதும் செல்வ செழிப்பு தானாக வளரும். பச்சை கற்பூரம் இயல்பாகவே அதிக வாசனை நிறைந்தது இதன் வாசனையை துர் சக்திகளை விரட்டி நல்ல சக்திகளை வீட்டிற்குள் அழைத்து வரும் தன்மை கொண்டது.

மேலும் இந்த பச்சை கற்பூரத்தின் வாசனை மகாலஷ்மியின் அருளையும் வீட்டில் ஏற்படுத்தும். வீட்டில் நடைபெறும் எல்லா சுப நிகழ்ச்சிகளுக்கும் பச்சை கற்பூரம் இருக்க வேண்டும். பச்சை கற்பூரம் வேண்டுதலை நிறைவேற்றி தரும் தன்மை கொண்டது. இந்த கற்பூரத்தை கைகளில் வைத்து கொண்டு நம் வேண்டுதலை தீவிரமாக எண்ணி பின்னர் இதை ஒரு பூஜையறையில் வைத்து விட வேண்டும்.

இப்படி தினசரி செய்து வருவதால் நம் பிராத்தனைகள் பலிக்கும். பச்சை கற்பூரத்தை நம்மோடு வைத்துக் கொண்டால் அதாவது நாம் வெளியே செல்லும் போது இரண்டு மூன்று பச்சை கற்பூரத்தை எடுத்து நம் பணப்பையில் வைத்துக்கொண்டோம் என்றால் கண்திருஷ்டி முழுமையாக அகலும்.

வாங்க வேண்டுமா? விற்க வேண்டுமா?
FLAT & PLOT BUYING/SELLING
பழைய அடுக்குமாடி குடியிருப்புகள், வீடுகள், மனைகள், 1% கமிஷன் அடிப்படையில் நல்ல விலைக்கு விற்பனை செய்தும், வாங்கியும் தரப்படும்.
Saravana Agencies
No 4/7A, Karumariamman koil 1st St., Padmanaban Nagar, Chrompet, Ch - 44
97890 52332

ஆஞ்சநேயரை வழிபட்டால் சிவனையும் பெருமாளையும் சேர்த்து வழிபட்ட புண்ணியம் கிடைக்கும்

இராமாயணத்தில் முக்கிய அங்கமாக திகழ்பவர் அனுமன்தான். வியாழக்கிழமையும், சனிக்கிழமையும் அனுமனுக்கு முக்கிய வழிபாட்டு தினங்கள் ஆகும். அனுமனுக்கு வெண்ணெய்காப்பை சார்த்தி வழிபடுவதனால் கஷ்டங்களும் வெண்ணெய் உருகுவது போல் உருகி விடும். தாம்பூலம் என்னும் வெற்றிலையை மாலையாக கட்டி அணிவித்து சனிக்கிழமை அனுமத் கவசம் படித்தால் சத்ரு பயம் நீங்கி நலம் பெறலாம். அனுமனுக்கு திராட்சைப்பழம் பிரியமான நிவேதனப் பொருள். வெற்றி கிடைத்திட திராட்சைப் பழம் படைத்து வழிபட வேண்டும். அனுமனுக்கு செந்தூரம் பூசி, வடை மாலையோடு,

ஸ்ரீராமஜெயம் எழுதிய காகித மாலையும் அணிவித்து அனுமனின் அருள் பெறலாம். அனுமனுக்கு துளசி மாலை சார்த்தி வழிபட்டால், சனீஸ்வரனின் பாதிப்புகளில் இருந்து விடுபடலாம். அனுமனை வணங்குவதால் புத்தி, பலம், புகழ், அஞ்சா நெஞ்சம், ஆரோக்கியம் ஆகியவற்றை பெறலாம். திருமணத்தடை நீங்க அனுமனுக்கு வியாழன் அன்று வெற்றிலை மாலை சார்த்தி வழிபட வேண்டும். துவங்கிய வேலைகளில் தடை நீங்க வியாழன், சனிக்கிழமைகளில் எலுமிச்சை மற்றும் வடைமாலை சார்த்தி வழிபடலாம்.

