அடமானக் என் பணி கடன் செய்து கொடுப்பதே!

CENTUM Optima Mortgages Inc.

Das Narayanasamy AMP
Mortgage Specialist

Cell: 416-543-6614
Business: 416-759-1818, Fax: 416-299-0789
E-mail: das.narayanasamy@centumveedu.com
www.centumveedu.com

தாய் வீடு

THAIVEEDU டிசம்பர் 2008 HOME & LIVING

வீடு வாங்க, விற்க மற்றும் income tax, mortgage சம்பந்தமான சகல ஆலோசனைகளுக்கும் அழையுங்கள்

HOMELIFE Higher Standards

T: 905.201.9977
C: 416.568.4301

SELVA VETTYVEL
Broker of Record
HomeLife Future Realty Inc. Brokerage
205 Eastvale Drive, Markham, ON L3S 4N8

கனடாவின் பாராளுமன்றம் ஒத்திவைக்கப்பட்டது:

அரசியல் இழுபறிக்கு இடைக்கால விடுமுறை

கனடாவின் பாராளுமன்றத்தைச் செயற்பாடுகளின்றி யனவரி 26ஆவது திகதி வரை பிரதமர் காப்பர் ஒத்திவைத்தார்.

கனடாவில் கடந்த தேர்தலில் தேர்வு செய்யப்பட்டது சிறுபான்மை தொங்கு பாராளுமன்றமாகும். இது தனது வரவு செலவுத் திட்டத்தை மார்கழி 8 ஆவது நாள் முன்வைக்கவிருந்தது. இந்த வரவு செலவுதிட்டம் பிற்போக்கான, மக்களுக்கு எதிரான பல கூறுகளைக் கொண்டிருப்பதாகக் கூறி எதிர்க்கட்சிகள் அரசைப் புறக்கணிக்கப் புறப்பட்டன.

எதிர்க்கட்சிகளாக இருக்கும் லிபரல், என்.டி.பி மற்றும் கியூபெக் பிரிவுக் கட்சி ஆகியவை சேர்ந்து மாற்று அரசை அமைக்க முன்வந்தன.

மக்களிடமிருந்து தேர்வு செய்யப்படாமல் எதிர்க்கட்சிகள் பின்வழியாக ஆட்சியைக் கைப்பற்ற முற்படுகின்றன என்று குற்றம் சாட்டும் பிரதமர் காப்பர், எதிர்வரும் யனவரி மாதம் பாராளுமன்றம் தொடங்கும் நாளில் முதல்வேலையாக தனது கட்சியின் வரவு செலவு திட்டத்தை முன்வைக்கும் என்றும் கூறியிருக்கிறார்.

கியூபெக்கில் தற்போதைய அரசியல் நெருக்கடியின் பின்னான காப்பரின் கூற்றுக்களால் பிரிவினைப்போக்கு பற்றிய எண்ணம் தாண்டப்பட்டிருக்கிறது என்று எதிர்க்கட்சிகள் குற்றம் சாட்டுகின்றன. ஒத்திவைக்கப்பட்ட பாராளுமன்றம் (prorogue) யனவரியில் திறக்கும் போது நடைபெறும் மாற்றங்களும் எதிர்பாராதவையாக இருக்கும் என்று எதிர்வுகூறப்படுகின்றது.

பாராளுமன்றத்தில் வாயிலில் பூட்டாத பூட்டு தொங்குகிறது. மக்களாட்சியின் செயற்பாடும் தடைபட்டு நிற்கிறது.

இலங்கையில் இடம்பெற்ற, வரலாறு காணாத வெள்ளத்தில் மூழ்கித் தவிக்கும் யாழ்ப்பாணத்தின் ஒரு காட்சி.

RAMAN APPLIANCES
Air Conditioning & Heating
எமக்கூடாக Furnace வாங்கும்போது ஒன்ராரியோ அரசு வழங்கும் Rebateஐப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்

General Contractors For:
• Air Conditioning • Gas Furnaces • Central Vacuum
• Air Cleaners • Gas Fireplaces • Garage Door Openers
• Security Alarm

Tel: 416.332.1989
Cell: 647.893.4414

Raman Chelliah
President
3021 Markham Rd., Unit 51,
Scarborough, ON - M1X 1L8

THE LAW OFFICE OF
Gary Anandasangaree
Tel: 416 321 1100 Fax: 416 321 1107
gary@galaw.ca

BUYING, SELLING,
INVESTING & MORTGAGE NEEDS CALL
SUN SANMUGATHAS
Broker & Manager
One stop shopping for all your mortgage & realestate needs.
Buying - Selling - Investing PROPERTY MAX Realty Inc. Brokerage
Dir: 416.948.0693
Bus: 416.291.3000
PMCI MORTGAGE CANADA

விபத்து AAA
நேர்த்தியான நேர்மையான சேவைகளுக்கு.....
AAA Accident Claim Services
Theven Kankesu
Tel : 416-720-6587 / 416-939-8789
Fax : 416-849-5767

PMCI MORTGAGE CANADA INC.
Buying - Selling - Investing PROPERTY MAX Realty Inc. Brokerage
One Source For Many Type of Properties & Mortgages
Mohan Subramaniyam
Broker of Record
416.321.2300

இனிய இல்லம் ஒளிமயமான எதிர்காலதிற்கு அடித்தளம்
மகேன் சிங்கராஜா
Sales Representative
Direct: 416.302.7283 (SAVE)
E-mail: msingarajah@trebnet.com
web: www.mahenonline.com
RE/MAX Vision Realty Inc., Realtor
2210 Marham Road, Unit-1, Toronto, ON M1B 5V6
Tel: 416.321.2228, Fax: 416.321.0002

வீடு வாங்க, விற்க, வீட்டுக்கான பெறுமதியை(Appraisal) சட்டபூர்வமாக மதிப்பிட்டு அறிக்கையை பெற்றுக்கொள்ள தாமதிக்காது உடனே அழையுங்கள்.
www.chainc.ca
CHAI CANADIAN HOME APPRAISALS INC.
E-mail: chai@chainc.ca
Bus: 905-201-0929
Fax: 905-201-8482
Century 21 Affiliate Realty Inc.
Bus: 416-290-1200
S.K. Bales, CRA, CAR, MVA, FRI, CRES.
416.801.3219 (Cell)

R&S AUTO SALES

HONDA - TOYOTA - GM MINI VANS ON THE SPOT FINANCING

சிறந்த சேவைக்கான பல விருதுகளைப் பெற்ற வாகன விற்பனை முகவர்

Tel: 416.412.3838
Fax: 416.412.1174
5310 Finch Ave, Unite 23, Scarborough
between Markham and middlefield

Radha

வீடு வியாபாரம் வாங்க விற்க நாடுங்கள்

• Residential • Industrial
• Commercial • Investment

Professional & Friendly Services

Logan Appulingam
Sales Representative
Direct : 416-200-6120
Email : logan7@rogers.com

HomeLife/GTA Realty Inc., Brokerage*
1711 McCowan Road, Suite 206, Toronto, ON. M1S 3Y3
Bus.: 416-321-6969 Fax : 416.321-6963

Highest Standard Agents.... Highest Results!...

416.200.5470

ELECTRICAL - PLUMBING & DRAINAGE SERVICES

SANTHA

www.santha.ca
416-200-5470

Kantha Property Management Group Inc.

Personal and Business Loans
Line of Credits
Business Setup Consultancy
1st and 2nd Mortgages
Residential and Commercial Leasing

Investment Properties
Property Management Services
Bad Credit Solutions
Bankruptcy
Consumer Proposals

KPM Group Inc.

T: 416-214-6161
F: 416-465-3535

3015 Kennedy Road, Suite 205, Toronto, ON M1V 1E7
www.KPMInvestment.com, kantha@KPMInvestment.com

வீடு வியாபார ஸ்தாபனம் வாங்க விற்க

Your #1 Choice

Logan Manikavasagar
Broker
Direct : 416.708.9903

Century 21
Percy Fulton Ltd. Brokerage*
Email : sales@loganhotproperties.com

Kalai Logan
Sales Representative
Direct : 416.697.9903

Buy or Sell Your Properties? Real Estate is My Job...Worry Free for you...

HIGHPOINT LASER

100 IRONSIDE CRESCENT, UNIT #10, TORONTO, ONT M1X 1M9
Toll Free: 1.877.281-9997 • Fax: 416-297-6113
www.HighPointLaser.ca • email: Sales@HighPointLaser.ca

Brand Name Toner Cartridges for
Copy Machines
Laser Printers
Fax Machines.

brother EPSON DELL hp LANIER LEXMARK Panasonic IBM SAMSUNG PitneyBowes XEROX SHARP Canon

WE RECYCLE

1. TN 350 - $45
2. Q7551X - $70
3. Q6000 - $50
4. E250 Toner - $60
5. FX-10-104 - $45
6. QU6511A - $60

Lower Cost - 100% Guaranteed - Call For Delivery - 416-297-9994

பதின்மூன்றாவது திருத்தச் சட்டமும் தமிழர் விடுதலையும்

“கிழக்கு மாகாணம் விடுதலை செய்யப்பட்டுவிட்டது. அங்கு பதின் மூன்றாவது சரத்தின் பிரகாரம் மக்களுக்கு சுதந்திரம் கிடைத்து விட்டது” என்று இலங்கை அரசு பிரகடனம் செய்கின்றது.

“புதின் மூன்றாவது திருத்தச் சட்டம் தமிழ் மக்களின் பிரச்சனைகளை தீர்த்துவிடாது” என்று எழுந்த குரல்கள் நசுக்கப்பட்டன.

இன்று என்ன நடக்கின்றது?

அண்மையில் திருகோணமலை-மட்டக்களப்பு மறை மாவட்ட ஆயர் கிங்ஸ்லி சுவாம்பிள்ளை ஆண்டகை கொழும்பு ஊடகங்களுக்கு கருத்து வெளியிட்ட போது “ஜனநாயகத்தில் நம்பிக்கை வைத்து ஆயுதக்குழுக்கள் கிழக்கு மாகாண சபை தேர்தலில் போட்டியிட்டனர். கிழக்கு பிரதேசத்தை அபிவிருத்தி செய்யலாம் என்றும் நம்பினர்கள். ஆனால் எதுவுமே நடக்கவில்லை. கொலை, ஆட்கடத்தல், காணாமல் போதல் போன்ற மனித உரிமை மீறல்கள் நாளுக்கு நாள் அதிகரித்து வருகின்றன. முன் எப்போதும் இல்லாத வகையில் மக்கள் அங்கு கொலை செய்யப்பட்டுவருகின்றனர். இன்று மக்கள் அச்சத்துடன் இருக்கின்றனர்” என்று கூறியுள்ளார்.

“தான் பொம்மையாக இருப்பதாகவும் தனக்கு அதிகாரம் எதுவும் இல்லை” என்றும் கிழக்கு மாகாண முதல் அமைச்சர் தெரிவித்துள்ளார்.

“எங்களால் எதுவும் செய்ய முடியாது. மத்திய அரசாங்கமே அனைத்தையும் முன்னெடுக்கின்றது” என்று கிழக்கு மாகாண அமைச்சர் தெரிவித்துள்ளார்

கிழக்கு மாகாணசபை ஆரம்பிக்கப்பட்டு ஏழு மாதங்கள் கடந்தபின், இந்த அறிவிப்பு வந்துள்ளது.

இவை எல்லாவற்றுக்கும் அப்பால் இலங்கை அரசு கிழக்கு மாகாண முதல் அமைச்சரை தமது கண்காணிப்பில் வைத்துள்ளது என்றும், முதல் அமைச்சரின் நம்பிக்கைக்குரியவர்கள் கொல்லப்படுகின்றனர் என்றும் செய்திகள் தெரிவிக்கின்றன.

இதுதான் பதின் மூன்றாவது திருத்தச் சட்டத்தின் பேரால் தமிழர்களுக்கு கிடைத்த பரிசு?

இலங்கை அரசு காலம் காலமாக தமிழர்களை ஏமாற்றியே வந்துள்ளது. இலங்கைத் தமிழர்களின் உரிமைகள்பற்றி எற்த வித கரிசனையும் சிங்கள இலங்கை அரசுக்கு இருந்ததே இல்லை. ஆங்கிலேயரிடம் இருந்து இலங்கை சுதந்திரம் பெற்ற அந்த நாள் தொடங்கி, இலங்கைத் தமிழ் பிரதேசங்களில் திட்ட மிட்ட குடியேற்றத் திட்டங்களையே இலங்கையின் சிங்கள அரசு திட்ட மிட்டு நிறைவேற்றுகிறது. இதனால் நமது பாரம்பறிய நிலங்கள் எல்லாம் பறிபோயின.

தமிழ் பிரதேசங்களின் மீதான இந்த சிங்களக் குடியேற்றம் தமிழர்கள் அறியாமலே ஒவ்வொரு நாளும் நடந்துகொண்டே இருக்கின்றது. தமிழர்களின் விகிதாசாரத்தை கிழக்கில் குறைப்பதில் அரசு தீவிரம்காட்டி வருகின்றது. இதுபோன்றதோர்நிலையை வடக்கிலும் உருவாக்குவதே அரசின் நோக்கம்.

இலங்கை அரசு தமிழ் தேசிய இனத்திற்கான நியாயமான, உண்மையான அதிகாரங்களை வழங்குவதுதான் இலங்கைப் இனப்பிரச்சனைக்கான யுத்தத்தை முடிவுக்கு கொண்டுவரும். அதை விட வேறு எந்த குறுக்கு வழிகளிலும் இலங்கை அரசுக்கு தீர்வு கிடையாது.

இந்த நிலைமையில் கிழக்கில் நடக்கும் மனித உரிமைகள் மீறல்கள், இன ஒடுக்குதல் பற்றி சர்வதேசங்களிடம் முறையிட வேண்டிய கடமை நம்மிடம் உள்ளது. இதற்காக செயல்படவேண்டியது நமது ஒவ்வொருவரின் கடமையாகும்.

'''

கனடாவில் நடைபெறும் நிகழ்வுகளைப் பார்ப்பதற்கும்,

உங்கள் நிகழ்வுகளைப் பதிவதற்கும்.

www.inayam.net

416 400 6406

கார்களின் பராமரிப்புக்கான குறிப்புகள்

கார் என்பது ஆங்கில வார்த்தை. இதைத் தமிழில் மகிழுந்து என்பர்.

நம்முடைய கார் நீண்ட காலத்துக்குப் பயன்பட வேண்டும் என்று எல்லோருமே விரும்புவோம். அது பழுதாகிப் போய் நடு வழியிலோ, போக்குவரத்து நெரிசலின் நடுவிலோ நாம் நின்றுவிடக் கூடாது என விரும்புவோம். கார் தயாரிப்பாளர்கள் தரும் விளக்கக் கையேட்டில் உள்ளவாறு சரியாகப் பராமரித்தால் இதுபோன்ற கோளாறுகளைத் தவிர்க்கலாம். அல்லது மிகவும் குறை வாக இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

- ஒயிலை மாதம் ஒரு முறையாவது பரி சோதனை செய்து கொள்ளுங்கள். 3000 மைல்கள் ஓடி முடிந்ததும் ஒயிலை மாற்ற வேண்டும். இரண்டு தடவைக்கு ஒரு முறையாவது ஒயில் பில்டர் மாற்றப்பட-வேண்டும். உங்கள் வாகனத்தின் என்ஜினுக்கு பரிந்துரைக்கப்பட்ட ஒயிலை மட்டும் பயன்படுத்துவதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள். கார் உரிமையாளருக்கான கையேட்டில் இந்தத் தகவல் இருக்கும்.
- நீங்கள் பழையகாரை வாங்கி இருந்தால், இந்தக் கையேடு கிடைக்காமல் போயிருந்தால், அதன் விற்பனை முகவரிடம் இந்தத் தகவல்களைக் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.
- நீங்கள் பனிப் பகுதியில் வாழ்பவராக இருந்தால் கோடை காலத்தில் வேறு தரத்திலான எண்ணெயை நீங்கள் பயன் படுத்த வேண்டிய அவசியம் இருக்கும். இந்தத் தகவலும் உரிமையாளர் கையேட்டில் இருக்கும்.
- மாதந்தோறும் எண்ணெயை பரிசோதித் துக் கொள்ளும்போது, “கூலன்ற்” ஐயும் பரிசோதனை செய்து கொள்வது அவ-

5ம் பக்கம் பார்க்க...

Publisher & Editor : P.J. Dilipkumar
பதிப்பாளர், ஆசிரியர் : பி.ஜே. டிலிப்குமார்

ஆலோசகர் குழு : ஞானம் லம்பேட், மாமூலன், கருணா, பொன்னையா விவேகானந்தன், ரதன், சுந்தர் சின்னத்தம்பி.

தட்டச்சு : கௌரி, கௌசலா, ஜீவா, பிரியதர்சினி, மஞ்சுளா ராஜலிங்கம்.

ஒப்புநோக்கல் : சாவையம்பதி சுப்ரமணியம், கௌரி. மஞ்சுளா ராஜலிங்கம்.

வரைகலை ஆலோசனை : கருணா (டிஜி வரைகலை அமையம்)

தொடர்புகள் - For More Info : Editor
P.O.Box #63581
Woodside Squarew
1571 Sandhurast Circ.
Toronto, ON. M1V 1V0

Montréal விநியோகம் : சுகுமாரன் சின்னையா
1-514-299-3186

Ottawa விநியோகம் : அலெக்ஸ் சிவசம்பு
1-613 -276-7253

Tel : 416-646-3422, 416.400.6406
Fax : 416.849.0594
Web : www.thaiveedu.com
E-mail : info@thaiveedu.com

பெயர் தோற்றாத கட்டுரைகளுக்கு ஆசிரியரே பொறுப்பு. கனடியத் தமிழ் வானொலியில் ஒலிபரப்பாகி பின்னர் எமக்குத் தரப்பட்ட விளம்பரங்கள் இலவசமாகப் பிரசுரமாகின்றன. அவற்றின் சரிபிழைகளுக்கு தாய்வீடு பொறுப்பல்ல. ஏனைய விளம்பரங்கள் இலவசமல்ல. ஆக்கங்கள் அனைத்துக்கும் ஆக்கியோரே பொறுப்பு.

#1 TEAM @ PROPERTY/MAX REALTY INC.

PROPERTY MAX
Realty Inc. Realtor
Mohan Subramaniyam
Broker of Record
416.321.2300

New Mortgage, Commercial Mortgage
New Immigrans, Ist, 2nd Mortgage
Re-Financing, New Home Buyers

Search More Properties @
www.realestatebrokerofrecord.info

WE BRING CANADA'S LEASING LENDER'S TO YOU
PMCI
PROPERTY MORTGAGE CANADA INC.

PLEASE MENTION PROPERTY/MAX WHEN ENQUIRING ABOURT PROPERTIES!

‘தமிழீழப் போராட்டம் தமிழர்களால் என மாறிவிட்டது’

- அ. கணபதிப்பிள்ளை -
kanapathipillai@thaiveedu.com

விடுதலைப்புலிகள்தான் தமிழீழம் கேட்கிறார்கள் என்று பயங்கரவாத எண்ணமாகச் சித்தரிக்கப்பட்ட தமிழீழக் குரல் சர்வதேசங்களிலும் ஒலிப்பதில் ஏழுகோடி தமிழர்களும் ஏகோபித்த குரலில் ஒலிக்கச் செய்துகொண்டிருக்கிறார்கள். இலங்கைத் தமிழர்களுக்கு இருக்கக்கூட ஒரு இடமில்லாமல் இங்கும் அங்குமாக அலைய விட்டுக் கொண்டிருக்கும் இலங்கை இராணுவத்தையும் இலங்கையின் இன்றைய அரசியற் கட்டமைப்பினையும் ஏனென்று கேட்க எத்தனையோ குரல்கள் ஒலிக்கத் தொடங்கியிருக்கின்றன. இந்தியத் தமிழர்கள் இந்தியாவின் எந்தப் பாகத்திலிருந்த பொழுதிலும் இலங்கைத்தமிழரின் இன்னலைத் துடைத்தெறியத் துணிந்தது சட்டத்துக்கு அப்பாற்பட்ட தர்மத்தின் பணியேயாகும்.

நூற்றி எழுபத்தைந்து ஆண்டுகால ஆங்கிலேயர்களினதும், சிங்கள அரசியல் வாதிகளினதும் குடியேற்றவாத அடக்குமுறையின் கீழ் எங்களின் குரல்கள் எங்குமே எடுபடவில்லை. தமிழ் அரசு என்பதனைக் கட்சியின் பெயரால் தமிழரின் ஒற்றுமைப்பட்ட உரிமைக்குரலாக ஒலிக்க வைக்க எடுக்கப்பட்ட முயற்சிகள் வீணாகின. எங்களுக்குச் சமஸ்டி என்ற கூட்டாட்சியாவது வேண்டும் என்று வீட்டுச் சின்னத்திற்கு வாக்குக் கேட்டதும் அதன் பலன் எங்களை இலங்கையின் சனநாயக அரசியலில் எதிர்க்கட்சி என்ற தரத்துக்கு உயர்த்திய பொழுதிலும் கூட நாம் எந்தவிதமான பலனையும் அனுபவிக்கவில்லை. இலங்கையில் எதிர்க்கட்சிக்குக் கொடுக்க வேண்டிய அதிகாரத்தைப் பிடுங்குவதிலேயே சிங்கள அரசு கவனம் செலுத்தியது விகிதாசாரப் பிரதிநிதித்துவ அரசியல் முறையினை அறிமுகப்படுத்திப் புதிய அரசியல் திட்டத்தின் கீழ் எங்களை ஓரங்கட்டி விட்டது சிங்கள அரசினால் நாம் சாண் ஏற முழம் சறுக்கும் படி தள்ளப்பட்டோம்.

வட்டுக்கோட்டைத் தீர்மானத்தின்படி தமிழர்களுக்குத் தனியிறையாண்மை அரசு வேண்டும் என்று தமிழ்க் கட்சிகள் எல்லாம் ஒற்றுமைப்பட்டு ஒரேகுரல் எழுப்பினார்கள். உதயசூரியனின் உதயம் உரிமைப் போரில் ஒரு உறுதியான இடத்துக்கு எம்மை அழைத்துச் சென்றது. வடக்குக் கிழக்கு மாகாணத்தின் நூறுசதவீதத் தமிழர்களும் சனநாயக வழியில் ஒன்றுபட்டு தமது பலத்தினை வெளியுலகுக்குக் காட்டினார்கள் அதன்மூலம் இலங்கைத் தமிழர்களுக்குச் சமாதான வாழ்வும் இலங்கையின் எந்தப் பாகத்திலும் தொழில் செய்யவும் வாழவும் உரிமை உண்டென்றும் தமிழர்களது வாழ்வுக்கு உத்தரவாதம் கொடுக்கும் பிரதேச சுதந்திரம் வடக்குக் கிழக்குத் தமிழ் அரசு என்பதனையும் எடுத்துக் காட்டினோம். இவை யாவும் இனக்கலவரங்களினால் முறியடிக்கப்பட்டது கொழும்பிலிருந்தும் தோட்டப் பகுதிகளில் தனித்திருந்தவர்களும் வடக்குக் கிழக்கு நோக்கித் துரத்தப்பட்டோம்.

அன்றுதான் இலங்கைத்தமிழர் பிரச்சினை உள்நாட்டுப் பிரச்சினை என்றவடிவத்திலிருந்து சர்வதேசப் பிரச்சினை என்ற வடிவத்தைப் பெற்றது. 1983ல் கொழும்பில் அடிபட்டு அனாதைகளாக விடப்பட்ட தமிழர்களை இந்தியாவின் சிதம்பரம் என்ற கப்பல் யாழ்ப்பாணத்துக்குக் கொண்டு சென்ற பொழுதில் இலங்கைத்தமிழர்களைக் காப்பாற்ற எந்தவிதத்திலும் இலங்கை அரசு நடவடிக்கை எடுக்காது என்பதும் இரண்டு பட்ட இலங்கையில் தமிழர் ஆட்சி ஒன்றாக இருக்க வேண்டும் என்பதும் உறுதியாகிற்று.

> “ இலங்கைத் தமிழர்கள்
> பல கட்சிகளாகவும் குழுக்களாகவும்
> பல சித்தாந்தங்களின் பின்னணியிலும் பிரிந்து
> தமிழர் மீது தொடரும் படுகொலைக்குக்
> கண்டனம் தெரிவிக்காதிருப்பது
> கவலைக்குரியது.
> கடந்தகாலக் கசப்பான அனுபவங்கள் யாவும்.
> கடந்தவைகளாக இருக்கட்டும். இன்று உங்கள்
> உறவுகளைப் பகைவன் கொல்லும் பொழுது
> ஏன் பாராமுகமாக இருக்கின்றீர்கள். ”

தமிழ் ஈழப் போராட்டம் பலதலைமுறைகளைத் தாண்டியது. பல இளைஞர் இயக்கங்களை காலந்தோறும் கொண்டுவந்த இப்போராட்டம் இன்று ஆயுதப் போராட்டமாக மாறியிருந்தது. அன்னிய ஆங்கிலேயருக்கு எதிராக யாழ்ப்பாணத்தில் ஒன்றுபட்ட இளைஞர்கள் மகாத்மா காந்தியை யாழ்ப்பாணத்துக்கு அழைத்து அறப்போருக்கு அடிஎடுத்து வைத்தார்கள். ஆங்கிலேயர் இலங்கையை விட்டுப் போகும் பொழுது அறப்போருக்குப் பழிவாங்குவது போல் ஒற்றைப் பெரும்பான்மை ஆட்சிக்கு உயில் எழுதிவிட்டுப் போயிருந்தார்கள். ஒன்றுபட்டு வாழுங்கள் என்பதுபோற் சொல்லப்பட்டாலும் எங்களது அரசைப் பறித்தும் எங்களது சுதந்திரத்தைப் பறித்தும் சிங்களப் பெரும்பான்மையிடத்து அவற்றைப் பாராதீனப் படுத்திச் சென்றுவிட்டதாகவே அன்று தமிழ் இளைஞர்கள் குறிப்பிட்டார்கள். அந்த உண்மை வெளியுலகுக்குக் கொண்டுவர ஐம்பது ஆண்டுகள் தேவைப்பட்டன.

இலங்கை சிங்கள பௌத்த நாடு என்று அரசியற் திட்டத்தில் எழுதிவிட்டும், பாடப் புத்தகங்களில் எழுதிவிட்டும் சிங்கள மக்கள் மத்தியில் ஒருவிதமான உணர்வினைத் தூண்டி விட்டுத் தமிழர்களுக்குச் சம உரிமை கொடுக்கப்போகிறோம். எனறு சொல்ல எந்த அரசாங்கத்துக்கும் துணிவிருக்கவில்லை. அப்படிச் செய்ய வேண்டும் என்று எண்ணிய எவருமே ஆட்சி உரிமையினைக் கைப்பற்ற முடியவுமில்லை. போர், கொலை, நிலப்பறிப்பு, தமிழர்களின் உடைமைகளை அழித்தல் ஆகிய கொள்கைகளை முன்வைத்த சிந்தனைகளையே தெய்வீக வாக்காக எண்ணிய சிங்களவர்கள் வாக்குக்களைப் போட்டார்கள்.

மகாவம்சமும் அதனைக் கட்டிக்காக்கும் பௌத்த பீடாதிபதிகளும் தமிழ் மன்னர் ஆட்சியினை அடியோடு களைந்து விடவே கங்கணங்கட்டிப் போராடினார்கள். அதன்பலன் பௌத்த பிக்குகளும் அரசியல் நீரோட்டத்தில் தங்களை இணைத்துக்-கொண்டு சிங்கள பௌத்த நாடுகாக்கும் இலக்கை வெளிப்படுத்தினார்கள். பண்டாரநாயக்கா செல்வநாயகம் ஒப்பந்தத்தின் மூலம் தமிழர்களுக்குச் குறந்தளவாவது சமஸ்டி உரிமை கிடைத்துவிடும் என்று அரசியல்வாதிகளும் பிக்குகளும் போராடினார்கள். அந்த ஒப்பந்தத்தை எதிர்த்து கண்டியாத்திரை சென்ற ஜே.ஆர்.ஜெயவர்த்தனா பௌத்த பிக்குகளிடம் முறையிட்டார். பௌத்த பிக்கு ஒருவர் பண்டாரநாயக்காவைச் சுட்டுக் கொன்றார். இவையாவும் பௌத்த பிக்குக்களின் தமிழருக்கு எதிரான பயங்கரவாதமாகக் கொள்ளப்படத்தக்கது. அது நடந்து நாற்பத்தி இரண்டு ஆண்டுகள் சென்ற நிலையிலும் பௌத்த பயங்கரவாதம் ஓய்ந்தபாடில்லை. இதே நிலைமை தீவிரமடைந்து ஹெல உறுமய என்ற பௌத்தப் பிக்குக் கட்சி ஆட்சிப் பீடம் ஏறுவதும் பௌத்தப் பிக்குகள் தமிழரை அழிப்பதும் வெகுதூரத்தில் இல்லை என்பதனை மகிந்த ஆட்சியில் உறுதிப்படுத்தி விட்டார்கள். இதேநிலையில்தான் இலங்கைத் தமிழர்கள் அகதிகளில்லை, நாடற்றவர்களில்லை, அவர்கள் ஆடாவிட்டாலும் அவர்கள் தசையாடும் என்பது போல் தென்னிந்தியா முழுவதும் இன்று ஒன்றிணைந்து குரல் கொடுத்திருக்கிறது.

சகல தேச நாடுகளும் தமிழர்களைக் கைவிட்ட நிலையில் இலங்கை அரசு ஒருதலைப்பட்சமாக யுத்த நிறுத்தத்தினைக் கைவிட்டுப் போரிடத் தொடங்கியிருப்பதும், சர்வதேசத் தொண்டு நிறுவனங்களையும் கண்காணிப்பாளர்களையும் பலவந்தமாக வெளியேற்றியும், பத்திரிகையாளர்களை வன்னியுள் விடாதும், பத்திரிகையாளர்களைக் கொன்றும் ஒரு தமிழ் இன அழிப்பினைச் செய்யும் பொழுது இந்தியத் தமிழர்கள் தான் இதனைத் தட்டிக் கேட்க வேண்டும் என்று துணிவு கொண்டார்கள். இலங்கைத் தமிழர்களுக்காக தென் இந்தியத் தமிழர்களின் குரல் சர்வதேசம் எங்கும் ஒலிக்க வேண்டும் என்றும் உறுதியுடன் செயற்படுகின்றார்கள்.

தடா, பொடாச் சட்டங்களையும் தாண்டி இலங்கைத் தமிழர்களுக்காக இந்தியத் தமிழர்கள் ஒற்றுமைப்படும் பொழுது இலங்கையில் இலங்கைத் தமிழர்கள் பல கட்சிகளாகவும் குழுக்களாகவும் பல சித்தாந்தங்களின் பின்னணியிலும் பிரிந்து தமிழர் மீது தொடரும் படுகொலைக்குக் கண்டனம் தெரிவிக்காதிருப்பது கவலைக்குரியது. கடந்த காலக் கசப்பான அனுபவங்கள் யாவும். கடந்தவைகளாக இருக்கட்டும் இன்று உங்கள் உறவுகளைப் பகைவன் கொல்லும் பொழுது ஏன் பாராமுகமாக இருக்கின்றீர்கள் ஒற்றுமைப்படுங்கள் என்று இந்தியத் தமிழர்கள் கேட்கிறார்கள்.

இந்திய இலங்கை ஒப்பந்தத்தின் கீழ் இணைந்த வடக்குக் கிழக்குக்கு முதலில் முதலமைச்சராக்கப்பட்ட வரதராஜப் பெருமாள் பதின்மூன்றாவது சரத்தின் கீழ் எந்த விமோசனமும் இல்லையென்பதனை எடுத்துக்காட்டும் பாணியில் கடைசியில் தனி நாட்டுப் பிரகடனத்தைச் செய்து அந்த சரத்தின் நடைமுறை இயலாமையினை வெளிப்படுத்தியிருந்தார். கிழக்குமாகாண அரசியலில் இன்று தலைவராக இருக்கும் பிள்ளையான் கூட தனக்கு எந்த அதிகாரமுமில்லாத பொம்மை முதலமைச்சர் தான் என்பதனை வெளிப்படையாகத் தெரிவித்திருக்கிறார். இந்த நிலையில் இலங்கை அரசாங்கத்தின் ஏமாத்து வித்தையினை எவ்வளவு தூரம் சகித்துக் கொள்ள முடியும். பிசுபிசுத்துப்போன

5ம் பக்கம் பார்க்க...

தமிழீழப் போராட்டம்...

4ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

மாகாணசபை அமைப்பினைக் கட்டாயப்படுத்தித் தீர்வுத் திட்டமாகத் திணிப்பது நடைமுறைச் சாத்தியமற்றது என்பது தெளிவாகத் தெரிகிறது.

இலங்கையின் அரசாங்கத்தில் தமிழர்களும் அங்கம் வகிக்க வேண்டும். அவர்களும் மந்திரிகளாக இருக்க வேண்டும் என்பதற்காகக் காலத்துக்குக் காலம் சில சலுகைகளினைக் கொடுப்பதன் மூலம் சில தமிழர்கள் தோன்றி மறைகிறார்கள். இலங்கையின் வரலாற்றில் என்றுமே தேசிய அரசு என்ற வாக்கியம் முன்வைக்கப்படுவதற்கு சிங்கள அரசியலாளர்களின் தந்திரமும் அதற்குப் பலியாகும் தமிழர்களும் அடிப்படையாக இருந்து வந்தனர்.

இத்தகைய அரச ஆதரவுக்குழுக்கள் எந்த வடிவத்தில் இருந்தாலும், ஆயுதம் ஏந்திய குழுக்களாக இருந்தாலென்ன அரசியல் சித்தாந்த வாதிகளாயிருந்தாலென்ன, அடிவருடிகளாக இருந்தால் என்ன ஒதுங்கிப் போகாமல் ஒத்தூதுபவர்களாக இருந்தால் என்ன சிங்கள அரசுகளுக்குப் பலத்தினையே தேடிக் கொடுத்துக் கொண்டிருந்தார்கள்.

பாதிக்கப்படுபவர்கள் விரைவாகக் கோபப்படுவதும் அதற்கேற்ப விரைவாக நடவடிக்கை எடுப்பதும் உணர்வின்பாற்பட்ட மனித இயல்பு மாறாகப் பாதகம் செய்பவர்கள் திட்டமிட்டு நீண்டகாலம் எதிர்நோக்கிச் செயற்படுபவர்களாதலினால் அவை என்றும் சரியான செயல் போலத் தெரிந்தாலும் அதன் பின்னணியிலிருக்கும் அந்தரங்கத்தை வெளிக் கொணரும் பொழுது அதன் உண்மைத் தன்மை புலப்படும். இதுவரை காலமும் தமிழர்கள் பாதிக்கப்பட்டதால் தோன்றிய செயற்பாடுகளும், சிங்கள அரசுகளின் திட்டமிட்ட தமிழினக் குறைப்புச் செயற்பாடுகளும் இத்தன்மை கொண்டனவாகவே அமைந்து வந்தன என்பது குறிப்பிடத்தக்க விடயமாகும்.

சர்வ தேசமும் இலங்கைத் தமிழரைக் கைவிட்டு வாய்பேசா நிலையில் இருக்குமிடத்து, எங்களுக்காகக் குரல் கொடுக்க யார் இருக்கிறார்கள் என ஏங்கிய இலங்கைத் தமிழர்களுக்கு இந்தியத் தமிழர்கள் குரல் கொடுக்க ஆயத்தமாகிவிட்டார்கள் என்பது ஆத்மார்த்த பலத்தையும் ஆதரவையும் கொடுத்திருக்கிறது. இலங்கைத் தமிழர்களும் இந்தியத் தமிழர்களும் உலகின் எந்த மூலையில் இருந்தாலும் கூட இலங்கையில் தமிழர் அனுபவிக்கும் இன்னல்களைக் கண் கூடாகக் காணுகிறார்கள்.

மகாபாரதத்தில் துச்சாதனன் திரௌபதைக்குத் துயில் உரிகின்ற பொழுது முதலில் இரண்டு கையாலும் பிடித்துக்கொண்டு கண்ணா என்று அலறினாள் தன்னால் ஆற்றாதவிடத்து ஒருகையால் பிடித்துக் கொண்டு மற்றைக் கையினை உயர்த்திக் கண்ணா கண்ணா என்று அலறினாள். பின்னர் அதுவும் முடியாதவிடத்து இரண்டு கைகளையும் உயர்த்தி எல்லாவற்றையும் உன்னிடம் விட்டுவிடுகிறேன் என்று கண்ணா என்று அழைத்தாள். அப்பொழுதுதான் கண்ணன் கண்திறந்தான் என்று கூறியது புராணம். கண்ணன் திரௌபதைக்கு அண்ணனாக இருந்தும் ஏன் இதனை முதலில் தடுக்கவில்லை என்ற வினா எழுவது இயற்கையே. திரௌபதைக்கு இழைக்கப்பட்ட கொடுமையினைத் துலாம்பரமாகக் காட்டத்தான் கண்ணன் அவ்வாறு செய்தானாம். அதுபோலவே உலகமெல்லாம் தடுத்தும், சொற்கேளாச் சிங்கள தலைவர்களது அடாவடித்தனம் முத்தி விட்ட பொழுதில் இந்தியத் தமிழர்கள் எல்லோரும் (தமிழ் நாடும், இந்தியாவும்) சரியான சந்தர்ப்பத்தில் உதவி செய்யவே எங்களுக்காகக் குரல் கொடுக்கின்றனர் என்ற உண்மையே தமிழீழப் போராட்டத்தில் ஒரு திருப்புமுனையாக அமைந்திருக்கிறது.

■ ■ ■

கார்களின் பராமரிப்பு...

3ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

சியம்.

- என்ஜின் ஒயில் அளவையும் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். என்ஜினை நல்ல முறையில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டுமானால் குறிப்பிட்ட அளவில் இந்த ஒயிலை இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இதையும் கையேட்டில் பரிந்துரைக்கப்பட்ட நிறுவனத்திடம் மட்டுமே வாங்க வேண்டும்.
- பெட்ரோல் அல்லது எரிபொருள் காலியாகும் வரை காத்திருக்க வேண்டாம். முன்கூட்டியே எரிபொருள் நிரப்பிக் கொள்ளுங்கள். எரிபொருள் அளவு குறைந்தால், கொள்கலனில் இருக்கும் இதர படிமங்கள் அதில் கலந்து, மின்பொறியை உருவாக்கும் பிளக்கின் செயல்பாட்டைப் பாதித்துவிடும். இதனால் பின்னர் நிறைய செலவு செய்ய வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்பட்டுவிடும்.
- மின்சார இணைப்புகள் நல்ல நிலையில் இருக்கின்றனவா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள மின்கலனையும், அந்த இணைப்புக்களையும், முனைகளையும் பரிசோதனை செய்து கொள்ளுங்கள். மாற்று மின்வயர்கள் வைத்துக் கொள்வது நல்லது.
- நீங்கள் புதிய கார் வாங்கியிருந்தால் குறிப்பிட்ட மைல்கள் ஓடிய பிறகு என்னென்ன பரிசோதனைகள் செய்து கொள்ள வேண்டும் என்பது அதனுடன் தரப்படும் கையேட்டில் இருக்கும். உங்களுக்கான உத்தரவாதம் காலாவதியாகாமல் இருக்க வேண்டுமானால் இந்தச் சோதனைகளை நீங்கள் செய்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம்.
- உங்கள் காரில் மேற்கொள்ளப்பட்ட பராமரிப்புப் பணிகளின் பதிவுகளை வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். உங்கள் காரை விற்கும்போது, விலை பேசுவதற்கு இந்த விவரங்கள் உதவியாக இருக்கும். நன்றாக பராமரிக்கப்பட்ட கார்களை வாங்கவே மற்றவர்கள் விரும்புவார்கள். எனவே, இந்தப் பதிவுகள் உங்கள் வாகனத்தின் விலை மதிப்பை அதிகமாக்க உதவும். உங்கள் கார் நன்று தோற்றமளிப்பதும் முக்கியமானது. காரை விற்கும் போது, விலை பேசுவதில் அதன் தோற்றமும் முக்கிய பங்கு வகிக்கும்.
- மரங்களுக்குக் கீழே காரை நிறுத்தும் போது கவனமாக இருக்க வேண்டும். குறிப்பாக, பறவைகள் அமரும் மரம் என்றால் கவனம் தேவை. பறவைகளின் எச்சம் உங்கள் காரின் வண்ணத்தை உரித்துவிடவும் கூடும். எனவே, கார் மீது பறவை எச்சம் விழுந்தால் உடனே சுத்தம் செய்துவிடுங்கள்.
- அடிக்கடி காரைக் கழுவுங்கள். இது ஒன்றும் சிரமமான காரியமல்ல. இதற்குக் கொஞ்சம் அதிக நேரம் ஆகலாம்.
- ஆண்டுக்கு இரண்டு முறை மெழுகு போடுவது நல்லது. காரின் வண்ணம் உரிந்து போகாமலும், கார் பளபளப்பாகத் தோன்றவும் இது உதவும். வித்தியாசமான சப்தம் அல்லது வாசனையை உணர்ந்தால் ஏதோ பிரச்னை இருப்பதாக அர்த்தம். உடனே ஒரு பழுது நீக்குபவரை அணுக வேண்டும். அவ்வாறு செய்யாமல் போனால் பழுதாவது, விபத்தில் சிக்குவது போன்ற சூழ்நிலை ஏற்படலாம். பின்னர், அதிக செலவு வைக்கும் அளவுக்குப் பெரிய பழுதாக மாறிவிடலாம்.
- கார் நன்றாக ஓடினாலும்கூட, தொழில் தெரிந்த, பழுது நீக்குபவரைக்கொண்டு ஆண்டுக்கு ஒரு முறை முழுமையாகப் பரிசோதித்துக் கொள்வது நல்லது. குறிப்பிட்ட இடைவெளியில் அவ்வப்போது பரிசோதனை செய்து கொண்டால், பின்னர் நிறைய செலவு வைக்கும் பழுதுகள் ஏற்படாமல் தவிர்க்கலாம்.

■ ■ ■

எமது உளங்கனிந்த
நத்தார் புது வருட
வாழ்த்துக்கள்
Justin William
Broker
Cell: 416.803.7344
Ravi Raveendran
Broker
Cell: 416.817.8479
Wilton Gnanapragasam
Sales Representative
Cell: 416.554.4747
Convenience
SunShine MIN-A-MART 416-439-5215
$ 79,000
Busy Convenience Store, Prime Scarborough Location, Lotto Commission $2000/Month, Excellent Opportunity, Call Justin For Details.
$ 299,000
Staines & Morningside
Beautifull Freehold T/House
3 Bedrooms & 2 Washrooms
Finished Walk-Out Basement
Do Not Miss This
Call Ravi For Details....
$ 294,900
Chinguacousy & Drinkwater
3 Bedroom Detached House
Finished Basement W/Entrance
Laminated Floor Throughout
Walk To Schools & Transit
Call Wilton For Details....
$ 459,900
Morningside & Old Finch
4 Bedroom Detached House
Hardwood Floor On Main Floor
Nice Deck At Back Yard
Professionally Finished Basement
Call Justin For Details....
$ 149,900
Morn'side & Ellesmere
2 bedroom Luxury Condo
Shows Very Well
24 hrs Security
Convenient & Quiet Location
Call Justin For Details....
$ 449,000
Mavis & Derry
4 Bedroom Clean House
Great Location
Finished Basement
Harwood Floor On Main Floor
Call Wilton For Details....
$ 314,900
Yonge & Lakeshore
Luxury Condo In Downtown
One Bedroom Plus Den
All Appliances Are Included
Walk To Lakeshore
Call Ravi For Details....
$ 166,900
Neilson & McLevin
Well Maintained Condominium
2 Bedrm W/Ensuite Washrm
Larger Corner Unit
Two Parking Spaces
Call Wilton For Details....
$ 249,900
Markham & Mclevin
Good Location
Ideal family Neighbourhood
Spacious 3 Bedrooms
Finished Basement
Call Ravi For Details....
HOMELIFE
HomeLife GTA Realty Inc., Brokerage* 1711 McCowan Rd, Suite 206, Scarborough, On. Office: 416.321.6969
This is not intend to solicit properties currently listed for sale
*Independently owned and operated

MORTGAGE ALLIANCE
RightBroker = RightMortgage
• No Money Down Programs
• Credit பிரச்சிளை உள்ளவர்கள் Credit இல்லாதவர்கள்
Late Payment, Bankruptcy and R9's - No Problem
• புதிய குடிவரவாளர்களுக்கும், சுய தொழில் வாய்ப்புள்ளவர்களுக்கும் Mortgage ஒழுங்குகள் செய்து தரப்படும்
• New Mortgages, Refinances, Switches - (Switch for free) & Pre - Approval
• தமிழில் இலவச ஆலோசனைகள், கடைசி நிமிடக் கட்டணம் இல்லை
• Fast Approvals & Closings
• 45 வங்கிகளிடமிருந்து குறைந்த வட்டி வீதம் ஒழுங்கு செய்து தரப்படும்
• உங்களது வீட்டுக்கே வந்து Mortgage செய்து தரப்படும்
• உங்கள் திருப்தியே எங்கள் வெற்றி
MORTGAGE
MORTGAGE
MORTGAGE
ராம் கிருஷ்
RAM KRISH
Senior Mortgage Consultant
The Mortgage Alliance company of Canada
Head Office: 2005 Sheppard Ave. E, Suite 200,
Toronto, ON M2J 5B4
Phone: 416.499.5454, Fax: 416.499.8366
TEL: 416.526.4996
NATIONAL BANK OF CANADA
BRIDGEWATER Financial services ltd.
FirstLine MORTGAGES
Scotiabank
FIRST NATIONAL
TD
cervus
BMO
digi Media Creations - 416.467.4952

ஒரு ஒப்பந்தக்காரரை வேலைக்கு அமர்த்து முன்...

(HIRING A CONTRACTOR)

மகேன் சிங்கராஜா

- வீடு விற்பனைப் பிரதிநிதி -

mahen@thaiveedu.com

ஏதாவது ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் வீட்டின் உரிமையாளர்கள் திருத்த வேலைகள் அல்லது புனர்நிர்மாண வேலைகளுக்காக எவரையாவது வேலைக்கு அமர்த்த வேண்டி நேரிடும். வீட்டு திருத்த வேலைகளில் அனுபவம் பெற்ற வீட்டுச் சொந்தக்காரரும் கூட, திருத்த வேலையின் அளவு அல்லது தன்மையைப் பொறுத்து பொருத்தமான ஒரு ஒப்பந்தக்காரரை பணியமர்த்த வேண்டி ஏற்படலாம். ஒரு ஒப்பந்தக்காரரை தெரிவு செய்து அவருடன் இணைந்து செயற்பட்டு நீங்கள் விரும்பிய முறையில் திருத்த வேலை செய்வதற்கு உதவக்கூடிய விபரங்கள் இந்த கட்டுரையில் விபரிக்கப்படுகின்றது.

நீங்கள் யாரை வேலைக்கு அமர்த்த வேண்டும்.

உங்கள் வீட்டில் திருத்த வேலைகள் செய்ய வேண்டும் என்று முடிவு செய்த பின்பு, எந்த விதமான திருத்தங்கள் செய்ய வேண்டும் என்று ஓரளவு திட்டமிட்ட பின்பே ஒரு ஒப்பந்தகாரரை தெரிவு செய்வதவசியம். இது தொடர்பாக அவசரமான முடிவு எதனையும் எடுக்க வேண்டாம்.

நீங்கள் வேலைக்கு அமர்த்தும் ஒப்பந்தக்காரர் தேவையான தொழில்நுட்ப, வர்த்தக திறமைகளும் அதேவேளை அனைவருடனும் கலந்துரையாடும் திறமைகள் என்பவற்றை கொண்டிருக்க வேண்டும். அத்துடன் வீட்டின் திருத்த வேலைகளைச் செய்வதற்குத் தேவையான உபகரணங்களையும் அனுபவத்தையும் கொண்டவராக இருக்க வேண்டும். உங்கள் வீட்டில் செய்ய வேண்டிய திருத்த வேலைகள் போன்றவற்றை செய்ய, முன் அனுபவமுடைய ஒரு ஒப்பந்தக்காரர் திருத்த வேலைக்குரிய உபகரணங்கள், கட்டிட நிர்மாணப் பொருட்கள், தொழில் முறைகள் என்பவற்றையும் திருத்த வேலைகளின் போது ஏற்படக்கூடிய பல்வேறுவிதமான பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காணக்கூடிய திறமையையும் கொண்டிருப்பார். பெரிய அளவிலான புனர்நிர்மாணத் திட்டங்களுக்கு ஒரு புனர்நிர்மாண நிபுணரை (Renovator) வேலைக்கு அமர்த்துவது சிறந்தது. ஏனெனில், அநேக புனர்நிர்மாண செயற்பாட்டு ஒப்பந்த நிறுவனங்கள், (A) வடிவமைத்தல், (B) புனர்நிர்மாணம் ஆகிய இரண்டையும் கையாளக்கூடிய முறையில் செயற்படுகின்றன.

ஒரு ஒப்பந்தக்காரரை தெரிவு செய்தல்

உங்களது குடும்ப உறுப்பினர் நண்பர்கள் அல்லது இதே போன்ற திருத்த வேலைகளை திருப்திகரமாக செய்து முடித்த அனுபவமுடைய உங்களது அயலவர்கள் ஆகியோர் மூலம் நீங்கள் ஓர் சிறந்த ஒப்பந்தக்காரரை தெரிவு செய்ய முடியும்.

அதே சமயம் உங்களது வீட்டில் செய்யப்பட வேண்டிய திருத்த வேலைகளைப் பற்றி ஒரு சில ஒப்பந்தக்காரர்களுடன் நீங்கள் கலந்தாலோசித்து, அவர்களது ஆலோசனைகளைப் பெற்றுக்கொள்வது நல்லது.

நீங்கள் அவர்களில் எவரையாவது தெரிவு செய்வதற்கு முன்பு அவர்களது தகமைகள், திறமைகள் என்பவற்றை ஆராய்ந்து அறியாமல் எந்தவித ஒப்பந்த பத்திரங்களிலும் கையெழுத்திட வேண்டாம்.

ஒரு ஒப்பந்தக்காரரிடம் நீங்கள் கேட்கக்கூடிய கேள்விகள் சில:

- நீங்கள் எவ்வளவு காலம் இந்த தொழிலை செய்கிறீர்கள்.
- நீங்கள் அல்லது உங்களது துணை ஒப்பந்தக்காரர்கள் எந்தவிதமான வேலைகளைச் செய்யக்கூடிய அனுபவம் உடையவர்கள் (உ-ம்) மின்சார வேலைகள், Plumbing திருத்த வேலைகள்.
- வேலை முடிந்த பின்பு எவ்வாறு வீட்டை சுத்தப்படுத்துவீர்கள்?
- எவ்வளவு காலத்தில் உங்களால் இந்த வேலை ஒப்பந்தத்தை முடிக்கக்கூடியதாக இருக்கும்?
- எந்த வகையான உத்தரவாதத்தை நீங்கள் வழங்குவீர்கள்?
- நீங்கள் எழுத்து மூலமான வேலை ஒப்பந்தத்தை வழங்குவீர்களா?
- திருத்த வேலை தொடர்பாக தேவையான அனுமதிப் பத்திரங்கள் யாவற்றையும் பெற்றுக்கொள்வீர்களா?

ஒரு ஒப்பந்தக்காரர் முழு வேலையையும் தானே செய்வதற்கு திட்டமிட்டால் அவருக்கு தேவையான தகமைகளும் திறமைகளும் உள்ளனவா என்பதை நீங்கள் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். முக்கியமாக அந்த ஒப்பந்தக்காரர் உங்களுடன் தெளிவான முறையில் கலந்துரையாடி தேவையான யாவற்றையும் உங்களுக்கு விளக்கிக் கூறுபவராக இருக்க வேண்டியது அவசியம்

நீங்கள் வேலைக்கு அமர்த்தும் ஒப்பந்தக்காரர் உங்களது வேலைத் திட்டங்களில் வேண்டிய மாற்றங்களை ஏற்படுத்தி செலவைக் குறைக்கும் வழிமுறைகளைப் பற்றி ஆலோசனை கூறுபவராக இருப்பது சிறந்தது.

ஒரு ஒப்பந்தக்காரரின் வேலை எவ்வாறு அமையும் என்பதை உறுதி செய்வதற்காக சிறந்த வழி, அந்த ஒப்பந்தக்காரரின் வேலையின் தரத்தினால் திருப்தியடைந்த அவரது முன்னாள் வாடிக்கையாளர்களாகும். நீங்கள் சந்திக்க விரும்புகின்ற எந்த ஒரு ஒப்பந்தக்காரரும் தமது வேலையின் தரம் பற்றி உறுதி செய்யக்கூடிய குறைந்தது மூன்று முன்னாள் வாடிக்கையாளர்களது பெயர் விபரங்களை உங்களுக்கு வழங்கக்கூடியவராக இருக்க வேண்டும். அந்த வாடிக்கையாளர்களிடம் நீங்கள் தொடர்பு கொண்டு அந்த ஒப்பந்தக்காரரின் செயற் திறமையை பற்றி உறுதி செய்யுங்கள். அந்த வாடிக்கையாளர் சம்மதித்தால் அவர்களது வீட்டுக்குச் சென்று அங்கு செய்யப்பட்ட திருத்த வேலைகளின் தரத்தை அவதானியுங்கள்.

ஒரு வேலைத்திட்டத்திற்கான செலவு மதிப்பீட்டை பெற்றுக் கொள்ளுதல். (Getting Estimates or Proposal)

பொதுவாக மூன்று வெவ்வேறு ஒப்பந்தக்காரரிடம் இருந்து வரைபடங்களின் உதவியுடன் இணைந்த செலவு மதிப்பீட்டை பெற்று, அவற்றில் ஒன்றை தெரிவு செய்வது பொருத்தமானதாக அமையலாம். எனினும் ஆகக் குறைந்த மதிப்பீட்டை வழங்குபவரை தெரிவு செய்வது சில வேளைகளில் சிறந்த முடிவாக அமைய மாட்டாது. ஏனெனில், அவர் உங்களது வீட்டின் செயற்பாடு பற்றி முழுமையான விளக்கம் பெற்றிருக்காமல் இருந்திருக்கலாம். இதன் விளைவாக சில வேளைகளில் எதிர்பாராத மேலதிக செலவினை நீங்கள் எதிர்நோக்க வேண்டி நேரிடலாம்.

ஒப்பந்தத்தை எழுத்தில் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள் (Get it in Writing)

எழுத்து மூலமான ஒப்பந்தப் பத்திரம் இன்றி தொடக்கப்படும் திருத்த வேலைகள், காசோலையை தவிர்த்து பணமாக கொடுத்து கழிவு பெற்று செலவைக் குறைத்தல் என்பவை பல ஆபத்தான பின்விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் கூடும்.

அவற்றுள் சில பின்வருமாறு

- வேலைக்கான கட்டணத்தை காசாக வழங்கும்படி வலியுறுத்தும் ஒப்பந்தக்காரர் அனுமதிப் பத்திரமற்றவராக அல்லது காப்புறுதி செய்யப்படாதவராக இருக்கலாம். எழுத்து மூலமான ஒப்பந்தம் இல்லாவிடில் நீங்கள் வழங்கிய பணத்திற்கு எந்தவிதமான பாதுகாப்பு உத்தரவாதமும் இல்லை.
- அவர்கள் தேவையான அனுமதிப் பத்திரத்தை அல்லது கட்டிடப் பரிசோதனையை செய்யாமல் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.
- அனுமதி பெற்ற ஓர் ஒப்பந்தக்காரரினால் பொருத்தப்படாத வீட்டுப் பாவனை உபகரணங்களுக்கான உத்தரவாதம் (Product warranty) செல்லுபடியற்றதாக அமையக் கூடும்.
- அது மட்டுமன்றி இவ்வாறான அனுமதி பெறாத ஒப்பந்தக்காரர் தரமற்ற வேலைகளை செய்வதன் காரணமாக வீட்டினுள் உடல் ஆரோக்கியம், பாதுகாப்பு தொடர்பான பிரச்சினைகள் ஏற்படும் வாய்ப்பு உண்டு.
- பூரணப்படுத்தப்பட்டதற்கான சான்றிதழ் (Completion Certificate)
- ஒரு குறிப்பிட்ட வேலை செய்து முடிக்கப் பட்ட பின்பு அந்த வேலை முழுமையாக செய்து முடிக்கப்பட்டதற்கான சான்றிதழில் கையொப்பமிடும்படி ஒப்பந்தக்காரர் உங்களிடம் கேட்கலாம். செய்யப்பட்ட வேலைகள் யாவையும் நன்கு பரிசோதித்து பார்க்காமல் நீங்கள் அந்த சான்றிதழில் கையெழுத்திட வேண்டாம்.
- ஒரு சில திருத்த வேலைகளைச் செய்வதற்கு உங்களது ஒப்பந்தக்காரர் பின்பு ஒரு தடவை உங்கள் வீட்டுக்கு வர வேண்டி இருக்குமானால் ஏற்கனவே ஒப்புக்கொண்ட தொகையின் குறிப்பிட்ட ஒரு பகுதியை நீங்கள் பிடித்து வைத்திருக்கலாம்.

ஒப்பந்த பகுதியின் ஒரு பகுதியை பிடித்து வைத்திருத்தல் (Hold back)

இது மூன்று வகைப்படும்.

கட்டுமானப் பணியாளர்கள், கட்டிடத்தின் மீது உரிமைகோரி வழக்கு தொடர்வதில் இருந்து தம்மை பாதுகாப்பதற்காக ஒரு பகுதி பணத்தை வழங்காமல் பிடித்து வைத்திருத்தல். (Builders Lien Holdback)

ஒரு கட்டிடத்தின் பிரதான ஒப்பந்தக்காரர் அவரின் கீழ் பணிபுரிந்த உப ஒப்பந்தக்காரர்களுக்கு பணம் வழங்காவிட்டால் அவர்கள் ஒரு வீட்டின் மீது உரிமை கோரி வழக்கு தாக்கல் செய்ய முடியும். இவ்வாறான சூழ்நியையின் தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காக நீங்கள் குறிப்பிட்ட தொகைப் பணத்தை தற்காலிகமாக தடுத்து வைக்க முடியும்.

துணை ஒப்பந்தக்காரர்கள் செயற்படும் சந்தர்ப்பத்தில் மட்டுமே இவ்வாறான முறை கையாளப்படும்.

பூரணப்படுத்தப்படாத காரணத்தினால் வழங்க வேண்டிய Deficiency Hold back

ஒரு குறிப்பிட்ட ஒப்பந்த வேலை பூரணமாக முடிக்கப்படாவிடில், அந்த வேலைக்காக ஒப்புக்கொள்ளப்பட்ட தொகையின் ஒரு நியாயமான சதவீதத்தை நீங்கள் தற்காலி

13ம் பக்கம் பார்க்க...

ROYAL SHUTTERS & BLINDS INC.

DIRECT FROM MANUFACTURER

Everything Factory Direct Prices

உங்கள் இல்லத்தின் உட்புறத்திற்கு ஏற்றவகையில் யன்னல்களை மறைப்புச் செய்திடவும் அழகு படுத்திடவும் நாடுங்கள்

Sales - Service - Installations

Custom Made

Wood & Vinyl Shutters	Blinds	Draperies
California Style Shutters	Vertical Blinds	Swags
Plantation Style Shutters	Venetian Blinds	Sheers
Traditional Style Shutters	Wood Blinds	Valance
Arches	Bamboo Shades	Curtains
	Roller Shades	And More
(We Do Any Colour Of Paint & Stain)	And More	

Workmanship Guaranteed

Free Shop At Home

CALL FOR A FREE ESTIMATE:

தாஸ் Thaas Sivathason

13 Years of Experience in Shutter Business

Tel: (416) 562-0340

Full Satisfaction Guaranteed

Gnani & Judy Real Estate
All Your Real Estate Needs

ஞானேந்திரன் நரசிங்கம்
Sales Representative
CELL: 416.937.8090

ஜூடி ஞானேந்திரன்
Sales Representative
CELL: 416.629.9797

OFFICE: 416.321.6969

Scarborough

- Golden Opportunity To Own Attractive Updated Medical / Prof Building.
- Ideal For User/Investor,Potential To Increase Income.
- Main Floor Has 5 Fully Equip Exam. Rooms,1 Washroom,Reception Area And Waiting Room.
- Bsmt Has 4 Examination Rooms,3 Wrooms With Toilets And Urinals,Working Station And Waiting Area.
- 2nd Floor Has 7 Ex Rooms,2 Washrms And Office.
- Ideally Set Up For All Types Of Medical & Professional Practices.

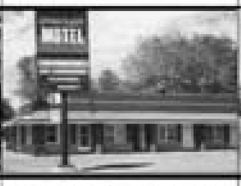
Brimley/Eglinton
2622 Eglinton Ave E
$529,000

If you buy, sell or lease in any residential or commercial properties from us.

CHANCE TO WIN

A Trip to Cuba

3 Brandnew Condo Available for Sale in Downtown
Never Been Lived & Superb Location. Call for the Price.

Scarborough	Caledon	Oshawa	Queen St Downtown	Motel in Port Hope	Gas Station For Sale	Oshawa	Oshawa
							
Mccowan & Ellesmere • New Luxurious 2 Br Unit & 2 Wr Unobstructed View. • Good opportunity for investors. Property is rented. • Low Maint. includes all utilities & facilities. • Parking & Locker included & close to all amenities.	**Highway 9 & 50 Gas Station with Property** • Esso Gas station in3.8 Acre lot • Auto Repair & Autobody shop and Family Restaurant • One Hour drive from Toronto REDUCED	**Multi Unit Apartment Park Rd. N./Bond St. W.** • 11 Units. Solid Concrete Construction • Building In Excellent Condition. Owner Has Managed The Building. • Tenants Pay Their Own Hydro. Large Lot.	**Restaurant with LLBO** • Beaches Prime Location!! • Excellent Income Staff Established • Owner Willing To Assist Transition • More info Please call us. EXCLUSIVE	**Investment Property** • Motel in Port Hope, exit from HWY 401 • 42 Renovated rooms in 3.75 Acre Land • Gross income of $250,000 • Motivated Vendor.	• Self-Service Esso Gas Station With Convenience. • Located In A High Traffic Junction. • Volume 3 Million Litres, Store over $360,000 Per Year.	**Sports Bar** • Fully equiped with 295 seats • $900,000/Year sales • 4600 Sft with Patio • Financial Available	**Strip Plaza** • Fully leased plaza • Net income $180,000 • 35,000 sft land with 10,000 sft building.
$259,900	**$1,650,000**	**$849,900**	**$169,000**	**$1.1 Million**	**$185,000**	**$325,000**	**$2.2 Million**

வீடு வியாபார நிலையங்கள் வாங்க விற்க
HOMELIFE GTA REALTY INC., 1711 MCCOWAN RD. SUITE # 206, TORONTO, ON. M1S 3Y3
*EACH OFFICE IS INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED

எமக்கென்று ஒரு தனிக்குடில்

சொந்த இல்லத்திற்கு தேவையான அடமானத்தை சுலபமாகப் பெறுவதற்கு பலவருட அனுபவம் பெற்ற முகாமையாளர்களை நாடுங்கள்

TWO PROFESSIONAL MORTGAGE SPECIALISTS UNDER ONE ROOF WITH RATES YOU CAN'T BEAT

MAILVAGANAM (MIKE) AHILAN
Senior Accounts Manager
Residential Mortgages
(2006 Platinum Award winner)
416-220-1184

VINCE SINNADURAI
Senior Accounts Manager
Residential Mortgages
(2006 Platinum Award winner)
416-917-9462

416.438.1688

Fax: 416.438.1612
2250 Midland Ave., #3
(South of Sheppard)
Unit 3, Scarborough, ON M1P 4R9

RBC Financial Group

நீரிழிவு நோய்

(DIABETES MELLITUS)

இதயம் மலர்கிறது - 7

கந்தையா செந்தில்நாதன்
- Echo - Cardiogapher -
senthil@thaiveedu.com

சர்க்கரை வியாதி, சலரோகம் என வேறு பெயர்கள் கொண்டும் இதனை அழைப்பர். இந்நோய் சமீப காலமாகப் பலரை ஆட்கொண்டு வருவதை ஆய்வுகள் புலப்படுத்துகின்றன. எமது வாழ்க்கை முறைகள், சோம்பேறித்தனம், உடற்பயிற்சியின்மை, உணவுப் பழக்கவழக்கங்கள், தொற்றுக் கிருமிகளின் தாக்கம், பரம்பரை அலகுகள் போன்ற காரணிகள் இந்நோய்க்கு வழிசமைப்பவையாக இருக்கின்றன.

நீரிழிவு என்றால் என்ன?

இந்நோயின் பொழுது சிறுநீர் உடலிலிருந்து கூடுதலாகக் கழிவதனால் இப்பெயர் உருவாயிற்று. நீரிழிவு நோயில் இரண்டு வகைகள் உண்டு. முதலாவது வகையில் இரத்தத்தில் குளுக்கோசின் அளவு, அளவிற்கு மீறி ஏறும் பொழுது, அது சிறுநீரினூடாகக் கழிக்கப்படுகின்றது. குருதியில் அதிகளவு வெல்லம் இருந்தால் அதனை சர்க்கரை வியாதி (DIABETES MELLITUS) என்று கூறுவர். இரண்டாவது வகை நோய் மிகவும் அரிதாக மக்களைப் பாதிப்பதால் அதன் பெயரை மாத்திரம் இங்கு குறிப்பிடுகிறேன். இரண்டாவது வகையை, DIABETES INSIPIDUS என்று கூறுவர். தமிழில் இதனைச் சலரோகம் என்று குறிப்பிட்டால் மிகையாகாது. இவர்களிடமும் சிறுநீர் அடிக்கடி வெளியேறும். இச்சிறுநீர் மிகவும் ஐதானதாக அடர்த்தி குறைந்ததாக இருக்கும். அத்துடன் அதிக தாகம் ஏற்படும். மூளையில் உள்ள கேடயப் போலிச் சுரப்பியினால் சுரக்கப்படும் வாசோபிறிசன் என்ற Antidiuretic hormone இன் சுரப்புக் குறைவினால் ஏற்படுவது. இந்த ஹோர்மோன் சிறுநீரகத்தில் இருந்து உடலுக்குத் தேவையான நீரை மீள உறிஞ்சுவதற்கு உதவி செய்கின்றது. இந்த ஹோர்மோனை மருந்தாகக் கொடுப்பதன் மூலம் இதற்குத் தகுந்த சிகிச்சை அளிக்கின்றார்கள். இதனைக் கண்டுபிடிப்பதற்கு Water deprivation testஐ செய்வார்கள். அதாவது 24 மணி நேரத்திற்கு நீர், ஆகாரம் இரண்டையும் கொடுக்காமல் குருதியில் உள்ள பிளாஸ்மாவினதும், சிறுநீரினதும் OSMOLARITY (பாகுத்தன்மை)யும் உடல் நிறையையும் வைத்து அளவிடுவார்கள்.

ஆகையால், DIABETES MELLITUSஐ சர்க்கரை வியாதி என்றும், DIABETES INSIPIDUSஐ சலரோகம் என்றும் காரணப் பெயர்கூறி அழைப்பது சிறந்தது. நீரிழிவு என்ற பதம் இரண்டையும் குறிப்பதற்குப் பயன்படுத்தப்பட்டால் எமது கலைச் சொற்களைத் திறம்படக் கையாள்வதற்கும், விளக்கம் பெறுவதற்கும் உதவியாக இருக்கும்.

மேலும் குழப்பத்தை ஏற்படுத்தாமல் சர்க்கரை வியாதியை மாத்திரம் தொடர்ந்து கவனிப்போம்.

சர்க்கரை வியாதியின் இரண்டு வகைகள்

மேற்குறிப்பிட்ட சர்க்கரை வியாதியை இரண்டாக வகைப்படுத்தலாம். அவை Type I, Type II என்று வகைப்படுத்தப்படும்.

Type Iஐ யுவனைல் டயபெற்றிக் என்றும் Insulin Dependent diabetes என்றும் கூறுவார்கள். இது இள வயதில் ஏற்படுவதால் இளவயதுச் சர்க்கரை வியாதியென்று கூறுவார்கள். இதற்கு இன்சுலின் தான் கட்டாயம் கொடுக்கப்பட வேண்டும் என்பதனால் இன் நோயை இன்சுலினில் தங்கியிடுக்கும் சர்க்கரை வியாதி என்று குறிப்பிடுவர். Type Iற்கு சுற்றுப்புறச்சூழல் காரணிகள், பரம்பரை மற்றும் Auto-immune disease என்பன காரணிகளாக இருக்கின்றன.

நீரிழிவு நோய்க்குரிய காரணம் என்ன?

உடலின் வயிற்றுப் பகுதியில் சதையி (Pancreas) என்ற சுரப்பி உள்ளது. இதில் இன்சுலின் என்கின்ற பதார்த்தம் சுரக்கப்பட்டு குருதிச் சுற்றோட்டத்தில் விடப்படுகின்றது. நாம் உண்ணும் உணவு செரிமானம் அடைந்து சிறுகுடலினால் உறிஞ்சப்பட்டுக் குருதியில் குளுக்கோசாக (வெல்லமாக)ச் சேர்க்கப்படுகின்றது. குருதியில் சேர்க்கப்பட்ட குளுக்கோசு சக்தியாக மாற்றப்படுவதற்கு உடலில் உள்ள ஒவ்வொரு கலங்களினுள்ளும் செல்லுதல் வேண்டும். கலங்களைச் சுற்றிக் கலச் சுவர்கள் இருப்பதனால் குளுக்கோசு கலங்களினுள் ஊடு செல்ல முடியாது. கலச் சுவரில் ஏதாவது ஒரு வழி திறக்கப்படல் வேண்டும். இதற்கென கலச் சுவர்களில் வாங்கிகள் (Receptors) உண்டு. இவ் வாங்கிகளை அறைக் கதவுகளுக்கு ஒப்பிடலாம். திறப்பு ஓட்டைகளைத் திறக்கும் பொழுது குளுக்கோசு வெல்லங்கள் கலங்களின் உள்ளே செல்ல முடியும். சதையியினால் சுரக்கப்பட்டு குருதிச் சுற்றோட்டத்தில் விடப்படும் இன்சுலின் என்ற இந்த ஹோர்மோன் கலச்சுவரின் வாங்கிகளில் அதாவது திறப்பு ஓட்டைகளில் திறவுகோல் போன்று தொழிற்பட்டு குளுக்கோசை கலங்களினுள் இட்டுச் செல்கின்றது. இதில் இருந்து என்ன தெரிகின்றது? இன்சுலின் என்ற திறவுகோல் இல்லாவிட்டால் குருதியில் உள்ள குளுக்கோசு ஒவ்வொரு கலங்களினுள்ளும் சென்று சக்தியாக மாற்றப்படமாட்டாது. ஆனால், மூளையில் உள்ள கலங்களிற்கு இன்சுலின் என்ற ஹோர்மோன் தேவையில்லை. இன்சுலின் இல்லாமலேயே இந்த நரம்புக் கலங்களினுள் குளுக்கோசு சென்று சக்திக்காகப் பயன்படுகின்றது. இது ஒரு வரப்பிரசாதம் என்றே கூறிவிடலாம்.

கலங்களினுள்ளே செல்ல முடியாத வெல்லம் குருதியில் படிப்படியாகத் தேங்கி நின்று உடலினுள் எல்லாப் பகுதிகளுக்கும் எடுத்துச் செல்லப்படுகின்றது. சிறுநீரகப் பகுதியில் குருதியானது வடிகட்டப்படும் பொழுது செறிவு கூடிய வெல்லக் கரைசலைக் கொண்ட சிறுநீர் பிரசாரண அமுக்கம் காரணமாக மீள உறிஞ்சப்படாமல் போகையில் அதிகளவு சிறுநீர் வெல்லத்துடன் கழிக்கப்படுகின்றது.

சர்க்கரை வியாதியில் Type I, Type II என்றால் என்ன?

Type I:

சதையி என்ற சுரப்பி இன்சுலினைச் சுரக்கின்றது என்றும், அது குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவைக் கட்டுப்படுத்துகின்றது என்றும் அறிந்துள்ளோம். சதையி என்ற

சுரப்பி முற்று முழுதாக இன்சுலினைச் சுரக்காத பொழுது அதனை Type I நீரிழிவு என்று கூறுவார்கள். அநேகமாக இளவயதில் ஏற்படுவதால் JUVENILE DIABETES என்றும், அடுத்து இந்நோய்க்கு இன்சுலின் ஹோமோனில் மாத்திரம் தங்கியிருக்க வேண்டும் என்பதனால் INSULIN DEPENDENT DIABETES என்றும் பல பெயர்கள் உண்டு.

Type II

Type II நீரிழிவு என்பது அநேகமாக 40 வயதின் மேல் ஏற்படுவது என்று கூறலாம். இங்கு சதையி என்ற சுரப்பியினால் இன்சுலின் அளவு குறைவாகச் சுரக்கப்படலாம். அல்லது போதியளவு இன்சுலின் சுரக்கப்பட்டாலும் முன்னே குறிப்பிட்ட கலவாங்கிகள் (திறப்பு ஓட்டைகள்) இன்சுலினிற்கு உணர்ச்சியற்றவைகளாக அருட்டப்படாமல் இருந்துவிடலாம். அதாவது கலவாங்கிகள் உணர்வற்றவைகளாக மாறிவிடலாம். உடற்பயிற்சியின்மை, உடற்பருமன், சோம்பல், கவலை, முதுமை போன்ற காரணிகள் இக்கல வாங்கிகளின் எண்ணிக்கையைக் குறைப்பதற்குரிய காரணமாக இருக்கலாம் என்று ஆய்வுகள் கூறுகின்றன.

கலங்களின் வாசல்கள் திறவாத பொழுது கலங்களினுள் வெல்லம் செல்லாது. அதனால் குருதியில் அதிகளவு குளுக்கோசு சேர்ந்து பின்பு சிறுநீரினூடாக வெளியே செல்கின்றது.

குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவுகள் என்ன?

- உணவருந்தாமல் (10 மணிநேரம்) பெறப்படும் குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவு (Fasting Blood Sugar) 4-7 m mol / Litre of Blood OR 80mg – 120 mg/100 ml of Blood
- உணவருந்தி 2 மணிநேரம் கழித்து 5 – 10 m mol /lit OR 90 mg – 180 mg/100ml
- A1C-7% அல்லது அதற்குக் குறைவாக (A1C = 7% என்ற அளவை அடைவதற்கு

13ம் பக்கம் பார்க்க...

Buy & Sell Residential and Commercial Properties

Raj. A. Rasaratnam B.Com.

Sales Representative

416-726-8055

argaccountax@rogers.com

$324,900

Kennedy & St. Clair

Condo Town, 2-Story, 3 Bedroom, 2 Washrooms, Easy Access To Subway, Shopping And Schools, Quality Finishes, Walk Out To Large Patio,Washer, Dryer, Built-in Dishwasher.

$299,900

Markham & Sheppard

Beautiful Det 3 Bdr Home. With Powder Room On Main Flr. Skylight On 2nd Flr And Much More. Finished Bsmt. Big Backyard.

$339,900

Markham & Denison

3 Bedroom, 4 washrom, freshly Painted. Finished Basment. Close To School, Shopping and 407.

$369,900

Markham & Denison

2 story home, 3 bedroom, basement apartment with one room, four washrooms. Upgraded kitchen.

$374,900

Staines & Steeles

3 bedrooms, 3 washroom, Upgraded kitchen with island. Large backyard with patio stones.

$439,900

Markham & 14th

4 bedrooms, 3 washroom, Two storey, overlooks Greener/Golf. Extra large kitchen. Close to 407 and Shopping.

HomeLife/ GTA Realty Inc.
Real Estate Brokerage*

1711 McCowan Rd., Suite #206,
Scarborough, ON. M1S 3Y3

Bus: (416) 321-6969
Fax: (416) 321-6963

*Independently own and operated

Mortgage arrangement, Business incorporation and corporate tax preparation

(416) 726-8055

HOMELIFE FUTURE REALTY

Office: 905-201-9977
Fax: 905-201-9229

7 Eastvale Dr #205
Markham, Ontario
L3S 4N8

Dedicated to...
Making Your Dream Home
A Reality

LOKAN SUNDARAM
Broker

416-450-3984
lokan.homelife@gmail.com

WISHING YOU A MERRY CHRISTMAS AND A HAPPY NEW YEAR!

‘Wait & See’ பொருளாதாரம்

கருணா கோபாலபிள்ளை
- வீடு விற்பனை முகவர் -
karunagopal@thaiveedu.com

கேள்வி – பதில்

கண்டதைக் கற்க பண்டிதன் ஆவான் என்பது ஆன்றோர் மொழி. அந்தவகையில் உங்கள் வாசிப்பு திறனையும் நேரத்தையும் போற்றும் வகையில் வெளிவரும் இச் சஞ்சிகை தொடர்ந்தும் எமது சமுதாயத்திற்கு பல நல்ல பயனுள்ள தகவல்களை வழங்கும் என்றுகூறி மீண்டும் ‘தாய்வீடு’ வாசகர்களுக்கு அன்பு கலந்த வணங்கங்களுடன், இம் மார்கழி மாதத்திற்கான நேயர்களின் தரமான கேள்விகளை ஆராய்வோம்.

நமது அன்றாட செய்திகளின் மூலம் சமீப காலங்களில் வீடும் வீடுசார் துறைகளையும் பற்றிய விலை வீழ்ச்சி கருதிய பயம் நிலவி வருகின்றது. இதுபோன்ற காலங்களில் வீட்டினை விற்பதும் வாங்குவதும் ஏதுவானதா?

பரமசிவம்.ந
Scarborough

உலகளாவிய ரீதியில் பொருளாதாரம் பல வகையிலும் வீழ்ச்சி கண்டிருக்கின்றது. அனேக நாடுகளில் பங்குச்சந்தையின் வீழ்ச்சி கணிசமான பாதிப்பினை ஏற்படுத்தி வருகின்றது. இது எமக்கும் விலக்கல்ல. பணம் ஈட்டுவதற்காக தெரிந்தேடுக்கப்படுகின்ற வழிகள் பல உண்டு. அவை அவரவர் விருப்பத்திற்கும் திறனுக்கும் ஏற்ப வேறுபடும். RISK LEVEL என்று சொல்லப்படுகின்ற மதிப்பீட்டின் அடிப்படையிலேயே இலாப நட்டங்களும் கணக்கிடப்படுகின்றது. அதாவது HIGH RISK – HIGH RETURN, LOW RISK – LOW RETURN அதிக இலாபம் ஏற்படுத்துகின்ற முதலீடுகள் சமயத்தில் அதிக நட்டத்தினையும் தரக்கூடும். ஆனால் அவை போன்ற முதலீடுகளில் நாம் வசிக்க முடியாது. ஆகையினால் தான் வீடுகளில் முதலிடும் போதுஅவை விலை சார்ந்து கூடிக் குறைந்தாலும் அதன் முக்கிய பங்காக நாம் அன்றாடம் வாழ்ந்து களிக்கக் கூடியதாக உள்ளது. அந்த வகையில் இன்று நாம் வசிக்கின்ற வீடு விலை வீழ்ச்சி கண்டிருப்பின் அதனை விற்ற பின்னர் நீங்கள் பெற்றுக்கொள்கின்ற வீடும் விலையில் குறைவாகவே காணப்படும். வீடு என்பது எமது அடிப்படை தேவையோடு ஒன்றிய ஓர் பாதுகாப்பான முதலீடு என்பது நாம் அனைவரும் அறிவோம். சந்தை நிலவரத்தில் ஏற்படுகின்ற ஏற்றத்தாழ்வுகள் பற்றிய உங்கள் பயம் நியாயமானதாக இருப்பினும் கூட, கனடிய பொருளாதார முன்னேற்பாடுகள் இன்னும் முதுகெலும்புள்ளதாகவே காணப்படுகிறது. Wait and See பருவம் என்று சொல்லக்கூடிய காலம் இது. அதாவது, முதலீட்டாளர்கள் மற்றும் கொடுக்கல் வாங்கல் செய்பவர்கள் சற்று பொறுத்துப் பார்ப்போம் என்று எண்ணத் தொடங்கியுள்ள காலம். இதனால் சாதாரண போக்கில் ஒரு மந்த நிலை காணப்படுகின்றது. இதனை ஓர் செயற்கையான தாக்கம் என்று கூட சொல்லலாம். இத்தாக்கமானது சுமார் 10-15 மாதங்கள் நீடிக்கலாம் என்று பொருளியலாளர்கள் கருதுகின்றனர்.

நான் வீடு வாங்கும்போது எனது நண்பரையும் தேவையின் நிமித்தம் சேர்த்துக்கொண்டேன் அந்த வகையில் எனது பங்கு 99% மாகவும் நண்பரின் பங்கு 1% மாகவும் பதிவு செய்யப்பட்டது. தற்போது மாதாந்த பணம் செலுத்தாத காரணத்தினால் வங்கியின் நெருக்கடியில் நான் சிக்கியுள்ளேன். இதனால் எனது நண்பர் 1% க்குரிய பொறுப்பினை மட்டும் ஏற்றுக்கொள்வாரா? அல்லது எனக்கு உதவியதால் அவரின் நிலையும் பாதிக்கப்படுமா?

