மனிதநேய கவசம்

மாத இதழ்

MANITHA NEIYA KAVASAM

मणिथानेय कवसम्

Run by **Humanity Protection Organization**

(Registered by Govt. of India)

Registration No. **TNTAM/25/A2910**

கவசம் Volume 2

₹.12/-

மார்ச் 2026

இதழ் Issue 6

E-331/48, Meenakshi Road, TVS Nagar, Madurai - 625003. Ph : 0452-2600105

மதுரை மாவட்டத்தில் தடையை மீறி 'பெட்பாட்டில்'களில் பெட்ரோல், டீசல் விற்பனை... மாவட்ட ஆட்சியர் கவனத்திற்கு...

இசையமைப்பாளர் சித்துகுமார் நிகழ்வு...

இந்தியன் ரெட்கிராஸ் சொசைட்டி மதுரை கிளை 11.01.2026 அன்று வெற்றி பெற்ற வேட்பாளர் முனைவர் ந. அசோகன் அவர்களுக்கு மதுரை மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. கே.ஜே. பிரவீன்குமார் IAS அவர்கள் சான்றிதழ் வழங்கினார்.

கேன்சருக்கு தடுப்பூசி..! பொதுமக்களுக்கு இலவசம்... உலக சாதனை படைத்த ரஷ்யா...

hpo.kavasam@gmail.com www.hpokavasam.org 98650 91526, 99525 33887

காரோஸ்®

அக்மார்க் கிரேடு 1 மரச்செக்கு எண்ணெய்கள்

கடலை மிட்டாய் | கோகோ மிட்டாய் | எள் மிட்டாய் | பொரி உருண்டை

காரோஸ்® மரச்செக்கு எண்ணெய்

7, சேர்மன் A. சண்முகம் ரோடு, சிவகாசி.

தொடர்புக்கு : 73730 47255

corosoil.office@gmail.com www.corosoil.com

ஆசிரியர் பார்வை....

அன்பார்ந்த நேயர்களே! வணக்கம்

மனிதநேய கவசம் மாத இதழ் வாயிலாக பிரதி மாதம் தங்களை சந்திப்பதில் மகிழ்ச்சி கொள்கிறேன்.

குறிப்பாக... இவ்விதழில் உணவைப் பற்றிய நமக்கு பயன்பெறக்கூடிய பல தகவல்கள் இடம் பெற்றுள்ளன. ‘பெட்பாட்டில்’களில் பெட்ரோல், டீசல் விற்பனைகளால் ஏற்படும் பிரச்சனைகள், குழந்தைகளை ஒழுக்கமாக வளர்க்க தவறிய தாய்மார்களால் குடும்பம் மற்றும் சமூகத்தில் ஏற்படும் விளைவுகள், இந்தியாவில் விற்கப்படும் முட்டை பாதுகாப்பானவையா?, குடிநீர் பாட்டில்களில் மைக்ரோ பிளாஸ்டிக் கலப்பு, 100 வயது தாயாரை பராமரிக்கும் 80 வயது மகள், இசையமைப்பாளர் சித்துகுமார் நிகழ்வு இளைய சமுதாயத்திற்கு வழிகாட்டுதல், கேன்சருக்கு தடுப்பூசி..! பொதுமக்களுக்கு இலவசம், மனிதனின் பேராசையால் பூமியின் 60% நிலப்பரப்பு காலி!, உப்பு அதிகளவு உட்கொள்வது உயர், ரத்த அழுத்தத்திற்கு காரணம் போன்ற பல தகவல்கள் மற்றும் துறைகள் சார்ந்த செய்திகள் இடம் பெற்றுள்ளது. இவ்விதழ் அனைவரும் பயன்பெறும் வகையில் அமைந்துள்ளது என நம்புகிறேன்.

உணவின் அவசியத்தை நன்கு அறிந்து உணவை வீணாக்காமல் தேவைக்கேற்ப பயன்படுத்துவோம். ஆரோக்கியமான உணவைப் பெறுவதற்கு ஊட்டச்சத்துள்ள சிறுதானிய உணவுகளை நாம் அன்றாடம் உணவுப் பழக்கத்தில் பயன்படுத்துவோம்.

மீண்டும் புதிய செய்திகளுடன் அடுத்த இதழில் சந்திப்போம்...

– முனைவர் **ந. அசோகன்,** பதிப்பாசிரியர் (பொ)

பிறந்த நாள் வாழ்த்து மடல்

பண்புடையார்ப் பட்டுண்டு உலகம் அதுஇன்றேல்
மண்புக்கு மாண்வது மன். – குறள் 996

உலகமானது பண்புடையார்கள் இருப்பதாலே இன்றும் நிலைத்திருக்கிறது.

நாள்படி 26.02.2026 அன்று 63வது வயதில் அடியெடுத்து வைக்கும்

முனைவர் **ந.அசோகன்** அவர்களுக்கு

இனிய பிறந்த நாள் நல்வாழ்த்துக்கள்

அன்புடன் வாழ்த்தும் : மனிதநேய நுகர்வோர் பாதுகாப்பு ஆர்கனைஷேசன்
மனிதநேய பாதுகாப்பு ஆர்கனைஷேசன்
மனிதநேய கவசம் மாத இதழ்
இந்தியன் ரெட் கிராஸ் சொஸைட்டி EC உறுப்பினர், மதுரை மாவட்டம்
மதுரை மாவட்ட சட்டப்பணிகள் ஆணைக்குழு முன்னாள் உறுப்பினர்
உறவினர்கள் மற்றும் நண்பர்கள்

மனிதநேய கவசம் 2 | இதழ் 6 | மார்ச் 2026

நிறுவனர் மற்றும் வெளியீட்டாளர், ஆசிரியர்
முனைவர் **ந. அசோகன்** M.A.,

துணை ஆசிரியர்
Er. **மு. குமரன்** B.Tech.,

இணை ஆசிரியர்கள்
முனைவர் **க. ஜெயசங்கர்** D.M.E.,
முனைவர் **வ. சண்முகசுந்தரம்** M.A.,
திரு. **ச. குமரவேல்** B.Sc., M.A.,
(ப.நி., கூடுதல் காவல் கண்காணிப்பாளர்)
திரு. **N. சிவானந்தம்** D.M.E.,

புரவலர்கள்
முனைவர் **ப. கார்வாணன்**
முனைவர் **ப. கணேசன்**
திரு. **ரா. முருகானந்த்**
திரு. **ப. பாலாஜி**
திரு. **த. இராமச்சந்திரகுமார்** D.Pharm.,
முனைவர் **பா. சேசுராஜா** M.Sc., B.Ed.,
திரு. **காந்திலால் D. பட்டேல்**
திரு. **ச. ராமசுப்ரமணியன்**
திரு. **க. ஜெயசீலபாண்டியன்**

உதவி ஆசிரியர்கள்
முனைவர் **சு. முருகன்**
M.A.,M.A.,M.A.,M.Ed.,M.Phil.,Ph.D.,PGDJMC, DTE
திரு. **நீ.கி. கார்த்திக்** B.C.A.,
திரு. **ச. தாமோதரன்**

நிர்வாக மேலாளர்
திருமதி. **கோ. ஜெயலெட்சுமி** B.B.A.,

சிறப்பு நிருபர்
திரு. **சி. குட்லக் முருகன்** D.F.S.,
திரு. **R. முருகன்** B.A.,

புகைப்பட கலைஞர்
திரு. **ச. ராஜாகண்ணன்** D.M.E.,
திரு. **ரா. சுரேஷ்**

சட்ட ஆலோசகர்கள் மதுரை உயர்நீதி மன்ற வழக்கறிஞர்
திரு. **ஜோ. அழகுராம் ஜோதி** M.A.,B.L.,
திரு. **இரா. செல்வராஜ்** B.Sc.,B.L.,

வெளியீட்டாளர் அலுவலக முகவரி :
மனிதநேய கவசம் மாத இதழ்
இ-331/48, மீனாட்சி ரோட்டு, TVS நகர்,
மதுரை - 625 003.

பிரிண்ட் பெயர் மற்றும் முகவரி :
Dr. **இரா. கண்ணன்** M.D.(E),
சுந்தரராஜா பிரிண்டர்
25B, R.M.S. காலனி, 4வது கிராஸ் தெரு,
முத்துப்பட்டி, மதுரை - 625 003.

