

“கண்டம் விட்டு கண்டம் தாண்டி நாளை அண்டம் ஆளும் இந்தியா”

PROGNOSTICATION 2010-2011

♦ Endeavor	: QUALITY
♦ Turnover Target	: 200% ↑
♦ Products for ...	
Consumer Market	: 3%
Green Environment	: 25%
♦ Rejection Rate	: 100% ↓

TESTIMONIALS

♦ Customers...	
Up to Oct. 10	: 425 Nos.
Up to Sept. 10	: 421 Nos.
♦ Performance October '10 ...	
Turnover growth	: 6.03 %
Employment growth	: 1.13%
100% Attendance	: 24.58%

MANAGEMENT

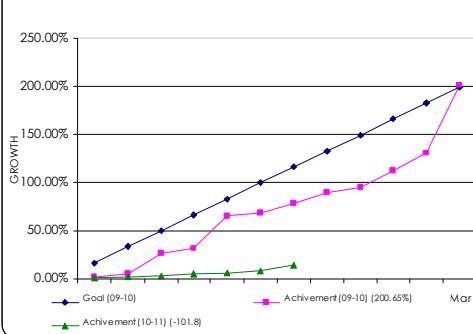
♦ Managing Director	Mr. Velappan Jeyakummar
♦ Board of Directors	
Ms. P.E. Nancy	
Ms. S. Vanajambika	

KEY PERSONS

Mr. T. Amala Dhas	: Stores
Mr. T. Ramesh	: Production
Mr. N. Murugan	: Projects
Mr. G. Jeevanantham	: Plating
Mr. A. Rathinam	: Design
Mr. RM. Ravichandran	: Marketing
Mr. S. Siva Kumar	: Marketing
Mr. C. Babu	: Public Relations
Mr. R. Ramesh	: QA
Mr. C. Sounder Suresh	: Purchase
Mr. G. Balachandran	: R&D
Mr. K. Manivannan	: Production-FRP
Mr. M. Suyambu	: Accounts - FRP
Mr. Sridhar Ganapathy	: Administration

ACHIEVEMENT

ACHIEVEMENT CHART



முன்னேறிக் கொண்டே இருங்கள்

ஒரு நாள் மற்றொரு நாள் போல் இருப்பதில்லை. தடைகளைப் பின்னுக்குத் தள்ளி விட்டு முன்னேறிப் போய்க்கொண்டிருந்தாலே போதும். வாழ்க்கை என்பது தடைகளையும், கஷ்டங்களையும் கொண்டது. அவை உங்கள் முன்னேற்றத்தைத் தடைபடுத்துவதற்காக வருவதில்லை. உங்களைத் திறமையனவர்களாக ஆக்குவதோடு, அதிக முன்னேற்றத்திற்கும் வழி வசூக்கும்.

மற்றவர்களுடன் ஒத்துழையுங்கள். ஒத்துழைப்பை உருவாக்கவும், கற்றுக் கொடுக்கவும் செய்யுங்கள். தொழில் செய்யும் இடங்களில் ஒத்துழைப்பை வளருங்கள், அதனால் தனி நபர் முன்னேற்றத்திற்கு வாய்பளித்தவர்கள் ஆவீர்கள். எதிர்காலத்தின் மீது நேர்மறையான, ஆக்கட்டுப்புவான பார்வை கொள்ளவும் வேண்டும். இதுவே வாழ்வில் மனஅமைதியைப் பெறும் வழி. உங்களுடைய கண்களால் மற்றவர்களிடம் இருக்கும் நல்ல விஷயங்களைப் பார்க்கப் பழகுங்கள். உங்கள் பேச்சு மற்றவரை மதிப்பாகவும், பாராட்டுவதாகவும் அமையட்டும்.

தொகுத்தளித்தவர்

Ms. P.E. Nancy – Director Admin

தமிழ்நாட்டின் ரியல் ஹீரோ

உண்மையான ஹீரோக்கர் யாரெனில், அவர் உங்கள் பகுதியில் நேர்மையாகவும், தியாக உணர்வோடும், சேவை மனப்பான்மையுடனும், துணிவுடனும் உழைத்துக் கொண்டிருப்பார். அவர்களைச் சந்திக்கும் போது ஒரு நன்றி சொல்வோம், பாராட்டுவோம், அவர்களை ஊக்குவிப்போம், நம்மால் முடிந்த சேவைகளைச் செய்வோம்.

