INDIVIDUAL DUPLEX VILLA FOR SALE @PAMMAL
3BHK,1500 Sqft
NORTH FACING
1.5 KM FROM GST ROAD
ge ge builders
95660 31566

# 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 -14 13 July 2025 - 19 July 2025 4 Pages - Free Circulation Ct: 99628 80902

READY TO BUILD PLOT FOR SALE @CHROMPET
- 600 SQ.FT.LAND AREA
- PLAN APPROVAL FOR 1800 SQ.FT
- 2 BORE WELLS
- EB CONNECTION
₹11,500 PER SQ.FT.
94451 13761

## கூட்டணி ஆட்சியா? அமித்ஷாவுக்கு எடப்பாடி பதில்

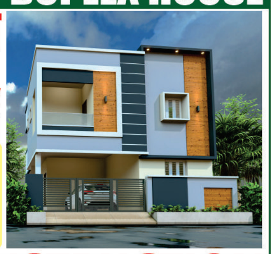
தமிழ்நாட்டில் தேசிய ஜனநாயக கூட்டணி ஆட்சி அமையும் என்று அமித்ஷா தெரிவித்து இருந்தார் இதற்கு பதில் அளித்த எடப்பாடி பழனிச்சாமி தனி பெரும் பான்மையுடன் அதிமுக ஆட்சி அமைக்கும் என்று கூறினார். அதேசமயம் மத்திய அமைச்சர் முருகன் பேசும்போது எங்களுக்கு அமித்ஷா சொல்வது தான் வேதம் என்று கூறினார் இதனால் தொண்டர்கள் மத்தியில் அதிமுக தனி ஆட்சியா? அல்லது கூட்டணி ஆட்சியா? என்ற குழப்பம் தோன்றியுள்ளது.

FLAT FOR SALE
@ CHROMPET, PRIME LOCATION

Handover in 81 Days !!!
2BHK
Rs-73*L
(All inclusive)
AAA CONSTRUCTION
80561 38798 / 72008 56789

FLATS FOR SALE @CHROMPET
RADHANAGAR GANAPATHIPURAM
JUST 200 ft RADIAL ROAD
SRI KRISHNA FLATS

3-BHK 1124 Sqft
2-BHK 868 Sqft
Lift/CCP/CCTV
AS PER VASTHU / 24 HRS WATER
PerSqft. ₹ 6699
JEEVA REKHA BUILDERS
78457 64414/ 88255 43215

3 BHK INDEPENDENT DUPLEX HOUSE
FOR SALE@ CHROMPET
Site Address :
Hasthinapuram, Saraswathi Nagar
Nr. Thirumalai Nagar, Zion School

3 BHK
As per Vasthu, CCP, Loan Arranged
MANICKAM CONSTRUCTION
Off.Address: Plot No.37, 7th Main Road, Vinobaji Nagar, Hasthinapuram, Chennai - 64.
94442 14382 / 94442 55004

PREMIUM FLATS FOR SALE
@CHROMEPET BHARATHIYAR St.
GANDHI NAGAR Nr.RLY. STATION
SCAN HERE
PATSON PARAGON
3BHK 1390 Sqft EACH FLOOR ONE FLAT
LIFT TILL TERRACE | VIDEO DOOR PHONE | 24X7 CCTV ON PHONE
COVERED CAR PARING | RAIN WATER HARVESTING | AUTOMATIC WATER CONTROL
PATSON Construction forever...
99625 37799
www.patsonbuilders.com
Amala Annai Complex, No. 353, GST Road, Chrompet, Chennai - 600 044.

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

PREMIUM 3 BHK FLATS
@ CHROMPET- RADHA NAGAR
READY TO OCCUPY
2 FLATS ONLY AVAILABLE

3 BHK-1116- Sqft
LIFT FACILITY / CCP / AS PER VAASTHU
VRM BUILDERS
98400 34209 / 98408 53756

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

2 BHK 980 Sqft
3 BHK 1240 Sqft
6 UNITS
☑ Lift ☑ CCP ☑ CCTV
☑ As Per Vasthu
GJ CONSTRUCTION
98409 41585

PREMIUM 2,3,4 BHK FLATS FOR SALE @ CHROMEPET
PADMANABHA NAGAR
(Near KARUMARI AMMAN TEMPLE)

NEW Projects
4BHK 1825 Sft
2BHK 941 & 898 Sft
Sankar Constructions
98416 59929 / 98416 59930
BASHYAM NAGAR
Nr.ABIRAMI KALYANA MANDAPAM

NEW Projects
3BHK 1132 Sqft
2BHK 1028 Sqft
24 Hrs Power Backup*
Specification
AUTOMATIC LIFT
As Per Vaasthu
CCP
CCTV
Videodoor Phone
Red Bricks Construction
Ev Charger Point
AUTOMATIC WATER TANK LEVELLER

## ஆடி மாதத்தில் வரும் முக்கியமான வழிபாடுகள்...

அம்மன் வழிபாடு, ஆடி மாத சிறப்புகள் பற்றிய விவரம்: ஆடி மாதம் பிறந்ததும் தட்சணாயனம் ஆரம்பமாகிறது. இது மார்கழி மாதம் வரை நீடிக்கும். இந்த புண்ணிய கால கட்டங்களில் புனித நதிகளில் நீராடுவது மிகவும் விசேஷமானது. ஆடி மாதத்தைக் கணக்கிட்டுத்தான் பண்டிகைகளின் தொடக்கம் அமைகிறது. ஆடி மாதம் முழுவதும் கிராமப்புறத்தில் காவல் தெய்வமாக விளங்கும் மாரியம்மன், அய்யனாரப்பன், மதுரை வீரன், மாடசாமி, கருப்பண்ணசாமி போன்ற கிராம தேவதைகளுக்கு பூஜைகளும், விழாக்களும் நடைபெறும்.

ஆடி மாதத்தில் நெல்லை மாவட்டம் சங்கரன்கோவிலில் 12 நாட்கள் அம்மனின் ஆடி தபசு திருநாள் (ஆகஸ்டு 6) கோலாகலமாக கொண்டாடப் படுகிறது. 'அரியும் சிவனும் ஒன்றே' என்ற தத்துவத்தை உலகிற்கு உணர்த்த இந்த விழா நடத்தப்படுகிறது. ஆறு, மக்களின் ஜீவ நாடியாதலால், அதில் ஆடி மாதம் புதுநீர் வருவதைக் கொண்டாடுவது பல நூற்றாண்டுகளாக தமிழர் மரபாக பின்பற்றப்படுகிறது.