இணையதளம் உருவாக்கம்
திரு. **மூ. குட்டிசங்கர்** B.Sc.,M.B.A.,
Ungal.com

தொலைபேசி எண் :
98650 91526, 99525 33887

மின்னஞ்சல் :
hpo.kavasam@gmail.com, www.hpokavasam.org

கதைகளில் இடம்பெறும் சம்பவங்களும் பெயர்களும் கற்பனையே, விளம்பரங்களின் நம்பகத்தன்மைக்கு 'மனிதநேய கவசம்' பொறுப்பல்ல

Subject to Madurai Jurisdiction

இதழின் உள்ளே...

மதுரை மாவட்டத்தில் தடையை மீறி 'பெட்பாட்டில்' களில் பெட்ரோல், டீசல் விற்பனை மாவட்ட ஆட்சியர் கவனத்திற்கு... 5

ஒழுக்கத்துடன் குழந்தைகளை வளர்க்கும் புனிதமான பொறுப்பை தாய் கைவிட்டுவிட்டால் அந்த குடும்பம் மற்றும் சமூகத்தின் அடித்தளத்தை வீழ்த்திவிடும் 6

இந்தியாவில் விற்கப்படும் முட்டை பாதுகாப்பானவை (எப்எஸ்எஸ்ஏஐ திட்டவட்டம்) 7

குடிநீர் பாட்டில்களில் மைக்ரோ பிளாஸ்டிக் கலப்பு 8

தேசிய நுகர்வோர் ஹெல்ப்லைன் உதவியால் ரூ.45 கோடி ரீபண்டு 9

100 வயது தாயாரை பராமரிக்கும் 80 வயது மகள் : சிவகங்கை குக்கிராமத்தில் நெகிழ்ச்சி...... 10

இசையமைப்பாளர் சித்துகுமார் நிகழ்வு ...... 11 to 12

ஆன்லைன் உணவு ஆர்டருக்கு இனி அதிக பணம் செலுத்த வேண்டும்.. 15

ஹெல்த் டிப்ஸ் : திரவ உணவுகளும் கட்டுப்பாடுகளும் 16

கேன்சருக்கு தடுப்பூசி..! பொதுமக்களுக்கு இலவசம்... உலக சாதனை படைத்த ரஷ்யா.. ...... 17 to 18

அழிவு நெருங்கிவிட்டது... மனிதனின் பேராசைக்கு பூமி கொடுத்த அதிர்ச்சி ரிப்போர்ட்... பூமியின் 60% நிலப்பரப்பு காலி! .... 19 to 20

உப்பு அதிகளவில் உட்கொள்வதால் உயர் ரத்த அழுத்தத்திற்கு வழிவகுத்துஆண்டுக்கு 18.9 லட்சம் உயிரிழப்புகள் ஏற்படுகிறது .... 21 to 21

Director, **M. Kutti Sankar** B.Sc.,M.B.A.

Director@ungal.com

மதுரை மாவட்டத்தில் தடையை மீறி ‘பெட்பாட்டில்’ களில் பெட்ரோல், டீசல் விற்பனை மாவட்ட ஆட்சியர் கவனத்திற்கு...

மதுரை பெட்ரோல் பங்குகளில் தடையை மீறி பிளாஸ்டிக் பெட் பாட்டில்களில் பெட்ரோல், டீசல் நிரப்பி விற்பனை செய்வதை தடை செய்ய வேண்டும்.

கடந்த 2019ல் தெலுங்கானா மாநிலத்தில் பெண் டாக்டர் ஒருவர் பெட்ரோல் ஊற்றி எரித்துக் கொலை செய்யப்பட்டார். இது போன்று எதிர் காலங்களில் குற்றச்சம்பவம் நடக்க கூடாது என நாடு முழுவதும் உள்ள பெட்ரோல் பங்குகளில் அரை, 1 லிட்டர், 2 லிட்டர் கொள்ளளவு கொண்ட ‘பெட் பாட்டில் ‘களில் பெட்ரோல் விற்க தடை விதிக்கப்பட்டது. தமிழகத்திலும் தடை விதிக்கப்பட்டது.

ஆனால் மதுரையில் பல பெட்ரோல் பங்குகளில் பிளாஸ்டிக் பாட்டில்களில் பெட்ரோல், டீசல் நிரப்பி கொடுக்கின்றனர். சில பங்குகளில் பாட்டில்களில் வாங்குவோரின் பெயர், முகவரி, அலைபேசி, ஆதார் எண்களை குறித்து வைத்து கொள்கின்றனர். குற்றம் நடக்காதவரை பிரச்சனை இல்லை என்றாலும், இதற்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்க வேண்டும். தமிழ்நாடு பெட்ரோல் வியாபாரிகள் சங்கத் தலைவர் செல்வம் கூறியதாவது: பங்குகளில் பெட்ரோலிய பொருட்களை பெட் பாட்டில்‘களில் விற்க தடை உள்ளது. பங்க் உரிமம் வாங்கும் போதே பெட்ரோலிய சட்டம் 2002ன்படி அனுமதிக்கப்பட்ட சில வகை கேன்களில் மட்டும் நிரப்பி கொடுக்க வேண்டும் என தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

35 அதன்படி 5, 10, 20, லிட்டர் கொள்ளளவு கொண்ட மெட்டல், ஜெர்ரி கேன்களில் மட்டுமே பெட்ரோல், டீசல் கொடுக்கலாம் என அறிவுறுத்தப் பட்டுள்ளது. மதுரை பங்குகளில் பாட்டில்களில் நிரப்பி தரப்படமாட்டாது என்ற அறிவிப்பு பலகை வைத்துள்ளோம். விதி மீறி வழங்கக்கூடாது என சங்கம் சார்பிலும் உத்தரவு பிறப்பித்துள்ளோம் என்றார்.

அனைத்து பெட்ரோல், டீசல் பங்குகளில் மக்கள் பார்க்கும்படி அறிவிப்பு பலகை வைக்க வேண்டும்.

ஒழுக்கத்துடன் குழந்தைகளை வளர்க்கும் புனிதமான பொறுப்பை

தாய் கைவிட்டுவிட்டால் அந்த குடும்பம் மற்றும் சமூகத்தின் அடித்தளத்தை வீழ்த்திவிடும்

ஒழுக்கத்துடன் குழந்தைகளை வளர்க்கும் புனிதமான பொறுப்பை தாய் கைவிட்டுவிட்டால் அது குடும்பம் மற்றும் சமூகத்தின் அடித்தளத்தை வீழ்த்திவிடும் என்று சென்னை உயர் நீதிமன்றம் கருத்து தெரிவித்துள்ளது.

கோவை மாவட்டத்தை சேர்ந்த திருமணமான பெண் ஒருவர் கணவனை பிரிந்து 14 வயதான தனது மகளுடன் வசித்துவந்தார் அதே பகுதியை சேர்ந்த சுப்புராஜ் (பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது) என்பவருடன் திருமணத்தை மீறிய உறவில் இருந்துள்ளார்.

கடந்த 2017ம் ஆண்டு அந்த சிறுமியை சுப்புராஜ் பாலியல் வன்கொடுமை செய்துள்ளார். இதுதொடர்பாக தாயிடம் சிறுமி புகார் தெரிவித்தபோது வெளியில் சொன்னால் தற்கொலை செய்துகொள்வேன் என்று தாயும் மிரட்டியுள்ளார்.

இதன்பின்னரும் தொடர்ந்து சிறுமிக்கு பாலியல் தொல்லை கொடுக்கப்பட்ட நிலையில், தாயை பிரிந்து தந்தையிடம் சென்று முறையிட்டுள்ளார். பின்னர் சிறுமி அளித்த புகாரில். தாய் மீதும் அவரது காதலர் சுப்புராஜ் மீதும் கோவை மாவட்டத்தில் உள்ள அனைத்து மகளிர் காவல் நிலையத்தில் வழக்குப்பதிவு செய்யப்பட்டது.

