

**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**  
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](http://www.podiatreeclinic.com)

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR  
VOL. XXXI NO. 22 2025 AUG 31 - SEP 06 **1539th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

## Unsafe Towing Sparks Chaos at Dasaprakash Signal



Commuters at the busy Dasaprakash signal were left frustrated as traffic came to a standstill when a vehicle was being towed away without proper safety measures.

Eyewitnesses reported that the towing was done in a haphazard manner, causing major disturbance to motorists and pedestrians alike. With vehicles stranded

on the congested stretch, tempers flared as honking and confusion filled the air.

"The way the vehicle was pulled in the middle of peak traffic without caution created panic. It could have caused an accident," said a daily commuter.

Residents and road users are demanding stricter enforcement of road

safety protocols and proper coordination during vehicle removal to prevent such reckless practices in the future.

Civic activists have also urged the authorities to ensure that towing operations are carried out with adequate equipment and traffic control, to safeguard both road users and pedestrians.

**Follow us now**

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

**CALL US TO FIND OUT MORE**

**Vepery**  
11, Ritherdon Rd, Vepery, Purasaiwakkam,  
Chennai, Tamil Nadu 600007  
**9884097333 ; 9884396333**

**Kilpauk**  
No : 17, Lakshmi Street, New Avadi Rd,  
Kilpauk, Chennai, Tamil Nadu 600010  
**9176899333 ; 9176844333**

**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**



## கட்டிகளை கரைக்கும் சப்பாத்திக்

### கள்ளி

நாகதாளி எனப்படும் சப்பாத்தி கள்ளியின் மருத்துவ பயன்பாட்டுக்கு மிக முக்கிய காரணம், இதி உள்ள கால்சியம், பொட்டாசியம், பாஸ்பரஸ், மெக்னீசியம் போன்ற சத்துக்களும் உயர்தரமான நார்ச்சத்தும் தான். உடலில் உள்ள அனைத்து கட்டிகளையும் கரைக்க இவை பயன்படுகிறது. வெயிலில் ஏற்படும் நாவரசிக்கும், வெய்யில் ஏற்படுத்தும் உடல் சோர்வை போக்கவும் உஷ்ணத்தை குறைக்கவும் இந்த சப்பாத்திக் கள்ளி பழம் உதவி புரியும். நாகதாளி பழத்தை சாப்பிட்டு வந்தால் குரல்வளை, பித்தப்பை, மலக்குடல் சார்ந்த அனைத்து குறைபாடுகளும் நீங்கும். காச இருமல், இரத்தம் குக்குதலும் தீரும். ஞாபக மறதி எனப்படும் அல்லைமர் நோய்க்கு இது மருந்தாக பயன்படுத்தலாம். இந்த பழத்தை தொடர்ந்து எடுத்துக்கொள்ளுவதால் கண் பார்வை கூர்மையாகிறது. சாப்பாத்திக் கள்ளி பழத்தில் உள்ள உயர்தரமான நார்ச்சத்தால் உடலில் இருக்கும் தேவையற்ற கொழுப்புகளை கரைத்து

வெளியேற்றி உடல் பருமனை குறைக்கிறது. சப்பாத்திக் கள்ளியை நன்கு பசையாக்கி சிறிது விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி வீக்கம், வலி கண்ட இடத்தில் மேற்பூச்சாகப் பூசி வைக்க விரைவில் வீக்கம் வற்றும் வலியும் விலகும். சப்பாத்திக் கள்ளியை முட்கள் நீக்கி சுத்திகரித்து பசையாக்கி 20 கிராம் அளவில் தினமும் இருவேளை சாப்பிட்டு வர உஷ்ணமாக மலம் வெளியேறுதல் மற்றும் மாதவிலக்கு நிற்கும் காலத்தில் ஏற்படும் பல்வேறு தொல்லைகள் இல்லாமல் போகும். முட்களுள்ள சப்பாத்திக் கள்ளியின் இலைத்தண்டை பிளந்து, வெளிப்புறமுள்ள முட்களை நீக்கி, உட்புறமாக சிறிது மஞ்சளை தடவி, அனலில் வாட்டி, கட்டிகளின் மேல் இறுக்கமாக கட்டி வைத்து வர ஆரம்ப நிலையிலுள்ள கட்டிகள் விரைவில் உடைந்து புண் எளிதில் ஆறும். புண் ஆற தாமதமானால் மஞ்சளை தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்த தடவி வர விரைவில் குணமுண்டாகும்.

## மத்தி மீனில் இருக்கும் நன்மைகள்...!

தமிழகத்தில் அதிகளவு கிடைக்கும் மீன்களில் ஒன்றான மத்தி மீனில் ஏராளமான நன்மைகள் உள்ளது. தமிழக கடலோர பகுதிகளில் அதிகளவு கிடைக்கும் மத்தி மீன், கோள மாநிலத்திற்கு பெரும் அளவில் ஏற்றுமதி செய்யப்படுகிறது. மனித உடல் வளர்ச்சிக்கும், ஆரோக்கியத்திற்கும் மிகவும் அவசியமாக தேவைப்படும் புரதச்சத்து மீனில் அதிகம் உள்ளது. மத்தி மீன்களில் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு தேவையான கொழுப்பு, வைட்டமின்கள், தாதுச்சத்துக்கள் உள்ளது. 100 கிராம் மத்தி மீனில் புரதச்சத்து 20.9 கிராமும், கொழுப்பு சத்து 10.5 கிராமும், சாம்பல் சத்து 1.9 கிராமும், நீர்ச்சத்து 66.70 கிராமும்

உள்ளது. மத்தி மீன்களில் "ஒமேகா 3" கொழுப்பு அமிலம் அதிகம் உள்ளதால் கிளிசரைடுகள் அளவை குறைத்து இதய நோய் ஏற்படும் வாய்ப்பை குறைக்கிறது. தோல் நோய், மூளை மற்றும் நரம்பு நோய்கள், வயதானவர்களுக்கு ஏற்படும் மன அழுத்தம், ஆஸ்துமா, முடி உதிர்தல் ஆகிய நோய்கள் வரும் வாய்ப்பை குறைக்கும். சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள், மத்தி மீன் சாப்பிட்டால் நோய் எதிர்ப்பு திறன் அதிகரித்து ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவை கட்டுப்படுத்தலாம் மத்தி மீன்களில் கால்சியம் அதிகம் இருப்பதால் எலும்புகளின் வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது. மேலும் பாஸ்பரஸ் சத்தினால் எலும்புகளுக்கு வலிமை தருகிறது.

