

**EASY TRAVELS**



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

**BEST RATE FOR TIRUPATHI**

Mob: 98409 37727  
98409 89959

# PURASAI TIMES

## The Neighbourhood Weekly

[www.purasaitimes.com](http://www.purasaitimes.com)

**THE PODIATREE CLINIC**  
ADVANCED WOUND HEALING,  
STEP BY STEP.

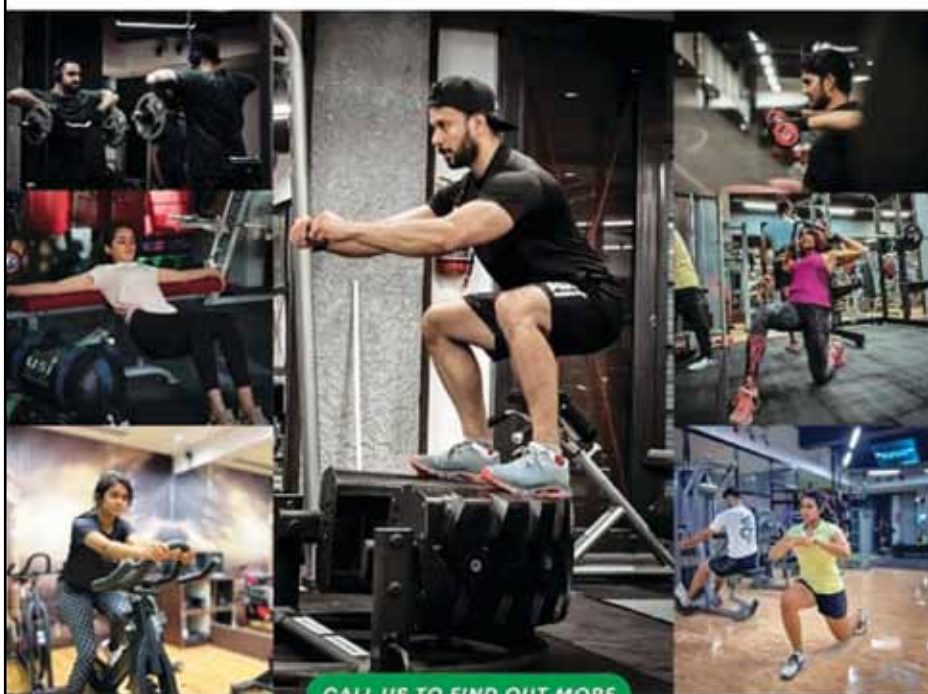
@ Kilpauk (Miller Road)  
**Aysha Hospital**  
4th Floor  
**Dr. T.V. Raja & Team**  
Foot and Ankle Surgeon

Contact : 044 - 4214 8488,  
78710 38388, 95970 48488  
I.V.R. No. +91 8071680821  
[www.podiatreeclinic.com](http://www.podiatreeclinic.com)

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR  
VOL. XXXI NO. 18 2025 AUG 03 - AUG 09 **1535th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

**Follow us now**

[c3fitnesssciencevepery](#)  
[c3fitnesssciencekilpauk](#)



**CALL US TO FIND OUT MORE**

**Vepery**

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

**9884097333 ; 9884396333**

**Kilpauk**

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

**9176899333 ; 9176844333**

**Turiya**  
THE GARDEN STORE

### CHENNAI'S ONE-STOP DESTINATION FOR PLANTS, POTS & PEACE

From landscaping to balcony makeovers and vertical gardens — we green your spaces, beautifully. Visit us any day, 10 AM to 8 PM!

**YOUR GREEN WISHLIST STARTS HERE**

- ✓ INDOOR & OUTDOOR PLANTS
- ✓ POTS FOR EVERY STYLE
- ✓ DIY KITS & GREEN GIFTS
- ✓ EXCLUSIVE MILLET ICE CREAM

Scan for our Store Location

**Call Us For Details** Phone Number **+91 63790 45664**

Visit Our Location  
Near Aarthi scans & Labs, 751, Chathur Buja Doss Rd, near Poonamallee High Road, Alagappa Nagar, Telecom Quarters, Kilpauk, Chennai, Tamil Nadu 600010



**60 YEARS OF TRUST**

**AADI ACHARYAM**

**GRT**  
G.R. Thangapillai JEWELLERS  
(Since 1965)

### ENJOY ENDLESS SURPRISES, THIS AADI PERUKKU.

\*Get a gift from us, for every purchase you make. There is something for everyone at GRT, this Aadi Perukku!

\*This offer is not applicable on purchase of Gold coins / Bars. Terms & Conditions apply.

**₹5000 CASHBACK**  
Offer: 2% Cashback \*Min. transaction: ₹75,000  
Validity: 21.07.2025 to 17.08.2025. T&C apply.  
Attractive offer on online purchase also.

**All our showrooms will be open from 6.30 am onwards today.**

**Golden Eleven Flexi**  
MONTHLY JEWELLERY PURCHASE PLAN WITH NO WASTAGE (VA) UPTO 18%\*

WITH TWO OPTIONS  
**WEIGHT BASED** or **VALUE BASED**  
Whichever is beneficial to the customer.  
ENJOY FREEDOM FROM GOLD PRICE FLUCTUATIONS.

**226, Purasawalkam High Road, Purasawalkam, Chennai. Ph: 044-2644 1515.**  
Tamil Nadu | Puducherry | Andhra Pradesh | Telangana | Karnataka | Singapore

Shop online at: [www.grtjewels.com](http://www.grtjewels.com) | [GR LIVE](#) Shop from the comfort of your home | ☎ : 1800 203 1000 / 1800 599 1515 | Follow us: [f](#) [x](#) [v](#) [i](#) [p](#) [i](#) [n](#)

