

INTER - ORGANIZATIONAL NEWSLETTER – AUG 2007

FORECASTING 07-08

Turnover	: 150% ↑
Employment	: 10% ↑
Profitability	: 100% ↑
Rejection Rate	: 100% ↓

TESTIMONIALS

Customers:

Up to June 07	: 240 Nos
Up to July 07	: 244 Nos

Performance: JULY 2007

Turnover growth	: 15.68 %
Employment growth	: 7.05 % ↑
100% Attendance	: 15.38 %

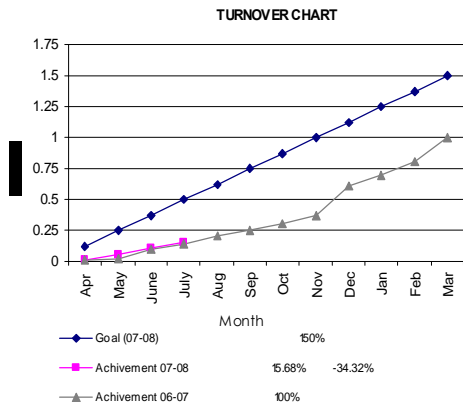
MANAGEMENT

Ms. P.E. Nancy	: Director
Mrs. J. Vanajambika	: Director

KEY PERSONS

Mr. M.P.V. Jeyakumar	: CEO.
Mr. RS. Thangappan	: GM.
Mr. M. Suyambu	: Planning.
Mr. T. Amaladhas	: Plating.
Mr. T. Ramesh	: Stores.
Mr. N. Murugan	: Production.
Mr. RM. Ravichandran	: Marketing.
Mr. T. Suyamburaja	: Purchase
Mr. C. Babu	: Finance.
Mr.C. Sounder suresh	: Outsourcing

ACHIEVEMENT



உங்க பேரென்ன சொன்னீங்க?

இப்படி எத்தனையோ பேரைப் பார்த்து எத்தனையோ தடைவ கேட்டிருப்பீங்க. என்ன காரணம் தெரியுமா? ஞாபகமறதின்னு நீங்க நினைக்கிறீங்க. அதெல்லாம் கிடையாது. கவனக்குறைவுதான். அதிரடியா சொல்லணும்னா, அலட்சியம்தான்.

ஒரு மனுஷனோட காதில விழற சுகமான சங்கீதமே அவரோட பேருதாங்க. அதை மறந்துட்டதா சொல்றது அவமானப்படுத்தறதுதானே. பெரிய பெரிய தலைவருங்க, வாழ்க்கையிலே ஜெயிச்சவங்க, எல்லாமே, ஆயிரக்கணக்கான ஆட்களோட பேர்களை சரியா ஞாபகம் வைச்சிருப்பாங்க.

பலரோட பேரை நாம மறக்கறதுக்கு அடிப்படைக் காரணமே அலட்சியம்தாங்க! ஆளை அடையாளம் தெரிகிறது, பேரு மறந்து போச்சென்னு சொல்றபோது அவங்க மனசிலே உங்க மேல ஒரு கோபமோ வெறுப்போ ஏற்படும் இல்லீங்களா?

சரி, அறிமுகம் ஆகிறவங்க பேரை எல்லாம் சரியா ஞாபகம் வைச்சுக்கிறது எப்படின்னு பார்க்கலாம்.

ஒருத்தர் தன்னை அறிமுகப்படுத்துகிற போது முழுகவனம் செலுத்துங்க. வணக்கம் சொல்றபோதோ கைகுலுக்குகிற போதோ உங்க முழு கவனமும் அவர் மேலேயே இருக்கட்டும்.

அவர் தன்னோட பேரை சொன்னதும், ஒரு தடவை வாய்விட்டு சொல்லுங்க. உடனே உங்க மனம் என்கிற கம்ப்யூட்டர்லே அவருக்கு தனி ஃபோல்டர் ஒண்ணு திறந்துவிடும். அவர் முகத்தையும் பேரையும் மனசுக்குள்ளே ஒண்ணா பதிவு செய்துக்குங்க.

