

வலம்புரி

Valampuri

MADRAS CEMENTS LTD
RAMCO CEMENT
சீமெந்து

பக்கங்கள்: - பன்னெட்டு

சங்கு 06 வள்ளுவர் ஆண்டு 2035 மார்ச்சு 08 வியாழக்கிழமை (23.12.2004) தொலைபேசி 2223378, 2227644 ஒலி 04

சமாதான நடவடிக்கைகளை முன்னெடுப்பதற்கு கட்சிகளிடையே இணக்கத்தை ஏற்படுத்த மகாநாயக்க தேரர்கள் அதிர்விர முயற்சி!

(கொழும்பு)

இனப்பிரச்சினைக்கு நிரந்தரத் தீர்வை ஏற்படுத்துவதற்கு அரசுடனும் எதிர்க்கட்சியுடனும் ஓர் இணக்கப்பாட்டை ஏற்படுத்துவதற்கு பெளத்த பீடாதிபதிகள் முயற்சி செய்துவருவதாக மல்வத்தையிலுள்ள மகாநாயக்கர் தீர்ப்புக்கமிட்டி சபைத் தலைவர் தெரிவித்துள்ளார்.

முன்று நிக்காயக்களைச் சேர்ந்த மகாநாயக்க தேரர்களும் ஜனாதிபதி சந்திரிகா பண்டாரநாயக்க குமாரதுங்கவையும் எதிர்க்கட்சித் தலைவர் ரணில் விக்கிரமசிங்கவையும் விரைவில் சந்தித்து இது தொடர்பாக பேசவுள்ளதாக அவர் கூறினார். இனப்பிரச்சினைக்குத் தீர்வுகாணும் விடயத்தில் அரசாங்கமும் எதிர்க்கட்சிகளும் பொது இணக்கப்பாட்டுக்கு வர

வேண்டிய அவசியம் இன்று எழுந்துள்ளது. இரு தரப்பினரும் உடன்பாட்டுக்கு வந்தால் அவ் உடன்பாட்டில் எட்டப்பட்ட தீர்வு குறித்த தகவலை விடுதலைப்புலிகளுக்கு அனுப்பி அது தொடர்பான பதிலை அவர்களிடமிருந்து பெறமுடியும். அரசியல் சயலாபத்துக்காக ஒவ்வொரு கட்சியும் உடன்பாடு இல்லாத போக்கில் பிரிந்து தொடர்ந்தும் பயணித்துக் கொண்டிருக்கின்றன.

அரசாங்கத்தால் மட்டும் இனப் பிரச்சினைக்கான தீர்வைக் கண்டுவிட முடியாது. அதற்கு எதிர்க்கட்சிகளின் ஆக்கபூர்வமான ஒத்துழைப்பும் வேண்டும். எனவே அரசும் எதிர்க்கட்சிகளும் சிந்தித்துச் செயற்பட்டு வாய்ப்புக்களை உறுதி செய்துகொண்டு பிரச்சினைக்குத் தீர்வுகாண பொது இணக்கப்பாட்டுக்கு வரவேண்டும் என தேரர் தெரிவித்துள்ளார். (ச)

கொழும்பில் இருவர் நேற்று சுட்டுக் கொலை

(கொழும்பு)
கொழும்பு நவகமுகநாகமப் பிரதேசத்தில் நேற்று அதிகாலை பொலிஸார் மேற்கொண்ட துப்பாக்கி பிரயோகத்தில் இருவர் கொல்லப்பட்டுள்ளனர். சுட்டுக் கொல்லப்பட்ட இருவரையும் கைது செய்வதற்காக பின்தொடர்ந்து (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

ஜனாதிபதி சந்திரிகா லண்டன் பயணம்

ஜனாதிபதி சந்திரிகா குமாரதுங்க நேற்று தனிப்பட்ட விஜயம் ஒன்றை மேற்கொண்டு லண்டனிற்கு பயணமானார். கட்டுநாயக்க விமான நிலையத்தில் இருந்து நேற்று பிற்பகல் ஜனாதிபதி லண்டன் சென்றார். தனது பயணத்தை முடித்துக்கொண்டு ஜனாதிபதி சந்திரிகா நாடு திரும்பும்வரை பாதுகாப்பு அமைச்சராக ரட்சினி விக்கிரமநாயக்கவும் பதில் கல்வி அமைச்சராக தினேஸ் குணவர்த்தனவும் கடமையாற்றுவார்கள் என சமாதானச் செயலகம் தெரிவித்துள்ளது. (ச-08)

தமிழ் இளைஞர்கள் மூவர் கொழும்பில் கைது

(கொழும்பு)
கொழும்புத் துறைமுகத்தை அண்மித்த பகுதியில் ஆட்டோவில் பயணம் செய்த மூவர் கடற்படையினரால் கைது செய்யப்பட்டுள்ளனர். நேற்று முன்தினமிரவு கைதுசெய்யப்பட்ட இவர்கள் முகத்துவாரம் பொலிஸார் (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

உள்ளே...
யாழ்ப்பாணத்தில் பயிற்சிபெற்று நிரவாக சேவைக்கு நியமனம் பெற்றுள்ள 564 பட்டதாரிகளின் பெயர் விபரங்கள் 2 ஆம் பக்கத்தில்...

சமாதானத்தை வலியுறுத்தி நேற்று கைதடியில் மணித சங்கிலிப் போர்

(யாழ்ப்பாணம்)

போருக்கான ஆயத்தங்களில் அரசு ஈடுபடுவதைக் கண்டித்தும் இடைக்காலத் தன்னாட்சி அதிகாரசபை யோசனைகளின் அடிப்படையில் விடுதலைப் புலிகளுடன் பேச்சுக்களை உடனடியாக ஆரம்பிக்க வேண்டும் என்பதை வலியுறுத்தியும் நேற்று இரண்டாவது மணித சங்கிலிப் போராட்டம் கைதடியில் நடைபெற்றது.

தென்மராட்சியின் பல பகுதிகளிலிருந்தும் வருகை தந்த ஆயிரக்கணக்கான மக்கள், கைதடிச் சந்தியிலிருந்து விதியின் இருபக்கமும் கைகளை கோர்த்தவாறு காலை 10.15 மணியிலிருந்து சுமார் ஒரு மணிநேரம் போராட்டத்தில் ஈடுபட்டனர்.

போராட்டத்தில் ஈடுபட்டோர் விடுதலைப் புலிகளின் தலைவரின் உருவப்படங்களைத் தாங்கியவாறும் பல்வேறு வாசகங்கள் எழுதப்பட்ட அட்டைகளையும் வைத்திருந்தனர்.