இந்த வழக்கை விசாரித்த கோவை போக்சோ சிறப்பு நீதிமன்றம், சிறுமியின் தாய்க்கும். சுப்புராஜுக்கும் ஆயுள் தண்டனை விதித்து 2020ல் தீர்ப்பளித்தது. இந்த தண்டனையை எதிர்த்து சென்னை உயர்நீதிமன்றத்தில் தாக்கல் செய்யப்பட்ட மேல்முறையீட்டு மனு நீதிபதிகள் பி.வேல்முருகன், எம்.ஜோதிராமன் அடங்கிய அமர்வில் விசாரணைக்கு வந்தது. வழக்கை விசாரித்த நீதிபதிகள் குற்றச்சாட்டுகளை சந்தேகத்துக்கு இடமின்றி காவல்துறை நிரூபித்துள்ளது. ஆயுள் தண்டனை விதித்து சிறப்பு நீதிமன்றம் பிறப்பித்த உத்தரவில் தலையிட எந்த காரணமும் இல்லை என்று கூறி மேல்முறையீடு வழக்கை தள்ளுபடி செய்து உத்தரவிட்டது.

மேலும், நீதிபதிகள் தங்கள் உத்தரவில், நமது கலாச்சாரத்தில் தந்தை. ஆசிரியர், தெய்வம் ஆகியோருக்கு மேலாக, தாய் முதலிடத்தில் உள்ளார். ஒருதாயின் முக்கிய கடமை குழந்தைகளை பாதுகாப்புடன், ஒழுக்கத்துடன் வளர்ப்பது. புனிதமான இந்த கடமையை கைவிட்டு விட்டால் அது குடும்பம், மற்றும் சமூகத்தின் அடித்தளத்தை வீழ்த்திவிடும் என்று கருந்து தெரிவித்துள்ளனர்.

இந்தியாவில் விற்கப்படும் முட்டை பாதுகாப்பானவை (எப்எஸ்எஸ்ஏஐ திட்டவட்டம்)

முட்டைகளுக்கும் புற்றுநோய் அபாயத்திற்கும் எந்த தொடர்பும் இல்லை என இந்திய உணவு பாதுகாப்பு மற்றும் தர நிர்ணய ஆணையம் (எப்எஸ்எஸ்ஏஐ) திட்டவட்டமாக கூறி உள்ளது.

இந்தியாவில் விற்கப்படும் முட்டைகள் சாப்பிடுவதால் புற்றுநோய் வரும் அபாயம் இருப்பதாக சமீபத்தில் கர்நாடகாவில் கசிந்த தகவல் நாடு முழுவதும் பரவி பெரும் அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தியது. கர்நாடகாவில் குறிப்பிட்ட ஒரு நிறுவனத்தின் முட்டைகளை ஆய்வு செய்ததில் அந்த முட்டைகளை இட்ட கோழிகளின் எச்சங்களில் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடிய நைட்ரோபியூரான் ஆன்டிபயாடிக் எச்சங்கள் இருப்பது கண்டறியப்பட்டதாக சமூக ஊடகங்களில் தகவல் வெளியானது.

இந்நிலையில், இந்த தகவலை எப்எஸ்எஸ்ஏஐ திட்டவட்டமாக மறுத்துள்ளது. இது தொடர்பாக நேற்று வெளியிட்ட அறிக்கையில் எப்எஸ்எஸ்ஏஐ கூறியிருப்பதாவது:

இந்தியாவில் விற்கப்படும் முட்டைகள் உண்பதற்கு பாதுகாப்பானவை. அதில் புற்றுநோய் உண்டாக்கும் பொருட்கள் இருப்பதாக கூறும் அறிக்கைகள் அறிவியல் அடிப்படை ஆதாரமற்றவை. நைட்ரோபியூரான் என்பது ஆடு, கோழி போன்ற உணவுக்காக வளர்க்கப்படும் உயிரினங்களுக்கு தரப்படும் ஆன்டிபயாடிக் மருந்து இது உணவு பாதுகாப்பு மற்றும் தரநிலைகள் விதிமுறைகள் 2011ன் கீழ் கோழி மற்றும் முட்டை உற்பத்தியின் அனைத்து நிலைகளிலும் நைட்ரோபியூரான் பயன்பாடு கடுமையாக தடை செய்யப்பட்டுள்ளது.

நைட்ரோபியூரான் மெட்டாபோலைட்களுக்கு ஒரு கிலோவுக்கு 1.0 மைக்ரோகிராம் என்ற அதிகபட்ச உச்சவரம்பு பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ளது. இது ஒழுங்குமுறை அமலாக்க நோக்கங்களுக்காக மட்டுமே தவிர அந்த பொருளை பயன்படுத்த அனுமதிக்கப்பட்டுள்ளதாக அர்த்தமில்லை. இந்த அதிகபட்ச வரம்புக்கு கீழே உள்ள மிகச் சிறிய எச்சங்கள் கண்டறிவது உணவுப் பாதுகாப்பு மீறலாகாது. அது எந்தவொரு சுகாதார அபாயத்தையும் குறிக்கவில்லை. இவ்வாறு கூறப்பட்டுள்ளது.

குடிநீர் பாட்டில்களில் மைக்ரோ பிளாஸ்டிக் கலப்பு

குடிநீர் பாட்டில்களிலும், 'மைக்ரோ பிளாஸ்டிக்' துகள்கள் கலந்திருப்பது, கண்டறியப்பட்டு உள்ளது' என, மத்திய அரசு, சென்னை உயர் நீதி மன்றத்தில் தெரிவித்துள்ளது.

பிறந்த குழந்தைகளின் நஞ்சுக்கொடியில், மைக்ரோபிளாஸ்டிக் எனும் பிளாஸ்டிக் கண்டறியப்பட்டதாக, நுண்துகள் செய்திகள் வெளியாகின. இது தொடர்பாக, சென்னை உயர் நீதி மன்ற நீதிபதிகள் என். சதீஷ்குமார், சக்கரவர்த்தி அடங்கிய டி.பரத சிறப்பு அமர்வு, தாமாக முன்வந்து வழக்கை விசாரணைக்கு எடுத்துக் கொண்டது.

இந்த வழக்கு நேற்று விசாரணைக்கு வந்த போது, மத்திய சுகாதார அமைச்சகம் சார்பில், வழக்கறிஞர் வே. சந்திரசேகரன் ஆஜராகி, இந்திய பாதுகாப்பு உணவு மற்றும் தர ஆணையத்தின் அறிக்கையை தாக்கல் செய்தார். அதில் கூறப் பட்டுள்ளதாவது:

ஹிமாச்சல் பிரதேசம், ராஜஸ்தான், சண்டிகர், ஹரியானா, கர்நாடகா மற்றும் மஹாராஷ்டிரா மாநிலங்களில், குடிநீர் பாட்டில்களின் மாதிரிகள். ஆய்வு செய்யப்பட்டன.

இதில், மைக்ரோ பிளாஸ்டிக் இருப்பது கண்டறியப்பட்டு உள்ளது. அதேபோல், பிளாஸ்டிக் பாக்கெட்டுகளில் பொதிந்து விற்கப்படும் உப்பு, சர்க்கரையிலும், மைக்ரோ பிளாஸ்டிக் கண்டறியப்பட்டு உள்ளது.

பாக்கெட்டுகளில் பொதிந்து விற்கப்படும் உப்பு, சர்க்கரையை உண்ணுவதால், உடல் நலத்தில் ஏற்படும் பாதிப்பு குறித்து, கூட்டம் நடத்தப்பட்டு உள்ளது. ஆய்வுகள் விரைவில் முடிக்கப்படும்.

இவ்வாறு அதில் கூறப்பட்டு உள்ளது.

இதை பார்வையிட்ட நீதிபதிகள், 'குடிநீர் பாட்டில்களில் எச்சரிக்கை வாசகங்கள் இடம் பெறச் செய்ய, குடிநீர் பாட்டில் உற்பத்தி நிறுவனங்களுக்கு அறிவுறுத்த வேண்டும்' என உத்தரவிட்டு, விசாரணையை தள்ளி வைத்தனர்.