CLASSIFIEDS

FLAT RENTAL
INDEPENDENT HOUSE FOR RENT @MADAMBAKKAM
RAJAMMAL NAGAR
2BHK BRAHMINS ONLY.
90 80 60 28 16

PLOT SALE
PLOT FOR SALE @PALLIKARANAI
SRI BALAJI NAGAR
Nr. KAMAKSHI MEMORIAL HOSPITAL
1348 Sqft.
8072230451

FLAT RESALE
FLAT FOR RESALE @ CHITLAPAKKAM
NEAR BY SAIBABA TEMPLE
850 Sq.ft.2BHKUDS 382
EASTFACING,PATTA NO. 7381
WITH CCP&LIFT,3YEARS OLD
Rs.68L,NEGOTIABLE
81908 67758

FLAT FOR RESALE @ Chrompet Radha Nagar
2 BHK - 925 Sqft
UDS - 607.5 Sqft
Ground Floor
98411 41583

FLAT FOR RESALE @CHROMPET KRISHNA NAGAR
3 BHK - 1200 Sqft
UDS - 481 Sqft, 1ST FLOOR
4.5 YEARS OLD
RADHA NAGAR
1 BHK - 560 Sqft
UDS -410 Sqft,
80722 30451

LAND SALE
LAND FOR SALE @ CHROMPET
NEW COLONY PRIME LOCATION
NR RELA/ BALAJI HOSPITAL
LAND 2640 sq.ft 5.1C
RESIDENTIAL / COMMERCIAL / EAST FACING
2SIDES 30 Ft ROAD / EAST AND WEST
98841 73831

FLAT RESALE
FLAT FOR SALE @ CHROMPET RADHA NAGAR
1BHK - 453 SQFT
UDS - 265 Sqft G.FLOOR
91763 09144 / 88254 47091

FLAT FOR RESALE @ CHROMPET
@Raghava Nagar
2 BHK - 800 Sqft
UDS - 300 Sqft,
@ Hasthinapuram
3 BHK - 1888 Sqft, UDS - 880 Sqft
1st Floor (6 Yrs Old)
LIFT,CCP
80722 30451

BUILDING CONTRACT
KR HOMES Chromepet Ch-44
Home Construction @2250/- Sq.Ft.,
Including OHT & Septic Tank Sump, Elevation Work
ARCHITECTURAL DESIGN
ENGINEER SUPERVISION
BRANDED MATERIALS
80724 99969

DISCLAIMER
Readers are advised to make appropriate enquiries while responding to advertisement in these columns. GST Road News does not vouch for any claims made by the Advertisers. The Printer, Publisher, Editor and Owner of GST Road News Shall not be held responsible for any consequences, in case such claims are found to be false.

உங்கள் வீட்டை உடனே வாடகைக்கு விட வேண்டுமா?
GST ROAD NEWS-ல்
விளம்பரம் செய்ய 2 x 4cm Rs. 525/- (Colour) மட்டுமே
044 - 2224 0607 / 89395 26999

GST ROAD NEWS
FOR ADVERTISMENT DETAILS CONTACT
89395 26999 / 044-22236399

குரோம்பேட்டை நேரு நகர் குமரன் குன்றம் ஸ்ரீ பிரசன்ன வெங்கடேச பெருமாள் ஆலயத்தில் தமிழ் வருடப்பிறப்பை முன்னிட்டு ஸ்ரீ பிரசன்ன யோக ஆஞ்சநேயருக்கு காய் கனிகளால் ஆன சிறப்பு அலங்காரம் செய்திருந்தனர். திரளான பக்தர்கள் கலந்து கொண்டு சாமி தரிசனம் செய்தனர்.

சென்னையில் முதல் குளிர்சாதன புறநகர் மின்சார ரயில் மக்கள் பயன்பாட்டுக்கு வந்தது.

சென்னை கடற்கரை – தாம்பரம் –செங்கல்பட்டு வழித்தடத்தில் ஏ.சி. மின்சார ரயில்கள் இயக்கப் படுகின்றன. சென்னையில் 12 பெட்டிகளுடன் ஏசி புறநகர் ரயில் தயாரிக்கும் பணிகள் முடிந்து சோதனை ஓட்டம் நடந்தது. சோதனை ஓட்டம் முடிந்த நிலையில் புறநகர் ஏ.சி. ரயில் மக்கள் பயன் பாட்டுக்கு வந்தது.

காலை 7 மணிக்கு சென்னை கடற்கரை – தாம்பரம் செங்கல்பட்டு வழித்தடத்தில் ரயில் இயக்கப்படுகிறது.