ஆடி மாதத்தில் சிவனின் சக்தியை விட பார்வதியின் சக்தி அதிகமாக இருக்கும் என்பது ஐதீகம். தமிழ் மாதங்களில் ஆடி மாதத்தில் தான் அதிகபட்சமாக அம்மன் கோவில்களில் திருவிழா நடக்கிறது. எனவே ஆடி மாதம் அம்மன் பக்தர்களுக்கு விசேஷமான காலமாக விளங்குகிறது. ஆடி அமாவாசை அன்று மறைந்த முன்னோர்களுக்கு பிதுர் கடமைகளை செய்தால், ஆண்டு முழுவதும் பித்ருக்களுக்கு கடன் கொடுத்த பலன் கிடைக்கும் என்பது ஐதீகம். ஆடி பவுர்ணமி தினத்தன்று தான் ஹயக்ரீவர் அவதாரம் நிகழ்ந்தது. எனவே ஆடி பவுர்ணமி தினத்தன்று வைணவ தலங்களில் சிறப்பு வழிபாடு நடைபெறும். தமிழ்நாட்டின் பல பகுதிகளில் அம்மனுக்கு பலவித காய்கறிகளை கொண்டு தயாரான கதம்ப சாதத்தை படைத்து வழிபடும் நடைமுறை பின்பற்றப் படுகிறது. ஆடி மாதம் சுக்ல தசமியில் திக் தேவதா விரதம் இருக்க வேண்டும். அன்று திக் தேவதைகளை அந்தந்த திக்குகளில் வணங்கி பூஜித்தால் நினைத்தது நடக்கும் என்பது பக்தர்களின் நம்பிக்கை.

ஆடி மாதம் சுக்லபட்ச ஏகாதசி முதல் கார்த்திகை மாத சுக்லபட்ச ஏகாதசி வரை மாச உபவாசம் இருப்பது குடும்பத்தில் அமைதி ஏற்படுத்தும். ஆடி மாதம் கிராம தேவதை கோவில்கள் உள்பட திறக்கப்படாமல் இருக்கும் எல்லா கோவில்களும் திறக்கப்பட்டு பூஜைகள் நடைபெறும். ஆடி செவ்வாய்க்கிழமைகளில் கோவிலில் எலுமிச்சம் பழ விளக்கு ஏற்றினால் கூடுதல் பலன்கள் கிடைக்கும். ஆனால் எலுமிச்சம் பழ விளக்குகளை ஒரு போதும் வீட்டில் ஏற்றக் கூடாது.

ஆடி மாதம் வளர்பிறை துவாதசி நாளில் தொடங்கி கார்த்திகை மாதம் வளர்பிறை துவாதசி நாள் வரை பெண்கள் துளசி பூஜை செய்து வந்தால், நினைத்தது நடைபெறும். வீட்டில் சகல செல்வங்களும் குவியும். ஆடி மாதம் முத்து மாரியம்மனை மனம் உருக வழிபட்டால் திருஷ்டிகள் விலகி விடும்.

## ஆடி வெள்ளி அம்பாள் மற்றும் குலதெய்வத்தை வீட்டிற்குள் அழைக்க சுலபமான முறையில் பூஜை செய்வது எப்படி?

ஆடி மாத வெள்ளிக்கிழமை, வெள்ளிக்கிழமையை வீட்டில் இருக்கும் பெண்கள் தவற விடக்கூடாது. அம்மனின் மனதைக் குளிர வைக்கும் படி வீட்டில் எளிமையான முறையில் பூஜை செய்வது எப்படி என்பதைப் பற்றித்தான் இந்த பதிவின் மூலம் நாம் தெரிந்து கொள்ளப் போகின்றோம்.

எந்த விசேஷ தினமாக இருந்தாலும் பெண்கள் அதிகாலை வேளையிலேயே எழுந்து தலைக்கு குளித்து விட வேண்டும். உங்களுக்கு மஞ்சள் பூசிக் குளிக்கும் பழக்கம் இருந்தாலும் சரி இல்லையென்றாலும் சரி குளிக்கின்ற தண்ணீரில் 2 சிட்டிகை மஞ்சள் பொடியை கலந்து அந்த தண்ணீரில் தலைக்கு குளித்து விடுங்கள். இரவு உடையை அணிந்து கொள்ளாமல் உங்களுக்கு எது சவுகரியமான உடையோ அதை அழகாக அணிந்து கொண்டு வெள்ளிக்கிழமை வேலையைத் தொடர வேண்டும்.

வாசலில் மஞ்சள் நீர் தெளித்து அரிசி மாவால் கோலம் போட்டு, நிலை வாசல் படியில் மஞ்சள் குங்குமத்தை வைத்து, நிலை வாசல் படிக்கு மேல் பக்கம் வேப்பிலை தோரணம் கட்டி விடவேண்டும். எலுமிச்சம் பழங்களை வெட்டி குங்குமம் தடவி நிலை வாசலில் இரண்டு பக்கத்திலும் வைத்து விடுங்கள். அதன் பின்பு பூஜை அறைக்கு சென்று சுவாமி படங்களுக்கு அலங்காரம் செய்து, தீபம் ஏற்றி வைத்துக் கொள்ளலாம்.

குறிப்பாக உங்களுடைய வீட்டில் அம்பாளின் சிலை இருந்தால், அந்த அம்பாளின் சிலைக்கு பால் அபிஷேகம் செய்து, சந்தனக் காப்பிட்டு அழகாக அலங்காரம் செய்து, அம்மனின் கழுத்தில் ஒரு மஞ்சள் கயிறை கட்டி விடவேண்டும். அம்மனின் திருவுருவ படம் இருந்தால் அந்த திருவுருவப் படத்தை நன்றாக துடைத்து, மஞ்சள் குங்குமப் பொட்டு வைத்து, பூக்களால் அலங்காரம் செய்து கொள்ளுங்கள். முடிந்தால் வேப்பிலை மாலை அணிவியுங்கள்.

ஒரு தாம்பூலத் தட்டை பெரியதாக எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அந்த தட்டில் மஞ்சள், குங்குமம், வளையல், மஞ்சள் கயிறு, ஒரு எலுமிச்சம் பழம், ஒரு கொத்து வேப்பிலை, வெற்றிலை பாக்கு பூ, முடிந்தால் ஒரு ரவிக்கைத்துணி, இந்த பொருட்களை எல்லாம் எடுத்து வைத்துக்கொள்ளுங்கள். இது ஆடி வெள்ளி என்பதால் அம்பாளுக்காக படைக்க வேண்டிய பொருட்கள். மகாலட்சுமிக்கு விருப்பமான மாதுளம்பழம், நெல்லிக்கணி, இந்த இரண்டு பொருட்களையும் அதே தாம்புல தட்டில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

இதோடு சேர்த்து அம்பாளுக்கு கட்டாயமாக சர்க்கரைப் பொங்கல் நிவேதனமாக வைக்க வேண்டும். உங்களுடைய வீட்டில் எத்தனை விளக்குகள் ஏற்றி வைத்து இருந்தாலும், ஒரு சிறிய மண் அகல் விளக்கில் நாளையதினம் நெய் ஊற்றி அதில் 2 டைமண்ட் கற்கண்டுகளைப் போட்டு தீபமேற்றி வைத்துவிடுங்கள். தேங்காயை உடைத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

இந்த அலங்காரங்களை எல்லாம் பூஜை அறையில் செய்து முடித்துவிட்டு வீட்டில் இருக்கும் பெண்கள் பூஜை அறையில், அம்பாளின் முன்பு அமர்ந்து உங்களுடைய கோரிக்கைகளை அம்பாளிடம் வைத்து, அம்பாளை மனமுருகி வீட்டிற்கு அழைத்து, முடிந்தால் அம்பாளின் பெயரைச்சொல்லி மந்திரங்களை உச்சரித்து, ஐந்து நிமிடங்கள் அமைதியாக வழிபாடு செய்துவிட்டு அதன் பின்பு இறுதியாக தீப தூப கற்பூர ஆராதனை காண்பித்து குடும்பத்துடன் உங்களுடைய பூஜையை நிறைவு செய்துகொள்ள வேண்டும். குலதெய்வத்தை நினைத்து வழிபாடு செய்ய மறக்க வேண்டாம்.