## கொலஸ்ட்ராலால் ஏற்படும்

### ஆபத்துகள்!

கொலஸ்ட்ரால் என்பது இரத்தத்தில் உள்ள ஒரு விதமான கொழுப்பின் சிறுசிறு துகள்கள் ஆகும். இந்த மெழுகு போன்ற பொருள் ஒரு சங்கிலியால் ஆன பேட்டி ஆஸிட் ஆகும் இதில் 27 கார்பன் அணுக்கள் உள்ளன. கொலஸ்ட்ராலுக்கு உடலில் மிக முக்கியமான வேலை உண்டு. ஏனெனில் அலை செல் சுவர்களின் ஒரு பகுதியாகவும், நரம்புகளைச் சுற்றியுள்ள பொருள்கள், மூளை செல்கள் ஆகியவைகளின் பகுதிகளாகவும் இருக்கின்றன.

இந்த மாலிக்கூல் இல்லை என்றால் உயிர் வாழ்வதென்பது நினைத்துப் பார்க்க முடியாத ஒன்றாகும். கொலஸ்ட்ரால் உடலுக்கு

அவ்வளவு முக்கியத் தேவையான ஒன்றாகும். ஆதலால் உடலுக்குத் தேவையான மிகக்குறைந்த அளவு கொலஸ்ட்ராலைக் கல்லீரல் தயாரிக்கும் தகுதி உடையது. ஆனால் இந்த மாலிக்கூல் தேவைக்கு அதிகமாக உடலிலோ அல்லது இரத்தத்திலோ இருந்தால் அதிகப்படியான கொலஸ்ட்ரால் இதய இரத்தக் குழாய்களில் படிந்து அடைப்புகளை ஏற்படுத்துகிறது. இதயம் மட்டுமின்றி அதிகப்படியான கொலஸ்ட்ரால் மூளையில் உள்ள இரத்தக் குழாய்களிலும், காலில் உள்ள இரத்தக் குழாய்களிலும், தோலின் அடியிலும் கண்ணுக்குக் கீழும் படிந்து பாதிப்பினை ஏற்படுத்துகிறது.

## என்னென்ன பழம் சாப்பிட்டால்

### என்னென்ன பயன் விளையும்?

ஆப்பிள்: ஒரு நாளைக்கு ஒரு ஆப்பிள் என எடுத்துக் கொண்டால், நோயின்றி வாழலாம். ஆப்பிளில் விட்டமின் சி சத்து குறைவாக இருப்பினும், அதில் உள்ள antioxidants, flavonoids போன்றவை இந்த விட்டமின் சி சத்துக்களை மேம்படுத்துவதால், பெருங்குடல் புற்று நோய், மாரடைப்பு, பக்கவாதம் போன்ற ஆபத்துக்களை ஆப்பிள் குறைக்கிறது. ஆரஞ்சு: இனிப்பானது ஒரு நாளைக்கு 2-4 ஆரஞ்சு எடுப்பது ஐஸ் தோஷத்தை விலக்கும். கொழுப்பைக் குறைக்க உதவும். மேலும் சிறுநீரகக் கற்களைக் கரைப்பதோடு, கற்கள் வராமலும் தடுக்கும். அதனுடன் பெருங்குடல் புற்றுநோயின் ஆபத்தினைக் குறைக்கிறது. தர்பூசணி: மிகவும் குளிர்ச்சியான ஒரு தாகம் தீர்ப்பான். 92% தண்ணீர்ச் சத்துக்களையுடையது. மேலும் இந்தப் பழத்தில் மாபெரும் அளவில் Glutathione இருப்பதால், அது நம் உடம்பின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்க உதவுகிறது. மேலும் இது lycopene. என்னும் புற்று நோயை எதிர்த்துப் போராடும் ஒரு oxidant இன் முக்கிய ஆதாரமாகவும் உள்ளது. தர்பூசணியில் உள்ள மற்ற சத்துக்கள் விட்டமின் சி, பொட்டாசியம் ஆகியவை. கொய்யா & பப்பாளி: இவை இரண்டுமே விட்டமின் சி நிறைந்தது உயர் விட்டமின் சி கொண்ட பழங்களை உண்டால் சந்தேகத்துக்கிடமின்றி உடல் நலம் பெறும். கொய்யாபழம்

நார்ச்சத்து அபரிமிதமாக உள்ளதால், மலச்சிக்கலைத் தடுக்க உதவுகிறது. பப்பாளிப்பழம் கரோட்டீன் சத்துக்கள் நிறைந்ததுள்ளதால் கண்களுக்கு மிகவும் நல்லது. கிவி பழம்: இது ஒரு சிறிய ஆனால் வலிமை மிகுந்த பழம். இப்பழம் பொட்டாசியம், மக்னீஷியம், விட்டமின் ஈ மற்றும் நார்ச்சத்துக்கள் நிறைந்த ஓர் நல்ல பழம். ஆரஞ்சுப் பழத்தை விட விட்டமின் சி சத்து கிவி பழத்தில் இரண்டு மடங்கு அதிகம் உள்ளது. ஸ்ட்ராபெர்ரி: பாதுகாப்பு தரும் பழம். இந்தப் பழத்தில் மற்ற எல்லாப் பழங்களையும் விட, மொத்த Antioxidant சக்தி இருப்பதால், இது நம் உடலில் சுதந்திரமாய் கட்டுப்பாற்று பல்கிப் பெருகும் அடிப்படைக் கூறுகளால் (free radicals) இரத்த நாளங்களில் அடைப்பு, புற்று நோய்க் காரணிகள் பெருகுதல் முதலியவை ஏற்படாமல் நம்மைப் பாதுகாக்கிறது. உணவிற்குப் பிறகு சாதாரண நல்ல குடிநீர் அருந்தலாம். ஆனால் குளிர்ந்த தண்ணீர் அல்லது குளிர்ந்த பானங்கள் அருந்துவது புற்று நோயை உண்டாக்கும். ஆகவே உணவு உண்டபின் மிதமான சுடுநீர் அருந்துவது நல்ல ஜீரணத்தை உண்டு பண்ணும். கொழுப்பையும் குறைக்கும். அசைவ உணவு உண்ட பின் கண்டிப்பாக குளிர்ந்த பாணங்கள் அருந்துவதைத் தவிர்க்கவும். அசைவ உணவு உண்பதற்கு ஒரு மணி நேரத்திற்கு முன்பு ஏதாவது பழச்சாறு அருந்திவிட்டு அசைவ உணவு உண்டால், வாயுத் தொல்லை ஏற்படாது.

