WANTED
DTP OPERATOR
Experience: 1 year
Coreldraw
Indesign
Photoshop
Good Salary
Timings: 10 Am to 6.30 Pm
Mail Your Resume
gstroadnews@gmail.com
89395 26999

GST ROAD NEWS

Email:gstroadnews@gmail.com
TAMBARAM
Weekly News Paper
www.gstroadnews.com
Chitlapakkam, Tambaram West, Tambaram East, Sanitorium, Kadapperi, Venkatraman Nagar, Nehru Nagar, Mahalakshmi Nagar, Servamangala Nagar
Vol: 13 Issue - 3 | 27 Apr 2025 - 03 May 2025 | 4 Pages - Free Circulation | Ct: 99628 80902

WANTED
@ CHITLAPAKKAM
WOMEN CANDIDATES
CADD 2 D DRAWING
WORK EXPERIENCE IN
ARCHITECT FIELD
AND DRIVERS
FOR CHITLAPAKKAM OFFICE
99401 96070

WALK IN INTERVIEW
We are one of the Leading Logistics Service Providers for Indian Companies & MNC's.We require, WAREHOUSE STAFF'S FOR OUR WAREHOUSE operations at chennai.Only Male Candidates (8th / 10th passed) able to read and Write Age Not More than 30 Years Apply/ Walk-In-Interview on 29.04.2025 (Tuesday)Bet :10 am to 12 Noon at
PUSHPAM LOGISTICS PVT LTD
No -17, ThiruneermalaiRoad ,Nagalkeni , Chrompet, Chennai – 600 044(Opposite to New Bharat Petrol Pump)
Mail Id – Kannan@pushpamgroup.com 9952966972

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

FLATS FOR SALE
@ CHROMPET
THIRUMALAI NAGAR
NISHAN APARTMENT

5th STREET
NR. ZION SCHOOL
2 BHK 960 Sqft
3 BHK 1200 Sqft
Lift/CCP/CCTV/ VIDEO DOOR PHONE
AS PER VASTHU / 24 HRS WATER
NISHAN CONSTRUCTION 98409 84126

FLATS FOR SALE
@ HASTHINAPURAM
ELANGOVAN STREET
NR.HASTHINAPURAM BUS STAND

Ground Floor
2 BHK - 768 sqft
1st Floor
3 BHK - 1100 sqft
2nd Floor
3 BHK - 1100 sqft
✓CCP ✓As Per Vasthu ✓Loan Arranged
9790878747 / 6383495715

EXCELLENCE 40 YEARS IN SERVICE
SCS Kindergarten school
ADMISSIONS OPEN-2025
Pre-KG, LKG, UKG
Montessori-1, 2 & 3
OUR CURRICULUM
Futuristic Approach | Emotional Attachment
Psychomotor Development | Social Attachment
Emotional Awareness | Environmental Ethics

LEARN, PLAY, EXPLORE
✓Art & Creativity
✓Science Exploration
✓Social & Learning
✓Literacy & Numeracy
✓Physical Education
✓Bilingual Education
Google Reviews 4.4 313 reviews
9514936680
9282438103
Wide coverage of van service available
#15 Ranganathan street, Nehru Nagar, Chrompet, Chennai-44

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

அட்சய திருதியையும்.. வழிபாடுகளும்..

★ வாழ்க்கைக்கு அத்தியா வசியமான செல்வத்தை பெற, மகாலட்சுமி வழிபாட்டை நம் முன்னோர்கள் ஏற்படுத்தி யிருக்கிறார்கள். அதே நேரம் மகாலட்சுமியை வழிபடுவதற்கும் சிறப்பான நாளாக, சித்திரை மாதம் அமாவாசைக்குப் பிறகு வரும் வளர்பிறை திருதியை திதியை தேர்வு செய்து வைத்துள் ளனர். இந்த திருதியை 'அட்சய திருதியை' என்று அழைக்கப்படுகிறது.

★ திதிகளில் சிறப்புமிக்க தான பவுர்ணமி, அமாவாசை, சதுர்த்தி, ஏகாதசி போன்று, சித்திரை மாத வளர்பிறையில் வரும் திருதியையும் இணைந் திருக்கிறது. வாழ்விற்குத் தேவையான செல்வத்தை வழங்கும் சிறப்புமிக்க நாள் இதுவாகும்.

★ யுகங்களில் முதல் யுகமான கிருதயுகம் தோன்றி யது இந்நாளில்தான் என் றும், பிரம்மன் பூமியைத் தோற்றுவித்ததும், பரசுராமர் அவதாரம் நிகழ்ந்ததும், பகீரதன் கடும் தவம் செய்து ஆகாயத்தில் இருந்து கங்கையை பூமிக்கு கொண்டு வந்ததும், முதல் தெய்வமான ஈஸ்வரனுக்கு, அன்னை பார்வதி தேவி தன் கையில் இருக்கும் அட்சயப் பாத்திரத்தில் இருந்து உணவளித்ததும் இந்த நாளில் தான் என்று புராணங்கள் தெரிவிக்கின்றன.

★ 'சயம்' என்றால் 'தேய்தல்' அல்லது 'குறைதல்' என்பது பொருள். 'அட்சயம்' என்றால் 'குறைவில்லாதது, அள்ள அள்ளக் குறையாதது' என்று அர்த்தம். பஞ்ச பாண்டவர் களுக்கு, சூரியனால் வழங்கப் பட்ட அட்சயப் பாத்திரத்தில் எடுக்க எடுக்க குறையாத உணவு கிடைப்பது போன்று, அட்சயதிருதியை நன்னாளில் மகாலட்சுமியை வணங்கினால் குறையாத செல்வங்களைப் பெறலாம் என்பது ஐதீகம்.

★ அட்சய திருதியை நாளில்தான், திருப்பதி வெங்கடாசலபதி தன் திருமணத்துக்காககுபேரனிடம் கடன் பெற்றதாகவும், குபேர னும் இதே நன்னாளில் மகா லட்சுமியை மனதார வேண்டி தனது செல்வத்தை என்றும் குறையாமல் பெருக்கிக் கொள்வதாகவும் ஐதீகம். எனவே அட்சய திருதியை நாளில், குபேர லட்சுமி பூஜை செய்வது சிறப்புக்குரியது. அதோடு பொன், பொருள் வாங்குவது, அலுவலக கணக்குகள், தொழில் சார்ந்த புத்தகங்களை பூஜையில் வைத்து வழிபடுவதும் சிறப்பு.