அதே மாதிரி பேரோ, அதே அர்த்தமுள்ள பேரோ உள்ள ஒரு மனிதரோட மானசீகமா இவரை ஒப்பிடுங்கள். புதுசா அறிமுகமாகிறவர் ரங்கசாமினா, உங்களுக்கு முன்னரே தெரிஞ்ச ரங்கநாதன் – ரங்கராஜன் இந்த வரிசையிலே இவரையும் ஞாபகத்திலே வைச்சுக்குங்க. ஒரு புதிய மனிதர் பெயரையும் எண்ணையும் பதிவு செய்ததுமே உங்க செல்ஃபோன் சமர்த்தா அகர வரிசைப்படி அதைப் பதிவு செய்துவைக்குதில்லையா! அதே மாதிரிதான்.

அவரோட உருவத்தையும் ஓர் அடையாளமா மனசுலே வைச்சுக்குங்க. அதே மாதிரி பேசுறபோது அடிக்கடி அவர் பெயரைச் சொல்லுங்க. இளையவராகவோ சமவயசாகவோ இருந்தா, %ஊதிலே பாருங்க ராமசாமி+ %ஊப்படியில்லீங்க ராமசாமி+ ன்னு சொல்லலாம்.

மூத்தவரா இருந்தா பேரோட சாரோ, ஐயாவோ சேர்த்துக்கலாம். அவரு வேலை பார்க்கற இடத்தையும் பேரோட சேர்த்து மனசிலே பதிவு செய்துகிட்டா இன்னும் எளிதா இருக்கும்.

கலெக்டர் ஆபிஸ் கந்தசாமி, ஆடிட்டர் நமச்சிவாயம், இப்படிச் சொல்றபோது பேரும் மறக்காது ஆளும் மறக்காது.

குழந்தை பொறக்கறதைச் சொல்றபோதே %வர் சொல்ல ஒரு பிள்ளை+ அப்படின்னு தானே சொல்றாங்க. மத்தவங்க வாயால நம்ம பேரை சொல்லிக் கேட்கிறது ஒரு சுகம்தாங்க. நீங்க மத்தவங்களுக்கு அந்த சுகத்தைக் கொடுங்க மத்தவங்க உங்களுக்கு அந்த சுகத்தைக் கொடுப்பாங்க.

நமது நம்பிக்கை என்ற நூலிலிருந்து தொகுக்கப்பட்டது.
1/4

எது வலிமை? எது வல்லமை?

வலிமை மிக்கவர்
உடலை பலமுள்ளதாக் குகிறார்
வல்லமை மிக்கவர்
உள்ளத்தை பலமுள்ளதாக் குகிறார்
வலிமை மிக்கவர்
மற்றவர்களின் பலவீனத்தை வெளிக்கொணர்கிறார்
வல்லமை மிக்கவர்
மற்றவர்களின் பலத்தை வெளிக்கொணர்கிறார்
வலிமை மிக்கவர்
பகைவர்களை வெற்றி கொள்கிறார்
வல்லமை மிக்கவர்
தன்னையே வெற்றி கொள்கிறார்
வலிமை மிக்கவர்
தோல்வியைத் தவிர்ப்பதில் குறியாயிருக்கிறார்
வல்லமை மிக்கவர்
தோல்வியிலிருந்தும் பாடம் பெறுகிறார்
வலிமை மிக்கவர்
சிலநேரம் பிறருக்கு அச்சம் கொடுக்கிறார்
வல்லமை மிக்கவர்
எல்லா நேரமும் பிறரின் அச்சம் துடைக்கிறார்.
நமது நம்பிக்கை என்ற நூலிலிருந்து
தொகுக்கப்பட்டது.

உண்மை

சாதனையாளர்கள் தங்களை வெளிப்படுத்தி கொள்ள மாட்டார்கள். ஆனால் அவர்களது சாதனை அவர்களை வெளிப்படுத்தும்.

முகத்தை மாற்றி கொள்வதனால் எதையும் மாற்ற முடியாது. ஆனால், மாற்றங்களை எதிர் கொள்வதின் மூலம் எல்லாவற்றையும் மாற்ற முடியும்.

தங்களை பற்றிய விமர்சனங்கள் எழும் பொழுது கவலைப்படாதீர்கள். ஏனெனில், %ஹழத்த மரத்தில் தான் கல்லெறிவார்கள்+

அளித்தவர்
செல்வி சங்கரி
Sis/o A. Mohan -Er-MSE

நல்ல குணங்களுக்கு வித்திடும் அடிப்படை.