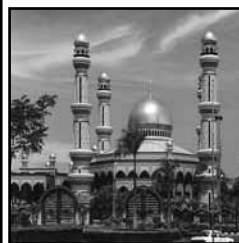
## பழங்களில் சிறந்தது கொய்யாப் பழம்

கொய்யா பழமானது உண்மையில் ஊட்டச்சத்துக்களின் இருப்பிடம். கொய்யா பழம் வைட்டமின் சி, லைக்கோபீனே மற்றும் தோலிற்கு நன்மை பயக்கும் உயிர் வளியேற்ற எதிர்ப்பொருள் (ஆண்டிஆக்ஸிடண்ட்) அதிக அளவில் கொண்டுள்ளது. கொய்யாப் பழங்களை நாள்தோறும் உண்ணலாம். ஆரஞ்சுப் பழத்தில் இருக்கும் வைட்டமின் 'சி' அளவினைவிட நான்கு மடங்கு அதிக அளவு வைட்டமின் 'சி'யினை கொய்யாப் பழம் கொண்டுள்ளது. வைட்டமின் 'சி' நோய் எதிர்ப்புத் திறனை அதிகரிப்பதுடன் சாதாரணமான நோய்கள் மற்றும் நோய்க்கிருமிகளின் தொற்றலிருந்து

பாதுகாக்கிறது. கொய்யாப் பழம் சாப்பிடுவதனால் புரோஸ்டேட் புற்றுநோய் அபாயம் குறைவதாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. மேலும் இவற்றில் லைக்கோபீனே நிறைந்துள்ளதால் மார்க்புப் புற்றுநோய் செல்கள் அழிக்கப்படுகின்றன. கொய்யாவில் நிறைந்துள்ள நார்ச்சத்தின் மூலமாகவும் மற்றும் குறைந்த கிளைசிமிக் குறியீட்டின் காரணமாகவும் சர்க்கரையின் அளவு திடீரென உயர்வது தடுக்கப்படுகிறது. மேலும் அதிக அளவில் நார்ச்சத்தினை உள்ளடக்கி உள்ளதால் சர்க்கரையின் அளவு நன்கு ஒழுங்குபடுத்தப்படுகிறது. ஆகவே நாள்தோறும் ஒரு கொய்யாப் பழம் சாப்பிடலாமே!



வழிகளினின்று திரும்புங்கள்,"



அவர்களுக்கு ஏமாற்றத்தையே வாக்களிக்கிறான். அவர்கள் தங்குமிடம் நரகம். அதிலிருந்து தப்பிக்கும் வழியை அவர்கள் காணமாட்டார்கள்.



புரீமத் பகவத் கீதை அத் 18:11

தாம் இருக்கும் வரையில் கர்மமும் உண்டு. மூச்சு விடுவதே கர்மம். சுவாசிக்காது யார் வாழ முடியும்? உண்பது கர்மம்: உறங்குவது கர்மம். ஆக உடல் எடுத்தவனுக்குக் கர்மத்தை விடுதல் என்பது வெறும் பேச்சு. கர்மத்தை விட முயல்பவன் தன்னைத் தானே ஏமாற்றிக்கொள்கிறான். மற்று, கர்மத்தை பற்றற்றுச் செய்ய வேண்டும். விவேகி ஒருவனது விவேகத்துக்கு ஏற்றவாறு பற்றற்றுக் கர்மம் செய்கிறான். அவரவர் கர்மத்தை பற்றற்றுச் செய்ய வேண்டும். கர்மத்தை மனிதன் நீத்துவிட முடியாது. கர்மத்துக்குத் தான் கர்த்தா எண்ணும் எண்ணத்தை நீத்து விட வேண்டும். அப்படிச் செய்கிறவனே தியாகியாகின்றான். பற்றற்றவனுக்கு வினைப்பயன் இல்லை.

## மருதாணியின் மருத்துவ குணங்கள்...!

மருதாணியின் முழுத்தாவரமும் மருத்துவ பயன் உடையவையாகும். இவற்றின் இலைகள், பட்டை, மலர், கனிகள் போன்றவை மருத்துவ பயன்களை கொண்டது. மருதாணி இலையை கைகளில் வைப்பதால் பல்வேறு பயன்கள் கிடைக்கின்றன. மருதாணி இலைகள் தசை இறுக்கும் தன்மை கொண்டது. அதிக இரத்தப்போக்கினை தடுக்கும். மாதவிடாய் சுலபமாய் இருக்க உதவும். பெண்களின் வெள்ளைப்படுதல் மற்றும் மாதவிடாயில் அதிகப்படியான இரத்தப்போக்கு ஆகியவற்றை தீர்க்கும்.