Store Locator





## உணவு பாதுகாப்புக்கான ஐந்து

### தூண்கள்

உணவை கையாளும் போது தன் சுத்தத்தை பராமரிக்கவும் ஏன்? கிருமிகளால் உணவு நஞ் சாவதை தடுக்க தன் சுத்தம் மிகவும் முக்கியம்.கைகளை சுத்தமான நீர் மற்றும் சோப்பினால் கழுவவும். சமைக்கும் போது முடிஉதிர்வதை தடுக்க இறுகக் கட்டவும். விரல் நகங்களை வெட்டி சுத்தமாக பராமரிக்கவும். சமையலறையையும், சுற்றுப்புறத்தையும் சுத்தமாக வைத்திருக்கவும் - ஏன்? அசுத்தமான சமையலறை, பரிமாறும் இடம் மற்றும் தொடடிகளே கிருமிகள் வளர காரணமாகி உணவு நஞ்சாக, வாய்ப்பாய் அமைகிறது. முறையான கால இடைவெளியில் சமையலறை, பரிமாறும் இடம் மற்றும் சமையலறை தொடடி/வடிகால் போன்றவற்றை சுத்தம் செய்யவும். குப்பைத் தொடடிகளை மூடி வைத்து, சுத்தமாக பராமரிக்கவும். சமையலறை தொடடி/வடிகால்களில் உணவை கொட்ட வேண்டாம். பாதுகாப்பான உணவிற்கான அனைத்து வழிகளையும் பின்பற்றவும் ஏன்? சாப்பிடுவதற்கு முன் காய்கறி, பழங்களை கழுவவது சமைத்த உணவை தனியாக வைப்பது, உரிய நேரத்தில் குளிர்ச்சாதனப் பெட்டியில் வைப்பது போன்ற செயல்கள் உணவை கிருமிகள் தாக்க வாய்ப்பில்லாமல் இருக்க உதவும். சுத்தமான நீரில் காய்கறிகளையும், பழங்களையும் கழுவவும். சமைத்த உணவையும்,

### உணவே மருந்து

கறிவேப்பிலை கறிவேப்பிலையில் அதிக அளவில் கால்சியம் மற்றும் மெக்னீசியம் சத்துக்கள் நிறைந்துள்ளது. கறிவேப்பிலை உண்ணும்பொழுது உங்களின் எலும்புகள் மற்றும் பற்கள் வலிமை பெரும். கறிவேப்பிலையில் அதிக அளவில் நார்ச்சத்து நிறைந்துள்ளது. நமது செரிமான் ஆரோக்கியம் மற்றும் குடல் ஆரோக்கியத்திற்கு நார்ச்சத்து மிக மிக முக்கியம். தினமும் கறிவேப்பிலையை உணவில் சேர்த்து வந்தால் நரைமுடி, முடி கொட்டுதல், முடி உடைதல் போன்ற பிரச்சினை ஏற்படாது. மேலும் முடி வளர்ச்சி ஆரோக்கியமாக இருக்கும். நமது சமையலில் முக்கிய இடம்பிடிப்பது கருவேப்பிலை, ஆனால் நாம் அதன் அருமை தெரியாமல் கருவேப்பிலையை

### அரைக்கீரை தைலம்

தலைமுடிகருமையாகவும் செழிப்பாகவும் வளர்வதற்கு, அரைக்கீரை விதையை நல்லெண்ணெய் விட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் எடுத்து வடிகட்டி வைத்துக்கொண்டு தலைக்குத் தடவிவர வேண்டும். அரைக்கீரை விதை யிலிருந்து

சமைக்காத உணவையும் பிரித்து வைக்கவும். சமைத்த இரண்டு மணி நேரத்திற்குள் உணவினை குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கவும். உணவை உட்கொள்ளுமுன் அது கலப்பிடமில்லாமலும் கெட்டுபோகமலும் இருப்பதை உறுதி செய்யவும். ஏன்? கலப்பட, கெட்டுப்போன உணவு, உடல்நலனுக்கு கேடு விளைவிக்கும் காரணியாய் அமைகிறது. எனவே உட்கொள்ளுமுன் உறுதி செய்வது ஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்கும். கெட்டுப்போன, சேதமடைந்த பொட்டல உணவுகள் வாங்குவதை தவிர்க்கவும். சாதாரண உணவு கலப்படத்தை அறிய எளிய ஆய்வு முறைகளை பின்பற்றவும் (DART - புத்தகம் புற்றி அறிய இணையதளம் www.fssai.govt.in). உணவு கலப்பட புகார் குறித்து தெரிவிக்க வாட்ஸ் அப் எண்.9444042322ஐ தொடர்பு கொள்ளவும். நீங்கள் உண்ணும் உணவைப்பற்றிய தகவல்களை விபரச் சீட்டியிலிருந்து அறிந்து கொள்ளவும். ஏன்?

விபரச்சீட்டுத் தகவல்கள். உணவு உண்ண பாதுகாப்பாய் இருப்பதை கண்டறிய உதவுகிறது. ஒவ்வாமைப் பொருட்களை தவிர்த்தல், உடல் நலனை பாதுகாக்க உதவும். FSSAI – Logo கவனிக்கவும். உணவை உண்ணுமுன் “உண்ண ஏற்ற நாள்”ஐ கவனிக்கவும் (Best Before). ஏதேனும் ஒவ்வாமைப் பொருட்கள் உள்ளனவா என்பதனை உறுதி செய்யவும்.

ஒதுக்குகின்றோம்.

இரும்புச்சத்து குறைபாட்டால் ஏற்படும் பிரச்சினைகளில் முக்கியமான ஒன்று இரத்த சோகை நோய் ஆகும். எனவே தினம் 10 கறிவேப்பிலையினை உண்டு வந்தால் இரத்த சோகை நோய் ஏற்படாமல் தடுக்கம். கறிவேப்பிலையில் அதிக அளவில் அளவில் அளவில் ஆன்டிஆக்ஸிடன்ஸ் நிறைந்துள்ளது. இதனை உண்டு வந்தால் நரை முடி, செல் அழிவு, விரைவில் வயதான தோற்றம் போன்ற பிரச்சினை ஏற்படாமல் தடுக்கும். தினமும் வெறும் வயிற்றில் 10 கறிவேப்பிலை இலையினை உண்டு வந்தால் நீரிழிவு நோய், இரத்த அழுத்தம் போன்ற பிரச்சினை ஏற்படாமல் தடுக்கலாம். மேலும் இது இருதய ஆரோக்கியத்தினை பாதுகாக்கவும் உதவும்.

தயாரிக்கப்படுகின்ற அரைக்கீரைத் தைலம் மிகவும் செழிப்பற்ற தைலமாகும். இத்தைலம் கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சியைக் கொடுக்கிறது. தலைமுடியானது செழித்து வளர இத்தைலமும் உதவுகிறது. மேலும் தலைமுடியும் ஒளிவிட்டு மின்னும்.

