ராக்போர்ட் டைம்ஸ்

தமிழ் வார இதழ்

• சென்னை • திருச்சி • தஞ்சாவூர் • கரூர் • பெரம்பலூர் • அரியலூர் • புதுக்கோட்டை ஆகிய நகரங்களில் வெளியாகிறது

மலை. 10 கோட்டை. 437 ROCKFORT TIMES TAMIL WEEKLY MAGAZINE 2024 அக்டோபர்.10 – 16 விலை ரூ.5/–

ரூ. 14,250 கட்டணத்தில் தமிழ்நாடு, கேரளா உட்பட

தென்னிந்தியாவில் உள்ள முக்கிய கோவில்களுக்கு சுற்றுலா ரயில்

நவம்பர் மாதம் 6ம் தேதி இயக்கப்படுகிறது

விடுமுறை நாட்களிலும், ஓய்வு காலங்களிலும் சுற்றுலா செல்வது என்பது அனைவருக்கும் பிடித்தமான ஒன்று. இதனை கருத்தில் கொண்ட இந்திய ரயில்வே சுற்றுலாக் கழகம் தென்னிந்தியாவில் உள்ள ஆன்மீக தலங்களை சுற்றி பார்க்கும் வகையில் 9 நாட்களுக்கான சுற்றுலா பேக்கேஜை அறிவித்துள்ளது.

இதுகுறித்து ரயில்வே நிர்வாகம் சார்பில் வெளியிடப்பட்டுள்ள செய்திக்குறிப்பில் கூறப்பட்டுள்ளதாவது., வருகிற நவம்பர் மாதம் 6ம் தேதி முதல் திருவண்ணாமலை, ராமேஸ்வரம், மதுரை, கன்னியாகுமரி, திருவனந்தபுரம், திருச்சி மற்றும் தஞ்சாவூர் ஆகிய 7 வழிபாட்டு தளங்களுக்கு செல்லும் வகையில் 8 இரவுகள் மற்றும் 9 நாட்கள் பயணம் அடங்கிய சுற்றுலா பேக்கேஜ் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இந்தப் பயணம் தெலுங்கானாவில் உள்ள செகந்திராபாத்தில் இருந்து தொடங்குகிறது.

இந்த ஆன்மீக சுற்றுலாவில் திருவண்ணாமலை அருணாசலேஸ்வரர் கோவில், ராமேஸ்வரம் ராமநாத சுவாமி கோவில், மதுரை மீனாட்சி அம்மன் கோவில் மற்றும் கன்னியாகுமரி பகவதி அம்மன் கோவில், கேரள மாநிலம் திருவனந்தபுரம் பத்ம நாப சுவாமி கோவில், திருச்சி ஸ்ரீரங்கம் அரங்கநாதர் சுவாமி கோவில், தஞ்சை பிரகதீஸ்வரர் கோவில் ஆகிய வரலாற்று சிறப்புமிக்க கோவில்களில் தரிசனம் செய்யலாம். 9 நாட்களும் காலை, மதியம், இரவு உணவு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது.

இதில் ஒரு நபருக்கு கட்டணமாக ரூ.14,250 நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ளது. குழந்தைகளுக்கான கட்டணம் ரூ.13,250 ஆகும். ஏசி பெட்டியில் பயணம் மேற்கொள்வோருக்கு கட்டணம் சற்று கூடுதலாக இருக்கும். உள்நாட்டு சுற்றுலாவை மேம்படுத்தும் வகையில் இந்த நடவடிக்கை மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இதுகுறித்த மேலும் தகவல்களுக்கு ஐஆர்சிடிசி அதிகாரப்பூர்வ இணையதளத்தை பார்வையிடலாம். இவ்வாறு அதில் கூறப்பட்டுள்ளது.

– எஸ்.ஆர்.லெக்ஷ்மி நாராயணன்

தமிழகத்தில் அடுத்த மாதம்

வாக்காளர் சிறப்பு முகாம்

தமிழகத்தில் அடுத்த மாதம் நான்கு நாட்கள் வாக்காளர் சிறப்பு முகாம் நடத்த தேர்தல் ஆணையம் அனுமதி வழங்கியுள்ளது. ஒவ்வொரு ஆண்டும் அக்டோபர் மற்றும் நவம்பரில் வாக்காளர் பட்டியல் திருத்த பணி நடக்கும். அதற்கான வரைவு வாக்காளர் பட்டியல் தயார் செய்வதற்காக ஓட்டுச்சாவடி அலுவலர்கள் வீடு வீடாக சென்று வாக்காளர் பட்டியலை சரிபார்க்கும் பணியை கடந்த மாதம் 20ம் தேதி துவங்கினர். வருகிற 10ம் தேதி வரை இப்பணி நடக்க உள்ளது. இம்மாதம் 29ம் தேதி வரைவு வாக்காளர் பட்டியல் வெளியிடப்படும். அன்று முதல் நவம்பர் 28ம் தேதி வரை வாக்காளர் பட்டியலில் பெயர் சேர்க்க, நீக்க, திருத்தம் செய்ய, முகவரி மாற்ற விண்ணப்பிக்கலாம். இதற்கான சிறப்பு முகாம் நவம்பர் 9, 10, 23, 24 என நான்கு நாட்கள் நடத்த தேர்தல் கமிஷன் அனுமதி அளித்துள்ளது. அந்த நாட்களில் அனைத்து ஓட்டு சாவடிகளிலும் சிறப்பு முகாம் நடக்கும். இதற்கான ஏற்பாடுகளை செய்யவும், மக்களுக்கு தெரியும் வகையில் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தவும் உரிய நடவடிக்கை எடுக்கும்படி அனைத்து மாவட்ட தேர்தல் அலுவலர்களுக்கும் தமிழக தலைமை தேர்தல் அதிகாரி சத்ய பிரதா சாகு கடிதம் எழுதியுள்ளார்.

ஒரே நாளில்

இந்திய பங்குச்சந்தையில் ரூ.11 லட்சம் கோடி இழப்பு

இஸ்ரேல் மீது ஈரான் நடத்திய ஏவுகணை தாக்குதலுக்கு பதிலடி கொடுக்க இஸ்ரேல் தயாராகி வருகிறது. இது மத்திய கிழக்கில் போர் பதற்றத்தை மேலும் அதிகரித்துள்ளது. இதனால் கச்சா எண்ணெய் விலை மீண்டும் உயர துவங்கியுள்ளது. இதன் தாக்கம் கடந்த வாரம் இந்திய பங்கு சந்தைகளில் எதிரொலித்தது. இதனால் முதலீட்டாளர்கள் ஒரே நாளில் 11 லட்சம் கோடி ரூபாயை இழந்துள்ளனர். சந்தையில் இருந்து அந்நிய முதலீட்டாளர்கள் தொடர்ச்சியாக முதலீட்டை திரும்ப பெறுதல், அமெரிக்க டாலருக்கு எதிரான ரூபாய் மதிப்பு சரிவு உள்ளிட்ட பல்வேறு காரணங்களாலும் பங்குச்சந்தை மேலும் சரிந்தது. மும்பை பங்குச்சந்தை குறியீட்டு எண் சென்செக்ஸ் 1800 புள்ளிகளும், தேசிய பங்குச்சந்தை குறியீட்டு எண் நிஃப்டி 550 புள்ளிகளும் வீழ்ச்சி அடைந்தன.

தினமும் உருவாகும் ஆயிரம் மோசடி இணையதளங்கள்

கிளவுட் செக் நிறுவனம் எச்சரிக்கை

கேமிங் மோசடி செயலிகளை மக்கள் பயன்படுத்த வைப்பதற்காக பல பிரபலங்களின் பெயர்களில் போலீஸ் வீடியோக்களை உருவாக்கி அவற்றை வெளியிடுவதற்கு போலி இணையதளங்கள் உருவாக்கப்படுகின்றன தினம்தோறும் புதிது புதிதாக ஆயிரம் இணையதளங்கள் இவ்வாறு உருவாக்கப்படுவதாக கிளவுட் செக் நிறுவனம் தெரிவித்துள்ளது.

இணையதளம் மற்றும் மொபைல் ஃபோன்களில் விளையாடும் நபர்களை குறி வைத்து பல மோசடி கேமிங் செயலிகள் உருவாக்கப்படுகின்றன. இவற்றின் வாயிலாக மக்கள் பல கோடி ரூபாய்களை இழந்து வருகின்றனர். இதுபோன்ற மோசடி கேமிங் செயலிகளை பிரபலங்கள் அங்கீகரிப்பது போன்ற போலி வீடியோக்களும் வெளியாகின்றன. டீப் பேக் எனப்படும் தொழில்நுட்பத்தை பயன்படுத்தி ஆள் மாறாட்ட வீடியோக்கள் எதற்காக தயாரிக்கப்படுகின்றன. விராட்கோலி, முகேஷ் அம்பானி என பல பிரபலங்கள் இந்த கேமிங் செயலியை பயன்படுத்தும்படி மக்களை ஊக்குவிப்பதாக அந்த போலி வீடியோக்கள் அமைந்துள்ளன.

இதுபோன்ற போலி வீடியோக்களை உண்மை போன்று காட்டுவதற்காக டிவிக்களில் செய்தி வாசிப்பாளர்கள் கூறுவது போல் போலி வீடியோக்கள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. அதில், அந்த செய்தி வாசிப்பாளர்கள் செய்திகளை கூறுவது போலவும் அதற்கிடையே விளம்பரம் வருவது போலவும் போலி வீடியோக்கள் உருவாக்கப்படுகின்றன. இந்த ஒட்டுமொத்த மோசடியை மக்களிடையே கொண்டு செல்ல போலி இணையதளங்கள் உருவாக்கப்படுகின்றன. அந்த வகையில் நாள் ஒன்றுக்கு ஆயிரத்திற்கும் மேற்பட்ட போலி இணையதளங்கள் பதிவு செய்யப்படுவதாக கிளவுட் செக் என்ற இணைய பாதுகாப்பு நிறுவனம் தெரிவித்துள்ளது.

வழக்கமாக இதுபோன்ற செயல்களை கூகுள் பிளே செயலி தொகுப்புக்குள் இந்த மோசடியாளர்கள் நுழைப்பர். இந்த மோசடி தற்போது அடுத்த கட்டத்திற்கு சென்றுள்ளது. அதாவது கூகுள் பிளே செயலி தொகுப்பையே போலியாக உருவாக்குகின்றனர். அதனால் எந்த ஒரு செயலியை பயன்படுத்தும் போதும் மிகவும் எச்சரிக்கையுடன் இருக்க வேண்டும் என அந்த நிறுவனம் எச்சரித்துள்ளது.

மகளிருக்கு சலுகை

ஜார்கண்டில் எதிரொலிக்கும் தமிழக ஃபார்முலா

ஜார்கண்டில் நடக்கவுள்ள சட்டசபை தேர்தலில் பாஜக ஆட்சிக்கு வந்தால் மகளிருக்கு மாதம் 2,100 ரூபாய் உதவித்தொகையாக வழங்கப்படும் என அக்கட்சி வெளியிட்டுள்ள முதற்கட்ட தேர்தல் அறிக்கையில் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

ஜார்கண்டில், முதல்வர் ஹேமந்த் சோரன் தலைமையிலான ஜார்கண்ட் முக்தி மோர்ச்சா ஆட்சி நடக்கிறது. இங்கு, சட்டசபையின் பத விக்காலம் விரைவில் முடிவடைவதை தொடர்ந்து இந்த ஆண்டு இறுதியில் சட்டசபை தேர்தல் நடைபெற உள்ளது. இதையொட்டி மாநில பாஜக தலைவர் பாபுலால் மராண்டி, கட்சியின் தேர்தல் அறிக்கையாக ஐந்து வாக்குறுதிகளை முதற்கட்டமாக வெளியிட்டார். அப்போது அவர் கூறுகையில்.,

சட்டசபை தேர்தலில் பா.ஜ., வென்றால் மகளிருக்கு மாதந்தோறும் 2,100 ரூபாய் நிதியுதவி வழங்கப்படும். ஐந்து லட்சம் இளைஞர்களுக்கு வேலை வாய்ப்பு வழங்கப்படும். அனைவருக்கும் இரண்டு வீடு கட்டித்தரப்படும். ஆண்டுக்கு இரண்டு சிலிண்டர்கள் பொதுமக்களுக்கு இலவசமாக வழங்கப்படும். இதுதவிர, சிலிண்டர் 500 ரூபாய்க்கு வழங்கப்படும் என கூறினார்.

13 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு தடை விதிக்கப்பட்ட

மருந்து இன்றும் புழக்கத்தில் இருப்பது கண்டுபிடிப்பு

ஆய்வில் வெளியான அதிர்ச்சி தகவல்

வலி நிவாரணியான நிம்சுலைடு வகை மருந்துகளை 12 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு தருவதற்கு 13 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு தடை விதிக்கப்பட்டது. ஆனாலும், அந்த மருந்து குழந்தைகளுக்கு தொடர்ந்து பரிந்துரைக்கப்பட்டு வருவது தெரியவந்துள்ளது.

நிம்சுலைடு என்பது ஒரு வகை வலி நிவாரணி மற்றும் காய்ச்சலை தடுப்பதற்காக பயன்படுத்தப்படும் மருந்து. ஸ்டிராய்டு அல்லாத அலர்ஜி எதிர்ப்பு மருந்தான இது கல்லீரலில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் ஹெப்பரடிஸ் என்ற வேதிப்பொருளை உருவாக்குகிறது. இது குழந்தைகளுக்கு பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். குறிப்பாக கல்லீரல் பாதிப்பு, தோல் தொடர்பான பாதிப்புகளை உருவாக்கும் என எச்சரிக்கப்பட்டது. இதையடுத்து இந்த மருந்தை 12 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு தருவதற்கு தடை விதித்து மத்திய சுகாதார அமைச்சகம் கடந்த 2011ம் ஆண்டு உத்தரவு பிறப்பித்தது.

இந்நிலையில் இந்திய மருந்து தயாரிப்பு நிறுவனங்களை கண்காணிக்கும் ipc எனப்படும் இந்தியன் பார்மோகோபியா கமிஷனரின் கீழ் இயங்கும் பிவிபிஹெச் எனப்படும் மருந்து தயாரிப்பு நிறுவனங்களை கண்காணிக்கும் திட்டத்தின்கீழ் மருந்துகள் தொடர்பான பக்கவிளைவுகள், மருந்துகளால் ஏற்படும் பாதிப்புகள் உள்ளிட்டவை தொடர்பான தகவல்கள் சேகரிக்கப்பட்டன. நிம்சுலைடு மருந்தால் ஏற்பட்ட பக்க விளைவுகள் தொடர்பாக பல தகவல்கள் பிவிபிஎச்சுக்கு கிடைத்துள்ளன. அந்த மருந்துகள் 12 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு கொடுக்கப்பட்டது தெரியவந்தது.

ஆனால், இந்த மருந்துக்கு தடை விதிக்கப்பட்டது தெரியாமல், குழந்தைகள் நல மருத்துவர்கள் தொடர்ந்து இந்த வகை மருந்தை பரிந்துரைத்து வருவது தெரியவந்துள்ளது. இதற்கு தீர்வு காணும் வகையில் டாக்டர்களுக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் பிரச்சாரம் துவங்கப்பட்டுள்ளது.

நாட்டிலேயே முதல் மாநிலமாக உத்தரகாண்டில்

பொது சிவில் சட்ட வரைவு மசோதா தயார்

நவம்பர் 9க்குள் அமலாக வாய்ப்பு

நாட்டிலேயே முதல் மாநிலமாக பொது சிவில் சட்டத்தை அமல்படுத்த பாஜக ஆளும் உத்தரகாண்ட் அரசுமுடிவு செய்துள்ளது. இதற்கான வரைவு மசோதாவை தயாரிக்க முன்னாள் தலைமைச் செயலாளர் சத்ருகன்சிங் தலைமையில் கடந்த பிப்ரவரியில் குழு அமைக்கப்பட்டது. 9 உறுப்பினர்களை உள்ளடக்கிய இக்குழு வரைவு மசோதாவை தயாரித்து அச்சுக்கு அனுப்பியுள்ளது. இதுகுறித்து சத்ருகன்சிங் கூறும்போது, "பொது சிவில் சட்டத்தை மாநில நிறுவன நாளான நவம்பர் 9க்குள் அமல்படுத்த மாநில அரசு திட்டமிட்டுள்ளது. இவை அச்சிடப்பட்டதும் முதல்வர் புஷ்கர்சிங் தாமியிடம் சமர்ப்பிக்கப்படும்" என்றார். இதுகுறித்து வரைவு மசோதா தயாரிப்பு குழுவின் உறுப்பினர் மனு கவுர் கூறும்போது, "திருமணம், சொத்து உயில் பதிவுக்காக பொதுமக்கள் அரசு அலுவலகங்களுக்கு செல்ல வேண்டிய தேவை இருக்காது. திருமணமான 6 மாதங்களுக்குள் இணைய வழியிலேயே பதிவு செய்து கொள்ளலாம்" என்றார். உத்தரகாண்ட் அரசு வட்டாரத்தில்., உத்தரகாண்டில் பொது சிவில் சட்டம் அமலுக்கு வந்த பிறகு திருமணம் செய்து கொள்ளாமல் கணவன், மனைவி போல சேர்ந்து வாழும் தம்பதியரும் பதிவுத் துறையில் கண்டிப்பாக பதிவு செய்ய வேண்டும். அவ்வாறு பதிவு செய்யவில்லை என்றால் 6 மாதங்கள் வரை சிறை தண்டனை விதிக்கப்படும். திருமணம் செய்து கொள்ளாமல் குழந்தை பெற்றால், அந்த குழந்தையை வளர்க்கும் பொறுப்பை திருமணமாகாத தம்பதியர் கண்டிப்பாக ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். கணவன் அல்லது மனைவி உயிரோடு இருக்கும்போது 2வது திருமணம் செய்தால் சட்டவிரோதமாக கருதப்படும். கணவன், மனைவி ஒருமித்த கருத்துடன், விவாகரத்து கோரினால் மட்டுமே, விவாகரத்து வழங்கப்படும். ஒருவர் மட்டும் விவாகரத்து கோரினால் நிராகரிக்கப்படும். மகன்கள், மகள்களுக்கு சரிசமமாக சொத்துகள் பிரித்து வழங்கப்படும் என தெரிவித்தது.

பதிவு முடிந்த நாளில் பத்திரங்களை வழங்க வேண்டும்

சார்பதிவாளர்களுக்கு அமைச்சர் உத்தரவு

பெரும்பாலான சார்பதிவாளர் அலுவலகங்களில் பத்திரப்பதிவு முடிந்தும் பத்திரங்களை திருப்பித்தராமல் நிலுவையில் வைக்கப்படுவதாகவும், பதிவுத்துறை வகுத்த காலவரம்பை சார்பதிவாளர்கள் மதிப்பதில்லை என்றும் பொதுமக்கள் தரப்பில் புகார்கள் அளிக்கப்பட்டன.

இதுகுறித்து பதிவுத்துறை அமைச்சர் மூர்த்தி தலைமையில், சென்னையில் கடந்த வாரம் கூட்டம் நடத்தப்பட்டு விவாதிக்கப்பட்டது. இதன்படி, பத்திரப்பதிவு முடிந்த நாளிலேயே சம்பந்தப்பட்ட பத்திரத்தை உரியவர்களுக்கு வழங்க வேண்டும். நிலுவையில் வைக்கப்படும் பத்திரங்களின் நிலவரம் அதற்கான காரணம் குறித்து மேலதிகாரிகளுக்கு சார்பதிவாளர்கள் தகவல் அளிக்க வேண்டும் என அமைச்சர் மூர்த்தி உத்தரவிட்டுள்ளார்.

இதேபோன்று வில்லங்க சான்றிதழ் சான்றிடப்பட்ட நகல் பத்திரங்கள் கோரி விண்ணப்பித்தோருக்கும் உடனடியாக பிரதிகளை அனுப்ப வேண்டும் எனவும், சார்பதிவாளர்கள் அலுவலகத்தில் இப்பணிகள் முறையாக நடக்கின்றனவா என்பதனை மேல் அதிகாரிகள் உறுதி செய்ய வேண்டும் என்றும் அமைச்சர் அறிவுறுத்தியுள்ளார்.

வேலைவாய்ப்பு செய்திகள்

தமிழ்நாடு மத்திய பல்கலைக்கழகத்தில் பணி

தமிழ்நாடு மத்திய பல்கலைக்கழகத்தில் காலியாகவுள்ள பணியிடங்களுக்கான விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. இதற்கு தகுதியும், விருப்பமும் உள்ளவர்கள் விண்ணப்பித்து பயனடையலாம்.

பணி : MTS, Clerk, Lab Attendant

தகுதி : 10th, 12th, Any Degree, BE/B.Tech, CA/CMA, ITI, M.Com, M.Sc, MBA, MCA, ME/M.Tech, PG Diploma

காலியிடம் : 15

சம்பளம் : மாதம் ரூ.20,000 முதல் ரூ50,000 வரை

வேலை இடம் : திருவாரூர்

வயது வரம்பு : 32 முதல் 65 வயது வரை

தேர்வு செய்யும் முறை : எழுத்துத்தேர்வு மற்றும் நேர்முகத் தேர்வின்மூலம் தகுதியானவர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவார்கள்.

விண்ணப்பக் கட்டணம் : UR/OBC/EWS-Rs.750 SC/ST/PWD/CUTN Employee - கட்டணமில்லை.

விண்ணப்பிக்கும் முறை : https://cutn.ac.in/careers/ என்ற அதிகாரப்பூர்வ இணையதளம் மூலம் விண்ணப்பிக்க வேண்டும்.

விண்ணப்பிக்க வேண்டிய கடைசி நாள் : 31.10.2024

சென்னை பெருநகர குடிநீர் வழங்கல் வாரியத்தில் வேலை

சென்னை பெருநகர குடிநீர் வழங்கல் வாரியத்தில் காலியாகவுள்ள பணியிடங்களுக்கான விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. இதற்கு தகுதியும், விருப்பமும் உள்ளவர்கள் விண்ணப்பித்து பயனடையலாம்.

பணி : Graduate & Technician Apprentice

தகுதி : BE/B.Tech, Diploma

காலியிடம் : 108

சம்பளம் : மாதம் ரூ.8,000 முதல் ரூ.9,000 வரை

வேலை இடம் : சென்னை

தேர்வு செய்யும் முறை : தகுதி அடிப்படையில் தகுதியானவர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவார்கள்.

விண்ணப்பிக்கும் முறை : https://nats.education.gov.in/ என்ற அதிகாரப்பூர்வ இணையதளம் மூலம் விண்ணப்பிக்க வேண்டும்.

விண்ணப்பிக்க வேண்டிய கடைசி நாள் : 21.10.2024

இந்தியாவிலிருந்து

கைலாஷ் மலையை தரிசிக்க சிறப்பு ஏற்பாடு

நம் நாட்டில் இருந்தபடியே, சீனாவின் திபெத் பகுதியில் உள்ள கைலாஷ் மலையை தரிசிக்க உத்தரகண்ட் அரசு சிறப்பு ஏற்பாடு செய்துள்ளது. இதிகாசங்களின்படி, சிவபெருமானுக்கு கின்னவுர் கைலாஷ், மணி மகேஷ், ஸ்ரீகண்ட் மகாதேவ், ஆதி கைலாஷ், கைலாஷ் மலை என ஐந்து உறைவிடங்கள் உள்ளன. அவற்றில், கின்னவுர் கைலாஷ், மணி மகேஷ், ஸ்ரீகண்ட் மகாதேவ் ஆகியவை ஹிமாச்சலில் உள்ளன.

உத்தரண்டில் ஆதி கைலாஷ் உள்ளது. கைலாஷ் மலை மட்டும், நம் அண்டை நாடான சீனாவின் கட்டுப்பாட்டிலுள்ள திபெத் தன்னாட்சி பகுதியில் அமைந்துள்ளது. கடந்த 2020 முதல் கைலாஷ் மானசரோவர் யாத்திரை நிறுத்தப்பட்டது. இதன்பின், கைலாஷ் மலை தரிசனத்திற்கு பக்தர்கள் நீண்ட நாட்களாக காத்திருந்தனர்.