கால் எரிச்சலைத் தடுக்க இலைகளை அரைத்து பசையாக வைப்பதின் மூலம் அவற்றை சரிசெய்யலாம். தொண்டை கரகரப்புக்கு கொப்பளிப்பு நீராகும். இலைகளின் வடிசாறு, அல்லது கசாயம் வயிற்றுப்போக்கு மற்றும் சீதபேதியினை கட்டுப்படுத்தும். உள்ளங்காலில் ஆணி ஏற்பட்டிருந்தால் மருதாணி இலையுடன் சிறிது வசம்பு, மஞ்சள் கற்பூரம் சேர்த்து அதைத்து, ஆணி உள்ள இடத்தில் தொடர்ந்து கட்டி வர ஒரு வாரத்தில் குணமாகும்.

தீயோர் சாகவேண்டுமென்பது என் விருப்பம் அன்று!

தலைவராகிய ஆண்டவர் கூறுவது இதுவே: என்மேல் ஆணை! தீயோர் சாக வேண்டுமென்பது என் விருப்பம் அன்று: ஆனால், அத்தீயோர் தம் வழிகளினின்று திரும்பி வாழ வேண்டும் என்பதே என் விருப்பம். ஆகவே உங்கள் தீய

பைபிள் எசேக்கியல் 33:11

## ஷைத்தான் ஏமாற்றத்தையே

### வாக்களிக்கிறான்!

அல்லாஹ்வையன்றி ஷைத்தானைப் பொறுப்பாளனாக்கிக் கொள்பவன் வெளிப்படையான இழப்பை அடைந்துவிட்டான். அவர்களுக்கு அவன் வாக்களிக்கிறான். ஆசை வார்த்தை கூறுகிறான், ஷைத்தான்

திருக்குர் ஆன் அன்னிஸா 19-120-121

## உடலெடுத்தவனுக்குக் கர்மங்களை அறவே விடுவது இயலாது!

உடலெடுத்தவனுக்குக் கர்மங்களை அறவே விடுவது இயலாது. ஆனால் வினைப் பயனைத் துறந்தவன் எவனோ அவன் தியாகி எனப்படுகிறான்.

புரீமத் பகவத் கீதை அத் 18:11

தாம் இருக்கும் வரையில் கர்மமும் உண்டு. மூச்சு விடுவதே கர்மம். சுவாசிக்காது யார் வாழ முடியும்? உண்பது கர்மம்: உறங்குவது கர்மம். ஆக உடல் எடுத்தவனுக்குக் கர்மத்தை விடுதல் என்பது வெறும் பேச்சு. கர்மத்தை விட முயல்பவன் தன்னைத் தானே ஏமாற்றிக்கொள்கிறான். மற்று, கர்மத்தை பற்றற்றுச் செய்ய வேண்டும். விவேகி ஒருவனது விவேகத்துக்கு ஏற்றவாறு பற்றற்றுக் கர்மம் செய்கிறான். அவரவர் கர்மத்தை பற்றற்றுச் செய்ய வேண்டும். கர்மத்தை மனிதன் நீத்துவிட முடியாது. கர்மத்துக்குத் தான் கர்த்தா எண்ணும் எண்ணத்தை நீத்து விட வேண்டும். அப்படிச் செய்கிறவனே தியாகியாகின்றான். பற்றற்றவனுக்கு வினைப்பயன் இல்லை.

Visit our website :  
www.purasaitimes.com  
for our current issue.

## Six more beaches in Tamil Nadu to work on Blue Flag certification



Expanding the initiative to obtain Blue Flag certification for more beaches in the State, the Environment, Climate Change, and Forest Department will upgrade six beaches, including Tiruvanmiyur,

Palavakkam, and Uthandi in the Chennai metropolitan area.

Besides the three beaches in and around the city, the department has chosen Kulasekarapattinam beach in Thoothukudi,

Keezhputhupattu beach in Villupuram and Samiyarpettai beach in Cuddalore, said the government order issued by Secretary Supriya Sahu, adding that the government would spend Rs 4 crore for each beach, working out to a total of Rs 24 crore. To obtain Blue Flag certification, measures will be taken to ensure that these six beaches meet the 33 criteria, including marine water quality, environmental education, overall environmental management, and safety and services for the coast.

அன்னை வேளாங்கன்னி மாதா கோவில் 25 ஆம் ஆண்டு கொடியேற்று விழா



அன்னை வேளாங்கன்னி மாதா கோவில் 25 ஆம் ஆண்டு கொடியேற்று விழா, 10, தாணா தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை: 600 007. அன்னை வேளாங்கன்னி மாதாவின் 29.08.2025 அன்று பிற்பகல் 12.00 மணியளவில் கொடியேற்று விழா நடைபெற்றது, மற்றும் 1.00 மணியளவில் பொதுமக்களுக்கு அன்னதானம் வழங்கப்பட்டது. மாதாவின் அருளை பெற்று நல்லாழ்வு வாழ எல்லாம் வல்ல மாதாவை பிரார்த்திக்கின்றனர்.

## National Animal of Thailand



Elephants can be described as either eating machines or manure manufacturers, depending on their activity at the time. Elephants may feed for

up to 16 hours a day. In the wild one animal can consume as much as 600 pounds of food in a single day, although 250 – 300 pounds is a more typical amount. Normal

daily water consumption is about 25 – 50 gallons per animal, or 100 – 200 liters. Elephants have hair all over their bodies. The elephant trunk serves as a nose, a hand, an extra foot, a signaling device and a tool for gathering food, siphoning water, dusting, digging and much more. Only male Asian elephants have large tusks. An average baby elephants weigh 200 – 300 pounds at birth. Elephants have been known to learn more than 60 commands.

## Health benefits of Omum

For acidity, lightly roast omum seeds and add equal quantity of rock salt. Grind finely to as powder and store in a bottle. Have a quarter to half a teaspoon of this mixture, with hot water 2-3 times a day. A pinch of this mixture can also relieve heart burn, Grind together about 100g of omum, 100g of dry ginger and 25g of rock salt and store in a bottle. When needed take a teaspoon of the mixture with warm water.

For colic or indigestion related pain, crush a teaspoon of carom seeds coarsely and have it with a pinch of rock salt. For indigestion with constipation, and stomach ache, dilute half a cup of ripe pulp of fruits with half cup of water. Add two ground blackpeppercorn, a pinch of asafetida, and half a teaspoon of pounded omum seeds, Stir well, add a teaspoon of a cream, and drink this twice a day. It will clear an obstinate colon and relieve the discomfort of indigestion.