மதி.க
BRAMPTON

பொதுவாக இருவர் இணைந்து ஓர் சொத்தினை பெற்றுக்கொள்ளும் வேளைகளில் அச்சொத்தில் இருவருக்கும் சம பங்குண்டு. அதேபோல், இருவர் இணைந்து ஓர் கடனைப் பெற்றுக்கொள்கின்ற போது அதனை மீள் செலுத்துவதில் இருவரும் முழுப் பொறுப்பினையும் ஏற்கின்றனர். நீங்கள் கூறியது போல் உங்கள் சொத்துக்கு மாத்திரம் தான் நீங்கள் 99% - 1% என்று வரையறையிட்டுள்ளீர்களே தவிர கடனுக்கு அல்ல. அதுமாத்திரமன்றி கடன் வழங்குனர்கள் அவ்வாறான விதிகளுக்கு கட்டுப்படப் போவதுமல்ல. வாங்கிய கடன் மீள் செலுத்தாத வேளையில் அதை பெற்றுக்கொண்ட இருவருமே 100% பொறுப்பினையும் ஏற்க வேண்டும் என்பது விதி. நீங்கள் வங்கியுடன் பொருந்திக்கொண்ட கடப்பாட்டு விதிகளுக்கு அமைவாக கடனை மீள் செலுத்துவது மாத்திரமே உங்களை நண்பரை காப்பாற்றுவதற்கு ஒரே வழி.

சமீப காலத்தில் வட்டி வீதம் குறைக்கப்பட்டிருப்பினும், வங்கிகளில் குறிப்பிடக்கூடிய மாற்றங்கள் காணப்படவில்லை. அதற்கான காரணங்கள் யாவை?

கண்ணன்.கே
MARKHAM

பொருளாதார ஏற்ற இறக்கங்களை சமநிலையில் பேணுவதற்காக ‘PRIME RATE’ என்று கூறப்படுகின்ற ஓர் நிலுவை BANK OF CANADAவினால் காலத்துக்குக் காலம் அறிமுகப்படுத்தப்படுகிறது. இவ் ‘PRIME RATE’இன் அடிப்படையிலேயே கடன் வழங்கும் வங்கிகளோ, நிறுவனங்களோ தமது வட்டி விகிதத்தினையும் தீர்மானிப்பர். போட்டியின் நிமித்தம் வங்கிகள் தமது வட்டியினை குறைத்தாலும் தற்போது வழமைக்கு மாறாக குறைந்து செல்கின்ற ‘PRIME RATE’இன் அளவுக்கு வங்கிகள் தமது வட்டியினை குறைப்பதற்கு முன்வரவில்லை. நீங்கள் கடன் பெற்றுக்கொள்கின்ற சமயத்தில் பொருந்திக்கொள்ளும் முறைக்கிணங்க (Prime+/ Prime- / Fixed) உங்கள் வட்டி விகிதமானது வேறுபடும் இன்றைய நிலையில் நீங்கள் ஐந்து வருடங்களுக்குரிய நிலையான கடன் பெற 5.8% வட்டி செலுத்த வேண்டியுள்ளது. ஐந்து வருட மாறிச்செல்லும் கடனுக்கு Prime+1%செலுத்தவேண்டியுள்ளது. (4.25%) இவ்வட்டி விகிதமானது சுமார் இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்னர் Prime -1%விகிதமாக இருந்தது குறிப்பிடத்தக்கது. ஆகவே மாறிச்செல்லும் வட்டி விகிதத்தினை எப்பொழுதும் சாதகமாக்கப் பழகிக்கொள்வதே ஓர் சிறந்த கொள்வனவாளரின் திறமை.

‘AS – is’ என்னும் பதத்தின் பொருள் என்ன? சில வீடுசார் விளம்பரங்கள் இப்பதத்தினை தாங்கி வெளிவருகிறது.

சிறிசங்கர்.எஸ்
Scarborough

‘AS – is’ என்னும் பதத்தினை தமிழாக்கம் செய்வோமாயின் உள்ளதை உள்ளபடியே பெற்றுக்கொள்ளுதல் என்று பொருள்படும். பொதுவாக வங்கிகளால் சந்தைப்படுத்தப்படுகின்ற (Power of Sale) வீடுகளே இம்மா-

> “இருவர் இணைந்து ஓர் சொத்தினை பெற்றுக்கொள்ளும் வேளைகளில் அச்சொத்தில் இருவருக்கும் சம பங்குண்டு. அதேபோல், இருவர் இணைந்து ஓர் கடனைப் பெற்றுக்கொள்கின்ற போதும்.”

திரியான முறை மூலம் விற்கப்படும். இதற்குரிய அடிப்படை விளக்கமாக வீட்டினை விற்பனை செய்கின்றவர் அவ்வீட்டிலுள்ள எந்தவொரு திருத்த வேலைகளையும் பூர்த்தியாக்கப்போவதில்லை என்பதுடன் அவ்வீட்டினைப் பெற்றுக்கொள்பவர் அனைத்துப் பொறுப்புக்களையும் ஏற்கின்றார் என்று பொருள்படும். மேலே கூறிய பதத்தின் நிமித்தம் அவ்வீட்டிலுள்ள, விற்பவருக்கு தெரிந்த முக்கிய தகவல்களை மறைத்து விற்பது சட்டப்படி குற்றமானதாகும். பொதுவாக இவ்வகை பரிமாற்றங்களில் ஏற்படுத்தப்படும் வீடுகள் தரத்தில் குறைந்திருப்பதுடன் விலையிலும் சற்றுக் குறைந்தே காணப்படும். அதலால் இத்தகைய வீடுகளைப் பெற்றுக்கொள்பவர்கள் நன்கு பரிசோதித்து அதற்குரிய விலையினை நிர்ணயிக்க வேண்டியவர்களாகின்றார்கள்.

தவிர்க்க முடியாத காரணங்களால் தொடர்ந்து மூன்று மாதங்கள் நான் மோட்கேஜ் கட்டாமல் விட்டதனால், வங்கி முழுத் தொகையினையும் மீள் செலுத்துமாறு கட்டளையிட்டது. அம்மூன்றுமாதத் தொகையினை அனுப்பிவைத்த போதும் அப்பணமானது மீண்டும் திருப்பியனுப்பப்பட்டுள்ளது. இதிலிருந்து மீள்வதற்கு என்ன வழி?

நாதன்.கே
Brampton

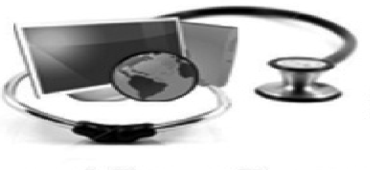
உங்கள் நிலையிலிருந்து மீள்வதற்கு முன்னர், இவ்வாறு ஏற்படாமல் தவிர்ப்பதற்கு என்ன வழிகள் உண்டு என்பதனைப் பார்ப்போம். நீங்கள் உங்கள் வங்கியுடன் பொருந்திக்கொண்டதற்கமைய செயற்பட முடியாத கட்டத்தில் முன்னெச்சரிக்கையாக அவர்களுக்கு தெரியப்படுத்துவதன் மூலம் குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு மோட்கேஜ் செலுத்தாமல் (Mortgage Break) ஓய்வெடுக்கலாம். அல்லது முழுத் தொகையின் ஒரு பகுதியினை செலுத்துவதற்கு ஆவண செய்யலாம். இப்போது நீங்கள் உள்ள நிலையில் உங்கள் வங்கியானது தனது பணத்தினை மீள பெற்றுக்கொள்வதற்கு முடிவு செய்துள்ள நிலையில், அவர்கள் சார்பாக இயங்குகின்ற நிறுவனங்களுடன் (Collection Agency) பேசி முயன்று பார்க்கலாம். அதுவும் முடியாத நிலையில் வேறு கடன் வழங்கு நிறுவனங்களின் உதவியுடன் புதிதாகவோ அல்லது மாற்றுவதன் மூலமோ முழுக் கடனையும் அடைக்கலாம். இவைகளை காலம் தாழ்த்தாது செய்வது நன்று. அவ்வாறு நடைமுறை சிக்கல்கள் ஏற்பட்டு காலதாமதம் ஆகும் வேளைகளில் வங்கியானது உங்கள் வீட்டினை சந்தைப்படுத்த முற்படும். இருப்பினும் அவர்கள் அவ்வீட்டினை விற்று முடிக்கின்ற நாள்வரை உங்களுக்கு அவகாசம் வழங்கப்படும். அக்குறிப்பிட்ட காலத்துக்குள் நீங்கள் விற்றுக் கொள்வதன் மூலமோ அல்லது மாற்று கடன் ஒழுங்குகள் மூலமோ உங்கள் வீட்டை பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

சரி வாசகர்களே இம்முறை பெறப்பட்ட தரமான கேள்விகளுடன் குளிர்காலத்திற்கான சில துணுக்குகளையும் கவனிப்போம்.

- தண்ணீர் வடிந்து செல்லும் பீலிகளை துப்புரவு செய்தல் வேண்டும்.
- தண்ணீர் குழாய்கள் வியர்க்காமல் இருப்பதற்கு கவசம் (Insulation) இடல் வேண்டும்.
- விறகு போன்ற எரிபொருள் சேமிப்புக்கள் வீட்டிலிருந்து குறைந்தது 30 அடிக்களாவது தள்ளி வைத்திருத்தல் அவசியம்.
- முக்கியமான தண்ணீர்/இயற்கைவாயு/மின்சாரம் போன்றவற்றின் Main Shut off இனை குடும்பத்தில் உள்ள அனைவருக்கும் தெரியப்படுத்துதல் வேண்டும்.
- ஆடை உலர்த்திகளின் பின்புறம் காணப்படும் காற்று மற்றும் தூசு அகற்றும் குழாய்கள் சுத்தமாக இருக்கின்றதா என்பதைப் பார்த்தல்.
- நத்தார் மற்றும் விடுமுறைக் களியாட்டங்களுக்கு பயன்படும் மின்குமிழ்கள் மற்றும் உபகரணங்கள் உரிய முறையில் பாதுகாப்பாக இணைக்கப்படுதல் அவசியம். – Safety first
- சமையலறை காற்றகற்றிகளின் வடிகட்டிகளை சுத்தப்படுத்தல் வேண்டும்.
- சூடேற்றியின் (Furnace) வடிகட்டிகளையும் மாற்றுவதோ அல்லது சுத்தம் செய்வதோ வேண்டும்.
- வீட்டுக்கு வெளியே தண்ணீர் வழங்கும் குழாய்களுக்கான தொடர்பினை நிறுத்தி வைப்பதுடன் உள்ளே தேங்கியிருக்கும் நீரினையும் அகற்றுதல் அவசியம்.

நன்றி நேயர்களே, என்றும் இனிய நத்தார், புதுவருட வாழ்த்துக்களுடன் ‘Safe and Happy Holiday’ என்றுகூறி மீண்டும் தொடரும் இதழ்களில் இணைந்துகொள்வோம்.

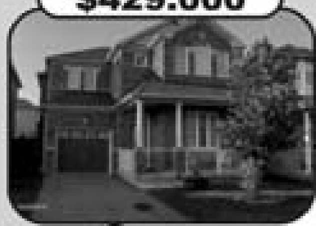
■ ■ ■


NuTek COMPUTERS
www.nuTechComputer.com
☑ Virus Removal
☑ Internet Sharing
☑ Computer Tune Up
☑ Computer Repair
அனைத்து கணணி திருத்த வேலைகளும்
உங்கள் வீட்டில் வந்து திருத்தி தரப்படும்
416.587.1619
techsupport@nutechcomputer.com
Raj Paramasamy
A+ Certified PC Technician
Microsoft Certified Professional
SALES - SERVICE - UPGRADES

வீடு வியாபார நிலையம் வாங்க விற்க

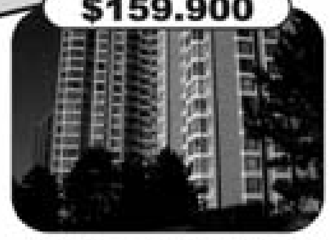
$329.900

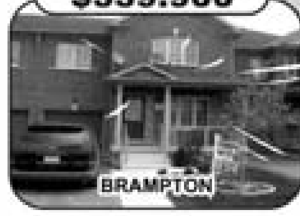
Klpling & Steeles
3 Bedrooms 3 Washroom

$429.000

Western & Rutherford
3 Bedrooms 3 Washroom
All Wood Floor

$319.888

Sheppard & Markham
3 Bedrooms 4 Washroom
Finised Basement

$159.900

Weston & Sheppard
2 Bedrooms 2 Washroom

$339.900


Torbram / Boviard
4 Bedrooms 3 Washroom
Hardwood Floor

In Cambridge
GAS STATION
WITH CONV.
+ LOTTO 649
+ WAREHOUSE
+GARAGE
WEST END OF TORONTO
$845.000

In Colborne
GAS STATION
CAR WASH & CONV.
$139.000
with Property.
$699.000

In Cornwall
ULTRAMAR
GAS STATION
WITH 5 BEDROOM
HOUSE
& GARAGE
$499.000

*Some conditions may apply

நம்பிக்கை நேர்மை நட்பான சேவைக்கும் அழையுங்கள்

சக்தி மருதப்பா

Sales Representative

(முழுநேர வீடு விற்பனை முகவர்)

416-816-1500

Affiliate Realty Inc.
Brokerage
208 - 80 Corporate Drive,
Toronto, Ontario M1H 3G5
Bus: 416-290-1200
Fax: 416-290-1900

HAPPY HOLIDAYS

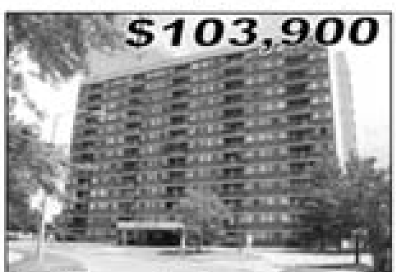
HOMELIFE
HIGHER STANDARDS

Buying or Selling Homes

Call **Nada**
Cell: 416 – 616 – 8751
Bus: 416 – 293 – 5093

Nada.G.Nadarajah B.V.Sc
Sales Representative

HomeLife Landmark
Realty Inc. Brokerage
Platinum Award Winner
Ontario Emerald Club Member



Neilson/Tapsscott
Condo. Apt
2 Bedrooms - 2 Washrooms
Open Balcony

Church/Kingston Rd.
Condo. Apartment
1 Bedrooms - 1 Washrooms
Open Balcony, Great View!

McCowan/Finch
Condo Apartment
2 Bedrooms - 2 Washrooms

Warden & Hwy. 7
Detached 2 Storey
4 + 2 Bedrooms - 5 Washrooms
Finished Basement - 2 Kitchens

Coronation/Manse
Detached Back-Split
4 Bedrooms - 3 Washrooms
2 Kitchens

Westney/Ritchie
Detached - 2 Storey
4 Bedrooms - 3 Washrooms
Part Finished Basement

Jane/Major Mackenzie
Detached 2-Storey
4 Bedrooms - 3 Washrooms
Finished Basement

Warden / Steeles
Condo Apartment
2 Bedroom - 2 Washrooms

நீரிழிவு நோய்...

9ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

சராசரியாகத் தினமும் குளுக்கோசின் அளவு 5–8mmol/Lல் இருத்தல் வேண்டும்) A1C அளவு 3-4 மாதங்கள் வரை குருதி யில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவைச் சராசரியாகக் காட்டும். இது மிகவும் பிரதானமானது. A1C என்பது HEMOGLOBIN AIC, GLYCOSYLATED HB, Hgb AIC அல்லது HBA1C என்று பலவாறாக வெவ்வேறு அலகுகளினால் அளக்கப்படுகின்றது. வைத்தியரிடம் எந்த அளவீடு என்பதைக் கேட்டு அறியலாம்.

நீரிழிவைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்கும் பொறிமுறைகள் உண்டு. இதனை உணர்ந்து பின்வாங்கும் (FEED BACK MECHANISM) பொறிமுறை என்று கூறலாம். அதாவது எமது அன்றாட உணவு வேளைகளின் பின்பு சமிபாடடைந்த மாப்பொருள் குளுக்கோசாகக் குருதியில் சேர்க்கப்படுகின்றது. குருதியில் சேர்க்கப்பட்ட வெல்லம் சதையியினால் உணரப்பட்டு அதற்கேற்ப இன்சுலின் சுரக்கின்றது. இன்சுலினின் உதவியால் குளுக்கோசு கலங்களினுள் எடுத்துச் செல்லப்பட்டு சக்தியாக மாற்றப்படுவதுடன், மேலதிகமான வை கிளைக்கோஜனாக மாற்றப்பட்டு உடலில் சேமிப்பாக வைக்கப்படுகின்றது.

குருதியிலுள்ள முழு வெல்லமும் இவ்வாறு மாற்றப்படாமல் மூளைக்கலங்களின் பாவனைக்காகவும், உடலின் உடனடித் தேவைகளுக்கு உதவும் வகையில் ஒரு பகுதி வெல்லம் குருதியோட்டத்தில் சதா இருந்து கொண்டேயிருக்கும் வண்ணம் இப்பொறிமுறை இயங்கிக் கொண்டிருக்கும்.

ஒரு சுகதேகியின் உடலில் குளுக்கோசின் அளவு 4 m molற்கும் 7 m molற்கும் இடையே கூடிக் குறைந்தவண்ணம் இருக்கும். இதனை மில்லிகிராமில் கூறுவதாயின் 80 mg ற்கும் 120 mgற்கும் இடையே இருத்தல் வேண்டும். வெல்லத்தின் அளவு ஏன், எப்படி ஏறி இறங்குகின்றது என்பதை சிறு விளக்கம் மூலம் கீழே தருகின்றேன்.

நாங்கள் உண்ணும் பொழுது சமிபாடடைந்த மாப்பொருள் வெல்லமாக மாறிக் குருதியில் சேர்க்கப்பட்ட பின்பு அவை உடனடியாக கலங்களினுள் அனுப்பப்பட்டு சக்தியாகவும், சேமிப்பாகவும் மாற்றப்படுகின்றது. உடலுழைப்பின்றி இருக்கும் பொழுது குருதியில் உள்ள வெல்லத்தின் அளவு 4.0ற்கும் 7.0 ற்கும் இடையில் இருக்கும். உடலினுள் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் பல உறுப்புகளிற்கு சக்தி விநியோகம் இந்த வெல்லத்தில் இருந்து கிடைக்கும். ஒருவர் உடற்பயிற்சி செய்யத் தொடங்க முதல் அவரது வெல்ல அளவு 5.6 என்று வைத்துக் கொள்வோம். அவர் ஆகாரம், பானம் எதுவும் உட்கொள்ளாது உடற்பயிற்சியில் ஈடுபடுகிறார் என்று எடுத்துக்கொண்டால் உடற்பயிற்சியின் பொழுது தேவைப்படும் சக்தி குருதியில் உள்ள வெல்லத்தில் இருந்து பெறப்படுகின்றது. அப்பொழுது அவரது வெல்லத்தின் அளவு 5.6ல் இருந்து படிப்படியாகக் குறைந்து 4.0ற்கும் குறைவாக வந்துவிடலாம். இதன் அளவு மேலும் 4.0ற்கு கீழே குறையும் பொழுது உணர்ந்து பின்வாங்கும் பொறிமுறை தொழிற்பட்டு, குருதியில் வெல்ல அளவு குறைந்துவிட்டது என்பதை சுரப்பிகளுக்கு உணர்த்துகின்றது. அப்பொழுது சதையியில் உள்ள இன்னுமொரு சுரப்பி 'Glucagon' என்ற ஹோமோனைச் சுரந்து எமது வயிற்றுப் பகுதியில், தசைகளில், ஈரலில் சேர்த்து வைக்கப்பட்டிருந்த கிளைக்கோஜன் என்ற மாப்பொருளை உடைத்து வெல்லமாக மாற்றிக் குருதியில் சேர்த்து விடுகின்றது.

இதனால் பழையபடி குருதியில் வெல்லத்தின் அளவு மீண்டும் 4.0ற்கு மேல் கொண்டு வரப்பட்டு போதியளவு குளுக்கோசு உடற்பயிற்சிக்கும் பயன்பட ஏதுவாகின்றது. உடற்பயிற்சியின் பொழுது குளுக்கோசு கொடுப்பது இதற்காகவேயாகும்.

உடலுழைப்பின் பொழுது வெல்லத்தின் அளவு குருதியில் குறைந்து வருவது போல், எமது ஒவ்வொரு ஆகாரத்தின் பின்பும் குளுக்கோசின் அளவு குருதியில் 7ஐ விடக் கூடிவிடுகின்றது. அப்பொழுது இன்சுலின் ஹோமோன் சுரக்கப்பட்டு மிதமிஞ்சிய குளுக்கோசு கலங்களினுள்ளும், சேமிப்பாகவும் சேர்க்கப்படுகின்றது. சிறுகுடலில் சுரக்கப்படும் GLP-1 என்ற ஹோமோன் இன்சுலின் உற்பத்தியைத் தூண்டி விடுகின்றது. பரம்பரை அலகுகளில் உள்ள ஒரிரு பிறழ்வுகளும் கூட குளுக்கோசின் அளவைக் கட்டுப்படுத்தும் புரதங்களின் உற்பத்தியில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதால் குளுக்கோசின் அளவு இயல்பாகக் கட்டுப்படுத்தப்பட முடியாமல் போய்விடுகின்றது.

குணங்குறிகள்

- அதிக தாகம்
- களைப்பு
- பார்வை மங்குதல்
- வாந்திக் குணம்
- ஆறாத புண்
- அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல்
- அடிக்கடி தொற்றுநோய்க்கு உட்படுதல்
- நிறைகுறைதல்
- மயக்கம்
- வியர்வையில் பழநாற்றம்
- கை, கால் விறைப்பு (நரம்புகள் பழுதடைதல்)
- சிலரிற்கு குணங்குறிகள் இருப்பதில்லை

ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புக்கள் என்ன?

கட்டுப்பாட்டில் நீரிழிவு நோயை வைத்திருக்காத பொழுது குருதியில் அதிகளவு குளுக்கோசு உடல் பூராகவும் ஓடிய வண்ணம் இருக்கும். நாளடைவில் இதனால் குருதிக்குழாய்களின் சுவர்களில் கொழுப்புப் படிவு ஏற்படும். அதைத் தொடர்ந்து இரத்தக் கொதிப்பு (Blood Pressure) ஏற்படுவதற்கு அதிக வாய்ப்புகள் ஏற்படும். கொலெஸ்ரெரோலின் அளவும் கூடிவரும். இரத்தக் குழாய்களினுள் கொழுப்புப் படிந்து அதன் குறுக்கு வெட்டு அளவு குறையும் பொழுது அதனூடாகச் செல்லும் குருதியின் அளவும் குறைகின்றது. அத்துடன் குருதிக் குழாயின் சுவர்கள் மீள்தகவுத் தன்மையை இழந்து தடிப்பமாகிவிடுவதனால் இரத்த அழுத்தம் கூடும் பொழுது, குருதிக் குழாய்கள் வெடிக்கலாம். அல்லது குருதி கட்டிபடும் வீதம் அதிகரிக்கலாம். இதனால் குருதிக்கட்டிகள் உருவாகி அவை இருதய நாடிகளில் அல்லது மூளைநாடிகளில் வந்து அடைபடும் பொழுது முறையே மாரடைப்பு, பாரிசவாதம் என்பன ஏற்படலாம். குருதிக் கட்டிகள் போல், குழாய்களின் சுவர்களில் படிந்திருக்கும் கொழுப்புக் கட்டிகளும் சிறு துணிக்கைகளாக உடைந்து இரத்த ஓட்டத்துடன் எடுத்துச் செல்லப்பட்டு மாரடைப்பு அல்லது பாரிசவாத நோயை ஏற்படுத்தலாம். பிரதானமாக கண்கள், சிறுநீரகங்கள், இருதயம், மூளை போன்றவற்றுடன் ஏனைய அங்கங்களும் பாதிப்படையலாம். காலிற்குச் செல்லும் இரத்த அளவு கட்டுப்படும் பொழுது கால் விறைப்பு ஏற்படலாம். கால் விறைப்பு உடற்தொழிலிலில் ஏற்படும் மாற்றங்களாலும் ஏற்படும் என்பதை மறத்தலாகாது. சிறுநீரக வியாதி ஈற்றில் ஏற்பட்டு தொழிற்படாத நிலைக்கும் தள்ளப்படும் பொழுது பல சிக்கல்கள் ஏற்படும். DIABETIC KETO-ACIDOSIS என்கின்ற கீற்றோன் துணிக்கைகள் குருதியில் சேரும் பொழுது மயக்கம் போன்ற பாரிய அனர்த்தங்கள் ஏற்பட வாய்ப்புக்கள் அதிகம்.

மகப்பேற்றுக் காலங்களில் ஏற்படும் நீரிழிவு நோய்

சிலரிற்கு மகப்பேற்றின் பொழுது முதன் முதலாக நீரிழிவு நோய் உருவாகும் பின்பு குழந்தை பிறந்தவுடன் நீரிழிவு நோய் மறைந்துவிடும். எல்லாத் தாய்மார்களும் மகப்பேற்றின் பொழுது நீரிழிவு நோய்க்காகச் சோதிக்கப்படுவார்கள். ஒவ்வொரு தாயும் கர்ப்பகாலத்தின் 24ம் 28ம் கிழமைகளுக்குட்பட்ட நாட்களில் ஏதாவது ஒரு நாளில் GTT (Glucose Tolerance Test)க்கு உட்படுத்தப்பட்டு அவர்கள் நிலை அறியப்படல் வேண்டும் என கனடிய நீரிழிவுச் சங்கத்தின் 2003 ஆண்டிற்குரிய சிகிச்சை நடைமுறை வழிகாட்டலில் குறிப்பிட்டுள்ளது. GTT என்பது 75 கிராம் குளுக்கோசைப் பருகக் கொடுத்து ஒவ்வொரு சிறு இடைவேளைகளின் பொழுதும் குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவு கணிக்கப்பட்டு (அரை மணி இடைவெளிவிட்டு) பின்பு இறுதியாக 2 மணித்தியாலம், 2 1/2 மணித்தியாலம் தேவையேற்படின் 3 அல்லது 4 மணிநேரத்தின் பின்பும் குளுக்கோசை அளப்பதன்மூலம் எமது உடல், கொடுக்கப்பட்ட குளுக்கோசை எவ்வளவு நேரத்திற்குள் தனது கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டு வந்து (4-7ற்குள்) விடுகின்றது என்பதைக் கணிக்கலாம். ஒரு சுகதேகி 2 அல்லது 2 1/2 மணி நேரத்தில் குளுக்கோசின் அளவைக் கட்டுப்பாட்டினுள் கொண்டு வந்து விடுவர்.

பரம்பரையாக நீரிழிவு நோய் உள்ள தாய்மார்கள் ஒவ்வொரு 3 மாதத்திற்கொருதடவை சோதிப்பது நல்லது. மகப்பேற்றின் பொழுது நீரிழிவு உள்ள தாய்மார்களின் ஒரு சிறு வீதத்தின் 5 தொட்டு 10 வருடங்களில் நீரிழிவு நோய்க்கு ஆளாக வாய்ப்புகள் உண்டு.

எப்படி நாங்கள் கட்டுப்பாட்டில் இருக்கலாம்?

- முயற்சியாக, சுறுசுறுப்பாக இருக்கப் பழகவும்.
- நடை, உடற்பயிற்சி, யோகாசனம், தியானம் நல்லது.
- ஒழுங்காக நீரிழிவிற்குரிய வைத்திய பரிசோதனை.
- மிகுந்த அக்கறையுடன் வைத்தியரினால் தரப்பட்ட சிகிச்சையைப் பின்பற்றுதல்.

வாசித்தல், TV, வானொலி கேட்டல் மூலம் புதிய தகவல்களை அறிந்து கொள்ளுதல்.

எமது தவறான உணவுப் பழக்கம், பாரம்பரியம் போன்றவை கூட குருதியில் வெல்ல அளவைக் கூட்டி, நாளடைவில் இன்சுலின் தடையை ஏற்படுத்தி அதன் மூலம் வெல்ல அளவு கூடலாம். இன்சுலின் தடை என்பது, கலங்களில் உள்ள இன்சுலினின் வாங்கிகள் இன்சுலினின் தூண்டலுக்கு உணர்வற்றுப் போதல் என்று முன்பு கண்டுள்ளோம். இதனால் உடற்பருமன் கூடுதல், Type II நீரிழிவு உருவாகுதல், இரத்த அழுத்த நோய், இருதய வியாதி என்பன ஏற்படுவதுடன் உடலில் METABOLIC SYNDROME என்னும் இரசாயன உடற்தொழிற்பாட்டியல் சார்ந்த பல விளைவுகள் ஏற்பட்டுப் பல விதமான உபாதைகளுக்கு ஆளாக நேரிடலாம்.

இன்சுலின் மருந்து 1922ம் ஆண்டு Dr. Fredrich Bantig, Dr. Charles Best இருவராலும் ரொறொன்ரோ பல்கலைக்கழக ஆய்வு கூடத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. 1936ல் துப்பரவாக்கிய இன்சுலின் வெளியாகியது. அதனைத் தொடர்ந்து 1950ல் ஆறுதலாகவும் படிப்படியாகவும் கரையக்கூடிய LENTE, Semi-Lente, Ultra Lente ஆகிய தயாரிப்புகள் உருவாகியதால் நாளுக்கு ஒருதடவை ஊசி போட்டால் போதக்கூடியதாக இருக்கும். உடனே கரையக்கூடிய Soluble Insulin குருதி வெல்லத்தை உடனே கட்டுப்படுத்திக் கொடுக்கப்படுகின்றது.

வைத்திய ஆலோசனைப்படி இந்த மருந்துகளைப் பாவித்தல் அவசியம்.

■ ■ ■

முதலுதவி கற்பதற்கும் ஆலோசனைகளிற்கும்

Dr.Kandiah Senthilnathan

(Registered Medical Officer - SLMC)

Echo-cardiographer - Canada,

First Aid & CPR Instructor

(Certified in Canada)

647-801-9252, 416-502-9252.

ஒரு ஒப்பந்தக்...

25ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

கமாக பிடித்து வைத்திருக்க முடியும்.

பருவகாலத்திற்கு ஏற்ற தன்மையான அல்லது விநியோகத் தாமதம் தொடர்பாக, பணத்தைப் பிடித்து வைத்திருத்தல். (Seasonal or Delivery Hold back)
உங்களது திருத்த அல்லது கட்டிட வேலைத் திட்டம் செயற்படுத்தப்படும் பருவ காலத்தின் அடிப்படையில் ஒரு சில வேலைகள் பூரணப்படுத்த முடியாமல் இருக்கும் சூழ்நிலை ஏற்படலாம். (அ-து) வெளிப்புற பூச்சு வேலை. Landscape முதலியன. அல்லது ஒரு சில கட்டிட வேலைப் பொருட்கள் உடனடியாக கிடைக்காமல் இருக்கலாம்.

இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில், செய்து முடிக்கப்படாத வேலைகளுக்கான பணத்தைப் பிடித்து வைப்பது வழக்கம்.

ஒப்பந்தக்காரருடன் இணைந்து செயற்படுதல்
Working with your contractor

தெளிவான விபரமான முறையில் தயாரிக்கப்பட்டாலும் கூட ஒரு ஒப்பந்தம் தொடர்பாக பல்வேறு காரணிகளால் கருத்து வேறுபாடுகள் ஏற்படலாம். இவ்வாறான சூழ்நிலைகளில் உங்கள் ஒப்பந்தக்காரருடன் அமைதியான முறையில் கலந்துரையாடுவதன் மூலம் பிரச்சினைக்கு தீர்வு காண முடியும். இதுவே மிகவும் சிறந்த வழி.

மோசமான காலநிலை, தேவையான கட்டிடப் பொருட்கள் வந்து சேராமை என்பனவற்றை ஒப்பந்தக்காரர் கட்டுப்படுத்த முடியாது. இதனால் வேலைகள் தாமதம் அடையலாம் என்பதையும் கருத்தில் கொள்ளவும்.

■ ■ ■

சமையலறையில் கிருமியா... நம்ப முடிகிறதா?

சிவாஜினி பாலராஜன்
sivajini@thaiveedu.com

உலகளாவிய ரீதியில் சுற்றுச் சூழல் விழிப்புணர்வு இன்று பரவலாகக் காணப்படுகின்றது. வீட்டில், வேலைத் தலங்களில், பொது இடங்களில், கோவில்களில், தொழிற்சாலைகளில் இவ்வாறு பல்வேறு இடங்களிலும் சுகாதாரமும் சுகாதாரக் கேடுகளும் கருத்திற் கொள்ளப்பட்டு இவற்றை நிவர்த்திக்கும் முகமாக ஆவன செய்யப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றன. இவ்வாறான ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் வீடுகளில் உள்ள அறைகளையும் சுகாதாரத்தையும் கருத்திற் கொண்டு வீட்டில் கிருமிகள் அதிகம் உள்ள இடத்தை வரிசைப் படுத்தினால் சமையலறைக்கு முதலாவது இடமும் குளியலறைக்கு இரண்டாவது இடமும் கொடுக்கலாம். குளியலறைதானே முதலாவதாக இருக்க வேண்டும் அதெப்படி சமையலறை சுகாதாரம் குறைந்த இடத்தில் முதலாவதாக வரலாம் எனப் பலருக்கு கேள்வி இருக்கும். அதே சமயம் குளியலறையுடன் ஒப்பிடும் போது எல்லாரும் சமையலறையினைத் துப்பரவாக வைத்திருப்பதில் மிக மிக அக்கறை காட்டுவார்கள் என்பதில் எள்ளளவும் சந்தேகம் இல்லை. இருப்பினும் கிருமிகள் அதிகம் உள்ள இடமாக சமையலறை தான் கணிக்கப்படுகின்றது. இவ்வாறு சமையலறைக்கு முக்கியத்துவம் கிடைப்பதற்கு காரணம் சமையலறையினைப் பாவிப்போர் சுத்தம் செய்வது இல்லை என்பதல்ல. சில சமயங்களில் அதுவும் ஒரு காரணமாக இருக்கலாம் ஆனால் பல சமயங்களில் காரணம் அதுவல்ல.

ஆதாரம் என்ன?

மக்கில் பல்கலைக்கழகத்தைச் (McGill university) சேர்ந்த நுண் உயிரியலாளரான (Microbiologist) டாக்டர். ஜார்ஜ் சற்மாரி (Dr. George Szatmari) என்பவரால் குளியலறையிலா சமையலறையிலா கிருமிகள் அதிகம் என அறிய மேற்கொள்ளப்பட்ட பரிசோதனையின் போது குளியலறையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட மாதிரியிலும் பார்க்க கூடுதலான நுண்ணுயிரிகள் சமையலறையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட மாதிரியில் காணப்பட்டதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. மேலும் மிகவும் பாரதூரமான இடம் சமையலறையின் பாத்திரம் கழுவும் தொட்டி எனவும் அது கழிவறையுடன் ஒப்பிடும் போது கிட்டத்தட்ட 6000 மடங்கு அதிகமாக நுண்ணுயிரிகளைக் கொண்டிருப்பதாகவும் அவர் தனது அறிக்கையில் குறிப்பிட்டிருக்கிறார்.

அண்மையில் நியூயோர்க்கில் மேற்கொள்ளப்பட்ட ஒரு ஆரய்வின்படியும் குளியலறையிலும் பார்க்க சமையலறை கூடுதலான கிருமிகளைக் கொண்டிருப்பதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. இதற்கு காரணம் பொதுவாக நாம் எல்லாரும் குளியலறை துப்புரவு அற்ற இடமாக நினைத்து அதனைத் துப்புரவாக்குவதில் எடுக்கும் கவனமும் அக்கறையும் சமையலறையினைத் துப்புரவாக்குவதில் காட்டுவதில்லை என நம்பப்படுகின்றது. இது உண்மையும் கூட. பொதுவாக அழுக்கான பொருட்களை சமையலறைப் பக்கம் நாம் எடுப்பதில்லை என்பதால் சமையலறை துப்பரவானது என நினைத்து விடக் கூடாது. சாப்பாட்டுப் பொருட்களும் இறைச்சி போன்றவை வெட்டிய இடங்களும் மிகவும் சுலபமாக நுண்ணுயிர்கள் வளர்வதற்குரிய இடமாகி விடுகின்றன. மிகவும் பாரதூரமான முறையில் அளவுக்கதிகமாக பற்றீரியாக்களுக்கு தங்குமிடம் கொடுப்பவை சமையல் அறையில் இருக்கும் கைதுடைக்கும் துணியும் பாத்திரம் தேய்க்கும் பஞ்சும் தான். இவை பற்றீரியாக்கள்

> “ சமையலறை எங்களுக்கான உணவை உருவாக்கும் தொழிற்சாலையாக மட்டுமல்ல கிருமிகளை உற்பதியாக்கும் தொழிற்சாலையாகவும் தொழிற்படுவது சிறிது அதிருப்தியைத் தருவதாக இருப்பினும் அதுதான் உண்மை. ”

சமையலறை எங்களுக்கான உணவை உருவாக்கும் தொழிற்சாலையாக மட்டுமல்ல கிருமிகளை உற்பதியாக்கும் தொழிற்சாலையாகவும் தொழிற்படுவது சிறிது அதிருப்தியைத் தருவதாக இருப்பினும் அதுதான் உண்மை. இதற்குக் காரணம் பாத்திரம் கழுவும் தொட்டி (Sink), நாங்கள் பாவிக்கும் கைதுடைக்கும் துணிகள் (Kitchen Towels, Dish Clothes), இறைச்சி அல்லது மரக்கறி வெட்டும் பலகை (Chopping Board), குப்பை போடும் வாளி (Garbage or Compost Can), அத்துடன் மிக மிக முக்கியமாக பாத்திரம் கழுவ உபயோகிக்கும் பஞ்சு (Sponge) என்பனவாகும்.

வளர்வதற்கு தேவையான ஈரலிப்புத் தன்மையினையும் அவைகளின் உணவுத் தேவையினைப்பூர்த்தி செய்யுமுகமாக சாப்பாட்டுத் துகள்களையும் கொண்டிருக்கின்றன. இவ்வாறு கிருமிகளுக்கு புகலிடம் கொடுப்பதுடன் நின்றுவிடாது ஒரு கெட்ட மணத்தினையும் எமக்குத் தாராளமாக அள்ளி வழங்குகின்றன.

சராசரியாக ஒரு சாதாரண சமையலறை பஞ்சு 7 பில்லியன் பற்றீரியாக்களைக் கொண்டிருப்பதாக அறியப்படுகிறது. இவ்வாறு சமையலறையினை ஆதிக்கம் செய்யக் கூடிய பற்றீரியாக்களுள் ஈக்கோலாய் (E.coli), சல்மனெல்லா (Salmonella) என்பவையும் அடங்கும்.

எங்கிருந்து இந்த நுண்ணுயிரிகள் சமையலறைக்குள் நுழைகின்றன.

ஈக்கோலாய் சல்மனெல்லா போன்ற பற்றீரியாக்கள் சமைக்கப்படாத இறைச்சி வகைகள் முட்டை, கழுவப்படாத மரக்கறி வகைகள், வளர்ப்புப் பிராணிகள் இவற்றுடன் சமையலறையினைச் சென்றடைவதாக ஆராய்வுகள் கூறுகின்றன. ஒரு சாதாரண மனிதனாக சுகதேகியான ஒருவரை இது அதிகம் பாதிக்காது எனினும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்த ஒருவரை (weak immune system) மிகஎளிதில் பாதிக்கும். பொதுவாக ஏற்கனவே நோய்வாய்ப்பட்டிருந்த ஒருவர், சிறுபிள்ளைகள், அல்லது வயதான ஒருவரின் நோயெதிர்ப்புத் தன்மை குறைவாக இருப்பதால் இவர்கள் சுலபமாக நுண்ணுயிர் தொற்றுக்கு ஆளாவார்கள்.

இப் பிரச்சினையிலிருந்து எவ்வாறு வெளிவரலாம்? வருமுன் காப்போம்

சமையலறையில் பாவிக்கும் துணியை (kitchen towel, dish cloth) ஒவ்வொருநாளும் நன்றாக சவர்க்காரம் போட்டு துவைக்க வேண்டும். இத் துணி நன்றாக உலர்ந்த பின்னர்தான் மீண்டும் இதனைப் பாவிக்க வேண்டும். எவ்வளவுதான் நன்றாக கிருமி நீக்கி பாவித்து துவைத்தாலும் நன்றாக காயாமல் துணியினை பாவிக்கக் கூடாது. ஈரப்பதன் நுண்ணுயிரிகட்டு மிகவும் பிடித்தமான ஒன்று அதனால் ஈரத்தன்மையினைக் கண்டவுடன் அவர்கள் நாங்கள் வாழ்த்தாமலேயே பதினாறும் பெற்று பல்கிப் பெருகுவார்கள். சுலபமான வழி கடதாசி துடைப்புகளை (Paper towel) வாங்கிப் பாவிப்பது. ஆனால் ஒரு பெரிய குடும்பத்திற்கு அல்லது சிறு பிள்ளைகள் இருக்கும் வீட்டில் இது வாங்கிப் பாவிப்பது செலவினத்தை அதிகரிக்கும். சாதாரண துணியினாலான சமையலறை துவாய்களிலும் பார்க்க Microfiber னாலான kitchen towel விரைவில் காயக்கூடியனவையும் அதே சமயம் நீரை உறிஞ்சக் கூடியனவையும் ஆகும்

பாத்திரம் கழுவும் பஞ்சை 60 செக்கன்களுக்கு நுண்கதிரியக்க அடுப்புகளில் (Microwave oven) வைத்துச் சூடாக்குவதனால் உடனடியாக கிருமி நீக்கப்படும். அத்துடன் மணமும் போய்விடும். இவற்றை நீங்கள் பாத்திரம் கழுவும் இயந்திரத்துள் (Dish washer) கூட போட்டு கழுவி உலரவிடலாம்.

19ம் பக்கம் பார்க்க...

BALACHANDRAN LAW OFFICE
Balachandran Muthaiah LL.B.
Barrister, Solicitor & Notary Public
Raji Satkunasingam LL.B.
Attorney at Law (Sri Lanka)
Commissioner of Oaths
. Business Law
. Family Law
. Immigration Law
. Estate Law
. Real Estate (Commercial/Residential)
. Last Will, Power of Attorney, Affidavit, etc.

2401 Egllinton Avenue East, Suite 300
Scarborough, ON, M1K 2M5
Tel.: 416-755-5544 Fax: 416-755-5594
Email: balalawoffice@gmail.com

I'm here to get your mortgage smarter and faster.

உங்களுக்கு அதிக கடன் பளு இருந்தால் அனைத்தையும் குறைந்த ஒரு மாதக்கட்டணத்தில் கொண்டுவருவதுடன் உங்களுக்கு அதிக பணத்தையும் சேமிக்க உதவுவேன்.

- **Residential**
- **Industrial**
- **Commercial**

1st, 2nd, 3rd Mortgages Upto 100%...

வங்கி வட்டி வீதத்தை விட குறைந்தளவு வட்டி வீதம்

NO FEE FOR RESIDENTIAL MORTGAGES

- Rate discount up to 3%
- Give me a call for free consultation
- Mortgages without no down payment

We do the best for you

நீங்கள் வங்குரோத்துக்கு போயிருந்தாலும் நிராகரிக்கப் பட மாட்டீர்கள். யாருமே நிராகரிக்கப் படமாட்டார்கள் அனைவரும் தகுதியானவர்கள். குறைந்த வட்டி வீதத்தில் ஈட்டுக்கடன் பெற்றுக்கொள்ளவும், கடன்கள் குறித்த இலவச ஆலோசனைகளுக்கும் அனைவரதும் நம்பிக்கைக்கு பாத்திரமான அகிலா செந்திலை அழையுங்கள்

When it comes to finding the Right Mortgage Solution to meet your needs, Please call **ME** befor making any **Decision!!!**

Our interest rates starts from 0%

- First-time Buyers
- Renewal
- Refinancing
- Pre-Approval
- Self Employed
- Bankruptcies
- Poor Credit
- New Immigrants
- Debt. Consolidation
- Construction Loans

invis

After Approval

Joy is yours
Pride is ours

அகிலா செந்தில்
Akila Senthil, *AMP*
Senior Mortgage Consultant,
Team Leader, Platinum Award Winner
A Challenging Prosperity Long Term Experienced Team Leader

Cell: 416.895.4321

104-5770 Hurontario St., Mississauga, ON L5R 3G5
Fax: 905-283-3339, Web: www.mortgageprincess.ca, E-mail: akilasenthil@invis.ca
Head Office: Invis Inc., 100-480 University Ave., Toronto, ON M5G 1V2

specialize in

• Storage
Free of charge for Loading & Unloading

• Cross Docking

• Pallets
Custom Pallets
New & Used Pallets
We also buy used Pallets

• Moving
Also Available
24 ft Truck Rentel With Driver $145
Call Kiruba
416-300-6458

GTA Special Rates!!!
For Straight Truck.
Dock to Dock
Direct
Rush
Sameday
TailGate Orders

11 years in Business

CONTACT: MURALI
416.569.4065
89 Thournmount Dr., Unit 11&12, Scarborough, ON M1B 5V4
Morningside/Sheppard - Next to Home Depot
1 min. from Hwy401
fax: 416.724.8417, e-mail: emk4u@hotmail.com

emk ENTERPRISES INC
LOGISTIC & TRANSPORTATION

First Birthday Wish

Celina Lathhika Vaseeharan Balasandran

December 13th, 2008

வசீகரன் - லாவண்யா தம்பதிகளின்
செல்வப்புதல்வி
செலீனா லத்திகா வசீகரன் பாலசந்திரன்
தனது முதலாவது பிறந்தநாளை
மிகச்சிறப்பாக் கொண்டாடவுள்ளார்.

செலீனா லத்திகாவை
அப்பா, அம்மா, அப்பப்பா, அப்பம்மா,
அம்மப்பா, அம்மம்மா, மாமாமார், மாமிமார்,
மச்சான்மார், சித்தப்பாமார், சித்திமார்,
பூட்டிமார் அனைவரும்

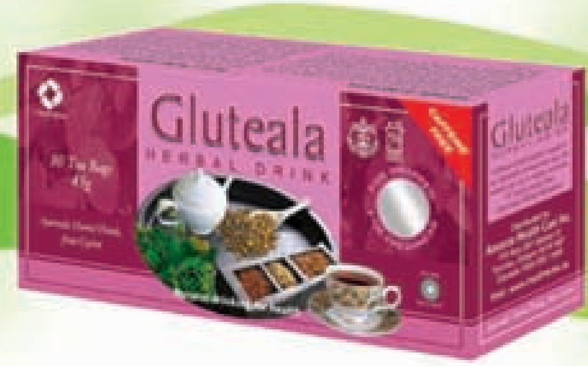
எல்லாம் வல்ல இறைவனின் அருளுடன்,
சகல சௌபாக்கியங்களுடன், நீடூழி வாழ
வாழ்த்துகின்றனர்.

Happy Holidays

mediherbs.ca

சலரோகமா...?
சலரோக உபாதைகளிலிருந்து நீங்குவதற்கான மூலிகைப் பானம்!

உடலின் கெடுதியான மிகைக் கொழுப்பைக் குறைத்து உடல் தென்பை பேணுவதற்கு!



டயபீனா தினமும் அருந்தக்கூடிய மூலிகை ஆரோக்கிய பானம். இது உடலில் மிகுதியான குழுக்கோசினை குறைக்கக்கூடியதும், இரத்தத்திலுள்ள அதிகளவு குழுக்கோசினால் ஏற்படக்கூடிய நோய்களை ஒழுங்கு முறையாக தடுக்கவும் உதவுகிறது. விறைப்புத்தன்மை, பாதங்களில் சுளுக்கு, அலட்சியத் தன்மை மற்றும் மீண்டும் மீண்டும் வியாதிகளை படிப்படியாக நீக்கிவிடக் கூடியது. டயபீனா கண்டிப்பாக நீரிழிவு நோயினால் வருந்துபவர்கள் மட்டுமே பாவிக்கவேண்டியது.

க்லூட்டியலா பானமானது மிகுதியான உடல் கொழுப்பை குறைக்கக் கூடியதும், குறிப்பாக உடலின் இடுப்பு, தொடை, தோற்பட்டை, கைகள் போன்ற பகுதிகளில் ஏற்படக்கூடிய ஊளைச் சதை பெருகுவதை தடுக்கவும், கொழுப்பினால் விளையக் கூடிய கெடுதியினை கட்டுப்படுத்தவும், உடல் வலியை நீக்கவும், அத்துடன் வாதத்தினால் ஏற்படக்கூடிய வலியினை குறைக்கவும் உதவுகிறது. க்லூட்டியா உடலுக்கு புதுத்தெம்பைக் கொடுப்பதோடு நீண்ட சுகமான வாழ்விற்கும் வழிவகுக்கிறது.

Amazon Health Care
www.amazonhealthcare.com

BBB ACCREDITED BUSINESS

SABONA & Gift

Montreal: 514 823 0462 Tel: 416 264 8787
www.amazonhealthcare.ca
2602, Eglinton Ave East. (Midland/Eglinton)

JayaCS#416 275 0070

வெப்பம் ஊட்டுதல்

(Heating)

வீட்டை வெப்பமாக வைத்திருப்பது என்பது வடஅமெரிக்கா போன்ற குளிர் நாடுகளில் மிக முக்கிய இடத்தை வகிக்கின்றது. ஒரு வருடத்தில் ஏறத்தாழ 1/2 பங்கு காலம் குளிரில் வாழ்கின்றோம். அதிலும் 2-3 மாதங்கள் கடும் குளிரில் அவதிப்படுகின்றோம். ஐரோப்பிய நாடுகளுடன் ஒப்பிடும் போது கனடாவில் வீட்டின் அமைப்புகள் குளிருக்கு ஏற்றவாறு கட்டப்பட்டு இருப்பதால் வெளியில் போனால் அன்றி குளிரின் கொடுமையை வீட்டிற்குள் இருக்கும் போது பெருமளவு உணருவதில்லை. வீடுகள் குளிருக்கு ஏற்றவாறு கட்டப்பட்டிருந்தாலும் அவற்றைச் சூடாக்குவதற்கு பல விதமான வெப்பமாக்கிகள் பயன்படுத்தப்படுவதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

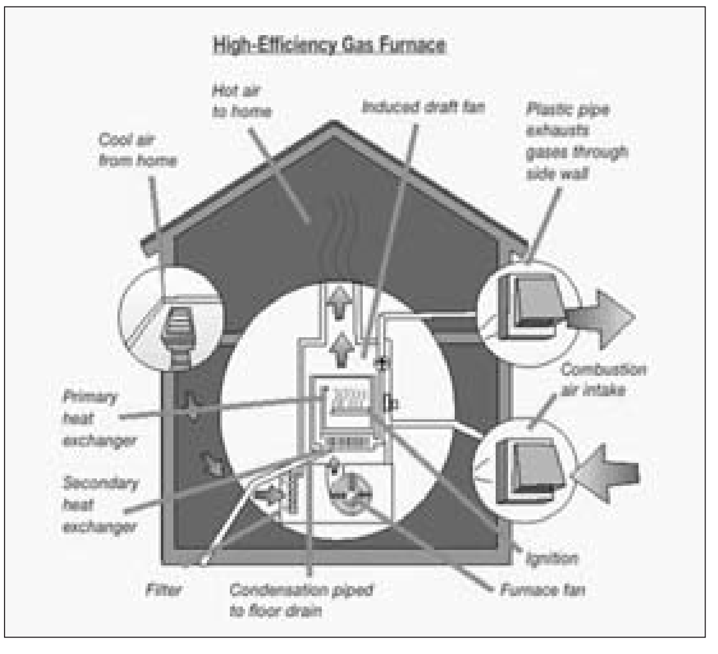
இவற்றுள் furnace முக்கிய இடத்தை வகிக்கின்றது. பெருமளவிலான வீடுகளில் furnace வீட்டின் அடித்தளத்தில் இருந்து கொண்டு நாம் உறங்கினாலும் கண் விழித்து காத்திருந்து தேவைக்கேற்றவாறு இயங்கி எங்களை விறைத்த நிலைக்குப் போகவிடாது பாதுகாத்து வருகின்றது.

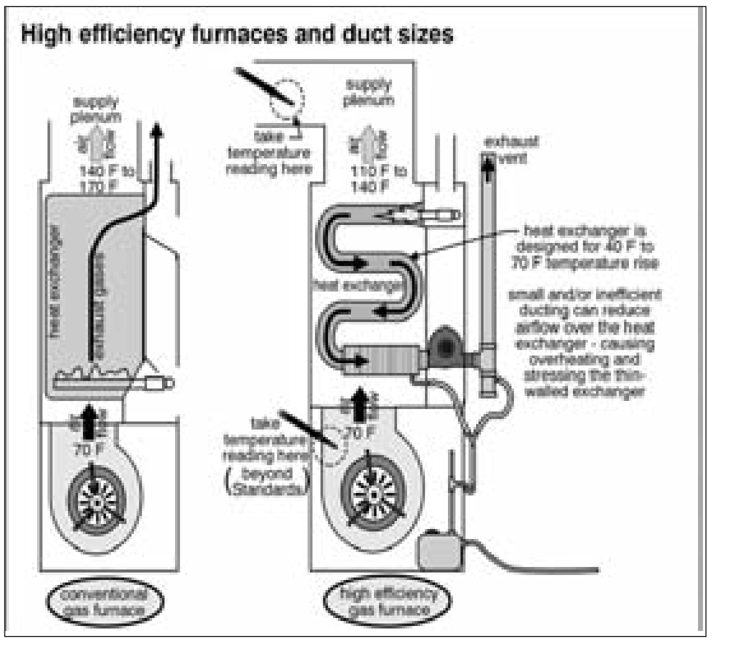
வீட்டின் அடித்தளத்தில் ஒரு மூடப்பட்ட பகுதியில் இது இருப்பதாலும் தானாகவே தேவைக்கேற்றவாறு இயங்கிக் கொண்டு இருப்பதாலும் நாம் பல ஆண்டுகள் வீட்டில் வசித்தாலும் கூட அதனைக் கண்டு கொள்வதில்லை. ஆனால் விரும்பியோ விரும்பாமலோ furnace பற்றி ஆழமாக இல்லாவிட்டாலும் சிறிதளவேனும் அறிந்து கொள்ளுதல் பல விதத்திலும் நன்மை பயக்கும். குறிப்பாக எமது மாதாந்தச் செலவில் பெரும் இடத்தை வகிக்கின்ற (ஏறத்தாழ 46%) வெப்பமாக்கி பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல் எமது மாதாந்த செலவைக் குறைத்துக் கொள்ள உதவும்.

furnace குளிரான காற்றை உள்வாங்கி அதனைச் சூடாக்கி பின்னர்(duct system) அலுமினிய குழாய்களின் ஊடாக படுக்கையறை சமையலறை போன்ற வசிக்கும் பகுதிகளுக்கு (living space) பரப்புகின்றது. சூடான காற்றைப் பரப்புவதற்கு பாவிக்கப்படும் motor தான் எமது வீடுகளில் பெரிய ஒலியை எழுப்பிக் கொண்டிருக்கின்றது. இத்தகைய furnaces, எரிவாயு, மின்சாரம், சுடுநீர், எண்ணெய் அல்லது மரம் நிலக்கரி போன்றவற்றில் இயங்கக் கூடியவை என்றாலும் தற்போது எரிவாயுவில் இயங்கும் furnace தான் 95% பாவிக்கப்படுகின்றது.

தற்போது கட்டப்படும் புதிய வீடுகளில் பொருத்தப்பட்டிருக்கும் furnaceஐக் கவனித்தால் அவை high efficiencyதரம் உடையவை என குறிக்கப்பட்டிருக்கும். அதாவது அவை குறைந்தளவு எரிபொருளை அல்லது மின்சாரத்தை உள்ளெடுத்து அதிக அளவு பலனை வெளிக்கொண்டு வரும் தன்மை வாய்ந்தவை. பெருமளவிலான புதிய high efficiency furnaces தான் உள்வாங்கும் எரிபொருளில் 90% அல்லது அதற்கு மேலான அளவில் வெப்பத்தை உண்டாக்கக் கூடியவை.(afue - Annual fuel utilization efficiency) அதாவது afue எவ்வளவு உயர்வாக இருக்கின்றதோ நாம் சேமிக்கும் பணமும் அவ்வளவு உயர்வாக இருக்கும். பழைய வீடுகளுக்கு furnace மாற்றவேண்டிய தேவை ஏற்படுமிடத்து இதனை நினைவில் வைத்துக் கொள்வது நல்லது. பழைய வீடுகளின் heating செலவுகள் புதிய வீடுகளின் செலவை விட மிக அதிகமாக இருப்பதற்கு high efficiency furnace ஒரு முக்கிய காரணம் ஆகும்.

ஒப்பிட்டு ரீதியான பின் வரும் அட்டவணை மூலம் பழைய - Gjpa furnace I பாவிக்கும் போது ஒரு சாதாரண வீட்டிற்குரிய heating செலவு எப்படி மாறுபடுகிறது என்பதை அறிந்து கொள்ளலாம்.





இத் தலைப்பின் முக்கியத்துவத்தைக் கருத்திற் கொண்டு இதன் சில விபரங்களை ஆங்கிலத்தில் தருகிறோம்

What is a high-efficiency furnace? How efficient is your furnace?

The majority of Canadian homes built between 1950and 1970 have standard gas furnaces with a seasonal efficiency of about 60%. Because of a change in seasonal efficiency standards, today only mid or high efficiency gas furnaces are available. Generally homes built between 1980 and 1990 will have mid-efficiency furnaces, while homes built after 1990 may have mid or high-efficiency furnaces.

Replacing your furnace?

Make sure you choose the right size furnace for your house. Most furnaces can provide far more heat than a house requires, even on the coldest winter day. As a result, the odds are that you won't need to buy a new furnace with the same output as your current one. A furnace of the correct size will also operate more efficiently, last longer, save you money on heating throughout the season and provide comfort in all areas of your

வீடும் விடியலும் - 34

வேலா சுப்ரமணியம்
- Certified Home Inspector -
vela@thaiveedu.com

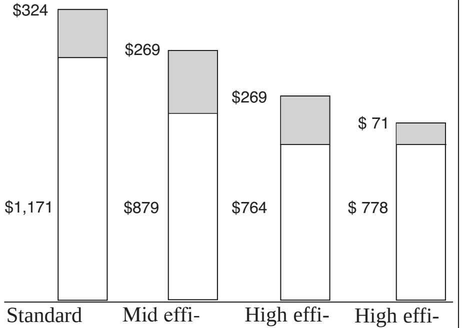
home. To find out how many BTU's your furnace should be, have a qualified heating contractor do a home heat loss calculation. Before replacing your furnace, have a your heating system, save you energy dollars, and ensure your home's comfort and safety.

How do I know it's a high-efficiency furnace?

Always look for the EnerGuide label. This rating system helps consumers compare the energy efficiency of products. An Ener Guide label with the furnace's AFUE rating is shown on the back page of manufacturers' brochures. Included on the EnerGuide label is a rating scale showing the range of efficiencies for gas furnaces on the market. While Canada's EnerGuide label helps you to compare how much energy a product uses, the ENERGY STAR symbol helps you to identify which ones are the most energy-efficient. When shopping look for the EnerGuide Label along with the ENERGY STAR symbol.

DON'T FORGET!

Lower your energy cost with energy star qualified equipment

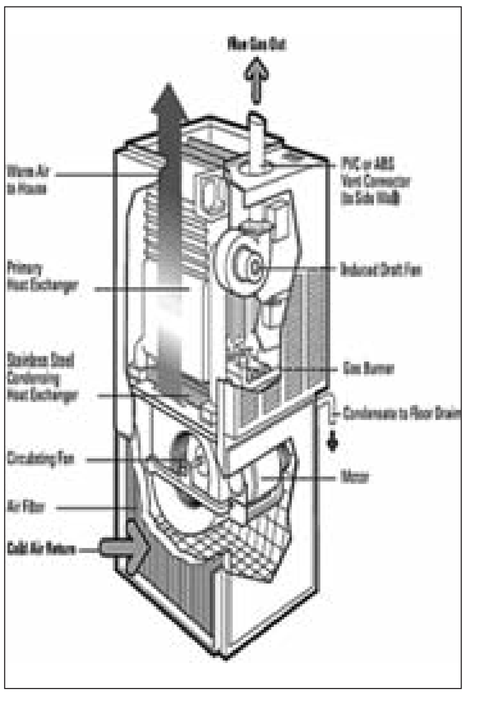


Standard furnace (60%) Belt Drive Motors	Mid efficiency Furnace (80%) Direct Drive Motors	High efficiency Furnace* (91-93%) Direct Drive Motors	High efficiency Furnace* (94-96%) High efficiency Motors

Electrical Based motors based on continues operation of furnace motor during the winter. Fuel rates as at October 1, 2008 - Natural Gas $0.3905 m3 electric $0.0938 kWh.

Can we save money?

Save up to $650 a year with an ENERGY STAR qualified furnace and a high efficiency DC variable speed motor. Not only will you realize natural gas savings but electrical savings, too. High efficiency motors operate efficiently and economically under varying load conditions while increasing the efficiency of your heating and air conditioning system, resulting in significant energy savings. Your home will have better air circulation, even temperature distribution – plus reduced electrical costs.



Don't high-efficiency furnaces require more maintenance?

All furnaces require regular maintenance. Most furnaces operate below peak efficiency because of poor maintenance. A well-tuned and efficiently operating heating system can significantly reduce your annual fuel bill. Keep in mind that regular and proper maintenance of your furnace is relatively inexpensive, will extend the life of

How can we save more money?

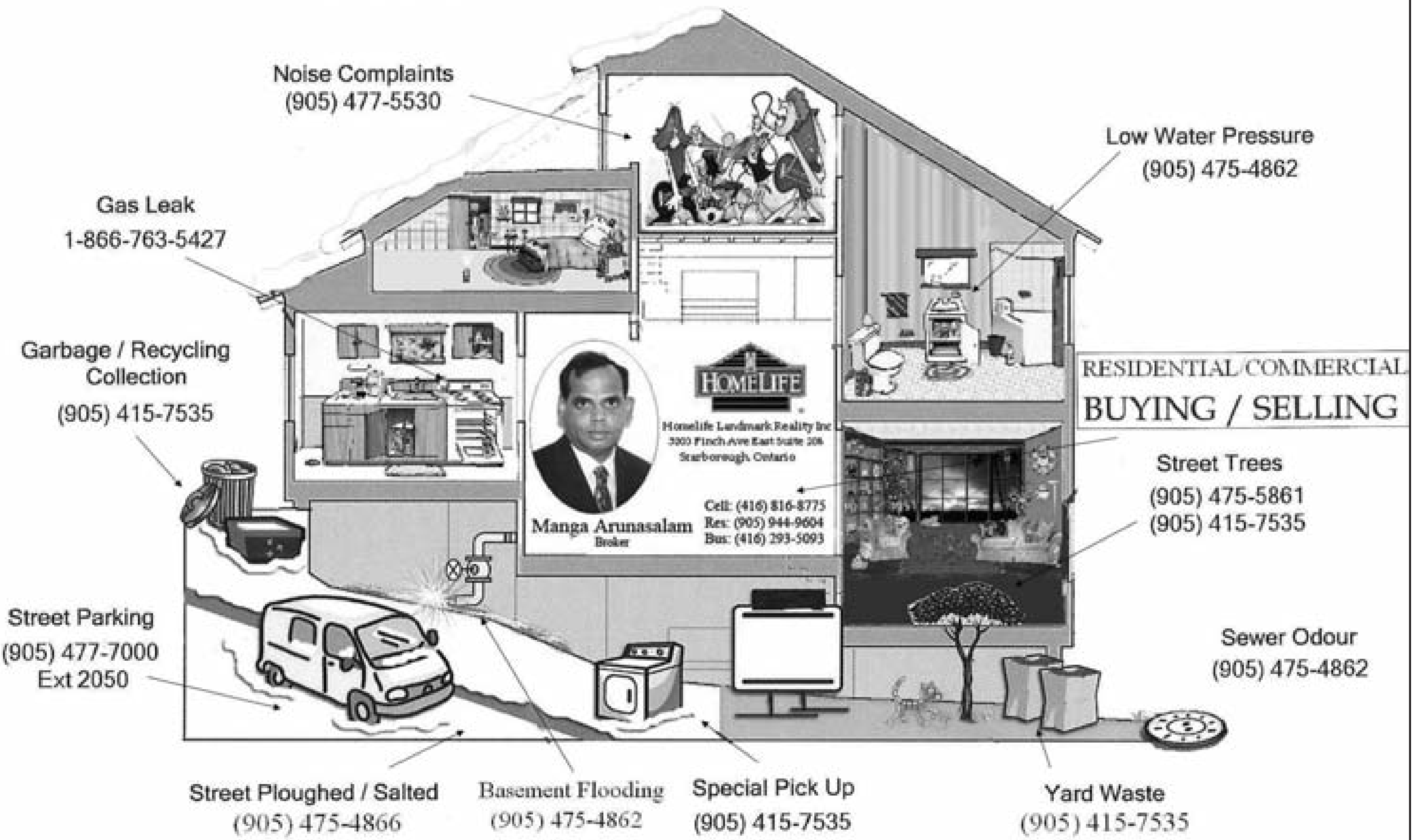
One of the easiest ways to save energy and money is to install a programmable thermostat. As a general rule, you will save 2% on your heating bill for every 1°C you turn down the thermostat over night. With a programmable thermostat to consistently lower your heat when you don't need it, you could save up to $92 a year! You determine the settings you'd like for your home and the programmable thermostat takes care of rais-

19ம் பக்கம் பார்க்க...

Home Inspection
Vela Subramaniam
Certified Home Inspector
Optimal Home Inspection Services
Tel:416-786-0760
416-299-0700
E-Mail:vela.ohis@gmail.com
Web:www.ohis.ca

WHO DO YOU CALL? Town Of Markham

Customer Service Centre: (905) 477-5530



*Each office is independently owned and operated

Not intended to solicit properties currently listed for sale or those under agency contract

நிம்மதியான வாழ்வுக்கு நிரந்தரத்தீர்வு காப்புறுதி ஒன்றே...

ஆமாம் உங்கள் நம்பிக்கைக்கு பாத்திரமான ஒரு காப்புறுதி நிறுவனத்தில் உங்கள் குடும்பத்திற்குரிய அனைத்துக் காப்புறுதி ஒப்பந்தங்களையும் ஒழுங்காக அமைத்துத் தருவதே எனது சேவை....

சியாமளா ரட்ணசபாபதி

RBC

Manulife Financial

Canada Life

COMMUNITY FINANCIAL SERVICE GROUP INC.

2100 Ellesmere Road, Unit 105, Scarborough, Ontario M1H 3B7

LIFE INSURANCE

Shiamala Ratnasabapathy

Life Insurance Broker

Dir : 416.414.2374

சமையலறையில்...

14ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

நுண்கதிர் அடுப்புகளிலிடும் போது மிகவும் கவனமாக அவதானிக்கப்பட வேண்டியவை

- பஞ்சு உலோகத்தாலானதாகவோ அல்லது உலோகத்தினைக் கொண்டோ இருத்தல் கூடாது
- மிகவும் உலர்ந்ததாக இருத்தல் ஆகாது அதாவது ஈரமாக இருத்தல் வேண்டும்

இந்த நுண்ணுயிரிகளைத் தவிர்ப்பதற்கு சில வழிகள்

- இரவு படுக்கைக்கு போகுமுன் பாத்திரம் கழுவும் தொட்டியில் பாத்திரங்களோ அல்லது உணவுப் பருக்கைகளோ இல்லாதவாறு துப்புரவாக கழுவி விட்டுப்படுக்க வேண்டும். அதுமட்டுமல்ல ஈரப்பற்றில்லாத் துணியினால் இதனைத் துடைத்து இத் தொட்டியிலும் ஈரப்பற்றில்லாதவாறு விட வேண்டும்.
- சமையலறைத் தரையினை ஒவ்வொரு இரவும் கூட்டிச் சுத்தம் செய்துவிட்டு படுக்க வேண்டும். முடிந்தால் கிருமிநீக்கம் செய்யும் கலவைகள் கொண்டு துடைத்து சுத்தம் செய்வது நல்லது. ஈரம் காயுமுன் தரையின் மீது உலாவுதல் கூடாது. தரையில் போடும் விரிப்புகள் துணி துவைக்கும் இயந்திரதினுள் போட்டு துவைக்கக் கூடியதாக வாங்கவேண்டும். கிருமி நாசினிகள் வாங்கி பாவிப்திலும் பார்க்க விநாகிரி என அழைக்கப்படும் அசற்றிக்கமிலத்தை (CH_3COOH) துணியில் எடுத்து சமையலறையின் மேசை அடுப்பு போன்றவற்றை துப்பரவு செய்யலாம். இது மிகவும் சிறந்த ஒரு கிருமி கொல்லி ஆகும்.
- உடையாத பிளவுகள் அற்ற வெட்டும் பலகை உபயோகிக்க வேண்டும். வெட்டும் பலகையிலுள்ள வெடிப்புகள் பற்றிரியாக்கள் வாழ்வதற்கு மிகவும் உகந்தவை.
- மரக்கறி வெட்டியபின்னர் அந்தப் பலகையில் மாமிசங்களையோ வெட்டலாம். ஆனால் மாமிசம் வெட்டிய பலகையில் நன்றாக கொதிநீர் ஊற்றி சுத்தம் செய்யாது மரக்கறி வெட்டக் கூடாது. (avoid cross contamination). மரக்கறிக்கு ஒன்று மாமிசத்திற்கு ஒன்றென இரண்டு வெட்டும் பலகைகளை வைத்திருக்கலாம். மிக மிக முக்கியமான ஒரு பிரச்சனைக்குரிய எதிரி கோழி இறைச்சி. இது ஒரு பயங்கர நுண்ணுயிர் காவி நோய்க்காரணி. இதனை வெட்டினால் மற்றைய மாமிச வகையினை விட கூடுதலான கவனம் எடுக்க வேண்டும். சுடு நீரினால் வெட்டும் பலகை கத்தி ஆகியவற்றை கொதிநீரினால் நன்கு கழுவ வேண்டும்.
- சோடியம் இரு காபனேற்று ($NaHCO_3$) எனப்படும் அப்பச் சோடாவினை பல துலக்கும் பிரசில் தொட்டு சமையலறையிலுள்ள கழுவும் தொட்டியினது கழிவு வெளியேறும் பகுதியினை நன்கு கழுவினால் பற்றிரியாக்கள் அழிக்கப்படும்.
- Knife Block என்னும் கத்தியினை வைக்கும் தாங்கி. பொதுவாக நாங்கள் மரக்கறியோ அல்லது மாமிசமோ வெட்டிவிட்டு கத்தியை நன்றாக சவர்க்காரம் போட்டு கழுவிவிட்டு ஈரத்துடனேயே இனுள் வைத்து விடுவோம். கத்தியில் இருக்கும் ஈரத்தன்மை மரத்துள் சேர்ந்து பங்கசுக்கள் (Fungi) வளர வாய்ப்பினைத் தருகிறது எனவே கத்தி உலர்ந்த பின்னரே கத்தி தாங்கியில் வைக்க வேண்டும்.
- சமையலறையின் Counter Tops எனப்படும் தளங்களை பாத்திரம் கழுவும் பஞ்சினால் துப்புரவு செய்வதை நிறுத்த வேண்டும். மாறாக உலர்ந்த சிறிதும் ஈரமற்ற துணியினால் துடைக்க வேண்டும். கிருமிநீக்கியான குளோரெக்ஸ் லைசோல் (Lysol, Clorox anti-bacterial wipes) துணிகள் நல்லது எனினும் அவை ஈரத்தன்மையானதாக இருப்பதால் நாம் துடைத்த பின்னரும் அவை ஈரத்தன்மையினதாகவே இருக்கும். அதாவது பற்றிரியாக்களை ஈரலிப்பான பொருட்களால் சுத்தம் செய்வது நன்மையளிக்காது ஏனெனில் பற்றிரியாக்கள் ஈரத்தன்மையான இடங்களில் மிக விரைவாகப் பெருகி விடும்.

> “சமையலறையினைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பதற்கும், சுகாதாரமாக வைத்திருப்பதற்கும் நிறைய வித்தியாசம் இருக்கிறது என்பதை நாங்கள் கண்டுகொள்வது இங்கு அவசியமாகிறது. பொதுவாக எங்கள் சமையலறைகள் சுத்தமாக பார்க்கப் பளிச்சென்று இருக்கலாம். ஆனால் சுகாதாரமாக இருக்கிறதா என்பதனை சிறிது சோதித்துதான் பார்க்க வேண்டும்.”

பலவிதமான கிருமி நீக்கிகள் இப்போது வியாபார நிலையங்களில் உண்டு. தொலைக்காட்சி வானொலி ஆகியவற்றில் இவற்றிற்கு மிகவும் சிறந்த விளம்பரங்கள் கூட உண்டு. இவ்விளம்பரங்களைப் பார்த்தால் அவற்றை வாங்கி எங்கள் சமையலறை கிருமிகளை உடனேயே முற்றாக அழித்து விடலாம் என நாம் நினைத்து விடக்கூடாது. அதைவிட சில சாதாரண நாளாந்த பாவனையில் இருக்கும் சமையல் பொருட்களே நல்ல கிருமிநீக்கிகளாகவும் துர்நாற்றம் போக்கிகளாயும் தொழிற்படும்.

சாதரணமாக வீட்டில் இருக்கும் பொருட்களை எவ்வாறு கிருமி நீக்கியாக பாவிக்கலாம்

- விநாகிரி கிருமி நீக்கியாக தொழிற்படும். சிறிதளவு விநாகிரியினை நீருடன் கலந்து பாவிக்கலாம்.
- அப்பச் சோடா துர்மணம் நீக்கியாக தொழிற்படும்.
- சிறிது சவர்க்காரக் கலவையுடன் விநாகிரி சிறிது எலுமிச்சம் பழச்சாறு கொதிநீர் இவற்றைக் கலந்து நாங்களே எங்கள் கிருமி நீக்கிகளை உருவாக்கலாம். இவை கடையில் வாங்கும் லைசோல் குளோரெக்ஸ் என்பவற்றிற்கு நிகரானவை என ஆராய்ச்சியாளர்களே கூறுகின்றனர்.
- மிக முக்கியமாக சாப்பாட்டினால் வரும் கழிவுகள், எலும்புகள், முள்ளுகள் போன்றவற்றை அன்றே சமையலறையிலிருந்து அகற்ற வேண்டும். கோடையிலும் சரி பனிக்காலத்திலும் சரி தொடர் மாடிக் கட்டடங்களில் இருப்பவர்களுக்கு இது மிகவும் சுலபம். படுக்கைக்கு போகுமுன் இவற்றினை எடுத்துக் கொண்டுபோய் அதற்குரிய இடத்தில் போட்டு விடலாம். வீட்டில் வசிப்பவர்கள் சிறிது சிரமப் பட்டாலும் அதனைச் சரியாக செய்வதற்கு பல வழி முறைகள் உண்டு. மரக்கறி வெட்டும்போதே மரக்கறித் தோல்களை பிறிம்பான ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு சமையல் முடியும் போதே அவறை வெளியில் போடலாம். உங்களுக்கென்று ஒரு Compostஇனை வைத்துக்கொண்டால் மரக்கறித் தோல்களை அதனுள் போடலாம். பனிக்காலத்தில் நேரடியாக தோட்டத்திலேயே போட்டுவிடலாம். பின்னர் கோடை வரும்போது நிலத்துள் புதைத்து விட்டால் நல்ல பசளையாக இருக்கும். இவ்வாறு மரக்கறித் தோல் பாகுபடுத்தப் பட்டால் சாப்பாட்டினால் வரும் கழிவு மிகக் குறைந்த அளவில் தான் வரும். இதனை ஒரு அளவான இறுக்கமான மூடி உள்ள பிளாஸ்டிக் பெட்டியினுள் போட்டு வைத்தால் இரவு படுக்குமுன் இதனை வெளியிலுள்ள அரசாங்கத்தினால் வழங்-கப்பட்ட பச்சை நிறப் பெட்டியுள் மாற்றி விட்டு இப் பிளாஸ்டிக் பெட்டியினை கழுவி-விட்டு ஒரு நிமிடம் நுண்கதிரியக்க அடுப் பில் சூடாக்கிவிட்டு வைத்தால் போதும்.

முடிந்தவரை சமையலறையினை உலர்ந்ததாக வைத்திருத்தல நல்ல பலனை அளிக்கும்.

சமையலறையினைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பதும் சுகாதாரமாக வைத்திருப்பதற்கும் நிறைய வித்தியாசம் இருக்கிறது என்பதை நாங்கள் கண்டுகொள்வது இங்கு அவசியமாகிறது. பொதுவாக எங்கள் சமையலறைகள் சுத்தமாக பார்க்கப் பளிச்சென்று இருக்கலாம். ஆனால் சுகாதாரமாக இருக்கிறதா என்பதனை சிறிது சோதித்துதான் பார்க்க வேண்டும்.

எனது சமையலறையினை நான் எவ்வளவு கவனமாக துப்பரவாக வைத்திருக்கிறேன் நீங்கள் இப்படி ஒரு இடியைத் தூக்கிப் போடுகின்றீர்களே...
ஏக்கம் வேண்டாம். சிறிது முயற்சி எடுங்கள்.

■ ■ ■

வெப்பம் ஊட்டுதல்...

17ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

ing or lowering the temperature. Programmable thermostats have mechanical or electronic timers that allow you to preset household temperatures for specific periods of the day and night. Experiment with the unit until you find the most comfortable and economical routine for you and your family.

Grants and Rebate

$1000 rebate -*Replacement your heating Equipment with an Energy Star qualified gas furnace that has a 92.0% AFUE or Better, and a DC variable-speed motor*

$25 rebate - *when a program registered contractor installs a programmable thermostat.*

$125 rebate - *when you replace an existing furnace with the purchase of a mid-efficiency furnace with an Electronically Commutated Motor (ECM).*

$125 rebate - *when you replace an existing furnace with the purchase of a high-efficiency furnace with an ECM.*

$525 rebate - *when you replace an existing furnace and CAC with the purchase of a combined mid-efficiency furnace (with ECM) and a replacement ENERGY STAR® CEE “Tier 2” level central air conditioning system or heat pump.*

$525 rebate - *when you replace an existing furnace and CAC with the purchase of a combined high-efficiency furnace (with ECM) and (replacement) CEE “Tier 2” level central air conditioning system or heat pump.*

■ ■ ■

கனடாவில் நடைபெறும் நிகழ்வுகளைப் பார்ப்பதற்கும்,
உங்கள் நிகழ்வுகளைப் பதிவதற்கும்.

www.inayam.net

416 400 6406

உடனே திரும்பவேண்டும்

அ.முத்துலிங்கம்
muththu@thaiveedu.com

முதலில் கடித்தது தும்பு இலையான். தும்பு இலையான் உண்மையில் கடிக்காது, முட்டைதான் இடும். என்னுடைய மகள் கைக் குழந்தை. அவள் தோள்மூட்டில் முட்டையிட்டிருந்தது. கண்ணுக்குத் தெரியாத அந்த முட்டைப்புழு சருமத்துக்குள் புகுந்து வளர ஆரம்பித்தது. சருமம் வீங்கி குழந்தை நிறுத்தாமல் அழுதது. நாங்கள் ஆப்பிரிக்காவுக்கு வந்து சில மாதங்களே ஆகியிருந்தன. எங்களுக்கு என்ன செய்வதென்று தெரியவில்லை.

அடுத்து அவளுக்கு நுளம்பு கடித்து மலேரியாக் காய்ச்சல் பிடித்தது. மருத்துவமனைக்கு ஓடினோம். குழந்தை மெலிந்து உருக்குலைந்து கொண்டு வந்தது. அந்த நேரம் பார்த்து என்னை நைரோபி அலுவலகத்துக்கு அவசரமாக வரும்படி பணித்தார்கள். சியாரா லியோன் ஆப்பிரிக்காவின் மேற்கு கரையோரம் என்றால் நைரோபி கிழக்கு கரை. நீண்ட தூரம். நேரடியான விமான பறப்பு இல்லை. போவதற்கும் வருவதற்கும் மூன்று நாள் எடுக்கும். மனைவியை எப்படியும் சமாளிக்கச் சொல்லிவிட்டு புறப்பட்டேன். நான் திரும்பி வர எட்டு நாட்கள் ஆகும் என்பது எனக்கு தெரியாது. வாழ்நாள் முழுவதும் மறக்கமுடியாத ஒரு பயணமாக அது அமையும் என்பதும் நான் நினைத்தும் பார்க்காத ஒன்று.

நான் போன விசயம் இரண்டு நாளில் முடிந்து மூன்றாவது நாள் புறப்பட்டேன். எத்தியோப்பிய விமானம் அழகான பணிப்பெண்களுக்கு பேர் போனது. அமைதியான உபசாரம். நீண்ட பயணம், ஆனால் ஏதோ பிரச்சினை காரணமாக எங்களை அபிட்ஜானில் இறக்கிவிட்டு அடுத்தநாள் போகலாம் என்றார்கள். அடுத்த நாள் விமானம் புறப்பட்டு நேராகப் போய் நைஜீரியாவின் லேகொஸ் தலைநகரத்தில் இறங்கியது. 'விமானம் பழுது, நாளைதான் புறப்படும்' என்றார்கள். அப்படித்தான் பிரச்சினை ஆரம்பமானது.

