

DIWALI
Special Offer
PICK ANY 3 SERVICE
@699
VERSION
Our Services
HAIR | SKIN | NAIL | BRIDAL | TATTOO
Book Now
6369 29 16 32
62, Jasmine Garden Apartment,
Alagappa Rd, Purasawakkam,
Chennai, Tamil Nadu 600064

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

THE PODIATREE CLINIC
FOOT CARE EXPERTS
@ 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

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR
VOL. XXXI NO. 29 2025 OCT 19 - OCT 25 **1546th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

**The immediate solution of
the active hero, Mr. Paramasivam and
Mrs. Vasanthi Paramasivam**



Mr. S. Paramasivam Anna Nagar North Area Secretary Chennai West District and Mrs. Vasanthi Paramasivam 100th Ward Councilor, together The drainage line problem on 30th Cross Street at the TB Chathiram was immediately repaired and inspected. All the people in the area expressed their heartfelt gratitude.

**If any interesting News & Views in your
area Please Contact : 97104 52204**

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

**NEW BUILDING,
100 SQ.FT., GROUND FLOOR,
TANA STREET,
PURASAIWAKKAM.**

Contact : 98409 37727

DEEPAVALI GREETINGS

We convey our Glittering and Sparkling Deepawali Greetings to all our Readers, Traders and Advertisers. Let the Goddess Lakshmi shower upon you all the wealth and prosperity in the years to come.

Editor

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

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 முடிசுத் திரவதை தடுக்க இறுகக் கட்டவும். விரல் நகங்களை வெட்டி சுத்தமாக பராமரிக்கவும். ச ம ம ய ல ற ய ய ம் , 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 குளிர்ச்சா தனப் 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 செரிமான 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

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 பற்றி 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. கறிவேப்பிலை யி ல் அதிக அளவில் ஆன்டிஆக்ஸிடன்ட்ஸ் நிறைந்துள்ளது. இதனை உண்டு வந்தால் நரை முடி, செல் அழிவு, விரைவில் வயதான தோற்றம் போன்ற பிரச்சினை ஏற்படாமல் தடுக்கும். தினமும் வெறும் இலையினை உண்டு வந்தால் நீரிழிவு நோய், இரத்த அழுத்தம் போன்ற பிரச்சினை ஏற்படாமல் தடுக்கலாம். மேலும் இது இருதய ஆரோக்கியத்தினை பாதுகாக்கவும் உதவும்.

அரைக்கீரை தைலம்

தலைமுடி கருமையாகவும் செழிப்பாகவும் வளர்வதற்கு, அரைக்கீரை விதையை நல்லெண்ணெய் விட்டுக் காப்ச்சிப் பதத்தில் எடுத்து வடிக்கடி வைத்துக்கொண்டு தலைக்குத் தடவிவர வேண்டும். அரைக்கீரை விதை யிலிருந்து

தயாரிக்கப்படும் அரைக்கீரைத் தைலம் மிகவும் அரைக்கீரைத் 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 துரத்தி 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 பாதிக்க பட்டவர்கள், முக்கியமாக அதிக நேரம் வெளியில் பயணங்கள் மேற்கொள்வொர்க்கும், அதிக நேரம் நாற்காலி, 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 புரத்த 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 குட்டில் குடு படுத்தவும். எண்ணெய் காய்ந்ததும் அதில் மிளகு மற்றும் தோல் உரிக்காத பூண்டை போட்டு சில நிமிடத்தில் சூடானதும் அடுப்பில் இருந்து இறக்கி, குடு 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, ஜூரம் உள்ளவர்கள் இதனை முயற்சி செய்ய வேண்டாம்,

முகத்தில் சுருக்கம் மற்றும் பருங்களைப் போக்கும். பலாப்பழம் உண்பதால் கால்சியம் சத்து கிடைக்கும் எலும்புகளின் 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 லைத்தான் (ஒலிவ) மரத்திலிருந்து அது எரிக்கப்படுகிறது. அது கீழ்த்திசையைச் சேர்ந்துமன்று, மேல் திசையை சேர்ந்ததுமன்று. நெருப்பு படாவிட்டாலும் அதன் எண்ணெயும் ஒளி வீசுகிறது. (இப்படி) ஒளிக்கு மேல் ஒளியாக உள்ளது. தான் நாயியோருக்கு அல்லாஹ் தனது ஒளியை நோக்கி வழி காட்டுகிறான். மனிதர்களுக்காக உதாரணங்களை அல்லாஹ் கூறுகிறான். அல்லாஹ் ஒவ்வொரு பொருளையும் அறிந்தவன்.