தென்மராட்சி பொது அமைப்புகளின் ஒன்றியத்தினால் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டு நடாத்தப்பட்டு வரும் மணித சங்கிலிப் போராட்டத்தின் மூன்றாவது போராட்டம் (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

நாளை கொடிகாமத்தில் நடாத்த ஏற்பாடு



மட்டக்களப்பில் நேற்று இளைஞர் சுட்டுக் கொலை

(மட்டக்களப்பு)

மட்டக்களப்பில் நேற்று பிற்பகல் 1.15 மணியளவில் மோட்டார் சைக்கிளில் சென்ற இளைஞர் ஒருவர் இனந் தெரியாத நபர்களினால் சுட்டுக் கொல்லப்பட்டுள்ளார். அரசடிச் சந்தியிலுள்ள ஆஞ்சநேயர் மரக்காலைக்கு முன்பாக இந்த சம்பவம் இடம்பெற்றுள்ளது.

மோட்டார் சைக்கிளில் சென்ற இரண்டு இளைஞர்கள் அவர்கள் மீது துப்பாக்கிப் பிரயோகம் செய்து விட்டு தப்பிச் சென்றுள்ளதாகத் தெரிவிக்கப்படுகிறது.

இச் சம்பவத்தின் போது கொல்லப்பட்டவருடன் வந்த மற்றொரு இளைஞர் தப்பியோடியுள்ளார்.

கொல்லப்பட்டவர் அடையாளம் காணப்படவில்லை. துப்பாக்கிப் பிரயோகம் செய்தவர்களையும் இதுவரை அடையாளம் காணப்படவில்லை என சிரேஷ்ட பொலிஸ் அதிகாரியொருவர் தெரிவித்தார்.

கொல்லப்பட்ட இளைஞரின் சடலம் மட்டக்களப்பு போதனா வைத்தியசாலையில் வைக்கப்பட்டுள்ளது. (ச-08)

இடம்பெயர்ந்த மக்கள் பிரதிநிதிகள் தமிழ்ச்செல்வனைச் சந்தித்துப் பேச்சு



(கிளிநொச்சி)

யாழ். மாவட்டத்தில் இடம்பெயர்ந்தோருக்கான நலன் புரிச்சங்கப் பிரதிநிதிகள், தமிழீழ அரசியல்துறைப் பொறுப்பாளர் ச.ப.தமிழ்ச்செல்வனைச் சந்தித்துக் கலந்துரையாடியுள்ளனர்.

இச் சந்திப்பு நேற்று கிளிநொச்சியில் உள்ள புலி (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

விசேட அதிரடிப்படைக்கு ஆட்சேர்க்க நடவடிக்கை

(கொழும்பு)

விசேட அதிரடிப்படைக்கு ஆட்சேர்க்கும் பணி அடுத்த மாதம் ஆரம்பமாகவுள்ளதாக அரசு வட்டாரங்கள் தெரிவித்துள்ளன.

சுமார் ஆயிரத்து 52 பேரை அதிரடிப்படைக்கு உள்வாங்குவதற்கான திட்டத்துக்கு பொலிஸ் (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

ஜயந்த தனபால அம்பாறை விஜயம்

(அம்பாறை)

அரசு சமாதான செயலகப் பணிப்பாளர் ஜயந்த தனபால நேற்று அம்பாறைக்கு விஜயம் செய்துள்ளார். போர்நிறுத்தம் கடைப்பிடிக்கப்பட்டுவரும் இடங்களிற்குச் சென்று அங்குள்ள நிலைமைகளை ஆராய்வதே இவ் விஜயத்தின் நோக்கமென தெரிவிக்கப்படுகின்றது.

இதேவேளை ஜயந்த தனபாலவுக்கும் (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

சமாதானத்திற்கு முட்டுக்கட்டையாக இருப்பது ஜே.வி.பியினர் மட்டுமல்ல ஜனாதிபதியும் தான்

கஜேந்திரகுமார் பொன்னம்பலம் கைதழியில் உரை

(யாழ்ப்பாணம்)

சமாதானப் பேச்சுக்களை நகர்த்துவதற்கு முட்டுக்கட்டையாக உள்ளவர்கள் ஜே.வி.பியினரே என்று ஜனாதிபதி சந்திரிகாவால் செய்யப்பட்டு வரும் பொய்ப்பிரசாரங்களைத் தமிழ்மக்களாகிய நாம் முற்றாக நிராகரிக்க வேண்டும். சர்வதேசத்தின் கோபங்களுக்கு இலக்காகாமல் தான் தப்பிக் கொள்வதற்காகவே சந்திரிகா ஜே.வி.பியினரின் மீது குற்றச்சாட்டுகளை முன்வைத்து வருகிறார்.

இவ்வாறு தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பின் பாராளுமன்ற உறுப்பினர் கஜேந்திரகுமார் பொன்னம்பலம் தெரிவித்தார்.

நேற்றைய தினம் கைதழியில் இடம்பெற்ற மனிதச் சங்கிலிப் போராட்டத்தின் முடிவில் இடம்பெற்ற கண்டனப் பொதுக் கூட்டத்தில் உரையாற்றிய போதே அவர் இதனைத் தெரிவித்தார்.

தென்மராட்சி பொது அமைப்புகளின் ஒன்றியத் தலைவர் அருந்தவபாலன் தலைமையில் இடம்பெற்ற இக் கூட்டத்தில் தொடர்ந்தும் உரையாற்றிய கஜேந்திரகுமார் பொன்னம்பலம்,

தமிழ் மக்களது விடுதலைப் போராட்டம் நியாயமானது. நீண்ட காலமாகப் பேரினவாதிகளின் அடக்கு முறைகளுக்குள் வாழும் தமிழ்மக்களுக்கு சுதந்திரம் அவசியமானது என்பதைச் சர்வதேச சமூகத்தினர் நன்கு உணர்ந்துள்ளனர்.

இதனால் இலங்கையின் இனப் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வு ஏற்படுத்தப்படுதல் அவசியம் என்ற தொனியில் அரசு தலைமைக்குப் பல்வேறு உலகநாடுகளும் அழுத்தங்களைக் கொடுத்து வரும் வேளையில்

ஜனாதிபதி சந்திரிகா தனது அரசியல் எதிர்காலத்தை உறுதிப்படுத்துவதற்காகவும் பௌத்த, சிங்களப் பேரினவாதிகளின் நச்சரிப்புகளில் இருந்து தன்னைக் காப்பாற்றிக் கொள்வதற்காக புதியதொரு யுத்தியைக் கையாண்டு வருகிறார்.

அதாவது சமாதானத்தைத் தான் நேசிப்பதாகவும் இனப் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வுகாண்பதற்கான பேச்சுக்களை நகர்த்துவதில் அதிக அக்கறை கொண்டுள்ளதாகவும் சர்வதேச சமூகத்தினருக்குக் காட்டிக்கொள்வதுடன், தனது இவ்வாறான விருப்புகளுக்குக் கெல்லாம் இடையூறாக ஜே.வி.பியினர் இருந்து வருவதாகப் பொய்ப் பிரசாரங்களில் ஈடுபட்டுவருகின்றார்.