இப்படிப்பட்ட நிஜமான ஒரு ஹீரோ மதுரையில் சேவை புரிந்து கொண்டிருக்கிறார். அவர் பெயர் திரு. நாராயணன் கிருஷ்ணன், வயது 29, அவர் அப்படி என்ன செய்து விட்டார் என்பதை அறிந்தால், நாம் வியப்போம்! நினைத்துப் பார்க்கவும் முடியாத ஓர் மகத்தானச் செயல். சித்தச் சுவாதீனம் கொண்ட மனிதர்களை நாம் சிறு கருணையுடனோ, கொஞ்சம் அருவருப்படுனோ கடந்து செல்வோம், அல்லது காசு போடுவோம். ஆனால் இவர் அவர்களைத் தேடிச் சென்று தினமும் மூன்று வேளை உணவு அளிக்கிறார், அருவருப்பில்லாமல் ஊட்டி விடுகிறார். கடந்த எட்டு வருடங்களாக ஒரு நாள் தவறாமல் இந்தச் சேவையை ஒரு தவம் போல் செய்து வருகிறார். தினமும் 400 பேருக்கு மூன்று வேளை உணவு கொடுப்பது என்பது எளிதான் ஒரு செயல் அல்ல, இது வரை ஒரு இலட்சத்து இருபதாமிரம் பொட்டலங்களை வழங்கியுள்ளார்.

ஒரு முதியவர் பசியால் தனது மலத்தையே உண்ணும் அருவருப்பான காட்சியை நீரில் கண்டார், தனக்கு கவிச்சர்வாந்தில் கிடைத்த சிறந்த ரீசெப்ப் வேலையைத் தியாகம் செய்தார், அவர்களுக்காக மனம் வருந்தி, இப்பணியை மனமார ஏற்றுக் கொண்டு இன்று வரை அதற்காக உழைத்தும் வருகிறார்.

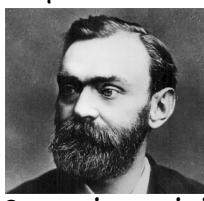
“அற்றார் அழிபி தீர்த்தல் அ..தொருவன் பெற்றான் பொருள்வைப் பழி.”

என்ற வள்ளுவர் வாக்கின்படி நடப்பவருக்கு ஒல்கப்புகழ்ப் பெற்ற CNN இணையதளம் நவம்பர் மாதம் 25ந் தேதி உலகின் சிறந்த 10 ரியல் ஹீரோக்களில் ஒருவராக வாஸ்டங்க்ஸில் கொரவிக்கிறது. இதை நமது இந்திய நேரப்படி 26ந் தேதி காலை 8.00 மணிக்கு CNN சானலில் காணலாம்.

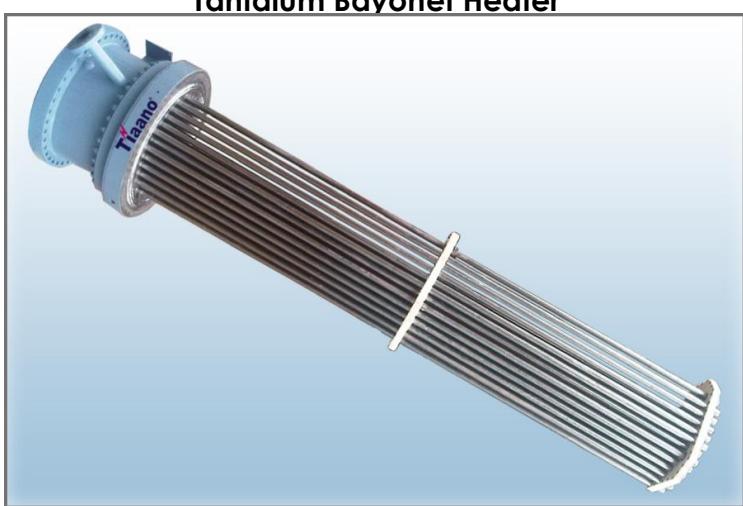
ஒரு இந்தியாக, முதல் தமிழாக விருதுபெறும் அவரை நாம் அனைவரும் வாழ்த்துவோம், வரவேற்போம், பெருமை கொள்வோம், பெருமை சேர்ப்போம்.