★ சாதாரண உப்பி லும், அரிசி போன்ற தானியங் களிலும், மஞ்சள் போன்ற மங்கலப் பொருட்களிலும் மகா லட்சுமி வாசம் செய்கிறாள். எனவே அட்சய திருதியை தினத்தில் உப்பு, தானியம் அல்லது மஞ்சளை வாங்கி

வீட்டில் வைக்கலாம். நல்ல எண்ணங்களோடு நல்ல செயல்களும் உள்ள இடத்தில் மகாலட்சுமியின் அருள் நிச்சயம் இருக்கும்.

★ அட்சய திருதியை அன்று செய்யப்படும் சத்ய நாராயண பூஜை, அனைத்து செல்வங்களையும் தங்கு தடையின்றி அருளும். பூஜை அறையில் கோலமிட்டு அதன்மேல் ஒரு மனைப் பலகையில் நுனி வாழை போட வேண்டும். அந்த இலையின் நடுவில் முனை முறியாத பச்சரிசியைப் பரப்பி, அதன்மேல் ஒரு செம்பில் தூயநீரை நிரப்பி, மாவிலை மற்றும் மஞ்சள் தடவிய தேங்காய் வைத்து, அம்பிகை குடிகொள்ளும் கலசமாக மாற்ற வேண்டும். கலசத்தை பூக்களால் அலங்கரிக்க வேண்டும். இலையின் வலப்புறம் மஞ் சளால் பிடித்த பிள்ளையாரை வைக்கவேண்டும். கலசத்தின் அருகே நெல் நிறைத்து வைத்து ஐந்துமுக குத்துவிளக்கேற்றி லட்சுமி நாராயணர் படம் வைத்து, நைவேத்தியம் படைத்து, தீப தூபம் காட்டி வழிபாடு செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதன் மூலம் லட்சுமியின் அருள் முழுமை யாக கிடைக்கும் என்பது ஐதீகம்.

★ அட்சய திருதியை நாளில், மகாலட்சுமியை மனதார வணங்கி, ஆதரவற்ற ஏழைகளுக்கு தேவைப்படும் பொருட்களை வாங்கித்தந்து அவர்களை மகிழ்விக்கலாம். தானங்களில் சிறந்த அன்ன தானம், வஸ்திர (உடை) தானம் போன்றவற்றை செய்வதோடு, கல்வி பயில வசதியின்றித் தவிக்கும் பிள்ளைகளுக்கு உதவுவதும் உங்களுக்கு புண்ணியத்தைப் பெற்றுத் தரும். அதோடு இந்த நாளில் புதிய செயல்களை தொடங்குவது, வீடு, நிலம் போன்ற விலை மதிப்பற்ற பொருட்களை வாங்குவது, மரக்கன்றுகள் நடுவது, முதியோர் இல்லங்களுக்கு உதவுவது, இயலாதவர்களுக்கு சேவை செய்வது போன்ற வற்றை மனம் உவந்து செய் தால், நம் வாழ்வில் வளங்கள் பெருகும்.

★ 'அட்சயம்' என்றால் அளவில்லாதது என்பதால், அட்சய திருதியை நாளில் மட்டுமல்லாது, மற்ற தினங்களிலும் கூட, அளவற்ற அன்புடனும் முயற்சியுடனும் நாம் காரியங்களைச் செய்து வந்தால், அளவில்லாத வெற்றியும், அனைத்து செல்வங்களும் அன்னையின் அருளால் நம்மைத் தேடி வரும்.

CLASSIFIEDS

FLAT RESALE

FLAT FOR RESALE
@ CHROMPET
KRISHNA NAGAR
3 BHK - 1228 Sqft
UDS - 531 Sqft, 2ND FLOOR
4.5 YEARS OLD
80722 30451

FLAT FOR RESALE
@CHROMPET RADHA NAGAR
Nr RAILWAY STATION
700 Sqft 30L
700Sqft 35L
750Sqft 36L
99620 03409

FLAT FOR RESALE
@CHROMPET
BADMANABA NAGAR
Nr.KARUMARI AMMAN TEMBLE
2 BHK -830 Sqft
UDS -438 Sqft
2rd Floor , CCP
30 FT ROAD E-FACING
6 YEARS OLD
8778864431 / 9789052332

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

LAND SALE

LAND FOR SALE
@CHROMPET
MAHESWARI NAGAR 1ST STREET
Nr, HASTHINAPURAM BUS STAND
LAND 1400 Sqft.,
BUILD UP 1,100 EAST FACING
94450 46666

TAMBARAM WEST
NEAR CTO COLONY
1400 Sq.ft
APPROVED PLOT
PRICE RS.3500 PER SQ FT
ON 30 FEET ROAD
98410 37438

INDEPENDENT HOUSE

INDEPENDENT HOUSE FOR SALE
@ CHROMPET, NEMILICHERRY
2000 Sqft,
EAST FACING, GF / FF
2 CAR PARKING SPACE AVAILABLE
SOLAR POWER INSTALLED
95001 96316

HOUSE FOR SALE
@CHITLAPAKKAM
1.80cr
@HASTINAPURAM
1.25cr
SAM REALTY
9840036137

நம் வீடுகளுக்குள் லட்சுமியை அழைத்து வருவதற்கான சில எளிய வழிமுறைகள்

ஒவ்வொருவரும் நம் வீட்டில் லட்சுமி குடியிருந்து, எப்போதும் பண வரவு திருப்திகரமாக இருக்க வேண்டும் என நினைப்பது இயல்பான ஒன்றாகும். லட்சுமி கடாட்சம் என்றும் நம் வீட்டில் நிலைத்து இருக்க நம் முன்னோர்கள் கூறிய வழிமுறைகளை பற்றி பார்ப்போம். ஒரு சிறிய மண்கலசம் (மூடியுடன்) எடுத்து அதில் சிறிது உப்பு, சர்க்கரை, பச்சரிசி, புளி, பருப்பு, நவ தானியம், புனுகு, குங்குமப்பூ, கஸ்தூரி, ஜவ்வாது, ஐம்பொன் (சிறிய அளவு), சிறிய வலம்புரி சங்கு, வெற்றிலை பாக்கு போன்றவற்றை வியாழக்கிழமையே வாங்கி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். வெள்ளிக்கிழமை காலை 6 மணி முதல் 7 மணிக்குள் மேற்கூறிய அனைத்து பொருட் களையும் கலசத்தில் இட்டு, மண் கலசத்திற்கு விபூதியிட்டு சந்த னம், குங்குமம் வைத்து பூஜை அறையில் வைக்க வேண்டும். பின்னர் மகாலட்சுமியை மனதார வேண்டி 'தாயே நீ என்றும் என்குடும்பத்தில் இருந்து அருளவேண்டும்' என பிரார்த்தனை செய்து விட்டு தூப, தீபம் காட்டி 'ஓம் தன தான்ய லட்சுமியை வசி வசி வசியை நமஹ' என்ற மந்திரத்தை 108