S.Suresh Call : 98421 50793 , 88383 95692

தேசிய நுகர்வோர் ஹெல்ப்லைன் உதவியால் ரூ.45 கோடி ரீபண்டு

தேசிய நுகர்வோர் ஹெல்ப்லைன் வாயிலாக, நடப்பாண்டில் 45 கோடி ரூபாய் ரீபண்டு பெற்று தரப்பட்டுள்ளது. இவ்வாண்டு, ஏப்ரல் முதல் டிசம்பர் வரையிலான காலகட்டத்தில், மொத்தம் 67,265 நுகர்வோர் அளித்த புகார்களுக்கு நடவடிக்கை எடுக்கப்பட்டுள்ளதாக, தேசிய நுகர்வோர் ஹெல்ப்லைன் அமைப்பின் அறிக்கையில் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

மேலும் அதில் கூறியி ருப்பதாவது:

நுகர்வோர் குறை தீர்ப்புக்கான தேசிய நுகர்வோர் ஹெல்ப்லைனால், 2025ல் பெறப் ULL புகார்களில், 40,000 புகார்கள் இ-காமர்ஸ் துறை சம்பந்தப்பட்டவை ஆகும். இதில் பாதிக்கப்பட்ட நுகர்வோருக்கு, மொத்தம் 32 கோடி ரூபாய் ரீபண்டு பெற்றுத் தரப்பட்டுள்ளது. ஒட்டு மொத்த தொகையில் மூன்றில் இரண்டு பங்கு தொகை இந்தத் துறை சார்ந்தது.

இதற்கு அடுத்தபடி யாக, பயணம் மற்றும் சுற்றுலா துறை தொடர்பான புகார்களுக்கு 3.5 கோடி ரூபாய் ரீபண்டு பெற்றுத் தரப்பட்டு உள்ளது. இவை தவிர, ஏஜென்சி சேவைகள், எலக்ட்ரானிக்ஸ் தயாரிப்புகள், விமான போக்குவரத்து துறை சார்ந்த புகார்களும் அதிகம் வந்துள்ளன. இவ்வாண்டில் ஒட்டுமொத்த ரீபண்டு தொகையில் 85 சதவீத பங்கு, மேலே சொன்ன ஐந்து துறைகளை சார்ந்ததாகும்.

எந்த ஒரு நுகர்வோரும், தாங்கள் செலுத்திய பணத்துக்கான சேவை கிடைக்காதபோது, நுகர்வோர் பாதுகாப்புச் சட்டம் 2019ன் கீழ் நுகர்வோர் ஆணையங்களில் புகார் செய்ய முடியும்.

அதற்கு பதிலாக, கட்டணமில்லா தொலை பேசி எண்ணை பயன்படுத்தி, நுகர்வோர் ஹெல்ப்லைனை தொடர்பு கொண்டாலே, நுகர்வோர் பாதுகாப்பு துறை தலையிட்டு பாதிக்கப்பட்டவருக்கு நிவாரணம் பெற்றுத்தருகிறது.

பெருநகரங்கள் மட்டுமின்றி, சிறிய கிராமங்களிலிருந்தும் நுகர்வோர் புகார்கள் பெறப்பட்டு, உரிய தீர்வு பெற்றுத் தரப்படுகிறது.

இவ்வாறு கூறப்பட்டுள்ளது. அதில்

நுகர்வோர் சேவை குறைபாடா?

- 1915 என்ற கட்டணமில்லா தொலைபேசியில் அழைக்கலாம்
- தமிழ் உட்பட 17 மொழிகளில் புகார் செய்யலாம்
- 88000 01915 என்ற எண்ணுக்கு வாட்ஸாப் / எஸ்.எம்.எஸ். புகார் கொடுக்கலாம்.
- https://consumerhelpline.gov.in/public/ என்ற இணையதளத்தையும் பயன்படுத்தலாம்
- என்.சி.ஹெச். உமாங் செயலிகளையும் பயன்படுத்த முடியும்

100 வயது தாயாரை பராமரிக்கும் 80 வயது மகள் : சிவகங்கை குக்கிராமத்தில் நெகிழ்ச்சி...

சிவகங்கை அருகே பொன்னங்குளம் ஊராட்சி வீரவலசைக் கிராமத்தில் 20 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, 190க்கும் மேற்பட்ட குடும்பங்கள் வசித்தன. குடிநீர், பேருந்து உள்ளிட்ட அடிப்படை வசதி இல்லா ததால் தற்போது 30 குடும்பங்களே வசிக்கின்றன.

இக்கிராமத்தைச் சேர்ந்தவர் 80 வயதான வள்ளி, அவரது கணவர் மறைந்த நிலையில் 2 மகன்களும் குடும்பத்துடன் வெளியூர்களில் வசிக்கின்றனார்.

எனினும் 100 வயதைக் கடந்த தனது தாயார் கருப்பாயிக்காக அடிப்படை வசதி இல்லாத இந்த கிராமத்தை விட்டு வெளியேறாமல் அங்கேயே வள்ளி வசிக்கிறார்.

தாயாருக்கு 3 வேளையும் உணவு கொடுப்பது, உடை அணிந்து விடுவது உட்பட அனைத்துத் தேவைகளையும் அன்போடும், பாசத்தோடும் நிறைவேற்றி வருகிறார். இது அப்பகுதியினர் இடையே நெகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தி உள்ளது.

இது குறித்து மூதாட்டி வள்ளி கூறுகையில், ' 100 வயதைக் கடந்தாலும் எனது தாயாருக்கு இதுவரை சர்க்கரை நோய், உயர் ரத்த அழுத்தம்போன்ற எந்த நோயும் இல்லை என அவரைப் பரிசோதித்த மருத்துவரே ஆச்சரியப்பட்டார். அவர் 4 தலைமுறைகளைப் பார்த்து விட்டார். நான் ஒரே மகள் என்பதால் அவரைக் கவனிக்கிறேன். எனக்கும் 80 வபது ஆகிவிட்டதால், எனது தேவைகளைச் சிர மத்தோடு நிவர்த்தி செய்தாலும், எனது தாயாரைப் பாசத்தோடுதான் கவனிக்கிறேன். அவர் இன்னும் எத்தனை ஆண்டுகள் உயிரோடு இருந்தாலும் பராமரிப்பேன். இவ்வாறு அவர் கூறினார்.

வயதான தங்களது பெற்றோரை என்றுமே கைவிடக் கூடாது என்பதற்கு வள்ளி இன்றைய தலைமுறையினருக்கு எடுத்துக்காட்டாகத் திகழ்கிறார்.

இசையமைப்பாளர் சித்துகுமார் நிகழ்வு

சித்துகுமார் ஒரு இசையமைப்பாளர், ஒலிப் பொறியாளர் **Sound Engineer** மற்றும் பாராட்டுப் பெற்ற திரைப்பட இயக்குநர் ஆவார். மேலும், ப்ளூ அகாடமி என்ற பயிற்சி நிறுவனத்தின் நிறுவனர் உறுப்பினர்களில் ஒருவராகவும் திகழ்கிறார். இசை மற்றும் திரைப்படத் துறையில் பதினைந்து ஆண்டுகளுக்கும் மேலான அனுபவத்துடன், சுயாதீன இசைக்கலைஞராக தனது கலைப் பயணத்தைத் தொடங்கிய சித்து குமார், பின்னர் ஒலி பொறியியல் துறையில் கல்வி கற்று, தொழில்நுட்பமும் படைப்பாற்றலும் ஒருங்கிணைந்த வலுவான அடித்தளத்தை உருவாக்கினார்.

காலப்போக்கில், கண்ண வீசி, மயிலாஞ்சியே, ஆழி சூழ்ந்த, அடிப்பொலி, சொந்தமுள்ள வாழ்க்கை, எப்படி வந்தாயோ, உருகி உருகி போன்ற பாடல்கள் மூலம் அவரது இசை மக்களிடையே பெரும் வரவேற்பையும் பாராட்டையும் பெற்றது. சுமார் முப்பத்தைந்து பல்மொழித் திரைப்படங்களில் இசை தயாரிப்பாளராகவும், பதினைந்து திரைப்படங்களில் இசையமைப்பாளராகவும் பணியாற்றியுள்ள அவர், பல வெற்றிகரமான சுயாதீன பாடல்களையும் வழங்கி, இந்திய திரைப்பட இசைத் துறையில் தனித்துவமான இடத்தைப் பெற்றுள்ளார்.

சிவப்பு மஞ்சள் பச்சை, பேச்சிலர், கண்ணை நம்பாதே, தீரா காதல், சார், ஆரோமலே, அன்பாவம், பதின்மூன்று, ஜோ, தயங்கரம் ஆகிய குறிப்பிடத்தக்க திரைப்படங்களுக்கு அவர் இசையமைத்தும் பின்னணி இசை அமைத்தும் உள்ளார்.

அவரது சுயாதீன இசைத் தொகுப்பான அடிப்பொலி, ஒரு முக்கிய மைல்கல்லாக அமைந்து, நூறு மில்லியன் முறைகள் கேட்கப்பட்ட பெருமையைப் பெற்றுள்ளது. சமீப காலத்தில், பெரும் வசூல் சாதனை படைத்த ஜோ திரைப்படத்திற்கும் அவர் இசையமைத்து தயாரித்துள்ளார்.