இந்தப் பூஜையை உங்களால் காலைவேளையில் செய்ய முடிந்தாலும் செய்யலாம். முடியாதவர்கள் மாலை நேரத்திலும் செய்யலாம். பூஜை முடிந்த பின்பு பூஜை அறையில் அம்பாளுக்கு படைத்த மஞ்சள் குங்குமம் வளையல் மஞ்சள் கயிறு வெற்றிலை பாக்கு இந்த பொருட்களை எல்லாம் வீட்டில் இருக்கும் சுமங்கலிப் பெண்கள் அணிந்து கொள்ளலாம். வீட்டில் இருக்கும் திருமணமாகாத கன்னிப் பெண்களும் அணிந்து கொள்ளலாம். அல்லது உங்கள் வீட்டிற்கு வருகை தரும் பெண்களுக்கும் அந்த பொருட்களை தானமாக கொடுக்கலாம். தவறு கிடையாது.

மேலே சொன்ன பூஜை புனஸ்காரங்கள் அத்தனையையும் நாம் மனம் விரும்பி அம்பாளுக்காக செய்வது. ஆனால் அந்த அம்பாள் நம்மிடம் விரும்பி எதிர்பார்ப்பது, உண்மையான பக்தி, தூய்மையான மனது அடுத்தவர்களுக்கு கெடுதல் செய்யாத சுயநலமில்லாத மனம். ஆகவே உங்களுடைய கோரிக்கையோடு சேர்த்து, இந்த உலகத்தில் உள்ள அத்தனை ஜீவராசிகளும் நன்றாக இருக்க வேண்டும் என்ற பிரார்த்தனையை அம்பாளிடம் வைத்து மனமுருகி வேண்டி வழிபாடு செய்தால் உங்கள் வீட்டிற்கு அம்பாள் விரும்பி வந்து அருளாசியை மனமார வழங்கி விடுவாள்.

## ஆடி முதல் நாள் குலதெய்வத்தையும் அம்மனையும் வழிபாடு செய்வது நல்லது...

ஆடி மாதத்தினுடைய முதல் நாள். இந்த ஆடி மாதம் முழுவதும் வீட்டில் அம்மனை வணங்குதல் நல்லது. குறிப்பாக வீட்டில் இருக்கும் பெண்கள் ஆடி வெள்ளி, ஆடி செவ்வாய்களில் அம்மன் வழிபாட்டிற்கு மிக மிக முக்கியத்துவம் கொடுத்து வணங்கி வந்தால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். ஆடி முதல் நாளில் நம்முடைய வீட்டிற்குள் குல தெய்வத்தையும் அம்மனையும் எந்த முறைப்படி அழைப்பது, எந்த முறைப்படி பூஜை செய்வது என்ற சுலபமான வழிபாட்டு முறையை தெரிந்துக் கொள்ளலாம்.

அதிகாலையில் பெண்கள் எழுந்து குளித்துவிட்டு, வீட்டை துடைத்து, பூஜை அறையை சுத்தம் செய்து, பூஜை அறையில் இருக்கும் எல்லா சுவாமி படங்களையும் துடைத்து பூக்களால் அலங்காரம் செய்து வைத்துவிட வேண்டும். இன்று ஆடி முதல் நாள் என்பதால் வேப்ப இலையை கொண்டு வந்து உங்களுடைய வீட்டின் நிலை வாசலில் கட்டி வைத்துவிடுங்கள்.

அதன் பின்னர் ஒரு சிறிய பித்தளை சொம்பு நிறைய தண்ணீரை ஊற்றி விடுங்கள். எச்சில் படாத தண்ணீராக இருக்கட்டும். அதில் ஒரு சிட்டிகை மஞ்சள் தூள், ஒரு சிட்டிகை குங்குமம், இரண்டு வேப்ப இலை போட்டு, இந்த தீர்த்தத்தில் உங்களுடைய குலதெய்வமும் அம்மனும் வந்து அமர வேண்டும் என்று மனதார பிரார்த்தனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அத்துடன் பூஜை அறையில் சிறிது நேரம் அமர்ந்து உங்களுடைய குல தெய்வத்தின் நாமத்தை மனதுக்குள் உச்சரிக்க வேண்டும்.

அம்மனையும் குல தெய்வத்தையும் கலச சொம்பில் ஆவாகனம் செய்து, இந்த தீர்த்தத்தை பூஜை அறையில் வைத்து, சர்க்கரைப் பொங்கல் நிவேதனமாக வைத்து, தீப ஆராதனை காட்டி மனதார ஆடி மாத முதல் நாள் பூஜையை நிறைவு செய்து கொள்ளுங்கள். இதனால் நன்மைகள் பல கிடைக்கும் என்பதால்தான், 'கோடி நன்மை தரும் ஆடி மாதம்' என்று முன்னோர்கள் சொல்லி வைத்திருக்கிறார்கள். மேலும் ஆடி மாதம் தேவர்களுக்கு இரவு நேரம் என்று புராணங்கள் சொல்கின்றன. எனவே ஆடி மாதத்தில் வரும் வெள்ளிக்கிழமை அன்று, மாலை நேரத்தில் அம்பாளை வழிபாடு செய்து வந்தால் ஏராளமான பலன்கள் கிடைக்கும். குடும்ப முன்னேற்றம், மாங்கல்ய பாக்கியம், தொழில் மேன்மை போன்றவையும், ஆடி வெள்ளியில் அம்பாளை வழிபடுவதன் மூலமாக வந்து சேரும்.