ஜனாதிபதி சந்திரிகாவின் இக் கபட நாடகத்தினது உள்நோக்கம் என்னவெனில் சமாதான விரும்பியாகத் தன்னைப் பிரகடனம் செய்து தன் சமாதான முயற்சிகளுக்கு ஜே.வி.பியினர் முட்டுக்கட்டையாக உள்ளனர் என்பதைச் சர்வதேசத்திற்குக் காட்டிக் கொள்வதுடன், தன்னால் தமிழர்களுக்கு ஒருதீர்வு கிடைத்துவிட்டது என்ற பழியைப் பேரினவாதிகள் சுமத்

தாவாறு தப்பித்துக் கொள்ள முயன்று வருகிறார்.

இதற்கு ஜே.வி.பியினர் மீது குற்றம் சுமத்தி வருகிறார். சர்வதேசத்தின் கண்களில் இருந்து தாம் தப்பிக் கொள்வதற்காக ஜே.வி.பியினரைப் பலிக் கடவாக்கும் சந்திரிகாவின் கபட நாடகங்களைத் தமிழ்மக்கள் ஒரு போதும் ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடாது.

சந்திரிகா எமது பிரச்சினைகளை ஒரு போதும் தீர்த்து வைக்க மாட்டார். ஏனெனில் ஐக்கிய தேசியக் கட்சியின் ஆட்சிக் காலத்தில் தமிழர்களின் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வுகள் ஏற்படக் கூடிய காலம் கணிந்து வந்த வேளையில் அவர் சமாதான முன்னெடுப்புக்களுக்கு எதிராகவே செயற்பட்டு வந்தார்.

இன்று ஜே.வி.பியினர் சமாதான முன்னெடுப்புக்களை குலைப்பதில் எவ்வாறு முனைப்புக்காட்டி வருகின்றனரோ அதேபோல அன்று ஜனாதிபதி சமாதானத்தைக் குழப்புவதில் முனைப்புக் காட்டி வந்தார் என்பதை நாம் அறிவோம்.

தமிழ் மக்களுக்கான தீர்வை குழப்பும் நோக்கத்துடன் ஜே.வி.பியினருடன் இணைந்த சந்திரிகா

இன்று ஜே.வி.பியினர் தான் சமாதானத்தின் எதிரிகள். அவர்களே தமிழ்மக்களது தீர்விற்கு முட்டுக்கட்டையாக உள்ளனர் என பிரசாரப்படுத்தி வருவதை ஒருபோதும் ஏற்றுக்கொள்ளமுடியாது.

உண்மையில் ஜனாதிபதியின் இன்றைய நோக்கம் இனப் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வுகாண்பதில்லை. அவரது நோக்கம் ஜனாதிபதி ஆட்சி முறையை ஒழித்துத் தான் மீண்டும் அரசியல் அதிகாரமுள்ள



பிரதமராக இருப்பதே. இதற்காகத் தற்போதைய அரசியல் சூழ்நிலையைப் பயன்படுத்தி வருகிறார்.

எனவே, அரசின் பொய்ப் பிரசாரங்களைக் கேட்டு ஏமாறாமல் தமிழ் மக்கள் அனைவரும் புலிகள் அணியில் திரண்டு நின்று எமக்கான ஓர் அரசியல் எதிர்காலத்தை உறுதி செய்ய ஒன்றிணைவோம் என்றார். (ப-19,16)

தேர்தல் வாக்களிப்பின் போது

இலத்திரனியல் உபகரணங்களின் பயன்பாடு;

அரசியல் கட்சிகள் பலவும் வரவேற்பு

(கொழும்பு)

தேர்தல் வாக்களிப்பில் இலத்திரனியல் உபகரணங்கள் அறிமுகம் செய்யப்படவிருப்பதை அரசியல் கட்சிகள் வரவேற்றுள்ளன.

இதன் மூலம் உள்ளூர் தேர்தல் வழிமுறைகள் தொடர்பாக சர்வதேச சமூகத்தின் மத்தியில் நம்பிக்கையை ஏற்படுத்த முடியும்.

இது தொடர்பில் பவரல் அமைப்பின் தலைவர் கருத்துத் தெரிவிக்கையில்,

இந்தப் புதிய திட்டத்தை நடைமுறைப்படுத்துவதற்கு வெளிநாடுகளின் உதவியிணையும், ஆதரவிணையும் பெருமளவில் பெற்றுக் கொள்ள முடியும் எனக் குறிப்பிட்டார். (று-4)

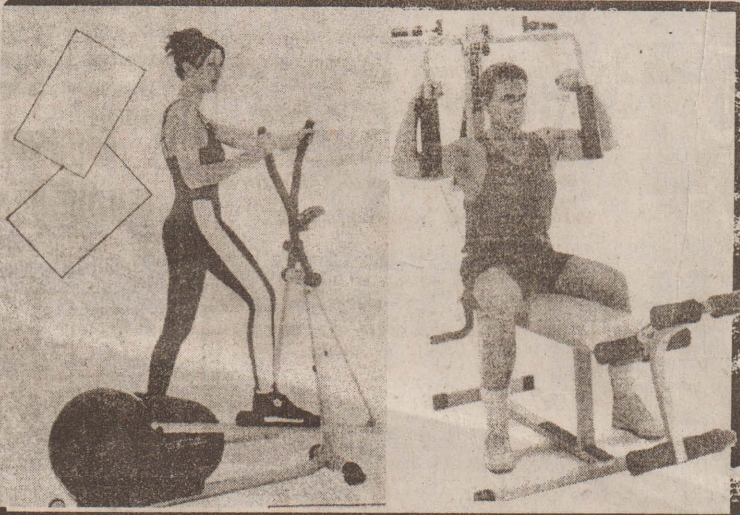
அதிகமான உடற்பயிற்சி ஆபத்தாக முடியுமா?

ஆடி, ஓடி உணவு தேடிநிலையில் இருந்த காட்டுவாசிகளின் நிலைமாறித் தற்போது பெரும் பாலானவர்கள் முளை உழைப்புக் காரணமாக உட்கார்ந்த இடத்திலேயே வேலை செய்யும் (static) நிலையில் உள்ளனர். உடலுழைப்பு அற்ற நிலையே பல நோய்களுக்குக் காரணமாகிறது. குறிப்பாக இரத்தக் கொதிப்பு, இதய நோய்கள், நீரிழிவு போன்றவை அதிகரிக்க இந்த வகையான வாழ்க்கை முறைகளே முக்கிய காரணம் என்கிறது ஓர் ஆய்வு. எனவே பலர் ஓய்வு நேரங்களில் உடற்பயிற்சி செய்ய நாட்டங் கொண்டனர்.