ஒருவராவது எதிர்ப்பு தெரிவிக்காமல் தங்கள் தங்கள் பெட்டிகளையும், பைகளையும் தூக்கிக்கொண்டுபோய் வரிசையில் நின்றார்கள். எனக்கு நைஜீரியா விசா இல்லையாகையால் அதிகாரி என்னை மறித்துவிட்டார். கேள்விமேல் கேள்விகேட்டு துளைத்தார். 'நானாக விரும்பி வரவில்லை. பிளேன் பழுதாகி நின்றுவிட்டது, நாளை புறப்படும். ஓர் இரவு மட்டுமே அனுமதி வேண்டும்' என்றேன். அந்த அதிகாரி நம்ப மறுத்தார். ஏதோ நானே சதிசெய்து பிளேனை பழுது படுத்தியதுபோல என்னைப் பார்த்தார். என்னுடைய பாஸ்போர்ட்டை பறிமுதல் செய்து வைத்துக்கொண்டு ஒரு பழைய தபால் உறை பின்பக்கத்தில் ஏதோ மொழியில் கிறுக்கி என்னிடம் தந்தார். அதுதான் பற்றுச்சீட்டு. நாளைக்கு திரும்பும்போது கடவுச்சீட்டை பெற்றுக்கொள்ளலாம் என்றார்.

ஒரு பக்கம் ஆறுதலாக இருந்தாலும் கவலை பிடித்தது. வெளியே நூற்றுக்கணக்கான வாடகைக் கார்கள் நின்றன. ஒரு சாமான் தூக்கி நிலத்திலே கிடந்த என் பெட்டியை தூக்கி வாகனத்தில் வைத்தான். அதற்கு கூலியாக 100 டொலர் கேட்டான். காசை குடு குடு என்று சாரதி விரட்டினான். நான் மறுத்தேன். அங்கே நின்ற அத்தனை சாமான் தூக்கிகளும் முற்றுகை இட்டனர். தரையிலே சும்மா கிடந்த பெட்டியை தூக்கி காரிலே வைப்பதற்கு கூலி நூறு டொலரா? பிரச்சினை பெரிதானது. வேறு ஒன்றும் செய்யத் தெரியாமல் காசை கொடுத்துவிட்டு வண்டியில் ஏறி விமான நிலையத்துக்கு கிட்டவாக உள்ள ஒரு விடுதிக்கு போகச் சொன்னேன். உடனே சாமான் தூக்கியும் முன் இருக்கையில் ஏறி அமர்ந்து கொண்டான். ஏன் என்று கேட்டேன். 'என் சாமானை விடுதியில் இறக்குவதற்கு' என்று சொன்னான் சாரதி. நைஜீரியாவில் இப்படி வழக்கம் இருக்கும்போல என்று நினைத்துக்கொண்டேன். சாலை நீண்டுகொண்டே போனது. ஆள் அரவம் அற்ற ஒரு வீதியில் கார் போனபோது எனக்கு பயம் பிடிக்க தொடங்கியது.

உலக வங்கியில் பெரிய பதவியில் இருக்கும் ஒருவரை லேகொஸ் நகரில் சமீபத்தில் கார்ச் சாரதி கொள்ளையடித்து அவருடைய விலை உயர்ந்த ஆடைகளையும் சப்பாத்துகளையும்கூட கழற்றிக்கொண்டு நடுவீதியில் விட்டிருந்தான் என்ற செய்தியை தினப் பத்திரிகையில் சமீபத்தில்தான் நான் படித்திருந்தேன். ஆகவே கிலி பிடித்து நடுங்கிக் கொண்டிருந்தேன். அவ்வளவாக மனித நடமாட்டமில்லாத ஒரு விடுதியில் சாரதி காரை நிறுத்தினான். நான் நேராக மனேஜரிடம் சென்று 'என்னிடம் பணம் இல்லை, காசோலைதான் இருக்கிறது. எனக்கு தங்க இடம் வேண்டும், வாடகை சாரதிக்கும் பணம் கொடுக்கவேண்டும்' என்றேன். அவரும் சம்மதித்து எனக்கு தங்குவதற்கு ஓர் அறையை ஒதுக்கி வாடகைக் காருக்கும் பணம் கொடுத்தார். ஒருவாறாக சாரதியிடமும், சாமான் தூக்கியிடமும் இருந்து தப்பி பெட்டியுடன் அறைக்குள் நுழைந்தபோது தான் எனக்கு அப்பாடா என்று ஆறுதல் ஏற்பட்டது.

அறையிலே டிவி, குளிர்பெட்டி, காற்றாடி என்று எல்லா வசதிகளும் இருந்தாலும் அறை மிக மோசமான நிலையில் இருந்தது. நிலக்கடலைக் கோதுகள் காலில் தட்டுப்பட்டன. எனக்கு முன்பு தங்கியிருந்தவருடைய தலை அடையாளம் தலையணையில் இன்னும் இருந்தது. தரையில் ஊர்ந்த கரப்பான் பூச்சிகள் அணுகியதும் ஒரு குருவிபோல பறந்துபோயின. வீட்டு நிலைமை பற்றிய பதற்றம் எனக்கு கூடியது. எழுபதுகளில் நெடுந்தொலைவு தொலைபேசி அழைப்புக்கு பல மணி நேரம் காத்திருக்க வேண்டும். ஒருவழியாக தொடர்பு கிடைத்து மனைவியுடன் பேசியபோது அவர் திரும்ப திரும்ப 'சுறுக்க வாங்கோ, சுறுக்க வாங்கோ' என்று சொன்னாரே ஒழிய வேறு ஒன்றும் சொன்னாரில்லை.

பெரும் அவதியாக இருந்தது. ஒருவர்கூட அறிமுகம் இல்லாத பெரிய நாடு. ஒரு மனித சீவன்கூட அன்பாகப் பேசவில்லை. வரவேற்பறையில் உட்கார்ந்திருந்த பெண்மணி பெரிய ஒப்பனை எல்லாம் செய்திருந்தாளே ஒழிய அவள் உதடுகள் சிரிப்பதை மறந்து பல வருடங்கள் ஆகியிருக்கலாம். யன்னல் வழியாகப் பார்த்தேன். தரைப் புற்கள் நிறைய மின்மினிப் பூச்சிகள். அவ்வளவு மின்மினிகளை ஒரே இடத்தில் நான் பார்த்ததில்லை. சில இருப்பதும் சில பறப்பதுமாக ஒரு மின் விளையாட்டு அங்கே நடைபெற்றது. அந்தக் காட்சியில் சற்று மகிழ்வதுகூட கடவுளுக்கு பிடிக்கவில்லை. திடீரென்று மின்சாரம் துண்டிக்கப்பட்டு அறை இருட்டானது. சிறிது நேரம் அப்படியே அசையாமல் நின்றேன். உதவிக்கு வருவாரில்லை. நான் தடவித் தடவி கட்டிலை அடைந்து படுத்தபோது காலை வீடு போய்ச் சேர்ந்துவிடலாம் என்று என்னை தேற்றிக் கொண்டேன்.

இரவு இரண்டு மணிக்கு திரும்பவும் மின்சாரம் வந்தபோது படபடவென்று விசிறி சுழன்றது. விளக்குகள் எரிந்தன. தொலைக்காட்சி சத்தமாக பேசியது. குளிர்பெட்டி உயிர்பெற்றது. நான் திடுக்கிட்டு விழித்தேன். மீதி இரவு நான் தூங்கவே இல்லை. எப்போது விடியும் என்று காத்திருந்து விடிந்ததும் குளித்து தயாரானேன். தலைமுடிகள் நட்டுக் கொண்டு நின்றன. சீப்பினால் சீவியபோதும் படியாமல் சரசரவென்று ஒலி உண்டானது. நான் முதல் நாள் தரித்த அதே உடையை அணிந்துகொண்டு, காலை உணவுகூட சாப்பிட நேரம் இல்லாமல் விடுதி மனேஜரிடம் சொல்லி ஒரு கார் பிடித்து விமான நிலையத்துக்கு போய்ச்சேர்ந்தேன்.

தபால் உறையின் பின்பக்கத்தில் கிறுக்கிய துண்டை கையிலே பிடித்துக் கொண்டு குடிவரவு அதிகாரியை தேடினேன். சீருடையில் எல்லோரும் ஒரே மாதிரியான உடலமைப்புடன் தெரிந்தார்கள். ஒருவருக்கும் அந்த துண்டு என்ன சொன்னது என்பது தெரியவில்லை. அது யார் எழுதியது என்பதும் மர்மமாகவிருந்தது. அந்த மனிதர் பேசிய போது அவருடைய தொண்டை நரம்புகள் புடைத்து நின்றன. இந்த ஓர் அடையாளத்தை வைத்துக்கொண்டு அந்த அதிகாரியை எப்படி தேடிக்கண்டுபிடிப்பது.

இரண்டு மணிநேரம் கழித்து அந்த மனிதரே என்னை தேடி வந்து 'நூறு டொலர் எடு' என்றார். நைஜீரியாவில் எல்லோரும் காசை நூறு நூறாகத்தான் எண்ணுவார்கள் போலும். அதனிலும் குறைவான ஒரு தொகை அவர்களுக்கு தெரியவில்லை. அவர் தந்த துண்டையும் நூறு டொலரையும் கொடுத்தேன். சாவியைப் போட்டு லாச்சியை திறந்து ஒரு குவியல் கடவுச்சீட்டுகளை அள்ளி மேசை மேல் போட்டார். இன்னும் துளாவி மீதியையும் மேசையில் குவித்தார். சில நழுவி மேசைக்காலில் விழுந்தன. நான் பதறியபடி ஒவ்வொன்றாக ஆராய்ந்தேன். என் கைகள் நடுங்கியபடியால் என்னால் சீராகத் தேட முடியவில்லை. எத்தனை நாடுகள், எத்தனை அளவுகள், எத்தனை வண்ணங்கள். 'வணுவாட்டு' என்றுகூட ஒரு நாடு இருந்தது. ஒருவாறாக என்னுடைய கடவுச்சீட்டை கண்டடைந்தபோது மகிழ்ச்சியால் உடல் விம்மியது. அவர் மீதியை கைகளால் வழித்து அப்படியே லாச்சியினுள் தள்ளினார். பெரிய காரியத்தை செய்துமுடித்தவர் போல கைகளை அகல விரித்து நடந்துபோனார். நான் கணக்குப் பார்த்தேன். அன்றைய நாள் முடிவதற்கிடையில் அவருக்கு நாலாயிரம், ஐயாயிரம் டொலர்கள் வியாபாரம் ஆகிவிடும்.

டிக்கட் கவுண்டரை தேடிப்போனேன். அங்கே பெண் ஒருத்தி உட்கார்ந்திருந்தாள். அந்த விமான நிலையத்தில் முக்கியமான வேலைகளுக்கு பெண்களையே நியமித்திருந்தார்கள். இந்தப் பெண் சிக்கலான ஆனால் நாகரிகமான முடியலங்காரம் செய்திருந்தாள். அந்த அலங்காரங்களை முடிப்பதற்கு அவளுக்கு அரைநாள் கூட ஆகியிருக்கலாம். நைஜீரிய விமான நிறங்களான கடும்பச்சை, வெள்ளை கலந்த சீருடை. செதுக்கப்பட்ட புருவம். ஒப்பனை செய்த முகம். அழகான உதடுகள். ஆனால் அந்த உதடுகளை அவள் வீணாக்கவில்லை. ஒரு வார்த்தை பேசாமல் காரியத்தை கவனித்தாள்.

அவளுடைய வேலை பயணிகளுக்கு விமான இருக்கை எண் அட்டைகளை கொடுப்பது. பக்கத்து மேசை லாச்சி திறந்து கிடந்தது. பயணிகள் ஒவ்வொருவராக வந்து அவளிடம் இருபது டொலர் கொடுத்தார்கள். அவள் காசை வாங்கி லாச்சியில் போட்டுவிட்டு ஓர் அட்டையை எடுத்து அதில் இருக்கை எண்ணை எழுதி நீட்டினாள். பிறகு அடுத்த வரிடம் 20 டொலர் பெற்றுக்கொண்டு அவரைக் கவனித்தாள். ஒரு பயணியிடம்கூட அவள் பேசவில்லை. எனக்கு முன்னால் நின்றவர் இரண்டுகைகளிலும் சாமான்கள் வைத்திருந்தபடியால் அவர் கைகளை விரிக்க அவருடைய அக்குளில் இருக்கை அட்டையை செருகினாள். என் முறை வந்த போது ஒரு பேச்சுப்பேசாமல் காசை நீட்டினேன். என் இருக்கை எண் D6 என்று குறித்துத் தந்தாள். எனக்கு நிம்மதியாக இருந்தது. தங்குமிடத்திற்கு சென்று அறிவிப்பு வருவதற்காகக் காத்திருந்தேன்.

ஒரு விசயம் எனக்கு ஆச்சரியமளித்தது. பயணிகளில் ஆண்கள் குறைவு, பெண்களே அதிகமாகவிருந்தனர். அவர்கள் எல்லாம் ஆறடி உயரமாக வாட்டசாட்டமாக பெரிய பெரிய பொதிகளுடன் தரையில் உட்கார்ந்-

22ம் பக்கம் பார்க்க...

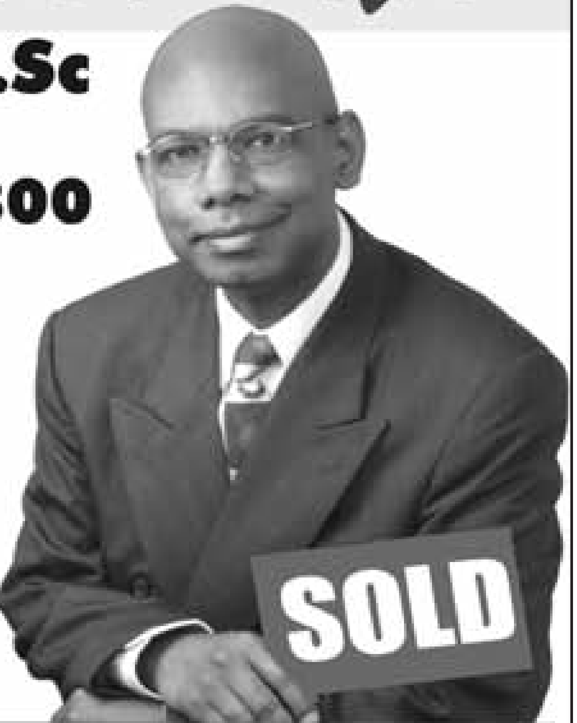
வாழ்கை கவர்க்கமானது இனிய இல்லமொன்றில்...

Elagupplai (Mike) Srinathan B.Sc

Sales Representative

Dir: 416-276-1225 Off: 905-470-9800

Email: esrinathan@trebnet.com



Mccowan/Eglington

$149,900
Condo Apt, Bed Rooms 2+1, Wash room 2 Condo In Well Maintained Complex.Close To All Amenities Includinng Transit & Shopping.

Westney/Rossland

$279,000
Detached 2 story, Bed rooms 3, Washrooms 2 Detached Home With A Finished Basement Ceramic Tile Flooring

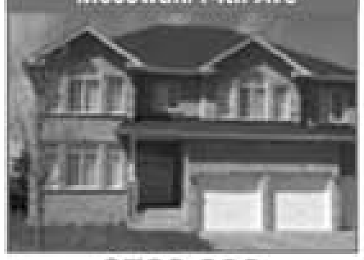
9 th / 16th

$309,000
Never lived in Brand New Free-hold 3Br 3 Bath ,Cornell Community,Excellent Mattamy Open Concept Design, Huge Master With Ensuite & W/I Closet.

Bellamy/Lawrence

$279,900
Detached Bungalow Bed rooms 4+1, Washrooms 2, Separate Side Entrance To A Large Basement Close To Shopping Mall & Schools.

Mccowan/14th Ave

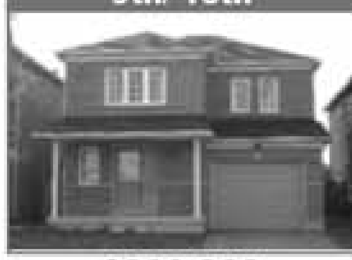


$738,000
Detached 2 Story, Bedrooms 4+1, Washrooms 5 , Over 4800' Fantastic Luxurious Home, Over Improved Upgrades Everywhere.

South Bovaird At Creditview

$319,999
Detached 2 Story, Bedrooms 3 Wasroom 3, Exterior Feature Includes Dbl Door Entry, Paved Dbl Drive & Full Size Dbl Garage.

9th/ 16th

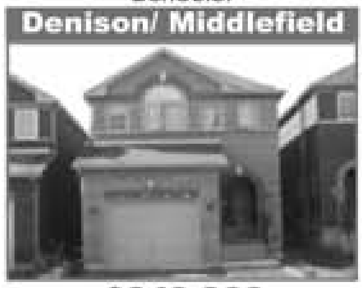


$339,900
Detached 2 Story, Bed rooms 3 Washrooms 3,Beautiful 5 Yrs New Detached Home Hardwood Floor,Direct Access From House To Garage

Markham/Denison

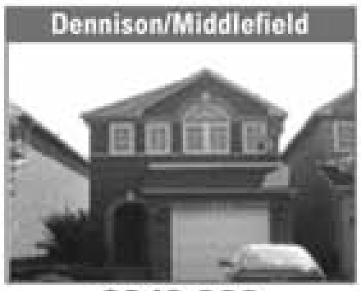
$339,900
Detached 2 Story, Bed rooms 3 Washrooms 4,Freshly Painted.No Walkway.Well Kept. Finished Basment.Close To School

Denison/ Middlefield



$349,900
Link 2 Story, Bed rooms 3+1 Washrooms3 Professionally Finished Bsmt With Full Bath & Kitchen Area

Dennison/Middlefield



$349,900
Link 2 Story, Bed rooms 3+1 Washrooms 3, Finished Basement Apartment With Seperate Entrance. Close To Major Amenties

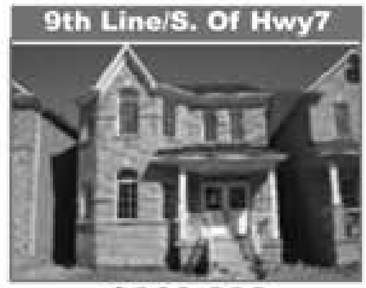
Finch & Morningside

$349,900
Detached 2 Story, Bedrooms 3 Washrooms 3, Immaculate Detached Brick Home With Many Upgrades, Hardwood Flooring

Middlefield/Steeles-

$369,000
Link 2 Storys, Bed rooms 4, Washrooms 3, 4 Bedroom Over 2000 Sq.Ft.Hardwood In Family Room.Brand New Laminate Floor In Living/Din-

9th Line/S. Of Hwy7

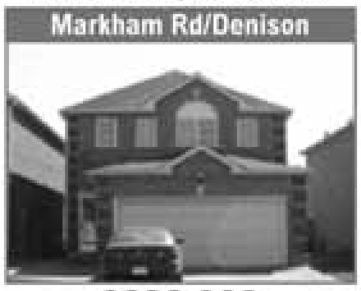


$369,000
Detached 2 Story, Bedrooms 3, Washrooms 3, Brand New House Never Lived In. Solid Wood Handrail & Stairs, Double Dr Entry

Passmore/Neilson

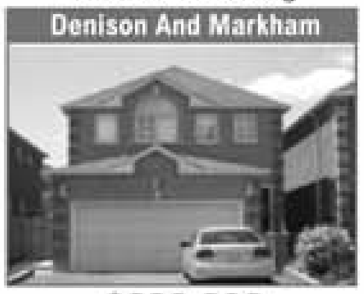
$379,900
Detached 2 Story, Bedrooms 3+2 Washrooms 3, Bsmt Partially Finished-Framing, Insulation & Drywall Done

Markham Rd/Denison



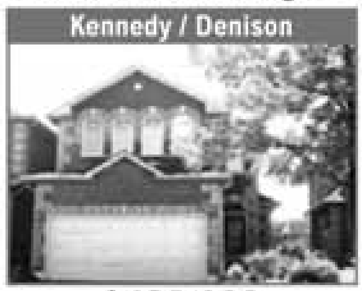
$393,000
Link 2 Story, Bedrooms 3+1 Washrooms 4, Finished Basement With Income Potential.Close To Canadian Tire,Mcdonald,Future Shop

Denison And Markham



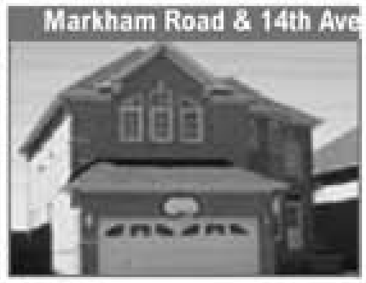
$399,800
Detached 2 Story, Bedrooms 3+1, Washrooms 3, All Upgrades Kitchen With Central Vacuum, Easy To Make Separate Entrnace To Basement

Kennedy / Denison



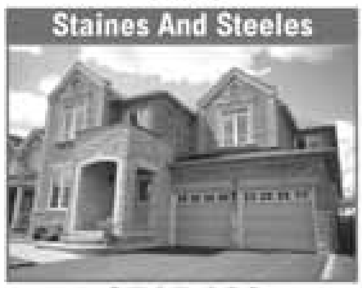
$428,000
Detached 2 Story, Bedrooms 4 Washrooms 4, Double Garage With Shelves & Access To House, Close To All Amenities And More

Markham Road & 14th Ave



$439,900
Detached 2 Story, Bedrooms 4 Washrooms 3,Large Family Rooms With Wall To Wall Windows, Direct Access From Garage To Main Laundry.

Staines And Steeles

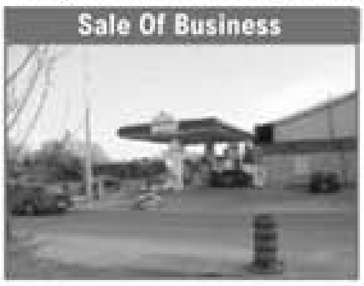


$515,000
Detached 2 Story, Bed rooms4 Wasrooms3 For Over 3000 Square Shows Like A Model Home With The Finest Finishings

14th / East Of 9th Line

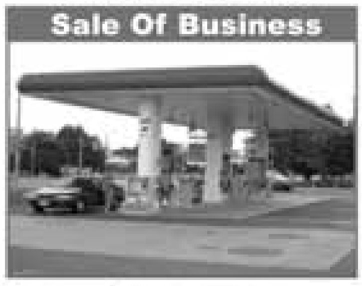
$619,900
Detached Detached 2 Story Bed rooms 4, Washrooms 4, Stunning 1 Yr. New Arista Home Over 3300 S.F. & Over $50K Upgrade,Walkout Base-

Sale Of Business



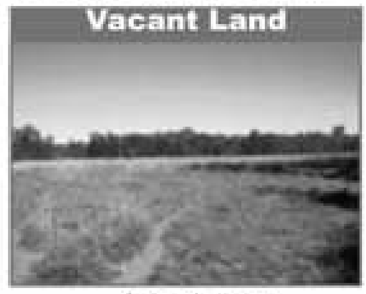
$1,400,000 for sale
Sale Of Business Without Property Gas Stations Self-Serve Petro Canada Gas Station With Convenience Store

Sale Of Business



$199,900
Sale Of Business Lease Term: 5/10 Without Property Gas Stations

Vacant Land



$184,900
168 Acres-Beautiful Property; Good Vacant Land With Old Barn; Approx 100 Acres Is Work Land With Open Fields, Close To Belleville

RE/MAX
Realtron Realty Inc. Brokerage
Independently Owned and Operated
7800 Woodbine Ave. Penthouse, Markham,ON. L3R 2N7

'I can also assist you with: Mortgage Financing Home Inspection, Real Estate Lawyer'

உடனே திரும்பவேண்...

20ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

திருந்தனர். சிலர் குழந்தைகளையும் முதுகில் கட்டியிருந்தார்கள். முதல் பார்வைக்கு நூற்றுக் கணக்கான கறையான் புற்றுகள் தரையிலே முளைத்துவிட்டது போலவே தோன்றியது. ஒரு விமானம் வந்து நின்றது. எல்லோரும் மூட்டை முடிச்சுகளுடன் அதை நோக்கி ஓடினர். நான் அறிவிப்புக்காக காத்திருந்தேன். சிறிது நேரத்தில் அந்த பிளேன் புறப்பட்டு போனது. எனக்கு பக்கத்தில் உட்கார்ந்திருந்தவர் அடிக்கடி மேல் சட்டையை உயர்த்தி உள்ளே கையை விட்டு கோலாபாக்கு எடுத்துச் சப்பிக்கொண்டிருந்தார். அவர் பேசும்போது வார்த்தைகளுடன் பாக்குத்தூளும் பறக்கும். ஆகவே தயங்கியபடி பேச்சுக் குடுக்காமல் என்னுடைய அட்டையை எடுத்துக் காட்டினேன். அவர் பறந்துகொண்டிருந்த விமானத்தை சுட்டிக்காட்டி ‘அதுதான் என்னுடைய விமானம்’ என்று சொன்னார்.

அடுத்து வந்த பிளேன் நிற்கத் தொடங்க முன்னர் எல்லோரும் ஓடினர். நானும் ஓடினேன். அந்த தொக்கையான பெண்கள் எல்லாம் இடித்து தள்ளி மூட்டை முடிச்சுகளுடன் வேகமாக ஓடினர். என்னால் அந்த வேகத்துக்கு ஈடுகொடுக்க முடியவில்லை. ஒரு மாதிரி ஒடுக்கமான பிளேன் வாசலுக்குள் நுழைந்துவிட்டேன். எல்லா இருக்கைகளிலும் ஆட்கள் உட்கார்ந்துவிட்டார்கள். இடம் கிடைக்காமல் இருபது பேர் நின்றார்கள். அதில் நானும் ஒருவன். என்னுடைய எண் D6. எனக்கு ஒதுக்கப்பட்ட இருக்கையில் உட்கார்ந்திருந்த பெண்மணியின் அட்டையில் D6. என்றே எழுதியிருந்தது. எனக்கு பின்னால் நின்றவருடைய அட்டையும் D6. விமானி எங்களை விமானத்திலிருந்து இறங்கும்படி விரட்டினார். நாங்கள் திரும்பவும் தங்குமிடத்துக்கு வந்தோம். என்னோடு திரும்பியவர் எனக்கு நிலைமையை விளங்கப்படுத்தினார். அந்த ஒப்பனைப் பெண் காசு உழைப்பதற்காக ஒரே இருக்கை எண்ணை மூன்று நான்கு பேருக்கு குறித்து கொடுப்பார் என்றார். உங்கள் இருக்கையை முதலில் அடைவது உங்கள் கெட்டித்தனம். இது ஒரு பந்தயம்போல என்றார். எனக்கு பகீரென்றது.

மேலும் இரண்டு விமானத்தை அன்று தவற விட்டேன். மறுபடியும் இரவு அதே விடுதிக்கு சென்று தங்கினேன். மனைவியுடன் மீண்டும் தொலைபேசியில் பேசினேன். மனைவி ஒரே வார்த்தையை திருப்பி திருப்பி சொன்னார். ‘சுறுக்கு வாங்கோ, சுறுக்கு வாங்கோ.’

அடுத்த நாளும் விமானங்களை தவற விட்டேன். அதற்கு அடுத்த நாளும். அந்தப் பெண்களுடன் போட்டி போட என்னால் முடியவில்லை. எனக்கு பயிற்சி போதாது. பெரிய மூட்டைகளை தூக்கிக்கொண்டு நைஜீரிய விமானச் சின்னமான பறக்கும் யானைபோல வேகமாக பறக்கும் பலசாலிகளாக அவர்கள் இருந்தார்கள். ஒரு முறை நான் பாய்ந்து ஏறி எனக்கு குறிக்கப்பட்ட இருக்கையில் உட்காரப்போன சமயம், ஒரு பாரிய பெண்மணி, தலையிலே பொதி தனியாக ஆட, வலது கையால் பெரிய மூட்டையை காவிக்கொண்டு இடது கையால் என்னை இழுத்தெறிந்தார். நான் பிளேன் வாசலில் போய் விழுந்தேன்.

திடீர் திடீரென்று பயணிகளுக்கிடையில் சண்டைகள் மூளும். இரண்டு மலைகள் பொருதத் தயாராவதுபோல மூக்குகள் முட்ட பெருத்த குரலில் மோதல்கள் ஆரம்பிக்கும். அவர்கள் வசவுகள் எப்படியிருக்கும் என்றறிய எனக்கு ஆசை. ஆனால் மொழி புரியாது. தொடங்கிய மாதிரியே உடனே சமாதானமாகிவிடுவார்கள். தொழுகை நேரம் வந்தால் எல்லோரும் ஒரே திசையை நோக்கி திரும்புவார்கள். மறுபடியும் கறையான் புற்றுபோல காத்திருத்தல் நடக்கும்.

மூன்றாவது நாள் நான் முதல் விமானத்தை தவறவிட்டேன். நெளிவுசுளிவுகள் எல்லாம் எனக்கு பரிச்சயமாகிவிட்டன. விமானம் புள்ளியாகத் தெரியத் தொடங்கியதும் ஓட ஆரம்பித்தேன். நானும் மற்றவர்களை இடித்து மிதித்து முன்னேறினேன். அப்படியும் எனக்கு முன்னால் ஓடிய பத்துப்பேர்களில் ஒற்றைக்கொம்பு போல வளைந்துபோன ஒரு கிழவிகூட இருந்தார். எனக்கு மூச்சு வாங்கியது. என்னுடைய இருக்கையை கண்டு பிடித்தபோது அதில் ஏற்கனவே வாட்டசாட்டமான ஒரு கறுப்பு மனிதர் நைஜீரிய தொப்பி அணிந்துகொண்டு உட்கார்ந்திருந்தார். எனக்கு அதிர்ச்சி. இவர் என்ன காற்றிலிருந்து உண்டாகினாரா? ஒன்றுமே புரியவில்லை. என் சுவாசப் பையில் இன்னும் கொஞ்சம் காற்று மிச்சம் இருந்தது. ‘உங்கள் இருக்கை எண் என்ன?’ என்றேன். அவர் அட்டையை காட்டினார். அவருக்கும் எனக்கு கிடைத்த அதே எண்தான். சீட் கிடைக்காதவர்கள் பரிதாபமாக நின்றுகொண்டிருந்தார்கள். விமானி வந்து துரத்தும் வரைக்கும் நிற்பது தான் வழக்கம். விமானி வந்து எங்களைக் கலைந்துபோகச் சொன்னார். அப்போது இருக்கையைப் பிடித்த மனிதர் ஒரு காரியம் செய்தார். எழுந்து அவர் இருக்கையில் என்னை உட்காரவைத்து சீட் பெல்ட்டையும் அவரே கட்டிவிட்டார். சீட் பெல்ட்டை கட்டாவிட்டால் வேறு யாராவது என்னை இழுத்துப்போட்டு உட்கார்ந்துவிடும் அபாயம் இருந்தது. ‘நல்ல பயணமாக அமையட்டும்’ என்று வாழ்த்திவிட்டு தன் உடமைகளை எடுத்துக்கொண்டு அந்த மனிதர் மறைந்தார். உடனேயே எனக்கு தெரிந்தது அவரை நான் இனிமேல் என் வாழ்நாளில் சந்திக்க மாட்டேன் என்று. என் வாயிலிருந்த வார்த்தைகள் எல்லாம் வெளியேறிவிட்டதால் என்னால் நன்றிகூட சொல்லமுடியவில்லை. இன்றும் அந்த மனிதரை எந்தக் கூட்டத்தில் கண்டாலும் என்னால் அடையாளம் காட்ட முடியும்.

எவ்வளவு வேகமாக முடியுமோ அவ்வளவு வேகமாக விமான நிலையத்திலிருந்து வீட்டுக்கு திரும்பினேன். ஒரு குட்டித் தலையணையில் குட்டித் தலையை வைத்து குழந்தை படுத்திருந்தது. சரியாக எட்டு இரவும் எட்டு பகலும் கழித்து வந்திருந்தேன். அப்படியும் என் முகத்தை மகள் மறக்கவில்லை. மெல்லிய ஒரு புன்னகை வெளிப்பட்டது. அதனிலும் பெரிய சமிக்ஞை தருவதற்கோ சந்தோசத்தை வெளிப்படுத்துவதற்கோ அவள் உடம்பில் பலம் இல்லை. மலேரியா குணமாகிவிட்டது என்று மனைவி சொன்னார். குழந்தை உடலை சற்று திருப்பி ‘உம் உம்’ என்று தன் தோள்மூட்டை காட்டியது. தும்பு இலையான் முட்டையிட்ட இடம் வீக்கம் குறைந்து ஆனால் கறுத்து கிடந்தது. சிறு குருவி வாய் பிளந்ததுபோல சதை பிரிந்து போய் காணப்பட்டது. புழு வெளியே வந்து விட்டது என்றார் மனைவி. இப்போது அது செட்டை முளைத்து எங்கோ பறந்து கொண்டிருக்கலாம். ஒன்றும் அறியாத என் மகளின் உடம்பை கூடாக்கி அங்கே ஒரு புழு நீண்ட காலம் வசித்தது என்பதை நினைக்கவே மனம் துணுக்குற்றது.

எங்கள் மருத்துவர் ஆப்பிரிக்காவில் புகழ் பெற்றவர். மருத்துவமனையை விட்டு வேறு எங்கும் நோயாளிகளைப் பார்க்க போக மாட்டார். என் மகளைப் பார்க்க காலையிலும் மாலையிலும் வந்து போனதாக மனைவி சொன்னார். நம்பமுடியவில்லை. என் குழந்தையை அவர் காப்பாற்றிவிட்டார். விமானத்தில் தன் ஆசனத்தை எனக்கு விட்டுத் தந்த தொப்பி போட்ட நெடிய கறுப்பு மனிதரை நினைத்துக்கொண்டேன். மனித ஈரம் இன்னும் பூமியில் ஒட்டிக்கொண்டிருந்தது.

மனைவி என்னைப் பார்த்து ‘என்னால் இனி மேல் ஒரு நிமிடம்கூட இங்கே தங்க முடியாது. நாங்கள் கெதியாய் திரும்பவேண்டும்’ என்றார். அவருடைய இமைகள் நனைந்திருந்தன. என் மன நிலையும் அப்படித்தான். ‘அதைத்தான் நாளைக்கு முதல் வேலையாகச் செய்யப்போகிறேன்’ என்றேன்.

■ ■ ■

CONDO FOR SALE

Kipling and Steel
Very Bright and Spacious Two bedroom's condo for immediate Sale.
Flexible closing and very Reasonalble Price

call: 647- 406 -6352

நீங்கள் வேலை தேடுவதற்கு நாங்கள் உதவுமுடியும்!

நீங்கள் புதிய வருகையாளரா?
அல்லது
நீங்கள் 16 முதல் 24 வயது உடையவரா?

AYCE இலவச சேவைகள்:

- ரெஸ்யூம் உதவி
- இன்டர்நெட் ஆக்சஸ்
- ஜாப் போஸ்டிங்கள்
- ஃபேக்ஸ் மஷின் மற்றும் டெலிஃபோன்
- நேர்முகத்தேர்வு உதவி
- கம்ப்யூட்டர் மற்றும் பிறிண்டர்கள்
- தொழில் பயிற்சித் தகவல்கள்
- ஃபோட்டோ காப்பியிங்
- சுயவேலைவாய்ப்பு தகவல்கள்

தகவல்களுக்கு அழையுங்கள்: 416-491-7000

அல்லது வருகை தரவும்

www.ayce.on.ca

கலைந்து கூடவிருக்கும் கனடாவின் புதிய ஆட்சி:

2009இல் குழப்பமடையவிருக்கும் கனடாவின் அரசியல்

மாமூலன்
maamulan@thaiveedu.com

கனடாவில் டிசம்பர் மாதத்தின் முதலாவது கிழமை அரசியல் வரலாற்றில் முக்கியமான தாகப் பதிவாகியிருக்கிறது. இதன் தொடர்ச்சி இன்னும் வரவிருக்கிறதாயினும் என்ன நடந் திருக்கிறது என்பதே புனைகதை அளவிற்கு பல பக்கங்கள் கொண்டது.

கனடாவின் அரசியல் வரலாற்றில் மூன்று எதிர்க்கட்சிகளின் கூட்டணி ஒன்று சிறுபான் மை ஆட்சியை கைப்பற்றியதில்லை.

கனடாவின் பாராளுமன்றத்தில் 308 இருக்-கைகள் உள்ளன. கடந்த தேர்தலில் காப்பரின் தலைமையிலான பழமைவாதக் கட்சியினர் 143 இடங்களைப் பெற்றிருந்த-னர். லிபரல் கட்சியினர் 77 இடங்களையும் கியூபெக் பிரிவுக் கட்சியினர் 49 இடங்களை யும் என்.டி.பி கட்சினர் 37 இடங்களையும் கொண்டுள்ளனர். இது தவிரவும் சுயேட்சை-யான 2 இடங்கள் உள்ளன. பாராளுமன்றத் தில் வரவு செலவு திட்டம் நிறைவேற்றப்பட வேண்டுமானால் பாதிக்கும் அதிகமாகவாக்கு களை ஆளுகின்ற கட்சி பெறவேண்டும்.

எனவே சிபான்மை அரசு ஒன்று ஏதாவது திட்டத்தை முன்வைக்கவேண்டுமானால் அது எதிர்க்கட்சிகளையும் அனுசரித்தே திட்டங்க-ளையும் முடிவுகளையும் எடுக்கவேண்டி இருக்கும். மக்களாட்சி முறையில் இது நல்லது என்றே கருதப்படுகிறது.

மக்களாட்சியில் சிறுபான்மை அரசுகள் அதாவது தங்களளவில் ஏதாவது திட்டத்தை நிறைவேற்ற போதாத அளவு வாக்குகள் உள்ள கட்சிகள் ஆட்சிமைப்பது நல்லது. அதனால் ஏதேச்சாதிகாரப் போக்கு இருக் காது. பெரும்பாலும் அனைத்து தரப்பிற்கும் சாதகமான திட்டங்கள் செயற்படுத்தப்பட்டு நடைமுறைக்கு வரும். அது நாட்டுக்கும் நல்லது.

இந்நிலையில் சிறுபான்மையான காப்பர் அரசு தனது முதலாவது வரவு செலவுத் திட்டத்தை வரும் டிசம்பர் 8ஆவது நாள் முன்வைக்கவிருந்தது. அதில் பல குறைபாடு கள் இருந்ததாக எதிர்க் கட்சிகள் கருதின. அதனால் அந்த வரவு செலவுத் திட்டத்தை எதிர்க்கப் போவதாக அறிவித்தன.

அதாவது காப்பர் அரசை எதிர்க்கப்போவ-தாக நிராகரிக்கப்போவதாக அறிவித்தன.

அவ்வாறு சிறுபான்மை அரசு ஒன்று எதிரக் கட்சிகளால் எதிர்ப்பைப் பெறும்போது அது பாராளுமன்றத்தில் நிற்கமுடியாதபடி போய்-விடுகிறது.

இந் நேரத்தில் மூன்று நடைமுறைகள் முன்வைக்கப்படும் என அரசியல் அமைப்பு சொல்கிறது.

முதலாவது எதிர்க்கட்சிகளில் ஏதாவது ஒன்றை ஆட்சி அமைக்க அழைத்தல்.

அதாவது எதிர்க்கட்சிகள் தாங்களும் சிபான்மையாக இருப்பினும் பிற கட்சிகளை யும் கூட்டுச் சேர்த்துக்கொண்டு ஆட்சியை அமைத்தல். இது தவறானதல்ல. இதுவே மக்களாட்சி நடைமுறை.

இரண்டாவது அவ்வாறு எதிர்க் கட்சிகள் தங்களுக்கு ஆட்சி அமைக்க விருப்பம் இல்லை எனத் தெரியப்படுத்தும் போது அல்லது எதிர்கட்சிகளில் ஒன்றையொன்று ஆதரிக்கும் நலையில் இல்லாதபோது ஓர் புதிய தேர்தலை நாடு எதிர்கொள்ளவேண்டி இருக்கும்.

கடந்த நவம்பர் மாதத்திற்தான் ஓர் தேர்த-லை நாடு சந்தித்திருக்கிறது. எனவே இது தற்பேது மக்களாலும் அரசியல் தலைவர் களாலும் விரும்பப்படாத ஒன்றும் கூட.

ஆயினும் அரசியல் அமைப்பு சொல்வது அதுதான். ஒரு தேர்தலுக்க கனடாவில் 300 மில்லியன் டொலர்கள் செலவாகிறது.

இவை இரண்டும் நடக்க முடியாதபோது பாராளுமன்றத்தை ஒத்தி வைக்கலாம். இப்படி நிலையில் இது கிட்டத்தட்ட சர்வாதிகாரம் போன்றது.

அதாவது பாராளுமன்றம் செயற்படாது முடக்கி வைக்கப்படும்.

இந்நிலையில் யாரும் புதிய அரசு சார் பதவி களில் நியமிக்கப்படமுடியாது. புதிய செல வினங்களை அரசு அறிவித்துச் செயற்படுத்த முடியாது. பாதுகாப்பு போர் முதலியன இதற்கு விதிவிலக்கு.

ஆனால் வழக்கமாக பாராளுமன்ற கூட்டத் தொடர்கள் நடைபெற்று முடிகையிலும் அடுத் கூட்டத் தொடரிற்காக பாராளுமன்றம் ஒத்தி வைக்கப்படுவது வழக்கம் தான். இரண்டு இடங்களிலும் அரசியல் சூழ்நிலை மற்றும் உள்நோக்கங்கள் வேறு வேறானவை.

இங்கு முன் சுட்டப்பட்ட முதலாவது நடை முறைக்கு எதிர்க்கட்சிகள் தயாராக விருந்தன. ஆனால் அறிவிக்கப்பட்டதோ மூன்றாவது நடைமுறை.

காரணம் என்ன?

கனடாவில் பிரதமருக்கு மேம்பட்ட அறிவிப்-புக்களை ஆளுனரே மேற்கொள்வார். ஆனால் ஆளுனர் பிரதமர் கூறும் ஆசோலனை-களையே அறிவிப்பார். ஆளுனருக்கு அனைத்தும் தெரிந்திருப்பினும் மரபின்படி பிரதமர் சொல்வதையே ஆளுனர் சொல்வார்.

உதாரணமாக ஆளுனரின் உரையென்பது ஒரு புதிய கட்சி ஆட்சிக்கு வந்ததும் ஆளு-னரால் படிக்கப்படும் உரையாகும். இது ஆளுனரால் படிக்கப்படுவதாயினும் அதனைத் தயாரிப்பவர் பிரதமரே. ஆளுனர் அதனை வாசிப்பவராக மட்டுமே இருக்கிறார்.

ஆளுனர் பதவி என்பது பிரித்தானியாவின் ஆட்சிக்கு உட்பட்டு இருந்ததன் தொடரச்சி யாக இருக்கும் ஓர் மரபே.

ஆனால் ஆளுனர் இவ்வாறான வேளைக ளில் தனது தலையீட்டைச் செய்யவும் முடியும்.

பிரதமராக வருபவர் முதிர்ச்சியும் கனடா-வின் மீதான கனடாவின் மக்கள் மீதான பற்றும் கொண்ட தலைவராக இருப்பார் என்ற அடிப்படைதான் பிரதமரின் அலோசனையை ஆளுனர் நடைமுறைப்படுத்துவது என்பது உள்ளது.

ஆளுனர் தன்னளவிலும் இந்நிலையில் அறிவிப்புக்களை வெளியிடலாம்.

அப்படியாயின் மேலும் அரசியல் சிக்கல்கள் உருவாகலாம். பொதுவாக இது நடப்பதில்லை.

தற்போது காப்பர் பாராளுமன்றம் ஒத்தி வைக்கப்பட்டிருக்கிறது என்றிருக்கிறார்.

இன்னும் இரண்டு மாதங்கள் ஏறக்குறைய இருக்கின்றன. இந்நிலையில் தங்களுக்கு ஆதரவு தரும்படிக்கு சில எதிர்கட்சி பாரா-ளுமன்ற உறுப்பினர்களை தற்போதைய ஆளும் கட்சினர் விலைக்கு பேரம் பேசி வாங்கலாம்.

நாம் இந்திய தமிழக அரசியலில் எதை-யெல்லாம் கண்டோமோ அவையெல்லாம் இங்கும் நடபெறும் வாய்ப்புக்கள் உருவாகி உள்ளன.

இதற்கு முன்பு எதிர்க்கட்சிகள் கூட்டணியில் அரசு உருவாக வில்லையா? உருவாகி-யிருக்கின்றன. ஆனால் மூன்று கட்சிகள் சேர்ந்த கூட்டணி ஆட்சி உருவாகவில்லை. மேலும் எதிரும் புதிருமான கட்சிகள் சேர்ந்-தும் ஆட்சி அமைக்கவில்லை.

ஆனால் அதனாலெல்லாம் பிரதமர் பாராளு மன்றத்தை ஒத்தி வைக்கிறேன் என்று அறி-விக்க காரணம் சொல்ல முடியாது. அது

31ம் பக்கம் பார்க்க...

HomeLife/GTA Realty Inc., Brokerage*

1711, McCowan Rd,#206, Scarborough, ON.

Buy Or Sell Any Properties With Me And Win This Brand New BMW

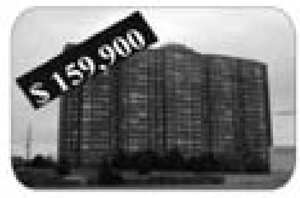
Sasi Chelvaratnam
Sales Representative
Cell: 416.858.4828
Office: 416.321.6969

- Few Years Old Semi-Det
- 3 Bedrooms/3 Washroom
- Close to All Amenities
- Call for Details...

- Beautyfull Detached House
- 4 Bedrooms/3 Washroom
- Great Location in Brampton
- Call for Details...

- Beautyfull Detached House
- 3 Bedrooms/3 Washroom
- Great Location in Markham
- Call for Details...

- Great Location in Brampton
- Beautiful Detached House
- 4 Bedrooms & 3 washrooms
- Call for Details....



- Well Maintained unit
- 2Bedrooms+Dent
- Very spacious condo
- Close to All Amenities

- 2 years old Detached
- 4 Bedrooms/3 Washroom
- Demand Ajax Area
- Close to all amenities.

- Great Location in Brampton
- Beautiful Detached House
- 4 Bedrooms & 3 washrooms
- Call for Details....

- Few Years Old in Markham
- 3 Bedrooms/3 Washroom
- Finished Basement
- Close to all amenities.

- Excellent Location
- 2 Bedroom+Dent
- Well Maintained Bldg
- Scarborough Location

- **Power Of sale**
- Beautiful Detached House
- 4 Bedrooms & 3 washrooms
- Call for Details....

This is not intend to solicit properties currently listed for sale

*Each office independently owned and operated

LIFE INSURANCE •RESP • NON MEDICAL INSURANCE

- **ஆயுட்காப்புறுதி**
  10, 15 அல்லது 20 வருடங்களில் செலுத்தி முடிக்கலாம்
- **வயோதிபர்களுக்கான காப்புறுதி**
  மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் இல்லாமல் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.
- **கொடிய நோய்களுக்கான காப்புறுதி**
  காப்புறுதித் தொகையைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம் அல்லது கட்டிய பணம் முழுவதும் திரும்பப் பெறலாம்.
- **குழந்தைகளின் உயர்கல்விக்கான சேமிப்புத்திட்டம்**
  20% அரச மானியத்துடன் எமது நிறுவனத்தால் 15% சலுகையும் வழங்கப்படும்.
- **ஈட்டுக்கடன் காப்புறுதி**
  Mortgage Insurance

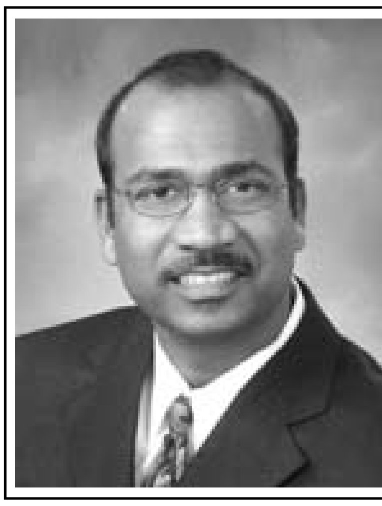
Apex Creations • 416-297-0707

வசந்த் விநாயகமூர்த்தி

காப்புறுதி முகவர்

647-885-3012

www.vasanth.adstamil.com



ACCOUNTING & TAX

Queen & Jameson
10 MacDonell Ave.

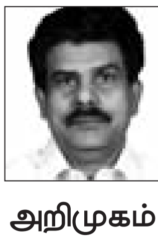
Pharamcy & Finch
2525 Pharmacy Ave.

LiLand Insurance Inc. | IA Industrial Alliance Insurance and Financial Services Inc.

759 Warden Ave. Toronto, ON. M1L 4B5 Tel : 416-759-5453 ext. 362

அழகிய பூஞ்செடிகள்

சூரியகாந்திப் பூ


சந்திரசேகரி
segari@thaiveedu.com

வீட்டுத் தோட்டம் - 10

அறிமுகம்:

சூரியகாந்திப்பூ அஸ்ரேசியே (Family Asteraceae) குடும்பத்தைச் சேர்ந்தது. இதன் பூ சூரியனது வடிவமாக இருப்பதும் சூரியனது உதயம், இடமாற்றம், மறைவு போன்ற வேளைகளில் அவற்றின் பக்கமாகத் திரும்புவதும் குறிப்பிடத்தக்கதாகும். கெலியான்தஸ் அனுயெஸ் (Helianthus annuus) எல்லா இடங்களிலும் பயிரிடப்படும் நல்லதொரு இனமாகும். கெலியான்தஸ் எனும் இனம்: கிறீக்மொழியில், கெலியோஸ் என்பது சூரியன் எனவும், அன்தோஸ் என்பது பூ எனவும் சேர்ந்து சூரியகாந்திப்பூவானது. இவ்வினம், 67 சிற்றினங்களைக் கொண்டிருக்கின்றது.

வெப்ப வலயங்களாகிய அமெரிக்க பிரதேசங்களிலும், மெக்சிக்கோ, ஸ்பெயின், ஆயன்ரைனா, ஐரோப்பா, அவுஸ்திரேலியா, பிரான்ஸ், இந்தியா, இலங்கை, போன்ற நாடுகளிலும் நன்கு பயிரிடப்படுகின்றது. ரஷ்யா முதல்தரமாக விளைவிக்கும் நாடாகின்றது. ஆயன்ரைனா இரண்டாவதாகவும் அமெரிக்கா மூன்றாவதாகவும் பயிரிடப்படும் நாடுகளாகின்றன.

பயிர்செய்கை.

அநேகமான இனங்கள். எறக்குறைய 5-12 அடி உயரமாக வளரக்கூடியவை. 1981ம் ஆண்டு நெதலன்ஸ் நாட்டில், 25அடி 5அங். உயரத்தில் செடியானது வளர்ந்திருப்பது அறியப்படுகின்றது. இது மிகவும் சுலபமாகப் பயிரிடக்கூடிய செடியாகும். நன்கு நீரோடக் கூடியதும் நடுநிலையாகவும் ஓரளவு காரத்தன்மையுடைய எத்தகைய நிலங்களிலும் வளரக்கூடிய செடியாகவும் இருக்கும். உக்கிய குப்பை, சமதரப்பட்ட பசளை, கூடிய வளர்ச்சிக்கு அனுகூலமாக இருக்கும். முழுமையாக கிடைக்கக்கூடிய சூரியவொளி, போதியநீர், கூடிய வளர்ச்சிக்கு மூலாதாரம். இருந்தபோதிலும் வரட்ச்சியான சூழ்நிலைகளிலும் தாவரம் பிளைக்கக்கூடியது. அநேகமான இனங்கள் வருடாவருடம் பயிரிடப்படும் தாவரங்களாகும். அநேகமான வீட்டுத் தோட்டங்களில் பூக்களின் அழகிய நிறத்திற்காகவும் பருமனில் பெரிதாக இருப்பதாலும் ஓரிரு சூரிய காந்திச் செடிகளை எல்லோரும் நடுகின்றார்கள். வீட்டுத் தோட்டங்களில் வரிசைகளில் ஓரடி இடைவெளிகளில் அல்லது கரைஓரங்களில் நேரடியாக விதைகளை 1அங்.ஆழத்தில் ஊன்றியோ அல்லது விற்பனை நிலையங்களிலிருந்து சிறிய கன்றுகளாக வாங்கியோ நடலாம். ஆரம்பத்தில் ஒரு கிழமைக்கு ஒரு தடவை திரவ நிலையில் பசளை அளிப்பதால் போதிய போசாக்கு தாவரவளர்ச்சிக்கு கிடைக்கிறது. ஓரளவு நீர் அவசியம் பாய்ச்ச வேண்டும். வளர்ச்சி அடைந்து மொட்டுகள் அரும்பும் போது, நீர் கூடுதலாகத் தேவையில்லை. ஏனெனில். பூக்கள் பருமனில் பருத்து நிறையைக் கூட்டுவதால் வளைந்து சரிவதும் தாவரம் முறிவை எற்படுத்தக்கூடிய சூழ்நிலையும் வருகின்றது. தனிக் குழாயுருவான தண்டு கரடுமுரடான மயிருடைய முட்டை வடிவான அல்லது இதய உருவான பெரிய இலைகளை அயதாகக் கொண்டிருக்கும். தண்டும் இலைகளும் பச்சை நிறமாக விருக்கும்.

பூக்கள்:

பெரிய தனியனான பூக்கள் இரு வலையங்களில் பூவல்லிகள்: நடுவே அமைந்துள்ள மையம் மஞ்சள் அல்லது மண்ணிறப் பூவல்லிகளையும் வெளிவட்டம் மஞ்சள் நிறத் தனியனான பூவிதழ்களையும் கொண்டு காட்சி தரும். மையத்தட்டில் உள்ளவைதான் வித்துக்களை ஆக்குபவை. தலையானது ஏறக்குறைய 1000 - 2000 தனியனான பூவல்லிகளை உடையதாயிருக்கும். சூரிய

தனிப்பூ

காந்திப்பூ ரஷியாவின் தேசியப்பூவாகவும் அமரிக்காவில் கன்சஸ் நகரத்தின் மாநிலப் பூவாகவும் பிரகடனப்படுத்தப் பட்டிருக்கின்றது. கின்னியஸ் (Guiness) புத்தகத்தின் அண்மையான தரவின்படி, பெரிய பருமனாக 32.04 அங் விட்டத்தைக் கொண்டு சூரியகாந்திப்பூ இருப்பதாகத் தெரியவருகின்றது.

வித்துக்கள்:

மிகவும் பிரபல்லியமானவை. அநேக நாடுகளின் பொருளாதாரப் பெருக்கத்திற்கு அநுகூலமாக எண்ணைய் தயாரிப்பதில் உபயோகப்படுத்துகின்றனர். உலகின் 14வீதம் எண்ணைய் உற்பத்தி வித்துக்களிலிருந்து எடுக்கப்படுகின்றது. வித்துக்களில் கனிச் சத்துக்களான கல்சியம் அதிகளவில் காணப்படும். தேங்காநிற்கும் கொழுப்பு அமிலம் கூடுதலாகக் காணப்படும். விதைகளைச் சமைத்தோ, வறுத்தோ, பச்சையாகவோ உண்பார்கள்.

நோய்களும் பூச்சிகளின் தாக்கமும்

பூத்தலைகளை கூடுதலாக பூச்சிகள் தாக்குகின்றன. தலையாக, வண்ணப்பூச்சிகள், வெண்ணிறப்பூச்சிகள், ஏப்பிட்ஸ், வண்டுகள் பொதுவாக செடிகளைத் தாக்கும். தண்டு, தலை, பூஞ்சணத்தால் தாக்கப்படும். அநேக தாவரகொல்லி மருந்துகள் உபயோகிக்கலாம்.

சூரியகாந்தி இனங்களில் சில:

இவை, ஆங்காங்கே காணப்படுகின்றன. சில இனங்களை இங்கு குறிப்பிடுவது பொருத்தமாகும்.

- Helianthus annuus (Popular Sunflower)
- Helianthus angustifolius (Swamp Sunflower)
- Helianthus atrorubens (Dark Eye Sunflower)
- Helianthus decapetalus (Thinleaf Sunflower)
- Helianthus maximiliani (Maximillian Sunflower)
- Helianthus salicifolius (Willowleaf Sunflower)

■ ■ ■

தோட்டத்தில் பல செடிகள்

Family Piperaceae

வெற்றிலை

Botanical Name : Piper betle (Eng.Name:Betel leaf pepper)

வெற்றிலை: இலைக்காக, வெப்பமான தேசங்களாகிய இலங்கை, இந்தியா. தென்கிழக்கு ஆசியா போன்ற நாடுகளில் வளர்க்கின்றார்கள். வங்காளம், ஒரிசா தமிழ்நாடு போன்ற மாநிலங்களில் ஏராளமாகப் பயிரிடப்படுகிறது. இது பற்றிப்படரும் படர் கொடியாகும். இலைகள் இதயம் போன்ற அமைப்புடையவை. கி.மு 2ம் நூற்றாண்டு மகா வம்சம் நூலில், வெற்றிலை மெல்லுவது பற்றிக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. தண்டு தடிப்பானது. கனிகள் அரிதாக உருவாகும். இது நீன்டகாலம் வாழும் அதிபச்சைநிறமுள்ள இலைகளையுடைய படர் கொடியாகும். எனவே, கொடியானது பற்றிப் படருவதற்கு நீளமான தடிகள் அல்லது பெரும்பாலும் முருக்கமரத்தடிகள் நடுவார்கள். விவசாயத்தில் வெற்றிலைத்தோட்டம் பிரபல்லியமானது. விசேட பசளை தேவைப்படும். போதிய நிழலும் நீரும் வளர்ச்சிக்கு அவசியம். ஒரு வருட காலத்தில் இலைகளை ஒடிக்க முடியும். இலைகள் பெரும்பாலும் மென்று தின்பதற்கு உபயோகப்படும். அநேக இந்து சமயச் சடங்குகளிலும் கும்பம் வைக்கும்போது முக்கிய புனிதமான பொருளாக வெற்றிலையைப் பாக்குடன் சேர்த்து வைப்பார்கள். மதகுருமாருக்கு அல்லது பெரியோருக்கு அன்புக் காணிக்கையாக வெற்றிலை மேல் பாக்கு வைத்து பணம் கொடுப்பார்கள்.

இலைகளும் வேரும் மருத்துவப் பயன் தரும் பகுதிகளாகும். நுண்ணுயிர்த் தாக்கத்தை எதிர்க்கக் கூடியவை. மாலைக் கண்நோய், வயிற்றுப்போக்கு, மலட்டுத்தன்மை, ஜீரணிப்புக் குறைவு போன்றவை குணப்படுத்தக் கூடியவை. வெற்றிலை, பாக்கு. சுண்ணாம்போடு சேர்த்து, மெல்லுப் பொருளாகப் பயன் படுத்தப் படுகின்றது. மென்று தின்னும்போது ஒருவித புத்துணர்ச்சி ஏற்படுகின்றது. இதனை "தாம்பூலம் தரித்தல்" எனச் சொல்வர். இது, வாயில் ஏற்படும் துர்நாற்றத்தை அகற்றும்.

உங்கள் குழந்தைகளின் உறுதியான எதிர்காலத்திற்கான முதலீடு

HERITAGE EDUCATION FUNDS

Save towards your child's post-secondary education and find out how the government can help you pay for it.

- With a Heritage Education Funds RESP How much can you comfortably save?
- Want to start building your child's future today?
- 40 years of RESP expertise helping families from coast to coast.
- Start Early, Invest often, Stay invested.
- Start saving now and plan for your child's future possibilities.

We are also hiring sales representatives that are self motivated and are capable of building their own business.

HERITAGE Educational Foundation

Thaya Balan
(Agency Director)
416.831.4725

digi

அமைதியான வாழ்க்கைக்கு ஓர் அருமையான தீர்வு காப்புறுதி

Life Insurance • Critical Insurance • Long Term Coverage • Disability Insurance
Final Expenses • Dental & Hospital Expenses • Travel Insurance

All your Insurance Needs

Thaya Balan
Licensed Insurance Broker

Dir: **416.831.4725**
Morning Star Financial Service
5050 Dufferin St., Suite 218, Toronto, ON M3H 5T5
Tel: 416.661.9155 ext. 340

INDUSTRIAL ALLIANCE INSURANCE AND FINANCIAL SERVICES INC.
MEDAVIE BLUE CROSS
TRANSAMERICA REINSURANCE
Canada Life
Manulife Financial
RBC Insurance

digi

வெள்ளை மாளிகைக்கான வழியில் புதுமையான அரசியல்

ராகுலன்
- Accountant -
ragulan@thaiveedu.com

நான் வழமையாக அரசியலைப் பற்றி எழுதுவதுமில்லை, கதைப்பதும் குறைவு. அதை அக்கு வேறு ஆணி வேறாக எழுதுவதற்கு பல ஆய்வாளர்கள் இருக்கிறார்கள். ஆனால், கடந்த நவம்பர் 4ல் நடந்த அமெரிக்க ஜனாதிபதித் தேர்தலில் பல பாடங்களை தொழிலதிபர்களும், வர்த்தகர்களும், புதிய முயற்சிகளில் ஈடுபடுபவர்களும் படிக்க இருக்கிறது.

இந்த Barrack Obama செய்த சாதனை-யானது இனிவரப்போகும் காலங்களில் ஒரு சரித்திரமாக விளங்கப் போகிறது. அதை அவர் எப்படிச் செய்தார்? உலகின் அதிக அதிகாரம் வாய்ந்த பதவியை பிடிக்க அவர் 21 நூற்றாண்டின் புதிய வகை அரசியல் அமைப்பை வழிநடத்தி அதைச் செய்துள்ளார்.

Barrak Obamaவுக்கு எதிரான ஒருவாதம் அவருக்கு நிறைவேற்று அதிகாரங்களுடன் கூடிய ஒரு பதவியில் அவருக்கு அனுபவம் இல்லை என்பதே. அதில் ஒரு உண்மை இல்லாமலும் இல்லை. ஆனால் Barrack Obama ஒரு வித்தியாசமான நவீன நிர்வாகி. Obama ஒரு 21ம் நூற்றாண்டுக்கான அரசி-யல் அமைப்பை உருவாக்கி இருக்கிறார். இந்த ஜனாதிபதியாக தெரிவு செய்யப்பட்ட-வரிடம் இருந்து பின்வருவனவற்றை நாம் படிக்கலாம்.

தானே தன்னை நிருவகிக்கும் வடிவமைப்பு

நாம் முன்பு நிறுவனங்களை உயரமாகவோ தட்டையாகவோ பார்ப்பது உண்டு. ஆனால், அந்த அமைப்புக்கள் 20ம் நூற்றாண்டு ஆரம்பத்திற்குரியவை. அவைகளால் இரு-பரிமாணத்தில் தான் பார்க்க முடியும். உயரமான நிறுவனங்கள் உணர்வு இல்லாதவை கட்டுப்பாடு இல்லாதவை. இந்த இரு அமைப்புக்களின் இயல்புகளையும் ஒன்றி-ணைத்து வழமைக்கு மாறாக தன்னைத் தானே நிர்வகிக்கும் வடிவமைப்பு (self Organization) இறுக்கமான கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும் மத்தியைச் சூழ தன்னைத்தானே ஒழுங்கமைத்துக் கொள்ளும் உதவியாளர்கள் (Volunteers) பணம் பங்களிப்புச் செய்தவர்கள், இன்னும் பல வழிகளில் உதவி செய்தோர் என பல்லாயிரக் கணக்கானோர் இந்த அமைப்பில் இருக்கிறார்கள்.

விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்பாங்குடனான மீளும் தன்மை (Elastisity and Resilience)

Obamaவின் அமைப்பு கடுமையான தாக்கங்களுக்கும் பிரச்சினைகளுக்கும் முகம் கொடுத்து மீள எழும் வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டது. திரு. McCain அவர்களின் எதிர்மறை தொலைக்காட்சி விளம்பரங்களுக்கு முகம் கொடுத்த அவர்களது அமைப்பு திரு. McCain செய்ததையே திரும்பிச் செய்யவில்லை. ஆனால், ஆரோக்கியமான கொள்கை விளக்க விளம்பரங்களை ஒளி பரப்பினார்கள். நிறைய பணத்தைச் சேர்த்தார்கள். ஒரு பயமுறுத்தலான நிலைமைக்கு தமது வளர்ச்சியாலும் அமைப்பை ஆரோக்கியப் படுத்தலாலும் பலப்படுத்தலாலும். பதிலளித்தார்கள். ஒரு நாய் கடிக்கும் போது, நாய்க்குக் கடிப்பது மனிதப் பண்பாடு அல்ல என்பதை அறிந்து வைத்திருக்கின்றார்.

தந்திரங்களைக் குறைத்தல் (Minimize Strategy)

அவருடைய பிரசார இயந்திரம் ஒரு கபடமற்ற வழியிலேயே பிரசாரத்தைச் செய்தது. மிக உயர்ந்த நிலை இராஜதந்திர நடவடிக்கை என்றில்லாது மிக சாதாரணமாக சாதாரண மக்களுடன் எளிமையாக பிரசாரத்தை மேற்கொண்டார்கள். அவர்கள் செய்திகளின் தலையங்கங்களில் மேலாதிக்கத்தை செலுத்த வேண்டும் என்பதற்காக பணத்தைச் செலவிடவில்லை. போட்டியாளர்களின் நிலைப்பாடுகளை களங்கப்படுத்தும் விதமாக அறிக்கைகளை விடவில்லை. இந்த இராஜதந்திர நடவடிக்கைகள் தமது நோக்கத்தின் உணர்வை அழிக்கும், மக்கள் வைத்த நம்பிக்கையை இல்லாமல் செய்யும், கருத்துக்களை களங்கப்படுத்தும் என்பதை உணர்ந்து கொண்டார்கள்.

நோக்கங்களை பெரிதுபடுத்துதல் (Maximize Purpose)

Obamaவின் நோக்கம் தேர்தலை வெல்வது மட்டுமல்ல. வாக்குகளைக் கவர்ந்து ஒரு சிறந்த பிரசாரத்தை நடத்துவதும் அல்ல. அவரது நோக்கு அதைவிடப்பெரியது. மிகவும் அவசரமானது. அது உலகை மாற்றுவது. அவரது நோக்கின் பாரதூரமான தன்மை 20ம் நூற்றாண்டில் பெரிய கூட்டுத்தாபனங்களை சிறிய விடயங்களைச் செய்ய அமைத்தோம். 21ம் நூற்றாண்டில் பாரிய விடயங்களைச் செய்யும் சிறிய நிறுவனங்களை அமைக்க வேண்டும். அப்படிச் செய்வதற்கு நீங்கள் உலகை மாற்ற வேண்டும் என்பதே.

ஒற்றுமையை அகலப்படுத்துதல் (Broaden Unity)

சந்தைப்படுத்துபவர்கள் வழக்கமாக ஒரு குழுவைத் தனிமைப்படுத்தி இலக்கு வைப்பார்கள். வெட்டி உருட்டுவார்கள். சந்தையை சிறிய சிறிய அலகுகளாக தனிமைப்படுத்துவார்கள். ஆனால், ஒரு ஒற்றுமைப்படுத்துதல், ஒருமைப்பாட்டைப் பற்றி அவர்களுக்கு எந்தவொரு எண்ணமும் இருக்காது. ஆனால், Obama பிரிவினைப்படுத்தி வெற்றி பெறவில்லை. ஒருமைப்பாட்டினால் வெற்றி பெற்றிருக்கிறார். அவருடைய செய்தியானது இங்கு நீல மாநிலங்களோ, சிவப்பு மாநிலங்களோ அல்ல. நாம் ஒரு ஐக்கிய அமெரிக்கா என்பதாகும்.

அதிகார ஆற்றலை அதிகரித்தல் (Thicken Power)

இந்த அதிகாரம் என்பது தமிழில் ஒரு கெட்டவார்த்தை. ஆனால் அது Obamaவின் அகராதியில் அல்ல. அதிகமாக நிறுவனங்களில் அதிகாரம் என்பது ஒரு பயத்தை நிலை நிறுத்தி பேராசையை விதைப்பது. ஆனால், Obamaவின் அதிகாரம் என்பது உள்ளுணர்வுக்கு உத்வேகத்தை அளிப்பது, வழிகாட்டுவது, ஒரு நன்நம்பிக்கையை ஊட்டுவது.

கொள்கைகளின் ஆற்றல்

ஒரு உயர்ந்த கொள்கையைப் போல் குமுதாயத்தில் ஒரு கிளர்ச்சியை உருவாக்கக் கூடியது புரட்சிகரமான நவீனமானது எதுவுமில்லை. உங்களது நிறுவனங்களில் உயர்ந்த கொள்கைகள் இருக்கின்றனவா? எந்தவிதமான கொள்கைகள் குறைவாக இருக்கின்றன? உங்கள் நிறுவனம், உங்கள் தொழில், உங்கள் பொருளாதாரம், அல்லது உங்கள் சந்தை எந்தவிதமான கொள்கைகளுக்காக நீங்கள் போராடுவீர்கள்? தொழிற் புரட்சியைத் தொடர்ந்து வந்த தொழில் துறைகளுக்கும், Wall Streetக்கும் கொள்கைகள் எதுவும் இல்லை. லாபமீட்டி பணம் பண்ணுவதைத் தவிர.

நான் அரசியல் சம்பந்தமாக பெரிதாக ஈடுபாடு காட்டியது இல்லை. ஆனால் அறிந்து அவதானித்த மட்டில் ஆபிரகாம் லிங்கனைத் தந்து அடிமைத்தனத்தை அறுத்து புரட்சி பண்ணிய ஒரு நாடு ஒரு சிறுபான்மை இனத்தவரை, ஒரு கறுப்பரை வெள்ளை மாளிகையில் அமர்த்தி புரட்சி செய்திருக்கிறது. ரைட் சகோதரர்கள் 12 செக்கன் பறந்து சாதனை படைத்து பதினைந்து ஆண்டுகளில் வர்த்தக பறப்புகளை ஆரம்பித்த தொழிற் துறை சாதனையாளர்கள், சந்தர்ப்பம் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப தலைமையை தேர்ந்தெடுக்க கூடிய தெளிவு கொண்ட மக்கள், உலகத்தின் தலைமைத்துவத்திற்கு இவை போன்ற தகுதியை விட வேறு வேண்டுமா?

■ ■ ■

KESAVAN LAW OFFICE

இலவச ஆரம்ப ஆலோசனை
மாலை, வார இறுதி நாட்களிலும்
சந்திக்கலாம்

- Real Estate
- Business Law
- Immigration Law
- Family Law
- Last Wills
- Power of Attorney
- Affidavits

சட்டம் சம்பந்தமான சகல
தேவைகளுக்கும்
கேசவன் சட்ட நிறுவனம்

THANGAVEL M. KESAVAN
(Barrister & Solicitor)

Tel: 416-754-9843
Fax: 416-754-2362

5200 Finch Ave. East, Unit 302,
Scarborough, ON M1S 4Z5
(Middlefield & Finch)
Web: www.lawyers.com/kesavanlaw
E-Mail: kesavanlawoffice@bellnet.ca

100 ஆண்டு வாழ

டாக்டர், எபிலெப்ஸி, சீஷர், ∴பிட்ஸ் என்று எதனைச் சொல்கிறீர்கள்? விளக்கமாகக் கூறமுடியுமா?

-பொன்மணி,

உடல் வெட்டி இழுப்பதை, கன்வல்ஷன் அல்லது ∴பிட்ஸ் என்று சொல்கின்றோம். 'சீஷர்' என்றால் திடீர் என்று அர்த்தம். எபிலெப்ஸி என்றால் திடீர் வலிப்பு என்ப தாகும்.

மூளையின் நரம்பு செல்களில் ஒருவிதமான மின்சக்தி உண்டு. இதன் மூலம்தான் நமது உடல் உறுப்புகள் அசைகின்றன. இந்த மின்சக்தி அளவுக்கு அதிகமாக வெளிப்படும் போது உடலுறுப்புக்கள் கட்டுப்பாடில்லாமல் இயங்க ஆரம்பிக்கின்றன. இதைத்தான் வலிப்பு என்கிறோம்.

ஒரு இலட்சம் பேரில் 650 பேருக்கு வலிப்பு நோய் வரும் சாத்தியம் உண்டு. வலிப்பில் பல வகை உண்டு. கை, கால்கள் வெட்டி இழுத்து பின் சற்று நேரத்திற்குச் சுயநினைவை இழக்கச் செய்தால் அதன் பெயர் 'காம்ப்ளெக்ஸ் சீஷர்' வலிப்பின் போது, சுய நினைவும் இருந்தால் அதன் பெயர் சிம்பிள் சீஷர் சிலருக்கு எதுவுமே இழுக்காமல் சுய நினைவு மட்டும் தவறும். இதனை ஆப்சென்ஸ் சீஷர் (என்றும், ஓரிரு உடல் பகுதிகள் மட்டும் கட்டுப்பாட்டை மீறி அதிகமாக அசைவதை பார்ஷியல் சீஷர் என்றும் அழைக்கின்றோம். முழு உடலும் வில்லாக வளைந்து வெடுக்... வெடுக்... என்று வெட்டி இழுப்பதை பொது வான வலிப்பு என்கிறோம்.

நமது மூளையில், பொட்டுமடல் என்ற பகுதியில் தான் உணர்ச்சிகள் இருக்கின்றன. இங்கே உருவாகும் வலிப்பு கோபம், சோகம் போன்ற உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்புகளை சிறிது நேரம் ஏற்படுத்தும். இது, 'சைக்கோ மோட்டார் சீஷர்' எனப்படும். பொட்டு மடலின் சிரிப்புக் கட்டுப்பாட்டு மையத்தில் ஏற்படும் வலிப்பு, பெரும் இராட்சஷ சிரிப்பை உண்டாக்கும். இந்தவகை வலிப்பிற்கு ஜெலாஸ்டிக் எபிலெப்ஸி 'சிரிப்பு வலிப்பு' என்று பெயர். ஒரு வேலையில் ஈடுபட்டிருக்கும் நபர் அதை விடுத்து சுழன்றாலோ, இங்குமங்கும் ஓடினாலோ அவரது பொட்டு மடலின் சமச்சீர் உணர்வு மையத்தில் 'ஜைரேட் சீஷர்' ஏற்பட்டிருக்கிறது என்று புரிந்து கொள்ளலாம்.

இனவிருத்திக் கட்டுப்பாடு மையங்களில் வலிப்பு ஏற்பட்டால் திடீரென்று ரத்த அழுத்தம் அதிகமாகி, இதயம் விரைவாகத் துடித்து வியர்த்துக் கொட்டும். சில பெண்களுக்கு உடலுறவின் போது வலிப்பு ஏற்படுவதும் உண்டு.

அப்டாமினால் வலிப்பின் போது தாங்க முடியாத வயிற்றுவலி, வாந்தி போன்றவை வரும்.

முதலில் ஒரு விரல் மட்டும் வெட்டி இழுத்து. பின்பு இரண்டு, மூன்று என்று எல்லா விரல்களும் இழுத்து முழங்கை தோள் என்று பரவக்கூடிய வலிப்பு நோய் எபிலெப்டிக் மார்ச் என்று அழைக்கப்படும். இதனைத் தவிர பாத்திங் (குளியல்) வலிப்பு படிப்பு வலிப்பு – தொலைக்காட்சி வலிப்பு T.V. epilepsy, காய்ட்ஸ் - எபிலெப்ஸி – தாம்பத்திய வலிப்பு என்று பல வகை உண்டு.

மொத்தத்தில் மனித உடம்பு தன்னை சம நிலையில் வைத்துக் கொள்ள எத்தனைப் பாடுகள் பார்த்தீர்களா?

டாக்டர், வயிற்றுப் பூச்சி நீங்க கைப்பக்குவம் ஏதாவது சொல்ல இயலுமா?

-அமுதினி, மிஸ்ஸிஸாகா.

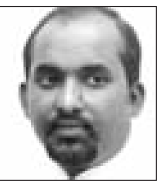
இஞ்சிச் சாறு அரை அவுன்ஸ் எடுத்து அதனுடன் பனங் கற்கண்டு கலந்து வாரம் ஒருமுறை காலை வேளையில் வெறும் வயிற்றில் பருகினால், வயிற்றுப் பூச்சிகள் அழிந்து அஜீரணக் கோளாறுகள்(செரியாமை) நீங்கும்.

கண்களில் சதை வளர்ந்தால் அதனை எப்படித் தடுக்கலாம்?

பேரீச்சம் பழத்தின் உள்ளிருக்கும் கொட்டையைத் தாய்ப்பாலில் இழைத்து கண்ணுக்கு மை போன்று போட்டு வந்தால் கண்களில் வளரும் சதை குறையும்.

மருத்துவக் கேள்வி - பதில்

இராஜசேகர் ஆத்தியப்பன்
rajasegar@thaiveedu.com



நெஞ்செரிவு நீங்க வீட்டு வைத்தியம் தெரிந்து கொள்ள விரும்புகின்றேன் டாக்டர்.

-மரியா, மேஜர் மெக்கன்ஸி.

மல்லி, சீரகம், இஞ்சி மூன்றையும் நன்றாக அரைத்து வடிகட்டி அதனுடன் எலுமிச்சை சாறு சேர்த்து ஒரு நாளில் மூன்று முறை குடித்தால் நெஞ்செரிவு சரியாகும். பல வருடங்கள் இந்த பிரச்சினை இருக்குமாயின் என்னை நேரடியாகச் சந்திக்க வேண்டுகின்றேன்.

உடல் வனப்புடன் திகழ மூலிகை மருத்துவம் என்ன?

-ஜான்ஸி, ஸ்கார்புரோ.

கொத்தமல்லி இலையை சுத்தப்படுத்தி நெய்விட்டு வதக்கி துவயலாக அரைத்து தினந்தோறும் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் வனப்புடன் திகழும்.

கண்பார்வை மங்கலாகத் தெரிகின்றது பார்வை தெளிவடைய என்ன செய்ய வேண்டும்?

இலக்ஷ்மணன், பிரம்ப்டன்

தினந்தோறும் கொத்தமல்லி, வெள்ளாட்டு ஈரலை கருஞ்சீரகத்தில் வதக்கிய பொரியல், கேரட் சாறு என்று மாற்றி மாற்றி சாப்பிட்டு வந்தால் கண்பார்வை தெளிவடையும். தொடர்ந்து T.V. பார்த்தல், கெம்யூட்டர் முன் அமர்தல் போன்றவற்றைத் தவிர்த்து சில கண் பயிற்சிகளைச் செய்து வந்தால் கண் பார்வை தெளிவடையும்.

இரத்த சோகை தீர எளிய மருத்துவம் உண்டா?

-வால்டன், லெஸ்லிசாலை

இரத்த சோகை என்பது புற்று நோய் போன்றது. உடனடியாக மருத்துவரை அணுகுவது நல்லது. கொத்தமல்லி மிகச் சிறந்த மூலிகை மருந்து. தினந்தோறும் தவறாமல் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு கைப்பிடி கொத்தமல்லி இலையை ஆடு மேய்வது போல் வெறும் வயிற்றில் காலையில் தின்று அரை மணிநேரம் தண்ணீர் எதுவும் அருந்தாமல் இருந்து வர நல்ல பயன் கிட்டும்.

நீர்த்துப் போன தாது கெட்டியாக எளிய மருத்துவம் என்ன?

-சங்கரன், கென்னடி

கொத்தமல்லிச் சாறு ஒரு அவுன்ஸ் எடுத்து பனங்கற்கண்டுடன் சாப்பிட்டு வர வேண்டும். அத்திப்பழம் நல்ல பலனைத் தரும். பூனைக்காலி விதை, ஓரிதழ் தாமரை, அமுக்ரா போன்றவை மிக நல்ல பயன் கொடுக்கும்.

நான் ஒரு பாடகி, எனது குரல் கவர்ச்சியாக அமைய என்ன செய்ய வேண்டும்?

-தரணி ஜெயப்பிரியா

வெந்நீரில் ஒரு துளி நெய் விட்டு ஒரு நாளைக்கு பலதடவை குடித்து வாருங்கள். அதிமதுரம் பொடியை தேனுடன் குழைத்து வெந்நீருடன் காலையில் குடித்தாலும் நல்லது. பால், தயிர் போன்றவற்றைத் தவிர்த்து விடுங்கள்.

நான் 100 வயது வாழ விரும்புகின்றேன் எளிய மூலிகை உதவுமா?

-சிவநாத் காந்தரூபன்,

'காலையில் இஞ்சி
கடும்பகல் சுக்கு
மாலையில் கடுக்காய்'

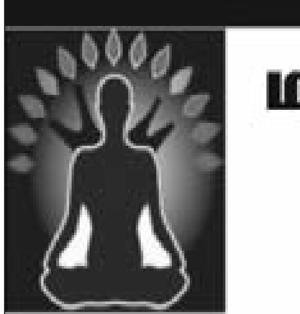
இதுதான் எளிய மூலிகை இரகசியம் இதனைக் கடைப்பிடித்தால், 100 ஆண்டுகள் வாழலாம். வாதம், மலக்கட்டு, அல்சர், ஈரல் நோய், வெள்ளை படுதல், மஞ்சட்காமாலை போன்ற நோய்களைக் குணமாக்கி, தாது விருத்தி செய்து மனதிற்கு புத்துணர்ச்சியைக் கொடுக்கவல்லது கடுக்காய்.

வாழ்க வளமுடன்!