தொகுத்தளித்தவர்

Mr. C.Abilash – Titanictrade

FUNCTIONAL WISHES		கான்ஃபிடன்ஸ் கார்னர்																																																																							
	Muharram Dec. 17		Merry Christmas Dec. 25																																																																						
Best Wishes by Tiaano Employees																																																																									
EXTERNAL SUPPORT																																																																									
Banking : M/s. UCO Bank Auditing : M/s. Nisar & Kumar AQ Auditing : M/s. Juran Quality Legal Advisers : Lr. M.K. Govindan Central Excise : Lr. Vincent Health Care : Mr. Raghavan M/s. Bethesda Hospital Tel:22294565 Jeya Clinic, Tel: 0-9840873107																																																																									
BIRTH DAY WISHES																																																																									
<p>எந்தக் குழந்தையும் நல்லக் குழந்தை தான் மண்ணில் பிறக்கக்கூடுமோ!</p> <p>அவர் நல்லவராவதும் தீயவராவதும் அன்னை வளர்ப்பினிலே!</p> <table> <tbody> <tr> <td>Selvi C. Harini</td><td>Dec.1</td></tr> <tr> <td>D/o Mr. M Chinathambi</td><td></td></tr> <tr> <td>Mr. G. Murugesan - Stores</td><td>Dec.4</td></tr> <tr> <td>Selvi R. Reshma</td><td>Dec. 5</td></tr> <tr> <td>D/o Mr. RM Ravichandran</td><td></td></tr> <tr> <td>Ms. Vijaya – Canteen</td><td>Dec. 5</td></tr> <tr> <td>Ms. Indumathy - Purchase</td><td>Dec. 6</td></tr> <tr> <td>Mr. S. Purushothaman</td><td>Dec.10</td></tr> <tr> <td>Fibtec</td><td></td></tr> <tr> <td>Mr. Shalin Richard – R&D</td><td>Dec.11</td></tr> <tr> <td>Mr. Velappan Jeyakummar</td><td>Dec.12</td></tr> <tr> <td>Managing Director</td><td></td></tr> <tr> <td>Master S. Praveenkumar</td><td></td></tr> <tr> <td>S/o Ms. Meenakshi</td><td>Dec.12</td></tr> <tr> <td>Mr. P. Prem Kumar</td><td>Dec.13</td></tr> <tr> <td>Production</td><td></td></tr> <tr> <td>Mr. K Aruldoss - Fibtec</td><td>Dec.15</td></tr> <tr> <td>Mr. Duraiswamy - Production</td><td>Dec. 18</td></tr> <tr> <td>Baby V S Lakshanika</td><td>Dec. 18</td></tr> <tr> <td>D/o Mr. S. Sivakumar</td><td></td></tr> <tr> <td>Mrs. C Manjula</td><td>Dec. 21</td></tr> <tr> <td>W/o Mr. M. Chinnathambi</td><td></td></tr> <tr> <td>Mrs. P. Pazhaniyammal –</td><td>Dec. 23</td></tr> <tr> <td>M/o Ms. Nirmaladevi</td><td></td></tr> <tr> <td>Master S. Subash</td><td>Dec.23</td></tr> <tr> <td>S/o Mr. M. Sankar</td><td></td></tr> <tr> <td>Mr. B. Ganesh</td><td>Dec.24</td></tr> <tr> <td>S/o Mr. G. Balachandran</td><td></td></tr> <tr> <td>Master C. Bharath</td><td>Dec.27</td></tr> <tr> <td>S/o Mr. M. Chinnathambi</td><td></td></tr> <tr> <td>Mr. M. James - Production</td><td>Dec. 27</td></tr> <tr> <td>Mr. RM Ravichandran</td><td>Dec. 29</td></tr> <tr> <td>Marketing</td><td></td></tr> <tr> <td>Mr. Josper Kingston</td><td>Dec. 31</td></tr> <tr> <td>Planning</td><td></td></tr> </tbody> </table>				Selvi C. Harini	Dec.1	D/o Mr. M Chinathambi		Mr. G. Murugesan - Stores	Dec.4	Selvi R. Reshma	Dec. 5	D/o Mr. RM Ravichandran		Ms. Vijaya – Canteen	Dec. 5	Ms. Indumathy - Purchase	Dec. 6	Mr. S. Purushothaman	Dec.10	Fibtec		Mr. Shalin Richard – R&D	Dec.11	Mr. Velappan Jeyakummar	Dec.12	Managing Director		Master S. Praveenkumar		S/o Ms. Meenakshi	Dec.12	Mr. P. Prem Kumar	Dec.13	Production		Mr. K Aruldoss - Fibtec	Dec.15	Mr. Duraiswamy - Production	Dec. 18	Baby V S Lakshanika	Dec. 18	D/o Mr. S. Sivakumar		Mrs. C Manjula	Dec. 21	W/o Mr. M. Chinnathambi		Mrs. P. Pazhaniyammal –	Dec. 23	M/o Ms. Nirmaladevi		Master S. Subash	Dec.23	S/o Mr. M. Sankar		Mr. B. Ganesh	Dec.24	S/o Mr. G. Balachandran		Master C. Bharath	Dec.27	S/o Mr. M. Chinnathambi		Mr. M. James - Production	Dec. 27	Mr. RM Ravichandran	Dec. 29	Marketing		Mr. Josper Kingston	Dec. 31	Planning	