இந்திய திபெத் எல்லை பாதுகாப்புப்படை, எல்லை சாலை அமைப்பு ஆகியவற்றுடன் கைகோர்த்த உத்தரகண்ட் பா.ஜ., அரசு, இந்தியா – திபெத் எல்லை பகுதியான, பழைய லிபு லேக் பீக் என்ற மலையில் இருந்து, கைலாஷ் மலை தெளிவாக

தெரிவதை கண்டறிந்தது. இதன்பின், சுற்றுலா துறை வாயிலாக தேவையான ஏற்பாடுகளை செய்த உத்தரகண்ட் அரசு, ஆதி கைலாஷ், ஓம் பர்வத், கைலாஷ் மலை ஆகியவை அடங்கிய சுற்றுலா சிறப்பு தொகுப்பை அறிவித்தது.

நான்கு இரவுகள், ஐந்து நாட்கள் அடங்கிய இந்த தொகுப்பின் கட்டணம், 80 ஆயிரம் ரூபாய். இதற்கு, kmvn.in என்ற இணையதளத்தில் முன்பதிவு செய்யலாம். இந்நிலையில், உத்தரகண்ட் சுற்றுலா துறையின் சிறப்பு ஏற்பாடு வாயிலாக, நம் நாட்டின் மண்ணில் இருந்தபடியே, திபெத் பகுதியில் உள்ள கைலாஷ் மலையை, பக்தர்கள் தரிசனம் செய்தனர். இதுதொடர்பான புகைப்படங்கள் சமூக வலைதளத்தில் வேகமாக பரவி வருகின்றன.

சர்ரென இறங்கிய காற்றாலை மின் உற்பத்தி

தமிழகத்தில் பல்வேறு நிறுவனங்களின் சொந்த பயன்பாட்டிற்கும், மின்வாரியத்திற்கு விற்கவும் காற்றாலை மின் நிலையங்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. மாநில மின் பகிர்ந்தளிப்பு மைய கணக்கீட்டின்படி, தற்போது 950 மெகாவாட் திறனில் காற்றாலை மின் நிலையங்கள் உள்ளன.

மே மாதம் முதல் செப்டம்பர் வரை காற்றாலை சீசன் என்றாலும், ஏப்ரலில் இருந்தே காற்றாலை மூலம் மின்சாரம் கிடைக்கிறது. நடப்பு சீசனில் காற்றாலைகளில் இருந்து தினமும் சராசரியாக 8லிருந்து 9 கோடி யூனிட் மின்சாரம் கிடைத்தது. முந்தைய சீசனுடன் ஒப்பிடும்போது நடப்பு சீசனில் காற்றின் வேகம் குறைவாக இருந்தது. இதனால், இந்த சீசனில் அதிக மின்சாரம் கிடைக்கவில்லை. கடந்த ஏப்ரல் 1 முதல் செப்டம்பர் 30 வரை காற்றாலைகளில் இருந்து 963.20 கோடி யூனிட் மின்சாரம் கிடைத்தது. இது 2023 ஏப்ரல் ஒன்று முதல் செப்டம்பர் 30 வரையிலான காலகட்டத்தில் 1059 கோடி யூனிட்களாக இருந்தது. எனவே, கடந்த சீசனுடன் ஒப்பிடும்போது நடப்பு சீசனில் காற்றாலை மின்சாரம் 95.80 கோடி யூனிட் குறைந்துள்ளது. காற்றாலைகளில் இருந்து 2022 ஜூலை 9ல் 12.02 கோடி யூனிட் மின்சாரம் கிடைத்தது. இதுவே காற்றாலைகளில் கிடைத்த அதிகளவு ஆகும்.

இறைவன் விரும்பும் உண்மையான பிரார்த்தனை

பிரார்த்தனை செய்வது பற்றி எல்லோருக்கும் தெரிந்திருக்கும். இறைவனிடம் ஒரு விஷயத்தைக் கேட்பதும், அதற்கு பிரார்த்தனை மூலம் அதை நிறைவேற்றுவதும் அத்தனை மதங்களுக்கும் பொதுவான விஷயம். கிறிஸ்தவத்தில் பிரார்த்தனைகளையும், காணிக்கைகளையும் எப்படி செய்ய வேண்டும் என்பதை தெளிவாக விளக்குகிறது.

புதிய ஏற்பாட்டில், இறைமகன் இயேசுவின் மீட்பின் காலத்தில் இது நமக்கு ஒரு புதிய சிந்தனையைத் தருகிறது. ஒரு புதிய வாழ்க்கைக்குள் நுழையப் போகிற நாம், நமது பாவங்களை ஒவ்வொரு நாளும் உணரவேண்டும். எப்போதெல்லாம் இறைவனை நோக்கிப் பார்க்கிறோமோ அப்போதெல்லாம் நாம் சுய பரிசோதனை செய்து பார்க்க வேண்டும். ஏனெனில் மீட்பு என்பது நாம் சம்பாதித்ததல்ல, நமக்கு பரிசாய் கிடைத்தது. நாம் உழைத்ததல்ல, நமக்கு இலவசமாய் கிடைத்தது.

பிரார்த்தனை என்பது இறைவனுக்கும், நமக்கும் இடையேயான உறவின், அன்பின், உரிமையின் வெளிப்பாடுகள். மீட்பின் முறையை வெளிப்படுத்தும்

விதமாக இந்த பிரார்த்தனை இருக்க வேண்டும். தங்களுக்காக இன்னொருவர் பலியானார், அவரே இறைமகன் இயேசு. அவரால்தான் விடுதலை கிடைத்தது எனும் உண்மையை உணர வேண்டும். வெறுமனே நமக்கும், கடவுளுக்கும் இடையேயான ஒரு விஷயம் மட்டுமல்ல இந்த பிரார்த்தனை. சகமனிதனோடு இருக்கின்ற ஒற்றுமையை, பிணைப்பை வெளிப்படுத்தும் ஒன்றாகவும் இருக்க வேண்டும். சகோதர உறவை சரிசெய்த பின்பே இறைவன் காணிக்கையை ஏற்றுக்கொள்கிறார்.

ஸ்ரீஹரிகோட்டாவில் மூன்றாவது ஏவுதளம்

ஸ்ரீஹரிகோட்டாவில் மூன்றாவது ஏவுதளம் அமைக்கப்படும் என்று இஸ்ரோ தலைவர் சோம்நாத் தெரிவித்துள்ளார். ஆந்திராவின் ஸ்ரீஹரிகோட்டாவில் சதீஷ் தவான் விண்வெளி ஆய்வு மையம் அமைந்துள்ளது. இங்கிருந்து பி.எஸ்.எல்.வி, ஜி.எஸ்.எல்.வி ராக்கெட்டுகளின் உதவியோடு செயற்கைக்கோள்கள் விண்ணில் ஏவப்படுகின்றன. இதுகுறித்து இந்திய விண்வெளி ஆய்வு மையத்தின் தலைவர் சோம்நாத் கூறியதாவது., ஸ்ரீஹரிகோட்டாவில் தற்போது இரண்டு ஏவுதளங்கள் உள்ளன. இதில், முதல் ஏவு தளத்திலிருந்து பி.எஸ்.எல்.வி ராக்கெட்டுகள் விண்ணில் ஏவப்படுகின்றன. இந்த ஏவுதளத்தில் இருந்து ஜிஎஸ்எல்வி ராக்கெட்டுகளை விண்ணில் செலுத்த முடியாது. இரண்டாவது ஏவுதளம் பிஎஸ்எல்வி ராக்கெட்டுகளுக்காக உருவாக்கப்பட்டது. இந்த ஏவுதளத்தில் பல்வேறு மாற்றங்கள் செய்யப்பட்டு, ஜி.எஸ்.எல்.வி ராக்கெட்டுகள் விண்ணில் செலுத்தப்படுகின்றன. எதிர்பாராத விதமாக இரண்டாவது ஏவுதளத்தில் ராக்கெட் வெடித்து சிதறினால் அந்த ஏவுதளம் சேதமடையும். ஜிஎஸ்எல்வி ராக்கெட்டுகளை ஏவ முடியாத சூழ்நிலை ஏற்படும். இஸ்ரோவின் அனைத்து விண்வெளி திட்டங்களும் தாமதம் அடையும். எனவே முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கையாக ஜிஎஸ்எல்வி மட்டுன்றி என்.ஜி.எல்.வி ராக்கெட்டுகளையும் ஏவும் வசதி கொண்ட மூன்றாவது ஏவுதளத்தை ஸ்ரீஹரிக்கோட்டாவில் அமைக்க முடிவு செய்யப்பட்டுள்ளது. இந்த ஏவுதளத்தில் மகேந்திரகிரி இஸ்ரோ மையம் போன்ற சோதனை மையமும் அமைக்கப்படும் என்று தெரிவித்தார்.

என்.ஜி.எல்.வி ராக்கெட் தயாரிப்பு திட்ட இயக்குனர் சிவகுமார் கூறும்போது., 20 டன் எடையை சுமந்து செல்லும் திறன் கொண்ட அதிநவீன என்.ஜி.எல்.வி ராக்கெட் தயாரிப்பு பணிகளில் இஸ்ரோ தீவிரமாக ஈடுபட்டு வருகிறது. இந்த ராக்கெட் மூன்று நிலைகளைக் கொண்டதாக இருக்கும். இதில் முதல் நிலையை மீண்டும் பயன்படுத்த முடியும் என்றார். ஸ்ரீஹரிகோட்டா சதீஷ் தவான் விண்வெளி ஆய்வு மையத்தில் மூன்றாவது ஏவுதளம் அமைக்க தேசிய விண்வெளி ஆணையம் ஏற்கனவே ஒப்புதல் அளித்துவிட்டது. விரைவில் மத்திய அமைச்சரவையும் ஒப்புதல் அளிக்கும் என்று இஸ்ரோ வட்டாரங்கள் தெரிவித்துள்ளன.

குழந்தைகள் ஓவரா டிவி பார்க்கிறார்களா?

பெரும்பாலான வீடுகளில் டிவி நிகழ்ச்சிகளை பெற்றோர்களுடன் சேர்ந்து குழந்தைகளும் பார்க்கிறார்கள். இது குழந்தைகளின் உடல் மற்றும் மனதை எப்படியெல்லாம் பாதிக்கும் என்பதை விளக்குகிறார்கள் மனநல மருத்துவர்கள். டிவி பார்த்துக்கொண்டே சாப்பிடும் பழக்கத்திற்கு சிலரது குழந்தைகள் ஆளாவார்கள். இதனால் உடல் எடை அதிகரிக்கலாம். டிவியில் ஒருவரை ஒருவர் தாக்கிக்கொள்வது போன்ற காட்சிகளை தொடர்ந்து பார்க்கும் குழந்தைகள், அதை நடைமுறையிலும் பின்பற்ற ஆரம்பிப்பார்கள். மேலும், எதற்கெடுத்தாலும் பயப்படும் குழந்தைகளுக்கு பயம் இன்னும் அதிகரிக்கும். பள்ளி செல்ல மறுப்பது, தனியாக ஓர் அறைக்குள் செல்ல மறுப்பது போன்றவற்றிலும் ஈடுபடுவார்கள். குழந்தைகள் அதிக நேரம் டிவி பார்ப்பதால் கண் சம்மந்தப்பட்ட பிரச்சனைகளும் ஏற்படும். எனவே, டிவி நிகழ்ச்சிகளை குழந்தைகள் பார்ப்பதை பெற்றோர்கள் அனுமதிக்கக்கூடாது.

காய்ச்சலை விரட்டும் கசாயம்

மழைக்காலங்களில் பரவும் காய்ச்சலுக்கு நிலவேம்பு கசாயம் சிறந்த மருந்தாக திகழ்கிறது. டெங்கு காய்ச்சல் மட்டுமின்றி, தலைவலி, செரிமானம், மூட்டுவலி, நீரிழிவு நோய், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைபாடு என பல பிரச்சனைகளுக்கு தீர்வளிக்க கூடிய நிலவேம்பு கசாயம் தயாரிக்கும் முறை பற்றி தெரிந்துகொள்வோம்.

தேவையான மூலிகைகள் : சிறியாநங்கை (நில வேம்பு), வெட்டிவேர், விலாமிச்சம்வேர், பற்படாகம், பேய்புடல், கோரைக்கிழங்கு, சந்தனச்சிறாய், சுக்கு, மிளகு என 9 மூலிகைகளை நன்கு உலர வைத்து, அனைத்து மூலிகைகளையும் சம அளவில் எடுத்து, அதை ஒன்றாக கலந்து, அரைத்து பொடியாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். அந்த பொடியை தண்ணீரில் சேர்த்து கொதிக்க வைக்க வேண்டும். நன்கு கொதித்தபிறகு, அந்த நீரை இதமான சூட்டுக்கு ஆற வைத்து, பின்பு அதை பருக வேண்டும். இதனை குடிப்பதன் மூலம் காய்ச்சல் பறந்துபோகும்.

தூங்கி எழுந்த 60 நொடிகளுக்குள்

தண்ணீர் குடிப்பதால் ஏற்படும் பயன்கள்

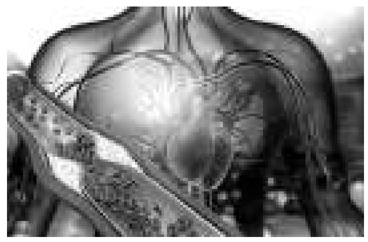
இரவில் கண்கள் சொக்கும் வரை மொபைல் பயன்படுத்திவிட்டுதான் தூங்க செல்கிறோம். அதேபோல தூங்கி எழுந்ததும் மீண்டும் அதே மொபைலை எடுத்து இன்ஸ்டாகிராம் பார்ப்பது, முகநூலில் லைக் இடுவது என அன்றைய நாளை துவங்குகிறோம்.

ஆனால், இதுபோன்ற பழக்கத்தை தவிர்த்து, காலை தூங்கி எழுந்ததும் 60 நொடிகளுக்குள் தண்ணீர் குடிக்கும் பழக்கத்தை உண்டாக்கி கொள்ளுங்கள். ஒரு பெரிய டம்ளரில் 300 மி.லி அளவிலான நீர் நீங்கள் எழுந்தவுடன் பருகுவதால் உடலில் வளர்சிதை மாற்றம் 24% ஆக அதிகரிக்கிறது. சிறுநீரகங்கள் அதிகளவில் நச்சுக்களை வடிகட்ட ஆரம்பிக்கும்.

இதனால் இரத்தத்தில் உள்ள நச்சுக்களை நீக்கும். உடலில் தேவையின்றி தேங்கியிருக்கும் கெமிக்கல்களையும் நீக்கும். ஒட்டுமொத்த உடல் செயல்திறனை ஊக்குவிக்கும். இதனால், உடல் பருமன் அதிகரிப்பதை குறைக்க முடியும். தண்ணீர் குடிப்பதன் மூலம் கலோரிகள் குறைவதால் உடலில் கொழுப்பு செல்கள் தேங்குவதை தடுக்கும்.

ஒருநாள் நீங்கள் சரியாக நீர் குடிக்காமல் இருந்தாலும், குடல் இயக்க செயல்பாட்டில் பாதிப்புகள் உண்டாகும். இதனால் மலம் கழிப்பதில் பிரச்சனைகள் உண்டாகும். தூங்கி எழுந்த 60 நொடிகளில் ஒரு மாதம் தொடர்ந்து தண்ணீர் குடித்து பாருங்கள். உங்கள் உடலில் என்னென்ன அற்புதங்கள் உண்டாகின்றன என்பதை நீங்களே உணர்வீர்கள்.

ரத்த குழாய்களில் ஏற்படும் வீக்கம் - காரணம் இதுதான்



இருதய ரத்த குழாய்களில் கொழுப்பு படிவதால் மட்டுமல்ல ரத்தக் குழாய்களில் ஏற்படும் வீக்கத்தாலும் மாரடைப்பு ஏற்படும் அபாயம் உள்ளது என்கின்றனர் மருத்துவர்கள். வயதாகும்போது இருதய ரத்த குழாய்களில் பழுது ஏற்பட்டு வீக்கம் உண்டாகும். புகைப்பழக்கம், உணவு பழக்கவழக்கம், மாறிவரும் வாழ்க்கை முறையால் இது ஏற்படுகிறது.

ரத்தக்குழாயின் உட்புறம் உள்ள என்டோபிலியம் ரத்தம் உறையும் தன்மை ஆகியவற்றை பராமரிக்கும் பணியை மேற்கொள்கிறது. புகைப்பழக்கத்தால் எண்டோபிலியம் சேதமடையும். அதனால் ரத்தம் உறைந்து மாரடைப்பு ஏற்படும். அதேபோல் ரத்தக்குழாய் பழுதடைவதால் ரத்த அழுத்தம் அதிகரித்து வீக்கம் ஏற்படுகிறது. இது எந்த வயதில் வேண்டுமானாலும் ஏற்படலாம். இருதயத்தில் ஏற்படும் பிரச்சனையை உடனடியாக சரி செய்யவில்லையெனில் உயிரிழப்பு ஏற்படலாம். அரிதாக சிலருக்கு மரபு வழியாகவும் இப்பிரச்சனை ஏற்படும். இன்டிமா, மீடியா, அட்வென்டிசியஸ் என்ற மூன்று பகுதிகள் ரத்தக்குழாயை ஒருங்கிணைக்கின்றன. இதில் குலோஜன் என்ற பொருள் உள்ளது. அது குறையும்போது ரத்தக்குழாய் பலவீனமடையும். அதனால் வீக்கம் ஏற்படும். எந்த இடத்தில் வீக்கம் ஏற்படுகிறதோ, அதில் ஸ்டென்டிங் சிகிச்சை அல்லது பைபாஸ் சிகிச்சை மேற்கொள்ளலாம்.

இந்த குணத்தை கைவிட்டால் உயர்வாக வாழலாம்

எந்த ஒரு விஷயத்திலும் போட்டி இருக்கலாம். ஆனால் பொறாமை இருக்கக்கூடாது. ஓட்டப்பந்தயம் நடக்கிறது என்று வைத்துக்கொள்வோம். அதில் கலந்துகொண்டு நாம் முதலில் வந்து வெற்றி பெற வேண்டும் என்ற போட்டி மனப்பான்மை இருக்கலாம். ஆனால் அடுத்தவன் ஜெயிக்கக் கூடாது. அவனை எப்படியாவது தள்ளிவிட்டு நாம் முதலில் வரவேண்டும் என்ற பொறாமைக்குணம் மட்டும் இருக்கக்கூடாது. நமக்கு கிடைக்காத ஒரு பொருள் அடுத்தவருக்கு கிடைக்க கூடாது என்று நினைப்பதும் பொறாமையின் உச்சம்.

இதுபோன்ற சூழ்நிலைகளை நாம் கவனமாக கையாள வேண்டும். பொறாமைக்குணம் ஏன் ஏற்படுகிறது, எதனால் ஏற்படுகிறது என்பதை கவனிக்க வேண்டும். பொறாமையின் அடிப்படையைக் கண்டுபிடித்து அதை அகற்ற முன்வரவேண்டும். உடல் ரீதியாக, மனரீதியாக, உணர்வுப்பூர்வமாக அல்லது சமூக ரீதியாக எந்த நிலையிலும் நாம் யார் மீதும் பொறாமை கொள்ளக்கூடாது. ஏனென்றால் இதனால் பெரிய பாதிப்புகள் ஏற்படும்.

ஒருவர் மீது நாம் பொறாமை கொண்டால் நமது உடலில் இதயதுடிப்பு அதிகரிக்கும், வியர்வை அதிகமாக வெளியேறும், அதிர்ச்சியில் உடல் துடிக்கும், உடலில் உள்ள தசைகள் இறுக்கம் அடையும். ஒருவர் மீது நாம் பொறாமை கொள்ளும்போது உணர்வு ரீதியாக துக்கம், கோபம், மன அழுத்தம்,

அவநம்பிக்கை மற்றும் அழுகை ஏற்படும்.

பொறாமை கொண்ட மனிதர்கள் சமூகரீதியாகவும் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். இதனால் அவர்கள் தங்களது மனைவி, குழந்தைகள், குடும்பம், நண்பர்கள் மற்றும் உறவினர்களிடம் இருந்து விலகும் ஆபத்து இருக்கிறது. சில நேரங்களில் அவர்களது பொறாமைக்குணம் காரணமாக யாருமே அவர்களுடன் பழக விரும்புவதும் இல்லை.

எந்த ஒரு நபரின் மீதோ அல்லது பொருளின் மீதோ பொறாமைக்குணம் தோன்றுமானால் உடனே அந்தக்குணத்தை மனதில் இருந்து அகற்ற முன்வர வேண்டும். பொறாமை கொள்வதனால் ஏற்படும் சாதக, பாதகங்களை அலசி ஆராய்ந்து உணர்ந்துகொள்ள வேண்டும்.

ஒருவரின் மீது பொறாமை தோன்றுகிறது என்றால் அது ஏன் வருகிறது என்பதை சிந்தித்துப்பாருங்கள். அவர் மீது ஏற்பட்ட பயமா? அல்லது கோபமா? அல்லது அவர் போல முன்னேற முடியவில்லை, நடந்துகொள்ள முடியவில்லை என்ற ஆதங்கமா? இதில் எதன் காரணமாக பொறாமைக்குணம் தோன்றியது என்பதை கண்டுபிடியுங்கள். அதை ஆராய்ந்து அறிந்து அகற்றுவதன் மூலம் உங்கள் மனதில் உள்ள பொறாமைக்குணத்தை அகற்றமுடியும்.

பெற்றோர் அல்லது குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் மீது பொறாமைக்குணம் தோன்றினால் அதை வெளிப்படுத்தாமல் சம்பந்தப்பட்டவர்களிடம் மனம் விட்டுப்பேசுங்கள். மனம் விட்டு பேசினாலே பெரும்பாலான பிரச்சனைகள் தீர்ந்துவிடும்.

பொறாமைக்குணம் உங்கள் மனதில் தோன்றும் போதெல்லாம் உங்கள் தன்னம்பிக்கைத் திறனை வளர்த்துக்கொள்ளுங்கள். மற்றவர்கள் போல நாமும் வாழ்வில் முன்னேற முடியும் என்ற எண்ணம் தோன்றும்போது யார் மீதும் நமக்கு பொறாமை ஏற்படாது.

பொதுவாக பணிபுரியும் இடங்களில் பொறாமைக் குணம் நம்மை பிறர் மத்தியில் சிறுபிள்ளைத்தனம் உடையவர்களாக காண்பித்துவிடும். நம்மை வாழ்வில் முன்னேற விடாத தடைக்கல்லே பொறாமை. ஆகவே, இந்த குணத்தை கைவிட்டால், வாழ்க்கையில் உயர்வாக வாழலாம்.

வரி விளம்பரம் வெளியிட தொடர்புகொள்ளவும்

90423 77778

6 x 4 Cm Size - ரூ.788 மட்டுமே!
6 x 8 Cm Size - ரூ.1575 மட்டுமே!
12 x 8 Cm Size - ரூ.3150 மட்டுமே!