■ ■ ■

Arthritis
முழங்கால், தோல்பட்டை, கைவிரல்களில்
திருகு வலியா? விரைவில் குணமடையலாம்
Blood pressure - Hyper Tension
அமைதியான ஆட்கொல்லி
SILINT KILLER
இரத்த அழுத்தமா
நல்ல சுகமடைய இயற்கை மூலிகை மருத்துவம்

canada 416 - 995 -0416
India -91-9362728808

கை, கால் வலிப்பு நோயா?
திக்குவாய், ஞாபகசக்தி குறைவு, Dementia
மூளை வளர்ச்சி குறைவு - Autism
Alzimer, நடுக்குவாதம் - Parkinson
போன்ற நோய்களுக்கு
ஆயுர்வேதம்

மருத்துவ ஆலோசனை
பெற அழையுங்கள்
416-995-0416

வாடிக்கையாளர்களே! உங்களை
செங்கம்பளம் விரித்து வரவேற்கிறோம்
WELCOME TO
RED CARPET
Royal Realty Ltd., Brokerage ®
INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED
Real Estate Service
Bus: 416-284-5555 (24Hrs.)
880 Ellesmere Road,Suite 204, Toronto, ON., M1P 2W6
UP TO 100% COMMISSION
Joan Miller
Broker of Record.
33 Years in Real Estate
Karu Kandiah
Broker/ President
Dir: 416-284-5698
20 Years in Real Estate
New & Experienced Agents are Welcome To...
Join the Winning Team for your Success !
• Regular Sales Training from Experts
• Referral leads
• Free Real Estate Classes
• Help for Newly licensed agents
Queen/Mclaughlin
$795 For Lease
2 Bedroom, 1 Washroom Self Contained Apartment With 2 Bedroom**Walking Distance To Schools
9th Line/Hooverpark
$444,900
4 Bedrooms, 3 Washrooms Gorgeous, Unique & Popular Mattamy Built Home On Premuim Lot With Panoramic View
Mccowan/Lawrence
$1,300 For Lease
4 Bedrooms, 2 Washrooms Well Maintained 4 Bdrm Detached Home In A Very In Demand Location
Mccowan/Progress
$1,600 For Lease
2 Bedrooms, 2 Washrooms Living With Comfort And Convenience. Immaculate 2-Storey Townhouse
FOR RENT
Brand New 2 Bedrooms, 3 Washromms Townhouse For Rent in Pickering - $ 1400
FOR RENT
Lawrence & Markham
3+2 Bedrooms, 2 Kitchens Bungalow House for Rent
Victoria Park/Eglinton
$234,000
2+1 Bedrooms, 1 Washroom Prestigous 'Victoria Village' Townhouse In Convenient Location. Corner Unit Move-In
Birchmount/Ellesmere
$249,900
2+1 Bedrooms, 2 Washrooms Luxury Tridel Built - Well Kept Move-In Condition. Very Spacious Living/Dining Room
Midland/Finch
$269,900
Well Maintained Industrial/ Commercial Condo In A Great, Covenient Location, Total Area 2,150 Sq Ft
Kennedy/S Of Eglinton
$299,900
3+2 Bedrooms, 2 Washrooms Motivated Seller. Totally Renovated Main Floor! Ready To Move In! Great Investment
9th/16th
$349,900
3+1 Bedrooms, 3 Washrooms Well Loved Family Home On A Corner Lot, Lots Of Lights, Many Upgrades Over The Last 4 Years
Keele/Finch
$175,000
3 Bedrooms, 2 Washrooms Budget! Freshly Painted, Spacious 3 Bedroom.Very Clen. Good Size Bedrooms
Finch/Staines
$454,900
3+1 Bedrooms, 3 Washrooms Just Like A Model Home, A Must See! Approx $75,000 In Upgrades
Neilson/ Sheppard
$129,000
2+1 Bedrooms, 2 Washrooms Large Living Room, 2 parking underground & Locker
Morningside/Warnsworth
$314,900
4 Bedrooms, 3 Washrooms High Demand West Hills Area. Freshly Painted, New Furnace(2007), New Ac(2007)
Morningside/Finch
$465,000
4 Bedrooms, 3 Washrooms Laurier Built Home.Well Maintained Approx.2810 Sq.Ft.9Ft. Ceiling On Main Level
Prapagharan Jeganathan*
Chandrakumar sornalingam*
Charles Deva*
Ranjan Francis Xavier*
Joy Emmanuel*
Meera Ram*
Sajan Shanmuganathan*
Kannan Kankesu**
Sabapathy Ganeshalingam*
Ragu Paramsothy*
Vithiyatharan Thillainayagam*
Ken Seyon*
Neelan Thambiah*
Ananthi Selvasivam*
Richard Napase Sison*
Balamohan Rajaratnam*
Ashok Ragupathy*
Saeed Ahmed Qureshi*
Ken Murugananthan*
Mathy Mahendrarajah*
Allan Dayta Abellanosa*
Ponniah Balayogeswaran*
Killivalavan Chelliah*
** Broker * Sales Representatives

Nallur KUMARANS Inc.
Kumaran
நல்லூர் குமரன்

பட்டுச்சேலைகளின் சாம்ராஜ்யம்

ஒரேகூரையின் கீழ்

முதன்முதலாக TORONTO மாநகரம்
இதுவரை காணாத காலவரையற்ற மாபெரும்

மலிவு விற்பனை

ஆரம்பம் Dec 5 முதல்

Handloom Cotton Sarees	from $55.00
Cotton Sarees	from $24.00
Salem Power loom Sarees	from $23.00
Calcutta Designer Sarees	from $33.00
Mumbai Fancy Designer Sarees	from $55.00
Kanchipuram Sarees	from $77.00
Pure Kanchipuram Sarees	from $177.00
Salwar Kameez	from $33.00
Cotton வேட்டி, சால்வை	from $12.00
Surat Casual Sarees	from $9.00
Ladies Denim Pants	from $5.00
Ladies Skirt	from $4.00
Ladies Top	from $2.00

Economic Showroom / Low Price Guarantee

Nallur Kumaran

2776-2778 Kennedy Road (Kennedy & Finch) Scarborough, ON
Tel: 416•291•1333 (Nallur Kumaran Plaza) MORE PARKING AT REAR

2009இல் குழப்...

23ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

மக்களாட்சி நடைமுறையுமல்ல.

13 ஆவது கனடியப் பாராளுமன்றம் 1918 (1917 டிசம்பர்)இல் கூட்டணி ஆட்சியில் அமைந்திருக்கின்றனது. இந்த ஆட்சி 1921 (1920)வரை நீடித்தது. அப்போது தற்போது இருக்கும் கட்சிகள் இல்லை. அது முதலாவது உலகப்போரின் காலமாகும் என்பது நினைவில் கொள்ளத்தக்கது.

இதுவரை 40 அரசுகள் கனடாவில் அமைந்திருக்கின்றன. அவற்றில் 14 அரசுகள் சிறுபான்மை பாராளுமன்றங்களைக் கொண்டவை.

ஏன் எதிர்ப்பு:

இந்த வரவு செலவுத் திட்டத்தில் அதை எதிரிக்கும் அளவிற்கு அப்படி என்ன இருந்தது அல்லது இல்லை.

நாடும் உலகமும் பொருளாதார நெருக்கடியில் இருக்கின்றது. ஆனால் அரசின் வரவு செலவுத்திட்டமோ பெரிய தீர்வுகள் எதையும் கொண்டிருக்கவில்லை. பல தொழிற்சாலைகள் மூடப்பட்டு பலர் வேலை இல்லாது இருக்கின்றனர். இன்னும் பல தொழிற்சாலைகள் மூடப்பட தயாராக இருக்கின்றன.

ஆனால் அரசின் வரவு செலவில் அது குறித்த கவலை தென்படவில்லை. அதற்கான சலுகை பொதியை திட்டமிட்டிருக்கின்றனராயினும் அதை வழங்குவதை ஓராண்டு ஒத்தி வைத்தே வரவு செலவு திட்டமிடப்பட்டிருக்கிறது. செலவினத்தைக் குறைத்துக் காட்டி ஓர் வரவு செலவுத் திடத்தை மக்கள்முன் வைப்பதற்காக செய்யப்பட்ட போலியானவிளையாட்டு இது.

இது மட்டுமல்லாது அரசின் செலவினங்கள் பல குறைக்கப்படுவதற்கு முயற்சி அறிவிக்கப்படும் என்றிருக்கிறார்.

அதில் முதன்மையானதும் குறிப்பானதும் அரசியல் கட்சிகளுக்கு கொடுக்கப்படும் நிதியாகும். கனடாவில் ஒரு கட்சி பெறும் ஒவ்வொரு வாக்குக்கும் 1.95 டொலர் அந்தக் கட்சிக்கு வழங்கப்படும். இது மக்கள் வரிப் பணத்தில் இருந்து வழங்கப்படுவது.

அதாவது வரியைச் செலுத்தும் குடிமகன் ஒருவர் ஒரு கட்சிக்கு வாக்கு போடுவதால் அதை ஆதரிக்கிறார். எனவே அவருடைய வரிப்பணத்தில் இருந்து அந்தக் கட்சிக்கு ஏறக்குறைய 2 டொலர்கள் கொடுக்கப்படுகின்றது.

காப்பர் இந்தப் பணத்தை நிறுத்தப் போவதாகச் சொன்னார். இது உண்மையில் எதிர்க் கட்சிகளை அழிக்கும் வழிமுறை. ஆட்சியில் இருக்கும் கட்சிக்கு பல வழிகளில் ‘வருமானம்’ வரலாம். எனவே தற்போது தேர்தலில் செலவு செய்து களைத்திருக்கும் எதிர்க் கட்சிகளை நிதி இல்லாமல் செய்தால் அவர்கள் இப்போதைக்கு தேர்தலை பற்றி சிந்திக்க மாட்டார்கள். தனது ஆட்சி கொஞ்ச நாளைக்கு நீடிக்கும் என்பது காப்பரின் எண்ணம்.

ஆனால் மற்றப் பக்கத்தில் இருந்து அடி விழும் என்பதை அவர் எதிர்பார்க்கவில்லை. எதிர்க்கட்சிகள் மூன்றும் ஒன்றாகச் சேரும் என்பது கனவிலும் எண்ணாதது.

மேலும் ஓர் “புரட்சிகரமான” திட்டத்தையும் அவர் சொன்னார். அரசின் சொத்தாக உள்ள பல வற்றை தனியாருக்கு விற்று வரும்படியைப் பெறுவது என்பது அதில் ஒன்று.

உதாரணத்துக்கு சி.என் கோபுரம் இருக்கிறது. இதனை ஓர் தனியார் நிறுவனத்துக்கு விற்றால் அதனால் மில்லியன் கணக்கில் வரும்படி வரலாம். ஆனால் தேசியச் சின்னங்கள் போன்றவை நாட்டின் பெருமையல்லவா?

ஏற்கெனவே ஒன்றாரியோவின் பழமைவாதக் கட்சி அரசு ஒன்று பெருவழி 407 தனியாருக்கு குத்தகைக்கு விட்டது. 99 ஆண்டுகள் குத்தகை. இரண்டு சந்ததிக்கு அது தனியாருக்கு காசு கொடுத்து பயணம் செய்யும் பெருவழி. அதன் பிறகு அது பழைய வழியாகிவிடும்.

அதற்கு கொடுக்கும் வரிப்பணத்தை அரசே அறவிட்டிருக்கலாமே. மக்களும் அரசுக்கு தான் நாங்கள் பணத்தைக் கொடுக்கிறோம் அது மீண்டும் மக்களுக்கு செலவிடப்படுகிறது என்ற எண்ணம் வந்திருக்கும்.

இதைப்போன்றது தான் காப்பரின் தனியார் மயமாக்கும் திட்டம்.

இவ்வாறான பலவற்றை பொறுக்க முடியாமல் தான் எதிர் கட்சிகள் கூட்டணி அரசை அமைக்க முன்வந்தன.

தற்போதைய ஒத்தி வைப்பினால் பிரதமர் காப்பர் மறைமுகப் பேரங்களை நடத்தலாம்.

ஆயினும் இந்த உசுப்பேற்றலால் எதிர்க் கட்சிகள் இன்னும் உக்கிரத்துடன் எதிரப்பு காட்ட முனையும்.

அதுவும் கியூபெக் பிரிவுக் கட்சி போன்ற வற்றை கண்டபடி பிரிவினைக்காரர்கள் என்ற தொனியில் குற்றம் சாட்டி மீண்டும் மீண்டும் காப்பர் பேசியது பலரிடம் எதிரப்பை உருவாக்கியிருக்கிறது.

டிசம்பர் 26 ஆவது நாளன்று மீண்டும் ஆளுனர் ஓர் உரை படிப்பார்.

அதாவது காப்பரின் அரசு ஆட்சியை மீண்டும் புதிதாகத் தொடங்குவது போலத் தொடங்கும்.

சிறு பிள்ளைகளோடு விளையாடும் போது தோற்றுப் பேனால் திருப்பி விளையாடுவோம் என்று கேட்பார்களே அது போல திருப்பி தொடங்கவிருக்கிறது ஆட்சி. இதையும் எதிர்க்கட்சிகள் நிச்சயமாக எதிர்ப்பார்கள் என்றே அரசியல் நோக்கர்கள் கருதுகிறார்கள்.

இந்நிலையில் சில தெழிற்சங்கங்கள் ஆளுனரின் முடிவுக்கு கண்டனம் தெரிவித்திருக்கின்றன. இதைப்போல பல வழிகளில் ஆளுனருக்கு இரண்டு மாதங்கள் கடிதங்கள் கண்டனங்கள் பறக்கும்.

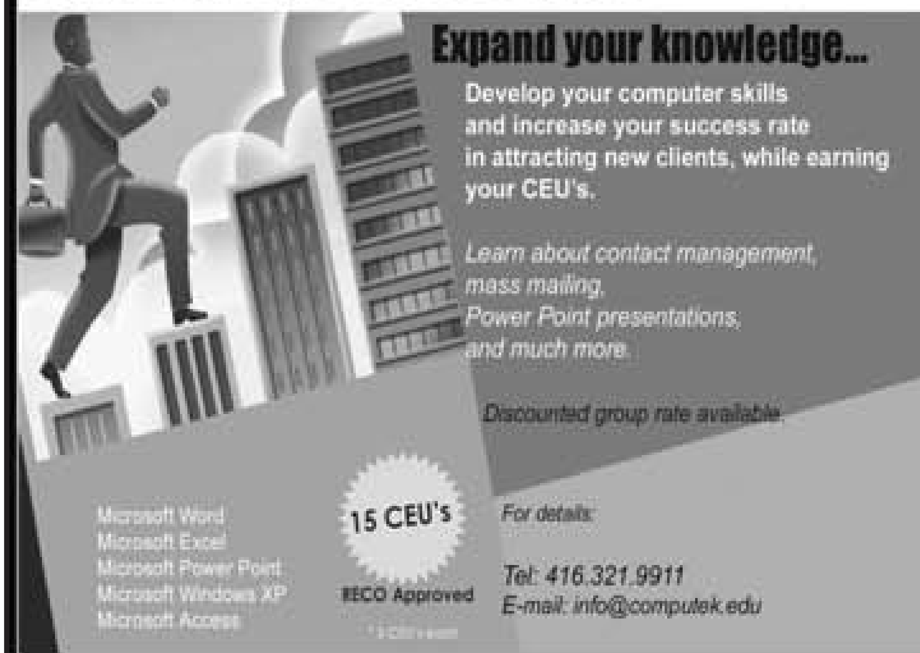
எதிர்க் கட்சிக்குள்ளும் சிலர் விலைபோகும் நிலை உருவாகலாம்.

தைபிறந்தால் வழி காப்பருக்கு பிறக்கிறதா என்று பொறுத்திருந்து பார்க்கலாம்.

■ ■ ■

Est. 1991
Computek College
BUSINESS • HEALTH CARE • TECHNOLOGY

CEU's Real Estate Professionals !



Promotional fee structure !

Number of Students	Price per student for 3 Credits
15 students	$21.00 ($7 per student/ 1 CEU)
10 students	$24.00 ($8 per student/ 1 CEU)
5 or more students	$30.00 ($10 per student/ 1 CEU)
Individual	$45.00 ($15 per student/ 1 CEU)

MS Word for Real Estate Professional - 3 CEU
MS Excel for Real Estate Professional - 3 CEU
MS Power Point for Real Estate Professional - 3 CEU
MS Windows XP for Real Estate Professional - 3 CEU
MS Access for Real Estate Professional - 3 CEU

Financial Assistance may be available for those who qualify. We welcome
- EI - currently receiving / received recipients
- Maternity benefits received recipients
- New immigrants /Social Assistance recipients

Call for details

Diploma Courses
NETWORK ENGINEERING
EARLY CHILDCARE ASSISTANT (ECA
COMPUTERIZED ACCOUNTING
PERSONAL SUPPORT WORKER (PSW)
MEDICAL OFFICE ADMIN (MOA)
BUSINESS ADMINISTRATION

Kennedy / Sheppard
(North-East Corner)
Tel: 416-321-9911
2347, Kennedy Road, Suite 301
Scarborough, ON., M1T 3T8

Kennedy / Eglinton
(N/W Corner, Above Library)
Tel : 416-285-9941
2390 Eglinton Ave East, Suite 248
Scarborough ON M1K 2P5

www.computek.edu

Inflation deflation and the economy

மாறன் செல்லையா
- நிதி திட்டமிடல் ஆலோசகர் -
maran@thaiveedu.com

பணவீக்கத்தைப் பற்றி எல்லோரும் அதிகமாகக் கேள்விப்பட்டிருப்பார்கள். ஏனென்றால் அதுதான் எல்லா நேரத்திலும் எல்லோர் வாயிலும் முன்னணி வகிப்பது. ஆனால் deflation அல்லது பணச்சுருக்கம் எல்லோருக்கும் பயம்தரும் சொல்லாகும். இந்தப் பணச்சுருக்கம் என்பது உறுதியான தொடர்ந்த கேள்வி வீழ்ச்சியால் அடையப்பட்ட விலை வீழ்ச்சியாகும். இதன் அடிப்படைக் காரணமாக வேலையில்லாத் திண்டாட்டம், தொழிற் துறைகளில் முதலீடுயின்மை என்பன இருக்கும். இந்தநிலையில் பொருளாதார ஸ்திரத் தன்மையை ஊக்குவிக்க கொள்கை வகுப்பாளர்களின் நடவடிக்கைகள் பலன் தராத நிலை உருவாகும். இன்னும் பாரதுாரமான நிலையில் இந்த பணச்சுருக்கம் தொடரும் பணச்சுருக்கத்திற்கான காரணமாகும். மக்கள் தமது வருமானம் இன்னும் வீழ்ச்சியடையக் கூடும் என்ற எதிர்பார்ப்பில் அல்லது அவர்களது, சேமிப்புகள் மேலும் பெறுமதி குறைவதால் செலவீனங்களைக் குறைப்பதாகும். அத்துடன் அவர்கள் தமது பணச் சேமிப்புகளை பதுக்க தொடங்குவதாகும்.

இதனால் பொருட்களுக்கும் சேவைகளுக்குமான கேள்வி வீழ்ச்சியடையத் தொடங்கும். நிறுவனங்களில் லாபம் வீழ்சியடையும். இதனால் நிறுவனங்கள் வேலையிலிருந்து ஆட்களை நீக்கும். இது ஒரு பாரிய ஒரு வட்டமாக இயங்கத் தொடங்கும்போது இதிலிருந்து பொருளாதாரத்தை மீட்பது இலகு அல்ல. விலைகள் வீழ்ச்சியடையும் போது மக்கள் செலவீனத்தைக் குறைப்பர். ஏனென்றால் அது பிறகு மலிவாக வாங்கலாம் என்பதால்.

உலகப் பொருளாதாரம் அப்படிப்பட்ட ஒரு வட்டத்திற்குள் மெதுவாகச் செல்வது போலத் தெரிகிறது. பொருளாதாரதக் கேள்வி ஒவ்வொரு கண்டத்தினுள் மெல்ல வீழ்ச்சியடைந்து கொண்டிருக்கின்றது. கூடுதலான கொள்கை வகுப்பாளர்களுக்கு இது பற்றிய பாரதுாரமான தன்மை தெரியும். ஆனால் முக்கியமான ஒரு இயல்பு பற்றி அவர்கள் அக்கறை கொள்வது இல்லை. சமுதாய விஞ்ஞானிகள் இதை ஒரு கூட்டு நடவடிக்கைப் பிரச்சினை என்று கூறுகின்றார்கள். இந்த இயல்பைப் புரிந்து கொண்டால்தான் இதற்குரிய பரிகாரத்தை சரியான முறையில் செய்யலாம். இது எமது நாளாந்த வாழ்வில் நடக்கும் ஒரு நிகழ்வாகும்.

அண்மையில் ஒரு நண்பர் ஒரு முக்கியமான வாங்குதல் ஒன்றைச் செய்யும்முன் எனது ஆலோசனையைக் கேட்டார். அவருக்கு நான் இன்னும் சில நாட்கள் கழித்து பார்த்துச் செய்யலாம் என்று கூறிவிட்டேன். இது போலவே கனடாவிள் உலகெங்கிலும் உள்ள கோடிக்கணக்கானவர்கள் முடிவுகளை மேற்கொள்கிறார்கள். ஆனால் தனி ஒருவனின் முடிவு உலகப் பொருளாதாரத்தை காப்பாற்ற முடியாது. எல்லோரும் பின் வாங்கும்போது நாம் தனியாக நாமும் பின்வாங்க வேண்டியதுதான்.

கூட்டு நடவடிக்கைப் பிரச்சினைகள் பல வடிவங்களில் வரலாம். தற்போது நடக்கும் பிரச்சினையை 'மான் வேட்டை" என்பார்கள். ஒரு மானைக் கொல்ல இரு வேட்டைக்காரர்கள் ஒத்துழைக்க வேண்டியுள்ளது. அப்போது ஒரு வேட்டைக்காரனின் அருகில் முயல் ஒன்று வருகிறது. அதனால் அந்த வேட்டைக்காரன் மானை விட்டுவிட்டு இந்த முயலை அடிக்க முடிவு செய்கிறான். மானை வீழ்த்துவதைவிட இந்தமுயலை அடிப்பது சுலபம் என அவர் முடிவு செய்கிறார். இதனால் இருவேட்டைகரர்களும் மானை இழக்கின்றார்கள். முயலைப் பெற்றவர்கூட அரைவயிறு சாப்பாடுதான். தற்போது மக்களிடையே இருக்கும் கேள்வி முயலா? மானா? என்பதல்ல. சேமிப்பா?, செலவா? என்பதுதான். ஏனென்றால் நாம் மற்றவர்களை நம்பமுடியாது. அதனால்தான் நாம் முயல்களைத் துரத்துகிறோம். இதுதான் அரசாங்கங்களின் பிரச்சினையாகும். மற்றவர்களை நம்புங்கள் என சட்டமியற்ற முடியாது. மாறாக அரசாங்கம் பொருளாதாரத்திற்கு பணத்தை இறைக்க முடியும். வேலையற்றோருக்கு வளங்களை கூட்டலாம். பெருந்தெருக்கள், சாலைகள் போடும் திட்டங்களை அறிவித்து பொருளாதார நடவடிக்கையை அதிகரித்து சரிவை நிறுத்தலாம். இதனால் தனிப்பட்டோர்களையும் நிறுவனங்களையும் ஒருவரை ஒருவர் நம்பப் பண்ணலாம். அதனால் பொருளாதார பயநிலையைக் குறைக்கலாம். இதனால் மக்கள் மீளவும் செலவழிக்கும் நிலைக்கு மெல்லத் திரும்புவர்.

அரசாங்கம் மிக விரைவாக நடவடிக்கைகளை எடுக்க வேண்டும். ஏனென்றால் இது விரைவாக தனது உருவத்தை மாற்றி வருகிறது. முதலில் பங்குகளில் ஆரம்பித்து இப்போது மெதுவாக சாதாரண மக்களை பாதிக்கத் தொடங்கியிருக்கின்றது. இன்னும் சில காலத்தில் அரசாங்கங்களைக் கூட இது கவிழ்த்து விடலாம். உதாரணமாக ஆர்ஜென்ரீனா, ஐஸ்லாந்து போன்ற நாடுகளில் பிரச்சினைகள் தோன்றியுள்ளன.

இன்னும் கடந்த பொருளாதார வளர்ச்சிக்கால கட்டத்தில் கங்கேரியில் இருந்து துருக்கிவரை, இந்தியாவிலிருந்து சீனா வரை பூகோள மத்திய தர வர்க்கத்தில் அண்மையில் சேர்ந்துகொண்ட கோடிக்கணக்கானவர்கள் மலை உச்சியில் இருந்து விழுந்தது போலாகிவிடும். அவர்களின் வாழ்க்கைத் தரம் மண்ணாகிவிடும்.

மலிவான கடனினால் கட்டி எழுப்பப்பட்ட பொருளாதாரக் கனவுகள் மணல் வீடாகிவிடும். உலகெங்கும் மேற்கு நாடுகளின் திறந்த பொருளாதாரக் கொள்கை மீது தப்பான அபிப்பிராயம் வந்துவிடும். இதிலிருந்து அரசியல் பிரச்சினைகள், தீவிரவாதப் பிரச்சினைகள், ஜேர்மனியில் neo nazis, சீனாவின் தேசியவாத சிக்கல்கள், இந்தியாவிலிருந்து இந்து அடிப்படைவாதம் என பல்வேறு கொள்கைவாதிகள் மக்கள் ஆதரவைப்பெற்று பதவிக்கு வந்து விடுவார்கள். ஆகவே அரசாங்கங்களுக்கு பெரிய வேலை ஒன்று பொறுப்பாக இருக்கிறது.

■ ■ ■

சக்தி என்றால் காப்புறுதி

1983ஆம் ஆண்டிலிருந்து காப்புறுதித்துறையில்
முழுநேர நெறியான சேவை

"சகல காப்புறுதி நிறுவனங்களினதும் பிரதிநிதி"

- பாரபட்சமின்றி எந்த நிறுவன திட்டமாக இருப்பினும் தெளிவான துல்லியமான இலகுவில் கிரகிக்கும் வண்ணம் விளக்கம்.
- 9000 இற்கும் மேற்பட்ட திருப்திகரமான வாடிக்கையாளர்கள்
- 90க்கும் மேலான துரித காப்புறுதி இழப்பீடுகள்.
- எனது வாடிக்கையாளர் பட்டியலில் ஒருசில
  - வருமான வரி இலாகா, கணக்கியல் சோதனையாளர்கள் (Revenue Canada Auditors) ,
  - நிதியமைச்சு அதிகாரிகள் (Ministry of Financial Services),
  - காப்புறுதி பிரதிநிதிகள், அவர்கள் குடும்ப அங்கத்தவர்கள், முதியோர், சிறார்கள்,
  - பிரபல வர்த்தகர்கள், குடும்பத்தவர்கள்,
  - பிரபல எழுத்தாளர்கள்,
  - வைத்தியர்கள்,
  - வழக்கறிஞர்கள்
- 85 வயதுக்குட்பட்ட எவருக்கும், எச்சூழ்நிலையிலும், நிச்சயமாக காப்புறுதியளிக்கும் திறமை (நிறுவனங்களின் நிபந்தனைப்படி)
- எக்காப்புறுதித் திட்டமாக இருப்பினும், விளக்கத்துடன் மன ஆறுதல் திட்டமாக பெற்றிட தயங்காமல் நாடுங்கள்
- மருத்துவ ரீதியின்றி 275,000 வரை காப்புறுதி

- சக்திவேல் -

தொலைபேசி: 416.706.3530, 905.428.9299, 905.763.8912

Fax: 905.428.9307 Email: george14@sympatico.ca

மன்னிக்கவும்!

வாகனக் காப்புறுதி (Car Insurance), தீ காப்புறுதி (Fire Insurance) செய்வதில்லை!

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com

Fax: 416-849-0594

Tel: 416-646-3422

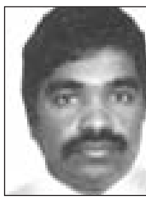
FULL TIME
REAL ESTATE AGENT
வீடு வாங்க விற்க
Queen/Mclaughlin
$795 For Lease
2 Bedroom, 1 Washroom
Self Contained Apartment With
2 Bedroom**Walking Distance
To Schools
9th Line/Hooverpark
$444,900
4 Bedrooms, 3 Washrooms
Gorgeous, Unique & Popular
Mattamy Built Home On Pre-
muim Lot With Panoramic View
Mccowan/Lawrence
$1,300 For Lease
4 Bedrooms, 2 Washrooms
Well Maintained 4 Bdrm De-
tached Home In A Very In De-
mand Location
Mccowan/Progress
$1,600 For Lease
2 Bedrooms, 2 Washrooms
Living With Comfort And Con-
venience. Immaculate 2-Storey
Townhouse
Victoria Park/Eglinton
$234,000
2+1 Bedrooms, 1 Washroom
Prestigous 'Victoria Village'
Townhouse In Convenient Loca-
tion. Corner Unit Move-In
Birchmount/Ellesmere
$249,900
2+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Luxury Tridel Built - Well Kept
Move-In Condition. Very Spa-
cious Living/Dining Room
Midland/Finch
$269,900
Well Maintained Industrial/
Commercial Condo In A Great,
Covenient Location,
Total Area 2,150 Sq Ft
Kennedy/S Of Eglinton
$299,900
3+2 Bedrooms, 2 Washrooms
Motivated Seller. Totally Reno-
vated Main Floor! Ready To
Move In! Great Investment
Keele/Finch
$175,000
3 Bedrooms, 2 Washrooms
Budget! Freshly Painted, Spa-
cious 3 Bedroom.Very Clen.
Good Size Bedrooms
Finch/Staines
$454,900
3+1 Bedrooms, 3 Washrooms
Just Like A Model Home, A
Must See! Approx $75,000 In
Upgrades
Neilson/ Sheppard
$129,000
2+1 Bedrooms, 2 Washrooms
Large Living Room, 2 parking
underground & Locker
Condo For SALE!
Call for Price
இலங்கையில் ஒரு அழகான வீடு...
Wellawatte, Colombo
2 Bedrooms, 2 Washrooms
Large Living & Dining Room
Separate open to Sky Balcony
& Separate Balcony
24 Units Condo, 3rd Floor
Approx. 910 Sq.ft
Ashok Ragupathy, B.Com
Sales Representative
Cell: 647-401-9203
Office: 416.284.5555
E-Mail: Ashokragupathy@yahoo.ca
RED CARPET.
Royal Realty Ltd., Brokerage
INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED
880 Ellesmere Road, Suite 204, Toronto, M1P 2W6

Shan Thayaparan
Sales Representative
Homelife GTA
Realty Inc. Brokerage
web:www.shan123.com
Email:shan123@rogers.com
Bus:416-321-6969
Dir: 416-567-7675
Scarborough
Neilson/Finch
$135,000
Why Rent?
Affordable for 1st Time buyers
Steps to Mall, Schools, TTC
Library, Doctors office.Close
to 401 and More
Scarborough
Neilson/Tapscott
$103,900
Why Rent?
Affordable for Seniors
Steps to Mall, Schools, TTC
Library, Doctors office. Close
401 and more
Scarborough
Shep/Medow
$269,900
3Years New
Immaculate Matamy Built
Freehold Town House. Large
Master Bedroom, Huge Kitchen
Close to everything
Scarborough
Shep/Markham
$269,900
Why Rent?
One Owner Large Home. Ideal
for large family. Hardwood floors
Close to TTC, School, 401,
Shopping & more401 and more
Scarborough
Shep/Markham
$299,900
Power Of Sale
Bank Sale, Bank Sale
Good Deal won't Last
Close to TTC, School, 401,
Shopping & 401 Call for details
Scarborough
Medow/Shppard
$356,900
Largest Semi
21/2.Spectacular4 Bedrooms Semi.
Sep. Entrance to Basement. Well
maintained, Stainless Appliances for a
good price. won't last. Good Neighborhood
Close to Everything!!!!
Markham
Markham/16th
$368,900
Good Deal!
Detached 3 Bedrooms House.
Hardwood main floors. Senator built
I deal for a small family. Professionally
painted. Open Concept.
Markham
Markham/Denison
$399,900
Fin. Bsmt
Spectacular4 Bedrooms House.
Hardwood main floors. 2 Bedroom
Basment appartment. Large Kitchen,
Family room, Living Room & Deck.
Redy to Move in and Enjoy!!!
Brampton
Wanless/Cingusi
$339,000
Good Bargain
Newest area of Brampton.4 Bedroom
House. Open Concept. Main floor
Laundry. Master Bedroom with 4Pc.
Access to Garage and More. Separate
Entrance to Patly finished Basement
Businesses For Sale
Scarborough
McCowan/Shepp
$49,000
Family Buss.
Pizza & Fast food
Ideal family business. Low rent & short
hours. Lots of room for improvement.
Bring any offer. Good Opportunity.
Down Town
Yonge/St.Clair
$239,900
Fine Dining
Located in Rose dale. 130 Seats,
70 Patio Seats & 2Private rooms. Must
see. Fit for any cuisine and bar. Lots of
Leasehold improvements.
GTA
Truck Stop
$239,900
Amazing
Over 8 Acres, 175 Truck & Trailer Parking
Restaurant, Convenience store, 9 showers,
Internet Café, Laundry Machines, Atm,
and more.... Call for more details.
Not intend to solicit properties currently listed or buyers under agreement
Looking for Mortgages.....
>First Mortgages
>2nd Mortgages
>Debt Consolidation
Call: 416-826-7426
Renters Zone.....
>Help Land Lords to find Good Tenants
>Employment, Credit & Reference Check
>Help Tenants to find good properties
email: shan123@rogers.com

அறியவில்லையானால் அறிந்துகொள்ளுங்கள் - கனடாவில் சில தகவல்கள்

வாகன விபத்து ஒன்றில் நட்டஈடு கோருதல்?

தகவல் தொடர் - 24



சிவ பஞ்சலிங்கம்
- ஆயுட்காப்புறுதி பிரதிநிதி -
sivapunch@thaiveedu.com

கனடாவில் உள்ள வீதி ஒன்றில் வழமையாக நடக்கின்ற வாகன விபத்து ஒன்றின் மாதிரி வரைபடம் இங்கு தரப்பட்டுள்ளது.

மூன்று வாகனங்கள் தொடராக நகர்ந்து கொண்டிருந்த கணப்பொழுதில் ஒன்றுடன் ஒன்று பின்பக்கமாக வந்து மோதி விட்டு, தத்தமது வாகனங்களுக்கு ஏற்பட்ட பாதிப்புகளுடன் நிற்கின்றன.

இங்கு கனடாவில் வாகன காப்புறுதி சட்டப்படி நட்டஈடு வழங்கும் போது, சரி பிழை எந்த பக்கம் என்பதனை எப்படி தீர்மானித்து காப்புறுதி கம்பனிகள் ஒரு முடிவுக்கு வருகின்றது?

இம் மூன்று வாகனங்களுக்கும் காப்புறுதி கம்பனிகள் எந்த பிரிவின் கீழ் எப்படி நட்டஈடுகளை கொடுத்து தீர்க்கின்றது?

இதுவே இங்கு அறியவில்லையானால் அறிந்து கொள்ள வேண்டிய முக்கிய தகவல்

A என்பவருக்கு 0% தப்பு (தப்பு என்பதே இல்லை)

A என்பவருடன் ஏற்பட்ட மோதலில் Bக்கு 50% தப்பு

B என்பவருடன் ஏற்பட்ட மோதலில் Cக்கு 100% தப்பு

ஒரே பாதையில், ஒரே வழியில் ஒன்றுக்கு பின் ஒன்றாக ஓடிக் கொண்டிருந்த A, B, C என்ற மூன்று வாகனங்களும் ஒன்றுக்கு பின் ஒன்றாக மோதப்பட்ட நிலையில் வாகனங்கள் மூன்றும் பாதிக்கப்பட்ட நிலையில் உள்ளன. மேற்குறிப்பிட்ட வரைபடத்தின்படி A என்ற வாகனத்திற்குப் பின்னால் B என்பவர் மோத அதேநேரம், வேகமாக வந்த C என்பவர் திடீர் என நிறுத்த முடியாது B என்ற வாகனத்திற்குப் பின்னால் மோதி விட்டு நிற்கும் நிலைமை. மூன்று வாகனங்களும் நிறுத்தாமல் ஓடிக் கொண்டிருக்கும் போதே இவ் விபத்து நடந்தது. இப்படித் தான் இங்கு இவ் வீதி விபத்து இம் மூன்று வாகனங்களுக்கிடையில் நடந்தது.

அதாவது இவ் விபத்து நடந்த நிலைமையில், சரி பிழை எந்த பக்கம் என்பதனை தீர்மானிக்கும் சட்ட ஒழுங்கு விதி

(Accident Fault Determination Rules & Regulation –668- Under the Insurance Act)

இவ் விபத்து தொடர்பான வரைபடத்துடன் இப்படி நடந்தால் இதுவே தீர்ப்பு என்பதனை பின்வருமாறு ஆங்கிலத்தில் தெளிவுபடுத்துகின்றது.

This section applies with respect to an incident involving three or more Automobiles that are travelling in the same direction and in the same lane. (A chain reaction)

If all three Automobiles involved in the incident are in motion and Automobile 'A' is the leading vehicle, Automobile 'B' is the second and Automobile 'C' is the third vehicle.

In the collision between 'A' & 'B', the Automobile 'A' is not at fault and the driver of Automobile 'B' is 50 percent at fault for the incident.

In the collision between Automobiles 'B' and 'C', the driver of Automobile 'B' is not at fault and the driver of Automobile 'C' is 100% at fault for the incident.

அதாவது இங்கு விபத்து தொடர்பான சட்ட ஒழுங்கு விதியின்படி

(Accident Fault Determination Rules & Regulation 668 – Under the insurance act)

'A' என்பவருக்கு பின்பக்கமாக 'B' என்பவர் மோதியதில் 'A' என்பவரின் வாகனத்தின் பின்பக்கம் ஏற்பட்ட பாதிப்புகளுக்கு நட்டஈடு கோரும்போது, 'A' என்பவரில் எதுவிதமான தப்பும் இல்லை என்ற நிலையில் (Not at fault) "Direct Property Compensation – No Fault Coverage" என்னும் பிரிவின் கீழ் திருத்த செலவுக்கு நட்டஈடு பெறலாம். இப் பிரிவில் இருந்து பூரணமான தப்பு எதுவும் இல்லாத நிலையில் நட்டஈடு கோரும்போது, அதன் காரணமாக பின்னர் புதுப்பித்தலின் போது எந்த விதத்திலும் வாகனத்திற்கான மாத கட்டுப்பணம் அதிகரிக்க மாட்டாது. அதாவது 'செலவில்லாத நட்டஈட்டு பிரிவு' (No Cost Claim Section) என இப் பிரிவினை வாகன காப்புறுதியில் குறிப்பிடுவது வழமையாகும்.

(சில நேரங்களில் தங்களின் கொடுப்பனவு (deductible) என ஒரு ஒப்பந்தம் இப் பிரிவில் சேர்க்கப்பட்டு இருந்தால் கொஞ்ச பணம் திருத்த செலவுக்கு என தங்கள் சொந்த பணத்திலிருந்து கொடுக்க வேண்டி வரலாம். உதாரணமாக $5000 இந்த இடத்தில் திருத்த செலவு என காப்புறுதி கம்பனி மதிப்பிட்டு ஒப்பந்தத்தில் $500 'தங்களின் கொடுப்பனவு' (Deductible) என இருந்தால், அதனை கழித்து கொண்டு $4,500 டொலரையே இவ் விபத்தில் திருத்த செலவுக்காக காப்புறுதி கம்பனி நட்டஈடாக வழங்குவார்கள்)

இதே நேரம் 'A' என்பவருக்கு பின்பக்கமாக மோதியதில் 'B' என்பவரின் வாகனத்தின் முன் பக்கத்திற்கு ஏற்பட்ட விபத்துக்கு 50% தப்பு (50% at fault) என காப்புறுதி கம்பனிகள் இச் சட்டப்படி முடிவு பண்ணும்.

'B' என்பவரின் முன்பக்கம் ஏற்பட்ட திருத்த வேலைக்கு $5000 செலவு ஏற்படடால் $2500 டொலரினையே "Direct Property Compensation – No fault Coverage" என ஆங்கிலத்தில் குறிப்பிடப்படும். செலவில்லாத நட்டஈடு பிரிவில் இருந்து வாகன காப்புறுதி கம்பனிகள் வழங்குவார்கள். மிகுதி $2500 டொலர் பணத்தினையும் மேலதிக பிரிவுகளில் உள்ள 'மோதல் பிரிவு' (collision Coverage) என குறிப்பிடப்படும் ஒப்பந்த பிரிவு சற்று பணம் கூடுதலாக கொடுத்து பெற்று வைத்திருந்தால் இப் பிரிவில் இருந்து நட்டஈடு பெறலாம். இப்பிரிவில் இருந்து நட்டஈடு பெற்றால் அது பதிவில் போகும்போது, பின்னர் வாகன காப்புறுதி புதுப்பித்தலின்போது மாத கட்டுப்பணம் அதிகரிப்பது தவிர்க்க முடியாது போய்விடும்.

(இவ் இரு பிரிவுகளிலும் தங்களின் கொடுப்பனவு (Deductible) என ஒரு சிறு தொகை ஒப்பந்தம் இருந்தால் காப்புறுதி நட்டஈடு வழங்கலில் தனித்தனி இரு பிரிவிலும் அதனை கழித்துக் கொண்டே வழங்குவார்கள் என்பதும் கவனிக்க வேண்டிய ஒரு விடயம்)

இச் சட்டஒழுங்கு விதியில் கவனிக்க வேண்டிய ஒரு முக்கியமான விடயம்!

மூன்றாவது வாகனம் என எதுவும் இல்லாது 'A' என்ற வாகனத்துடன் 'B' என்ற வாகனம் மட்டும் தனியே பின்னால் மோதியிருந்தால் பின்பக்கமாக மோதிய இவ் 'B' என்பவரில் 100% தப்பாகவே முடிவு செய்யப்பட்டிருக்கும்.

ஆனால் இவ் விபத்து மூன்று வாகனங்கள் சம்பந்தப்பட்டது. ஒரே பாதையில் (in one single lane) இரண்டுக்கு மேற்பட்ட வாகனங்கள் ஓடிக் கொண்டிருக்கும் நேரம் விபத்து நடந்தமையால் மட்டுமே 'B' என்பவர் 50% தப்புடன் தப்பிக் கொள்வதுடன் 'செலவில்லாத காப்புறுதி பிரிவில்' இருந்து ஒரு அரைவாசி பணத்தினையேனும் நட்டஈடாக பெற முடிந்தது.

'C' என்பவர் 'B' என்பவருடன் பின்பக்கமாக இவ் விபத்தில் மோதியதில் 'B' என்பவரில் எதுவிதமான தப்பும் இல்லை. எனவே 'B' என்பவர் தமது வாகனத்தின் பின்பக்கம் ஏற்பட்ட பாதிப்புகளுக்கு 'செலவில்லாத நட்டஈடு' பிரிவில் இருந்து முழுமையான நட்டஈடு கோரலாம்.

'C' என்பவர் முழுமையான தப்பாக கருதப்படுவதால், அவர் இச் 'செலவில்லாத நட்டஈடு' பிரிவில் இருந்து எதுவிதமான

36ம் பக்கம் பார்க்க...

உங்கள் வாகன காப்புறுதிக்கு
பல்வேறு வகையான காப்புறுதி கம்பனிகளிலும் விலைகளை அறியவேண்டுமா
To shop around auto insurance price please call
Siva Panchalingam, B.Com.
(Licensed Insurance Broker)
Office: 905-479-3400 Ext. 132
Home: 416-321-0999
Cell: 416-990-4908
800, Denison Ave., Suite 201, Markham, ON

வீட்டுக் காப்புறுதி கடன் இல்லாவிட்டாலும் தேவையா?

செந்தூரன் புனிதவேல்
- காப்புறுதி முகவர் -

அண்மையில் என்னிடம் வீட்டுக்காப்புறுதி செய்திருந்த ஒருவர் மிக மகிழ்ச்சியாக வந்து தான் அடமானக் கடன் முழுவதையும் கட்டி விட்டதாக கூறி இனி தனக்கு வீட்டுக் காப்புறுதி தேவையில்லை என்று சொன்னார். அவருக்கு வீட்டுக்காப்புறுதியின் அவசியத்தை தெளிவுபடுத்தும்போது, இப்படி எத்தனை பேர் அறியாமை காரணமாக காப்புறுதியை நிறுத்திவிடுகிறார்கள் என்பதை உணர்ந்ததால் இந்த கட்டுரையில் மூன்று சந்தர்ப்பங்களை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கின்றேன்.

ஒரு வீட்டு உரிமையாளர் தான் வழிபாடு செய்யும் ஆலயத்தில் சில திருத்தங்கள் நடப்பதில் உதவி செய்யும் நோக்குடன் வீட்டிலுள்ள மின் அரிவாளை பாவிக்க வழிபாட்டிடத்திற்கு எடுத்துச் சென்றார். அங்கு சிறிது நேரம் அதனைப் பாவித்துவிட்டு மறு நாள் வந்து வேலை செய்யும் நோக்குடன் ஆலயத்திலேயே வாளை விட்டுச் சென்றார். இவர் இல்லாத வேளை இன்னுமொரு ஆப்பிழுத்த பக்கதர் வழிபாட்டிடத்திற்கு தொண்டு செய்யும் நோக்குடன் வாளால் மரத்தை வெட்ட முற்பட்டார். இப்படித்தானே குரங்கும் ஆப்பை இழுத்தது.

கவனக் குறைவால் அவர் கையில் வாள் வெட்டிவிட்டது. உடனே வைத்தியசாலைக்குச் சென்று சிகிச்சை பெற்றார் இவர்,

சில காலத்துக்குப் பின் இவர் கோயிலின் மேல் கவனயீனமாக வாளை வெளியில் விட்டுவைத்தற்காக நஷ்டஈடாக 5,400,000உம் வழக்கறிஞர் செலவையும் கோரி வழக்குத் தொடுத்தார்.

இத்துடன் இது முடிவதாய் இல்லை. வழிபாட்டுத்தளம் தம்மிடமுள்ள காப்புறுதியை நாடாமல் உதவி செய்ய வந்தவர்மேல் நஷ்டஈட்டுக்காக வழக்குத் தொடுத்தார்கள்.

இறுதியாக பரோபகாரியான எனது வாடிக்கையாளர் என் காப்புறுதி அமைப்பிலுள்ள வீட்டுக் காப்புறுதியை நாடியுள்ளார். நல்ல வேளை அவரிடம் வீட்டுக் காப்புறுதி இருந்த படியால் அதிகம் சிரமில்லாமல் தப்பிவிட்டார்.

அவர் வீட்டுக் காப்புறுதி செய்யும் வேளை ஒருபோதும் இப்படியாக தனக்கு ஒரு தேவை வரும் என்று இருந்திருக்க மாட்டார். அவரிடம் வீட்டு காப்புறுதி இல்லாமல் வீடு அவர் பெயரில் இருந்தால் நீதிபதி ஆப்பிழந்தவருக்கு சார்பாக தீர்வு தரும் வேளையில் வீட்டை விற்றுத்தான் அந்தப் பணத்தை கொடுக்க வேண்டிவரும். இப்படியான நிலை கோடான கோடியில் ஒருவருக்கு ஏற்படும். எனினும், அது நீங்களாயிருந்துவிட்டால் எவ்வளவு துன்பம் தருவதாயிருக்கும்.

அடுத்தபடியாய், இங்கு நான் குறிப்பிடுவது உங்கள் அனைவருக்கும் பரீட்சயமான ஒருவரைப் பற்றியது. உங்கள் எல்லோருக்கும் ஏற்படும் அனுபவத்தை குறிப்பிட்டு பின் விடயத்தை விளக்கமாய்த் தருவேன்.

ஒரு சனிக்கிழமை காலையில் வீட்டைத் துப்பரவு செய்து லோன்றியும் போட்டுவிட்டு கடைக்குச் செல்வீர்கள். பின் சற்று லேட்டாகச் சாப்பிட்டாலும் லேட்டாக சமைத்த உணவை உண்டுவிட்டு சற்று அயர்ந்து படுக்கலாம் என ஆயத்தப்படுத்தும் வேளை கதவு மணி அடிக்கும். அல்லது மாலை எங்கேயாவது வெளிக்கிடுவதற்கு தயாராகும் வேளை மணி அடிக்கும். யாரடா இது, சிவ பூஜைக்குள் கரடி புகுந்த மாதிரி என வெளியே பார்த்தால், Rogers Cable Entering gas அல்லது Toronto Star என ஏதாவது ஒரு பொருளை உங்கள் தலையில் கட்டுவதற்கு ஒருவர் நிற்பார். அவருக்கு மறுப்புச் சொல்லி கதவை மூடி திரும்புவதற்குள் போதும் போதும் என்றாகிவிடும்.

இப்படி வியாபாரம் செய்ய வந்த ஒருவர் இராவணன் வீரமும் களத்தே போட்டு வெறுங்கையோடு திரும்பி இரண்டு அடி எடுக்கவில்லை. வழுக்கிவிழுந்துவிட்டார். சொல்ல மறந்துவிட்டேன். அது பனிக்காலம். பின்நேரமாகத் தள்ளலாம் என்றுதான் அந்த வீட்டுக்காரர் இருந்தார். யாருடைய போதாக்காலமோ அம்மனிதர் வழுக்கிவிட்டார். உடனே அந்தவீட்டுக்காரர் 911இனை அழைத்து அவரை உற்சாகம் கூறி அம்புலன்சில் அனுப்பி வைத்தார்.

இந்த விடயம் இத்துடன் முடிந்திருந்தால் எவ்வளவோ நல்லாய் இருந்திருக்கும். கிட்டத்தட்ட ஏழு மாதங்களுக்குப் பின் வழக்கறிஞரிடம் (அறிஞரா அல்லது...) இருந்து அவருக்கு நோட்டிஸ் வந்திருந்தது. 9200,000 கட்ட வேண்டும் அல்லது வழக்கு பதிவதாக – 'பாவம் பதறிப்போனார் அந்த வீட்டுச் சொந்தக்கார' இப்போ வீட்டுக்காரர் சார்பாக வீட்டுக் காப்புறுதி செய்த அமைப்பு வழக்காடுகிறது. அவர் வீடு வாங்கும்போது இப்படியெல்லாம் எதிர்பார்த்திருப்பாரா? எனவே கடன் இருந்ததோ இல்லையோ கட்டாயம் காப்புறுதி வீட்டுக்கு இருப்பது அவசியமே.

மூன்றாவதாக நான் குறிப்பிடுவது இன்னும் வேதனையான விடயம். சில மாதங்களுக்கு முன் எனது வாடிக்கையாளர் ஒருவர் தொலைபேசியில் அழைத்து, தம்பி என்வீட்டு சமையலறையில் நெருப்புப் பிடித்து Fire brigade வந்து அணைத்தது என்றார்.

அவருடைய கஷ்டத்தைப்பற்றி விசாரித்து விட்டு உங்கள் காப்புறுதி எண் என்ன? நான் Claims departmentக்கு அறிவிக்கின்றேன். அவர்கள் உங்களுடன் நேரடியாக தொடர்பு கொண்டு கவனிப்பார்கள். ஏதாவது பிரச்சினையென்றால் அழையுங்கள் என்றேன். அதற்கு என் வாடிக்கையாளர் மிக தயக்கத்துடன் அதில் ஒரு பிரச்சினை நான் காசைக் கட்டத் தவறிவிட்டேன் என்றார். நான் எதற்கும் உங்கள் காப்புறுதி எண் என்ன? இன்னும் அதனை Cancel செய்யாமல் இருக்கலாம். வழக்கமாக Cancel செய்யு முன் உங்களுக்கு Registered Letter அனுப்புவார்கள் என்றேன்.

பாவம் அவர், தனக்கு ஒரு Registered Letter சென்ற மாதம் வந்ததாகவும் அதைத்தான் Post Officeல் பெற்றதாகவும் சொன்னார். அவரின் மேல் இரக்கப்பட்டு ஏன் அண்ணா கட்டவில்லை என்று கேட்டதற்கு, அவர் கூறிய பதில் என்னை இன்னும் வேதனைப் படுத்தியது. காசில்லாததால்தான் கட்டவில்லை என்றார். பாவம் பனையால் விழுந்தவனை மாடு ஏறி மிதித்தது மாதிரி அவர் நிலை.

உண்மையில், பொருள் பற்றாக்குறையால் தான் இந்த நிலை எனும்போது வேதனையாக உள்ளது. வீடு வைத்திருப்பவர்கள் கடன் இருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும் கட்டாயம் காப்புறுதி வைத்திருப்பது அவசியம் என்பது உங்களுக்குப் புரிந்திருக்கும். புரியாவிட்டால் நீங்கள் பாவம்.

■ ■ ■

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

வாகன விபத்து ஒன்றில்

35ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

நட்டஈடும் கோரமுடியாது.
மேலதிக பிரிவான 'மோதல்' (Collision) பிரிவு ஒப்பந்தம் இருந்தால் மட்டும் அதில் இருந்து நட்டஈடு கோரலாம். இதில் இருந்து கோரும் போது பின்னர் புதுப்பித்தலின் போது மாத கட்டுப்பணம் அதிகரிப்பது தவிர்க்க முடியாது போய்விடும்.

சரி! இந்த இடத்தில் இன்னொரு முக்கிய விடயம்! விபத்துக்கு உள்ளான ஒவ்வொருவரும் தத்தமது காப்புறுதி கம்பனியில் இருந்து தங்கள் விபத்து அறிக்கைகளை சமர்ப்பித்து நட்டஈடு பெறலாமே தவிர மற்றவரின் காப்புறுதி கம்பனியினை அணுக முடியாது. (இங்கு வாகன காப்புறுதியில்லாது விபத்தினை எதிர்கொண்டிருந்தால், அவர் பாடு அதோ கதிதான்!).

நட்டஈடு வழங்கலின் பின்பு, மூன்று சாரதிகளின் காப்புறுதி கம்பனிகளும் தத்தமது வாடிக்கையாளர்களுக்கு வழங்கிய இழப்பீடுகளின் அடிப்படையில், சட்டத்தில் குறிப்பிடப் பட்ட தப்பின் அடிப்படையில் கொடுத்த பணத்தினை கம்பனிகளுக்குள் சட்டஒழுங்கு விதிகளின் பிரகாரம் பரிமாறிக் கொள்வார்கள்.

தொடர்ந்து விபத்து தொடர்பான சகல விபரங்களும் அவரவர் காப்புறுதி பதிவுகளில் இச் சம்பவங்களும், நட்டஈடு கோரலும் வரலாறாக பதிந்து விடும். இவ் வரலாறுகளையும், பதிவுகளையும் (auto insurance history) காப்புறுதி முகவர் அலுவலகங்களில் எவரும் தங்கள் சாரதி அனுமதி இலக்கத்தினூடாக பெற்று பரிசீலனை செய்து அறிந்து கொள்ளலாம்.

இங்கு அடிப்படையில் கட்டாயமாக வைத்திருக்க வேண்டிய (One way Basic Insurance) வாகன காப்புறுதியின் நட்டஈட்டு பிரிவுகள் பின்வரும் நான்கு பிரிவுகளினூடாக வகுக்கப்பட்டுள்ளது.

- மூன்றாம் நபர் பொறுப்பு காப்புறுதி (Third Party Liability Coverage)
- உடல் காயங்களுக்கான நட்டஈடு (accident Benefits)
- விபத்தில் தங்களில் தப்பு இல்லையேல் தங்களின் வாகனத்திற்கு ஏற்பட்ட பாதிப்புக்கு தங்களின் காப்புறுதியிலிருந்து பெறும் நட்டஈடு (direct Property Compensation – No Fault Coverage)
- காப்புறுதியில்லாத, அடையாளம் தெரியாத வாகனங்களுடன் ஏற்பட்ட தேலில் நட்டஈடு (Uninsured & Unidentified Coverage)

இவை தவிர விரும்பினால் மேலதிகமாக சற்று பணம் கொடுத்து பெற்று வைத்திருக்கும் நட்டஈட்டு பிரிவுகள் பின்வருமாறு:

- தங்கள் தப்பினால் தங்களின் வாகனத்திற்கு ஏற்பட்ட பாதிப்புக்கு நட்டஈடு (Collision Coverage)
- வாகனம் தரித்து நிற்கும் இடங்களில் ஏற்படும் பல்வேறு வகையான பாதிப்புகளுக்கு வழங்கும் (திருட்டு போதல், தீ பற்றுதல், கண்ணாடி உடைத்தல்) நட்டஈடு (Comprehensive Coverage)

விபத்தில் பாதிக்கப்பட்ட வாகனம் திருத்த வேலையில் நிற்கும்போதோ, அல்லது திருட்டு போயிருந்தால் நட்ட ஈட்டு பணம் கையில் வரும் வரை வாடகை கார் பெற்ற வைத்திருக்கும் ஒப்பந்த சரத்து, உட்பட மோதும் பல்வேறு வகையான விசேட ஒப்பந்த சரத்துகளை விரும்பினால் மேலதிகமாக சற்று கூடுதலாக பணம் கொடுத்து பெற்று வைத்திருக்கலாம்.

■ ■ ■

உங்கள் வீட்டுக்கடன் வியாபாரக்கடனிற்கு என்னை அழையுங்கள்

MORTGAGE RATES
Call me

MORTGAGE

1st & 2nd Mortgages
New Immigrants / Self Employed / 0% Down
Refinance / Equity Line of Credit / Renewal

BUSINESS

Commercial Mortgage
Business Loan upto One Million
Line of Credit / Personal Line of Credit

Kethes Sivasubramaniyam
Mortgage Consultant
Cell : 416.873.5780

ViaFinancial Services Inc.

Our Office : 5200 Finch Ave. E, Suite 304, Scarborough, ON. M1S 4Z5

Apex Creations - 416-297-0707

வருமானவரிச்சேவையில் பலவருடம் அனுபவம் வாய்ந்தவர்களினால் நம்பிக்கையான சேவை

KETVAR
TAX & ACCOUNTING

304-5200 Finch Ave.E, (Middlefield & Finch)
Toronto. ON M1S 4Z5
Tel : 416-548-8005 Fax : 416-548-8006
Email : ketvar@gmail.com

- Personal Tax
- Small Business Tax
- E-File Services
- Arrange RRSP
- Maximum Refund
- Tax Saving Advice

Tax Problems?
Penalties?
Haven't Filed?
We can help you...

வளரிளம் பருவ (டீன் ஏஜ் - Teenage) பிள்ளைகளை பெற்றோர் விளங்கிக் கொள்ளல்

ஜீவா
திசைராஜா
jeeva@thaiveedu.com

இன்றைய உலகில், நாடுகள், இனங்களுக் கிடையே மட்டுமல்லாது கணவன்- மனைவிக் கிடையே போராட்டங்கள். பெற்றோருக்கும் பிள்ளைகளுக்குமிடையேயான போராட்டங் கள் என குடும்ப உறவுகள் பாதிக்கப்படும் நிலை தோன்றியுள்ளது. நாம் முன்னைய கட்டுரைகளில் கூறியிருந்ததைப் போல் எமது தாயகத்தில் குடும்ப உறவுகளில் ஏற்படும் எத்தகைய பிரச்சனைகளும் சில காலங்களில் வடுக்கள் ஆறாவிடினும் தீர்க் கப்பட்டுப் போகின்றன. ஆனால் இங்கு உடலியல் ரீதியான தண்டனைகள் அல்லது வன்முறைகள் மூலம் எவரையும் கட்டுப் படுத்தலை சட்டம் ஏற்றுக் கொள்ளாதிருக்கும் நிலையில் பெற்றோருக்கும் வளரிளம் பருவத்தினருக்குமிடையோன உறவில் அளவுக்கதிகமான அழுத்தங்கள் எதிர்நோக் கப்படுகின்றன. இவர்களுக்கிடையேயான உறவை எவ்வாறு வலுப்படுத்தலாம். என்பது இன்றைய பெற்றோர் மத்தியில் ஓர் கேள்விக் குறியாக இருக்கின்றது.

எனினும் தற்போதிருக்கும் டீன் ஏஜ் பருவத் தினர் 20 வருடத்திற்கு முந்திய டீன் ஏஜ் பருவத்தினரை விட நல்ல நடத்தையை அதிகளவில் கொண்டிருக்கிறார்கள் என ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. 1985இல் ஆய்வு செய்யப்பட்ட டீன் ஏஜ் பருவத்தினரை விட பாலியல், போதைவஸ்து, மதுபானம் ஆகிய வற்றில் ஈடுபடுவதில் தற்போதைய டீன் ஏஜ் பருவத்தினர் குறைந்த பிரச்சனைகளைக் கொண்டிருக்கின்றனர். 30 வினாக்கள் அடங் கிய இந்த ஆய்வு 14-15 வயதினரிடையே 1985இல் நடத்தப்பட்ட ஆய்வைப் போல மேற்கொள்ளப்பட்டது. சொத்துக்களை அழித்தல், களவு, சண்டை, மதுபானம், போதைப்பொருட்களை உட்கொள்ளல் என்பன இந்த வினாக்களுள் உள்ளடக்கப் பட்டிருந்தன. 1985இல் அனுமதிக்கப்படாத பாலியல் தொடர்பான வினாக்களும் 2005இல் உள்ளடக்கப்பட்டு ஆய்வு செய்யப்பட்டது. 1985இல் கிட்டத்தட்ட 824 மாணவர்கள் பதிலளித்திருந்தனர். அதேசமயம் 2005இல் பதிலளித்த மாணவர் தொகை 854ஆக இருந்தது. 1985இல் மதுபானம், போதைப் பொருள் பயன்படுத்தல், புகைத்தல், களவு, சண்டை ஆகியவற்றில் ஆண்கள் அதிகமாக ஈடுபட்டிருந்தனர். ஆனால் இதற்கு எதிர் மாறானதாக 2005இல் பெண்கள், ஆண்களை விட அதிகமாக ஈடுபடுவதாக உள்ளது.

புகைப்பிடிக்கும் பழக்கமுள்ள பெற்றோரைக் கொண்டிருக்கும் பிள்ளைகள் புகைத்தலில் ஈடுபடுதல் 4 மடங்கு அதிகமாக இருப்பது டன், களவெடுத்தல், சண்டையிடல், மிக இளவயதிலேயே பாலியலில் ஈடுபடல் என்பன அதிகமாக இருக்கின்றது. அத்துடன் போதைப் பொருட்கள் அல்லது அளவுக்கு அதிகமாக மதுபானம் அருந்தல் என்பன இரண்டு மடங்கு அதிகமாக இருக்கின்றது.

உங்கள் டீன் ஏஜ் பிள்ளை உங்களுக்கு ஒரு குட்டித் தேவதை போல தோன்றினாலும் உண்மையில் ஒரு குட்டிச் சாத்தானை விட சற்று அதிக மோசமாக நடந்து கொள்ளலாம். ஆத்திரமடைந்து நடந்து கொள்ளும் டீன் ஏஜ் பருவ நடத்தைகள் அண்மைக் காலத் தில் அதிகரித்திருப்பதுடன் இது எவரையும், எப்போதும், எந்த நேரத்திலும் பாதிக்கலாம். உங்கள் டீன் ஏஜ் பிள்ளை ஆவேசமான (Aggressive) நடத்தையை நோக்கிச் சென்று கொண்டிருந்தால் அது குறித்து நீங்கள் அக்கறையற்று இருக்க வேண்டாம். ஒரு பெற்றோராக இந்த விடயங்கள் குறித்து நீங்கள் அக்கறையாக இருக்க வேண்டும். அத்துடன் உங்கள் டீன் ஏஜ் பிள்ளைக்கு தேவைப்படக்கூடிய உதவியைப் பெற முயற்சி செய்யுங்கள்.

> " புகைப்பிடிக்கும் பழக்கமுள்ள பெற்றோரைக்கொண்டிருக்கும் பிள்ளைகள் புகைத்தலில் ஈடுபடுதல் 4 மடங்கு அதிகமாக இருப்பதுடன், களவெடுத்தல், சண்டையிடல், மிக இளவயதிலேயே பாலியலில் ஈடுபடல் என்பன அதிகமாக இருக்கின்றது. அத்துடன் போதைப் பொருட்கள் அல்லது அளவுக்கு அதிகமாக மதுபானம் அருந்தல் என்பன இரண்டு மடங்கு அதிகமாக இருக்கின்றது. "

உங்கள் பிள்ளை எவ்வாறு நடந்து கொள் கிறான்/ள் என்பதை குறித்து வையுங்கள். ஆவேசமான டீன் வயது நடத்தையைக் கையாளும் (Dealing) முறைகளுள் ஒன்று இவர்களின் நடத்தையை குறிப்பேட்டில் குறித்து வைத்துக் கொள்வதாகும். அநேக மான டீன் ஏஜ் பிள்ளைகள் மற்றவர்களைப் போல் அல்லது திரைப்படங்களில் நடிப்பவர் களைப் பார்த்து அவர்களைப் போல் நடந்து கொள்ளும்போதும், ஓர் தோல்வியால் பாதிக்கப்படும்போதும், மன அழுத்தங்கட்கு உட்படும்போதும் இத்தகைய ஆவேசமான நடத்தை வெளிக்காட்டப்படுகின்றது.

இத்தகைய நடத்தைகளின்போது உங்கள் குறிப்பேட்டில்:

- ஆவேசமாக நடந்துகொண்ட நேரத்தையும் திகதியையும் குறித்துக் கொள்ளுங்கள்
- எவ்வாறு இந்த ஆவேசமான நடத்தை ஆரம்பமாகின்றது
- இந்த நடத்தையின் வகை (உதாரணமாக, சத்தம் போடுதல், பொருட்களை தட்டி உடைத்தல், ஏனையோரைத் தள்ளி விடல் போன்றன)
- ஒரு சம்பவம் நடந்தவுடன் உங்கள் பிள்ளை எவ்வாறு நடந்து கொள்கின்றது (அரை மணித்தியாலத்தினுள்), அத்துடன் பல மணித்தியாலம் கழித்து எவ்வாறு நடந்து கொள்கின்றது.

உங்கள் டீன் ஏஜ் பிள்ளையின் ஆவேசமான நடத்தை வெளிப்படையாகத் தெரிவதைப் போல இது தூண்டி விடப்படும் போதும் இதனை நீங்கள் அவதானிக்கலாம். இவ்வாறு தூண்டி விடப்படல் வெளிவாரியானதாகவோ அல்லது உள்வாரியானதாகவோ அல்லது இரண்டும் கலந்ததாகவோ இருக்கலாம்.

டீன் ஏஜ் வயதினரை பொதுவாக தூண்டி விடும் காரணிகளாக பின்வருவனவற்றைக் கூறலாம்.

- ஏனையவர்களிடமிருந்தான பரிகாசம்
- குறிப்பிட்ட பொருள், அல்லது சலுகை மறுக்கப்படல்
- கடந்த காலத்தில் நடந்த ஒரு குறிப்பிட்ட நிகழ்வைக் குறிப்பிடல்
- தொடர்பு சாதனங்களில் காட்டப்படும் ஆவேசத்தை தாமும் பிரதிபலித்தல்
- தாழ்வு மனப்பான்மை (விளையாட்டில் அல்லது புதிய போட்டிகளில் தோற்றுப் போதல்)
- பாடசாலையில் கல்வியில் சிறந்து விளங்க முடியாமை
- விரக்தியுணர்வு ஏற்படல் (உதாரணமாக நண்பர்களுடனான சந்திப்பு (dating) மறுக்கப்படும்போது)

டீன் ஏஜ் பிள்ளைகளை அணுகுதல்

அநேக டீன் ஏஜ் பிள்ளைகள் தமது சொந்த நடததையைக் கூட விளங்கிக் கொள்ள முடியாதவர்களாக இருப்பர். எனவே அவர்க ளது ஆவேசமான நடத்தைகளைப் பற்றி நீங்கள் அவர்களுக்கு கூறும்போது அவர்கள் காது கொடுத்து கேட்காதது போன்றிருந்தால் அதனைக் குறித்து ஆச்சரியப்பட வேண்டாம். அநேகமான பெற்றோர் தமது பிள்ளைகள் தாம் சொல்வதை ஒரு காதால் கேட்டு மற்றக் காதால் விட்டு விடுகின்றனர் என்று பொருமுவதை நாம் காண்கின்றோம்.

அவர்களது நடத்தையை உங்களால் கட்டுப்படுத்த முடியாதிருக்கும் போது நீங்கள் உங்களை சிறிது மாற்றிக் கொள்ளத் தான் வேண்டும். பிள்ளைகளின் நடத்தையை ஓரளவிற்கேனும் கட்டுப்படுத்தக் கூடிய வழி வகைகள் சில கீழே தரப்பட்டுள்ளது.

டீன் ஏஜ் பிள்ளைகள் தமது உணர்வுகள், எண்ணங்கள், சிந்தனைகள் பற்றி திறந்த மனப்பான்மையுடன் பேச வேண்டுமென பெற்றோர் எதிர்பார்க்கின்றனர். ஆனால் உண்மையைச் சொன்னால் பெற்றோரின் கண்டிப்பு அதிகமாகும் என பிள்ளைகள் அஞ்சுகின்றனர். பெற்றோருடன் கதைக்க முடியாவிடில் ஓர் ஆலோசகர் அல்லது மன நல நிபுணருடன் அவர்களது பிரச்சனைகளைப் பற்றி பிள்ளைகள் பேசுவதற்கு வழி ஏற்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டும்.

பிள்ளைகளது நடத்தை பிரச்சனையாக இருக்கும்போது அது தமக்கு விருப்பமில்லை என்றும் இந்த நடத்தை தொடர்ந்தால் ஊக்கு விப்புக்கள் (விடுமுறையில் அழைத்துச் செல்லல், சிறு செலவுகட்கு பணம் கொடுத் தல் (Pocket money)) போன்றன நிறுத்தப் படும் என்று கூறுங்கள்.

பொருத்தமானது என நம்பும் விதிகள் பற்றி தமது டீன் ஏஜ் வயதினருக்கு அறிவிப்பதுடன், அந்த விதிகளின்படி நடவாதிருந்தால் தண்டனை கிடைக்கும் என்று கூறுங்கள்.

தமது ரீன் ஏஜ் பருவத்தினரின் நடத்தை பற்றி பாடசாலை ஆசிரியர்களுடன் கலந் துரையாடுங்கள்.

டீன் ஏஜ் பருவத்தினருடன் தொடர்பான சமூக அமைப்புக்களை தமது பிள்ளைகளின் விடயங்களில் தலையிடுமாறு கேட்டல்

தமது பிள்ளைகளின் நடத்தை தொடர்ந்து ஆவேசமானதாக, வன்முறையானதாக அல்லது சட்டரீதியற்றதாக இருந்தால் பொலிஸாரை அழைத்தல் நல்லது.

ஆவேசமான டீன் ஏஜ் நடத்தையை கையாள் வது பெற்றோருக்கு கடினமாக இருக்கலாம். குறிப்பாக இப்பிள்ளைகள் ஏன் இப்படி நடந்து கொள்கிறார்கள் என விளங்கிக் கொள்ளாத போது மிகவும் கடினமாக இருக்கும். உங்கள் பிள்ளைகளின் நடத்தையை விளங்கிக் கொள்வதே அதை நிறுத்துவதற்குரிய திறவு கோலாக இருக்கும். எனவே உங்கள் பிள்ளையின் நடத்தையை தொடர்ந்து அவ தானித்து அப்பிள்ளை அவ்வாறு திடீரென நடந்து கொள்வதற்கு காரணமாக இருக்கும் காரணிகளை அவதானியுங்கள். இந்த நடத் தைகளை நிறுத்துவதற்கு உங்களுக்கு வலிமையில்லாதிருந்தால் இதில் தேர்ச்சி பெற்றவர்களின் உதவியைப் பெறுங்கள். பிறர் உங்கள் குடும்ப விடயங்களில் தலை யிடுவதை நீங்கள் விரும்பாவிடினும் உங்கள் பிள்ளை தன்னைத் தான் அல்லது பிறரைப் பாதிப்பதை நீங்கள் தவிர்க்க முடியும்.

சிறு பிள்ளைகள், டீன் ஏஜ் பருவத்தினருக் கேயுரிய பிரச்சனைகள் வளர்ந்தவர்களிட மிருந்து அவர்களை வேறுபடுத்துகின்றது. ஆரம்பத்தில் அவர்கள் தாம் சந்தோஷமாக இல்லை என்பதை அறிவார்கள். ஆனால் சந்தோஷமின்மைக்கான காரணம் என்ன என்பது பற்றி அவர்களுக்கு சிறியளவிலேயே தெரிந்திருக்கும். அவர்கள் பாடசாலைக்கோ அல்லது பல்கலைக்கழகத்திற்கோ செல்ல விருப்பமற்றிருப்பர். வீட்டில் சந்தோஷமற் றிருப்பதுடன் தமது நண்பர்களுடன் கலந்து பழகவும் மாட்டார்கள். ஆனால் இதற்குக் காரணம் என்ன என்பதை அவர்களால் இனங் காண முடியாதிருக்கும்.

பிள்ளைகளில் தவறுகள் இருந்தாலும், பிள்ளைகளும் பாடசாலைகளில், வெளியி டங்களில் பல பொறுப்புக்களால் அதிக சுமையேற்றப்பட்டிருப்பதால் வளர்ந்தவர்க ளைப் போல தகைப்புக்கு (Stress) உட்படு கிறார்கள் என்பதைப் பெற்றோர் உணர்ந்து

40ம் பக்கம் பார்க்க...

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

Homelife/GTA Realty Inc Brokerage
1711 Mccowan Rd , #208
Toronto,Ont,M1S 3Y3
TEL:416-321-6969 Fax 416-321-6963

Baskaran Sinnadurai
Cell:416-880-8585
eMail: trabask@yahoo.ca

COMMERCIAL PROPERTIES

Well Established Business For 25 Years.Very Low Rent Canada Post, Purolator, Greyhound Bus Depot, Lotto 639, Nevada Tickets. Lease 5Yr + 5Yr ONLY 129,000

Land with house in developing are ONLY 599,000

Indestrial space of 3,000 sq feet ONLY 338,000

தமிழர் உணவுச்சாலை $49,990

Space for banquet hall easy acces to high way

Mote with property in highway ONLY 325,000

Weston/Major Makenzie
2 Storey
3 Bedrooms, 3 Washrooms
$364,900 For Sale

Jane/Major Mackenzie
Detached 2 Storey
3 Bedrooms, 3 Washrooms
$360,500 For Sale

Castlemore/Valleycreek
Detached 2 Storey
4 Bedrooms, 3 Washrooms
Separate Entrance
$415,900 For Sale

Islington/Rutherford
Detached 2 Storey
3 Bedrooms, 3 Washrooms
$389,999 For Sale

Rutherford/Weston
Detached 2 Storey
3 Bedrooms, 4 Washrooms
Finished Basement
$414,900 For Sale

Castlemore/McVean
Detached 2 Storey
4 Bedrooms, 3 Washrooms
Separate Entrance
$389,900 For Sale

Castlemore/Mcvean
Detached 2 Storey
4 Bedrooms, 3 Washrooms
Separate Entrance
$399,000 For Sale

Castlemore/Goreway
Detached 2 Storey
4 Bedrooms, 3 Washrooms
Separate Entrance
$419,900 For Sale

Cottrelle/Mcvean
Detached 2 Storey
4 Bedrooms, 4 Washrooms
$424,900 For Sale

Jane/Major Mackenzie
Detached 2 Storey
3 Bedrooms, 3 Washrooms
Finished Basement
$409,900 For Sale

Shanthy Vinayagamoorthy
Sales Representative
416-939-2288

HomeLife/GTA Realty Inc., Brokerage
Independently owned and operated
1711 McCowan Rd. Suite#206, Toronto, ON, M1S 2Y3
Office: 416-321-6969

Mahendran Muthukumaru
Sales Representative
416-302-1994

*Best Services
*Low Commission
*low rates mortgages
*home inspections
*lawyers

Vana Shanmuganathan
Sales Representative
416-833-2925

Buy your Dream Hous Sell Your Property Quickly for the Best Price

வளரிளம் பருவ (டீன் ஏஜ்...

38ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

கொள்ள வேண்டும். இந்த நடைமுறைப் பிரச்சனைகளை எவ்வாறு சமாளிக்கலாம் என்பதை பெற்றோர் அவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும்

இதற்கான சில வழி முறைகள்

பதகளிப்பின் (anxiety) அறிகுறிகளை இனங் காணும்படி பிள்ளைக்கு பழக்குங்கள். மீண்டும் மீண்டும் உள்மனதினுள் ஏற்படும் குரலுக்கு செவிகொடுக்கும்படி பழக்குங் கள். இந்த பதகளிப்பிற்கு காரணம் கணித பாட பரீட்சையா அல்லது சகநண்பர்களுட னான Partyயா அல்லது உதைபந்தாட்டப் போட்டியா? எதுவென்று இனங்காணும்படி பழக்குங்கள். பிள்ளை அமைதியற்று இருக் கும்போது தலைமயிரை அடிக்கடி விரல்க ளால் முறுக்குதல், நகம் கடித்தல், கண் வெட்டுதல், கால்களால் நிலத்தைத் தட்டிக் கொண்டிருத்தல் போன்றவற்றை அவதானிக் கலாம்.

உங்கள் பிள்ளைகளின் போக்குகளை அவதானித்து எல்லாவற்றையும் நீங்கள் உங்கள் மனதினுள் வைத்து கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருக்க வேண்டாம். மற்றவர்களிடம் கூற முடியாவிடில், உதவி செய்யக் கூடிய அமைப்புக்களிடம் உதவி கேளுங்கள். அதிக மான பெற்றோர் தமது மொழி பேசுபவர்கள், தமது உறவினர்களுக்கு தமது பிரச்சனைகள், தமது பிள்ளைகளின் பிரச்சனைகள் தெரியக் கூடாது என எண்ணுகிறார்கள். இச்சந்தர்ப் பத்தில் ஆங்கில மொழியுடனான அமைப் புக்கள் அநேகம் பெற்றோருக்கு உதவி செய்யக் காத்திருக்கின்றன.

பிள்ளையை ஆறுதல்படுத்தக் கூடிய நட வடிக்கைகளை இனங்காணுங்கள். இசைக்கு செவிமடுத்தல், சந்தோஷமான இடங்களுக் குச் செல்லுதல், ஓர் நண்பரை அழைத்து அளவளாவுதல் என்பன பிள்ளையின் மனதை அமைதிப்படுத்தும். பிள்ளைக்கு சந்தோஷத்தை ஏற்படுத்தக் கூடிய விடயங்களை அவதா னித்து பிள்ளை துக்கமடையும் போது சந்தோஷமான விடயங்களில் ஈடுபடச் செய்யுங்கள். எல்லா நண்பர்களையும் நம்ப முடியாது, நண்பர்களுடன் பழக விடமாட்டேன் என்று பிள்ளைக்கு சொல்வதோ அல்லது பிள்ளை நண்பர்களுடன் இருக்கும் போது பிள்ளையின் கதைகளைக் கேட்பதற்காக பிள்ளையுடனேயே தங்கியிருப்பதோ பிள் ளைக்கு வெறுப்பையே ஏற்படுத்தும்.

ஒரு தோல்வியை எவ்வாறு பிள்ளை கருத் திலெடுக்கின்றான்/ள் என நோக்குங்கள். பிள்ளை தன்னைத் தானே குற்றம் சாட்டு கின்றதா என கவனியுங்கள். தன்னைத் தானே குற்றம் சாட்டுதல் என்பதும் பொறுப்பு எடுத்தல் (Responsibility) என்பதும் இரு வெவ்வேறு விடயங்களாகும். எதிர்மறையாக எதையும் நோக்குபவர்கள் (Pessimists) தம் மைத் தாமே குற்றம் சாட்டுவார்கள். எல்லா வற்றையும் சாதகமாக நோக்குபவர்கள் (Optimists) அவ்வாறு செய்ய மாட்டார்கள். பிள்ளை பரீட்சையில் தோல்வியடைந்ததற்கு பிள்ளை ஒரு முட்டாள் அல்லது போட்டி போட முடியாதமை காரணம் என்று கூறா தீர்கள். 'பரீட்சைக்கு வந்த விடயங்களில் கவனத்தைச் செலுத்தாததாலேயே நான் தோல்வியடைய நேரிட்டது' என எண்ணும் படி பிள்ளையைப் பழக்குங்கள். நன்றாக படித்திருந்தால் பரீட்சையில் நன்றாக செய் திருக்கலாம். இனிமேல் கவனமாக இருக்க வேண்டும் என்று கூறுங்கள். பரீட்சைகள் அவர்களுக்கு அதிக முக்கியமாகத் தென் படலாம். பரீட்சை நேரத்தில் இவர்களது மூளையில் எதுவும் பதியாதது போன்று தோன்றுவதுடன் இவர்களால் செய்யக் கூடியதைக் கூட செய்ய முடியாமல் போகும். மற்றவர்களுடன் ஒப்பிட்டு பரீட்சையில் அதிக புள்ளி எடுக்கும்படி வற்புறுத்தாதிருங்கள்.