திருக்குர் ஆன் - அந்நூர் - 24:35



ஒரே 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 வெய்யிலில் காய வைத்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். உலர படுபவர்கள் நாவல் பழத்தை 5 எடுத்து பொடி செய்து தயிருடன் கலந்து சாப்பிட்டு வந்தால் சிறுநீரகக் கற்கள் கரைத்து வெளிவரும்.

காலத்தால் அழியா பொன்மொழிகள்

1. மரணத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதே! நீ இருக்கும்வரை அது வரப்போவதில்லை. அது வரும்போது நீ இருக்கப் போவதில்லை! - விவேகானந்தர்
2. உலகம் உன்னை அறிவதைவிட, உன்னை உலகிற்கு அறிமுகம் செய்துகொள்! - அப்துல்கலாம்.
3. தடம் பார்த்து நடப்பவன் மனிதன். தடம் புதித்து நடப்பவன் மாமனிதன்! - ஃபிடல் காஸ்ட்ரோ
4. 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, பழி 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 -வாயிரார்

மூலிகை மருந்து - கடுக்காய்

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

Sindhi Model Senior Secondary School - Kindergarten Activity Day



Seth P.D. Hinduja Sindhi Model Senior Secondary School organized a vibrant and engaging activity day on 16 October, 2025 for its kindergarten students, spanning classes from Pre-KG to UKG. The event was designed to reinforce classroom learning through play-based experiences, aligning with the school's commitment to holistic and experiential education. The activities were thoughtfully curated to reflect key concepts taught in class. Students enthusiastically participated in a variety of indoor and outdoor games, including concept-linked puzzles, interactive board games, and a life-sized version of Ludo complete with a giant board and dice. These activities not only deepened their understanding of academic themes but also fostered teamwork, motor skills, and joyful learning.

Lighting Up Creativity & Joy



The budding creative stars of Velammal Academy, Nolambur joyfully crafted vibrant lanterns, blending imagination with festive cheer. Their dazzling creations adorn the campus, radiating warmth, colour, and the bright glow of young creativity.

Indian Blackberry



Jamun is a healthy and nutritious fruit that's packed with a variety of nutrients. It's a rich source of antioxidants, calcium, phosphorus, and flavonoids. It also contains other nutrients like sodium, thiamine, riboflavin, carotene, fibre, niacin, folic acid, protein. Jamun can be

consumed in fruit form, made as a juice, or even used in powder form. It can be used in many healthy recipes like salads, and smoothies as it aids in weight loss. Jamun is a very nutritious summer fruit that has a wide range of health benefits. You can eat 100g of Jamun in a day without any health complications to reap its benefits. In terms of Jamun juice, you can have 3-4 teaspoons in a day. Never eat Jambul on empty stomach. Never drink milk after consuming jamun. Do not consume in excess as it may cause body aches and fevers

Wish you Happy Diwali



Centre for Hematological Disease & KARPAGA VINAYAGA POLYCLINIC



Dr.M.Srikanth Muralikrishnan

Senior Consultant Haematologist / Haemato-Oncologist

MD, MRCP (UK) FRC Path (UK), Dip RCPATH (UK), CCT(UK) Haematology

SERVICE OFFERED

- Vaccination
- Wound Dressing
- IV Fluids
- Injections - IV, IM
- Home Care Treatment
- Medicine Door Delivery
- Laboratory
- Sample Home Collection
- Pharmacy

20% DISCOUNT ON ALL GENERAL MEDICINE & DOOR DELIVERY

CBC urea Creatinine LFT hba1c Lipid profile fasting sugar SPECIAL OFFER price 1500/-

Haematologist

Consulting Hours

Monday - Friday 5.30pm to 9.30pm

Saturday 3.00pm to 7.00pm

General Physician

Consulting Hours

Monday - Saturday 4.30pm to 8.30pm

No. 128/73, Varathamal Garden, 3rd Street, Secretariat Colony, Kilpauk, Chennai - 600 010.