நூதனம் கேட்டரிங் சர்வீஸ்

அனைத்து சுபநிகழ்ச்சிகளுக்கும்
தென்னிந்திய, வட இந்திய, சைனீஸ் உணவு வகைகள்
ஆர்டரின்பெயரில் சுவையாகவும், தரமாகவும் செய்து தரப்படும்.
MIET காலேஜ் - திருச்சி.
74488 07000
74488 08000

வீட்டு மனைகள் விற்பனைக்கு

மிகக்குறைந்த விலையில் புதுக்கோட்டை NHல், IT Park, IIM, University அருகில்
ELLORA NAGAR
தஞ்சாவூர் – பஞ்சப்பூர் ரிங் ரோடு
குபேரன் நகரில்
வீட்டு மனைகள் விற்பனைக்கு
சதுர அடி ரூ.239 மட்டும்
விஜய் எஸ்டேட், திருச்சி.
98430 05048, 98341 37577

ஆட்கள் தேவை

துபாய், ஜெஜீ தீவு, பாலாவு, அயர்லாந்து, செர்பியா போன்ற நாடுகளில் பணிபுரிய ஆட்கள் தேவை.
சம்பளம் : ரூ.1,00,000 முதல் 2,00,000 வரை
உணவு, தங்குமிடம் இலவசம்
அல்-ஹாஜி டிராவல்ஸ், திருச்சி-7.
Cell : 82483 52782

வீட்டு கடன் & அடமான கடன்
IT/ அப்ரூவல் கட்டாயமில்லை
1). முன்னணி வங்கிகளில் 8.50% முதல்
2) பிற வங்கிகளில் வாங்கிய கடனை குறைந்த வட்டிக்கு மாற்றி மேலதிக கடன்பெற
3) புதிய Plot வாங்க Market மதிப்பில் கடன் பெற
R.S.Rishi
Home loan consultant
94431 54746

பிஸ்னஸ் லோன்

வியாபாரிகளுக்கு கடன் ஏற்பாடு செய்து தரப்படும்
D.நடராஜன்
லோன் அசோசியேட்
164, தில்லைநகர்
1st கிராஸ், திருச்சி–18
Cell : 79049 31437

தனிநபர் கடன்

CIBIL Score
750–க்கு மேல் இருந்தால்
10 ஆயிரம் முதல் 10 லட்சம் வரை
PERSONAL LOAN வழங்கப்படும்
விரைவான சேவை
ஆதார் & பான் கார்டு அவசியம்
81484 88093
90955 57787

வீட்டுமனை விற்பனைக்கு

திருச்சி to தஞ்சாவூர் NH–ல் துவாக்குடி Tollgate அருகில் மிக குறைந்த விலையில் உடனே வீடு கட்டி குடியேற
1200 சதுர அடி
'5 லட்சம்'
மட்டுமே
Loan Arangement
91767 55683

ஆட்கள் தேவை

பெண்கள் மட்டும்

வேலை	: டெலிகாலர்
கல்வித்தகுதி	: 10th, 12th
வயது வரம்பு	: 30-க்குள்
அனுபவம்	: 0-6 மாதம்
சம்பளம்	: ரூ.10,000 முதல் ரூ.15,000 வரை

அல்-ஹாஜி டிராவல்ஸ் - 82483 52782

காலிமனை தேவை

திருச்சி மற்றும் சுற்றுவட்டார பகுதிகளில் Resale வீட்டு மனைகள் தேவை
உடனடி பணம்
91767 55683

தவணையில் வீட்டுமனைகள்...

திருச்சி to சென்னை NH–ல் MAM காலேஜ் எதிரில் மிக குறைந்த விலையில் உடனே வீடு கட்டி குடியேற
DTCP Approved
1200 சதுர அடி தவணையில்...
81488 58588

தின, வார, மாத தவணை முறையில் விரைவான தொழில் வளர்ச்சி கடன்

(காசோலை அடிப்படையில்)
1 லட்சம் முதல் 50 லட்சம் வரை
⇨ 24 மணி நேரத்தில் உடனடி பணம் பெற்று தரப்படும்
⇨ முன்பணம் கட்ட தேவையில்லை
SPARKLE FINANCIAL SERVICES
Cell : 90256 41616

உங்களுடைய பழைய கட்டிடங்களில் பிரச்சனையா?

- நீர்க்கசிவு
- சுவற்றில் வெடிப்பு
- கான்கிரீட் விரிசல்
- சீலிங் டேமேஜ்
- பழைய & புதிய இணைப்பு
- பாத்ரூமில் நீர்க்கசிவு
- சுவற்றில் பூச்சு உதிர்தல்
- தண்ணீர் தொட்டி கசிவு

இதற்கான ஒரே தீர்வு
SM Building Solutions
Construction Chemicals Supplier & Applicator
No.3, Ramarayar Agraharam, Tennur, Trichy-17
Cell : 86681 78072

LAW EDUCATION

2024 - 25
LLB - B.L
3 yrs / 5 yrs Course
in RECOGNISED COLLEGE, UNIVERSITY IN ANDRA, KARNATAKA
CONTACT FOR ADMISSIONS, CONSULTANT
BODHI LAW ACADEMY
No.17, D.N. Building, Goodshed Road, Thiruverumbur - 620 013
Cell : 98949 21414

Livya shree Gold Bankers

அடகு நகையை மறு அடகு வைக்க, விற்க
SBI - HDFC Bank Opp, ZUDIO அருகில், கைலாஷ் நகர், காட்டூர், திருச்சி–19
9626 90 9000

உங்களுக்கான மாபெரும் வேலைவாய்ப்பு

திருச்சி, திருவெறும்பூர் அருகே இயங்கி வரும் எங்களது நிறுவனத்திற்கு கீழ்க்காணும் வேலைக்கு ஆட்கள் தேவை

பதவி	கல்வித்தகுதி	அனுபவம்
டெலிகாலர் (பெண்கள் மட்டும்)	+2 / Any Degree	1 வருடம் முதல்
லோடுமேன்	----	----

டீலர்கள் தேவை
புதிதாக தொழில் தொடங்க இருப்பவர்கள் அல்லது உணவு சம்பந்தமான பொருட்களை டிஸ்டிரிபியூட் செய்ய டீலர்கள் தேவை.
தொடர்புக்கு
86108 76361 / 98441 57309 / 98432 30063
உணவு + தங்கும் வசதி உண்டு
வயது வரம்பு : 20 முதல் 45 வரை
துவாக்குடி, திருவெறும்பூர், காட்டூர் பகுதிகளிலிருந்து வருபவர்களுக்கு முன்னுரிமை வழங்கப்படும்.

SRM தீபாவளி சிறுசேமிப்பு திட்டம்

வாரத் தொகை	சேமிப்பு தொகை	திட்டத்தின் பலன்கள்
2000 x 52	1,04,000	1,04,000 + 2 கிராம் தங்க நாணயம் + 1 கிலோ ஸ்வீட் + 1 கிலோ காரம் + 1 பட்டாசு பெட்டி
1000 x 52	52,000	52,000 + 1 கிராம் தங்க நாணயம் + 1 கிலோ ஸ்வீட் + 1 கிலோ காரம் + 1 பட்டாசு பெட்டி
500 x 52	26,000	26,000 + 20 கிராம் வெள்ளி நாணயம் + 1 கிலோ ஸ்வீட் + 1 கிலோ காரம் + 1 பட்டாசு பெட்டி
300 x 52	15,000	15,600 + 3 கிலோ ஸ்வீட் + 3 கிலோ காரம் + 1 பட்டாசு பெட்டி
200 x 52	10,000	10,400 + 2 கிலோ ஸ்வீட் + 2 கிலோ காரம் + 1 பட்டாசு பெட்டி

5, பாலமுருகன் தெரு, எல்.ஐ.சி. காலனி,
கே.கே.நகர், திருச்சி – 620 021
செல் : 95432 04711, 86103 36259

இன்றைய சேமிப்பு! நாளைய மகிழ்ச்சி!!
உங்கள் நல்லாசியுடன்...

SRM தீபாவளி சீட்டு நடத்தும்

3ம் ஆண்டு தீபாவளி பண்டு சீட்டு
மாத தவணை ரூ. 1000/- : 12 மாதங்கள்
திட்டதில் இணையும் அனைவரும் பெறுவது
1) தாங்கள் கட்டிய தொகைக்கு (ரூ.12,000/) உண்டான 916 KDM தங்கம் நாணயம் ஒன்று
2) 2 கிலோ சுவீட், 2 கிலோ காரம்
3) அழகிய எவர்சில்வர் பாத்திரம் ஒன்று
4) தரமான பட்டாசு ஒரு பண்டல் (Gift Box)

சிறப்பு குலுக்கல் பரிசு

முதல் பரிசு	ஒரு நபருக்கு	40" LCD TV
2ம் பரிசு	2 நபருக்கு	10,000 மதிப்புள்ள மொபைல் போன்
3ம் பரிசு	5 நபருக்கு	750w மிக்சி
4ம் பரிசு	10 நபருக்கு	2,000 மதிப்புள்ள ஒரு அழகிய பரிசு பொருள்
5ம் பரிசு	20 நபருக்கு	1,000 மதிப்புள்ள ஒரு அழகிய பரிசு பொருள்

நிபந்தனைகள்
1. இத்திட்டம் நவம்பர் 1, 2024 முதல் அக்டோபர் 1, 2025 வரை (12 மாதங்கள்) மட்டும்.
2. பிரதி மாதம் 10ம் தேதிக்குள் தவணைத் செலுத்த வேண்டும்.
3. தொடர்ந்து 2 மாதம் பணம் கட்டத் தவறினால் உறுப்பினர் எண் நீக்கப்படும்.
4. இத்திட்டத்தின் இடையில் பணம் பெற விரும்புவோர் கட்டிய பணத்தில் 10% கமிஷன் பிடித்தம் செய்து, கேன்சல் செய்த 20 நாட்களுக்குப் பிறகு பணம் கொடுக்கப்படும்.

ஒரு நபர் 10 பேருக்குமேல் இத்திட்டத்தில் இணைத்தால் ரூ. 1000/- மதிப்புள்ள அழகிய எவர்சில்வர் பாத்திரம் ஒன்று பரிசாக வழங்கப்படும்.
5, பாலமுருகன் தெரு, எல்.ஐ.சி. காலனி,
கே.கே.நகர், திருச்சி – 620 021
செல் : 95432 04711, 86103 36259

அனைவருக்கும் இனிய ஆயுதபூஜை மற்றும் சரஸ்வதி பூஜை நல்வாழ்த்துகள்
ஸ்ரீ ஈஸ்வரி
கிட்சன் எக்யூப்மெண்ட்ஸ்
SRI ESWARI KITCHEN EQUIPMENTS
99524 67901 88387 41889
எண்.46C/3, சூரியா பிள்ளை தோப்பு,
கூனைக்கரை மாரியம்மன் கோவில் அருகில், தஞ்சாவூர் ரோடு, திருச்சி - 8.
email: srieshwarikitchenequipment@gmail.com

பிறந்தநாள் நிச்சயதார்த்தம் திருமணம் வளைகாப்பு ரிட்டயர்மெண்ட் ஃபங்ஷன்
உங்கள் வீட்டில் நடைபெறும் அனைத்து விஷேசங்களும்
எங்களது சாப்பாடே BEST CHOICE
ஸ்ரீ ஜங்சன் சரஸ்வதி கபே
உயர்தர சைவ உணவகம்
ஆர்டர்களுக்கு
இலவச டோர் டெலிவரி
இரயில்வே ஜங்சன் அருகில், திருச்சி
அவுட்டோர் கேட்டரிங்
2412333 / 98943 69999

அனைவருக்கும் இனிய சரஸ்வதி பூஜை - ஆயுதபூஜை நல்வாழ்த்துகள்
SRI RENGA DRIVING SCHOOL
ஸ்ரீ ரெங்கா
டிரைவிங் ஸ்கூல்
(அரசு அனுமதி பெற்றது)
டூவீலர் & கார் ஆண்/பெண்
இருபாலருக்கும் சிறந்த முறையில்
பயிற்சி அளித்து அரசிடமிருந்து
லைசென்ஸ் பெற்றுத்தரப்படும்
விஜயதசமி சேர்க்கைக்காக
10% சலுகை வழங்கப்படும்
98426 34445 / 97868 34445
E-mail : srirengaads@gmail.com web : www.srirengadrivingschool

வாடிக்கையாளர்கள் அனைவருக்கும்
இனிய தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்!
KIBS
BISMI
LUNGI CENTRE
KIBS, NANDU, 999, DVD BRAND LUNGIES
VIKING, POOMER, POOMEX,
JOCKY, FLARE VESTS & BRIEFS
52, Theradi Bazaar, Trichy-620 008. Ph : 90033 78510

தங்கம் போல் இருக்கும். ஆனால் தங்கம் இல்லை.
மாடியில் தனிப்பிரிவு
கோல்டு கவரிங்
பொன் போன்று மின்னும் கோல்டு கவரிங் நகைகளை
குறைந்த விலையில் எண்ணற்ற மாடல்களில் வாங்கி செல்லுங்கள்
KIBS
BARAGATH
LUNGI COMPANY
நண்டு மார்க் கம்பெனி கைலிகள்
மொத்தமாகவும், சில்லரையாகவும் கிடைக்கும்.
KIBS, 144, 999, NANDU BRAND LUNGIES
VIKING, ANAND, JOCKEY FLARE VESTS & BRIEFS
14-C, Singarathope, Trichy - 620 008. Ph : 97915 68510

வேலைக்கு ஆண்/பெண்
ஆட்கள் தேவை
BISMI PARTHA'S
KIBS, NANDU, 999, NAYAK,
144 BRAND LUNGIES
VIKING, ANAND, POOMEX,
JOCKEY VESTS & BRIEFS
42/6, Singarathope, Trichy - 8. Ph : 74182 82874

நண்டு மார்க் கம்பெனி கைலிகள்
மொத்தமாகவும், சில்லரையாகவும் கிடைக்கும்.
WORLD
High Class PARDHA'S
பரகத் பர்தா'ஸ்
BARAKATH PARTHA'S
HIJAB SHAWL NIGHTYS BRA & INSKIRT
PANTIES LUNGIES VESTS BRIEFS
41, பாத்திமா காம்ப்ளக்ஸ், சிங்காரதோப்பு, திருச்சி-8. போன் : 95241 67305

முளைகட்டிய வெந்தயத்தில் இவ்வளவு நன்மைகளா?

சமையலில் சேர்க்கப்படும் ஒரு உணவு பொருள் வெந்தயம். இது ஆயுர்வேதத்தில் பாரம்பரிய மருத்துவப்பொருளாக பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. வெந்தயம் உடலில் வெப்பத்தை குறைக்க உதவும். வெந்தயத்தை எப்படி சாப்பிட்டாலும், அதில் ஏராளமான நன்மைகள் கிடைக்கும். வெந்தயத்தில் வைட்டமின் சி, புரோட்டீன்கள், நார்ச்சத்து, நியாசின், பொட்டாசியம், இரும்புச்சத்து போன்றவை உள்ளது. மேலும் இதில் டையோஸ்ஜெனின் என்னும் சேர்மம் உள்ளது.

சர்க்கரை நோய் : சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள், வெந்தயத்தை அப்படியே சாப்பிடுவதற்கு பதிலாக முளைகட்ட வைத்து சாப்பிட்டால், உடலில் ரத்த சர்க்கரை அளவை சீராக பராமரிக்கலாம்.

எடை குறைவு : தினமும் முளைகட்டிய வெந்தயம் உட்கொண்டு வந்தால், உடல் எடையை குறைக்கலாம். இதற்கு வெந்தயத்தில் உள்ள காலக்டோமானன் என்னும் மூலப்பொருள்தான் காரணம்.

இதய ஆரோக்கியம் : முளைகட்டிய வெந்தயத்தை கொலஸ்ட்ரால் பிரச்சனை உள்ளவர்கள் உட்கொண்டு வந்தால், உடலில் உள்ள அதிகப்படியான கொலஸ்ட்ரால் குறைவதோடு, இதய பிரச்சனைகள் வராமல் தடுக்கும்.

மாதவிடாய் பிரச்சனைகள் : *40* வயதை எட்டிய பெண்களுக்கு மாதவிடாய் பிரச்சனைகள் ஏற்படும். அவ்வாறான பெண்கள் முளைகட்டிய வெந்தயத்தை தினமும் உட்கொண்டு வந்தால், இப்பிரச்சனையிலிருந்து விடுபடலாம்.

பிரசவம் : கர்ப்பிணி பெண்கள் வெந்தயத்தை முளைகட்ட வைத்து தினமும் சிறிது உட்கொண்டு வந்தால், பிரசவம் எளிமையாக நடைபெறும். ஆனால் கர்ப்பகாலத்தில் இதனை அளவுக்கு அதிகமாக சாப்பிடக்கூடாது.

தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பெண்கள் : வெந்தயத்தில் கேலக்டோகோக் என்னும் தாய்ப்பால் உற்பத்தியை அதிகரிக்கும் வேதிப்பொருள் உள்ளது. எனவே பிரசவம் முடிந்த பெண்கள் முளைகட்டிய வெந்தயத்தை உட்கொண்டால், தாய்ப்பால் சுரப்பு அதிகரிக்கும்.

இந்து மரபில் சடங்குகள் ஏன்?

'இந்து' இது வெறும் மதம் மட்டுமல்ல ஒரு வாழ்க்கை முறை. மதம் என்பது அந்த மார்க்கத்தின் முழுமையான அடிப்படை உண்மையை நாம் புரிந்து கொள்ள வடிவமைக்கப்பட்ட ஒரு பாதை. இதில் சடங்குகளின் பங்கு அலாதியானது. நாம் பின்பற்றக்கூடிய சடங்குகள் பலவும் கலாச்சாரத்தின் குறியீடாகவே இருக்கின்றன.

ஒருவர் காலில் விழுகிற போது அவரின் தலையை தொட்டு ஆசிர்வதிக்கிறார்கள். காரணம் உடலில் இருக்க கூடிய ஏழு சக்கரங்களில் சஹஸ்கரநாமம் என்னும் சக்கரம் இருக்கும் இடத்தில் கையை வைத்து ஆசிர்வதிக்கிற போது ஆற்றல் ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்கு எளிமையாக கடத்த முடியும் என்பதால்.

இதனாலேயே வீட்டில் இருக்கும் பெரியோர்கள் குருமார்களின் கால்களில் விழுவதை நாம் பண்பாடாக கொண்டிருக்கிறோம். அதை போலவே சக்கரங்களின் முக்கியத்துவம் பேசும் ஒரு சடங்காகவே நெற்றியில் இடும் திலகமும் இருக்கிறது. விபுதி, குங்குமம், சந்தனம் என எந்தவொரு திலகத்தையும் புருவ மத்தியில் வைக்கிற போது அங்கிருக்கிற சக்கரம் தூண்டப்படும் என்பதாலேயே அந்த சடங்கு முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாக கருதப்படுகிறது. ஆரத்தி எடுத்தல் என்பது நம் மரபின் முக்கிய சடங்கு. ஆரத்தியின் மூலம் ஒருவரை சுற்றியிருக்கும் சூழலை குறிப்பாக காற்றை சுத்திகரிக்க முடியும். ஆரத்தி தீபத்தின் நெருப்பு காற்றிலிருக்கும் கிருமிகளை அறிவியல் ரீதியாக அழித்து சுத்திகரிக்கிறது.

அதை போலவே நாம் மேற்கொள்ளும் விரதங்கள். இது ஆன்மீக ரீதியான முக்கியத்துவத்தை பெற்றிருந்தாலும் உணவை தவிர்த்து, பழங்கள் மற்றும் திரவ உணவை எடுத்து கொள்வதன் மூலம் நம் ஜீரண மண்டலம் சிறப்பாக செயல்படும் என்பது அறிவியல் உண்மை. இவ்வாறாக ஒவ்வொரு சடங்குகளும், ஒவ்வொரு பண்டிகையும், ஏன் ஒவ்வொரு கிழமைகளுக்கும் கூட ஒரு சடங்கும் மரபும் உண்டு. இப்படி நம் சடங்குகளும் மரபுகளும் அறிவியல் பூர்வமாக உருவாக்கப்பட்டிருக்கும் சூழலில் ஒரு சிலரின் மூட நம்பிக்கைகளின் உட்புகுத்தலால் அதன் மொத்த அர்த்தமும் திரிந்துவிடும் அவலமும் உள்ளது.

ஆண்கள் தலைமுடியை பராமரிக்க அசத்தலான 'டிப்ஸ்'

இன்றைய காலகட்டத்தில் ஆண்கள் பலருக்கு சிறுவயதிலேயே இளநரை, முடி உதிர்தல் பிரச்சினை உண்டாகிறது. தலைமுடியை சரியாக பராமரித்து இந்த பிரச்சினைகளிலிருந்து விடுபட வீட்டு மருத்துவம் கை கொடுக்கிறது. தலைமுடியை பராமரிக்க விரும்பினால் குறைந்த விலையில் கிடைக்கும் மூன்றாம் தர ஹேர் ஸ்டைல் பொருட்களை தவிர்க்க வேண்டும். முடி உதிர்வு அதிகம் உள்ளவர்கள் நெருக்கமான பல் கொண்ட சீப்பை விடுத்து அகல பல் கொண்ட சீப்பை பயன்படுத்த வேண்டும். வாரத்தில் ஒரு முறை சீயக்காய், நல்லெண்ணெய் வைத்து குளிப்பது தலை முடிக்கு ஆரோக்கியம் தரும். தலை முடிக்கு சோப்பை பயன்படுத்துவதை தவிர்க்க வேண்டும். ஹேர் ட்ரையர் பயன்படுத்துவது, புகைப்பிடிப்பது போன்றவை முடி உதிர்வை அதிகரிக்கும். ஹேர் கண்டிஷனர்கள் பயன்படுத்துபவர்கள் வாரத்திற்கு இரண்டு முறை மட்டும் பயன்படுத்தலாம்.

ஃபிரிட்ஜில் துர்நாற்றமா? இதை செய்து பாருங்கள்

பிரிட்ஜில் வீசும் துர்நாற்றத்தை போக்க சில எளிய வழிமுறைகள் உள்ளன. முதலில் ஃபிரிட்ஜை நன்கு சுத்தம் செய்ய வேண்டும். கெட்டுப்போன அல்லது காலாவதியான உணவுப்பொருட்களை அகற்ற வேண்டும்.

ஃபிரிட்ஜில் பேக்கிங் சோடாவை வைத்தால், அது துர்நாற்றத்தை உறிஞ்சி அகற்ற உதவும். இதை ஒன்று அல்லது இரண்டு மாதங்களுக்கு ஒருமுறை மாற்ற வேண்டும். குளிர்சாதன பெட்டியில் புதிதாக அரைக்கப்பட்ட காபி பொடியை ஒரு கிண்ணத்தில் வைத்தால், அது பிரிட்ஜில் உள்ள கெட்ட வாடையை உறிஞ்சிவிடும். சில நாட்களுக்கு ஒருமுறை அவற்றை மாற்ற வேண்டும்.

எலுமிச்சை, ஆரஞ்சு போன்ற சிட்ரஸ் பழங்களை மற்றும் பழங்களின் தோலை குளிர்சாதன பெட்டியில் வைக்கலாம். இதன் வாசனை துர்நாற்றத்தை மாற்றும். தண்ணீர், எலுமிச்சை சாறு மற்றும் வெள்ளை வினிகர் ஆகியவற்றை சமபங்கு எடுத்து ஒன்றாக கலந்து, அந்த கலவையை கொண்டு குளிர்சாதன பெட்டியின் உட்புறத்தை துடைத்தால் ஃபிரிட்ஜில் உள்ள துர்நாற்றம் நீங்கும்.

ஆன்லைன் மூலம்

தரமான பொருட்களை வாங்குவது எப்படி?

ஆன்லைன் தளத்தில் பொருட்கள் வாங்கும் போது மறக்காமல் வாடிக்கையாளரின் கருத்துக்களை படியுங்கள். இந்த வசதி தற்போது அனைத்து தளங்களிலும் உள்ளது. உட்கார்ந்த இடத்திலிருந்து ஆன்லைன்மூலம் விரும்பிய பொருட்களை தேர்வு செய்து வாங்குவோர் அதிகரித்து வருகின்றனர். இதன்மூலம் நேரம் மிச்சமாவதோடு வீண் அலைச்சல் தவிர்க்கப்படுவதால் இதை பலரும் விரும்புகின்றனர்.

ஆன்லைன் மூலம் விரும்பிய பொருட்களை வாங்கலாம் என்றாலும் அவற்றின் தரத்தை சரியாக ஆராய முடியாமல் போவதுடன் எளிதில் ஏமாறுவதற்கும் வாய்ப்புள்ளது. இவற்றை தவிர்ப்பதற்கு சில வழிகளை பின்பற்றுவது அவசியம். ஆன்லைனில் பொருளை வாங்கும் முன்பு அது எந்த நிறுவனத்தை சேர்ந்தது என்பதை கவனிக்க வேண்டும். நிறுவனத்தின் பெயர், லோகோ

போன்றவற்றையும் சரி பார்க்க வேண்டும்.

ஆன்லைன் தளத்தில் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும் பொருளின் சிறப்பு அம்சங்களை கவனியுங்கள். அதே அம்சங்கள் கடைகளில் கிடைக்கும் பொருட்களிலும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதா? என்பதை ஒப்பிட்டு பாருங்கள். ஆன்லைன் தளங்களில் பண்டிகை காலங்களின்போது பொருட்களுக்கு சலுகைகள், தள்ளுபடிகள் அறிவிக்கப்படும். இதில் பெரிய மாற்றம் இருக்கும்போது எதனால் இத்தனை சலுகைகள் வழங்கப்படுகின்றன என்பதை ஆராயுங்கள். அதற்குபின்பு அந்த பொருளை தேர்வு செய்யுங்கள்.