முறை கூறி, பின் கலசத்தை மூடி பூஜையறையில் வைக்க வேண்டும். வெள்ளிக்கிழமை தோறும் இந்த வழிபாட்டை மேற்கொள்ளலாம். நம் வீடுகளுக்குள் லட்சுமியை அழைத்து வருவதற்கான சில எளிய வழிமுறைகள்:* எந்த வீட்டில் பெண்கள் கவுரவமாக நடத்தப்படுகிறார்களோ, எந்த வீட்டில் பெண்கள் சிரித்துக் கொண்டு சந்தோஷமாக இருக்கிறார்களோ அங்கு திருமகள் குடியேறுவாள்.* வீட்டுக்கு வரும் சுமங்கலி பெண்களுக்கு குங்குமமும், தண்ணீரும் வழங்க வேண்டும். அவர்களுக்கு மஞ்சள் கிழங்கு கொடுப்பதால் பல ஜென்மங்களில் செய்த பாவங்கள் விலகி சகல சவுபாக்கியங்களும், பொருளும், சந்தோஷமும் பெருகும்.* இல்லம் தோறும், காலை வேளைகளில் வெங்கடேச சுப்ரபாதமும், மாலை வேளைகளில் விஷ்ணு சஹஸ்ர நாமமும் ஒலிப்பது அவசியம். அந்த வீடுகளில் செல்வச் செழிப்பு தாமாகவே வந்துவிடும்.* சுமங்கலிகள், பூரண கும்பம், மஞ்சள், குங்குமம், திருமண், சூர்ணம், கோலம், சந்தனம், வாழை, மாவிலைத் தோரணம், வெற்றிலை, திருவிளக்கு, யானை, பசு, கண்ணாடி, உள்ளங்கை, தீபம் இவை அனைத்தும் லட்சுமிக்கு மிகவும் பிடித்தவை.* ஊனமுற்றவர்களுக்கோ, ஏழை மாணவர்களுக்கோ முடிந்த தர்மத்தை செய்யுங்கள்.* எந்த வீட்டில் சாப்பாட்டிற்கு ருசியாக ஊறுகாய் இருக்கிறதோ, அந்த வீட்டில் தரித்திரம் இருக்காது. எனவே உங்கள் வீட்டில் எப்போதும் பலவித ஊறுகாய்கள் குறைவின்றி இருக்கட்டும். (ஊறுகாய் குபேரனுக்கு மிகவும் பிடித்த உணவு)* வீட்டில் நெல்லி மரம் இருந்தால் லட்சுமி கடாட்சம் பெருகும். விஷ்ணு வின் அம்சமாக நெல்லிமரம் திகழ்வதால் நெல்லி மரத்தில் மகாலட்சுமி வாசம் செய்கிறாள். நெல்லிக்கனிக்கு ஹரிபலம் என்ற பெயரும் உண்டு. லட்சுமி குபேரருக்கு உரிய மரமாகவும் நெல்லி மரம் திகழ்கிறது. நெல்லி மரம் இருக்கும் வீட்டில் தெய்வீக அருள் நிறைந்திருக்கும். எவ்வித தீய சக்திகளும் அணுகாது.* சர்ச்சை செய்யாத, சண்டையிடாத பெண்கள் வாழும் இல்லங்களில் மகாலட்சுமி வாசம் செய்கிறாள். இரக்க குணம் உடையவர்களுக்கு தெய்வம் உதவி புரியும். அன்பு உள்ளம் கொண்டவர்களுக்கு உலகம் தலை வணங்கும்.* செல்வம் நிலைத்து நிற்க, நமது வீடுகளில் சங்கு, நெல்லிக்காய், பசு சாணம், கோமியம், தாமரைப்பூக்கள், சுத்தமான ஆடைகள் வீட்டில் இருப்பது சுபம்.* காலை எழுந்தவுடன் தனது உள்ளங்கைகள், பசு, கோவில் கோபுரம், இறைவனின் திருவுருவப் படம் இவற்றை பார்க்க வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதன் மூலம் எப்போதும் வீட்டில் லட்சுமி கடாட்சம் நிறைந்திருக்கும்.

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

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

FLAT RENTAL

FLAT FOR RENTAL
@CHROMEPET
NEW COLONY 6TH CROSS ST,
2BHK,GF
SINGLE BATHROOM
WITH CAR PARKING

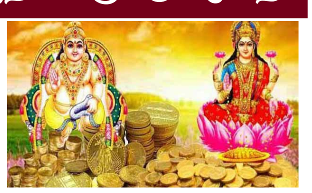
HOUSE FOR RENT
@PAMMAL,VOC NAGAR
2 BHK FIRST FLR
8838441915 / 6379891105

உங்கள் வீட்டை உடனே வாடகைக்கு விட வேண்டுமா?
GST ROAD NEWS-ல்
விளம்பரம் செய்ய 2 x 4cm Rs. 300/- (Colour) மட்டுமே
044 - 22236399 / 89395 26999

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.