1,116 பேர் அமர்ந்தும், 3,796 பேர் நின்று செல்லும் வகையில் புறநகர் ஏ.சி. ரயில் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

குரோம்பேட்டை கிருஷ்ணா நகர் ஸ்ரீ ராம பக்த சமாஜத்தில் சீதா தேவி கல்யாணத்தை முன்னிட்டு பக்தர்களுக்கு பவித்ரா கேட்டரிங் சார்பாக அன்னதானம் வழங்கினார்கள் (படம்: விசு)

குரோம்பேட்டை சின்னத்திரை கலைஞர் விசு (புகைப்படக் கலைஞர்) வுக்கு நங்கநல்லூர் ஸ்ரீ சாய்ராம் ஹாலில் நடைபெற்ற இல்லதிரை நட்சத்திரங்கள் விருது வழங்கும் விழாவில் சின்னத்திரை நடிகர் மற்றும் எல்லோரும் செல்லமாக அழைக்கப்படும் குரோம்பேட்டை விசுவுக்கு இயக்குனர் எஸ்.பி முத்துராமன் விருது வழங்கி கௌரவித்த போது எடுத்த படம்.

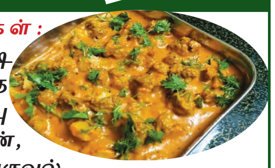
பாமக போல மதிமுகவிலும் மோதல்

மதிமுக பொதுச் செயலாளர் வைகோவின் மகன் துரை வைகோவுக்கு கட்சியின் முதன்மை செயலாளர் பதவி வழங்கப்பட்டதை தொடர்ந்து, கட்சியின் முக்கிய நிர்வாகிகள், மாவட்ட செயலாளர்கள் பலர் அதிருப்தியால் கட்சியில் இருந்து வெளியேறினர்.

இந்நிலையில், துரை வைகோ பொறுப்பேற்ற நாள் முதல் அவரது ஆதரவாளர்கள் மல்லை சத்யாவுக்கு எதிராக செயல்பட்டு வருவதாகவும், கட்சி நிகழ்ச்சிகளில் அவரது பெயரை பேனர், போஸ்டர்களில் பயன்படுத்தக் கூடாது என கட்டுப்பாடுகள் போட்டுள்ளதாகவும் கூறப்படுகிறது. துரை வைகோவுக்கும், மல்லை சத்யாவுக்கும் இடையே மோதல் முற்றியுள்ள நிலையில் இந்த அறிவிப்பு வெளியாகியுள்ளது

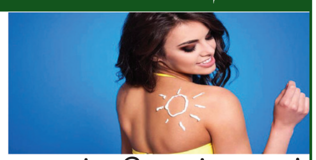
பம்மல் அன்னை தெரசா மாற்று திறனாளிகள் நலச்சங்கம் நடத்திய விஜய் நடிக்கும் நிகழ்ச்சியில் 104 மாற்றுத்திறனாளிகள் பங்கேற்று சிறப்பித்தார்கள். இந்த நிகழ்ச்சியில் சிறப்பு விருந்தினர்களாக சமூக ஆர்வலர் வி.சந்தானம், போலீஸ் கிருஷ்ணமூர்த்தி, ரங்காச்சாரி ஆகியோருக்கு மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு ஆற்றிவரும் சேவையை பாராட்டி விருது அளித்து பாராட்டப்பட்டது. பம்மல் சங்கர் நகர் பூங்காவில் நடந்த இந்த நிகழ்ச்சியில் 104 மாற்றுத்திறனாளிகள் கலந்து கொண்டு மரங்களுக்கான விதைகளை நட்டார்கள்.