நகரங்களிலும் உடற்பயிற்சி மையங்கள் உருவாயின. பல புதிய உபகரணங்களுடன் அழகு நிலையங்களாகவும், அவை மாற்றம் பெற்றன. எனவே மக்களுக்கு அதன் மதான மோகம் அதிகாத்து வருவது இயற்கையே. இது தவிர முறையான உடற்பயிற்சியென்பது விளையாட்டு வீரர்களுக்கு மிகவும் அவசியமாகிறது. விளையாட்டு என்பது விளையாட்டிற்கு என்ற நிலை உலகம் முழுவதும் மாறி வருகிறது. வெற்றிக் களியினைப் பறிப்பதற்காகத் தங்கள் உடலினை எவ்வகையான வருத்தத்திற்கும் உள்ளாக்க விளையாட்டு வீரர்கள் தயாராக உள்ளனர். ஏனெனில் அப்படி வெற்றி பெற்றவர்களின் புகழ் உலகெங்கும் பர

வுகிறது.

அவர்களைப் போல நாமும் புகழ்பெறவேண்டும் எனும் ஆசை இளைஞர்கள் மத்தியில் ஏற்பட்டுள்ளது. எனவே, உடற்பயிற்சி ஆர்வம் உடலை நோயிலிருந்து காத்துக் கொடுப்பதாக வைத்திருக்கவும், விளையாட்டுப் போட்டி



களில் வெற்றி பெறவும் எனப் பல முனைகளில் கிளைவிட்டுள்ளது.

ஆனால், முறையான உடற்பயிற்சி மட்டுமே உடல்நலனுக்கு உகந்தது என்பதைப் பலர் மறந்து விட்டனர். முறையற்ற உடற்பயிற்சிகள், உடலுக்கு ஒத்துக் கொள்ளாத உடற்பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளுதல், கால அளவு

நிர்ணயிக்காமல் உடற்பயிற்சி செய்தல், தேவையான சத்துணவுகள் எடுத்துக் கொள்ளாமல் போன்றவற்றால் நன்மையை விடத் தீமையே அதிகம் ஏற்படும்.

எளிய உடற்பயிற்சிகள் எவ்வாறு உடலுக்கு நலம் பயக்கிறதோ அதுபோல கடும உடற்பயிற்சிகள்

யாவில் உள்ள லோமாலிண்டா பலகலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த ஆய்வாளர் டேவிட் நமன் லொஸ் ஏஞ்சல்ஸ் நகரில் நடைபெற்ற ஒரு தொடர் ஓட்டத்தில் கலந்து கொண்ட சுமார் 2300 விளையாட்டு வீரர்களை ஆராய்ந்தபோது அவர்களில் 40 சதவீதம் பேர் தொடர் ஓட்டத்திற்கு தங்களைத் தயார் செய்யும் காலத்தில் ஜல தோசம், ஃபூ போன்றவை உண்டாக்கும் வைரஸ் கிருமிகளின் தாக்குதலுக்கு உள்ளானது தெரியவந்தது. உடலின் நோய் எதிர்ப்புத்திறன் குறையும் போதே இந்த வைரஸ் கிருமிகள் மனிதனைத் தாக்குகிறது. போட்டிக்குத் தங்களைத் தயார் செய்யும் காலத்தில் கடும உடற்பயிற்சிகளில் ஈடுபட்டதன் விளைவாக உடலின் நோய் எதிர்ப்புத்திறன் குறைந்து வைரஸ் கிருமிகளின் தாக்குதலுக்கு அவர்கள் உள்ளாகி உள்ளனர் எனும் முடிவிற்கு ஆய்வாளர்கள் வந்தனர். மேலும் ஆய்வில் வாரத்திற்கு 60 மைலுக்கும் மேற்பட்ட தூரத்தினை ஓடி பயிற்சி செய்தவர்களுக்கு, வாரத்திற்கு 20 மைல் தூரத்தினை ஓடி பயிற்சி செய்தவர்களைக் காட்டிலும் அதிக அளவில் நோய் ஏற்பட்டிருக்கிறது.

கடும் உடற்பயிற்சிகளுக்குப் பிறகு அவர்களின் இரத்தத்தினை பரிசோதனை செய்த போது, இரத்தத்தில் கார்டிசால் எனும் நாளமில்லா சுரப்பு நீர் (Hormone) 60

சதவீதம் அளவிற்கு அதிகரித்திருந்தது தெரியவந்தது. இந்த சுரப்பு நீர் உடலின் நோய் எதிர்ப்புத்திறனைக் குறைக்கும் வேலையைச் செய்கிறது அதுபோன்றே அவர்கள் உடலில் நோய்க்கிருமிகளை எதிர்த்துக் கொல்லும் வெள்ளை அணுக்களில் 30 சதவீதம் எண்ணிக்கை குறைந்ததும் தெரிந்தது.

எனவே நோய்க் கிருமிகள் அதிக எதிர்ப்பின்றி உடலினுள் நுழையும் வாய்ப்புள்ளது.

ஆனால் மிதமான உடற்பயி

டாக்டர்

ஐ.சீவசுப்ரமணியம்

சிற்குப் பிறகு உடலின் எல்லாப் பாகங்களுக்கும் இரத்த ஓட்டம் சீராகப் பரவி உடலில் நோய் எதிர்ப்புத் திறனைத் தூண்டும் பீட்டா என்டார்பின் (Beta endorphin) எனும் பொருள் அதிகரிக்கிறது.

மேலும் இரத்தக் கொதிப்பு, இதய நோய், பிறவிடுறை நோய்கள், நீரிழிவு போன்றவற்றால் அவதிப்படுபவர்கள் முறையான மருத்துவ அனுமதி இன்றி உடற்பயிற்சிகளில் ஈடுபடக் கூடாது. அளவிற்கு மீறினால் அமிர்தமும் நஞ்சு எனும் தமிழ்ப் பழமொழியான உடற்பயிற்சி மேற்கொள்பவர்கள் கவனத்திற் கொள்ளுதல் மிக நன்று. □

உசுப்பிவிட்ட யானை போன்று விழித்துக் கொண்டது ஐ.தே.க.

(கொழும்பு)
நித்திரையிலிருந்து யானையை உசுப்பிவிட்டு அதனை நித்திரையிலிருந்து எழுப்பிவிட்டுள்ளது போன்று தற்போது ஜனாதிபதியின் உசுப்பலால் தாம் எழுந்துள்ளதாக ஐக்கிய தேசியக்கட்சியின் பாராளுமன்ற உறுப்பினர் மஹிந்த விஜய சேகர தெரிவித்துள்ளார்.

நேற்று முன்தினம் கொழும்பில் நடைபெற்ற கூட்டமொன்றில் உரையாற்றும்போதே அவர் இதைத் தெரிவித்தார்.

போதுஜன ஐக்கிய முன்னணியின் வீழ்ச்சிக்கு எஸ்.பி.திஸு

நாயக்க உள்ளிட்ட ஐ.தே.க.உறுப்பினர்களே காரணம் என்பதால் தன்மீதும் அவர் மீதும் ஜனாதிபதி பயம் கொண்டுள்ளதாக அவர் தெரிவித்தார்.