அட்சய திருதியை விரதம் இருக்கும் முறை

அட்சய திருதியை தினத்தில் அதிகாலை எழுந்து நீராடி, பூஜை அறையில் கோலமிட வேண்டும். லட்சுமி நாராயணன், சிவசக்தி, அன்னபூரணி, குபேரன் படங்கள் வைத்து, சந்தனம், குங்குமம் இட்டு மாலையிட வேண்டும். அந்தப் படங்களின் முன்பு குத்துவிளக்கு, காமாட்சி விளக்கு ஏற்றி வைக்க வேண்டும்.பூஜை அறையில் போடப் பட்ட கோலத்தின் மீது பலகை வைத்து, அதன் மீதும் கோலம் போட வேண்டும். ஒரு சொம்பில் அரிசி, மஞ்சள், நாணயம், சிறிய நகைகளை போட வேண்டும். பின்னர் அந்த சொம்பில் நீர் நிரப்பி, அதற்கு சந்தனம், குங்குமம்



இட வேண்டும். பின்னர் சொம்பின் மேல் தேங்காய் வைத்து, அதைச் சுற்றிலும் மாவிலையை வைத்து கலசமாக தயார் செய்து பலகையில் வைக்க வேண்டும்.

பிறகு கும்பத்தின் முன்பு நுனி வாழை இலையில் அரிசியை பரப்பி, அதன் மீது விளக்கு ஏற்றிவைக்க வேண்டும். அதன் அருகில் மஞ்சள் பிள்ளையார் பிடித்து, அதற்கு குங்குமம் இட்டு பூ போட வேண்டும். மேலும் பொன் மற்றும் புதியதாக வாங்கிய பொருட்களை கலசத்திற்கு அருகில் வைத்து தீபாராதனை காட்டி வழிபட வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதால் அளவற்ற பலன் கிடைக்கும் என்பது ஐதீகம்.

அட்சய திருதியை நாளில் குலதெய்வ வழிபாடு செய்வ தும் முக்கியமானது. தயிர் சாதம் தானம் செய்தால் ஆயுள் கூடும். இனிப்பு பொருள் தானம் செய்தால் திருமணத் தடை நீங்கும். உணவு தானியம் அளித்தால் அகால மரணத்தைத் தடுக்க லாம். கால்நடைகளை தானமாக வழங்கினால், வாழ்வு வளம் பெறும். மூதா தையர்களுக்கு தர்ப்பணம் செய்தால், பாவ விமோசனம் கிடைக்கும். ஏழைகளுக்கு தயிர்சாதம் தருவது, 11 தலைமுறைக்கு குறையில்லா அன்பை கிடைக்கச் செய்யும்.

நன்மை பயக்கும் தானங்கள்

கீழே பட்டியலிடப் பட்டுள்ள 7 வகையான தாங் கள் சிறப்புப் பலன்களை கொடுக்கின்றன. இவை பல தலைமுறைகள் காக்கும் என நம்பப்படுகிறது.

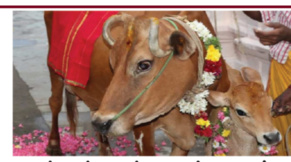
அன்னதானம்: தானங் களில் சிறந்தது அன்னதானம். தானியங்களை தானம் செய்வதால் லட்சுமி மற்றும் அன்னை அன்னபூரணி இருவ ருக்குமே ஆசிகள் கிடைக்கும் என்பது மத நம்பிக்கை. அனைத்து விருப்பங்களும் நிறைவேறும்.

வெல்லம்: வெல்லம் தானம் செய்வதால் வறுமை நீங்கி, தொண்டு செய்ய வழி திறக்கும். மறுபுறம் வெல்லம் தானம் செய்வது மகிழ்ச்சியை அதிகரிக்கும் என்று நம்பப்படுகிறது.

எள் தானம்: அமாவாசை அன்று எள் தானம் செய்வதன் சிறப்பு ஜோதிடத்தில் குறிப் பிடப்பட்டுள்ளது. குறிப்பாக ஷ்ராத்தம் அல்லது ஒருவரின் மரணத்தின் போது கருப்பு எள்ளை தானம் செய்வதால், பல பிரச்சனைகள் மற்றும் பேரழிவுகளில் இருந்து ஒருவரை பாதுகாக்க முடியும்.

ஆடை: ஏழை எளியோருக்கு புதிய சுத்தமான ஆடைகளை தானம் செய்வதால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். உங்கள் பணியில் வரும் தடைகள் அனைத்தும் நீங்கும். ஜாதக ரீதியிலான பல தோஷங்களும் நீங்கும்.

உப்பு தானம்: உப்பை தானம் செய்வதும் மிகவும் சிறப்பு. சிரார்த்தத்தின் போது உப்பு தானம் செய்வதால்,



பலன்கள் பன்மடங்காகும்

நெய் தானம்: நெய் தானம் சிறப்பு முக்கியத் துவம் வாய்ந்தது. ஜோதிட சாஸ்திரப்படி, தேவைப் படுபவர்களுக்கு பசு நெய்யை தானம் செய்வது சுப பலன் களை கொடுக்கும். இது குடும்ப உறுப்பினர்களின் முன்னேற்றத்திற்கான வழி திறக்கிறது.

கோ தானம்: இந்து தர்மத் தில் கோ தானம் என்னும் பசு தானம் மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது. எந்த ஒரு சுப திதியிலும் பசுவை தானம் செய்வது பல பிறவிகளுக்கும் பல தலைமுறைகளுக்கும் நன்மை பயக்கும்.

பாகிஸ்தானியர்களை வெளியேற்ற கெடு விதித்தது மத்திய அரசு.

பாகிஸ்தானியர்களை வெளியேற்ற கெடு விதித்தது மத்திய அரசு. இந்தியாவிலிருந்து பாகிஸ்தானியர்களை வெளியேற்ற கெடு மாநில அரசுகளுக்கு மத்திய உள்துறை அமைச்சகம் கடிதம்.சார்க் விசாவை வைத்திருப்போரை நாளை மறுதினத்துக்குள் வெளியேற்ற வேண்டும். விசா ஆன் அரைவல், வணிக விசா, மாணவர் விசா வைத்திருப்போர் நாளைக்குள் வெளியேற வேண்டும். மருத்துவ விசாவை வைத்திருப்போருக்கு 29ஆம் தேதி வரை கெடு புதிதாக விசா வழங்கப்படாது.

அதிமுக கூட்டணியில் புதிய கட்சிகள்

அதிமுக பாரதிய ஜனதாவுடன் சேர்ந்து கூட்டணி அமைத்துள்ளது.

தற்போது இந்த கூட்டணியில் மேலும் சில கட்சிகள் சேரும் என்று எடப்பாடி பழனிச்சாமி அறிவித்துள்ளார்.