# CLASSIFIEDS

## FLAT RENTAL

FLATS FOR RENTAL
@ CHROMPET
AVAILABLE 2BHK
PURE VEG
8072230451

FLAT FOR RENTAL
@ CHROMPET
NEHRU NAGAR
Nr.KUMARAN KUNDRAM TEMPLE
2BHK LIFT
1026 Sqft
VEG ONLY
BROKER EXCUSE
94441 69175

## FLAT LEASE

அபார்ட்மெண்ட் லீசுக்கு
அஸ்தினாபுரம், திருமலைநகர்
பொன்னியம்மன் கோவில் அருகில்
1 BHK-7L / 2BHK-12L
FIRST FLOOR WITH CAR PARKING
SRI RUDHRA REAL ESTATES
THIRUMALAI NAGAR
97899 56017 / 99447 20714

## FLAT RESALE

FLAT FOR RESALE
@ CHROMPET
RADHA NAGAR
2BHK 700 Sqft UDS 350 Sqft
GF 90% BANK LOAN RS.30L
9962003409

FLAT FOR RESALE
@ CHROMPET
NEHRU NAGAR, PATEL ST
2BHK, FF, 3YRS OLD
950 SQFT, UDS -508 SQFT
CAR PARKING, LIFT
95001 96316

FLAT FOR RESALE
@CHROMPET
BHARATHIPURAM
2 BHK - 1150 Sqft
UDS - 661 Sqft
NORTH FACING / FIRST FLOOR / WITH CARPARKING
80722 30451

FLAT FOR RESALE
@CHROMPET
@RADHA NAGAR
2BHK-742 Sqft
UDS-412 Sqft
1ST FLOOR
80722 30451

## BUILDING CONTRACT

KR HOMES
Home Construction
@ 2400/- Sq.Ft.,

INCLUDING OHT & SEPTIC TANK
ELEVATION WORK
ARCHITECTURAL DESIGN
ENGINEER SUPERVISION
BRANDED MATERIALS
8072499969

## LAND SALE

APPROVED LAND FOR SALE
@CHROMEPET
RADHA NAGAR
Approved 2 Grounds Land with Old House. Near Railway station & Saravana Stores.
Suits both Residential and Commercial
Hanu Reddy Realty®
INTERNATIONAL REAL ESTATE BROKERS
7338730848

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.


## விழாக்கோலம் பூண்டுள்ள திருப்பரங்குன்றம் 14 ஆண்டுகளுக்கு பிறகு கும்பாபிஷேகம்!

முருகப் பெருமானின் முதல் படை வீடான திருப்பரங்குன்றம் சுப்பிரமணிய சுவாமி கோயிலில் ஜூலை 14ம் தேதி அதிகாலை 5.25 மணி முதல் 6.10 மணிக்குள் கும்பாபிஷேக விழா நடைபெறுகிறது. முன்னதாக ரூ.2.44 கோடியில் பல்வேறு திருப்பணிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளன. குறிப்பாக உபயதாரர் மூலம் ரூ.70 லட்சத்தில் 125 அடி உயரமுள்ள ஏழு நிலை ராஜகோபுரத்தில் திருப்பணிகள் மேற்கொள்ளப் பட்டன.

கும்பாபிஷேக முன்னேற்பாடு பணிகள் குறித்து அமைச்சர்கள் சேகர்பாபு, பி.மூர்த்தி ஆகியோர் கடந்த சில நாட்களுக்கு முன்பு ஆய்வு செய்தனர். 3 லட்சம் பக்தர்கள் கும்பாபிஷேக விழாவில் பங்கேற்பர் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. கூட்ட நெரிசலின்றி பக்தர்கள் மனம் மகிழும் வகையில் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளை மாவட்ட, மாநகராட்சி, கோயில் நிர்வாகங்கள் மேற்கொண்டுள்ளன.

கோயில் கோபுரங்கள், முகப்பு பகுதிகள் மின் விளக்குகளால் அலங்காரம் செய்யப்பட்டு இரவில் ஜொலிக்கின்றன. ராஜகோபுரத்தில் புதிதாக 'வேல்' மின் அலங்காரப் பலகை அமைக்கப்பட்டுள்ளது. கோயிலைச் சுற்றியுள்ள கடைகள், வியாபார நிறுவனத்தினரும் மின் அலங் காரம் செய்துள்ளனர். இதனால், அந்த பகுதி முழுவதுமே வண்ணமயமாக காட்சியளிக்கிறது.

# பள்ளி வகுப்பறைகளில் ‘ப’ வடிவில் இருக்கைகள் அமைக்க தமிழக அரசு அறிவுறுத்தல்

தமிழக பள்ளிக் கல்வித் துறை அமைச்சர் அன்பில் மகேஸ் அளித்த பேட்டி ஒன்றில், “பின் இருக்கையில் படிப்பவர்கள் நன்றாக படிக்க மாட்டார்கள், முன் இருக்கையில் படிப்பவர்கள் நன்றாகப் படிப்பார்கள் என்ற வகையில் எல்லாம் இருக்கை அமைப்பை மாற்றும் முடிவை எடுக்கவில்லை. பின் வரிசையில் அமர்ந்தவர்கள் கூட பெரும் சாதனையாளர்களாக, ஒரு வகுப்பறையில் ஆசிரியர் கற்பிக்கும்போது இந்த மாதிரியான வடிவமைப்பில் இருக்கைகள் இருந்தால் அது மாணவர்கள் ஆசிரியர்கள் இடையேயான தொடர்பை மேம்படுத்துமா என்பதற்காக இந்த முயற்சியில் ஈடுபட்டுள்ளோம்.

மாணவர்கள் மத்தியில் சமத்துவம் ஏற்படுத்தும் என்றால், இது நல்ல முயற்சியே. எதிர்காலத்தில் ஒரு போர்டு மீட்டிங்கில் அமரும்போது ஏற்படும் உணர்வை மாணவர்கள் இப்போதே பெறட்டுமே. மாற்றங்கள் நல்லதாக இருந்து அது எந்த மாநிலத்தில் நிகழ்ந்தாலும் நாம் அதை பின்பற்றலாம். இந்த முயற்சி எப்படி பலனளிக்கிறது என்று ஆசிரியர்கள் முயற்சிக்கட்டும்” என்றார்.

மரக்கழிவுகளால் சாலை ஆக்கிரமிப்பு

தாம்பரம் மாநகராட்சிக்கு உட்பட்ட 25வது வார்டு பாலாஜி நகர் பிரதான சாலையில் கடந்த சில நாட்களுக்கு முன்பு மின்வாரிய ஊழியர்கள் மரக்கழிவை அகற்றி சாலையில் அப்படியே வெட்டிப் போட்டு சென்று விட்டனர். இந்த மரக்கழிவுகளை தாம்பரம் மாநகராட்சி ஊழியர்கள் இதுவரை எடுக்காத காரணத்தினால் அப்பகுதியில் சாலை முழுவதும் மரக்கழிவுகளால் ஆக்கிரமிப்பு செய்யப்பட்டுள்ளது. அப்பகுதியில் சென்று வரும் பொதுமக்கள் மிகவும் சிரமம் அடைந்துள்ளனர். சம்பந்தப்பட்ட அதிகாரிகள் நடவடிக்கை எடுப்பார்களா?