அதிக பருமனாகவோ, அதிக மெலிவாக வோ, அதிகமாக வெட்கப்படல், கவர்ச்சியற் றிருத்தல், புத்திசாலித்தனமற்றிருத்தல், மற்ற வர்களால் விளங்கிக் கொள்ளப்படாதிருத்தல், தொந்தரவுபடுத்தப்படல் (Bullying) போன்ற வற்றினால் தாங்கள் மற்றவர்களை விட வேறுபட்டவர்களாக எண்ணி இவர்கள் பொது வாக மன உளைச்சலுக்குள்ளாவர். இதன் காரணமாக தனிமை, பின்வாங்குதல் (with-drawing), அச்சம், கவனக்குறைவு, தனித்து விடப்படல், இறுதியாக ஒவ்வொருவரிடமிருந் தும், முன்னர் ஈடுபட்ட ஒவ்வொன்றிலிருந்தும் முற்றிலுமாக விலகிச் செல்லும் நிலை காணப்படும். கல்லூரி அல்லது பல்கலைக் கழகத்திற்கு செல்வது கூட வீட்டை விட்டு முதன்முதலாக தனியே பிரிந்து செல்ல வேண்டியிருப்பதனால் பயமூட்டுவதாகவும், துணை எதுவும் இல்லாமல் வேலை எதுவும் செய்ய முடியாதது போன்றும் தோன்றலாம்.

எல்லா டீன் ஏஜ் பிள்ளைகளும் தனிமைப் படுத்தப்படல் (Isolation) எனும் கட்டத்தினூ டாக கடந்து செல்கிறார்கள். இது ஒரு சில நிமிடங்களில் ஏற்படும் தாழ்வு மனப்பான்மை என்பதை விட மிக ஆழமானதாக செல்கின் றது. இத்தகைய தாழ்வு எண்ணங்கள் (Low feeling) மன அழுத்தமாக (Depression) மாறலாம். அளவுக்கு அதிகமாக இந்த மன அழுத்தங்கள் எல்லை மீறும்போது மிக ஆபத்தானதாக மாறுவதோடு தற்கொலை செய்யும் எண்ணங்கள் தோன்றலாம். சில பெற்றோர் மன அழுத்த அறிகுறிகளை (Signs of depression) இது சாதாரணமானது என அலட்சியம் செய்து விடுகிறார்கள். இந்த அறிகுறிகளை அலட்சியம் செய்வது ஆபத்தான தவறாகி விடலாம். வளர்ந் தோரைப் (Adults) போலன்றி வளரிளம் (adolescents) பருவத்தினர் தமக்கு பிரச்சி னைகள் ஏற்படும்போது வெளியிடங்களில் இருந்து உதவியைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியாதவர்களாகின்றனர். வளர்ந்தோர் தம்மை விளங்கிக் கொண்டு தமது மன அழுத்த அறிகுறிகளை உணர்ந்து தம்மை விடுவிக்க வேண்டுமென வளரிளம் பருவத் தினர் எதிர்பார்க்கின்றனர்.

இத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில் பெற்றோர் அவற்றை விளங்கிக் கொள்ளாது அவர்களது நடத்தை இயற்கைக்கு மாறானது எனக் கருதி அவர்களை வெறுத்தல், இழிவாக ஏசுதல், கட்டுப்பாடுகளை அளவுக்கதிகமாக விதித்தல், தனிமைப்படுத்தல் - உதாரணமாக *'உன் விருப்பப்படி நீ நடப்பதானால் உனக் கும் எங்களுக்கும் இனிப் பேச்சில்லை"*, *"ஒன்றில் நீ இந்த வீட்டில் இருக்க வேண்டும், அல்லது நான் இருக்க வேண்டும்"* என்ற பேச்சுக்களைத் தவிர்க்க வேண்டும். பெண் பிள்ளை தலையை நன்றாக வாரி கட்ட வேண்டும் என்பதற்காகவோ அல்லது ஆண் பிள்ளைகள் காதில் தோடு குத்தியதற்காக வோ சண்டையிடாதீர்கள். நான் இப்படி வளரவில்லை, என் பிள்ளை ஏன் இப்படி நடந்து கொள்கிறது என எண்ணி சிறிய விடயங்களைக் கூட பெரிதுபடுத்தாதிருங்கள்.

சரியான நேரத்திற்கு பிள்ளைகளை வீட்டிற்கு வரப்பண்ணுவது பெற்றோருக்கு ஓர் பெரும் பிரச்சனையாகும். ஆனால் தாம் எவ்வாறு நடந்து கொள்தல் தமக்கு பாதுகாப்பானதாக அமையும் என்பதை அவர்களே விளங்கிக் கொள்ளச் செய்தல் முக்கியமான தாகும். உங்கள் பிள்ளை வெளியே சென்றாலும் எங்கே இருக்கிறது என்பதை அறிவது முக்கியமானதாகும். பிள்ளையின் பாதுகாப்பிற்காக தொலைபேசி எண்ணைத் தருவது நல்லது எனக் கூறுங்கள். சில பிள்ளைகள் பெற்றோரின் அதிக கட்டுப்பாடு காரணமாக தொலைபேசி எண்களைக் கொடுப்பதற்குக் கூட விரும்புவதில்லை. *'நீ யாருடன் இருப் பாய், எங்கு இருப்பாய் என சரியாக சொல்லும் வரை நீ வீட்டை விட்டு போகப் போவதில்லை'* எனக் கூறாதிருங்கள். வீட்டின் சட்டங்கள் நியாயமானதாகவும் நன்றாக விளக்கப்பட்டதாகவும் இருப்பின் அநேக வளரிளம் பருவ பிள்ளைகள் இச்சட்டங் களுக்கு பெற்றோருடன் ஒத்துழைப்பார்கள்.

பிள்ளைகளின் உதவி அமைப்பு (Children's Aid Society) பிள்ளைகள் பாதிக்கப்படும் போது பிள்ளைகளைப் பாதுகாக்கவென உள்ள ஓர் அமைப்பாகும். இத்தகைய பிரச்சினைகள் ஏற்படும் போது பாடசாலைகளிலேயே பிள்ளைகளுக்கு தம்மைப் பாதுகாக்கும் வழிவகைகள் போதிக்கப்படுகின்றன. பெற் றோரால் அளவுக்கு அதிகமாக உடலியல் ரீதியான தண்டனைகள் விதிக்கப்படல், தனித்து விடப்படல், அலட்சியம் செய்யப்படல் போன்றன தண்டனைக்குரிய குற்றங்களாகும். *"நீ எங்களுக்கு தேவையில்லை"* என்று நீங்கள் பிள்ளைகளைப் பார்த்து ஆத்திரத் தில் சொல்வீர்களானால் பிள்ளைகளைப் பொறுப்பேற்கவென இந்த அமைப்புக்கள் காத்திருக்கின்றன. எவ்வாறு குடும்ப வன்முறை களின்போது 911 தொலைபேசி அழைப்பி னைப் பயன்படுத்தி கணவன், மனைவியர் பாதுகாப்புக் கோருகின்றார்களோ, அவ்வாறே எமது பிள்ளைகளும் Children's Aid Societyஐ அழைக்கும் நிலை பொதுவாகத் தோன்றி விட்டது. அவ்வாறான நிலை தோன்றிய பின் பிள்ளைகளில் ஆத்திரப்படுவதில் அர்த்தமில் லை. அதற்காக சில பெற்றோர் பிள்ளைகளை தமது தாயகத்திற்கே அழைத்துச் சென்று கண்டிப்புடன் வளர்க்க நினைப்பதுண்டு. எங்கு வளர்ந்தாலும் பிள்ளைகளின் மனத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் அளவுக்கதிக தண்ட னைகள், பிள்ளையைக் கவனிக்காது அலட்சியப்படுத்தல் போன்றன தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

"தோளுக்கு மிஞ்சினால் தோழன்" என்ற பழ மொழி நம்மூரில் உண்டு. உங்கள் வளரிளம் பிள்ளையையும் தோழனாக/ தோழியாக கருதி பிரச்சனைகளை அணுகுங்கள். வளரிளம் பருவத்தில் ஏற்படும் ஹோமோன் மாற்றங்கள் பிள்ளைகளின் நடத்தைகளில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகின்றன. இதனை பெற்றோரும் மற்றவர்களும் புரிந்து நடந்து கொள்ள வேண்டும். குழந்தை பிறந்த பின் தாயின் உடலில் ஏற்படும் ஹோமோன் மாற்றங்களால் ஏற்படும் மன அழுத்தங்களால் எவ்வாறு பெற்ற குழந்தையைக் கூட வெறுக் கும் நிலை ஏற்படுகின்றதோ அத்தகைய ஹோமோன் மாற்றங்கள் டீன் ஏஜ் பருவத் தினருக்கும் ஏற்படுகின்றது என்பதைப் பெற்றவர்கள் புரிந்து கொண்டு அவர்களை அரவணைப்புடன் நடத்த வேண்டும். பெற் றோருக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் இடையேயான பரஸ்பர புரிந்துணர்வுடன் பிரச்சனைகளை அணுகுதல் மூலமே வீட்டில் நல்லுறவைப் பேண முடியும். ■ ■ ■

இம் மாதத்திற்குரிய முக்கிய குறிப்புக்கள்

டிசம்பர் மாதக் குறிப்புகள்

- நத்தார்விடுமுறை காலத்திற்குரிய அலங்காரங்களை ஒழுங்கமையுங்கள்.
- விடுமுறை காலத்திற்குரிய வாழ்த்துமடல்களை மாதத்தின் ஆரம்பத்தி லேயே எழுதுவதுடன், இறுதி நிமிடத்தில் அவசரப்பட்டு அனுப்புவதை தவிருங்கள்.
- விடுமுறை காலத்தில் பரிசுப்பொருட்களை பொதி செய்யும் கடதாசிகள், ரிப்பன்கள், நாடா, பரிசுப்பொருட்களுக்குரியவர்களின் பெயர்களை எழுதிக் கட்டும் அட்டைகள் (Tags) போன்றவற்றை சேகரிக்க ஆரம்பியுங்கள்
- விடுமுறைகாலத்தில் மேசைகளில் வைப்பதற்குரிய மெழுகுவர்த்திகள் போதியளவில் இருக்கின்றதா என பாருங்கள். மேலதிகமாகத் தேவைப் படின் அவற்றை வாங்கி சேமியுங்கள்.
- மெழுகுவர்த்திகளின் திரிகளின் மேற்பகுதிகளை? அங்குல நீளமுள்ள தாக கத்தரிப்பதன் மூலம் புகைபிடிப்பதைத் தவிருங்கள்.
- விடுமுறைகாலத்திற்குரிய பலகாரங்கள் தயாரிப்பதை ஒரு கிழமைக்கு முன்னிருந்தே ஆரம்பியுங்கள்.
- குக்கீஸ்(cookies) செய்வதற்குரிய மாவைத் தயாரித்து உறைநிலையில் (Freeze) வைத்து தேவைப்படும் போது கனலடுப்பில் (Oven) இட்டு குக்கீஸ் தயாரிக்கலாம்.
- யன்னல்கள், கதவுகளிற்கிடையே குளிர்காற்று உட்புகுவதற்கான இடை வெளிகளில்லாது இறுக்கமாக இருக்கின்றதா என சரிபாருங்கள்.
- உற்பத்தியாளரால் கூறப்பட்டபடி வெப்பமேற்றியின் (Furnace) வடிகட்டி யைப் பரிசோதித்து தேவையாயின் மாற்றுங்கள்.
- வெப்பமூட்டல் மற்றும் வளிசீராக்கும் உபகரணங்களை (Heating, Ventilation and Air Conditioning) உற்பத்திசெய்பவர்களின் அறிவுறுத் தல்களுக்கேற்ப சுத்திகரியுங்கள்.
- வளிக்குழாய்களில் (Air ducts) கழிவுப்பொருட்கள் காணப்படுகின்றனவா என சரிபாருங்கள்
- தீயணைப்பு உபகரணங்களை பரிசோதியுங்கள். தீயணைப்புக் கருவியின் ஊசிமுனைப் பகுதி (Nozzle) அடைபட்டிருக்கின்றதா என்பதை பரிசோதியுங்கள்.
- சுவர்கள், சுவரையும் உட்புறத்தளத்தையும் இணைக்கும் பலகைகள் (Base boards), தளபாடங்கள், தளம் (Floor) என்பவற்றை சுத்திகரியுங்கள்.
- உங்கள் மோட்டார் வாகனத்தினுள் மாரிகால வானிலைக்குரிய அவசரத் தேவைகளுக்காக பனிக்கட்டி அகற்றும் கருவிகள் (Compact shovel, ice scraper) மின்விளக்கு (Flash light), மணல் (வாகனம் வழுக்கிச் செல்லக் கூடிய நிலையைத் தவிர்க்கும்), ஓர் தடித்த கம்பளிப் போர்வை, குளிரிலிருந்து பாதுகாக்கக் கூடிய உடைகள் என்பவற்றை தயார் நிலையில் வையுங்கள்.
- 2008 ஆம் ஆண்டு முடிவடையும் காலம் நெருங்கி விட்டதால், 2008ஆம் ஆண்டிற்குரிய வருமான வரியை பூர்த்தி செய்ய தேவையான ஆவணங்களை இப்பொழுதே இந்த விடுமுறை காலத்தில் ஆயத்தப் படுத்தி வைத்தால், ஏதேனும் ஆவணங்கள் தொலைத்திருந்தால் அதன் மீள் பிரதியினையோ அல்லது தேடி எடுத்தோ வைக்கக் கூடியதாக இருக்கும்.

தொகுப்பு: மகேன் சிங்கராசா

www.realhouse.ca

முகவரி காட்டும் முகவர்களாய் நாங்கள், வீடு வாங்க விற்க அழையுங்கள்

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

HomeLife/Future Realty Inc., Brokerage*

7 Eastvale Dr, Suit 205, Markham On. L3S 4N8

Bus.: 905-201-9977 Fax : 905-201-9229

*Independently Owned and Operated, REALTOR

Thamil Suberamaniam (Selvan)

Sales Representative

Direct : 416.358.6200

Email : thamilrealtor@gmail.com

Munguthan Nadarajah

Sales Representative

Direct : 416.276.8025

Email : homelifemugunthan@gmail.com

Markham & Steeles

$384,900

3+1 Bedrooms, 3 Washrooms

Great Yorkwood 4 Yrs Old Home Rouge River Valley On Golf Course. Award Winning Design, Stunning Open Concept Layout. W/Out Balcony. Open To Above W/Two Storey Window, Upgraded Throughout House.

Midland & Eglinton

$204,900

2+1 Bedrooms, 2 Washrooms

Well Maintained Unit** Absolutely Immaculate Corner Unit, Whole Unit Thru-Out With Laminate Fl (2007), Foyer(Tiles),Daycare Service Available In The Same Building, Close To School,Subway,Ttc & Shopping.

Markham & Elson

$379,000

3+1 Bedrooms, 2 Washrooms

Well Maintained Beautiful House, Demanded Location,Great Layout, Close To Ttc, School,Banks, Canadian Tire, Home Depot,Future Shop,T&T Supermarket, 401 & 407, All Other Amenities. Immediate Move-In-Condition. Ttc Only One Fare

9th Lane & Hwy 7

$374,500

3 Bedrooms, 3 Washroom

Award Winn's Design Model, Sparkl'g Strip Hardwood Floor In Living, Dining & Family Room,9' Ft Ceiling On M/F,2 Car Garage,Lots Of Upgrades, Close To 407,School,Go Train & Amenities, Parks Around The Corner.

Steeles & Staines

$389,400

4 Bedrooms, 3 Washroom

Very Very Demand Location** Lots Of Upgraded Thru-Out** 4 BR House With Front Stone Exterior** Upgraded Kitchen Cabinets** Hardwood Floor, Granite Foyer With R/Iron** 9' Ft Ceiling ** Close To School, Park, Shopping & Ttc.

Apex Creations - 416-297-0707

Middlefield & McNicoll

$339,900

3 Bedrooms, 2 Washrooms

Corner Lot Property, Close To All Amenities, Such As Public & Cathloic School & Shopping Plaza, Double Driveway, Direct Door Access To Garage, Bsmt Finished Execpt Ceiling, Bsmt Can Be Modified For Sep.Entrance,

Hwy 7 & 9th Line

$319,900

3 Bedrooms, 3 Washrooms

Brand New Immaculate Green Park Semi House In High Demand Area, Very Bright Just Move In Condition. Master Broom With 4 Pc Ensuite, Trarion New Home Warranty. Lots Of Upgrades, Oak Staircase, Modern Kitchen, Four Brand New Appliances.

Markham & Nashdene

$218,900

Industrial Area, Excellent Location, Close To Public Transit And Hwy 401 & 407. Good For Many Kind Of Business. End Unit With Truck Level Loding Dock, Additional Truck Parking Space Also Available.

McCowan & Alton Towers

$315,000

3+1 Bedrooms, 2 Washrooms

Recently Renovated, New Fridge And Exhaust Fan, Roof(2006), New Window (1 Month) Close To Ttc, Shopping Plaza, Restaurants, Medical/Dental Off., Banks, Groceries, Coffee Shops, Schools, Library, Parks Etc.

Markham & Nashdene

$127,900

Commercial Unite

980 Sq Ft

Not Intended to Solicit Currently Listed Properties or Buyers Under Contract.

Make the Right Move, at the Right Time, with the Right Professional

எண்ணிய எண்ணியாங்கெய்துவர்

சிவவதனி பிரபாகரன்

வளர்ந்துவரும் விஞ்ஞான வளர்ச்சியால் உலகம் எல்லையில்லா பயன்களை எய்தி வருகின்றது. உலகில் எல்லாவற்றையுமே தன்வசப்படுத்திக் கொள்ள முடிகின்ற மனிதனால் மனதை மட்டும் இன்னமும் தன்வசப்படுத்த முடியவில்லை. எவ்வளவு இருந்தும் நிம்மதியின்றி தவிக்கின்றனர் உலக மாந்தர்கள்.

எல்லாமிருந்தாலும் எதுவுமே இல்லாததுபோல் எம்மை எண்ண வைப்பது எது என ஆராய்ந்தால் மனிதனை ஆட்டிப்படைக்கும் சூத்திரதாரி மனம் என்பது தெளிவாகும்.

ஏனைய உயிரினங்களைப் போலன்றி மனிதன் மனம் என்னும் பேராற்றல் மிக்க சக்தி படைத்தவனாக திகழ்வதனால் 'மனிதன்' என்று அழைக்கப்படுகின்றான்.

மனதில் எழும் எண்ணங்களை மாற்றியமைப்பதன் மூலம் வாழ்வில் எதிர்கொள்ளும் மனப்போராட்டங்களில் வெற்றி பெற முடியும்.

புறமனம் பகுத்தறியும் திறனால் தெளிவுபெறவல்லது. ஆனால், எம் உணர்வுக்கு அப்பால் தாமதியாமல் நமக்குள்ளே ஆழ்ந்து கிடக்கும் ஆழ்மனம் அளப்பரிய சக்தி கொண்டதாக எமக்குள் உள்ளது. இந்த சக்திவாய்ந்த உள்மனம் அதன் நிலை தெரியாதபடி ஒடுங்கிக் கிடக்கிறது.

இந்த உள்மனதை அணுகும் வழிதெரிந்தால், அதன் பயனால், உலகில் எத்தகைய செயற்கரிய செயல்களையும் செய்துவிடலாம். அலைகள் கரையோரம் ஆர்ப்பரித்தாலும் ஆழ்கடலோ அமைதியாக அடங்கிக் கிடக்கும். ஆழ்மனமும் அவ்வாறுதான்.

'மலையின் மௌனத்தையும் நிலத்தின் சத்தத்தையும், வானத்தின் இசையையும், மனிதன் தனக்குள்ளே கொண்டிருக்கின்றான் என்கின்றார் இரவீந்திரர். இங்கே அவர்

'தனக்குள்ளே' எனக்குறிப்பிடுவது மனதையே குறிக்கும்.

ஐம்புலன்களின் நுகர்வுகள் மனதின் தெளிவை குலைக்க முயல்வதுண்டு. ஆனால் பகுத்தறிவின் உதவியோடு உறுதி ஒளி ஏற்றுகையில் மாயைகள் விலகி உண்மைகள் தெளிவாகும்.

அறியாமை என்பது இருட்டறைக்கு ஒப்பானது, அறிவை மறைப்பது அல்லது மறுப்பது அறியாமை. அறிவொளியை ஏற்றுகையில் அறியாமைகள் கலைந்து போகும்.

அறிவு மனிதனை பக்குவப்படுத்துகின்றது. ஆற்றலை வளர்க்கிறது. மனதிலுள்ள குறுகிய மனப்பான்மையை விலக்கி பரந்த சிந்தையை வளர வைக்கிறது.

> "உடைகளைக் கிழித்து தன்னிச்சையாக பிதற்றிய வண்ணம் தலைவிரிகோலமாக திரிபவர்கள் மட்டுமே மனநோயாளிகள் அல்லர். சாதாரண வாழ்வு வாழ்ந்துகொண்டே சொல்லமுடியாத மன உளைச்சல்களில் அவதிப்பட்டு துன்பப்படுபவர்கள் எம்மில் பலர் உள்ளனர்."

இளம் பராயத்தில் ஏற்படும் சில நிகழ்வுகள் ஆழ்மனதில் ஆழமாகப் பதிந்துவிடுகின்றன. அவை பின்னாளில் எம்மையும் அறியாமல் எம்மை ஆட்டிப்படைக்கின்றன. மனிதர்களை ஆட்டிப்படைக்கும் சூட்சுமக் கயிறாக ஆழ்மனம் திகழ்கிறது.

எம் சுயசிந்தனையால் எம் உடலினுள் உள்ள உறுப்புகளை எம் விருப்பப்படி இயக்கச் செய்ய முடியாது. ஆனால், ஆழ்மனதிற்கு அவற்றை தன் கட்டுப்பாட்டில் இயங்கச் செய்யும் ஆற்றல் உண்டு. எம் கட்டுப்பாட்டை மீறிய எம் செயல்கள் பலவற்றிற்கு இந்த ஆழ்மனமே சூத்திரதாரியாக இருப்பதனைக் காணலாம்.

பலவகையான மனநோய்களுக்கு 'ஹிப்னாடிசம்' என்னும் ஆழ்மனச் சிகிச்சை பயனளிப்பதுண்டு. அதேபோல் பல குணப்படுத்த முடியாது போன உடல் சார்ந்த நோய்களுக்கும் இந்த 'ஹிப்னாடிசம்' என்ற ஆழ்மனச் சிகிச்சை குணமளிக்கின்றது என்ற உண்மை வியப்பில் ஆழ்த்தியுள்ளது. இதிலிருந்து ஆழ்மனதின் கட்டுப்பாட்டில் எம் உடல் இயங்க முடிகின்றது என்ற உண்மை நிரூபணமாகின்றது.
எம் வெளிமனம் சாதாரண அன்றாட செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுகின்றது. அக மனமோ பெரும்பாலும் உறங்கியே இருக்கின்றது. மனதில் சோர்வு எழும் வேளைகளில் இந்த உள்மனதினை தட்டி எழுப்பி அகம்நோக்கி பார்க்கும் பொழுதுதான் சோர்வைப் போக்கும் மார்க்கம் கிடைக்கின்றது.

எம் வெளிமனம் உண்மையை பேசுவதில்லை. சிந்தனைகளை கண்காணித்து உகந்தவற்றை மட்டும் சிந்திக்க அனுமதிக்கும். ஆனால், ஆழ்மனமோ உண்மையை மட்டுமே பேசும்.

ஆனால் அந்த ஆழ்மனதோடு பேச வேண்டுமானால், வெளிமனதில் காவல் தாண்டி உள்ளே புக முடியாது 'ஹிப்னாடிசம்' எனப்படுவது வெளிமனதைக் கட்டிப்போட்டு விட்டு ஆழ்மனதோடு உறவாடும் வழிமுறையாகும். பலதரப்பட்ட நோய்களுக்கு மனநல மருத்துவர்கள் இம்முறையைக் கையாண்டு சிகிச்சையை மேற்கொள்வர்.

மந்தி போல ஒருகணமேனும் சும்மாயிராமல் தாவும் வெளிமனதானது ஆழ்மனதை எவரும் அணுக முடியாமல் காவல் நிற்பதால் அதனை ஹிப்னாடிசம் மூலம் அடக்குவது அவசியமாகின்றது. 'ஹிப்னோ தரபி' எனப்படும் இம்மனவழி மருத்துவத்தை கட்டுரைத்தல் என்பர்.

மனதிலுள்ள பலவீனங்கள், சுகயீனங்களை மாற்றியமைத்து நம்பிக்கை பாராட்டி உறுதிப்படுத்த இம்முறை மனநல மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

ஹிப்னோடிசத்திற்கு முன்னோடியாக இருந்தது மேன்னாட்டைச் சேர்ந்த பிரபல வைத்தியர் மெஸ்மர் கையாண்ட 'மெர்மர்சம்' என்னும் சிகிச்சை முறையாகும்.

ஹிப்னாடிசம் அனைவராலும் கற்றுக்கொள்ளக்கூடியவொன்று எனினும் ஹிப்னோ திரபி அங்ஙனம் இலகுவானதன்று.

ஆழ்மன மருத்துவம் கட்டுரைத்தல் அகமன சுதந்திரம், அமைதிநிலை என்னும் பல்வேறு அம்சங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டது ஹிப்னாடிச திரபி.

மனம் சம்பந்தப்பட்ட உடற்கோளாறுகளுக்கு சிகிச்சை முறையாகவும் நம்பிக்கையிழந்து தவிப்போருக்கு வாழ்க்கைத்தரத்தினை உயர்த்துவதற்கும் மாணவர்களின் முன்னேற்றத்திற்கும் மற்றும் இன்னோரன்ன பல காரணாக்களுக்காக முருத்துவர்கள் இச்சிகிச்சை முறையை கடைப்பிடிக்கின்றனர்.

சில மேலைத்தேய நாடுகளில் ஹிப்னோடிச முறையை மேடைகளிலும் கேளிக்கை விளையாட்டுக்களிலும் பயன்படுத்தி வருகின்றனர். எனினும், பல நாடுகளில் இங்ஙனம் இம்முறையை துஷ்பிரயோகம் செய்வதானது தடைசெய்யப்பட்டுள்ளது என்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

மனங்களைப் பற்றி அறிந்து கொள்வது வெறுமனே அறிவியல் சார்ந்த விடயம் மட்டுமன்று. அது ஒரு சமுதாய வளர்ச்சி சார்ந்த விடயமாகும்.

மனிதர்கள் சமுதாயத்தில் ஒரு அங்கத்தினர் குழும வாழ்வு முறைக்கு மனங்களை அறிந்து வைத்திருப்பது அவசியமாகும். மனங்களை அறியும் முயற்சியில் முதலில் தேவையானது கட்டுப்பாடு. முதலில் உடல் எம் கட்டுப்பாட்டுக்குள் இருக்க வேண்டும்.

உடற்பயிற்சிகள், பிராணயாமப் பயிற்சிகள் மூலமாக உடலை நல்ல நிலைக்கு கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டு வருவது அனைத்து உடல் உள நோய்களுக்கும் முதன்மைச் சிகிச்சையாகும்.

அடுத்து மனக்கட்டுப்பாடு காற்றைப்போல் பல திசைகள் நோக்கியும் வீசியெறியப்படும் சிந்தனைகள் யாவற்றையும் ஒருமுகமாக்கி மனதை ஒருநிலைப்படுத்திக்கொள்ள கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

அதன்பின் மனதை ஆழச் செலுத்தி சிந்தனைத் தோற்றுவாயாக உள்ள ஆழ்மனப் புள்ளியில் ஐக்கியமாக்க பயிற்சி பெற வேண்டும். பல மதங்கள் போதிக்கும் பிரார்த்தனைகளில் உடல் உள்ளம் ஆத்மா சங்கமிக்கும் பேராற்றலைத் தோற்றுவிக்கும் பயிற்சி இதுவாகும். தியானம் செய்ய மதங்கள் தேவையில்லை. மனதின் உள்நோக்கிய சிந்தனைக் குவிப்பு பயணமே போதுமானது. இறை ஆற்றலின் அற்புதங்கள் எம் ஆழ்மனதுள் புதைந்திருப்பதை அனுபவித்து காணமுடியும் இச்செயல்முறைமூலம்.

ஒருவர் பேச்சு அல்லது எழுத்து மூலம் இன்னொருவரின் ஆழ்மனதுள் புகுந்து மாற்றங்களை செய்யப் பணிக்கும் வகையில் உரைத்தலை கட்டுரைத்தல் என்பர். ஒருவரின் செயலில் ஏற்பட வேண்டிய மாற்றங்களை ஆழ்மனதில் பதியவைப்பதன் மூலம் மாற்றியமைக்கும் யுக்தி இதுவாகும். கட்டுரைத்தலில் புறமனதோடு உறவாட நேரிடின் அவை சர்ச்சைகளை உருவாக்கி பயனின்றி போய்விடும்.

இந்த கட்டுரைத்தல் முறையை நாம் எமக்குள் செய்து நல்ல மாற்றங்களை எம்முள் உருவாக்கலாம். இதனை Auto Sugesstin (சுய வரியம்) என்பர். இப்பயிற்சிக்கு பூரண மனத் தெளிவும், மனோ பலமும் வேண்டும்.

உடைகளைக் கிழித்து தன்னிச்சையாக

52ம் பக்கம் பார்க்க...

எண்ணித்துணிக கருமம் துணிந்த பின் எண்ணுவம் என்பது இழுக்கு.

உங்கள் கடன் பிரச்சினைகளை தீர்க்கும் போது அதனால் உருவாகும் நன்மை தீமைகளை சரியாக அறிந்துள்ளீர்களா?

நீங்கள் எடுக்கும் நடவடிக்கையால்

- எதிர்காலத்தில் உங்கள் பிள்ளைகளின் கல்விக்கோ, அவர்களின் தொழில்துறைக்கோ பாதிப்புக்கள் வருமென எண்ணுகிறீர்களா?
- நீங்கள் ஒரு புதிய வேலைக்கு செல்லும்போதோ அல்லது வேறு வேலைக்கு மாறும்போதோ பிரச்சினைகள் வருமென்று எண்ணுகிறீர்களா?
- எதிர்காலத்தில் ஸ்பொன்சர் செய்யும் போது ஏதாவது பிரச்சினைகள் வருமென எண்ணுகிறீர்களா?
- உங்கள் சொத்துக்கள் பறிமுதல் செய்யப்படுமென எண்ணுகிறீர்களா?

இவைபோன்ற பல கேள்விகளுக்கு சரியான பதில்களை அற்ந்துகொள்ள
இத்துறையில் பலவருட கால அனுபவமுள்ள
பல்லாயிரக்கணக்கான தமிழ்மக்களின் கடன் பிரச்சினைகளைத் தீர்த்துவைத்த

Having Difficulty
Repaying
Your Student Loan?
New Rule Changes
Can Help

CRCanada
அழையுங்கள்
சங்கர் அல்லது கிறிஸ்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நீங்கள் கட்டவேண்டிய கடன் தொகையிலிருந்து 15%-20%த்தை மட்டும் தவணை முறையில் கட்டிமுடிக்கலாம்.

T.SHANKAR
Director

CRCanada
Credit Reform Canada
Judgement in your favour!
885 Progress Ave, Unit - 202, Scarborough.
CRCanada **416-264-1010**

Your life.
Your career.
Your call.

If you're looking for a career that offers the potential for financial success and have the drive, discipline, energy, and self-confidence to run your own business, then consider becoming a Sun Life Financial advisor. Contact us to learn more about this rewarding career opportunity.

Chandran Rasalingam
Sales Manager
Bus 416-412-0401 ext 305
Cell 416-909-0400
Fax 416-412-1438
gnanachandran.rasalingam@sunlife.com

2075 Kennedy Road, Suite 1300
Scarborough ON M1T 3V3

Sun Life Financial

Sun Life Financial advisors are contracted with Sun Life Financial Distributors (Canada) Inc., registered in Quebec as a financial services firm.
© Sun Life Assurance Company of Canada, 2008.

வீடு வியாபார நிலையம் வாங்க விற்க...
வீடு வாங்க விற்க அல்லது அது சம்பந்தமான விபரங்களுக்கும் குறைந்த வட்டி விகிதத்தில் மோட்கேஜ் செய்யவும் நட்புடன் அழையுங்கள்....
$189,000
Keele & Finch
3 Bedrooms 2 Washroom
$195,900
Birchmount & Ellesmere
1+1 Bedroom 1 Washroom
$209,900
HWY27 / REXDALE
2 Bedrooms 1 Washroom
$299,900
Meadowvale & Shappard
3 Bedrooms 3 Washroom
Finished Basement
$179,900
Brimley / Finch
$294,900
Hurontario & Burnhathope
2 + 1 Bedrooms 2 Washroom
$305,000
Kennedy & Finch
3+2 Bedrooms 4 Washroom
Finished Basement
$325,000
McCowan & Kinston
3+1 Bedrooms 3 Washroom
$389,900
Manse / Lawrence
4+2 Bedrooms
3 Washroom
$529,900
Whites Rd & Kingston Rd
4 Bedrooms 3 Washroom
Sep Entrance to Basement
$229,900
Neilson &McLevin
3+1 Bedrooms 4 Washroom
Finished Basement
$349,900
Dundas Mavis
3 Bedrooms 3 Washroom
Finished Basement W / O
$514,900
Keele & Mcnaughton
3+1 Bedrooms 4 Washroom
Finished Basement W / O
Ravi Logarajah B.Sc
Tharsi Rajenthiram B.B.A
*Sales Representative
Call : 416-843-7474
HOMELIFE
HIGHER STANDARDS
HomeLife/Today Realty Ltd., Brokerage*
31 Progress Ave., Suite 210, Toronto, ON, M1P 4S6
*Independently Owned and Operated, Realtor
BUS: 416-298-3200 / FAX: 416-298-3440

Happy Holidays
உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுக்கு ஓர் மூலிகைப் பொதி!
இயற்கை மூலிகையின் உதவியுடன் உங்கள் கேசத்தை பராமரியுங்கள்!
The ERVAMATIN™ HAIR LOTION
உங்கள் முடியுதிர்வை தடுக்கவும் மீண்டும் தலைமயிர் வளரவும் மிக உன்னதமாக தொழில் புரிகிறது எவமாட்டின் மூலிகை ஔடதம்! உலகெங்கும் பல்லாயிரக்கணக்கானவரின் பாராட்டுதலைப் பெற்ற மூலிகைத் தயாரிப்பு. இப்போது எவமாட்டின் சாம்பூவும் கிடைக்கிறது.
Ervamatin POWER
SHAMPOO
Dreamron HENNA
Treated Natural Henna
இயற்கை மூலிகையிலான தலை முடி மை
இயற்கை மூலிகையான மருதாண்டி கொண்டு செய்யப்படும் இவ் மை உங்கள் தலை முடியையும் நன்கு பராமரிக்கிறது.
The Ervamatin Hair Lotion
Provides effective and fast therapy for hair loss
And its treatment ensures excellent therapeutic results.
Recommended as a treatment for
Hair loss, hair regeneration, dandruff, alopecia,
Thin hair, baldness, fragile and dry hair.
Amazon Health Care
BBB ACCREDITED BUSINESS
SABONA & Gift
Tel: 416 264 8787
www.amazonhealthcare.ca
2602, Eglinton Ave East. (Midland/Eglinton)

We Help You Move upto the Best!
RE/MAX®
Rouge River Realty Ltd.
Brokerage
Independently Owned and Operated
37-31 Tapscott Road, Toronto, Ontario, M1B 4Y7
416-321-1999 / 416-286-3993
For serve you with
Commitment! Competance!! Confidence!!!
UTHAYAN NADARAJAH
Broker
416-727-9945
KUMAR MUTHUSAMY
Sales Representative
416-518-0118
Call us for all your Residential, Commercial & Investment needs
$ 289,000
3 Bedrooms, 3 Washrooms Salem/Bayly
$278,000
3 Bedrooms, 3 Washrooms, Lessthan 5 Yrs. Brock/Taunton
$ 343,900
3 Bedrooms, Brand new/Town House, Mccowan/Bur-Oak
$399,000
3 Bedrooms, 3 Washrooms Lawrence/East Avenue
$ 374,900
3 Bedrooms, 3 Washrooms, 5 Yrs Staines/Steels
$ 299,900
4 Bedrooms, 3 Washrooms, Rossland/Harwood
$ 369,000
4 Bedrooms, 3 Washrooms, 3 Yrs Markham/Steels
Seniors' Home For Sale
$4,500/Mth
Gas station for Lease, 1 Hr from Toronto
We Arrange
Special Mortgage Rate for our Clients
5 Yrs. Varialble @ 4.35%
Free Moving
Real Estate Lawyers
Property Appraisal
Home Staging
Environmental Assessment
Home Inspection

அறிஞர் 'பேரறிஞர்' சி.என்

தேவகாந்தன்
devakanthan@thaiveedu.com

மறைந்த முன்னாள் தமிழக முதல்வர் திரு.சி.என்.அண்ணாத்துரையின் நூற்றாண்டு விழாக் கொண்டாட்டங்கள் தமிழகத்தில் பரவலாகக் கொண்டாடப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றன. தி.மு.க.வின் அல்லது அதிலிருந்து பிரிந்த எந்தக் கட்சியினது முதல் வரையும்விட எளிமையாகவும், நேர்மையாகவும் வாழ்ந்து மறைந்தவர் அவர் என்பதில் மாற்றுக் கருத்துக்கு இடமில்லை. ஆனாலும் இந்த நேரத்திலாவது அவர்பற்றிய சரியான ஓர் அலசலைச் செய்யவேண்டியது ஒரு வரலாற்றுக் கடமையாக எஞ்சிநிற்கவே செய்கிறது.

ஆயினும் அதை இங்கே இப்போது நான் செய்யப்போவதில்லை. அவரை நினைவுகூரும் வண்ணம் சில விஷயங்களைக் குறிப்பிடுவதோடு, நம் நிகழ்கால நிலைமையில் அவரது வாழ்வனுபவம், குறிப்பாக அவர் அரசியல்சார்ந்து எடுத்த சில முடிவுகள் எவ்வாறான எச்சரிக்கைகளை எமக்கு விட்டுச்சென்றிருக்கின்றன என்பதைத் தொட்டுச் செல்வதையே செய்யவிருக்கின்றேன்.

அறிஞர் அண்ணா என்று ஊடகத் துறையினராலும், பேரறிஞர் அண்ணா என்று கழகத்தவராலும் அன்பாக அழைக்கப்பட்ட திரு. சி.என்.அண்ணாத்துரை, அவர் வாழ்ந்த காலகட்டத்தை வைத்துப் பார்க்கின்ற வேளையில் அவ் அடைமொழியினுக்குப் பொருத்தமானவராகத்தான் இயங்கியிருப்பதாகத் தெரிகிறது. அறியாமை, பிற்போக்குத்தனம், மூடநம்பிக்கைகளால் தமிழகம் குஷ்டரோகம் பீடித்ததுபோல் பிரிட்டிஷார் இந்தியாவை விட்டு அகன்ற நேரத்தில் அழுகிக்கொண்டிருந்தது என்று சொல்லமுடியும்.

'நாட்டு மாந்தரெல்லாம் தம்போல் நரர்களென்று கருதார்,
ஆட்டு மந்தையாமென்று உலகை அரசர் எண்ணிவிட்டார்'

என்று பாரதி துரியோதனனின் அதிகார ஆட்சியின் அவலத்தைச் சொல்லியதை நாமறிவோம். ஆனால் அரசர் எண்ணவேண்டியதில்லை, நரர்களில் பெரும்பாலோர் ஆட்டுமந்தைகளாகவேதான் இருபதாம் நூற்றாண்டிலும், இன்னும் இருபத்தோராம் நூற்றாண்டிலும்கூட வாழ்ந்துகொண்டிருப்பது உண்மையான விஷயம்.

ஆசிய, ஆபிரிக்க நாடுகளில் மட்டுமில்லை, ஐரோப்பாவிலும் அமெரிக்காவிலும் கூட உண்மை நிலை இதுவே. நாம் புராதன காலத்திலிருந்து நகர்ந்து வந்த அளவுக்கு, நமது மனத்தில் உறைந்துகிடக்கும் வெறியுணர்வுகளிலிருந்தும், அறியாமைகளிலிருந்தும் வெகுதூரம் வந்துவிடவில்லையென்பதையே அன்றாடம் நடைபெறும் அரசியல் சமூக நிகழ்வுகள் தெரிவித்துக்கொண்டிருக்கின்றன.

இந்தநேரத்தில்தான் ராமசாமிப் பெரியார் என்ற பெருஞ்சுடர் எழுகிறது தமிழகத்தில். அப்பெருஞ் சுடரில் கிளைவிட்ட குஞ்சுகளில் ஒன்றாகத்தான் சி.என்.அண்ணாத்துரையின் தோற்றத்தினை நாம் இனங்காணவேண்டி இருக்கிறது. மேலைத்தேய அறிவுலகத்தினதும், சீர்திருத்த உலகத்தினதும் சிந்தனைச் சுடரில் தம் மனத்தைப் பறிகொடுத்த இவராலும் இவர்போன்றவர்களாலும் குறிப்பாக வெ.சாமிநாத சர்மா, சி.பி.சிற்றரசு போன்றவர்களால்தான் தமிழகத்தின் சராசரி மனிதன் பகுத்தறிவின் மெல்லிய ஒளிக்கீற்றினைக் காணநேர்கிறது. மேடைப்பேச்சின் சாயலை ஒட்டிய ஓர் எழுத்து நடையை முன்னெடுத்த திராவிடச் சிந்தனை மிக்க இக்கூட்டத்திடையில் கலை, இலக்கியம் சார்ந்த திறமைகள் காரணமாய் சி.என்.அண்ணாத்துரை மிகவும் கவனிக்கவும், மெச்சவும் படுவது தவிர்க்கவியலாதபடி நேர்கிறது. இக் காரணத்தைச் சுட்டி அறிஞர் அல்லது பேரறிஞர் என்ற பட்டம் அண்ணாத்துரைக்குப் பொருத்தமானது என்றே வைத்துக்கொள்வோம். ஆனாலும் அதை ஒரு கலக மனம் இலேசுவில் ஒப்புக்கொண்டு அடங்கிக் கிடந்துவிட மாட்டாது.

படைப்பின் உன்னதம் கொண்ட ஒரு பேனாக்காரனுக்கு அரசியலின் அதிகாரம் தூசுபோல. அவன் தன் படைப்பாளுமைக் கர்வத்தில் அரசர்களைச் சிறுத்துப்போக வைக்கவே விரும்புவான். அதனால்தான் போலும், அப்போது 'தீபம்' இலக்கிய இதழை நடாத்திக்கொண்டிருந்த நா.பார்த்தசாரதி ஒரு போது சி.என்.அண்ணாத்துரையை சி.என்.அண்ணாத்துரை என்றே ஒரு பொது மேடையில் பேசப்போக பெரும் வம்பாகிப் போகிறது. கழகத்தார் லேசுவில் விட்டு விடவில்லை. மன்னிப்புக்கேட்க வற்புறுத்தப் பட்டார் நா.பா. அவர் மன்னிப்புக் கேட்க வில்லையென்பது வேறு விஷயம். ஆனால் அந்தளவுக்கு நிலைமை சூடாகிப்போய்விடும்.

அறுபதுகளின் ஆரம்பத்தில் தமிழுலகம் வெகு உன்னிப்பாகக் கவனித்துக்கொண்டிருந்த ஓர் இலக்கிய நிகழ்வுபற்றி பலர் அறிந்திருக்க மாட்டார்கள். ராமாயணத்தைக் கொளுத்தவேண்டும் என்று திராவிட இயக்கத்தார் பிரச்சாரம் செய்துகொண்டிருந்த வேளை. இதற்கு மறுதலிப்பான பிரச்சாரமும் நடந்துகொண்டுதான் இருந்தது. ஆனாலும் இதை ஒரு விவாதத்தில் தீர்மானிக்க, மூன்று தொடர்கள் கொண்ட ஒரு விவாத மேடைக்கு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. கொளுத்த வேண்டும் என்ற தரப்பில் வாதித்தோரில் முக்கியமானவர்கள் சி.என்.அண்ணாத்துரையும், சோமசுந்தர பாரதியும். எதிர்த்தரப்பில் பிரதிவாதித்தோரில் முக்கியமானவர் சக்கரவர்த்தி ராஜகோபாலாச்சாரி.

முதலிரு மேடைகளிலும் ராமாயணத்தைக் கொளுத்தவேண்டும் என வாதித்தோரின் கரங்களே மேலோங்கியிருந்த நிலையில், மூன்றாவது மேடைக்கு ராஜகோபாலாச்சாரியார் சுகவீனமென்று காரணம் சொல்லி வராமலே நின்றுவிடுகிறார். கனல் பறக்கும் அவ் விவாதங்களின் தொகுப்பு பின்னால் 'தீ பரவட்டும்' என்ற தலைப்பில் நூலாக வெளிவந்தது. அத்தனைக்கு பேச்சாற்றல் மிக்கவர்தான் அண்ணாத்துரை.

அதை மேலும் இரு நிகழ்வுகள் வலுப்படுத்தி நிற்கும்.

அண்ணா நாடாளுமன்ற உறுப்பினராகப் பதவி வகித்த காலத்தில் இந்தியைத் தேசியமொழி ஆக்குவது குறித்த சர்ச்சை எழுந்திருந்தது. நாடாளுமன்றத்திலும் அதுபற்றிய விவாதங்கள் நடந்துகொண்டிருந்த நேரம். அப்போது இந்தியைத் தேசியமொழி ஆக்கநேர்வதற்கான காரணமாக அது பெரும்பான்மையினர் பேசும்மொழியென ஓர் அமைச்சர் காரணம்சொல்லி அமர்ந்ததும் பேச எழுந்த அண்ணா, பெரும்பான்மை என்பது எல்லா விஷயங்களிலும் பொருத்தமாக வராதென்றும், அப்படியானால் அதிகமாக இருப்பதால் காக்கையையே இந்தியாவின் தேசியப் பறவையாக வைத்திருக்கவேண்டுமே தவிர மயிலை ஆக்கியிருக்கக் கூடாதென்றும் தெரிவிக்க சபை பதிலிழந்து மவுனித்ததாம்.
இதுபோல இன்னுமொரு சம்பவம். இந்தி எதிர்ப்புப் போராட்டம் தமிழகத்தில் நேரு கொடுத்த ஒரு வாக்குறுதியின் பேரில் முடிவுக்கு வந்திருந்தது. இது ஒரு போலியான நிலைமைதான். இந்தியை இந்தி பேசாத மாநிலங்களில் திணித்துவிடுவதற்கான முயற்சிகள் மெதுமெதுவாக நடந்துகொண்டுதான் இருந்தன பல்வேறு மட்டங்களில். ஆனாலும் அதற்கான எதிர் அல்லது பதில் நடவடிக்கைகளும் நடந்துகொண்டுதான் இருந்தன.
ஒருமுறை அண்ணா டெல்லி சென்றிருந்த போது ஓர் அமைச்சர் மிகச் சாதுர்யமாக, ரயில்நிலையங்களில் பெயரை வடமாநிலத்தாரின் சிரமங்களைக் குறைக்க எழுத்தில் போட்டுவிடுகிற தேவையிருக்கிறது, ஒரு சொல்தானே, அதைப் பொருள்செய்யாமல் விட்டுவிடுங்களேன் என்று கேட்டிருக்கிறார். அதற்கு அண்ணா பதில்சொல்லியிருக்கிறார், 'வேற்று மாநிலத்தார் புரிந்துகொள்வதற்கு ஆங்கிலச் சொல் இருக்கிறதுதானே, ரயில் நிலையத்தில் மட்டும் பெயரை இந்தியில் பொறிப்பதன்மூலம் என்ன பெரிய பிரயோசனம் வந்துவிடப் போகிறது, ஒரு சொல்தானே விட்டுவிடுங்களேன்' என்று.

இவ்வாறு அண்ணாவின் சொற்சாதுர்யங்கள் பற்றி அவர் பேசி முடிந்த கணங்களிலேயே பத்திரிகைகள் வாயிலாக யாழ்ப்பாணத்தில் இருந்துகொண்டே அறிந்து நாம் மெச்சிக்கொண்டிருந்தோம் அன்று. அத்தனைக்கு அண்ணா கூர்த்த மதி படைத்தவர் என்றே தெரிகிறது.

அண்ணா சம்பந்தப்பட்டதாக இன்னுமொரு வித்தியாசமான கதையும் பேச்சிலடிபடுவதுண்டு. அண்ணாவுக்கு நேரடியான திரையுலகத் தொடர்பிருந்தது. வேலைக்காரி, ஓர் இரவு போன்ற படங்களின் கதை வசனகர்த்தா அவர். அவைபோல் சீர்திருத்தக் கருத்துக்கள் கொண்ட படங்கள் இன்றுகூட தமிழகத் திரையில் வருவதேயில்லை. 'பாதை தெரியுது பார்' என்ற ஒரு சினிமா தவிர பெயர்சொல்ல ஒரு படம் அங்கில்லை. அப்படியான சமூக அக்கறைகொண்ட இரு படங்களின் கதை

வசனகர்த்தா என்பதாலேயே, அப்போது முன்னணி நட்சத்திரமாகவிருந்த பானுமதியோடு இணைத்து ஒரு கதை பரவிவந்தது. அதுபற்றி பத்திரிகையாளர் ஒருவர் கேள்வி கேட்டதாகவும், அதற்கு அண்ணா, 'பானுமதி படிதாண்டாப் பத்தினியுமல்ல, நானும் முற்றும் துறந்து முனிவனல்ல' என பதிலிறுத்தாராம். இந்தக் கதையில் எனக்குச் சந்தேகமுண்டு. ஆனாலும் இதை மறுப்பதோ, நிறுவுவதோ என் திட்டமல்ல. இது எனக்கு வேறொரு சம்பவத்தை நினைவுறுத்துவதால் இதைக் கூறினேன்.

'கொங்குதேர் வாழ்க்கை அஞ்சிறைத் தும்பி' எனத் தொடங்கும் பாடல்பற்றிய கதையே அது.

பாண்டிய மன்னனுக்கு திடீரென சந்தேகமொன்று தோன்றுகிறது. அதாவது தனது மனைவியின் கூந்தலிலுள்ள மணம் இயற்கையானதா, செயற்கையானதா என்ற சந்தேகம். அதைத் தெளிவாக்கும் செய்யுளை எழுதும் புலவனுக்கு ஆயிரம் பொற்காசுகள் வழங்கப்பெறும் என அவன் பிரசித்தம் செய்யச்செய்கிறான்.

அதற்கான பாடலைச் சிவனிடமிருந்து பெற்றுவருகிறான் தருமி என்ற புலவன். அதில் பிழை இருப்பதாகக் கூறி தமிழ்ச் சங்கத்தின் முதன்மைப் புலவன் நக்கீரன் பரிசைத் தடுக்கிறான். பின் சிவனே புலவன் வேடத்தில் வருவதும், நக்கீரன் அது தெரிந்தும் பணியாமல் தன் கருத்தைக் கூறுவதும், கோபமடையும் சிவன் நெற்றிக்கண்ணைத் திறக்க வெப்பம் தாங்காமல் நக்கீரன் பொற்றாமரைக் குளத்தில் விழுந்து கிடந்து வருந்துவதும், பின் சிவன் கோபம் தணிந்து நக்கீரனது தமிழோடு விளையாடவே தான் அத் திருவிளையாடலைப் புரிந்ததாகக் கூறி நக்கீரனைக் கரைசேர்ப்பான். 'திருவிளையாடல்' படத்தில் நாகேஃ, சிவாஜி, முத்துராமன் ஆகியோர் தருமி, சிவன், பாண்டியனாக நடித்து அசத்தியிருப்பார்கள்.

இந்தச் சம்பவத்திலும் உண்மை தெரியவருவதில்லை. அதாவது பாண்டியன் மனைவியின் கூந்தலுக்கு இயற்கை மணம் அல்லது செயற்கை மணம் எது உள்ளது எனத் தெரியவராது செய்யுளின் மூலம். அண்ணாவிடம் கேட்கப்பட்ட கேள்விக்கு அண்ணா சொன்னதாகக் கூறப்படும் பதிலிலும் சம்பவ உண்மை தெரியவராது. ஆனாலும் கதை நீண்டகாலமாக நிலவிக்கொண்டுதான் இருக்கிறது.

ஒருவேளை இதிலுள்ள புனைவுத் தன்மையால்தான் இக்கதை வாழ்கிறதோ என்றும் தோன்றுகிறது.

வாழுங் காலத்தில் மிகச் சிறந்த பேச்சாளரெனப் பெயர்பெற்றிருந்தவர் அண்ணா. அவர் காலத்தில் சமயச் சொற்பொழிவுக்கு பெயர் போனவர் கிருபானந்த வாரியார். அரசியல் பேச்சுக்கு நாஞ்சில் மனோகரன். இலக்கியப் பேச்சுக்கு ம.பொ.சி. இவர்களுக்கு இவர்களது துறையில் நூறு நூறு புள்ளிகள் கொடுக்க முடியும். அப்படியானால் அண்ணா எப்படிச் சிறந்த பேச்சாளர் ஆக முடியும்? இந்தக் கேள்விக்கு ஒருவர் சொன்னார்: 'இவர்களுக்கு தம்தம் துறையிலேதான் சிறப்பு. ஆனால் அண்ணாவால் இந்த ஒவ்வொரு துறையிலுமே தொண்ணூறு புள்ளிகள் எடுக்கமுடியும். அதனால்தான் அண்ணா சிறந்த பேச்சாளர் எனப்பட்டார்.'

எனக்குள் உள்ள கேள்வி இதுதான். இவ்வளவு சிறப்பு மிக்க அண்ணா ஏன் அந்தளவுக்கான சிறப்பினை வரலாற்றில் பெறாதுபோனார்?

அவ்வளவு எளிமையாக வாழ்ந்த அண்ணா, அவ்வளவு கூர்த்த மதி படைத்த அண்ணா, இறுதியில் ஒரு கட்சி வட்டத்துள் மட்டும் நினைக்கப்படுபவராக ஆனது எப்படி?

அந்த அறிவு, அந்த விவேகம், அந்தச் சீரிய சமூகக் கருத்துக்களின் கொள்ளிடம் என்ற பிரக்கியாதி, கட்சியின் நலத்துக்காக தனி நாட்டுக் கொள்கையைக் கைவிட்டார் என்ற அவப்பெயரோடு ஏதோ ஒருவகையில் தொடர்புகொண்டிருந்திருக்கிறது. வெளிப்படையாய் இல்லையெனினும், உள்ளுறையாக அந்த அபிப்பிராயம் பொதுமக்கள் மத்தியில் இருந்திருக்கிறது. அதுவே அவரது முழு ஆளுமையினையும் மங்கச்செய்யும் பேராற்றலாய்த் தொழிற்பட்டிருக்கிறது.

இது இன்னும் நிறைய யோசிக்கப்படவேண்டியது.
யோசிப்போம்

■ ■ ■

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

ஏமாற்றாதே ஏமாறாதே!

கல்யாணி நாதன்
நிதி திட்டமிடல் ஆலோசகர்
kalyany@thaiveedu.com

அண்மையில் என்னிடம் நிதி முதலீடு செய்வதற்கு வந்துள்ள அன்பருடன் கதைக்கும் வேளை, அவர் ஒரு சுவையான விடயத்தைக் குறிப்பிட்டார்.

இவ்வளவு வளர்ச்சியடைந்தள்ள நாட்டில் எப்படி நிதி முதலீடு செய்வதில் மோசடி செய்கிறார்கள் என்று சர்ச்சையை துவக்கினார்.

நம் முன்னோர்கள் 'பாத்திரமறிந்து பிச்சை போடு' என்று சொன்னார்கள். பிச்சைக்கே பாத்திரமறிந்து போடுவதானால், உங்கள் செல்வத்தை முதலீடு செய்யும் வேளையில் கூடிய அவதானமாக இருக்க வேண்டும் என்பதை எல்லோரும் ஏற்றுக்கொள்வீர்கள். எனவே இங்கு நாங்கள் எப்படித் தகுந்த இடம்தானா என்பதை தீர்மானிக்கலாம் என இங்கு சற்று விளக்கமாகக் கவனிப்போம்.

இன்று எல்லோருமே ஒவ்வொரு வேளையில் தாங்கள் "நிபுணர்" என்று புற்றீசல்போல வந்தவண்ணமிருக்கிறார்கள். இவர்களை இனம்காண்பது மிகவும் கடினமான விடயம் என்பதை நாம் ஏற்றுக்கொள்ளத்தான் வேண்டும்.

எவ்விடயமானாலும் கனடாவில் 'Referral' இல்லாமல் ஏற்றுக்கொள்வதில்லை. உதாரணமாக கூரை திருத்த வேண்டுமானால் நீங்கள் Yellow pagesஇனை பார்த்து நாலு பேரிடம் அதற்கான செலவை விசாரிக்கலாம். ஆனால், கடைசியில் தேர்ந்தெடுத்தவரிடம் அவர் முன்பு செய்த வேலையில் இருந்து சிபாரிசு 'Referral' உண்டா எனக் கேட்க வேண்டும். அத்துடன் அவர் அண்மையில் செய்த வேலையில் திருப்தியானதா என வீட்டுக்காரரிடம் கேட்க வேண்டும்.

அதேபோல் உங்கள் செல்வத்தை முதலீடு செய்ய கொடுக்கு முன் அவரது கல்வித் தகமை, அனுபவம், அவர் தொழில் செய்யும் நிறுவனம் போன்றவற்றை அறிய வேண்டும். ஒருவர் தான் செய்யும் நிறுவன 'ABC lnc' என்றால் நீங்கள் அந்த நிறுவனத்தினை நேரடியாக அழைத்து அவர் அங்கு வேலை செய்கிறாரா அத்துடன் என்னவாக வேலை செய்கிறார் என்பதை அறிவதவசியம். சிலர் அறிமுக அட்டையினை காட்டி தான் இந்த அமைப்பில் வேலை செய்வதாக கூறலாம். ஆனால், இன்று அறிமுக அட்டைகள், ஏன் பாஸ் போட்டுகளே கணனியின் உதவியுடன் தயார் செய்கிறார்கள்...? எனவே அவற்றை நம்பி ஏமாறாமல் இருப்பதவசியம்.

அடுத்ததாக கவனிக்க வேண்டிய விடயம் நீங்கள் முதலீடு செய்ய முற்படும் பணத்தை எப்படிக் கொடுப்பது என்பதே. எக்காரணம்

முன்பின் அறிமுகம் இல்லாத ஒருவர் தான் அப்படிச் செய்வேன் இப்படி உங்கள் செல்வத்தை பெருக்கித் தருவேன் என்றால் அதனை நம்பி ஏமாற வேண்டாம். இப்படியானவர்கள் இருப்பார்கள் என்பது மட்டுமல்ல இரண்டாயிரம் வருடங்களுக்கு முன்பும் இருந்திருக்கிறார்கள். அதனால் தான் திருவள்ளுவரும்

'எப்பொருள் யார் யார் வாய்க் கேட்பினும்
அப்பொருள் மெய்ப்பொருள் காண்பதறிவு'
என்றார்.

நீங்கள் அறிவுள்ளவர்கள் தானே. இல்லாவிட்டால் தாய்வீடு பத்திரிகையை படிக்க மாட்டீர்கள் எனவே உண்மையை கண்டறியுங்கள்.

இதில் இன்னுமொரு பரிமாணம் உள்ளது. தங்கள் விளம்பரத்தை காட்டி பார்த்தீர்களா என்பார்கள். ஆனால், விளம்பரங்கள் அத்தாட்சி பத்திரமல்ல. விளம்பரங்கள் ஒருவர் பணம் கொடுத்து பிரசுரமாவது. அவற்றை முளுமையாக நம்பி ஏமாந்து விடாதீர்கள். அவர்கள் கொடுத்த காசிற்கு நிறுவனங்கள் அவற்றை பிரசுரிக்க கடமைப்பட்டுள்ளன. அவற்றின் உண்மை பொய் கண்டுபிடிப்பது பத்திரிகையாசிரியர் கடமை அல்ல. ஒருவருமே காசு கொடுத்து தம்மை கயவர் என்று விளம்பரம் செய்வதில்லை. எனவே அவர் முதலீடு செய்யும் அமைப்பினைப் பற்றியும், அவர் முதலீடு செய்த மற்றவர்களைப் பற்றியும் அறிந்து வேண்டுமானால் அவரின் அனுமதியுடன் மற்றவர்களுடன் விசாரிக்கலாம். அத்துடன் அவர் வேலை செய்யும் நிறுவனத்துடன் நேரடியாகவே தொடர்பு கொண்டு விசாரிக்கலாம்.

நாங்கள் கார் திருத்தும் போதோ அல்லது வீட்டில் ஏதாவது திருத்த வேலைகளை செய்ய முற்படுகையில் நாலு பேரிடம் விசாரித்து செய்வதில்லையா அப்படித்தான் உங்கள் பணத்தை முதலீடு செய்பவரையும் விசாரித்து முதலீடு செய்யுங்கள்.

கொண்டும் காசாக கொடுப்பதை தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள். இப்படிச் செய்வதால் உங்களுக்கு காசு கொடுத்ததற்கு அத்தாட்சி இருக்கும். நீங்கள் வங்கியில் பணத்தை வைக்காமல் தலையனைக்குள் வைக்கும் பழக்கம் உடையவரானால் முதலில் தலையனைக்கடியில் இருக்கும் பணத்தை எடுத்து வங்கியில் இருப்பு வைத்து விட்டு பின்பு காசோலையாக பணத்தைக் கொடுங்கள்.

எக்காரணம் கொண்டும் முதலீடு செய்பவர், பணத்தை தனி ஒருவருடைய பெயருக்கோ அல்லது cash என்று எழுதவோ வேண்டாம். அப்படி எழுதச் சொன்னால் அவர் பணமோசடி செய்பவர் என்பதை உணர்ந்துகொள்ளுங்கள். பணமுதலீடு செய்ய அனுசரனையாய் உள்ளவர் பெயரிலோ அல்லது cash என்று எழுதுவதோ சனியனைப் பிடித்து பனியனுக்குள் விட்ட கதையாய் முடிந்துவிடும். வேண்டுமானால் வேலியில் போகும் ஓணானை சட்டையில் விட்டுவிட்ட கதை என மாற்றலாம்.

இச்சிறு கட்டுரையை தொகுப்பதானால் முதலாவதாக அனுசரனையாளராய் வருபவர் நல்லவரா, வல்லவரா என்பதை படம் பார்த்துவிட்டு அவர் வள்ளுவர் கூறியபடி

"இதனை இதனால் இவன்முடிக்கு மென்றயந்து
அதனை அவன்கண் விடல்"

என்று அவரிடம் முதலீடு செய்ய முற்படலாம். ஆனால், அந்நிலையிலும் கூட காசோலையாக பணத்தை கொடுத்து அதற்கான தகுந்த பற்றுச்சீட்டை பெறுவதுடன் காசோலையையும் நிதி நிறுவனத்தின் பெயரில் கொடுங்கள்.

இறுதியாக நான் கூறுவது "நீங்கள் பாடுபட்டுத் தேடிய பணத்தை பாவிகளிடம் கொடுத்து பரிதவிக்காதிருக்க எனது வாழ்த்துக்கள்".

■ ■ ■

Tution Classes
(at McCowan and Dennison)
From JK to Grade 8
* Math * English
* Science * Art
* Homework Help (Any Subject)
* Preparation for the Next Grade
* Computer Subjects

1 to 1 or Group classes
Please call 905-554-2496

GP
TELECOM
இரமணன் திரு
(முன்னாள் பெல் கனடா, ரோஜேர்ஸ் ஊழியர்)
For Your Business We
• Install, Repair, Sell
• Meridian Phone Systems & System Phones
• Structured Voice & Data Cabling
• Install, Repair Home Phone Wiring
• TV Cable (RGB)
• Network Cable
உங்கள் அழகிய வீட்டில் பழுதுகள் ஏதும் ஏற்பட்டாமல்
சுவர்களுக்கு உள்ளால் வயர் எடுத்து கொடுக்கப்படும்
416.203.0344

விரும்பியோ அல்லால் விதிவசமோ.... புலம்பெயர்ந்தோம்

முடிந்தவரை மேல்நாட்டவர் போல் வாழவும் பழகிக்கொண்டோம். இருந்தும் சில பின்னடைவுகள் எம்மிடம் எஞ்சி நிற்கின்றன. அதில் ஒன்றுதான் நீண்டகால பாதுகாப்பான ஆயுட்காப்புறுதி செய்யாதிருத்தல் என்பது. நெருங்கிய உறவுகளிலோ அல்லது நமது குடும்பத்திலோ ஒரு இழப்பு ஏற்பட்டபின் வரும் ஞானோதயம் யாருக்கும் உதவாது. ஆகையால் யாராவது ஒரு முகவரை அணுகி ஏதாவது நல்ல நிறுவனத்தில் கட்டாயம் ஆயுட் காப்புறுதி செய்து வையுங்கள். நீங்கள் தெரிவு செய்யும்

அந்த முகவர் நானாக இருந்தால் எனக்கும் மகிழ்ச்சிதான்.

Insurance Broker

Guna Selliah

416.371.7776

INDUSTRIAL ALLIANCE
INSURANCE AND FINANCIAL SERVICES INC.

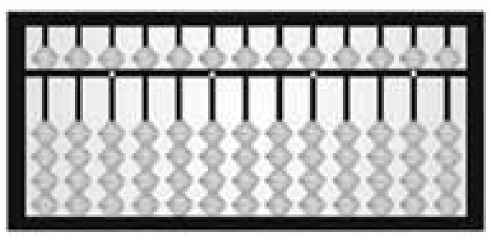
RBC

759 Warden Ave., Toronto, Ontario, M1L 4B5, Tel: 416.759.5453 ext: 401
Fax: 416.759.6220, E-mail: guna@lilandinsurance.com

digi Media

ABC Abacus

Abacus training for creative minds



* சிறுவர்களை புத்தி நுட்பம் மிக்கவர்களாக வளர்க்கும் பயிற்சிமுறை.

* உலகரீதியாக எற்றுக் கொள்ளப்பட்டு வேகமாக உலகெங்கும் பரவிவரும் கற்கைநெறி.

* கனடிய சூழலுக்கு ஏற்ப வடிவமைக்கப்பட்ட பாடத்திட்டத்தை உடையது, இதன் சிறப்பம்சம்.

* இக் கல்விமுறை உங்கள் பிள்ளைகளை பேரறிவாளராக்கக் கூடியது.

மேலதிகத் தொடர்புகளுக்கு: Active Brain Center

Head Office:	Brampton	Newmarket	Scarborough N.
416-615-2520	647-476-2532	647-890-2768	416-754-1141
2163 Lawrence Ave. E. (Birchmount & Lawrence)	230 Sandalwood Parkway E.	905-775-0395	80 Nashbene Rd. (Middlefield)

Web:- www.activebraincenter.com | E-mail:- mail@activebraincenter.com

வீட்டுத் தூசியும் ஒவ்வாமையும்

ராஜேஸ்வரி முத்துலிங்கம்
rajes@thaiveedu.com

வீட்டுத்தூசி என்பது குடியிருப்பவரின் ஆரோக்கியத்துக்கு பங்கம் விளைவிக்கிறது என்பது பல சுகாதார நிபுணர்களாலும் நிருபிக்கப்பட்ட ஒன்று. இத்தூசி குழந்தைகள் முதல் வயோதிபர்வரை நல்ல சுகதேகிகளையுஞ்சரி, நோய்வாய்ப்பட்டவரையுஞ்சரி வேறுபாடின்றிப் பாதிக்கிறது. உங்கள் வீட்டிலொருவருக்கு வருடம் பூராவும் மூக்கடைப்பு, நீர் வடிதல், தும்மல், கண்ணில் நீர் வடிதல், புருவங்களில் அரிப்பு போன்ற அறிகுறிகள் இருப்பின் அதன் முக்கிய காரணம் வீட்டுத் தூசியால் வரும் ஒவ்வாமை காரணமாகவிருக்கலாம். இத்தூசி சிலருக்கு தொய்வு, இருமல், சுவாசக் கோளாறுகளையும் உருவாக்கலாமென்று மருத்துவர்கள் கருதுகிறார்கள்.

வீட்டுத் தூசி என்பது பல நுண்பதார்த்தங்களின் கலவையே. வீட்டுக்கு வீடு இக்கலவை வேறுபடலாம். தளபாடங்கள், வளர்ப்புப் பிராணிகள், ஈரத்தன்மை போன்றன தூசியின் சில மூலங்கள். ஒரு சிறிய தூசிக் குவியலில் பருத்தி நார்கள், மனித சருமத்தின் உதிர்வுகள், பிராணிகளின் முடித்துகள்கள், நுண்ணுயிரிகளெனக் கருதப்படும் மைற்ஸ், பக்டீரியா, பூஞ்சணப் பொடிகள் போன்றவற்றைக் காணலாம். இவற்றில் ஒன்றிற்கோ அல்லது பலதிற்கோ ஒருவர் ஒவ்வாமை அடையலாம்.

மேற்சொன்ன ஒவ்வாமை இருப்பதனால் உங்கள் வீடு அசுத்தமானது, தூசி நிறைந்தது என்பது பொருளல்ல. சுத்தமாக வைத்திருக்கும் வீட்டிலும் இப்படியான தூசிகள் சேரவே செய்யும். ஆனாலும் சாதாரண துப்புரவு செய்யும் முறைகளோ அல்லது பாவிக்கின்ற உபகரணங்களோ இத்தூசிகளை அகற்ற முடியாதிருக்கலாம். உதாரணமாக எப்படியான முறைகளைப் பின்பற்றினாலும், கம்பளத்தினுள்ளும், தலையணைகளிலும், மெத்தைகளிலும் மறைந்துறையும் டஸ்ட் மைற்ஸ் (dust mites) என்ற நுண்ணுயிரிகளை அகற்றுவது இலகுவான காரியமல்ல.

இந்த டஸ்ட் மைட்ஸ் என்பன அராக்னிட்ஸ் என்ற குடும்பத்தைச் சேர்ந்த எண்கால் நுண்கிருமிகளாகும். ஓரளவு வெப்பமான, ஈரப்பதனுள்ள இடங்களில் இவை பல்கிப் பெருகும் வல்லமை கொண்டன. பொதுவாக 70 பாகை பரன்ஹைட் வெப்பநிலையும் 75-80 வீதம் சாரீரப்பதனும் கொண்ட சூழலில் இவை வாழக்கூடியன. ஈரப்பதன் 40-50 வீதத்துக்குக் குறைவாகின்ற போது இவை இறந்துவிடுகின்றன. கனடாவில் பொதுவாக 10 வீதமான மக்களும் 90 வீதமான தொய்வு நோயாளிகளும் இந்த டஸ்ட் மைற்ஸ் கிருமிகளுக்கு ஒவ்வாமை கொண்டவர்கள். 45 வீதமான தொய்வு நோய் கண்ட இளைஞர்கள் இக் கிருமிக்கு ஒவ்வாமை கொண்டவர்களெனக் கணிக்கப்பட்டுள்ளது. பொதுவாக தலையணைகளில் காணப்படும் இக்கிருமிகளின் உடற் கழிவுகளே ஒவ்வாமைக்குக் காரணமாகின்றன என்று மருத்துவர்கள் கூறுகிறார்கள். தலையணை. மெத்தை, கம்பளம் ஆகியவற்றில் காணப்படும் இக்கிருமிகள் வீடு துப்புரவாக்கும்போது காற்றில் மிதக்கவாரம்பிக்கும். தலையணையில் முகம் புதைத்துக் கொண்டு நித்திரை கொள்ளும் மனிதர்கள் பெரும்பாலும் இக்கிருமிகளின் ஒவ்வாமையை உருவாக்கிக் கொள்கிறார்கள். இவர்களது வாழ்வில் மூன்றிலொரு பங்கு மூக்கடைப் போடு கழியும் என்கிறார்கள்.

ஒரு கிராம் தூசியில் ஏறத்தாழ 19,000 டஸ்ட் மைற்ஸ் இருக்கிறதெனவும், சராசரியாக 100 தொடக்கம் 500 கிருமிகள் ஒரு கிராமில் (ஒரு பேப்பர் கிளிப்பின் எடை ஒரு கிராம்) இருக்கின்றனவென்றும் ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. ஒவ்வொரு கிருமியும் 30 நாட்கள் உயிர்வாழும். மனித சருமத் துகள்களையும் பொடுகுகளையும் உண்டு இவை உயிர் வாழுகின்றன. இவற்றுக்கு ஒவ்வாமை கொள்ளாதோரை இவை துன்புறுத்த மாட்டா. சாதாரண கிருமி நாசினிகளால் இவற்றை அழிக்க முடியாது. ஈரப்பதனற்ற வீட்டில் இவை உயிர்வாழ மாட்டா.

பூஞ்சணப் பொடி

இவை பொதுவாக வெளிக் காற்றிலேயே இருக்கின்றன. இருப்பினும் சரியான வாழ் நிலையைக் கொண்டிருக்கும் வீடுகளினுள்ளேயும் இவை விருத்தியடையும். இவை 50 வீதத்துக்கு மேல் ஈரப்பதனுள்ள வீடுகளிலும், அவை பற்றிக்கொள்ள ஏதுவான பலகைகள், சட்டங்கள், சுவர்களும் உள்ள இடங்களிலும் பொதுவாக வாழ்கின்றன. மரம், துணி போன்ற பொருட்கள் இவற்றை மிகவும் கவர்கின்றன. கண்ணுக்குத் தெரியாத பொடிகளைக் காற்றில் பரப்புவதன் மூலம் அவை பரம்பலடைகின்றன. இப்பொடிகளும் மேற்சொன்ன ஒவ்வாமையை உருவாக்குகின்றன.

கரப்பான் பூச்சிகளின் எச்சங்கள்

பல வீடுகளில் நுண்ணிய கரப்பான் பூச்சியின் துகள்களும் காற்றின் வயப்பட்டிருக்கும் போது சுவாசத்தினூடு புகுந்து ஒவ்வாமையை உருவாக்குகின்றன. பழைய, பன்மாடிக் கட்டிடங்களில் இவை வெகு சாதாரணமாகப் பெருகும். உணவும், ஈரப்பதனும் இவற்றின் பெருக்கத்துக்கு அவசியமானவை. இவற்றை ஒழிப்பது சிரமம்.

வட அமெரிக்காவில் டஸ்ட் மைற்ஸ் பிரச்சினைகள் யூலை, ஆகஸ்ட் மாதங்களில் உச்சமாகவிருக்கிறதென்றும் டிசம்பர் மாதத்தில் ஒவ்வாமை உச்சநிலைக்குப் போகிறது என்றும் அறியப்படுகிறது. அதே வேளை பூஞ்சணப் பொடிகளினால் வரும் ஒவ்வாமை கோடை காலங்களில் உச்சநிலக்குப் போகிறது. கரப்பான் பூச்சியினால் வருகின்ற ஒவ்வாமை பருவ காலங்களுக்கேற்ப வேறுபடுவதில்லை.

வெப்பக் காற்றினால் சூடேற்றும் வீடுகளில் (Forced Air Heating Systems) காற்றுடன் இந் நுண்ணுயிரிகள் பறந்து வந்து சுவாசத்தில் சேர்கின்றன. இதனால் ஒவ்வாமை வியாதியுள்ளவர்கள் தமது வீடுகளில் சுடு நீரிலான வெப்பமாக்கும் முறைகளையோ அல்லது மின்சார சூடாக்கும் சாதனங்களைப் பாவிக்கிறார்கள் (Hot Water Radiator systems or Electric Baseboard Heating).

உங்களுக்கு ஒவ்வாமையோ அல்லது நிர்ப்பீடனக் குறைபாடு சம்பந்தமான வியாதிகள் இருக்கலாமென்று சந்தேகித்தால் அது சம்பந்தமான மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெறுங்கள். சருமப் பரிசோதனை செய்வதன்மூலம் அவர் ஒவ்வாமைக்கான காரணத்தைக் கண்டுகொள்வார். சில வேளைகளில் இரத்தப் பரிசோதனைகளையும் செய்து கொள்ள வேண்டி ஏற்படலாம்.

உங்கள் ஒவ்வாமைக்கு காரணமென்னவென்று கண்டுபிடித்ததும் அக் கிருமியை ஒழிப்பதற்கான வழிவகைகளைக் கையாள வேண்டும். டஸ்ட் மைட்ஸ் போன்ற கிருமிகளை ஒழிப்பது இலகுவில்லை எனினும், பின்வரும் சில நடைமுறைகளினால் இக் கிருமிகளைக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டு வரலாம்.

- பருத்தி ஆடைகளையோ, அவற்றினாலான தலையணைகளையோ பாவிக்காது செயற்கையான (synthetic) ஆடைகளை அல்லது துணிவகைகளைப் பாவியுங்கள். மெத்தைகளைப் பிளாஸ்டிக் அல்லது ரப்பர் மூலமான உறைகளினால் மூடி விடுங்கள். கழுவக்கூடிய போர்வைகளைப் பாவியுங்கள். அடிக்கடி கொதி நீரில் கழுவுங்கள்.
- ஈரப்பதனை அகற்றும் dehumidofier சாதனங்களைப் பாவித்து அறைகளுள் ஈரப் பதனைக் குறையுங்கள். Humidifiers அல்லது Vaporizers சாதனங்களைப் பாவிப்பதைத் தவிருங்கள்.
- Cheese Cloth எனப்படும் வடிகளை வெப்பம் வரும் துவாரங்களில் வைத்து தூசிகளை வடிகட்டுங்கள்.
- ஆடைகளை வெளியில் தூக்காது அதற்கான closetகளில் போட்டு கதவுகளை மூடிவிடுங்கள்.
- Stuffed animals வகையான பொம்மைகளை அப்புறப்படுத்துங்கள்.
- வளர்ப்புப் பிராணிகளைப் படுக்கையறைகளுக்குக் கொண்டு பேகாதீர்கள்
- வீட்டை அடிக்கடி மிகவும் கவனமாகத் துப்புரவாக்குங்கள். அடிக்கடி vaccum cleanerகளைப் பாவித்து தூசிகளை அப்புறப்படுத்துங்கள். முகமூடிகளைப் போட்டுக்கொண்டு வீடுகளைத் துப்புரவாக்குவது நல்லது.
- படுக்கையறைகளில் கம்பளத்தை அகற்றி விட்டு பலகை நிலங்களை அமைப்பது நல்லது.
- தூசியைத் தக்கவைத்துக் கொள்ளும் பொருட்களை அகற்றுங்கள். மரத்தினாலான அல்லது தோலினாலான தளபாடங்களை உபயோகியுங்கள்.
- குளிர் சாதனத்தைப் பாவித்து வீட்டினுள் ஈரப்பதனை 50 வீதத்துக்கும் குறைவாகவிருக்கப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
- டஸ்ட் மைட்ஸ் கிருமிகளைக் கொல்ல வல்ல கிருமிநாசினிகள் இருக்கின்றனவென்றாலும் அவற்றினால் பல இதர தீய விளைவுகளும் ஏற்படலாம். கட்டுப்பாடற்ற பாதிப்புள்ள இடங்களில் மட்டுமே இந்நாசினிகளைப் பாவிப்பார்கள்.
- Benzyl benzoate என்ற ஒருவகைப் பவுடர் கம்பளங்களில் தூவி விட்டு 8-12 மணித்தியாலங்களின் பின்னர் vaccum செய்வதன்மூலம் அதை அகற்றி விடலாம். இதனால் இந்நுண் கிருமிகளைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்கலாம்.

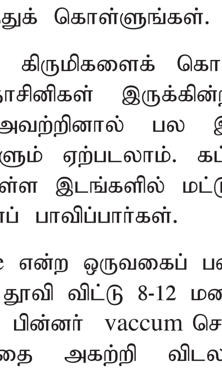
■ ■ ■

> ***“ இந்த டஸ்ட் மைற்ஸ் கிருமிகளின் உடற் கழிவுகளே ஒவ்வாமைக்குக் காரணமாகின்றன என்று மருத்துவர்கள் கூறுகிறார்கள். தலையணை, மெத்தை, கம்பளம் ஆகியவற்றில் காணப்படும் இக்கிருமிகள் வீடு துப்புரவாக்கும் போது காற்றில் மிதக்கவாரம்பிக்கும். தலையணையில் முகம் புதைத்துக் கொண்டு நித்திரை கொள்ளும் மனிதர்கள் பெரும்பாலும் இக்கிருமிகளின் ஒவ்வாமையை உருவாக்கிக் கொள்கிறார்கள். ”***

வீடு வாங்க விற்க

உங்கள் வருமானத்திற்கேற்ப எவ்வகையான வீடு வாங்குவதென அறிந்து
கொள்ள முதல் முறை வீடு வாங்குபவர்களின் சலுகைகள் பற்றி
அறிந்துகொள்ள இன்றே எங்களுடன் தொடர்புகொள்ளுங்கள்

Prudential Properties Plus Brokerage
Bus: 416.962.8113
Fax: 416.962.4615, Res: 416 964 5955
552 Parliament Street, Toronto, ON, M4x 1P6



Alfred Soosaipillai
Broker

எண்ணிய எண்ணியாங்...

42ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

பிதற்றிய வண்ணம் தலைவிரிகோலமாக திரிபவர்கள் மட்டுமே மனநோயாளிகள் அல்லர். சாதாரண வாழ்வு வாழ்ந்துகொண்டே சொல்லமுடியாத மன உளைச்சல்களில் அவதிப்பட்டு துன்பப்படுபவர்கள் எம்மில் பலர் உள்ளனர்.