## முதுமையைத் தடுக்கும் நெல்லிக்காய்

முதுமையை தடுக்கும் குணம் நெல்லிக்கனிக்கு உண்டு, நெல்லிக்கனி நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி கொண்டது. முதுமையை விரட்டும் தன்மை கொண்டது. ஆண்டி ஆக்ஸிடேட் என்பது உடலில் உள்ள நச்சுப்பொருள்களை அகற்றி நோய் நொடிகளிலிருந்து உடலைக் காத்து முதுமையை தூர்த்தி என்றும் இளமையுடன் இருக்கச் செய்யும் சக்தி இதற்குண்டு. பித்த அதிகரிப்பே முதுமைக்கும், உடல் சோர்வுக்கும் முக்கிய காரணமாகிறது. பித்தத்தைக் குறைத்து உடலிலும் இரத்தத்திலும் தேங்கியுள்ள கொழுப்புகளை உடைத்து கரைத்து வெளியேற்றும் தன்மை நெல்லிக்கனிக்கு உண்டு.

பல் நோய், அஜீரணம், மூட்டு வலி குறையும், அருமையான கண் பார்வை தரும். பசியின்மை விலகி உண்மை பசியை உணர வைக்கும். மாதவிடாய், மலச்சிக்கல், மூலம் சரியாகும். பெண்களின் கர்ப்பப்பை கோளாறு, நீரிழிவு, இரத்த அழுத்தம், நரம்புத் தளர்ச்சி விலகுகிறது.

### சித்த மருத்துவம்

உடல் வெப்பத்தினால் ஏற்படும் பாதிப்புகளை தடுக்க. பருவ நிலை மாற்றத்தால் நம்மில் பலருக்கு உடலில் அதிக உஷ்ணம் (வெப்பம்) ஏற்படுகிறது. குழந்தை இல்லாதவர்கள், உஷ்ண உடம்பால் பாதிக்கபட்டவர்கள், முக்கியமாக அதிக நேரம் வெளியில் பயணங்கள் மேற்கொள்வொர்க்கும், அதிக நேரம் நூற்காலி, சோபா மீது உட்கார்ந்திருப்பதாலும் ஏற்படுகிறது. இதனால் நம் தலை முடி முதல் கால் வரை உள்ள அனைத்தும் ஆரோக்கியத்தை இழக்கிறது. இதனால் ஏற்படும் நோய்கள் முக்கியமாக முகப்பரு, தோல் வியாதிகள், தலை முடி உதிர்்தல், வயிற்று வலி, உடல் எடை குறைதல் போன்ற எரிச்சலூட்டும் நிகழ்வுகள் நிகழ்கிறது. இதனை சரி செய்ய பின்வரும் சித்த மருந்து பயன்படுத்தலாம். தேவையான பொருள்கள்:

### உடலுக்கு நலம் பயக்கும் பழவகைகள்

கொய்யாப் பழம் நாச்சத்து அடங்கியது. இதை உண்பதால் மலச்சிக்கல் தீரும். தோல் சருக்கங்கள் மறையும். நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி அதிகரிக்கும். உலர்ந்த திராட்சைப் பழம் ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கும். சருமத்தைப் பொலிவடையச் செய்யும். அமிலத்தன்மையை அதாவது அசிடிட்டியை போக்கும். சீதாப்பழம் உண்பதால் சோர்வு நீங்கும், வலியைக் குறைக்கும். மூட்டுவலி நோயைப் போக்க உதவுகிறது. இது இரும்புச் சத்து நிறைந்தது. சப்போட்டா பழத்தில் வைட்டமின் ‘ஏ’ நிறைந்துள்ளது. இது கண்களுக்குச் சிறந்தது. உடல் எடையைக் குறைக்க உதவுகிறது. எலுமிச்சம் பழம் வைட்டமின் ‘சி’ நிறைந்தது. சீரணத்தை அதிகரிக்கும்,

ஆப்பிளைவிட 3 மடங்கு புரதத் சத்து நெல்லியில் உள்ளது. அஸ்கார்பிக் அமிலம் என்னும் உயிர்ச்சத்து 160 மடங்கு நெல்லிக்கனியில் உள்ளது. நெல்லிக்கனியில் உள்ள வைட்டமின் சி சத்து உடலில் உள்ள இரும்புச் சத்து உட்கிரகிக்கப்படுவதை ஊக்கப்படுத்துகிறது. இதய வால்வுகளில், இரத்தக்குழாய்களில் ஏற்படும் அடைப்புகளை நீக்கி சீராக செயல்பட வைக்கிறது. இருதய அடைப்பை தடுக்கிறது. மேலும் கார்போஹைட்ரேட், நார்ச்சத்து, இரும்புச்சத்து, கரோட்டின், கால்சியம், பாஸ்பரஸ், வைட்டமின் பி காம்ப்ளக்ஸ் நிறைந்துள்ளது. நெல்லி இலையை 25 கிராம் எடுத்து நீரில் இட்டு கொதிக்கவைத்து ஆறவைத்து வாய்க்கொப்பளித்து வந்தால் வாய்ப்புண் தீரும். 15 கிராம் நெல்லிக்காயை இடித்து 1/2 லிட்டர் நீர்விட்டு 100 மி.லி ஆக காய்ச்சி 20 மி.லி தேன் கலந்து 40 மி.லி. ஆக 3 வேளை என நான்கு நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் பித்தம் தணியும்.