## VKids West Proudly Celebrates Success



We are delighted to announce that our students have been felicitated with Individual Championship at the INTRAMURALS. This achievement reflects their commitment, discipline, and outstanding performance in the events. Hearty congratulations to all our young champions!

## New Courses for Montessori Teachers

S V M T T S Now-a-days, having trained more than 18000 teachers from 2001 onwards is now introducing new Certificate Courses in Art & Craft, Learning Disabilities, Personality Development and Communication Skills for Working Teachers, Housewives and Graduates. Diploma, Advance Diploma courses are useful for ladies to take up jobs in Matric & CBSE schools as well as setting up Play Schools.

in any school we are able to discover a remarkable situation of approximately at least 5/25 children in the class room are not progressive at a satisfied rate even though they are normal. To identify these children and to find out the reason the teachers are expected to get introduced to symptoms and causes of Learning Disabilities among children. To satisfy this need, our School is

introducing Short Term Certificate Course in Learning Disabilities. Duration of this course will be 2 months, conducted by the Certified Teachers.

Schools can also approach us to conduct weekend summer work shops for teachers & parents.

Also we invite FRANCHISEE/FREE LANCE ADMISSION COORDINATOR For further detail contact: 89390 26362, 99624 52377.

## For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

## Sindhi Model School Hosts 15th Annual Sports Meet with Enthusiasm



Chennai, August 29: Sindhi Model Matriculation Higher Secondary School, Chetpet, celebrated its Fifteenth Annual Sports Meet on Friday, August 29, 2025, with great zeal and sporting spirit at the ICF Grounds, Villivakkam.

The grand event commenced at 9 a.m. with an energetic march-past and the hoisting of the school flag.

Shri Rajesh Khanna, Director of Sindhi Educational Society, graced the inaugural ceremony as the Chief Guest and declared the meet open. In his address, he emphasized the importance of sports in building discipline, teamwork, and determination among students.


The day witnessed a series of track and field events,

along with team competitions that kept the audience cheering with excitement. Students displayed commendable athletic skills, determination, and sportsmanship throughout the events.

The Prize Distribution and Valedictory Function was held at 12 noon. Shri A. Srinivasa Rao, Dronacharya Awardee and Indian Coach for Table Tennis, presided as the Chief Guest and felicitated the winners. In his inspiring speech, he urged students to embrace sports as a vital part of education and personal growth.


The Sports Meet concluded on a high note, leaving students motivated and inspired to pursue excellence in both academics and athletics.





**GKM HOSPITAL**  
Multi speciality Care

**Your Trusted Health Partner Expands to Diabetes Care**  
**PURASAI DIABETIC CLINIC**  
**Now at GKM HOSPITAL**



**Dr. Ahimth.J.A.** M.B.B.S., M.D.,  
Consultant Physician & Diabetologist

**Timing** 9am to 2pm

**Holistic Solutions for Every Diabetic need**  
Diabetes Screening & Diagnosis  
Blood Sugar & HbA1c Monitoring  
Specialist Diabetologist Consultations  
Diet & Nutrition Counseling  
Diabetic Foot & Wound Care  
Eye (Retinopathy) & Kidney Health Check  
Lifestyle & Weight Management

**For Diabetes Care & Appointments,**  
**☎ 044 - 4390 33 33 | 86100 14395**

**Varum  
Sriram Wins  
State Chess  
Title**



Varum sriram of class VII A, from Velammal Academy Nolambur participated in 12th Tamil Nadu state chess championship for visually impaired in U19 category held at The Clarke school for the deaf, chennai and secured first position. The School and Management congratulated him on this proud achievement.

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

**VINAYAGAR IDOLS IN OUR NEIGHBOURHOOD AREA**

**Tana Street**  


**Alagappa Road**  


**Vellala Street**  


**Vellala Street Near Muthu pharmacy**  


**AP Road**  


**Angalaamman Koil St**  


**Astabujam Road**  


**Rangaiah Chetty St**  


**Astabujam Road**  




## Lifeline Tulsi Multi Specialty Hospitals hosts live workshop on Advanced Surgeries

[Kushaiguda | Times Bureau - Digital] Lifeline Tulsi Multi Specialty Hospitals, in collaboration with the Indian Medical Association (IMA) Hyderabad East and Telangana State, organized a live workshop at Hotel Kinara Grand, AS Rao Nagar, on Monday. The program brought together more than 100 doctors from Hyderabad and across Telangana for an insightful academic session on advanced surgical techniques and modern treatment methods. As part of the live demonstration, experts presented complex metabolic surgeries, gastric



bypass procedures, anti-celiac hernia surgeries, and other advanced operations. The academic discussions also covered Single Port Surgery, Metabolic Surgery, Transoral Thyroidectomy, IV Nutrition, Anti-Aging Treatments, and Heart Bar therapies. Renowned surgeons including Dr. J.S. Rajkumar, Dr. K.R. Rao, Dr. K.L. Dharmendra, Dr. Venkatesh, Dr.

Anirudh Rajkumar, Dr. Shreya Rajkumar, Dr. Vasudeva Rao, Dr. Raghupathi Reddy, and Dr. Ashok addressed the sessions. A team of IMA doctors led by Dr. Durga Prasad also actively participated. Organizers said the workshop served as a platform for sharing world-class expertise, promoting continuous learning, and enhancing excellence in patient care.



## Individual champions shine bright



Velammal Academy Nolambur concluded the Intramural Sports Meet felicitation of outstanding individual performers. Students who excelled across multiple events were awarded trophies and certificates for their achievements.

Top honors went to Sanjay - VI A, Lakshitha -VI B, Arjun Karthik -VII A, Janu -VII B, Thejesh Pandian- VIII A, Sridulla- VIII B, Arshith Sai- IX A, Kaavya Ramanathan- IX C, Shanav Jhayram-XA, Tharine- XA. The Vice Principal and the staff members congratulated all participants, praising their dedication, sportsmanship, and school spirit.