ஆர்டர் செய்த பொருள் கைக்கு கிடைத்தவுடன் நாம் தேர்வு செய்த பொருள் தான் நமக்கு கிடைத்துள்ளதா? என்பதை சரி பார்க்க வேண்டும்.

சில ஆன்லைன் தளங்களில் வாடிக்கையாளருக்கு கேரண்டி, வாரண்டி போன்றவை வழங்குவதில்லை. இதை தெளிவாக தெரிந்துகொண்டு பொருட்களை வாங்கவேண்டும். ஆன்லைனில் பொருட்கள் வாங்கும் போது அது தரம் இல்லாதது போல் தோன்றினால் யாரிடம் வாங்கினோமோ அந்த நிறுவனத்திடம் திருப்பி வழங்க வேண்டும். இதுபோன்ற திருப்பி அனுப்பும் பொருட்களை சம்பந்தப்பட்ட நிறுவனம் எவ்வித மறைமுக கட்டணமும் இன்றி பெற்றுக் கொள்ளும் வசதி உள்ளதா? என்பதை கவனியுங்கள்.

பெரிய குழந்தைகளுக்கு பிறந்தநாள் வாழ்த்துகள்

10-10-2024 வியாழக்கிழமை

திருச்சி நீதிமன்ற மூத்த வழக்கறிஞர்
J.லெக்ஷ்மி நாராயணன் 94431 37770

அரண் – அறம் வழக்கறிஞர்கள் சங்க திருச்சி மாவட்ட தலைவர்
போஸ் முத்துகிருஷ்ணன் 95857 85136

11-10-2024 வெள்ளிக்கிழமை

குறும்பட இயக்குனர் & சமூக ஆர்வலர்
மணப்பாறை **M.முகம்மது பஷீர்** 82208 85453

தமிழ்நாடு நீச்சல் சங்கத்தின் கௌரவ செயலாளர்
Dr. **T.A.காதர்** 74020 66066

12-10-2024 சனிக்கிழமை

அகில இந்திய பார்வர்ட் பிளாக் கட்சி தமிழ் மாநில செயலாளர்
Y.வெங்கடேசன் 95974 02648

திருச்சி ஆத்மா மனநல மருத்துவமனை துணை இயக்குனர்
P.சாலைக்குமரன் 80125 22125

திருச்சி மாவட்ட தலைமை உதயநிதி ஸ்டாலின் ரசிகர் நற்பணி மன்றம் பிரமுகர்
உறையூர் **A.M.பாண்டியன்** 99941 12788

திருச்சி கிழக்கு மாவட்ட கட்டுமானம் மற்றும் மனைத்தொழில் கூட்டமைப்பு தலைவர்
Er. **R.ஜெயராம்** 90808 06744

13-10-2024 ஞாயிற்றுக்கிழமை

திருச்சி மாநகர அதிமுக தொண்டர்கள் உரிமை மீட்பு குழு (OPS அணி) பிரமுகர்
சந்துக்கடை **M.சந்துரு** 99444 31231

14-10-2024 திங்கட்கிழமை

திருச்சி திருவெறும்பூர் நிஜாம் ஃபுட்வேர் உரிமையாளர்
N.சாகுல்ஹக் 98651 23483

அரியலூர் மாவட்டம் உடையார்பாளையம் சார்பதிவாளர்
N.சாந்தக்குமார் 99432 02495

15-10-2024 செவ்வாய்கிழமை

ஸ்ரீரங்கம் அரங்கநாதசுவாமி திருக்கோவில் தலைமை அர்ச்சகர்
R.நந்தகுமார் பட்டர் 90470 39399

தமிழக பாஜக OBC அணி மாநில செயற்குழு உறுப்பினர்
அரியமங்கலம் **R.குரு** 98432 23452

16-10-2024 புதன்கிழமை

திருச்சி மாவட்ட விலங்குகள் நல ஆர்வலர்
சமஸ்பிரான் தெரு **A.பிரவீன்** 99441 23494

வரி விளம்பரம் வெளியிட தொடர்புகொள்ளவும்

90423 77778

6 x 4 Cm Size - ரூ.788 மட்டுமே!
6 x 8 Cm Size - ரூ.1575 மட்டுமே!
12 x 8 Cm Size - ரூ.3150 மட்டுமே!

தின, வார, மாத தவணை முறையில்
விரைவான தொழில் வளர்ச்சி கடன்
(காசோலை அடிப்படையில்)

1 லட்சம் முதல் 50 லட்சம் வரை

- ⇨ 24 மணி நேரத்தில் உடனடி பணம் பெற்று தரப்படும்
- ⇨ முன்பணம் கட்ட தேவையில்லை

SHREE FINANCIAL SERVICES
(தமிழகம் முழுவதும்) **98940 19367**

WANTED
Female Staff

- ⇨ Receptionist
- ⇨ Manager
- ⇨ Accountant
- ⇨ Marketing manager
- ⇨ Telecaller

VIJAY GROUP OF COMPANY, Trichy
9843005048
9834137577

இடம் விற்பனைக்கு

திருச்சி அல்லித்துறை 2200 sqft
முத்தரசநல்லூர் 1150 sqft Plot
கம்பரசம்பேட்டை 1200 sqft வீடு
KK Nagar Lic காலனி 900 sqft
குமரன் நகர் Opp road-ல் 2400 sqft
பஞ்சப்பூர் ரோடு அருகே 3000 sqft
No.1 டோல்கேட் 340 sqft / 5600 sqft Plots
Big Bazzar 900 sqft வீடு / 300 sqft வீடு / 860 sqft Plot
சிறுகனூர் பெரியார் உலகம் Opp Roadல் 11500 sqft DTCP Plots ச.அடி ரூ.250/–
(Trichy - Chennai NH வழி)

88709 38241

B.S.L AGENCIES
Exide Battery Exclusive Showroom

INVERTOR, ONLINE UPS, SOLAR PANEL & CCTV CAMERA SALES & SERVICE
No.23, Joseph Eye Hospital Complex,
Melapudur Main Road, Trichy-620001
0431-2416813 / 4013221 / 98424 44211

திருச்சியிலேயே முதன்முறையாக
ரூ.18 முதல் 24 லட்சத்தில் அழகிய வீடுகள்

100 வீடுகள்
கொண்ட ஒரு பிரமாண்ட
பசுமை நகரம்
ஆர்ச்சம்பட்டி

MTS நகர்

சிறப்பம்சங்கள்

- ❖ உடனடி மின் இணைப்பு பெறும் வகையில் மின்சார வசதி
- ❖ 24 மணி நேர பேருந்து வசதி

POWER GROUP
REAL ESTATE CONSTRUCTION MARKETING
No.15, TVS Tolgate, (Near Jamal Mohamed College),
Banana Leaf Restaurant, Trichy.
(E) powergrouptrichy@gmail.com / www.powergroupsites.com
78678 28203, 63834 34499

படித்த பெண்கள் வேலைக்கு தேவை

திருவெறும்பூர் பகுதியில் வசிப்பவர்களுக்கு முன்னுரிமை

98426 57570

அனைத்து பிரிவினருக்கும் முதல் மணம், மறுமணம் வரன்கள் அமைத்து தரப்படும்

M.மகேந்திரன் MA.,

MR திருமண அமைப்பகம்
அரசமரத்தெரு, மேலப்புதூர், திருச்சி-1
87788 45369
96776 83655

(Near Trichy to Pudukottai Highway Ring Road)

COMMERCIAL / WAREHOUSE
SPACE FOR RENT

3600 SQFT RCC BUILDING

Contact No : **98424 33356**

Sri Bakavathi
Driving school

Special Coaching for Ladies Driving

Prop : **Manikandan**
94434 94678, 99423 55448
No.01, TVKM Complex (opp. Petrol Bunk)
Near Kallanai Road,
Thiruverumbur, Trichy - 620 013
Email : bakavathisaravanan@gmail.com

உங்கள் இல்லங்களிலும், உள்ளங்களிலும்
என்றென்றும் நிலைத்து நிற்கும்
திருவெறும்பூர், கல்லணை ரோடு,
செல்வகுமரன் நகரில்
மிக பிரமாண்டமான பட்டாசு ஷோரூம்

சின்னையா பட்டாசு கடை

ரூ.500-க்கு பட்டாசு வாங்கினால் (ரூ.100 பட்டாசு இலவசம்)
ரூ.1000-க்கு பட்டாசு வாங்கினால் (ரூ.200 பட்டாசு இலவசம்)
ரூ.2000-க்கு பட்டாசு வாங்கினால் (20லி வாளி மூடியுடன் இலவசம்)
ரூ.3000-க்கு பட்டாசு வாங்கினால் (2 அடுக்கு டிபன் பாக்ஸ் இலவசம்)

ரூ.500, 1000 பட்டாசு சீட்டு சேர்க்கப்படுகிறது

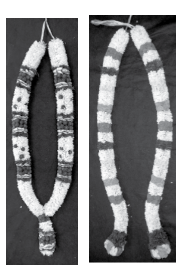
Cell : 94437 66599, 99528 98274

ஆயுதபூஜை நல்வாழ்த்துகள்

S.சிவா
புஷ்ப வியாபாரம்

பூமாலை ஆர்டரின் பெயரில் கட்டித்தரப்படும்.

திருமணம் மற்றும் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் தேவையான மாலை, மணவறைகள் சிறந்த முறையில் குறித்த நேரத்தில் அமைத்து தரப்படும்.



நெ.9, ஆஞ்சநேயர் கோவில் கடைவீதி, திருவெறும்பூர், திருச்சி–13.

98651 93997 / 93858 63997

திருச்சி - துறையூர்
புத்தனாம்பட்டி,
நேரு நினைவு கல்லூரி அருகில்

கோகுலம் நகர்

1200 ச.அடி

~~1,60,000/-~~ **99,000/-** மட்டுமே

முன்பதிவு செய்பவர்களுக்கு தங்க நாணயம் இலவசம்

AJ ராயல் சிட்டி டெவலப்பர்ஸ்
Cell : 70102 62912 / 97882 72202 / 70102 71188

திருவிளக்கு பூஜை ஏன் அவசியமாகிறது?

சிறுவயது முதல் வீட்டில் நமது பெற்றோர்களும், பெரியோர்களும் வழிபாடு செய்வதை பார்த்து வளர்ந்தவர்கள் நாம். அவ்வாறான வழிபாடுகளில் திருவிளக்கு பூஜையும் ஒன்று. செவ்வாய், வெள்ளிக் கிழமைகளிலோ, பௌர்ணமி போன்ற முக்கிய தினங்களிலோ தனியாகவும், கூட்டாகவும் அமர்ந்து திருவிளக்கு பூஜை செய்கிறோம்.

இந்த தீபம் நம்முடைய இருளை போக்கி ஒளியை தரக்கூடியது. தீபஒளி நமக்கு தைரியத்தையும், தன்னம்பிக்கையையும், காரியங்களில் வெற்றி அடைவோம் எனும் மன உறுதியையும் அளிக்கிறது. இந்த சுடரொளியால் நாம் இறைவனின் பாதங்களை பார்ப்போம் என்று பெரியவர்கள் கூறியுள்ளார்கள். எவ்வளவு உயர்வான ஒரு பலனை எளிய வழியில் தரக்கூடியது இந்த வழிபாடு.

தேவாரம் போன்ற புனித நூல்களும், வள்ளலார், அருணகிரியார் போன்ற பெருமக்களும் தீப வழிபாட்டின் முக்கியத்துவத்தை நமக்கு விளக்கியுள்ளனர். அதேபோல வேதங்களிலும், ஆகமங்களிலும் அக்னி வழிபாடு முக்கியமானது என கூறப்பட்டுள்ளது. எப்படி வேதியர்கள் உலக நன்மைக்காக அக்னியை வளர்த்து பூஜை செய்கிறார்களோ, அதுபோன்று நம் ஒவ்வொருவரும் தீப வழிபாடு செய்யவேண்டும்.

இடி - மின்னலின்போது செய்யக்கூடாதவை

கடந்த சில வாரங்களாக திருச்சி மட்டுமின்றி தமிழகத்தின் பல பகுதிகளிலும் பரவலாக மழை பெய்து வருகிறது. இப்படி மழை பெய்யும்போது இடி – மின்னல் ஏற்படுவது இயற்கையானதுதான். ஆனால் இப்படியான சமயங்களில் நம்மை நாம் காத்துக்கொள்வது மிகவும் அவசியம்.

இடி – மின்னல் தாக்கும்போது குடிசை வீட்டிலோ, மரத்தின் அடியிலோ, பேருந்து நிறுத்தத்திலோ நிற்கக்கூடாது. பதிலாக கான்கிரீட் கூரைகளான கட்டிடம், பேருந்து, கார், வேன் உள்ளிட்ட வாகனங்களில் அமர்ந்து கொள்வது நல்லது. அதுமட்டுமின்றி மழை பெய்யும் போது தண்ணீர் தேங்கியுள்ள பகுதிகளை விட்டு தள்ளி நிற்க வேண்டும். வீடுகளில் மிக்ஸி, கிரைண்டர், கம்ப்யூட்டர், செல்போன் உள்ளிட்ட மின்சாதன பொருட்களை பயன்படுத்துவதை தவிர்க்கவும். உபயோகத்தில் இல்லாதபோது ஸ்விட்சுகளை ஆஃப் செய்து வைக்க வேண்டும். ஒருவேளை உங்கள் பகுதியில் மின்சாரம் செல்லும் வயர்கள் தாழ்வாக இருந்தாலோ, அறுந்து தண்ணீரில் கிடந்தாலோ, அருகில் உள்ள மின்வாரிய அலுவலகத்திற்கு தகவல் தெரிவிக்க வேண்டும்.

மின் கம்பங்கள், அவற்றை தாங்கும் கம்பிகளை தொடுவதையும், மின்கம்பிகளில் கால்நடைகளை கட்டுவதையும் தவிர்க்க வேண்டும். ஒருவேளை மின்சாரத்தால் தீ விபத்து ஏற்பட்டால் உடனடியாக மெயின் சுவிட்சை ஆஃப் செய்ய வேண்டும். பின்பு அந்த தீயை தண்ணீர் கொண்டு அணைக்கக்கூடாது. உலர்ந்த மணல், கம்பளிப் போர்வை, உலர்ந்த இரசாயனப்பொடி, கரியமில வாயு தீயணைப்பான்களை மட்டுமே பயன்படுத்த வேண்டும்.

முடி உதிர்வை தடுக்கும் கருஞ்சீரக எண்ணெய்

தலைமுடி உதிர்வுக்கு சத்துக்குறைபாடு, சரியான முறையில் பராமரிப்பு செய்யாமல் இருப்பது, அழுக்கு சேர்ந்து அதனால் ஏற்படும் பிசுபிசுப்பு, பொடுகு, டென்ஷன் போன்றவை முக்கிய காரணங்களாக அமைகிறது. முடிஉதிர்வதை தடுக்க கருஞ்சீரக எண்ணையை நாம் வீட்டிலேயே தயாரித்து பயன்படுத்தலாம். இந்த எண்ணெயை இளஞ்சூடாக தலையில் தேய்த்து, நன்கு ஊற வைத்து, மறுநாள் காலையில் தலைக்கு குளிக்கலாம். இவ்வாறு செய்வதால் முடி உதிர்வு கட்டுப்படும். மேலும் தேங்காய் எண்ணெய்யுடன் கருஞ் சீரக எண்ணெயை கலந்து, முடியின் வேர்கால்களில் படும்படி சிறிது நேரம் மசாஜ் செய்ய வேண்டும். பின்பு இளஞ் சூடான நீரில் துண்டை நனைத்து, அதனை பிழிந்து தலையில் சுற்றிக்கொள்ள வேண்டும். சிறிது நேரம் கழித்து தலைமுடியை அலசலாம். இவ்வாறு வாரத்திற்கு ஒருமுறை செய்து வருவதால் தலைமுடியின் ஆரோக்கியம் பராமரிக்கப்படுகிறது. மேலும் தலைமுடியின் வளர்ச்சி தூண்டப்பட்டு முடிகள் நீண்டு வளர செய்கிறது.

பத்திர முதலீட்டில் அதிக ஆர்வம் காட்டும் இளைஞர்கள்

பத்திரங்களில் முதலீடு செய்வது அதிகரித்திருப்பதும், குறிப்பாக இளம் தலைமுறை யினர் பத்திரங்களில் அதிகம் முதலீடு செய்வதும் ஆய்வில் தெரியவந்துள்ளது. பத்திரங்களில் முதலீடு செய்வதை பரவலாக்கும் வகையில், குறைந்தபட்ச முதலீடு தொகையை ரூ.10 ஆயிரமாக குறைத்து ரிசர்வ் வங்கி நடவடிக்கை எடுத்ததுள்ளது.

இந்நிலையில், கிரிப் இன்வெஸ்ட் என்ற தனியார் நிதிநிறுவனம் பத்திரங்கள் முதலீட்டை அடிப்படையாக கொண்டு ஆய்வறிக்கையை வெளியிட்டுள்ளது. அதில், பத்திர முதலீடு மேற்கொள்பவர்களில் 63 சதவீதம் இளம் தலைமுறையினராக இருப்பதாகவும், சராசரி பத்திர முதலீடு 1.8 மடங்கு அதிகரித்திருப்பதாகவும் தெரிவித்துள்ளது. வர்த்தக பத்திர முதலீட்டில் பெண்கள் பங்கேற்பும் 52 சதவீதம் அதிகரித்துள்ளது.

பத்திர முதலீடு மேற்கொள்பவர்கள் பெருநகரங்களில் மட்டும் அல்லாமல், இரண்டாம் அடுக்கு நகரங்களிலும் பரவியிருக்கின்றனர். முன்னணி நகரங்களை விட மற்ற நகரங்களில் முதலீட்டாளர்கள் 50 சதவீதத்திற்குமேல் பங்கு வகிக்கின்றனர். பத்திரங்களை அணுகுவது எளிதாக இருப்பதோடு, இளம் தலைமுறையின் இடர்தன்மை, டிஜிட்டல் முதலீடு ஆகியவை பத்திரங்கள் முதலீட்டில் ஆர்வம் அதிகரிப்பதற்கு முக்கிய காரணங்களாக கருதப்படுகின்றன.

போட்டித்தேர்வுகளுக்கு ரெடியாகுறீங்களா?

வெற்றிபெற இத தெரிஞ்சுக்கோங்க...

போட்டித்தேர்வுகளுக்கு ரெடியாகுபவர்கள் பயிற்சி மையத்தில் சேர்ந்தும் படிக்கலாம், சுயமாவும் படிக்கலாம். இப்போ ஆன்லைன்லேயே எல்லா மெட்டீரியல்களும் இலவசமாக கிடைக்கிறது. வாய்ப்புகளை பயன்படுத்திக்கோங்க. தேர்வு எழுதி வெற்றி கிடைக்கலைன்னா, அதுக்கு என்ன காரணம்னு ஆராய்ந்து தோல்வியிலிருந்து கத்துக்கணும்.

தேர்வுக்குத் தயாராகிற முதல் ரெண்டு வருஷத்திலேயே, இதை நம்மால க்ளியர் பண்ண முடியுமான்னு உணர்ந்துட முடியும். வெற்றியடைய முக்கியத் தேவை... இதுதான் ஒரே இலக்கு என்ற அர்ப்பணிப்போட படிக்கணும். சிவில் சர்வீசஸ் தேர்வுக்கு முழுமையா தயாராகும்போது, மற்ற எந்தப் போட்டித் தேர்வுகளையும் க்ளியர் செய்துவிடக்கூடிய அறிவும் அனுபவமும் கிடைக்கும்.

மெயின் பரீட்சைக்கு எழுத்துப் பயிற்சி ரொம்ப முக்கியம். 10 மார்க் கேள்விக்கு ஏழு நிமிஷத்துல பதிலை சிந்துச்சு எழுதி முடிச்சிருக்கணும். சிலருக்கு பாட அறிவு சிறப்பா இருந்தும், பேப்பர்ல எழுத்தா எழுதும்போது திணறுவாங்க. அதனால, மாடல் தேர்வுகள் நிறைய எழுதிப் பார்க்கணும்.

• கடைசியா, பர்சனாலட்டி அசஸ்மென்ட்ல நம்ம செயல்பாடு, முடிவெடுக்கும் திறனை எல்லாம் ஆராய்வாங்க. அதனால், எப்போ சிவில் சர்வீசஸ் தேர்வுப் பயிற்சிக்குள்ள வர்றீங்களோ, அப்போயிருந்தே உங்க ஆளுமையையும் மெருகேத்திட்டே வரணும். கண்ணாடி முன்னாடி, ரெண்டு, மூணு நண்பர்கள் முன்னாடினு பேசிப் பயிற்சி எடுங்க. உங்க மனசுல இருக்கிறதை தெளிவாகவும் தைரியமாகவும் வெளிப்படுத்த தெரிஞ்சிருக்கணும்.

படிப்பதும் தியானமே!

புத்தகம் படிப்பதுகூட ஒரு வகையான தியானம்தான். ஏனென்றால், புற உலக தாக்கங்கள் ஏதுமின்றி தன்னையே மறந்திருக்கின்ற நிலை தான் தியானம் எனப்படுகிறது. அதேபோல, நூல்களை நாம் ஆழ்ந்து படிக்கும்போது தியானத்தில் இருப்பது போன்ற நிலையே நமக்கு ஏற்படும். ஆகவே, புத்தகங்களை படிக்க தொடங்கினால் புற உலகை மறந்து ஆனந்த நிலையை நாம் அனைவரும் அடைவோம். ஆழ்ந்து படிக்கின்ற அனைவருக்கும் இந்த அனுபவம் இருக்கும். ஆகவே, ஆழ்ந்து படியுங்கள், ஆனந்தம் அடையுங்கள்.

நாய் வளர்ப்பவரா நீங்கள்? தொற்று பரவலாம்

வீட்டில் சிலர் செல்லப்பிராணியாக நாய் வளர்க்கிறார்கள். அது நமக்கு பாதுகாப்பாக இருக்கிறது என்றாலும், ஆபத்தும் நிறைந்திருக்கிறது. நாயின் காதிலிருந்து சீல் வெளியேறுதல், துர்நாற்றம் வீசுதல், உணவு உட்கொள்ளாமை போன்றவை காது தொற்றுக் கான அறிகுறிகளாகும்.

பப்பிகளின் காது அமைப்பு இயற்கை யாகவே தொற்று ஏற்படுத்தும் வகையில் தான் அமைந்திருக்கும். இதிலும் டச்ஷண்ட், பீகல், லசாப்சோ, சிட்ஜு, ரெட்ரீவர் இன நாய்களுக்கு காது தொற்று ஏற்பட அதிக வாய்ப்புகள் உள்ளன.

முறையாக நாய்களை பராமரிக்காமல் இருந்தாலும், தொற்று ஏற்படலாம். குளிக்க வைக்கும் முன்பு நாயின் காதில், தண்ணீர் புகாமல் இருக்க, பஞ்சு வைக்க வேண்டும். மருத்துவர் பரிந்துரைப்படி, காது சுத்தம் செய்யும் திரவம் கொண்டு, தினசரி சுத்தம் செய்தல் அவசியம். இதையும்தாண்டி தொற்று ஏற்பட்டால் கால்நடை மருத்துவரை அணுகி முறையாக சிகிச்சை மேற்கொண்டால் தொற்றின் தீவிரத்தை குறைக்கலாம். இது தீவிரமாக இருக்கும்பட்சத்தில், அறுவை சிகிச்சையால் மட்டுமே குணப்படுத்த முடியும். ஒருமுறை தொற்றுக்கு ஆளான பப்பியின் பராமரிப்பில் தனி கவனம் செலுத்த வேண்டும். இல்லையெனில், காது கேளாமை, நரம்பு மண்டல பாதிப்புகள் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. நமக்கும் தொற்று ஏற்பட கூடும்.

உள்ளூர் முதல் உலக செய்திகள் வரை

உடனுக்குடன் உங்கள் மொபைலுக்கு வரவேண்டுமா?