Selvi C. Harini	Dec.1																																																																								
D/o Mr. M Chinathambi																																																																									
Mr. G. Murugesan - Stores	Dec.4																																																																								
Selvi R. Reshma	Dec. 5																																																																								
D/o Mr. RM Ravichandran																																																																									
Ms. Vijaya – Canteen	Dec. 5																																																																								
Ms. Indumathy - Purchase	Dec. 6																																																																								
Mr. S. Purushothaman	Dec.10																																																																								
Fibtec																																																																									
Mr. Shalin Richard – R&D	Dec.11																																																																								
Mr. Velappan Jeyakummar	Dec.12																																																																								
Managing Director																																																																									
Master S. Praveenkumar																																																																									
S/o Ms. Meenakshi	Dec.12																																																																								
Mr. P. Prem Kumar	Dec.13																																																																								
Production																																																																									
Mr. K Aruldoss - Fibtec	Dec.15																																																																								
Mr. Duraiswamy - Production	Dec. 18																																																																								
Baby V S Lakshanika	Dec. 18																																																																								
D/o Mr. S. Sivakumar																																																																									
Mrs. C Manjula	Dec. 21																																																																								
W/o Mr. M. Chinnathambi																																																																									
Mrs. P. Pazhaniyammal –	Dec. 23																																																																								
M/o Ms. Nirmaladevi																																																																									
Master S. Subash	Dec.23																																																																								
S/o Mr. M. Sankar																																																																									
Mr. B. Ganesh	Dec.24																																																																								
S/o Mr. G. Balachandran																																																																									
Master C. Bharath	Dec.27																																																																								
S/o Mr. M. Chinnathambi																																																																									
Mr. M. James - Production	Dec. 27																																																																								
Mr. RM Ravichandran	Dec. 29																																																																								