## Garbage and Parking Chaos Trouble Clemens Road Residents



Residents of Clemens Road, Purasawalkam, are facing severe inconvenience as vehicles continue to occupy residential spaces instead of designated parking areas. The issue has been compounded by the dumping of garbage right along the roadside, leaving the neighborhood plagued with foul odor and unhygienic conditions. Local residents complain

that the combination of haphazard parking and uncollected waste has turned their surroundings into an eyesore, creating health risks for families living nearby. "The stench has become unbearable, and children cannot even play outside," a resident lamented. Despite repeated requests to authorities, the menace of garbage piles and unauthorized

parking persists, raising concerns about public health and civic negligence. Residents urge the Greater Chennai Corporation to take immediate steps to clear waste, enforce parking regulations, and restore cleanliness in the area. If left unchecked, locals fear that Clemens Road could soon become a hotspot for mosquito breeding and other sanitation-related issues.

## Fashiyana by Shabana Reopens in Style at Kilpauk



Chennai's fashion lovers have a reason to celebrate! Fashiyana by Shabana - The Designer Boutique is hosting its Grand Reopening on 6th September 2025 at 5 pm in Kilpauk, near EGA Theatre.

The boutique promises an exquisite range of bridal couture, bespoke tailoring, hand-embroidered lehengas, timeless ensembles,

casuals, and co-ords - each creation crafted with elegance and love. Known for blending luxury, tradition, and elegance, Fashiyana is set to redefine designer fashion in the city.

For every bride-to-be, Fashiyana is the ultimate destination - your one-stop solution for all bridal needs, from designer blouses and custom bridal lehengas to hand-

embroidered ensembles that make your big day unforgettable.

They are well-known for their custom tailoring in the city, specialised in Designer Blouses, Pakistani Suits, Bridal Lehengas, Aari Work, Hand Embroidery, and much more. All your tailoring needs are met at affordable rates, with tailoring services starting from Rs.750/-.

To mark the occasion, customers can avail themselves of an exclusive inaugural offer of 10% off on their collections.

Address: 20, Dr. Muniyappa Road, Kilpauk, near EGA Theatre, Chennai - 600010. Contact: +91 93823 75445.

**For Advertisement Contact :**

**98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154**

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



## CHILD DEVELOPMENT CENTRE

**Every Child Deserves to Shine - Right Here in Purasaiwakkam**

Is your child's struggle with speaking, learning, or behavior "just a phase" or something more? Many parents feel overwhelmed by these questions. That's why we set up the Neubon Child Development Unit at Amrit Medical Centre, Purasawalkam—to bring expert guidance and compassionate care closer to home.

We believe early identification and **timely support can shape a child's future**. Whether it's helping toddlers say their first words, supporting school-aged children with learning difficulties, or guiding teenagers through emotional challenges, our services meet children where they are.

Our core team includes a **Speech Therapist, Occupational Therapist, Counsellor, and School Psychologist**. Together, they address **speech delays, language and social communication issues, sensory sensitivities, handwriting, daily routines, attention, learning, and emotional struggles**. Alongside them, visiting consultants ensure every aspect, physical, cognitive, and emotional is supported under one roof.

We work with children experiencing **screen time issues, Autism, ADHD, sensory processing challenges, learning difficulties, emotional and behavioral concerns**, and developmental delays. Parents don't have to search endlessly for answers our centre brings together expertise, warmth, and a genuine commitment to help every child thrive.

**Neubon Child Development Centre, Amrit Medical Centre, Block B (2nd floor), No. 73/28, Alagappa Rd, Purasaiwakkam, Chennai - 600084**

**+91 6374145549**



## Draupathi 2 to bring 14th century TN history to screen



The much-anticipated film Draupathi 2 is currently in production under the banner of Netaji Productions, in association with Chola Chakravarthy, and produced by G. M. Film Corporation. The big-budget historical drama is directed by Mohan G., known for films such as Pazhaya Vannarapettai, Draupathi, Rudra Thandavam, and Bagasuran. The film stars Richard Rishi in the lead role, with Rakshana

Indusudan playing the female lead. Notable actors including Natti Natraj, Y. G. Mahendran, Nadodigal Barani, Saravana Subbiah, Vel Ramamoorthy, Siraj Johnny, Dinesh Lamba, Ganesh Gaurang, Divi, Devayani Sharma, and Arunodayan will be seen in key roles. Written by Mohan G. and Padma Chandrasekhar, the film's technical team features music by Ghibran, cinematography by Philip R. Sundar,

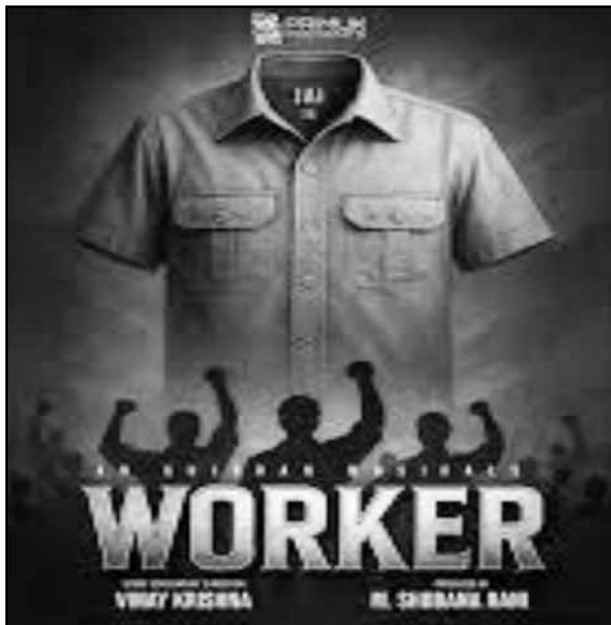
choreography by Thanika Tony, stunt coordination by Action Santosh, editing by Devaraj, and art direction by Kamalnathan.