அறிவைப் பகிர்ந்து, அடுத்த தலைமுறை படைப்பாளர்களை உருவாக்க வேண்டும் என்ற ஆழ்ந்த எண்ணத்துடன், தனது துணைவர் அபின் புஷ்பகரன் உடன் இணைந்து சித்துகுமார் ப்ளூ அகாடமியை இணைந்து நிறுவினார்.

இளம் மற்றும் திறமைமிக்க இசையமைப்பாளர்கள் மற்றும் ஒலி பொறியாளர்களை நிஜ உலக அனுபவங்களின் வழியாக வழிநடத்தி, பல வெற்றிக் கதைகளை உருவாக்க வேண்டும் என்ற உறுதியுடன் அவர்கள் செயல்பட்டு வருகின்றனர். அவர்களின் முயற்சி வெற்றியடைய வேண்டும் என்று மனிதநேய கவசம் சார்பாக வாழ்த்துகிறோம். அனைத்து பள்ளி, கல்லூரிகள் ப்ளூ அகாடமியை **Website** பயன்படுத்திக் கொள்ளவும்

http://www.bluacademy.in/

Siddhu Kumar
Music Composer

Abin Pushpakaran
sound engineer

Siddhu Kumar is a music composer, audio engineer, and acclaimed director, and one of the founding members of BLU Academy. With over 15 years of experience in the music and film industry, Siddhu began his journey as an independent musician before pursuing sound engineering, graduating from SAE and developing a strong technical and creative foundation.Over the years, his work has gained wide recognition through popular songs such as Kanna Veesi, Mayilaanjiye, Azhi Soozhndha, Adipoli, Sondhamulla Vazhkkai, Eppadi Vandhaayo, and Urugi Urugi. With approximately 35 multilingual films as a music producer and 15 films as a music composer, along with several hit independent singles, Siddhu Kumar has firmly established his presence in the Indian film industry. He has composed and scored music for notable films including Sivappu Manjal Pachai, Bachelor, Kannai Nambathey, Theera Kaadhal, Sir, Aaromaley, An Paavam, 13, Joe, and Dayangaram. His independent album Adipoli stands as a major milestone, entering the prestigious 100-million-stream club. Recently, Siddhu composed and produced music for the box-office success Joe.Driven by a passion for sharing knowledge and shaping the next generation of creators, Siddhu co-founded BLU Academy along with his partner Abin Pushpakaran. Together, they are committed to nurturing young, aspiring composers and audio engineers—guiding them with real-world industry insight and inspiring countless success stories of their own.

AAA
COLLEGE OF ENGINEERING AND TECHNOLOGY

Approved by AICTE - New Delhi / Affiliated to Anna University, Chennai
Accredited by NBA (CIVIL,CSE,ECE,EEE,MECH), Accredited by NAAC with 'A' Grade
An ISO 21001 : 2018 Certified Institution
Managed by Vinayaga - Sonny Fireworks Group of Industries / Panjurajan - Amaravathy Trust
Kamarajar Educational Road, Amathur-626 005, Sivakasi - Virudhunagar.

We are proud, delighted, and truly HAPPY to announce that our esteemed institute has been conferred with a prestigious honour, marking a remarkable milestone in our journey of excellence.

AUTONOMOUS
2025 - 2035

status by UGC and Anna University

TNEA COUNSELLING CODE
4680

NBA NATIONAL BOARD of ACCREDITATION CIVIL 2024-2027
NBA NATIONAL BOARD of ACCREDITATION CSE 2023-2026
NBA NATIONAL BOARD of ACCREDITATION ECE 2023-2026
NBA NATIONAL BOARD of ACCREDITATION EEE 2023-2026
NBA NATIONAL BOARD of ACCREDITATION MECH 2023-2026
NAAC with 'A' Grade
ISO An ISO 21001 : 2018
MSME HOST INSTITUTE
StartupTN PRE-INCUBATION CENTRE

மனிதநேய கவசம் மாத இதழ் சார்பாக 06.03.2026 அன்று 63வது பிறந்த நாள் காணும்

Dr. P. GANESAN

Correspondent of AAA College of Engineering and Technology
அவர்களுக்கு வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக்கொள்கிறோம்.

இதழ் ஆசிரியர் : முனைவர் ந. அசோகன்

ஈதல் இசைபட வாழ்தல் அதுவல்லது
ஊதியம் இல்லை உயிர்க்கு. – குறள் 231

MJF Lion Dr. **P. Jesuraja**

Raaja Construction

ISO Certified

Office : No.5, Angel Nivas, Near Leuca Play Ground,
Bethaniyapuram, Madurai - 625 016.
Mobile : 98430 09977, 94420 26660

Resi : Jampar Cottage No.5, Matha Kovil Street,
(Opp. RC Church) Bastian Nagar,
Bethaniyapuram, Madurai - 625 016.

ஆன்லைன் உணவு ஆர்டருக்கு இனி அதிக பணம் செலுத்த வேண்டும்..

விருந்துகள், குடும்ப நிகழ்ச்சிகள், அலுவலகக் கூட்டங்கள் தவிர, வீட்டில் சமைக்க விருப்பமில்லாத நாட்களிலும் பலர் உணவு டெலிவரி செயலிகள் மூலம் உணவகங்களில் இருந்து உணவை ஆர்டர் செய்வது வழக்கமாகிவிட்டது. ஆனால் இனி அந்த சௌகரியம் சற்று அதிக செலவாக மாறப்போகிறது. அதற்கு முக்கிய காரணம் ஜிஎஸ்டி விதிப்பில் வரும் புதிய மாற்றம் ஆகும்.

வரும் 22ஆம் தேதி முதல், உணவு டெலிவரி செயலிகள் மூலம் ஆர்டர் செய்யும் ஒவ்வொரு முறையும் சுமார் 2 முதல் 3 ரூபாய் வரை கூடுதல் செலவு அதிகரிக்கலாம். நிதி அமைச்சர் நிர்மலா சீதாராமன் அறிவிப்பின்படி, உணவு டெலிவரி செயலிகள் 18% ஜிஎஸ்டி வசூலிக்கத் தொடங்குகின்றன. இதன் விளைவாக, வெளியில் இருந்து உணவு ஆர்டர் செய்வோர் அனைவருக்கும் கூடுதல் தொகை கட்ட வேண்டியிருக்கும்.

ஆன்லைன் உணவு டெலிவரி சேவைகளின் தேவை சமீப ஆண்டுகளில் வேகமாக உயர்ந்துள்ளது. காலை, நள்ளிரவு எப்போது வேண்டுமானாலும் விருப்பமான உணவு ஒரு கிளிக்கில் நமக்கு வந்து சேருவதால், மக்கள் இதனை அதிகம் பயன்படுத்துகின்றனர். ஆனால் பண்டிகைக்கு முன்பாக வந்துள்ள இந்த மாற்றம் பலருக்கும் விரக்தியை ஏற்படுத்தியது. சோமேட்டோ தனது பிளாட்ஃபார்ம் கட்டணத்தை 10 ரூபாயில் இருந்து 12 ரூபாயாக உயர்த்தியுள்ளது. 2023இல் ரூபாயாக இருந்த கட்டணம் படிப்படியாக உயர்ந்து இப்போது 12 ரூபாயாகிவிட்டது. அதேபோல் ஸ்விக்கியும் சமீபத்தில் 12 ரூபாயிலிருந்து 14 ரூபாயாக தனது பிளாட்ஃபார்ம் கட்டணத்தை உயர்த்தியுள்ளது.

இதனால் ஒவ்வொரு ஆர்டருக்கு வாடிக்கையாளர்கள் கூடுதல் சுமையை சந்திக்க வேண்டியுள்ளது. பண்டிகை காலம் என்பதால் ஆர்டர்களின் எண்ணிக்கை இயல்பாகவே அதிகரிக்கும் அந்த சூழ்நிலையை பயன்படுத்தி நிறுவனங்கள் பிளாட்ஃபார்ம் கட்டணமும், சர்ஜ் பிரைசிங்கு உயர்த்தப்பட்டுள்ளன. மத்திய அரசின் ஜிஎஸ்டி முடிவு நிறுவனங்களின் கட்டண உயர்வு சேர்ந்து இறுதியில் சாதாரன வாடிக்கையாளர்களின் பையில் சுமைபாக மாறும் என நிபுணர்கள் கூறுகின்றனர்.