அந்த வாழ்க்கைப் போராட்டங்கள், துன்பங் கள், தோல்விகள், நிறைவேறாத ஆசைகள், இழப்புக்கள் என பலதரப்பட்ட காரணங்க-ளால் மனச்சிதைவுகளுக்குள்ளாகி மன நோயாளிகளாக வாழ்பவர்கள் பலர் உள்ள னர். வெளித் தோற்றத்தில் அவர்களின் நோயை இனம்காண முடியாத போதும் அவர்களின் பாதிப்புக்கள் அவர்கள் சார்ந்த மனிதர்களையும் சமுதாயத்தையும் ஏதோ ஒரு வகையில் பாதிக்கும். ஆதலால் அவசி யம் சிகிச்சை பெறவேண்டியது கட்டாயமான ஒன்று. நோய் ஆரம்ப நிலையிலேயே குணமாக்கப்பட்டால் குணமாக்குதல் எளிதா கும். ஆனால், எம்மில் பலர் ஆரம்ப நிலை-களில் வைத்தியர்களை அணுகுவதில்லை.

பொதுவாக மனநல மருத்துவர்கள் நோயைப் பற்றி ஆராய்கையில் நோயேற்படத் தூண்டிய காரணங்கள், நோயின் அறிகுறிகள், நோயின் வகைகள், தன்மைகள், குணாம்சங்கள் எனப் பல விடயங்களையும் ஆராய்வர். சிகிச்சை-யை ஆரம்பிக்கு முன்பாக நோயாளியை போதிய அவகாசமெடுத்து நன்கு ஆராய்ந்து அறிந்து குறிப்பெடுப்பர். அதன் பின்பே உகந்த சிகிச்சையை வழங்குவர்.

இற்றைக்கு சுமார் 50, 60 வருடங்களுக்கு முன்பு மனநோயாளிகளுக்கு முறையான சிகிச்சைகள் இன்றி அவர்கள் பேய் பிசாசு பிடித்தவர்களாக பார்க்கப்பட்டனர். ஆனால் இன்றோ மருத்துவம் வெகுவாக முன்னேறி ஆரம்ப நிலையிலேயே பலதரப்பட்ட மன நோய்களை குணமாக்கும் வளர்ச்சியை எய்தியுள்ளது.

உலகில் இன்ப துன்பங்களை அனுபவிக்க எமக்கு வேண்டுமானதாக உள்ளது மனமா-கும். இன்று துன்பத்தின் தோற்றுவாயாகத் திகழ்வது மனமே. மனதின் ஆற்றல் அளவி-டற்கரியது. அந்த மனமே சரிந்து போனால் வாழ்வில் பலவித நிலை குலைவுகள் வரலாம். ஐம்பொறிகளையும், ஐம்புலன்-களையும் ஆதாரமாக நின்று உயிரையும் உடலையும் இணைக்கும் கருவியாகத் திகழ்வது மனமாகும்.

‘எனக்கு புத்தியில் குழப்பம், மனதில் நோய்’ என சொல்ல முடிவதில்லை. இந்நிலை மாற வேண்டும். நோயை ஒப்புக்கொண்டு சிகிச்-சைக்காக மருத்துவரை நாட நோயாளி முன்வரவேண்டும்.

உலகில் மனிதனாகப் பிறந்து மனம்படைத்த அனைவருக்குள்ளுமே ஏதோ ஒருவகை யான பலவீனங்கள், நோய்கள் மனதில் ஏற்படுகின்றன என்பது மறுக்க முடியாத

“

நினைப்பென்பதுவும் மனமென்பதுவும் ஒன்றே.

மனிதனது நினைப்பிற்கேற்பவே

வாழ்வு அமைகின்றது.

நாம் எதை நினைக்கின்றோமோ அதுவாகவே

மாறுகின்றோம். எம் பொய்கள்யாவும் எம்

நினைப்புக்களிலேயே தங்கியுள்ளன.

”

அத்தகைய மனதின் நலம் குன்றினால் அலட்சியம் செய்யலாமா? உடல் நலம் குன்றுவதைப் போலவே எவருக்கும் எப் பொழுதும் மனநலம் குன்றலாம் என்பதை நாம் முதற்கண் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். உடல்நலக்கேட்டைப் போன்றே மனநலப் பாதிப்பும் சிகிச்சை மூலம் குணப்படுத்த வேண்டிய நோயேயொழிய இதையெண்ணி வெட்கப்படவோ வேதனைப்படவோ ஒன்றும் இல்லை என்பதை நாம் முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். ‘எனக்கு உடலில் வருத்தம்’ என சொல்ல முடிந்த எம்மால்

உண்மை. பல சமயங்களில் அவை எமது சிந்தனைத் தெளிவை குணமாகின்றன. எமது கட்டுப்பாட்டில் மனம் நலம் பெறுகின்றது. ஆனால் சில சமயங்களில் அவை எம் கட்டுப்பாட்டை மீறி விபரீத விளைவுகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. இந்நிலையிலேயே நாம் அவற்றை நோய் என இனம்காண்கின்றோம். இந்த ஆரம்ப நிலையில் மருத்துவ உதவி-யை நாடினோமேயானால் சிகிச்சை மூலம் நிச்சயம் குணமாகலாம்.

மனநோய் நின்று கொல்லும் ஆகையால் அதனை நாட்பட விடலாகாது. எம் மத்தியில் இனங்காணப்படும் மனவளர்ச்சி குறைகள் உடனுக்குடன் களையப்பட வேண்டும். இல்லையேல் வளர்ந்தபின் அவர்களை அது மிகவும் பாதிக்கும்.

எந்த மனநோயிலும் சிகிச்சை முறையில் மூலாதாரமாகத் திகழ்வது நம்பிக்கையுணர்வு ஆகும். மன நம்பிக்கை மூலம் ஒருவரின் மனோபாவத்தை மாற்றி தெளிவுபெறச் செய்தலே மனோநல சிகிச்சைகளின் மூல நோக்கமாகும்.

பிரார்த்தனைகளும், தியானங்களும் மனதை ஒரு கட்டுப்பாட்டில் இயங்கச்செய்யும் காரி-யங்களில் மனத்தெளிவோடு மனதை ஈடுபட வைக்கின்றன. தெளிந்த மனதின் அடையா-ளம் நிதானம். அன்றாட காரியங்களை இங்ஙனம் நிதானத்தோடும் மனத்தெளிவோடும் செய்வோமாயின் எத்தகைய மனநோய்களும் எம்மை அணுக மாட்டா. நாளின் ஆரம்ப சில நிமிடங்களை பிரார்த்தனை தியானங்களுக்கு ஒதுக்கிப்பாருங்கள். அந்த நாளில் மிகுதி மணித்தியாலங்கள் யாவும் மனநிறைவுடை-யதாகவும் சிறப்புப் பயன் தரவல்லதாகவும் உடையதைக் காண்பீர்கள்.

மனநலம் மூலம் உடலில் ஆரோக்கியமான மாற்றங்கள் உருவாவதையும் வாழ்வு அறிவு-பூர்வமாக இயக்கப்படுவதையும் நெருக்கடிக ளில் நிதானமாக செயற்பட முடிவதையும் இப்பயிற்சிகள் தரும் பயனாக உணர முடியும்.

நினைப்பென்பதுவும் மனமென்பதுவும் ஒன்றே. மனிதனது நினைப்பிற்கேற்பவே வாழ்வு அமைகின்றது. நாம் எதை நினைக்கின்-றோமோ அதுவாகவே மாறுகின்றோம். எம் பொய்கள் யாவும் எம் நினைப்புக்களிலேயே தங்கியுள்ளன. இதனையே வள்ளுவரும் பின்வருமாறு கூறுகின்றார்.

‘எண்ணிய எண்ணியாக்கெய்துவர், எண்ணியார் திண்ணியராகப் பெறின்’

எண்ணங்களை தூய்மையாக்கி எண்ணிய படி நல்வாழ்வு எய்த நாமும் வாழ்வில் உயர்ந்து அடுத்தவரையும் உயர்த்த இன்றே வாழ்வோமாக.

மனம் உறுதி பெற்றால் வாழ்வு உயர்வு பெறும்!

■ ■ ■

அன்பிற்குரியவர்களே:

நமது தாயகத்தின் கல்விப் பாரம்பரியம் மகத்தானது. அதற்குக் காரணமாக அமைந்தவர்கள் சென்ற நூற்றாண்டினிலே எமது பாடசாலைகளுக்காக அர்ப்பணிப்புடன் தன்னலம் கருதாமல் உழைத்த பாடசாலை அதிபர்கள் பலர். அவர்களில் ஒரு சிலரைப் பற்றி தொடர்ந்து எழுதவேண்டும். ஆனால், இந்தப் புனித கைங்கரியத்தினை நிறைவேற்ற நான் ஒருவன் நினைத்தால் மட்டும் சாத்தியமில்லை. அவர்கள் பற்றிய தகவல் முழுமையானதாக அமைவதற்கு உங்களுடைய உதவியை நாடுகிறேன்

அருட் தந்தை. லோங் அடிகளார்	புனித சம்பத்திராசிரியர் கல்லூரி
புனித. பிக்னெல்	யாழ்ப்பாணக் கல்லூரி
ஹண்டி பேரின்பநாயகம்	கொக்குவில் இந்துக் கல்லூரி
ஒறேற்றர் சுப்பிரமணியம்	ஸ்கந்தவரேதயாக் கல்லூரி
தெ.து. ஜெயரத்தினம்	மகாஜனக் கல்லூரி
ஐ. பி. துரைரத்தினம்	யூனியன் கல்லூரி
எஸ். குமாரசாமி	சோமாஸ்கந்தகல்லூரி
வீ. வீரசிங்கம்	சோமாஸ்கந்தகல்லூரி
பூரணம்பிள்ளை	ஹாட்லிக் கல்லூரி
நவரத்தினசிங்கம்	நெடுந்தீவு மகாவித்தியாலயம்
தம்பு	வேலணை மத்திய மகாவித்தியாலயம்
அம்பிகைபாகன்	வைத்தீஸ்வர மகாவித்தியாலயம்

இத்ததைய பெருமைக்குரிய அதிபர்களுடன் உறவு, நேரடித் தொடர்பு, கற்ற அதிர்ஷ்டம், அவர்கள் பற்றி நீங்கள் கேள்விப்பட்டவை, அறிந்தவை, புகைப்படங்கள் என உங்கள் பலரிடம் திரட்ட வேண்டிய பல விஷயங்கள் உள்ளன.

உங்களால் எனக்கு உதவு முடியும். உதவினீர்கள் என்றால் பெரிதும் நன்றி உடையவனாக இருப்பேன். அவர்களில் ஒரு சிலரின் பெயர்களை இங்கு தந்துள்ளேன்.

நீங்கள் இவைபற்றிய விபரங்களை அனுப்பவேண்டிய முகவரி

பொ.கனகசபாபதி
225 John Tabor Trail,
Scarborough.
Ontarion.
M1B 2R5
416 -283 -1544

கடன் தொல்லைகளிலிருந்து விடுபட்டு புதிய வாழ்வு திரும்ப ஓர் அரிய சந்தர்ப்பம்

NEW LIFE FRESH START

- கடன் 80% குறைய நடவடிக்கை
  Reduce your debts upto 80%
- கடனுக்கு விதிக்கப்பட்ட சகல வட்டிகளும் நிறுத்தப்படும்
  Stop all interest on your debts
- கடன் தொடர்பாக விடுக்கப்படும் தொலைபேசி அழைப்புக்கள், சட்ட நடவடிக்கைகள் நிறுத்தப்படும்
  Stop collection calls, legal action & garnishments
- உங்கள் சொத்துக்கள் பாதுகாக்கப்படும்
  Protect all your assets
- மாதாந்த ரீதியில் எலஙலாக்கடனையும் தீர்க்க வசதி செய்தல்
  Make one monthly payment to all of your creditors
- வங்குரோத்துக்கு செல்லாமல் தீர்வுகாண ஏற்பாடு செய்யப்படும்
  Give you solutions with out bankruptcy

digi Media

Suren Sornalingam

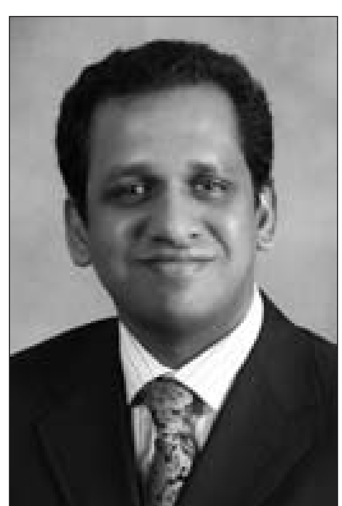
Government Certified Insolvency Counsellor

Tel: **416.264.1272**

Fax: 416.332.0914

E-mail: suren@crc4u.com

web: www.crc4u.com



CRC

55 Town Centre Court, Suite 700,
Scarborough, ON
M1P 4X4

வீட்டு ஜன்னல்களை மாற்றி அமைத்தல்

உண்மைகள், விருப்பங்கள், (Fact, Options) மற்றும் உபயோக குறிப்புகள்:

புதிய வீட்டிற்கு ஜன்னல் வைப்பது, அதை நாம் தேர்ந்தெடுக்கும் திறனில் தான் இருக்கிறது. ஒளியையும் காற்றோட்ட வசதியையும் தருவதுடன், ஜன்னல்கள் மேலும் செய்கின்றன, வீட்டின் வடிவமைப்பிற்கும் மற்றும் தனிப்பட்ட தன்மைக்கும் அவை அழகு சேர்க்கின்றன. வெளியே உள்ள இயற்கைக் காட்சியை உள்ளே இருந்து பார்ப்பதற்கு வழி வகுக்கிறது. வீட்டின் அறையை அலங்கரிக்கிறது.

ஜன்னல்களில் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு கண்ணாடி ஜன்னல், அலங்கார ஜன்னல் மற்றும் பாது காப்பு ஜன்னல், மேலும் கீழும் மூடும் பலகணி கடற்கரை ஜன்னல், பிக்சர் ஜன்னல் (Picture Window) மற்றும் ஸ்கை லைட் ஜன்னல், (Sky light window) என பல தேர்வுகள் உள்ளன. மேலும் புது நிறம் உள்ள கண்ணாடி ஜன்னல், மூடுபனி கண்ணாடி ஜன்னல் ஆகியனவும் உள்ளன. புதிய ஜன்னல்கள் ஒரு வீட்டின் தோற்றத்தை முற்றிலும் மாறுபட செய்கின்றன. உதாரணமாக வழக்கத்திலுள்ள செவ்வக ஜன்னலுக்கு, பதிலாக ஒரு வில்வடிவ ஜன்னலை வைத்தால் கண்ணைக் கவரும் அழகை கூட்டுவதுடன், அதிகமான இடம் இருப்பது போன்ற ஒரு உணர்வையும் தோற்றுவிக்கும்.

வீட்டு ஜன்னலை மாற்றும் போது தேவையான உபயோக குறிப்புகள்:

உங்களுக்கு என்ன தேவை என்பதை முன் கூட்டியே நீங்கள் தீர்மானித்து விட்டீர்கள் என்றால் ஒரு புதிய ஜன்னலை தேர்ந்தெடுப்பது மிகவும் சுலபம்.

புயல் காற்றை தடுப்பதற்கு தனி உபகரணங்கள் தேவைப்படும். உங்களுடைய பழைய மரத்திலான ஜன்னல்களை மாற்ற நீங்கள் விரும்புகிறீர்களா? உற்சாகமூட்டும் வினில் சட்டங்களுடன் கூடிய (Vinyl frames) இரண்டு அல்லது மூன்று கண்ணாடி துண்டுகள் உடைய ஜன்னல்களை நீங்கள் வாங்க விரும்பலாம். அல்லது அலுமினிய சட்டங்களின் இடையே வெப்பம், குளிர் கடத்தாத ரப்பர் அல்லது வினில் ஆகியவற்றால் செய்யப்பட்ட பொருள்களை உடைய ஆற்றல் மிகு ஜன்னல்களை நீங்கள் விரும்பலாம். இவ்வாறு சாதாரண அலுமினிய சட்டங்களை விடவும் குளிர் கடத்துவதை குறைக்கும் உலோகம் உள்ள ஜன்னல்தான் சிறந்தது.

உங்கள் வீட்டின் உள்ளே அதிக அளவு சூரிய வெளிச்சம்படும்படி செய்து உங்கள் அறையின் அளவையும் மற்றும் அழகையும் கூட்ட விரும்புகிறீர்களா? வில் போன்று வளைந்த ஜன்னல் அல்லது ஆங்கிள் பேய் (angle bay) ஜன்னல் மேற்கண்ட தேவைகளையும் நிறைவு செய்து, உங்கள் அறையின் அழகையும் மிளிரச் செய்யும். நவநாகரீக ஜன்னல்கள் நீண்ட நாள் சுத்தமாக காட்சியளிக்கும். தண்ணீர் கறைகள் குறைவாகத்தான் தோன்றும். ஜன்னல் இருக்கை வடிவமைப்பை தேர்ந்தெடுங்கள். உட்கார்ந்து படிப்பதற்கும், ஓய்வு எடுப்பதற்கும் சரியான இடம் அது. கீழே உள்ள மறைவான இடத்தில் ஏதாவது பொருளை வைக்க வேண்டுமானாலும் வைக்கலாம்.

அழகாக காட்சியளிப்பதற்காகவோ அல்லது ஒரு முக்கியமான நோக்கத்திற்காகவோ, ஒவ்வொரு ஜன்னல்களையும் அதனுடைய பலன்களை நினைத்து கவனமாக தேர்ந்தெடுங்கள். (Double hung windows) டபிள் ஹங் ஜன்னல்களை பராமரிப்பதும், சுத்தம் செய்வதும் சுலபம். பல்வேறு அலங்கார வடிவமைப்புகளில் பலகணி ஜன்னல்கள் கிடைக்கின்றன. அதிக அளவு இயற்கையான ஒளியை அவை அறைக்குள் அனுமதிக்கின்றன. தோட்டக் கண்ணாடிகளில் (Garden windows) 90 டிகிரி கோணத்தில் பக்கவாட்டு சறுக்கு கண்ணாடிகள் பொருத்தப்பட்டிருக்கும். மேலும் ஒரு கண்ணாடி மேற்கூரையும் இருக்கும். மூலிகை செடிகள் அல்லது வீட்டிலுள்ள தோட்டத்தில் வளரும் செடிகளை வளர்க்க விரும்பும் தோட்டக்கலை ஆர்வம் உள்ளவருக்கு இது ஒரு சிறந்த விருப்ப தேர்வு.

ஜன்னலின் வகை, அதன் வடிவம், மற்றும் தயாரிப்பாளர் தரும் உத்திரவாதம், ஜன்னல் வைப்பதற்கான செலவு ஆகியவற்றை கணக்கிடுங்கள். பின்னர் கிடைக்கும் பலன்கள் நீங்கள் செலவிடும் பணத்திற்கும் மற்றும் உங்களுடைய தேவைகளுக்கும் பிரயோசனமாக இருக்குமா என்பதை முடிவு செய்த பிறகு ஜன்னலை தேர்ந்தெடுங்கள்.

- கருணா -

வசிக்கும் பகுதிகளுக்கேற்ப பொருத்தமான ஜன்னல்க் கண்ணாடி அமைத்தல்:

வெப்ப பகுதியில் வசிப்பவர்களை போல அல்லாமல் குளிர் பகுதியில் வசிப்பவர்கள் அதற்கென பிரத்தியேகமான ஜன்னல்களை உபயோகிக்க வேண்டும். குளிர் பகுதிகளின் ஜன்னல்களுக்கு U காரணி (U factor) மிகவும் முக்கியம். உள்ளே உள்ள வெப்பத்தை எந்த அளவுக்கு ஜன்னல் தடுக்கிறது என்பதே U காரணியின் அளவு. குறைவாக வெப்பம் வீட்டை விட்டு வெளியேறினால், காரணியின்

55ம் பக்கம் பார்க்க...

FOR ALL MORTGAGE NEEDS

Rajmogan Selliah
Mortgage Consultant

Canada Trust Scotiabank™

2929 Lawrence Ave. East, Suite 203,
Scarborough, ON M1P 2S8
Head Office: 701 Evans Ave., Suite 600, Toronto, ON M9C 1A3
rajmoganselliah@invis.ca

Dir: 416.569.3200
Bus: 416.430.0111, Fax: 416.430.0222

digi

54ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

அளவு எண்ணிக்கையும் குறைவாக இருக்கும்.

வீட்டிற்குள்ளே எவ்வளவு வெப்பம் ஜன்னல் வழியே வருகிறது என்பதை சூரிய வெப்பம் அடைவதின் துணை காரணி (Solar heat gain co efficient) (SHGC) அளவு செய்கிறது. சூடான வெப்பதட்ப நிலைகளில், குறைவான SHGC ரேட்டிங் (40 அல்லது அதற்கும் குறைவு) உள்ள ஜன்னல்கள் மிகவும் பொருத்தமானது. தென்திசை நோக்கி இருக்கும் ஜன்னல்கள் நேரடி சூரிய ஒளியை அதிக அளவு பெறுகிறது. ஜன்னல் நிலை குடை புறத்தே உள்ள பாகத்தில் வைத்திருந்தால் கோடைகாலத்தில் சூடான நாட்கஎில் வீட்டின் உள்ளே வெப்பநிலையை குளிர்ச்சியாக வைத்திருக்கும்.

குளிர்கால பிரதேசங்களிலும் மற்றும் கோடை கால பிரதேசங்களிலும் வாழ்பவர்கள். தங்கள் வீட்டு ஜன்னல்களை முன் யோசனையுடன் அமைக்க வேண்டும். எந்த வகை ஜன்னலை அமைக்க வேண்டும், அதற்கு எந்த மாதிரியான கண்ணாடியைப் பொருத்த வேண்டும் என்பதை தீர்மானிக்க வேண்டும். வடக்கு, கிழக்கு, மற்றும் மேற்கு, திசையை நோக்கி இருக்கும் ஜன்னல்கள் மிக குறைவான அல்லது கொஞ்சம் கூட இல்லாத சூரிய ஒளியை தான் பெறும். அதனால் U காரணி குறைவாக உள்ள கண்ணாடியை தேர்வு செய்வது நல்லது. 40க்கும் குறைவானதை வாங்குவதற்கு உங்களிடம் பணவசதி இல்லை என்றால், ஜன்னலில் மூன்று துண்டு கண்ணாடி பொருத்தினால் U காரணி 25 அல்லது அதற்கு குறைவாக ஆகும்.

SHGC55 அல்லது அதற்கும் மேலானதுடன் கூடிய ஜன்னல்களை தெற்கு திசை நோக்கி அமைக்க வேண்டும். இதனால் அதிக அளவு சூரிய வெப்பத்தை பெற முடியும். வெப்பப்படுத்துவதற்கான செலவும் மிச்சமாகும். ஆயினும் கோடைகாலம் தொடர்ந்து நீடித்து வெப்பமும் அதிகமாக இருந்தால் 40 SHGC அல்லது அதற்கும் குறைவானதை அமைப்பது நல்லது. ஏனென்றால் குளிர்ச்சியூட்டுவதற்கு வெப்பப்படுத்துவதை விட மூன்று மடங்கு அதிக செலவாகும்.

புதிய ஜன்னலை நிறுவுதல்:

உங்களுடைய பழுதடைந்த ஜன்னலை மாற்றி அமைக்கவோ, பழைய ஜன்னலை அகற்றிவிட்டு புதிதாக ஒன்றை வைக்கவோ, உங்கள் அறையின் அழகை, அதிகரிப்பதற்காக அலங்கார ஜன்னலை வைக்கவோ, உங்கள் திட்டம் எதுவாயிருப்பினும், நீங்கள் ஒரு தொழில் வல்லுனரின் துணையுடன் உங்கள் ஜன்னல்களை அமைக்க முடியுமா அல்லது நீங்களே உங்கள் ஜன்னலை நிறுவ முடியுமா என்பதை நீங்கள்தான் தீர்மானிக்க வேண்டும். சாதாரண அளவுள்ள ஜன்னல்களை நீங்களே நிறுவ முடியும். பல எண்ணிக்கையிலான வீட்டு உடைமைகாரர்கள் தங்கள் கைதிறனை கொண்டே தங்களுடைய வீட்டு ஜன்னல்களைப் பொருத்த முடியும். ஆயினும் ஒரு பெரிய அல்லது தனி ரகமான ஜன்னலை அமைப்பதற்கு அதிக அளவு திறன் சார்ந்த வேலை செய்வது அவசியம். அதனால் இதற்கு ஜன்னல் நிறுவுவதில் தொழில்வல்லுனரின் உதவியை தான் நாட வேண்டிவரும்.

ஜன்னலை எப்படி நிறுவ வேண்டும் என்பதையும் மற்றும் வீட்டில் செய்யப்பட வேண்டிய புதுமைப்படுத்தும் வேலைகள் பற்றியும் உங்கள் பகுதியில் உள்ள நம்பகமான தொழில் வல்லுனர்களின் ஆலோசனையை நீங்கள் பெறலாம். அவர்களுடன் விலை பற்றி பேசி ஒப்பந்தம் செய்து கொள்ளலாம்.

ஒப்பந்தம் செய்வதற்கு முன் நீங்கள் ஒப்பந்தம் செய்ய விரும்பும் நிறுவனத்தைப் பற்றிய விவரங்கள், தகவல்கள் மற்றும் அவர்கள் சமீப காலத்தில் அமைத்துக் கொடுத்த வீட்டு ஜன்னல்களின் புகைப்படங்கள் ஆகியவற்றை நன்கு கவனித்த பிறகு எல்லாவற்றையும் செய்யுங்கள். நீங்கள் விரும்பினால் மட்டும் ஒப்பந்தம் செய்யுங்கள். நீங்கள் யாரையும் ஒப்பந்தம் செய்ய வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை என்பதையும் நினைவில் வையுங்கள்.

■ ■ ■

கைதிகளின் வதை - 2

- பொன் குலேந்திரன் -
pon@thaiveedu.com

விதம் விதமான சித்திர வதைகள்

அண்மையில் சோமாலியா நாட்டில், இஸ்லாமிய தீவிரவாதிகளின் கட்டுப்பாட்டுக்குள் உள்ள ஒரு பகுதியில், வயது குறைந்த பெண்ணொருத்தி பலரால் கற்பழிக்கப்பட்ட காரணத்தால் ஒழுக்கம் தவறியதாக குற்றம் சாட்டப்பட்டு இஸ்லாமிய சாரியா சட்டத்தின் படி தலை மட்டும் வெளியே தெரியும்படி, உடம்பை மண்ணுக்குள் புதைத்து கற்களை எறிந்து உயிரைப் போக்கினார்கள். இது மதத்தின் பெயரால் செய்யப்பட்ட சித்திர வதையாகும். சித்திரவதைகள் செய்யும் முறைகள் நாட்டுக்கு நாடு வேறுபட்டவை. இவை பெரும்பாலும் பண்டைய ஆட்சிமுறைகளுடனும் மதத்துடனும் பூர்வ குடி மக்களின் வாழ்க்கை முறைகளோடு தொடர்புடையவை. கழுமரம் ஏற்றுவது தமிழ்நாட்டில் இருந்து வந்த கொடூரமான சித்திரவதை செய்யும் முறைகளில் ஒன்றாகும். இரு பாக்கு மரங்களுக்கிடையே குற்றவாளியின் இரு கால்களையும் கட்டி பின்னர் மரங்களின் இழுவிசையினை தளர்த்துவதினால் உடல் இரண்டாக கிழிபடுவது ஒரு முறையாக இருந்து வந்தது. கைதி, யானையின் பாதங்களால் மிதிக்கப்பட்டு உயிரைப் போக்குவது ஒரு முறையாக தமிழ் நாட்டில் கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வந்ததை இந்து மத வரலாற்றின் மூலமாக நாம் அறிவோம். இரதத்தின் பின்பகுதியில் கயிற்றால் குற்றவாளியைக் கட்டி, வேகமாக குதிரைகளை ஓட்டி, சித்திரவதை செய்வதும் இன்னொரு முறையாகும். கடைசிக் கண்டி மன்னன் இராஜசிங்கன், தனக்கு எதிராக சதி செய்த பிரபுக்களை சித்திரவதை செய்து கொன்றான். தப்பியோடிய பிரபுவின் குடும்பத்தை கூட அவன் விட்டு வைக்கவில்லை. கண்டி வாவியில் அவர்களை அமிழ்த்தி மூச்சு திணறவைத்துக் கொன்றதாக வரலாறு கூறுகிறது. பண்டைய காலத்தில் சித்திரவதை கொடூரமான முறைகளில் செயல் படுத்தப்பட்டது. செய்த குற்றத்தை பொறுத்து எவ்வளவுக்கு சித்திரவதை செய்யப்பட வேண்டும் என்பது தீர்மானிக்கப்பட்டது. அதை செய்வதற்காக திடகாத்திரமான உடம்பும், பயங்கரத் தோற்றமும் உள்ளவர்கள் நியமிக்கப்பட்டார்கள். மண்ணுக்குள், தலையைத் தவிர குற்றவாளியின் முழு உடலையும் புதைத்து, யானையின் பாதங்களால் தலையைச் சிதைப்பதும் ஒரு முறையாகும்.

இஸ்லாம் மதத்தில் குற்றவாளிகளுக்கு கடும் தண்டனை வழங்கப்படுகிறது. கற்களால் எறிந்து மரணத்தைத் தோற்றுவிக்கும் முறை இன்றும் சில மத்திய கிழக்கு நாடுகளில் இருந்து வருகிறது. திருடர்களின் அவயவங்களை வெட்டி முடமாக்குவது சௌதி அரேபியாவில் இன்றும் இருந்து வரும் முறைகளில் ஒன்றாகும்.

உரோமர் காலத்தில் கைதிகளை சிங்கங்களுடன் போரிடவிட்டு வேடிக்கை பார்த்தனர். இராக் கைதிகளை மிகவும் கீழ்த்தரமான பாலியல் முறைகளை பாவித்து அமெரிக்க இராணுவ வீரர்கள் சித்திரவதை செய்தாக ஊடகச் செய்திகள் வந்தபோது, நாகரிகமான நாடே இந்த முறைகளைக் கையாண்ட போது பின் தங்கிய நாடுகள் சித்திரவதையினை கடைப்பிடிப்பதை அமெரிக்கா எவ்வாறு கண்டிக்க முடியும் என்ற கேள்வியை பலர் எழுப்பியுள்ளனர். உகண்டா நாட்டின் முன்னைய சர்வாதிகாரி இடி அமீன் தனது ஆட்சியில் தனது எதிரிகளை எவ்வாறு சித்திரவதை செய்து கொன்றான் என்பதைப் பற்றி ஊடகங்கள் கதை கதையாக எழுதின. ஒரு சினிமா படம் கூட இடிஅமீனை ஒரு மனித மிருகமாகச் சித்தரித்து வெளியிடப்பட்டது. சர்வாதிகாரிகளுக்கு கைதிகளை சித்திரவதை செய்வது ஒரு விளையாட்டாக இருந்தது. அதன் மூலம் தனது எதிரிகளின் மனதில் ஒரு பயத்தை உருவாக்கி ஆட்சி புரிந்தார்கள். சர்வாதிகாரிகளின் மகன்மார் கூட தமது அந்தஸ்த்தை பாவித்து கைதிகளை சித்திரவதை செய்ததுடன், தம் இச்சைக்கு இணங்காத பெண்களை சித்திரவதை செய்து கற்பழித்துள்ளனர். இக்கதைகள் சதாமின் மகன்களின் வாழ்க்கையில் நடந்ததாக கேள்விப்பட்டுள்ளோம்.

ஜெனிவா உடன்பாடும் போர்க் கைதிகளும் 1949ம் ஆண்டு உருவாக்கப்பட்ட போர்க் கைதிகள் எவ்வாறு நடத்தப்படவேண்டும் என்று நாடுகளுக்கிடையிலான உடன்படிக்கையொன்றினை ஐக்கிய நாடுகள் சபை உருவாக்கியது. அவ்வுடன்படிக்கையில் கைச்சாத்திட்ட நாடுகள் தமது கைக்குள் இருக்கும் போர்க் கைதிகளை அவ்வுடன்படிக்கையின்படி நடத்துகிறார்களா என்பது இப்போது பல மனித உரிமைமீறல்களுக்காக பாடுபடும் குழுக்களால் கேட்கப்படும் கேள்வியாகும். மிக முக்கியமாக கியூபாவில் உள்ள Guantanamo Bay தடுப்புமுகாமில் அல்குவைதா கைதிகளை அமெரிக்கா எந்த முறைகளைப் பாவித்து குறுக்கு விசாரணை செய்கிறார்கள் என்பது பல நாடுகளால் எழுப்பப்பட்ட கேள்வியாகும். ஜெனிவா உடன் படிக்கைக்கு மாறாக எந்த வழிகளையும் தாம் கடைப்பிடிக்கவில்லை என அமெரிக்கா சொன்னாலும் கடைப்பிடிக்கப்படும் முறைகளைப்பற்றிய விளக்கம் கொடுக்கப்படவில்லை. அல்குவைதா இயக்கத்துடன் தொடர்பு இருந்ததாக பல பிறநாட்டவர்களும் கடும் விசாரணைக்கு உட்பட்டார்கள். ஜெனிவா உடன்படிக்கையின்படி காயமுற்ற, அல்லது மனநிலை பாதிக்கப்பட்ட, அல்லது ஆயதம் தாங்காத அல்லது உடல் நிலை பாதிக்கப்பட்ட போர்க் கைதிகளின் உயிருக்கோ அல்லது அங்கங்களுக்கோ பங்கம் ஏற்படாதவாறு நடத்தப்படவேண்டும். அதோடு மட்டுமன்றி இன, மத, நிற, பால், பிறந்த நாடு, ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் பாகுபாடு காட்டாது விசாரணை நடத்தப்படவேண்டும். இவ்வுடன்படிக்கை போரில் நேரடியாக ஈடுபட்ட நாடுகளுக்கு மட்டுமன்றி புரட்சியாளர்களுக்கும், அவர்களுக்கு எதிராக நடவடிக்கை எடுத்த அரசுக்கும் பொருந்தும். புரட்சியாளர்கள் உடன்படிக்கையில் கையொப்பமிடவேண்டிய அவசியமில்லை. இங்கு மனித உரிமைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுகிறது. கைதிகளின் உணவு, தங்கும் வசதி, நோயுற்றவர்களுக்கு எவ்வித வைத்திய சேவை வழங்கப்பட வேண்டும், வேலை செய்தவர்களுக்கு கொடுக்கப்படவேண்டிய ஊதியம், குடும்பத்துடன் தொடர்பு வைத்தல், மத வழிபாடு போன்ற விடயங்களைப்பற்றி உடன்படிக்கை விரிவாக விளக்கியுள்ளது. ஆனால் நாடுகள் அவைற்றை கடைப்பிடிக்கின்றனவா என்பது கேள்விக் குறியே.

சிறீலங்காச் சிறைச் சாலைகளும் சித்திரவதையும்

சிறிலங்கா ஆட்சியின் மனித உரிமை மீறல்கள் பலத்த கண்டனத்துக்கு தொடர்ந்து உள்ளாகி வந்துள்ளது. அரசினால் திட்டமிடப்பட்டு பல அரசியல் கைதிகள் சிறைச் சாலையில் சித்திரவதை செய்து கொல்லப்பட்டனர். இலங்கையை ஆண்ட முன்னைய மன்னர்கள் போர்க் கைதிகளை நடத்திய விதத்திற்கும் தற்போதைய அரசு நடத்தும் விதத்திற்கும் பெரும் வித்தியாசமுண்டு. முற்காலத்தில் கைதிகள் காடுகளை வெட்டி அபிவிருத்தி செய்யவும், குளங்கள் கட்டவும், கட்டிடங்கள் கட்டவும் கூலிகளாக பாவிக்கப்பட்டனர். ஆனால் இனத்துவேசம் கலந்த தற்கால ஆட்சியில் மனிதாபிமானத்துக்கு இடமில்லை. சிறைச்சாலையில் கலவரம் என்ற ஒரு சூழ்நிலையை சிங்களக் கேடிகளைக் கொண்டு கலவரத்தை உருவாக்கி தமக்கு வேண்டாத கைதிகளைத் தீர்த்துக் கட்டுவது ஒரு புது முறையாகும். 1983ல் நடந்த இனக் கலவரத்தில் வெலிக்கடை சிறையில் பல தமிழ்க் கைதிகள் கொல்லப்பட்டனர். அவர்களின் கண்கள் தோண்டி எடுக்கப்பட்டது. பயத்தால் ஒரு மூலையில் பதுங்கியிருந்த பதினாறு வயதுக் கைதியைக் கண்ட சிறைக் காவலாளி ஒருவன் அக் கைதியையும் விட்டு வைக்காமல் கத்தியால் குத்திக் கொன்றான். 35 தமிழ் கைதிகள் சிறைக் காவலாளிகளின் ஒத்துழைப்போடு சிறையில் இருந்த சிங்களக் குற்றவாளிகளால் கொலைசெய்யப்பட்டனர். இது அரசால் திட்டமிடப்பட்ட படுகொலை என பல வெளி நாட்டு ஊடகங்கள் கருத்து தெரிவித்தன. இக்கொலைகள் புத்தரின் சிலைக்கு முன்னால் அகிம்சையின் பெயா'ல் நடாத்தப் பட்டு பௌத்த மதத்திற்கு இழிபெயரைக் கொண்டுவந்த செயலாகும். அதனை பல புத்த பிக்குகள் ஆதரித்தனர். இதைத் தொடர்ந்து 2000ம் ஆண்டு ஒக்டோபர் மாதம் பிந்துனுவெவ என்ற மலைநாட்டு பகுதியில் உள்ள தடுப்பு முகாமில் இருந்த 50 தமிழ் அரசியல் கைதிகள் மேல் கிராம மக்கள்

துாண்டிவிடப்பட்டனர். கிராமத்திற்கு வேறுபகுதிகளில் இருந்து வந்த கேடிகள் பொலீசின் உதவியுடன் தாக்குதலில் ஈடுபட்டு 24 தடுப்பு கைதிகளைக் கொலைசெய்தனர். 1997ம் ஆண்டு களுத்துறை சிறச்சாலையில் மூன்று தமிழ் கைதிகள் சிறையில் இருந்த சிங்களக் கைதிகளால் 1983ம் ஆண்டு வெலிக்கடை சிறையில் நடந்த படுகொலை பாணியில் கொலை செய்தனர். சிறீலங்கா சிறைகளில் நடந்த சித்திரவதைகளும் கொலைகளும் இனத்துவேசத்தை அடிப்படையாகக்கொண்டு அரசின் ஆதரவுடன் நடத்தப்பட்டவை. விசாரணைக் குழுக்களை அமைத்து உலகுக்கு கண்துடைப்பு செய்தனர்.

மனிதத்தின் மதிப்பு குறைகிறதா?

மனிதத்தின் மதிப்பு தற்காலத்தில் குறைந்து வருகிறது. தமது குறிக்கோளை அடைவதற்கு பயங்கரவாதிகள் தமது உயிரை மட்டுமன்றி பிறர் உயிரையும் போக்க தயங்குவதில்லை. இதனால் அப்பாவி மக்கள் பலியாகிறார்கள். தினம் தினம் நாடுகளில் நடக்கும் குண்டுவெடிப்புகள் இதற்கு உதாரணமாகும். பழிவாங்கும் நோக்கமே மனிதன் மனதில் வேர் ஊன்றியிருப்பதினால் எது சரி எது பிழையென தீர்மானிக்கும் தன்மை குறைந்து விட்டது. போர் என்று வரும் போது பொது மக்களின் உயிருக்கு உத்திரவாதமில்லை. குண்டு வீச்சில் பச்சிளம் குழந்தைகள் பலியாவது சகஜம். வெற்றி பெறுவதே முக்கிய நோக்கம். மனிதம் மறைந்து விடுகிறது.

அப்பாவி மக்கள் பலர் கைதுசெய்யப்பட்டு சித்திரவதைக்கு உற்படுகிறார்கள். சித்திரவதை என்று வந்தவுடன் காருண்யத்துக்கு இடமில்லை. மேல் அதிகாரிகளின் கட்டளைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுகிறது. எது சரி எது பிழை என்ற கேள்விக்கு இடமில்லை. தலையாட்டி பொம்மைகள் போல் செயல்படுகிறார்கள். தாம் செய்வது தவறு என்று தெரிந்தும் பலரை சித்திரவதை செய்ததினால் மனநிலை பாதிக்கப்பட்ட வீரர்களுமுண்டு. சிலர் இராணுவத்தில் இருந்து ஓய்வுபெற்ற பின்னர் இரத்த வெறி கொண்டு அலைகிறார்கள். குற்றங்கள் பல செய்கிறார்கள். இதை சிறிலங்காவில் நடக்கும் குற்றங்களைப் பற்றிய புள்ளிவிபரங்கள் எடுத்துக்காட்டுகிறது. மனிதம் மறையும்போது மனநிலை பாதிப்படைகிறது, சிந்திக்கும் தன்மையை மனிதன் இழக்கிறான், குற்றங்கள் சமுதாயத்தில் வளர்கிறது.Guantanamo Bay

■ ■ ■

Cell tel Mobility
CELL TEL MOBILITY
For all your cellphone and accessory needs...
Christmas Sale !!!
We sell new & used cellphones, Pagers and accessories for:
ROGERS WIRELESS, FIDO, TELUS MOBILITY, BELL MOBILITY
Free Bluetooth Headset
FREE
With the new activation on 3 year term.
Coupon valid only at the Morningside location until December 31 2008
One coupon per visit. Customer must bring this coupon to get the offer.
The coupon must be redeemed during the valid redemption period.
Cell Tel Mobility Reserved the rights to terminate the offer any time without notice.
Coupon valid only at the Morningside location until December 31, 2008.
- CAR CHARGER
- LEATHER CASE
- HEAD SETS
- HOME CHARGER
- CLEAR CASE
- BLUETOOTH HEADSET
- BLUETOOTH DONGLE
- DATA CABLES
- BATTERIES
- BELT CLIP/HOLDER
- ANTENNA BOOSTER
- SCREEN PROTECTOR
GSM UNLOCK
Call Toll free:- 1.877.312.5123
SHOP ONLINE @ www.celltelmobility.com
CELL TEL MOBILITY WIRELESS REPAIR CENTER
NOKIA, MOTOROLA, SONY ERICSSON, SAMSUNG, LG
HTC,BLACKBERRY,iPHONE,
Display,Antenna Replacement and all other
Repairs (Software & Hardware).
NEW LOCATION
2637 Eglinton Ave. East,
Eglinton Ave/Midland Rd
416.266.6818
220 - 5990 16th Avenue
16th Avenue/ Markham Rd
905.201.4859
5C - 2950 Birchmount Rd
Birchmount / Finch Ave
416.495.7776
5A - 1162 Morningside Ave
Morningside Ave/ Sheppard Ave
416.281.2355

பழமைக்கு பெருமை சேர்க்கும் புதிய Technology

மரக்கட்டைகளைக் கொண்டு எவ்வாறு வீட்டைச் சூடாக வைத்திருக்கலாம்.

ஆரம்ப காலத்தில் நாம் இயற்கையில் கிடைக்கும் பொருட்களைக் கொண்டே எமக்குத் தேவையானவற்றைப் பூர்த்தி செய்து வந்தோம். காலங்கள், நேரங்கள், புதிய கண்டுபிடிப்புக்கள் எமது தேவைகளை விரைவாகவும் செலவு குறைவாகவும் கிடைக்கத் தொடங்கியதால், நாம் புதிய முறைகளை அணுக வேண்டி வந்தது. ஆனால் காலங்கள் செல்லச் செல்ல புதிய முறைகள் எமது இயற்கையைப் பாதிக்கத் தொடங்கின. ஆனால் தற்போது எமது வீடுகளை புதிய முறையில், பழைய அதாவது மரக்கட்டைகளைக் கொண்டு சூடாக வைத்திருப்பதற்கு HYDRONIC FURNCE SYSTEM உதவி புரிகின்றது. தற்போதைய காலத்தில் உலகத்தில் சனத்தொகை கூடிக்கொண்டு வருவதால் எம்மிடம் உள்ள விவசாய நிலங்களை நாம் வதிவிடங்களாக மாற்ற வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டுக் கொண்டுள்ளது. அதனால் நாம் எமக்குத் தேவையான உணவு வகைகளைக் குறுகிய இடத்தில் செயற்கை முறையில் அதாவது இரசாயனப் பொருட்களைக் கொண்டு செய்ய வேண்டிய நிலைமை ஏற்பட்டுள்ளது. ஆனால் எமது வீட்டைச் சூடாக வைத்திருப்பதற்கு பழைய முறையும் உபயோகப்படும் என்பதால் அதைப்பற்றிய சில தகவல்களை அறிவோம்.

முதலாவதாக நாம் மரக்கட்டைகளைப் பாவித்து வீட்டைச் சூடாக வைத்திருப்பதால் எவ்வாறு நன்மை அடையலாம் எனப் பார்ப்போம். நாம் மரத்தைப் பாவிக்கத் தொடங்கினால், கூடிய மரங்களை வெட்ட வேண்டிய தேவை ஏற்படும். அப்படியானால் நாம் எவ்வாறு எமது சுற்றாடலைத் துப்பரவாக வைத்திருக்க முடியும் எனச் சிலர் யோசிக்கலாம். ஆனால், மரங்களை வெட்டுவது போல் மரங்களை நாட்டுவதற்கும் வசதிகள் உண்டு. அதேநேரத்தில் மரங்கள் வளரும் போது Carbon dioxide உள்ளேயும், மரங்கள் சாகும் போது அல்லது எரிக்கும் போது Carbon dioxide வெளியேயும் விடுகின்றன. இது எமது சுற்றாடலை சுத்தமாக வைத்திருப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்.

அடுத்ததாக மரக்கட்டைகளை High efficiency hydronic furnaces (அல்லது Wood boilers) மூலம் பாவிப்பதால் குறைந்த மரத்துடன் கூடிய வெப்பத்தைப் பெறக்கூடியதாக இருக்கும். இந்தப் புதிய furnace System வேறு System உடன் அதாவது Oil, propane, gas போன்ற Standard heating உடனும், பாவிக்கக்கூடியதாக உள்ளது. அப்படியான நிலையில் Oil, propane, gas ஆகியவற்றின்

அலன் சிவசம்பு
- வீடு விற்பனைப் பிரதிநிதி -
alen@thaiveedu.com

பாவனையைக் குறைக்க முடியும். இந்தப் புதிய Wood burning system எமது மாதாந்த Energy billஐ 70%தால் குறைப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்.

மூன்றாவதாக நாம் பழைய முறையில் மரக்கட்டைகளை எரித்துப் பாவிக்கும் போது அது கூடுதலான சாம்பல்களையும், புகைகளையும் வெளியிடுவது வழக்கம். ஆனால் இந்தப் புதிய Furnaces அல்லது Next generation wood boilers பாவிப்பதன் மூலம் குறைந்தளவு சாம்பலையும் புகைகளையும் வெளியிடுகின்றது. காரணம் புதிய முறையானது மரக்கட்டைகளில் 2000Fல் எரிக்கின்றது. அத்தடன் இப்புதிய Furnace System வீட்டின் உள்ளேயோ அல்லது வெளியேயோ பொருத்துவதற்கு முடியும்.

நான்காவதாக இந்தப் புதிய Wood furnace heating முறையானது மற்றைய Systemகளைப் போல் பாதுகாப்பானது. ஆகவே வீட்டின் Heating System மாற்றவோ அல்லது திருத்தம் தேவைப்பட்டாலோ இந்தப் புதிய System ஆன Hydronic Furnaceஐ அனுகுவதன் மூலம் எமது சுகாதாரத்தைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பதுடன் செலவையும் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

■ ■ ■

Law Office
T. JEGATHEESAN
(Barrister, Solicitor and Notary Public (on)

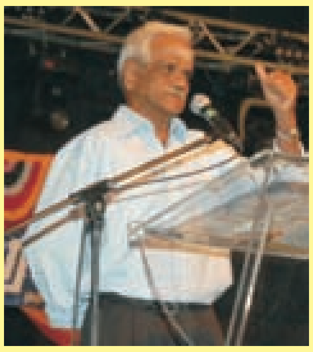
உங்கள் சட்டப் பிரச்சினை எதுவாகிலும் தமிழிலும் ஆங்கிலத்திலும்
ஆலோசனைகளுக்கும் சட்ட நடவடிக்கைகளுக்கும் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.
தி. ஜெகதீசன்
(Barrister, Solicitor and Notary Public (on)
Off: 416 • 266 • 6154
Res: 416 • 449 • 0358
Fax: 416 • 266 • 4677
2620 Eglinton Ave., East # 201
Scarborough. ON
M1K 2S3

வீடு வாங்க விற்க

Sutton
Alen Sivasambu
Sales Representative
Please Call Alen :
905-822-5000
Fax: 905-822-5617

alen@sutton.com

கடந்த வாரம் நடைபெற்ற மாவீரர் வார நிகழ்வின் படத் தொகுப்பு



படத்தொகுப்பு : கோகுலன்

Magnificent India

EXPERIENCE INDIA LIKE NEVER BEFORE WITH OUR AWESOME NEW TOURS.

Manasarover Yatra

Kathmandu – Kodari – Zangmu – Nyalam – Saga – horpa – Manasorover – Dharchen – Mt.Kailash – Dehraphuk – Zuthulphuk – Dolmala

16 Days / 17 Nights

North Indian Experience

Delhi – Mandawa – Bikaner – Khimsar – Jaisalmer – Jodhpur – Deogarh – Ranakpur – Udaipur – Pushkar – Ranthambore – Bharatpur – Agra – Jhansi – Khajuraho – Khajuraho – Varanasi – Delhi

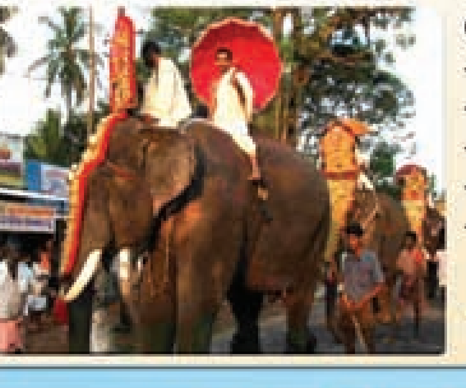
21 Days / 20 Nights

Romantic Kerala

Munnar (Houseboat) - Alleppey - Kovalam

6 Days / 5 Nights

Southern Heritage



Cochin (Houseboat) - Thekkady - Madurai - Tanjore - Rameshwaram - Kannayakumari - Kovalam

12 Days / 11 Nights

Best of Kerala

Cochin – Munnar – Thekkady – Kumarakom (Houseboat) – Kovalam – Kanyakumari

10 Days / 9 Nights

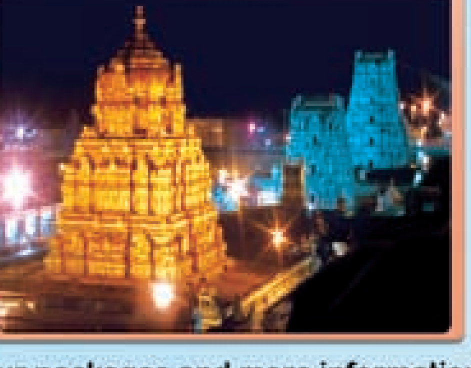
Exotic Kerala

Cochin – Munnar – Thekkady – Kumarakom (Houseboat) – Cochin

21 Days / 20 Nights

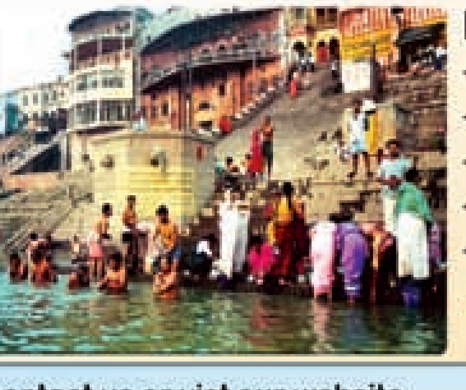
Temples of South India

Chennai - Chidambaram - Kanchipuram - Kerala - Madurai - Palani - Rameshwaram - Thanjavur - Tiruchi - Tiruchendur - Tirupathi



21 Days / 20 Nights

The Sacred Ganges



Delhi – Mathura – Agra – Allahabad – Varanasi – Delhi

12 Days / 11 Nights

For tour packages and more information contact us or vist our website.

SERANDIB TRAVEL1

IATA TICO 50012691

Toll Free: 1-888-207-0902

www.serandibtravel.com

Toronto: 416-750-0009 2075 Lawrence Ave East Suite 202	**Mississauga: 905-564-7564** 1332 Khalsa Drive (@ Dixie & Derry) Unit 3	**Montreal: 514-448-1389** 1410 Rue Guy Unit 10	Calgary: 403-770-9647 Vancouver: 604-625-0495

BMK

குளிர்காலத்துக்கு ஏற்றமாதிரி எவ்வாறு வீட்டை தயார்ப்படுத்துவது?

மங்கா அருணாசலம்
- வீடு விற்பனைப் பிரதிநிதி -
manga@thaiveedu.com

- பகுதி 5 -

குளிர்காலம் தொடங்கிவிட்டது. தங்களது வீட்டை எவ்வாறு குளிர்காலத்துக்கு ஏற்ற மாதிரி தயார்ப்படுத்துவது? அதற்கான TIPS!

FURNANCE

FURNANCE திருத்துபவரை அழைத்து துப்பரவாக்கவும். தேவையான FILLTERS யை வேண்டி வைக்கவும். மாதம் ஒருமுறை FILLTERSயை மாற்றவும். உங்கள் வீடு சுடு தண்ணீர் முறையால் சூடாக்கப்படுவதானால் அதனது VALVESயை திறந்து தண்ணீரை வெளியேற்றி பின் பூட்டவும்.

உங்கள் வீட்டின் THERMOSTATயை PROGRAMMABLE ஆக மாற்றவும். இது உங்கள் செலவை குறைக்கும்.

FURNACEக்கு அருகில் உள்ள தீப்பிடிக்கக்கூடிய பொருட்களை (உ-ம் Paint) அகற்றவும்.

FIREPLACEயை ஆயத்தமாக்கவும். CHIMNEYயை துப்பரவாக்கவும். துப்பரவாக்க முடியாவிட்டால் அதற்கு தகுதியானவர்களை கொண்டு துப்பரவாக்கவும். விறகு தேவையாயின் வேண்டி ஈரமற்ற இடத்தில் வீட்டில் வெளிப்புறத்துக்கு தூரமான இடத்தில் வைக்கவும்.

வெளிப்புற யன்னல், கதவு கண்ணாடிகளில் வெடிப்பு இருந்தால் மாற்றவும். யன்னல் கதவுகள் மரத்தால் செய்து இருந்தால் அவற்றை Paint பண்ணவும்.

உங்கள் வீட்டிற்கு நிலவறை இருந்தால் அதன் யன்னல்களை Plastic Shieldsஆல் மூடவும். இது SNOWவினால் யன்னல்கள் பாதிப்பதை தவிர்க்கலாம்.

உங்கள் வீட்டின் கூரை, பீலி ஆகியவற்றை சரிபார்க்கவும். உடைந்த கூரைத்தகடுகளை மாற்றவும். பீலிகளில் உள்ள குப்பைகளை அகற்றி தண்ணீர் தடைப்படாமல் செல்லுமா என சரிபார்க்கவும். வீட்டிற்கு storm windows இருந்தால் Summer Screen மாற்றிவிடவும்.

Foundationsயை சரிபார்க்கவும். வெடிப்புகள் இருந்தால் அதனை சரிசெய்யவும். வீட்டினுள் சிறிய பிராணிகள் வராமல் இருக்குமாறு பார்த்துக்கொள்ளவும். உதாரணமாக எலிகள் சிறிய வெடிப்பினூடாக வீட்டினுள் செல்லுவதற்கான சாத்தியம்கூறு உண்டு.

புல்லு வெட்டும் இயந்திரத்தின் Gasயை அப்புறப்படுத்தவும். Snow – Slowersயை தயார்படுத்தவும். வீட்டுத்தோட்ட உபகரணங்களை துப்பரவாக்கி வைக்கவும்.

வீட்டிற்கு பக்கத்தில் மரங்கள் இருந்தால் அவற்றின் கிளைகளை வெட்டிவிடவும். வீட்டின் சுவர்களுக்கு அருகில் உள்ள மரக் கறிகன்றுகள், பற்றைகளை அகற்றி விடவும்.

Spring காலத்தில் பூக்கும் bulbகளை நடவும்.

வீட்டில் உள்ள Smokes Detectorகளின் Battersயை மாற்றவும். Carbon Monoxide Detectorயை Furnace, water Heaterக்கு அருகில் பொருத்தவும். யாவும் வேலை செய்கின்றதா என சரிபார்க்கவும்.

வீட்டிற்கு வெளியே உள்ள தண்ணீர் குழாய்களை (குழாய்னுள் உள்ள தண்ணீரை அகற்றி) பூட்டிவிடவும்.

உங்கள் வீட்டு A/Cக்கு water Shultz – off valve இருந்தால் பூட்டி விடவும்.

நீங்கள் விடுமுறையில் போவதானால் வீட்டின் வெப்பநிலை 55°c க்கு வைத்து விடவும்.

வீட்டின் வெளிப்புற சுவர்களை சுற்றி Landscaping செய்யவும். (நீர் சுவர்களின் உள் செல்ல முடியாமல்)

வீட்டின் Snow–Shovel, Saltயாவும் வைத்திருக்கவும்.

வீட்டு பிராணிகள் வளர்த்தால் அவற்றிற்கான உணவு, போர்வை, முதலுதவி சாதனங்கள் ஆகியவற்றை வேண்டி வைத்திருக்கவும்.

மின்சாரம் தடைப்பட்டால் அதற்காக முன் கூட்டியே மெழுகுதிரி, Lighter, Torch Light போன்றவற்றை வைத்திருக்கவும்

முக்கியமான Utilities Companyகளின் தொலைபேசி இலக்கங்களை உடனடியாக எடுக்ககூடிய இடத்தில் வைக்கவும்.

ஆபத்தான காலத்தில் வெளியேறுவதற்கான வாசல்களை உங்கள் வீட்டில் உள்ள யாவரும் அறிந்திரத்தல் நல்லது.

சிந்தனைக்கு:

ஒருவர் வீட்டிற்கு விருந்திராக செல்லும் இடத்தில் உங்கள் வீட்டையும் அவர்கள் வீட்டையும் ஒப்பிட்டு பார்த்தல் ரசிக்கத்தக்கதல்ல. அதுவும் உங்கள் வீடு உயர்ந்தது என்ற ரீதியில் பேசுவது மேலும் அநாகரீகமாகும்.

■ ■ ■

S.P ELECTRONICS & COMPUTERS

அனைத்துத் தமிழ் வானொலிகளும் புதிதாக வாங்குவதற்கும், திருத்திக் கொள்வதற்கும்

416 264 6400

2641 Eglinton Ave. Scarborough
(Brimley & Eglinton)

National Driving Institute

Male & Female Experience Instructors will Teach For G1, G2 Road Test

Early Appointment For G1, G2 Road Test

Please Call:

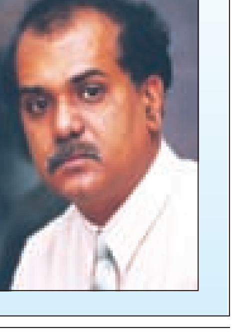
Mrs. Saththi 416-816-1500 / 905-653-3878

VEEDU REALTY INC. BROKERAGE

1345 Morningside Ave., Unit #8
Toronto, ON, M1B 5K3
Tel: 416.759.6000
Fax: 416.759.6005

• Building permit
• Zoning info.
• Site plan approval
• Rezoning approval

Gop Kalaieswaraan
Master in Architecture
Sales Representative
(Residential, Commercial, Institutional)
Dir: 416.723.7467



‘யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்’

குமார் புனிதவேல் பக்கம்

kpunithavel@thaiveedu.com

இன்று இராமநாதபுரம் மாவட்டத்திலுள்ள ஒரு ஊர் பூங்குன்றம் எனப் பெயர் பெற்றிருந்தது. இவ்வூரில் கணியன் பூங்குன்றனார் எனும் புலவர் வாழ்ந்து வந்தார். அக்கால வழக்குப்படி புலமையாற்றலுடையவர்கள் ஓர் அரசனையோ அல்லது கொடை வள்ளலையோ போற்றிப் பாடி பணம் பெற்று வாழ்வு நடத்துவார்கள். இப்புலவர்கள் சினம் கொண்ட வேளைகளில் வசைபாடியும் உள்ளார்கள் என்பதை மறக்க முடியாது.

ஆனால், கணியன் பூங்குன்றனார் ஒருவரையும் போற்றியோ தூற்றியோ பாடவில்லை என்பதுடன் பலராலும் சிறந்த புலவராக கருதப்பட்டவராகவும் உள்ளார். ஒரு தருணம் சிலர் அவரை அணுகி ‘ஐயா நீர் ஒருவரையும் போற்றுவதுமில்லை தூற்றுவதுமில்லை அதற்குக் காரணம் ஏதுமுண்டோ’ எனக் கேட்டார்கள்.

புலவரும் அவர்களைப் பார்த்து நகைத்து ‘நீங்கள் கூறுவது உண்மையே எனக்கோ உலக மனிதர்கள் அனைவருமே உறவினர்களாகத் தோன்றுகின்றது. உறவினர்களில் எவரைப்பற்றிப் பாடி எவரை ஒதுக்குவது. மேலும் மனித குலம் அனைவரும் எனது உறவினராகப் படுவதால் அவர்கள் வாழும் ஊரும் என் உறவினர் வாழும் ஊராகிறது. எனவே எல்லா ஊரும் எனது ஊராகப் படுகிறது என்றார்.

‘யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்’

மேலும் எனக்கு ஏற்படும் நன்மை தீமைகள் பிறரால் வருவதில்லை என மனதில் படுகிறது. இவை யாவையும் எப்போதோ தீர்மானிக்கப்பட்ட விடயம். வேப்பம் விதையாக இருக்கும் போதே அது வேப்பமரமாக எப்படி வளரும் என தீர்மானிக்கப்பட்டுவிட்டதல்லவா. பிறரால் நன்மை ஏற்பட்டுவிட்டால் அவரைப் போற்றலாம். தீமை ஏற்பட்டால் தூற்றலாம். ஆனால், அப்படி நடப்பதில்லையே. எனவேதான் *‘தீதும் நன்றும் பிறர் தர வாரா’* என்பேன் என்றார்.

தீமையும் நன்மையும் தாமாக பிறப்பிலே வருவதாக நாம் கொள்வதால் ஒருவருக்கு வரும் துன்பமும் அது தீர்தலும் பிறரினால் வருவதில்லையே! அப்படி இருக்க நான் பிறரை போற்றலும், தூற்றலும் அர்த்தமற்றவை தாமே. எனவேதான் நான் கூறுவேன்,

‘நோதலும் தணிதலும் அவற்றோ ரன்ன’

இறுதியாக நாம் அனைவருமே இறக்க வேண்டியவர்கள் தானே. அப்படி இருக்க சாவைக் குறித்து பாடுவதென்ன. சாவு என்பதும் ஏதாவது புதிய விடயம் அல்லவே. எனவே,

‘சாதலும் புதுவ தன்று’

என்பதை நினைவுகூறவேண்டிய ஒரு விடயம்.

இராமரை அரசாட்சியை ஏற்றுக்கொள்ளச் சொன்ன போது, பின் காட்டுக்கே என்ற போதும் முகம் சித்திரத்தில் உள்ள பெண் தாமரை மலரைப் போல் ஒருவித சலனமும் இல்லாமல் இருந்தாராம். நானும் வாழ்வில் இனிய நடக்கும் வேளைகளில் தலைகால் தெரியாமல் மகிழ்வதும், இன்னா நடக்கும் வேளை வேதனைப்பட்டு அல்லல் படுவது இல்லை. இவை யாவுமே எதிர்பார்க்க வேண்டிய விடயங்கள் தானே. அதனால் நான் கூறுவேன்

*‘வாழ்தல் இனிதென மகிழ்ந்ததன்று மிலமே முனிவின்
இன்னா தென்றலு மிலமே’*

என்று. நாம் பூமியில் வந்து பிறப்பது நீர் மின்னலோடு மழையாகப் பொழியும் குளிர் நீரைப் போன்றது. அப்படி வீழ்ந்த நீர் தேங்கிநிற்பதில்லை. அது கல்களுக்கிடையே ஒலித்துக்கொண்டு பாயும் பெரிய ஆற்றில் மிதக்கும் மிதவை போல் தன் பயணத்தைச் செய்கிறது. இதுவே உலகின் நியதி. இதனை போற்றுவதற்கோ அன்றி தூற்றுவதற்கோ காரணமில்லை. இப்புவியின் இயல்பை மின்னொடு

*‘வானந் தண்டுளி தலைஇ யானது
கல்பொரு திரங்கு மல்லற் பேர்யாற்று
நீர் வழிப் பருவம் புணைபோல ஆருயிர்’*

இப்படித் தோன்றிய குளிர்ந்த நீர் போல் ஆருயிரும் தம் ஊழின் வழியிலே சென்று நிற்கும் என்பதைத் திறமையாகத் தெளிந்த அறிவுடையவர்கள் கூறுவார்கள். எனவே ஊழின் வழியில் நடக்கும் ஒன்றிற்கு புகழ்ச்சியும் இகழ்ச்சியும் எதற்கு என நான் குறிப்பிடுவேன்.

*‘முறைவழிப் படூஉ மென்பது திறவோர்
காட்சியில் றெளிந்தன மாகலின்’*

இப்படியாக எப்போது தீர்மானிக்கப்பட்டு வந்து வாழ்வில் நடக்கும் விடயங்களில் ஒருவர் சிறப்பெய்தினால், அல்லது வீழ்ச்சியடைந்தால் அதனை புகழ்தலும் அர்த்தமற்றது. இகழ்தலும் அர்த்தமற்றது. ஊழின் வழிநடக்குமாதலின் என்று கூறும்படி இறுதி இரு வரிகளையும் குறிப்பிட்டார்.

இனி நாங்கள் ஒவ்வொரு மேடையிலும் கேட்கும்

‘யாதும் ஊரே யாவரும் கேளீர்’

எனும் வரியில் தொடங்கும் கணியன் பூங்கொன்றனாரின் முழுப் பாடலையும் பார்ப்போம்.

*“யாது மூரே யாவரும் கேளீர்
தீதும் நன்றும் பிறர்தர வாரா
நோதலும் தணிதலும் மவற்றோ ரன்ன
சாதலும் புதுவ தன்றே வாழ்தல்
இனிதென மகிழ்ந்ததன்று மிலமே முனிவின்
இன்னா தென்றாலு மிலமே மின்னொடு
வானந் தண்டுளி தலைஇ யானாது
கல்பொரு திரங்கு மல்லற் பேர்யாற்று
நீர்வழிப் படூஉம் புணைபோ லாருயிர்
முறைவழிப் படூஉ மென்பது திறவோர்
காட்சியிற் றெளிந்தன மாகரின் மாட்சியிற்
பெரியோரை வியந்தலு மிலமே
சிறியோரை யிகழ்த லதனினு மிலமே”*

■ ■ ■

நம்மவர் துயர் துடைப்போம்!

தமது சொந்த மண்ணிலேயே இன்று அகதிகளாக்கப்பட்டிருக்கும் நம் தாயக உறவுகளின் துயர் துடைக்க **HomeLife GTA Realty Inc,** நிறுவன வீடு விற்பனை முகவர்களின் ஒரு கூட்டு முயற்சி.

recycle
The possibilities are endless.

சகலவிதமான வெற்று மதுபான போத்தல்கள் அல்லது வெற்று மதுபான தகர குவளைகள் (any empty liquor,wine or beer bottles and cans) அனைத்தும் எங்களால் சேகரிக்கப்பட்டு, அதனால் பெறப்படும் முழுப் பணத்தொகையும் இடம் பெயர்ந்து அல்லலுறும் நம்மக்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

நீங்கள் வீசி எறியும் வெற்றுப் போத்தல்களும் தகரக் குவளைகளும் நம் உறவுகளுக்கு ஒரு வேளை உணவாகட்டுமே அல்லது அவர்கள் காயங்களுக்கு மருந்தாகட்டுமே.

இதற்கு உதவ விரும்புபவர்கள் **416-335-7325** என்ற தொலைபேசி இலக்கத்தில் எம்முடன் தொடர்புகொள்ளவும். உங்கள் இல்லத்திற்கு நாம் வந்து பொருட்களை சேகரிக்கும் வசதிகள் ஒழுங்கு செய்யப்படும். நீங்கள் எந்த நகர எல்லைக்குள் வசிப்பராக இருந்தாலும்,பொருட்களை சேகரிப்பதற்கான வசதிகள் செய்யப்படும்.

அழையுங்கள்: 416-335-7325

“சிறு துளி பெரு வெள்ளம்” இது இயற்கை கற்றுத் தந்த பாடம்
உங்கள் ஆதரவுக்கு நன்றி

NewMarket முதல் **Buffalo** வரையும்

Kitchener முதல் **Cobourg** வரையும்

துல்லியமாக வானலையிலும் இணையம் மூலம் உலகெங்கிலும்

TAMILSTAR

No Limitation

உங்களிடம் TamilStar வானொலி இருக்கிறதா?

இல்லையாயின் எந்தவொரு தமிழ் வானொலியிலும் நாங்கள் TamilStar வானொலியை

இலவசமாக

இணைத்துத் தருகிறோம்.

எமது வானொலிக்கு பணியாளர்கள் தேவை. ஆர்வமுள்ளவர்கள் கீழேயுள்ள இலக்கங்களில் தொடர்பு கொள்ளவும்

885 Progress ave., Suite 316,
Scarborough, ON M1H 3G3

Tel: 416.438.STAR (7827)

Fax: 416.438.7855
www.tamilstar.fm
info@tamilstar.fm

N.K.S

Drapery & Blinds Fabric LTD

திறமையான சேவையால் பல விருதுகளை பெற்ற நிறுவனம்

உங்கள் வீட்டுக்குனுத் தேவையான சகலவித யன்னல் திரை வகைகளையும், கேட்டின் துணி வகைகளையும் மிகவும் மலிவான விலையில் பெற்றுக் கொள்ள அழையுங்கள்.

கேதா நடராஜா

416.321.6420

Ketha Nadarajah
(President)
Tel: 416.321.6420, 905.944.0218
Fax: 416.321.2217
www.nksdrapery.ca

Drapery & Blinds Fabric Ltd., 210 Silver Star Blvd., Unit #825, Scarborough, ON M1V 5J9

J.R.B Universal Inc.

Almost All Services Available

- கடன் - அடமானக்கடன் - காப்புறுதி

- **Loans**
- **Mortgages**
- **Insurance Claims**
- **Traffic Ticket**
- **Auto/Life Insurance**
- **Scholarship Plan (RESP)**
- **Real Estate Related**
- **Credit Counselling**
- **Accounting**
- **Tax Services**

R.R. Rajkumar
B.Com (Hons) M.B.A
Dip. In Accy.

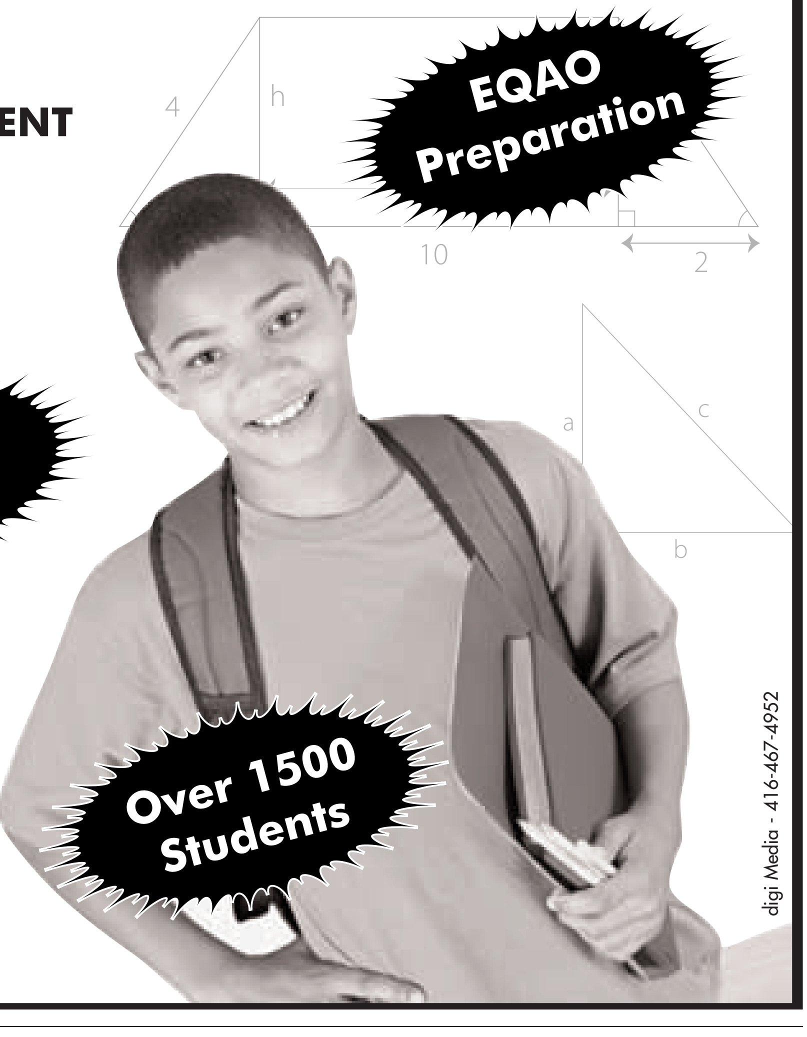
Bus; 416 • 752 • 7555 Fax: 416 • 752 • 7556
Cell: 416 • 937 • 9081
2390 Eglinton Ave. East, 206B, Scarborough, Ont. M1K 2P5

Connectiong tutors & students in the GTA

BRILLIANT TUTOR @ YOUR HOME INC.

தமிழ் மாணவர்களின் நலன் கருதி அவர்களின் வீடுகளுக்கு சென்று பாடங்களை ஒன்ராரியோ பாடத்திட்டத்திற்கு அமைய கற்பித்து வருகின்றோம்.

- **SCIENCE**
- **CHEMISTRY**
- **PHYSICS**
- **BIOLOGY**
- **MATH**
- **CALCULUS**
- **ALGEBRA & GEOMETRY**
- **DATA MANAGEMENT**
- **ENGLISH**
- **FRENCH**



Over 100 Tutors

Call Kuna Today

Tel: **416-291-4684, 905-507-8470, 647-295-5862,** Fax: **416.264.6306**

E-mail: info@brillianttutor.com

We will visit your home

JK to GRADE 8 $85^{00}/MONTH	1 ON 1 OR GROUP	9 to University 2nd Year $90^{00}/MONTH

79 Eastvale Drive, Markham, ON, L35 4R9

Markham, Scarborough, Mississauga, Toronto, Etobicoke, Brampton, North York, East York, Richmond Hill, Ajax, Malton, New Market, Vaughan

digi Media - 416-467-4952

சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்திற்கு உட்படாது பிள்ளையின் நடத்தையை சீர் செய்வது

பிள்ளைக்கு ஊக்குவிப்பை வழங்குவதற்குரிய சில நல்ல வழிகள்

- ஜீவா திசைராஜா -

சென்ற மாதத் தொடர்...

மணிக்கூட்டில் அலாரம் வைக்கும் முறை

பிள்ளையை ஏதாவது ஓர் வேலை செய்யும் படி கூறிய பின், குறிப்பிட்ட நேரத்தில் அலாரம் அடிக்கும்படி மணிக்கூட்டை சரி செய்யுங்கள். அலாரமணி ஒலி கேட்க முன்பாக இந்த வேலையை செய்தால் உங்கள் பிள்ளைக்கு ஊக்குவிப்பு கிடைக்கும். பிள்ளைக்கு கொடுக்கும் நேரத்தின் அளவைத் தீர்மானிப்பதற்கு, பிள்ளை சரியாக செய்யக் கூடிய நேரத்தின் அளவை குறிப்பாக அறிந்து அதனுடன் 5 நிமிடத்தைக் கூட்டுங்கள்.

நட்சத்திரக் குறியிடல் (Stars/ Stickers)

நல்ல நடத்தைகளின் பட்டியலை ஒரு அட்டையில் எழுதி ஒவ்வொரு தடவையும் உங்கள் பிள்ளை குறிப்பிட்ட நல் நடத்தையை வெளிக்காட்டும் போது அந் நடத்தைக்கு பக்கத்தில் ஒரு நட்சத்திரத்தை அல்லது ஒரு Stickerஐ ஒட்டுங்கள். ஓரளவு நட்சத்திரங்களை உங்கள் பிள்ளை பெற்றதும் (பிள்ளையின் வயதைப் பொறுத்து) பிள்ளைக்கு ஓர் ஊக்குவிப்பைக் கொடுங்கள்.

நேர்மறை புள்ளிகள் / எதிர் மறை புள்ளிகள் (Positive and Negative Points)

குறுகிய காலத்தினுள் (கிட்டத்தட்ட ஒரு மணித்தியாலத்தில்) உங்கள் பிள்ளை நல் நடத்தையைக் காட்டும் ஒவ்வொரு நேரமும் ஒரு அட்டையில் அல்லது உங்கள் பிள்ளையின் கையில் ஓர் அடையாளத்தை இடுங்கள். உதாரணமாக, உங்கள் பிள்ளை அமைதியாக விளையாடினால், அல்லது சண்டையிடாமல் பிரச்சனையைத் தீர்த்தால் அல்லது விளையாட்டுப் பொருட்களை பிரச்சனையில்லாமல் கையாண்டால் அல்லது ஓர் புத்தகத்தை வாசித்தால், நீங்கள் அந்த அட்டையில் நேர்மறை (Positive Points) புள்ளிகளை இடுங்கள். ஓர் குறிப்பிட்ட அளவு நேர்மறை புள்ளிகள் வந்ததும் பிள்ளைக்கு ஒரு ஊக்குவிப்பை (Reward) கொடுங்கள். அதேவேளை பிள்ளையின் கூடாத நடத்தையை அவதானிக்கும் ஒவ்வொரு வேளையும் எதிர்மறையான (Negative Points) புள்ளிகளை இடுங்கள் இவ்வாறு செய்யும் வேளை நேர் புள்ளிகள், எதிர்புள்ளிகளை விட அதிகமாக இருக்கும் போதே ஊக்குவிப்புக்களை வழங்குங்கள்.

அமைதியாக இருக்கும் நேரங்களை பழக்குதல்

உங்கள் பிள்ளை தனியாகவோ அல்லது சகோதர, சகோதரிகளுடனோ அமைதியாக விளையாடுமாறு கூறுங்கள். பிள்ளையின் வயதுக்கேற்ப ஒவ்வொரு 2 தொடக்கம் 5 நிமிடத்திற்கு ஒரு முறை பிள்ளையை அடிக்கடி அவதானியுங்கள். பிள்ளைகள் அமைதியாகவோ அல்லது நன்றாகவோ விளையாடினால் ஒவ்வொரு தடவையும் பிள்ளைக்கு ஊக்குவிப்புக்களை வழங்குங்கள்.

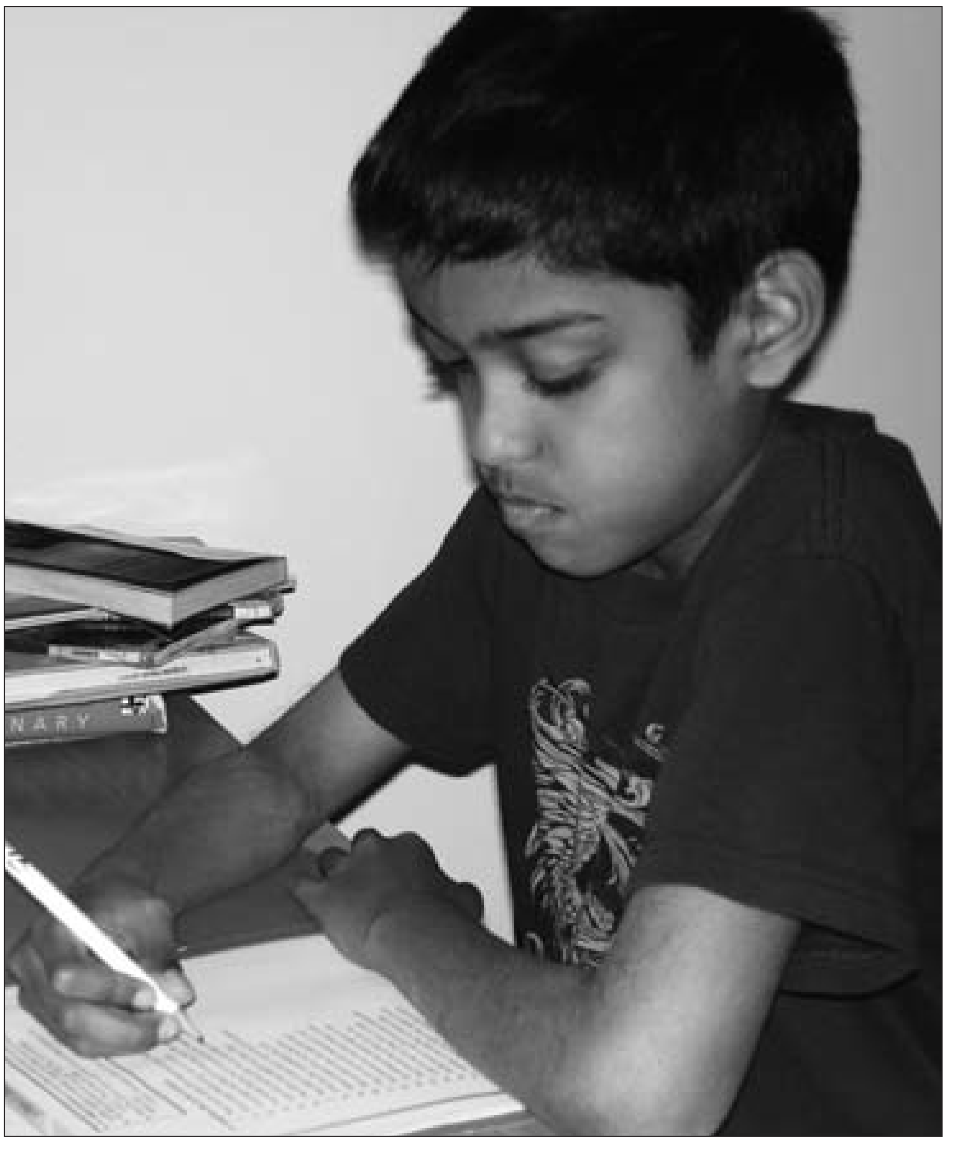
பிள்ளை நன்றாக நடந்து கொள்ள வேறு எவ்வாறு நான் உதவி செய்யலாம்?