அதிமுக மாவட்ட செயலாளர்கள் கூட்டத்தில் அவர் இந்த தகவலை வெளியிட்டார்.

5 திமுக அமைச்சர்களுக்கு சிக்கல்

திமுகவில் அமைச்சர்கள் துரைமுருகன் ,நேரு, செந்தில் பாலாஜி எம் ஆர் கே பன்னீர்செல்வம், பொன்முடி ஆகியோர் மீது உச்சநீதிமன்றத்தில் வழக்குகள் இருப்பதால் ஐந்து பேர் பதவிக்கும் சிக்கல் ஏற்பட்டுள்ளது

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

தங்கம் விலை உயர காரணம் என்ன?

இந்திய ரிசர்வ் வங்கி கடந்த 3 மாதங்களில் 52.5 டன் தங்கத்தை வாங்கி உள்ளது.. இப்போது ரிசர்வ் வங்கியில் மொத்த தங்கம் இருப்பு 850 டன்னை தாண்டி விட்டது. தங்கம் விலை உயர்வுக்கு இதுவும் ஒரு காரணம்.

நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அளிக்கும் வெள்ளை பட்டாணி சுண்டல்

பச்சை அல்லது வெள்ளை பட்டாணி ஒரு கப்இஞ்சி பச்சை மிளகாய் அரைத்த விழுதுகடுகு ஒரு தேக்கரண்டிகறிவேப்பிலை ஒரு கொத்துபெருங்காயப்பொடி ஒரு சிட்டிகைஉப்பு தேவைக்கேற்பமாங்காய் (பொடியாக நறுக்கினது) 2 மேசைக்கரண்டி

செய்முறை: பச்சை பட்டாணியை குறிப்பில் உள்ள முறையில் ஊற வைத்து எடுத்து, ப்ரஷர் பானில் ஒரு விசில் வரை வேக வைத்து, வடித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். பயறில் இஞ்சி பச்சை மிளகாய் விழுதைச் சிறிது நேரம் பிசறி வைக்கவும்.

வாணலியில் தாளிக்க எண்ணெய் விட்டு, கடுகு, பெருங்காயப் பொடி போட்டுத் தாளித்து, பிசறி வைத்திருக்கும் பயறையும், உப்பையும் போட்டு கிளறி இறக்கவும். இறக்கினவுடன் மாங்காயையும், கொத்தமல்லியையும் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

கடலைப்பருப்பு, பாசிப்பருப்பு முதலியவற்றைத் தவிர மற்ற பயறுகள் அனைத்தையும், ஒரு கப் பயறுக்கு அரை தேக்கரண்டி சமையல் சோடா என்ற அளவில் போட்டு குறைந்தது 10 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். வேக வைப்பதற்கு முன்பு, நன்கு சோடா போகக் கழுவி விட்டு, பயறு மூழ்கும் அளவிற்கு தண்ணீர் விட்டு ப்ரஷர் குக்கரில் வேகவிடவும்.

ஒரு அங்குல இஞ்சித்துண்டு, 4 பச்சை மிளகாய் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து விழுதாக அரைத்து வெந்த பயற்றில் சிறிது நேரம் பிசறி வைத்து விட்டுத் தாளித்துக் கிளறினால், வாயு உபத்திரவம் இருக்காது. ருசியாகவும் இருக்கும்.

ஆட்கள் தேவை
சிட்லபாக்கத்தில் உள்ள
SPARE PARTS கடைக்கு
10th+2 படித்த
ஆட்கள் தேவை
நல்ல சம்பளம்
91715 67646

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

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

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

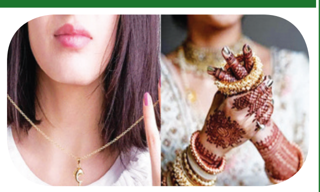
SRINIVASAN CHESS ACADEMY
(Affiliated to Chengalpattu District Chess Association)
SUMMER CHESS COACHING
Commence between April and May 2025
Beginner to Advanced Levels
Expert Coaching & Strategies
For All Ages & Levels
Interactive & Practical Learning
Opening, Defence & Gambit / Brain-Boosting Tactics / Endgame Mastery / Puzzle Solving
Summer camps are a great way for kids to make new friends, gain confidence, and develop new skills
CALL NOW: +91 9940539737, COACH - GANGADHAR
No.43/22, Block A F2, Guru Flats, Nehru Nagar Chromepet, Chennai 600044