Marketing																																																																									
Mr. Josper Kingston	Dec. 31																																																																								
Planning																																																																									
Best Wishes by Tiaano Employees																																																																									
<p>ஓமுட்டான்கள் கிராமம்! ஒன்று இருந்தது. பக்கத்து ஊர்க்காரன் ஒருவன் அங்கே வந்தபோது உள்ளுரக்காரர்கள் பயந்து ஓடிக் கொண்டிருந்தார்கள். மையில் ஒரு பூதம் உருள்கிறது! என்று அலறிக் கொண்டிருந்தார்கள். வந்தவன் பார்த்தான், அது ஒரு தர்பூசனிப் யழம் இந்த முட்டான்களை ஏமாற்றலாம் என்று முடிவு செய்தான். ரிஇருங்கள்! பூதத்தைக் கொண்று தின்று விடுகிறேன்! என்று முத்தை வெட்டிச் சாப்பிட்டான், ரிஇவன் இன்னும் பெரிய பூதமாக இருப்பான் போல இருக்கிறதே! என்று நினைத்த மக்கள். அவன் தாங்கும் போது கல்லைப் போட்டுக் கொன்றார்கள்.</p> <p>இன்னொருவன் வந்தான். அங்கேயே தங்கினான், தர்பூசனி என்றால் என்ன என்று மக்களுக்குச் சொல்லிக் கொடுத்தன். தர்பூசனி பயிரிட்டுப் பணம் சம்பாதிக்கப் பயிற்றுவிட்தான். ஊர்க்கள் அவனைத் தலைவனாக ஏற்றார்கள்.</p> <p>“முட்டான்களை ஏமாற்ற நினைத்தவன் இறந்தான், மாற்ற நினைத்தவன் உயர்ந்தான்.”</p> <p>கான்ஃபிடன்ஸ் கார்னர் என்ற நூலிலிருந்து தொகுக்கப்பட்டது</p> <p style="text-align: center;">நோபல் பரிசு</p> 																																																																									
<p>நோபல் பரிசு 1901ம் ஆண்டு முதல் வழங்கப்பட்டு வருகிறது. இப்பரிசை உருவாக்கிய ஆல்பிரட் நோபல் கவீடைனேச் சேர்ந்தவர். 1833-ம் ஆண்டில் டிசம்பர் 10ம் நாள் பிறந்தார். வேதியியல், பொறியியல் ஆகியவற்றில் திறமை பெற்றவராகத் திகழ்ந்தார். டைனமைட் வெடிப் பொருளை கண்டுபிடித்தவர். பெரிய ஆயத்த் தயாரிப்பு நிறுவனத்தையும் நடத்தினார். தனது பல கோடி ரூபாய் மதிப்புள்ள சொத்துக்களைக் கொண்டு நோபல் பரிசை நிறுவினார்.</p> <p>அவரது நினைவு தினமான டிசம்பர் 10 ம் தேதி நோபல் பரிசுகள் வழங்கப்படுகின்றன. இயற்பியல், வேதியியல், இலக்கியம், மருத்துவம், பொருளாதாரம், அமைதி ஆகிய பிரிவுகளில் நோபல் பரிசு வழங்கப்படுகிறது. ஓவ்வொரு பிரிவுக்கும் தலா ரூ.5 கோடி ரூபாய் 57 லட்சம் வழங்கப்படுகிறது.</p>																																																																									
<p>Compiled by: Ms. M. Indumathy – Purchase</p> <p style="text-align: center;">★ Change yourself rather than trying to change the world</p> <p>Once upon a time, there was a king who ruled a prosperous country. One day, he went for a trip to some distant area of his country. When he came back to his palace, he complained that his feet were very painful, because it was the first time that he went for such a long trip, and the road that he went through was very rough and stony. He then ordered his people to cover every road of the entire country with leather carpet.</p> <p>Definitely, this would need thousands of cows' skin, and would cost a huge amount of money. Then one of his wise servants dared himself to tell the king, "Why do you have to spend that unnecessary amount of money? Why don't you just cut a little piece of leather to cover your feet?" The king was surprised, but he later agreed to his suggestion, to make a "shoe" for himself. There is actually a valuable lesson of life in this story:</p> <p style="text-align: right;">"To make this world a happy place to live, you better change yourself - your heart; and not the world".</p> <p>Compiled by : J .Shalin Richard-R&D 2/4</p>																																																																									