Mob : 72001 65148 / 93447 46688

address : No.1, Damodaran Street, Kellys, Chennai - 600 010. phone : 044-26442454, 45546430.

ரிஷாப் பிசியோதெரபி மையம் RISHAB PHYSIOTHERAPY CENTRE



FACILITIES:

- REHABILITATION
- BACK PAIN
- KNEE PAIN
- CERVICAL PAIN
- SHOULDER PAIN
- ARTHRITIS
- PAIN MANAGEMENT
- PRE & POST OPERATIVE CARE
- MUSCULO SKELETAL PROBLEMS
- POSTURE CORRECTION
- STRENGTH TRAINING
- INJURY PREVENTION
- YOGA
- ERGONOMICS

FOR APPOINTMENTS CONTACT: 95518 38162

No.2, Old # 28, New # 30/1, Near Mahalakshmi Chat, Kariyappa Street, Purasawakkam, Chennai - 600 007.

If any interesting News & Views in your area Please Contact : 9710452204

Postal Life Insurance Agents in Chennai North Division – Interview date : 23.10.2025

Engagement of Postal Life Insurance Agents in Chennai North Division-Invitation to Eligible Candidates for Interview. The Postal Department, operating under the direct control of the Government of India, s undertaking several new initiatives to promote Postal Life Insurance (PLI) and Rural Postal Life Insurance (RUPLI) policies among the public. To support this initiative, the department plans to utilize the talents of youth, self-employed individuals, retired government employees,

and persons with disabilities to spread the benefits of The Postal Life Insurance scheme to the public. Accordingly, interviews will be conducted for recruitment. Interview Details: Date: 23.10.2025, Time: 3:00 PM, Venue: Annanagar Sub Post Office (near Annanagar Tower Metro Station), Chennai-600040. Required Basic Qualifications: Educational Qualification: Minimum pass in 10th standard. Age Limit: 18 years and above. Instructions for Candidates Attending

Interview: Candidates wishing to participate in the interview should bring three passport-sized photographs, the originals and two copies of age proof, address proof, and educational certificates. For more information about this opportunity, please contact the Senior Superintendent of Post Offices, Chennai City North Division, Chennai-8 at 044-28273635 / 89259 42925. K.Lekshmanan Pillai Senior Superintendent of Post offices, Chennai City North Division, Ch-8.

Sindhi Model Senior Secondary School - Diwali Celebrations

Seth P.D. Hinduja Sindhi Model Senior Secondary School celebrated Diwali on 17 October 2025 with great enthusiasm. The event began with a prayer, followed by speeches in Tamil and Hindi by primary students. A puppet show narrated the story of Lord Ram, connecting

it to the significance of Diwali. Students also showcased a ramp walk in traditional attire and performed festive dances. Middle and higher school students delivered speeches in English and Tamil, and entertained the audience with a Diwali-themed skit, dance

performances, a quiz, and a stand-up comedy act. The celebration beautifully blended tradition, creativity, and student participation, making it a memorable occasion for all. address : No.1, Damodaran Street, Kellys, Chennai - 600 010. phone : 044-26442454, 45546430.

PLOT FOR SALE

2460 Sq.ft., Frontage 47 Feet,
Poonamallee High Road, **Arumbakkam**,
Near Kia Car Showroom,
8cr Negotiable.

Contact : 98409 37727

Lifeline Multispeciality Hospitals
Honoured as Best Hospital in Tamil Nadu
for Bariatrics & Gastroenterology



A proud moment for Chennai! **Lifeline Multispeciality Hospitals**, Kilpauk, has been honoured with the **Best Hospital in Tamil Nadu for Bariatrics and Gastroenterology** at the prestigious **Times Healthcare Achievers Awards 2025**, presented by The Times of India and The Economic Times. The award ceremony was held on **27th September 2025** at **ITC Grand Chola, Chennai**, where **Dr. J.S. Rajkumar**, Chairman and Chief Laparoscopic Surgeon, and **Dr.**