1. மற்றவர்களை மட்டம் தட்டாமல் நமது உரிமைகளை நிலை நிறுத்துவது.
2. தெரியாத ஒன்றை புகழ்வதும் இகழ்வதும் தவறு.
3. இறைவன் துன்பங்களை மட்டுமல்ல அதனை சுமக்க திடமான தோள்களையும் தந்துள்ளான்.
4. எத்தனை தோல்விகள் என்பதைவிட எத்தனை முயற்சிகள் என்பதைக் கவனி.
5. எதையும் எதிர்பார்க்காமல் செய்யும் உதவிக்கு எதிர் பார்க்காத பலன் வந்து கிட்டும்.
6. தன் செயலுக்குத் தானே பொறுப்பேற்றுக் கொள்வது.

தொகுத்தளித்தவர்
திருமதி.கோபத்மபிரியா
Human Resource

சாதனை படைத்தோரின் வாழ்க்கை குறிப்புகள்



பெயர் : என்ரிகோ .:பெர்மி
பெற்றோர் : ஆல்பெர்ட்டோ பெர்மின், இடாடி கேட்டிஸ்.
பிறப்பு : 29.09.1901
இறப்பு : 28.11.1954.
இடம் : ரோம்

உலகின் முதலாவது அணு உலையை வடிவமைத்தவர் என்ரிகோ .:பெர்மி ஆவார். இவர், இத்தாலியில் ரோம் நகரில் 1901 ஆம் ஆண்டில் பிறந்தார். இவர் அருந்திறன் வாய்ந்த மாணவராகத் திகழ்ந்தார். பிசா பல்கலைக் கழகத்தில் பயின்று தம் 21 ஆம் வயதிலேயே இயற்பியலில் பிஎச்.டி. பட்டம் பெற்றார். 28 ஆம் வயதில் ரோம் பல்கலைக் கழகத்தில் ஒரு பேராசிரியரானார். அதற்கு முன்னரே இவர் அறியப்படாதிருந்த கதிரியக்க அலை வீச்சுப் புள்ளியியல் என்னும் ஓர் அரிய பிரிவு பற்றியதாகும்.

.:பெர்மியின் சமன்பாடுகளின் வாயிலாக அணுக்களின் %மையக் கரு+ பற்றியும் சில வகை விண்மீன்களின் உட்பகுதியில் நிகழ்வது போன்ற %பெருப் பொருட் சிதைவு+ குறித்தும் உலோகங்களின் குண இயல்புகள் மற்றும் அதன் நடத்தைப் போக்கு பற்றியும் நாம் மேலும் நன்கு அறிந்து கொள்ள முடிந்தது. இவை அனைத்தும் நடைமுறையில் நமக்கு மிகவும் பயன்படக் கூடியனவாகும்.

இந்த ஆராய்ச்சி .:பெர்மிக்கு உலகின் தலைசிறந்த இயற்பியல் விஞ்ஞானிகளில் ஒருவர் என்ற புகழை ஈட்டித் தந்தது. நியூட்ரான்களின் ஈர்ப்பு பற்றிய .:பெர்மியின் முக்கியமான ஆராய்ச்சிக்காக 1938 ஆம் ஆண்டில் இவருக்கு இயற்பியலுக்கான நோபல் பரிசு வழங்கப் பெற்றது.

நோபல் பரிசைப் பெற்றுக் கொள்வதற்க்காக 1938 ஆம் ஆண்டில் ஸ்டாஹ்லோம் சென்ற அவர் அதன் பிறகு இத்தாலிக்குத் திரும்பவில்லை. மாறாக, அவர் நியூயார்க் சென்றார். அங்கு கொலம்பியாப் பல்கலைக் கழகம் உலகின் தலைசிறந்த விஞ்ஞானிகளில் ஒருவரைத் தனது பேராசிரியர் குழுவில் சேர்த்துக் கொள்வதைப் பெருமையாகக் கருதி அவருக்குப் பேராசிரியர் பதவியை அளித்தது.