வாழைக்காய் கிரேவி



தேவையான பொருட்கள்: வறுத்து அரைக்க: கட்டி பெருங்காயம் 1 துண்டு, காய்ந்த மிளகாய் 5, துவரம் பருப்பு 1/2டீஸ்பூன், தனியா 2 டீஸ்பூன், சோம்பு 1 டீஸ்பூன், தேங்காய் துருவல் 1 கைப்பிடி **குழம்பு செய்ய:** வாழைக்காய் 1, எண்ணெய் 2 டீஸ்பூன், கடுகு 1/2 டீஸ்பூன், சீரகம் 1/2 டீஸ்பூன், வெங்காயம் 1, தக்காளி 1, பெருங்காயத்தூள் 1/4 டீஸ்பூன், மஞ்சள் 1/4 டீஸ்பூன், இஞ்சி 1 துண்டு, பூண்டு 4 பற்கள், உப்பு தேவையான அளவு **செய்முறை:** முதலில் வறுத்து அரைக்க தயார் செய்துகொள்ளுங்கள். அதற்கு தேங்காய் துருவல் தவிர்த்து மற்ற அனைத்து பொருட்களையும் பொன்னிறமாக வறுத்துக் கொள்ளுங்கள். அரைக்கும்போது தேங்காய் துருவல் சேர்த்து விழுதாக அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அடுத்ததாக கடாய் வைத்து எண்ணெய் ஊற்றி காய்ந்ததும் கடுகு, சீரகம் சேர்த்து தாளியுங்கள். பின் வெங்காயம் சேர்த்து வதக்குங்கள். அதோடு நறுக்கிய இஞ்சி, பூண்டு சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள். கண்ணாடி பதம் வந்ததும் தக்காளி சேர்த்து வதக்குங்கள். பின் வாழைக்காய் துண்டுகளை சேர்த்து கிளறி வேக வையுங்கள். கொஞ்சம் வெந்ததும் அரைத்த விழுதை சேர்த்து போதுமான அளவு தண்ணீர் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள். பின் உப்பு சேர்த்து கொதிக்க வையுங்கள். நன்கு கொதித்து கெட்டியான பதம் வந்ததும் அடுப்பை அணைத்துவிடுங்கள். அவ்வளவுதான் வாழைக்காய் கிரேவி தயார்.

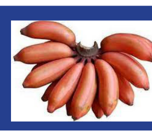
வெயிலால் ஏற்படும் கருமையை நீக்க



அழகான முகத்தில் திருஷ்டி போல் வெயிலில் ஏற்படும் கருமை இருக்கும். முகத்தின் கருமை நீங்கி தங்கத்தை போன்ற ஜொலிக்கும் சருமம் வேண்டுமா! அதையும் வீட்டில் இருந்தபடியே பெற்றிடலாம்.வீட்டிலிருக்கும் பொருட்களை வைத்தே உங்கள் அழகை மேலும் அழகாக்கி கொள்ளலாம்.

தேவையானப் பொருட்கள்: எலுமிச்சை சாறு 1 டேபிள் ஸ்பூன், சர்க்கரை 1 டேபிள் ஸ்பூன், தேன் அரை டீஸ்பூன். இது அத்தனையும் உங்க வீட்டு சமையலறை பொருட்கள்தான். இதுதான் உங்களை அழகாக்குகிறது.செய்முறை: ஒரு சுத்தமான பௌலில் மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ள அனைத்து பொருட்களையும் ஒன்றாக சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும். இப்போது ஸ்க்ரப் தயார். அதனை கைகளை உபயோகித்து முகத்தில் தடவி லேசாக தேய்க்க வேண்டும். அதன் பின்னர், முகத்தை தண்ணீர் மற்றும் பஞ்சு உபயோகித்து துடைத்திடவும்.இப்படி 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை தொடர்ந்து செய்து வந்தால், முகம் சும்மா பிரகாசமாக ஜொலிக்கும். மிருதுவாகவும் மாறிவிடும். ஒரு முறை செய்வதன் மூலம் நீங்களே வித்தியாசத்தை உணர்வீர்கள்.

தினமும் ஒரு செவ்வாழை சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் நன்மைகள்..!



1. உடல் எடையை கட்டுப்படுத்தும்: செவ்வாழைப்பழத்தில் மற்ற பழங்களை விட குறைவான கலோரி அளவு கொண்டுள்ளது. இதில் அதிகமான நார்ச் சத்து இருப்பதால், உடல் எடையை குறைக்க உதவுகிறது.

2. சிறுநீரக ஆரோக்கியம்: செவ்வாழைப் பழத்தில் அதிக அளவில் பொட்டா சியம் உள்ளது. இது சிறுநீரகத்தில் கற்கள் உருவாகாமல் தடுக்கும்.

3.சருமஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்கும்: செவ்வாழைப் பழம் சருமத்தில் உள்ள குருதி சுற்று இயக்கத்தை மேம்படுத்துகிறது. இதில் 75% நீர் மற்றும் ஆன்டி ஆக்ஸிடென்டுகள் உள்ளதால், சருமத்திற்கு தேவையான ஈரப்பதம் கிடைக்க உதவுகிறது.