Set in the 14th century, Draupathi 2 explores a crucial period in Tamil Nadu's history, depicting the Mughal empire's first entry into the region and showcasing the bravery of the Hoysala emperor Veera Vallalar III, who ruled South India from Thiruvannamalai, along with the Kadavarayas of Sendhamangalam.

Around 75% of the film has been shot in Mumbai, with additional sequences filmed in Senji, Thiruvannamalai, and parts of Kerala. The movie will also link its storyline with the 2020 film Draupathi, serving as a sequel to the original.

The makers are aiming for a grand release by the end of this year.

## Jai's new film Worker goes on floors



Actor Jai has teamed up with director Vinay Krishna for the upcoming film WORKER, produced by M. Shobana Rani under Primuk Presents. The project, launched with a traditional pooja, stars Reeshma Nainah as the female lead alongside Yogi Babu, Nagineedu, and others.

With cinematography by Anji and music by Gibran, WORKER promises gripping drama and raw emotion. First-look updates will follow soon.

## Vinayagar Chaturthi Celebrated at Vkids West



A joyful celebration filled with devotion and fun! Children dressed as Lord Shiva's family, modern Vinayagar etc. Little ones lit up the day with their smiles and spirit. Traditional songs, Significance, and festive joy all around.

## Arjun Das' Bomb set for Sept 12 release

The makers of Bomb, starring Arjun Das in the lead role, have unveiled the trailer of the much-anticipated film. Also featuring Kaali Venkat in a pivotal role, the film is slated for release on September 12.

Bomb is directed by Vishal Venkat, who previously helmed Sila Nerangalil Sila Manidhargal. The filmmaker has co-written the script with Manikandan Mathavan and Abishek Sabarigirison,

while dialogues are penned by Makizhnan BM, Manikandan Mathavan, and Abishek Sabarigirison. The film is produced by Sudha Sukumar, Sukumar Balakrishnan, and D Saravana Kumar under the banner of Gembrio Pictures. The ensemble cast also includes Shivathmika Rajashekar, Nassar, Abhirami, Singampuli, Balasaravanan, and others.

Music for Bomb is composed by D Imman,

with vocals by KS Chithra, Pushpavanam Kuppusamy, Madhu B a l a k r i s h n a n , Haricharan, Swetha Mohan, Dharshini Rajkumar, and Meghna Suresh. The lyrics are written by Mani Amuthavan, Chandru K, Rakendu Mouli, and Jayra. The technical crew features Rajkumar PM as the cinematographer, Prasanna GK as editor, Manoj Kumar as art director, and Monster Mukesh as stunt choreographer.

## 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.*

**For Advertisement Contact :**

**98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154**

**www.purasaitimes.com**



**WEAR  
MASK  
STAY HOME  
STAY SAFE**

**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.9, Perumal 1st street, 1 BHK, rent rs.12,000 including maintenance, road facing, balcony portion, 2nd floor, direct EB card. ct : 99625 25259 / 88254 77720.

• **KELLY'S**, House For Rent in Kellys, 3 BHK Flat, 3 Phase Current 2nd Floor, 1 Two Wheeler Covered Parking, Rent Rs18000/- pm. Advance Rs70000/- near Kellys Signal, Ct : 9380292164.

• **PURASAIWAKKAM**, near Saravana furniture 100 sq.ft. shop in ground floor with all amenities contact : 89252 72902.

## COMMERCIAL SPACE FOR RENT

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

## SALE

• **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.

• **VILLIAKKAM**, 32700 square feet individual building with car parking rendering 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.

• **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.

• **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 .

## INSIGHT LEARNING CENTRE

• School readiness early intervention remedial education special education speech therapy learning disability autism adhd intellectual disability book your slot few slot available contact : 9363 20 22 85/ 99 40 66 96 91.

## FASHIYANA BY SHABANA

• The designer boutique bridal lehengas and embroidery Aari work uniform stitching bridal works etc ct : 938 237 5445

## GKM HOSPITAL

• Purasai diabetic clinic now at GKM Hospital Timing : 9am to 2pm, Holistic Solutions for Every Diabetic need, Diabetes Screening & Diagnosis, Lifestyle & Weight Management. Ct : 044-4390 3333 / 86100 14395.

## HANDE HOSPITAL

• Celebrate Independence day with care starting from August 15th 2025, High resolution ultrasound \*Abdomen Scan @ Rs.900, Timing: 10am to 12 pm and 4pm to 5pm. ct : 98401 11390.

## RENTAL

**PURASAIWAKKAM** opp. to Trends Showroom Tana Street, 2000 sq.ft. 2nd floor, CCTV, Lift ideal back office and multipurpose use etc. Reasonable rent. **94454 30887**

## NEW FLATS SALE 2 BHK

**CHINDADRI PET** (Swaminaickan Street) 1080 sq.ft. (1st & 3rd floor) No brokers please

**CALL 98840 32003**

## REAL ESTATE PRIME LOCATION

**POSH AREA IN AYANAVARAM** 1/2 Gr | 1Gr | 1 1/4 Gr | 1 1/2 Gr

**CONTACT : 98404 60026 / 78459 71078**

## AMRIT MEDICAL CENTRE

• Neubon play learn thrive child development centre contact 63741 45549.

## 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.

## 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 Ct : 044-42148488 / 78710 38388 / 9597048488 / IVR No.: +91 80716 80821.