கோடை காலத்தில் எவ்வளவு தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும்

கோடை காலத்தில் வெப்ப தாக்கத்தை சமாளிப்பதற்கு வழக்கத்தை விட தண்ணீர் அதிகம் பருக வேண்டியிருக்கும். மழைக்காலம் தொடங்கியதும் பருகும் தண்ணீரின் அளவு படிப்படியாக குறையத் தொடங்கும்.உடலில்நீர்ச்சத்து அளவை சீராக பராமரிக்க எல்லா பருவகாலநிலையிலும் போதுமான அளவு தண்ணீர் பருக வேண்டியது அவசியமானது.தண்ணீர் பருகும் அளவையோ, திரவ உணவுகளை உட்கொள்வதையோ குறைத்தால்உடலில்நீர்ச்சத்து குறைபாடு ஏற்பட்டு பல்வேறு சிக்கல்களை எதிர்கொள்ள நேரிடும். ஒருசில அறிகுறிகள் மூலம் உடலில் நீர்ச்சத்து குறைவாக இருப்பதை அறிந்து கொள்ள முடியும். சிலருக்கு உடலில் இருந்து அதிகமாக வியர்வை வெளியேறும். அப்படி வியர்ப்பவர்களுக்குத்தான் உடல் வறட்சி ஏற்படும் என்று பலரும் நினைக்கிறார்கள். ஒருவருக்கு திடீரென்று உடலில் வறட்சி ஏற்பட்டால் அவரது உடலில் நீர்ச்சத்து மிகவும் குறைவாக உள்ளது என்று அர்த்தம். உடல் வறட்சி காரணமாக சிலருக்கு தலைச்சுற்றல் ஏற்படும்.நீர்ச்சத்து குறைவாக இருந்தால் வாயில் போதுமான அளவு உமிழ் நீர் சுரக்காது. அப்படி உமிழ் நீர் அளவு குறைந்துபோனால் வாயில் பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சி அதிகரிக்கும். அதனால் வாய் துர்நாற்றம் ஏற்படக்கூடும். தொடர்ந்து உடல் வறட்சி குறைபாடு பிரச்சினையை எதிர்கொண்டால் உடல் வெப்பம் அடைந்து காய்ச்சல் ஏற்படுவது அல்லது உடல் குளிர்ச்சி தன்மை அடைவது போன்ற அறிகுறிகள் தென்படும். நீர்ச்சத்து இல்லாதபோது உடல் வெப்பமடையக்கூடும். எந்த அளவுக்கு உடல் வெப்பமடைகிறதோ அந்த அளவுக்கு தசைப்பிடிப்பு பிரச்சினையை எதிர்கொள்ள நேரிடும்.உடலில் நீர்ச்சத்து குறைவாக இருந்து கொண்டிருந்தால்வழக்கத்தை விட இனிப்பு பொருட்களை சாப்பிடும் ஆர்வம் அதிகரிக்கும். அப்போது இனிப்பு பலகாரத்திற்கு மாற்றாக வெள்ளரிக்காய், தர்ப்பூசணி, தக்காளி, கீரை, சுரைக்காய் போன்ற நீர்ச்சத்து நிறைந்த காய்கறிகளை உட்கொள்ளலாம். அது உடல் வறட்சியை போக்கி நீர்ச்சத்தை தக்கவைக்க துணை புரியும்.உடலில் நீர்ச்சத்து குறையும்போது மூளையின் செயல்பாடுகளும் பாதிப்புக்குள்ளாகும். தலைவலி போன்ற பிரச்சினைகள் ஏற்படும். தினமும் ஆண்கள் 4 லிட்டர் திரவ உணவுகளையும், பெண்கள் 3 லிட்டர் திரவ உணவு களையும் உட்கொள்வது உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு நல்லது. மது, உடலுக்கு எனர்ஜி தரும் குளிர்பானங்கள், கார்பைன் கலந்த பானங்கள் உடல் வறட்சியை உண்டாக்கும் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. அதனால் நீர்ச்சத்து அளவை பராமரிக்க உதவும் திரவ பானங்களை தேர்ந்தெடுத்து பருக வேண்டும். அதோடு தண்ணீர் பருகுவது நல்லது.

தினத் தந்தி
DAILY THANTHI
வெல்க தமிழ்
THE TIMES OF INDIA
THE HINDU
South India's No.1 English daily
...etc all Electronic Media
விளம்பரம் செய்ய அணுகவும்
SARAVANA AGENCY
No 4/7A, Padmanaban Nagar,
Karumariamman koil 1st Street,
Chrompet, Chennai - 44
9962880902 / 044 - 29532399

உடலில் என்னென்ன ஆபரணங்கள் அணிய வேண்டும்?



மகாலட்சுமி மிகவும் விரும்பி தங்கும் இடங்களில் தங்கமும் ஒன்று. எனவேதான் பெண்கள் கண்டிப்பாக ஏதாவது ஒரு தங்க ஆபரணம் அணிந்திருக்க வேண்டும் என்கிறார்கள். தங்க ஆபரணங்கள் உடலுக்கு ஒரு புனிதத் தன்மையை தருவதாக சான்றோர்கள் சொல்லி உள்ளனர். தங்கத்தில் மகாலட்சுமி வாசம் செய்கிற காரணத்தால் அதை ஆபரணங்களாக கால்களில் அணியக் கூடாது. கொலுசு, மெட்டி போன்றவற்றை வெள்ளியில்தான் அணிய வேண்டும்.இடுப்பில் தங்க ஆபரணங்கள் அணியலாம். தங்க ஆபரணங்கள் அணிவது அழகுக்காக என்றே பெரும்பாலானவர்கள் கருதுகிறார்கள். சிலர் தங்கள் வசதியை வெளிச்சம் போட்டுக் காட்ட அளவுக்கு அதிகமாக தங்க நகைகள் அணிவது உண்டு. ஆனால் உடலில் ஒவ்வொரு பாகத்திலும் என்னென்ன ஆபரணங்கள் அணிய வேண்டும்? எவ்வளவு நகை அணிய வேண்டும்? என்பதற்கெல்லாம் சாஸ்திர விதிமுறைகள் உள்ளன. உதாரணத்துக்கு கம்மல் போடும் காதில் 6 வகையான ஆபரணங்கள் அணிய வேண்டும் என்று விதி உள்ளது.அதன் மூலம் உடல் அக்கு பஞ்சர் முறையில் எப்படி ஆரோக்கியம் பெறும் என்பதை நமது முன்னோர்கள் தெளிவாகக் குறிப்பிட்டுள்ளனர். தங்க நகைகளை அணிவதால் நமக்கு எத்தகைய பலன்கள் கிடைக்கும் என்பதை சங்க கால நூல்கள் அழகாக கூறியுள்ளன.தங்க நகை அணிந்தால் நம் மனதில் தெளிவும் உறுதியும் இருக்கும். இயற்கையாகவே தங்கத்துக்கு உறுதித் தன்மை அதிகம். அது நம் உடலோடு ஒட்டி கிடப்பதாகல் நமக்கு மனபலம் உண்டாகும்.தங்கமானது தன்னம்பிக்கை உணர்வைத் தரும் சக்தி கொண்டது. நீங்கள் தங்க மோதிரம் அல்லது தங்க சங்கிலி அணிபவராக இருந்தால் நிச்சயமாக சில விஷயங்களில் உங்களுக்கு தன்னம்பிக்கை கிடைக்கும்.இதை கருத்தில் கொண்டே நம் முன்னோர்கள் தாலியை தங்கத்தில் செய்யும் மரபு உண்டாக்கினார்கள். தங்கத்துக்கு தெய்வீகத்தன்மை உள்ளது. எனவே அட்சய திருதியை நாளில் தங்கம் வாங்கினால் நிச்சயமா அதற்கு ஏற்ற நல்ல பலன்கள் தேடி வரும்.

உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தை அளிக்கும் அகத்தி கீரையில் உள்ள மருத்துவ குணம்

கீரை வகைகள் எப்போதும் உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தை தரக்கூடியவைதான். அதிலும் சில வகை கீரை வகைகள் மருத்துவ குணம் கொண்டவை என்பதை அறிந்துள்ளீர்களா. இதோ உங்களுக்காக!!!அகத்தி கீரையில் 63 வகை சத்துகள் இருக்கிறது. அகத்தி கீரை இலை தமிழ்நாடு உட்பட தென்னிந்திய சமையலில் அகத்தி கீரை மற்றும் அகத்தியின் பூவும் சமையலில் உபயோகப் படுத்தப்படுகிறது.இந்த கீரையை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் வயிற்றில் ஏற்படும் பிரச்னைகள் அனைத்தும் தீரும். முக்கியமாக வயிற்றுக்கோளாறு, செரிமானம் போன்றவை சரியாகும். அகத்தி கீரையில் 8.4 விழுக்காடு புரதம், 1.4 விழுக்காடு கொழுப்பு, 3.1 விழுக்காடு தாது உப்புகள் இருக்கிறது.மாவுச்சத்து, இரும்புச்சத்து, வைட்டமின் (உயிர்சத்து) ஏ ஆகியவையும் உள்ளன. அகத்தியின் பட்டையும், வேரும் மருந்துப்பொருள்களாக பயன்படுகிறது. அகத்திக்கீரை உடலின் உள்ளே இருக்கும் உஷ்ணத்தை தணிக்கும் தன்மை வாய்ந்தது. தாய்ப்பால் அதிகம் சுரக்க செய்யும் தன்மை கொண்டது. மூளையை பலப்படுத்தும் சக்தி அதிகம் உள்ளது.இந்த கீரையை தினமும் உணவில் சேர்த்து கொண்டால் பித்தத்தை தணிக்கலாம். இதை உலர்த்தி சூரணம் செய்து காலை, மாலை வெந்நீரில் கலந்தும் குடிக்கலாம். இதை தினமும் உணவில் சேர்த்து சாப்பிட்டால் வாய்ப்புண் படிப்படியாக குணமாகும். தொண்டையில் ஏற்படும் புண்களை குணப்படுத்த அகத்தி கீரையை மென்று தின்றால் விரைவில் குணமாகும். இப்படி சிறப்பான மருத்துவ குணங்கள் நிறைந்ததுதான் அகத்தி கீரை.

பொன்னாங்கண்ணி கீரை மிகவும் மருத்துவ குணம் வாய்ந்தது. கண் சம்பந்தப்பட்ட நோய்களை வராமல் தடுக்கும். இது ஈரமான இடங்களில் வளரும் தாவரம் ஆகும். இதற்கு கொடுப்பை, சீதை என்ற வேறு பெயர்களும் உண்டு. இதன் இளம் தளிர் பாகங்கள் உணவுக்கு பயன்படும் உணவு மற்றும் மருத்துவத் தேவைகளுக்காக பயிரிடவும் படுகிறது.இக்கீரையை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் முதுமையிலும் கண்ணாடி அணிய வேண்டிய தேவை இருக்காது. கண் எரிச்சல் கண் மங்கல், கண் கட்டி, கண்ணில் கட்டி போன்றவற்றை நீக்கும் தன்மை கொண்டது. வாய்நாற்றம், வாய்ப்புண் போன்றவற்றுக்கும் மிகவும் சிறந்தது.

கலைஞர் உரிமைத்தொகை வழங்க மீண்டும் முகாம்

திமுக அரசு பதவியேற்ற பிறகு பெண்களுக்கு கலைஞர் உரிமைத்தொகை மாதம் ஆயிரம் ரூபாய் வழங்கப்பட்டு வருகிறது. இதில் விடு பட்ட பெண்களுக்கு வழங்க ஜூலை மாதம் நாலாவது கட்ட முகாம் நடத்தப்படும் என்று அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

செந்தில் பாலாஜி பதவி விலகலா?

மருத்துவ கழிவுகளை கொட்டினால் நேரடியாக சிறை தண்டனை மசோதாவை சட்ட சடையில் அமைச்சர் செந்தில் பாலாஜி தாக்கல் செய்ய இருந்த நிலையில் அதை அமைச்சர் ரகுபதி சட்டப்பேரவையில் தாக்கல் செய்தார்.

இதனால் செந்தில் பாலாஜி பதவி விலக உள்ளதாக கூறப்படுகிறது.

தோல் வறட்சி தன்மையை போக்க முலாம் பழ பேக் செய்வது எப்படி?

தோலின் வறட்சித் தன்மையினைப் போக்கும் முலாம்பழ பேக் செய்வது பற்றி தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

தோலின் வறட்சித் தன்மையானது குளிர் காலத்தில் மிக அதிகமாகவே இருக்கும். அதனைச் சரிசெய்ய வாஸ்லினில் துவங்கி பலவகையான மாய்ஸ்ரைசிங் கிரீமைப் பலரும் பயன்படுத்துவது உண்டு. ஆனால் இப்போது நாம் அதற்கு இயற்கையான தீர்வினை எப்படிக் காண்பது எப்படி என்று பார்க்கலாம்.

தேவையானவை:

முலாம் பழம் 2 துண்டு
மையோனஸ் 1 ஸ்பூன்
எலுமிச்சை சாறு 2 ஸ்பூன்

செய்முறை: முலாம் பழத்தை தோல் சீவி சிறு துண்டுகளாக்கிக் கொள்ளவும். அடுத்து அதனுடன் எலுமிச்சை சாறு சேர்த்து மிக்சியில் போட்டு மைய அரைத்துக் கொள்ளவும்.

அதனுடன் மையோனஸ் சேர்த்துக் கலந்தால் முலாம்பழ பேக் ரெடி. இந்த முலாம்பழ பேக்கினை கை, கால், முகம் என அனைத்து இடங்களிலும் அப்ளை செய்து கழுவி வந்தால் தோலின் வறட்சித்தன்மையானது சரியாகும்.

காஞ்சி சங்கரமடத்தின் அடுத்த பீடாதிபதி அறிவிப்பு

காஞ்சி சங்கரமடத்தின் அடுத்த பீடாதிபதியாக கணேச சர்மா டிராவிட் தேர்வுசெய்யப்பட்டுள்ளார். அவருக்கு வரும் 30ம் தேதி சன்யாச தீக்ஷயை காஞ்சி சங்கராச்சாரியார் ஜகத்குரு ஸ்ரீ விஜயேந்திர சரஸ்வதி சுவாமிகள் வழங்கவுள்ளார்..