# ஓய்வூதியர்கள் சங்க கூட்டம்

குரோம்பேட்டை தமிழ்நாடு ஓய்வூதியர்கள் சங்க 25ம் ஆண்டு பொதுக்குழு கூட்டம் மாநில தலைவர் இரா. நாராயணன் தலைமையில் 19ந்தேதி நடக்கிறது.B.B.R நலசங்கத்தில்காலை 10 மணிக்கு நடக்கிறது. செயலாளர் க.சுப்பரமணியன் அனைவரும் கலந்துகொள்ளுமாறு வேண்டுகோள் விடுத்துள்ளார். : 94441 11638

# தமிழ்நாட்டில் ‘கூட்டணி ஆட்சி’ : அமித்ஷா மீண்டும் திட்டவட்டம்

மத்திய உள்துறை மந்திரி அமித்ஷா 2026ல் தமிழகத்தில் நடைபெறவுள்ள தேர்தல் தொடர்பாக பேசியிருக்கிறார். அப்போது தேசிய ஜனநாயக கூட்டணியில் விஜய் வருவதற்கான சாத்திய கூறுகள் இருக்கிறதா? அதேபோல பாமக மற்றும் இதர சிறு கட்சிகள் கூட்டணிக்கு வருமா? என்று அமித்ஷாவிடம் கேள்வி எழுப்பப்பட்டது. அதற்கு பதில் அளித்த அவர், “அதைப் பற்றி தற்போது சொல்ல முடியாது. நாங்கள் பல கட்சிகளை ஒரே கூட்டணியில் கொண்டு வர முயற்சிக்கிறோம்“ என்று கூறினார்தொடர்ந்து தமிழ்நாட்டில் தேசிய ஜனநாயக கூட்டணி வெற்றி பெற்றால் ஆட்சியில் பாஜக பங்கேற்குமா? என்ற கேள்விக்கு, ‘ஆம்‘ என பதில் அளித்தார். மேலும் தமிழ்நாட்டில் அதிமுக அமைக்கும் அரசின் அமைச்சரவையில் பாஜக நிச்சயம் இடம்பெறும் என்று அமித்ஷா கூறினார்

## மோடி விழாவில் ஸ்டாலின் பங்கேற்பு

பிரதமர் நரேந்திர மோடி வருகிற 27ஆம் தேதி தமிழகம் வருகிறார் இரண்டு நாட்கள் அவர் பல நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்கிறார். ராஜராஜன் சோழன் பிறந்தநாள் விழாவிலும் பங்கேற்கிறார். இந்த விழாவில் முதலமைச்சர் ஸ்டாலினும் பங்கேற்பார் என்று கூறப்படுகிறது

# உங்கள் சருமம் மேலும் பளிச்சிட... இயற்கை வழி டிப்ஸ்!!!

சருமத்தை பாதுகாக்கவும், அழகாக்கவும் இயற்கை பொருட்களே போதும். இதோ மஞ்சள் வெள்ளரி

மஞ்சளில் இருக்கக்கூடிய ஆண்ட்டிசெப்டிக் துகள்கள் சருமத்தில் ஏற்படக்கூடிய அலர்ஜிகளிலிருந்து நம்மை காத்திடும். வெள்ளரியை பேஸ்ட்டாக்கிக் கொள்ளுங்கள் அத்துடன் ஒரு ஸ்பூன் மஞ்சள் தூளை சேர்த்து நன்றாக கலக்கி முகத்தில் ஃபேஸ் மாஸ்க்காக போட வேண்டும். நன்றாக காய்ந்ததும் கழுவி விடலாம்.

கற்றாழை

கற்றாழையில் இருக்கும் சத்துக்கள் சருமத்தை ஃபிரஸ்ஸாக வைத்திருக்க உதவுகிறது. வெள்ளரிச்சாறுடன் கற்றாழை ஜெல் கலந்து தினமும் இரவு படுப்பதற்கு முன்னால் தடவிக் கொள்ளுங்கள். அரை மணி நேரம் கழித்து கழுவி விடலாம். இது சருமத்தில் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புகள் மட்டுமல்ல சரும சுருக்கங்கள் ஏற்படாமலும் தடுத்திடும்.

ரோஜா இதழ்கள் பன்னீர்

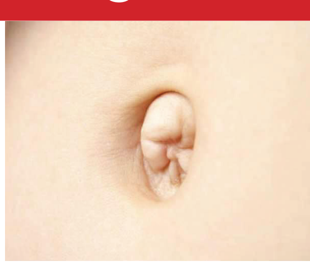
உலர்ந்த ரோஜா இதழ்களுடன் சிறிது பன்னீரும் சந்தனமும் அரைத்து முகத்தில் தடவ தோலின் நிறம் பொலிவு பெறும். பால், கடலை மாவு, மஞ்சள், சந்தனம், அனைத்தையும் கலந்து முகத்தில் தடவி குளித்தால் சருமம் அழகாகவும், பளபளப்பாகவும் மாறும்.வேப்பிலையும், வெள்ளரியும் முதலில் ஒன்றாக அரைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஓட்ஸ் தனியாக அரைத்துக் கொள்ளுங்கள். பின்னரத்துடன் ஒரு ஸ்பூன் மஞ்சள் தூள் மற்றும் இரண்டு ஸ்பூன் ஓட்ஸ் பவுடர் சேர்த்து தேவையான அளவு தண்ணீர் சேர்த்து நன்றாக கலக்க வேண்டும். அதனை முகத்தில் தடவி ஸ்க்ரப் செய்து வந்தால், உங்கள் முகம் பளிச் பளிச்தான்.

# வெண் பூசணியில் மோர்க் குழம்பு

**தேவையான பொருட்கள்:** பூசணிக்காய் 1/4 கிலோ, தேங்காய் துருவல் 3 ஸ்பூன், பச்சை மிளகாய்4, சீரகம் 1 ஸ்பூன், கடலைபருப்பு 1 ஸ்பூன், அரிசி1 ஸ்பூன், மோர்2 கப், மஞ்சள் தூள் 1/2 ஸ்பூன், கடுகு 1/2 ஸ்பூன், உளுந்தம்பருப்பு 1/2 ஸ்பூன், கருவேப்பிலை சிறிதளவு, மல்லிதழை சிறிதளவு, உப்பு தேவையான அளவு, எண்ணெய் தேவையான அளவு, பெருங்காயம் சிட்டிகை, மோர்மிளகாய் 2

**செய்முறை:** கடலைபருப்பு, அரிசி 2 மணிநேரம் இரண்டையும் ஒன்றாக ஊறவைத்து அரைத்து வைக்கவும். தேங்காய், பச்சைமிளகாய், சீரகம் நன்றாக அரைத்து கொள்ளவும். பூசணிக்காயை வேகவைத்து கொள்ளவும். பின் மோரில் பூசணிக்காய், அரைத்த மசாலா,மஞ்சள்தூள், உப்பு, தேவையான தண்ணீர் சேர்த்து தயார் செய்து வைக்கவும். வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி பெருங்காயம், கடுகு, உளுந்தம்பருப்பு, கருவேப்பிலை, மோர்மிளகாய்,தாளித்து மோர்கரைசலை அதில் சேர்க்கவும். நன்கு நுரை கூடியதும் மல்லிதழை தூவி இறக்கவும்.