நல்லெண்ணெய், பூண்டு, மிளகு. செய்முறை: நல்லெண்ணெயை ஒரு குழி கரண்டியில் தேவையான அளவு எடுத்து கொண்டு அதனை மிதமான சூட்டில் சூடு படுத்தவும். எண்ணெய் காய்ந்ததும் அதில் மிளகு மற்றும் தோல் உரிக்காத பூண்டை போட்டு சில நிமிடத்தில் சூடானதும் அடுப்பில் இருந்து இறக்கி, சூடு ஆறினதும் எண்ணெயை காலின் (இரு கால்) பெருவிரல் நகத்தில் மட்டும் பூசி விட வேண்டும். 2 நிமிடங்கள் கழித்து உடனே காலை கழுவி விட வேண்டும். இதனை செய்யும் போதே உங்கள் உடம்பு குளிர்ச்சி அடைவதை உணர முடியும், 2 நிமிடத்திற்கு மேல் இதனை விரலில் வைத்திருக்க கூடாது. சளி, ஜூர்ம் உள்ளவர்கள் இதனை முயற்சி செய்ய வேண்டாம்,

முகத்தில் சுருக்கம் மற்றும் பருங்களைப் போக்கும். பலாப்பழம் உண்பதால் கால்சியம் சத்து கிடைக்கும் எனும்புகளின் உறுதிக்கு இதை உண்பது நலம் பயக்கும். உடலின் சுருக்கத்தைப் போக்கி சருமத்தை பொலிவடையச் செய்யும். பேரிச்சம் பழம் இரும்புச் சத்து நிறைந்தது. உடலுக்கு; புத்துணர்ச்சியைத் தரும். வலுவான பற்களாக மாற்றும். எலும்புகளுக்கும் வலு உண்டாக்கும். மூலம் பழம் அல்சரைப் போக்க உதவும் உடல் எடையைக் குறைக்கும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும். செவ்வாழை வைட்டமின் பி6 நிறைந்தது. இதை நாள்தோறும் உண்பதால் உடல் சுறுசுறுப்படையும். நெஞ் செரிச்சலைப் போக்கும்.



பணிந்திருப்பதாக!



பாக்கியம் பொருந்திய ஸைத்தான் (ஒலிவ) மரத்திலிருந்து அது எரிக்கப்படுகிறது. அது கீழ்த்திசையைச் சேர்ந்துமன்று, மேல் திசையை சேர்ந்ததுமன்று. நெருப்பு படாவிட்டாலும் அதன் எண்ணெயும் ஒளி வீசுகிறது. (இப்படி) ஒளிக்கு மேல் ஒளியாக உள்ளது. தான் நாடியோருக்கு அல்லாஹ் தனது ஒளியை நோக்கி வழி காட்டுகிறான். மனிதர்களுக்காக உதாரணங்களை அல்லாஹ் கூறுகிறான். அல்லாஹ் ஒவ்வொரு பொருளையும் அறிந்தவன்.

திருக்குர் ஆன் - அந்நூர் - 24:35



ஓரே பாங்குடையவன், தனக்கெனத் தொழில் செய்யாதவன் யாரோ அவனே குணாதீதன் எனப்படுகிறான்.

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை - அத் 14:24-25

## நாவல் பழம் சிறுநீரகக் கற்களைக்

### கரைக்கும்

சிறுநீரக கற்களால் அவதிப் படுபவர்கள் நாவல் பழத்தை சாப்பிடலாம். பழம் சாப்பிட்ட பின் உள்ள கொட்டையை தூர வீசாமல் அதை வெப்பியில் காய வைத்து எடுத்து

வைத்துக் கொள்ளவும். உலர வைத்த நாவல் கொட்டை 5 எடுத்து பொடி செய்து தயிருடன் கலந்து சாப்பிட்டு வந்தால் சிறுநீரகக் கற்கள் கரைத்து வெளிவரும்.

## காலத்தால் அழியா பொன்மொழிகள்

- மரணத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதே! நீ இருக்கும்வரை அது வரப்போவதில்லை. அது வரும்போது நீ இருக்கப் போவதில்லை! - விவேகானந்தர்
- உலகம் உன்னை அறிவதைவிட, உன்னை உலகிற்கு அறிமுகம் செய்துகொள்! - அப்துல்கலாம்.
- தடம் பார்த்து நடப்பவன் மனிதன். தடம் பதித்து நடப்பவன் மாமனிதன்! - ஃபிடல் காஸ்ட்ரோ
- நீ வெளிச்சத்தில் சென்றால் உலகமே உன்னைப் பின்தொடரும். ஆனால் நீ இருட்டினில் சென்றால் உன் நிழல் கூட உன்னைப் பின்தொடராது. - ஹிட்லர்.

## வருவதும் போவதும் இரண்டு!

வருவதும் போவதும் இரண்டு - இன்பம் , துன்பம் வந்தால் போகாதது - புகழ், பறி போனால் வராதது - மானம், உயிர் தானாக வருவது - இளமை, முதுமை நம்முடன் வருவது - பாவம், புண்ணியம் அடக்க முடியாதது - ஆசை, துக்கம் தவிர்க்க முடியாதது - பசி, தாகம் நம்மால் பிரிக்க முடியாததும் - பந்தம், பாசம் அழிவைத் தருவது - பொறாமை, கோபம் எல்லோருக்கும் சமமானது - பிறப்பு, இறப்பு -வாரியார்

## மூலிகை மருந்து - கடுக்காய்

கடுக்காய்ப் 2 கிராம், தண்ணீருடன் பொடியைக்கொண்டு பல் மாலையில் அருந்திவந்தால், துலக்கினால், ஈறு வலி மஞ்சள் காமாலை நோய் நீங்கும். மேலும், ரத்தக் குறைவு, கை கால் எரிச்சல், தோலின் வெண் புள்ளிகள் கடுக்காய்ப் பொடியை

## VKIDS TSK LKG kids were engaged in Bunnies Race, a gross motor activity



VKIDS TSK LKG kids were engaged in Bunnies Race, a gross motor activity, on part of uniformed service activity. This activity not only encouraged students to enhance the sports spirit.

## Velammal Student Makes a Splash at State Aquatic Championship



Arjun Nagendra, a Class 9 student of Velammal Matriculation

Higher Secondary School, Mogappair, has brought laurels to the institution by excelling in the 41st Sub Junior and 51st Junior State Aquatic Championship. Representing SDAT Dolphin, Arjun clinched the 1st place in the 50m freestyle category, showcasing exceptional talent and speed.

In addition to his individual triumph, Arjun also contributed to his team's success

by securing the bronze medal in the 400m freestyle relay (boys) event. The championship was held at SDAT Aquatic Complex and witnessed strong participation from swimmers across Tamil Nadu.