மறுநாள் நாளிதழ்களில் வெளியாகும் செய்திகளையும், அடுத்த அரைமணி நேரத்தில் டிவி சேனல்களில் வெளியாகும் நியூஸ் வீடியோக்களையும் உடனுக்குடன் உங்கள் மொபைலிலேயே தெரிந்துகொள்ளலாம்

ராக்போர்ட் டைம்ஸின் செய்தி பிரிவு எண்ணான

98424 98003 என்ற எண்ணை

நீங்கள் அட்மினாகவோ அல்லது உறுப்பினராகவோ உள்ள வாட்ஸ்அப் குழுவில் இணைத்திடுங்கள்

பிசினஸ் பார்ட்னர்ஷிப்பில் வெற்றி காண்பது எப்படி?

பார்ட்னர்ஷிப் முறையில் பிசினஸ் செய்யும்போது, எவற்றையெல்லாம் கடைபிடிக்க வேண்டும் என்பதை அவசியம் தெரிந்துகொள்ளுங்கள்.

பார்ட்னர்ஷிப் பிசினஸ் என்று வரும்போது பணத்தையும் தாண்டி, ஒருவரிடம் இருக்கும் தனித்திறமை, விட்டுக்கொடுத்து செல்லுதல் போன்ற பல விஷயங்கள் உள்ளன. முதலீடு என்பதை தாண்டி, ஒரு பிசினஸை சரியாக செய்ய வேண்டும் என்றால் அதற்கு சரியான பார்ட்னர்ஷிப் தேவை.

சிலர் பிசினஸ் செய்வது குறித்து நன்கு தெரிந்து வைத்திருப்பார்கள். இப்படி யார் எந்த விஷயத்தில் திறமையாக செயல்படுகிறார்களோ? அதை அடிப்படையாக கொண்டு பார்ட்னர்ஷிப்பை உருவாக்கிக் கொள்ளலாம். இந்த பிசினஸ் பார்ட்னர் ஷிப்பை ஆக்டிவ் பார்ட்னர், ஸ்லீப்பிங் பார்ட்னர், ஓர்க்கிங் பார்ட்னர், நாமினல் பார்ட்னர், எக்ஸ்ட்ரா பிளஸ் பார்ட்னர், ட்ராபிக் பார்ட்னர், மைனர் பார்ட்னர் என சட்ட ரீதியாக வகைப்படுத்தலாம்.

பார்ட்னர்ஷிப் மூலம் தொழில் செய்கிறவர்கள் முதலில் ஒரு தொழில் உடன்படிக்கை செய்து கொண்டு, அதை பத்திரத்தில் எழுதிக்கொள்ளவேண்டும். அதாவது யாரெல்லாம் பார்ட்னர்களாக இணையப் போகிறார்கள்? அவர்களுடைய முதலீடு எவ்வளவு? அவருடைய வேலை என்ன? ஒவ்வொருவருக்கும்

என்ன பொறுப்பு? லாப–நஷ்டத்தில் எவ்வளவு பங்கு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்? பிசினஸில் யார் யார்? என்ன முடிவு எடுக்க வேண்டும்? யாருக்கு என்ன அதிகாரம் இருக்கிறது என்பதை எல்லாம் பத்திரத்தில் தெளிவாக குறிப்பிட வேண்டும்.

மேலும் இந்த முடிவு எந்த தேதியில் எடுக்கப்பட்டது என்பது போன்ற தகவல்களும் அவசியம் இருக்க வேண்டும். பத்திரத்தை எழுதினால் மட்டும் போதாது. அது சட்டரீதியாக செல்லுபடியாக வேண்டுமெனில், அதை பதிவு செய்வது அவசியம். தொழில் என்பது பணம் தொடர்பானது என்பதால் சில நேரங்களில் முன்பு செய்துகொண்ட முடிவை பிற்பாடு மாற்றி பேச வாய்ப்பு இருக்கிறது. கட்டாயத்தின் பெயரில்தான் கையெழுத்து போட்டேன் என்று சொல்லவும் வாய்ப்பு இருக்கிறது. எனவே உங்கள் பார்ட்னர் அனைவரும் ஒரு விஷயத்தை ஒப்புக்கொண்டபின், அதை பத்திரத்தில் எழுதி கையொப்பம் வாங்குவதுடன் பதிவுத்துறையில் பதிவதும் அவசியம்.

பார்ட்னர்ஷிப்பில் ஒருவர் திடீரென விலக நினைத்தால், அவர் முதலீடு செய்த தொகையை அவருக்கு திரும்பிதர இயலாது. அதே நேரம் அப்போது பிசினஸ் லாபத்தில் செல்கிறதா? நஷ்டத்தில் இருக்கிறதா? என்பதை கணக்கிட்டு, பத்திரத்தில் அவர்கள் செய்துகொண்ட லாப, நஷ்ட பங்கு விகிதத்தின்படி கணக்கிட வேண்டும். பிறகு பார்ட்னர்ஷிப் மூலபத்திரத்தில் திருத்தங்கள் செய்து, சம்பந்தப்பட்டவரின் கையெழுத்து வாங்கியபின் செட்டில்மெண்ட் செய்யலாம்.

ஒரு தொழிலில் நீங்கள் ஏமாற்றப்பட்டால், முதலில் அது என்ன மாதிரியான குற்றம் என்பதை பார்ப்பது அவசியம். சில முடிவுகளை உங்களை கேட்காமல் எடுத்திருந்தால், உரிமையியல் நீதிமன்றத்தை அணுகலாம். வங்கி கணக்கை தவறாக பயன்படுத்துதல், உங்கள் கையெழுத்தை அவர்களே இட்டுக்கொள்ளுதல் போன்ற குற்றங்கள் எனில் காவல் நிலையத்தில் புகார் அளித்து, குற்றவியல் நீதிமன்றம் வரை செல்லும் அதிகாரம் உங்களுக்கு இருக்கிறது. எனவே பார்ட்னர்ஷிப் மூலம் பிசினஸ் செய்ய நினைப்பவர்கள் இந்த விஷயங்களில் கவனமாக இருப்பது நல்லது.

ஸ்ரீ வேதநாராயண பெருமாள் கோயில்
நாராயணபுரம், திருச்சி.

ஜோதிடம் வார ராசி பலன்

அக்டோபர்.10 முதல் அக்டோபர்.16 வரை

மேஷம் (அஸ்வினி, பரணி, கார்த்திகை 1ம் பாதம் வரை)

நிதானமாக யோசித்து காரியங்களை செயலாற்றும் எண்ணமுள்ள மேஷராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் இறுதியில் 6ம் அதிபதி புதன் உச்ச நிவர்த்தி பெறுகிறார். உச்சம் பெற்ற புதனால் கடந்த சில நாட்களாக கடன் தொல்லை, நோய் தாக்கம் என மன உளைச்சலை தந்து இருக்கலாம். உத்திபோக ரீதியான மறைமுக எதிர்ப்புகளை சந்தித்து இருக்கலாம். தற்போது விரய அதிபதி குருவும் வக்ர கதியில் செல்வதால் கடன் சார்ந்த பயம், டென்ஷன் விலக ஆரம்பிக்கும். பிரச்சனைகள் குறையும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு புதிய பொறுப்புகள் கிடைக்கும். குடும்பத்தில் இருப்பவர்கள் மூலம் நடக்கவேண்டிய காரியங்கள் தாமதப்படும். அக்கம், பக்கத்தினரிடம் கவனமாக பேசுவதும், வாக்குவாதத்தை தவிர்ப்பதும் நல்லது. பெண்கள் சில முக்கியமான காரியங்களில் கூடுதலாக கவனம் செலுத்துவதன் மூலம் செய்து முடிக்க முடியும். தொழிலதிபர்களுக்கு மனதில் தைரியம் குறையும். மொத்தத்தில் மனக்கவலை குறையும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 12, 13, 15

பரிகாரம் : செவ்வாய்கிழமையில் விரதம் இருந்து முருகனை வழிபட அலைச்சல் குறையும்.

ரிஷபம் (கார்த்திகை 2ம் பாதம் முதல், ரோகிணி, மிருகசீரிடம் 2ம் பாதம் வரை)

விருப்பமில்லாத காரியங்களில் ஈடுபாடு இல்லாத ரிஷபராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் ராசியில் நிற்கும் குருபகவான் வக்ர கதியில் சஞ் சாரம் செய்கிறார். ராசிக்கு 6ல் ராசி அதிபதி சுக்ரன் 2, 5ம் அதிபதி புதனுடன் இணைகிறார். இதனால் எதைப்பற்றியும் கவலைப்படாமல் தொழில், வியாபாரத்தில் முழு கவனத்தையும் செலுத்துவீர்கள். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்கள் தடங்கலின்றி எதையும் செய்து முடிப்பார்கள். ஆனாலும் எடுத்த காரியங்களில் இழுபறி நீடிக்கும். தொழிலதிபர்களுக்கு தன்னம்பிக்கை அதிகரிக்கும். பெண்களுக்கு வேலைகள் உடனே முடியாமல் இழுபறியாக இருக்கும். தைரியமாக செயல்படவேண்டிய வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 13, 15, 16

சந்திராஷ்டமம் : உங்களுக்கு இந்த வாரம் அக்டோபர் 09ம் தேதி அதிகாலை 01.35 மணி முதல் 11ம் தேதி அதிகாலை 02.09 மணி வரை சந்திராஷ்டமம் இருப்பதால் எதிலும் அவசர முடிவுகளை எடுக்க வேண்டாம்.

பரிகாரம் : வெள்ளிக்கிழமையில் அம்மன் ஆலயத்திற்கு சென்று வழிபட நினைத்த காரியங்கள் நிறைவேறும்.

மிதுனம் (மிருகசீரிடம் 3ம் பாதம் முதல், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 3ம் பாதம் வரை)

சிக்கலான காரியங்களை சுமூகமாக முடிக்கும் திறமையுள்ள மிதுனராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் ராசி அதிபதி புதன் பூர்வ புண்ணிய ஸ்தான அதிபதி சுக்ரனுடன் பூர்வ புண்ணிய ஸ்தானத்தில் சஞ்சரிக்கிறார். இதனால், நீண்டநாட்களாக இருந்து வந்த வீண் மனக்கவலை நீங்கும். எந்தவொரு காரியத்திலும் எதிர்பார்த்த வெற்றி கிடைக்கும். தொழில், வியாபாரத்தில் இருந்து வந்த மந்தநிலை மாறும். சாதுரியமான செயல்களால் வியாபாரத்தில் லாபம் உண்டாகும். பெண்கள் நிதானமாக பேசுவதும், வாக்குவாதத்தை தவிர்ப்பதும் நல்லது. வியாபாரிகளுக்கு இருக்கும் புத்திக்கூர்மை அவர்களுக்கு வெற்றியை தேடி தரும். வீண் அலைச்சல் குறையும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 10, 14, 15

சந்திராஷ்டமம் : உங்களுக்கு இந்த வாரம் அக்டோபர் 11ம் தேதி அதிகாலை 02.09 மணி முதல் 13ம் தேதி இரவு 11.48 மணி வரை சந்திராஷ்டமம் இருப்பதால் மற்றவர்களுக்கு உதவிகள் செய்யும்போது கவனம் தேவை.

பரிகாரம் : சனிக்கிழமையன்று பெருமாளை வணங்கி வர கடன் பிரச்சனைகள் தீரும்.

கடகம் (புனர்பூசம் 4ம் பாதம் முதல் பூசம், ஆயில்யம் வரை)

அடுத்தவர்களின் குணம் அறிந்து செயல்படும் கடகராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் 4ம் இடமான சுக ஸ்தானத்தில் ஆட்சி பலம் பெற்ற சுக ஸ்தான அதிபதி சுக்ரனுடன் 3, 12ம் அதிபதி புதன் சேர்க்கை இருப்பதால் லாப ஸ்தானத்தில் குரு வக்ரம் அடைகிறார். இதனால் சுணங்கி கிடந்த காரியங்கள் அனைத்தும் வேகம்பெறும். கூடுதலாக உழைக்க வேண்டியிருக்கும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு வீண் அலைச்சல், வேலைப்பளு ஆகியவை இருக்கும். கணவன் – மனைவிக்கிடையே கருத்துவேற்றுமை தோன்றி மறையும். பெண்கள், உடல் சார்ந்த விஷயங்களில் கவனம் செலுத்துவது நல்லது. வீண் பேச்சை குறைத்துக்கொள்ள வேண்டிய வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 11, 12, 14

சந்திராஷ்டமம் : உங்களுக்கு இந்த வாரம் அக்டோபர் 13ம் தேதி இரவு 11.48 மணி முதல் 15ம் தேதி இரவு 08.52 மணி வரை சந்திராஷ்டமம் இருப்பதால் வீண் செலவு உண்டாகும், கவனம் தேவை.

பரிகாரம் : சனிக்கிழமையன்று காட்டழகிய சிங்கப்பெருமாளை வணங்கிவர மனக்கவலை தீரும்.

சிம்மம் (மகம், பூரம், உத்திரம் 1ம் பாதம் வரை)

பயன்தரும் காரியங்களுக்கு மட்டுமே முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் சிம்மராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் ராசிக்கு வக்ர சனியின் 7ம் பார்வை, ராசி அதிபதி சூரியன் – கேதுவின் சஞ்சாரமும் இருப்பதால், வீண் அலைச்சல், காரியத்தடை ஆகியவை ஏற்படலாம். சிலருக்கு அலைச்சல் ஏற்பட்டாலும் எடுத்த முயற்சி கைகூடும். தேவையான வசதிகளும் கிடைக்கும். சமூகத்தில் மதிப்பும், மரியாதையும் உயரும். உடல் சோர்வும், மனக்குழப்பமும் நீங்கும். தொழில், வியாபாரம் எதிர்பார்த்தபடி நடக்கும். கூட்டுத்தொழிலில் இருப்பவர்கள் எதையும் கவனமாக செய்வது நன்மையை தரும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு வீண் அலைச்சல் ஏற்படலாம் சக ஊழியர்களின் ஆதரவு இருக்கும். குடும்ப விஷயங்களை அடுத்தவரிடம் கூறி ஆலோசனை கேட்பதை தவிர்ப்பது நன்மை தரும். பெண்களுக்கு திடீர் கவலைகள் ஏற்பட்டு நீங்கும். காரிய அனுகூலம் ஏற்படும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 10, 12, 14

பரிகாரம் : தினமும் காலையில் சூரிய நமஸ்காரம் செய்வதுடன் சிவனை வணங்குவதன் மூலம் தடைகள் நீங்கும்.

கன்னி (உத்திரம் 2ம் பாதம் முதல், அஸ்தம், சித்திரை 2ம் பாதம் வரை)

எந்த பிரச்சனைகளையும் துணிவுடன் எதிர்கொள்ளும் கன்னிராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் புதன் தன ஸ்தானத்தில் 2, 9ம் அதிபதி சுக்ரனுடன் சேர்க்கை இருப்பதால் கன்னி ராசியினருக்கு இது ஒரு பொற்காலம் என்றால் அது மிகையாது. இதனால் சுணங்கி கிடந்த காரியங்கள் அனைத்தும் வேகம் பெறுவதோடு மட்டுமில்லாமல் மனதில் புது திட்டங்கள் உருவாகும். வியாபாரம், தொழிலில் தேவையற்ற செலவுகள் குறையும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்கள் புதிய பொறுப்புகளை ஏற்கும்போது கவனம் தேவை. குடும்பத்தில் இருப்பவர்களுடன் திடீர் கருத்து வேற்றுமை ஏற்பட்டு நீங்கும். பெண்களுக்கு கடன் பிரச்சனைகள் குறையும். வியாபாரிகளுக்கு இருந்த வருமான பிரச்சனைகள் நீங்கும். புதிய ஆர்டர்கள் வருவதில் இருந்த தடைகள் விலகும். கணவன் – மனைவி வீண் விவாதங்களை தவிர்த்து கூடுதல் நேரம் ஒதுக்கி பேசுவது முன்னேற்றத்திற்கு உதவும். மனசஞ்சலம் நீங்கும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 11, 13, 15

பரிகாரம் : தினமும் விஷ்ணு சகஸ்ர நாமம் பாராயணம் செய்து வர மனதில் இருந்த கலக்கம் நீங்கும்.

துலாம் (சித்திரை 3ம் பாதம் முதல் சுவாதி, விசாகம் 3ம் பாதம் வரை)

தேவையில்லாமல் சிந்தனைகளை சிதறவிடாத துலாம் ராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் ராசி அதிபதி சுக்ரனும், பாக்கிய அதிபதி புதனும் ராசியில் சேர்க்கை பெறுவது துலாம் ராசிக்கு சுபத்தை அதிகரிக்கும் அமைப்பாகும். இதன்மூலம் சுபகாரியங்களில் இருந்து வந்த தடங்கல்கள் நீங்கும். எதையும் ஒருமுறைக்கு பலமுறை யோசித்து செய்வது நல்லது. மனம் நிலை கொள்ளாமல் ஏதாவது சிந்தித்து கொண்டே இருக்கும். புது நபர்கள் கூறும் வியாபாரம் தொடர்பான விஷயங்களில் முடிவு எடுக்கும்போது கவனம் தேவை. உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு புதிய பதவிகள் அல்லது புதிய பொறுப்புகள் கிடைக்கும். குடும்பத்தில் இருப்பவர்களுடன் கோபமாக பேசும் சூழ்நிலை ஏற்படும். பெண்கள் எந்த காரியத்திலும் முடிவு எடுக்கும் முன்பு தீர ஆலோசிப்பது நல்லது. தொழிலதிபர்கள் புதிய உக்திகளை கையாண்டு தொழிலில் முன்னேறுவீர்கள். முயற்சிகள் பலனளிக்கும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 12, 14, 15

பரிகாரம் : வெள்ளிக்கிழமையில் அம்மனை வணங்கி சுமங்கலி பூஜை செய்து வர குடும்பத்தில் ஒற்றுமை உண்டாகும்.

விருச்சிகம் (விசாகம் 4ம் பாதம் முதல் அனுஷம், கேட்டை வரை)

ஒருமுறைக்கு பலமுறை யோசித்து செயல்படும் விருச்சிகராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் 2, 5ம் அதிபதி குரு வக்ரம் அடைவதால் புதிய முயற்சிகளில் சிந்தித்து செயல்பட வேண்டிடும். தன வரவில் தாமதம் இருந்தாலும் தேவைகள் கடைசி நேரத்தில் பூர்த்தியாகும். சாமர்த்தியமான பேச்சின் மூலம் காரியவெற்றி உண்டாகும். தொழில், வியாபாரத்தில் இருந்த மந்தநிலை மாறும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்கள் முன்னேற்றம் காண்பார்கள். புதிய பொறுப்புகளும், அதனால் வருமானமும் இருக்கும். குடும்பத்தில் சுபகாரியம் நடக்கும். வாழ்க்கைத்துணைக்கு தேவையான வசதிகள் செய்து தருவீர்கள். பெண்களுக்கு திறமையான பேச்சின் மூலம் காரியவெற்றி உண்டாகும். வியாபாரிகள் கிடைத்த வாய்ப்பை தவறவிடாமல் சாதகமாக பயன்படுத்திக்கொள்ளவும். தொழிலதிபர்களுக்கு எதிர்பார்த்த வெற்றி கிடைக்கும். மனமகிழ்ச்சி உண்டாகும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 14, 15, 16

பரிகாரம் : நவக்கிரகத்தில் செவ்வாய்பகவானுக்கு தீபம் ஏற்றி வழிபட எல்லா நன்மையும் உண்டாகும்.

தனுசு (மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1ம் பாதம் வரை)

மற்றவர்களை ஆறுதல்படுத்தும் குணமுள்ள தனுசுராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் ராசி அதிபதி குரு வக்ரம் பெற்றாலும் லாப ஸ்தானத்தில் சுக்ரன் – புதன் சேர்க்கை இருப்பது தனுசுராசிக்கு முன்னேற்றத்தை அதிகரிக்கும் நேரமாகும். எதிர்பார்த்த காரியங்கள் மனதுக்கு திருப்தி அளிக்கும் விதத்தில் நடந்து முடியும். கடன் சுமை குறையும். யாருக்காவது உத்திரவாதம் தரும்போது கவனமாக இருப்பது நல்லது. சொன்ன சொல்லை காப்பாற்ற பாடுபட வேண்டியிருக்கும். தொழில், வியாபாரத்தில் கடினமான முயற்சிக்கு பிறகு லாபம் வந்து சேரும். சாதுரியமான செயல்களால் வியாபாரத்தில் லாபம் உண்டாகும். புதிய வேலைக்கு முயற்சி செய்தவர்களுக்கு வாய்ப்புகள் கிடைக்கும். பெண்கள் எதையும் ஒருமுறைக்கு இருமுறை யோசித்து செய்வது நல்லது. தொழிலதிபர்கள் மனதிருப்தியுடன் காரியங்களை செய்து சாதகமான பலன் பெறுவீர்கள். எதிர்ப்புகளை சமாளிக்கவேண்டிய வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 13, 14, 15

பரிகாரம் : தினமும் முன்னோர்களையும், குலதெய்வத்தையும் வணங்கி வர எல்லா பிரச்சனைகளும் தீரும்.

மகரம் (உத்திராடம் 2ம் பாதம் முதல், திருவோணம், அவிட்டம் 2ம் பாதம் வரை)

எப்போதும் சுறுசுறுப்புடன் செயல்படும் மகர ராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் ராசிக்கு 10ல் ஆட்சி பலம் பெற்ற 5, 10ம் அதிபதி சுக்ரனுடன் புதன் சேர்க்கையால் அரசு தொடர்பான பணிகளில் சாதகமான போக்கு காணப்படும். உங்கள் செயல்களுக்கு இருந்த தடைகள் நீங்கும். தொழிலில் இருந்த பிரச்சனைகள் குறையும். உண்ண, உறங்க நேரம் இல்லாமல் உழைக்க வேண்டியிருக்கும். வாழ்க்கை முன்னேற்றத்தின் அடுத்த கட்டம் நோக்கி செல்வீர்கள். தொழில், வியாபாரம் தொடர்பான காரியங்களில் சாதகமான பலன் கிடைக்கும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு எதையும் சாதிக்கும் திறமையும், சாமர்த்தியமும் உண்டாகும். அக்கம், பக்கத்தினரிடம் கவனமாக பேசுவதும், வாக்குவாதத்தை தவிர்ப்பதும் நல்லது. குடும்பத்தில் மற்றவர்களுக்காக பரிந்து பேசும்போது கவனமாக இருப்பது நல்லது. பெண்களுக்கு அறிவுத்திறமை அதிகரிக்கும். வியாபாரிகள் அதிக கவனத்துடன் செயல்படுவது நல்லது. பிரச்சனைகளை சமாளிக்கவேண்டிய வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 12, 15, 16

பரிகாரம் : தினமும் ஆஞ்சநேயருக்கு தீபம் ஏற்றி வழிபட்டு வர காரியத்தடைகள் விலகும்.

கும்பம் (அவிட்டம் 3ம் பாதம் முதல், சதயம், பூரட்டாதி 3ம் பாதம் வரை)

உதவிக்கரம் நீட்டுவதில் ஆர்வம் காட்டும் கும்பராசி நேயர்களே!

இந்த வாரம் பாக்கிய அதிபதி சுக்ரன் பாக்கிய ஸ்தானத்தில் ஆட்சி செய்வதால் இது சுப பலனை இரட்டிப்பாக வழங்கப்போகும் வாரமாகும். எல்லா காரியங்களும் முன்னேற்றமாக நடக்கும். எதிர்பார்த்த பணம் வந்து சேரும். தொழில், வியாபாரம் தொடர்பான காரியங்களில் இருந்து வந்த தாமதப்போக்கு நீங்கும். விரிவாக்கம் தொடர்பான முயற்சிகள் இழுபறியான நிலையில் இருந்து பின்னர் முடியும். உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்கள் வெளியூர் பயணம் செல்ல வேண்டியிருக்கும். புதிய ஆர்டர்கள் வருவதில் இருந்த தடைகள் விலகும். சாமர்த்தியமாக பேசி முக்கியமான காரியங்களை சாதிப்பீர்கள். எதிர்பார்த்த பதவி உயர்வு, இடமாற்றம் தாமதப்படலாம். எந்த ஒரு விஷயத்திலும் ஈடுபடும் முன்பு தயக்கம் ஏற்பட்டு பின்னர் தெளிவு உண்டாகும். குடும்பத்தில் திடீர் குழப்பம் ஏற்பட்டு நீங்கும். பெண்கள் எடுத்த காரியத்தை எப்படியும் செய்து முடித்து விடுவீர்கள். திறமைகள் வெளிப்படும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 10, 11, 12

பரிகாரம் : தினமும் விநாயகருக்கு அருகம்புல் சாற்றி வழிபட்டு வருவதால் மனதில் துணிச்சல் உண்டாகும்.