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

## FLAT RENTAL or LEASE

2 BHK, 2nd floor, Balcony Portion, Lift available, 600 sq.ft, Two wheeler parking 15K RENT or LEASE 15Lacs No.10/7, Muthu Gramani Street, (Near Arunchalam St), Purasawakkam, Chennai-600 007. **98400 70353 99521 30247**

**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

## 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

## SANRAC REAL-ESTATE

Independent House For Sale in Kilpauk Aspiran Garden, 672 sq.ft., Duplex Rs.2.10 Crores, Negotiable **98840 44472**

## SANRAC REAL-ESTATE

3 BHK, FLAT FOR SALE IN CHOOLAI RS. 1 CRORE **98840 44472**

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**



**FASHIYANA BY SHABANA**  
THE DESIGNER BOUTIQUE

**We Specialize In:**

- BE-SPOKE TAILORING
- BRIDAL LEHENGAS
- HAND EMBROIDERY
- AARI WORK
- TROUSSEAU DRESSES
- KIDS TAILORING
- UNIFORM STITCHING
- PAKISTANI SUITS
- BRIDAL WORKS
- PERFUMES
- READYMADES

**+91 9382375445**  
20, Dr. Muniyappa Rd, Kilpauk, Near EGA Theatre, Chennai - 10.

**FOLLOW OUR JOURNEY**  
IG @FASHIYANABYSHABANA

## INSIGHT LEARNING CENTER

The INSIGHT LEARNING CENTER was founded by the former Principal of Kaligi Ranganathan Monford Special School with the vision of bringing out the best in every child. With vast experience in the field of Special Education, the center is committed to the holistic development of children with disabilities.

We focus on supporting children with Learning Difficulties/ Disabilities who study in mainstream schools but face challenges in Reading, Writing, Spelling, and Mathematics. Each child undergoes an assessment, and based on their abilities and needs, an Individualized Education Plan (IEP) is designed. Through specialized strategies and techniques, we help improve their learning levels and confidence.

In addition to this, the center provides support for children with:

Autism Spectrum Disorder (ASD)  
Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)  
Down Syndrome  
Intellectual Disability

We also provide therapies that address communication, behavior, academics,

**INSIGHT LEARNING CENTER**  
(A Centre For Diverse Learners)

**OUR PROGRAMS**

- School readiness - 3 yrs onwards
- Early intervention - 2.5 yrs onwards
- Remedial Education (Reading, Writing, Spelling, Math)
- Special education ♦ Occupational therapy
- Speech Therapy ♦ NIOS

**WHO CAN ENROLL**

- A Child with Developmental Delay
- Learning Disability ♦ Autism ♦ ADHD
- Intellectual Disability ♦ Down syndrome

**BOOK YOUR SLOTS - FEW SLOTS AVAILABLE**

No.37/18, Vellala Street, Purasawalkam, Chennai - 600 084.  
**93632 02285 / 99406 69691**

and social skills, ensuring overall growth and development. Key Programme - School Readiness Programme. Starting from Vijayadasami, the School Readiness Programme is specially designed for children aged 3 to 6 years with Developmental Delay, Autism, Intellectual Disability, Down Syndrome, and ADHD. The programme focuses on: Developing communication and language skills, Strengthening cognitive abilities, Building Activities of Daily Living (ADL), Enhancing social interaction, Improving fine and gross motor skills, Encouraging eye-hand coordination.

The aim is to prepare children to smoothly transition into regular schooling with improved independence and confidence.

Sridevi, Special Educator. Address : No.37/18, Vellala Street, Purasawalkam, Chennai - 600 084. Contact : 93632 02285 / 99406 69691

## Dangerous cable in Barnaby road



In kilpauk barnaby road, Electric cable are in dangerous condition. current Passing electricity through cable. People who are walk that path, they are not in safe. In night time it is dangerous situation to the people . Concerned department take action against that.

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

**தி போடியட்ரீ கிளினிக்**  
**நரம்பு மற்றும் பாதவலிக்கு தீர்வுகள் தேடுகிறீர்களா?**  
**வலி இல்லாத நடை, நரம்பு சீரான ஓட்டம் - உங்கள் பாதங்கள் மீண்டும் பறக்கட்டும்!**

**Dr. T.V. Raja & Team**  
Foot and Ankle Surgeon

**TREATMENT AT AFFORDABLE PRICE**  
Contact : 044 - 4214 8488, 95970 48488 I.V.R. No. +91 8071680821  
4th Floor, Aysha Hospital, Kilpauk, Chennai - 600 010.  
email: clinicpodiatree@gmail.com / www.podiatreeclinic.com

## Essence of The Podiatree Clinic



I am a 45-year-old lady, living with diabetes for the past 12 years. About five years ago, I started developing severe cramps in my legs and feet, along with a loss of sensation in my soles. I consulted many doctors for this issue, but I was never satisfied with the guidance I received, and my problem only got worse.

Over time, my right foot began to show discoloration. Even though I again approached several doctors, I did not receive proper advice or timely treatment, which finally led to the amputation of three toes on my right foot.

One year after the surgery, I developed a small ulcer on the same foot. This turned into a very painful journey. I underwent repeated dressings and procedures, went from doctor to doctor, but nothing worked. Finally, one doctor told

me it had become a "non-healing ulcer" and could never be cured. For almost four years after my surgery, I lived with constant pain, discharge, and severe mental agony.

It was at this time that a relative recommended Visa Medicure Hospital, a dedicated centre for diabetic foot ulcer management led by Dr. T.V. Raja, a renowned foot and ankle surgeon. I also came to know that Dr. Raja had recently inaugurated The Podiatree Clinic, exclusively for diabetic foot care.

For the first time in years, I found real hope. The Foot Care experts here are fully dedicated to treating even the most difficult non-healing ulcers and all kinds of foot-related problems. To my surprise, they also focus on reversal of diabetic neuropathy. The team explained to me in detail about advanced

molecular oxygen therapy and the benefits of HBOT (Hyperbaric Oxygen Therapy).

Today, I am overjoyed to say that my foot ulcer has completely healed. My blood sugar levels are well under control, and my neuropathy symptoms have also shown remarkable reversal.

After years of pain and hopelessness, I finally found relief, cure, and peace of mind at Visa Medicure Hospital and The Podiatree Clinic. I would strongly recommend this centre of excellence to anyone suffering from non-healing ulcers or diabetic neuropathy. For Details : 4th Floor, Aysha Hospital, Kilpauk, Chennai - 600 010. Contact : 044 42148488 / 78710 38388 / 9597048488 / IVR No.: +91 80716 80821 Web:www.podiatree.com / Email: clinicpodiatree@gmail.com

**For Advertisement Contact :**

**98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154**

**www.purasaitimes.com**

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