4. ரத்தத்தை சுத்தி கரிக்கும்: செவ்வாழைப் பழத்தில் உள்ள வைட்டமின் B6, ரத்தத்தின் தரத்தை மேம்படுத்தி ஹீமோகுளோபின் அளவை அதிகரிக்கிறது.

5. தலைமுடிக்கு ஆரோக்கியம்: தலை முடியில் உள்ள பொடுகு மற்றும் வறட்சி குறைய, செவ்வாழைப் பழத்தை தேங்காய், எள் அல்லது பாதாம் எண்ணெய்யுடன் கலந்து தலையில் தேய்க்க லாம்.

சைக்கிள் ஓட்டுதல், ஓடுதல்: எந்த உடற்பயிற்சி சிறந்தது?

இன்றைய காலகட்டத்தில் சைக்கிள் ஓட்டுவது பற்றிய விழிப்புணர்வு அதிகரித்துள்ளது. ஜாக்கிங் போன்ற ஓட்டப்பயிற்சி மீது ஆர்வம் இல்லாதவர்கள் சைக்கிளிங் பயிற்சியை தேர்ந்தெடுக்கிறார்கள். இரண்டு பயிற்சிகளில் எது சிறந்தது? என்ற கேள்வியும் நிறைய பேரிடம் இருக்கிறது. இரண்டுமே ஏரோபிக் பயிற்சிகள்தான். ஆனால் ஓடுவது, சைக்கிள் ஓட்டுவதை விட அதிக கலோரிகளை எரிக்க உதவும். அதே வேளையில் தசைகளை கடினமாக்கிவிடும். உடல் வலி, தசை பிடிப்பு போன்ற பிரச்சினைகளால் அவதிப்படுபவர்கள் சைக்கிள் பயிற்சியை மேற்கொள்வதுதான் சிறந்தது. இரு பயிற்சிகளாலும் கிடைக்கும் நன்மைகள் குறித்து பார்ப்போம்.இதய ஆரோக்கியம்: கலோரிகள் எரிக்கப்படும்: எடை இழப்பு: சைக்கிள் ஓட்டுவது, ஓடுவது இரண்டும் ஏரோபிக் செயல்பாடுகள் என்பதால், அவை இரண்டுமே இதய ஆரோக்கியத்திற்கு நலம் சேர்க்கக்கூடியவை. இவ்விரு பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளும்போது உடல் முழுவதும் ரத்த ஓட்டம் அதிகரிக்கும். தினமும் தவறாமல் செய்து வரும்போது இதயத்திற்கு ரத்தத்தை திறம்பட 'பம்ப்' செய்யும். அதனால் இதயம் வலுப்படும். எனினும் இந்த பயிற்சிகளை ஒரு நாளைக்கு 60 நிமிடங்களுக்கு மேல் செய்யாதீர்கள். அளவுக்கு மீறி செய்வது இதய ஆரோக்கியத்திற்கு தீங்கு விளைவித்துவிடும். சைக்கிள் ஓட்டுவது மென்மையான பயிற்சி முறை. ஓடுவதுடன் ஒப்பிடும்போது தசை களுக்கு அதிக அழுத்தம் கொடுக்காது. ஓடுவதை விட அதிக நேரம் சைக்கிள் ஓட்டவும் முடியும். எனினும் ஓடுவதில்தான் அதிக கலோரிகள் எரிக்கப்படும். சைக்கிள் ஓட்டுதல், ஓடுதல் ஆகிய இரண்டு பயிற்சிகளையும் செய்து வந்தால் நிச்சயமாக அதிக கலோரிகளை சிரமமில்லாமல் எரிக்க முடியும். உடல் எடையை குறைப்பதற்கும், கலோரிக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு. கலோரிகளின் அளவை குறைப்பது முக்கியம். இந்த விஷயத்தில் ஓடுவதுதான் விரைவாக எடை குறைவதற்கு வழிவகுக்கும். சைக்கிள் ஓட்டுவதன் மூலம் எடையை குறைப்பதற்கு நீண்ட காலம் தேவைப்படும். அதே வேளையில் உடற்பயிற்சிகள் மட்டுமே எடையை குறைப்பதற்கு உதவாது. ஆரோக்கியமான உணவுப் பழக்கத்தை கடைப்பிடிப்பதும், சரியான நேரத்தில் தூங்குவதும் முக்கியம். தசை கட்டமைப்பு: இரண்டு பயிற்சிகளையும் ஒப்பிடும்போது சைக்கிள் ஓட்டுவது, இடுப்புக்கு கீழ் பகுதியில் உள்ள தசைகளை உருவாக்க, வலுப்படுத்த உதவும். ஓடும் விஷயத்தில் அனைத்து தசைகளும் ஒரே நேரத்தில் சீரான இயக்கத்தில் இருக்கும். உடலை வலிமையாக்க உதவும். ஆனால் சைக்கிள் ஓட்டும்போது கால் தசைகள்தான் அதிகமாக செயல்படும்.உடல்தசைகளை முழுமையாக கட்டமைக்க இரு பயிற்சிகளையும் மேற்கொள்வதுதான் சிறந்தது. ஓடுவது அதிக கலோரிகளை எரிக்க உதவும் என்றாலும் அதனுடன் சில எடை தூக்கும் பயிற்சிகளையும் மேற்கொள்ளலாம். அவை தசைகளை இறுகச் செய்யும். உடலில் உள்ள கொழுப்பின் அளவை குறைக்கும். உடலுக்கு வடிவமும் கொடுக்கும். சைக்கிள் ஓட்டுவது கால் தசைகளைத்தான் வலுப்படுத்தும். முழு உடல் தசைகளுக்கும் பலன் அளிக்காது.