ஹெல்த் டிப்ஸ் : திரவ உணவுகளும் கட்டுப்பாடுகளும்

'தவறான உணவுமுறை என்பது திரவ உணவுகளுக்கும் பொருந்தும். சர்க்கரைச்சத்து, கலோரி நிறைந்த திரவ உணவுகளான ஸ்போர்ட்ஸ் டிரிங்க்ஸ், சோடா, செயற்கைக் குளிர்பானங்கள், பழச்சாறுகள், தாதுச்சத்து நீக்கப்பட்ட குடிநீர் போன்றவைதான் உடலுக்கு அதிக தீங்கு விளைவிப்பவை என்கின்றனர் ஊட்டச்சத்து நிபுணர்கள். எனவே, திரவ உணவுகளை எடுத்துக்கொள்வதற்கும் அளவுகோல் உண்டு என்பதை மறக்கக் கூடாது.

கடைகளில் விற்கப்படும் பழச்சாறுகளைத் தவிர்ப்பது நல்லது. விரும்பினால், வீட்டிலேயே மிகக் குறைந்த அளவு சர்க்கரை சேர்த்துத் தயாரித்து அருந்தலாம். பழத்தின் நன்மை முழுமையாகக் கிடைக்க அப்படியே சாப்பிடுவதுதான் நல்லது.

தாதுச்சத்து நீக்கப்பட்ட நீர், அல்கலைன் நீர் Alkaline Water வைட்டமின் நிறைந்த நீர் போன்ற பெயர்களில், ஆரோக்கியமான நீர் என்ற போர்வையில் பல வகைகள் விற்கப்படுகின்றன. கொதிக்கவைத்து. வடிகட்டப்பட்ட நீரைவிட ஆரோக்கியமானது வேறு இல்லை. சீரகத் தண்ணீர் குடிப்பதும் நல்லது.

செயற்கை நிறமிகள் சேர்க்கப்படுவதால், கார்பனேட்டடு பானங்களை, குழந்தை முதல் பெரியவர் வரை அனைவருமே தவிர்க்க வேண்டும். மூச்சுக்குழாய் தொடர்பான பிரச்சனை இருப்பவர்கள் இவற்றை முற்றிலும் தவிர்க்க வேண்டும்.

திரவ உணவுகளில் இளநீர், மோர், வீட்டிலேயே தயாரிக்கும் காய்கறி சூப் ஆகியவை சிறந்தவை.

சில பெற்றோர் குழந்தைகளுக்குக் குளிரூட்டப்பட்ட பானங்களை கொடுப்பார்கள். அவற்றுக்கு பதில் வீட்டிலேயே பழச்சாறுகள் தயாரித்துக்

கொடுப்பது ஆரோக்கியம் தரும். உணவுக்கு முன்னர் குழந்தைக்கு பழச்சாறு கொடுக்க வேண்டாம். அது அவர்களின் திட உணவின் அளவைக் குறைத்துவிடும். நீரைவிடச் சிறந்த உற்சாக பானம் எதுவுமில்லை. அதை அதிகம் அருந்த குழந்தைகளைப் பழக்கப்படுத்தினால் போதும்.

பன்னாட்டு நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் பலரும், ஃப்ளேவர்டு குளிர்பானங்கள் மூலமாகத் தங்களது பசியைத் தீர்த்துக்கொள்கிறார்கள். இதுதான் உடல் பருமனுக்கு மிக முக்கியமான காரணம். எனவே, திட உணவுகளைத் தட்டிக்கழிக்காமல் இருக்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

கேன்சருக்கு தடுப்பூசி..! பொதுமக்களுக்கு இலவசம்... உலக சாதனை படைத்த ரஷ்யா..

ரஷ்ய விஞ்ஞானிகள் நீண்ட காலமாக புற்றுநோய் தடுப்பூசியை உருவாக்கும் பணியில் ஈடுபட்டுள்ளனர். இப்போது அவர்கள் புதிய வெற்றியைப் பெற்றுள்ளனர். ரஷ்யாவின் ஃபெடரல் மருத்துவ மற்றும் உயிரியல் நிறுவனம் **FMBA** புற்றுநோய்க்கான தடுப்பூசியைத் தயாரித்துள்ளது. நிறுவனத்தின் தலைவர் வெரோனிகா ஸ்க்வோர்ட்சோவாவின் கூற்றுப்படி. **MRNA** அடிப்படையிலான இந்த தடுப்பூசி இதுவரை அனைத்து முன் மருத்துவ சோதனைகளிலும் வெற்றி பெற்றுள்ளது மற்றும் இந்த தடுப்பூசி இப்போது பயன்பாட்டிற்கு முற்றிலும் தயாராக உள்ளது.

பெருங்குடல் புற்றுநோய்க்கு பயன்படுத்தப்படும் தடுப்பூசி

ரஷ்ய செய்தி நிறுவனமான **TASS** இன் அறிக்கைகளின்படி, ஆரம்பத்தில் இந்த தடுப்பூசி பெருங்குடல் புற்றுநோய்க்குப் பயன்படுத்தப்படும்.

இது தவிர, க்ளியோபிளாஸ்டோமா (மூளைப் புற்றுநோய்) மற்றும் சில வகையான மெலனோமாக்கள், கண் மெலனோமா (கண் புற்றுநோய்) உட்பட, தடுப்பூசியை மேலும் மேம்படுத்தும் பணியில் ஈடுபட்டுள்ளனர். வரும் காலங்களில் இதில் பெரிய வெற்றி கிடைக்கும். ஸ்க்வோர்ட்சோவாவின் கூற்றுப்படி, இந்த தடுப்பூசி பல

ஆண்டுகளாக உருவாக்கப்பட்டு வருகிறது, இதில் கடந்த மூன்று ஆண்டுகளாக முன் மருத்துவ சோதனைகளில் மட்டுமே கவனம் செலுத்தப்பட்டது. இந்த சோதனைகளின் போது, தடுப்பூசி கட்டியின் அளவை 80% வரை குறைப்பதில் பயனுள்ளதாக இருப்பது கண்டறியப்பட்டது, இது புற்றுநோயைத் தடுக்கவும்.

நோயாளிகளின் உயிரைக் காப்பாற்றவும் உதவும். மேலும், ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட முறை கொடுத்த பிறகும் இது முற்றிலும் பாதுகாப்பானது. **mRNA** தொழில்நுட்பம் மெசஞ்சர் **RNA** என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இது மரபணு குறியீட்டின் ஒரு சிறிய பகுதியாகும், இது நமது செல்களில் புரதத்தை உருவாக்குகிறது. எடுத்துக்காட்டாக, எந்த வைரஸ் அல்லது பாக்டீரியா நம் உடலைத் தாக்கும் போதெல்லாம், **mRNA** தொழில்நுட்பம் நமது செல்களுக்கு அந்தவைரஸ் அல்லதுபாக்டீரியாவை எதிர்த்துப் போராட ஒரு குறிப்பிட்ட வகை புரதத்தை உருவாக்க ஒரு செய்தியை அனுப்புகிறது.

இதன் மூலம் நமது நோயெதிர்ப்பு அமைப்பு அந்த தேவையான புரதத்தை உருவாக்குகிறது மற்றும் அந்த புரதத்திலிருந்து நம் உடலில் அந்த வைரஸை அடையாளம் கண்டு அழிக்க போதுமான ஆன்டிபாடிகள் உருவாகின்றன. **mRNA** தொழில்நுட்பத்தை உருவாக்கிய பெருமை ஹங்கேரிய உடலியல் நிபுணர் கேட்டலின் கரிகோவுக்கு உரியது, அவர் அக்டோபர் 17, 1955 அன்று ஹங்கேரியின் சோல்னோக்கில் **Szolnok** பிறந்தார். அவர் பல ஆண்டுகளாக ஹங்கேரியின் செக்ட் பல்கலைக்கழகத்தில் **RNA** மீது பணியாற்றினார். பின்னர் அவர் அமெரிக்காவுக்குச் சென்றார், அங்கு பென்சில்வேனியா பல்கலைக்கழகத்தில் துயூஹிபு தொழில்நுட்பம் குறித்த ஆய்வைத் தொடங்கினார். துயூஹிபு 1961இல் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது, ஆனால் விஞ்ஞானிகள் இன்னும் இதன் மூலம் உடலில் புரதம் எவ்வாறு உருவாகிறது என்பதைக்கண்டுபிடிக்க முயற்சி செய்து கொண்டிருந்தனர். இதற்கிடையில், 1997 இல் புகழ்பெற்ற நோயெதிர்ப்பு நிபுணர் ட்ரூ வெய்ஸ்மேன் பென்சில்வேனியா பல்கலைக்கழகத்திற்கு வந்தார்.