AnirudhRajkumar, Joint Managing Director, received the award from **Mr. SaiDoma**, Director - Response, BCCL, and **Mr. Manikantan** Nair, Associate Vice President - Response, BCCL. This recognition marks a significant milestone in Lifeline's 28-year journey of excellence in healthcare — pioneering minimally invasive and bariatric surgeries, delivering trusted gastroenterology care, and transforming countless lives through surgical innovation and compassion. Expressing gratitude,

Dr. JS Rajkumar said, "This honour belongs to our entire team and the Lakhs of patients who have placed their faith in Lifeline. It is their trust that keeps us moving forward with dedication and integrity." With this award, Lifeline Multispeciality Hospitals reaffirms its mission — "Healing with Heart, Innovation with Integrity." For appointments Call: 9677 222333, Website: www.thelifelinehospitals.com Location: 47/3, New Avadi Road, Kilpauk, Chennai.

Velammal Matric. Hr. Sec. School



Velammal Matric. Hr. Sec. School proudly celebrates the success of its students who brought laurels to the institution by winning Gold Medals in both the Under-18 and Under-12 categories at the 3rd National School Team Chess Championship 2025, held at Shimla, Himachal Pradesh. Their teamwork, dedication, and strategic excellence made the school proud on the national stage.

Version Unisex Salon



Discover your hidden version with our exclusive range of hair, skin, nail and bridal grooming services step in for an all new enchanting experience with exciting offers at affordable costs at Version salon. Contact us : Choolaimedu – 9751939495, Purasaiwalkam – 6369291632. Address : G2, Jasmine Garden Apartment, Alagappa Road, Purasaiwakkam, Chennai – 600084.

Radhatri Nethralaya conducted its 13th
annual Diwali workshop on first aid for
firecracker injuries to the eyes



Radhatri Nethralaya conducted its 13th annual Diwali workshop on first aid for firecracker injuries to the eyes on 14/10/2025 at its main branch in T. Nagar. 110 school students and 37 teachers from 37 schools in Chennai attended and benefited from the

hands on workshop conducted by Dr. Vasumathy Vedantham, Medical Director, Radhatri Nethralaya. The students enacted out several scenarios of cracker injuries under her expert guidance. All the participating students

received certificates of participation, pamphlets to be distributed in their respective shools and first aid kits from the hands of the chief guest Smt. Archana Ramasundaram, IPS (Retd), ex DGP, Former member Lokpal. Dr. Praveen Krishna, Medical Director Radhatri Nethralaya and Mr. Niranjn Solanki, President, Shree Mahaveer International also graced the workshop with their presence. The chief guest Smt. Archana, gave an inspiring speech on importance of discipline in daily life and staying safe to the attending students.

Velammalians All Set for a Green and
Safe Diwali!



The students of Velammal Academy, Nolambur, Chennai – 95, attended a live fire safety demonstration led by the Tamil Nadu Fire and Rescue Services team in the school premises. The session raised awareness on the safe handling of firecrackers , highlighted the importance of celebrating Diwali with Crackers of kindness & letting every lamp show how much we care for Green Diwali & Green earth beyond compare.

அஇஅதிமுக 54வது ஆண்டு கழகத் தொடக்க விழா மற்றும் 100வது கிழக்கு வட்டம் அலுவலக திறப்பு விழா