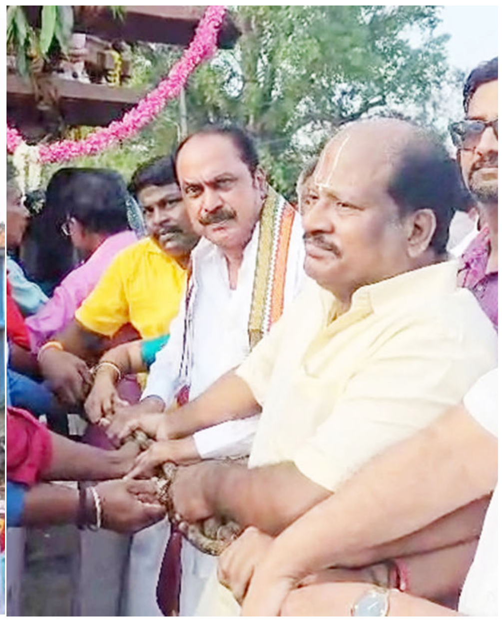
மீண்டும் கார் பந்தய விபத்தில் சிக்கிய நடிகர் அஜித்குமார்

நடிகர் அஜித் குமார் கார் பந்தயங்களில் கலந்து கொண்டு வருகிறார். வெளிநாட்டில் நடந்த இரண்டு கார் பந்தயத்தில் பங்கேற்றபோது விபத்தில் சிக்கினாலும் அதிர்ஷ்டவசமாக உயிர் தப்பினர். தற்போது மீண்டும் ஐரோப்பியன் கார்பந்தயத்தில் கலந்து கொண்டுள்ளார் அப்போது ஏற்பட்ட விபத்தில் நல்வாய்ப்பாய் காயம் எதுவும் ஏற்படாமல் தப்பினார்

VISHNUSRI HOMES
☑ Ind. House Plan
☑ Flat Renovation
☑ Expansion
☑ Modular Kitchen
☑ Sump & Compound Wall
73972 32365
94456 80095

NETLON
SAI SRI DHARSHINI ENTERPRISES
Plot No:10, Door.13, Mageshwari Nagar, 3rd Street, Hasthinapuram, Chennai - 600 064.
SAINT-GOBAIN
MOSQUITO NET
PROPRIETOR M.VENKATESH, B.COM.,
97103 55252 / 86109 10731

UMESH PAINTING SOLUTIONS
We Are Doing All Types Of PAINTING WORKS
❖ Interior wall painting
❖ Exterior wall painting
❖ Trusted wall design work
❖ Kids room painting
❖ Interior wall design work
❖ Open terrace weather coatings
87787 91653



திருநீர்மலையில் இந்த ஆண்டு சித்திரை திருவிழாவில் எட்டாம் நாளான இன்று தேரோட்டத்தை பல்லாவரம் சட்டமன்ற உறுப்பினர் இ.கருணாநிதி, தாம்பரம் மாநகராட்சி துணை மேயர் ஜி.காமராஜ் ஆகியோர் பக்தர்களுடன் வடம் பிடித்து தேரை இழுத்தனர். முக்கிய மாட வீதிகள் வழியாக உலா வந்ந தேர் கோவிலில் நிலையில் வந்தடைந்தது.