பின்னர் கரிகோ மற்றும்வெய்ஸ்மேன் இந்த தொழில்நுட்பத்தில் இணைந்து பணியாற்றத் தொடங்கினர். 2005 ஆம் ஆண்டில் வெய்ஸ்மேன் மற்றும் கரிகோவின் ஆராய்ச்சிக் கட்டுரை வெளியிடப்பட்டது, இதில் **mRNA** மூலம் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிப்பதன் மூலம் பல நோய்களுக்கு பயனுள்ள தடுப்பூசிகளை உருவாக்க முடியும் என்று கூறப்பட்டது.

அழிவு நெருங்கிவிட்டது... மனிதனின் பேராசைக்கு பூமி கொடுத்த அதிர்ச்சி ரிப்போர்ட்... பூமியின் 60% நிலப்பரப்பு காலி!

மனித செயல்பாடுகளால் பூமியின் 60% நிலப்பரப்பு பாதுகாப்பான எல்லையை விட்டு வெளியேறி விட்டதாக புதிய ஆய்வு எச்சரிக்கிறது. மனித நடவடிக்கைகளால் பூமியின் பெரும்பகுதி நிலப்பரப்பு அதன் பாதுகாப்பான எல்லையை விட்டு வெளியேறிவிட்டதாக ஒரு புதிய ஆய்வு அதிர்ச்சி தகவலை வெளியிட்டுள்ளது. இந்த ஆய்வின்படி, பூமியின் 60% நிலப்பரப்பு இப்போது பாதுகாப்பற்ற நிலையில் உள்ளது.

இந்த நிலை தொடர்ந்தால். சுற்றுச்சூழல் அமைப்புகள் சரிந்துவிடும் என்றும், காலநிலை மாற்றம் தீவிரமடையும் என்றும் விஞ்ஞானிகள் எச்சரிக்கின்றனர். விவசாயம், எரிசக்தி உற்பத்தி போன்ற மனித செயல்பாடுகள் நமது பூமியை எவ்வளவு ஆழமாக மாற்றியமைத்துள்ளன என்பதை இந்த ஆய்வு சுட்டிக்காட்டுகிறது.

உயிர்க்கோளத்தின் ஒருமைப்பாடு என்பது, தாவரங்கள் மற்றும் இயற்கை அமைப்புகள் ஆரோக்கியமான புவி அமைப்பை பராமரிக்கும் திறனைக் குறிக்கிறது. தாவரங்கள் ஒளிச்சேர்க்கை மூலம் கார்பன் டை ஆக்சைடு மற்றும் தண்ணீரை பயன்படுத்தி, பூமியின் கார்பன், நீர், மற்றும் நைட்ரஜன் சமநிலையைப் பராமரிக்கின்றன.

ஆனால், காடுகளை அழிப்பது. விவசாயம் செய்வது, நகரங்களை உருவாக்குவது போன்ற மனித நடவடிக்கைகளால் இந்த இயற்கை சமநிலைகள் பாதிக்கப்பட்டுள்ளன. இந்த சமநிலை பாதிக்கப்பட்டால், பூமி பாதுகாப்பற்ற நிலைக்கு தள்ளப்படும். ஜெர்மனியின் போட்ஸ்டாம் இன்ஸ்டிடியூட் ஃபார் கிளைமேட் இம்பாக்ட் ரிசர்ச் PIK மற்றும் வியன்னா பல்கலைக்கழக ஆராய்ச்சியாளர்கள் இந்த ஆய்வை நடத்தியுள்ளனர்.

இந்த ஆய்வு 1600ஆம் ஆண்டு முதல் மனித செயல்பாடுகள் பூமியில் ஏற்படுத்திய மாற்றங்களை ஆராய்ந்தது. 1900ஆம் ஆண்டிலேயே, பூமியின் 37% நிலப்பரப்பு பாதுகாப்பான எல்லையைத் தாண்டிவிட்டதாகவும். 14% உயர் ஆபத்து மண்டலத்தில் இருந்ததாகவும் ஆய்வு கூறுகிறது. ஆனால், இன்று, இந்த எண்கள் 60% மற்றும் 38% ஆக அதிகரித்துள்ளன. இதற்கு முக்கிய காரணம்,

விவசாயத்திற்காக காடுகள் அழிக்கப்பட்டதும், நிலத்தின் பயன்பாட்டில் ஏற்பட்ட தீவிர மாற்றங்களும் தான் என விஞ் ஞானிகள் கூறுகின்றனர். பூமியின் இந்த நிலை தொடர்ந்தால், பயிர் விளைச்சல் குறைந்து, சுத்தமான நீர் கிடைக்காமல் போகும். வெள்ளம், புவி வெப்பமயமாதல், மற்றும் சுற்றுச்சூழல் பேரழிவுகளும் அதிகரிக்கும் என ஆய்வாளர்கள் எச்சரிக்கின்றனர். இந்த அபாயங்களை சரி செய்ய உலக அரசுகள் உடனடியாக செயல்பட வேண்டும் என அவர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். விவசாயத்திற்காக பயன்படுத்தப்படும்.

நிலத்தின் அளவை கட்டுப்படுத்த வேண்டும், காடுகள் மற்றும் இயற்கை வாழ்விடங்களை பாதுகாக்க வேண்டும். நிலையான விவசாய முறைகளில் கவனம் செலுத்த வேண்டும் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பை சர்வதேச கொள்கைகளின் ஒரு பகுதியாக மாற்ற வேண்டும் என ஆய்வில் பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ளது.

விஞ்ஞானிகள் கூறும் மற்றொரு நம்பிக்கை செய்தி என்னவென்றால், இன்னும் நேரம் இருக்கிறது என்பதுதான்.

சிறந்த விவசாய நுட்பங்களைப் பயன்படுத்தியும், இயற்கையைப் பாதுகாத்தும், இந்த அபாயத்தைக் குறைக்க முடியும். பிரச்சினைகள் எங்கெங்கு உள்ளன என்பதை இந்த ஆய்வு தெளிவாகக் காட்டுவதாகவும், தாமதமாவதற்கு முன் நாம் அதை சரிசெய்ய வேண்டும் எனவும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

பிரார்த்தனைகள் பலவிதம்!

- மயிலாடுதுறை அருகே உள்ள திருக்கோயில்களில் சப்த மாதர்கள் சிவபெருமானை பூஜித்த தலங்கள்...
- பிராமி பூஜித்த தலம் – சுயம்புநாதர் கோயில், இறைவன், தான்தோன்றீஸ்வரர்.
- மாகேஸ்வரி வழிபட்டது – பேட்டை கருங்குயில் நாதர்
- கௌமாரி வணங்கியது கஞ்சாறு என்னும் திருத்தலம். இங்கே இறைவனின் ஆனந்தத் தாண்டவம் நிகழ்ந்தது.
- வைஷ்ணவி துதித்தது பசுபதீஸ்வரம்.
- வாராஹி கும்பிட்டது கருங்காளி குட்டம். இது சக்திபுரி என்றும் வழங்கப்படுகிறது.
- இந்திராணி பூஜித்தது தருமபுரீஸ்வரர் திருக்கோயில் (தருமபுரம்)
- சாமுண்டி வழிபட்ட தலம், உத்தர மாயூரம். (வள்ளலார் கோயில்)

உப்பு அதிகளவில் உட்கொள்வதால் உயர் ரத்த அழுத்தத்திற்கு வழிவகுத்துஆண்டுக்கு 18.9 லட்சம் உயிரிழப்புகள் ஏற்படுகிறது

'உப்பில்லா பண்டம் குப்பையிலே' என்பது நமது முன்னோர் மொழி. அதாவது உப்பின் பங்கு இல்லாவிட்டால் நாம் உண்ணும் உணவுகள் எதுவும் ருசிக்காது. அது குப்பைக்கு தான் போகும் என்பதையே இந்தமொழி உணர்த்துகிறது. உப்பு நமது உணவை சுவையாக்குகிறது. அது மனித வாழ்க்கைக்கும் இன்றியமையாதது. உடலில் உள்ள நீரின் அளவை பராமரிக்க, உப்பில் இருக்கும் சோடியம் மிகவும் அவசியம். சத்துக்களை உடல் உறிஞ்சுவதற்கும் அது உதவுகிறது. இப்படி மனித ஆரோக்கியத்தில் அங்கமாகிவிட்டது. உப்பின் பயன்பாடுகள் குறித்து பல்வேறு ஆய்வுகள் நடந்து வருகிறது. இந்த வகையில் 'தி புட் செயின்' என்ற அமைப்பு உப்பு குறித்து ஆய்வுகளை நடத்தி, பல்வேறு தகவல்களையும் வெளியிட்டுள்ளது.