அனைத்திந்திய அண்ணா திராவிட முன்னேற்ற கழகம் 54வது ஆண்டு கழகத் தொடக்க விழா மற்றும் 100வது கிழக்கு வட்டம் அலுவலக திறப்பு விழாவை முன்னிட்டு அன்னதானம் மற்றும் நலத்திட்ட உதவிகள் 17.10.2025 அன்று வழங்கப்பட்டது. கழக நிரந்தர பொதுச் செயலாளர் தமிழகத்தின் புரட்சி நாயகன் முன்னாள் முதல்வர் சட்டமன்ற எதிர்க்கட்சித் தலைவர் மாண்புமிகு எடப்பாடி K.பழனிச்சாமி அவர்களின் நல்லாசியுடன், தி நகர் மண்ணின் மைந்தன் இளைஞர்களின் கதாநாயகன் பாசுமிகு அண்ணன் தி.நகர் B.சத்யா B.Com, Ex.MLA (தென் சென்னை வடக்கு மேற்கு மாவட்ட கழக செயலாளர்) அவர்களின் தலைமையில் மற்றும் G.ராஜ்குமார் (அண்ணா நகர் வடக்கு பகுதி கழக செயலாளர்), நிகழ்ச்சி ஏற்பாட்டாளர் R.ராஜ்குமார் B.A., LLB 100வது கிழக்கு வட்ட கழக செயலாளர், V.தினேஷ்குமார் B.C.A (இளைஞர் அணி அண்ணா நகர் வடக்கு பகுதி), அமைப்பு A.விஜயகுமார் 100வது கிழக்கு அம்மா பேரவை வட்ட செயலாளர்.

The Kindergarten students of Velammal Academy



The Kindergarten students of Velammal Academy, Nolambur joyfully celebrated Shape-O-Fest with great excitement. The classrooms came alive with colorful decorations and creative displays of circles, triangles, squares, and more. Children participated in fun activities like the Shape Hunt, sorting games, and craft-making, learning about shapes through play. The event made learning truly exciting and memorable for all the young learners.

Velammal Vidyalaya West Celebrates a World Record Achievement



Velammal Vidyalaya West celebrates the historic achievement of Master Puviatral of Class VIII, who has created history by completing a world record swim from Thalaimannar to Dhanushkodi in 9 hours and 11 minutes. He is the first Paralympic swimmer to achieve this remarkable milestone. This extraordinary feat is a testament to his unwavering determination, courage, and passion for swimming. The Management congratulates Puviatral for bringing pride and honour to the school and the nation.

Clock tower not working @ Doveton



In Purasaiwalkam, the painting work and the clock was not work in a proper condition. Doveton clock tower is a landmark for that area. Recently Chennai corporation undertaken the work were finished beautifully but now take necessary steps immediately.

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

Purasaiwalkam Doveton Brodge Under the Construction



Past few months, purasaiwalkam, doveton bridge under the construction stage. People are much excited to see the new bridge plan. Our reporter collect the plan image to show the public through our purasaitimes Newspaper.

MCC Higher Secondary School – “Laser 2025” Inter-District Science Exhibition



Velammal Matric. Hr. Sec. School proudly celebrates the success of its students who brought laurels to the institution by winning Gold Medals in both the Under-18 and Under-12 categories at the 3rd National School Team Chess Championship 2025, held at Shimla, Himachal Pradesh. Their teamwork, dedication, and strategic excellence made the school proud on the national stage.

Bison – Review



Mari Selvaraj’s *Bison* roars with emotion and conviction, reaffirming his place as one of Tamil cinema’s most fearless and heartfelt storytellers. Staying true to his grounded filmmaking ethos, Mari weaves a story that merges social awareness, caste dynamics, and the ethos of kabaddi into a stirring portrayal of defiance, dignity, and perseverance. The film doesn’t chase cinematic gloss; instead, it thrives on honesty and emotion, leaving a lasting impact long after the credits roll. The narrative revolves around a young kabaddi player whose dreams are clouded by the injustices of caste discrimination and generational prejudice. Through Mari’s nuanced lens, the sport transforms

into a metaphor — each tackle and point scored represents endurance, equality, and the pursuit of self-respect. The climax, both raw and poetic, encapsulates the film’s core message about reclaiming identity through resistance and unity. Dhruv Vikram delivers a breakthrough performance that is as physical as it is emotional. His portrayal brims with intensity, vulnerability, and quiet power. Whether grappling with internal doubts or societal hurdles, Dhruv breathes authenticity into every scene, portraying a protagonist who fights battles far deeper than just on the kabaddi field. It’s a career-defining turn that proves his maturity as an actor. Pasupathi once again anchors the film with gravitas,

while Rajisha Vijayan delivers a performance filled with empathy and strength. Anupama’s delicate yet focused acting adds texture to the story’s emotional layers, enriching its ensemble energy. Cinematographer Ezhil’s lens masterfully captures rural textures — the earth tones, sprawling fields, and the pulse of village life — with visual poetry. Nivas K. Prasanna’s music beautifully complements these visuals, amplifying both triumph and heartbreak without excess. Together, they enhance Mari’s vision with a powerful sensory rhythm. Though *Bison* carries undertones of social commentary, its storytelling remains deeply human. Mari ensures the political never overshadows the personal — instead, he fuses them in a way that feels organic and relevant. Ultimately, *Bison* stands as a moving tribute to resilience, equality, and the indomitable human spirit. It’s not just a film about kabaddi; it’s a cinematic anthem for those who rise above barriers to claim their worth.