அதனால்தான் எஸ்.பி.யை நீதித்துறையை அவமதித்தார் என்ற குற்றத்தின் பேரில் அவருக்கு இருவருட கடுழியச் சிறைத் தண்டனை விதித்து சிறைக்கு அனுப்பியுள்ளார். அடுத்து தன்மீதே ஜனாதிபதியின் கவனம் திரும்பியுள்ளது எனவும் அவர் மேலும் தெரிவித்தார்.

(மு-4)

ஹபராதுவலில் கிரண்டாவது

சர்வதேச விமான நிலையம்!

(கொழும்பு)

இலங்கையில் கிரண்டாவது சர்வதேச விமானநிலையம் காலி மாவட்டத்தில் ஹபராதுவலில் அமைக்கப்பட்டுள்ளதாக துறைமுக விமானத் துறை பிரதி அமைச்சர் டிவான் பெரேரா தெரிவித்துள்ளார்.

கட்டுநாயக்க சர்வதேச விமான நிலையத்தில் அமைக்கப்பட்டுள்ள பயணிகளுக்கான புதிய கட்டிடம் ஒன்றைத் திறந்துவைத்து உரையாற்றுகையிடையே அவர் இதைத் தெரிவித்தார்.

அவர் இதுகுறித்து மேலும் தெரிவிக்கையில்,

இலங்கையில் விமான நிலையத்தை அபிவிருத்திசெய்யும் தேவைகள் தற்போது ஏற்பட்டுள்ளது. பெருமளவு உல்லாசப் பயணிகளின் வருகை அதிகரிப்பதாலும் இலங்கையில் சர்வதேச வர்த்தகத்தை ஊக்குவிப்பதற்கும் இன்னுமொரு

சர்வதே விமானநிலையம் அவசியம் என உணரப்பட்டதன் காரணமாக ஹபராதுவப் பகுதியில் சர்வதேச விமான நிலையத்தை நிறுவுவதற்கு நடவடிக்கை எடுக்கப்பட்டுள்ளது எனவும் குறிப்பிட்டார். (மு-5)

மேஜர் முரளியின் 17 ஆவது

நினைவு தினம்

(யாழ்ப்பாணம்)

மேஜர் முரளியின் 17ஆம் ஆண்டு நினைவு தினத்தையொட்டி இன்று வியாழக்கிழமை காலை 10.00மணிக்கு கோப்பாய்-உரும் பிராய வீதியிலுள்ள அவரது நினைவுத்தூபி முன்றலில் தமிழீழ மாணவர் ஒன்றியத் தலைவரின் தலைமையில் நினைவுஞ்சலிக் கூட்டம் நடைபெறவுள்ளது. (மு)

தாய்சேய் நலத்திட்ட சேவைகளில் சுகாதாரத் தொண்டர்களின் பணி மிகவும் அவசியமானதொன்றாகும்

வைத்திய அதிகாரி பணிமனைப் பொறுப்பதிகாரி வர்ணநாதன்

(சதுமலை)

தாய்சேய் நலத்திட்ட சேவைகளில் கிராமிய சுகாதாரத் தொண்டர்களின் பணி மிகவும் அத்தியாவசியமானதொன்றாகும். இவ்வாறு மானிப்பாய் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பணிமனையின் பொறுப்பதிகாரி க.வர்ணநாதன் தெரிவித்துள்ளார்.

கடந்தவாரம் சண்டிலிப்பாய், சங்கானை பிரதேச செயலாபிவிடுகளில் சேவை செய்யும் நூற்றிற்கும் மேற்பட்ட சுகாதாரத் தொண்டர்களிற்கு இரு பிரிவுகளாக யுனிசெவ் அனுசரணையுடன் விசேட பயிற்சிக் கலந்துரையாடல் ஒன்று சங்கானை அரசினர் வைத்திய சாலையில் நடைபெற்றது.

ஆரம்பநாள் நிகழ்வில் உரை நிகழ்த்தும்போது பொறுப்பதிகாரி மேலும் தெரிவித்ததாவது,

தற்போது எமது பிரிவில் உள்ள சுகாதாரத் தொண்டர் நல சிகிச்சை நிலையங்களிலும் வெவ்வேறு போசாக் குணவுகள் வழங்கப்பட்டு சிகிச்சைகளும் வழங்கப்பட்டுவருகின்றது.

ஆனால் சிறுவர்களின் போசாக்கு நிலை குறைவாகவே காணப்படுவது கவலைதரும் விடயம். இதனால் உரிய போசாக்குணவு சரியாக சிறுவர்களை சென்றடைகிறதா என்பதை அவதானித்தல் அவசியமாகின்றது.

அத்துடன், சிறுவர்கள் அண்மையில் காய்ச்சல் நோய்களிற்கும் பல்வேறு தொற்றுநோய்களுக்கும் இலக்காகி வருவது அவதானிக்

கப்பட்டுள்ளது.

எனவே சுகாதாரத் தொண்டர்களின் வீட்டு விஜயம் மிகவும் அவசியம். அதுமட்டுமல்லாது எமது பகுதிகளில் இளவயது கர்ப்பங்களும், சட்டவிரோத கருச்சிதைவுகளும் அதிகரித்துள்ளது.

இதனால் தாய்க்கும், சோய்க்கும் பல்வேறு பாதிப்புகள் ஏற்படக்கூடிய அபாயநிலை ஏற்படும். இது பற்றிய விழிப்புணர்வை அன்ப்பகுதி சுகாதார உத்தியோகத்தார்களுடன் இணைந்து மேற்கொள்ளுவது மிகவும் அவசியமாகும் எனவும் தெரிவித்தார்.

அத்துடன், அண்மையில் பெய்த மழை காரணமாக நுளம்புப் பெருக்கம் அதிகரித்துள்ளது. டெங்கு நுளம்புகள் உற்பத்தியாகும் சாதியக்கூறுகள் அதிகளவில் உள்ளதால் இதுபற்றி வீட்டு உரிமையா

ளர்களிற்கு தெரியப்படுத்துவது மிகவும் அவசியம் எனவும் வலியுறுத்தினார்.

தற்போது எமது பிரதேசங்களில் இடம்பெயர்ந்த மக்கள் வசிக்கும் முகாம்கள் பல உள்ளன. அதில் முக்கியமாக தாய்சேய் நலம் தொடர்பான விபரங்களை வாரத்தில் குறைந்தது ஒருதடவையாவது தரிசிப்பு செய்வது மிகவும் அவசியம் எனவும் முகாம்களின் சுற்றாடலை துப்பரவாக வைத்திருப்பதன் முக்கியத்துவம் தொடர்பாகவும் தெரிவித்தார்.