# நம் தொப்புள் என்பது நம்மை படைத்தவர் நமக்கு கொடுத்துள்ள அற்புத பரிசு...



ஒருவருக்கு இடது கண் பார்வை மிக மோசமாக இருந்தது. இரவு நேரங்களில் மிகவும் சிரமப்பட்டார். கண் மருத்துவர் பரிசோதனை செய்துவிட்டு அவரது கண்கள் மிகவும் நன்றாக இருப்பதாகவும் ஆனால் கண்களுக்கு இரத்தம் கொண்டு வரும் நரம்புகள் வறண்டு விட்டதால் மீண்டும் பார்வை ஒருபோதும் வராது என்றும் கூறிவிட்டார்.

அறிவியல் படி, கருவுற்றவுடன் முதல் அணு உருவாகும் இடம் தொப்புள் தான்.

தொப்புள் உருவானவுடன், அது தாயின் நஞ்சுக்கொடியுடன் தொப்புள் கொடி மூலம் இணைக்கப்படுகிறது.

நமது தொப்புள் உண்மையிலே ஆச்சரியப்படும் ஒன்று தான்.

அறிவியல் படி, ஒரு மனிதன் இறந்தவுடன் 3 மணி நேரத்திற்கு தொப்புள் வெதுவெதுப்பாக இருக்குமாம். காரணம் ஒரு பெண் கருவுற்றதும், பெண்ணின் தொப்புள் மூலம் குழந்தையின் தொப்புள் வழியாக கருவிலுள்ள குழந்தைக்கு ஊட்டச்சத்து வழங்கப்படும்.

முழுமையாக ஒரு கரு குழந்தையாக உருவாவதற்கு 270 நாட்கள் அதாவது 9 மாதங்கள் ஆகின்றன.

நமது உடம்பில் உள்ள அனைத்து நரம்புகளும் தொப்புளுடன் இணைவதற்கு இதுவே காரணம்.

தொப்புளே நமது உடம்பின் குவியப்புள்ளி. அதுவே உயிரும் கூட.

தொப்புளுக்குப் பின்னால் 72000 க்கும் அதிகமான நரம்புகள் உள்ளன.

நமது உடம்பில் உள்ள இரத்தத்தட்டுகளின் எண்ணிக்கை புவியின் இரு மடங்கு சுற்றளவிற்குச் சமம்.

தொப்புளில் எண்ணெய் போடுவதன் மூலம் கண்கள் வறட்சி, குறைந்த கண்பார்வை, கணையம் சீரற்றத் தன்மை, குதிகால் மற்றும் உதடு வெடிப்பு, முகப் பொலிவின்மை, பளபளப்பான முடியின்மை, மூட்டுவலி, நடுக்கம், உடல் சோர்வு, முழங்கால் வலி, வறண்ட சருமம் ஆகியவைகளில் இருந்து நிவாரணம் கிடைக்கும்.

கண்கள் வறட்சி நீங்க, குறைந்த பார்வை சரியாக.. பளபளப்பான தலைமுடி பெற... மெருகூட்டப்பட்ட சருமம் பெற.இரவில் படுக்கைக்குச் செல்லும் முன் 3 துளி சுத்தமான நெய் அல்லது தேங்காய் எண்ணெய் தொப்புளில் விட்டு ஒன்றரை இன்ச் தொப்புளைச் சுற்றி பரவவிடவும்.முழங்கால் வலி குணமடையஇரவில் படுக்கைக்குச் செல்லும் முன் 3 துளி விளக்கெண்ணெய் தொப்புளில் விட்டு ஒன்றரை இன்ச் தொப்புளைச் சுற்றி பரவவிடவும்.

நடுக்கம் மற்றும் சோர்வு, மூட்டுவலி மற்றும் வறண்ட, சருமத்திலிருந்து நிவாரணம் பெற. இரவில் படுக்கைக்குச் செல்லும் முன் 3 துளி கடுகு எண்ணெய் தொப்புளில் விட்டு ஒன்றரை இன்ச் தொப்புளைச் சுற்றி பரவவிடவும்.

தொப்புளில் ஏன் எண்ணெய் விட வேண்டும்..?

எந்த நரம்பில் இரத்தம் வறண்டு உள்ளதோ அதனை உங்கள் தொப்புளால் கண்டுபிடிக்க இயலும்.

அதனால் தொப்புள் அந்த எண்ணெயைக் குறிப்பிட்ட வறண்ட நரம்பிற்கு அனுப்பி திறக்கச் செய்கிறது.

சிறு குழந்தைக்கு வயிறு வலியென்றால், பெரியவர்கள் காயப்பொடியுடன் தண்ணீர் அல்லது எண்ணெய் கலந்து தொப்புளை சுற்றி தடவுவது வழக்கம். சில நிமிடங்களில் குணமாகும்.

எண்ணெய்யும் அவ்வாறே வேலை செய்கிறது.

On-Line Also. Age No Bar
HINDI PRACHAR SABHA
PARICHAYA TO PRAVEEN
SPOKEN HINDI - ENGLISH
HINDI - ENGLISH - SANSKRIT - TAMIL
Search @ Google & Just dial for MPR Hindi Study Centre
87545 19519 98418 19519

SPECIAL INVITATION
குரோம்பேட்டையில் உள்ள பிரபல நிறுவனத்திற்கு Retd, SENIOR CITIZEN, LADIES தேவை
AGE - 30 TO 75, SSLC AND ABOVE
Work Form Home
Unlimited Incentive, Only KYC Docs
73586 21949

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

எங்களிடம் பொடி வகைகள் மற்றும் PRE MIX வகைகள் கிடைக்கும்
(NO PRESERVATIVES AND ADDED FLAVOURS)
ஆர்டர் செய்தால் DOOR DELIVERY செய்யப்படும் (CHROMPET AND TAMBARAM)
99407 95750

WANTED
SITE ENGINEER
FRESHER FOR
BUILDER OFFICE
SRI DEVI BUILDER
EAST TAMBARAM
95000 76091/ 96771 14444

ACCOUNTANCY COACHING
CLASS XI & XII STUDENTS
SCORE HIGH IN ACCOUNTANCY
FREE TRIAL
Online Test Portal
Self - paced Learning
Be among Top 10%
High Scoring students through our “Learn Easy Methodology”
Free Trial Access
Money Back Guarantee
Top Scorers Are Made, Not Born!
https://masteringaccountancy.com
99520 71868

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

RAAJ INSTITUTE
B.E., B.Com., M.B.A., Diploma
School Tuition for 6th to 12th
8th Pass Directly Join 10th
10th Pass Directly Join +2
STATE / NIOS / CBSE
Spoken English & Hindi
Tally,MS Office,C,C++
No.75, Station Road, Radha Nagar, Chrompet
90032 67050

தினத்தந்தி
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

BUYING / SELLING
BUYING / SPOT CASH
WORKING AND NOT WORKING
A/C, BRASS,STAINLESS STELL, FRIDGE, OLD COMPUTER, LAPTOP, UPS, BATTERIES, MUSIC SYSTEM, WATER HEATER, GYM ITEMS, WOODEN FURNITURE, SOFA SET, COT, BEURO, DINING SET, DRESSING & OFFICE TABLE, OLD ALUMINIUM
ALL A TO Z SCRAPS
SRIRAM TRADERS
94441 33979

## NOTICE FOR DISPOSAL OF MEDICAL RECORDS

This is given to declare that Bethesda Hospital and Child Care Centre, Tambaram, Chennai plans to dispose the In-patient medical records of all the patients who have not visited the hospital for a long period of more than 10 years between 01.06.2004 to 31.12.2014 for any kind of treatment/follow-up/admission.