மீனம் (பூரட்டாதி 4ம் பாதம் முதல் உத்திரட்டாதி, ரேவதி வரை)

தங்களின் உழைப்பிற்கேற்ற திறமைகளை வெளிக்காட்டும் மீனராசி நேயர்களே !

இந்த வாரம் ஆட்சி பலம் பெற்ற அஷ்டமாதிபதி சுக்ரனுடன் 4, 7ம் அதிபதி புதன் சேர்க்கையால் வாங்கிய கடனை திருப்பி செலுத்தி மன நிம்மதி அடைவீர்கள். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு செயல்திறமை மூலம் கடினமான பணியையும் சிறப்பாக செய்து முடித்து மேல் அதிகாரிகளின் பாராட்டு கிடைக்க பெறுவீர்கள். அதிகாரம் செய்யும் பதவிகள் தேடிவரும். குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சியும், அமைதியும் உண்டாகும். சுபகாரியம் நடக்கும். திருமண முயற்சி மேற்கொண்டவர்களுக்கு சாதகமான பலன் கிடைக்கும். நெடுநாளைய சங்கடம் தீரும். பெண்களுக்கு எல்லாவற்றிலும் லாபம் கிடைக்கும். வாக்குவன்மையால் எல்லாம் சிறப்பாக நடக்கும். தொழிலதிபர்களுக்கு நீண்ட நாட்களாக நிலவி வந்த குழப்பம் நீங்கும். மனவருத்தம் நீங்கும் வாரமிது.

உங்களுடைய அதிர்ஷ்டமான தினங்கள் : அக்டோபர் 12, 13, 14

பரிகாரம் : சிவனுக்கு பூஜை செய்து வணங்க எல்லா காரியமும் வெற்றியாக முடியும்.

நமது இலக்குகளை யாரிடமும் சொல்லக்கூடாது

நாம் எந்த செயலை செய்யும்போதும், அதன் இலக்குகளை மற்றவருடன் பகிர்ந்து கொள்ளக்கூடாது. ஏனென்றால் நமது ஆழ்மனம் மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது. நீங்கள் உங்கள் இலக்குகளை பிறருடன் பகிர்ந்து கொள்ளும்போது உங்கள் ஆழ்மனம் அதை உண்மை என நம்பி விடுகிறது.

நமது வெளிமனம் சிறியது. ஆனால் ஆழ்மனம் மிகப்பெரியது. சக்தி வாய்ந்தது. அதனால் எதை வேண்டுமானாலும் சாதிக்க முடியும். ஒருவேளை நீங்கள் உங்கள் இலக்குகளை வெளியே சொல்லும்போது, அவை நிறைவேறிவிட்டதாக ஆழ்மனம் முடிவு செய்கிறது. அதன்விளைவாக, அது அந்த விஷயத்திற்காக செயலாற்றுவதை நிறுத்திவிடுகிறது. ஆழ்மனம் வேலை செய்யாவிட்டால், நாம் நினைத்ததை அடையமுடியாது. ஆகவே நாம் எக்காரணத்தை கொண்டும் நமது இலக்குகளை வெளியில் யாரிடமும் சொல்லக்கூடாது. அவை நிறைவேறியபின் எல்லோரும் தெரிந்துகொள்ளத்தான் போகிறார்கள். அதுவரை நமது இலக்குகளை நம் மனதில் வைத்து பாதுகாக்க வேண்டும். இது எளிமையாக வெற்றியடைய உதவும் ஒரு வழிமுறை.

ஆயுள் காப்பீடு தொடர்பான புகார்களை எவ்வாறு தெரிவிப்பது?

ஆயுள் காப்பீடு சார்ந்த புகார்கள், மோசடிகள், இழப்பீடு சார்ந்த பிரச்சனை என்றால் முதலில் தொடர்புடைய காப்பீட்டு நிறுவனத்திடம் மெயில் அல்லது எழுத்துமூலம் புகார் தெரிவிக்க வேண்டும். பிரச்சனைக்கு தீர்வு கிடைக்கவில்லை என்றால், ஐஆர்டிஏ–ன் குறைதீர்க்கும் வாடிக்கையாளர் சேவை மையத்தின் கட்டணமில்லா தொலைபேசி எண்களான 155255 அல்லது 18004254732 என்ற எண்களை தொடர்புகொண்டு திங்கள் முதல் சனிக்கிழமைவரை காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணிவரை புகார் அளிக்கலாம் அல்லது Complaints@irda.gov.in என்ற மெயில் ஐடிமூலமும் புகார் அளிக்கலாம். ஒருவேளை அப்படியும் உங்களுக்கு காப்பீட்டு நிறுவனத்தின்மீது திருப்தி இல்லையென்றால் காப்பீடு தீர்ப்பாயம், நுகர்வோர் நீதிமன்றம், உரிமைகள் நீதிமன்றம் போன்ற ஏதாவது ஒன்றை அணுகி புகார் அளித்து பிரச்சனைக்கு தீர்வு காணலாம். தமிழ்நாடு மற்றும் புதுச்சேரிக்கான காப்பீடு குறைதீர்ப்பாளர் அலுவலகம் சென்னையில் இருக்கிறது. காப்பீடு தீர்ப்பாயம், பாத்திமா அக்பர் வளாகம், நான்காவது தளம், 453, அண்ணாசாலை, தேனாம்பேட்டை, சென்னை–18 என்ற முகவரிக்கு உங்களது குறைகளை அனுப்பி தீர்வு காணலாம்.

வயதானால் தோல் சுருங்குவது ஏன்?

நம் மேல் தோலில் மூன்று அடுக்குகள் உள்ளன. இவை அனைத்தும் கெரட்டின் செல்களால் ஆனவை. தோலின் மேல்பகுதியில் இருக்கும் பழைய செல்கள் அடிப்பகுதியில் இருந்து புதிய செல்கள் உருவாகி மேலே வரும். புதிய செல்கள் வரும்போது பழைய செல்கள் உதிர்ந்து விடும். நம் நடுதோலில் புரதங்கள் இருக்கின்றன. இவைதான் நம் தோலுக்கு மென்மையையும், சுருங்கி விரியும் தன்மையையும் கொடுக்கின்றன. முதுமை அடையும்போது எலாஸ்டிரின் அளவு குறைந்து விடுகிறது. இதனால்தான் வயதானவர்களின் தோலில் சுருக்கங்கள் ஏற்படுகின்றன.

பள்ளிசெல்லும் குழந்தைகளுக்கு ஏற்ற காலை உணவுகள்

பள்ளி செல்லும் குழந்தைகளின் உடல் தன்மையை பொறுத்து காலை உணவை தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். ஒருவேளை குழந்தை மிகவும் ஒல்லியாக இருந்தால், நிறைய நெய் சேர்த்து இட்லி, தோசை, பொங்கல் போன்ற உணவுகளை தரலாம். கூடவே நிலக்கடலை அல்லது தேங்காய் சட்னி சேர்த்து கொடுத்தால் ஆரோக்கியமான புரதங்களும், கொழுப்புகளும் மாவுசத்துடன் சேர்ந்து ஒரு சேர கிடைக்கும். அதேசமயத்தில் குழந்தை பருமனாக இருந்தால், மாவுசத்தை குறைத்து, அவித்த முட்டை, ஆம்லெட், தாளித்த சுண்டல், பயிறு வகைகள் போன்ற உணவுகளை கொடுப்பது அவர்களுக்கு நல்ல புரதங்களை கொடுத்து சுறுசுறுப்பாக்கும்.

வாட்ஸ் அப்பில் புதிய வசதி

டெலிட் செய்த மெசேஜை மீண்டும் பெறலாம்

வாட்ஸ்அப்பில் தவறுதலாக அளிக்கப்பட்ட தகவல்களை திரும்பப்பெறும் புதிய வசதி வழங்கப்பட்டுள்ளது. இதற்குமுன் வாட்ஸ்அப்பில் ஒருவருக்கு அனுப்பிய தகவலை அழிக்கவே முடியாத நிலையில்தான் இருந்தது. பின்னர் அனுப்பிய தகவலை சிறிது நேரம் கழித்து அழிக்கும் சேவையை வாட்ஸ்அப் அளித்தது. பின்னர் குழுவிலோ அல்லது தனி நபருக்கோ அனுப்பிய தகவலை, இருவருக்கோ அல்லது அனுப்பியவருக்கோ மட்டுமே அழிக்கும் சேவையை அளித்தது.

பின்னர் இரண்டு நாட்கள் கழித்தும் நாம் அனுப்பிய மெசேஜ்களை அழிக்கும் அளவுக்கு கால அளவை நீட்டித்தது. இதில் இருவரும் அழிக்கவும் அல்லது அனுப்பியவர் மட்டும் அழிக்கும் வசதி தற்போது உள்ளது. தவறுதலாக மற்றவருக்கு அனுப்பிய தகவலை டெலிட் செய்யும்போது மெசேஜ் அனுப்பியவரின் வாட்ஸ்அப்பில் இருந்து அந்த தகவல் அழிந்துவிடும். அந்த மெசேஜ் கிடைக்க பெற்றவரிடம் இருந்து அதை அழிக்கவே முடியாதநிலை இருந்தது. இதனால் தவறுதலாக தகவலை அனுப்பியவர்கள் கடும் சிரமத்திற்கு ஆளாகினர். இதை போக்க டெலிட் ஃபார் மீ என்ற முறையில் தகவலை அழித்துவிட்டால் 5 வினாடிகளில் மீண்டும் அந்த மெசேஜை திரும்பபெறும் வசதியை வாட்ஸ் அப் நிறுவனம் அறிமுகம் செய்துள்ளது. ஆக்சிடென்டல் டெலிட் என்று இதற்கு பெயரிடப்பட்டுள்ளது. தொடர் தகவல் பரிமாற்றத்திலும், அவசரஅவசரமாக தகவல் பரிமாற்றத்தில் ஈடுபடுபவர்களுக்கும் இந்த புதிய சேவை அவசியமானதாக இருக்கும்.

சொத்து வாங்க முன்பணம்... கவனிக்க வேண்டிய விஷயங்கள்

மனை அல்லது வீடு வாங்கும்போது நீங்கள் வாங்குவதை உறுதிப்படுத்துவதற்காக சம்மந்தப்பட்ட லே–அவுட் டெவலப்பர் மற்றும் பில்டர் முன்பணம் கேட்பார். அப்படி முன்பணம் கொடுக்கும்போது எதிர்காலத்தில் சிக்கல் இல்லாமல் இருக்க வேண்டுமானால், நீங்கள் சில முக்கியமான விஷயங்களை கவனிக்க வேண்டியது அவசியம். குறிப்பாக எப்போது முன்பணம் கொடுக்க வேண்டும்? எவ்வளவு முன்பணம் கொடுக்க வேண்டும்? நாம் செலுத்திய முன்பணம் திரும்ப கிடைக்குமா? உள்ளிட்ட விஷயங்களை நாம் தெளிவாக முடிவு செய்து, சம்பந்தப்பட்ட டெவலப்பர் அல்லது கட்டுமான நிறுவனத்திடம் கொடுப்பது நல்லது.

குறிப்பாக சொத்தை வாங்க முன்பணம் கொடுக்கும்போது, பில்டர் அல்லது தனிநபர், ரசீது அல்லது காகிதத்தில் எழுதிக்கொடுத்தாலும் கட்டாயம் முத்திரைத்தாளில் எழுதி இரு சாட்சிகளின் கையொப்பத்தை பெற்றுக்கொள்ளவேண்டும். நீங்கள் இதை சார்பதிவாளர் அலுவலகத்தில் பதிவு செய்திருக்கும்பட்சத்தில், சட்டப்படி நடவடிக்கை எடுக்க முடியும். வாங்குபவர் மற்றும் விற்பவருக்கு இடையிலான ஒப்பந்தம் பதிவு செய்யப்படவில்லை என்றால், அது வெறும் ஆவணமாகத்தான் பதிவு செய்யப்படும்.

ஆவணம் என்கிறபோது சொத்தின் மதிப்பில் குறைந்தபட்சம் 10 சதவீதம் முன்பணமாக கொடுத்திருக்க வேண்டும். முன்பணம் வாங்கிக் கொண்டு தனிநபர்கள் சொத்தை விற்கவில்லை. முன்பணத்தையும் திரும்ப தரவில்லை அல்லது சொத்தின் விலை திடீரென அதிகரித்திருக்கும் நிலையில் அல்லது வேறொருவர் அதிக தொகை கொடுக்க முன்வரும் நிலையில் பணத்தை திருப்பித் தருகிறேன் என்றால் நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தில் வழக்கு தொடுத்து, சொத்தை உங்களுக்கு பதிவு செய்ய வைக்கலாம். ரெரா அமைப்பில் பதிவு செய்யப்பட்டிருக்கும் மனையோ அல்லது வீடோ என்றால் அந்த அமைப்பிடம் புகார் தெரிவித்தால் நடவடிக்கை எடுப்பார்கள்.

வரி விளம்பரம் வெளியிட தொடர்புகொள்ளவும்

90423 77778

6 x 4 Cm Size - ரூ.788 மட்டுமே!
6 x 8 Cm Size - ரூ.1575 மட்டுமே!
12 x 8 Cm Size - ரூ.3150 மட்டுமே!

KING Copier

Xerox Machine Sales & Service

New Customer First Service **FREE**

எண்.3, ஸ்ரீமகாலெக்ஷ்மி நகர், நார்மில் ரோடு, மேலகல்கண்டார் கோட்டை, திருச்சி–11

96778 82211 / 98845 55600

நேஷனல் கிளாஸ்

கிளாஸ் | பிளைவுட் | ஹார்டுவேர்ஸ்

அலுமினியம் | வுட் டோர் | பிவிசி டோர்

1016G, புகழ் நகர், ஆயில்மில் பஸ்ஸ்டாப் அருகில், தஞ்சை மெயின்ரோடு, திருச்சி–10

96594 99972 / 73589 49972

திருச்சி பெட்டவாய்த்தலையில்

100 தேக்குமரம் 200 தென்னை மரங்களுடன்

1.5 ஏக்கர் பண்ணை நிலம் விற்பனைக்கு

இடத்தை சுற்றி நான்கு புறமும் பாதை வசதி உள்ளது.

திருச்சி நெ.1 டோல்கேட் அருகே தாளக்குடி சாய் நகரில் 3 BHK வீடு மற்றும் வீட்டு மனைகள் விற்பனைக்கு உள்ளது

SRI THAYAR KM CONSTRUCTION

No.1 Tolgate, Trichy.

Cell : 98949 94900

WANTED

திருச்சியில் உள்ள MNC நிறுவனத்தில் வேலைவாய்ப்பு

பகுதி (ம) முழு நேர பணியாளர்களை நியமித்து கொண்டிருக்கிறது

வயது வரம்பு : இல்லை / இருபாலரும்

தகுதி : 10th, 12th, Degree

(படித்த இல்லத்தரசிகள், MBA Students- க்குமுன்னுரிமை)

88257 27187 / 93423 05199

வீடு விற்பனைக்கு

மண்ணச்சநல்லூரில்

2BHK தனி வீடு

விற்பனைக்கு உள்ளது

தொடர்புக்கு : **93612 24479**

WANTED

INCHARGE CUM SALES CO ORDINATOR, PRODUCTION SUPPORT, BAKERY MASTER

- Production support - 2 Nos
- Incharge cum sales co-ordinator - 1 Nos
- Bakery master - 1 Nos

Also North Indian Bakery Master Wanted

A1 Bakery - 96880 39563

TRICHY NO.1 **RAM** METER AUTO CALL TAXI *Safety for your ride*

5 நிமிடத்தில்

திருச்சி முழுவதும் எங்கேயும் எப்போதும்

ஆட்டோ சர்வீஸ்

ஆட்டோ பேக்கேஜ்

1 மணி நேரத்திற்கு

ரூ.160 மட்டுமே! 24/7 SERVICE

10 கி.மீ இலவசம்

ஆட்டோ புக் செய்ய (சிரமம் தவிர்க்க முன்பதிவு அவசியம்)

88079 46416 / 88073 26416
98843 56416 / 97899 58476

SSTC

SS Transport Carrier Company

- Industrial Transport
- Bulk Clearance
- Trichy to Chennai Parcel
- House Hold Shifting
- LCV / Lorry / Trailer / Container

Contact

93451 35569
86102 01692

No.26/5A-1, Sanjeevi Nagar Main Road, Trichy-2

www.sstransportcarrier.com
e-mail:sstransportcarriercompany@gmail.com

ஜெய் போர்வெல்ஸ்

4 3/4' 5' 5 1/2' 6 1/2' 7 1/2' 8' இன்ச் போர்

சிறந்த முறையில் குறித்த நேரத்தில் தரையிலும்' விவசாய கிணற்றிலும் போட்டு தரப்படும்.

உரிமை : M.ஜெயராஜ்

3/222, புதுரோடு, வாளாடி Po, லால்குடி Tk, திருச்சி.

98653 89383 / 98424 77955

அனைவருக்கும் இனிய
சரஸ்வதி பூஜை & ஆயுதபூஜை நல்வாழ்த்துகள்
BOOK NOW!
TMR RESIDENCY
Star Hotel experience
8/69-3A, Tanjore Raod, Trichy - 620 008
0431-2201775
73977 20858
0431-2201776
Our Facilities
Resturant
Banquet
Bar
Car Parking
Top Security

அனைவருக்கும் இனிய சரஸ்வதி பூஜை & ஆயுதபூஜை நல்வாழ்த்துகள்
சச்சின்
நகை அடகு கடை
தினசரி நகைக்கடன்
தங்க நகைக்கடன் லோன் மேளா
கிராம் ஒன்றுக்கு
5500/-
வரை
Gold Testing Machine - மூலமாக
உங்கள் தங்க நகை சரிபார்க்கப்பட்டு
5 நிமிடங்களில்
கடன் வழங்கப்படும்.
கூட்டு வட்டி கிடையாது ✧ தனி வட்டி மட்டுமே
தொடர்புக்கு : 80567 51112
19, பெரிய சௌராஷ்டிரா தெரு, உறையூர்,
(பி.அி.நாயுடு ஸ்வீட்ஸ் எதிரில்) திருச்சி-03

அனைவருக்கும் இனிய
ஆயுதபூஜை மற்றும் சரஸ்வதி பூஜை நல்வாழ்த்துகள்
ராஜா புட்வேர்
மொத்த வியாபாரம் சில்லரை விற்பனையும் உண்டு
MRP
விலையிலிருந்து
30% OFF
M Mark
VKC pride
Walkaroo
குடோன் எண்.4, 10A/1A, குட்ஷெட் ரோடு,
VPJ தால் மில் காம்பவுண்டு, திருச்சி.
98424 11669 / 98422 11566

K. Saravanan
Raaj
CAMERAS
அனைத்து டிஜிட்டல் கேமராக்களும் வாங்க சிறந்த இடம்
அனைத்து கேமரா உபகரணங்கள் மற்றும் அக்ஸசரீஸ்கள் மிக குறைந்த விலையில் வாங்க சிறந்த இடம்
All Digital Cameras Buy and Sale
Resale Cameras in
Trichy Buy & Sale
all camera accessories available and
SD card, Pendrive, tripad, camera stand
Canon
Nikon
SONY
FUJIFILM
Panasonic
SAMSUNG
PENTAX
No.6, YVD Complex, Chathram Bus Stand, Trichy-2
98424 11499 / 98434 11499 / 975895 11499

மார்பக புற்றுநோய் அறிகுறிகளும், தீர்வுகளும்...

புற்றுநோய், சுயபரிசோதனை மூலம் ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டுபிடிக்கக்கூடியது. மார்பக புற்றுநோய் பரிசோதனைக்கு மாதம் ஒரு நாள் 15 நிமிடங்கள் ஒதுக்கினால் போதும். 20 வயதுக்கு மேற்பட்ட அனைவரும் மாதவிடாய் முடிந்தவுடன் இந்த பரிசோதனையை மேற்கொள்ளலாம். கர்ப்பப்பை அகற்றியவர்கள், மாதவிடாய் முற்றுப்பெற்றவர்கள், புற்றுநோயை கண்டறிய 40 வயதுக்கு உட்பட்டவர்கள் அல்ட்ராசவுண்ட் பரிசோதனை செய்யலாம். 40 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள் வருடம் ஒருமுறை மேமோ கிராம் பரிசோதனை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

நோய் உறுதி செய்யப்பட்டால், அது எந்த நிலையில் உள்ளது என்பதை அறிவதற்கான பரிசோதனைகளை செய்ய வேண்டும். குடும்பத்தில் யாரேனும் மார்பகப் புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால், அவர் எந்த வயதில் பாதிக்கப்பட்டிருந்தாரோ அதற்கு 10 வருடங்களுக்கு முன்னதாக அந்த நபரின் குடும்பத்து பெண்கள் பரிசோதனைகளை மேற்கொள்ள வேண்டியது அவசியம். புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு அறுவை சிகிச்சை, ரேடியோதெரபி, மருந்துகள் (கீமோ தெரபி) என்று மூன்று வகைகளில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

முதல்இரண்டுநிலைகளில்கண்டுபிடித்துவிட்டால், மார்பகத்தை நீக்க தேவையிருக்காது. கட்டியை மட்டும் அகற்றினால் போதும். மூன்றாம் நிலையில் கண்டுபிடித்தால், முதலில் புற்றுநோய் கட்டியின் அளவை மருந்துகள் மூலம் குறைத்துவிட்டு, பின்பு அறுவை சிகிச்சை மற்றும் ரேடியோதெரபி கொடுக்க வேண்டும். கடைசிநிலையில், அறிகுறிகளை குறைக்க மட்டுமே சிகிச்சை அளிக்க முடியும். எனவே, மார்பக புற்றுநோயை பொறுத்தவரை விழிப்புணர்வுடன் இருப்பதும், விரைந்து மருத்துவ ஆலோசனை பெறுவதும் நல்லது.

ஆஸ்துமாவிற்கு தீர்வு கோதுமையில் இருக்கு

ஆஸ்துமா நோயாளிகளுக்கு ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் சிறந்த நிவாரணிகளாக கசாயம், மருந்துகள் உள்ளன. வீட்டில் உள்ள சில உணவுப் பொருட்களாலும் மார்பு சளியை கரைக்கலாம். அரிசிமாவுடன் கால் பங்கு சுக்குத்தூள், சிறிது வேப்ப எண்ணெய் கலந்து மார்பிலும், முதுகிலும் பற்று போட்டு 2 மணி நேரம் வைத்தால் கரையாத மார்பு சளியும் கரைந்து வெளியேறும்.

கோதுமையை முதல் நாள் இரவு ஊற வைத்து, மறுநாள் காலையில் கரண்டியால் நன்கு மசித்து, துணியில் வடிகட்டி அதன் பாலை குடிக்கலாம். முழு கோதுமையை வறுத்து தூளாக்கி வெந்நீர் சேர்த்து வடிகட்டி பால் சேர்த்து சாப்பிட கபம் கட்டாது. வறுத்த கோதுமை மாவை தேன் சேர்த்து பிசைந்து சாப்பிடுவது மூட்டுவலி, முதுகுவலிக்கு நல்லது.

கோதுமை மாவை களியாக்கி வேப்ப எண்ணெய் சேர்த்து மார்பிலும், முதுகிலும் தடவிவர சளி இலகி மூச்சுதிணறல் குறையும். தேங்காய் எண்ணையில் சூடத்தை போட்டு, சூடாக்கி மார்பு மற்றும் முதுகில் தடவி சிறிது நேரம் கழித்து தவிடு அல்லது ஆற்று மணலை துணியால் முடிந்து சூடாக்கி ஒத்தடம் கொடுப்பதால் கபம் உருகிவிடும். இதனால் இருமல், மூச்சிரைப்பு போன்ற உபாதைகள் நீங்கும்.