1939 ஆம் ஆண்டு மார்ச் மாதத்தில் .:பெர்மி அமெரிக்கக் கடற்படைத் துறையினரைச் சந்தித்து, அணு ஆயுதங்கள் தயாரிப்பதில் அவர்களுக்கு ஆர்வம் உண்டாக்க முயன்றார். எனினும் இதற்குப் பல மாதங்களுக்குப் பின்னர் தான் இது குறித்து குடியரசுத் தலைவர் ரூஸ்வெல்ட்டுக்கு ஆல்பர்ட் ஐன் ஸ்டீன் கடிதம் எழுதிய பிறகுதான் அணு ஆற்றலில் அமெரிக்க அரசு ஆர்வம் காட்டத் தொடங்கியது. இதில் அமெரிக்க அரசு ஆர்வம் காட்டத் தொடங்கியதுமே, தானாகவே நடத்திச் செல்லக் கூடிய ஒரு தொடர் வினையை உண்டாக்குவது இயலுமா என்பதைக் கண்டறிவதாக அணு ஆற்றலைக் கட்டுப்படுத்தி இயக்கும் முன்மாதிரி அமைவு ஒன்றை உருவாக்குவது விஞ்ஞானிகளின் முதற் கடமையாக அமைந்தது. அப்போது, உலகிலேயே நியூட்ரான்கள் பற்றிய தலையாய வல்லுநராக க.:.பெர்மி விளங்கியமையாலும், பரிசோதனைகளிலும், கோட்பாடுகளிலும் அவர் மிகத் தேர்ந்தவராகத் திகழ்ந்ததாலும், உலகின் முதலாவது அணு உலையை நிறுவுவதற்கான குழுவின் தலைவராக அவர் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டார். அவர் முதலில் கொலம்பியாப் பல்கலைக் கழகத்திலும், பின்னர் சிகாகோ பல்கலைக் கழகத்திலும் பணியாற்றினார். .:பெர்மியின் கண்காணிப்பின் கீழ் சிகாகோவில் வடிவமைக்கப்பட்டு, நிறுவப் பெற்ற முதலாவது அணு உலை, 1942 ஆம் ஆண்டு டிசம்பர் 2 ஆம் நாளன்று வெற்றிகரமாகச் செயற்படத் தொடங்கியது. அன்று உண்மையில், %அணுயுகம்+ பிறந்தது எனலாம்.

முதன்மையான அறிவியல் ஆலோசகர் என்ற முறையில் .:பெர்மி பெரும் பங்கு கொண்டார். இரண்டாம் உலகப் போருக்குப் பிறகு, .:பெர்மி, சிகாகோ பல்கலைக்கழகத்தில் ஒரு பேராசிரியரானார். ஆவர் 1954 ஆம் ஆண்டில் காலமானார். அவருக்குத் திருமணமாகி, இரண்டு குழந்தைகள் இருந்தனர். அவருக்குப் பெருமையளிப்பதற்காகவே நூறாவது வேதியியல் தனிமத்திற்கு %பெர்மியம்+ என்று பெயரிடப்பட்டுள்ளது.

தொகுத்தளித்தவர்
ஜி.கல்யாண்குமார்.
System – Admin
2/4

தத்துவம்

இறைவனை நான் கண்டதில்லை
ஏழையின் சிரிப்பில் இருப்பதால்!

mspj;jth;
செல்வி rq;fhp
Sis/o A. Mohan -Er-MSE

விழுந்தால் விதைபோல் விழுந்திடு
எழுந்தால் ஆதவன் போல் எழுந்திடு

mspj;jth;
jpUkjp. tp[ay\;kp
coating-dept

சிந்தனை துளிகள்

வணங்கதக்கவர்கள் - தாயும், தந்தையும்
வந்தால் போகாதது - புகழ், பழி
போனால் வாராதது - மானம், உயிர்
நானாக வருவது - இளமை, முதுமை
நம்முடன் வருவது - பாவம், புண்ணியம்
அடக்க முடியாதது - ஆசை, துக்கம்
தவிர்க்க முடியாதது - பசி, தாகம்
பிரிக்க முடியாதது - பந்தம், பாசம்
அழிவை தருவது - பொறாமை, கோபம்
எல்லோருக்கும் சமமானது - பிறப்பு, இறப்பு
கடைத்தேற வழி - உண்மையும்,
உழைப்பும்
ஒருவன் கெடுவது - பொய்சாட்சி,
செய்நன்றி மறப்பது
வருவதும் போவதும் - இன்பம், துன்பம்.