இந்தப் பயிற்சிக் கருத்தரங்கில் போசாக்கு மேம்பாடு, ஆரம்ப பின்பை பராமரிப்பும் விருத்தியும், இனவிருத்திச் சுகாதார மேம்பாட்டு செயற்றிட்டப் போன்ற விடங்களில் கருத்துரைகள் வழங்கப்பட்டதாகவும் தெரிவிக்கப்படுகின்றது. (க-252)

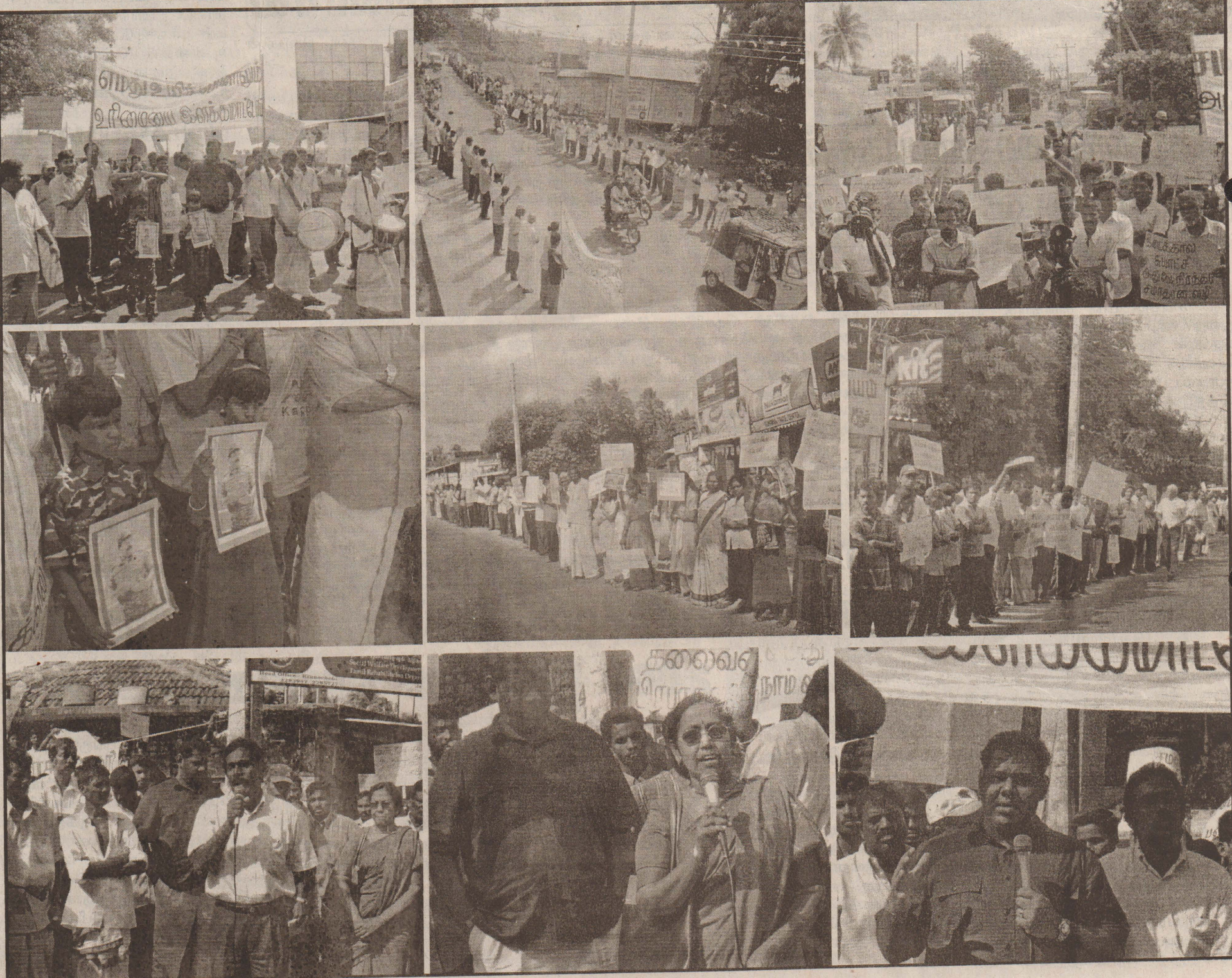
புங்குடுதீவு மக்களின் குடிநீர் பிரச்சினை இன்னும் தீவிரமடைந்தது

புங்குடுதீவு மக்களுக்கு பிரதேச சபையினால் வழங்கப்பட்டுவந்த குடிநீர் விநியோகம் நிறுத்தப்பட்டதால் அங்குள்ள மக்கள் தமது குடிநீர் தேவையினை பூர்த்திசெய்ய முடியாதநிலை ஏற்பட்டுள்ளதாகத் தெரிவிக்கப்படுகின்றது.

லண்டன் வாழ் புங்குடுதீவு மக்களினால் அன்பளிப்பு செய்யப்பட்ட பவுசர் மூலம் அண்மையில் குடிநீர் விநியோகிக்கப்பட்டுவருவதையடுத்து பிரதேச சபையின் குறிப்பிட்ட பவுசர் மண்டைதீவுக்குக் குடிநீரை விநியோகசெய்து வருகின்றது.

இதனால் புங்குடுதீவுக்கு பிரதேசசபையினால் வழங்கப்பட்டுவந்த குடிநீர் நிறுத்தப்பட்டுள்ளது. இச்சங்கரணமாக தாம் போதிபளவு குடிநீரை பெற முடியாததற்காகம் எனவே பிரதேசசபையுடனும் வழங்கப்பட்டு வந்த குடிநீரை தொடர்ந்து வழங்குமாறும் அப்பகுதி மக்கள் கோரிக்கை விடுத்துள்ளனர். (க.126)

கைதமுடியில் மனித சங்கிலிப் போராட்டம்



பெரு நாட்டில் பரிதாபம்

பயணிகள் பேருந்து ஆற்றினுள் கவிழ்ந்தது 54பேர் நீரில்மூழ்கிப் பலி; 15பேர் படுகாயம்

தென்னமெரிக்க நாடான பெருவில் பயணிகள் பேருந்து ஒன்று ஆற்றினுள் கவிழ்ந்ததில் 54 பேர் ஆற்றினுள் முழுகிப் பலியானதுடன் 15 பேர் படுகாயமடைந்துள்ளனர்.

பெருநாட்டின் தலைநகரான வமா விற்கு வடகிழக்கே 350 கிலோமீற்றர் தூரத்திலுள்ள வனப்பகுதிப் பாதையில் இவ்விபத்து இடம்பெற்றுள்ளது. விமாவிலிருந்து புறப்பட்டு உல்லாசப் பயணிகளுடன் மேற்படி ஆற்றினது பாலத்தின் மேலாகப் பயணிகள் பேருந்து சென்றுகொண்டிருந்தபோது திடீரெனப் பலத்த காற்று இடி மின்னலுடன்

மழைபெய்ததால் பேருந்து சாரதியின் கட்டுப்பாட்டை இழந்து பாலத்திலிருந்து விலகி ஆற்றினுள் கவிழ்ந்தது. சம்பவநேரம் ஆற்றினில் நீர்மட்டம் அதிகமாகக் காணப்பட்டதால் உல்லாசப் பயணிகள் நீரின்மூழ்கி உயிரிழந்ததுடன் 15 பேர் காயமடைந்தனர். அத்துடன் பலர் ஆற்றினால் அடித்துச் செல்லப்பட்டனர்.