A copy of concerned patient’s medical records will be issued to the patient/ next of kin on receipt of a written request letter addressed to the Medical Director along with a valid Government ID proof within 30 days of this notice. The hospital authorities will be unable to accept any requests after the notice period as all the records will be disposed by then.

BETHESDA HOSPITAL AND CHILD CARE CENTRE
No.31, I.O.B.Colony, Bharathi Nagar,Camp Road ,
Selaiyur, Chennai – 600 073
For Further Information Contact :Medical Records Department
Phone: 044-22294565

பாரதி கலாலயம் சார்பில் சென்னை ராணி சீதை மன்றத்தில் பரதநாட்டிய ஆசிரியர் ஜெயலட்சுமி முருகனின் மாணவிகள் கவி பாரதி, மோனிஷா, பத்மஸ்ரீ, அர்ச்சனா ஆகியோரின் நாட்டிய அரங்கேற்ற நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது.சிறப்பு விருந்தினர்களாக கவிஞர் உமா பாரதி,இந்து நிதீஷ் ஆகியோர் கலந்து கொண்டனர்.

## அதிரடியாக உயர்ந்த தங்கம் விலை

தங்க விலை கடந்த மூன்று நாட்களாக தொடர்ந்து உயர்ந்து வருகிறது ஜூலை 12ஆம் தேதி 22 காரட் தங்கம் விலை கிராமுக்கு ரூ.65 உயர்ந்து, ஒரு கிராம் ரூ.9,140க்கும், சவரனுக்கு ரூ.520 உயர்ந்து, ஒரு சவரன் ரூ.73,120க்கும் விற்பனை செய்யப்படுகிறது.

## ராமதாஸ் வீட்டில் ஒட்டு கேட்கும் கருவி வைத்தது யார்?

பாமக நிறுவனர் ராம தாஸ் வீட்டில் ஒட்டு கேட்கும் கருவி கண்டுபிடிக்கப்பட்டது . அது வெளிநாட்டில் உருவா னது என்று ராமதாஸ் தெரிவித்தார். தற்போது அந்த கருவியை வைத்தது யார் என்று ஆய்வு நடப்பதாக தெரிவித்தார்.

## நிபா வைரஸ் தமிழகத்தில் தீவிர கண்காணிப்பு”

நிபா வைரஸ் பரவலை அடுத்து கேரளாவில் இருந்து தமிழ்நாடு வருபவர்களை தீவிரமாக சோதனை செய்ய அறிவுறுத்தல் வழங்கப்பட்டு உள்ளது.கேரளாவிலிருந்து தமிழகம் வரும் 20 வழிகளிலும் சுகாதார அதிகாரிகள் தீவிர சோதனை நடத்துவார்கள் என அமைச்சர் மா.சுப்பிரமணியன் தெரிவித்தார்.

GST ROAD NEWS
விளம்பர விசாரணைக்கு
தொடர்பு கொள்ள:
8939 526 999
044 - 222 363 99

## தமிழகத்தில் இனி ஆன்மிக ஆட்சிதான் அண்ணாமலை

தமிழகத்தில் இனி எந்த கட்சி ஆட்சிக்கு வந்தாலும், ஆன்மிக ஆட்சிதான் அமையும் என்று பாஜக மாநில முன்னாள் தலைவர் அண்ணாமலை கருத்து தெரிவித்துள்ளார்.

## ஸ்மார்ட் போன் பயன்பாட்டை குறைக்க புதிய திட்டம்

சாம்சங் நிறுவனம் புதிய AI- இயங்கும் அணியக்கூடிய சாதனங்களை உருவாக்குவதை ஆராய்ந்து வருகிறது, இதில் சாத்தியமான காதணிகள் மற்றும் நெக்லஸ்கள் அடங்கும். இந்த ஆய்வு ஸ்மார்ட்போன்களுக்கான தேவையைக் குறைக்கும் AI நுகர்வோர் மின்னணு சாதனங்களை உருவாக்கும் பரந்த தொழில்துறை போக்குடன் ஒத்துப்போகிறது. எடுத்துச் செல்லப்படுவதற்குப் பதிலாக அணியப்படும் சாதனங்கள் மூலம் பயனர்கள் தொடர்பு கொள்ளவும் பணிகளை மிகவும் திறமையாகச் செய்யவும் உதவுவதே இதன் குறிக்கோள்.

குரோம்பேட்டை ஜமீன் இராயபேட்டையில் தாம்பரம் மாநகராட்சி மண்டலம் 3ல் நிலவிவரும் பல்வேறு நிர்வாக சீர்கேடுகளுக்கு காரணமான ஸ்டாலின் அரசை கண்டித்தும், பொதுமக்களின் அடிப்படை தேவைகளை செய்ய தவறிய தாம்பரம் மாநகராட்சியை கண்டித்தும் அதிமுக செங்கல்பட்டு மேற்கு மாவட்டம் அஸ்தினாபுரம் பகுதி கழகம் சார்பில் கண்டன ஆர்ப்பாட்டம் நடைபெற்றது. இதில் சிறப்பு அழைப்பாளராக முன்னாள் அமைச்சர் ஜெயகுமார் கலந்து கொண்டுள்ளார். உடன் முன்னாள் அமைச்சர் டி.கே.எம்.சின்னையா மற்றும் செங்கல்பட்டு மேற்கு மாவட்ட கழக செயலாளர் ச.இராஜேந்திரன். பகுதி செயலாளர் அருணாச்சலம், திருநீர்மலை சுபாஷ், குரோம்பேட் எம். கே. சதீஷ், சிட்லபாக்கம் ரா. மோகன், தாம்பரம் மாநகராட்சி மாமன்ற உறுப்பினர் கிருஷ்ணமூர்த்தி. சிட்லபாக்கம் புருஷோத் தமன். மற்றும் திரளான அ.தி.மு.க.வினர்கலந்து கொண்டு திமுகவிற்கு எதிராகவும் மாநகராட்சிக்கு எதிராகவும் கண்டன கோஷமிட்டனர்.