அளித்தவர்
திருமதி. விஜயலக்ஷ்மி
coating-dept

ஹைக்கூ

உழைப்பாளி

ஒடுகள் கூட
உயரத்திலேஓ
ஒடாய்த் தேய்ந்தும்
உயர வில்லையேஓ

விதி

குடிசைகளில்
வாழ்கிறார்கள்
மாடிகளை
உருவாக்கியவர்கள்!

வறுமையின் இலக்கு
எங்களுக்கு
இலக்குகள் உண்டு!
ஒரு வேளையேனும்
உண்ண வேண்டுமென்றுஓ

பூக்களும்
வாசனை திரவியங்கள்
பூசிக்கொள்ளுமோ?
இவ்வளவு நறுமணம் பரப்புகிறதே!

அளித்தவர்
[p.fy;ahd;Fkhh;. System – Admin.

சர்க்கரை நோய் குறித்து தெரிந்துக் கொள்ளலாமா?

உடல் ஆரோக்கியமான நிலையில் இருக்கும் போதே அல்லது வேறு ஏதாவது நோய்க்காக ரத்தப் பரிசோதனை செய்யும் போதே ரத்த சர்க்கரை அளவு இயல்பானதாக இருந்தால் மகிழ்ச்சி அடையுங்கள். அதே சமயம் ரத்த சர்க்கரை அளவு அதிகமாக இருந்தால் கண் உள்பட முக்கிய உறுப்புகளுக்குப் பாதிப்பு ஏற்பட்டு விடும் என சோர்ந்து விடாதீர்கள்.

சர்க்கரை நோய் இருப்பது தெரிந்தவுடன் ரத்த சர்க்கரை அளவு, ரத்த அழுத்தம், ரத்த கொழுப்புச் சத்து அளவு ஆகியவற்றைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக் கொண்டால் சர்க்கரை நோய் காரணமாக ஏற்படும் பின் விளைவுகளை எளிதில் தடுத்துக் கொள்ள முடியும்.

சர்க்கரை நோயைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக் கொள்ள மனக் கட்டுப்பாடு அவசியம் என்பதை மறந்து விடாதீர்கள். அதாவது, உணவுக் கட்டுப்பாடு, உடற்பயிற்சி, முறையான பரிசோதனையுடன் கூடிய மருத்துவ சிகிச்சை ஆகிய மூன்றுமே சர்க்கரை நோயை நல்ல கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக் கொள்ள உதவும்.

இனி சர்க்கரை நோயினால் ஏற்படும் பின் விளைவுகளைத் தடுத்துக் கொள்வது குறித்து விரிவான அலசல் ஹ –

ரத்த சர்க்கரை அளவை எப்போது பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்?
அதிக பசி, அதிக தாகம், அடிக்கடி சிறுநீர் வெளியேறும் பிரச்சினை, காயம் ஆறாமல் இருந்தல் ஆகிய அறிகுறிகள் இருந்தால் ஒருவர் ரத்த சர்க்கரை அளவைப் பரிசோதனை செய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் தாத்தா அல்லது பாட்டி அல்லது தந்தை அல்லது தாய்க்கு சர்க்கரை நோய் உள்ள குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்கள், உடல் பருமன் உள்ளவர்கள் 30 வயதை எட்டியவுடன் ரத்த சர்க்கரை அளவைப் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். குடும்பத்தில் சர்க்கரை நோய் இல்லாதவர்கள் 40 வயதை அடைந்தவுடன் ரத்த சர்க்கரை அளவைப் பரிசோதித்துக் கொள்வது நல்லது.

தோள்பட்டை வலிஹ தோள்பட்டை வலி, கையை பின்புறமாக அசைக்க முடியாத அளவுக்கு தொடர் வலியை அனுபவிப்பவர்கள் ரத்த சர்க்கரை அளவைப் பரிசோதித்துக் கொள்வது அவசியம். இதனால்தான் தோள்பட்டை அல்லது கை வலி காரணமாக சிகிச்சை பெற முடிக் கியல் நிபுணர்களிடம் செல்லும் போது, உங்களுக்கு சர்க்கரை நோய் உள்ளதா? எனக் கேட்கிறார்கள்.

இயல்பான ரத்த சர்க்கரை அளவுகள் என்ன?