<p style="text-align: center;">தெரிந்து கொள்வோம்</p> <p style="text-align: center;">முன்னேற சில முத்துக்கள்</p> <p>செயல்படுத்த வேண்டியவை :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. செய்யும் தொழிலை நேரிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். 2. எதையும் இலவசமாகப் பெற நினைக்காதீர்கள். 3. போதும் என்ற மனம் நல்லது தான். ஆனால், போதாது என்ற மனம் தான் முன்னேற்றத்திற்கான வழி. மனிதன் கண்டுபிடிக்காதவை ஏராளம். 4. வருத்தமோ சுய இரக்கல்மோ அடையாதீர்கள். அவைகள் வாழ்க்கையின் முன்னேற்றத்தை தடுப்பவை. 5. உங்கள் பலத்தையும் பலவீனத்தையும் அறிந்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். <p style="text-align: center;">நன்றி : Rammalar</p> <hr/> <p style="text-align: center;">முனை</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. நல்ல ஆரோக்கியமான ஒரு மனித மூளையின் எடை எவ்வளவு தெரியுமா? 1 கிலோ 380 கிராம். 2. ஓவ்வொரு மனிதனும் தன் மூளையை 7% மட்டுமே பயன்படுத்துகிறான். அறிவாளிகள் 10% மூளையையும் விட்டார்களின் 12 சதவிகித மூளையையும் பயன்படுத்துகிறார்கள். 88% மூளையை மனிதன் உபயோகப்படுத்துவதில்லை. அதாவது உபயோகப் படுத்தத் தெரியவில்லை. 3. மூளையில் உள்ள சாம்பல் நிற மடிப்புகளை வைத்தே ஒருவருடைய புத்திசாலித்தனம் அமைகிறது. அந்த மடிப்புகள் அடங்கிய பகுதிக்கு ரெசரிப்ரம் என்று பெயர். அது மூளையின் மூன்றில் இரண்டு பகுதிகளை ஆக்கிரமித்துள்ளது. 4. பிறந்த குழந்தையின் மூளையின் எடை 370 கிராமில் இருந்து 400 கிராம். குழந்தைக்கு ஒரு வயதாகும் போது அதே மூளையின் எடை இரண்டு மடங்கு அதிகரிக்கும். 5. மூளையின் நரம்புகள் கோடிக்கணக்கான உயிரனுக்களால் ஆனது. இந்த நுண்ணிய நுட்பமான நியூரான்களால் தான் நாம் சிந்திக்கிறோம். ஒருவரைத் திட்டுகிறோம். சந்தோஷம் வந்தால் முக்காலா முக்காலாப் பாடுகிறோம். கோபம் வந்தால் முறைக்கிறோம். <p style="text-align: center;">Contd..... Compiled by Mr. R. Ramesh - Q&A</p> <div style="background-color: #00FFFF; border-radius: 50%; width: 100px; height: 100px; margin: auto; margin-top: 20px;"></div> <p style="text-align: center; color: #00FFFF;">பணியாளர்கள் மற்றும் பணியாளர்களின் குடும்பத்தாரிடமிருந்து கவிதைகள், கட்டுரைகள், கதைகள் வரவேற்கப்படுகிறது.</p> <p style="text-align: center;">— Editor</p>