'உப்பு வாழ்க்கைக்கு அவசியமானது' என்பது அனைவரும் அறிந்த ஒன்று தான். அதே நேரத்தில் நமது நியூரான்கள், மூளை, தண்டுவடம், தசைகள் என மின் சமிக்ஞைகள் மூலம் செயல்படும் அனைத்து செல்களுக்கும் உப்பு அவசியமானது. தோல் மற்றும் எலும்புகளிலும் முக்கிய அங்கமாக உப்பு உள்ளது. நமது உடலில் போதிய அளவு சோடியம் இல்லை என்றால் நாம் இறந்து விடுவோம். உடலில் சோடியம் குறைந்தால். குழப்பம், எரிச்சல் ஏற்படலாம். தசைகளின் உணர்திறன் குறையலாம். வாந்தி, வலிப்பு, கோமா ஏற்படலாம். இந்த வகையில் உப்பு என்பது மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது.

அதேநேரத்தில் அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமிர்தமும் நஞ்சு என்றொரு மொழியும் உள்ளது. இரண்டு கிராம் சோடியம் கொண்ட ஐந்து கிராம் உப்பை தினமும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று உலக சுகாதார நிறுவனம் பரிந்துரைக்கிறது. இது, கிட்டத்தட்ட ஒரு டீ ஸ்பூன் அளவிலான உப்பாகும். ஆனால், உலக அளவில் சராசரியாக நாள் தோறும் மனிதர்கள் 11 கிராம் உப்பை எடுத்துக் கொள்கின்றனர். இதனால் இருதய நோய்கள், வயிற்று புற்றுநோய். உடல் பருமன், எலும்பு தேய்மானம். சிறுநீரக கோளாறுகள் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகரித்து வருகிறது என்பதும் ஆய்வுகளில் வெளியிடப்பட்டுள்ள அதிர்ச்சி தகவலாக உள்ளது. இது குறித்து உணவியல் சார்ந்த சிறப்பு மருத்துவ நிபுணர்கள் கூறியதாவது: அதிக அளவிலான உப்பு எடுத்துக் கொள்வதால் ஒவ்வொரு ஆண்டும் 18.9

லட்சம் பேர் உயிரிழப்பதாக உலக சுகாதார நிறுவனம் கூறுகிறது. நிறைய நாடுகளில், பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகளில் ஒளிந்திருக்கும் உப்பின் அளவே, அதிகமான உப்பு உட்கொள்ளுதலுக்கு காரணமாக அமைகிறது. உப்பின் அளவு காரணமாக உடலில் ஏற்படும் துல்லியமான விளைவுகள், ஒவ்வொருவரது மரபணு அமைப்பை பொறுத்தது.

உலகம் முழுவதும் 100 கோடிக்கும் மேலான மக்கள் உயர்ரத்த அழுத்தத்தினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். உப்பின் அளவை குறைத்துக் கொண்டால், இதனை தடுக்கவும். இதற்கு சிகிச்சை அளிக்கவும் முடியும். அதிக அளவிலான உப்பை உட்கொள்ளும் போது, உடல் நீரை தக்க வைத்துக் கொள்ளும். இப்படி கூடுதலான திரவத்தைக் கையாளும் போது. உங்கள் ரத்த அழுத்தம் அதிகரிக்கும். இதன் விளைவுகள் மிக பலவினமாக இருந்தால் மூளையில், அவை வெடித்து பக்கவாதம் ஏற்படக் கூடும். எனவே முடிந்தவரை உப்பின் அளவை குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உப்புக்கு மாற்றாக இஞ்சி பூண்டு, வெங்காயம், பட்டை, எலுமிச்சை போன்றவற்றை உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.

இதன்மூலம் உணவில் உப்பின் தேவையை குறைக்க முடியும். ஊறுகாய், அப்பளம், கருவாடு, உப்புக்கடலை, மோனோசோடியம் குளுடைமைட், இன்ஸ்டன்ட் உணவுகள், பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகள் போன்றவற்றை தவிர்க்க வேண்டும். இதேபோல் முடிந்தவரை வீட்டில் சமைத்த உணவுகளை சாப்பிட வேண்டும். சமைக்கும் போது உப்புக்கு பதிலாக மருத்துவ குணமுள்ள இலைகள், மசாலா பொருட்களை அதிகளவில் பயன்படுத்தலாம். இது போன்ற நடவடிக்கைகள், அதிகளவு உப்பினால் ஏற்படும் பல்வேறு பிரச்சனைகளில் இருந்து விடுபடுவதற்கு வழிவகுக்கும். இவ்வாறு மருத்துவ நிபுணர்கள் கூறினர்.

உப்பின் அளவை கணித்து வைப்பது அவசியம்

'உப்பின் அளவை குறைக்க உணவு தயாரிப்பாளர்களுக்கு விதிக்கப்பட்ட கட்டுப்பாடுகள் காரணமாகவே தினசரி உப்பு உட்கொள்ளும் அளவு குறைந்துள்ளது. ஒவ்வொரு நாட்டிலும், உட்கொள்ள பரிந்துரைக்கப்படும் உப்பின் அளவு மாறுபடும், சிறுநீர் பரிசோதனையில் உங்கள் உடலில் உப்பு அதிகமாக உள்ளதா. குறைவாக உள்ளதா என்பது தெரிய வரும். மேலும் நாம் எவ்வளவு உப்பு எடுத்துக் கொள்கிறோம் என்பதை கணித்துக் வைத்துக் கொள்வதும் அவசியம். இதற்காக உணவு உட்கொள்ளுதலை தொடர்ந்து பதிவு செய்து வரலாம். அல்லது உணவுப் பொருள்களின் லேபில்களைப் பார்த்து அதிலுள்ள சோடியம் அளவை கணக்கிடும் செயலியை பயன்படுத்தலாம். இரண்டுமே துல்லியமான முறைகள் அல்ல, எனினும் உப்பின் அளவை ஓரளவு கணித்துக் கொள்ள உதவும்,' என்பதும் மருத்துவர்களின் அறிவுரை.

Traditional by Generations

BGN EST 1908

BG நாயுடு

ஸ்வீட்ஸ் | ஸ்நாக்ஸ் | பேக்கரி

சொந்த பண்ணை பாலில் தயாராகும் இனிப்புகள்...

BG Naidu
Traditional by Generations

BG Naidu Sweets Pvt Ltd
Head Office: 29–K, Elango Street, Sangliandapuram
Trichy 620001. sales@bgnaidusweets.com
www.bgnaidusweets.com | /bgnaidusweets

46+ BRANCHES @ TRICHY, MADURAI, PUDUKKOTAI, PERAMBALUR, DINDIGUL, THANJAVUR, PATTUKOTTAI & KARAIKUDI

For Corporate Order & Bulk Orders: +91 9514686868

fssai Lic No. 12418028000292

Rajmahal
Silks • Textiles • Readymades
A Tradition of Excellence in Silk
47 & 48, EAST VELI STREET, MADURAI-1
PH : 72000 07373

Rajmahal's
Silk Story
A Tale of Exclusive Weaves
169, KK NAGAR, EAST 5TH STREET, MADURAI - 20
PH : 95007 95005

Rajmahal's
AISHVARYAM
GOLD • SILVER • DIAMONDS • PLATINUM
THANGANAGAI MAALIGAI
191, EAST VELI STREET, MADURAI - 625001
PH : 74488 80740

WHATSAPP SHOPPING // 72003 33333, 72001 11111 Online Shopping //www.rajmahalsilks.com