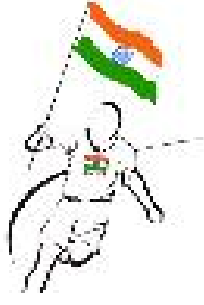
ஆரோக்கியமாக உள்ளவர்கள் ரத்தப் பரிசோதனைக்குச் செல்லும் நிலையில், வெறும் வயிற்றில் ரத்த சர்க்கரை அளவு 100 மில்லி கிராம் சதவீதத்துக்குக் குறைவாக இருக்க வேண்டும். சாப்பிட்டு இரண்டு மணி நேரம் கழித்துச் செய்யப்படும் சோதனையில் 120 மில்லிகிராம் சதவீதத்துக்குக் குறைவாக இருந்தால் இயல்பானது. இத்தகைய சோதனை பொதுவான ரத்தப் பரிசோதனை முறையாகும்.

சர்க்கரை நோய் இருப்பது உறுதியானவுடன் என்ன செய்ய வேண்டும்?
உடலில் பிரச்சனை எதுவும் இன்றி சர்க்கரை நோய் இருப்பது தெரிய வந்தால் மகிழ்ச்சி அடைய வேண்டும். ஏனெனில் பார்வை மங்கலாகத் தெரிதல், காயம் ஆறாமல் இருந்தல், அடிக்கடி சிறுநீர் வெளியேறும் பிரச்சினை, தொடர்ந்து கை – கால் வலி உள்பட சில பிரச்சினைகளுக்குச் சிகிச்சை பெறச் சென்றதன் மூலமாக சர்க்கரை நோய் இருப்பதாகத் தெரியவந்தால், சர்க்கரை நோய் எப்போதே உங்களுக்கு வந்திருக்கிறது என்று அர்த்தம்.

இவ்வாறு சர்க்கரை நோய் இருப்பதே தாமதமாகத் தெரிய வரும் நிலையில் பிரச்சினைக்கு ஏற்ப கண், இதயம், சிறுநீரகங்கள், கால் நரம்புகள் ஆகியவற்றைத் தொடர்ந்து பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டியிருக்கும். எனவே ஏற்கெனவே சொன்னதுபோல் குடும்பத்தில் யாருக்காவது சர்க்கரைநோய் இருந்தால் 30 வயதை எட்டியவுடனும், ஆரோக்கியமான நிலையில் இருந்தால் 40 வயதை அடைந்தவுடனும் ரத்த சர்க்கரை அளவைப் பரிசோதித்து கொள்வது அவசியம்.

மருத்துவ மலரிருந்து தொகுக்கப்பட்டது

FUNCTIONAL WISHES



AUGUST-15th
Best Wishes by Ti Employees.

EXTERNAL SUPPORT

Banking	: M/s.United Bank of India
Auditing	: M/s. Nisar & Kumar
AQ Auditing	: M/s. Juran Quality
Legal Adviser	: Lr. M.K. Govindan
Central Excise	: Mr. Raghavan
Health Care	: M/s. Bethesda Hospital

BIRTH DAY WISHES

Mr. C. Baskaran- Asst-Store (☎-9841162316)	Sep 01
Master S. Aswith Kumar S/o. K. Suresh Kumar-Production	Sep 11
Master. Yuvaraj S/o. G. Ezhumalai -Production	Sep 17
Mr. K. Suresh Kumar- Production	Sep 19
Mr. S. Dinoy- Production	Sep 29

எந்தக் குழந்தையும் நல்லக் குழந்தைதான் மண்ணில்
பிறக்கையிலே!
அவர் நல்லவராவதும் தீயவராவதும் அன்னை வளப்பினிலே!

Best Wishes by Ti Employees.

The 5th Staff day/Anniversary Function
will be held at Tianode premise on
19-08-07. All Families are requested
to participate the function.
-management

மூலிகை விருந்து

சுண்டைக்காயின் காயும் வேரும் மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றது. வயிற்று புழு கொல்லியாக சுண்டைக்காய் செயல் புரிகின்றது. நுரையீரலில் தங்கிய கபத்தைக் கரையச் செய்கிறது. நமது முன்னோர்கள் இதனை தினமும் உணவின் ஒரு பகுதியாகவே உண்டு வந்தார்கள். சுண்டைக்காயை வற்றல் செய்து தினமும் உணவில் சேர்த்து வரலாம்..

சுண்டை வற்றலை பொடி செய்து மோரில் கலக்கி குடித்து வர அதிக நாகம், நாவறட்சி நீங்கும்.
சுண்டை வேர் பட்டையினை முகர்ந்து வந்தால் பீனிசம் சம்பந்தமான நோய்கள் நீங்கும்.