Vishal, Sundar C reunite for a new film



Actor Vishal is set to collaborate once again with director Sundar C and actress Tamannaah Bhatia for an upcoming action entertainer, reuniting the successful trio after their 2019 film *Action*. The project, which will reportedly be produced by Benz Media, is expected to go on floors in December following a traditional pooja launch ceremony. Vishal, who is currently wrapping up filming for *Magudam*, will begin shooting for the new film

immediately afterward. The team is targeting to complete production in the early months of 2026, with a theatrical release planned for the summer season. According to industry sources, Tamannaah was finalized as the female lead in September, marking her third outing with Vishal after *Action* and *Kaththi Sandai*. Their on-screen pairing, known for high-energy performances and vibrant chemistry, is among the key

highlights that fans are anticipating. For director Sundar C, this venture will serve as a return to commercial action filmmaking, even as he continues work on *Mookuthi Amman 2* starring Nayanthara. The upcoming project also marks his third team-up with Vishal, after *Aambala* (2015) and *Action* (2019). While there are reports suggesting that HipHop Adhi might compose the music for the yet-untitled film, official confirmation is still awaited. A promotional video and detailed announcement about the film’s title and crew are expected to be released soon. With this reunion, expectations are high for another stylish, fast-paced entertainer that blends Sundar C’s signature commercial flair with Vishal’s charisma and Tamannaah’s star power.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

Others is a medical crime thriller



The much-anticipated medical thriller *Others*, directed by Abin Hariharan, is scheduled to hit theaters on November 7. The film features debutant Aditya Madhavan as a cop investigating crimes and irregularities related to IVF treatment,

alongside Gouri G. Kishan who plays a doctor, and Anju Kurian as a fellow police officer. The ensemble cast also includes Munishkanth Hareesh Peradi, Nandu Jagan, Mala Parvathy, and Vinoth Sagar. Produced by Grand Pictures with music by Ghibran Vaibodha, the film promises a gripping narrative exploring medical malpractice and criminal investigations. With talented actors and a compelling storyline, “*Others*” aims to engage audiences interested in crime thrillers with social relevance.



WEAR MASK
STAY HOME
STAY SAFE

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**, No.33, New 80, Venkatesabaktan St. Purasaiwakkam, 600 sq.ft. 2 BHK (small) Rs.15000/- ground floor, seperate EB, small christian family only, two wheeler parking, ct : 94444 15256.

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

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

PLOT FOR SALE

• 2460 Sqft, Frontage 47 Feet, Poonamallee high road, Arumbakkam, Near Kia Car Showroom, 8cr Negotiable. Contact, 9840937727.

SALE

• **KELLYS**, 2 BHK flat for sale, Medavakkam Tank Road, Kelly's, Prime Location, 1.8 cr., 900 sq.ft. 2Toilets, Fully Furnished, Lift, Backup facility, 1 balcony, covered car parking. ct : 73586 57258 / 85538 64888.

• **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.

• **PURASAIWAKKAM**, Purasawalkam Main Road, Nr Madhar Sha, RESIDENTIAL / COMMERCIAL, 2BHK, 1st flr, Lift, 1250 Sqft, UDS 434 sq.ft., at low price, Ct : 98844 59782.

• **VILLIAKKAM**, 32700 square feet individual building with car parking rending every month rupees 80000 site at Villivakkam MTH road near mahesh restaurant behind ground 3 portions 1st floor 5 portions 2nd floor 2 portions rental going they are looking for sale per square feet 11k. 16 feet road south facing 80x26, Ct: AKG 9840091981.