காஞ்சி சங்கர மடத்தில் இளைய மடாதிபதியாக வரும் 30ஆம் தேதி பதவி ஏற்க உள்ள ஸ்ரீ கணேச சர்மாவுக்கு சந்யாச ஸ்வீகார சம்ப்ரதாய நிகழ்ச்சிகள் தொடங்கின.

நுங்கு தரும் மருத்துவப் பயன்கள்

கோடைக்காலத்தில் மிகவும் புகழ்பெற்றது, நுங்கு. நுங்கு மிகவும் சுவையாக இருப்பது மட்டுமின்றி, இதில் எண்ணற்ற நன்மைகள் நிறைந்துள்ளன. குறிப்பாக கோடையில் உடலுக்கு வேண்டிய நீர்ச்சத்துக்களை இது தன்னுள் அதிகம் உள்ளடக்கியுள்ளது. உடலின் கனிமச்சத்து மற்றும் சர்க்கரையின் அளவை சீராக வைத்து, சுறுசுறுப்புடன் செயல்படுவதற்கு நுங்கு பெரிதும் உதவியாக இருக்கிறது. அதுமட்டுமின்றி, இதில் வைட்டமின் பி, இரும்புச் சத்து, கால்சியம், ஜிங்க், பொட்டாசியம் போன்ற பல் வேறு சத்துக்களும் உள்ளன. இதில் அடங்கியுள்ள சத்துக்கள் உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தை தருகின்றது. மேலும் இது உடல்வெப்பத்தை தணிக்கும் ஆற்றல் உடையது. கோடைக்காலத்தில் குளிர் பானத்தை அருந்துவதை விட நுங்கு சாப்பிடுவது உடல்நலத்திற்கு மிகவும் நல்லது. மருத்துவப் பயன்கள் :நுங்கு வெயிலின் தாக்கத்தை குறைக்கமனிதனுக்குகிடைத்த அருமருந்தாகும். நுங்கு வெயில் காலத்தில் ஏற்படும் அம்மை நோய்களை தடுத்து உடலுக்கு நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை தந்து உடலை சுறுசுறுப்பாக்கும். பனை நுங்கிற்கு கொழுப்பை கட்டுப்படுத்தி உடல் எடையை குறைக்கும் ஆற்றல் உண்டு. பனை நுங்கில் உள்ள நீரானது வயிற்றை நிரப்பி பசியை தூண்டுவதோடு, மலச்சிக்கல் மற்றும் வயிற்றுப்போக்கு இரண்டிற்குமே மருந் தாக பயன்படுகிறது. உடல் உஷ்ணத்தால் அவதிப்படுபவர்களுக்கு எவ்வளவு தண்ணீர் குடித்தாலும் தாகம் அடங்காது. பனை நுங்கை சாப்பிட்டால் அவர்கள் தாகம் அடங்கும். கர்ப்பிணிகள் நுங்கு சாப்பிட்டால், செரிமானம் அதிகரிப்பதுடன், மலச்சிக்கல் மற்றும் அசிடிட்டி போன்ற பிரச்சனைகளில் இருந்து விடுபடலாம். இரத்தசோகை உள்ளவர்களுக்கு நுங்கு நல்ல மருந்தாகும். நுங்கில் காணப்படும் அந்த்யூசைன் எனும் இரசாயனம் பெண்களுக்கு மார்பக புற்றுநோய் கட்டிகள் வருவதை தடுக்கும் சக்தி கொண்டது. பனை மரத்தில் இருந்து கிடைக்கும் நுங்கு நீரை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர கோடைக்காலத்தில் ஏற்படும் வேர்க்குரு நீங்கும். நுங்கு, குடல் புண்ணை ஆற்றும் தன்மை உடையது. கோடையில் வெயில் கொப்பளம் வராமல் தடுக்க, நுங்கு சாப்பிடுவது அவசியம். பெரியோர்கள், இளம் நுங்கினை மேல்தோல் நீக்காமல் சாப்பிடுவது மிகவும் நல்லது. மேலும் இந்த நுங்கின் நீரை தடவினால் வேர்க்குரு மறையும். நுங்கு அதிகம் சாப்பிட்டால், உடலின் நீர்ச்சத்து அதிகரித்து, வெயிலினால் ஏற்படும் மயக்கம் குறையும்.

ஆட்கள் தேவை

GST Road News வார பத்திரிகையில் ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் பேப்பர் டெலிவரி செய்ய பகுதிநேர பையன்கள் தேவை.

காலை 6மணி முதல்

(2 அல்லது 3மணி நேரம் வேலை)

மாத சம்பளம்: 1000

89395 26999

PLOT FOR SALE
@ GUDUVANCHERY
PERUMATTUR VILLAGE
500 Sq.ft
(SOUTH AND WEST CORNER) Rs.14 L
93840 55668

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

ஆட்கள் தேவை
GST ROAD NEWS
அலுவலக வேலைக்கு
+2, டிகிரி படித்த (Pass / Fail)
ஆண்கள் தேவை
Two Wheeler Must
Age - 20 to 30
Salary - 15K to 20K
Send your Resume saravana.km.adityan@gmail.com
No 4/7A,Karumariamman koil 1st Street, Padmanaban Nagar, Chrompet, Chennai - 44
89395 26999 / 044 - 29532399

Newly Opened
SRI SASTHA MAHAL A/C
Bookings Open
The Group of Sankar Constructions
Fully Airconditioned Thirumana Maaligai
In Hasthinapuram, RP Road

- Main Hall capacity of 500 persons (Floating 1000 Persons)
- Dining hall capacity of 200 persons
- 14 A/C Rooms
- Modular Kitchen with store room and service lift for dining
- Passenger Lift capacity of 16 members
- CCTV Camera for whole building
- Vinayagar temple is within the premises
- The hall is fully equipped with stand by Generator
- Pooja items and Unjal available
- Ample car parking available for both four wheelers and two wheelers
- Valet Car Parking Available

No.32, Hariharan Towers, R.P.Road, Hasthinapuram, Chrompet - 44.
98416 59929 / 98416 59931 / 90030 10611

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