## தாம்பரம் மாநகராட்சி கண்டித்து பொதுமக்கள் ஆர்ப்பாட்டம்: மாமன்ற உறுப்பினர் சமரசம்

தாம்பரம் மாநகராட்சி செம்பாக்கம் மண்டலத்துக்கு உட்பட்ட பல பகுதிகளில் சுகாதார பிரிவில் உள்ள குறைகளை கண்டித்து 43வது வார்டு பாலாஜி அவென்யூ குப்பை உரமாக்கும் மையத்தில் மக்கள் திரண்டு வாக்குவாதத்தில் ஈடுபட்டனர். இதனை மாமன்ற உறுப்பினர் சிட்லபாக்கம் சி.ஜெகன் சுகாதார பிரிவில் குப்பை கிடங்கில் அவ்வப்போது செயல்பட்டு வரும் விஷயங் களை கேட்டறிந்து சுகாதார அதிகாரிகளிடம் அங்குள்ள பிரச்சினைகளை அவரும் பலமுறை புகார் அளித்ததை குறிப்பிட்டார். சுகாதார பிரிவில் பணியாற்ற வேண்டிய பணியாளர்கள் மற்ற பிரிவுகளுக்கும் அதிகாரிகளுக்கு ஓட்டுநர்களாகவும் மற்றும் உதவியாளர்களாகவும் செயல்பட்டு வருவதால் சுகாதார பிரிவில் ஏற்படும் ஆட்கள் பற்றாக் குறை, சேதம் அடைந் துள்ள குப்பை சேகரிப்பு வாகனங்களை சீர்படுத்தாமல் அப்படியே இயக்குவதால் பொதுமக்களுக்கு ஏற்படும் இடையூறுகள் மற்றும் இன்னல்கள், சாலை முழுவதும் நிறுத்தப்பட்டுவரும் குப்பை சேகரிக்கும் வாகனங்களால் ஏற்படும் பாதிப்புகள், மக்கும் குப்பைகளை உரமாக்க மட்டுமே ஒதுக்கப்பட்ட இடத்தில் மக்காத குப்பைகளை மலை போல் குளிப்பது ஒப்பந்ததாரர் பணியாளர்களுக்கு இருப்பிடம் வழங்காததால் பணியாளர்கள் வேலைக்கு வராமல் குப்பை சேகரிக்கும் பணி தொய்வு பாலாஜி அவென்யூவில் மக்கும் குப்பையை உரமாகும் மையத்தின் சுற்றுச்சுவர் முற்றிலும் சேதம் அங்குள்ள பணியாளர்களுக்கு கழிப் பிட அறை பராமரிப்பு சாலைகளில் மண்குவியல்கள் மற்றும் மழைநீர் வடிகால் தூர் வாராதது, சில இடங்களில் எடுக்கப்பட்ட சேற்று மண்ணினை 3 வருடங்களாக அகற்றாமல் இருப்பதை குறித்தும், சாலைகளை மறைக்கும் மரக்கிளைகளை அப்புறப்படுத்தாமலும், வீடுகளில் சேரும் தோட்டக்கழிவுகளை அப்புறப்படுத்தாமலும் தோட்டக்கழிவுகளுக்கு கிடங்கு அமைக்காமல் இருப்பது குறித்தும், அதனை அரைப்பதற்கு அரவை இயந்திரம் இதுவரை மாநகராட்சி வாங்காமல் இருப்பதை குறித்தும் அதிகாரிகளிடம் குறிப்பிட்டார். இதன் பிறகு பொதுமக்கள் அங்கிருந்து கலைந்து சென்றனர்.

## பாதவெடிப்பு பற்றிய கவலையா? இதோ உங்களுக்காக எளிமையான தீர்வு தரும் டிப்ஸ்

பாதவெடிப்பு பெரும் வேதனையை தரும் ஒன்றுதான். என்ன செய்தாலும் திரும்ப திரும்ப வருகிறதே என கவலைக் கொள்கிறீர்களா? இங்கு சொல்லப்பட்டிருக்கும் குறிப்புகளை ட்ரை பண்ணுங்க. நல்ல பலன் தரும்

பாதவெடிப்பு அசௌகரியமாகத்தான் இருக்கும். நல்ல அழகான உடையை உடுத்தி, இன்னும் முகத்தை அழகுபடுத்திக்கொண்டு ஆனால் காலில் வெடிப்புடன் வெளியே சென்றால், அந்த ஒரு பிரச்சனையாலேயே மற்ற அலங்காரங்கங்கள் வீணாகிவிடும். நம்மை குறைவாகவும் மற்றவர்கள் மதிப்பிடக் கூடும். மற்றவர்கள் என்றில்லாமல் பாதவெடிப்பு நமது ஆரோக்கியம் சார்ந்த மற்றும் அக்கறை சார்ந்த விஷயமே.

தேன் மற்றும் அரிசி மாவு

பாதங்கள் ஈரப்பதத்துடன் இருக்க, தேன் பெரிதும் பயன் தரும். தேனில் சிறந்த ஆன்டிபாக்டீரியல் குணங்கள் அடங்கியுள்ளன. 2 டீஸ்பூன் அரிசி மாவுடன் கொஞ்சம் தேன் மற்றும் ஆப்பிள் சீடர் வினீகரை சேர்த்து, அடர்த்தியான பேஸ்ட் தயார் செய்யுங்கள்

### வேப்பிலை பேஸ்ட்

கையளவு வேப்பிலையை எடுத்து அதனுடன் சுண்ணாம்பு சிறிது சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

ஓய்வு நேரத்தில் சூடான நீரில் கால்களை 5 நிமிடங்கள் ஊற வைத்து பின்னர் சுண்ணாம்பும் வேப்பிலையும் கலந்த பேஸ்ட்டை தடவவும். 15 நிமிடங்கள் கழித்து பாதத்தை ஸ்க்ரப் செய்து கழுவுங்கள். வாரம் இருமுறை செய்தால் போதும். பாதம் மிருதுவாக வெடிப்பின்றி காணப்படும்.

### பப்பாளி ஸ்க்ரப்

நன்கு மசித்து வைத்த பப்பாளிப்பழத்தை பாலுடன் கலந்து குதிகால்களில் தடவி 10 நிமிடங்கள் கழித்து காய்ந்தவுடன் தேய்த்து கழுவுங்கள். இவ்வாறு தொடர்ந்து செய்து வந்தால் பிளவு ஏற்பட்ட பகுதியில் தோல்கள் ஒன்று சேர்ந்து புதிய தோல்கள் போல தோற்றமளிக்கும்.

### உருளைக் கிழங்கு

உருளைக் கிழங்கை பொடிசாக வெட்டி வெயிலில் காய வைக்கவும். அதன்பிறகு இந்த உருளைக்கிழங்கு பொடியை தூளாக்கி நீரில் கலந்து உங்கள் பாதங்களில் தடவினால் பாத வெடிப்பு நீங்கும்.

### வெந்தயக் கீரை

மசித்த வெந்தய கீரையில் கடுகு எண்ணெய் கலந்து பாதங்களில் தேய்த்து வாருங்கள். வெடிப்பு மறைந்து பாதங்கள் மிளிரும். மேலும் கடுகு எண்ணெய் தொடர்ந்து கடுகு எண்ணையை பாதங்களில்தேய்க்க வேண்டும். இது உங்கள் பாதங்களை மென்மையாக்கும்.

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