• **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 .

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.

JOCKEY MARUDHAR ENTERPRISES

• Now open at Purasawalkam kariyappa Street innerwear nightwear and active wear for Mens and women

RENTAL

Apartments available for Rent at Nethaji Nagar, near Montessori School, Athipattu, Chennai. 3nos 1BHK and 1no 2BHK Inspection only on Sundays after 9AM.

93633 01374

contact 98404 77009, 98407 19558.

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.

CHENNAI METROPOLITAN CO OPERATIVE SOCIETY

• ALL KINDS OF LOAN AVAILABLE. ADDRESS: NO 50, RITHERDON ROAD, VEPERY, CHENNAI -600 040 CT: 044- 2532 1795/ 2532 5494 / 2532 3366 / 2642 0540.

Love without condition

Learn to love without condition.

Talk without any bad intention.

Donate without any reason and reservation.

And most of all, Care for others without any expectations.

Wear Mask & Keep Maintain Distance

NEW FLATS SALE 2 BHK

CHINDADRI PET (Swaminaickan Street) 1080 sq.ft. (2nd & 3rd floor) No brokers please

CALL 98840 32003

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

VISIT OUR WEBSITE : WWW.PURASAITIMES.COM FOR OUR CURRENT ISSUE.

REAL ESTATE SELLING

PERIAMET Commercial Building, Perianna Maistry St, Land : 647 sq.ft. Built up : Ground to 3rd Floor, 3000 + sq.ft. Rs. 2.20 Cr, Rental Income Monthly Rs.50,000/-

GALAXY HOMES 98408 81414

RENTAL

Vepery Baker's Street Duplex 3 bedroom with two attached and one common bathroom flat with covered car parking at ground floor.

80950 00799

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/-

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.
- 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

எமது வாடிக்கையாளர்கள் அனைவருக்கும் இனிய **தீபாவளி** நல்வாழ்த்துக்கள்

மக்கள் சேவையில் 113 ஆண்டுகள்



சென்னை பெருநகர கூட்டுறவு வீட்டு வசதி சங்கம் லிட், எண் : 900

எண். 50, ரித்தர்டன் ரோடு, வேப்பேரி, சென்னை - 600 007.



**Hire New
METRO
MARRIAGE MAHAL**
@ Madhavaram
(Near Moolakadal)
Very Reasonable
Rent with all Amenities

THE CHENNAI METROPOLITAN
CO-OPERATIVE HOUSING SOCIETY'S
MARRIAGE MAHAL



வைப்பு தொகை

காலம் வட்டி
12 மாதம் - 24 மாதம் 8.25% P.A.
25 மாதம் - 36 மாதம் 8.50% P.A.
முதியவர்களுக்கு 0.50% கூடுதல்
வட்டி வழங்கப்படும்.

வீடு அடமான கடன்

வட்டிவிகிதம் 12% P.A.
அதிகபட்ச கடன் தொகை
Rs 25 LAKHS
கடனுக்கான காலம்
10 Years

நகை கடன்

கிராமுக்கு Rs.6000/-
@ வட்டிவிகிதம் 10.25% P.A.
அதிகபட்ச கடன் தொகை
Rs 20 LAKHS

CMDA / DTCP

அங்கீகாரம் பெற்ற வீட்டு
மனைகள்
7% பத்திர பதிவு விலக்குடன்
மனைக்கான
வங்கி கடன் வசதி
உண்டு



**வைப்பு
தொகைக்கான
அதிகபட்ச வட்டி**

9%

**பாதுகாப்பு
பெட்டக
வசதி**

Rs.1630 ச.அடி



**METRO OMR
CASTLE CITY**
@ வெண்பேடு
(கோம்பாக்கம் அருகில்)

சென்னை பெருநகர கூட்டுறவு வீட்டு வசதி சங்கம் லிட், எண் : 900

எண். 50, ரித்தர்டன் ரோடு, வேப்பேரி, சென்னை - 600 007.

Tel No: 044 - 2532 1795 / 2532 5494 / 2532 3366 / 2642 0540

www.chennaiMetroCoopHousing.com

www.metroomrcastlecity.com / Email : cmchs1912@gmail.com