இந்தச் சம்பவத்தைத் தொடர்ந்து அங்கு வந்த மீட்புப் பணியாளர்கள் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டனர். இதன் போது 54பேரது சடலங்கள் மீட்கப்பட்டன.

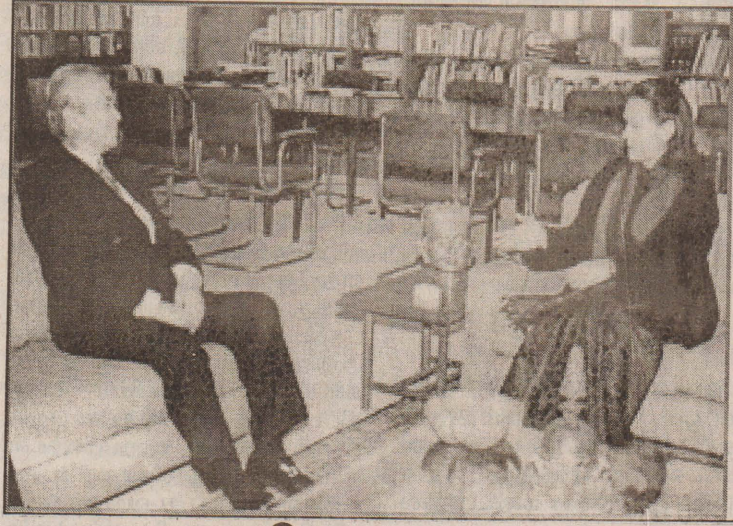
மேற்படி ஆற்றுப் பாலத்தினது சிறகுகள் உறுதியாக இருக்காததினாலேயே பேருந்து ஆற்றினுள் பாய நேரிட்டதாகத் தெரிவிக்கப்படுகிறது. இக்கொடூர்ச் சம்பவத்தைப் பெருநாட்டின் அதிகாரிகள் நேரில் சென்று பாத்ததுடன் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு அனுதாபங்களையும் தெரிவித்தனர்.(ப)

குளிர்காற்றால் 12பேர் பலி

(லக்னோ) உத்தரப்பிரதேச மாநிலத்தில் நான்காவது நாளாக நேற்றுமுன்தினம் தொடர்ந்து கடுங் குளிர்காற்று வீசியது. மாநிலத்தின் பெரும்பாலான பகுதிகளில் குளிர்காற்று வீசுகிறது. கடந்த 24 மணி நேரத்தில் மேலும் ஆறுபேர் குளிர்காற்றில் சிக்கி இறந்தனர்.

இதனையடுத்து குளிர்காற்றில் சிக்கி இறந்தவர்களின் எண்ணிக்கை 12 ஆக உயர்ந்துள்ளது. வரும் ஜனவரி 15ஆம் திகிவரை குளிர்காற்று வீசுவது தொடர்ந்து என்று வானிலை ஆய்வாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

லக்னோ மாவட்டத்தில் உள்ள பள்ளி மற்றும் கல்லூரிகளுக்கு ஜனவரி 16ஆம் திகிவரை விடுமுறை விடப்பட்டுள்ளது. கடுங் குளிர்காற்றுத் தொடர்ந்து வசுவதால் ரயில் சாலை மற்றும் விமானப்போக்குவரத்து பெரிதும் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது. கோரக்பூர், பக்ராப்ச் ஆகிய பகுதிகளில் குறைந்தபட்சமாக 12 டிகிரி செல்சியஸ் வெப்பநிலை பதிவாகியுள்ளது. (ப)



இந்தியாவந்துள்ள மலேசியப் பிரதமர் பதாவி, அகில இந்திய காங்கிரஸ் கட்சித் தலைவர் சோனியாவை டில்லியில் சந்தித்துப் பேசினார்.

பலங்கானா நதியினுள் பயணிகள் பஸ் கவிழ்ந்தது

(உத்தராஞ்சல்) 30பேர் பலி; 15பேர் காயம்

உத்தராஞ்சல் மாநிலம் தேரி மாவட்டத்தில் குட்டு எனுமிடத்தில் பலங்கானா நதி ஓடுகிறது. கன்சாலி நகரை நோக்கி 40 பயணிகளுடன் ஒரு பஸ் நேற்றுமுன்தினம் மாலை சென்றுகொண்டிருந்தது. திடீரென கட்டுப்பாட்டை இழந்த பஸ் பலங்கானா நதியில் கவிழ்ந்தது. இந்த விபத்தில் பஸ் சுகுநூறாக உடைந்து நதியில் முழுகியது.

பஸ்ஸில் பயணம் செய்த 30 பயணிகள் முழுகி இறந்தனர். 15 பயணிகள் படுகாயமடைந்தனர். அதில் ஐந்துபேரின நிலைமை கவலைக்கிடமாக உள்ளது. நதியில் முழுகி இறந்த 25 பயணிகளின் உடல்களும் மீட்கப்பட்டன. உத்தராஞ்சல் முதல்வர் என.டி.திவாரி ஆழ்ந்த இரங்கலைத் தெரிவித்துள்ளார். (ப)

ஈராக்கிலுள்ள அமெரிக்க தளம் மீது தீவிரவாதிகள் பயங்கர தாக்குதல்

பாக்.எல்லையில் ஓசாமா பின்லேடன்

22பேர் பலி; 50பேர் படுகாயம்

(மொசூல்) ஈராக்கில் மொசூல் நகரில் அமெரிக்க இராணுவத்தளத்தில் நடந்த ஏவுகணை மற்றும் பீரங்கித் தாக்குதலில் 22 பேர் கொல்லப்பட்டனர். 50க்கும் மேற்பட்டோர் காயமடைந்தனர். ஈராக்கின் வடக்குப் பகுதியில் உள்ள மொசூல் நகரில் அமெரிக்க இராணுவத்தின் மிகப்பெரிய தளம் உள்ளது. நேற்றுமுன்தினம் பிற்பகல் 2.30 மணியளவில் இங்கு குண்டு வெடிக்கும் சத்தம் கேட்டது. ஏவுகணை மற்றும் பீரங்கிகளால் அடுத்தடுத்துத் தாக்குதல் நடந்தது. இதில் 22 பேர் பலியாயினர். 50க்கும் மேற்பட்டோர் காயமடைந்தனர். இந்தத் தாக்குதலை பென்டகன் அதிகாரிகள் உறுதிப்படுத்தினர். எனினும் இறந்தவர்கள் குறித்த விபரங்களை அவர்கள் தெரிவிக்கவில்லை. இந்தத் தாக்குதலின் பின்னணி குறித்து