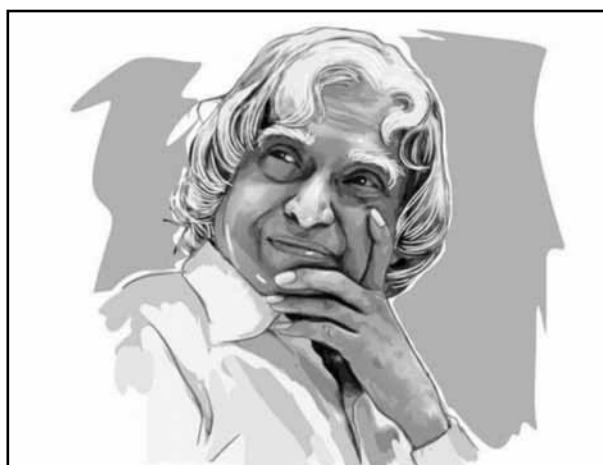
The school management congratulated Arjun for his outstanding performance and wished him continuous success in his future sporting endeavours.

## Dr. ALAGAPPA ROAD NEEDS ATTENTION



The Dr. Alagappa Road, Purasaiwakkam has been badly damaged in particular place through out the street due to which riders and residents feel more inconvenience to ride their vehicles and to walk. Let the concerned authorities take necessary remedial measures to fill up the potholes and blacktop it for the smooth riding of vehicles.

## Be Humble and Grateful to Others



Dr. A.P.J Abdul Kalam holding prestigious positions, he remained widely recognized for his humility and gratitude. Despite

all walks of life. His simplicity and down-to-earth nature were remarkable qualities that made him truly great.

Students can learn from him the importance of living a simple life and treating everyone with respect. By nurturing humility, individuals can develop extraordinary thinking and self-belief. Dr. A.P.J Abdul Kalam also stressed the significance of developing creativity, as it fosters logical thinking and imagination.



# EASY TRAVELS



## Not Call Taxi Minimum 5 Hours



## INNOVA, INNOVA CRYSTA & MINI BUS (21 Seater)

## Available for Local, Marriages, Airport, Outstation etc.

### 21 seater A/c & Non A/c

### Local Minimum 5 hours 50 Kms Outstation 250 Kms Coverage Per Day



# Contact : 98409 37727





# VELAMMAL

## IIT / NEET ACADEMY

MOGAPPAIR | MEL AYANAMBAKKAM | PARUTHIPATTU | ALAPAKKAM | ANNEXURE

### SENSATIONAL RESULTS IN NEET 2025

### TAMIL NADU STATE RANKS : ALL CATEGORIES

 STATE 3 <sup>rd</sup> RANK SRICHARAN S	 STATE 3 <sup>rd</sup> RANK JAISHWANTH K J	 STATE 5 <sup>th</sup> RANK PRAHADEESH C	 STATE 6 <sup>th</sup> RANK ASHWIN VINAYAGAM
 STATE 7 <sup>th</sup> RANK KEVIN SAMUEL	 STATE 7 <sup>th</sup> RANK SURYA SURESHKUMAR	 STATE 9 <sup>th</sup> RANK SANJAY SAGAR	 STATE 9 <sup>th</sup> RANK NIVETHA M
 STATE 10 <sup>th</sup> RANK GAYATHRI PRIYA P	 STATE 12 <sup>th</sup> RANK SANJAY E	 STATE 14 <sup>th</sup> RANK SARAVANAKUMAR N	 STATE 16 <sup>th</sup> RANK SRENETHRA R K
 STATE 18 <sup>th</sup> RANK RAMGANESH V	 STATE 18 <sup>th</sup> RANK RAKSHITHA P	 STATE 19 <sup>th</sup> RANK VEDHAANAND J S	 STATE 20 <sup>th</sup> RANK ROHAN JAGANNATHAN
 STATE 21 <sup>st</sup> RANK NITHIN V	 STATE 26 <sup>th</sup> RANK SOORYA C P	 STATE 29 <sup>th</sup> RANK SHIVANI S	 STATE 30 <sup>th</sup> RANK VENISHA M
 STATE 31 <sup>st</sup> RANK BHAGATH PRIYAN P	 STATE 33 <sup>rd</sup> RANK RICHARD R	 STATE 36 <sup>th</sup> RANK ARMAAN SHAYAAN A	 STATE 47 <sup>th</sup> RANK GURUSARAN S
 STATE 50 <sup>th</sup> RANK KAVYA V			

## ADMISSIONS OPEN

## NEET REPEATERS COURSE 2025-26

MERIT SCHOLARSHIP BASED ON YOUR BOARD / NEET SCORE

+91 73583 90410

HOSTEL FACILITIES AVAILABLE

[f](#) [i](#) [x](#) [v](#) VelammalNexus



CUT SHOP

AFFORDABLE MENS SALON

MENS SALON

PURASAIWAKKAM

HAIR CUT

99

SHAVE

49

SALON OPENING OFFER

₹ 299

Haircut & Shave  
Head Oil Massage  
(20 Min)

₹ 349

Haircut & Shave  
Hair Dye

₹ 449

Haircut & Shave  
Global Hair Colour

₹ 499

Haircut  
Shave  
Cleanup  
De-tan

₹ 699

Haircut  
Shave  
Hair Dye  
Cleanup  
De-tan

₹ 999

Change of Style  
Beard Design  
Global Hair Colour  
Golden Facial  
De-tan

Shop no.1 Kariappa Street, Purasaiwakkam, chennai-7, ( Opp Sathya School )

93807 90772

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

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

Lifeline Tulasi Hospitals Achieves Rare Same-Day  
Bariatric Surgeries for Two Sisters



Lifeline Group of Hospitals, Hyderabad, proudly announces a groundbreaking achievement - successfully performed bariatric surgeries on two international sisters on the same day, offering them a renewed path to health and vitality.

The sisters, aged 36 and 29, weighed 106.6 kg and 91.8 kg respectively, and were facing serious health challenges due to morbid obesity. Under the expert hands of Dr. JS Rajkumar, Chairman & Chief Surgeon, and Dr. Anirudh Rajkumar, Senior Bariatric Surgeon & Joint Managing Director, the surgeries were performed last Tuesday and were completed without complications.

Speaking about the milestone, Dr. JS Rajkumar stated, "Obesity must be treated without delay, it is a ticking time bomb that can lead to sudden heart attacks, uncontrolled blood pressure, kidney diseases, and other life-threatening conditions. Bariatric and metabolic surgery is a scientifically proven solution for patients with high BMI struggling to lose weight through conventional methods." Post-surgery, both sisters have shown promising improvements in their conditions, including reductions in high blood pressure, sleep apnea, fatty liver, and joint pain.