முக்கியமான விதிகளின் ஓர் சிறிய பட்டியலை உருவாக்கி அவற்றினை நீங்களும் பிள்ளையுடன் சேர்ந்து பின்பற்றுங்கள். உங்கள் இருவருக்குமிடையே போட்டிகளைத் தவிர்ப்பதுடன், அளவுக்கதிகமாக வெற்றி தோல்விகள் தாக்காதவாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். ஊக்குவிப்புக்களையே அதிகமாக கொடுத்துக் கொண்டிராமல் உங்கள் பொது அறிவைப் பாவித்தும் பிரச்சனைகளைத் தீருங்கள்.

பிள்ளையின் அடிப்படை ஆளுமைத் தன்மையை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அதாவது எனது பிள்ளை இயற்கையில் இப்படித்தான் என்பதை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். உதாரணமாக, கூச்ச சுபாவமுள்ளதாகவோ, சமூகத்துடன் கலந்து பழகவோ அல்லது அதிகம் கதைப்பதாகவோ அல்லது சுறுசுறுப்பாக இருந்தாலோ அல்லது சாதாரணமாக பின்தங்கிய பிள்ளையாக இருந்தாலோ எல்லாவற்றையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். வயதாக ஆக அடிப்படை ஆளுமைத் தன்மை ஓரளவில் மாறுபடலாம். ஆனால் அதிக அளவிற்கு மாறாது. பிள்ளை அதிகமாக எரிச்சலூட்டப்படக்கூடிய, அலுத்துக் களைத்துப் போகும் சந்தர்ப்பங்களை தவிருங்கள். மற்றவர்கட்கு முன்பாக பிள்ளையை விமர்சனம் செய்யாதிருங்கள். உங்கள் பிள்ளை 'கெட்ட பிள்ளை' என முத்திரை குத்தாதிருங்கள். அவ்வாறு கூறுவீர்களாயின் பிள்ளையின் மனதில் இச் சொற்கள் அதிக காலத்திற்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.

உங்கள் பிள்ளை பாராட்டுக்குத் தகுதியானதாக இருக்கும்போது அடிக்கடி பாராட்டுங்கள். பிள்ளையை அன்பாகவும் ஆதரவாகவும் அடிக்கடி தொடுங்கள். தொடுகை உணர்வு அல்லது பரிச உணர்வு, பிள்ளைக்கு பாதுகாப்புணர்வையும், நீங்கள் பிள்ளையில் அன்பாகவும் ஆதரவாகவும் இருக்கிறீர்கள் என்பதையும் உணர்த்தும். பெற்றாரிடமிருந்து பிள்ளைகளுக்கு அன்பும் கவனிப்பும் அவசியம் தேவைப்படுவதாக உள்ளது.

அது உதவாது. பிள்ளையை நெறிமுறைப் படுத்துவது என்பது சிறந்த நடத்தைகளை அப் பிள்ளைக்கு கற்பிப்பது என்பதேயாகும். உங்கள் பிள்ளைக்கு சிறந்த நடத்தை என்பது யாது எனத் தெரியாவிடில், அப்பிள்ளை



நீங்களே அடிக்கடி உத்தரவிடாது, பிள்ளையின் தெரிவுகட்கும் முக்கியத்துவம் கொடுங்கள். உதாரணமாக, பிள்ளை எந்த இரவு உடையை அணிய விரும்புகிறது என்பதை தெரிவு செய்ய விரும்புகிறது என்பதைக் கேளுங்கள்.

பிள்ளைகள் வளரும் போது, வீட்டு சட்டங்களை பின்பற்றுவதில் சந்தோஷப்படுவார்கள். தவறாக நடக்கும்போது சட்டதிட்டங்கள் பற்றி வாதிடாதிருங்கள். ஆனால் வேறொரு சந்தர்ப்பத்தில் அவற்றைக் குறித்து பிள்ளையுடன் பேசுங்கள். சட்டதிட்டங்களை உருவாக்கும்போது பிள்ளையையும் அதில் பங்கெடுக்கச் செய்யுங்கள்.

தவறான நடத்தையை எவரும் விரும்ப மாட்டார்கள் எனவும் நல்ல நடத்தைக்கு ஊக்குவிப்பு வழங்கப்படும் எனவும், நல்ல நடத்தையை பின்பற்றுதல் வாழ்க்கை முழுவதும் நற்பலன்களை அளிக்கும் எனவும் உணரச் செய்யுங்கள்.

உடலியல் ரீதியான தண்டனைகளை நான் ஏன் கொடுக்கக் கூடாது?

விரும்பத் தகாத நடத்தையைக் கட்டுப்படுத்த உடலியல்ரீதியான தண்டனையை (மெதுவாக கையால் தட்டுதல் போன்ற) சில வேளை கொடுக்கலாம். ஆனால் இந்த தண்டனை இவ் விரும்பத்தகாத தண்டனையை அந்தக் கணத்திற்கு கட்டுப்படுத்துமேயன்றி உங்கள் பிள்ளையின் நடத்தையை மாற்றுவதற்கு

விரும்பத்தகாத நடத்தைகட்கு மீண்டும் திரும்பக் கூடும். காலம் செல்லச் செல்ல உடலியல் ரீதியான தண்டனைகள் சிறந்த பலனைத் தராது என்பதுடன், பிள்ளை மூர்க்கத் தனமாக நடந்து கொள்ளவும் வழி வகுக்கும். இது சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்திற்கும் இட்டுச் செல்லலாம்.

சிசுக்கள், தவழும் குழந்தைகளுக்கு கற்பிப்பதற்கு சிறந்த வழி, நடத்தையைத் திசை திருப்பலாகும். உதாரணமாக வீட்டுக்குள் பந்தெறிதல் அனுமதிக்கப்படாவிடின், பந்தெறிவதற்கு பிள்ளையை வெளியே கூட்டிச் செல்லுங்கள். பெரிய பிள்ளைகளைப் பொறுத்த வரை அவர்களது தவறான செயல்களின் விளைவுகளை அவர்களே பார்க்கும் படி செய்யுங்கள். அத்துடன் அதற்கு பொறுப்பேற்கும்படி செய்யுங்கள். உதாரணமாக உணவு உண்பதற்கு முன்பாக உணவு மேசையை ஒழுங்குபடுத்தும்படி கூறுங்கள். அவ்வாறு பிள்ளை செய்யாவிடில், உணவிற்காக எல்லாரும் சற்று நேரம் காத்திருக்க வேண்டுமெனக் கூறுங்கள். உணவு மேசையை ஆயத்தம் செய்யாதபடியால் உணவிற்குப் பின்னர் பாத்திரங்களைக் கழுவ வேண்டுமென்று கூறுங்கள்.

நான் எனது பிள்ளையை நேசிக்கிறேன், ஆனால் பெற்றோராக இருப்பது என்பது மிகக் கடினமானது.

67ம் பக்கம் பார்க்க...

ஒரே நாளில்
Saree Blouse
உங்கள் சகலவிதமான சாறி புளவுஸ்
(Saree Blouse)
தைப்பதற்கும் அழையுங்கள்.
416 264 6400

A1 TOP QUALITY FLORIST

உங்களின் மங்களகரமான வைபவங்களுக்கு

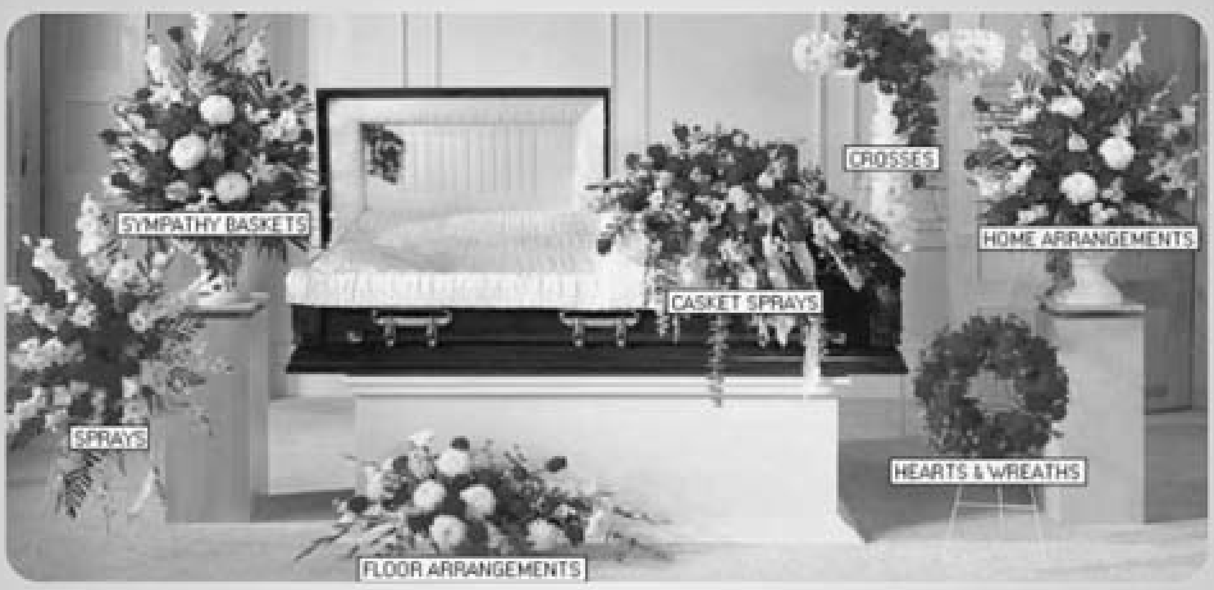
தேவையான பொருட்களுக்கும் நாடுங்கள்

பிள்ளை 416-269-5522

2871 Lawrence Ave. East, Scarborough. Ontario M1P 2S8

A1 TOP QUALITY FLORIST

Funeral Services



Floral Arrangement for Funeral Needs

பிள்ளை 416-269-5522

2871 Lawrence Ave. East, Scarborough. Ontario M1P 2S8

சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்திற்கு உட்...

65ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

பெற்றோராய் இருப்பது என்பது ஓர் சந்தோஷ-மான விடயமாகும். ஆனால் கடினமான பணியும் கூட. எந்தப் பெற்றோரும் பூரண-மானவர்களல்ல. எல்லோரும் தவறுகள் விடுபவர்கள் தான். சிலசமயம் அன்பாக நேசிக்கும் பெற்றோர் கூட, தாங்கள் விரும்-பாத காரியங்களை செய்து விடுவதுண்டு. உதாரணமாக பிள்ளையைப் பார்த்துக் கூச்சலிடுவது. கூடாத பெயர்களால் பிள்ளை-யை அழைப்பது போன்றன. ஆனால் உங்களையே உங்களுக்கு கட்டுப்படுத்த முடியாத அளவுக்கு பிரச்சனை உங்களுக்கு இருப்பதாக நீங்கள் உணர்ந்தால், இது துஷ்பிரயோகமாக (Abuse) மாறாதபடி, உங்களைக் கட்டுப்படுத்தக் கூடிய உதவி-களை வெளியில் இருந்து பெறுங்கள்.

சில சமயம் பிள்ளைகளின் குழப்படிகளால் விரக்தியின் விளிம்புக்குச் சென்று விடுகின்றோமே, இது சாதாரணமா-னதா?

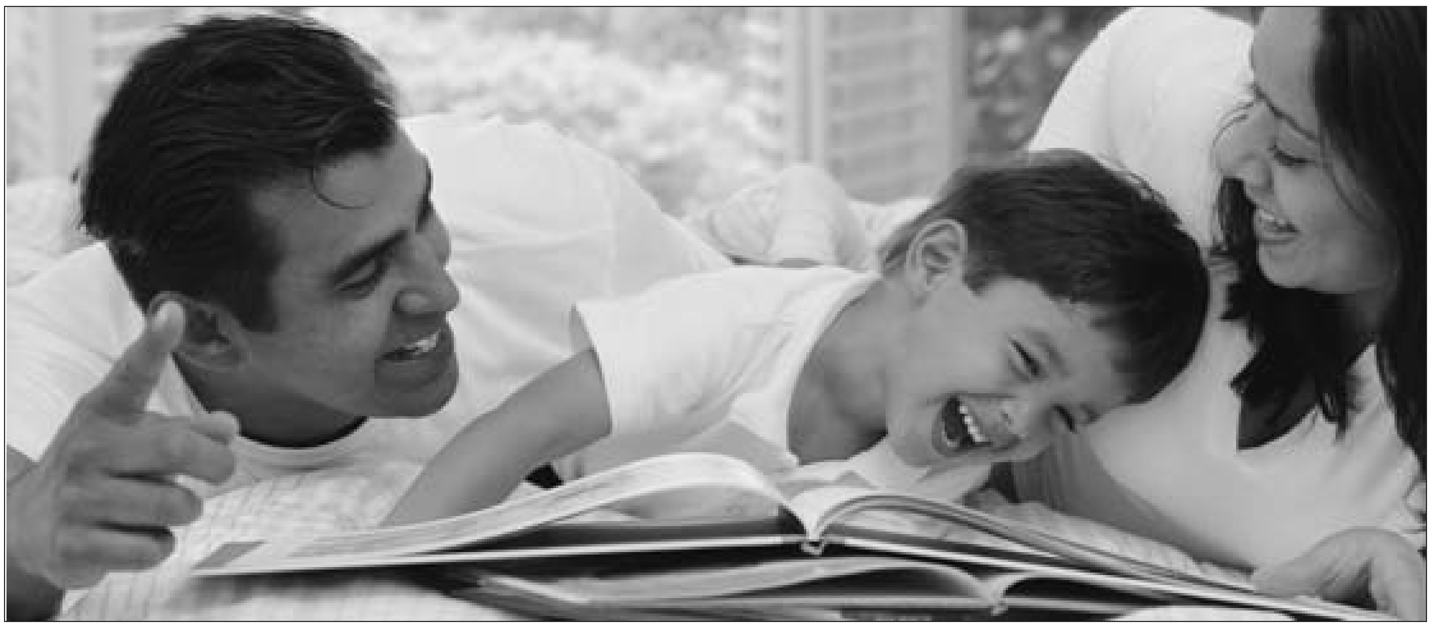
ஆம். எல்லாப் பெற்றோரும் விரக்தியடைபவர்கள் தான். பிள்ளைகள் பெற்றோரின் அதிகளவிலான நேரத்தையும் சக்தியையும் எடுத்து விடுகிறார்கள். உங்கள் சொந்த வாழ்க்கையில் உங்கள் தொழிலைப் பற்றி, செலுத்த வேண்டிய கட்டணங்கள் பற்றி, அல்லது உங்கள் உறவுகள் பற்றி உங்க-ளுக்கு ஏதாவது பிரச்சனைகள் இருந்தால் அல்லது மதுபானம் அல்லது போதை மருந்துப் பாவனை பிரச்சனைகள் இருந்தால் நல்ல பெற்றோராக நடந்து கொள்வது மிகவும் கடினமானதாகும். நல்ல பெற்றோராக இருப்பதற்கு, முதலில் நீங்கள் உங்ளை நன்றாக கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும் (You must take care of yourself).

நாம் விரக்தியடையும்போது என்ன செய்ய வேண்டும்?

உங்களுக்கென ஓர் இடைவேளையைப் (Break) பெற்றுக் கொள்ளுங்கள். ஓர் பெற்றோராக செயற்படுவதில் இருந்து ஓர் இடைவேளை ஒவ்வொருவருக்கும் தேவை-யானது ஆகும். உங்கள் குடும்பத்தில் இன்னோர் வளர்ந்த நபர் ஒருவர் இருப்பா-ராயின் அவரிடம் சிறிது நேரம் பிள்ளையை விட்டுச் செல்லுங்கள். நீங்கள் வெளியே செல்ல வேண்டிய நிலைமைகள் இருந்தால் நண்பர்களிடம் விட்டுச் செல்லக் கூடிய சந்தர்ப்பங்களை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள்.

சில சமயம் எமது கோபம் எல்லை மீறி விடுகிறது. அதனால் நாம் தவறான பெற்றோர் என்ற கருத்தாகுமா?

இல்லை. சிலசமயம் அநேக பெற்றோர் தமது பிள்ளைகளைக் கையாளும்போது கோபம் கட்டுமீறிப் போகின்றது. கோபப்படு-வது பரவாயில்லை. ஆனால் அதனை பிள்ளைகள் மீது காட்டுவது சரியல்ல. உண்மையில் உங்களுக்கு கோபமாக இருந்-தால், ஓர் இடைவேளை (Break) எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். உதாரணமாக உங்கள் பிள்ளைகளை அழைத்துக் கொண்டு ஓர் நடை வெளியில் சென்று வாருங்கள். அல்லது ஒரு நண்பரை உதவிக்கு அழைத்து அவரு டன் சற்று நேரம் பேசுங்கள். மனம் விட்டுக் கதைப்பதால் மனப்பாரம் குறைந்து போகின்றது. ஒவ்வொரு நாளும் உங்கள் பிள்ளையைக் குறித்து உங்களுக்கு கோபம் ஏற்பட்டால் அல்லது உங்கள் கோபத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதில் உங்களுக்கு பிரச்சனை இருந்தால், உங்கள் குடும்ப வைத்தியரிடம் கதைப்பதன் மூலம் உதவி பெறுங்கள். அவர் உங்களுக்கு உதவி செய்வதற்குரிய வழிமுறைகளை உங்களுக்கு காட்டுவார். பெற்றோருக்கு உதவி செய்யக் கூடிய குழுக்களும் உள்ளன.



நான் ஒரு சிறந்த பெற்றோராக ஆவது எவ்வாறு?

பிள்ளைகளை வளர்ப்பதற்கு ஒரு சில வழி கள் தான் இருக்கிறது என்பது தவறானது. அதே வேளை ஓர் பூரணமான பெற்றோர் என்றோ அல்லது பூரணமான பிள்ளை என்-றோ இவ் உலகில் எவரும் இல்லை. எவருமே பூரணமானவர்களல்ல. எனவே உங்கள் பிள்ளை ஆரோக்கியமாகவும் சந்தோஷமா-கவும் வளர்வதற்கு உதவும் வழிமுறைகளை மீண்டும் பின்வருமாறு சுருக்கி நோக்குவோம்.

- பிள்ளைக்கு உங்கள் அன்பைக் காட்டுங் கள். ஒவ்வொருநாளும் “நான் உன்னை நேசிக்கிறேன். நீ எனக்கு மிகவும் அருமையானபிள்ளை” எனக் கூறுங்கள். அதிக அன்பையும் முத்தங்களையும் கொடுங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளைகள் பேசும்போது காது கொடுத்துக் கேட்டலானது, அவர்கள் அதிக முக்கியமானவர்கள் என்பதையும் அவர்கள் சொல்லுவதில் உங்களுக்கு ஆர்வம் இருக்கிறது என்பதையும் காட்டும்.
- அவர்கள் பயப்படும்போது அவர்களை ஆறுதல்படுத்துங்கள். அவர்களைப் பாதுகாப்பதற்கு நீங்கள் நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை எடுத்-துக் காட்டுங்கள்.
- அவர்களுடைய வாழ்வில் ஒழுங்கினை ஏற்படுத்துங்கள். உணவு, நித்திரைக்குச் செல்லுதல், பகற் தூக்கம் என்பன எல்லா-வற்றிலும் ஓர் ஒழுங்கு முறையைக் கடைப்பிடியுங்கள். இந்த ஒழுங்கு முறை-யை மாற்ற வேண்டியிருந்தால், இந்த மாற்றங்களைப் பற்றி முன்னரே அவர் களுக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளை நன்றாக நடந்து கொண்டால் அவர்களைப் பாராட்டுங்கள். அவர்களைக் குறித்து நீங்கள் பெருமை கொள்கிறீர்கள் என்று கூறுங்கள்.
- முன்பே கூறியபடி பிள்ளையின் நடத்தை யைக் குறித்து விமர்சனம் செய்யலாமே ஒழிய பிள்ளையைக் குறித்து விமர்சனம் செய்யாதிருங்கள்.
- மற்றைய பெற்றோர் பின்பற்றும் அதே விதிகளை நீங்களும் பின்பற்ற வேண்டு மென்பதில்லை. ஆனால் விதிமுறைகள் குறித்து தெளிவாகவும் உறுதியாகவும் இருங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளையுடன் நேரத்தைச் செல விடுங்கள். ஒன்றாகச் சேர்ந்து வேலை செய்யுங்கள். உதாரணமாக வாசித்தல், நடத்தல், விளையாடுதல், வீட்டைத் துப்பரவு செய்தல் போன்றவற்றை பிள்ளை-யுடன் சேர்ந்து செய்யுங்கள். பிள்ளைகட்கு அதிகமாகத் தேவைப்படுவது உங்கள் கவனிப்பாகும். விரும்பத்தகாத நடத்தை-யை பிள்ளை சிலசமயம் உங்கள் கவனத்தை ஈர்ப்பதற்காகவும் செய்கின்றது.

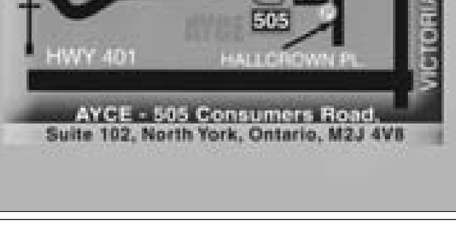
பிள்ளையை வளர்ப்பதற்கு எனக்கு உதவி தேவைப்படும் போது நாம் யாரை அணுகலாம்

சிறந்த பெற்றோராதல் ஆலோசனை பெற அநேக சிறந்த வழிகள் உள்ளன. சமூக மையங்கள், பாடசாலைகள், வைத்திய சாலைகள் ஆகியன இலவசமாக, பெற்றோ ராக இருத்தல் (Parenting) குறித்த வகுப்பு-களை நடத்துகின்றன. இது தொடர்பான புத்தகங்கள், சஞ்சிகைகளையும் வாசியுங்கள். உங்கள் குடும்ப வைத்தியர், மதகுரு மற்றும் ஆலோசகர்களுடன் கதையுங்கள். இவ்வாறு உதவி பெறுவதற்கு கூச்சப்பட வேண்டாம். பிள்ளைகளை வளர்த்தல் கடினமானது. இதனை யாரும் தனியே செய்ய முடியாது. பிள்ளையை நெறிமுறைப்படுத்தல், மலகூட பயிற்சி அளித்தல், உணவு உண்ணுதல், நித்திரைக்கு செல்லுதல் போன்றவற்றில் எழும் பிரச்சனைகள் தொடர்பாக பிள்ளை யைப் பழக்குவதற்கு வைத்தியர் உதவுவார். அத்துடன் நீங்கள் சிறந்த பெற்றோராக நடந்து கொள்வதற்கு உங்கள் பிரதேசத்தில் உள்ள குழுக்களை அறிந்து கொண்டு அவற்றின் உதவியைப் பெற உங்கள் வைத்தியர் உங்களுக்கு உதவுவார்.

■ ■ ■

ALTERNATIVE YOUTH CENTRE FOR EMPLOYMENT
AYCE is a division of TROPICANA COMMUNITY SERVICES

WE CAN HELP YOU FIND A JOB!
ARE YOU A NEWCOMER?
OR ARE YOU 16 TO 24 YEARS OLD?
FREE Services at AYCE:
✔ Resume Help ✔ Interview Help ✔ Job Postings
✔ Internet Access ✔ Computers & Printers ✔ Fax Machine
✔ Telephone ✔ Photocopying
✔ Apprenticeship Information
✔ Self-employment Information



AYCE - 505 Consumers Road, Suite 102, North York, Ontario, M2J 4V8

FOR INFORMATION CALL:
416-491-7000 OR VISIT...
www.ayce.on.ca

Funded by:
EMPLOYMENT ONTARIO
This EMPLOYMENT ONTARIO program is funded by the Ontario Government
Citizenship & Immigration Canada
Ontario Disability Support Program

மூவிங்(moving)செய்வதை இலகுவாக்குங்கள்

மஞ்சுளா ராஜலிங்கம்
manju@thaiveedu.com

ஒரு வீடுவிட்டு, இன்னோர் வீட்டுக்குப் போவதென்பது சந்தோஷம் தான். ஆனால் வீடு மாறுவதென்பது ஒரு பெரிய யாகம் போலத்தான். எவ்வளவோ மாற்றங்களைச் செய்ய வேண்டும். பொருட்களைத் தரம் பார்த்து பார்சல் செய்ய வேண்டும். வீட்டுப் பொருட்களை அதிகவனமாக இடமாற்றம் செய்ய வேண்டும். இந்த அத்தியாயத்தில் ஒரு வீட்டை விட்டு வெளியேறுமுன் செய்யக் கூடிய ஆயத்தங்களை ஆராய்வோம்.

இன்னுமொரு வீட்டிற்கு மாறும்போது கொஞ்சம் குழப்பமாகத் தான் இருக்கும். ஒரு வீட்டை விட்டு இன்னொரு வீடு செல்லும் ஆர்வத்திலும், திளைப்பிலும் செய்யவேண்டிய முக்கியமான, ஆனால் சின்னச் சின்ன விடயங்களைக் கூட நாம் மறந்து விடுவது இயல்பே.

ஒவ்வொரு சின்னச்சின்ன விடயமும், தத்தமது தன்மையில் முக்கியமானவையாகக் கருதப்படும். ஒரு வீட்டிற்கு மாறும்போது, அந்த வீட்டின் சந்தர்ப்பங்கள் நிறைய களைப்புக்களையும், ஆச்சரியங்களையும் ஆரம்பத்தில் கொடுக்கத்தான் செய்யும். ஆனால் நாம் அவதானமாக இருந்து இவற்றில் இருந்து இலகுவாக்க நம்மைப் பழக்கப் படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒருவர் இன்னொரு வீடு மாறும் நிலை வந்துவிட்டால், கட்டாயம் ஒரு பட்டியலை (அடுத்த பல வாரங்களுக்குத் திட்டமிட்டுச் செய்ய வேண்டிய விடயங்கள்) அமைத்துக் கொண்டால் பல விடயங்கள் செய்ய விளையும் பொருட்டு ஏற்படின், மறந்து போகாதிருக்கும். என்ன விதமான பொருட்களை இடமாற்றம் செய்ய வேண்டிய முதல் முக்கிய தேவை என்பதனை இப்பட்டியலில் குறித்துக் கொண்டால் நல்லது. இப்படி திட்டமிட்டபடி, அன்றைய நாளின் தேவையைக் கருத்திற் கொண்டால், வீடு மாறுவது ஒரு இனிமையான, மறக்க முடியாத ஒரு லாபகரமான அனுபவமாக இருக்கும். இது முக்கியமாக மனஅழுத்தத்தையும் அன்றையப் பொழுதில் குறைக்கும்.

பட்டியலிடும் விதத்தை இரண்டு விதமாகப் பிரிக்கலாம். அதாவது, பொருட்களைப் பாதுகாப்பாக pack செய்வதற்குத் தேவையான பொருட்கள், மற்றும் செய்ய, மாற்ற வேண்டிய அலுவல்களின் பட்டியல். இந்தப் பட்டியல் நாம் ஒரு வீட்டை விட்டு வெளியேறும் அந்த நாளில் செய்ய வேண்டிய விடயங்களை நமக்கு சரியாக ஞாபகப் படுத்திவிடக் கூடியதாக இருக்கும்.

Move பண்ணுவதற்குத் தேவையான சில அத்தியாவசியப் பொருட்கள்:

அட்டைப் பெட்டிகள்:

நிறைய பெட்டிகள் தேவையெனில். இவற்றை ஒன்றில் moving கம்பெனிகளில் இருந்து பெற்றுக் கொள்ளலாம். பலவித தொழிற்சாலைகளில் வெளியில் இவை வீசுவதற்காகப் போடப் பட்டிருக்கும். அல்லது பெட்டிகள் தயாரிக்கும் இடங்களிலும் கூட ஒரு குறிப்பிட்டளவு பெட்டிகளை அவர்களே தருவார்கள். பலவித அளவுகளில் பெட்டிகள் தேவைப்படும். சிறியது ஓரளவு பெரியது மற்றும் பெரிய அளவிலான பெட்டிகள். அதைவிட wardrobe boxes என்றும் ஒன்று உள்ளது. அதில் ஆடைகளை உள்ளபடியே தொங்கவிட்டபடி எடுத்துச் செல்லக் கூடியவாறு அவைகள் அமைக்கப் பட்டிருக்கின்றன. அதிலும் காகித அட்டைப் பெட்டிகள் மற்றும் பிளாஸ்டிக்கால் ஆன பெட்டிகள் என இரு விதங்களைப் பயன்படுத்தலாம்.

Packing பொருட்கள்:

இதில் பத்திரிகைகள், bubble wraps, துவாலைகள் போன்றவை அடங்கும். பத்திரிகைகளை துகள்களாக்கி, மிகவும் பத்திரமான, உடையக் கூடிய பொருட்களைக் கட்டுவதற்குப் பயன் படுத்தலாம். Bubble wraps போன்றவைகளை, fine china, மற்றும் கலைப்பொருட்களைப் பக்குவப் படுத்துவதற்குப் பயன்படுத்தலாம். துவாலைகளை, பெட்டிகளில் இடைவெளிகள் நிரப்பப் பயன்படுத்தலாம். ஒரு தலையணை மென்மையைப் போல இவைகள் கண்ணாடிப் பாத்திரங்களைப் பாதுகாக்கப் பயன்படும்.

எப்பொழுதும், பெட்டிகளை உடன் மூடி ஒட்டிவிட வேண்டும். பெட்டிகளின் ஒரு ஓரம், ஒன்றின்மேல் படும்படி மூடிவிட்டாலும், அவை இலகுவில் திறந்து கொள்ளும். அப்படியே மூடினாலும், அதன்பின் பெரிய ஒட்டும் tape கொண்டு, பலமுறை குறுக்கு மறுக்காக ஒட்டிவிட்டால், என்றும் பாதுகாப்பு.

எந்தப் பொருள் எங்கு செல்ல வேண்டும் என்ற குறிப்பை, white duct tape அல்லது blue painters tape போன்றவற்றின் உதவியுடன் எழுதி அந்தந்தப் பெட்டியில் ஒட்டிவிட்டால் நலம்.

சிறுநூல் அல்லது கயிறு:

கயிற்றை, நிறைய புத்தகங்களை வைத்துக் கட்டுவதற்கும், மற்றும் பெட்டிகளைக் கட்டுவதற்கும் பயன்படுத்தலாம். பெட்டியில் வெறுமனே வைக்கும் புத்தகங்கள் பாரமாக இருப்பதுடன், சிலவேளைகளில் பெட்டியைப் பிய்த்துக் கொண்டு கீழே விழுந்துவிடவும் வாய்ப்புக்கள் உள்ளன. இவற்றை ஒரு இடம் விட்டு மறுஇடம் மாற்றுவதும் மிகவும் சிரமமாக இருக்கும். புத்தகங்களைக் கட்டி வைத்தால், சிறுபிள்ளைகள் கூட இலகுவில் அவற்றைத் தூக்கி வாகனத்தில் வைக்கக் கூடியதாக இருக்கும். புத்தகங்கள் பாரமாக இருக்கும் என்பதால் சிறு பெட்டிகளே உகந்தது. இது தனியே புத்தகங்களை ஒரே பெட்டியில் தூக்கி வைக்கிறேன் பேர்வழி என்று முதுகைப் பதம் பார்ப்பதையும் தவிர்க்கும்.

Movers wrap என்று ஒரு பொருள் உண்டு. இவை தளபாடங்கள், தொலைக்காட்சி மற்றும் பெரிய பொருட்களைக் கூடுதல் பாதுகாப்பாகவும், containers போன்றவற்றில் வைக்க முடியாத பொருட்களைக் கட்டவும் உதவும். இப்பொருட்கள் ஒன்றில் ஒன்று இடிபட்டாலும் சேதமடைய வாய்ப்பில்லை.

உதாரணமாக, ஒரு மரத்தினாலான coffee table ஒன்றைக் கட்ட வேண்டுமென்றால், முனைகளில் துவாலைகளை அடைந்தபின், movers wrap கொண்டு அந்த மேசையைப் பாதுகாப்பாய் கட்டலாம். இது பொருட்களின் மேல் உராய்ந்து, அல்லது முறிந்து போய் சேதாரமாகாமல் பாதுகாக்கும் தன்மை கொண்டது.

கூடுதலான light bulbs:

கட்டாயம் ஒருசில மின்குமிழ்களையும், கையுடன் ஒரு மின்பொறி விளக்கையும் கொண்டு செல்ல வேண்டும்.

புது திறவுகோல்கள்:

புது வீட்டுக்குப் போகும் நாளிலேயோ அல்லது அதற்கு முன்போ, கட்டாயம் முன், பின், பக்கக் கதவுகள் கொண்ட தாழ்ப்பாள்களைக் கட்டாயம் மாற்ற வேண்டும். யாரும் ஒரு வீட்டின் சாவியை நமக்குத் தெரியாமலே எடுத்துக் கொள்ள சாத்தியங்கள் உண்டு.

இன்னும் தேவையான பொருட்களை மனத்திற் கொண்டு, அவற்றையும் நீங்கள் கையுடன் கொண்டு செல்வது நலம்.

செய்ய வேண்டிய காரியங்களின் பட்டியல்

இதில் இடப்பெயர்வின் முன், பின் மற்றும் அந்த நாளில் செய்ய வேண்டிய காரியங்கள் பற்றி பட்டியலிடப் பட்டிருக்கும். அதிற் சில:

Movers/Truck rental

சில பொருட்களை நாமாகவும், நண்பர், உறவினர்களின் உதவியைக் கொண்டும் இடமாற்றம் செய்யலாம். மற்றையவற்றிற்கு வாடகை அமர்த்திக் கொள்ள வேண்டும். ஆட்களும், வாகனங்களும் தேவையான அந்த நாளில் கட்டாயம் எம்மை வந்தடையும் என்பதை உறுதிப் படுத்திக் கொள்ளல் நலம்.

ஒருவருக்கு நேர்ந்த அனுபவத்தைப் பார்ப்போம். அவர்கள் moving companyஐ சில வாரங்களுக்கு முன் கூப்பிட்டு பதிவு செய்ததும், வீடு மாறுவதற்கு இரண்டு நாட்களின் முன் மீண்டும் அந்த நிறுவனத்தைக் கூப்பிட்டுத் தங்கள் பதிவினை உறுதி செய்திட முனைந்த போது, அந்த நிறுவனம் அவர்களின் மாற்ற நாளை அடுத்த கிழமைக்குத் தள்ளிப் பதிந்திருப்பது தெரிய வந்தது. என்ன செய்வது? இவர்கள் வீட்டை விட்டு வெளியேறிய மறுநாளே மற்றவர்கள் அந்த வீட்டுக்குக் குடிவந்தாக வேண்டும். இவ்வளவிற்கும் மிகவும் பிரபலமான ஒரு நிறுவனம் அது. அவசர அவசரமாக வேறொரு moving company தேடிப்பிடித்து மீண்டும் தங்கள் நிலையைச் சொல்லி அவர்களை வீடு மாறும் நாளன்று அமர்த்த வேண்டி வந்தது. இதனாலேயே இரண்டு கிழமைகளுக்கு முன்னாலும், மற்றும் வீடு மாற முதல் இரண்டு நாட்களுக்கு முன்னும் moving companyயைக் கூப்பிட்டு உங்கள் பதிவினை உறுதி செய்து கொள்வது நலம்.

இந்த மாதிரி நிறுவனங்களை மற்றவர்களுக்கு எந்த நம்பிக்கையில் பரிந்துரை செய்வது?

Packing செய்தல்:

பொருட்களைக் கட்டும்போது, முதலில் புதிய வீட்டில் வெளியே எடுக்க வேண்டிய சாமான்களை கடைசியிலும், பின்னர் எடுக்க வேண்டிய பொருட்களை முதலிலும் pack செய்தால் நல்லது. ஏனெனில் பிறகு எடுக்க வேண்டிய சாமான்களை ஒரு பக்கமாக முதலிலேயே மூட்டை கட்டி வைத்து விட்டால், அவற்றை புதிய வீட்டில் கொண்டு இறக்கியதும், ஒரு பக்கமாக கவலையின்றி வைத்து விடலாம். கடைசியில் கட்டும் பொருட்கள் வீடு move பண்ண முன்னர் அல்லது பின்னர் தேவைப் பட்டால், உடனேயே தேடி எடுக்கலாம். எனவே அவற்றை மேலே வைத்து விட்டால் நல்லது.

அறைவாரியாக packing செய்தல் நலம். பலவித பெட்டிகளையும், அட்டைகளையும் அந்தந்த அறையிலேயே வைத்து, பெட்டிக-

70ம் பக்கம் பார்க்க...

CTR தகவல் பலகை

ROOMS / BASEMENT RENT

Donmills / Egliton
2 B/R Condo, TTC / School
குமரன் : 416-731-2829

Brimley/ Lawrence
2 B/R Basements; New Renovation
J.Mehandiran: 416-264-9421

Brichmount / steeles
2 B/R Basement – தனிவழி
Ramany: 905-944-9982, 416-887-5315

Kennedy/ Eglinton
2B/R Basement - தனிவழி
Nathan: 416-320-3116

Neilson / Finch
1 B/R Basement - தனிவழி
பரமேஸ்வரி : 416-335-0136

Lawrence / Sc. Golf Club
1 B/R Basement
Raj: 416-439-4489, 647-284-8494

Morningside/ Sheppard
1B/R – Basement in town house
Aruna: 416-724-7877

Markham / 14th Ave
Basement 1B/R jdptop
416-917-8336

Mavis / Eglinton
2 B/R Basement Near Square one mall
Santhiran: 905-501-8198

Markham / Denision
2 B/R Basement Near all Facility
நத்தினி : 905-472-0090

Mississauga
2 B/R Basements
நாதன் : 416-418-0804

Donmills / Steeles
1 B/R Basement - தனிவழி
தமிழ் பிரியன்: 416-491-9364

Brimely / Lawrence
2 B/ R Basement – தனிவழி
கிருஷ்னா : 416-587-2314, 647-342-9475

Morningside / Lawrence
1 B/ R Basement – jdptop
Sugi: 416-284-4403, 416-617-0390

Mc Cowan / Bunko
வீட்டின் மேல் பகுதி 4 B/R
Ravi: 416-662-6834, 416-291-3002

markham / Brimoton
2 B/R Basements, 1 room for share
கண்ணன்: 647-835-3793

Mavis/ Egliton
2 B/R Basements near to square one mall
Chandran: 905-501-8198

Brichmont/ Steele
2 B/R Basements near schools
Ramani: 905-944-9982
416-887-5315

Markham/ 14th Ave
2 B/R Basements
647-308-6673

Brimely/ Lawrence
2B/R New Renovation – தனிவழி
ஜெகதீஸ்வதி :416-264-9421

House for Sale

Morningside / midowville
New renovation ($50,000)
4 B/R Double Car garage 6car parking
Corner House
Kumar: 416-996-0708

Brampton
3 B/R Semi Detached for sale $270,000
Kumar: 416-400-2222

Brimely / Steeles
3 B/R தனிவீடு விற்பனைக்கு
Vasanthy: 905-604-0154
416-939-9353

Brampton Hwy7/Mc Nicoll
2100 sq feet 3washroom 4bedroom
Sakthy : 416-740-1384

Auto

2004 Toyota
huckaback 4 door
Mathy: 416-897-2233

2002 Toyota Sienna
$7500.00
Praba: 416-543-5068

2003 Toyota Sienna
Ravi: 416-856-1591

CTR
கனடியத் தமிழ் வானொலி
416 264 8798

92 Honda Acc
Good Condition
Selvakumar: 416-291-4340

2000 Ford Windstar
Lingam: 647-882-5178
905-501-0362

Others

Tamil/ Singaless மொழிபெயர்பாளர்
Victoria park/ finch, 416-497-1253

Painting for house
Tharan: 416-994-9612

tion / Translation
சவரிமுத்து: 416-570-6920
416-282-0951

Computer Repair
Brampton
Suthan: 647-409-2045

Midlefield / Finch
சாறி Blouse / தையல் வேலை
செய்ய ஒருவர் தேவை
சிவா: 647-885-2478

FOR SALE
Washing machine/ Dryer/ Stove
Good Condition / Good Price
சேவியர்: 416-297-7626

மூவிங்(moving)செய்வதை...

68ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

ளின் மேலும் எந்த அறையிலிருந்து இந்தப் பொருட்கள் வந்தன என்பதையும் ஒட்டி விட்டால், புதுவீடு போனதும், விரும்பிய அறைகளில் அவற்றை இறக்கி வைக்கலாம். குழந்தைகளின் அறைகளில் pack பண்ணும் பெட்டிகளின் அவர்களின் பெயரைக்கூட ஒட்டி வைக்கலாம். அத்துடன் storage room மற்றும் garageஇல் வைக்கும் பொருட்களுக்கும் மறக்காமல் பெயர் ஒட்டிய பெட்டிகளை ஏற்பாடு செய்யவும்.

Bubble wrappers கொண்டு மிகவும் நூதனமாக பொருட்களின் மேல் கட்டி பின்னர் பெரிய பெட்டிகளில் வைக்க வேண்டும். இதுபோல் எந்தவித மின் உபகரணங்களையும் கூட இதுபோன்ற bubble wrapஇல் கட்டினால், சேதமாவது தவிர்க்கப்படும்.

அறைவாரியாக உள்ள பொருட்களைக் குழப்பியடிப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். அந் தந்த வாசல்களின் பக்கமே அந்தப் பொருட்களை வைத்துவிட்டால், பிரித்து புது வீட்டில் அடுக்க வசதியாக இருக்கும்.

மென்மையான, உடையக்கூடிய பொருட்களை நாமே எடுத்து அடுக்குவதோ, அல்லது எடுத்துச் செல்வதோ நல்லது. நாமே அவற்றை உரிய இடத்தில் வைத்துவிட்டால், moving நாளின்போது, இலகுவாக இருக்கும். அன்றில், முடிந்தால் நம் காரிலேயே இவற்றைப் போட்டுக் கொண்டு, நம் புதிய வீட்டில் சேர்த்து விடலாம். Moving நாளின்போது, அவசரத்தில் இந்தப் பொருட்களுக்குச் சேதம் உண்டாகலாம். அதைத் தவிர்க்கவே இந்த ஏற்பாடு. அவற்றிற்கு உடனடித் தேவையும் புதிய வீட்டில் உடனே வராது தானே?

குளியலறையில் பாவிக்கும் அன்றாடச் சாமான்களை (toothbrush, soap, paste etc) ஒரு சிறு பெட்டியில் போட்டு விட்டால், கண்டு பிடிப்பது சுலபம்.

paper plates, cups, disposable utensils போன்றவற்றையும் கையுடன், moveபண்ணும் நாளன்று எடுத்து வைத்துக் கொண்டால், பகல், இரவுப் போசனங்களுக்கு உதவியாக இருக்கும்.

அவசியமான எல்லா இடங்களையும் தொலைபேசி மூலம் அழைத்து உறுதி செய்ய வேண்டும். Water Company, electric company, Gas company, refuse management company (trash pickup) போன்ற இடங்களை அழைத்து விட்டோம் என்பது மட்டுமல்ல, அந்தத் தொலைபேசி இலக்கங்களை கையுடன் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கட்டாயம் மீண்டும் இவை move பண்ணும் நாளன்று தேவைப்படலாம். உண்மையில் உங்கள் வீட்டு முகவர் இதுபோன்ற இலக்கங்களை நீங்கள் கேட்குமிடத்தில் உங்களிடம் தரக்கூடியதாக இருக்கும்.

அத்துடன் ஒரு புது தொலைபேசி இலக்கத்துக்கு விண்ணப்பம் செய்திருந்தால், அவர்களிடமும் ஒரு தடவை பேசி, தொலைபேசி இணைப்பு move நீங்கள் பண்ணும் நாளில் கிடைக்குமாறு உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.

நிறையபேர், விலாசம் மாற்ற வேண்டிய அவசியத்தைக் கருத்தில் சீரியசாகக் கொள் ளுவதில்லை. அது மிக முக்கியம். இதை தபால் அலுவலகத்தில் செய்ய வேண்டும். அங்குள்ள ஒரு விண்ணப்பப் படிவத்தில் தேவையான தகவல்களை நிரப்பி, அந்தத் தபால் அலுவலகத்திலேயே கொடுத்தும் விடலாம். அப்பொழுதுதான், பலவித bill payment பற்றிய statementகளும் உங்களைச் சரியான நேரத்தில் வந்தடையும்.

தேவையான பணம் move பண்ணும் நாளில் கையிருப்பில் இருக்க வேண்டும். Movers போன்றவர்களுக்குக் கொடுக்க, மற்றும் உணவு, பானங்கள் வாங்க அவசரத் தேவைக்கு இந்தப் பணம் உதவும்.

Moving day:

எல்லாம் தயார் பண்ணியாயிற்றா? நல்லது. நாள் நெருங்க நெருங்க உள்ளூர ஒருவித எதிர்பார்ப்பு இருக்கும். எப்போது நமது புது வீட்டில் நம் எதிர்காலம் தொடங்கும் என்று தவிப்பாய் இருக்கும்.

moving அல்லது அதற்கு முந்தைய நாளில் புது வீட்டிற்குச் சென்று, அந்தந்த அறைகளில், பெட்டிகளில் எழுதியது போலவே அறைகளின் வாசல்களிலும் எழுதி வைத்தால், movers அந்தப் பெட்டிகளை உரிய இடத்தில் வைக்க வசதியாக இருக்கும். பிள்ளைகளின் பெயர் கொண்ட அறைகள், மற்றும் சாப்பாட்டறை, கூடத்து அறை போன்றவை யும் பட்டியலிடப் பட்டிருப்பின் நலம். சில அறைகளை நாம் எந்த வகையில் பாவிக்கப் போகின்றோம் என்பதை இப்போதே தீர்மா-னிக்க முடியாமலிருக்கும். இப்படி பெயர்களை உரிய இடத்தில் எழுதி வைத்துக் கொண்டால், movers அடிக்கடி எந்தப் பெட்டி எந்த இடத்தில் வைக்க வேண்டும் என்ற கேள்வியை நம்மிடம் எழுப்ப மாட்டார்கள்.

பழைய வீட்டில் எல்லாம் pack பண்ணி வைத்தாயிற்று. நம்மால் கொண்டுபோய் வைக்கக்கூடிய பொருட்களையெல்லாம் ஏற்கெனவே புதிய வீட்டில் கொண்டு வைத்தாயிற்று. இப்பொழுது movers தங்கள் வேலையைச் செய்ய இடமும், நேரமும் கொடுங்கள். அவர்களுக்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்பது தெரியும். எதையெதை முதலில் truckஇன் உள்ளே அடுக்க வேண்டும் என்பதும் தெரியும்.

உணவை வரவழைத்துக் கொள்ள வேண்டிய ஏற்பாடுகளைக் கவனியுங்கள். நிறைய குடிக்கும் தண்ணீரும், பானங்களும் கையுடன் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். movers களைப்படையும்போது கொடுக்கவும், உங்களுக்குத் தாகத்திற்குக் குடிக்கவும் உதவும்.

நீங்கள் முன்னரே கட்டாயம் ஒரு வீட்டுப் பரிசோதனையாளரைக் கொண்டு புதிய வீட்டைப் பரிசோதித்திருப்பீர்கள். எனினும், புதுவீட்டுக்குக் குடிபோகும் நாளில் மீண்டும் எல்லாம் சரியாக வேலை செய்கின்றனவா என்று சரிபார்த்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்களோ அல்லது இன்னுமொருவரைக் கொண்டாவது, garage door திறக்கின்றதா என்றும், மற்றும் வீட்டிலுள்ள எல்லா மின்சாரங்களையும் போட்டும், தண்ணீரை ஒவ்வொரு pipeஇல் திறந்தும், washer/dryer/dishwasher போன்றவை வேலை செய்கின்றது, poolஇல் தண்ணீர் சரியாக உள்ளது என்பதை எல்லாம் சரியாக வேலை செய்கின்றது என்பதை உறுதி செய்யுங்கள். ஏதாவது பிரச்சினை இருப்பின் இப்பொழுதே அவற்றைக் கண்டு பிடித்தால் நல்லது.

வீட்டை உட்புறமாக நன்றாகச் சுற்றி வந்து, எல்லா விதமான switchகளையும், நன்றாகப் பார்த்துக் கொண்டு, பின்னர் அதன்மேல் நீல நிற masking tape கொண்டு ஒட்டி வையுங்கள். இவை எந்த switches எந்த அறையில் என்ன தேவைக்கு உள்ளது என்பதை நமக்கு படிப்படியாகப் பழக வைக்கும்.

வீட்டில் செல்லப் பிராணிகள் இருந்தால், moving நடக்கும் தருவாயில், அவற்றை பின்னால் backyardஇல் புழங்க விடுங்கள், அல்லது வீட்டின் பின்னால் கட்டி வையுங்கள். அதேநேரம் புதுவீட்டில் சாமான்களை இறக்கும் போதும், இவ்வாறே செய்யுங்கள். ஆனால் நிறைய தண்ணீர் அருந்தக் கொடுப்பதோடு, அவற்றிற்கு இடைக்கிடை சாப்பிட treats போன்றவைகளைக் கொடுங்கள். அப்போதுதான், செல்லப்பிராணிகளும் புதுவீட்டைத் தமது வீடாகக் கருத கொஞ்சங்கொஞ்சமாகப் பழகிக் கொள்ளும். Movers தங்கள் வேலை முடிந்து போனதும் உங்கள் செல்லப் பிராணிகளை வீட்டினுள்ளே அனுமதித்து அவை அந்தப் புது இடத்திற்குத் தம்மைப் பழக்கப் படுத்திக் கொள்ள தாராளமாக இடம் கொடுங்கள்.

இனி பொருட்களைப் பிரித்தெடுத்து உரிய இடத்தில் வைக்க வேண்டியது தான்.

Welcome என்று பொறிக்கப்பட்ட காலடி மிதியை வாசலில் அழகாகப் போட்டு வையுங்கள், விருந்தாளிகளை உங்கள் புதுவீடு நோக்கி மனப்பூர்வமாக அழைக்கும் யுக்தி இது. உங்கள் அகம் பக்கத்தாரும் உங்களை மனப்பூர்வமாக வரவேற்கும் மனவுணர்வை யும் இது உங்களுக்குத் தரும்.

வீட்டைச் சுத்தமாகவும், அன்றாட கடன் செய்து பாதுகாக்கவும், வீட்டில் ஒவ்வொருவருக்கும் அவரவர் சக்திற்கேற்றவாறு, உள், வெளி வேலையெனப் பிரித்துக் கொடுங்கள். தினசரி, வார, மாத அட்டவணையாக இது இருக்கட்டும். எல்லாரும் எல்லா வேலைகளையும் பிரித்துச் செய்தால், நிறைய நேரத்தைப் பின்னர் குடும்பத்துடன் இன்பமாகக் கழிக்கலாம்.

Toilet bowlஐச் சுத்தம் செய்ய ஒரு இதமான குறிப்பு. ஒரு coca-cola பாட்டிலை எடுத்து முழுவதையும் toilet bowl இல் ஊற்றி ஒரு மணிநேரம் ஊற வையுங்கள். பின்னர் கழுவினால் பளிச்! இதிலுள்ள சிற்றிக் அமிலம் கறைகளைப் போக்கும் தன்மை கொண்டது.

குளியலறைத் தொட்டியைக் கழுவி, பூஞ்சணங்களை அகற்ற, ஒரு spray பாட்டிலில் vodkaவை நிரப்பி, spray பண்ணி, ஐந்து நிமிடம் ஊறவிட்டபின், கழுவிப் பாருங்கள். பளபளக்கும். அதிலுள்ள மதுவின் காரமானது, பக்டீரியாக்களை அழிக்கும் தன்மை உடையது.

கடைசியாக ஒன்றை மறந்து விடாதீர்கள். சுவர்களுக்குத் தாராளமாக விரும்பிய நிறம் நீங்கள் தீட்டலாம். அழகான "கார்ப்பெட்களை" வாங்கிப் போடலாம். Shelving வகைகளைப் பொருத்தலாம். அழகிய படங்கள், அலங்காரப் பொருட்கள் ஆகியவற்றை வாங்கி மாட்ட-லாம். இன்னும் என்னவெல்லாம் உங்கள் வீட்டுக்குச் செய்யலாம் தெரியுமா? ஏனெனில் அது இனி உங்கள் சொந்த வீடாயிற்றே!!!

■ ■ ■

2008 மார்கழியில் வெளிவருகிறது

நாடோடிகளின் துயர் செறிந்த பாடல்

அ.முத்துலிங்கம் ◀ ரதன்
செழியன் ▶ சுமதிரூபன்
நிருபா ◀ டானியல் ஜீவா
வெங்கட் ரமணன் ◀ ர.்.பேல்
பிரதீபா ▶ திருமாவளவன்
சேரன் ◀ கௌசலா
மகிந்தன் பொன்.அருந்தவநாதன்
தான்யா ▶ பா.அ.ஜயகரன்
குருஅரவிந்தன் ▶ டி.சே.தமிழன்
வீரகேசரி மூர்த்தி ◀ தமயந்தி கிரிதரன்
செல்வ கனகநாயகம் ◀ தேவகாந்தன்

கூர் 2008

கனடா தமிழிலக்கிய கலை மலர்

CONDO FOR RENT
Donmills / Egliton
சந்திப்புக்கு அருகாமையில் சகல வசதிகளுடன்கூடிய
தொடர் மாடிக் குடியிருப்பு
இரண்டு அறைகளுடன் வாடகைக்கு உண்டு
2 B/R Condo, TTC / School
416-731-2829

Divine Home

Ancient Indians designated an important part of the home as a sacred section where they retreat before each dawn to commune with the Supreme Being, the centre of the Spiritual Force is called Devatarchanam.

Love, Joy and prosperity come to a Hindu Family who worships in their homes through Poojas where the divine energies are invoked. The home shrine is also the focus point for private and group prayers.

The place should be meticulously kept like a temple through which whole household will be charged with Spiritual Vibration.

OUR CRAFTSMEN CAN CUSTOM DESIGN AN ALTAR FOR YOUR POOJA ROOM AS REQUIRED

NO PLYWOOD AND NO VARNISH
HEAT, OIL AND WATER RESISTANT
SPRAYED WITH HIGH QUALITY A.C. LAQUER
MORE THAN 100 MODELS ON DISPLAY

THE PERFECT POOJA MANDIR FOR YOUR HOME

A HOME IS NOT COMPLETE WITHOUT A "DIVINE HOME"

Jaipur Gore Plaza
Units 9 & 10
8917 The Gore Road
Brampton, ON
Tel: 647 887 3997

747 Flea Market
Booths, 326,327,328
Tel: 416 999 3997
www.divinehome.org

1845 Lawrence Ave East
Scarbourough, ON. M1R 2Y3
Tel: 647 435 0105
divinehome@rogers.com

List with Pakeer & Save Money

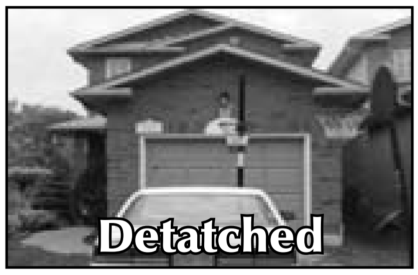
Century 21 Affiliate Realty Inc. Brokerage
416-290-1200

Pakeer Sahadevan
Sales Representative

416-908-6003

Customized Commission Plan for your Listings. as low as 0%.
some conditions apply
Not intend to solicit buyers or sellers currently under contract with a broker.

Brimley & Steeles



$ 299,000

- 3 Bedrooms
- 3 Washrooms
- Close to School & TTC

Markham & Steeles

$ 329,000

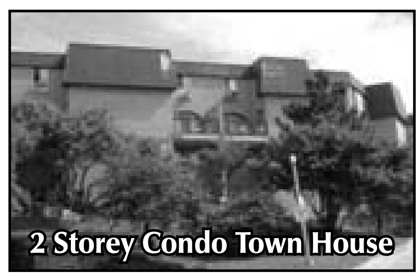
- 3 Bedrooms
- 3 Washrooms

Ellesmere & Morningside

$ 139,000

- 2 Bedrooms
- 2 Washrooms
- close to University

Ellesmere & Morningside



$ 99,000

- 2+1 Bedrooms
- 2 Washrooms
- Low Maintenance

Apex Creations - 416-297-0707

Markham & Denison

- 3 Bedrooms
- 4 Washrooms
- Finished Basement

2nd Mortgage @ Prime Rate Call for Details Pakeer 416-908-6003

போதைச் செடி வளர்க்கப்பட்ட வீடுகள்

செக்கலிங்கம் பிரபாகரன்
- வீடு விற்பனைப் பிரதிநிதி -
haran@thaiveedu.com

றொறன்ரோ பொலிஸார் பல கஞ்சா வளர்க்கும் ஆய்வாலைகளை சென்ற வருடத்தில் கைப்பற்றியுள்ளனர். இந்த வருடத்தின் ஆரம்பத்திலிருந்து இவ்வாறான சட்ட விரோத போதை மருந்து தாவர வளர்ப்பு ஆய்வாலைகள் பல றொறன்ரோ பொலிஸாரால் கைப்பற்றப்பட்டுள்ளன. இதிலிருந்து இத்தகைய சட்ட விரோத போதைச் செடி வளர்ப்புகள் நகரில் பரவலாக அதிகரித்து வருகின்றமையை அறிய முடிகின்றது.

வீடு வாங்குபவர்கள் தற்பொழுது கவனிக்க வேண்டிய பல விடயங்களுள் முதன்மையான விடயங்களின் வரிசையில் போதைச் செடி வளர்க்கப்பட்ட வீடுகளா என அறிவது முதன்மையானதாக உள்ளது. பொலிஸ்மா அதிபரின் கூற்றுப்படி பல வீடுகள் போதைச் செடி வளர்க்கப்பட்டமை மறைக்கப்பட்டு விற்றுவருவதாக அறியப்படுகின்றது.

போதைச் செடி வளர்ப்பானது வீட்டில் வசிப்பவர்களுக்கும் சுற்றி உள்ளவர்களுக்கும் பாதிப்பைத் தரவல்லதாகும். இத்தகைய சட்டவிரோதச் செடிவளர்ப்பில் பாவிக்கப்படும் சேதனப் பசளைகளும் வளர்க்கப்படும் சூழலும் மக்களின் வாழ்விடங்களுக்கு ஒவ்வாதவையாகும். இத்தகைய செடிகள் வளர்க்கும் சூழலில் ஈரலிப்பு வளியமுக்கம் மிகமிக அதிகமாக இருக்கும். காலநிலைக் கேற்ற தாவரங்கள் வளர்க்கப்பட்டால் அவை எவ்வளவு காலம் அவ்வீடுகளில் வளர்க்கப்பட்டன என்பதை அறிய வேண்டும். அதனைப் பொறுத்து எவ்வளவு ஈரப்பதன் வீட்டிற்குள் ஏற்படுத்தப்பட்டு வீட்டைப் பாதித்துள்ளது என மதிப்பிட வேண்டும்.

அத்துடன் இத்தகைய வீடுகளில் தீப்பிடிக்கும் அபாயம் அதிகம் உள்ளது. காரணம் மின்னிணைப்புகள் சட்டவிரோதமாக தவறான முறையில் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கும். கட்டிடங்களும் பழுதடைந்திருக்கும். மக்கள் பலரும் இத்தகைய சட்டவிரோத நடவடிக்கைகள் கட்டாயமாக வீட்டுப்பத்திரங்களில் குறிப்பிடப்படுவதை அரசு வலியுறுத்த வேண்டும் என வலியுறுத்தி வருகின்றனர். ஆனால் தனிநபர் இரகசியம் போல் சட்டத்தின் கீழ் இத்தகைய சட்டவிரோதச் செயல்களில் ஈடுபடுவோரின் விபரங்களை அறியத்தர அரசு வலியுறுத்துவதில்லை. சட்டவிரோத நடவடிக்கைகளுக்கு சட்ட நடவடிக்கைகள் எடுப்பரே தவிர அச்செயல்களைப் பத்திரங்களில் குறிப்பிட வலியுறுத்துவது தடை செய்யப்பட்டுள்ளது.

இதனால் கஞ்சாச்செடி வளர்க்கப்பட்ட வீடுகளை, வீடு வாங்குபவர்கள் தெரியாமல் வாங்கும் சூழ்நிலைகள் உருவாகி வருகின்றன. சுற்றாடலில் அக்கறை கொள்ளல் எனப்படும் சட்டம் 11 இன்கீழ் Discovery of Pertinent Factsஇன் கீழ் இத்தகைய தரவுகள் குறிப்பிடப்படுகின்றன. ஆனால் சட்டப்படி ஒரு வீடு விற்பனை முகவர் இவ்வாறான வீடுகள் என அறியும் பட்சத்தில் அதனை வீட்டை வாங்குபவருக்கு அறிவிக்க வேண்டும் என்பது சட்டமாக்கப்பட்டுள்ளது. எனினும் இச்சட்டங்கள் வலுவாக இல்லை எனவும் ஆய்வாளர்கள் குறைப்பட்டுக் கொள்கின்றனர்.

அதாவது வீட்டை விற்கும் உரிமையாளர்கள் வீட்டை விற்கும் வீடுவிற்பனை முகவர்களுக்கு மறைக்கும் பட்சத்தில் இவ்விடயம் வீடு வாங்குபவர்களுக்கு எவ்விதத்திலும் தெரிய வாய்ப்பின்றிப் போகின்றது. இத்தகைய வீடுகளை விற்பவர்கள் தகுந்த திருத்த வேலைகளைச் செய்து எவ்வித ஆதாரமும் இல்லாதவகையில் வீடுகளை மாற்றியமைத்தால் இத்தகைய வீடுகளைக் கண்டுபிடிக்கக் கூடிய பார்வையிடல் யுக்திகள்கூட சாதாரண மக்களுக்கு பயனற்றுப்போக நேரிடும்.

இத்தகைய போதைச் செடிகளுக்கு போதிய நீர், வெளிச்சம் காற்றோட்டம் போன்றன அவசியம். இதனால் ஏற்படும் கட்டிட சேதங்களை வீட்டைப் பார்வையிடுகின்ற போது கண்டறிய முடியும். பின்வருவன சில உதாரணங்கள் அத்தகைய வீடுகளை கண்டறிய உதவுவதற்காக:

- மின்சார பிரதான பாதையும் சட்ட விரோத நீர்க் குழாய்கள் திருத்தப்பட்ட அடையாளங்கள்.
- சில வேளைகளில் வீட்டின் அத்திவாரத்தின் கீழிருந்து எடுக்கப்படும் நீர்க் குழாய்கள் திருத்தப்பட்ட அடையாளங்களால், பெரிய அடைப்புப் பூச்சுக்களை சுவர்களில் காணமுடிதல்,
- வீட்டின் கடந்த கால மின்சாரக் கட்டணம் நம்புதற் கதிகமாகக் காணப்படுதல்.
- மின் இணைப்புகளிலும் நீர்க்குழாய்களிலும் தேவையற்ற மேலதிக இணைப்புகள் காணப்படல்.
- நிலத்தில் நீர்க்கறைகள் காணப்படுதல்
- தேவையற்ற துவாரங்கள், திருத்த வேலைகள் குழாய்த் தொகுதிகளிலும் காற்றோட்ட வழிகளிலும் புகைப் போக்கியிலும் நீர்க்குழாய்களிலும் ஏற்படுத்தப்பட்டு காற்றோட்டம் உருவாக்கப்பட்டிருத்தல்.
- நிலக்கீழ் அறையில் தேவையின்றி காணப்படவல்ல பூச்சு அடைப்புக்கள், பெரிய வெளியேற்றும் குழாய்த் தொகுதிகள், மேலதிக குழாய்த் தொகுதிகள் போன்றன. (இவை வீட்டுப் பரிசோதனைகளில் கண்டறியப்படலாம்).
- போதிய காற்றோட்ட வசதி இல்லாவிடிலும் வெளிப்புற சுவர்களிலும் உட்கூரை உறைகளிலும் இன்னும் mouldகள் காணப்படலாம்.

இத்தகைய வீடுகளை வாங்கவே கூடாது என முடிவெடுப்பதைவிட அவற்றை பேரம் பேசி குறைத்து வாங்குவதால் இலாபமுண்டா? என ஆராய்வது நன்று. இத்தகைய வீடுகளில் பணத்தை முதலிடுவது சிறந்ததா என்பதை வீட்டின் விலையைப் பொறுத்தும் அவரவர் துணிவைப் பொறுத்தும் முடிவெடுக்க வேண்டும். இத்தகைய வீடுகளை வாங்கும் எண்ணமுள்ளவர்கள் (முதலீட்டு இலாப நோக்கில்) வீட்டுப் பரிசோதகரைக் கொண்டு வீட்டைப் பரிசோதித்து முடிவெடுப்பது பயன் தரும்.

வீட்டை வாங்குமுன் வியாபார முதலீட்டாளராக பின்வரும் கணக்கைப் பாருங்கள்.

வீட்டை வாங்கும் செலவு, வீட்டைத் திருத்தும் செலவு, இதர எதிர்பாரா செலவுகள், வீட்டை நல்ல நிலையில் சந்தையில் விற்றால் பெறும் தொகையாக உள்ளதா என உறுதி செய்யுங்கள். அத்துடன் வீடு இருக்கும் சுற்றாடலும் கருத்தில்க் கொள்ளப்பட வேண்டிய ஒன்றாகும்.

இவ்வாறான வீடுகளை சந்தையில் விலையில் வாங்கித் திருத்தி விற்று அதிக இலாபம் பெற்ற முதலீட்டாளர்களையும் எனக்கு நன்கு தெரியும் என்பதனால் இத்தகைய வீடுகளை வாங்காதீர்கள் என அறிவுரை கூறமாட்டேன். மாறாக நீங்கள் வாங்கும் வீடுகள் எத்தகையவை என அறிவதும் அதில் இத்தகைய குறைபாடுகள் இருப்பதை அறிந்தால் அதனால் குறைந்த விலையைப் பேரம்பேசி பயன் பெறுவதும் சாத்தியமானவை. எனினும் இவை அவரவர் விற்பனைகளைப் பொறுத்த விடயம் எனலாம்.

■ ■ ■

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com

Fax: 416-849-0594

Tel: 416-646-3422

KEN KIRUPA
Happy Holidays!
Ken Kirupa 416-294-9322

S.P.IMPORTERS
Furniture
SP
அனைத்து தளபாடங்களும் மிக மிக மலிவு விலையில்
NO PAYMENT INTEREST for 1 YEAR 416-266-3077
கொள்வனவு விலையில்
மலிவு விற்பனை
Sealy Posturepedic
Special Sealy Mattress on SALE
ஒரே பிளாசாவில் 4 தனிப்பெரும் ஸ்தாபனங்கள்...
2861 Lawrence Ave. East, Scarborough, ON M1P 2S8
(Brimley & Lawrence சந்திப்பில்)

இன்னும் சில வாரங்களில்
tamil one
தொலைக்காட்சி ஊடாக
தாயக நிகழ்ச்சிகள்
தாயகத்திலிருந்து காணொளியுடன் செய்திகள்
உள்ளூர் நிகழ்ச்சிகள்...
இவற்றுடன்
கலைஞர்
கலைஞர்
தொலைக்காட்சி
நிகழ்ச்சிகள்
மானாட மயிலாட
பாட்டுக்கு பாட்டு
LOGIC ILLA MAGIC
ஓடி விளையாடு பாப்பா
தில் தில் மனதில்
தீபங்கள்
அழகிய தமிழ் மகள்
சந்தோஷம்
கோகுலத்தில் சீதை
உறவுப்பாலம்
செய்திகள்
இதுதான்டா இம்சை
மேலும்...
ரசிகன், எல்லாமே சிரிப்புத்தான், வண்ண திரை, ரேகா IPS,
மஞ்சள் மகிமை, இதுதான்டா இம்சை, FIR, குறிஞ்சி சாரல்
உங்களை மகிழ்விக்க இன்னும் பல நிகழ்ச்சிகள்
ROGERS
Ch: 622
t. 416.299.0118
www.tamilone.ca
TamilOne has the exclusive rights for Kalaingar TV in Canada

2003ல் இருந்து 2009 வரை வீட்டு நிர்மாணம் (கட்டுமானம்)

வீட்டுச் சந்தை புள்ளி விபரம்
அலகுகளும் வருடாந்த வீத மாற்றங்களும்

2003ல் இருந்து 2009 வரை வீட்டு நிர்மாணம் (கட்டுமானம்) பத்து மாகாணங்களின் விபரம் இங்கே தரப்படுகிறது. 2008ல் பொதுவாக வீட்டுக் கட்டுமானம் குறைந்துள்ளதைக் காணலாம்.

ஏற்கனவே மாகாண ரீதியாக வீடு விற்பனை, மீள் சந்தை நிலவரம் வீட்டுக் கட்டுமானம் பற்றிய விபரங்கள் 'தாய்வீடு' பத்திரிகையில் வெளிவந்தது நேயர்களுக்கு நினைவிருக்கலாம்.

Total Housing Starts

(Units and annual percentage change)

வீட்டுச் சந்தை ஒரு பார்வையில் மொத்த வீட்டுக் கட்டுமானம்

	2003	2004	2005	2006	2007	2008(F)	2009(F)
NFLD	**2,692**	**2,870**	**2,498**	**2,234**	**2,649**	**2,650**	**2,675**
%	11.3	6.6	-13.0	-10.6	18.6	0.0	0.9
PEI	**814**	**919**	**862**	**738**	**750**	**700**	**675**
%	5.0	12.9	-6.2	-14.4	1.6	-6.7	-3.6
NS	**5,096**	**4,717**	**4,775**	**4,896**	**4,750**	**4,550**	**4,500**
%	2.5	-7.4	1.2	2.5	-3.0	-4.2	-1.1
NB	**4,489**	**3,947**	**3,959**	**4,085**	**4,242**	**3,925**	**3,650**
%	16.2	-12.1	0.3	3.2	3.8	-7.5	-7.0
QUE	**50,289**	**58,448**	**50,910**	**47,877**	**48,553**	**46,500**	**45,375**
%	18.5	16.2	-12.9	-6.0	1.4	-4.2	-2.4
ONT	**85,180**	**85,114**	**78,795**	**73,417**	**68,123**	**69,150**	**67,150**
%	1.9	-0.1	-7.4	-6.8	-7.2	1.5	-2.9
Man	**4,206**	**4,440**	**4,731**	**5,028**	**5,738**	**5,800**	**5,900**
%	16.3	5.6	6.6	6.3	14.1	1.1	1.7
SASK	**3,315**	**3,781**	**3,437**	**3,715**	**6,007**	**5,600**	**5,300**
%	11.9	14.1	-9.1	8.1	61.7	-6.8	-5.4
ALTA	**36,171**	**36,270**	**40,847**	**48,962**	**48,336**	**39,500**	**37,750**
%	-6.7	0.3	12.6	19.9	-1.3	-18.3	-4.4
BC	**26,174**	**32,925**	**34,667**	**36,443**	**39,195**	**33,250**	**31,700**
%	21.0	25.8	5.3	5.1	7.6	-15.2	-4.7
CAN*	**218,426**	**233,431**	**225,481**	**227,395**	**228,343**	**211,700**	**204,700**
%	6.5	6.9	-3.4	0.8	0.4	-7.3	-3.3

Total Housing Starts

(Units and annual percentage change)

வீட்டுச் சந்தை ஒரு பார்வையில் இணைக்கப்படாத தனி வீடுகள்

	2003	2004	2005	2006	2007	2008(F)	2009(F)
NFLD	**2,240**	**2,229**	**2,005**	**1,864**	**2,184**	**2,200**	**2,250**
%	7.1	-0.5	-10.0	-7.0	17.2	0.7	2.3
PEI	**613**	**682**	**634**	**512**	**573**	**525**	**500**
%	5.3	11.3	-7.0	-19.2	11.9	-8.4	-4.8
NS	**2,968**	**3,270**	**3,010**	**2,757**	**2,887**	**2,600**	**2,450**
%	-11.7	10.2	-8.0	-8.4	4.7	-9.9	-5.8
NB	**3,139**	**2,970**	**2,665**	**2,445**	**2,733**	**2,510**	**2,400**
%	13.4	-5.4	-10.3	-8.3	11.8	-8.2	-4.4
QUE	**27,225**	**28,871**	**23,930**	**21,917**	**22,177**	**20,500**	**19,750**
%	7.8	6.0	-17.1	-8.4	1.2	-7.6	-3.7
ONT	**47,610**	**48,929**	**41,682**	**38,309**	**37,910**	**34,400**	**30,900**
%	-6.9	2.8	-14.8	-8.1	-1.0	-9.3	-10.2
Man	**3,165**	**3,484**	**3,709**	**3,552**	**3,857**	**4,000**	**4,100**
%	4.9	10.1	6.5	-4.2	8.6	3.7	2.5
SASK	**2,097**	**2,193**	**2,425**	**2,689**	**4,017**	**3,900**	**3,700**
%	8.6	4.6	10.6	10.9	49.4	-2.9	-5.1
ALTA	**21,918**	**22,487**	**26,684**	**31,835**	**28,105**	**23,250**	**22,750**
%	-10.6	2.6	18.7	19.3	-11.7	-17.3	-2.2
BC	**12,250**	**14,056**	**13,719**	**15,433**	**14,474**	**12,375**	**12,300**
%	14.2	14.7	-2.4	12.5	-6.2	-14.5	-0.6
CAN*	**123,227**	**129,171**	**120,463**	**121,313**	**118,917**	**106,300**	**101,100**
%	-1.7	4.8	-6.7	0.7	-2.0	-10.6	-4.9

Total Housing Starts

(Units and annual percentage change)

வீட்டுச் சந்தை ஒரு தோற்றம் பல்தரப்பட்ட வீடுகளின் கட்டுமாணம்

S.K. பாலேஸ்

- வீடு விற்பனை முகவர் -

skbales@thaiveedu.com

	2003	2004	2005	2006	2007	2008(F)	2009(F)
NFLD	**452**	**641**	**493**	**370**	**465**	**450**	**425**
%	38.2	41.8	-23.1	-24.9	25.7	-3.2	-5.6
PEI	**201**	**237**	**228**	**226**	**177**	**175**	**175**
%	4.1	17.9	-3.8	-0.9	-21.7	-1.1	0.0
NS	**2,128**	**1,447**	**1,765**	**2,139**	**1,863**	**1,950**	**2,050**
%	32.4	-32.0	22.0	21.2	-12.9	4.7	5.1
NB	**1,350**	**977**	**1,294**	**1,640**	**1,509**	**1,415**	**1,250**
%	23.5	-27.6	32.4	26.7	-8.0	-6.2	-11.7
QUE	**23,064**	**29,577**	**26,980**	**25,960**	**26,376**	**26,000**	**25,625**
%	34.1	28.2	-8.8	-3.8	1.6	-1.4	-1.4
ONT	**37,570**	**36,185**	**37,113**	**35,108**	**30,213**	**34,750**	**36,250**
%	15.7	-3.7	2.6	-5.4	-13.9	15.0	4.3
Man	**1,041**	**956**	**1,022**	**1,476**	**1,881**	**1,800**	**1,800**
%	73.2	-8.2	6.9	44.4	27.4	-4.3	0.0
SASK	**1,218**	**1,588**	**1,012**	**1,026**	**1,990**	**1,700**	**1,600**
%	18.0	30.4	-36.3	1.4	94.0	-14.6	-5.9
ALTA	**14,253**	**13,783**	**14,163**	**17,127**	**20,231**	**16,250**	**15,000**
%	0.1	-3.3	2.8	20.9	18.1	-19.7	-7.7
BC	**13,922**	**18,869**	**20,948**	**21,010**	**24,721**	**20,875**	**19,400**
%	27.8	35.5	11.0	0.3	17.7	-15.6	-7.1
CAN*	**95,199**	**104,260**	**105,018**	**106,082**	**109,426**	**105,400**	**103,600**
%	19.5	9.5	0.7	1.0	3.2	-3.7	-1.7

■ ■ ■

SOUTH ASIAN AUTISM AWARENESS CENTRE

presents

AUTISM Workshop

Mind & Body

CALL 416-824-8847

Sunday, December 7th 2008

11.00a.m. – 1.00p.m.
Registration: 10:30 AM

Oriole Community Centre
Address: 2975 Don Mills Road, Toronto
Phone: (416) 395-7855

Entrance Fee: $5.00/person
Children: FREE

PLEASE CALL 416-824-8847 OR EMAIL
geetha_1900@yahoo.ca

Defeat. Embrace. Conquer. Autism.

RAVI INCOME TAX SERVICE

- LAST 14 YEARS IN TAX SERVICES
- PERSONAL INCOME TAX
- CORPORATE INCOME TAX
- SMALL BUSINESS TAX
- GST/PST AND PAYROLL REMITTANCE
- E.FILE SERVICES
- YEAR ROUND SERVICES

MORE INFO PLEASE CALL
RAVI PARAMU
416-262-4176

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

Ravi Paramu
Sales Representative
416•262•4176
rparamu@hotmail.com
www.raviparamu.com

Bus: 416-298-3200

HomeLife/Today Realty Inc., Brokerage*
31 Progress Ave., Suite 210, Toronto, ON, M1P 4S6

Dryer – பணம் சேமிக்கும் குறிப்புக்கள்

உடைகளைக் கழுவும், காயவைக்கும் இயந்திரத்தின் மூலம் நாம் விரையமாக்கும் சக்தியையும், பணத்தையும் கவனத்துடன் பார்த்தோமேயானால், பணத்தை மிச்சப் படுத்துவதுடன் சுற்றுச்சூழலையும் பாது காக்க முடியும்.

- உடைகளைக் கழுவும் இயந்திரம் உள்ள அறையை கோடை காலங்களில் பூட்டியும், குளிர் காலங்களில் அவ்வறையின் கதவைத் திறந்தும் வையுங்கள். கோடை காலங்களில் அவ்வாறு அறைக் கதவை மூடிவைத்தால், dryer பாவிக்கும் போது ஏற்படும் வெப்பம் வீட்டின் முழுவதும் பாயாமல் தடுக்கலாம். அதையே குளிர் காலங்களில் அந்த அறைக்கதவைத் திறந்து வைப்பதன் மூலம், சிறிதளவு வெப்பம் குளிர்ந்த வீட்டை இன்னும் கொஞ்சம் வெப்பமாக வைத்திருக்கும்.
- Dryerஐ ஒவ்வொரு முறை பாவிக்க முன்னாலும், அழுக்குச் சேரும் தட்டை சுத்தப் படுத்துங்கள். அளவான காற்றோட்டம் இச்செய்கையால் dryerஇனுள் பாயும்போது, சீக்கிரம் உடைகளைக் காயப் பண்ணுவதோடு, இயந்திரத்திற்கும், உடைகளுக்கும் மிகவும் இன்றியமையாத ஒரு பாதுகாப்பு முறையுமாகும். அதே நேரம் சக்தியையும் சேமிக்க முடியும்.
- ஆடைகளை உலரவைக்கும்போது, போதுமான வெப்பத்தை இயந்திரம் தரும். ஆகவே cool-down சுழற்சியைப் பயன் படுத்தினால் நல்லது.
- முற்பக்கமாக உடைகளைப் போடும் washerஐ வாங்குங்கள். மேற்பக்கமாக உடைகளைப் போடும் washerகளை விட, இவை குறைவான நீரையே உங்கள் ஆடைகளில் கடைசியில் தேக்கும். இயந்திரத்திற்கும் கடுமையாக வேலை செய்ய வேண்டிய தேவையிருக்காது.
- Dryerஇல் ஆடைகளைப் போடும்போது, கனத்த ஆடைகளை மெல்லிய ஆடைகளுடன் போட வேண்டாம். சம அளவிலான ஆடைத் தெரிவுகளையே ஒரு நேரத்தில் போட்டால் ஒரே சமயத்தில் அனைத்தும் காய்வதுடன், சக்தியும் அதிகமாக இழுக்காது.
- ஒரு பழுவிற்கும் அதிகமான ஆடைகளை உலரப் போடும்போது, முதலில் பருமன் குறைந்த, மெல்லிய ஆடைகளையே dryerஇல் போடுங்கள். அப்பொழுதுதான், பின்னர் பருமனான ஆடைகளைப் போடும்போது, இயந்திரமானது, ஏற்கனவே நல்ல வெப்பத்தில் இருப்பதுடன், இவ்வாடைகளை மிகவும் சீக்கிரமாகக் காய வைக்கும்.