குரோம்பேட்டை புருஷோத்தமன் நகர் சி.இ.எஸ். பள்ளியில் புதிய வகுப்பறை கட்டிடத்தை பல்லாவரம் சட்டமன்ற உறுப்பினர் இ. கருணாநிதி மற்றும் லயன் மாவட்ட ஆளுநர் ஏ.டி.ரவிச்சந்திர ஆதித்தன் திறந்து வைத்த போது எடுத்த படம் அருகில் தொழிலதிபர் எம். ஜெயபால், இ .ராஜமாணிக்கம், ஆர் ராதாகிருஷ்ணன், கவர்னர்பி.ஏ செல்வகுமார் மற்றும் லயன் நிர்வாகிகள் உள்ளனர்.

குரோம்பேட்டை நேரு நகர் குமரன் குன்றத்தில் பங்குனி உத்திரத்தை முன்னிட்டு பவித்ரா கேட்டரிங் சார்பாக பக்தர்களுக்கு அன்னதானம் வழங்கிய போது எடுத்த படம். (படம்: விசு)

சிட்லபாக்கத்தில் ரூபாய் 10 லட்சத்துடன் எரிந்த ஏடிஎம் எந்திரம். பணம் தப்புமா?

சிட்லபாக்கம் அண்ணா தெருவில் எச்.டி.எப்.சி ஏ.டி.எம் செயல்பட்டது, பகல் நேரத்தில் 10 லட்சம் ரூபாய் அந்த ஏ.டி.எம் இல் அடுக்கி வைக்கப்பட்டது.

அப்போது, சிசிடிவி பழுது பார்க்க பிரகாஷ் என்பவர் வந்துள்ளார், அப்போது அறையில் இருந்த ஏ.சி மிஷின் தீபற்றியுள்ளது, உடனடியாக தீயணைப்பு துறைக்கு தகவல் அளிக்கப்பட்டது.

தீயணைப்பு வாகனத்தில் வந்த வீரர்கள் தீயை கட்டுப் படுத்தினார்கள். ஆனாலும் அந்த ஏ.டி.எம் இயந்திரமும் அறை முழுவதும் எரிந்த நிலையில் காணப்பட்டது, அந்த இயந்திரத்தில் 8 லட்சத்து 35 ஆயிரம் பணம்இருக்கவேண்டும் பணம் எரிந்துவிட வாய்ப்பு இல்லை என வங்கி தரப்பில் கூறப் பட்டாலும் அதனை திறக்க 4 அதிகாரிகள் நேரில் இருக்க வேண் டும்.எரிந்த ஏ.டி.எம் இயந்திரத்தில் இருந்த பணம் தப்புமா என்ற பரபரப்பு ஏற்பட்டு உள்ளது.

விபத்தில் சிக்கிய நடிகரின் கார்

சென்னை கத்திப்பாரா பகுதியில் நடிகர் பாபி சிம்ஹாவின் கார் விபத்தில் சிக்கியது. காரின் முன் பகுதி அப்பளம் போல் நொறுங்கி காணப்பட்டது. இதில் அந்த வழியாக பயணம் செய்த மூன்று பேர் காயமடைந்தனர். ஆறு வாகனங்கள் சேதமடைந் தன. இதைப்பற்றி போலீசார் விசாரித்ததில் பாபி சிம்ஹாவின் கார் ஓட்டுனர் மது போதையில் காரை ஓட்டியதாகவும் அதனால் இந்த விபத்து ஏற்பட்டதாகவும் தெரிய வந்தது.

Published by K.MURUGANANTHAM Plot No:4/7, Padmanaban Nagar, Karumariamman Kovil First Street, Chrompet - 600 044. Printed by him B.Ashok kumar at RATHNA OFFSET PRINTERS, No:40, Peter's Road, Royapettah, Ch- 14. Editor: K.MURUGANANTHAM. RNI No. TNBIL / 2013 / 48725