Dr. Anirudh Rajkumar added, "This is not just a surgical success,

JOCKEY Opens New Showroom  
at Purasaiwakkam – Inaugural  
Offer up to 15% OFF!



Chennai, July 31, 2025: Global innerwear and activewear brand Jockey has now arrived in Purasaiwakkam (Kariappa Street) with the grand opening of its newest exclusive showroom. Shoppers in and around the area can now experience the comfort, style, and quality of Jockey's premium innerwear, nightwear, and activewear collections for both men and women. To mark this exciting launch, Marudhar Enterprises, the official franchise, is offering an inaugural discount of up to 15% for a limited time only. Customers can choose from a wide range of products designed for everyday comfort and performance — from breathable cotton vests and boxers to stylish sleepwear and high-performance activewear. The store showcases the latest collections with an emphasis on fit, fabric innovation, and fashion-forward designs that have made Jockey a household name across the globe.

The showroom features the latest seasonal launches and signature ranges like: Jockey MOVE (Activewear), Jockey NO MARKS (Tagless comfort), Jockey STAYCOOL + (Sweat-wicking innovation), Jockey Juniors (Kidswear range) \* "We are thrilled to bring Jockey closer to the Purasaiwakkam community. Our goal is to provide an elevated shopping experience that matches the brand's global standards,"\* said the store manager of Marudhar Enterprises. Visit Us: Marudhar Enterprises Old #14, New #29, Kariappa Mudali St., Purasaiwakkam, Chennai - 7. Contact: 98404 77009 / 98407 19558. Don't Miss Out – Step in Today and Feel the Jockey Difference!

Newly Opened @ PURASAIWAKKAM (Kariappa St.)

JOCKEY

Explore our wide range of Jockey  
Innerwear, Nightwear and Active wear.  
for Men and Women

Inaugural Offer upto 15% off!

MARUDHAR ENTERPRISES  
Old#14, New#29, Kariappa Mudali St., Purasaiwakkam, Chennai-7.  
Contact : 98404 77009 / 98407 19558

Turiya: A Serene Escape into Nature in  
the Heart of Chennai



If you've been looking for a green retreat to revitalize your home or workspace, Turiya – The Garden Store in Kilpauk is your one-stop destination for everything green and serene. Aptly described by their motto, "Transcend with Nature," offers a wide variety of plants and eco-friendly gardening solutions that promise to bring life to any space.

A Wide Range of Premium Products Turiya showcases a vibrant collection of lush indoor and outdoor plants, herbal varieties, cactus and exotic species. Whether you're a beginner or a seasoned gardener, you'll find an array of premium pots, self-watering planters, imported ceramics, and elegant terracotta containers to match every aesthetic.

The store also stocks plant gifts, organic manure, fertilizers, home décor, garden tools, and accessories—making it a paradise for green lovers and eco-conscious shoppers alike.

Expert Services Tailored for Urban Homes Turiya's services go beyond just selling plants. Their expert team offers:

- \* Landscaping and garden maintenance
- \* Balcony garden setups
- \* Terrace and rooftop garden development

\* Vertical garden installation

\* Plant stands and interiorscape design & execution

□ Terrace Gardening at Affordable Prices For city dwellers with limited space, Turiya specializes in budget-friendly terrace gardening solutions. Their services include:

- Designing productive kitchen gardens with vegetables & herbs
- Creating aesthetic rooftop flower gardens
- Customized layouts for limited or large terraces
- Affordable packages suitable for every budget
- Easy maintenance options for hassle-free upkeep

This makes terrace gardening accessible to everyone—whether you dream of growing your own organic vegetables or simply want a peaceful green escape above the city.

Visit Turiya Today! Located at 751, Chatur Buja Doss Street, near Aarti Scans, Kilpauk, Chennai - 10, the store is open every day from 10 a.m. to 9 p.m. For inquiries, contact +91-63790 45664. Email: [turiyagardens@gmail.com] (mailto:turiyagardens@gmail.com) Bring nature home. Visit Turiya – The Garden Store, where every leaf tells a story.



Meesha – Review



Meesha, directed by Emcy Joseph, is not your average bromance flick. It steers clear of glorified male bonding and massy heroism, instead offering a brooding, introspective take on friendship strained by ambition, betrayal, and social inequity. Set deep in a forest, the film unravels a tense reunion between forest warden Midhun and his estranged friends, Anandhu and Imodh. What begins as an unexpected invitation to a feast soon becomes a night of emotional confrontation and life-

altering revelations. What sets Meesha apart is its layered storytelling. It doesn't merely dissect the fragile dynamics of male friendships but weaves in a sharp commentary on class conflict, political exploitation, and the survival struggles of forest dwellers. These elements elevate the narrative beyond personal drama to something more socially resonant. The subplot involving a group assigned to fetch hunted meat who land in a crisis adds another thread of suspense to the already

taut narrative. The performances breathe life into this compelling story. Kathir, in his Malayalam debut, delivers a grounded and gripping act, perfectly embodying Midhun's quiet complexity. Hakim Shahjahan as Anandhu is equally impactful, capturing internal conflict with finesse. Shine Tom Chacko's character arc, evolving as he ventures deeper into the forest, is one of the film's standout aspects, supported by strong turns from Sudhi Koppa. Technically, the film shines—Suresh Rajan's cinematography captures the forest in both beauty and menace, while Sooraj S Kurup's music subtly enhances the film's mood. Though the pace falters occasionally and the serious tone may not be for all, Meesha is a bold, emotionally mature film that lingers in your mind long after the credits roll.

Surrender – Review

Surrender delivers a pulsating cinematic experience, blending political tension with gritty action in a story that's as emotionally potent as it is thrilling. Set against the looming backdrop of an upcoming election, the film orchestrates a high-stakes standoff between an unyielding police team and a mysterious gangster, turning the narrative into a powder keg of drama, strategy, and moral reckoning. From the outset, Surrender grips the viewer with its urgent pace and simmering tension. The police force, portrayed with steely resolve, is not just chasing a criminal—they're confronting the ghosts of their own pasts. On the other side stands a gangster who is more than a typical villain—he's a man shaped by circumstance, carrying secrets and a surprising sense of justice that defies black-and-white definitions. What elevates Surrender beyond the average action thriller is its emotional intelligence. Beneath the surface of bullets and power games lie questions of loyalty, personal loss, and the cost of redemption. The characters are richly written, each facing ethical dilemmas that blur the lines between right and wrong. This moral complexity lends the film a depth that resonates well beyond its action sequences. The election backdrop is not mere scenery—it serves as a symbolic mirror reflecting the battle for truth, control, and rebirth. As the clock ticks down and the city holds its breath, the narrative builds toward a final act that delivers both adrenaline and introspection. Visually arresting and tightly edited, the film's direction never lets the tension slip. The writing is taut, peppered with sharp dialogues and moments of unexpected emotional clarity. Every twist feels earned, and every character arc contributes meaningfully to the central theme of surrender—not just in the literal sense, but in terms of ego, pain, and ultimately, one's past. Surrender is a standout political-action drama that doesn't just entertain—it challenges. With layered storytelling, complex characters, and a soul-stirring climax, it's a powerful reminder that justice isn't always clean, and redemption often comes at a cost. A must-watch.