ராக்போர்ட் டைம்ஸ்
தமிழ் வார இதழ்

ராக்போர்ட் பப்ளிகேஷன்ஸ் சார்பாக
சென்னை ஆப்செட் பிரிண்டர்ஸ்
19/1, 21/2, கித்தாபாத் கான் பாதூர் தெரு,
எல்லீஸ் ரோடு, சென்னை–600002
என்கிற முகவரியில் அச்சிட்டு
வெளியிடுபவர் மற்றும் ஆசிரியர்

எஸ்.ஆர். லெக்ஷ்மி நாராயணன்

உதவி ஆசிரியர்
உ. ஆறுமுகசாமி

நிர்வாக அலுவலகம்
23, குழுமிக்கரை மெயின்ரோடு, பிச்சைநகர்,
திருச்சி – சென்னை பைபாஸ், திருச்சி – 620 008
E-mail: rockforttimes@gmail.com
website : www.rockforttimes.in
0431- 2715280 / 90423 77778

சிறப்பு கட்டுரைகள் மற்றும் பேட்டிகளின் கருத்துக்கள் அவரவர்களின் சொந்த கருத்துக்களே. இதழில் வெளியாகும் விளம்பரங்களின் நம்பகத்தன்மைக்கு ராக்போர்ட் டைம்ஸ் நிர்வாகம் பொறுப்பல்ல. அனைத்து வழக்குகளும் திருச்சி மாவட்ட நீதிமன்ற வரம்பு எல்லைக்குட்பட்டது.

அம்புஜம் மாமியின் அசத்தல் ஐடியாக்கள்

பொடுகு, முடி உதிர்வை தடுக்க சூப்பர் டிப்ஸ்

சுற்றுச்சூழல், மாசு காரணமாக தலையில் அழுக்கும், தூசும் படியும். அதை சுத்தப்படுத்த தினமும் தலைக்கு குளிப்பது அவசியமாகிறது. மேலும், பணிச்சுமை, டென்ஷன், வாழ்க்கைமுறை மாற்றம் என பல காரணங்களால் மண்டை பகுதியில் உள்ள எண்ணெய் சுரப்புகள் அதிகமாக வேலை செய்யும். தலையில் உள்ள துவாரங்கள் அடைத்துக்கொள்ளும். இதனால் தலையில் பொடுகு சேரும். முடி உதிர்வும் அதிகரிக்கும். தினமும் காலையில் தலைக்கு குளிக்க நேரமில்லாதவர்கள் மாலையிலாவது குளிக்கலாம். 50 மில்லி தேங்காய் பாலில் ஈவினிங் பிரைம் ரோஸ் ஆயில் கேப்சூலில் மூன்றை உடைத்து சேர்க்கவும். அதில், நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும் பொடுதலை பொடி, வில்வ பொடி ஆகியவற்றை தலா ஒரு டீஸ்பூன் சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும். முதல் நாள் இரவு ஊற வைத்து, மறுநாள் இந்த கலவையை தலையில் தடவி சிறிது நேரத்திற்கு பிறகு குளிக்கவும். இவ்வாறு ஒருநாள் விட்டு ஒருநாள் செய்து வந்தால் தலையில் உள்ள முடி உதிர்வு பிரச்சனையும், பொடுகுத்தொல்லையும் நீங்கும்.

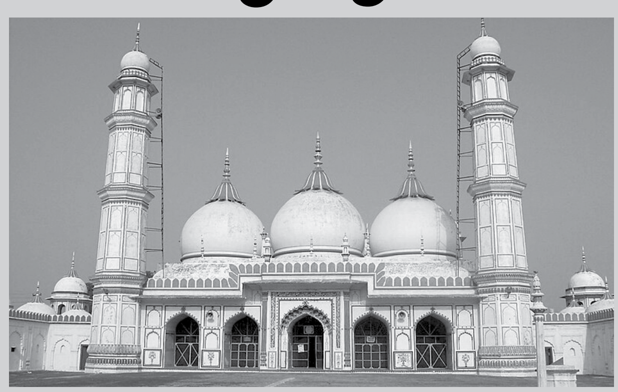
– தொடரும்...

இன்ஷா அல்லாஹ் - இஸ்லாம் கூறுவது என்ன?

மக்கா குரேஷிகள் நபிகளிடம் கடினமான கேள்விகளை கேட்டு திணற வைத்தனர். அவர்களுடைய மார்க்கத்தை போலி மார்க்கமாக கருதினர். நபிகளோ “இன்ஷா அல்லாஹ்” என்று கூறாது “நாளை இதற்கு பதில் கூறுகிறேன்” என்று மறுமொழி கூறினார். வாக்களித்தபடி நபிகள் அடுத்தநாள் பதில் கூறாததை கண்ட குரேஷிகள் நபிகளை பொய்யரென இழித்துரைக்க துவங்கினர். நபிகளோ கண்ணீர் மல்க தம் பாவம் பொறுத்தருள மன்றாடினார்.

அப்பொழுது இறைவனிடமிருந்து, நிச்சயமாக நான் அதனை நாளைக்கு செய்பவனாக இருக்கிறேன், யாதொரு வாக்குறுதியும் அளிக்க வேண்டாம் என்று அருள் எச்சரிக்கை வந்தது. அத்துடன் குரேஷிகள் பற்றிய சில விவரங்களையும் இறைவன் கூறினார். ஒருவர் ஒரு வாக்குறுதியை அது எத்தனை சிறியதாயினும், பெரியதாயினும், அதனை அளிக்கும்முன் “இன்ஷா அல்லாஹ்” என்று கூறின், அவர் அவ்வாக்குறுதியை மனப்பூர்வமாக நிறைவேற்ற கடமைப்பட்டவராகிறார்.

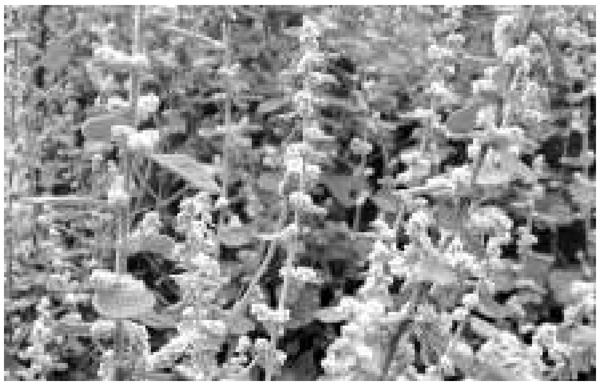
எனவே ஒருவர் மற்றவருக்கு வாக்குதி வழங்கும்முன் “இன்ஷா அல்லாஹ்” எனக்கூறி வாக்குறுதி அளித்தல் வேண்டும். உலகில் அனைத்து செயல்களும், இயக்கங்களும், அல்லாஹ்வின் நாட்டப்படியே நிகழ்கின்றன. மனித வாழ்வின் அனைத்து செயல்களும் இறை கட்டளைப்படியே நடந்தேறுகின்றன. எனவே, இறைவன் நாடினால் மட்டுமே எதுவும் நிகழ முடியும்.



இந்த உணர்வை முழுமையாக பிரதிபலிப்பதே “இன்ஷா அல்லாஹ்” என்ற தொடர்.

ஒருவர் மற்றவருக்கு வாக்குறுதி தருமுன் இறைவனை முன்னிறுத்தி “இன்ஷா அல்லாஹ்” என குறிப்பிடுவதால் மனிதனின் பொறுப்பைவிட இறைவனின் பொறுப்பே அதிகமாகிறது. அந்த நம்பிக்கையில் கூறுவதால் அவரே அதை நிறைவேற்றிவைப்பதற்கு பொறுப்பேற்று கொள்கிறார். இறையருளின் துணையோடு தனது வாக்குறுதியை நிறைவேண்டிய பொறுப்பும், கடமையும் மனிதனுக்கு ஏற்பட்டு விடுகிறது. இதனால் இன்ஷா அல்லாஹ் என கூறுவதன் மூலம் ஒவ்வொரு இஸ்லாமியரும் அல்லாஹ் மீது தான் கொண்டுள்ள நம்பிக்கையை மென்மேலும் உறுதிப்படுத்திக்கொள்ள வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது.

சிறுநீர் கற்களை உடைக்கும் அருமருந்து சிறுபீளை



சாலையோரங்கள், வயல் வரப்புகளில் காணப்படும் செடி சிறுபீளை. அதை வேரோடு பறித்து வந்து நடவு செய்தால் வளர்ந்து விடும். பொங்கல் காப்பு கட்டுக்கு பயன்படும் இந்த சிறுபீளை செடி சிறுநீர் கற்களை உடைக்கும் அருமருந்தாக பயன்படுகிறது.

கழிவு பொருளான யூரிக் அமிலம் ரத்தத்தில் 6 மில்லிகிராம் அளவில் இருக்க வேண்டும். இந்த அளவை தாண்டும்போது சிறுநீரில் கலந்து வரும் யூரிக் அமிலம் துகள்களாக படிவதுண்டு. இதனால் சிறுநீரக கற்கள் உண்டாகலாம். அதற்கு சிறுபீளை செடிகளை வேரோடு பறித்து பாத்திரத்தில் போட்டு தண்ணீர் ஊற்றி காய்ச்சிக் கொள்ள வேண்டும்.

உதாரணமாக ஐந்து டம்ளர் நீர் ஊற்றினால், அது ஒரு டம்ளராக சுண்டும் வரை காய்ச்சிக் கொள்ள வேண்டும். இந்த ஒரு டம்ளர் நீரை தினமும் மூன்று வேளைக்கு பகிர்ந்து அருந்த வேண்டும். தொடர்ந்து மூன்று நாட்கள் அருந்தினாலே கற்கள் உடைந்து சிறுநீரில் வெளியாவதை கண்கூடாக பார்க்கலாம். 8 மில்லி மீட்டர் அளவுள்ள கற்களைகூட உடைத்து வெளியேற்றும் திறன் இந்த கஷாயத்திற்கு உண்டு என்கிறார்கள் சித்த மருத்துவர்கள்.

காலாவதியான

கேஸ் சிலிண்டர்களை கண்டறிவது எப்படி?

கேஸ் ஏஜென்சிகள் மூலம் வீடுகளுக்கு விநியோகம் செய்யப்படும் சிலிண்டர்களுக்கு 10 முதல் 15 ஆண்டுகள் வரை மட்டுமே ஆயுட்காலம் உண்டு. ஆனால், குறிப்பிட்ட ஆண்டுகள் நிறைவடைந்த பின்பும் கூட அதை மாற்றாமல் சில கேஸ் நிறுவனங்கள் காலாவதியான சிலிண்டரில் மீண்டும் மீண்டும் கேஸை நிரப்பி விநியோகம் செய்து வருகின்றன.

இதை நாம் தவறுதலாக பயன்படுத்தும்போது கேஸ் கசிவு உள்ளிட்ட ஆபத்துகள் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. எனவே, உங்கள் வீடுகளில் கேஸ் சிலிண்டர்கள் பெறும்போது இதை கவனிக்க தவறாதீர்கள். சிலிண்டரின் மேல் பகுதியில் 3 கம்பிகள் இருக்கும். அதில் ஒரு கம்பியின் உள்பகுதியில் காலாவதியாகும் மாதம் ஆங்கிலத்திலும், வருடம் எண்களிலும் குறிக்கப்பட்டிருக்கும் அதாவது ஒரு வருடத்தில் இருக்கும் 12 மாதங்களை நான்காக பிரித்து ஏ, பி, சி, டி என நான்கு பிரிவுகளாக வகைப்படுத்தி வைத்திருப்பார்கள். அதன்படி, ஏ என்றால் மார்ச் மாதம் வரையும், பி என்றால் ஜூன் மாதம் வரையும், சி என்றால் செப்டம்பர் மாதம் வரையும், டி என்றால் டிசம்பர் மாதம் வரையும் என்பது பொருள். உதாரணத்திற்கு உங்கள் சிலிண்டரில் ஏ 24 என்று குறிக்கப்பட்டிருந்தால் அது மார்ச் 2024 வரை செல்லுபடியாகும் என்பது பொருள். இது மட்டும் உங்களுக்கு தெரிந்திருந்தால் போதும் நீங்கள் உபயோகப்படுத்தி வரும் கேஸ் சிலிண்டர் காலாவதியானதா இல்லை குறிப்பிட்ட ஆண்டுகள் வரை செல்லுபடி ஆகுமா என்பதை எளிதாக கண்டறிந்துவிடலாம்.

குற்றவாளிகளை கண்டுபிடிக்க உதவும் வைஃபை

நகைக்கடை திருட்டு உள்பட பல்வேறு திருட்டுக்களை செய்துவிட்டு ஒளிந்திருக்கும் குற்றவாளிகளை வைஃபை மூலம் கண்டுபிடிக்கலாம் என்றும், இது இன்றைய தொழில்நுட்பத்தில் சாத்தியம் என்றும் அமெரிக்காவிலுள்ள கலிபோர்னியா பல்கலைக்கழக விஞ்ஞானிகள் உறுதி செய்துள்ளனர். இந்த தொழில்நுட்பம் மூலம் ஒரு கட்டிடத்தில், நான்கு சுவர்களுக்குள் யாராவது மறைந்திருக்கிறார்களா? எத்தனை பேர் மறைந்துள்ளனர்? என்பதை 'வைஃபை' வைத்தே கண்டறியலாம்.

கிராஸ் மாடல் ஐ.டி., எனப்படும் இந்த தொழில்நுட்பம் சந்தேகத்திற்குரிய அறையின் சுவர்களின் அருகில் வைஃபை கனெக்ட் செய்திருந்தால் ஒளிந்திருப்பவர்களை கண்டுபிடிக்கலாம். இந்த வைஃபை,சுவர்களைகடந்து செல்லக்கூடியவைஎன்றும், குறுக்கிடும் பொருட்கள், நபர்கள் போன்றவற்றையும் அறைக்குள் நபர்கள் இருக்கிறார்களா? எத்தனை பேர் என்பதை அறிய முடியும். அதுமட்டுமின்றி கண்காணிப்பு கேமிராவில் பதிவானோரின் நடையையும், அறைக்குள் இருப்போரின் நடையையும் ஒப்பிட்டு பார்த்து ஒளிந்திருக்கும் நபர் யார்? என்பதையும் இந்த தொழில்நுட்பம் மூலம் கண்டுபிடிக்கலாம். இந்த தொழில்நுட்பம் காவல்துறைக்கு மிகவும் உதவும் என்றும் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

சகல யோகங்களை தரும் அங்காரகன்

நம்மையும், இந்த பிரபஞ் சத்தையும் ஆள்வது நவக்கோள்கள் என்பது நாம் அனைவரும் அறிந்த ஒன்றாகும். ஜாதக ரீதியாக கிரக தோஷம் உள்ளவர்கள் அந்த தாக்கத்தில் இருந்து தப்பிக்க பல விரதங்கள், வழிபாடுகள், நேர்த்திக் கடன்கள் கடைபிடிப்பது வழக்கம். இதை முறையாக செய்வதன்மூலம் பிரச்சனைகளின் தாக்கம் குறைவதுடன் வாழ்வில் அமைதியும், சந்தோஷமும் கிடைக்கிறது.

நவ கோள்களில் சூரியனுக்கு அடுத்த படியாக ஆற்றலிலும், பராக்கிரமத்திலும், மங்களன் என்று அழைக்கப்படும் செவ்வாய்க்கிரகம் சிறப்பு மிக்கதாக கருதப்படுகிறது. சிவபெருமானை நோக்கிக் செய்த கடும் தவத்தின் காரணமாக, நவகிரகங்களில் ஒருவராக இருந்து அங்காரகன் என்னும் பெயரையும் பெற்றார். நெருப்புக்கு அதிபதியாக விளங்கும் இவர், வீர தீர செயல் புரிதல், அதிகாரம் செலுத்துதல், ஆளுமைத் திறன், தைரியம், நம்பிக்கை, நாணயம், நேர்மை, வளைந்து கொடுக்காத தன்மை, உயர் பதவி, தலைமை பொறுப்பு போன்ற இத்தனையையும் ஒருவருக்கு அள்ளித் தரக்கூடிய வல்லமை பெற்றவர்.

ஒருவருக்கு,தோற்றத்தில் கம்பீரம், நடையில் மிடுக்கு, குரலில் அதிகாரத்தை ஏற்படுத்தி தரக் கூடியவர் அங்காரகன். நம் உடலில் ரத்தத்துக்கு காரணமாக செவ்வாய் இருப்பதால், ஒருவருக்கு செவ்வாய் பலம் குறையும் போது, உடலில் ரத்த சம்பந்தமான நோய்கள் தோன்றும். செவ்வாய்க்கு பூமி காரகன் என்ற அமைப்பும் உள்ளதால், இவரது பார்வை பட்டால் தான் நிலம், வீடு, தோப்பு துரவு போன்ற அசையா சொத்துக்களை வாங்க முடியும். செவ்வாய்க்குரிய கடவுள் ஆறுமுகப்பெருமாள். ஆதலால் முருகன் குடிகொண்டுள்ள எல்லா ஸ்தலங்களுக்கும் செவ்வாய் பரிகார ஸ்தலமாகும்.

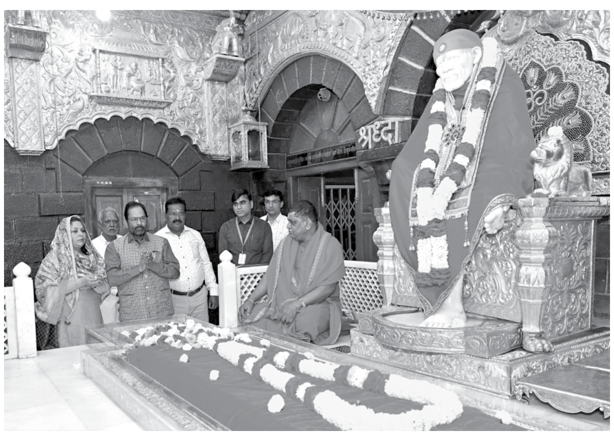
ஒருவருக்கு செவ்வாய் கிரகத்தால் தோஷம் இருப்பின் அறுபடை வீடுகளுக்கு சென்று முருகப் பெருமானை வணங்குவதால், நிவர்த்தி ஆகும். தினமும் கந்த சஷ்டி கவசம், கந்தகுரு கவசம், திருப்புகழ் மற்றும் முருகன் துதி பாடல்களை மனமுருகப் பாடுவதன் மூலம், முருகன் மற்றும் செவ்வாய் எனப்படும் அங்காரகனின் அருளை பெற முடியும். மேலும் புத்திர யோகமும் பூமி பாக்யம் உள்ளிட்ட சகல யோகங்களும் நம்மை தேடி வரும்.

இரத்தத்தை சுத்தப்படுத்தும்

வாழைப்பூ

நாம் அன்றாடம் சாப்பிடும் உணவுகளில் பல வகைகள் உள்ளன. இதில் உணவுக்கு சுவை சேர்க்க பல வகையான காய்கறிகளை சேர்க்கிறோம். அதில் சத்துக்கள் மிகுந்ததுதான் வாழைப்பூ. வாழைப்பூவை வாரம் இருமுறை சமைத்து சாப்பிட்டு வந்தால் இரத்தத்தில் கலந்துள்ள தேவையற்ற கொழுப்புகளை கரைத்து வெளியேற்றும். இதனால் இரத்தத்தின் பசைத்தன்மை குறைந்து, இரத்தம் வேகமாக செல்லும். மேலும் இரத்த நாளங்களில் ஒட்டியுள்ள கொழுப்புகளை கரைத்து இரத்தத்தை சுத்தப்படுத்தும். இதனால் இரத்தமானது அதிகமான ஆக்ஸிஜனை கொடுப்பதுடன், தேவையான இரும்புச்சத்தையும் அளிக்கிறது. இதனால் இரத்த அழுத்தம், இரத்த சோகை போன்ற நோய்கள் ஏற்படாமல் தடுக்கப்படும். வாழைப்பூவில் பொட்டாசியம் சத்து அதிகம் நிறைந்திருக்கிறது. இதய நலத்திற்கு பொட்டாசியம் சத்து மிகவும் அவசியமாகிறது. இரத்த அழுத்தத்தை சீரான நிலையில் வைத்து இதயத்திற்கு சரியான அளவில் இரத்தம் சென்று வர அடிக்கடி வாழைப்பூவை உணவில் சேர்த்து வந்தால் இதயம் சம்பந்தமான நோய்கள் ஏற்படாமல் தடுக்கலாம்.

ஷீரடி சென்று வேண்டுதலை நிறைவேற்ற தாமதமாகிறதா?



ஷீரடியில் பிரசித்தி பெற்ற வழிபாடு தூபிபூஜை. தூபி என்ற வடமொழி சொல்லுக்கு துறவிகள் வளர்க்கும் கனப்பு தீ என்று பொருள். பல்வேறு பிரார்த்தனைகளை முன்வைத்து பாபாவின் தூணுக்கு பூஜை செய்வதாக வேண்டிக்கொண்டு அதை மக்கள் நிறைவேற்றுவதே தூபி பூஜை என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்த பூஜை எளிமையானது.

நாம் பாபாவிடம் வேண்டிக்கொண்டது. நிறைவேறியதும் கற்பூரம், சாம்பிராணி, ஊதுவத்தி, இனிப்பு என்று ஏதாவது ஒன்றை தூபியில் இடுவதே தூபி பூஜை. இதற்கு தேவையான பொருட்கள் துவாரகமாயியின் வாசலிலேயே கிடைக்கும். ஷீரடியில் ஒருவர் தூபி பூஜையை நிறைவேற்றியதும், குறைந்தபட்சம் ஒருவருக்கு அன்னதானம் செய்ய வேண்டும்.

ஏதேதோ காரணங்களால் ஷீரடிக்கு செல்ல தாமதம் ஆகிறது, என்ன செய்யலாம் என நினைப்பவர் களுக்கு., எனக்கு 8 விதமான அல்லது 16 விதமான உபசாரங்கள் செய்ய வேண்டிய அவசியம் இல்லை. தூய்மையான பரிபூரண பக்தி உள்ள இடத்தில் நான் இருப்பேன் என்று பாபாவே சொல்லி இருக்கிறார். ஆகவே, பாபாவுக்கு நேர்ந்துகொண்ட வேண்டுதலை செலுத்த முடியவில்லை தாமதமாகிறதே என்று வருத்தப்பட வேண்டாம்.

சூழல் வாய்ந்ததும் சீரடிக்கு சென்று திருப்தியாக வேண்டுதலை செய்யுங்கள். இப்போதைக்கு பாபாவை வேண்டிக்கொண்டு மட்டை தேங்காய் ஒன்றை அருகில் தூபிகுண்டம் இருக்கும் சாய் ஆலயங்களில் சமர்ப்பிக்கலாம். அல்லது பாபாவை வேண்டிக்கொண்டு ஒரு ரூபாய் நாணயத்தை அவரின் திருவடிமுன் முடிந்து வைத்துவிட்டால் போதும் அவரின் அருள் பரிபூரணமாக கிடைக்கும்.

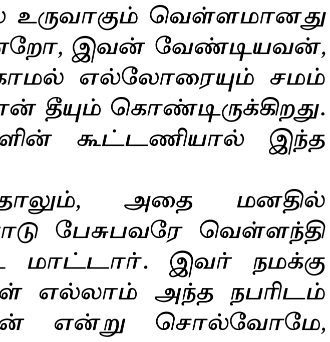
வெள்ளந்தி மனிதர் என்று ஏன் சொல்கிறோம்?

வெள்ளந்தி மனிதர் என்றால் மனதில் எந்தவித சூது, கோபம், பொறாமை போன்ற குணங்கள் இல்லாமல் எல்லோரிடமும் அன்பாக இருப்பவர் என்று பொருள். எதையும் மனதில் வைத்துக்கொள்ள மாட்டார் என்பது பொருள். அதற்கு ஏன் வெள்ளந்தி என்ற பெயர் வந்தது என்ற கேள்வி எழுகிறதா?

இது இரண்டு சொற்களின் கூட்டணி. மழையால் உருவாகும் வெள்ளமானது ஏழை, பணக்காரன் என்றோ, அரசன், குடிமகன் என்றோ, இவன் வேண்டியவன், இவன் வேண்டாதவன் என்றோ பாகுபாடு பார்க்காமல் எல்லோரையும் சமம் என்று கருதி அடித்துச்செல்லும். அதே நிலையைத்தான் தீயும் கொண்டிருக்கிறது. இந்த வெள்ளம் பிளஸ் தீ என்ற இரு சொற்களின் கூட்டணியால் இந்த வெள்ளந்தி என்ற சொல் உருவானது.