உடனடியாகத் தகவல் எதுவும் தெரியவில்லை. இதுகுறித்து மொசூல் நகரில் உள்ள அமெரிக்க இராணுவ அதிகாரி ஒருவர் கூறுகையில், அமெரிக்க இராணுவத்தளம் மீது அவ்வப்போது தாக்குதல்கள் நடைபெறும். ஆனால் இதுவரை குறிப்பாத்து எந்தத் தாக்குதலும் நடக்கவில்லை. முதனமுறையாக இதுபோன்ற தாக்குதல் நடந்துள்ளது. தாக்குதல் நடைபெற்றபோது சாப்பாட்டுவேளை. எனவே சாப்பிடும் அறையைக் குறிப்பாத்து இந்தத் தாக்குதலை நடத்தியுள்ளனர் என்றார். ஈராக்கில் சதாம் ஆட்சி ஒழிக்கப்பட்டுவிட்டாலும் அவரது ஆதரவுத் தீவிரவாதிகள் தொடர்ந்து அட்டுழியம் செய்து வருகின்றனர். அல்-கெய்டா மற்றும் அல்-முசாப் சர்காவியின் இயக்கத்தினர் தொடர்ந்து அமெரிக்கப்படைகள் மீது

தாக்குதல் நடத்திவருகின்றனர். பலஜா நகரை அமெரிக்க இராணுவம் முழுமையாகத் தங்களது கட்டுப்பாட்டில் கொண்டுவந்துவிட்டதால் அங்கிருந்த தீவிரவாதிகள் மொசூல் நகருக்கு இடம் பெயர்ந்துவிட்டனர். இதனால் இந்தத் தாக்குதலின் பின்னணியில் அல்-சர்காவில் தீவிரவாதிகளுக்குத் தொடர்புருக்கலாம் என்று கருதப்படுகிறது. (ப)



பாகிஸ்தான்-ஆப்கானிஸ்தான் எல்லையில் ஓசாமா பின்லேடன் பதுங்கியிருக்கலாம் என்று நம்புகிறேன் என அமெரிக்க அதிபர் புஷ் தெரிவித்துள்ளார். புஷ் பத்திரிகையாளர்களைச் சந்தித்தபோது அல்-கெய்டா தீவிரவாத அமைப்பின் தலைவர் ஓசாமா பின்லேடன் குறித்தும் கேள்வி எழுப்பப்பட்டது. அதற்குப் பதிலளித்த அதிபர் ஜோர்ஜ் புஷ், எனது யுகம் சரியாக இருக்குமேயானால், பாகிஸ்தான் மற்றும் ஆப்கானிஸ்தான் நாடுகளுக்கு இடையிலான மலைப் பகுதிகளில்தான் ஓசாமா பின்லேடன் மறைந்திருக்கக்கூடும். அல்-கெய்டா மிகவும் ஆபத்தான தீவிரவாத அமைப்பு. அதில் சந்தேகமே தேவையில்லை எனவே எங்களின் தேடுதல் வேட்டை தொடரும் என்றார். (ப)



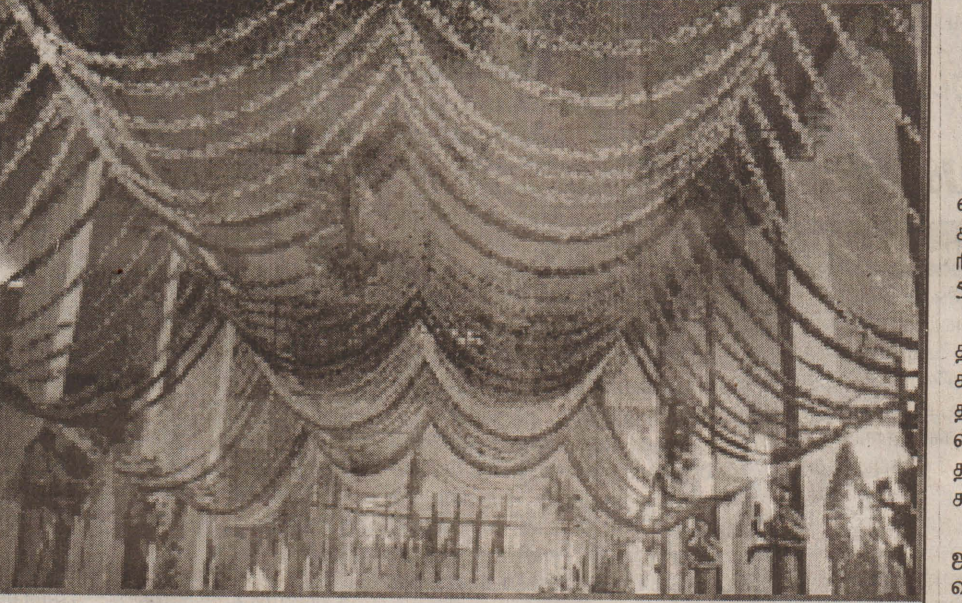
நஜாப்பில் குண்டுத்தாக்குதல்

54பேர் பலி; 150பேர் காயம்

ஈராக்கின் ஷியா முஸ்லிம்களின் புனிதத் தலமாகக் கருதப்படும் கர்பாலா அருகில் உள்ள நஜாப் நகரில் நடந்த வெடி குண்டுத் தாக்குதலில் 54 பேர் கொல்லப்பட்டனர். ஷியா முஸ்லிம்களின் பெருந்தலைவராக அயோதுல்லா அலி அல்-சிஸ்தானியைக் குறிவைத்து இத்தாக்குதல் நடத்தப்பட்டதாகவும் இத்தாக்குதலின் பின்னணியில் பீ சன்னிமுஸ்லிம் தவிரவாதிகள் இருந்துள்ளார்கள் என்றும் கூறப்படுகிறது. ஈராக்கில் புதிய ஆட்சி ஏற்பட ஜனவரி நடத்தப்படவுள்ள தேர்தலில் வாக்களிக்குமாறு ஷியா முஸ்லிம்களை அயோதுல்லா அலி அல்-சிஸ்தானி கேட்டுக்கொண்டதையடுத்து இத்தாக்குதல் நடத்தப்பட்டுள்ளதாகக் கூறப்படுகிறது. இத்தாக்குதலில் 150க்கும் மேற்பட்டோர்



அமெரிக்காவில் இந்தியாவைச் சேர்ந்த பெண்ணுக்கு உலகிலேயே மிகச்சிறிய குழந்தை பிறந்துள்ளது. இதன் நிறை 243.80 கிராம், உயரம் 9 அங்குலம் மட்டுமே.



மதுரை கூடலழகர் கோயிலில் நேற்று சொர்க்கவாசல் திறப்பதையொட்டி கோயில் முழுவதும் சுமார் ஒரு இலட்ச ரூபாய் செலவில் மலரலங்காரம் செய்யப்பட்டுள்ளது.