WEAR  
MASK  
STAY HOME  
STAY SAFE

Chennai Files – Muthal Pakkam – Review



Chennai Files – Muthal Pakkam delivers a refreshing spin on the serial killer genre by focusing on brain over brawn. At the heart of the film is Vettri, a sharp and composed strategist who aids the police in solving complex cases. His partnership with Inspector Thambi Ramaiah forms the emotional and investigative backbone of the story, blending logic-driven deduction with grounded, human

moments. The film succeeds in maintaining suspense throughout, with well-executed twists and a narrative that keeps viewers engaged. Vettri's cerebral approach stands out in a genre often marked by adrenaline-fueled action. Thambi Ramaiah impresses with a well-rounded performance—balancing subtle humor with emotional weight. Redin Kingsley's short but punchy appearance

brings timely comic relief, while Shilpa Manjunath lends charm, though her role could have used more depth. Technically, the movie is solid. Cinematography enhances the suspense without overdoing it, and the background score adds to the tension without overshadowing the storytelling. While certain transitions and logical leaps may briefly throw viewers off, the story finds its footing and delivers a satisfying climax. The antagonist makes a strong impact, giving the narrative a real sense of danger. Despite minor flaws in pacing and clarity, Chennai Files is a commendable effort. It offers a thoughtful, engaging crime drama with a fresh perspective—ideal for fans of intelligent thrillers seeking both suspense and substance.

Happiness is not measured by the amount of money you have. It is measured by the wonderful people you have in your life.

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

The circulation of 82,000 copies of Purasai Times is done on every Sunday

ADVERTISEMENT RATES

COLOUR	BLACK AND WHITE
One Sq.Cm : ₹ 65	One Sq.Cm : ₹ 45
Full Page : ₹ 58,500	Full Page : ₹ 40,500
Half Page : ₹ 29,250	Half Page : ₹ 20,250
Quarter Page : ₹ 14,265	Quarter Page : ₹ 10,125
Size 10 x 2 : ₹ 5,200	Size 10 x 2 : ₹ 3,600
Size 5 x 2 : ₹ 2,600	Size 5 x 2 : ₹ 1,800

Front Page	Sq.Cm	₹ 100/-
Back Page	Sq.Cm	₹ 75/-
Inside Page	Sq.Cm	₹ 65/-
Third Page	Sq.Cm	₹ 70/-
Black & White Page	Sq.Cm	₹ 50/-

GST 5% Extra

Classified Rs. 500 Upto 20 words, Extra Addl. Per Word Rs.20/-

OUR CONTACT ADDRESS

Purasai Times

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

Dial: 4551 8154 / 2661 3111

Mob: 98409 37727 / 98409 37717 / 98409 37719

E-mail : purasait@gmail.com

FOR COMPLAINT OR IRREGULAR SUPPLY OF PAPER

CALL :

97104 52204

PHOTO COMPLAINTS MAY BE SENT THROUGH

WHATSAPP :

97104 52204

CUT-OFF TIME FOR CLASSIFIEDS ON FRIDAYS IS 9.30-11.30 a.m.

Rental / Wanted and other For More Advertisements Please refer Classified Bazaar.

Advertise on Business Offers, Rentals, Buying & Selling of Houses, Flats, Plots, by spending only Rs. 500/- through "CLASSIFIEDS". (Rs. 500/- for the first 20 words and Rs. 20/- for every additional word) Cut-off time for Classifieds on Friday from 9.30 a.m. to 11.30 a.m.

Advertise in

PURASAI TIMES

CLASSIFIEDS

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS are accepted at your Doorstep (Service Charges Rs.50) # 33, Mookathal Street, (Next to CSI Church), Purasawalkam, Ch-7. Ph : 2661 3111, 98409 37719. 97104 52204



# CLASSIFIED BAZAAR

## BUYING & SERVICE

• **Good Price**, We Buy Old Lcd, Led Audios, Computer, Ups Battery A/C etc., service also undertaken. Contact: S.K ASSOCIATES - 9 4 4 4 1 4 9 3 3 5 , 8428880834.

• **Old TV LED**, LCD, Computer, Monitor, UPS, Invertor, Batteries, Heater, Generator, Laptop, Fridge, A/C, Hi Fi MusicSystem, Furnitures and all scrapes. Ct: 8 7 5 4 4 0 2 1 9 9 / 81898 02989.

## RENTAL

• **PURASAIWAKKAM**, 3 Shops for rent at tana treet, purasaiwalkam. For more details contact : 93610 60200.

• **PURASAIWAKKAM**, House for rent in 34/41, Arunachalam st., Purasawakkam with fitted AC, water heater, fans and light. Single bed room with fitted AC, fan, lights for working women / students. Ct : 99402 36800 after 3pm.

• **PURASAIWAKKAM**, Shanmugarayan St 450 Sq.Ft, Separate 3 Phase EB, Both Water Wardrobes Electrical Fittings Ground Floor, Cctv Western Toilet Rent 11500 +1000 Maintenance Contact : Saravanan 9 4 4 4 0 7 6 3 1 3 .

## COMMERCIAL SPACE FOR RENT

• **PURASAIWAKKAM**, New Building, 100 Sq.Ft., Ground Floor, Tana Street, Purasaiwalkam. Contact : 98409 37727.

## SALE

• **KILPAUK GARDEN COLONY**, 1250 sq.ft. 3bhk, starts from Rs. 2cr, contact: 98409 44449.

• **PURASAIWAKKAM**, 3000 sq.ft. near perambur railway station old house sale contact 9840091981.