கவிதைகள்	கோபம் எனும் பலவீனம்
<p style="text-align: center;">★★ இயற்கை</p> <p>யார் படைத்து இவ்வுலகை ர் அருவி, பனிப்பொழிவு பச்சைப்புல்வெளி, பாலைவனம், நீலக்கடல் இன்னும் பல । யார் படைத்து இவ்வுலகை?</p> <p>இறைவன் இயற்கை இயற்கை, நாத்திகம் பேச நான் வரவில்லை இறைவன், ஆத்திகத்தை ஆதரிக்கவும் வரவில்லை</p> <p>நம்மால் படைக்க முடியாது மாசு படாமல் பாதுகாக்க முடியும் அடுத்து வரும் தலைமுறைக்கு அறிமுகப் படுத்த கூட அடையாளம் இல்லாமல் அழிந்துவரும் சில இயற்கை கூறுகளை மாசுபடாமல் பாதுகாப்போம்.</p>	<p>உண்மையான பலசாலி யாரெனில் தன் வலிமையால் மக்களை அடக்குபவன் அல்ல. மாறாக கோபம் வரும் போது தன்னை அடக்கிக் கொள்வதே ஆகும். “ஆத்திரக்காரனுக்கு புத்தி மட்டு”, “ஆத்திரம் அழிவைத் தரும்” என்பதெல்லாம் கோபத்தினால் ஏற்படும் விளைவுகள் குறித்துச் சொல்லப்படும் வழக்கங்கள்.</p> <p>கோபம் ஏன் ஏற்படுகின்றது? அதன் விளைவுகள் என்ன?</p> <p>கோபம், உடல் ரீதியாக, மன ரீதியாக, சமூக ரீதியாக, சுற்றுச்சூழல் சார்ந்த பல விஷயங்களுடன் நமக்கு உண்டாகும் எதிர்மறையான குழ்நிலைக் காரணமாக உண்டாகிறது. நாம் சொல்வதை மற்றவர்கள் மதிக்காத போது, நம்முடைய பிரச்சனைகளை உரியவர்கள் நிவர்த்தி செய்யாத போது, நாம் சென்வது தவறு என்று பிறர் முன்னிலையில் விரிசிக்கப்படும் போது கோபம் ஏற்படுகிறது.</p> <p>உடனே சிந்திக்காமல் ஏற்படும் ஒரு வித அதிருப்தியான வெளிப்பாடு தான் கோபம். அல்லது, நம்மை நாமே தாழ்த்திக் கொண்டு சிந்திக்கும் போது ஏற்படும் எதிர் விளைவு கோபமாகும். கோபம் தன்னையே அழித்து விடும்.</p> <p>ஒரு மனிதனின் வெற்றிக்குத் தடையாக இருப்பதில் மிக முக்கியமானது கோபமோகும். கோபம் கொள்வதால் நமது சிந்தனை, கவனம் போன்றன சிறுடிக்கப்படுகின்றன. சரியான சமயத்தில் செய்ய வேண்டிய செயல்கள் இதனால் பாதிக்கப்படுகின்றன. நம்மை சுற்றி இருப்பவர்களைப் பற்றியும் குழ்நிலையையும் உணராது நமது செயல்கள் பெரிய பின் விளைவுகளை ஏற்படுத்தி விடுகின்றன.</p> <p>எனவே கோபத்தை குறைக்கும் வழிகளைப் பார்ப்போம் :</p> <p>கோபத்தின் முக்கிய காரணியான வெறுப்பைக் கைவிடுவோம். மற்றவர்களையும் அன்போடு பாருங்கள். நிதானமாக கோபமுட்டிய நபரின் குழ்நிலையைச் சிந்தியுங்கள். கோபத்தை ஏற்படுத்தும் நிகழ்ச்சிகளைத் தவிர்த்திடுங்கள். உடனே உங்கள் மனதை வேறு விஷயத்தில் திருப்புங்கள். அவசரம் ஒருபோதும் வேண்டாம். பொறுமையாக இருங்கள். நீர மேம்பாடு மற்றும் சுய கட்டுப்பாட்டை கடைபிடியுங்கள்.</p> <p>செய்யும் வேலையை நேசுத்துனும், நேர்மையுடனும், குழப்பம் இல்லாமலும் செய்யுங்கள். கோபம் வரும் குழ்நிலைகளில் அதிகம் பேசாதீர்கள், மௌனமாக இருங்கள். நமது கொரவம் பாதிக்கப்பட்டதை மறந்து மற்றவர்களை விட நமக்கு இறைவன் அளித்த வாய்ப்புகளை நினைத்து இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்துங்கள். எவ்வளவு கோபம் ஏற்படுத்திற்கோ, அதைப் பொறுத்து 1 முதல் 100 வரையிலான எண்களை எண்ணிடுங்கள். கோபம் வருகிறது என்று தெரிந்ததும், ஒரு டம்பளர் தண்ணீர் குடியுங்கள் அல்லது முகத்தைக் கழுவங்கள் அல்லது ஒரு சுகமான குளியல் போடுங்கள்.</p> <p>நீண்ட நாள் சந்தோஷமாக வாழ வேண்டுமானால், நிச்சயம் நாம் கோபத்தைக் குறைக்க வேண்டும். கோபம், மாரடைப்பு முதலான இருதய நோய்களை உண்டாக்கும் என வஸ்லுவர்கள் கூறுகிறார்கள். உயர்திரத்த அழுத்தம், ஆஞ்சனா எனப்படும் நிலையற்ற நெஞ்சு வலி, மூளையை பாதிக்கும் பக்கவாதம் போன்றவை ஏற்பட கோபம் ஒரு காரணியாகிறது.</p>
<p>தொகுத்தனித்தவர் Mr. Alex Linnus - Facilitation</p> <p>நட்பு</p> <p>நட்பு என்பது தூயன் போல் எல்லா நானும் பூரணமாய் இருக்கும்</p> <p>நட்பு என்பது கடல் அலை போல் என்றும் ஓயாமல் அலைந்து வரும்</p> <p>நட்பு என்பது அக்னி போல் எல்லா மாசுகளையும் அழித்து விடும்</p> <p>நட்பு என்பது தண்ணீர் போல் எதில் ஊற்றினாலும் ஒரே மட்டமாய் இருக்கும்</p> <p>நட்பு என்பது நிலம் போல் எல்லாவற்றையும் பொறுமையாய் தாங்கிக் கொள்ளும்</p> <p>நட்பு என்பது காற்றைப் போல் எல்லா இடத்திலும் நிறைந்து இருக்கும்.</p>	<p>தொகுத்தனித்தவர் Shaila Venkat - Customer Care</p> <p style="text-align: center;">Tantalum Bayonet Heater</p> 
<p>தொகுத்தனித்தவர் Ms. C.Bavani - Receptionist</p>	4/4