நாள்பட்ட வயிற்று புழுத் தொல்லைக்கு சுண்டைவற்றலை பொடி செய்தோ அல்லது குடிநீர் செய்தோ குடித்து வர குணமுண்டாகும்.
நுரையீரலுக்கு வலுவையும் குடலுக்கு செரிமான சக்தியையும் ஏற்படுத்தும் சுண்டை சிறந்த புழுக் கொல்லியாகவும் பயன்படுகின்றது.
சுண்டைக்காயை வீட்டுத் தோட்டத்தில் வளர்த்து பயன் அடையலாம்.

தகவல் தென்றல்

பெயிண்டுகளில் கலக்கப்படும் காரிய குரோமேட்டுக்குப் பதிலாக டைட்டோனியம் டையாக்சைடைப் பயன் படுத்த அறிவுறுத்தப்படுகின்றது. பச்சை, மஞ்சள், மற்றும் ஆரஞ்சு வண்ணங்களில் காரியத்தின் தன்மை அதிகம் இருக்கும். எனவே குழந்தைகளின் விளையாட்டுப் பொருட்கள், பள்ளிகள், வகுப்பறைகளில் இத்தகைய வண்ணங்களைத் தவிர்க்குமாறு கூறப்படுகின்றது. ரத்தத்தில் காரியம் கலப்பதால் 1 கோடியே 80 லட்சம் குழந்தைகள் மன வளர்ச்சிக் குறைவினால் பாதிப்படைந்து உள்ளார்கள். ரத்தத்தில் காரியம் கலப்பதால் மயக்கம், வலிப்பு போன்றவற்றினால் பாதிக்கப்படுகின்றார்கள். பெண்களுக்கு குறை பிரசவம், குறைவான எடையுள்ள குழந்தைகள் ஏற்படும்.

பெட்ரோலியத்தை 150டிகிரி சென்டிகிரேட் முதல் 280 டிகிரி சென்டிகிரேட் வெப்பநிலையில் காய்ச்சும் போது வெளியேறும் ஆவியை குளிர வைக்கும் போது மண்ணெண்ணெய் கிடைக்கின்றது. எல்பிஐ. எனப்படும் திரவமாக்கப்பட்ட பெட்ரோலிய வாயு வந்த பின் மண்ணெண்ணெயின் பயன் வெகுவாக குறைந்து விட்டது.

குருகுலத்தென்றல் என்னும் நூலிலிருந்து தொகுக்கப்பட்டது

அன்புடன் பசிக்கு அன்னம் கொடுக்க வேண்டும்

பிறக்கும்போது ஏற்படும் வேதனையும், இறக்கும்போது ஏற்படும் வேதனையும், நரகத்தில் இருக்கும் போது ஏற்படும் வேதனையும் இம்மூன்று வேதனைகளும் ஒருங்கே சேர்ந்து விளைவிக்கும் வேதனையே மிகுந்த பசியால் ஓர் ஏழை சகோதரர் அனுபவிக்கும் வேதனை ஆகும்.

மலர்ந்த முகத்தோடு பசியால் வருபவர்க்கு உணவு அளிக்க வேண்டும். அப்படியின்றி கடுகடுத்து கோபத்துடன் உணவு கொடுத்தால் பெரும்பசி போய் கரும்பசி ஆகிவிடும்.

அனிச்சம் எனும் மெல்லிய மலரானது ஒருத்தர் பறித்து மூக்கில் வைத்து முகர்ந்த மாத்திரத்தில் குழைந்து வாடி வதங்கி விடும். அதேபோல விருந்தினர் பசியுடன் வரும்போது வீட்டில் இருப்பவர் முகம் கடுகடுத்து கோபத்துடன் உணவு கொடுத்தால் விருந்தினரின் முகம் வாடி விடும்.
பசித்தவர் முகத்தை பாரதிருப்பதே பாவம்!

ஐயுடன் முகம் மலர்ந்து
உபசரித்து உண்மை பேசி
உப்பிலாக் கூழிட் டாலும்
உண்பதே அமிர்த மாகும்.+

தொகுத்தளித்தவர்
செல்வி. பி.இ.நான்சி
டைரக்டர் - அட்டின்