முன்பு ஒருவரை நீங்கள் திட்டி இருந்தாலும், அதை மனதில் வைத்துக்கொள்ளாமல் அதே பண்போடு உங்களோடு பேசுபவரே வெள்ளந்தி மனிதர். அவர் யாரிடத்திலும் வேறுபாடு காட்ட மாட்டார். இவர் நமக்கு வேண்டுபவர், வேண்டாதவர் போன்ற எண்ணங்கள் எல்லாம் அந்த நபரிடம் இருக்காது. எல்லோரும் அவருக்கு ஒன்று தான் என்று சொல்வோமே, அவரைத்தான் வெள்ளந்தி மனிதர்கள் என்கிறார்கள்.

பாயில் தூங்குவதால் ஏற்படும் நன்மைகள்



பாய் உடல் சூட்டை உள்வாங்க கூடியது. இதனால் தான் பிறந்த குழந்தைகளை பாயில் உறங்க வைக்கிறார்கள். இதனால் குழந்தைகளின் முதுகெலும்பு கூன் விழுவது தடுக்கப்படுகிறது. கர்ப்பிணிகள் பாயில் படுப்பதால் அவர்களின் இடுப்பு எலும்பு விரிவடைந்து சுகப்பிரசவம் ஏற்பட வாய்ப்புகள் உண்டு. ஆண்கள் பாய்களில் படுக்கும்போது அவர்களின் தசை தளர்வு விரிவடையும். மூட்டு வலி, முதுகு வலி, தசைப்பிடிப்பு போன்ற பிரச்சனை உள்ளவர்கள் பாயில் படுப்பது சிறந்த தீர்வு.

சினிமா
சீக்ரெட்ஸ்

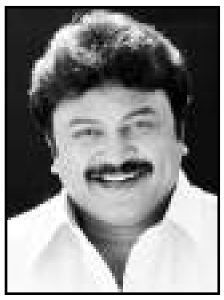
சினிமா தயாரிப்பாளர்

ஆர்.எம்.வி வரலாறு ஆவணப்படமாகிறது

தமிழ் திரையுலகில் ஒருகாலத்தில் 20க்கும் மேற்பட்ட திரைப்படங்களை தயாரித்தவர் ஆர்.எம்.வீரப்பன். முக்கியமாக, எம்.ஜி.ஆர் நடிப்பில் நான் ஆணையிட்டால், இதயக்கனி, ரஜினியின் நடிப்பில் 'பாட்ஷா' உட்பட பல படங்கள் இதில் அடங்கும். சினிமா மற்றும் அரசியல் வரலாற்றில் முக்கிய இடம் பிடித்த ஆர்.எம்.வீயின் நினைவை போற்றும் விதமாக, அவரை பற்றி இன்றைய தலைமுறையினர் முழுமையாக தெரிந்துகொள்ளும் வகையில் 'தி கிங் மேக்கர்' என்ற பெயரில் ஆவணப்படம் ஒன்றை உருவாக்க திட்டமிட்டுள்ளனர். இந்த படத்திற்கு இளையராஜா இசையமைக்கவுள்ளார்.

அஜித் படத்தில் இணைந்த பிரபு, யோகிபாபு

ஆதிக் ரவிச்சந்திரன் இயக்கத்தில் குட் பேட் அக்லி படத்தில் அஜித் நடித்து வருகிறார். திரிஷா, சுனில், அர்ஜுன் தாஸ், ராகுல் தேவ், பிரசன்னா ஆகியோரும் நடிக்கின்றனர். 2ம் கட்ட படப்பிடிப்பு ஸ்பெயினில் நடந்து வருகிறது. இதில் நடிகர் பிரபு மற்றும் யோகிபாபு முக்கிய கதாபாத்திரத்தில் நடிக்கின்றனர். பிரபு ஏற்கனவே பில்லா, அசல் படங்களிலும், யோகிபாபு, வேதாளம், விஸ்வாசம் படங்களிலும் அஜித்துடன் நடித்துள்ளனர்.



மீண்டும் ஒரு ஒன்ஸ்மோர்

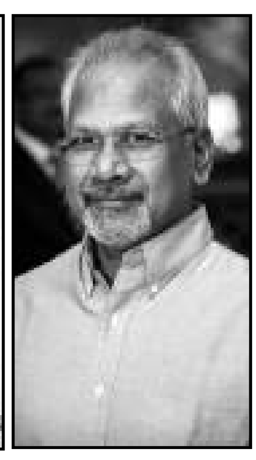
அறிமுக இயக்குனர் விக்னேஷ் ஸ்ரீகாந்த் இயக்கத்தில் முதன்மை கதாபாத்திரத்தில் அர்ஜூன் தாஸ், அதிதி ஷங்கர் இணைந்து நடிக்கின்றனர். இந்த படத்திற்கு 'ஒன்ஸ் மோர்' என தலைப்பு வைத்துள்ளதாக பர்ஸ்ட் லுக் போஸ்டருடன் அறிவித்துள்ளனர். பிப்ரவரி 14 காதலர் தினத்தை முன்னிட்டு இப்படம் வெளியாகிறது. இதே தலைப்பில் சிவாஜி, விஜய் நடித்த 'ஒன்ஸ்மோர்' படம் 1997ல் வெளியாகி வரவேற்பை பெற்றது குறிப்பிடத்தக்கது.

விஜயுடன் இணைந்து நடிக்கும் மோனிஷா

சின்னத்திரை சமையல் நிகழ்ச்சி மூலம் பிரபலமானவர் மோனிஷா ப்ளெஸ்ஸி. 'மாவீரன்' படத்தில் சிவகார்த்திகேயன் தங்கையாக நடித்து சினிமாவில் என்ட்ரி ஆனார். தற்போது எச்.வினோத் இயக்கும் நடிகர் விஜயின் கடைசி படத்தில் வாய்ப்பு கிடைத்துள்ளது. விஜயுடன் அவர் எடுத்துக்கொண்ட புகைப்படத்தை வெளியிட்டு தனது மகிழ்ச்சியை வெளிப்படுத்தினார்.

விஜயகாந்தை ஃபாலோ செய்யும் விஜய்சேதுபதி

விஜயகாந்த் வழியில் இறங்கிவிட்டார் விஜய் சேதுபதி. சமீபத்தில் படப்பிடிப்பு ஒன்றில் நடித்துவந்த துணை நடிகர்களுக்கு மதிய உணவின் தரம் குறைந்திருந்தது. தனது யூனிட்டில் முக்கிய நடிகர்களுக்கும், ஜூனியர் ஆர்ட்டிஸ்ட்களுக்குமான உணவில் வேறுபாடு இருக்கிறது என்பதை கண்டறிந்த விஜய்சேதுபதி, அனைவரும் மனுஷங்கதான் என்று சொல்லி வருத்தப்பட்டதுடன், அவருக்கு என்ன உணவு கொடுக்கப்பட்டதோ, அதே உணவை யூனிட்டின் கடைசி ஆர்டிஸ்ட் வரை கொடுக்க சொல்லிவிட்டாராம். யூனிட் பணியாளர்கள் இதனை ஆச்சரியமாக சொல்கின்றனர்.



விடுதலை–2 ரிலீசாகும் தேதி அறிவிப்பு

வெற்றிமாறனின் விடுதலை–2 படப்பிடிப்பு நூறு நாட்களை கடந்துவிட்டது. மொத்தப் படப்பிடிப்பும் நிறைவடைய இன்னமும் இரண்டு வார படப்பிடிப்பு இருக்கிறதாம். இந்நிலையில் படமாக்கிய போர்ஷன்களை வைத்து ஒரு பதிப்பை ரெடி செய்து வைத்திருக்கிறார் வெற்றிமாறன். நான்கரை மணி நேரம் கொண்ட அந்த பதிப்பைத்தான் வெளிநாட்டு திரைப்பட விழாக்களுக்கு அவர் அனுப்பி வருகிறார். வருகிற நவம்பர் மாதம் 20ம் தேதி விடுதலை–2 திரைக்கு வரும் என அதிகாரப்பூர்வமாக அறிவித்திருக்கிறார்கள் படக்குழுவினர்.

மட்ட பாடலுக்கு திரிஷா வாங்கிய சம்பளம்

விஜய்யின் 'தி கோட்' படத்தில் மஞ்சள் சேலை கட்டி த்ரிஷா ஆடிய மட்ட பாடல் ஹிட் ஆனது. இந்த பாடலுக்கு முதலில் தெலுங்கின் முன்னணி நடிகை ஸ்ரீ லீலாவைத்தான் அணுகினார்கள். ஆனால், அவர் இரண்டு கோடி ரூபாய் சம்பளம் கேட்டதும் பதறிபோனவர்கள், வண்டியை திரிஷா பக்கம் திருப்பிவிட்டனர். ஸ்ரீலீலா கேட்ட சம்பளத்தில் கால் பங்கை மட்டும் வாங்கிக்கொண்டு சுமுகமாக ஆடிக்கொடுத்தாராம் திரிஷா.

மணிரத்னம் – ரஜினி மீண்டும் கூட்டணி?

'பொன்னியின் செல்வன்–2' படத்திற்கு பிறகு மணிரத்னம், ரஜினி கூட்டணி இணைய உள்ளதாக கூறப்பட்டது. ஆனால் கமலுடன் இணைந்து 'தக் லைப்' படத்தை இயக்கி வருகிறார் மணிரத்னம். விரைவில் இப்படம் ரிலீஸாகிறது. இந்நிலையில் 1991ல் வெளிவந்த 'தளபதி' படத்திற்கு பிறகு 33 ஆண்டுகளுக்குப்பின் ரஜினி – மணிரத்னம் கூட்டணி சேர உள்ளதாக திடீரென தகவல் பரவியது. ரஜினி உடல்நிலை பற்றி தவறான தகவல்களை பரப்புவதை மாற்றவே இப்படி ஒரு செய்தியை பரப்பி உள்ளனராம் சிலர்.

HAPPY BIRTHDAY
அக்டோபர் 12
பிறந்தநாள் விழா காணும்
இதழியல்துறையின்
தூய்மையே!
தங்களை
வாழ்த்தி மகிழ்கிறோம்
R.P.S.சேட்டு
பெல் நகர் – துவாக்குடி
R.S.சிவா நாட்டார்
மருதூர் – சமயபுரம்

தமிழ்நாட்டின்
துணை முதலமைச்சராக
பொறுப்பேற்றிருக்கும்
கழக இளைஞரணி செயலாளர்
மாண்புமிகு
உதயநிதி ஸ்டாலின்
அவர்களை
மக்கள் பணி மென்மேலும் தொடர
வாழ்த்தி வணங்குகிறேன்!
என்றும் அண்ணன் வழியில்...
D.ஜோயல்
16வது வட்ட கழக பிரதிநிதி
JJ CADD CENTER & PROMOTER, விஸ்வாஸ் நகர், திருச்சி.

வாடிக்கையாளர்கள் அனைவருக்கும்
நிஜாம் புட்வேர்-ன்
இனிய சரஸ்வதி பூஜை – ஆயுதபூஜை நல்வாழ்த்துக்கள்
VKC pride
Walkaroo
Step into the outside world energetically
and conquer new horizons
நிஜாம் புட்வேர்
VKC & WALKAROO STYLISH SMART SHOWROOM
புதிய கிளை : எண்.268/19, தஞ்சை
மெயின்ரோடு, காட்டூர், திருச்சி - 620 019
Cell : 99433 37210
தஞ்சை மெயின்ரோடு,
திருவெறும்பூர், திருச்சி.
98651 23483 / 0431 - 2511166
Email:nizamfootwear13@gmail.com

வாடிக்கையாளர்கள் அனைவருக்கும்
இனிய சரஸ்வதி பூஜை - ஆயுதபூஜை நல்வாழ்த்துகள்
TVS CREDIT
திருவெறும்பூர்
TVS
ஸ்ரீராஜ் டிவிஎஸ்-ன்
முன்பணம்
மட்டுமே!
விழாக்கால சலுகையாக
நீங்கள் வாங்கும் வாகனத்திற்கு
3000
முதல்
20000
வரை
2 வருட
சர்வீஸ்
இலவசம்
டிவிஎஸ் கிரெடிட் சர்வீஸ்
லிமிடெட் மூலம்
வாங்கும் அனைவருக்கும்
Special Gift
TVS
BRANDED
HELMET
மிக மிக குறைந்த வட்டி விகிதம்
காசோலை தேவையில்லை
எக்ஸ்சேஞ்ச் கூடுதல் மதிப்பு
குறைவான முன்பணம்
TVS XL 100 ₹3999
ZEST 110C ₹5999
JUPITER 110CC ₹6999
SPORT ₹5999
STAR CITY ₹7999
RAIDER ₹8999
APACHE 160CC ₹11999
RONIN ₹13999
RADEON 110CC ₹6999
98652 46469 / 97155 99988 / 96001 86105

எண்ணெய் சருமம் உள்ளவர்களுக்கான தீர்வு

எண்ணெய் சுரப்பிகளின் செயல்பாடுகள் சீரற்ற நிலையில் இருக்கும்போது சருமத்தில் எண்ணெய் அதிகமாக சுரக்கும். அதனால் முகத்தில் எப்போதும் எண்ணெய் தன்மை பிரதிபலித்துக்கொண்டிருக்கும். அத்தகைய எண்ணெய் தன்மையை போக்குவதற்கு கடலை மாவு மற்றும் பச்சை பயறு மாவை பயன்படுத்தலாம். இவை இரண்டும் எண்ணெய் பசை சருமத்திற்கு ஏற்றது.

கடலை மாவு, பச்சை பயறு மாவுடன் பன்னீர் கலந்து குழைத்து முகத்தில் தடவி மசாஜ் செய்யலாம். 15 நிமிடங்கள் கழித்து குளிர்ந்த நீரில் முகத்தை கழுவி விடலாம். இதை வாரம் இருமுறை பயன்படுத்தி வந்தால் எண்ணெய் சருமம் இயல்பு நிலைக்கு வரும். பன்னீர், சந்தனத்தூள் மற்றும் முல்தானிமெட்டி ஆகியவற்றை சமஅளவு பசை போல் குழைத்து முகத்தில் தடவவும். பன்னீர் முகத்தை சுத்தமாக்கும். சந்தனம் சருமத்தை குளிர்ச்சியடைய செய்யும். முல்தானி மெட்டி முகத்தில் உள்ள அழுக்கை போக்குவதோடு அதிகப்படியான எண்ணெய் தன்மையை அகற்றிவிடும். வாரம் இருமுறை இந்த பேஸ் பேக்கை பயன்படுத்தி வரலாம்.

எண்ணெய் சருமத்திற்கு தயிரும் சிறந்த தீர்வாக அமையும். தயிரை முகத்தில் தடவி 15 நிமிடம் கழித்து முகத்தை கழுவி விடலாம். இதன்மூலம் முகத்தில் எண்ணெய்ப்பசை தன்மை நீங்குவதுடன் முக சோர்வையும் போக்கி தேகத்திற்கு புத்துணர்ச்சியை தரும்.

வாழ்வில் நாம் கடைபிடிக்க வேண்டிய உணவு பழக்கம்

உடலின் ஆரோக்கியத்தை பேணுவதில் பழங்கள் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. தினசரி பழங்கள் சாப்பிட்டால் நோய்கள் நம்மை தாக்காது. மருத்துவரை தேட வேண்டியது இல்லை என்கின்றனர் ஊட்டச்சத்து நிபுணர்கள்.

பழங்களில் உள்ள ஊட்டச்சத்து மற்றும் நார்ச்சத்துக்கள் நம் ஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்கிறது. எனவே தினசரி ஏதாவது ஒருவகையில் பழங்களை உட்கொள்ள வேண்டும். பழம், காய்கறி சாப்பிடுவதன் மூலம் இதயநோய் பாதிப்பு, டைப் 2 நீரிழிவு நோய் ஏற்படுவதில்லை என்றும் சில புற்றுநோய்கள் குணமடைகின்றன என்றும் கூறப்படுகிறது.

நொறுக்குத்தீனி சாப்பிடுவதற்கு பதிலாக பழங்களையே நொறுக்கு தீனிபோல சாப்பிடலாம். அன்னாசி, மாம்பழம், திராட்சை, ஸ்ட்ராபெர்ரீஸ், கிவி, வாழைப்பழம் போன்ற பழங்களை கட் செய்து அலங்கரித்தால் சுவையான நொறுக்குத்தீனி ரெடி. இதில் எண்ணற்ற ஊட்டச்சத்துக்கள், தாது உப்புகள், நார்ச்சத்துக்கள், போலேட் ஆகியவை அடங்கியுள்ளன. தினசரி லஞ்ச் நேரத்தில் சாலட் போலவும் சாப்பிடலாம்.

மாலை நேரத்தில் பழங்களுடன் முந்திரி, பாதாம், பிஸ்தா, போன்றவையும், கிரீம் கலந்து ஆரோக்கியமான டெசர்ட் ஆக சாப்பிடலாம். காலை உணவில் பழங்களை சேர்த்துக்கொள்வது நல்லது. ப்ரெட், வாழைப்பழம் ஊட்டச்சத்துமிக்கது. அதேபோல் உலர் பழங்களையும் காலை உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளலாம். ஆப்பிள், இனிப்பு கிழங்கு போன்றவை சத்தான காலை உணவாகும்.

டின்களில் அடைத்து கடைகளில் விற்பனை செய்யப்படும் பழச்சாறுகளில் உடலுக்கு தீங்கு ஏற்படக்கூடிய ரசாயனங்கள்தான் அடங்கியுள்ளன. ப்ரெஸ்சாக நாமே தயாரித்து அருந்தும் பழச்சாறுதான் நன்மை தரக்கூடியது. இதில் அடங்கியுள்ள நார்ச்சத்து உடலின் ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கிறது. உங்களுடைய தினசரி உணவு முறையில் ஒரு டம்ளர் பழச்சாறு சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள் என்கின்றனர் ஊட்டச்சத்து நிபுணர்கள்.

சனிபகவான் பிடியிலிருந்து விலக வேண்டுமா?

நமச்சிவாய எனும் நாமத்தை உச்சரிப்பவரை சனி பாதிப்பதில்லை. காகத்திற்கு அன்னம் அளிப்பவர்கள் பித்ரு கடனை சரிவர செய்பவர்களை சனி கருணையுடன் பார்ப்பார்.

கருப்பு காராம் பசுவின் பால் நெய் தயிர் இவற்றுடன் பூஜிப்பவர்களை சனி மிகவும் விரும்புவார் அவர்களை சோதித்தாலும் பாதிப்பதில்லை. அனுதினம் சிவபூஜை செய்பவர்களை சனி நேசிப்பார். சுத்தமும் சுகாதாரமும் நிறைந்தவர்கள், மற்றவர்களை அல்லல்படுத்தி ஆனந்தப்படாதவர்களை பீடிக்கும் காலத்திலும் பாவமன்னிப்பு அளித்து பாதுகாப்பார். சத்தியம் தவறாதவர்கள் மனதில் நித்தியம் செய்வாள் மகாலட்சுமி என்பார்கள். அத்திருமகள் இருக்கும் இடத்தை திரும்பிகூட பார்ப்பதில்லை. அதாவது சத்தியம் தவறாத வரை சனி பாதிப்பதில்லை. சனிக்கிழமைகளில் விரதம் இருப்பதும் சுதர்சன எந்திர வழிபாடு செய்வதும் சனிக்கு பிடித்தமான ஒன்று. வலம்புரி சங்குள்ள இல்லம் சாளக்கிராமத்தை பூஜிப்பவர்களை சனி படுத்துவதில்லை. ருத்ராட்சம் அணிந்தவரை ருத்ராட்சப் பிரியரான சனி பாதிப்பதில்லை.

குழந்தைகள் மொபைல் பார்த்துட்டே இருக்காங்களா?

உடனே இதை எல்லாம் கவனிங்க...

இன்று அனைவரும் ஸ்மார்ட்போன் உலகில் மூழ்கி உள்ளனர். ஸ்மார்ட்போனுக்கு அடிமையாகிவிட்டால், அதன் மயக்கத்திலேயே மணிக்கணக்காக நேரம் வீணாகும். நாளடைவில் பல நோய்களுக்கும் வழிவகுக்கும். அதிலும் குறிப்பாக, இன்றைய குழந்தைகள் ஸ்மார்ட்போனுக்கு அடிமையாகி வருகின்றனர். உண்மையில், குழந்தைகள் இப்படி இருப்பதற்கு பெற்றோர் ஒரு முக்கியக் காரணம். குழந்தைகளை இந்த பழக்கத்திலிருந்து விடுவிக்க வேண்டியது பெற்றோர் பொறுப்பு.

உங்கள் பிள்ளைகள் சிறப்பாகச் செயல்பட வேண்டுமெனில் நீங்கள் அவர்களுக்கு முன்மாதிரியாக மாற வேண்டும். குழந்தைகள் முன் போன் பார்ப்பதை குறைக்க வேண்டும். நீங்களே செல்போனில் அதிக நேரம் செலவழித்துவிட்டு, குழந்தைகளிடம் போனை பார்க்க வேண்டாம் என்று சொன்னால் அவர்கள் கேட்க மாட்டார்கள். அவர்களை மாற்றுவதற்கு முன், பெற்றோரே செல்போன் பயன்படுத்தும் நேரத்தைக் குறைக்க வேண்டும். மொபைல் போன்களை தேவையான போது மட்டுமே பயன்படுத்த வேண்டும். நண்பர்களுடன் வெளியே செல்வது, சிறிது நேரம் உடற்பயிற்சி செய்வது, புத்தகங்கள் படிப்பது, பாடல்கள் கேட்பது, வீட்டில் உள்ளவர்களுடன் உரையாடுவது போன்ற வற்றில் ஈடுபட வேண்டும்.

குழந்தைகள் இந்த ஆபத்தான பழக்கத்திலிருந்து விடுபட, அவர்கள் ஒரு நாளைக்கு 1 மணிநேரம் மட்டுமே போனை பார்க்கலாம் என்று கட்டுப் படுத்துங்கள். சாப்பிடும் போதும், தூங்கும் முன்பும் போன் பார்க்கக்கூடாது என்பதை விதியாக பின்பற்ற செய்யுங்கள். செல்போனுக்கு அடிமையாவதால் ஏற்படும் ஆபத்துகளை பிள்ளைகளுக்கு எடுத்துக் கூறுங்கள். ஆரோக்கியமான பழக்கவழக்கங்களைக் கடைப் பிடிப்பதன் மூலம் கிடைக்கும் நன்மைகள் என்னென்ன என்றும் அவர்களுக்கு சொல்லுங்கள்.

பெற்றோர் இருவரும் வேலை செய்கிறார்கள் என்றால், அவர்கள் குழந்தைகளுடன் செலவிடும் நேரம் மிகவும் குறைவாக இருக்கும். ஆனால், இரவில் படுக்கைக்குச் செல்வதற்கு முன் குழந்தைகளுடன் சிறிது நேரம் பேசுவது. சாப்பிடும்போதும், செல்போனை பயன்படுத்தாமல் இருப்பது போன்றவற்றை பின்பற்றுங்கள். விளையாட்டு, புதிர்கள் போன்ற பொழுது போக்குகளில் குழந்தைகளை ஈடுபடச் செய்யுங்கள். அவர்களிடம் இயல்பாக உள்ள திறமையைக் கண்டறிந்து, அதனை வளர்த்துக்கொள்ள ஊக்கப் படுத்துங்கள். இதுபோன்ற செயல்பாடுகள் போனுக்கு அடிமையாவதில் இருந்து விடுவிக்கும்.

அவ்வப்போது விடுமுறை நாளில் குழந்தைகளை வெளியிடங்களுக்கு அழைத்துச் சென்று புதிய அனுபவங்களுக்கு வாய்ப்பு ஏற்படுத்திக்கொடுங்கள். இதன் மூலம் அவர்கள் உற்சாகமாகவும், ஆரோக்கிய மாகவும் இருப்பதை உறுதிசெய்ய முடியும்.

ROCKFORT TIMES Tamil Weekly Magazine, Owned and Published by S.R.LAKSHMI NARAYANAN, from 23, Kuzhumikkarai Road, Pitchai Nagar, Chennai Bypass, Trichy - 620008. Editor: **S.R.LAKSHMI NARAYANAN.**
and printed by him at Chennai offset printers, No.19/1, 21/2, Kitabath Khan Bhadur Street, Ellis Road, Chennai-600002. **Ph : 0431 - 2715280, 90423 77778** Email: rockforttimes@gmail.com / website : www.rockforttimes.in