• **THIRUMULLAI VOYAL**, 3349 sq.ft, Thirumullaivoyal, Rs. 1500 per sq.ft. Ct: AKG 9840091981.

• **PURASAIWAKKAM**, near spr city, built up, chargeable-1853(1600 built up, 510 sq.ft pvt terrace), 4th flr, UDS-803sq.ft, 2 car parks, 8yrs old. Rs.1.90cr(Nego) only veg. Ct: 9840091981.

• **NEAR SPR CITY**, 3 Bedroom flat, Built up area 1257sq. ft.,UDS 545 sq.ft., Full furnished house, interior decorated, full storage space provided well lit house Rs. 1.45 Cr. Ct: 9840091981.

• **KELLYS**, 3bhk Flat for sale in Beracah road Kellys , Price 2.1 cr. Contact 96554 06283.

• **ANNANAGAR,back to Chinmaya School, 1.5 ground, Rate 10.5 Crores (fixed), broker excuse, contact : 9 8 4 0 9 3 7 7 2 7 .**

## LEASE

• **PURASAIWAKKAM**, @ Comercial Place 1000 Sq ft. Lease 25 Lakh only contact number 86106 42673. / 63806 89154.

## HOLISTIC TREATMENTS

• Authentic Kerala Ayurveda, Acupuncture and Naturopathy, therapies by Doctors at your Doorstep. First Online Consultation free. Message - 82206 99992.

## C3 FITNESS

• Start your fitness today at vepery - 98840 97333 , 98843 96333/ kilpauk - 9 1 7 6 8 9 9 3 3 3 , 9 1 7 6 8 4 4 3 3 3 .

## WANTED

• Wanted Experience driver to drive innova Crysta and innova for travels in and around purasawakkam contact 9840937727.

**INCOME TAX & ACCOUNTS SERVICES**  
INCOME TAX E-FILING  
FOR SALARY / BUSINESS,  
TDS REFUND CLAIMES,  
TALLY ACCOUNTS  
MAINTENANCE,  
TAX PLANNING &  
LIC POLICY SERVICES  
**99620 95833**  
itaxsolutions2012@gmail.com

• Urgently wanted Part/ Full Time Opportunities Age 30+above Retired Sr.Citizens / VRS / NRI Housewives / Pensioners Ex-ServiceMan / Ex-Bankers 80729 66610.

## TURIYA

• **TURIYA - THE GARDEN STORE IN KILPAUK** "Transcend with Nature," \* Landscaping and garden maintenance \* Balcony garden setups \* Terrace and rooftop garden development \* Vertical garden installation \* Plant stands and interiorscape design & execution Ct: +91-63790 45664.

## THE PODIATREE CLINIC

• Advanced wound healing step by step advance wound care and regenerative therapy centre limb preservation centre now at Kilpauk Millers road Aysha Hospital 4th floor, 91-A, Millers road, Kilpauk, Chennai-10. Ct : 044-42148488 / 78710 38388 / 9597048488 / IVR No.: +91 80716 80821.

## TUITION

• Tuitions for all subjects all boards till 10th & Selective subject 11th & 12th 7 3 5 8 3 7 4 2 6 9 .

• **+1, +2, Chemistry Home Tuitions any time Schedule offered by a teacher specialist in chemistry No fear on equation we are here. check us with demo class. Centum Guaranteed. Ct: 9 4 4 4 9 1 2 5 5 5 .**

**NEW FLATS SALE 2 BHK**  
**CHINDADRI PET**  
(Swaminaickan Street)  
1080 sq.ft.  
(1st, 2nd & 3rd floor)  
No brokers please  
**CALL 98840 32003**

## HAIR STYLIST

• Cut Shop affordable men salon at Purasaiwakkam, Salon opening offer Haricut at Rs.99 and Shave at Rs.49, No.1, Karriappa street, Purasaiwakkam, chennai- 600 007. Contact : 93807 90772.

**Happiness is not measured by the amount of money you have. It is measured by the wonderful people you have in your life.**

**Job Hiring - Urgent Requirement**  
**Field Sales Executive**  
Qualification - Any Degree  
Salary - Upto 20k + incentive  
2-3 yrs Experience  
Strong Communication  
Client Handling & Networking  
Location - Chennai  
**98845 88815**

**THANKS GIVING**  
**May the Sacred Heart of Jesus Be loved adored and glorified throughout the whole world now and forever.**  
**Amen**

**THIS BOX COST Rs.700/-**

**Disclaimer**  
The news and views published in articles and advertisements are fed by different people and advertisers for which the Publisher is not held responsible. Customers are requested to verify themselves well before purchase of goods and utilization of the services offered.  
-Editor

**CLASSIFIED ADVERTISEMENTS**  
**Rental, Sale, Real Estate, Tuitions, Wanted, etc., Rs. 500/- for 20 words only**  
**Also accepted at your Doorstep**  
(Service Charges Rs.50/- Extra)  
All Credit & Debit Cards are also accepted

*Praise the Lord*

**AKG REAL ESTATE**  
**BUYING / SELLING & RENTALS**



**SALE**

- **PERIYAR NAGAR**, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr.
- **VILLIVAKKAM**, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor.
- **GKM COLONY, NEAR LOCO** 1200 sq.ft. Ground 1st & 2nd floor, Rs.2.10 Cr.
- **KOLATHUR**, 2 BHK, 888 sq.ft. Rs. 62 lakhs
- **AVADI**, 5.5 Ground Rs. 1.5cr
- **Near SPR CITY**, 3 Bedroom flat, Built up area 1257sq.ft.,UDS 545 sq.ft., Full furnished house, interior decorated, full storage space provided well lit house Rs. 1.45 Cr.

**Cell : 98400 91981**





**VELAMMAL  
NEXUS**



**VELAMMAL  
VIDYALAYA**

# FELICITATION CEREMONY

## Ashish-The Mount Everest Conqueror



**ASHISH**

YOUNGEST MOUNT EVEREST  
TREKKER FROM VELAMMAL

**CHIEF GUEST**



**D GUKESH**

WORLD CHESS CHAMPION  
(VELAMMAL ALUMNUS)

**DATE: 3-8-2025**

**TIME: 10:00 AM | VENUE: VELAMMAL HALL**

+91 73583 90408

f i x v VelammalNexus