- கொள்அளவிற்கும் அதிகமான ஆடைகளை dryerஇல் அமுக்கிப் போட வேண்டாம். இவை துணிகள் சுழல இடம் கொடாததோடு, காயவும் அதிக நேரத்தை எடுத்துக் கொள்ளும். அல்லது முற்றாகக் காயாமலும் போகலாம்.
- Dryerஇன் காற்றுப் போகும் வழியை அடிக்கடி சரிபார்த்து அதில் தூசிகள் இல்லை என்பதை உறுதி செய்யுங்கள். ஏனெனில் காற்றுப் புக, வர முடியாத பட்சத்தில், உங்கள் dryer சீக்கிரம் பாவனையின் உத்திரவாதத்தை இழந்துவிடும், பழுதாகிப் போகவும் வாய்ப்புள்ளது.
- முடிந்தால், வீட்டினுள்ளேயே வைத்து ஆடைகளை உலர்த்தக் கூடிய ஒரு rackஐ வைத்திருத்தல் நல்லது. rackஇல் எல்லா ஆடைகளையும் உலர்த்த முடியாவிடினும், dryer பாவிக்கும் பட்சத்தில், இதிலும் போட்டு ஆடைகளை உலர்த்தும் பட்சத்தில் கிட்டத்தட்ட 75 சதவிகித சக்தியை நீங்கள் சேமித்துக் கொண்டு தான் இருக்கின்றீர்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.
- கழுவிய ஆடைகளை dryerஐப் பாவித்துக் காய வைக்காமல், உடைகளை உலர்த்தும் lineஇல் அவைகளை வரிசைப்படுத்தி உலர வையுங்கள். ஒரு நாளைக்கு ஒரு முறை dryerஐ பாவிப்பது என்று கணக்கு வைத்துக் கொண்டாலும், வருடத்தில் கிட்டத்தட்ட 150 டொலர்களை நீங்கள் நிச்சயம் சேமிக்கலாம்.
- Electric Dryersஐ விட gas dryers கூடிய சக்தியையே வெளிக்கொணரும். நெடுங்கால உழைப்பின் தரத்தைக் கருத்தில் கொண்டு, சமையலறையிலிருந்து gas line ஒன்றை laundry room வரை கொண்டு வந்து dryer உடன் இணைத்து விட்டால், சக்தி விரயமாவது தடுக்கப் படுவதோடு, நிறைய சேமிப்பையும் கையிருப்பில் கொண்டு வரலாம்.
- பாரம் கூடிய jeans மற்றும் துவாலைகள் போன்றவற்றை ஒரு சுற்று கழுவி முடிந்த கையோடு, மற்றுமொருமுறை washerஇன் spin cycleஇல் போட்டு எடுங்கள். பாரமான ஆடைகளில் நிச்சயம் தண்ணீர் தேங்கி நிற்கும். இப்படிச் செய்வதன் மூலம், தண்ணீர் மீண்டும் ஆடைகளிலிருந்து வெளியேற்றப் படுவதோடு, உலர வைக்கும் நேரத்தையும் மிகையாக மட்டுப் படுத்தும்.
- உங்கள் ஆடைகளை தேவைக்கும் அதிகமாக உலர வைக்க வேண்டாம். உங்கள் dryerஇல் moisture censor அல்லது automatic dry cycle வசதிகள் இருந்தால் கட்டாயம் அவற்றைப் பாவித்து உங்கள் ஆடைகளின் உலரும் நேரத்தை மட்டுப் படுத்துங்கள்.
- பாரமான ஆடைகளை உலர வைக்கும் போது, இயந்திரத்தில் ஒரு உலர்ந்த, சுத்தமான துவாலையையும் சேர்த்துக் காயவையுங்கள். உலர்ந்த துவாலையானது, அந்த ஆடைகளில் உள்ள ஈரத்தை உறிஞ்சி எடுப்பதால், உங்கள் ஆடைகளின் உலரும் நேரமானது, 25 சதவிகிதத்தால் குறைக்கப்படும்.
- எப்பொழுதும் நிறைந்த ஆடைகளையே காயப் போடுங்கள். கொஞ்சமாக, இயந்திரத்தில் அரைவாசிக்கும் மேலான இடம் விட்டு ஆடைகளைப் போடாதீர்கள். எக்கச்சக்கமான இடம் இருக்கும் இடத்தில் சுழலும் ஆடைகளால் நியாயமான நேரத்தை உலருவதற்காகப் பயன்படுத்த வேண்டியிருக்கும். சரி, தேவையான அளவிற்குக் காயப் போடுவதற்கு ஆடைகள் இல்லையா? மீண்டும் உலர்ந்த சில துவாலைகளை அந்த ஆடைகளுடன் சேர்த்து dryerஇல் போடுங்கள். உங்கள் ஆடைகளை் உலரும் நேரத்தை இது கணிசமாகக் குறைக்கும்.
- சரியான dryer settingஐப் பயன்படுத்த கற்றுக் கொள்ளுங்கள். உயரிய வெப்பங்களால் தாக்கப்படும் நல்ல ஆடைகள் கெட்டுப் போக வாய்ப்புண்டு. ஆனால் dryerஇல் உள்ள delicate/permanent press cycle போன்ற சுழற்சிகளை ஆடைகளுக்கேற்றாற் போல் பயன்படுத்தும் போது, உங்கள் ஆடைகள் சேதங்களிலிருந்து பாதுகாக்கப் படுகின்றன. இம் மாதிரி மென்மையான ஆடைகளுக்கு உயரிய வெப்பம் தேவையுமில்லை. அந்த நேரங்களில் இவ்வகைச் சுழற்சித் தெரிவுகள் ஒரு நல்ல குறைந்த சக்தியைக் கொடுக்க உதவுகின்றன.

■ ■ ■

எலி பூச்சித் தொல்லையா...?

RUBAN PEST CONTROL

- வீடுகள்
- தொடர்மாடி வீடுகள்
- தொழிற்சாலைகள்
- வியாபார நிலையங்கள்

ஆகிய அனைத்து இடங்களிலும்
எலி, பூச்சித் தொல்லைகளை
அறவே நீக்க அழையுங்கள்!

KANTHAN
416•291•3997

EXPERT
BUILDING INSPECTIONS LTD

"Dedicated to Expert, Honest & Independent Inspections"

Tel: 905 940 0811 Fax 905 940 6108
Toll Free 1 866 373 3315

- Commercial Building Inspections
- Environmental Assessments
- Air Quality Investigations
- Problem Analysis & Solutions
- New Home Warranty Inspections
- Resale Home Inspections
- Complete Home Audit
- Thermal Imaging

www.expertinspector.com

- Tough and Thorough Inspections by **University of Toronto** educated Building Science Experts Specializing in Defect Recognition
- Our Inspectors are Registered Home Inspectors under the Province of Ontario 1994 Home Inspectors Act-Bill 158 and full members of **ASHI** and **CAHPI**-Ontario
- Exceed Nationally Recognized Standards
- Important Maintenance Advice & Follow Up Support For First Time Buyers
- On-Site Narrative Reports
- Seven Days a Week

ASHI MEMBER
CAHPI Ontario

Unique & Financial
BUSINESS SOLUTIONS INC.
One Stop All your Financial Needs
Free Mortgage Consultants
Residential Commercial
Business Loans & Personal Loans
Real Property Marketing
Investment
FF
Finder Financial Services
Kannan Kanagiah
Business Development Manager
416-854-6183
GTA Square, 5215 Finch Ave. E, Suite 257, Scarborough, ON, M1S 0C2
Tel : 416.754.8327, Fax : 416.754.8328, 1 877 554 8327 www.ufbsi.ca

அதிக வினைத்திறனுடைய எரியுலைகள்

சிவவதனி பிரபாகரன்
vathani@thaiveedu.com

குளிர்காலம் ஆரம்பித்து விட்டது. கட்டடங்கள் தோறும் வெப்பமூட்டிகள் இனி மூச்சு விடாமல் இயங்க ஆரம்பித்துவிடும். எவ்வளவு தான் வெப்பத்தை அதிகரித்து வைத்தாலும் வீடுகள் குளிர்கின்றதே என பல முதியவர்கள் முணுமுணுப்பது கேட்கின்றது. அண்மைக்காலங்களில் இந்த கவலையைப் போக்க அதிக சக்தி வாய்ந்த வெப்பமூட்டிகள் சந்தையில் பிரபல்யமாகி வருகின்றன. காரணம் அவை சக்தியைச் சேமித்து பணத்தையும் சேமித்து அதிக வெப்பத்தையும் வெளியிடுவதனாலாகும். ஆனாலும் வினைத்திறன் எனக் குறிப்பிடப்படுவது எதனைக் குறிக்கின்றது என்ற குழப்பம் பலருக்கும் உள்ளது. உண்மையில் இதனை அளவிட இரு வழிகள் உண்டு. அவையாவன:

1. நிலையான வினைத்திறன்
2. காலநிலை மாற்றத்திற்கேற்ற வினைத்திறன்

இனி இவை ஒவ்வொன்றும் யாதெனப் பார்ப்போம்.

நிலையான வினைத்திறன்

இம்முறை அளவீடு எதனைக் குறிக்கின்றது என்றால் பாவனைக்குரிய வெப்பமாக எவ்வளவு வெப்பசக்தியை வெப்பமூட்டி இயங்கும்போது வெளியேற்றுகின்றது என்பதாகும்.

பழமையான காலங்காலமாக பாவனையிலுள்ள எரிவாயு, எண்ணெய் எரியுலைகள் நிலையான வினத்திறன் மதிப்பின்படி 80வீதம் வரையில் செயல்த்திறனுள்ளவையாக உள்ளன. வெப்பமூட்டிகள் செயல்ப்பட ஆரம்பித்த நிலையில் 80வீதம் வரையிலான வெப்பம் பயன்தர வல்லதாக வீட்டினுள்ளும் 20வீதமான வெப்பம் புகைப்போக்கியூடாக வெளியேயும் வெளியேற்றப்படும். இதனால் இத்தகைய வெப்ப மூட்டிகளின் பயன்பாடு அல்லது செயற்திறன் 80வீதம் என அண்ணளவாக மதிப்பிடப்படும்.

பயன்படவல்ல இவ் 80வீத வெப்பமானது வெப்பமாற்றி எனும் உபகரணமூடாக செலுத்தப்பட்டு வீட்டினுள் பாய்ச்சப்படும். இந்த வெப்பம் தான் விநியோகக் குழாய்கள் எனப்படும் வெப்பம் வரும் துவாரங்களூடாக அறைகளுக்குள் வந்து அறைகளை வெப்பமூட்ட பயன்படுகின்றது.

ஆனாலும் கடும் குளிர் காலங்களிலும் முழுநேரமும் எரியுலை இயங்கிக் கொண்டிருப்பதில்லை. வெப்பக் கட்டுப்படுத்தி அளக்கும் அளவான வெப்பம் வெளியேறி அதனை இது உணரும் பட்சத்தில் எரியுலை தானாக சில நிமிடங்கள் நிறுத்திக் கொள்ளும். மீண்டும் வெப்பக்கட்டுப்படுத்தியில் குறிப்பிட்ட வெப்பத்தினைவிட குறைவாக வெப்பம் உணரப்படுகையில் மறுபடியும் எரியுலை தானாக இயங்க ஆரம்பிக்கும். இவ்வாறு நின்று ஆரம்பிக்கும் செயலால்த் தான் வீடுகளில் எரியுலை எரிய ஆரம்பித்தும் நிறுத்தியும் சரியான வினைத்திறனுடன் உள்ளவர்கள் குளிர்வதனை அவ்வப்போது உணர்கின்றனர்.

இவ்வாறாக எரிய ஆரம்பித்தும் நிறுத்தியும் வெப்பமூட்டிகள் சரியான வினைத்திறனுடன் இயங்குவதில்லை. அத்துடன் வெப்பமூட்டியானது நிறுத்தப்பட்ட நிலையில் வீட்டினுள் உள்ள வெப்பமானது புகைபோக்கியூடாக அல்லது பாவனையில்லாத தீ மாடம் வழியாக மூடித்திறந்த நிலையிலிருந்து வெளியேறி விடுவதும் வீட்டினுள் குளிர்வதற்கும் சக்தி விரயமாவதற்கும் காரணமாக இருக்கும். இக்குறைகளை களையும் பொருட்டு உருவானவையே காலநிலை மாற்றத்திற்கேற்ற வெப்பமூட்டிகள் ஆகும்.

காலைநிலை மாற்றத்திற்கேற்ற வினைத்திறன்

எரியுலை இயங்காதபோது ஏற்படும் வெப்ப இழப்பு எரியுலை இயங்கா நிலையில் இழக்கப்படும் வெப்பத்தின் இழப்பை நிவர்த்தி செய்ய காலநிலைமாற்ற வினைத்திறன் முறை கண்டு பிடிக்கப்பட்டது. ஆனால் இவற்றிலுள்ள பெரும் குறைபாடாக சக்திவிரயம் அறியப்படுகின்றது.

அதாவது பழைய எரிவாயு அல்லது எண்ணெய் எரியுலைகளில் காலநிலைமாற்ற வினைத்திறன் ஆனது அண்ணளவாக 60-65 வீதமாக உள்ளது.

உதாரணமாக பனிக்காலங்களில் நீங்கள் 1000 டொலர்கள் பெறுமதியான எரிவாயுவை அல்லது எண்ணெயை வாங்கின்றீர்கள் என்றால் உங்கள் வீட்டில் வழமையான எரியுலை எனப்படும் பழைய எரியுலை இருக்கும் பட்சத்தில் 600-650 டொலர்கள் பெறுமதியான சக்தியானது உங்கள் வீட்டை வெப்பமேற்றப் பயன்படும். மீதியாவும் விரயமாகும்.

இக்குறையைப் போக்க அண்மைக் காலங்களில் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டவையே நடுத்தர வினைத்திறன் எரியுலைகளும் உயர் சக்தி வாய்ந்த எரியுலைகளும் ஆகும்.

வினைத்திறன் உடையதாக ஒரு எரியுலை இருப்பதன் அவசியம் என்ன? அந்தவகையில் நடுத்தர, உயர்தர சக்திவாய்ந்த எரியுலைகளின் தொழிற்பாடுகள் சக்தித்திறன்கள் யாவை எனப் பார்ப்போம்.

நடுத்தர வினைத்திறனுடைய எரியுலைகள்:

இத்தகைய வெப்பமூட்டிகளில் காலநிலைமாற்ற வினைத்திறன் ஆனது சுமார் 80வீதமாக மதிப்பிடப்படுகின்றது. ஆனாலும் இந்த பயன்பாட்டை அவை எரியுலை இயங்காத போது ஏற்படும் வெப்ப இழப்பு என மேலே குறிப்பிட்ட வெப்பமூட்டிகள், செயற்திறன்களுக்கிடையிலான வெப்ப இழப்பை தடுத்து நிறுத்தி செயப்படுகின்றன. இத்தகைய எரிவாயு எரியுலைகளில் தீமூட்டி செயலாழி தொடர்ச்சியாக இயங்குவதில்லை. எரியுலை ஓய்வாக இருக்கும்போது அது தானாக நிறுத்தப்பட்டுவிடும்.

அத்தோடு வெப்பமூட்டி இயங்காத நிலையில் புகை போக்கிகளால் வெளியேறும் வெப்பத்தை தடுக்கவென சில உற்பத்தியாளர்கள் மின்னியக்க மூடிகளை எரியுலைக் கழிவுக் குழாய்களில் பொருத்தி அதன்மூலம் ஓய்வு நிலை எனப்படும் வெப்பமூடி இயங்காத நிலை இடைவெளிகளில் காற்று வழிப்பாதை தானாக மூடும் வகையில் உபகரண அமைப்பை செயற்படுத்தி இருப்பர். வேறு தயாரிப்பாளர்களின் வெவ்வேறு இழப்பு பிரச்சனைகளுக்கு இவ்வகை வெப்பமூட்டிகளுடன் இதர உபகரணங்களையும் இணைத்து பொருத்தி வழிவகை செய்வர்.

உயர் வினைத்திறனுடைய எரியுலைகள்:

இவ்வகை வெப்பமூட்டிகள் மேற்கூறிய அதே யுக்திகளையே கையாளுபவையாக உள்ளன. மேலே நடுத்தர வினைத்திறனுள்ள வெப்ப மூட்டிகளில் குறிப்பிட்ட வகையில் எரியுலை இயங்காதபோது ஏற்படும் வெப்ப இழப்புகளை ஈடு செய்வதோடு அதனிலும் ஒரு படி மேலாக மேலே குறிப்பிட்ட காலநிலைமாற்ற வினைத்திறன் முறையையும் மெருகேற்றுகின்றது. இவ்வகை வெப்பமூட்டிகளில் ஒன்றிற்கு பதிலாக பல சமயங்களில் இரண்டு சில வேளைகளில் மூன்று எனப் பல வெப்பமாற்றிகளைப் பொருத்துவர். இதனால் அதிக வெப்பம் எரியூட்டும் சக்தி மூலத்திலிருந்து உறிஞ்சப்படுகின்றது. இதனால் வீட்டினுள் உலாவும் வெப்பம் அதிகமாக உள்ளது. எனவே குறைவான சக்திமூல எரியூட்டலில் இருந்து அதிக வெப்பம் விரயமாகாமல் வீட்டினுள் பரவுகின்றது.

பொதுவாக இத்தகைய அதிக வெப்பத்திறன் மிக்க வெப்பமூட்டிகள் 95வீதமான வரையில் சக்தி சேமிப்பு திறனுள்ளவையாக உள்ளமையால் சந்தையில் முதல்தர வெப்பமூட்டிகளாக போற்றப் படுகின்றன. இவ்வாறான வெப்பமூட்டிகள் சிக்கலான வடிவமைப்பைக் கொண்டிருப்பதனால் அவற்றின் விலையும் ஒப்பீட்டளவில் அதி கூடியதாகவே உள்ளது. பழைய முறையில் வழமையான எரியூட்டிகளை விட 1000-1500 டொலர்கள் விலை அதிகமானவையாக உள்ளன. இந்த விலை வித்தியாசமானது நீண்ட கால நோக்கில் சக்தி விரயத்தை மட்டுப்படுத்துவதன் மூலம் இலாபமீட்டித் தரவல்லது என்பதனால் இதில் முதலிடும் பணம் சிறந்த தெரிவாகவே கருதப்படுகின்றது.

எரிபொருள் விரயத்தை ஆராய்ந்தால் பழையமுறையிலான எரியூட்டிகளில் 1000 டொலர்கள் எரிபொருள் விரயத்திலிருந்து பெறப்படும் சக்தியை உயர் வினைத்திறன் எரியுலைகளிலிருந்து 650 டொலர்கள் எரிபொருள் விரயத்திலிருந்து பெறலாம். இதனால் சராசரியாக வருடமொன்றிற்கு 350 டொலர்கள் சேமிக்கப்படுகிறது. சில வருடங்களில் இச்சேமிப்புத் தொகையானது எரியுலையின் கொள்வனவுத் தொகையைக் கட்டி முடித்துவிடும்.

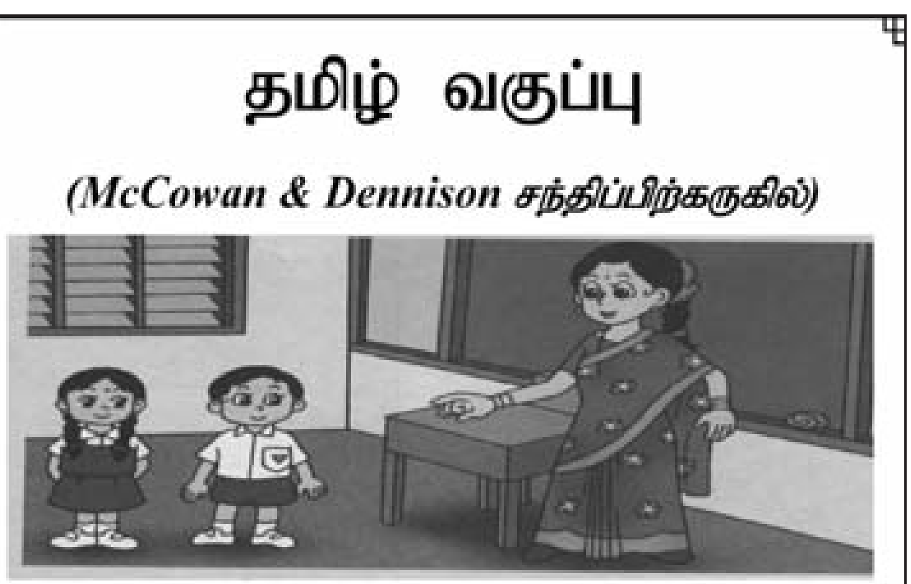
எனினும் இவ்வகை எரியுலைகள் சில வகைகளில் சிலவகையான பிரச்சனைகள் பழைய எரியுலைகளை விட அதிகமாக ஏற்படுவதுண்டு. அவ்வேளைகளில் அதனைத் திருத்தும் செலவுகள் மிக அதிகமாக இருக்கும். அத்தோடு பராமரிப்புச் செலவும் இவற்றிற்கு அதிகம். இது ஒரு புறம் உங்கள் சேமிப்பை குறைக்கிறது. எனவே உங்கள் வீட்டில் உயர் வினைத்திறன் கொண்ட எரியுலைத் தொகுதி ஒன்றை மாற்றீடாகப் போடவிரும்பினால் அல்லது புதுவீட்டில் நிர்மாணிக்க விரும்பினால் நம்பத்தகுந்த எரியுலை உபகரண ஒப்பந்தக்காரர் உடன் கதைத்தோ இதர வழிகளில் ஆராய்ந்தோ நன்மை தீமைகளை ஆராய்ந்து பராமரிப்புச் செலவு குறைந்த சிறந்த வகையைப் பார்த்து வாங்குவது அவசியமாகும்.

விலை மலிவு என்று கண்ணைமூடிக்கொண்டு எவரிடமும் வீழ்ந்து விடாமல் முடிவுகளை ஆராய்ந்து எடுப்பது நீண்டகால நோக்கில் நன்மை பயக்கும்.

■ ■ ■

தமிழ் வகுப்பு

(McCowan & Dennison சந்திப்பிற்கருகில்)



இளமழலை முதல் தரம் 12 வரையான மாணவர்களுக்கு பல வருடகாலம் பட்டறிவுள்ள ஆசிரியையால் தமிழ் கற்பிக்கப்படுகின்றது.

- **உங்கள் பிள்ளைகளும் தமிழில் பேசி, எழுதி, வாசித்து தேர்ச்சி பெற வேண்டுமா?**
- **பேச்சுப் போட்டிகள், சிறுவர் நாடகங்கள், பட்டிமன்றங்கள், சிறுவர் அபிநயப் பாடல்கள் போன்ற கலைநிகழ்ச்சிகளில் பங்குபற்றி தமது திறன்களை வெளிப்படுத்த வேண்டுமா?**
- **தொலைக்காட்சி, வானொலி சிறுவர் நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்று தமது திறன்களை ஆளுமையுடன் வெளிக்கொண்டுவர வேண்டுமா?**

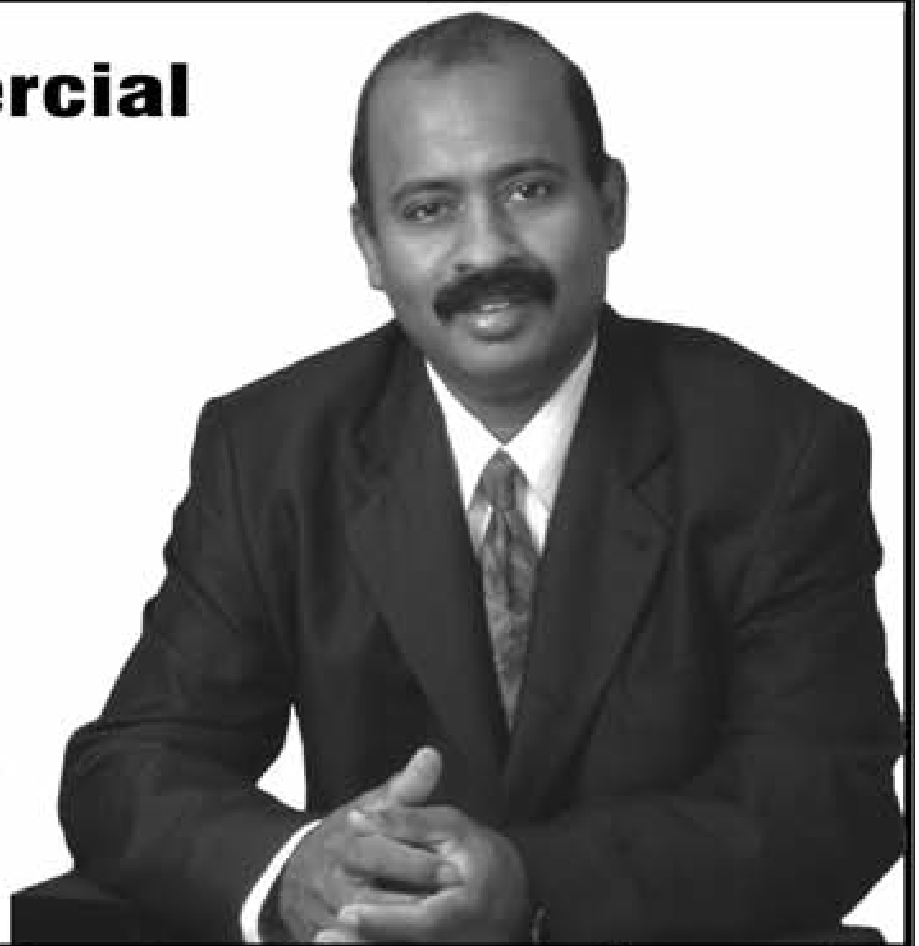
அழையுங்கள்: 905-554-2496

"தமிழின் மேன்மை அதன் தொன்மையில் இல்லை அதன் தொடர்ச்சியில் உள்ளது."

நாளைய எமது தமிழ்ச் சந்ததியினர் தமிழ் பேசும் நல்ல தமிழ்ப் பிள்ளைகளாக வளர்வது எமது கரங்களிலேயே உள்ளது.

HONESTY & PROFESSIONAL EXPERIENCE TO SERVE YOUR REAL ESTATE NEEDS

Residential and Commercial
Buying / Selling
&
Leasing



Raja

V.S. Rajagopal

Sales Representative

Dir : 416.727.8647

Email : sinnarajagopal@hotmail.com

மோட்கேஜ் வசதிகளும் செய்து தரப்படும்

Morningside / Sheppard
3 Story / 3 Bed Rooms, 3 Wash Rooms

Morningside & Sheppard
2 Story / 3 Bed Rooms, 2 Wash Rooms,

Brock & Kingston
Grocery/Supermarket

McCowan & Bullock
Automotive Related

Midland & Lawrence
1+1 Bed Room, Low Maintenance

Middlefield & Finch
2+1 Bed Rooms, 1 Wash Rooms,

Ossington & Davenport
4 Bed Rooms, 2 Wash Rooms

Davenport & Shaw
3 Bed Rooms, 2 Wash Rooms

- ☑ Free Moving
- ☑ Home Inspection

Our gift to you on closing to use as you wish*

(நேரடியாக தொடர்பு கொள்பவர்களுக்கு மாத்திரமே)

* some conditions apply

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

HomeLife/Future Realty Inc.,

Brokerage*

205-7 Eastvala Drive, Markham Road, Ontario L3S 4N8

Bus.: 905.201.9977 Fax : 905.201.9229

*Independently Owned and Operated, REALTOR

MLS MULTIPLE LISTING SERVICE

Total Selling Commission As low as 3%*

from the firm foundations of creative photos

l a   p h o t o g r a p h i e   e s t   u n   a r t

d i g i m e d i a   c r e a t i o n s

k a r u n a   p h o t o g r a p h y

- Wedding Photography
- Bridal Portrait Sessions
- Custom Reception Slideshows
- DVD Slideshows
- Custom Designed Albums
- Parent Albums
- Digital Proofs
- Digital Retouching
- Framed Prints & Canvases

elegant memorable real

www.digimediaphoto.com

416.467.4952

கீரை உணவுகள்

- அகத்திக் கீரை -

R.சிவலிங்கம்
uthayanan@thaiveedu.com

> அகத்திக் கீரையை உண்பதினால் இரத்தக் கொதிப்பும் உடலின் உட்சூடும் தீரும். அத்துடன் காய்ச்சலைக் குறைத்து உடல் சூட்டைச் சமன்படுத்தும். ஜீரண சக்தி அதிகப்படும், கண்கள் குளிர்ச்சி பெறும், மாலைக் கண் நோய் குணமாகும். பொதுவாக, உடல் வெப்பத்தைக் குறைத்துக் குளிர்ச்சியைத் தரும். குடலுக்கும் நரம்புகளுக்கும் பலம் தரும். கபத்தை நீக்கும்.

ஒரு காலத்தில் உடலுக்குத் தேவையான உயிச்சத்துக்கள் அனைத்தும் கிடைக்கும் வகையிலும், இயற்கையுடனும் காலநிலையுடனும் இணைந்துபோகக் கூடியதாகவும், நமது அன்றாட உணவு வகைப் படுத்தப்பட்டு, வரையறுக்கப்பட்டு இருந்தது. நமது முன்னோர் கடைப்பிடித்த சமையல் முறைகளும் உணவு முறைகளும் சந்ததி சந்ததியாகப் பின்பற்றப்பட்டு வந்தன. கீரைவகைகள், பூவகைகள், காய்கறிகள், பழவகைகள், சரக்கு மூலிகை வகைகள் ஆகியன ஒவ்வொரு நோக்கத்தோடு பயன்படுத்தி உடலையும் உள்ளத்தையும் பாதுகாத்தனர். பின்னர் ஏற்பட்ட பிறநாட்டு உணவுப் பழக்க வழக்கங்களாலும் புலம்பெயர்ந்த நாடுகளில் இரவு பகலாகப் பறந்து பறந்து உழைக்க வேண்டிய சூழ்நிலையாலும் 'பிட்சா'வைக் கடித்துக் கொண்டும் 'கோக்கை'க் குடித்துக் கொண்டும் ஓடிக் கொண்டிருக்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தத்தாலும் நாங்கள் எங்களை மறந்தோம். எங்களுடைய பாரம்பரிய உணவு முறைகளைத் துறந்தோம். உடலையும் உள்ளத்தையும் பேணிப் பாதுகாக்கவேண்டும் என்ற அக்கறையை இழந்தோம். அதனால் எல்லா நோய்களும் கூட்டணி அமைத்துக் கொண்டு எங்கள் உடலாகிய வீட்டுக்குள் நுழைந்து வசதியாக அமர்ந்து கச்சேரி நடத்துகின்றன. எனினும், இன்னமும் இனி மேலும் கீரை மற்றும் காய்கறி, பழவகைகளினால் எங்களை எப்படிப் பாதுகாக்கலாம் என்று இக்கட்டுரைத் தொடரில் பார்க்கலாம்.

நாங்கள் பயன்படுத்திய – பயன்படுத்தும் கீரை வகைகளில் சில வருமாறு:
அகத்திக் கீரை, அரைக் கீரை, ஆரைக் கீரை, கரட் இலைக் கீரை, கரிசலாங்கண்ணிக் கீரை, காணாந்திக் கீரை, காரக் கீரை. ஏனைய கீரைகளைப்பற்றிப் பின்னர் பார்க்கலாம்.

முதலில் அகத்திக்கீரையை எடுத்துக் கொள்வோம். அகத்தி, செடி இனத்தைச் சேர்ந்தது. ஆனால் இது மரம்போல ஆறு முதல் ஒன்பது மீட்டர் உயரம் வரை விரைவாக வளரக் கூடியதும், அதிக காலம் வாழ முடியாத தன்மை உள்ளதுமான ஒரு தாவரமாகும். இதன் மருத்துவப் பெயர்கள் அகத்தியம், அச்சம், முனி, கரீரம் என்பவையாம். 'முனி விருட்சம்', 'வக்கிர புஷ்பம்' என்றும் வட மொழியில் வழங்கப்படுகின்றது. அகத்திப் பூ வளைந்து அரிவாள் போலக் காணப்படு வதால் 'வக்கிர புஷ்பம்' என்று பெயர் பெற்றது. ஏகாதசி விரதம் முடித்து, துவாதசி அன்று அகத்திக் கீரையும் நெல்லிப் பச்சடியும் சாப்பிடுவது வழக்கம். அதனால் அகத்திக் கீரைக்கு 'துவாதசிக் கீரை' என்ற ஒரு பெயரும் உண்டு. வானத்தில் அகத்திய முனிவரின் நட்சத்திரம் தோன்றுகின்ற காலத்தில் அகத்தி மரம் பூக்க ஆரம்பிக்கும் என்பர். வெள்ளைப் பூக்களைப் பூக்கும் மரத்தையே அகத்தி என்கிறோம். இதைவிட, சிவப்பு நிறப் பூக்களையுடைய செவ்வகத்தி மரமும் ஒன்று உண்டு. இரண்டுமே உணவாகவும் மருந்தாகவும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. அகத்தியின் இலைகள் இரட்டைச் சிறகமைப்பைக் கொண்ட கூட்டிலைகளாகும்.

அகத்தியின் இலை, பூ, பட்டை, வேர் நான்கும் மருந்துக்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இதன் இளம் பூவும், மொட்டுகளும் உணவாகச் சமைக்க உதவுகின்றன. இதன் காயையும் சமைத்து உண்ணலாம் என்பர். ஆனால் இதன் காயை யாரும் சமைத்து உண்பதாகத் தெரியவில்லை. "அகத்தி ஆயிரம் காய்த்தாலும் பிறத்தியே பிறத்திதான்"! வெயிலில் அலைந்து திரிதலாலும், புகையிலை, புகைப் பிடித்தல் மற்றும் தேனீர், கோப்பி போன்ற பானங்களைப் பருகுவதாலும் ஏற்படக்கூடிய பித்தக் குற்றமும் உடல் வெப்பும் அகத்திப் பூவைச் சமைத்து உண்ணத் தணியும். நாங்கள் பொதுவாக உண்பது அகத்தி இலையையே, இதைத்தான் அகத்திக் கீரை என்கிறோம். அகத்திக் கீரை பொதுவாக சிறு கைப்பு ருசி உடையது. இந்தக் கைப்புச் சுவை குடலில் உண்டாகும் நச்சு நீர்களை முறித்து வெளியேற்றும். குடலில் தேங்கும் மலம் நிணநீர் ஆகிய அசுத்தங்களைச் சுத்தம் செய்யும் வலிமை உடையது. மலச் சிக்கலையும் தீர்க்கும். அகத்திக் கீரையை உண்பதால் பித்தச்சூடு தணியும். குடல்புண், சொறி சிரங்கு போன்ற

தோல் நோய்கள் தீரும். அகத்திக் கீரையைப் பச்சையாக மென்று அதன் சாற்றை விழுங்கினால் தொண்டைப் புண்ணும் தொண்டை வலியும் மாறும். அகத்திக் கீரையை உண்பதினால் இரத்தக் கொதிப்பும் உடலின் உட்சூடும் தீரும். அத்துடன் காய்ச்சலைக் குறைத்து உடல் சூட்டைச் சமன்படுத்தும். ஜீரண சக்தி அதிகப்படும், கண்கள் குளிர்ச்சி பெறும், மாலைக் கண் நோய் குணமாகும். பொதுவாக, உடல் வெப்பத்தைக் குறைத்துக் குளிர்ச்சியைத் தரும். குடலுக்கும் நரம்புகளுக்கும் பலம் தரும். கபத்தை நீக்கும். மலச் சிக்கல் உடையவர்கள் வாரம் ஒரு முறை அகத்திக் கீரையை உண்பதால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். குடல் புழுவைக் கொல்லும், குடலையும் இரத்தத்தையும் சுத்தப்படுத்தும், பித்தத்தைக் குறைக்கும், தலைச்சுற்று மயக்கம் ஆகியவற்றை நீக்கும். அத்துடன் உடலிலுள்ள துர் நீரை வெளியேற்றும். உடலில் எந்த வகையில் விஷம் சேர்ந்திருந்தாலும் அதனை முறிக்க வல்லது. வயிற்றில் இருக்கும் மருந்திடுகளையும் முறித்து அகற்றும் சக்தி அகத்திக் கீரைக்கு உண்டு. எனவே, நோயாளிகள் சாதாரணமாக உண்ணும் மருந்துகளிலும் அகத்திக் கீரையின் தாக்கம் இருக்கும். அதனால் நோயாளிகள் மருந்து உண்ணும் காலங்களில் அகத்திக் கீரையைத் தவிர்க்க வேண்டும். அவர்கள் தேவைப்படும் வேளைகளில் மட்டும் அகத்திக் கீரையைச் சமைத்து உண்டு அதன் பலனைப் பெற வேண்டும். அடிக்கடி அகத்தியை உட்கொண்டால் பேதி ஏற்படும் என்ற கருத்தும் உண்டு. வாயுக் கோளாறு உள்ளவர்கள் அகத்திக் கீரையை அதிகம் சாப்பிடாமல் இருப்பது நல்லது. பொதுவாக இவர்கள் மாதத்தில் இரண்டு நாட்களுக்குமேல் அகத்திக் கீரையை சாப்பிடக்கூடாது. அகத்திக் கீரையில் அதிக மான புரதச் சத்தும் சுண்ணாம்புச் சத்தும் அடங்கியிருக்கிறது. இது பல் மற்றும் எலும்பு வளர்ச்சிக்கு உதவுகின்றது. வெப்பத்தைத் தணித்து உட்சூட்டை அகற்றுவதாலும் இதனை 'அகத்தி' என்பர். அனைத்து வகையான சத்துக்க்களையும் கொண்டது இந்தக் கீரைதான்.

அகத்திக் கீரையின் மேலதிக பலன்கள் வருமாறு:

- அகத்தியிலைச் சாற்றை ஒரு கரண்டி வீதம் அருந்திவர ஒரு மாதத்தில் இருமல் இளைப்பு மாறும்.
- இலைச் சாற்றை மூக்கில் விட தும்மல், தடிமன் மாறுவதோடு தலை நீரும் இறங்கும்.
- ஒரு கரண்டி அகத்தி இலைச் சாற்றுடன் ஒரு கரண்டி தேன் கலந்து அருந்திவர வயிற்றுவலி, இருமல், சளி தீரும்.
- இலைகளை அரைத்து அடிபட்ட புண்கள் மேல் கட்டிவர புண் ஆறும்.
- அகத்திக் கீரைப் பொடியை தண்ணீரில் அல்லது பாலில் கலந்து குடித்துவர நாள்பட்ட வயிற்றுவலி மாறும்.
- அகத்திக் கீரை பால் சுரப்பைக் கூட்டும்.
- பூக்களை பிழிந்து சாறெடுத்து நெற்றிப் பொட்டில் பூசத் தலைவலி மாறும்.

இனி அகத்தியை எப்படியெப்படி உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளலாம் என்று பார்க்கலாம். அகத்திக் கீரையை நறுக்கி வதக்கி உண்ணலாம். பருப்பில் சேர்த்து வேகவைத்து உண்பதும் உண்டு. இதனைக் குழம்பாகவும் மிளகு ரசமாகவும் செய்து சாப்பிடலாம். கீரையுடன் தேங்காய்ப் பூவைச் சேர்த்துத் தாளிதம் செய்து உண்ணலாம். இலைச் சாற்றை தேனில் கலந்து அருந்தலாம். அகத்திக் கீரையுடன் சின்ன வெங்காயம் சேர்த்துச் சமைத்துச் சாப்பிட்டால் குடல் வலிமை பெறும். அரிசி கழுவிய நீரில் அகத்திக் கீரையை வேக வைத்துச் சூப் செய்து சாப்பிட்டால் கல்லீரலும் இதயமும் பலம் பெறும். பூக்களை வறுத்தும் கஷாயமாக்கியும் அருந்தலாம்.

தொடரும்...!

■ ■ ■

CONDO FOR RENT

McCowan & Seppard

சந்திப்புக்கு அருகாமையில்

2+1 அறைகள் கொண்ட தொடர்மாடிக் குடியிருப்பு

வாடகைக்கு உண்டு.

(பாபு உணவுச்சாலைக்கு முன்னால்)

416 835 1700

தாய் ஆக விரும்பும் பெண்கள் அறிய வேண்டியது

- சிவராசாலிங்கம் -

புதிய கலங்கள் உருவாகவும், புதிய கலங்களை பாதுகாக்கவும் Folic Acid அவசியமானதாகும். குறிப்பாக அடுக்கடுக்காகப் புதிய கலங்கள் உருவாகும் போது இது R.N.A உருவாக்கத்திற்கும் (புதிய கலங்கள் உருவாகும் போது அந்த கலங்களுக்கு DNA இரகசியங்களை பிரதியெடுத்து செல்வது இந்த RNA), அதை விட மிக முக்கியமாக D.N.A உருவாக்கத்திற்கும் Folic Acid தேவைப்படுகின்றது. இதனால் கருப்பையில் முதல் கலம் உருவாகும் போதும், அதை அடுத்து இந்த ஒரு கலம் பின்னர் கருப்பையில் கட கட வென மில்லியன் கணக்கான கலங்களாக பிரிந்து பிரிந்து வளர்ந்து செல்லும் போதும் Folic Acid அவசியமாகின்றது.

கருக்கட்டியது முதல் பதினேழு நாட்களில் இருந்து, முப்பது நாட்களுக்குள் மூளையாக மாறவேண்டிய திசுக்கள், மற்றும் முள்ளம் தண்டாக உருவாக வேண்டிய திசுக்கள் எல்லாம் கருப்பையில் உருவாகிவிடும். இந்த முக்கியமான நிகழ்சி நடைபெரும் போது பெரும்பாலான பெண்கள் தாம் கர்ப்பம் அடைந்து விட்டோம் என்ற உண்மையையே அறிந்திருக்கமாட்டார்கள். அவர்கள் அதை அறியும் போது எதையும் அவர்களால் தடுக்க முடியாது.

இந்த முக்கியமான நிகழ்சி கருப்பையில் நிகழும் போது சிசுவுக்கு Nerual tube defects ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. இது spina bifida (Neural tube defects result in malformations of the spine), anencephaly (skull, and brainல் பாதிப்பு) என்று அழைக்கப்படுகின்றன.

சிசுவுக்கு கால்கள் செயல் இழந்து போய், குடல், சிறுநீரகங்களின் செயல்பாடுகளில் குறைபாடு ஏற்பட்டால் அது spina bifida என்று அழைக்கப்படும். மிக அதிகளவு Nerual tube defect குழந்தைகள் இந்தவகையான குறைபாட்டுடனேயே பிறக்கின்றன. இக் குழந்தைகள் பிறந்ததும் சத்திர சிகிட்சை தேவைப்படலாம். வாழ்நாள் முழுதும் குறைபாட்டுடன் வாழவேண்டிய நிலை இவர்களுக்கு ஏற்படலாம்.

மூளை அரைகுறையாக வளச்சியடைந்தோ, அல்லது முற்றாக வளராமல் போயிருந்தாலோ, அல்லதுபோனால் மண்டையோடு முழமையாக வளர்ச்சியடையாத குறைபாடு சிசுக்களுக்கு நிலைமை ஏற்பட்டால் அதுவே anencephaly என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இந்நிலைமை ஏற்பட்டால் கருச்சிதைவு ஏற்படலாம். இதையும் மீறிப் பிறக்கின்ற குழந்தைகள் விரைவில் இறந்துவிடுகின்றார்கள்.

கனடாவில் வருடாந்தம் இருநூற்றி அறுபது குழந்தைகள் Nerual tube defects பாதிப்புடன் பிறக்கின்றன. அமெரிக்காவில் வருடாந்தம் இந்த எண்ணிக்கை மிக அதிகம். 2500 குழந்தைகள் பாதிக்கப்பட்டுப் பிறக்கின்றன. இந்த குறைபாடுடன் பிறக்கின்ற குழந்தைகள் இறந்து போவதற்கும் வாய்ப்புகள் உள்ளன. மீறி தப்பிவாழும் குழந்தைகளும் வாழ்நாள் முழுதும் குறைபாட்டுடன் வாழவேண்டி ஏற்படும்.

Nerual tube defects குறைபாட்டுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதை குறைப்பதற்காக அரசாங்கங்களும், சுகாதார மையங்களும், உலக சுகாதார நிறுவனவங்களும் கடும் முயற்சி எடுக்கின்றன. அவை கர்ப்பம் தரிக்க விரும்புகின்ற பெண்களை கர்ப்பம் தரிப்பதற்கு மூன்று மாதகாலம் முன்னதாக இருந்து Folic Acid எடுக்க வேண்டும் என அறிவுறுத்துகின்றன. அதே சமயம் கர்ப்பம் தரித்த பெண்களையும், குழந்தைக்கு தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பெண்களும் கட்டாயமாக Folic Acid உண்ணவேண்டும் என்றும் சுகாதார மையங்கள் கடுமையாகப் பிரச்சாரம் செய்கின்றன. அண்மைக்கால ஆய்வுகளின் படி குழந்தைக்கு தந்தையாக விரும்புகின்ற ஆண்களும் Folic Acidஐ உண்ணுவதால் Nerual tube defectsஐ குறைக்க முடியும் என்று தெரியவந்துள்ளது.

கனடாவில் கருத்தரித்த பெண்கள் 0.4 mg Folic Acid எடுக்கும்படி சுகாதாரமையம் தெரிவித்துள்ளது. பொதுவாக ஆண்கள் 19வயதுக்கு மேல் 400 மைக்ரோ கிராம், கருத்தரித்த பெண்கள் 600 மைக்ரோ கிராம், பாலுட்டும் தாய்மார் 500 மைக்ரோ கிராம் Folic Acid எடுக்க வேண்டும் என்று சிபாரிகள் செய்யப்பட்டுள்ளது. அதே சமயம் அளவுக்கு அதிகமாக Folic Acidஐ எடுக்கக் கூடாது என்றும் அறிவுறுத்தப்படுகின்றது. இதற்குக் காரணம் அளவுக்கு அதிகமான Folic Acid விட்டமின் B12ஐ உடம்பில் இருந்து வெளியேற்றிவிடுகின்றது. இதனால் மூளையிலும், நரம்பு மண்டலத்திலும் பாதிப்புகள் ஏற்படலாம்.

ஒரு நாளைக்கு 1000 மைக்ரோ கிராமுக்கு மேல் Folic Acid எடுக்கவே கூடாது என்று சுகாதார மையம் எச்சரித்துள்ளது.

Folic Acid உருவாக்கத்திற்குக் காரணமான வோலேட் (folate)இன் முக்கியத்துவம் முதன் முதலில் 1931ல் Dr. Wills அவர்களால் கண்டறியப்பட்டது. தாய்மைக் காலத்தில் ஏற்படும் Anemiaவை தடுப்பதற்கு Folaet உதவும் என்று அவர் கண்டறிந்தார். இந்த வோலேட் முதலில் 1930ன் பிற்பகுதியில் brewer’s yeast இருப்பதும், பின்னர் 1941ல் கீரையில் (spinach)ல் இருந்து பிரித்தும் எடுக்கப்பட்டது.

Folic Acidஐ விடவும் மேலும் சில Nutrients ஆரோக்கியமான பிரசவத்திற்கு அவசியம். கல்சியம், விட்டமின் D. இவற்றை எல்லாம் மேலும் nutrientsஐ ப்பற்றி பெண்கள் அதிகளவில் அறிந்திருக்கமாட்டார்கள். அது DHA omega-3 (Docosahexaenoic acid) ஆகும்.

கருவில் உருவாகும் சிசுவின் மூளை, கண் மற்றும் நரம்பு மண்டலங்களின் வளர்ச்சிக்கு DHA மிக அவசியமாக உள்ளது. இந்த விடயங்களுக்கு அடித்தளம் இடுபவர் இந்த DHA. கருவை சுமக்கும் பெண்களும், குழந்தைக்கு தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பெண்களும் இந்த DHAஐ உள்ளெடுக்க வேண்டும் என்றும் இப்போ சிபாரிசு செய்யப்படுகின்றது

■ ■ ■

வீடு வாங்க, விற்க அழையுங்கள்...

Vasanthy Niranjan

Real Estate Broker

416-845-8272

Morningside/McLevin

$225,000
3+1 Bedroom, 2 Washroom

9th Line & Hooverpark

$349,900
3 Bedroom 3 Washroom

Hwy 7 & Rexdale

$209,900
2 Bedroom, 1 Washroom

Dundas & Mavis

$349,900
3 Bedroom, 3 Washroom

McCowan & 16th Ave

$485,000
4 Bedroom, 3 Washroom

Hurontario & Burnathope

$294,900
2+1 Bedroom, 2 Washroom

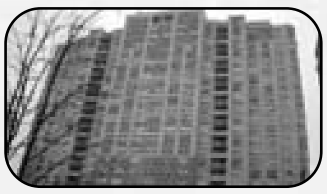
Midland & Lawrence

$129,900
2 Bedroom, 1 Washroom

Neilson & Tapscott

$114,000
2 Bedroom, 2 Washroom

Brimley & Ellesmere



$276,800
3 Bedroom, 2 Washroom

Keele & Finch

$149,000
2 Bedroom, 1 Washroom

Midland & Lawrence

$166,999
3 Bedroom, 1 Washroom

Keele & Finch

$189,000
3 Bedroom, 2 Washroom

HOMELIFE
HIGHER STANDARDS

MLS R

HomeLife Today Realty Inc.,
Brokerage*
31 Progress Ave. Suite 210
Toronto, ON M1P 4S6

*Independently Owned and Operated, REALTOR

Apex Creations - 416-297-0707

Special of this Month

Condo for Sale

(Midland & Eglinton)

Seller will paint your color and change Carpet to Laminate.

Most convenience Location in Scarborough.

921 Midland Ave

- Schools & Park
- 24 Hrs TTC at your Door
- One car Parking
- And More...

416-399-8093

One bedroom

Don't Miss Out.

HOMELIFE
HIGHER STANDARDS

HomeLife/ Future Realty Inc.,Brokerage
262 Markham Road, Scarborough, ON M1J 3C5
Tel: 416.264.0101 Cell: 416.399.8093
Fax: 416.261.1519 nvpiraba@hotmail.com

No need Elevator
Why are you renting, when you can own!

PIRABAA NALLATHAMBY
Sales Representative

வீடு வாங்க விற்க...

வீடு வாங்க விற்க அல்லது அது சம்பந்தமான விபரங்களுக்கும்
குறைந்த வட்டி விகிதத்தில் மோட்கேஜ் செய்யவும் நட்புடன் அழையுங்கள்....

Mathan Selvendarakumaran
Sales Representative
Direct: **416-625-2870**
Bus: 416-298-3200

Kuga Raveendrarajah
Broker
Tel: 416-843-8585
Bus: 416-298-3200

"சேமிப்பின் அடையாளம்
அழகானதோர் வீடு"

$329.000
Lawrence & Brimley
3Bedrooms 2 Washroom
Finished Basement

$329.000
Markham & Lawrence
3 Bedrooms 2 Washroom
Finished Basement

$514.900
Keele & Mcnaughton
3+1 Bedrooms 4 Washroom
Finished Basement W/O

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

HomeLife/Today Realty Ltd., Brokerage*
31 Progress Ave., Suite 210, Toronto, ON, M1P 4S6
*Independently Owned and Operated, Realtor

குறைந்த செலவில் சிறந்த காப்புறுதி

RESP SPECIAL!

இம்மாதம் RESP செய்பவர்களுக்கு
3 விசேட சலுகைகள் உண்டு!
- Start from $25

INDUSTRIAL ALLIANCE
INSURANCE AND FINANCIAL SERVICES INC.
RBC Insurance
Canada Life™
Manulife Financial

தனா
மாணிக்கவாசகர்
Broker

Life Insurance

Critical Illness Insurance

Home Equity Line of Credit

Disability Insurance

Mortgage Insurance

RRSP - Start from $25
Loan approval within 24hrs - Bad credit no problem
RESP - Start from $25
(20%-40% Government Grant + 15% Company Bonus)

INSURANCE SERVICE INC.
Cell: 416-728-5772
Business: 416-290-1200

Hangoverஇலிருந்து விடுபட...

மது அருந்துதல் உடல் நலத்துக்கு தீங்கானது என பொதுவாகவே எல்லோருக்கும் தெரிந்திருக்கிறது. ஆனால் பலருக்கு, தொழிலகங்களில் நடைபெறும் வருட இறுதி விருந்தொன்றிலோ அல்லது நெருங்கிய நண்பனின் திருமண விழாவிலோ அல்லது உறவினர்களின் சந்திப்பொன்றிலோ மது அருந்துவது, தவிர்க்க முடியாதது ஆகிவிடுகிறது. சிலருக்கு 'கௌரவத்தின் அடையாளம்', 'உறுதியான நட்பை வெளிப்படுத்தும் முறை', 'காதலி திட்டிவிட்டதால்(அல்லது வெட்டிவிட்டதால்) சோகம்' என ஏதாவது ஒரு காரணத்தால் 'அருந்தியே' ஆகவேண்டியிருக்கிறது. இந்த 'அருந்துதல்' மறுநாட்காலையில் பெரும் 'வருந்துதலையும்' ஏற்படுத்திவிடுகிறது. இந்த 9 பிரச்சினையைத் தவிர்க்க சில வழிமுறைகளையே இங்கு பார்க்கவிருக்கிறோம்.

- விவேகநாதன் -

இரவு படுக்கைக்கு வருகிறீர்கள். எப்படி வீட்டுக்கு வந்தோம் என்பது சரியாக ஞாபக மில்லை. புவியீர்ப்பு சக்தி குறைந்தது போலத் தெரிகிறது. நியூட்டன் தவறிழைத்து விட்டாரோ என எண்ணத் தோன்றுகிறது. படுக்கையிலிருந்து பறந்துபோய் கூரையில் மோதி தரையில் விழுந்துவிடுவீர்கள் போலவும் இருக்கிறது. கண்ணை மூடினால் எல்லாம் சுழல்வது போலவும், நீங்களும் சுழன்று வந்து கட்டிலால் விழுந்து விடுவீர்கள் போலவும் தெரிகிறது. அதற்காகக் கண்ணைத் திறந்து வைத்திருப்பதுவும் மிகச்சிரமமாக இருக்கிறது. வாந்தி வரப்போவது போல் ஏதோ செய்கிறது. இதயம் பலமாக அடித்துக் கொள்கிறது. நீண்ட போராட்டத்துக்குப் பிறகு எப்படியோ நித்திரையாகி விடுகிறீர்கள்.

காலையில் கண்விழித்ததும் தலையில் பத்து கிலோ பாரத்தை ஏற்றி வைத்தது போலத் தெரிகிறது. தலையைத் தூக்க முடியவில்லை. தொண்டை சுத்தமாக வரண்டு போய்விட்டது. யாருடையதோ 'அடைத்துக்கொண்ட' இரவல் குரலில் பேசுகிறீர்கள். படுக்கை அறையிலிருந்து குளியலறை ஒருமைல் தூரத்திலிருப்பதாக உணர்கிறீர்கள். இரவு 'பார்ட்டி'யில் மது அருந்தியது ஞாபகம் வருகிறது. மனைவியும், பிள்ளைகளும் திட்டுவது தலைவலியை அதிகரிக்கிறது. மதுவின் மீதும், தொடர்ந்து குடிக்கும் படி வற்புறுத்திய நண்பன் மீதும் கோபம் கோபமாக வருகிறது. உங்களுக்கு வந்திருப்பது இரவு அருந்தியதால் ஏற்பட்ட Hangover என்பது சொல்லாமலேயே தெரிந்திருக்கும்.

Hangover இன் பின்னணியிலுள்ள சில காரணிகளைப் பார்ப்போம்.

- **Dehydration** - மது அருந்தும்போது உடலிலுள்ள நீர் இழக்கப்பட்டுவிடுகிறது. இதனாலேயே மறுநாள் நாக்கு வரண்டு, உடல் வியர்த்து பேயறைந்தவர்போல் ஆகிவிடுகிறீர்கள். (பேய் யாருக்காவது அறைந்திருக்கிறதா என்று கேட்டுவிடாதீர்கள்)
- **Hypoglycemia** - Alcohol உங்கள் ஈரலில் சேமிக்கப்பட்டிருக்கும் சக்தியை விரைவாக உடைத்து இழக்கச் செய்துவிடுகிறது. இதனாலேயே காலையில் இரண்டு நாள் உணவருந்தாமல் இருந்தவர்போல் உணர்கிறீர்கள்.
- **Congeners** - இவை மது பானங்களில் இருக்கும் சில வகை இரசாயனங்கள். இவை இருண்ட (dark colour alchhol) நிறத்தில் இருக்கும் மது பானங்களில் அதிக அளவில் காணப்படுகின்றன. இவையும் Hangoverக்கு ஒரு காரணம்.
- **Acetaldehyde** - மது பானத்திலிருக்கும் எதனோலை, உடல் மேற்சொன்ன வஸ்துவாக மாற்றிவிடுகிறது. இதுவே வியர்த்தல், தலைவலி, வாந்தி போன்றவற்றை ஏற்படுத்துகிறது.
- மதுபானம் உங்கள் உடலிலுள்ள நித்திரைக் கடிகாரத்தை முற்றிலுமாக குழப்பி விடுகிறது. இதனாலேயே அதிகாலையிலேயே எழுந்து அதன்பிறகு நித்திரை வராது தவித்துக்கொண்டிருந்துவிட்டு, பகல் முழுவதும் தூங்கி வழிகிறீர்கள்.

சரி.. Hangoverஐத் தவிர்ப்பதுதான் எப்படி? மிகச்சிறந்த வழி குடிக்காதிருப்பது. (மது அருந்துவது உடல் நலத்துக்கு தீங்கானது). ஆனாவ் மது அருந்தியே ஆகவேண்டும் என்றால் என்ன செய்வது.

விருந்துக்கு போவதற்கு முன்...

வெறுமையான வயிற்றுடன் போகாதீர்கள். அரைப்பங்கு இரவு உணவை அருந்திவிட்டுச் செல்லுங்கள். வயிற்றிலிருக்கும் உணவு, அல்கஹோல் விரைவாக உறிஞ்சப்படுவதைத் தவிர்க்கும். அத்துடன் Hypoglycemiaவையும் தவிர்க்கும். நிறைய.... நிறையவே நீர் அருந்தி விட்டுச் செல்லுங்கள். தாகமான நிலையில் மது அருந்தத் தொடங்காதீர்கள். அது உங்களை விரைவாக Dehydrate ஆக்கிவிடும். சில ஆய்வுகள் 50mg Vitamin B6 குளிகை ஒன்றை எடுக்கும் படி சொல்கின்றன. 50mg குளிகை ஒன்றை விருந்துக்கு முன்பும், மற்றொரு 50mg குளிகையை மது அருந்தும் போதும், மற்றொரு 50mg குளிகையை இரவு படுக்கைக்கு செல்லும் போதும் எடுக்கும்படி அந்த ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. (www.annals.org/cgi/content/full/132/11/897) 500mgக்கு அதிகமாக இந்தக்குளிகையை உட்கொள்வது ஆபத்தானது.

> “நீங்கள் அருந்தும் ஒவ்வொரு பானத்திற்கு இடையிலும் ஒரு கிளாஸ் நீர் அருந்துங்கள். முடிந்தால் இரண்டு கிளாஸ் அருந்துங்கள். இது உங்கள் நீரிழப்பைக் குறைக்கும்.”

விருந்தின்போது...

நீங்கள் அருந்தும் ஒவ்வொரு பானத்திற்கு இடையிலும் ஒரு கிளாஸ் நீர் அருந்துங்கள். முடிந்தால் இரண்டு கிளாஸ் அருந்துங்கள். இது உங்கள் நீரிழப்பைக் குறைக்கும். சிறுநீர் இருண்ட வர்ணத்தில் வெளியேறினால் உடல் அதிகளவு நீரை இழந்துவிட்டதாகக் கொள்ளுங்கள்.

ஒருவிதமான பானத்தையே அருந்துங்கள். இதிலிருந்து அதற்கும், அதிலிருந்து இதற்கு மென மாற்றி மாற்றி அருந்தாதீர்கள்.

இருண்ட வர்ணத்திலுள்ள பானங்களைத் தவிர்ப்பது நல்லது. Congeners குறைவாக உள்ள மது வகைகள் குறைந்தளவு Hangoverஐ ஏற்படுத்துவதாக The medical journal BMJ என்ற மருத்துவ சஞ்சிகை கூறுகின்றது.(http://student.bmj.com/issues/02/06/education/184.php). அது குறைந்தளவிலிருந்து அதிக அளவு Congeners உள்ள மதுவகைகளை இவ்வாறு பட்டியலிட்டுள்ளது.

1. Pure ethanol
2. Vodka
3. Gin
4. White wine
5. Whisky
6. Rum
7. Red wine
8. Brandy

மதுவுடன் கலக்கும் 'கோலா' அல்லது சோடா போன்ற அல்கஹோல் அற்ற பானங்களை அதிக அளவிலும் மதுவை குறைந்த அளவிலும் கலந்து குடிக்கலாம். இது நீங்கள் குறிப்பிட்டளவு மதுவை குடிக்க எடுக்கும் நேரத்தை அதிகரிக்கும்.

ஒரு மிடறு அருந்தியதும் நிறைய, கொறிப்பதற்கு வழங்கப்படும் உணவுகளை உண்ணுங்கள். அது அவித்த மரக்கறிகளாய் இருந்தால் நல்லது. இரண்டாவது தடவை கிளாஸில் தனியே கோலாவையோ சோடாவையோ நிரப்பி நீங்கள் தொடர்ந்து மது அருந்திக் கொண்டிருப்பதாக உங்கள் நண்பர்களுக்கு காட்டலாம். போதையிலிருப்பவர்கள் பெரும் பாலும் உங்களை சந்தேகப்படமாட்டார்கள்.

படுக்கைக்கு போவதற்கு முன்னர்

நிறையத் தண்ணீரும், ஒரு கிளாஸ் தோடம் பழச்சாறும் அருந்துங்கள். மருத்துவர்கள் தோடையிலுள்ள VitaminCயானது, ஈரல், மதுவை விரைவில் சமிபாடடைய வைக்கும் என்கிறார்கள். (www.bbc.co.uk/health/conditions/hangover1.shtml). முடிந்தஅளவு நிறையத் தண்ணீரை அருந்துங்கள்.

முடிந்தால் படுக்கைக்கு முன் சிறிதளவு உணவருந்துவது நல்லது. இது குருதியிலுள்ள சர்க்கரையின் அளவு குறைந்துபோகாமல் பார்த்துக்கொள்ளும். Tylenol போன்ற தலைவலி மாத்திரைகளை உட்கொள்ளாதீர்கள். மது அருந்தியபின் இவ்வாறான மாத்திரைகளை உட்கொள்வது ஈரலுக்குத் தீங்காகலாம் (Postgraduate Medicine).

மறுநாள் காலையில்...

காலையில் எழுந்தவுடன் முதல் பந்தியில் சொன்ன குணங்குறிகள் தெரிகின்றனவா? திரும்பவும் படுக்கைக்கு சென்றுவிடுங்கள். இப்போது உங்களுக்கு தூக்கம் தேவைப்படு கிறது. அன்று வேலைக்கு செல்லவேண்டியிருந்தால் "சுகவீனமாயிருப்பதால் வேலைக்கு வரமுடியவில்லை" என மேலதிகாரிக்கு கூறுவது புத்திசாலித்தனமானது. நிறைய தண்ணீர் குடியுங்கள். இழந்த தண்ணீரை சமன்செய்ய நிறையவே தண்ணீர் தேவைப்படும். முதல் கிளாஸ் தண்ணீருடன் ஒரு தேக்கரண்டி உப்பும், ஒரு தேக்கரண்டி சீனியும் கலந்து அருந்துவது நல்லது. கோப்பி போன்ற Caffeine உள்ள பதார்த்தங்கள் எதையும் குடிக்காதீர்கள். அதிக தாகமாயிருந்தால் மென்பானங்களையோ, பழச்சாறுகளையோ குடிக்கலாம். மாப்பொருளும், புரதமும் உள்ள உணவை உட்கொள்வது நல்லது. மது இன்னமும் உங்கள் உடலில் கலந்திருப்பதால் தலைவலி மாத்திகைளைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

Fresh Air இப்போது உங்களுக்கு நிறையவே தேவைப்படுவதால், மீண்டும் தூங்கப் போவதற்கு முன்னர் ஒரு நடை வெளியே சென்று வாருங்கள். முடியாவிட்டால் யன்னலை சிறிது நேரம் திறந்து வையுங்கள். தலைவலி அதிகமாயிருந்தால் ஐஸ் பையொன்றை தலையில் சில செக்கன்களுக்கு வைத்திருங்கள்.

முட்டை சாப்பிடும்படி ஆங்கிலேயர்கள் கூறுகிறார்கள். சில கலாச்சாரங்களில் நாயினுடைய உரோமத்தை முகர்ந்து பார்ப்பது hangoverஐ வரைவில் குணமாக்கும் என்று நம்புகிறார்கள். குளிப்பது அல்லது முழுகுவது நல்லது. சுடுநீரிலும், குளிர்நீரிலும் மாறி மாறி குளிப்பது நல்லது. இவற்றுக்கெல்லாம் அடுத்தபடியாக ஒரு நிவாரணி உண்டு. அது காலம். ஆம் மறுநாள் எல்லாம் குணமாகி விடும். இப்போது ஓய்வும், படுக்கையுமே உங்களுக்குத் தேவை. ஏன் இந்தத் தொல்லையெல்லாம் குடிக்காமலேயே இருந்து விடுங்களேன். மீண்டும்... மது உடல் நலத்துக்கு தீங்கானது. ■ ■ ■

தாய்வீடு பத்திரிகை பற்றிய விமர்சனங்களை எதிர்பார்க்கின்றோம். விமர்சனங்கள் எம்மை ஓர் ஆரோக்கியமான பாதையில் இட்டுச்செல்லும்.

E-mail:thaiveedu@gmail.com
Fax: 416-849-0594
Tel: 416-646-3422

ஒரு ஆயுட் காப்பறுதியை எப்படி பாதுகாத்து வைக்க வேண்டும்?

சிறீதரன் துரைராஜா
- ஆயுட் காப்புறுதி முகவர் -
sritharan@thaiveedu.com

எம்மில் பலர் காப்புறுதிசெய்துள்ளோம், சிலர் இன்னும் காப்புறுதி செய்யாமல் எப்போதாவது வசதிவரும்போது செய்யலாம் என்று காத்திருக்கின்றோம் என்றும் கூறுகின்றார்கள். நாம் எவ்வளவு காலமும் காத்திருக்கலாம். ஆனால், நமது உடல் ஆரோக்கியமும் வயதும் எமக்காகக் காத்திராது! காரணம் எங்கள் உடல் ஆரோக்கியமாக இல்லாவிட்டால் அல்லது நோய்வாய்ப்பட்டால் காப்புறுதி பெற்றுக்கொள்ள முடியாத நிலை ஏற்படலாம். அல்லது வயது கூடக்கூட எமது காப்புறுதிக்கான மாதாந்தக் கட்டுப்பணம் அதிகரிக்கும்.

ஆயுட் காப்புறுதித் திட்டமொன்றைப் பெற்றுக்கொள்ள விரும்புபவர்கள், இளவயதில் உடல் ஆரோக்கியமாக இருக்கும்போது கூடிய தொகைப் பணத்திற்கு காப்புறுதி பெற்றுக் கொள்வது இலகுவாகும்.

பண வசதி குறைவாக இருந்தாலும்கூட மிகக் குறைந்த கட்டணத்தில் உங்கள் வசதிக் கேற்ப குறைந்த வருடங்களுக்கு தற்காலிகமான தவணைக் காப்புறுதி பெற்றுக்கொள்ள முடியும். இப்படியான தவணைக் காப்புறுதிகள் தற்காலிகமான திட்டங்களாக இருந்தாலும் இது உங்களுக்கு இப்போது பாதுகாப்பு வழங்குவதோடு மட்டுமல்லாமல் நீங்கள் வசதி வரும்போது ஆயுட் காப்புறுதித் திட்டமாக மாற்றக்கூடிய திட்டங்களாகும்.

அதாவது, ஒரு 30 வயதுடையவர் 500,000 டொலர்களுக்கான தவணைக் காப்புறுதியை மாதம் 30 டொலர்களுக்குள் பெற்றுக்கொள்ள முடியும். பின்பு வசதியாக இருக்கும்போது அவரின் தேவைக்கேற்ப அந்த தற்காலிக தவணைக் காப்புறுதியை ஆயுட்காலம் வரை நீடிக்கும் நிரந்தர ஆயுட் காப்புறுதியாக மாற்ற முடியும்.

> *“ ஒருவர் குறைந்த வயதில் இருக்கும்போது குறைந்த கட்டணத்தில் கூடிய தொகைக்கு தவணைக் காப்புறுதி செய்ய முடியும். பின்பு வயது கூடியதும் அவரது வசதிக்கேற்ப தேவையான தொகைக்கு ஆயுட்காப்புறுதியாக மாற்றமுடியும். அப்போது மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் வேண்டியதில்லை. ”*

இப்படி மாற்றம் செய்யும்போது மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் செய்யவேண்டிய அவசியம் இல்லை. எனவே, தவணைக் காப்புறுதி (term Insurance) பெறும்போது கவனிக்க வேண்டிய முக்கியமான விடயம் அந்த திட்டம் ஆயுட் காப்புறுதித் திட்டமாக மாற்றக்கூடியதா என்பது. அதிகமான காப்புறுதி நிறுவனங்கள் தவணைக் காப்புறுதி விற்பனை செய்யும்போது அந்தத் திட்டம் நிரந்தர ஆயுட்காப்புறுதியாக மாற்றக்கூடியதாகவும் செய்வார்கள். இந்தச் சலுகையை Renewable and Convertible என அழைப்பார்கள்.

Term Insurance (R& C)

நீங்கள் ஒரு தற்காலிகமான தவணைக் காப்புறுதி திட்டம் வாங்கும்போது அந்தத் திட்டம் மீளப் புதுப்பிக்கக்கூடியதாகவும், ஆயுட் காப்புறுதியாக மாற்றக்கூடியதாகவும் இருக்கவேண்டும்.

சில குறிப்பிட்ட நிறுவனங்கள் வழங்கும் தவணைக் காப்புறுதியில் இந்தச் சலுகைகள் எதுவும் இல்லை. உதாரணமாக Primerica நிறுவனம் வழங்கும் தவணைக் காப்புறுதியை ஆயுட் காப்பறுதியாக மாற்ற முடியாது.

ஒருவர் குறைந்த வயதில் இருக்கும்போது குறைந்த கட்டணத்தில் கூடிய தொகைக்கு தவணைக் காப்புறுதி செய்ய முடியும். பின்பு வயது கூடியதும் அவரது வசதிக்கேற்ப தேவையான தொகைக்கு ஆயுட் காப்புறுதியாக மாற்ற முடியும். அப்போது மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் வேண்டியதில்லை.

ஆயுட் காப்புறுதிப் பத்திரத்தை பாதுகாப்பாகவும் எமது பலன் பெறுபவருக்கு கிடைக்கக்கூடியதாகவும் வைத்திருப்பது அவசியம். காரணம் நாங்கள் இறந்தவுடன் எங்கள் பலன் பெறுபவர் காப்புறுதிப் பணத்தைப் பெறுவதற்கு விண்ணப்பம் செய்ய வேண்டும். அப்போது ஆயுட் காப்புறுதிக்கான பத்திரம் இல்லாவிட்டால் அதைப் பெற்றுக்கொள்வது கடினமாக இருக்கும்.

எனவே, ஆயுட்காப்புறுதி சம்பந்தமான தகவல்களை இரண்டு அல்லது மூன்று இடங்களில் வைத்திருப்பது அவசியம். ஆயுட்காப்புறுதியின் பணம் பெறுவதற்குத் தேவையான தகவல்கள்:

- ஆயுட்காப்புறுதி நிறுவனத்தின் பெயர்
- ஆயுட்காப்புறுதி நிறுவனத்தின் தலைமை அலுவலகத்தின் முகவரியும் தொலைபேசி இலக்கமும்
- ஆயுட்காப்புறுதி முகவரின் பெயர், முகவரி, தொலைபேசி இலக்கம்

இந்த விபரங்கள் யாவும் உங்கள் பலன் பெறுபவரிடம் இருந்தால் அவர்களுக்கு ஆயுட்காப்புறுதியின் பணத்தைப் பெறுவது இலகுவாக இருக்கும்.

எனவே, உங்கள் காப்புறுதிப் பத்திரங்களை உங்கள் மனைவி, பிள்ளைகள் அல்லது பலன் பெறுபவர்களாக நியமிக்கப்பட்டவர்களிடம் கொடுத்து வைத்திருக்க வேண்டும். ஆயுட்காப்புறுதி நிறுவனங்களுக்கு பணம் கட்டுவது இலகுவான விடயம்.

ஒருவருக்கு மரணம் ஏற்பட்டதும் பணம் மீளப் பெறும்போது சில தகவல்கள் இல்லாவிட்டால் பணம் மீளப் பெறுவதில் தாமதம் ஏற்படும். மரணம் அடைந்தவரிடம் தகவல்கள் பெற முடியாது. அவரது பத்திரங்களில் உள்ள தகவல்கள் மிகவும் முக்கியமானவை. எனவே தகவல் பத்திரங்கள் பாதுகாக்கப்பட வேண்டியவை. ஒருவர் இறந்ததும் ஆயுட்காப்புறுதி நிறுவனத்தில் பணம் மீளப் பெறுவதற்குத் தேவைப்படும் சில பத்திரங்கள்:

- ஆயுட் காப்புறுதிப் பத்திரம் (Policy)
- மரணப் பதிவுப் பத்திரம் (Death Certificate)
- இறந்தவரின் பிறந்த திகதியுடன் கூடிய அடையாளப் பத்திரம் (Identification document)
- எப்படி எங்கே மரணம் ஏற்பட்டது என்பதற்கான மருத்துவரின் சான்றுப் பத்திரம்
- அத்துடன் பலன் பெறுபவரின் விபரங்கள் யாவும் ஒரு விண்ணப்பத்தில் பூர்த்திசெய்ய வேண்டும். உடனடியாக தேவையான தகவல்களை ஆயுட் காப்புறுதி நிறுவனத்திற்குக் கொடுக்கும்போது பணம் கிடைப்பது இலகுவாக இருக்கும். ஆயுட் காப்புறுதித் திட்டங்கள் எடுத்து இரண்டு வருடங்கள் முடிந்திருந்தால் பணம் பெறுவதற்கான நிபந்தனைகள் குறைவாக இருக்கும்.

ஆயுட் காப்புறுதி முகவருடன் தொடர்பு கொண்டு தேவைப்படும் பத்திரங்களை சமர்ப்பிக்க வேண்டும். அல்லது ஆயுட் காப்புறுதி நிறுவனத்தின் தலைமைக் காரியாலயத்துடன் தொடர்புகொண்டால் அவர்கள் தேவையான தகவல்களைத் தருவார்கள்.

■ ■ ■

CONDO FOR RENT
McCowan & Seppard
சந்திப்புக்கு அருகாமையில்
2+1 அறைகள் கொன்ட தொடர்மாடிக் குடியிருப்பு
வாடகைக்கு உண்டு.
(பாபு உணவுச்சாலைக்கு முன்னால்)
416 835 1700

CONDO FOR RENT
Donmills / Egliton
சந்திப்புக்கு அருகாமையில் சகல வசதிகளுடன்கூடிய
தொடர் மாடிக் குடியிருப்பு
இரண்டு அறைகளுடன் வாடகைக்கு உண்டு
2 B/R Condo, TTC / School
416-731-2829

சொர்க்கமே என்றாலும் அது சொந்த வீடு போல வருமா...
Uthayan Alex Sivasambu B.Sc. (Hons), M.B.A
Broker
Ottawa: 613.276.SALE (7253)
Toronto: 416.659.SELL (7355)
alex-sivasambu@coldwellbanker.ca, www.sivasamburealty.com
COLDWELL BANKER

ஆயுட் காப்புறுதியும் சேமிப்புத்திட்டங்களும்

LIFE INSURANCE & RESP

- **வயோதிபர்களுக்கான காப்புறுதி மிகக் குறைந்த செலவில்**
  மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் வேண்டியதில்லை
- **ஆயுட்காப்புறுதி**
  ஆயுட்காலம் வரை ஒரே மாதாந்தக் கட்டணம்
  குறிப்பிட்ட காலத்தின்பின்பு பணம் கட்டவேண்டியதில்லை
  கட்டிய பணத்தை மீளப்பெற முடியும்
- **கொடிய நோய்களுக்கான காப்புறுதி**
  புற்றுநோய், மாரடைப்பு, பாரிசவாதம்(**Stroke**) போன்ற
  24 கொடிய நோய்களால் பாதிக்கப்பட்டால் 2மில்லியன் வரை காப்புறுதி
- **குழந்தைகளின் உயர் கல்விக்கான சேமிப்புத்திட்டம் - RESP**
  20% - 40% அரச மானியத்துடன் 15% அதிக போனஸ்

100,000 டொலர்களுக்கான காப்புறுதி

மாதாந்தம்

$ 11.97

மட்டுமே.

புகைப்பிடிக்காத 30வயது ஆண், 10வருடத் தவணைக் காப்புறுதி

INDUSTRIAL ALLIANCE
INSURANCE AND FINANCIAL SERVICES INC.

Assumption Life

LILAND INSURANCE INC.

சிறீதரன் துரைராஜா

MDRT Member of Million Dollar Round Table

416.918.9771

759 Warden Ave. Toronto, ON M1L 4B5, Bus: 416-759-5453 x: 407

மில்லியன் டொலர் பெறுமதி மிக்க இலவச ஆலோசனை

digi Media

NEW CREDIT - BAD CREDIT - NO CREDIT
BANKRUPT - NO PROBLEM
On Line - Credit Approvel, All kind of Credit Repairs
உங்கள் வியாபார முதலீடு வீட்டு முதலீடு ஆகியவற்றுக்கான
பணத்தேவைகள் உடன் ஒழுங்கு செய்து தரப்படும்
Shan Kanapathipillai
416.890.2300
e-mail: shankana@juno.com
CENTUM Looking out for your best interest

• Real Estate Law
• Business Law
YASO SINNADURAI
BARRISTER & SOLICITOR, NOTARY PUBLIC
THE LAW OFFICES OF YASO SINNADURAI
2100 Ellesmere Rd., Suite 202
Scarborough, Ont. M1H3b7
Tel: 416•265•3456
Fax: 416•265•2770

Kantha Property Management Group Inc.
Personal and Business Loans
Line of Credits
Business Setup Consultancy
1st and 2nd Mortgages
Residential and Commercial Leasing
Investment Properties
Property Management Services
Bad Credit Solutions
Bankruptcy
Consumer Proposals
KPM Group Inc.
T: 416-214-6161
F: 416-465-3535
3015 Kennedy Road, Suite 205, Toronto, ON M1V 1E7
www.KPMinvestment.com, kantha@KPMinvestment.com

வீடு, வியாபாரம், காணி வாங்க விற்க அழையுங்கள்!
Century 21
Pat Pushpakanthan
Real Estate Broker
Dir: 416-894-1187
Tel: 416-290-1200
WWW.PATPUSH.COM
Hall of fame award
CENTURION AWARDS
for 5 YEARS
Gas Stations
Business for sale
Southern ontario
Fully Renovated In 2006
New Look Self-Serve
$199/-
Open House Sat, sun 12-4pm
New / For Sale
Brand new det 4bm home fin bsmntWalk to warden subway minute to Downtown , hardwood floor stainless steels appliances
AUTOMOBILE GARAGE
Behind wallmart/ Off markham rd /Select ave
AVAILABLE ....READY TO DO BUSINESS
AT MARKHAM/STEELES

Thousand Islands

Thousand Islands

இம்மாதப் புகைப்படக் கலைஞர்

நா. சதானந்தன்

தாயகத்தில் கணக்காய்வாளராகக் கடமையாற்றி தற்பொழுது கனடா Torontoவில் வசித்துவரும் இவர் ஓய்வு நேரங்களில் புகைப்படத்துறையிலும் ஆர்வம்காட்டி வருகின்றார்.

உங்களிடம் (நீங்கள் எடுத்த) அழகான புகைப்படங்கள் இருக்கின்றனவா? அவற்றை நாங்கள் பிரசுரிக்க விரும்புகிறோம்.

புகைப்படம் எடுத்தவரின் பெயர், விலாசம், தொலைபேசி இலக்கம், மின்னஞ்சல், புகைப்படம், எடுக்கப்பட்ட காட்சி அல்லது எடுக்கப்பட்டவருடைய விபரங்கள் என்பவற்றுடன் நீங்கள் எடுத்த புகைப்படத்தையும் அனுப்பிவையுங்கள். அவை இந்தப் பகுதியில் பிரசுரமாகும்.

• சுமார் 10 வருடங்கள் Scotia வங்கியில் மோட்கேஜ் அனுபவம்
• 7 நாட்களும்... 24 மணி நேரமும் நட்பான சேவை
• குறைந்த வட்டி வீதம் • 0% Down Payment
Scotiabank
Ragavan Ramanathan
Mortgage Development Manager
• New • Switch • Refinance
Tel: 416•579•7533
Fax: 416•579•9433
ragavan.ramanathan@scotiabank.com

PROTECT YOURSELF AND YOUR LOVED ONES!
Insurance Ocean
Product we serve:
• Accident Death Insurance • Affordable Life Insurance • Critical Illness Insurance
• Disability Income Insurance • Mortgage Insurance • Permanent Life Insurance
• Pet Insurance • Term Life Insurance • Travel Insurance • No Medical Exam Insurance
We provide free training and prepare you for the certification
Now hiring at Ocean Mortgage Include: Marketing Specialist, Sales Reps.
Call today 416-321-2300
Get the best rate online @
www.insuranceocean.com
digi